

“東日本大震災からの復興のための実践活動及び研究” 成果報告書

1. 実践活動・研究の名称

東日本大震災被災地における乳幼児健診を通じた心理的支援～宮城県パイロット事業
成果の活用を考える～

2. 実践活動・研究の成果

(1) グループ代表者

①氏名：樋口 広思

②所属・職名：震災こころのケア・ネットワークみやぎ からこころステーション・
臨床心理士

③構成メンバー(4)人 ※代表者含む

氏名：川村 素子

所属・職名：五十嵐小児科・臨床心理士

氏名：西澤 由佳子

所属・職名：五十嵐小児科・臨床心理士

氏名：青木 紀久代

所属・職名：お茶の水女子大学・准教授

(2) 実践活動・研究の成果

1. 実践の経緯

2011年3月11日発災した東日本大震災の被災地域における子育て状況に焦点をあてると、人・物・環境資源の根こそぎの喪失の問題に始まり、長期にわたる強いストレス下の生活で、家族関係、経済的な問題などが複雑に派生し、混乱が深刻化する家庭が散見される。

上記のような状況を重く受け止め、日本小児科医会は、2011年3月より被災地域における子育てに関連するストレスの軽減を目的とした支援プロジェクトを立ち上げ、日本臨床心理士子育て支援合同委員会、現地の宮城県小児科医会と宮城県臨床心理士会の協力の元、宮城県内において支援を求める沿岸部 A 市、B 市、沿岸部で被災した方の避難先である内陸部 C 市へ「子どもの心のケア支援事業」を開始した。

筆者らは、3市における乳幼児健康診査(以下、乳幼児健診)に心理士として参加し、健診受診者の震災に伴う子育てに関する気がかりや心配ごとに対する相談活動や、被災地で日々奮闘する子育て支援者(保健師をはじめとした健診スタッフ)への心理学的な視点からのコンサルテーションによる支援を行った。

2. 目的

この活動を通して、被災地の乳幼児健診に心理士として、継続的に活動する機会を得たことから、日本心理学会の「東日本大震災からの復興のための実践活動及び研究への助成」を受け、本活動において、子どもや親の相談が時間経過に伴いどの様に変化したのかを、スクリーニング調査や相談内容から検討することとした。また、協働する医師や保健師から心理士の実践がどのように捉えられているかをヒアリングし、心理士の乳幼児健診における活動方法のあり方についても検討する。さらに、そこで得られた実践の成果を社会的に還元するために、保健師をはじめとした乳幼児健診に携わる支援者に向けて、乳幼児健診における心のケアの意義や、乳幼児健診に心理士が参加することの意味について提示するパンフレットをまとめることとした。

