様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ３０ 年　 ６ 月 ２６ 日現在

機関番号：２４３０３
研究種目：若手研究(B)
研究期間：2014～2017
課題番号：２６８６１８６３

研究課題名（和文）紀伊半島大水害から捉えた豪雨災害被災者の長期的なメンタルヘルス支援に関する研究

研究課題名（英文）Long-term mental health support for people who have experienced torrential rain - A study based on the Kii Peninsula Flood in 2011 -

研究代表者
福田　弘子（Fukuda, Hiroko）

京都府立医科大学・医学部・助教

研究者番号：４０５５１２４７

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　900,000円

研究成果の概要（和文）：豪雨災害被災者の生活再建の過程で生じた心理的影響とその支援を明らかにし、豪雨災害後の長期的なメンタルヘルスについて検討した。2011年紀伊半島大水害の被災者の協力を得て半構造化面接を行い、質的帰納的に分析した。
　被災後約1ヶ月が経過する頃より、暮らしの変化や様々な課題と直面する中で、被災者は不安や孤独感、ストレスや精神的不調を感じるようになっていた。それらの不調について、家族や友人による見守りや災害ボランティアによる継続的関わり、同じ境遇にある被災者の存在が支えとなっていた。豪雨災害後の長期的なメンタルヘルスとして、支援者とのつながりの維持や被災者同士の体験の共有が重要になると考えられた。

研究成果の概要（英文）：The present study examined the psychological effects on people who have experienced torrential rain during the process of returning to their normal lives, as well as support provided for them. Their long-term mental health after experiencing the disaster was investigated by a semi-structured interview of those who had experienced the Kii Peninsula Flood in 2011, and the results were analyzed qualitatively and inductively.
 About one month after the flood, people living in the disaster-stricken area started to feel anxiety, a sense of isolation, and psychologically stressed. To cope with their poor psychological health, their families and friends gave careful attention to them, disaster volunteers provided continuous support, and the disaster-afflicted people communicated with each other. For the management of their long-term mental health following torrential rain, it is important to help them maintain their social relationships and share their experiences with others.

研究分野：精神看護学

キーワード：豪雨災害　メンタルヘルス　心理的負担　被災者支援

１．研究開始当初の背景

近年、国内各地で台風や豪雨による大規模な洪水・土砂災害が発生している。その中でも 2011 年 9 月の紀伊半島大水害は大規模な災害事例となっている。

豪雨災害では、被災時の恐怖体験のみならず、災害後の家屋の復旧作業が容易でなく、家財道具の廃棄や喪失感に伴う心理的負担が大きいといわれている。そのため、豪雨災害後のメンタルヘルス支援が重要であり、豪雨災害が及ぼす被災者の心理的側面への影響とその支援を検討することが必要である。

２．研究の目的

(1) 豪雨災害における被災者の心理的負担とその支援について文献研究を行い、豪雨災害後のメンタルヘルス支援上の課題を明らかにする。

(2) 2011 年紀伊半島大水害の被災者の語りから、被災後の生活再建の過程で生じた心理的影響と得られた支援について明らかにし、豪雨災害後の長期的なメンタルヘルスについて検討する。

３．研究の方法

(1) 文献研究：医中誌 Web から「台風」、「豪雨」、「洪水」についてキーワード検索を行い、研究フィールドを国内に限定し、内容に「被災者の心理的反応」、「支援活動」を含む 10 件の原著論文について分析した。対象文献は精読し、「研究背景における豪雨災害の状況」、「研究目的」、「対象」、「研究方法」、「結果」、「考察」を要約表に整理した。各文献の「結果」と「考察」から、災害後の被災者の心理的反応を表す記述をコード化してカテゴリー化し、豪雨災害による心理的負担への影響を分析した。

(2) 面接調査：2011 年紀伊半島大水害の被災者の協力を得て、被災直後から長期経過後の生活について半構造化面接を行った。逐語録を作成し、「被災後の心理的影響」と「得られた支援」を示す内容を抽出してコード化し、質的帰納的に分析した。所属大学の医学倫理審査委員会の承認を受けた（承認番号 ERB-E-316）。対象者の研究協力への自由意思を保障するため、現地の支援者を通して主体的な研究協力が可能な対象者の紹介を得た。対象者には、研究の概要、研究協力の拒否・中止の自由、匿名性の保持、厳重なデータの管理について文書を用いて説明し同意を得た。

４．研究成果

(1) 文献研究から捉えた豪雨災害後のメンタルヘルスの支援と課題

① 対象文献：被災後の住民のニーズや支援活動についての調査が 5 件、被災者の相談内容についての調査が 1 件、被災による長期的な心身への影響について K6 や IES-R 等の尺度を用いて検討された調査が 4 件であった。

② 対象文献における豪雨災害後のメンタルヘルス支援の活動例：精神科救護所の設置や、PTSD 専門医、心理士、PSW、看護職者、精神保健福祉ボランティアらによる支援活動、訪問支援やメンタルヘルス上のハイリスク者への個別支援が実施されていた。

