

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成 25 年 6 月 10 日現在

機関番号：21301

研究種目：基盤研究（C）

研究期間：2010～2012

課題番号：22592491

研究課題名（和文） 思春期の「性の健康」に対する認識とセルフケア行動を高める支援方法の開発

研究課題名（英文） Development of Support Methods for Improving Perception of “Sexual Health” and Facilitating Self-Care Activities During Puberty

研究代表者

桑名 佳代子（KUWANA KAYOKO）

宮城大学・看護学部・教授

研究者番号：70154531

研究成果の概要（和文）：生涯のセクシュアリティは、「性の健康」の理解のもとに、セルフケア行動が基本であり、思春期にその基礎を育むことが重要である。そこで、高校生を対象として、「性の健康」への関心・認識と性に関する健康問題の実態を明らかにする目的で、質問紙調査を行い、有効回答 958 名（男性 525 名、女性 433 名）を分析した。自分の健康への関心度と「性の健康」への関心度は、正の相関がみられた。男性では射精に対し、女性では月経に対して肯定的認識をもつほど「性の健康」への関心度が高かった。過去に性に関する悩みがあったものは 12.4%であったが、問題が解決したものは 32.5%であり、性に関する健康状態の判断と相談・受診行動を支援する必要性が示された。そこで、2 つの介入を実施し、効果を検討した。講演会形式の健康教育は、「性の健康」への関心と具体的な認識を高め、5 回シリーズの「月経セルフケア講座」は、自分の月経前症候群（PMS）への気づきを促すことが示された。

研究成果の概要（英文）：

Development of lifelong sexuality requires self-care activities with an understanding of “sexual health” and it is important to provide young people with the basic education on the issue during puberty.

I conducted a questionnaire survey to high school students in order to identify their attitudes toward “sexual health” and clarify current status of sexual health problems. 958 valid responses (525 male and 433 female) were received and analyzed.

There was a positive correlation between the degree of interest in health and the degree of interest in “sexual health.” The degree of interest in “sexual health” was relatively high when the male respondents registered a positive attitude toward ejaculation. The same applied to the female respondents who registered a positive attitude toward menstruation. 12.4% of the respondents reported that they have had problems related to sexual health. 32.5% of those respondents answered that they were able to resolve their problems. The result indicated that it is necessary to help determine sexual health status as well as help get counseling and medical assistance as required.

Therefore, I carried out two types of interventions and examined the effects: lectures on health education and a series of seminars on menstrual self-care containing five sessions. The lectures improved the participants’ perception and interest in “sexual health.” The series of seminars made the participants aware of their symptoms of PMS(PMS: premenstrual syndrome).

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2010年度	1,200,000	360,000	1,560,000
2011年度	1,200,000	360,000	1,560,000
2012年度	800,000	240,000	1,040,000
年度			
年度			
総計	3,200,000	960,000	4,160,000

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：看護学・生涯発達看護学

キーワード：思春期、性、健康、性教育、セルフケア

1. 研究開始当初の背景

日本における性教育は、1989年に公示された学習指導要領において、小学校体育の保健領域および理科の内容が改訂され、保健の検定教科書が採択されるようになったことを取り上げて、「小学校保健と理科で性教育が行われるようになった『性教育元年』である」と報じられた。しかし、学習指導要領では教育内容および基準が示されているが、どのように教育するのかの具体的な指示はない。そこで、1999年3月に文部省から「学校における性教育の考え方、進め方」という指導書が各学校に配布され、学校における性教育の重要性の気運が高まり、各都道府県や市町村レベルで教師用の「性教育の指針」や「性教育指導の手引き」が作成された。しかし、2002年5月ごろから性教育をめぐっては、「行き過ぎた性教育」「過激な性教育」などと批判する一部の報道があり¹⁾、現在においても包括的セクシュアリティ教育には至らず、とくに「性の健康」に対しては男女ともに適切な認識・行動が育まれていない現状がある。一方で、青少年の性行動は、多くの報告により活発化、低年齢化が指摘されている。2011年に行われた第7回「青少年の性行動全国調査」では、「性行動の分極化」とも呼ぶべき現象が生じていると指摘され、1990年代以降は性的関心も性交経験もある高校生と、性的関心も性交経験もない高校生への分極化が進行しているとされる²⁾。この報告書では、中・高校生男子の射精経験と自慰行為が低下していることも注目される。

