

開催報告

支部事業 市民講座

● くすりと健康 2025 講演会（日本薬学会関東支部・市民講座）

日 時：2025 年 6 月 7 日（土）13：30～16：30
会 場：長井記念ホール（東京都渋谷区渋谷 2-12-15）＋オンライン（Zoom）
主 催：日本薬学会関東支部
企画委員長：榎木 裕紀（慶應義塾大学薬学部）

2025 年 6 月 7 日（土）、日本薬学会関東支部による市民講座「くすりと健康 2025」講演会が、長井記念ホールにて対面形式と配信のハイブリッドで開催され、2 名の著名な先生方にご講演を頂きました。今年度も多くの市民の方々にご参加いただき、盛況のうちに終了いたしました。

演題：「フレイル・サルコペニアを防ぐ：賢い薬の飲み方・減らし方」
講師： 秋下 雅弘 先生（東京都健康長寿医療センター 理事長）
座長： 日下部 吉男 委員



秋下雅弘先生からは、健康寿命の延伸を目指すうえで重要な概念である「フレイル」と「サルコペニア」についてご講演いただきました。フレイルとは、加齢により心身の予備能力が低下し、要介護状態に至る前段階の可逆的な状態を指します。特に筋肉量の減少は 40 代から進行し、50 代では多くの人がフレイルの兆候を有しながら対策を講じていないという実態が示されました。

フレイルの予防には「栄養」「運動」「社会参加」の三本柱が重要であり、例えばたんぱく質の摂取量（体重×1.2g/日）や 6000 歩/日の歩行、ボランティアや趣味活動などが紹介されました。講演では、「指輪っかテスト」など簡便なフレイル評価法の紹介や、身体機能低下と関連する多剤併用（ポリファーマシー）のリスク、薬剤起因性フレイルの具体例についても触れられました。特に高齢者においては、服薬によってふらつきや転倒、認知機能低下、食欲不振などを招く可能性があり、服薬内容の見直しが健康維持に直結することが強調されました。

「フレイルは戻れる状態である」との前向きなメッセージを通じて、薬と正しく付き合うことの意義が伝えられました。日常的な意識の変革によって、誰もが 80 歳を超えても元気に暮らせる社会を目指せることが印象的な講演となりました。



演題：「“人生の良きパートナー”といえる薬の設計」

講師： 並木 徳之 先生（帝京平成大学薬学部 教授）

座長： 富山 弘野 委員

並木徳之先生からは、「服薬アドヒアランス（治療への主体的な取り組み）」をキーワードに、患者の立場に立った製剤設計の重要性についてご講演いただきました。先生は、患者が苦痛なく薬を飲み続けられるようにとの想いから、口腔内崩壊錠（OD 錠）の開発に長年取り組まれてきた経験をもとに、薬の形状が治療効果に与える影響をわかりやすく解説されました。



OD 錠は、水なしでも容易に服用できる錠剤であり、特に高齢者や嚥下困難な患者にとって有用です。講演では、OD 錠の臨床的機能性として、「嚥下困難の救済」「飲水量の減少」「人目を気にせず服用できること」などが紹介され、これらが服薬アドヒアランスの向上に大きく貢献することが示されました。

また、過活動膀胱や排尿障害などデリケートな疾患における患者心理への配慮、血栓治療薬（DOAC）の OD 錠による服薬支援、災害時における OD 錠の有用性など、製剤設計が実臨床にどのように貢献しているかを豊富な事例とともに紹介されました。特に糖尿病患者における「スティグマ（偏見）への対処」として OD 錠が果たす役割など、薬が患者の生活や気持ちに寄り添う存在であるべきという視点が印象的でした。

「良薬は口に優し」との言葉のとおり、薬は治療のための道具であると同時に、人生に寄り添う“パートナー”であるべきというメッセージに、参加者からは深い共感が寄せられました。



会場では、活発な質疑応答が行われ、参加者からは「大変わかりやすく、今後の生活に活かしたい」「薬との向き合い方を見直すきっかけになった」との声が多く寄せられました。



最後になりましたが、本講演会の開催にあたりまして多大なるご尽力を頂きました講演者の先生方、またご多忙の中最後までご参加くださいました皆様に深く感謝申し上げます。

市民講座企画委員長 慶應義塾大学薬学部 榎木 裕紀



以上