

1. タバコ販売数量と喫煙率の年次推移

Cigarette sales and smoking prevalence

年 Year	販売数量（百万本） Number of cigarettes sold in Japan (million)	15歳以上1人当り Per person 15 years and older	20歳以上喫煙率 Smoking prevalence among adults 20 years and older	
			男 Males	女 Females
昭和40年 1965	173,639	2,357本	82.3%	15.7%
昭和45年 1970	222,745	2,801	77.5	15.6
昭和50年 1975	290,202	3,427	76.2	15.1
昭和55年 1980	303,974	3,397	70.2	14.4
昭和60年 1985	310,700 (2.4%)	3,271	64.6	13.7
平成2年 1990	322,000 (15.9%)	3,194	60.5	14.3
平成7年 1995	334,700 (21.2%)	3,175	58.8	15.2
平成12年 2000	324,500 (25.1%)	2,999	53.5	13.7
平成14年 2002	312,600 (26.7%)	2,859	49.1	14.0

(注)：()は外国たばこのシェア

Note: Market share of imported cigarettes.

資料：販売数量は、日本専売公社「専売統計」および日本たばこ協会調べ
喫煙率は、日本たばこ産業株式会社「全国たばこ喫煙者率調査」Source: Cigarette sales, Japan Tobacco and Salt Co. and Tobacco
Institute of Japan. Smoking prevalence, Japan Tobacco Inc.

2. アルコール消費量と飲酒者数、大量飲酒者数の年次推移

Alcohol consumption, drinkers and heavy drinkers

年 Year	純アルコール消費量 Alcohol consumption	成人1人当り Per person 20 years and older	飲酒者数（千人） Number of drinkers (1,000)	大量飲酒者数（千人） Number of heavy drinkers (1,000)
昭和40年 1965	364,640kℓ	5.86 ℓ	26,804	1,028
昭和45年 1970	483,225	6.87	33,333	1,396
昭和50年 1975	585,743	7.63	39,669	1,705
昭和55年 1980	658,291	8.11	45,224	1,905
昭和60年 1985	733,399	8.59	57,009	2,023
平成2年 1990	754,646	8.29	60,764	2,124
平成7年 1995	835,296	8.61	65,391	2,316
平成9年 1997	869,889	8.81	65,960	2,423
平成11年 1999	832,524	8.30	66,931	2,270

(注)大量飲酒者 = 1日平均150ml以上のアルコールを飲む者

Note: Heavy drinkers: Those who drink 150 ml of alcohol or more per day

資料：純アルコール消費量は、国税庁「統計年報書」に基づく換算

飲酒者数は、国税庁および総理府による「酒類に関する世論調査」に基づく推計。大量飲酒者数はWHOの計算方式による推計。

Source: Alcohol consumption calculated from 'Annual report' of the National Tax Administration Agency

Number of drinkers estimated from 'Poll on alcoholic beverages' by the National Tax Administration Agency and the
Management and Coordination Agency. Number of heavy drinkers estimated by the WHO formula

3. エネルギー摂取量の栄養素別構成割合の年次推移（全国、1人1日当たり）

Energy intake by nutrients (per capita per day)

年 Year	総エネルギー Total energy	蛋白質 Protein	脂肪 Fat	炭水化物 Carbohydrate
昭和35年 1960	2,096kcal	13.3%	10.6%	76.1%
昭和40年 1965	2,184	13.1	14.8	72.1
昭和45年 1970	2,210	14.0	18.9	67.1
昭和50年 1975	2,268	14.6	22.3	63.1
昭和55年 1980	2,119	14.9	23.6	61.5
昭和60年 1985	2,088	15.1	24.5	60.4
平成2年 1990	2,026	15.5	25.3	59.2
平成7年 1995	2,042	16.0	26.4	57.6
平成12年 2000	1,948	15.9	26.5	57.5

資料：厚生労働省「国民栄養調査」

Source: 'National Nutrition Survey' conducted by the Ministry of Health, Labour and Welfare

4. 栄養摂取量の年次推移（全国、1人1日当たり）
Time trends in nutrition intakes (per capita per day)

