

生産性の高い農業経営と ゆたかなくらしをめざして

入善農業改良普及所

生活改良普及員 溝口 笙子

1. はじめに

うまい米の主産地を誇る入善町において、健全な農業労働力の再生産を柱に活力ある農業を進めるため、農業改良普及所では、町・農協との連携をとりながら重点普及活動として、農業者の健康管理指導にとりくんでいる。

特に昭和54年度から、中核的な農家の主婦を対象に「農村婦人等健康推進特別事業」を3ヵ年間にわたり実施してきた。

この事業の目的は、

- ① 農業者自身の健康管理活動の定着
 - ② 地域健康管理体制の確立
- の二点である。

この事業を媒体に、地域ぐるみで健康管理にとりくんだ活動事例を次に報告する。

2. 対象者の概況

入善町の農家戸数 3,541戸(昭和55年調べ)のうち81戸、100名(経営主21名、主婦79名)を対象にした。

その内訳は、表のとおりである。

	いちご	施設園芸	球根	稲作	
対象	経営主	11名	10名	1名	1名
	主婦	19	9	27	24
平均年齢	経営主	55.3才	36.7才	1才	1才
	主婦	51.8	35.7	45.5	48.6
平均耕作反別	水稲 134.9 a いちご 26.2 a	水稲 130.7 a 施設園芸 62.6 a	水稲 175.4 a 球根 66.9 a	水稲 131.4 a	
戸数	20戸	10戸	27戸	24戸	
入善町全体	24戸	10戸	95戸	3,620戸	

対象者選定の理由は、

- ◎入善町農業の中核的な人達で、生産意欲も高い。したがって、この人達の健康管理活動を推進することは入善町農業を振興するうえで大切であり、管内の他の農業者の先導的役割を果たすのではないかと考えられる。
- ◎対象者は管内に点在しているので、この事業を契機にして、問題点を共同で解決するためのつながりを深め、効果的な組織活動が展開されるようにしたい。
- ◎農業従事者の高齢化、女性化のすすむなかでもっとものぞまれる農家対策をさぐる機会としても重要である。

対象者の概要は、

- ◎仕事優先の考えが強く、自分自身の健康を守るための対策には積極的でなかった。
- ◎収穫期には休養やすいみん時間、食事などがおろそかになりがち。
- ◎栽培作物の作型の組み合わせは収益で決められ、中腰作業の多い農作業を不自然に思っていない人が多い。

3. 普及所における活動の目標

いちご…栽培者の高齢化が進むなかで、健康診断結果をもとに、体に無理がかからないような作型を工夫する。そして、秀品率を高め収益の増大と労働時間(夜間の選別)の軽減をはかる。

施設園芸…40才代になると長い間の生活や農作業のひずみが体に異常となってあらわれるので、若い今のうちから農業経営の第一に健康を考えるようにしむける。

球根…婦人の手に負うことの多い球根作業をみなおし省力を工夫する。そして健康な体でこそよい球根が出来るという自覚と栽培技術の向上により、球根農家の経営安定をはかる。

稲作…米づくり技術の向上をねらうかたわら省力をして採算のとれる経営を考える。なかまが多いだけに拠点集団としての自覚をもって活動し、地域全体に拡げる役割をもつ。

全体…農業者が自分の体は自分で守るという意識を持ち、年一回は健康調査を受け健康状態を確かめながら、のぞましい生活や農業について組織活動を通じ、工夫し実践する。

4. 主な活動内容

(1) 実態把握

- イ 健康に影響をおよぼす生活状況、農作業状況調査
- ロ 医師による健康調査、自覚症状、農夫症候群調査
- ハ 調査結果の判定と問題点の整理、健康生活設計の樹立

(2) 健康生活教室の開催

- イ 甘味、塩味の適正化
- ロ 自家生産物の活用（こおじ、納豆、改良みそ、ホームフリージング、つけもの）とバランスのとれた食生活（共同献立、共同炊事）の実践と講座。
- ハ 緑黄色野菜の計画栽培（ミニハウスの設置により越冬野菜の確保と共同育苗
- ニ 8・3・1運動の展開（1日8時間のすいみんと3種類の緑黄色野菜、1本の牛乳）と健康生活推進カレンダーの

