

里山の環境を保全し健康資源として利用するための諸条件 ——高齢期の女性有志による里山の遊休農地を利用した グループ農業活動事例の調査から

深山智代¹⁾, 多賀谷昭¹⁾, 北山秋雄¹⁾, 那須裕¹⁾, 野坂俊弥¹⁾

【要 旨】 里山の環境を健康資源として利用するための条件の探究を目的に、高齢期の女性有志による里山の遊休農地を利用したグループ農業活動の参加観察とインタビューによる調査を行った。

高齢期の女性による自発的な活動である。楽しむことをモットーにしており、村人が尊ぶ史跡の傍で、村特産の大豆と雑穀とカボチャを栽培し、いろいろな花を植える活動をしている。力仕事は男性グループの助力による。

調査結果から、1) 参加者の自発性の尊重 2) 地区の地理や生活の中でつくられた相互協力の風習、3) 美しい景観に対する誇り、4) 村・県の支援が相俟って、活動が継続されるのであろうと考えられる。

グループ農業活動そのものだけではなく継続の諸条件と併せた総体が健康の役に立つと考えられ、里山の環境を保全して健康資源として利用するには地域の地理や文化を念頭に置いて、高齢者の自発的な活動の継続を支える必要があると考える。

【キーワード】 健康, 女性, 高齢者, 農業, 里山

はじめに

里山は農林業など人と自然の長年の相互作用によって形成された自然環境に囲まれた地域であり、里山の自然環境が住民の生活・健康の資源として利用されている。また人間が利用することにより生活の場・健康の場としての里山の環境が維持される。近年、高齢化と過疎化に伴って耕作や山仕事などの労働力が不足し、人間の手が入らない所が増え、里山の生態系も変質している。

中山間地域の里山では、遊休農地の増加と山林での仕事の減少が相俟って野生哺乳類に餌場や移動経路として利用されるようになり、その結果、人里付近のイタチ、サル、シカ、イノシシ、クマ等の野生哺乳類の

棲息数が増加して、里山を徘徊し、農作物を荒らしたり、人や家畜を襲ったりしている。また、遊休農地の雑草の種が周辺農地に飛散して農業に被害を及ぼしており、遊休農地の増加によって産業・経済面でも安全面でも問題が生じている。

このような里山において遊休農地を減らして里山を保全することは、人々の生活を保全し、また里山を含むより広い地域の自然環境を保全するために緊急の課題である。

また中山間地域の里山では、高齢化が進み女性高齢者の割合が多いことから、高齢者、中でも女性の社会的支援ネットワークを確立・維持することは、里山で暮らし続けたいと望む人々が安心して元気に生きるための重要課題の一つである。

¹⁾ 長野県看護大学
2010年1月14日受付
2010年1月20日受理

近年、中山間地で遊休農地を利用したグループ農業の試みが行われている。その中でも高齢期の女性グループによる農業活動の試み（信濃毎日新聞、2006）は注目に値する。遊休農地を利用してグループで農作物を栽培する活動が継続されれば社会的支援ネットワークが維持・強化される可能性がある。また環境保全にも寄与すると考えられ、環境の健康資源としての新たな利用可能性を示していると考えられる。

そこで、遊休農地を利用してグループ農業活動を実践している女性グループの活動の実際と活動に対する思い、ならびにその背景を調査し、グループ農業活動の継続に関わる事柄を具体的にとらえ、里山の環境を保全し健康資源として利用するための諸条件について考察した。

本論文において、「里山」は中山間地の農山村のことであり、農林業など人と自然の長年の相互作用によって形成された自然環境に囲まれた地域を意味する。「健康資源」は健康の役に立つものという意味で用いた。

研究対象と方法

中山間地の里山において2002年から遊休農地を利用してグループで農業活動を続けている女性有志のクラブ活動（以下、クラブ）を対象として、その活動の参加観察を行い、参加メンバーにインタビューを行った。他に、地区内の耕作状況の視察と村の公式ホームページにより情報を得た。

