

東日本大震災による心理的ストレス感の発生と経過

—— 三八地区での被害状況に対する地元学生の意識を中心に ——

金 地 美 知 彦¹・フォステル マルガリタ¹
畑 山 俊 輝²

要 旨

本調査では、青森県三八地区出身の大学生 40 名を対象に、東日本大震災によってどのような被害を受けたか、生活や心身にどのような影響を受けたか、三八地区の被害についてどのように感じているか等について質問を行った。自宅に大きな被害があった学生はいなかったものの、親戚や友人宅、親の仕事に被害を受けた学生が存在した。震災によって心の状態が悪化した学生が半数弱（18 名）存在し、うち 7 名が現在も影響が残っていると回答していた。三八地区の被害については他県ほどではないが大きいと評価している回答者が多かったが、他県と同等かそれ以上に大きいと評価している回答者も少数（10 名）存在した。支援状況については、「やや不十分」と「やや十分」に評価が分かれた。

キーワード：東日本大震災、三八地区、心理的ストレス感、被害の程度の知覚

問題・目的

震災の及ぼす衝撃は、被災した人々や震災地域を超えて大きいことは論を待たない。ロモ（1995）¹⁾の指摘にあるように、「災害のショックで傷つき、マヒに陥るのは被災した個人だけではなく、その地域自体も」同様なのである。さらには被災地から離れた地域の人々においてさえ、メディアが連日伝える被災情報に衝撃を受けている。こうした強いストレスに打ち勝ち、復旧・復興への努力が求められる中心になるのは比較的若い世代であると言えよう。その際に役割を果たすのが彼らが体験した心理生理的事象であり、今後の復興や地域の発展の基礎的素材として機能するであろう。本研究では、三

八・上北地域の人々に注目した。それはこの地域の被災が比較的軽微であったために、復旧・復興の支援に何らかの滞りが生じかねないと判断したことが発端になっている。そこでまず、この地域の被害実態と若い世代の震災への意識との理解に向けた調査研究を実施することとした。そしてこの地域で学生生活を送っている若い世代への意識調査を通して彼らが震災をどう経験し、どのような心的ストレスを抱え、それにどう対処したのかを考察しようとした。調査の概要を説明する前にまず、今回の震災について略述しながら、三八地域の被害状況を確認しておくこととする。

八戸を中心にした青森県の太平洋沿岸は、岩手、宮城両県の海岸線同様、地震とそれによる津波の被害をしばしば受けてきた。特に津波の恐怖は風化されることなく伝えられてきており、例えば、昨年 3 月 11 日の大震災の約 10 ヶ

¹ 八戸大学人間健康学部

² 八戸大学名誉教授

月前にも八戸市の水産科学館・マリエントでは1960年に太平洋沿岸をおそったチリ地震津波が八戸に押し寄せる様子を収めた写真展が開催され、改めてこのような天災への備えを呼びかけている(河北新報, 2010.5.12)²⁾。心の準備は、したがって東北の太平洋沿岸に住む人々の間になされていたはずであるが、天災には過去の経験にもとづくだけでは対応できない、想像をはるかに超えた災害を引き起こす場合があることを、今回の大震災は示している。それは東京電力福島原子力発電所の事故をも誘発し、未曾有の大災害となった。特に被害の大きかった宮城、岩手、福島の三県だけでなく、八戸など青森県太平洋沿岸地域も甚大な被害を被っている。

地震と津波被害は過去の予想をはるかに上回った。河北新報の報道(2011.3.11号外)³⁾によると、地震は東北地方を中心とする東日本の広い範囲に及んだ。最強の震度7を記録したのは宮城県北部で、震源地は三陸沖、震源の深さは約10 km、マグニチュード8.8と気象庁から発表されたと報じている。この大震災に関連する名称として、比較的早い時期から「東日本大震災」が使われていたものの、3月13日付けの河北新報⁴⁾に見るようにそれは11日に発生した巨大地震のみを指していたようである。正式に政府がその名称を命名決定するのは4月1日のことであったが、それによれば(河北新報, 2011.4.2)⁵⁾、三陸沖を震源とする大地震(とそれに伴う津波)による災害に「東日本大震災」を用い、地震自体は気象庁による呼称、「平成23(2011)年東北地方太平洋沖地震」が充てられることになった。さらに地震の規模に関しても気象庁は3月13日にマグニチュード9.0に修正した(河北新報, 2011.3.14)⁶⁾。このような巨大な災害は、この地震に伴う大津波によるものと考えられている。例えば、東日本大震災のWebページ(<http://d.hatena.ne.jp/keyword/%C5%EC%C6%FC%CB%DC%C2%E7%BF%CC%BA%D2>)によれば、「岩手県、宮城県、福島県、茨城県、千葉県など三陸沿岸から関東地方沿岸

の集落では壊滅的な被害が発生した」とある。被災した八戸港を中心とする青森県の被害については、この記述からも分かるように、あまり伝えられていないが、その規模は決して小さいものではなかった。

八戸市だけでも津波による広範囲な浸水があり、死者1名、三沢市では死者2名を数えている(<http://www2.ttcn.ne.jp/honkawa/4362a.html>)。八戸市災害対策本部資料(<http://www.city.hachinohe.aomori.jp/index.cfm/9,39551,28,222,html>)、2011.8.24現在)によれば、全壊250棟、大規模半壊181棟、半壊588棟、床上浸水1,600世帯の建物被害があった。また、3月11日16時13分には停電が発生した(河北新報, 2011.3.12)⁷⁾。地殻変動に関しては、国土地理院のホームページ(2011.4.14現在)の電子基準点の地殻変動は、水平方向・上下方向とも軽微であった。これらの被害は平時下であれば、被害状況やそれへの支援策について大きく報道もされるはずであるが、全国規模のニュースにはほとんどならなかった。今回の大震災は宮城県を中心とした太平洋沿岸地域の被災の規模がけた外れに大きかったためである。むしろ、青森県・三村知事は宮城県・村井知事に連携を申し入れ、宮城県内の被災者6,300人を短期間、青森県内の旅館やホテルで受け入れる用意があることを伝えたほどであった(河北新報, 2011.3.31)⁸⁾。

