

第9回

健康寿命を
のばそう!
AWARD
優良賞

取組名

できることから始めよう！ 介護予防！！

受賞者

株式会社 小島薬局本店

所在地：静岡県沼津市西沢田 335-1
電話：055-926-8866
E-mail：s-ooishi@jazz.email.ne.jp
URL：https://kojimayakkyoku.com/

活動地域概要		一人暮らし高齢者等実態調査 / 令和1年9月時点			
活動範囲	複数の市町村にまたがる広域				
総人口	194,207人			一般世帯数	92,079世帯
75歳以上人口	60,573人	31.2%	総人口に占める割合	高齢者単身世帯数	6,869世帯 7.4%
65歳以上人口	31,498人	16.2%	総人口に占める割合	高齢夫婦世帯数	4,564世帯 4.9%
					一般世帯数に占める割合

薬を調剤する役割から個別の課題を早期に発見 薬局ならではの方法で取り組みを実施 地域包括支援センターと連携して、個別から地域の健康づくりへつなげる

取組・事業の背景、経緯

健康サポート薬局として地域貢献するために、自分たちができる得意分野を活かし更には地域住民に関心を高く持ってもらえることとして、薬剤師・管理栄養士等の活用とポールウォーキング講師と連携することで教育と実践ができると思った（当該薬局に在籍職員）。

特に高齢者の薬を扱う場として、認知症や残薬の問題・骨や関節の薬の調剤や管理を通じて、医療の有効性と疾病の重度化防止が自立した生活を送るうえで必要不可欠であり、それには疾病の早期発見と初期段階での関わりが必要であることから、活動に至った。

取組の概要と特徴

地域の健康薬局として、健康測定機材を活用し当該薬局が主催する体操教室や栄養教室・薬の教室などを定期的実施。また、健康フェアを年に1度開催し、自らの健康維持等について周知。更にはノルディックウォーキングを月2回継続的に行っている。また、地域包括支援センターと連携し、地域シニアクラブなどを中心に出張講座として体力測定を実施、そのデータを可視化し地域高齢者の身体状況の傾向を提示している。



取組・事業の成果

高齢者は実際に自身の体力等の見える化に対し興味・関心があり、実際に自身が服用している薬に関する話やアドバイスは特に関心を示し、アドバイスは日頃の服用に活かされている。

栄養講座は実際に実食をしたこともあり、特に女性はそのレシピを実践しやすく食事内容に関心を高めることができています。

定例的なポールウォーキングや体操教室は、リピーターが多く、その効果を実感できている様子である。