

令和5年度厚生労働行政推進調査事業費補助金（肝炎等克服政策研究事業）  
「多様な病態に対応可能な肝疾患のトータルケアに資する人材育成及びその活動の質の向上等に関する研究」 分担研究報告書

## 沖縄県北部離島におけるヘルスリテラシーに関する研究 ヘルスリテラシーの向上に着目した島民の 「肝臓を守る健康教育プログラム」の開発

研究分担者：島袋尚美  
公立大学法人名桜大学 人間健康学部 看護学科 准教授

**研究要旨：**沖縄県北部離島 A 村では過剰飲酒が起因する肝疾患による早世が喫緊の健康課題である。アルコール性肝機能障害を予防するための取り組みとして、健康劇鑑賞と肝臓エコー検査・HAPPY プログラム（A 村島民版）を活用した保健指導を用いた「島民の肝臓を守る健康教室」の開催と、その3か月後に効果評価を実施した。令和5年度は、その取り組みの成果について研究成果報告書にまとめた。

### A. 研究目的

A 村の健康課題の一つの過剰飲酒によるアルコール性肝機能障害を予防するための取り組みとして、健康演劇と肝臓エコー検査を用いた健康教室を実施する。さらにその健康教育プログラムの効果を検証することで、離島の過剰飲酒に関連した効果的な健康教育プログラムを開発し、離島住民の健康づくりに資することを目的とする。

### B. 研究方法

研究対象者：演劇観賞（介入研究）の対象は基準（特定保健指導該当者・血液検査肝機能低下者）を設けず、住民健診の AUDIT 調査の結果から広く教室に参加を呼びかける。

ハイリスク者：AUDIT 高値の住民；予防レベルの減酒支援群（AUDIT 8 点～19 点）から、アルコール依存症疑い群（AUDIT 20 点以上）まで演劇鑑賞の対象とする。

実施方法：令和元年 11 月 23 日（土）初回「島民の肝臓を守る健康教室」開催し、令和 2 年 2 月に 3 か月後評価の健康チェック（採血での肝機能検査・肝臓エコー検査）を実施した。健康情報を見える化するためのツ

ルとして、健康演劇・肝臓エコー検査・血液検査の実施を主軸とし、評価指標を①肝機能検査（AST（GOT）、ALT（GPT）、 $\gamma$ -GTP）の数値変化、② AUDIT 点数の変化、③健康劇鑑賞後アンケート・3か月後インタビュー、④肝臓エコー検査（脂肪肝程度）の変化、⑤ヘルスリテラシー（尺度点数）、⑥3か月後の健康カレンダーの個人目標の達成感、行動変容の有無のインタビューより、参加者個人の効果（プロセス・アウトカム評価）、健康教室の体制や参加者継続率等の評価（ストラクチャー・アウトプット評価）を行った。（倫理面への配慮）名桜大学全学研究倫理委員会（承認番号：28-012-1）の承認を受けて実施した。

### C. 研究結果

#### 1. 基本属性

- 1) 参加者の性別は男性 7 人、女性 2 人であった。
- 2) 参加者の平均年齢は 46.3 歳で、最年少は 29 歳、最年長は 60 歳であった。
- 3) 家族構成は家族と同居が 2 人、夫婦のみが 2 人、夫婦と子どもが 5 人であった。

4) 最終学歴は高卒が4人、短大・専門学校卒が3人、大学卒が2人であった。

5) 職業は農業2人、自営業1人、会社員2人、公務員2人、福祉関係職2人であった。

6) 経済状況は、ややゆとりがあるが3人、ふつうが4人、未回答が2人であった。

2. アウトカム評価：プログラム介入パターンによる肝機能検査所見の変化（一部抜粋）健康劇鑑賞・超音波検査・行動変化（健康カレンダーによる目標の達成度）から、全てのプログラムに参加して行動変化した者は肝機能検査値が改善した。一方、全てに参加しても行動変化がない者では肝機能検査値は改善していなかった。演劇鑑賞なし、肝臓エコーのみを受けた者で行動変化した者は肝機能検査値やAUDIT点数が改善した。

#### D. 考察

本研究の取り組みは、3つのヘルスリテラシーの中から「機能的ヘルスリテラシー」に着目して、健康情報を「見える化」して伝える健康教育のプログラムであった。一般的な識字率の高い日本でも、機能的ヘルスリテラシーの補完が必要とされる理由として、福田ら（2018）は、情報は必要としているが専門家から得た情報を理解するという機能的ヘルスリテラシーは必ずしも十分でない恐れがあると述べる。そのことから、保健予防の専門的な情報を受けとる住民のヘルスリテラシーを把握し、その現状に合わせて、参加者が理解しやすいよう健康情報を伝えることが重要であり、本研究の健康情報を「見える化」して伝える健康教育プログラムは効果的であったと考える。特に肝臓エコー検査は、参加者インタビューの結果より、離島でめったに受けられない検査であり、また行ってほしいと希望があった。肝臓は見えない臓器であるため、エコー検査で自身の肝臓の状況を確認できること、画像を見ながら検査技師が説明することができ、参加者にとって興味関心を高める検査ツールである。一方、実施時の肝臓の状態によっ

て、どう動機付けに導くか、効果的な説明をするかは、肝臓専門医等の専門職の協力を得て今後さらに検討が必要である。

アウトカム評価結果より、初回健康教室の保健指導で減酒する等の目標を設定してもその後に行動が変化していない参加者は、血液検査や肝臓エコー検査での肝機能数値の変化は見られなかった。よって、本教育プログラムは肝臓を守る健康行動の動機付けには効果的であるが、継続的に目標に向かう行動変容への効果を得るためには、3か月の期間を置かず、中間に保健師等が参加者に応援の声かけをするなど、ソーシャルサポートとしてのアプローチが必要と考える。

#### E. 結論

健康情報が見える化した健康教育プログラムは、住民が健康行動へ向かうための入り口となる動機付け介入として一定の効果が得られた。しかし、参加者が行動目標に掲げた行動を継続するためには、初回教室から3か月評価まで待たず、その間に保健師等が介入する機会、モニタリングが必要であった。保健医療専門職の少ない離島では、健康教室参加者が互いに声かけ合うなどのソーシャルサポートを活用したモニタリングが可能となるよう、交流型健康教育プログラムが必要と考え、今後の課題とする。

#### F. 政策提言および実務活動

##### <政策提言>

無し

##### <研究活動に関連した実務活動>

今回、作成した「研究成果報告書」を冊子にして、沖縄県内保健所、市町村行政機関、看護系大学へ配布した。

#### G. 研究発表

無し

#### H. 知的財産権の出願・登録状況

1. 特許取得  
無し
2. 実用新案登録  
無し
3. その他  
無し