

# 高度経済成長下における食生活の変化 (I)

松 田 延 一

## The Changes of Food Consumption under the High Economic Growth Rate. (I)

Nobukazu MATSUDA

### 第1部 食生活の変化と問題序説

#### 1. 問 題

主題の内容は、よく考えてみると、関連する分野が頗る多岐にわたっているから、多くの、異った専門領域の人々によって究明せられる必要がある、ここでは、こうした問題に接近するための1素材として、近年わが国においてみられた食生活の変化に伴なって起った1つの問題をとりあげることとする。

この問題に関心をいだいた動機は、極めて素朴なものであった。すなわち食料需給表や国民栄養調査の年々の結果を通覧すると<sup>1)2)3)</sup>、わが国民1人当り、1か年の食糧消費総量は、近年増加しているが、この増加は、国民の食生活の向上を示すものとして、好ましいと考えてよいか、ということであった。別言すれば、国民の所得の増加につれて、食生活が向上したことはたしかである。栄養価の高い、良質の食糧消費がふえたが、一方においては、1日に摂る食糧の総量も増加した。その結果は、胃腸など消化器官の負担を大きくしているのではないか。またそれに関連していろいろの健康上の問題が起っているのではないか、という極めて素朴な疑問からである。

この問題に答えるためには、いろいろな異なった専門領域の人々の協力が必要であると思う。ここではこうした問題に接近する準備段階として、高度経済成長に伴う国民の食生活の変化は国民の健康に如何なる影響を及ぼしたかについて考察することとする。

もともとこの研究は「高度経済成長下における国民生活の変化」のなかの1部分をなすものである。従って、ある意味では、この研究の副産物でもあるから、順序からいえば、さらに時期をおくべきであるが、本稿で取扱う問題に対する世人の関心が漸く高まりつつあるのと、こと国民の健康に関することでもあるので、敢えてこの機会に稿を起すことにした次第である。

#### 2. 高度経済成長下における国民の食生活の変化の概要

わが国におけるいわゆる高度経済成長の下における国民生活の変化の全容や食生活の内容変化については、別の機会に詳論する予定であるからここでは詳論しない。本稿では高度経済成長の下における国民所得の増加と、これに伴う消費支出、とくに食生活の動向を示す基礎的資料を掲げるに止めよう。

まず表1をみよう。この表は高度経済成長のいわば準備段階としての、S. 30~35年期と、高度成長期に入った36年以後、とりわけ40年代に入ってから、国民1人当りの国民所得の伸

びと、人口5万人以上の都市の勤労者世帯(以下都市世帯または都市という)と、農家世帯(以下農家又は農村という)につき、それぞれ1世帯当りの平均的な所得と消費支出の動向を示したものである。

この表によって(A)、名目においては、(1)都市、農村ともに、高度経済成長の下において、世帯当りの所得は著しく増加し、消費支出も著増したこと、そしてS. 30~35年期のそれらの増加率よりも、40~45年の増加率が大きいこと、(2)そして49年のそれはそれ以前に比べると顕著に大きくなっていることがわかる。これは成長経済そのものの影響とともに、成長経

表1 国民生活の動向の指標  
A 実数 (1か年当り) (千円)

			30	35	40	45	49
所得	1人当り国民所得	A	79.9	137.5	261.4	550.6	828.0
		B	152.3	223.0	341.8	550.6	537.3
	都市勤労者世帯実収入	A	349.2	490.8	820.8	1,384.8	2,511.6
		B	663.9	886.1	1,072.9	1,384.8	1,629.9
	農家世帯所得	A	538.1	411.3	760.8	1,393.2	2,945.9
		S	598.8	651.8	966.7	1,393.2	1,853.9
消費支出	都市勤労者世帯	A	282.0	385.2	622.8	1,015.2	1,743.6
		B	536.1	680.6	814.1	1,015.2	1,131.5
	農家世帯	A	312.8	368.4	654.5	1,225.2	2,299.9
		B	523.0	583.8	831.6	1,225.2	1,447.4
B 指数							
所得	1人当り国民所得	A	58.1	100.0	190.1	400.4	602.0
		B	68.5	100.0	153.3	246.9	240.9
	都市勤労者世帯	A	71.1	100.0	167.2	282.2	511.7
		B	74.9	100.0	121.1	156.3	180.7
	農家世帯	A	87.1	100.0	185.0	338.8	712.8
		B	91.9	100.0	148.3	231.8	284.4
消費支出	都市勤労者世帯	A	73.2	100.0	161.7	263.6	452.8
		B	78.8	100.0	119.6	149.2	166.3
	農家世帯	A	84.9	100.0	177.7	332.6	624.3
		B	89.6	100.0	142.5	209.9	247.9
C 都市=100とする農村の指数							
格差	農家世帯	A	90.2	73.6	90.1	100.6	113.7
		B	97.6	85.8	102.2	120.7	127.9

