

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2007～2010

課題番号：19791757

研究課題名（和文） 地域における更年期女性のヘルスプロモーションの実践

研究課題名（英文） Study on the health support for the menopausal women

研究代表者

池田 智子 (IKEDA TOMOKO)

鳥取大学・医学部・助教

研究者番号：50444633

研究分野：母性看護学

科研費の分科・細目：看護学・地域・老年看護学

キーワード：更年期女性、ヘルスプロモーション

## 1. 研究計画の概要

本研究の全体構想は、地域における更年期女性のヘルスプロモーションの実践を目指し、地域の特性や更年期女性のニーズに対する健康支援体制の構築に向けて、PRECEDE-PROCEEDモデルを活用した健康教育システムを開発・実践し、継続評価を行うことである。本研究の目的は、単一地域における更年期女性を対象とした健康教育システムの開発と継続評価を行い、その効果と健康支援の課題を明らかにすることである。

(1) 研究フィールド(鳥取県日野町)の健康政策及び、30-59歳女性を対象とした生活実態調査

(2) 地域特性、生活実態調査結果を踏まえた健康教育計画の立案、実施、評価

(3) 健康教育計画の修正、実施、評価

## 2. 研究の進捗状況

## (1) 中高年女性の健康政策及び生活実態

鳥取県における中高年女性を対象とした健康政策は、主に相談指導、健康教育セミナーを行なっているが、参加率、利用率は低い状況である。その要因について地域行政及び保健師らのヒアリングでは、女性の就労率が高く(50.3%、全国6位、平成17年度)、健康教育セミナーに参加する時間がない、PR活動の不足、各個人が民間レベルで問題解決を図っているのではないかなどがあげられた。30-59歳女性の生活実態は、更年期症状で何らかの健康支援が必要と考えられる人は約6割であった。また自分なりに何らかの健康管理をしている人は8割あった。生活習慣では運動習慣のない人が約6割みられ、健康管理の実践内容や興味・関心の偏りがあることが推察された。健康教育に対するニーズは、約8割が持っ

ていた。健康支援内容として、女性の加齢に伴う心身の変化や生活改善方法だけでなく、美容などの女性性の視点を考慮する必要性が示唆された。

## (2) 健康教育計画の立案、実施、評価

生活実態調査を踏まえ、健康教育プログラムを立案し、実施した結果、対象年齢の約1割が参加していた。健康教室参加者のうち、更年期症状に対する要介入者は約6割であり、軽度うつ、抑うつが疑われる人は約半数を占めていた。骨密度は40代で要精検が12.5%であり、50代では異常なしが53.8%に留まっていた。健康教室により、更年期症状の改善、生活習慣の改善、更年期に対するイメージの変化がみられ、生活習慣病予防に対する介入効果が示唆された。

## (3) 健康教育計画の修正、実施、評価

健康教室の参加者は32名であり、そのうち、昨年の参加者は18人であった。平成20年度の健康教室では、女性特有の生活習慣病対策、ストレス解消法、美容対策を行なった結果、参加者の生活習慣は、1年前に比べ、健康度及び精神的健康度が上昇していたが、食習慣は有意な低下を示した。本研究対象の健康管理の実践内容は、食事に関することが最も高く、8割以上をみられたが、実際の食事内容を検討すると、摂取過多、不足、アンバランスである傾向であった。

## 3. 現在までの達成度

## ② おおむね順調に進展している。

本研究は、地域特性や健康支援に対するニーズの把握に基づく更年期女性のために健康教育システムの開発と継続評価を目的としており、鳥取県日野町の協力を得て、生活実態調査を踏まえた健康教育プログラムの立案し、2年にわた

り、実践・評価、計画の修正を行なっている。

#### 4. 今後の研究の推進方策

本研究課題の今後の推進方策は、3年にわたる活動内容を詳細に分析し、健康教育の効果と健康支援の課題を明らかにする。健康支援活動成果を学会発表や論文などで報告していく。

#### 5. 代表的な研究成果

(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1件)

①池田智子、前田隆子. 山間地域における更年期女性の健康支援に関する検討. 母性衛生. 50(4)、p656-664、2010、査読有

〔学会発表〕(計2件)

①池田智子、石原千絵子、藤田小矢香、鈴木康江、西村正子、前田隆子. 更年期の周辺における女性の健康教育に関するニーズの検討. 第49回母性衛生学会、2008年11月6日、シェラトン・グランデ・トーキョウベイホテル.

②池田智子、前田隆子、生田季香、山根美奈子. 更年期女性の生活実態をふまえた健康支援の検討. 第51回鳥取県公衆衛生学会、2008年7月18日、米子コンベンションセンター.

〔図書〕(計0件)