

厚生労働行政推進調査事業費補助金（食品の安全確保推進研究事業）  
健康食品の安全性確保に資する情報提供、品質確保、被害情報収集体制構築に関する研究  
（H30-食品-指定-002）  
分担研究報告書

薬局における健康食品および食事・栄養摂取に関する相談の実態調査

主任研究者	千葉 剛	（国研）医薬基盤・健康・栄養研究所	食品保健機能研究部
研究協力者	佐藤陽子	（国研）医薬基盤・健康・栄養研究所	食品保健機能研究部
	西島千陽	（国研）医薬基盤・健康・栄養研究所	食品保健機能研究部
	小泉和可奈	（国研）医薬基盤・健康・栄養研究所	食品保健機能研究部
	佐藤 薫	（国研）医薬基盤・健康・栄養研究所	食品保健機能研究部

### 研究要旨

セルフケアに健康食品の活用が謳われているがこれまでの調査結果から、健康食品を適切に利用できていない実態が明らかとなっている。消費者が健康食品を適切に利用できる環境づくりの一環として、健康サポート薬局がある。健康サポート薬局は調剤だけでなく、食事や栄養摂取、健康食品の利用についても相談にのることが求められている。そこで、健康サポート薬局における食事や栄養摂取、健康食品の利用相談の実施状況および栄養士・管理栄養士がどの程度必要とされているのかを、健康サポート薬局 1,400 店、保険薬局 1,400 店を対象に郵送によるアンケート調査を行った。その結果、保険薬局に比較し、健康サポート薬局では、常勤・非常勤を合わせて栄養士・管理栄養士を雇用している割合が高く、栄養相談に対応している実態が明らかとなった。また、健康食品の利用相談においては、栄養士・管理栄養士だけでなく、薬剤師と連携して相談にのっていることも明らかとなった。その一方で、栄養相談の頻度から、栄養士・管理栄養士を常勤職員として雇用するにはハードルが高いという意見も見受けられた。今後、健康相談の拠点としての健康サポート薬局の役割が重要となることから、健康サポート薬局における栄養士・管理栄養士の活躍が期待される。

### A. 研究目的

疾病を自ら予防するセルフケアに健康食品の活用が謳われているが、消費者における健康食品の利用実態から見えてくるのは、複数製品の同時摂取や医薬品との併用、治療目的での利用といった不適切な利用であり、また、一定の割合で、健康食品の利用が原因と思われる体調不良を経験しているという、健康食品を適切にセルフケアに役立てられていない現状である。

そのため、消費者が健康食品を適切に利用できる環境づくりの一環として、健康サポート薬局による取り組みがあげられる。健康サポート薬局は調剤だけでなく、食事・栄養摂取の指導や、健康食品の利用についても相談にのることが求められている。患者による健康食品の利用に関しては、治療目的での利用や医薬品との併用にも注意を払う必要がある。しかしながら、初めから健康食品の利用に否定的な態度であると、患者は反って医師・薬剤師に健康食品の利用を伝えなくなる。これまでの調査において、健康食品を利用している患者は多く、そのうち3割しか医師・薬剤師にその利用を相談してい

ない。その理由として、食品だからという意見が多いものの、医師・薬剤師に否定されるからといった意見も見受けられる。

その一方で、患者にとって健康食品の利用は早く病気を治したいというモチベーションにつながっているだけでなく、実際に、病気のために食欲がない場合には、ビタミン・ミネラルなどの健康食品を利用することは患者にとっても有益であると考えられる。そのため、相談を受けた際は健康食品の利用を否定するのではなく、上手く取り入れてもらうよう促すことが重要である。

しかしながら、普段の食生活も見直したうえでなければ健康食品を利用しても、健康の保持・増進に役立つことはない。薬剤師は医薬品については知識を持っているが、食事・栄養摂取についても十分な知識をもった薬剤師は僅かであると思われる。そのため、健康サポート薬局で行う健康食品の相談において、食事・栄養摂取についての専門的な知識を持った栄養士・管理栄養士が必要であると思われるが、実際に、健康サポート薬局にどの程度、栄養士・

管理栄養士が配置されているのかは明らかでない。

そこで、本研究において、全国の健康サポート薬局およびその他の保険薬局を対象に、健康食品利用の相談および栄養相談の実施状況等、実態調査を行った。

## B. 研究方法

株式会社日本アルトマークに依頼した。同社が管理するメディカルデータベースに登録された健康サポート薬局1,400店およびその他の保険薬局1,400店を対象とし、2019年11月13日に、調査への協力依頼状、アンケート用紙、返信用封筒を各店に1部ずつ郵送した。回答は、同封した返送用封筒を使い、郵送にて回収した。

