

02-5 長野県東信地区 A 小学校における保護者の足や靴に関する認識 第2報 ～靴の選び方や履き方に関する意識・知識・行動の比較～

井手段幸樹、柿澤美奈子、細谷たき子、小林睦、宮原香里、二神真理子、坂江千寿子

(佐久大学看護学部看護学科)

佐藤美由紀 (新潟大学大学院保健学研究科看護学分野)

キーワード：靴の選び方、靴の履き方、小学校保護者、健康教育

要旨：学童期は成長期であり、健康な足を育成する重要な時期である。児童期の健康な足づくりは、保護者の適切な靴選びやケアに影響をうける。そこで、長野県東信地区に所在する A 小学校保護者に足や靴に関する「足育通信」(リーフレット)による啓発活動後の保護者の認識等の変化を調査した。初回のアンケート結果を基に構成した「足育通信」を6回配布した後では、足育に関する保護者の関心は高くなっていた。しかし、健康な足づくりに関する保護者の行動の変化は十分とは言えず、子どもを含め足の健康を守るためには、継続的な教育や支援が必要である。

A. 目的

佐久大学は、地域住民の健康づくり(足育)に取り組んできた。A小学校の依頼により、2017年からA小学校で足育を実施し、現在は全児童を対象に足の検診、及び足のトラブルを抱えている児童とその保護者のフォローを実施している。本研究は、足や靴に関する「足育通信」(リーフレット)を6回発行し、保護者の足や靴に関する認識等の変化を明らかにすることを目的とした。

B. 方法

1) 長野県東信地区に所在する A 小学校全児童の保護者を対象に、足や靴に関する認識等に関す

るアンケート調査を計2回行った。アンケートは、二神ら¹⁾や柿澤ら²⁾の研究を参考に独自に作成し、ドイツの整形外科靴マイスターの助言を受けた。アンケートの配布は担任の教員より児童へ配布し、回収は保護者が封入して郵送してもらい、調査協力の自由意思を保障した。

2) 1回目のアンケート調査結果を基に、足や靴に関する「足育通信」を6回、2回目のアンケート後に1回、計7回発行した(表1)。

3) 分析は1回目と2回目の調査結果を記述統計にて比較した。佐久大学研究倫理審査委員会の承認(2020008)を得て実施した。

C. 結果

1回目アンケートは212通を配布し、返信は88通(回収率42%)であった。回答者の性別は女性81名(92%)、男性7名(8%)であった。

2回目アンケートは221通を配布し、返信は59通(回収率27%)であった。回答者の性別は女性56名(95%)、男性3名(5%)であった。

靴の選び方や履き方の意識に関する比較では、足に負担がかからない靴の選び方や履き方への関心について「とても関心がある」と回答した人は、2020年は14.3%であったが、2022年は18.6%に増加した(表2)。

知識に関して【靴の正しい履き方や歩き方などの教育を受けたことがあるか】では、2020年の「ある(知っている)」38.4%から2022年に

表1 足育通信内容及びアンケート調査

号	発行日・実施期間	内容
	2020年12月～2021年1月	・第1回保護者の足と靴に関する調査(アンケート)
1	2021年3月15日	・研究代表者創刊挨拶 ・2020年度児童の足の健診結果報告 ・靴選びのポイント ・第1回保護者の足と靴に関する調査結果報告
2	2021年7月27日	・校長寄稿文「足が気になる存在に」 ・爪のトラブルと予防方法
3	2021年12月27日	・養護教諭寄稿文「足育っていいな」 ・足の健康によい体操
4	2021年3月15日	・佐久大学客員教授・ドイツ整形外科靴マイスターメッセージ「佐久大学との共同研究を通して」 ・2021年度児童の足の健診結果報告 ・足のお手入れ方法
5	2022年7月27日	・児童の足育を考える懇談会報告 ・外反母趾の原因と予防
6	2022年12月5日	・校長寄稿文「祖母の教えと足育」 ・2022年度児童の足の健診結果報告 ・佐久市立国保浅間総合病院理学療法士寄稿文「健康な体は足元から」
	2022年12月～2023年1月	・第2回保護者の足と靴に関する調査(アンケート)
7	2023年3月14日	・研究代表者メッセージ「足と靴から健康を」 ・第2回保護者の足と靴に関する調査結果報告

は45.8%に増加していた(表3)。

行動に関して【靴を履く時に、つま先を上げて踵を靴にフィットさせている】では2020年の「いつもしている・まあまあしている」26.1%から2022年には34.5%へ増加していた(表4)。

「足育通信」を含む足育全体に対する満足度では、95%以上の方から関心が「とても高まった・高まった」、役に立ったかについて「とても役に立った・役に立った」と回答していた(表5)。

自由記述では、「靴を選ぶ時に、以前は値段を優先していたが、履き易さや足に合っているかをなるべく優先するようになった。」「あまり足を気にしたことはなかったが、子どもの足を見たり洗ったり、靴の買い替えを気にする様になった。」等があった。

D. 考察

足育通信発行後には、靴の選び方や履き方に対する関心や知識が高まっていた。行動では、【靴を履く時に、つま先を上げて踵を靴にフィットさせている】者が増加しており、足育通信が保護者の行動変容の一助となっている可能性がある。保護者自身が足の健康に関する意識、知識、行動が改善されたことを認識しており、A小学校での足育に対する高い満足度につながっていると推察される。一方で、行動変容に至らない行動も多かった。2020年と2022年で実施率が低い項目は、【中敷きの調整】、【靴ペラの使用】であり、また【踵をつぶして履いている】人の割合も減少していないことは中敷きおよび踵機能の理解不足と実践の難しさが明らかになった。

E. まとめ

足育通信により、足の健康に関する保護者の意識、知識、行動が改善する可能性が示唆された。一方、変容に至らない行動も多く、今後は行動

変容に至るための動機付けを行える介入が必要である。

F. 利益相反

利益相反なし

G. 文献

- 1) 二神真理子, 弓削美鈴, 八尋道子, 他: 高校生の足のトラブルと靴に関する実態調査: 高校生の男女差に焦点を当てて. 佐久大学看護学研究雑誌, Vol.12 No.2: 25-33. 2020.
- 2) 柿澤美奈子, 三池克明, 塩入とも子, 他: 看護・介護職の足と業務用シューズに対する意識. 第50回日本看護学会論文集 ヘルスプロモーション. 63-66. 2020.

