

ほほ笑み

薬学講座
振り返り号

令和8年6月30日
須山中学校 保健室

6月24日に薬学講座を行いました。1年生は学校薬剤師の矢野先生、2年生は担任の高梨先生、3年生は裾野警察署のスクールサポーター小野様による授業です。中学生になると、自分で薬の管理をするようになる人も多くなります。また、お酒やたばこ、もしかしたら薬物も、中学生の周りには身近に潜んでいるかもしれません。自由な時間が増える夏休みも近づいてきました。改めて、授業の内容を振り返ってみてください。

1年 薬の正しい使い方



学校薬剤師
矢野先生

人には病気やけがから回復する「自然治癒力」が備わっています。この力を助け、早く治したり重くならないようにしたりするのが、薬です。薬の歴史や、錠剤やカプセルなど薬の形の意味、「食前」「食後」「食間」の具体的な正しい時間を確認しました。

班に分かれて、2つの実験に挑戦！

実験① ペタペタ実験



水で濡らした指で
カプセルを触ると…？



指の水が濁いてくると、くっついた！同じことがのどで起こると、薬が胃まで届きません。服薬時には、コップ1杯の水の量が必要なが分かりました。

実験② お茶と水実験



水とお茶に、それぞれ同じ薬を入れてみると…？

お茶の方が黒く濁った…！飲み物に含まれる成分と薬が反応して、薬の効果が弱まったり、効くまでに時間がかかったりすることがあります。薬を水で飲む理由が分かりました。



- 小学校の時より詳しく知ることができた。改めて、正しい薬の使い方が分かった。
- カプセルや錠剤は飲む人のことを考えて、苦みなどを隠していたり、体の中の届けたいところに行くようにしたり、工夫されていることを知って驚いた。
- 薬には副作用やアレルギーがあると知ったので、しっかり説明を見て飲むようにしたい。
- 薬剤師さんが言った通りの飲み方でないと命に関わることもあるので、しっかり薬剤師さんから話を聞いて、気をつけて安全に薬を使っていきたい。

2年 飲酒と喫煙



酒とたばこを、親戚や先輩から誘われたら、どう断る？隣同士で断り方を練習しました。



夏休みにありそうなシチュエーションで…

法律で決められているので吸えません！

ロールプレイにも挑戦

飲酒と喫煙に関する体への影響を中心に学習しました。近年増えている「新型たばこ」や、「ノンアルコール」と表記された商品についても、どういうものなのか正しく理解しました。



アルコールパッチテスト

全員自分の体質をチェック！



お酒が飲める体質だからと言って、たくさん飲んでいいというわけではありません。その分、飲み過ぎに気をつけなくてはなりません。

- たばことお酒は体に良くないと元々知っていたけど、今回詳しい理由を知ることができた。大人になってもなるべく控えようと思った。
- アルコールテストをしてみてもお酒に弱いことが分かったから、20才になって飲み過ぎないようにしたい。
- たばこに含まれる有害物質の効果と恐ろしさを知った。勧められても断る勇気が必要だと思った。
- たばこは吸っている人の方が影響が大きいと思っていたけど、たばこの先から出る副流煙の方が影響が大きいと知った。ショッピングモールなどに喫煙所があるのは大切だと思った。

3年 薬物乱用防止



スクールサポーター
小野様

今年度は、少年少女に関わる事件を担当する現役刑事さんにもお越しいただき、直接メッセージをいただきました。

～未来あるみなさんへ～

本当に信頼できる情報から自分の身を守り、家族との時間や学校生活など目の前に全力で向き合ってください！

薬物の種類や、使用した際に起こる心身の症状、実際の検挙状況などについて、資料や映像から学びました。SNS上で出回る情報の危険性についても考えるきっかけになりました。

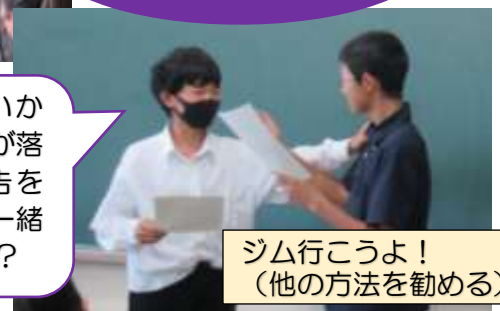


相手が引くまで諦めず断る！

成績が伸び悩む中3受験生。志望校に合格した先輩から、これで集中力があがるよと勧められたら…？

講師の先生も絶賛の演技派ロールプレイ！

ダイエットがうまくいかない…親友から、食欲が落ちる怪しいグミの広告をスマホで見せられて、一緒に買おうと誘われたら？



ジム行こうよ！
(他の方法を勧める)

- 薬物乱用が自分にどのような影響があるのか、周りの人にどのような迷惑がかかるのかがよく分かった。甘い言葉に流されず、きっぱりと断ることが身のためだと思った。
- 一度でも手を染めてしまうと元には戻れない。これからの生活では、後悔をしない選択をしていきたい。
- 友人に誘われても流されずにしっかり断るか、その場から離れて、自分の身は自分で守ろうと思った。
- 多くの方がもっと正しい知識をつけて、薬物乱用する人の数が減ったらいいと思った。友達など身近な人に誘われたら、断るにプラスして、「使っちゃダメだよ」など友達を守るための声掛けをしてあげたい。