

“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

原発事故環境下における仮設住宅在住の子どもに対する心理的支援の在り方

2. 実践活動・研究の成果

(1) グループ代表者

①氏名：三浦正江

②所属・職名：東京家政大学人文学部・教授

③構成メンバー（研究代表者を含めて3）人

氏名：岡安孝弘

所属・職名：明治大学文学部・教授

氏名：若月ちよ

所属・職名：NPO 法人ビーンズふくしま・理事長

(2) 実践活動・研究の成果

本研究の目的

東日本大震災に伴う福島原子力発電所事故から3年以上が経過したが、未だに事故原因や収束に向けての見通しは定かではない。この状況は原発地域から避難して仮設住宅に居住している小中学生に多大な影響を及ぼしていると推察される。しかし、これまで被災した子どもの心身状態に関する研究は行われているものの（斉藤・西田，2001），原発事故環境下の子ども、あるいは仮設住宅在住の子どもを対象としたものは数少ない。そこで本研究では、福島県内の仮設住宅在住の小中学生を対象とした実態調査を行い、日常生活におけるメンタルヘルスや生活の状況について検討する。仮設住宅で生活する子どもたちの実態を明らかにすることで、子どもたちに対する今後の心理的支援の在り方について有用な情報提供ができると考える。

方 法

調査対象 原発地域から避難して福島県内の仮設住宅あるいは借上げ住宅に在住の小学4—6年生28名（男子17名，女子10名，不明1名），中学生1—3年生10名（男子4名，女子6名）を対象とした。

調査内容 以下の6つについて調査を行った。

1. 日常生活で経験するストレス：DSS-K小学校5，6年生用（ストレスマネジメント教育実践研究会，2003）のストレスに関する計12項目を用いた（0—3の4件法）。
2. 日常生活で経験するポジティブイベント：DSS-Kの教示を修正し不適切な項目を削除した計9項目を用いた（0—3の4件法）。
3. ストレス反応：PSI小学生用，中学生用（坂野・岡安・嶋田，2007）のストレス反応に関する項目を用いた（小学生12項目，中学生16項目：いずれも0—3の4件法）。
4. ポジティブ感情：MCL-S.2（橋本・村上，2011）の“快感情”“リラックス感”に関する8項目を用いた（0—3の4件法）。
5. 知覚されたソーシャルサポート：PSI小学生用，中学生用（坂野・岡安・嶋田，2007）のソーシャルサポートに関する項目を用いた（小学生3項目，中学生4項目：いずれも0—3

の4件法)。

6. 生活状況に関する項目：独自に作成した項目を用いた。小学生に対しては“遊び” “学習” “家族との会話”に関する8項目，中学生に対しては“睡眠” “食事” “遊び” “学習” “家族との会話”に関する16項目であった。いずれも選択肢を提示して，その中から該当するものを複数あるいは一つ選択してもらった。

調査時期・手続き 東京家政大学倫理委員会の承認を受けた手続きに基づき，2013年11—12月に無記名式で実施した。

結 果

小学生の結果

1. 日常生活におけるストレスおよびポジティブ出来事の実験 (Figure 1)：項目ごとのストレスの平均得点は0.32—1.18の範囲であり，経験が比較的少ないのは“食事” “お金・小遣い”に関するストレス，逆に比較的多いのは“ケンカ” “叱られた”に関するストレスであった。

一方，ポジティブ出来事の実験の平均得点は1.08—2.32の範囲であり，全般的にストレスの得点よりも高かった。中でも“友だち”に関するポジティブ出来事の実験は比較的高く，逆に“塾・習い事”に関するポジティブ出来事は少なかった。

