

仮説、検証から社会実装

～日本型セルフケア、健康サイクル、DX・スマートシティ～

2022年5月16日（月）

JSPAが目指す社会を実現するために・・・

日本型セルフケア



健康サイクル



将来的なセルフケアのイメージ

日本セルフケア推進協議会の活動方針の3つのキーワード

■ジェロントロジー（高齢化社会工学）

- ✓日本が抱える少子高齢化／人口減少の時代をいかに乗り越えるかという課題を産・学・官・民の垣根を越えて、横ぐしを刺した議論を行う

■デジタルトランスフォーメーション（デジタル技術による変革）

- ✓効果的な「健康サイクル」の管理による生活者のウェルビーイングの実現をすることで「日本型セルフケア」を推進

■アジアダイナミズム

- ✓「日本型セルフケア」のアジア・太平洋地域への展開

JSPAの取組みプロジェクト

ブルーゾーンプロジェクト

【水都大垣セルフケア・トライアル(SOS Trial)】

2021年7月14日～2022年6月30日

2025年日本国際博覧会協会「TEAM EXPO
2025プログラム」

【共創チャレンジ／共創パートナー】

2020年12月15日～2030年3月31日終了予定

JSPA主催講演会

2019年 2回

2020年 6回

2021年 2回

学会セミナー・シンポジウム

【第36回日本国際保健医療学会学術大会
ランチタイムセミナー】

2021年11月27日

【日経SDGsフェスティバルシンポジウム】

2021年12月7日

SPORTEC2021展示

【名古屋】2021年6月17-19日

【大阪】2021年11月9日-11日

【東京】2021年12月1日-3日

セルフケア推進勉強会

【政官民の勉強会実施】

2021年3月11日、6月3日 2022年3月3日

医学のあゆみ 連載企画 「日本型セルフケアのあゆみ」

- | | |
|---------------------|--|
| ・ 2019年 9月(9月21日号) | 第 1回 健康と病気の情報を自ら知る |
| ・ 2019年11月(11月23日号) | 第 2回 電子カルテをスマホでみる |
| ・ 2020年 1月(1月25日号) | 第 3回 情報技術が変革する医療の在り方 |
| ・ 2020年 3月(3月28日号) | 第 4回 がんの在宅療養 ― 家で、快適に、人生を豊かにする療養をめざして |
| ・ 2020年 5月(5月23日号) | 第 5回 新型コロナウイルス感染症:①PCR検査 |
| ・ 2020年 6月(6月27日号) | 第 6回 新型コロナウイルス感染症:②抗体検査 |
| ・ 2020年 9月(9月26日号) | 第 7回 新型コロナウイルス感染症:③社会的検査 |
| ・ 2020年11月(11月21日号) | 第 8回 コンタクトトレーシングと個人情報 |
| ・ 2021年 1月(1月23日号) | 第 9回 標準治療は、本当に患者にとって最適な治療か？ |
| ・ 2021年 3月(3月27日号) | 第10回 究極のセルフケア:がんの在宅死 |
| ・ 2021年 5月(5月22日号) | 第11回 新型コロナウイルスの検査について知っておきたいこと |
| ・ 2021年 7月(7月24日号) | 第12回 新型コロナウイルスのワクチン― 適切な情報提供で接種の推進をめざす |
| ・ 2021年 9月(9月25日号) | 第13回 自宅療養者が急増する今、自宅と病院の間のサポート役が鍵となる |
| ・ 2022年 1月(1月22日号) | 第14回 排尿障害のセルフケア:在宅での排尿管理Q & A |

テーマと対談者は児玉業務執行理事に一任

一般財団法人在宅がん療養財団との連携(1/2)



一般財団法人在宅がん療養財団
Japan Home Care For Cancer Patients Foundation (JHoCC)

設立年月日	2020年4月24日
代表理事	理事長 渡邊 清高 (帝京大学医学部内科学講座 腫瘍内科 病院教授) 会長 児玉 龍彦 (東京大学名誉教授)
設立者	児玉 龍彦
所在地	東京都世田谷区
活動目的	国内外のがんの在宅療養に関わる情報の国民への提供
事業内容	(1) 在宅がん療養に関するWeb情報QAサイト 「在宅がんウィット」の企画・編集・運営 (2) 在宅がん療養に関するQ&Aコミュニティーサイトの運営 (3) 在宅がん療養に関する経験共有サイトの運営
サイト情報	在宅がん療養財団: https://jhocc.jp/ 在宅がんウィット: https://ganwit.jhocc.jp/



在宅がんウィット



渡邊清高理事長



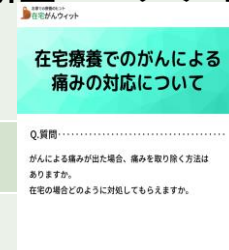
児玉龍彦会長

一般財団法人在宅がん療養財団との連携(2/2)



