

Title	精神的な健康増進と循環器疾患を予防するストレスマネジメントプログラムの構築
Sub Title	Construction of the stress management program to promote mental health and prevent cardiovascular disease
Author	吹田, 晋(Fukita, Susumu)
Publisher	慶應義塾大学
Publication year	2018
Jtitle	学事振興資金研究成果実績報告書 (2017.)
JaLC DOI	
Abstract	<p>1. 目的 本研究は2年間の研究計画で、精神的健康の増進と循環器疾患予防を組み合わせたストレスマネジメントプログラムを構築することを目的とする。平成29年度は、壮年期の地域住民を対象に、循環器疾患リスクと心理的要因、精神的健康、社会的要因の関連性について検討をした。</p> <p>2. 方法 A自治体の40歳から59歳の住民1,209名に無記名自記式質問紙による郵送調査を行った。調査項目は(1)基本属性、(2)循環器疾患リスク、(3)心理的要因、(4)精神的健康、(5)ストレスに関すること、(6)社会的要因等であった。分析方法は循環器疾患リスクを目的変数とする重回帰分析を行った。説明変数は循環器疾患リスクと各項目の関連性の分析において有意な関連が認められた項目とした。</p> <p>3. 結果 返信が得られたのは393名(回収率32.5%)であった。そのうち有効回答者数は362名であり、男性148名(40.9%)、女性211名(58.3%)、不明3名(0.8%)であった。平均年齢は52歳であった。循環器疾患リスクが高いことを説明するモデルは、ストレスマネジメントを実践していないこと($p=0.004$)、地域活動に参加していること($p=0.003$)、常勤の一般従業員であること($p=0.040$)であった。</p> <p>4. 考察 循環器疾患リスクが高いことに、ストレスマネジメントを実践していないことが関連していたことから、循環器疾患の予防対策としてストレスマネジメントが有効であることが示唆された。さらに、地域活動に参加していること、常勤の一般従業員であることが関連していた。このことから、地域活動の場でプログラムを実施することや、地域の事業場と連携してプログラムを行うことで、プログラムが必要な対象者に効果的に活動を展開できると考えられた。平成30年度は、プログラムを住民に実施し、精神的健康の増進と循環器疾患の予防の効果を明らかにする。</p> <p>1. Purpose The aim of this study is to construct the stress management program to promote mental health and prevent cardiovascular disease for 2017-2018. In 2017, we investigated the relationship between risk of cardiovascular disease and psychological factors, mental health, social factors.</p> <p>2. Method The questionnaire survey by mail was conducted for 1209 residents aged 40-59 years who live at X municipality. The contents of questionnaire were as follows : (a) demographical characteristics, (b) risk of cardiovascular disease, (c) psychological factors, (d) mental health, (e) things about stress, (f) social factors. Multiple regression analysis was used. Dependent variable was risk of cardiovascular disease. Independent variables were items which significantly related with risk of cardiovascular disease on correlation analysis respectively.</p> <p>3. Results 393 residents replied and there were 362 valid respondents -male 148 (40.9%), female 211 (58.3%), unknown 3 (0.8%)-. Average age was 52 years. In the results of multiple regression analysis, inactive of stress management ($p=0.004$), participation in community activities ($p=0.003$) and full time employee ($p=0.040$) were predictors of increased risk of cardiovascular disease in this model.</p> <p>4. Discussion This study indicated that inactive of stress management was associated with increased risk of cardiovascular disease, so it is thought that stress management might be effective to prevent cardiovascular disease. Furthermore, participation in community activities and full time employee were associated with increased risk of cardiovascular disease. Accordingly, we could carry out the program effectively for residents who should take the program in cooperating with community activities and workplace health promotion activities. In next year, we will carry out the program on residents to reveal the effect for promoting mental health and preventing cardiovascular disease.</p>

Notes	
Genre	Research Paper
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=2017000001-20170232

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the KeiO Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

