漁 夫 の 栄 養 調 査

Nutrition Survey of Fishermen

国立栄養研究所
(The National Institute of Nutrition)

西原 綾子 (Ayako Nishihara) 横田 フミ (Fumi Yokota)
松野 信郎 (Nobuo matsuno) 海野尾英正 (Hidemasa Kainoo)
清水 照彦 (Teruhiko Shimizu)

The nutrient intake of fisher-men and fisher-women was investigated in Hokkaido on May 1951. The average daily intake, of each of the eight nutrients, based on 3 days records, is given in Table II. Its results demonstrated that the average amount of their nutrient intake was adequate except V. A, V. B₂, V. C, when judged by the recommended allowance.

According to the time study, both fisher-men and fisher-women laboured for 11~12 hours a day at fishing ground or farm. And they had little time for their culture and amusement at home.

まえがき 我国の最北端部に位する北海道利尻島の漁夫の栄養調査を行つた。調査地は仙法志村で島の中央にある利尻山の南方にあり、西及南は海に面している。面積約 39.5方km。人口約 3500 戸数約 500 でその70%は漁業を営む世帯である。漁業は 3~10月 に行われ、昆布・及鱈鮓の刺網漁業が主で、最近の年間産額は1億4000万円程である。漁業を営むものも大部分は兼業的に農耕を行うが、その収穫は馬鈴薯 15 萬貫の他は甚だ少く、種類は南瓜・大根・玉蜀黍・きやべつ・白菜等である。主食として米・麦・雑穀等を年間 4300 石程移入している。

調査対象： 栄養摂取量調査には北海道利尻郡仙法志村の漁夫家庭 25 世帯、生活時期調査には同村男女漁夫 21名について行つた。

調査時期： 昭和26年 5月6, 7, 8の連続3日間。

調査項目： 摂取栄養量並に生活時間。

調査及集計方法： 摂取栄養量は家庭の食物調査を行い、食物消費量を正確に秤量・記入せしめた。栄養量の算出に於て V. B₁, V. B₂, V. C の他は調理による損失は考慮しなかつた。生活時間調査は所定の用紙に1日の行動をもれなく記入せしめ、男女別・出漁日・非出漁日に分けて集計した。

調査成績

A. 摂取栄養量

i) 対象は第1表の如くである。

Table I Subject

Number of households	Persons of all households	Male	Female	Persons per household	Consumption unit
25	189	101	88	7.6	0.84

ii) 漁夫家庭の成人1人1日当の摂取栄養量は第2表の如くである。平均に於ては蛋白質・動蛋/総蛋熱量, V. B₁, 中等労作成人1人1日当の必要量をこえている。動蛋/総蛋が殊に高い。但し個々の世帯の摂取栄養量は, V. B₁, V. B₂, V. C の調理による損失を夫々40%, 30%, 50%と推定すると, 蛋白質・熱量・V. B₁は必要量を越えるものが多いが, 他は少く, V. A, V. B₂は殊に甚だしく少い。V. A, V. Cの少いのは蔬菜の生産が少く, 調査期間中に有色蔬菜を使用せぬ家庭が3家庭あつた。この地の食生活の特長としては魚類を摂取せぬ家庭は無く, 又海藻も収穫期ではないが同様である。漁期の利尻島漁夫家庭の摂取量に於て, 熱量・蛋白・動蛋/総蛋の点では普通以上の摂取状態といえよう。

Table II Nutrient Intake of Fishermen's families
(Per capita per day)

	Prot. %	A. P. / T. P. %	Fat %	Energy cal	V. A I. U.	V. B ₁ mg	V. B ₂ mg	V. C mg	Ca g
Average	117	37	18	2980	2225	1.17	0.59	38	0.71
Families below allowances per nutrition unit (%)	12			20	88	32	96	64	

Cooking loss presumed 40% in V. B₁, 30% in V. B₂ and 50% in V. C.

