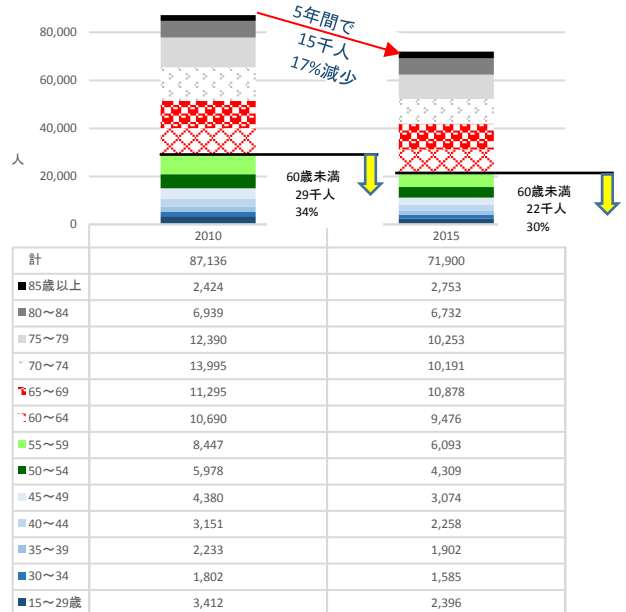


日本と熊本の農業

全国年齢別農業就業人口（販売農家）

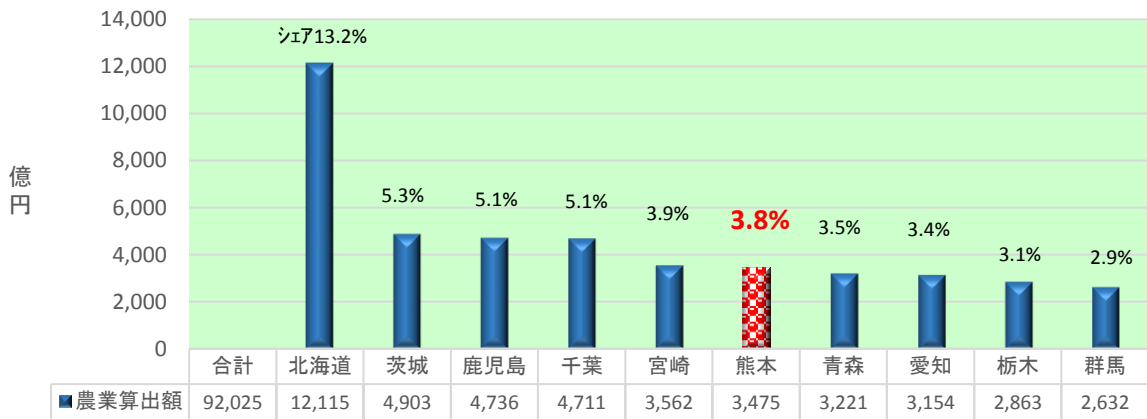


熊本県年齢別農業就業人口（販売農家）



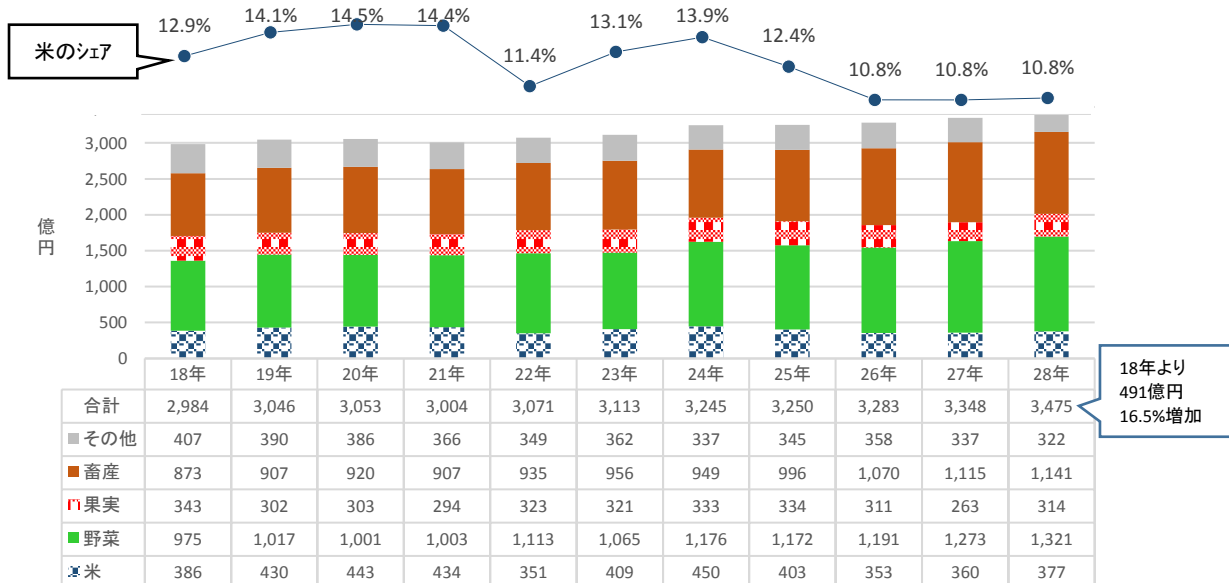
※農水省世界農林業センサスより引用

平成28年農業産出額



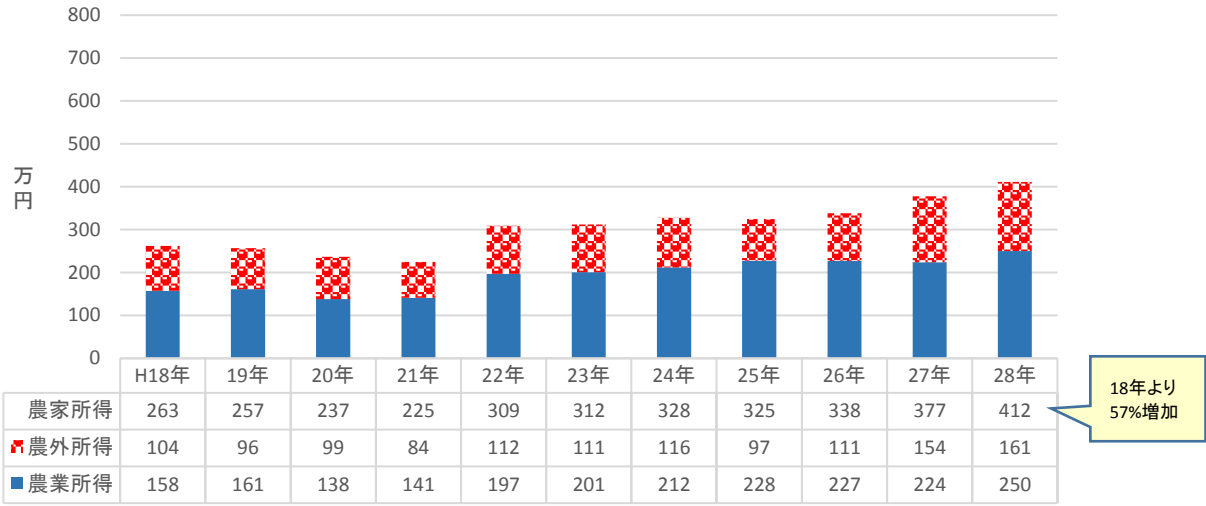
※農水省生産農業所得統計より引用

熊本県の農業産出額推移



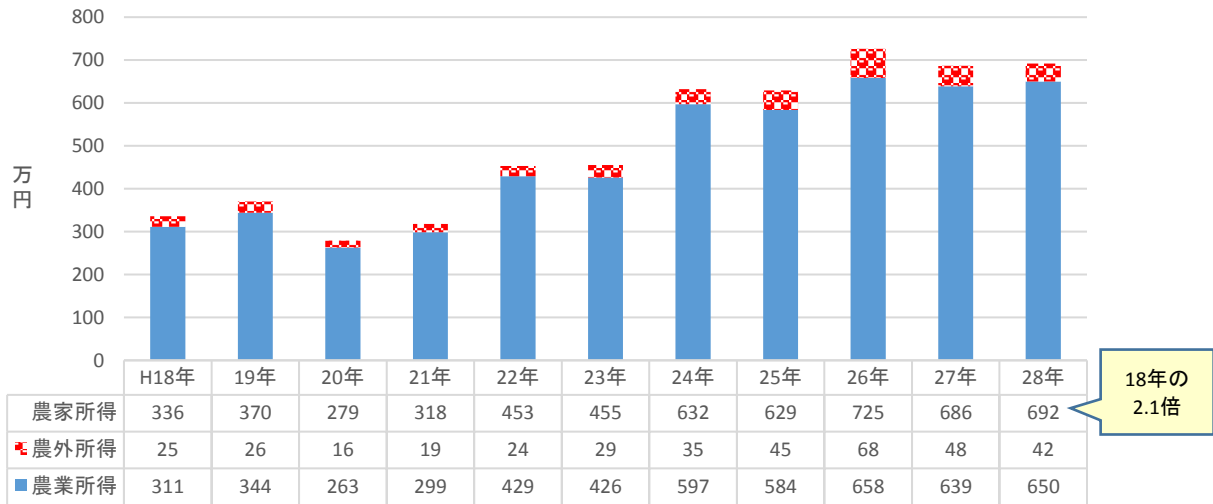
※農水省生産農業所得統計及びびくまとの農業より引用

熊本県販売農家所得



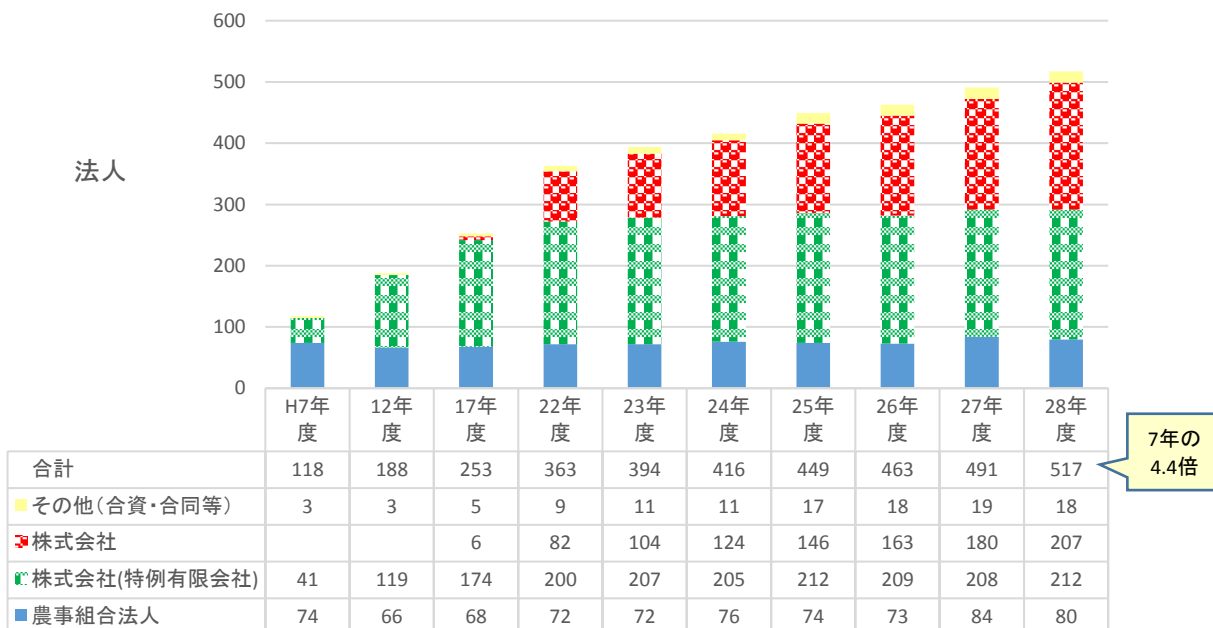
※くまとの農業より引用

熊本県主業農家所得



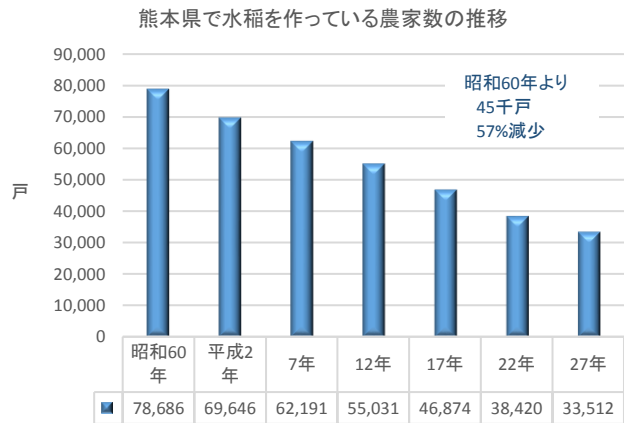
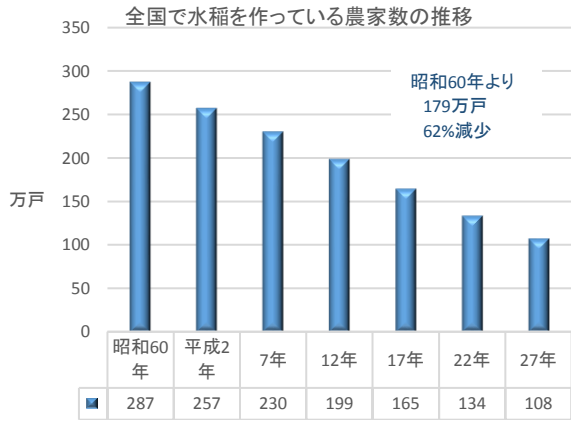
※くまとの農業より引用

農業生産法人の推移



※くまとの農業より引用

水稲統計資料

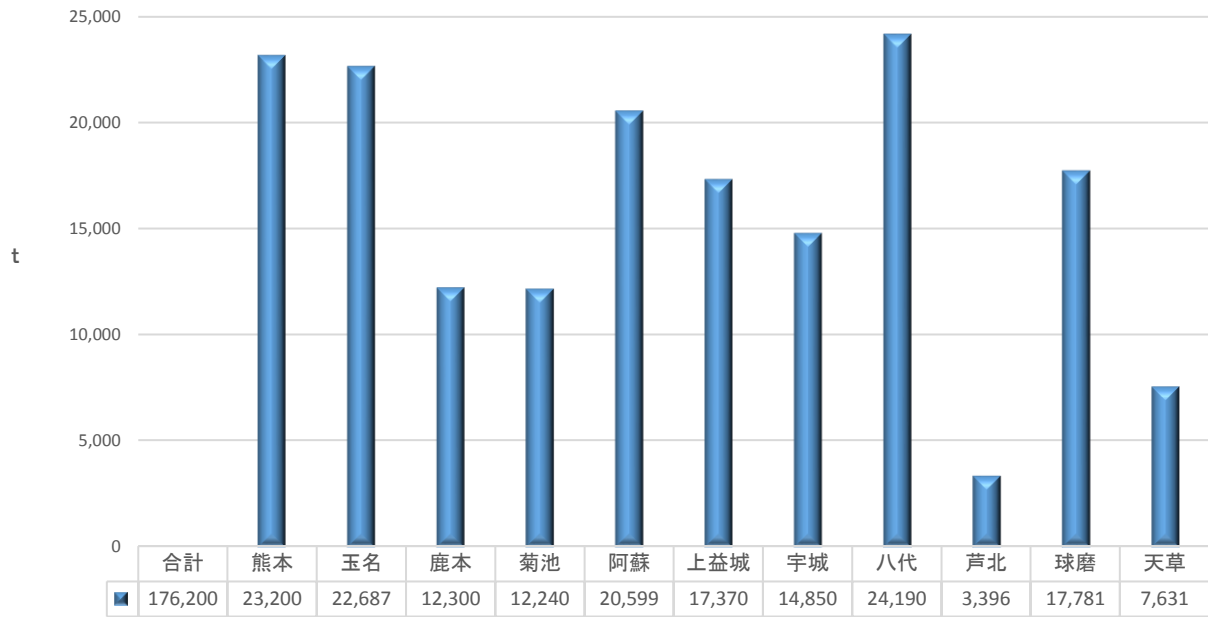


※農水省世界農林業センサスより引用

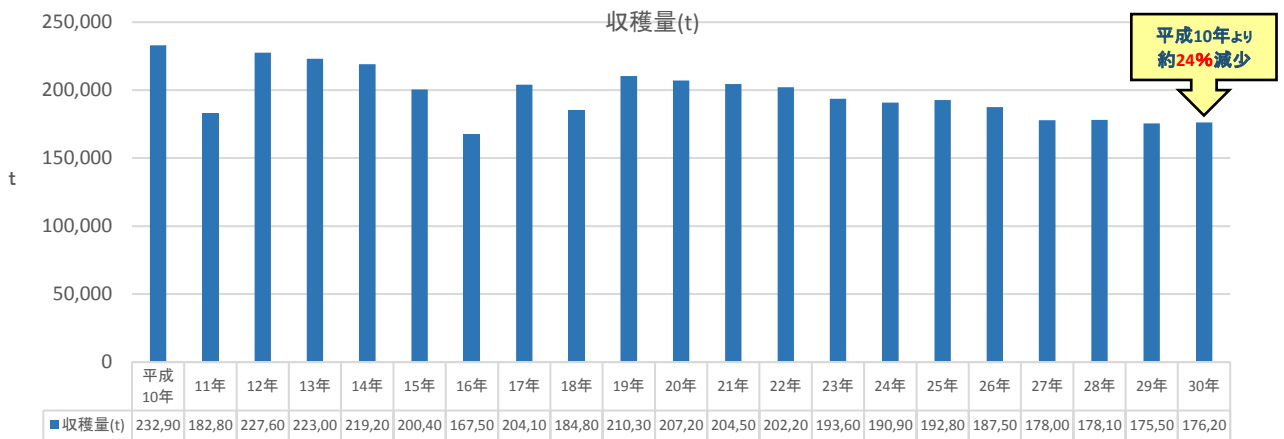
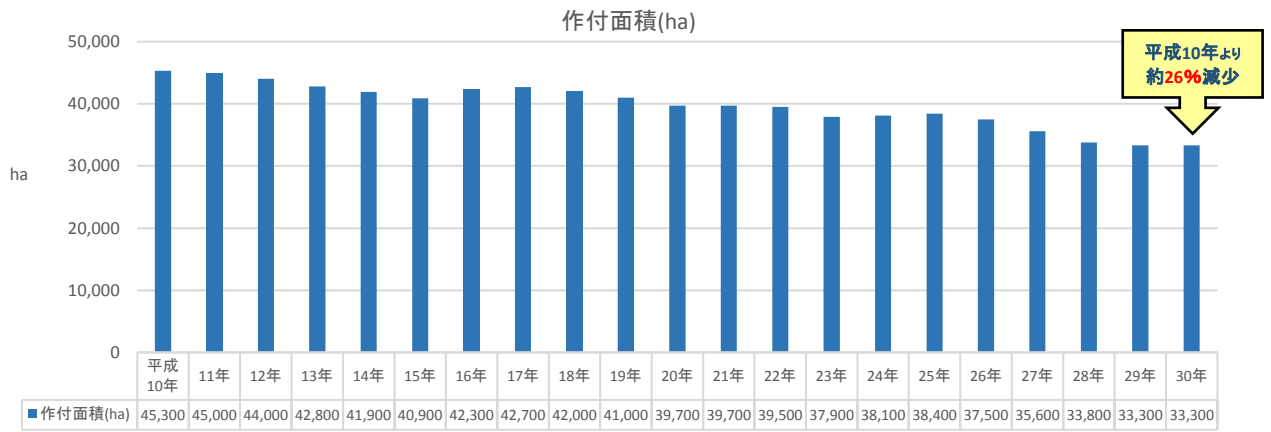
30年産水稲の作付面積と収穫量及び作況

順	都道府県	作付面積(子実用)			10a 当たり 予想収量	作況 指数	予想収穫量(子実用)			主食用見込み(参考)	
		実数	前年差	前年比			実数	前年差	前年比	作付面積	収穫量
		ha	ha	%	kg	t			ha	t	
全	国	1,470,000	5,000	100	529	98	7,780,000	△ 42,000	99	1,386,000	7,327,000
1	新潟	118,200	1,900	102	531	95	627,600	△ 15,900	103	104,700	556,000
2	北海道	104,000	100	100	495	90	514,800	△ 67,000	88	98,900	489,600
3	秋田	87,700	800	101	560	96	491,100	△ 7,700	98	75,000	420,000
4	茨城	68,400	300	100	524	99	358,400	900	100	66,800	350,000
5	宮城	67,400	1,100	102	551	101	371,400	16,700	105	64,500	355,400
6	福島	64,900	900	101	561	101	364,100	12,700	104	61,200	343,300
7	山形	64,500	0	100	580	96	374,100	△ 11,600	97	56,400	327,100
8	栃木	58,500	900	102	550	102	321,800	28,000	110	54,700	300,900
9	千葉	55,600	400	101	542	99	301,400	1,700	101	53,900	292,100
10	岩手	50,300	500	101	543	101	273,100	7,700	103	48,800	265,000
11	青森	44,200	800	102	596	101	263,400	4,700	102	39,600	236,000
12	富山	37,300	△ 300	99	552	102	205,900	600	100	33,300	183,800
13	兵庫	37,000	400	101	492	98	182,000	△ 1,400	99	35,500	174,700
14	福岡	35,300	△ 400	99	518	104	182,900	1,200	101	34,900	180,800
15	熊本	33,300	0	100	529	103	176,200	700	100	32,300	170,900
16	長野	32,200	△ 100	100	618	100	199,000	△ 4,200	98	31,300	193,400
