

学校薬剤師と共に作る 保健講話の取り組み

薬物乱用防止教室・くすりの正しい使い方講話のアップデート

岩手県立平舘高等学校
養護教諭 村上 志穂

2025.8.7 東北学校保健大会 第2分科会



八幡平市





岩手県立平舘高校

校訓 開拓者精神

教育目標

自ら課題を見つけ、主体的に解決に取り組み、
他者と協働できる人材の育成





岩手県立平舘高校

ムラサキ

しこんぞめ
紫根染





令和6年度「コミュニティ・スクールと地域学校協働活動の一体的推進の取組」

文部科学大臣表彰受賞



2 生徒の実態



孤立



保護者との
コミュニケーション△



乱用されるものが身近



若年層

大麻事犯の
増加

市販薬・処方薬の
乱用



自分を大切に
する気持ち△
社会規範△



周囲からの誘い



断りにくい人間関係



入手しやすい環境



本校生徒は・・・

- ・ 幼少期からの友人関係、過去のトラブル
- ・ 対人関係で望ましい対処方法を選択できない ➡ ストレス反応
- ・ 少人数集団、「他の子と仲良くする」という選択肢がない ➡ 孤立
- ・ **SNSやオンラインゲームなどで知り合った「ネツ友」との関わり**



【背景】・発達特性
・学習への苦手意識
・自己肯定感の低さ
➡ 達成感、自信を得る機会が少ない

正しい知識

コミュニケーション
スキル

ストレス対処

情報リテラシー



3 実践の内容



厚生課企画

1学年	「かかわりづくりグループワーク」 アドバイザー：立命館大学産業社会学部 教授 大谷 哲弘 氏
2学年	「生と性の指導」 講師：岩手県立大学看護学部 准教授 アンガホッフア 司寿子 氏
	「薬物乱用防止教室」 講師：学校薬剤師 田川 恵 氏
3学年	「生命尊重講話」 講師：松尾山鷲連寺住職 葛 文世 氏
	「くすりの正しい使い方講話」 講師：学校薬剤師 田川 恵 氏
全校	「歯科保健講話」 講師：学校歯科医 佐藤 史尚 氏

【目的】

生徒一人ひとりがかけがえのない存在であることを理解し、自己肯定感や自尊感情を高め、主体的に健康課題の解決を図る能力を養う

(1) 藥物乱用防止教室



① これまでの課題

令和5年度まで

講演会形式で実施（講師：学校薬剤師、警察官）

【生徒の感想】

- 薬物の怖さがわかった
- 薬物は絶対使用しない
- △ 中学校でも高校の保健でも習ったことがあったので知っている内容だった

➡ 既習の内容 新鮮さに欠ける





薬物乱用に誘われたら、どのようにして断りますか？



『 _____ 』



近年の高校生の実態を
より踏まえたものに！

受け身ではなく、
生徒自身が考えられえるような
活動を！

生徒が主体的に考え、参加できる

「令和版 薬物乱用防止教室」にアップデート



②打ち合わせと検討事項

1年生「保健」での学習内容の確認

第10号

11月号

第10号の巻頭

11

薬物乱用と健康

1 薬物乱用の影響

1 薬物乱用の危険性 薬物乱用とは、違法薬物の使用や医薬品を本来の目的からはずれて使用することです。乱用薬物は、**覚醒剤**、**大麻**、**MDMA**などさまざまな種類があります。**MDMA**は、脳に直接働きかける一時的に強い快感（興奮や快楽）をもたらしますが、本来の自分らしさを失わせる危険性も高くなります。また、一度その状態を味わってしまうと、満足や幸福を得るために努力しようとする人間としての当り前の欲の期待がそなわれてしまうからです。また、1回の服用で呼吸困難やけいれんを引き起こし、死ぬこともあります。

2 薬物乱用の社会影響 薬物は強い依存性をもつため、乱用をやめられずには非常に困難で、薬物依存におちいります。**MDMA**、薬物依存では、薬物の入手と使用が生活のなかで最優先となつてしまい、自分の夢、家族や友人関係などに関心がなくなります。**MDMA**、また、自殺の危険性も高くなります。

