

科学研究費助成事業 研究成果報告書

令和 3 年 6 月 10 日現在

機関番号：22702

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2018～2020

課題番号：18K10660

研究課題名(和文) 認知バイアス効果を応用した子どもの健康格差介入プログラム開発

研究課題名(英文) Development of a health education program targeting parents with low motivation for learning

研究代表者

高橋 佐和子 (Sawako, Takahashi)

神奈川県立保健福祉大学・保健福祉学部・准教授

研究者番号：80584987

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,400,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、家庭教育力を底上げし、子どもの健康格差を解消するために、情緒・経験則システムによる認知バイアス効果を活用した「思わず興味を持ってしまう」情報発信プログラム開発が目的である。エンターテインメント性の高いコンテンツの中に育児情報を織り込んだ「おもしろくてためになる」プログラムを、講演形式で開発および実施した。その中で参加者間のネットワーキングの重要性が明らかとなり、対面式の講演で活用できる教材「子育てあるあるすごろく」を開発した。参加者が短時間で楽しみながら心的距離を縮めることができ、安心感につながるなどの効果が得られた。また、時間を選ばず情報を得られる仕組みとして、動画教材も作成した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

文部科学省では家庭教育支援チームを設置し、講座による啓発や地域で親子交流の場を設けるなどの活動をしており、支援はすでに広がりつつある。しかし、家庭内に葛藤がある、経済状態が不安定、養育力が低いなどの問題を持つ家庭は、支援が届きにくいという実態がある。こうしたハイリスク家庭の子どもこそ生活習慣の確立が難しく、心身の健康問題を生じる可能性が高いにもかかわらず、その親は公的機関の文書やチラシへの反応が弱く、講演や地域の集会には参加しないことが多い。本研究で開発したコンテンツは、こうしたハイリスク家庭に情報を届けられる可能性があり、子どもの健康格差の解決に寄与できるものである。

研究成果の概要(英文)：Daily living routine established early in life will influence health outcomes later in life. For a child to acquire desirable routine, habit formation and continuous instruction starting early at home is essential. Such education in family setting, however, is declining today due to changing family structure and more diverse life styles. Inadequate education at home could result in poor health for the child or inappropriate child rearing at home. Daycare centers regularly hold classes for parents to help improve their home education skills. Such opportunities, however, are not utilized sufficiently as the parents with limited skills are often unwilling to participate. There is a need for health education strategy targeting the very parents who are not highly motivated. The objective of this research is to develop a health education program geared toward parents with low motivation for learning. Overall, the participants rated the program highly. The program needs further sophistication.

研究分野：学校保健

キーワード：家庭教育 乳幼児 健康格差 プログラム開発 認知バイアス効果 健康教育 エンターテインメント・エデュケーション ヘルス・コミュニケーション

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

1. 研究開始当初の背景

健康日本21(第2次)では、「健康格差の縮小」が基本方針の一つに挙げられた¹⁾。健康格差は、所得、学歴、職業など個人の社会的背景により健康状態に差が生まれることを指す。近年、家庭の状況は、核家族化、近所付き合いの希薄化、共働き家庭の増加、ひとり親家庭の増加、貧困家庭の増加などにより変化し、子どもの生活習慣にも大人と同じく夜型化、睡眠時間の不足、朝食欠食や夜食の摂取頻度の増加、運動時間の減少などの影響が現れている。家庭の社会的背景がそのまま子どもの健康格差へと連鎖している。幼少期に培われた生活習慣はその後も継続されることが明らかになっており、健康格差の負の連鎖を止めるには、幼少期の生活習慣の確立が鍵となる。これまで生活習慣や倫理観など社会の一員として生きていくための基礎を育む役割は家庭の教育力に任されてきた。しかし近年、生活習慣や社会的ルールが未習得なまま就学する子どもの増加、育児不安や児童虐待の増加など、家庭教育力の低下による問題が多く顕在化している。家庭教育力の向上への効果的な対策が取られなければ、子どもの健康格差はますます拡大していくことが憂慮される。

2. 研究の目的

家庭教育力を底上げし、子どもの健康格差を解消するため、小学校入学前の子どもを持つ保護者を対象に基本的な生活習慣の確立に関する動画を中心とした情報提供パッケージを開発することを目的とする。情緒・経験則システムによる認知バイアス効果を活用し、「思わず興味を持ってしまう」仕掛けを構築する。