- 備考 1. 都市勤労者世帯は人口5万人以上の都市のそれで総理府統計局、家計調査年報により計算。  
 2. 農家世帯は農林省、農家経済調査報告により計算。  
 3. 1人当り国民所得は国民生活センター、国民生活統計年報による。  
 4. Aは名目、Bは実質、実質計算のためのデフレーターは都市勤労者世帯は S. 45=100 とする消費者物価指数、農家世帯は農村物価指数の生活資材の指数 (S. 45=100) を用いた。  
 5. 表中の1人当り国民所得は国民純生産であるから、勤労者世帯の実収入や農家世帯の所得とは直ちに比較することには問題があるが、国民所得の増加は勤労者や農家の所得増加要因となるものであるから、ここでは参照して見ることにした。

済下における物価上昇傾向（しのびよるインフレまたはクリーピング・インフレーションといわれた）の存在したこと<sup>10</sup>，とくにS. 40年は前年に起った石油ショックによる狂乱物価の影響がこれに加ったことによるものと考えられる。次に(B)実質所得，消費支出ともに成長経済の進展とともに伸びたことはいうまでもないが，(1)都市と農村にわけて観察すると，S. 40年までは，都市の方が農村よりも実質所得は大きいこと，(2)それ以後は，所得，消費支出ともに，農村が都市を上廻るようになったこと，(3)一方増加率はS. 45年以後は所得，消費支出ともに，農村は都市を上廻っていること。(C)以上のことから，農村と都市との所得および消費生活の格差は，高度成長の進展とともに次第に縮小したが，S. 45年以後は農村は都市を上廻るようになり，事情は一変しているなどが看取せられる（表1参照）。

上述のような所得増加の過程において，国民の食生活はどのように変わったか。

そこでまず食生活の動向を，栄養摂取の側からみよう。はじめに農林省の食料需給表<sup>1</sup>によって，わが国民の食生活の動向を，栄養成分の面から大観すると，表2に示す如く，S. 30年以後著しく好転したこと，とりわけ高度経済成長の時代に入ると，それ以前に比べると格段の差を生じたことがわかる。詳しくは表2を参照せられたい（表2参照）。

表2 食糧供給の推移

年次	熱量	蛋白質	うち動物性	脂肪	穀物 カロリー比	でん粉 食率	動蛋白
	Cal.	g	g	g	%	%	%
S. 26~30	1,990.8	61.5	21.8	21.8	69.1	76.6	19.8
30	2,216.9	65.7	16.9	22.2	66.6	74.1	25.7
31~35	2,256.3	67.5	19.7	25.9	65.1	71.7	29.1
36~40	2,380.8	72.1	25.1	34.7	59.9	65.9	34.8
41~45	2,447.9	75.3	29.4	47.5	53.1	58.6	39.0
46~49	2,503.0	78.3	34.1	57.2	48.1	53.3	43.4

備考 農林省大臣官房調査課：食糧需給に関する基礎統計により計算した。

それではこのような栄養成分を，どのような食品から摂取しているかをみると，表3の如くである。この表ではとくに問題になる食品（群）を示した。これによっていわゆる高度経済成長の時代であるS. 37年（この表では37年）以後，わが国民の食糧消費構造は著しく高度化したことがわかる。そしてとくに畜産物，果物，砂糖，油脂，酒の消費増加が注目せられる（表3参照）。

一方こうした食糧需要の大勢の影響を受けた農業部門では，畜産，園芸部門における生産の拡大，いわゆる選択的拡大が進行した。これに伴って農家の所得は著しく増大した。これについては別の機会に詳しく述べることにする。

次に厚生省の国民栄養調査<sup>3</sup>は，国民の平均的な食糧消費の実態をいわばミクロ的にとらえようとするものである。しかし調査時期が年により，5月あるいは11月であるから，その結果を直ちに時系列的比較することには問題があるが，しかしここでは大勢を知るという意味で観察する。表4をみると，傾向としては表2と似た事情にあることがわかる（表4参照）。

