

氏名（本籍）	荒木 亜紀（ 茨城県 ）
学位の種類	博士（保健医療科学）
学位記番号	博甲第 11 号
学位授与年月日	平成 28 年 3 月 17 日
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 1 項該当
審査研究科	保健医療科学研究科
学位論文題目	最期まで健康に生ききるための向老期における健康教育 プログラム開発

#### 学位審査委員

主査	茨城県立医療大学教授	博士（医 学）	松田 たみ子
	茨城県立医療大学教授	博士（医 学）	市村 久美子
	茨城県立医療大学准教授	博士（作業療法学）	齋藤 さわ子
	順天堂大学教授	博士（看護学）	湯浅 美千代

### 論文の内容の要旨

【背景】日本人の平均寿命および健康寿命が延びていることから、退職後に生活する期間は長期化し、その長い期間を、どのように生きていくか、自分で考え、マネジメントしていくことが求められる。一方自らの死のあり方について主体的に考え、死についてオープンに語る傾向がみられるようになった。そこで、健康教育として死について語り合う機会を設けることができるのではないかと考えた。向老期の人々が、自らの死をどうとらえて生活しているかを明らかにし、それを基に健康教育を組み立てることは、退職後の期間を健康に生ききるための支援にもつながり意義が大きい。

【目的】本研究の目的は、向老期にある人々が最期まで健康に生ききることに着目した信頼性・妥当性の高い健康教育プログラム（以下プログラムとする）を開発することである。

【方法】本研究は4つの研究で構成されている。第1研究では、地域で自立して生活している向老期（60～69歳）の男女28名を対象に、人生の最終段階に向けた過ごし方の特徴を明らかにするためフォーカスグループインタビューを実施した。第2研究では、第1研究の結果および文献と健康教育に精通した保健師3名からの聞き取りから、実行可能性のあるプログラム案を作成した。第3研究ではプログラム案の信頼性、妥当性を統計的手法により示すために、全国の老人看護専門看護師79名、A県内の地域包括支援センターに属する看護職59名に自記式質問紙調査を実施し、プログラム修正版を作成した。第4研究では、第1研究の対象者にプログラム修正版を試行的に実施し、全行程の前後および各回終了後に質問紙調査を行った。

【結果及び考察】第1研究の結果、向老期にある人は人生の最終段階に向けて1)前向きに考えて過ごす2)家族や仲間と世話をし合える関係を構築しようとする、3)心身の調子を整えて主体的に過ごす、4)自律した死を決め、その希望を残される人々に託す、という特徴が示された。男性が多く地域で何らかの活動を主体的に行っていること、健康に対する関心が強い、という特性を持つ対象者を適用範囲にすることとした。第2研究では第1研究の結果をもとにプログラム案の目的、目標、全体構成、学習内容、学習項目を検討し、さらに文献検討と保健師の助言から、実行可能なプログラム案であることを担保した。プログラム案の目的は、参加者である向老期の人が最期まで健康に生きることについて考え、その上で健康に日常生活を送ることができることとした。各国のテーマは、「向老期において『健康に生きる』とは?」「家族・仲間と世話をし合える関係を作ろう」「自分らしく生きることが人生の完成の時」とした。1回90分の3回コースで、頻度は1~2週間に一度、参加者は約10~20名程度で3回継続して参加する。第3研究の結果、プログラム案の目的・目標・各国の内容について、Cronbachの $\alpha$ 係数はすべて0.7以上であり、内的な一貫性があることを確認した。また、主成分分析の結果、プログラム案の目的・目標・内容が妥当性であることが示されたが、2回目、3回目の内容には構成する項目が異なっている部分があり、内容項目の修正、参加者への配慮を追加し、プログラム修正版を作成した。第4研究では、健康教育プログラム修正版の受講生が1回目6名、2回目4名、3回目4名であり、3回とも受講した者は2名であった。受講生の様子には、3回とも積極的なグループワークへの参加が見られ、質問紙調査の結果による各回の評価は概ね良好であった。このプログラム修正版は、地域の住民に対して実行可能なものであると考えられ、さらなる積み重ねと効果の検証が必要であると考えられた。

【今後の課題】向老期の人々の思いや願いを調査する対象地域を拡大し、疾患の有無や程度、対象者の準備状況など、多様なニーズに対応できるようにしていく必要がある。また、プログラムの実施を重ね、作成したプログラム修正版が参加者にもたらす長期的な成果を今後は検証していく必要がある。

【結語】地域在住の向老期の人々に向けて、死を取り入れた健康教育プログラムの実行可能性が示唆された。今後対象者への実施および検証を重ね、地域において実施可能なプログラムに変化させていくことが必要である。地域住民が自らの人生の最期を見据え、その時点まで自立して生活できるように支援すること、住民どうしの結びつきを促すような場の提供が求められる。