薬物乱用の危険は、家族や友人、地域や社会へと広がります。たとえば、薬物の購入資金は、暴力団などの犯罪組織の維持や拡大のための資金になります。それは、犯罪の増加や治安の悪化をもたらす、社会に大きな不利を及ぼします。

※ 11月号の特長

◎ 薬物乱用による健康被害について「MDMA」や「MDMA」は、しじみと出汁で煮る。社会問題にまでなっている。

薬物の種類

覚醒剤、大麻

MDMA、MDMA

MDMA、MDMA

MDMA、MDMA

MDMA、MDMA

MDMA、MDMA

MDMA、MDMA

MDMA、MDMA

MDMA、MDMA

MDMA、MDMA

MDMA、MDMA

2 MDMA、おなじ乱用薬物とその健康への影響

乱用薬物の種類	健康への影響
覚醒剤	「MDMA」は、脳に直接働きかける一時的に強い快感（興奮や快楽）をもたらすが、本来の自分らしさを失わせる危険性も高くなります。また、一度その状態を味わってしまうと、満足や幸福を得るために努力しようとする人間としての当り前の欲の期待がそなわれてしまうからです。また、1回の服用で呼吸困難やけいれんを引き起こし、死ぬこともあります。
大麻	MDMAは、脳に直接働きかける一時的に強い快感（興奮や快楽）をもたらすが、本来の自分らしさを失わせる危険性も高くなります。また、一度その状態を味わってしまうと、満足や幸福を得るために努力しようとする人間としての当り前の欲の期待がそなわれてしまうからです。また、1回の服用で呼吸困難やけいれんを引き起こし、死ぬこともあります。
MDMA	MDMAは、脳に直接働きかける一時的に強い快感（興奮や快楽）をもたらすが、本来の自分らしさを失わせる危険性も高くなります。また、一度その状態を味わってしまうと、満足や幸福を得るために努力しようとする人間としての当り前の欲の期待がそなわれてしまうからです。また、1回の服用で呼吸困難やけいれんを引き起こし、死ぬこともあります。
MDMA	MDMAは、脳に直接働きかける一時的に強い快感（興奮や快楽）をもたらすが、本来の自分らしさを失わせる危険性も高くなります。また、一度その状態を味わってしまうと、満足や幸福を得るために努力しようとする人間としての当り前の欲の期待がそなわれてしまうからです。また、1回の服用で呼吸困難やけいれんを引き起こし、死ぬこともあります。
MDMA	MDMAは、脳に直接働きかける一時的に強い快感（興奮や快楽）をもたらすが、本来の自分らしさを失わせる危険性も高くなります。また、一度その状態を味わってしまうと、満足や幸福を得るために努力しようとする人間としての当り前の欲の期待がそなわれてしまうからです。また、1回の服用で呼吸困難やけいれんを引き起こし、死ぬこともあります。
MDMA	MDMAは、脳に直接働きかける一時的に強い快感（興奮や快楽）をもたらすが、本来の自分らしさを失わせる危険性も高くなります。また、一度その状態を味わってしまうと、満足や幸福を得るために努力しようとする人間としての当り前の欲の期待がそなわれてしまうからです。また、1回の服用で呼吸困難やけいれんを引き起こし、死ぬこともあります。
MDMA	MDMAは、脳に直接働きかける一時的に強い快感（興奮や快楽）をもたらすが、本来の自分らしさを失わせる危険性も高くなります。また、一度その状態を味わってしまうと、満足や幸福を得るために努力しようとする人間としての当り前の欲の期待がそなわれてしまうからです。また、1回の服用で呼吸困難やけいれんを引き起こし、死ぬこともあります。
MDMA	MDMAは、脳に直接働きかける一時的に強い快感（興奮や快楽）をもたらすが、本来の自分らしさを失わせる危険性も高くなります。また、一度その状態を味わってしまうと、満足や幸福を得るために努力しようとする人間としての当り前の欲の期待がそなわれてしまうからです。また、1回の服用で呼吸困難やけいれんを引き起こし、死ぬこともあります。
MDMA	MDMAは、脳に直接働きかける一時的に強い快感（興奮や快楽）をもたらすが、本来の自分らしさを失わせる危険性も高くなります。また、一度その状態を味わってしまうと、満足や幸福を得るために努力しようとする人間としての当り前の欲の期待がそなわれてしまうからです。また、1回の服用で呼吸困難やけいれんを引き起こし、死ぬこともあります。

