

鹿児島県下二地区の栄養摂取状況

Intakes of Food and Nutrition by the Peoples
of two Areas in Kagoshima Prefecture

櫛 笥 隆 弘・山 田 きよみ
Takahiro KUSHIGE and Kiyomi YAMADA

The paper is a report of investigation of the intakes of food and nutrition by the peoples of agricultural and fishing villages in Kagoshima Prefecture.

In these areas, they used a large quantity of soybean and small quantities of milk, fruit, vegetables, meat, and fats and oil. The quantity of protein eaten reached to the standard level, but the plant protein was taken at a high rate and the animal protein was insufficient. The intakes of fats, calcium, vitamin A, B₁ and B₂ were small in quantities in comparison with the standard, and vitamin A was remarkably deficient. As a source of nutritional supply, the fishery product was taken at a high percentage in the sea village, and the pulse in the farm village. It was considered that the inveterate custom of taking of Japanese dishes, rice and miso-soup, was still remained.

For the purpose of the improvement of dietary life, the intakes of milk, fruit, green vegetables, and fats and oil are liked to be increased in quantities, and it seemed that it is not able to disregard the important questions of foodstuff distribution and economic situation.

緒 言

南九州地域の栄養摂取状況は、全国平均と比較すると低い水準にあるといえるが、このことは当然、体位、体格の発達にも少なからず影響を与えているものとおもわれる。従って、食生活の明白、詳細な実態把握と、それに基づく多様、緻密な栄養改善が望まれる。本報告は、昭和45年、本短期大学学生が鹿児島県内の一漁村、および一農村地域の食生活実態調査によって得た資料に基づくものである。本報が栄養改善の一助となることを期待して報告する。

調 査 方 法

被調査地区	a, 出水市名古東部落 b, 曾於郡志布志町帖五区下柳部落
調査 期 日	昭和45年9月3, 4, 5日の連続3日間
調査 事 項	栄養摂取状況調査 主要食品の摂取傾向と栄養改善に対する意識調査

昭和45年の国勢調査によれば¹⁾, 鹿児島県の総人口は1,729,150人, 市部878,290人, 郡部850,860人で, 市部と郡部の人口比はほぼ等しい。出水市は鹿児島市の北北西約60Kmに位置し, 八代湾に面して熊本県と接し, 人口は38,360人で県内14市のうち5番目である。名古東部落は海岸にある賑やかな漁業中心の部落である。志布志町は鹿児島市の東南東約60Kmに位置し, 有明湾に面して宮崎県と接し, 人口は20,734人で, 曾於郡内8町のうち2番目に大きい町である。下柳部落は静かな農業中心の部落である。被調査世帯は, 上記の二部落(以後, 出水地区, 志布志地区と呼ぶ)の全世帯, および全世帯員を対象としたが, 被調査対象として不適格な世帯, および世帯員を除外した。調査対象は出水地区では世帯数37, 総世帯員数130人(平均家族3.5人)であり, 志布志地区ではそれぞれ27世帯, 105人(3.9人)であった。なお, このうち出水地区で1世帯, 志布志地区で3世帯の生活保護世帯があった。調査には, 本学家政科学生34名が戸別訪問をしておこなった。

栄養摂取状況調査の方法は, 厚生省が実施する国民栄養調査の方法²⁾に準じた。2世帯に学生1・2名を配置し, 世帯票, 食事状況記入票, 食物摂取状況記入票, 質問票に全食事を調査記入し, 後日栄養摂取量, 食品群別摂取量, 生活総合調査各項目別に集計した。食材料費調査については, 被調査地区附近の各食品の小売店舗における価格を調査して単価を算出し, 各世帯の3日間の摂取食品について購入, 自家生産, 貰物等の別を問わず原食品量に当該地域のそれぞれの食品単価を乗じて, 各食品の価格を算出してこれを集計した。栄養価算定にあたっては, 科学技術庁資源調査会編の「三訂日本食品標準成分表」³⁾を使用した。ただし, これにない食品については, 「国民栄養調査用追加食品成分表」⁴⁾, および「国民栄養調査用食品名読み換え表」⁵⁾を使用した。食品群別の分類については, 国民栄養調査に用いられている食品群別表の分類法によった。

結 果 と 考 察

被調査地区の世帯業態別分布をみると, 表1に示すように, 出水地区は大部分が耕地面積0.3ヘクタール未満の世帯であり(97.3%), このうち常用勤労者世帯が最も多い(43.3%)が世帯業態の区別なく過半数の世帯(54.1%)が漁業関係に従事している。その他とは, 運転手, 郵便局員, 教員, 炊事婦等である。志布志地区は, 耕地面積0.3ヘクタール以上の専

備前・山田：広島県下二地区の栄養摂取状況

表1 世帯業態別分布

		出水地区	志布志地区
耕地面積 0.3ヘクタール以上の世帯	専業世帯	0 %	40.8 %
	常用勤労者のいる兼業世帯	2.7	18.5
	その他の兼業世帯	0	22.2
耕地面積 0.3ヘクタール未満の世帯	最多収入者が自営業者である世帯	29.7	3.7
	最多収入者が常用勤労者である世帯	43.3	7.4
	最多収入者が日雇労働者である世帯	13.5	3.7
	その他の消費者世帯	10.8	3.7
農業関係職従事世帯		2.7 %	85.2 %
漁業関係職従事世帯		54.1	0
その他の職従事世帯		43.2	14.8

