【その他】

高校生を対象とした看護学生による健康教育実施の試み

入江　晶子　　黒野　智子

聖隷クリストファー大学看護学部

An Experiment of Peer Education Method

－Health Education by Nursing Students at High School－

Shoko IRIE　Tomoko KURONO

Seirei Christopher College, Department of Nursing

抄録

近年、「思春期の保健対策の強化と健康教育の推進」対策が、様々な形で行われている。それらの中で、“同世代の仲間同士での知識の共有をはかる”、ピアエデュケーションの手法が注目されてきている。そこで今回、大学生と比較的年代の近い高等学校の１～２年生を対象に、大学３年次の看護学生が健康教育の授業の一環として、「ダイエット」「喫煙と飲酒」「性教育」の３テーマで健康教育を実施する試みを行い、その効果について検討した。その結果、受講者の高校生において、健康教育の効果が見られた内容があった。また、健康教育を実施した看護学生も自分達の行ったことを肯定的に受け止めていた。これらから、今回の試みにおいて、対象者と実施者双方に成果があったことが示唆された。

キーワード：健康教育　　高校生　　看護学生　　ピアエデュケーション

Ⅰ．はじめに

「健やか親子21」の主要課題の一つに「思春期の保健対策の強化と健康教育の推進」が挙げられている。具体的な思春期の保健対策の主な数値目標として、十代の人工妊娠中絶実施率の減少・十代の性感染症罹患率の減少・15歳の女性の思春期やせ症の発生頻度の減少・十代の喫煙率をなくす・十代の飲酒率をなくす等が2010年までをメドに挙げられている。[1)] それぞれについて各種様々な試みがされてきている。近年それらの中で、同世代の仲間同士での知識の共有をはかる、ピアエデュケーションの手法が注目されてきている。[2)]

一方、我々は、地域看護の授業の中で、学生「健康教育」のスキルアップを図る方法について試行錯誤してきた。実際に中学・高校生を対象として「健康教育」を実施することを検討し、「看護の日記念行事」を担当する教員と協同し、この大学行事に集まる中学・高校生を対象に、健康教育の企画・実施を行う試みを行った。この試みについては、実際に中学・高校生を対象とすることで、学生は充実感や達成感を感じ、一定の効果を得ることができたと思われる。しかしながら、「看護の日記念行事」ということで、行事が主体の中で健康教育という認識を持ちにくい面があった。[3)] そこで今回、大学３年次学生と比較的年齢の近い高等学校の１～２年生を対象に、ピアエデュケーションの手法を意識しながら、大学3年次の看護学生が健康教育の授業の一環として、「ダイエット」「喫煙と飲酒」「性教育」の３テーマで健康教育を実施する方法を試みた。この試みの高校生と看護大学生の双方における効果について検討したので、それを報告する。

Ⅱ．研究方法

１．対象

健康教育の対象者は、静岡県内のＡ高等学校の１年生と２年生の各１クラスの生徒の合計61名であった。健康教育実施者は、本大学看護学部の2003年度の３年次学生40名であった。

表１　健康教育対象者

テーマ	高校生	看護学生
ダイエット	２３名	１０名
飲酒・喫煙	２１名	１５名
性教育	１７名	１５名
合計	６１名	４０名

２．実施時期

健康教育の実施時期は、2003年５月下旬の土曜日で、約100分の健康教育を行った。

３．健康教育実施までの手順

１）高校生について

2003年２月にA高等学校の教務主任と学科主任に対して趣旨説明を行い実施の同意を得た。その後、学科主任と数回連絡調整を行い、健康教育実施の準備を行った。2003年４月下旬に、学科主任に看護大学生が作成したテーマごとのポスターを渡し、教室に掲示してもらい、併せて、健康教育実施についての趣旨説明を実施してもらった。その上で、「ダイエット」「喫煙と飲酒」「性教育」の３つ領域の参加希望者を募った。この希望に従って、１年と２年の各学年を混合にして、３グループにわけた。各グループの高校生の参加者は、「ダイエット」が23名、「喫煙と飲酒」が21名、「性教育」が17名であった。（表１参照）

