

平成21年 3月31日現在

研究種目：若手研究（B）

研究期間：2006～2008

課題番号：18791716

研究課題名（和文） 地域住民との協働による生活習慣病予防プログラムの開発

研究課題名（英文） DEVELOPMENT OF THE PREVENTIVE ACTIVITY PROGRAM FOR LIFESTYLE-RELATED DISEASES BY COLLABORATION WITH RESIDENTS

研究代表者

氏名（ローマ字）：山田 洋子（YOKO YAMADA）

所属機関・部局・職：千葉大学・看護学部・助教

研究者番号：50292686

研究成果の概要：

本研究は、地域住民全体へのアプローチによる生活習慣病予防において、地域住民との協働により発揮する保健師の予防機能を明らかにし、住民との協働という方法を活用した生活習慣病予防介入プログラムを開発することを目的とした。文献検討並びに生活習慣病予防活動に成果をあげている保健師への聴き取り調査により行った。生活習慣病予防において効果的な支援プログラムの要素が抽出され、これらを組み合わせた支援プログラムの有用性が示唆された。

交付額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2006年度	700,000	0	700,000
2007年度	600,000	0	600,000
2008年度	500,000	150,000	650,000
年度			
年度			
総計	1,800,000	150,000	1,950,000

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：看護学 ・ 地域・老年看護学

キーワード：生活習慣病予防，地域住民，保健師，ハイリスクアプローチ、
ポピュレーションアプローチ

1. 研究開始当初の背景

予防には、対象者の健康レベルによって段階があり、また予防すべき健康問題も多様に存在している。歴史的に保健師は、住民とともに住民の力を活かしながら地域住民全体

に働きかけることにより健康問題を未然に防ぐ予防的意義の高い援助活動を実践的に行ってきている。しかし、保健師が果たしている予防機能についての原則は、十分に説明されておらず、保健師が住民との協働活動に

より果たしている予防機能について明らかにする必要があると考えた。

予防に必要な健康課題のうち、本研究においては、現在わが国において喫緊の課題となっている『生活習慣病予防』に焦点をあてる。これまで生活習慣病予防に関しては、生活習慣病を発生しやすい高いリスクを有する個人を対象に、病態に着目して生活習慣改善に向けたセルフケアを促すといった個人への介入が中心であった。これに対し、本研究では、地域住民全体へのアプローチによる生活習慣病予防を追究することが必要であると考へた。

保健師はこれまでも、対象者個人への介入にとどまらず、同じ疾患をもつ住民同士をつなげてグループを育成し支援を行うということを通して集団への介入を実践し成果をあげている。しかし、今後は、ハイリスク者のみに対象を限定せず、地域全体の健康づくりの観点から住民との協働により生活習慣病予防活動を推進する必要がある、地域全体への介入方法を開発することは意義がある。本研究においては「住民との協働」を、単に保健師が住民の協力を得たり住民同士をつなげてグループ支援したりするだけでなく、地域で生活する住民同士の関係性や住民相互のはたらきかけを活かして地域住民全体をエンパワメントすることとして考へる。

生活習慣病予防における保健師活動に関する資料は数多く報告されている。しかしこれらのほとんどは実践報告レベルであり、生活習慣病予防における保健師の役割・機能について普遍性の高い知見を産出している研究は極めて少ない。したがって、実践活動報告を基礎資料として、保健師が生活習慣病予防にどのような成果を産出したのかを明らかにすることによって、保健師の予防機能の原則を導出することは重要であると考へた。

2. 研究の目的

本研究の目的は、生活習慣病予防において地域住民との協働により発揮する保健師の予防機能について、以下の点から追究することである。

第一に、生活習慣病予防に関する保健師の実践活動報告から活動の成果を確認し、生活習慣病予防における保健師の予防機能の原則を導出する。

第二に、導出した予防機能の原則をもとに、

生活習慣病予防に向けて、住民との協働という方法を活用した生活習慣病予防介入プログラムを開発する。

3. 研究の方法

1) 調査1：文献調査

(1) 対象

1997年から2007年までの文献を対象にweb版医学中央雑誌による検索並びに地域看護関連の主要雑誌の閲覧を行った。キーワードは「生活習慣病」and「保健師」とした。その中から、生活習慣病予防に向けた保健師の実践活動に関する記述がされている文献を選定し分析対象とした。