活用

- ホ 防寒作業衣、補助衣の共同作成
積極的な疲労回復の工夫と体力づくり（ぶらさがり、竹ふみ、背のばしタイヤの設置、農民体操、健康体操、棒体操の実施、指圧教室、体力づくり大会
- ト 健康チェックカードの記入により、健康維持増進のための生活習慣の定着化をはかる
- チ 症状別健康相談会と健康推進大会
（健康を守る講演会、健康維持増進のための生活技術の交換会、事例発表、健康手帳の活用

- (3) 農作業環境の改善と生産技術の向上
選別作業台、照明の工夫(300ルクス以上保つため照明器具の改善)、収穫台車の導入、花つみ袋、花つみ作業の改善、農作業時間、賃金、おやつの協定、補植作業追放キャンペーンの実施、米づくりかるたの作成
作付改善、集荷時間の改善、L球出荷増大

(4) 健康生活推進意識の醸成

- 健康生活推進員の設置、健康生活推進会議の開催、啓もう用スライドづくり、健康づくり標語の設定、健康貯金制度

(5) 組織活動の展開

- 球根婦人部、施設園芸婦人部の結成
- 入善町健康管理推進協議会の発足
- 定例学習会の開催、健康生活実践集落活動の展開

5. 農業者、農家および生産集団の変化

検診の必要性を自覚し、夫婦そろっての受診や、自分達で総合検診を受けるための積立貯金（健康貯金）をするようになった。また、そのことが地域全体で行われるよう健康生活推進員やモデル農家が積極的に呼びかけている。現在、将来とも安定した農業経営の基盤には、健康な生活が大切だと考えられるようになり、作付計画や働き方省力作業機械の導

入などに積極的なとり組みがみられるようになった。

日常生活（食生活、生活時間の配分、防寒作業衣など）を大切にすると共に、身近か出来る体力づくりを心がけるようになった。

なかまの連帯意識が強まり、新規にグループ（球根婦人部、施設園芸婦人部）が発足し、組織ぐるみで健康で働くための工夫や技術の交換がされ、問題を共同で解決できるような体制ができた。

また、農協が中心となって入善町農村健康管理推進協議会が発足し、支所別推進協議会、営農協議会も設立してこの事業対象者も次年度から引き続きこの組織のもとで検診が受けられることになった。

熱心な実践活動をしているのを目のあたりにした地区の若妻達で若妻会が組織されたり、モデル農家とその集落全体に呼びかけて健康を考えるつどいや、運動会が計画され、地域こぞって健康を考える雰囲気も生まれている。

6. 今後の課題

健康維持増進を考え、実行する土台が出来たところでこの事業が終了するよう思われ

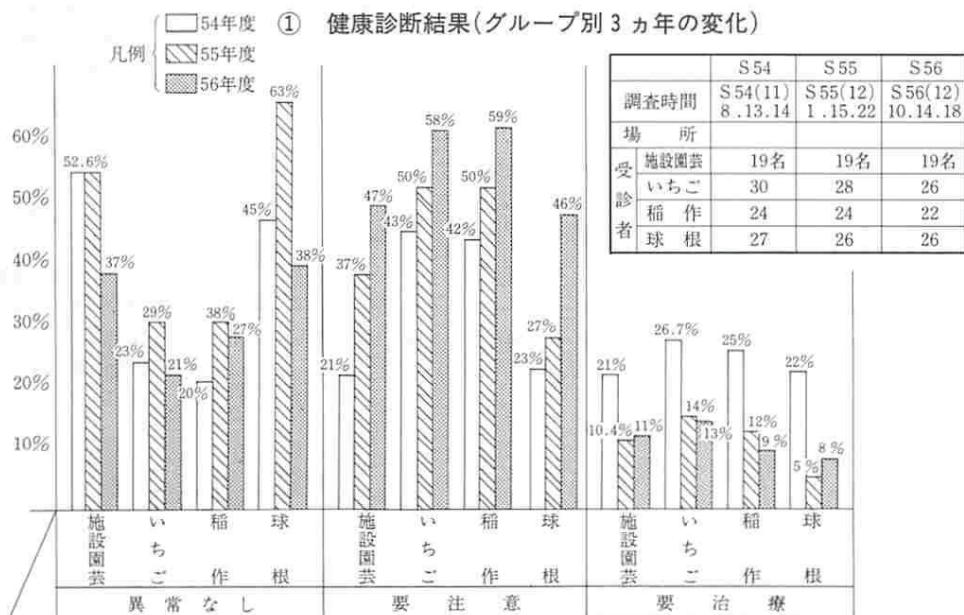
る。過去3ヵ年の健康調査からみても、異常なしの人は経営主7名と主婦8名だけであり、農業者の健康状態は非常に不安定である。現在の農業従事者が高令化していくこと、家族の労働力一杯に経営の規模拡大されていることからみても、安定した農業経営のためには、より一層の健康生活が確立されるよう対応していかなければならない。

