

# 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 — 釜石市健康調査の分析による被災後の市民の精神的健康の実態把握 —

中谷敬明・山田幸恵・桐田隆博

## 1. 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全市民を対象として、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行い、適切な支援について提案することを目的とした。

## 2. 研究方法

市内に居住する18歳以上の市民32,218名を対象とした。調査は郵送法にて2012年11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）、⑦IES-R（PTSDの診断基準に則しており、再体験症状、回避症状、覚醒亢進症状から構成されている。ほとんどの外傷的出来事について、使用可能な心的外傷ストレス症状尺度である。24/25をカットオフポイントとした（金、2006））、⑧K6（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））、⑨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。

## 3. 結果

有効回答は8,823名（男性4,003名、女性4,754名、無回答66名）であった（回答率 27.4%）。回答が多かった年代は、60代と70代で、50.4%であった。

現在の暮らし向きは、全体の37.5%が経済的に「苦しい」と感じていた。現在の健康状態は、「あまりよくない」23.0%、「よくない」5.2%であり、食欲に変調あるものが21.8%、何らかの睡眠に関する問題を抱えている者が45.8%であった。週に4～5回以上飲酒をする人が21.8%おり、毎日の飲酒量は4合以上飲むものが2.0%存在した。今回の震災で身近な人を亡くした人は52.8%に上り、そのうちの8.6%が強い悲嘆を感じていた。また、21.1%に外傷後ストレス障害が、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。人間関係に関する質問項目から、これらの人々には、会って話をしたり、気楽に感じたり、助けを求めること等をできる友人がいない割合が高いことが示された。

年代群別では、40代～50代に「現在の暮らし向き」が苦しく感じている割合が、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、30代～40代に外傷後ストレス障害の割合が、40代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割合が高く示されていた。

## 4. 研究の成果

本研究から、釜石市民の心身の健康状態像を把握することができた。被災20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、30代から50代、特に、40代の働き盛りの年代群に多量飲酒や精神的健康被害の疑われる人々の多いことが判明した。これらの人々は時間的・経済的理由から、行政等による支援の参加に消極的であることが推測された。今後、行政による住民への定期的・長期的な心身の健康調査実施とその後のフォローに加えて、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。本研究結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。