

る。でん粉性の食品は、全般的に減少しており、米類は15%減、大麦・雑穀等は90%減、いも類も25%減となっている。このような食品摂取内容の変化を栄養摂取量との関連でみると、熱量については、10年前には、その71%が穀類で占められていたが、昭和46年には55%に減少するなど従来の穀類に偏った食生活から次第に抜け出している状況がうかがえる。

しかしながら昭和45年に栄養審議会が答申した昭和50年を目途とした食糧構成基準と比較すると、乳類は55%、緑黄色野菜は30%下回っている（図—4）。このことがすでに述べたようにカルシウム、ビタミンAの摂取量が基準をかなり下回る主な原因となっていると考えられる。

表—3 食品群別摂取量の年次推移

(全国1人1日当たり) 単位= g

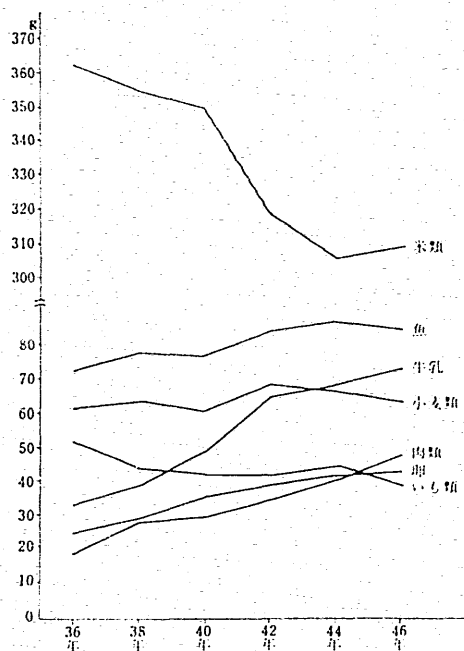
食 品 群		摂 取 量			変 動 指 数	
		36年度 (A)	40年度 (B)	46年度 (C)	C/A × 100	C/B × 100
穀 類	米 類	362.5	349.8	308.4	85.1	88.2
	小 麦 類	61.4	60.4	63.3	103.1	104.8
	その他の穀類	26.3	8.3	3.0	11.4	36.1
い も 類		51.6	41.9	38.8	75.2	92.6
砂 糖 類		13.6	17.9	19.9	146.3	111.2
菓 子 類		22.4	31.6	37.1	165.6	117.4
油 脂 類		6.7	10.2	17.3	258.2	169.6
豆 類	大豆, 大豆製品	61.3	64.3	67.0	109.3	104.2
	その他の豆類	5.7	5.3	4.2	73.7	79.2
緑 黄 色 野 菜		41.8	49.0	48.8	116.7	99.6
その他の野菜, 茸類		157.1	170.4	219.8	139.9	129.9
果 実 類		46.4	58.8	110.5	238.1	187.9
海 草 類		5.0	6.1	6.8	136.0	111.5
調味嗜好飲料		60.3	87.8	140.2	232.5	159.7
魚 介 類		72.1	76.3	84.2	116.8	110.4
肉 類		18.9	29.5	47.0	248.7	159.3
卵 類		24.5	35.2	43.0	175.5	122.2
牛 乳		33.0	48.8	72.6	220.0	148.8
乳 製 品		5.7	8.6	13.6	238.6	158.1

3. 農家・非農家別にみた食生活

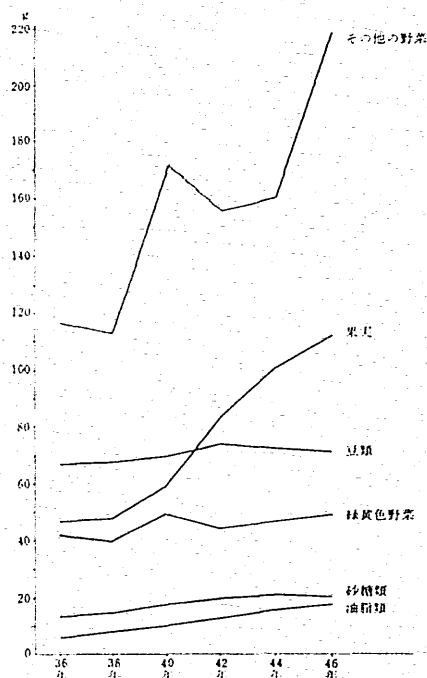
農家世帯は、非農家世帯にくらべて熱量摂取についてはほとんど差がないが、動物性たん白質、脂肪、カルシウム、ビタミン類の摂取量が10~20%下回るなど栄養的にかなり劣っている（表—4）。

