

P-82

職場における健康学習プログラムの評価手法の開発とその分析
—知識、信念の変化と行動変容の関連について—

○中村譲治 筒井昭仁* 堀口逸子 中村寿和 中村清徳 沼口千佳
福岡予防歯科研究会、*福岡歯科大学予防歯科学講座

要約： 企業における歯周病予防を目的とした健康学習プログラムとその評価のための質問紙を開発し実施した。このプログラムに参加した80名に保健行動の変容、自覚症状の改善が見られた。質問紙による評価システムにより知識の増加、自己効力感の高揚が確認できた。また強化要因がプラスに働き、保健行動が維持できていることが推測された。この健康学習プログラムの有効性と、質問紙による一連の評価システムの有用性が示唆された。

(索引用語：産業歯科保健、歯周病、行動変容)

目的

保健行動の変容とその持続には様々な要因が相互に関連しながら働いて獲得されると考えられる。GREENらはその要因として知識、態度、信念(準備要因)と行動に必要な技術の獲得と受け皿(実現要因)、さらに行動行動を持続させるための報酬(強化要因)を掲げている。演者らは企業における歯周病に関わる包括的情報を得るための質問紙(FSPD34型)をGREENらのPRECEDE-PROCEED model(MIDORI理論)を応用して開発し、社員が歯周病予防のための保健行動を獲得するための健康学習プログラムを一企業において実施し、平成9年度の本学会において報告した。今回は教室の実施過程で受講者の準備要因、実現要因、強化要因の変化とそれに伴う行動変容、口腔内の歯周病に伴う自覚症状の変化を測定する質問紙による一連の評価システムをデザインし、プログラムの評価を行ったので報告する。

対象と方法

健康学習プログラムはグループワーク方式で行い、1グループ8名から15名程度である。第1回目から第3回目までを1クールとして約1ヶ月の間に実施し、その約2ヶ月後にフォローアップ教室に参加する形式をとっている。プログラムの目的は「歯ブラシでの正しい歯磨き」と「歯間清掃具を使った歯磨き」の日常的な定着と、「歯周病の予防のための定期的な受診」である。

分析対象者は平成9年2月から平成10年12月までに受講した119名のうち連続して3回以上参加した80名(男64名、女16名)である。

質問紙の構成は教室開始前に全体を把握するベースライン質問紙(FSPD34型)と1回目の教室直後に保健行動に対する自己効力感を測定するFSPD34-1型、3回目の教室直後に準備、実現、強化の各要因について測定するFSPD34-2型、2ヶ月後のフォローアップ教室の直前に自覚症状の変化と行動の変容、強化要因、家族や周りの人々への波及効果を測定するFSPD34-3型から成っている。今回は回収された各質問紙80通の内、FSPD34型、FSPD34-2型、FSPD34-3型から得られた情報から以下の5点について集計分析した。分析には対応のあるt検定、カイ2乗検定、相関係数を用いた。

- 1) 教室参加前後の歯周病に関する知識の変化
- 2) 保健行動の変容に関する結果予期と効力予期(自己効力感)の程度
- 3) 教室参加後の口腔清掃に関する保健行動の獲得の程度
- 4) 獲得された行動を持続させるための強化要因の程度
- 5) 教室参加前後の歯周病に起因する口腔の自覚症状の変化

結果と考察

分析対象者80名は平均年齢37.8歳(S.D=9.9)で、最小20歳、最大62歳であった。年齢別では30~34歳が最も多く17名(21.3%)、次いで40~44歳15名(18.8%)、25~29歳14名(17.5%)であった。

1) 知識の変化 歯周病に関する用語10項目についての平均認知数は参加前5.7項目が参加後9.3項目と増加し、統計学的に有意な差が認められた。また参加前は認知数の最小値1、最大値9が、終了後それぞれ4、10となり(図1)、その分布も統計学的に有意な差が認められた。知識の獲得に関してはプログラムは有効に機能していた。

2) 行動変容に関する期待の程度 「歯周病は自分で気をつけることでかなり防ぐことができる」という結果期待と「学習会に参加して歯磨きの技術は充分身についた」「習ったことを実行することに大いに自信がある」という実行することに対する効力期待(自己効力感)を10段階のスケールで測定した。その結果、平均値は各々8.7、8.3、7.4であり、結果に対する期待>技術に関する自信>実行することの自信という傾向が見られ、行動心理学的に興味ある知見が得られた。

3) 保健行動 「習った歯磨きの方法をこの3ヶ月間実行できましたか?」という問いに「よくできた」は31.6%、「ときどきできた」は57.9%であった。しかし「歯間ブラシ、チップ等をこの3ヶ月間使っていましたか?」という問いに対しては「時々使った」が10.6%、「たまに使った」が46.7%と、正しい歯磨き方法に比べ低い値を示した。歯間清掃器具の使用に関してはプログラムの改善の余地があることが判明したが、参加前に歯間清掃器具を未使用であった54名のうち31名(57.4%)が使用しており、明らかな行動変容が見られた。

4) 強化要因 歯磨き後の爽快感、気持ちよさで「以前と比べて口の中がさわやかに感じる」では「ときどき感じる」26.0%、「強く感じる」27.6%であった。また「以前と比べて身体がさわやかに感じる」でも各々32.4%、10.8%であった。「口のさわやかさ」と3ヶ月間の「歯磨きの実行程度」について相関をみると相関係数 $r=0.39$ であった。これは歯磨き行動が持続するための強化要因である爽快感、気持ちよさがプラスの影響を与えたと考えられた。

5) 自覚症状 自覚症状(6項目)は参加前一人平均1.9項目であったが、参加後1.2項目と減少し統計学的に有意な差が見られた。自覚症状別の変化を図2に示す。各項目とも自覚症状を持つ者は減少しており、「歯が浮く」「膿が出る」以外は統計的に有意な差が見られた。

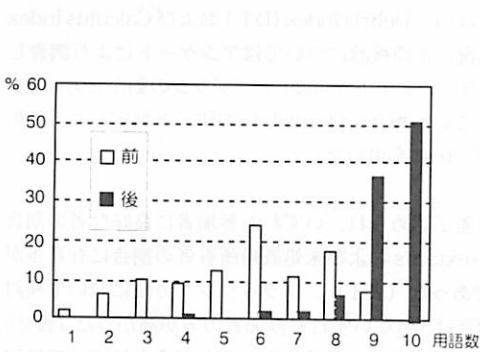


図1 教室前後の歯周病に関する認知用語数分布

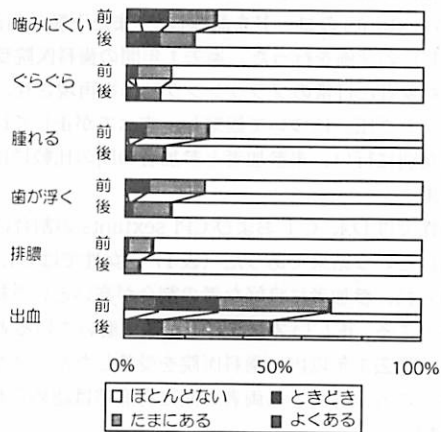


図2 教室前後の自覚症状の変化

連絡先: 中村 譲治, 〒810-0041 福岡市中央区大名1-15-24 福岡予防歯科研究会
TEL:(092)771-5712, FAX:(092)741-8037