

まえがき

戦後の私たちの生活状況は、「激動の昭和」といわれる極めて大きな変動を示した。保守的といわれ、本来変化の少ない栄養・食生活においても欠乏から過剰へと革命的ともいえる変化が見られる。これら栄養・食生活に関する基礎的データは「国民栄養調査」に細かく見ることができる。

国民栄養調査は、戦後間もない昭和20年12月に、国民の緊急食料対策の基礎資料を得るため、GHQの指令を受けて覚書を交わし、実施されたことに始まる。以後、地区数の増加が図られ、23年から全国調査として毎年実施されてきている。この膨大な調査成績は、まさに「戦後昭和の食生活史」ともいえる。特に当初の栄養欠乏症や四季毎の栄養摂取状態などのきめ細かな調査成績により、国民栄養改善の重要性が知られ、昭和27年の栄養改善法の制定につながっていったことを考えると、国民栄養調査は私たち栄養士の育ての親ともいえる重要な意義を有する。加えて、この半世紀近い栄養素等摂取量、食品摂取量、充足状況、欠食・外食の状況、また身長、体重、皮下脂肪厚、血圧等の身体状況の推移は世界にも類例を見ない貴重な資料である。

この間調査の方法や内容等にもいくつかの変化が見られ、データにもその特徴が伺われるが、特に昭和30～40年代における動物性食品の急激な増加や、21年から38年（この時期は年4回実施）における四季の移り変わりは興味深いものがある。

食生活状況は、社会状況を移す鏡でもあり、食の変遷から時の社会状況を推察することも有用であり、また栄養・食生活の変動を正しくつかむには、社会的背景を十分踏まえることが大切であろう。

「将来を考える最良の方法は過去をよく知ることにある」と言われるように、これらを単なる過去として見るのではなく、これからの食生活のあり方を考える上での資料としても大いに活用していただきたい。

この貴重な資料を後世へ伝達、保存するためにも収集・整理を試みたが、あまりに資料が膨大過ぎ、ついにはあきらめざるを得なくなったものも多々ある。しかし、第一出版のご好意によりなんとか出版にこぎ着けることができ、ここに厚く感謝の意を表する次第である。

また、前東京農業大学教授 赤羽正之先生には、内容の相談や、更に図表の作成等について大変なご協力をいただいた。ここに改めて感謝申し上げる。

今回の仕事を通じて改めて思い返されたのは、本調査にかかわった大勢の方々のことである。本調査の趣旨を理解され、記録などの面倒な作業をしていただいた調査家庭の方々、調査の実施など煩雑な作業をこなしていただいた都道府県・保健所の栄養士をは

じめとする関係の方々、手数のかかる集計作業を担当していただいた厚生省大臣官房統計情報部の方々には、そのご苦勞を思うとただただ感謝の念に堪えない。また、扉裏に紹介したように、大勢の先輩方が本調査を途切れることなく継続されてこられた。そのご努力に敬意を表する次第である。

本書が、国民の栄養・食生活の理解に役立つべくご活用いただければ幸いである。

平成10年6月

著 者