

寄稿

昭和50年を目途とした食糧構成基準量とは*

桜井 芳人

本誌前号に高居女史の名で『昭和50年を目途とした栄養基準量および食糧構成基準量について』という題目で解説的な一文が掲載された。その中心は本年5月末に厚生省が栄養審議会承認されたとして発表したものであり、新聞にも出た。その時の二、三の新聞の掲載様式は

第1表

	昭和50年を目途とした食糧構成基準量 (1人1日・g)	昭和45年を目途とした食糧構成基準 (1人1日・g)	昭和42年度☆ 国民栄養調査 成績 (1人1日・g)
穀類	340	400	393
いも類	50	65	41
砂糖類	◎ 20	◎ 50	19
油脂類	20	17	13
大豆	* 20	25	* 70
その他豆	5	5	5
果実類	140	200	82
緑黄野菜	70	100	44
その他野菜	170	150	155
魚介類	70	85	84
獣鳥鯨肉類	40	25	35
卵類	45	35	39
乳類	○ 220	140	○ 75

注) ☆ 発表当時、昭和42年の国民栄養調査成績が一番新しいものであった。なお栄養調査には上記以外に食品の項目がある。

◎, *, ○印に注意。

次に示す第1表の如くなっていた。比較の方は新聞が勝手に入れたものとしてしまえばそれまでだが、5年先にこのようにしたいというならば今のところこうで、それがこのように変わってゆくのが望ましいと示するのが普通のやり方であるので、恐らく読者にわかりよくするために比較を入れたのだろう。しかし、この新聞の対比した数字を見て納得されなかった方も多かったらうと思う(特に大豆のところ)。

従来も、将来の針路の予想が発表されたものはいろい

* この稿は高居女史の掲載文のものに対する批判ではなく、その内容の骨子をなす厚生省の発表に対する批判である。

るあるが、その際は現状を、あるいは調査や統計の終了している最近の時期の状況も示すのが通例であり、昭和52年の食糧を予想した農林省発表のものにも、もっと先まで考えた生活審議会のものにも、その他のものにも発表当時の状況を示し、これと対比できるようになっている。このように現状を記載しそれと比較することによってわかりやすく、かつ使いやすくなるものであるが、今回の「食糧構成基準」にはそれがない。高居女史も『従来の食糧構成基準量(恐らくは45年を目途としたものを指すのであろう)と比較することは作成の基盤が異なるのであまり意味のあることではないと思う』とっておられるが、何と比較したらよいかは示されていない。

この基準量が算出された基になったという年齢別、労働別食糧構成は前号の本誌にも一部出ているが、そこにも記してあったように栄養学雑誌の本年3号に原著として高居女史を含めた8人の方々の名前で発表されている。これを読んで設定にかなりの無理を感じるが、記述の流れに異論はない。そして、この文のあとがきには『この研究で設定した対象別食糧構成は実際の栄養指導の資料にすることに重点をおいて作ったものであるが、第一回目の試みであり、基本的に不十分な資料に基いているところも多く……』と記されている。私も試みとしてこのようなことを行うことには不賛成ではない。ただ、ビタミンの数字まで栄養所要量に合致させる配慮が必要かどうかには疑問があるが。

問題はその後である。前記の食糧構成を使って、栄養所要量から栄養基準量を算出したのと同様の方式で食糧構成基準量を計算したとあり、その通りであろうが、食糧構成の項目と食糧構成基準のそれとは相違しているからその計算が詳かでない。

パン、めんは小麦粉に換算し米と合せて穀類に、みそは大豆に、乳製品は生乳に含ませてあることはわかるが、菓子、つけもの、海草はどうなったのか。ことに菓子

昭和50年を目途とした食糧構成基準量とは

(100g中のカロリー404 Cal)は20~50gとなっているが、それはどう組み入れられたのか。

これに関連して砂糖は家庭的調理的に使うものだけを示し20gとなっており(日本の砂糖供給量は1人1日50g以上)。あとは加工食品に算入したというが、不明確である。また、砂糖、でんぷんをそのようにして、使用上同じような性格の油脂類はそのようにしていないのはどうしてか(日本の食用油供給量は1人1日20gの程度)。このあたりに算出上の疑問が残る。

厚生省は20年来国民栄養調査を続けている。調査のやり方は幾分ずつ変わってきたとはいえるものの、戦後における食べものの変化、栄養摂取の推移等はこれによって一応ははっきりわかる。だから、将来に対する予想なり希望なりを示すようなときにも、同様の形式を採るのがわかりよくもあり、妥当でもあるよう思う。私はこの前の45年度目途の食糧構成をつくるときもそう思ったし、今回もまたそのように考えた。ところが前記したような第1回目の試みとして出された数字を基に厚生省の見解を発表するというのはどういうわけなのか。この数字は栄養調査の成績とも比較できず、そうかといって食糧需給表とはもちろん比較できない。つまり、過去あるいは現在のどの調査統計とも比較できない食糧構成基準ができたわけで、まさに宙に浮いた数字だといって差支えないだろう。こういうことで「栄養改善のための指導目標の明確化」といえるのだろうか。

そして、これは今回の厚生省発表のものだけではないが、原材料的なものの数量が示されているだけなので、加工食品がますます増加しつつあるとき、こういう数字を実際の指導に役立てようとするには大きな努力が要ることになる。たとえば、少し極端な例かもしれないが、

ソーセージ類、その原料は畜肉であり、鯨肉でありさらに魚肉も入る。それだけならよいがその上に大豆製品が混り、でんぷんが入る。ことにでんぷんの占める割合は(カロリー上の割合で)なかなか大きい。そういうものを上表においてどう区分けするか、細かく考えるときわめてむずかしい課題である。

従来、官庁筋からの発表があると、ことに厚生省から栄養・食品に関する数字の発表があると、それを金科玉条のように考える人が多かったように思う。そしてそれと比較して献立がどうの、食生活がどうのという言い方が行われ勝であった。私は今回の食糧構成基準の発表に関してまたそのようになることをおそれている。

栄養所要量や栄養基準量については学校の先生や栄養士の方々が金科玉条に近い扱い方をしても、これはかなりの根拠と筋道のある数字であるし、諸外国でも同様のもの*を示しているのだから、まずはよいかと思うが(栄養基準量については全体的には適当であろうと考えている。ただし蛋白のところには問題がある)食糧構成基準量は基本的に性格が異なるからそのように扱うのは無理であり、厚生省が示す、一つの例として扱うべきであろう。従来からも食糧構成の指導方式として速水案とか香川案とかがあるが、今回のものもこれにならって手塚案とか高居案とか考えたらよいのではないかと思う。

栄養所要量あるいは基準量に概ね合致する食糧構成は、現在の日本の食生活において他にいろいろある。ここで概ねというのはビタミンやミネラルまでを食品だけで数字の上ではっきり合致させるかどうかに係ることである。

* アメリカでは同様のものを Recommended Dietary Allowance といっており、日本でも「望ましい摂取標準」といった方が作成の方法から見て当たっているよう思う。

お 願 い

本誌の文献抄録欄は、各大学の紀要等に発表された、調理科学に関係のある論文を重点的に取り上げ、広く関係者に知っていただきたいと考えています。そのため、各大学で紀要等を発行されましたなら、お手数で恐れ入りますが、1部ずつそれぞれの地区の下記抄録担当者のもとにお送りいただきますようお願い申し上げます。

北海道・東北・関東地区……………お茶の水女子大学 福場 博保
中部・近畿・中国・四国地区……………大阪市立大学 宮川久邇子
九州地区……………福岡女子大学 支倉さつき