

# 「高血圧」「喫煙の割合高」 不名誉返上に長崎県が本腰

石倉徹也 2022年5月10日 10時00分



長崎健康革命を発表する大石賢吾知事=2022年4月  
26日、長崎県庁

長崎県 民は、高血圧や喫煙者の割合が高く、患者数も多い。今こそ対策を——。そんな健康キャンペーンを県が始めた。健康で過ごすには運動やバランスのとれた食事は大切。掲げたキヤッチフレーズは「はじめる！ 長崎健康革命」。さて、みなさんは——。

大石賢吾知事が4月26日の記者会見で発表した。

医師でもある大石氏が課題に挙げたのが「高血圧」と「たばこ」だ。

都道府県ごとにみると、高血圧の人の割合は、長崎は男女とも全国ワースト9位（健診データ）。外来患者の割合もワースト2位で、高血圧がリスクの一つである 急性心筋梗塞（こうそく）の死亡率も男女ともワースト9、10位と高い。

[PR]

喫煙率はどうか。長崎の男性はワースト4位の35・3%（健康栄養調査）で、3人に1人が喫煙

者だ。男女合計の喫煙率は、全国平均はここ5～7年で減少しているのに、長崎は18・3%から20・9%と微増している状況だ。

喫煙で肺がダメージを受けて発症する慢性閉塞（へいそく）性肺疾患（COPD）については、長崎は外来患者の割合が全国で一番多い。男性の 肺がん 死亡率はワースト4位となっている。

そんな「不名誉」を返上しようと、県が掲げているのが次の四つの行動。①毎日10分の運動②毎日一皿の野菜の追加と減塩③禁煙④毎年1回の健康診断——だ。

習慣づけするため スマホ 専用アプリも開発中だ。たくさん歩いたり健診を受けたりするとポイントがたまり、抽選で景品が当たる。知事は「より長く健やかで楽しく生活していただきたい。私も頑張ります。一緒に長崎健康革命を始めましょう」と呼びかけている。