

生活習慣と郷土愛

近畿大学生物理工学部医用工学科
特任教授 伊藤 浩行

近畿大学医学部を定年により退職し、同生物理工学部に移籍した。本学部は和歌山県の北部、紀の川市で葛城連山の山腹にあり、紀の川兩岸に広がる市街を見渡すことができる素晴らしい環境にある。近くには国宝大塔を有する根来寺、また西国 33 か所霊場の 3 番霊場粉河寺がある。和歌山市は江戸時代には紀州徳川家の城下町として栄え、和歌山城には多くの資料が残されている。和歌山には数多くの名所旧跡があり、真言宗総本山高野山と熊野古道は世界遺産に登録された。その他、歌に詠まれる和歌の浦、滝で有名な那智大社、西国 33 か所のうち 1 番（青岸渡寺）、2 番（紀三井寺）3 番（粉河寺）の霊場、さらには勝浦・白浜をはじめとする多数の温泉など、枚挙に遑がない。沿岸には多数の漁港があり、また山にはみかん（紀州みかん）の花が咲く。



図1 粉河寺

表1 死亡率
(47 都道府県中ランキング)

	男性	女性
平均寿命	41	41
死亡率	4	3
癌死亡率	7	6
胃癌	5	1
大腸癌	23	5
肺癌	3	5
心疾患	12	6
糖尿病	39	9
COPD*	2	19
腎不全	10	24

平成22年国民健康栄養調査より

※慢性閉塞性肺疾患

近畿大学水産研究所では世界で初めてクロマグロの完全養殖に成功した。クジラで有名な太地町には「落合記念館」がある。

このように和歌山は自然に恵まれた「愛すべき郷土」であり、山海の幸が豊富でさぞかし「健康長寿の県」であろうと勝手に想像していたが、過日厚生労働省より発表された平成22年度国民健康栄養調査の結果を見て驚いた。何と和歌山県は平均寿命で全国47都道府県中男性・女性とも41位である！また死亡率は男性4位、女性3位である。その内訳を表1に示した。

○目次

巻頭言	P1
理事会報告	P3
お知らせ	P5

癌による死亡が多いことに驚かされる。男性では女性と同様に癌による死亡率が高いが、慢性閉塞性肺疾患（COPD）による死亡が多い。さらに結核患者数も全国3位である。心筋梗塞を含む心疾患による死亡も男性12位・女性6位である。同じように太平洋に面し、紀伊半島の東に位置する三重県では、平均寿命は男性20位、女性34位、また癌による死亡率は男性41位、女性44位である。

和歌山県におけるこのような状況をもたらす要因は何か？表2は和歌山県における生活習慣を長寿日本1の長野県と比較したものである。

和歌山県では野菜摂取量がきわめて少なく、喫煙者が多く、且つ運動不足が目立つ。別の統計によれば、和歌山県は牛肉摂取量が全国1である。当然肥満者の割合が長野県に比べ圧倒的に多いことになる。意外なことに食塩の摂取量は男女とも長野県が上位であった。数年前にケンブリッジ大学より発表された調査結果によると、健康に良い生活習慣として、禁煙・毎日野菜を摂る、適度の運動と適度の飲酒が挙げられた。こうすれば「14年長生き！」とのことである。長野県の長寿も「むべなる哉」である。

表2 生活習慣の比較
(47都道府県中ランキングいずれも多い方からの順位)

	和歌山県	長野県
肥満者	18	40
野菜摂取量	男性 37	1
	女性 46	1
食塩摂取量	男性 11	6
	女性 16	8
歩数	男性 44	19
	女性 40	11
喫煙	2	44
飲酒	24	19

平成22年国民健康栄養調査より



図2 根来寺

う結果も、また「むべなる哉」である。もちろん和歌山県のみの問題ではないことは言うまでもない。生活習慣の改善は「郷土愛」の実践に他ならないということもできる。

日常の生活において個人の生活習慣が社会に及ぼす影響を実感することは多くはないが、県あるいは市町村全体で考えると、とてつもなく大きな差となって現れる。そのための財政負担は莫大なものになり、ひいては個人の生活に影響を及ぼす。個人のレベルでも支出における医療費の割合では、和歌山県は第2位である。和歌山県民における「和歌山県に対する魅力」が30位、「郷土愛」が38位とい