

令和 5 年 6 月 23 日現在

機関番号：34327

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2018～2022

課題番号：18K10559

研究課題名(和文) 育児期の無職女性の主体的な保健行動の促進に向けた健康支援プログラムの開発

研究課題名(英文) Development of a health support program to promote proactive health behavior among house wives for child-rearing mothers.

研究代表者

河田 志帆 (Kawata, Shiho)

京都看護大学・看護学部・准教授

研究者番号：70610666

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,000,000円

研究成果の概要(和文)：本研究の目的は、健康支援を受ける機会が少ない育児期の女性に対し、主体的な保健行動に必要なヘルスリテラシーの促進を目指した健康支援プログラムの開発を行うことである。近畿圏内の市町村や子育て関連施設の利用者を対象に実態調査を行い、母親のヘルスリテラシーは自覚的健康状態などと関連していることや、母親が育児生活で自らの健康を維持増進するための工夫などが明らかになった。これらの結果を基に「自分の健康状態を知る方法」「女性のライフサイクルと病気」「受診と相談のタイミング」「健康を維持するための生活習慣」を内容としたプログラムを開発した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

日本のヘルスリテラシー研究は蓄積されつつあるが、ヘルスリテラシーの向上を目指したプログラム開発に関する研究は少ない。育児期の女性の多くが自らの健康管理を後回しにしており、加えて健診などの保健サービスを受ける機会が少ないため主体的な保健行動を促進するための方策を検討することは非常に重要である。本研究の結果は、身近な場所で健康支援を実施し、育児期の母親の健康支援の有効性を検討するための知見となり、学術的意義や社会的意義があると考えられる。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study was to develop a health support program aimed at promoting health literacy for health behaviors of child-rearing mothers, toward early detection and treatment for women's health that can be utilized in childcare support settings. We surveyed child-rearing mothers at municipalities and childcare-related facilities in the Kinki region using self-administered questionnaires and focus group interview. Based on the survey results, a program was developed to provide information on "how to know one's health status," "women's life cycle and diseases," "timing of consultation and consultation," and "lifestyle to maintain health."

研究分野：公衆衛生看護学

キーワード：ヘルスリテラシー 育児期女性 保健行動 プログラム開発

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

女性を取り巻く環境の変化により女性の社会進出が進んでいるが、出産を機に離職する女性は 33.9% (内閣府, 2017) と約半数の女性が育児に専念する生活を送っている。就労女性は、産業保健分野による健康管理の対象であり、定期的な健康診断の受検や産業保健サービスにより、自らの健康状態を客観的に把握する機会を有しているが、退職後に扶養家族となった場合には、自らの健康状態を把握する機会が乏しくなる可能性がある。また、生活時間に関する報告 (総務省, 2016) では、6 歳未満を養育する母親は、育児に時間を費やしており自らの健康状態を振り返る時間の確保が難しくなっている。

一方で、育児期の女性への健康支援として、地方自治体を中心に不適切な養育の防止に向けた産後うつや育児不安の軽減など、母親の精神面への支援が重点化されており、育児支援の場が拡充されつつある。しかし、母親の健康状態は育児に大きく影響し、ひいては子どもの健やかな成長発達に影響する。そのため、精神的な支援のみならず母親が自らの健康状態をコントロールしていくために、身体的な健康に向けた支援の検討が必要である。

育児に専念する母親の身体的な健康を支援する機会として、地方自治体が行う健康増進事業による健康診断や健康教育がある。しかし、事業によっては年齢制限や開催時間に子どもを保育が必要など参加に障害があると推察される。加えて、育児期の母親の健康管理に関しては「時間がない」「症状がないと受診しない」等が報告 (大槻ら, 2008) あり、自分の健康管理が後回しになっていると考えられる。

特にこの時期の女性の健康課題として、子宮頸がんや乳がんの罹患率が上昇傾向にあり、早期発見が重要である。これらは発見が遅れると予後が不良となる可能性があるため、自らの健康状態に気付き、早期発見を促すための行動としてヘルスリテラシーが重要 (河田, 畑下, 金城 2014) であるが育児期の母親に関連した報告が少ない。また、女性の健康に関する研究では、主に子宮頸がんの受診行動に関連した報告が多い。中でも、受診行動と関連して子宮頸がんや生殖、性行為感染症に関連する知識が乏しいとされており、発達段階に応じた教育の必要性が示唆されている。しかしながら、育児期の女性が主体的に保健行動をとるために必要なヘルスリテラシーを高める教育の学術的な知見は十分とはいえない。

