

# ヘルスリテラシー向上 ～ 健康教育支援とその環境整備に向けて ～

## Agenda

1. 前回のレビュー
2. 本日の論点
3. ヘルスリテラシー向上の取組みにおける構造的な問題とその解決策
  - 1) 小学校、中学校、高等学校の課題
  - 2) 解決策（仮説）
4. 取組みへの考え方
5. 直近の取組み状況のご報告
6. 協会会員企業の取組み、ステークホルダーのヒアリング状況
7. まとめ

## 1. 目的

「ヘルスリテラシー教育(\*)のできる環境整備」の支援

教育現場で健康三原則(栄養・睡眠・運動)を更に進め、定着させて

いくための支援を実施する → 教育現場で自走できる環境整備を支援

## 2. 目標の考え方

健康三原則の充実と、体調維持に必要な情報を小学3～6年生を中心に、(中・高校生も含む)提供し、理解を深めるとともに、これらの子供を持つ親御さんの理解を深めること。

【ターゲット】

小学生  
(3～6年生)

中学生

高校生

及び、上記の教育指導者(教員・学校薬剤師・  
養護教諭など)、親御さん



そのため、教育指導者へ  
情報提供を行う。

### 3. 活動の方向性（現時点）・・・ 論点及び課題

#### 1) 健康教育資材の提供と活用

##### □ 学校薬剤師の支援を軸に進める

- ・OTC医薬品の取扱、学校とも接点のある学校薬剤師等と連携し、情報提供を行う。
- ・教育指導者（教員・学校薬剤師・養護教諭など）の研修の場を借りて、支援や情報提供の強化を行う。また、将来これらの職業に就く学生への情報共有の場を検討する。
- ・こどもを通じて、家庭へ情報伝達できる方策（保健だより等の活用）を検討する。

#### 2) 関係機関や団体との連携

##### □ 教育機関や関係団体、専門家との連携

- ・くすりの適正使用協議会、日本チェーンドラッグストア協会、学校保健会等の連携を検討
- ・学校薬剤師会等の活動拡大のため、各都道府県の教育委員会、校長会など人脈開拓。
- ・健康教育の効果を検証できる方策を検討。

### 4. ご相談事項

- **健康三原則の教育現場でのさらなる充実について**
- **子供たちへの浸透の状況について**

**その上でOTC薬協としての取り組み・くすり教育も 含め貢献できること**

写真と発言内容は  
直接関係ありません

### 議 題：ヘルスリテラシー向上 ～健康教育支援とその環境整備に向けて～

#### ■ 委員からの 発言（要約）－ OTC薬協 ホームページより－

- ・小学生には教科書に記載の健康三原則がなぜ重要か、自然治癒力があることを覚えることが重要。
- ・その上で、教科書で不足する「適正に薬を使用することの説明や意義」を現場で話すことも必要。
- ・情報の評価、信頼性に関する情報見分け方や自分で判断できる力（リテラシー）を養うことも重要で、親世代(成人)と同時に進めていく必要がある。
- ・高校生には、自分の健康をどう守るか、国民皆保険の維持のために何をすべきか、上手な医療のかかり方について考えさせる教育も必要になる。
- ・これらの課題を短期・長期でどう対処すべきか対策の検討が必要。



山口委員



宮川委員

#### ■ 今後の対応（方向性）

- ・短期、長期で取組む課題を整理し、教育現場の実情も加味しながら教育担当者（教諭、養護教諭、学校薬剤師等）へ必要な情報支援を行う。



提案者:久米 裕康  
(事業活動戦略会議委員)