在宅がんウィット 概要

サイトオープン	2021年9月7日
目的	がんを患った方が在宅で過ごす際にすぐに役立つ情報を、ワンストップ、QA形式で、わかりやすく提供すること
特徴	(1) がんを患った方とご家族・支援者のためのQ&A (2) さまざまな分野のエキスパートが執筆 (3) 最新の知見に基づく内容 (4) 利用は無料
執筆者	渡邊 清高 財団理事長、帝京大学医学部内科学講座 腫瘍内科 病院教授 宮崎 和加子 財団評議員、一般財団法人だんだん会 理事長 児玉 龍彦 財団会長、東大名誉教授 その他アドバイザー
掲載済みコンテンツ	186項目 ①在宅療養(48項目)、②看護・介護(93)、③新型コロナウイルス(13)、 ④排尿障害(9)、⑤嚥下困難・誤嚥(14)、 ⑥胃がん(9)
今後の予定	排泄障害、清潔管理など
SNS	Facebook, TwitterでもQA配信中 t



Twitter掲載イメージ

仮説、検証から社会実装

■日本型セルフケア

■健康サイクル

■仮説、検証から社会実装（DX・スマートシティ）

仮説、検証から社会実装

■日本型セルフケア

■健康サイクル

■仮説、検証から社会実装(DX・スマートシティ)

