

# 栄養・食生活からみた日本人口の資質の変化と展望

内野 澄子

## 1) 本稿の目的と方法

人口の資質の定義は必ずしも明らかでない。人口資質 (Population quality) について国連は次のようにのべている。それは“あらゆる種類の社会的ならびに個人的属性”を意味するものである<sup>1)</sup>。時には遺伝的特性の分布や遺伝の意味にも使用されるが、それは「集団遺伝学」の主題になっている。次に社会的、個人的属性の中身が問題となるが、遺伝的なものを除いた獲得 (acquired) あるいは後天的属性と考えるべきかというように思われる。もっとも、獲得属性と遺伝的属性を厳密に区分することはこんなである。生まれながらにして、虚弱体質であったものが、行き届いた栄養・食生活、運動によって強健な体質をもつことも可能であり、逆のばあいも予想される。また、他方において栄養の分野においても多数の栄養素の中でもその必要量が科学的に証明されているものは少ないといった現状<sup>2)</sup>において、栄養が人口資質に及ぼす影響を論ずることは非常に困難なことであろう。しかし、人間は長い歴史的経験の中でどのような食生活が望ましいものであるかを知っている。また不十分であるとはいえ、栄養の基本的知識の下に、今日の人間は望ましい健康を達成するよう努力を行っていることも事実である。

ここでは栄養食生活問題を人口の観点から、あるいは人口との関係で考えてみることを課題であるが、この関係論は、人口学者の間においても、また栄養学者の間においてもほとんど研究されていない未開拓の分野である。筆者は栄養とか食生活の問題を人口との関係で研究してきているが、国内ではもちろん外国でもこの問題についての研究者は極めて少ない。国際的にみてもアメリカのブルッキングス研究所 (Brookings Institution) のアラン・バーグ (Alan Berg) 氏とジョンズ・ホプキンス大学 (The Johns Hopkins University) の公衆衛生学部の国際保健学科の教授であるカール・E・テイラー (Carl E. Taylor) 氏ぐらいである。アラン・バーグ氏は1973年に“栄養の要因—開発におけるその役割” (The Nutrition Factor—Its Role in Natinal Development) という書物を出版しているが、栄養問題と開発発展との関係、そしてまた人口との関係を検討している。また同年に、Alan Berg が編集者の1人となって、“栄養、開発と計画” (Nutrition, National Development and Planning) を1971年に出版しているが、これはこの題名の国際会議の報告書である。最近、Population council の B. Winikoff が“Studies in Family Planning”の第10巻第1号 (1979年1月) に“栄養と人口の議論” (A Discussion of Nutution and Population) という短かい論文を書いている (p. 37~39)<sup>3)</sup>。

1) United Nation, Multilingual Demographic Dictionary, New York 1958, 3.

2) Nutritional Value of Foods, Walter Mertz, Nutrition Institute of USDA, (from the Proceedings of Symposium Sponsored by the Cooperation medical Sciences Program, Osaka, Japan, December 5~6, 1978) 豊川裕之:「栄養素の働きはどこまで判明しているか」食の生活学, 連載 (29) 体育科教育, 27 (8), 1979.

3) Winikoff は栄養と人口との関係の問題について次の如くのべている。両者の関係は極めて漠然たるもので明確でないが、少なくとも次の4点はかなり確かなものとしてあげることができる。第1は、人々の栄養

また、人口・栄養に関する新しい文献として次のものをあげておこう。W. Watson, A. Rosenfield, M. Viranaidya, K. Chanawongse の4氏によるもので広汎な問題をとりあげている。“Health, Population, and Nutrition: Interrelations, Problems, and Possible solution” World Population and Development: Challenges and Prospects, edited by Philip M. Hauser, Syracuse University Press, 1979 (pp. 145-173).

いずれにしても、栄養の問題は、その国の経済発展、社会開発、福祉と重大な関係をもっていることは誰にでもように理解することができる。たとえば、国民の大部分が栄養不良や栄養不足の状態にあると、肉体的、精神的発達に大きな影響を及ぼすことになり疾病に対する抵抗能力も低下し、同時に経済的生産活動能力も非常に低下する。病人や半病人が増加して経済発展がおくれることも当然であろう。今日の多くの開発途上国にあらわれる現象である。しかし、この栄養問題を人口との関係で、体系的に研究することは難しい問題である。

この栄養問題と人口現象との関係は、基本的には2つの分野があると考えられる。第1は、栄養不良あるいは栄養素欠乏は疾病率や死亡率を高めることになり、また栄養改善が国民にゆき渡ることが疾病率や死亡率を低下することになる。特に栄養は乳児や幼児の死亡率と密接な関係がある。死亡は、人口変動の1つの大きな要素である。したがって、人口学と深い関係があることはように理解されよう。もう1点は、出生率との関係である。特に、乳幼児死亡率が栄養改善によって低下してくると、やがて出生率が低下する可能性であるということである。これは、非常に重要な人口学上の問題である。もちろん、出生率の低下には非常に多くの社会的、文化的、経済的の要因があり、いずれの要因がどのように作用するかは、今日の人口学での最大の研究課題でさえあって、普遍的な理論はまだ形成されていない。ただ、少なくとも乳幼児死亡率が低下してくるということは出生率低下の1つの条件であることは、一般に承認されている。工業化、科学技術の進歩、高い生活水準が達成されていない農業社会、あるいは前工業化社会では、一般に出生率も死亡率も非常に高い。多くの子供を産むということと死亡率、特に乳幼児死亡率が高いということの間には、深い結びつきがあると思われる。

生まれた子供が無事成長し、親と一緒に働らき、親が老人になった時扶養してくれる子供をもつためには、たくさんの子供を生んでおく必要があった。何故ならば、乳幼児死亡率が高いため、生まれても次から次へと死亡していく危険性が高い。しかし、この乳幼児死亡率が栄養改善を通じてどんどん低下し、生まれた子供のほとんどすべてが無事成長してくれるようになってくると、そんなに多くの子供を生む必要はなくなってくる。そこに、出生率低下の1つの要因がみられる。もちろん、出生率の低下には、所得、教育水準、都市化、その他近代化の色々な要素が影響する。しかし、たとえば、乳児死亡率の低下が始まるとそれから何年間かおくれて出生率低下が始まるといった経験がみられる。プエルト・リコやチリーでは20年間（プエルト・リコでは1930年と1950年、チリーでは1909年と1929年の間）、スウェーデンでは15年間（1873年～77年から1888年～92年）、イギリス（United

---

がよくなることは出生率を増加させることにはならないという点であって、一般の人々にもまた政策担当者にも明確に理解せしめておく必要がある。第2点は、母乳は、生物学的にもアカデミックの世界においても、栄養と人口問題とがかかわりをもってくるもっとも意義のある“自然的技術”であること、いいかえれば母乳は乳児の栄養としてこれにまさるものはないということと、極めて有効な避妊手段であるということである。第3点は、社会における婦人の役割ということである。母親として養育者としての婦人は国民の健康状態の有力な決定者である。第4点は、栄養・人口関係を混乱させる技術の役割と技術自身がひきおこす諸問題の認識ということである。避妊の新しい技術に対する適応ということや同時に伝統的な母乳による授乳期間の延長の有意義といった問題である。

Kingdom) では10年(1901年から1911年)といった事例がみられる。アラン・バーグはこの点について次のように述べている。

“少なくとも子供の死亡率が非常に下がるということは、たとえそれ自身が十分な条件でないとしても、多くの人々が希望子供数を少なくしていこうとするようになる1つの必要条件である”(A. Berg, The Nutrition Factor, p. 34).

