

資料

保健師によるヘルスリテラシー向上への支援に関する文献検討

津留 響子・柴田 恵子

純真学園大学 保健医療学部 看護学科

Literature review of public health nurses' support for improvement of health literacy

Kyoko TSURU, Keiko SHIBATA

Department of Nursing, Faculty of Health Sciences, JUNSHIN GAKUEN University

要旨：ヘルスリテラシーは、健康行動につながる重要な概念として位置づけられており、健康を考えていくうえでかかせないキーワードとなっている。本研究では、保健師による育児期の母親のヘルスリテラシー向上への支援に関する基礎資料を得るために文献検討を行うことを目的とした。4件の文献を分析した結果、アプリケーション・ソフトウェア（以下アプリという）の利用への母親のニーズは発育、発達に関連する内容であった。また、妊娠期から育児期に使用できるアプリは6年で約10倍に増加しており、母親がアプリを利用する機会も増えていることが示された。その機能は、多岐にわたっていたが、信頼性に欠ける情報も存在していた。また、食物アレルギーをもつ子どもを養育している母親は、子どもが食物アレルギーと診断されたことがきっかけとなり、情報を入手し、利用することで、子どもの成長発達に伴い、ヘルスリテラシーが向上すると報告されていた。さらに、10代の母親は、受け取った資料や助言を十分に活用できていないことや、若年であることから制度を理解しづらいことも明らかにされていた。今後は、保健師や行政から提供される情報に関する母親のニーズを把握し、アプリやウェブサイトの利用状況や課題を踏まえ、保健師や行政からの情報提供のあり方を検討する必要がある。また、情報を入手し、理解し、評価し、活用することを繰り返すことによりヘルスリテラシーを向上させることができていたことをふまえ、ヘルスリテラシーを向上させる介入プログラムを構築していく必要がある。

キーワード：ヘルスリテラシー、育児、母親、保健師、支援

Abstract : Health literacy is considered an important concept that may induce health actions, and is thus an essential keyword for discussing health. This study aimed to discuss previous research to obtain information related to support provided by public health nurses for mothers in the child-rearing stage in order to improve their health literacy. As a result of analyzing four studies, it was found that mothers' need for using different apps was related to the growth and development of their children. The number of apps that had been used throughout the pregnancy and child-rearing stages increased approximately tenfold over the past six years, suggesting that mothers had more opportunities to use such apps in recent years. While the functions of such apps varied, it was found that they also contain unreliable information. In addition, it was clarified that mothers of children with food allergies showed increased health literacy corresponding to the growth of their children, because they began to obtain and use information after their children were diagnosed with food allergies. Furthermore, it was found that teenage mothers did not sufficiently use the materials and advice they obtained and had difficulty understanding the support system due to their young age. In the future, it will be necessary to discuss optimal information services provided by public health nurses and administrative organs, based on the needs of mothers for such information and the problems in using different apps and websites. In addition, since health literacy can be improved by repeatedly obtaining, understanding, evaluating, and using information, it is necessary to develop an intervention program to improve health literacy.

Keyword : health literacy, childcare, mother, public health nurse, support

はじめに

健康や医療に関する情報を入手、理解、評価、活用して健康行動に結びつくよりよい意思決定ができる力であるヘルスリテラシーが健康を決める力¹⁾として注目されている。ヘルスリテラシーの概念は、1990年代に開発されて以降、急速に研究がされており、健康行動につながる重要な概念として位置づけられている。近年、健康を考えていく上でヘルスリテラシーはかかせないキーワードとなっている。

ヘルスリテラシーに関する研究には、中学生²⁾や女性労働者³⁾を対象としたヘルスリテラシーの尺度開発がなされている。ヘルスリテラシーとの関連研究もなされ、例えば、高齢者においては、ヘルスリテラシーが高いほど生活範囲が広いことが明らかにされている⁴⁾。また、勤労者においては、ヘルスリテラシーの高さと運動の実施⁵⁾や健康相談等を受けること⁶⁾との関連があることも明らかにされている。さらに、年齢が高い者、健康状態が良好な者、他の役割がある者は、ヘルスリテラシー尺度の得点が高い⁷⁾という結果も得られている。つまり、ヘルスリテラシーを高めることは、望ましい健康行動につながっているということが示唆されていた。

