

表 題 被災地の子どもたちのこころの健康の実態

分担研究 災害時の母子保健・医療対策に関する研究

研究協力者 神戸大学発達科学部 高岸由香

【要約】 阪神淡路大震災は、PTSD (Post Traumatic Stress Disorder: 外傷後ストレス障害) のみならず、子どもたちを取り巻く様々な環境変化や数々の喪失からくるストレスなど、子どもたちのこころの健康において大きな影響を与えた。本研究は第1回目 1995年2月 (大震災後1ヵ月半)、第2回目 1995年6月 (大震災後5ヵ月) に引き続き1996年3月 大震災後1年2か月に、前回とほぼ同じ対象である激震区である神戸市の335名、非激震地区である三木市の230名、計565名の5~7歳児たちを対象としたアンケート調査の結果を考察するものである。子どもたちにおいては、神戸市の子どもたちは、「体調が悪い」「暗い所をこわがる」「地震に関する話をよくする」「地震に関する遊びをする」「小さな物音に驚く」「学校に行きたがる」という項目で、三木市の子どもたちよりも有意に高率であった。前回高率であった前向きな反応については、今回も極めて高率であった。親の心理状態については、前回と全く同じ15項目について、震災後5ヵ月では、14項目が神戸市で有意に高率を示したが、今回両地域間の有意差を示したのは、7項目であった。さらに、将来の生活について悲観的になりながら、地震についてあまり触れないようにしているという回避傾向が認められた。時間が経過し、その悲惨な事実の記憶が薄れ、新しい環境作りが進むに連れて、心の傷を癒していく者と、癒す間もなく2次的・3次的な傷を受けて行く者との格差が、どんどん広がりつつある現状において、心配な結果である。子どもたちのこころの健康については、今後とも、発達の側面を考慮しながら、長期的な追跡が必要である。

見出し語：地震、心の健康、幼児

【目的】 阪神淡路大震災は、PTSD (Post Traumatic Stress Disorder: 外傷後ストレス障害) のみならず、子どもたちを取り巻く様々な環境変化や数々の喪失からくるストレスなど、子どもたちのこころの健康において大きな影響を与えた。本研究は、特定の子どもの行動変化や健康状態、さらに、親の心理状態を経時的に追跡し、その影響を評価することを目的とした。

【研究方法】 私たちは、震災以前より交流のあった幼稚園の子どもたちを対象として、「災害後の幼児のこころとからだの実態について」とアンケート調査を 第1回 1995年2月 (大震災後1ヵ月半)、第2回 1995年6月 (大震災後5ヵ月) に行ってきた。この度、1996年3月 大震災後1年2か月に、ほぼ同じ対象に対して、第3回目のアンケート調査を実施した。本研究においては、第3回目のアンケート調査の結果を考察するとともに、後方支援として行われた小児科医による幼稚園の先生や保護者に対するコンサルテーションの実態も併せて報告する。

(1) アンケート調査

1. 対象および調査方法

調査は、第1回および第2回とほぼ同じ対象を追跡した。つまり、アンケート調査は、激震区である神戸市の幼稚園と、非激震地区である三木市の保育所・幼稚園の園児・卒園児たちに対して実施した。神戸市335名、三木市230名、計565名の5~7歳児たちである。アンケート用紙は、幼稚園の先生あるいは小学校の先生を通じて、あるいは、郵送にて配布・回収された。回収率は、神戸市79.7%、三木市79.6%であった。よって、今回検討対象になった児は、神戸市は、男児137名 (52.1%)、女児126名 (47.9%)、合計263名、三木市は、男児75名 (43.6%)、女児97名 (56.4%)、合計172名である。

アンケートの内容は、第1回および第2回の調査結果をふまえ、質問内容を一部変更して新たに作成した。大震災後1年2か月を経た現在における子どもたちの身体・心理・行動面の実態、そして、親の心理状態について質問した。

II. 結果

(1) 子どもたちの身体・心理・行動面の実態 (表1)

子どもたちの身体・心理・行動変化については、震災後1年2ヵ月現在の状態について質問した。

「いいえ」「すこし」「とても」の3段階で回答してもらい、本報告においては、「すこし」と「とても」を合わせて陽性とした。

1-1) 生活について

対象のほとんどの子どもたちは、学校や幼稚園に毎日通い、外で友だちと遊んでいた。

1-2) 身体症状

身体症状については、神戸市の子どもたちは、三木市の子どもたちに比較して、有意に (< 0.05) に体調が悪かった。具体的な症状として、夜尿が、神戸市で有意に高かった。夜尿は、これらの年齢の子どもたちにとって、心理社会的な背景と強い関連をもつ心身症として代表的な症状である。神戸市の夜尿の有病率が有意に高率であることは、子どもたちを取り巻く現在の環境が、決して安定したものではないことを示唆しているのかもしれない。

1-3) 退行現象

1年2ヵ月後においても、神戸市、三木市いずれにおいても、「親と一緒にいたがる」、「暗所恐怖」とも、高い陽性率を示した。退行現象は、阪神淡路大震災後の子どもたちに最も顕著に現われた反応の一つであり、今後とも、その経過を注意深く追う必要がある。

