

# 健康長寿

# ながのけん

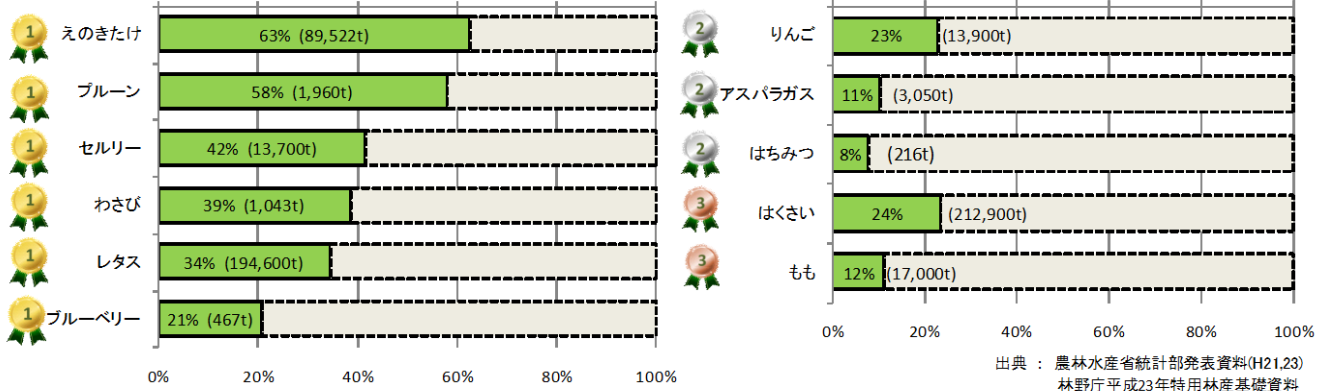
NAGANO



長野県観光PRキャラクター「アルクマ」

## バラエティー豊かな信州産農産物

■長野県の生産量の全国シェア(カッコ内は生産量)



PR



### 長寿日本一の恵み

## おいしい信州ふーど(風土)

美しい山々に囲まれた自然豊かな長野県は、全国有数の農業県。四季の変化に富んだ環境の中で、おいしい野菜やくだものなどの農産物が育まれています。また、県内それぞれ地域で受け継がれてきた伝統的な食文化があり、それが日本の長寿を支えているのです。

先人からの努力で育まれた知恵と工夫、永く受け継がれてきた歴史と伝統、そして徹底した品質管理の中から生まれる信州産の農産物加工品を「プレミアム」「オリジナル」「ヘリテージ」の三つの基準で厳選し、統一ブランド「おいしい信州ふーど(風土)」として県内外に発信していきます。

