

**科学研究費助成事業 研究成果報告書**

平成 27 年 6 月 17 日現在

機関番号：32201

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2012～2014

課題番号：24593280

研究課題名(和文) 妊娠・育児期にある臨床看護師の職場定着に向けての支援モデル構築

研究課題名(英文) Support model construction for the workplace fixation of the general hospitals for clinical nurses who are pregnant or have young children

研究代表者

杉原 喜代美 (sugihara, kiyomi)

足利工業大学・看護学部・教授

研究者番号：70299824

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,500,000円

研究成果の概要(和文)：妊娠・育児期にある臨床看護師の職場定着に向けての調査の結果、システム構築については、以下の点が明らかになった。妊娠期にある既婚臨床看護師の疲労と睡眠への支援には、良質な睡眠を確保する支援が必要である。妊娠・育児期の臨床看護師の個人の立場での意識、看護中間管理者による看護管理が組み合わせることによって、妊娠・育児期の臨床看護師への充実した支援が展開できる。

研究成果の概要(英文)：We made a survey on nursing system aiming to retain clinical nurses during pregnancy and child-rearing in the work place. The results showed that for married pregnant clinical nurses, it is very important to support them so that they can have sufficient sleep with high-quality leading to recovery from their fatigue. In addition, pregnant clinical nurses and those during child-rearing are more satisfactorily supported through a combination of individual nurse's consciousness and well-considered work control by nurse middle managers.

研究分野：看護学

キーワード：妊娠・育児期 女性 看護職 疲労 睡眠 看護中間管理者 職場定着 支援モデル

## 1. 研究開始当初の背景

妊娠・育児期にある臨床看護師の疲労と睡眠に着目するのは次の理由による。

1) 臨床における看護は、患者との対人関係において行われ、看護師の身体的・精神的健康が維持されることで、看護サービスは維持・向上する。しかし、近年臨床における看護業務は、高度化し過度の緊張を伴う現状がある。また、専門的知識・技術とともに時間管理が求められている。これらの状況に対応するため労働の内容が変化し、看護師への心身の負担増は計り知れない。特に女性のライフサイクルの中で妊娠・育児期にある看護師にとって、看護労働による疲労が蓄積する現状がみられている。そのため看護管理として、総合的に妊娠・育児期の臨床看護師の疲労の実態や軽減対策と課題の要因分析は急務の検討事項といえる。また、看護師の離職理由の上位に、「妊娠出産、結婚、子育て」があげられる。看護師が働きやすい勤務形態を提供できるような体制作り、仕事と家庭の両立への子育て支援には、看護師のキャリアの継続が可能となるような多様な働き方の根拠が求められる。

2) 平成12年から「21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21)」において、わが国の健康づくりが推進されており、健康的な生活習慣の整備が重要課題となっている。人間にとっての健康を維持するために必要な生理現象のひとつに睡眠があり、より充実した睡眠が心身の安定をもたらす。近年、20年程の間に女性をとりまく社会状況は大きく変わり、現代社会における女性の役割が注目を浴びライフスタイルの多様化がある。したがって、女性を生涯にわたり発達する存在としてとらえ、自らの健康をコントロールし改善するヘルス・プロモーションを推進する必要がある。特に妊娠、分娩、子育ては女性の健康とライフステージに大きな影響を及ぼすことが考えられ、この時期をwell-beingに経過するためにも、よい睡眠をとる必要がある。女性にとって妊娠、分娩は生物学的な身体変化が起こり、引き続く育児期は子どもの世話などの社会的影響が大きく(杉原,2007)、非妊期に比べて活動量、さらには疲労の蓄積に変化が起こりやすい。疲労は睡眠に影響を及ぼす事が知られているため、妊娠・育児期においても継続的な実態調査が必要となる。

## 2. 研究の目的

### 1) 研究 : 文献検討

実態調査に先立ち、文献検討をすすめ、先行研究における課題を明確化する。

#### (1) 女性の妊娠と睡眠・疲労への支援に関

#### する文献検討

#### (2) 看護職の疲労と睡眠に対する労働支援に関する研究動向

#### 2) 研究 : 妊娠・育児期にある既婚臨床看護師に対する調査

妊娠・育児期における臨床看護師の疲労と睡眠をとおして、職場定着との関連要因を分析し、妊娠・育児期に求められるサポート体制や子育て支援モデルを構築する。

#### 3) 研究 : 疲労・睡眠問題の解決と職場定着にむけての支援策の検証

妊娠・育児期における臨床看護師の疲労と睡眠をとおして、職場定着との関連要因を分析し、妊娠・育児期に求められるサポート体制や子育て支援モデルを構築する。

看護師長・課長の労働管理として、作業管理、作業環境管理、健康管理の視点で看護管理や労務管理の現状、看護労働や疲労の実態とあわせて要因分析を行う。

## 3. 研究の方法

### 1) 研究

#### (1) 女性の妊娠と睡眠・疲労への支援に関する文献検討

##### 方法と対象

妊娠・睡眠・疲労に対する文献に関し、1992年から2011年の20年間に発表された内容を検索した。「医学中央雑誌 Web(ver.5)」、「最新看護索引 Web」、「CiNii」から、検索式:(妊娠 and 睡眠 and 疲労)により文献を選んだ。

