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：基盤研究(C)
研究期間：2006～2008
課題番号：18592406
研究課題名（和文）　親子に対する生活習慣改善プログラムの展開と評価
研究課題名（英文）　Enforcement and evaluation of lifestyle improvement program for parents and children

研究代表者
古川　照美(KOGAWA TERUMI)
弘前大学・大学院保健学研究科・講師
研究者番号：60333720

研究成果の概要：子どもの生活環境を考えた場合、家庭での生活習慣は重要である。本研究では、中学生時期の親子に対しての生活習慣改善を促す介入プログラムの検討を目的に、親子関係と子どもの生活習慣の関連、及び親子の身体特性の関連について検討した。その結果、親子で身体特性及び生活習慣の関連が認められ、さらに親子関係が子どもの生活習慣に影響を与えていることが示唆された。子どもの生活習慣改善のためには、親子関係を見据えながら、親をも含めた支援が必要である。

交付額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2006 年度	1,800,000	0	1,800,000
2007 年度	1,400,000	420,000	1,820,000
2008 年度	400,000	120,000	520,000
年度			
年度			
総　計	3,600,000	540,000	4,140,000

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：親子関係、生活習慣

１．研究開始当初の背景

少子高齢が進んでいるわが国において、子どもが元気に過ごし、次世代につなげていくことができる環境を整えることは、国の将来に直結する極めて重要な事業である。子どもの生活習慣病予防事業や40歳以上の対象に関係する健康診断の推進など、生活習慣病予防対策は、施策的にすすめられているところである。しかしながら、20代～50代の青年期･壮年期といった働き盛りの世代、いわゆる子育て最中の親世代は、職場健診の機会や疾病・障害の罹患の機会がなければ、自分の健康を顧みる機会がほとんどない。また、30代～50代の青年期・壮年期といった働き盛りの世代は、子育て世代でもあり、発育成長過程の子どもと同居し

ている場合が多く、子どもは親の生活習慣に影響せざるを得ない環境下にあり、子どもの生活習慣が形成される重要な時期にもあたる。しかし、親の生活習慣と子どもの生活習慣との関係について、また、親子関係が子どもの健康状態に与える影響について、などに関する実証的な研究報告はみられない。

２．研究の目的

本研究は、生活習慣が親子で関係しており、双方に影響しているという仮説のもと、親子に対して生活習慣改善を促す介入プログラムを展開し、その効果を考察することによって、実証的に明らかにすることを目的とする。

具体的には 1)中学生を対象とした「若年生活習慣病予防健診」、「親子健康面談」から親子の生活習慣の関連、親の配慮と子どもの健康状態、生活習慣の関連を検討する。また、生活習慣改善に向けた新しい方策の示唆を得るため、2)「親子関係診断テスト」を中学 1 年生の親子を対象に実施し、親子関係と生活習慣の関連を検討する。

３．研究の方法

(1)2006 年 12 月 18 日～21 日の 4 日間に A 中学校 1,2 年生 112 名(全数)を対象に「親子健康面談」を実施した。調査対象者は、面談時に調査協力が得られた 62 組の親子である。なお、本研究では調査項目に欠損値のない母親と生徒の 40 組を解析の対象とした。

親子健康面談：「親子健康面談」は、中学生とその保護者が自らの健康状態と生活習慣を確認し、改善することにより、生活習慣病を予防することを目的に実施している。冬休み前の三者面談後の時間を利用し、「若年生活習慣病予防健診」の結果及び生活習慣アンケート、生活リズム調査、食事診断調査の結果から、保健師または栄養士による個別保健指導を実施し、総合的に生活習慣を振り返る機会としている。

調査内容：「親子健康面談」時に、身体計測、血圧測定、体組成検査、骨密度検査及び生活習慣に関する調査を実施し、親子での関連を検討した。具体的には、身長、体重、体脂肪率、脂肪量、筋肉量、BMI、肥満度、血圧及び踵骨音響的骨評価として、超音波伝搬速度(SOS)、超音波透過指標(TI)、音響的骨評価(OSI)、生活習慣については、起床・就寝時刻、睡眠時間、朝昼夜の食事時間、おやつの頻度、歯みがき回数についてであった。