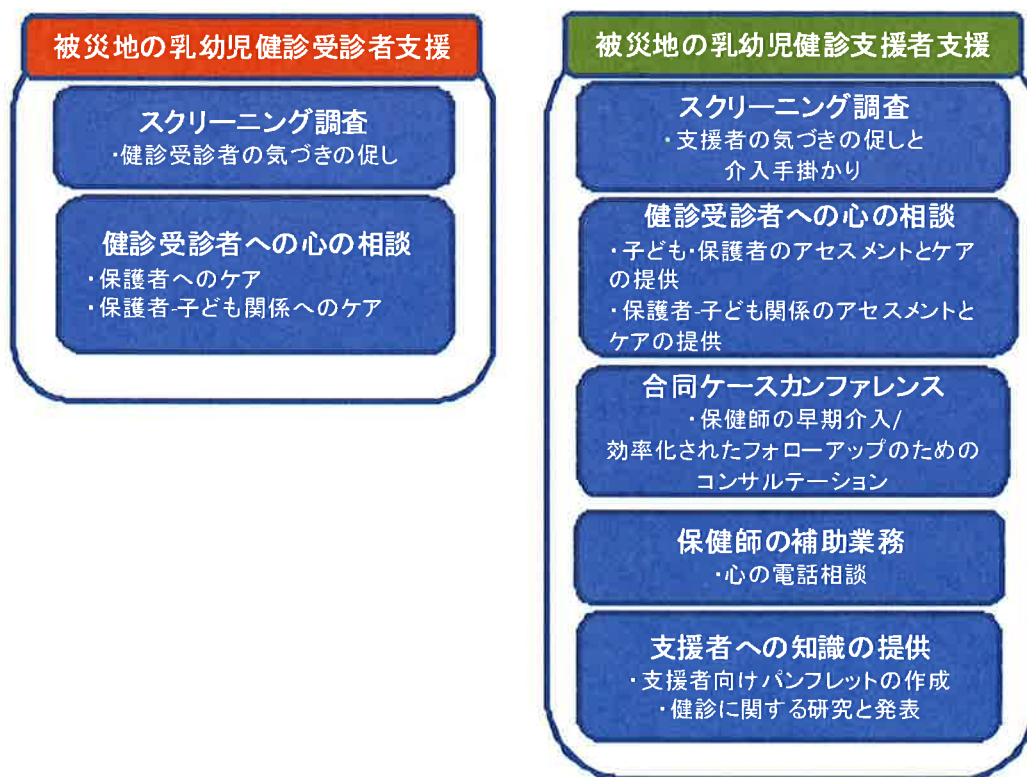


図 1. 本実践の内容

3. 実践の経過

(1) 実施期間

沿岸部 A 市において、平成 23 年 8 月から平成 25 年 3 月まで、1 カ月に 1 回行われる 1 歳半健診ならびに 3 歳児健診において相談活動を行った。また、内陸部 C 市において、平成 23 年 11 月から平成 25 年 3 月まで 1 カ月に 1 回行われる 3 歳児健診において相談活動を行った。なお沿岸部 B 市においては、保健師業務支援として乳幼児健診での相談に加えて、保健師から要請のあった乳幼児のいる家庭への電話による状況調査や相談活動を行った。

(2) 対象

沿岸部 A 市では、平成 23 年度 1 歳半健診受診者 429 名中 29 名 (6.8%)、3 歳児健診受診者 475 名中 60 名 (12.6%)、平成 24 年度 1 歳半健診受診者 695 名中 60 名

(8.6%), 3歳児健診 683名中 60名(8.8%)の個別相談を行った。内陸部C市では、平成23年度3歳児健診受診者 89名中 28名(31.5%), 平成24年度3歳児健診受診者 214名中 73名(34.1%)の相談を行った。

4. 方法

(1) スクリーニング調査

乳幼児健診受診者には、相談への導入や、問題の早期発見、保護者ならびに健診スタッフの気づきを促すといった目的の元、スクリーニング調査を行った。

(2) スクリーニング調査の内容

スクリーニング調査は、宮城県小児科医会が、阪神淡路大震災の際に使用したアンケート項目(井出・三宅・石尾他, 1995)をもとに作成した「震災後の子どもならびに保護者のこころとからだの間診票」を使用した。それらを元に、保健師ならびに心理士が声掛けを行い、必要に応じて心理士との個別相談を行った。

(3) スクリーニング調査の分析

健診受診者数の多かった沿岸部A市の間診票の結果から、チェックのあった項目の○を2点、△を1点とし、総和し、対10人比を算出、項目間比較により、値が高い項目を抽出した。

表1.こころとからだの間診票

子どもの項目(3歳児)

- ① 親にしがみついて離れなかったり、後追いが激しくなった。
2. おもらし、おねしょをするようになった。またはひどくなった。
3. 以前に比べて、なかなか寝つけなかったり、夜中によく目を覚ましてぐずる。
- ④ 必要以上におびえたり、小さな物音にびっくりしたりする。
5. そわそわ落ち着きがなくなったり、集中力がなくなった。
- ⑥ 暗いところや特定の場所を怖がるようになった。
7. 以前に比べて、ぜーぜーしたり、体や目を痒がるようになった。