本調査への協力依頼状には、アンケートの趣旨、研究代表者と問い合わせ先、本調査における「健康食品」の定義を記載した。本研究への協力は、アンケートへの回答をもって同意を得たものとした。なお、アンケートへの回答は可能な限り栄養相談を担当している人とし、栄養相談を行っていない場合は、薬剤師に回答してもらうように依頼をした。

主な調査内容は栄養士・管理栄養士の勤務体系、栄養相談の実施の有無、実施している場合は形式、頻度、健康食品の利用の確認、相談に対応するための情報源、相談者が健康食品を利用することに対する意識などを尋ねた。

回収された回答793店(回収率28.3%)は、回答のない項目を「無回答」とし、すべての回答を解析対象とした。

## C. 研究結果

### 1. 回答者の属性

アンケートは793店舗より回答が得られ、その内訳は、「健康サポート薬局として登録している(健康サポート薬局)」473件、「健康サポート薬局として登録していない」(=保険薬局)320件であった。なお、保険薬局の内28件(3.5%)は今後、健康サポート薬局として登録する予定であると回答していた。

回答者の性別は、健康サポート薬局ではやや女性の割合(60.0%)が高く、保険薬局では男性と女性の割合はほぼ同じであった(表1-1)。

年齢に関しては、保険薬局に比較し、健康サポート薬局で若干若い年齢層にシフトした傾向が認められた(表1-2)。

保有資格は、薬剤師が健康サポート薬局において77.6%であったのに対して、保険薬局では96.3%であった。一方、栄養士・管理栄養士は健康サポート薬局において

20.5%であったのに対して、保険薬局では3.4%にとどまっていた。また、アドバイザー(NR/サプリメントアドバイザー、健康食品管理士、食品保健指導士)関連資格に関しては、サポート薬局において16名、保険薬局では3名が資格を有していた(表1-3)。

回答者の勤務先の都道府県は、健康サポート薬局、保険薬局ともに東京都、大阪、神奈川が上位3県を占めていた。全体を地区別でみると健康サポート薬局、保険薬局ともに関東地方が30%を超え最多であり、逆に北海道は各6.1%、3.1%で最少であった。

### 2. 栄養士・管理栄養士の配置の有無

栄養士・管理栄養士の勤務状況については、健康サポート薬局、保険薬局において「常勤の栄養士・管理栄養士がいる(各26.8%、6.6%)」「非常勤の栄養士・管理栄養士がいる(9.1%、2.2%)」であった。一方、「栄養士・管理栄養士はいない(各49.7%、81.9%)」であった(表2-1)。

「常勤の栄養士・管理栄養士がいる」と回答した健康サポート薬局127名、保険薬局21名に、その人数を聞いたところ、両者とも「1人」の回答が70%程度となった(表2-2)。

### 3. 栄養相談の形式および頻度

栄養相談の形式に関して、「服薬指導の際に一緒に行く」との回答では、健康サポート薬局69.3%、保険薬局66.9%とほぼ同じであった。しかしながら、「服薬指導とは別に1対1の面談形式で行う」「集団での講義・講座形式で行う」「その他の形で実施している」と回答したのは、健康サポート薬局で多かった(表3-1)。

頻度においては、健康サポート薬局、保険薬局のいずれにおいても月に1~数回程度の回答が最も多く、次いで週に1~数回程となっており、一定の割合で栄養相談を行っている実態が認められた(表3-2)。

### 4. 健康食品の利用の確認

来局者の健康食品の利用について、「場合によって確認している」が健康サポート薬局では62.2%、保険薬局では56.9%で両者とも最多であった。また、「必ず確認している」との回答は、健康サポート薬局で28.8%、保険薬局で29.7%であった(表4-1)。

健康食品の利用について確認している者は、両者とも「主に薬剤師が確認している」との回答が最も多く、健康サポート薬局83.1%、保険薬局92.8%であった。一方、

「多職種間で連携して確認している」との回答が健康サポート薬局 12.1%、保険薬局 2.2%であった(表 4-2)。

来局者から健康食品利用を相談された際、「体調が悪くなったら、医師・薬剤師・栄養士に相談する」ことを「必ず伝える」と回答した者は健康サポート薬局 279 名(59.0%)、保険薬局 161 名(50.3%)、「摂取方法、目安量を守ることを」「必ず伝える」は、健康サポート薬局において 265 名(56.0%)、保険薬局 135 名(42.2%)の結果となった。