1-4) 持続的な再体験

大震災についての記憶と関連して重要な項目であるが、神戸市で明らかに有意にみられた。幼児たちにとって、今回の災害の記憶がその発達に及ぼす影響を長期的に追っていくことは、今後の重要な課題となる。

1-5) 回避や反応性の低下

地震に関する刺激を避けようとする回避行動は、具体的には、地震の話や地震を思い出させるような場所や行動を避けることで表現される。反応性の低下は、種々の活動への意欲の低下、さらには、疎外感や悲観的な将来への見通しにつながることもある。「地震の話をやがる」に関して、5ヵ月後の調査において、非常に高値ではなかったが、神戸市26%、三木市22%と両者間に差がみられなかったのが、特徴的なことであった。今回も、神戸市23.2%、三木市18.0%であり、前回と同様両者間の差はなかった。

1-6) 覚醒レベルの上昇

入眠困難やいらいら、怒りの爆発、極度の警戒心、驚愕反応の起こりやすさなどは持続する覚醒レベルの上昇と捉えられ、身の保全につい

て安心できにくい環境であることを示していると考えられる。「小さな物音に驚く」に関して、神戸市で有意に高率であった。

1-7) 前向きな反応

前回の調査では、学ぶことがあったなどの前向きな反応が驚異的に高率であった。今回も、これらの反応は、両地域において8.9割と極めて高率であった。

(2) 親の心理状態 (表2)

親の心理状態については、今回の調査での、質問形式・項目ともに、震災後5ヵ月のものとはほぼ同様であったので、その経時的变化を表3に示した。全く同じ15項目について、震災後5ヵ月では、14項目が神戸市で有意に高率を示したが、今回両地域間の有意差を示したのは、7項目であった。

2-1) 身体症状

震災後5ヵ月においては、神戸市で、「食欲の低下」が18.3%と高率に見られたが、今回では、5.3%に下がっていた。「動悸や息苦しきさ」については、神戸市での有病率が若干低下し、両地域の有意差はなくなった。

2-2) 持続的な再体験

「悪夢」に関しては、全体的に低下してはいるが、神戸市において有意に高率である。「地震について繰り返し思い出される」については、震災後5ヵ月同様半数近くが陽性であり、三木市においては、震災後5ヵ月よりも高率になっている。「地震について家族でよく話をする」は、前回においてほぼ同率8割で陽性であったのに対して、今回は全体的に低下し、さらに、三木市の方が有意に高率であるのは、極めて特徴的である。

2-3) 回避や反応性の低下

「地震は本当でなかったように感じる」は、前回とほとんど変わらず、依然、3~4割で陽性であった。「地震についてあまり触れないようにしている」は、両地域ともに、明らかに上昇していた。「気分が落ち込んでしまいがちである」は、全体的に若干低下しているが、神戸市で有意に高率であった。「将来の生活について悲観的になる」は、神戸市では、若干ではあるが前回より上昇し、前回、今回とも、有意に高率である。

2-4) 覚醒レベルの上昇

「いらいらする」は、神戸市、三木市両地域

において震災後5ヵ月よりも、明らかに上昇していた。「物音に驚く」は、前回7割前後でたいへん高率あったが、今回は神戸市で65%、三木市でも50%とやはり高率であった。覚醒のレベルの上昇は、生活環境への安全感覚と深い関わりをもつ反応である。被災地における、安全な生活環境がまだ確保されていないことを反映した結果であるとも考えられる。

2-5) 前向きな反応

前回同様、8~9割と極めて高率に前向きな反応が認められた。

(2) 幼稚園訪問による大震災後の健康相談

前述した健康調査は、小児科医が幼稚園を訪問し、(1) 幼稚園の先生方へのコンサルテーション、(2) 必要に応じて、小児科医による幼稚園での直接の個別相談、といった後方支援活動と共に進めた。その結果、震災直後から、1年2ヵ月後までの間に、実際に親と小児科医の直接の相談に至ったのは、震災後1ヵ月半で3人、震災後10ヵ月で1人、計4人であった。個別相談は、(1) 場所は、各幼稚園で行った。(2) 形式は、小児科医と母親のみ、兄の同席、先生の同席など、各幼稚園の先生と相談の上で行った。

(3) 個別相談の前に、先生と情報交換し、その後、今後の対応について十分に話し合った。

震災後1ヵ月半の3人の具体的な主訴は、「遺尿がひどくなり、しゃべらなくなった」「幼稚園に行きたがらない。」「体重減少。震災直後に肺炎にかかったことが気になる」で、震災後10ヵ月の1人の主訴は、「夜泣き」であった。実際の相談内容は、(1) 時間は、1例2~3時間であった。

(2) 子どもたちの訴えを通じて、各家族が体験した必死のドラマが語られた。(3) 指導は、震災により混乱してしまった育児状況を安定させる方向に調整するものであり、幼稚園の先生との関係を中心に行った。(4) 4例とも、1回のみ相談であり、その後の経過は良好であった。

