穴水町役場と協力して取り組む「健康長寿のまちづくり」

宮本啓悟,^{*,a} 尾崎 環,^b 大西久美子,^c 竹端 裕,^d 殿田かをり,^e 原 将充^f

Promoting the “Revitalization of Healthy Life Expectancy” with the Town of Anamizu

Keigo Miyamoto,^{*,a} Tamaki Ozaki,^b Kumiko Onishi,^c Hiroshi Takehana,^d
Kaori Tonoda,^e and Masamitsu Hara^f^aAnamizu Branch, SAERA Pharmacy; 143-1 Kunogi ichi, Anamizu-machi, Housu-gun, Ishikawa 927-0053, Japan: ^bAnamizu AIN Pharmacy; 1-1 Kawajima-ta, Anamizu-machi, Housu-gun, Ishikawa 927-0027, Japan:^cAnamizu TAMPOPO Pharmacy; 38-1 Kawashima-re, Anamizu-machi, Housu-gun, Ishikawa 927-0027, Japan: ^dKAWAI Pharmacy; 7 Kawashima-I, Anamizu-machi, Housu-gun, Ishikawa 927-0027, Japan:^eAnamizu Branch, Pharmacy Matsumotokiyoshi; 30-1 Kawashima-re, Anamizu-machi, Housu-gun, Ishikawa 927-0027, Japan: and ^fAnamizu AOBA Pharmacy; 3-2 Kawashima-ro, Anamizu-machi, Housu-gun, Ishikawa 927-0027, Japan.

(Received August 6, 2018)

The town of Anamizu in Housu District, Ishikawa Prefecture, in the northern part of the Noto Peninsula, has 8600 residents of whom 45.4% are 65 years or older, making it a region with an aging population. A project was launched to “make Anamizu a town known for the good health and long life” of its citizens. The project involved, among other things, health classes run by health outreach workers. The local government of Anamizu enlisted the participation of local pharmacists, by requesting that the Anamizu group of the northern Noto chapter of the Ishikawa Prefecture Pharmacists Association (comprising seven pharmacies) conduct health classes. The pharmacies within the specified group collaborated to hold 17 classes in 17 areas within six months, starting from October 2016. They conducted the health classes and held periodic meetings to confirm class topics and to standardize the responses to questions from the participants. In all, 258 residents joined the health classes, and the Anamizu pharmacist group received requests to hold more classes in 2017, based on positive feedback. The strong relationship among the pharmacies in the Anamizu group was one factor in the success of this project, executed in cooperation with the Department of Health Promotion. The shared goals of the pharmacies while tackling various projects—for example, in running a booth representing the Anamizu group at health festivals—enhanced their collaborative activities. The Anamizu group plans to conduct various other community activities in the future to improve the QOL of local residents.

Key words—good health and long life; health class; health support pharmacy

1. はじめに

厚生労働省から発表された患者のための薬局ビジョンでは、地域包括ケアシステムの中で地域に暮らす患者本位のサービス提供が薬局に求められている。また平成28年4月1日より健康サポート薬局

がスタートし、地域住民による主体的な健康の維持・増進を積極的に支援することが期待されている。

2. 石川県鳳珠郡穴水町の現状

石川県鳳珠郡穴水町は能登半島北部に位置する町である。日本の高齢化率が27.3%¹⁾であるのに対して穴水町の高齢化率は45.8%²⁾ということから高齢化が進んだ地域であることが窺える。高齢化に伴いこれまで穴水町役場では「健康長寿のまちづくり事業」として様々な取り組みを行ってきた。取り組みの1つに健康づくり推進員を中心に地域活動の強化を図るとともに、手軽な健康法の普及・推進がある。健康づくり推進員は町内の各地区で1ヵ月に1–4回保健師を招いた健康教室や健康体操、レクリエーションを行ってきた。

^aサエラ薬局 (〒927-0053 石川県鳳珠郡穴水町此木壱 143-1), ^b穴水アイン薬局 (〒927-0027 石川県鳳珠郡穴水町字川島タ 1-1), ^c穴水たんぽぽ薬局 (〒927-0027 石川県鳳珠郡穴水町字川島レ 38-1), ^d河合薬局 (〒927-0027 石川県鳳珠郡穴水町字川島イ 7), ^e薬局マツモトキョシ穴水店 (〒927-0027 石川県鳳珠郡穴水町字川島レ 30-1), ^f穴水あおば薬局 (〒927-0027 石川県鳳珠郡穴水町字川島ろ 3-2)

*e-mail: k-miyamoto@saera-ph.co.jp

本総説は、日本薬学会第138年会シンポジウムS20で発表した内容を中心に記述したものである。

Fig. 1. There Is All of the Pharmacies in This Circle
The meeting places where the health classes are conducted.