倫理的配慮

共同研究者の多賀谷は以前この地区をフィールドとして研究を行っており（多賀谷ら、2002）、そのとき知り合った方を介してクラブの活動を見学させてほしいと申し入れた。その際に、里山での生活と健康との関係について研究しており、クラブの活動についていろいろ学びたいので、活動の見学と邪魔にならない範囲で活動に参加させてほしい、また活動について話を聞かせてほしいと口頭で伝えた。見学することが了承されて最初にクラブの活動を見学した際に改めて研究

協力を依頼し、協力する、しないは自由であることと研究の成果を発表するときは個人が特定されないようにすることを約束し承諾を得た。

参加観察中に活動に参加するときは、その作業を担当しているメンバーに手伝いを申し出、メンバーの指示に従い、やり方を教わり、邪魔にならないように気をつけて作業に参加した。

研究計画立案のための現地視察を含む観察期間は2007年7月から2009年11月までである。毎年夏期に1～2回、メンバーが集まって行う農作業の参加観察を行い、11月に収穫祭の参加観察を行った。8月の参加観察の際、作業後にインタビューを行った。

インタビューは、事前に承諾を得ておき、作業が一段落した“お茶のみ”の時にいった。はじめにインタビューへの協力依頼文書を全員に渡して説明し、了承を得た上で活動の契機、年間の活動内容等についてインフォーマル・インタビューを行った。なお、個別インタビューではなく当日活動に参加したクラブのメンバーにグループ・インタビューを実施した。初回のインタビューは許可を得て録音したが、その後のインタビューでは録音せず、想起の手がかりとしてメモを取り、その日の内にフィールドノートに記録した。本研究は長野県看護大学倫理委員会の承認を得て実施した（平成20年2月、長野県看護大学倫理委員会審査#31）。

結 果

1. クラブの活動の実際

1) クラブ結成の経緯

高齢化が進み村民の約半数が65歳以上という状況において、一地区の女性住民から「高齢化してくるので何か元気を出そう」、「女の人たちからそういうまとめ（グループ）をつくろう」、「集まるかどうかはやってみなければわからないが、やろう」という声が上がりが、自分たちの地区の女性にグループで農業をしようと呼びかけた。その結果18人が集まり、2002年にクラブの活動がはじまった。「同じやるなら楽しくやろう」をモットーとしている。

地区の女性は年齢や農作業の経験の有無にかかわらず誰でも、いつでも入会できる。クラブ結成時の年齢

は30代から70代であり、メンバーの殆どが65歳以上である。その後、少し出入りがあるものの17,8人で推移している。なおメンバーの中に農作業経験のない人もいるが、殆どの人が自分の家の農業に従事し、また自家用にいろいろな野菜を栽培している。農繁期は文字通り大変忙しいが、クラブの農業活動にも参加している。

2) 活動の拠点

クラブの活動の拠点は放置されていた遊休農地を借りてつくった約30アールの畑である。持ち主が「荒らしたままより、きれいにしていただいて」と無料で貸している。すぐそばに地区の象徴である史跡と大銀杏があり、史跡めぐりの観光客がよく通る道に面している。メンバーの殆どは軽トラックで来るが、車を運転しない年長者は、腰掛式のスクーター（通称“スクーター”）で来る。

クラブは畑の前側に炊事場付きの集会所をつくろうと寄付を募るなどいろいろ工面して木造の小屋を建てた。“お堂のやかた”と名付け、活動の打ち合わせ、農作業後の“お茶飲み”、活動見学者との談話やインタビューなどの場として活用している。“お堂のやかた”はクラブのシンボルになっている。敷地内に車が数台駐車できるくらいのスペースがあり、収穫祭のときは会場として利用される。

3) 活動の内容

活動は、借りた遊休農地に生い茂った草を取り除き、山から腐葉土を運んで土をつくることから始めた。「荒れて雑草だらけだった」休耕地を農地に復元することから始めたクラブの意気込みと自信を感じた。

クラブの農業活動は、村特産の大豆、コキビ、ソバ、カボチャを栽培することと、村人や観光客の目を楽しませる季節の花を畑の周りにいろいろ植えることである。

「村特産の大豆をつくりたいと思っていた」ので「初めの2,3年は、土づくりに精を出した」、「畑の土が良くなるまでソバをつくった」。3年目から大豆、コキビを栽培し、カボチャも栽培している。小型耕運機は自分たちで扱えるが、トラクターで耕したり、防

