



広島のリライアンスが腎臓病患者のために開催した栄養料理教室

## 人を引き付ける成功の秘訣

### 薬局が手掛ける患者向け教室

健康教室、セミナー、講演会…。薬局が患者向けに行うこうした企画は「単に開催しているだけ」というようなレベルではもったいない。患者と触れ合うことができるせっかくの機会なのだから、そこには人を引き付ける独自の工夫や特徴が求められる。こうした催しで患者の支持を集めることができれば、真のかかりつけ薬局もそう遠くないのかもしれない。 文・写真 星光洋

#### クリニックと合同で健康教室

ほうしや薬局（兵庫県）の大手前店（姫路市）は、近くの循環器クリニックと合同で、患者向けの疾患勉強会「健康教室」を行っている。従来はクリニックが単独で開催していたが、クリニック側から「薬剤師に

薬の話をしてもらいたい」という申し出があり、1996年から合同で手掛け始めた。一緒に行うことで、参加者は病気と薬の話を一度に聞くことができる。

健康教室は毎月第3水曜日、薬局の隣にある会議室で開催する。2時間をかけ、医師や看護師、薬剤師、場合によっては栄養士なども講演す

る。これまでに取り上げたテーマは高血圧、高脂血症、糖尿病、骨粗鬆症、インフルエンザなどと多種多様。めまい、ヘルペスといった題材も扱った。

#### ビジュアル性を重視

同教室はビジュアル性を重視しているのが大きな特徴。目に訴えないと、印象に残らないため、DVDやビデオ、パワーポイントなどを使用している。運動療法を映すDVDなどは、口頭で説明するより格段に分かりやすい。パワーポイントで使った資料は後日、薬局の待合室に張り

## 参加者にはレシピも

栄養相談では参加者に前もって「食生活チェックシート」を記入してもらい、管理栄養士はそれを見ながら、適切なアドバイスを行った。これまで開催した健康教室では参加者にレシピを手渡したこともあり、「高齢者の食事」をテーマとした回では「変わり鰻とろ丼」「かぶら蒸し」などのメニューを提供した。また、「食行動タイプ診断」を行ったときにはコンピューターを使い、参加者の食生活の特徴を解析した。

健康教室は毎回無料。測定器のリースや管理栄養士らの派遣などには経費を要するものの、患者の健康のためには必要とみて、今後も継続的に開催していく。この夏には子どもに焦点を当てた健康教室を開催したい考えだ。

## 腎臓病患者のための 栄養料理教室

リライアンス（広島県）は5月、県内で腎臓病患者のための栄養料理教室を開催した。同教室の開催は2002年に続いて2回目。今回は腎臓病患者で構成する腎友会の主催に後援する形で行った。

当日は管理栄養士がテキストに沿って、透析食のポイントや献立の作り方などを解説。デモンストレーションを行った後、全員で調理に移り、試食も行った。献立はアジのムニエル、ポテトサラダ、フルーツ寒天などの4品目。手の込んだ非日常的な献立を避け、普段の食卓で気軽に食べることができるものを選んだ。

## 参加者との コミュニケーションに重き

今回の同教室では参加者とのコミュニケーションに重きを置いた。前回は参加者が40人以上に上ったが、今回はあえて20人ぐらいに抑えた。調理の際はそれらを4つの班に分け、各班には同社の栄養士を2人ずつ配置。参加者が気軽に相談や質問をできるように、配慮した。テキストの文章や栄養士の説明などは参加者にも分かりやすいよう、平易な言葉に置き換えた。

メニューを決めるに当たっては事前に検討を重ね、試食も行った。当初考えていた寒天ゼリーは彩りが少なかったため、フルーツを加え、アジのムニエルには野菜を添えた。また、食材の鮮度にもこだわった。調味料などは事前にそろえておいたが、アジやじゃがいもなど、使用する素材はすべて当日の朝、調達した。もちろん、衛生面にも気を付けている。当日、会場に出向いた栄養士は全員、あらかじめ検便を実施。当日の手洗いやアルコール消毒、器具の洗浄なども徹底した。



リライアンスの栄養料理教室は患者に密着した形にした。