

小学校での健康教育による自己管理スキルの変化

○山本未陶, 今里憲弘, 筒井昭仁, 松岡奈保子

(福岡歯科大学口腔保健学講座, NPO 法人ウェルビーイング)

1. 研究の動機

行動変容には、認知的スキルが重要であることが既に知られている。高橋らが開発した自己管理スキル（以下 SMS と略）は様々な行動を遂行するために有効な認知的スキルであり、SMS が豊富なものほど禁煙キャンペーンから脱落しにくいこと、丁寧に歯みがきが出来ていることなど、保健行動との関連が確認されている。理論上では健康教育によって SMS を向上させれば行動も改善すると考えられるが、介入研究による報告は見当たらない。

2. 目的

行動変容をテーマとした健康教育を小学校で実施し、その前と後で自己管理スキルの変化を検討すること。

3. 研究方法

調査は歯肉炎の予防と改善を目的として行った学校歯科健康教育の前後に自記式質問紙を用いて実施した。事例①では SMS の変化を、事例②③では SMS と歯科保健行動に限定した自己管理スキル（以下 SMSBr と略：SMS をもとに独自開発したもの）の変化を検討した。3事例とも歯肉の状態は有意に改善しており、歯科健康教育としての有効性は確認済みである。調査時期と教育の介入内容を図 1 に示す。各事例の対象は、①A小学校（2003年, 5年生, 全 82 名）、②B小学校（2007年, 6年生, 全 27 名）、③B小学校（2007年, 5年生, 全 19 名）で、いずれも福岡県下の小学校である。

4. 結果と考察

健康教育前後の SMS および SMSBr の平均値を表 1 に示す。SMS は①②③の全事例において有意な変化は認められなかった。SMSBr は事例③のみ教育前後で有意

に変化し、教育後に低下していた。

事例②③の教育前および教育後の SMS と SMSBr 間の相関を図 2a~d に示す。事例②のデータ収集は、すでに歯肉炎に関する基本的な知識と技術の教育が済んだ追加授業前後に行い、授業前後ともに $r=0.57$ であった。事例③は歯肉炎を治すための歯みがき技術教育前後の調査で、教育前の相関は 0.80 と強かったが、教育後は 0.56 と弱まっていた。

事例③では SMSBr の平均値が下がっていた。しかし、歯肉炎は改善していることから歯みがき行動が悪化したのではなく、教育前の高すぎる自己評価が教育後正しい認識に変化した結果ではないかと考えた。また、SMS と SMSBr 間の相関は、基本的な教育前に強かった。これは横断調査で多くの歯みがき行動と SMS の間に関連がみられたことと通じる。相関は、教育後に SMSBr 得点のみが低下したために弱まり、基本的な教育後調査である事例②とほぼ同じ程度に落ち着いていた。

5. RTで話し合いたいこと

今回行った歯科健康教育では、その子どもの行動全体に関する SMS は向上しませんでした。理由は色々考えられますが、数回の健康教育で認知的スキルを向上させるのか、皆様のご意見やご経験をお聞かせ下さい。また、個別の生活習慣の改善をきっかけとして個人全体の生活習慣改善までつなげられるのか、できるとすればポイントは何か、についても話し合う場になればと考えています。

