東日本大震災の契機に転居した母親のストレス

―福島県の被災者を対象として―

Stress in Mothers Who Have Moved after the East Japan Earthquake:
Focusing on Victims in Fukushima Prefecture

鈴木優里香・宮岡佳子

SUZUKI Yurika, MIYAOKA Yoshiko

要　旨

2011 年 3 月 11 日、三陸沖を震源とするマグニチュード 9.0 の地震発生から始まる東日本大震災が発生した。これまで東日本大震災に関する様々な研究が行われてきたが、対象の多くは老人や子どもが目立ち、子育て中の母親を対象としたものや自主的に一般住宅に転居した人の調査は追跡が困難なこともあり少ない。そこで本研究では福島県で被災し震災を契機に一般住宅に転居した母親 4 名(平均年齢 35.3 歳)を対象にインタビューを行い、母親自身や子育てにかかわるストレスについて明らかにすることを目的とした。分析には、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ(Modified Grounded Theory Approach: M-GTA)を用い、50 の概念と 23 のカテゴリーを生成した。震災を通した母親のストレスとしては、転居による物理的変化や子育てストレスなど多岐にわたることが示された。また、震災を通した母親自身の心境の変化には心理的不安定の者がいる一方で、前向きな気持ちの者、変化なしの者もいた。また、母親たちは転居先で受けた子育て支援(子ども親子遊びや子育て支援センターの利用等)や地域からの支援(地域の人から生活必需品をもらう等)が複数あったことが示された。震災が 5 年経った現在、母親たちは、公的な支援が打ち切られる不安を感じていた。被災者に対する今後の支援の在り方は継続して重要な課題と言える。

キーワード：東日本大震災、福島県、被災者、母親、ストレス

Ⅰ.問題と目的

2011 年 3 月 11 日 14 時 46 分、三陸沖を震源とするマグニチュード 9.0 の地震が発生した。福島県内で稼動していた東京電力(株)福島第一原子力発電所及び福島第二原子力発電所では、原子炉の冷却等に支障をきたしたために、我が国の原子力発電所で初めて住民の避難指示が発出される緊急事態となった。一連の災害を東日本大震災と呼称する(白河市市民生活部生活環境課, 2014)。

筒井･高谷･氏家(2016)は、原子力災害が福島の子どもたちに与えた心理学的影響に関する質問紙研究を行った。その結果、子どものストレス反応は 4 つのグループ(抑うつ、不安・恐怖、甘え・退行、イライラ・集中困難)に分類された。親のストレスとしては、事故から 4 年目の 2014 年時点で放射能に対する母親の不安が事故当初に比べて下がっているものの他県と同じレベルになっているわけではないこと、母親は原発事故に関連づけられるようなストレスを経験していることが分かった。子どもを持つ親にとって、原発や放射能の問題はまだ終息したわけではないと考えられる。

一方で安部(2014)は、災害は、子どもの発達に大きな影響を与えるとし、中高生のアイデンティティ発達の視点から、中高生が東日本大震災をどう受け止めたのか研究を行った。その結果、震災後に中高生がなんらかの役割を果たした経験が、青年期の発達課題の 1 つであるアイデンティティ感覚の形成に寄与していると考察した。

このように、震災に関する多種多様な研究が存在するが、その対象の多くは老人や子どもが目立ち、子育て中の母親を対象としたものは少ない。また避難所、仮設住宅に住む人に対しては詳しい調査がなされているものの、自主的に一般住宅に転居した人の調査は追跡が困難なこともあり少ない。そこで本研究では、福島県で被災し震災を契機に一般の住宅に転居した母親を対象として、母親自身や子育てにかかわるストレスについて研究する。

Ⅱ.対象と方法

(1)調査協力者

調査協力者は以下の条件を満たす者である。

・東日本大震災において福島県で被災し、東京電力(株)福島第一原子力発電所及び、
　福島第二原子力発電所の同一もしくは近隣の町に住んでいた
・震災を契機に福島県白河市(上記発電所から南西に約 100 ㎞)に転居した
・現在一般住宅に定住している
・震災 5 年後の 2016 年 4 月現在、5 歳～15 歳(中学 3 年生)の子どもを持つ母親

