

## 2021年度 独創的研究助成費 実績報告書

2022年 3月31日

報告者	学科名	看護学科	職名	准教授	氏名	岡崎 愉加
研究課題	思春期女性の摂食障害とそれに伴う月経異常予防のためにメンタルウエルネスクリエイションの視点を用いた健康教育教材の開発					
研究組織	氏名	所属・職		専門分野	役割分担	
	代表	岡崎 愉加	保健福祉学部看護学科 准教授	助産学 母性看護学	研究計画、パンフレット制作、データ収集と分析、まとめ、成果発表等	
	分担者	渡邊 久美	香川大学医学部看護学 科教授	精神看護学	文献収集、パンフレット制作、データ収集と分析、まとめ、成果発表等	
研究実績の概要	<p><b>研究背景・目的</b>  摂食障害はやせたいと思い食事制限をすることがきっかけになる場合が多い。わが国の思春期女性のやせ志向は加速している。体重減少が進むとホルモンバランスの乱れから月経異常が起こる。ホルモンバランスは女性のライフサイクル各期の健康に深く関与しているため、その乱れは成熟期以降の女性の健康を脅かす。思春期はこれからの人生の健康を左右する重要な時期であり、思春期女性のやせとそれに伴う月経異常の観点から摂食障害の一次予防を目的とした健康教育教材の開発が必要と考えた。</p> <p>本研究の目的は、思春期のやせと月経の関係に着目し作製した教材に対する養護教諭の評価から改善点を明確にし、摂食障害一次予防に効果的なパンフレットを作製することである。</p> <p><b>研究方法</b>  教材「ダイエットを始めたいあなたへ-美しく健康な体づくりに向けて-」の原案を養護教諭18人に読んでもらい、自由記述を主とした無記名自記式質問紙調査を岡山県立大学倫理委員会の承認を得た後に実施した。回収された15人のデータを単純集計と質的帰納的に分析した。</p> <p><b>結果・今後の課題</b>  8割以上が摂食障害の一次予防として活用できると評価し、その理由は「わかりやすい」「事例が具体的で興味を引く」「読みやすい」「イメージしやすい」等であった。また、8割以上が月経の観点から食べることの大切さを理解できると評価していたが、「適切な食生活の具体例」や「月経異常で婦人科を受診した場合の診察や検査情報」があると良いという意見があった。また、高校で使用する場合はイラストの女子高校生のスカート丈を長くした方が良い、先輩が回復したきっかけは、特定の人より周囲のサポートとした方が良いという意見もあった。以上の結果から加筆修正して教材を完成させた（添付資料参照）。今後の課題は、完成した教材を高校生に読んでもらい評価することである。</p>					

※ 次ページに続く

成果資料目録	教材「ダイエットを始めたいあなたへ-美しく健康な体づくりに向けて-」パンフレット
--------	--