

北海道酪農従事者のライフスタイルと食生活

倉田 澄子 高橋セツ子*

A Study on The Daily Activities And Daily Meals on Farmworkers And Dairy-workers in Hokkaido

Sumiko KURATA, Setsuko TAKAHASHI

Abstract

Some comparisons in the differences in the daily activities on farm-workers and those of dairy-workers living in Hokkaido district were made. The results showed that the length of working time of farm-workers was longer than that of dairy-workers, and especially, that of the female farm-workers was the longest. On the other hand, no difference in the length of sleeping hours or mealtime was observed between these two groups of workers. It was also shown that all these workers took their daily meals quite regularly, three times in a day, and especially, the dairy-workers took their meals mostly in their home, and seldom outside.

So far as the habits of smoking cigarettes and/or drinking alcoholic beverages concerns, there observed no differences between these two groups, farm-workers and dairy-workers in Hokkaido, and more than fifty percent of male-workers had drinking and/or smoking habits. Also, no statistical correlation was observed between the daily intake of alcoholic beverages or daily consumption of cigarettes and the length of daily working time, however, a positive correlation was observed between the alcohol drinking habit and smoking one.

Key word : life-style

I. はじめに

種々の環境下において生活する人々の様々な生活実態の詳細を調べ、解析し、互いに比較検討することは、健康の維持増進に直接・間接的に関与する因子を見出す上に重要な参考資料となる。国が行なう国民栄養調査や生活実態調査などの結果からは、日本人の食生活や生活活動の平均的な実状を知ることができるが、ある特性を持つ地域や

* 北海道文理科短大

集団の特徴的な生活実態を捉え、その中から健康に関与する因子を発見することは困難である。ある特性を持つ団体、あるいは、ある特徴的な環境に住む集団などの食生活を含む生活実態の調査結果が多数報告されているが、¹⁾²⁾さらに一層ケースの異なる事例のデータを積み上げることは健康指標を求める助けとなるとおもわれる。

本研究は、北海道地域の酪農および野菜・馬鈴薯などを栽培する畑作農業従事者の生活実態を知ろうとするものである。酪農従事者は、生き物を

育てているため、休日がとれないという。また、畑作農業従事者では、真冬の一時を除き年中厳しい作業が多いという。このような生活の詳細を知る目的で、生活活動時間、喫煙・飲酒状況、食事リズム、欠食状況、誰と摂食するかなどの食習慣について調査し、両者の生活の実態から、それぞれの特性を求めめるための基礎的資料を得た。特に、酪農従事者と畑作農業従事者間において、異なる農業形態により労働量が異なるかについて注目し検討した。

Ⅱ. 調査方法および解析

1. 調査対象：北海道江別市およびその近郊に在住する、30才～50才代の農業従事者275名を対象に調査した。調査紙の回収率は52%であった。回答者の内訳は、酪農従事者57世帯、畑作農業従事者16世帯であり、男性73名平均年齢42才、女性72名平均年齢40才、合計145名である。

2. 調査期日：1996年7月～8月の夏期とした。

3. 調査方法：地域改良普及員の協力のもとに、紹介を受けた農業従事者に調査紙を郵送し、記入後返送を依頼した。返送された調査紙の内記入不十分の場合は説明を付記し再度郵送し、回答をもとめた。

4. 調査紙：質問項目は下記の通りとした。

- ①個人プロフィール……性別、年齢、職業、作付作物の種類と作付面積、家畜の種類と頭数、

- ②家族構成……配偶者の有無、子供、同居人など

- ③身体状況……身長、体重、5年内体重変化、既往症、

- ④食習慣……食品群別摂取習慣、食事リズム、欠食状況、誰と摂食するかなど

- ⑤喫煙・飲酒状況……数、量

- ⑥生活活動時間……労働、家事、食事、入浴、睡眠、運動など

- ⑦その他

5. 解析方法：

生活活動時間状況は単純平均をもとめ標準偏差値により個人差の巾を検討した。喫煙、飲酒、労働時間の相互関係は相関係数をもとめ検討した。

Ⅲ. 結果と考察

本調査の回収率は52%であり調査への協力を求める手紙を添えたがやや低かった。北海道の酪農従事者と野菜農業従事者との一般的特徴として、北海道の酪農経営は平均100頭を越える乳牛を飼育するケースが多く、本州での酪農と比較し、一般に規模が大きく、家族のみでの飼育は難しいため、多くは労働者を雇っている。本調査の対象者は乳牛を平均130頭（最少54頭、最多450頭）を飼育していた。また、約150頭を越える規模の経営者が17世帯あり、そこでは2名以上の従業員や実習生をおいていた。

