

日本型食生活の動向と食料需要のゆくえ

石 橋 喜美子

今年 7 月に制定された「食料・農業・農村基本法」において、健全な食生活に関する指針の策定がうたわれており、また昨年 12 月に制定された「農政改革大綱」では、日本型食生活の普及等食生活の見直し、改善に向けた国民的な運動を展開すると述べられている。

日本型食生活は、健康的であるという理由により、欧米諸国から注目を集めている。しかし、現在では日本においても食生活の変化が進み、欧米と同様に生活習慣病の多発が問題とされるようになった。

そこで、近年 10 年余における日本人の食料消費の実態を明らかにし、またその変化から将来に向けての日本型食生活の動向を予測した。

(1) わが国の食料消費傾向

日本型食生活は、米を主食としたものであり、欧米型の食生活と比較して、野菜、豆類、魚介類消費量の多いこと、および肉類や牛乳・乳製品の消費が適量であるという特徴を持っている。

1980 年代前半から 1990 年代中頃にかけて、うるち米、生鮮魚介、生鮮肉、牛乳、生鮮野菜、生鮮果物の年齢階層別消費量を推計した。年間約 96,000 世帯の家計調査個票データを使用し、食料品の世帯ごとの 1 カ月間の消費量を従属変数、年齢階層別世帯員数を独立変数とし、重回帰分析を行った。

その結果、1980 年代前半から 1990 年代中頃にかけて、うるち米の家庭内消費量は年齢にかかわらず大きく減少していること、生鮮魚介は 20 歳～40 歳代で減少の大きいこと、生鮮肉や牛乳は 10 歳代と 50 歳以上で大きく増加していること、生鮮野菜と生鮮果物は、若年齢層から 50 歳代にかけて消費量の減少していることがわかった。

(2) PFC 比率からみた日本型食生活の動向

日本型食生活は、栄養素の観点でみた場合、たんぱく質(P)、脂質(F)、炭水化物(C)から摂取する熱量のバランスがとれているという特徴がある。

1980 年代前半と 1990 年代前半において、家庭内で消費される 21 項目の食品について、品目ごとに年齢階層別消費量を推計した。さらに、それらの食品から摂取するたんぱく質、脂質、炭水化物の量から PFC 熱量比率を求め、10 年間における変化をみた。

その結果、この 10 年間に未成年者では脂質からの熱量比率が大きく増加しており、また未成年者程ではないが、中年や高齢者においても増加の大きいことが明らかになった。さらに、未成年から 40 歳代前半の年齢層では、1993 年時点ですでに脂質からの熱量が適正比率を越えていると推測された。

(3) 年齢別消費動向を加味した食料需要予測

1980 年代前半から 1990 年代中頃にかけての年齢階層別消費量変化を外挿し、将来の人口構成を考慮しながら需要予測をした。その結果、2010 年にうるち米と生鮮魚介の家庭内需要は大きく減少することが（それぞれ、1990 年代中頃の約 40%、10% 減少）、また生鮮肉（同 5% 増）や牛乳（同 30% 増）の需要は増加することが予想された。生鮮野菜（同 5% 減）と生鮮果物（同 10% 減）の家庭内需要は減少する。

これらの結果は、近年 10 年余の食料消費傾向が将来もそのまま継続するならば、米の家庭内消費は大きく減少し、また魚介類や野菜の消費も減ることを示している。反対に生鮮肉や牛乳の消費量は増加し、日本型食生活とは逆の方向に向かうことを意味している。

日本の食生活は、このように欧米化の傾向を深めており、国民の健康のために食生活をより健全なものとするための方策が求められる。