#### 5. 薬を服用している患者による健康食品の利用について

薬(処方薬、OTC)を服用している患者が栄養補給の目的で健康食品(ビタミン、ミネラル、アミノ酸など)を利用することについて、「患者の状態によって有効と思われる場合は利用しても良い」が健康サポート薬局 49.7%、保険薬局 45.9%で最多であった。次いで「患者の状態によって有効と思われる場合は利用すべき」が、健康サポート薬局 40.2%、保険薬局 36.9%であった。「有効とは思わないが、体調不良などの問題がなければ利用しても良い」は健康サポート薬局 5.3%、保険薬局 10.9%と、保険薬局で高かった(表 5-1)。

薬を服用している患者が栄養補給以外の目的で健康食品(植物エキス、動物由来成分、乳酸菌など)を利用することについて、「患者の状態によって有効と思われる場合は利用しても良い」が健康サポート薬局 46.7%、保険薬局 46.3%で最多となった。次いで「患者の状態によって有効と思われる場合は利用すべき」が、健康サポート薬局 25.8%、保険薬局 25.3%となった。さらに「有効とは思わないが、体調不良などの問題がなければ利用しても良い」は健康サポート薬局 22.4%、保険薬局 23.4%であった。健康サポート薬局と保険薬局とで差は認められなかった(表 5-2)。

#### 6. 薬を服用していない者による健康食品の利用について

薬(処方薬、OTC)を服用していない者が栄養補給の目的で健康食品(ビタミン、ミネラル、アミノ酸など)を利用することについては、「来局者の状態によって有効と思われる場合は利用しても良い」が健康サポート薬局 44.8%、保険薬局 44.1%で最多となった。次いで「来局者の状態によって有効と思われる場合は利用すべき」が、健康サポート薬局 42.9%、保険薬局 39.1%となった(表 6-1)。

薬を服用していない者が栄養補給以外の目的で健康食品(植物エキス、動物由来成分、乳酸菌など)を利用することについて、「来局者の状態によって有効と思われる場合は利用しても良い」が健康サポート薬局 47.1%、保険薬局 48.1%で最多となった。次いで「来局者の状態によって有効と思われる場合は利用すべき」が、健康サポート薬局 29.6%、保険薬局 25.9%となった(表 6-2)。

#### 7. 栄養士・管理栄養士の必要性

薬局における栄養士・管理栄養士の必要性について質問したところ、健康サポート薬局の回答記述者 378 名のうち、栄養士・管理栄養士が必要であると捉えられる回答は 325 名(85.6%)、不要であると捉えられる回答は 49 名(13.0%)であった。一方、保健薬局の回答記述者 229 名のうち、栄養士・管理栄養士が必要と捉えられる回答は 156 名(68.1%)、不要であると捉えられる回答は 54 名(23.5%)であった。

#### D. 考察

セルフケアの一環として、健康食品の活用が謳われているが、これまでに行ってきた消費者の利用実態調査から、健康食品を適切に利用できているのは一部であり、多くの消費者は適切に利用できていないばかりか、健康被害を経験している消費者も存在している。そのため、健康食品の利用をセルフケアに繋げるには専門家の助けが必要である。

健康食品の相談の場として、健康サポート薬局の活用が考えられる。健康サポート薬局の役割としては、調剤はもちろんのこと、食事・栄養摂取や健康食品の相談にも対応することが求められている。しかしながら、薬剤師は薬に対しては専門的な知識を持っているが、食事や栄養、さらには健康食品については、十分な知識を持っていない。そこで、本調査において、健康サポート薬局および保険薬局を対象に、栄養士・管理栄養士の配置の有無やニーズについて調査を行った。

保険薬局に比較し、健康サポート薬局では常勤、非常勤ともに栄養士・管理栄養士の在籍率が高く、また、今後採用する予定があるという回答も高くなっていた。この結果から、健康サポート薬局では、既に多くの栄養士・管理栄養士が活躍していることがうかがえる。また、栄養士・管理栄養士の業務の一つである栄養相談の機会が、保険薬局に比較し、健康サポート薬局で多

くなっている。また、健康食品の利用相談について、主に栄養士・管理栄養士が対応しているという回答はそれほど多くなかったが、薬剤師・栄養士・管理栄養士など多職種間で連携して確認しているという回答が多くなっており、健康サポート薬局において、栄養相談や健康食品の利用相談における栄養士・管理栄養士の役割が明らかとなった。