一方、畑作の農業経営は、やはり本州と比べ、

表一 北海道の酪農および畑作農業従事者における生活活動時間
(時間/日)

農業種類 性別	酪農従事者		畑作農業従事者		
	男性	女性	男性	女性	
生活活動					
睡眠時間	6.7 ± 1.0	6.1 ± 1.0	6.7 ± 0.9	6.8 ± 0.9	
労働総時間	8.4 ± 1.0	9.7 ± 3.6	9.5 ± 2.5	11.2 ± 3.5	
労働時間	座位	1.0 ± 2.0	0.4 ± 1.2	0.6 ± 1.2	0.7 ± 1.5
	中腰・立位	5.7 ± 4.3	6.7 ± 2.9	8.5 ± 2.8	6.6 ± 3.0
	力仕事	1.8 ± 2.7	1.1 ± 1.8	3.1 ± 2.0	1.7 ± 2.8
	家事	0	2.4 ± 1.6	0	3.1 ± 1.7
食事時間 (3食)	2.5 ± 1.1	2.6 ± 1.0	2.3 ± 0.8	2.2 ± 0.8	

作付面積は広い。本調査対象者の作付面積は平均13.3ha（最少6ha，最大35ha）であった。機械化が進み，家族のみで作業を行なう経営者が多い。また，畑を中心とし家畜を10～20頭飼うケースもあるが，本報告ではこれらも含めて畑作農業従事者とした。

表-1は，北海道の酪農従事者と畑作農業従事者の男女における，睡眠時間，労働時間，食事時間を示す。睡眠時間は農業形態や性別に関係なく対象者全員が約6時間半っており，不足はな

表-2 不規則になりやすい食事
(酪農従事者・畑作農業従事者全員で)

朝食	19%
昼食	51%
夕食	30%

酪農従事者	男性	55%	45%
	女性	55	45
畑作農業従事者	男性	63	37
	女性	67	33

□ : 規則的、■ : 週半分以上不規則

図-1 食事摂取時間の規則性

朝食	酪農従事者	男性	100%
		女性	100
	畑作農業従事者	男性	87 ■
		女性	100
昼食	酪農従事者	男性	98 ■
		女性	98 ■
	畑作農業従事者	男性	87 ■
		女性	95 ■
夕食	酪農従事者	男性	100
		女性	100
	畑作農業従事者	男性	88 ■
		女性	94 ■

□ : 家族と共に、■ : その他

図-2 家族と共に食事をとる割合

かった。労働総時間は酪農と比べ、畑作従事者の方が長かった。いずれの場合も、男性と比べて女性の方が長く、特に、畑作農業従事者の女性が最も長かった。これは男性は家事労働の時間をとっていないためであるようである。また、中腰・立位、力仕事に費やす時間は畑作の男性が最も多く、一日平均中腰・立位仕事が8時間半、力仕事が3時間以上であり、非常に厳しい労働条件であることが伺われる。食事を取る時間は全員ほぼ同じであった。その他、残る数時間は入浴・テレビ・片づけなどであった。

図-1は食事摂取時間の規則性を示す。規則的か否かは自己申告による。いずれも半数以上は3食の食事を規則的に取っていると申告している。酪農と比べ畑作農業従事者では60%を超える人たちが毎日規則的であったが、一週間の中で半分以上不規則になる者が40%前後もいた。不規則になりやすいのは表-2に示すとうり昼食と答えている。昼食時間が決められているサラリーマンとは異なる点である^{3),4)}。

図-2は誰と一緒に食事をとるかを問うた質問に家族や従業員と共に取ると答えた者の割合を示す。結果より酪農従事者は朝食・夕食では全員が、さらに昼食でもほとんどが家族と共に取ると答えている。それに比べ、畑作農業従事者とくに男性では、12~3%の者が家族以外の者と取ると答えた。この結果は、表-3に会食・外食頻度を示したが、畑作農業従事者の男性では“一週間に1回程度とる”と答えた者が30%あったことと関連があるようである。また、畑作の女性では会食・外食が“ほとんどない”と全員が答えている。

