

## 介護福祉士を目指す学生の「生活」に 関する実態調査と介護実習上の課題

### An Investigation on the Life Style of the Students Majoring in Care Work and a Consideration on the Problems in Care Practice

前 田 ミチ子・榎 原 るり子

庵 木 清 子・浜 崎 眞 美

Michiko MAEDA, Ruriko EBARA

Kiyoko ANNOKI, Mami HAMASAKI

#### I はじめに

介護活動の原点は、生活している人に焦点を当て、その人の生活自立の程度に応じて必要な援助を提供することである。すなわち、『介護者はいつでも「生活援助行動」を通して、利用者に快適で、健康的な暮らしを届ける専門家なのである。したがって、介護者が自己の頭の中に、この「快適で、健康的な生活」を思い描くことができなければ、適切な援助は提供できないことになる。』<sup>1)</sup>といわれている。

実際、介護福祉士を目指し入学してくる学生と接する中で、高齢者や障害者の生活に自然な形で触れる機会が少ない、基礎的な日常生活習慣が身につけていないと実感する場面がある。今回、本学生生活福祉専攻の学生自身の生活習慣に焦点を当て、アンケート調査を実施し、学生の生活の実態を把握する事を目的とした。

また、学生自身の生活習慣を点数化し、

1. 学生自身の生活習慣の自立と介護概論・介護技術等の成績と関連がある
2. 学生自身の生活習慣の自立と介護実習Ⅰ～Ⅳの施設評価と関連がある

という2つの仮説を立て、その分析を行った。その結果より、介護実習上の課題と教授法を導き出したので報告する。

#### II 方 法

- 1 調査対象者 本学生生活福祉専攻の学生、平成12・13年度入学生2年次 127名  
回収率100%である。
- 2 調査時期 平成13年6月19日、平成14年7月2日
- 3 調査方法 自記式アンケートによる集合調査
- 4 調査項目

- |           |   |         |
|-----------|---|---------|
| (1) 基本的属性 | 性別, 年齢, 居住形態  | (3項目)   |
| (2) 食 事   | 朝食・昼食・夕食の摂取状況, 夕食の時間・リズム, 食品群別<br>摂取状況, 菓子摂取状況, 食生活への関心 | (13項目)  |
| (3) 排 泄   | ゆっくり排便する時間の有無, 排便回数, 排便のリズム, 排便<br>への関心                 | (4項目)   |
| (4) 睡 眠   | 寝つき, 就寝時間, 起床時間, 起床方法, 目覚め感, 睡眠時間,<br>睡眠のリズム, 睡眠への関心    | (8項目)   |
| (5) IADL  | 洗濯・裁縫・部屋の掃除・食後の片付け・調理・食材の買物の<br>実施状況                    | (6項目)   |
|           |   | 合計 34項目 |

## 5 分析方法

- (1) 集計・解析については, 統計解析ソフト SSPS11.0J (SPSS Inc.) を用いた。
- (2) ①生活習慣については, 食事・排泄・睡眠・IADL の質問項目を 4～6 段階評価し, 点数化した。点数化については, これらの順位尺度は概ね正規分布に準じていたため, 連続変数とみなした。
  - ②各項目を加算することの内容妥当性については, 質問項目を作成する際検討し, 信頼性の内的整合性については, 信頼係数  $\alpha$  を用いた。
  - ③食事の各項目を点数化し加算したものを食事合計とした。食事合計は, 朝食・昼食・夕食の摂取状況と夕食のリズムと菓子摂取状況の 5 項目各 5 点満点と 1 群～6 群の食品群摂取状況の 6 項目各 6 点満点, 計 61 点満点。食事合計の信頼係数は,  $\alpha = 0.78$  である。
  - ④排泄の各項目を点数化し加算したものを排便合計とした。排便合計は, ゆっくり排便する時間の有無と排便回数と排便のリズムの 3 項目各 5 点満点, 計 15 点満点。排便合計の信頼係数は,  $\alpha = 0.83$  である。
  - ⑤睡眠の各項目を点数化し加算したものを睡眠合計とした。睡眠合計は, 寝つきと目覚め感の 2 項目各 4 点満点と就寝時間と起床時間と睡眠のリズムの 3 項目各 5 点満点, 計 23 点満点。睡眠合計の信頼係数は,  $\alpha = 0.68$  である。今回は 5 項目で  $\alpha = 0.68$  を信頼性が高いとみなした。今後項目を増やし, 信頼性を高めたい。
  - ⑥IADL の各項目を点数化し加算したものを IADL 合計とした。IADL 合計は, 洗濯・裁縫・部屋の掃除・食後の片付け・調理・食材の買物の実施状況の 6 項目各 5 点満点, 計 30 点満点。IADL 合計の信頼係数は,  $\alpha = 0.86$  である。
- (3) 生活習慣の各領域と科目合計との相関分析を行った。その際, 科目合計とは, 介護概論 I・II, 介護技術 I～III の 5 科目各 100 点満点, 計 500 点満点とした。また, Pearson の相関係数  $r$  を用いた。
- (4) 生活習慣の各領域と介護実習の施設評価合計との相関分析を行った。その際, 施設評価

