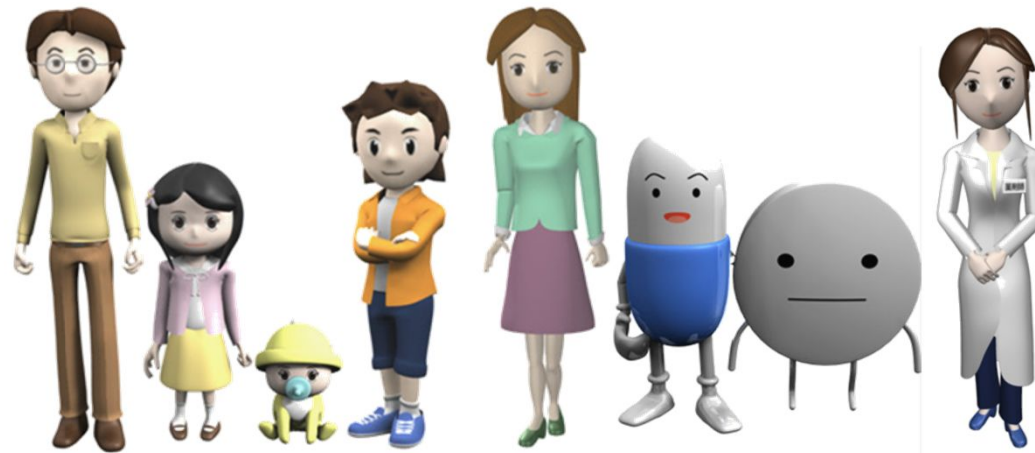


# くすりの 正しい使い方

2008年3月作成（小学生向け）



わたしは  
やくざいし  
薬剤師です

Q

「やくざいし  
薬剤師」は  
なに  
何をしている人だと思おう？



A

びょういん やっきょく しよほう もと  
病院・薬局で、処方せんに基づい  
ちやうざい やっきょく やくてん  
て調剤をしたり、薬局・薬店で、  
くすり う  
薬を売ったりしているよ。

がっこうせいかつ ひつよう  
学校生活に必要な  
ほけん えいせい しごと  
保健衛生の仕事も  
しているよ。



# 健康な毎日を過ごすために

## 健康の3原則

- 適度な運動  
外で元気よく遊んでいるかな？
- 栄養バランスの取れた食事  
食べ物に好ききらいはないかな？  
朝食はしっかり食べているかな？
- 十分なすいみん  
夜ふかしをしてはいないかな？

Q

びょう き おも  
病気かなと思うのは、  
どんな時ときでしょうか？



A

こんな時だよ…

• 熱ねつがある

• せきでが出る

• 体からだがだるい

• 寒気さむけがする

• 鼻水はなみずが止とまらない

• 胃いがいたい

• おなかくだが下る

• 頭あたまがガンガンする



# そんな時<sup>とき</sup>はどうしたら良いのか、 保護者<sup>ほごしゃ</sup>に相談<sup>そうだん</sup>しよう

あたたかくしてねている

お医者<sup>いしゃ</sup>さんにみてもらう

くすりを飲<sup>の</sup>む



Q

びょうき  
病気になったり、ケガをしたら、  
くすりをつか  
使わないと治ら<sup>なお</sup>ないの？





A

からだ びょうき じぶん  
体には、病気やケガを自分で  
なお ちから そな  
治す力が備わっているんだ

それを

し ぜん ち りょく  
「自然治ゆ力」

い  
と言うんだよ。



けんこう こころ からだ  
健康な心と体は、  
とく ちから  
特にその力が  
つよ  
強いんだ。

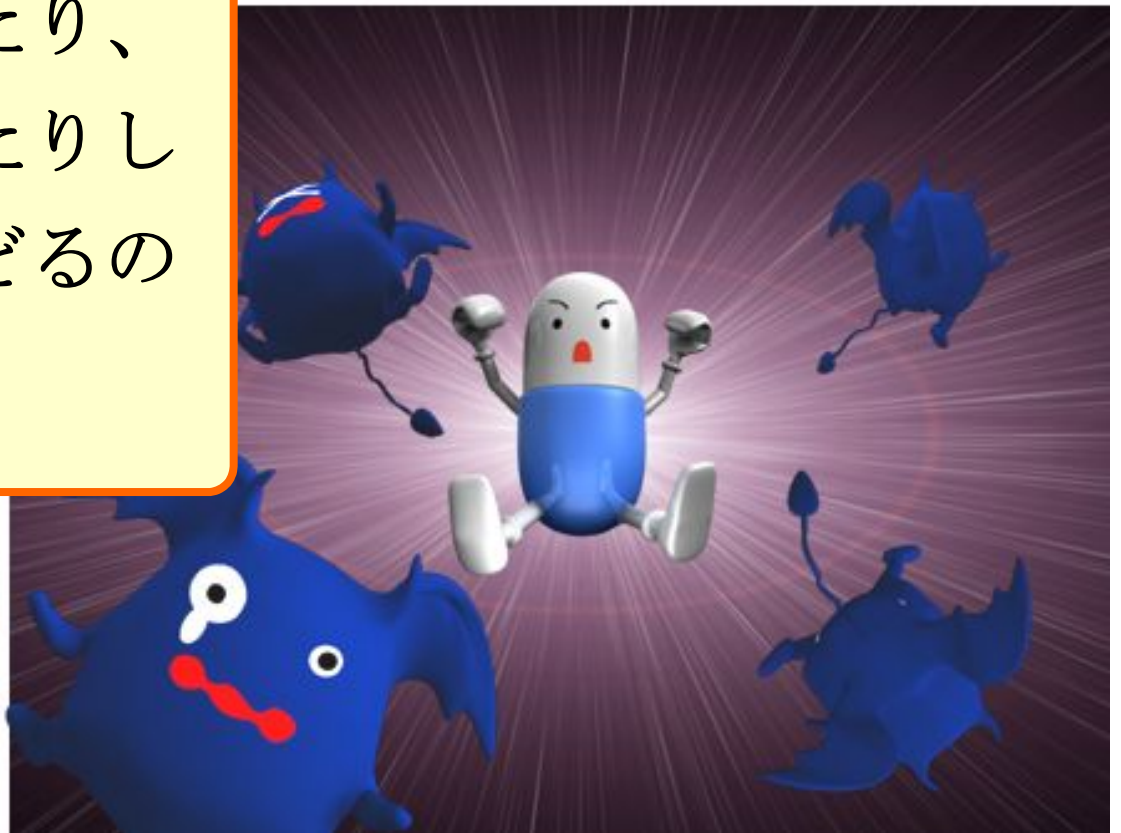
Q

では、  
くすりは、<sup>なん</sup>何のために  
あるの？



# A くすりの働き<sup>はたら</sup>

くすりは、<sup>びょうき</sup>病気やケガを  
<sup>はや</sup>早く<sup>なお</sup>治すのに<sup>やくだ</sup>役立つんだ。  
バイキンをやっつけたり、  
いたみや<sup>ねつ</sup>熱をおさえたりし  
て、<sup>けんこう</sup>健康な<sup>じょうたい</sup>状態にもどるの  
を<sup>たす</sup>助けるんだよ。



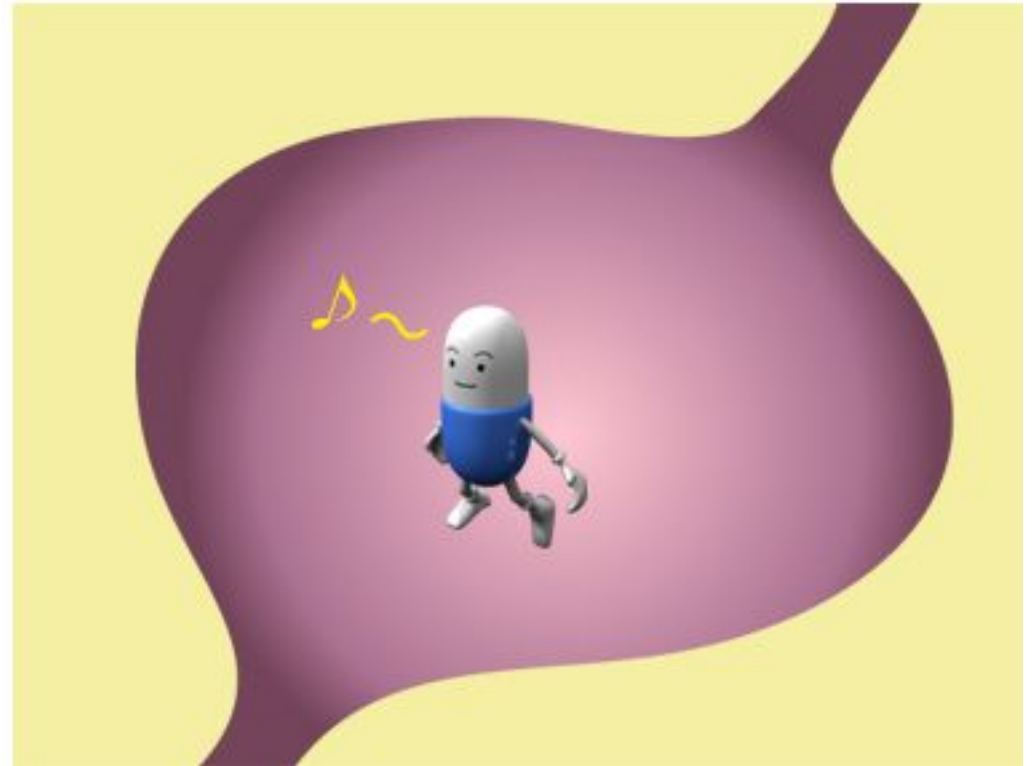
くすりの

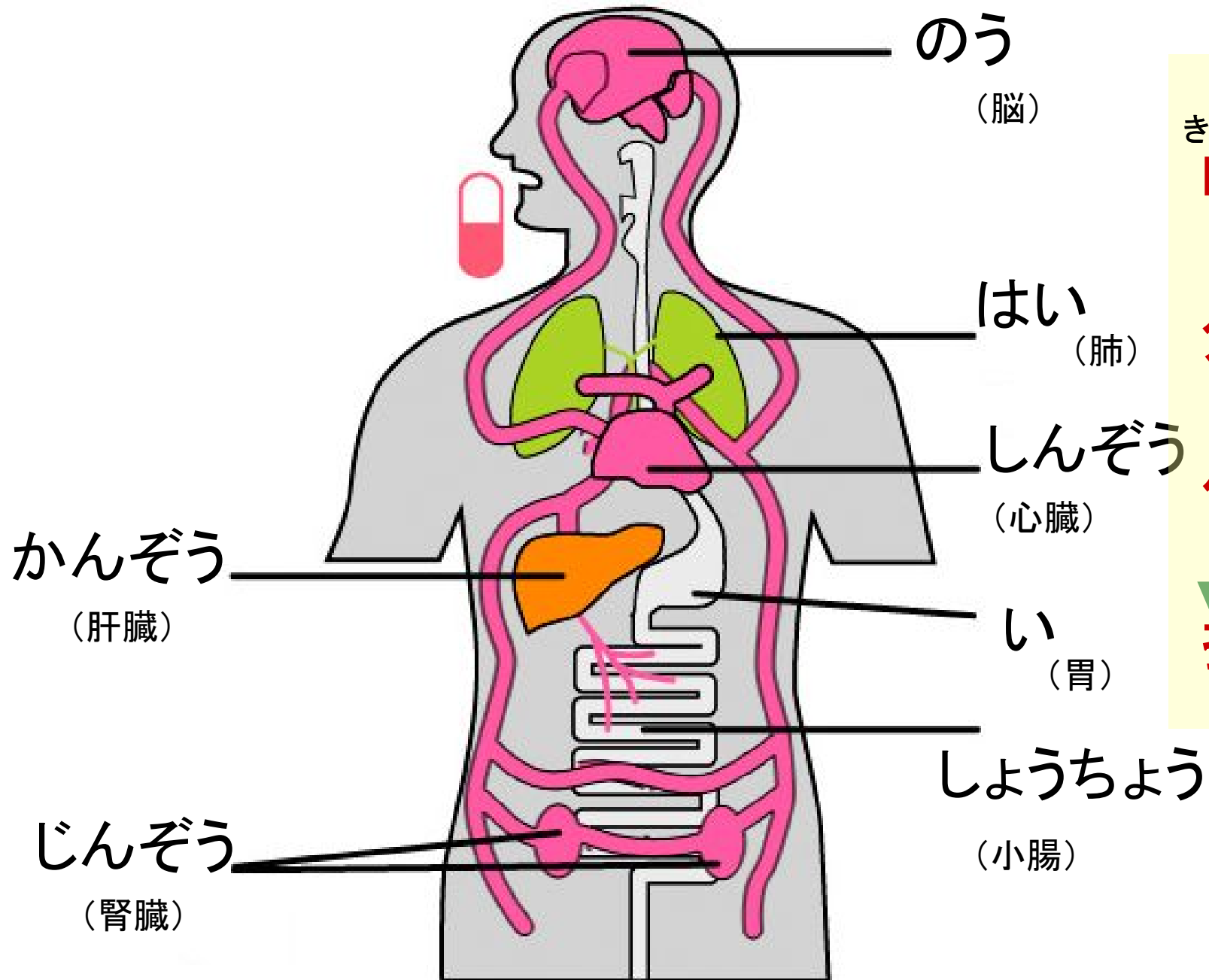
<sup>き</sup>効き<sup>かた</sup>方



Q

からだ なか  
くすりは、体の中を  
どのようにめぐるのが？





きゅうしゅう

**吸収**

ぶんぷ

**分布**

たいしゃ  
**代謝**

はいせつ

**排泄**

Q

けっちゅう  
血中のう度<sup>ど</sup>

くすりの

けっちゅう<sup>けっ ちゅう</sup>  
「血中のう度<sup>ど</sup>」という  
ことば<sup>こと ば</sup>を、知<sup>し</sup>っている？