業世帯が多く（40.8%）、世帯業態の区別なく農業関係に従事する世帯を集計すると85.2%であり、両地区の業態別分布に明確な特徴がある。

栄養摂取状況

初めに調査地区の1人1日当りの栄養摂取量を表2に示した。

表2 1人1日当り栄養摂取量

栄養素	出水	志布志	基準量*	国民栄養調査成績 (昭和43年)			
				全国平均	農家世帯	非農家世帯	南九州
熱量 Cal	1925	2041	2150	2224	2268	2207	2121
蛋白質 総量 g	75.2	71.6	70	76.9	76.1	77.2	70.9
	動物性	37.1	28.6	32.4	28.4	34.1	28.5
	植物性	38.1	43	44.5	47.7	43.1	42.4
脂肪 g	35.4	33.1	48	44.6	38.7	47.1	39.2
炭水化物 g	332	354		375	399	365	367
カルシウム mg	542	441	610	529	530	529	457
鉄 mg	14	19	11				
塩化ナトリウム g	11.9	13.6	14				
ビタミンA I.U.	1009	1111	2000	1421	1315	1467	1030
ビタミンB ₁ mg	0.86	0.86	1.0	1.1	1.01	1.17	1.02
ビタミンB ₂ mg	0.89	0.78	1.1	0.96	0.91	0.98	0.87
ニコチン酸 mg	15	15.7	16				
ビタミンC mg	57	50	50	96	83	102	78
価1人1日当り 円	218.72	196.01		293.16	251.49	311.31	223.47
格1カロリー当り 銭	11.36	9.60		13.01	10.96	13.93	10.41

* 昭和50年を目途とした栄養基準量（国民1人1日平均）
蛋白質については生物価85，消化吸収率90%のものを示す。

両調査地区の栄養摂取状況と厚生省の国民栄養調査成績の全国平均値とを比較すると、両調査地区は熱量、脂肪、ビタミン類の摂取値が少ない。厚生省の調査結果では、南九州の栄養摂取状況は全国でも特に遅れているといえるが、本調査地区においても良好な摂取状況は得られていない。ビタミン類の不足のうち、 B_1 摂取の不足に関しては、近年、他地域ではあまり例が認められなくなっており、この点は留意されなければならないだろう。

栄養審議会は厚生大臣の諮問に答えて昭和44年8月18日付答申をおこなった「日本人の栄養所要量」⁶⁾を基礎として、昭和45年5月27日に「昭和50年を目途とした栄養基準量および食糧構成基準」⁷⁾を策定したが、この基準量に対する調査地区の栄養摂取量をみると(図1)、

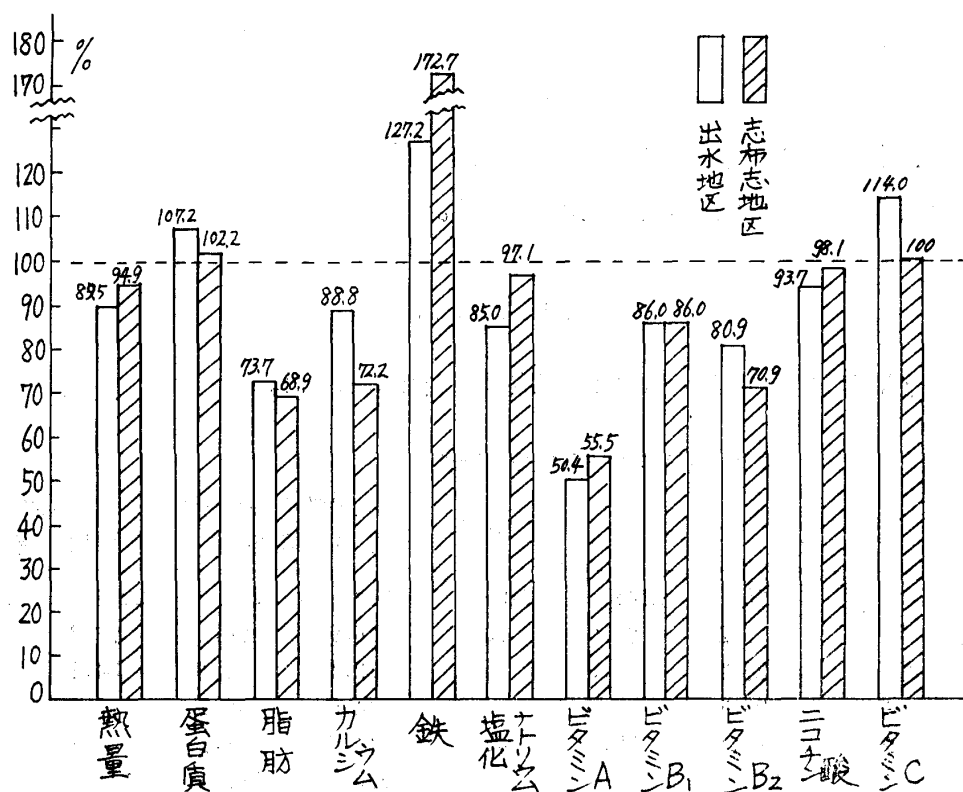


図1 昭和50年を目途とした栄養基準量に対する栄養摂取量の比較

出水地区と志布志地区の蛋白質充足率はそれぞれ107%と102%であり、ビタミンCはそれぞれ114%、100%であっていずれも充足率は良く、また、鉄の摂取量は非常に多い(127%、172%)。しかし、他の栄養素はすべて不足している。特にビタミンAの充足率は極度に低く(50%、55%)問題である。脂肪(73%、68%)、ビタミンB₂(80%、70%)、カルシウム(88%、72%)、ビタミンB₁(86%、86%)の充足率も低い。調理時の水洗や加熱処理等における栄養素の損失を考慮すれば、実際には比率はさらに低下する。このようなビタミン類や脂肪、カルシウムの低充足率が若年層の体位、体力に少なからず影響しているものと考えられる。

楠筥・山田：鹿児島県下二地区の栄養摂取状況

表3 食品群別摂取量

1人1日当り (g)

