【報告】

臨地看護学実習中の看護学生の健康状態に関する実態調査

―Ａ大学とＢ短期大学の調査との比較―

宮谷 恵　　鈴木 知代　　井上 菜穂美
神崎 江利子　　市江 和子

聖隷クリストファー大学 看護学部

Health Condition of the Nursing Student during Clinical Nursing Practicum

– Study on Comparison between University A and Junior College B–

Megumi Miyatani, Tomoyo Suzuki, Naomi Inoue,
Eriko Kanzaki, Kazuko Ichie

School of Nursing, Seirei Christopher University

≪抄録≫

本研究は、臨地看護学実習中における看護学生の健康の実態を調査し、短大調査と比較検討して、看護教育の中における実習環境や実習内容の改善への示唆を得ることを目的とした。Ａ大学の臨地看護学実習中の看護学生の健康の実態を調査し、18 年前のＡ大学の前身であるＢ短期大学調査と比較して検討した。対象学生 162 名中、78 名から回答があり（回収率 48.1%）、同意が得られた 73 名を分析対象とした。多くの看護学生は身体的・精神的疲労の両方を感じ、身体的疲労は短大の 2.6 倍、対人関係的疲労は 5.7 倍であった。短大と同様に、約８割の看護学生が強い心身の疲労感をもっていた。Ａ大学の看護学生は、体調管理について注意しているにも関わらず、臨地看護学実習中の健康状態は良好ではないと考えられる。臨地看護学実習は現在の看護学生にとっても大きな負荷があり、臨地看護学実習中の学生の身体的・精神的疲労および対人関係的疲労の軽減の必要性が示唆された。

≪キーワード≫

臨地看護学実習、看護学生、健康状態

Ⅰ．はじめに

Ａ大学看護学部では、原則として３年次秋セメスターの10月から４年次春セメスターの７月にかけて、約１年間にわたる領域別の臨地看護学実習（急性期看護学、慢性看護学、老年看護学、母性看護学、小児看護学、精神看護学、在宅看護学、地域保健の８領域：2014年調査当時）を行っている。臨地看護学実習（以下、臨地実習とする）は、看護学生（以下、学生とする）にとって重要な学びであるが、同時に心身ともにストレスフルな環境におかれることになるといえる。臨地実習が学生にとってストレスの高いものであることは、多くの文献で述べられている（谷口、久木原、2012；加島、樋口、2005；奥村、青山ら、2002）。

教員は、学生が臨地実習を過重な負担のない環境で、体調を整えて行えるように配慮して指導しているが、心身の不調を訴える学生は少なからず存在する。久保ら（1999）は、18年前にＡ大学の前身のＢ短期大学において、臨地実習中の看護学生の健康の実態調査を行い、臨地実習中の欠席率は３割で強い心身の疲労を約９割の学生が感じ、看護学生の健康状態が必ずしも良好な状態であるとは言えないと述べている。しかし、それ以降に全国的な臨地実習中の看護学生の健康状態について調査された研究は見当たらない。

今回、久保ら（1999）のＢ短期大学の調査（以下、短大調査）と同様の調査をＡ大学で行い、臨地実習中における学生の健康の実態を調査し、短大調査と比較検討して、看護基礎教育の中における実習環境や実習内容の改善に活かしたいと考えた。

Ⅱ．Ｂ短期大学調査の概要（久保ら、1999）

臨地実習終了後のＢ短期大学３年生112名を対象に、質問紙調査を1996年に実施した（回答数98名、回収率87.5%）。

その結果、臨地実習中に「欠席あり」34名（34.7%）、欠席理由は病気（風邪、発熱等）33名（97.0%）、「受診あり」21名（61.8%）、欠席日数１～２日22名（64.7%）、３～４日８名（23.5%）であった。強い心身の疲労があると回答した学生は86名（87.8%）で、「身体的疲労」は26名（30.2%）、「精神的疲労」54名（62.8%）、「対人関係的疲労」４名（4.7%）であった。欠席の有無と心身の疲労との間には有意な関連（$p<0.05$）があった。疲労の原因は、「睡眠不足」47名（54.7%）、次いで「実習記録」９名（9.2%）であった。

体重の変化があった学生は43名（43.9%）で、欠席の有無と体重の変化との間には有意な関連はなかった。月経に変化（月経不順・月経痛の悪化）があった学生は25名（25.5%）で、欠席の有無と月経の変化との間には有意な関連（$p<0.01$）があった。