被災後 1 週間が経過する頃より、メンタルヘルスに関する啓発・情報提供、心のケア相談が行われ、中長期的にはメンタルヘルス教育の継続や、支援者対象のメンタルヘルス講演会が催されていた。被災後より長期経過後も、住民から被災による生活上の不安の表出があれば、看護職は話を聞きメンタルヘルス支援を行っていた。

③ 豪雨災害が及ぼす被災者への心理的負担：対象文献における豪雨災害後の被災者の心理的反応を質的帰納的に分析した結果、【家屋の復旧活動の困難さ】、【被害拡大・再発生への強い不安】、【豪雨災害体験を想起させる事柄に伴う不安】、【地域生活・環境の変化への不適応感】、【必要な相談・援助を求められない】、【長期的に残る被災による心身の影響感】の 6 つの【カテゴリー】が抽出された。（表 1）

表 1 豪雨災害に伴う心理的負担

カテゴリー	サブカテゴリー
家屋の復旧活動の困難さ	復旧作業に伴う身体的変調
	絶え間ない復旧作業に伴う心身の疲労
	将来への不安・希望のなさ
	復旧作業に伴う後悔
	家屋の損壊による経済的負担感
被害拡大・再発生への強い不安	降雨による被害拡大への強い不安
	未修復な地域があることの不安
	対策を上回る自然の脅威
豪雨災害体験を想起させる事柄に伴う不安	台風・降雨による心理的影響感
	被災時期に生じる精神的不調
地域生活・環境の変化への不適応感	避難所の閉鎖に伴う新たな生活への不安
	住み慣れた場を離れることのつらさ
	災害対策への無力感
	被災生活からの回復の地域差
必要な相談・援助を求められない	飲酒に伴う健康問題のリスク
	相談されない被災による心身への影響感
	把握されない生活・健康問題の可能性
長期的に残る被災による心身の影響感	長期的に続く経済的負担によるダメージ
	1年、2年経過後も続く水害体験の影響感

豪雨により家屋の損壊や浸水被害をうけた被災住民は、災害後より続く家屋の復旧作業によって身体的負担が募り、長期的には家財道具を廃棄したことへの後悔や経済的負担が続くこととなる。被災後も発生する台風や降雨は、被災時の水害体験を想起させ心理的に不安定にさせる要因となっていた。

災害から長期経過後は、転居した住民の中で新たな生活環境に適応することの困難さがあった。一方、被災地での生活を続ける住民では、修復工事が終了していない河川や堤防が残る地域環境に災害が再発する不安を持っていた。

④ 自然災害後のメンタルヘルスの重要性が浸透していることから、豪雨災害後のメンタルヘルス支援としても、被災状況が大きかった者や独居高齢者は、メンタルヘルス上のハイリスク者として認識され、何らかの支援が届いていると考えられる。一方で、被災者の中には豪雨災害より長期経過後も、被災による心身への影響感が残っている者がいる。必要な相談や援助につながるよう、豪雨災害後のメンタルヘルス支援策を講じていくことが必要である。

(2) 2011年紀伊半島大水害の被災者が捉えた心理的影響と支援

面接調査に協力を得た対象者は、被災時に洪水による住居の損壊等の被害を受けていた。被災後の時間経過によって特徴的なサブカテゴリーが抽出された4つの期間に分類し、経時的に検討した。

② 豪雨災害後の経過に伴う心理的影響

「被災後の心理的影響」として 48 の＜サブカテゴリー＞と 14 の【カテゴリー】が抽出された。

・被災後～2 日間：被災者は＜全てがなくなり茫然とする＞等【被害への驚愕と茫然】に陥り、＜周囲の被害状況への気遣い＞をしながら【状況を受け止める努力】を行っていたが、【状況が理解できない中での混乱】も生じていた。

・被災後 3 日～1ヶ月未満：＜物資が届けられたことへの感謝＞や＜支援者の姿を見て我に返る＞ことで【物的・心理的支援を得て自己を保つ】ことができ、＜自分でどうにかしなければという思い＞で【精一杯の復旧作業への取り組み】を行うようになった。同時に＜新たに見えてくる地域の被害への驚愕＞といった【地域全体の被災状況の実感】があった。

・被災後 1ヶ月以降～2 年未満：＜安心できた避難所を出る勇気＞や＜関係性が途絶えさみしさが生じる＞等【変化する暮らしの中で生じる不安と孤独感】の中で、被災者は＜様々な対応に追いつけず「できない」感じ＞等から【自尊心の低下】や＜対応を迫られる中で追いつめられる気持ち＞＜復旧への努力の限界＞といった【限界と募るストレス】を感じるようになっていた。＜気持ちの低迷＞等【精神的不調の自覚】もあったが、＜仲間からの励ましに助けられる＞等の【信頼できる他者者からの関心に励まされる思い】も生じていた。