このように考えると、乳幼児死亡率の低下に影響を与える栄養の決定的役割、そしてそれが出生率の低下に間接的に影響してくることは、人口問題の根幹にふれる問題となってくることを意味している。特に、今日世界の発展途上国では大変な人口増加に悩んでおり、そのために出生率を引下げることによって多くの国々が全力をあげている。発展途上国では、いわゆる人口転換をどうすれば早く達成できるかが理論上も実践上も重大な課題となっている。日本が戦後において達成したような早い人口転換が実現出来ないかということである。人口転換(Demographic Transition)は人口革命(Demographic Revolution)あるいは人口動態革命(Vital Revolution)ともいわれるが、これは、出生率、死亡率と共に高いいわば多産多死の段階から、出生率、死亡率共に低い少産少死の段階に移り変わっていくことを意味する。

栄養改善が、発展途上国の死亡率特に乳幼児死亡率を低下させ、そして出生率低下をひきおこすことになるとすれば、栄養問題は人口問題解決のひきがねになるとさえ考えられる。

最近、発展途上国の栄養問題について注目すべき変化がおき始めている。人口増加のために食糧増産が必要なことはいままでもないが、この問題は中々よいことではない。それでこれと平行しながら、既存の食糧源である熱帯地域の豊富な果物を栄養の観点から見直して有効に活用しようという考え方である。人口問題に起因する栄養学的関心の増大として注目すべきであろう。

ここでは特に戦前から戦後における国民の栄養・食品摂取の改善と食生活の変化の歴史的経過と今日の転換期的性格を論じ、他方において国民の健康上新しい問題としての朝食抜きと中高年の有病率、死亡率を検討してみたい。このような観点から、日本人口の資質を向上させるためには栄養・食生活はどうあるべきかを検討する重大な曲り角にあることを指摘し、学際的関心を高めることがここでの本来の目的である。

## 2) 栄養・食生活の動向と転換期

### イ) 戦前における食料消費と栄養素摂取状況

戦前における国民の栄養状態は戦後における日本の発展との比較においてのみならず、開発途上地域の今日の栄養状態との比較にも有用であると考えられる。

ここで述べるまでもなく、戦前における日本人の食生活は米、麦に依存する自給農業を基礎としており、したがって特に米の増産は重要な政策であった。その結果として一方ではより多くの米を生産する傾向が高まり、他方においては麦、その他の穀類の消費量は減少した。しかし、肉類、魚介類、乳類卵類は表1に示した如く次第に増加を続けてきたことは注目すべきである。以上のような食糧消費の変化に対応して、栄養素摂取もまた表2に示した如く変化を示した。特に動物性たん白質は増加を続け明治44~大正4年の5年間の4.9%から昭和6年~10年の期間には11.4%と2倍以上増加を示した。しかし、穀類エネルギー比はこの間に殆ど変化を示していない。

戦前政府が行なってきた栄養改善対策をみると、それぞれの時期の特殊な問題に特徴づけられている。たとえば明治時代の中頃すなわち18世紀の後半から20世紀のはじめにおいては脚気対策が重要な関心であったし、また大正時代すなわち大正元年~大正14年のこの期間においては、栄養研究所、労

表 1 戦前における食糧消費量の変化

		1人1日当たりg		
		明治44～大正4年 (1911～1915年)	大正10～大正14年 (1921～1925年)	昭和6～昭和10年 (1931～1935年)
穀	類	474	500	481
	(米)	(358)	(391)	(385)
乳	類	3	6	8
卵	類	2	4	6
肉	類	4	6	6
魚	介類	10	22	28

備考：資料は日本学術振興会『国民食糧の現状』昭和14年2月食糧バランスシートから人当たり供給量を推算したものであるが消費量あるいは摂取量として用いている。

表 2 戦前における栄養素等の摂取量の変化

	明治44～大正4年 (1911～1915年)	大正10～大正14年 (1921～1925年)	昭和6～昭和10年 (1931～1935年)
エネルギー Kcal	2,114	2,308	2,181
たん白質 g	59.6	68.4	64.2
動物性たん白質 g	2.9	5.8	7.3
動物性たん白質比(%)	4.9	8.5	11.4
脂 肪 (g)	13.1	16.5	15.1
穀類エネルギー比(%)	76.9	74.3	74.3

備考：穀類エネルギー比＝穀類エネルギー／総エネルギー×100

動物性たん白質比＝動物性たん白質／総たん白質×100

資料は表1と同じ

働科学研究所が発足し又、栄養士養成を企図した栄養学校創立、糧友会、食養研究所等の設置があり、科学的研究の開始や食糧や栄養についての普及啓蒙が計られた<sup>4)</sup>。

以上のようにして国民の栄養改善のための政府の政策は発展してきたのであるが、しかし、戦時体制や戦争のためにこの進歩は途中で阻止された。つまり、戦中戦後の食糧不足から栄養状態は低下した。

#### ロ) 戦後における国民栄養の変化

国民栄養調査結果が示しているように戦後の初期においては、極端な食糧不足のため<sup>5)</sup> エネルギーおよびたん白質は基準量を下廻っていた。日本人は栄養が足りないという欠乏感に追い立てられてきたのである。それから30数年たった。その間日本は西欧社会の栄養水準に追いつけ、追いこせという政府や国民の悲壮な努力が払われみごとに成功した。政府の示した栄養所要量を殆ど満たすようになったのである。つまり、栄養水準が高まり、平均的には飽和状態に近づいたが、その反面国民の健康状態に新しい事実が明らかにされた。たとえば特に女性については献血不適(血液検査の結果12g/dl未満のもの)とされる者が5年前の47年と比較し、全般的に減少したとはいえ18～24歳で20%、25～

4) 高木和男著「社会栄養学」労働科学叢書、42、昭和51年3月労働科学研究所

5) 終戦当時の日本人の食糧事情についての外交文書が昭和54年8月20日各新聞に掲載された。これによると昭和20年暮から21年にかけての食糧危機はことその他きびしく、20年産米の収穫高は予想(750万トン)にくらべ28%減であった。明治42年以来の大凶作だったといわれている。

49歳で25~28%もみられる。また成人病を誘発する肥満者（皮下脂肪厚（上腕背部肩甲骨下部）が男40mm以上、女50mm以上のもの）が増加し、さらに肥満者には同時に高血圧者（最高血圧160mmHg以上か、最低血圧95mmHg以上のもの）が多いという結果がみられている（昭和52年国民栄養調査結果参照されたい）。

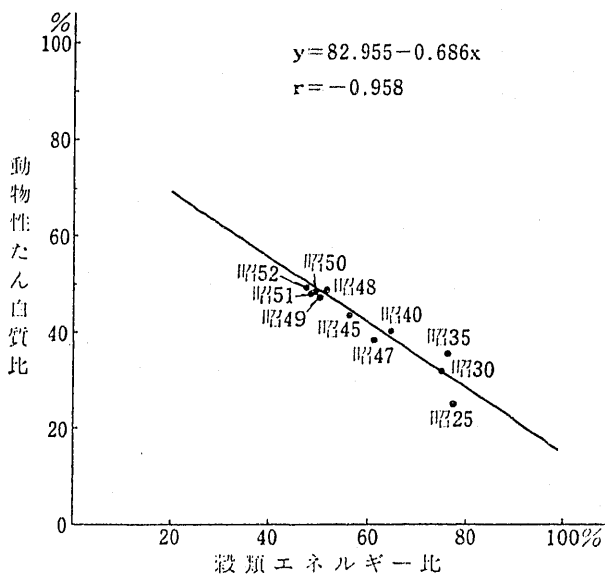
次に、ここでは2つの栄養比率の変化の傾向をとりあげてみたい(図1)。その比率は穀類エネルギー比（総エネルギーに占める穀類エネルギー）を動物性たん白質比（総たん白質に占める動物性たん白質）である。

昭和25年から最近までのこの2つの栄養比率の変化をみると、昭和25年の穀類エネルギー比は77%といった高い水準から低下傾向を示し、昭和49年以降大体50%前後の水準にある。ところで動物性たん白質比についてみると、昭和25年は25%と非常に低いがその後著しい増加がみられ昭和49年にはほぼ50%に達している。興味ある点は両者共に約50%といった同水準に合流したこの時期において、日本人の寿命が世界でトップレベルに達したということである。このことがただ偶然とはいええないものがあるように思われる。穀類エネルギー比が高い地域やそのような時代においては一般に動物性食品の摂取も少なく、反面において動物性食品を多くとっている地域や時代においては穀類エネルギー比が低いということは当然かも知れない。しかし、両者の比率が約50%という水準で一致したような栄養状態のあり方自体になんらかの栄養学上の意味があるのではなかろうか。しかし、この点についての科学的説明は今日なおなされていない。