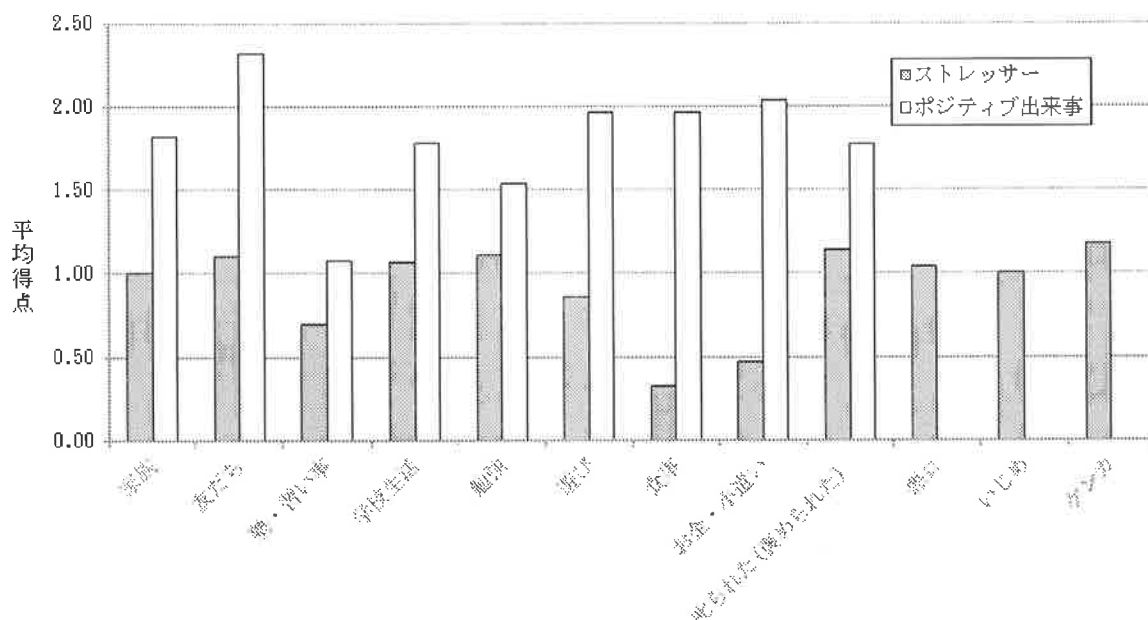


Figure 1 小学生の日常生活におけるストレスとポジティブ出来事の実験

2. ストレス反応およびポジティブ感情：ストレス反応の実験の平均得点は1.48—2.97 (身体的反応=2.56, 抑うつ・不安=1.48, 不機嫌・怒り=2.97, 無気力=2.70)であった。PSIの標準化されたパーセンタイル値に基づいてみると，“身体的反応”では80パーセンタイル以上の児童が全体の29.63%，“抑うつ・不安”では22.22%，“不機嫌・怒り”では25.92%，“無気力”では29.62%であり，特に“身体的反応”と“無気力”では得点が高い児童の割合が多い傾向がみられた。一方，ポジティブ感情の実験の平均得点は“快感情”で6.19，“リラックス感”で6.25であった。

3. 知覚されたソーシャルサポート：サポート源ごとの平均得点は，“家族”が5.92，“担任教師”が5.50，“友だち”が6.44であった。“担任教師”と“友だち”についてPSIのパーセンタイル値を基準にみると，“担任教師”で20パーセンタイル以下

の児童は全体の 25.00%，“友だち”では 33.83%と比較的割合が多いことが示された。

4. 生活状況：

(1)遊 び：遊んだ場所で最も回答が多かったのは“家（全体の 64.29%）”であり、次いで“学校（46.43%）”“友だちの家（42.86%）”“広場・公園（39.29%）”“その他（35.71%）”であった。遊び相手は“友だち（85.71%）”が他の選択肢よりも顕著に多く、それ以外には“一人（32.14%）”や“兄弟姉妹（32.14%）”などが選択された。遊びの内容は，“ゲーム（67.86%）”“スポーツ（50.00%）”が比較的多く、他に“テレビ（35.71%）”“マンガ・読書（25.00%）”などが選択されていた。現在の遊びに対して，“とても”あるいは“わりと”満足している児童は全体の 60.71%であり、満足していない生徒も割合も比較的多いことが示された。

