

研究代表者 所属・職：看護学部・看護学科

氏 名：水谷 聖子

研究課題名：大学生時代に培う健康課題別のヘルスリテラシーと健康管理のあり方に関する研究

#### 研究の概要

本研究全体は『大学生時代に培う健康課題別のヘルスリテラシーと健康管理のあり方に関する研究』である。2024年度の日本の大学数は796校で、文部科学省学校基本統計確定値（2023）によると大学（学部）進学率は57.7%で、二人に1人は大学に進学している。健康日本21（第3次）「全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」に向けて、①健康寿命の延伸・健康格差の縮小、②個人の行動と健康状態の改善、③社会環境の質の向上、④ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの4つの計画が示されている。大学生のヘルスリテラシーに関する文献検討では、対象者や調査時期にばらつきがあり、ヘルスリテラシーに関する系統的な取り組み、経年変化を明らかにしているものはなかった。

本研究は、健康日本21（第3次）の4つの計画の一つである④ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりをベースに、プレコンセプションケア、社会人基礎力、健康経営や事業所の産業保健の動向を鑑み、大学生時代に培う健康課題別のヘルスリテラシーを明らかにする。さらに、大学におけるヘルスリテラシーに関する健康管理のあり方を検討し、大学におけるヘルスリテラシーを基軸とした健康管理ガイドブックを作成する3年計画の研究である。

#### 達成状況・成果内容

1. 文献検討の結果を論文としてまとめ、研究視点を明確にした。

大学生においてヘルスリテラシーに関して2018年～2022年に関する研究論文をヘルスリテラシーの「情報の入手」「情報の理解」「情報の評価」「情報の活用」の4つの能力や、ヘルスリテラシー獲得に関連する要因を検討した。該当文献数は26件で、ヘルスリテラシーの内容では、休養・心の健康づくり（7件）、月経・低容量ピル・妊孕力（5件）、栄養・食生活（4件）、子宮がん（2件）の順であった。ヘルスリテラシーの内容を踏まえた系統的な取り組み、経年変化を調査したものもなかった（水谷、2025）。

南（2026）は、2016年～2025年に労働者へのヘルスリテラシーに関する512件の文献から、新入社員の健康管理に関する22件について概観した結果、欧州調査では教育・所得が低い層でヘルスリテラシーが低いことが明らかにされている。国内でも研究数は増加傾向にあった。若年労働者を対象とした研究では、大学生のヘルスリテラシーは経験・教育環境・コミュニケーション能力により向上し、批判的ヘルスリテラシーに関する研究はなかった。新入社員を対象とした研究はほぼ存在せず、産業保健領域でもヘルスリテラシーと生活習慣・労働適応能力の関連は示されたものの、体系的支援は不足していた。

2. 7th International Global Network of Public Health Nursing Conference (GPHNC) 学会参加とフィールドリサーチ

1) 7月28日～30日に、7th International Global Network of Public Health Nursing Conference (第7回 GPHNC) は、カナダのカルガリー大学で開催され、学会発表並びに学会プログラムに参加した。第7回 GPHNC は、世界各地から300名以上が参加し、公衆衛生看護に関する国際的な議論が活発に行われた。基調講演で

は ICN CEO Howard Catton 氏が、保健師の信頼性とワクチン推進への貢献を強調し、SDGs 達成に向けた労働環境整備と人材投資の重要性についての指摘があった。ヘルスリテラシーに関する発表は 3 件に留まっていた。ヘルスリテラシーは、専門職の実践における重要課題として位置づけられていた。

## 2) フィールドリサーチ

今後行う大学並びに事業所を対象とした質問紙による調査について、ヘルスリテラシー先進国の情報をふまえて内容の精選のため、ヘルスリテラシーに先駆的に取り組んでいるアメリカのロサンゼルス、ならびにカナダのカリガリーにて、大学生への取り組みを中心にヘルスリテラシーに関するフィールドワークとリサーチを実施した。

