

令和 4 年 6 月 27 日現在

機関番号：32693

研究種目：若手研究

研究期間：2018～2021

課題番号：18K17490

研究課題名（和文）糖尿病「手帳」をつける経験の現象学的研究に基づく自己管理ツール開発案作成

研究課題名（英文）Development of a self-management tool based on phenomenological study of the experience of keeping a diabetes logbook

研究代表者

細野 知子（Hosono, Tomoko）

日本赤十字看護大学・看護学部・准教授

研究者番号：00815615

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）：糖尿病治療での有効な自己管理にはモニタリングを推進するツール開発が鍵となる。本研究は自己管理ツール開発に向け、糖尿病薬自己注射患者が1年間に渡り手帳をつける経験を、手帳をつけるときのつぶやき記録と非構造化面接での語りによって現象学的に明らかにした。本結果では、手帳使用の多様なスタイル、習慣化したツールの存在が示す生活になじんだモニタリング、他者との共有を可能にする記録のあり方が明らかになった。これらにより、使用スタイルに合わせた可変的な手帳デザインの有効性、手帳使用の習慣化による円滑な治療生活、手帳がもつコミュニケーション機能という重要な要素が見出され、自己管理ツール開発への示唆を得た。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究の学術的意義は、糖尿病薬自己注射患者が生活の中でモニタリング手帳を習慣的に使用する（しない）経験を現象学における道具の概念を援用して分析し、手帳が患者の生活において適所を得ていること、つまりモニタリングの道具連関があたりまえに存在している生活の内実を明らかにしたことである。この現象学による分析は、使いやすい道具が自己管理を習慣化させ、円滑な生活の確立に寄与する可能性を示唆した。また、手帳がもつコミュニケーション機能は、手帳の短期使用による自己管理方法修正に向けたケアの可能性を示唆し、セルフモニタリングを医療者との協働的モニタリングへと変容させ、対話的医療の実現に寄与すると考える。

研究成果の概要（英文）：For effective self-management in diabetes treatment, the key is to develop something useful that promotes monitoring. In preparation for development of such a useful thing for self-management, this study phenomenologically clarified the experiences of diabetic self-injecting patients who kept a logbook for a year, by utilizing their murmured thoughts recorded by them while entering their logbooks and their narratives in unstructured interviews. The results revealed: various styles of using a logbook; habitual monitoring in their life was represented by the natural presence of the logbook; and a way of recording that allows sharing with others. These findings indicate: the effectiveness of variable logbook designs that suit different styles of use; an easy living with treatment through habitual use of a logbook, and the aspect of usefulness for communication identified in the logbook; all of which provided suggestions for the development of a useful thing for self-management.

研究分野：臨床看護学

キーワード：糖尿病 セルフモニタリング 手帳 現象学 セルフケア 自己管理 自己注射 質的研究

1. 研究開始当初の背景

2016年度国民健康・栄養調査では、「糖尿病が強く疑われる者」は約1,000万人と増加傾向であり、インスリン製剤・GLP1受容体作動薬などの自己注射を行う患者も増えている。糖尿病合併症の発症は患者のQOL低下をもたらすだけでなく、医療費高騰の問題も引き起こしている。わが国の糖尿病の医療費は8兆円に上って世界第7位となり(NCD Risk-Factor Collaboration, 2016) 合併症予防には諸国策がとられている。糖尿病患者への支援では、セルフモニタリングの継続が有効な方法の一つである。わが国の自己注射患者であれば、健康保険適用下で血糖自己測定 (Self-Monitoring of Blood Glucose: SMBG) を行い、「手帳」に記録して血糖コントロールするよう教育を受けており、「手帳」を活用した合併症予防は現実的な重要課題となっている。

しかし、「手帳」をつけ続けることが困難になる患者は多く、大阪府のある医療圏では手帳の所持率が15.6%に留まっていたという報告もある(岸本ら、2013)。このように、糖尿病看護では「手帳」の継続困難者への支援で難しさに直面しやすい。

研究代表者による先行研究(細野、2017)では、各々の研究対象者は、血糖値だけでなく体重や歩数など複数の指標を独自のタイミングで測定し、それらの指標群を総合的に意味づけていた。また、研究対象者は指標を見ると、「すごい!」や「あれ?」のようにつぶやくことが多く、そのつど指標群を意味づけて対処していた。そして、研究対象者が研究者に向けて「手帳」を見せながら語った近況を現象学的に分析すると、当事者による指標の重要度の違いや指標の組み合わせ方、指標群への意味づけの仕方、そこから生まれる対処などが明らかになり、その者たちの生活経験がありありと提示された。そこで、自己注射患者たちが「手帳」をつけるという経験そのものが明らかになれば、継続困難者への支援で生じる難しさの突破口になる可能性があると考えた。

