

農村の健康について

富山県農協婦人組織協議会書記
福光町中央農協婦人部部長

渡辺 鈴 枝

農村の健康を守るため、婦人部は組織活動として、種々の検診、食生活改善の推進、健康講座や料理教室の開設、農薬農機具等の事故防止運動等々、すすめてきております。

また、我が町では、健康増進センターに於いて健康診断を行い、これによって各個人に応じた健康指導がなされており、その他、住民検診の結果発見された糖尿病、肥満者、高血圧者のための教室を設けて指導が行われています。尚、また栄養教室の設置により、各地区に於ける食生活改善推進委員を毎年養成して、各家庭への食生活改善の浸透を図り、更に温泉の開発によって、毎日、六百人位の入湯者があり、地域の健康増進に大いに役立つという現状です。このように、いろいろと住民の健康を守るための配慮がなされている結果、国保等の医療費が減少に向っているというところで喜ばしいことです。

このように、行政の面から、或いは婦人部活動の面からと、いろいろの機関からの働きかけや、指導により、全体的に農家の健康に対する意識は高まってきてはいると思います。

けれども、農村地域でのミニドック検診の結果を見ますと、コレステロール、肥満、中性脂肪、高血圧が目立ちます。

高度成長と共に兼業農家が増え、農外収入を求めて一家挙げて、家を外に働くことが多くなりました。従って、婦人の一番大切な役割である食生活の面で、大きな変化をもたらしてきたようです。農業は、米作一体となり、

農家らしい家庭菜園は次第に廃れ、勤めの帰りにスーパーで、農家でありながら野菜まで買い、そして手軽なインスタント食品を求めて帰る、といった有様です。これでは、野菜不足の献立となり、添加物の多い食品を食べることになります。このようなことが、成人病の原因になっているのではないかと思います。

水田再編対策による、米の生産調整を機に、私たちは、家庭菜園の充実を図り、家族の健康を守らなければならないと、強く思うものです。新鮮で四季感に富んだ各種の野菜を、豊富に食卓にのせたいものです。けれども、家庭菜園の充実を図るために、農村婦人だけが休む暇もないといった状態にならないよう、家族全体の協力のもとに、やっていくことが大切かと思えます。

婦人部組織としては、健康問題に手をゆるめることなく取り組んでいかなければならないことは、言うまでもないことですが、どんなに指導が行き届き、社会環境が整っても、結局、健康を守るのは、個人の自覚より他にはないと思います。いろいろの知識を土台にして、農家本来の土と自然を生かした生活の中で、健康保持のための工夫をし、良いと思ったことを、自分で必ず実行していくことこそ、一番大切だと思います。