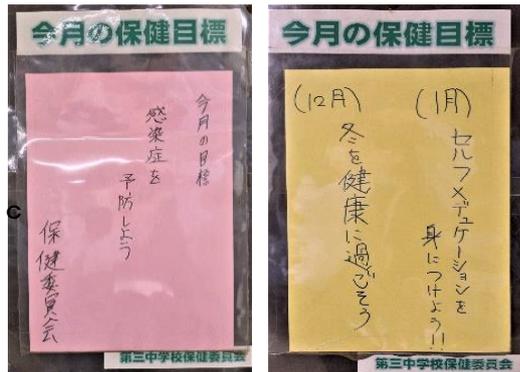




おくすり教室:布田小学校



## 小中学校の2つの学校保健活動



保健委員会活動:第三中学校

# 調布市学校保健会会報 vol.45

～ 目次 ～

- 学校保健会会長から  
自らの生活を見つめ直す力を…………… 1
- 学校医・学校歯科医・学校薬剤師から  
タバコ…………… 2  
からだと歯「スポーツ, 学業との関係」…………… 3  
～知識を「生きる力」に変える～  
子どもをゲートキーパーに育む,  
学校薬剤師の「おくすり教室」の試み…………… 4
- 学校職員から  
子どもたちの生活習慣は大人から…………… 6  
学校給食―「食べる教材」としての役割…………… 7
- 学校保健に係る表彰等…………… 8

令和8年3月  
発行：調布市学校保健会  
会長 児山 友美  
(調布市立第三中学校校長)

編集：調布市教育委員会教育部学務課  
〒182-0026  
調布市小島町 2-36-1  
電話 042-481-7475 (保健給食係)

【写真 布田小学校・第三中学校】

～知識を「生きる力」に変える～ 子どもをゲートキーパーに育む、  
学校薬剤師の「おくすり教室」の試み

調布市学校保健会副会長  
調布市立滝坂小学校・若葉小学校  
学校薬剤師 **小幡 厚元**



私は学校薬剤師として、小学 6 年生を対象に健康の大切さや薬の正しい使い方、薬物乱用防止を伝える「薬育」に、担任の先生方と共に長年取り組んでいる。若者による医薬品の過量摂取（オーバードース：以下 OD）が深刻な社会問題となっている昨今、「ダメ。ゼッタイ。」を伝える一次予防教育だけでは、決して届かない領域があることを痛感している。昨年に続く「調布市学校保健会会報」への連投となり恐縮だが、今年度から踏み出した新たな試みについて、最後までお付き合いいただければ幸いである。

最新版の「自殺対策白書」によると、若者の自殺をめぐる状況は依然として深刻だ。小中高生の自殺者数は 500 人を超え高止まりしており、その背景の一つとして市販薬 OD の深刻化が指摘されている。医薬品を決められた量を超えて大量に服用してしまう OD は、どうにもならない苦痛から逃れるための“最後の手段”として行われることが多い。繰り返す子の多くが、PTSD やトラウマによるフラッシュバック、あるいは不安や孤独に押しつぶされそうになり、そこから一時的にでも逃げようと薬に手を伸ばす。「OD のおかげで、ギリギリ生きていられる」という悲痛な声さえあるのが現実だ。こうした背景を想像せず、ただ「ダメ」と突き放すだけでは、彼らの孤独を深める結果になりかねない。

今年度、私は市内外 8 つの小学校から依頼をいただき、すでに数校で「おくすり教室」を実施した。児童への事前アンケートでは、「友だちが OD していたら何と声をかけたらいい？」という切実な

声が寄せられた。実際、どの小学校にも市販薬 OD の経験者がいる可能性があり、子どもたちは「友だちとして何ができるのか」を真剣に悩んでいる。果たして我々大人は、この問いに正面から答えられているだろうか。

そこで今年度、私が掲げたテーマが、「思いやりは知性である」という定義、そして「正論が持つ暴力性」についてである。先日、糸井重里氏のコラムで、「思いやりというのは、いい人なら自然に湧いて出てくる、というものではない。知らなきゃ、ない」という言葉に触れ、胸を突かれた。相手の背景を知ろうとする努力（知識）がなければ、真の思いやりは生まれない。これまでの「薬物乱用防止＝正しいこと」という指導は、それ自体は正論だが、時に「正しいことを大切にする子」が無自覚に正論を振りかざし、追い詰められた友人をさらに傷つけてしまう危険性を孕んでいる。相手への想像力を欠いた正論は、時に「暴力」になり得るのだ。今の時代、「ダメ。ゼッタイ。」だけ強調しては、授業後のクラスに差別や偏見を生みかねない。一次予防としての薬育に決定的に欠けていたもの——それこそが、相手の背景を想像するための「知識」ではないだろうか。