日本型セルフケア

ウェルビーイング* を実現

*身体的・精神的・社会的にイキイキとした状態

疾病の発症予防・重症化予防に留まらない
多面的な健康づくりを目指した具体的な行動を習慣化

生活者が自身の健康に関心を持ち、健康に対する正しい理解を深める

医療専門職
の伴走



革新的なデジタル技術
による支援



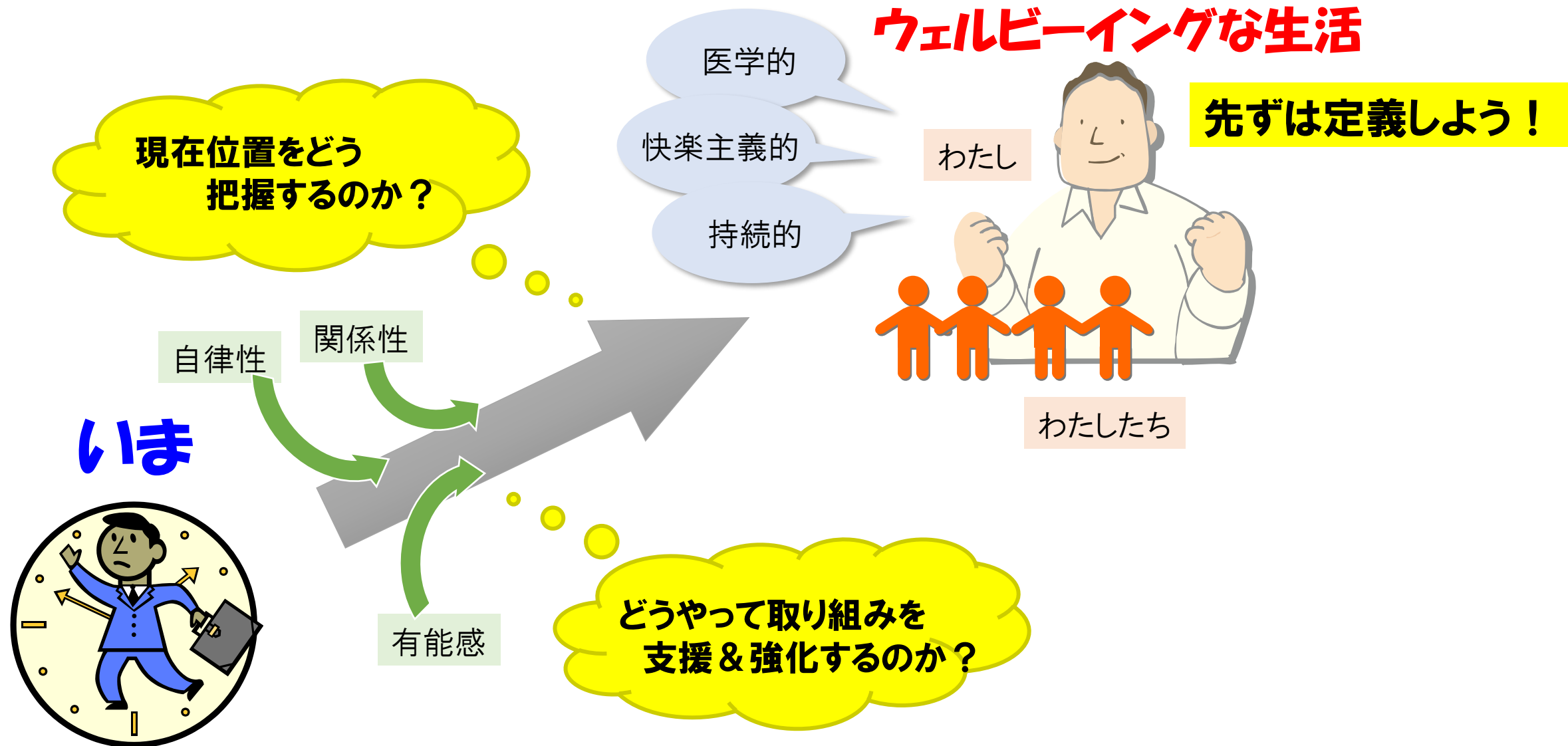
生活者

世界に冠たる国民皆保険制度を基盤

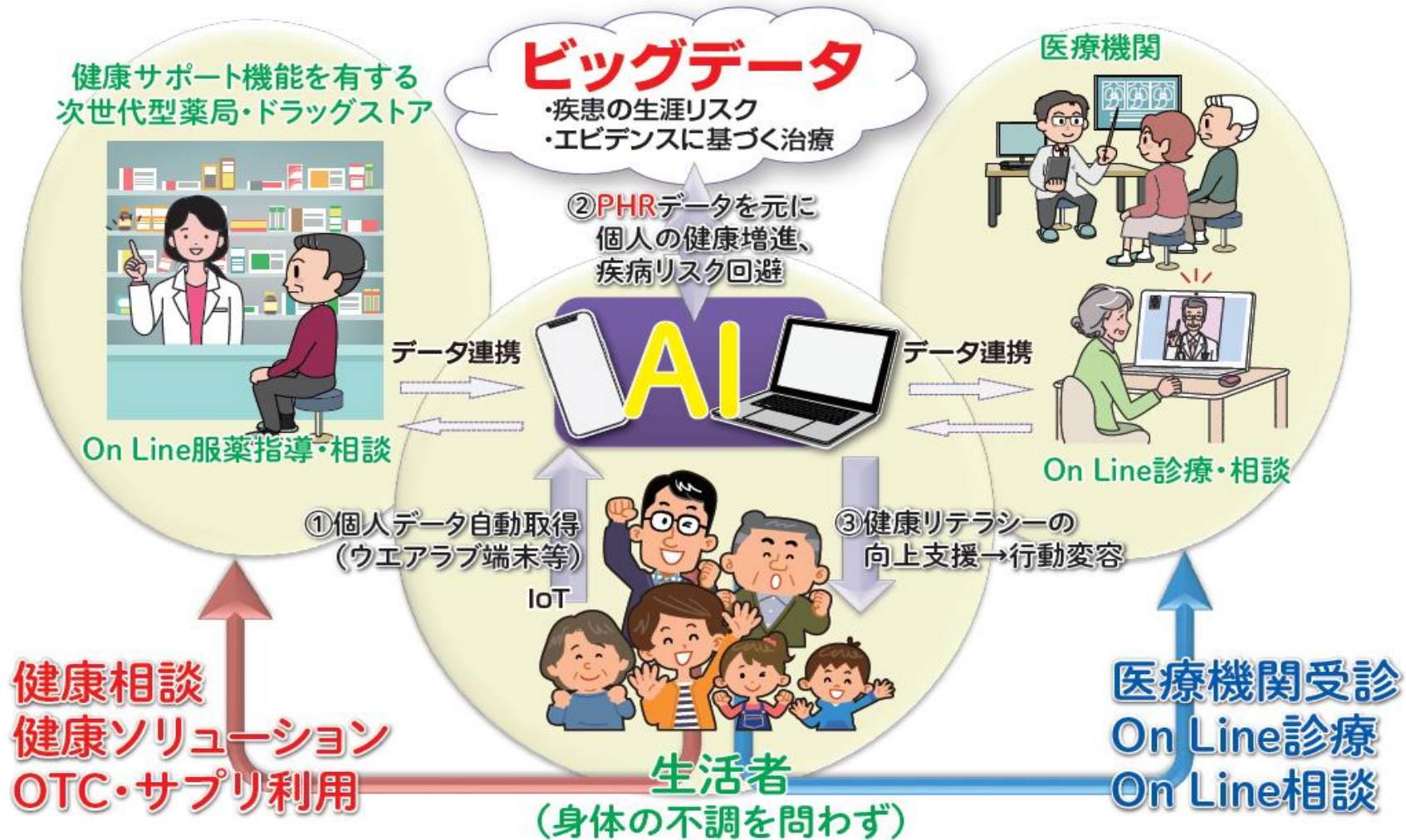
【日本型セルフケア】

これまで日本では、世界に冠たる国民皆保険制度を基盤に生活者の健康寿命延伸を実現してきたが、少子高齢化・人口減少の時代を迎える中であっても、生活者の利便性や満足を維持または高めるために、生活者が自身の健康に関心を持ち、医師や薬剤師など医療専門職の伴走や革新的なデジタル技術による支援を受けながら健康に対する正しい理解を深め、疾病の発症予防・重症化予防に留まらない多面的な健康づくりを目指した具体的な行動を習慣化することで、ウェルビーイング（身体的・精神的・社会的にイキイキとした状態）を実現する仕組み。