中山委員



幸野委員

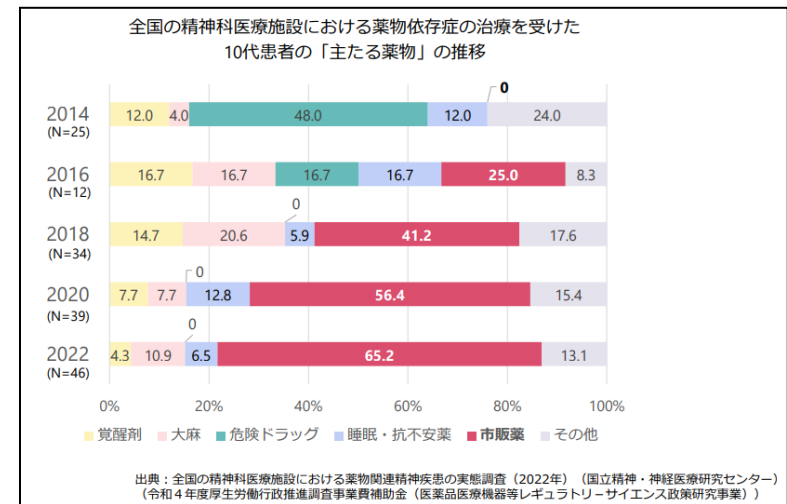
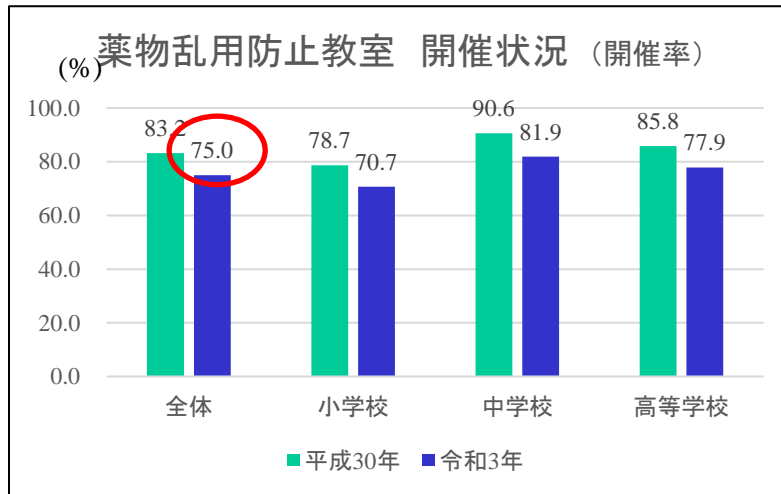
- 小・中・高校における課題の把握について
- 協会としてヘルスリテラシーへの貢献のあり方
  - 小・中・高校における健康教育（くすり教育を含む）を実践できる
  - 人材育成、教材の提供
- 関連団体との連携をどのように構想し、どう進めるか

### 3. ヘルスリテラシー向上の取組みにおける 構造的な問題とその解決策

## 1) 小学校、中学校、高等学校の課題

### 小学校：

- ・健康三原則、薬物乱用防止教育(実施率75%)は実施されているが、定着率は低く、市販薬の濫用問題の解決には至っていない。



文部科学省 薬物乱用防止教室開催状況調査(令和3年度調査より)

[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/kenko/hoken/20220627-mxt\\_ope01-1.pdf](https://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/20220627-mxt_ope01-1.pdf)

- ・OS市学校薬剤師会では、小6で「おくすり講座」、中学で「薬物乱用防止教室」用の教材作成。
- ・小学校での「おくすり講座」の実施率93.6%、中学18.3%。
- ・中学生ではくすり教育の内容を覚えているのは4.7%と低い。→ 中学でも学び直し、継続開催が必要。
- ・薬物乱用の認知度は74.4%、心と体に害はあることは99.5%が理解。
- ・医薬品適正使用から薬物乱用防止へ一連の話で講和することが理想(日本薬剤師会学術大会 発表より)

### 3. ヘルスリテラシー向上の取組みにおける 構造的な問題とその解決策

#### 1) 小学校、中学校、高等学校の課題 (つづき)

##### 小学校：

- ・くすり教育のカリキュラムがなく、教育できる人材、教材が不足しており、くすり教育が限定的。
- ・教育委員会、校長会でのくすり教育の有用性の認識がなされておらず、優先順位が上がらない。

#### Y市T区 学校薬剤師会でのアンケート調査 (N=20)

学校薬剤師の経験年数 (%)

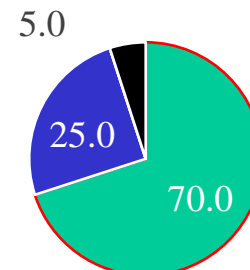
n=20



■ 1~5年未満 ■ 5~10年未満 ■ 10年以上

くすり教育の実施状況 (%)