また、わが国の平均初経年齢は12歳2.0ヶ月で、「初経後年数7年で性成熟に達する」とされており、また男性の二次性徴は女性より約2年遅れといわれ、思春期はまさに性功能発達とともに生活を営む生活体であるといえる。このような戸惑いの中にある児童・生徒に対し、主体のニーズに沿った健康支援の方法を検討していきたいと考える。前述し

たような性教育バッシングがあるなかで、健康教育として性教育をとらえると、小学校から大学までの学校教育においても、新たな性教育の実践の可能性が考えられる。学童期から青年期にわたる成長・発達段階に合わせて、生涯にわたる自らの性の健康学習の基礎づくりとすることができる。学習の内容としては、科学的な性の知識（自らの性の理解、性差、異性の理解、妊娠・出産・不妊など）とともに、関係性としての性（対等性、自己肯定感・観、安心感、コミュニケーション力など）、人権としての性（性差別、性暴力、障害者の性、性の多様性など）の理解、さらに性への態度（性の文化、性別役割の課題、社会・歴史との関連など）を考えることを通して、自らの意思決定（性の自己選択・自己決定）と健康的な行動（性への接近、避妊、性感染症の予防、性の自己管理など）ができるような能力を育成することである。

女性ではとくに、月経周期や月経の状態、月経随伴症状について理解し、月経痛その他の月経随伴症状をセルフケアができるような支援、男性では自らの性的欲求を受容して性行動をコントロールすること、メディア・リテラシーにより性情報の中から正しい情報を選び取る力を高めるような支援等について具体的に検討していきたい。このように、思春期における包括的な性に関する健康教育を通して、「性の健康」の重要性を認識し、月経のセルフケアのみならず性行動によっておこるリスクを予防するなど、生涯を通して責任をもった性行動をとるための自己決定能力の基礎を育成することが重要である。

以上より、生涯のセクシュアリティは「性の健康」への認識と自己決定に基づくセルフケア行動が基本であり、思春期にその基礎を育む必要があることの着想に至ったが、対象のニーズを主体とした研究はほとんど報告されていない。そこで、高校生を対象として、「性の健康」の意味を正しく理解し、自己の

意思決定によって性に関するセルフケア行動がとれることを目指した支援方法を開発し、その有効性を検討することを目的に研究を進めたいと考えた。

2. 研究の目的

(1) 高校生の「性の健康」への認識と性の健康問題に関する基礎的調査

①高校生における「性の健康」への関心度および認識と関連要因を明らかにする。

②高校生における性に関する健康問題とその対処の実態について明らかにする。

(2) 高校生の性に関する教育前後における「性の健康」に対する認識の変化

①講演会形式で実施した健康教育の前後における「性の健康」に対する関心・認識の変化を明らかにする。

②保健体育の性に関する授業の前後における「性の健康」に対する関心・認識の変化を明らかにする。

(3) 女子高校生に対する月経のセルフケアへの健康教育プログラムの有効性の検討

女子高校生を対象として月経のセルフケアへの健康教育プログラムを実践し、基礎体温測定行動、セルフケア行動および月経への認識の変化から健康教育プログラムの有効性を明らかにする。

3. 研究の方法

(1) 高等学校2校における質問紙調査

仙台市内におけるA高等学校の1~3年生の631名(男性119名、女性512名)を対象に平成23年6月に質問紙調査を実施した。B高等学校の1・2年生の744名(男性554名、女性190名)を対象に平成24年9月に同様の質問紙調査を実施した。質問紙は、①属性(性別、学年、同居家族)、②自分の健康への関心度、③「性の健康」の捉え方、④自分の「性の健康」への関心度、⑤月経・精通の状態と月経・射精への認識、⑥過去における性に関する心配・悩みの有無と対処、⑦現在における性に関する心配・悩みの有無と対処、⑧相談機関(者)の活用・受診行動への意識、⑨性に関して知りたいこと、⑩Rosenberg自尊感情尺度(豊田・松本訳)で構成した。②と④の関心度は、Visual Analogue Scale 尺度を用いた。

(2) 性に関する教育後における質問紙調査

①A高等学校において、平成23年7月8日に講演会形式の健康教育(学校の講堂で1~3年生を対象に1時間の性教育)を実施した。独自の冊子を作成し(図1-5)、性に関する考え方、思春期の特徴、射精・月経の機序と正常の目安、セックスの健康リスク(STI・望まない妊娠)、性の情報と性暴