合計とは介護実習Ⅰ～Ⅳの施設評価各100点満点、計400点満点とした。また、Pearsonの相関係数rを用いた。

(施設評価合計を以下 実習評価とする)

### Ⅲ 結果および考察

#### 1 基本的属性

- ・男性0，女性127名，うち社会人学生が5名含まれている。
- ・対象者の年齢構成は，19歳が83名（65.3%），20歳が39名（30.7%），その他28歳が2名（1.6%），26歳，27歳，57歳が各1名（各0.8%）。年齢平均は，21.4歳である。
- ・居住形態は，自宅が66.9%（85名），アパート等が21.3%（27名），ついで学生寮が10.2%（13名），下宿が1.6%（2名）であった。

#### 2 食 事

- ・朝食の摂取状況は，食べない・週1日食べる・週2～3日食べる項目を「ほとんど食べない」に，週4～5日食べる・ほとんど毎日食べる項目を「ほとんど食べる」に分けた場合，「ほとんど食べる」が80.3%，「ほとんど食べない」が19.7%であった。
- ・昼食の摂取状況は，「ほとんど食べる」学生が99.2%で，大部分の学生が昼食を摂取している結果であった。
- ・夕食の摂取状況は，「ほとんど食べる」学生が93.7%，「ほとんど食べない」学生が6.3%であった。

(表1)

表1 朝食・昼食・夕食の摂取状況

分類	項 目	朝 食		昼 食		夕 食				
		人	%	人	%	人	%			
ほとんど食べない	食べない	人	9	25	0	1	人	0		
		%	7.1				%	0		
	週1日食べる	人	4				0	0.8	人	2
		%	3.1						%	1.6
	週2～3日食べる	人	12				1	0.8	人	6
		%	9.4						%	4.7
ほとんど食べる	週4～5日食べる	人	18	80.3	10	126	人	18		
		%	14.2				%	14.2		
	ほとんど毎日食べる	人	84				116	99.2	人	101
		%	66.1						%	79.5
合 計		人	127	127		127				
		%	100.0	100.0		100.0				

- ・夕食の時間帯は、19時台が54人 (42.9%)、20時台が37人 (29.4%)、次いで22時台が12人 (9.5%) であった。また23時以降に夕食を食べている学生が7人 (5.6%) いる結果であった。

(図1)

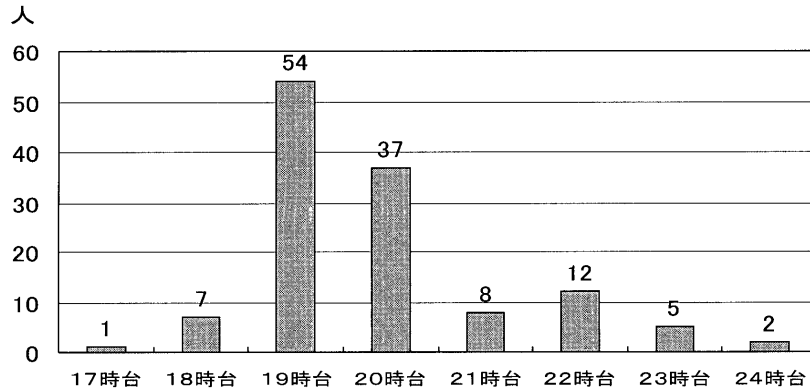


図1 夕食の時間

- ・夕食の時間帯が規則正しいかについては、ほとんど不規則・週3～4日不規則の項目を「不規則」に、週1～2日不規則・ほとんど規則的・毎日規則的の項目を「規則的」に分けた場合、「規則的」が63.8%、「不規則」は36.2%であった。(図2)

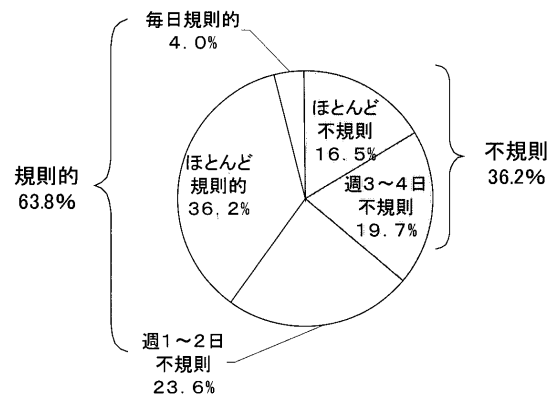


図2 夕食のリズム

- ・食品をどの程度摂取しているか6つの食品群別に質問した結果(表2)、豆類・魚介類・肉など1群の摂取状況は、食べない・週1～3品・週4～6品の項目を「1日1品食べない」に、1日1品位・1日2～3品・1日4品以上の項目を「1日1品以上食べる」に分けた場合、「1日1品食べない」が37.8%、「1日1品以上食べる」が62.2%であった。

