

セルフメディケーションとまちづくり：
民学連携プロジェクトの実践と効果検証

昭和薬科大学 教授

よしなが まり
吉永 真理

セルフメディケーションとまちづくり： 官民学連携プロジェクトの実践と効果検証

昭和薬科大学薬学部 吉永 真理

〒194-8543 町田市東玉川学園3-3165 TEL 042-721-1546)

要旨

東京近郊の再開発地域で、セルフメディケーション推進を新たな地域のテーマとして、場づくりを担う官民と、専門的な知と参画意欲を持つ人材を擁する大学が連携協働プロジェクトとしてアクション・リサーチを行った。お薬教室&薬剤師体験ワークショップ・プログラムの実践、子育て中の親の相談活動や繋がりづくりへのニーズ調査、異分野多世代の地域での協働を通じた薬学生の学び効果の検証を行った。小学生は薬物乱用の心理的背景や実験を通じた医薬品適正使用行動の理解を深めていた。子育て中の親はサポートが不足するとメンタルヘルスが悪くなる傾向にあり、付き合いはあっても肝心な時に頼れない関係性が育児ストレスに関わっている可能性が示唆された。薬学生がまちづくり活動に参加することで、情報入手、知り合いを増やす、今後の参加意欲は向上したが、達成感や自己有用感を高めるためには継続的な活動参画が必要であることがうかがえた。こうした成果は、今後の官民学によるセルフメディケーション推進と担い手作りの仕組み設計に資するものと考えられる。

1、調査研究目的

新しいまちをつくるときに、行政のみ、あるいは民間資本のみで行うのではなく、住民参加や住民協働、あるいは官産学など得意分野を活かした協働による進め方が選択されるようになって久しい。こうした方法が広まるきっかけは、1982年の世田谷区街づくり条例であるとされる(梅津、2015)。のちには2000年に国の法律である都市計画法の改正で住民参加が定められ、住民による提案制度が位置付けられた。

住民参加のまちづくりは、利害の衝突を多数決ではなく合意形成で乗り越えるために必要な仕組みとして広がっていった。実際には、合意形成は決して簡単なプロセスではなく、参加の場づくりを通して共助の理念を共有する時間のかかるプロセスとなっている。その具体的な方法論としてワークショップが活用されてきたが、これらは調査方法論の観点か

ら言うと、アクション・リサーチのくくりに入る（吉永、2017）。アクション・リサーチは、仮説や提案に基づく調査とそれを含むような活動を実践して評価を行い、その評価結果を参加者が共有し、問題点をあげて、さらに改善につなげるという一連のプロセスをもっている。

こうした調査研究活動の担い手として、教育・研究の拠点としての大学の教員、研究者や学生が活躍しており、各地で大学・地域の協働によるまちづくり活動が展開されている。大学・地域の協働プロジェクトでは、地域課題に根ざし、コミュニティの特徴や各大学の得意分野に基づくテーマを掲げることも多い。医療分野では、奈良県立医科大学が医学を基礎とするまちづくり（Medicine-Based Town）を2012年に開始し、超高齢社会に対応したまちづくりと専門知をいかした新製品開発や産業創生をめざす活動を行なっている（奈良県立医科大学、2016）。そこでは主に教職員が多分野と交流している。一方、医療系の学生のまちづくりに関わる活動については事例はあまり多くない。愛媛大学医学部では青空健康チェックなどの地域活動に実習カリキュラムとして学生が取り組んでいる様子が報告されている（<http://www.ehime-med.or.jp/news/2011/09/post-133.html>2018年4月26日アクセス）。大学とコミュニティの協働について事例を調べた中塚・小田切（2016）は「交流型」「価値発見型」「課題解決実践型」「知識共有型（協働型）」の4類型に整理し、「知識共有型（協働型）」がもっとも主体の専門性が高く、地域の当事者意識も高いとしている。学生が参加する「産学連携型」は主体の専門性は高いものの、地域の主体性には幅がある類型に位置付けられている。

本研究では、薬学生がまちに飛び出し、セルフメディケーションというキーワードで異分野の学生や市民、専門家と交流し、まちづくりについて考える活動をひとつの柱としている。これは、前述した中塚・小田切（2016）による「新しいタイプの連携」に位置付けられる。交流から価値発見を目指し、さらに課題解決やその方法論や成果を共有して地域に還元しようとしている点に特徴がある。

