

## 愛知県における「街の保険薬局」を活用した加入者の健康支援と啓発事業の概要【申請書 添付資料】

2018年8月

豊島健康保険組合 イノアック健康保険組合 トーエネック健康保険組合  
中部日本放送健康保険組合 日本ユニシス健康保険組合 カゴメ健康保険組合

### 背景及び目的

健保組合が医療費を抑制する上で特に重要となるのは、前期高齢者、プレ前期高齢者及び50歳以上の服薬者への効果的な対策を講ずることである。街の保険薬局を活用することで、この層に対する効果的な指導と啓発を行い、もって加入者の健康状態の維持、疾病の発症や悪化の予防、医療費の抑制、事業の効率化を図る。

### 実施概要

#### 実施スキーム

#### 健保組合

(株)インテージテクノスフィア

Aさん

Bさん

Cさん



薬局A

薬局B

薬局C

薬事政策研究所  
Research Institute of Pharmaceutical Policies

1. 健保が委託先等と共に対象者を抽出・選定

3. マッチングされた薬局で、教育を受けた薬剤師が1対1の対面で1時間程度を個別指導

指導の様子



アウトプットは、対象者の行動変容。  
対面指導後、4か月間に3回の電話フォローで行動変容の定着確認

2. 委託先が対象者一人一人ごとに、地域の指導実施薬局をマッチング

#### 条件

- ・前期高齢者、プレ前期高齢者及び50歳以上の服薬者
- ・服薬の割に数値改善が遅い
- ・多剤投与、頻回受診
- ・後発医薬品に切り替えない
- ・OTC活用しない
- ・生活習慣の改善が必要

他

#### 対象者

450人程度

#### 指導内容

生活習慣指導 / 服薬適正化指導 / 医療費適正化指導

#### アウトプット

参加率、実施率、満足度、行動変容の定着度

#### アウトカム

健診数値の改善、医療費の抑制

## 特徴

### 薬局での保健指導のメリット

#### アクセス便利な「街中」

- ・会議室確保の不要
- ・17時以降、土曜日（一部日曜）も可能
- ・参加薬局増により利便性向上

#### 安心感、信頼関係による

#### 行動変容の促進

- ・普段から利用している薬局
- ・顔見知りの薬剤師

#### 継続的、自主的な指導

- ・指導終了以降も、薬局を気軽にかつ自主的に健康相談拠点として活用。結果、健康的な生活を送ることに繋がる可能性あり

### 薬局での保健指導の特徴

#### マンツーマンでサポート



マンツーマンで30分～1時間程度

#### 薬剤師との面談

- ・現状把握
- ・目標設定
- ・生活アドバイス
- ・服薬相談（お薬手帳）
- ・身体の状態に合わせた薬との付き合い方

#### 継続をサポート

計画に沿って、生活習慣を改善します  
薬剤師が定期的に電話であなたの目標継続をサポートします

#### ゴール 4か月後

各種数値の改善、目標達成を確認します



## 行動変容の例

	改善する行動	ヒント
A	食事に関する生活習慣を改善する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・甘いものや脂肪分の多いものを食べる量を減らす</li> <li>・塩分を減らす</li> <li>・栄養のバランスを改善する</li> <li>・アルコールを減らす</li> <li>・食べ方を改善する（不規則な食事時間、咀嚼回数、等）</li> </ul>
B	運動に関する生活習慣を改善する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ウォーキングやジョギング等の軽い運動を行う</li> <li>・日常生活の中で運動を取り入れる（車での移動を減らす等）</li> <li>・運動するようなモチベーションを高める（歩数計を持ち歩く、毎日体重計測する等）</li> <li>・テレビ視聴等の「動かない時間」を減らす</li> </ul>
C	睡眠に関する生活習慣を改善する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・規則正しい生活をおくる</li> <li>・昼寝を減らす</li> <li>・質の高い睡眠を得るために生活習慣を改善する（日中の活動の増大、飲酒の減少、等）</li> </ul>
D	その他の生活習慣を改善する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・タバコをやめる</li> </ul>
E	服薬に関する習慣を改善する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・服薬している薬それぞれの狙いや効能等を把握するよう、薬剤師と相談する</li> <li>・薬を飲み忘れないような工夫を、薬剤師と相談する</li> <li>・自分の判断で薬を飲んだり飲まなかったりせず、薬剤師と相談する</li> <li>・薬局を一つにまとめる</li> </ul>
F	医療費の使用に関する習慣を改善する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・できるだけ通常の診療時間等の範囲で診察や薬の受け取りを受ける</li> <li>・後発医薬品を服用する</li> <li>・残薬について薬剤師と相談する（今ある残薬をどうするか。また、今後、残薬が発生しないようにするために。）</li> <li>・症状によっては、市販薬を使えるか、薬剤師と相談する</li> </ul>