連絡先 山本未陶

〒814-0193 福岡市早良区田村 2-15-1

TEL:092-801-0411 内線 663

E-mail: fujiyosi@college.fdcnet.ac.jp

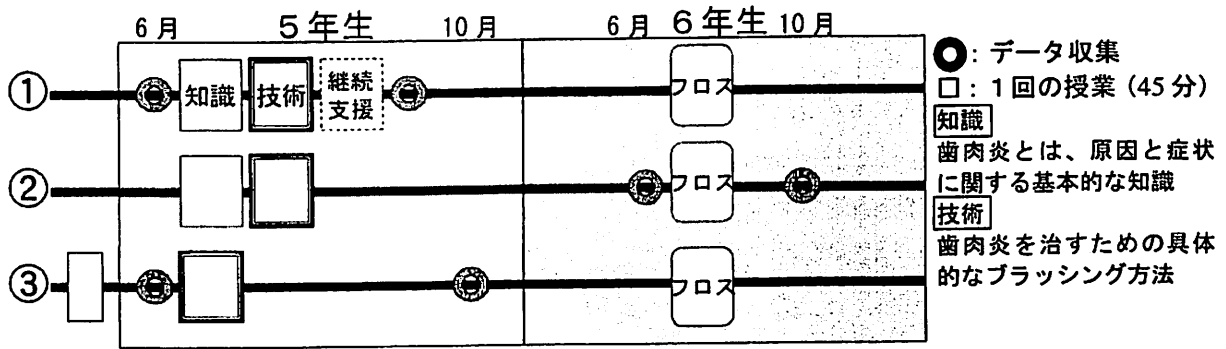


図1 健康教育と調査時期

表1 健康教育前後の SMS および SMSBr の変化

対応有り t 検定

	SMS の平均値			SMSBr の平均値		
	教育前	教育後	危険率 p	教育前	教育後	危険率 p
①教育前と後 (間隔 1 か月)	29.4	→ 29.7	0.74	測定無し		
②追加授業前と後 (間 4 か月)	26.1	→ 27.7	0.18	24.7	→ 24.3	0.66
③教育前と後 (間 4 か月)	28.6	→ 27.3	0.22	26.7	→ 24.6	0.002

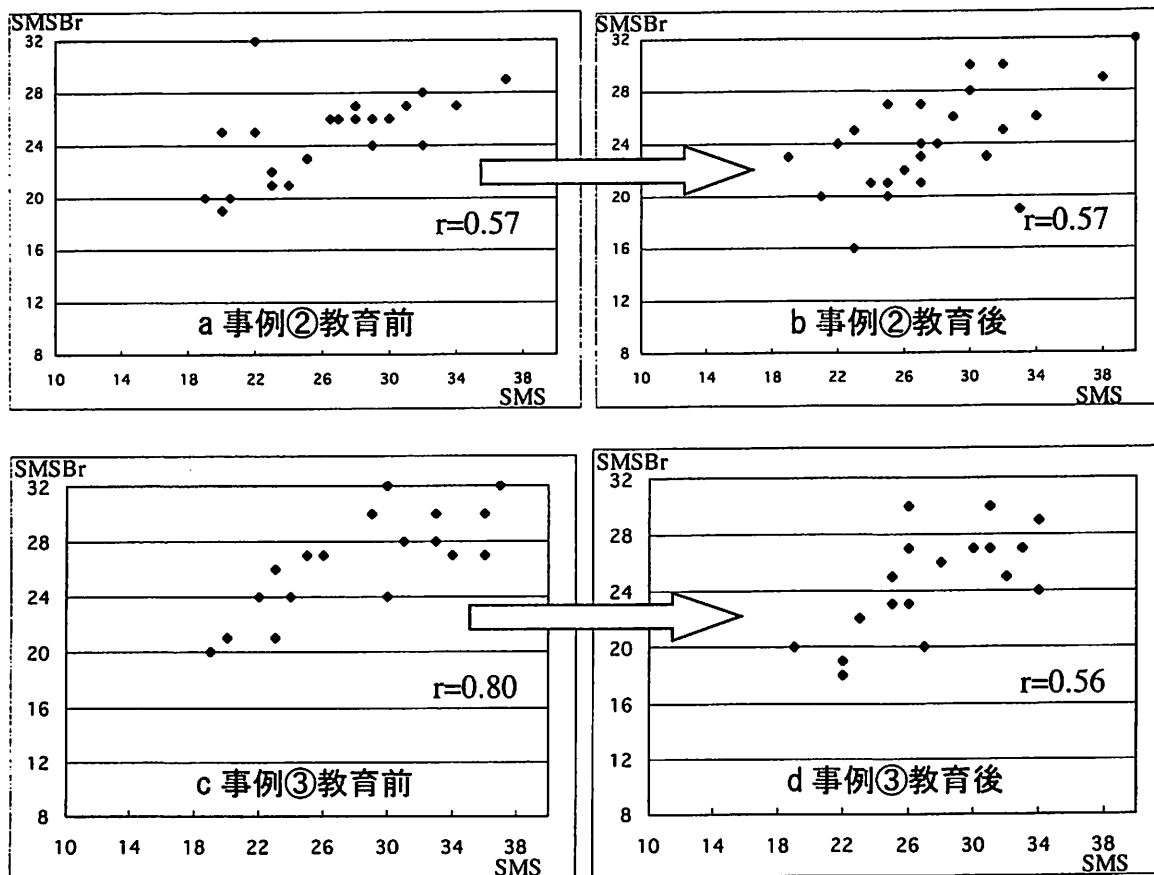


図2 a, b, c, d 事例②③の SMS と SMSBr 間の相関