

## 看護大学生の健康自己管理能力の育成 —「健康自己管理ファイル」使用の効果—

渡部幸子, 菊池真弓, 鳥海真希, 多賀谷浩子, 中山牧子, 佐藤みつ子

了徳寺大学 健康科学部 看護学科

【目的】看護大学生の健康自己管理を育てるために、全学生に「健康自己管理ファイル」を配布し、使用の実態とその効果を明らかにし、今後の学生の健康管理指導に役立てることを目的とする。

【方法】対象は、A大学の看護学生1学年～4学年、計433名である。データ収集時期は2022年10月～12月である。データ収集方法は、健康自己管理ファイル（予防接種・抗体価・健康診断等）、成瀬らの「自己健康管理モニタリング尺度30項目」を用いた。データ分析方法は、記述統計、内容分析法を用いた。倫理的配慮は、授業時間外に研究概要、匿名性、成績に影響しないこと等を説明し同意を得た。了徳寺大学倫理委員会の承認(22-11)を得て実施した。利益相反(COI)はない。

【結果】分析対象は、301名(69.1%)。「健康自己管理ファイル」の利用は予防接種と抗体価が多く、利用頻度は「半年1回」30.9%、「月1回」30.3%であった。学年別では、3学年が「月1回」50%、「週1回」11.5%であり他学年より利用頻度が高かった。一方、4学年は「開いていない」が多かった。健康自己管理に対する意識は、全体で66.2%が向上した。自己健康管理モニタリング尺度では、1学年と4学年は、「対処行動能力」「食生活の健全性」「対人関係の健全性」「就学態度の自律性」が全体平均より高値であり、他の因子は、学年差が認められなかった。自由記述では、抗体価検査や予防接種の管理や自分自身の健康管理に繋がったとの意見が多かった。

【考察】「健康自己管理ファイル」については、使用により実習時に必要な抗体価とワクチン接種の管理がスムーズになったとの意見が多く、また、「健康自己管理ファイル」によって、健康に関する情報が系統的に整理されているため管理しやすく、自らの健康への意識づけや感染症管理が容易になったと考えられる。

【結語】「健康自己管理ファイル」の利用により、看護大学生の健康自己管理の実態が把握でき、今後の健康管理指導に役立つことが示唆された。