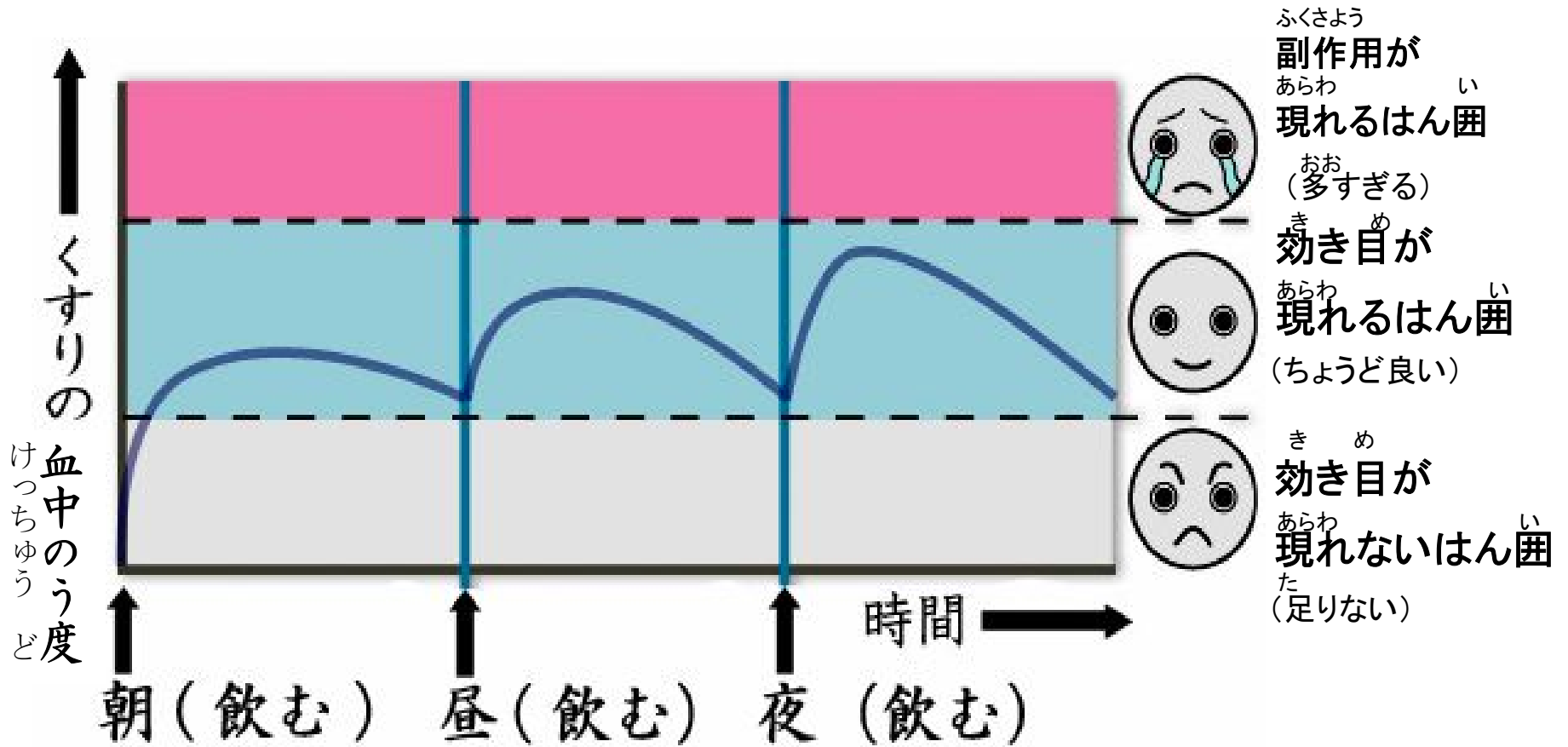
?



# A

## くすりの「血中のう度」とは・・・

- 1日に3回飲むくすりの場合





Q

くすりは、決められた量の  
2倍飲んだり、  
飲む回数を2倍にしたりすると、  
2倍早く治るの？



# A くすりの飲<sup>の</sup>み方<sup>かた</sup>

くすりが一番働<sup>いちばんはたら</sup>くのは、  
「血<sup>け</sup>中<sup>ちゆう</sup>のう<sup>ど</sup>度」、つまり血<sup>け</sup>液<sup>えき</sup>の中<sup>なか</sup>の  
くすりの量<sup>りよう</sup>が、多<sup>おお</sup>くも少<sup>すく</sup>なくもない  
丁<sup>ちゆう</sup>度<sup>ど</sup>良<sup>よ</sup>いはん<sup>い</sup>困<sup>とき</sup>の時<sup>とき</sup>で、  
決<sup>き</sup>められた飲<sup>の</sup>み方<sup>かた</sup>と量<sup>りよう</sup>を<sup>まも</sup>ることで  
その状<sup>じゆう</sup>態<sup>たい</sup>が保<sup>たも</sup>たれているんだ。

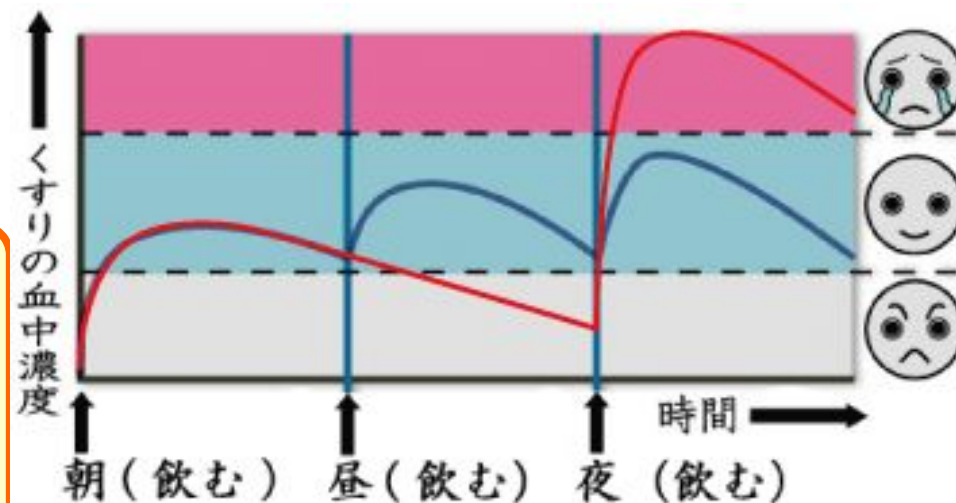
だから、1日<sup>いちにち</sup>に飲<sup>の</sup>む回<sup>かい</sup>数<sup>すう</sup>（用<sup>よう</sup>法<sup>ほう</sup>）と  
1回<sup>かい</sup>に飲<sup>の</sup>む量<sup>りよう</sup>（用<sup>よう</sup>量<sup>りよう</sup>）を<sup>まも</sup>ることが  
大<sup>たい</sup>切<sup>せつ</sup>なんだよ。



たいせつ  
大切!

の飲んだくすりが、決められた量や回数より多いと、「血中のう度」が高くなり副作用を起こすんだ。

また、少ないと「血中のう度」が下がって、効き目が現れないことがあるんだ。



# A <sup>き</sup>決められた<sup>じかん</sup>時間に<sup>の</sup>飲もう

くすりの<sup>せつめいしょ</sup>説明書に<sup>か</sup>書いてある<sup>じかん</sup>時間か、お<sup>いしや</sup>医者さん、<sup>やくざいし</sup>薬剤師さんに<sup>い</sup>言われた<sup>じかん</sup>時間に<sup>の</sup>飲もう。

<sup>の</sup>飲むのを<sup>わす</sup>わすれた<sup>とき</sup>時は  
どうしたら<sup>よ</sup>良いか、  
<sup>やくざいし</sup>薬剤師さんに<sup>き</sup>聞こう。



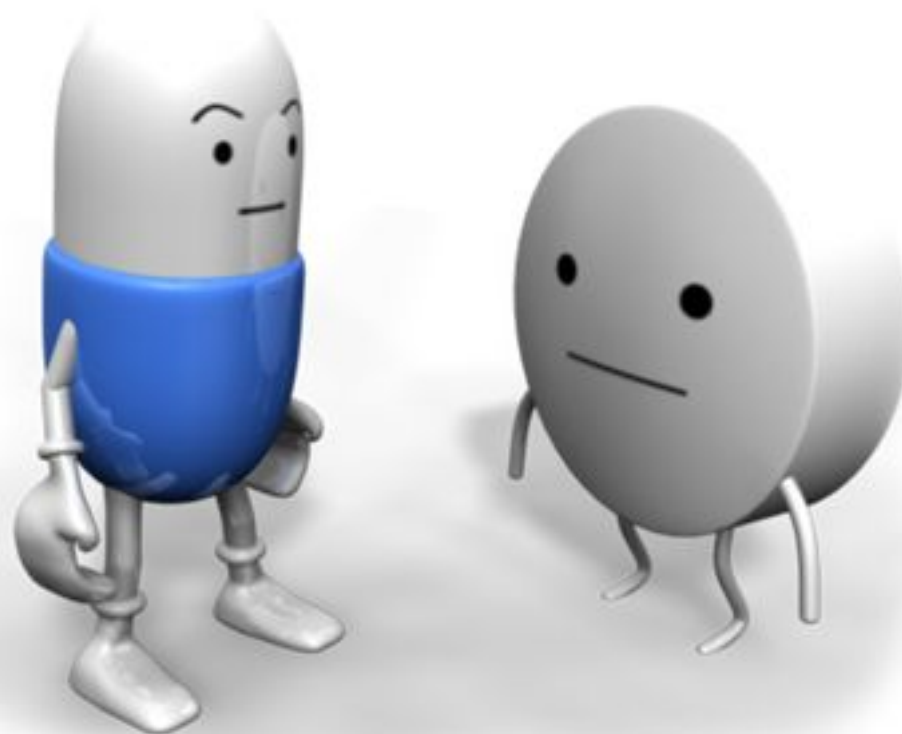
くすりの

しゅ るい かたち  
種類と形



Q

くすりの種類しゅるいには、  
どんな物ものがあるの？



くすりの種類は、  
大きく3つに分けられるよ

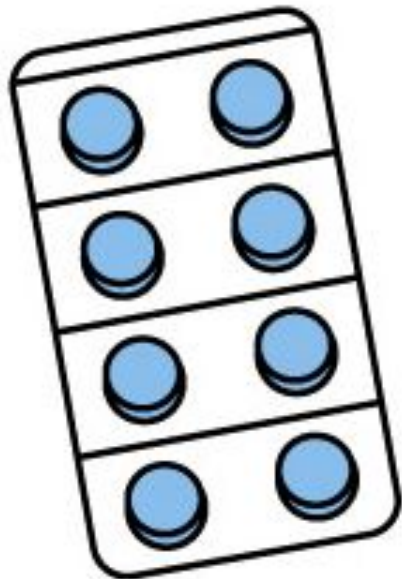
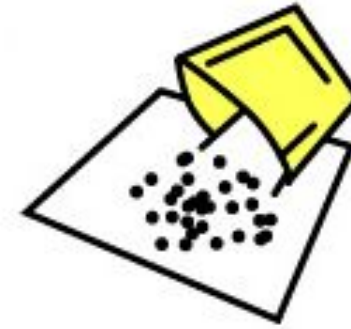
内服薬：口から飲むくすり

外用薬：はったり、ぬったりする

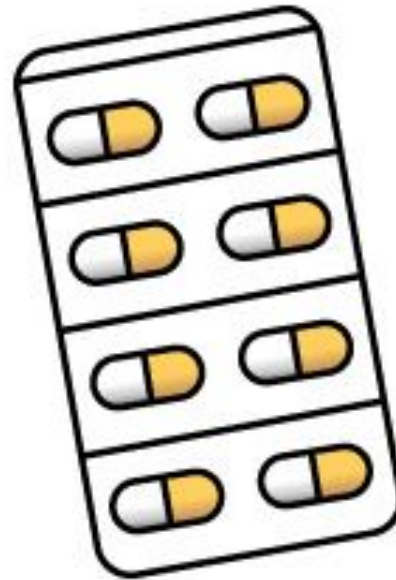
くすり  
注射薬：直接体の中に入れる  
くすり

ない ふく やく  
**内服薬**

こな ぐすり  
**粉薬**



じょうざい



カプセルざい



シロップざい



がい よう やく  
**外用薬**



ぐすり

**ぬり薬**

(なんこう、クリーム、ローション)



