

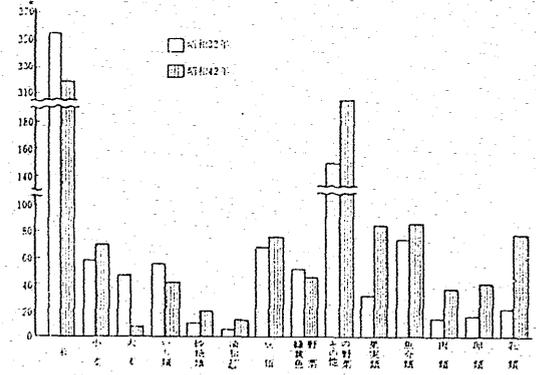
(34)

図一13 蛋白質の食品群別摂取構成の比較
(地域ブロック別)

	米	小麦	植物性 食品	油脂	その他 食品
北海道	52.2	7.9	12.7	3.3	23.9
東北	52.1	6.9	13.9	4.4	22.7
関東I	42.7	10.7	17.1	5.9	23.6
関東II	46.7	10.3	12.9	4.7	25.4
北陸	53.4	5.9	13.4	3.8	23.5
東海	50.5	8.1	14.3	3.8	23.3
近畿I	46.3	10.0	16.3	4.7	22.7
近畿II	54.9	6.7	14.1	3.4	20.9
中国	51.2	7.6	13.0	4.8	23.4
四国	53.0	7.6	12.6	4.1	22.7
北九州	51.3	7.6	13.3	4.4	23.4
南九州	54.3	5.5	11.3	4.6	24.2

関東I地域(東京、横浜を含む)と近畿I地域(大阪、京都、神戸を含む)の栄養水準は他の地域ブロックに比べてかなり高い水準にあるが、南九州、四国地域はきわめて低い水準にある。

図一14 食品群別摂取量の推移(1人1日当り)



B 食品摂取量

昭和42年度の全国平均1人1日当り食品摂取状況についてみると昭和40年度に比較して米類、その他の穀類、いも類、緑黄色野菜は減少を示したが、その他の食品は増加しており、特に果実類、乳・乳製品、油脂類の増加が目立っている。

1. 全国平均1人1日当り食品摂取量

(1) 穀類

米

米の1人1日当り摂取量は318.7グラムであり、昭和40年度の摂取量に比較して約9%減少し、この10年間における最低を記録した。

表一8 穀類摂取量の推移

単位=g

	32年	34年	36年	38年	40年	42年
総量	462.3	463.4	450.2	433.7	418.5	393.7
米	354.7	363.5	362.5	354.6	349.5	318.7
小麦	56.9	61.0	61.4	63.5	60.4	68.4
その他の穀類	50.7	38.9	26.7	15.7	8.3	6.6

小麦類

小麦類の摂取量は68.4グラムであり、40年度摂取量に比べて13%の増加を示した。

小麦類の内訳についてこの10年間の推移をみると表一9のとおりである。

その他の穀類

大麦を主とするその他の穀類の摂取量は6.6グラムであり、40年に比べて約20%減少している。年次推

表-9 小麦摂取量の内訳

単位=g

	32年	34年	36年	38年	40年	42年
総量	56.9	61.0	61.4	63.5	60.4	68.4
小麦粉	8.9	9.3	8.1	5.3	60.4	7.1
パン	15.8	20.2	21.3	25.4		20.4
菓子パン	4.8	5.2	6.3	6.3		8.0
生めん、ゆでめん	23.7	15.0	9.3	11.4		15.0
乾めん		12.3	11.9	10.5		15.8
加工品	3.6	3.5	4.5	4.6		1.7

移をみてもこの10年間に最も激減した食品である。

(2) いも類

いも類の摂取量は41.1グラムであり、40年に比べて若干減少している。品目別の摂取推移をみると表-10のとおり、甘藷は減少傾向にあるが、馬鈴薯の摂取量はほぼ横ばいの傾向にある。

表-10 いも類摂取量の推移

単位=g

	32年	34年	36年	38年	40年	42年
総量		52.3	51.6	43.4	41.9	41.1
甘藷	17.0	12.3	9.2	4.6	-	3.5
馬鈴薯	23.9	26.7	29.1	27.3	-	26.3
その他	13.2	13.4	13.2	11.5	-	11.3

(3) 砂糖類

砂糖類の摂取量は19.2グラムであり、40年摂取量に比べて約7%の増加を示した。

年次推移をみると年々増加の傾向にある。

表-11 砂糖摂取量の推移

単位=g

	32年	34年	36年	38年	40年	42年
砂糖	10.2	12.8	13.6	14.7	17.9	19.2
菓子類	19.6	20.7	22.4	25.1	31.6	32.4

