

## 桜町調剤薬局

# 「新たな『薬局像』を追求」

## 管理栄養士のいる『健康サポート薬局』

桜町調剤薬局を運営する(有)マスト（北見市桜町5・阿部忍代表取締役）は2017年春に『健康サポート薬局』としての届出を行い、現在は単に薬を提供する役割にとどまらず、管理栄養士の資格を持つスタッフを中心に地域の方々の健康増進を目指して日々事業を展開する。阿部社長は「薬を必要としている人に限らず、自身の健康に関心を持っている人は少なからずいる。そんな人たちのために何ができるのか、栄養相談というツールを最大限に活用して地域の人々に寄り添っていきたい」と思いを寄せる。

## 「栄養に特化したスタイル」

桜町調剤薬局は『管理栄養士のいる薬局』だ。えっ？管理栄養士って何？と戸惑う方にお伝えしよう。管理栄養士とは読んで字のごとく栄養を管理する人。具体的には「病気を患っている方や高齢で食事がとりづらくなっている方、または健康な方一人ひとりに合わせて専門的な知識と技術を持って栄養指導や栄養管理を行うことができる人」。主に医療機関や福祉・介護施設、行政機関や学校などに勤務し、健康の保持・増進を担う栄養・食のスペシャリストとして活躍する職業だ。先のNHK連続テレビ小説『おむすび』が女優橋本環奈演じる主人公が管理栄養士を目指すストーリーだったこともあり、世間からの注目度も大いに高まっている。



と、ここまで説明すると「え？じゃあなんで管理栄養士が薬局にいるの？」そんな疑問が当然に湧いてく

るはずだ。薬局が栄養指導や栄養管理を行う場面などあまり聞いたことがないから、と。だが、阿部社長は『健康サポート薬局』としての在り方を模索する中で『この地域で栄養に関する相談ならこの薬局』という薬局の個性を作りたい。これからは地域の方々のニーズによって薬局は選ばれる時代に移行していくと思う』そのような考えのもと『食と健康をテーマとした新たなスタイル』を目指し、自ら大学院に通って食物栄養学を学び修士課程を修了。描いた理想に近づけるための基盤作りを進めていった。

「薬局に来る人のほとんどが既に何かしらの症状を訴えている。しかし、その前の対策から我々にできることがあるはず」病気になるようにするためには適切な食事の摂取が欠かせない。この薬局で食事も含めた栄養指導を行う仕組みを作りたい」そんな思いを胸に新たな薬局の力立ちを模索する阿部社長。だが、求める理想は描けるものので実践する手立てがなかなかイメージできない。自身は一企業の経営者として薬剤師。そこに栄養相談を受けるといふ新たな役割が加われば身体がいくつあっても足りないのではないか。他に誰かがいてくれれば…そんな大きな壁に直面していたその頃、奇跡とも云うべき出会いが突然にやって来る。

## 「奇跡の出会いが実現」

或る日、事務員募集に応募してきた女性の履歴書に目を通す阿部社長。そのとき、保有資格欄に『管理栄養士』の文字を見つけたのだ。えっ？どういうことだ？喉から手が出るほどに求めていた管理栄養士がなぜ事務員に応募を…ただ、見間違いでないかさぞうだ。とにかく、どうということなのかを確認しなければ、と即座にその女性に連



武藤菜央さん(左)と阿部社長

絡。聞くと、彼女は北見出身。東京都内の保育施設に勤務しているが、地元へのUターンを希望して職を探しているというのだ。善は急げ、とすぐさまアポを取り付け、その後面談が実現。双方の思いを確認し合い、やがて翌春の採用が決定した。

### 「栄養相談の使命を实践」

2023年4月入社。彼女の名は武藤菜央さん。北見柏陽高から新潟県立大学人間生活学部へと進み、四年間で栄養学のイロハを習得し難関国家資格である管理栄養士を取得した。「昔、クラシックバレエの先生から食事指導を受けたことがあった。もっと痩せなさい、炭水化物は一日50g以内ね」と。その結果、かなり痩せたけど踊れなくなった(笑)そんな壮絶秘話を披露し「その経験から、食事や栄養に関して正しい知識を身に付けなければ」と思い管理栄養士の道を志した。今があるのは当時の先生のおかげ」と鮮やかな才手を付けて志望のきっかけを語ってくれる武藤さん。見事なエピソードトークだ。