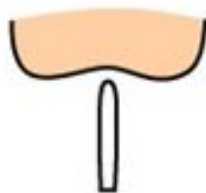
**エアゾール**

(スプレー)



ぐすり

**はり薬**



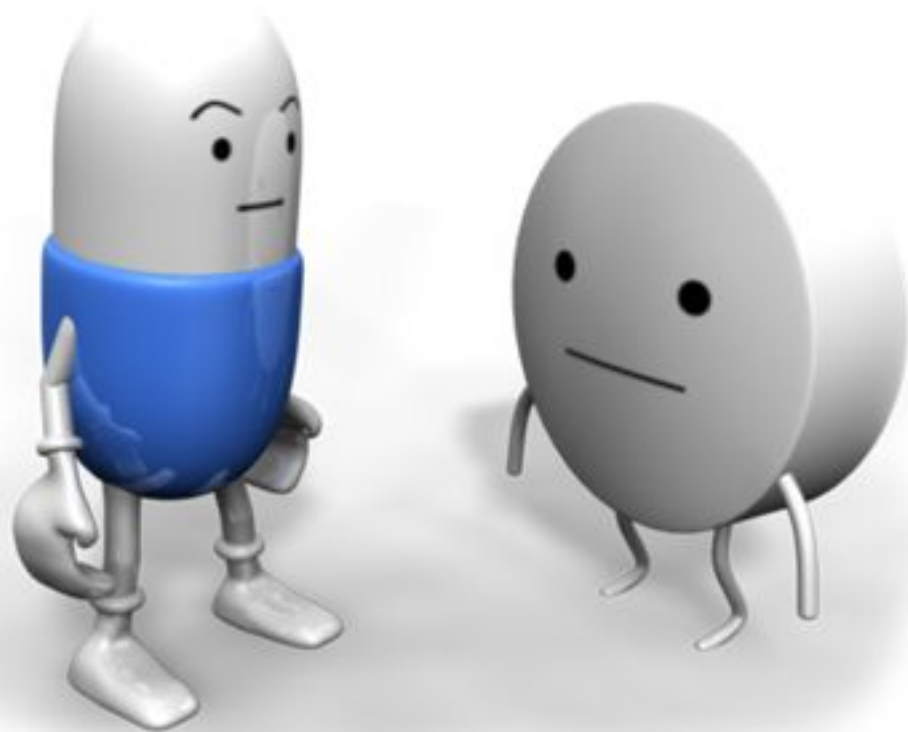
やく  
**ざ薬**



めぐすり  
**目薬**

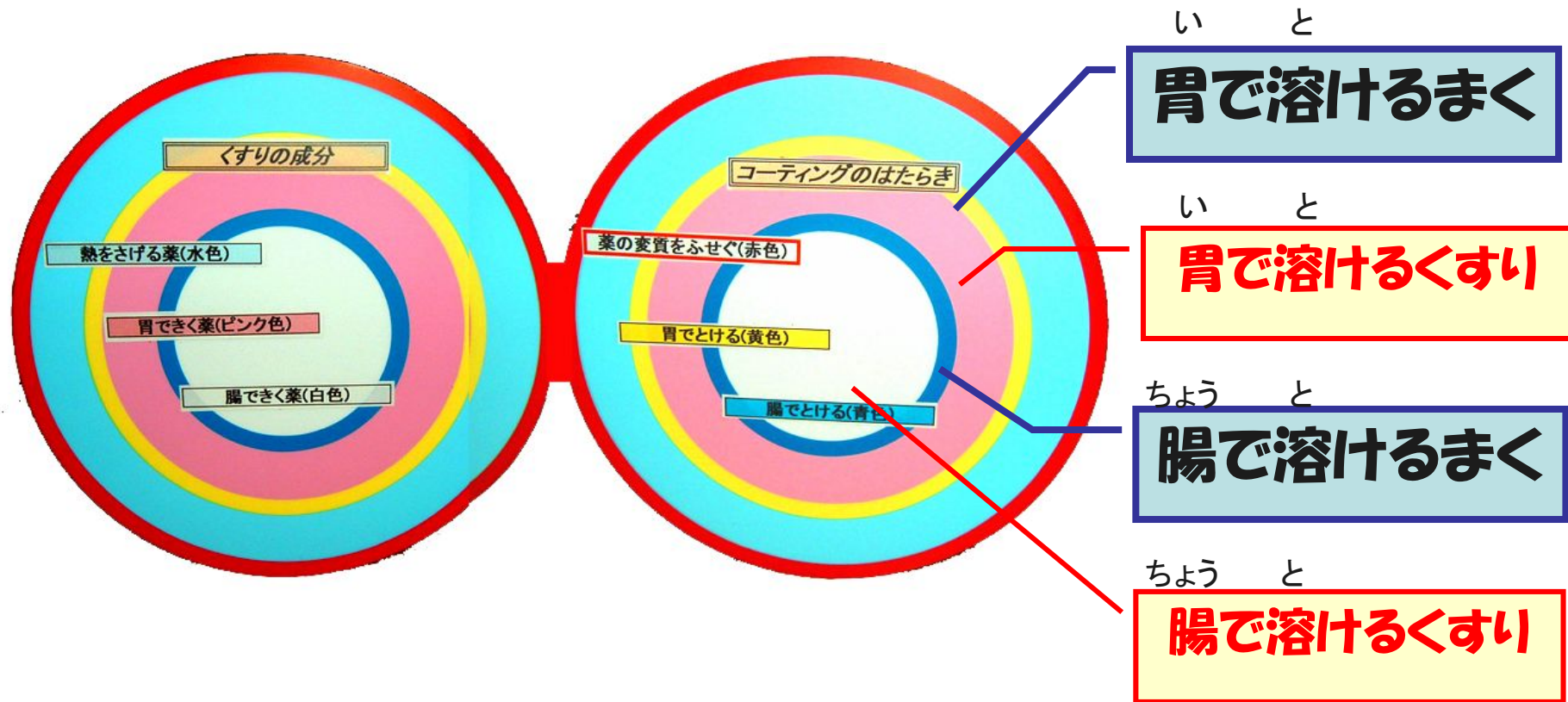
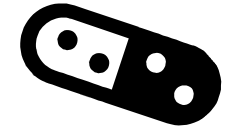
Q

なぜ じょうざいやカプセルざいに  
してあるのだろうか？





# 「じょうざい」にはこんな 「仕かけ」もあるよ





なか  
カプセルの中のツブツブに、このよ  
うな工夫くふうを加くわえることがあるよ



たと  
例えば…



き  
すぐ効くツブ

き  
ゆっくり効くツブ

い  
胃でとけるツブ

ちょう  
腸でとけるツブ

いたみをおさえるツブ

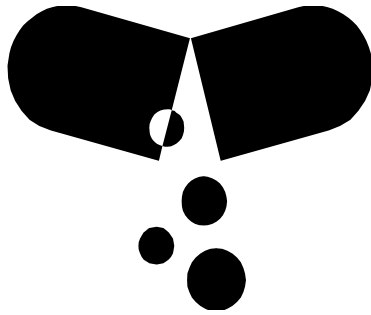
ねつ  
熱を下げるツブ

実験!  
じっけん

# あじみじっけん カプセル味見実験

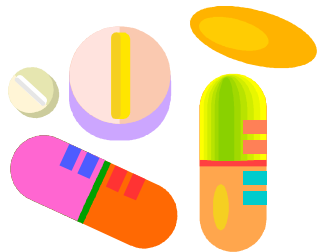


1



2

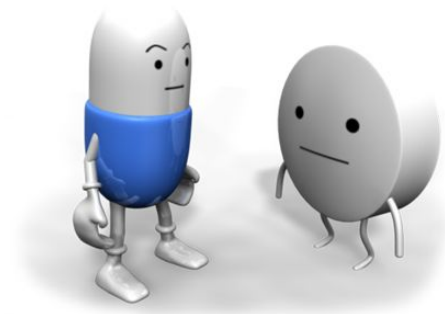
なかみ あじ  
中身の味は…?!



※通常は、絶対にしてはいけません。  
この実験は、ビタミンCを使って行っています。

# A

- くすりの<sup>にが</sup>苦い<sup>あじ</sup>味などをかくし、<sup>の</sup>飲み<sup>やす</sup>易くさせるため
- <sup>も</sup>持ち<sup>はこ</sup>運ぶ<sup>べんり</sup>のに便利だから
- <sup>き</sup>効き<sup>かた</sup>方に<sup>く</sup>工夫<sup>ふう</sup>（<sup>と</sup>ゆっくり溶けるようにするなど）ができるから



# くすりを 飲む<sup>の</sup>時<sup>とき</sup>の注意<sup>ちゅうい</sup>



Q

くすりは、<sup>おも</sup>思いついた<sup>とき</sup>時に  
<sup>の</sup>飲めば<sup>よ</sup>良いのかな？





# A <sup>き</sup>決められた<sup>じかん</sup>時間に<sup>の</sup>飲もう

くすりの<sup>せつめいしょ</sup>説明書に書いて  
ある<sup>じかん</sup>時間か、お<sup>いしや</sup>医者さん、  
<sup>やくざいし</sup>薬剤師さんに言われた  
<sup>じかん</sup>時間に<sup>の</sup>飲もう。

<sup>の</sup>飲むのをわすれた<sup>とき</sup>時は  
どうしたら<sup>よ</sup>良いか、  
<sup>やくざいし</sup>薬剤師さんに<sup>き</sup>聞こう。



Q

くすりは、1回<sup>かい</sup>くらい  
飲<sup>の</sup>みわすれても  
だいじょうぶ？

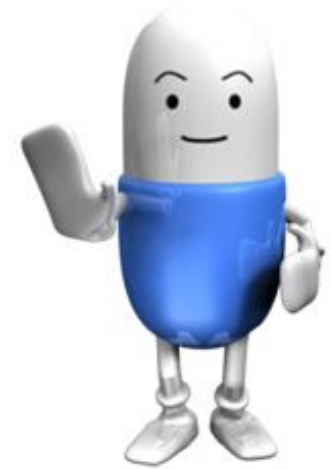




# A くすりは、<sup>ただ</sup>正しい<sup>つか</sup>使い<sup>かた</sup>方をしないと <sup>き</sup>効き<sup>め</sup>目が<sup>あらわ</sup>現れないよ

の飲みわすれをしないように<sup>ちゅうい</sup>注意しよう。

もし、<sup>の</sup>飲むのをわすれたことに<sup>きづ</sup>気付いたら、<sup>つぎ</sup>次の3つの<sup>ほうほう</sup>方法で<sup>たいおう</sup>対応しよう。



- ① <sup>やくそく</sup>約束の<sup>の</sup>飲む<sup>じかん</sup>時間からあまり<sup>じかん</sup>時間が<sup>た</sup>経っていない場合は、<sup>ばあい</sup>できるだけ<sup>はや</sup>早く<sup>の</sup>飲み、<sup>つぎ</sup>次に<sup>の</sup>飲む<sup>じかん</sup>時間を<sup>すこ</sup>少しおくらせる。
- ② <sup>つぎ</sup>次に<sup>の</sup>飲む<sup>じかん</sup>時間まで、あまり<sup>じかん</sup>時間がない場合は、<sup>ばあい</sup>1回分<sup>かいぶんの</sup>飲むのを<sup>と</sup>飛ばす。だからといって、<sup>つぎ</sup>次に<sup>かいぶん</sup>2回分を<sup>の</sup>まとめて飲むのは、<sup>ぜったい</sup>きけんなので<sup>絶対</sup>にしてはいけない。
- ③ よく<sup>わ</sup>分からない<sup>とき</sup>時は、<sup>じぶん</sup>自分<sup>かっ</sup>勝手に<sup>はんたん</sup>判断しないで<sup>ほごしゃ</sup>保護者に<sup>そうだん</sup>相談しよう。

# くすりは、指示された時に正しく飲もう

しよくぜん  
食前

しよくじ まえ ぶん  
食事を<sup>する</sup>前、30分<sup>から</sup>  
1時間<sup>以内</sup>に飲む

しよくご  
食後

しよくじ おわ あと ぶん  
食事が<sup>終</sup>った後、30分<sup>以内</sup>  
に飲む

しよっかん  
食間

しよくじ しよくじ あいだ  
食事と食事の間、  
前の食事<sup>から</sup>2時間<sup>ぐらい</sup>後  
<食事の最中に飲むことではないよ>

