表4　支出階層別食品摂取量

（金額は1人1か月当たり支出額）単位：g

食品群		10,000円未満	10,000円～14,999円	15,000円～19,999円	20,000円以上
穀類	米類	309.1	283.8	270.6	257.9
	小麦類	68.8	79.5	89.5	97.3
	その他	1.8	1.6	1.9	2.0
いも類		57.2	52.5	51.2	48.8
さとう類		11.7	12.4	12.1	12.7
菓子類		30.6	32.4	32.6	30.2
油脂類		10.7	11.3	13.0	15.9
豆類	大豆・大豆製品	62.5	61.6	59.2	60.5
	その他の豆類	3.3	3.8	2.8	2.5
緑黄色野菜		84.5	84.0	83.8	79.0
その他の野菜・茸類		214.7	212.3	207.1	210.1
果実類		155.8	172.6	184.3	192.6
海草類		4.2	4.4	4.6	4.6
調味嗜好飲料		95.9	105.8	112.9	123.4
魚介類		101.0	97.4	94.3	95.5
肉類		54.8	64.0	73.0	80.7
卵類		32.9	37.8	41.5	43.7
牛乳		70.1	81.3	94.0	94.0
乳製品		3.0	3.9	4.8	5.5

4. 外食の状況

(1)　3日間調査のうち，外食を1回以上した者は朝5.0%，昼49.1%，夕15.6%を占めており昼の外食率が高い。外食頻度の高い昼食について内訳をみると3日間とも外食した者は27.6%であった。47年度と比較すると，朝，昼，夕ともに増加傾向がうかがえる（図4）。

図4　3日間の朝昼夕別外食状況

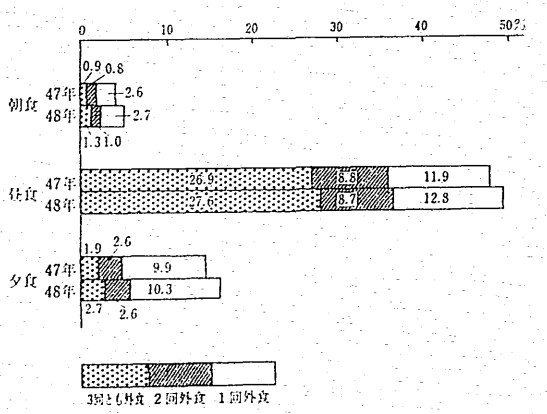
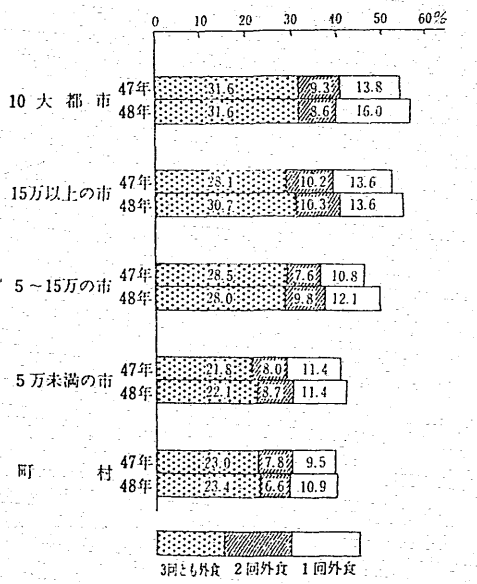


図5　都市町村別昼食の外食状況



(2)　また，外食率は，都会地ほど高く，3日間とも昼を外食した者は人口5万未満の市及び町村では22～23%であるのに対し10大都市では31.6

%となっている。47年度と比較すると，いずれも増加傾向がうかがえる（図5）。

(3) 外食の内容をみると全国平均でも，都市町村別にみても和食の占める割合が多い。そば，うどん類，パン類を主とした外食も約40%もみられる（表5）。

表5　都市町村別にみた外食（昼）内容構成比　（%）

	総数	そば，うどん類	パン類	和食	洋食
全国平均	100	30.1	9.7	41.6	18.7
10大都市	100	31.1	9.3	36.1	23.6
15万以上の市	100	30.9	9.0	41.0	19.2
5～15万の市	100	31.2	10.1	40.8	18.0
5万未満の市	100	33.1	13.0	41.3	12.6
町村	100	25.6	10.0	51.3	13.2

5. 欠食の状況

(1) 3日間調査のうち1回でも欠食した者は，朝食では14.4%，昼食8.9%，夕食で6.6%で朝の欠食が最も多い。又3日間毎朝欠食した者は7.1%に及んでいる。47年度と比較すると，朝，昼，夕とも欠食者の増加が著しい。例えば3日間毎朝欠食した者は47年度の3.1%に対し48年度は7.1%にも及んでいる（表6）。

表6　朝昼夕別にみた欠食状況

	47年11月		48年11月	
朝	10.2%	1回欠食 5.2% 2回欠食 1.9% 3回欠食 3.1%	14.3%	1回欠食 5.1% 2回欠食 2.2% 3回欠食 7.1%
昼	5.6%	1回欠食 3.4% 2回欠食 0.9% 3回欠食 1.3%	8.9%	1回欠食 3.3% 2回欠食 1.0% 3回欠食 4.6%
夕	3.1%	1回欠食 1.9% 2回欠食 0.4% 3回欠食 0.7%	6.6%	1回欠食 2.1% 2回欠食 0.4% 3回欠食 4.1%

(2) 都市町村別にみると大都市ほど欠食率は高い傾向がみられる。48年度でみると3日間毎朝欠食した者は10大都市で8.3%，15万以上の市で7.7%，5～15万の市7.3%，5万未満の市4.6%，町村で6.5%で，5万未満の市の欠食率が低い傾向がみられる。昭和47年度に比べると欠食率は全般に増加している（図6）。

6. 皮下脂肪厚でみた肥満傾向

(1) 成人層の肥満傾向を調査するため皮下脂肪厚（上腕背部＋肩胛骨下部）の測定を行った。男子の場合肥満（皮下脂肪厚40㎜以上）のものは，20歳代13.1%，30歳代14.1%，40歳代14.7%，50歳代13.6%であり，著しい肥満（皮下脂肪厚50㎜以上）のものは，各年齢層について4～6%程度で年代による差は比較的少ない（図7）。