

薬局×健康経営

○堀場 亜佐子¹⁾、森 道成²⁾

1) オリーブ薬局おけはざま店、2) オリーブ薬局竹の山店

目的・背景

2013年に閣議決定された「日本再興戦略―戦略市場創造プラン」のテーマの一つである**国民の健康寿命延伸**において、**効果的な予防サービスや健康管理の充実により健やかに生活し、老いることができる社会**を生活像に掲げている。健康寿命延伸のため、医療機関や一般企業それぞれが果たすべき使命と目標到達に向けたロードマップが示されている。

薬局	健康サポート薬局	かかりつけ薬剤師・薬局の機能に加えて、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機能を備えた薬局
一般企業	健康経営企業	従業員の健康増進を重視し、健康管理を経営課題として捉え、その実践を図ることで従業員の健康の維持・増進と会社の生産性向上を目指す経営手法のこと

愛知県では2018年11月にポータルサイト「あいち健康経営ネット」にて、「愛知県健康経営推進企業」登録が始まった。現在登録は147件。

オリーブ薬局は2018年10月に健康経営担当を配置し、2019年3月、愛知県健康経営推進企業に登録された。

健康サポート薬局は地域住民の健康に、健康経営は働く世代の健康にと対象が異なることに着眼した。心とからだの健康を目指したプログラムを作成し、私たち自身が健康経営を実践することで、働きながら効果的な予防サービスや健康管理の充実を図り、さらに、その中で得た情報や知識を日々の業務に活かすことを目的とした。また、薬局が一般企業に対して健康情報や健康増進プログラムを発信していく場になる可能性についても考察したい。

方法

①愛知県健康経営推進企業登録をした。



Fig.1 愛知県健康経営推進企業認証マーク

②コミュニケーション活性化ツールの使用

目的を持った有意義な雑談を奨励することによりコミュニケーション活性化を図った。雑談のネタは、**9つのマス**が描かれた用紙に、過去・現在・未来・好きなモノ・嫌いなモノなど文字(単語)や絵などで自由に記載し、情報共有スペースに貼った。

③コミュニケーション機会の演出

これまででも不定期的に集まる機会はあったが、それ以外に**積極的に運動すること**を目的として、コミュニケーションを図る機会を設けた。

④心とからだの健康チェック～社内健康アワード～

従業員の健康チェックを実施。測定とアンケートで1人あたり所要時間10分程度。29人を1日で測定した。

結果

コミュニケーション活性化ツールの使用

従業員同士が興味あること、好きなこと、頑張りたいことなど知ることができた。

「ミミズ」という単語が話題になり、幼少期にミミズを集めて遊んでいたことから、店舗に時々出現する虫退治担当に任命。「**美大**」という単語では、薬学部でなければ美術系の大学に進学していたということがわかり、店舗のカフェード作成担当に任命、といったように得意な才能を活かすことにも役立った。

