

はじめに

日本の農業現場では農業者人口の減少と高齢化が重要な課題となっており、特に農山村地域では高齢者が農業生産の多くを担っているのが現状であります。

こうした中、農林水産省が平成 21 年度から開始した交付事業である農村高齢者が健康でいきいきと活動できる環境整備を政策目標とした「農村高齢者の健康支援推進事業」を平成 22 年度も（財）日本農村医学研究会日本農村医学研究所が受託し、実施しました。

平成 22 年度の本事業では、農村地域における営農活動を健康面から支え、介護予防を推進する観点から、農村高齢者による営農活動が高齢者自身の健康状態、体力、判断・認知能力等に及ぼす影響に係わる調査を実施する。その調査結果を活かした、農村高齢者を対象とする健康障害の改善や体力づくり、栄養管理等に関する講習会等の健康支援活動を実施することが求められていました。

そこで、本事業では、「高齢者になっても農作業でいきいき暮らせる健康づくり」をめざして、平成 21 年度実施した本事業の結果をもとに、短、長期的な視点で、農作業の詳細実態と生活機能等の追跡調査、新たな地域と高齢期前世代の調査を実施しました。さらに長野県農作業事故対策・有機農産物の安全性・環境等の関係機関とのネットワークづくりから地域の特性を考慮した支援策を確立することを目的として事業を展開しました。

事業実施においては、JA 長野厚生連佐久総合病院、慶應義塾大学医学部衛生学公衆衛生学教室と共同で取り組むとともに、長野県、川上村と南牧村、JA 関連組織、大学などの 25 人による企画検討委員会を 3 回にわたり開催し、事業の検討を行いながら進め、その結果この報告書をまとめることができました。

多くの方々のご協力がなければ本事業を実施できなかったことは言うまでもなく、ここに厚くお礼を申し上げます。本書が「農作業でいきいき暮らせる健康づくり」に何らかの寄与することを願ってやみません。

（財）日本農村医学研究会日本農村医学研究所
所長 夏川 周介

目 次

I. 事業の目的	1
II. 事業内容及び各事業結果	1
1. 企画検討委員会及び諸会議の実績	1
2. 農作業の活動内容実態調査	5
概要	5
1) 長野県佐久地域での調査	7
【目的・調査期間・対象・方法】	7
【結果】	8
(1) 対象者の身体状況概要	8
(2) 対象者の農業背景	8
(3) 調査実施日	11
(4) 農繁期の状況	12
(5) 農閑期の状況	24
【考察】	26
【結語】	28
2) JA あづみにおける共同ひまわり収穫作業実態調査	29
【目的・調査期間・対象・方法】	29
【結果】	29
(1) 対象者の身体状況概要	29
(2) 調査結果	30
【考察・結論】	33
3. セルフチェック方式によるいきいき調査と生活調査等の普及	34
【目的・調査期間・対象・方法】	34
【結果】	34
1) 対象地区調査回数及び実施数	34
2) 新規対象地区の概況	35
(1) JA 上伊那	35
(2) 首都圏農業体験農園	35
3) 長野県における農作業・生活機能・生活等の調査	38
概要	38
【目的・調査期間・対象・方法】	40
【結果】	40
【考察・結論】	57
① JA あづみにおける取り組み	58
② JA 佐久浅間における取り組み	81

③ JA 上伊那における取り組み	86
4) 首都圏における農作業・生活機能・生活等の調査	98
概要	98
【目的・調査期間・対象・方法】	99
【結果】	99
「いきいき健康調査票」から	99
「生活に関する質問票」から	103
【考察】	121
5) JA あづみと首都圏の比較	123
農的体験が都市部在住高齢者の社会的ネットワークに与える影響について	
概要	123
【背景・目的・対象・方法】	124
【結果】	125
(1) 地域活動への参加	125
(2) 社会的サポート	127
(3) 近所に対する評価（信頼度と互酬意識）	128
(4) 生きがいの対象	130
(5) 農作業を実施している理由	131
(6) 体験型農園に参加して変化したこと	131
【考察】	132
【結語】	133
4. 高齢者前世代の農繁期と農閑期の比較	135
概要	135
【目的・調査期間・対象・方法・地区概況】	136
【結果】	137
(1) 調査経過	137
(2) 調査協力者の人数・年齢構成	137
(3) 農繁期・農閑期の総合判定の比較	138
(4) 肥満判定者割合の変化	138
(5) 検査データの比較	139
(6) 活動量測定データの比較	140
(7) 生活についての質問票から農作業、生活調査の結果	145
【考察】	150
【結語】	151
5. 追跡調査	152
【目的・対象・方法】	152
【結果】	152
(1) 2010 年度を受診状況	152

(2) 農作業の実施状況の推移	152
(3) 生活機能評価の結果 特定高齢者について	153
(4) 健康状態について (主観的健康感)	154
(5) 2010 年度死亡及び介護認定結果等の状況	154
III. 農村高齢者向けの栄養管理等に関する講習会等の健康支援活動	156
概要	156
1. 支援策について	157
1) 個別支援・集団支援	157
2) 認知機能の低下予防のためのリーダー育成研修会、 運動機能低下予防のための体操教室	158
(1) 心身機能活性運動療法指導士認定講習会	158
(2) 心身機能活性運動療法指導士フォローアップ研修会	165
(3) 運動機能低下予防のための体操教室	174
3) 認知・うつ、閉じこもり予防のための園芸教室	182
(1) 園芸教室	182
(2) JA 佐久浅間苦水地区における冬期間のビニールハウスを用いた園芸教室	184
2. 健康課題におけるネットワーク化の推進	194
1) 長野県農作業事故対策ネットワーク会議	194
2) 安心できる農作物環境ネットワーク	199
3) 農業と医療費に関する検討	202

添付資料

1	農作業実態調査基本票	203
2	いきいき健康調査票	205
3	生活についての質問票（農村版）	209
4	生活についての質問票（首都圏版）	211
5	調査動機づけ紙芝居	213
6	いきいき健康調査結果報告書	216
7	JA あづみ支援策パンフレット	217
8	心身機能活性運動療法指導士認定講習会アンケート	221
9	心身機能活性運動療法士フォローアップ研修会アンケート（3ヶ月）	222
10	心身機能活性運動療法士フォローアップ研修会アンケート（6ヶ月）	223
11	上堀地区運動教室アンケート	224
12	上堀地区あんしん広場資料（No1～8）	226
13	JA 佐久浅間園芸教室参加についてのアンケート	234
14	JA おもしろ園芸教室参加に関するおたずね	235
15	市町村医療費	236