臨地実習中に健康管理上気をつけていたことは、「食事」24名（24.5%）、「個人の生活習慣に関すること」20名（20.4%）、「睡眠」14名（14.3%）であった。

Ⅲ．研究方法

１．研究対象

Ａ大学看護学部における、全ての領域別臨地実習を終了した４年次生とした。

２．調査方法

対象者に無記名の質問紙調査を行った。質問紙は直接配布し、回収箱への提出により回収した。調査期間は2014年７月～８月であった。

３．調査内容（Ｂ短期大学調査と概ね同一）

領域別臨地実習中の欠席状況（欠席の有無、欠席日数、欠席理由、受診の有無、欠席した実習領域、欠席した実習領域の直前の実習領域、欠席の直前の実習領域と欠席の関連性の有無）、心身の疲労の状況（疲労の有無、疲労を強く感じた時期、疲労の内容、疲労の原因）、健康状態（体重の変化の有無、月経の変化の有無）、実習中の健康管理についての自由記述であった。

４．分析方法

データはSPSS ver.22 を用いて単純集計を行い、また臨地実習における欠席の有無と心身の疲労、欠席の有無と体重の変化、欠席の有無と月経の変化についてクロス検定（カイ二乗検定）を行った。自由記述は類似した内容を帰納的に分類した。

Ⅳ．倫理的配慮

研究者の所属大学の倫理委員会の承認を得て実施した（承認番号14019）。研究対象者となる学生には、全ての領域別臨地実習を終了後に研究目的・意義、研究の方法、プライバシーを保証すること、結果公表について口頭と文書で説明した。また、研究協力は教員からの強制力がないように自由意思であることを強調し、研究に参加をしなくても不利益を被らず、質問紙の開封は臨地実習成績の確定後で成績評価には一切関係しないことを説明した。質問紙は無記名とし、プライバシー保護のために提出する際には記載した内容が他人に見られないように封筒で密封してもらい、回収箱への提出を持って同意を得られたとした。

特に学会等への発表については質問紙中に発表の可否を問う質問項目を設け、公表についての承諾を得た。外部発表への同意が得られなかった質問紙については、データとしては除外して分析した。

Ⅴ．結果

対象学生162名中、78名から回答があり（回収率48.1%）、そのうち質問紙の中で学会発表への同意が得られた73名を分析対象とした。

１．臨地実習中の欠席状況

１）欠席の有無（*n*=73）

臨地実習における欠席の有無について、選択肢を設定して回答を求めた。

「欠席あり」は23名（31.5%:欠席１回23名、２回８名、３回５名、４回１名、のべ欠席人数37名）、「欠席なし」は50名（68.5%）で、臨地実習に欠席した学生は約３割であった。

２）欠席した領域（*n*=37）（表１）

看護学全領域の中で、欠席した領域について回答を求めた結果を表１に示す。

「母性看護学領域」は９名、以下、「小児看護学領域」７名、「急性期看護学領域」および「慢性看護学領域」各６名の順であった。

表１　臨地看護学実習を欠席した領域（*n*=37）

看護学領域	人数（名）
母性看護学領域	9
小児看護学領域	7
急性期看護学領域	6
慢性看護学領域	6
老年看護学領域	3
在宅看護学領域	3
地域保健領域	2
精神看護学領域	1

