

健康リテラシーの概念と評価

渡邊 正樹*

The concept and evaluation of “health literacy”

Watanabe Masaki

キーワード

健康情報	health information
健康リテラシー	health literacy
健康教育	health education
評価	evaluation
ポートフォリオ	portfolio

I はじめに

2000年に厚生省（現厚生労働省）から発表された「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」の総論第9章「健康情報システムの確立」において、健康情報システムにおける個人の役割について次のように記されている。

「個人の健康に関する情報は基本的には各個人に属する。したがってこれらの情報は各個人が責任を持って管理し、それを十分に活用しながら健康の実現を目指すべきである。また自らの健康の実現のために資源を選択するには、資源に関する情報を個人が把握する必要がある、その世代や年代に適した情報媒体

*東京学芸大学

が用意されていなければならない。」¹⁾

メディアの多様化と発展によって、多くの健康情報を誰もが容易に手に入れることが可能となった。しかしその情報の内容は、必ずしも科学的根拠に基づいた正確なものとはかぎらない。情報の表現の仕方によって受け手側の認知が変わってくる場合や、一部の薬品や健康食品などについては、マスメディアを通じて意図的に歪曲した情報が流される場合も少なくない。前述の健康情報システムにおける個人の役割でも触れてあるように、一人一人が健康情報を正しく理解し、適切に活用することが現在われわれに求められているといえるであろう。

このような状況のもと、「健康リテラシー (health literacy)」という概念が注目されるようになってきた。健康リテラシーとは、1990年代初めより米国を中心に医療、看護および健康教育の領域において、しばしば用いられている用語である。健康リテラシーは、健康問題の種別によらず、健康を保持増進する行動を左右すると考えられる普遍的な能力である。本稿では、この健康リテラシーの概念を検討し、その評価方法のあり方について論じる。

II 健康リテラシーの定義

リテラシーには「識字能力」という意味があるが、健康リテラシーは単なる識字能力にとどまらない概念である。1990年に The Joint Committee on Health Education Terminology (以下、JCHET と略す) は、健康リテラシーを「基本的な健康情報や健康サービスを知り、それを解釈・理解することのできる能力であり、また健康状態を高めるようにそのような情報やサービスを活用できる能力」と定義した²⁾。この定義では情報を適切に活用する能力を含んでいる。JCHET の定義を採用したのものとして、たとえば1995年にアメリカがん協会が中心となって策定された National Health Education Standards (以下、NHES と略す) があげられる³⁾。NHES は学校健康教育の達成目標を、幼稚園から12年生までの発達段階に応じて示したものであり、NHES のなかでは健康

教育を通じて健康リテラシーが育成されるものとしている。またそれ以前の1994年に、米国カリフォルニア州教育局は公立学校のための学校健康教育ガイドラインを示した手引書「ヘルス・フレームワーク」⁴⁾を出版した。ここでもJCHET定義による健康リテラシーが採用され、健康リテラシーを身につけることに学校健康教育の主眼があると記述されている。

WHO（世界保健機関）はHealth Promotion Glossaryのなかで、健康リテラシーを「健康を保持増進するように、情報を得て、理解し、利用するための動機づけと能力を決定する認知的・社会的スキル」と定義している⁵⁾。また健康リテラシーはヘルスプロモーションにおけるエンパワーメントにとっても不可欠であることも記述されている。WHOとJCHETは異なる定義を用いているが、単に健康情報を読み取るという能力にとどまらず、情報を適切に活用することまで含んでいる点では共通している。

III 健康リテラシーの下位概念

健康リテラシーの定義とは異なり、その下位概念については様々な考え方がみられる。たとえばNHESでは健康リテラシーを身につけた人間は、「批判的に思考し、問題解決する人間」、「責任ある創造的な人間」、「自己学習できる人間」、「上手にコミュニケーションできる人間」としている。この下位概念では、批判的思考や対人コミュニケーションのような心理社会的なスキル面が重要な要素となっていることがわかる。またカリフォルニア州の「ヘルス・フレームワーク」では、健康リテラシーを4つの領域に分け、「生涯にわたる自分の健康に対して、責任をもつ」、「他者の健康を尊重し、他者へのヘルスプロモーションを実践する」、「発育発達の過程を理解する」、「健康に関連した情報、製品、サービスを適切に利用する」を設定した。「ヘルス・フレームワーク」では、健康リテラシーと具体的な学習内容との関係を、船の骨組みとそれをつなぐ船体との関係にたとえ、健康リテラシーの役割を明確にしている。なお筆者は、NHESに基づいて日本語の健康リテラシー尺度を試作して大学生を対象に調

