

特集

「第4回日本セルフメディケーション学会 ～ 国民の健康志向の高まりをサポートする～」開催報告

150名余りの参加者を得て盛会裡に終了

開催日：2006年10月21日(土)～22日(日)

会場：共立薬科大学・芝校舎

平成17年度・プロジェクト委員会活動報告 (概要)

セルフメディケーション推進協議会の主要な事業に、学会活動、セミナーと並んでプロジェクト委員会活動がある。この活動はセルフメディケーションにとってホットな問題を、各年度ごとに目標を定め、専門的見地から問題点を整理し、生活者又はその指導者のために報告・発表し、時には関係機関への提言書を草案することを目的とした委員会活動である。

今般、第4回セルフメディケーション学会で、各プロジェクト委員会の委員長より、平成17年度の活動の成果が報告されたので、以下、その概要を掲載する。

(1) 小・中・高校におけるセルフメディケーション教育の推進

セルフメディケーションの実現には、その基盤づくりとなる小学生時代からセルフメディケーションの必要性、また、中高校生の対象教育もレベルを合わせた繰り返し教育の重要性について、加藤哲太(東京薬科大学教授)が事例をあげて、次の事項について解説し、報告した。

・情報の収集活動：学校薬剤師会を中心にCD、パンフレット、などの教材の収集

・情報の発信：講演会、学会等における発表、教材の作成(クスクス先生)等

・教育の実施：「薬の正しい使い方」の授業の実践内容

・実施例1(斉藤百枝美・江戸清人：福島県内の小・中・高校生に対する「薬の正しい使い方」授業の進展と評価

・実施例2(加藤哲太：教員と学校薬剤師による授業(トライアングル授業の紹介)
教材：動画にパネルを加えた教材)



(2) 今後の活動予定：情報の収集・発信・実施についての教材の作成、SMACネットの活用、教材の貸し出し等の活動を図る。

(2) セルフメディケーションにおけるサプリメントの適正使用

プロジェクト活動は、堀美智子(医薬情報研究所(株)エス・アイ・シー)及び福生吉裕(博慈会老人研究所・所長)により調査研究され、学会では堀美智子氏がその成果として次の事項について報告した。

・「疾病ガイドライン」中に効果が期待できるとして記載されているサプリメント(糖尿病、認知症等の治療)について、ガイドライン中の記載内容、エビデンス等を調査し概要を報告。

・特定保健用食品について、用途別に、期待される作用と医療用医薬品との相互作用を関与成分ごとに、概要、作用と相互作用を調査・整理し概要を報告。

・サプリメントの情報源(関連サイト)で、公的機関、NPO法人、大学等の教育機関、医療機関、医療関係者が運営しているサイトで、有用と思われるものについて、運営/ホームページ、アドレス、内容・特徴を調査・整理し概要を報告。

(3) 医療担当者のための大衆薬の知識

医療担当者特に医師等はOTC薬についての正しい知識は持ち合わせていない。この現状を改善するため、OTC薬についての基本的知識を集約した資料を編纂するとして「平成17年度のプロジェクト活動」の主旨の重要性は認めるものの、現時点で、成果物を用意できたとしても、医療担当者、特に、医師がOTC薬に興味を示さない状況では有効利用され得ない。そこで初年度は、OTC薬に係わる総ての人が一堂に会しセルフメディケーション、OTC薬について議論し、共通認識を固めることが先ではないかとの提案が行われた。

(4) セルフメディケーションと運動

内臓脂肪の過剰な蓄積が原因といわれる「メタボリックシンドローム」は、不適切な生活習慣が大きく関与している。この対策は、主として食事療法と運動療法であり、いずれも自分で行うセルフメディケーションである。

平成17年度の本プロジェクト活動では、次の4委員が行った研究内容について和田委員長より報告された。

・和田高士(東京慈恵会医科大学新橋健診センター)は、毎日、1時間以上の早歩き(オッズ比0.74)、週1時間以上の運動(0.84)が発病予防に有効であることを明らかにした。