３）欠席日数（*n*=37）

臨地実習における欠席１回あたりの欠席日数について、自由記述で回答を求めた。

「１日」23 名（62.2%）、以下「２日」８名、「３日」５名、「５日」１名であった。

４）欠席理由（*n*=37）（図１）

臨地実習における欠席理由について、自由記述で回答を求めた。

「発熱」は 12 名、以下「風邪」９名、「体調不良」７名、「その他の体調不良」６名、「体調以外の理由」が３名であった。

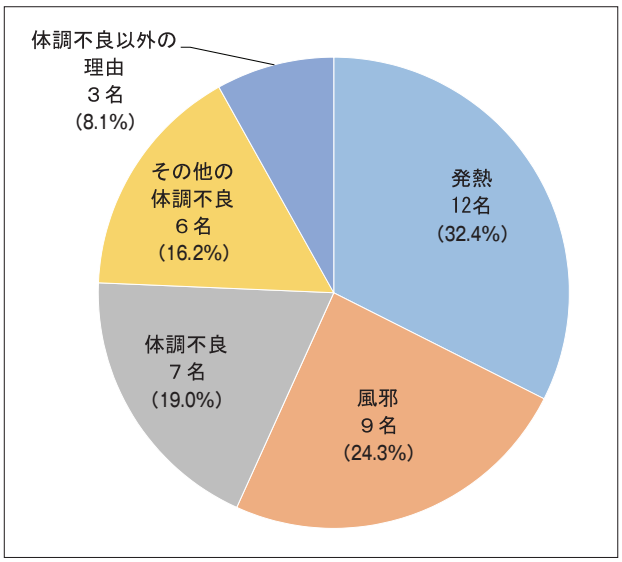

図１　臨地実習における欠席理由（*n*=37）

５）受診の有無（*n*=37）

臨地実習中における受診の有無について、選択肢を設定して回答を求めた。

「受診あり」は 30 名（81.1%）、「受診なし」３名、「無回答」４名であった。

６）欠席した実習領域の直前の実習領域（*n*=37）（表２）

臨地実習における欠席の直前の実習領域について、自由記述で回答を求めた結果を表２に示す。

「慢性看護学領域」が６名、「小児看護学領域」、「老年看護学領域」および「地域保健領域」が各４名の順であった。

表２　臨地看護学実習の欠席の直前の看護学領域（*n*=37）

看護学領域	人数（名）
慢性看護学領域	6
小児看護学領域	4
老年看護学領域	4
地域保健領域	4
急性期看護学領域	3
母性看護学領域	2
精神看護学領域	2
在宅看護学領域	2

７）欠席の直前の実習領域と欠席との関連性（*n*=37）

臨地実習における欠席の直前の実習領域と欠席との関連性について、選択肢を設定して回答を求めた。

「とてもある」は２名、「ある」２名、「ない」27 名、「わからない」２名、「無回答」４名であった。「とてもある」と回答した２名については、欠席した実習の直前の実習領域は共に「小児看護学領域」で、理由は、「保育園実習で風邪の子どもと関わったから」であった。「ある」と回答した２名の直前の実習領域は「地域保健領域」と「慢性看護学領域」で、理由の記載がなかった。「わからない」２名の直前の実習領域は、「小児看護学領域」と「老年看護学領域」であった。

２．実習中の心身の疲労状況

１）実習中の強い心身の疲労の有無（*n*=73）（図２）

臨地実習における実習中の強い心身の疲労の有無について、選択肢を設定して回答を求めた結果を図２に示す。

「とてもある」は20名（27.4%）、「少しある」41名（56.2%）、「あまりない」２名（2.7%）、「ない」８名（11.0%）、無回答２名であった。欠席の有無と心身の疲労との間に有意な関連はみられなかった（$\chi^2 = 7.024$, $p = 0.071$）。

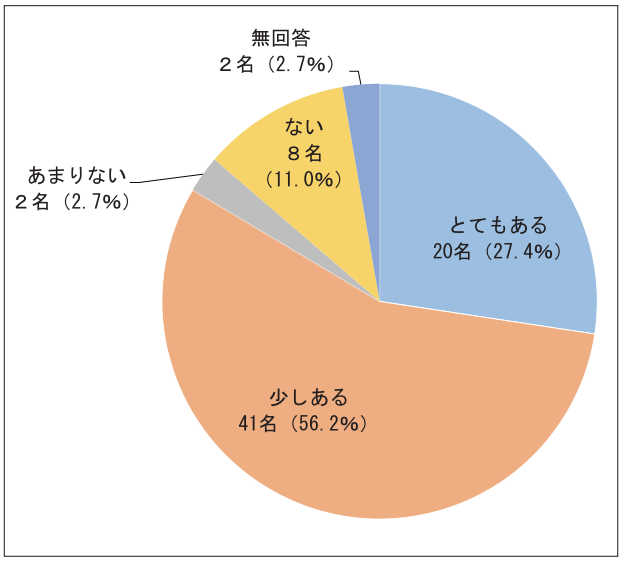

図２　実習中の強い心身の疲労の有無（*n*=73）

２）最も強く疲労を感じた時期（複数回答）

臨地実習における最も強く疲労を感じた時期について、複数回答として自由記述で回答を求めた。

月別では、「１月」および「６月」は11名、「２月」「７月」「10月」は９名、「５月」８名、「12月」７名の順であった。

クール（実習の看護学領域ごとの実習期間。学生一人当たり８領域で全８クール）別では、「１クール目」は９名、「４クール目」「６クール目」「７クール目」は各６名、「２クール目」および「５クール目」５名の順であった。