また、大型機械のオペレーターのなかには、一定の期間、同じ作業姿勢の労働が続くため、神経痛のような病気に悩まされている人もいる。兼業農家が増えていく現状では、オペレーターの役割は大切である。大型機械による健康障害も併せて考えていかなければならない。

最後に、これらの一環した活動を基盤に農業者が健康で生き生きとした楽しい生活が営めるよう、今後とも努力していきたい。

添付資料

- 1.健康診断結果
- 2.農夫症候群調査、農夫症有症者の変化
- 3.農業生産上からの問題
- 4.生活上の変化

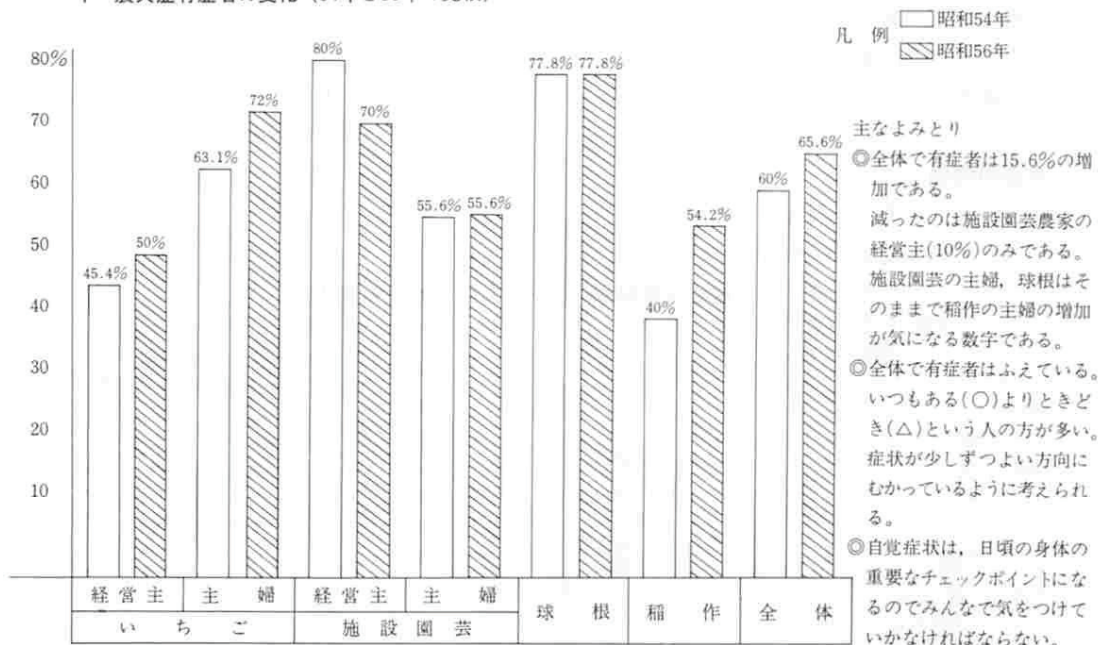


② 農夫症の調査結果

ア 農夫症候群調査

区分 年度別 男女別	い ち ご				施 設 園 芸				球 根		稲 作		全 体															
	54 年		56 年		54 年		56 年		54年	56年	54年	56年	54 年	56 年														
	経営主	主婦	経営主	主婦	経営主	主婦	経営主	主婦																				
症状別	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△										
肩こり	3	2	3	9	0	4	1	12	2	6	2	3	0	7	2	3	7	14	4	17	1	8	3	10	18	42	10	53
腰痛	2	2	3	9	0	3	1	11	2	3	1	3	0	7	2	2	5	15	4	15	1	12	3	10	14	44	10	48
手足のしびれ	2	1	1	4	0	3	1	4	0	1	0	0	0	1	1	2	6	5	11	2	7	1	7	7	19	8	26	
夜間多尿	1	1	1	3	0	2	0	4	0	0	1	0	0	1	2	0	2	6	5	2	2	2	2	3	7	12	9	12
息切れ	0	1	0	2	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	2	0	2	0	1	1	2	2	7	2	4
不眠	0	0	1	4	0	0	0	2	0	4	0	1	1	2	0	0	1	2	0	4	0	0	0	3	2	11	1	11
めまい	0	1	0	4	0	0	0	2	0	4	0	0	1	0	1	0	1	6	0	6	0	3	1	1	1	18	3	9
腹はり	0	1	1	1	0	0	1	2	0	1	0	2	1	0	3	0	1	6	0	6	1	0	0	2	3	11	5	10
計	8	9	10	36	0	12	4	37	5	19	4	10	4	17	11	6	20	57	18	63	7	33	11	38	54	164	48	173
調査人員	11	19	8	18	10	9	10	9	27					24	24	100	96											
有症者の割合	45.4%	63.1%	50%	72%	80%	55.6%	70%	55.6%	77.8%	77.8%	40%	54.2%	60%	65.6%														
農夫症 ⊕	0	3	0	1	0	0	0	0	1	2	1	2	5	5														