次に、国際的にもこの2つの栄養比率に相当する数値を算出し比較してみた(図2)。

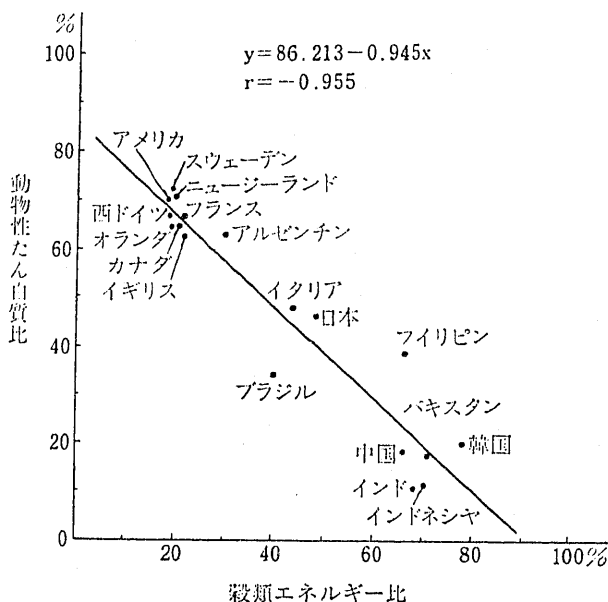
一般に、開発途上国では穀類エネルギー比が非常に高く、動物性たん白質比は低い、反対に文化水準の高い国では動物性たん白質比が非常に高く、穀類エネルギー比は非常に低いのである。他の国々と比較すると日本はほぼ中間に位置している。もし、歴史的に西欧諸国のように動物性たん白質比が非常に高く、穀類エネルギー比が非常に低くなるのが望ましいといえるならば、日本はまだまだその水準に達していないといえよう。しかし、図の左上に集中してい

図1 日本における年次別にみた2つの栄養比率



備考：資料は各年度国民栄養調査結果による。

図2 2つの栄養比率の国際比較



備考：資料は OECD「Food Consumption Statistics 1970—1975」及び FAO「Provisional Food Balance Sheets」ただし日本は「昭和52年度食料需給表」の数値を用いて算出したものである。

るイギリス、フランス、ニュージーランド、オランダ、カナダ、西ドイツ、アメリカ、スウェーデンのような栄養比率をもった栄養状態になることが望ましいようには考えられないのである。日本人の食生活、栄養状態は現在曲り角にきているが、これからの食生活の進路を仮りに3つの方向で考えてみると、第1は西欧諸国なみの水準に向っての前進、第2はふみとどまって現状を維持する、第3は逆戻りをすることである。第3の方向は賛成出来ないとして第1か第2の途のどちらかを選択するかは、これからの国民的課題だといえよう。

最後に新しい問題点や課題についてのべておこう。

「日本人は豊かな食生活の中で、現在の食生活でよいのか」と国民1人1人が積極的に考えてみる時期にあるとあってよいであろう。

米国、ノルウェー、スウェーデンで新しい栄養政策が展開され、注目を集めていると言われるが、日本においても今回（昭和54年8月30日）公衆衛生審議会栄養部会より新しい日本人の栄養所要量（昭和55～60年迄を想定した指標）が厚生大臣に答申された。これによると、運動不足による肥満化の傾向が強まっている事を指摘し、栄養の過剰摂取を抑制する方向を強く打ち出しているのである。

日本人の今日までの栄養改善の発展過程から考えると優等生であったといっても過言ではない。しかし、そこにはまた新しい色々な問題がでてきた。今後どのような食生活パターンが望ましいかといった新しい方向をさがし求めなければならない。食生活は特に土地柄つまり、個々の地域の特殊性、個性がある。まして日本人全体についてみれば、西欧人とはその食生活パターンは根本的に異なっている。西歐的食生活の良い所、悪い所、そして日本的食生活におけるの良い所、悪い所もあるが、問題は日本的個性のある食生活のよい点を維持しながら、日本人の食生活パターンを作りあげていくことが今後の大きな課題であろう。

### 3) 人口移動と食生活—移動要因の計量的分析

食生活を決定する要因は、極めて複雑多岐にわたっている。地域的特性、伝統的食習慣、男女年齢の生物的属性、都市化、教育水準、職業、所得水準等極めて多くの要因が考えられる。しかし、人口移動という人間の行動と食生活との関係については、今日までほとんど研究されていない。

筆者のここ十数年にわたる特別な関心は、このような人口変動と食生活との関係にあった。しかし、人口変動といっても基本的には出生、死亡の人口動態から人口の地域間移動の広範囲にわたっている。筆者は、このような人口変動の中で特に対象としてとりあげたのは人口移動であって、移動という人間の社会的行動を軸として食生活との関連、結論的にいえば移動という人口学的行動の結果としての生活環境の変化を通じて食生活にどのような影響が生ずるであろうかという課題である。このような課題をとりあげるに至った理由は次の如くである。

それは、人口移動が未だかつて例のない全国的な大規模のものになってきたという事実である。昭和30年代にはいって日本の高度経済成長が始まり、それと共に全国的な人口移動、特に農山村や小都市から大都市に向かっての移動が1年ごとに激化し、都市化が急速に進行した。その結果として、移動経験をもつ人口の総人口に占める割合が急激に増大していくことが明らかになるにともなって、移動経験者の生活、特に食生活になんらかの影響があるとすれば、それは全国的な規模の影響をもつ可能性があると考えざるをえない。

人口移動の地域基盤が全国土に拡大するに至ることは、社会変動の重要な1つの要因として考えられるが、移動によって食生活に変化が生ずるとすれば、それは社会変動に対する人口の適応行動の1つの側面としてとらえることができる。食生活を単純に栄養問題としてではなく、社会変動の中で検

討してみようというのが筆者の基本的立場である。

### 要 約

移動が食生活変革の契機であることを立証するにあたって基本的に重要なことは、単に移動経験者のみを対象とすることなく、移動経験のない者（定着者とよぶ）との比較が必要である。さらに、また移動自体をいくつかの質的に異なったパターンに区分することも必要となってくる。たとえば、ある農村から隣村への移動者と農村から大都市への移動者とでは食生活に与える影響は異なってくるであろう。人口移動の地域パターンのみならず、さらに移動人口の男女、年齢、職業（労働の種類）学歴程度、世帯構造等きわめて多くの人口学的属性をも考慮しなければならないであろう。いいかえれば、食生活の人口学的アプローチといった立場が筆者のとってきた研究姿勢である。

以上のような問題意識のもとで、次の3つの仮説を設定した。

- (1) 移動経験は食生活における適応性向に影響を与える。移動経験のない者より、移動経験者がより鋭敏な適応を示す。
- (2) 同じ移動者であっても、移動経験が長く環境の違いが強いほど食生活に対する適応性向が大きいであろう。
- (3) 都市人口規模すなわち都市化度の違いが食生活の適応度に差異をもたらす。

これらの仮説を検証するために県あるいは市町村を単位としたかなり大規模のサンプリング調査を行ってきた。筆者が行なった第1回調査は昭和35年、最新のものは昭和51年調査である。その間16年間にわたり6回の実態調査を行なった。

我々の主食パターン選択行動に影響をおよぼす要因は極めて複雑である。職業、学歴程度、収入、世帯の構造、地域社会の特性、家庭の食事経歴あるいは食習慣、生活様式、マス・コミの活動、居住地域の変化など多くの要因が重複しあって、現実の食行動を決定している。しかし、その中で移動による生活環境の変化が主食パターン選択行動に大きな影響を与えていたことが明らかになった。