多田ら⁸⁾は、育児期における母親のヘルスリテラシーを測定している尺度に関する国内外の研究を対象に文献検討を行っている。その結果、我が国の育児期の母親を対象とした尺度はみあたらず、ヘルスリテラシーとの関連性に関する研究には、成人を対象として開発されたものが用いられていると報告されている。ヘルスリテラシーとの関連には母親の年齢や教育、社会経済的状态、子どもへの薬の投薬方法、子どもの睡眠状況や疾患の症状、重症度などが挙げられていた。健康や医療に関する情報はもちろん、子どもとのつながりを重視した育児に焦点をあてた、母親の育児に関するヘルスリテラシーを適切に把握するため、母親を対象としたヘルスリテラシーの尺度の開発が必要と示されていた。

母親のヘルスリテラシーを促進することで、情報を利活用し健康になるための意思決定ができ、健康行動につながる。特に育児期の母親のヘルスリテラシーが向上することで、育児不安や困難感

が解消され、児童虐待などの解決につながるのではないかと考える。母親のヘルスリテラシーの支援には、妊娠期から関わることができる保健師が担うことが望ましく、果たす役割は大きい。

しかし、これまで育児期の母親のヘルスリテラシーに関する研究は少なく、さらに、保健師によるヘルスリテラシーを向上させる支援方法に関する研究はみあたらない。そこで、本研究では、保健師による育児期の母親へのヘルスリテラシーの向上への支援に関する基礎資料を得るために文献検討を行うことを目的とした。

1. 方法

2020年8月に、「医学中央雑誌」「CiNii」Web版を用い、ヘルスリテラシーを、母親、妊婦、育児、乳幼児、妊娠のそれぞれにandで組み合わせて検索した。2010年から2020年までの期間に得られた120件のうち、ヘルスリテラシーについて明確な言及がないもの、母親に特化した結果がないもの、また重複している文献を除き、育児期の母親への支援でヘルスリテラシーについて記述してある4件⁹⁾ 10) 11) 12) の文献を分析対象とした。対象とした文献4件について、研究内容を類似性に基づき分析・分類し、今後の研究課題について概観した。

2. 結果

2.1 文献の概要

4件の文献は、妊娠期に関するものが1件、2、3歳児をもつ母親に関するものが1件、食物アレルギーの子どもを養育している母親に関するものが1件、妊娠届をした10代妊婦に関するものが1件であった。妊娠期から育児期の母親や特定の疾患を抱える子どもを養育している母親であった。

2.2 アプリやウェブサイトを利用している母親のニーズ

井田ら⁹⁾は、2、3歳児をもつ母親の育児情報ニーズをソーシャルメディア上で発言された内容から単語の出現頻度で分析した。2歳児は「子」「保育園」「トイレトレーニング」「幼稚園」「言葉」の順に多かった。また、「言葉」を含む発言内容を分析した結果、「理解」「遅れる」「遅い」「遅れ」といった単語が出現していた。3歳児をも

つ母親の育児情報ニーズになると、「幼稚園」「教える+したい」「トイレトレーニング」「3歳」「娘」「息子」「保育園」の順に多かった。また、「幼稚園」という単語に注目して、どのような表現の中で用いられているかに注目して分析した結果、「幼稚園」と「保育園」のどちらに入園するか、どこの「幼稚園」を「選ぶ」という単語が出現していたと報告されていた。

2.3 妊娠期から育児期の母親が求めている支援の現状

中村ら¹⁰⁾は、妊娠期に使用できるアプリに焦点をあてその実態を調査し、妊婦の情報源やセルフケア向上としてアプリの利用の可能性について検討した。

1) アプリの概要と使用時期

Apple社が運営するApp Storeと、Google社が運営するGoogle Playのアプリのダウンロードサイトで、2016年までに公開されたアプリを検索された。「iPhoneのみ」「Androidアプリ」と「妊娠」をキーワードとし、そのほかの制限は設けなかった。ゲームを除いた日本語表記の妊娠期に使用するアプリを選択した。iPhone用アプリとAndroid用アプリで重複するものは同一アプリとし、2016年までに公開されたアプリのみを対象とし、最終的に223件であった。2009年以前に作成されたアプリはなく、初回登場は2010年であった。2010年に作成されたアプリは7件だったが、2016年には72件作成されており、6年で10倍以上に増加していたとしている。

