静岡県下の農家の食餌実態調査 (第I報)

榎 原 暉 意*・村 尾 実*・岡 田 次 雄*

緒 言

われわれは、昭和 29 年おもに静岡県西部の農家について、その農繁期と農閑期の食餌摂取の実態を調査し、その差異を検討し、あわせて同じ地方における非農家の食餌摂取の実態と比較検討したので、ここにその結果を報告したい。

調 査 方 法

われわれの調査は、農家、非農家の各世帯を戸別に訪問し、次のような事項について質問した。

- (1) 主食の種類とその摂取量
- (2) 代用食の種類と、その摂取量
- (3) 間食の摂取状態
- (4) 副食の種類と、その摂取量
- (5) 食事回数、および食事時間

調 査 対 象

我々の調査の対象となったものは、表 1 に示すごとく、すべて無差別的に撰択した農家 107 世帯 516 人、非農家 107 世帯 502 人、総計 1118 人である。この表中、右側の労働人口とは、いわゆる生産年齢人口として、実際に労働に従事するとみなしうる、15 才から 64 才までの男女(これは、男子は男子全員の 61.5%，女子は女子全員の 60.5%となる)を算定した。また調査対象の分布は、図 1 に示す。図中、黒点で示したのが対象地である。

表 1. 調 査 対 象

	世帯数	人 員	男	女	労働人口
農 家	107	616	305	311	379
非農家	107	502	246	256	304
総 計	214	1118	551	567	683

図 1

調 査 結 果

(1) 主食摂取状態 (表 2)

主食は、農家非農家ともに、大部分は米とその他の穀類との混合を主としているようであり、米のみを主食としているのは、農家 107 世帯中 9.3%，非農家 107 世帯中 12.1%に過ぎない。なお、米と他の穀類との混合の比率に関しては、後に触れる。

表 2. 食 餌 調 査 表

		農 家	非 農 家
主 食	白 米	5	4
	七分搗	5	10
	米とその他の混合	97	93
代用食	パ ン	10	38
	めん類	74	84
	いも類	23	5
副 食	野菜及び肉類	40	66
	肉 類	12	20
	野 菜	55	21
間 食		有 65 無 42	有 64 無 42

(2) 代用食摂取状態 (表 2)

代用食としては、めん類が農家、非農家ともによく摂られているが、非農家ではパン類がかなり多く摂られているのに比して、農家ではいも類が比較的よく摂られている。これも農家の食生活が

* 静岡県浜松市 遠州病院 T. Sakakibara, M. Murao & T. Okada: Survey of farmer's diets in Shizuoka Prefecture. Report 1.

習慣、値段、および食物の自給といった土台の上に築かれているためと思われる。

(3) 副食摂取状態 (表2)

副食は、農家では、非農家に比して副食に野菜の占める割合が大きく、おもに、自分の家で作った季節の野菜が多く摂られている。

(4) 間食摂取状態 (表2)

間食については、農家、非農家の間に明瞭な差異はないが、非農家の間食にあたるものが、農家では食餌回数の増加や、お茶の時間に代用食を食べることなどの変った姿となっている。

(5) 米と他の穀類との混合比 (図2)

図中白棒グラフで示す農家と、図中黒棒グラフで示す非農家との間には、あまり差異はなく、ともに、米8分に他の穀類2分の割合から、米6分に他の穀類4分の混合比が過半数をしめている。

図2 主食調査図

(6) 食事回数 (表3)

非農家ではすべて一日3回しか食事をしないが、農家では、農繁期には107世帯中89世帯83%が4回食事し、農閑期においても5世帯は4回食事している。

(7) 食事時間 (表3)

農家、非農家の各食事時間の平均を調べてみると、3回食事する農家は、非農家より、朝食は約30分から1時間早く、夕食は約30分遅くなっている。また、4回食事をする農家の食事時間は、この地方では、この表の如くなっている。

表3. 食事回数および食事時間 (平均)

	食事回数	世帯数	第1回	第2回	第3回	第4回
農繁期	3回	18	6時16分	11時55分	6時32分	—
	4回	89	5時37分	10時26分	2時25分	7時9分
農閑期	3回	102	6時21分	11時47分	6時50分	—
	4回	5	6時24分	10時24分	2時12分	6時6分
非農家	3回	107	7時2分	11時58分	6時4分	—
	4回	0	—	—	—	—

(8) 1人が1日に摂る主食の茶碗数 (表4)

これを各年令層の男女に分けて調べてみると、男子では、農繁期は農閑期より約1杯多く食べ、農家は非農家よりやや多く、女子では非農家と農家とにほとんど差がない。

表4. 茶碗数 (一日平均)

年令	男 子			女 子		
	農繁期	農閑期	非農家	農繁期	農閑期	非農家
15 ~ 24	9.5	8.6	7.9	7.4	7.0	6.9
25 ~ 34	8.6	7.5	7.9	8.7	7.8	7.6
35 ~ 44	9.0	8.2	7.9	8.4	7.7	7.5
45 ~ 54	9.5	8.5	8.0	8.0	7.1	6.6
55 ~ 64	9.3	8.3	8.2	8.2	7.4	7.5

