様式 C-19

科学研究費補助金研究成果報告書

平成 21 年　6 月　1 日現在

研究種目：若手研究（B）
研究期間：2007～2008
課題番号：19791737
研究課題名（和文）　20、30 代女性のライフイベントが生活習慣に与える影響と健康関連 QOL

研究課題名（英文）　Influence life events give lifestyle and health-related QOL of women in their twenties and thirties

研究代表者
西村　美八（NISHIMURA MIYA）
弘前大学・大学院保健学研究科・助手
研究者番号：00436015

研究成果の概要：現在育児中の 20,30 代の女性とその配偶者を対象に生活習慣とライフイベント,健康関連 QOL に関する調査を行った。結果,ライフイベントは生活習慣に影響し,妻は夫よりも望ましい習慣をしており,妻の望ましい習慣は夫へ影響があることが示唆された。また,生活習慣と健康関連 QOL の関連,健康関連 QOL は夫婦間での関連を認めた。以上から夫婦間の類似性や差異をとらえ，健康関連 QOL の向上を加味した健康生活習慣の獲得や維持へのアプローチの検討,育児環境の整備が必要である。

交付額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2007 年度	1,700,000	0	1,700,000
2008 年度	500,000	150,000	650,000
年度			
年度			
年度			
総　計	2,200,000	150,000	2,350,000

研究分野：地域保健活動
科研費の分科・細目：看護学・地域・老年看護学
キーワード：20,30 代女性,ライフイベント,生活習慣,健康関連 QOL

１．研究開始当初の背景

現代社会における「女性の健康」はライフサイクルを総合的にとらえ,生活の質を高めるという観点から女性保健･医療施策が必要とされている。

(1) 女性はその特有の生殖機能から,結婚や出産等のライフイベントによる影響を強く受け,男性と比すると生活習慣やアイデンティティの確立がされにくい。

(2) 女性の一生において,生活出来事(ライフイベント)が生活習慣病の発症に大きく関与しており,中でも 20,30 代の女性は結婚・妊娠・出産,育児等のライフイベントを経験する機会が多く,変化や負担が大きい過渡期にある。この時期は生活習慣病の早期予防に重要であるにも関わらず,生活習慣病への取り組みに関連する要因は不明瞭,かつ十分な対策がとられていない。

(3) 現代の取り巻く環境からすれば配偶者から受ける影響,配偶者を含めた家族に与える影響を加味した対策が必要とされている。

２．研究の目的

女性の健康支援に資するため,20,30 歳代の女性

を対象とし,

(1)結婚,妊娠,出産,育児等のライフイベントが生活習慣に及ぼす影響と配偶者の生活習慣の関連について明らかにする。

(2)生活習慣と健康関連 QOL の関係,対象者と偶者の健康関連 QOL の関係から夫婦の生活習慣,健康関連 QOL の関連について検討する。

３．研究の方法

(1)研究の対象者及び方法

対象は結婚,妊娠,出産を経験した現在育児中の妻とその配偶者,すなわち夫婦である。調査は青森県内の 2 市で実施(A 市,B 市)した。調査期間は 2008 年 11 月～2009 年 7 月である。調査方法は

《調査 1》質問紙調査：対象者には乳幼児健診受診の際に,調査に関する説明文書,調査票等を配布し,後日郵送により回収した。

《調査 2》インタビュー調査：質問紙調査の際,協力者を募り,協力の得られた対象者に現在の生活習慣,結婚,妊娠,出産の際の生活習慣や育児について等インタビューを実施した。

(2)調査項目

《調査 1 について》

①生活習慣：Breslow ら,森本らに準じて合計 12 項目の生活習慣を設定した。判定基準は望ましい生活習慣を 1 点,望ましくない生活習慣を 0 点とし,その合計得点を生活習慣得点とした。生活習慣の調査時点は,現在とライフイベントの影響が考えられる過去の 3 時点（結婚前,妊娠前,出産前）の合計 4 時点である。

②健康関連 QOL：包括的尺度である健康関連評価スケール MOS36 - Item short-Form Health survey: SF - 36v2 質問紙を使用した。SF - 36v2 質問紙は 8 つの健康の概念を示す下位尺度(1.身体機能;PF,2.日常役割機能(身体);RP,3.体の痛み;BP,4.全体的健康感;GH,5.活力;VT,6.社会生活機能;SF,7.日常役割機能(精神);RE,8.心の健康;MH)から構成される。また,この質問紙は過去 1 ヶ月の状況を表すものであり,健康関連 QOL は現在の状況を調査した。

③属性：仕事,家族構成等の項目で構成し,仕事はライフイベントの影響が予測されるので,ライフイベントの時点のものを調査項目に加えた。

《調査 2 について》

インタビューガイドを作成し,半構造化インタビューを行った。Research Questions は,(1)20,30 代女性のライフイベントと生活習慣の関係,夫婦間の影響はどういったものか,(2)現状(育児中)について,課題に感じることはなにか,以上 2 項目とした。