2. 研究の目的

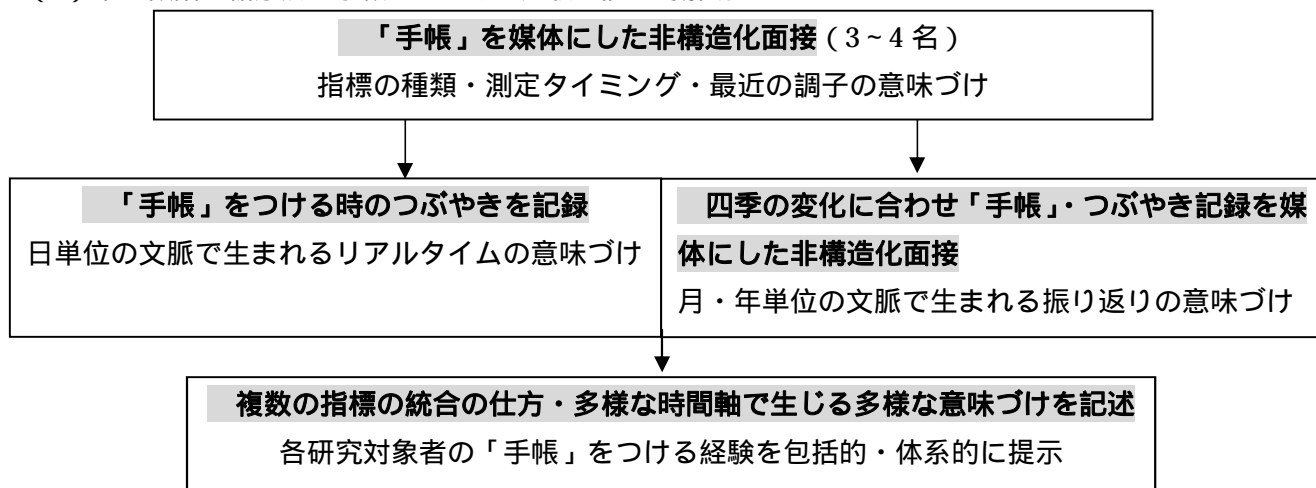
本研究の目的は、糖尿病薬自己注射患者が糖尿病「手帳」をつける経験を1年間にわたって追いつき、「手帳」をつける時のつぶやき記録、「手帳」・つぶやき記録を媒体にした定期的な非構造化面接を現象学的に分析し、明らかにすることである。さらに、その「手帳」をつける経験を基に自己管理ツール開発案を作成する。

3. 研究の方法

1) 研究デザイン

本研究は、糖尿病「手帳」をつける経験の記述的解明を経て、自己管理ツール開発案を作成するという2段階をデザインした。

(1) 第1段階：糖尿病「手帳」をつける経験の記述的解明



(2) 第2段階：自己管理ツール開発基盤づくり

全研究対象者の経験から、糖尿病「手帳」をつける経験に重要な要素を抽出し、糖尿病看護でのコミュニケーション媒体となる自己管理ツール開発の基盤を固める。

2) 具体的方法

(1) 第1段階：糖尿病「手帳」をつける経験の記述的解明

以下の ~ によりデータ収集した。

「手帳」を用いた非構造化面接

1回1時間程度とし、「手帳」を媒体にして、測定指標・タイミングなど、普段の使用方法及び最近の体調を自由に語ってもらった。

「手帳」をつける時のつづやきを記録

調査開始時に対象者とつづやきの記録方法を決定し(申請者が用意した手帳・対象者が使用していた手帳・LINE®などPDA)指標を見て思わずつづやきが生まれた時に記録してもらった。

四季の変化に合わせ「手帳」・つづやき記録を媒体にした非構造化面接

1回1時間程度とし、1年間で3回実施した。「手帳」とつづやき記録を媒体にして、最近の調子を振り返ってもらった。

上記～のデータは現象学的に分析した。では、日単位の文脈からつづやきの意味づけを分析、では、数ヶ月の文脈から振り返りの意味づけと対処を分析、さらに1年間の「手帳」をつける経験の意味づけと対処を分析し、との接続の仕方を分析して多様な時間軸で生じる多様な意味づけと対処を見出し、各対象者の「手帳」をつける経験を記述した。分析過程は、関連研究会・学会学術集会で発表・議論して現象学的肯きと厳密性を確保した。

(2)第2段階:自己管理ツール開発基盤づくり

新たな自己管理ツール開発の基盤に必要な要素を、全研究対象者の糖尿病「手帳」をつける経験を通して抽出した。その過程では糖尿病専門医、糖尿病看護に携わる看護師、社会学者やデザイン研究者と学際的に意見交換を行った。