### ① カナダ・アルバータ州の現地調査

多文化社会を背景に、州全体でヘルスリテラシー向上を支える仕組みが整備されていた。州政府はオンラインサービスを統合し、住民が 24 時間健康情報にアクセスできる環境を構築されていた。基礎的な学習支援では、読み書き等の基礎的な学習支援や、医療制度の理解が不十分であり支援が必要な方に対して、アルバータ州は「Community Adult Learning Program (CALP)」などを通じて、ヘルスリテラシーを含む基礎的な学習支援を強化していた。看護師が対応する Health Link 811、地域コミュニティによる健康教育など、多層的な支援が展開されていた。特に公的図書館は、医師常駐、信頼性の高い医療情報への無料アクセス、多言語支援、デジタルリテラシー教育など、住民の健康情報アクセスを支える重要な拠点となっていた。さらに、学校教育や都市の物理的環境整備を通じ、生涯にわたる健康行動を支える取り組みが進められていた。

アルバータ州の「Living Literacy」は、リテラシーを単なる読み書き能力に限定せず、「個人が豊かな生活を送り、社会に貢献するために必要な総合的なスキル」として捉えていた。ヘルスリテラシーは、「より良い生活の質を築くための基盤スキル (Living Literacy) の一部」である。この考え方にに基づき、ヘルスリテラシー支援は、医療部門だけでなく、教育、コミュニティ、産業界など多様な分野と連携して進められていた。

アルバータ州は、地区単位で地域課題・生活課題・健康課題に関するデータがわかりやすく示され、居住地域の健康に関する課題について住民自身が容易にアクセスでき、自分事として捉えられるようされていた。  
<https://www.albertahealthservices.ca/default.aspx>

## 3. 産業保健専門家による情報提供

2026 年 3 月には、中小企業の産業保健に携わる産業保健師 2 名を対象に情報提供、インタビューを依頼した。内容は、産業保健師として、日ごろの活動を通して感じていること、ヘルスリテラシーに関しては、労働者、新入社員、大学生活で培うこと、大学生活における健康支援、産業保健師に求められる能力などについて尋ねた。

新入社員は労働法や制度、健康管理に関する基礎知識が乏しく、受け身的で主体的行動が弱い傾向がみられる。また、職場適応の困難さにはコミュニケーション力やキャリア観の未形成など、社会的健康の課題が関与している。産業保健師には、個別面接や研修を通じて職場の課題をアセスメントし、事業所ニーズに応じた支援を構築する役割が求められる。大学の段階から労働や健康に関する教育を体系的に行い、主体的に保健行動を選択できる力を育成するプログラム、誰もがアクセスできる開発が望ましい。

## 4. 「産業現場で活動する保健師等を対象とした基礎研修」講師養成研修

大学の健康管理部門や事業所における看護職である保健師の法的な位置づけがない。そのため、各大学、各

事業所の保健師の採用はそれぞれの判断である。本研修は、「産業現場で活動する保健師・看護師の活用及び資質向上のための方策に係る研究」（令和4～6年度厚生労働行政推進調査事業費補助金（労働安全衛生総合研究事業）23JA2001 代表者 中谷淳子（産業医科大学））の成果の一貫で、「産業現場で活動する保健師等を対象とした基礎研修」で講師養成として2026年3月に開催された。ライフコースのアプローチにおいて法的な位置づけがない大学や事業所のヘルスリテラシーの検討に有益な研修であった。

## 5. 学会参加

日本産業衛生学会、日本産業看護学会、日本公衆衛生学会などに出席した。演題発表の他、最新の研究動向に関する情報収集や専門家らとの意見交換を通して今後の研究の方向性に示唆を得た。

## 6. 今後の予定

1) 全国の大学健康管理センター部門に所属する看護職（保健師、看護師ら）を対象とした実態調査助成金交付期間に実施できなかったが、2026年5月に実施予定である。

2) 2027年2月

2027年2月14～19日 インドのムンバイで開催される International Commission on Occupational Health (ICOH) にて本研究の一部を発表予定である。

## 【成果】

- ・水谷聖子、高松三沙子、南千晴、尾関唯未、森礼子（2025） 大学生のヘルスリテラシーに関する文献検討—将来に向けた健康管理能力の支援— 日本福祉大学社会福祉論集 153号 pp45-56
- ・南千晴、高松三沙子、尾関唯未、森礼子、水谷聖子（2026） 労働者のヘルスリテラシーに関する文献検討—新入社員における健康管理能力の支援に向けて— 日本福祉大学健康科学論集 29号 pp27-34