

平成 30 年 6 月 15 日現在

機関番号：32693

研究種目：基盤研究(B) (一般)

研究期間：2014～2017

課題番号：26293467

研究課題名(和文) 疾患や障害をもつ人のセルフケア能力を高める看護支援プログラムの普及と評価

研究課題名(英文) Effects of a nursing program designed to improve the self-care agency of people with chronic illnesses and conditions

研究代表者

本庄 恵子 (Honjo, Keiko)

日本赤十字看護大学・看護学部・教授

研究者番号：70318872

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 6,100,000円

研究成果の概要(和文)：セルフケア能力を高める看護支援プログラム(以下、セルフケア支援)は、セルフケア能力の質問紙(SCAQ)を活用する対話を通じた支援であり、40分程度の時間がかかる。この支援は、「セルフケア支援を行う看護師のための教育プログラム」を修了した看護師が実施した。

1. 「セルフケア支援を行う看護師のための教育プログラム」を修了した看護師は、セルフケア支援への「自信」が高まり、3か月後も「自信」は継続していた( $p < 0.05$ )。
2. セルフケア支援を受けた慢性病者のセルフケア能力(SCAQ)とQOL(SF-8)は、支援前と比較して、1か月後、3か月後、6か月後、1年後に有意に向上していた( $p < 0.05$ )。

研究成果の概要(英文)：The nursing support program to improve self-care agency ('self-care support') comprises provision of support through dialogue based on a self-care agency questionnaire (SCAQ). The person with chronic illness fills it in and then consults with the nurse, for about 40 minutes, on how they can achieve the person's desired lifestyle. This support was carried out by nurses who had completed an educational program for nurses providing self-care support.

1. Nurses who completed the educational program for nurses providing self-care support gained increased confidence in self-care support. They maintained this confidence even after three months had elapsed. ( $p < 0.05$ )
2. The self-care agency (SCAQ scores) and QOL (SF-8 scores) of persons with chronic illness who were provided with self-care support had improved significantly compared with the level prior to the provision of such support (baseline) at one, three, six, and twelve months after receiving the support ( $p < 0.05$ ).

研究分野：慢性看護

キーワード：セルフケア セルフケア能力 慢性病 看護 支援プログラム 評価

## 1. 研究開始当初の背景

### (1) 疾患や障害をもつ人とセルフケア・セルフケア能力

高齢化社会を迎え、慢性病は年々増加しており、それに伴い疾患や障害をもつ人が増えている。慢性病の特徴は、長期的で、不確か、不経済で、多くの場合重複して、きわめて侵襲的であり、治療不可能なので姑息的であるという (Strauss, 1984/1987, p.20)。慢性的な疾患や障害をもつ人は完全な治癒を目指すことは困難であるが、セルフケアを行うことでより良い健康状態を保つことは可能である。セルフケアは、合併症や重篤な状態に陥ることを防ぐという点から重要視され、医療費の高騰を抑える点からも期待されている。さらには、セルフケアは、疾患や障害をもつ人がより良い健康状態を保ち、その人自身が「こうありたい」と思うような生活、すなわちその人らしく生きていくうえでも重要と考える。

セルフケアを行う力として、セルフケア能力が注目されている。一般に人々は、健康問題について自ら対応する潜在的な力を持っており、それを発揮できるようなケアが重要であると指摘されている (Orem, 2001/2005; 宗像, 1987; Pender, 1996/1997)。疾患や障害をもつ人のセルフケア能力を高めることは、合併症などの出現を防ぎ、疾患や障害をもちながらも「こうありたい」と望む生活を送ることにつながると考える。