鳥網を掛けたり、キビのはざ架けを作ったりする力仕事は里山の整備活動をしている男性グループに助力を求めている。

クラブではリーダーの他に花担当、野菜担当、環境担当の先立ち（サブリーダー）を決めている。リーダーは全般的に目配り・気配りして大まかな指示を行い、先立ちはそれぞれ担当する作業の段取りを考え具体的に作業を指示する。

なお、クラブに事務局を置き、メンバーの中から総務担当と会計担当を決めている。

花の植え付け、草取り、咲き終わった花の花つみ・片づけ、種まき・苗の植え付け、豆たたきなど一度に多くの人手を要するときはメンバー全員に連絡して招集をかけ、一斉に作業する。その時は午前8時に集合し2時間くらい作業する。一斉作業の日に参加するかどうか、また参加した日にどの作業を担当するかは、メンバーの選択に任せている。実情として一斉作業の日の参加者はメンバーの半数くらいという日が多い。

春から夏にかけて雑草がすぐ生えるが、「できるだけ農業は使いたくない」と除草剤に頼らず、まめに草取りをする。リーダーは時期ごとに必要な作業内容をメンバー全員に伝達し、各自の都合と体力に応じて作業を分担する当番を決め、当番が自分の都合のつく時間に見回って草取りや水やりなどを適宜行っている。

作業した日はクラブの活動記録ノートに作業の時間、内容、参加人数などを記入する。

クラブは農業活動を中心として多様な活動を行っている。村内小学校の給食用に地元で採れた野菜を届ける活動を行っており、またクラブの花の植え付けに小学生が授業の一環として参加する世代間交流を行っている。

11月には、長野県町村会の[元気なふるさと収穫祭めぐり]に協賛して“クラブ雑穀まつり”を開催する。クラブの畑で採れたコキビ、大豆、カボチャ、キビを入れた餅等の他に地元産の野菜、花などを販売し、また、コキビ入りの餅をつき、コキビ入りの赤飯を炊き、地元産の野菜が豊富に入った楽姓汁（みそ味の豚汁：大根、人参、ねぎ、牛蒡、ジャガイモ、キノコ類を入れる）をつくって祭りの参加者にふるまう。男性の協力によりソバ打ちを行うこともある。

雑穀まつりの日程は県の町村会が指定しており、雨天でも決行する。10日位前に細かい打ち合わせを行い、販売係、餅つき係、赤飯係、楽姓汁係に分かれ、係ごとに責任者を決め、責任者の指示のもとに材料の調達、下ごしらえ、調理、盛り付けから後片付けまで行う。実に手際がよい。クラブのリーダーは雑穀まつりでも全般にわたる調整・統括を行う。

雑穀まつりは日曜開催であり、普段は農業活動に参加するのは無理という若手のメンバーも参加している。また、小学校が販売コーナーで協働し、男性グループが木工細工など工作体験コーナーを設けてまつりを盛り上げ、地区内外から親族・知人や評判を聞いて来た人たちが大勢参加し交流している。

これらの活動のほかに、村の観光協会に協力して海外からのエコツアーの一行にクラブの活動として寿司の長巻き体験プログラムを提供し一緒に試食して国際交流も行っている。

クラブの活動を続けていくには「いろいろな人を呼び込んでいったら良い」と思っており、地元の小学校の体験学習や都会の大学生のゼミと連携し、活動への参加を呼び掛けている。また活動の手伝いを申し出ると、すぐに受け入れて「これをお願いします」と言っており、やり方を教え、一緒に作業する。

2. クラブの活動に対するメンバーの思い

「自分の家の畑が忙しい時期とクラブの活動が重なるので大変だ」、「自分の畑は草だらけだけれど招集がかかるとすぐここへ飛んでくる」と言い、自家の畑の雑草を気にしつつクラブの農作業に参加し、「一緒に作業しながらお喋りするのが楽しい」、「作業の後にお茶を飲みながらいろいろ話すのが楽しい」、「活動を続けることは楽ではないが、(メンバーが)元気になってきたように見える」とグループ農業の良さをとらえている。また、「コキビと大豆は収入になる」、「雑穀まつりのとき、種代、苗代ぐらいの売り上げがある」と嬉しそうに言い、売り上げが楽しみであり、やり甲斐でもあるように見受けられる。

