

時節に合わせた コラム”結の扉” の紹介です



ここでは、各月の季節感のある院長コラムアーカイブスを自ら選定してご紹介します。

過去6年間のコラム（約600編）とこれからの新しいコラムも季節に合わせてご紹介いたします。

気象の世界では、春は3・4・5月、夏は6・7・8月、秋は9・10・11月、冬は12・1・2月です。

それでは **9月の推奨コラム** をお楽しみください。

Vol.20	「強い雨・強い風」
Vol.25	「令和初の台風？」
Vol.45	「台風と温帯低気圧そして足助病院野球部」
Vol.46	「フラムドール」
Vol.124	「線状降水帯」
Vol.125	「スネークライン」
Vol.138	「熱と温」
Vol.226	「時報は”ら”」
Vol.544	「赤ひげ診療譚 足助病院編 太公望」

※コラム”結の扉”では職員・研修医・地域の方からのコラムを毎日更新しており、現在1,600編弱の物語を掲載しています。お時間のある時に足助病院への素敵な扉をお開きください。

次ページでは、日本農業新聞8月16日号12面に掲載された小林病院長の記事、CBニュースHP（8月18日）に掲載された小林病院長のインタビューを紹介しています。

酷暑 体調不良、回復に日数も

高温・渇水影響アンケート

日本農業新聞「農家の特報班」の高温・渇水関連のアンケートで、全回答者の6割に当たる64人が今年に入って農作業の途中や終了後、高温の影響で「体調不良になった」と答えた。農家は屋外での作業が多い一方、体調が回復するまで一定期間がかかるケースもあった。酷暑がいつまたに続く中、専門家は「ダメメジは蓄積する。十分な備えと適切な行動が重要」と指摘する。

熱中症遅れて認識

今年に入って「熱中 気付いた」（佐賀県40 症などの体調不良にな 代男性・野菜農家）と の声も届いた。

数は最多が「1日程度」の37人、「2、3日程度」が16人、「1週間程度」が2人、「1週間以上」が1人と回復まで日数がかかった人もいた。

具体的な症状として頭痛やめまい、倦怠（けんたい）感などが挙げた。「体調が悪

各種工夫も要警戒
高温下で体調を崩さない工夫を尋ねると、休憩や水分・塩分補給などに加え、ファン付き作業服の着用を挙げる人が目立った。ただ、体温以上の気温とな

では熱を持った風を体当てることになり「暑い環境下では効果

が少なくなる」との見解を示すメーカーもある。下に着る肌着を湿らせておき、水が蒸発する時に熱を奪う「気化熱」の作用で体を冷やす使い方もある。

調查概要

調査概要 アンケートは特報班のLINEで告知し、3日までの5日間、募集。無作為抽出の世論調査と異なり、多様な意見を聞くため調査した。40都道府県の112人が回答。うち専業・兼業農家、農業法人従業員は97人だった。

どう対策？ 農家の実践例

見守り重視 異変見逃さず

「その時は笑い話で済んだが、何事もなくて安心した」。神奈川県の30代男性果樹農家は、今年のある出来事をそう振り返る。

特に、休憩や農作業を終えた時などは声をかけ合うことが定着している。

畑で姿が見えず
駆け付けると…

この農家の圃地の周辺には別の人が手がける野菜畑も複数並ぶ。夏場はこの農家が駆け付けるとある日、畑で作業中だった一人の姿が見えなくなるがあった。「まさか倒れたのでは」と、この農家が駆け付けると

「じゃがんでいたんだね」
「最初は焦った」と苦笑するも「ちょっとでも異変があれば、すぐに対応することが大事と話す。家族内でも見守りを重視。一緒に作業をする70代代の母は、自分の視界が広がる場所、万が一の時も放り出されることなく、すぐに助けられる」と話す。

作業合間にプールで冷却

牛舎で2時間作業をしたら、家庭用プールで体を冷やす。北海道の30代男性畜産農家は、そんな工夫で高温下での体調管理に努める。

もともとは子どものた

め3層×2層の家庭用プールの購入、昨夏から自身の農作業の合間にも使

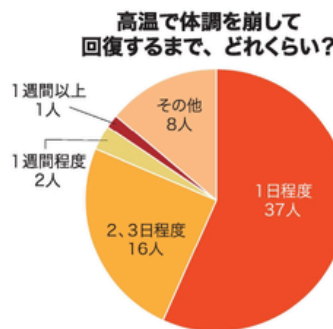
い始めた。

牛の体を冷やすため2時間置きに放水する。その都度、自分もプールで

体を冷やす。一家に帰ってクーラーに当たって、また牛舎に戻るより効率的」と実感する。

▼作業中に万が一の時でも対処できるよう、互いに居場所が分かる位置にいる農家(神奈川県内で)

▼北海道の男性畜産農家が、牛舎を出た後に入るという家庭用プール(投稿者提供)



高温下で体調を崩さないため、どんな工夫をしている？



兵庫県 50代男性 水稻農家

朝早くから作業にかかり、
昼休みを長く取る



宮崎県 60代女性 畜産農家

作業がつらくなったら
休憩を入れる



新潟県 40代男性 自営業

ファン付き作業服を着用。
体温超えの気温は
「災害」と考えて避難



岩手県 60代男性 兼業農家

休憩時、車のエンジンをかけて
エアコンを効かせて
身体を冷やしながら水分補給



兵庫県 50代男性 農業法人従業員

夜間、睡眠時に
エアコンをしっかりと活用



ＪＡ愛知厚生連 足助
小林真哉院
アンケート結果を専門
家はこうの評価するが。気
象予報士の資格も持つＪ
Ａ愛知厚生連・足助病院
の小林真哉院長に尋ね
た。「熱中症などの体調
不良になった」が６割を
占めたのは、「多いとい
う印象」と話す。
複数の回答者が挙げた
「車の中でクーラーに当
たる」という休憩方法
は、フロントガラスから

JA愛知厚生連・足助病院
小林真哉院長に聞く

備えを日常の習慣に

日差しが入ることもあるため「一定時間内であれば実践しても良い」と話す。夜、エアコンを効かせたまま就寝することでも「適温に設定すれば体調の維持につながる」との意見を示す。

小林院長は「作業環境や体調を整え、気象情報を的確に把握することの確保が重要」と指摘。

「どのような服装で臨み、体をどう冷やし、どこで休憩するかも定めておく必要がある」と話す。熱中症などに対するさまざまな備えを「日常の習慣」として定着させていくことが大事」と強調する。

**CBニュースホームページにて
病院広報アワード2025
ファイナリスト小林病院長の
インタビューが
掲載されています！**



**こちらをクリック！
(外部サイトに移動します)**

**[HTTPS://WWW.CBNEWS.JP/NEWS/
ENTRY/20250818090836](https://www.cbnews.jp/news/entry/20250818090836)**