#### (2) 看護職の疲労と睡眠に対する労働支援に関する研究動向

##### 方法と対象

看護職の疲労・睡眠に対する文献に関し、1992年から2011年の20年間に発表された内容を検索した。「医学中央雑誌 Web(ver.5)」、「最新看護索引 Web」、「CiNii」から、検索式:(看護職 and 疲労 and 睡眠)により64が対象となった。

### 2) 研究

初産婦で臨床看護師(以下、妊婦とする)コントロール群として非妊期にある独身の臨床看護師(以下、非妊婦とする)を対象にスノーボールサンプリングにより抽出した。妊娠初期、妊娠中期、妊娠末期に縦断的調査を実施した。

対象者の背景は、基本属性(年齢、経年数、妊娠週数)、勤務状況、家族状況を調べた。疲労調査として、疲労感(日本産業衛生学会産業疲労研究会撰「自覚症しらべ(2002年)」(井谷,2002)を用いた。内容は、5項目計25項目からなり、質問に対する回答は、5段階で行い、1~5点で点数化され、得点が高いほど疲労感強いことを表している。睡眠調

査として、睡眠行動を身体活動量計（AMI社製アクティグラフ）及び睡眠日誌を使用し、各期1週間連続測定した。分析方法は、SPSS ver.19を使用し2群間の差の検定を行い、 $P < 0.05$ を有意差ありと判断した。妊産婦を対象とした身体活動量計の先行研究は、原著で新小田春美：妊娠末期から産後28週までのActigraphと睡眠日誌からみた睡眠・覚醒行動、九州大学医療技術短期大学部紀要、27、47-57、2000において、妊娠末期から産後28週の長期にわたり1名の対象をアクティグラフと睡眠日誌により実態を調査している。志賀くに子他：アクティグラフによる妊娠末期の妊婦の睡眠健康評価とその臨床的意義、2011において妊娠28週以降の妊婦37名にアクティグラフを連続3日間装着して行った母性衛生学会での研究発表等がある。

### 3) 研究

#### 調査内容・方法

##### (1) 内容

妊娠・育児期における看護管理の現状と課題について、現在、妊娠・育児期の看護師への疲労対策として取り組んでいる現状と課題、その現状にどのように取り組みたいと思っているか、現場の課題に立ち向かう時の原動力について、課題を達成するために必要なサポート、などである。

##### (2) 方法

病棟師長を対象とした半構成的グループインタビューを実施する。

##### 調査対象

総合病院の一般病棟に勤務する師長・課長クラスの看護師2~4名でグループを構成。東海地方における約500~1000床の各設置主体の病院を無作為に抽出し、研究協力の依頼をする。

##### 分析方法

得られたデータを質的記述的方法によって分析する。

### 4. 研究成果

#### 1) 研究

(1) 女性の妊娠と睡眠・疲労への支援に関する文献検討

##### 研究全体の概観

女性の妊娠と睡眠・疲労の論文に関しては、1~2編だが定期的にはほぼ毎年発表され、同一研究者が一連のテーマに取り組んでいたことから、研究者の研究テーマになっていることがうかがえる。対象者は、経産婦・初産婦が多く、順調な経過をたどった妊婦について研究に取り組みされていた。異常出産の女性への研究の取り組みは7編で、対象者選択の困難さがあるといえる。

##### 研究デザインについて

文献検討から、量的に疲労や睡眠を測定する調査が多かった。質的研究は2編と少なく、疲労や睡眠という主観的な疲労・睡眠に関す

る意識を客観的に明らかにする調査法の検討が求められる。睡眠や疲労にデータ収集では、自作の調査票を使用した調査が多かった。一方、活動量計や尺度を使用した調査においては、客観的な分析がされていた。活動量計・睡眠日誌・疲労の尺度の組み合わせの調査結果からは、疲労の回復には睡眠は必要なものであることが指摘される。今後、さらに睡眠と疲労に関する研究の必要性が示唆された。研究デザインとして、研究を様々な視点から見るために複数の方法を用いることで、客観的なデータと分析が蓄積されるといえる。トライアングレーションによる研究がもたれる。

