

令和6年度 スペシャリスト養成セミナーレポート

開催日 2025年(令和7年)3月30日(日)
開催方法 Zoomによるオンライン配信(配信元:協励会館)

●特別講演

「アイフレイルと
目の最新トピックス」
眼科専門医・医学博士／
グランドセントラルタワーTokyo
アイクリニック院長
あやき まさひこ
綾木 雅彦先生

●指導講演

「こんなにある! 目の機能低下に
悩むお客様に私たちができること」
長野・コウズケヤ薬局中央
斉藤 克也先生

2025年(令和7年)3月30日(日)、
協励会館を発信元にZoomを使用
したオンライン配信により、令和6年
度スペシャリスト養成セミナーが、総
勢239名参加して開催されました。

平松純学術研修委員長の司会
で始まったセミナーは、石川友康学
術研修委員の先導により協励十訓
の唱和が行われた後、佐野智会長
の挨拶が行われました。

その後、特別講演として眼科専
門医・医学博士／グランドセントラ
ルタワーTokyoアイクリニック院長の
綾木雅彦先生に、「アイフレイルと眼
の最新トピックス」と題してご講演い
ただきました。

最初に「アイフレイル」について

説明があり、これは加齢に伴う目の
機能低下であり、視機能障害に至
る可能性が示され、おもな原因とし
て緑内障が約40%、次いで網膜色
素変性症、糖尿病網膜症、加齢黄
斑変性があげられました。アイフレ
イルの予防は、まず日常生活におい
て少しでも改善・支障なく過ごせるこ
とを念頭に置くことが大切とのこと。
例えば目の疲れ、夕方以降の見えに
くさ、スマートフォンの凝視、反して
新聞や読書の減少、直線がゆがんで
見えるなどは、ドライアイや老眼、
調節性眼精疲労、緑内障、三叉神
経痛、マイボーム腺機能不全などが
原因と解説されました。特にブルー
ライトが目の周囲を取り囲んでいる
三叉神経を刺激し続けるので眼精
疲労の原因となる他、ブルーライト自
体は体内時計を保持する大切な役
割を行っているとのことでした。

続いて、「ドライアイとまばたき」に
ついての説明がありました。人は1
日約2万回まばたきをしており、涙は
殺菌やゴミを洗い流している他、栄
養や酸素を運ぶ働きを担っているこ
と、通常のまばたきなら眼病を防い
でいるが、パソコンやスマートフォン
を凝視し続けてたことによるドライ
アイは、光や目からの情報がきちんと

入らなくなってしまうことから、意識し
てまばたきを行うことで涙液交換が
行われ、マイボーム腺機能不全など
の予防につなげられること(目の「ヨ
コ洗顔」がおすすめ)、涙自体、目の
表面をなめらかにしていること、また
ドライアイは目の乾きよりも目の疲れ
を訴える人が多いことなどを説明さ
れました。

また、「スマートフォン老眼とブルー
ライト」についても解説していただき
ました。ブルーライト自体にデメリッ
トのイメージが定着していますが、
生きていくためには必要な波長であ
ること、体内時計を定時化させるこ
とでリラックス効果を生むこと、浴び
るタイミングが重要で、睡眠とホルモ
ン分泌にも関与しているため、日没
以降は過度に浴びないようにしてい
くこと、白内障はブルーライトが遮断
された状態であり、睡眠障害の頻
度が高くなる傾向があることなどを
教えていただきました。

また目に生じる疾患は脳からの指
令で目を守っていることや、老眼治
療の最前線である眼内レンズの度
数を最適に調整できる手術を、綾木
先生のクリニックで実施しているこ
とも教えていただきました。

「緑内障の治療」については、一



特別講演 グランドセントラルタワー Tokyo アイクリニック院長 綾木雅彦先生



指導講演 長野・斉藤克也先生

番大切なのは眼圧を下げつつ必要最小限の薬剤で最大の効果をもたらすように治療することが重要であると述べられました。それには点眼剤をはじめ、内服薬やルテイン、アスタキサンチンなどのサプリメントをきちんとした知識・方法で使用する、緑内障治療薬の点眼薬のインタビューフォームには「機械類の操作や自動車等の運転には従事させない」と記載されており、見落としがちな要項なので注意することが語られました。

続いて「近視と太陽」について、近視の発生には遺伝的要因と環境的要因があり、特に近視0.3未満の子どもの割合がこの30年間で約3倍に増加していることが報告されているそうです。近視により眼球が球形から楕円形になってしまっていること、近視の改善には太陽光の七色の光の中の「バイオレットライト」が有効なので、30分でも屋外で日光浴するよう心がけること、その際、紫外線対策はしっかり行うことも教えていただきました。

次に指導講演として、「こんなにある！ 目の機能低下に悩むお客様に私たちができること」と題して、長野・コウズケヤ薬局中央の斉藤克也先生にご講演いただきました。

創業二百数十年の伝統あるコウズケヤ薬局は、上田市という医薬分業の先進地域で5店舗を経営されています。特に「ルテイン・ゼアキサンチン含有食品」の販売実績を4年で約10倍以上に伸ばした自店の取り組みを細かく説明していただきました。

「フレイル」は「健康」と「介護」の中間の状態ですが、目の機能低下を防ぐためにはルテイン・ゼアキサンチン、アスタキサンチン、鮑貝殻含有食品、ビタミンA・D製剤、各種点眼薬をはじめとする選定品・商品それぞれを適切に活用することが重要であると述べられました。そのための購買決定プロセス「AIDMA（注意：Attention、関心：Interest、欲求：Desire、記憶：Memory、行動：Action）」に沿ったコミュニケーション方法と、各店舗・売り場での商品陳列、POP作成の工夫についての具体的な事例も説明いただきました。

また「ルテイン・ゼアキサンチン含有食品」のサンプリングに際し、対象となったお客さまを、成功事例、実際に購入した方のアンケートなどを紹介いただき、情報をアップデートしながら適切な販促活動を行うことの重要性を強調されたほか、サンプリングは準備＋集中＋記録が大切で

あること、アイフレイルの予防は健康寿命を伸ばすことにつながるということも教えていただきました。また、『エルエル』誌を上手に組み合わせることで、より一層販売拡充につながる手法についても言及されました。

その後、辻伸研修室長の挨拶の後、参加者によるグループディスカッションが行われ、綾木先生、斉藤先生のご講演の感想や、今後の取り組みについて意見交換と情報共有をしました。このグループディスカッションを踏まえて各支部やグループ会に情報を還元してほしいと感じました。

最後に芝田弘之総務研修担当副会長からのご挨拶があり、小川光一学術研修委員による協励五省によりセミナーは締めくくられました。

今回のセミナーは、まさにスペシャリストを養成し、明日からの業務に生かせる充実した内容だったと思います。約1年にわたり準備を進めてくださった事務局、エルエル編集委員会、学術研修委員会の皆さま、各合同支部研修委員長、そして参加いただいた先生方に心より感謝申し上げます。

(レポーター 学術研修委員 竹内一郎)