n=20



■ 実施経験なし ■ 1~5回 ■ 5~10回 ■ 10回以上



# 3. ヘルスリテラシー向上の取組みにおける 構造的な問題とその解決策

## 1) 小学校、中学校、高等学校の課題 (つづき)

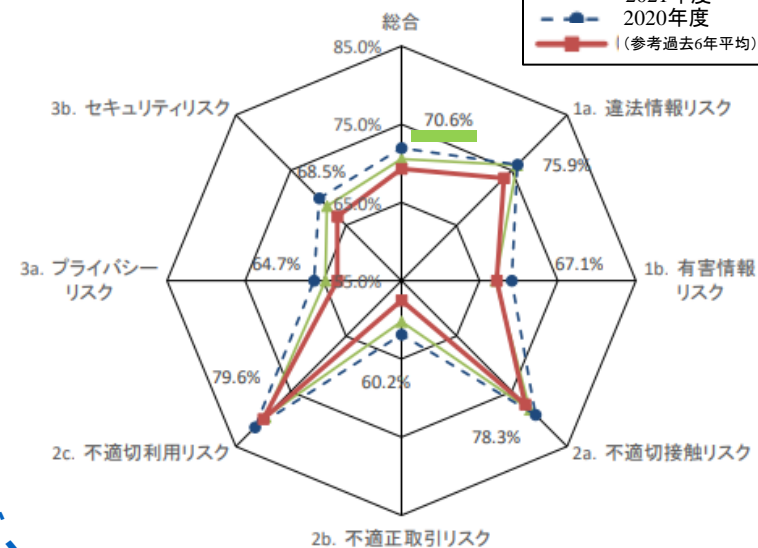
### 中学校:

- ・くすり教育は行っているが、SNSほかで不正確・不適切な情報も氾濫しており、正しい情報の入手方法、判断方法に関する理解が不足

【令和4年度】主なソーシャルメディア系サービス／アプリ等の利用率

	全年代(N=1,500)	10代(N=140)	20代(N=217)
LINE	94.0%	93.6%	98.6%
Twitter	45.3%	54.3%	73.8%
Facebook	29.9%	11.4%	27.6%
Instagram	50.1%	70.0%	73.3%
mixi	2.0%	2.9%	1.8%
GREE	1.4%	2.9%	2.8%
Mobage	2.1%	6.4%	2.8%
Snapchat	1.7%	4.3%	3.7%
TikTok	28.4%	66.4%	47.9%
YouTube	87.1%	96.4%	98.2%
ニコニコ動画	14.9%	27.9%	28.1%

青少年のインターネット・リテラシーを測るテスト結果(正答率)  
(全国75校の公立・私立の高等学校1年生、計14,021名)



令和4年度情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査 報告書<概要>  
令和5年6月 総務省情報通信政策研究所 発行

### 高等学校:

- ・保健・医療制度に関する教育は行っているが、ヘルスリテラシーを高める必要性(自尊心、保健・医療制度の維持への理解)は説かれていないため、認識レベルが低い。

(国民皆保険を含む医療システム維持や、これらのシステムが

ある意義に対する理解が不足、公民で保険制度が教育されている)

※ラベルは2021年度の数値  
総務省 2021年度「青少年のインターネット・リテラシーに関する実態調査」報告書より抜粋



### 3. ヘルスリテラシー向上の取組みにおける 構造的な問題とその解決策

---



## 2) 解決策（仮説）

### 小学校：

健康三原則と薬物乱用防止教育の間に、くすり教育を加えることで、生徒の薬物乱用防止に対する理解を深め、記憶の定着につなげる。

→ 成功事例：K市 全市内の公立小・中学校で薬教育の取組み  
(次頁参照)

### 中学校：

正しい情報の入手方法、判断方法に関する教育を行うことで、自ら正しい行動を選択する力を高める。

### 高等学校：

医療システム(国民皆保険を含む)の教育に合わせ、自らの健康を守る意識、上手な医療のかかり方を意識させる。

## 成功事例：くすり教育を市内全校で実施しているK市

(人口 約20万人、小学校19校、中学校8校)  
 学校薬剤師27名 (一人一校を担当)

出典：都薬雑誌 vol.45 No.8 2023 p10~15

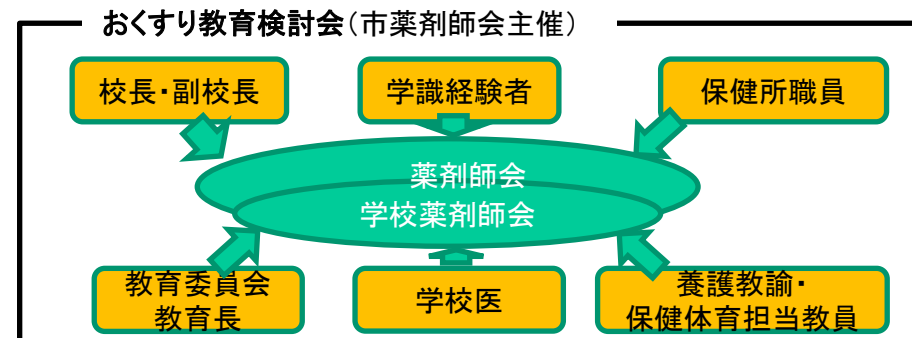
ひとりの薬剤師がくすり教育を開始したきっかけ：

複数の特定医薬品のオーバードーズにより救急搬送され、帰らぬ人になった。自局の利用者を目の当たりにしたことに端を発している。来局のたびにその危険性を訴えていたにもかかわらず、避けられなかった事態の無念さが活動の原動力になった。

