

氏 名 高 橋 亜 未

学位の種類 修 士 (看護学)

学位記番号 修 士 第 1 1 2 号

学位授与年月日 平成2 0 年9 月3 日

学位論文題目 生活習慣病予防教室受講者の継続自己管理支援に関する研究

～教室終了後1 ヶ月および3 ヶ月の面接調査より～

## 論文内容要旨

※整理番号	116	(ふりがな) 氏名	たかはし あみ 高橋 亜未
修士論文題目	生活習慣病予防教室受講者の継続自己管理支援に関する研究 ～教室終了後1ヵ月および3ヵ月の面接調査より～		
【研究の目的】			
継続自己管理支援のあり方を探究するために、地域住民の生活習慣病予防教室受講者に対し、教室終了1ヵ月後、3ヵ月後の自己管理意識を明らかにする。			
【研究方法】			
研究デザインは質的帰納的研究。研究対象は、M保健センターで実施する生活習慣病予防教室参加者17名のうち、研究主旨を説明後、研究協力に同意を得られた10名とした。データ収集は、半構成質問紙による個別面接を行った。質問項目は、日常生活行動、健康に対する意識、行動目標の継続状況、自己管理に対する意識である。分析は、面接内容を逐語録にし、1文1意味のラベルを取り出し分類整理し、カテゴリー化した。			
【結果】			
対象は全員女性で平均年齢は、57.8歳 (SD±4.6)。			
教室終了1ヵ月後の自己管理意識のカテゴリーは、4つの上位カテゴリー、17の中位カテゴリー、30のラベルを抽出し、上位カテゴリーは、【予防は自分次第という信念】、【最小限の苦労】、【継続条件は効果への満足感】、【他者からの肯定的な反応】であった。			
教室終了3ヵ月後の自己管理意識は、6つの上位カテゴリー、15の中位カテゴリー、23のラベルを抽出した。上位カテゴリーは、【揺れる自分への気づき】、【踏みとどまることのできる強い信念】、【意志の再構築】、【最小限の苦労】、【継続条件は効果への満足感】、【他者からの肯定的な反応】であった。			
上位カテゴリーにおける1ヵ月後と3ヵ月後の違いは、【予防は自分次第という信念】が1ヵ月後のみにみられ、【揺れる自分への気づき】、【踏みとどまることのできる強い信念】、【意志の再構築】は3ヵ月後のみにみられたことである。			
【考察】			
教室終了後1ヵ月後の住民は、【予防は自分次第という信念】をもって継続自己管理をしており、【最小限の苦労】や【継続条件は効果への満足感】を得ながら、【他者から肯定的な反応】を求める気持ちがみられた。したがって【最小限の苦労】の気持ちを踏まえ、実践効果を実感して満足感が持て、さらに頑張りをも他者から肯定される自主グループ等のフォローアップ体制を強化する必要がある。また3ヵ月後は、住民の生活習慣が元に戻りつつあるという意識がみられた。つまり【揺れる自分への気づき】と【踏みとどまることのできる強い信念】から、頑張っていきたいという【意志の再構築】の思いにつながっていた。このことから、集団だけでなく、個々の気持ちの揺れを見過ごすことなく、支援者は意志の再構築が図れるよう個別フォローの受け皿体制を確保していくことが重要であると考えられる。			
【総括】			
教室終了1ヵ月および3ヵ月後の意識には、共通する思いと異なる思いがみられた。この結果から、保健師活動は、1. 生活習慣病予備群を早期に発見する体制整備を整える。2. 教室終了後は、個々の価値観を大切に、教室1ヵ月後と3ヵ月後の意識に適したフォローアップを行うことが重要であると考えられる。			