力・性被害、相談へのアクセス等の教育内容とした。講演会の終了後の当日に(1)と同様の質問紙調査を行い、講演会前との変化を分析した。

②B高等学校の2年生314名に対して、性に関する保健体育の授業終了後である平成25年2月に(1)と同様の質問紙調査を実施し、授業前との変化を分析した。

(3) 月経セルフケアの健康教育プログラムの評価

仙台市内のA高等学校において、3年女子高校生を対象とした5回シリーズの「月経セルフケア講座」を課外で実施し(表1)、3回の質問紙調査により有効性の評価を行った。調査期間は、平成23年12月~平成24年2月であった。基礎体温測定を希望したものには、第2回の健康教育において基礎体温計・PMSメモリー(記録冊子)を渡し、測定の継続状況を確認した。基礎体温測定の継続にかかわる動機は、改訂ヘルスプロモーションモデルを参考とする概念枠組みによって質問項目を構成した³⁾。

表1 月経セルフケア講座内容

回	講座内容
第1回	1. 月経のしくみの理解 2. 正常月経・異常月経 3. 月経痛へのセルフケア(基本) 4. 月経期間のセルフケアI(基本)
第2回	1. 基礎体温法の解説 2. 基礎体温測定方法・記入方法の説明 3. PMS(月経前症候群)の解説 4. PMSへのセルフケア(基本)
第3回	1. 月経周期と私のからだ(自分の月経の理解) 2. 基礎体温測定に関する疑問の解決 3. 月経期間のセルフケアII 快適な月経用品の選択 4. 個別相談
第4回	1. 月経セルフケアの積極的な実践 食生活、マンスリーブクス、指圧・マッサージ アロマオイル・ハーブの利用 2. 基礎体温測定表のみかたと判断 3. 個別相談
第5回	1. 女性のライフサイクルと月経 2. 子宮頸がんの予防 3. フリートーキング 月経に対する思い、自分のセルフケア体験 新たな疑問などを自由に話す 4. 個別相談

(1)・(2)と(3)の調査研究は、宮城大学看護学部・看護学研究科倫理委員会の承認(承認番号2011001、2011011)を得て実施した。

4. 研究成果

(1) 高校生の「性の健康」への認識と性の健康問題に関する基礎的調査

高等学校2校で1375名(男性673名、女性702名)を対象として質問紙調査を実施し、有効回答958名(男性:525名、78.0%、女性433名、61.7%)について分析した。VAS尺度で測定した自分自身の「健康」への関心度は63.3(SD0.8)であり、男女に差はなかったが、「性の健康」への関心度は、男性51.6(SD1.3)、女性39.8(SD1.1)であり、有意に女性の関心度が低かった($P < .001$)。健康への関心度と「性の健康」への関心度には、正の相関が示され($r = .31, P < .001$)、セクシュアリティ教育を健康教育として実施する意味が示された。月経に否定的認識をもつ女性は39.0%を占め、「面倒くさいもの」との認識が53.8%であった。射精に対して「男であるから当然」(42.5%)とする一方で、「汚らしいもの」(6.4%)、「必要ないもの」(4.9%)、また少数ながら「憂うつなもの」・「煩わしいもの」(各3.3%)とする否定的認識をもつ男性が目され、前述した第7回青少年の性行動全国調査の結果と共通していた。男女ともに、射精・月経への認識と「性の健康」への関心度に関連が見られ($P < .001$)、肯定的認識をもつほど「性の健康」への関心度が高いことが認められた。女性では、月経への認識(否定群、中間・アンビバレント群、肯定群)と自尊感情得点に関連が認められ($p < .05$)、否定群は自尊感情が有意に低値であった。これらより、高校生より早い段階である小学生・中学生において、自らの二次性徴を肯定的に捉える健康教育が基盤を育むうえで重要と考えられた。

月経周期が不規則(39.4%)、月経痛が有る(81.3%)、なかでも重度が12.4%であるが、対処を「何もしていない」が29.2%を占めた。月経開始日のみを含めて、月経を記録している者は61.2%(基礎体温測定は2名)であった。全例のなかで、過去に性に関する悩み等があったものは12.4%であるが、問題が解決したとするものは32.5%であった。また、現在に悩み等があるものは9.2%であるものの「相談する」は半数で、友人への相談が7割であった。「受診する」としたものは無かった。これらより、自分の性に関する健康状態の判断と相談および受診への行動を支援する必要性が示されたと考える。