食品群別	出水	志布志	基準量*	国民栄養調査成績 (昭和43年)			
				全国平均	農家世帯	非農家世帯	南九州
穀類	323.2	362.4	340	381.0	409.2	368.8	314.0
実類	17.3	3.7		1.9	2.3	1.9	1.5
いも類	46	54	50	44.9	48.1	43.5	39.3
砂糖類	14.4	27.1	20	20.1	10.4	19.7	23.3
菓子類	9.5	10.8		36.6	36.8	36.6	33.3
油脂類	9.9	9.2	20	14.0	12.0	14.7	13.4
豆類	92.7	98.1	2.5**	73.9	79.6	71.6	72.9
果実類	52.6	38.8	140	79.9	53.1	91.5	53.5
緑黄色野菜	36.5	32.2	70	47.7	53.0	45.3	26.1
その他の野菜及び茸類	109.6	108.2	170***	160.5	148.4	165.6	176.1
乾燥野菜類	0.3	0.2		2.8	2.6	2.9	2.6
野菜漬物類	29.8	24.1		35.9	35.7	36.0	32.5
海藻類	7.1	6.3		6.2	6.6	6.0	6.7
調味嗜好類	136.6	39.6		112.4	98.3	118.4	94.8
魚介類	103.4	79.7	70	86.3	89.2	85.0	78.3
獣鳥鯨肉類	29	29.6	40	37.9	22.2	44.9	33.5
卵類	41.8	41.4	45	37.9	31.6	40.7	39.8
乳及び乳製品	68.5	20.7	220	74.1	50.9	84.1	48.1
その他	8.5	16					

* 昭和150年を目途とした食糧構成基準 (国民1人1日平均)

** 大豆20g, その他の豆5g

*** その他の野菜

食品群別の摂取量 (表3) については、農家世帯は非農家世帯に比較して穀類の摂取量が多く、獣鳥鯨肉類、乳類等の動物性食品と果実類が少ないが、南九州の摂取量をこれらと比較すると、獣鳥鯨肉類は農家世帯平均値よりも多いが、全国平均値には満たず、乳類、果実類、緑黄色野菜の摂取量も少ない。このような状態は出水地区と志布志地区にも認められ、さらに油脂類、その他の野菜類の摂取量も少ない。これらを食糧構成基準量⁷⁾に対する充足率で表わしたのが図2である。両調査地区はいずれも乳類、果実類、油脂類、緑黄色野菜の充足率が低いが、特に乳類 (31%, 9.4%) と緑黄色野菜 (52%, 46%) の著しい低充足率は両地区でのカルシウムやビタミン類、特にビタミンAの摂取量不足の要因となっていると考えられるので、他の不足食品群と共に今後の栄養改善が望まれる。また、油脂類の低充足率は比較的献立の簡単な和式の食生活が主流をなしていることを推測させる。これは図3の穀類カロリー比世帯分布図によっても示されている。

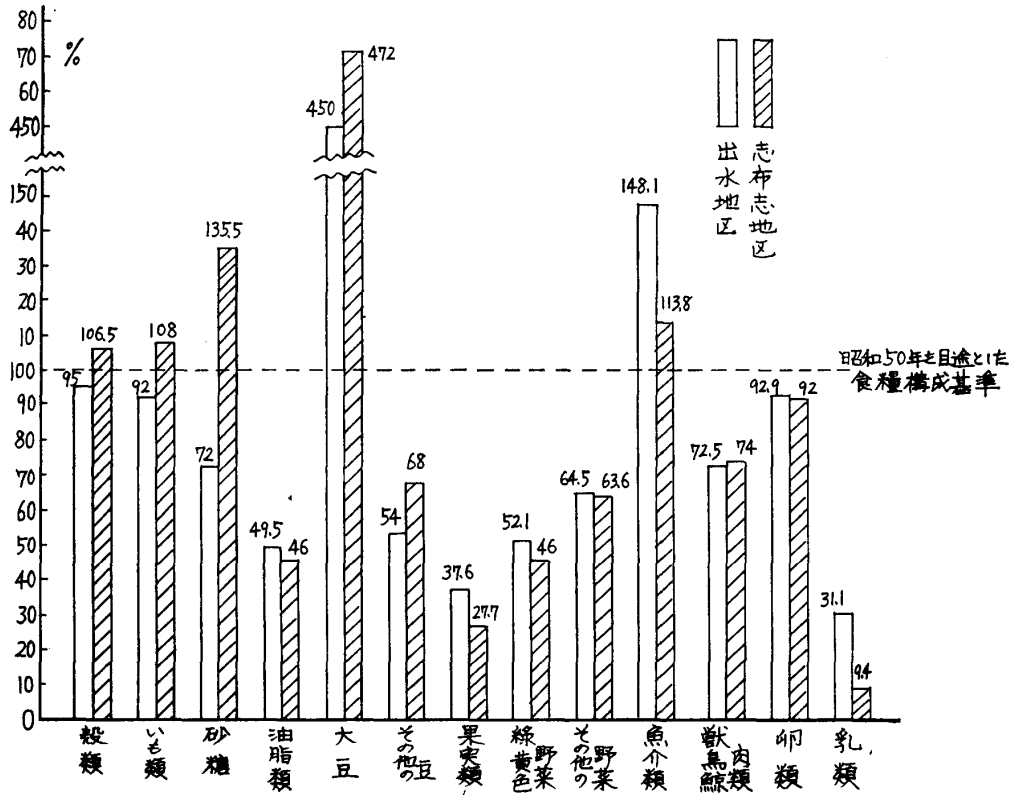


図2 食料構成別の栄養摂取充足率

カロリー比分布は出水地区で50~59%, 志布志地区で60~69%が最頻値であり(平均値はそれぞれ55.9%, 61.0%), 食糧構成基準より算出される値(55.1%)をオーバーする世帯