(4) 油脂類

油脂類の摂取量は12.9グラムであり、40年摂取量に比べて約26%の増加となっている。

この10年間の摂取推移をみると順調な増加傾向を示している。

表-12 油脂類摂取量の推移

単位=g

	32年	34年	36年	38年	40年	42年
油脂類	4.6	5.8	6.7	8.3	10.2	12.9

(6) 豆 類

豆類の摂取量は74.0グラムで、40年摂取量に比べて約6%増加しており、年次推移をみると特に目立つほどの増減はみられないが、内訳をみると表-13のとおり、大豆製品がわずかながら増加の傾向にある。

表-13 豆類摂取量の推移

単位=g

	32 年	34 年	36 年	38 年	40 年	42 年
総 量	67.1	67.3	67.0	67.4	69.6	74.0
大 豆	2.0	1.5	1.6	1.1	64.3	—
味 噌	28.0	29.2	26.5	25.5		24.3
大 豆 製 品	31.6	31.5	33.2	35.5		44.7
そ の 他 豆 類	5.6	5.2	5.7	5.3	5.3	4.9

(6) 緑黄色野菜

緑黄色野菜の摂取量は44.0グラムであり、40年摂取量に比べて約10%の減少を示したが、年次推移をみるとこの10年間横ばいの傾向にある。

(7) その他の野菜類

その他の野菜類の摂取量は194.4グラムであり、40年摂取量に比べて14%の増加となっている。年次推移をみるとこの10年間に32%の増加となっている。

(8) 果実類

果実類の摂取量は82.3グラムであり、40年摂取量に比べて40%と大幅な増加を示した。年次推移をみると他の食品に比べて、増加率の最も高い食品である。

表-14 野菜・果実類摂取量の推移

単位=g

	32 年	34 年	36 年	38 年	40 年	42 年
緑 黄 色 野 菜	50.4	44.4	41.8	39.2	49.0	44.0
そ の 他 の 野 菜	147.1	167.3	157.1	153.0	170.4	194.4
果 実 類	29.5	34.9	46.4	47.2	58.8	82.3

(9) 動物性食品

魚介類

魚介類の摂取量は84.0グラムであり、40年摂取量に比べて10%の増加となっている。年次推移をみると特に目立つほどの増減はなくほぼ横ばいの傾向にある。

獣鳥鯨肉類

獣鳥鯨肉類の摂取量は34.8グラムであり、40年摂取量に比べて18%増加している。年次別に摂取推移をみても年々増加の傾向にあり、42年の摂取量は10年前に比べて約2.7倍となっている。

卵 類

卵類の摂取量は38.9グラムであり、40年に比べて約10%増加している。

年次推移をみるとこの10年間に肉類と同じく約2.7倍増となっている。

表一15 動物性食品摂取量の推移

単位＝g

	32 年	34 年	36 年	38 年	40 年	42 年
総 量	118.2	137.4	154.1	179.7	198.3	233.1
魚 介 類	71.6	69.2	72.1	77.5	76.3	84.0
獣 鳥 鯨 肉 類	12.7	17.5	18.9	28.0	29.5	34.8
卵 類	14.2	19.3	24.5	28.8	35.2	38.9
乳・乳 製 品	19.7	31.4	38.6	45.4	57.4	75.4

乳・乳製品

乳・乳製品の摂取量は75.4グラムであり、40年摂取量に比べて約31%増加している。

年次推移をみると動物性食品の中で最も増加率の大きい食品で、10年前と比べて約3.8倍増となっている。なお、一部の食品について再計した結果をみると表のとおりである。

表一16 全国平均1人1日当り食品摂取量再計表

単位＝g

食 品 名	数 量	食 品 名	数 量	食 品 名	数 量
即 席 中 華 そ ば	5.1	あ じ	6.1	た ま ね ぎ	20.8
バ タ ー	1.5	さ ば	4.6	は く さ い	4.5
マ ー ガ リ ン	0.4	さ ん ま	0.8	大 根	10.0
マ ヨ ネ ー ズ	3.0	さ つ ま あ げ	3.1	ね ぎ	3.8
植 物 油	7.8	牛 乳	46.1	き ゅ う り	21.2
豆 腐	34.2	玉 ち し ゃ	3.4	な す	3.2
あ げ 類	6.2	ア ス バ ラ ガ ス	0.5	ト マ ト	16.4
な っ と う	2.1	き ゃ べ つ	28.6	ビ ー マ ン	1.8

