

第3回 日本セルフメディケーション学会開催

平成17年9月17・18日 東京・芝、共立薬科大学

セルフメディケーション推進協議会(SMAC)が主催する第3回日本セルフメディケーション学会(実行委員長村田正弘常任理事・明治薬科大学教授)が9月17、18両日、東京都港区芝公園の共立薬科大学において開催された。開催にあたって「セルフメディケーション推進学術フォーラム」から、今回学会として開催するに至った経緯について池田義雄会長はおおむね次のように述べられた。

「SMACの目的とするところは、わが国におけるセルフメディケーションの実践をより有効なものとするために、行政、業界、そして生活者に向けて具体的な施策の提言を行うことにありました。しかし、過去2回のフォーラムでは討論後に緊急な提言をまとめることができず、その理由として、わが国においてセルフメディケーションの方法論や有効性についての科学的な根拠が充分といえない実態があるという認識をもち



ました。

そこで、セルフメディケーションの実際についての医学や薬学、栄養、運動、休養、ストレス管理など、様々な分野における科学的な根拠を検討する場としての学会を先行させるべきと考えました。今後、実のある成果が達成されるよう期待いたします。」

講演2題、パネルディスカッション1題、一般演題は10題

名称変更の他に、今回は開催形式や内容にも変化があった。開催日を従来の11月末から、9月中旬に変更した。これは、11月が各種学会や年末という繁忙期を控えて集まりが難しいという意見を取り入れたもの。開催日は土曜か日曜かという論議の中で、土曜午後と日曜午前という変則的な2日間とし、現場勤務の会員や関係者が出席できるように便宜がはかられた。

当日は、特別講演と教育講演、パネルディスカッションの他に、ポスターによる一般講演10演題が加わった。ポスター提示としてこの他に、新聞社、行政、NPO法人の調査結果資料なども展示された。2日間を通じての正式参加者は71名、一般市民参加者18名、他に会場整理関係者をあわせると100名余が、聴講、討論に参加。とくに参加者全員が集めた共立薬大食堂での交流会ではワイン片手に討論、談笑で大いに盛

り上がった。

しかし、イベント内容の割に参加者の数は少ない。減少傾向に歯止めがかからない。今回は薬科大学や地元薬剤師会への配布ポスターは総計300枚を超している。HPでも内容は公開されている。会場の設定等が遅れた事情を考慮しても看過できない。学会として定着させるためには会員の増強と現場の実践者が参加しやすい状況をつくる努力が一層必要である。

村田正弘学会実行委員長

「学会が大過なく終了し、参加者にご協力賜った賛助会員の皆様に深謝いたします。内容として池田会長の主旨に半ば報いたと考えますが、参加者の増強、財政的基盤など次回開催者に協力して解決しなければならない課題を残しました。」

特別講演の部

癌だって セルフメディケーション

帯津良一氏は自らの人生経験による哲学的考察を踏まえ、生命現象と医療の関わりを説明された。素粒子、原子から宇宙、虚空につながる階層の世界において人間はほぼ中位として存在する。そして、現代医学と補完・代替



帯津三敬病院院長
帯津 良一 氏

医療を各々微分して再構築する統合医療Integrative Medicineを提唱されている根拠を提示された。これはホリスティック医学とも呼称されていて、実践の3則として、「力強く」「弱弱しく」「死をこえて」をあげられた。がんなどの病態においても、人が健康を目指すのは、「からだところちのち」すなわち、「身体性と精神性さらに霊性」が渾然一体となって、もう少し上を目指そうとする個人の気持ちを引き出すことにある。主として、からだ身体機能の障害の修復に力点をおく西洋医学に加えて、こころにもいのちにも注目する方法を駆使していくべきではないか。

生体はエネルギーを外部から食物と呼気として吸収する。その根源は太陽から生じ、植物によって転換されている。生体内では化学エネルギーが変換され、筋肉の運動、神経伝達などの生体の活性化が営まれて、エントロピーの減少として呼気、発汗、排尿、排便のような現象が現れる。東洋医学や代替医療は生命の躍動を目指して行われているものがある。これらヨーロッパやカナダ・中国など海外の動きを、交流訪問時のスライドを通じて解説、このような方法を実践することによって心理尺度の得点変化やNK細胞活性の変化が実証されていることが示された。