・中村葉二(臨床運動療法懇話会代表)は、「運動は健康に良い」でなく「健康に良い運動」をしましょうという提言を行った。

・古屋敏雄(NPO法人日本健康運動指導士会監事)は、関係者が身体活動・運動の必要性を強く認識すること。関係者が身体活動・運動に関する基礎知識を習得し、実践を体得して自分自身の健康作りを行い、その結果を踏まえてアドバイスを行うこと。アドバイザーとしての役割を果たすには、関係者に情報の提供、資料の配布、運動の実践体験等が必要であるとの提言を行った。

・菅野隆(有)健康創研代表取締役)は、生活に密着した運動の実践は、「メタボリックシンドローム」の予防のみならず、高齢者の介護にも不可欠であり、日常の中で運動をいかに取り込み、実践していくかが極めて重要であることを提言した。

(座長：中村 健 SMAC常任理事)

公開講座(特別講演1)

石田幸久 講師

((財)日本健康・栄養食品協会健康食品部長)

「サプリメントの正しい使い方」

わが国では、老若男女を問わず健やかで且つ健康的な生活を志向している現状を踏まえて、標記のテーマで((財)日本健康・栄養食品協会)の石田健康食品部長から特別講演を頂いた事は誠にタイムリーであった。

近時、健康食品の市場において「サプリメント」という言葉が頻繁に聞かれるが、その定義等について確立しないまま一人歩きしている現状に対し、いまだ確立はしていないがとの前置きがあり、「健康の維持増進等を期待し通常の食生活を補完するために摂取されるもの」と分かりやすい解説がなされた。続いてサプリメントの現状について、わが国の制度に基づく「保健機能食品(特定保健用食品、栄養機能食品)」、「特別用途食品(特定保健用食品を除き)」の他、「健康食品」、「健康補助食品」、「栄養補助食品」、「サプリメント」等の呼称で流通している旨の説明があった。また、「サプリメント」の役割に関し、「保健機能食品」に義務つけられている「食生活は、主食、菜食、副菜を基本に、食事のバランスを。」については、食生活の乱れを是正するための目的であれば理解できるとしながら、生活環境が多様化する中での食素材の安全性・有用性については若干の問題あるとの指摘があった。さらに「サプリメント」の正しい使い方については、国の制度による「特定保健用食品」であっても表示の内容に制限があり、消費者が自分に適した食品を選択するための十分な情報が入手できない現状にある事を理解する事が肝要であるとの指摘があった。その対応策として、多くの専門家や行政機関が示している一般的な「正しい使い方」について、具体性に欠けると同時に消費者に役立つ情報が少ないとして、的確なガイドの一助になる幾つかの対応策の考え方を具体的にスライドで紹介されたことは、今後の適切な「サプリメント」の選択時及び使用時に大変役立つものと思料する。

(座長：古田榮敬 SMAC理事)

公開講座（特別講演2）

池上幸江 講師
(大妻女子大学食物学科教授)

「食と健康 食物繊維を中心に」

池上幸江氏は国立健康・栄養研究所食品科学部長を経て現在は大妻女子大・家政学部教授で傍ら内閣府食品安全委員会専門委員など政府委員を務められ、専門は食物繊維の生理作用に関する研究である。

現在日本人の食生活でその摂取量の不足しているものに食物繊維、n-3脂肪酸、カルシウム、カリウムがあるが、中でも食物繊維の摂取量に最も問題があり、この摂取状態が栄養状態判断のパロメーターともなっている。博士ははじめに水溶性と不溶性食物繊維の定義、続いてその生理作用として血中コレステロール、血糖値、大腸機能の正常化の他、虫歯、胆石、大腸憩室症、大腸がん、肥満などの予防効果、さらに有害物質の排泄促進、大腸を介する免疫機能改善など多様な作用について詳述された。さらに大規模な疫学調査についても言及され、特に私共の関心の深い大腸がん発症率と食物繊維との関係は必ずしも明確ではなく否定的な研究もあるとのことであったが、この点については食物繊維の種類が多い事もあり、研究方法を含めて今後の課題であるという。食物繊維の食事による摂取量は目安量に比べ食の欧風化により男女とも若い人程低値となっているデータが示された。