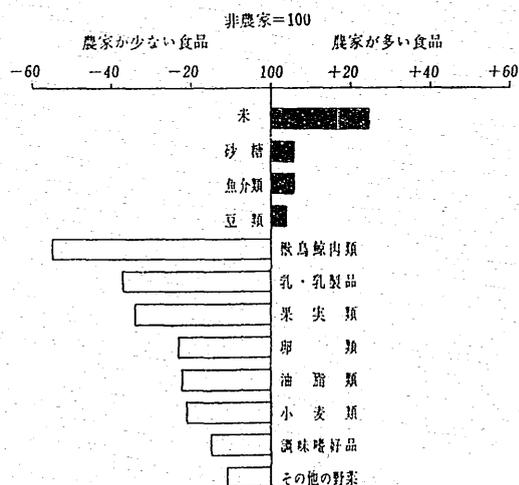
2. 世帯業態別食品摂取状況

農家世帯と非農家世帯の食品摂取状況を比較してみると図一15のとおり農家世帯が非農家世帯を上回って摂取しているのは米、砂糖、魚介類、豆類だけで、その他の食品はすべて非農家世帯が多く摂取しており、特に獣鳥鯨肉類、乳・乳製品、果実類においてその差が著しい。

また農家、非農家の別に、この10年間における食品群別摂取量の推移についてみると表一17、18のとおりである。

なお、一部の食品について再計した結果は表一19のとおりである。

図一15 農家と非農家の食品群別摂取量の比較



表一七 食品群別摂取量の推移 (農家世帯)

単位= g

食品群別	年次	32 年	34 年	36 年	38 年	40 年	42 年
穀類	米 類	377.7	393.4	399.6	405.2	407.4	370.8
	小 麦 類	41.3	47.6	47.3	40.5	45.4	57.2
	その他の穀類	69.3	56.6	41.7	30.4	13.8	11.4
い も 類	66.2	60.5	56.6	48.0	44.8	41.4	
砂 糖 類	10.3	13.2	13.7	14.9	19.5	20.1	
油 脂 類	3.3	4.2	5.0	6.0	9.0	10.7	
豆類	大豆, 大豆製品	57.2	61.2	62.5	60.5	64.2	70.5
	その他の豆類	6.9	5.4	6.1	5.9	5.2	5.6
緑黄色野菜	61.9	55.5	53.0	45.8	62.8	43.3	
その他の野菜・茸類	146.8	164.0	151.6	146.3	157.3	179.1	
果 実 類	17.0	18.4	25.0	25.3	42.8	60.6	
海 草 類	5.7	4.2	4.8	5.0	6.4	7.2	
魚介類	生 物	61.0	60.0	64.1	78.8	76.5	87.6
	乾 物						
獸 鳥 鯨 肉 類	6.5	7.4	7.8	14.7	16.4	18.4	
卵 類	9.9	14.3	17.2	21.5	28.0	32.0	
乳類	生 乳	19.6	28.0	32.0	29.2	43.2	53.4
	乳 製 品						

表一八 食品群別摂取量の推移 (非農家世帯)

単位= g

食品群別	年次	32 年	34 年	36 年	38 年	40 年	42 年
穀類	米 類	340.8	344.7	339.5	328.4	321.7	297.6
	小 麦 類	68.6	71.4	71.8	76.3	67.8	72.4
	その他の穀類	36.1	24.3	13.9	7.3	5.6	4.6
い も 類	44.6	45.6	46.3	41.2	40.4	41.2	
砂 糖 類	10.2	12.5	13.7	14.4	17.2	18.9	
油 脂 類	5.6	7.1	7.9	9.6	10.8	13.7	
豆類	大豆, 大豆製品	64.1	62.7	60.4	63.1	64.4	68.5
	その他の豆類	4.7	5.0	5.3	4.9	5.4	4.6
緑黄色野菜	42.5	37.1	33.7	35.8	42.3	44.3	
その他の野菜・茸類	147.3	168.8	160.7	155.6	176.8	200.3	
果 実 類	39.3	48.0	62.6	59.8	66.7	91.2	
海 草 類	6.4	5.2	5.1	5.4	6.0	6.8	
動物性食品	魚 介 類	79.1	75.7	76.3	75.6	76.1	82.5
	獸 鳥 鯨 肉 類	17.2	25.0	27.1	35.4	35.9	41.3
卵 類	卵 類	17.5	23.0	29.9	32.9	38.7	41.7
	生 乳	20.6	34.6	44.5	55.4	64.3	84.2
乳 製 品							

表-19 農家・非農家別1人1日当り食品摂取量再計表

単位=g

	農家世帯	非農家世帯		農家世帯	非農家世帯
即席中華そば	4.6	5.3	牛乳	34.5	71.0
バター	0.3	2.0	きやべつ	28.7	28.5
マーガリン	0.1	0.4	たまねぎ	17.8	22.0
植物油	7.7	7.8	はくさい	5.7	4.0
豆腐類	31.2	35.4	大根ぎ	8.2	10.7
あげ類	6.6	6.1	ねぎ	3.8	3.8
なつとうじ	1.8	2.1	きゅうり	16.0	23.4
あじ	6.1	6.1	なす	1.2	4.1
さば	7.2	3.6	トマト	6.7	20.3
さんま	1.0	0.7	ピーマン	0.4	2.4
さつまあげ	4.2	2.7			

