保護者の求める

学校薬剤師

2024.4.21

イソノ薬局　尾埜友佳子

目次

01　学校薬剤師とは

02　学校保健委員会を通して
保護者が薬剤師に
聞きたいこととは？

01-学校薬剤師とは

学校医　　学校薬剤師　　学校歯科医

学校保健安全法によって
大学以外の学校に
設置が義務付けられています。

※大学には学校医の設置が必要になります。

学校環境衛生（換気、採光、照明など）の
維持管理に関する指導・助言に加えて、
健康教育（薬物乱用教室など）、
保健管理の指導にも従事します。

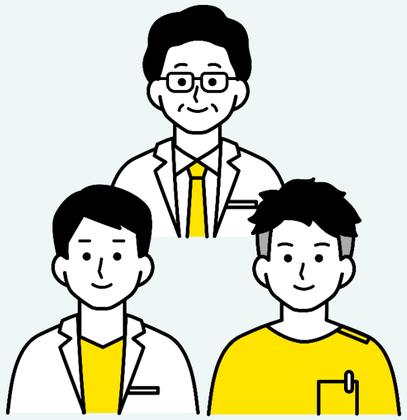
年間予定(参考例)

4 月	年間活動計画会議
5 月	照度調査(春)
6 月	水泳プール調査
7 月	夏季空気調査
8 月	ダニ調査
9 月	飲料水調査
１０月	保健室医薬品調査
１１月	照度調査(秋)
１２月	理科室薬品管理状況調査
1 月	学校保健研究大会
2 月	冬季空気調査
3 月	学校保健委員会

年間予定(参考例)

4 月	年間活動計画会議
5 月	照度調査(春)
6 月	水泳プール調査
7 月	夏季空気調査
8 月	ダニ調査
9 月	飲料水調査
１０月	保健室医薬品調査
１１月	照度調査(秋)
１２月	理科室薬品管理状況調査
1 月	学校保健研究大会
2 月	冬季空気調査
3 月	学校保健委員会

