新見公立大学紀要　第32巻
pp. 1-6, 2011

原　著

成人看護学概論においてヘルスプロモーションの理解を深める教育方法（第１報）

― 学生が行った健康指導に対する家族の反応から ―

古城　幸子*・礒本　暁子・柘野　浩子・塩見　和子

看護教育学

（2011年11月22日受理）

成人看護学概論の授業において，ヘルスプロモーションの理解に関する教育方法とその効果を分析した。学生が学びまとめた「生活習慣病の予防対策」資料を両親に渡し，健康指導として実施した。その指導に対する家族からの反応を内容分析した結果，家族が行動変容を起こすためのプロセスが明らかになり，学生のヘルスプロモーションへの認識を深めることにつながることが分かった。
（キーワード）ヘルスプロモーション，家族への健康教育，教育方法

はじめに

筆者は，学生の身近な存在である家族を対象に，学んだ看護の知識を伝える教育方法[1)-3)]を様々な場面で活用している。家族を活用した教育方法は，看護の対象理解が深まること，看護の知識が身近な人々への役立ちとなり，学生の学習への動機づけを強化することを明らかにしてきた。2010年度から「成人看護学概論」の講義において，学生は『両親への生活習慣病予防』の演習課題に取り組んだ。当該科目は１年次後期に設定しており，基礎看護学科目以外には専門的な看護学は履修していない時期である。看護学部入学初年次の学生は，看護への動機づけが必ずしも高いとは言えず，看護学への関心を高め学習への主体的な取組みを強化することは，特に初年次において重要であると考える。

山田[4)]は初年次教育の取組としてアスティンの関与理論を用いて「学生の学習や発達は学生自身の関与の量と質に比例する」と説明している。学生自身が家族の健康課題を考え，主体的に家族の健康に関与する教育方法は，成人看護学への関心やヘルスプロモーション理解へと有効であると思われる。また山田[5)]は，初年次教育に必要なスキルとして，「アカデミック・スキル」「スチューデント・ソーシャルスキル」「内面的アイデンティティ」の３つのスキルの必要性を説明している。その中でも特に，責任感，倫理感，自信，自己肯定感など大学への学生の適応を支える情緒的側面の「内面的アイデンティティ」の形成が重要である。今回の演習により，身近な両親の健康への関心の高まりと同時に，両親からの反応を得て，職業的な役割意識や役立ち感を育てることにつながり，職業的アイデンティティの萌芽を促すことにつながるのではないかと考えられる。

今回は,「成人看護学概論」のヘルスプロモーションの単元の中で，学生が行った「両親の生活習慣病予防対策」に対する家族からの評価・感想をまとめたものである。その結果，家族の健康に関する行動変容のプロセスを明確にすることができ，また親子の関係性や信頼性は，行動変容に対する強化マネジメントの効果を与えることが分かった。対象者個人の特性や経緯を理解することの重要性など，ヘルスプロモーションの理解を深める効果的な教育方法となることが示唆された。

Ⅰ　研究目的

「成人看護学概論」の中で，ヘルスプロモーションを理解するための演習課題として実施した「両親の生活習慣病予防対策」で指導を受けた両親の反応を分析し，学生に与える教育効果について明らかにする。

Ⅱ　研究方法

１．研究対象

Ａ大学看護学部１年生64名が，家族に行った健康指導に対して，反応のあった学生34名分の家族52名の感想。

*連絡先：古城幸子　新見公立大学　看護学部　718-8585　新見市西方1263-2

２．研究期間

2010年11月～2011年２月

３．教育方法

2010年11月に，学生が生活習慣病予防に関連した９疾患（高血圧・心臓病・糖尿病・消化器がん・肺がん・乳がん・更年期障害・骨粗鬆症・うつ病）についてグループ学習を行い，全体で発表を行った。その後，学生個々が両親に必要と思われる疾病予防を選択，その発表資料に両親への健康に関するメッセージを添付し，手渡すかまたは遠隔地の場合には郵送した。その内容についての評価・感想が，感想用紙によって両親から学生に返送された。