まえ  
ねる前

ぶん じかん まえ の  
ねる30分<sup>から</sup>1時間<sup>前</sup>に飲む（しゅうしん<sup>前</sup>）

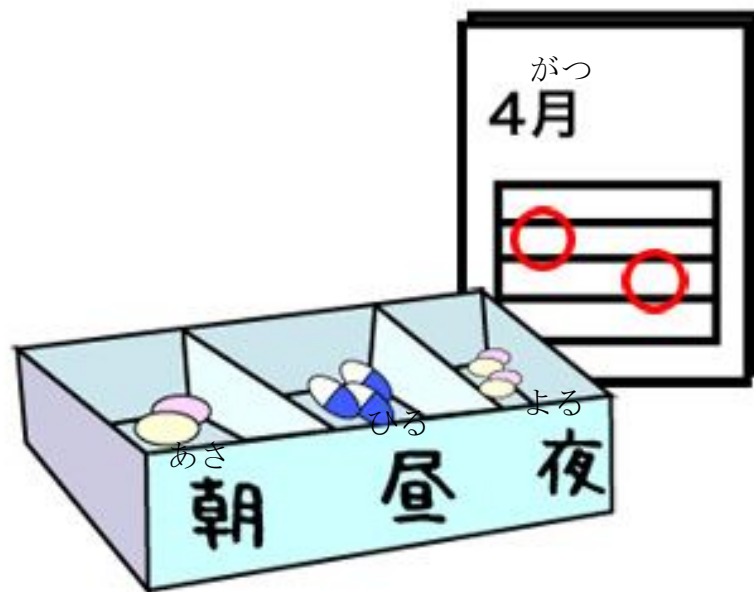
とんぷく

しょうじょう いっ たん おさえるため、しょうじょう <sup>で</sup> 出た時に  
飲む <例えば> 熱<sup>が</sup>出た時に飲む  
いたみが<sup>で</sup>出た時に飲む



# の 飲みわすれをしないように 工夫してみよう

みじか  
身近にお年寄りとしよがいる人ひとは、  
くすりを飲のみわすれたりしないよう  
に教おしえてあげよう。



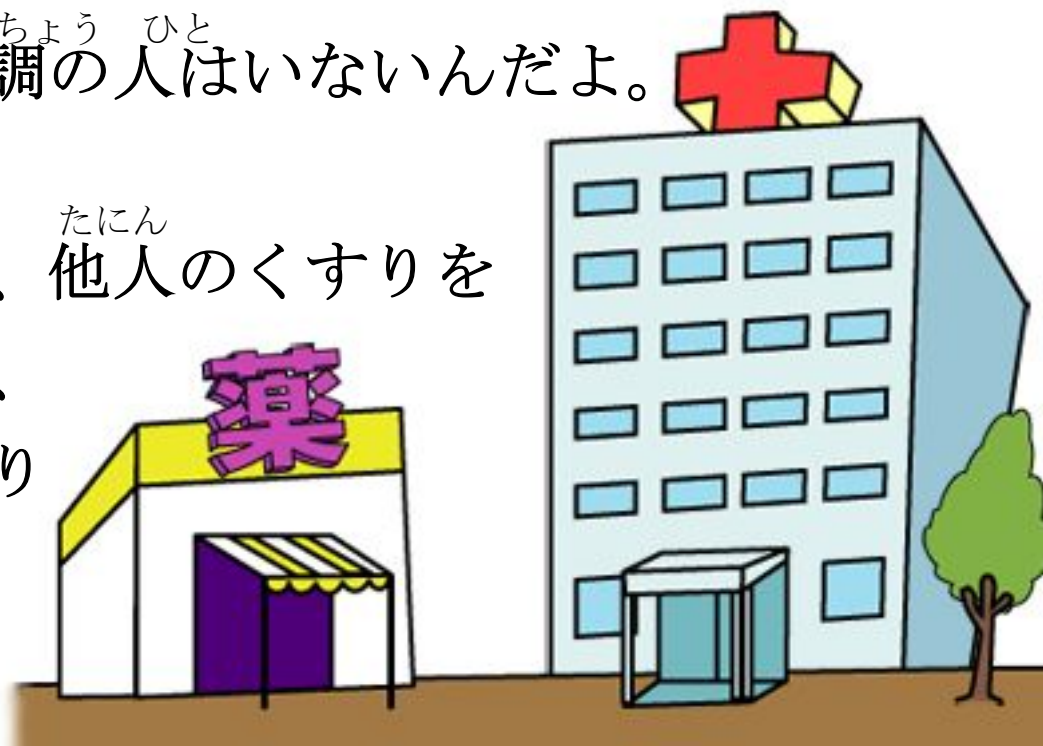
Q

兄弟きょうだいや身近みぢかな人ひとと同じおなじしょう状じょうが  
で  
出たら、くすりをいっしょに  
つかつかってよも良いの？



# A 自分でもらったくすり以外は、 絶対に飲まない

- お医者さんが出すくすりは、かん者さんの状態に合わせているもので、そのかん者さんだけのくすりだよ。
- 自分と全く同じ体質や体調の人はいないんだよ。
- 同じしょう状だと思って、他人のくすりを使くと、効かなかったり、かえって、ひどくなったりすることがあるんだよ。



Q

<sup>まえ</sup>前と同じ<sup>おな</sup>じ<sup>じょう</sup>しょう状なので、  
<sup>まえ</sup>前にもら<sup>あま</sup>って<sup>あま</sup>余っている  
くすりを<sup>つか</sup>使<sup>よ</sup>っても良いの？



?





# A <sup>まえ</sup>前にもらったくすりは<sup>つか</sup>使わない

<sup>おな</sup>同じ<sup>じょう</sup>しょう状のようでも<sup>げんいん</sup>原因が<sup>ちが</sup>違うこと  
とがあつたり、その<sup>とき</sup>時その<sup>とき</sup>時で<sup>からだ</sup>体の<sup>じょう</sup>状  
<sup>たい</sup>態はちがうんだ。

お<sup>いしや</sup>医者さんは<sup>ぢや</sup>かん者さんの<sup>じょうたい</sup>状態に<sup>あ</sup>合わ  
せてくすりを<sup>だ</sup>出しているんだ。

そして、くすりにも「<sup>しやうきげん</sup>使用期限」があ  
るんだよ。



Q

くすりは、  
どんな飲み物<sup>の</sup>で飲む<sup>もの</sup>のかな？

?



1. コーラ



2. お茶<sup>ちや</sup>



3. 水<sup>みず</sup>



A

くすりは、  
どんな飲み物<sup>もの</sup>で飲むのかな？

1. コーラ



2. お茶<sup>ちや</sup>



3. 水<sup>みず</sup>



たいせつ  
大切!

# みず 水かぬるま湯<sup>ゆ</sup>で飲<sup>の</sup>もう

お 茶<sup>ちや</sup> : くすりの効<sup>き</sup>き目<sup>め</sup>が弱<sup>よわ</sup>くなることがある

牛<sup>ぎゅう</sup>に ゆう : くすりが効<sup>き</sup>くのに時<sup>じ</sup>間<sup>かん</sup>がかかり過<sup>す</sup>ぎること  
ことがある

コ ー ラ : カフェインが効<sup>き</sup>き過<sup>す</sup>ぎて、ねむれなく  
なったりすることがある

ジュース : 果<sup>くだもの</sup>物<sup>の</sup>や野<sup>やさい</sup>菜<sup>の</sup>の成<sup>せい</sup>分<sup>ぶん</sup>はくすりの効<sup>き</sup>き目<sup>め</sup>を  
変<sup>か</sup>えてしまうことがある