17	埼玉	31,900	300	101	487	99	155,400	△ 700	100	30,800	150,000
18	滋賀	31,700	0	100	512	99	162,300	△ 1,600	99	30,100	154,100
19	岡山	30,200	100	100	517	98	156,100	△ 7,600	95	29,400	152,000
20	愛知	27,600	100	100	499	98	137,700	△ 3,100	98	26,700	133,200
21	三重	27,500	100	100	499	100	137,200	5,700	104	27,100	135,200
22	石川	25,100	△ 200	99	519	100	130,300	△ 1,000	99	23,200	120,400
23	福井	25,000	100	100	530	101	132,500	1,800	101	23,600	125,100
24	佐賀	24,300	△ 300	99	532	102	129,300	△ 1,300	99	24,000	127,700
25	広島	23,400	△ 300	99	525	101	122,900	△ 3,700	97	22,900	120,200
26	岐阜	22,500	600	103	478	97	107,600	700	101	21,500	102,800
27	大分	20,700	△ 300	99	501	100	103,700	△ 2,600	98	20,600	103,200
28	山口	19,800	△ 500	98	522	104	103,400	△ 2,400	98	18,900	98,700
29	鹿児島	19,200	△ 1,200	94	481	100	92,400	△ 6,700	93	18,300	88,000
30	島根	17,500	0	100	524	103	91,700	900	101	17,200	90,100
31	宮崎	16,100	△ 200	99	493	100	79,400	△ 1,900	98	14,700	72,500
32	静岡	15,800	100	101	506	97	79,900	△ 1,000	99	15,700	79,400
33	群馬	15,600	100	101	506	102	78,900	1,600	102	13,700	69,300
34	京都	14,500	△ 200	99	502	98	72,800	△ 2,200	97	13,900	69,800
35	愛媛	13,900	0	100	498	100	69,200	△ 1,400	98	13,900	69,200
36	鳥取	12,800	200	102	498	97	63,700	△ 1,800	97	12,700	63,200
37	香川	12,500	△ 300	98	479	96	59,900	△ 2,100	97	12,500	59,900
38	高知	11,500	△ 100	99	441	96	50,700	△ 3,900	93	11,400	50,300
39	長崎	11,500	△ 100	99	499	104	57,400	0	100	11,400	56,900
40	徳島	11,400	△ 100	99	470	99	53,600	△ 1,600	97	11,200	52,600
41	奈良	8,580	△ 30	100	514	100	44,100	△ 800	98	8,530	43,800
42	和歌山	6,430	△ 130	98	492	99	31,600	△ 1,700	95	6,430	31,600
43	大阪	5,010	△ 140	97	494	99	24,700	△ 1,400	95	5,000	24,700
44	山梨	4,900	△ 60	99	542	99	26,600	△ 600	98	4,820	26,100
45	神奈川	3,080	△ 10	100	492	98	15,200	△ 500	97	3,080	15,200
46	沖縄	716	△ 11	98	308	100	2,210	20	101	716	2,210
47	東京	133	△ 8	94	417	101	555	△ 25	96	133	555