3. 研究の方法

本研究では、情緒・経験則システムを活用したエンターテインメント・エデュケーション(以降E-E)をベースとしたプログラムを開発し、これを実施、評価することとした。

研究初年度より、講演型のプログラムの試行と修正を繰り返した。研究2年目には、この思考により得た示唆から「子育てあるあるすごろく」を開発し、これをプログラム中に使用した。また、動画プログラムの作成にも着手した。最終年度に完成した講演型プログラムをA市内19の保育園、幼稚園、子ども園に通園する子どもを持つ保護者を対象に実施し、終了後に質問紙調査を実施した。

4. 研究成果

1) 開発したプログラムについて

近年、健康格差の対策の鍵として期待されているのが、健康無関心層をターゲットにプロスペクト理論²⁾における認知バイアスを活用した、ポピュレーション・アプローチである。健康無関心層とは、「健康づくりに無関心で、実際に不健康な健康行動をとる人々のことであり、貧困や低学歴、職業的な地位が低いなど、社会経済的に不利な立場に置かれた社会的弱者に多い」と言われている³⁾。まさに家庭教育力に問題のあるハイリスク家庭と類似した状況である。そこで、健康無関心層をターゲットとした戦略は、家庭教育力の向上にも効果的ではないかとの仮説を持った。

認知バイアス効果による健康無関心層へのアプローチとして、「情緒・経験則システム」の活用がある。健康行動を起こしやすくするインセンティブの提供やゲーミフィケーションの応用、E-Eの手法などによる「思わず手を出してしまう」仕掛けである。開発するプログラムには、このうち、E-Eを取り入れ、エンターテインメント性の高い動画の中にわかりやすい育児情報を織り込んだ「おもしろくてためになる」プログラムを開発した。

E-Eとは「理論に基づくコミュニケーション戦略であり、望ましい個人、コミュニティ、組織、社会の変化を成し遂げるために、教育的、社会的な課題を意図的にエンターテインメント性の高いプログラムの企画、作成、普及の過程に織り込むこと」⁴⁾と定義され、ドラマやアニメーションなどのプログラムを通して必要な情報が知らず知らずのうちに視聴者に伝わるという教育の戦略である。E-E効果を高めるメカニズムの一つに擬似社会的交流(Para-social Interaction)がある⁵⁾。つまり、視聴者とプログラムの登場人物やその内容との間の実際の人間関係のような認知、情操、行動的な交流のことであり、プログラムを視聴しながら同情したり、笑ったり、つい語りかけたりすることにより、擬似的に得られる人との交流感が教育効果を高めるといわれている。

① 講演型プログラム(図1)

講演型のプログラムでは、参加者が感情移入し、共感を持つ擬似的交流感により学習効果を高めることを目的に、演劇風に構成した。2人の講師が、教える側(講師)と教えられる側(参加者)の立場を演じつつ、話を進める。例えば、講師役は身に付けさせたい生活習慣「早寝早起き朝ごはん」を推奨するが、それに対して、参加者役は「そんなのわかってるけどできないのよ!」と切り返すのである。参加者役講師が表現する感情の変化とともに、実際の参加者の気持ちも次

第に「大変だけどやってみようかな」と変わっていくという流れである。教示する内容としては、早寝早起きの大切さやその効果などの基本的な知識のみではなく、子どもに合わせた育児の工夫への意欲を引き出すために、ゲームをやめさせる方法などの実際によくある問題を取り上げ、解決のための工夫の例を挙げた。こうした一方的な説明になりがちな箇所では、オーバーな動きや表情などで、笑いを誘う演出を加えた。また最後には、保護者の子育ての大変さを労うとともに、この苦労には終わりがあることを伝え、今しかないお子さんとの関わりを大切にしてほしいと訴えかけた。怒ったり、笑ったり、泣いたり、感情を動かしつつ知識を提供する E-E の考え方に沿ったプログラムができたと考える。

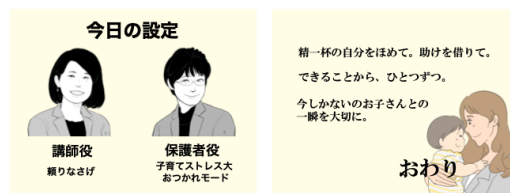


図1 講演型プログラムの提示資料 (一部抜粋)

② 教材「子育てあるあるすごろく」(図2)

E-E が効果を発揮するメカニズムである疑似的交流感には、認知、情操と行動的側面がある。認知面は、教育課題の認識度、情操面は登場人物への感情移入の深さであり、それぞれ教育効果を高める要素となるが、最も効果的なのは、プログラム内容に関する参加者間のディスカッションのような行動的疑似社会的交流である⁵⁾。初年度における試行において、講義形式では講師からの一方的な情報伝達になることを課題に感じていたこともあり、参加者間の繋がりを作り、子育てについて話し合える機会を作ることで、講演の効果を高められるのではないかと仮説を持った。そこで、子育て中によく起こるトラブルをコミカルに表現したマスならべた「すごろく」ゲームを作成した。講演中に参加者がプレイすることで、参加者間のつながりを醸成し教育効果を高めること、さらには、子育ての悩みを共有したり、悩んでいるのは自分だけじゃないとホッとすることで、子育てストレスを緩和する効果も目指す内容にした。マスの内容は、子育て経験のある方や幼稚園教諭、保育士、養護教諭などに聞き取り調査を行い、実体験を参考に作成した。