今後の震災からの復興・復旧の中心になるのは若い世代であろう。失ったものが多くても、若い人ならそのダメージから回復して再び出直す時を待つことが可能(ロモ, 1995)¹⁾だからである。三八地区の若者は今回の震災をどのように知覚し、将来展望を描いているのであろうか。このようなことをとらえていくことでこの地域の発展の方向性を探ることが本研究の課題である。その基礎資料を得るため、我々は質問紙を作成し、三八地区在住の大学生を対象に調査を実施した。質問紙は二部構成とし、震災による被害状況、生活や心身への影響、支援活動への取り組み等震災関連の設問からなる第一部

(質問1)と、震災直後および回答記入時の感情について問う第二部(質問2および質問3)とからなっている。本論文ではそのうち第一部(質問1)の調査結果について報告する。

方 法

対象者と手続き

八戸大学に在籍している大学生98名(うち、男性63名、女性35名)を対象に、質問紙調査を行った。対象者の年齢は、18歳から33歳の間に位置し、平均年齢は19.9歳(標準偏差:1.82)であった。調査は、2011年11月29日、11月30日、12月14日の3回に分けて行い、いずれも授業中に受講者に質問紙を一斉配布し、回答を求めるという形で実施した。

質問紙の構成

質問紙は以下に示す構成になっている。

①フェイスシート 学部、学年、年齢、性別、出身地(県および市町村)を尋ねた。

②質問1(震災関連の質問) 以下の13個の質問を行った。

1. この震災が発生したとき、どこで何をしていたか。
2. この震災の直後～3月末までの間に、どのような被害や影響を受けたか。(実家や自宅、親戚の家、仲のいい友人や知人の家の被害状況、親や家族、親戚、知人に亡くなった人がいたか、親や家族の仕事状況に変化があったかどうか、について質問した。)
3. この震災の影響で住んでいる場所を変えたか。
4. この震災の1週間後から1ヶ月後の間、普段の生活で困ったことはどのようなことだったか(自由記述で3個回答を求めた)。
5. この震災によって、「金銭面(家計)」「体の健康状態」「心の健康状態」について、どの程度被害や影響を受けたか。
6. この震災の直後～1ヶ月ほどの間に何か

震災関連の支援活動を行ったか(選択肢を5個設け、複数回答可で回答を求めた)。

7. この震災の直後～3ヶ月ほどの間に強い「余震」が来る恐怖をどの程度感じたか。

8. この震災の直後～3ヶ月ほどの間に強い「余震」に備えて、何か対策を講じたか。

9. 震災後の生活で、「節電」をどの程度心がけているか。

10. 三八地区(八戸市、三沢市、おいらせ町、階上町など青森県南東部)の震災の被害状況について、その他の地域(岩手県、宮城県、福島県など)の被害状況と比べるとどの程度重い(軽い)と考えられるか。

11. 三八地区の震災被害状況に対しては、これまで十分な支援が行われてきたと思うか。

12. (回答者の)現在の生活、心身の状態において、この震災の被害の影響は現在も続いているか(残っているか)。

13. 今後、何か震災関連の支援活動をしたいと考えているか(選択肢を8個設け、複数回答可で回答を求めた)。

以上、「4」を除き、選択肢を選ぶ形式で回答を求めた。

③質問2(過去2週間の気分の評定)

④質問3(震災後2週間の気分の評定)

それぞれ「日本版POMS」⁹⁾を配布し、評定を求めた。質問2については「過去2週間の間にそれぞれの気分をどの程度感じたか」評定してくださいという教示で、質問3については「東日本大震災発生から2週間のあいだのことについて思い起こし、それぞれの気分をどの程度感じたか」評定してくださいという教示で、それぞれ気分を表した65項目について「0.まったくなかった」～「4.非常に多くあった」の5段階評定で回答を求めた。

本論文では、質問1(震災関連の質問)の結果についてのみ報告する。

結 果

全回答者 98 名のうち、三八地区沿岸部（八戸市、階上町、おいらせ町、三沢市）出身者は 40 名であった。この 40 名のみを対象とし、質問 1 の回答結果を集計、分析した。40 名の性別は男性 24 名、女性 16 名、年齢は 18～22 歳（平均 19.7 歳、標準偏差 1.27）、出身地の内訳は八戸市 32 名、おいらせ町 5 名、階上町 2 名、三沢市 1 名であった。

1. 震災発生時、どこで何をしていたか。

震災発生時に三八地区外にいたのは 3 名であり、1 名は宮城県塩竈市を旅行中、1 名は栃木県で合宿中、1 名は青森県五戸町で友人宅を訪問中であった。残り 37 名は三八地区内で震災に遭い、そのうち 22 名は自宅（や実家）に在宅中、残り 15 名は買い物中、運転中、アルバ