使用時期別に分類した結果、妊娠期のみが136件、妊娠前から妊娠期が9件、妊娠前から育児期が12件、妊娠期から育児期が66件であった。妊娠前に使用できるアプリは排卵日予測や基礎体温記録などいわゆる妊活に関するものが多く、育児期まで使用できるアプリは、育児に関する情報を提供したり母親同士で質問・相談したりするものが多い特徴があったとしている。

2) アプリの使用目的

該当したアプリの使用目的を分類したところ、カウントに関連するもの、知識提供に関連するもの、記録に関連するもの、社会性の構築に関連するもの、娯楽に関連するものの5つの機能に分類

されていた。

カウントに関連するものには、妊娠週数（75件）、陣痛間隔（22件）、胎動（10件）が含まれていたとしている。妊娠週数や陣痛の時間や陣痛周期を表示したりできるなど数に関する機能であったとしている。陣痛に関して家族や病院と情報を共有できる機能もあった。知識提供に関連するものには、妊娠知識（63件）、児成長知識（38件）、制度・サービス（33件）、準備物知識（26件）が含まれていたとしている。妊娠に関することが胎児の絵と文章で説明が表示される機能が多かった。また、制度やサービス、手続きについて情報提供を行ったり、特定の地域住民に向けた機能もあった。記録に関連するものには、メモ（31件）、身体記録（44件）、心理記録（9件）、健診（23件）が含まれていたとしている。妊娠経過がわかる計測値を記録し可視化できたり、妊娠期のトラブルの有無や程度を記録する機能もあった。また、健診結果を記録するための機能や、妊婦健診の予定を入力しカレンダーに表示できたり、医師への質問事項を記載する機能もあった。社会性の構築に関連するものには、母コミュニティ（17件）、夫・家族・友人（14件）命名（5件）、その他（1件）が含まれていたとしている。妊婦同士が、質問・相談・返信することができたり、知り合うことができる場となっていた。妊婦以外の家族や友人がアプリの内容を共有できるものや、妊婦が記録したものを、電子媒体を通して共有できる特徴があった。娯楽に関連するものは、写真・動画（12件）、音楽（17件）、ヨガ（4件）、その他（9件）が含まれていたとしている。写真・動画を加工して保存できるものや胎児心音をスマートフォンに録音できる機能も含まれていたとしている。

2.4 食物アレルギーの子どもを養育する母親の問題と対処行動

八尾ら¹¹⁾は、食物アレルギーの子どもの母親が直面する問題と対処行動に関する研究では、食物アレルギーの子どもの母親9名を対象にしており、子どもの平均年齢は7歳であった。子どものアレルギーの原因食物数は、診断時平均6.3個、調査時平均3.3個であった。発症時期は平均生後6.3か月、診断時期は平均生後7.4か月であった。9

名中6名がアナフィラキシー症状を経験しており、全員が食物アレルギーの子どもの養育が初めてであった。

食物アレルギーの子どもの養育する母親が直面した問題は「疾患や治療に関する情報の入手困難」、「アレルギー症状出現への不安」、「治療に関する負担や困難」、「家族や友人、町内等の理解と対応に関する困難」、「園・小学校の理解と対応に関する困難」の5つであった。また、母親の問題への対処行動として「食物アレルギーに関する情報の入手」、「入手情報に沿った対応策の実践」、「考案した対応策の実践」、「家族や関係者への説明と対応の依頼」、「子どもに疾患や治療等を説明」の5つにまとめられており、母親が問題を解決するために、情報を入手し、理解し、活用することで対処できたことが示されていた。

2.5 若年母親の育児の状況について

林ら¹²⁾は、10代母親のニーズを把握し、今後の母子保健施策の基礎資料とすることを目的に、妊娠届出をした10代の妊婦にインタビュー調査を実施した。その結果、10代母親は、情報を選択する能力の低さや、医療や育児に関する知識不足があった。また、受け取った資料や助言も十分に活用されておらず、制度があるにも関わらず利用されていないことが明らかにされた。子育てに関する制度がわかりにくい、予防接種のすすめ方がわからないといった制度やシステムを利用するハードルの高さや若年であるという劣等感があるため子育てに関する教室に参加しにくいといったサービスとニーズの相違もあった。また、生活や社会的基盤が弱く、夫の関係や経済的なことについて不安や心配があり、教育や経済的支援の必要性を語っていた。一方で、育児について楽観視できたり、夫の気持ちを察したり、姉弟の世話の経験や体力があるという育児をする上での強みについても語っていた。また、母子健康手帳交付時の保健師のことを覚えており、保健師の存在はすごく心強いと語る母親もいたとしている。

