介護福祉士養成施設学生の首尾一貫感覚と身体活動量の関連について

秋山恵美子*[,1)]、三上章允[2)]
[1)]聖隷クリストファー大学、[2)]中部学院大学

【目的】

介護福祉士養成施設の学生は、思考過程の介護過程や生活支援技術習得から介護実習など、精神的エネルギーを必要とし、ストレスが多い中で学生時代を送っている。

負のストレスを前向きなものとして捉え、健康に導く概念として、首尾一貫感覚（sense of coherence:SOC）がある。SOC は、「非常にストレスフルな経験をしながらも、健康に生きる人々が保有する力」とされている。社会環境や個人的経験から、その個人に蓄積されるあらゆる資源の中で、直面するストレスに見合った抵抗資源を動員し、緊張状態の緩和を図る能力とされている。SOC は、「処理可能感」「把握可能感」「有意味感」の三要素からなり、個々人が、人生におけるさまざまな出来事をどのように捉え対処するのかという指向性を測定するものである。これまで介護福祉士養成校学生の SOC を検討した研究は散見されない。精神的健康を改善する際に、運動や身体活動もその選択肢として有効であるといわれているが、現実的に時間制約の多い介護福祉士養成校の学生に対して、身体活動の促進は重要であると考え、今回、SOC と身体活動量の関連について検討した。

【方法】

1. 研究対象者：介護福祉士養成施設学生
（専門学校 1,2 年、短期大学 1,2 年、４年制大学 1,2,3,4 年、専攻科 1 年）1195 名
2. 調査項目：１）首尾一貫感覚：質問紙 SOC　　２）国際標準化身体活動質問 IPAQ
3. 調査期間：2018 年 10 月 4 日倫理委員会承認後、2018 年 10 月～2019 年 1 月に実施した。

【結果】

介護福祉士養成校 337 校学科長に依頼文を送付し､承諾を得た 62 校に質問紙票を送付し、質問紙票 1689 通に対し、1195 名の有効回答（70.7%)の結果について分析を行った。

１）首尾一貫感覚：SOC

SOC29 項目について、「把握可能性」「処理可能性」「有意味感」について、性別は独立したサンプルの t 検定、年代、学校種別は一元配置分散分析として算出した。

２）身体活動 IPAQ

身体活動の強度別に、身体活動の有無、１日あたりの総身体活動時間について平均値、標準偏差を算出した。SOC 得点を従属変数としたが、「把握可能性」「処理可能性」「有意感」では有意差はみられず、年代別では「把握可能性」に有意差が認められた。身体活動 IPAQ を独立変数、SOC を従属変数とした結果では、中等度では､「有意味感」､軽度身体活動で「処理可能性」に優位差が認められた。

【考察】

SOC はストレス対処能力や健康保持能力の概念であり、高得点ほど SOC が高いとされている。今回の結果により、自身の置かれている状況判断が理解でき、今後の状況予測ができるものは、年代による人生経験から予測をたて、ストレス対処能力を有していると考えられる。また中等度～軽度の身体活動の実施は、SOC 形成に影響を与えると考えられることからも、学生のストレス対処力や健康を育成する可能性あると示唆された。

倫理審査	■承認番号（18041）□該当しない	
利益相反	■なし　□あり（　　）	
発表状況	種　別	□著書　□論文　■学会発表　□紀要　□その他（　）
	年月日	2019 年　9　月　1　日（□確定　■予定）