(2)倫理的配慮

調査協力者の自由意思により調査に協力しなくても良いことを明確に伝えた。名前入りの同意書を得ることになるが、個人名には匿名化 ID 番号を付与し、データの管理、処理を行う。本研究は本学文学部臨床心理学科倫理委員会で承認を得ている(受付番号:16003)。

(3)調査時期

2016 年 5～6 月に実施した。

(4)調査手続き

調査協力者に対し、半構造化面接のインタビュー調査を行う。併せて、フェイスシート(質問紙)の回答を求める。

(5)インタビュー内容

①フェイスシートの内容

フェイスシートへの記入より回答を求めた。内容は以下のとおりである。

・調査協力者の現在の年齢/震災時の年齢

・震災時の子どもの人数

・子どもの現在の年齢/震災時の年齢

・福島県白河市に転居するまでの時間

②半構造化面接

質問項目は以下の通りである(表 1)。

表 1　質問項目

1 震災の時から、それ以降引っ越しまでの状況について
1) 震災時の状況
2)転居理由と状況
2 放射能について
1) 放射能について
3 転居後について
1) 転居先で受けた震災に関する公的な、あるいは民間機関の支援やサポート
4 子育てへの支援やサポート
1) 震災前の子育てに関する公的な支援やサポート
2) 被災後の子育てに関する公的な支援やサポート
5 母親から見た子どもの変化と子育て不安について
1) 母親からみた子どもの変化
2) 母親自身の変化
3) 震災時から転居後のご家族の様子について
4) 現在の子育てへの不安
5) 将来の子育て支援に対する要望や希望
6 故郷について
1) 故郷に対する想い

⑹分析方法

複数のインタビュー調査から得られたデータを分析する質的研究法のうち、木下(2003)による修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ(Modified Grounded Theory Approach: M-GTA)を用いて分析する。

Ⅲ.結果

⑴調査協力者の特性

4 人の調査協力者にインタビューを行った。調査対協力者の情報は以下のとおりである(表 2)。

表 2　調査協力者の特性

ID	現在の年齢	子どもの人数（震災当時）	子どもの年齢（※）	福島県白河市に転居するまでの期間
1	40代	2	14～17歳	震災直後
2	30代	1	9歳	2年
3	30代	3	7～1歳	2か月以下
4	30代	1	5歳	2か月以下
平均	35.3歳	1.3人	5.5歳	－

※震災時は－5歳

⑵M-GTA による分析

①概念の生成

論理的飽和に至ったことを確認したうえで、M-GTA による概念の生成は以下のとおりとなった。

まず、IC レコーダーに録音されたものから逐語録を作成し、熟読する。さらに、内容と文脈により着目した部分を取り上げる。取り上げた部分をヴァリエーション(具体例)と呼び、他の調査協力者の逐語中にも内容として類似のヴァリエーションが認められれば、それらをまとめて適切に短く説明する名をつけて、概念とする。なお、本研究では、調査協力者が 4 人と少なかったため、研究者が重要と判断したものは他の調査協力者の逐語中に類似のヴァリエーションが認められなくても概念として抽出した。概念の削除や追加、統合、概念名の変更などの修正を行い、最終的に 50 の概念が生成された。

②カテゴリー生成

関連する概念をまとめたものがカテゴリーである。概念の上位概念に当たる。概念と概念の関係を分析し、検討しながら、カテゴリーに名前を付け、カテゴリーを生成していく。最終的には、23 のカテゴリーが生成された。

