

表一四 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

表一五 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）。

食品の摂取内容についてみると、常用勤労者世帯は、穀類摂取量は少ないが、動物性食品、油脂類の摂取が多く、日雇世帯とくらべると乳類は約2倍、果実類、油脂類も約50%増となっている（第81表）。

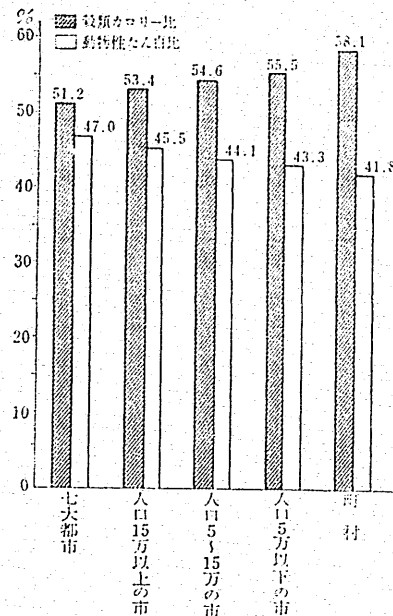
このように常用勤労者の世帯の食生活は全般的にすぐれているが専業農家や日雇労働の世帯の食生活内容はかなり下回っていることから栄養指導も画一的でなく対象の特性にそって行なうことの必要性がうかがえる。

5. 都市・町村別にみた食生活

都市の規模別（7大都市、人口15万以上の市、人口5～15万の市、人口万5未満の市）および町村の別に栄養摂取量をみると、動物性たん白質、脂肪の摂取量は、大都市ほど高くなる傾向がみられる（第79表、図—5）。

食品摂取の面では大都市ほど米類の摂取が段階的に減少していくのに対し、果実類、嗜好品類、畜産食品の摂取量は段階的に増加するなど都市化の進展とともに食生活が変化していくことがうかがえる（第83表）。

図—5 穀類カロリー比・動物性たん白比の市郡別比較（46年度）



6. 支出階層別にみた食生活

全国の世帯を1人1ヵ月当りの家計上の現金支出額により4階層に分けて栄養摂取状況をみると、すべての栄養素が支出水準の上昇に比例して増している（第78表）。

食品摂取の内容についてみると、支出が増加するにつれて米類が減少し、油脂類、野菜類、果実類、動物性食品が増加するなど、家計上の支出額と栄養摂取とは極めて密接な関係にあることがうかがえる。

7. 外食の状況

外食の状況について昭和46年度に調査した結果は、次のようであった。

(1) 外食の頻度

全国平均で朝、昼、夕別に外食状況をみると、5日間調査を行なったうち1回でも外食したことのある者の全体に占める割合は朝6%、昼50%、夕20%で昼に外食しているものの割合が高くなっている（第111表）。

外食の最も多かった昼の50%について内訳をみると昼、毎日外食している者は12%、2～4回の外