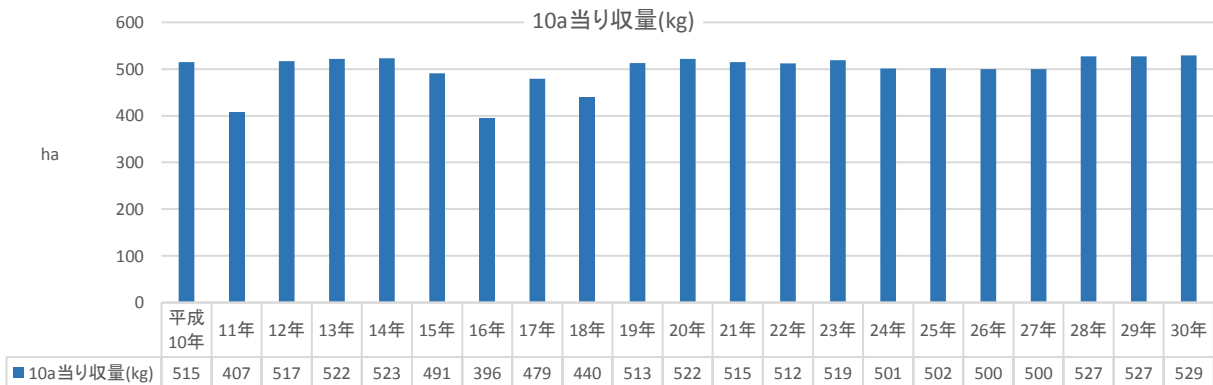
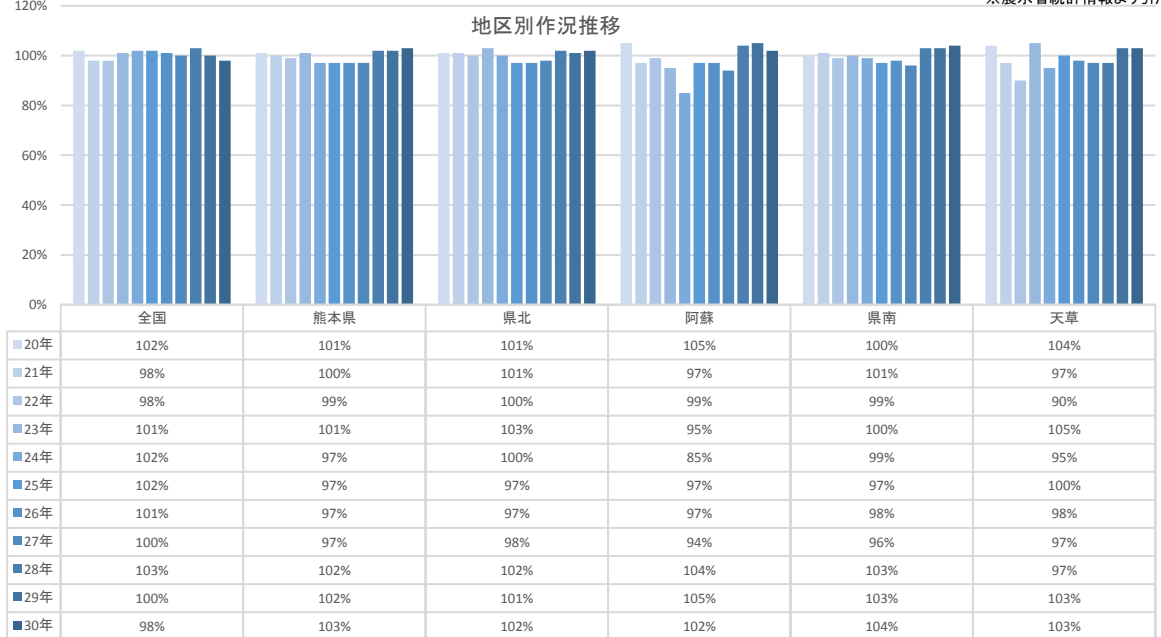
30年産地域別生産量



熊本県水稻実績推移

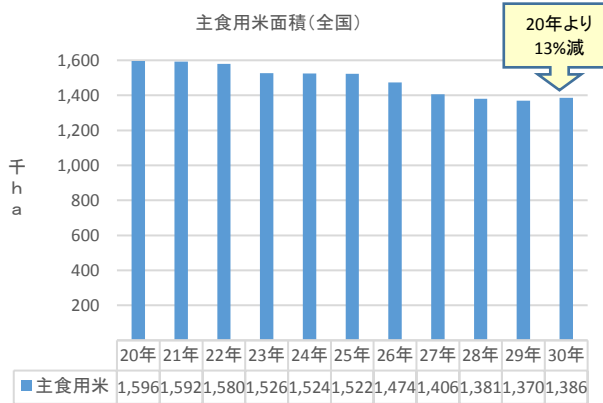


※農水省統計情報より引用

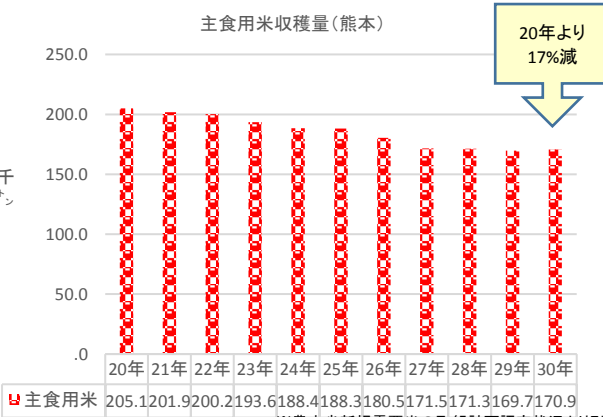
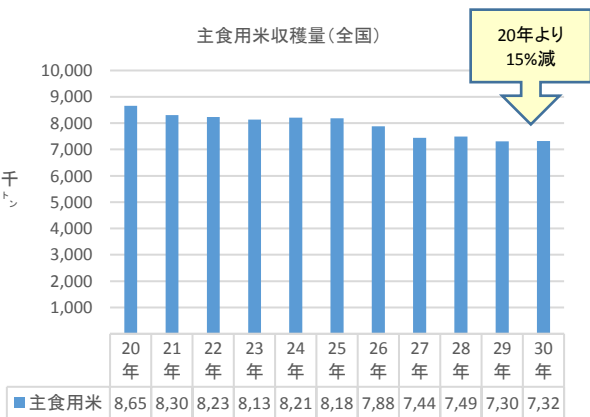
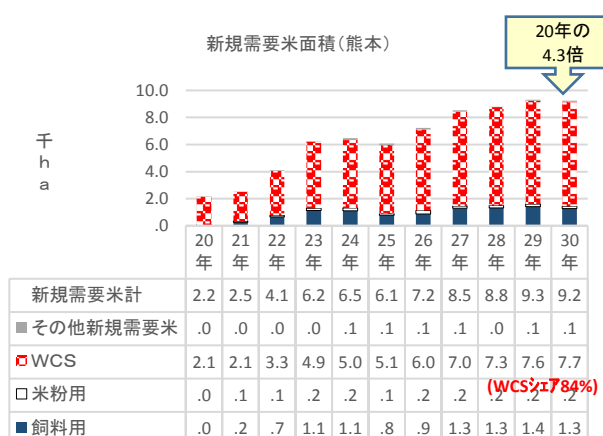
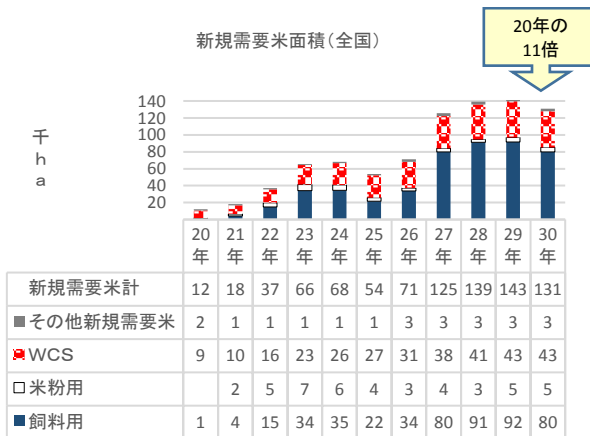
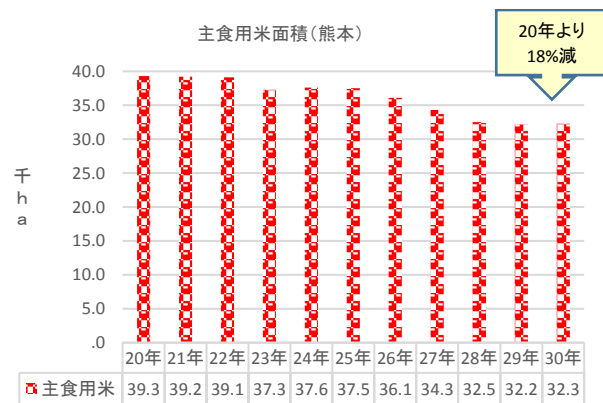