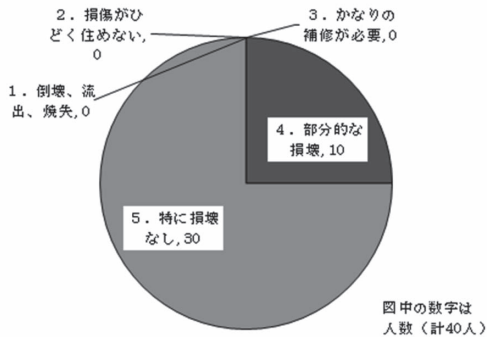


図1 実家（親と同居の場合は自宅）の被災状況

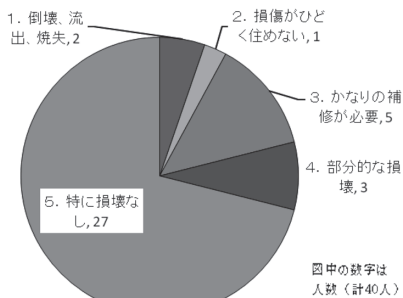


図2 親戚の家（被害が最も大きかった家）の被災状況

イト中など外出中に被災した。

2. 震災直後～3月末までの間に、どのような被害や影響を受けたか。

「実家（親と同居の場合は自宅）」「親戚の家（最も被害が大きかった家について）」「仲のいい友人、知人の家（最も被害が大きかった家について）」

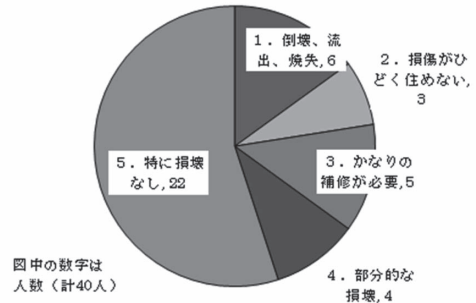


図3 仲のいい友人・知人の家（被害が最も大きかった家）の被災状況

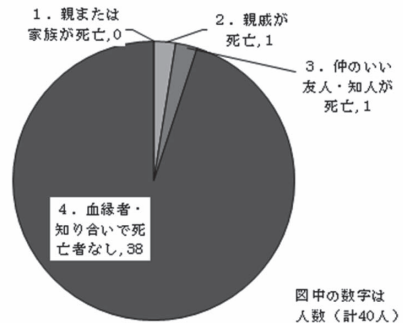


図4 親や家族、親戚、知人の死亡状況

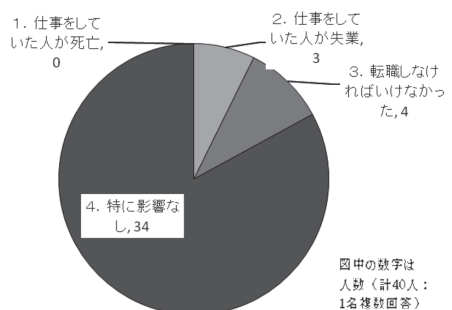


図5 親や家族の仕事状況（震災による仕事への影響）

て)」「親や家族，親戚，知人の状況」「親や家族の仕事状況」についてそれぞれ回答の集計結果を図1～5にまとめた。

実家（自宅）については，軽微な損壊があった者が10名いたものの，残り30名は特に損壊はない状況であった。倒壊や大きな損壊があった者はいなかった。親戚の家（最も被害が大きかった家について）に関しては，特に損壊のなかった者が27名と最も多かったものの，倒壊等で居住不能が3名，大きな損壊ありも5名存在した。仲のいい友人，知人の家（最も被害が大きかった家について）については，ほぼ半数の22名が特に損壊なしであったが，倒壊等で居住不能も9名，大きな損壊ありも5名と，大きな被害を受けた友人（知人）を持っている回答者も3分の1程度存在した。親や家族，親戚，知人の死亡状況については，「親戚が死亡」，「仲のいい友人，知人が死亡」がそれぞれ1名ずついたものの，残り38名は血縁者，知り合いでの死亡者はいなかった。親や家族の仕事状況に関しては，「特に影響なし」が34名と多かったものの，震災によって失業や転職などを強いられた家族を持つ回答者も6名（1名複数回答）存在した。

3. 震災の影響で住んでいる場所を変えたか。

住んでいる場所を変えた回答者はいなかった。

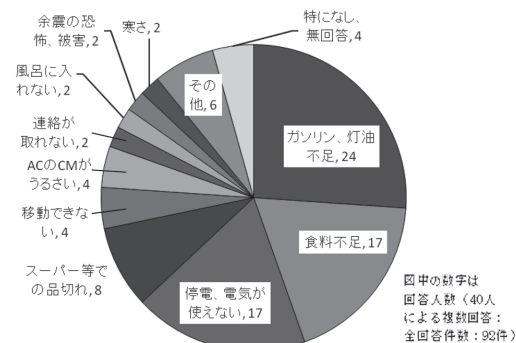


図6 震災の1週間後から1ヶ月後までの間に，普段の生活で困ったこと

4. 震災の1週間後から1ヶ月後までの間，普段の生活で困ったこと。

自由記述の回答を整理し，結果を図6にまとめた。最も多かった回答が「ガソリン・灯油不

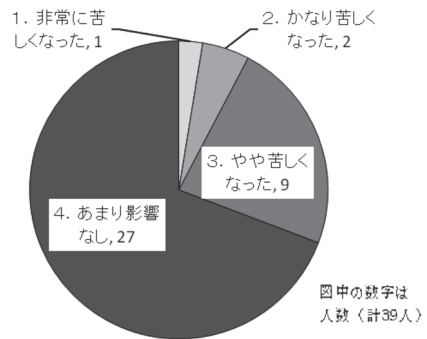


図7 震災による「金銭面（家計）」の被害や影響の程度

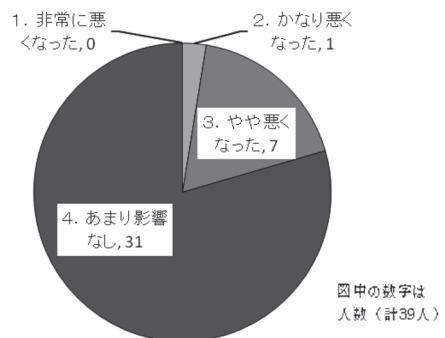


図8 震災による「体の健康状態」への影響の程度

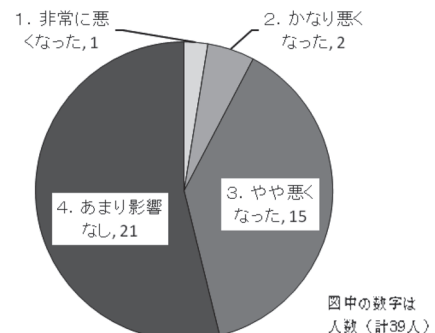


図9 震災による「心の健康状態」への影響の程度

足」であり、40名中24名が回答していた。続いて「食料不足」「停電、電気が使えない」が多く、それぞれ40名中17名が回答していた。一方で、「特になし」と回答したり、無回答だった回答者が合わせて4名存在した。

なお、1名からしか回答のなかった記述は図6中では「その他」としてまとめた。その中には、「車が流されて、使えなくなった」、「父の収入が減った」、「バイトに支障が出た」などの回答（記述）が含まれている。

