

「農業で健康的生活をとり戻そう」(協同組合通信/元旦号) 17.1.1

平成 16 年は世界各地で異常気象が発生し、我が国では 2 年ぶりの猛暑となり、史上最多の台風上陸数と暴風による家屋やハウスの損壊と土砂災害が相次いだ。10 月 23 日には、阪神大震災級の新潟県中越地震により、農業被害はいずれも甚大で年越しとなった。第一次産業にとっては、まさに厄年であった。本年は、気分を一新し、これら被災地の復興と関連産業の復活を心から祈る。

さて、少子高齢化の傾向は一段と深刻さを増して来、ついに我が国の人口が減少に転じ、将来に陰を投げかけている。一人の女性が産む赤ちゃんの数も減少傾向が止まらない。近未来の労働力不足、年金・社会保険制度を支えるべき若者に空前絶後の経済的負担を強いる、無策の国家プログラムの欠陥が明らかにされてきた。さらに、経済のグローバル化によるビジネスのボーダレス化は一段と進展しており、事業の効率化や合理化の掛け声に、商品やサービスの価格は右肩下がりのデフレスパイラルで、終わりなき自由競争というデスマッチの様相が鮮明となっている。今は、じっと我慢で生残ることが大切な秋。このように、将来設計を描きづらい事業家をあざ笑うかのごとく、勝ち組、負け組などと、マスコミは他人事のように報道している。全ての業界で企業の峻烈な 2 極化が進行しているのだ。最早、国は国民に明確な未来の指標を示し得ないし、企業は生残りをかけ利益最優先で、従業員を終身雇用する昔日の余力はずではない。一人一人が、自分と家族の不確実な将来と健康を守ることが、成長の期待できない中、それぞれの状況・立場でまったなしで求められている。

ところで、人の身体は改めて言うまでもなく、日々食する食べ物と水からなっている。結局、頼りになるのは自分の健康のみであることが明らかとなり、テレビや週刊誌では、手を変え品を変えた健康問題や特集記事が花盛り。今や、健康はかつてないほどのブームとなり、サプリメントが必需品と理解され、クローズアップされてきた。それなのに、一向に健康な人が増えていないようだ。政府の主導する「健康 21」は成果なく前回より、数値がダウンしている。これは本当に重大事なのに、具体的な対策が見られない。戦後、多くの野菜の栄養価が激減していることに原因がある。鶏肉や牛肉の安全神話が揺らいできていることも大きい。つまりは、日常の食料が栄養価の乏しく、安心できないところに根本的な問題があると指摘できる。

実は、我が国の伝統食は、世界に類を見ない理想的健康食であったことが、アメリカが 6 年の歳月と莫大な国家予算を投じ、1977 年に上院特別委員会で報告した「マグガバンレポート」で明記されている。そのかけがえのない素晴らしい理想的な伝統食をわずかに戦後の 50 年でなくしてしまったのが、日本の食の実

態である。大戦後、経済の大発展があり急速に洋食や外食スタイルが普及した。若者の身長が高くなったことの引き換えに、肥満や生活習慣病に体力不足、疲れやすく、集中力のないすぐにきれる子供を大量に生み出す結果となっている。

戦前までの結核や赤痢などの病原菌による疾病から、病原菌によらない心臓病、高血圧、糖尿病などのライフスタイルや嗜好性の変容から来る病気の激増で、医療費負担は増すばかり。

これらの主な原因は、肉食に偏り日本古来の素晴らしい米麦を主食とした先人の智慧・伝統食を追いやった、戦後のインスタント食品のカロリーと白砂糖過多で低栄養素のアンバランス、料理の質の低下とカタカナメニューなど、日本人に不適合な食生活にある。今や、遠足や運動会などもコンビニ弁当の時代。親の子供への無償の心のこもったおにぎりなどの手弁当は少なくなった。その結果、家族のつながりや団欒はなく、いつしかご近所のお付き合いも失くしてしまった。子供の姿は親を見れば分ると、昔からの格言にある。今を正さない限り、高齢者の安心できる将来や地域の安寧もないのは当たり前のこと。全てを、保険や介護制度でまかなえないのは子供でも分っているから、将来への税金の投入や経済負担のシナリオは破綻を約束されている。政治に期待ができない世の中は、まがいものや反動分子の思う壺。

さて、このところ、農業や水産業における作物や漁業資源が再評価され、また新発見も相次いでいる。すなわち、健康に良い成分や生活習慣病に効果的な知見が多くの産官学の協同研究の事例や成果として、関連学会などで発表され、多くの新聞紙誌で報道されている。

我が国の国民を健康にする基は、農業と漁業にこそある。カロリー過多で、栄養のほとんどない、抗生物質付で生産されている家畜偏重の現代肉食スタイルから、米を主食とした、複合汚染のより少ない四海の豊穡な水産物へと大きく舵を切ることが喫緊の方策だろう。また、我が国は豊富な降水量の恩恵と温暖な気候風土の好条件に恵まれ、四季おりおりのさまざまな果物の宝庫でもある。もっと、足元を見なおし、産地の特産物を誇りとした新産業創出が可能である。健康で夢が叶うかもしれない社会であれば、フリーターでその日暮らしの安楽を貪ることの解消にもつながるだろう。

WTO、FTAの交渉結果が報道されてきた。一例として、リンゴを見てみると、形や美味さなど、津軽の百姓の努力の成果「ふじ」は、低所得のアジア諸国でも高級品で取引が定着し名を成している。良い物は高くても売れることがはっきりしてきた。後はお互いの外交努力と関税次第。このリンゴは、生活習慣病に効果的なポリフェノールなどを含む天与のフルーツだ。お茶のカテキンなどが、ガン等の予防にも効果的とされている。暮れから正月の料理に、鮭

や寒ブリはつきもの。EPA や DHA を多量に含み、血液をさらさらにする我が国の排他的経済水域産の漁業資源を再評価する時が来ている。このための条件は、土壌の健全性を維持し、より安全な肥料を使用した農業と薬付けの養殖からの脱皮と工夫であり、製販に亘る生産から消費の全過程における、透明なトレーサビリティの徹底と公正な情報公開と分かりやすい表示にかかっている。

これらの産地や水揚げ地及び関連業界は、健康に良い天然資源を使った、現代の食生活スタイルに相応しい料理のメニューを示して欲しい。日本人を本来の健康に戻し、新たな産業を立ち上げる原動力は、医療や製薬産業では不可能なことに、そろそろ気付いても良い頃だ。新年が、安全・安心な農作物や水産物が豊作・大漁で、健康ニッポンになるスタート地点に立ち、本気で取り組むことが叶うように祈りたい。

(気象情報システム株式会社 高 津 敏)