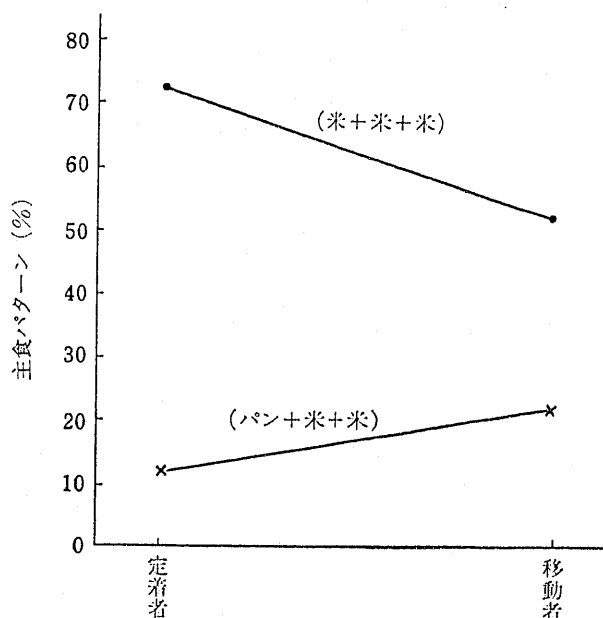
最新の昭和51年調査結果を用いて要約すると次の如くである。

(1) 移動経験者の3食米飯パターン率は、定着者のそれよりも低い。朝パン食・昼夕米飯パターン率は、3食米飯パターン率とは反対に、移動経験者において高く、定着者は低い（図3参照）。

(2) 以上の基本的傾向は、年齢、職業、学歴別にみても変わらない。いいかえれば、移動経験者の主食パターン選択への適応性が定着者よりも鋭敏であるという特徴が例外的でないことを立証したものである。

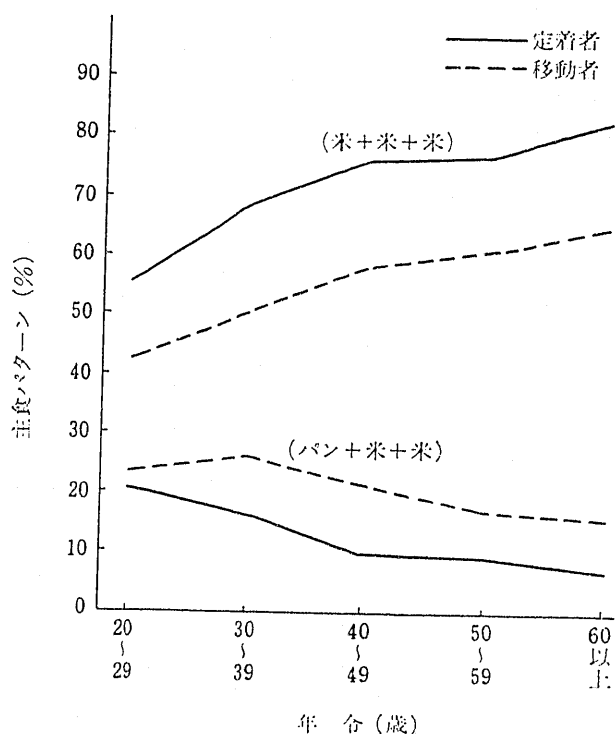
年齢、職業、学歴別にみた主食選択にはそれぞれの傾向があり、その傾向の中で移動経験者と定着者との間において明確な差異があらわれ

図3 定着者・移動者別主食パターン分布



備考：定着者とは、現住地、出生地、義務教育終了地、最終学校卒業地、結婚した場所、仕事についた場所が生涯を通じてすべて同一の者。移動者とは、上記にあげた場所が1つでも異なる者。

図4 年齢別、定着者・移動者の主食パターン分布



ている。たとえば、年齢では高い年齢ほど3食米飯パターン率が高いという傾向、職業でみると農業ならびにその他自営業者においては3食米飯パターン率が高く、専門・技術・管理・事務職等において低いという傾向がみられた。また学歴では学歴程度が高くなるにしたがって3食米飯パターン率が低くなるという傾向がみられた。しかし、以上のいずれの属性においても移動経験者と定着者別にみると3食米飯パターン率は前者において低く、後者において高いという傾向が維持されている。朝パン、昼夕米飯パターン率は、3食米飯パターン率とは反対の傾向が移動経験者と定着者との間に明確にみられる(図4参照)。

(3) 地域特性による主食選択傾向も認められる。一般に、大都市等の都市化の著しい地域での3食米飯パターン率は、都市化のおくれている農村地域のそれよりも著しく低い。また、反対に朝パン・昼夕米飯パターン率は大都市地

域で高く、農村地域で低い。このような主食パターン選択における地域特性の中においても、移動経験者と定着者はあきらかに異なる適応状態を示している。すなわち、大都市への移動経験者の3食米飯パターン率は、大都市生まれの定着者のそれよりも低く、また農村県への移動者の3食米飯パターン率は、当該農村県生まれの定着者のそれよりも低い。それぞれの環境に特徴的な主食パターン選択に移動者は対応した適応を示している。移動地域の都市化の影響の存在を無視することはできないと同時に、移動すなわち生活環境変化という条件の主食パターン選択に対する適応性が定着者と異なっているという事実に着目する必要がある。

次に主食パターン選択要因の定量的分析を試みた。

いくたの調査を通じて、移動という居住地の変化が主食パターンの選択行動に影響を与えることはきわめて明らかとなった。しかし、主食パターンの選択行動に影響を与える要因はきわめて多く、複雑であると予想されるだけに、移動経験の影響は立証できたとしても、その大きさを知ることはできない。そこで、筆者はその影響度を定量化してみることを試みた。基礎データは表3の通りである。調査対象の属性別に3食米飯者の割合を示した。年齢、移動、学歴、職業はいずれも3食米飯者割合に影響を与えている。

次に林の外的基準のあるばあいの数量化理論I類の方法<sup>6)</sup>を用い、外的基準に3食米飯パターン率をとり、それに影響を及ぼす要因として、年齢、移動、学歴、職業の4つをとりあげた。これらの要因と3食米飯パターン率との関係を重相関係数でみると総数では0.407であってそれほど高い値ではないが、この種の解析においてはかなりあてはまりがよいと考えられる。さらに年齢別に重相関係数をみると20~29歳では0.300でもっとも低い値を示し、40~49歳では0.443でもっとも高い値を示し

6) 安田三郎著『社会統計学』1969年丸善株式会社、林知己夫、村山孝喜著『市場調査の計画と実際』1964年日刊工業新聞社、林知己夫他著『情報処理と統計数理』1970年産業図書。



表 3 個人の属性別 3 食米飯者の割合

属 性				総 数	3 食米飯者 (%)
年 齢					
1	20	~	29	831	407 (49.0)
2	30	~	39	1,451	852 (58.7)
3	40	~	49	1,628	1,103 (67.8)
4	50	~	59	939	694 (70.2)
5	60	≦		745	552 (74.1)
地 域					
1	3 大 都 市 圏 居 住 者			2,592	1,345 (51.9)
2	地 方 圏 居 住 者			3,052	2,263 (74.1)
移 動					
1	3 大 都 市 圏 から 3 大 都 市 圏 へ			661	302 (45.7)
2	地 方 圏 から 3 大 都 市 圏 へ			885	404 (45.7)
3	3 大 都 市 圏 から 地 方 圏 へ			152	78 (51.3)
4	3 大 都 市 圏 定 着 者			1,046	639 (61.1)
5	地 方 圏 から 地 方 圏 へ			977	641 (65.6)
6	地 方 圏 定 着 者			1,923	1,544 (80.3)
学 歴					
1	小	・	中	2,921	2,244 (76.8)
2	旧	中	新 高	1,717	983 (57.3)
3	高	専	大 学	1,006	381 (37.9)
職 業					
1	農 林 漁 業 関 係			798	734 (92.0)
2	生 産 ・ 運 輸 関 係			1,340	984 (73.7)
3	事 務 ・ 技 術 ・ 専 門 ・ 管 理 関 係			2,161	1,194 (55.3)
4	販 売 ・ サ ー ビ ス 関 係			1,345	693 (51.5)

表 4 林数量化理論 I 類による年齢別重相関係数

	サンプル数	重相関係数
総 数	5,644	0.40704
20 ~ 29 歳	831	0.30096
30 ~ 39 歳	1,451	0.34869
40 ~ 49 歳	1,628	0.44339
50 ~ 59 歳	989	0.40755
60 歳 以 上	745	0.39407

