

結 果 の 概 要

1. 食品群別摂取量の年次推移

国民1人1日当たりの食品群別摂取量を年次推移でみると表1のとおりである。特に顕著な減少を示したものに大麦・雑穀があるが、食生活に大きな影響を与える米類は昭和30年調査を100として51年調査をみると69.3と30%強の減少をみた。また、これらを41年調査と比較すると近年における低下率が大きいことを示している。一方、30年調査と比較して51年調査で大きく増加したものとしては、乳・乳製品の8.5倍、肉類の5.3倍、卵類の4.6倍、油脂類の4.4倍がある(表1)。

表1 食品群別摂取量の年次推移

	摂 取 量 (1人1日当たり:g)					指数(昭和30年=100)	
	30年11月	41年11月	49年11月	50年11月	51年11月	41年11月	51年11月
米 類	350.7	334.7	252.3	248.3	243.0	95.4	69.3
穀類 小麦類	65.3	69.4	89.8	90.2	91.6	106.3	140.3
大麦・雑穀	62.2	7.8	1.6	1.5	1.7	12.5	2.7
い も 類	132.3	69.1	61.7	60.9	63.3	52.2	47.8
さ と う 類	14.8	14.9	15.1	14.6	14.8	100.7	100.0
菓 子 類	—	24.0	28.0	29.0	27.9	100 ※	116.3※
油 脂 類	3.9	10.8	16.2	15.8	17.0	276.9	435.9
豆 類	67.9	75.6	67.0	70.0	68.5	111.3	100.9
緑黄色野菜	50.9	45.7	52.3	48.2	56.3	89.8	110.6
その他の野菜・茸類	175.2	193.1	204.1	198.5	203.5	110.2	116.2
果 実 類	47.7	120.2	183.6	193.5	170.5	252.0	357.4
海 草 類	3.7	3.9	4.7	4.9	5.5	105.4	148.6
調味嗜好飲料	37.6	64.2	114.2	119.7	113.4	107.7	301.6
魚 介 類	94.8	84.4	91.0	94.0	90.1	89.0	95.0
肉 類	12.2	34.7	62.8	64.2	64.4	284.4	527.9
卵 類	8.7	34.0	41.1	41.5	40.3	390.8	463.2
乳・乳製品	11.8	54.4	96.5	103.6	100.6	461.0	852.5

※印は、41年11月を100とした値

2. 栄養素等摂取量の年次推移

(1) 国民1人1日当たりの栄養素等摂取量についてみると、表2のとおりである。

昭和30年調査を100として51年調査をみると、エネルギーについては横ばい、たん白質は8%増(うち動物性たん白質では1.5倍)、脂肪は2.4倍(うち動物性脂肪では3.2倍)となっているが、炭水化物は22%の減を示している。微量栄養素についてみると、昭和30年調査に対してカルシウムは1.6倍、ビタミンB₂は1.5倍、ビタミンCは1.2倍となっている(表2)。

(2) 栄養素等摂取量を調査対象の平均栄養所要量*に対する比率で見ると、エネルギー、たんぱく質、鉄、ビタミンB₁、ビタミンCは100%を超え、カルシウム、ビタミンA、B₂は90~98%程度である(図1)。

* 調査対象の平均栄養所要量とは、性、年齢、労作、妊婦・授乳婦別を考慮した平均1人1日当たりの栄養所要量をいう。

図1 栄養素等摂取量と調査対象の平均栄養所要量の比較 (調査対象の平均栄養所要量=100)

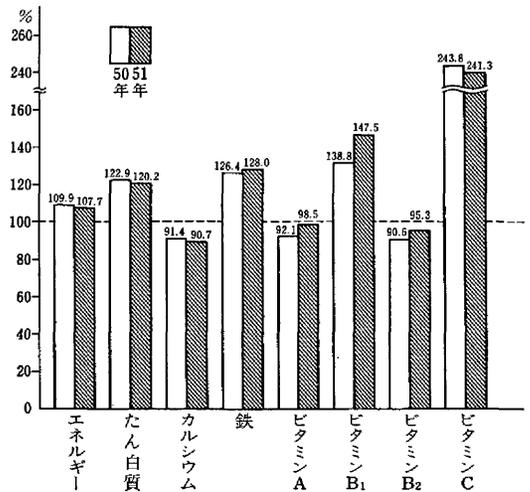


図1の付表 全調査対象の平均栄養所要量

(1人1日当たり)

	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC
	kcal	g	mg	mg	IU	mg	mg	mg
50年	1,991	65.1	602	10.6	1,739	0.80	1.06	48
51年	2,005	65.4	604	10.7	1,749	0.80	1.07	48

表2 栄養素等摂取量の年次推移

		摂取量(1人1日当たり)					指数(昭和30年=100)		
		30年11月	41年11月	49年11月	50年11月	51年11月	41年11月	51年11月	
エネルギー	kcal	2,179	2,193	2,187	2,188	2,159	100.6	99.1	
たんぱく質	g	72.6	74.8	78.7	80.0	78.7	103.0	108.4	
うち動物性	g	25.0	29.3	37.9	38.9	38.1	117.2	152.4	
脂	g	21.4	39.7	51.6	52.0	52.4	185.5	244.9	
うち動物性	g	8.4	17.8	26.9	27.4	27.0	211.9	321.4	
炭水化物	g	425	380	339	337	332	89.4	78.1	
カルシウム	mg	349	499	540	550	548	143.0	157.0	
鉄	mg	14	—	13.3	13.4	13.7	—	97.9	
ビタミン	A	IU	1,681	1,600	1,673	1,602	1,724	95.2	102.6
	B ₁	mg	1.20	1.03	1.08	1.11	1.18	85.8	98.3
	B ₂	mg	0.68	0.90	0.94	0.96	1.02	132.4	150.0
	C	mg	96	118	120	117	117	122.9	121.9
穀類エネルギー比	%	72.4	61.8	50.5	49.8	49.6			
動物性たんぱく質比	%	34.4	39.2	48.2	48.6	48.4			

3. 世帯業態別にみた食生活

(1) 食品群別摂取量を世帯業態別にみると、非農家世帯は農家世帯に比べて、米類、いも類が少なく、小麦類は多い。また魚介類は少ないが肉類、乳・乳製品は多い。(表3)