

元気でなければ沖に出られない

～健康な漁師が作るホタテは、安全・安心なおいしいホタテ～

野辺地町漁協女性部
部長 野坂 ナリ子

1. 地域の概要

野辺地町は下北半島の付け根に位置し（図 - 1）、北側が陸奥湾に、南西部が奥羽山脈に面している。奥羽山脈を水源とする野辺地川からは多くの栄養分が流れ込み、豊かな漁場に恵まれている。

野辺地港はかつて、南部盛岡藩の商港として栄えた。漁協事務所の近くでは、本州最北の常夜燈が当時の面影を偲ばせている。



図 - 1 野辺地町の位置

2. 漁業の概要

(1) 組合の構成

野辺地町漁業協同組合は、277名の組合員（正組合員141名、准組合員136名）で構成される。他の漁協と同様に、漁業者の高齢化が進んでいる。

(2) 水揚の内訳

平成24年の水揚量は2,891トン、水揚金額は6億9,107万円である。水揚量および水揚金額の9割以上を、ホタテガイおよびマナマコが占める（図 - 2）。この2種の販売には、トレーサビリティシステムが導入されている。

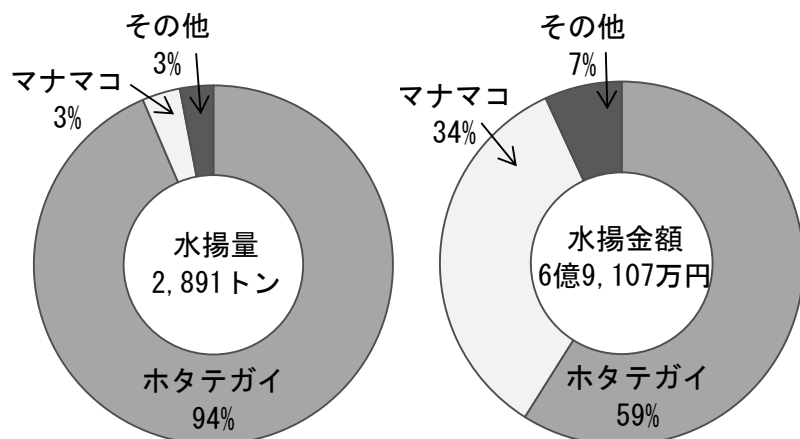


図 - 2 平成24年の水揚量と水揚金額の内訳

(3) トレーサビリティシステムについて

野辺地町漁協は平成15年に全国で初めて、トレーサビリティシステムをホタテガイ販売に導入した。「生産出荷管理情報システム」と名付け、平成19年にはマナマコにも

導入した。商品にはQRコードを添付し、消費者が生産者および出荷日を確認できるようにしている。この取組は高い評価を受け、大手量販店との継続的な取引に繋がったこと等から、平成20年には、青森県の「意欲溢れる攻めの農林水産業最優秀賞」を受賞した。

3. 活動グループの組織と運営

私達の「野辺地町漁協女性部」は、昭和51年に漁協の下部組織として、組合員の婦人によって結成された。現在の会員は26名で、私を含め、20名は夫とホタテガイ養殖やナマコ漁等を営んでおり、残りの6名もかつて営んでいた。運営は会費や漁協からの助成金その他、イベントにてホタテガイ加工品等を販売した収益で賄われている。

私達は仲間づくりや、家族および地域に理解される女性部を目指すとともに、「笑顔あふれる浜」を願い、海とともに生きる「浜のかっちゃん（お母さん）パワー」で活動している。その活動は、魚食普及や健康教室等の生活改善の推進、海浜清掃等の環境美化運動、火災報知器設置推進等の婦人防火クラブ活動等、多岐にわたる。

4. 実践活動の取組課題選定の動機

(1) 配偶者の健康への懸念

私達は、日頃から漁業者である夫の健康が気がかりだった。それは、平成14年、地まきホタテガイの稚貝放流中に、1人の漁業者が心疾患で倒れ、そのまま亡くなり、平成15年以降も、働き盛りの50歳代の漁業者が、がん、心疾患および脳血管疾患という三大疾患等に次々と罹り、漁業を続けられなくなったり、亡くなったりしたにもかかわらず、漁業者は、体の調子が多少悪くても医療機関を受診しない傾向があったからである。漁協でも同じように、高齢化に加え、決して健康とは思えない組合員が増加していることに危機感を抱いていた。