この研究で対象としたプロジェクトは、大学の近隣地域で進行中の南町田拠点創出まちづくりプロジェクト（町田市と東急電鉄が連携・協働して進めているプロジェクトで2019年度秋頃にまちびらき予定。以下「南町田プロジェクト」と略称）との協働で実施されたものである。具体的な内容としては、お薬教室、子育てカフェ（お薬相談と育児相談）、学生参画と異分野交流を実施し、地域住民の多世代を射程に入れたセルフメディケーション意識向上につながるプロジェクトをアクション・リサーチの方法論により実践し、効果検証を行なった。薬学分野ではあまり試みられてこなかったまちづくりとのコラボレーションを通して、セルフメディケーションを担う新しい人材育成やその仕組みづくりに貢献することを目指した。同時に、該当地域住民の健康や元気度のアップを担うモデル事業のあり方を示し、将来的に地域拠点で産官学が協働する活動を展開することを念頭に置いている。

2、調査研究方法

2-1 対象地域におけるお薬教室の実施と児童への効果の検証

小学校6年生に薬物乱用防止教室の授業でお薬教室および薬剤師体験ワークショップを行った。児童に自由記述の感想を書いてもらい、ワークショップでの学びについて検証した。

2-2 保護者のお薬、健康、育児に関する悩み、および薬剤師のアウトリーチ活動へのニーズ調査（ヒヤリングと質問紙）

本研究は、「セルフメディケーションとまちづくり」をキーワードに、前述したように、南町田プロジェクトとの協働で実施した。南町田プロジェクトでは、「鶴間公園のがっこう祭」という年度を通したワークショップ講座が実施されている。その集大成として11月4日には大きなイベントが開催された。場所は、全面的に改修予定で、まちのにぎわい拠点づくりの一環で構想され、住民参加でデザインや運営についても担われる可能性の高い鶴間公園である。イベント当日は公園内で多様な住民グループがあたらしいまち完成後にどのような活動や拠点運営が可能かを考え、「楽しみながらやってみる」スタンスで複数のワークショップが実施された。本研究では、「青空お薬教室」を開催し、子どもに実験を通して適切な医薬品しよを理解してもらう2-1のプログラムを屋外用にアレンジしたプログラムを行なった。

一方、参加した子どもの親には待ち時間にヒヤリングを行った。その際には、親子で参加する地域イベントでお薬相談や子育てにおいて悩みを共有できる仲間づくりのイメージを持ってもらうためにカフェ形式で行い、その方法論の検討も試みた。実践しながら問題点を共有し、結果は調査対象者にもフィードバックする、アクション・リサーチの方法論を用いた。なお、フィードバックの方法は、研究期間の終盤に行うシンポジウムのワークショップと、研究のプロセスをブックレットにまとめて配布する方法で行なった（別添資料・「セルフメディケーションとまちづくり」）。

その後、ヒヤリング結果を元に質問項目を構成し、小学校と保育園で質問紙調査を行い、保護者のお薬、健康、育児に関する悩み、および薬剤師のアウトリーチ活動へのニーズを把握した。

2-3 地域での異分野交流やまちづくり活動参画が学生に及ぼす効果の検証

活動を通して、異分野の専門家や同世代の学生との交流が、薬学生のコミュニティ・エンパワメント意識（吉永、2013）に与える影響について、複数の時点で測定を行い、意識醸成のプロセスを検証する。

3、調査研究成果

3-1 小学校におけるお薬教室ワークショップが児童に及ぼす影響について

本研究室で開発したお薬教室&見に薬剤師体験ワークショップ・プログラムは子ども達の医薬品適正使用についての意識を向上させ、薬剤師という専門職を身近に感じさせ、また将来の職業としての薬剤師を意識化させるという欲張りなプログラムになっている。5年間にわたり、世田谷区、町田市の小学校や地域で実践し、効果も確認してきた。今回は、「薬物乱用防止教室」のカリキュラムの枠内での実施であり、正課の授業で6年生の全児童への実施という初の試みであった。

当日の流れは表1に示した通りである。グループに分かれた児童はミニ薬剤師を想定して、使い捨ての白衣を配られて着衣した。薬物乱用防止についての概要説明を導入で行い、その後薬の適正使用について、説明と実験をもとに、時にクイズ形式で答えてもらいながら進行した(図1)。