図2 子育てあるあるすごろく

③ 動画プログラム (図3)

共働きで子どもを持つ多忙な保護者であってもアクセスしやすいことを考慮し、インターネット上で公開することを想定した動画を作成した。講演型と同じく、E-E を取り入れ、楽しみながら学習できるよう工夫した。進め方としては、相談に対し、妖精としてキャラクター化された、子育てに関係する異なる専門性や背景を持つ9人(保健師・医師・保育士・僧侶・養護教諭・助産師・栄養士・作業療法士・子育て経験者)と司会者がそれぞれの専門性を生かしつつ、コミカルに回答するという流れにした。作成した動画は、現時点で3本あり、研究者らの運営するホームページ上に掲載する予定となっている。なお、それらで扱うテーマは、第1回「キャラクターと動画の紹介」、第2回「子どもがなかなか寝ない」、第3回「子どもがなかなか食べない」とし、本編となる第2回からは子育ての中の保護者によくある悩み、困りごとを取り上げた。今後は、視聴者の評価を受け、改善を繰り返しながら続編を作成し、定期的に公開していく予定である。動画においても、子どもに合わせた育児の工夫への意欲を引き出すことや、保護者の子育ての大変さを労うことを意図した内容とし、また、多忙な保護者でも気軽に視聴できるように、3分以内に収めた。



図3 動画プログラム(一部抜粋)

2) 開発したプログラムの実施及び評価について

子育てあるあるすごろくを取り入れた、講演型プログラムについて、最終年度(2020年)にA市内19の保育園、幼稚園、子ども園に通園する子どもを持つ保護者を対象に実施し、終了後の質問紙調査により評価を行った。

① 方法

2020年7月から2021年2月、A市内19の保育園(11園)、幼稚園(3園)、子ども園(5園)にてプログラムを実施した。参加者数は365名であったプログラムの概要は、先に述べたE-Eを

活用した演劇型の講演 45 分と「子育てあるあるすごろく」15 分を組み合わせた計 60 分のプログラムとした。参加した保護者を対象に、事後の質問紙調査を無記名自記式で実施し、回収ボックスを用いて、収集した。なお、回答しなくとも講演を受講できることを事前に説明した。

質問紙の内容は、基本属性と講座およびすごろくについての評価項目、感想についての自由記述で構成した。

基本属性としては、年齢層（10 代から 10 歳刻みで 60 代以上まで）とお子さんとの関係（父親、母親、祖父母、その他）を尋ねた。

講演内容への評価項目としては、ARCS 動機付けモデル⁶⁾を参考に「内容に関心が持てた」(A: 注意)、「学んだことは子育てに役だつ」(R: 関連性)、「学んだことは自分でもできそうだ」(C: 自信)、「参加してよかった」(S: 満足感)を、教材「子育てあるあるすごろく」の評価項目としては、その目的に沿って「他の保護者との交流が深まった」、「悩みを他の保護者と共有できた」の 2 項目を設け、6 段階（6 かなりそう思う～1 全くそう思わない）で回答を得た。

②結果

ア. 対象の概要

参加者 365 名中 227 名から回答を得た（回答率 62. 2%）。参加者のうち 201 名（88. 5%）は母親であり、父親は 19 名（8. 3%）、祖父母は 1 名（0. 4%）であり、6 名（2. 6%）がその他と回答した。年齢層は、20 代が 24 名（10. 6%）、30 代が 155 名（68. 3%）、40 代が 46 名（20. 4%）、50 代が 2 名（0. 9%）であった。対象者の中心は、30 代の母親であった。

イ. 講演内容の評価

評価のための 4 項目について、参加者の回答が 6 段階のうち「6 かなりそう思う」または「5 そう思う」と回答したものは、「内容に関心が持てた」が 210 名（92. 5%）、「学んだことは子育てに役だつ」は 214 名（94. 3%）、「学んだことは自分でもできそうだ」は 180 名（79. 3%）、「参加してよかった」は 212 名（93. 4%）であった。概ね高評価が得られたものと考ええる。