有意義な目的のある雑談は好きなことよりも、嫌いなことの共有の方が盛り上がった。

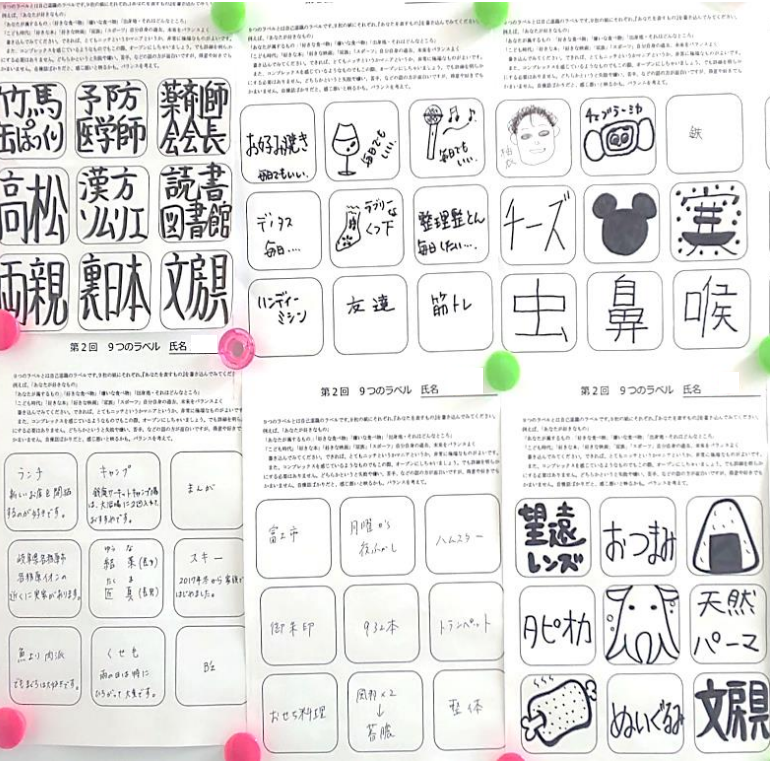


Fig.7 9つのマスを用いたコミュニケーション活性化ツール

コミュニケーション機会の演出



Fig.8 お花見散策@山崎川



Fig.9 チャリティマラソン@名城公園

考察

社内健康アワードを通した健康サポート体験

健康維持のためにどんなアドバイスが有効かを体感することで、より質の高い健康サポートの提供につながる事がわかった。

薬剤師に期待される健康サポートは測定の補助や単なる検査結果の評価でなく、その結果をどう評価し、日々の生活にどう活かし、どのように健康増進に寄与できるかをわかりやすく、実践しやすい形で提供できるかということがわかった。

薬局で健康経営

健康経営は企業が従業員の健康に配慮することによって、経営面においても大きな成果が期待できるとの基盤に立って、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することであった。当薬局では従業員の疾病等による長期離脱はなく、健康管理が充実していると思われる。今後も維持できるよう健康管理をさらに充実させていく。

健康経営により従業員の健康管理を行うことで、健康サポート薬局に必要な健康アドバイザーとしての従業員教育を、自身の健康状態と照らし合わせながら並行して行えることは、教育の時間・経験値・経済的効果など様々な観点から、薬局経営戦略として有効な手段だと思われる。

健康経営とは…

健康経営とは、「**企業が従業員の健康に配慮することによって、経営面においても大きな成果が期待できる**」との基盤に立って、**健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践すること**。従業員の健康管理・健康づくりの推進は、単に医療費という経費の節減のみならず、生産性の向上、従業員の創造性の向上、企業イメージの向上等の効果が得られ、かつ、企業におけるリスクマネジメントとしても重要である。従業員の健康管理者は経営者であり、その指導力の下、健康管理を組織戦略に則って展開することがこれからの企業経営にとってますます重要になっていくものと考えられている。



あいち健康経営ネット

<https://www.kenko-keiei.pref.aichi.jp/>



Table.1 測定項目

心	厚生労働省・心の耳によるアンケート実施	
からだ	体組成計を用いた測定	体重・BMI・体脂肪率・筋肉量・骨量・内臓脂肪・基礎代謝・体内年齢
	その他の測定項目	HbA1c・血圧・歩数計・2ステップテスト・立ち上がりテスト
朝食、外食、生活習慣や家族の健康に関するアンケート		

現在の体組成や運動機能は過去から今までの生活習慣が反映されているので、今後の生活習慣、食生活、運動についての評価を個々にフィードバックした。

社内健康アワードの参加において同意文書にて参加の承諾を得た。検体測定においては別に検体測定同意書を得た。



Fig.3 2ステップテスト



Fig.4 立ち上がりテスト



Fig.5 握力測定



Fig.6 朝ごはん見せてコンテスト

第2回オリーブ薬局大健康アワードを開催します。従業員の皆様の心とからだの健康増進のために企画しております。アンケートや測定で得られた結果等は本人のみに開示され、集められたデータ等は個人が特定できない形で公開となります。測定結果は個人情報と同様に保護されます。以上のことに同意し受検いたします。

年	月	日	氏名
1	年	月	約
2	年	月	約
3	年	月	約
4	年	月	約
5	年	月	約
6	年	月	約
7	年	月	約
8	年	月	約

測定結果			
身長	cm	内臓脂肪	標準値より何%高いか
年齢	歳	基礎代謝	標準値より何%高いか
血圧	/	体内年齢	
2ステップ合計	cm	HbA1c	
握力	kg	血糖値	
歩数	歩	歩数	10/14
BMI		歩数	10/15
体脂肪率	%	立ち上がりテスト	10 20 30 40
筋肉量	kg		
骨量	kg		