### (2) セルフケア能力を評価する視点

セルフケア能力を高める看護支援を検討するには、セルフケア能力の評価が欠かせない。セルフケア能力を評価する指標は、海外ではいくつかの質問紙が作成されている (Kearney&Fleischer, 1979; Denyes, 1980; Hanson&Bickel, 1985; Reisch&Hauck, 1988; Evers, 1989)。しかし、セルフケア能力は、社会的文化的な背景や健康状態の影響を受けると指摘されている (Orem, 2001/2005) ことから、日本文化を反映した指標が必要である。研究代表者は、これまでに日本における慢性病をもつ人のセルフケア能力を査定する質問紙 (Self-care Agency Questionnaire、以下、SCAQ とする) の作成に取り組んできた。慢性病をもつ人々の自己評価指標である SCAQ (SCAQ-29 項目版; 本庄, 1997; 本庄, 2001) の作成にはじまり、自己評価指標と他者評価指標を統合し、SCAQ (30 項目版) を作成してきた。SCAQ (30 項目版、以下、SCAQ とする) の Cronbach's  $\alpha$  は、0.93 であり、内的整合性が高く信頼性が支持されている。SCAQ は、5 つの構成概念【健康に関心を向ける能力】【選択する能力】【体調を整える能力】【生活の中で続ける能力】【支援してくれる人をもつ能力】をもつ、30 項目の質問紙である。SCAQ は、患者が回答したあとに、看護師と患者が話し合う時間をもつことで、患者自身の生活の振り返りや、看護師が

セルフケア能力を高める援助を検討する手立てになり得ることが示唆されている。

### (3) セルフケア能力を高める看護支援

「セルフケア能力を高める看護支援」では、看護師と疾患や障害をもつ人が共に患者の生活を振り返りながら、慢性病をもつ人が「できそう」「やってみよう」と思えるような健康管理の方法を共に考えることが重要となる。SCAQ を活用して、一人ひとりの生活に目を向けた看護支援を行うことは、慢性病をもつ人のセルフケア能力を高めることにつながると考える。

SCAQ を活用したセルフケア能力を高める支援は、これまでに複数の研究や実践で取り組まれてきた。これまでの研究では、この支援を受けた患者は、生活を振り返ることができ、行動変容につながったことなどが明らかとなった。また、この支援を展開した看護師は、患者に関心を寄せた支援を行うことができ、患者一人ひとりに合わせた支援を展開できることに看護の喜びを感じていた。このように、セルフケア能力を高める看護支援プログラムのある程度の効果が明らかとなってきている。また、支援プログラムでは紙媒体での作成のみならず、ロールモデル等を含めた視覚教材の作成も行ってきた。

以上をふまえ、平成 26 年度～平成 29 年度にかけて、このセルフケア能力を高める看護支援プログラムを洗練し普及すること、そして、セルフケア支援プログラムの効果を検討することを目的とした研究に取り組みたいと考えた。

## 2. 研究の目的

本研究の目的は、以下のとおりである。

(1) 疾患や障害をもつ人の「セルフケア能力を高める看護支援プログラム (以下、セルフケア支援プログラム)」を作成・洗練し、普及する。

(2) セルフケア支援プログラムの効果を、以下の 2 点から明らかにする。

a) 「セルフケア支援を行う看護師のための教育プログラム (以下、教育プログラム)」を修了した看護師の変化

b) a) のプログラムを修了した看護師にセルフケア支援を受けた疾患や障害をもつ人の変化

## 3. 研究の方法

(1) セルフケア支援プログラムの洗練と普及:

「セルフケア支援」の具体的な 3 ステップやそこで用いるツールについて、セルフケア支援に精通した看護師および研究者間で討議し、洗練を行った。さらに、セルフケア支援を実施する看護師のための「教育プログラム」を開発した。

看護系学会での交流集会、および、研究者らが開催する公開研究会において、これらのセルフケア支援について普及した。

## (2) セルフケア支援プログラムの効果の検討

### a) 教育プログラムを修了した看護師の変化

#### <教育プログラム受講3か月までの変化>

研究参加者：SCAQを活用したセルフケア支援の取り組みを行っている3施設の看護師。脳血管疾患、心不全、呼吸器疾患、糖尿病をもつ人のケアを行う看護師で、セルフケア支援に関心のある経験年数3年目以上の看護師。

データ収集方法：教育プログラム実施前・修了直後・修了3か月の3時点で、質問紙を用いて、セルフケア支援への自信(Visual analogue Scale; VAS)の値を自記式の質問紙にて調査した。教育プログラム修了直後にフォーカス・グループインタビューを行いプログラムでの学びや評価を語ってもらった。

データ分析方法：インタビューは逐語録にまとめ、学びの内容をカテゴリー化した。セルフケア支援への自信の程度については、SPSS Ver.22を用いて、VASの平均値の差の検定を行った。