備考 外的基準 = 3 食米飯率とした場合

た。しかし、各年齢の重相関係数の差はそれほど大きくない (表 4 参照)。

次に 3 食米飯パターン率に対して各要因の寄与の程度を偏相関係数でみた。総数でみると学歴がも

っとも大きな偏相関を示し、次いで移動の 0.179, 職業 0.168 の順位であるが、この 3 つの要因は、ほぼ類似した寄与の程度を示した。ここで予想外であったのは年齢の寄与の程度であって、偏相関係数 0.074 と低値である。年齢の寄与の程度がこのように低い理由として、この要因は生物学的なものであって、それ自体が主食パターンの選択行動に影響を与えることはきわめて少なく、現実には年齢に結合している学歴、職業といった社会的、経済的、文化的要因が主食パターン選択行動に直接影響をもたらしているものと考えられる。いかえれば、単純な生物学的年齢としてではなく、年齢の社会性といった側面に着目する必要がある。

そこで、年齢をはずして偏相関係数を求めると、それぞれの年齢グループの社会経済的特性による注目すべき差異がみとめられる。20～29歳グループは移動率の高い年齢層であるだけに移動が主食パターン選択に対して、特に高い寄与を示すが、学歴、職業のそれは著しく低い。30～39歳の年齢層においても移動の寄与の程度がもっとも高いが、学歴の寄与が移動のそれに近い水準にある点において20～29歳グループとは異なっている。30～39歳年齢層では移動と共に学歴が重要な要因としてあらわれてくることが注目される。この傾向は40～49歳および50～59歳において一層明確にあらわれてい

表 5 林数量化理論 1 類による年齢別偏相関係数

年 齢 別	サ ン プ ル 数	偏 相 関 係 数
総 数	5,644	
年 齢		0.07463
移 動		0.17934
学 歴		0.19322
職 業		0.16808
20 ～ 29歳	831	
移 動		0.21767
学 歴		0.12448
職 業		0.11737
30 ～ 39歳	1,451	
移 動		0.20698
学 歴		0.18116
職 業		0.13904
40 ～ 49歳	1,628	
移 動		0.17550
学 歴		0.23037
職 業		0.18926
50 ～ 59歳	989	
移 動		0.16979
学 歴		0.23136
職 業		0.15999
60 歳 以上	745	
移 動		0.15800
学 歴		0.16692
職 業		0.21643

備考 外的基準 = 3 食米飯率とした場合

る。40～49歳グループでは、学歴の寄与が最大となり、次いで職業、移動はかなり低い水準に低下している。いいかえれば、このような中高年齢層では、学歴の水準が3食米飯パターンの選択行動に対してもっとも高い寄与を示している。60歳以上の高年齢グループでは移動、学歴の寄与が低く、職業がもっとも高くなっている。この年齢層の社会経済的特性を反映していると考えられる（表5参照）。

表 6 林数量化理論 I 類による学歴別重相関係数

学 歴 別	サ ン プ ル 数	重 相 関 係 数
小・中 卒	2,921	0.32931
旧中・新高卒	1,717	0.27424
旧高専・大学卒	1,006	0.23562

備考 外的基準=3食米飯率とした場合

表 7 林数量化理論 I 類による学歴別偏相関係数

学 歴 別	サ ン プ ル 数	偏 相 関 係 数
小・中 卒	3,921	
年 齢		0.08291
移 動		0.18044
職 業		0.20134
旧中・新高卒	1,717	
年 齢		0.07334
移 動		0.19665
職 業		0.14888
旧高専・大学卒	1,006	
年 齢		0.05375
移 動		0.20289
職 業		0.07734

備考 外的基準=3食米飯率とした場合

次に学歴の水準別にみた重相関係数（表6）および偏相関係数（表7）の計算を行なった。学歴が高いほど重相関係数は低くなる。別の言い方をすれば、学歴が低いほど年齢、移動、職業の要因により3食米飯パターン率を説明する力が大きい。学歴別に偏相関係数をみると小・中卒の低学歴層では、職業がもっとも高く、ついで移動が高い。しかし、旧中・新高卒の学歴では移動の寄与の程度がもっとも大きい。旧高専・大学卒の高学歴層では、移動がもっとも大きい寄与の程度を示した。また、年齢、職業ともに著しく低いことが注目される。どの学歴グループにおいても年齢の寄与がきわめて低いことがここでもあらわれている。

以上の定量的分析結果から特に有意義であったのは次の点である。今まで一般に予想されていなかった移動要因が他の社会的、経済的、文化的要因に劣らず主食選択行動に影響力をもっているという事実が定量分析結果からも明らかにされた。以上のことを要約すると次の如くである。

1. 3食米飯パターンは、移動経験の有無と密接な関係がある。移動経験のない定着者に比較して、移動経験者の3食米飯パターンの割合は低い。

また、年齢、学歴、職業等の属性を考慮に入れても移動経験者にみられる3食米飯パターン選択傾向は変わらない。

2. 3食米飯パターンと年齢、移動、学歴、職業の3つの要因との関係を見るために、外的基準のあるばあいの(3食米飯率を外的基準とした場合)林の数量化理論I類による分析を行なった。

結果は次の通りである。

(1) 4つの要因によって3食米飯パターン選択に対し、相当程度の影響力を説明することができる。

(2) 移動、学歴、職業の寄与の程度がほぼ同水準にある。

(3) 年齢の寄与の程度は予想外に弱い。

(4) 年齢別にみると、若い年齢層では移動、中高年層では学歴、職業の寄与の程度が注目される。

(5) 学歴別にみると、小・中卒では職業、次いで移動が、旧中・新高卒および旧高専大学卒では移動がもっとも寄与している。

#### 4) 朝食抜き傾向と栄養状態

食生活と栄養との関係に最近注目されるのは朝食抜きの傾向が増大しているということである。特に中高校生の「朝食抜き」グループの増加傾向についても、社会問題としてとりあげられている。この現状について考察してみよう。

欠食、特に朝食抜きの主食パターンが都市生活をしている若い年齢層において急速に普及している。かつては病気で医者による指示がない限り、朝食を抜くということは一般にはなかった。このような朝欠食パターンが増大してきていることは、栄養問題を中心として健康上重要な問題であると思われる。欧米の社会でもこのような朝欠食パターンが増大して社会的問題となった例はないように思われるだけに、日本人の食生活におけるこのような変化において、特に若い年齢層に多いことは栄養・健康といった観点からみた国民的影響について留意する必要がある。

すでに、欠食が貧血および肥満の1つの原因となることが1部において指摘されているが、この欠食の社会的背景に関する調査研究、健康におよぼす影響についての分析もなお極めて不十分であると考えられる。欠食は、国民的主食パターンの問題の一環としてその動向とその社会的背景についての細かい調査とこれにもとづいた臨床的診断による研究が早急に行なわれなければならない。

ここでは、欠食の現状とその社会的、経済的、地域的分布の現状の紹介を中心として若干の社会的背景を考察することとしよう。前述の如く欠食についてのこれらの調査結果は極めて少ない。ただ、幸いにして人口問題研究所が昭和51年6月に行なった全国的サンプルによる「地域人口移動に関する調査」には主食パターンに関する調査が含まれており、その主食パターンの1つとして朝欠食(ここで欠食というのは、朝欠食で昼米飯、夕米飯の組合せのみである)パターンが区別されている。調査対象者は男女を含め7,691名であり、かつ全国からのサンプル抽出によるものであるため、国民的な主食パターンの特徴をとらえることができる。ここでは主として、この調査結果を利用しながら、朝欠食問題を考えることとする。

##### イ) 主食パターンの分布

ここでの主食パターンは、前に述べた通り朝・昼・夕の1日3食の主食の種類を組合せを基礎として7つに区分されている。1日3食の主食を朝・昼・夕に分離しないで、3食の組合せによるパターンで区分したことに特徴がある。

それは人間の食生活は少なくとも1日3回の食事を1つのサイクルとして考えているとみられるか

らである。朝食でかなり充実した食事をする場合には、昼は軽いものにするとか、朝・昼は軽食であるから夕食は量、質共に豊かなものにするといったように、1日3回の食事でもって栄養的にも食欲の充足の上においてもある程度完結するように仕組まれていると考えることができよう。そこで、この3食の組合せの7つのパターンを示すと次の如くである。

	朝食	昼食	夕食
1.	米飯	米飯	米飯
2.	米飯	めん	米飯
3.	米飯	パン	米飯
4.	パン	米飯	米飯
5.	欠食	米飯	米飯
6.	穀類以外	米飯	米飯
7.	その他の組合せ		

