

新潟県中越地震被災者のこころの健康状態
～2年後調査・5年後調査の比較～
報 告 書

平成 24 年 2 月

新潟県精神保健福祉協会
こころのケアセンター

目 次

A.調査の概要	1
はじめに	1
調査のデザイン	1
対象地域	2
対象集団	2
GHQ12 について	3
B.こころの健康状態についての比較	4
目的	4
方法	4
結果：対象者の背景	5
1.性別	5
2.年齢	5
3.婚姻状況	6
4.同居家族の有無	6
5.職業	7
6.震災時の住所	7
7.住居の被害認定	8
8.震災時の怪我	8
9.震災による家族構成の変化	9
結果：GHQ12 項目別集計	10
結果：GHQ12 総得点	16
1.Likert 採点法(0-36)	16
2.GHQ 採点法(0-12、カットオフ 4 点)	17
考察	18
C.こころの健康状態に影響を与える要因について	19
目的	19
方法	20
結果	21
考察	22
D.まとめ	24
巻末資料	25
・震災から 2 年後新潟県中越大震災被災者こころのケア調査票	
・震災から 5 年後新潟県中越大震災被災者くらしと健康調査票	

【A. 調査の概要】

《はじめに》

2004年10月23日に発生した新潟県中越地震から既に7年の歳月が経過した。多くの人々の懸命な努力により、破壊された社会基盤は完全ではないものの十分に復旧されたことは事実である。しかし、被災者の精神的健康の回復という点においては一抹の不安が残る。震災から3年ほど経過すると、被災者集団の精神ストレスは下降傾向を示すとされるが、一部の被災者は地震による精神症状を4、5年にわたり遷延させるという報告もある (*Goenjian et al. 2005; Kilic et al. 2006*)。新潟県中越地震においても同様に、遷延した精神的不調に苦しむ被災者が少なからず存在する可能性が高い。

そこで我々は、新潟県中越地震の被災地における長期的こころのケア活動の基礎データとするため、震災から2年後と5年後に実施した被災者のこころの健康状態調査について比較検討し、こころの健康状態に影響する要因を解析した。

《調査のデザイン》

本調査は新潟県中越地震から2年後（2006年11月）と5年後（2009年12月～2010年1月）に実施された調査結果をもとにした横断観察研究である。

《対象地域》

新潟県中越地震の被災地である下記を対象地域とした。

- ・ 2年後調査

小千谷市と川口町の全域、および長岡市と見附市、十日町市の一部地域

- ・ 5年後調査

小千谷市と川口町、長岡市、見附市、十日町市、魚沼市の全域

《対象集団》

2000名以上を目標に、対象地域からエリアサンプリングにより対象世帯を抽出し、調査員が戸別訪問して調査票を配布留め置きし、世帯主もしくは世帯主に準じる方へ回答を依頼、後日再訪問により回収した。

- ・ 2年後調査

2129世帯に配布して2107世帯から回収

- ・ 5年後調査

2123世帯に配布して2068世帯から回収

※エリアサンプリング

各対象地域の世帯数をもとに世帯分布率を算出し、目標回収世帯数に世帯分布率を乗じて地域毎の目標回収世帯を算出する。次いで対象地域の住宅地図をサンプリング台帳として用い、地域に偏りが出ないようにメッシュ毎に訪問間隔を設定抽出した。

《GHQ12 について》

General HealthQuestionnaire(GHQ)は Goldberg らが精神障害のスクリーニングとして開発した自己記入式評価尺度である。60 項目、30 項目、28 項目、12 項目の 4 つの版があるが、本調査では 12 項目版(GHQ12)を用いた。GHQ12 は 60 項目版と同等の判別能力を有し、2 因子構造で高い信頼性と妥当性を持ち、ストレス指標としての妥当性も確認されており、精神的健康度を測る目的に広く用いられている。

GHQ12 では 12 項目の質問に対し各々 4 段階の回答が設定され、精神的に不健康なほど高得点になるように配点する。本調査では Likert 法 (0-1-2-3 で配点、総得点は 0-36)と GHQ 法 (0-0-1-1 で配点、総得点は 0-12)で採点した。GHQ 法でのカットオフポイントは 3 点/4 点に設定し、精神的健康度について総得点 0-3 点を健康状態、4 点以上を不健康状態とした。

本調査では被災者のこころの健康状態について比較し、こころの健康状態に影響を与える要因を検討するため、GHQ12 を用いて下記 2 点を解析した。

- ✓ 5 年後調査では 2 年後調査と比較して GHQ12 が改善しているか？
- ✓ 5 年後調査の GHQ12 に影響を与える因子は何か？

統計解析は IBM SPSS Statistics 19 を使用し、有意水準は 5%とした。

【B. こころの健康状態についての比較】

《目的》

新潟県中越地震の被災者のこころの健康状態と回復状況を把握するため、2年後調査と5年後調査のGHQ12を比較検討した。

《方法》

回答者のうちGHQ12に未記入項目がある者を解析から除外し、2年後調査では1914名、5年後調査では1910名を解析対象とした。

2年後調査と5年後調査の全質問のうち、共通しており比較可能な下記24項目について集計し、 χ^2 検定とt検定を用いて解析した。

1) 対象者の背景：

性別、年齢、婚姻状況、同居家族の有無、職業、震災時の住所、住居の被害認定、震災時の怪我、震災による家族構成の変化

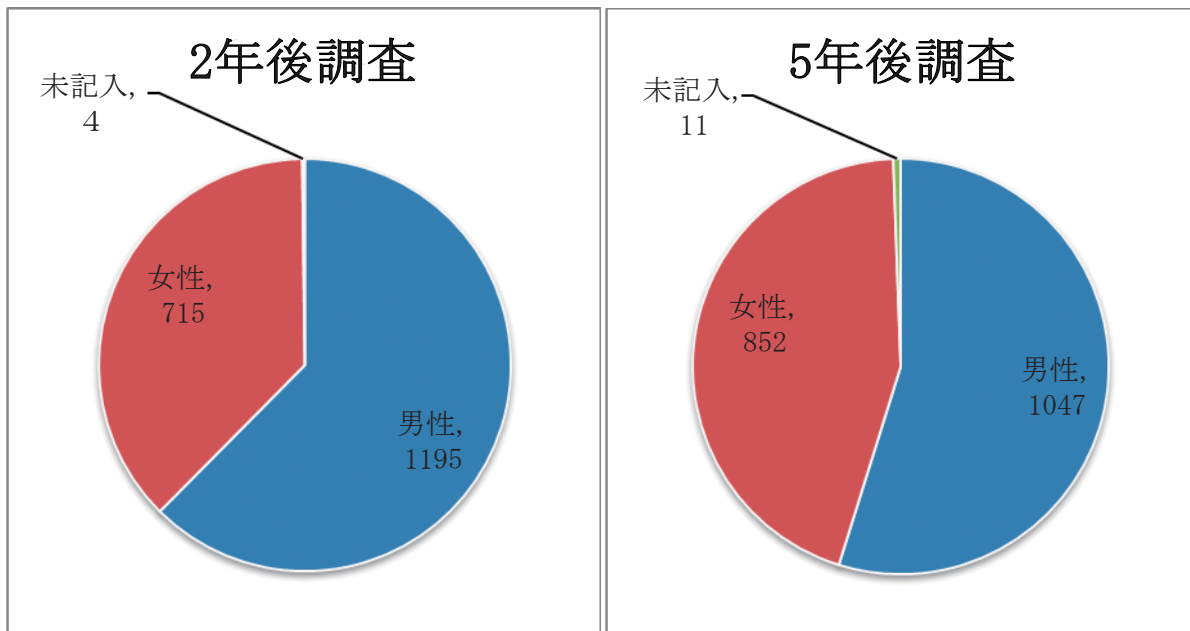
2) GHQ12項目別集計：

3) GHQ総得点：

Likert法総得点、GHQ法総得点、GHQ法カットオフ

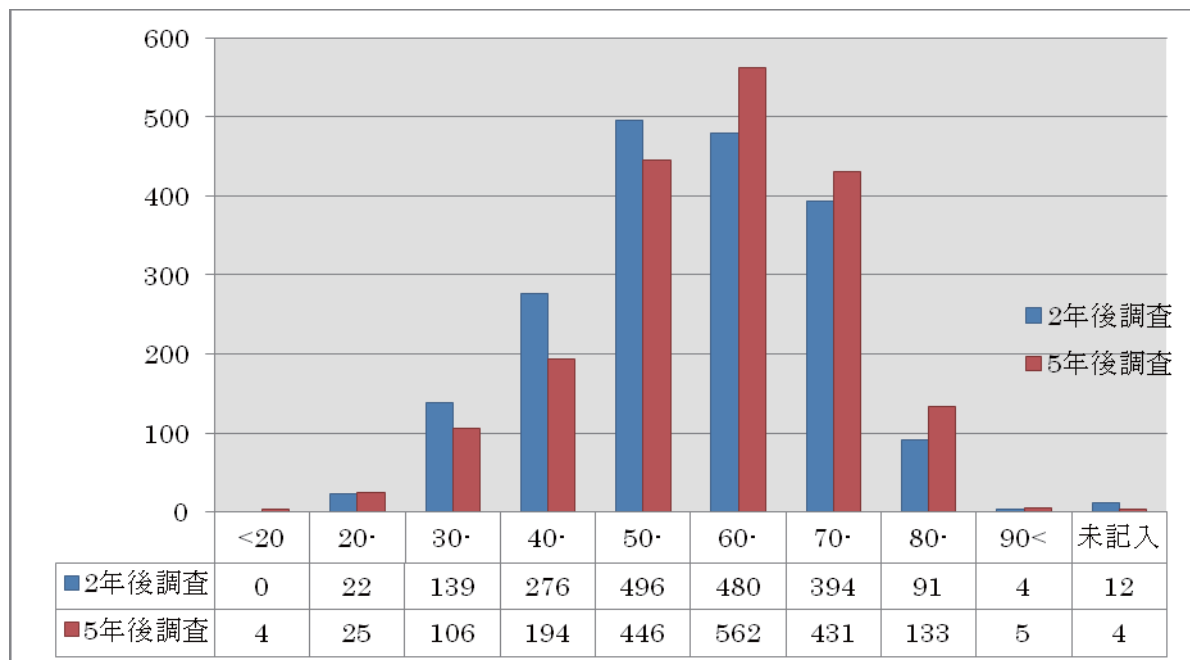
《結果：対象者の背景》

1. 性別



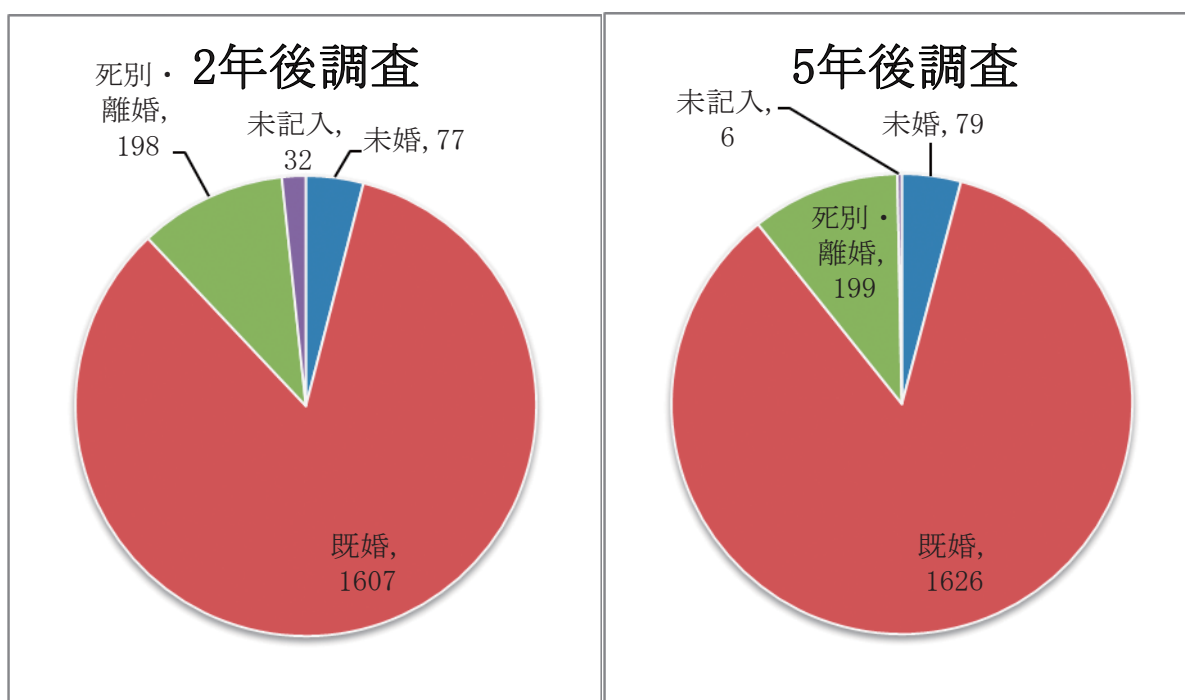
男女比は2年後調査で 62:37、5年後調査では 55:45 であった。2年後調査に比べて5年後調査では男性の割合が減少していた。 $(p=.000, \chi^2$ 二乗検定)