3 MDMA、乱用薬物の健康被害

32

第2章 社会生活

学習の目標

- 薬物乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について説明できる。
- 薬物利用防止のための個人や社会関係への対策を理解することができる。

＜学習内容＞
・薬物乱用
・大麻、覚醒剤、アルコール、大麻取締法、覚醒剤取締法

2 薬物乱用の原因と対策

1 **薬物乱用の現状(原因)** 薬物乱用の開始には、さまざまな要因がかかわります。個人的な要因では、遺伝的・身体的な要素、低い自尊感情や社会的孤立による意識の低下などがあります。**社会的な要因**では、同級の人からの誘い、薬物らしくない信用や形での巧妙な誘い、インターネットやSNSの普及による薬物を手軽に入手しやすい環境などが考えられます。

2 **薬物乱用の対策** 薬物利用防止のために、さまざまな対策がとられています。個人への対策としては、正しい知識の普及や薬物を拒否する倫理観や規範意識の形成のために、学校での教育、啓蒙などによる啓発活動をはじめ、個人に働きかけるさまざまな活動があります。

一方、社会関係への対策として、薬物が社会に広まることを防ぐために、わが国では、「大麻取締法」「覚醒剤取締法」などの法律が整備されています。また、薬物の多くが密輸入から供給されるため、空港などで厳密検査などによる輸送監視がとられていています。国際的には、国連薬物・犯罪事務所(UNODC)の活動や各国警察間で連携した取り組みなどがあります。

薬物乱用を継続した人によっては再使用のリスクがあります。それを防ぐためには、医療機関での治療だけでなく、互いに励ましあうような自助グループやハビリ施設による活動や、経験者を孤立させない社会づくりが必要で

ある。青少年などは、ダンス大会などのイベントに参加せず、夜更かしを避けることによってい

舞踊フェスティバル(仮称)に参加した高校生たち

● 薬物は本意によらず意図的に乱用するので、意図的な乱用が広まることがあります。なかには、強制的に飲められたり強制されたりする場合もあります。結果として「悪友」となり、周囲はたづねてくる。

● 裁判所後援センターでは、薬物利用者のサポートを行っています。

薬物依存症 薬物が身体に作用した後は脳にもたまります。脳には記憶したり集中力という働きがあり、ずさんな眠る状態を促さようとする性質があります。そのため脳には薬物を受け入れ、だんだん長持ちするようになっていく、習慣化が進みます。

仕事が終わる日だけ飲んでいたのですが、だんだん飲み回数を増やして、仕事でも打ち込みやすくなりました。ついには寝不足になるまで、お昼まで飲みに出かけました。気持ちよく仕事を終わりました。先輩からはさすがだからと褒められましたが、自分も気をつけなければならぬと思っています。次の日にまた飲んでしまった自分が

いました。友達やみんな、離れてほしいです。

19歳で就職したときは、会社より上層階から雇われるとは思いませんでした。1週間ほどは、もう嫌いなものを食べてみました。しかし、半年経つには再就職し、今は元の会社に復職しています。

その頃、2度目の逮捕を受け、もう二度と犯罪をやめられないと言われました。そんなとき、両親が民間のドコモ支援(メール)サービスを通して会ってくれました。ダメ押しで言いましたが、社会とつながり、関係を築かない日々を過ごしています。

《「薬物依存症回復計画」を読む》

覚えてみよう

薬物乱用の被害者をおさえ立てることができる人が少ない。また、矯正することが時間的にも金銭的にも大変である。

33

[illegible]

2年生薬物乱用防止教室
では・・・

時間も経ってるし、
覚えてるかな…？

基本知識は
学校薬剤師が説明



現代高等保健体育(大修館書店)

生徒のワークブック(一部)

