

中堅期保健師のワーク・ライフ・バランスの現状・課題の検討と
ソーシャルサポートプログラムの開発

令和 5 (2023)年度

看護学専攻 広域看護学分野 在宅・地域看護学領域
氏名： 齋藤公彦

論文要旨

キーワード：行政保健師，中堅期保健師，ワーク・ライフ・バランス，ソーシャルサポート，職場の支援

研究背景と目的（第1章：第2章）

わが国において看護職は，1948（昭和23）年施行の保健師助産師看護師法の下，保健師，助産師，看護師の3職種のことをいい，保健師は現在まで様々な社会情勢の変化の中においても，国民の健康に直接かかわりを持ちながら活動している。

1997（平成9）年の地域保健法施行，1999年（平成11）年度からの大規模な市町村合併，さらに2000（平成12）年の介護保険法の施行等の様々な法改正により，行政保健師の業務の増加と業務内容に関する変化が増大してきた。行政保健師が関わる対象は，健康問題に限らず，福祉・教育の分野にも拡大し，年々複雑化し，対応に困難を伴う事例も増加しているのが現状である。

本研究で焦点を当てている中堅期の保健師とは保健師経験5年以上19年未満の保健師である。この年代の保健師は，自己のキャリア確立の時期である。また，20歳代から40歳代が多いことから，成人期から壮年期の発達課題でもある仕事以外の家族形成や子育て，親の介護などの家庭における役割，近隣や地域での役割に向き合わなければならない時期でもある。それと共に，保健師を取り巻く状況の大きな変化に対応し，多様な業務を遂行するためには自己研鑽のための時間を確保することも必要である。そのため，多忙な業務やストレスにさらされ，情緒的消耗感がみられたり，仕事への達成感の低下などが生じがちである。

このように，中堅期の保健師は，家庭と仕事の両立というワーク・ライフ・バランスの欠けた状況に陥りやすい時期である。中堅期の保健師が意欲を持って能力を発揮しながら働くためには，仕事と生活それぞれに満足感を持てるワーク・ライフ・バランスが重要である。そのため，ソーシャルサポートとしての育児や介護支援，また発達段階に合わせて職場環境などの支援が整うことで，中堅期保健師のワーク・ライフ・バランスが充実していくのではないかと考えた。

本研究は，保健師業務の現状と保健師のワーク・ライフ・バランスとソーシャルサポートに関する先行研究や自分自身の修士論文の研究結果などを基に調査を行い，中堅期保健師のワーク・ライフ・バランスに関する意識，職場・制度上の支援に関する認識とそれぞれの関連要因を明らかにする。さらにその結果を踏まえて，中堅保健師がソーシャルサポートを活用しながらワーク・ライフ・バランスの実現を目指すプロセスをインタビュー調査で明らかにする。それらの調査結果から，年代・生活に合わせたきめ細かなソーシャルサポートプログラムの開発を目的とする。

倫理的配慮(第3章)

本研究は広島文化学園大学看護学部・看護学研究科の倫理委員会の承認を得て行った。
(承認番号：1911)

各研究段階の展開

(1)先行研究の分析（第4章）

研究目的：保健師のワーク・ライフ・バランスとソーシャルサポートに関する研究動向から、現在までの先行研究の成果を整理し、提示されている課題の把握を目的とした。

研究方法：医学中央雑誌 Web 版および CiNii を用いてデータベース検索を行った。

研究結果：文献検索の結果、ワーク・ライフ・バランスに関する先行研究論文 9 件とソーシャルサポートに関する先行研究 7 件が抽出され、それらの文献を 3 つの領域に分けて分析した。①「仕事への認識・意欲・職場環境」では、女性特有のライフスタイルを考慮した就業体制、バーンアウト、離職予防につなげるための提言がいくつかあった。②「研修会参加、学会発表などの行動」は、専門能力向上意識・職務満足感に強く影響しており、自己学習を支援する組織的体制が望まれていた。③「家庭・地域活動」に関しては、家庭内役割の充足感がワーク・ライフ・バランスに関連しており、職業と自己の生活は切り離すことができないものであると結論づけられている。

考察：中堅期保健師のワーク・ライフ・バランスや職場における支援への意識に関する研究はなされておらず、どのような意識を持って仕事にあたっているかを明らかにすることは、今後の中堅期保健師の支援に重要なことである。そのため、ワーク・ライフ・バランスの意識、職場の支援への認識を明らかにすることは重要であると考えられる。

(2) 中堅期保健師のワーク・ライフ・バランスに対する意識と関連要因に関する調査 (第 5 章)

研究目的：中堅期保健師のワーク・ライフ・バランスに関する意識を分析し関連要因を明らかにすることを目的とした。

研究対象・方法：調査方法は質問紙を用いたアンケート調査である。対象は中国四国地方 9 県の 202 市町村の保健センターに勤務する中堅期保健師である。調査期間は 2021 年 10 月であった。

研究結果：回答率は 23.9%であった。中堅期保健師のワーク・ライフ・バランスに対する意識に関しては、【生活の満足度】【仕事に対する思い】【職場環境・支援への意識】【業務内容に対する意識】の 4 因子で構成されていた。関連要因として「子育てと仕事の両立の困難感」「プライベートの生活内容や時間確保、特に時間の質」「時間外勤務の増加」「有給休暇の取得のしやすさ」「疲労の持ち越し」などが挙げられた。