当初（2002年）は1校から実施、2010年かけて徐々に拡大し、市内小中全校での実施、組織化。この間、

- ・学校長会・副校長会に赴き、“お薬教室”の趣旨説明と授業導入の依頼。
- ・各学校において担当学校薬剤師が養護教諭や学校長、副校長にアプローチ。
- ・養護教諭部会、体育教諭部会の学科学研究会に参加し、“お薬教室”の有用性と趣旨を説明。

医薬品の適正使用に関する基礎知識を学ぶことで“薬”、“薬物”との類似点・相違点を明確にする。“薬”をきちんと理解することで薬物乱用防止教育においても重要であることへの理解促進。



校長会、教育委員会へのアプローチにより、小学校の学習指導要領には記載のない“くすり教育”を全市内の小学校で実施。教育長からのトラブルの報告はない。

出典：ファルマシア vol.52 No.8 2016 p761~763

※オーバードーズはくすり教育だけで片付けられる問題ではなく、心の問題でもある（著者ヒアリングより）

### ファーストステップ：

健康教育の基盤の1つとして、くすりへの理解（適正使用）を定着させること。

教育担当者（教諭、養護教諭、学校薬剤師）への理解促進と情報共有

- ・健康三原則、自然治癒力が重要であることへの理解促進
- ・くすりの適正使用の意義や説明
- ・健康に関する正しい情報の取得と、判断力の獲得
- ・高校生への医療システム（国民皆保険を含む）の理解促進

### セカンドステップ：

単独の団体では限界があるので、各ステークホルダーとの連携（コンソーシアム）

各ステークホルダーでの情報を整理し、生活者視点での横串での一元化、  
海外では政府が健康情報の一元化を実施

連携できると想定される団体：

医療関係団体、薬剤師（学校薬剤師を含む）、ドラッグストア業界、薬業界、  
RAD-AR（くすりの適正使用協議会）

# 5. 直近の取組み状況のご報告

## 教育教材作成

### 「くすり教育教材（中学生・高校生向け）」

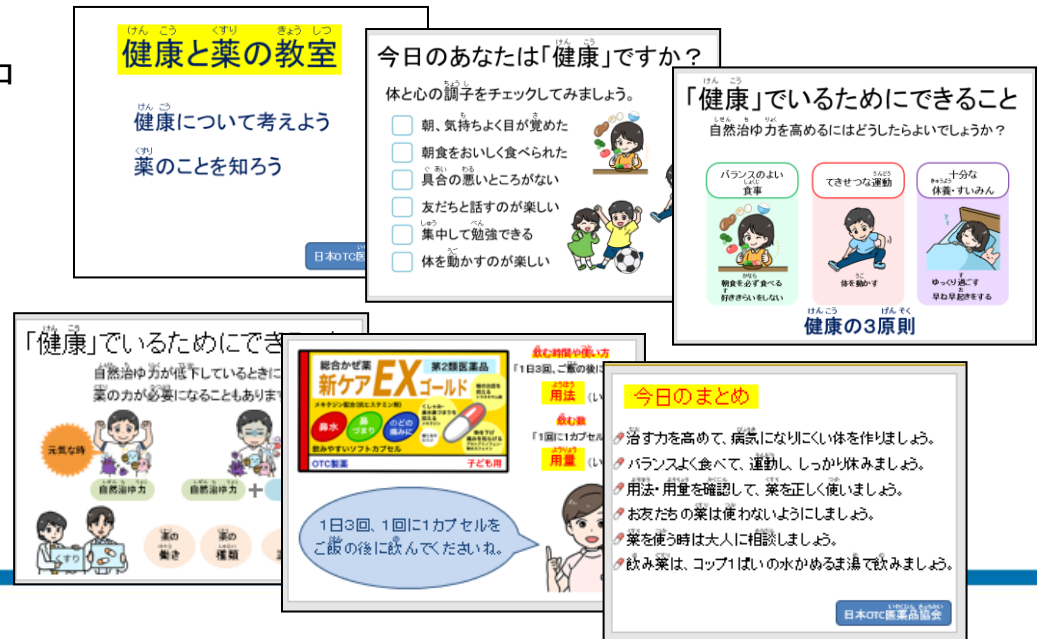
- 1章「健康でいるために」
- 2章「薬とは」
- 3章「薬の剤形と特徴」
- 4章「薬を正しく使うには」
- 5章「薬の主作用と副作用」
- 6章「薬の規制」
- 7章「ヘルスリテラシーとセルフメディケーション」

