

## Ⅳ. 健康食品管理士になって

### 健康食品管理士になって

供田 将志

(ウエルシア薬局 株式会社 薬剤師登販教育部)

#### 1. はじめに

私は、岐阜薬科大学修士課程を卒業後、科目等履修生を経て薬剤師としてウエルシア薬局株式会社へ入社し6年間勤務しております。現在は社内制度を利用し、名古屋市立大学 薬学部 臨床薬学研究センターの鈴木匡教授の下で研究員として研究補助や学生教育の一端を担当する傍ら、薬剤師登販教育部として勉強会の開催や教育資料の作成、地域イベントの開催などの業務に従事しています。もちろん薬剤師の一人として現場に立つこともあります。どの業務も非常にやりがいを感じており、充実した毎日を過ごしております。

「健康食品管理士」という資格と出会ったのは私がまだ在学中の頃となります。当時、私が目指すべき薬剤師に近づくには、どういった進路を進むべきか、どういったことを学ぶべきであるかなどについて学生なりに模索している時期でありました。学内キャンパスで「健康食品管理士」試験の告知を見たとき、「これは自分に必要な資格になるに違いない」と感じたことを今も覚えています。

#### 2. がんとの出会いと資格取得のきっかけ

もう少しだけ自分語りをいたします。私は学部2年生の頃に胃がんを患いました。発症部位と若年発症の関係により全摘術を受けることとなりましたが、幸いにして早期発見という事もあり、転移や化学治療もなく治療が完了しました。「手術前に戻るのだ」という強い思いを持ち術後はすぐに復学しましたが、無理が祟り体調を崩す度に「元には戻れないという現実」を突きつけられ、絶望する日々を繰り返していました。そんな私

に、いつも丁寧に健康に関するアドバイスをくださっていたのがドラッグストアに勤務されていた薬剤師さんでした。薬剤師という業種がチーム医療として職能発揮を認められ、その一員となる教育に重きを置かれていた時代でしたので、「健康を支える医療従事者としての薬剤師」との出会いは人生の道標となりました。

そうして、私はほんやりと「病気を治す薬剤師」ではなく、「健康を守る薬剤師」を志すこととなり、そんな折に目にしたのが「健康食品管理士」の資格であったわけです。自分がいつまでも健康であるために、そして先の未来で同じように出会った人々の健康を守る薬剤師になれるように、そんな願いをもって本資格を取得するに至りました。

#### 3. 資格取得後の活用など

資格取得が自身の健康や生活の見直しや改善に役立ったのは言うまでもありませんが、その知識が有効に活用されたのは、やはりドラッグストアに就職してからであると感じています。当社は薬局併設型のドラッグストアとなりますので、薬剤師は調剤業務を主として行っているのですが、店頭での接客やカウンセリングも頻繁に行われています。

お客様や患者様は市販のOTC医薬品についてはもちろん、店頭で取り扱っている商品、健康食品やサプリメントだけでなく、世に出回っている数多くの商品やそこに含まれる成分について「自身の健康状態と合致しているのか」や「効果がある商品であるのか」といった、これまた多種多様なご相談を持ち掛けていらっしゃいます。お一人

お一人に合ったカウンセリングを行うためには健康食品への知識・関心が必要不可欠であり、本資格を取得する際に得た知識、そして定期的に開催される研修会、発行される会報誌で得た知識が役立つ瞬間であります

ここで私が薬局薬剤師として現場で業務にあっていた際、本資格が役立った例の一つを紹介させていただきます。私が出会ったその患者様は当時70代で糖尿病を患っている方でした。出会った当初は他科の処方箋をお持ちでしたが、糖尿病の治療についてお伺いすると「糖尿病が悪くならないように運動や食生活の改善に取り組んでいるにも関わらず、糖尿病の数値（HbA1c・食後血糖）が悪化してしまっている。生活を一から見直して欲しい」とご依頼を受け、生活指導を行うことになりました。数度の服薬指導とカウンセリングを実施する中で、目に留まったのが「併用している健康食品：オメガ3の粉」という記述でした。油分の粉体とはどういった製品であるのかが気になり尋ねたところ、「海外の友人から譲ってもらい、体にいいからと勧められ毎日数杯飲んでいる。甘くて美味しい」と聞き取ることができ、その製品を一度持ってきていただくことになりました。その製品の成分を分析にかけるまでもなく、その製品に貼り付けてあった成分表を翻訳した結果、その製品中の成分がほぼ全てが麦芽糖であり、魚粉が数%含まれている製品であると解り、この方には合わない商品であると考え、ご友人には無礼かと思いましたが摂取をやめていただいたところ、すぐに血糖値が安定し、数か月後にはHbA1cも改善されることとなりました。今回の例は基本的な商品知識（オメガ3がどのようなものか）、新しい製品や技術への関心（油分の粉体という性状への興味）、そして健康に対する情報リテラシーなどが本資格を通して養われていたからこそ、解決にたどり着くことができたと考えています。

現在行っている他の業務の中で本資格を活用している例としては、薬学生向けのドラッグストアでのカウンセリング演習内において（健康に関す

る悩みを抱えている様々なお客様に対して店頭物品を用いて改善を目指すという内容）、今後学生さん達がどの職種についても健康食品の知識を生かせるように簡単な講座を入れ込むようにしています。それ以外にも、地域活動の一環として名古屋市立大学と実施しておりますロコモティブシンドローム予防活動や、地域包括支援センターからご依頼いただく認知症予防カフェなどにおきましても、管理栄養士さんと共にサプリメントを用いた栄養補助の講座の開催した上で、参加者様に寄り添ったカウンセリングの実施など、日々の業務に活用できていると感じております。

#### 4. 今後の展望など

昨今は利用者が自身で有資格者と同様の情報を調べることができる時代になり、一般の方でも正しい情報を得て自身に合った健康法を見つけることができるようになりました。一方で、これまでも多く事例があったように情報を取捨選択できず、誤った方法で健康を求めてしまうような状況や、情報そのものを得ることも商品の選択もできないことで本来防ぎえた不健康が生まれてしまうような状況もあります。

健康食品管理士は有資格者として、溢れている情報を精査してお伝えすること、自身が信頼性のある情報を幅広く発信すること、また目の前にいらっしゃるお一人お一人に合わせたカウンセリングができる場を作り必要な情報を届けていくことで、国民全体を正しい健康へ導いていくことが、その使命として求められているのでしょうか。私がこれまで行ってきた活動としてカウンセリングの場を提供し、地域住民の健康守るという形では望まれている使命に多少なりとも応えることができていたのではないかと考えております。今後は教育部所属という自身の立場から、健康食品やサプリメントの利用や成分だけでなく、健康そのものについての教育を行い、情報発信を正しくできる人材育成をすることで、更に広く国民全体の健康を支えることができるように努めてまいらうと考

えております。

協会におかれましては支部主催研修会にて、多くの先生方からも大変興味深いご講演をいただき、いつも勉強させていただいております。全国の支部研修会がオンラインで受けられるようになり、勉強する機会が大変増えて嬉しく思っております。今度、全国の会員の皆様から寄せられる事例報告や活動報告などもお聞きできる場があると更に協会が盛り上がるのではないかと思います。

最後になりましたが、このようなご機会を頂きました、北市先生をはじめ、協会事務局や支部運営の皆様はこの場をお借りして御礼申し上げます。誠にありがとうございました。