児童の主な感想については表2にまとめた。全部で45分の時間枠の中で、薬物乱用防止、医薬品適正使用、薬剤師体験という3つの要素を盛り込むプログラムであるが、子ども達が3要素を的確に把握できていることを確認することができた。特に、薬物乱用防止については「だめ、ぜったい」に加えて、なぜ薬物に依存してしまうのか、という心理的側面についてわかりやすく説明し、悩んだり、不安が強くなった時に、身近な人に相談することの大切さについても一定の理解を得られたことがわかった。さらに、学生が模擬患者に扮した薬剤師体験では、用意したシナリオをしっかりと理解してのコミュニケーションを展開しており、終了後は「将来薬剤師になりたい」という希望を少し持ったという感想も聞かれた。学生側からは自分たちが学内実習で模擬患者と経験した服薬指導場面や5年生以上は薬局と病院での実務実習での患者対応場面を思い出しながら、小学生が回答しやすく、適正使用のポイントを理解しやすいような、「患者としての質問」をすることができていた。

3-2 保護者のお薬、健康、育児に関する悩み、および薬剤師のアウトリーチ活動へのニーズに関するヒヤリング調査と質問紙調査の結果

1) ヒヤリング調査

南町田プロジェクトの「鶴間公園のがっこう祭」(2018.11.4 実施)時に実施した「青空お薬教室」には約40人の子どもが参加した。その保護者20名を対象にヒヤリングを実施した。以下に主な3点の悩みと相談内容をまとめた。

①健康や医療のことに関する悩みや相談

肌が弱く保湿等のケアをいつまで続けるか、受診のタイミング、感染予防、発育などがあがった。医師に相談するほどではない、とか、病院にかかっていないときに感じる悩みや不安につ

いて相談のニーズがあることがわかった。

②薬についての悩みや相談と薬剤師への相談経験

薬を飲まない、OD錠はかまなくてもよいのか、ドライシロップは混ぜてよいのか、塗り薬の適量、飲み薬の試用期限、サプリを飲んでよいのか、大量の薬が出ることへの疑問、など薬について具体的な質問があった。薬剤師に相談した経験のある悩みは坐薬の使用法、薬効の持続時間、一日3回の容量用法であっても保育園に預けていて飲めない、など服薬指導の内容にそったものであることがわかった。生活の中で感じた薬の悩みについては薬局では相談できていないことが明らかになった。

③相談の場についてのニーズ

薬や健康についての相談ができるような子育てカフェやおくすり相談カフェについては、身近なところで開催されたいとぜひ行きたいという回答が多かった。子育て世代へのセルフメディケーションの推進とともに、つながりづくりや子育て支援を行なう上で、こうした場が有効である可能性が示された。

2) 質問紙調査

南町田プロジェクトの対象地域内に位置する、小学校1校、保育園2園にて質問紙調査を行った。小学校では2-1の薬物乱用防止教室実施学年の全保護者84名、保育園は全保護者各110名(H保育園)、60名(R保育園)に質問紙を配布し、回収できたのは小学校42、H保育園42、R保育園30であった。

①子どものくすりに関する悩み・不安の相談先

小学生以上の子どもがいる家庭と未就学児のみの家庭で比較したところ、医師に相談する機会も薬剤師に相談する機会も、未就学児のみの家庭で多くなった(図2、図3)。

②子育て中の健康や薬についての相談の場へのニーズ

未就学児のいる家庭では過半数が相談の場が欲しいと答えていた(図4)

③子育て仲間の現状

子ども同士を遊ばせるような付き合いのある家族が近所にいる人は過半数を超えていた。特に小学生以上の子どもがいる家庭では65%近くに達した(図5)。しかし、具合が悪いときや急な外出時に子どもを預かってくれる人が近所にいるか、尋ねたところ、その割合はずっと低くなり、特に未就学児では3割に満たなかった(図6)。

④子育てにおけるサポートの現状とメンタルヘルス

図6で示した緊急時の預け先のありなしで、WHO-5で測定したメンタルヘルスの状態について平均値の差の検定を行ったところ、預け先のない人の方が得点が有意に高くなった(図7)。さらに、子育てサポートのありなしで、WHO-5の得点の比較をしたところ、サポートがある方がメンタルヘルスの状態が有意に良好であることがわかった(表3)。