リリース日：2023年4月4日



### 小学校テキストの作成中

出前授業を実施し、ブラッシュアップ中  
2023年度内にリリース予定。



**健康と薬の教室**  
健康について考えよう  
薬のことを知ろう

今日のあなたは「健康」ですか？  
体と心の調子をチェックしてみましょう。  
 朝、気持ちよく目が覚めた  
 朝食をおいしく食べられた  
 具合の悪いところがない  
 友だちと話すのが楽しい  
 集中して勉強できる  
 体を動かすのが楽しい

「健康」でいるためにできること  
自然治癒力を高めるにはどうしたらよいでしょうか？  
バランスのよい食事  
てきせつな運動  
十分な休息・すいみん  
朝食を必ず食べる  
寝る時間を決めて寝る  
ゆっくり過ごす  
早寝早起きをする

健康の3原則

「健康」でいるためにできること  
自然治癒力が低下しているときに薬の力が必要になることもあります。  
元気な時  
自然治癒力  
自然治癒力  
薬の種類  
薬の働き

総合かぜ薬 新ケアEX ゴールド  
第2類医薬品  
1日3回、1回に1カプセルを  
ご飯の後に飲んでください。

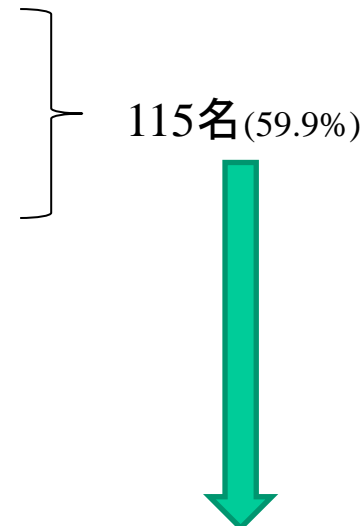
今日のまとめ  
治癒力を高めて、病気になりにくい体を作りましょう。  
バランスよく食べて、運動し、しっかり休みましょう。  
用法・用量を確認して、薬を正しく使しましょう。  
お友だちの薬は使わないようにしましょう。  
薬を使う時は大人に相談しましょう。  
飲み薬は、コップ1杯の水かぬるま湯で飲みましょう。

### (データのダウンロード実績)

期間:2023年4月4日～10月31日

人数:192名 ダウンロード数:212回(複数回を含む)

内訳:学校薬剤師	67名(34.9%)
薬剤師(薬局・病院、企業)	18名( 9.4%)
教員(薬科大学・高校等)	30名(15.6%)
製薬企業	24名(12.5%)
その他	
(薬局、医薬品卸等の事務、教育担当)	22名(11.5%)
(業界紙、学生等)	31名(16.1%)



学校薬剤師やくすり教育に携わる教員などの利用が多く、所期の目的を果たしていると思われる。更に活用される方策を検討する。

### 115名の使用目的 (ダウンロード時)

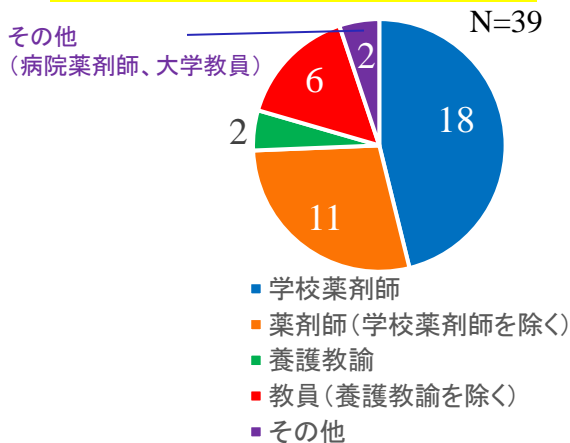
- 80名(69.6%)：くすり教育、授業などで活用・参考に。
- 7名( 6.1%)：市民講座、健康イベントの参考に。
- 10名( 8.7%)：薬物乱用防止講座の資料として。
- 18名(15.7%)：その他 (社会活動、薬剤師業務の説明、閲覧のみ等)