本研究は、令和2年度日本学術振興会科学研究費助成事業基盤研究(C)「小学生の足を守るための足トラブルの発生要因と予防対策に関する実証研究」(20K11060)の研究費を得て実施した。

表4 靴の選び方や履き方の行動に関する変化

項目	4:いつもしている	3:まあまあしている	2:あまりしていない	1:全くしていない	平均
自分の足先の形を知っていて、靴のつま先の形状が合うような靴を探して選ぶ	2020(n=86) 18(20.9%)	39(45.3%)	27(31.4%)	2(2.3%)	2.8
	2022(n=59) 10(17.0%)	32(54.2%)	17(28.8%)	0	2.9
靴のつま先と足の指にゆとりがある	2020(n=86) 26(30.2%)	57(66.3%)	2(2.3%)	0	3.3
	2022(n=59) 17(28.8%)	38(64.4%)	4(6.8%)	0	3.2
踵がしっかりホールドされている	2020(n=86) 16(18.6%)	43(50.0%)	25(29.0%)	0	2.9
	2022(n=59) 12(20.3%)	34(57.6%)	12(20.3%)	0	3.0
足の指のしめつけ感がない	2020(n=86) 23(26.7%)	53(61.6%)	9(10.4%)	1(1.2%)	3.1
	2022(n=59) 19(32.2%)	33(55.9%)	6(10.2%)	0	3.2
足の甲が固定できる	2020(n=86) 15(17.4%)	46(53.5%)	23(26.7%)	2(2.3%)	2.9
	2022(n=59) 11(18.6%)	33(55.9%)	13(22.0%)	1(1.7%)	2.9
自分の足底のアーチ形状を把握している	2020(n=86) 14(16.3%)	28(32.6%)	40(46.5%)	4(4.7%)	2.6
	2022(n=59) 9(15.2%)	26(44.1%)	19(32.2%)	5(8.5%)	2.7
自分の足底アーチにあうように中敷きで調整している	2020(n=86) 4(4.7%)	11(12.8%)	42(48.8%)	29(33.7%)	1.9
	2022(n=59) 3(5.0%)	8(13.6%)	28(47.5%)	20(33.9%)	1.9
紐やベルトを外して履き口を広げて履いている	2020(n=86) 5(5.7%)	21(23.9%)	38(43.2%)	24(27.3%)	2.1
	2022(n=58) 5(8.6%)	15(25.9%)	27(46.6%)	11(19.0%)	2.2
靴を履く時に、つま先を上げて踵を靴にフィットさせている	2020(n=86) 3(3.4%)	20(22.7%)	46(52.3%)	19(21.6%)	2.1
	2022(n=58) 4(6.9%)	16(27.6%)	31(53.4%)	7(12.1%)	2.3
つま先を上げて踵を固定したままで、紐やベルトを締めなおして甲を固定させている	2020(n=86) 3(3.4%)	13(14.7%)	47(53.4%)	25(28.4%)	1.9
	2022(n=58) 2(3.4%)	13(22.4%)	29(50.0%)	14(24.1%)	2.1
靴の踵をつぶしてはいることがある*	2020(n=87) 50(57.5%)	29(33.3%)	8(9.2%)	0	3.5
	2022(n=58) 33(56.9%)	16(27.6%)	8(13.8%)	1(1.7%)	3.4
靴を履く時には靴ペラを使って履いている	2020(n=87) 0	3(3.4%)	27(31.0%)	57(65.5%)	1.4
	2022(n=58) 1(1.7%)	4(6.9%)	11(19.0%)	42(72.4%)	1.4
靴を洗う、中敷きを換えるなど、靴を清潔にしようとしている	2020(n=86) 7(8.1%)	36(41.9%)	34(39.5%)	9(10.5%)	2.5
	2022(n=58) 5(8.6%)	27(46.5%)	24(41.4%)	2(3.4%)	2.6

*逆転項目

表2 靴の選び方や履き方の意識に関する変化

項目	4:とても関心がある	3:まあ関心がある	2:あまり関心がない	1:関心がない	平均
足に負担がかからない靴の選び方や履き方への関心	2020(n=86) 14(14.3%)	65(75.6%)	7(14.0%)	0	3.1
	2022(n=59) 11(18.6%)	38(64.4%)	10(16.9%)	0	3.0

表3 靴の選び方や履き方の知識に関する変化

項目	2:ある(知っている)	1:ない(知らない)	平均
靴の正しい履き方や歩き方などの教育を受けたことがあるか?または、知っているか?	2020(n=86) 33(38.4%)	53(61.6%)	1.4
	2022(n=59) 27(45.8%)	32(54.2%)	1.5

表5 足育に関する全体の取り組みに対する満足度(n=59)

項目	4:とても高まった	3:高まった	2:あまり高まらなかった	1:高まらなかった
足育の取り組みについて、足や靴に関する興味関心は高まりましたか	16(27.1%)	41(69.5%)	2(3.4%)	0
足育の取り組みは、お子様やあなたにとって役に立ちましたか	19(32.2%)	39(66.1%)	0	1(1.7%)