講演の概要は以上のものであったが、食物繊維は生活習慣病の予防の観点からも重要な物質であり、特に若年者にとっては十分な摂取が望まれる。しかし、サプリメントなどによる安易な過剰摂取はミネラルの吸収を妨げたり、下痢を起こしたりするので注意が必要であろう。食物繊維に関する我々の知識は他の栄養素に比較し必ずしも明確でないので、博士の判りやすい解説は参加者にとって大へん勉強になったものと思う。

(座長：森 陽 SMAC学会担当理事)

公開講座（特別講演3）

工藤俊明 講師
(厚生労働省医薬食品局)

「医薬品販売制度改正について」

この特別講演は、医薬品の適切な選択及び適正な使用に資するために、本年6月に改正された薬事法（医薬品販売制度の改正）について、現在その制度の見直しに直接携わっている厚生労働省医薬食品局の工藤俊明氏から、「制度改正の背景・必要性及び制度見直しの概要」について、次の内容の講演が行われた。



1. リスクの程度に応じた情報提供と体制の整備について
リスクの程度に応じて3グループに分類し、図のような情報提供体制を整備した。

医薬品のリスク分類	質問が無くても行う情報提供	相談があった場合の応答	対応する専門家
第1類医薬品	義務	義務	薬剤師
第2類医薬品	努力義務		薬剤師又は
第3類医薬品	不要		登録販売者(注)

(注) 資質確認のための試験に合格し、登録を受けた者

2. 医薬品の販売に従事する専門家

一般用医薬品の販売を担うため薬剤師とは別の新たな専門家の仕組みを設けた。(都道府県による試験)

種類	専門家	販売可能な医薬品
薬局	薬剤師	全ての医薬品
店舗販売業	薬剤師又は	薬剤師：全ての一般用医薬品
配置販売業	登録販売者	登録販売者：第1類以外

3. 適切な情報提供及び相談対応のための環境整備

購入者の視点に立って、医薬品の適切な選択を行うことができるよう、医薬品販売に関わる環境を整備した。

(座長：中村健 SMAC常任理事)

「セルフメディケーション教育」

今回の学会では公開討論として薬科大学におけるセルフメディケーション教育をとりあげた。二つの大きな背景がある。ひとつは本年から薬科大学の薬剤師養成課程が6年制になったこと、もうひとつは創設5年になるSMACとしてセルフメディケーションを具体的に推進するにはしっかりした教育を受けた専門指導者の養成が必要と認識していることである。これは、現在日常業務、特に医薬品やサプリメントなど健康関連商品の販売に従事している業界や今後教育内容を充足させる責任がある大学関係者にも共通している課題である。

パネルディスカッションの開催に先立って、全国薬科大学の「セルフメディケーション教育」の実情と今後の方針を把握するため、アンケート調査を行った。夏季休暇の時期と重なったとはいえ、回収率は50%強で高いとはいえない。この結果については、未回答大学にさらに協力を依頼中でまとめたものを後刻報告する予定である。会場で示した中間報告はすでに薬事日報などで報道され、関心を呼んでいる。要約すれば、セルフメディケーションの必要性は認めており、そのためには学部教育においてOTCを中心とした教育・訓練が欠かせないことではほぼ一致している。そして、問題として指導者や具体的な方策が未整備という実情が浮かびあがっている。確かに薬学コアカリキュラムにも記載され、新しい薬剤師像にヘルスケアの指導、助言ができる医療人を想定しているものの、具体的な計画と実践までには程遠い印象である。

パネルディスカッションは大学、薬局、大衆薬工業協会、それに在学中の大学生による意見発表、ついで参加者を交えての討論で進められた。

早瀬 幸俊氏(北海道薬科大学)は現在大学で行っている「OTC販売等」を中心とする実習(5日間)状況を紹介された。北海道薬大は4年制大学時代から積極的に実務薬剤師養成を目

指して教育、特に実習を展開してきた大学である。氏が紹介した中で、現在OTC教育を実施している大学は全国で15校、必修科目としているのはわずか5校というデータがある。学生はロールプレイ、発表も含め、実習修了後は関心が高まり、満足していると話された。具体的な内容で、1日目にグループによる医薬品販売制度の調査や討論が組まれている。OTC薬の販売といっても、薬効や副作用の説明も重要だが、法制度の最新の知識を正確に知っていなければならない。簡単ではない問題である。