実験!  
じっけん

# お茶にくすりを加えると？

1

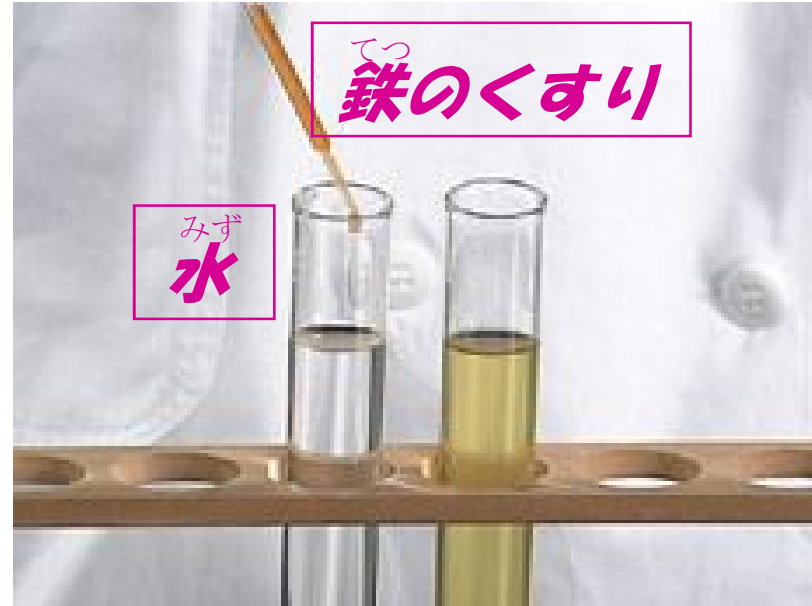


鉄のくすり

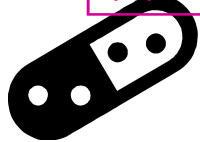
みず  
水

ちや  
お茶

2



3





みず  
**水**

ちや  
**お茶**

**ちんでんができる**

Q

くすりは、どの位の量の  
水で飲んだら良いの？



# A

## コップ1ぱいの水かぬるま湯で飲もう

水の量が少ないと、  
くすりが、のどのと中で  
止まってとけ出してしまい、  
のどがはれたり、いたくなっ  
たりすることがあるんだ。



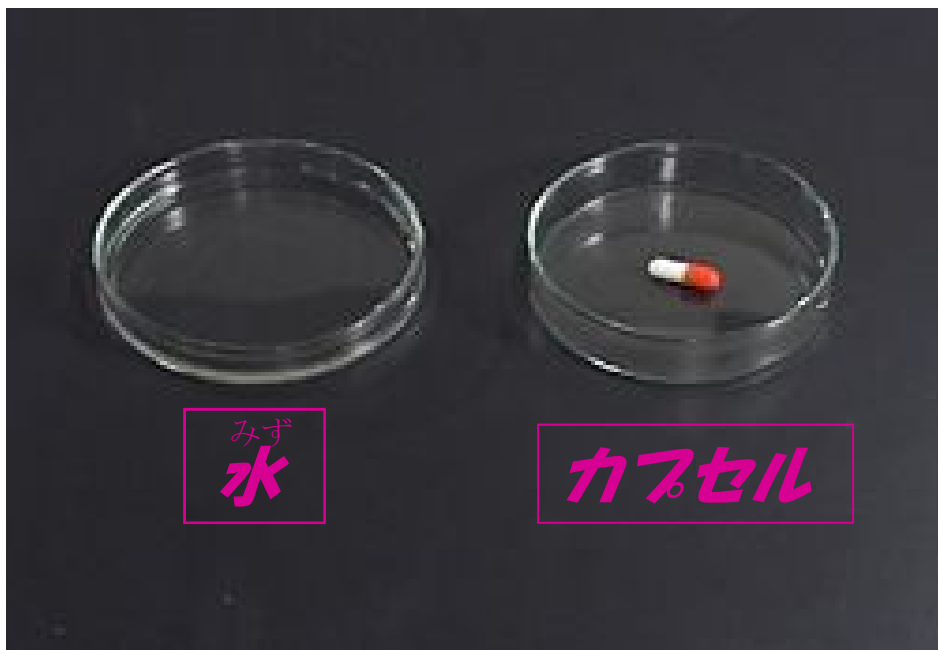


実験!  
じっけん

# じっけん ペタペタ実験



1



2



3





<sup>ゆびさき</sup>指先と同じことが<sup>おな</sup>のどで<sup>お</sup>起こると、  
カプセルがのどでとけることになる。

Q

くすりは、おかしのように、  
かんでから飲みこむ  
ほうが良いの？



A

くすりは、かんだり、カプセル  
を外して飲んではいけないよ



# くすりの ほかん 保管について



Q

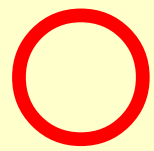
くすりは、きちんと管理かんりすることが大事だいじだよ。

では、どんなことに注意ちゅういすれば良いよのかな？



# A

## くすりは、こうやって保管しておこう



くすりは、いつも同じ所おな ところにきちんと保管ほ かんしておくと、すぐに取り出だすことができるんだ。



殺虫きつちゆうざいや防虫ぼうちゆうざいとは絶対ぜったいにいっしょに保管ほ かんしない。



温度おん ど たかの高い所、  
しっ気けのある所ところ、  
日光にっこうが直接ちよくせつ当る所あた ところ、  
だんぼう器具きぐの  
そばなどはダメ。

大切！  
たいせつ

くすりは、

あか 赤ちゃんのそばに置かない  
お

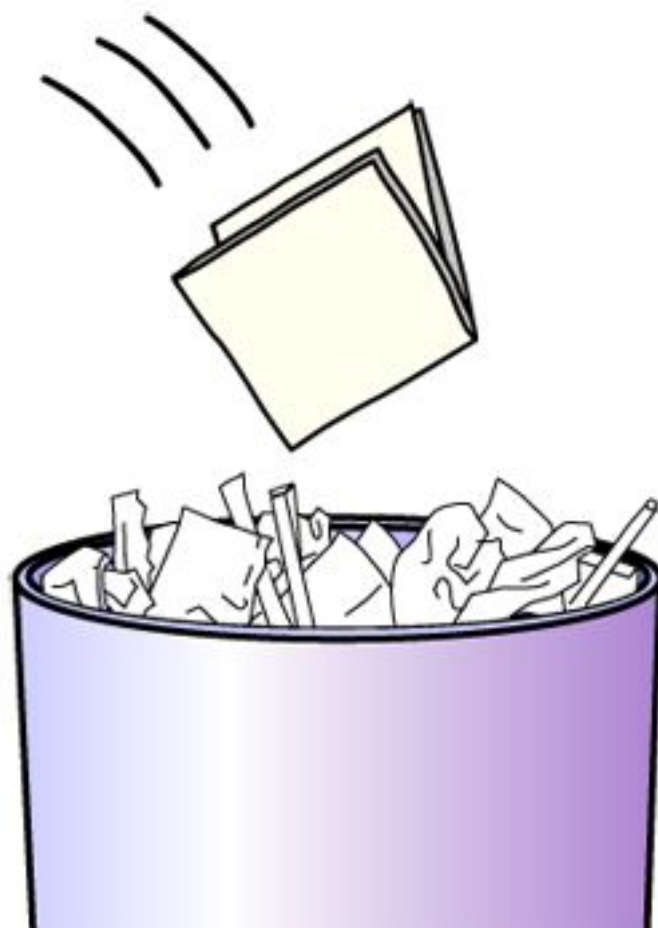
あか 赤ちゃんは何でも口くちに  
い 入れてしまうくせがあるから、  
くすりが入はいっているふくろやビン  
をあか 赤ちゃんの手てのとどく所ところに  
お 置かないようにしよう。





Q

くすりが入っていた<sup>はい</sup>箱<sup>はこ</sup>やふくろは  
じゃまなので、すてても良いの？



# A

## 箱はこやふくろ、説明書せつめいしょなどは 使いつか終わおるまで保管ほかんする

説明書せつめいしょには、  
飲み方の かたなど大事だいじなことが書かいてあるよ。

使いつか終わおるまで  
いっしょにしまっておこう。  
また、受け取うった日付ひづけと薬局やっきょく  
の名前なまえを書かいておこう。



# くすりを飲む時の7つの約束

- ①. 毎日決まった時間にくすりを飲みます。
- ②. くすりを飲む量を守ります。
- ③. 病気が治ったと思っても決められた日までくすりを飲み続けます。
- ④. 他の人からもらってくすりを飲んだりしません。
- ⑤. 他の人に自分のくすりをあげたりしません。
- ⑥. 前の病気の時にもらったくすりは使いません。
- ⑦. くすりはいつもきちんと整理して保管します。

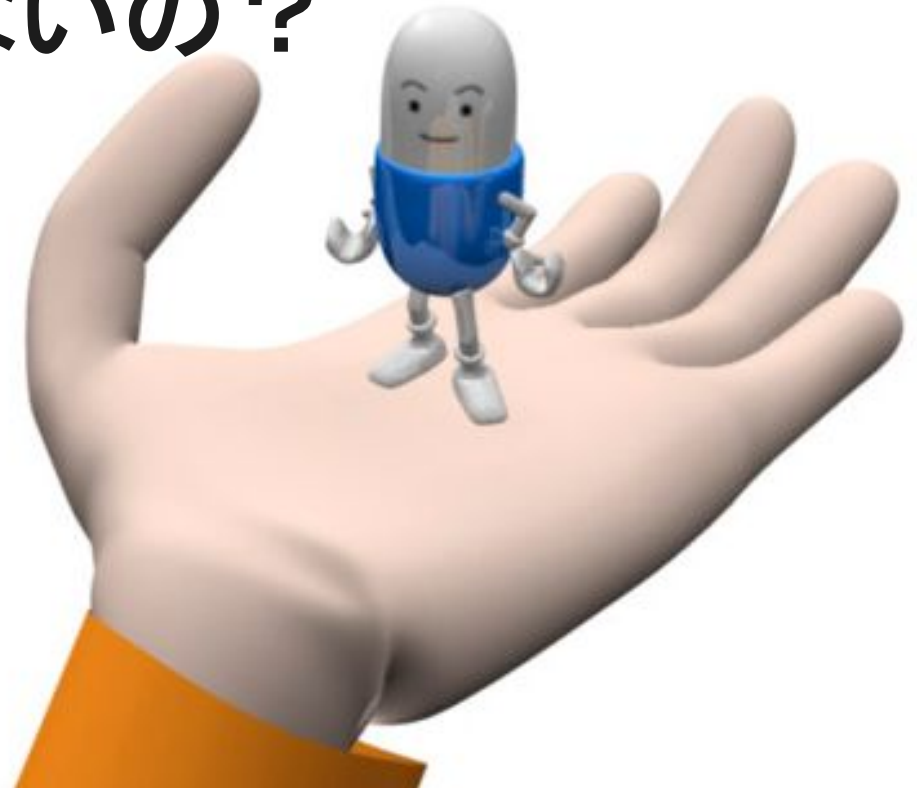


# くすりの副作用



Q

くすりは、<sup>びょうき</sup>病気が<sup>なお</sup>治るのを  
<sup>たす</sup>助けるだけで、  
<sup>からだ</sup>体に<sup>わる</sup>悪いことはしないの？



# A 人によっては、くすりで副作用が 起こってしまう場合があるよ

いっばん びょうき なお さよう しゅさよう もくてき さよう い  
一般に、病気を治す作用を「主作用」（目的の作用）と言い、  
それ以外の作用を「副作用」と言うんだ。



だから、主作用をできるだけ高め、副作用をできるだけおさえる  
ことが、大切なんだよ。

Q

では、くすりには、  
どんな副作用があるの？



A

からだ  
体がかゆくなる

ねむくなる

い  
胃がムカムカする

あか  
赤いボツボツ  
で  
が出る

おなかが  
いたくなる





A

きもわる  
気持ちが悪い

むねがドキドキする

あたま  
頭がフラフラする

びちびち  
ウンコが<sup>で</sup>出る

・・・などなど



※いっぱいあるようにみえるけど、実際はほとんど<sup>じつじ</sup>で出ることはないよ。

# 副作用ふく さ ようが起きる原因おにはこんな物げん いんがあるよもの

①くすりの元もとの性質せいしつ

②くすりを正ただしく使つかわなかった時とき

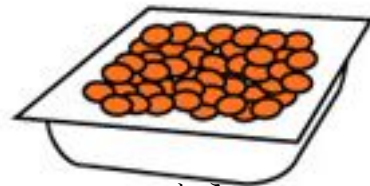
③自分じぶんの体質たいしつ、または体調たいちょう

④くすりと飲のみ物ものや食たべ物ものとの飲のみ合あわせ、  
食たべ合あわせ

⑤くすりとくすりと飲のみ合あわせ



くすりにには「<sup>の</sup>飲み<sup>あ</sup>合わせ」と言<sup>い</sup>って、  
<sup>た</sup>食<sup>もの</sup>べ物<sup>の</sup>や<sup>もの</sup>飲<sup>もの</sup>み物<sup>の</sup>によ<sup>っ</sup>て、  
<sup>き</sup>効<sup>め</sup>き<sup>か</sup>目<sup>か</sup>が<sup>わ</sup>ら<sup>わ</sup>る<sup>こ</sup>と<sup>が</sup>あ<sup>る</sup>よ



<sup>とう</sup>  
な<sup>づ</sup>豆



グ<sup>レ</sup>ー<sup>プ</sup>フ<sup>ル</sup>ー<sup>ツ</sup>  
ジ<sup>ュ</sup>ー<sup>ス</sup>



<sup>ぎ</sup>ゅう  
牛<sup>に</sup>ゆ<sup>う</sup>



<sup>ち</sup>や  
お<sup>茶</sup>



<sup>けんこうしょくひん</sup>   <sup>おな</sup>   <sup>お</sup>   <sup>ば</sup>   <sup>あい</sup>   <sup>き</sup>   <sup>つ</sup>  
サ<sup>プ</sup>リ<sup>メ</sup>ン<sup>ト</sup>(<sup>けん</sup>康<sup>しょく</sup>食<sup>ひん</sup>)<sup>でも</sup>、<sup>お</sup>な<sup>じ</sup>こ<sup>と</sup>が<sup>お</sup>こ<sup>る</sup>場<sup>あ</sup>い<sup>は</sup>合<sup>わ</sup>い<sup>る</sup>場<sup>あ</sup>い<sup>は</sup>合<sup>わ</sup>る<sup>こ</sup>と<sup>が</sup>あ<sup>る</sup>か<sup>ら</sup>気<sup>を</sup>付<sup>け</sup>よう!

の あと  
くすりを飲んだ後は、  
じぶん からだ じょうたい かん さつ  
自分の体の状態をよく観察しよう

ぐあい よ  
具合が良くなった  
かな？

か  
変わらないかな？



これは  
飲んだ本人にしか  
分からない  
大切なこと!!

なに  
いつもとちがって何か  
へん ぐあい  
変な具合になって  
いないかな？



Q

くすりを飲んで副作用が  
出たら、どうしたら良いの？



A

副作用が出たら、

ほごしゃ はな

すぐに保護者に話そう

すぐに、保護者に話して、  
くすりを出したお医者さん  
や薬剤師さんに聞いて  
もらおう。

使うのを止めることもあるし、  
逆に、急に止めてはいけない  
くすりは、使い方を変えたり  
するんだ。



か かり つ け 薬 局 と  
お 薬 手 帳



大切！  
たいせつ



“かかりつけ薬局、薬剤師さん”に  
自分のしょう状や体質を話して、どのくすり  
が良いのか相談することが大事だよ

“かかりつけ薬局” を持つ理由

おなじ効き目の薬が他にも出ていないかどうかを  
チェックし、飲み合わせをチェックしてくれる。

いつも同じ薬局に相談していると、自分の体質を  
知ってもらふことにより、健康管理をしてもらえ  
たりする。



くすり て ちょう し

# Q 「お薬手帳」を、知ってる？



# A

くすり てちょう

## 「お薬手帳」とは・・・

びょういん  
病院で・・・

いつもとちがう病院びょういんに行った時ときや、2か所以上しよいじょうの病院びょういんでみてもらう時ときに手帳を見せると過去かこにかかった病びょう気きやどんなくすりくすりを飲のんでいたかかを、分わかってもらえるよ。



やっきよく  
薬局で・・・

くすりの名な前まえ、飲のむ時じ間かんや量りょう、回かい数すうなど、飲のみ方かたの注ちゅう意いを書かきこんでもらおう。

どぶん  
自分で・・・

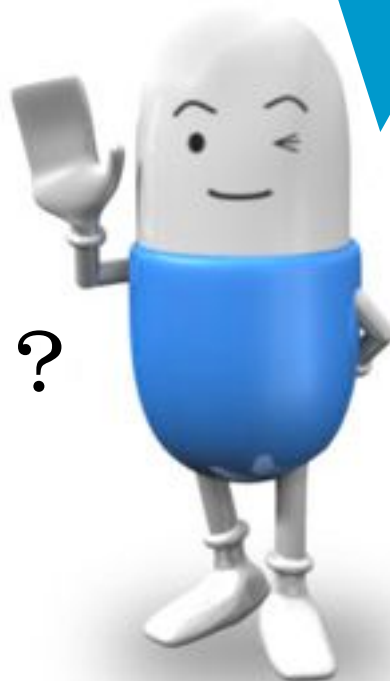
薬局やっきよくで買かったくすり（一いっ般ぱん用よう医い薬やく品ひん）やサプさリメりンんト（健けん康こう食しょく品ひん）を飲のんだ時ときは、くすりの名な前まえや、何なん回かい飲のんだかかを書かいておこう。