3. 考察

3.1 アプリの利用状況

中村らが分析したアプリに関する調査¹⁰⁾では、

2010年に作成されたアプリは7件に対し、2016年には72件作成されており、6年で10倍以上に増加していたことが明らかにされた。このことから母親がアプリを利用する機会が増えていることもわかる。母親のアプリの使用には、発育・発達に関する内容や妊娠経過を記録したり制度やサービスなどの知識を得たり、母親同士の交流や母親以外の家族や友人がデータを共有できたりする内容があった。また、写真や動画を加工できる内容もあった。これらの多様な機能は、母親が簡単に情報を入手できるツールとしてはよいが、一方で、母親同士が質問や不安を共有するような内容には、専門家が介入していないアプリも存在していた。母親が簡単に情報を入手できるツールであるアプリやウェブサイトなどの利用状況や課題を把握し、医師や保健師などの専門家が情報を適切に判断し提供していくことも必要と考えられる。また、井田⁹⁾らも述べているように、母親が必要な情報を入手し、情報を評価し選択でき、意思決定ができるためのヘルスリテラシーを向上させていく支援が必要である。

3.2 支援が必要な母親について

10代の母親は、行政や保健師から受け取った資料や助言を十分に活用できていないことが指摘されている¹²⁾。また、子育てに関する制度を理解しづらかったり、子育て関係の教室に参加しづらいことも明らかにされている¹²⁾。しかし、これらは10代の母親だけに言えることではなく、どの年代の母親にも共通することではないだろうか。

母子手帳交付時に妊娠中や出産後に関する多くの資料を渡されるが、いつ、どの情報が必要なかわかりづらい。このことから、母親とつながる最初の機会である母子手帳交付時の情報提供の課題が明らかにされた。今後は、行政や保健師から提供される情報が、母親にとって入手しやすく、ヘルスリテラシーの向上につながるような、わかりやすい情報提供のあり方について検討しなければならない。一方で、保健師の存在を覚えており、保健師の存在が心強いと感じている母親もいた。保健師の存在は、母親が育児相談をする動機付けとなり、ヘルスリテラシーを向上させる第1歩となっているのではないかと推察される。

八尾ら¹¹⁾は、食物アレルギーと診断されてから、成長とともに関わる人や関係機関が多くなっていく過程の中で、母親は周囲に合わせた対応や予防策を考えることで多くのヘルスリテラシーを獲得していくことができたとして述べている。食物アレルギーをもつ子どもを養育している母親は、子どもが食物アレルギーと診断されたことがきっかけとなり、情報を入手し、利用することで、子どもの成長発達に伴い、お互いのヘルスリテラシーが向上していた。食物アレルギーなどの疾患や支援が必要な状況がヘルスリテラシーを向上していく動機となっているのではないかと推察される。しかし、月齢に伴い成長、発達する子どもへの母親が希求する育児に関する情報が変化するため、必要な情報を得るヘルスリテラシーは必要不可欠である。情報収集を行う動機があれば自然とヘルスリテラシーを獲得していくことが予測できるが、健康問題の有無に関わらず、保健師として母親のヘルスリテラシーの向上支援は必要であると考えられる。

一方で、育児に関する情報収集は、子どもの心身ともに絶えず変化していく発達に応じてその都度、情報を収集する必要がある。常に新しい情報を求めているため、ヘルスリテラシーの積み重ねができず、ヘルスリテラシーが向上することにつながらないのではないかと推察される。しかし、月齢に伴い成長、発達する子どもへの母親が希求する育児に関する情報が変化するため、必要な情報を得るヘルスリテラシーは必要不可欠である。情報収集を行う動機があれば自然とヘルスリテラシーを獲得していくことが予測できるが、健康問題の有無に関わらず、保健師として母親のヘルスリテラシーの向上支援は必要であると考えられる。

3-3 研究の限界

今回は母親をキーワードとし文献検索を行ったが、育児は母親と父親が協力し、それぞれの役割を果たしていくことが必要であり、父親の存在はとても大きい。今後は、母親とともに父親のヘルスリテラシーについても研究を蓄積していく必要がある。