Fig.2 健康アワード参加同意と測定表

心とからだの健康チェック～社内健康アワード～

健康チェック項目を分類し、過去から現在まで、将来的な健康予測ができるようレーダーグラフで表した。

個人成績評価票で個々に生活、運動、食事についてフィードバックした。歩数を延ばすために家族と散歩に出かけたなど、家族の絆を深めることにも貢献した。社内健康アワードはこれまでに2回行ったが、2回目には1回目のフィードバックを活かした食生活改善や運動状況改善、健康維持のための自己投資開始などみられた。服薬指導の際に運動や食事の指導をするものの、自身の健康維持のために指導内容を自分で実践してみると天候の影響を受けたりなどで継続が難しかったりすることもわかり、できることや続けられることを考え提案できるようになった。

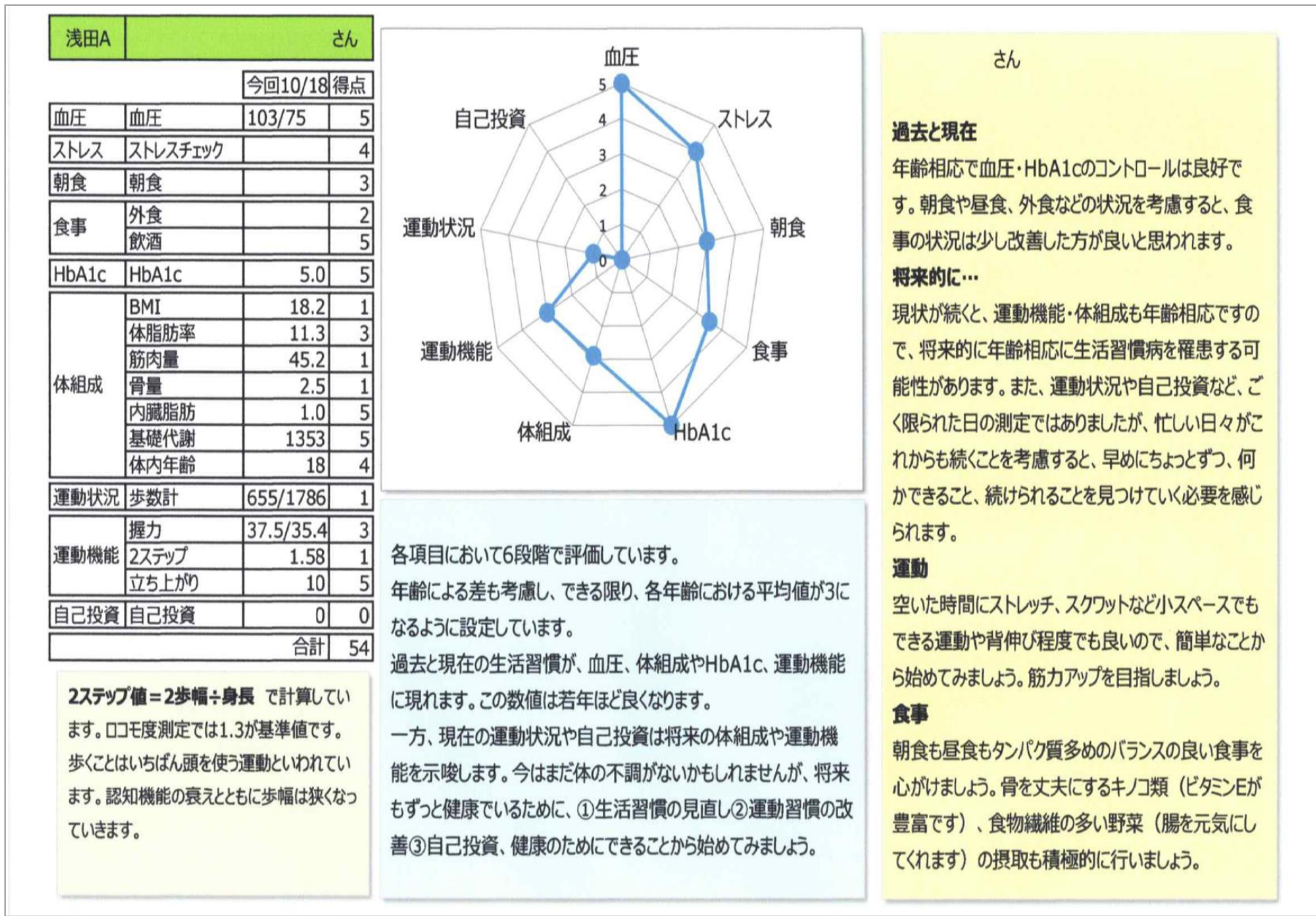


Fig.10 社内健康アワード個人成績評価票