牛乳・乳製品・小魚など2群の摂取状況は、「1日1品食べない」が44.1%、「1日1品以上食べる」が55.9%であり、半数以下の学生は1日1品も食べていない現状であった。

緑黄色野菜など3群の摂取状況は、「1日1品食べない」が45.7%、「1日1品以上食べる」が54.3%であり、半数近くの学生は、緑黄色野菜の摂取が少ない結果であった。

その他の野菜・果物など4群の摂取状況は、「1日1品食べない」が41.0%、「1日1品以上

表2 食品群別の摂取状況

分類		1 群		2 群		3 群		4 群		5 群		6 群	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
1日1品 食べない	食べない	1	0.8	9	7.1	2	1.6	2	1.6	0	0	1	0.8
		47	37.8	56	44.1	58	45.7	52	41.0	17	13.4	37	29.2
	週1～3品	20	15.7	31	24.4	29	22.8	27	21.3	5	3.9	18	14.2
		27	21.3	16	12.6	27	21.3	23	18.1	12	9.5	18	14.2
	週4～6品	20	15.7	34	26.8	19	15.0	21	16.5	16	12.6	31	24.4
		52	41.0	71	55.9	69	54.3	75	59.0	86	67.7	90	70.8
1日4品以上	7	5.5	4	3.1	15	11.8	12	9.4	8	6.3	5	3.9	
	127	100.0	127	100.0	127	100.0	127	100.0	127	100.0	127	100.0	
合計		127	100.0	127	100.0	127	100.0	127	100.0	127	100.0	127	100.0

食べる」が59.0%であり、4割の学生が食べていない現状であった。

ご飯・パン・麺類・芋類など5群の摂取状況は、「1日1品食べない」が13.4%、「1日1品以上食べる」が86.6%であり、ほとんどの学生が食べている結果であった。

油脂類など6群の摂取状況は、「1日1品食べない」が29.2%、「1日1品以上食べる」が70.8%であり、7割の学生は摂取している結果であった。

以上、6つの食品群の摂取状況より、5・6群に関しては、ほぼ7割以上の学生が1日1品以上食べている結果であったが、1群から4群については、「1日1品食べない」と答えた学生が約4割を占めており、その内の4割程度が自宅住まいであるにもかかわらず、1日1品食べていない結果であった。これらのことから、適正な栄養摂取がなされていないと考えらる。

・食事のかわりの菓子摂取状況では、「食べない」と答えた学生は58.3%、「週に1日～5日食事のかわりに食べる」が40.1%、「ほとんど毎日食べる」が1.6%という結果であった。(図3)

・食生活に関心があるかの問いに対して、関心がない・関心があまりないの項目を「関心がない」に、関心がややある・関心がある項目を「関心がある」に分けた場合、「関心がない」と答えた学生が47.3%、「関心がある」が52.7%の結果であった。(図4)

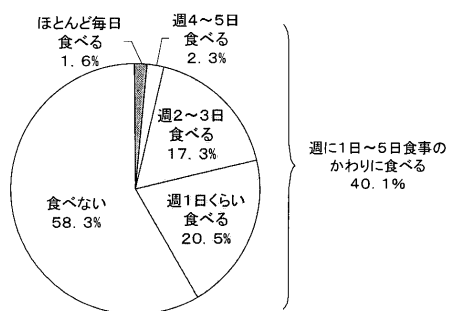


図3 食事のかわりに菓子摂取状況

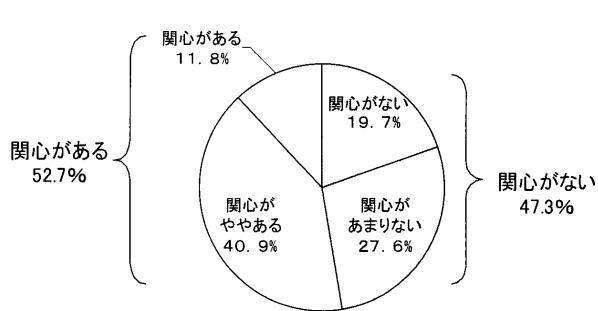


図4 食生活への関心

食事を摂るということは、『生命を維持する基本であり、健康の増進、病気の回復にとっても重要な営みである。またその食事もただ食べるのではなく、おいしく楽しく食べるということは、人間らしく前向きに生きていくという意味でも大切である。』<sup>2)</sup> といわれている。また、結城氏によると『食事を規則的な時間に適切な量と栄養素を摂取するリズムは、生理機能を十分に発揮し、最大限の日常生活を遂行し精神的な充足感を得るうえで重要となる。』<sup>3)</sup> ともいわれている。この調査結果をみると、本学の学生は、朝食を食べない・夕食の時間帯の不規則や22時以降の夕食の摂取・食事のかわりに菓子類の摂取などから、多くの食生活上の問題が認められ、今後の指導の課題であると考えられる。