2. 年齢



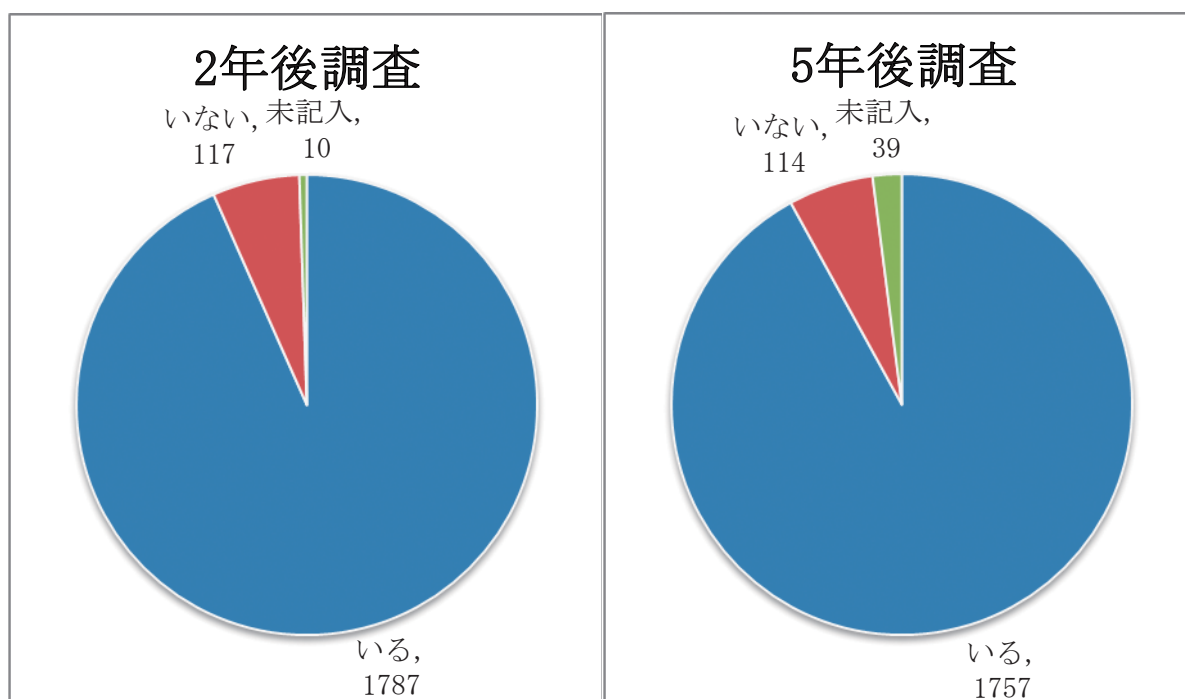
平均年齢は2年後調査で 59.5 ± 13.3 歳、5年後調査で 61.4 ± 13.3 歳であった。2年後調査に比べ5年後調査の平均年齢は高くなっていた。 $(p=.000, t$ 検定)

3. 婚姻状況



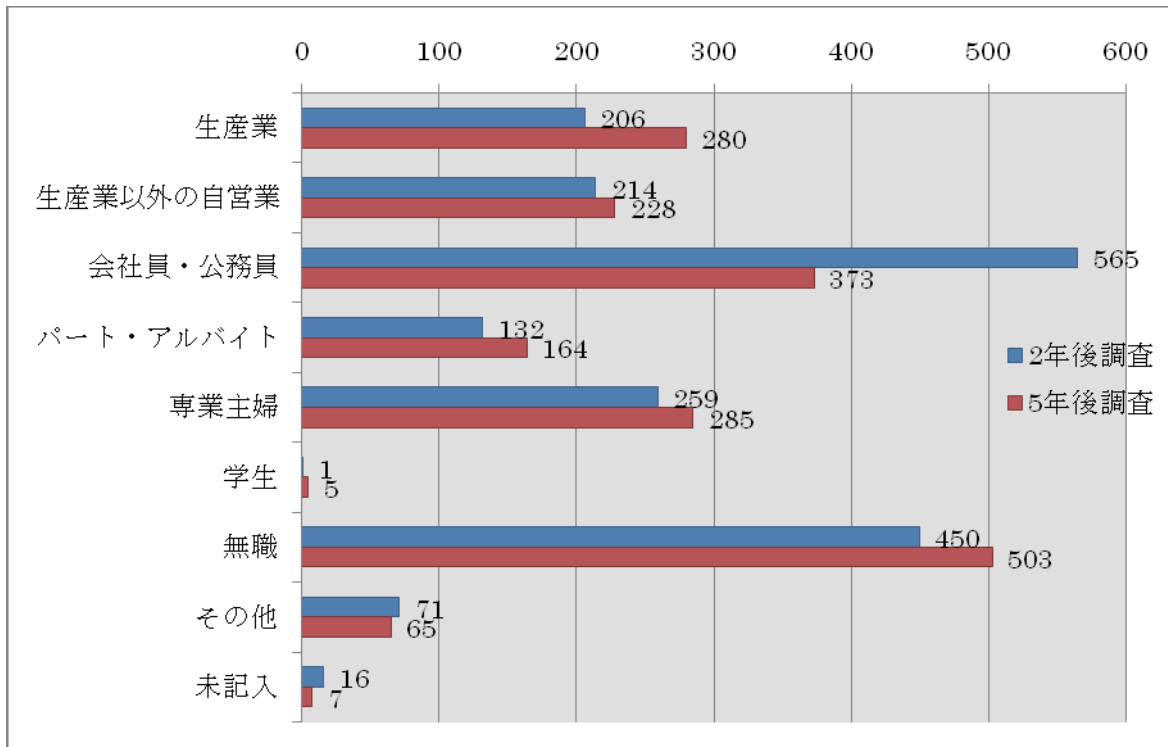
婚姻状況は2年後調査と5年後調査で同様であった。 $(p=.994, \chi^2$ 二乗検定)

4. 同居家族の有無



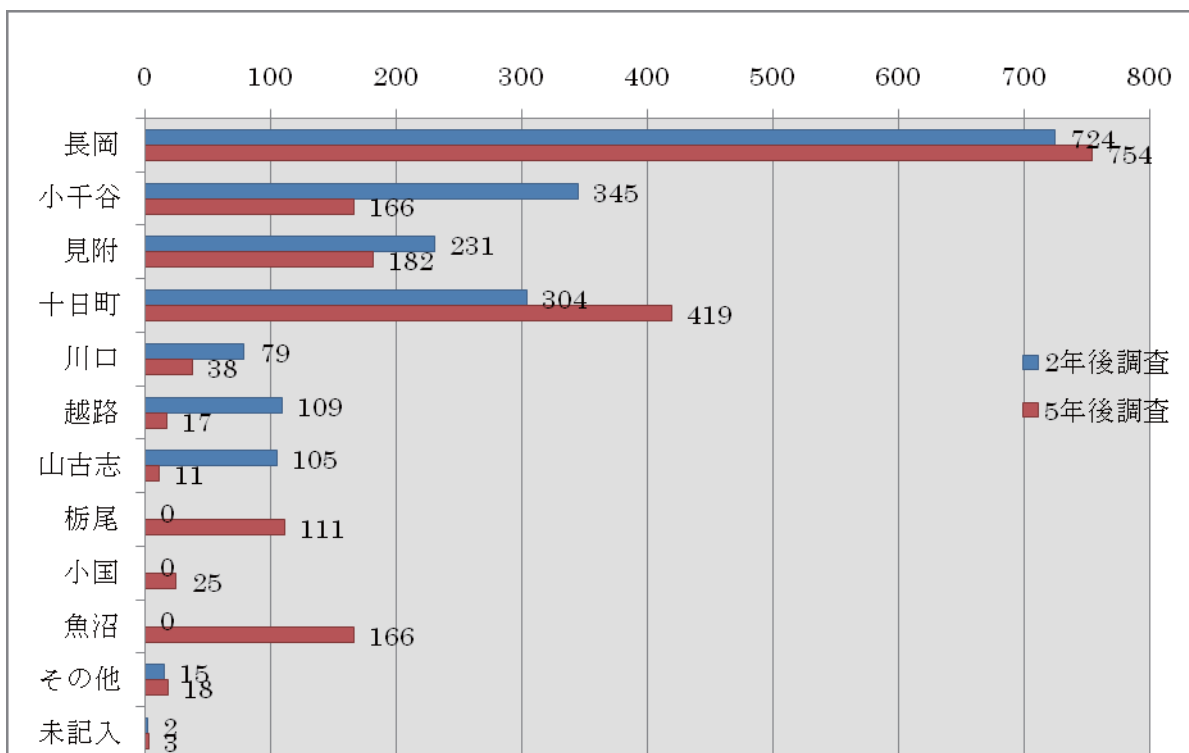
同居家族の有無は2年後調査と5年後調査で同様であった。 $(p=.501, \chi^2$ 二乗検定)

5. 職業



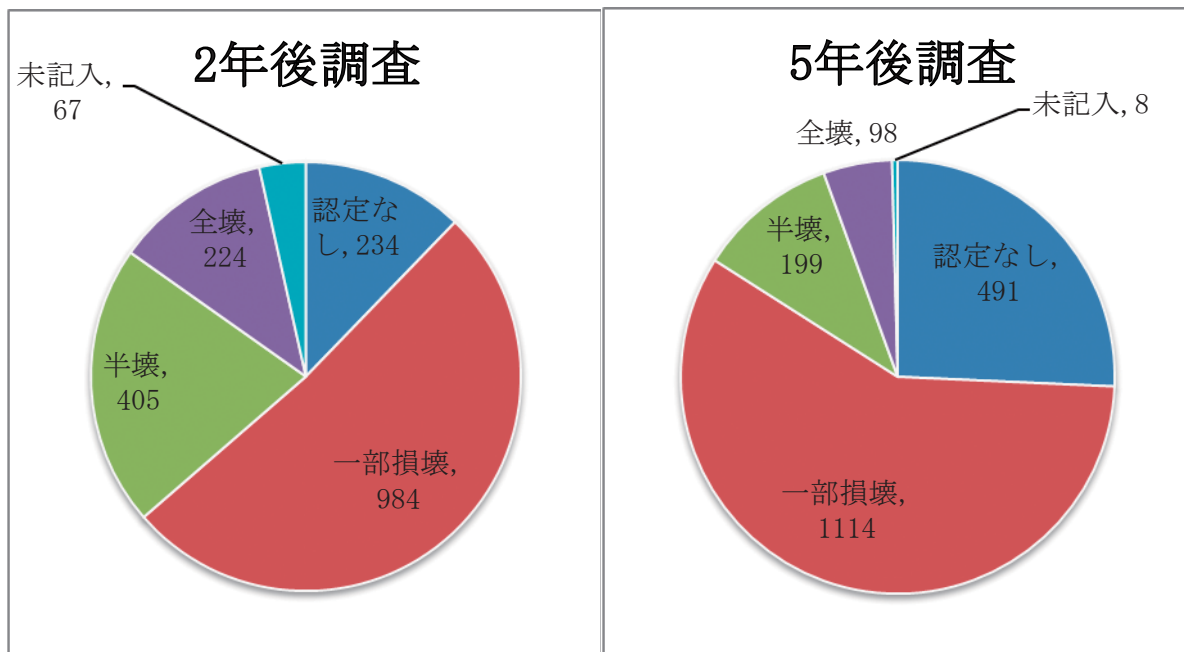
職業は2年後調査と5年後調査で構成に変化があった。 $(p=.000, \chi^2$ 二乗検定)

6. 震災時の住所



震災時の住所は2年後調査と5年後調査で構成に差を認めた。 $(p=.000, \chi^2$ 二乗検定)

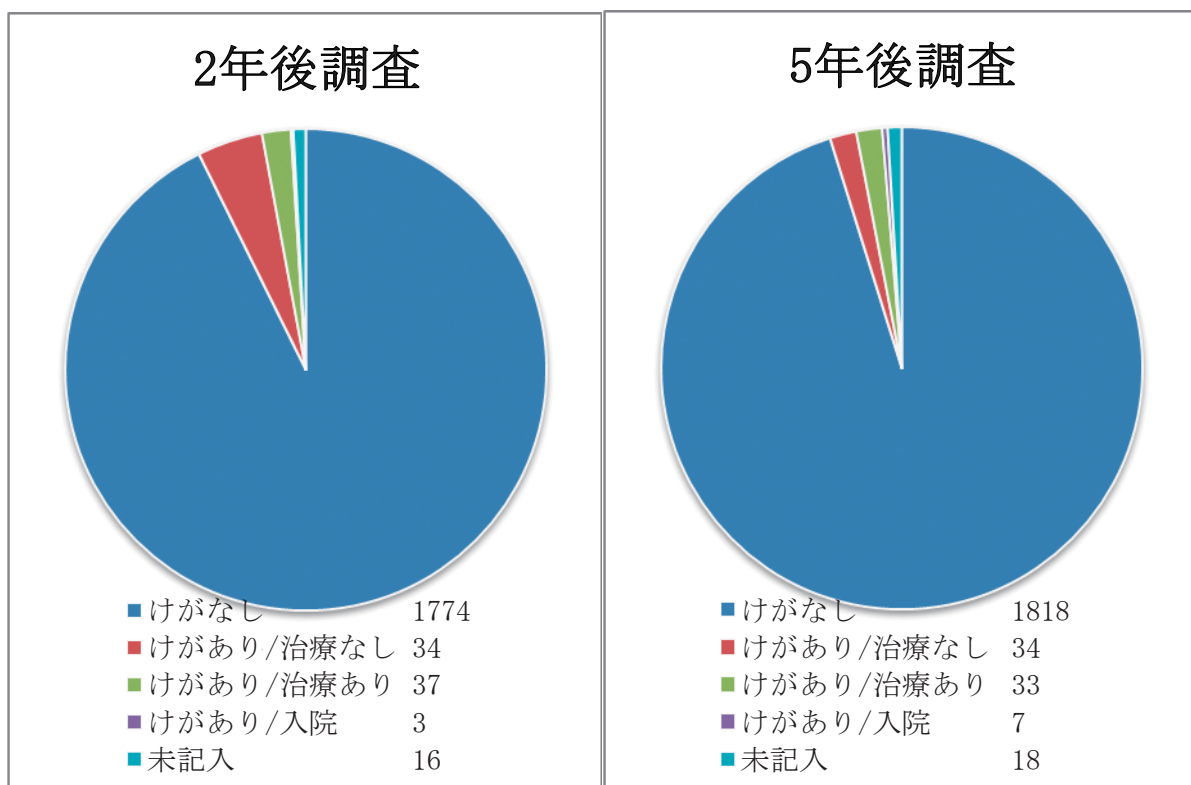
7. 住居の被害認定



住居の被害認定は2年後調査と5年後調査で差を認めた。 $(p=.000, \chi^2$ 二乗検定)