４．分析方法

１）資料や内容に関する評価について

学生の指導した資料や内容に関する評価について，①この知識は役立つと思った，②この資料で健康に気をつけようと思った，③この資料で今後の生活を変えようと思った，という３つの質問に対して，“そう思う”“まあまあ思う”“あまり思わない”“全く思わない”の４つの選択肢で回答を求めた。

２）感想用紙の自由記載について

感想用紙に記載された両親からの評価・感想の分析は，内容分析の手法を用いた。自由記載の内容から意味や内容が一つのまとまりになるように区切り，コードとした。コード内容を類似性や相違性を吟味しながら分類し，サブカテゴリーとした。さらに類似性に配慮しカテゴリーとして集約した。カテゴリー間の関連を見ながら，家族のヘルスプロモーションに関するメッセージとして構造化した。

５．倫理的配慮

対象となる学生には2010年11月の講義において教育目的を説明し，両親に指導する疾患名については自由であること，選択した疾患名は伏せて良いこと，両親からの感想についても提出は自由であり，成績等への不利益は被らないことを説明した。両親からの評価感想についてのデータはすべてコード化し，個人が特定されないよう匿名性を保持することを口頭で説明した。感想用紙の提出によって同意を得たと考えた。また，教育効果を高めるために，2011年10月に対象学生へ今回の分析結果を講義形式で伝えた。同時に，この結果については論文として公開することを説明し，同意を得た。

６．用語の操作上の定義

ヘルスプロモーション[6)]：2005年のWHOバンコク憲章において定義づけられた「人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし，改善することのできるプロセスである」とする。

Ⅲ　結果

学生64名のうち，家族の評価・感想が返ってきたのは，学生34名の父22名，母29名，祖母１名の52名であった。

１．学生の指導に対する親からの評価

学生の指導した資料や内容に関する評価として，３つの質問に対して，“そう思う”“まあまあ思う”“あまり思わない”“全く思わない”の４つの選択肢で回答を求めた。まず，『この知識は役立つと思った』については，“そう思う”が45名（86.5%），“まあまあ思う”７名（13.5%）で，否定的回答はなかった。『この資料で健康に気をつけようと思った』については，“そう思う”46名（88.5%），“まあまあ思う”６名（11.5%）で，否定的回答はなかった。『この資料で今後の生活を変えようと思った』については，“そう思う”39名（75.0%），“まあまあ思う”12名（23.1%），“あまり思わない”１名（1.9%）であった。

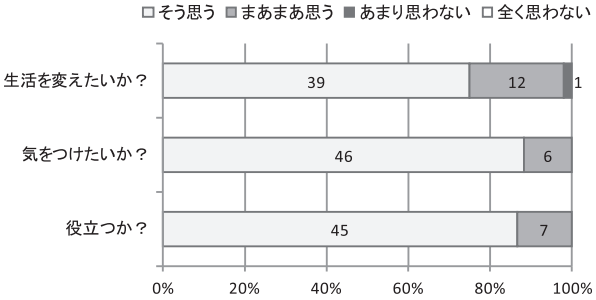

図１　学生の資料に対する家族の評価　　n＝52

２．学生の指導に対する親からの反応

学生の指導に対する親の感想用紙に書かれた自由記述を，意味と内容で区切って156のコードとした。コードの内訳は，父親60コード，母親94コード，祖母２コードであった。156コードの類似性や相違性を吟味しながら31サブカテゴリー，６カテゴリーを抽出した（表１）。

文中においては，コードを「　」，サブカテゴリーを《　》，カテゴリーを【　】と表現した。最終カテゴリーは【健康不安の表出】【健康認識の深まり】【健康行動への意欲】【指導内容への評価】【学生への期待】【親への気遣いに感謝】の６つにまとめることができた。以下，それぞれのカテゴリーの構成内容を述べる。

１）健康不安の表出

健康不安に関する反応では，《がん年齢での不安》《老化に伴う不安》などの年齢的な自覚による健康不安があった。コード数が多かったのは，高血圧，体重増加など定期健診での指摘を受けての《生活習慣病への不安》や，肩こり，ストレスなどの《自覚症状の不安》であり，自分自身の健康問題を認識し不安を感じていた。また，環境的要因としてのストレスのたまりやすい職場や生活環境での《生活環境に不安》が抽出され，５つのサブカテゴリーで【健康不