(2) 短命県と呼ばれる青森県

青森県全体を見ても、平均寿命が平成12年から男女とも全国最下位に留まり続けたため（人口動態統計〈厚生労働省〉他。以下同）、短命県とまで呼ばれ、三大疾患も、全国平均より高い割合で推移している（表-1）。

一方、健診（検診を含む）

の受診率は低く、特に早期に治療を行うために不可欠ながん検診の受診率は、平成13年以降横ばいで推移している。

表-1 都道府県別平均寿命（平成22年都道府県別生命表（厚生労働省）から抜粋）

順位	男		女	
	都道府県	平均寿命	都道府県	平均寿命
...	全 国	79.59	全 国	86.35
1	長 野	80.88	長 野	87.18
2	滋 賀	80.58	島 根	87.07
3	福 井	80.47	沖 縄	87.02
47	青 森	77.28	青 森	85.34

(単位:年)

このため、脱・短命県への取組に、県を挙げて取り組んでいる状況にある。

(3) 健康づくりに取り組んだきっかけ

そのような中、私は、平成 14 年に「健康のへじ 21 計画」策定委員および推進委員を委嘱され、他職種の委員との会議や活動を通じて、自分および家族の健康や町の健康づくりを考える良い機会を得ることができた。平成 15 年にはトレーサビリティシステムが導入され、漁業者と漁協職員へ衛生面の再教育も行われた。衛生管理には、漁業者や職員の健康管理も含まれるため、消費者へ責任を持ってホタテガイを提供するべく、漁業者と漁協が一丸となり、このことが、私達の健康づくりへの取組へとつながった。

私達と漁協職員は、「元気でなければ、沖に出られない」、「健康な漁師が作るホタテは、安全・安心なおいしいホタテ」と漁業者に訴えた。そして、私達が取り組むことにした健康づくりの活動については、町も必要性を感じ、二人三脚で取り組むことができた。このような関係者の協力があったからこそ、私達は自信を持って健康づくりの取組を始められたと思っている。当初は漁業者から否定されると思っていたが、意外にも反論は少なく、平成 18 年に私達の健康づくりのための本格的な取組がスタートした。

5. 実践活動の状況及び効果

(1) 実践活動

1) 「沖止め健診」の推進

私達は、休漁日（沖止め）を漁業関係者優先の健診日に設定して貰えるよう、町にお願いした。これは元々、漁協で 5 月～9 月の毎月 1 日および第 3 日曜日を沖止めとし、心も体も休める日としていたからである。

これを受けて、町は「沖止め健診」として、7 月 1 日または 8 月 1 日のうち、平日の方を特定健診（いわゆる健康診断）の集団受診日と定め、漁業関係者が優先して受診できるようにした。

2) 受診の呼び掛け

「沖止め健診」については、町が作成した健診のチラシが全戸に配布され、案内されているが、私達も各種会議で宣伝するとともに、漁協でも独自

回 覧

平成 25 年 5 月

組 合 員 各 位

野 辺 地 町 漁 業 協 同 組 合
指 導 課

■町が実施する特定健診・ガン検診の受診料助成について
今年度も組合員・従業員の特定健診（集団・個別）とガン検診の受診料は全額組合で助成します。
昨年同様に受診当日は、一旦受診料を支払っていただいて、その領収書を組合へ提示してください。後日貯金口座へ入金等で返金します。
特定健診とガン検診の実施日が異なりますのでお間違えのないよう確認してお申込みください。（日程表^①うら面）
今年も 8 月 1 日（木）沖止め日の集団特定健診は、漁業者優先で受診できます。今年度からクレアチニン検査（肝臓の機能）が追加になりましたので、ぜひ受診して下さるようお願いいたします。
なお、個別健診（かかりつけの医療機関）でも受診できますので、町からの案内書（6 月配布予定）をご覧ください。
申し込みは組合でも受け付けます。わからないことがありましたら組合木村までお問い合わせください。