査を実施し、「対人コミュニケーション」、「社会と健康との関係」、「計画立案と実行」、「健康の規定要因」、「意志決定」、「リスク認知」、「社会参加」という7つの因子が抽出された⁶⁾。

このように、同じJCHET定義に基づいていても、その下位概念のとらえかたは異なっている。健康リテラシーがどのような下位概念によって構成されるかは、今後検討されるべき重要な課題の一つであろう。

IV 健康リテラシーの評価

健康リテラシーの評価方法としては、まず健康リテラシーの測定尺度を開発する方法があげられる。健康リテラシー尺度としては The Test of Functional Health Literacy in Adults (TOFHLA)がよく知られている⁷⁾。TOFHLAは病院が提示する保健医療情報を患者がどの程度理解できているかを知るために、保健医療情報の文章と数値に対する理解力を測定することを目的に開発された尺度である。この尺度は糖尿病や高血圧などの慢性疾患をはじめとして、実際的な健康問題に対して応用され、実用的な尺度であることが確かめられている⁸⁾。医療や看護領域で用いられる他の同様な尺度でも、医学用語の理解の程度を測定するなど、JCHETの定義による広義な健康リテラシーではなく、文字数値の読解能力のような狭義の健康リテラシーを測定することが主たる目的となっている。

またJCHETの定義に基づく健康リテラシーの測定を試みた前述の日本語の尺度⁹⁾では、尺度全体として健康リテラシーという一つの概念を測定していることが確かめられたが、質問項目が抽象的であり、具体的な健康問題に対するリテラシーの程度を知るという点では問題が残った。これは健康リテラシー尺度の開発全般にかかわる問題であろう。

この問題を解決する一つの方法として、ポートフォリオの利用がある。ポートフォリオは、教育場面においては一般に学習記録のことを指している。ポートフォリオによる学習評価が近年注目されているが、その理由としては形成的

評価や総括的評価に有効であること、結果だけではなく学習プロセスの評価が可能であること、さらに学習者自身が自己評価を行うことができるなどがあげられる⁹⁾。ポートフォリオによる健康リテラシー評価では、尺度を用いた質問紙調査とは異なり、健康情報をどのように理解し、それを利用するかという過程を評価できることに大きな利点がある。しかし学習記録の集積が必要なため、学校以外の医療や看護の場面での応用には困難が伴うと考えられる。

健康リテラシーの評価には、特定の健康問題に応じた質問項目を作成する、複数の評価方法を併用する、特定の下位概念（たとえば批判的思考など）に注目して測定するなどの方法を導入していくことも考えられる。もちろん健康リテラシーの下位概念の検討と評価の問題を切り離すことができないことは言うまでもない。

V おわりに

健康リテラシーは、その評価方法はもちろん、概念自体がいまだ検討の余地が残されている。しかし最初に述べたように、健康情報を受け取る側の能力が問われている現在、どのように一人一人の健康リテラシーを高めていくかは、健康にかかわるすべての領域の関心事であると考えられる。今後この領域の研究が広がることを期待したい。

文 献

- 1) 健康日本21企画検討会・健康日本21計画策定検討会（2000），健康日本21（21世紀における国民健康づくり運動について），健康・体力づくり事業財団，p.52-54.
- 2) Joint Committee on Health Education Terminology（1991），Report of the 1990 Joint Committee on Health Education Terminology, Journal of Health Education, 22：97-110.
- 3) The Joint Committee on National Health Education Standards(1995)，National Health Education Standards An Investment in the Future, American

Cancer Society.

- 4) The California Department of Education(1994), Health framework for California public schools kindergarten through grade twelve. The California Department of Education.
 - 5) WHO/HPR/HEP(1998), Health Promotion Glossary, World Health Organization.
 - 6) 渡邊正樹 (2000), 大学生のヘルス・リテラシーの評価, 日本健康心理学会第13回大会発表論文集, 188-189.
 - 7) Parker RM, Baker DW, Williams MV, Nurss JR (1995), The test of functional health literacy in adults : a new instrument for measuring patients' literacy skills, Journal of General Internal Medicine, 10(10) : 537-541.
 - 8) Baker DW et al. (1999), Development of a brief test to measure functional health literacy, Patient Education and Counseling, 38 : 33-42.
 - 9) 鈴木敏恵 (2000), ポートフォリオで評価革命, 学事出版.
-