加えて、さらに実践活動のデータを豊富に得る目的でA県保健師業務研究収録から文献を選定した。

(2) 分析方法

分析対象とした各文献に記述されている内容から、保健師が生活習慣病予防活動において発揮している機能であると判断できるものを取り出し整理した。

2) 調査2：保健師への面接聴取

(1) 調査対象

医学中央雑誌および地域看護関連の商業誌からの検索により、ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチを組み合わせた活動であり、住民との協働という方法を用いて生活習慣病予防に成果をあげていると判断できる保健師の活動事例

(2) 調査方法

関連資料の閲覧及び活動に主に関わっている保健師への面接聴取

(3) 調査項目

①基本事項

- ・ 回答者の所属部署、職位、経験年数（保健師としての経験年数、自治体での経験年数）
- ・ 人口統計、地域特性（風土や基幹産業、特徴的な健康課題など）

②生活習慣病予防活動の概要

- ・ 調査対象自治体における生活習慣病予防活動全体の概要
- ・ 生活習慣病予防活動として実施している主な事業の概要（事業名、事業の経緯・背景、事業の目的・目標、事業の内容、事業の評価方法、従事者（所属、職種））
- ・ 各事業をどのように関連させて実施しているか、活動を進める上での工夫

③生活習慣病予防活動における保健師の支援内容や果たしている役割

- ・生活習慣病予防活動における保健師の具体的な援助内容・意図
- ・保健師が果たしている役割

④活動によりもたらされた成果

- ・生活習慣病予防に関する健康指標の変化
- ・事業参加者の生活及び意識等の変化
- ・事業参加者以外への波及効果（家族、地域、関係者等の変化）

(4)分析方法

- ① 収集したデータに基づき、事例ごとに活動の概要を整理する
- ② 活動において保健師が果たしている役割、発揮している機能を整理する
- ③ ②で整理した役割・機能を、活動によりもたらされた成果と照らし合わせて検討する

(5)倫理的配慮

面接対象者およびその所属長に対して、研究の趣旨を文書および口頭にて説明し、調査への協力の了解を得た。その際に、調査結果は本研究のみに使用し、個人や施設が特定されるような結果の集計および公表はしないこと、また調査終了後でも研究協力を辞退することができることを約束した。

4. 研究成果

1) 調査1

学術雑誌から選定した文献は11件、A県保健師業務研究収録から選定した文献は31件であった。これら进行分析し、生活習慣病予防活動において保健師が発揮している機能を整理し、以下の結果を得た。

すなわち、a. 健康管理行動、社会的活動の観点から、個人の健康生活実態をアセスメントする、b. 健康生活実態に対する本人の主観（気持ち・考え）をアセスメントする、c. 地域全体にはたらきかける必要性のあるニーズをアセスメントする、d. 地域生活集団全体から生活習慣病に関して予防的意義の高い人々を援助対象として選定する、e. 個人、地域のアセスメントを相互に行い、アセスメントの根拠を明確にする、f. 生活に対する希望と健康生活実態の適否を、将来を予測してアセスメントする、g. 血液検査値等のデータと生活習慣の関連、個人の問題と地域の問題の関連を伝えたり、共に探ったりしながら本人にとってのデータの意味づ

け・解釈を行う、h. 自己の取り組み目標を、自己決定・自己評価することを促す、i. 本人自身が取り組みそうだという実感を得て、取り組む方法を自ら選択することを支援する、j. 本人の取り組みの成果を共に確認する、k. 本人と保健師の信頼関係を形成する、l. 本人だけでなく家族を単位として働きかけ家族での問題解決を促す、m. 自らの健康問題が地域の健康問題につながっていることに気づき、その問題に対して人々が主体的に取り組めるようにする（住民・関係者の意思決定を支える、住民の組織活動への主体的な取り組みを促す、他の住民・関係者の支持を得る、関係者との連携による成果を意識化する）n. 人々（住民・関係者）が円滑に活動できるように組織づくりや条件づくりを行う（人材育成、住民・関係者との関係づくり、住民・関係者との連携及びその場づくり、住民・関係者の能力・組織力をもとに活動支援、健康問題に取り組む組織づくり、住民の活動の具体化、関係者に対する技術支援・経済的支援、既存の人的・物的資源を活用、行政計画への位置づけ）、o. 個人の健康問題解決のために本人家族を生活習慣病対策の事業へつなげる、以上に整理された。