ウェルビーイングの俯瞰



将来的なセルフケアのイメージ



* : PHR (Personal Health Record) : 生活者が自らの医療・健康情報を収集し、一元的に保存する仕組み

仮説、検証から社会実装

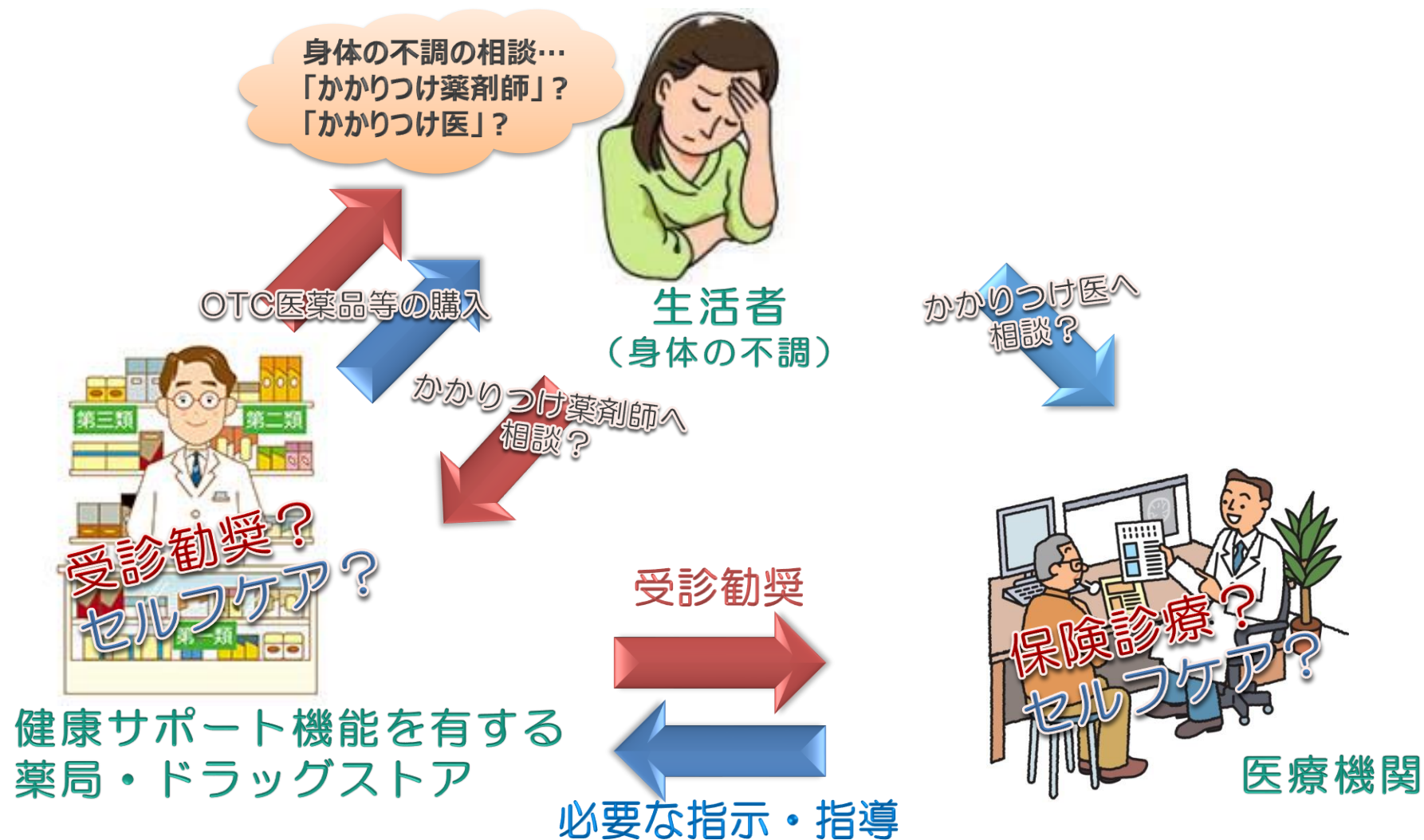
■ 日本型セルフケア

■ 健康サイクル

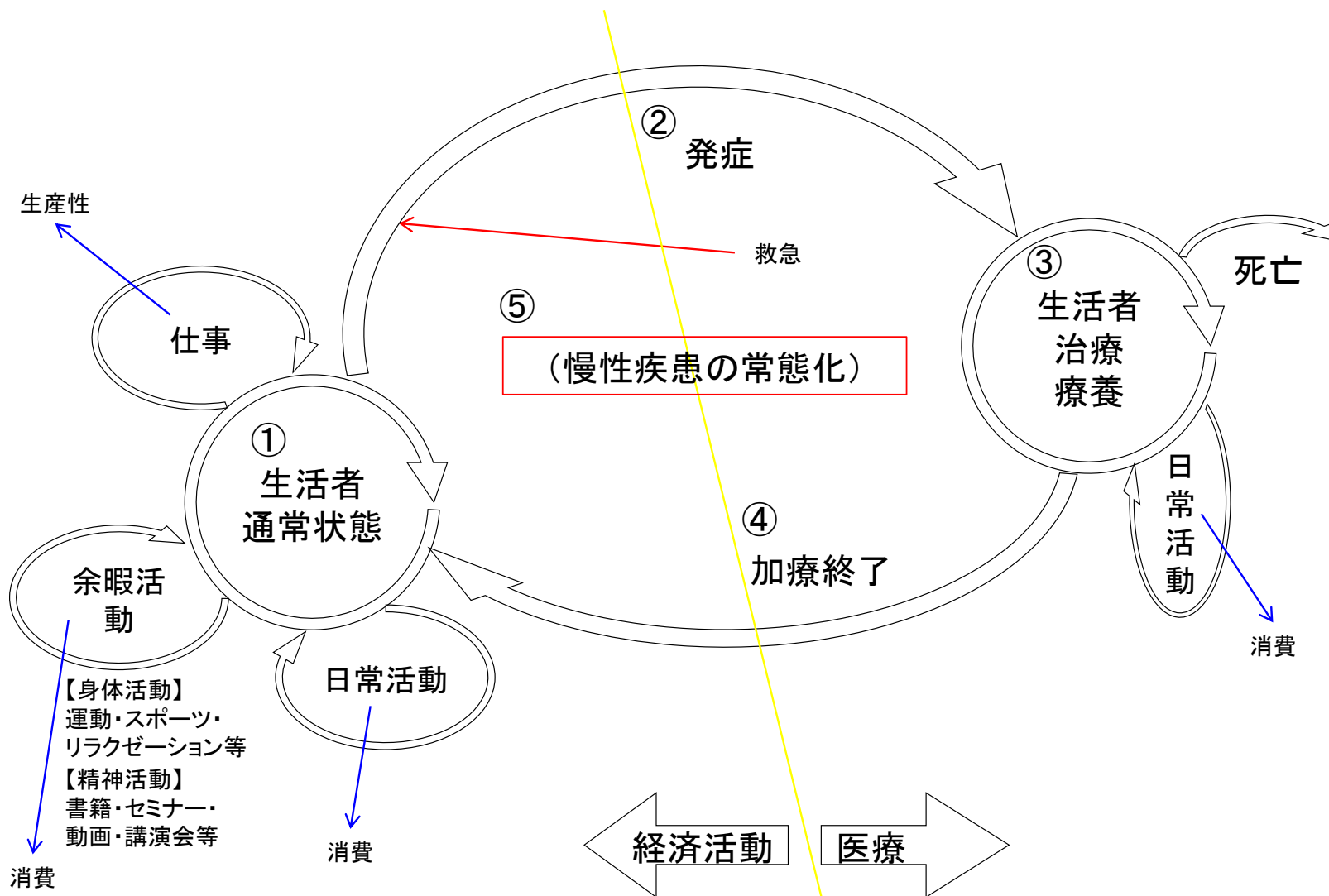
■ 仮説、検証から社会実装(DX・スマートシティ)

医療従事者による「健康サイクル」を回すサポート

必要な保険医療・セルフケアに的確にリーチ出来る仕組みが必要



健康サイクルシミュレーションの概念図(現状)



仮説、検証から社会実装

■日本型セルフケア

■健康サイクル

