

H28地域協働研究（地域提案型・後期）

RT-09「住民・関係機関参画型健康増進計画の策定に関する研究」

課題提案者：八幡平市

研究代表者：看護学部 田口美喜子

研究チーム員：上林美保子（看護学部）、渡辺信、高橋康幸、西山広美、工藤麻衣、田村直子、田村智美、山本静子、上家果奈（八幡平市健康福祉課）、高橋悦子（八幡平市地域福祉課）、田村順子（八幡平市国保西根病院）

<要 旨>

本研究では、八幡平市健康づくり21プラン（第3次）の策定にあたり、地域住民の健康に対する意識や健康状態・生活状況の現状と健康づくりに関わる関係職種の活動状況について把握した。住民を対象としたインタビューおよび質問紙調査では多年代の住民の健康に対するニーズを抽出できた。また、健康づくり事業を担当する専門職（保健師、栄養士等）を対象としたインタビュー調査では対象者自身が日頃の活動を振り返るとともに、八幡平市健康づくり21プラン（第3次）を推進していくための今後の活動を検討するきっかけとなった。

1 研究の概要（背景・目的）

市町村は住民の健康増進を図るため、独自に健康増進計画を立案しなければならないことが健康増進法により定められている。八幡平市では、市民が健やかでいきいきした生活を送るため、平成25年3月に「八幡平市健康づくり21プラン(第2次)」を策定し、市民の健康づくりを推進してきた。今回、「八幡平市健康づくり21プラン(第3次)」策定にあたり、より多年代の地域住民の健康づくりに関する意識や生活状況を把握して計画に反映させるとともに、健康づくりに関わる関係職種の活動の現状把握を目的に研究に取り組んだ。

2 研究の内容（方法・経過）

住民および健康づくりに関わる関係職種に対してインタビュー調査および質問紙調査を行った。

1) 住民を対象とした調査

八幡平市民の健康づくりに関する意識や生活状況、健康づくり活動に対する要望などを具体的に把握するために、子育て中の母親4名、サロンに参加している高齢者9名、保健推進員8名の3グループを対象にグループインタビューを実施した。グループインタビューは顔なじみの構成員で気兼ねなく自由に語ることができ、子どもも同席した子育て中の母親グループは30分程度、高齢者および保健推進員グループは60分程度のインタビューとした。インタビュー内容は「普段の生活の中で健康のために心がけていること」「健康であると感じる場面」「生活の中にあつたらいいと思うこと」の3項目を軸とし、得られたデータから研究参加者の健康づくりに関する意識や生活する上での要望が挙げられた部分を抽出した。

また、八幡平市民の健康づくりに関する意識や健康状態などの現状を広く把握することを目的に、市内の保育施設・小学校・中学校の児童生徒の保護者877名、市内の50歳代～80歳代の住民623名の合計1,500名を対象とした質問紙調査を実施した。対象選定は居住地区および年代に偏りが生じないように考慮し、無作為抽出とした。無記名による自記式質問紙調査とし、質問項目は「回答者ご自身について」

「健康に関する意識」「食生活」「生活習慣」「歯の健康」「こころの健康」「食育」に関する37項目とした。

2) 健康づくりに関わる関係職種を対象とした調査

八幡平市民の健康づくりに関わる活動の現状把握を目的に、健康づくり事業を担当する専門職（保健師、栄養士等）6名を対象に個別にインタビュー調査を実施した。調査内容は「自身が担当している活動」および活動を行う上で感じている「住民の特性」や「難しいと思うこと」「工夫していること」「今後、健康増進計画を推進していくために取り組んでいきたいこと」の5項目とした。得られたデータはケースごとに逐語録を作成し、調査内容の5項目に着目して文脈をコード化し、複数のコードを比較しながら類似するものをまとめて分類した。

3 これまで得られた研究の成果

1) 住民を対象とした調査結果

(1) グループインタビュー調査

それぞれのグループの年代や立場の違いによって、健康のために心がけていることや暮らしの中での困りごと、要望はさまざまであり、住民のニーズを多方面から具体的に捉えることができた。

①子育て中の母親

自身だけではなく子どもや他の家族員の健康管理を心がけており、子どもが安全に楽しく遊べる場や自身がリフレッシュできる場、子育て支援に関する情報を求めている。

②サロンに参加している高齢者

自宅で個人的に健康のために心がけていることがある他に、サロンで仲間と会話することや身体を動かすことを楽しみにしていた。

③保健推進員

地区のリーダー的存在であり、自身の要望だけではなく、高齢者サロンの運営に関わることなど、地区住民のことを考えた要望が多かった。

(2) 質問紙調査

質問紙調査は1,146名から回答が得られた（回収率

76.4%）。

回答者の年代は、30代が311名（27.1%）、40代が238名（20.8%）で約半数を占めた。市内の保育施設や小・中学校の一部の保護者の方々からご協力いただいたこともあり、仕事や育児に忙しく、保健師や栄養士等が日頃の保健活動において関わるのが難しい年代の状況把握につながった。

