軽労化®NEWS LETTER Vol.3 2014.8.19

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ったということで、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選果作業を行っておりました。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かあったそうです。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歳代ですが、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。

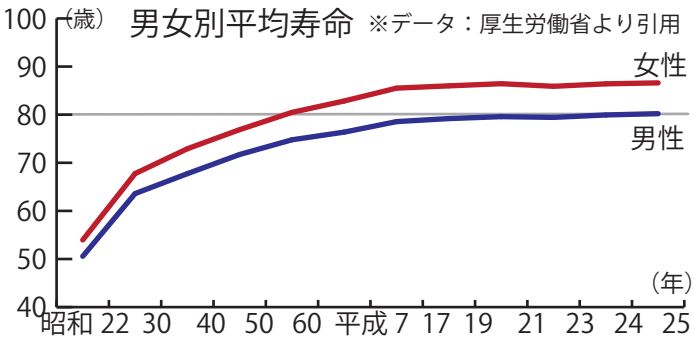
製作・発行：軽労化研究会事務局　発行人：田中孝之（軽労化研究会会長）　編集：中島康成
札幌市中央区南１条西５丁目７愛生舘ビル６階（株式会社スマートサポート内）　TEL011-206-1462　FAX011-206-1463

「軽労化」および「スマートスーツ」は株式会社スマートサポートの登録商標です

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。天寿をまっ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は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ける環境づくりを目指さなくていけない」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。

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。当初はエルニーニョ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）

製作・発行：軽労化研究会事務局　発行人：田中孝之（軽労化研究会会長）　編集：中島康成
札幌市中央区南１条西５丁目７愛生舘ビル６階（株式会社スマートサポート内）　TEL011-206-1462　FAX011-206-1463

「軽労化」および「スマートスーツ」は株式会社スマートサポートの登録商標です