2003年５月下旬の土曜日に、２時限目の授業

終了後、高等学校に看護学生の各グループの代表者が高校生を迎えに出向き、本学の講義室に集合してもらった。なお、本学には高等学校の教員は同行しなかった。最初に、10分程度のオリエンテーションを行った後、調査票記入の協力の説明を行った。調査に同意した高校生に対して調査票の記入をしてもらった後、３つの教室に分かれ看護学生の行う健康教育を受講してもらった。

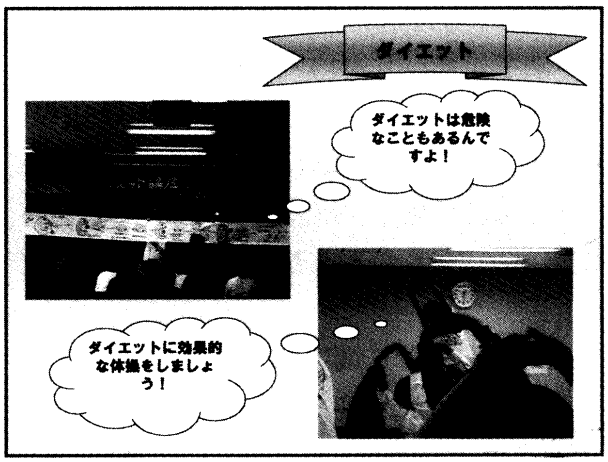

図1　「ダイエット」健康教育実施風景

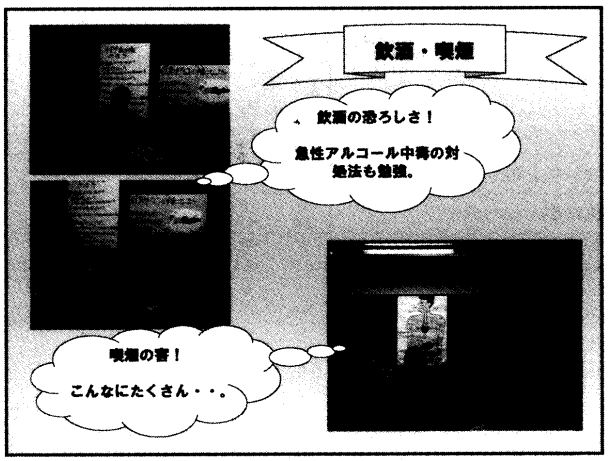

図2　「飲酒・喫煙」健康教育実施風景

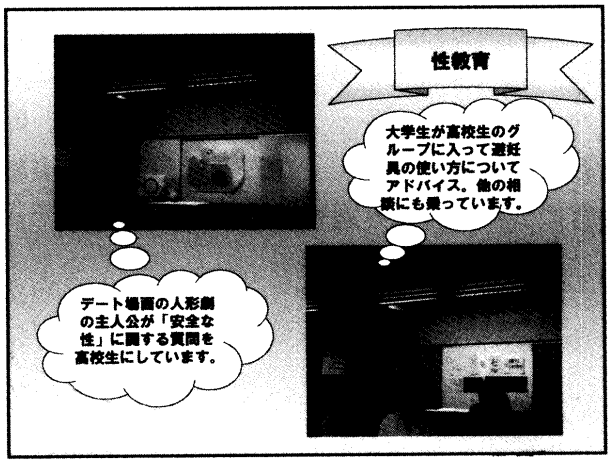

図3　「性教育」健康教育実施風景

健康教育実施後、グループごとに、看護学生が作成した「実施した健康教育の評価」を問う調査票記入に協力してもらった後、自由解散した。

2）看護学生について

2002年度後期の「保健指導方法論Ⅰ」の授業の最後となった2003年２月に、2003年度「地域看護方法論Ⅰ」の前期授業進行予定表を提示するとともに、高校生を対象とした健康教育実施の主旨説明を行った。そして、2003年４月の「地域看護方法論Ⅰ」の初回授業で、授業概要を説明し、授業の一環として企画・立案・準備・実施・評価の一連のプロセスを踏む健康教育案の実践場所として、土曜日に約100分の健康教育を高校生を対象に行う希望者を募った。その結果、40名から参加希望が得られ、「ダイエット」が10名、「喫煙と飲酒」が15名、「性教育」が15名のグループ分けを行った。なお、高校生を対象に希望しなかった３年次生は、「看護の日記念行事」に集まる中校・高校生を対象に健康教育を５月中旬に実施した。５月下旬の実施までに、授業を８回行った。この授業では、①健康教育の理念、②健康問題の把握、③健康教育の企画と立案、③健康教育の方法と媒体の

選定、④健康教育の実施と評価について講義と演習を交えて行った。さらに、実施直前には、リハーサルを各グループ最低１回実施した。健康教育実施後は、グループごとに自分達の実施内容についての振り返りを行った。

４．調査内容

１）高校生について

健康教育実施前に全員に無記名で自記式質問紙調査を行った。質問項目は、３つのテーマに関係する項目7項目（５段階リッカートスケール）と飲酒・喫煙経験の有無、現在の体調等であった。また、健康教育実施後に各テーマグループに対して、実施された内容の評価について学生が作成した質問紙調査を行った。