くすりの副ふく作さく用ようやアあレれルるギぎーが起おきた時ときは、その内ない容ようを書かいておこう。

■ 「お薬手帳」は、保ほ護ご者しゃに管かん理りしてもらおう。

おわり

くすりの<sup>ただ</sup>正しい  
<sup>つか</sup>使い方は  
<sup>り</sup>理解できたかな？



本スライドは、平成19年度厚生労働省  
補助金により制作しました。

企画編集

社団法人 日本薬剤師会  
医薬品適正使用啓発推進事業検討会

制作協力

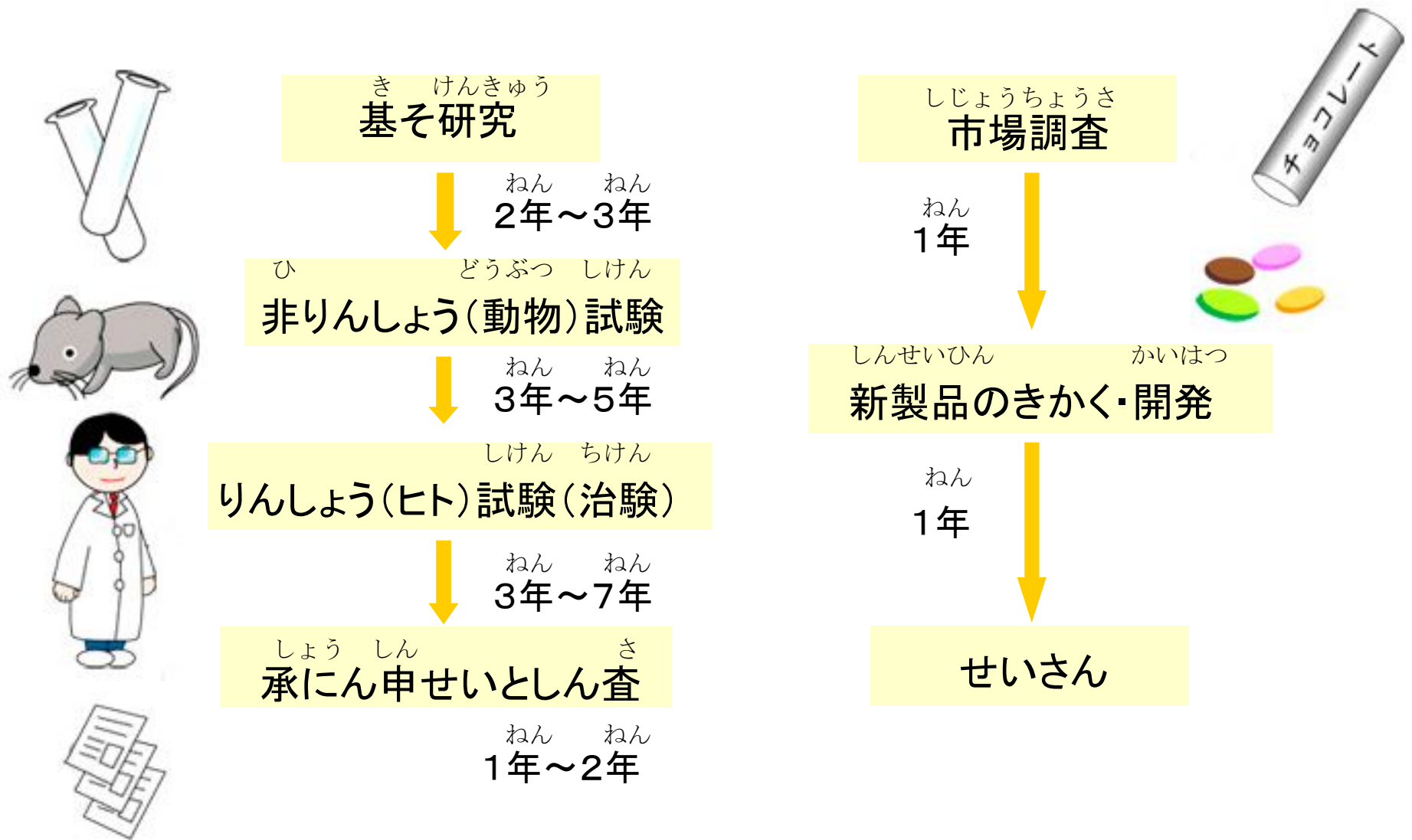
くすりの適正使用協議会

追加スライド

くすりが  
できるまで



# くすりができるまで ~チョコレートと比較してみよう~

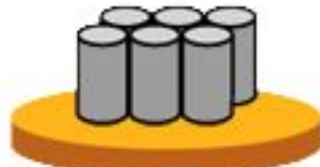


かいはつ                      なが ねんげつ                      ひょう やく おくえん  
くすりが開発されるまで、長い年月と、たくさんの費用(約500億円)がかかるよ。

(出典: 福島県立医大附属病院 斎藤百枝美先生、編集: くすりの適正使用協議会)

こう じょう  
**工場**でくすりができるまで

**じょうざい**  
ば あい  
の**場合**



げんりょう はこ  
**原料**を運びこみ  
いっ ぽかん  
**一たん保管**する

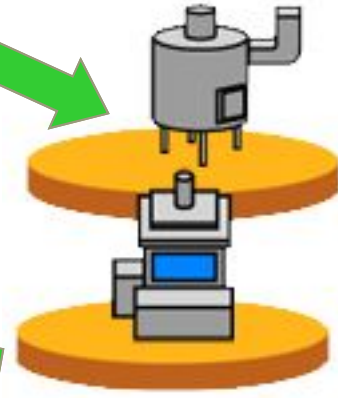


げんりょうせいかく はか  
**原料**を正確に量る



げんりょう ま  
**原料**を混ぜて  
ね あ  
**練り**合わせる

こま  
細かいつぶにして  
かんそうさせる

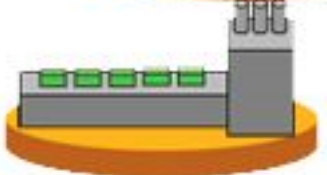


つく  
**じょうざい**を作る



**コーティング**  
(さとうなどをじょうざいにかぶせる)

な けんさ  
**いじょう**が無い**か**検査する



ほう  
**包**そうする

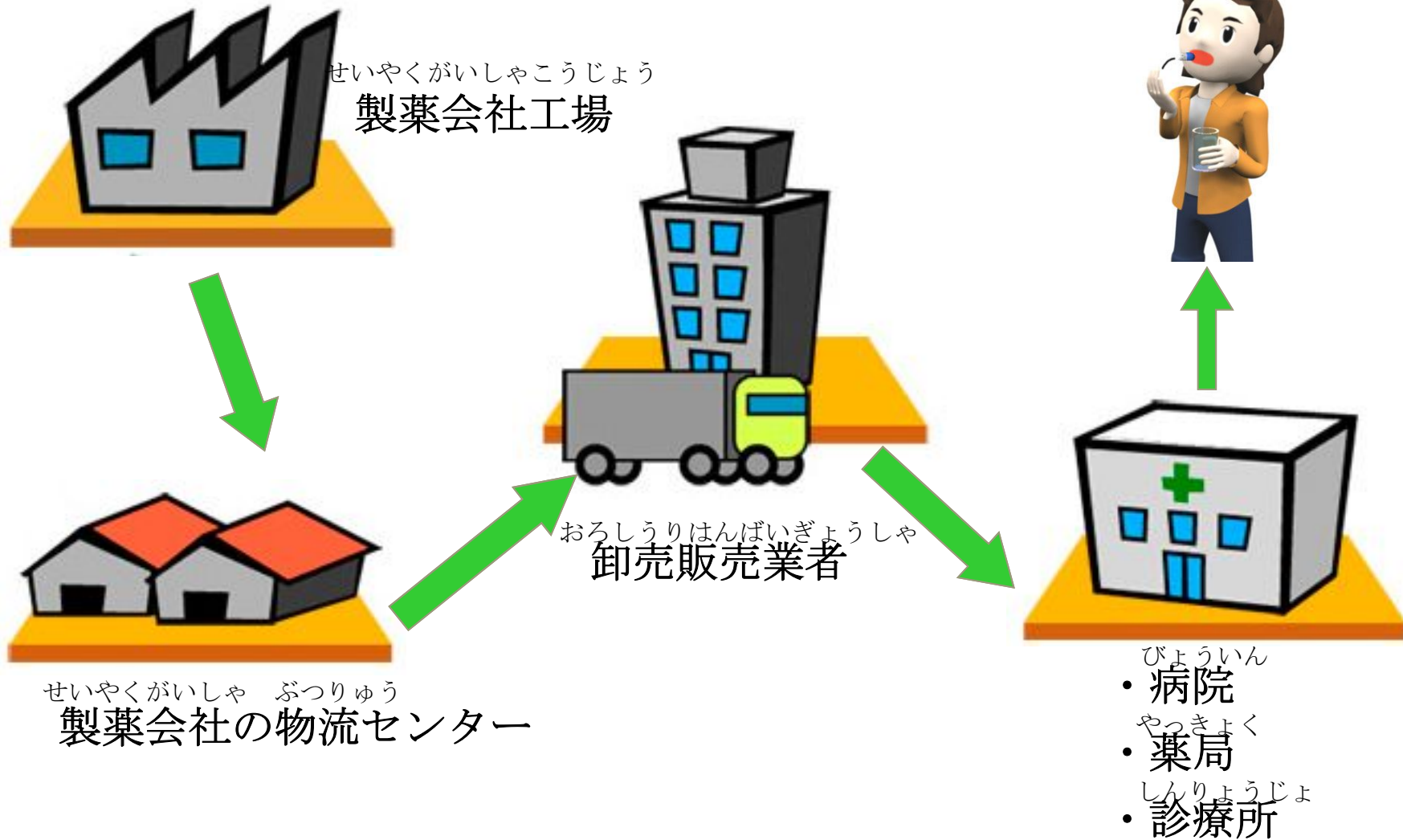


はこ  
**箱**につめる





# くすりが工場から消費者さんの所にとどくまでを見てみよう



いろいろな

くすりの<sup>もち</sup>用い<sup>かた</sup>方



# こなぐすり 粉薬・じょうざい・カプセルの飲み方<sup>の</sup>かた

- <sup>みず</sup>水を<sup>すこ</sup>少しだけ<sup>の</sup>飲んで<sup>くち</sup>口の中を<sup>なか</sup>しめらせる。
- <sup>こなぐすり</sup>粉薬・じょうざい・カプセルを<sup>くち</sup>口の中<sup>なか</sup>に入れる。
- コップ1ぱいの<sup>みず</sup>水か  
ぬるま湯<sup>ゆ</sup>で<sup>くすり</sup>薬を<sup>の</sup>飲みこむ。



# めぐすり つか かた 目薬の使い方

- 容器の先が目にさわらないようにして、くすりをいってきただけ落とす。
- くすりをさした後は手でこすらないようにして、1分間目をつぶっている。
- 2種類の目薬を使うときは、5分間以上空けてからさす。



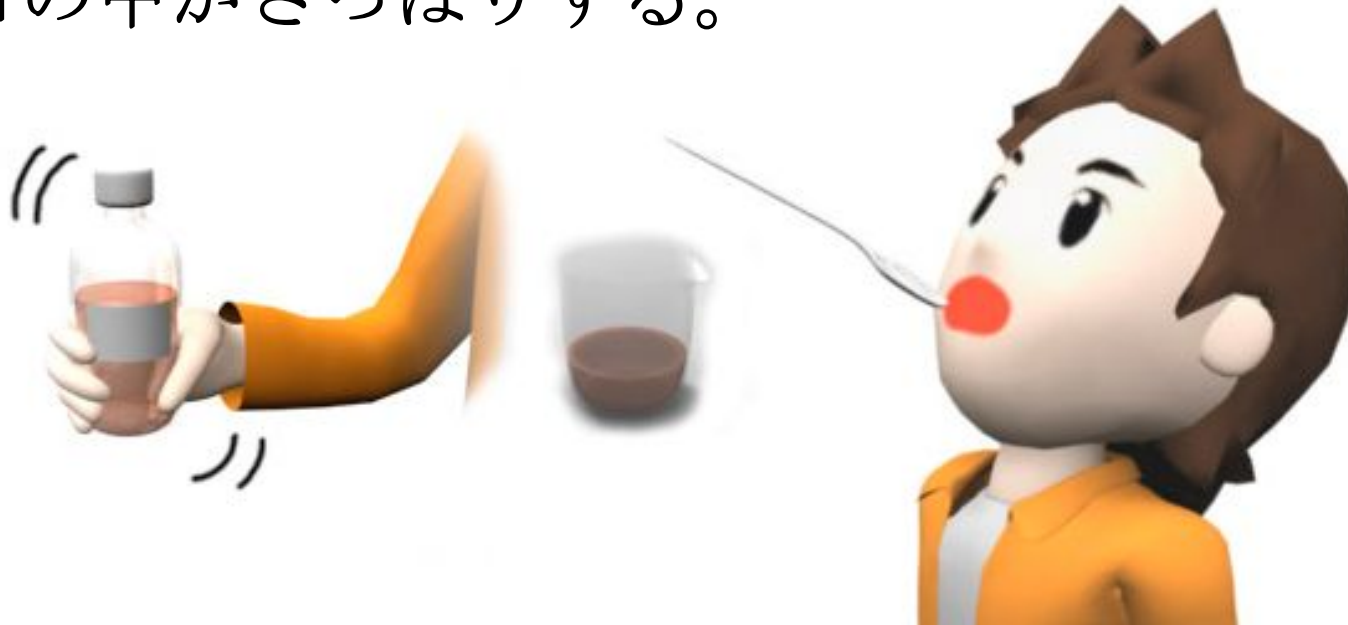
# ざ薬やくのつか使いかた方

- はい便べんをすませる。
- 包ほうそうシールから取り出し、  
先さきのとがった方ほうをこう門もんに  
あてておしこむ。  
(温あたためると入れやすくなるよ)
- 入れた後あとはティッシュ  
ペーパーで、10秒びようほど  
こう門もんをおさえる。