②打ち合わせと検討事項

ケーススタディ

- ・SNSに関連する事例
- ・「よくわからない白い薬」
- ・危険な局面に至る前にできることはないか？
→「断る」・「逃げる」以外の対応も考えさせる
- ・社会問題でもある処方薬、市販薬の乱用も考慮

ペアワーク

- ・主体的に考え、意見を述べ合うことで思考の深化
- ・出された意見は養護教諭が読み上げて共有

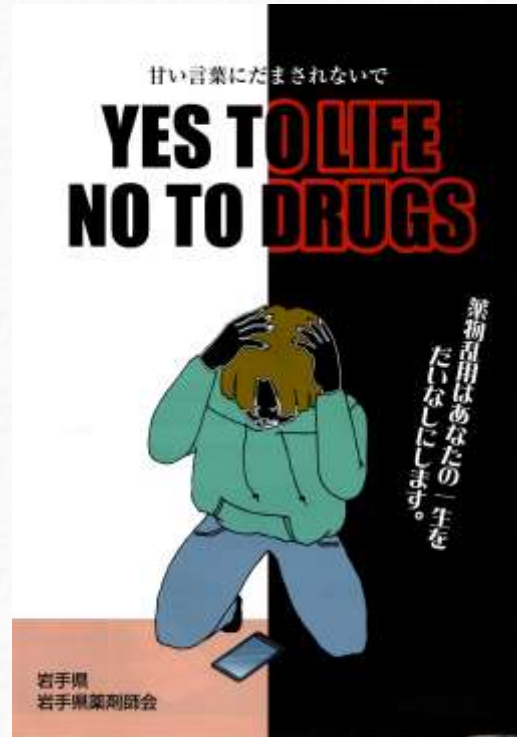


③ 導入

- ・養護教諭から講師紹介
- ・薬物乱用防止教室の目的説明



健康に生きよう
(厚生労働省)



甘い言葉にだまされないで
(岩手県薬剤師会)



薬の正しい使い方
(岩手県薬剤師会)

③ 展開

【前半】 学校薬剤師から

- 健康とは何か
- 薬物乱用とは何か
- フラッシュバック、心身への影響
- 乱用薬物の特徴

【後半】 ケーススタディ

- 養護教諭が語りを担当
- 学校薬剤師、薬学実習生の掛け合い



事例から考えよう



- A君は、日頃から学校の成績や生活態度のことを親からうるさく言われていました。



- さらに学校ではクラスメイトと些細なことで言い合いになってしまい、むしゃくしゃしてSNSにこんな投稿をしました。





みんなむかつく 🙄

俺の気持ちなんて誰も
わかってくれない。
もうすべてがどうでもいい





久しぶり～！
なんか元気なさそうだけど大丈夫そ？

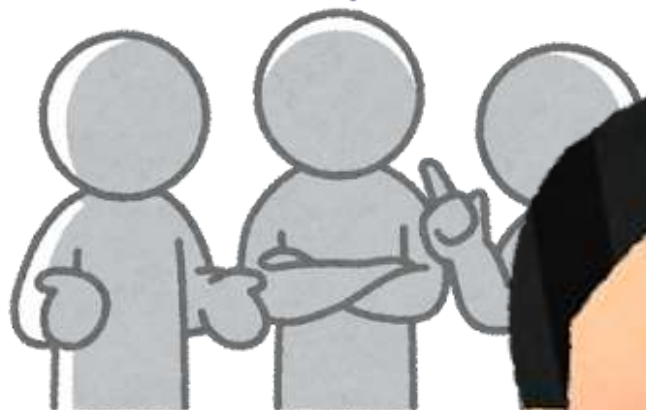


俺でよければ話きくよ？
俺も親といろいろあってさ～。
同じ同じ！
今、友達と遊んでるんだけどAも来い
よ！



お～久しぶり！
中学卒業以来だね。
親はくだらねーし、学校はつまん
ねーし、毎日マジで憂鬱でいやに
なるわ





お前の気持ち
わかるよ

俺も同じだよ





これを使ったら気分が
とてもすっきりして、嫌
なことなんか全然気にな
らなくなったんだぜ。

お前も使ってみろよ。

1回くらいなら
大丈夫だよ。

なんだよ、
ノリ悪いな。

まさか俺のこと
信用してないの!?