4. 研究成果

1) 第1段階

6名の研究対象者が調査に参加したが、2名は他の疾患が悪化したため研究を中止した。4名の研究対象者が糖尿病手帳およびつづやき記録をつけ、非構造化面接を受ける調査を約1年間実施した。現象学的にデータを分析、記述し、以下の通り、糖尿病「手帳」をつける経験を明らかにした。

A氏は従来通り糖尿病手帳をつけ、つづやきをLINE®で送った(細野、2022)。A氏は、手帳をつける行為において、即座にその数値に高低の価値づけを読み取り、その理由を省察して対処を考案する認識的な活動を営んでおり、手帳の使用を下支えしている測定と記録行為自体は自明となって、普段はさほど意識されていなかった。しかし、習慣的に行為しているが故に、調査をきっかけに手帳そのものに関心が向かうと、これまで行っていた行為が「習慣」として浮かび上がり、治療を続けるA氏が血糖値を知るためにおこなっている確かな取り組みがあらわになった。

B氏は糖尿病手帳を新調してつづやきと血糖値を毎日数回記録した(細野、2021a;細野、2022)。B氏はつづやき記録によりその血糖値の現われを、それとともに生まれる言葉によって書き表すうちに、その語彙やフレーズを増やし、血糖値のある日常を多様に表現できるようになった。B氏が手帳に書くつづやきを思考する傍らで、手帳はB氏の日常に埋め込まれて存在し、意識に明示されなくとも使われ続けていた。

C氏は従来通り糖尿病手帳をつけ、つづやき記録は書かなかった(細野、2022)。C氏にとって糖尿病手帳の記録は、インスリン注射に随伴する行為であり、普段は特に意識を向けなくとも営んできた時間の厚みを伴っていた。さらに、これらの行為は食べるためにおこなわれる行為連関のうちであり、この連なりの中で血糖値に関心が向かい続けていた。C氏はつづやき記録を一度も書かなかったが、面接では糖尿病手帳をつける中で習得した自分の知に基づき、好物と関係する血糖値の意味を語った。

頻繁に通院しているD氏は糖尿病手帳もつづやき記録もつけなかった。主治医に診てもらって安心を感じているD氏は、自分で糖尿病手帳をつけ、つづやきを記録する必要が生じなかった可能性があった(細野2021b;細野、2022)。

2) 第2段階

糖尿病「手帳」を使用していた3名の研究対象者の経験をM.ハイデガーによる「道具」の概念を援用して考察し、生活するための道具として「手帳」が存在しているありようを見出した。糖尿病手帳は、セルフモニタリングを求められている彼/彼女らが、治療を続けるための、自分の血糖値の意味を理解するための、食べるための道具としてうまく使われ、糖尿病治療をしつつ生活する主体として、そのつどの行為の円滑な遂行を可能にしていた。このように、糖尿病「手帳」が生活の中に「適所がえられる」(Heidegger, 1927/2003 原・渡邊訳, pp.215-216)時、その人は生活する主体として自分の病いを引き受けつつ、仕事、治療、家事等さまざまな文脈で編成された世界に暮らしていることが明らかになった。また、糖尿病「手帳」を使わなかった1名には、主治医が生活するための「道具」のように存在していた可能性があった。その1名の身のまわりには、自分の体調を整えるために、仕事を続けるために、主治医の「適所がえられ」(Heidegger, 1927/2003 原・渡邊訳, pp.215-216)ていた可能性があった。

4名の研究対象者の結果は、糖尿病手帳やつづやき記録の使用の有無や独自の使用方法に見るように多様であった。つまり、ケア提供者には糖尿病薬自己注射患者の数値との独自の付き合い方にうまくかわることができるケアのダイバーシティが求められるということである。一方、血糖値とつづやきが毎日記録されたB氏の「手帳」は、B氏の生活を研究者にありありと伝え、両者のあいだにリアリティのある理解を生んだ。この結果からは、糖尿病「手帳」は糖尿病薬自己注射患者とケア提供者が数値を介してわかり合うための「道具」(Heidegger, 1927/2003 原・渡邊訳, p. 216)になる可能性が示唆された。空欄も含め、手帳に記録された数値群を介して患

者と医療者が語り、そこで生じたリアリティのある理解から糖尿病薬自己注射患者のケアを考えれば患者の多様性に応じることが可能になる。以上より、糖尿病薬自己注射患者へのケアのダイバーシティ実現に向けて、糖尿病「手帳」が有用であることが示唆された（細野、2022）。