#### <セルフケア支援を開始してからの変化>

研究参加者：教育プログラム修了後、セルフケア支援の取り組みを行っている看護師。

データ収集方法：セルフケア支援開始後、3か月、6か月の時点で、グループインタビューを実施した

データ分析方法：インタビューは逐語録にまとめ、質的記述的に分析した。

### b) セルフケア支援を受けた人の変化

研究参加者：セルフケア支援を受けた脳血管疾患、心不全、呼吸器疾患、糖尿病をもつ人

介入：セルフケア支援を、初回、1か月後、3か月後、6か月後に実施した。12か月後は介入をせずに、調査のみ実施した。

データ収集方法：介入前(ベースライン)、1か月後、3か月後、6か月後、12か月後に質問紙調査を実施した。

データ分析方法：SPSS Ver.22を用いて、セルフケア能力(SCAQスコア)とQOL(SF-8スコア)について、ベースラインを基盤として、1か月後、3か月後、6か月後、12か月後の変化を、対応のあるt検定を用いて検証した。

## 4. 研究成果

### (1) セルフケア支援プログラムの洗練と普及

SCAQを活用したセルフケア支援の3ステッ

プの洗練と、この支援を行う看護師のための教育プログラムを開発した。

#### <セルフケア支援の3ステップ>

<1>SCAQに回答してもらう。

<2>SCAQの得点傾向から強みと課題を把握する。

<3>上記1,2を踏まえ、看護師と疾患や障害をもつ人との対話を通して、セルフケア支援を行う。その人の「どうありたいか」(目標)を共有し、その目標に向けて、生活の中で継続できそうなセルフケアを共に考える。

#### <教育プログラムの内容>

<1>講義と演習：約3時間

- ・セルフケア支援の基本的な理解(DVD)
- ・セルフケア支援で押さえておきたい知識  
疾患特有の指標や介入ポイントなど
- ・ロールプレイ

<2>セルフケア支援の実施

自部署で1事例にセルフケア支援を実施してみる。セルフケア支援シートに支援の内容を書き込む。

<3>リフレクション(30分程度)

セルフケア支援に精通した看護師や大学教員と、セルフケア支援についてのリフレクションを行う。

セルフケア支援に活用できるツールとして、SCAQ得点の推移をレーダーチャートで示せるエクセルシート、および、目標(その人のどうありたいか)とセルフケア支援を書き込める「セルフケア支援シート」を作成した。

4年間で看護系学会での交流集会9回を実施し、セルフケア支援について広く意見交換をして、普及を行った。また、研究者が開催した公開研究会は15回であり、参加者は各回4名~37名(延べ288名)であった。

希望者には、セルフケア支援の資格教材の貸し出し、SCAQ得点の推移が示せるレーダーチャートや「セルフケア支援シート」を提供した。

尚、(2)の効果検証に研究協力をした3施設のうち、1施設では電子カルテにセルフケア支援シート(SCAQ得点のレーダーチャートや、目標やセルフケア支援内容が記入できるもの)が組みこまれることとなった。

## (2) セルフケア支援プログラムの効果

### a) 看護師の変化

#### <教育プログラム受講後3か月までの変化>

「セルフケア支援を行う看護師のための教育プログラム」を修了した看護師は85名(平均年齢31.7歳、臨床経験年数の平均8.7年)であった。そのうち、質問紙(セルフケア支援への自信)の回答が得られた看護師は65名(平均年齢32.2歳、臨床経験年数9.1年)であり、「セルフケア支援への自信」は、教育プログラム前に比べ、修了直後は有意に上昇し、3か月後もその自信は維持されている。

た ( $p < 0.05$ )。

また、教育プログラム修了後のグループインタビューに参加した看護師は 83 名であった。教育プログラム修了後の学びや気づきとして、「SCAQ を用いたセルフケア支援の特徴を知る」、「疾患特有の最新知識とセルフケア支援の工夫を学ぶ」など SCAQ を活用した支援に関する基本的知識を得ながら、支援の実際をイメージ化することができていた。さらに、「SCAQ を用いた支援の強みや有用性を実感する」、「患者・看護師双方のモチベーションの向上」といった看護師自身のモチベーションの高まりにもつながっていた。