また、「実習期間全般にわたって疲労を強く感じていた」は４名であった。

３）疲労の内容（複数回答　*n*=63）

臨地実習における疲労の内容について、選択肢を設定して複数回答を求めた。

「心身の疲労なし」および無回答を除いた対象では、「身体的疲労」50名（79.4%）、以下「精神的疲労」は47名（74.6%）、「対人関係的疲労」17名（27.0%）であった。

４）疲労の原因（自由記述　*n*=63）

臨地実習における疲労の原因について、自由記述で回答を求めた。

「睡眠不足」は13名（20.6%）、以下「実習記録」13名（20.6%）、「実習担当教員との関係」11名（17.5%）、「緊張」10名（15.9%）、「対人関係」８名（12.7%）、「生活調整」８名（12.7%）、「自己学習不足」６名（9.5%）、「臨地のスタッフとの関係」５名（7.9%）などの記述がみられた。

３．実習中の健康状況

１）体重の変化（*n*=73）

臨地実習における実習中の体重の変化について、選択肢を設定して回答を求めた。

「変化なし」は30名（41.4%）、「変化あり」43名（58.9%：増加６名、減少16名、時期により増減21名）であった。欠席の有無と体重の変化との間には有意な関連はみられなかった（$\chi^2 = 2.678$, $p = 0.444$）。

２）月経の変化（*n*=73）

臨地実習における実習中の月経の変化について、選択肢を設定して回答を求めた。

「変化あり」は23名（31.5%：月経不順・月経痛の悪化）で、欠席の有無と月経の変化との間には有意な関連はみられなかった（$\chi^2 = 0.362$, $p = 0.547$）。

４．臨地実習中に健康管理上気をつけていたこと（自由記述）

臨地実習中に健康管理上気をつけていたことについて、自由記述で回答を求めた。

「睡眠」は31名（42.5%）、以下「食事」29名（39.7%）、「食事と睡眠」11名（15.1%）、「感染予防」８名（11.0%）、「体調管理」６名（8.2%）の順であった。

Ⅵ．考察

Ａ大学の臨地看護学実習中の学生の健康の実態と、18年前のＡ大学の前身のＢ短期大学調査と比較した２点について考察をした。

１．健康の実態について

臨地実習中に欠席した学生は約３割であった。学生の欠席に実習中の看護学領域、およびその直前の実習領域が及ぼす影響については、特定の看護学領域との関連は明らかではなかった。しかし、保育園実習で風邪症候群の子どもと関わったことによる欠席状況がみられ、小児看護学実習においては留意する事項であると考えられる。

また、実習中の強い心身の疲労について「とてもある」および「少しある」と回答した学生は８割以上で、今後、臨地実習中の学生の疲労、特に身体的疲労と精神的疲労の軽減について臨地を含めた実習指導体制の中で、考慮していく必要がある。学生が強く疲労を感じた時期について、特定の時期は明らかにならなかった。実習の時期と、学生個々の実習の継続状況は異なるため、個別的な状況の把握が必要とも考えられる。

さらに、疲労の原因の中に、２割弱の学生が「実習担当教員との関係」と回答し、臨地実習中の教員による指導の在り方に検討の必要性が示唆された。

「体重の変化あり」と回答した約６割の学生の中で、体重が減少している学生が多いことは、臨地実習を行う上で必要な体力維持にも影響すると考えられる。適正な体重維持は、今後の検討課題の一つであるといえる。また、３割の学生に月経に関連する症状がみられたことについて、月経困難症や月経不順は過労やストレスなどの心身への負荷による発症もあることから、学生にとって臨地実習は多大な負荷がかかる学習であることが推察される。身体的・精神的な配慮が必要と思われる。

今回、欠席の有無と心身の疲労、体重・月経の変化の間に有意な関連みられなかった。しかし、欠席ではないが体調不良であった学生について、予防的対処の見地からも調査の必要性があると考える。