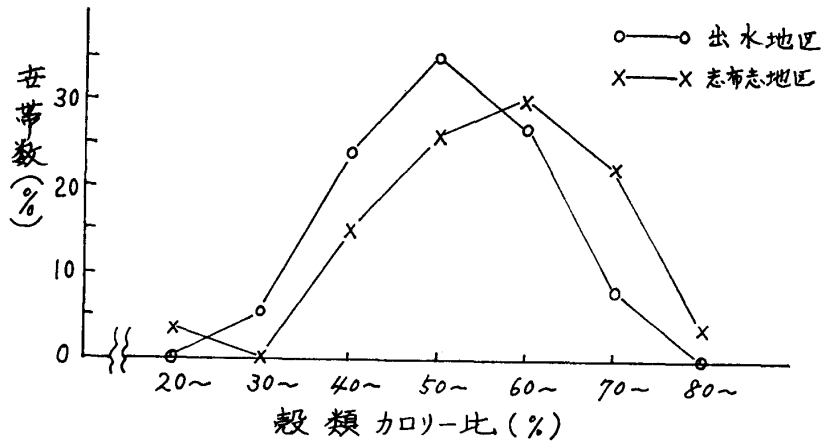


図3 穀類カロリー比分布

がかなり認められる。動物性蛋白質比については、地区平均では出水地区が49.3%, 志布志地区が39.9%であり、前期の基準量より算出された値(45.9%)と比較すると、出水地区では基準量に達しているといえるが、世帯分布は図4に示したように巾が広く、各世帯別に

楠笥・山田：鹿児島県下二地区の栄養摂取状況

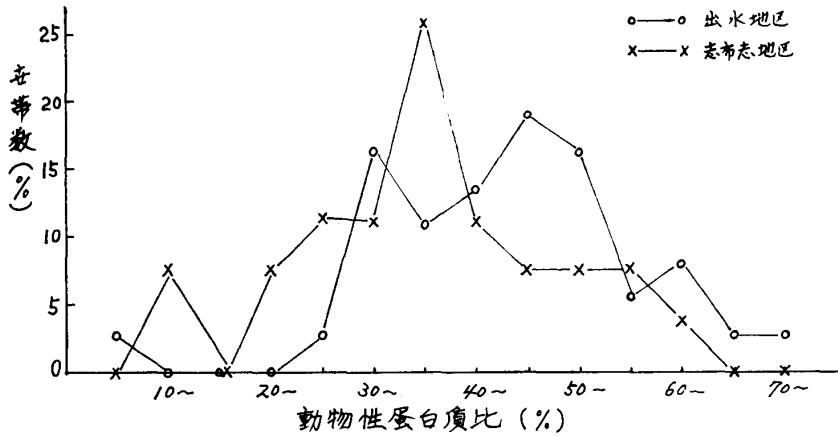


図4 動物性蛋白質比の分布

表4 熱量および蛋白質摂取量の分布

成人1人1日当り

熱量	量		蛋白質		
	出水	志布志		出水	志布志
Cal	%	%	g	%	%
1200 ~ 1600未満	13.5	0	20 ~ 39	2.7	3.7
1600 ~ 2000未満	24.3	14.8	40 ~ 59	13.5	7.4
2000 ~ 2400未満	29.8	51.9	60 ~ 79	40.6	44.5
2400 ~ 2800未満	16.2	14.8	80 ~ 99	27.0	18.5
2800 ~ 3200未満	8.1	7.4	100 ~ 119	8.1	18.5
3200 ~ 3600未満	5.1	3.7	120 ~ 139	5.4	3.7
3600 ~ 4000未満	0	3.7	140 ~ 159	0	3.7
4000 ~ 4400未満	2.7	3.7	160 ~ 179	0	0
			180 ~ 199	2.7	0
平均	2235.7 Cal	2445.3 Cal	平均	80.8 g	81.3 g

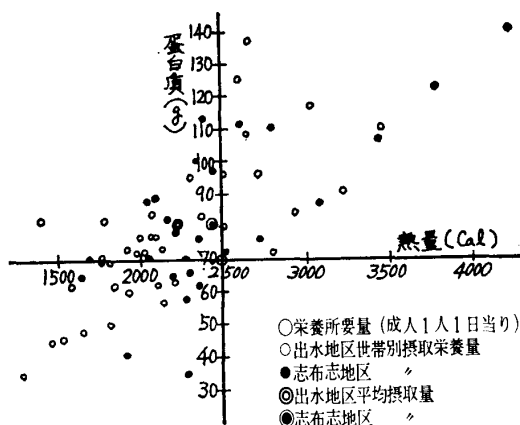


図5 世帯別摂取熱量と蛋白質との相関図
(成人1人1日当り)

よる差がかなりみられる。1人1日当りの蛋白質総量の摂取量には有意義量の不足は認められなかったが、動物性蛋白質の摂取が不十分である。両地区では植物性蛋白質とはいえ、蛋白質源として大豆蛋白質の役割は欠かせぬものとなっており、出水地区では動物性蛋白質を魚介類に依る所が大きいなどの地域特色がある。