最初の趣旨説明の時にグループごとに自由に座った座席に番号を振り、その番号を実施前後の調査票に記入してもらい実施前後での比較を行った。

２）看護学生について

健康教育実施後に無記名で自記式質問紙調査を行った。質問項目は、実施した健康教育に対する技術評価と達成感・充実感・健康教育との関連（５段階リッカートスケール）と感想（自由記述）であった。

５．分析方法

データの分析には、統計ｿﾌﾄSPSS10.0Jを使用し、基本統計量の算出を行った。高校生の実施前後における比較の検定には、ウィルコクスンの符号付順位検定を用いた。さらに、自由記述内容については、内容分析を行った。

Ⅲ．結果

１．高校生について

実施前後の調査票は、参加した高校生全員が記入した。ただし、質問項目によって無回答のものがあった。

１）現在の体調等について

参加した高校生の現在の体調については、「全く調子が良い」が8名（13.1%）、「やや体調が良い」が9名14.8%）、「普通」が27名（44.3%）、「やや調子が悪い」が15名（24.6%）であった。喫煙経験については、「無し」が46名（75.4%）、「有り」が13名（21.3%）であった。飲酒経験については、「無し」が23名（37.7%）、「有り」が37名（60.7%）であった。

２）３つのテーマに関連した質問項目について

３つのテーマに関連した質問項目の健康教育実施前の調査結果は、表２のとおりであった。

表2.　健康教育対象者（高校生）の調査結果　(n=61)

質問項目	1	2	3	4	5	N.A
自分の体調は自分で管理できる（実施前）	2 3.3	27 44.3	22 36.1	8 13.1	0 0	2 3.3
（実施後）	11 18.0	15 24.6	27 44.3	4 6.6	0 0.0	4 6.6
やせたいと思う	25 41.0	18 29.5	10 16.4	4 6.6	3 4.9	1 1.6
今後タバコを吸いたいと思う	0 0	5 8.2	3 4.9	16 26.2	35 57.4	2 3.3
今後飲酒をしたいと思う	6 9.8	18 29.5	17 27.9	11 18.0	8 13.1	1 1.6
飲酒・喫煙を誘われても断れると思う	6 9.8	9 14.8	26 42.6	16 26.2	2 3.3	2 3.3
ﾊﾟｰﾄﾅｰに避妊具の装着を要求できると思う	15 24.6	6 9.8	23 37.7	6 9.8	3 4.9	8 13.1
家で毎日運動できると思う	5 8.2	10 16.4	10 16.4	31 50.8	3 4.9	2 3.3

