

次にたん白質については、エネルギーと同様に動物性食品の比率が増加傾向を示しており、54年調査ではたん白質摂取量に占める動物性たん白質の比率は50.2%とはじめて50%を上回る結果となっている。

また、脂肪の摂取量についても動物性食品の摂取比率が植物油の摂取比率の伸びを上回る増加傾向を示しており、54年調査では52.4%となっている。

図 3-1 エネルギーの食品群別摂取構成

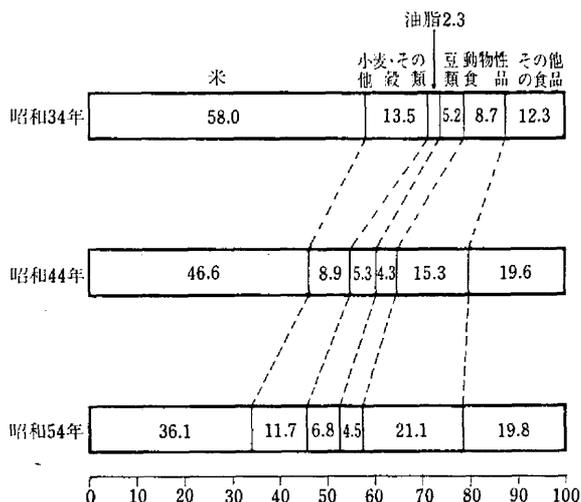


図 3-2 たん白質の食品群別摂取構成

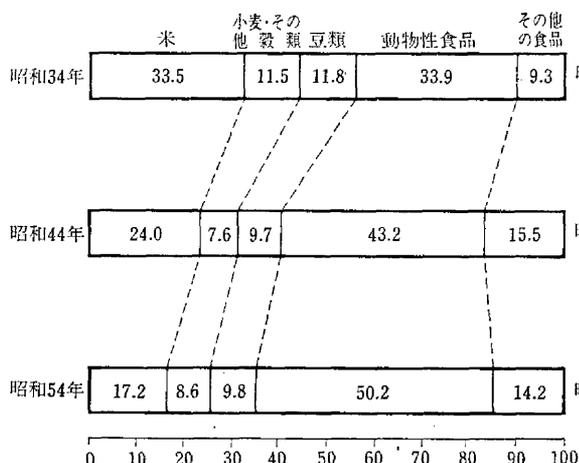
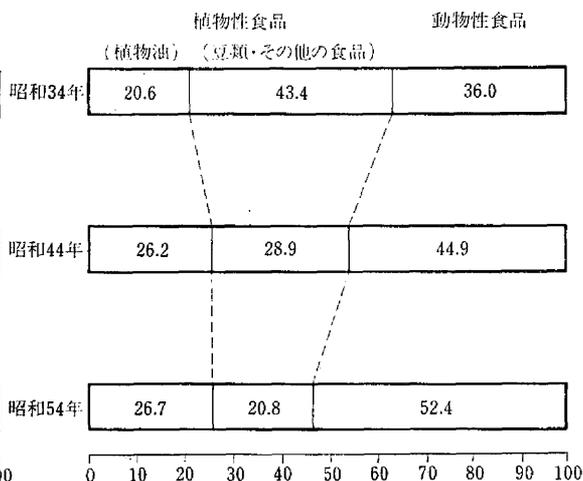


図 3-3 脂肪の食品群別摂取構成



2. 食品の摂取状況

昭和54年調査における国民の全国平均1人1日当たり食品群別摂取量は表2のとおりである。前年に比べて小麦類、豆類、肉類、乳・乳製品はわずかながら増加しているが、米、緑黄色野菜、果実類は減少を示した。

各食品群について、年次推移をみると図4のとおり、穀類では小麦類はわずかながら増加傾向にあるが、米はいぜん減少傾向がつづいている。次にその他の野菜、豆類、魚介類及び卵類は横ばいであるが、肉類と乳・乳製品はわずかながら増加傾向にある。

図 4 食品群別摂取量の年次推移（1人1日当たり）

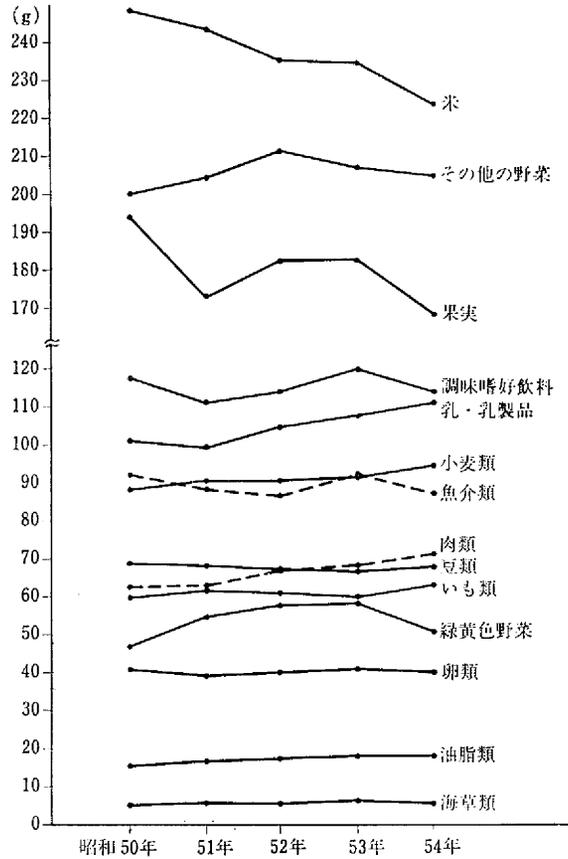


表 2 食品群別摂取量の年次推移（全国平均1人1日当たり：g）

食品群別	年次	昭和50年11月	昭和51年11月	昭和52年11月	昭和53年11月	昭和54年11月
穀類	米類	248.3	243.0	234.5	233.7	222.9
	小麦類	90.2	91.6	92.4	93.3	96.3
いも類		60.9	63.3	61.9	60.8	63.9
油脂類		15.8	17.0	17.7	18.3	18.0
豆類		70.0	68.5	67.7	67.6	69.4
緑黄色野菜		48.2	56.3	59.3	59.5	51.0
その他の野菜		198.5	203.5	210.9	206.4	204.4
果実類		193.5	170.5	180.9	181.3	166.5
海藻類		4.9	5.5	5.0	5.6	5.3
調味嗜好飲料		119.7	113.4	116.4	122.4	115.6
魚介類		94.0	90.1	88.5	92.8	88.8
肉類		64.2	64.4	68.4	69.2	71.7
卵類		41.5	40.3	40.8	41.6	41.1
乳・乳製品		103.6	100.6	106.8	109.9	112.9