主食用米と新規需要米の動向

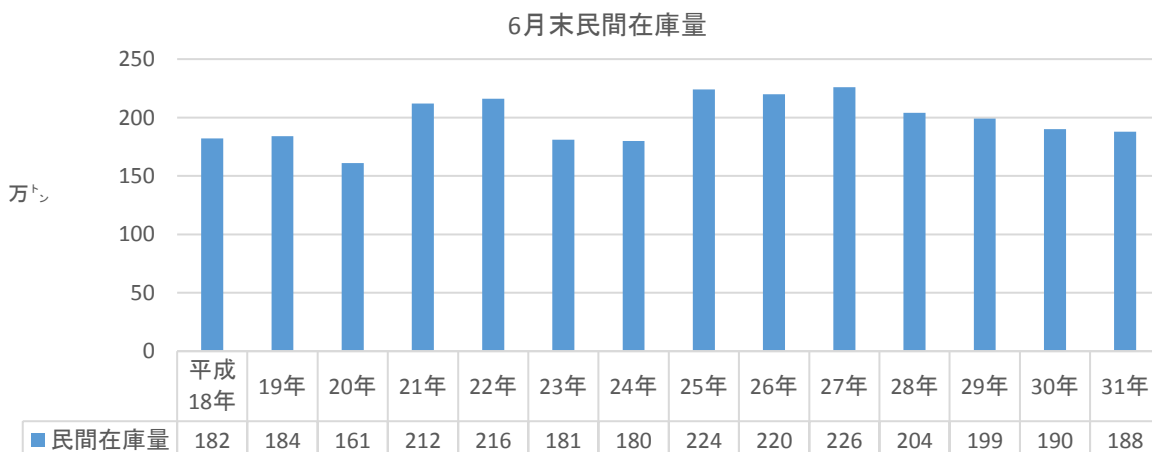
全 国



熊本県

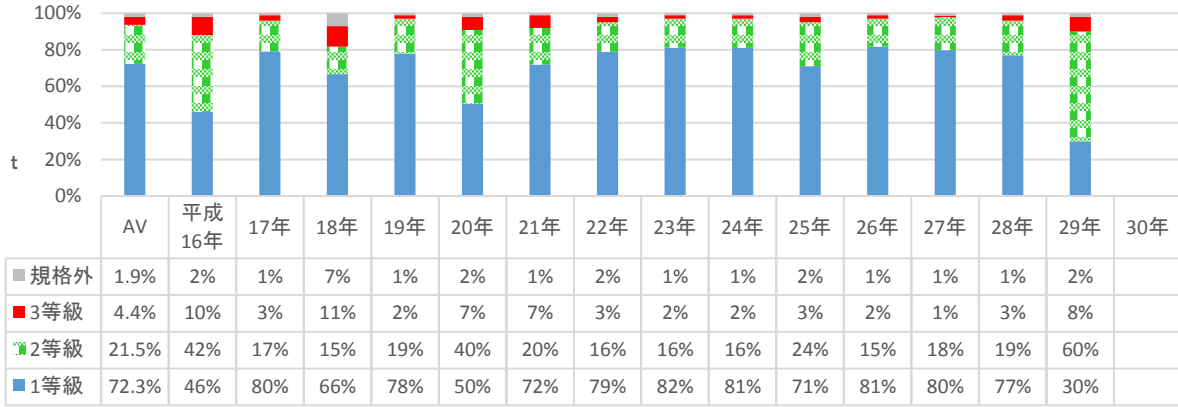


主食用米の6月末民間在庫量の見通し

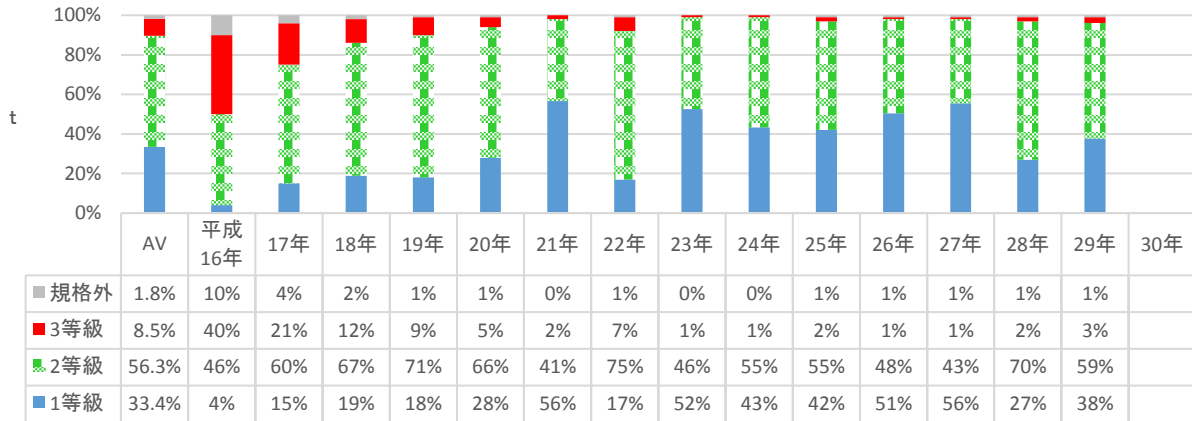


29年産熊本県品種別等級比率推移(30年3月末まで)