（上段は実数、下段は%。1.「とてもそう思う or いつもできる」～5.「全くそう思わない or 全くできない」）

３）３つのテーマに関連した質問項目の健康教育前後の比較（表２・３参照）

①参加者全員に共通した「自分の体調は自分で管理できると思いますか？」（n=61）という設問では、「いつもできる」と回答した割合が、

表3.　テーマ別健康教育前後の比較(高校生)　　( )内%

質問項目		1	2	3	4	5	N.A	有意確率*
やせたいと思う	実施前	10(43.5)	4(17.4)	7(30.4)	1(4.3)	0	1(4.3)	0.206
(「ダイエット」)n=22	実施後	6(26.1)	9(39.1)	6(26.1)	2(8.7)	0	0	
家で毎日運動できると思う	実施前	2(8.7)	7(30.4)	4(17.4)	9(39.1)	0	1(4.3)	0.007
(「ダイエット」)n=22	実施後	7(30.4)	7(30.4)	7(30.4)	2(8.7)	0	0	
パートナーに避妊具の装着を要求できると思う	実施前	7(41.2)	3(17.6)	4(23.5)	1(5.9)	0	2(11.8)	0.180
(「性教育」)n=17	実施後	10(58.8)	2(11.8)	4(23.5)	0	0	1(5.9)	
今後タバコを吸いたいと思う	実施前	0	2(9.5)	0	2(9.5)	17(81.0)	0	0.564
(「飲酒・喫煙」)n=21	実施後	0	0	1(4.8)	4(19.0)	16(76.2)	0	
今後飲酒をしたいと思う	実施前	3(14.3)	6(28.6)	6(28.6)	2(9.5)	4(19.0)	0	0.527
(「飲酒・喫煙」)n=21	実施後	4(19.0)	2(9.5)	7(33.3)	5(23.8)	3(14.3)	0	
飲酒・喫煙を誘われても断れると思う	実施前	2(9.5)	5(23.8)	10(47.6)	4(19.0)	0	0	0.005
(「飲酒・喫煙」)n=21	実施後	6(28.6)	3(14.3)	9(42.9)	0	0	3(14.3)	

(1.「とてもそう思う or いつもできる」～5.「全くそう思わない or 全くできない」 *ウィルコクスンの符号付順位検定)

2名（3.3%）から11名（18.0%）に増加し、「あまりできない」との回答は、8名（13.1%）から4名（6.6%）に減少したが前後で有意差はみられなかった。②「ダイエット」（n=22）の参加者では、「やせたいと思う」という設問では、「とてもそう思う」という回答がやや減少したが、前後の有意差はみられなかった。しかし、「家で毎日運動ができると思う」という設問に対して、「あまりそう思わない」との回答が、9名（39.1%）が2名（8.7%）に減少し、「とてもそう思う」との回答が2名（8.7%）から7名（30.4%）に増加し、1%水準で実施前後での有意差が認められた。③「性教育」（n=17）では、「パートナーに避妊具の装着を要求できると思う」で、「とてもそう思う」との回答がやや増加したが、前後での有意差はみられなかった。④「飲酒・喫煙」（n=21）では、「今後タバコを吸いたいと思う」という設問に対して、健康教育実施後に「ややそう思う」の回答がなくなり、「あまりそう思わない」「全く思わない」との回答がやや増えたが、前後での有意差はみられなかった。「今後飲酒をしたいと思う」の設問では、「とてもそう思う・ややそう思う」との回答がやや減少し、「あまりそう思わない」「全く思わない」との回答がやや増えたがが、前後での有意差はみられなかった。しかし、「飲酒・喫煙を誘われても断れると思う」の設問で、「とてもそう思う」が健康教育実施前2名（9.5%）から実施後に6名（28.6%）に増加した。この項目では、1%水準で前後での有意差が認められた。