以上の知見を基盤にした自己管理ツール開発に向け、糖尿病看護に携わる木村晶子氏（国立国際医療研究センター糖尿病情報センター）、糖尿病看護認定看護師である町川香代子氏（国立国際医療研究センター病院、国立国際医療研究センター糖尿病情報センター）、糖尿病専門医の井花庸子氏（国立国際医療研究センター病院・国立国際医療研究センター糖尿病情報センター）社会学者の海老田大五郎氏（新潟青陵大学准教授）、デザイン実践・研究者の由井真波氏（成安造形大学・リンク・コミュニティデザイン研究所）と学際的な意見交換を重ねた。意見交換を通じて、使用スタイルに合わせた可変的な「手帳」デザインの有効性、「手帳」がもつコミュニケーション機能、「手帳」使用の習慣化による円滑な自己管理確立あるいは「手帳」の短期使用による自己管理方法修正に向けた活用など、自己管理ツール開発の基盤となるキーポイントを見いだした。

文献

- 岸本一郎、芦田康宏、大森洋子、西洋壽、萩原泰子、藤本年朗、... 豊能医療圏糖尿病地域連携クリティカルパス検討会議、2013、「大阪府豊能医療圏における糖尿病実態と連携手帳所持率調査」、医学出版編『糖尿病』56(8)、543-550。doi:10.11213/tonyoby.56.543
- Heidegger, M. (1927) *Sein und Zeit*, Tübingen: Max Niemeyer Verlag. (原佑・渡邊二郎訳 (2003)『存在と時間』中央公論新社)
- 細野知子 (2017). 『2 型糖尿病患者における 日常 の現象学的記述』[博士論文, 首都大学東京大学院]. 東京都立大学機関リポジトリ. [みやこ鳥 \(nii.ac.jp\)](http://nii.ac.jp)
- 細野知子 (2021a). 糖尿病手帳をつける経験の現象学的探究 —自己血糖測定時のつぶやきを通じて—. 現象学と社会科学. 4, 69-87. http://jspss.org/PSS/pss04-6_hosono.pdf
- 細野知子 (2021b). 想定外の大惨事で一変した暮らしから捉える糖尿病の経験—指標を記録しなかったある 1 名の語りから—. 日本看護科学会誌, 41, 305-312. <https://doi.org/10.5630/jans.41.305>
- 細野知子 (2022). 糖尿病薬注射患者が糖尿病手帳を使う経験—つぶやきや語りとともに—. 日本保健医療社会学論集, 33 (1), 頁未定.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計4件（うち査読付論文 4件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 3件）

1. 著者名 細野 知子	4. 巻 2巻1号
2. 論文標題 探究し続ける食事・運動実践 糖尿病治療で知ったよるこびをきっかけに	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 臨床実践の現象学	6. 最初と最後の頁 1-19
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.18910/76181	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -
1. 著者名 細野知子	4. 巻 4
2. 論文標題 糖尿病手帳をつける経験の現象学的探究 自己血糖測定時のつばやきを通じて	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 現象学と社会科学	6. 最初と最後の頁 69-87
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 オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -
1. 著者名 細野知子	4. 巻 41
2. 論文標題 想定外の大事事で一変した暮らしから捉える糖尿病の経験 一指標を記録しなかったある1名の語りから	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 日本看護科学会誌	6. 最初と最後の頁 305-312
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.5630/jans.41.305	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -
1. 著者名 細野知子	4. 巻 33(1)
2. 論文標題 糖尿病薬注射患者が糖尿病手帳を使う経験 一つぶやきや語りとともに	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 保健医療社会学論集	6. 最初と最後の頁 頁未定
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7件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 細野知子、海老田大五朗、杉本隆久
2. 発表標題 文書としての記録から見えるもの 保健医療における記録と実践の連関を考える
3. 学会等名 第46回日本保健医療社会学会大会RTD
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 細野知子
2. 発表標題 血糖値のセルフモニタリングで生まれるつばやきの現象学的記述 他者に届けることの意味
3. 学会等名 日本質的心理学会第17回大会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 細野知子
2. 発表標題 糖尿病手帳をつける経験の現象学的探究 自己血糖測定時のつばやきを通じて
3. 学会等名 日本現象学・社会科学会第37回大会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 細野知子
2. 発表標題 想定外の大惨事で一変した暮らしから捉える糖尿病の経験 指標を記録しないある1名の語りから
3. 学会等名 第40回日本看護科学学会学術集会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 細野知子
2. 発表標題 糖尿病手帳をつける経験の現象学的研究 手帳の存在論的検討の試み
3. 学会等名 日本保健医療社会学会第3回看護・ケア部会定例研究会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 細野知子
2. 発表標題 糖尿病「手帳」をつける経験の現象学的研究
3. 学会等名 日本保健医療社会学会 看護・ケア研究部会定例研究会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 細野知子
2. 発表標題 想定外の大惨事で一変した暮らしから捉える糖尿病の経験 セルフモニタリングしない人の語りより
3. 学会等名 臨床実践の現象学会定例研究会
4. 発表年 2020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
---------------------------	-----------------------	----

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
---------	---------