3-3 地域での異分野交流やまちづくり活動参画が学生に及ぼす効果

図8には学生が活動に参画している様子を示した。まちづくりを学ぶ他大学の学生や教員とワークショップをしたり、自分たちで企画したお薬教室や相談ができるカフェを運営したり、さらにそうした活動の様子をプレゼンテーションしたりした。

こうした活動を通して、最初の時点(時点1)、1月の横浜市立大学の大学地域連携拠点を訪問してのワークショップの時点(時点2)、そして最後のまとめのシンポジウム後(時点3)の3点でコミュニティ・エンパワメント意識を測定した。通して参加できた学生は少数だったため、時点3の結果を表4にまとめた。人数が少ないので、厳密な比較はできないが、複数回の参加で意識が向上する項目と、少ない参加ではなかなか向上しない項目がある可能性が示された。

4、考察

本研究ではセルフメディケーションというキーワードで、大学(学)、自治体(官)、企業や市民(民)が協働してまちづくりを実践する可能性について、子ども・子育てに関わる視点から検討した。

第一には子どもを対象にした活動で、健康、特に医薬品仕様に関わる行動についての意識にアプローチできるかという問題に取り組んだ。近隣の小学校や官民が協働する地域のコミュニティづくり活動の場で、お薬教室と薬剤師体験を組み合わせたプログラムを実践した。子どもたちの感想からは、参加型の実験プログラムが学びを深めていることを確認できた。

第二には子育て中のお薬の悩みや健康の相談についてのニーズの実態である。子どもが小さいほど薬や健康についての悩みは多く、医師や薬剤師への相談経験も高かった。しかし、気軽な相談場所は必ずしも十分ではないことも把握できた。身近なソーシャル・サポートが産後うつ予防には不可欠であることは知られているが、日常的な不安感にもサポートがあることはポジティブな効果がある。今回の調査でも、サポートがあるほど、メンタルヘルスが良好な実態が示された。子ども同士をあそばせるような関係はあっても、どうしても困った時に子どもを預ける先は必ずしもないという現状も明らかになった。隣近所の間関係は希薄化していると言われるが、ちょっと預けられる人がいるかいないかでは、心の負担が違ってくことは推察できる。今回の調査を通して、そうした預け先がある人とない人では、メンタルヘルスの状態に有意な差があることも示されており、地域のつながりづくりにもう一工夫必要な実態が明らかになった。こうした観点を参考にしながら、具体的な支援活動や拠点づくりに取り組んでいく必要がある。

第三には、学生に見られた変化である。子どもや若者がコミュニティの活動に計画段階から参加する参画の体験を得ることは、その自己効力感やコミュニティ・エンパワメント意識を向上させることは知られている(吉永, 2013; Yoshinaga et al., 2014)。今回は対象者数が少なく、統計学的な検討はできないが、「情報を得る」や「知り合うことができる」や今後の参画意欲には、

ポジティブな影響があることがうかがえた。しかし、自己有用感や達成感を得るまでには至らず、活動の継続や関わり方の検討も必要である。

5、まとめ

薬物乱用防止教室のカリキュラムで、実験と薬剤師体験を組み合わせたお薬教室ワークショップ・プログラムの実践により、小学生は薬物乱用の心理的背景や医薬品適正使用行動の理解を深めていた。子育て中の親はサポートが不足するとメンタルヘルスが悪くなる傾向にあり、肝心な時に頼れる繋がりづくりに、セルフメディケーションを推進する薬剤師のアウトリーチ活動が貢献する可能性が示された。薬学生がまちづくり活動に参加することで、コミュニティ・エンパワメント意識が向上することが示された。官民学によるセルフメディケーションをキーワードとするまちづくり活動は、子ども、子育て家庭、学生に一定の効果があることが明らかになった。

6、調査研究発表(口頭又は誌上発表)

口頭発表

- ①木戸由美子、吉永真理 セルフメディケーションとまちづくり こども環境学会大会、埼玉、2018/5/20
- ②吉永真理、飯塚祐介 薬学生、まちに出る 第21回日本コミュニティ心理学会、東京、2018/7