5. 震災による、「金銭面（家計）」「体の健康状態」「心の健康状態」の被害や影響の程度。

「金銭面（家計）」への影響を図7、「体の健康状態」への影響を図8、「心の健康状態」への影響を図9にそれぞれまとめた。金銭面（家計）への影響については、「あまり影響なし」と回答した人が全体の約7割（27名）であったが、一方で、「非常に苦しくなった」「かなり苦しくなった」と回答した人も少数ながら（合わせて3名）存在した。体の健康状態への影響については、全体の約8割（31名）の人が「あまり影響なし」と回答していたが、その一方で震災によって体調が悪化したと感じている回答者も約2割（8名）存在した。心の健康状態については、約半数（21名）の人が「あまり影響なし」と回答していたが、その一方で同じく約半数（18名）の人が震災によって精神状態

が悪化したと回答していた。「非常に悪くなった」「かなり悪くなった」と回答した人も少数（合わせて3名）存在した。

6. 震災後約1ヶ月の間にどのような支援活動を行ったか。

回答結果を図10にまとめた。約半数（21名）の回答者が「特に何もしなかった」と回答して

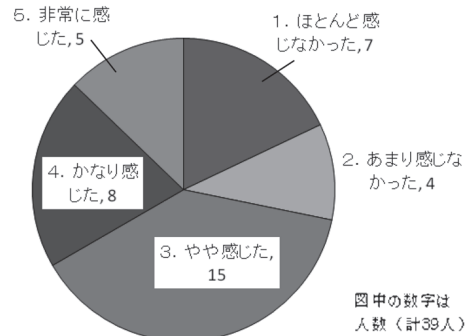


図11 震災後約3ヶ月の間に強い余震が来る恐怖をどの程度感じたか

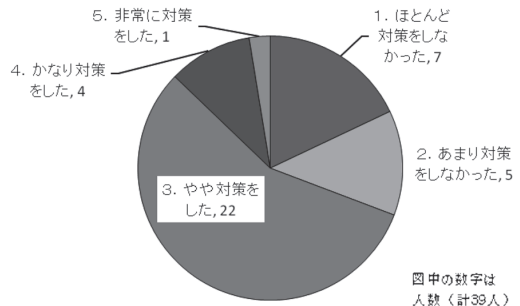


図12 強い余震に備えて、何か対策を講じたか

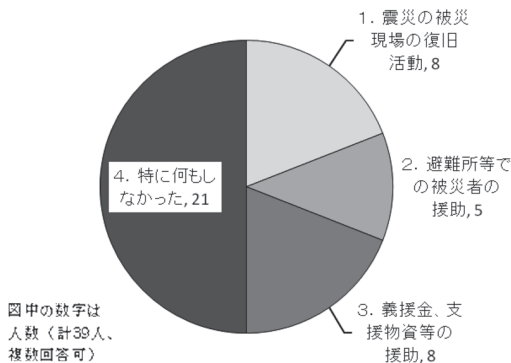


図10 震災後約1ヶ月の間に行った支援活動

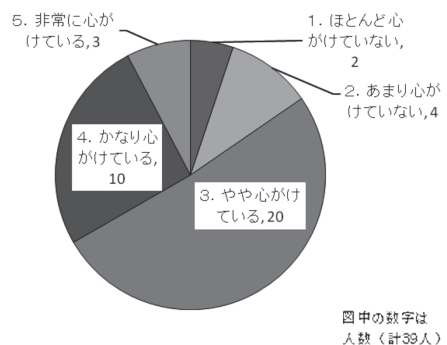


図13 節電をどの程度心がけているか

おり、残り 18 名の回答者が何か支援活動を行ったと回答していた。支援活動の内容については、「被災現場の復旧」「義援金、支援物資等の援助」がそれぞれ 8 名、「避難所等での被災者の援助」が 5 名であった。

7. 震災後約 3 ヶ月の間に強い「余震」が来る恐怖をどの程度感じたか。

回答結果を図 11 にまとめた。余震が来る恐怖を感じる程度については、「やや感じた」と答えた回答者が 15 名と最も多かった。「非常に感じた」と答えた人が 5 名いた一方で、「ほとんど感じなかった」と答えた回答者も 7 名存在した。

8. 震災後約 3 ヶ月の間に強い「余震」に備えて、何か対策を講じたか。

回答結果を図 12 にまとめた。余震に対しては、「やや対策をした」と答えた回答者が半数以上（22 名）であった。その一方で、「ほとんど対策をしなかった」「あまり対策をしなかった」回答者も多数（合わせて 12 名）存在した。

9. 震災後の生活で、「節電」をどの程度心がけているか。

回答結果を図 13 にまとめた。節電を「やや心がけている」と答えた回答者が半数（20 名）、次いで「かなり心がけている」と答えた回答者が多かった（10 名）。「ほとんど心がけていない」「あまり心がけていない」と答えた回答者は少

