

特集：実は！ふくい

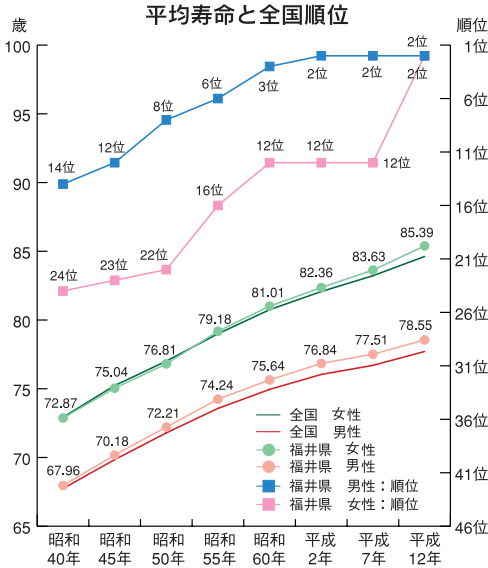
Special Feature: Facts about Fukui

健康長寿な福井です。

Fukui Good Health and Longevity

福井県は男女とも平均寿命第2位！

Both men and women in Fukui Prefecture have the second longest life expectancy in Japan.



【資料：H12都道府県別生命表】

本県の長寿要因

- 「福井の食生活」は長寿のみなもと**
 1日あたり米類摂取量
 福井県 第1位 209g
(資料：国民栄養調査)
 1日あたりいも類摂取量
 福井県 第1位 92g
(資料：国民栄養調査)
- 福井県民は働き者でボランティア活動が盛ん**
 共働き世帯数の割合
 福井県 第1位 60.5%
(資料：H12国勢調査)
 ボランティア活動年間行動者率
 福井県 第5位 36.6%
(資料：H13社会生活基本調査)
- 家族と地域で育む心穏やかな長寿の気風**
 三世代世帯割合
 福井県 第2位 23.1%
(資料：H12国勢調査)
 持ち家住宅1戸あたり延べ床面積
 福井県 第2位 176m²
(資料：H15住宅・土地統計調査)
- 保健と医療と福祉が支える長寿**
 人口10万人あたり救急告示病院・一般診療所の数
 福井県 第2位 8.2箇所
(資料：H14医療施設調査・病院報告)
 65歳以上人口10万人あたり介護老人福祉施設数
 福井県 第8位 27.5箇所
(資料：H15介護サービス施設・事業所調査)
- 心の健康を支える経済的ゆとり**
 1世帯あたり貯蓄残高
 福井県 第1位 1,964万円
(資料：H11全国消費実態調査)

長寿のみなもと、福井の食！

Fukui foods: the source of longevity.

実は福井が発祥「コシヒカリ」

Fukui is the birthplace of Koshihikari, a famous brand of rice.

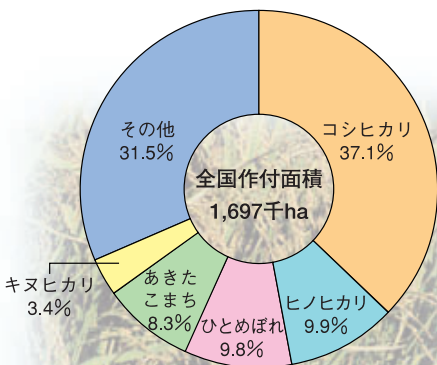
今や、全国作付面積第1位

Fukui has the largest rice paddy acreage in Japan.

2006年はコシヒカリ誕生50周年

2006 is the 50th anniversary of Koshihikari's development.

平成16年産水稻の全国品種別作付面積(上位5品種)



【資料：農林水産省H16産水稻の品種別収穫量】

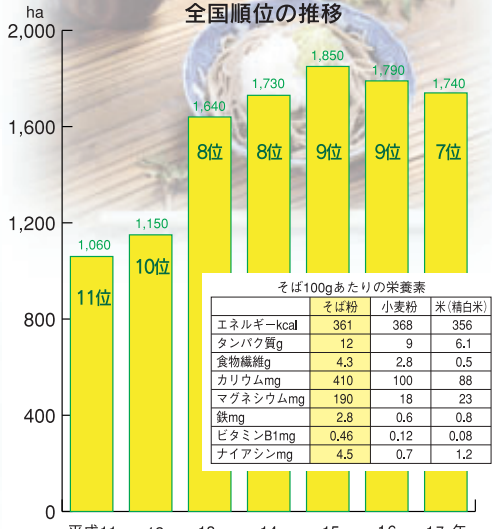
健康長寿福井の食文化

Echizen Oroshi-Soba, traditional

「越前おろしそば」

cuisine in Fukui

福井県のそばの作付面積と全国順位の推移



そば100gあたりの栄養素

	そば粉	小麦粉	米(精白米)
エネルギー-kcal	361	368	356
タンパク質g	12	9	6.1
食物繊維g	4.3	2.8	0.5
カリウムmg	410	100	88
マグネシウムmg	190	18	23
鉄mg	2.8	0.6	0.8
ビタミンB1mg	0.46	0.12	0.08
ナイアシンmg	4.5	0.7	1.2

【資料：北陸農政局福井統計・情報センター】

【資料：日本食品標準成分表】