

くすりを正しく知って 正しく使って

くすりの正しい知識を身につけよう



くすりはケガや病気を治し、健康な生活を送るために欠かせません。そのため、くすりのことを正しく知って、正しく使うことがとても大切です。くすりに関する知識をチェックしてみましょう。

第1問 くすりには使用期限がある？

答え ○

くすりには、使用期限（効果や品質などが保たれている期間）があります。期限が過ぎたくすりは使わないようにしましょう。



第2問 錠剤をかみくだいたり、カプセル剤の中身を出してのんでもよい？

答え ×

錠剤やカプセル剤には、苦味をマスキングしたり、胃酸で有効成分が壊れないようにするために、様々なコーティングがなされています。かみくだいたり、中身を出して服用すると、くすりの効果が低くなったり、副作用が出ることもあるので、やめましょう。



やくいく

薬育はじめてみよう

薬育とは、子どものうちから薬の効果や副作用、正しい使い方などを学ぶことをいいます。

薬育のメリット

- ✓ 自分や家族の健康維持・増進に役立ちます
- ✓ 副作用の危険性を減らすことができます
- ✓ 薬物乱用防止につながります

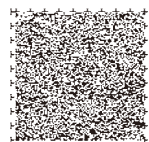
もっとくすりについて学んでみよう

薬育について、ホームページで紹介しています。

薬育を体験できる「薬育 Q&A」動画を YouTube で配信しています。また、薬育授業で活用されているリーフレット・教材等を紹介しています。

詳しくは、こちらへ！！

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/tthc/kusuri/yakuikunituite.html>



薬剤師のいくちゃん

多摩立川保健所では、教育機関や薬局・店舗販売業の方と共に、薬育活動の普及啓発に取り組んでいます。薬の正しい知識を身につけ、薬を適正に使用しましょう。