以上の7つのパターンの全国分布をみると次表の通りである。男女合計についてみると、3食米飯パターンをとるものの割合は全体の62.3%でもっとも多い。これは私共の常識からも予想されることである。次いで多いのは朝パン食、昼・夕米飯パターンで16.7%となっている(表8)。

表8 主食パターンの分布

主食パターン別	総 計		男		女	
	実 数	割合(%)	実 数	割合(%)	実 数	割合(%)
朝・昼・夕						
(1) 米+米+米	4,788	62.3	4,198	64.2	590	51.4
(2) 米+めん+米	422	5.5	367	5.6	55	4.8
(3) 米+パン+米	300	3.9	220	3.4	80	7.0
(4) パン+米+米	1,285	16.7	1,074	16.4	211	18.4
(5) 欠食+米+米	435	5.7	358	5.5	77	6.7
(6) 穀類以外+米+米	40	0.5	32	0.5	8	0.7
(7) そ の 他	396	5.1	271	4.1	125	10.9
不 詳	25	0.3	24	0.4	1	0.1
総 計	7,691	100.0	6,544	100.0	1,147	100.0

資料：厚生省人口問題研究所，昭和51年度実地調査「地域人口移動に関する調査報告」

しかし、3食米飯パターンとの開きは著しい。第3位以下のパターンもこの朝パン食パターンに比較して、その3分の1あるいはそれ以下の低水準で著しい差がみられる。たとえば、昼めんパターン(朝・夕米飯)は5.5%といった水準であり、昼パンパターン(朝・夕米飯)は3.9%にすぎない。

ここでの課題である朝欠食パターンについてみると5.7%となっており(朝欠食パターンは昼・夕が米飯である組合せに限っているので、他の主食との組合せも含めれば若干この数字よりふえることが考えられる)、昼めんパターンよりも多くなっていることが注目される。ここでは朝欠食だけをとっており、昼・夕食の欠食はふくまれていないが、欠食という場合は朝欠食者が大部分であることが推測される(昭和52年国民栄養調査結果では朝欠食者は約10%、昼欠食約4%前後、夕欠食約2%前後である)。

過去において何回か朝欠食者についての調査を部分的な地域において行なったことがあるが、極め

て朝欠食者の数は少なかった。今回の全国調査の結果からみて近年において急に朝欠食パターンが増加してきたものと思われる。

この朝欠食パターンを男女別にみると、男の5.5%に対して女では6.7%とかなり高くなっている。

しかし、いずれにしても、朝欠食という今までにみられなかった主食パターンが、昼めんパターンよりも多いといった1つの独立したパターンとしての大きさを持ってきたことは特に見逃すことのできない重要な食生活の問題である。

ロ) 朝欠食パターンは未婚者に多い

主食パターンの分布において特に注目すべきは、結婚しているか独身であるかどうかという配偶関係上の違いの影響である。調査対象全体についてみると、有配偶者の家庭では65.5%が3食米飯パターンをとっているのに対して、未婚者ではわずか37.9%にすぎず、反面において朝欠食パターンは有配偶者では3.6%にすぎないのに対して、未婚者では21.3%という高い割合を示している。有配偶者では朝欠食パターンのものは100人の中で4人未満であるのに対して、未婚者では100人のうち21人と著しく多い。つまり、未婚者では5人に1人は朝欠食パターンをとっているということである。

しかし、このような朝欠食パターンを男女別にみると、その違いはさらにはげしく、未婚の男において異常に多く27.4%にも達しており、未婚の女子では12.8%にすぎないのであって、未婚の男子の半分以下である。未婚の男子では3食米飯パターンのものが42.3%であるのに次いで、朝欠食パターンが27.4%で第2位の重要な主食パターンとなっていることが注目される。

他方、女子の特徴は、未婚者の3食米飯パターンが男子の未婚者よりもさらに少なく32%にすぎないことと、次いで多いのは朝欠食パターンではなくて朝パン食パターンのものとなっている。朝パン食パターンのものは24.3%で、朝欠食パターンはその約半分の12.8%である。

男子の未婚者の30%に近いものが朝欠食パターンをとっていることは驚くべき事実と言わざるをえない。女子の未婚者でも朝欠食パターンが13%に近いということ、これに朝パン食パターンの24.3%を合計すると37%となり、3食米飯パターンの32%よりも多いということも、男子の未婚者の食生活パターンと共に注目すべきであろう。男子未婚者の場合においては朝パン食と朝欠食パターンの両者のパターンの割合は、女子の場合とはほぼ反対になっているが、両者を合計すると42.3%となり、3食米飯パターンの者の割合と同じ水準になる。

表9 年齢別にみた朝欠食パターン分布

年 齢 別	欠食パターン割合(%)
20歳未満	10.3
20～24歳	24.8
25～29歳	14.7
30～34歳	5.9
35～39歳	5.8
40～44歳	3.3
45～49歳	3.0
50～54歳	2.5
55～59歳	2.3
60～64歳	1.7
65歳以上	1.6

資料：前表と同じ

ここで男女別にみた特徴を再びみると、男子未婚者では3食米飯パターンに次いで朝欠食パターンが第2位の重要な位置を占めているのに対して、女子の未婚者では3食米飯パターンに次ぐ重要なものは朝パン食パターンになっている点である。

ハ) 朝欠食パターンは若い人口に多い

前項で述べた通り、朝欠食パターンが未婚者に多いことは、若い年齢層に多いことを示唆している。そこで年齢別に朝欠食パターンの割合の分布をみると、20～24歳層においてもっとも多く25%となっており、この年齢層の人口4人に1人は朝欠食パターンをとっていることになる。

次いで、25～29歳層で高く15%、さらに20歳未満で10%となっており、30歳以上の年齢層においては6%以下で、年齢の増大にともなって規則的に低下している(表9)。

さらにここでは国民栄養調査結果から朝食抜きの状況のみを男女・年齢別，農家・非農家世帯別，地域別，職業別ならびに収入階級別にその年次的変化をみると表10～14に示した如くである。

朝食抜きを全体としてみると，年次によってかなり著しい差がみられる。しかし，前述の如く男女共に15～19歳および20～29歳で29%と著しく高くなっていることが注目される。女子ではこれらの2つの年齢群の間の開きは小さいが，いずれも20%前後の高水準にある。地域の人口規模別にみると，大都市で朝食抜きのものはもっとも高く，次いで15万以上の都市である。しかし，人口5万～15万都市では48年以降減少傾向がみられ，昭和51年では，他のいずれの地域よりも低くなり，町村の10.0%よりも少なく，8.2%と低下していることが注目される。職業別にみると高校以上の生徒学生がもっ

表10 男女年齢別朝食欠食者分布—昭46～52年—

(%)

年齢別	昭和46年	昭和47年	昭和48年	昭和49年	昭和50年	昭和51年	昭和52年
(男)							
総数	13.9	12.0	18.3	10.9	10.9	12.0	12.5
15～19	16.1	16.0	21.4	16.8	15.7	17.9	20.8
20～29	22.3	20.5	32.7	23.8	23.4	27.2	29.1
30～39	15.0	11.7	17.5	14.6	14.3	14.4	15.4
40～49	12.3	9.5	14.7	8.7	8.3	10.3	10.8
50～59	10.1	7.9	11.5	8.7	7.6	8.1	7.9
60≤	6.6	5.3	9.4	3.7	5.2	4.9	5.9
(女)							
総数	12.2	11.2	14.7	8.5	9.3	10.6	9.6
15～19	19.1	19.4	24.0	17.0	18.1	21.0	17.2
20～29	21.4	17.9	26.1	16.5	17.6	20.2	18.9
30～39	10.4	9.8	11.0	7.1	8.4	9.6	8.9
40～49	8.9	8.2	10.4	6.6	8.3	9.2	10.1
50～59	7.4	7.2	10.5	7.1	6.8	8.4	7.1
60≤	6.9	6.3	8.8	4.3	6.2	5.7	6.2

資料：国民栄養調査結果よりまとめた。

備考：昭和46年度は5日間調査，昭和47年以降は3日間調査である。調査期間中1日1食でも欠食したものは欠食者とした。なお欠食者の調査については昭和46年より実施されている（昭和41年にも1部含まれている）。