考察：中国四国地方の市町村保健センターに勤務する中堅期保健師のワーク・ライフ・バランスに対する意識に関する調査結果では、職場環境や業務内容の検討、ソーシャルサポートによる支援体制が重要であることが示唆された。

(3) 中堅期保健師の職場の支援に関する認識と関連要因に関する調査 (第 6 章)

研究目的：中堅期保健師の生活における育児・介護などのライフイベントや地域役割遂行のために、必要な職場や制度上の支援に対する認識を調査し、課題を抽出することを目的とした。

研究対象・方法：この調査は前述の調査時に同じ対象者に行っているが異なった質問紙票を使用している。

研究結果：中堅期保健師の職場の支援に関する認識は【経済的支援】【家族介護への支援】【育児休業に対する支援】【能力開発・柔軟な労働支援】【メンタルヘルス支援】の 5 因子で構成されていた。関連する要因として「労働時間などの環境の柔軟性」「就業継続の保

障」「研修・学習機会の確保」「自己啓発，ボランティアなど私的生活充実の保障」のような個人生活への幅広い支援に対する認識が高いことが明らかになった。

考察：中堅期保健師の職場からの支援に関する認識は，個人生活への幅広い支援に対する認識が高く，生活に対する職場からの支援に関連する認識を高めていく重要性が明らかとなった。

(4) 中堅保健師がソーシャルサポートを活用しながらワーク・ライフ・バランスの実現を目指すプロセス (第7章 インタビュー調査)

研究目的：多忙な状態の中堅期保健師が，どのような視点で職業生活と家庭生活を展開してきたか，どのようなソーシャルサポートを活用しながらワーク・ライフ・バランスを目指しているのか，そのプロセスを明らかにすることを目的とした。

研究対象・方法：調査対象者は，中国四国地方で働く中堅期の行政保健師8名である。データ収集の期間は2023年9月である。コロナの影響のため，直接面接によるものではなくZoomを用いた個別インタビューを行った。

研究結果：ワーク・ライフ・バランスへの意識は【ワーク・ライフ・バランスの優先順位の1位は家庭】【意義ある仕事である】という気持ちをもっており，【各種のサポートを活用しつつ暮らす】生活を送り，人生における危機的状況は《問題を周囲にオープンにする》ことで周囲の力を借りて乗り切ってきた。《ワーク・ライフ・バランスを高めるためには》【人員増加の希望】【業務改善への提言】【もっと自分の時間を】と業務に関する提言をしつつ，さらに【研修会参加】では，ワーク・ライフ・バランスを達成するためには支援制度の整備充実を要求するのみでは不十分である，自分たちで変えていく力をつけるために研修が必要と認識している。最後に【今後の人生】として，「自分のしたいことを大切に」「住民に寄り添った保健師を目指す」と将来を見据え，より高度な専門職としての生き方を目指している。

考察：インタビュー調査からは，職場環境などの支援を求めるのみではなく，自分自身の生活の充実やスキルアップに対する支援を求めていることが明らかとなり，このことが業務の効率向上へ繋がり，ワーク・ライフ・バランスへの充実と好循環をもたらすのではないかと考えられる。

(5) 中堅期保健師のワーク・ライフ・バランス向上を目指したソーシャルサポートプログラム開発 (第8章)

研究目的：第5章，第6章，第7章の調査結果からソーシャルサポートに関して，いくつかの課題が抽出され，それを基にソーシャルサポートプログラム案の作成を目的とした。

研究結果：調査結果は多岐にわたっていたが，調査結果の分析で，有意差のあった項目を主体にインタビューの調査結果で裏打ちされた部分に重点を置いて項目を選出した。大項目はワーク・ライフ・バランスに影響があると考えられる項目として「インテーク（相談受付）」「子育ての困難感」「子育て世帯への経済的支援」「能力開発」「業務内容の改善（疲労の軽減）」「職場内コミュニケーション」「メンタルヘルス」「まとめ」の8項目とした。

考察：調査の結果に基づき，ソーシャルサポートプログラム案を作成しているため，本プログラム案を職場内で活用することで，中堅期保健師のワーク・ライフ・バランスの充実に繋がると考えられる。

結論

中堅期保健師のワーク・ライフ・バランスの現状について実態調査を行い、中堅期保健師のワーク・ライフ・バランスに対する意識や職場の支援に関する認識・現状について総合的に考察を行った。調査・分析の結果、①プライベートの生活内容や時間確保の重要性。②職務・職場環境においても、余暇時間の過ごす内容によって満足度へと影響がで、ワーク・ライフ・バランスの自己評価に影響があった。③私的生活の充実の保障といった個人生活への幅広い支援に対する認識が高い。④制度の充実を要求するのみではなく自身の力をつけて、働く環境を変えていこうとする姿勢。といった内容が明らかとなった。また、調査結果からソーシャルサポートに関して、いくつかの課題が抽出され、それを基にソーシャルサポートプログラム開発試案を作成した。

本研究は中堅期保健師という狭い集団への調査であり、結果を就業者へと一般化するには難しい。今後はプログラムを実際に活用し、検証を行う予定である。

広島文化学園大学大学院報 (No. 乙1)
看護学研究科

博士学位論文

論文の内容の要旨

乙第1号

令和6年(2024年)3月14日

発行 広島文化学園大学大学院看護学研究科
〒737-0004 広島県呉市阿賀南2丁目10番3号

TEL・FAX: (0823) 74-5512

URL <http://www.hbg.ac.jp/>