■仮説、検証から社会実装(DX・スマートシティ)

岐阜県大垣市

大垣市は、日本列島のほぼ中央に位置し、古くから東西交通の要衝として、経済・文化の交流点として栄えてきた西濃圏域における中心都市である。



住民基本台帳人口※1 R2年7月31日現在

世帯数	67,314世帯
人口(男)	78,700人
人口(女)	82,245人
合計	160,945人



高齢者率

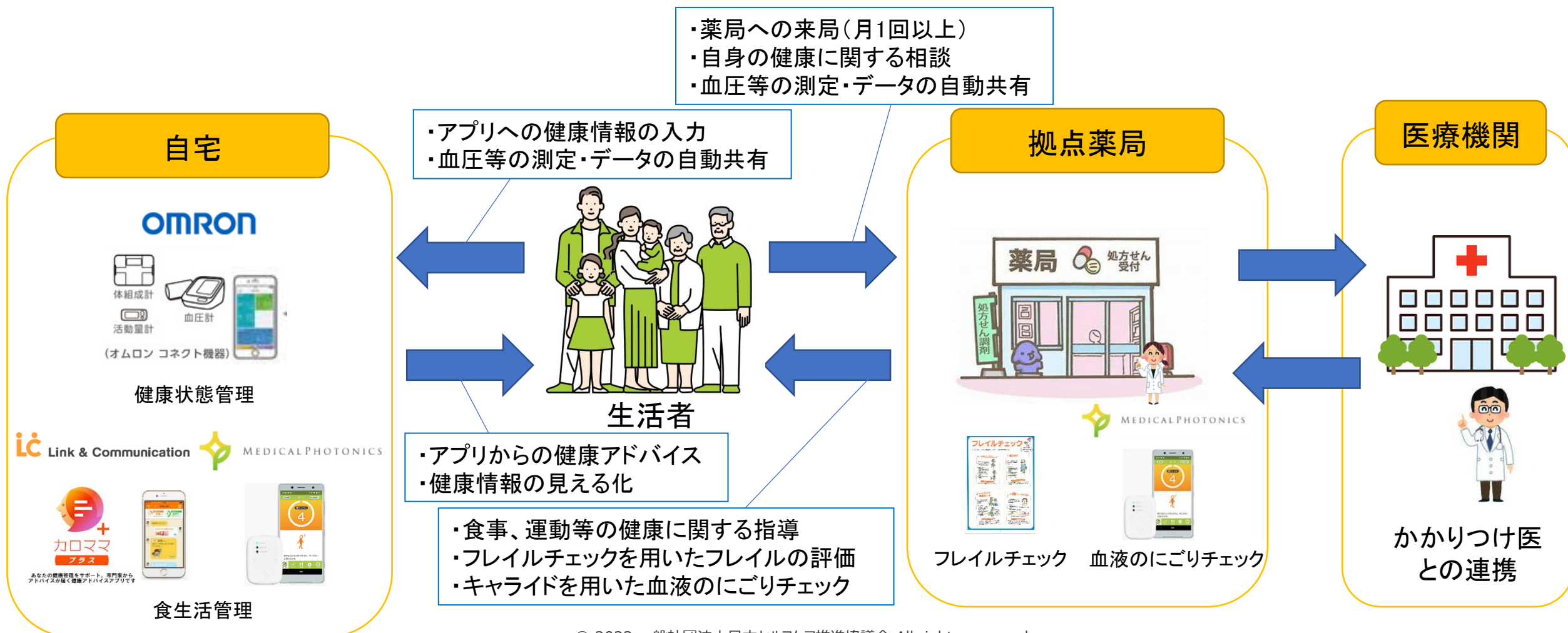
	大垣市※1 (R2年7月末現在)	岐阜県※2 (H30年10月1日現在)	全国※2 (H30年10月1日現在)	東京都※2 (H30年10月1日現在)
65歳以上	27.3%	29.8%	28.1%	23.1%
75歳以上	14.3%	15.1%	14.2%	11.9%