2) 調査2

調査への協力が得られ、調査を実施できた2事例の主な結果を以下に示す。これらはいずれも生活習慣病予防に向けたハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチを効果的に組み合わせている活動であった。

(1) 調査事例の概要

①事例1

a. 対象保健師

A市の衛生部署所属であり、経験年数約20年の保健師1名。

b. A市の概要

人口約49,000人、高齢化率19%

特定健診対象者 人口約20,000人、割合約41%

c. 活動の概要と成果

<ハイリスクアプローチ>

- ・「標準的な健診・保健指導プログラム」に基づいた保健指導（積極的支援・動機付け支援）

特定健診・保健指導開始前であったが、プログラムに基づいて実施していた。

<ポピュレーションアプローチ>

- ・市民団体から組織された健康づくり推進員との連携

地区ごとに受診率、保健指導の対象者数などをまとめ、目に見える形で市民に伝える。そして、地区組織としての活動を検討することを促す。

各地区ごとにウォーキングマップを作成し、住んでいる身近な場所でふだんの生活に1,000歩増やすことから始める啓発を行う。

d. 保健師が果たしていた役割・機能

- ・健診結果を説明する機会を生かし、データに基づいた説明により、自分自身の身体の状態に気づくことを促す
- ・地区ごとのデータを示し地域の健康問題を自分たちの問題として認識し、主体的に取り組むことを促す
- ・地区を単位として働きかける
- ・共に生活習慣病予防に取り組むことが必要な関係者・関係機関（医療機関等）と連携する

②事例2

a. 対象保健師

A市の衛生部署所属であり、経験年数約10年の保健師1名。

b. A市の概要

人口約43,000人、高齢化率24%

c. 活動の概要と成果

〈ハイリスクアプローチ〉

- ・運動や糖尿病予防といったテーマに応じた教室
- ・個別健康相談
- ・家庭訪問

〈ポピュレーションアプローチ〉

- ・市民に対してメタボ予防に関心をもってもらうためのイベント

市民の中からメタボ予備群であるモニター（40歳前後の男性）を募り、6か月間、各自がたてた目標に向け、生活習慣改善にチャレンジしてもらい、日々の具体的な取り組みの様子や途中経過などを広報誌等で紹介する。

d. 保健師が果たしていた役割・機能

- ・生活習慣病予防が必要な住民の中でもターゲットをあてるべき対象を判断し設定する
- ・検査結果等を数値として示し、裏づけ、根拠をもって理解を促す

- ・生活習慣病予防に必要な住民同士をつなげ、グループとして予防にとりくめるようにする

- ・住民が獲得した成果や自信を他者にも伝えたいという気持ちを支持し活用する

- ・市民が改善した成果、および改善に至った具体的なプロセスを市民に示すことにより、共感から意欲をもてるようにする

- ・市民が、生活習慣病が身近な健康問題であることを認識できるようにする

これらの調査結果を整理し、生活習慣病予防において効果的な支援プログラムの要素を見出した。すなわち、1. ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチを有機的に組み合わせること、2. 個人へのアプローチにおいては、〈信頼関係を構築する〉ことを基盤に据えて、〈自己決定や自己評価を促す〉ことを行いつつ、〈根拠をもとに、共に確認したり解釈したりする〉ことを重視した援助を循環させること、3. 生活習慣病予防の必要な個人と個人をつなげ、グループとして予防にとりくめるような環境をつくること、4. 住民自身が、地域の問題として生活習慣病予防に取り組む必要性を実感し、主体的に取り組めるような意識づくり・環境づくりをすること、以上であった。これらの要素を組み合わせた生活習慣病予防プログラムの有用性が示唆された。

本研究の成果は、地域全体の生活習慣病予防活動を、住民と共に推進していくことにより成果を得るための具体的な方法を提示するものとなる可能性があり、平成20年度から開始された特定健診・特定保健指導においても活用できるという点で意義があると考えられる。今後は、プログラムの具体化が必要である。

5. 主な発表論文等

なし

6. 研究組織

(1) 研究代表者

山田 洋子 (YOKO YAMADA)

千葉大学・看護学部・助教

研究者番号：50292686