

東日本大震災被災地域住民のこころの健康に関する研究 — 釜石市民の精神的健康の実態把握とその支援（2年目） —

中谷敬明・山田幸恵¹⁾・桐田隆博

I. 研究目的

東日本大震災では岩手・宮城・福島の三県における津波被害が甚大であった。多くの人命が失われ、多くの家屋が流出し、地域自体が流されて、人々は見慣れた故郷を失った。これらの被害は目に見える損失だけではなく、人々のこころに大きな影響を及ぼした。その影響としては posttraumatic stress disorder (PTSD) があげられるが、トラウマ被害後の影響は必ずしも PTSD に代表される精神障害だけでない。近親者との死別による悲嘆や仮設住宅への居住によるストレス、地域社会の変化によるストレス、仕事が見つからないことによるストレスなど、被災の有無を問わず被災地域に居住するすべての住民に多岐にわたって影響する。

本研究では東日本大震災が人々のメンタルヘルスに及ぼした影響を、岩手県釜石市に居住する市民を対象として、トラウマティック・ストレス、近親者との死別による悲嘆、抑うつ、行動の変化といった観点から明らかにする健康調査を継続的に実施し、その経過から適切な支援について提案することを目的とした。

II. 研究方法

2013年9月1日現在釜石市に住民票のある市民から、年齢・地域をマッチングした20歳から65歳までの男性2000名・女性2000名の計4000名を対象とした。調査は郵送法にて2013年9月から10月に実施した。

調査票は①性別、年齢、居住形態等の基礎統計資料、②東日本大震災による被災状況、③震災時前後の就業状況および経済状況、④心身の健康状態、睡眠、食欲の状況、および飲酒の状況、⑤震災による死別の状況、⑥BGQ（複雑性悲嘆のスクリーニングに利用されるものである。）、⑦K6（気分障害と不安障害のスクリーニングに使われるもので、厚生労働省のメンタルヘルス調査等でも使用される。12/13点をカットオフポイントとした（川上、2006））、⑧地域での人間関係に関する質問項目から構成された。本調査は、岩手県立大学研究倫理審査委員会にて審査を受け承認された。

III. 結果

有効回答は1,222名（男性517名、女性703名、無

回答2名）であった（回答率30.6%）。回答が多かった年代は50代と60代で57.7%であった。

現在の暮らし向きは、全体の39.8%が経済的に「苦しい」と感じていた（昨年度37.5%）。自分が健康だと「思わない」23.46%、「どちらともいえない」31.6%であり（昨年度は項目が異なり、現在の健康状態は「あまりよくない」23.0%、「よくない」5.2%）、普段の睡眠で十分な休養がとれていない者が23.8%（昨年度は項目が異なり、何らかの睡眠に関する問題を抱えているものが45.8%）であった。週に5回以上飲酒をするものが24.5%（昨年度21.8%）おり、毎日の飲酒量が4合以上のものが4.6%（昨年度2.0%）いた。今回の震災で身近な人を亡くした人は34.7%（昨年度52.8%）、そのうちの7.2%（昨年度8.6%）が強い悲嘆を感じていた。また、7.8%（昨年度5.2%）に気分障害や不安障害に相当する心理的苦痛を感じていることが疑われた。

年代群別では、50代～60代に「現在の暮らし向き」を苦しく感じている割合が、30代と40代に睡眠で十分な休養がとれない割合が、40代～60代に多量飲酒者（週4日以上、1日2合以上摂取する人）の割合が高く示されていた。昨年度調査結果と比較すると、強い悲嘆を感じている人の割合が減ったものの、飲酒回数や毎日の飲酒量、気分障害や不安障害に相当する心理的苦痛を感じているものの割合が増加していた。また、各年代別で示された傾向が異なるが、30代から40代に睡眠で十分に休養がとれない者や多量飲酒の割合が高かった。

IV. 研究の成果

諸事情により昨年度の調査項目のいくつかを変更して実施したが、被災後30ヶ月時点でも心身の健康状態が思わしくない市民も多く、特に、40代の働き盛りの年代に、依然として、多量飲酒や精神的健康被害が疑われる人々の多いことが判明した。引き続き、行政による住民への定期的な心身の健康調査実施とその後のフォローと産業領域など職域による支援を展開していくことが必要と考えられた。本研究成果は釜石市に報告し、市保健師による地域精神保健活動の基礎資料として活用された。

1) 東海大学文学部