

1 「健康な状態」とは、どんな状態だろうか。

映像を見て、健康について考えよう。

2 一般用医薬品は、どのように使用したらいいのだろうか。

1) タケルくんとお父さんのかぜ症状にぴったりの薬を選ぼう。

①グループで考えよう! タケルくんのかぜ症状にぴったりの薬

②グループで考えよう! タケルくんのお父さんにぴったりの薬

選んだ薬	選んだ理由
色	

選んだ薬	選んだ理由
色	

薬を選ぶ際のポイント

●自分の に適した薬を選ぶ。 ● をよく確認し、必要に応じて相談する。

2) 選んだ薬、正しくのめるだろうか。

①グループで考えよう! タケルくんとお父さん、それぞれの薬ののみ方を調べよう。

タケルくんの薬

お父さんの薬

②グループで考えよう! 用法・用量は、なぜ決められているのだろうか。

--

薬を選ぶ際のポイント

●薬には、 と がある。 ● を守って、正しく服用する。

3 セルフメディケーションは、なぜ必要なのだろうか。

映像のその後を映像で確認しよう。

①個人でチェックしよう! 自分の身体のこと、どのくらいわかっているだろうか。

②個人でチェックしよう! あなたのセルフメディケーション力は?

映像でセルフメディケーションが社会で求められる理由について、映像で確認しよう。

4 軽度な不調に対処できるようになっただろうか。自分の生活をより健康で豊かなものにしていくために、あなたはどのようにしていくか、考えたことや感じたことを書こう。

--