

23PO-am359

薬剤師による健康チェックと健康相談会がもたらす健康支援効果 (IV) - 多摩六都科学館ボランティアスタッフを対象とした研究 -

○下川 健一¹, 矢野 礼美², 筋野 美穂², 廣澤 公太郎², 円入 智子^{1,3}, 渡邊 知里¹, 和田 侑子^{1,3}, 石井 文由¹ (¹明治薬大, ²多摩六都科学館, ³ウエルシア薬局)

【目的】我々は、健康サポート薬局が取り組むべき住民の健康サポート方法として、簡易健康チェックの結果を見ながらオーダーメイドの健康相談に応需し、生活習慣改善アドバイスを行うことによる健康効果を検証し、各検査値に対して有意な改善効果を得てきた。昨年には、多摩六都科学館（西東京市）の社員を対象とした研究において、一部の測定項目に有意な改善効果を得たことを報告した（138年会要旨集(4) p117 (2018)）。そこで本研究では、研究の対象を多摩六都科学館に登録しているボランティアスタッフにまで広げ、さらなる検証を行った。

【方法】被験者は多摩六都科学館ボランティアスタッフから募集し、研究への参加に同意を得た者とした。29名が参加を希望し、そのうちの17名（58～75歳、平均68歳）が12か月のモニター期間を終了した。被験者は健康チェック（身長、体重、ウエスト、体脂肪率、筋肉率、内臓脂肪指数、HbA1c、血中脂質濃度、骨密度YAM%）を受検し、生活習慣に関するアンケートに回答した。これらの測定結果および回答内容をふまえ、薬剤師が個別に相談応需して導き出した生活習慣改善プランを被験者が実施し、その実施状況を日記に記録した。3および6ヵ月後に上記と同様の健康チェックを受検した後、必要であれば改善プランの変更や追加を行った。本研究は本学の倫理審査委員会に承認を受けて実施した。

【結果・考察】初回測定会での測定結果より、いずれの測定項目においても境界域以上の割合は30%以上存在した。これらの該当者に適切なアドバイスをを行い生活習慣の改善を支援することにより各測定値の改善が見られ、特にBMI（26.0→25.2, n=17）、HbA1c（6.2→5.9, n=8）において有意な改善が見られた。薬剤師によるオーダーメイドの健康支援は、生活習慣改善に有効であると考えられた。