

結 果 の 概 要

1. 栄 養 摂 取 量

国民1人1日当たりの栄養摂取量を昭和48年と比較すると、ビタミンCを除いて各種の栄養摂取量は低下している(表1)。

表1 栄養摂取量の年次推移

(1人1日当たり)

			栄 養 摂 取 量			昭和50年を 目途とした 栄養基準量	変 動 指 数 ($\frac{49年}{48年} \times 100$)	
			昭和47年11月	昭和48年11月	昭和49年11月			
熱	量	Cal	2,279	2,273	2,187	2,150	95.8	
た	ん	白 質 g	82.9	84.1	78.7	70	93.6	
(う ち 動 物 性 た ん 白 質 g)			40.4	41.9	37.9		90.5	
脂		肪 g	50.1	52.2	51.6	48	98.9	
(う ち 動 物 性 脂 肪 g)			27.0	29.0	26.9		92.8	
炭	水	化 物 g	359	351	339		96.6	
カ	ル	シ ウ ム mg	549	551	540	610	98.0	
	鉄	mg	13.9	14.1	13.3	11	94.3	
ビ	タ	ミ ン {	A IU	2,067	2,043	1,673	2,000	81.9
			B ₁ mg	1.19	1.22	1.08	1.0	88.5
			B ₂ mg	0.98	0.98	0.94	1.1	95.9
			C mg	115	117	120	50	102.6
穀 類 カ ロ リ ー 比 %			51.7	51.2	50.5			
動 物 性 た ん 白 質 比 %			48.7	49.8	48.2			

注) 1. 穀類カロリー比=穀類カロリー/総カロリー×100

2. 動物性たん白質比=動物性たん白質/総たん白質×100

2. 食 品 群 別 摂 取 量

国民1人1日当たりの食品群別摂取量を昭和48年と比較すると、いも類、さとう類、油脂類などが増加しているが、米類、菓子類、緑黄色野菜、魚介類、肉類が減少している(表2)。

3. 支 出 階 層 別 に み た 食 生 活

(1) 世帯における1人1か月当たりの家計上の現金支出額によって栄養摂取状況をみると、たん白質、脂肪は支出額の増加につれて増える傾向を示し、支出額の少ない程穀類カロリー比は高く、動物性たん白質比は低い(表3)。