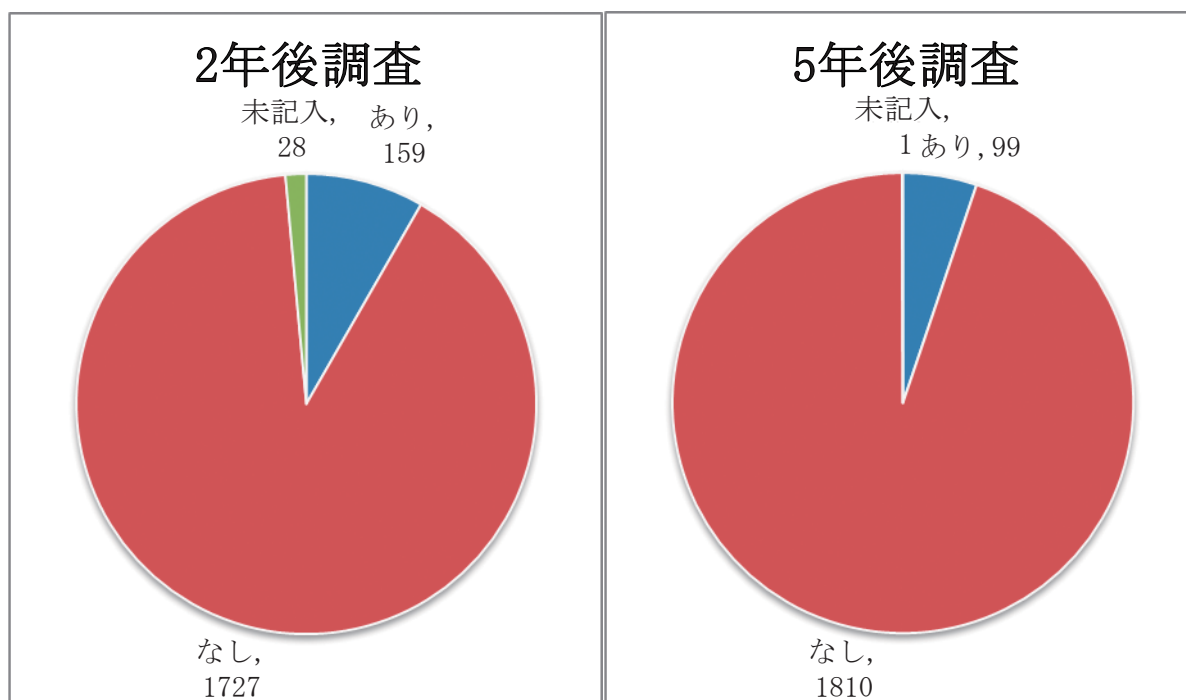
※5年後調査のみに設定された項目「大規模半壊」は「全壊」へ合計した

8. 震災時の怪我



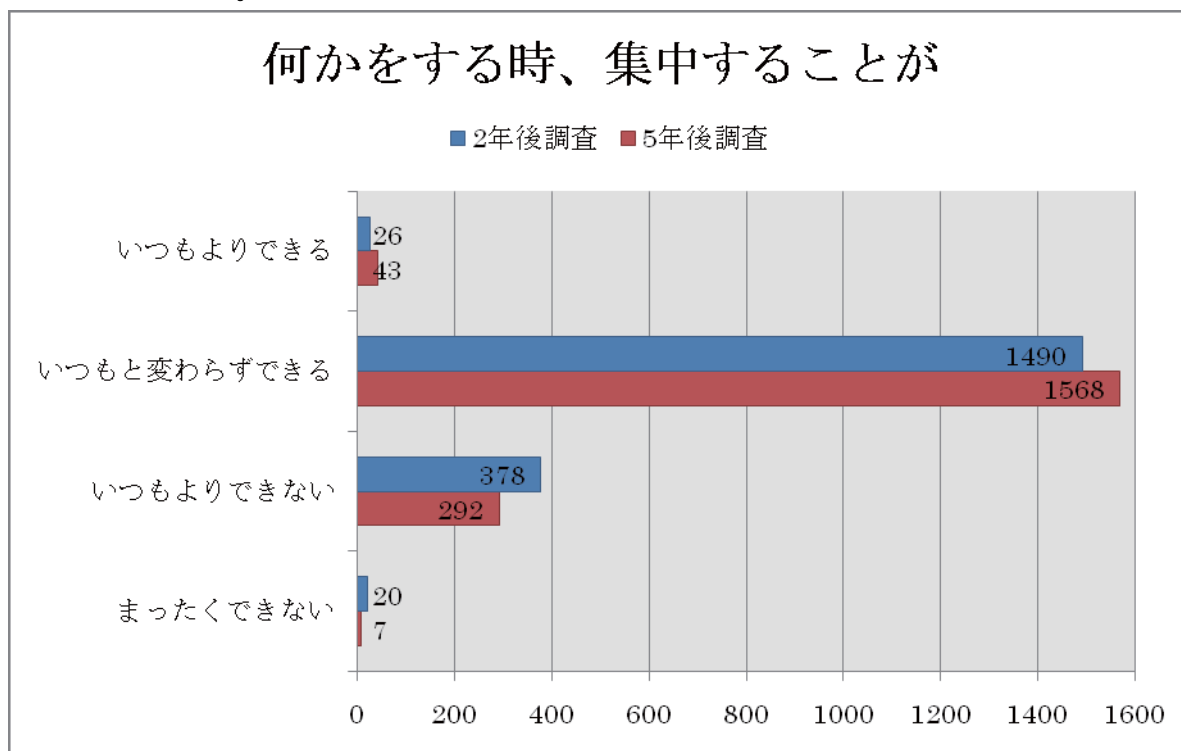
震災時の怪我の有無は2年後調査と5年後調査で差を認めた。 $(p=.000, \chi^2$ 二乗検定)

9. 震災による家族構成の変化

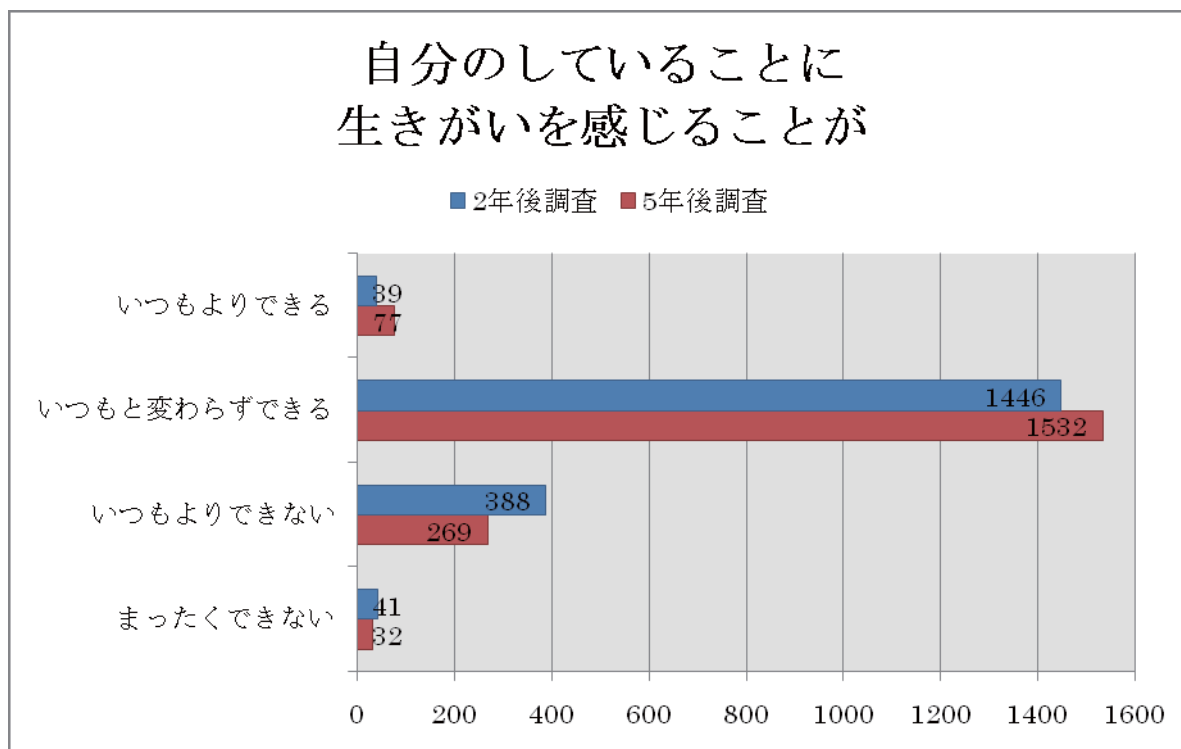


震災による家族構成の変化について、2年後調査に比べて5年後調査では家族構成が変化した者が少なかった。(p=.000, χ^2 二乗検定)

《結果：GHQ12 項目別集計》

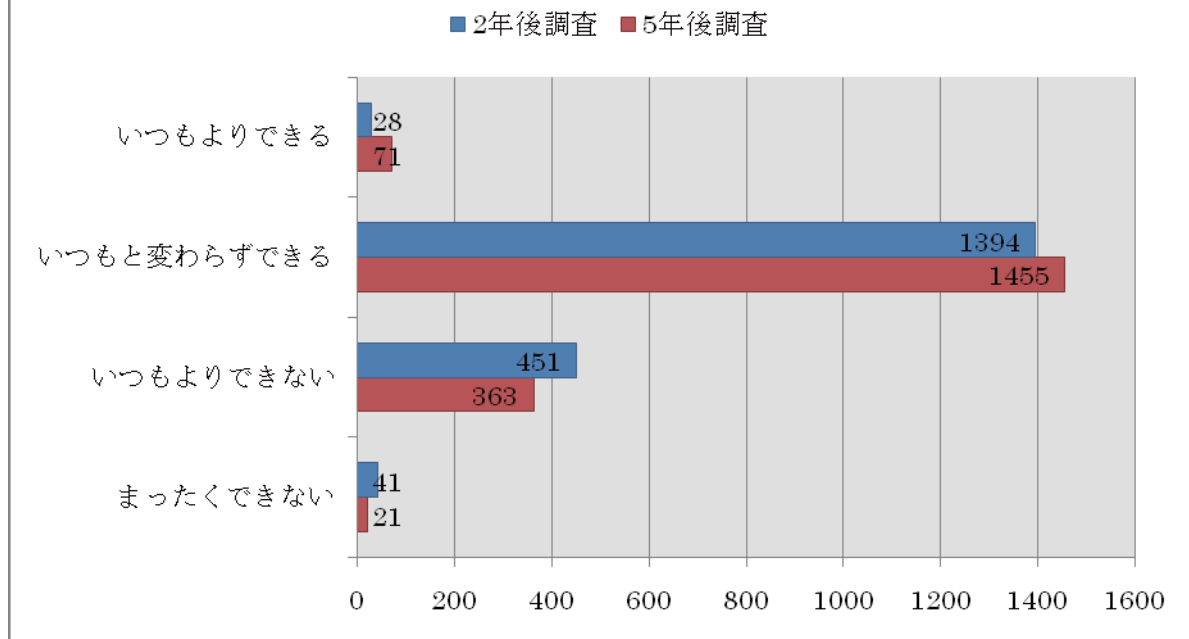


2年後調査と5年後調査で差を認めた。(p=.000, χ^2 二乗検定)



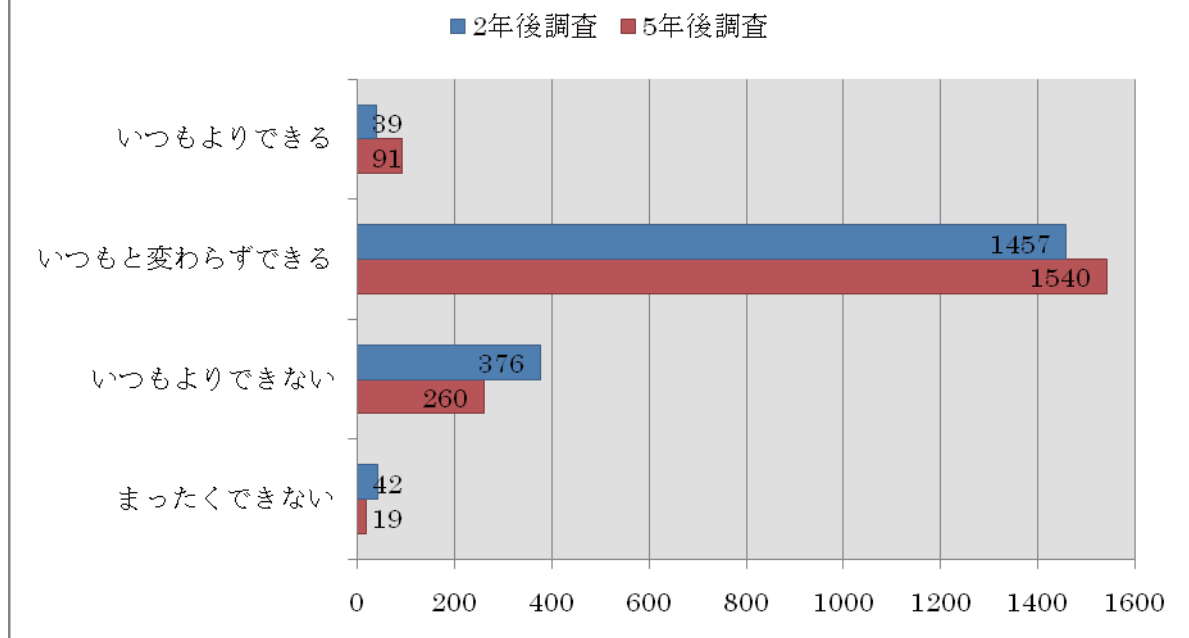
2年後調査と5年後調査で差を認めた。(p=.000, χ^2 二乗検定)