【ワーク】

2 学年薬物乱用防止教室ワークシート(R6.8.22)

2 年 組 番 氏名 _____

1 自分がAの立場だったらどうしていたか考え、記入しましょう



2 いいね！（友達の考え）



3 違法な薬物と関わらないために、あなたにできること

※この用紙は明日の SHR で回収します。

※事後アンケートは明日の SHR までに回答してください。

<https://forms.office.com/r/4AxSpiRpqP>

R6年度 2 学年薬物乱用防止教室
事後アンケート



私たちのベストアンサー

薬は薬局やお店以外で手に入ることはないから、誘われたり、あげると言われても断る。

ネットにすぐに書き込まずに、学校の先生や相談窓口相談する。

SNSに投稿しないで親と友達に素直になって関わる。



⑤ 終結

まとめ

- 「よくわからない薬」には手を出さない
- 迷ったとき、よくわからないときは信頼できる大人、専門の人（薬のことなら薬剤師）に聞く
- 市販の薬も用法・用量を守って正しく使う



⑤ 終結

2 学年薬物乱用防止教室ワークシート(R6.8.22)

2 年 組 番 氏名 _____

1 自分がAの立場だったらどうしていたか考え、記入しましょう



2 いいね！（友達の考え）



3 違法な薬物と関わらないために、あなたにできること

※この用紙は明日の SHR で回収します。

※事後アンケートは明日の SHR までに回答してください。

<https://forms.office.com/r/4AxSpiRpgP>

R6年度 2 学年薬物乱用防止教室
事後アンケート



⑥ 生徒の感想

- ドラッグの入り口は人の弱みを利用してくることがわかった。自分の弱みを見せることは時に大切だけど、気をつけないといけないことがわかった。
- 違法な薬物と関わらないためにはまず自分の心と体の健康を第一にすることが大切だと思いました。
- 実際に誘われた時の立場になって考えたりすることで、みんながどんな対応をするのか、自分が実際に誘われた時の対応を考えたりすることができ、しっかり学ぶことができた



(2) くすりの正しい使い方講話

(以下、くすり講話と呼びます)