- ・食事合計と科目合計・実習評価との相関分析を行った結果、科目合計との間に危険率1%で ( $r = 0.297$  ( $p < 0.01$ )) 有意な相関がみられた。実習評価との間には、有意な相関は見られなかったが、適切な食生活は、成績にも何らかの影響していると思われる。(表3)

表3 成績と生活習慣点数間の相関係数

(Pearsonの相関係数  $r$ )

科目合計	1.000					
施設合計	0.359**	1.000				
食事合計	0.297**	0.152	1.000			
排便合計	-0.017	-0.003	0.119	1.000		
睡眠合計	0.306*	0.210*	0.241**	0.003	1.000	
IADL 合計	-0.009	0.014	-0.099	0.011	-0.071	1.000
	科目合計	施設合計	食事合計	排便合計	睡眠合計	IADL 合計

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

### 3 排泄

- ・ゆっくり排便する時間の有無は、月2～3回くらい・週1日くらい・週2～3日あるの項目を「時間なし」に、週4～5日ある・ほぼ毎日ある項目を「時間あり」とに分けた場合、「時間なし」と答えた学生が41.7%、「時間あり」が58.3%であった。(図5)
- ・排便回数は、「週に2～3日ある」が最も多く37.3%、次いで「ほぼ毎日ある」が32.5%、「週4～5日ある」が22.2%と続いた結果であった。「週1日・月に2～3回」という学生も8%みられた。(図6)
- ・排便時間帯のリズムは規則正しいかの問いでは、ほとんど不規則・週3～4日不規則の項目を「不規則」に、週1～2日不規則・ほとんど規則的・毎日規則的の項目を「規則的」とに分けた場合、「不規則」と答えた学生が48.4%、「規則的」が51.6%であり、約半数近くの学生が不規則という結果であった。(図7)
- ・排便に関心があるかの問いに対しては、「関心がない」と答えた学生が71.7%、「関心がある」が28.3%であり、7割の学生が排便に対して関心を持っていない結果であった。(図8)

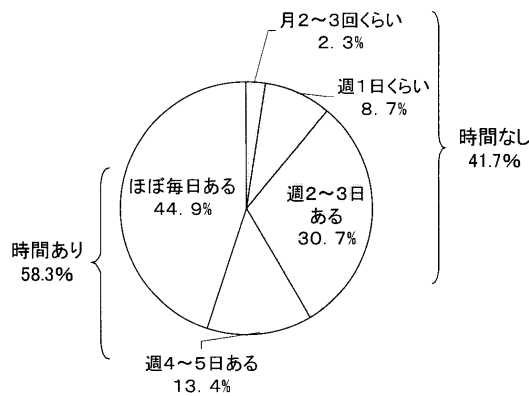


図5 ゆっくり排便する時間の有無

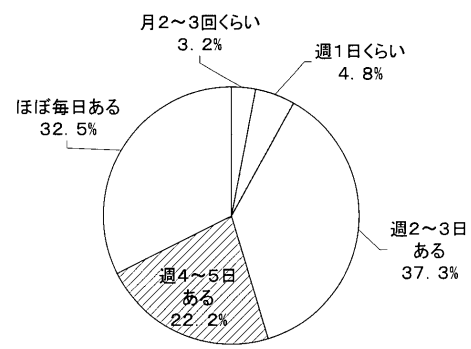


図6 排便の回数

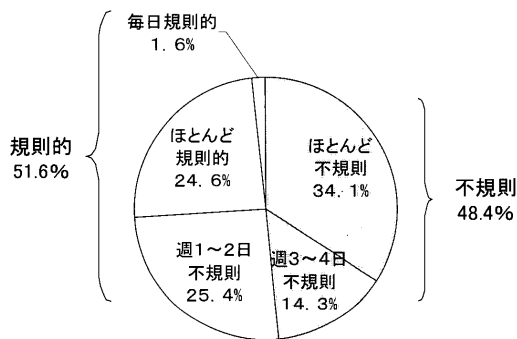


図7 排便のリズム

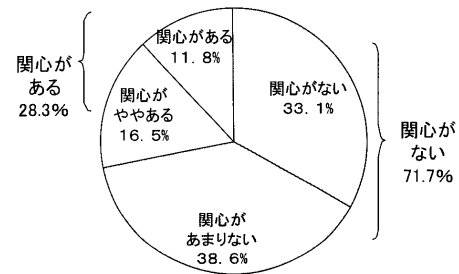


図8 排便への関心

排泄とは『物質代謝の結果生じた老廃物を体外に排出し、生命を維持するために重要なものである。また日常生活を快適に過ごし、健康のバロメーターでもあり、精神的な影響や社会生活とも大きく関連している。』<sup>4)</sup>といわれている。今回、排便に関する調査では、ゆっくり排便する時間がない、毎日排便がない、排便時間帯が不規則、排便への関心がない等に問題がみられたことより、学生の約半数位便秘であり、排泄に対する認識が低いのではないかと推測される。この調査では、便秘の原因は明らかにしていないが、これらは食生活や睡眠などとも何らかの関連があるのではないかとと思われる。