研究代表者	所属	看護医療学部	職名	助教(有期)	補助額	300 (A) 千円
	氏名	吹田 晋	氏名(英語)	Susumu Fukita		
研究課題(日本語)						
精神的な健康増進と循環器疾患を予防するストレスマネジメントプログラムの構築						
研究課題(英訳)						
Construction of the stress management program to promote mental health and prevent cardiovascular disease						
1. 研究成果実績の概要						
<p>1.目的 本研究は2年間の研究計画で、精神的健康の増進と循環器疾患予防を組み合わせたストレスマネジメントプログラムを構築することを目的とする。平成29年度は、壮年期の地域住民を対象に、循環器疾患リスクと心理的要因、精神的健康、社会的要因の関連性について検討をした。</p> <p>2.方法 A自治体の40歳から59歳の住民1,209名に無記名自記式質問紙による郵送調査を行った。調査項目は(1)基本属性、(2)循環器疾患リスク、(3)心理的要因、(4)精神的健康、(5)ストレスに関すること、(6)社会的要因等であった。分析方法は循環器疾患リスクを目的変数とする重回帰分析を行った。説明変数は循環器疾患リスクと各項目の関連性の分析において有意な関連が認められた項目とした。</p> <p>3.結果 返信が得られたのは393名(回収率32.5%)であった。そのうち有効回答者数は362名であり、男性148名(40.9%)、女性211名(58.3%)、不明3名(0.8%)であった。平均年齢は52歳であった。循環器疾患リスクが高いことを説明するモデルは、ストレスマネジメントを実践していないこと(p=0.004)、地域活動に参加していること(p=0.003)、常勤の一般従業員であること(p=0.040)であった。</p> <p>4.考察 循環器疾患リスクが高いことに、ストレスマネジメントを実践していないことが関連していたことから、循環器疾患の予防対策としてストレスマネジメントが有効であることが示唆された。さらに、地域活動に参加していること、常勤の一般従業員であることが関連していた。このことから、地域活動の場でプログラムを実施することや、地域の事業場と連携してプログラムを行うことで、プログラムが必要な対象者に効果的に活動を展開できると考えられた。平成30年度は、プログラムを住民に実施し、精神的健康の増進と循環器疾患の予防の効果を明らかにする。</p>						
2. 研究成果実績の概要(英訳)						
<p>1. Purpose The aim of this study is to construct the stress management program to promote mental health and prevent cardiovascular disease for 2017-2018. In 2017, we investigated the relationship between risk of cardiovascular disease and psychological factors, mental health, social factors.</p> <p>2. Method The questionnaire survey by mail was conducted for 1209 residents aged 40-59 years who live at X municipality. The contents of questionnaire were as follows: (a) demographical characteristics, (b) risk of cardiovascular disease, (c) psychological factors, (d) mental health, (e) things about stress, (f) social factors. Multiple regression analysis was used. Dependent variable was risk of cardiovascular disease. Independent variables were items which significantly related with risk of cardiovascular disease on correlation analysis respectively.</p> <p>3. Results 393 residents replied and there were 362 valid respondents -male 148(40.9%), female 211(58.3%), unknown 3(0.8%)-. Average age was 52 years. In the results of multiple regression analysis, inactive of stress management (p=0.004), participation in community activities (p=0.003) and full time employee (p=0.040) were predictors of increased risk of cardiovascular disease in this model.</p> <p>4. Discussion This study indicated that inactive of stress management was associated with increased risk of cardiovascular disease, so it is thought that stress management might be effective to prevent cardiovascular disease. Furthermore, participation in community activities and full time employee were associated with increased risk of cardiovascular disease. Accordingly, we could carry out the program effectively for residents who should take the program in cooperating with community activities and workplace health promotion activities. In next year, we will carry out the program on residents to reveal the effect for promoting mental health and preventing cardiovascular disease.</p>						
3. 本研究課題に関する発表						
発表者氏名 (著者・講演者)	発表課題名 (著書名・演題)	発表学術誌名 (著書発行所・講演学会)	学術誌発行年月 (著書発行年月・講演年月)			