(2)学 習：学校以外の学習時間は“30—60 分（全体の 41.67%）”が最も多く、次に“0—30 分（25.00%）”であった。残りの 33.33%は 60 分以上と回答した。自宅学習時における集中度については，“わりと集中”あるいは“とても集中”と回答した児童は全体の 42.85%であった。

(3)家族との会話：家族と話す時間については，“わりと”あるいは“とても”あったと回答した児童は全体の 82.14%と多かった。一方、心配事を家族に話した児童は 28.58%にとどまった。

中学生の結果

1. 日常生活におけるストレスーおよびポジティブ出来事の経験（Figure 2）：項目ごとのストレスーの平均得点は 0.20—1.60 の範囲であり、経験が比較的少ないのは“お金・小遣い”“食事”“遊び”に関するストレスー、逆に比較的多いのは“友だち”“悪口”“勉強”“家族”“学校生活”に関するストレスーであった。

一方、ポジティブ出来事の平均得点は 1.11—2.10 の範囲であり、一般的にストレスーの得点よりも高かった。中でも“遊び”“食事”に関するポジティブ出来事の経験は比較的高く、逆に“塾・習い事”に関するポジティブ出来事は少ない傾向にあった。

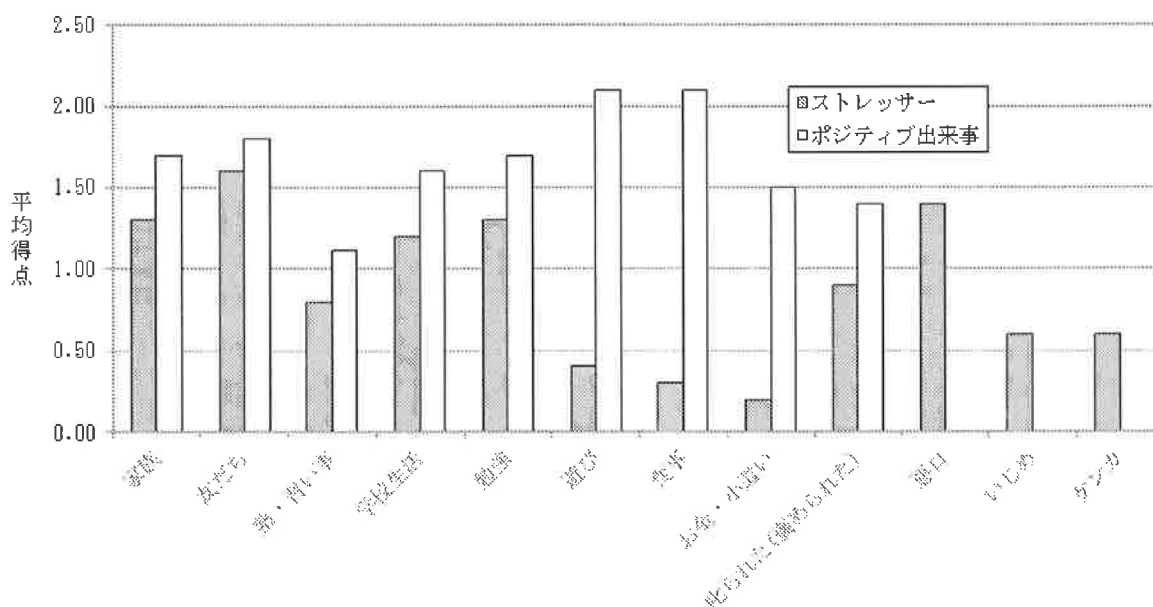


Figure 2 中学生の日常生活におけるストレスーとポジティブ出来事の経験

2. ストレス反応およびポジティブ感情：ストレス反応の平均得点は 3.80—4.90（身体的反応=4.90，抑うつ・不安=3.80，不機嫌・怒り=3.90，無気力=4.00）であった。