表１　親の反応から抽出したカテゴリー

カテゴリー		サブカテゴリー		コード例
健康不安の表出	17	がん年齢での不安	1	乳がん年齢の真ん中にいるので関心を持って見た。
		自覚症状の不安	7	最近冷え症や肩こりに悩んでいた
		生活環境に不安	2	ストレスがたまりやすい性格であり、環境だと思う。
		生活習慣病への不安	6	生活習慣病は本当に怖い。
		老化に伴う不安	1	年齢につれあちこちら悪いところが出てきた。
健康認識の深まり	19	がん年齢である	1	乳がんも私自身ならないとは限らない。
		健康意識が高まった	9	自分自身では健康に気をつけているつもりが、実は全然無関心でいたと実感した
		健康生活の見直し	3	健康に対してもう一度見直しをしてみたい。
		年齢的な課題	2	日々年をとるにつれ、健康には気をつけなくてはいけないと思っている。
		予防への具体的な認識	3	日々の中で予防ができるとわかった。
		現在の高齢者の状況に共感	1	高齢者の骨・関節疾患の多さをよく見てきた。
健康行動への意欲	39	現在禁煙実践中	1	禁煙を頑張っている。
		食生活に気を配る	6	食生活には特にゆるくなってしまうので「腹八分目」に気をつける。
		早期発見に努めたい	1	触診はよくやっていたが、検診も受けようと思った。
		対策が継続できない	6	食事と運動が続けてできない。
		健康生活を実践したい	18	健康のためにバランスのとれた生活をする。
		健康のため運動を実践したい	4	ウォーキングを始めようかなと思っている。
		健康のためストレス予防を実践したい	3	ストレスをうまく発散できるように前向きに、頑張らずに生きていこうと思った。
指導内容への評価	28	個別性のある適切な助言	6	性格分析がちゃんとなされていて予防法も具体的にかつ的確に指示されている。
		知識が増えた	7	特に食生活の改善については私自身も知り得なかったことで大変為になった。
		内容が豊か	4	参考になったし、よく調べていると思った。
		わかりやすい資料	8	数値を表してくれるのはすごく分かりやすい。
		内容がもっと欲しい	2	医学的な視点がほしい。一般的内容が多かった。
		資料の文字が小さい	1	高齢者には大変見にくかった
学生への期待	28	子供の学習状況の理解	4	学校での勉強等、よくわかった。
		学生生活の充実への期待	16	これからさらに研究して勉学に励み、実学にしてほしいと思う。
		看護専門職としての期待	5	これからも患者さんを思いやれる優しい看護師目指して頑張ってほしい。
		学生全員へのエール	3	今の気持ちを忘れずがんばってほしい。
親への気遣いに感謝	25	親の健康に対する気遣いがうれしい	11	身近な家族のことを考える学習は、本人は勿論、家族の者にとっても嬉しいものだ。
		助言への感謝	9	これからも健康に役立つアドバイスを。
		親をよく観察している	5	私の生活環境をよく知っているからこその指導内容だと感心した。

安の表出】が構成された。

２）健康認識の深まり

《年齢的な課題》《現在の高齢者の状況に共感》《がん年齢である》と言う一般的な健康課題に対する認識の深まりがあった。さらに，コード数が多かったのは,「健康へ無関心であった」「いつまでも元気でいたい」という《健康意識が高まった》であった。そのために,「自分を労わっていかないといけない」など《健康生活の見直し》と,「高血圧は薬を飲めばいいと思っていたが全身への影響を知った」など《予防への具体的な認識》が抽出された。これら６つのサブカテゴリーから，家族の【健康認識の深まり】が構成された。

３）健康行動への意欲

健康不安の表出，健康認識の深まりに伴って,【健康行動への意欲】は７つのサブカテゴリーで構成された。《現在禁煙実践中》というすでに健康行動へ結び付いている１コードもあった。また,「バランスのとれた生活を送りたい」「改善できることはしていきたい」という《健康生活を実践したい》が最も多いコード数であった。実践の内容を具体的に示した《食生活に気を配る》《健康のため運動を実践したい》《健康のためストレス予防を実践したい》というサブカテゴリーでは，指導内容の中に家族が実践可能な方法の提示があったためである。１つのコードだけであったが「検診を積極的に受ける」ことで《早期発見に努めたい》を抽出した。一方,「気をつけてはいるが実行できにくい」「仕事が忙しくて運動も止めている」など《対策が継続できない》という困難さも示された。