<p><b>プレミアム</b> premium</p> <p>厳選素材・厳密基準</p> <p>信州には、こだわりの食材があります。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>長野県原産地呼称管理制度認定品</li> <li>信州プレミアム牛肉認定制度</li> </ul>	<p><b>オリジナル</b> original</p> <p>信州で開発した、独自の食材があります。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>長野県オリジナル品種</li> <li>全国シェア上位品目</li> </ul>	<p>長野県オリジナル品種 (鶏)</p> <p>信州黄金シャモ</p>	<p>長野県オリジナル品種 (マス)</p> <p>信州サーモン</p>	<p>長野県オリジナル品種 (ぶどう)</p> <p>ナガノパープル</p>	<p>長野県オリジナル品種 (りんご)</p> <p>南水</p>				
<p>長野県原産地呼称管理制度認定品</p> <p>日本酒</p>	<p>長野県原産地呼称管理制度認定品</p> <p>焼酎</p>	<p>長野県原産地呼称管理制度認定品</p> <p>ワイン</p>	<p>長野県オリジナル品種 (りんご)</p> <p>シナノスイート</p>	<p>長野県オリジナル品種 (りんご)</p> <p>シナノゴールド</p>	<p>長野県オリジナル品種 (りんご)</p> <p>秋紅</p>	<p>長野県オリジナル品種 (りんご)</p> <p>ザマクリスタル</p>	<p>長野県オリジナル品種 (りんご)</p> <p>信州サワー</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>レタス</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>セルリー</p>
<p>長野県原産地呼称管理制度認定品</p> <p>シードル</p>	<p>長野県原産地呼称管理制度認定品</p> <p>米</p>	<p>信州プレミアム牛肉認定制度</p> <p>信州プレミアム牛肉</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>はくさい</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>アスパラガス</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>ながいも</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>わさび</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>えのきたけ</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>ぶなしめじ</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>なめこ</p>
<p>全国シェア上位品目</p> <p>りんご</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>ぶどう</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>ブルー</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>まるめる・かりん</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>ブルーベリー</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>もも</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>干柿(市田柿)</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>味噌</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>寒天</p>	<p>全国シェア上位品目</p> <p>はちみつ</p>
<p><b>ヘリテージ</b> heritage</p> <p>伝統野菜・郷土食</p> <p>信州には、次世代へ引き継ぐおいしい郷土食があります。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>県選折形民俗文化財</li> <li>信州伝統野菜認定制度</li> </ul>	<p>長野県選折形民俗文化財</p> <p>野菜草漬</p>	<p>長野県選折形民俗文化財</p> <p>スン牛漬</p>	<p>長野県選折形民俗文化財</p> <p>焼き餅(おやき)</p>	<p>長野県選折形民俗文化財</p> <p>手打ちそば</p>	<p>長野県選折形民俗文化財</p> <p>御膳餅(五平餅)</p>	<p>長野県選折形民俗文化財</p> <p>木曽の特産物</p>	<p>長野県選折形民俗文化財</p> <p>新山市富倉のせき寿司</p>		
<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>ゆずみ大根</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>龍田辛銘大根</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>王滝菜</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>清内筋きゅうり</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>八町きゅうり</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>赤かぶ</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>結球菜</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>ひしの肉菜</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>ぽんかんじょう(ぽんかんじょう)</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>松本一本ねぎ</p>
<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>ていげなす</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>勝ヶ沢なす</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>小布碓丸なす</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>下葉芋(下葉二重芋)</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>坂井芋</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>あかたつ(鷹手)</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>村山早生牛蒡</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>清内筋かぼちゃ</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>穂高いんげん</p>	<p>信州伝統野菜認定制度 (認定品)</p> <p>黒塚もちろこし</p>

もっと信州の食について知ってください。おいしい信州ふーど(風土)情報も満載。

信州の食と農業のおいしい情報「おいしい信州ふーど(風土)ネット」

<http://www.oishii-shinshu.net/>

おいしい信州ふーど(風土) 検索

おいしい信州ふーど(風土) 探検後日記も更新中!