表3 主な食糧の国民1人1か年の供給量

	S. 30	35	37	40	45	49
	実数 (kg)					
1か年総量	391.6	422.7	436.4	454.7	482.0	485.0
うち 穀物	159.3	149.6	149.8	145.0	128.0	123.5
肉類	3.2	5.0	7.6	8.8	12.7	16.8
卵	3.7	6.3	8.3	11.6	14.8	14.1
乳, 乳製品	12.1	22.3	28.4	37.4	50.1	52.0
畜産物計	19.0	33.6	44.8	57.8	77.6	82.9
魚貝	26.3	27.8	29.9	29.2	31.8	35.0
砂糖	12.3	15.1	16.9	18.7	26.7	27.1
果実	12.3	22.3	23.5	32.1	38.2	41.7
緑黄色野菜	8.4	9.4	9.5	10.0	11.0	10.0
その他の野菜	82.3	99.7	102.5	109.6	115.6	110.4
油脂類	2.7	4.3	5.3	6.6	9.5	11.5
酒類	14.2	22.1	29.6	36.1	47.4	53.5
	指数					
1か年総量	89.7	96.9	100.0	104.2	110.5	111.3
うち 穀物	103.0	99.9	100.0	96.8	85.8	82.4
肉類	42.1	65.8	100.0	115.8	167.1	221.1
卵	42.1	71.6	100.0	131.8	168.2	160.2
乳, 乳製品	42.6	78.5	100.0	131.7	176.4	183.1
畜産物計	42.4	75.0	100.0	129.0	173.2	185.0
魚貝	88.0	93.0	100.0	97.7	106.4	117.1
砂糖	72.8	89.4	100.0	77.8	100.0	133.3
果実	52.3	94.9	100.0	121.3	259.3	327.8
緑黄色野菜	88.4	99.0	100.0	105.3	115.8	105.3
その他の野菜	80.3	97.3	100.0	106.9	112.8	107.9
油脂類	50.9	81.1	100.0	124.5	179.3	217.0
酒類	48.0	74.7	100.0	122.0	160.1	180.7

備考 1. 農林省：食料需給表より計算  
 2. 本表には後の論議に関係あるものを『主な食糧』として掲げた従って1か年の総量の中には上掲以外の食糧を含む

表4 国民栄養調査による国民1人1日当り栄養摂取量の推移

年次	熱量	蛋白質	うち動物性	脂肪	穀物カロリー比	でん粉率	動蛋白比
	Cal.	g	g	g	%	%	%
S. 30	2,104	69.7	22.3	20.3	75.0	78.8	31.7
35	2,096	69.7	24.7	24.7	70.6	73.3	35.4
37	2,080	70.4	27.3	28.3	68.1	70.3	38.8
40	2,184	71.3	28.5	36.0	62.2	66.3	40.0
45	2,210	77.6	34.2	46.5	55.7	56.9	44.0
49	2,187	78.7	37.9	40.5	51.2	52.8	48.2

備考 1. 厚生省：国民栄養調査成績による  
 S. 40, 45年は5月, 49年は11月の調査. それ以前は年4回 2, 5, 8, 11月の調査である

次にこのような栄養成分を、どのような食品によって摂取したかを表5で示そう。紙面の都合で詳しい記述は省略するが、基本的傾向は、前掲の食料需給表のそれと共通していることが認められる（表5参照）。

表5 国民栄養調査から推計した国民1人1か年当り主な食糧消費量の推計

	S. 30	35	37	40	45	49
	実数 (kg)					
1か年総量	401.6	411.9	114.0	423.7	463.7	509.4
うち 穀物	175.1	165.2	159.2	152.8	136.5	125.5
肉類	4.4	6.8	10.1	10.8	15.5	22.9
卵	4.2	6.9	9.9	12.8	15.0	15.0
乳、乳製品	5.2	12.0	15.2	21.8	28.7	35.2
畜産物計	13.8	25.7	35.3	44.6	59.3	73.1
魚貝	19.7	20.4	23.4	27.7	33.2	29.6
砂糖	5.8	4.5	4.9	6.5	7.2	5.5
菓子	—	7.4	8.4	11.5	13.4	10.2
果物	16.2	25.1	24.5	21.5	29.6	67.0
緑黄色野菜	22.4	18.2	14.1	18.0	18.3	19.1
その他の野菜	47.2	49.1	48.9	62.2	57.9	59.7
油脂	1.6	2.2	2.8	3.7	5.7	5.9
	指数					
1か年総量	97.0	99.5	100.0	102.3	112.0	123.0
うち 穀物	110.0	103.8	100.0	96.6	85.7	78.8
肉類	43.6	67.3	100.0	106.3	153.5	226.7
卵	42.7	69.7	100.0	129.3	151.5	151.5
乳、乳製品	34.2	79.0	100.0	138.2	188.8	231.6
畜産物計	39.1	72.8	100.0	126.3	168.5	207.1
魚貝	84.2	87.2	100.0	118.4	141.9	126.5
砂糖	118.4	91.8	100.0	132.7	146.9	112.2
菓子	—	88.1	100.0	136.9	159.5	121.4
果物	66.1	102.5	100.0	87.8	120.4	273.5
緑黄色野菜	158.9	129.1	100.0	127.7	129.8	135.5
その他の野菜	96.5	100.4	100.0	127.2	118.4	122.1
油脂	57.0	78.6	100.0	132.1	203.6	210.7