容易に（さっさと）物事を決めることが



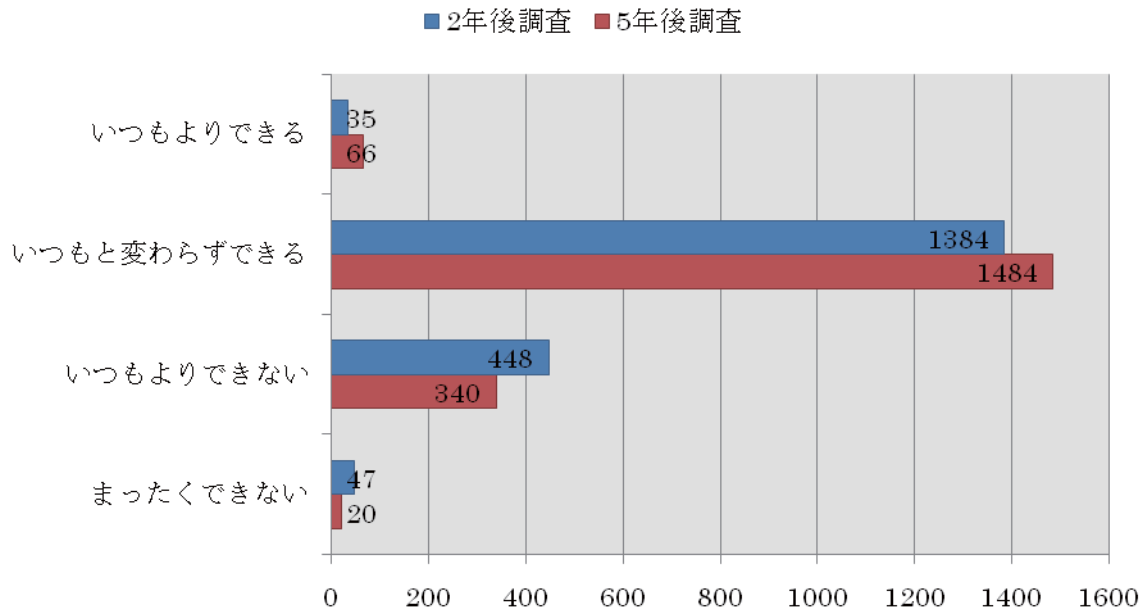
2年後調査と5年後調査で差を認めた。(p=.000, χ^2 二乗検定)

日常生活を楽しく送ることが



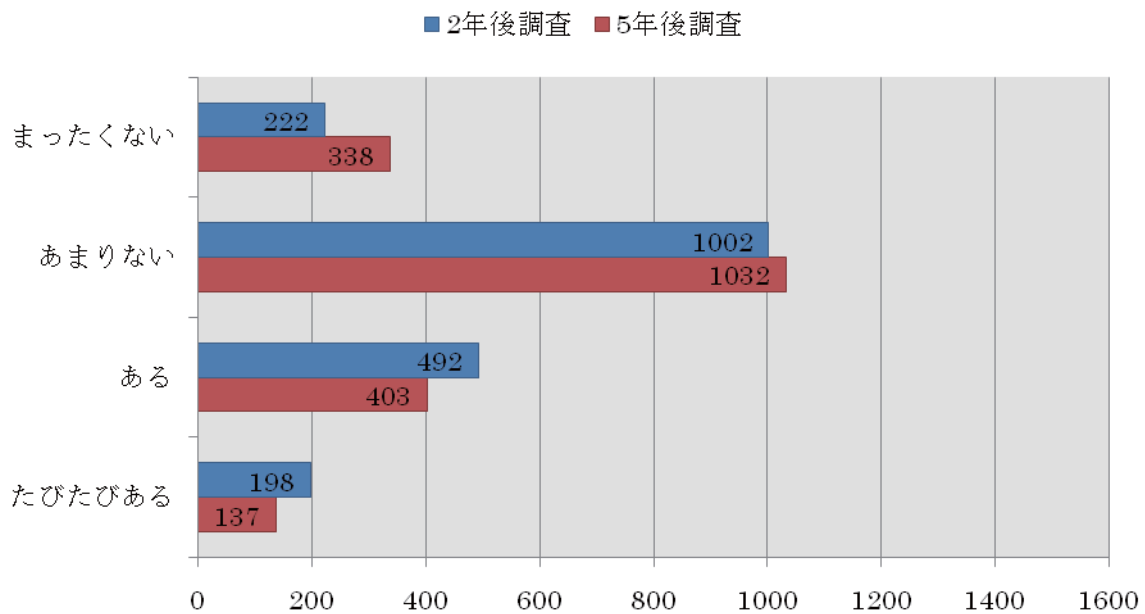
2年後調査と5年後調査で差を認めた。(p=.000, χ^2 二乗検定)

問題を積極的に解決しようとするのが



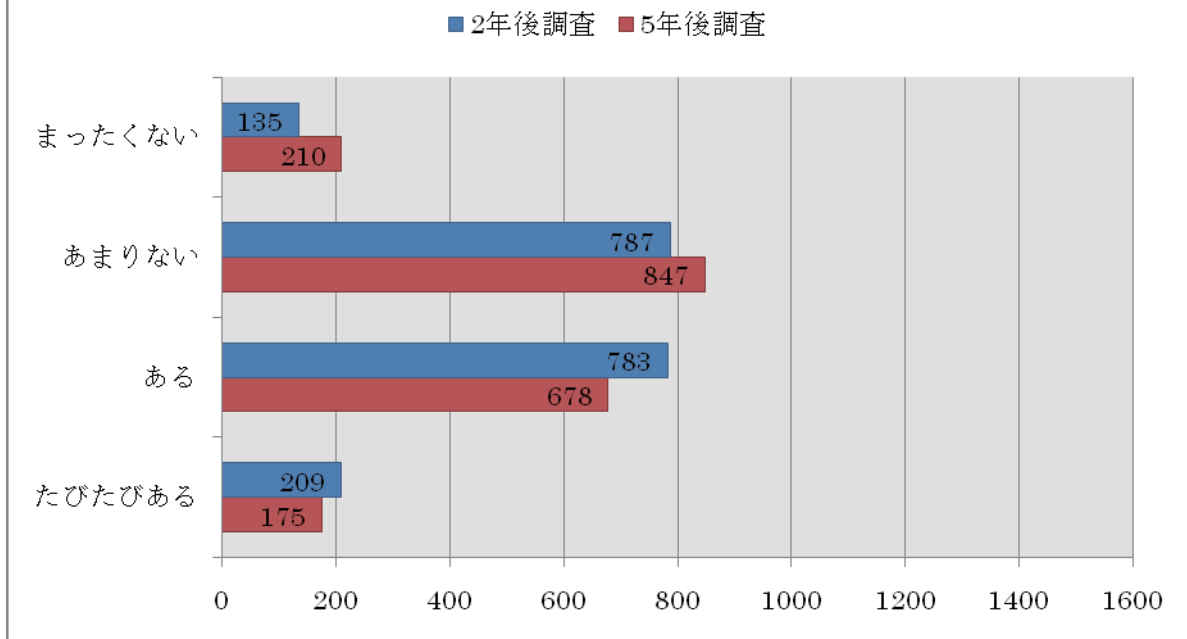
2年後調査と5年後調査で差を認めた。(p=.000, χ^2 二乗検定)

心配事があって眠れないことが



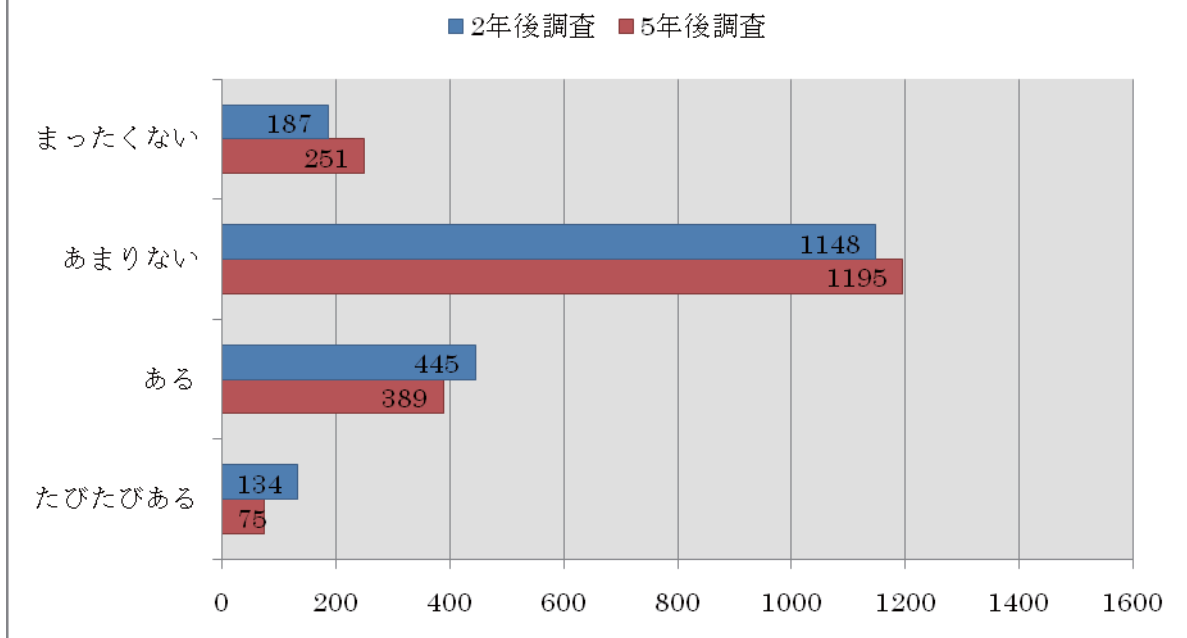
2年後調査と5年後調査で差を認めた。(p=.000, χ^2 二乗検定)

ストレスを感じる事が



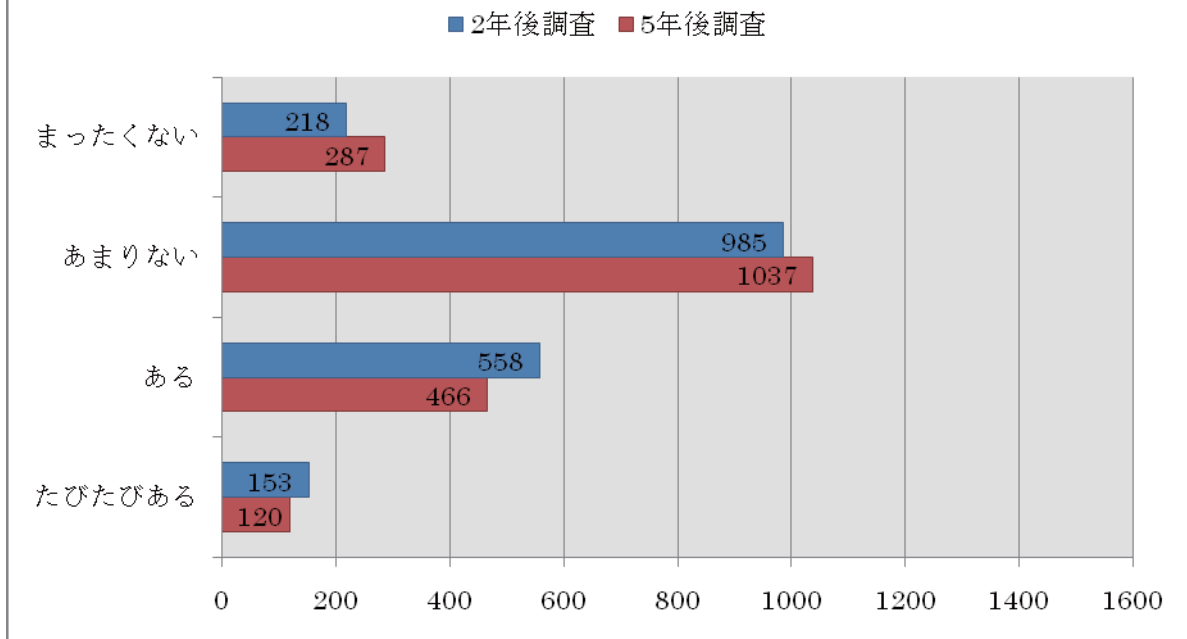
2年後調査と5年後調査で差を認めた。(p=.000, χ^2 二乗検定)

問題を解決できなくて困ることが



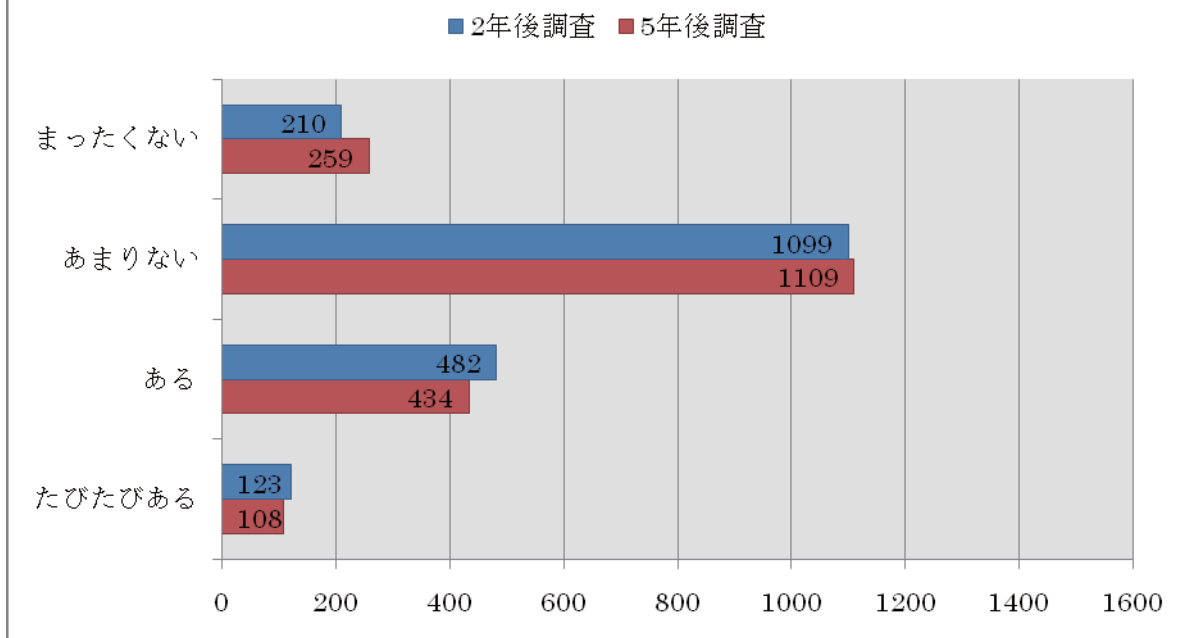
2年後調査と5年後調査で差を認めた。(p=.000, χ^2 二乗検定)