帯津氏は自ら主宰される帯津三敬病院での西洋医学の他漢方薬、民間薬、健康食品、気功、太極拳などを含めた実践例を紹介された。このような方法はセルフメディケーションの領域に重なり、各領域との融合、協力を目指すSMACとして、会員に有益な示唆となった。

教育講演の部

生活者の相談に対応するために 必要な薬の知識

江戸清人氏は現職は病院薬剤師であるが、セルフメディケーションを推進するにあたって基本的な薬の知識を概説して頂いた。江戸氏は地元福島県の薬剤師会等と連携して、小、中、高校生への薬の正しい使い方を直接指導し、いくつかのテキ



福島県立医科大学附属病院薬剤部長
江戸 清人 氏

スト、参考書も出版されている。薬局やドラッグストアの薬剤師にとって、薬についての基本知識は薬学教育において研鑽し、知っているのは当然である。さらに、教育研修や仲間同志の交流を通じて勉強する機会も少なくない。しかし、セルフメディケーションの支援は薬剤師だけでできるはずもなく、生活者から相談を受ける機会のある全ての支援者は、「正しい薬の知識」を知っていなければならないのだ。そして、薬剤師は生活者が知りたいことを把握し、知っていてもらわなければならないことを伝える責任がある。

医薬品適正使用のためには、弱年時から継続した「薬の正しい使い方」を教育する環境整備が必要なることを訴え、東京薬大、静岡県薬剤師会、さらにフランスでの取り組みなどが紹介された。福島においては、養護学校での経験から、学年に応じたテキストの必要性を認識し、幼児対象の「クスクスせんせい」の絵本製作の経緯なども話題に上った。

この講演では中学、高校生対象の上級用テキスト「新薬のできるまで(製薬協原図改編)が全員に配られた。「飲んだ薬の体内での変化」「薬の剤形」など、医薬品開発、薬物動態、製剤と特徴などの医薬品使用の際の基本事項が列記され、しかも中学レベル、言い換えれば全ての生活者が理解できるような平易なことばで記されている。そして、「薬を飲むときの約束」として7つのルール、まさに「服薬指導」が結びとなっている。これは薬に関するインフォームド・コンセントといってよい。生活者を支援するSMAC会員は薬について自分が知っているだけではなく、生活者にきちんと説明できる技能を学ばなければと痛感した。

セルフメディケーション - 職域別にみた考えと実践

自分の領域にこだわらないで、他の職域の応援が必要

第1日午後に行われた「パネルディスカッション - 職域別にみた考えと実践」は4年目を迎えたSMACとして活動を活性化させるための重要な課題と位置付けている。生活者を支援するため、職能、職域をつなぐ支援者の輪をつくるという標語はよいが、その実施は容易ではない。目標は一致していても、各職域で仕組みや考えに相違があって、そこがなかなか越えられない。医療においてチーム医療が言われたしたのもごく最近のことである。チーム医療は病院を中心にその周辺を固めればまず成功するであろうが、セルフメディケーションは地域といっても基盤は未整備の上、支援者の範囲はとてつもなく広い。今回出席頂いた方も全てではないし、同職種の中でも意見や進め方について相違がある。

それを承知で、他の職域の考えを聞いて、生活者を具体的に支援するにはどうすればよいかを考えるヒントにしたいと企画された。本来は生活者代表に参加してもらうべきかもしれない。しかし、生活者自体が千変万化する状況をふまえ、医療事情に詳しい田辺氏に司会をかねて代表して頂いた。医師の福田氏は医療絶対信奉者と医療嫌気者ともいうべき集団があると指摘した。そして、自分の職種だけで患者や生活者のアドバイスを行うことに限らず他の職種の紹介や応援によって、相談者により広い選択性



を与えられるのではないかと提言した。関口氏が"ドラッグストア"は地域の健康についての提案、セルフメディケーション推進の受け皿を目指す、と発言するとその活動や計画をぜひ発表してほしいとの声があがった。また、菅野氏や殖田氏が健康スポーツや栄養管理の立場での日常活動を披露され、医療関係者にとって新しい刺激となった。大嶋氏も薬科大学の教育を通じて、相談に応じられる薬剤師の養成の抱負を語った。教育の重要性はわかるが、少なくとも従来の日本においては職域別の必要専門教育は行われてきたが、健康維持またはセルフメディケーション支援を目標とした人材や環境整備はなかったことが改めてはっきりした。百年河清を待つよりも、職域相互乗入れ、イベント実践を通じてのコラボレーションの必要性を感じさせた討論だった。