その一方で、医薬品を服用している患者もしくは、医薬品を服用していない方の健康食品の利用に対する考え方は、健康サポート薬局と保険薬局の間で大きな差は認められず、健康食品の利用相談への対応に薬剤師および栄養士・管理栄養士の間でも差がない可能性が示唆された。薬剤師は薬の専門家であり、栄養士・管理栄養士は食事・栄養の専門家である。しかしながら、薬剤師、栄養士・管理栄養士であっても、健康食品に対する知識は十分ではないことが報告されていることから、相談された場合に、その対応に差がない可能性がある。

薬を服用していない方はもちろん、薬を服用している方であっても、使い方によっては健康食品の摂取によるメリットはある。その一方で、これまで報告されていない健康被害が起こりうる可能性もある。そのため、健康食品の利用相談は専門的な知識や、適切な対応をアドバイスできる能力が求められる。その役割が担えるのがアドバイザースタッフであると考えられる。しかしながら、今回の調査において、主要3団体の資格を保有するものは、健康サポート薬局でも16名、保険薬局では3名にとどまっており、アドバイザースタッフの活用も今後の課題である。

今回の調査により、健康サポート薬局において栄養士・管理栄養士のニーズが高いことが明らかとなったが、その一方で常勤として雇用するにはハードルが高いことも明らかとなった。今回の調査にもあるように、直近一年間における栄養相談の頻度として最も多かったのは、月に1~数回であり、ほぼ毎日行っている薬局は健康サポート薬局でさえ約10%である。この現状を反映してかと思われるが、栄養士・管理栄養士のニーズとしては、非常勤での雇用、もしくは事務員としての雇用なら可能との回答が多かった。この結果から、健康サポート薬局が栄養相談に十分に対応できていない可能性が示唆される一方で、消費者・患者においても健康サポート薬局で栄養相談ができることを知っている者、利用

している者はあまり多くないと思われる。つまり、消費者・患者からのニーズが増えれば、必然的に栄養相談の機会も増え、栄養士・管理栄養士の役割も増すと考えられる。

## E. 結論

薬局における健康食品および栄養に関する相談について調査を行ったところ、健康サポート薬局およびその他の調剤薬局で、栄養相談および健康食品の利用についての相談頻度にあまり差が認められなかった。しかしながら、健康サポート薬局では、薬剤師だけでなく、栄養士・管理栄養士ともに対応しており、栄養士・管理栄養士のニーズが高いことが明らかとなった。その一方で、栄養士・管理栄養士を常勤職員として雇用するにはハードルが高いことも明らかとなった。今後、健康相談の拠点としての健康サポート薬局の役割が重要となることから、健康サポート薬局における栄養士・管理栄養士の活躍が期待される。

## F. 研究発表

特になし

## G. 知的所有権の取得状況

なし

## H. 健康危機情報

なし

表 1-1 性別

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
男性	188	39.7	170	53.1
女性	284	60.0	150	46.9
無回答	1	0.2	0	0.0

表 1-2 年代

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
20 歳代	80	16.9	32	10.0
30 歳代	124	26.2	83	25.9
40 歳代	127	26.8	78	24.4
50 歳代	74	15.6	68	21.3
60 歳代	58	12.3	48	15.0
70 歳以上	9	1.9	11	3.4
無回答	1	0.2	0	0.0

表 1-3 所有している資格

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
栄養士・管理栄養士	97	20.5	11	3.4
薬剤師	367	77.6	308	96.3
医師	0	0.0	0	0.0
NR/サプリメントアドバイザー	13	2.7	3	0.9
健康食品管理士	2	0.4	0	0.0
食品保健指導士	1	0.2	0	0.0
その他	27	5.7	9	2.8
無回答	8	1.7	1	0.3

表 2-1 あなたの勤務先には栄養士・管理栄養士の方が勤務していますか？

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
常勤の栄養士・管理栄養士がいる	127	26.8%	21	6.6%
非常勤の栄養士・管理栄養士がいる	43	9.1%	7	2.2%
栄養相談会などイベント時のみ出張してくる	69	14.6%	22	6.9%
現在はいないが、今後採用する予定がある	21	4.4%	5	1.6%
栄養士・管理栄養士はいない	235	49.7%	262	81.9%
無回答	2	0.4%	6	1.9%

表 2-2 常勤の栄養士・管理栄養士の人数

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
1人	82	64.6%	15	71.4%
2人	27	21.3%	4	19.0%
3人	10	7.9%	1	4.8%
4人	1	0.8%	0	0.0%
5人以上	6	4.8%	0	0.0%
不明または無回答	1	0.8%	1	4.8%