数（合わせて 6 名）であった。

10. 三八地区の被害状況は、その他の地域（岩手県、宮城県、福島県など）の被害状況と比べるとどの程度重い（軽い）と考えられるか。

回答結果を図 14 にまとめた。「やや軽い」と

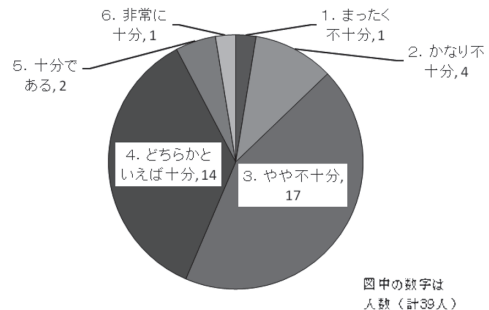


図 15 三八地区の震災被害に対して、これまで十分な支援が行われてきたと思うか

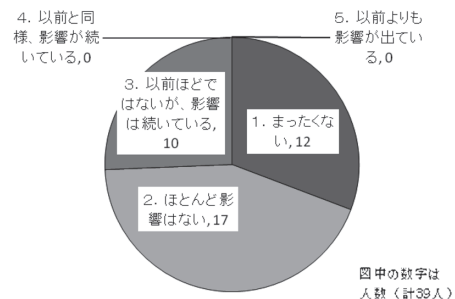


図 16 （回答者の）現在の生活、心身の状態に、震災被害の影響は現在も続いている（残っている）か

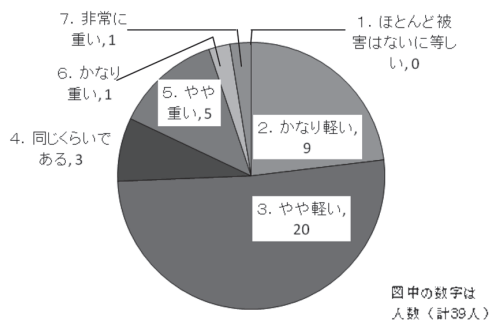


図 14 三八地区の被害状況は、その他の地域（岩手県、宮城県、福島県など）の被害状況と比べるとどの程度重い（軽い）と考えられるか

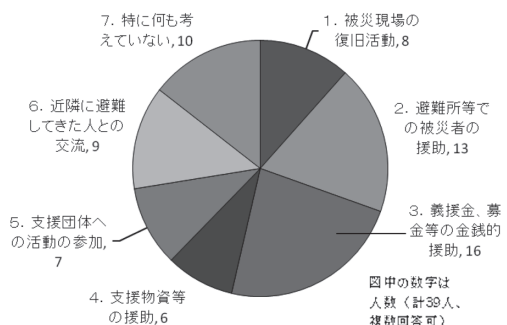


図 17 今後、どのような支援活動をしたいと考えているか

答えた回答者が約半数（20名）で最も多く、次いで「かなり軽い」と答えた回答者が多かった（9名）。その一方で、「やや重い」「かなり重い」「非常に重い」と答えた回答者も存在した（7名）。

11. 三八地区の震災被害に対して、これまで十分な支援が行われてきたと思うか。

回答結果を図15にまとめた。「やや不十分である」と答えた回答者が最も多く（17名）、次いで「どちらかといえば十分である」が多かった（14名）。支援を「不十分である」と考えている回答者は合わせて22名、支援を「十分である」と考えている回答者は合わせて17名おり、ほぼ同数であった。

12. （回答者の）現在の生活、心身の状態に、震災被害の影響は現在も続いている（残っている）か。

回答結果を図16にまとめた。「まったくない」（12名）、「ほとんど影響はない」（17名）と答えている回答者が多いが、「以前ほどではないが、影響が続いている」と回答した人も10名存在した。「以前と同様、影響が続いている」、「以前よりも影響が出ている」と答えた回答者はいなかった。

13. 今後、どのような支援活動をしたいと考えているか。

回答結果を図17にまとめた。「義援金、募金等の金銭的援助」が最も多く（16名）、次いで「避難所等での被災者の援助」が多かった（13名）。「特に何も考えていない」という回答者も10名存在するが、残り29名の回答者は今後様々な支援活動に携わろうと考えていることがわかった。

考 察

今回の調査では、全回答者のうち、三八地区沿岸部（八戸市、階上町、おいらせ町、三沢市）出身者40名に限定して、結果の集計、分析を行った。この理由としては、三八地区に長年居

住し、これからも居住し続けるであろう大学生が、今回の震災でどのような物理的・心理的ダメージを負い、また地元の被害に対してどのような見方をしているのかを把握したかったためである。回答者の中には、他県・他地区出身者で三八地区内で被災した学生もいたが、今回の分析からは除外した。これは、このような学生は親や家族が他地区、他県に在住し、本人が三八地区内で一人暮らしをしている場合が多く、長年三八地区に居住し、親や家族と同居している三八地区出身者とは地域に対する愛着度や知識も異なり、そのため今回の震災によるダメージや三八地区の被害に対する見方も異なってくるのではないかと考えられたためである。また三八地区内陸部（南部町、五戸町、田子町など）出身者についても、今回の震災で大きな被害があった地域でないため、今回の分析からは除外した。

今回分析を行った40名の被災状況（質問1-2）については、自宅（実家）が倒壊や損傷によって居住不能になった回答者は皆無であり、また大きな損傷を受けた回答者もいなかった。ただし、親戚の家に関しては、居住不能が3名、大きな損傷が5名と被害が出ており、また親戚に死亡者が出た回答者も1名存在した。親友、知人の家についても居住不能が9名、大きな損傷が5名と被害が出ており、また親友や知人に死亡者が出た回答者も1名存在した。これらの被害については、三八地区内ではなく他地区での被害が含まれている可能性も大きい。回答者の心理的ダメージの原因として無視できないものであると考えられる。親や家族の仕事状況については、失業や転職を強いられた家族がいた回答者が6名存在した。40名中6名（15%）という少ないようにも感じられるが、もし三八地区で仕事をしている人の15%が失業や転職を強いられたと考え、今回の震災が三八地区の労働環境に大きな影響を与えたことがうかがえる。三八地区沿岸部の主要産業は工業、漁業、農業、酪農であり、うち工業と漁業

が津波により大きな被害を受けたことがこのような数字に表れているのではないかと考えられる。今回の質問の選択肢には含まれていないが、休職や減給を強いられた人を含めると、仕事に影響を受けた人の割合はもっと増えるのではないと思われる。

なお、「自宅」「親戚の家」「友人，知人の家」に大きな損壊がなく、「親戚」や「仲のいい友人，知人」に死亡者もなく，家族の「仕事」に影響のなかった回答者は39名中21名（53.8%，1名一部回答なし）であった。この割合は，岩手，宮城，福島県沿岸部等被害の大きかった地域と比べると多いと思われるが，それでも本人または関係者が何かの被害を受けている人が約半数存在するという事実は，この震災が客観的に見れば三八地区においても大きな被害をもたらしたものであると考えられる。