私はこれからの「薬育」には、一次予防教育に加えて、「相手への配慮」という知性が必要だと考えている。学生時代、恩師から「患者（患者）とは、字の如く『串刺しの心』を持っている。見えない傷を想像して接しなさい」と教わった。

これは現在の医療分野で「TIC（トラウマ インフォームド ケア）」と呼ばれる重要なパラダイムである。「この子はどうしてそんなことをするのか？」という批判的な視点ではなく、「この子に何があったのか？」と問い直す姿勢だ。

OD は依存症という病であり、薬を取り上げれば解決するものではない。周囲の友達には、正論で裁くのではなく、「なぜこの子は薬に頼らざるを得ないのだろう」という想像力を持って接してほしい。こうした「思いやりの知性」を育む教育、つまり「背後にある困りごとを理解するアプローチ（TIC）」を、私は学校現場と協働して目指している。

若者の自殺は衝動的なケースが多く、約 7 割が「実行の 1 時間前」に思い立つと言われる。しかし、その瞬間に誰かが声をかけ、気持ちを受け止めることができれば、踏みとどまれる可能性は格段に高まる。だからこそ、子どもたち自身が「ゲートキーパー（命の門番）」としての役割を学ぶ意義がある。今年度はロールプレイングを刷新し、従来の「誘いを断る練習」に加え、新たに「友達として悩みに気づき、話を聴き、支え、しかるべき支援（大人）につなげる練習」を導入した。これは単なる薬育を超えた、自殺予防教育への挑戦でもある。知識を「生きる力」へと昇華させるライフスキルの授業にこそ、教育の真髓があると感じてならない。

「思いやりは自然に湧くものではなく、知性である」という事実は、私たちに希望を与えてくれる。性格を変えることは難しくとも、知識としての「優しさ」はいつからでも学ぶことができるからだ。

最後に、読者の皆様に問いかけを残したい。痛みを知る子どもたちから、我々大人が学び、癒されることも多いのではないだろうか。

人には力がある。しかし、同時に、きわめて弱いところもある。「弱いことは、決して悪いことではな

い」。そう捉えなおしたとき、人とつながることの本当の価値が見えてくるはずだ。その価値を学ぶことこそが、今の学校教育に最も求められているものだと、私は信じている。

「ゲートキーパーになろう！」編～良い対応例（先生によるRP、児童は見学）

「よう、元気？なんか疲れてるみたいだね」

【気づき】 ○疲れている様子に気づく

「（タバコの臭いに気づき）何かあった？話を聴かせてくれるかな？」

【声掛け】 ○話すことを促す

「そだったんかなくて思っ... し疲れているの  
**みんなでカッコいいゲートキーパーになろう！**

【傾聴】 ○心配を伝える。ねぎらいの言葉。話を受け止める

「おれはお前の体調も心配だよ。誰かに相談したのかな？学校の先生、スクールカウンセラーの先生も相談に乗ってくれると思うけど、調布市でチャット相談ができるみたいだよ」

【つなぎ】 ○具体的なサポートを示す

「だいじょうぶ、オレもそばにいるよ」

【見守り】 ○温かく寄り添い、見守る

これからロールプレイングを行います。  
「ゲートキーパーになろう！」

「気づき・声掛け」  
「傾聴（けいちよう）」  
「つなぎ」  
「見守り」

雑談も  
大事！

ムリせず身近な大人  
家族、先生、専門家につながろう！

重要：解決できなくていい。でも、  
やさしく話を聞いてあげることはできるはず

これからロールプレイングを行います。  
「できれば、ハッキリと断ろう！」

「いらない」、「やらない」  
「興味ないから大丈夫」  
「怪しいものは食べたくない」

☆勇気を出して断りたいときは...

1. 「体のこと」を理由にする（一番使いやすい！）

「ごめん、お腹壊しちゃって」

「アレルギーがあるから、親に止められてるんだ」

2. 「家のルール」を理由にする（強い味方を作る）

「自分はいんだけど、親が...」

3. 「話題をそらす・逃げる」（その場を離れる）

「あ、塾の時間だ！またね！」

「それより、ゲームの続きやろうよ！」（話題を替える）