4. 結語

保健師による育児期の母親のヘルスリテラシー向上への支援の基礎資料を得るために文献検討を行った結果、以下のことが明らかになった。

アプリを利用する母親のニーズは、発育や発達に関連する内容であった。また、妊娠期から育児期に使用できるアプリは、6年で約10倍に増加しており、母親がアプリを利用する機会も増えていることが明らかにされていた。その機能は、知識

を得るだけでなく、記録したものが可視化でき、それを加工できるなど、多岐にわたっていた。一方で、制度やシステムの情報提供はされているが、活用されていない現状も明らかにされていた。また、食物アレルギーをもつ子どもを養育している母親の事例では、子どもが食物アレルギーと診断されたことがきっかけとなり、情報を入手し、利用することで、子どもの成長発達に伴い、ヘルスリテラシーが向上していた。さらに、10代の母親は、受け取った資料や助言を十分に活用できていないことや、若年であることから制度を理解しづらく、子育て関係の教室に参加できないことも明らかにされていた。

今後は、保健師や行政の情報提供に関する母親のニーズを把握し、アプリやウェブサイトの利用状況や課題を踏まえ、保健師や行政からの情報提供のあり方を検討する必要がある。また、情報を入手し、理解し、評価し、活用することを繰り返すことで、ヘルスリテラシーを向上させていたことを踏まえ、ヘルスリテラシーに関する研究を蓄積し、ヘルスリテラシーを向上させる介入プログラムを構築していく必要がある。

【引用文献】

- 1) 福田洋, 江口泰正 (編). ヘルスリテラシー: 健康教育の新しいキーワード, (株) 大修館書店, 東京, 2016.
- 2) 山本浩二, 渡邊正樹. 中学生におけるヘルスリテラシーの構造と保健知識及び生活習慣との関連-中学生用ヘルスリテラシー尺度の開発と保健教育への応用の検討-, 日本教科教育学会誌 41 (2), 15-26, 2018.
- 3) 河田志帆, 畑下博世, 金城八津子. 性成熟期女性へのヘルスリテラシー尺度の開発-女性労働者を対象とした信頼性・妥当性の検討-, 日本公衆衛生雑誌 61 (4), 186-196, 2014.
- 4) 松田直佳, 村田峻輔, 小野玲. 地域在住高齢者におけるヘルスリテラシーと生活範囲の関連. 日本老年医学会雑誌, 55 (4), 650-656, 2018.
- 5) 古澤洋子, 菊地亜矢子, 森礼子. 中小企業で働く労働者のヘルスリテラシーと生活習慣との関連. 岐阜聖徳学園大学看護学研究誌 創刊号, 16-26, 2016.
- 6) 木村宣哉, 小原健太郎, 秋林奈緒了, 他. 日本の鉄道会社における包括的ヘルスリテラシーの実態と職場の健康診断・健康相談等に関する行動との関連.

- 産業衛生学雑誌 61 (4), 123-132, 2019.
- 7) 千葉敦子, 石田賢哉, 大西基喜. A保健所管内における保健協力員活動の主体化およびヘルスリテラシーの現状. 青森県立保健大学雑誌, 17, 23-28, 2017.
 - 8) 多田美由貴, 岩本里織, 岡久玲子. 母親のヘルスリテラシーを測定している尺度と関連要因に関する文献検討. *The Journal of Nursing Investigation* 16 (1-2), 1-9 2019.
 - 9) 井田歩美, 猪下光純真. 2, 3歳児をもつ母親の育児情報ニーズ—ソーシャルメディアにおける発言の分析—, *ヒューマンケア研究学会誌* 8 (1), 71-77, 2016.
 - 10) 中村康香, 川尻舞衣子, 跡上富美, 他. 妊娠期のセルフケア向上に役立つアプリの検討. *母性衛生* 58 (4), 600-607, 2018.
 - 11) 八尾坂志保, 小林恵子. 食物アレルギーの子どもの母親が養育上直面する問題と対処行動. *日本公衆衛生看護学会誌* 7 (1), 23-31, 2018.
 - 12) 林知里, 横山美江, 根岸浄子, 他. 10代の母親の育児状況とニーズ. *大阪市立大学看護学雑誌* (11), 21-28, 2015.