・排便合計と科目合計・実習評価との間に、有意な相関は見られなかった。(表3)

#### 4 睡眠

・寝つきについては、寝つきは悪い・あまりよく寝つけないの項目を「寝つきが悪い」に、ややよく寝つく・寝つきは良いの項目を「寝つきが良い」に分けた場合、「寝つきが悪い」と答えた学生が23.6%、「寝つきが良い」が76.4%であった。(図9)

・就寝時間については、24時台が60人(47.2%)と最も多く、次いで23時台が22人(17.3%)、午前2時台が21人(16.5%)であった。(図10)

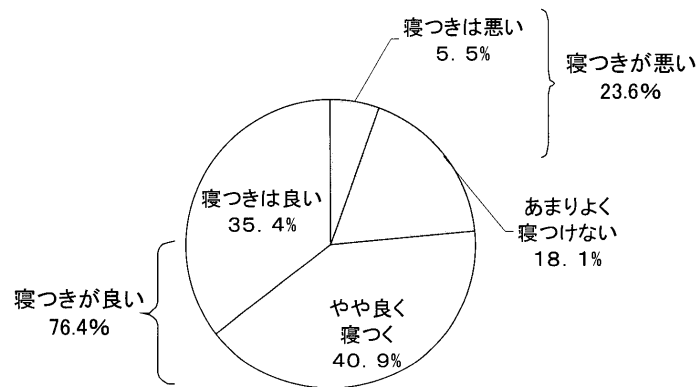


図9 寝つき

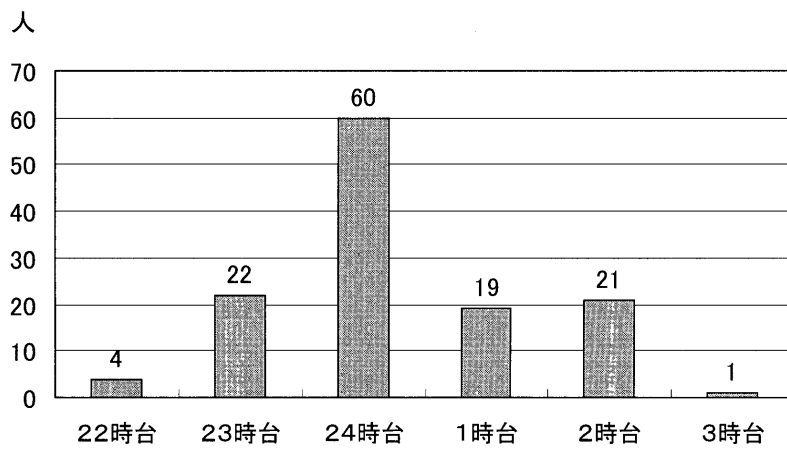


図10 就寝時間

・起床時間については、6時台が66人(52.0%)と最も多く、次いで7時台が38人(29.9%)、8時台が14人(11.0%)であった。(図11)

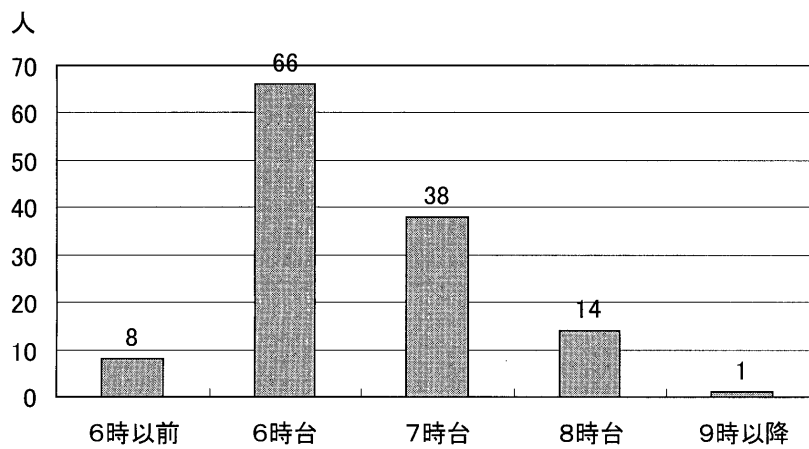


図11 起床時間

・起床方法については、自然に自分で起きる・目覚まし時計で起きる学生が79.5%であり、他者に起こしてもらった学生が20.5%という結果であった。



- ・ すっきり目覚めるかについては、すっきりしない・あまりすっきりしないの項目を「すっきりしない」に、ややすっきりする・とてもすっきりするの項目を「すっきりする」に分けた場合、「すっきりしない」と答えた学生が52.8%、「すっきりする」が47.2%であった。「すっきりしない」理由として、夜寝る時間が遅い、疲れがたまっている、アルバイトによる睡眠不足等があげられた。(図12)