そんな武藤さんは今、桜町調剤薬局の栄養相談窓口を担当している。事務員に応募した筈が、まさかの管理栄養士としての任務を全うする日々。「嬉しさもあつたが不安が9割。何から手を付ければいいのかイメージがなかなか湧かない」と戸惑いを口にするが、与えられた使命を胸に相談者と真摯に向き合い、月に一度『さくら通信』を発行して食と健康に関する様々な情報を発信。この通信は管理栄養士ならではの、食事のレシピも紹介するなど内容盛りだくさん、これは必見だ。さらにHPやSNSで当

薬局では「管理栄養士」による栄養相談を行っています!!処方箋なしでもお薬を貰うついででも問題ありません。もちろん、当薬局を利用したことがない方でも受け付けています。お気軽にご相談を」と地域の方々に広く呼びかけ、阿部社長が描く「栄養に特化した健康サポート薬局」の使命をまさに実践している。

### 「地域に必要とされる存在」

ただ、やはり世間が抱く薬局へのイメージはまだ大きくは変わっていないのが現状だ。それでも「当薬局が目指すカタチを地道にコツコツと発信し、もっと地域の方々に必要とされる存在になりたい」と阿部社長自らが健康セミナーを開催し、ときに講演会の講師も務めて広く健康サポート薬局の存在と役割をPRする。武藤さんは「血糖値・血圧などの数値や健康診断の結果が気になるという方、離乳食を与えるのが初めてで不安だという方やダイエットに関心があるという方など。どんな些細なことでもお気軽にご相談を」とそう呼びかける。健康や栄養に関心のある方、ぜひ頼れる管理栄養士に一度悩みを打ち明けてみてはいかがだろうか。もちろん相談は無料。ちなみに、来店が難しいという方はメールでの相談も可能だ。詳しくは同薬局HPをご覧ください。

マチの薬局が目指す新たなスタイル。そんな『管理栄養士のいる桜町調剤薬局』から巻き起こるムーブメントを機に、この地域に新たな健康ブームが訪れる日もそう遠くはないのかもしれない。

**さくら通信 3月号**  
毎月、食と健康に関するお得な情報をお届けしています!  
毎月3〜7日、そして3月7日は魚の日です。  
3月号では魚の旬や栄養についてご紹介します。

**魚を食べよう!**  
魚の種類と旬  
魚は青魚(イワシ、サンマ、サバなど)と白身魚(サケ、タラ、カレイなど)に大別されます。皆さんはどの魚をよく食べますか?3月号の旬の魚は、サワラやワカサギ、タイなどです。\*1  
ぜひこの機会を捉えて、ショップにご来店ください!旬の魚を食べてください!

旬カレンダー	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
サワラ												
ワカサギ												
カワオ												
アジ												
イワシ												
サケ												
タラ												
アヒ												

**魚の栄養**  
●魚には身体に必要な栄養素が豊富に含まれている!  
魚には、体の材料となるたんぱく質、骨の健康に必要な不可欠なカルシウムやビタミンDが豊富に含まれています。また、血合いの身に含まれている鉄やタウリンが、貧血を予防します。  
●魚の種類によって豊富な栄養素が異なる!  
DHAやEPAが豊富な青魚、コラーゲンの豊富な白身魚をバランスよく食事に取り入れましょう!  
**DHA、EPAとは?**  
●青魚には不飽和脂肪酸のDHAやEPAが多く、動脈硬化予防に効果的!  
「血液サラサラのもと」とも呼ばれるDHAやEPAは、血液中の余分なコレステロールを減らし、血管をできにくくすることで動脈硬化を予防します!

**※摂取するときのポイント**  
DHAとEPAは酸化しやすいため、トマトと一緒に調理すると、抗酸化作用をもつビタミンCやリコピンが酸化を防いでくれます☆

〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1  
TEL: 03-5561-1111  
E-MAIL: sakuramachi@toa-pharm.co.jp