気が重くてゆううつになることが



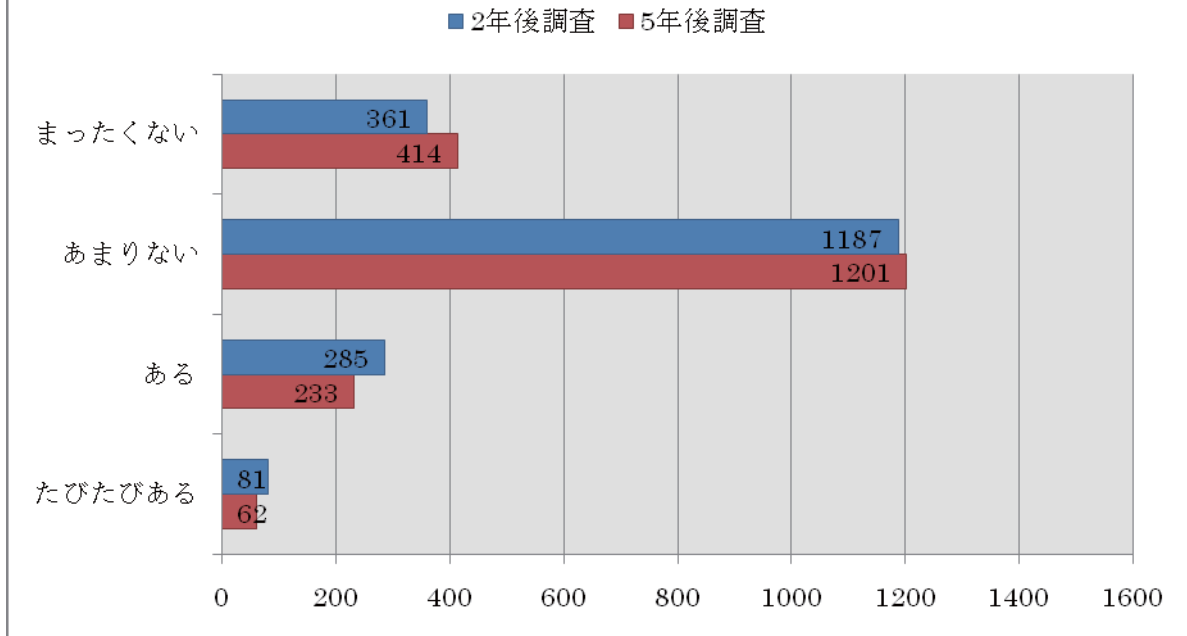
2年後調査と5年後調査で差を認めた。(p=.000, χ^2 二乗検定)

自信を失うことが



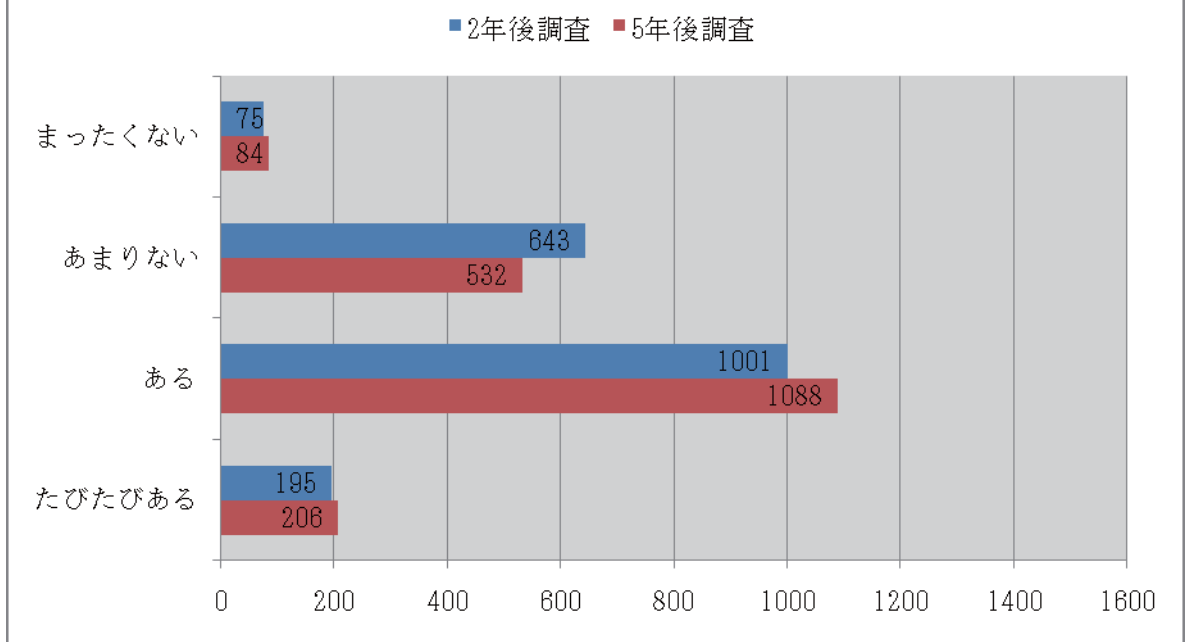
2年後調査と5年後調査で差を認めた。(p=.034, χ^2 二乗検定)

自分は役に立たない人間だと考えることが



2年後調査と5年後調査で差を認めた。(p=.010, χ^2 二乗検定)

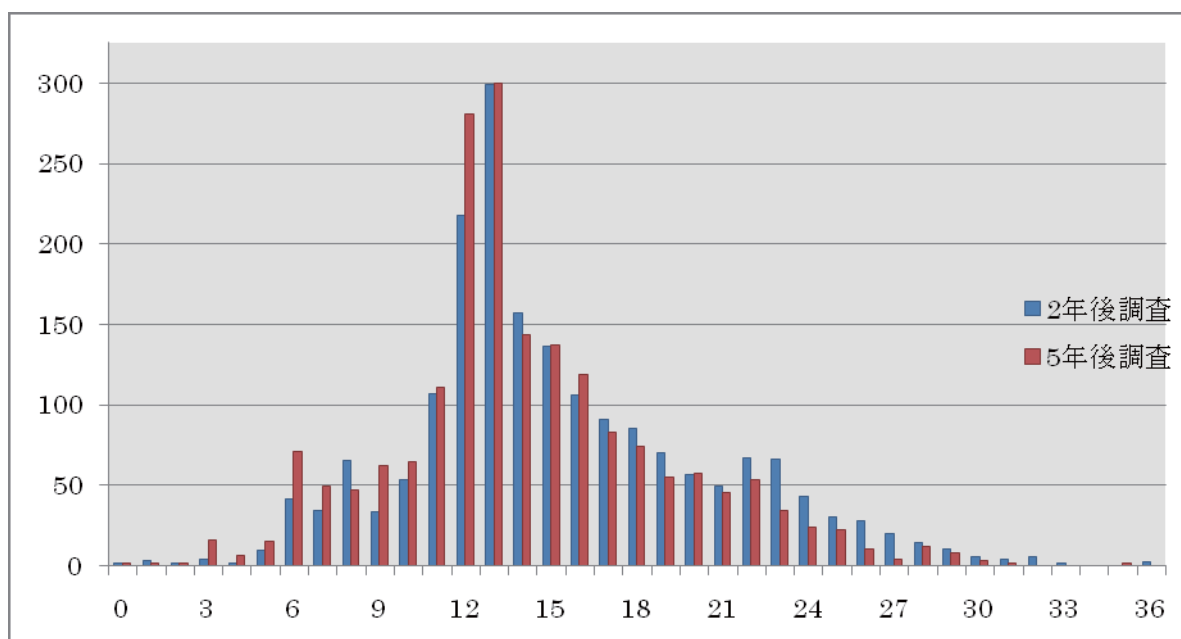
一般的に見て、しあわせと感じることが



2年後調査と5年後調査で差を認めた。(p=.002, χ^2 二乗検定)

《結果：GHQ12 総得点》

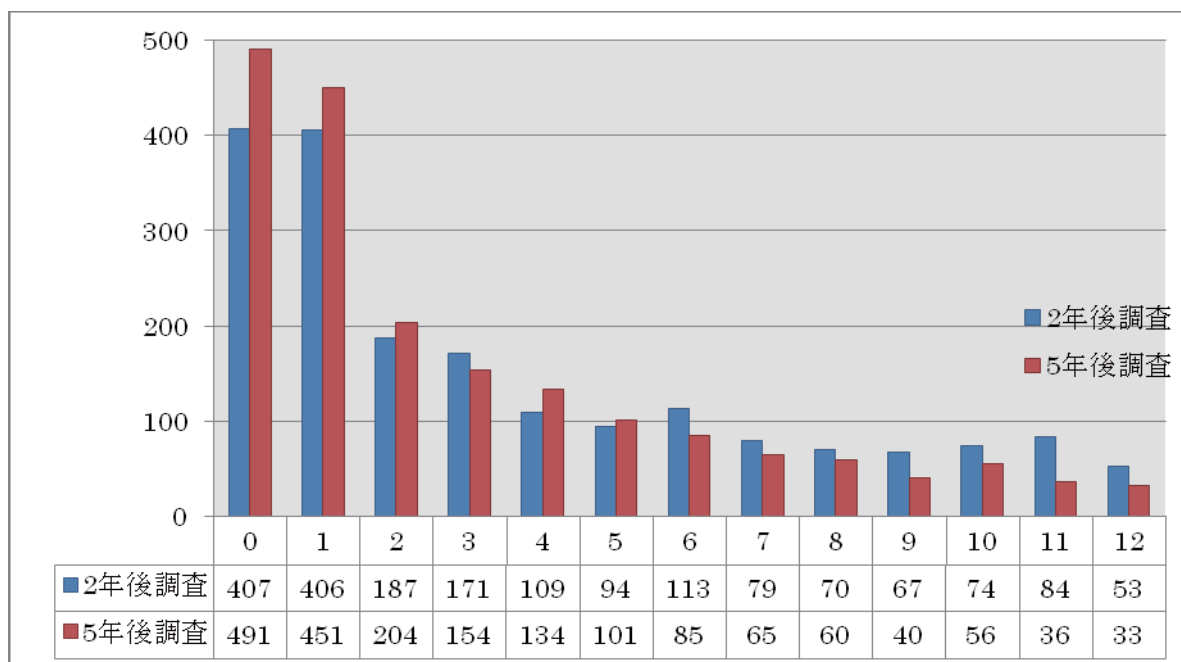
1. Likert 採点法 (0-36)



Likert 採点法による平均 GHQ12 総得点は 2 年後調査で 15.3 ± 5.3 点、5 年後調査で 14.1 ± 4.9 点であった。2 年後と比べ 5 年後の平均 GHQ 総得点は低下していた。

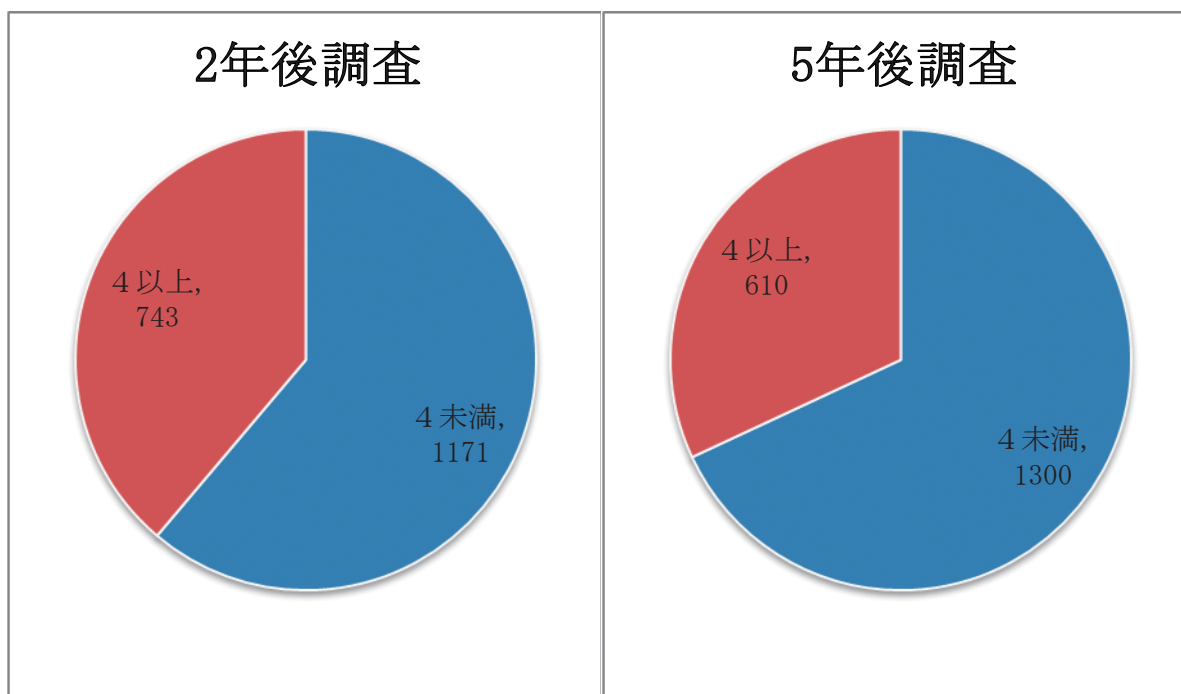
($p=.000$, t 検定)