さらに、複数の小カテゴリーの内容を吟味し、まとめた大カテゴリーを 5 つ生成した。なお、大カテゴリーに属さない小カテゴリーもある。

(3)カテゴリーと概念

生成した大カテゴリー、小カテゴリー、概念を以下に示す(表 7)。

以下の記述では、【　】は大カテゴリー、〈　〉は小カテゴリー、・　、は概念である。

表 3　カテゴリーと概念

大カテゴリー	小カテゴリー	概念
	〈地震が来た時の状況〉	・地震直後の行動 ・地震直後の危機感の無さ
【避難】	〈避難時の状況〉	・避難時の状況
	〈避難時の気持ち〉	・避難時の不安な気持ち ・避難時の無我夢中な気持ち ・避難時の危機感の無さ
【震災を通して感じたこと・受けた支援】	〈震災を通して感じる子どもの存在〉	・子どもの存在
	〈転居後の子どもの様子〉	・環境の変化による子どもの変化
	〈母親のストレス〉	・辛かったこと ・物理的変化 ・子育てストレス
	〈母親自身の震災を通した心境の変化〉	・心理的不安定 ・前向きな気持ち ・変化なし
	〈白河に来て感じたこと〉	・よかったこと ・白河で感じる不安 ・白河で感じる疎外感 ・周囲とのギャップ ・覚悟
	〈転居先を白河に決めた理由〉	・夫の仕事の都合 ・放射能線量の都合 ・交通面の都合
	〈避難時に欲しかったこと〉	・避難時に欲しかったこと
	〈転居先で受けた子育て支援〉	・子育て支援
	〈転居先で受けた子育て支援に対する気持ち〉	・ありがたさ ・参加のしづらさ
	〈転居後の地域からの支援〉	・地域からの支援
	〈故郷からの子育て支援〉	・白河で受けた故郷からの子育て支援
	〈震災前に受けた子育て支援〉	・震災前に受けた子育て支援
【放射能について】	〈放射能に対する気持ち〉	・放射能に対する恐怖 ・放射能に対する不安 ・白河で感じる放射能に対する気持ち ・放射能問題解決への気持ち
【故郷について】	〈故郷〉	・なつかしさ ・怖さ ・悲しさ ・場所としての故郷 ・振り返らない ・愛着あり ・思い入れなし
	〈帰郷〉	・戻りたい ・戻らない
	〈故郷からの情報〉	・嬉しい ・複雑
	〈住民票の移動〉	・移動した ・置いたまま
【今思うこと】	〈5年経った今思うこと〉	・今、不安なこと ・打ち切られる公的な支援
	〈震災の風化〉	・世間の風化
	〈今後の希望〉	・今後に希望すること

(4)結果図とストーリーライン

以上にのべた分析をまとめて、結果図として図１に示した。また、結果図をもとにストーリーラインとして、以下に述べる【　】は大カテゴリー、〈　〉は小カテゴリー、・　　、は概念である。また、「　　」は調査対象者の発言を示す。

