

## 第3回うりずんフェスタ印象記



理事 玉城 研太郎



令和6年2月11日5年ぶりにうりずんフェスタが開催された。来場者数は2,741人と過去最高を更新し、朝10:00の開場から多くの県民の皆様にご参加頂き感無量であった。

2月11日天気は快晴。朝早くから医師会事務局の皆様をはじめ飲食ブースの皆様、関係団体の皆様が準備を始め午前10:00に5年ぶりの第3回うりずんフェスタが開会された。10:00より屋外特設ステージでオープニングセレモニーが開催され、沖縄県医師会安里哲好会長、沖縄県保健医療部の糸数公部長そして南風原町の赤嶺正之町長からご挨拶を頂いた。

続いて10:30よりうりずんフェスタのメインイベントの一つ、「健康長寿復活！高血圧を対策し、心も体も美しく！」と題し、県民健康フォーラムが開催された。まずは基調講演として、JA 静岡厚生連遠州病院副院長の高瀬浩之先生に「食塩と健康」というテーマでご講演をいただいた。今回のうりずんフェスタの大きなテーマが高血圧対策で、高血圧の大きな要因と

なっているのが塩分摂取量であり、高瀬先生から適正な食生活と適正な塩分摂取量についてお話頂いた。適正な塩分摂取量は1日当たり成人男性が7.5グラム未満、女性が6.5グラム未満で、一方高血圧治療中の患者さんでは6.0グラム未満が推奨されている。昔ながらの食生活と比べてインスタントラーメンなどでは多くの塩分が含まれており、今一度、食生活を見直すことが重要だご講義頂いた。高瀬先生の講演に引き続きトークセッションが行われた。登壇者は豪華絢爛で、タレントの田中律子さん、お笑いコンビエレキコミックのやついいちろうさん、そして沖縄県の糸数部長と当会安里会長にご登壇頂いた。冒頭糸数部長よりプレゼンが行われたが、糸数部長によると、新聞掲載の死亡広告の解析を行った結果、親よりも早く亡くなる割合が1985年では27.4%であった一方で2015年では54.8%まで上昇。働き盛り世代の死亡率が高くなっていることを示唆するデータで、この世代への介入が重要だとお話された。糸数部長のお

話を踏まえて田中律子さん、やついいちろうさん、安里会長とのトークでは、働き盛り世代の健康状況というシリアスな内容であるにも関わらず、終始和やかに、時には会場を笑いの渦に包みながら楽しくトークが繰り広げられた。安里会長より、65歳未満の働き盛り世代の死因1位が高血圧関連疾患であること、高血圧を放置せずに医療機関に繋げることの重要性をお話頂いた。また健康を突き詰めすぎると苦しくなっちゃうので、楽しく健康に取り組もう、とご自身のライフスタイルをご紹介しながら、美と健康について田中さんからのお話。また、やついさんはさすがのお笑い芸人。終始笑いを織り交ぜながら、ヘルスクエアとエンターテインメントの掛け算の可能性をお話頂いた。

さて今回のうりずんフェスタの目的の一つに「定期的な血圧測定の重要性、血圧が異常値を示した際の対応の啓発」があり、屋外会場に3か所、屋内2か所に血圧計を設置し、異常値を示す方に保健指導を行った。実際来場者のうち763人に血圧測定を行い、また血圧測定を行って頂いた方全員に「血圧手帳」をお渡しすることができた。763人の血圧測定者のうち、正常血圧の方が603人、I度高血圧が115人、II度高血圧が33人、そしてすぐに治療を始めないといけないIII度高血圧の方が12人もいた。特にこの12人の方々にはしっかりと保健指導を行い、医療機関受診勧奨を行うことができた。

今回のうりずんフェスタでは、各種団体による健康ブースも充実していた。沖縄県医師会による大腸がん検診啓発や健康教育副読本パネル展示、沖縄県歯科医師会によるお口の健康づくりコーナー、沖縄県薬剤師会によるお薬相談コーナー、沖縄県栄養士会による食育SATシステム体験、南風原町と国保連合会による保健指導コーナー、また名桜大学の皆様には体験型健康測定コーナーや体験型リズム体操のブースに加え、会場随所でイベントを盛り上げて頂いた。更に民間団体のブースも充実しており、ピンクリボン沖縄による乳がん検診啓発活動、NPO法人沖縄がん教育サポートセンターではがんのミニレクチャーが行われ、ヘルスハック

大学では健康復活×エンターテインメントのブースを設置していた。飲食店も大盛況で、丸大スーパーが販売していた、栄養バランスやカロリーを考えたスマートミール弁当もお昼12:00を待たずに完売。おしゃれなお店で多くの来場者が飲食を楽しんでいた。

特設ステージ、屋内ステージでは先述のシンポジウムの他にも様々なステージイベントが繰り広げられた。初の試みであったが、沖縄県行政が健康経営に積極的に取り組まれている企業を表彰する「がんじゅうさびら表彰式」がうりずんフェスタの特設会場で行われた。新生アクターズスクールのパフォーマンスショーとトークイベント、沖縄県立芸術大学の皆様による音楽コンサート、またばね人間さんのパフォーマンスには多くの子供たちが訪れ楽しんでいた。屋内ステージでは琉球料理传承人健康講話と、更に元プロ野球選手の大嶺祐太さんによる健康トークショーも行われ、楽しみながら健康について学んで頂いた。

さて今回のうりずんフェスタの参加人数は前回参加者を大きく超える2,741人の参加であった。年齢別で見ると10歳未満の子供たちの参加が最も多く、そしてその親世代の30歳代、40歳代の参加が続いて多かった。私共が当初よりターゲットとしてきた働き盛り世代の皆様にも多く参加頂け、ポピュレーションアプローチとしての健康介入としては大変良いイベントになったと考えている。来年の開催に関しては現在検討中であるが、沖縄県医師会が開催するうりずんフェスタをはじめとする様々なイベントが、沖縄県の健康長寿復活の一助になればと願うところである。



— 会場の様子 —