世帯業態細分別

次に農家・非農家を最多収入者の職業によってさらに細分して、食品の摂取状況を比較してみると図-16の(1)~(6)のとおり、米、油脂類、野菜類、獣鳥鯨肉類、乳・乳製品等の摂取量についてかなりの摂取差がみられる。また、一部の食品について再計した結果は表-20のとおりである。

表-20 世帯業態細分別1人1日当り食品摂取量再計表

単位=g

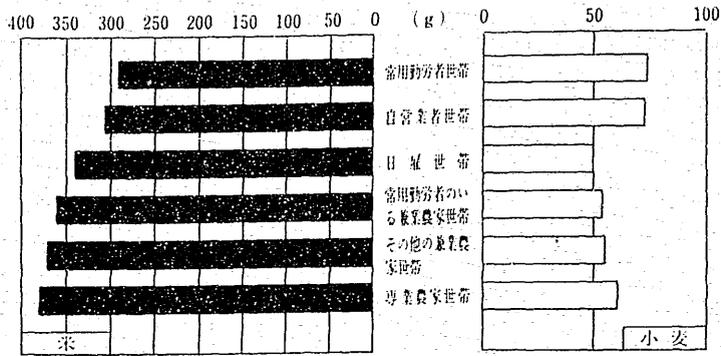
	専業農家	兼業農家	自営業世帯	常用勤労者世帯	日雇労働者世帯
即席中華そば	5.2	4.1	4.9	5.4	5.9
バター	0.2	0.4	1.7	2.3	0.3
マーガリン	0.1	0.2	0.4	0.5	0.3
植物油	8.5	7.0	7.5	8.2	5.8
豆腐類	30.0	31.2	36.9	35.1	29.8
あげ類	6.5	6.6	6.1	5.9	6.6
なつとうじ	2.1	1.7	2.2	2.1	2.4
あじ	5.8	6.2	6.2	6.0	5.0
さば	7.4	7.2	3.7	3.5	4.6
さんま	1.2	0.9	0.7	0.7	1.0
さつまあげ	4.7	3.6	2.7	2.6	4.1
牛乳	32.0	36.9	69.2	75.6	26.5
きやべつ	30.0	27.2	28.1	29.2	22.7
たまねぎ	16.9	18.3	20.7	23.0	17.0
はくさい	7.5	4.3	4.3	3.8	5.8
大根ぎ	8.3	7.9	11.1	10.7	7.5
ねぎ	4.0	3.8	3.8	3.8	3.9
きゅうり	14.9	16.9	22.4	24.3	16.5
なす	1.3	1.1	4.6	4.0	2.2
トマト	7.4	5.7	19.6	21.5	10.4
ピーマン	0.3	0.5	1.9	2.7	1.0
マヨネーズ	2.2	2.7	2.9	3.5	2.0
玉ちしや	1.5	2.4	3.6	4.5	0.8
カリフラワー	0.4	0.3	0.1	0.2	0.1
めきやべつ	0	0	0	0	0
セロリ	0.1	0	0.1	0.2	0

3. 支出階層別食品摂取状況

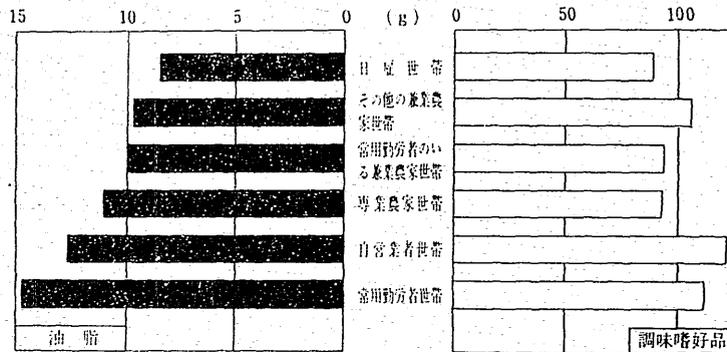
支出階層別に食品摂取状況をみると図-17の(1)~(6)のとおり、米と魚介類を除くその他の主要食品はす

図一六 1人1日当り食品群別摂取量の比較(世帯業感別)