5. 間診票から見た、親子のメンタルヘルス

(1) こどもの項目

3歳児健診こどもの間診票では、1.(しがみつки)、4.(おびえ)、6.(特定の場所への恐怖)の3項目が抽出された(表1)。

“おびえ”の比率が時間とともに減少していったが、“特定の場所への恐怖”や“しがみつき”の比率は、顕著な変化が見られなかった(図2)。

点/対10人当たり

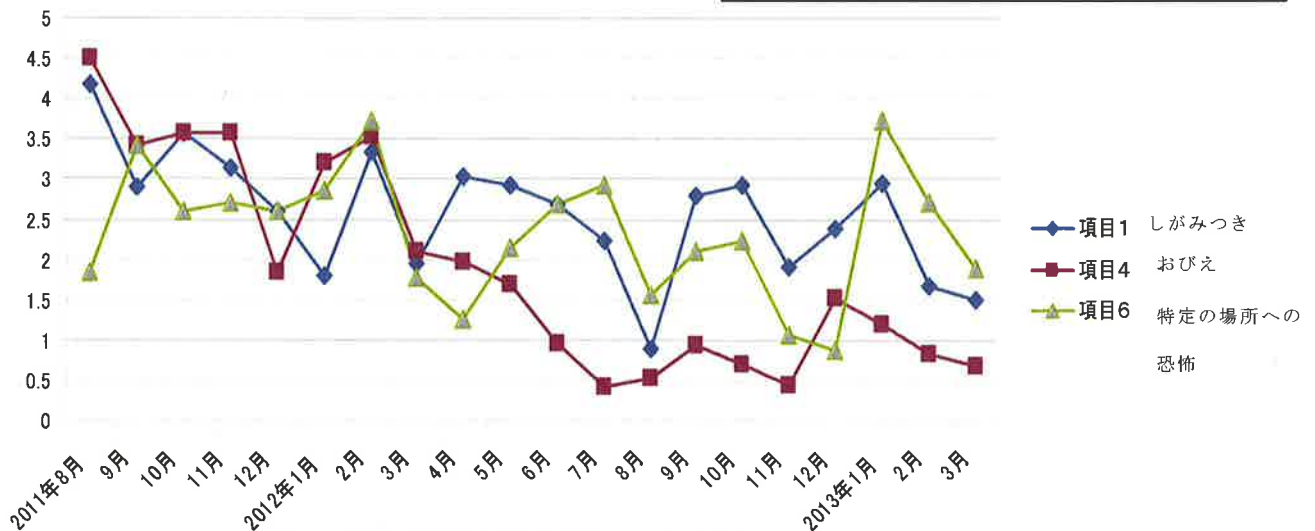


図2. 間診票の継時変化(3歳児・こども)

1歳半健診子どもの問診票では、2. (夜泣き)、3. (易刺激性)、4. (おびえ)の3項目が抽出された(表2)。しかし、いずれの項目も時間経過による変化は少なかった。

(2)保護者の項目

1歳半健診保護者の問診票においては、3. (苛立ち)、4. (不安)、5. (過敏性)、6. (抑うつ)、9. (子どもに当たることの自覚)の5項目が抽出された(表3)。

“不安”の比率が高い傾向がみられたが、時間経過による変化は少なかった。

3歳児健診保護者の問診票でも同様の結果がみられた。

(3)問診票の結果から

問診票の結果や自由記述の内容をみると、“おびえ”が震災に対する不安な体験として当初は感じられていたが、時間経過に伴い軽減していった。それに対して、“しがみつき”や“特定の場所への恐怖”は時間経過と関係なく、高い値で推移しており、震災を受けての反応のみではないことがうかがえた。自由記述の内容からは、同胞出生による退行的な行動を多く含んでいることがうかがえた。

保護者の問診票に表れた“不安”傾向をはじめとした項目は、震災のみならず通常の子育てにおける反応であるともいえる。しかし、様々な項目の比率が高いことを考えると、親のメンタルヘルスが与える子どもへの二次的な影響は大きいのではないかと推察された。

このことから、子どものメンタルヘルスへの支援はもちろんのこと、親のメンタルヘルスへの支援の必要性が示唆された。

6. 相談内容にみる親子のメンタルヘルス

心理士に寄せられた相談内容を検討すると、震災後1年程度は、余震等への不安を示していたものの、1年から2年経過すると、震災によって直接起きている問題のみならず、通常みられる子どもの行動や子育てにおける不安の相談が増加している。