# シロップざいの飲み方<sup>の</sup><sup>かた</sup>

- 容器<sup>ようき</sup>を軽く<sup>かる</sup>ふって、中身<sup>なかみ</sup>を混ぜ<sup>ま</sup>る。
- 決め<sup>き</sup>られた量<sup>りょう</sup>を、カップ<sup>さそ</sup>にきちんと注<sup>そ</sup>ぐ。
- 飲<sup>の</sup>んだ後<sup>あと</sup>で、水<sup>みず</sup>やぬるま湯<sup>ゆ</sup>を飲<sup>の</sup>むと、口<sup>くち</sup>の中<sup>なか</sup>がさっぱりする。

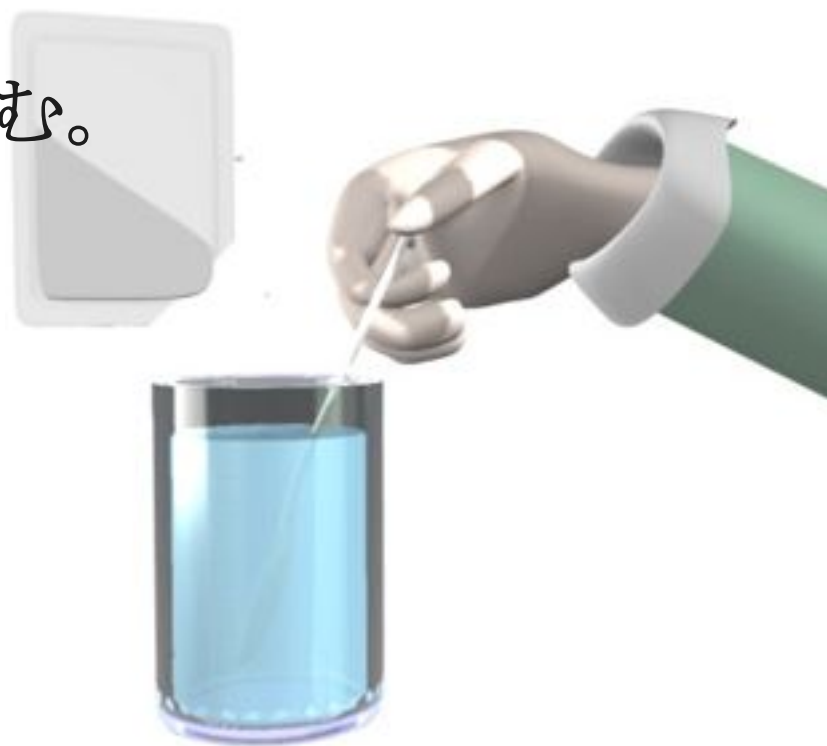


# ドライシロップざいの飲み方<sup>の</sup><sup>かた</sup>

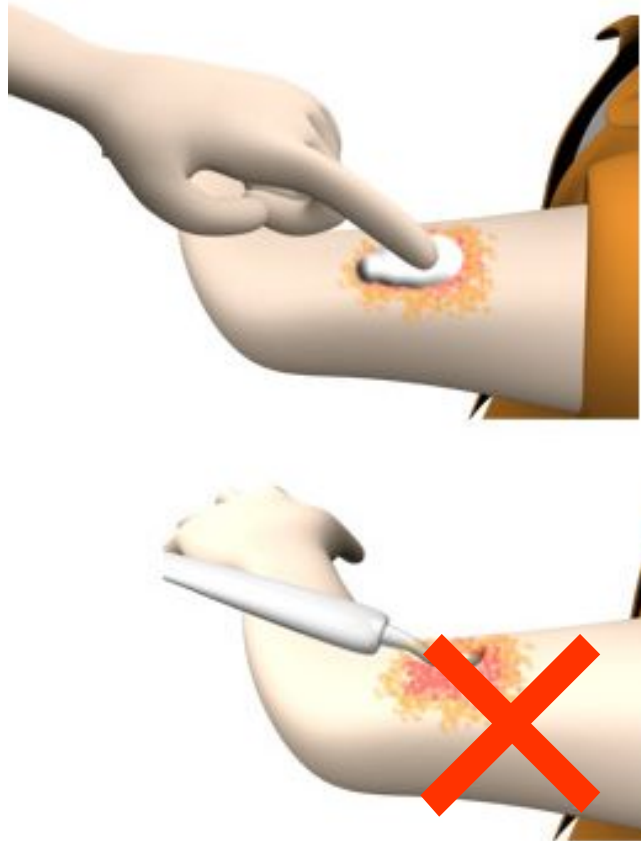
- 決められた<sup>き</sup>量の<sup>りょう</sup>水の<sup>みず</sup>に<sup>ま</sup>とかし、よくかき混ぜる。

- <sup>こなぐすり</sup>粉薬がしずま<sup>の</sup>ないうちに飲む。

- ジュースなどにとかすと<sup>にが</sup>苦くなることがあるので、<sup>かならず</sup>必ず<sup>みず</sup>水にとかそう。



# ぬり薬の使い方



- くすりをぬる<sup>ところ</sup>所と、  
自分の<sup>じぶん</sup>指先<sup>ゆびさき</sup>をきれいにあらう。
- 決められた<sup>きめられた</sup>量<sup>りょう</sup>を指先<sup>ゆびさき</sup>に付けて  
治<sup>なお</sup>したい<sup>ところ</sup>所にぬり、よくのばす。
- チューブから<sup>ちよくせつなお</sup>直接<sup>ちよくせつ</sup>治<sup>なお</sup>したい<sup>ところ</sup>所に  
ぬってはいけないよ。  
(くすりを<sup>せいけつ</sup>清潔<sup>たも</sup>に保つため)



# ピクトグラム について



Q

くすりの<sup>え</sup>絵<sup>も</sup>文字<sup>じ</sup>

『ピクトグラム』を知っている？



?



A

# くすりの正しい飲み方や、 使い方が分かるマークだよ

## ピクトグラムの意味

• 使い方



• してはいけないこと



• 注意すること



# A

## つかかた くすりの使い方



内服薬  
(くすりをのむ)



点鼻薬  
(鼻にさす、  
鼻腔に噴霧する)



吸入薬  
(のどに噴霧)



坐薬  
(お尻から入れる)



ぬり薬  
(皮膚などにぬる)



眼軟膏  
(眼につける)



点眼薬  
(眼にさす)



点耳薬  
(耳にさす)



舌下錠  
(舌の下でとかす)



うがい薬[含嗽薬]  
(うがいをする)



液剤  
(液状のくすり)

# A

## つか じ かん め や す 使う時間の目安



朝、1回のむ



昼、1回のむ



夜、1回のむ



朝・夜、1日2回のむ



朝・昼、1日2回のむ



朝・昼・夜、  
1日3回のむ



朝、起床時にのむ



夜、就寝前にのむ



食事をしたらすぐのむ  
(食直後)



食事のすぐまえにのむ  
(食直前)



食事をしたら  
30分後にのむ



のんだら  
30分後に食事



食間にのむ



症状が出たときだけ  
のむ

# A

## ちゅうい 注意事項



多めの水でのむ



よく振ってから  
用いる



くずりをぬる前後に  
手を洗う



カプセルは  
パッケージから  
取り出す



冷蔵庫に保管



説明書をよく読む



フラフラすることが  
あります



眠くなることが  
あります

# A

## してはいけないこと



他のくすりといっしょにのんではいけません



錠剤やカプセルをこわしてはいけません



吸湿させないでください



子供の手の届くところに保管してはいけません



のむくすりではありません



眼にさしてはいけません



紫外線はさけてください



就寝前にはのんではいけません



ボトルを振ってはいけません



運転をしてはいけません



グレープフルーツジュースと一緒にグレープフルーツジュースをのんではいけません



納豆と一緒に納豆を食べてはいけません



クロレラと一緒にクロレラをとってはいけません



緑黄色野菜の摂取はできるだけ減らしてください



一緒にカフェインをとってはいけません



一緒にチーズを食べてはいけません



一緒にアルコールをのんではいけません



一緒に牛乳をのんではいけません

# 参 考

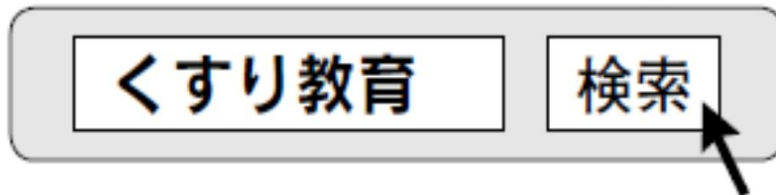


# オリジナルファイル の作り方



# まずはくすり教育ホームページにアクセス

YAHOO! JAPAN か Google 日本で検索...



一番上に出てくるのが、「くすり教育ホームページ」です。

または直接ホームページアドレスを入力...