４）指導内容への評価

学生の指導内容や，使用した資料に対する感想を【指導内容への評価】としてまとめた。サブカテゴリーは６つで構成された。肯定的な評価としては,「両親をよく観察して，適切な助言であった」「私の年齢に合わせた内容であった」という《個別性のある適切な助言》のコード数が多かった。同様に,「喫煙による病気の危険因子のことを教えられた」「食生活の改善では私自身も知らなかったことで大変為になった」など《知識が増えた》,「多くの参考書やデータの収集でした」など《内容が豊か》や,「数値を表してくれるのはすごく分かりやすい」など《わかりやすい資料》という高い評価の感想が多かった。一方で,「医学的知識の視点で」という《内容がもっと欲しい》や,「高齢者には字が小さかった」という《資料の文字が小さい》などの，改善点も示された。

５）学生への期待

健康課題とは異なる内容での感想として【学生への期待】が抽出された。サブカテゴリー《子供の学習状況の理解》では,「学校での勉強がよくわかった」「自分以外の人に対して考えていく学習ができているのではないかと思う」など，息子や娘の大学の学習状況を知る機会になっていた。そして,「この姿勢と気持ちを忘れずに，これからの勉学にしっかりと取り組んでほしい」「さらに研究して勉学に励

み，実学にしてほしいと思う」など,《学生生活の充実への期待》が抽出され,「患者さんを思いやれる優しい看護師目指して頑張ってほしい」という《看護専門職としての期待》や,「今の気持ちを忘れずがんばってほしい」という《学生全員へのエール》が示された。【学生への期待】は以上の４つのサブカテゴリーで構成された。

６）親への気遣いに感謝

【親の気遣いに感謝】は，学生への個人的なメッセージとして示されたカテゴリーである。「生活環境をよく知っているからこその指導内容だと感心した」など,《親をよく観察している》と言う指導の具体性と共に，思いがけず子供がよく観察していることへの驚きもみられた。さらに,「いろいろと体のことを気にかけてくれていたこと嬉しく思う」「身近な家族のことを考える学習は嬉しいものだ」など,《親の健康に対する気遣いがうれしい》という，子供からの親への思いに応える内容であった。また,「これからも健康に役立つアドバイスお願いします」「頼りにしているので今後ともアドバイスをよろしく」という期待を込めた《助言への感謝》が示された。

３．カテゴリー間の関係性

カテゴリー間の関係性を図式化すると，図２のような関連が見えてきた。【親への気遣いに感謝】は，学生が親の健康に対する願いを，家族はうれしいメッセージとして受け取っている。それは，とりもなおさず【学生への期待】となって表現され，将来の看護専門職への成長のために充実した学生生活を送ってほしいという親の希望である。この親子・家族としての関係性が，太い人間関係のつながりとして今回の演習の基盤となった。

親のヘルスプロモーションプロセスは，現状の自覚的な健康課題を実感する【健康不安の表出】から，健康を維持するための知識や理解の【健康認識の深まり】，そして，どうすればよいかを考えた【健康行動への意欲】とつながっていく。現段階では，気持ちの表現までであり，実際の行動変容へどうつながったか，あるいは行動変容の実際については未確認である。また,【指導内容への評価】では，肯定的反応が多いものの，内容の視点や資料提示の課題も出され，健康教育で他者の行動変容を起こす困難さも示された。

Ⅳ　考察

１．健康的なライフスタイルづくり

学生への教育のねらいは，健康増進と，健康なライフスタイルを身につける一次予防，危険因子を抱えた人々に対して，危険因子の存在に気づき，病気の発生を遅らせるように生活改善を果たす二次予防への働きかけを学ぶことにある。また，地域や病院で行う教育・指導では，健康教育・指導を行った対象がどのような反応を示すのかは，本音では得られることは少ない。家族からの情緒的な反応も含めて【指導内容への評価】やその感想から学ぶことは大きい。