しかし、震災による問題が無くなっていったというわけではなく、子どもの発達上の課題(言葉の遅れ、身体機能の未成熟等)や問題行動(夜鳴きや多動、注意の問題)、環境変化(転居や祖父母との同居、別居等)、経済的問題(金銭面や経済的支援の有無等)といった親子を取り巻く状況に、震災が間接的に影響を及ぼしている相談も寄せられ、

表2.こころとからだの問診票

子どもの項目(1歳半)

1. 食欲がなくなった(飲みが悪くなった)。
2. 以前に比べて、夜泣きが多くなった。 または、なかなか寝つけなかったり、夜中によく目を覚ましてぐずるようになった
3. すぐ泣いたり興奮しやすくなった。
4. 必要以上におびえたり、小さな物音にびっくりしたりする。
5. 暗いところや特定の場所を怖がるようになった。
6. 以前に比べて、ぜーぜーしたり、体や目を痒がるようになった。

表3.こころとからだの問診票

保護者の項目(1歳半・3歳共通)

1. あまり眠れない。
2. 頭痛、腹痛、吐き気、めまいなどの身体の不調を感じる。
3. いらいらしたり、怒りっぽくなった。
4. 色々不安だ。
5. ちょっとした物音や揺れに対してひどく驚いてしまう。
6. 気分が落ち込んだり、寂しくなったりすることがある。
7. 悪夢に悩まされることがある。
8. 物事になかなか集中できない(落ち着いて取り組めない)ことがある。
9. 子どもについ当たってしまうことが増えた気がする。

親子共にメンタルヘルス上の問題を抱えている事例の相談がみられた。このことから、震災に直接関連する相談でなくとも、震災後の様々な親子を取り巻く状況変化が、親子のメンタルヘルスに影響を及ぼしていることが推察された。

このことから、乳幼児健診の相談活動において、子どもや親のメンタルヘルスの支援のみではなく、親子のメンタルヘルスへの支援の重要性が示唆された。

7. 小児科医・保健師へのヒアリング

(1) 小児科医・保健師のヒアリング結果

筆者らの健診受診者への相談活動について、健診を担当する小児科医および保健師からヒアリングを行った。

小児科医からは、「合同ケースカンファレンスを通じて、乳幼児健診における子どもの発達状況への助言のみならず、子どもの心理面や母親へのサポートについての示唆を心理士が担うといった乳幼児健診における心理士の加わったチームという枠組みができてきたと思われる」、「震災前の宮城県においては、乳幼児健診における心理士による相談活動を行う自治体は少なかった。今回の活動は、相談活動や、カンファレンスを通じて、乳幼児健診における子どもの心のケアについて、協働関係にある多職種の専門性を互いに理解しながら、チームとして子育て支援に取り組む契機になった」との声がきかれた。

保健師からは、「サポートをもらいながら健診を行えることから安心感があった」、「改めて親が足を運び相談することのハードルは高いが、健診場面ですぐに相談できる気軽さがありがたい」、「的確な心理アセスメントと保健師のアセスメントの共有がすぐに行えるため、早期の介入が可能になっている」といった声がきかれた。

(2) ヒアリングの結果から

ヒアリングから、本実践の目的の一つである子育て支援者の支援として、多忙な業務を分け合うことに留まらず、健診中の相談や健診後の心理アセスメントの即応性が評価されると共に、本実践が多職種協働の健診チームでの子育て支援や、心理士の視点を含んだチームアプローチといった枠組みを提供していることがうかがえた。

また毎回健診後に行った合同カンファレンスの実施が評価されたことから、その重要性が示唆された。

8. 成果の還元

(1) 小児科医との交流

筆者らは、本実践の概要を小児科医の総会において発表し、健診の実務に当たる全国の小児科医と、健診時の心のケアの重要性について、意見交換を行った(今 公弥, 奥村秀定, 川村和久, 青木紀久代, 川村素子, 西澤由佳子, 樋口広思(2013):東日本大震災から二年がたって～幼児健診における心のケアの取り組み～ 日本小児科医会総会フォーラムin大阪)。