① これまでの課題

(一社)岩手県薬剤師会の「おくすり手帳普及事業」を活用してスタートし、
その後も生徒の現状や社会問題を反映させ、講話形式で継続

科学的な説明の場面、授業後半で生徒の集中力が切れる・・・



生徒参加型に！



②打ち合わせと検討事項

- 対象：3年生 → 卒業後、就職や進学で社会に出る

- 内容：

くすりの正しい使い方

セルフメディケーション



飲酒

オーバードーズの危険性

- 指導の工夫：Microsoft formsを利用したクイズ



③ 導入

- 養護教諭から講師紹介
- くすり講話の目的説明
- 資料配布

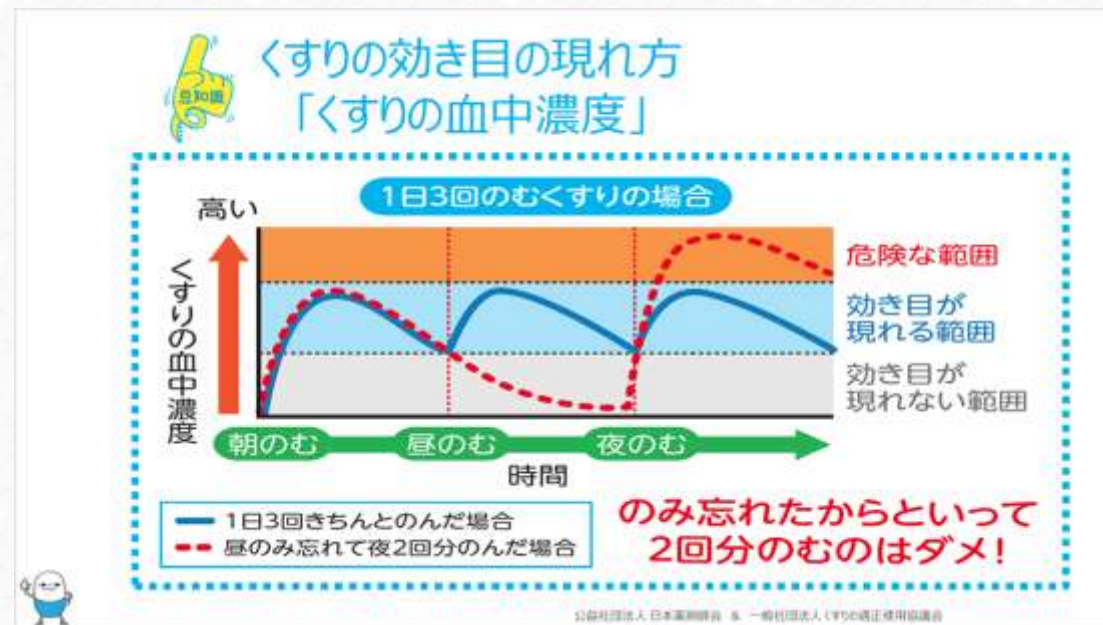
「医薬品と健康」(岩手県薬剤師会)



④ 展開

【前半】 学校薬剤師の講演

「くすりは正しく使ってこそくすり」（日本薬剤師会学校薬剤師部会・くすりの適正使用協議会作成）を編集して利用





QR をスキャンする
か、リンクを使用して
参加します



<https://forms.office.com/r/yMLbQeHXDt>

📄 リンクをコピー

40 件の回答が送信されました

未成年はノンアルコール飲料を飲んでもいい？



ツリーマップ

バー

前の質問



2/3



⑤ 終結

- 薬を使用する際の7つの約束
- エナジードリンクのような食品でも過剰摂取となる場合がある
- 困ったときやわからないときは身近な信頼できる人や薬剤師などに相談する



⑥ 生徒の感想と質問

- 薬を飲むとき服用間隔などをあまり意識せずに飲んでいたので意識しようと思った。
- 薬というのは全てに主作用と副作用があることがわかった。薬は病気を治す手助けをするためのものだということがわかった。
- 1日3回服用する薬を、1回飲み忘れたからと言って、一気に2回分飲むのが危険だということがわかった。
- ノンアルコールは、飲んでも法律に引っかからないことがわかった。お酒や薬の使い方に気をつけたいと思った。
- チルアウト(ヘンプシードを使ったドリンク)って本当に効果はあるのか。



4 成果と課題



(1) 成果

薬物乱用防止教室

- ケーススタディを通じて問題解決について考え、ペアワークを通して意見の交流、主体的に話し合う姿がみられた
- 自分以外の人の考えを知ることによって学びが深まり、具体的な対処について様々な視点から考えることができた
- 心の健康状態が関連していることに気づき、望ましいストレス対処についても考えたり自分自身を大切にしようとする姿勢もみられた



(1) 成果

くすり講話

- 薬の正しい使い方について新たな知見を得て生活に生かそうとしている様子が窺えた
- Microsoft Formsを活用したクイズ
 - 講座にメリハリが生まれ、後半の集中力維持に効果的