3. 穴水町の保険薬局について

石川県鳳珠郡穴水町のすべての保険薬局は半径1 km 圏内に立地しており、石川県薬剤師会能登北部穴水班（以下、穴水班）に所属している（Fig. 1）。これまで穴水班として様々な取り組みを実施してきた。24 時間 365 日調剤に対応するための輪番体制の構築や介護支援専門員（ケアマネジャー）との連絡会の開催、健康フェアへの出展など、積極的な多職種連携や地域活動を行ってきた（Table 1）。

4. 役場と穴水班が協働で行った取り組み内容

穴水町健康推進課より健康づくり推進員が保健師を招いて実施している健康教室に穴水班の薬剤師も参加してほしいという依頼があり、健康教室を実施することになった。

講演内容は（1）薬の飲み方について、（2）薬を正しく飲む工夫、（3）残薬について、（4）ブラウンバックについて、（5）お薬手帳について、（6）かかりつけ薬剤師について、（7）在宅医療について の以上計 7 項目について講演した。実施期間は平成 28 年 10 月から平成 29 年 3 月までの約 6 ヶ月間で、穴水町内の各集会所で開催した（Fig. 2）。開催までの流れとして、まず穴水町内の各集会所から穴水町役場健康推進課に健康教室開催日程の連絡があり、穴水町健康推進課から穴水班にその情報が届

いた。穴水班内でどの薬局が健康教室を開催するか連絡会を開き決定し、保健師と薬剤師が集会所にて健康教室を実施した（Fig. 3）。健康教室開催後は再び連絡会を開催し参加者からの質問を収集して回答内容の統一を図った。

5. 結果

依頼された期間内に町内の 17 ヶ所の集会所で健康教室を開催した（Fig. 1）。すべての健康教室の参加者の総数は 258 名だった。健康教室に参加した方から様々な意見やたくさんの質問を頂いた（Table 2）。また住民の方や穴水町健康推進課より今後も薬剤師による健康教室を開催してほしいという依頼があった。

6. 考察

今回、健康推進課と協力して「健康長寿のまちづくり」を実施でき、講演内容は参加者から「また開催してほしい」「次はいつ開催するの？」というお

宮本啓悟

大阪府泉大津市出身。2008 年神戸薬科大学薬学部卒業後、同年（株）オーパス〔現：（株）サエラ〕入社。サエラ薬局黒部店、サエラ薬局春日井店勤務を経て、2012 年サエラ薬局穴水店の管理薬剤師に就任。現在に至る。地域から必要とされる薬局作りを日々目指している。

Table 1. List of Multi-occupation Collaboration and Regional Activities

Date	Name of workshop	Contents
Dec-14	1st Anamizu group Liaison Committee	Clarification of doubts and enquiries on infant prescription
Jan-15	2nd Anamizu group Liaison Committee	The pharmacy's role: Collate relevant points from multiple occupations
Jan-15	Meeting of medical and long-term care network	Current state of nursing care. Appeal about pharmacist pharmacist's business
Mar-15	3rd Anamizu group Liaison Committee	Presentation on diabetes
Mar-15	4th Anamizu group Liaison Committee	Study group on glaucoma
Mar-15	Ishikawa Medical Promotion Council・Community Medical Initiative Working Group	Workshop
Apr-14	5th Anamizu group Liaison Committee	Collaboration in dental pharmacy
Jun-15	6th Anamizu group Liaison Committee	Construction of a 24 h compatible dispensing system
Oct-15	Care Manager/Pharmacists Liaison Committee	Clarification of mutual doubts. A real-world example of guidance on in-home medical care management of pharmacies
Nov-15	Diabetes case study meeting	Workshop with multi-occupation participation
Jan-16	Ishikawa Prefecture Care Support Association: 3rd Workshop of Noto Northern Branch	Lecture on the theme of "Cooperation among pharmacists". Case presentation. Panel discussion and participation.
Mar-16	8th Anamizu group Liaison Committee	Collaboration meeting with future care managers regarding the hole counting system