年 Year	蛋白質（動物性） Protein (animal)	脂肪（動物性） Fat (animal)	炭水化物 Carbohydrate	食塩 Salt	ビタミンA Vitamin A	ビタミンC Vitamin C
昭和35年 1960	69.7 g (35.4%)	24.7 g* (34.6%)	399 g	- g	1,180IU	75mg
昭和40年 1965	71.3 (40.0)	36.0* (39.7)	384	-	1,324	78
昭和45年 1970	77.6 (44.1)	46.5 (44.9)	368	-	1,536	96
昭和50年 1975	81.0 (48.0)	55.2 (47.5)	335	13.5	1,889	138
昭和55年 1980	78.7 (49.8)	55.6 (48.4)	309	12.9	1,986	123
昭和60年 1985	79.0 (50.8)	56.9 (48.5)	298	12.1	2,188	128
平成2年 1990	78.7 (52.6)	56.9 (48.3)	287	12.5	2,567	120
平成7年 1995	81.5 (54.5)	59.9 (49.7)	280	13.2	2,840	135
平成12年 2000	77.7 (53.7)	57.4 (50.2)	266	12.3	2,654	128

(注)* = バター・ラード等を含まない

Note: * = Butter and margarine not included

資料：厚生労働省「国民栄養調査」

Source: 'National Nutrition Survey' by Ministry of Health, Labour and Welfare

5. 食品群別摂取量の年次推移（全国、1人1日当たり）
Time trends in food intakes (per capita per day)

年 Year	総量 Total	穀類 Grains	イモ類 Potatoes and taro	豆類 Beans	緑黄色野菜 Green and yellow vegetables	魚介類 Fish	肉類 Meat	牛乳 Milk	乳製品 Dairy products
昭和35年 1960	1,128 g	452.6 g	64.4 g	71.2 g	39.0 g	76.9 g	18.7 g	29.5 g	3.4 g
昭和40年 1965	1,161	418.5	41.9	69.6	49.0	76.3	29.5	48.8	8.6
昭和45年 1970	1,271	374.1	37.8	71.2	50.2	87.4	42.5	68.4	10.4
昭和50年 1975	1,412	340.0	60.9	70.0	48.2	94.0	64.2	98.4	5.2
昭和55年 1980	1,352	319.1	63.4	65.4	51.0	92.5	67.9	107.8	7.4
昭和60年 1985	1,346	308.9	63.2	66.6	73.9	90.0	71.7	108.0	8.7
平成2年 1990	1,323	285.2	65.3	68.5	77.2	95.3	71.2	119.5	10.6
平成7年 1995	1,449	264.0	68.9	70.0	94.0	96.9	82.3	126.0	18.5
平成12年 2000	1,380	256.8	64.7	70.2	95.9	92.0	78.2	106.2	21.4

資料：厚生労働省「国民栄養調査」

Source: 'National Nutrition Survey' by Ministry of Health, Labour and Welfare

日本人のがんの種類の変化は生活習慣の西洋化によると言われるが、栄養摂取量の年次推移をみると、脂肪、動物性蛋白質の増加が顕著である。もっとも現在の摂取量はほぼ理想的なバランスと見られている。

喫煙が肺がん、口腔・咽頭がん、食道がん、喉頭がん、膀胱がんなど多くのがんに関係することは明らかである。喫煙の害が広められるにつれて成人で禁煙する者も増え、2002年の調査では男子の喫煙率は初めて50%を下回った。とくに60歳以上では40%をきっている。女子は欧米白人に比べればまだ低いですが、20歳代の若年女子の喫煙率は20%を越え、問題視されている。

酒は百薬の長といわれるが、過度の飲酒は口腔咽頭がん、食道がんのリスクとなる。肝臓がんにもプロモーター的に働く。

The changing pattern of cancers in Japan is supposed to be attributable to “westernization” of the traditional life style. The time trends in food consumption showed increased intakes of animal protein and fat, but the present diet basically reflects ideally balanced nutrition.

Smoking is related not only to lung cancer but also for cancers at various sites, such as oropharyngeal, esophageal, laryngeal, and bladder cancers. Along with the distribution of knowledge about the risks associated with tobacco smoking, the number of ex-smokers is on the increase, and the smoking prevalence among males became less than 50% in 2002. As for people more than 60 years old, the prevalence has become less than 40%. The smoking prevalence for women is still lower than that in western countries, but it has gradually on the increase to more than 20% among young women.

Alcohol drinking is a risk for oropharyngeal cancer and esophageal cancer. It also acts as a promoter of liver cancer.