

口演9

質的研究 — 身体・心理・社会的視点からの考察 —

○吉武^{よしたけ} 姿子^{しなこ}、平川 仁尚（あいち健康の森健康科学総合センター）

【要旨】本研究の目的は、介護職に従事する女性労働者の更年期健康課題を明らかにし、離職防止を通じて高齢者福祉に寄与することである。37～67歳の女性20名を対象に半構造化インタビューを実施した。質的内容分析の結果、身体的側面では疲労感や集中力低下、感情の変動、心理的側面では老化への不安や自己肯定感の低下、社会的側面では更年期へのタブー視や職場での孤立感が抽出された。更年期支援には、身体的・心理的・社会的な多面的アプローチが必要であることが示唆された。

【背景】近年、女性は超高齢社会を支える介護現場で重要な役割を担っている。その健康維持と離職防止は、安定的なケア提供を通じて高齢者福祉の質向上に直結する。とくに更年期は、身体的変化に加え社会的役割や家庭要因が重なり、職務の質の低下や離職につながる可能性がある。本研究は、介護職女性が更年期に直面する身体的・心理的・社会的課題とその背景を明らかにし、支援策の検討につなげることを目的とする。

【方法】本研究では、女性が多く従事する介護職を中心に、雪だるま式サンプリングを用いて37～67歳の働く女性20名を対象とした。データ収集は、3～6人のグループ単位で実施した半構造化インタビュー（各回約60分）およびSNSのチャット機能を活用して行った。収集したデータは、質的内容分析により分析した。

【結果】女性労働者が更年期に直面する健康課題について8つのカテゴリが抽出され、身体的・心理的・社会的健康課題という3つのテーマに分類した。身体的課題としては《疲労感》《集中力の低下》《感情の変動》が抽出され、これらは不定愁訴として表れていた。心理的課題としては《老化への不安》や《自己肯定感の低下》が抽出され、自己受容の困難さが語られた。社会的課題では《更年期に対するタブー視》《職場での孤立感》《職場環境や人間関係のストレス》が抽出され、支援への妨げや症状悪化、離職につながる要因として語られた。

【考察】本研究から、介護職女性の更年期健康課題は、身体的・心理的・社会的要因が複雑に影響を及ぼしあっていることが示された。日常の疲れと区別しにくい不定愁訴として現れる更年期症状は自覚や言語化が困難であり、さらに自己肯定感の低下や老化への不安といった心理的課題が絡み合い、支援を求めにくい状況を生じていた。社会的には、更年期へのタブー視が、女性の孤立感や不調の増悪、心理的自己受容の困難さにつながることも明らかとなった。これらの結果は、更年期女性の支援には身体・心理・社会の多面的な配慮が不可欠であることを示唆している。

【結論】更年期の働く女性の支援には、身体的・心理的・社会的側面からの包括的アプローチが必要である。更年期に対する正しい知識の普及、理解ある職場文化の形成、女性の自己受容の促進、職場の支援体制の整備が重要である。