

農作業と軽労化

—スマートスーツ導入事例第二弾—

農 楽舎の場合

3ヘクタールの農場で、じゃがいも・南瓜・ズッキーニ・とうもろこしを栽培している農楽舎(のらや)の経営者である徳弘さんは、本州から北海道へ移住し就農して今年で14年になります。取材に訪れた時期が最盛期であるズッキーニの収穫は、大きな葉をかき分けて根本の方に生えているズッキーニをハサミで切って収穫するため、深く前かがみにならなければなりません。この時期は1日に4~5時間にわたって収穫作業を続けているとのことです。40歳を過ぎてからは疲れが溜まりやすく、腰の痛みも翌日に残りやすくなつたということで、現在は毎日スマートスーツを着用しているそうです。

徳弘さんは、将来65歳で経営自体を終えたいが、仕事そのものとしてはずっと農業を続けたいと考えており、日頃からの身体のメンテナンスについては高い意識を持っていました。



身体に負担のかかる農業ですが、徳弘さんは「全て機械に任せにすると、収穫しながら作物の様子を見たり肌で感じることができず、農家の楽しみが減ってしまう」といいます。スマートスーツは、体力を衰えさせず、さりげないトレーニング効果をもち、将来も健康に生き生きと働きつづけることを助けます。

機械化が進むなか農業にこだわりや楽しみを見いだし生き生きと働く徳弘さんのような農家さんに支持されています。

柿 原農園の場合



就農して8年目の柿原さんは、農地面積10ha、うち4haでスイカを栽培しています。取材に訪れた日はスイカの出荷ピークで、早朝から畑になった1玉平均8kgのスイカを2玉まとめて軽トラックの荷台に積み込む作業を行っていました。過酷な労働により夏場には体重が激減し、夏と冬では体重が8kgぐらい変動することもあるそうです。深い屈み込みと重量物の持ち上げは腰の負担

が非常に大きくスマートスーツを使う以前はぎっくり腰になることも何度もあったそうです。腰痛はスイカ農家の大きな悩みのひとつであり、腰痛からスイカ栽培を断念する農家も多く、担い手確保の問題から産地維持にも大きな影響を与えています。柿原さんはまだ30歳ですが、運動に関する知識も深く、腰痛予防のために自分の身体のケアは怠らず、ストレッチなどの運動は常に心がけているそうです。柿原さんは1年前の春からイン型スマートスーツを使用しておりますが、お腹を引き締める力によって腰痛防止効果が期待でき、作業していて違和感がないといいます。今回作業に合わせたアウト型スマートスーツを試して頂きましたが、服地がない分締め付け感がないことと、後ろについている収納に農作業用具や飲み物を入れられるとのことで、高い評価をいただきました。

日本人男性平均寿命

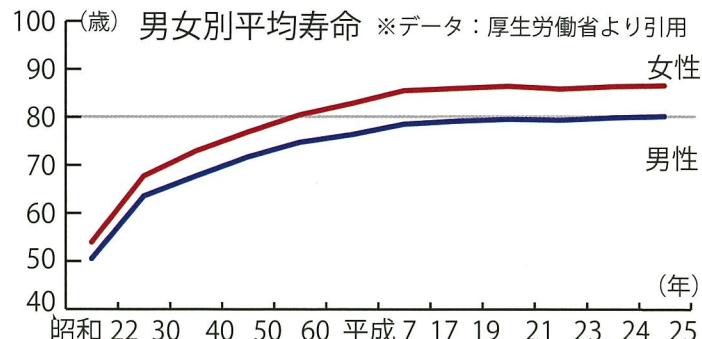
初の80歳超え！ 健康寿命も延ばす努力を

厚生労働省の調査で2013年の日本人の平均寿命は男性80.21歳、女性は86.61歳でいずれも過去最高を更新し、男性の平均寿命が初めて80歳を超えたことがわかりました。

国際的な比較では女性は2年連続世界一（2位は香港で86.57歳）、男性は前年の5位から4位に上昇しました（1位は香港で80.87歳）。

同省はガンなどの死亡率が低下した事が要因と見ています。一方で最近「健康寿命」という言葉が多く聞かれる様になってきました。

健康寿命とは一般的に「健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間」とされています。天寿をまとう



するその日まで元気に生活できることが望ましいとされています。

東京大学高齢社会総合研究機構 執行委員特任教授である秋山弘子氏は人生の自立度について以下の発表をしています。「人生の最後まで自立度を維持できる人は全体の約1割であり、約7割は70代後半から、2割は60代後半から生活動作に援助が必要になる」

医療技術の進歩で平均寿命はまだ伸びる余地があるとのことですが、いつまでも元気に働き、少しでも長く自立した生活を送るためになるべく早いうちから体力を維持・増進しなくてはなりません。

軽労化セミナー 相次いで開催

軽労化研究会では、農業者向けの軽労化セミナーを実施しております。7月は鹿追町農業振興協議会様をお迎えしたほか、渡島ファームレディースセミナーは、スマートサポート社より講師が出張し、現場での軽労化セミナーとなりました。



ミニトマトを栽培するビニールハウスでは、スマートスーツを着用しての収穫作業を参加者に体験して頂きました。



農業センター秋松普及員は「今後5年で深刻な人手不足が健在化するのではないかと危惧しており、若い人が少しでも長く働く環境づくりを目指さなくてはいけない」と話していました。

セミナーの模様は軽労化研究会HPにてご覧下さい。今後も可能な限り同セミナーを開催して参りますので、たくさんのお声かけをお待ちしております。

一ニヨ現象の影響で冷夏の可能性が高いと言われていましたが、結果暑い夏になり喜ばしい反面、限度がありますよね。皆様暑い中大変ですが、熱中症等には充分お気をつけください。（中島 康成）

編集後記

ここ数日、出張で東京と新潟に訪れていますが、どちらも地元の方は「今年の暑さは異常だ。今まで経験がないくらいだ」と口を揃えて話していました。当初はエルニ