■乗組員厚生共済（ノリコー共済）の契約更改について
現在加入されているノリコー共済が 6 月 9 日で更改となります。現在加入している方には、別途加入内容等について、お知らせいたします。
今回加入されますと団体割引が適用となり、掛金が 10%安くなりますので、新規に加入を希望される方は、組合木村までお問い合わせください。

忘れるな命に替える救命衣

図 - 3 漁協が配布した「沖止め健診」のチラシ

のチラシを作成して漁業者用回覧板を使って配布し、「沖止め健診」の周知徹底を図った（図 - 3）。さらに私達は、近所の漁業者や自分の夫に受診を呼び掛け、当日も誘い合いながら率先して健診に行き、一人でも多くの漁業関係者が「沖止め健診」を受診するよう努めた。

3) 漁協への申込窓口を設置

漁業者が健診を申込みやすくするため、日常的に立ち寄る機会が多く、利便性が高い漁協にも、健診申込窓口を設置して貰った。

4) 健診の自己負担額の助成

健診の費用については、町の健診制度では、1種類につき数百円を自己負担しているが、漁協が、漁業者のみならず、その家族や雇用する作業員も対象にして、自己負担金の助成を行うこととした。金額については、取組開始から2年間は半額を助成していたが、現在では全額を助成している。全ての健診を受けても一人当たり2,500円と少額だが、お金が戻れば嬉しいものである。

(2) 経過と効果

1) 開始当初の漁業者の感想

取組開始時には、76名の漁業関係者が健診を受診した。しかし「健診なんて1回も受けたことが無いし、受けたくもない」という漁業者も多く、具合が悪い時ですら病院に行きたくないのに、健診なんてとんでもないという様子だった（図 - 4）。

いざ健診に来て、「待ち時間が長い」と途中で帰ってしまった人もおり、受診しなかった人や帰ってしまった人は「自分の体は自分が一番知っている」「健診を受けるよりパチンコに行ったほうがまし」「健診を受けると悪いところが見つかるから受けない」「健診に行くと、酒を飲むなと言われるから行かない」等と主張し、自分の健康が、本人のみならず、家族にとっても大切であることを認識していないようだった。



図 - 4 健診の待合風景

2) 受診を促すための工夫

漁業者の受診を促すため、保健師から、漁業者集会等で健診の必要性を訴えて貰った。これに、浜小屋での個別指導が追加され、現在まで続いている。もともと、受診者全員に健診結果の説明が行われていたが、説明を受けに来なかった漁業者への指導も充実さ

せることで、漁業者の健康に対する意識をかなり向上させることができた。

健診そのものについても、それまでは集団健診しか受診できず、漁業者は健診会場までわざわざ出向くことを面倒に感じているようだった。そのような人は高齢で持病持ちも多く、治療のためにかかりつけ医には通っているため、平成 24 年からは、治療のついでにかかりつけ医でも健診を受けられるようにし、自己負担金も通常の健診と同額とし、受診しやすい体制に改良して貰った。

3) 受診が早期治療につながった例

取組開始年の健診では、数十年ぶりに受診した当時の組合長にがんが発見されたが、幸い早期発見だったので除去に成功し、現在は元気に漁業を続けている。このような事例も、漁業関係者の受診を後押しすることとなった。

4) 受診に対する意識の変化

このように工夫しながら 8 年間継続したことで、取組が定着し、最近の健診では、夫婦で受診する漁業者も増えた。開始当初には待ち時間の長さに苛ついていた漁業者達も、最近では仲間で談笑しながら順番待ちするようになっている。

一方、受診率向上のために行った助成への申請は減少しているが（図 - 5）、申請しなかった人によると「健康は自分のためだから、助成が無くても受けている」とのことで、これまでの取組が、「自分の健康は自分で守る」という意識の醸成につながったものであり、嬉しい限りである。