# 健康・くすり教育資料の利用者へのアンケート結果

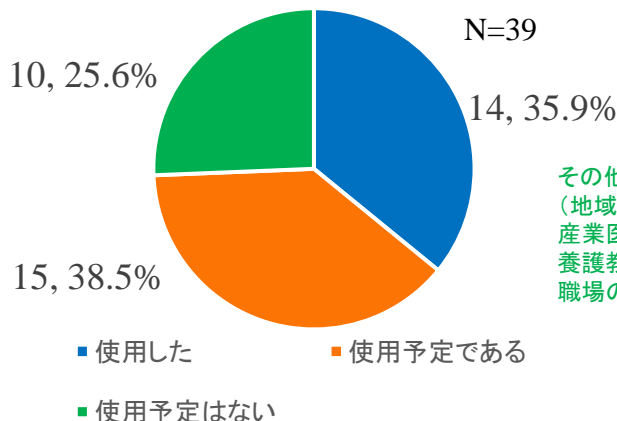


- 中学生・高校生向けとして教材を提供したが、地域住民や医療関係者などの研修等にも活用されている。
- くすり関連の活用度が高いが、健康3原則は利用が少なく、ヘルスリテラシーは比較的活用されている
- 改善点は今後検討予定。

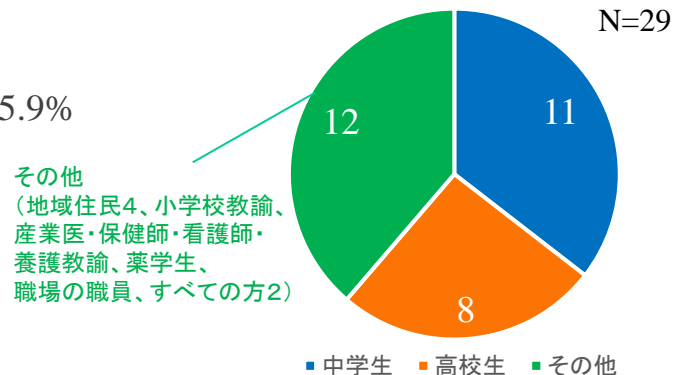
アンケート回答者の内訳 (名)



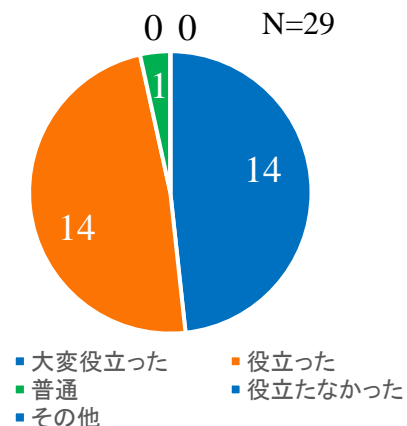
実際に使用しましたか? (名、%)



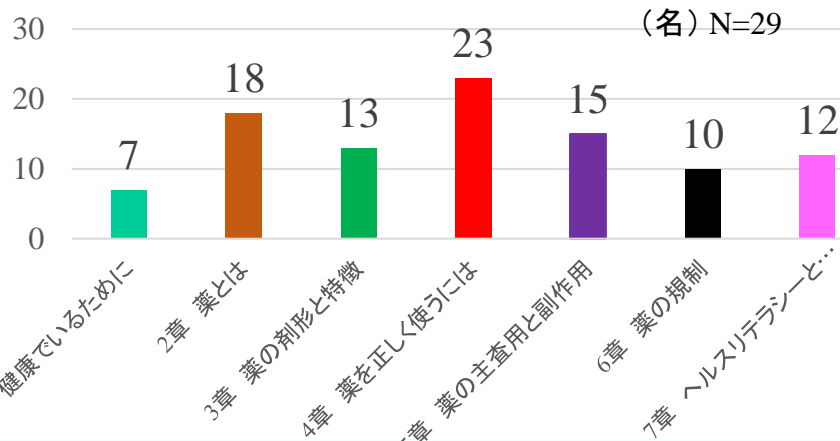
使用対象者は?(複数回答) (名)



役立ったか? (名)



役立った部分はどこですか?(複数回答)



良かった点・改善点は?