曾根 清和氏(上田薬剤師会)は現場の実態から薬科大学におけるセルフメディケーション推進に役立つための「情報」教育の必要性を強調された。氏の言われる情報は生活者から感謝される、すなわち役立つ情報で必然的に顧客の状態、希望を聞き出す手法、適切な情報を説明し、納得してもらう知識と技術が必要である。氏は病院勤務、初めての開局の経験を通じてほぼ独自にこれらを学ばれたという。言い換えれば旧4年制の薬科大学ではこれらの教育がほとんど欠如していたと指摘された。薬学コアカリキュラムによる薬局実務実習がこの欠陥を改める突破口になると強い意欲と期待を述べられた。

都合でご出席できなかった西沢 元仁氏に代わって室伏 義之氏(大衆薬工業協会)が、セルフメディケーション推進の柱ともなるOTC(大衆薬)製造の立場から意見を述べられた。その中で、新しい医薬品販売制度の中第一分類の医薬品が薬剤師による独占販売に



ることをあげ、薬学教育の中で一般用医薬品についても重点を置いてほしいと要望された。またその推進のためには、協会として資料の提供などの便宜をはかりたいと述べられた。

最後に熊懷茜氏(東京理科大学3年生)は自分が受けた大学での(病院)薬局実習体験を通じての感想と意見を話された。実習が薬剤師としての職能意識を自覚するのに非常に役立つと述べた上で、氏は特に学内のプレ実習が他の教科内容とやや違和感があること、また実際の薬局、ドラッグストアとも違う気がする鋭い指摘をされた。氏の受けている実習は4年制中であるが、今後6年制教育でこの問題をどう解決、適応していくか大学の姿勢が問われている。

討論に入り、各氏の紹介された実態についてさらに詳しい説明が求められたことが目立った。これは、「セ

ルフメディケーション教育」の重要性と必要性で一致しながら、職域や大学間で未だ不明な、またはあいまいなことが多いということである。誤解されると困るが、パネラーと参加者はこの問題に一番関心の高い、トップランナーなのである。会場からも現場は理想とあまりにも差が大きく、それが新しい教育の中で解消できるのか不安と焦燥の発言があった。事実、会場には来ていない、まだ他人事と思っている特に大学関係者の数を想像すると気が重くなる。実際に販売や調剤に関わっている実務現場、大衆薬の売り上げを通じてセルフメディケーションを真剣に推進しようとする企業は、具体的な教育・訓練の提言を積極的に行うべき時期に来ていると痛感した。

(座長：村田正弘 SMAC常任理事)

ポスター発表と 平成18年度SMAC賞

本年度の学会のポスター演題数が昨年度の9演題と比べ28演題と急増したことは喜ばしいことである。本年から優秀演題に対しSMAC賞が設けられた。質的にも高い演題が多かったが、選考はまず講演要旨から絞り込んだ後、当日の発表方法が判りやすく且つ今後のSMAC活動に寄与する研究であるとの観点から行われ、昭和大学と水野薬局の共同研究“一般用医薬品適正使用における薬剤師介入の必要性”が授賞した。本研究は市販かぜ薬を例に薬局で対面販売を受けた消費者から50～69歳の男女500名を対象に調査したものである。その結果、8割以上の薬剤師は消費者に対し症状については確認するが、禁忌、慎重投与を確認する割合は6割と低かった。事実、かぜ薬を服用した男