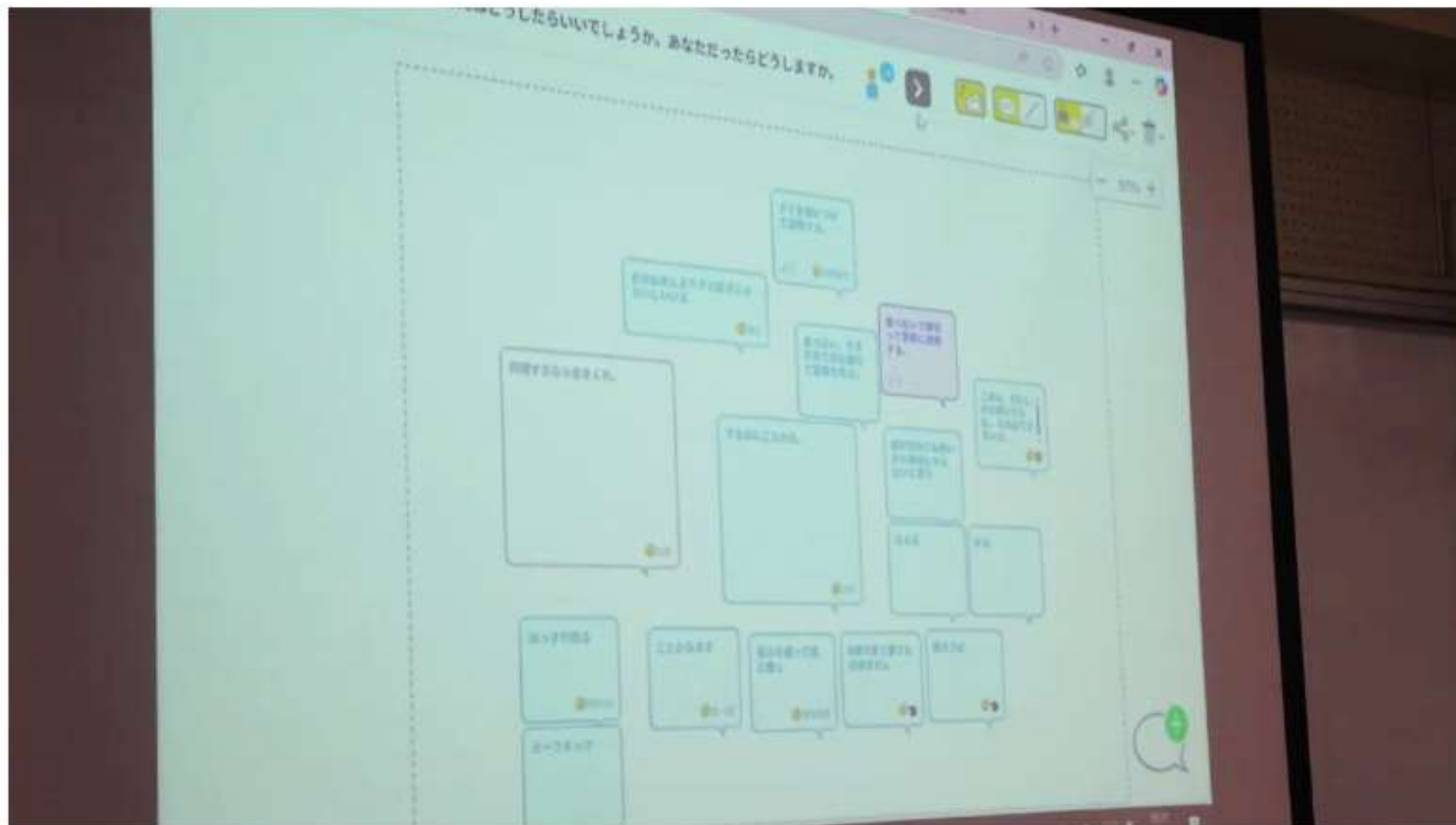


(2) 課題

- 薬物乱用防止教室でもICTを活用したい
- 座席の位置によってスクリーンの二次元バーコードが読み取れない

→ 会場での事前準備と確認が必要





全員の意見をリアルタイムで交流させます

本校noteより



(2) 課題

- クイズの内容、難易度に見直しの余地
- ノンアルコール飲料 20歳未満の摂取「法的には問題ない」
→ 飲酒防止の趣旨から避けるべき。誤解を与えないよう要注意。