表-3 会食・外食頻度

農業の種類	性別	ほとんどない	週1回程度	週2回以上
酪農	男性	84%	16%	0%
	女性	96	4	0
畑作	男性	70	30	0
	女性	100	0	0

ときには会食や外食をとるのも気分転換によいのではないだろうか。

喫煙・飲酒状況について、喫煙は健康上問題があるため¹³⁾止めることを、飲酒は過度であれば改善を薦めたい事であるため、調査項目としてとりあげた。表-4は、酪農・畑作の別なく実態を示す。喫煙の最も多い者は1日に45本、飲酒では1日に1升半とっていた。さらに、表-5は喫煙・飲酒の本数および量と労働時間との関係の相関係数を示す。喫煙・飲酒をとらない場合は0として計算した。その結果、労働時間の長さや喫煙の本数および飲酒の量とは相関関係はなかった。しかし、喫煙の本数と飲酒の量とは低い正の相関性がみられた。

農業のような自営業では労働時間や量などの労

表-4 喫煙・飲酒の摂取状況

項目	とる	とらない
喫煙	57%	43%
飲酒	67	33

表-5 労働時間の長さや喫煙・飲酒との関係

相	労働時間	喫煙	飲酒
労働時間			
喫煙	0.05		
飲酒	0.06	0.40	

働管理や、日々の健康管理に関して各世帯に任されている。家族の中でも家長として男性が仕切る場合が多い。労働時間や内容は収益に直接関わるため身体的にはつい無理をし勝ちとなりやすい。近年、産業の場における健康管理は、製造業のような第二次産業では、職場に労働者の立場から観、判断してくれる第三者でもある専門家を置くなどして、行なわれているが、農業や漁業などの第一次産業の場での健康管理は、保健所や行政が行なう健康診断のみであり職場における行き届いたケアはない。したがって、各自が自己の生活状況を正しく解析し、改善すべきところは改善できるような、生活設計を立て、健康を重視したライフスタイルを構築することが重要である。

参考文献

- 1) 大塚譲, 竹内久美子, 吉岡千尋, 石川行弘, 宮川正美 日本栄養・食料学会誌 38(6), 465~468 1985
- 2) 森ます美, 天野晴子, 大竹美登利, 伊藤セツ, 天野寛子, 瀬沼頼子, 鈴木敏子, 居城子, 上岡薫, 家政誌 38(11), 1009~1022, 1987
- 3) 木村美恵子, 松本晶博, 永井清久, 糸川嘉則, 日本栄養・食料学会誌 43(6), 379~393 1990
- 4) 大竹美登利, 石川尚子, 大久保みたみ, 大関政康, 唐沢恵子, 川端博子, 斎藤浩子, 高崎禎子, 武田紀久子, 林隆子, 家政誌 42(12), 1019~1028 1991
- 5) 斎藤浩子, 石川尚子, 大久保みたみ, 大関政康, 大竹美登利, 唐沢恵子, 川端博子, 高崎禎子, 武田紀久子, 林隆子, 家政誌 42(12), 1029~1042 1991
- 6) 天野寛子, 伊藤セツ, 森ます美, 瀬沼頼子, 天野晴子, 堀内かおる, 井野上真弓 家政誌 43(5), 351~360, 1992
- 7) 同上 家政誌 43(6), 493~500, 1992
- 8) 同上 家政誌 43(6), 501~508, 1992
- 9) 苔米地孝之助, 大木和子, 粟原和美, 秦磨正, 文谷知明, 鎌田豊数, 清水行 三田礼造, 山口功, 斎藤芳枝, 吉原富子, 南雲葉子, 尾関幸子, 西牟田守, 橋本勲, 小林修平 栄養学雑誌 50(1) 69~78 1992
- 10) 矢野由起, 坂本裕子, 舟橋和夫, 口羽章子, 栄養学雑誌 50(1) 31~42 1992
- 11) 笠松隆洋, 吉村典子, 森岡聖次, 橋本勉, 野呂恒代, 栄養学雑誌 52(1) 13~23 1994
- 12) 北野直子 稲岡司, 北野隆雄, 井本岳秋, 二塚信, 日本栄養・食料学会誌 48(1), 21~28, 1995
- 13) Wynder, E. T., Taioli, E. and Fujita Y. Jpn. J. Cancer Res., 83 418~423 1992