

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 26 年 6 月 27 日現在

機関番号：32307

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2011～2013

課題番号：23593332

研究課題名(和文) 児童思春期肥満改善を目指した自己健康管理力育成健康学習支援プログラムの開発

研究課題名(英文) Development of self-health management behavior promotion program of Children and Adolescents

研究代表者

西山 智春(NISHIYAMA, CHIHARU)

群馬医療福祉大学・看護学部・教授

研究者番号：00299835

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,200,000円、(間接経費) 960,000円

研究成果の概要(和文)：肥満度20%以上の小学5年生親子7組を対象に、保健信念モデル、社会学習理論、ライフスキル健康教育を概念枠組みとした「肥満改善を目指した自己健康管理行動育成プログラム」による介入を行い、質問紙調査により評価した。

1年間継続し本プログラムに参加した児童は、肥満改善(肥満度31.2%から21.4%に減少)がみられ、体重健康管理自己効力感得点が高く変化し維持できていた。さらにその親も健康管理への取り組みに対する自信に関する得点が高く維持していたことが明らかとなった。

今後の課題は、対象の拡大と包括的健康管理行動育成プログラムの介入効果を評価しエビデンスの集積を図りながら検討していく必要がある。

研究成果の概要(英文)：An intervention targeting seven groups made up of fifth grade elementary school students having a degree of obesity of 20% or more their parents was undertaken by means of a self-health management behavior promotion program aimed at obesity amelioration with a conceptual framework consisting of a health belief model, social learning theory, and life skills health education, and it was evaluated using a questionnaire survey. Obesity amelioration (degree of obesity reduced from 31.2% to 21.4%) was seen for children who participated in this program for a continuous period of one year, and their weight health management self-efficacy scores became high and were able to be maintained. In addition, it became clear that the scores of their parents as well regarding confidence with respect to efforts towards health management were maintained at high levels.

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：看護学 障害発達看護学

キーワード：児童思春期 肥満改善 健康管理力育成 プログラム介入

1. 研究開始当初の背景

小児を取り巻く社会環境の変化や生活様式の変化により、心身の健康に様々な影響があること¹⁻³⁾、小児期・思春期の肥満の増加は世界的な傾向が示され⁴⁾ている。学童・思春期における肥満は、摂取カロリーの過剰とともに身体活動量の低下などの生活習慣要因、日常生活における活動意欲の低下などの心理的要因や遺伝的要因が複雑に絡み合って発症する⁵⁾。特に思春期肥満の問題は、メタボリックシンドロームの70%程度は成人期に移行し、思春期肥満は成人肥満とより深く関連していることである⁶⁾。成人期に高頻度に生活習慣病を合併することになる「思春期肥満の発生」を防止するためにも、さらなる強力な対策が極めて重要である⁷⁾。

この時期の子どものもつ肥満の健康上の問題として、摂取カロリーの過剰とともに身体活動量の低下などの日常生活習慣の要因、日常生活における活動意欲の低下⁸⁾自尊感情⁹⁾や自己効力感が低い¹⁰⁾などの心理社会的要因や、自己健康管理力の不足、ならびに成長発達過程における環境要因が大きな影響要因となることなどをはじめ、肥満改善することの健康上の利益および心理社会的利点等については、多くの先行研究で明らかにされている。また、この時期はセルフケア能力が高まる時期であり、健康への関心を高め、発達段階とニーズに応じた健康教育は重要である。

しかし、著者らの第一段階研究における小学4年生から~小学6年生対象の調査で、肥満児童は「肥満改善は困難である」「体重管理できる自信がない」という実態が明らかとなった¹¹⁾。また、これまで児童の生活習慣を中心とした介入プログラムは多くみられるが、親子に介入する包括的な肥満改善プログラムは少ない。長期的な体重管理が必要な肥満児童にとって早期の介入が必要であり、これまで明らかにされていない肥満及び肥満改善に影響を及ぼす要因の分析と、これらの

新たな知見を組み入れた長期的な自己管理をするための肥満改善を目指した健康管理行動育成プログラムが必要であり、プログラムによる介入を実践し評価し、支援方法を確立したい。

2. 研究の目的

本研究は、研究第1段階で得た新たな知見である思春期学童の肥満及び肥満改善に影響を及ぼす要因を組み入れ、肥満児童の長期的自己管理困難という課題を解決すべく、「肥満改善を目指した自己健康管理行動育成プログラム」を作成し、1年間の介入(プログラムによる支援の展開)の効果評価を行い、実践への応用を可能にするため以下の点を検討する。

(1) 思春期学童の肥満及び肥満改善に影響を及ぼす要因を組み入れた包括的な「肥満改善を目指した自己健康管理行動育成プログラム」を作成する。

親子共通プログラム、子どもプログラム、親プログラム

(2) 作成したプログラムを用いて介入を行い、プログラムの効果を評価する。

(3) 学童思春期肥満改善を目指した自己健康管理行動育成に向けた支援のあり方を検討する。

3. 研究の方法

1) プログラムの作成と内容

プログラムの目標と内容は、表1に示す。

質問紙の構成は、前述の概念枠組みに基づく自記式の構成的質問紙法で、前述の概念枠組みに基づき作成し、(1)肥満度算定の基礎となる項目、(2)日常生活習慣行動、(3)ライフスキル、(4)自己健康管理行動、(5)親の療育行動から構成した。