調 査 成 績

以上の結果より、農家の農繁期 (表5) 同じく農閑期 (表6) および非農家 (表7) について、15才より60才までの年令層を10才ずつに区切り、その男女別に、主食、副食の摂取蛋白質量、および熱量を計算し、さらに一日の総摂取蛋白質量、および熱量を計算して表にあらわした。なお、代用食は主食に換算した。

表5. 農繁期食餌摂取量

年令	性別	主 食		副 食		一日総摂取量	
		蛋白質 g	熱量 Cal	蛋白質 g	熱量 Cal	蛋白質 g	熱量 Cal
15~24	男	38	2421	35	468	73	2889
	女	32	2064	27	334	59	2398
25~34	男	38	2420	32	390	70	2811
	女	34	2130	34	376	68	2506
35~44	男	38	2421	29	358	67	2779
	女	31	2015	30	370	61	2385
45~54	男	35	2267	31	380	66	2647
	女	31	1998	27	352	58	2350
55~64	男	34	2130	29	358	63	2488
	女	31	1923	25	330	56	2403

表 6. 農閑期食餌摂取量

年 令	性 別	主 食		副 食		一日総摂取量	
		蛋白質 g	熱量 cal	蛋白質 g	熱量 cal	蛋白質 g	熱量 cal
15~24	男	36	2291	33	472	69	2763
	女	31	1974	28	342	59	2316
25~34	男	35	2267	31	359	66	2726
	女	30	1916	31	338	61	2254
35~44	男	35	2267	27	336	62	2603
	女	33	2129	28	359	61	2488
45~54	男	35	2267	26	329	61	2596
	女	28	1816	25	331	53	2147
55~64	男	31	1974	28	359	59	2333
	女	27	1763	27	306	54	2067

表 7. 非農家食餌摂取量

年 令	性 別	主 食		副 食		一日総摂取量	
		蛋白質 g	熱量 cal	蛋白質 g	熱量 cal	蛋白質 g	熱量 cal
15~24	男	36	2291	28	331	64	2622
	女	30	1891	26	299	56	2190
25~34	男	31	2015	27	337	58	2352
	女	29	1854	23	334	52	2188
35~44	男	31	2015	31	373	62	2388
	女	30	1891	26	301	56	2192
45~54	男	31	2015	30	370	61	2385
	女	26	1658	29	334	55	1992
55~64	男	29	1854	24	296	53	2150
	女	26	1760	23	302	49	2062

図 3 主食蛋白質

さらにこの食餌摂取量を、農家の農繁期におけるもの、農閑期におけるもの、および非農家におけるものの三者を比較すると下記のごとくなる(図3~8)。図の中央に各年令層を示し、上段に男子、下段に女子を示す。図中、白の棒グラフは

図 4 主食摂取熱量

図 5 副食蛋白質

図6 副食摂取熱量

図7 一日平均総摂取蛋白質量

農家の農繁期におけるもの、横線グラクは、農閑期におけるもの、黒棒グラフは、非農家における摂取量を示す。

(1) 主食として摂取する蛋白質 (図3)

農家では、男女ともに農繁期には農閑期より平均7g多く摂取し、その増加率は、6.3~6.5%となる。また農家は非農家より男子平均5g、女子

図8 一日平均総摂取熱量

平均4g多く摂取している。

(2) 主食として摂取する熱量 (図4)

農家は、農繁期には農閑期より約400~500cal多く摂取しその増加率は男女とも5.5~5.7%となる。また農家は非農家より男子平均550cal、女子平均450cal多く摂っている。

(3) 副食として摂取する蛋白質 (図5)

農家は、男女ともに、農繁期は農閑期より約8~9g余分に摂取し、その増加率は平均5%内外となっている。また農家は、15才から34才までの年齢層の男女では非農家よりも摂取量が多いが、35才より54才までの男子、および45才から54才迄の女子では、逆に、非農家の方が多く摂取している。

(4) 副食として摂取する熱量 (図6)

農家は、農繁期と農閑期において摂取量の差はほとんどなく、僅かに農閑期に少ない程度である。また、非農家と比べてみると、年齢の少ない層では、農家の方が多く摂っているようであるが、その他は著変なく、むしろ非農家の方が多く摂っている傾向もみられる。

(5) 蛋白質の1日平均総摂取量 (図7)

農家は、農繁期には男子平均5g、女子平均4gの摂取増加を示し、男子7%、女子5%内外の摂

取増加率を示している。また農家は非農家より男子平均 8 g, 女子平均 6 g 多く摂っている。

(6) 1 日平均総摂取熱量 (図 8)

農家は, 農繁期には男子平均 100 cal. 女子平均 150 cal 多く摂取し, その摂取増加率は男子平均 3.8%, 女子平均 6.2% となる。また農家は非農家より男子平均 320 cal 女子平均 280 cal 多く摂取している。

結 語

当地方の農家の農繁, 農閑期の差, およびその

土地の非農家との差を概算し比較してみた。質問の仕方および項目については, なお検討を要する点が多くあり, また, 対象農家が, 半農または兼業農家の多いことにも問題があり, 純農家としての実態からは離れていると思われるが, 検討, 分析を要する点については, 次回の調査にまらたい。

本論文の要旨は第 5 回日本農医村学会総会に発表した。