WHO のヘルスプロモーションの定義は，1986年のオタワ憲章の中で,「人々が自らの健康をコントロールし，改善することのできるプロセスである」としている。その活動方法は，①健康的なライフスタイルの推進，②健康を支援する環境作り，③地域活動の強化，④ヘルスサービスの方向転換，⑤健康的な公共政策作りである[7]。2005年には，バンコク憲章において,「人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし,改善することのできるプロセスである」と修正した（下線部筆者）[8]。健康への決定要因について，個体・個人・社会のミクロからマクロへの決定因子の構造が説明されている。

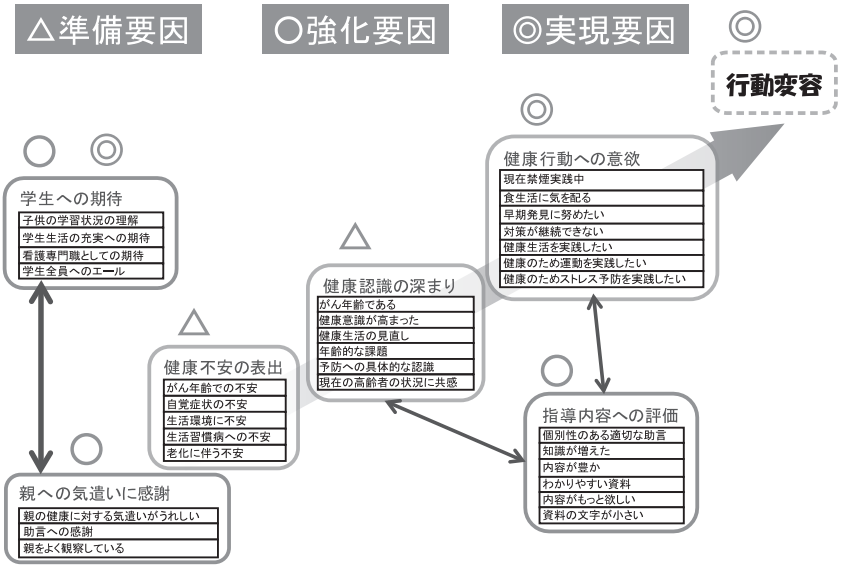

図２　家族のヘルスプロモーションのプロセス

筆者の教育的意図は，看護初学者である学生が専門的な学びをし始めた段階で，両親の健康へのアプローチを通して，成人期の対象者を自分の身近な課題としてとらえるという教育目的が主である。具体的な指導方法や知識・技術を理解し実践するというマクロ的なアプローチではなく，個人が健康に対する知識や技術を身につけ実践する「健康的なライフスタイルづくり」の重要性[9]を両親という身近な存在を通して理解することにある。

２．ヘルスプロモーションモデル

ヘルスプロモーションの最終的な成果としては，行動変容の結果，望ましい健康状態を得ることにある。改訂ヘルスプロモーションモデル[10]では，行動の成果は，個人の特性と経験，行動に特異的な認識と感情として説明されるいくつかの変数によって影響されると説明している。

個人の特性と経験では,【健康不安の表出】に見られるように，老化やがん年齢といった生物学的な因子，仕事のストレスなどの社会文化的な因子，生活習慣病への不安と言った心理学的な因子，自覚症状などの個人的な因子が浮かび上がっている。また，過去の関連行動などの自覚と共に，学生が親の生活習慣をよく観察していることで，自分自身の健康生活を見直すという機会になったことが分かる。

また，行動に特異的な認識と感情では,【健康認識の深まり】に見られる健康意識の高まりや予防への知識といった行為の利益の知覚，高齢者の状況の再認識やがん年齢になったことなど行為に関わる感情，健康生活を見直すという自己効力の知覚など，親個人の知覚と感情が刺激されていると考える。【健康行動への意欲】の中でも，健康生活を実践し，予防に努めるという肯定的な状況的影響と対策が継続できないという行為の負担の知覚も表現された。認識と感情にアプローチすることの重要性が行動変容に結びつく大きなカギになることが示唆された。