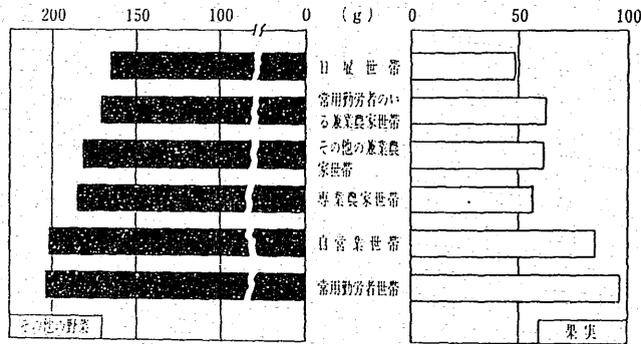
(1) 米, 小麦



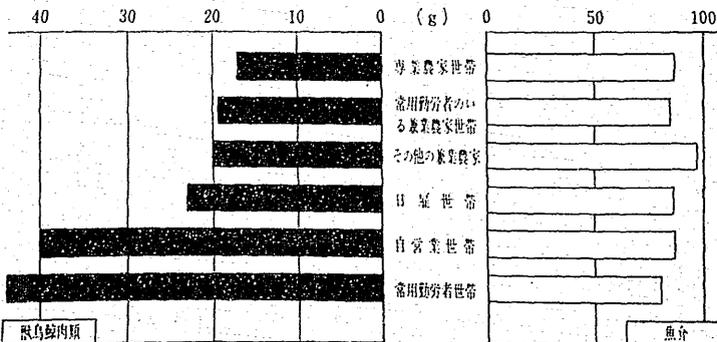
(2) 油脂, 調味嗜好品



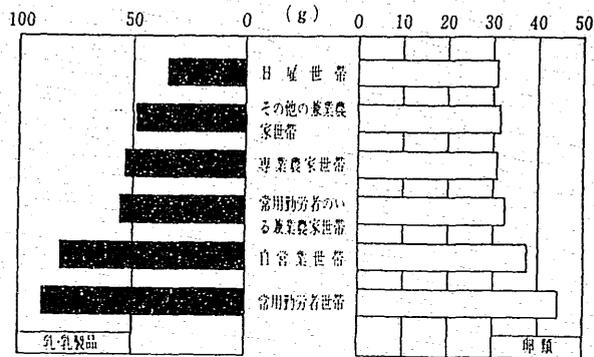
(3) 野菜, 果実



(4) 豚鳥鯨肉類, 魚介類



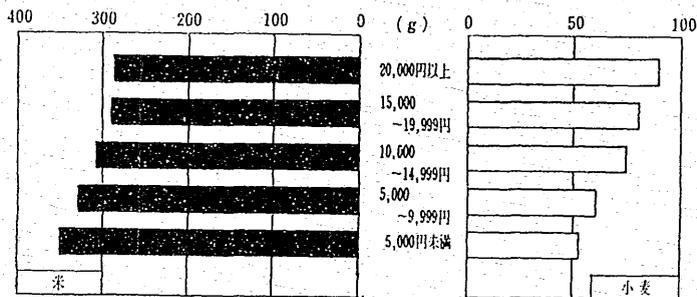
(6) 乳・乳製品, 卵類



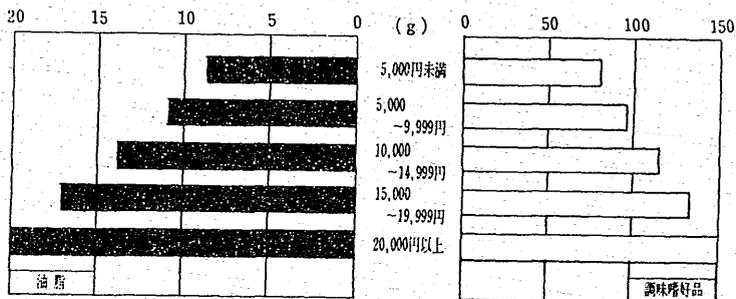
べて支出水準の上昇に比例して増加を示している。特に摂取差の大きい食品は鯨魚肉類, 乳・乳製品, 果実類であり, 第I階層と第V階層間に3倍以上もの差があるなど, 低支出階層の食生活は質的にもかなり劣っている。

図-17 1人1日当り食品群別摂取量(支出階層別)