備考 1. 国民栄養調査結果より1か年当りに計算した。

2. 主な食糧の品目は表3に合わせた。表3備考参照。

次に農民栄養<sup>2)</sup>の推移をみよう。

農家は高度成長経済の下において、一方では需要のある食糧の生産により、他方では労働力を他産業へ提供することにより、またある地域では、農地の転用（売却）、原野の売却（例、住宅地、ゴルフ場などへの転用）により、土地代金を手に入れることにより、所得は増加した。とくにいわゆる兼業化の進展により、農業所得よりも兼業所得の比重が増大し、ついにはその逆転が起り（S. 38）、S. 40年代に入り、一層この傾向に拍車がかげられ、S. 49年には両者の比率は31：69となり、農業所得による家計充足率は、S. 35年の58.1%から40年の54.6%、49年の31.9%へと急降下した。この過程において農家所得は急速に増大し、S. 35年を100

とすれば40年は187, 49年は772になった。こうした所得の増大により農民栄養は急速に改善せられた。表6, 表7はこの間の事情を物語るものであるが、紙面の都合で説明はこれを省く(表6, 7参照)。

表6 農民栄養の推移 (1人1日当り)

年次	熱量	蛋白質	動物性	脂肪	穀物	でん粉	動物
	Cal.	g	g	g	カロリー比	率	蛋白比
					%	%	%
S. 30	2,364	66.3	10.7	15.4	79.3	81.7	16.0
35	2,325	62.4	12.1	18.8	73.3	76.6	19.5
37	2,331	64.4	14.1	20.7	69.7	72.5	21.9
40	2,434	67.7	17.2	25.8	64.1	65.9	25.3
45	2,379	70.4	22.3	30.9	57.9	59.2	31.7
49	2,364	70.3	24.6	31.2	54.7	55.8	34.2

備考 農林省：農民栄養統計により計算

表7 農民栄養統計による農民の1人1か年当り主な食糧の消費量の推移

	S. 32	35	37	40	45	49
	実数 (kg)					
1か年総量	435.9	431.3	429.5	427.6	459.2	(415.5)
うち 白米	155.3	156.4	155.5	150.4	134.4	126.3
精麦	23.3	16.6	11.7	6.0	1.2	0.6
いも類	40.7	34.2	28.7	20.4	15.6	13.5
肉類	1.3	1.4	2.3	3.7	6.6	6.9
卵	2.8	3.9	5.9	7.9	11.3	11.4
乳, 乳製品	6.1	11.4	11.0	12.0	18.6	19.6
畜産物計	10.2	16.7	19.3	23.6	36.5	36.9
魚貝類	20.1	17.6	21.0	23.9	29.9	25.5
砂糖	4.3	4.6	4.6	10.5	16.9	?
果物	14.3	21.2	21.5	26.6	46.0	53.1
緑黄色野菜	20.4	16.5	16.6	17.9	21.1	19.7
その他の野菜	95.0	92.0	93.8	90.5	94.0	99.2
食用油	1.4	1.4	1.8	2.0	2.4	2.8
	指数					
1か年総量	101.5	100.4	100.0	99.6	106.9	?
うち 白米	99.9	100.6	100.0	96.7	86.4	81.2
精麦	199.1	141.9	100.0	51.3	10.3	5.1
いも類	177.0	119.2	100.0	71.1	54.4	47.0
肉類	56.5	60.9	100.0	100.9	287.0	300.0
卵	47.5	66.1	100.0	133.9	191.5	193.2
乳, 乳製品	55.5	103.6	100.0	109.1	169.1	178.2
畜産物計	52.8	86.5	100.0	122.3	189.1	191.2
魚貝類	95.7	83.3	100.0	113.8	142.4	121.4
砂糖	93.5	100.0	100.0	228.3	367.4	?
果物	66.5	98.6	100.0	123.7	214.0	247.0
緑黄色野菜	122.9	99.4	100.0	107.8	127.1	118.7
その他の野菜	101.3	98.1	100.0	96.5	100.2	105.8
食用油	77.8	77.8	100.0	111.1	133.3	155.6

- 備考 1. 農林省農民栄養統計 S. 32, 40, 44~45, (32~45年迄), および第51次農林省統計表 (S. 49年の数字) により計算。  
 2. S. 49年の総量の中には豆類, 海藻類, 調味料, 酒類, その他嗜好品を含まない。  
 3. 主な食品の品目は表3, 表5に合わせた。表3備考参照)。

### 3. 食生活環境の変化

前節においては高度成長経済の下で起った、わが国民の食糧消費構造の高度化傾向を食品の側から概観したのであるが、いわゆる食生活という場合には、調理法あるいは食べ方、摂取量などの問題がある。戦後の経済が安定し、国民生活が耐乏生活から次第に解放せられる過程において、主婦の調理や栄養に関する知識、技術は著しく向上した。この過程において欧米風の食事や食生活が手本になり、また栄養的にも欧米水準に接近することが好ましいと考えられ、人々の努力目標はそこに照準が合わされてきた。

