

「第1回農作業と健康についてのエビデンス把握手法等検討委員会」議事概要

1. 日 時：平成24年9月18日（火）10:00～11:50
2. 場 所：農林水産省 第3特別会議室
3. 出席者： ■委員：神成座長、浅野委員、櫻井委員、坪田委員、宮地委員
■農水省：森本農林水産大臣政務官、大澤政策課長、出倉食ビジョン推進室長、
菊地政策課補佐、安藤経営局就農・女性課補佐
■事務局：大臣官房政策課、(株)NTTデータ経営研究所

○森本農林水産大臣政務官（ご挨拶）

「食」ビジョンにおける各省連携の取組の目玉のひとつとして、厚生労働省とともに、健康・長寿社会の構築のため、食や農の健康への活用を推進することとしている。私の地元でも、野菜作りをはじめて病気をしなくなったとか、元気になったという声を良く聞く。

本委員会では、農作業の健康への効果を広く国民に周知することにより、多くの方が農作業に親しむ事で、農村活性化につなげるため、どのように、健康への効果を示していくかについて検討いただきたい。

【意見交換の要旨】

① 事業全体の方向性について

（坪田委員）

- ・ 全体の方向性について異議はない
- ・ 家庭菜園等での作業等を広く含む「農作業」という用語が本調査においては適切である

（櫻井委員）

- ・ 調査対象に農家を含めるか否か、決めることが必要である
- ・ 農作業の健康増進効果は事例として明らかになっているが、数値データとして把握できない場合もある。
- ・ 2009年長野県佐久市の調査では、後期高齢者のうつや認知症予防において効果が見られたが、それ以外ははっきりしなかった
- ・ IT企業におけるうつ予防や、知的障がい者の就労支援として農作業が実践されているが、数値データの把握は難しいのではないか
- ・ 定年後の世代では効果が出るが、定年前では（他の要因もあり）はっきりしないのではないか

（浅野委員）

- ・ 調査をする際には、前提として治療構造の違いに留意が必要である
- ・ 個か集団か分けて調査する必要がある。例えば、園芸療法では個人療法で効果が出た後グループ療法を行う
- ・ 時間軸が重要。植物と接する時間の長さは被験者の満足度に影響する

(宮地委員)

- ・ この調査によって農業に係わりのない人に関心を持ってもらうと同時に、農業に従事している人には職業以外の意義を見出してもらうことができると良い
- ・ 「健康寿命の延伸に農作業が効果がある」というメッセージが出せればインパクトが大きい。健康寿命は国民生活基礎調査にて簡単な設問により算出しているので、本調査にも取り入れるべきである
- ・ 運動とは何らかの目的を持ち計画的に行うこと。対して身体活動は生活の合間にそれほど意識せず行うことであるので、「運動」ではなく「身体活動」という用語を使ってほしい

(坪田委員)

- ・ 研究で世界的に用いられている「身体活動」の言葉を採用すべきである
- ・ 「身体活動」とは逆の「セデンタリー（いつも座っていること）」な生活習慣が健康にネガティブな影響を与えるという仮説がある。農作業をする人は、「セデンタリー」な生活習慣から逃れられているのではないか。このことも調査で明らかにしたい

(神成座長)

本委員会では、

- ・ 農作業の身体的、精神的効果を包括的に明らかにする
- ・ 農業に係わりのない人だけではなく、農家の人も含めて対象とする
- ・ ネガティブな影響を含め、改善効果をさぐる こととしたい。

② 調査すべき健康の分野について

(坪田委員)

- ・ ヘルスサイエンスにおいて、食は非常に重要なテーマであり、農作業を行っている人は優れた食生活を実践しているという仮説を立てることもできる（例：摂取と消費のバランス、食べるタイミング等）ので、（資料4、5p）「精神的な効果」と「社会・生活的な効果」は統合することにして、別途「食への効果」を聞くことを独立させてはどうか

(浅野委員)

- ・ 食の項目を独立させるのは面白い試みであり、ユニークな調査となるだろう。時間をかけて自分で作ったものを食べる喜びは大きく、生きる力になったという例は多い。
- ・ 東京農業大学の120年の歴史の中で、農業の意義は、戦後「生産農学」一辺倒であったが、30年前から「環境農業」、今は「福祉農学」と変遷してきた。これらのキーワードに留意することも有用ではないか

(櫻井委員)

- ・ 農作業を実践することにより、野菜の摂取量は間違いなく増え、情報交換が増え、男性が料理をするようになるといった変化は実感している
- ・ 但し、食生活のデータは長期間取らないと把握できないのではないか

(神成座長)

- ・事務局案では、「身体的な効果」「精神的な効果」「社会・生活的な効果」と3分類されているものを、「身体的な効果」「精神的な効果＋社会・生活的な効果」「食への効果」と変更する
- ・「精神的な効果＋社会・生活的な効果」の中の細項目は、浅野委員の指摘を踏まえて、個と集団に分けてをそれぞれ整理することにしたい

③ 実測調査の項目について

(坪田委員)

- ・来年度以降、血液検査等も行おうとすれば、一般の人が簡易に測定できる方法を用いた新たなヘルスサイエンスの手法を提言したい

(神成座長)

