

地域におけるヘルスプロモーション活動 ～ヘルスリテラシーと健康教育～

看護学科

石崎 順子 准教授

【研究分野】 公衆衛生看護学、地域看護学
 【キーワード】 健康づくり、ヘルスプロモーション、ヘルスリテラシー、健康行動
 【URL】 <https://www.spu.ac.jp/academics/db/tabid334.html?pdid=306ishi>



研究概要

ヘルスプロモーションとは、「人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善することができるようにするプロセス」(WHO)と定義されています。ヘルスプロモーションの推進には、人々の主体的な健康づくりと誰もが健康になれる社会の創造への取り組みが重要であり、そのアウトカムとしてヘルスリテラシーへの注目が高まっています。ヘルスリテラシーは、健康や医療に関する情報を入手、理解、評価、活用するための知識、意欲、能力であるとともに、社会における資源でもあります。人々の健康行動、健康状態とヘルスリテラシーとの関連を明らかにすることで、ヘルスリテラシーの向上に着目した効果的な健康教育プログラムの開発を目指しています。

研究紹介

1. 女性の身体活動とヘルスリテラシーの関連

スポーツ実施率の低い20-40代女性を対象とした調査において、ヘルスリテラシーが高い人は低い人より運動・スポーツを実施(週1回以上)しており、健康のために推奨される身体活動量を達成している人も多いという結果が得られました。また、子育てや仕事といった運動・スポーツの実施を阻害する要因の影響を差し引いても、ヘルスリテラシーの高さは、運動・スポーツ実施、身体活動量に関連していることがわかりました。

2. 高齢者のフレイルとヘルスリテラシーの関連

地域在住の高齢者における身体・社会的フレイルとヘルスリテラシーとの関連を検討したところ、フレイル該当者のヘルスリテラシーは非該当者よりも低いという結果が得られました。

講座テーマ紹介

- 健康づくり、保健・予防に関連した一般向けの講座
- 健康づくりボランティア等、地域における健康づくりリーダーに向けた「健康」「ヘルスプロモーション」に関する講座

アピールポイントなど

埼玉県内自治体において、保健医療に関する計画策定や保健事業の評価に関わる活動に従事しています。また、自治体保健師の階層別研修(新任)に協力し、専門的能力獲得に向けた保健師の人材育成や基礎教育のあり方についても検討しています。