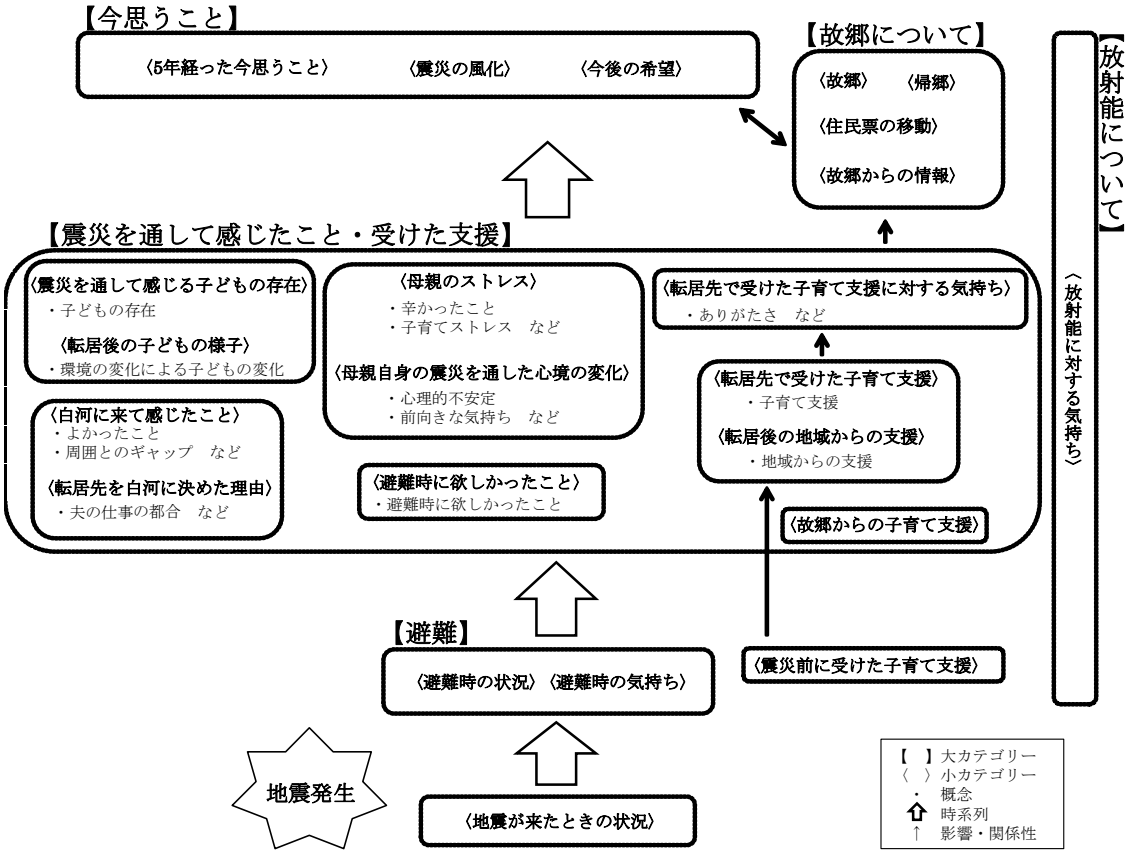

図１　結果図

ストーリーライン

〈地震が来た時の状況〉は、母親たちは、・危機感の無さを感じていた。

【避難】

〈避難時の状況〉では、「みんなが出たからってかんじですね」「とりあえず避難しましょって」「転居したのは避難指示が出たから、町内放送が流れて町でバスを用意してあります、みんなで一斉に避

難するのでって」といった実際に避難をする状況が聞かれた。

〈避難時の気持ち〉には、・(避難時の)不安な気持ち、・(避難時の)無我夢中な気持ち、・(避難時の)危機感の無さ、があった。

【震災を通して感じたこと・受けた支援】

〈転居後の子どもの様子〉を目の当たりにしつつも、〈震災を通して感じる子どもの存在〉を再確認していた。

〈白河に来て感じたこと〉には、・よかったこと、がある一方で、・周囲とのギャップ、・(白河で感じる)疎外感、・(白河で感じる)不安、があった。

〈転居先を白河に決めた理由〉には・夫の仕事の都合、・放射能線量の都合、・交通面の都合、など複数の理由が影響していた。

〈母親のストレス〉としては、・辛かったこと、・物理的変化、・子育てストレス、など多岐にわたることが示された。

〈母親自身の震災を通した心境の変化〉には、・心理的不安定、がある一方で、・前向きな気持ち、・変化なし、個人差が大きかったことが示された。

〈震災時に欲しかったこと〉は、概念としても使用したが、「地域の人よりも、仲良い友達と集まりたい」「震災後すぐ必要だったのは、やっぱり自分の生理用品とか、まさかそういうものはもってかないよね」「地元の人みんな集まって、何もなくしゃべりたい」といった、人と集まりたいという気持ちや、生理用品といった女性特有のものが欲しかったという気持ちが明らかになった。

〈転居先で受けた子育て支援〉には、「1 か月に 1 回子ども親子遊び」「学校の中でのメンタルケア」「心理士の方の心のケア」「幼稚園が頼みの綱」「市の子育て支援センター」「ベビーマッサージ」「市内でやってる言語に関する相談」等があった。それに加え〈転居後の地域からの支援〉があったことが示された。〈転居先で受けた子育て支援〉に対し、母親たちは、・ありがたさ、を感じていたが、一方で、地元の人間ではないという思いから、・参加のしづらさ、を感じる方もいた。