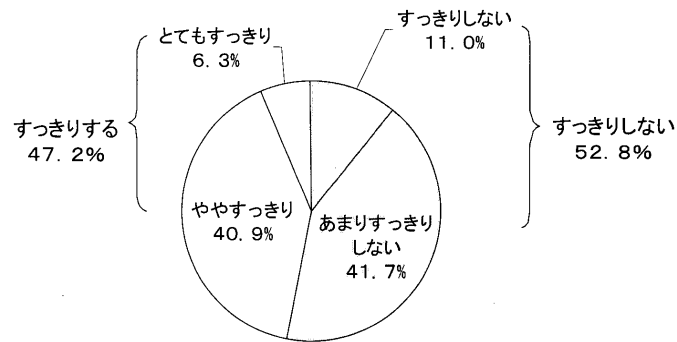


図12 目覚め感

- ・ 睡眠時間については、6時間から7時間が92人(72.4%)、4時間から5時間が24人(18.9%)であった。(図13)

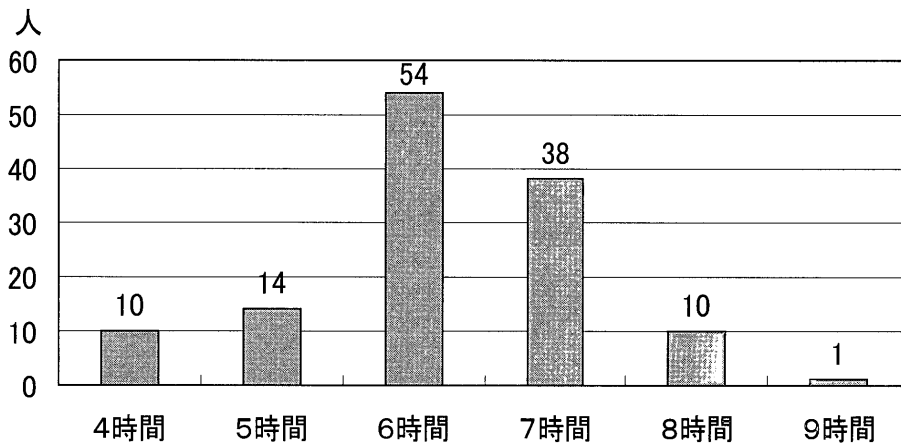


図13 睡眠時間

- ・ 睡眠のリズムについては、ほとんど不規則・週4~5日不規則の項目を「不規則」に、週2~3日不規則・ほとんど毎日規則的の項目を「規則的」に分けた場合、「不規則」と答えた学生が18.1%であり、「規則的」は81.9%であった。(図14)
- ・ 睡眠に関心があるかの問いに対しては、「関心がない」と答えた学生が73.8%、「関心がある」が26.2%の結果であった。(図15)