#### <セルフケア支援を開始してからの変化>

教育プログラムを修了し、セルフケア支援の実施への協力に同意し、フォーカス・グループインタビューに参加した看護師は 61 名であり、臨床経験年数の平均は 9.15 年であった。

セルフケア支援を行う看護師たちは、対象者へのケアとして、「その人をわかること」として、「その人の望む<生活>や<人生>に向けたセルフケアを支えようとする」ということが明らかになった。同時に、看護師たちは、対象者へのケアにとどまらず、「個人として成長」や「チームや組織としての成長」といった、個人そして組織の理解や協力がセルフケア支援に欠かせないことに気づき向き合っていくことが明らかとなった。

#### b)セルフケア支援を受けた人の変化

セルフケア支援を受けて、研究協力に同意した人は、64 名であった。脳血管疾患患者 31 名、呼吸器疾患患者 8 名、心不全患者 9 名、糖尿病患者 16 名であった。

セルフケア支援介入前をベースラインとして、支援開始後 1 か月、3 か月、6 か月、12 か月の時点で質問紙調査を実施した。

セルフケア能力 (SCAQ スコア) は、ベースラインと比較すると、1 か月後 ( $n=54$ )、3 か月後 ( $n=49$ )、6 か月後 ( $n=43$ )、12 か月後 ( $n=36$ ) のいずれも有意に向上していた ( $p < 0.05$ )。

また、QOL (SF-8 スコア) は、ベースラインと比較すると、1 か月後 ( $n=44$ )、3 か月後 ( $n=40$ )、6 か月後 ( $n=38$ )、12 か月後 ( $n=32$ ) のいずれも有意に向上していた ( $p < 0.05$ )。

本研究では、対象群を設けず 1 群のみの前後比較による検定を行っているため、今後は対照群との比較検討など、さらなる探求を行いたい。

#### 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 12 件)

野月千春・酒井礼子・大内理恵・本庄恵子・末永真由美・本館教子・近藤仁美

(2015)「セルフケア能力を高める支援における看護の技の検討：実践例や視覚教材を通して」日本看護技術学会誌 14(1) p.41-42 査読無

本庄恵子(2015)「セルフケア看護への招待(連載)第 1 回セルフケア看護のエッセンス」WEB MAGAZIN 月刊ライフサポート 5 月号 p.20-25 査読無

本庄恵子(2015)「セルフケア看護への招待(連載)第 2 回 SCAQ を活用したセルフケア看護の紹介」WEB MAGAZIN 月刊ライフサポート 6 月号 p.24-33 査読無

本庄恵子(2015)「セルフケア看護への招待(連載)第 3 回セルフケア看護：その人自身が決めていくプロセスを支えること」WEB MAGAZIN 月刊ライフサポート 7 月号 p.16-25 査読無

本庄恵子(2015)「セルフケア看護への招待(連載)第 4 回セルフケア看護：その人を長期スパンで捉えて支えること」WEB MAGAZIN 月刊ライフサポート 8 月号 p.16-27 査読無

本庄恵子(2015)「セルフケア看護への招待(連載)第 5 回セルフケア看護：生活に取り入れることができるセルフケアを」WEB MAGAZIN 月刊ライフサポート 9 月号 p.18-29 査読無

本庄恵子(2015)「セルフケア看護への招待(連載)第 6 回 最後までその人らしく生きることを支えるセルフケア看護」WEB MAGAZIN 月刊ライフサポート 10 月号 p.14-25 査読無

本庄恵子(2015)「セルフケア看護への招待(連載)第 7 回 身体感覚や検査データを活用してセルフケアに取り組むこと」WEB MAGAZIN 月刊ライフサポート 11 月号 p.12-25 査読無

本庄恵子(2015)「セルフケア看護への招待(連載)第 8 回 セルフケア看護から捉えなおす入退院を繰り返す事例」WEB MAGAZIN 月刊ライフサポート 12 月号 p.22-33 査読無

本庄恵子(2016)「セルフケア看護への招待(連載)第 9 回 クリエイティブなセルフケア看護に向けての準備」WEB MAGAZIN 月刊ライフサポート 1 月号 p.32-43 査読無