表5 食品群別摂取栄養量

1人1日当り

食品群別	熱量 (Cal)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	塩化ナトリウム (g)	A (I. U.)	B ₁ (mg)	B ₂ (mg)	C (mg)
総量	1924.8 2040.7	75.2 71.6	35.4 33.1	332.4 354.3	541.5 440.9	13.8 18.47	11.94 13.60	1008.8 1111.4	0.85 0.86	0.88 0.78	56.7 50.4
動物性食品計	326.6 257.5	37.1 28.6	16.9 12.6	6.5 5.3	240.1 115.9	4.1 2.78	1.15 0.98	481.2 420.7	0.28 0.24	0.50 0.41	0.8 1.7
植物性食品計	1598.2 1783.2	38.1 43.0	18.5 20.5	325.9 349.0	301.4 325.0	9.7 15.69	10.79 12.62	527.6 690.7	0.57 0.62	0.38 0.37	55.9 48.7
穀類	1076.8 1245.8	20.8 22.9	3.9 3.5	235.6 266	23.4 27.4	2.27 1.94	0.66 0.69	0 0	0.32 0.35	0.09 0.12	0 0
種実類	7.9 6.3	0.4 0.1	0.7 +0	0.2 1.4	1.9 1.3	0.05 0.04	+0 0.06	0 0.8	0.01 0.01	0.01 0.01	0 1.1
いも類	43.9 52.9	0.8 0.9	0.1 0.1	9.9 10.3	5.9 6.3	0.26 0.31	0.02 0.02	0.4 0.4	0.05 0.05	0.02 0.02	8.4 9.0
砂糖類	55.1 108.7	0 0.3	0 0	19.6 26	0.2 0.5	0.01 0.50	0 0	0 0.1	0 0	0 +0	0 0
菓子類	30.6 35.4	0.3 0.4	+0 0.4	6.7 7.7	1.9 2	0.15 0.32	+0 0.01	0 +0	+0 +0	0.02 +0	0 0
油脂類	80.6 79.7	+0 +0	8.8 8.2	0 0.6	0.1 0	0 0	0.04 0.02	13.1 3.6	+0 0	0 +0	0 0
豆類	109.4 163	8.5 12.4	3.8 7.1	11.9 14.3	106.6 126.2	2.26 5.17	2.54 4.06	0.5 0.6	0.05 0.06	0.05 0.07	0 0.4
果実類	29.2 23.4	0.3 0.2	0.1 0.1	7.2 6.3	3.1 2.4	0.17 0.19	0.07 0.32	17.4 5.1	0.02 0.02	0.02 0.01	4.7 2.1
緑黄色野菜	16.3 13.8	0.5 0.4	0.1 0.1	3.4 2.8	18.7 10.6	0.41 0.44	0.02 0.01	211.5 167.3	0.02 0.03	0.02 0.03	11.1 14.9
その他の野菜および茸類	27.5 26.9	1.8 1.3	0.2 0.2	7 5.6	32 28.6	0.65 0.54	0.07 0.03	39.7 35.5	0.08 0.06	0.05 0.03	26.8 13.2
乾燥野菜類	0.3 0.3	+0 +0	+0 +0	0.1 0.1	0.2 1.0	+0 0.03	0 0	0 4.9	+0 +0	+0 +0	0 0.4
野菜漬物類	9.5 8.9	1.2 0.4	0.1 0.1	1.8 1.8	19 11.2	0.53 1.49	2.06 1.54	21.5 0.9	0.01 0.02	0.03 0.01	0.9 0.2
海藻類	0 +0	0.5 0.6	0.1 +0	2.4 2.4	38.2 51.2	0.74 0.53	0.40 0.40	41.0 29.4	+0 0.01	0.01 0.02	0.4 0.5
調味嗜好類	111.1 17.9	2.9 3	0.6 0.7	19.7 3.4	45.8 50.1	2.20 4.13	4.91 5.46	182.5 442	0.01 0.01	0.06 0.05	3.6 6.9
魚介類	147.4 104.4	24.8 16.6	5.2 3.4	1.5 1.3	145.5 52.7	2.60 1.26	0.79 0.74	77.8 64.0	0.12 0.1	0.19 0.15	0.6 1.7
獣鳥鯨肉類	66.7 59.7	5.1 5.6	4.9 3.8	+0 0.1	1.7 1.9	0.32 0.34	0.20 0.09	5.9 8.2	0.09 0.07	0.09 0.07	0 0
卵類	65.4 64.6	5.1 5.2	4.6 4.5	0 0	26.5 26.9	1.08 1.09	0.10 0.01	330.7 300.6	0.04 0.06	0.13 0.14	0 0
乳および乳製品	47.1 28.8	2.1 1.1	2.2 0.9	5.0 3.9	66.4 34.4	0.06 0.10	0.06 0.05	66.8 47.9	0.02 0.01	0.09 0.05	0.2 +0
その他	0 0	+0 +0	0 0	0.2 0.3	4.4 6.4	0.04 0.06	+0 +0	0 0	0 0	0 0	0 0

注) ゴジック体……出水地区 イタリアン体……志布志地区

次に熱量,蛋白質の摂取量について,その成人換算値の分布を表4に示した。蛋白質摂取量は地区平均値が両地区共に約81gあり,成人男子1日の所要量70gを充分満たしているが,

櫛笥・山田：鹿児島県下二地区の栄養摂取状況

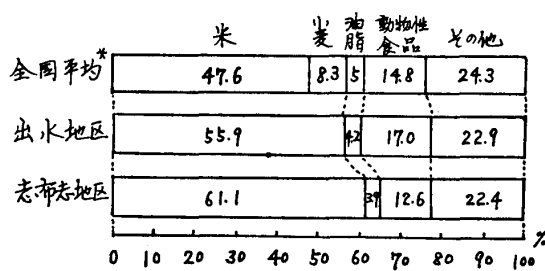
著しく摂取不足の世帯や過剰の世帯が少数ながら認められる。熱量に関しては、出水地区は幾分不足状態であるが、2,000Cal 未満の低栄養の世帯が38%もあるなど世帯間にかかなりの差違のあることが認められる。熱量と蛋白質摂取量との関係は図5に示すように、分散度は大きいですが、ほぼ熱量増加と蛋白質増加との間に比例関係が認められる。即ち、熱量摂取が充分な世帯は蛋白質摂取量も満たされている。しかし熱量摂取の不十分な世帯については蛋白質摂取は必ずしも充分ではない。熱量と蛋白質と共にかなり不足している世帯が決して少数ではないことは重要な問題である。

次に熱量や各栄養素がいかなる食品により摂取されているか（表5）、その構成内容を全国平均値と比較検討した（図6）。

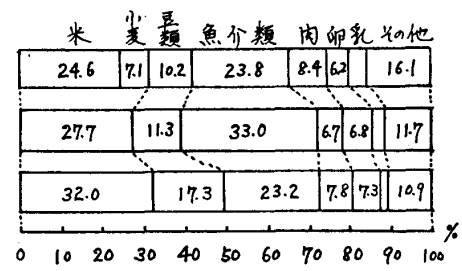
熱量給源としての穀類の占める割合は、出水地区は55.9%で全国平均値と等しく、志布志地区はやや増大して61.1%である。

蛋白質の摂取構成は、出水地区では魚介類が33.0%で最も高率を占め、全国平均と異なり米の割合をしのいでいる。

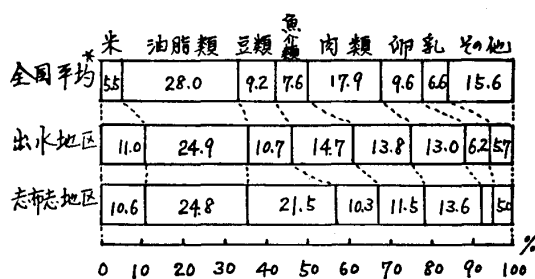
志布志地区では主たる給源は米の32.0%、次いで魚介類23.2%、豆類17.3%である。全国平均値より米と豆の比率が増大している。これらは後記のカルシウム摂取構成の場合と同じように両地区の地域的條件の相違を示している。