・被災後 2 年間以降：【地域全体に感じる落ち着き】を感じる中で、＜状況を理解している人に支えられている実感＞等の【自分を理解してくれる存在】を感じ、自分以外の＜被災による生活が変化した人への思い＞が生じるといった【自分が周囲を支えることへの思い】へとつながっていた。

③ 豪雨災害後に得られた支援内容

「得られた支援」として 38 の＜サブカテゴリー＞と 13 の【カテゴリー】が抽出された。

・被災後～3 日間：孤立した状況下で被災者同士が助け合いながら＜安全な場所への避難誘導＞といった【安全の確保】が行われていた。茫然とし、身動きが取れない中で衣服や飲食といった【物資の提供】をかろうじて得ることができていた。

・被災後 4 日～1か月未満：家族や友人、災害ボランティア等による【被災地内外からの支援の参集】によって、継続的な【物資の提供】を得られ、会えない家族と連絡を取るなど【被災者の求めに沿う支援】が提供されていた。家族、友人、被災していない人、災害ボランティアらによる【様々な人によって続けられる懸命な復旧作業】の中で＜復旧活動を通して苦楽を共にする＞＜言葉によって安心する＞といった【安心感の提供】を得ていた。

・被災後 1 か月～1 年間未満：1ヶ月以上経過後も復旧作業が必要とされていた。継続的に支援を続ける者との関係性や交流によって生じる【継続した支援の中で感じる精神的支え】を得ていた。住居の選択、仕事の再開といった生活再建上の課題と直面する中で、不安や孤独感、限界を感じていたが＜仲間による孤独感への支援＞といった【友人・仲間からの精神的サポート】と共に【生活再建上の課題解決につながる助言や資源の提供】が行われていた。

・被災後 1 年間以降：【被災地に関心を持ち続ける人とのつながり】があったことで、被災者自身が生活や心身を回復する中で、支援を続ける人のサポートに回ることで＜感謝される＞といった体験があった。被災者の精神的な不調に気がついた【身近な人からの精神的サポート】や被災直後からの被災者の困難な状況を＜理解してくれる仲間からの支え＞、＜被災者同士の体験の共有＞や＜地域を守ろうとする住民の存在＞といった【地域で暮らし続ける人同士の支え合い】が生じていた。

④ 本研究から捉えた豪雨災害後の被災者へのメンタルヘルス支援と課題（被災直後～1ヶ月未満）

想定を上回る被害を前に、被災者自身で必要な判断を行うことや復旧への対処行動をとることは困難であった。被災者同士で助け合い、外部から様々な支援を受けることは、自己を取り戻すことにつながり、自身で可能な復旧作業に努めるようになった。

被災者の混乱した心理状態を理解し、被災者の心理的安定につながるよう求めに応じた支援を行っていくことが必要と考えられる。自己にて復旧作業に努めることが出来るようになるのと同時に、地域全体の被災状況を実感している。被災者は自分でどうにかし

なければという思いで余裕なく復旧作業に取り組む傾向にあるため、自覚できない疲労感に配慮していくことが必要である。

⑤本研究から捉えた豪雨災害後の被災者への長期的なメンタルヘルス支援と課題（被災後１ヶ月以降～長期経過後）

暮らしが変化し様々な課題と直面する中で、被災者は不安や孤独感、ストレスや精神的不調を感じるようになっていた。それらの不調に気づいて声をかけてくれた家族や友人による見守り、災害発生後より支援活動を行っていた災害ボランティア等による継続的な関わり、同じような境遇・体験をしている他の被災者の存在が支えとなっていた。

被災後の長期経過後に心理的安定を保つ上で、被災によって同じような体験をしている他の被災者や、被災後の状況を理解している者（家族、友人、災害ボランティア等）との関わりが重要と考えられる。

豪雨災害後のメンタルヘルスについて、被災者同士もしくは被災後の状況を理解している支援者とのつながりを維持していくことや、被災者同士が体験を共有できるような場の必要性が示唆された。

５．主な発表論文等
（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔学会発表〕（計３件）

① 福田弘子、占部美恵、北島健吾、豪雨災害の被災者が捉えた長期的な心理的影響と支援―2011年紀伊半島大水害の被災者による語りから、日本災害看護学会第　回年次大会、2017年

② 福田弘子、占部美恵、北島健吾、豪雨災害被災者が捉えた被災後の生活再建過程における心理的影響、日本精神保健看護学会学術集会、2017年

③ 福田弘子、占部美恵、北島健吾、河原宣子、豪雨災害後の住民のメンタルヘルス支援に関する検討－心理的負担に焦点を当てて－、日本災害看護学会第　回年次大会、2014年

６．研究組織
(1)研究代表者

福田　弘子（FUKUDA,　Hiroko）
京都府立医科大学・医学部看護学科・助教
研究者番号：40551247