震災後1週間後から1ヶ月後の間に困ったこと（質問1-4）については，「ガソリン，灯油不足」「食料不足」「停電，電気が使えない」の3つを答えている回答者が多かった。40人中4人の回答者が無回答（あるいは「特になし」と回答）であり，また3個記述を求めたにもかかわらず1，2個しか回答していなかった回答者が19人存在した。このことから震災後，三八地区で生活するにあたって大きく困ったことというのは数少なかったのではないかと考えられる。それでも「車が流されて使用不可」「父の収入が減った」というような深刻な記述も数は少ないものの見られた。ちなみに，岩手県大槌町の回答者からは「出歩けない」，宮城県の実り山町の回答者からは「4時間以上並ばないと買い物が出来ない」，福島県の回答者からは「放射能が心配」（5名中3名）という回答が見られ，三八地区との生活状況の違いがうかがえる。

震災による「金銭面（家計）」の影響（質問1-5-A）については，12名の回答者が「生活が苦しくなった」と回答していた。この12名の回答者の中には親や家族が仕事で失業，転職した回答者が5名含まれていた。残りの7名は親

や家族が失業や転職をしたわけではないものの，もしかすると休職や減給等，仕事に悪影響があったのかもしれない。また回答者本人がアルバイトが出来なくなった等の理由も考えられる。「体の健康状態」（質問1-5-B）が悪化したと答えた回答者は8名いたが，うち「かなり悪くなった」と回答した1名については，「親戚の家が倒壊した」「親や家族が仕事で失業した」ことによる精神的ショックが原因ではないかと考えられる。悪化したと答えた回答者8名全員が，「心の健康状態」についても同じく悪化したと回答していることから，やはり精神的なショック（心理的ストレス）によって引き起こされた体調悪化ではないかと考えられる。さて，その「心の健康状態」（質問1-5-C）であるが，悪化したと答えた回答者は39名中18名と約半数にのぼり，三八地区においても震災によって心理的ストレスを受けた回答者が多かったことがうかがえる。うち「非常に悪くなった」と回答した1名については，「仲のいい友人，知人が亡くなった」ことで大きな精神的ショックを受けたものと思われる。18名中10名が「親戚の家の大きな損壊」「友人，知人の家の大きな損壊」「友人，知人の死」「親や家族の失業，転職」といった被害を受けていたものの，残り8名は特にその種の被害を受けたとは回答していない。それでも「心の健康状態」が悪化したのは，愛着のある地元に大きな被害が出たという事実をなかなか受け入れられず，心理的ストレスを感じたのかもしれない。また，「強い余震が来る恐怖をどれだけ感じたか」（質問1-7）という質問に8名中7名が「感じた」と回答していることから，余震への恐怖も心の健康状態を悪化させた大きな要因ではないかと考えられる。

この「心の健康状態」が悪化したと回答した18名の回答者中7名が，「現在の生活，心身の状態に震災被害の影響は続いているか（残っているか）」（質問1-12）において，「以前ほどではないが，影響が続いている」と回答している。

どのような形で影響が続いているかについては、質問2および3の結果をもとに分析し、後日報告予定であるが、震災後約9ヶ月経っても「心の健康状態」の悪化が続いている学生が存在するという事実は、東日本大震災がいかに三八地区においても衝撃的な出来事だったかを物語っている。さて、その「現在の生活、心身の状態に震災被害の影響は続いているか(残っているか)」(質問1-12)であるが、「以前と同様、影響が続いている」、「以前よりも影響が出ている」と答えた回答者は皆無であった。これは、復旧、復興が遅々として進まない岩手、宮城、福島県沿岸部や現在でも町全体での避難を強いられている原発事故避難区域の住民とは異なり、三八地区においては(異論はあるかもしれないが)地区全体が震災復興に向けて動き出している現状が反映されているのではないと思われる。

「三八地区(八戸市、三沢市、おいらせ町、階上町など)の被害状況は、その他の地域(岩手県、宮城県、福島県など)の被害状況と比べるとどの程度重い(軽い)と考えられるか」(質問1-10)という質問については、「やや軽い」という回答が最も多く(20名)、続いて「かなり軽い」が多かった(9名)。確かに、「問題と目的」で述べたように三八地区沿岸部の震災被害も大きかったとはいえ、岩手、宮城、福島県の太平洋沿岸部の甚大な被害状況と客観的に比較すると、被害の程度は「軽い」と判断せざるを得ないと思われる。ただし「かなり軽い」と判断した回答者より「やや軽い」と判断した回答者が大幅に多かったのは、おそらく三八地区の震災被害も大きかったことを認識している回答者が多いためではないと思われる。「ほとんど被害は無いに等しい」と回答した者がいなかったのも同じ理由ではないと思われる(ちなみに三八地区出身者以外で集計したところ、「ほとんど被害は無いに等しい」と回答した回答者が58名中6名、「かなり軽い」と回答した回答者が18名存在した)。興味深いのは、「同

じくらいである」(3名)、「やや重い」(5名)、「かなり重い」(1名)、「非常に重い」(1名)と回答した者が計10名いたことである。彼らが、岩手、宮城、福島県の太平洋沿岸部の被害状況を知らないとはこのテレビやネットの発達した情報化社会ではまず考えられない。それでも、三八地区の被害状況を(他地区より)「重い」と回答したのは、大きな被害を受けているにもかかわらず、岩手、宮城、福島県の被害ほど報道で取り上げられないことに対する不満がつい現れたのかもしれない。ちなみに「同じくらいである」~「非常に重い」と回答した10名については、うち7名が震災によって「心の健康状態が悪化した」と回答しており、震災による精神的なショックが強かったことがうかがえる。

「三八地区の震災被害に対して、これまで十分な支援が行われてきたと思うか」(質問1-11)という質問については、「やや不十分」が17名、「どちらかといえば十分」が14名と、十分か不十分か人によって見方が分かれていることがうかがえる。また「まったく不十分」(1名)、「かなり不十分」(4名)、「十分である」(2名)、「非常に十分」(1名)とハッキリした回答をしている者が少なく、大半の回答者はこれまでの支援に対して完全に満足もしていないが、かといってまったく不満でもないといった態度を持っているものと思われる。ちなみに「かなり不十分」と回答した4名中3名は、三八地区の被害の程度について、「同じくらいである」(2名)、「やや重い」(1名)と回答しており、被害が大きいにもかかわらず十分な支援が得られないことに対する不満を持っていることがうかがえる。