本庄恵子(2016)「セルフケア看護への招待(連載)第 10 回 セルフケア看護を行うナースの育成(その 1)：やってみようと思えるきっかけづくり」WEB MAGAZIN 月刊ライフサポート 2 月号 p.28-39 査読無

本庄恵子(2016)「セルフケア看護への招待(連載)第 11 回 セルフケア看護を行うナースの育成(その 2)：看護管理者にできること」WEB MAGAZIN 月刊ライフサポート 3 月号 p.26-35 査読無

〔学会発表〕(計 15 件)

本庄恵子・野月千春・本館教子・末永真由美・古川祐子・酒井礼子・今野康子・近藤仁美・大内理恵(2014)「セルフケア能力を高める支援に関するロールモデルの視覚教材の検討」日本看護技術学会第 13 回学術集会

Keiko Honjo, Chiharu Nozuki, Noriko Motodate, Mayumi Suenaga(2015) Development of a nursing support program deployed to improve the self-care agency of people with chronic illness in Japan: a pilot study. The 3rd International Conference on Prevention and Management of Chronic Conditions

本庄恵子・和田美也子・餘目千史・山本伊都子・住谷ゆかり・川上明希・田中孝美・田中慶子・本館教子(2015)「慢性的な病気や障がいをもつ人へのセルフケア支援 - セルフケアを測る質問紙 SCAQ を活用した支援 - 」第 9 回日本慢性看護学会学術集会

野月千春・本庄恵子・古川祐子・那須照代・加藤ひろみ・本館教子・酒井礼子(2015)「質の高い看護を提供するための環境を整える取り組み - セルフケア看護に焦点をあてて - 」第 19 回日本看護管理学会学術集会

酒井礼子・野月千春・本庄恵子・本館教子・末永真由美・大内理恵・近藤仁美・古川祐子・今野康子(2015)「セルフケア能力を高める支援における看護の技の検討：看護師のモチベーションを高める方略」日本看護技術学会第 14 回学術集会

和田美也子・本庄恵子・田中孝美・住谷ゆかり・山本伊都子・梅田亜矢・桐原あずみ・末永真由美・本館教子・中村滋子(2015)「セルフケアの質問紙 (SCAQ) を活用したセルフケア看護の普及：看護師への教育プログラムの紹介」第 35 回日本看護科学学会学術集会

田中孝美・本庄恵子・和田美也子・住谷ゆかり・田中慶子・本館教子(2016)「臨床と大学が協働して創る SCAQ を活用したセルフケア教育プログラム：脳血管疾患プログラムの取り組みから」第 10 回日本慢性看護学会学術集会

野月千春・本庄恵子・古川祐子・那須照代・加藤ひろみ・本館教子(2016)「質の高い看護を組織の中で浸透・普及させるための取り組み：セルフケア看護に焦点をあてて Part2 - 3 施設の取り組みから - 」第 20 回日本看護管理学会学術集会

末永真由美・本庄恵子・野月千春・本館教子・田中慶子・酒井礼子・大内理恵・田中孝美(2016)「SCAQ を活用したセルフケア支援：そのひとらしく生きることを支える看護の技」日本看護技術学会

第 15 回学術集会.

田中孝美・本庄恵子・細井美沙子・和田美也子・住谷ゆかり・梅田亜矢・桐原あずみ・田中慶子・本館教子・及川麻衣子・横田和子・古川祐子・大内理恵・野月千春・末永真由美・酒井礼子(2017)「脳血管疾患をもつ人への「セルフケア支援を語りあう会」の一考察：教育プログラム受講後の看護師の語りから」第 11 回日本慢性看護学会学術集会

野月千春・本庄恵子・本館教子・古川祐子・酒井礼子・加藤ひろみ・那須照代・大内理恵・田中慶子・末永真由美(2017)「看護の本質に迫るセルフケア支援の普及へ挑戦 - 看護管理者ができること - 」第 21 回日本看護管理学会学術集会

細井美沙子・本庄恵子・田中孝美・和田美也子・住谷ゆかり・桐原あずみ・工藤有希(2017)「セルフケア支援を語り合う会」に参加したセルフケア支援を行う看護師の変化：脳血管疾患に焦点をあてて」日本看護技術学会第 16 回学術集会

