薬の飲み忘れを防ごう

目安 15〜20 分　｜　難易度：標準＋

下の資料を見て、問いに答えましょう。生活の中で薬を正しく管理するために、必要な情報を確認し、考えてみましょう。



1 資料を見て、確認が必要なところを２つ見つけましょう。

1.

2.

2 木曜日（6/19）のあとで、まず何を確認するとよいでしょうか。最も適切なものを１つ選びましょう。

- ☐ すぐに薬を追加して飲む
- ☐ 昼の薬を飲んだか本人に確認する
- ☐ 明日のデイサービスの持ち物を準備する
- ☐ 薬ケースを空にする

3 明日はデイサービスの日です。前日のうちに準備しておいた方がよいことを３つ選びましょう。

- ☐ 朝の薬をケースに入れる
- ☐ 昼の薬をケースに入れる
- ☐ お薬手帳を用意する
- ☐ 健康保険証を用意する
- ☐ 連絡帳を用意する
- ☐ 飲み物を用意する
- ☐ タオルを用意する
- ☐ 家族に連絡しておく

4 予定が変更になりました。明日はデイサービスではなく、午前中に病院へ行くことになりました。今までの準備のうち、見直した方がよいことを２つ選びましょう。

- ☐ 持っていく薬の種類
- ☐ 出発時間
- ☐ 持ち物の内容
- ☐ 昼の薬の飲み方

5 薬の飲み忘れを防ぐ方法として、あなたが一番よいと思うものを１つ選び、理由を書きましょう。

- ☐ A. 薬を見える場所に置くだけ
- ☐ B. 薬ケースに分けるだけ
- ☐ C. 薬ケース＋チェック表＋決まった場所

理由：

解答例 ＋ 考え方の例 ＋ 支援者向け解説

1 確認が必要なところの例（例）

1 木曜日（6/19）の昼の薬が薬ケースで空になっている



服薬予定表では木曜日の「昼」は○（飲む）になっていますが、薬ケースでは空になっています。

2 日曜日（6/22）の夕の薬が薬ケースに入っている



服薬予定表では日曜日の「夕」は―（飲まない）になっていますが、薬ケースには薬が入っています。

支援者向け解説

- 服薬予定表・薬ケース・現状を照らし合わせ、情報の食い違いに気づく注意機能・視覚探索の課題です。
- 「どちらが正しいか」だけでなく、なぜ食い違いが起きたのかを一緒に考えることが重要です。
- 日頃の服薬管理の習慣や環境を確認し、再発防止策につなげましょう。

2 まず何を確認するかの例

☑ 昼の薬を飲んだか本人に確認する

選んだ理由の例

- 薬ケースでは空になっているが、飲み忘れている可能性もある。
- まず本人に確認し、必要に応じて家族や服薬記録を確認する。
- 自己判断で追加服薬は行わない。

支援者向け解説

- 飲み忘れの対応として、まず事実確認（本人・記録の確認）が基本です。
- 飲んだかどうか曖昧な場合は、医師や薬剤師に相談する。
- 「本人の自己判断で追加しない」という安全管理の意識を持たせます。

3 前日のうちに準備しておくものの例

☑ 朝の薬をケースに入れる
☑ お薬手帳を用意する
☑ 飲み物を用意する

支援者向け解説

- デイサービスの出発時間が早いため、前日の準備が重要です。
- 服薬・持ち物・時間の確認を一緒に行い、当日の混乱を防ぎます。
- 生活の流れを意識した計画性を育てる課題です。

4 予定変更時に見直すものの例

☑ 持っていく薬の種類
☑ 出発時間

支援者向け解説

- デイサービスと病院受診では、必要な薬や持ち物が異なります。
- 出発時間・移動方法・持ち物の変更など、予定変更に応じて計画を見直す力（認知的柔軟性・問題解決力）の課題です。

5 よい方法の例

☑ C. 薬ケース＋チェック表＋決まった場所

理由の例

- 薬を分けて入れ、チェック表で確認できるため、飲み忘れを防ぎやすい。
- 毎日同じ場所に置くことで、探す手間が減り、習慣化しやすい。
- 家族や支援者も一緒に確認できる。

支援者向け解説

- 複数の方法を比較し、理由を考える課題です（判断力・説明力・問題解決力）。
- 本人の生活スタイルや環境に合わせて、無理なく続けられる方法を一緒に検討しましょう。
- アラームの活用など、本人に合った工夫を加えることも効果的です。