

市町村における QOL の文章化の試み

○岩井 梢*, 松岡奈保子*, 中村譲治*

* NPO 法人ウェルビーイング

1. 目的

ヘルスプロモーションの取り組みのゴールは Quality of Life (QOL) の向上である。しかし、QOL はある程度まで測定可能であるが、主観的なものであるため、うまく定義するのはきわめて難しいと言われている¹⁾。そこで、今回、複数の地域で作成された QOL の文章を比較し、住民が考える QOL の検討を行ったので報告する。

2. 方法

分析対象は、NPO 法人ウェルビーイングⁱⁱ⁾ が健康づくり計画策定の支援した 4 市 8 町で作成された 30 の QOL の文章である (表 1)。QOL の文章は、いずれの地域でも健康づくり計画策定の初期段階で、目指す姿 (ゴール) としてまとめられた。作業は、住民を対象に行ったインタビューやグループワークで収集された QOL に関する言葉を、住民メンバーと行政職員によって構成された策定委員会で世代毎に当事者が関与するかたちでキーワードの抽出を行い、文章にした。分析は各地域の QOL の文章を比較し、1) 地域の特性、2) 同一地域における年齢を重ねることによる QOL の変化、3) 異なる地域における同世代の QOL の共通点を抽出するかたちで行った。

表 1 対象地域と世代

地域	世代
A 市	乳幼児期、学童期、中高生、青年期、壮年期、中年期、高齢期
B 市	乳幼児期 (0-5 歳)、壮年期 (40-64 歳)
C 市	乳幼児期、壮年・高齢期
D 町	30-50 代男性
E 町	30-40 代、50-60 代
F 町	青年期 (35-44 歳)、壮年期 (45-54 歳)、中年期 (55-64 歳)
G 町	30 代、40 代、50-65 歳
H 町	40 代、50 代、60 代
I 市	40 代、50 代、60 代
J 町	40-50 歳代、60 歳以上
K 町	高齢期
L 町	高齢期

3. 結果および考察

1) 地域の特性

地域の特性を表す表現として、「ごはんをおいしゅう食べて、みんなでまめにやりましょうで!」(E 町、50-60 代)、「しきるこのこと (できること) をする」(L 町、高齢期)、「明るい街にしようやあ」(B 市、乳幼児期) など方言を用いた文章が見られた。自分たちが普段話す「方言」を使うことによって、地域に住む人々が親しみやすい言葉として QOL がまとめられていると考えられた。ま

た、内容については、離島で豊かな自然環境が特徴である F 町の壮年期では、「豊かな自然を守りつつ」という表現が入っており、地域の自然環境の維持が QOL の向上のために重要であることが示唆された。

2) 同一地域における年齢を重ねることによる QOL の変化

世代の比較の結果、同じ町で生活している住民でも、世代による違いがあることが明らかとなった。一例として G 町の QOL を紹介する (表 2)。子育て世代である 30 代では「子どもの成長を見ながら」「家庭をつくる」等、自分にとって最も身近な家族とのつながりが重視されていた。40 代では「身体的に不安」という課題もあるが、「明日への元気」「前向きに」と精神的な面を充実した生活を送ることで QOL が向上すると考えられた。50-65 歳では「いろんな世代との関わり」「友達をたくさん」「家族とのふれあい」「周りの人にも優しく接する」など幅広い人との関わりやつながりが QOL に影響を与えることが示唆された。

表 2 G 町の QOL

30 代	私たちがめざす心豊かな生活とは、家族や周囲の人達皆が健康であり、子どもの成長を見ながら、楽しい笑顔のある家庭をつくるために、自分に自信を持ち目標やいきがいを見いだし誰に対してもありがとうと言えるめりはりと心にゆとりのある生活です。
40 代	身体的に不安があっても精神的には充実し、明日への元気につながる生活を送るために、自分自身で時間的な余裕をつくり、前向きに物事を考える。また、家族や周囲のつながりを大切に、家族全員が健康で、自分もみんなもわくわくできるような生きがいのある暮らしを目指します。
50 代	自分の役割を見いだし、目標を持ち、いろんな世代の人と関わり、趣味や友達をたくさん作り、気持ちを若く生き生きとした生活を送る。また、健康な家族とのふれあいを通じ、幸せで精神的に安定し、周りの人にも優しく接する人生を送りたい。

3) 異なる地域における同世代の QOL の共通点

異なる地域の同世代の QOL を比較してみるといくつかの共通点が見出された。乳幼児期では、3 地域で「自然と (の) ふれあい」という環境的要因が重視されており、また「愛」「のびのび」など成長に関わる要因も 2 地域で共通していた。また、この時期は子育てをする親の QOL が影響を与えるため、2 つの地域で親の QOL も一緒に文章化されていた。

50 代以降では、「人の役に立てたり」(A、高齢期)、「人のためになること」(H 町、高齢期)、「すべての人に優しく接することのできる」(K 町、高齢期)、「周りの人にも優しく接する」(G 町、50 代)、「周りの人への思いやりを大切に」(I 市、60 代) 等の表現が見られた。この世代では退職や子どもの独立など自分の時間が多くなるため、広く人のために役立つこと、周囲の人への思いやりを持ち生活することが、自分自身の QOL にプラスの影響を与えると考えられた。

以上の結果より QOL は、それぞれの置かれた生活環境に影響を受けながら、多様性をもつ個性的な概念であると考えられた。

i) ローレンス.W.グリーン, マーシャル.W.クロイター. 神馬征峰訳: 実践ヘルスプロモーション. 36-37 (2005)

ii) 中村譲治: ヘルスプロモーションを担う NPO の役割と問題点; 公衆衛生, Vol166(No. 11), pp. 826-829 (2002)