桐原あずみ・和田美也子・住谷ゆかり・本庄恵子・田中孝美・細井美沙子・工藤有希(2017)「脳血管疾患をもつ人のセルフケアを支援する看護師を対象とした教育プログラムの検討」日本看護技術学会第 16 回学術集会

本庄恵子(2017)「つなぐ ひろがる 看護のわざ セルフケア看護に焦点をあてて」日本看護技術学会第 16 回学術集会

Misako HOSOI・Keiko HONJO・Takami TANAKA・Miyako WADA・Yukari SUMIYA・Azumi KIRIHARA・Yuki KUDO(2018)“Challenges in and measures for providing continued self-care nursing for people with cerebral vascular diseases” 21th East Asian Forum of Nursing Scholars & 11th International Nursing Conference

〔図書〕(計 2 件)

本庄恵子監修執筆・野月千春・本館教子(2015 年 2 月)「基礎から実践まで学べるセルフケア看護」(総頁数：183 頁)ライフサポート社

本庄恵子総監修執筆・古川祐子監修執筆・桐原あずみ・下村裕子・住谷ゆかり・田中孝美・細井美沙子・和田美也子他 17 名(2018 年 2 月)「多職種協働で理念を実践に活かすためのセルフケア支援ガイド：その人らしく生きることを支える」(総頁数：214 頁)ライフサポート社

〔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〕

ホームページ等  
セルフケア看護研究会  
<https://square.umin.ac.jp/self-care/>

## 6. 研究組織

### (1)研究代表者

本庄 恵子 ( HONJO, KEIKO )  
日本赤十字看護大学・看護学部・教授  
研究者番号：70318872

### (2)研究分担者

田中 孝美 ( TANAKA, TAKAMI )  
日本赤十字看護大学・看護学部・准教授  
研究者番号：60336716  
和田 美也子 ( WADA, MIYAKO )  
日本赤十字看護大学・看護学部・准教授  
研究者番号：30381677  
住谷 ゆかり ( SUMIYA, YUKARI )  
日本赤十字看護大学・看護学部・講師  
研究者番号：90554030  
桐原 あずみ ( KIRIHARA, AZUMI )  
日本赤十字看護大学・看護学部・助教  
研究者番号：20757158  
工藤 有希 ( KUDO, YUKI )  
日本赤十字看護大学・看護学部・助教  
研究者番号：30805198  
細井 美沙子 ( HOSOI, MISAHO )  
日本赤十字看護大学・看護学部・助手  
研究者番号：00781600

### (3)連携研究者

無し

### (4)研究協力者

本館 教子 ( MOTODATE, NORIKO )  
聖マリアンナ医科大学病院・副院長・看護  
部長  
古川 祐子 ( FURUKAWA, YUKO )  
日本赤十字社医療センター・副院長兼看護

部長

野月 千春 ( NOZUKI, CHIHARU )  
JCHO 東京新宿メディカルセンター・看護  
部・看護部長  
末永 真由美 ( SUENAGA, MAYUMI )  
関東学院大学・看護学部・講師  
加藤 ひろみ ( KATO, HIROMI )  
日本赤十字社医療センター・看護部・看護  
師長  
那須 照代 ( NASU, TERUYO )  
日本赤十字社医療センター・看護部・看護  
師長  
今野 康子 ( IMANO, YASUKO )  
日本赤十字社医療センター・看護部・副看  
護師長  
田中 慶子 ( TANAKA, KEIKO )  
聖マリアンナ医科大学病院・看護部・看護  
師長  
永利公児 ( NAGATOSHI, KOUJI )  
聖マリアンナ医科大学病院・看護部・副看  
護師長  
近藤 仁美 ( KONDOU, HITOMI )  
聖マリアンナ医科大学病院・看護部・副看  
護師長  
酒井 礼子 ( SAKAI, REIKO )  
JCHO 東京新宿メディカルセンター・看護  
部・副看護部長  
大内 理恵 ( OOUCHI, RIE )  
JCHO 東京新宿メディカルセンター・看護  
部・看護師長