5 まとめ



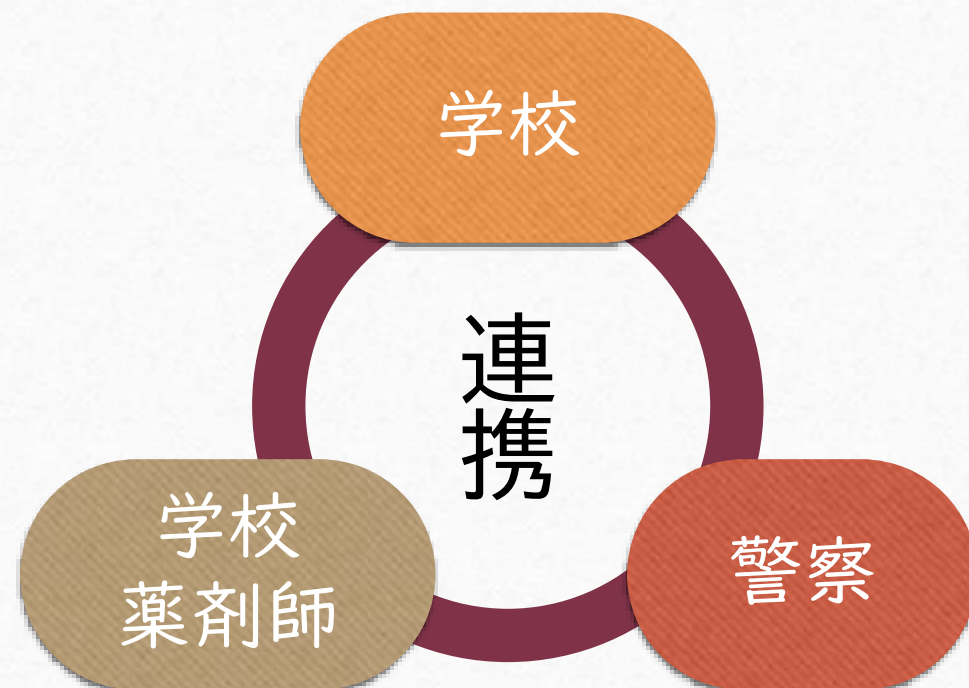
今回の取り組み

学校薬剤師と検討

- ・現代的な生徒の実態に即した内容
- ・ケーススタディ
- ・ペアワーク
- ・Microsoft formsの活用



- ・主体的に考え、互いに学び合う姿
- ・より実践的な対処方法
- ・信頼できる身近な人に相談することの大切さ



ご清聴ありがとうございました



本校公式マスコットキャラクター
ひらまる



資料

【事例】

Aは、日頃から学校の成績や生活態度のことを親からうるさく言われていました。さらに学校ではクラスメイトと些細なことで言い合いになってしまい、むしゃくしゃしてSNSにこんな投稿をしました。

A「みんなむかつく 🙄 俺の気持ちなんて誰もわかってくれない。もうすべてがどうでもいい」
すると、その投稿にはすぐに「いいね」が付き、まもなく1件のDMが送られてきました。

B「久しぶり～！なんか元気なさそうだけど大丈夫そ？」
それは、同じ中学出身で別の高校に通っている友人Bからでした。

A「お～久しぶり！中学卒業以来だね。親はくだらねーし、学校はつまんねーし、毎日マジで憂鬱でいやになるわ」

B「俺でよければ話きくよ？俺も親といろいろあってさ～。同じ同じ！今、友達と遊んでるんだけどAも来いよ」

SNSで久々に話したBとはすっかり意気投合し、会う約束をしました。約束した場所に行くと、3人の人影がありなにやら話をしていました。その中の1人がBで、他の2人はBの友人でした。Bは中学時代、宿題を教えてくれたり、なんでも相談にのってくれたり、とても頼りにしていた友人でした。Bがやさしく声をかけてくれたので、今の状況を話し、相談にのってもらいました。Bは

B「俺も同じだよ。」
と、今日も話をじっくり聞いてくれました。その後で、

B「これを使ったら気分がとてもすっきりして、嫌なことなんか全然気にならなくなったんだぜ。お前も飲んでみろよ。」
と白い錠剤を出しました。Aはそれが良くないもののような気がしたのですが、断るとその場のノリが悪くなるような気がしたのと、せっかく親身になって相談に乗ってくれたBに申し訳ないような気持ちになり、

A「え～…」 「ああ～…」
と煮え切らない態度を取っていました。するとBは
B「なんだよ、ノリ悪いな。1回くらいなら大丈夫だよ。まさか、俺のこと信用してないの？」
と強く言いました。