それとともに家庭電化製品の普及、例えば電気冷蔵庫、炊飯器、保温器、ジューサー、ミキサーから電子レンジにいたる調理関係品の外、掃除機、洗濯機、テレビ、自動車などの普及をみたが、これらは概ね家庭の消費生活における労働節約的な意味をもつものであった。この外インスタント食品その他の加工食品の普及も、調理のための労働時間の節約化に貢献した。その他工業および農業における機械化の進展は概ね肉体的労働の節約に貢献したといえる。

このような労働節約的諸条件の形成とは反対に、高エネルギー食品の消費が急増した。曾って「蛋白質が足りないよ」と、CM放送でいふられたように、蛋白質食糧とくに畜産物の消費増加が奨励せられた。それとともに、インスタント食品、加工食品の消費が増大した。また国民の所得の増大につれて、菓子類、砂糖、酒類、飲料の消費も急増した。またそれと共に国民の外出機会もふえ、国民の食生活環境は、以前とは全く一変した。人は「食生活革命」というとき、摂取食品の側に向けやすいが、それと共に、ここにいう「食生活環境」(食生活に直接関らざる環境的諸条件)の変化をも併せ考うべきであると思ふ、

### 4. 食生活変化の効果・影響

わが国民の食生活は戦後、とくにS. 30年代の後半以後急速に向上した。そしてその内容は食品そのものの側と、調理を軸とする食生活の環境の側との2面にわたるものであった。それとともに国民栄養の観点からいえば、学校給食(註)や一部の事業場における職場給食の普及が重要な意味をもったことを忘れてはならない。すなわち家庭と学校あるいは職場における給食とが国民の栄養改善に大きく貢献したと考えられるが、それを可能にした経済的要因は国民の所得の増大であるといえる。

註 学校給食は発生的には戦前(S. 7年9月、「学校給食臨時施設法」)から行なわれたが、戦後は貧弱な学童の栄養補給のために行なわれ(副食、ミルク給食)その後S. 29年6月の学校給食法など一連の給食関係法規の実施により、名実ともに、体制が整備せられることになった<sup>7)</sup>。

そこで、高度経済成長とともに、一般家庭の食生活も漸次高度化したというが、然らばその効果影響は如何なるものであったろうか。先づそのプラスの効果を考えよう。

1例として、学童の体格の変化をみよう。

学校給食の事業が普及し、効果をあげはじめた年代として、S. 28年と高度経済成長の進行につれて、広く国民の食生活の改善がなされ、その効果が現われはじめた頃と推定せられるS. 38年と最近年次とを、国民栄養調査の結果からみよう。ここでは成長期にある11才と成年に達した20才の男女の体格の変化を示すこととする。第8表はこれである。

これによると高度経済成長前期とその後とでは、成長期(11才)の児童の発育に格段の差がみられる。しかし20才になると、男女共、11才に比べると成長の速度が当然のことながら、ややぶついている。これは年令の進行に伴なり成長のにぶりと共に、とくに女性の場合には体重

が却って減少しているのは、肥満をきらい、節食している者が含まれているからであると推察せられる。ともかく11才と20才とでは、成長の程度はいくらか異なるが、しかし男女ともに、この20年間に身長、体重ともに増加した（但し女子の体重は別）。すなわち青少年の体格は近年良くなったが、これはわれわれの日常の経験的事実と一致する（表8参照）。

表8 青少年の体格の推移

	11才				20才			
	男		女		男		女	
	身長	体重	身長	体重	身長	体重	身長	体重
S. 28	133.0	29.4	134.0	30.0	162.1	54.7	151.4	49.4
38	136.7	31.4	139.2	32.4	164.4	56.1	152.9	50.1
48	140.5	36.1	143.7	36.8	165.9	56.8	153.9	49.5
増加								
28→38	3.7	2.0	5.2	2.4	2.3	1.4	1.5	0.7
38→48	3.8	4.7	4.5	4.4	1.5	2.1	1.0	-0.6
28→48	7.5	6.7	9.7	6.8	3.8	3.5	2.5	0.1

