

- (2) 食品群別摂取状況をみると、支出額が多くなるにつれて、米類の摂取量が減少し、小麦類、油脂類、調味嗜好飲料、果実類、畜産食品が増加する傾向がある（図1、表4）。

表4 支出階層別食品群別摂取量

(金額は1人1ヵ月当たり現金支出額、食品群別摂取量は1人1日当たり 単位=g)

	10,000円未満	10,000～19,999円	20,000～29,999円	30,000～39,999円	40,000円以上
穀類 { 米類	274.8	265.8	249.0	243.0	242.8
穀類 { 小麦類	73.7	81.8	90.8	96.1	97.3
穀類 { 大麦・雑穀	0.9	1.7	1.5	1.7	1.7
いも類	62.0	64.1	61.6	61.7	58.5
さとう類	13.8	14.6	14.8	15.7	16.2
菜子類	22.3	26.8	29.9	28.6	26.0
油脂類	13.3	13.8	15.6	17.7	20.4
豆類 { 大豆・大豆製品	61.0	64.5	63.2	65.7	65.1
豆類 { その他の豆類	2.3	3.5	2.4	3.2	2.7
緑黄色野菜	51.5	49.9	50.3	52.9	60.1
その他の野菜・茸類	206.4	202.5	195.9	205.0	222.0
果実類	147.0	162.3	184.6	198.5	208.1
海藻類	4.6	4.4	4.7	4.9	5.4
調味嗜好飲料	88.8	91.5	115.2	128.3	138.2
魚介類	91.7	86.2	91.4	90.8	99.9
肉類	47.0	50.9	60.2	71.7	81.7
卵類	34.1	36.4	40.1	44.7	47.2
牛乳	72.2	83.7	94.9	96.0	94.9
乳製品	3.8	3.9	5.2	6.8	6.4

図1 支出階層別食品摂取傾向

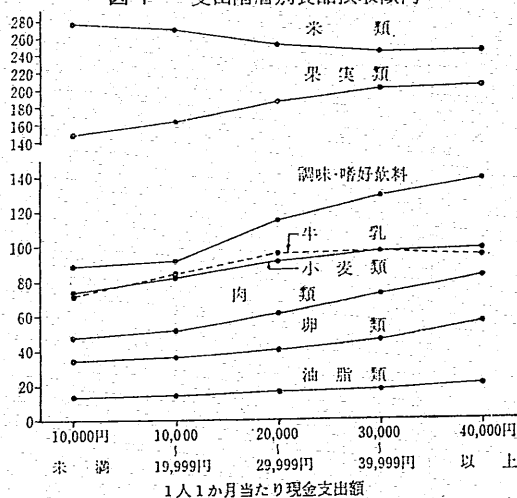
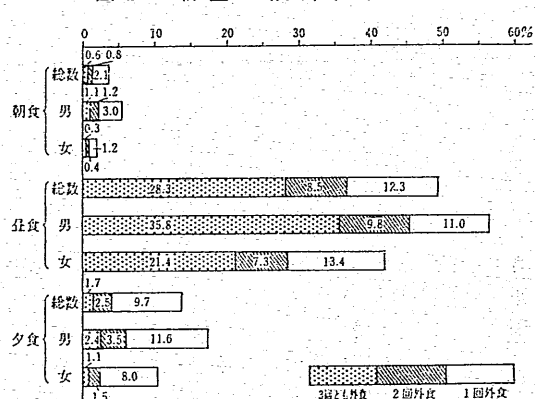


図2 朝昼夕別外食状況



4. 地域特性別にみた食生活

- (1) 地域特性別に栄養摂取状況をみると、農業地域は他の地域に比して、熱量、炭水化物の摂取量は多いが、動物性たん白質、脂肪の摂取量は少ない（表5）。
- (2) 食品群別摂取状況をみると、住宅地域、商業地域では油脂類、調味嗜好飲料、畜産食品の摂取量が多く、農業地域では米類、いも類、その他の野菜類の摂取量が多い（表6）。

表 5 地 域 特 性 別 栄 養 摂 取 量

(1 人 1 日 当 た り)

	住 宅 地 域	商 業 地 域	農 業 地 域	その他の地域
熱 量 Cal	2,142	2,150	2,261	2,197
たん 白 質 g	78.8	78.3	79.0	80.2
(うち動物性たん白質 g)	39.8	38.0	35.5	38.6
脂 肪 g	54.3	50.3	48.2	48.8
炭 水 化 物 g	323	333	364	347
カルシウム mg	541	533	543	543
鉄 mg	13.3	13.4	13.7	13.2
ビ タ ミ ン	A IU	1,731	1,614	1,613
	B ₁ mg	1.09	1.20	1.10
	B ₂ mg	1.01	0.96	0.98
	C mg	119	112	122
穀 類 カ ロ リ ー 比 %	48.4	50.6	53.2	51.7
動 物 性 た ん 白 質 比 %	50.5	48.5	44.9	48.1

注) 住宅地域: 専用住宅がおおむね 4 割以上の地域

商業地域: 小売業あるいは卸売業を営む商店や飲食店、理髪店、パチンコ店、医師、弁護士事務所などがおおむね 3 割以上の地域

農業地域: 農家がおおむね 3 割以上の地域

その他の地域: 上記以外の地域

表 6 地 域 特 性 別 食 品 群 別 摂 取 量

(1 人 1 日 当 た り 単 位 = g)

	住 宅 地 域	商 業 地 域	農 業 地 域	その他の地域
穀 類	米 類	227.3	245.5	289.9
	小 麦 類	99.4	96.7	73.7
	大 麦・雑 穀	1.7	1.9	1.4
い さ も	類	57.6	56.5	69.5
と う	類	14.8	13.6	15.8
菓 子	類	27.2	27.8	28.7
油 脂	類	17.5	15.5	14.9
豆 類	大豆・大豆製品	60.9	64.4	69.2
	その他の豆類	2.6	2.8	3.2
緑 黄 色 野 菜	類	53.0	48.1	52.8
そ の 他 の 野 菜 ・ 茸	類	194.9	197.6	219.3
果 実	類	189.5	175.8	175.5
海 草	類	4.5	4.9	5.0
調 味 嗜 好 飲 料	類	122.6	127.8	100.9
魚 介	類	87.8	91.6	93.0
肉	類	70.9	63.9	52.8
卵	類	43.2	40.2	38.5
牛 乳	乳 品	99.1	91.7	78.6
乳 製 品	品	6.3	5.0	3.9