7、引用文献

- 梅津政之輔(2015) 暮らしがあるからまちなのだ!太子堂・住民参加のまちづくり、学芸出版社
- 吉永真理(2017) アクション・リサーチ、臨床心理学 17(4): 552-553
- 奈良県立医科大学(2016) MBT(医学を基礎とするまちづくり)の状況、<http://www.naramed-u.ac.jp/university/kanrenshisetsu/mbt/documents/mbt2016.pdf> 2018/4/25
アクセス
- 愛媛大学医学部(2011) 医学生ガンバル、<http://www.ehime-med.or.jp/news/2011/09/post-133.html> 2018年4月26日アクセス
- 中塚雅也・小田切徳美(2016) 大学地域連携の実態と課題、農村計画学会誌 35(1): 6-11
- 吉永真理(2013) 小中学生の地域活動への参加体験が心身健康度やコミュニティ・エンパワメント意識に与える影響、こども環境学研究 9(1): 53-59、2013

Mari Yoshinaga, Yoshika Takeda, Isami Kinoshita (2014) Effects of Participation in Community Activities on Self-Efficacy of Japanese Junior High School Students Global Journal of Community Psychology Practice Volume 5, Issue 2, 1-12, December 2014

Title: Self-medication and community development

Name: Mari Yoshinaga, PhD.

Name of Affiliation: Laboratory of Clinical-Community Psychology, Showa Pharmaceutical University

Address: Higashitamagawagakuen 3-3165, Machida-shi, Tokyo, 194-8543

Tel: +81-42-721-1546

Abstract:

In the redevelopment area near Tokyo, with the promotion of self-medication as the theme of the new area, the university participated into collaborative projects with local municipalities and the private enterprise. The measurement of children's learning effects through Drug education & Pharmacist experience workshop program, a needs survey for consultation of parents during child rearing and connection development, and an investigation of the learning effect of pharmaceutical students through collaboration in the region of many generations were conducted. Elementary school students were deepening their understanding of the psychological background of drug abuse and proper behavior of drugs through experiments and role-play program. Parents who are raising children tend to have poor mental health when support is inadequate, suggesting the possibility that relationships that can not be relied upon at a critical time are involved in childcare stress even though they have a relationship. Participation in town development activities by pharmaceutical students increased information acquisition, acquaintance, motivation for participation in the future improved, but it seems that continuous participation of activities is necessary to enhance sense of accomplishment and self-utility. We believe that these results will contribute to promotion of self-medication; furthermore, the university-community collaboration might contribute to construction of reliable neighborhood.

表1 お薬教室&ミニ薬剤師体験ワークショップ

1) 薬物乱用防止について学ぶ

薬物とは？依存とは？なぜ依存してしまうの？相談することの大切さ

2) 薬は何に使うの？

3) 薬の種類

4) 薬の飲み方

お茶と鉄剤・グレープフルーツジュースと重曹・カプセルペタペタ

5) 薬剤師ってどんなお仕事？

薬剤師体験（処方箋と薬袋を使ってミニ薬剤師として服薬指導）

表2 お薬教室ワークショップに参加した児童の主な感想

- 悩んだら相談しようと思った。
- グレープフルーツの実験がすごかった。あれが腹の中で起こったらエグイことになると思った。
- 祖母が看護師で、患者さんに会うといつも親しく話していて、なんでだろうと思っていたけど、なぜかやっとわかりました。薬剤師の仕事に興味を持ちました。
- 実験がすごくわかりやすかったです。薬物はどんなに危ないものか詳しく知れました！次薬剤師に会ったら色々質問してみます！！
- 私は薬が大嫌いで吐いてしまうほどで、いつもはジュースで飲んでいるほどです。でもジュースはあまりよくないということが分かったのでこれからはジュースではなく水で飲もうと心がけます。
- なぜお茶などで飲んではいけないかが良くわかった。よりやっではいけないという気持ちが深まった。薬物を少しでも乱用してはいけないとしみじみ感じた。
- 薬剤師の仕事はとても大変だというのがわかりました。薬剤師の人は笑顔でやらなければならないし、優しく教えるのも大変だし、まずこれは何と飲んだらだめかを覚えられるのがすごいと思いました。
- 僕は今日のおくすり教室を通して薬を「体のヒーロー」だと思いました。薬についていろいろなことを学んで、薬を飲むときは必ず水で飲むということがわかりました。これから薬をもらったら、もっと薬について調べたいです。