①健康に関する意識

自分は健康であると思う』『どちらかといえば思う』が67.8%、健康づくりのために何か取り組んでいることや心がけていることについては『ない』が68.8%と半数以上の回答があった。

②食生活

朝食は『毎日食べる』が82.5%であったが、30代および40代は8割未満であった。味付けの濃さは年代が若いほど『味付けが濃い』、脂肪の多い食事については30代および40代が『良く取っている』『どちらかといえば取っている』と回答する割合が高くなっていた。野菜は年代が上がるほどに『良く取っている』、ジュースなどは若い年代ほど『飲んでいる』と回答する傾向があった。

③生活習慣

定期的な体重測定を『実施している』、メタボリックシンドロームを『知っている』と回答した者は約半数であった。定期的な運動については『運動していない』が全体の60.8%で最も多く、特に30代および40代では『運動していない』と回答する割合が高かった。また、自身が運動不足だと『思う』と回答した割合は51.6%であり、若い年代ほど運動不足を感じていた。アルコールは『飲まない』が40.8%、喫煙状況は『もともと吸わない』が50.4%であった。

④歯の健康

自分の歯の本数は『24本以上』が4割程度で、年代が上がるごとに歯の本数は減る傾向にあった。1日の歯みがきの回数は『2回』が49.6%、かかりつけ歯科医による定期的な歯科健診は『受けていない』が46.8%、咀嚼状況については『どちらかといえば良く噛んでいない』が47.2%で、最も多い回答となっていた。

⑤こころの健康

毎日の生活について『どちらかといえば充実している』が52.7%で最も多かった。睡眠の状況は50代以下で睡眠を十分に『取れていない』『どちらかといえば取れていない』が4割程度あった。この1か月間の悩みや強いストレスについて、50代以下で『あった』が半数以上あり、内容として『勤務（仕事）問題』『家庭問題』『経済・生活問題』『健康問題』の順に多くなっていた。ストレス解消については50代以下で約半数が『どちらかといえばしていない』『していない』と回答した。

⑥食育

食育ということばや意味について『知っている』が39.5%、食の安全についての関心は『どちらかといえばある』が47.7%、家族や仲間と食事をする機会が『一日1回以上ある』が42.5%と最も多くなっていた。

2) 健康づくりに関わる関係職種を対象とした調査結果

健康づくり事業を担当する専門職にはそれぞれ担当している活動があり、母子保健活動や成人保健活動、自殺対策を含めた精神保健に関わる活動、栄養指導や食育に関わる活動など多岐に渡っていた。また、活動を通して地区や年代の違いによる住民の特徴、地区組織活動などについて把握していた。

以下、語りを分類した内容について、カテゴリは【 】, サブカテゴリは< >で示す。

①活動を行う上で難しさを感じていること

最も多く挙げられたのは<住民の健康に対する意識を変えていくことが難しい><自覚症状がないと行動に結びつかない>など【住民の健康に対する意識の変容】であった。また、【関係機関との連携】【保健師間での情報共有や連携】【保健活動の評価】【地域診断の実施】についても難しさを感じていた。

②活動を行う上で工夫していること

【住民に保健師の活動を知ってもらう】【役所職員に保健師の活動を知ってもらう】【関係機関と連携する】【保健師同士で話し合う】【情報をわかりやすく発信する】ことが挙げられた。

③今後、健康増進計画を推進していくために取り組んでいきたいこと

<策定した計画を意識しながら活動していく><数年後を見据えながら活動していく>といった【策定した計画と日々の活動を連動させていく】ことが最も多く挙げられた。また、【市の健康づくりに関する現状や課題を把握する】【住民を巻き込んで活動する】ことや【普段の活動の振り返りと評価をしていく】【データを活用しながら活動する】ことも語られた。

4 今後の具体的な展開

本研究の成果は、市民の現状に合わせた八幡平市健康づくり21プラン（第3次）に反映させた。このプランの概要版は全戸配布され、市民自ら健康づくりに取り組んでいく予定である。

住民を対象とした調査結果から、数値データだけではなく、健康づくりに関する意識や生活状況を把握しながら、健康づくり事業を担当する専門職が八幡平市健康づくり21プラン（第3次）の策定に関わったことは、自身の日頃の活動を振り返り、目標に向けた今後の活動を検討するきっかけになったと考える。今回策定された計画をもとに、関係機関と連携・調整を図りながら活動を連動させ、最終的には住民自身が主体となって健康づくりに取り組むことが期待される。

5 謝辞

本調査にご協力いただきました住民の皆様、八幡平市の職員の皆様に深く感謝申し上げます。