- N=11
- ・地域住民や介護従事者向けのセミナーでも使用できる
  - ・適正使用推進のために非常に有用
  - ・図も文もわかり易く、受講者の方からも評価が高かった。
  - ・イラストがわかりやすく、研修資料に図を使用。受講者の集中度は高く、教えて欲しいと要望があるほど好評。
  - ・アニメーションスライドがあるとよい。
  - ・健康3原則の要素が不足(人の行動と心理や欲求には、精神的ファクターが必要)
  - ・副作用に濫用の考えがない。
  - ・リスク区分に有効性の観点が無い。14



**実施時期：** 私立T小学校（9/13実施）、公立K小学校（10/17実施）

### 授業内容：

- ・健康であるために必要なことは何だろうか
- ・薬の形、用法・用量、主作用と副作用などを実験を通じて学ぶ。

### 生徒のコメント：

- ・食事、運動、睡眠が大切なことがわかりました。
- ・くすりはジュースと一緒に飲んではいけないことがわかりました。

### 教師のコメント：

- ・イラストを多く取り入れた資料や、児童が活動できる実験などの企画がよかったです。
- ・児童がとても楽しそうにしていた姿が印象的で、とてもわかりやすく良かった。

### 学校薬剤師のコメント（K小学校で同席）：

- ・子供達の興味を引く授業は、見習わないと思いました。自分自身も薬の正しい使い方を薬物乱用防止授業の前に行っていますので、今回の授業も、とても興味深く拝見しました。これからも、この様な授業をしていただけたらと思います。

#### 当日の時間配分

健康について	約10分
薬について	約10分
水での服用の必要性実験	
カプセルのペタペタ実験	約10分
ジュースと水で重曹の 変化がわかる実験	約15分
質問、その他	約15分

### 主な改善点：（教材のブラッシュアップ）

- ・健康について考えさせたうえで、病気の対応について考えるような資料構成へ変更
- ・伝えたいポイントが伝わるようにトークに【ここで伝えるポイント】を追加
- ・実際は準備等も含め、先生（薬剤師）1人で進めることも考慮し代替方法を検討中。
- ・実験ができない場合の代替（動画など）の準備中



### 各社の健康教育への取組み状況

#### ○いつ健康教育を行っているのか

- ・主に会社訪問（キャリア教育としての職場体験を含む）・工場見学時に実施。
- ・一部の企業では出前授業、オンラインスクールも開催。  
（外部業者と協働実施の場合もある）

#### ○対象は誰か？

- ・主に中学生、高校生が対象、一部の企業では小学生を対象、  
要請があれば、大学生へも対応

#### ○内容はどんなものか？

（薬、病気関連）

- ・症状・疾患の正しい理解について
- ・医薬品の正しい使い方（特に服用方法）について、
- ・医薬品を支える情報を守ることの意義とその理由について、

（キャリア教育の一環として、企業活動について）

- ・企業紹介と工場見学、自社の得意分野の製品紹介、製剤工夫、実験など
- ・サステナビリティ活動、SDGsへの取組み（ユニバーサルデザイン）について
- ・製薬企業の仕事内容（お薬の開発過程/適正使用の推進などについて）
- ・働くことの意義、働いている人物像、求める人物像

#### ○どのぐらいの頻度か？

- ・企業により頻度には大きな差がある。  
会社訪問・工場見学：数回～約50回／年、出前授業：3～5回程度

### 各社の健康教育への取組みの効果

#### ○授業を受けた生徒への効果は何か

効果判定は難しく、一部の企業での効果検証結果は以下の通り。

- ・ 児童から後日お礼のお手紙が届く、好意的な声が届く、反応がある
- ・ セルフメディケーションを理解できたか (N=高校生37名)  
よく理解できた 22名      理解できた 15名
- ・ 高校生からの感想/参考になった点など

(社会問題、製剤工夫等について)

日本が抱えている問題 (医療費・社会保障費) が良くわかった  
患者を第一にしている姿勢、安全と安心を第一にしている姿勢  
子供が用法以上の服用をしないような蓋の工夫  
薬が出来るまで多くの苦労があることを認識し感謝を忘れずに使いたい  
働くことの大変さ、やりがいを知り親への感謝を感じる  
社会に貢献してくことの大切さが印象に残った

(企業に対しイメージ)

会社が目指す社会、製薬会社の仕事などが良くわかった  
製薬会社のイメージが変わった。

#### ○企業としての成果はなにか？

- ・ 地元への恩返しと、企業認知向上、企業イメージアップ、地域貢献
- ・ 未来を担う人材獲得 (化学好きを増やす種まき活動をすることで、将来を担う優秀な人材の育成に繋げること)
- ・ 社会貢献活動への意識醸成、出前授業を行う社員のモラル向上