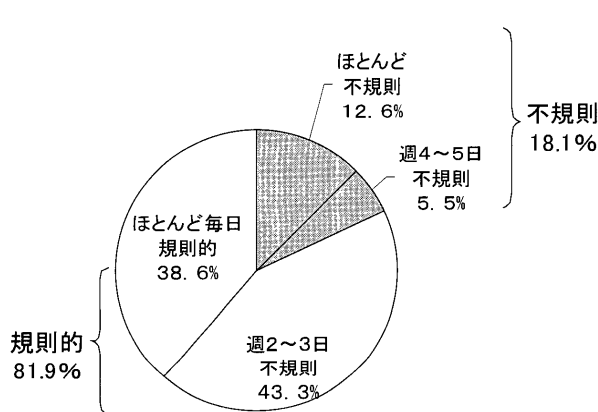


図14 睡眠のリズム

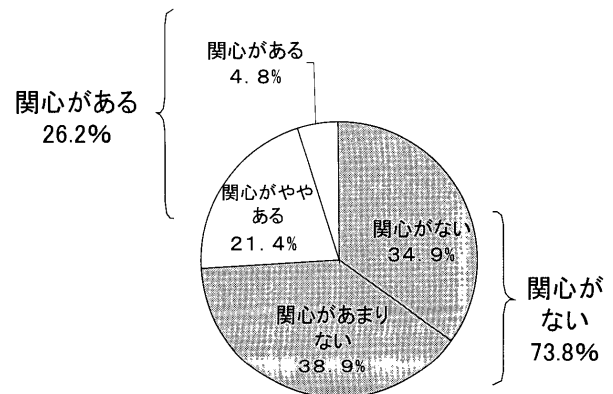


図15 睡眠への関心

人は、日中に活動し、夜に眠るのが本来の姿である。人間は睡眠をとらずに生きていく事はできない。また健康維持に必要な睡眠時間は人により異なるが、一般に気持ちよく起床できることがその人に適した睡眠時間と考えられ、適切な睡眠時間は、健康を維持するために必要不可欠なものである。本学の学生は、寝つきが悪い、就寝時間が遅く起床時間も遅い、睡眠時間が4～5時間、睡眠のリズムが不規則、すっきり目覚めない、睡眠への関心がない等、睡眠に関して問題がみられた。このことは、意欲や勉学の効率にも影響していると考えられる。

- ・睡眠合計と科目合計・実習評価との相関分析を行った結果(表3), 科目合計・実習評価ともに危険率5%で有意な相関がみられた。(  $r = 0.306$  ( $p < 0.05$ )) (  $r = 0.210$  ( $p < 0.05$ ))

睡眠の問題は、「疲労感をもたらし、情緒を不安定にし、適切な判断力を鈍らせるなど、生活の質に大きく影響している」といわれている。<sup>5)</sup> 本学の学生において、睡眠と科目合計・実習評価との間に有意な相関がみられたことから同様の事がいえると思われる。

## 5 IADL

- ・洗濯の実施状況は、「自分以外がする」と答えた学生は42.5%で、7回に1～2回と3～4回は自分でするの項目を「時々自分でする」にまとめた場合、24.4%、7回に5～6回と毎回自分でするの項目を「毎回自分でする」にまとめた場合、33.1%の結果であった。
- ・ほつれを縫ったりボタン付けなどを、「自分以外がする」と答えた学生が16.6%で、「時々自分でする」が28.3%、「毎回自分でする」が55.1%であった。
- ・部屋の掃除については、「自分以外がする」と答えた学生は0.8%で、「時々自分でする」が22.9%、「毎回自分でする」が76.3%であり、その内68.2%は自宅の学生であった。
- ・食後の後片付けをするかの問いについては、「自分以外がする」と答えた学生14.9%であり、「時々自分でする」が51.2%、「毎回自分でする」学生は33.9%であった。
- ・家で調理をするかの問いでは、「自分以外がする」と答えた学生が40.2%であり「時々自分でする」が39.3%、「毎回自分でする」が20.5%であった。

- ・食材の買い物をするかの問いでは、「自分以外がする」と答えた学生は44.1%であり、「時々自分でする」が35.4%、「毎回自分でする」が20.5%であった。(表4)

表4 IADLの実施状況

		洗濯		裁縫		部屋の掃除		食後の片付け		調理		食材の買い物	
自分以外がする		人	54	21	1	19	51	56					
		%	42.5	16.6	0.8	14.9	40.2	44.1					
時々自分でする	7回に1~2回は自分でする	人	24	29	11	43	36	33					
		%	18.9	22.8	8.7	33.9	28.3	26.0					
	7回に3~4回は自分でする	人	7	7	18	22	14	12					
		%	5.5	5.5	14.2	17.3	11.0	9.4					
毎回自分でする	7回に5~6回は自分でする	人	20	28	12	18	2	2					
		%	15.8	22.0	9.4	14.2	1.6	1.6					
	毎回自分でする	人	22	42	85	25	24	24					
		%	17.3	33.1	66.9	19.7	18.9	18.9					
合計		人	127	127	127	127	127	127					
		%	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0				

※ 7回とは、1週間を基準とした

IADLについて、部屋の掃除は70%以上の学生が「毎回自分でする」と答えていたが、「洗濯・調理・食材の買い物」を自分でしない学生が40%程度、「裁縫・食後の片付け」を自分でしない学生が15%ぐらいいるという結果から、自立した生活をしているというよりは、他者に依存している傾向がみられた。

- ・IADL合計と科目合計・実習評価との間に、有意な相関は見られなかった。(表3)

#### IV 結論

日常生活習慣と科目合計・実習評価との関連は、科目合計と食事及び睡眠に、また実習評価と睡眠との間においても有意な相関がみられた事より、科目合計・実習評価の高い学生上位10人を見た場合、約8割の学生が食事合計・睡眠合計の点数も高い結果がみられた。また下位10人を見た場合も、約6割の学生は点数が低い結果であった。基本的な食生活及び快適な睡眠は、勉学意欲を高め、成績向上につながるのではないかと考えられる。

日常生活習慣(食事・排泄・睡眠等)は、1つ欠けても健康で快適な生活とは言えない。本学において、基礎的な生活能力が十分身につけていない学生は、利用者のニーズに応じた「生活援助」を提供できないと思われる。『自分自身の具体的な生活イメージを抱けない基礎的な生活能力が身につけていない学生に対する限られた期間での介護福祉士の専門教育は、専門科目以外の学生の生活指導の部分に重点を置かざるを得なくなる。』<sup>6)</sup>つまり、日頃から学生自身が自らの生活場面において、健康で快適な生活とは何であるかを考えられるような機会を作っていく事が

