

2008年9月6日 国立おきなわ劇場

健康おきなわ 21 推進大会 笑って楽しく健康生活 実施レポート

■満員御礼の大盛況

2008年9月6日（土）。国立おきなわ劇場において「健康おきなわ 21 推進大会」が開催されました。本イベントは開催前からの評判も上々で、前日の予約状況ではほぼ満席の状態。大会当日も午後12時30分から整理券を配布したところ、1時間も前に並ばれるお客様もおられ、配布後ほぼ30分で当日分の整理券の配付が終了。約50名のキャンセル待ちがあり、1階、2階席をあわせて620名の会場は満員御礼の大盛況でした。

開場は午後1時30分、開演は午後2時5分。総合司会は琉球放送アナウンサーの比嘉俊次さん。6月のキックオフ大会に引き続いての登場です。

まず、主催者を代表して沖縄県福祉保健部の伊波輝美部長の挨拶にはじまり、舞台スクリーン上で「チャーガンじゅーサポーターズ」を紹介。続いて、沖縄県福祉保健部高江洲均統括官より、キックオフ大会の報告、応援団長（仲井眞知事）の紹介が行われました。



ロビー内に展示された健康情報のパネル



座席券を配付する受付スタッフのみなさん

■場所を選ばず実践できるエクササイズ

引き続き、ステージでは日本健康運動指導士沖縄県支部の皆様7名による、健康運動のデモンストレーションが行われました。観客の皆様も席に座ったままでできる運動を、指導士のガイドのもと、軽快なリズムにのせて実践していただきました。

エアロビクスやストレッチなど、さまざまな運動の要素を融合させたエクササイズは、ふだんの隙間時間に気軽に取り組めるようにプログラムされていて、職場や家庭でいつでもチャレンジできるのが最大のメリット。

当日は、時間の関係で一部だけが紹介された健康運動の完全版は、来年ビデオ映像として発表される予定です。

■二人のしえんしえーに爆笑の渦

軽い運動で身体がほぐれた後は、いよいよフリートークの時間。白いタオルのねじりはち巻き、釣り用のベスト、ダボダボの作業ズボンを履いた川満しえんしえーこと、川満聡さんが舞台の上手から登場。大きな拍手が鳴り止まぬうちに、今度は下手から、上から下まで川満しえんしえーとそっくりの衣装を着けたもう一人の「しえんしえー」、久高学先生が登場。二人のしえんしえーが舞台に立ち、「どっちが本当のしえんしえー？」と、漫才コンビさながらの軽妙なやりとりに、会場は早くも爆笑の渦に巻き込まれました。



健康運動指導士沖縄県支部のみなさん



座ったままでストレッチ



左が久高先生、右が川満しえんしえー

■崖っぷちからの生還、衝撃の体験談

同じ衣装では「まぎらわしいから」と、久高先生はふだんの白衣を着けて再登場。司会の比嘉さんを交えた3人のフリートークでは、メタボの診断の仕方、メタボ対策が話題になる中、川満しえんしえーの衝撃的な体験談に会場のお客様も真剣に耳を傾けておられました。

35歳で初めて受診した人間ドックの結果は、腎臓が悪化し血圧は240。そのままにしていたらもう後がないと医者に言われ、まさに崖っぷちに立たされた思いだったと振り返る川満しえんしえー。その日をさかいに、健康づくりに目覚め、食事療法や運動を心がけ、一時はマックスで86キロあった体重を2年間かけて65キロまでダイエット。危うかった数値も改善されて、今年になってようやく「生還できたね」と医者からもお墨付きをもらう。

健康であることの尊さを誰よりも強く自覚している今は、友人や知人達にむかって、人間ドックや健康診断は絶対に受けるべきと、健康づくりの大切さを訴えている川満しえんしえー。

川満しえんしえーの健康に対する熱い思い、自らの経験に裏打ちされた食事のバランスに関する話題は尽きることがなく、40分のトークタイムはあっという間に幕を閉じました。



3人が繰り広げる軽妙なトーク

■心に響く下地さんのライブ

10 分間の休憩をはさみ、イベントのラストを飾っていただいたのは下地勇さん。宮古島の方言で綴られた歌詞を、情感をこめて歌い上げる下地さん。歌詞の意味は分からなくても、魂に直接訴えかけてくる下地さんの大きな存在感が、温かく会場全体を包み込んでいました。最後の曲「ワイドー」は宮古島の方言で「がんばれ」を意味する歌。会場に詰めかけた健康づくりに取り組んでいる団体のみなさんや一人ひとりへの、熱いエールを力強く歌い上げてくださいました。

■いつまでも元気に！ 全員でシュプレヒコール

2 時間のイベントの締めくくりは、主催者、出演者、そしてご来場いただいた皆様全員によるシュプレヒコール。

「いちまでいん、ちゃーがんじゅうー」を 3 回、右手の拳を高々と掲げて、それぞれの健康づくりへの思いを込めて、力強くスローガンを斉唱しました。



熱唱する下地勇さん



健康への願いをこめて、全員でシュプレヒコール