- ・本委員会としては、科学的なエビデンスを把握するための方向性を示す報告書の作成が目的である。測定方法は侵襲性/非侵襲性として整理し、望ましい方法を積極的に報告書に盛り込むこととする

④ アンケート調査の考え方について

(宮地委員)

- ・(資料 4, 15 p) 今年度は時間的制約があり、縦断的研究や介入研究は困難である。断面(横断)研究によって農作業をする人としらない人の比較をし、長期的な効果を見るのが妥当である

(坪田委員)

- ・今年度は、短期的効果をみる調査はやらなくても良いだろう

(浅野委員)

- ・今年度、長期的効果のみを実施することに賛成である
- ・来年度以降は、農作業の前後に侵襲性の検査を実施し、加えてその人の長期的な心理的、社会的効果も見るという調査を行ってほしい

(櫻井委員)

- ・趣味で農作業をする人と農家では農作業に従事する時間が異なるので、健康増進効果も異なるのではないかと

(神成座長)

- ・今年度は、長期的効果を図るための断面調査を実施する
- ・来年度以降、対象を絞って実測検査等を実施することを想定して、それに付随するアンケート調査としての項目を整理する

⑤ アンケート調査の方法について

(櫻井委員)

- ・高齢者の農作業は介護予防になるはずだが、効果検証にはどれくらいのサンプル数が必要にな

るのか、お聞きしたい

（宮地委員）

- ・ 母集団は農作業をする人、しない人、という2つの集団である必要はなく、定年後に週1、2回農作業する人等を含めて、複数あって良い
- ・ サンプル数を集めるのは難しいかもしれないが、有意差を出すには1集団 N=500 以上は必要ではないか

（坪田委員）

- ・ N=500 確保でき、健康増進効果が明らかとなれば、英文の論文発表も可能である
- ・ そのためには、調査対象集団を絞る必要があり、年齢は特に重要な属性である

（櫻井委員）

- ・ 65 歳以前に退職する人もいるので、定年年齢を踏まえつつ 60 歳以上ではどうか

（宮地委員）

- ・ 国民健康栄養調査において、60 歳代になると余暇時間の増加に伴い、運動習慣者が急増する。この運動習慣が農作業でも良いはずで、農作業に関心を持ってもらいたいターゲット層と一致することから、リタイア世代をカバーし、且つあまり高齢でもない 60～70 歳ではいかがか

（浅野委員）

- ・ 年齢はそれで良いが、属性が問題である
- ・ 農業従事者は簡単にわかるが、非農業従事者の場合、市民農園の契約者等、対象を絞って集める必要がある

（神成座長）

調査については、

- ・ 60～70 歳を調査対象とする
- ・ 調査対象者のグループ分けに留意する
- ・ サンプル数は、エビデンス把握のための調査としては1集団 N=500 以上が望ましいが、今年度の調査については事務局と相談する
- ・ アンケートの実施方法についても事務局と相談する

⑥ アンケート調査項目、その他について

（坪田委員）

- ・ （資料 4-1）VDT 作業、テレビを見ている時間、座っている時間など、セデンタリーな生活習慣に関する質問を入れてほしい
- ・ 農作業をしている人は適切なサーカディアンリズム（一日の周期）に則った生活をしているという仮説が成り立つと考えるので、規則正しい生活リズムについての質問を入れてほしい

（宮地委員）

- ・ 簡便かつ妥当な問診であることが重要であり、可能な限り既存の国の調査で使われている問診を使うべきである。国民生活基礎調査、国民健康・栄養調査、特定健診調査、農林水産省で実施されている調査に準拠する必要がある

（櫻井委員）

- ・ 市民農園の利用者を抽出するのは難しいが、農業体験農園は農家の指導の下に農業体験ができるというもので、市民農園とは異なるが、全国農業体験農園協会は約 5000 世帯の契約者があり、調査に協力頂けるのではないかと
- ・ この調査とは別に、知的障がい者の就労支援や IT 企業でのうつ対策としての農作業について、調査をしていただくと参考になると思う。
- ・ 農作業における活動量を測定すべきである

（浅野委員）

- ・ 今年度は基礎的な調査を実施して、来年度以降は 1 つの傘の中に幾つもの分科会ができると良い
- ・ 調査対象者によって、調査項目も変える必要がある
- ・ うつ病、知的障がい者の就労支援、被虐待児、精神障がい者を地域に戻すコンテキストにおいても、農作業の効果はある

（宮地委員）

- ・ 社会という観点の質問をもっと厚めにした方が良い
- ・ この検討会としては、農夫症（腰の曲がり、膝の痛み等）など、農作業をするリスクも抽出し、改善支援につなげていく義務がある

（神成座長）

- ・ 社会・生活に関する質問を追加しつつ、アンケートに回答してもらえるように質問数は絞る必要がある
- ・ 全体の調査設計として、知的障がい者等を含めて取り扱う
- ・ 今年度の調査対象の設定は、引き続き検討する

⑦ 今後について

以下の事項について、委員から意見をもらうこととする

- ・ 研究論文、「食への効果」における仮説、実測検査項目、アンケート調査項目

（ 以 上 ）