

論文紹介

# 妊婦向け職務調整アプリの実施可能性とユーザビリティの検証

Wada A, Nakamura Y, Kawajiri M, Takeishi Y, Yoshida M, Yoshizawa T. Feasibility and usability of the job adjustment mobile app for pregnant women: longitudinal observational study. JMIR Formative Research. 2023; 7: e48637.

和田 彩

**背景** 妊婦において心身負荷の大きい職務は職業性  
**目的** ストレスを高めることに加え、有害な妊娠転帰につながることを報告されている。妊婦は、負荷の大きい職務を軽減、もしくは負荷の少ない方法で遂行するといった職務調整行動が重要である。しかし、多くの妊婦においてどの程度の負荷をどのように軽減すべきか、といった具体的な提示がないためにこの行動が実施できていないことが明らかとなった。そこで本研究では、職務の推奨基準と職務調整行動を示すスマートフォンアプリケーション（以下、職務調整アプリ）を開発し、実施可能性とユーザビリティを検証した。

**方法** 就労妊婦を対象に、縦断的観察研究を実施した。妊婦は妊娠12週頃から産前休業に入るまで職務調整アプリを使用した。使用率向上のため、2週間ごとにリマインドメールを送信し、使用方法の説明やトラブルの確認のため3回の面談を行った。質問票調査は、妊娠12週、妊娠20週、妊娠32週に実施した。実現可能性評価として、脱落率、アプリの使用間隔および受容性質問項目（15項目）を調査し、ユーザビリティ評価としてシステムユーザビリティスケール（SUS）を用いた。

**結果** 研究の脱落率は18.3%（類似の先行研究の平均は24.7%）であり、分析対象者66人の妊婦の使用間隔の中央値は2.94週間であった。経産婦は初産婦と比較し使用間隔が有意に長かった（4.00週 vs 2.05週,  $P = 0.011$ ）。受容性質問項目のうち13項目で7割以上が肯定的評価を示したが、時間的負担を感じた者が31%と多かった（図）。SUS平均スコアは66.1（ヘルスケアアプリ先行研究の平均値は68）であった。

**結論** 結果は類似の先行研究と同水準であり、職務調整アプリが一定の実行可能性とユーザビリティを備えることを示した。しかし、高頻度での継続使用には課題があり、時間的負担の軽減や経産婦に対するフォローの必要性が明らかとなった。

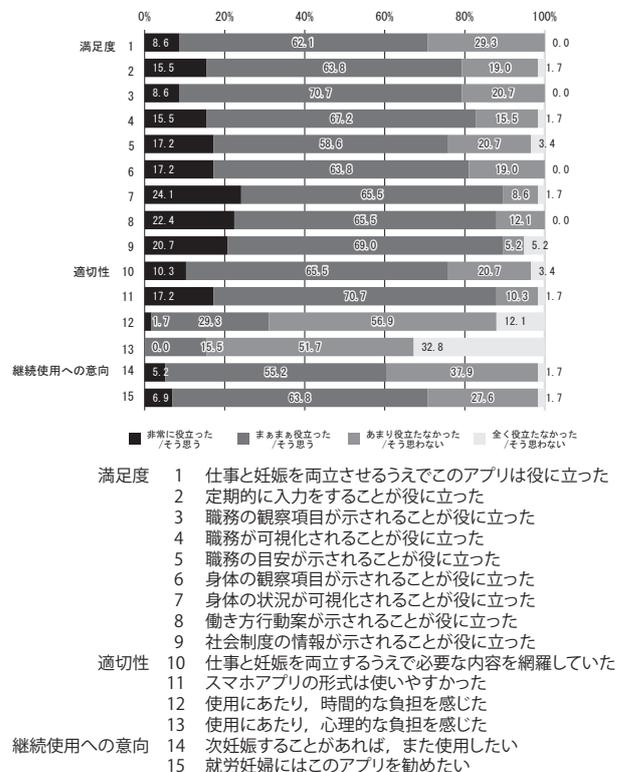


図 受容性に関する質問項目（妊娠32週時点での回答）

執筆者によるコメント

本研究は、妊婦におけるアプリの実施可能性とユーザビリティを評価したものであり、今後は効果の検証が期待されます。本研究のように、ヘルスケアにおけるデジタル端末やICTの活用は盛んに行われています。より良いケアの開発につながっていくために、それぞれのデバイスの特徴や対象者の反応を注意深く検証することが必要と考えます。