※1: 大垣市公式HP (<https://www.city.ogaki.lg.jp/>)

※2: 資料 総務省統計局「人口推計」

岐阜県大垣市(大垣モデル)

地域薬局を拠点とした健康状態、食生活の改善、人との交流増加によって生活の活発化を図り、地域全体の活性化と健康寿命の延伸を可能にするサポート体制を構築する。



水都大垣セルフケア・トライアル(SOS Trial)の概要(1/2)

- **背景:**

健康寿命延伸が課題となっている現代日本において、人々の健康のための行動変容をサポートする体制を構築することが重要である。この中で、薬局薬剤師の社会的使命として、人々の生活習慣の改善指導を含む健康管理のサポートへの貢献が期待されている。

- **目的:**

薬局薬剤師による生活習慣修正のための指導効果について、症例集積(case-series)研究として探索的に検討する。

- **研究デザイン:**

多施設共同、前向き観察研究

- **目標症例数:60例**

- **登録期間:倫理審査委員会*承認後~2021年9月** *岐阜県薬剤師会倫理審査委員会

- **観察期間:登録後6ヵ月**

水都大垣セルフケア・トライアル(SOS Trial)の概要(2/2)

・評価項目:

観察期間中における血圧、体重、活動量、血液のにごり度の測定回数及び測定値、精神的・身体的フレイルの調査結果、行動変容の調査結果、薬剤師の指導に関する調査結果

・対象:

- ・ 薬局薬剤師が自宅で機器や健康アプリによる生活習慣の管理が可能と判断した、20歳以上の者

・方法:

- ・ 参加者の登録後、参加者の自宅での測定データ(血圧、体重、活動量、血液のにごり度、食事の記録)を記録した健康アプリをもとに、月1回以上の薬局来局時に、薬剤師が高血圧治療ガイドラインに従って生活習慣について指導を行う。また、参加から6ヵ月後の最終来局時には、精神的・身体的フレイル、行動変容に関するアンケート、薬剤師の指導に関するアンケートを行う。参加者の背景情報も収集し、期間中に得られた測定結果やアンケート結果とともに記述する。

地域薬局を拠点とした 健康サポート体制の構築への取り組み

ブルーゾーンプロジェクト第一弾
水都大垣セルフケア・トライアル(SOS Trial)

第6回 日本老年薬学会学術大会

WEBセミナー②

2022年5月14日(土)16:10~16:40

第1配信会場

共催:一般社団法人 日本セルフケア推進協議会(JSPA)