### 2. 研究の目的

本研究の目的は、健康支援を受ける機会が少ない育児期の女性に対し、女性特有の疾患や保健行動を把握し、育児支援の場で活用できる早期発見・治療に向けた主体的な保健行動としてのヘルスリテラシーの促進を目指した健康支援プログラムの開発を行うこととした。具体的には以下の 3 つの目的を設定した。

- (1) 育児期の母親の健康状態と保健行動に関する文献レビュー
- (2) 育児期の母親の健康状態とヘルスリテラシーの実態を明らかにすること
- (3) (1)(2) で得た結果を基に健康支援プログラムを開発すること

### 3. 研究の方法

- (1) 育児期の母親の健康状態と健康行動に関する文献レビュー  
対象文献  
医中誌 Web Ver.5 において、検索キーワードを「育児期の母親」and「健康状態」、「育児期の母親」and「保健行動 or 健康行動」として 2007 年～2017 年に公表された 47 文献のうち、基準を満たした 10 文献を分析対象とした。
- (2) 育児期の母親の健康状態と健康管理、ヘルスリテラシーの実態を明らかにすること  
研究対象  
<質問紙調査>  
近畿地方の同意が得られた市町村および子育て支援センター、児童館の育児支援事業参加者 950 名  
<インタビュー調査>  
A 県 B 市内の児童館等の育児支援事業に参加する母親 5 名  
調査方法  
<質問紙調査>  
無記名式質問紙郵送調査  
<インタビュー調査>  
フォーカスグループインタビュー  
調査項目  
<質問紙調査>対象者の年齢をはじめとした基本属性、健康診断を受ける機会の有無、健康に関する心配事、健康相談の有無および相談相手、現在の健康状態と自覚症状、市町村の保健事業を知っているか、ヘルスリテラシーなど  
<インタビュー調査>  
日常生活の中での健康管理の工夫、自らが受診行動をとるときの基準など倫理的配慮

京都先端科学大学倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号 30-7、承認日 2018 年 11 月 9 日および承認番号 19-11、承認日 2019 年 9 月 3 日）

### （3）健康支援プログラムの開発

研究対象

近畿地方の B 市内児童館 2 か所の未就園児対象とした育児支援事業に参加する母親 35 名以上

調査方法

準実験デザインによるプログラム受講前後の比較調査

調査項目

基本属性および性成熟期のヘルスリテラシー尺度（河田ら，2014）、プログラムの満足度、難易度など

倫理的配慮

京都看護大学研究倫理委員会の承認を得て実施した（承認番号 202201 号、承認日 2022 年 10 月 27 日）

## 4. 研究成果

### （1）育児期の母親の健康状態と健康行動に関する文献レビュー

10 件の文献をレビューした結果、育児中の母親のうち最大で 60% が就業していた。健康状態として多く取り上げられていたのは、精神的な落ち込みや不安などであった。身体症状に関して報告していた文献では、母親の自覚症状として「疲れやすい」「腰痛」「肩こり」が挙げられていた。保健行動としては、健康診断を受けることや禁煙、規則正しい生活習慣であった。

### （2）育児期の母親の健康状態とヘルスリテラシーの実態について

< 質問紙調査 >

調査票の回収数は 608 件（回収率 64.0%）で有効回答数は 558 件（有効回答率 58.7%）であった。回答した母親の平均年齢は、33 歳であった。そのうち、247 人（44.2%）が自覚的健康状態を「健康でない」と回答し、自覚症状で最も多かったのが「肩こり」であった。また、318 人（56.9%）が健康診断を受ける機会が「ない」と回答していた。また、ヘルスリテラシーは、自分の身体に関する心配事と自覚的健康状態および健康診断を受ける機会の有無が関連していた。つまり、母親が自分の身体に関して心配事がなく、自覚的健康状態が良いほど、ヘルスリテラシーが高く、また健康診断を受ける機会がある方がヘルスリテラシーが高い結果となった。

さらに、無職と回答した母親に焦点を当てて分析をした結果、358 人が該当した。これらの母親の平均年齢は 33.6（標準偏差 5.0）歳で、87.4% が核家族であった。165 人（46.1%）が自覚的健康状態を「健康でない」とし、自覚症状は「疲れやすい」が最も多かった。267 人（74.6%）が健康診断を受ける機会が「ない」としていた。母親の健康状態に関連する項目について分析した結果、健康相談有のオッズ比 3.04（95%信頼区間：1.56-5.92）とヘルスリテラシーのオッズ比 1.05（95%信頼区間：1.02-1.08）であった。

< インタビュー調査 >

育児中の母親 5 名にフォーカスグループインタビューを行った。その結果、母親が自らの健康を維持増進する工夫として育児中での動作など活用していたり、過去の疾病経験や症状を基準とした受診行動などが明らかになった。母親達は自らの健康増進のために、日常生活の中で工夫をしつつ育児を支えているのは自分であるとの認識をもって生活していた。

