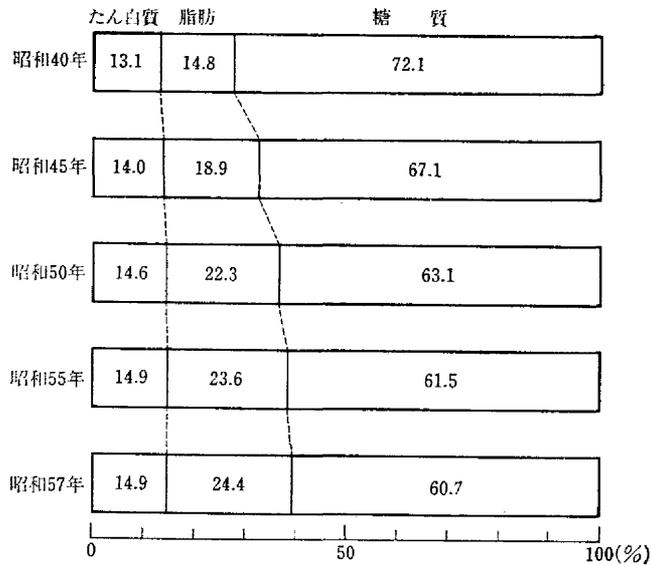


ど健康上の観点から好ましいことではなく、今から注意をはらっていく必要がある。

図 2-3 エネルギーの栄養素別摂取構成比 (%)



2. 食品の摂取状況

昭和57年の調査における国民の全国平均1人1日当たりの食品の摂取状況は表2のとおりである。

前年に比べて各食品群とも目立つほどの増減はみられないが年次推移をみた場合には、図3のとおり米の摂取量がいぜん減少傾向を示しているのに対し、乳・乳製品のみが増加傾向を示している。

表 2 主要食品群別摂取量の年次推移 (全国平均1人1日当たり)

	昭和40年	昭和45年	昭和50年	昭和55年	昭和56年	昭和57年
穀類	349.8 g	306.1 g	248.3 g	225.8 g	221.8 g	218.2 g
米類	60.4	64.8	90.2	91.8	96.5	95.9
小麦類	41.9	37.8	60.9	63.4	61.1	61.0
油脂類	10.2	15.6	15.8	16.9	18.1	18.3
豆類	69.6	71.2	70.0	65.4	66.2	67.2
緑黄色野菜	49.0	50.2	48.2	51.0	58.3	58.7
その他野菜	170.4	199.1	198.5	200.4	203.5	201.1
果実類	58.8	81.0	193.5	155.2	154.6	159.7
海藻類	6.1	6.9	4.9	5.1	4.7	5.0
調味嗜好飲料	87.8	126.7	119.7	109.4	108.7	114.6
魚介類	76.3	87.4	94.0	92.5	92.0	90.2
肉類	29.5	42.5	64.2	67.9	72.4	70.8
卵類	35.2	41.2	41.5	37.7	39.5	40.0
乳・乳製品	57.4	78.8	103.6	115.2	116.4	124.2

また、動物性食品のうち、昭和40年代の10年間に約2.2倍と大幅な増加をみた肉類の摂取量は、昭和50年以降その伸びが鈍化し、57年の摂取量は50年に比べて約10.3%の増加にとどまり、さらに最近数年間はほとんど停滞を示すなど、ほぼ頭打ちの傾向がみられる。

図 3 主要食品群別摂取量の年次推移 (1人1日当たり)