分析方法：身体特性の項目については、親、生徒の年齢を制御変数とした、spearman の順位相関係数で関連を検討した。生活習慣の項目についても、同様に分析した。

(2)2007年1月にA中学校1年生45名(全数)にFDT親子関係診断検査を実施した。FDT親子関係診断は、父親用と母親用の2種類であった。この検査の特色は、他の親子関係診断検査とは異なり、子どもが「親を安全基地としているか」といった、子どもが認知する親との関係性の質(安全感、信頼感、被受容感など)をみるものであり、情緒的側面から親子関係を把握できることである。質問項目は8尺度60項目から構成されている。また、子どもの生活リズムである起床時刻、就寝時刻、朝食については、2006年11月に「生活リズム」調査として実施した。

分析方法：生活リズム調査ができなかった1名を除く、44名を解析の対象とした。解析は、性別に対父親、母親に区分し、親子関係と生活リズムの内容について、spearmanの相関係数にて検討した。

【倫理的配慮】対象者及びその保護者に対し、調査の趣旨を書面及び口頭で説明し、保護者から同意書を得た。また、同意を得た後においても、調査を拒否することが可能であるこ

とを口頭及び書面で説明した。本研究は弘前大学医学部倫理委員会の承認を得て実施した。

４．研究成果

(1)体重、体脂肪率をはじめとする身体特性については、男子に母親と高い相関関係が認められた。また、食事時間やテレビ視聴時間、就寝時刻に男女とも母親と相関関係が認められた。一方、身体特性の中でも骨の丈夫さを示す踵骨音響的骨評価についての相関は認められなかった。生活リズムである就寝時刻、テレビ視聴時間、食事時間及びおやつの頻度に相関が認められたことから、親子で生活リズムと食行動は関連しており、遅い時刻に寝る、睡眠時間不足、早食いが子どもの肥満に関連していることを考慮すると、親子一緒に生活リズム、食行動を整えることが必要と思われる。子どもの生活リズム、食行動の改善には、その背景に親の生活習慣が関連していることを考慮した上で、指導する必要があることが示唆された。

(2)男子 24 人中、母親への記載があった者は 23 人、父親は 24 人、女子 21 人中、母親への記載があった者は 20 人、父親は 18 人であった。

母親の関係と生活習慣の関連について母親に対して自分は親から好かれてもいないし、認められてもいないといった「被拒絶感」とテレビ視聴時間(r=0.49, p<.05)、ゲーム時間(r=0.55, p<.01)、余暇時間(r=0.61, p<.01)に有意な正の相関が認められた。また、子どもの方から親との接触をあえて避け、関わりをできるだけ持たないようにしている「積極的回避」とビデオ視聴時間(r=0.44, p<.05)、ゲーム時間(r=0.62, p<.01)、余暇時間(r=0.68, p<.001)に正の相関が認められた。また、親に受け入れられているという「被受容感」とゲーム時間(r=-0.46, p<.05)、親のそばで情緒的に安心できるといった「情緒的接近」とゲーム時間(r=0.54, p<.05)に余暇時間に負の相関が認められた。

女子では「被拒絶感」と休日起床時刻に正の相関(r=0.48, p<.05)、朝食献立数と負の相関(r=-0.55, p<.05)、「積極的回避」と休日起床時刻(r=0.6, p<.01)、平日就寝時刻(r=0.48, p<.05)、休日就寝時刻(r=0.54, p<.05)に正の相関、朝食献立数と負の相関(r=-0.6, p<.01)が認められた。「厳しいしつけ」と学習時間に正の相関(r=0.54, p<.05)、「被受容感」と休日起床時刻(r=-0.57, p<01)、休日就寝時刻(r=-0.6, p<.01)、テレビ視聴時間(r=-0.45, p<.05)に負の相関が認められた。一方で学習時間(r=0.57, p<.01)、朝食献立数(r=0.57, p<.01)に正の相関が認められた。「情緒的接近」と休日起床時刻(r=-0.52, p<.05)、テレビ視聴時間(r=-0.58, p<.01)、余暇時間(r=-0.54, p<.05)に負の相関、朝食献立数に正の相関が認められた(r=0.64, p<.01)