2. 看護学生について

1）看護学生の健康教育実施内容振り返り結果

健康教育実施後の授業で、実施内容の振り返りを技術的な側面（説明や話し方・声の質と話し方のくせ・質問に関する事項・理解度の把握・対象者への励まし・集団全体を指導に参加させる・視聴覚教材の使い方・実際の指導の計画と構造）について振り返りを行った。その結果、大部分の学生が、すべての項目で、「できた」「上手くできた」と評価していた。自己評価が低かった項目は、「質問に関する事項」で

あった。また、各グループで、参加した高校生に対して、実施後に学生が作成した調査票への協力を依頼し、受講者の評価を得ていたが、受講したほとんどの高校生から肯定的な評価を得ていた。

2）達成感・充実感・健康教育との関連

高校生に対する健康教育実施直後に達成感・充実感・健康教育との関連（5段階リッカートスケール）等の質問紙調査を行い、39名より回答があった。（回収率97.5%）

その結果（表4参照）、高校生を対象とした健康教育の実施について、「行ってよかったか？」の設問に対して、21名が「とてもそう思う」と答えていていた。「充実感があった？」との設問について、30名が「とてもそう思う」と回答していた。高校生に実施することに対して、「地域看護方法論Ⅰ」の授業として行ったことについて、その関連性を問う設問については、23名が「とてもそう思う」と回答していた。

表4.　実施後の調査結果（看護学生）

	1	2	3	4	5	N.A
行ってよかった	21	16	0	2	0	0
	53.8	41.0	0	5.1	0	0
充実感があった	30	8	1	0	0	0
	76.9	20.5	2.6	0	0	0
健康教育との関連性	23	9	3	0	0	4
	59.0	23.1	7.7	0	0	10.3

（上段は実数、下段は%。
1.「とてもそう思う～5.「全くそう思わない」n=39）

3）自由記述の内容分析結果

健康教育実施直後に実施したことについて意見・感想を自由記述してもらった。（表5参照）28名（70%）の学生から感想・意見の記述が得られた。その記述を内容分析したところ、総計で76の意見があった。その内容は、4つのカテゴリーに分類された。最も多かったのは、「自分の勉強になった」（n=9）・「成功した等」（n=10）等の『体験の肯定的受け止め』に関する記述で、25例あった。以下は9例ずつであり、「人に教えるのはとても難しいことだと思った」等の『健康教育の難しさの認識』に分類される内容や、「高校生が思ったより反応してくれた」等の『対象者の反応に対する認識』、『準備の大変さ・時間不足』についての記述であった。

表5. 看護学生の自由記述内容分析結果　（　）内%

カテゴリー	n=28(複数回答)
体験の肯定的受け止め	25(89.3)
健康教育の難しさの認識	9(32.1)
準備の大変さ・時間不足	9(32.1)
対象者の反応に対する認識	9(32.1)
その他	15(53.6)

Ⅳ. 考察

1）高校生について

高校生を対象に、3つのテーマで看護学生による健康教育を実施した結果、受講者の高校生に、「家で毎日運動ができると思う」「飲酒・喫煙を誘われても断れると思う」という2項目に実施前後で効果が見られた。その他の項目でも、有意差はみられなかったが、好ましい保健行動への変化の兆しが見られた。

今回の試みでは、通常の高校生の保健体育科目での、喫煙・飲酒への指導や性教育の結果と比較を行うことができなかったが、自分で自分の健康を守るために、自分で体調を管理する行動ができたり、好ましくない保健行動への誘いを断ることができるという自己管理能力のアップを図ることができたのではないかと思われる。特に喫煙では、単に喫煙の健康影響について指導するのではなく、行動に結び付けること

