

令和 2 年 6 月 12 日現在

機関番号：11301

研究種目：研究活動スタート支援

研究期間：2018～2019

課題番号：18H06362・19K21444

研究課題名(和文) 自然災害の被害にあった地域での精神医療・保健体制の構築に関する研究

研究課題名(英文) Research on the construction of mental medical care and health system in the area affected by natural disaster

研究代表者

奥山 純子(林)(OKUYAMA, JUNKO)

東北大学・大学病院・助教

研究者番号：40791108

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 200,000円

研究成果の概要(和文)：東日本大震災後の心理社会的問題の解決のための支援について検討を行った。一つは、東日本大震災の経験に基づいて東北大学災害研・災害と健康プロジェクトユニットで作られた冊子「被災後ケア(ココロとカラダを回復させる10のこと)」を都道府県庁、市町村役所、NPO法人に配布し、満足度調査を行った。

またもう一つは、東日本大震災後1～3年目に高校生を対象にして研究を行ったデータについて再分析を行い、生活習慣によって心理社会的問題の改善について検討を行った。本研究結果は日本災害医学学会総会・学術集会(神戸)で発表(口演31 自然災害に被災した高校生の心理状態改善に向けた生活習慣の検討)した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究は、東日本大震災発生後9年目に入る現在においても継続している心理社会的問題の解決のための支援について検討を行ったものである。

本研究の意義の一つとして、災害準備の評価がある。災害関連の冊子は作成されているが、その理解のしやすさなどを評価した例はなく、本研究により実際に役立つ災害準備が可能になると考えられる。またもう一つは、思春期の被災者において、生活習慣のなかで心理状態の改善につながる可能性があるものについて検討したことである。以上のように本研究は東日本大震災のような大災害に備え、また心理社会的問題の解決のための一助となる結果を得た。

研究成果の概要(英文)：We examined support for solving psychosocial problems after the Great East Japan Earthquake.

One is the booklet "Post-disaster care (10 things to recover your mind and body)" created by the Disaster Research Institute for Disasters and Tohoku University based on the experience of the Great East Japan Earthquake, prefectural offices, municipal offices, We distributed it to NPO corporations and conducted a satisfaction survey.

The other was to reanalyze the data studied in high school students in the 1st to 3rd years after the Great East Japan Earthquake, and to examine the improvement of psychosocial problems by lifestyle. The results of this study were presented at the Annual Meeting of the Japan Society of Disaster Medicine (Kobe) (oral presentation 31: Examination of lifestyle habits for improving psychological condition of high school students affected by natural disasters).

研究分野：災害心理学

キーワード：災害精神医学 災害心理学 児童青年精神医学 児童青年心理学

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

2011年3月11日に発生した東日本大震災により、日本においては多くの犠牲者・行方不明者を出した。このような大きな災害による心理社会的な問題は、災害直後のみならず、長期間にわたり影響を及ぼすことが予想される。

先行研究では、1988年にアルメニアで発生した Spitak 地震のために、発災後23年目においても心的外傷ストレス障害(PTSD:posttraumatic stress disorder)を生じていることが報告されている(Armen K Goenjian ら, 2018)。ほかにも、2008年に生じた中国の四川地震も、発災後8年目の調査で、被災者に症候性PTSDとうつ病が継続していることが示されている(Jing Guo ら, 2017)。このように災害後心理社会的影響は長期間続が、支援の研究はほとんどなされていない。

一方医療の現場では、疾患や治療法を説明するために、様々な小冊子が用いられている。「同種造血幹細胞移植患者向けに作成した経腸栄養についてのパンフレットの有効性の検証」(加藤由佳ら, 2019)や「末梢性顔面神経麻痺マッサージのパンフレットの作成 退院後も継続してできるように」(市川 絵理, 2020)のように患者本人が読んで自分の疾患や治療を学ぶものや、「がん化学療法を受ける高齢者患者と家族へのセルフケア支援 パンフレットを用いたセルフケア向上につなげる取り組み」(持原 竜生ら, 2020)のように家族が学ぶことにより、患者をサポートするもの、「消化器内科・泌尿器科がん患者への終末期看護に対する看護師の認識の変化 パンフレット導入による終末期看護の質の向上に向けて」(五十嵐 早紀ら, 2019)のように医療側が学ぶものなどがあり、いずれも効果をあげている。

そこで、本研究では自然災害後の心理社会的支援の一つとして、小冊子による支援の可能性を考えた。小冊子は後で何度も読み返すことができ、ホームページなどのようにPCを要せず、災害による停電時にも活用可能である。

