

農村婦人の健康ととりくんで

富山県農協婦人組織協議会副会長

大 坪 静 栄

最近女性の「うすい血」が献血運動から問題になってきています。農村婦人の8割が何らかの農夫症状を示している実態からも全農婦協で大きな問題として取り上げ、富山県農協婦でも今年度大会決議事項として、「食生活の改善と農民体操の励行で農村から農夫症及び献血にも適さないよううすい血を追放します。」をスローガンとして農村婦人の健康づくりに取り組むことになりました。

高岡市農協婦も以前より婦人の健康という事に重点を置き、農夫症追放運動として、食生活の改善、農民体操の励行に力を入れてきました。そして年一回農繁期も終わった10月末の日曜日を利用して婦人部体育大会を開催し17支所婦人部員及び家族を合わせて7,000人の参加を得、日頃働く事ばかりに追われている農村のおかあさん達が忙がしかった秋仕事も終り家族からも解放され終日笑いと拍手と声援の楽しい1日を過ごし体位の向上と組織のつながり、親睦をより深めているわけです。

次に昨年度までに行なって参りました健康管理の推進の実態を述べて見ますと、

◎ 健康管理の推進

農協生活指導員、農業改良普及員、技術員のご協力により月1回栄養とその生理について講義、実習、実験等を通し保健所、市衛生課の指導のもとに家族の健康管理をマクロ的にとらえる学習を農繁期を除き年間8回から10回集団学習を開催。

◎ 生活状況の調査（対象は無作為抽出による全戸数30%の主婦。昭和45年11月調べ。二塚支所。

1. 食生活

① 油のとり方

平均して見ると県平均より多く摂取しているのはやはり都市近郊の為に主婦の就労状態の変化及び集団学習による知識技術の向上によるものと思われるが、必要量以上摂取農家は全体の

10%であることはまだまだ問題として取り組まねばならない。

㊤ 動物性食品のとり方

肉は60%の家では5から10gの摂取量であり、必要量以上摂取農家は5%しかない。

魚は動物性食品の中で1番摂取し易く60%の家が50g～60g摂取している。

卵は50%の家が20～30g摂取しており、必要量以上の家は15%ある。

動物性蛋白源は魚肉であることがうかがえるが、ねり製品の利用も多いものと思われる。

㊦ 牛乳、大豆のとり方

牛乳は必要量140gに対し1人1日摂取量18gで必要量の1/8になる。

大豆は大豆製品も含め55gとなり、必要量80gの56%しかとられていない。

2. 住生活

① 台所の状態

天井のない家が25%、主婦の能率的で疲れない作業をするのに問題である。

㊤ 便所の手洗い設備

完備されている家97%、農村地帯では、国、県の数字より高い比率である。

3. 休養の状態と清潔な生活

① 寝具について

寝具の持数は敷布団2枚の人が少ない。布団干しは余り実行されていないようである。

㊤ 生活時間

睡眠時間は6時間が最高で4時間30分の人もあり県の目標の7時間の人は40%であった。

家事作業時間は最低必要時間の4時間は調査時期が農閑期で勤労主婦以外のためか、4時間以上であった。

4. 体力の状態

機敏さには欠けていたが握力が大変よく平均して10才は若い体力の主婦ばかりであることを数字で知りみんな自信と誇りをもった。

5. 農夫症状態（急性疲労）

- 1点～4点（心配いらない）…80%
- 5点～12点（注意をする）…18%
- 12点～16点（医師と相談する）…2%

6. 疲労状態（慢性疲労）

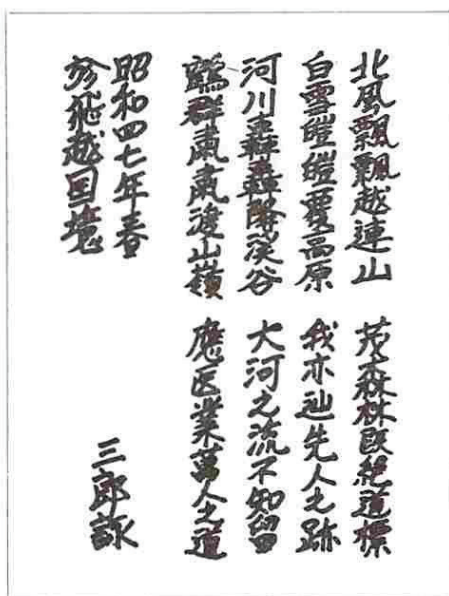
- 1点～10点（心配いらない）…86%
- 11点～25点（注意をする）…12%
- 26点以上（医師と相談する）…2%

7. 血液検査（昭和46. 8. 6調）

60以下…5% 61～79…43% 80以上…51%

献血に適する者がわずか50%にしか過ぎない状態であります。

47年度はこれらの実態をふまえて、主婦並びにその家族、村ぐるみの健康づくりに邁進し地域社会に役立ちたいと思っています。幸い市農協より当地区を健康管理推進地区の指定を受け、検診車を4月、7月、10月と3回もまわして頂けることになり、健康を守る為の優遇措置を講じてもらっております。



婦負郡細入村・細入診療所長

永 沢 三 郎 氏