

# 都市における青少年の well-being に関連する研究と ヘルスプロモーション活動

中山 直子

聖路加看護大学 看護開発実践研究センター 博士研究員

## 1. はじめに

わが国では、疾病構造の変化により生活習慣病の予防が課題とされている。世界的にも、行動変容が難しいことに加え、その効果が得られにくいことから、子どもや若者における生活習慣形成への支援が求められている。一方、WHO が提示した新しい健康概念を含み、心豊かに生きるという意味の well-being が注目されている。

このように、子どもたちの生活習慣形成や豊かに生きる意義が明確になっているものの、子どもや若者における生活習慣形成や豊かに生きる状況と、親の認識や行動および働きかけとの間ほどのような構造的に見た関連が見られるかに関する先行研究は、国内外共に極めて少ないのが現状である。また、小学生・中学生・高校生を成長発達の視点から同一設問により体系的に分析し、子どもとその親の状況マッチングした調査研究は見られず、各要因の関連とともに追跡調査により因果構造を明確にした研究もほとんどみられていない。

そこで、都市における青少年の well-being に関連する研究とヘルスプロモーション活動をテーマとして、これまでの研究成果と実践活動についてまとめた。

## 2. 児童生徒の well-being と保護者の意識との関連について

子どもたちの学校や家庭での楽しさや健康生活といった well-being と関連する保護者の認識や行動、働きかけについて、世代別・男女別に共分散構造分析を用いて、構造的に明らかにすることを目的に、小学生、中学生および高校生とその保護者の約 2 万人を対象に自記式無記名の質問

紙調査を実施した。親子でリンクできた 9,651 ペアを分析対象に、探索的因子分析により抽出された 4 因子をもとに潜在変数を命名し、共分散構造分析を用いて分析した。その結果、『児童生徒の well-being』（『』は潜在変数を示す）は、『子どもの健康への親の心がけ』から、『親子のコミュニケーション』と『運動』をそれぞれ経由して間接的に関連している構造が定量的に明らかになった。世代別・性別で同時分析した結果、良好な適合度が得られた (RMSEA=0.020)。それぞれの決定係数は、27~40%であった。『子どもの健康への親の心がけ』から

『親子のコミュニケーション』への標準化直接効果と、『運動』から『児童生徒の well-being』への標準化直接効果は、同様に高い値が示された。『児童生徒の well-being』のためには、子どもと保護者の積極的な交流と、子どもとの野外活動や運動を共に楽しむことの重要性が構造的に明らかになった。

## 3. 高校生の充実した学生生活について

充実した高校生活と家庭支援環境との関連を構造的に明確にする事を目的に、東京都立高校 1 年生 3,126 人を対象に分析した。その結果、『家庭の支援』は、『充実学校生活』に対して直接的に関連するとともに、『家庭の支援』は、高校生の『悩み体験』を経て、間接的にも充実した学校生活に関連することが明らかになった。性別で同時分析した結果、良好な適合度が得られた (RMSEA=0.039)。決定係数は、男子で 39%、女子で 51%であった。特に男子は、『家庭の支援』は『悩み体験』とは関連が小さく、女子は、『家庭の支援』があれば、『悩み体験』が少ないとい

う有意な関連が明らかになった。これらのことから、充実した高校生活のためには、家庭における支援環境づくりとして、保護者と生徒が、顔を合わせて、将来の夢や悩みを話す機会を持つ重要性が構造的に明らかになった。

#### 4. 大学生の充実した生活

大学入学時点での意欲や自己肯定感と、その2、3年後の充実した大学生活との因果関係を追跡調査によって構造的に明確にする事を目的として、調査に同意が得られた181名を分析した。その結果、『入学時の自分への自信』が『3～4年次の自分への自信と健康感』を経由し、『3～4年次の大学生活の充実』に関連していることが明らかになった。つまり、『入学時の自分への自信』から『3～4年次の学生生活の充実』への直接因果効果は男女共に小さかったものの、『3～4年次の自分への自信と健康感』を経た間接因果効果は、男子で0.298であり、女子の0.152に比べて大きい傾向がみられた。このモデルの適合度は良好であり(RMSEA=0.036)、決定係数は男子で47%、女子で12%であった。よって、『入学時の自分への自信』は、直接的に『3～4年次の自分への自信』へと因果効果を持ち、それらの経験を通して、『3～4年次の大学生活の充実』に寄与していることが構造的に明らかになった。

#### 5. 青少年のwell-beingに関する研究のまとめ

小・中・高校生とその保護者をリンクした調査データの分析結果から、青少年の望ましい生活習慣や楽しい学校生活というwell-beingは、家庭における保護者の支援の重要性が構造的に明らかになった。特に子どもの健康への親の心がけは、直接的に児童生徒のwell-beingに関連するのではなく、子どもとの運動や親子のコミュニケーションを経由して関連することが明らかになった。高校生の充実した学校生活と悩み体験は、性差があるものの、家庭での会話や夢を育む支援の重要

性が示唆された。また大学生は、自分への自信が基盤となり、その後の自分への自信や充実した学生生活に寄与する因果効果を持つことが明らかになった。

子どもや青年が豊かに生きるというwell-beingに関する支援では、各世代と性別特性に応じ、親子の会話や、食育や運動という行動を共にする家庭の役割が大きいことが、本研究によって科学的に明確にされた。本研究成果は、都市部の小・中・高校生および大学生のWell-Beingのための関連要因を構造的に明確にしたものであり、今後は、就労学生を含め国内外を含む他の地域での再現性と普遍性を明確にする研究も求められる。

#### 6. これまでの活動と今後について

青少年の健康に関する調査、危険行動に関する調査、都市高齢者における健康関連の課題についても共同研究としてかわり、中野区の保育園における食育実践活動について、保育士などへの調査研究支援と共に活動報告をまとめる研究支援も研究活動の一環として行ってきた。

また、2010年にジュネーブで行われた、IUHPEに参加できたことは、研究・実践活動を行っていくうえで、とても素晴らしい経験となった。特に、会議での知見や得られた情報について、共同研究者として本学会誌にまとめられたことも大きな力となった。これからも、人々の健康に寄与できる研究と、地域での実践活動を推進していきたい。

最後になりましたが、これまでご支援くださった多くの方々に感謝申し上げます。特に筑波大学 野津有司教授、首都大学東京 星旦二教授には、大学院での研究生活において、研究の基礎から、研究に対する真摯な態度・姿勢など、研究者として研究を進めるうえで、とても大切な多くのご指導をいただきました。今後は、いち研究者として、研究とともに教育・実践活動、そして社会貢献活動をコツコツ進めたいと思います。

E-mail ; nnaoko@slcn.ac.jp