##### 母親と児の状況について

疲労には個人差があり、原因が複雑で、生活習慣による違いが大きい。特に、妊娠期・産褥期には、女性の生活習慣が大きく変化する時期である。疲労の原因は、「身体的・精神的負荷」である。また、影響を与える要因は「睡眠不足」と「サーカディアンリズム」であることが文献検討から示され、児との関係によって疲労と睡眠が左右されることがわかった。そのため、妊娠期・産褥期の疲労と睡眠は、児の状況をとらえた分析が重要となる。

(2) 看護職の疲労と睡眠に対する労働支援に関する研究動向

看護職の疲労と睡眠に関する文献からは、量的に疲労感や睡眠感を測定する調査が多く、客観的な分析がされていた。質的研究が2編と少なく、主観的な疲労・睡眠に関する意識を客観的に明らかにする調査法の検討が求められるといえる。疲労・睡眠に関しての、看護職全体の対策についての研究が散見するのみで、今後の研究活動が期待される。看護職の疲労と睡眠に関して、患者の安全と健康を守るため、看護職自身が心身の健康を保持増進するための対策の検討が必要である。看護職の疲労・睡眠についての包括的な看護労働対策を進めることが課題といえる。

#### 2) 研究

妊娠11~31週にある妊婦9名（平均26.4±1.9歳）を対象とした。コントロール群は非妊婦9名とした。

妊婦は、睡眠によって疲労感は改善しているものの、就寝前は、非妊婦より疲労感が強く認められた（図1、図2）。睡眠について、妊婦は、総睡眠時間としては、非妊婦に比較すると時間数は多いが、中途覚醒が多く睡眠効率が低いことがわかった（図3、図4）。

妊娠という生理的現象が影響していることが考えられ、妊娠期にある既婚臨床看護師の疲労と睡眠への支援には、良質な睡眠を確保する支援が必要といえる。今後、よりよい睡眠をとり疲労を改善することが、妊娠期の看護師の健康維持に必要であることが示唆された。

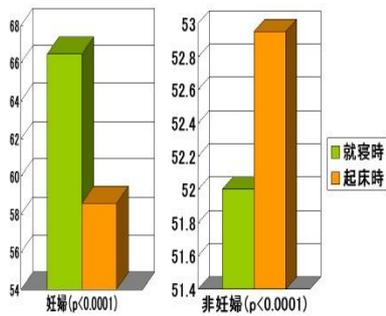


図1 疲労の状況①

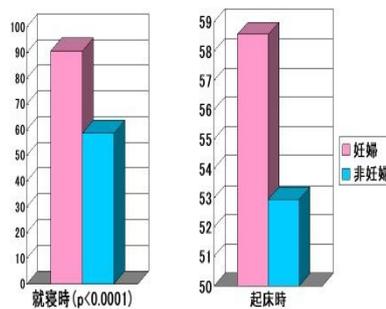


図2 疲労の状況②

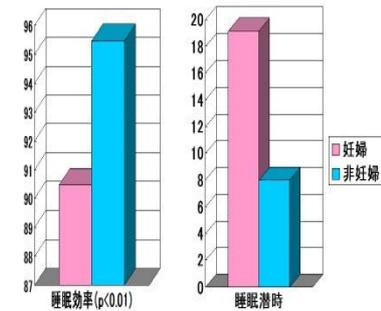


図3 睡眠の状況①

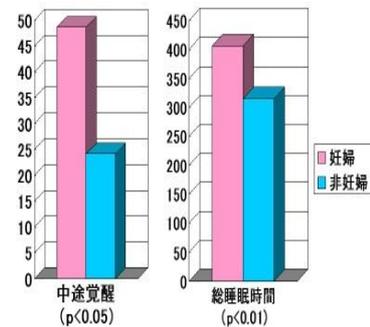


図4 睡眠の状況②

### 3) 研究

5施設7グループ20名を対象とした。対象者の概要を表1に示す。全て女性の師長・課長で、30歳代から50歳代であった。平均看護職経験年数23.2年、平均中間管理職経験年数5.3年、平均インタビュー時間70分であった。

カテゴリー・サブカテゴリーを表2に示す。女性のライフサイクルである妊娠・育児期にある看護師への支援について、中間管理者の立場では、「妊娠出産、結婚、子育て」の時期に、看護師が働きやすい勤務形態を提供できるような体制作りの必要性が意識されていた。

仕事と家庭の両立への子育て支援には、看護師のキャリアの継続が可能となるような多様な働き方が求められる。看護管理として、総合的に妊娠・育児期の臨床看護師の疲労と睡眠への支援対策の検討の必要性が示唆された。