食品摂取の内容についてみると、農家世帯は非農家世帯にくらべて下回るものとしては、肉、乳、小麦粉製品、果実、油脂類で20%から、なかには50%も下回るものもあり、上回るものとしては、米、豆類などである（表—5）。農家世帯の食生活は従来は熱量の摂取量が、かなり非農家世帯を上回っていたものであるが近年は非農家で熱量摂取量の伸びは農家のそれを上まわっており非農家世帯の熱量摂取量は農家世帯と同水準となった。動物性たん白質、脂肪、カルシウム等の栄養素の面では、年々増加、改善の傾

図一 3 (1)食品群別摂取量の年次推移

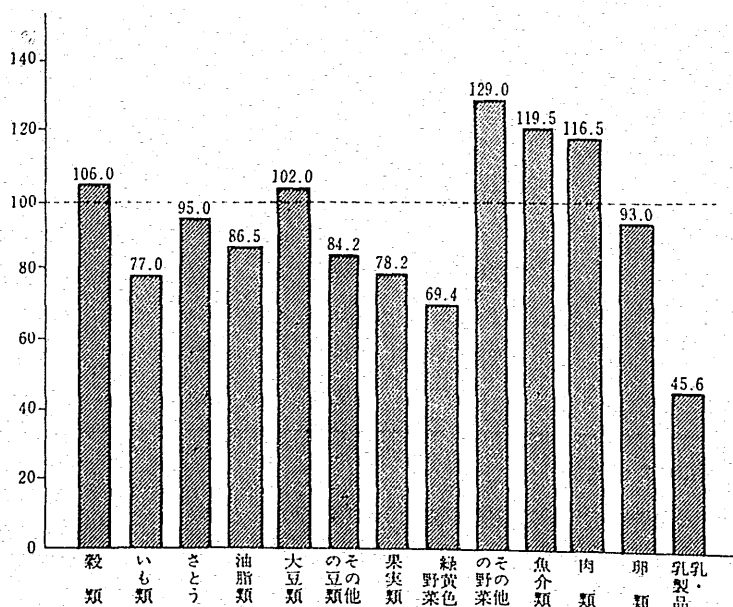


図一 3 (2)食品群別摂取量の年次推移



図一 4 昭和50年を目途とした食糧構成基準と昭和46年度摂取量との比較

(食糧構成基準=100)



向にあるとはいえ、いまなおかなりの格差の認められるところである。

表一4 栄養摂取量の農家世帯・非農家世帯の比較

(1人1日当り)

			農 家 世 帯		非 農 家 世 帯	
			36年度	46年度	36年度	46年度
熱 量	Cal		2,194	2,285	2,042	2,290
たん白質	総 量 g		68.8	75.5	70.8	79.5
	動物性 g		20.5	30.3	28.6	36.4
	植物性 g		48.3	45.2	42.2	43.1
脂 肪	g		21.8	41.4	28.6	51.4
炭 水 化 物	g		431.2	394.3	375.5	371.6
カルシウム	mg		401	492	405	535
鉄	mg		13	13	13	14
ビタミ ン	A I.U.		1,121	1,288	1,330	1,521
	B ₁ mg		1.01	0.87	1.08	1.12
	B ₂ mg		0.77	0.83	0.81	0.93
	C mg		69	96	76	112
穀類カロリー比 %			—	59.8	—	53.2
動物性たん白比 %			29.8	40.1	40.4	45.5

表一5 食品摂取量の農家世帯・非農家世帯の比較

(1人1日当り) 単位=g

食 品 群			農 家 世 帯		非 農 家 世 帯	
			36年度	46年度	36年度	46年度
穀 類	米 類		399.6	351.4	339.5	292.9
	小 麦 類		47.3	43.2	71.8	70.5
	そ の 他 穀 類		41.7	3.5	13.9	2.9
い も	類		56.6	38.5	46.3	39.0
砂 糖	類		13.7	19.4	13.7	20.0
菓 子	類		18.5	36.6	25.2	37.4
油 脂	類		5.0	14.8	7.9	18.3
豆 類	大豆, 大豆製品		62.5	71.8	60.4	65.3
	そ の 他 の 豆 類		6.1	4.5	5.3	4.1
緑 黄 色 野 菜			53.0	47.4	33.7	49.7
そ の 他 の 野 菜, 茸	類		151.6	211.3	160.7	223.0
果 実	類		25.0	83.8	62.6	120.3
海 草	類		4.8	7.4	5.1	6.6
調 味・嗜好 飲 料			55.2	113.0	63.8	149.8
魚 介	類		64.1	84.8	76.3	84.2
肉	類		7.8	30.9	27.1	52.8
卵	類		17.2	38.3	29.9	44.7
牛 乳	乳 品		28.7	53.5	37.1	79.5
乳 製 品			3.3	9.4	7.4	15.2

4. 職業別にみた食生活

農家、非農家世帯を世帯の最多収入者の職業によって細分して比較してみると、常用勤労者世帯では、動物性たん白質、脂肪、カルシウム、ビタミン類などが他の世帯よりも多く内容的にすぐれているが、専業農家と日雇世帯は全般的に他の世帯群よりも下回っている（第77表）。