父親の関係と生活習慣の関連について、男子は母親に比して父親の場合、関連する項目が多く認められた。父親に対しての「被拒絶感」は平日睡眠時間(r=-0.49, p<.05)、休日睡眠時間(r=-0.44, p<.05)と負の相関、テレビ視聴時間(r=0.54, p<.01)、ゲーム時間(r=0.64, p<.01)、余暇時間(r=0.78, p<.001)と正の相関、「積極的回避」はゲーム時間(r=0.49, p<.05)、余暇時間(r=0.63, p<.01)と正の相関が認められた。自分の領域に干渉されていると感じる「心理的侵入」は平日睡眠時間(r=-0.47, p<.05)と負の相関、親からプレッシャーをかけられていると思っている「達成要求」は学習時間と正の相関が認められた(r=0.45, p<.05)。「被受容感」と余暇時間は負の相関(r=-0.48, p<.05)、学習時間とは正の相関(r=0.41, p<.05)、「情緒的接近」

とゲーム時間は負の相関(r=-0.42, p<.05)、学習時間とは正の相関(r=0.59, p<.01)が認められた。

女子は男子と異なり、母親より関連する項目が少なかった。父親に対しての「積極的回避」は平日起床時刻と正の相関(r=0.49, p<.05)が認められた。「被受容感」と朝食献立数と正の相関(r=0.49, p<.05)が認められた。「情緒的接近」と休日睡眠時間と正の相関(r=0.47, p<.05)が認められた。

本研究結果より、性別によって親子関係と関連する生活習慣は異なり、男子では父親の影響が大きく、女子では母親であった。男子における生活習慣に対する支援の場合、ゲーム時間やテレビ視聴時間などが多い、あるいは増加がみられた場合は、父親あるいは母親との関係の気まずさが背景にあることを考慮した指導が必要である。女子においては朝食欠食や摂取が不十分な場合、本人のみに対する指導だけではなく、親子関係を踏まえて、親をも含めた指導が必要であろう。今後はこれらをもとに、良好な親子関係及び生活習慣が形成されるような介入プログラムの開発が必要である。

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　2 件）

①古川照美，木田和幸，梅田孝，西村美八，倉内静香，松坂方士，壇上和真，中路重之：中学生の体力向上と生活習慣の関連，東北学校保健学会会誌，56，29-30，2008.査読無

②古川照美，西沢義子，西村美八，木田和幸：親子の身体特性と生活習慣の関連－中学生とその母親から－，東北学校保健学会会誌 55 号，21-22，2007.査読無

〔学会発表〕（計　6 件）

①古川照美，西村美八，倉内静香，西沢義子：若年生活習慣病予防プログラムとしての親子健康面談の効果，日本地域看護学会第 11 回学術集会講演集，58，2008.

②古川照美，西村美八，倉内静香，松坂方士，山居聖典，對馬栄輝，高橋一平，梅田孝中路重之：中学生の血液検査値の変化と生活習慣の関連，日本公衆衛生雑誌，55(10)，434，2008.

③西村美八，古川照美，倉内静香，西沢義子：中学生の生活習慣病予防健診所見と親の生活習慣、子どもの生活に対する親の意識について，日本地域看護学会第 11 回学術集会講演集，87，2008.

④倉内静香，古川照美，西村美八：親が認知する親子関係と子どもに心がけている生活習慣との関連，日本公衆衛生雑誌，55(10)，434，2008.

⑤古川照美，西沢義子：中学生の生活習慣病予防健診所見と生活習慣の関連，日本地域看護学会第 10 回学術集会講演集，140，2007.

⑥古川照美，木田和幸：親子関係が中学生の生活習慣に与える影響の検討－生活リズムを中心に－，日本公衆衛生雑誌，54(10)，457-458，2007.

６．研究組織

(1)研究代表者

古川　照美（KOGAWA TERUMI）
弘前大学・大学院保健学研究科・講師
研究者番号：60333720

(2)研究分担者

西沢　義子（NISHISAWA YOSHIKO）
弘前大学・大学院保健学研究科・教授
研究者番号：60113825

中路　重之（NAKAJI SHIGEYUKI）
弘前大学・大学院医学研究科・教授
研究者番号：10192220

木田　和幸（KIDA KAZUYUKI）
弘前大学・大学院保健学研究科・教授
研究者番号：60106846

梅田　孝（UMEDA TAKASHI）
弘前大学・大学院医学研究科・准教授
研究者番号：50311535

(3)連携研究者
高橋　一平（TAKAHASHI IPPEI）
弘前大学・大学院医学研究科・助教
研究者番号：70400132