(2) 健診に関わる多分野の支援者への情報として

本実践で得られた成果を、パンフレット(「被災地の幼児健診における心のケア」)にまとめ、健診に関わる多職種の支援者(医師, 保健師, 栄養士, 看護師,

保育士等)に向け、配布することとしている。パンフレットは、健診に携わる医師から健診時の心のケアの重要性や、母子関係への心理支援のガイダンス、本実践を通じて筆者らが関わった事例を通じて被災地内外でも活かせる乳幼児健診における心のケアの実際例で構成した。

9. おわりに

被災地の子育て支援における相談は今後、複雑で多様な問題が長期に渡って続くことが推察され、親子のメンタルヘルスの問題が危惧される。また、それに伴って地域支援者の業務量の増大も予測される。そのような状況から、地域における親子のメンタルヘルスへの支援や、支援者の負担を減らすサポートが継続的に求められる。

本助成を受け、まとめた実践成果とその還元を契機に、被災地の復旧・復興における人的資源である次世代の子どもたちの成長の支援として、被災地の乳幼児健診における親子の心のケアや、乳幼児健診における支援者支援を継続的に行われるよう期待する。

参考文献：

- 本間 博彰(2011). 子どもたちの心のケア対策について 子どもと福祉, 4, 95-99.
- 井出 浩・三宅 芳宏・石尾 陽一郎・久次 由紀子・谷口 美佳・風間 育子・村上 秀雄・大島 剛・山田 厚子・西田 いづみ・執行 弘幸(1995). 大型災害が幼児に及ぼす心理的影響に関する研究-阪神淡路大震災被災地における3歳児健診結果より- 安田生命社会事業団研究助成論文集, 31(2), 38-45.
- 大島 剛・三宅 芳宏・村上 秀雄・山田 厚子・石尾 陽一郎・谷口 美佳・久次 由紀子・西田 いづみ・風間 育子・井出 浩・執行 弘幸・清水 將之(1997). 阪神淡路大震災が乳幼児に及ぼした心理的影響について-3歳児健診「こころの相談コーナー」における相談結果- 児童青年精神医学とその近接領域, 38(4), 315-322.
- 災害時における家族支援の手引き編集委員会(2000). 災害時における家族支援の手引き 2000年3月31日<<http://www.edu.kobe-u.ac.jp/fhs-renkei/tiiki-touhokushinsai.html>>
- 高田 哲・北山 真次・中村 肇・庄司 順一・恒次 欽也(1999). 阪神・淡路大震災が母子の心身に及ぼした影響とその時間的推移 神戸大学都市安全研究センター, 3, 331-346.
- 高田 哲・北山 真次・中村 肇・庄司 順一・恒次 欽也(2000). 阪神・淡路大震災が母子の心身に及ぼした影響 小児科臨床, 53, 1115-1122.
- 常石 秀市(1996). 大災害時における母子保健 小児保健研究, 55, 513-518.

2013年 8月 28日

“東日本大震災からの復興のための実践活動及び研究” 会計報告書

活動・研究名称	東日本大震災被災地における乳幼児健診を通じた心理的支援 ～宮城県パイロット事業成果の活用を考える～	
代表者 氏名・所属	樋口 広思	震災こころのケア・ネットワークみやぎ からころステーション

1. 助成額	¥450,000
2. 支出合計	¥454,388
(1) 機器・備品	¥0
1)	
2)	
3)	
(2) 消耗品	¥10,669
1) 印刷費	¥2,120
2) 消耗品費	¥8,549
3)	
(3) 旅費・交通費	¥218,619
1) 交通費	¥78,620
2) 宿泊費（旅行パック（交通費と宿泊費含）	¥139,999
3)	
(4) 謝金	¥220,000
1) 小冊子イラスト料	¥20,000
2) 冊子デザイン・印刷代金	¥200,000
3)	
(5) その他	¥5,100
1) 会場費（打合せ）	¥5,100
2)	
3)	

※ 領収書は各費目ごとにA4用紙に貼付し、通し番号を付けてください。