

# Dr. 中路の健やか通信 (其の18)

健やか協力隊長 中路



## 第18回 岩木健康増進プロジェクト

岩木健康増進プロジェクト（以下岩木プロジェクト）が始まった2005年、旧岩木町の皆さんを前に言いました。「今はまだ“いわき”というネームバリューは、リゾートで有名な福島県のいわき市に負けていますが、あと10年したら逆転させますよ！」と。笑われました。

弘前大学COIの中心活動が、岩木プロジェクトです。岩木プロジェクトとは、弘前市岩木地区（旧岩木町）で2005年から毎年5、6月の連続10日間に行われる大規模な健康調査です。現在16年目に入っています。一人当たりの調査項目数は世界一で2,000項目を超えます。そのため、調査にかかる時間も長く、平均5時間にも及びます。受診者は毎年約1,000名です。

プロジェクトは、最終目標を青森県の短命県返上に置いています。なかでも、生活習慣病と認知症の予防が中心となっており、そのため、網羅的な調査測定を行います。岩木プロジェクトには、県内外から毎年多くの見学者が来ます。その方たちが一様に驚くのは、岩木プロジェクトの規模の大きさです。ただ私が驚いて欲しいのは別の所にあります。それは岩木プロジェクトに産官学民が集結しているところです。健診を行う側は、企業100名、大学100名、学生50名、弘前市職員20名、弘前市民20名、健診センター職員20名で合計300名を超えます。しかも皆さん受診者にやさしく接して、笑い声が絶えません。普通の健診では見られない光景です。受診者を含めみんなで短命県返上に向かっていているからです。

岩木プロジェクトの注目点はそのビッグデータです。岩木ビッグデータは、AI（人工知能）を用いた多くの研究、企業の商品開発、地域・企業・学校での健康づくりや健康教育に役立ちます。世界に類のないまさに打ち出の小槌です。このようなことで、岩木のビッグデータに約30の企業が集結しています。また、弘前大学の全学部、医学部のほとんどの講座が参加し、これに、自治体や市民も加わったプラットフォーム（みんなが集まる場）になっています。また、学生の実習の場としても活用されています。学生にも広く社会に目を向けて欲しいからです。

去年と一昨年の岩木プロジェクトに沖縄県北部市町村から議員の皆さん、首長さんが見学にみえられました。沖縄県も今平均寿命ランキングが急落しているからです。その結果、名護市の名桜大学を中心に大規模な健診調査（やんばる健診）が始まりました。京都府立医大は長寿で有名な京丹後地方で高齢者の健康調査が始まっています。県立和歌山医大のかつらぎ町の健康調査も同様です。

このように、岩木プロジェクト、つまり青森県の短命県返上活動が今全国に広がりつつあります。ただし、今年の岩木プロジェクトはコロナで苦戦しました。結局延期されて、9月16日から9日間、規模をほぼ半分にして実施しました。悔しいですが仕方ありません。早くコロナ騒ぎが収まってほしい、心から願っています。

# 岩木健康増進プロジェクトの風景 (岩木文化センター“あそべる”にて)