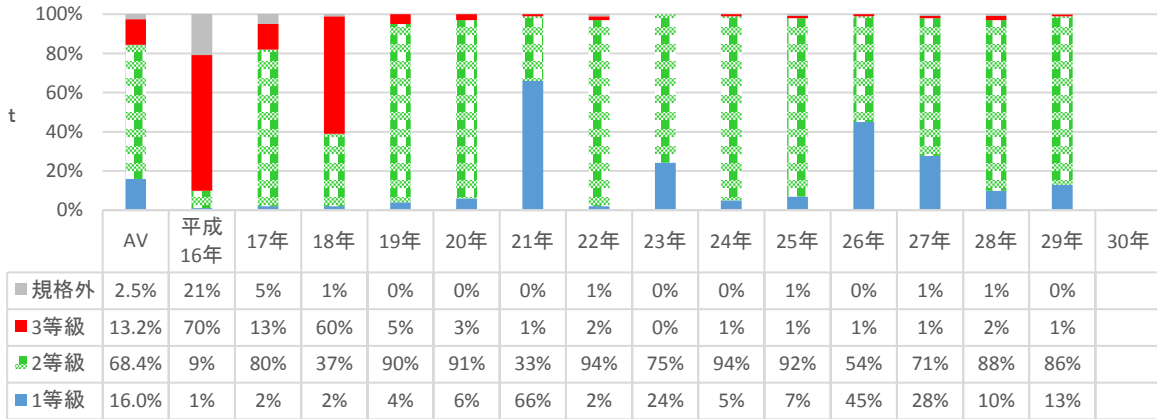
コシヒカリ



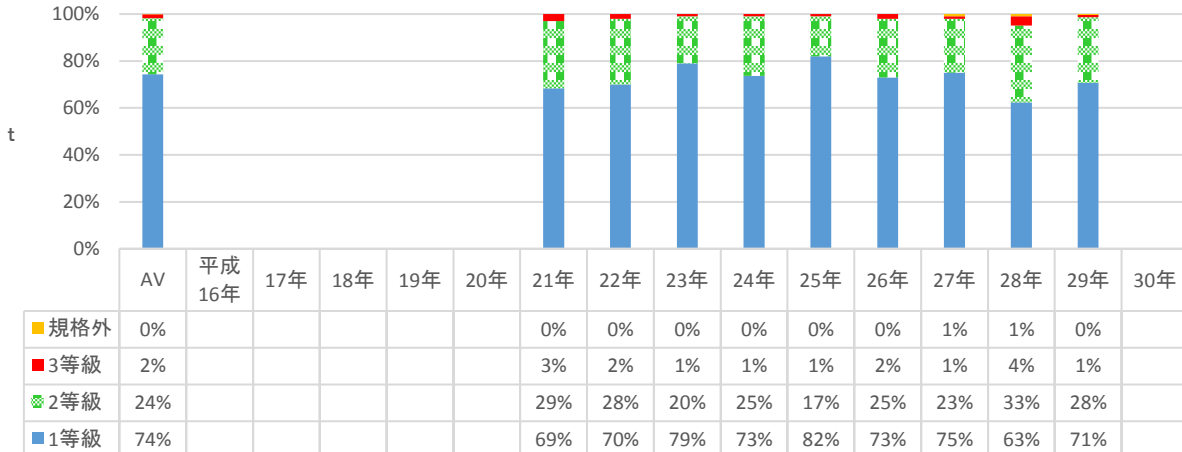
ヒノヒカリ



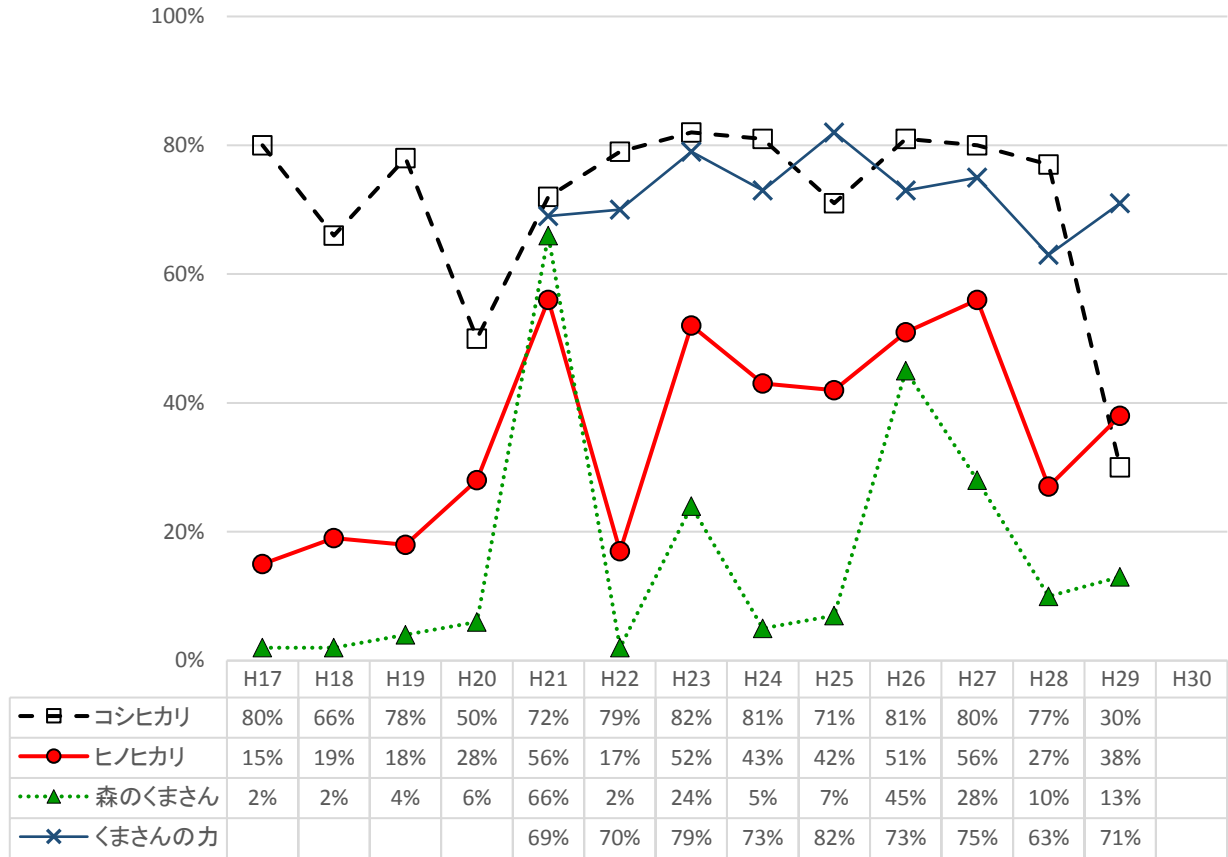
森のくまさん



くまさんの力



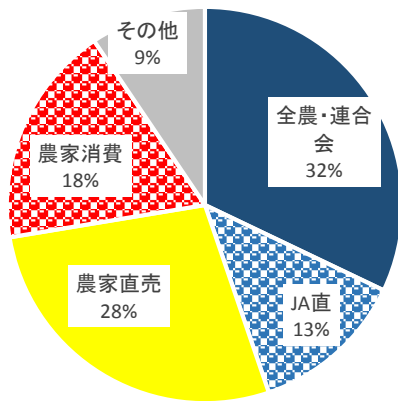
熊本県品種別1等米比率推移



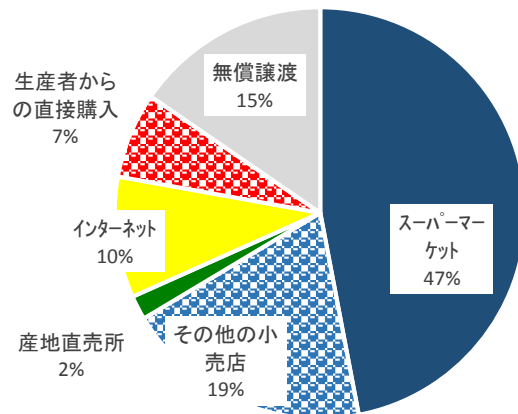
米の流通

米の流通経路別流通量の状況

28年産米流通割合



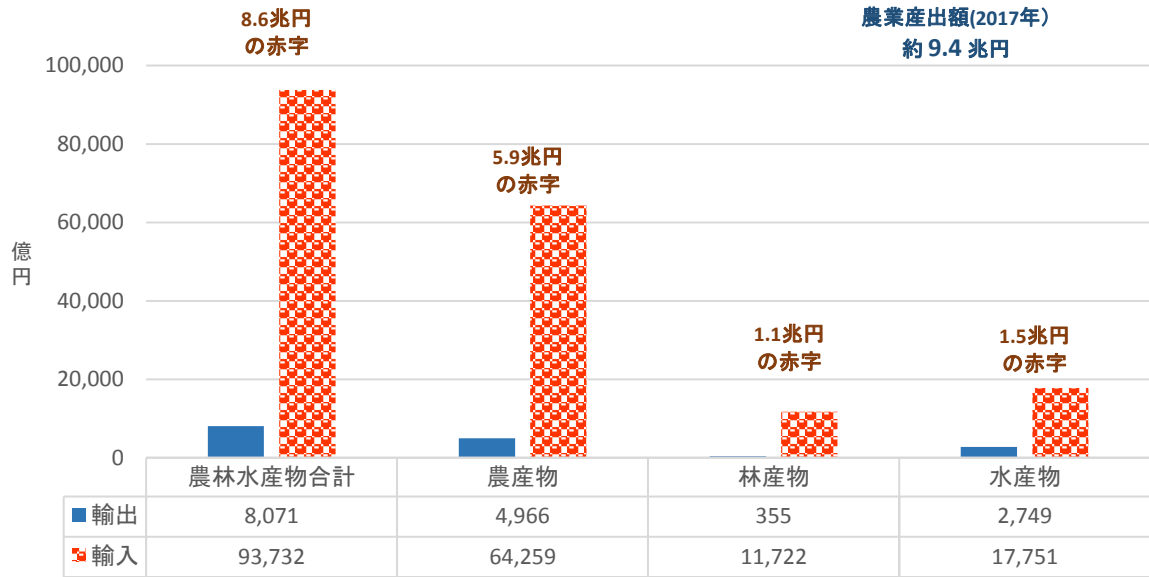
28年度入手経路別の購入割合



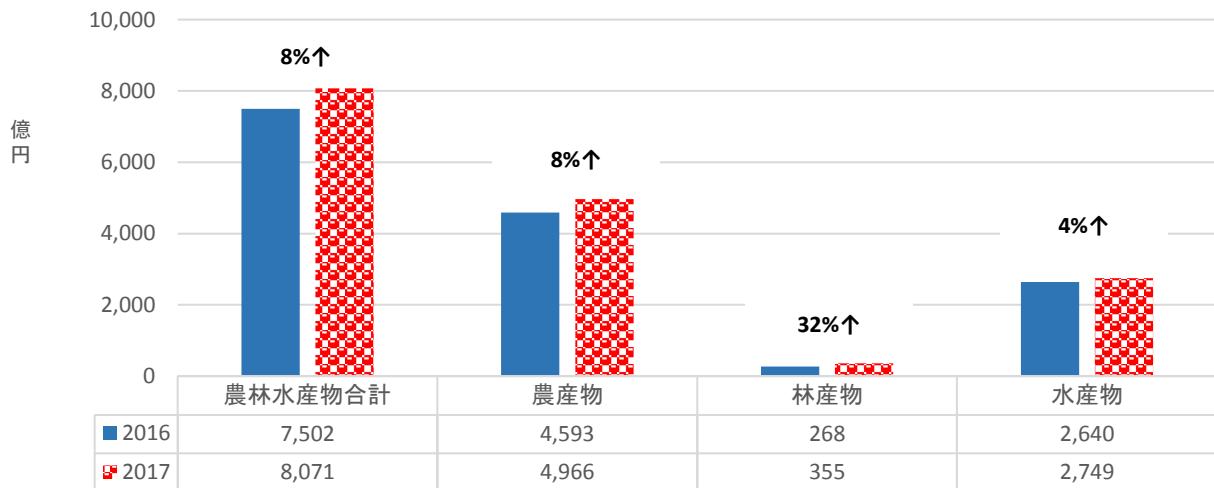
※農水省：米をめぐる状況についてより引

日本の貿易(農水省:農林水産物輸出入概況より引用)