〇〇小学校お薬教室
昭和薬科大学 臨床心理学研究室

実験1

～お茶と鉄剤(てつざい)を混ぜてみよう～

鉄剤とは貧血(ひんけつ)の時に使うおくすりだよ

お茶 鉄剤

実験2

～グレープフルーツジュースと重曹を混ぜてみよう～

重曹は吐き気がある時や、胃がむかむかするときに飲むよ

重曹

実験3

～お薬をぺたぺたしてみよう～

薬剤師(やくざいし)はどんなお仕事をしているのかな？

薬剤師さんにきいてみよう！

薬剤師体験をしてみよう！

吉永真理

鉄剤
1回1錠 1日2回(朝夕食後)
10日分

図1 お薬教室&ミニ薬剤師体験ワークショップの教材(抜粋)

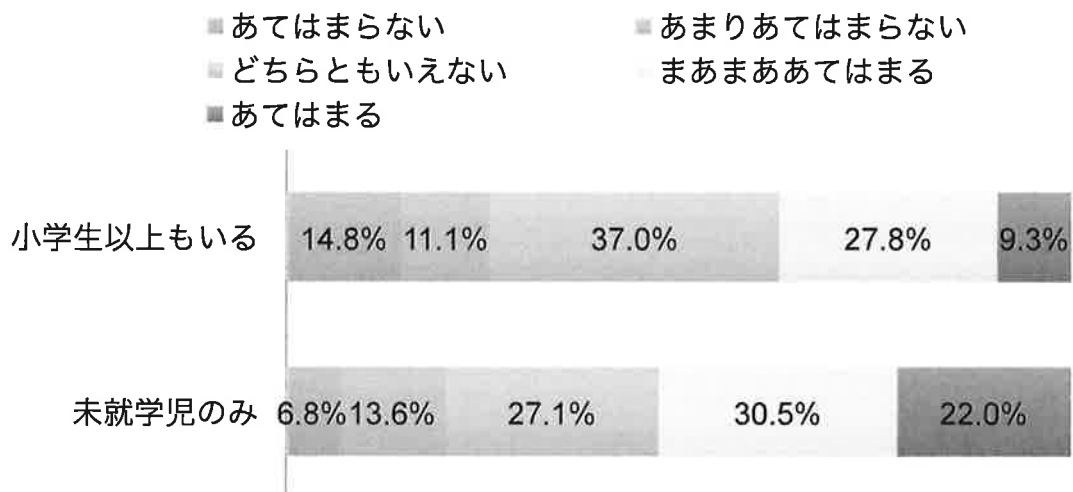


図2 子どものくすりに関する悩み・不安はかかりつけの医師に相談する

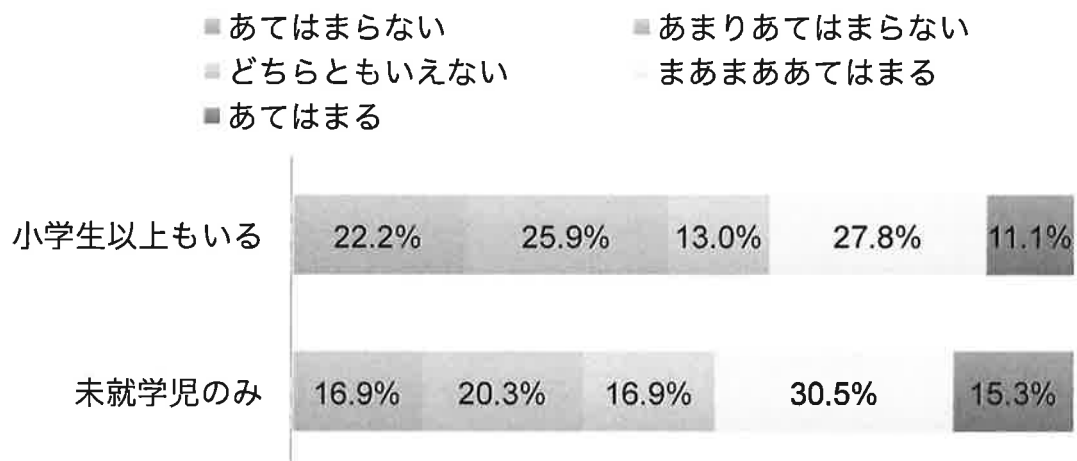


図3 子どものくすりに関する悩み・不安はよく行く薬局の薬剤師に相談する

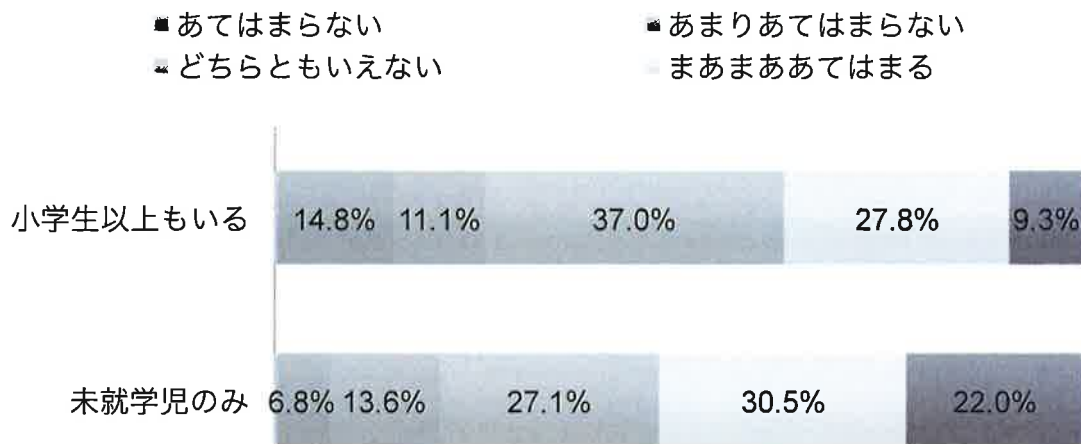