## 6. 各ステークホルダーのヘルスリテラシー向上に関するヒアリング結果

団体名	面談結果
日本医師会	がん、性教育、生活習慣病等を中心に学校医がHR等の時間で行っている。 健康三原則と薬物乱用防止を繋ぐ、くすり教育は必要である。若いうちからくすりの正しい使い方、副作用を教えることがODの予防に重要。くすり教育の普及(学習指導要領への盛り込み)は各ステークホルダーが協力して進めると良い。日本医師会も協力する。
東京都学校歯科医会	・昭和時代はむし歯治療が活動の中心であったが、学校における予防教育にシフトし、むし歯被患率の減小に繋げることができた。現在は、学校歯科医の活動支援のための情報提供、研修等の取組みが中心。 ・学校において活動を実現するには、学校長の理解の程度に依拠する。理解を得るには学校保健委員会で当該のニーズを創出することが有効である。更に、個別の健康への取組みでなく、ヘルスリテラシー向上の総合的な活動を掲げ、そのニーズを高めることで、さらに効果の向上が期待できると考えている。
日本薬剤師会	薬局業務の合間での活動で時間の制約がある。養護教員と連携して行うケースもあり、保健体育の授業よりも特別活動やHRの時間に行うことが多い。 内容は薬物乱用防止やODがメイン、くすりの適正使用、ルールを教えることが重要。くすり教育をスタートする時期は小学生の高学年から始めるべき。 次期 学習指導要領改正に向けて動き始めている。是非、小学生にくすり教育を入れるべきと考えるが、文科省にはかなりの抵抗がある。
健康保険連合会	ヘルスリテラシー向上策として、健康保険組合が保健事業としてOTC類似薬だけを処方されている生活者に同様のOTC医薬品があることを認知させ、OTC医薬品を購入した場合には補助を出すことで、医療機関にかからずに早めに対応することでリテラシーの向上を図る。
聖路加国際大学	将来的に国民のヘルスリテラシーを向上させるためには、国を始め、それぞれの分野の団体が協力しあって、国民が困った時に迷わず調べられる情報(健康・疾病や治療・予防などの情報)を一元管理できるものが必要。現在の情報は信頼できる情報が少なく、国民にとって選択肢が分からない

- ① 小学生から「健康教育(くすり教育を含む)」の導入
- ② 地域住民のヘルスリテラシー向上のための健康情報の一元化

## 解決策（仮説）

再掲

### 小学校：

健康三原則と薬物乱用防止教育の間に、くすり教育を加えることで、生徒の薬物乱用防止に対する理解を深め、記憶の定着につなげる。

### 中学校：

正しい情報の入手方法、判断方法に関する教育を行うことで、自ら正しい行動を選択する力を高める。

### 高等学校：

医療システム(国民皆保険を含む)について考えさせる教育を行うことで、自らの健康を守る意識、上手な医療のかかり方を意識させる。

## ファーストステップ：

健康教育の基盤の1つとして、くすりへの理解（適正使用）を定着させること。

**教育担当者（教諭、養護教諭、学校薬剤師）への理解促進と情報共有**

→ **学会・研修会を通じて、教育担当者への情報提供**

## セカンドステップ：

単独の団体では限界があるので、各ステークホルダーとの連携（コンソーシアム）

→ **関連団体との連携：**

**医療関係団体、薬剤師（学校薬剤師を含む）、ドラッグストア業界、薬業界、RAD-AR（くすりの適正使用協議会）**

→ **厚生労働省、子ども家庭庁へのアプローチ**

【参考】子ども・若者白書（令和3年度）

第2章 全ての子ども・若者の健やかな育成

第2節 子ども・若者の健康と安心安全の確保

1 健康教育の推進と健康の確保・増進等

子どもや若者が健やかに成長するためには、自らの心・身体の健康を維持することが重要である。（中略）

子ども・若者が自ら心身の健康に関心を持ち、正しい知識を得ることで、健康の維持・向上に取り組めるよう、様々な分野が協力し、健康維持の推進と次世代の健康を育む対策が必要である。

- 小・中・高校における課題の把握について
- 協会としてヘルスリテラシーへの貢献のあり方について
  - 小・中・高校における健康教育（くすり教育を含む）を実践できる  
人材育成、教材の提供
- 関連団体との連携をどのように構想し、どう進めるか