2. GHQ 採点法 (0-12, カットオフ 4 点)



GHQ 採点法による平均 GHQ12 総得点は 2 年後調査で 3.6 ± 3.6 点、5 年後調査で 2.9 ± 3.2 点であった。2 年後と比べ 5 年後の平均 GHQ 総得点は低下していた。

($p=.000$, t 検定)



GHQ 採点法で 4 点以上の者は 2 年後調査で 38.8%、5 年後調査で 31.9%であった。2 年後に比べ 5 年後はカットオフを超える者の割合が低下していた。

($p=.034$, χ^2 二乗検定)

《考察》

対象者の背景について5年後調査を2年後と比較すると男女比が1:1に近づき、平均年齢が2歳ほど高齢となり、婚姻状況と同居家族の有無は同様で、職業と震災時住所に差があり、被害認定や怪我はより軽微、家族構成の変化は少なかった。5年後と2年後で対象地域の設定が異なるため、この地域差が性別や職業構成に影響し、被災震度や被害状況も同等でない可能性が考えられる。この点を考慮すると、調査結果を同じ被災者集団の経時変化として単純に比較することはできない。しかし各データの代表性・信頼性は高いため、それぞれの時点での被災者全体の傾向を把握することは可能だろう。

GHQ12を項目別に集計すると、5年後調査は2年後と比較し12項目の質問全てで差を認め、精神的に健康な回答が増加していた。回答分布は各項目とも概ね同様であったが、両時点とも「ストレスを感じる事が(たびたび)ある」被災者の割合が比較的高かった。これは本邦における理学療法専攻学生の精神健康度調査(仙波, 2011)でも指摘されており、震災の影響とは限らないと思われる。

GHQ総得点について5年後調査を2年後と比べると、Likert法で平均総得点が1.2点減少し、同じくGHQ法でも0.7点減少していた。臨床的に顕著な変化と言いつても難しい程度ではあるが、5年後は2年後より精神的により健康な方向へ改善している。GHQ法でカットオフ以上の不健康状態な者の割合も、2年後の38.8%から5年後に31.9%まで減少していた。本調査と同じカットオフを採用している本邦の既報では、カットオフ以上の割合が理学療法専攻学生128名で46.9%(仙波, 2011)、公立病院女性看護師98名で54.1%(影山, 2003)、大学新入生115名で59%(兒玉, 2010)であった。既報の対象者に偏りはあるが、被災者のこころの健康状態は他の集団と比べても、全体としてより不健康な状態ではないと言えるだろう。ただし被災者の3人に1人は精神的に不健康と判定されており、震災との関連は別として注意を要する。

本検討の制約として各調査の対象地域が異なっていることが挙げられるが、5年後調査では2年後調査と比較してGHQ12が改善していたことがわかった。

【C. こころの健康状態に影響を与える要因について】

《目的》

2年後調査において GHQ12 で示されるこころの健康状態と関連する因子として 1)女性、2)震災後の病気、3)生活再建が震災前に戻っていない、4)仮設あるいは復興住宅に住んでいる、5)家族構成の変化、6)震災後に悩みを誰かに話したかったが話せなかった、等が見出されている。

5年後調査では、これら被災状況に関係する因子に加え、回復力尺度を新たに調査項目に含めた。回復力とはストレス体験に対する精神疾患への罹患しにくさ（疾病抵抗性）、およびストレス体験後の精神的不調からの回復のしやすさの両者を合わせた概念であり、強いストレス体験に関連する外傷後ストレス障害（PTSD）やうつ病との関連が指摘されている。

そこで5年後調査におけるこころの健康状態（GHQ12）に対し、被災状況というストレス要因に加えて、個々人の回復力尺度得点がどの程度影響を及ぼしているかを検討した。

《方法》

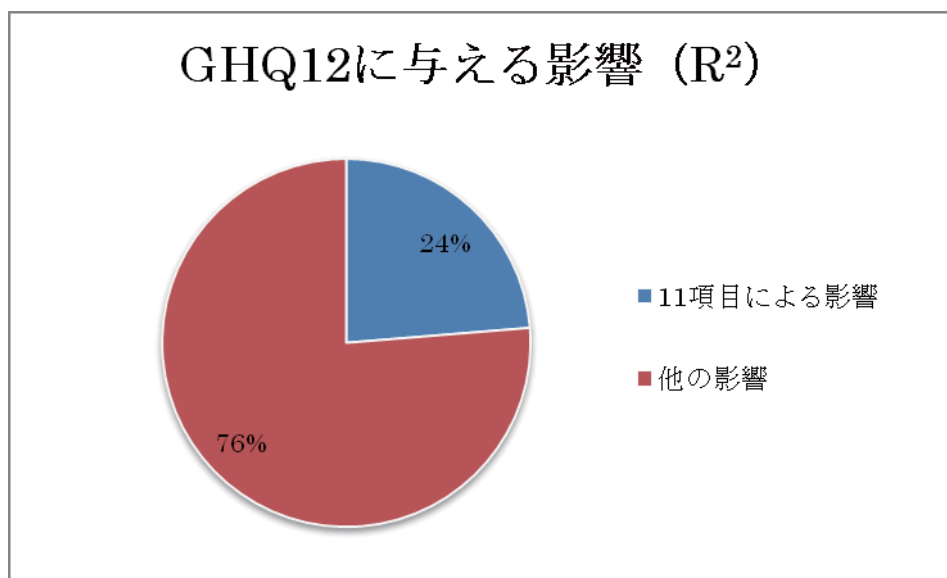
5年後調査に回答した2068名のうち、記載不十分で解析できなかった者258名を解析から除外し、1810名を解析対象とした。

回復力尺度は Connor-Davidson Resilience Scale(CD-RISC)日本語版を用いた。これは25項目の質問を各々0-4点で採点（総得点は0-100）し、合計点が高いほど回復力が高い、すなわち精神疾患に罹患しにくい傾向がある、と評価する。

解析はカテゴリカル回帰分析を用いた。回帰分析とは、1つの数値（従属変数）に対して他の複数の項目の数値（独立変数）がどの程度影響を与えているかを評価する統計手法である。今回は以下の11項目が、5年後におけるこころの健康状態（GHQ12：GHQ採点法（高いほど精神健康度が悪い）にどの程度影響を与えるかを解析した。

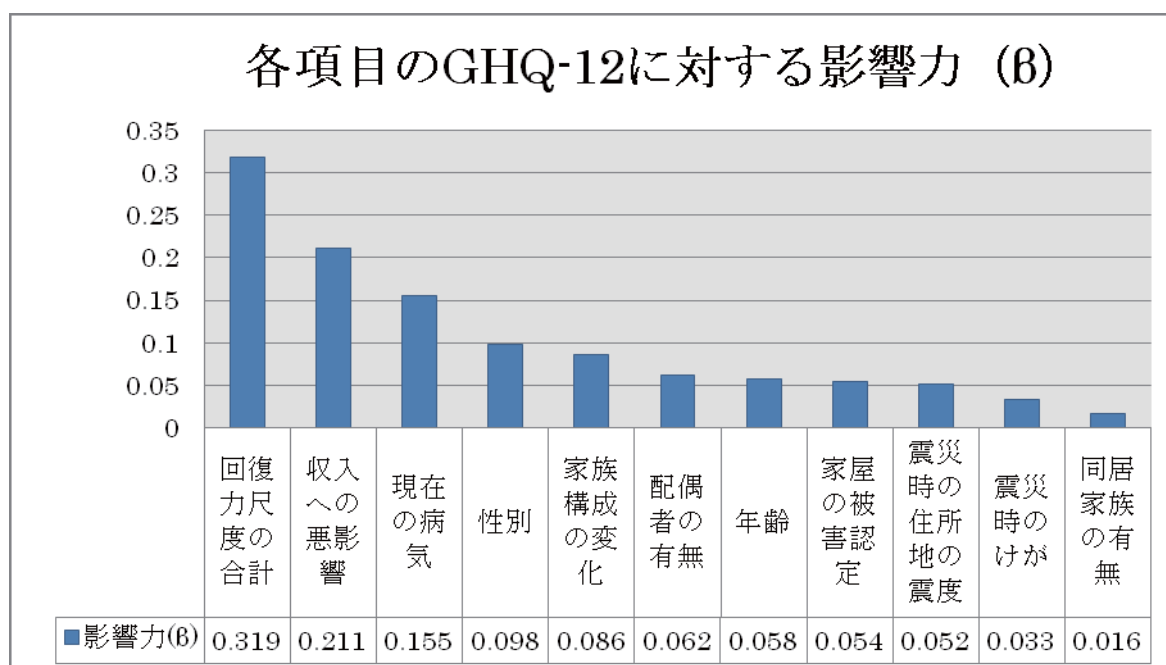
- 1) 年齢
- 2) 性別：男性、女性
- 3) 配偶者の有無：いる、いない
- 4) 同居家族の有無：いる、いない
- 5) 震災時の住所地における震度：5強、6弱、6強、7、の4段階
- 6) 家屋の被害認定：半壊未満、半壊以上
- 7) 震災による収入の悪化：なし、あり
- 8) 震災による家族構成の変化：なかった、あった
- 9) 震災時のけがの状態：けがなし、けがしたが治療を受けなかった、けがをして治療を受けた、けがをして入院した、の4段階
- 10) 現在の病気の状態：病気なし、病気はあるが治療は受けていない、病気あり治療中、病気のため入院中
- 11) 回復力尺度得点

《結果》



調整済み R²=0.237 (p=0.000)

調整済み R²は、解析に採用した独立変数により従属変数がどの程度説明できるかを示す。今回解析に採用した 11 項目では GHQ12 得点の約 24%を説明できることがわかった。



βは従属変数に対する個々の独立変数の影響力を示す。震災時のけが ($p=.143$)、同居家族の有無 ($p=.463$) は GHQ12 に対して有意な影響を及ぼしていなかった。

他の 9 項目は全て GHQ12 に対し有意な影響を及ぼしていた。 ($p<.05$)

こころの健康状態 (GHQ12) は、

- 1) 回復力尺度が低いほど悪い
- 2) 収入への悪影響があった方が悪い
- 3) 病気があり、具合が悪い (入院) 方が悪い
- 4) 家族構成の変化があった方が悪い
- 5) 女性の方が悪い
- 6) 配偶者がいない方が悪い
- 7) 家屋の被害が半壊以上と大きい方が悪い
- 8) 年齢が若いほど悪い
- 9) 震災時の住所地の震度が大きいほど悪い

という結果であった。

《考察》

新潟県中越地震から 5 年が経過した時点での被災者のこころの健康状態全般的 (GHQ12) に影響を及ぼす因子について検討した。最も影響力の大きかった因子は回復力尺度であり、被災状況などの震災によるストレス以上に、個々人の精神疾患に対する回復力尺度が精神状態の長期的予後に影響を与える可能性が示唆された。

PTSD において、脆弱性 (精神疾患への罹患しやすさ) の影響は、急性症状に対するものと慢性症状に対するものが異なると言われる (*Kardiner, 1941*)。慢性症状が出現するかどうか、すなわち精神症状が遷延化するかどうかは、急性期のストレスに対する抵抗力や打たれ強さとは異なる要因で決まる可能性があり、回復力は症状の遷延化を説明しうる一つの有力な指標と考えられる。

今回の調査の制約として、回復力尺度と GHQ12 を同時に測定していることが挙げられる。回復力尺度得点は測定時点の精神症状と関連するとも言われており、回復力が高い人が精神健康度が良かったのか、精神健康度が良かったから回復力が高かったのかを厳密に判断することはできない。このため、今回の結果について因果関係は慎

重に判断されなければならない。しかしストレス体験を受ける前の時点で回復力尺度を測定しておくような調査は現実的に困難であり、後方視的に判断するしかない。回復力尺度を、その時々で変動する「状態としての回復力」と、本来の個々人に備わる「特性としての回復力」に区別できればより有用な尺度となるかもしれない。

回復力尺度以外で GHQ12 に影響を与えた要因として、女性、家族構成の変化、家屋の被害の大きさの 3 項目は 2 年後調査と同様の結果であった。家族構成の変化や家屋の被害の大きさなどの項目は被災状況との関連も大きい、調査時点における生活環境との関連も大きい。純粋な震災によるストレスとしては、震災時の住所地の震度や震災によるけがの 2 項目が挙げられるが、これらの GHQ12 への影響力は低かった。一方、回復力尺度以外で GHQ12 への影響力が大きかった項目は、収入への悪影響と現在の病気であった。震災による収入減少が調査時点で続いているとすれば、収入への悪影響という要因は震災の影響というより 5 年後の生活における直接的なストレス要因とも捉えられる。経済的問題と健康的問題は日常生活におけるストレス因子としては一般的なものと考えられ、これらが GHQ12 に対する影響力が大きかったという結果はもっともらしい。

いずれにせよ、今回の 11 項目では 5 年後時点における GHQ12 の 24%程しか説明できていない。残りの 76%の要因としては 5 年後時点での種々の日常生活上のストレスや、震災ストレスとは関連のない個々人の精神不調、精神疾患の有無などの影響があるのかもしれない。

今回の検討により、精神不調の遷延化を予測する際には、回復力を含む個人の特性も考慮しなければならないことがわかった。

【D. まとめ】

- ✓ 新潟県中越大震災から 2 年後と 5 年後に実施された被災者のこころの健康状態調査について比較検討し、こころの健康状態に影響する要因を解析した。
- ✓ 5 年後調査では 2 年後調査と比べ、GHQ12 平均総得点が Likert 法・GHQ 法のいずれでも減少し、精神的に健康な回答が増えていた。
- ✓ GHQ 法でカットオフを超えた者の割合も、2 年後の 39%から 5 年後には 32%へ減少しており、精神的に不健康な被災者が減っていた。
- ✓ 各調査の対象地域が異なるなど制約はあるが、2 年後と比べて 5 年後の被災者のこころの健康状態は改善していた。
- ✓ 5 年後の被災者のこころの健康状態に関連する可能性のある 11 の項目について統計学的解析を行ったところ、11 項目全体で GHQ12 に対する影響力は 24%であった。
- ✓ GHQ12 に対し最も影響力の大きかった因子は回復力尺度であり、震災後中長期に及ぶ精神症状の遷延化に対し、被害状況だけでなく被災者個人の回復力も考慮すべきことが示唆された。

