滋賀県排尿支援プロジェクトの取り組み ～排尿サポーターの育成について～

発表者名： 久保 亜紀、高田 佳菜
所 属： 滋賀県健康医療福祉部医療福祉推進課
共同研究者名： 中村 愛（彦根市高齢福祉推進課）、五坪 千恵子（彦根市高齢福祉推進課）、荒木 勇雄（南部健康福祉事務所）、角野 文彦（滋賀県健康医療福祉部）、飯田 朋子（同上）

【研究の目的】

令和元年度滋賀の医療福祉に関する県民意識調査¹⁾によると、「1年以内に尿失禁を経験している」者の割合が25.5%であり、そのうち「医療機関へ受診している」者の割合は11.2%と低いのに対し、「尿漏れは治療できるものではない」「年のせいなので仕方がないと思っている」者の割合は64.3%と高く、適切な相談・受診・治療につながっていない現状がある。

このような中、排尿は生活の質（以下 QOL とする。）に深く関係しその維持向上が生活上極めて重要であることから、滋賀県では、排尿に関する支援を行う人材の育成を進め、県下に排尿支援ネットワークの普及を図るとともに、県民にむけて排尿の困りごとに役立つ情報の理解を促すことにより、県民の QOL の維持向上を目指すことを目的に2019年度より当事業を実施することとした。

【研究の方法】

県内の有識者および多職種で構成する排尿支援プロジェクト企画検討会議を設置し、教育プログラムの作成やモデル事業の企画・評価等を行いながら、排尿サポーターおよび排尿支援員の育成、排尿障害に関わる県内の医療機関および訪問看護ステーションのリスト作成、排尿支援リーダーによる情報交換を行った。今回はその中で一般の方を対象に実施した排尿サポーターの育成について報告する。

排尿サポーター育成講座は、彦根市をモデルとし2021年度に彦根市内公民館等で4回実施し、受講者は94名であった。対象は健康推進員・民生委員児童委員・金亀体操指導員等地域で活動をされている方とした。講師は看護師及び保健師とし、排尿サポーターの役割、相談先、排尿のメカニズムや困りごと、おむつの当て方等講義と実技を組み合わせ1時間15分のカリキュラムとした。2022年度にはフォローアップ研修として1回くすのきセンターで実施し、受講者は24名であり、そのうち排尿サポーターの参加は19名であった。講師は保健師およびヨガのインストラクターとし、講義と体操の実習およびグループワークで1時間40分のカリキュラムとした。

【倫理的配慮】

報告にあたり、個人が特定できないよう十分な倫理的配慮を行うとともに、排尿支援プロジェクト企画検討会議委員の同意を得た。

【結果・考察】

排尿サポーター育成講座の参加者への事後アンケートでは、おしっこの「メカニズム」「困りごと」「困りごとの相談先」、「その人に合ったケアによって困りごとが改善すること」「排尿サポーターの役割」の理解が「できた」「まあまあできた」を合わせると、いずれも95%以上であり、カリキュラムは参加者の理解を得られる内容であることがわかった。「本日の講座はこれから活用できるか」という設問については、「思う」「まあ思う」が94%を占めており、今後の活動を実施するにあたり適切な内容であったと考えられる。受講後提出いただいた活動報告に「説明用の資料やパンフレットが必要」「もっと知識を深めたい」等の意見があったことから、排尿に関する相談先等のチラシを作成配布し、2022年度には、最も希望の多かった尿漏れを予防するための骨盤底筋体操についてのフォローアップ研修を実施した。フォローアップ研修では「今日の体操の資料がほしい」という要望が多かったことから、当日の体操について資料を作成し全員に配布した。また、「1人より複数の方が活動しやすい」「骨盤底筋体操を広めていきたい」などの意見があり、今後こういった活動を支えていく必要があると考えている。

今後について、2023年度からは、レイカディア大学でも排尿をテーマにした講座を実施していく予定であり、2022年12月には試行的に草津キャンパスでミニ講座を実施した。併せて、彦根市以外の市町でも自治体ごとの特性を生かして取り組みを進めていきたいと考えており、元気のシニアに正しい知識を持って排尿に関する困りごとの身近な相談者になっていただき、排尿の困りごとを気軽に話せる地域づくりを滋賀県全域で進めていきたい。

【引用文献】

- 1) 滋賀県、令和元年度滋賀の医療福祉に関する県民意識調査報告書、2019（91-93 ページ）