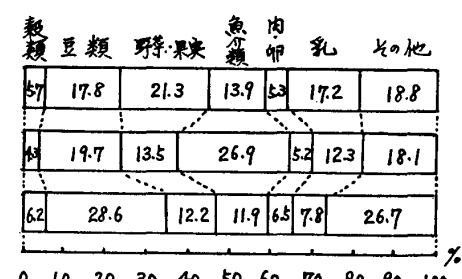
(a) 熱量の食品群別摂取構成



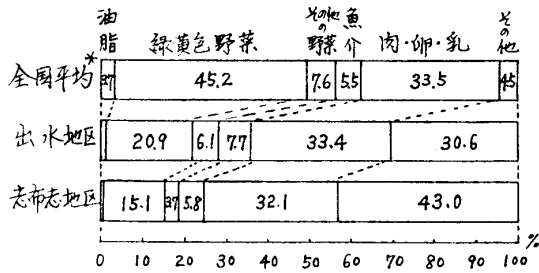
(b) 蛋白質の食品群別摂取構成



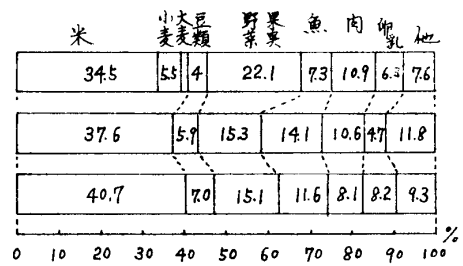
(c) 脂肪の食品群別摂取構成



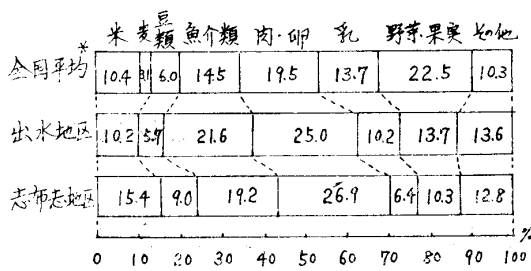
(d) カルシウムの食品群別摂取構成



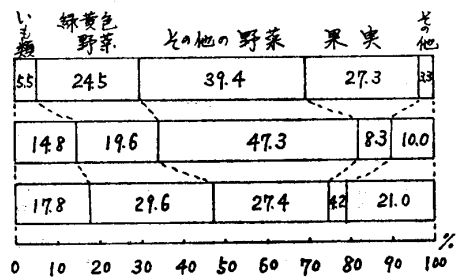
(e) ビタミンAの食品群別摂取構成



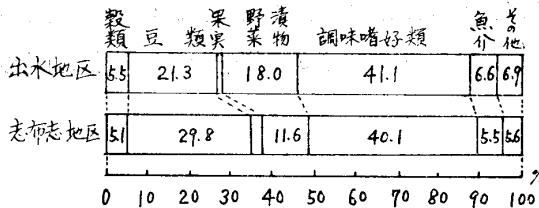
(f) ビタミンB₁の食品群別摂取構成



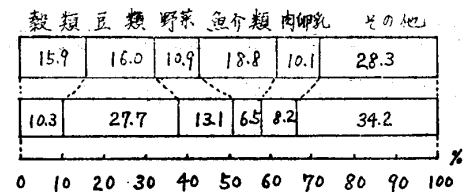
(g) ビタミンB₂の食品群別摂取構成



(h) ビタミンCの食品群別摂取構成



(i) 塩化ナトリウムの食品群別摂取構成



(j) 鉄の食品群別摂取構成

図6 各栄養素の食品群別摂取構成

* 昭和43年国民栄養調査結果

脂肪の摂取構成は、出水地区では油脂類が24.9%、魚介類14.7%、肉類13.8%であるが、志布志地区では油脂類が24.8%、豆類21.5%、卵類13.6%であり、脂肪の比率が大である。

カルシウムの摂取構成は、出水地区では魚介類の26.9%が最も高率を占め、豆類19.7%、その他18.1%であるが、全国平均では野菜、果実が最も高率を占めているのとは異なる。志布志地区では豆類が28.6%、その他26.7%、野菜果実12.2%である。野菜、果実、乳類の比率が低下している。

ビタミンAの摂取構成は主なる給源が緑黄色野菜ではなく、しかも緑黄色野菜の比率がおのおの20.9%、15.1%で著しく低い。その他の中では茶の比率が高い。

ビタミンB₁の摂取構成は、出水地区では米が37.6%、野菜果実15.3%、魚14.1%であり、志布志地区ではそれぞれ40.7%、15.1%、11.6%であって全国平均より野菜果実の比率が低下している。

ビタミンB₂の摂取構成は、出水地区は肉、卵が25.0%、魚介類21.6%、野菜果実13.7%、志布志地区では肉、卵が26.9%、魚介類19.2%、米15.4%の順である。全国平均と比較すると魚介類と卵の比率が増大して乳類と野菜・果実類の比率が低下している。

楠筈・山田：鹿児島県下二地区の栄養摂取状況

ビタミンCの摂取構成は、全国平均では野菜と果実が91.2%の高率を占めているが、出水地区では75.2%、志布志地区では61.2%に低下して、いも類とその他の比率が増大している。

塩化ナトリウムの摂取構成は、出水地区では調味嗜好類が41.1%、豆類21.3%、野菜・漬物18.0%、志布志地区ではそれぞれ40.1%、29.8%、11.6%となっている。

鉄の摂取構成は、出水地区ではそのほか28.3%、魚介類18.8%、豆類16.0%、志布志地区ではそのほか34.2%、豆類27.7%、野菜13.1%であって魚介類または豆類の比率が高い。