学校保健委員会
-生野高校の場合-



学校三師

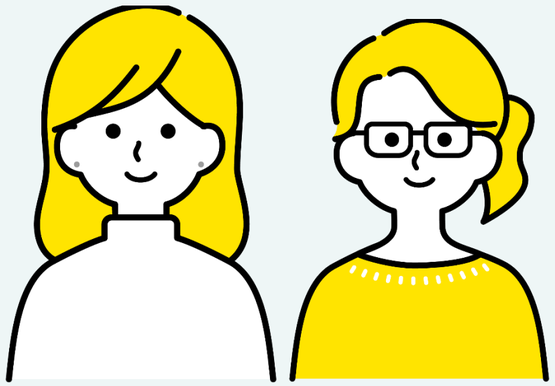
保護者様が気になっている
最近のトピックについて
講話します。

講話に対する会場からの
質問にも対応します。

養護教諭

生徒の健康状態や保健室の
利用などの１年間の統計を
報告します。

環境衛生検査の結果もまと
めて報告しています。



PTA

事前にアンケートを行い
健康・医療について
学校三師に質問します。

保生委員会からの
活動報告もあります。

02-保護者が薬剤師に聞きたいこととは？

学校薬剤師の講話に対して
事前アンケートにて

鋭い質問をたくさんいただきました。

専門家に
- 何が求められているのか？
- どんな知識が必要なのか？

見学

学校薬剤師の講話

-OD(オーバードーズ)について-

①さまざまな依存について

→薬物・ゲーム・ギャンブルなど

②未成年と違法薬物について

→高校生の大麻使用、大麻グミの一般販売

③オーバードーズについて

→実態と対策

見学

学校薬剤師の講話

オーバードーズの対策って
本当に効果あるの？

実際に若い人の間で
ODしている人を見たことある？

→実感の湧かない課題への不安

見学

学校薬剤師の講話

エナジードリンクって
飲み過ぎるとどうなるの？

エナジードリンクは
何本くらい飲んでいいの？

→身近に起こりうる危険への不安

見学

学校薬剤師の講話

エナジードリンクって
飲み過ぎるとどうなるの？

動悸、過呼吸、吐き気など
カフェイン中毒を起こします。

エナジードリンクは
何本くらい飲んでいいの？

１日１本程度を
目安にしてください。

参考

１日のカフェイン摂取の目安は
成人：最大400 mg／13～18歳：2.5mg/kg

コーヒー
１杯(120mL)
70mg

Red Bull
80mg

Monster
Energy
142mg

見学

学校薬剤師の講話

エナジードリンクって
飲み過ぎるとどうなるの？

動悸、過呼吸、吐き気など
カフェイン中毒を起こします。

エナジードリンクは
何本くらい飲んでいいの？

１日１本程度を
目安にしてください。

お子様の健康と安全を守ることが出来る
具体的な提案が必要

新聞・ニュースの
トピック

×

薬学的な
専門知識

参考

一日のカフェイン摂取の目安は
成人：最大400 mg／13～18歳：2.5mg/kg

コーヒー
一杯(120mL)
70mg

Red Bull
80mg

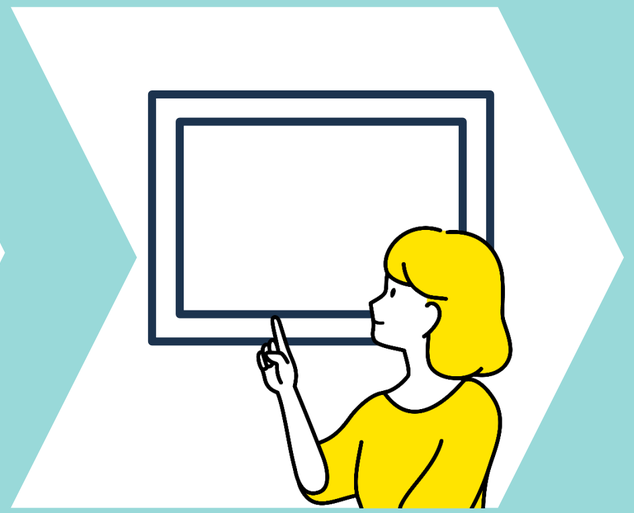
Monster
Energy
142mg

体験

PTAからの質疑応答

事前アンケート

回答を用意



PTAに向けて発表

体験

PTAからの質疑応答

Question

私自身も頭痛がよくあり鎮痛剤をよく服用しています。
それも心配なのですが、娘(18歳)、息子(16歳)も、最近は頻繁に服用しております。
私が子供たちの年齢の頃には、そこまで飲んでいなかったように思います。
この年齢でこんなに服用してよいものか、不安になります。

①どんな頭痛？
②どう対処すればいい？
③使い過ぎるとよくない？

体験

PTAからの質疑応答

①頭痛の種類

ひどい場合は病院での治療をお勧めします

片頭痛

こめかみがズキンズキンと脈打つような頭痛。
特徴的な前兆や過敏症、吐き気などがある。

群発頭痛

片目の奥がえぐられるような頭痛。
成人男性に多く、深夜に激痛が走る。

市販薬でも対処可能なことが多いです

緊張型頭痛

はちまき状に締め付けられるような頭痛。
国民の５人に１人が持っていると言われる。

体験

PTAからの質疑応答

②病院に行く？市販薬使う？

市販薬を
月10回以上
服用している？

日常生活に
支障がある？

頭痛の前に
視界がおかしく
なる？

お医者さんに相談
（一般内科・脳神経内科）

頭痛ダイアリー
（頭痛の強さ、時間、他の症状を
頭痛が起きた日ごとに記入）があると
治療に役立ちます。

正しい
セルフケアを！

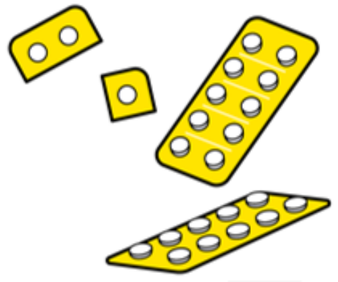
自分に合った市販薬を探す
（薬局・ドラッグストアで相談するのも〇）

入浴
ストレッチ
十分な睡眠
} 血管拡張
ストレス改善

体験

PTAからの質疑応答

③薬を使い過ぎるとよくない？

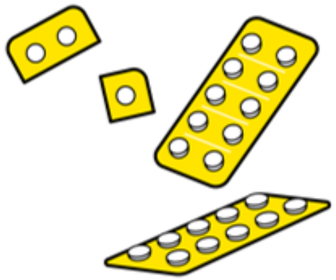


頭痛の症状が現れたら、なるべくすぐに使いましょう！

体験

PTAからの質疑応答

③薬を使い過ぎるとよくない？



頭痛の症状が現れたら、なるべくすぐに使いましょう！
しかし……

薬物乱用頭痛に注意！！

連日薬を使い続けていると、薬が効かなくなり頭痛が慢性化します。
この場合、使用中の薬を止め、受診してください。

これを予防するには… 頭痛の頻度を把握すること（ダイアリーをつけるなど）
ストレッチや睡眠などの非薬物療法も行うこと
頭痛の予防として市販薬を使わないこと
が重要です！

お子さんと共有できる回答を心掛けるために

01 時事問題にアンテナを張る

専門知識だけを持っていても
質問には対応できない。
ニュースや新聞を見て
専門知識と掛け合わせることで
納得して頂ける回答ができる。

02 今すぐ実践できる解決策を提示する

質問に対して、知識のみで解答
するだけだともったいない。
お子さんが実践できるような
アドバイスを心掛ける。