Fig. 2. A Photograph from the Health Classes

言葉を頂き概ね好評であった。その要因の1つに、穴水班内の薬局同士のつながりの強さがあると考えられる。これまで、穴水班として健康フェスタへの出展など様々なことに取り組んでおり、同じ目標を共有することで薬局同士のつながりが強くなったと考える。また、今回健康教室を実施した結果、より多くの健康教室開催の依頼を頂いた。実際に平成29年6月から平成30年3月にかけて計20カ所で健康教室を開催した。穴水町内の各集会所は点在している (Fig. 1)。つまり町内に集落が点在しており、仮に

穴水班の各薬局内で健康教室を開催した場合、薬局から遠方の集落の住民は参加できなかったと思われる。各地区の集会所はその地区の住民の集まる場所として元々成立しており、住民にとって言えばホームグラウンドであり、自宅からの物理的・心理的に距離が近い。さらに参加者は顔見知りが多数のため気軽に質問し易い環境だったと思われる、好評につながったと思われる (Table 3)。

7. おわりに

穴水町のような限られた人的資源の中で地域住民の暮らしを支えるためには、医療・介護従事者などの専門職だけが地域を支える側に立つのではなく、より多くの地域住民の方にも支える側に立つことが求められる。そのためには支える側に立てるような知識を学べる機会が必要になる。穴水班の薬剤師が各地区の集会所で行う健康教室は住民にとってQOLの向上や薬の正しい知識を学べる絶好の機会である。健康教室で学んだ知識を他の住民のために活かせるような質の高い健康教室を実施し穴水町役場と一緒に「健康長寿のまちづくり」を目指していく。

謝辞 本活動に共同して取組んだ穴水町役場健康推進課の皆様並びに神戸女子大学 吉川様に深く

Fig. 3. Flowchart Representing the Process of the Health Classes

Table 2. Questions from Health Classes Participants and Responses Provided

Classification	Questions	Responses
Medication notebook	Do I need to bring my medication notebooks?	Yes, they are required.
	Should I carry my medicine notebook regularly?	For the sake of insurance in case of an emergency or disaster, it is better to carry it regularly.
Generic drugs	Do generic medicines truly have the same effect as the original product?	The effect is the same. They contain the same amount of the same ingredients. The melting speed is also the same. Additives are different. There are differences in ease of drinking because when the additives are different, the external preparation and the quantity of the internal medicine feel different.
	Can authorized generics be bought at any pharmacy on consultation?	Some pharmacies may have run out of stock, so please check if while consulting if they can provide you with the medicines.
Interaction	I am taking warfarin but can I eat natto?	It is better to avoid eating natto, but please consult your prescribing physician.
	I am taking supplements, so should I mention that at the pharmacy?	Yes, please do. Supplements and health foods may affect the medicines being taken.
Pharmacy services	What should I do if my medicine does not last until the next visit date?	Please check with the pharmacy. If the pharmacy has run out of stock, it implies their business is not grounded as a pharmacy. Medicines have to be held for several days in reserve.
	Can one know the expiry date of a medicine if one brings it to a pharmacy?	It is possible to infer that using the PTP. Please consult.
Remnant	If I have bought medicines from a hospital prescription, where do I return the residual medicine?	If you have bought it at the hospital, please consult with the hospital.
	A medicine may change after the testing, and hence, can I throw away the remaining medicine used before the examination?	Some medicines may show a change only after testing. Please bring the remaining medicine to the pharmacy as there may be drugs that could be reused.

Table 3. Comparing the Merit of the Venue

Health classroom at pharmacy	Health classroom at meeting place
Since the pharmacy is in one's neighborhood, one can learn from other users of the pharmacy.	Even residents who do not have their own means of transportation to pharmacies find it easy to participate.
One is allowed to use pharmacy goods/health equipment <i>etc.</i>	People who do not usually use pharmacies now come to know about pharmacies.
One can freely select the date and time of one's convenience.	Participants become familiar with each other and hence they can ask questions without hesitation.
The pharmacist is required to leave the pharmacy only for a short time during the class.	The meeting place is established as a point where residents gather and the threshold is low.

感謝申し上げます。

利益相反 開示すべき利益相反はない。

REFERENCES

- 1) Statistics Bureau, Ministry of Internal Affairs and Communications. "Current Population

Estimates as of October 1, 2016.”: <http://www.stat.go.jp/data/jinsui/2016np/index.html>, cited July 11, 2017.

- 2) Anamizu Town. “Anamizu Cho-sei Yo-ran.”: <http://www.town.anamizu.ishikawa.jp/data/open/cnt/3/276/1/choueiyouuran29.pdf>, cited July 11, 2017.