(2) 高校生の性に関する教育前後における「性の健康」に対する認識の変化

①A高等学校において、講演会実施後の調査票は460名(回収率72.9%)から回収され、自分自身の「性の健康」への関心度は、実施前が42.2(SD23.9)、実施後が49.9(SD31.4)とやや関心度が高くなっていた。「“性の健康”とはどのようなことかと思うか」について自由記載で回答を求め、内容分析の結果、講演前の「分からない」が39.5%から12.5%

に減少し、「自分と相手との関係を考える」カテゴリーが1.6%から16.1%に上昇していた(表2)。講演会形式の健康教育は1回のみの実施であったが、高校生が「性の健康」を考える機会になったと考えられた。

表2 「性の健康」への認識

カテゴリー	講演会前		講演会后	
	実数	%	実数	%
性機能が健康であること	37	14.4	55	14.0
病気(STI)に罹患しないこと	27	10.5	48	12.3
心身が健康であること	23	8.9	46	11.7
性を正しく理解すること	10	3.9	20	5.1
性の自己管理ができること	9	3.5	4	1.0
適切な交際・性行動ができること	9	3.5	27	6.9
生きること・生活すること	8	3.1	9	2.3
大切なもの	6	2.3	18	4.6
自分自身(の性)を理解すること	5	1.9	26	6.6
性に関心があること	5	1.9	9	2.3
自分と相手との関係を考える	4	1.6	63	16.1
その他	9	3.5	14	3.6
特になし	4	1.5	4	1.0
分からない	102	39.5	49	12.5
合計	258	100	392	100.0

②B高等学校の2年生において、保健体育の性に関する授業前の質問紙調査には280名

(男性207名、女性73名)、授業後には299名(男性220名、女性79名)から回答が得られた。「性の健康」への関心度は、男性では56.3(SD29.0)から56.4(SD28.0)と変化がみられなかったが、女性では34.9

(SD23.7)から40.9(SD23.4)と上昇が認められ、月経への認識も僅かながら肯定的認識が増加した。もともと男性の関心度は高いことから、男性の教育ニーズを明確にすることが今後の課題と考えられた。

(3) 女子高校生に対する月経のセルフケアへの健康教育プログラムの有効性の検討

参加者14名の全員が基礎体温測定を希望したが、基礎体温測定行動を継続できた者

(約2周期)は1名のみであり、筆者らの大学生を対象とした先行研究³⁾の継続群24.4%と比較しても、高校生では基礎体温測定行動への動機づけが難しいことが明らかとなっ

た。また、月経への関心度・認識、セルフケア行動に明らかな効果は認められなかった。しかし、「性の健康」への関心度、自分の月経前症候群（PMS：Pre menstrual syndrome）に対する認識は上昇傾向がみられ、基礎体温測定を継続できた者は、大学生と高校生ともに測定への意志の強さ、楽しい・役立つイメージが共通していた。参加者が少数であったことから例数を重ねて検討したい。

文献

- 1) 浅井春夫, 他編：ジェンダーフリー・性教育バッシング. 大月書店, pp. 3-15, 2003
- 2) 日本性教育協会：青少年の性行動一わが国の中学生・高校生・大学生に関する第7回調査報告. Pp. 12-15, 2012.
- 3) 木村仁美, 桑名佳代子, 小野寛子：看護学生における基礎体温測定の継続にかかわる動機. 思春期学, 24 (1), 201-210, 2006



図1 表紙

目次	
■ 思春期に生きるあなたへ	1
■ 思春期とは	3
■ 思春期になると、どうしてひとを好きになったりするの？	5
■ 心ごとと行動 男性と女性がちがう？	6
■ 男性のからだ	7
■ 女性のからだ	9
■ セックスの健康リスク	12
■ 子宮頸がんの手帖	16
■ 多様なセクシュアリティ	18
■ 性の情報と性暴力・性被害	17
■ 性課へのアクセス	19

図2 目次

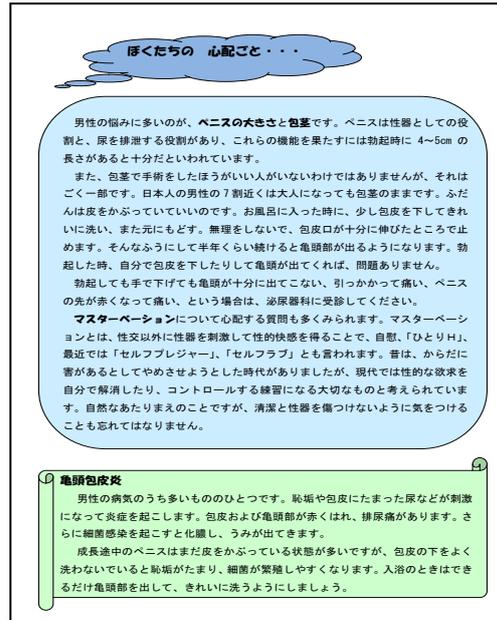


図3 男性のからだ (p8)