事例	年齢	経験		所属病棟	夜勤形態
		年数 (年)	中間管理職経験年数 (年)		
1	50歳代	32	15	小児	3交代
2	40歳代	22	4	内科系	3交代
3	50歳代	34	10	小児	2交代
4	40歳代	19	1	産科・婦人科	2交代
5	40歳代	22	7	内科系	2交代
6	40歳代	22	3	混合	2交代
7	50歳代	28	10	救命:ICU	2交代
8	40歳代	24	5	MF:ICU	2交代
9	40歳代	22	5	G:ICU	2交代
10	40歳代	26	4	混合	3交代
11	50歳代	30	4	その他	3交代
12	40歳代	20	6	その他	3交代
13	30歳代	16	2	内科系	3交代
14	30歳代	12	3	混合	3交代
15	40歳代	25	9	産科・婦人科	3交代・2交代混合
16	30歳代	17	3	内科系	3交代
17	50歳代	21	1	内科系	2交代
18	40歳代	26	3	混合	3交代・2交代混合
19	40歳代	22	3	混合	2交代
20	50歳代	23	7	混合	2交代

カテゴリー	サブカテゴリー
個々にそって対応する	個人のライフスタイルを尊重する
	それぞれのキャリアをサポートする
	個人の勤務希望の申し出を尊重する
	性格に合わせて応じる
体調調整への対応をする	体調をきつかり配慮する
	妊娠中の体調の自己調整を求める
労働条件を調節する	病棟全体の夜勤を調整する
	労働時間を調整する
	業務の調整をする
職場環境を調節する	人材を大切にす
	妊娠・子育てを考慮した職場風土をつくる
支援体制をつくる	スタッフの協力を得る
	家族の協力を求める
管理者としての役割を果たす	上司としての立場を示す
	自身の妊娠・育児体験を話す
子育てを支援する	保育支援をする
	就学支援をする
支援全体を検討する	病院の方針を説明する
	教育プログラムを考える 国の制度について考える

#### 4) まとめ

妊娠・育児期にある臨床看護師の職場定着に向けて調査の結果、システム構築については以下の点が明らかになった。

妊娠期にある既婚臨床看護師の疲労と睡眠への支援には、良質な睡眠を確保する支援が必要である。

妊娠・育児期の臨床看護師の個人の立場での意識、看護中間管理者による看護管理が組み合わさることで、妊娠・育児期の臨床看護師への充実した支援が展開できる。

#### <引用文献>

- 井谷徹(2002):新版「自覚症状しらべ」の活用法、労働の科学、57(5)、37-44.  
志賀くに子、兒玉 英也(2011):アクティグラフによる妊娠末期の妊婦の睡眠健康評価とその臨床的意義、母性衛生、52(3)、201.  
新小田春美、松本一弥、野口ゆかり、平田伸子(2000):妊娠末期から産後28週までのActigraphと睡眠日誌から見た睡眠・覚醒行動、九州大学医療技術短期大学部紀要、27、47-54.  
杉原喜代美(2007):育児期にある母親の背景要因が睡眠感、疲労感に及ぼす影響、ヘルスサイエンス研究、11(1)、13-18.

#### 5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

##### [雑誌論文](計2件)

栗田佳江、市江和子、宮武陽子、杉原喜代美、看護職の疲労と睡眠に対する労働支援に関する研究動向、足利工業大学看護実践教育研究センター 看護学研究紀要、査読有、2、2014、41-47.

栗田佳江、市江和子、宮武陽子、杉原喜代美、女性の妊娠と睡眠・疲労への支援に関する文献検討、足利工業大学看護実践教育研究センター 看護学研究紀要、査読有、Vol.2、2014、49-54.

##### [学会発表](計4件)

市江和子他、妊娠・育児期にある臨床看護師の支援に関する病院中間管理者に対する実態調査、一般社団法人日本看護研究学会第40回学術集会、2014年8月23日~2014年8月24日、奈良県文化会館(奈良県奈良市)

杉原喜代美他、妊娠期にある既婚臨床看護師の疲労と睡眠の実態、一般社団法人日本看護研究学会第40回学術集会、2014年8月23日~2014年8月24日、奈良県文化会館(奈良県奈良市)

市江和子他、看護職の疲労と睡眠に対する労働支援に関する文献検討、一般社団法人

日本看護研究学会第39回学術集会、2013年8月22日~2013年8月23日、秋田県民会館、アトリオン(秋田県秋田市)

市江和子他、女性の妊娠と睡眠・疲労への支援に関する文献検討、第44回日本看護学会 母性看護学術集会、2013年9月26日~2013年9月27日、岡山コンベンションセンター(岡山県岡山市)

#### 6. 研究組織

##### (1)研究代表者

杉原 喜代美(SUGIHARA,Kiyomi)

足利工業大学看護学部・教授

研究者番号:70299824

##### (2)研究分担者

市江 和子(ICHIE,Kazuko)

聖隷クリストファー大学看護学部・教授

研究者番号:00279994

栗田 佳江(KURITA,Yoshie)

足利工業大学看護学部・准教授

研究者番号:80289800

宮武 陽子(MIYATAKE,Yoko)

足利短期大学看護学科・助教

研究者番号:60597897