巻 末 資 料

- ・ 震災から 2 年後

新潟県中越大震災被災者こころのケア調査票

- ・ 震災から 5 年後

新潟県中越大震災被災者くらしと健康調査票

震災から2年後
新潟県中越大震災被災者こころのケア調査
—— 調査の趣旨とご協力のお願い ——

新潟県福祉保健部
新潟県精神保健福祉協会(こころのケアセンター)

先の新潟県中越大震災により被災された皆様には、心からお見舞い申し上げます。

震災から2年が経ち、被災地では、本格的な生活再建・地域復興が進んでいることと思います。

このたび、新潟県では、今後の心身の健康状態等に対する施策のあり方を検討するため、新潟県精神保健福祉協会(こころのケアセンター)と共同して、標記調査を行うことといたしました。本調査は、今回の大震災により被災された長岡市、小千谷市、十日町市、見附市、川口町の各市町にお住まいの方を対象として実施するものです。

ご回答いただきました方の個人的な名前や内容は、一切外部には出さないことをお約束いたしますので、率直なお気持ちをお聞かせいただきたいと存じます。

ご多忙のおりご面倒とは存じますが、本調査の趣旨をご理解のうえ、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

なお、本調査は株式会社タイム・エージェントに委託し行います。委託先職員が家庭訪問いたしますので、よろしく申し上げます。

平成18年11月

< ご記入にあたってのお願い >

1. 記入は、調査員が指定した方本人がご記入下さい。
2. 記入は、黒または青の鉛筆・ペン・ボールペンでお願いします。
3. ご回答は、あてはまる番号を○で囲んでください。○の数は、ひとつだけ、あてはまるものをすべて、など設問ごとに指示がありますので、指示に沿ってご回答ください。
4. ご回答で、「その他()」を選ばれた場合は、なるべく具体的な内容を()に記入して下さい。
5. 質問によっては、ご回答していただく方を限定するものがありますので、質問文等をよくお読み下さい。
6. 調査内容や記入方法など、ご不明な点がありましたら、下記のお問い合わせ先電話番号(調査事務局)までお願いします。

新潟県精神保健福祉協会(こころのケアセンター)
〒950-0994 新潟県新潟市上所2-2-3

あなたご自身のことについておうかがいします

問1. あなたの性別は。ひとつだけ選んでください。

1. 男性	2. 女性
-------	-------

問2. あなたの年齢は。

()歳	(平成18年10月末現在)
------	---------------

問3. あなたの現在の婚姻状態は。ひとつだけ選んでください。

1. 未婚	2. 既婚	3. 死別・離婚後
-------	-------	-----------

問4. 震災時のあなたの住所は。ひとつだけ選んでください。

1. 長岡市(旧越路町・旧山古志村を除く)	5. 川口町
2. 小千谷市	6. 旧越路町
3. 見附市	7. 旧山古志村
4. 十日町市	8. その他()

問5. 震災時のあなたの職業は。ひとつだけ選んでください。

1. 農業・酪農・養鯉などの生産業	5. 専業主婦
2. 生産業以外の自営業	6. 学生
3. 会社員・会社役員・公務員	7. 無職
4. パート・アルバイト	8. その他()

問6. 震災前にあなたと同居していたご家族は。ひとつだけ選んでください。

1. あり	2. なし
-------	-------

地震のときの状況についておうかがいします

問7. 最初の地震が発生したとき、誰かと一緒にいましたか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問8. 最初の地震や余震に対する恐怖感はどの程度でしたか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|-----------------|--------------|
| 1. 全く恐怖を感じなかった | 3. 少し恐怖を感じた |
| 2. あまり恐怖を感じなかった | 4. 非常に恐怖を感じた |

問9. 地震後、あなたのお住まいの被害はどの程度でしたか。ひとつだけ選んでください。

- | | | |
|---------------------|---|-------|
| 1. 被害を受けなかった | → | 問10へ |
| 2. 少し被害を受けた | | |
| 3. 住めなくないが大きな被害を受けた | → | 問9-1へ |
| 4. ほぼ全壊に近い被害を受けた | | |
| 5. 全壊した | | |

問9で「2」～「5」と回答された方のみ、ご回答ください

問9-1. 住まいの被害はどう認定されましたか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|---------|-------|
| 1. 認定なし | 3. 半壊 |
| 2. 一部損壊 | 4. 全壊 |

問10. 地震直後、最初にどこへ避難しましたか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|--------------|-----------|
| 1. 公共の避難所 | 5. 車庫 |
| 2. 自動車 | 6. テント |
| 3. 親族・友人・知人宅 | 7. その他() |
| 4. 自宅 | |

問11. 震災時にけがをされましたか。ひとつだけ選んでください。

- | | | |
|--------------------|---|-----------|
| 1. けがをしなかった | → | 4ページ 問12へ |
| 2. けがをしたが治療は受けなかった | | |
| 3. けがのため治療を受けた | → | 問11-1へ |
| 4. けがのため入院した | | |

問11で「3」または「4」と回答された方のみ、ご回答ください

問11-1. そのけがについては、現在も治療中ですか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|--------|---------|
| 1. 治療中 | 2. 治療終了 |
|--------|---------|

問12. 震災後に病気をなさいましたか。ひとつだけ選んでください。

1. 病気をしなかった	→	問13へ
2. 病気をしたが治療は受けなかった		
3. 病気のため治療を受けた	→	問12-1へ
4. 病気のため入院した		

問12で「3」または「4」と回答された方のみ、ご回答ください

問12-1. その病気については、現在も治療中ですか。ひとつだけ選んでください。

1. 治療中	2. 治療終了
--------	---------

問13. 震災後、不眠・不安・気分の落ち込みなど精神的な症状がひどい時期はありましたか。ひとつだけ選んでください。

1. なかった	3. 一時治療を受けた
2. あったが治療は受けなかった	4. 今も治療を受けている

震災後の行政サービスについておうかがいします

問14. 震災後、どのような行政サービスを受けましたか。あてはまるものをすべて選んでください。

- | | |
|------------------|----------------|
| 1. 資金援助 | 8. 育児・教育に関する相談 |
| 2. 物資の配給 | 9. 身体に関する健康相談 |
| 3. 税金に関する相談 | 10. こころの健康相談 |
| 4. 住居に関する相談 | 11. 訪問サービス |
| 5. 職業に関する相談 | 12. 地域の座談会・講演会 |
| 6. 帰宅支援に関する相談 | 13. その他() |
| 7. 高齢者・障害者へのサービス | |

問15. どのような行政サービスが役立ちましたか。あてはまるものを3つまで選んでください。

- | | |
|------------------|----------------|
| 1. 資金援助 | 8. 育児・教育に関する相談 |
| 2. 物資の配給 | 9. 身体に関する健康相談 |
| 3. 税金に関する相談 | 10. こころの健康相談 |
| 4. 住居に関する相談 | 11. 訪問サービス |
| 5. 職業に関する相談 | 12. 地域の座談会・講演会 |
| 6. 帰宅支援に関する相談 | 13. その他() |
| 7. 高齢者・障害者へのサービス | |

問16. 今後、心身の健康のためのサービスとしてどのようなものが必要であると思いますか。

ご自由にお書きください

現在の状況についておうかがいします

問17. 現在の生活場所はどこですか。ひとつだけ選んでください。

1. 自宅(震災前と同じ)	
2. 新築・改築または移転した自宅	→ 問18へ
3. 仮設住宅から自宅(新築・改築または移転した自宅)	
4. 仮設住宅	→ 問17-1へ
5. 親族・友人・知人宅	
6. 復興住宅	→ 問18へ
7. その他()	

問17で「4」または「5」と回答された方のみ、ご回答ください

問17-1. 今後の生活場所は決まっていますか。ひとつだけ 選んでください。

1. 決まっている	→ 問17-1-1へ
2. 決まっていない	→ 問17-1-2へ

問17-1で「1」と回答された方のみ、ご回答ください

問17-1-1. 今後の生活場所はどのようにされますか。ひとつだけ選んでください。

1. 自宅に戻る	3. 他の地域に転出する
2. もとの居住地に新築する	4. その他()

問17-1の回答に「2」と回答された方のみ、ご回答ください

問17-1-2. 今後の生活場所についてどのように希望していますか。ひとつだけ選んでください。

1. もとの居住地に戻りたい
2. 他の地域に転出したい
3. できるだけ長く仮設住宅での生活を続けたい
4. その他()

問18. 現在のあなたの職業は。ひとつだけ選んでください。

1. 農業・酪農・養鯉などの生産業	5. 専業主婦
2. 生産業以外の自営業	6. 学生
3. 会社員・会社役員・公務員	7. 無職
4. パート・アルバイト	8. その他()

問19. 現在、同居している家族はいますか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|-------|--------|
| 1. いる | 2. いない |
|-------|--------|

問20. 震災が原因で家族構成に変化がありましたか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|--------|---------|
| 1. あった | 2. なかった |
|--------|---------|

問21. 生活再建の程度はどうか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|------------|--------------|
| 1. 震災前に戻った | 3. あまり戻っていない |
| 2. だいたい戻った | 4. 全く戻っていない |

問22. 現在、一番お困りのことは何ですか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|-----------------|-----------|
| 1. 生活費などの金銭的な問題 | 4. 職業上の問題 |
| 2. 健康状態の悪化 | 5. 住居の問題 |
| 3. 家庭内の人間関係 | 6. その他() |

こころの健康状態についておうかがいします

問23. こころの健康状態はどうでしたか。「震災前」、「震災直後～1週間後」、「現在」の状況にわけて、あてはまるものをひとつだけ選んでください。

	非常に健康	少し健康	どちらともいえない	少し不健康	非常に不健康
1. 震災前	1	2	3	4	5
2. 震災直後～1週間後	1	2	3	4	5
3. 現在	1	2	3	4	5

問24. 震災後、つらさや苦労を誰かに話しましたか。ひとつだけ選んでください。

1. 話した	→	問25へ
2. 話したかったが話せなかった		
3. 話さなかった	→	問24-1へ

問24で「3」と回答された方のみ、ご回答ください

問24-1. つらさや苦労を話さなかった理由は何ですか。ひとつだけ選んでください。

1. 話したくなかった	3. 話す必要がなかった
2. 話しても仕方がないと思った	4. その他()

問25. 現在、つらさや苦労を誰かに話しますか。ひとつだけ選んでください。

1. 話す	→	9ページ 問26へ
2. 話したいが話せない		
3. 話さない	→	問25-1へ

問25で「3」と回答された方のみ、ご回答ください

問25-1. つらさや苦労を話さなかった理由は何ですか。ひとつだけ選んでください。

1. 話したくない	3. 話す必要がない
2. 話しても仕方がないと思う	4. その他()

問26. あなたは現在、次にあげる状態をどのくらい体験し、感じ、思いますか。あてはまるものをひとつだけ選んでください。

	まったくできない	いつもよりできない	いつもと変わらずできる	いつもよりできる
1. 何かをする時、集中することが	1	2	3	4
2. 自分のしていることに生きがいを感じる事が	1	2	3	4
3. 容易に(さっさと)物事を決めることが	1	2	3	4
4. 日常生活を楽しく送ることが	1	2	3	4
5. 問題を積極的に解決しようとする事が	1	2	3	4

	たびたびある	ある	あまりない	まったくない
6. 心配事があって眠れないことが	1	2	3	4
7. ストレスを感じる事が	1	2	3	4
8. 問題を解決できなくて困ることが	1	2	3	4
9. 気が重くてゆううつになることが	1	2	3	4
10. 自信を失うことが	1	2	3	4
11. 自分は役に立たない人間だと考えることが	1	2	3	4
12. 一般的に見て、しあわせと感ずることが	1	2	3	4

問27. 中越地震に関して、この一週間で、それぞれの項目の内容について、どの程度強く悩まされましたか。あてはまるものをひとつだけ選んでください。(答えに迷われた場合は、不明とせず最も近いと思うものを選んでください。)

	全くなし	少し	中くらい	かなり	非常に
1. どんなきっかけでも、地震のことを思い出すとそのときの気持ちがぶり返してくる	1	2	3	4	5
2. 睡眠の途中で目が覚めてしまう	1	2	3	4	5
3. 別のことをしていても、地震のことが頭から離れない	1	2	3	4	5
4. イライラして、怒りっぽくなっている	1	2	3	4	5
5. 地震のことについて考えたり思い出すときは、何とか気持ちを落ち着かせるようにしている	1	2	3	4	5
6. 考えるつもりはないのに、地震のことを考えてしまうことがある	1	2	3	4	5
7. 地震は、実際には起きなかったとか、現実のことではなかったような気がする	1	2	3	4	5
8. 地震のことを思い出させるようなものには、近寄らない	1	2	3	4	5
9. 地震の場面が、いきなり頭に浮かんでくる	1	2	3	4	5
10. 神経が敏感になっていて、ちょっとしたことでどきっとしてしまう	1	2	3	4	5
11. 地震のことは考えないようにしている	1	2	3	4	5
12. 地震のことについては、まだいろいろな気持ちがあるが、それには触れないようにしている	1	2	3	4	5
13. 地震のことについての感情は、マヒしたようである	1	2	3	4	5
14. 気がつくと、まるで地震のときに戻ってしまったかのようにふるまったり、感じたりする	1	2	3	4	5
15. 寝つきが悪い	1	2	3	4	5
16. 地震のことについて、感情が強くこみ上げてくることもある	1	2	3	4	5
17. 地震のことを何とか忘れようとしている	1	2	3	4	5
18. 物事に集中できない	1	2	3	4	5
19. 地震のことを思い出すと、身体が反応して、汗ばんだり、息苦しくなったり、むかむかしたり、どきどきすることがある	1	2	3	4	5
20. 地震のことについての夢を見る	1	2	3	4	5
21. 警戒して用心深くなっている気がする	1	2	3	4	5
22. 地震のことについては話さないようにしている	1	2	3	4	5