### 審査の結果の要旨

本論文の審査は、平成28年2月8日に公開審査として行われた。研究発表と質疑応答を行った後に、上記の審査員による協議を行った。本研究科の指針に従い、創造性・新規性、専門領域との関連性とインパクト、論理性、信頼性・妥当性、論文の表現力、倫理的配慮・その他、の観点から審査を行った結果は以下のとおりである。

本研究は、向老期（60~69歳）にある人々が最期まで健康に生きることに着目した

信頼性・妥当性の高い健康教育プログラムを開発することを目的に行われた。老年期の入り口にあたる向老期では老年期の準備としての学習が求められる時期に当たり、この時期の教育プログラムとしては、いわゆる「終活」と称される人生の終末に向けた準備講座等が行われるが、「最後まで健康に生ききる」という視点での健康教育アプローチはほとんどない。本研究は、この点に着目して、向老期にある健康な高齢者を対象とする、長い老年期を見据えた健康教育プログラムの開発であること、また、住民からの声を反映した内容を基盤とした健康教育プログラム作成過程を一連の研究とした論文としての特徴を有していることから、高い新規性・創造性を有する研究であると評価できた。

高齢社会において、向老期にある住民を対象にした健康教育は重要な課題であり、本研究で開発されたプログラムの構成は、今後増加する高齢者への対応として求められている、①健康維持への自助努力、②地域住民の力を活用するソーシャルキャピタル、③多死社会への準備といった政策課題と合致しており、専門領域との関連性が深く有益であるとともに社会的な有用性も高い。また、向老期のヘルスプロモーションの視点および結果は、看護学・保健学の領域はもとより、高齢者への健康支援者や介護予防の実践領域にもインパクトがある研究である。しかし、プログラムが適用され、効果的であると判断できる範囲に限られること、プログラムの実施者と参加者の関係性が効果に反映される可能性がある等の課題があり、汎用性の視点からも更なる研究が望まれる。

本研究は4つの研究で構成されており、第1研究では、人生の最終段階に向けた過ごし方の特徴を明らかにし、第2研究では、実行可能性のあるプログラム案の作成、第3研究ではプログラム案の信頼性、妥当性を検証し、プログラム修正版の作成、第4研究では、プログラム修正版の実行可能性を明らかにした。研究目的達成と研究協力者の選択やプログラムの実施上で、適切な方法をとっていない部分があった。また、論文細部の記述のつながりの記述が不十分な箇所があるため、読み手の推測を要す箇所が認められた、等の課題はあったが、研究全体の流れは適切な道筋で研究が進められ論理的な構造になっていると評価できた。

信頼性・妥当性においては、質的研究の部分において、分析者の背景やデータ分析の方法等の記述不足があるが、プログラム開発研究としての信頼性・妥当性の確保が概ねなされていると評価した。また、第3研究では、全国の老人看護専門看護師、地域包括支援センターに属する看護職に自記式質問紙調査を実施し、統計処理と調査に関する意見を基にプログラム修正版を作成したが、調査協力者となった上記看護職には健康教育経験年数の少ない者も含まれていたため、信頼性、妥当性の検証の適切性について指摘があったが、健康教育の実施経験は多数行っているとの説明があり、結果の信頼性はあると判断し、本研究の信頼性、妥当性の確保は十分であると評価した。

論文の表現については、表中の文章や記述レベルの整理不足、本文と図表の内容の違い、文章と図表の配置の整理不足等がみられた。また専門領域や社会的有用性等の視点から、本プログラムの意義を論じる考察の記述を加える等の文章表現を工夫することで、より研究の有意性が強調され内容が充実した論文になる可能性が指摘された。これら数点の修正課題があるが、博士論文としての表現力としては、全体的には主要なポイントを理解するには問題ない範囲であると認められた。

倫理的配慮においては、研究の遂行は、倫理的に適切な配慮のもとで実施されていたと評価できた。しかし、論文の記載において、特に第4研究で対象者が少人数であったため、個人を特定しやすい内容の記述があり、修正を要する箇所が認められた。

以上より、本研究で開発された教育プログラムは、「最期まで健康に生ききる」という視点での向老期の人々への健康プログラムであり、新規性が高く、妥当な方法論に基づき、限定された範囲ではあるが、社会的にも有用なものであると評価できる。今後増加する高齢者への対応として、看護学・保健学の領域、高齢者の健康支援や介護予防的な視点からも有益な研究成果が示されており、審査員全員の合意のもとに、博士（保健医療科学）の学位に十分値するものと判定した。