岐阜県薬剤師会 会長 日比野 靖

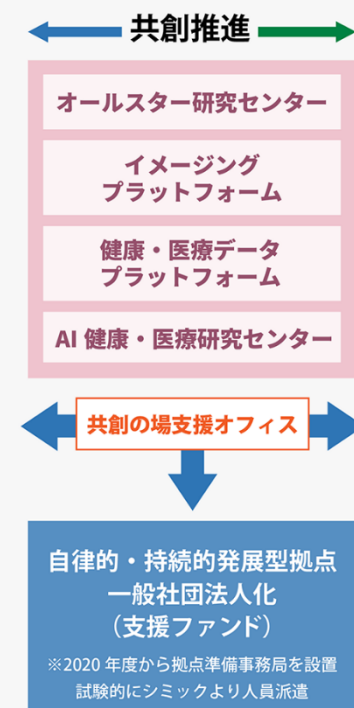
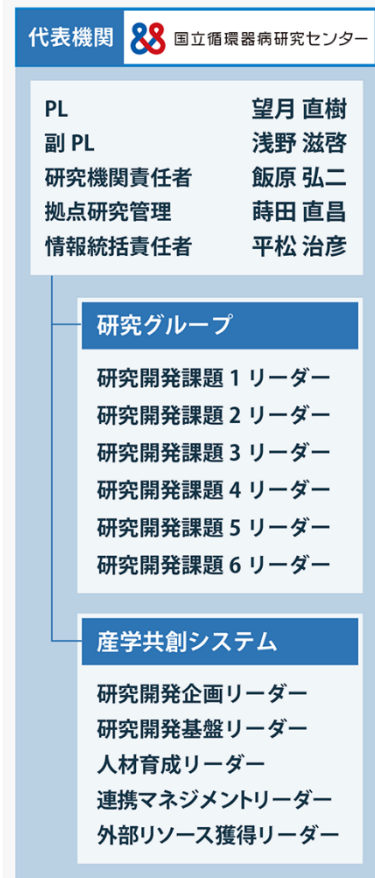
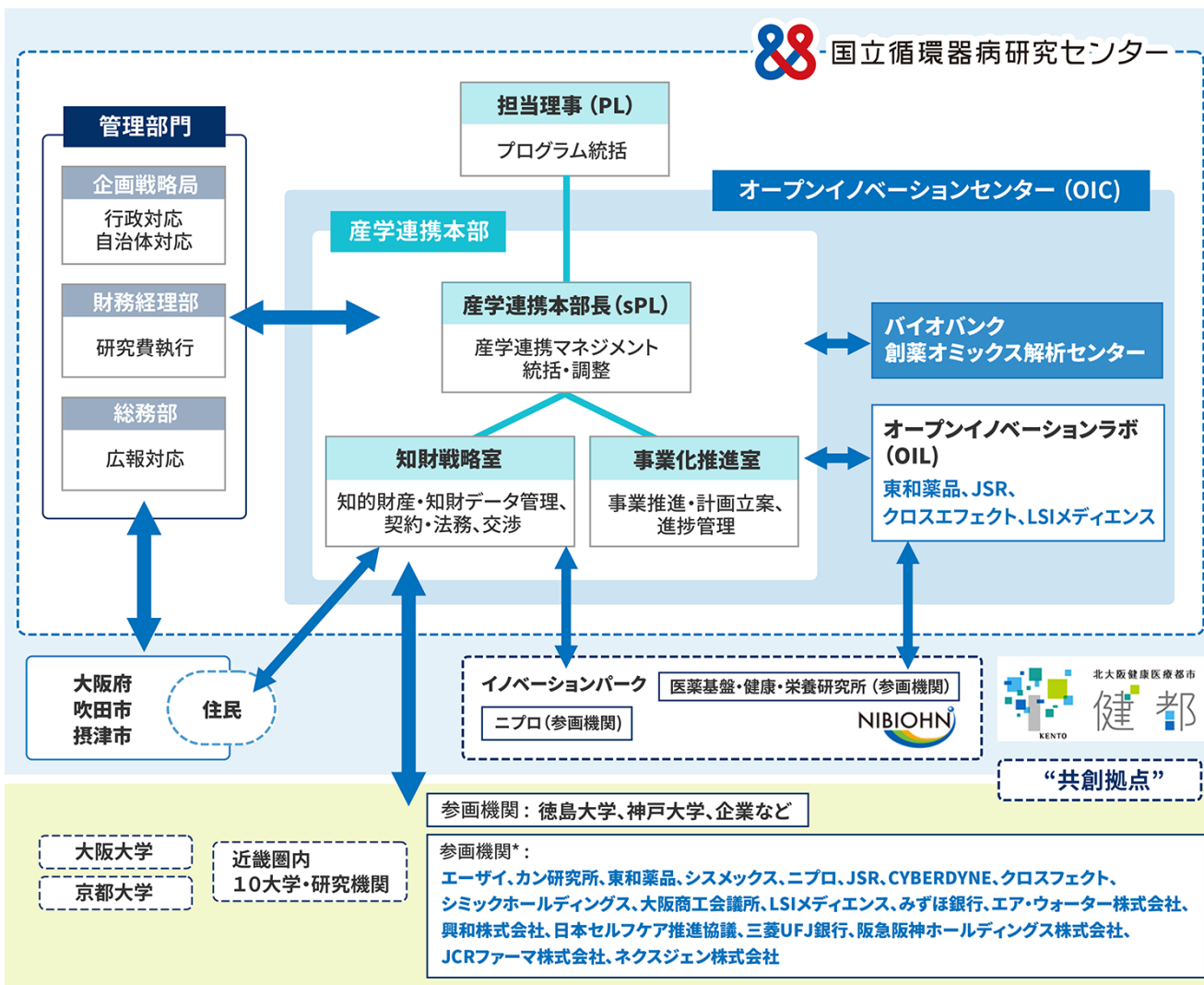
結果速報:まとめ

- ・薬剤師のサポートを通じて、生活習慣に関心を持つようになり、今後もその改善に積極的に取り組みたいとした参加者が殆どであった。生活習慣に関心を持ち、薬剤師との信頼関係が構築されても血圧コントロールが達成されるわけではない。継続的な血圧測定による客観的なモニタリングが重要である。
- ・血圧のみでなく、幾つかの機器やアプリを組み合わせることにより、個々に合わせた効果的なモニタリングが可能となる。
- ・機器やアプリを使用しても、一般の生活者が独自でセルフケアを行うことは困難である。専門家としての薬剤師のサポートが求められている。



[世界モデルとなる自律成長型人材・技術を育む総合健康産業都市拠点 - 共創の場形成支援プログラム\(COI-NEXT\) \(cocreation-ncvc.jp\)](http://cocreation-ncvc.jp)