2) プログラムの展開

プログラムの実践にあたり、具体的展開の日程と時間割を配したプログラムを作成し、セッションごと(セッション1~9)に課題

展開のための指導案を作成し実施した。

3) プログラムに基づく実践(介入研究)

(1) 研究デザイン

プログラムによる看護介入を行い、事前事後テストデザインによる効果評価。

(2) 対象者の選定と参加募集

対象は、思春期学童肥満児で、肥満度+20%以上の小学5年生とその保護者である。以下の条件を満たす思春期肥満児童とその親で、在籍する小学校養護教諭を介して公募した。対象学童の条件は以下のとおりである。

肥満(肥満度+20%以上)の学童
児童に関しては、小学5年生で一般の小学校在学者
児童・保護者(親)より研究協力(プログラム参加または質問紙調査)への同意の得られた者

3) 倫理的配慮

群馬医療福祉大学倫理委員会と研究協力機関の承認を得て、それに準拠した倫理的配慮を対象者に実施した。

4) プログラムの実施方法

(1) 実施者

小児看護学専門(看護師免許保有)の大学教員1名、小児科医師2名(うち小児内分泌代謝専門医1名)、公衆衛生学・健康管理センター医師1名、保健師免許所有大学教員2名、養護教諭免許保有大学教員1名、管理栄養士・健康運動指導士1名合計8名であった。

プログラム実施中は、小児内分泌代謝専門医1名、看護師・保健師・養護教諭によりプログラム実施中の観察を行い、緊急時の対応ができるよう配置した。

(1) 実施日時と場所

プログラムの実施は、

- 第1回:平成25年8月10日(土)
- 第2回:平成25年11月2日(土)
- 第3回:平成25年12月22日(土)
- 第4回平成26年3月29日(土)で、

場所は、群馬医療福祉大学看護学部(藤岡キャンパス)講義室及び体育館で実施した。本施設は空調管理・安全性と清潔保持に適していた。

5) 分析方法

本研究における肥満度は、学童生徒の健康診断マニュアル(2008)¹⁹⁾性別・年齢別・身長別標準体重から肥満度を求めた。プログラム前後の肥満度の評価の肥満度は、(現在の体重標準体重)÷標準体重×100=肥満度(%)で算出した。肥満度並びに質問紙の評価尺度に対する回答は所定の方法で数値又は得点化しその変化を検討した。

4. 研究成果

肥満度20%以上の小学5年生親子7組を対象に、保健信念モデル、社会学習理論、ライフスキル健康教育を概念枠組みとした「肥満改善を目指した自己健康管理行動育成プログラム」による介入を行い、質問紙調査により評価した。

1年間継続し本プログラムに参加した児童は、肥満改善(肥満度31.2%から21.4%に減少)がみられ、体重健康管理自己効力感得点が高く変化し維持できていた。さらにその親も健康管理への取り組みに対する自信に関する得点が高く維持していたことが明らかとなった。肥満改善事例では、健康への関心・意欲が高く、親子で学習課題や運動と一緒に楽しむなど積極的に取り組む姿勢がみられ、本プログラムに対する満足感が示されていた。肥満改善するためには、健康管理に対する自信をもつこと、親子共に学ぶ体験を大切にしながら共通理解を深めること、これらが日常生活における行動変容につながり健康管理行動育成に役立つと考えられた。

一方、本プログラムにおいて参加継続困難な親子が多くみられ、長期的な自己管理を可能にした健康行動育成につなげるためにも参加継続が実現できるよう動機づけや家庭・学校との連携を強化し、親や養護教諭を巻き込んだ包括的なプログラムの工夫とフォローアップが必要である。

今後の課題は、対象の拡大と包括的健康管理行動育成プログラムの介入効果を評価しエビデンスの集積を図りながら検討してい

く必要がある。

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)

西山智春：思春期学童の肥満及び肥満改善を及ぼす要因, 群馬医療福祉大学紀要, 第1号, 1-7, 2012.3

西山智春：糖尿病患者の「自己効力感」を高める家族支援-小児肥満者と家族へのケアを中心に, 家族看護, 11(22)39-45, 日本看護協会出版会

[学会発表](計3件)

西山智春：思春期学童の肥満及び肥満改善を及ぼす要因の分析, 第43回日本看護学会小児看護 (島根) 2012年9月

西山智春, 小和瀬貴律, 荒川浩一：思春期学童の肥満改善を目指した健康管理行動育成プログラムの試作と評価, 第60回日本小児保健協会学術集会2013.9.27, 東京都

Chiharu Nishiyama : Development of Self-efficacy scale for weight and Health Control of Children and Adolescents and Study of Application in Nursing Care, 3rd World Academy of Nursing Science 2013.10 In Korea seoul

[図書](計0件)

[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 なし

6. 研究組織

(1) 研究代表者

西山智春 (NISHIYAMA, Chiharu)
群馬医療福祉大学看護学部 教授
研究者番号：00299835

(2) 研究分担者

()

研究者番号：

(3) 連携研究者

荒川浩一 (ARAKAWA, Hirokazu)
群馬大学大学院医学系研究科小児科学分野 教授
研究者番号：50272232

竹内一夫 (TAKEUCHI, Kazuo)
国立大学法人群馬大学 大学教育・学生支援機構健康支援センター教授
研究者番号：60251089