※今回ご紹介した品目は「おいしい信州ふーど(風土)」の一部です。

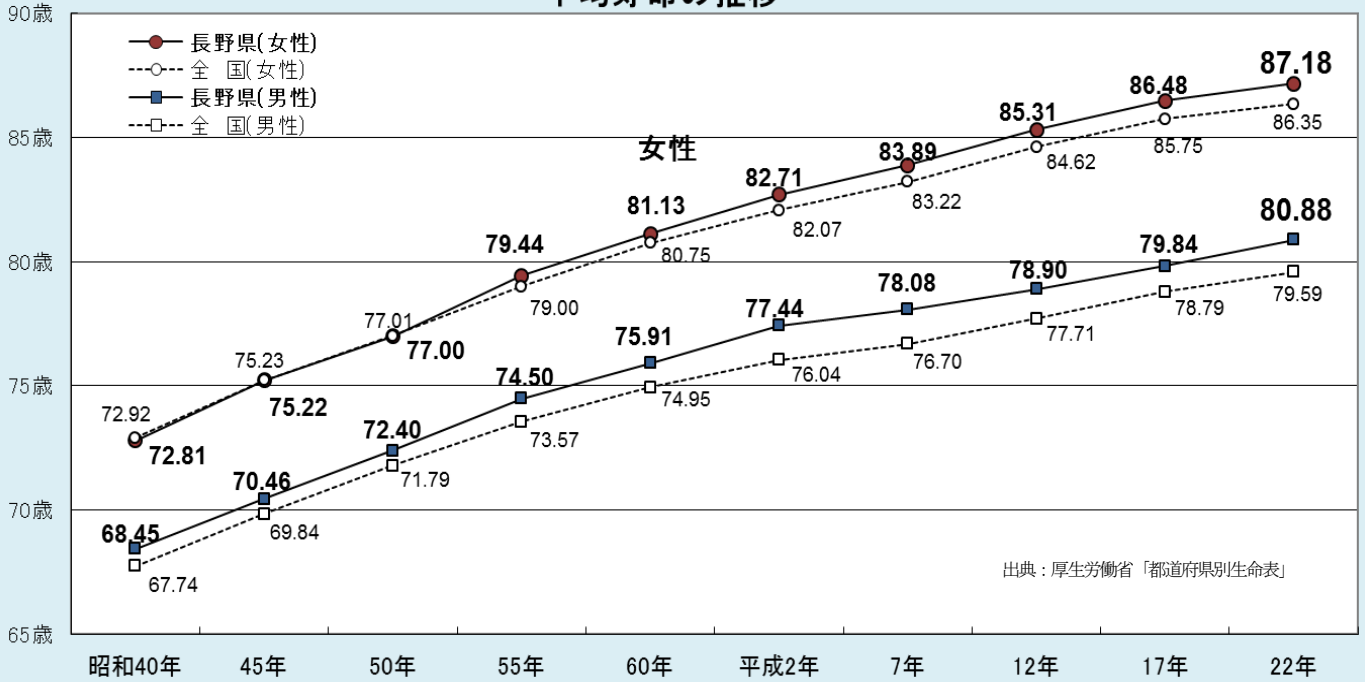


# 健康長寿

ながのけん  
NAGANO

## 長野県の平均寿命 男女ともに全国1位(平成22年)

平均寿命の推移



出典: 厚生労働省「都道府県別生命表」

全国順位の推移	昭和40年	45年	50年	55年	60年	平成2年	7年	12年	17年	22年
長野県 男性	9位	7位	4位	3位	2位	1位	1位	1位	1位	1位
長野県 女性	26位	19位	16位	9位	9位	4位	4位	3位	5位	1位

<参考> 市町村別平均寿命 (H22 市区町村別生命表)

**男性全国1位 長野県松川村(82.2歳) 長野県はベスト50以内に、男性19市町村・女性12市町村がランクイン**

(男性) 松川村、塩尻市、池田町、諏訪市、高森町、阿智村、伊那市、佐久市、筑北村、木曾町、軽井沢町、栄村、青木村、南箕輪村、根羽村、売木村、上田市、東御市、山形村

(女性) 佐久市、大桑村、下諏訪町、筑北村、宮田村、上松町、安曇野市、松川村、大町市、小布施町、諏訪市、千曲市

### 健康長寿世界一の信州を目指して

地域を支える一人ひとりがいつまでも生き生きと元気に人生を送ることができ、けがや病気になっても安全で質の高い医療サービスにより早期に元の生活に戻れるなど、安心して生活できる社会づくりを目指し、また、その健康長寿を未来にわたって継承することが重要です。

長野県の平均寿命、健康寿命が全国上位にランクインする要因として、

- ・高齢者の就業率が高く、生きがいを持って生活している。
- ・野菜摂取量が多く、郷土料理・伝統料理を有効に活用した食生活を送っている。
- ・食生活改善推進員や保健補導員などの健康ボランティアによる自主的な健康づくりへの取組が活発である。
- ・医師、歯科医師、薬剤師、保健師、管理栄養士等の専門職種による地域保健医療活動が活発である。

などがあげられているところです。

本県では「健康で長生き」を更に進めるため、健康長寿を実現してきた長野県の地域特性や要因について科学的知見に基づく調査・分析を加え、その結果を反映した健康づくり施策を展開するとともに、地域の医療提供体制の充実に取り組んでいきます。