PSI の標準化されたパーセンタイル値に基づいてみると、“身体的反応”では 80 パーセンタイル以上の生徒が全体の 40.00%，“抑うつ・不安”では 50.00%，“不機嫌・怒り”では 40.00%，“無気力”では 30.00%であり、いずれの下位尺度においてもメンタルヘルスが悪い状態にある生徒の割合が多かった。一方、ポジティブ感情の平均得点は“快感情”で 7.20，“リラックス感”で 7.40 であった。

3. 知覚されたソーシャルサポート：サポート源ごとの平均得点は，“家族”が 7.40，“担任教師”が 6.50，“友だち”が 6.67 であった。“担任教師”と“友だち”について PSI のパーセンタイル値を基準にみると，“担任教師”では 20 パーセンタイル以下の児童は全体の 10.00%と比較的少なく，“友だち”では 44.44%と比較的多いことが示された。

4. 生活状況：

(1) 睡眠：中途覚醒の経験が“わりと”あるいは“よく”あると回答した生徒は全体の 20.00%であった。また、早朝覚醒があると回答した生徒は 30.00%であった。

(2) 食事：朝食を“全く食べなかった”あるいは“時々食べた”と回答した生徒が全体の 40.00%と比較的多かった。夕食については食べない割合が減少し、食べている生徒が 90.00%であった（毎日：80.00%，わりと毎日：10.00%）。“食事を美味しく食べているか”については，“とても”あるいは“わりと”そうだという回答が 70.00%であるものの，“全然違う”と回答した生徒が 20.00%いることが示された。

(3) 遊び：最も回答が多かったものは“家”“学校”“その他”であり、いずれも 30.00%の生徒が選択していた。次いで“友だちの家（20.00%）”“広場・公園（10.00%）”であった。遊び相手は、小学生と同様に“友だち（80.00%）”が他の選択肢よりも顕著に多く、それ以外には“兄弟姉妹（30.00%）”が選択された。遊びの内容として“スポーツ（40.00%）”の選択が比較的多いが、それ以外に“ゲーム（30.00%）”“パソコン（30.00%）”“テレビ（20.00%）”“マンガ・読書（20.00%）”が選択された。現在の遊びに対して，“とても”あるいは“わりと”満足している生徒は全体の 60.00%であり、満足していない生徒の割合も比較的多いことが示された。

(4) 学習：学校以外の学習時間は“90—120分”に集中しており、全体の 70.00%を占めた。自宅学習時における集中度については、全体の 50.00%の生徒が“わりと集中”あるいは“とても集中”と回答した。

(5) 家族との会話：家族と話す時間については，“わりと”あるいは“とても”あったと回答した生徒は全体の 70.00%であったが、心配事を家族に話したものは 30.00%にとどまった。

考察および今後の課題

本調査の結果、小学生、中学生にかかわらず、日常生活の中で様々なストレスを経験しているものの、それ以上にポジティブ出来事の経験が多い可能性が示唆された。それに伴って、“生き生きしている”や“リラックスしている”などのポジティブ感情も一定上経験していると考えられた。

しかし一方で、日常生活におけるストレス反応の表出が高いことが明らかにされた。小学生では身体症状や無気力反応を高く示すものの割合が多かった。また、中学生では無気力反応、イライラや怒り感情、抑うつ・不安感情など全般的な心理的ストレス反応を高く表出しているものの割合が多いことに加えて、身体的なストレス反応の得点や早

