

2021年9月13日

報道機関 各位

東北大学大学院医学系研究科  
東北大学病院  
指定国立大災害科学世界トップレベル研究拠点

**被災した思春期の子どもに対する心理的支援の重要性**  
東日本大震災後の高校生に対する心理的支援を  
新型コロナウイルス感染症(COVID-19)流行下の現在に活かす

**【研究のポイント】**

- 東日本大震災発生より10年が経過した現在においても、自然災害の被災のようなストレス下にある思春期の子どもに対し、心理的支援をどのようにして行うかは重要な課題となっています。
- 震災後3年間に渡って実施された、スクールカウンセラーと高校教諭を主体にした心理的支援によって、高校生の抑うつ気分や心的外傷後ストレス反応<sup>注1</sup>が改善されました。
- この東日本大震災における高校生の心理的支援は、現在多くの思春期の子どもが苦しむCOVID-19流行下の心理的不調の改善に、活かすことができると考えます。

**【研究概要】**

災害にあった思春期の子どもに対する心理的支援が重要なことは明らかです。しかし、一度に支援の対象になる人数が多いことから、具体的な支援方法が明らかにされていません。東北大学病院・肢体不自由リハビリテーション学分野 奥山純子助教、宮城県立精神医療センター 船越俊一副院長、東北大学災害科学国際研究所 門廻充侍助教らと指定国立大災害科学世界トップレベル研究拠点のグループは、2011年の東日本大震災後に高校生に対して行われた心理的介入を紹介し、スクールカウンセラーや高校教諭などの学校の持つ資源を活用することで、高校生の心理状態の改善が図られることを明らかにしました。

本研究は、東日本大震災のようなストレスが大きくかかった児童思春期のデータを、現在のCOVID-19パンデミック下の児童思春期の心理状態改善に役立てることができると期待されます。

本研究成果は、2021年9月15日にJournal of Disaster Research誌に掲載されました。

## 【研究内容】

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) の流行下において、多くの思春期の子どもに心理的影響が出ています。しかし、そのような思春期の子どもに対して心理的支援をどのように行うべきかについては、対象者が今までにない大人数になる可能性もあり、分かっていません。

今回、東北大学病院・肢体不自由リハビリテーション学分野 奥山 純子(おくやまじゅんこ)助教、宮城県立精神医療センター 船越 俊一(ふなこし しゅんいち) 副院長、東北大学災害科学国際研究所 門廻 充侍(せと しゅうじ)助教、らと指定国立大災害科学世界トップレベル研究拠点のグループは、東日本大震災後の高校生に対し、スクールカウンセラーや高校教諭などの高校の持つ資源を用いて心理的支援を行った事例を報告し、COVID-19 の影響を受けた思春期の子どもに対する心理的状态に応用できる可能性を示唆しました。

東日本大震災後 1 年目、2 年目、3 年目に、宮城県南の高校生に対し心理調査が行われました。心理調査では、抑うつ症状、不安症状、心的外傷後ストレス反応を調べ、各評価指標に定められている基準点に基づいて、一定以上に各問題を有している者(心理的ハイリスク者)かどうかを判定しました<sup>注1</sup>。心理的ハイリスク者の割合は、東日本大震災後 1 年目、2 年目、3 年目を通じて約 6 割でした。心理的ハイリスク者すべてに対し、スクールカウンセラーや高校教諭がカウンセリングを行いました(図 1)。

心理調査を行う前に各高校のスクールカウンセラーや高校教諭に対して、事前に宮城県立精神医療センターの児童思春期精神科医が研修を行ってカウンセリング法を指導し、高校でのカウンセリング期間もアドバイザーとして支援を行いました。その結果、心理的ハイリスク者に対してカウンセリングが行われた後の各クラスの心理検査値はほとんど同じになり、高校教諭の専門や教員年数などに関係なく心理的支援に効果があったことが明らかになりました(図 2)。

現在においても COVID-19 流行の影響で、多くの思春期の子どもの心理状態の悪化や不安が報告されています。東日本大震災後に行われた高校の資源を生かした心理的支援は、現在の思春期の子どもへの心理的支援に有用ではないかと考えます。

**結論:**本研究によって東日本大震災に被災した高校生に対して高校の資源を活用した心理的支援の導入が心理状態の改善につながったことから、今後、同じ方法を COVID-19 流行のためストレスを受けた思春期の心理状態改善の介入に応用できると考えます。