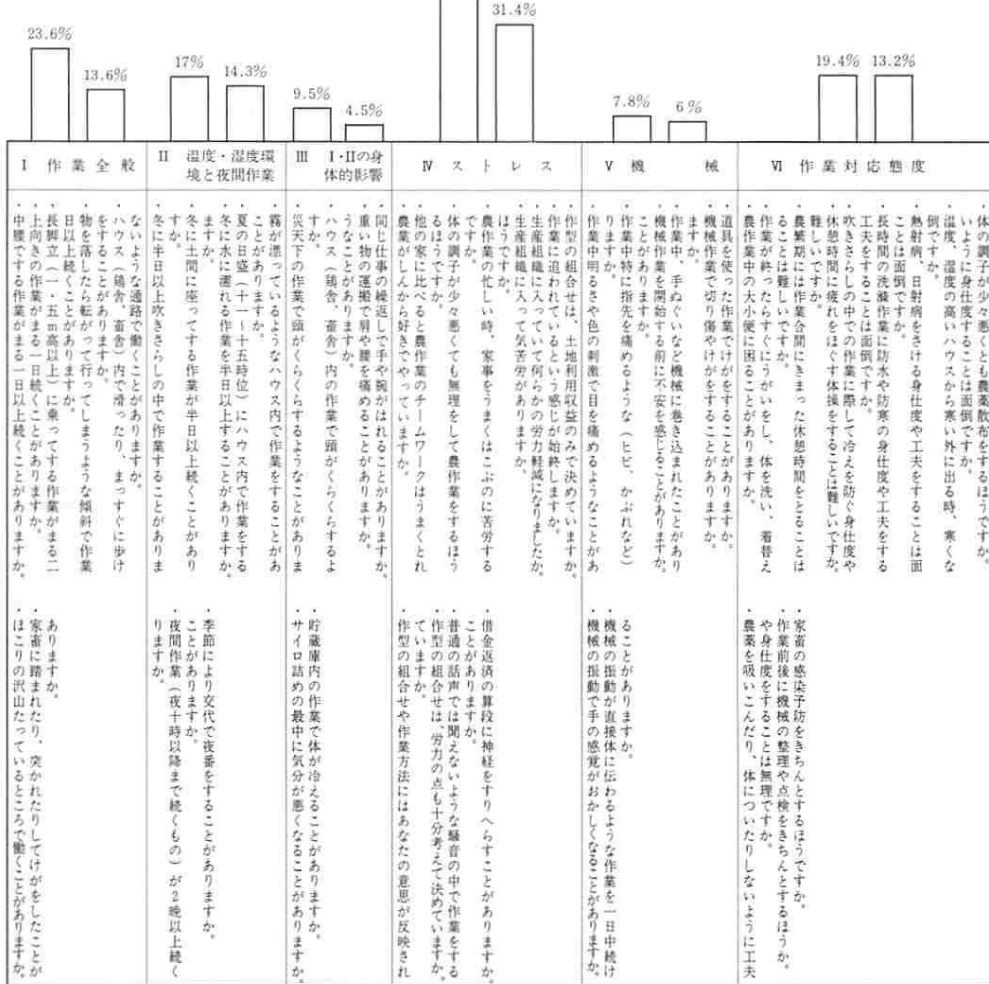
イ 農夫症有症者の変化（54年と56年の比較）



③ 農業生産上からの問題点(よくない答の出た人)

□ S54年度
□ S56年度

52年にくらべて数値としてはよくなっている。
特に作業全般はよい方向に進んでいる。中腰作業を
解消すべき努力を重ねた結果といえる。



7. 農家生活状況の変化

1. 労働と休養

1) ふだんの生活時間の変化

54年	家事 2時間17分	農作業時間 7時間37分	す い み ん 7時間41分	その他の時間 6時間25分
	56年	家事 2時間1分	農作業時間 7時間32分	す い み ん 7時間28分

2) 農繁期の生活時間

54年	家事 2時間1分	農作業時間 11時間50分	すいみん時間 6時間10分	その他の時間 3時間59分
56年	家事 1時間49分	農作業時間 9時間14分	すいみん時間 6時間35分	その他の時間 6時間22分

2. 栄養の摂取状況

1) 比較的摂取されていない食品群(下位3位)

54年	1位 種実類	2位 乳類	3位 卵類
56年	" 種実類	" きのこ類	" 卵類

2) 農繁期は普段より多めに食べていますか

54年	普段より多め 39%	普段と変わらない 61%
56年	" 24.6%	" 75.4%

3) インスタント食品(ラーメン等)を使うとき、野菜、肉など加えて食べるようにしていますか

54年	できるだけ加えるようにしている 30人	たいていは何かを加えるようにしている 22人	それだけ食べる人が多い 9人	61名中
