

【抄録】 そうごう薬局 青葉町店 櫻井（第 47 回日薬学術大会）

\*演題分類番号

第一希望：11（セルフメディケーション）

第二希望：35（その他）

■抄録

○発表者・所属

発表者：櫻井 聡(1)、渡邊 寛也(2)、河口 亮太(3)

(1) 総合メディカル株式会社・そうごう薬局・青葉町店

(2) 総合メディカル株式会社・そうごう薬局・白石店

(3) 総合メディカル株式会社・そうごう薬局・渡瀬店

○演題名

ロコモティブシンドローム対策の認知度向上に薬局が取り組む意義について

○抄録本文

【目的】

健康日本 21 に掲げられ、メディアでも取り上げられるようになったロコモティブシンドローム（ロコモ）は、現在認知度を上昇させるために地域で様々な取り組みが行われている。しかし、ポスターや地域の保健所などでロコモを伝えるには対象者が限られるため、高齢の患者などへの認知度は十分ではない事が予想された。そこで今回、薬局でロコモに取り組む意義を検討した。

【方法】

①来局患者のロコモ認識調査

そうごう薬局近隣 11 店舗に来局する 50～79 歳の患者のうち、アンケートに協力いただいた 151 名を対象とし、ロコモという言葉に対する認知度、意味について認識を調査した。また現在の運動量と、ロコモの症状となる事柄について該当するものがあるか確認した。

②ロコモ啓発とロコモーショントレーニング（ロコトレ）指導

アンケートに協力いただいた患者に対し、パンフレット配布と共にロコトレの指導を行ない、2 ヶ月後に運動への意識の変化を調査した。

【結果】

①ロコモという言葉だけ知っている 33 名 (22%)、言葉も意味も知っている 20 名 (13%) であり、言葉の詳細を知っている患者は少なかった。特に高齢の患者の認知度は低い結果 (70 歳以上 9.6%、60 代 10%、50 代 33%) となった。

②ロコモ予防として推奨されている週 60 分以上の運動をしている患者は 60 名 (40%) であった。また、薬局内での個別のロコトレ指導により 2 か月後、23 名 (23%) の患者において何らかの運動を開始したことが確認された。

#### 【考察】

今回の調査で、高齢者が来局される薬局でもロコモ認知度は大変低い状況であり、情報提供と運動指導が広く行われる必要があることが示唆された。またロコモという言葉だけでなく、その意味と運動内容を理解できれば実践に繋がることを示されたため、薬局にて来局者個別に理解を深めるための働きかけは有用性があると考えられる。

#### 【キーワード】

ロコモティブシンドローム、介護予防活動、健康日本 21、ロコモーショントレーニング、要介護