性250名のうち前立腺肥大症状を悪化させた例が6%もあり、そのうち尿閉経験者も見出された。



一般にわが国の市販かぜ薬は総合感冒薬であるので、数種類の成分が含まれている。薬剤師は喘息や過敏症状の発現、運転に対する注意などについて確認するだけでなく、例えば、水疱瘡やインフルエンザに感染している15歳未満の小児への解熱剤の服用禁止や抗ヒスタミン剤の緑内障、排尿障害のある患者に対する注意喚起などの確認も必要であろう。かぜ薬には漢方成分も含まれていることを考えると服薬指導はさらに慎重に行はなければならない。今回も漢方と一般医薬品との相互作用の発表が見られた。一般医薬品販売者責任を明確にするためのシールの添付など地区ぐるみの取り組みも報告された。来春4月からの医薬品販売制度の改正を目前にしてリスク分類2の医薬品についても更なる検討が求められるが、一方で一般用医薬品に対する開局薬剤師の現状調査の結果は極めて気になるところである。

(森 陽 SMAC学会担当理事)

次期年会長 ご挨拶

日本大学薬学部教授 安川 憲 (SMAC理事)

第5回学会は、2007年10月13、14日に日本大学薬学部で開催を予定しています。今回は、初めて東京以外で行う予定ですが、場所は千葉県船橋市で東京メトロ東西線から東葉高速線に乗り入れており大手町から約35分の所です。セルフメディケーションを推進するには、全国各地で開催していくことが大切だと考えています。

本年6月の薬事法改定により、薬剤師以外に医薬品を扱える登録販売者が新設され、連携が急務と考えて

います。さて、次会のシンポジウムには、地域薬剤師の理想像、高齢医療、生活習慣病等を考えています。一般演題も順調に伸びてきており、来年は更に増えることを期待しています。

第4回学会の折、池田会長のご挨拶にありましたが、推進協議会から分離独立して学会として歩き出さなくてはと何時も考えています。来年の学会を、この巢立ちの日にしたく誠心誠意努力致します。関係諸氏には、ご指導ご鞭撻の程よろしくお願い申し上げます。

事務局便り

第4回日本セルフメディケーション学会開催にあたり、開催場所である共立薬科大学の学生さんに受付のお手伝い等をして頂きました。現役の学生さんと接する機会など最近ほとんどないため少し不安を感じておりましたが、しっかりとしたチームワークで仕事をしてくれました。また将来、医療の道を進むことになる彼らは、本協議会の活動に大変興味を持っているらしく、事務局の日々の仕事など多くの質問を受けました。

この場をお借りして、あらためて感謝の気持ちと彼らの未来にエールを贈りたいと思います。

セルフメディケーションの主体は国民、生活者です。それを支援する環境を整え、専門職を含む相談者や、役に立つ情報、製品の提供者等を揃えることが重要とSMACは考えています。また、そうである以上、活動

は特定の業界、団体の利益や商品の販促を直接の目的にしない純粋な国民のための社会運動の実践であるべきだと考えています。このため、当協議会は主旨に賛同される個人や団体・企業の方々の篤志による運営を基本とするNPO法人として非営利活動を続けています。このたびSMACは、協議会主旨にご賛同頂き、また財政的支援のご意思をお持ちの方々からのご寄付を仰ぐための呼び掛けを、遅れ馳せながら開始いたしました。ホームページには、お願いの文書と共に、ご寄付申込書フォームなどを準備いたしております。

皆様方の広範なご協力を衷心よりお願い申し上げます。事務局の年内の業務は12月29日(金)とさせていただきます。年始は1月9日(火)からとなります。来年もよろしくお願い申し上げます。

セルフメディケーション推進協議会役員

会長 池田義雄*
副会長 上原 明*
副会長 松本南海雄*
副会長 鶴田康則*
副会長 中村丁次*
副会長 工藤義房*
理事 秋葉保次
理事 小田兵馬*
理事 榊橋節子*

理事 中村 健*
理事 村田正弘*
理事 安田俊道*
理事 石田幸久
理事 江戸清人
理事 海老原 格
理事 大嶋耐之
理事 加藤哲太
理事 上村直樹

理事 小林郁夫
理事 佐藤 聖
理事 福田千晶
理事 古田榮敬
理事 古屋敏雄
理事 堀 美智子
理事 安川 憲
理事 山田和彦
理事 福島紀子

理事 森 精志
理事 森 陽
理事 和田高士
理事 三角健二
理事 田島義久
理事 菅野 隆
理事 石田武彦
監事 桑江郁男
監事 三輪亮壽

* 印は常任理事

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