備考 1. 厚生省：国民栄養調査成績 S. 47, 48年の結果 (p. 46) により計算した  
2. 身長=cm, 体重=kg

青少年の体格は良くなったが、体力は外見の体格ほどに進歩していないと、よくいわれる。これにはいろいろの要因が考えられるがここでは立入らない。

さて本稿の直接の動機であった、わが国民近年における食生活の変化、すなわち食生活の高度化と摂取量の変化が、国民の体にどのような影響を及ぼしたかの問題に触れよう。

まず食料需給表による国民1人1か年当りの食料供給量と、国民栄養調査によるそれとを比較しつつ、近年の動向をみると、第9表に示す如くである。もともとこの2つの調査は計算方法が異なるから、これを直ちに比較することは妥当ではない。というのは需給表は供給量の推定であるから、厳密にはこの何%かは人々の口に入らないものがあると考えられるから、実際の食糧消費量はこれから何%かを割引く必要があるし、栄養調査は、調査時期や期間が極めて限られているために、正確に国民の食生活を代表しているとはいえないからである。したがって、両者共に大勢を示すものであるといえるのと、われわれは、大勢を知れば良いと考えられるから、ここではこの2つの調査結果をそのまま比較考察することとする。

表9によって、国民1人当たり1か年の消費量の増加傾向をみると、年により幾分異なるが、需給表の数値を前述の理由から、仮りに10%割引いてみると、栄養調査の結果によく似た値になる。つまりS. 30~35年という高度成長準備期と、S. 40~45年の高度成長期と比べると、後者の1人当たり消費量は著しく増加している。すなわちS. 30年に比べると、栄養調査では、S 45年には約60kg、49年には100kg余り増加しているし、需給表では(10%引きとして)それぞれ約77kg、120kgの増加となっている(表9参照)。

このようにして、2つの調査では、約20年間に20kgの差はあるが、ともかく高度経済成長期に、総摂取量はかなり増加した。ついで食品構成も表5、表7に示したように変化してきたのである。



表9 国民1人1か年当り食糧消費量の推移

A. 実数 (kg)

年次	食料需給表		国民栄養調査
	原数值	原数 -10%	
S. 30	350.5 (18.9)	315.4 (17.0)	401.6 (4.7)
35	449.2 (26.5)	369.4 (23.9)	418.5 (9.9)
40	496.4 (41.7)	446.8 (37.5)	426.3 (?)
45	534.6 (52.6)	481.1 (47.3)	463.8 (27.1)
49	543.8 (58.1)	489.4 (52.3)	509.3 (30.8)

備考 ( )内は酒類, 清涼飲料で内数である.

B. S. 30=100 とする指数

年次	食料需給表	国民栄養調査
S. 30	100.0	100.0
35	109.4	104.2
40	120.9	106.2
45	130.2	115.5
49	132.5	126.8

C. S. 30年に対する増加量 (kg)

年次	食料需給表		国民栄養調査
	原数	原数-10%	
S. 35	38.7	34.9	11.5
40	85.9	77.4	24.7
45	124.1	111.7	62.2
49	133.3	120.0	107.7

備考 食料需給表および国民栄養調査成績により計算した.

さてこうした1人当りの摂取量の増加により, 人々の胃腸の負担は大きくなり, その結果現象として, 消化器系統の疾病が増加したのではないか, という疑問が起る. この疑問を解くのが, 本稿を考えた直接の動機であったが, この問題の解明は, 決してそのように単純に, いわば物理的判断乃至は短絡的判断ではなされ得るものではない. 何故なら, 食物により消化吸収の難易やその率に相異があるのと, 病気そのものは, 上記以外の諸要因によっても起るからである. そこでここでは当初の目的を変更し, 高度経済成長により国民の所得は増大し, やがて食生活の高度化をもたらしたが, それは国民の健康にどのように影響したかを明らかにすることにした. この目的のために厚生省の国民健康調査を参照する. 表10はこれである. この表は国民健康調査報告書から栄養関係の疾患と判断せられる疾患群の有病率の推移を, 高度経済成長の推移に対応せしめる年次区分で示したものである.

さきに高度経済成長期におけるわが国民の, 食糧消費構造の高度化について述べたが, その過程は, 澱粉質食糧の減少, 肉類, 乳, 卵など動物性蛋白質の増加, 果物, 砂糖, 酒類, 飲料の消費増加の過程でもあった. こうしたことからいろいろの病気が誘発される素因が形成された. すなわち糖尿病, 歯および歯の支持組織の疾病, 高血圧症が増加した. とくにむし歯は, S. 45年以来急増し, 最近では「小学校入学時の6才で97.8%, 1人平均9.4本ものむし歯があるといわれるほど (S. 51. 9. 2朝日新聞) 蔓延している.

またいわゆる欧米型の食事の普及, 砂糖のとり過ぎにより心臓病, 痛風, 糖尿病などが増加していると, 世上「いまの子どもは, すでに老人病の体育をしている」(同上, 朝日) ともいわれるようになった.