世界モデルとなる自律成長型人材・技術を育む総合健康産業都市拠点



参画機関	
国立医薬基盤・健康・栄養研究所	
徳島大学	神戸大学
エーザイ株式会社	株式会社カン研究所
東和薬品株式会社	シスメックス株式会社
ニプロ株式会社	JSR株式会社
CYBERDYNE 株式会社	株式会社クロスエフェクト
シミックホールディングス株式会社	大阪商工会議所
株式会社 LSIメディエンス	株式会社みずほ銀行
エア・ウォーター株式会社	興和株式会社
日本セルフケア推進協議会	三菱UFJ銀行
阪急阪神ホールディングス株式会社	JCRファーマ株式会社
ネクスジェン株式会社	
大阪府	吹田市 摂津市

協力機関
京都大学 滋賀医科大学 大阪大学 愛媛大学 京都府立医科大学 大阪市立大学 大阪府立大学 和歌山県立医科大学 大阪医科大学 関西医科大学 兵庫医科大学 神戸薬科大学 理研 生命機能科学研究センター 産総研関西センター 情報通信研究機構

世界モデルとなる自律成長型人材・技術を育む総合健康産業都市拠点 - 共創の場形成支援プログラム(COI-NEXT) (cocreation-ncvc.jp)

インテグレイテッド・ヘルスケア・スイート (IHS)

IH HUB を介して

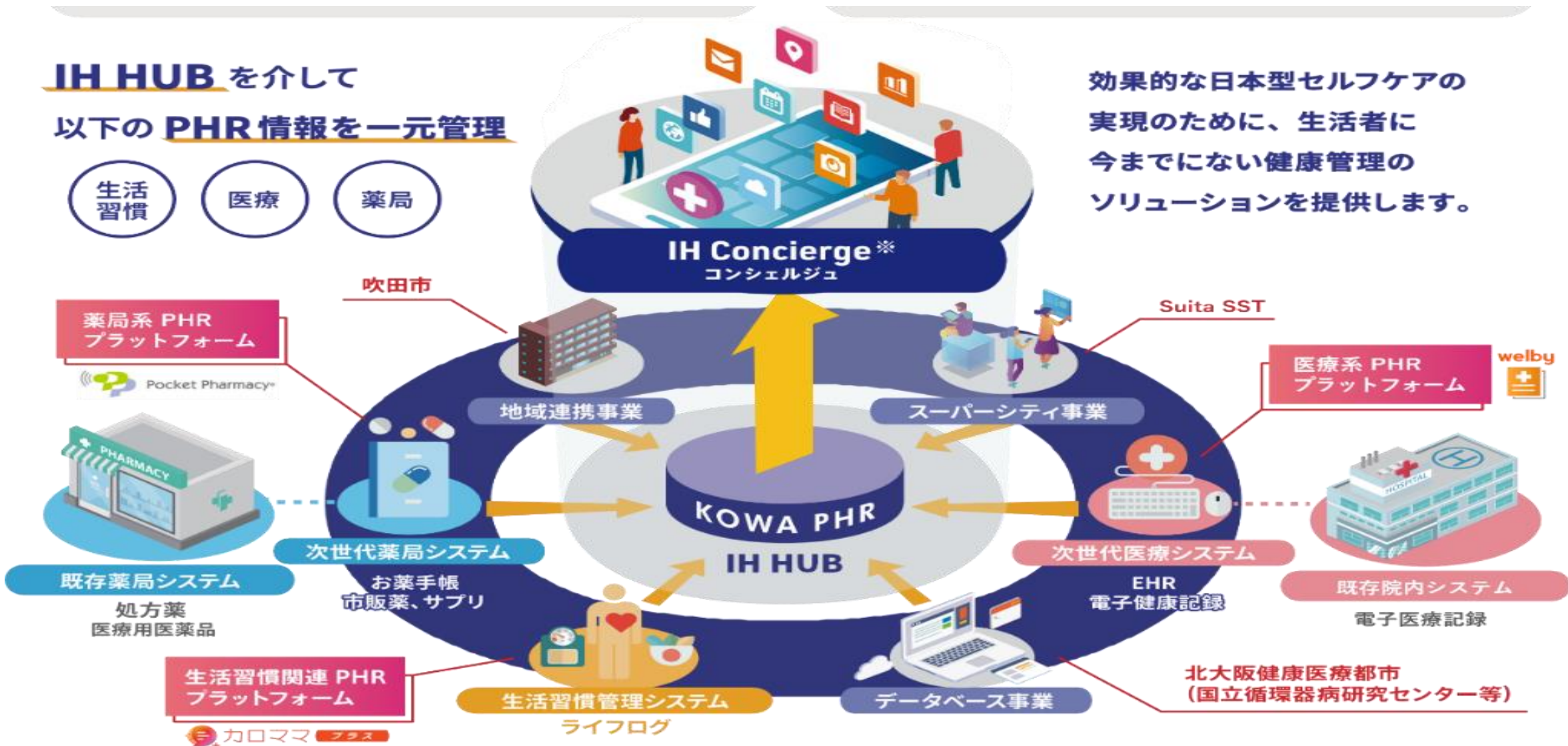
以下の **PHR 情報** を一元管理

生活
習慣

医療

薬局

効果的な日本型セルフケアの
実現のために、生活者に
今までにない健康管理の
ソリューションを提供します。



※商標出願中：商願 2021-161855