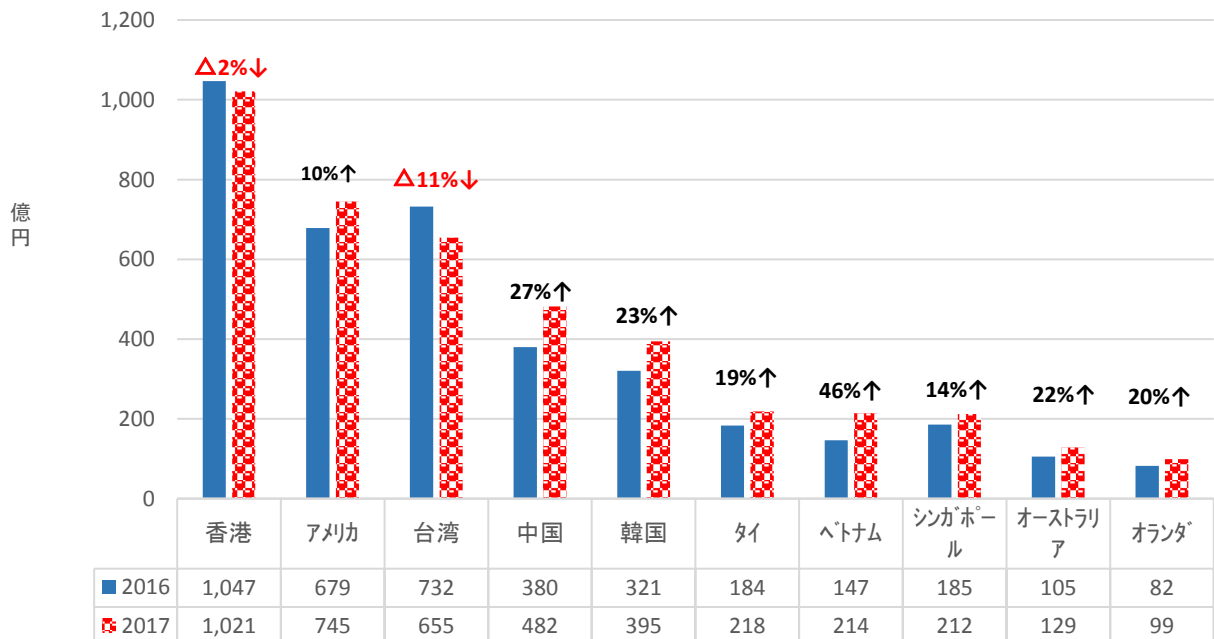
2017年農林水産物輸出入額



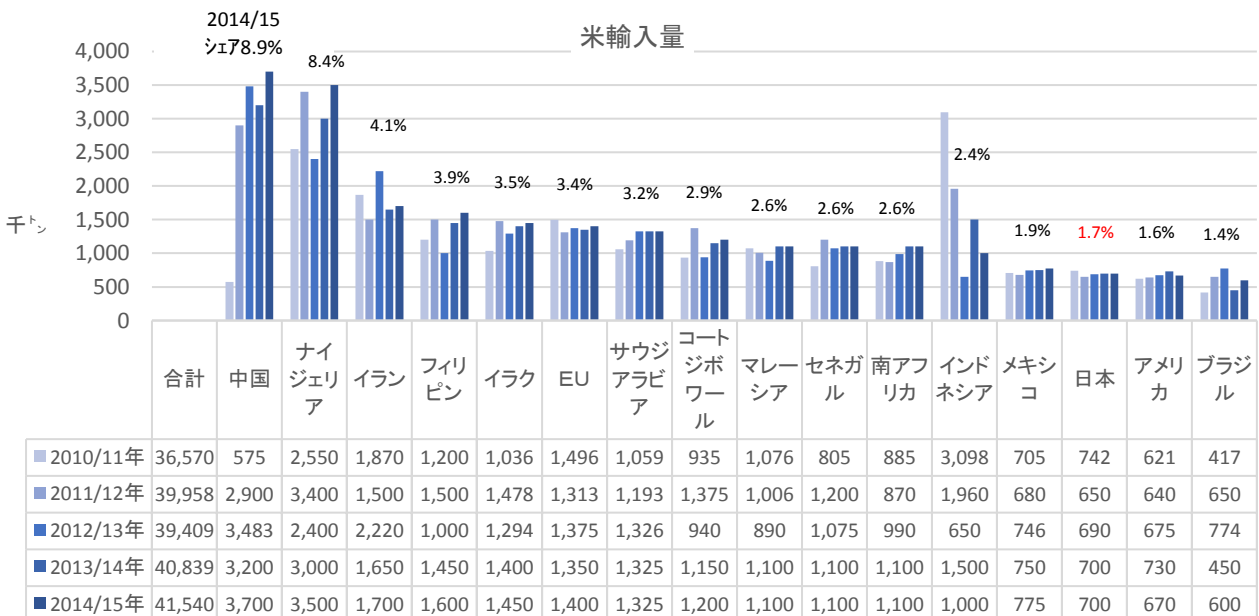
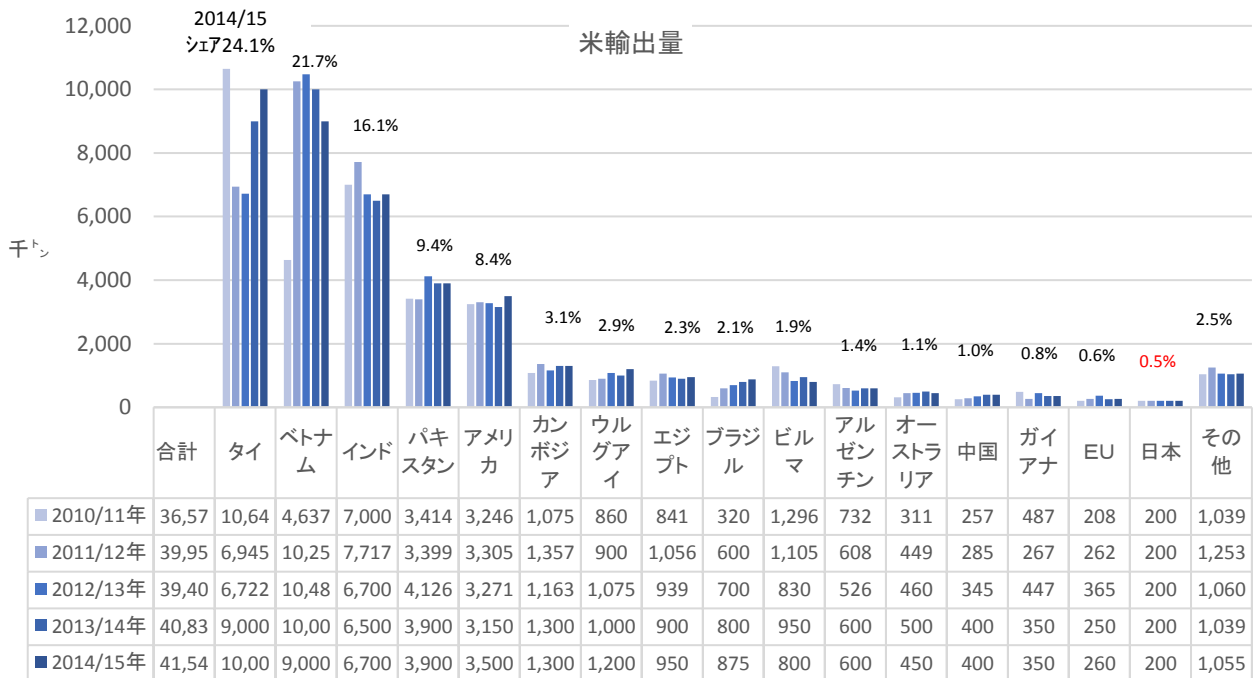
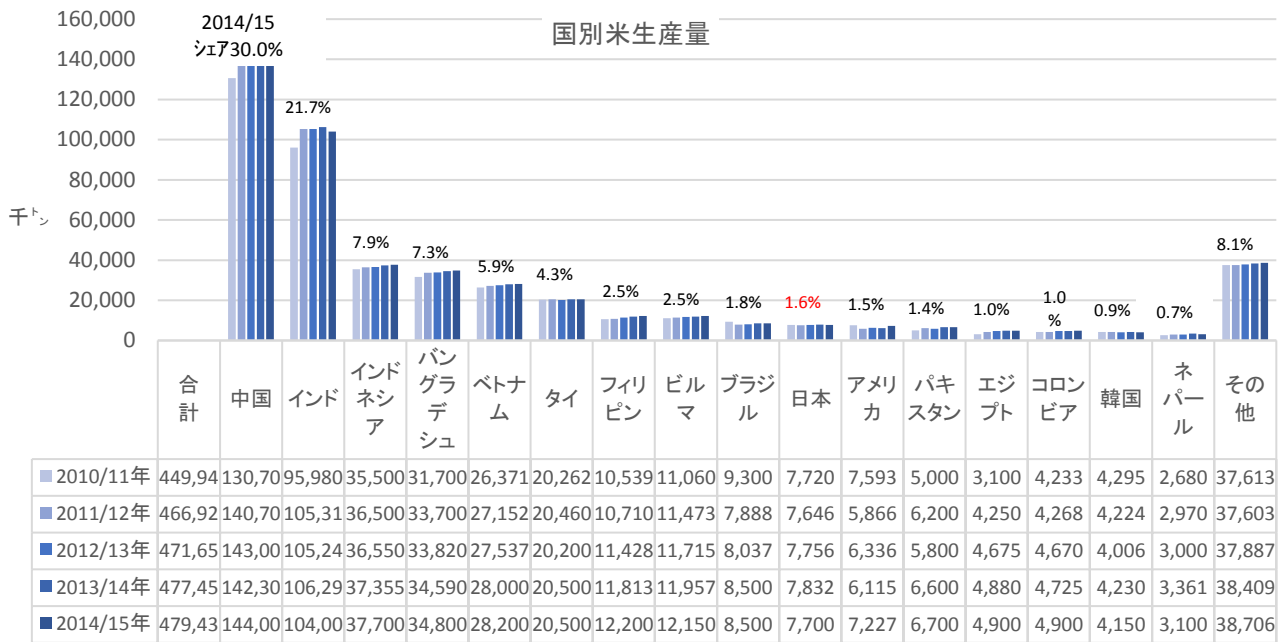
日本の輸出額推移



農産物の国別輸出額推移

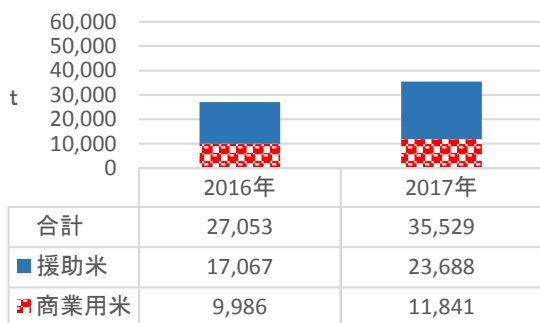


各国の米の生産と輸出入(学習塾ノックス公式サイトより引用)

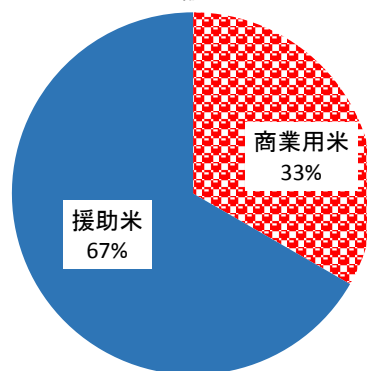


日本の米輸出(農水省農林水産物輸出入概要より引用)

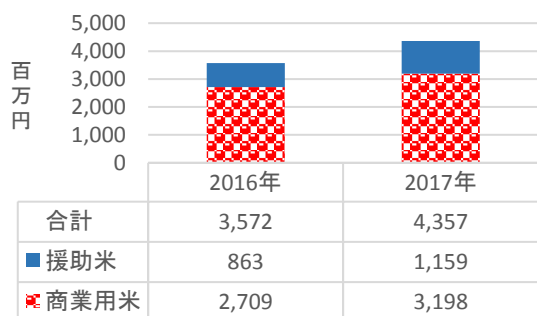
輸出量



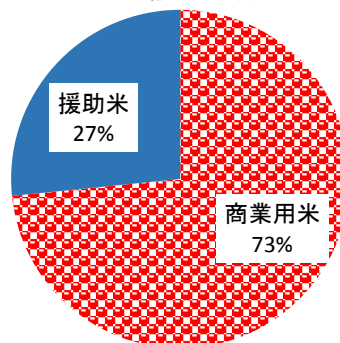
2017年輸出量



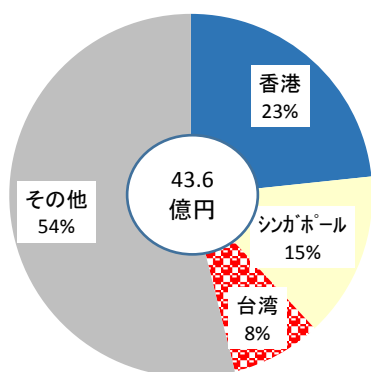
輸出金額



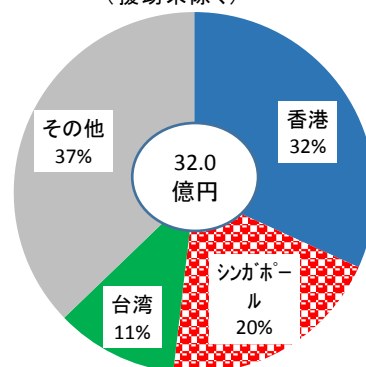
2017年輸出金額



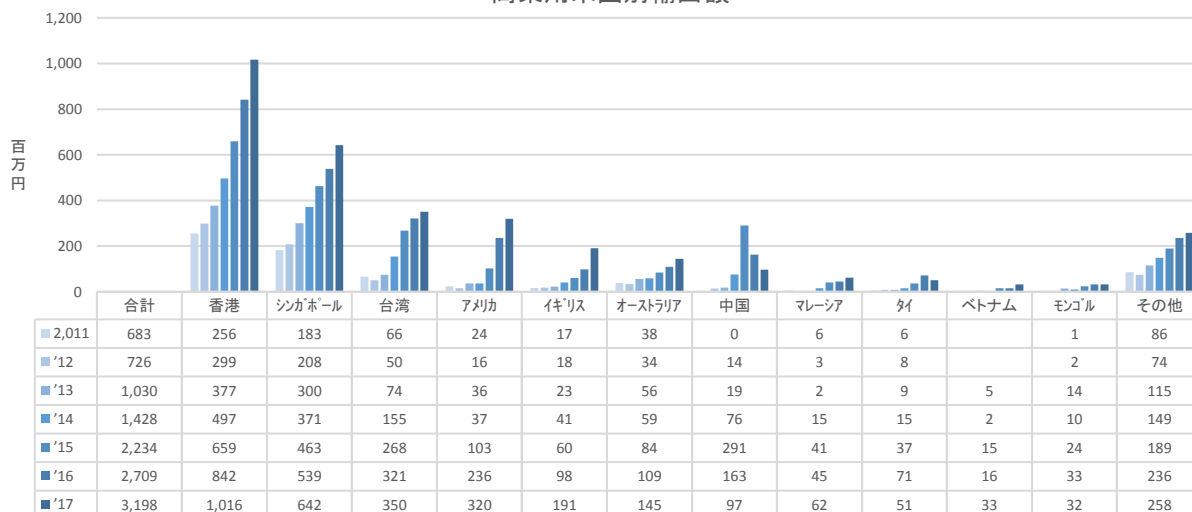
2017年輸出金額(全体)



2017年商業用米輸出額
(援助米除く)

