

## 「身边な生活と健康をつなぐ薬学」コース

**【概要】** 予防医学（病気になる前から健康維持を意識すること）や公衆衛生（健康で安全に暮らすために生活環境を意識すること）の観点から、生活と健康のつながりを科学的にひもといいていきます。ドラッグストアとの関わりが深い内容を中心に、日常生活に役立つ知識をわかりやすく紹介します。

**【対象】** 健康増進に興味のある方で、くすり・サプリメントと健康・医療、身体の仕組みなどに興味のある方

**【本講座を受講することで獲得を目指す知識・技能等】**

感染症と衛生管理の基礎知識、消毒剤の使い分け技能、紫外線・放射線の健康影響に関する知識、セルフメディケーション実践力等

**【講師】** 小林 秀丈（広島国際大学 薬学部 講師）、杉原 数美（広島国際大学 薬学部 客員教授）  
瀧口 益史（広島国際大学 薬学部 教授）、前田 志津子（広島国際大学 薬学部 講師）  
金子 哲夫（広島国際大学 薬学部 教授）、田山 剛崇（広島国際大学 薬学部 准教授）

**【定員】** 20名

**会場：**呉キャンパス

日時	講座名	講座内容
1 5月16日（土） 9:30-11:00	身边に潜む細菌やウイルスについて (小林 秀丈)	梅雨の時期に増える感染症に備え、目に見えない細菌やウイルスの種類と特徴をやさしく解説します。 【キーワード】 細菌、カビ、ウイルス、カンピロバクター、サルモネラ菌、腸炎ビブリオ
2 5月16日（土） 11:10-12:40	消毒薬の種類と特徴 (小林 秀丈)	ドラッグストアで販売されている消毒剤にも複数の種類とその使い分けがあります。消毒剤の種類と特徴（エタノール、次亜塩素酸ナトリウム、ポビドンヨードなど）を解説し、ドラッグストアでの適切な選び方と使い分けを紹介します。 【キーワード】 消毒剤、エタノール、次亜塩素酸ナトリウム、ポビドンヨード、ベンザルコニウム、クロルヘキシジン
3 6月13日（土） 9:30-11:00	飲み水の科学と安全 (杉原 数美)	ミネラルウォーターと水道水の違い、浄水器の種類と仕組み、上水と下水処理の科学を解説し、飲み水や浄水器選びに役立つ知識を紹介します。 【キーワード】 水道水の安全性、浄水器の原理、水循環、下水処理
4 6月13日（土） 11:10-12:40	紫外線から肌を守る方法と科学 (杉原 数美)	紫外線の肌への影響を科学的に解説し、日焼け止めやスキンケア用品など、ドラッグストアで購入できる予防・ケア商品の成分や活用法を紹介します。 【キーワード】 紫外線、放射線、日焼け止めクリーム
5 7月4日（土） 9:30-11:00	健康食品の分類と注意点 (瀧口 益史)	ビタミン・ミネラル・機能性成分など、サプリメントの分類と目的を科学的に解説します。健康維持や栄養補完に役立つ一方で、過剰摂取や薬との相互作用など注意点も紹介します。健康食品、機能性表示食品、特定保健用食品の違いを整理し、ドラッグストアでの表示の読み方や、自分に合った製品選びのコツを学びます。 【キーワード】 健康食品、サプリメント、機能性表示食品、特定機能表示食品
6 7月4日（土） 11:10-12:40	食品添加物の正しい知識 (瀧口 益史)	食品添加物の目的（保存・着色・香料など）や種類（保存料、甘味料、酸化防止剤など）を科学的に解説し、生体への影響や安全性の考え方を紹介します。日常生活で手にする加工食品やサプリメントの表示を読み解く力を養い、賢い選び方につなげます。 【キーワード】 食品添加物の目的、種類、生体に及ぼす影響
7 9月5日（土） 9:30-11:00	OTC医薬品について知ろう (前田 志津子)	OTC医薬品（一般用医薬品等）は、医師の処方せんなしで購入できる薬で、セルフメディケーションの重要な手段です。さらに、OTC医薬品にはいくつかの種類があり、用途や安全性に合わせて選ぶことができます。本講座では、それぞれの種類と特徴について分かりやすく説明するとともに、対象の薬を一定額以上購入すると税金が安くなる「セルフメディケーション税制」についてもご紹介します。 【キーワード】 OTC医薬品、OTC類似薬、セルフメディケーション税制
8 9月5日（土） 11:10-12:40	民間療法に使用される植物 (金子 哲夫)	ドクダミ、ヨモギ、ゲンノショウコなど、私たちの周りには、昔から健康に役立てられてきた「民間薬」が今でも利用されています。これらの薬用植物は、先人たちの知恵が現代へ受け継がれた、セルフメディケーションの原点ともいえます。本講座では、薬用植物を日常生活で無理なく安全に取り入れる方法を紹介します。さらに、実際に薬草を煎じる体験を通して、日々の暮らしに活かせる技術を身につけます。 【キーワード】 民間療法、薬用植物
9 10月3日（土） 9:30-11:00	OTC医薬品に使用される植物 (金子 哲夫)	植物を原料とするOTC医薬品（一般用医薬品等）は、私たちの健康を支える身近な存在です。本講座では、これらの医薬品に用いられている植物の特徴や、効果・作用機序、副作用や注意点について学び、日常での適切な選択やセルフメディケーションに役立つ知識を身につけます。 【キーワード】 OTC医薬品、生薬、漢方薬
10 10月3日（土） 11:10-12:40	OTC医薬品の検索方法について知ろう (田山 剛崇)	OTC医薬品を安全にそして効果的に使うには、医薬品情報の活用が必要です。医薬品情報の1つである添付文書を用いて、OTC医薬品情報の活用方法を説明します。 【キーワード】 医薬品情報、添付文書

**【留意事項】** 開講日は月1回程度で土曜日（呉キャンパス）を予定。

・8割以上（8回/10回）出席の方には、修了証を発行いたします。