以上のことから、これらの結果を踏まえ、育児期の女性の健康を支えるために、特に無職の状態にある母親に対し、自らの健康状態を振り返ることができるような知識や情報の提供とともに相談行動を促進するような関わりを含めたプログラムの開発が必要である。そして、この健康支援は育児生活の中で行われることが効果的であると考え、日中に開催されている事業の中に組み込む必要があると考えた。

### （3）プログラムの開発

文献レビューと実態調査を基に、育児支援事業内などで実施を想定して 20 分程度のものとした。また、プログラムの媒体はヘルスリテラシーに関する文献を基に、視覚的効果をねらい Microsoft Power Point を使用し、配布資料はパンフレット形式でメモなどを書き込めるよう工夫した。

プログラムの主な構成は、「自分の健康状態を知る方法」「女性のライフサイクルと病気」「受診と相談のタイミング」「健康を維持するための生活習慣」とした。「自分の健康状態を知る方法」では、女性ホルモンの働きや変化などを中心に、自らの健康状態を判断する 1 つの基準として月経周期を例とした。「女性のライフサイクルと病気」では、女性特有の疾患である子宮頸がんや乳がんを焦点を当て、罹患状況や症状、そして検診の受診方法や

内容についても含めた。また、性行為感染症についても予防方法と症状を中心に内容に含めた。「受診と相談のタイミング」では、いつもと違う体調をどのように感じ、そして専門職に伝えるかに焦点を当て具体的な例を使用して説明するようにした。そして「健康を維持するための生活習慣」では国の食事バランスガイドを用いて、食事のバランスなどを具体的な食品で示せるようにした。また、姿勢については同じ姿勢にならないような体の使い方などを内容に含めた。

これらのプログラムを新型コロナウイルス感染症が5類に移行して以降に研究協力施設で順次実施している状況である。プログラムの効果は、現在分析中である。分析結果を踏まえ、育児中の母親が身近な環境で自らの健康について知る機会を設けることができるようにさらに内容の検討を進めていく予定である。そして、各市町村とも協力しながら乳幼児健康診査での案内など事業の拡大と検討していく必要がある。

#### <引用文献>

河田志帆，畑下博世，金城八津子．(2014)．性成熟期女性のヘルスリテラシー尺度の開発 女性労働者としての信頼性・妥当性の検討 ．日本公衛誌，61，186-196 ．

内閣府．(2017)．男女共同参画白書（概要版）平成29年版 ．

[https://www.gender.go.jp/about\\_danjo/whitepaper/h29/gaiyou/html/honpen/b1\\_s03.html](https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/h29/gaiyou/html/honpen/b1_s03.html)

大槻優子，石村由利子，飯野伸子，堀田久美，青谷優子．(2008)．A市における育児期にある女性の保健行動について ．医療看護研究，4，89-94 ．

総務省．(2016)．平成28年度社会生活基本調査（結果の概要）．

<https://www.stat.go.jp/data/shakai/2016/pdf/youyaku2.pdf>

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 1件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 河田志帆、水谷真由美、西井崇之、畑下博世	4. 巻 31
2. 論文標題 未就園児を養育する無職の母親の自覚的健康状態に関連する要因	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 日本健康医学会雑誌	6. 最初と最後の頁 485-492
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計2件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 2件）

1. 発表者名 S.Kawata, T.Imanishi, T.Nishii, H.Hatashita, R.Ritsuko, M.Mizutani
2. 発表標題 Relationship between physical symptoms and health literacy of child-rearing women in Japan
3. 学会等名 ICN 2021 Congress（国際学会）
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 S.Kawata, T.Imanishi, H.Hatashita, R.Nishide
2. 発表標題 Health condition and health behaviors of child-rearing Japanese women: A literature review
3. 学会等名 22nd East Asian For of Nursing Scholars 2019（国際学会）
4. 発表年 2019年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	今西 誠子 (Imanishi Tomoko) (50321055)	京都先端科学大学・健康医療学部・教授  (34303)	

6. 研究組織（つづき）

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	畑下 博世  (Hatashita Hiroyo)  (50290482)	東京医療保健大学・看護学部・教授    (32809)	
研究分担者	西出 りつ子  (Nishide Ritsuko)  (50283544)	三重大学・医学系研究科・教授    (14101)	
研究分担者	水谷 真由美  (Mizutani Mayumi)  (10756729)	三重大学・医学系研究科・准教授    (14101)	
研究分担者	古川 佳子  (Furukawa Yoshiko)  (50850989)	東京医療保健大学・看護学部・助教    (32809)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関