ができるようにすることが必要である。結果として川田の指摘している「健康教育において、健康にとって好ましい行動を自己選択し、自己決定するというプロセスを経てはじめて行動の変容を成功させることができる」[4]という段階に近づくことができたのではないかと考える。

対象となる高校生と年齢が近い看護学生が健康教育を行うという今回の試みでは、ピアアプローチ（ピアエデュケーション）の視点を考慮して行った。ピアアプローチ（peer　approach）とは、「仲間（peer）によるアプローチである。グループやネットワークのメンバーが、自分の仲間に対して情報や教育あるいはカウンセリングを提供する」というものである。[5]そして、ピアアプローチの方法は、従来から行われてきた、専門家による一方的な知識伝達型の健康教育では限界がある思春期の若者に対して有効であるとされている。[5]この点において、今回の試みは高校生にとって良い成果があったのではないかと考える。

今回「ダイエット」「飲酒・喫煙」「性教育」のテーマで行ったが、それぞれが高校生の日常生活において身近なものであった。それだけに継続的なフォローアップが必要であると思われるが、今回は１回きりの試みで継続的な関わりを行うことができなかった。今後継続的に関わることができる方法を検討していきたいと考える。

2）看護学生について

今回行った試みの事後の振り返りを通して、看護学生は、技術面や達成感等について肯定的な評価を行っていた。これには、当日の進行がほぼ計画通りに進んだことと、対象となった高校生が協力的に参加し、なおかつ、事後の評価でも肯定的感想や意見を述べてくれたことが影響していたと考えられる。近年、大学生を含む若者の傾向として、自尊感情が低い傾向があると言われている。本学の学生においてもそのような傾向がみられるように感じられる。そのような中、比較的近い年代にある、高校生から自分達の行った健康教育に対して肯定的な反応を得たことは、実施した看護学生の自尊感情や自身を高めることにつながったのではないかと考えられる。

授業として今回の試みを評価すると、看護学生の自由記述から、対象者の反応から実施したことに対しては、肯定的に評価しながらも、「他者に教えることは難しい」や「準備が大変」といった健康教育を行うことの難しさ体験することができたという効果があった。

また、大学行事でそこに集まる、中学・高校生に健康教育を実施することと比較して、より系統的に健康教育実践のプロセスを踏むことができたと考える。

Ⅴ．おわりに

年齢の近い同世代同士で、知識の共有を図る今回の試みの一つとして、今回高校生に対して、大学３年次生の看護学生が健康教育を実施した。この試みは、対象者と実施者双方に成果があったことが示唆された。今後、学生数の増加に伴ない、授業の中で、大学生と年齢の近い対象者にピアエデュケーションの実施を行うことは難しいが、総合実習等で健康教育に興味関心のある学生を主体としてピアエデュケーションの試みを実践したいと考える。

最後になりましたが、今回の試みに御協力頂きました、高等学校の生徒さん及び関係者の方々に深く感謝いたします。

引用・参考文献

1）すこやか親子21公式ホームページ,URL；http://rhino.yamanashi-med.ac.jp/sukoyaka/
2）東優子、グレゴリー・ショルト（2004）：ピア・アプローチに関する国内外の文献研究、『HIV感染予防対策の効果に関する研究総括・分担研究報告書』：29-54、平成15年度厚生労働科学研究所研究費補助金エイズ対策研究事業.
3）入江晶子、鈴木知代、米倉摩弥（2004）：授業と大学行事との連携の試み、『聖隷クリストファー大学紀要』12：151-161.
4）日本健康教育学会編（2003）：「健康教育—ヘルスプロモーションの展開」、66、保健同人社、東京.
5）尾崎米厚、鳩野洋子、島田美喜編集（2002）：「いまを読み解く保健活動のキーワード」、157-159、医学書院、東京.
6）厚生統計協会（2004）：「国民衛生の動向」、厚生統計協会、東京.