表 3-1 あなたの勤務先ではどのような形式で栄養相談を行っていますか？

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
服薬指導の際に一緒に行く	328	69.3	214	66.9
服薬指導とは別に 1 対 1 の面談形式で行う	178	37.6	44	13.8
集団での講義・講座形式で行う	95	20.1	10	3.1
その他の形で実施している	98	20.7	20	6.3
栄養相談には対応していない	14	3.0	68	21.3
無回答	4	0.8	7	2.2

表 3-2 あなたの勤務先では直近の 1 年間に、どれくらいの頻度で栄養相談を行いましたか？

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
年に 1~2 回程度	57	12.1	37	11.6
年に 3~9 回程度	80	16.9	47	14.7
月に 1~数回程度	178	37.6	90	28.1
週に 1~数回程度	90	19.0	49	15.3
ほぼ毎日	47	9.9	21	6.6
栄養相談には対応していない	17	3.6	66	20.6
無回答	4	0.8	10	3.1

表 4-1 あなたの勤務先では、来局者の健康食品の利用について確認をしていますか？

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
必ず確認している	136	28.8	95	29.7
場合によって、確認している	294	62.2	182	56.9
来局者から尋ねられた時のみ確認する	36	7.6	33	10.3
確認していない	4	0.8	5	1.6
無回答	3	0.6	5	1.6

表 4-2 来局者の健康食品の利用についてどなたが確認していますか？

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
主に薬剤師が確認している	393	83.1	297	92.8
主に栄養士・管理栄養士が確認している	10	2.1	2	0.6
薬剤師・栄養士・管理栄養士など多職種間で連携して確認している	57	12.1	7	2.2
その他	6	1.3	1	0.3
確認していない	3	0.6	8	2.5
無回答	4	0.8	5	1.6

表 5-1 お薬（処方薬、OTC）を服用している患者さんが栄養補給の目的で健康食品（ビタミン、ミネラル、アミノ酸など）を利用することについて、どのように思われますか？

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
積極的に利用すべき	18	3.8	13	4.1
患者さんの状態によって有効と思われる場合は利用すべき	190	40.2	118	36.9
患者さんの状態によって有効と思われる場合は利用しても良い	235	49.7	147	45.9
有効とは思わないが、体調不良などの問題がなければ利用しても良い	25	5.3	35	10.9
どのような場合であっても利用すべきではない	3	0.6	2	0.6
無回答	2	0.4	5	1.6

表 5-2 お薬（処方薬、OTC）を服用している患者さんが栄養補給以外の目的で健康食品（植物エキス、動物由来成分、乳酸菌など）を利用することについて、どのように思われますか？

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
積極的に利用すべき	12	2.5	6	1.9
患者さんの状態によって有効と思われる場合は利用すべき	122	25.8	81	25.3
患者さんの状態によって有効と思われる場合は利用しても良い	221	46.7	148	46.3
有効とは思わないが、体調不良などの問題がなければ利用しても良い	106	22.4	75	23.4
どのような場合であっても利用すべきではない	9	1.9	6	1.9
無回答	3	0.6	4	1.3

表 6-1 お薬（処方薬、OTC）を服用していない方が栄養補給の目的で健康食品（ビタミン、ミネラル、アミノ酸など）を利用することについて、どのように思われますか？

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
積極的に利用すべき	28	5.9	25	7.8
来局者の状態によって有効と思われる場合は利用すべき	203	42.9	125	39.1
来局者の状態によって有効と思われる場合は利用しても良い	212	44.8	141	44.1
有効とは思わないが、体調不良などの問題がなければ利用しても良い	26	5.5	24	7.5
どのような場合であっても利用すべきではない	2	0.4	1	0.3
無回答	2	0.4	4	1.3

表 6-2 お薬（処方薬、OTC）を服用していない方が栄養補給以外の目的で健康食品（植物エキス、動物由来成分、乳酸菌など）を利用することについて、どのように思われますか？

	健康サポート薬局		保険薬局	
	n	%	n	%
積極的に利用すべき	14	3.0%	14	4.4%
来局者の状態によって有効と思われる場合は利用すべき	140	29.6	83	25.9
来局者の状態によって有効と思われる場合は利用しても良い	223	47.1	154	48.1
有効とは思わないが、体調不良などの問題がなければ利用しても良い	87	18.4	61	19.1
どのような場合であっても利用すべきではない	6	1.3	4	1.3
無回答	3	0.6	4	1.3