表11 世帯業態別朝食欠食者分布—昭46～52年—

(%)

世帯業態別	昭和46年	昭和47年	昭和48年	昭和49年	昭和50年	昭和51年	昭和52年
農家世帯平均	8.1	6.5	9.3	6.4	6.5	8.0	7.3
専業世帯	8.2	4.7	6.5	4.8	5.9	5.4	4.7
兼業世帯	7.6	} 7.4	11.1	7.1	6.7	9.1	8.4
その他の農家世帯	10.0						
非農家世帯平均	13.2	11.1	15.7	10.3	10.8	11.9	11.8
自営業者世帯	14.5	11.4	15.9	10.7	12.2	12.2	12.0
常用勤労者世帯	13.0	10.9	15.1	9.9	10.2	11.3	11.4
日雇労働者世帯	9.0	8.2	14.6	11.1	10.6	15.5	9.0
その他の消費者世帯	12.3	14.3	21.7	13.2	13.5	16.8	15.9

資料：前表と同じ

表12 地域別朝食欠食者分布—昭46~52年—

(%)

地 域 別	昭和46年	昭和47年	昭和48年	昭和49年	昭和50年	昭和51年	昭和52年
大 都 市	15.9	13.0	16.7	13.8	12.8	15.4	14.5
人口15万以上の市	13.8	11.1	15.2	11.2	9.3	12.0	11.3
人口5~15万の市	11.1	8.7	14.4	10.3	11.1	8.2	11.4
人口5万未満の市	9.2	11.5	11.8	9.2	8.8	11.8	8.5
町 村	9.7	7.7	13.0	9.1	7.9	10.0	9.0

資料：前表と同じ

表13 職業別朝食欠食者分布—昭46~52年—

(%)

職 業 別	昭和46年	昭和47年	昭和48年	昭和49年	昭和50年	昭和51年	昭和52年
常 用 勤 労 者	14.5	13.9	20.7	13.7	14.1	14.1	16.8
日 雇 労 務 者	12.4	6.0	16.1	9.4	9.3	11.9	9.8
勤 労 職 員	17.5	15.1	20.6	15.6	14.4	17.4	15.4
自 営 業 者	14.4	12.1	17.1	11.3	13.7	14.6	15.8
農 林 漁 夫	4.4	3.6	6.9	6.1	3.8	3.9	3.6
自 由 業 者	12.0	15.4	16.2	6.6	16.6	16.4	16.9
小中学校児童生徒	9.1	6.5	8.2	4.2	4.7	5.9	5.4
高校以上の生徒学生	20.4	19.9	24.0	19.8	19.6	23.7	22.5
家 事 従 事 者	10.1	8.3	11.9	6.3	7.8	8.5	8.1
無 職	10.6	7.9	11.0	7.2	7.3	7.5	6.6

資料：前表と同じ

表14 収入階級別朝食欠食者分布—昭46~52年—

(%)

収 入 階 級 別	昭和46年	昭和47年	昭和48年	昭和49年	昭和50年	昭和51年	昭和52年
5,000円未満	10.2	} 3.8	9.9	9.0	13.6	8.6	7.3
5,000~9,999円	10.0		12.5	8.9	8.2	7.7	9.1
10,000~14,999円	10.4	3.7	13.1	7.3	8.5	9.4	8.3
15,000~19,999円	12.8	4.1	16.3	10.2	10.3	11.6	11.2
20,000円以上	15.5	4.0					

資料：前表と同じ

とも高く、昭和51年では24%となっている。いいかえれば高校以上の生徒学生の4人に1人は朝食抜きであるということになる。

次いで、勤労職員(17%)、自由業者(16%)となっている。農林漁夫(3.9%)と小中学校児童生徒(5.9%)がもっとも低くなっている。高校生、大学生といった若い年齢時の栄養状態が中高年になって望ましくない影響をもたらすことも考慮する必要がある。

ニ) 定着者よりも移動経験者において朝欠食パターンは多い

以上(表10~表14まで)国民栄養調査結果より欠食者について述べてきたが、ここでは前述の人口問題研究所昭和51年度実施調査結果を用い考察してみよう。

出生地で生まれてから現在まで移動したことの無い者と移動経験のある者によって、食生活パターンが異なっていることは十分予想されることである。朝欠食パターンも両者の間に大きな開きが見ら



れる。

定着者では朝欠食パターンをとるものが3.7%にすぎないのに対して、移動経験者では7.6%で2倍以上になっている。しかし、男女別にみると定着者でも移動経験者でも女子において高く、定着者では男子3.5%に対し、女子は5.2%、移動経験者では男子の7.5%に対して、女子は8.2%になっている。

朝欠食パターンの水準そのものは高くないが、前述の通り両者の間に大きな開きがみられる。

ホ) 移動経験者の若い年齢層で朝欠食パターンが多い

定着者と移動経験者の間には前項で述べた通り、朝欠食パターンの割合に差があるが、さらにこの定着者と移動経験をそれぞれ年齢別に区分してみると、朝欠食パターンは移動経験者の若い年齢層においてもっとも高い。

すなわち、20～24歳の移動経験者では28.5%が朝欠食パターンをとっている。次いで25～29歳が14.8%と高い。同じく20～24歳層でも定着者では15.7%で定着者のその他の年齢層に比較してはこの年齢層でもっとも高いが、同じ年齢層の移動経験者に比較するとほとんど半分に近い低水準になっている。

ここで注目すべき点は、若い年齢層と移動の経験という2個の要因の朝欠食パターンへの影響である。すなわち20～24歳という若い年齢のもっている特徴が欠食パターンを最高水準に高める要因になっている。また同じこの20～24歳層の中でも移動経験者の朝欠食パターンの割合が移動経験のない定着者のそれのほとんど2倍という高水準に達しており、若い年齢であるということと移動という経験の主食パターンへの強力な影響に留意すべきであろう。

へ) 同じ移動経験者でも大都市圏移動経験者で朝欠食パターンが多い

同じ移動経験者であっても移動経験地域のいかんによって、主食パターン選択への影響が異なっている。朝欠食パターンについても同様である。

たとえば、大都市圏の移動者と地方の間を移動した経験者とは朝欠食パターンをとるものの割合が異なっている。大都市圏の移動者という場合、ここでの調査では大都市圏間移動者と大都市圏と地方間移動者とに区分してその差異を検討した。

大都市圏に関連するこの2つの移動経験者では、各主食パターンの水準は大都市圏間移動者の方が大都市圏と地方間移動経験者よりも若干強い反応を示しているが、その差はあまり大きくない。

たとえば、朝欠食パターンでは前者の8.2%に対して後者では8.0%となっており、朝パン食パターンでは前者の26.0%に対して、後者は23.5%、3食米飯パターンは前者の44.4%に対して、後者は49.0%というようになり、大都市圏間移動という移動パターンにおける都市化度が大都市圏と地方間の移動経験者のそれよりも一層強い影響をあらわしていることを示唆している。

都市化の低い地方間移動経験者では、単に3食米飯パターンが著しく高く(70.6%)、朝パン食パターンが著しく低い(11.4%)といった特徴と同時に朝欠食パターンの割合も、前者の移動経験者に比較して著しく低く5.8%となっている。

ト) 教育程度の高い者において朝欠食パターンが多い

教育程度を初等教育程度(義務教育終了者)、中等教育程度(旧制中学、新制高校卒業)、高等教育程度(旧制専門学校、短期大学以上を卒業)に区分して朝欠食パターンをみると、初等教育のみのもものでは3.2%にすぎないのに対して、中等教育では8.8%、高等教育では8.0%となっており、初等教育とそれ以上との間に著しい開きがみられる。また、移動経験の有無別にみると、中等教育の移動経験者の朝欠食パターンが10.1%でもっとも高い。

チ) 販売サービス業従事者において朝欠食パターンがもっとも多い

職業別に朝欠食パターンの割合をみてみよう。職業を農林漁業関係従事者、生産・運輸関係従事者、販売サービス業関係従事者、事務・技術・専門・管理関係従事者の4種類の職業別分類でみると、農林漁業関係従事者でもっとも少なく0.5%であるのに対して、販売サービス関係従事者でもっとも高く9.2%を示している。