(3)倫理的配慮

市町村には文書と対面で研究の趣旨を説明し調査許可を得た。なお,弘前大学大学院医学研究科倫理委員会の承認を得た。

《調査 1》対象者には文書で研究趣旨を説明し,参加は自由意志によること,途中で拒否できること,ならびにプライバシー保護及び匿名性の確保等を伝えた。また,質問紙の返送をもって研究参加の同意を得るとみなすことを伝えた。

《調査 2》対象者には文書と口頭で研究趣旨を説明し,参加は自由意志によること,途中で拒否できること,ならびにプライバシー保護及び匿名性の確保等を伝えた。調査協力に際しては,対象者から同意書を得て実施する。

(4)分析方法

実態把握のために記述統計を行い,調査市町村ごとに対象者の概要を対象者,配偶者の 2 群に分類した。現在の生活習慣の実態及び生活習慣得点,健康関連 QOL の下位尺度得点を算出した。

①対象者,配偶者の生活習慣について

調査時期(結婚前,妊娠前,出産前,現在の 4 時期)ごとに妻,夫の生活習慣得点の平均値をそれぞれ算出し,生活習慣得点については,ライフイベント前後の差を Wilcoxon signed rank test により検討した。更に,生活習慣の良否を各項目別に集計し,ライフイベント前後の時期(結婚前と妊娠前,妊娠前と出産前,出産前と現在)で McNemar 検定を行った。

②夫婦の生活習慣について

結婚前,妊娠前,出産前,現在の 4 時期ごとに生活習慣得点の平均値を算出し,生活習慣得点のライフイベント前後の差を Mann-Whitney U test により検討した。各時期の生活習慣について,κ統計量により夫婦間の一致率をはかった。

③現在の生活習慣と健康関連 QOL について

健康関連 QOL の下位尺度得点は,妻,夫ごとの測定値と本対象者と同年齢層の日本国民標準値との結果を,等分散の検定を行った後に t-test により検討した。現在の生活習慣得点と下位尺度得点については Spearman の相関係数により検討した。また,夫婦の下位尺度得点の関係については,同様に Spearman の相関係数により検討した。

４．研究成果

夫婦ペアですべての項目に回答のあった A 市 257 組, B 市 138 組を解析対象とした。

《調査 1》

(1)A 市における平均年齢(SD)は, 妻 33.3(4.7)歳, 夫 34.8(5.4)歳であった。

①生活習慣：生活習慣の良否では, 妻の方が望ましい習慣をしている者が多く, 妻, 夫共に生活習慣は結婚, 妊娠後に望ましい習慣をしている者が増加($p<0.01$)し, 出産後は低下した($p<0.01$)。生活習慣得点では, すべての調査時期において, 夫よりも妻の生活習慣得点が有意に高かった($p<0.01$)(図. 1)。また得点は, 妊娠前, 現在の時期において夫婦間で正の弱い相関を認めた($r=0.25-0.27$, $p<0.01$)。生活習慣の項目では, 妊娠前では生活の規則性(κ係数 0.29, $p<0.01$), 朝食(κ係数 0.26, $p<0.01$), 現在では生活の規則性(κ係数 0.21, $p<0.01$), 朝食(κ係数 0.21, $p<0.01$), 栄養バランス(κ係数 0.30, $p<0.01$)の項目で夫婦の一致を認めた。

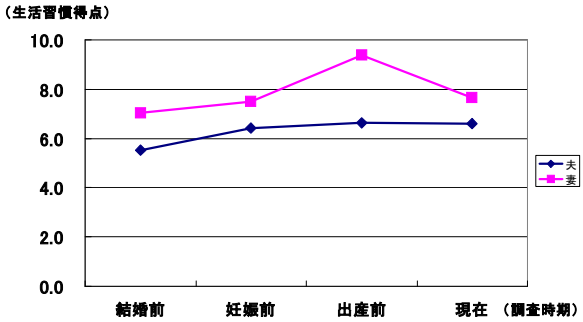

図 1.ライフイベントと生活習慣得点

②健康関連 QOL：SF-36v2 における下位尺度得点では, 本対象者と同年齢(30～39 歳)層の日本国民標準値と比較した結果, 妻, 夫共に日本国民標準値より低い傾向がみられた(図 2-1, 2-2)。妻は体の痛み;BP, 活力;VT, 心の健康;MH の 3 項目で日本国民標準値よりも有意に得点が低く($p<0.01$), 夫は体の痛み;BP, 全体的健康感;GH, 活力;VT の 3 項目で有意に得点が低かった($p<0.01$)。また, 妻と夫の比較では, 身体機能;PF, 日常役割機能(身体);RP, 体の痛み;BP, 全体的健康感;GH, 社会生活機能;SF, 日常役割機能(精神);RE の 6 項目において, 妻よりも夫の得点は有意に高かった($p<0.05$)。

