

表2 食品群別摂取量の年次推移

(国民1人1日当たり：g)

	昭和50年	55年	60年	平成2年	3年	4年	4年/3年 ×100	
穀類	米類	248.3	225.8	216.1	197.9	198.9	197.3	99.2
	小麦類	90.2	91.8	91.3	84.8	87.2	85.3	97.8
いも類	60.9	63.4	63.2	65.3	68.8	65.0	94.5	
油脂類	15.8	16.9	17.7	17.6	17.4	18.0	103.4	
豆類	70.0	65.4	66.6	68.5	68.6	67.5	98.4	
緑黄色野菜	48.2	51.0	73.9	77.2	73.2	80.9	110.5	
その他の野菜*	198.5	200.4	187.8	173.1	176.0	187.7	106.6	
果実類	193.5	155.2	140.6	124.8	112.4	126.1	112.2	
海藻類	4.9	5.1	5.6	6.1	6.1	5.6	91.8	
砂糖類	14.6	12.0	11.2	10.6	10.3	10.6	102.9	
調味嗜好飲料	119.7	109.4	113.4	137.4	144.1	146.8	101.9	
うち酒類	42.7	49.8	52.5	61.1	65.7	68.9	104.9	
菓子類	29.0	25.0	22.8	20.3	21.5	20.9	97.2	
魚介類	94.0	92.5	90.0	95.3	96.8	96.8	100.0	
肉類	64.2	67.9	71.7	71.2	76.4	75.1	98.3	
卵類	41.5	37.7	40.3	42.3	42.7	43.3	101.4	
乳・乳製品	103.5	115.2	116.7	130.1	128.7	129.0	100.2	

*ここでは、きのこを含むのでp.69とは合致しない。

2. 食品の摂取状況

—米類は減少から横ばい、果実類はやや持ち直しの傾向—

平成4年調査における全国平均1人1日当たり食品群別摂取状況は表2のとおり、前年に比べて魚介類は同値、果実類、緑黄色野菜、その他の野菜、油脂類、砂糖類、卵類、乳・乳製品及び調味嗜好飲料は増加しているが、その他の食品類は減少している。また、昭和50年以降の年次推移について特に増減の大きいものをみると図15のとおり、緑黄色野菜及び乳・乳製品等が増加を示す一方、米類、果実類及びその他の野菜は依然として減少の状況にあるが、わずかに持ち直しの傾向がみられる。

なお、卵類、魚介類、小麦類等は比較的变化が少なく、安定した摂取となっている。

(1) 植物性食品摂取量の推移

植物性食品の摂取量の年次推移をみると図16のとおりである。米類の摂取量は、昭和40年には350gと、ご飯にして約7杯分の摂取であったが、平成4年には約200gと、約4杯分の摂取にまで減少しているものの、摂取量の減少傾向は滞ってきている。

いも類の摂取量は、昭和40年代において多少増減がみられるが、昭和50年ごろからは60～70g程度、小麦類の摂取量は、昭和40年代前半までは一貫して70g前後を保ち、後半からは90～95g、豆類の摂取量は、昭和40年以降65～70gとほぼ安定した摂取傾向を示している。

野菜類、果実類については、経済変動、季節変動等に大きく影響されやすいので増減が激しいが、

図 15 摂取量変化の大きい食品群の年次推移 (昭和50年=100)

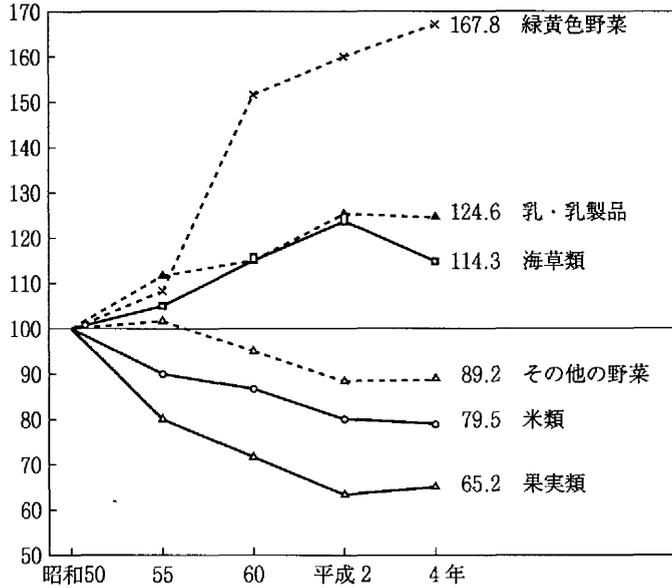
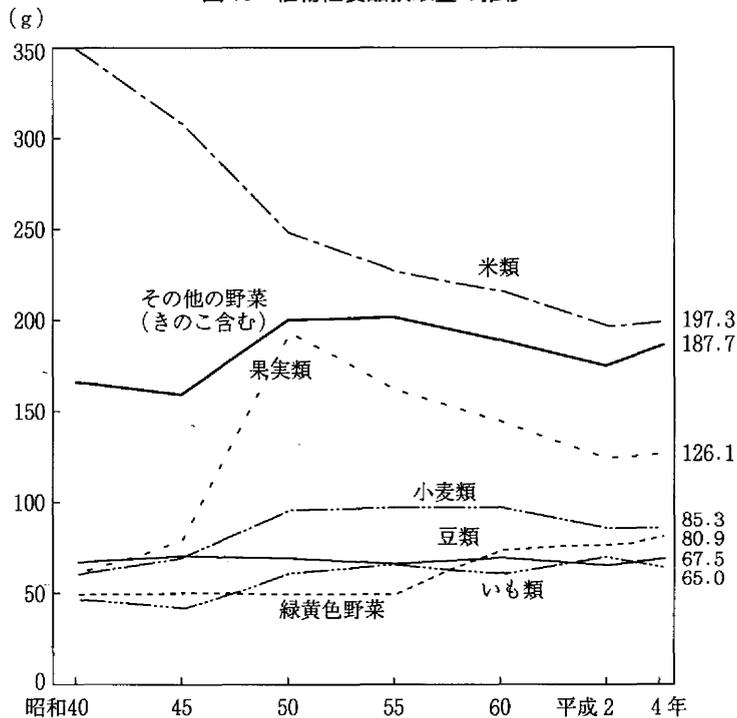