ウ. 教材の評価

評価のための 4 項目について、参加者の回答が 6 段階のうち「6 かなりそう思う」または「5 そう思う」と回答したものは、「他の保護者との交流が深まった」で 138 名（60. 8%）、「悩みを他の保護者と共有できた」では 136 名（59. 9%）であった。高評価とは言い難いが、「4 まあそう思う」までを合わせると、交流で 207 名（91. 2%）、悩みの共有で 200 名（88. 1%）であり、その目的はある程度果たすことができる教材と考える。

エ. 自由記述

参加者からは、「他の講座よりもとても楽しく、時間があっという間に過ぎた」、「無我夢中だったことに気づき、涙が出た」、「少し立ち止まって、子供の気持ち、自分の気持ちを踏まえた子育てを工夫したい」など感情の動きがあったことや E-E の効果を確認できる感想が多かった。

また、すごろくについても、「内容が経験したことばかりで共感できた」、「すごろくがとても楽しかったのもっと時間を作って欲しかった」など、肯定的な感想が多く見られた。しかし、「すごろくでは赤ちゃんの話が主だったので、幼稚園へ入ってすぐくらいの話が入っているとちょっといろいろ話せたとと思う」、「すごろくはすごく楽しかったが、シングルマザーが一人もいなく少しアウェイな感じの気持ちになってしまった」という意見も見られた。すごろくの内容については、年齢や家庭の状況を考慮し、再検討する必要がある。

③ 今後の展望

E-E を取り入れた講演の効果を明らかにすることができたものと考ええる。今後は、講演型プログラムによって得た知見を生かし、動画プログラムを編集および公開し、その効果について評価を行うことを目標に、今後も研究を継続する。

〈引用・参考文献〉

- 1) 厚生労働省, 健康日本 21 (第 2 次) 国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針 (2012), https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippon21_01.pdf
- 2) Kahneman, Daniel, and Amos Tversky. "Prospect Theory: An Analysis of Decision under Risk." *Econometrica* 47. 2, 1979:263-291.
- 3) 近藤 尚己, 健康無関心層に向けた新しい保健活動: 健康格差対策の観点から (特集「健康無関心層」に向けた健康づくり: あの人を振り向かせるために). 保健師ジャーナル 71(9). 医学書院-, 2015:740-745.
- 4) Singhal A, Rogers EM. 河村洋子訳. エンターテイメント・エデュケーション: 社会変化のためのコミュニケーション戦略. 東京: 成文堂, 2011: 1-31
- 5) 河村 洋子, Singhal Arvind, エンターテイメント・エデュケーションの過去とこれから 我が国の公衆衛生分野における活用可能性. 日本健康教育学会誌 21(1), 2013:46-54
- 6) 向後 千春, 上手な教え方の教科書 ~ 入門インストラクショナルデザイン. 東京: 技術評論社, 2015: 217-219

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計3件（うち査読付論文 0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 1)伊藤純子, 高橋佐和子	4. 巻 11(4)
2. 論文標題 "今どき中学生"の気持ちをつかもう! 中学生向け性教育プログラム&参加型教材(すごろく)の開発【前編】	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 臨床助産ケア	6. 最初と最後の頁 102-105
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 無
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 -

1. 著者名 1)伊藤純子, 高橋佐和子	4. 巻 11(5)
2. 論文標題 "今どき中学生"の気持ちをつかもう! 中学生向け性教育プログラム&参加型教材(すごろく)の開発【後編】	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 臨床助産ケア	6. 最初と最後の頁 88-91
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 無
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 -

1. 著者名 伊藤純子, 高橋佐和子	4. 巻 10
2. 論文標題 中学生を対象とした"いのちの授業(性教育)"の進め方	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 臨床助産ケア	6. 最初と最後の頁 36-42
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 無
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4件（うち招待講演 0件/うち国際学会 0件）

1. 発表者名 伊藤純子, 高橋佐和子
2. 発表標題 就学前児の保護者を対象とした子育て教育教材の開発 主体的学習とネットワークの視点から
3. 学会等名 ヘルスコミュニケーション学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 高橋佐和子、伊藤純子
2. 発表標題 就学前児の保護者を対象とした子育て教育教材の開発
3. 学会等名 公衆衛生看護学会
4. 発表年 2019年～2020年

1. 発表者名 高橋佐和子、伊藤純子
2. 発表標題 学習機会への参加意欲が低い保護者にアプローチする健康教育の検討
3. 学会等名 ヘルスコミュニケーション学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 伊藤純子、高橋佐和子
2. 発表標題 関心及び意欲の低い対象に届く健康教育を作ろう - 未就園児の保護者を対象として
3. 学会等名 公衆衛生看護学会
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	伊藤 純子	聖隷クリストファー大学・看護学部・助教	
	(Ito Junko)		
	(10436959)	(33804)	

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