大切であると考え。また、介護福祉教育を展開する上で実習がきわめて重要な意義を持っている事はいうまでもない。介護の実践は、介護を必要とする高齢者及び障害者との直接的な関わりを通じて展開される援助活動であるため、よりそれが求められると思う。ちなみに、食事の点数の低い学生と睡眠の点数の低い学生は、ほぼ同一人物であり、また日常の学業の中で見られる教員の主観的な見方すなわち、活気がない・やる気がない・授業を聞いていない・遅刻・休みがちなどとほぼ一致している。

実習評価と学生の睡眠間に関連がみられたことから、介護実習前・後の学生各自の日常生活習慣への指導に重点をおく事が大切であり、実習指導上の1つの課題ではないだろうか。

現在も授業の中で、日常生活習慣（食事・排泄・睡眠等）の確立を念頭におき、授業を組み立てている。介護技術における『食事の介護』の時間に、学生自身の昨夜と今朝の「食事を摂取したかどうか」、「食事内容」、「食事時間」及び「自己の食生活について気づいた事」等、また『睡眠の援助』の時間には、学生の昨夜の「就寝時刻と起床時刻（睡眠時間）」、「いつもその時間か、異なる場合はその理由」等を記入させ、自己の食事・睡眠について振り返る場面を設けている。今後、介護実習1週間前から、食事・排泄・睡眠等の簡単なアンケートを実施し、日常生活習慣を意識させ、その結果より、問題があると思われる学生については個別に指導をし、自らのよりよい生活を目指して認識を深めさせる。

実習期間中の日常生活習慣を実習後に聞き、実習前の指導がどの様に生かされたかを調べ、今後の指導に役立てていきたい。

生活体験の乏しい学生が増える中、介護福祉士養成教育においては、それらの学生に対して基本的生活習慣を身に付けさせ、感性豊かな人間性と幅広い教養が備わった人材の育成が重要であると考え。

## 引用文献

- 1) 日本介護福祉学会編：新・介護福祉学とは何か ミネルバ書房 P94
- 2) 福祉士養成講座編集委員会編集：介護福祉士養成講座 介護技術Ⅱ 中央法規 P 2
- 3) 飯田澄美子, 松下和子, 紅林みつ子編著：基礎から学ぶ在宅ケア実践テキスト ライフ・サイエンス・センター P28
- 4) 福祉士養成講座編集委員会編集：介護福祉士養成講座 介護技術Ⅱ 中央法規 P18
- 5) 厚生労働省健康局：健康づくりのための睡眠指針検討会報告書 1. 国民の睡眠に係わる現状と課題
- 6) 澤田信子, 小櫃芳江, 峯尾武巳編：可能性を信じ 共に学び・育ち・創る 介護実習指導方法 社会福祉法人 全国社会福祉協議会 P129

## 参考文献

- ・ 澤田信子, 小櫃芳江, 峯尾武巳編：可能性を信じ 共に学び・育ち・創る 介護実習指導方法 社会福祉法人 全国社会福祉協議会 2003年
- ・ 日本介護福祉学会編：新・介護福祉学とは何か ミネルバ書房 2000年
- ・ 福祉士養成講座編集委員会編集：介護福祉士養成講座 介護概論 中央法規 2003年
- ・ 福祉士養成講座編集委員会編集：介護福祉士養成講座 介護技術Ⅱ 中央法規 2003年

- ・ 厚生労働省健康局：健康づくりのための睡眠指針検討会報告書 平成15年3月
- ・ 財団法人 厚生統計協会：国民衛生の動向 2003年第50巻第9号
- ・ 村上 信，三富道子，井上 桜，渡辺 薫：介護福祉教育における利用者理解能力の育成に関する研究  
（その3） 静岡県立大学短期大学部 特別研究報告書（平成13年度）－40
- ・ 介護福祉実習指導研究会編：介護福祉士選書 18 介護福祉実習指導 建帛社 2000年
- ・ 津久井十編著：介護福祉士選書 14 介護福祉概論 建帛社 2001年
- ・ 介護福祉学研究会監修：介護福祉学 中央法規 2002年
- ・ 日本介護福祉学会編：介護福祉士これでいいか ミネルバ書房 1998年
- ・ 一番ヶ瀬康子，尾崎新編著：講座生活学7巻 生活福祉論 光生館 2000年
- ・ 大久保忠成：系統看護学講座 専門8 成人看護学[4] 消化器疾患 医学書院 1999年
- ・ 介護・医療・予防研究会編：高齢者を知る辞典 厚生科学研究所 2000年