事務・技術・専門・管理関係従事者は第2位で6.0%、生産・運輸関係従事者は3.8%となっている。これらの職業分類においても移動経験の有無別にみると、同じ職業でも移動経験者の朝欠食パターンの割合の方が高くなっている。

#### 要 約

以上において朝欠食パターンがどのような人口層・年齢、教育、職業、移動経験などの属性によって一において多いかの傾向を最新の全国調査から考察した。20~24歳の未婚者の大都市圏移動経験者においてみられる際立って高い朝欠食パターンのものの割合と、また栄養調査結果からみられた高校以上の生徒学生における欠食者の割合は今日の高度都市化社会への転換期における若い世代の食生活に対する鋭敏な順応であるように思われる。その実態の究明と将来展望、そしてその対策の早急樹立が切望される。

#### 5) 結論—中高年人口対策

死亡率の改善による平均寿命のめざましい延長にもかかわらず、他面において日本人の有病率は高まってきている。男女・年齢階級別にみた有病率は表15の如くである。

総数でも昭和34年が45.9であったのが49年には100を越え、さらに昭和51年、52年はそれぞれ116.4、115.7となっている。年齢別にみると、最近においてもなお増加傾向を指摘しているのは45~54歳の中年期人口である。

他の高年齢においても増加を示しているものの、最近では停滞気味である。0歳人口もほぼ増加傾

表15 男女、年齢階級別にみた有病率 (1,000人当たり繰越件数)

年 齢 別	昭和30年 (1955)	34 (1959)	40 (1965)	45 (1970)	49 (1974)	50 (1975)	51 (1976)	52 (1977)
総 数	37.9	45.9	63.6	93.6	101.2	109.9	116.4	115.7
男	40.4	47.1	63.0	89.5	94.4	130.0	110.4	107.2
女	35.5	44.7	64.2	97.5	107.8	116.5	122.2	123.8
0 歳	28.6	41.0	56.7	87.9	103.9	96.5	110.8	126.6
1 ~ 4	28.7	37.5	36.2	75.2	103.7	129.6	111.6	126.0
5 ~ 14	17.4	25.8	30.2	50.5	62.4	70.1	69.3	64.1
15 ~ 24	25.0	26.7	28.1	33.2	36.4	40.4	41.6	37.4
25 ~ 34	38.5	39.3	43.7	56.8	57.8	64.0	60.8	60.6
35 ~ 44	45.5	57.1	72.5	86.2	83.7	85.5	86.4	81.9
45 ~ 54	61.3	72.7	95.7	126.6	115.0	129.3	136.4	142.2
55 ~ 64	77.5	88.5	143.1	200.8	197.0	195.5	218.0	214.4
65 ~ 74	86.3	97.5	177.8	257.0	291.1	312.6	352.1	327.8
75 歳以上	70.8	95.4	177.5	249.5	367.0	328.1	407.7	411.7

資料：厚生省統計情報部「国民健康調査」

向を示しており注目される。

有病率の増大すなわち健康の悪化をあらわすものとはいいがたいが、楽観することは禁物である。たとえば、最近中高年の健康問題が一般に注目されるに至っている。表17に示した45～54歳の有病率が昭和30年から52年の今日まで終始増大を示してきている。この傾向を裏書きするかのようになり、中年期男子の死亡率が高まっていることが報告されている（日本大学医学部大久保教授の報告である。毎日新聞、昭和54年7月6日掲載）。この研究によると肝硬変による死亡率が著しく高まっているためにその他の死因は改善されているにもかかわらず、この年齢層の死亡率は増大しているということ、そしてまたその理由としてこの報告者は、終戦前後の成長期において食糧難のため栄養状態が悪く、血管の発育に異常が生じ、こうした出血性疾患にかかるのではないかと示唆しており、栄養問題の重要性を理解することができる。

また、厚生省の調査によると40代、50代の中年期人口の自殺率は昭和53年において遂に20～24歳、25～29歳の高い自殺率を上回るに至ったことが報告されている（朝日新聞、昭和54年8月22日掲載）。年齢別の自殺率を10年前の昭和43年と53年とを比較してみると表16の如くである。

中高年期人口は、日本人口の急速な老年化傾向の中で激増していくことを考慮しなければならない。中高年齢層は、家族ならびに社会の大黒柱であるだけに、その肉体的、精神的健康は社会全体にとっての重大問題である。中高年齢層は老年人口の予備軍であるだけに、中高年齢層の健康の悪化は、老年人口層に引きつがれ、寝たきり老人の増大、医療費の激増を加速化することになることに留意する必要がある。日本人口の資質問題の焦点は中高年齢人口の健康そして栄養問題にあるといっ

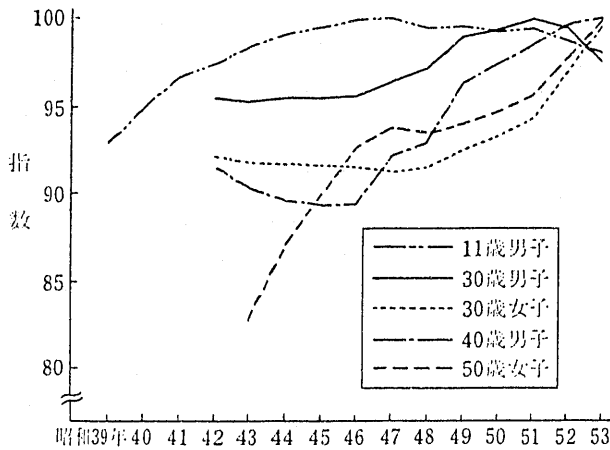
表16 年齢別自殺率の変化

年 齢 別	昭 和 43 年		昭 和 53 年	
	実 数 人	割 合 (%)	実 数 人	割 合 (%)
0 ~ 4 歳	0	0.0	0	0.0
5 ~ 9 歳	1	0.0	3	0.0
10 ~ 14 歳	50	0.6	87	1.0
15 ~ 19 歳	876	8.4	775	9.7
20 ~ 24 歳	1,603	16.8	1,558	19.5
25 ~ 29 歳	1,672	19.0	2,040	20.0
30 ~ 34 歳	1,187	14.2	1,685	17.6
35 ~ 39 歳	998	12.6	1,766	19.7
40 ~ 44 歳	863	12.4	1,790	21.4
45 ~ 49 歳	743	14.1	1,738	22.1
50 ~ 54 歳	870	18.6	1,563	23.2
55 ~ 59 歳	969	22.5	1,110	21.9
60 ~ 64 歳	1,027	29.6	1,084	24.9
65 ~ 69 歳	1,171	41.0	1,293	34.0
70 ~ 74 歳	994	50.4	1,278	46.6
75 ~ 79 歳	735	61.9	1,231	64.8
80 ~ 84 歳	485	84.1	705	72.2
85 歳 以 上	249	88.3	356	77.4

資料：厚生省統計情報部人口動態統計

備考：率は10万人当たり

図 5 体力の年次変化 (文部省調べ)



資料：体力・運動白書より引用，53年版

あるいは数十年後の健康に影響をもたらすことについての適切な教育の普及を一層徹底させること。

第3は、日本人口の老年化、壮年化の著しい傾向に着目し、特に成長期における栄養・食生活の重要性に関し、政府ならびに国民の認識を高めることが必要であろう。最近文部省の発表した体力・運動白書によると（図5参照）、30歳男子の体力の著しい低下が報告されているが、この年齢の20歳代におけるバランスのとれていないたとえば朝食抜きといったような食生活の影響が今日あらわれてきたと考えることもさして不合理ではない。

栄養・食生活の人口学的、そして社会経済的な学際的研究は、今日の日本人口の直面している重要な課題であるといえよう。

でも過言ではないであろう。

食生活は習慣的な性格のものであるだけにその影響は長期間の累積結果としてあらわれてくる。バランスのとれた栄養・食生活は、人間の生存にかかわる問題であると同時に人口集団の健康という資質の基本的条件であることに特に留意する必要がある。このような観点に立って次の3点を考慮することが転換期の日本人口の課題であると考えられる。

第1は、バランスのとれた栄養・食生活パターンを具体的に検討し、国民に指針を提供すること。

第2は、日常の栄養・食生活の影響が数年後