「この村で品種改良した特産の大豆はととも味が良い。村内で作ることになっている。他の土地では、ここと同じようにはできない(品質が保てない)」、「作物

の出来具合に一喜一憂する」、「ここのカボチャは美味しいといってくれる」、「私たちの活動を知って、いろいろな人が見に来るので草が伸びたままではみっともない」、「史跡があるので訪れる人が多い」、「いろいろなところから見学に来る」、「自分の家の草取りを後回しにしてもここにきて草を取る」、「適期に手が入らないと生育が悪い」という言葉から、クラブの農作物に対する責任と自信を持ち、それがやり甲斐や誇りでもあるように思える。また、活動が評価されてマスコミが報道し見学者が多いので、いつも美しくしておかなければという思いが強いことが伺える。

クラブの活動開始から7年経ち、80歳を超えたメンバーは「(自分の作業ペースが遅く)足を引っ張っているようで・・・」、「同じようには動けないけれど作業しながらのおしゃべりは楽しい」と体力の衰えを気にしながら一斉作業に参加している。「7年経ち、みんな7歳年をとった。動ける人が減った」、「来年も同じようにするのは難しいと思う」、「自分たちにできることを話し合って、来年の計画を立てる」、「新年会にはみんな出席するので話し合う」という言葉から、メンバーがそれぞれ体力の低下を感じ体力に応じてできる活動を模索している様子がうかがわれた。

以上、グループ農業活動の参加観察とインタビューを通して、農業経験豊富な高齢期の女性には農業活動を楽しむ力があり、遊休農地を利用してグループで農業活動に参加してそれぞれに力を発揮していることがわかった。

3. 活動の背景

1) 山間の集落での長年にわたる農業経験

農地は傾斜地で、畑一つ一つの面積は平坦地の畑に比べて小さく、作物の種類が多い。クラブの年長者は、畑作経験が豊富で「コキビは毎年同じ畑につくっても大丈夫」、「あまり肥料もいらぬと言いますがけれど、肥料が少ないと実が小さい」など、長年にわたる農業で培った知識を活動に活かしている。

2) 地区内外の協力・連携

・地区の環境整備活動をする男性グループと互いに協力し合っており、相手の活動が比較的暇な時期を見計

らって、助力を求めている。

・地区の近隣組織（班）があり、連絡網として機能している。

・村の観光協会は観光案内パンフレットでクラブを紹介し、村のロードマップにクラブの位置を示してPRしたり、エコツーリズムを受入れたときにクラブに協力を求めたりしている。

・村は地域活性化事業として補助金交付規定を設け、地域の連帯と協調、振興等に大きな効果が期待できる事業を助成している。

また、村は南アルプスの山麓に位置し、四季を通して美しい景観に恵まれている。2005年10月に県外の町村と一緒に“日本で最も美しい村連合”を設立し、美しい景観の保全に積極的に取り組んでいる。

・県の地方事務所が、2006年度から南信州地域づくり大賞を設け、地域の再生と活力を生み出す原動力となる地域活動を表彰し励ましている。クラブは2008年度の地域づくり大賞・奨励賞を受章した。（大鹿村、2009）

考 察

1. グループ農業活動の継続の諸条件について

調査結果から以下の事柄が活動の継続と何らかの関わりがあると推察される。

- ① クラブは高齢期の女性による自発的な活動であり、楽しく農業をすることをモットーにしてグループ農業活動を続け、実際に楽しい／元気になったとグループ農業の良さを認めている。
- ② メンバーの大部分が自家の農業の担い手であるが、招集がかかれば自分の家の畑仕事を後回しにしてクラブの畑へ行くという意識を持っている。
- ③ 村の風習として畑は女の仕事だった（多賀谷ら、2002）という歴史的背景があり、クラブには畑作の経験と知識が豊富なメンバーが多い。
- ④ 活動拠点に集会所を建て、互いに気兼ねなく集まることができる。
- ⑤ 力仕事に男性グループの助力を求めることができる。
- ⑥ 活動拠点が村民や観光客の目に留まる場所にあ