B. 生活時間

i) 対象は男子漁夫19名, 女子漁夫2名で平均年齢は男子28才 女子20才である。

ii) 男子漁夫の出漁日に於ける生活時間は第3表の如くである。漁業作業時間と家庭内時間は殆ど同時間で12時間以上の労働を行つている。睡眠は約7時間で労働の割に少いと思われるが休息に約1時間を費している。教養・娯楽の時間は僅少である。

男子漁夫の非出漁日に於ける生活時間は第4表の如く, 漁業作業を約4時間, 農耕を約1時間半行つている。出漁日に比し, やはり教養, 娯楽の時間が多くなつている。

出漁日, 非出漁日とも, 起床時間は約半数のものが4時~4.5時で就床は9時~9.5時のものが約半数である。

Table III Time schedule of fishing day of fisher men

漁業作業時間(分)				家庭内時間(分)			
出漁準備	19	網干	62	農耕	10	仮眠	7
出漁	552	漁具修理	12	見廻り	3	休息	56
槽押し	34	釜炊き	31	散歩	4	身仕度	25
見張	20	粕干し	23	雑談	55	入浴	4
網操作	387	魚油汲み	1	新聞・ラジオ	36	食事	53
魚釣	58	整理	13	書物	5	間食	1
魚陸揚	32	運搬	22	会合	27		
仮眠	3	もっこ	15	仏事	2		
休息	5	リアカー	2	子供の相手	2		
食事	9	手	5	雑用	4		
間食	4	計	735	睡眠	411	計	705

Table IV Time schedule of not fishing day of fisher-men

漁業作業時間(分)				家庭内時間(分)			
漁具手入	182	睡眠	410	洗濯	2	雑談	83
網干	7	仮眠	14	買物	4	勉強	2
魚干・粕干	31	休息	87	雑用	8	野球	1
釜炊き	130	身仕度	33	見廻り	5	映画	5
粕分配	25	入浴	7	農耕	99	麻雀	3
運搬	46	散髪	1	薪拾い	3	書物	1
舟	8	食事	73	訪問	6	子供の相手	6
手	23	間食	4	来客	7	自転車	11
リアカー	13	薪割り	8	会合	9	散歩	1
もっこ	2	コンクリート塗	8	選挙投票	4		
計	421	跡片つけ	32	新聞雑誌	82	計	1019

女子漁夫の生活時間は第5表の如くである。海上には出ず主に陸上の作業を行うものである。調査期間中はむしろ農耕により多くの時間を費している。男子漁夫と同様に1日の大部を労働に費し、漁、農作業に9時間、家事労働に2時間を要している。睡眠は約7時間、休息は1.5時間である。教養の時間は男子より更に少く、娯楽の時間は皆無である。

Tadle V Time schedule of fisher-women

漁業作業時間 (分)			家 庭 内 時 間 (分)						
運	搬	226	睡	眠	437	竹	き	り	17
	リアカー	92	食	事	52	つ	ぎ	も の	14
	も つ こ	134	間	食	4	自	転	車	16
粕	干	41	身	仕 度	36	外		出	3
			入	浴	4	会		合	14
			休	息	83	読 書・新 聞			11
			掃	除	41	雑		談	10
			炊	事	25	書		物	4
			片	づ け	18				
			農	耕	366				
	計	267	水	汲 み	18			計	1173

總 括 昭和 26 年 5 月に北海道利尻郡仙法志村に於ける漁期の漁夫家庭 25 世帯の摂取栄養量調査と、男女漁夫 21 名についての生活時間調査を行った。

摂取栄養量は蛋白質、動蛋/総蛋、熱量に関しては普通以上の摂取状態といえようが、V・A, VB₂, V・C, Ca は必要量にはるかに遠い。

生活時間調査に於ては男子出漁日の漁業作業は約 12 時間を要し、非出漁日でも漁業作業は約 7 時間を要している。尚農耕にもたづさわりの大半は労働を行つている。教養娯楽の時間は少い。女子の漁夫は陸上作業のみであるが、漁・農作業、家事労働に 11 時間たづさわりの大半は労働に従事し、教養の時間は男子より更に少く娯楽は皆無である。

御指導、御校閲を賜つた田村部長に深謝し、調査にあたり種々御助力を仰いた仙法志村当局の方々に感謝の意を表す。