さらに食事以外の環境条件の変化, 例えばストレスの発生し易い環境条件の生成とその波及, 食品添加物の普及による添加物摂取量の増加, 車の普及, 機械化の進展による肉体的労働

の軽減，テレビの普及等々の諸要因による肉体的な運動不足，さらには車の普及による子どもの路上での遊びの激減などにより胃および腸の病気の増加，運動不足による体力の低下が起ったことも周知の通りである。こうしたいわゆる環境条件の変化と食事の変化とが相乗せられて，前述の諸疾患の多発をもたらしたものと判断せられる。詳しくは表10を参照せられたい（表10参照）。

表10 人口1000人当り有病率の推移

	実 数 (人)						指 数 (S. 35=100)				
	S. 30	35	37	40	45	49	30	37	40	45	49
総 数	37.9	46.9	53.7	63.6	93.6	101.2	80.8	114.5	135.6	199.6	215.8
1. 内分泌および代謝の疾患	0.7	0.8	0.9	1.2	2.0	2.8	87.5	112.5	150.0	250.0	325.0
うち 糖 尿 病	0.2	0.4	0.5	0.8	1.6	2.7	50.0	125.0	200.0	400.0	675.0
2. 血液及び循環器疾患	0.2	0.3	0.4	0.5	0.7	0.8	66.7	133.3	166.7	233.3	266.7
うち 貧 血	0.2	0.2	0.4	0.5	0.7	0.6	100.0	200.0	250.0	350.0	300.0
3. 循環器系疾患	3.3	6.5	8.7	11.9	21.6	21.9	50.8	133.9	183.1	332.3	336.9
うち 活動性リウマチ熱	0.0	—	0.1	0.1	0.0	0.1	—	—	—	—	—
慢性リウマチ熱	—	0.0	0.0	—	0.1	0.0	—	—	—	—	—
高 血 圧 性 疾 患	1.3	3.9	4.7	8.0	14.6	14.1	33.3	120.5	205.1	374.0	361.5
虚 心 性 疾 患	0.9	0.1	0.6	0.6	0.5	0.6	90.0	150.0	160.0	280.0	310.0
その他の心疾患	0.6	1.0	1.8	1.4	2.0	2.5	60.0	180.0	140.0	200.0	250.0
脳 血 管 系 疾 患	0.6	1.0	1.8	1.4	2.0	2.5	60.0	180.0	140.0	200.0	250.0
4. 消化器系の疾患	6.5	9.2	11.2	13.8	17.9	17.5	70.0	121.7	141.3	194.6	190.2
うち 歯および歯の支持組織	1.9	2.7	0.6	5.0	6.9	5.1	70.4	22.2	185.2	255.6	188.9
胃および十二指腸かいよう	1.0	1.0	1.6	1.8	2.3	5.5	100.0	160.0	180.0	230.0	550.0
胃炎および十二指腸炎	1.6	2.8	3.1	3.6	2.5	2.6	57.1	110.7	128.6	89.3	92.9
虫 垂 炎	0.2	0.6	0.5	0.2	0.2	0.2	33.3	83.3	33.3	33.3	33.3
肝 臓 の 疾 患	0.4	0.9	1.6	1.0	1.6	2.0	44.4	177.8	111.1	177.8	222.2

備考 1. 厚生省：国民健康調査 S. 47, 49年版により計算

2. 有病率 =  $\frac{\text{調査期間前発病} \cdot \text{期間中転帰(治療)} + \text{調査期間前発病} \cdot \text{期間後継続}}{\text{世 帯 人 員}} \times 1000$

以上の現象はS. 30年代の後半，高度経済成長時代に入ってから，まず都市で起り，糖尿病，心臓病（心筋梗塞），腎臓病などは，都市病といわれるほどであったが，S. 40年代に入ると農村にも波及し，多発するようになった。これはいうまでもなく，農村から都市への出かせぎ，通勤により，一方では所得が増加したこと，他方では都市的食生活の農村への導入が行なわれたことによる。こうした事情をもたらした要因は，農村におけるスーパー・マーケットの普及に伴う農村に対する生鮮食料品，加工食品，インスタント食品などの供給ルートの開発，電気冷蔵庫の普及，自動車の普及による運搬手段の改善など農村の生活環境の変化（都市化）が第1に考えられる。これによってこれまでの農村型の食事（澱粉質多く，蛋白質とくに動物性蛋白質と脂肪の少ない食事）は次第に，都市型の食事，つまり澱粉質を少なくし，蛋白質とくに動物性蛋白質と脂肪の多い食事形態に変化し（表3. 5. 7参照），さらに食事回数

や分量も減少した（曾っては1日5回食であったものが、4回食になりさらに3回食になった。また1日5合飯を食べたものが（大正、昭和の初期頃まで、4合飯、3合飯に減り、最近では2合飯程度に低下した<sup>8,9</sup>。それは良質の食物をとるようになったこと、機械化の進展、兼業化の進展により、総じて家族の肉体的労働が軽減せられたことによる）。この過程においていわゆる郷土食は衰退し、インスタント食品、ハンバーグ、肉や魚の加工食品の摂取は増加した（こうした点についての詳細は別の機会にゆずる）。