図 16 植物性食品摂取量の推移



緑黄色野菜は昭和50年以降漸増の傾向があり、逆にその他の野菜は漸減の傾向がみられる。

(2) 動物性食品摂取量の推移

動物性食品の摂取量の年次推移をみると図17のとおりである。どの食品群においても昭和40年代においては漸増の傾向がみられたが、昭和50年代においては魚介類が90~95g、卵類が40g前後と

図 17 動物性食品摂取量の推移

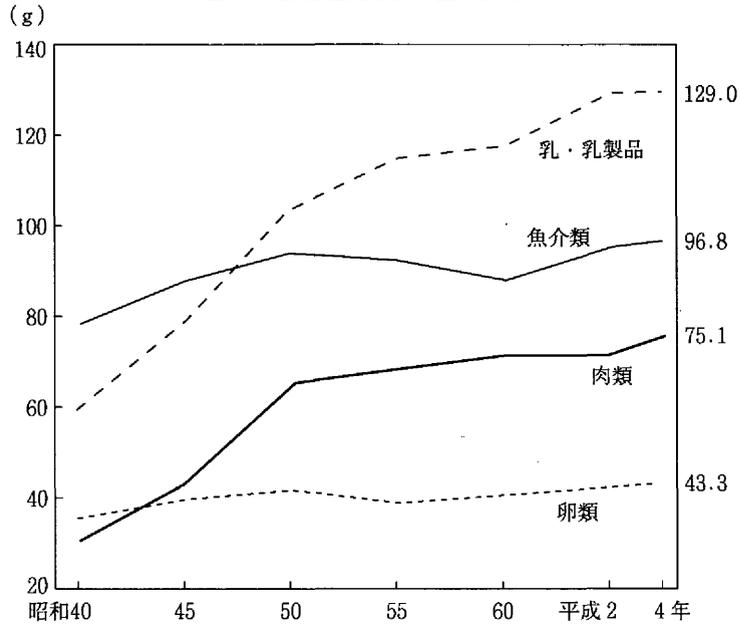
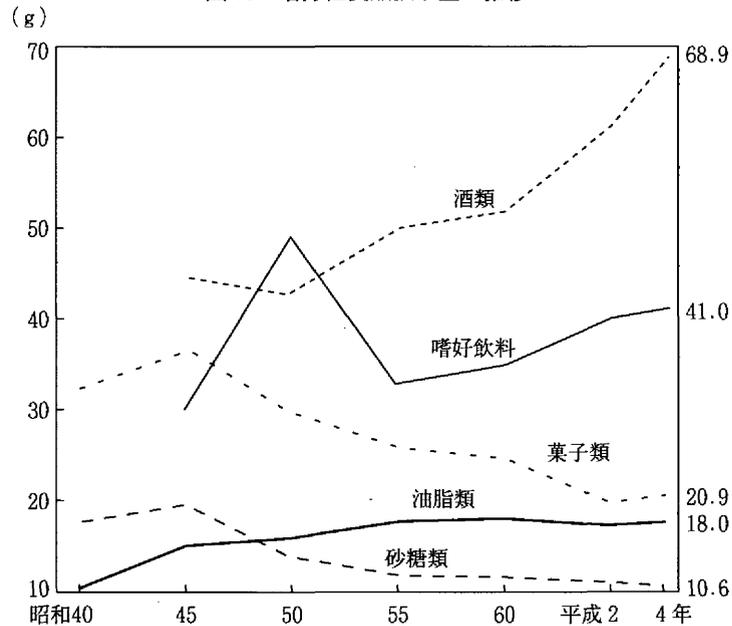


図 18 嗜好性食品摂取量の推移



安定し、肉類においてもわずかに増加の傾向がみえるものの、伸びは昭和40年代と比べかなり小さく、乳・乳製品においてもここ数年増減がみられるなど、伸びが小さく安定化の傾向がみられる。

(3) 嗜好性食品摂取量の推移

嗜好性食品の摂取量の年次推移をみると図18のとおりである。砂糖類が漸減の傾向があるのに対し、油脂類、酒類は増加の傾向がうかがわれる。