56年	" 36人	" 27人	" 2人	65名中

3. 体力づくりと気分転換

54年	体力づくりを実施している 41% 30人	実施していない人 59% 43人
56年	" 51% 39人	" 49% 38人

4. 家事運営

1) 家族の健康のために必ずとりそろえている食品群がありますか。

54年	ある	57人
56年	ある	65人

2) とりそろえている食品群

54年	1位 肉類	2位 魚介類	3位 緑黄色野菜
56年	1位 卵類	2位 海そう類	3位 いも類

5. 生活運営

I あなたの家計費

1) 毎月大体きまった枠内で随う

54年	28人
56年	30人

2) 収入支出の工夫を家族で話しあっている

54年	19人
56年	25人

3) 自分の判断にまかされている(支出のうちふだんの食料品)

54年	48人
56年	56人

II 生活時間

1) 自分の日課表がある

54年	11人
56年	13人

2) 家族の日課表がある

54年	3人
56年	3人

3) 月々の仕事の手帳表がある

54年	1人
56年	7人

6. 日常の健康管理の意識

1) 自分および家族で気をつけること

54年	気をつけている人	78人
56年	〃	58人

2) 気をつけている内容（上位3位）

54年	食 事	すいみん休養	竹 ふ み ぶらさがり
56年	食 事	すいみんの 量 と 質	休養を十分とる

3) 地域やグループで実行していること（上位3位）

54年	栄養のある 料理の学習	緑黄色 やさいづくり	標語づくり
56年	健康体操	健康診断	緑黄色やさい 野菜の共同育苗