主要食品の摂取傾向と栄養改善に対する意識

主食の種類を朝・昼・夕食別、性別に調査した結果、図7に示すように「米」が依然とし

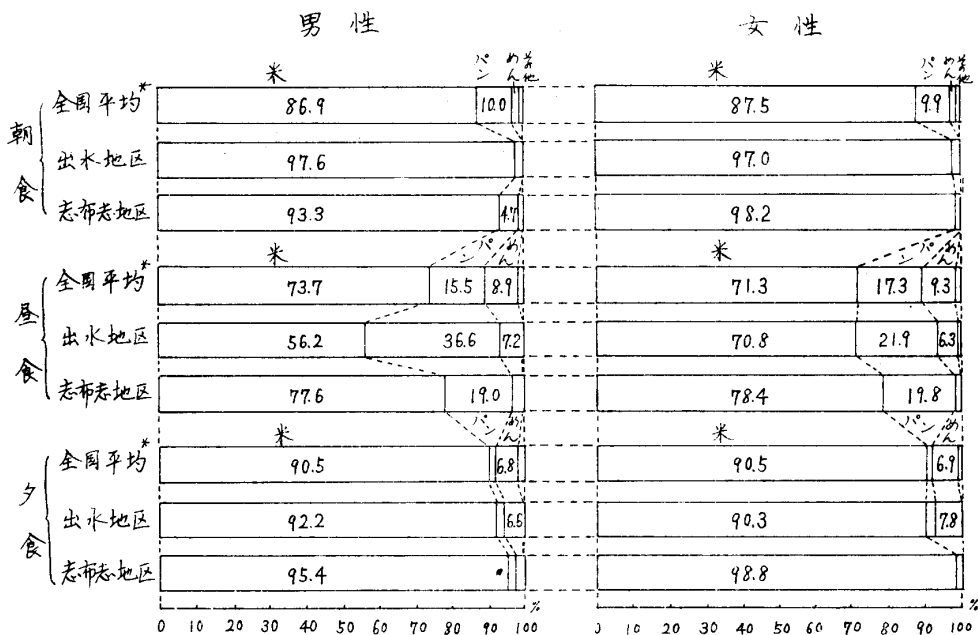


図7 主食の種類 * 41年度国民栄養調査成績

て主食の中心であることがわかる。しかし、昼食時には、「パン、めん類」を主食とする比率も増大しており、特に出水地区でその傾向が認められる。性別による差はほとんど認められなかった。

おもな副食品の摂取状況を世帯別に調査した結果、「みそ汁を毎日食べる」世帯が約80%、「漬物を毎日食べる」世帯が60%以上あるが、「精肉を月に1・2度しか摂取しない」世帯もかなりあって、みそ汁、漬物型の食生活の習慣が根強く残っているものと推察される。

表6 おもな副食品の摂取状況

世帯別 (%)

副食品		毎日食べる	時々食べる	月に1・2度食べる	ほとんど食べない
みそ汁	a	75.7	24.3		
	b	85.7	14.3		
漬物	a	59.5	37.8		2.7
	b	78.5	17.9		3.5
生野菜	a	54.1	45.9		
	b	39.3	53.5	3.6	3.6
精肉	a	4.0	81.1	2.7	5.4
	b	7.1	75.0	14.3	3.6
魚介	a	48.6	51.4		
	b	14.3	82.1	3.6	
卵	a	62.2	37.8		
	b	64.3	35.7		

a……出水地区

b……志布志地区

牛乳の飲用状況は図8に示したように、両調査地区共に30%以上の者が「ほとんど飲まない」と答えていることは、当地区での不足栄養素等と考慮して、今後の栄養改善の課題になる

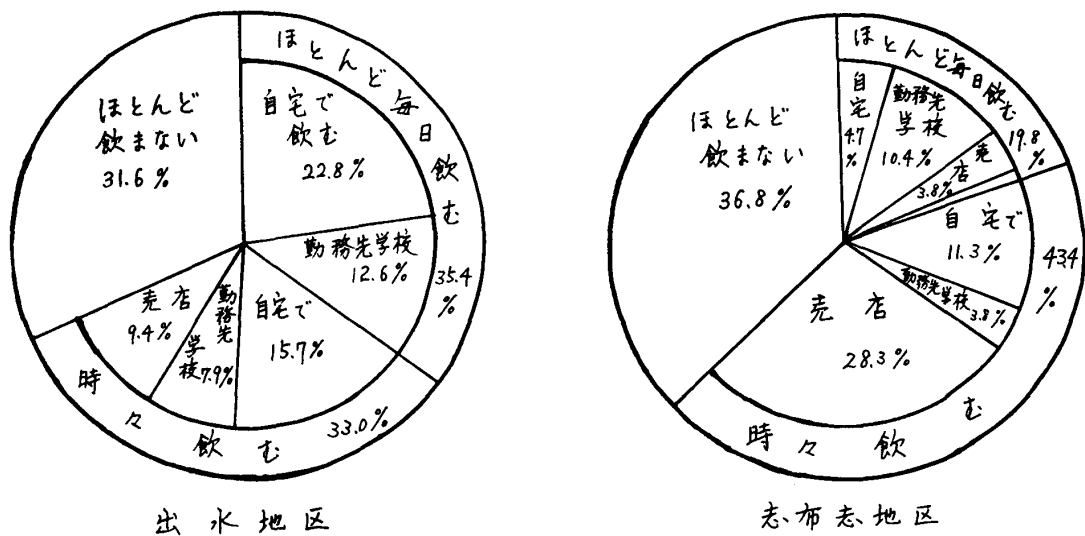


図8 牛乳飲用状況

るものと思われる。飲用する場所としては、出水地区では「自宅や勤務先・学校」が多く、志布志地区では「売店」が最も多い。

献立の作成条件として最初に考慮することは何であるかを各世帯の主婦に尋ねた調査結果は、両地区共に約半数の主婦が「家族の好みを中心とする」と答えており、つぎに「買った物で適当に」の答えも多く、志布志地区では25%も存在するなど、今一步栄養改善の認識が望まれる。

