

NPO J-DO 山形市 小学生向け「出前実験授業」

山形市において NPO 医薬品適正使用推進機構主催の小学生向け「出前実験授業、おくすり教室」を山形県病院薬剤師会の共催で開催した。

日時： 2023年12月10日（日）AM10:00-11:30

会場： 遊学館3階第3研修室

対象： 小学3～6年生 24名とその父兄

参加者の募集、会場設定、実験資材の準備、配布物（講義前資料、講義後資料）、講義前アンケート、講義後アンケートの印刷、配布、受付など全てを山形県病院薬剤師会会員の小林聖子、小柳康弘、提箸尚貴先生が事前、および当日して下さいました。初めての試みで、また日曜日開催で集客が大変だったと思いますが、お陰様で、会場が満席となり、成功裡にできましたこと、厚く御礼申し上げます。

講義は NPO J-DO 鍋島理事が担当した。

実験は以下の4つを行った。

- ① コップ1杯の水で薬を飲むのはなぜ？
- ② 水がなくても飲める薬があるの知ってる？
- ③ 胃薬をコーラで飲むとどうなる？
- ④ うがいぐすりでうがいした後にビタミンC入りのジュースを飲むとどうなる？

実験は児童6名を1グループとして、4テーブル、父兄は希望者14名を2テーブルに分け、小林、小柳、提箸先生と鍋島理事が指導した。

おくすり教室についてのアンケートの結果は以下の様であった。

1. 今日の「おくすり教室」を通して、はじめて知ったことは何ですか？

(あてはまるものすべてに○をつけてください) (カッコ内は人数、複数回答可)

(8) お口の中(なか)でとける「くすり」があること

(20) 胃でとけずに腸でとける「くすり」があること

(12) 中身が層になっている「くすり」があること

(16) 食べ物や飲み物で「くすり」の成分が変わること

(11) のどにくっつきやすい「くすり」があること

(0) 薬剤師というおしごとがあること

2. おもしろかった「くすりの実験(じっけん)」に○をつけてください

(1つだけ) (カッコ内は回答数、記載なし1名、複数回答3名)

(3) コップ1ぱいの水かぬるま湯で「くすり」を飲むのはなぜ?

(4) 水がなくても飲める「くすり」があるのを知ってる?

(11) 「うがいぐすり」でうがいをした後に、ジュースを飲んでもいいの?

(8) 胃のくすりをジュースで飲んでもいいの?.

3. どんなところが特におもしろかったですか? あれば書いてね。

- ・クイズ形式で知識をつけられたところ、実験を通して正しい知識を身につけられたところ。
- ・実験4でイソジンにオレンジジュースを入れたら色が変わったときとかが面白かったです。
- ・胃の薬にジュースを入れると色が変わること。
- ・なんで水で飲んだ方がいいのかを体験できたところ。
- ・うがい薬を飲んだ後にジュースを飲んでではダメなことをしれて、楽しかったです。
- ・「うがい薬」でうがいをした後はジュースを飲んじゃダメだと思った。
- ・いつもは必ず水で飲んでいただけ、水がなくても飲める薬があることが分か

ったし、面白かったです。

- ・クイズをするのと、特に水がなくても飲める薬の実験が楽しかったです。
- ・びっくりした。楽しかった。
- ・色などが効果も変わる。
- ・違う飲み物で飲んじゃダメなこと。

- ・クイズも面白かったけど、実験4のイソジンの実験のときに、

色が変わってしまったということが面白かったです。

- ・イソジンの色が変わったところ。
- ・うがい薬の色が変わったころ。
- ・実験で変化を見れること。
- ・コーラの実験。

小林先生のご感想は以下の様です。

「小学生対象お薬教室では、児童参加型の Q & A 方式がとても良かったと思います。児童が自分の意見を勇気を出して言っている姿がとても印象的でした。正解すると、みんなで拍手！、その雰囲気がとても良かったです。実験では、次何が出てくるの！？、本物のお薬勿体無い！と子供ならではの反応が可愛かったです。4つの実験を円滑に進められるか不安でしたが、参加児童は言われたこと

をスムーズにやってくれたので、鍋島先生+3名のスタッフでも問題なく行うことができました。」

(文責：NPO J-DO 鍋島俊隆、山形県病院薬剤師会 小林聖子、提箸尚貴)

NPO J-DO 山形市 シニア向け講演会「認知症にならないために」

山形市において NPO 医薬品適正使用推進機構主催のシニア向け講演会「認知症にならない」を山形県病院薬剤師会の共催で開催した。

日時： 2023年12月10日（日）PM13:00～14:30

会場： 遊学館3階第3研修室

対象： シニア30名

参加者の募集、会場設定、配布物（講義資料）の印刷、配布、受付など全てを山形県病院薬剤師会会員の小林聖子、小柳康弘、提箸尚貴先生が事前、および当日して下さいました。初めての試みで、また日曜日開催で集客が大変だったと思います。お陰様で、会場が満席となり、成功裡にできましたこと、厚く御礼申し上げます。

講師は NPO J-DO 鍋島理事がした。認知症は加齢とともに罹患の確立が高くなること、平均寿命と健康寿命の差を短くするために、認知症にならないで老後を過ごすノウハウについて、図のようなスライドを使って、話した。また自身の老

いを示しながら、老いとどう向き合ったら、幸せな老後が過ごせるか講演した。

また認知症患者の薬の使い方やどう付き合うか介護者の心得についても講演した。参加者のお求めに応じて、講演時間を30分延長し、有意義な講演会となった。

参加者の感想は以下の様であった。

- 1)日頃の行動を少しずつ変えていかなければいけないと思った。(60代女性)
- 2)意外と楽しかった。(女性)
- 3)先生のお話が楽しかった。講演を聞いてすぐ実行したことはエレベーターに乗らず階段を利用したこと。(女性)
- 4)なんでも初期段階で発見できると薬も効くんだなと思った。(女性)
- 5)研修会で学習したことを1つずつ行なっていきたいと思った。(70代男性)
- 6)認知症の進行と予防を易しく脳内の変化を交えて解説してくれて、とてもわかりやすい講演でした。(70代女性)
- 7)女性の方が認知症の比率が高いというお話でしたが、生理的、遺伝的にどういう因果関係があるのか気になった。(70代男性)
- 8)白ワイン派でしたが、赤ワインにしようか考える。(3名)
- 9)じゃ、「まっぴか主義」、いいね。(60代男性)

認知症を防ぐには

良い睡眠



頭を使う趣味



人と接する



適度な運動



野菜・果物・魚
を食べる



小林先生のご感想は以下の様であった。

認知症講演は、少人数のこともあり昼の生放送のバラエティ番組のように視聴者と先生が会話をするような和やかなムードで行われた講演でした。「とても良かった！もっと大きい場所でたくさんの人を集めれば良かったのに」との声が数多く寄せられました。私は今まで病気の一次予防に薬剤師として関わることはありませんでした。今回、一般市民とこのように関わられたことは、薬剤師の新たな存在意義を見出すことになり、大変勉強になりました。

(文責：NPO J-DO 鍋島俊隆、山形県病院薬剤師会 小林聖子)