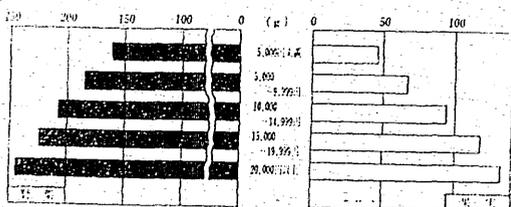
(1) 米, 小麦



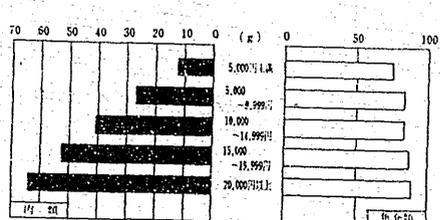
(2) 油脂, 調味嗜好品



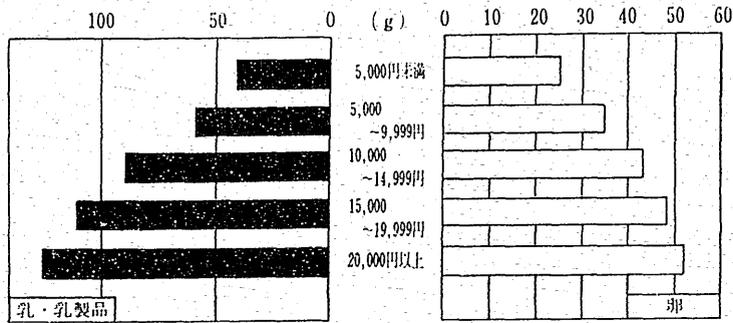
(3) 野菜, 果実



(4) 肉類, 魚介類



(6) 乳・乳製品, 卵



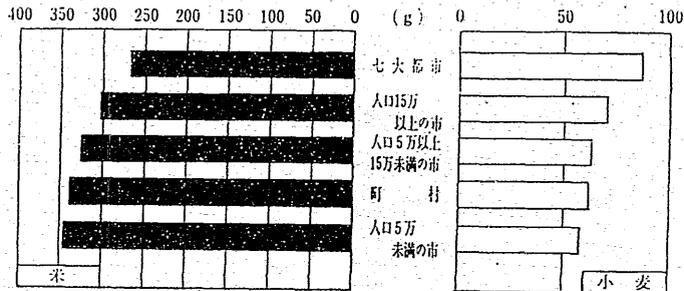
4. 市郡別食品摂取状況

市郡別に食品摂取状況を比較してみると図-18の(1)~(6)のとおり、大都市の生活者ほど食糧消費内容が質的に高い水準にあることが明らかである。

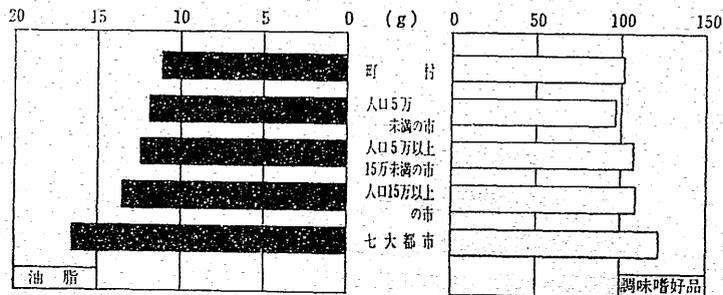
食品別にみた場合、特に油脂類、獣鳥鯨肉類、乳・乳製品にその差が著しい。

図-18 1人1日当り食品群別摂取量の比較(市郡別)