一般演題は様々な問題を提起 将来は集約研究課題に

今回発表された一般演題は10本であった。薬局薬剤師のセルフメディケーションに関する具体的な生活者支援の方法などの実践報告から、ヒトゲノム解析を通じて未来のセルフメディケーション支援方法を示唆するテーマまで様々な問題が提起され、演者を囲む討論は盛況だった。将来、セルフメディケーションに関する研究討論の中心となることは確実であろう。

提案されている課題を集約し、より確実な分析と解決が実施できるようにしたい。



SMAC 類縁機関訪問

第1回 NPO法人日本健康運動指導士会

運動を通じた健康づくりの普及、運動指導者の知識や実践技能の向上を図ることを活動目的とする「NPO法人日本健康運動指導士会」の本部は、SMAC事務所と日比谷通りを挟んで約100メートルの至近距離にある。SMAC類縁機関紹介の第1回として、SMAC理事でもある同会の古屋敏雄氏をお訪ねした。

編集部：健康運動指導士とはどんな資格ですか。

古屋：昭和63年、当時の厚生省が将来成人病になる人が増加すると考えその予防のために、運動指導の専門家の養成を行うことを打ち出してできた資格で、「(財)健康・体力づくり事業財団」が資格認定を行っております。医師、保健師、栄養士、看護師、理学・作業療法士、体育・保健系大卒者あるいは5年以上運動指導に従事した人等が3週間の講習を受け、試験に合格した場合に与えられます。

編集部：(NPO)日本健康運動指導士会はどんな団体ですか。

古屋：当会は昭和63年末に設立され、平成12年にNPO法人として認可されました。現在45の都道府県に支部があります。この資格制度は厳しくて、5年ごとに更新が必要であり、その際規定の講習を受けるこ

とを義務付けられています。当会はその講習会の主要な部分を担当しています。健康運動指導士は全国で既に1万人強が養成され、その約6割が当会に加入しています。

編集部：具体的にはどのような活動を？

古屋：一口に運動指導といっても、個々人の年齢や身体の状態に合わせて、安全かつ効果的な運動を実施するためのプログラムを作成して指導するには、医学の基礎知識、運動生理学、栄養学などのかかなりハイレベルな知識が要求されますが、その内容は年々進歩していますし、運動指導の方法や機材も新しいものが開発されており、常に最新の知識や技術を学ぶことが必要です。当会ではそれをサポートするために、情報の収集と提供、講習会や研修会の実施、調査研究、出版物刊行等の事業を行っています。

編集部：SMACの目的と重なる部分がありますね。

古屋：自分の健康は自分で守ることを人々に提唱していく点では全く違いはありません。ただ、当会には全国ネットで実戦部隊を抱えているという強みがあります。是非手を携えて活動して行きたいものです。

編集部：ありがとうございました。

事務局便り

SMACには現在、通常総会・理事会・学会の他に、年間4回開催の「常任理事会」、同時開催の「ネットワーク委員会」、月例の「運営企画会議」、随時開催の「プロジェクト委員会」、「ネット担当者会議」等、数多くの会議体があり、西新橋のSMAC事務局には様々な組織を背景にした多数の専門家の方々が集まってこられます。寄贈依頼に応じて頂いた専門誌・専門紙も集まり始めており、事務局は徐々に「SMACサロン」となっています。

ネット担当者会議では、会員の皆様との間に双方向性を持ち、またSMACに関連する多様な専門家の方々にコミュニケーションの場を提供することを通して、より積極的にSMAC事業に参加して頂くよう、侃侃諤諤の議論を闘わせています。あわせてホームページへのアクセスを飛躍的に伸ばそうと努めています。皆様方からも建設的なご意見を寄せて頂くようお待ちしております。

発行：特定非営利活動法人(NPO法人)セルフメディケーション推進協議会

事務局：〒105-0003 東京都港区西新橋2-8-11 第7東洋海事ビル8階

(株)創新社内 Tel.03-5521-0890 Fax.03-5521-2883

<http://www.self-medication.ne.jp> E-mail:smac@self-medication.ne.jp