【考察】

阪神淡路大震災から、2年になろうとしている。時間が経過し、その悲惨な事実の記憶が薄れ、新しい環境作りが進むに連れて、心の傷を癒していく者と、癒す間もなく2次的・3次的な傷を受けて行く者との格差が、どんどん広がりがつ

ある。それは、各家族レベルでの生活の立ち直りと密接な関係を持っていることが実感される。また、残された問題や支援の格差により、被災地の住民間の感情の摩擦も潜行している。その結果として、感情を表現することが回避されていくことは、地域社会としての癒しの過程を大きく妨げ、健康への回復を困難なものにする。今回の結果において、将来の生活について悲観的になりながら、地震についてあまり触れないようにしているという親の心理状態が、確認された。今回の対象は、毎日幼稚園や小学校に通えている子どもたちの親たちであり、社会的には決してリスクの高い集団ではない。本対象においてさえ、このような傾向を示していることは、注目すべき結果である。

災害時の精神的リスクとしては、1) PTSD (心的外傷後ストレス障害) (2) こどもの喪失体験 (愛情の対象を失う体験) 一家族や知人の死や家やたいせつなものを失う (3) 長期の異常な生活環境によるストレス、の3つのポイントがあると考えられる。(1) が重要なことはもちろんのこと、特に (2) や (3) については、長期的な問題と考えられる。そして、その回復過程においては、心の安全基地が何よりも重要である。すなわち、その対応においては、いかに子どもたちが安心できる環境を提供・調整していけるかが大きなポイントとなる。この度の災害で家族を、特に親を突然失ってしまった子どもたちは、地震そのものによる被害の大きかった家庭の子どもたちであり、災害直後の壮絶な地獄に遭遇した。そして、その後の生活においても、人為的な心的外傷を受けやすい環境にある。彼らの周りの大人たちも、また、かけがえのない夫を妻を娘を息子を失い、辛い思いをしているのである。今回の災害において、安全基地であるべき親を失ったこれらの子どもたちの苦悩は深く果てしない。震災遺児たちのサポートを積極的に実施している「あしなが育英会」の主催する震災後2年目の法要行事において、「まだとても参加する状態ではない」という子どもたちが多く存在したというのが実態である。今後、これらの子どもたちに対する長期的な支援は最も重要な課題の一つであろう。子どもたちのこころの健康については、今後とも、発達の側面を考慮しながら、長期的な追跡が必要である。また、その対応においては、問

題の格差に伴う個別的な対応が必要である。さらに、その背景として、社会全体の持続した理解や包容力は不可欠であり、今後とも、啓蒙活動・ストレスマネジメントに関する教育などの社会的な努力が重要であると考えられる。

【文献】

1. 災害の襲うとき カタストロフィの精神医学：ビヴァリー・ラファエル著、石丸正訳、みすず書房、1989年
2. 心の傷を癒すということ：安克昌著、作品社、1996年
3. 高岸由香、中村安秀：子どもたちの災害後ストレス障害；保健の科学， vol.38, No.12, p797～801, 1996年
4. 黒い虹：あしなが育英会編、広済堂出版、1996年
5. 心的外傷と回復：ジュデイス・L・ハーマン著、中井久夫訳 みすず書房、1996年
6. 小花和尚子、城仁士：災害後の幼児と母親のストレス；人間科学研究， vol.4, No.1, p19～28, 1996年



検索用テキスト OCR(光学的文字認識)ソフト使用

論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります



【要約】 阪神淡路大震災は、PTSD (Post Traumatic Stress Disorder :外傷後ストレス障害)のみならず、子どもたちを取り巻く様々な環境変化や数々の喪失からくるストレスなど、子どもたちのこころの健康において大きな影響を与えた。本研究は第1回目 1995年2月(大震災後1ヵ月半)、第2回目 1995年6月(大震災後5ヵ月)に引き続き1996年3月 大震災後1年2ヵ月に、前回とほぼ同じ対象である激震区である神戸市の335名、非激震地区である三木市の230名、計565名の5~7歳児たちを対象としたアンケート調査の結果を考察するものである。子どもたちにおいては、神戸市の子どもたちは、「体調が悪い」「暗い所をこわがる」「地震に関する話をよくする」「地震に関する遊びをする」「小さな物音に驚く」「学校に行きたがる」という項目で、三木市の子どもたちよりも有意に高率であった。前回高率であった前向きな反応については、今回も極めて高率であった。親の心理状態については、前回と全く同じ15項目について、震災後5ヵ月では、14項目が神戸市で有意に高率を示したが、今回両地域間の有意差を示したのは、7項目であった。さらに、将来の生活について悲観的になりながら、地震についてあまり触れないようにしているという回避傾向が認められた。時間が経過し、その悲惨な事実の記憶が薄れ、新しい環境作りが進むに連れて、心の傷を癒していく者と、癒す間もなく2次的・3次的な傷を受けて行く者との格差が、どんどん広がりつつある現状において、心配な結果である。子どもたちのこころの健康については、今後とも、発達の側面を考慮しながら、長期的な追跡が必要である。