る。

⑦ クラブの活動が村内外で評価され、注目される。

⑧ 村の観光協会・村・県による支援、助成、奨励を受ける。

⑨ 自然が織りなす美しい景観に恵まれている。

要するに、参加者の自発性の尊重、地区の地理や生活の中でつくられた相互協力の風習、美しい景観に対する誇り、ならびに村・県の支援が相俟って、活動が継続されるのであろうと考えられる。

また活動を続けることによってやり甲斐、自信、責任感、役立ち感が高まり、活動継続の力になるであろうと推察される。

2. 中山間地の里山の健康資源について

大森は山脈と溪谷に囲まれた山岳丘陵地帯にある農村地域において高齢者自身が健康をどのようにとらえているかを研究し、高齢者の捉える健康とは、自分への誇りを持ち続けられることであり、働くことは誇りを持ち続ける手段で、仲間との結びつきは誇りを支える心の拠りどころであると報告している（大森、2004）。

グループ農業活動は、農業を続けていること、仲間との結びつきがあることという要件を満たしており、メンバーは自分たちの活動に誇りを持っていると見受けられることから、グループ農業活動は健康に役立つといえる。ただし、活動そのものだけではなく先に述べた継続の諸条件と併せた総体が健康の役に立っていると考えられ、里山の環境を保全して健康資源として利用するには地域の地理や文化を念頭に置いて、高齢者の自発的な活動の継続を支える必要があると考え

付 記

本報告は平成19年度～22年度科学研究費補助金（基盤研究(C)）の助成による研究の速報である、2008年に信州公衆衛生学会で一部報告した

文 献

- 大鹿村（2009）：大鹿村公式サイト，広報おおしか，
2009年12月21日，
<http://www.vill.ooshika.nagano.jp/magazine/2009.ooshika-197.pdf>.
- 大鹿村（2009）：大鹿村公式サイト，日本で最も美しい村連合，2009年12月21日，http://www.vill.ooshika.nagano.jp/soumu/utsukushii_mura.html.
- 大鹿村女性有志 遊休農地で土づくり 花育て，地区の景観守ろう，（2006年4月15日），信濃毎日新聞.
- 大森純子（2004）：高齢者にとっての健康：「誇りを持ち続けられること」農村地域におけるエスノグラフィから，日本看護科学会誌，24(3)，12-20.
- 多賀谷昭，野口真弓（2002）：昭和初期の長野県南部山村における生活と育児：伝統的ソーシャルサポートシステムとその現代的意義，長野県看護大学紀要，4，19-29.

【Special Contribution】

Development of resources for health promotion: agriculture club activities of elderly women in a mountain village in Japan

Tomoyo MIYAMA¹⁾, Akira TAGAYA¹⁾, Akiyo KITAYAMA¹⁾,
Yutaka NASU¹⁾, Toshiya NOSAKA¹⁾

¹⁾ Nagano College of Nursing

【Abstract】 Activities of elderly women belonging to an agriculture club cultivating a fallow field in a mountain village were investigated to identify the factors enabling utilization of satoyama environment as a resource for health promotion. The data collected through participant observation and interview with the club members were analyzed in combination with the information from official magazines published by the municipality.

The women participated in the activities on their own initiative and enjoyed cultivating edible plants and planting various flowers. They cultivated soy beans specific to the region, a kind of millet, and pumpkins in a field near a very old temple respected by the villagers. The men's group of the village helped the women with harsh activities such as cultivation by tractor.

The results indicate that the factors for sustaining the activities are 1) respect for spontaneity, 2) traditions of group activities molded by the geography and subsistence of the community, 3) pride for the beautiful scenery, and 4) municipal support.

This suggests that it is not only the club activities themselves but their combination with the nature-human environment of satoyama that would promote the health of participants. Therefore, it is necessary to support spontaneous activities of the elderly paying attention to geographic and cultural characteristics of their community to utilize the satoyama environment as a resource for health promotion.

【Key words】 health, women, elderly, agriculture

深山智代
〒399-4117 駒ヶ根市赤穂1694
長野県看護大学
Tel:0265-81-5100 Fax:0265-81-1256
Tomoyo Miyama
Nagano College of Nursing
1694 Akaho, Komagane, 399-4117 Japan
Tel:+81-265-81-5100 Fax:+81-265-81-1256
E-mail : tmiyama@nagano-nurs.ac.jp