楠筒・山田：鹿児島県下二地区の栄養摂取状況

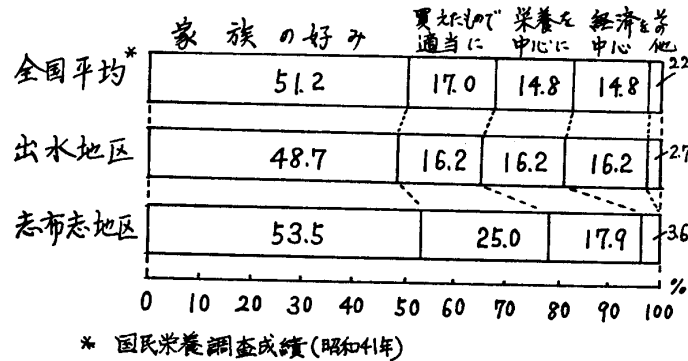
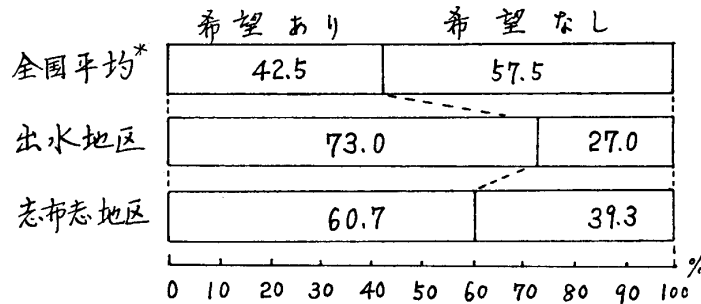


図9 献立の作成条件

食事内容の改善希望の有無について調査した結果では、「改善希望あり」と答えた世帯が出水・志布志地区でそれぞれ73.0%、60.7%もある。これは全国の平均値よりも多くの世帯が改善の希望していることを示しているが、改善希望をもちながら改善されない理由とし

a. 改善希望の有無



b. 改善障害理由

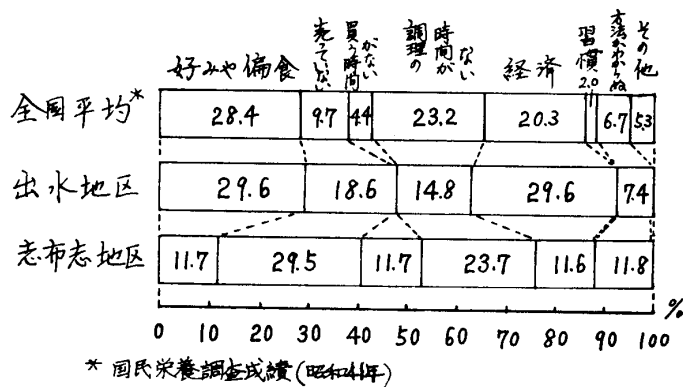


図10 食事内容の改善希望とその障害理由

て、出水地区では「好みや偏食が多い」が29.6%、「経済的余裕がない」が29.6%で多いが、「売っていない」が18.6%もあり、志布志地区でも「売っていない」が改善障害となっている世帯が29.5%の高率である。このような個人では解決し得ない食糧の流通機構の問題が栄養改善の大きな障害になっていることも見逃し得ない。「経済的余裕がない」の答えを裏付

けるかのように、1人1日当りの食材料費は表2に示したように全国平均が293.16円であるのに比較して、出水地区が218.72円、志布志地区が196.01円であり、豊かな食生活のために経済的事情の解決と共に今一步、食費の増額が望まれる。なお、「時間がない」が35.4%もあることは、現在の農村地域における主婦の実態を示しているものとおもわれる。

総 括

- 1 鹿児島県内の二地域、出水市内の一漁村部落と志布志町内の一農村部落の栄養調査をおこなった。
- 2 蛋白質の摂取量は基準量を満されていたが、植物性蛋白質の割合が多く、動物性蛋白質の摂取量が不十分である。
- 3 脂肪、カルシウム、ビタミンA、B₁、B₂の摂取量が基準量に満たない。特にビタミンAの充足率は著しく低い。
- 4 食品群別の摂取量は両地区共に大豆の摂取量が非常に多く、他方、乳類、果実類、野菜類、油脂類の摂取量が著しく少ない。肉類の摂取量も幾分少ない。
- 5 栄養摂取状態は、各世帯別による差違が著しい。また食生活の形態は米食、みそ型の旧来の日本様式の習慣が根強く残っているとおもわれる。
- 6 出水地区と志布志地区の栄養素の給源には、それぞれ魚介類と豆類の役割が大である。
- 7 両地区共、乳類、果実類、緑黄色野菜、油脂類の摂取量を増加して、栄養改善に勤めることが望ましい。
- 8 両地区共に栄養改善意識はかなりあるので今後の改善に期待される。しかし、食品流通機構の問題や、経済的理由が改善の大きな障害になっていることは見逃し得ない。

終りに、本調査研究にご協力を賜った被調査地区の方々、出水、志布志両保健所、およびご助力を頂いた鹿児島県立短期大学家政科教職員の方々に深く感謝の意を表します。なお、本調査研究の遂行には鹿児島県の委託金をうけた。

文 献

- 1) 総理府統計局編：昭和45年国勢調査 全国都道府県市区町村別人口，日本統計協会，東京（1971）。
- 2) 厚生省公衆衛生局栄養課編：国民栄養の現状 昭和43年度，第一出版，東京（1971）。
- 3) 科学技術庁資料調査会編：三訂日本標準食品成分表，大蔵省印刷局，東京（1968）。
- 4) 医歯薬出版編：最新日本食品成分表，P. 98，医歯薬出版，東京（1969）。
- 5) 全上，P. 105
- 6) 厚生省編：日本人の栄養所要量，大蔵省印刷局，東京（1969）。
- 7) 日本栄養士会編：栄養日本，13，241（1970）。