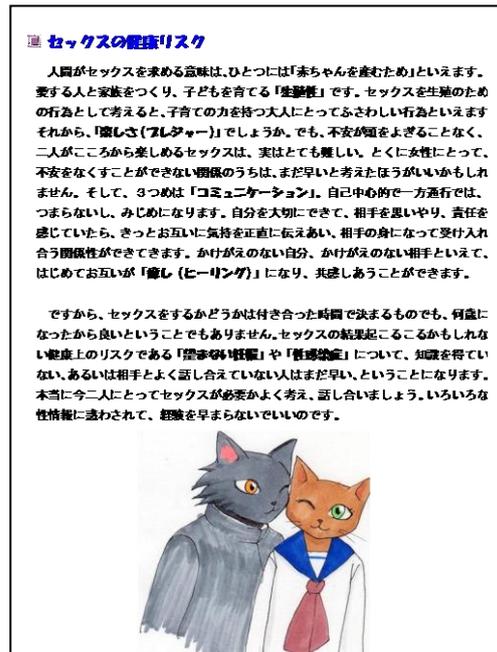


図4 セックスの健康リスク (p12)

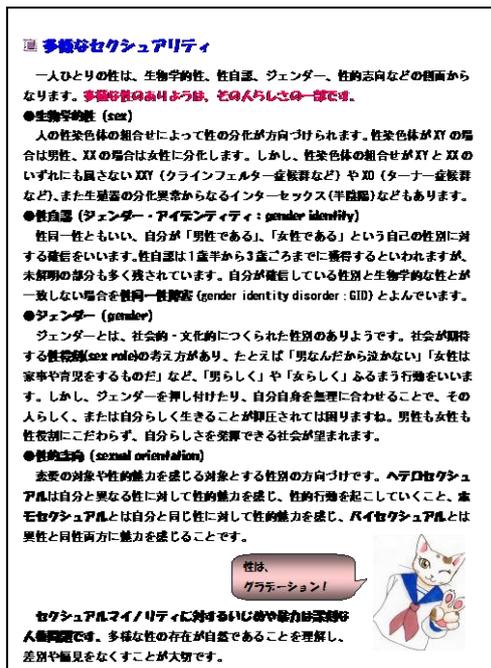


図5 多様なセクシュアリティ (p16)

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2件)

- ① 桑名佳代子、鹿野裕美、遠藤芳子、三井幸恵、大槻 綾：高校生の性教育前後における「性の健康」に対する認識の変化. 第9回日本教育保健学会、2012
- ② 桑名佳代子、鹿野裕美、遠藤芳子、三井幸恵：高校生の「性の健康」への認識と性の健康問題に関する基礎的研究. 第15回北日本看護学会、2012

〔図書〕(計1件)

- ① 桑名佳代子：助産師基礎教育テキスト第2巻 2013年版 女性の健康とケア、第7章-4 健康教育としての性教育、日本看護協会出版会、2013、pp.276-302

〔産業財産権〕

○出願状況 (計 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 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

6. 研究組織

(1) 研究代表者

桑名 佳代子 (KUWANA KAYOKO)
 宮城大学・看護学部・教授
 研究者番号：70154531

(2) 研究分担者

遠藤 芳子 (ENDO YOSHIKO)
 宮城大学・看護学部・教授
 研究者番号：20299788

鹿野 裕美 (SHIKANO HIROMI)
 宮城大学・看護学部・准教授
 研究者番号：40510631

(3) 連携研究者

なし

研究協力者

三井幸恵 (MITSUI YUKIE)
 尚絅学院高等学校・養護教諭

大槻 綾 (OTSUKI AYA)
 前尚絅学院高等学校・養護教諭

山口 稔 (YAMAGUCHI MINORU)
 東北学院榴ヶ岡高等学校・副校長

青柳 典美 (AOYAGI NORIMI)
 東北学院榴ヶ岡高等学校・教諭