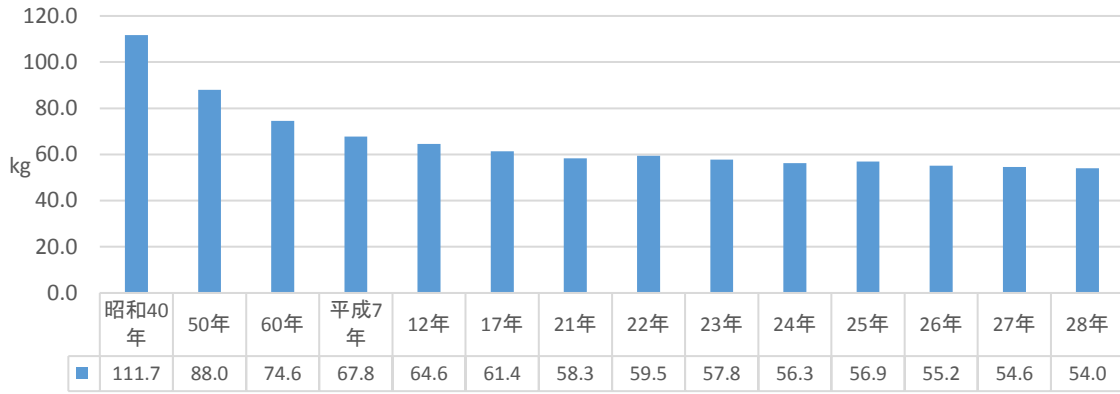


商業用米国別輸出額



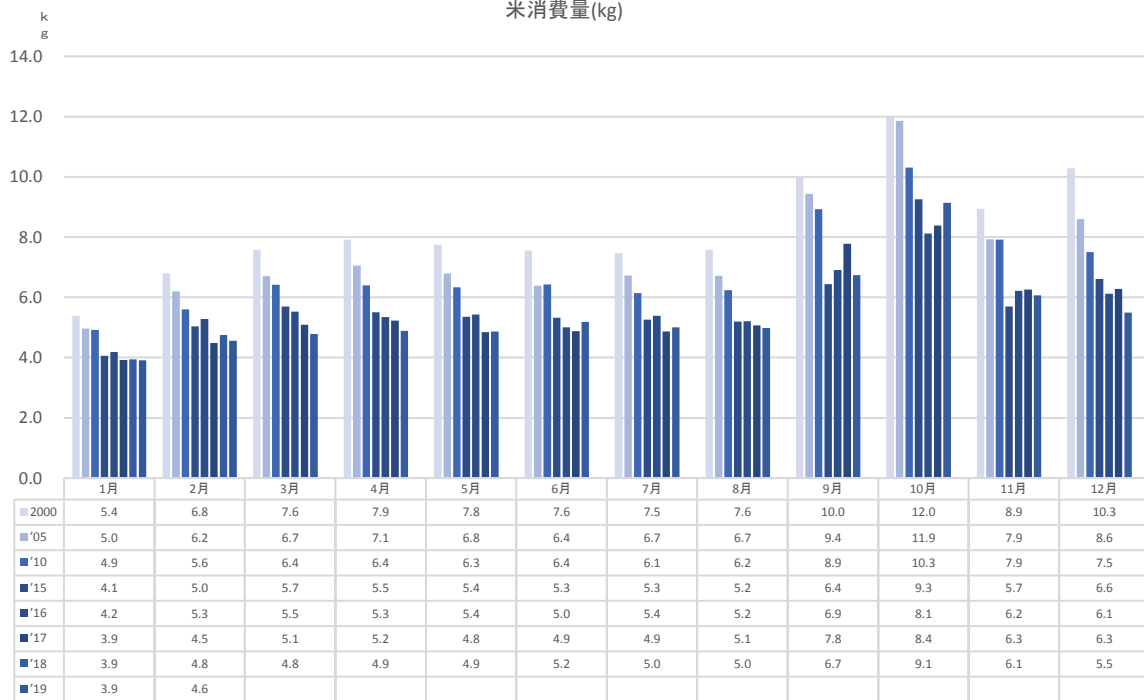
米の年間消費と主食(米・パン・麺)の消費

一人当たりの1年間の米消費量



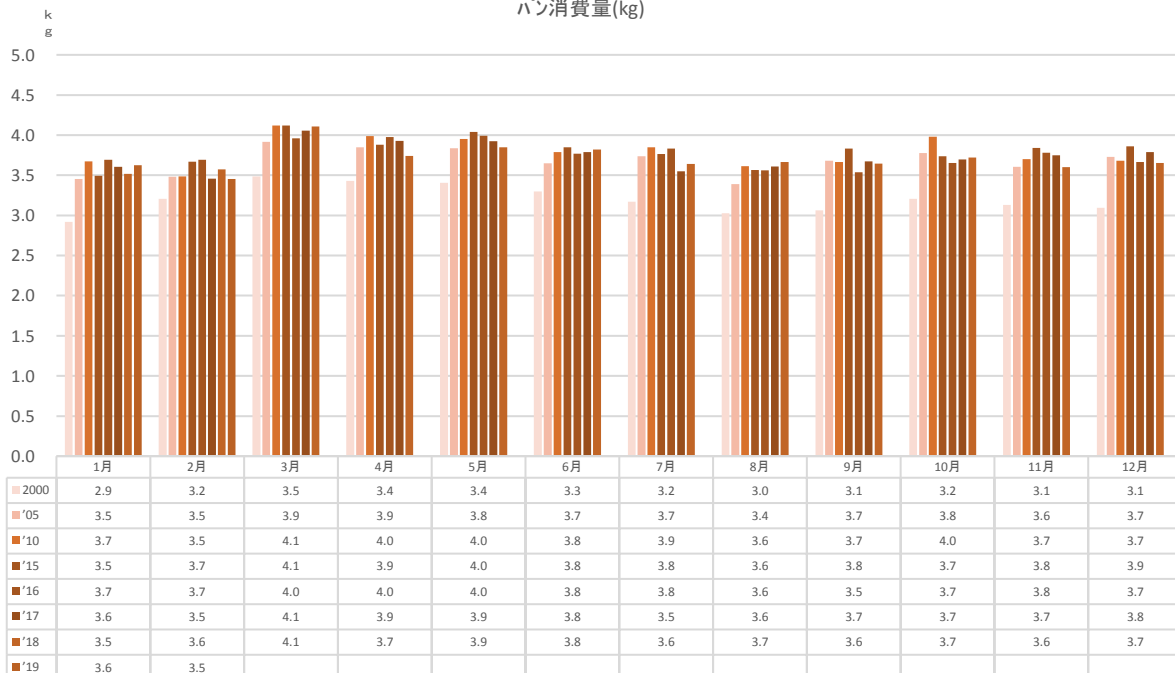
※農水省「米をめぐる関係資料」より引用

米消費量(kg)



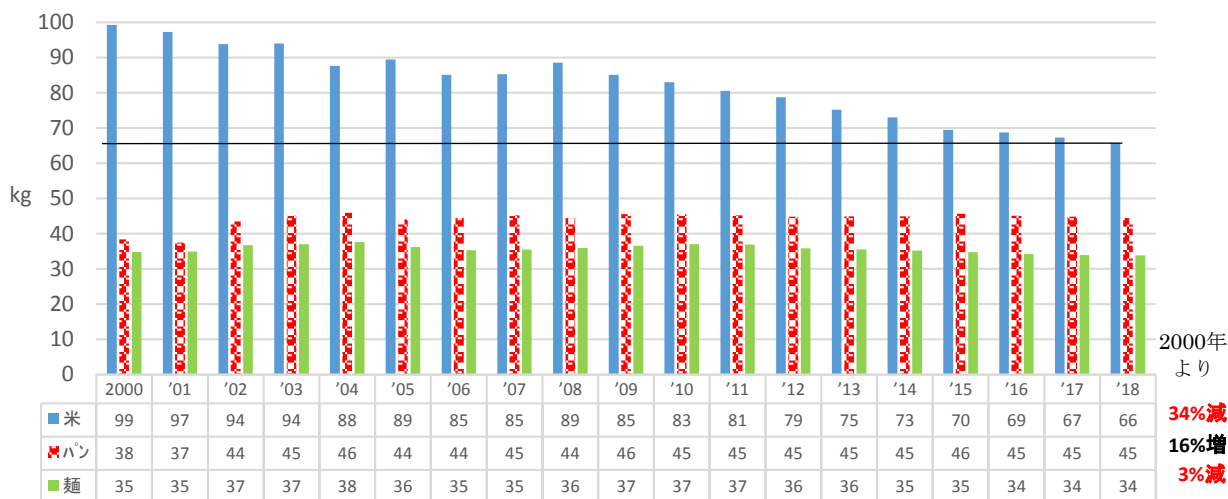
※出典(総務省「家計消費状況調査結果」家計収支編 二人以上の世帯)より引用

パン消費量(kg)



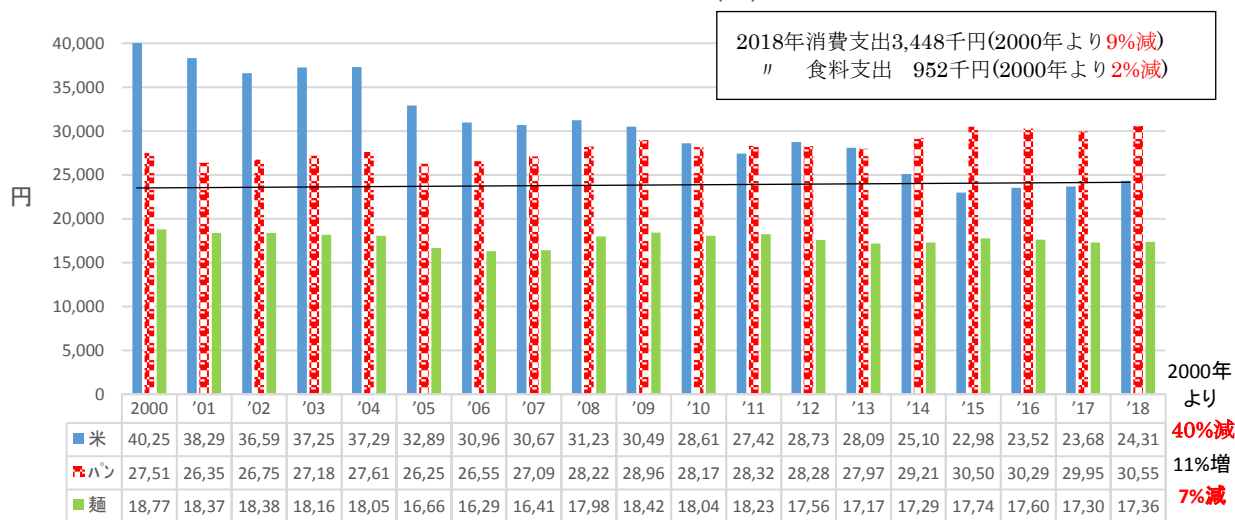
※出典(総務省「家計消費状況調査結果」家計収支編 二人以上の世帯)より引用

米・パン・麺の消費量(kg)



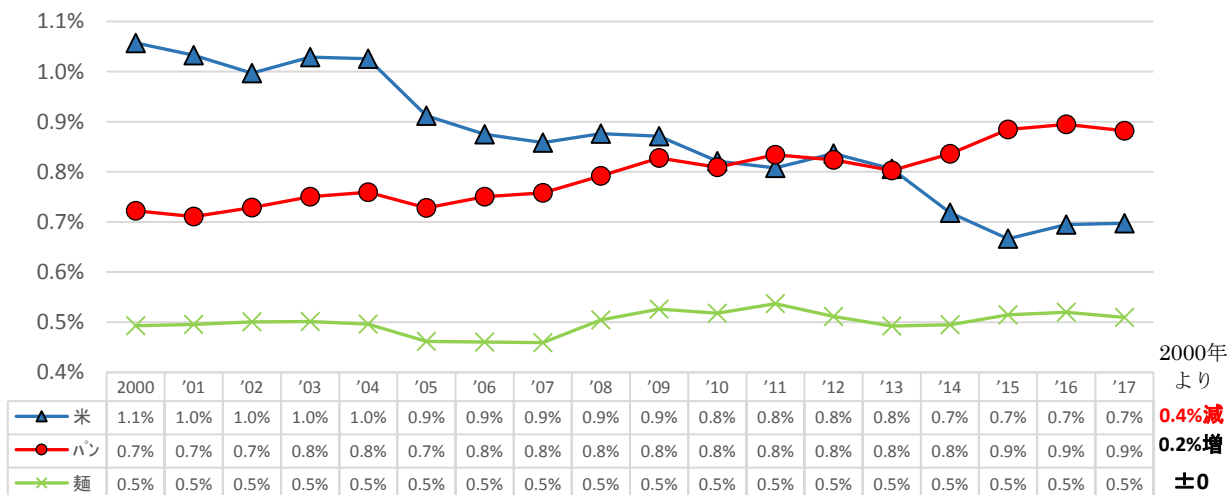
※出典(総務省「家計消費状況調査結果」家計収支編 二人以上の世帯)より引用

米・パン・麺消費金額(円)