**支援:**本研究は、指定国立大災害科学世界トップレベル研究拠点 2020 年度研究費の支援を受けて行われました。

### 【用語説明】

- 注1. 心的外傷後ストレス反応: 極度のストレスを体験した後に生じる心身の不調
- 注2. 各評価指標の心理的ハイリスク者の判定方法: 抑うつ症状は簡易抑うつ症状尺度 (Quick Inventory of Depressive Symptomatology: QIDS-J) で総得点 27 点中 11 点以上、不安症状は自記式不安評価尺度 (Self-rating scale for anxiety: SAS) で総得点 80 点中 40 点以上、心的外傷後ストレス反応は改訂出来事インパクト尺度 (Impact of Event Scale – Revised: IES-R) で総得点 88 点中 25 点以上としました。

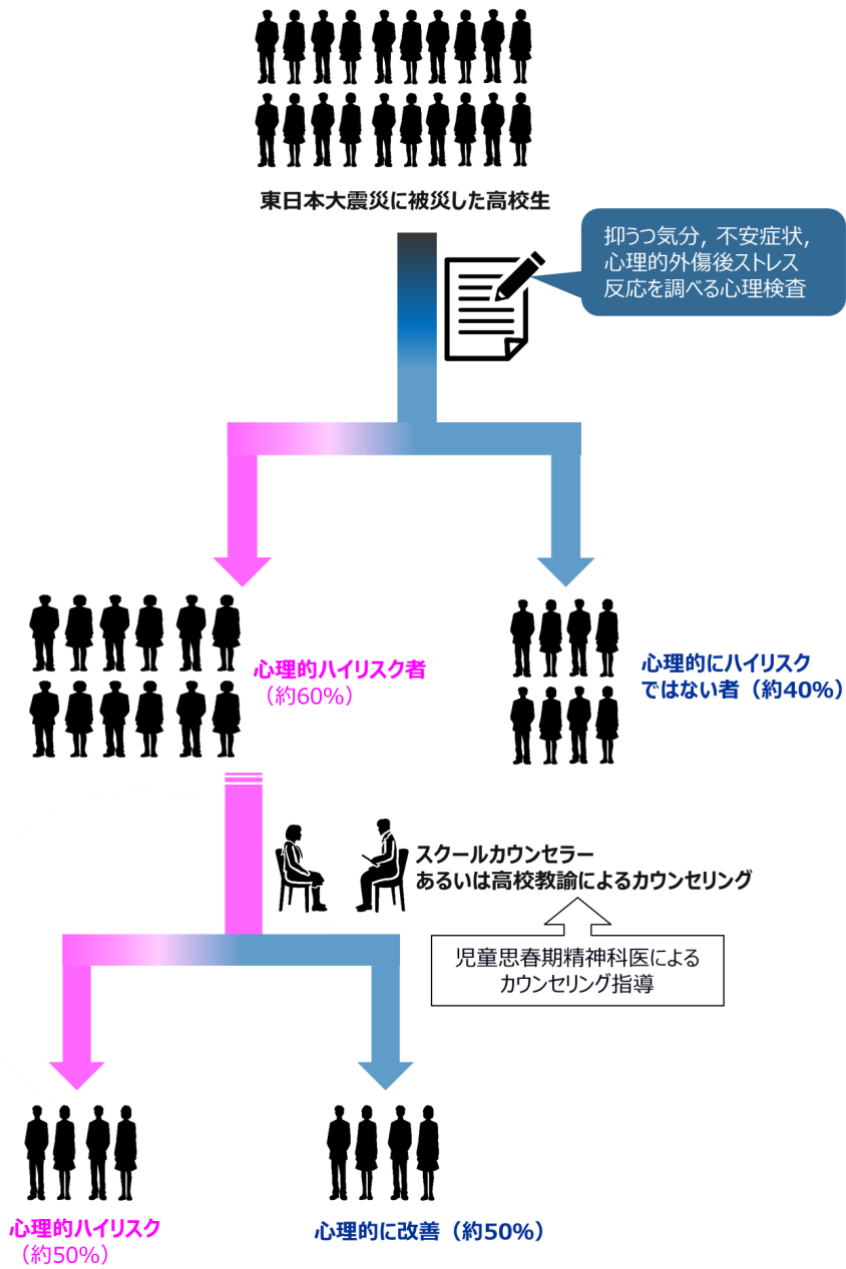


図 1. 東日本大震災後、高校生に対して行われた心理的支援

東日本大震災後 1 年目、2 年目、3 年目に宮城県南の高校生 2,000 名に対して行われた。

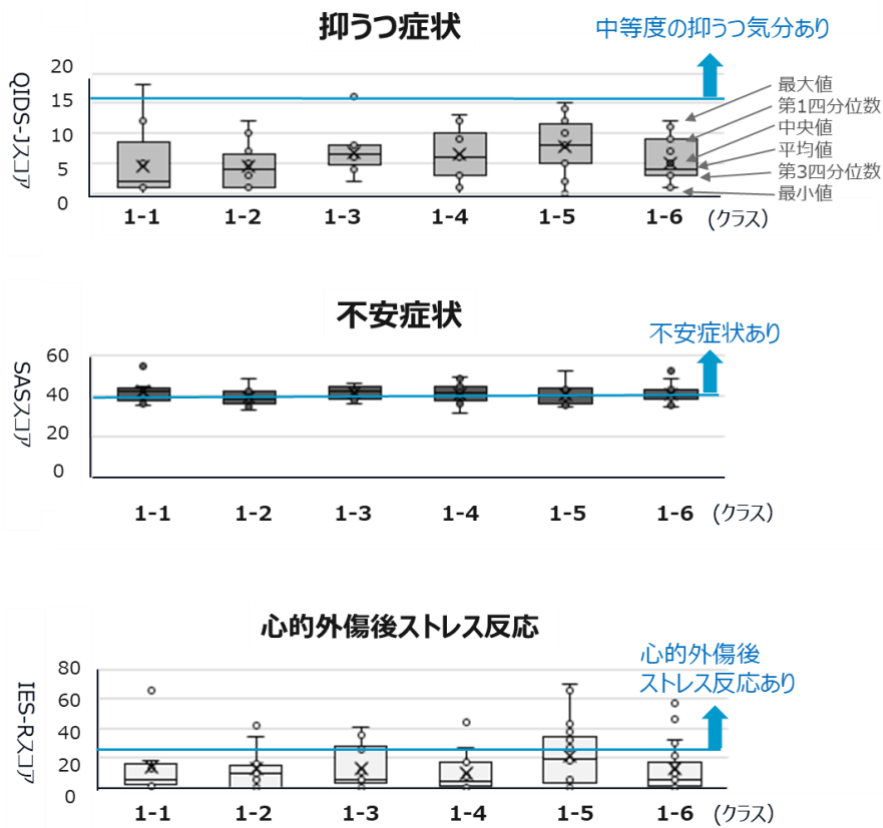


図 2. 高校による心理的支援が行われた後の各クラスの心理検査票値  
 研修を受けたあとの高校教諭によるカウンセリングが各クラスに行われたが、カウンセリング後の各クラスの心理検査値にほぼ差がみられないため、研修によって一定のカウンセリングスキルが得られたものと考えられる。