図4 健康や薬について気軽に相談できる場所がほしい

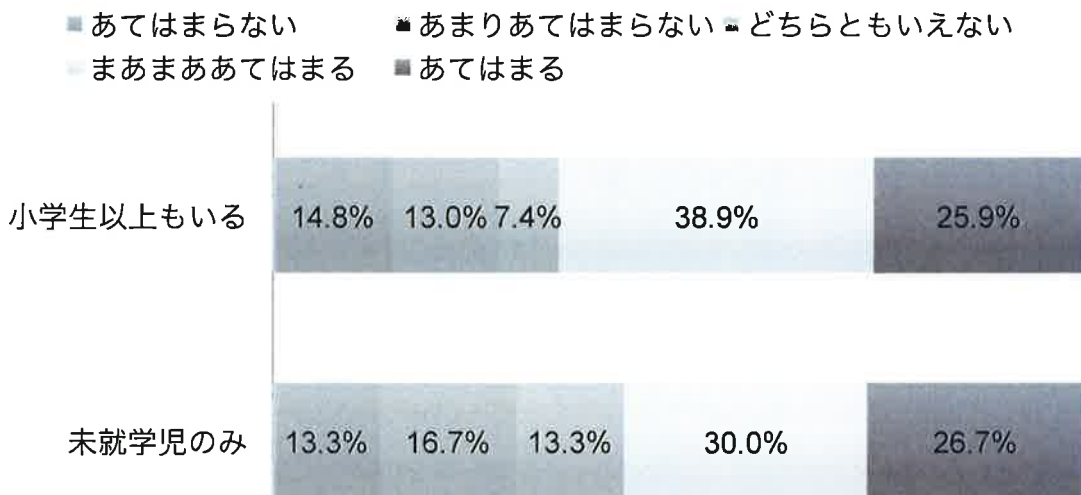


図5 子ども同士を遊ばせるような家族が近所にいる

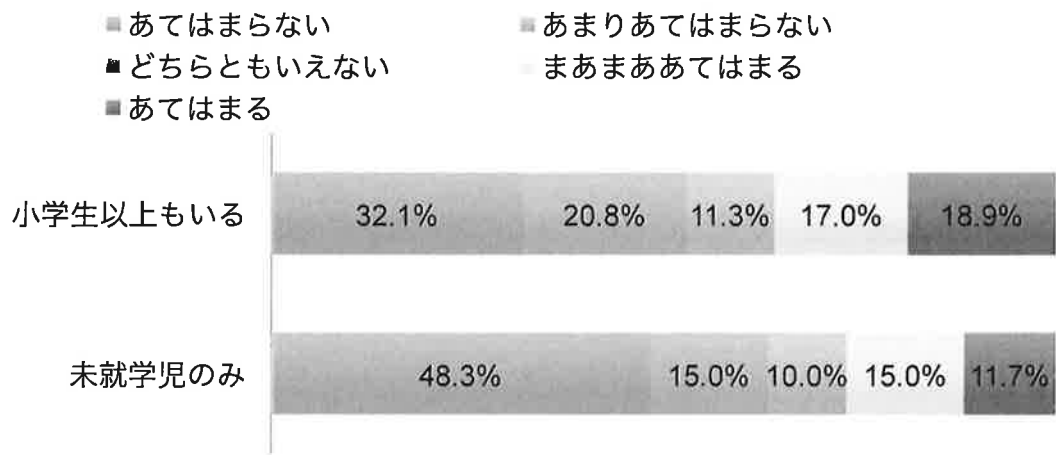


図6 具合が悪いときや急な外出時に子どもを預かってくれる人が近所にいる

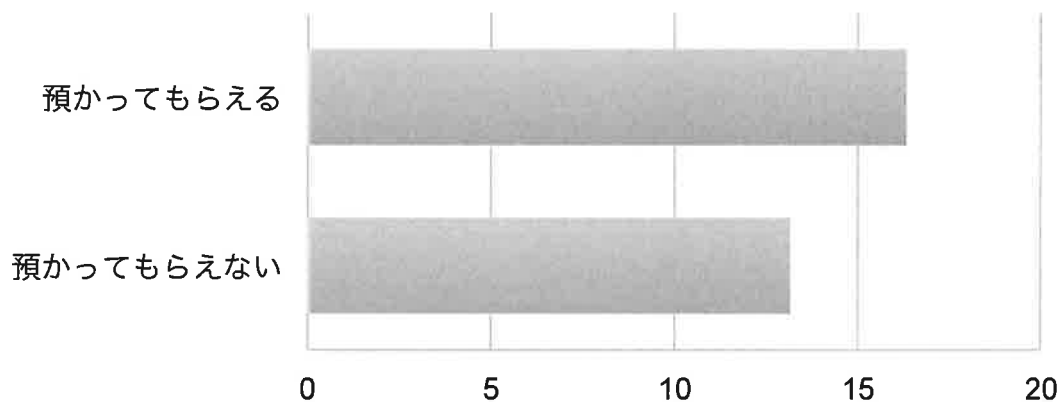


図7 子育て環境とメンタルヘルス (WHO-5の得点) $t=-3.59, p<0.001$

表3 子育てサポートの現状とメンタルヘルス

	<i>n</i>	平均値	標準偏差	<i>t</i> 値	有意確率 (両側)
アドバイスをくれる					
家族					
なし	33	12.79	4.97	-1.97	<i>ns</i>
あり	80	14.61	4.27	-1.85	
友人					
なし	47	12.64	4.39	-2.95	<i>p</i> <0.01
あり	66	15.11	4.39	-2.95	
気持ちを聞いてくれる					
家族					
なし	18	11.22	4.91	-3.02	<i>p</i> <0.01
あり	95	14.62	4.28	-2.75	
友人					
なし	31	12.48	3.97	-2.34	<i>p</i> <0.05
あり	82	14.68	4.62	-2.51	

表4 活動参加によるコミュニティエンパワメント意識の変化 (薬学生)

	1回(7人)	2回(4人)	3回(2人)
地域で自分が役に立った	1.4	1.5	1.0
さまざまな情報を入手できた	2.4	2.8	3.0
自分の意見は活動に反映された	1.3	1.3	1.0
達成感を得られた	1.4	1.8	1.5
幅広い関心を持つ人と知り合うことができた	2.6	2.5	2.5
地域の人自分たちの活動に協力してくれるきっかけになった	1.3	1.5	1.0
今後、地域のことを考えるイベントや会議に参加したい	2.3	2.3	2.5
活動に参加して感じたことや意見、提案などを周囲の人に伝えたい	2.3	2.0	2.0



図8 プロジェクトにおける学生の活動の様子