３．家族への健康指導の効果

特に両親からのメッセージは【学生への期待】とともに，【親への気遣いに感謝】に強く表現されていた。親の健康を気遣う子どもたちの助言は，実行への意欲へとつながっている。L.W.Green[11]は，企画から実施・評価のプロセスの Precede-Proceed モデルで，準備要因，強化要因，実現要因を説明しているが，家族を活用することで，その強化要因を実感する機会となった（図２）。森谷[12]の行動変容ステージ理論の中でも，行動の変化を促す方法として，①置換，②援助関係の利用，③協力マネジメント，④コミットメント，⑤刺激の統制の５つが説明されている。中でも援助関係は，気遣ってくれる他者の援助を信頼し，受容し，活用する点で，親子以上の絆の関係性はない。さらに，強化マネジメントは行動変容に対して自分自身や他者から褒美をもらうことと説明されている。今まで援助する側だった親が，子どもから援助されるという嬉しい役割変更とそれに応える喜びは，まさに褒美と考えてもよい。

４．今後の課題

以前から実施されていた[13]ヘルスプロモーションの課題演習を，今回の教育方法では家族を対象に実践するという点で，より具体的な体験学習とした。両親への健康指導から得た家族の反応は，今後多くの対象者への健康指導における援助的関係性の中で,役立ちを実感する演習となった。また，個々人が健康課題に取り組むための，ヘルスプロモーションの理解につながったと考える。第二報では，学生の学びの視点から分析を進め，教育効果を明確にする予定である。今後はさらに，学生が家族の行動変容を継続的に見ていく必要性を実感し，家族の健康問題に取り組む動機付けとなる授業計画を組んでいきたい。

文献

１）古城幸子,上田幸子：「乳がんの自己検診法を家族に指導して」. 藤岡完治・野村明美編集，わかる授業をつくる看護教育技法　3　シミュレーション・体験学習，145-156，医学書院，2000.

２）川崎泰子，古城幸子：効果的な授業展開のための一方法 ～ 学生が自分の家族と死に関する話し合いを試みて～．岡山県看護教育学会集録，21-30，1989.

３）古城幸子，木下香織：看護初学者の高齢者理解を深める教育方法の試み ― KJ 法を活用した「祖父母の語りを聴く」課題のまとめから ―．日本老年看護学会　第16回学術集会抄録集，153，2011.

４）山田礼子：初年次教育の歴史と理論. 大学と学生，54，日本学生支援機構，16-23，2008.

５）山田礼子：大学における初年次教育の展開, Journal of Quality Education 2，157-174，2009.

６）日本ヘルスプロモーション学会：http://www.jshp.net/HP_kaisetu/kaisetu_head.html

７）ノラ・J・ペンダー：小西恵美子訳, ペンダーヘルスプロモーション看護論．日本看護協会出版会，1997.

８）５）と同様

９）伊藤賀重，田中靖子，伊藤ちぢ代，細身昭代，村上明美，石田貴美子，那須則子，武田弘美，太田深雪：主体的な健康行動の支援に関する研究（その１），神戸市看護大学短期大学紀要，23，63-69，2004.

10）７）と同様

11）ローレンス・W・グリーン，マーシャル・W・クロイター：神馬征峰約，実践ヘルスプロモーション．医学書院，2005.

12）森谷　絜：「健康のための行動変容」における「健康行動理論」の有用性の検討，天使大学紀要，７，1-14，2007.

13）逸見英枝：成人看護学におけるヘルスプロモーション教育での学生の学び, 新見公立短期大学紀要, 27, 21-32, 2006.

Educational Method to Deepen the Understanding of Health Promotion in Adult Nursing Science Outline (The first report) From families' response to students' health guidance

Sachiko KOJO, Akiko ISOMOTO, Hiroko TSUGENO, Kazuko SHIOMI

Department of Nursing, Niimi College, 1263-2 Nishigata, Niimi, Okayama 718-8585, Japan

Summary

In the class of adult nursing science outline, we analyzed the educational method and its effect on the understanding of health promotion. The students gave their parents the materials of "lifestyle-related diseases prevention" that they compiled, and conducted health guidance. The families wrote their impressions of the guidance and we analyzed the content of the written description. As a result, this study clarified the process that causes family's behavior modification, and suggested the lesson could be effective as the educational method to deepen students' understanding of health promotion.

Key words: health promotion, health guidance to a family, educational method, behavior modification