以上、調査結果をもとに考察を加えてきた。簡単にまとめると、震災の被害としては、自宅には被害がないものの、親戚、知人や仕事にはある程度被害が見られたこと、そして震災によって心の健康状態が悪化した者が多く、一部の人は現在も継続していること、また震災の被害状況についてはある程度重かったと認識して

いて、これまでの支援状況については必ずしも満足していない（かといって大きく不満でもない）ことが結果からうかがえた。一方で、岩手、宮城、福島県の甚大な被害を受けた地域と比べると、震災後の生活で困った事はそれほど多くなく、また心理的な健康状態も改善している人はいるものの、悪化している人はいないことが違いとして挙げられる。

今回の調査研究を始める発端としては、「問題と目的」で述べたとおり、三八地区の震災被害を軽微だと捉えられている傾向があり、それによって復旧・復興の支援に滞りが生じる危険があるのではないかと感じたことである。しかし、地元出身で地元の大学に通っている学生に調査したところ、むしろ三八地区の震災被害を重い（大きい）と感じている学生が大半であり、また震災によって心理的ストレスを感じた（あるいは今も感じ続けている）学生も少なからず存在していることが判明した。もしかすると、三八地区の震災被害を軽微と捉えているのはむしろ地元以外の住民であり、政治家なのかもしれない。今回の調査対象者には、自宅に大きな被害を受けた回答者はいなかったが、自宅が倒壊、流出等大きな被害にあった住民や仕事を失った人たちにインタビュー調査を行い、調査結果を PR していくことが復興に向けて十分な支援を引き出すのに必要なことなのかもしれない。

最後に、「今後、どのような支援活動をしたと考えているか」（質問 1-13）においては、多くの回答者（39 名中 29 名）が様々な支援活動に携わろうという意志を示していた。地元学生には、今後も地元に残って、震災を忘れることなく、様々な支援活動を通して三八地区の復興に尽力してくれることを希望している。

付 記

本研究は、八戸大学の平成 23 年度人間健康学部・共同地域研究プロジェクト「三八地区における健康影響の近未来予測」への助成によって行っている。

参 考 文 献

- 1) ロモ, D. (1995) 災害と心のケア (水澤都加佐 監訳) 東京: アスク・ヒューマン・ケア
- 2) 河北新報 2010.5.12
- 3) 河北新報 2011.3.11 号外
- 4) 河北新報 2011.3.13
- 5) 河北新報 2011.4.2
- 6) 河北新報 2011.3.14
- 7) 河北新報 2011.3.12
- 8) 河北新報 2011.3.31
- 9) 横山和仁, 荒記俊一 (1994) 日本語版 POMS 金子書房

付録 本研究で用いた質問紙調査票

はじめに、みなさまご自身についてお伺いします。

・学部：(ビジネス学部 ・ 人間健康学部) どちらかに○をつけてください。

・学年：_____年

・年齢：_____歳

・性別：(男性 ・ 女性) どちらかに○をつけてください。

・出身地：_____都道府県
_____市町村

質問1 以下の質問にお答えください。

1. この震災が発生したとき、どこで何をしていましたか。以下にお答えください。

_____都道府県 _____市町村で

(当てはまるものに1つ○をつけてください)

1. 実家にいた(親と同居の方は自宅)
2. 自宅(一人暮らしなど、両親宅以外)にいた
3. 学校(大学、高校)にいた
4. アルバイトをしていた
5. 旅行をしていた
6. その他

(具体的な状況をお答えください：_____)

2. この震災の直後～3月末までの間に、どのような被害や影響を受けましたか。以下のそれぞれにつき、当てはまる選択肢を○で囲んでください。

A. 実家(親と同居している方は自宅)

1. 倒壊、流出あるいは焼失してしまい、住むことが出来なかった
2. 倒壊はしなかったものの、損傷がひどく住むことが出来なかった
3. 何とか住むことが出来るが、かなりの補修が必要なほどの損傷だった
4. 壁に亀裂が入るなど、部分的な損傷があった
5. 特に損傷はなかった

B. 自宅(Aと同じ方は回答は不要です。)

1. 倒壊、流出あるいは焼失してしまい、住むことが出来なかった
2. 倒壊はしなかったものの、損傷がひどく住むことが出来なかった
3. 何とか住むことが出来るが、かなりの補修が必要なほどの損傷だった
4. 壁に亀裂が入るなど、部分的な損傷があった
5. 特に損傷はなかった

C. 親戚の家(被害が一番大きかった家についてお答えください。)

1. 倒壊、流出あるいは焼失してしまい、住むことが出来なかった
2. 倒壊はしなかったものの、損傷がひどく住むことが出来なかった
3. 何とか住むことが出来るが、かなりの補修が必要なほどの損傷だった
4. 壁に亀裂が入るなど、部分的な損傷があった

5. 特に損傷はなかった

D. 仲のいい友人・知人の家（被害が一番大きかった家についてお答えください。）

1. 倒壊, 流出あるいは焼失してしまい, 住むことが出来なかった
2. 倒壊はしなかったものの, 損傷がひどく住むことが出来なかった
3. 何とか住むことが出来るが, かなりの補修が必要なほどの損傷だった
4. 壁に亀裂が入るなど, 部分的な損傷があった
5. 特に損傷はなかった

E. 親や家族, 親戚, 知人の状況

1. 親または家族の人が亡くなった
2. 親戚の人が亡くなった
3. 仲のいい友人・知人が亡くなった
4. 血縁者, 知り合いで亡くなった人はいない

F. 親や家族の仕事状況

1. 仕事で収入を得ていた人が亡くなった
2. 仕事で収入を得ていた人が失業した（あるいは長期間休まざるを得なかった）
3. 仕事を変わらなければいけなかった
4. 特に影響はなかった