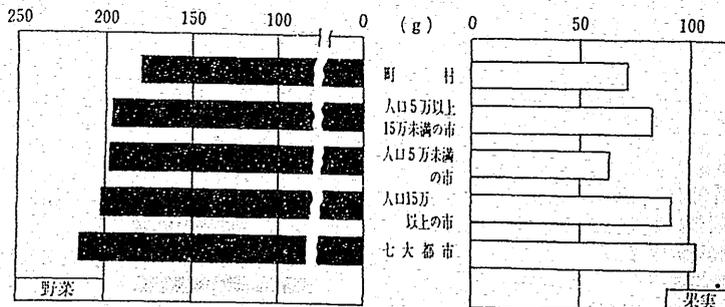
(1) 米, 小麦



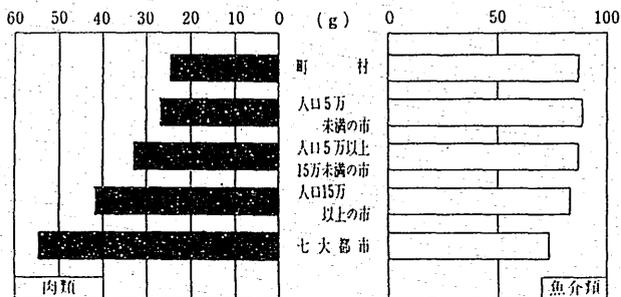
(2) 油脂, 調味嗜好品



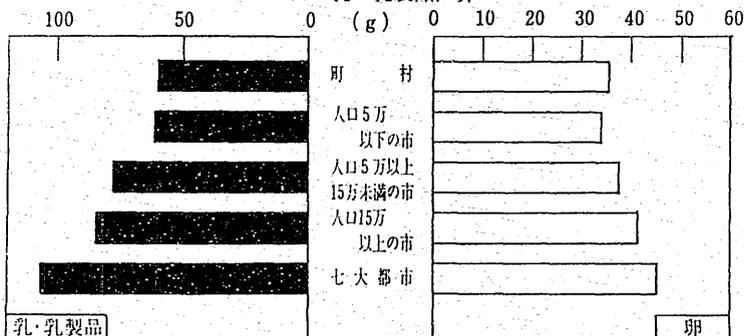
(3) 野菜, 果実



(4) 肉類, 魚介類



(6) 乳・乳製品, 卵



表一21 地域ブロック別1人1日当り食品摂取量再計表

単位=g

食 品 名	北海道	東北	関東I	関東II	北陸	東海	近畿I	近畿II	中国	四国	北九州	南九州
即席中華そば	6.6	4.9	5.1	5.5	5.2	4.8	4.1	4.0	5.6	3.5	5.8	6.7
パスタ	1.6	0.9	2.3	0.7	1.0	1.1	2.7	1.4	1.0	0.6	1.0	0.3
マーガリン	0.4	0.3	0.4	0.2	0.2	0.3	0.7	0.2	0.5	0.2	0.3	0.2
植物油	6.0	8.9	9.4	10.0	6.7	6.1	6.4	5.0	8.1	7.5	8.0	8.5
豆腐類	27.4	43.1	35.3	28.1	31.5	28.9	38.8	40.6	37.1	34.3	31.4	36.2
あんぱん	6.6	5.8	5.6	5.8	9.5	5.6	7.5	4.7	5.1	5.3	6.2	7.4
うどん	7.0	5.0	3.0	3.6	2.2	0.6	0.4	0.3	0.3	0.1	0.5	1.0
あじ	0.2	2.1	6.2	2.0	7.0	6.5	5.2	4.2	6.4	11.5	12.1	11.1
さば	2.1	4.5	3.3	4.0	6.0	5.2	3.6	3.0	7.5	6.7	5.2	8.1
さつまあげ	2.7	2.1	0.7	1.8	0.4	0.4	0.2	0.4	0.1	0.1	0.1	0.1
牛乳	4.7	2.8	2.3	2.5	1.8	0.9	3.8	1.3	3.7	4.0	6.3	5.8
きんぴら	40.7	50.3	84.6	54.2	55.0	60.3	79.4	56.4	56.8	40.1	47.2	28.2
たまご	12.1	31.0	39.0	24.2	27.0	20.9	27.0	26.0	19.2	25.8	36.6	38.5
たけのこ	16.0	13.3	25.0	14.1	16.9	20.9	24.3	23.1	20.2	22.6	23.8	22.7
はくさい	5.9	4.8	3.4	7.0	5.4	5.6	6.0	4.3	3.6	3.9	1.6	2.9
大根	9.8	9.2	11.9	7.4	7.3	11.1	11.5	9.4	8.3	7.7	8.8	13.0
ねぎ	7.0	5.4	7.5	5.9	4.0	3.1	1.1	0.3	1.5	1.0	0.9	0.3
きゅうり	10.0	17.9	25.1	20.4	22.8	16.5	20.9	20.1	20.3	28.6	23.2	29.0
なす	1.9	1.7	4.9	1.2	2.4	2.8	5.3	2.8	2.1	5.3	2.6	2.7
トマト	3.2	6.9	28.8	11.6	16.2	14.5	18.7	7.8	11.3	16.0	14.4	24.5
ピーマン	0.7	0.7	3.0	1.2	1.4	1.7	3.3	1.6	1.4	1.5	1.1	0.7
マヨネーズ	2.0	2.6	3.7	2.4	2.8	2.5	3.1	3.0	3.8	2.3	3.4	3.4
玉ねぎ	0.2	0.8	6.6	2.2	1.6	1.9	5.8	3.4	7.1	2.1	1.8	0.3
カリフラワー	0	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.4	0.2	0.7	0.6
めかぶ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
セロリ	0.2	0.1	0.3	0.1	0.1	0	0.1	0	0.1	0	0	0