以上の現象はS. 40年代に入って、農家の所得が急増した時代に顕著に起った。そのために前述の都市的食生活と農村的食生活の格差は縮少した。例えば1人1か月当りの食物費の動きをみると、S. 37年には都市世帯の3,511円に対し、農村2,675円で都市の76.2%に相当したが、40年には同様に4,655円対3,682円、79.1%、45年は7,166円対6,137円、85.6%となり、49年には11,873円対10,864円、91.5%となった。また1世帯当りの家計費では、農村が都市を39年から上廻り、所得では42年から同様に都市を上廻り最近に及んでいる。農家経済のこのような動向に対応するかのように、都会病は農村へ波及していったものと考えられる。食生活において都市化した農村は、病気の面でも都市化したのである。もちろんこうした現象は好ましいことではないが、最近この点についての反省が起りつつあるのは心強いことである。

以上の諸点を考えると、今後わが国民の食物と健康について、いろいろの専門分野の人々の協力により、一層広く且つ深い研究が行なわれる必要があると思う。

#### 4. 結 論

わが国近年における高度経済成長政策は、経済的、社会的にいろいろの影響を及ぼしたが、個人の消費生活に関しても明暗両相の影響を及ぼした。本稿ではとくに高度経済成長に伴う国民の所得増加により、食生活がどのように変化したかを概観し、その変化が国民の体にどのような影響を及ぼしたか、そして現在解明を要する問題点の一端にも触れた。すなわち本稿で述べたところを要約し、さらに2、3附言すると次の如くである。

1. S. 30年代の後半以後、すなわちS. 36年度から実施せられた国民所得倍増計画およびそれに続く高度成長政策によって、国民の所得は著しく増大した（名目、実質ともに）。
2. これに伴って、国民の食生活は高度化した。そしてその方向は欧米型の食事に接近することになった。
3. すなわちこれによって、国民の食糧需要は、澱粉質食糧の消費の減退、蛋白質食糧とくに畜産物の消費や油脂の消費の増大、さらにビタミン、ミネラルを含む食糧消費（野菜、果物、海草）は増加した。
4. このような栄養改善により、国民とくに青少年の体格は向上した。
5. 一方蛋白質食糧、砂糖、酒類の消費増加は、都会病あるいは成人病やむし歯などの増加をもたらした。
6. 農村と都市とは、所得格差があったが、高度成長政策の結果、その所得格差は解消した。否それのみならず、近年は農村が都市を上廻りようになった（格差は逆転した）。
7. その過程において、これまでの都会病は農村にも波及し、その点でも農村と都市との差はなくなった。
8. このことから、医療について相対的に恵まれない農村の医療問題が、将来大きな問題になるであろう。

9. 今日日本人の食生活は、欧米に比べると、却ってよい状態にあると、一部の人によって指摘せられているが<sup>5,6</sup>、すでに国民の間に普及した欧米型の食生活への接近の努力は、今後もお続けと考えられる。とすれば「栄養指導」の今日的課題は何であるか、改めて検討せられる必要があるろう。

10. このことに関連して、われわれ日本人にとって、真に健康的な食事とは如何なるものであるか、日本の食糧生産事情を前提にして、改めて検討せられる必要が、今日よりも緊要な時代はないとさえ断定し得られるであろう。

最後にこの研究にあたって助言をいただいた名古屋女子大学熊沢昭子教授に対し深甚な謝意を表しておく。

#### 参 考 文 献 ・ 資 料

- 1) 農林大臣官房調査課：食糧需要に関する基礎統計，(1976)
- 2) 農林省統計情報部：農民栄養統計，S.39～45年度，(1966～1970)
- 3) 厚生省栄養課：国民栄養の現状（国民栄養調査成績），S.36～48年度（1963～1976）
- 4) 田村真八郎，食生活革命 28～47 風濤社（1975）
- 5) 唯是康彦，田村真八郎：食糧危機，195—204，ダイヤモンド社（1974）
- 6) 厚生大臣官房情報部：国民健康調査，S.28～49年度 とくにS.48,49年調査（1975, 1976）
- 7) 名古屋市教委，名古屋市学校給食協会：名古屋市の学校給食，125，（1970）
- 8) 松田延一：飛騨川流域地方における食生活調査に関する補論。その1，食生活の近代化傾向と食生活をとりまく条件の変化，名女大紀要，16，129—138（1970）
- 9) 同上。その2，食生活の近代化傾向と農家の食糧生産の動向，名女大紀要，16，139—151，（1970）
- 10) 吉野俊彦編：経済成長と物価問題，7. 春秋社（1973）