③生活習慣と健康関連 QOL の関連：現在の生活習慣得点と SF-36v2 における下位尺度得点では, 妻は全体的健康感;GH, 活力;VT, 日常役割機能(精神);RE, 心の健康;MH の 4 項目で正の弱い相関を認めた($r=0.20-0.27$, $p<0.01$)。また, 夫は体の痛み;BP, 全体的健康感;GH, 活力;VT, 心の健康;MH の 4 項目で正の弱い相関を認めた($r=0.20-0.36$, $p<0.01$)。夫婦の下位尺度得点では, 身体機能;PF, 日常役割機能(身体);RP, 活力;VT, 社会生活機能;SF, 常役割機能(精神);RE, 心の健康;MH の 6 項目で弱い正の相関を認めた($r=0.22-0.31$, $P<0.01$)。

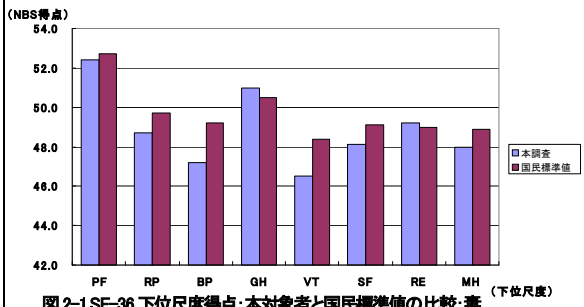

図 2-1.SF-36 下位尺度得点：本対象者と国民標準値の比較;妻

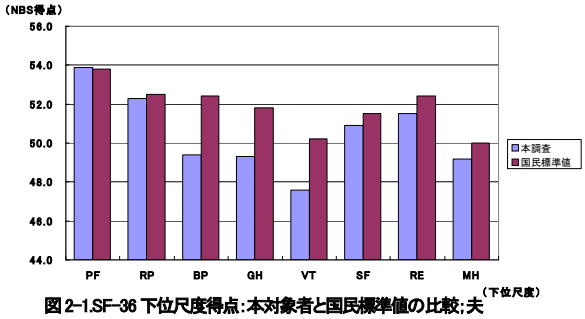

図 2-1.SF-36 下位尺度得点：本対象者と国民標準値の比較;夫

(2)B 市における平均年齢(SD)は, 妻 32.8(4.6)歳, 夫 34.6(5.3)歳であった。B 市でも同様の傾向を認めたが, 差異のある項目もあり, 地域性を認めた。

《調査 2》

インタビューは妻 5 名に実施し、平均年齢は 33.6 歳であった。

(1)ライフイベントと生活習慣の関係, 夫婦間の影響について

結婚により妊娠に向けた準備, 配偶者への気遣い等から結婚前よりも食生活に留意するといった意見が出された。妊娠後はつわりの影響等により自分で思ったほど, 食生活や運動といった生活習慣には配慮しにくいという意見が聞かれた。全般的に自分の生活習慣に気をつけているといった自覚よりは, 配偶者や妊娠中は胎児, 出産後は子どもに配慮している傾向がみられた。

(2)現状(育児中)について, 課題に感じること

就業状況や家族形態により, 育児に対する満足感や負担には差が聞かれたが, 妊娠, 出産, 育児については肯定的な意見が多く出された。しかしながら, 出産について 2 人目の子どもを考える場合, 1 人目の育児が非常に問題であり, 出産の際に

一緒に入院可能な環境等の出産時の育児環境等に対する整備が必要であるとの意見も出された。

調査１及び調査２の結果から,

(1)結婚,妊娠,出産,育児等のライフイベントは女性の生活習慣に大きく影響し,ライフイベントを経験しながら望ましい生活習慣を維持することは難しいことが示唆された。

(2)生活習慣を夫婦間で比較した場合,夫より妻の方が望ましい習慣をしており,妻の望ましい習慣は夫へ影響があると考えられる。

(3)生活習慣と健康関連 QOL には関連性を認め,望ましい生活習慣は健康関連 QOL の向上につながると考えられる。

(4)生活習慣,健康関連 QOL の関連を認め,更にこれらについては夫婦間での関連や類似性を認めたことから,夫婦単位で生活習慣をとらえ,健康関連 QOL の向上を加味した良好な生活習慣獲得及び維持へのアプローチの検討,育児環境の整備が必要である。

５．主な発表論文等
（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計０件）

〔学会発表〕（計１件）

① 西村美八,古川照美,倉内静香,「夫婦間における生活習慣の関連とライフイベントの影響」,第 67 回日本公衆衛生学会抄録集,p354,2008 年 10 月,福岡

〔図書〕（計０件）

〔産業財産権〕

○出願状況（計０件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年月日：
国内外の別：

○取得状況（計０件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年月日：
国内外の別：

〔その他〕

なし

６．研究組織

(1)研究代表者

西村　美八（NISHIMURA MIYA）
弘前大学・大学院保健学研究科・助手
研究者番号:00436015

(2)研究分担者

なし

(3)連携研究者

なし