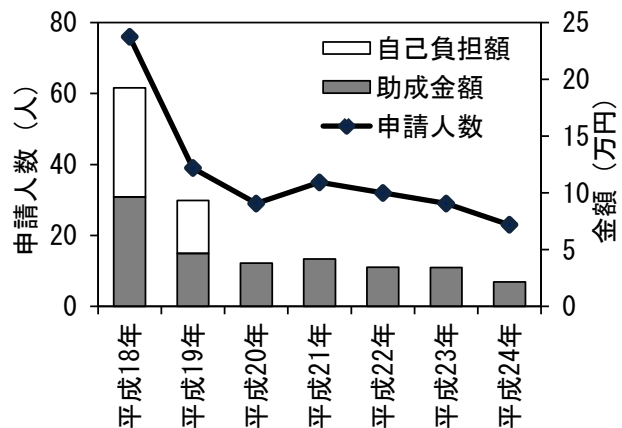


図 - 5 自己負担額助成の申請人数および金額

5) 取組への評価

漁協と女性部による以上の取組は、平成 25 年 9 月の「健康あおもり 21 ステップアップ県民大会」において県民の模範になると評価され、「あおもり健康づくり奨励賞」を知事から受賞し、優良事例として発表した（図 - 6）。これが全国紙にも取り上げられ、私達にとって大いに励みになっている（図 - 7）。



図 - 6 健康あおもり 21 ステップアップ県民大会での記念写真（左から現組合長、発表者、他賞受賞者および野辺地町長）

6. 波及効果

(1) 健康増進の取組

私達の取組を通じて漁業者や職員の意識が高まったことから、漁協では健診以外にも命を守る取組を始めた。

1) AED設置と救命救急講習会の開催

平成14年に作業中の漁業者が心疾患で亡くなったことを受け、平成20年に町内で初めて、荷捌所と監視船にAED（自動体外式除細動器）を設置した（図-8）。漁業者および職員を対象に大規模な救命救急講習会も開催し、消防署員からAEDの使い方や心肺蘇生法を学んだ。また、職員の一人が消防団を通じて救命救急指導の資格を取得し、他の職員や漁業者への啓発に役立っている。

2) 分煙

平成16年、野辺地町漁協がEUへホタテガイを輸出できる漁協として認定された際に、漁港内を禁煙とした。その取組を拡大し、平成21年には漁協事務所に分煙装置付きの喫煙所を設け（図-9）、漁業者や職員は決められた場所で喫煙することとした。中には不満もあると思うが、皆で決めたこととして守られている。

(2) 町内への波及

「沖止め健診」と同様の取組が、町内の他職種にも広まった。農家には出荷が休みの日を、勤め人には日曜日を受診日に充て、女性専用受診日も設定し、それぞれが無理なく受診できるようになった。個別指導も受診者全員に行われている。



図-7 新聞記事（平成25年11月22日、読売新聞）



図-8 監視船に設置されたAED



図-9 漁協事務所の喫煙所

7. 今後の課題や計画

(1) 課題と今後の計画

漁師気質がそうさせるのか、頑なに健診を受けない人も居る。「自分の体は自分が一番知っている」「いつ死んでも後悔はない」等と考えるようだ。しかし、いざ病気になると、家族が悲しむことになる。そうならないために、今後も漁協や町と連携して呼び掛け続け、受診率 100%を目指したい。

(2) 新たな活動

平成 26 年 1 月、漁業者や後継者が、全国漁業就業者確保育成センターの「労働環境カイゼン講習会」を受講する予定である。私は一足先に受講したが、漁船の労働環境を改善するための知識等を学び、大変有意義だった。この講習を通じて安全操業に対する意識を高め、不慮の事故による健康被害も防いでいきたい。

(3) 終わりに

最後になるが、漁師には定年がない。海の恵みを糧にして生活するのが漁師なので、海を大切にするように、自分や家族の健康を第一に考えていきたい。

また、私達がおいしいホタテガイを提供するために健康が大切なように、どんな職業の人も、良い仕事をするためには健康がとても大切である。こうして、様々な団体や会社で健診を受け、自分の健康を大切にしていくことが、海のさざ波のように広がっていくなら、青森県は短命県から長寿の県になることも可能である。脱・短命県を目指し、みんなで取り組みたい。

「元気でなければ、沖に出られない」

「健康な漁師が作るホタテは、安全・安心なおいしいホタテ」

今後もこの気持ちで頑張っていきたい。