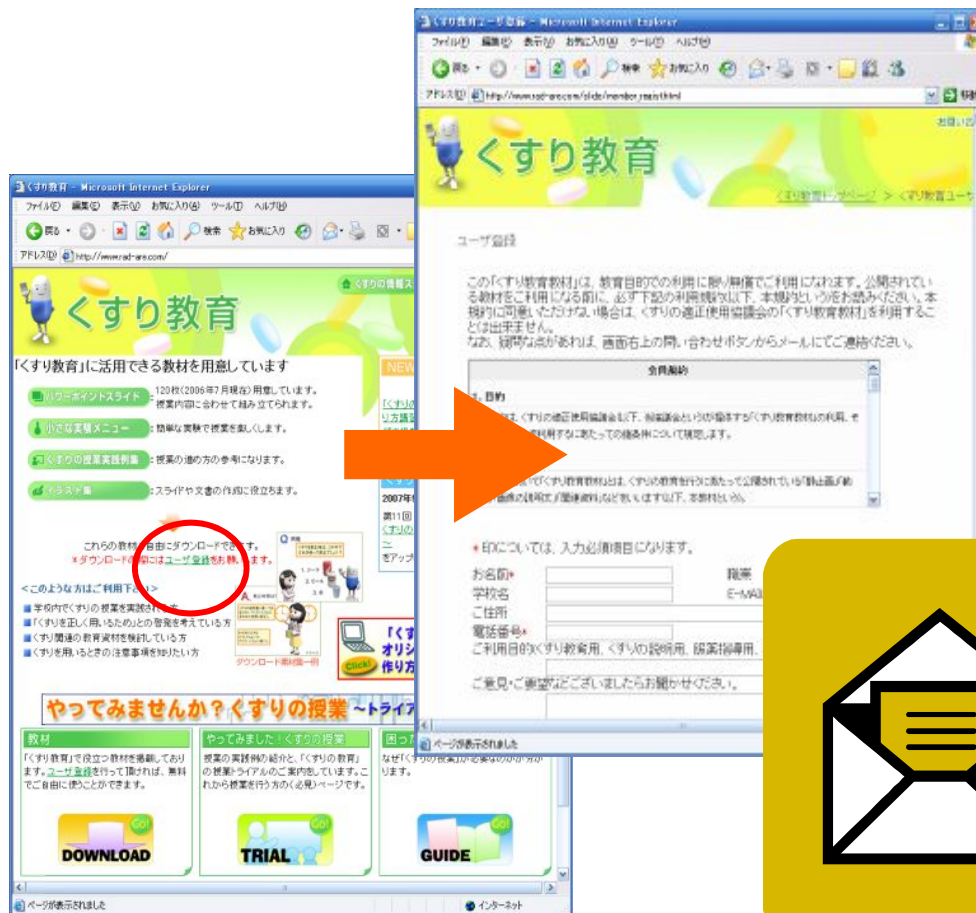
<http://www.rad-are.com>



# オリジナルファイルの作成方法

## step 1: ユーザ登録

⇔登録すると、パワーポイント用画像をダウンロードできます。



・必要情報を入力して登録

・登録メールアドレスに、  
IDとパスワードが届く

# オリジナルファイルの作成方法

## step 1: ログイン

スライド画像&イラストをダウンロードするには「ユーザ登録」が必要です。

ユーザ登録

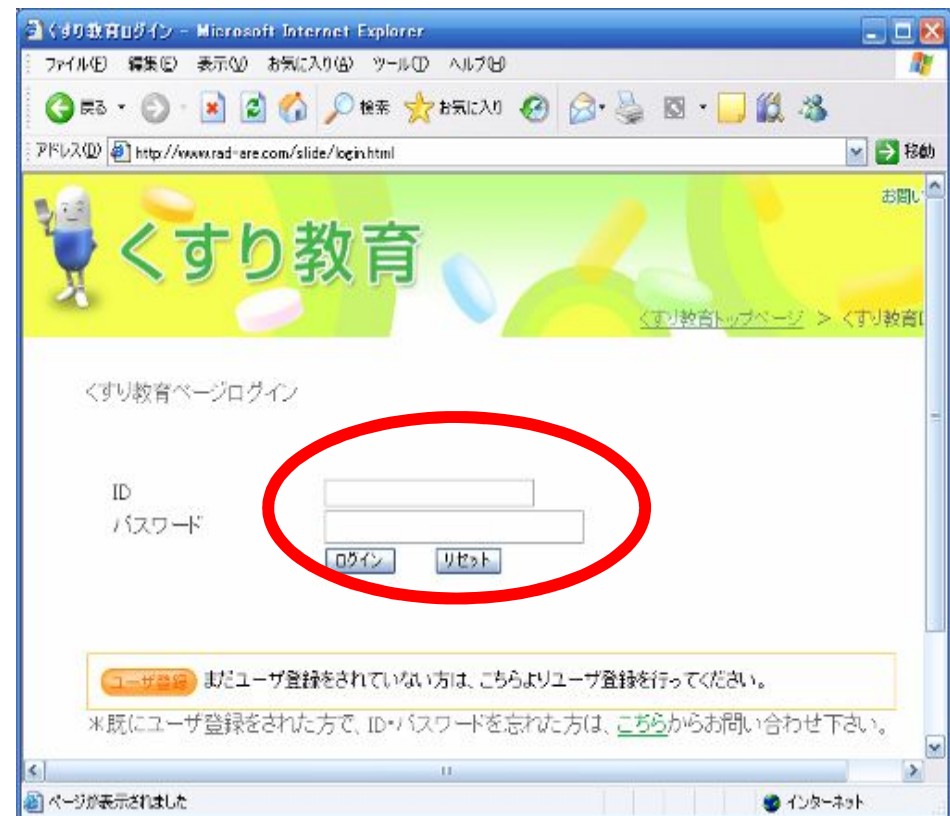
まだユーザ登録をされていない方は、こちらよりユーザ登録を行ってください。

ログイン

既にユーザ登録をされている方は、IDおよびパスワードを入力してログインして下さい。

・ログインボタンをクリック

・IDとパスワード欄に、送付された情報をコピーペーストで入力



# オリジナルファイルの作成方法 【一覧表の見方】

教材の大分類	くすりの教育・10の目標										まとめ	小さな実験	
	(1) 事故を防ぐ	(2) 安全に使用	(3) 使い方を正しく	(4) 副作用の予防	(5) 薬の質・有効性	(6) 保管・期限	(7) くすり箱	(8) 付き合い方	(9) 薬の知識	(10) 臨床試験		停止	実施
(A)くすりはたらき		1	2								1	1	1
(B)くすりの種類と形			6						7		1	5	5
(C)くすりの飲み方・使い方		7	15		4		1		7		1	2	2
(D)くすりの副作用と相互作用		9		7							1	1	1
(E)くすりの説明書			5						2		1		
(F)くすりの管理と保管	3		1								1		
(G)くすりの絵文字・ピクトグラム											1		
(H)くすりに関連したしな									5		1		
①健康管理と病気の治療			4								1		
(J)医療のしくみ													
(K)授業用教材								5					
(L)その他											5		
(M)資料集												1	

120枚のスライド

くすりの実験

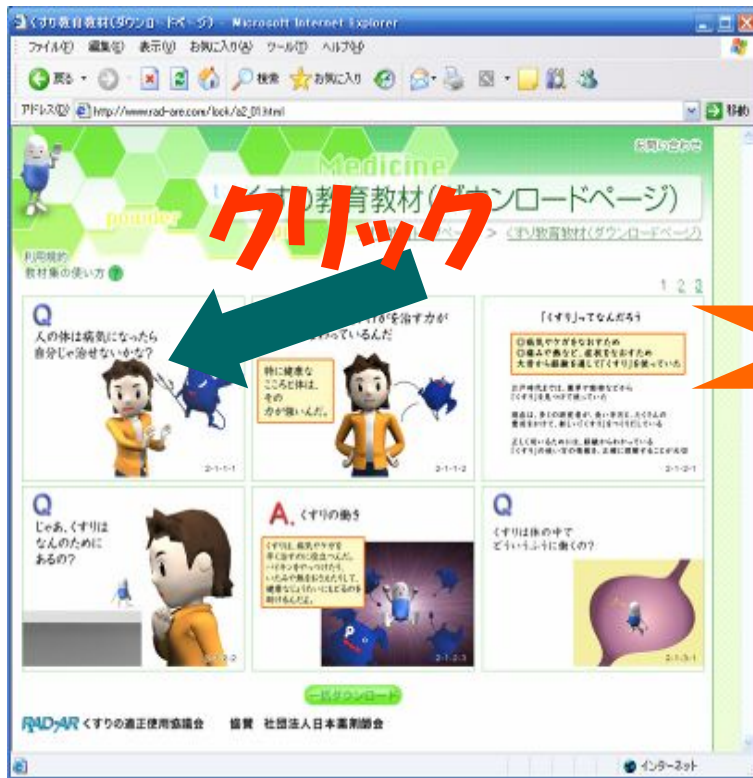
一括ダウンロード

イラスト

自由に使えるイラスト集はこちらから。

# オリジナルファイルの作成方法

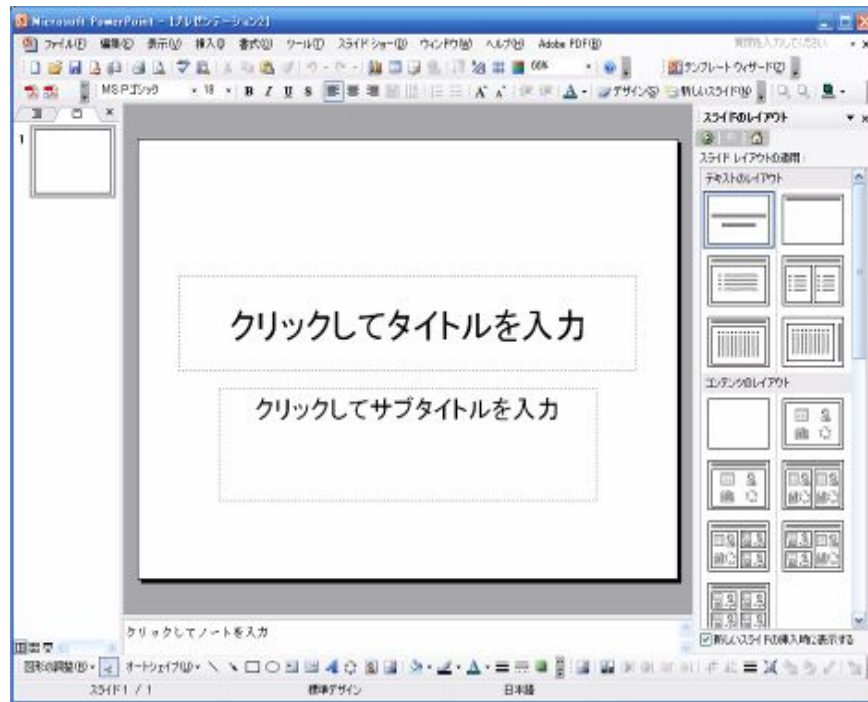
## step2: 目的のスライドを表示し、保存



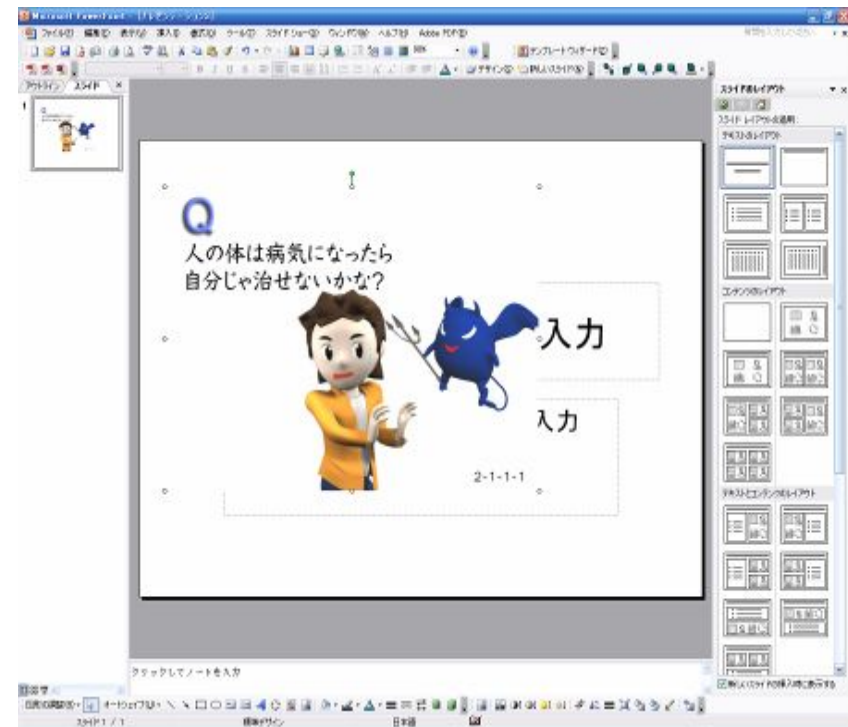
スライドの上で右クリックし、「名前をつけて画像を保存」をクリック、  
または、一覧表の下にある、「一括ダウンロード」で全てを保存、  
または教材CD-ROMを活用

# オリジナルファイルの作成方法

## step3: 保存したスライドを、パワーポイントに貼付



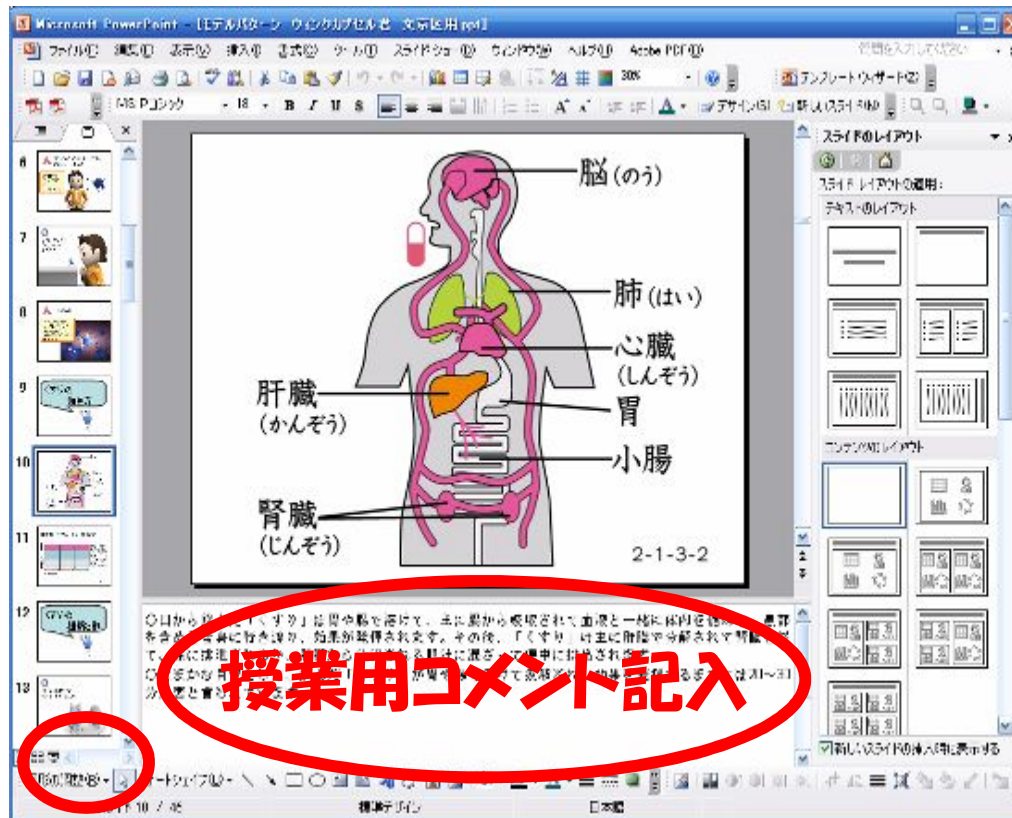
「挿入」から保存したスライドを選択して貼り付けます。



新たにファイルを作成し...

# オリジナルファイルの作成方法

## step3: 全て貼り付けたら出来上がり



スライドショーボタンを押すと、  
全画面で映ります。

授業用のコメントも入れられます。



# オリジナルファイルの作成方法

## 付録：紙芝居の作り方～厚紙で拡大印刷～

- 拡大印刷は、印刷のプロパティで行います。設定の仕方は、プリンタの種類によって異なりますのでご使用のプリンタの説明書をご確認の上設定を行って下さい。
- ここでは「SHARP MX2700FG」を例とします。

1. 「印刷」をクリック

2. カラープリンターを選択し、横の「プロパティ」をクリック

3. 「用紙」タブを表示し、

【印刷の種類】「ポスター印刷」を選択

\*「詳細設定」で2分割や4分割、のいしろの印刷などを選択できます

【用紙の種類】「厚紙」を選択

4. 印刷部数を入力して「OK」をクリック

5. 印刷が終わったら張り合わせて出来上がり