

薬局からの女性の健康支援
「健康サポート薬局」活動報告

ネオプラスファーマ株式会社
虹薬局南千里店
富永由美

大阪府吹田市の千里ニュータウンの中にあるネオプラスファーマ株式会社は3店舗全てが健康サポート薬局として、地域の皆さんの健康支援に取り組んでいます。

これまで、弊社が企画する健康セミナーは「認知症」「糖尿病」「骨粗鬆症」「ロコモ」など、どちらかというと高齢者を対象としたものでしたが、OATHASで女性の健康支援について学んだことや、薬局が支援すべき対象は全ての世代の地域住民であるということから、地域の若い女性の健康支援のためのセミナーを企画、開催しようと考えました。

第1回目は平成31年3月31日（日）に地域の女子中学生、女子高生及びその保護者を対象として、「女子中学生・高校生のための生理のギモン・悩み解決セミナー」を開催しました。

このセミナーに参加した薬学部の実務実習生からは「薬学部においても知らないことが多く大変勉強になった」「全く知る機会がなかった生理のメカニズムや鎮痛薬、ピルの使い方などを学ぶことができて良かった」と回答があり、薬学生への正しい知識を伝えることの重要性も考えられ、継続してセミナーを開催することにしました。

第2回は令和元年8月24日（土）「女子のお悩みお助け隊～その情報は薬局にあった～」をテーマとして3名の講師の先生に来ていただき開催しました。

東京から宮原富士子先生も参加いただき、「未来の日本のために、落とし穴に落ちない生き方をみんなで考えよう」と、思春期の生き方の基礎となる貴重なお話をしてくださいました。

淀川キリスト教病院産婦人科医の柴田綾子先生からは「生理にまつわるQ&A」として、生理のメカニズムや、生理痛の時の正しい鎮痛剤の使い方、ピルの使い方、産婦人科の活用方法などわかりやすく丁寧に教えていただきました。

管理栄養士であり中医師でもある瀧本靖子先生からは、月経血が少ない、月経が短い、冷えが気になり、疲れやすい人のための「ピーマンの肉詰め」などを試食しながら、毎日の食事の中に薬膳の考え方を取り入れる方法を教えて頂きました。

最後に、虹薬局は緊急避妊薬コンシェルジュ薬局であること、緊急避妊薬が必要になった時の対応の仕方についても話し、濃厚であつという間の2時間でした。

参加者からは、「具体的に教えて頂き良かった。なかなか相談できる場がないので大変参考になった」

「誤解していることが多くあり、正しい知識が学べて良かった」「生理痛の時、痛み止めを飲むタイミングを教えてもらい良かった」など、これまで学ぶ機会がなかったという意見が多くありました。

ターゲットとする若い女性の集客が難しいという課題は残りますが、今後も反省を重ね、女性の健康を支援する薬局としての活動を続けていきたいと思えます。「継続は力なり」