様式第２号

平成２８年度　　独 創 的 研 究 助 成 費 実 績 報 告 書

平成２９年３月３０日

<table>
<tr><td>申　請　者</td><td>学科名</td><td colspan="2">看護学科</td><td>職 名</td><td>准教授</td><td>氏 名</td><td>岡﨑　愉加</td></tr>
<tr><td>調査研究課題</td><td colspan="7">女性のライフサイクルにおける健康支援を目的とした思春期の月経教育教材の開発</td></tr>
<tr><td rowspan="3">調査研究組織</td><td colspan="2">氏　　名</td><td colspan="2">所属・職</td><td colspan="2">専門分野</td><td colspan="2">役割分担</td></tr>
<tr><td>代表</td><td>岡﨑愉加</td><td colspan="2">保健福祉学部看護学科・准教授</td><td colspan="2">助産学・母性看護学</td><td colspan="2">研究計画・データ収集と分析・CD教材原稿作成・研究成果発表・論文作成</td></tr>
<tr><td>分担者</td><td>中越利佳</td><td colspan="2">岡山県立大学大学院保健福祉学研究科保健福祉科学専攻・大学院生</td><td colspan="2">母性看護学・助産学</td><td colspan="2">研究資料収集・CD教材原稿作成</td></tr>
<tr><td>調査研究実績の概要</td><td colspan="7">【背景・目的】<br>月経教育は小学校の初経教育に始まる。中学校保健体育の教科書では受精（妊娠）の仕組みとの関連で教えられる。これまでの研究で、月経教育は家庭における性教育の代表的なものであるが、妊娠と関連させた内容がほとんどであることがわかった。また、思春期の女性が月経不順や無月経を放置していることが問題となっている。女性の生き方が多様になっている現代、月経を妊娠のために必要という捉え方のみでなく、女性のライフサイクル各期の健康を守るために重要なものとして理解し、月経を整えるためのセルフケアができる女性に育てる教育が必要と考える。月経に関する研究動向からは、月経教育を女性のライフサイクルにおける健康支援の観点でとらえたものは見あたらなかった。<br>そこで本研究は、小・中学校の月経教育の実態を明らかにし、女性のライフサイクルにおける健康支援を目的とした思春期の月経教育教材を作製することを目的とした。<br><br>【方法】<br>平成28年8月、岡山県内の小・中学校518校の校長に依頼文書（校長用・養護教諭用）と調査票一式を送り、研究対象となる養護教諭に依頼文書（養護教諭用）・調査票・返信封筒を渡してもらう方法で、無記名自記式質問紙調査を実施した。回答があった308人（回収率59.5%）の内、有効回答299人を分析対象として単純集計した。<br>なお、本研究は岡山県立大学倫理委員会の承認を得た後、岡山県教育庁保健体育課健康・安全教育班の協力を得て実施した。<br><br>【結果】<br>1.対象の概要<br>平均年齢は41.4±12.3歳、全員が女性で、養護教諭歴の平均は17.9±12.6年であった。勤務経験は小学校と中学校が最も多く44.5%、次いで小学校のみ40.1%であった。<br><br>2. 小学校で教えた内容<br>集団指導では、月経中の手当の仕方が最も多く96.9%、次いで月経の仕組み94.1%であり、女性の一生の健康と月経の関係は9.8%であった。<br>個人指導では、月経中の手当ての仕方が最も多く74.8%、次いで月経痛を軽くする日常生活の工夫65.4%であり、女性の一生の健康と月経の関係は9.8%であった。</td></tr>
</table>

| | |
|---|---|
| 調査研究実績の概要 | 3.中学校で教えた内容<br>　集団指導では、月経の仕組みが最も多く45.2%、次いで月経中の手当ての仕方と月経と妊娠の関係が同率で43.4%、女性の一生の健康と月経の関係は23.5%であった。<br>　個人指導では、月経痛を軽くする日常生活の工夫が最も多く84.3%、次いで月経痛には痛み止めの薬を飲むとよいこと80.7%であり、女性の一生の健康と月経の関係は23.5%であった。<br><br>4.月経に関する知識<br>　知っているが最も少なかった知識は、心臓や脳など命の危険が高い病気のなりやすさに関係する5.7%であり、次いで初経から約7年で規則的な周期を獲得する26.4%であった。<br><br>5.月経教育に使用する教材<br>　実物（月経用下着・ナプキンなど）が最も多く90.3%、次いで既製の印刷物（パンフレットなど）75.3%、自分で作った印刷物56.2%であった。一方、最も少なかったものは、自分で作った掛け図やポスター25.1%、次いで既製のパワーポイント29.4%であった。<br>　月経教育に使えるパワーポイント教材については、内容が良ければ使用したいが82.9%であった。<br><br>【考察】<br>　月経教育の内容は、小学校では集団指導と個人指導共に月経中の手当の仕方が最も多く、女性の一生の健康と月経の関係については1割に満たなかった。わが国の平均初経年齢は12歳であり、小学生では未経験の子どもが多く月経そのものの理解も難しいため、月経の仕組みと実用的な月経中の手当の仕方が教育の主流になると考えられる。中学校になると集団指導では月経の仕組みや妊娠との関係、個人指導では月経痛への対処方法が上位を占めており、女性の一生の健康と月経の関係については2割強が教えていた。15歳頃までにほとんどが初経を迎え、月経痛に悩む子どもも増えること、性行動が徐々に活発化することから妊娠との関係や月経痛の対処方法の教育が増えると考えられる。また、心臓や脳など命の危険が高い病気のなりやすさに関係することを知っている養護教諭は5.7%と少なかったことから、女性の一生の健康と月経の関係として教材の内容に取り入れる必要があると考えられる。<br>　以上より、女性のライフサイクルにおける健康支援を目的とした思春期の月経教育教材は中学生を対象としたものとし、内容や表現を柔軟に変更することで小学生にも使えるように工夫できるものが良いと考え、自由に書き込みできるCDを作製した。<br><br>【研究の今後の課題】<br>　平成29年度は、作製したCD教材を岡山県内の小学校・中学校に配布すると同時に、養護教諭に無記名自記式質問紙調査を実施して、教材の評価をする予定である。 |

| | |
|---|---|
| 成果資料目録 | CD教材「輝くおとなの女性になるために～月経からみる女性の健康～」別添 |