### 2. 研究の目的

東日本大震災後の長期的な心理社会的問題について調査を行い、それに対する支援を検討する。

### 3. 研究の方法

#### (1) 東日本大震災後の長期的な心理社会的問題についての調査:

東北大学災害科学国際研究所・災害精神医学講座では地震・津波により甚大な被害を受けた自治体の一つである七ヶ浜町と連携して、災害急性期の精神保健対応を開始し、その後も同町を中心に長期の精神保健活動を継続してきた。初回調査は東日本大震災発災から8ヶ月後に実施し、以降、年1回の頻度で追跡調査を行っている。

2018年度においても抑うつ状態や心的外傷後ストレス反応に関し、同じ評価尺度による追加調査を実施し、推移を把握した。

#### (2) 自然災害後の長期的な心理社会的問題に対する支援の検討:

東日本大震災発災後、東北大学では被災地域に暮らす住民を対象とした健康調査に取り組み、その調査データを基にした小冊子「『被災後ケア』ココロとカラダを回復させる10のこと」(2019年1月発行:東北大学災害科学国際研究所(IRIDeS)災害と健康プロジェクトユニット作成)を下記に配布し、満足度調査を行った。

都道府県・政令指定都市: 175件

NPO法人: 50件

心のケアセンター: 31件

土砂津波災害警戒区域(市): 666件

土砂津波災害警戒区域(町): 652件

(合計: 1,574件)

### 4. 研究成果

#### (1) 東日本大震災後の長期的な心理社会的問題についての調査:

2018年の調査において、K6(心理的苦痛評価尺度)は、全国平均とほぼ同等まで回復した。IES-R(心的外傷後ストレス反応評価尺度)は、2013年以降は、徐々に回復の傾向を示していた。

#### (2) 東日本大震災後の長期的な心理社会的問題に対する支援の検討:

都道府県庁、市町村役所、NPO法人などを対象にアンケートを送付し、505件の回答を得た(回収率: 32.1%)。

「被災後ケア(ココロとカラダを回復させる10のこと)」の理解度について最も高いのは、「感染症を予防しましょう」(86.3%)であった。次いで「妊婦さんや授乳中のお母さんに心を配りましょう」(83.8%)、「睡眠不足に気をつけましょう」(82.0%)、「居住空間の湿気やホコリに気をつけましょう」(80.4%)と続いた。

年代別でみると、20代は「健康診断やがん検診を活用して健康管理をしましょう」の割合が全体よりも高かった。総合満足度は81.0%であった。

自然災害の発生後、被災者の心理社会的問題への介入が必要とされている。小冊子を用いた心理社会教育的および介入はその一つとして効果的であると予想される。本研究の結果をうけ、さらに被災者にとって必要な情報を分かりやすく提供する小冊子の開発が必要であることが分かった。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 1件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 Okuyama Junko, Funakoshi Shunichi, Tomita Hiroaki, Yamaguchi Takuhiro, Matsuoka Hiroo	4. 巻 72
2. 論文標題 Longitudinal characteristics of resilience among adolescents: A high school student cohort study to assess the psychological impact of the Great East Japan Earthquake	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 Psychiatry and Clinical Neurosciences	6. 最初と最後の頁 821 ~ 835
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） <a href="https://doi.org/10.1111/pcn.12772">https://doi.org/10.1111/pcn.12772</a>	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計6件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 2件）

1. 発表者名 奥山純子
2. 発表標題 Establishment of disaster health databases to provide effective disaster health response and preparedness.
3. 学会等名 国際防災・危機管理研究 岩手会議（国際学会）
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 奥山純子, 船越俊一, 富田博秋, 松岡洋夫
2. 発表標題 自然災害に被災した高校生に対する学校を基盤とした介入とレジリエンスの相関の検討
3. 学会等名 第20回東北児童青年精神医学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 内海裕介, 鈴木智美, 瀬戸萌, 片柳光昭, 奥山純子, 富田博秋.
2. 発表標題 災害後心的外傷後ストレス反応と健康を意識した歩行習慣との関係.
3. 学会等名 東北精神保健福祉学会第9回大会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 奥山純子, 佐藤和繁, 吉田 弘和
2. 発表標題 自然災害に被災した高校生におけるレジリエンス向上にむけた生活習慣の検討
3. 学会等名 第59回日本児童青年精神医学会総会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 Junko Okuyama, Shunichi Funakoshi, Jun Onobe, Izumi Shinichi
2. 発表標題 Influence of leisure time on the mental health of affected high school students by the disaster
3. 学会等名 第二回国際防災フォーラム(国際学会)
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 奥山純子
2. 発表標題 第25回日本災害医学会総会・学術集会
3. 学会等名 自然災害に被災した高校生の心理状態改善にむけた生活習慣の検討
4. 発表年 2020年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
---------------------------	-----------------------	----