3. この震災の影響で住んでいる場所を変えましたか。以下にお答えください。（「大学に入学するための引っ越し」など震災が原因ではない住居の移動は除いてお答えください）

0. 変えない 1. 変えた

4. この震災の1週間後から1ヶ月後の間についてお伺いします。普段の生活の中で、おもにどのようなことに困りましたか。以下の回答欄に3つ記入してください。

1. _____
2. _____
3. _____

5. この震災によって、「金銭面（家計）」「体の健康状態」「心の健康状態」についてはどの程度、被害や影響を受けましたか。以下のそれぞれについて、当てはまる選択肢を○で囲んでください。

A. 金銭面（家計）

1. 非常に生活が苦しくなった
2. かなり生活が苦しくなった
3. やや生活が苦しくなった
4. あまり影響はなかった

B. 体の健康状態

1. 非常に悪くなった
2. かなり悪くなった

3. やや悪くなった
4. あまり影響はなかった

C. 心の健康状態

1. 非常に悪くなった
2. かなり悪くなった
3. やや悪くなった
4. あまり影響はなかった

6. この震災の直後～1ヶ月ほどの間に、何か震災関連の支援活動をしましたか。以下の選択肢の中で当てはまるものにすべて○をつけてください。

1. がれき等、震災の被害現場の復旧活動
2. 避難所等での被災者の援助（ボランティア）
3. 義援金、支援物資等の援助
4. 特に何もしなかった
5. その他

（具体的にお答えください： _____ ）

7. この震災の直後～3ヶ月ほどの間についてお伺いします。その期間内に、強い「余震」が来るのではないかという恐怖をどの程度感じましたか。以下の選択肢のうち当てはまるものに○をつけてください。

1. ほとんど感じなかった
2. あまり感じなかった
3. やや感じた
4. かなり感じた
5. 非常に感じた

8. 同じくこの震災の直後～3ヶ月ほどの間についてお伺いします。その期間内に、強い「余震」に備えて何か対策を講じましたか。以下の選択肢のうち当てはまるものに○をつけてください。

1. ほとんど対策をしなかった
2. あまり対策をしなかった
3. やや対策をした
4. かなり対策をした
5. 非常に対策をした

9. 震災後の生活において、「節電」をどの程度心がけていますか。以下の選択肢のうち当てはまるものに○をつけてください。

1. ほとんど心がけていない
2. あまり心がけていない
3. やや心がけている
4. かなり心がけている
5. 非常に心がけている

10. 三八地区（八戸市、三沢市、おいらせ町、階上町など青森県南東部）の震災の被害状況についてお伺いします。この地区の被害状況は、その他の地域（岩手県、宮城県、福島県など）の被害状況と比べるとどの程度重い（軽い）と考えられますか。以下の選択肢の中で当てはまるもの○をつけてください。

1. ほとんど被害はないに等しい
2. かなり軽い
3. やや軽い
4. 同じくらいである
5. やや重い
6. かなり重い
7. 非常に重い

11. 三八地区の震災被害状況に対しては、これまで十分な支援が行われてきたと思いますか。以下の選択肢の中で当てはまるものに○をつけてください。

1. まったく不十分である
2. かなり不十分である
3. やや不十分である
4. どちらかといえば十分である
5. 十分である
6. 非常に十分である

12. あなたの現在の生活、心身の状態において、この震災の被害の影響は現在も続いていますか（残っていますか）。以下の選択肢の中で当てはまるものに○をつけてください。

1. まったくない
2. ほとんど影響はない
3. 以前ほどではないが、影響が続いている
4. 以前と同様、影響が続いている
5. 以前よりも、影響が出ている

（「5」に○をつけた方は、どのような影響なのか具体的にお答えください： ）

13. 今後、何か震災関連の支援活動をしたいと考えていますか。以下の選択肢の中で当てはまるものにすべて○をつけてください。

1. 震災の被害現場の復旧活動
2. 避難所等での被災者の援助（ボランティア）
3. 義援金、募金等の金銭的援助
4. 支援物資等の援助
5. 支援団体への活動の参加
6. 近隣に避難してきた方々との交流
7. 特に何も考えていない
8. その他

（具体的にお答えください： ）

- 質問 2 ここでは、あなたの気分の状態をおたずねします。別紙のそれぞれの気分を、過去 2 週間のあいだにどの程度感じたか、一番当てはまる選択肢を一つ選び、○で囲んでください。

「日本版 POMS」⁹⁾ に回答を記入

質問3 ここでは、東日本大震災（3月11日）発生から2週間のあいだのことについてお伺いします。この期間に別紙のそれぞれの気分をどの程度感じましたか。それぞれ、一番当てはまる選択肢を一つ選び、○で囲んでください。

「日本版 POMS」⁹⁾ に回答を記入

**Psychological Stress Caused by the Massive Disaster in Japan's
Northeastern Pacific Coast
— A local university students' response to the disaster in
Sanpachi Areas, Aomori —**

Michihiko KANACHI¹, Margarita FOSTER¹ and Toshiteru HATAYAMA²

¹Faculty of Human Health Science, Hachinohe University

²Professor Emeritus, Hachinohe University

Abstract

In this study, we asked 40 local university students questions about the destruction from both the quake and the tsunami on March 11, 2011, in Sanpachi areas of Aomori Japan, in order to figure out how they have perceived their stressful situation. Our questionnaire was composed of three main parts of questions about : the degree of damage that the students sustained, negative effects on their psycho-physiological aspects of daily life, and how they perceived the damage in Sanpachi areas. None of the students reported serious damage to their houses, but a few students showed that severe damage had occurred on their relatives' or friends' houses, and their parents' work. About half of students told that they were under the negative influences of the disaster on their mental states. A lot of students have imagined the damage in Sanpachi areas was much less than in neighboring prefectures. Some students reported the damage in Sanpachi areas was more severe than in neighboring ones after all. These results suggested that although the extent destructive to Sanpachi areas was by no means insignificant, the unprecedented damage in the coastal areas of the prefectures would lead to the underestimation in damage on the local areas, Sanpachi.

Keywords : massive disaster, Sanpachi areas, psychological stress, responses to the disaster