※出典(総務省「家計消費状況調査結果」家計収支編 二人以上の世帯)より引用

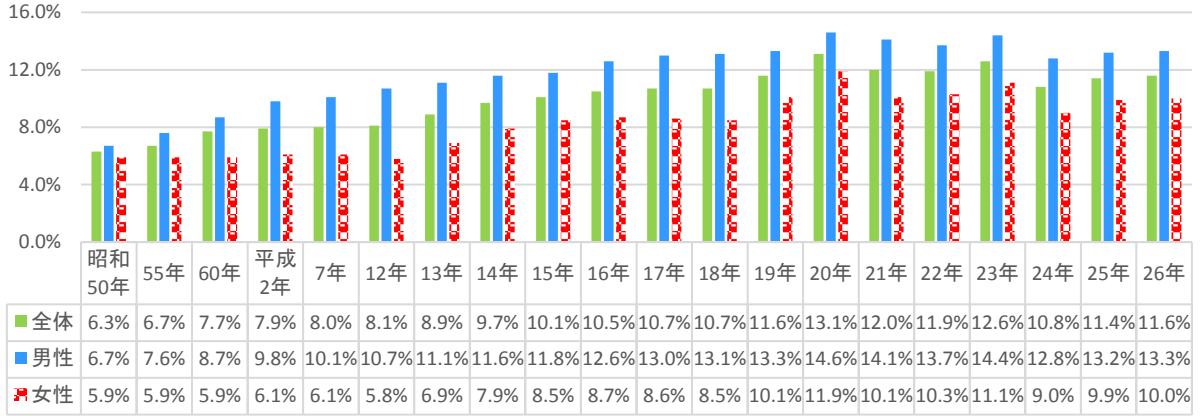
消費支出に占める割合



※出典(総務省「家計消費状況調査結果」家計収支編 二人以上の世帯)より引用

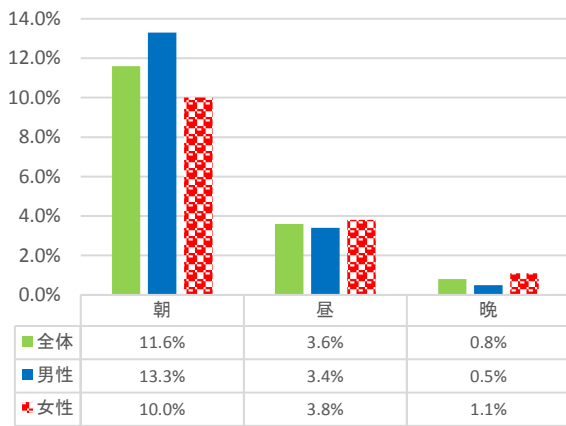
朝の欠食と学力・肥満等との関係

朝食欠食率推移



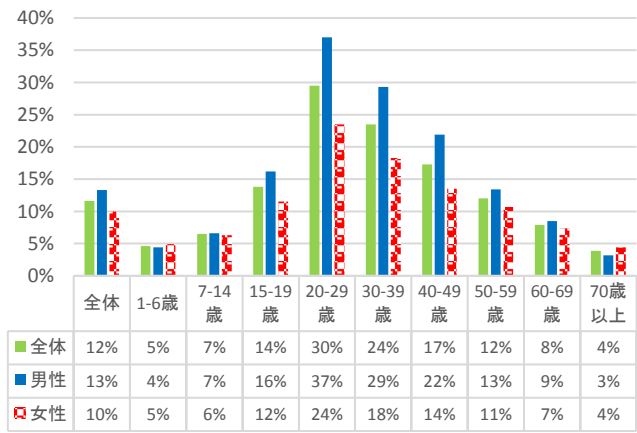
※厚生労働省平成25年「国民・栄養調査報告書」より引用

欠食率



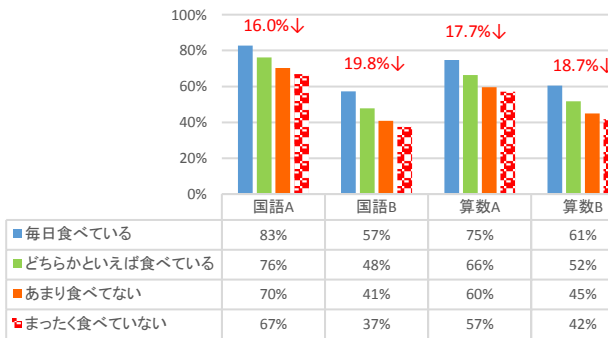
※厚生労働省平成26年「国民・栄養調査報告書」より引用

年代別朝の欠食率



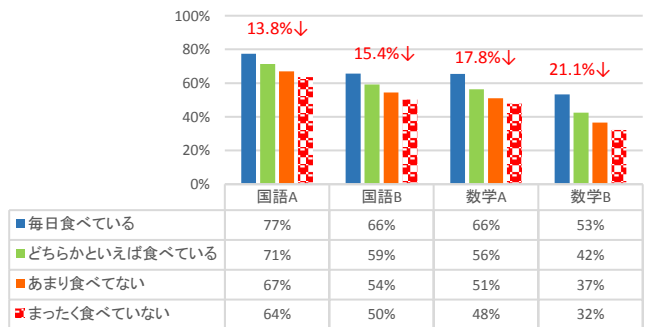
※厚生労働省平成26年「国民・栄養調査報告書」より引用

朝食の摂取と学力調査の平均正解率との関係(小学校6年生)



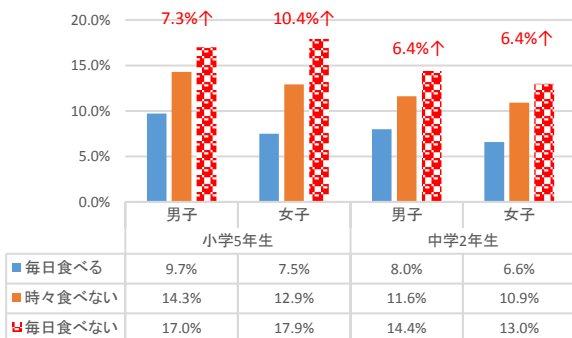
※文部科学省「平成24年度全国学力・学習状況調査」より引用

朝食の摂取と学力調査の平均正解率との関係(中学3年生)



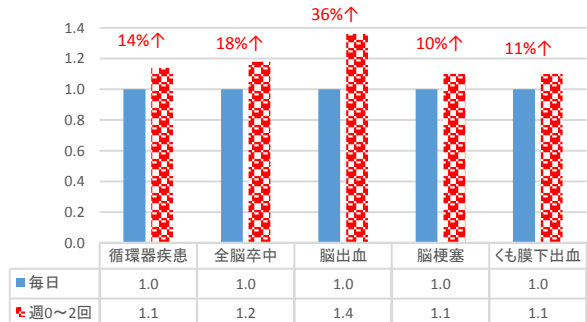
※文部科学省「平成24年度全国学力・学習状況調査」より引用

朝食の摂取状況と肥満率



※文部科学省「平成22年度全国体力・運動能力、運動学習等調査」より引用

朝食摂取回数と脳卒中リスク

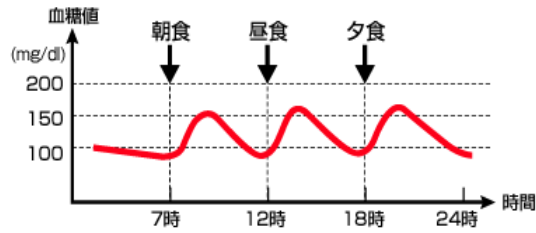


※糖尿病ネットワークより引用

食事のとり方で血糖値はこんなに変動します！

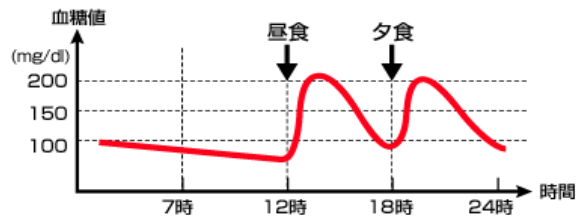
・1日3回決まった時に食事をとった時の血糖値の変化

1日3回規則的に食べれば血糖値は安定します。



・1日2回しか食事をとらなかった時の血糖値の変化

朝食抜きの場合、昼食前には激減し昼食後と夕食後に急激に血糖値が上がります。



※→日本医師会ホームページより転用/
Copyright © Japan Medical Association. All rights reserved.

**きれいな女子は朝ごはん女子！
女子カUP!!**

健康の為 痩せる為に「食べる量を減らす」と考える方が多いですがその考え方は必ずしも正しいとは限りません！特に朝ごはんを食べないと・・・!

朝食を食べている人(規則正しく食べている人)

- ★エネルギーを補給して集中力を上げる
- ★昼食、夕食の食べ過ぎを抑える
- ★水分を補給して、カラダに潤いを与える

★カラダを温め 基礎代謝を上げる

太りにくい 体質になる

朝食を食べていない人(量を調整している)

- ★1日2食になる
- ★エネルギーがカラダで集中力を下げる
- ★昼食、夕食が増え脂肪をため込みやすい

★カラダが冷たまま 基礎代謝が下がる (特に基礎代謝量が少ないエネルギー量が少ない)

太りやすい 体質になる

「ダイエット」に話題の「レジスタントスターチ」。

おにぎり、ダイエットのベースにあるのが、レジスタントスターチ(難消化性デンプン)の存在。糖として消化されにくいデンプンです。ごはんは、温かいままよりも冷えたほうがレジスタントスターチの量が増えます。冷たいごはんの代格であるおにぎりは、デンプンが吸収されにくいのです。

温かいごはん

冷たいごはんやおにぎり

食後の血糖の上昇が違います。冷たいごはんやおにぎりは、レジスタントスターチのほららきにより血糖の上昇がゆるやかです。 ※グラフはイメージ図です。

監修 朝田順子(管理栄養士)

※全農 おにぎりダイエットより転用

炭水化物(糖質)

ごはん一杯分に含まれる炭水化物(糖質)(55.7g)

- じゃがいも 3個分(316g)

ごはん一杯分の栄養素

ごはん1杯分(150g)の栄養価(エネルギー252kcal)

食物繊維

ごはん一杯分に含まれる食物繊維(0.5g)

- セロリ 1/3本分(30g)

鉄分

ごはん一杯分に含まれる鉄分(0.2mg)

- ほうれん草の葉 1~2枚分(7.5g)

亜鉛

ごはん一杯分に含まれる亜鉛(0.9mg)

- ブロッコリー 1/2個分(129g)

脂質

ごはん一杯分に含まれる脂質(0.5g)

- 食パン6枚切り 1/6枚(2.6g)

ビタミンB1

ごはん一杯分に含まれるビタミンB1(0.03mg)

- キャベツの葉 1~2枚分(75g)

たんぱく質

お米のたんぱく質は糖の塊れている点は、一緒にとることの多い大豆製品との相性の良さです。

ごはん一杯分に含まれるたんぱく質(3.8g)

- 牛乳コップ 約1/2杯分(114g)

参考:文部科学省 食品成分データベース

15 / 15 ページ