期覚醒・中途覚醒といった睡眠に関する症状も比較的多くの生徒にみられた。

また、ストレス反応を含めたメンタルヘルスの重要な規定因の一つであるソーシャルサポートについては、友だちからのサポート得点が低い児童生徒の割合が多いことが明らかにされた。原発地域から避難することで、震災・原発事故前の友だちと居住地が離れたり、別の学校に通うなどの変化が生じ、そのために友だちサポートが得られない可能性が考えられる。また、新しい居住地や学校でサポートを得られるような友人関係の形成・維持が難しい可能性も示唆される。さらに、小学生、中学生ともに現在の遊びに対する満足度が低い傾向がみられた。原発事故後は放射線量に対する不安から、遊びを含めた戸外での活動が減少する傾向があるといわれている。また、生活環境（遊び場所の不足や自宅で体を使って遊べない等）や前述した友だち関係の変化も理由の一つと考えられよう。

本研究では、仮設住宅で生活する子どもたちに対して、メンタルヘルスの改善等を目的とした直接的な支援を行ったわけではない。しかし本研究結果から、震災から3年以上が経過した時点でも、未だに仮設住宅在住の子どもたちのメンタルヘルスの状態が良くないといった実態が明らかになった。今後は、この現状を踏まえた上で復興支援の在り方を考え、実行していくことが必要である。本研究は、その基盤となるデータを示すことができた点、子どもたちの実態を支援者や保護者にフォードバックした点で非常に意味あるものといえよう。

一方、本研究にはいくつかの課題が残された。まず第1にサンプル数が少ないことである。また、仮設住宅の場所や規模によっても特徴が異なる可能性が考えられる。今後はより広範な地域の仮設住宅で生活する子どもを対象にすることで、より一般化可能なデータを提供することが課題である。第2は比較対象データの収集である。福島県内の自宅在住の子どもや非被災者である子どもの状態と比較することで、原発事故からの避難によって仮設住宅で生活する子どもたちの特徴がより明確になると考えられる。

引用文献

- 橋本公雄・村上雅彦（2011）．運動に伴う改訂版ポジティブ感情尺度（MCL-S.2）の信頼性と妥当性 健康科学, 33, 21-26.
- 斉藤誠一・西田祐紀子(2001). 阪神・淡路大震災の心理的影響に関する研究—5年後調査報告— 神戸大学都市安全研究センター研究報告, 5, 251-257.
- 坂野雄二・岡安孝弘・嶋田洋徳（2007）．PSI(Public Health Research Foundation Type Stress Inventory)小・中・高校生用 実務教育出版
- ストレスマネジメント教育実践研究会(編)(2003). ストレスマネジメント フォ キッズ—ストレスを知り上手につきあうために— 東山書房

発表予定

- 三浦正江・三浦文華・岡安孝弘（印刷中）．東日本大震災後に福島県内の仮設住宅で生活する子どものメンタルヘルス(1)—小中学生が日常生活で経験するストレスとポジティブイベント— 日本心理学会第78回大会発表論文集, 掲載予定.
- 岡安孝弘・三浦正江・三浦文華（印刷中）．東日本大震災後に福島県内の仮設住宅で生活する子どものメンタルヘルス(2)—小中学生の日常生活におけるストレス反応とポジティブ感情— 日本心理学会第78回大会発表論文集, 掲載予定.

2014年 8月 31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	原発事故環境下における仮設住宅在住の子どもに対する心理的支援の在り方	
代表者 氏名・所属	三浦 正江	東京家政大学人文学部

1. 助成額	¥630,000
2. 支出合計	¥630,768
(1) 機器・備品	¥225,541
1) ノート型パソコン	¥127,801
2) 遊具	¥97,740
(2) 消耗品	¥104,107
1) 用紙	¥946
2) 文具	¥61,925
3) 書籍	¥37,578
4) その他	¥3,658
(3) 旅費・交通費	¥49,350
1) 東京⇄福島	¥34,740
2) 東京⇄郡山	¥12,820
3) 東京⇄入間市	¥1,790
(4) 謝金	¥96,500
1) アルバイト1名×96.5時間	¥96,500
(5) その他	¥155,270
1) 心理検査項目使用料	¥129,206
2) 学会参加費	¥6,500
3) 文献複写代	¥3,949
4) 研究資料郵送代	¥14,112
5) 振込手数料	¥1,503

※ 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。