２．Ａ大学とＢ短期大学の比較について

臨地実習中の欠席率は、短大調査と概ね同じである３割であった。欠席理由、欠席日数は短大調査と大差はみられないが、受診した割合は短大調査より２割増加していた。強い心身の疲労が「とてもある」、「少しある」と回答した学生は合わせて61名（83.6%）で、短大調査と同様に８割以上の学生が感じ、臨地実習は看護学生にとって大きな負荷のかかる体験であると言える。疲労の内容は、「身体的疲労」および「精神的疲労」の両方を７割以上の学生が感じ、「身体的疲労」は短大調査の2.6倍、「精神的疲労」は1.2倍で、「対人関係的疲労」は5.7倍であった。疲労の原因については、短大調査では「睡眠不足」が過半数であったが、本調査では２割と減少していた。一方、「実習記録」が疲労の原因であると回答した割合は２倍多かった。疲労の原因として、短大調査にはなかった「実習担当教員との関係」の割合があがっており、現代の若者の人間関係の脆弱さの特徴であると考えられる。

教員との関係について学生はストレスに感じており（加島、樋口、2005；荒川、佐藤、佐久間、佐藤、2010）、実習中の担当教員の学生との関わり方について検討が求められる事項であると考えられる。

体重や月経に変調をきたす学生はそれぞれ短大調査を上回り、少なくない割合であった。臨地実習中に健康管理上気をつけていたことについて、学生の「食事と睡眠」という回答は、短大調査を上回った。

今回の調査により、18年前の短大調査と比較して「身体的疲労」と「対人関係的疲労」の割合の増加がみられた。臨地実習中の学生の健康状態は良好でなはいと判断できると思われる。

一方､受診割合の増加や､｢睡眠｣および｢食事｣に留意していた学生の増加から、現在の学生は体調の自己管理の意識が高く、予防的行動ができている面もあると推測する。学生の予防的行動を促進し、さらに良好な健康状態で臨地実習に臨むことができる支援が必要であると考える。

Ⅶ. おわりに

本研究は、Ａ大学における臨地実習中の看護学生の健康実態調査を行い、Ａ大学の前身のＢ短期大学調査と比較検討した。約20年間を経過した現在、臨地実習中の学生の健康状態は、良好でない点が明らかになった。

本調査の回収率は48.1％であり、臨地実習を終えたすべての看護学生の実態を表しているとは言えないが、全体的な傾向を示していると推測される。今後も臨地実習中の学生の健康状態の調査を継続し、その時代の学生に合った実習環境および実習内容を検討し、適切な支援の提供につなげたい。

Ⅷ. 結論

Ａ大学の臨地実習中の学生の健康の実態調査から以下のことが明らかになった。

1．臨地看護学実習中の欠席率は約３割で、約８割の学生が強い心身の疲労を感じていた。
2．身体的・精神的疲労の両方を７割以上の学生が、対人関係的疲労は約３割の学生が感じていた。
3．体重が変化した学生は約６割、月経に変調をきたした学生は約３割であった。
4．Ａ大学の前身のＢ短期大学調査（1996年調査）との比較では、Ａ大学の学生が体調管理に留意しているにも関わらず、健康状態はＢ短期大学の学生に比べ良好ではなかった。

謝辞

本研究にあたって、アンケート調査にご協力を頂いた学生の皆様に、深く感謝致します。

本研究の概要は、第25回日本小児看護学会学術集会において発表した。

文献

荒川千秋，佐藤亜月子，佐久間夕美子，佐藤千史（2010）：看護大学生における実習のストレスに関する研究，目白大学健康科学研究，3，61-66.

加島亜由美，樋口マキエ（2005）：臨地実習における看護学生のストレッサーとその対処法，九州看護福祉大学紀要，7（1），5-13.

久保みさほ，石塚泰世（1999）：臨床実習中における看護学生の健康の実態　主として欠

席状況からの検討，CAMPUS HEALTH，35（1），181-184.
中山由美，大町弥生（2013）：看護学生が臨地実習中に体調不良を訴えた要因　学生に必要な教員・臨床指導者からの教育支援，看護教育研究学会誌，5（1），12-21.
奥村亮子，青山みどり，廣瀬規代美，中西陽子，二渡玉江（2002）：成人看護学実習における学生のストレス・コーピングの縦断的検討，群馬県立医療短期大学紀要，9，49-56.
谷口和美，久木原博子（2012）：Ａ大学における看護学生のストレス認知とコーピングの現状，聖マリア学院大学紀要，3，75-80.