以上でアンケートは終了です。ご協力ありがとうございました。ご記入いただいた調査票は、配付の際に入っていた封筒に戻し、回収のため訪問する調査員にお渡しください。

<子ども用アンケート用紙>

あなたの^{からだ}体の^{ちょうし}調子や^{きもち}きもちなどについて^{しつもん}質問します。

わからないところは^{かぞく}家族の^{ひと}の人に^{こた}きいて^{こた}答えてください。

あてはまるものに○をつけてください。

問1. ^と問1. あなたの^{せいべつ}性別は、ひとつだけ選んでください。

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 1. ^{おとこ} 男 | 2. ^{おんな} 女 |
|---------------------|---------------------|

問2. ^と問2. あなたは^{なんねんせい}何年生ですか。ひとつだけ選んでください。

- | | | |
|--|--|--|
| 1. ^{しょうがく} 小学 ^{ねんせい} 1年生 | 2. ^{しょうがく} 小学 ^{ねんせい} 2年生 | 3. ^{しょうがく} 小学 ^{ねんせい} 3年生 |
| 4. ^{しょうがく} 小学 ^{ねんせい} 4年生 | 5. ^{しょうがく} 小学 ^{ねんせい} 5年生 | 6. ^{しょうがく} 小学 ^{ねんせい} 6年生 |
| 7. ^{ちゅうがく} 中学 ^{ねんせい} 1年生 | 8. ^{ちゅうがく} 中学 ^{ねんせい} 2年生 | 9. ^{ちゅうがく} 中学 ^{ねんせい} 3年生 |

問3. ^と問3. あなたが^{いっしょ}一緒に^す住んでいる人はだれですか。あてはまる人をすべて選んでください。

- | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1. おじいさん | 2. おばあさん | 3. ^{とう} お父さん |
| 4. ^{かあ} お母さん | 5. ^{にい} お兄さん | 6. ^{ねえ} お姉さん |
| 7. おとうと | 8. いもうと | 9. おじさん |
| 10. おばさん | 11. その他() | |

問4. ^と問4. 地震の後、^{いちばん}一番^{しんぱい}心配したことはなんですか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|---------------------------------|---|
| 1. ^{かぞく} 家族のこと | 2. ^{がっこう} 学校や ^{べんきょう} 勉強のこと |
| 3. ^{とも} 友だちのこと | 4. ^{いえ} 家やものがこわれたこと |
| 5. ^{びょうき} 病気やケガのこと | 6. その他() |
| 7. ^{しんぱい} とくに心配したことはない | |

問5. 問5. 次のそれぞれの質問に①「はい」か「いいえ」のどちらか決めて、②次にどれくらいかを考えて、
③それからあてはまるところにひとつだけ○を選んでください。

質問	はい			いいえ		
	ひじょうに	かなり	少し	少し	かなり	ひじょうに
1. ねむれない(寝つきがわるい・夜中に目がさめる)	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
2. いやな夢やこわい夢をみる	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
3. 気分がしずむ	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
4. 小さな音でもびくつとする	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
5. 人と話す気にならない	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
6. いらいらしやすい	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
7. 気持ちが動揺しやすい(落ち着かない)	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
8. いやなことを思いださせる場所や人や物事を避ける	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
9. からだが緊張しやすい	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
10. 自分を責める(自分のせいでわるいことが起こったと思う)	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
11. 思い出したくないのに、いやなことを思い出す	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
12. 食欲がない	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
13. ものごと(勉強など)に集中できない	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
14. 頭やおなかが痛い	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ
15. なにか不安だ	はい	はい	はい	いいえ	いいえ	いいえ

震災から5年後
新潟県中越大震災被災者くらしと健康調査
—— 調査の趣旨とご協力のお願ひ ——

新潟県福祉保健部

新潟県精神保健福祉協会（こころのケアセンター）

先の新潟県中越大震災により被災された皆様には、心からお見舞い申し上げます。
震災から5年が経ち、被災地では、本格的な生活再建・地域復興が進んでいることと思います。

このたび、新潟県では、今後の心身の健康状態等に対する施策のあり方を検討するため、新潟県精神保健福祉協会（こころのケアセンター）と共同して、標記調査を行うことといたしました。本調査は、今回の大震災により被災された長岡市、小千谷市、十日町市、見附市、川口町、魚沼市の各市町にお住まいの方を対象として実施するものです。

ご回答いただきました方の個人的な名前や内容は、一切外部には出さないこととお約束いたしますので、率直なお気持ちをお聞かせいただきたいと思います。

ご多忙のおりご面倒とは存じますが、本調査の趣旨をご理解のうえ、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

なお、本調査は順天堂地域保健・医療研究会の協力を得て行うこととし、ご家庭には株式会社タイム・エージェント職員が家庭訪問いたしますので、よろしくお願ひいたします。

平成 21 年 11 月

< ご記入にあたってのお願い >

1. 記入は、調査員が指定した方本人がご記入下さい。
2. 記入は、黒または青の鉛筆・ペン・ボールペンでお願いします。
3. ご回答は、あてはまる番号を○で囲んでください。○の数は、ひとつだけ、あてはまるものをすべて、など設問ごとに指示がありますので、指示に沿ってご回答ください。
4. ご回答で、「その他()」を選ばれた場合は、なるべく具体的な内容を()に記入して下さい。
5. 質問によっては、ご回答していただく方を限定するものがありますので、質問文等をよくお読み下さい。
6. 調査内容や記入方法など、ご不明な点がありましたら、下記のお問い合わせ先電話番号(調査事務局)までお願いします。

新潟県精神保健福祉協会（こころのケアセンター）

〒950-0994 新潟県新潟市中央区上所2-2-3

<世帯主用アンケート用紙>

あなたご自身のことについておうかがいします

問1. あなたは新潟県中越大震災を経験なさいましたか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|---------|------------|
| 1. 経験した | 2. 経験していない |
|---------|------------|

問2. あなたの性別は。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|-------|-------|
| 1. 男性 | 2. 女性 |
|-------|-------|

問3. あなたの年齢は。数字をご記入下さい。

() 歳 (平成21年10月末現在)

問4. あなたの現在の婚姻状態は。ひとつだけ選んでください。

- | | | |
|-------|-------|-----------|
| 1. 未婚 | 2. 既婚 | 3. 死別・離婚後 |
|-------|-------|-----------|

問5. 震災後のあなたの住所は。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------|
| 1. 長岡市（旧栃尾市・旧越路町・旧山古志村・旧小国町を除く） | 7. 川口町 |
| 2. 小千谷市 | 8. 旧越路町 |
| 3. 見附市 | 9. 旧山古志村 |
| 4. 十日町市 | 10. 旧小国町 |
| 5. 魚沼市 | 11. その他（ ） |
| 6. 旧栃尾市 | |

問6. 震災時、住まいの被害はどう認定されましたか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|---------|----------|
| 1. 認定なし | 4. 大規模半壊 |
| 2. 一部損壊 | 5. 全壊 |
| 3. 半壊 | |

問7. 震災時にけがをされましたか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|--------------------|----------------|
| 1. けがをしなかった | 3. けがのため治療を受けた |
| 2. けがをしたが治療は受けなかった | 4. けがのため入院した |

問8. 現在、病気をされていますか。ひとつだけ選んでください。

- | | |
|----------------------|------------------|
| 1. 病気はしていない | 3. 病気のため治療を受けている |
| 2. 病気はしているが治療は受けていない | 4. 病気のため入院している |

問9. 震災前と現在とでの収入はどうなりましたか。ひとつだけ選んでください。

- | | | | |
|-------|-------|-------|--------|
| 1. 増加 | 2. 同じ | 3. 低下 | 4. 不安定 |
|-------|-------|-------|--------|

震災後の行政サービスについておうかがいします

問 10. 震災後、どのような行政サービスが役立ちましたか。あてはまるものすべてを選んでください。

- | | |
|------------------|----------------|
| 1. 資金援助 | 8. 育児・教育に関する相談 |
| 2. 物資の配給 | 9. 身体に関する健康相談 |
| 3. 税金に関する相談 | 10. こころの健康相談 |
| 4. 住居に関する相談 | 11. 訪問サービス |
| 5. 職業に関する相談 | 12. 地域の座談会・講演会 |
| 6. 帰宅支援に関する相談 | 13. その他 () |
| 7. 高齢者・障害者へのサービス | |

問 11. この1ヶ月間で以下の行政サービスは利用しましたか。あてはまるものすべてを選んでください。

- | | |
|------------------|----------------|
| 1. 資金援助 | 8. 育児・教育に関する相談 |
| 2. 物資の配給 | 9. 身体に関する健康相談 |
| 3. 税金に関する相談 | 10. こころの健康相談 |
| 4. 住居に関する相談 | 11. 訪問サービス |
| 5. 職業に関する相談 | 12. 地域の座談会・講演会 |
| 6. 帰宅支援に関する相談 | 13. その他 () |
| 7. 高齢者・障害者へのサービス | |

こころの健康状態についておうかがいします

問 16. あなたは現在、次にあげる状態をどのくらい体験し、感じ、思いますか。あてはまるものをひとつだけ選んでください。

	まったくできない	いつもよりできない	いつもと変わらずできる	いつもよりできる
1. 何かをする時、集中することが	1	2	3	4
2. 自分のしていることに生きがいを感じる事が	1	2	3	4
3. 容易に（さっさと）物事を決めることが	1	2	3	4
4. 日常生活を楽しく送ることが	1	2	3	4
5. 問題を積極的に解決しようとする事が	1	2	3	4

	たびたびある	ある	あまりない	まったくない
6. 心配事があって眠れないことが	1	2	3	4
7. ストレスを感じる事が	1	2	3	4
8. 問題を解決できなくて困ることが	1	2	3	4
9. 気が重くてゆううつになることが	1	2	3	4
10. 自信を失うことが	1	2	3	4
11. 自分は役に立たない人間だと考えることが	1	2	3	4
12. 一般的に見て、しあわせと感ずることが	1	2	3	4

問 17. 次の説明を読んで、この1ヶ月の自分にどの程度当てはまると思われますか。もし、そのような状況が最近なかった場合には、もしあったならどう感じただろうかと考えて回答してください。(各項目で最も当てはまると思われる回答の番号に○をつけて下さい。)

項目	まったく当てはまらない	ほとんど当てはまらない	ときどき当てはまる	しばしば当てはまる	ほとんどいつも当てはまる
1. 変化に適応することができる	0	1	2	3	4
2. ストレスがあるときに私を助けてくれるような、親しくて安心できる人が一人以上いる	0	1	2	3	4
3. 自分の問題に明確な解決方法がない時、運命や神様が助けてくれることがある	0	1	2	3	4
4. 自分の行く手にどんなことが起こっても対応できる	0	1	2	3	4
5. 過去の成功が、私に新たな試練や困難に対応できるという自信を与えてくれる	0	1	2	3	4
6. 問題に直面したときでも、ものごとのユーモアのある面を見るようにしている	0	1	2	3	4
7. ストレスに対処することで私は強くなれる	0	1	2	3	4
8. 病気やけがなどの苦しい目にあっても、その後で元気を取り戻すほうだ	0	1	2	3	4
9. よいことでも悪いことでも、ほとんどの物事には意味があつて起こるのだと信じている	0	1	2	3	4
10. 結果がどうなるうとも最善を尽くす	0	1	2	3	4
11. たとえ困難なことがあつても、自分の目標に到達できると信じている	0	1	2	3	4

項目	まったく 当てはまらない	ほとんど 当てはまらない	ときどき 当てはまる	しばしば 当てはまる	ほとんどいつも 当てはまる
12. たとえ絶望的に思えても、わたしはあきらめない	0	1	2	3	4
13. ストレスや聞きの中でも、どこに助けをもとめればよいか分かっている	0	1	2	3	4
14. プレッシャーがかかっても、集中力を失わず、はっきりと考える	0	1	2	3	4
15. すべての決定を他者に委ねるよりも、率先して問題を解決するほうを選ぶ	0	1	2	3	4
16. 失敗しても簡単には気持ちがくじけない	0	1	2	3	4
17. 人生の試練や困難に取り組む際に、自分自身を強い人間だと思う	0	1	2	3	4
18. 必要であれば、嫌がられたり難しいことであっても、人を動かす決断をすることができる	0	1	2	3	4
19. 悲しみや恐怖、怒りなどの、不快で苦しい感情にも、対応することができる	0	1	2	3	4
20. 人生の問題に対処するときに、なぜかが分からないままに、直感によって行動しなければならないことがある	0	1	2	3	4
21. 人生に目的があると強く感じる	0	1	2	3	4
22. 自分の人生をコントロールできていると感じている	0	1	2	3	4
23. 挑戦が好きだ	0	1	2	3	4
24. 途中にどのような障害があっても、自分の目標を達成するためにがんばる	0	1	2	3	4
25. 自分のやりとげたことに誇りを持っている	0	1	2	3	4

この尺度は Connor-Davidson 回復力尺度英語版(Connor-Davidson Resilience Scale)を原著者らの許可を得て翻訳・翻案したものです。

原版著作©2001年,2003年 Kathryn M. Connor, MD Jonathan R.T. Davidson, MD. 日本語版著作権©2006年 中島聡美、金吉晴。

本印刷物の無断複写・転載を禁じます。

以上でアンケートは終了です。ご協力ありがとうございました。
ご記入いただいた調査票は、配付の際に入っていた封筒に戻し、
回収のため訪問する調査員にお渡してください。

《執筆》

新藤雅延 1)、橘輝 1)、北村秀明 1)、2)、染矢俊幸 1)、2)、3)

- 1) 新潟大学大学院医歯学総合研究科 精神医学分野
- 2) 新潟大学災害・復興科学研究所 災害医療分野
- 3) 新潟県精神保健福祉協会 こころのケアセンター

新潟県中越地震被災者のこころの健康状態

～2年後調査・5年後調査の比較～

報告書

新潟県精神保健福祉協会こころのケアセンター

〒950-0994 新潟県新潟市中央区上所 2-2-3

電話 025-280-0270