**【論文題目】**

Title: Importance of Psychological support for Disaster-Affected Adolescents: 10 Years after the Great East Japan Earthquake

Authors: Junko Okuyama, Shunichi Funakoshi, Shuji Seto, Yu Fukuda, Kiyoshi Ito, Fumihiko Imamura, Shinichi Izumi

タイトル:被災した思春期に対する心理的支援の重要性:東日本大震災から10年を経た現在

著者名:奥山 純子、舩越 俊一、門廻 充侍、福田 雄、伊藤 潔、今村 文彦、出江 紳一

掲載誌名:Journal of Disaster Research 16巻、6号

DOI:<https://doi.org/10.20965/jdr.2021.p0914>

**【お問い合わせ先】**

(研究に関すること)

東北大学病院 肢体不自由リハビリテーション学分野

助教 奥山 純子

電話番号: 022-717-7338

Eメール: [junko.okuyama@med.tohoku.ac.jp](mailto:junko.okuyama@med.tohoku.ac.jp)

(取材に関すること)

東北大学大学院医学系研究科・医学部広報室  
東北大学病院広報室

電話番号: 022-717-7149

FAX 番号: 022-717-8931

Eメール: [press@pr.med.tohoku.ac.jp](mailto:press@pr.med.tohoku.ac.jp)