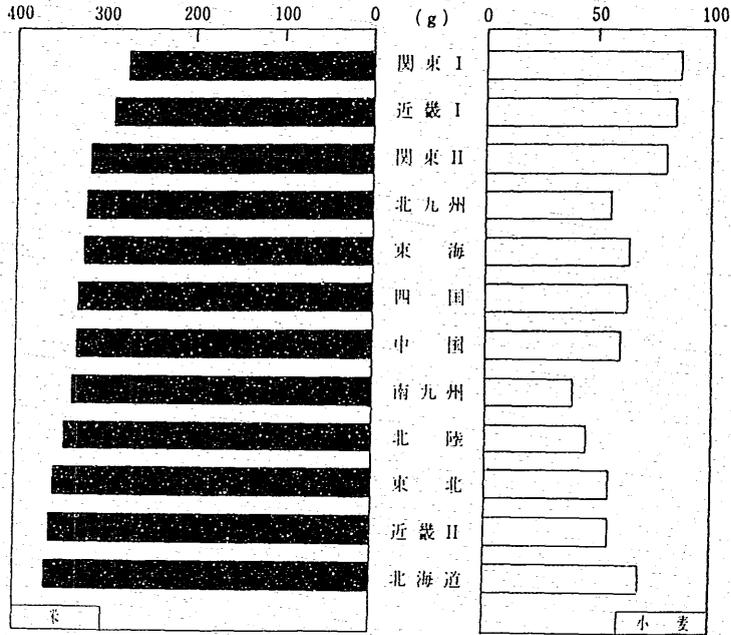
5. 地域ブロック別食品摂取状況

地域ブロック別に食品摂取状況を集計した結果についてみると図-19の(1)~(4)のとおり、小麦、果実、乳・乳製品、獣鳥鯨肉類の摂取にかなりの差がみとめられる。

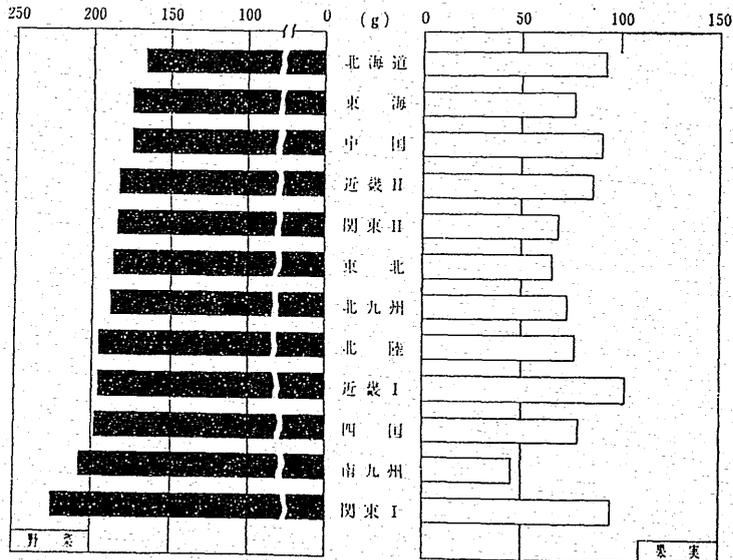
また、一部の食品について再計した結果をみると表-21のとおりである。

図-19 食品群別摂取量の比較(地域ブロック別)

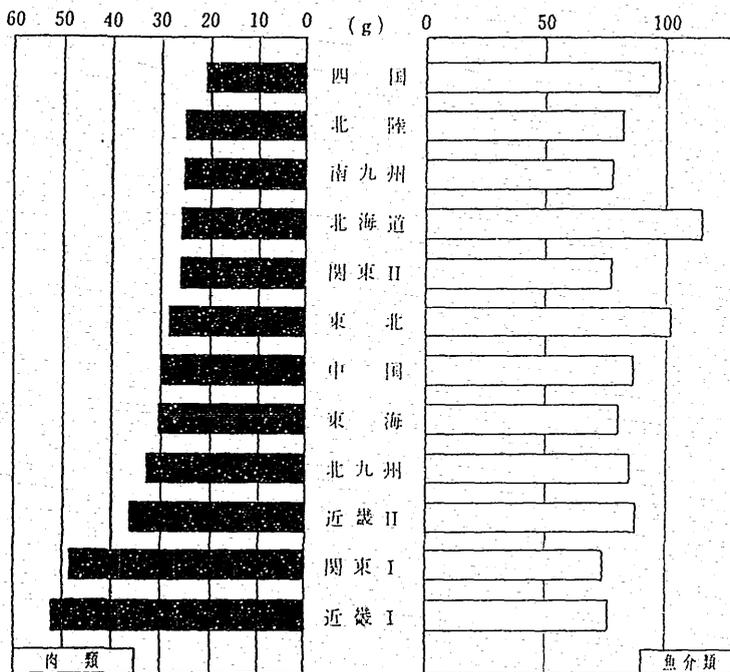
(1) 米, 小麦



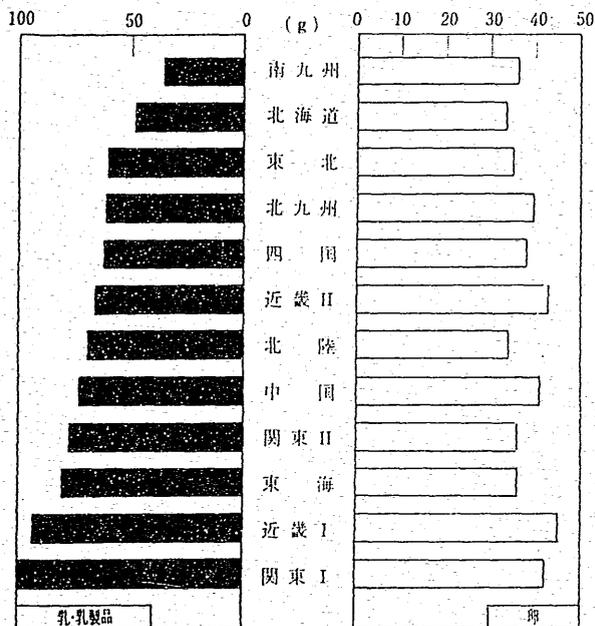
(2) 野菜, 果実



(3) 肉類, 魚介類



(4) 乳・乳製品, 卵



C 食品群別栄養構成 (熱量及び各栄養素の摂取比率)

前項までは、各栄養素とこれを供給する食品摂取量について記述してきたが、この両者を組合わせて熱量および各栄養素がいかなる食品によって摂取されているか、その構成内容を検討してみよう。