また、〈転居先で受けた子育て支援〉と〈震災前に受けた子育て支援〉の内容は、重なるところがあり、母親たちは震災以前から子育て支援を受けていたことが明らかになった。〈故郷からの子育て支援〉として、・白河で受けた故郷からの子育て支援では、「(住んでいた地域からは)書類を送られているだけで、書面上の子育て支援になっている」ということが明らかになった。

【放射能について】

〈放射能に対する気持ち〉としては、原子力発電所の事故以来、・(放射能に対する)恐怖、・(放射能に対する)不安、などの気持ちがあることが示された。

【故郷について】

【故郷について】、母親たちは、様々なとらえ方をしていることが明らかになった。

〈帰郷〉について、・戻りたい、と思う方もいれば、・戻らない、と思う人もいた。〈故郷〉としての、・なつかしさ、・愛着(あり)、がある一方で、・怖さ、・悲しさ、・思い入れなし、があることが示された。

〈故郷からの情報〉は、・うれしい、一方で、・複雑、な部分があり、今でも故郷に思いをはせていることが分かった。

また、転居に際し〈住民票の移動〉が問題になることが明らかになった。

【今思うこと】

【今思うこと】の質問には、・5 年経った今思うこと、・今後の希望、・震災の風化、が挙げられた。

〈5 年経った今思うこと〉では、年数が経っても、・(今、)不安なこと、があり、・打ち切られる公的な支援、の存在が明らかとなった。

また、〈震災の風化〉を感じており、東日本大震災における・世間の風化、を感じていた。

〈今後の希望〉には、はやく白河に馴染みたいという強い気持ちがあった。

Ⅳ.考察

本研究では、福島県で被災し、震災を契機に一般の住宅に転居した母親 4 名を対象にインタビューを行い、母親のストレスについて研究することを目的とした。

その結果、震災後、母親たちは様々なストレスを感じ、子どもたちは退行するなどストレス状況にあったことが明らかとなった。しかしながら、転居後は前向きな姿勢がみられるなどの変化があった。この背景には転居先での子育て支援や、地域からの支援が母親のストレス軽減に役立ったと思われる。一方で震災から 5 年が経過しても不安な想いは消えない。被災者に対する今後の支援の在り方は、継続して重要な課題と言える。

本研究の結果を東日本大震災を経験しなかった多くの人に知ってもらいたいと思う。震災時の状況や気持ち、現在の状況や気持ちを理解することにより、今後の支援がより活発化することを望む。

Ⅴ.今後の課題

本研究の調査協力者は 4 名であり、かつ、この 4 名は震災というトラウマについて話せる、ある程度の精神的健康度の高い方たちだと思われた。それゆえ、調査協力者が少なかったこと、及び、調査協力者の精神的健康度の高さから、本研究の結果を一般化することは難しく、自主避難者を代表としたものであるとは言えない。今後は、調査協力者を増やすとともに、地震発生から現在に至るまでのプロセスを明らかにするために、追跡調査を行う必要があるだろう。

東日本大震災発生から 5 年半を経て、新たに出てきた問題として、最近取り上げられた避難先でのいじめがある。これは、5 年半が経過したからこそ出てきた問題であり、親子が抱える問題の存在は他にもあることが推測される。今、日本では、福島から来たということが大きな声で言えない現状がある。日本国内での福島県民の孤立を、今後は日本全体で考えていってほしい。

また、福島県に限らず、東日本大震災の被害を受け、現在も苦しんでいる方への支援が今後も続き、ひとりでも多くの方が心から安心できる生活が一刻も早く送れることを祈るばかりである。

本稿に関して申告すべき利益相反はない。

引用文献

安部芳絵　(2014).　東日本大震災を中高生はどう受け止めたのか
—中高生のアイデンティティ発達の視点から—　工学院大学研究論集

木下康仁(2003).　グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践 - 質的研究への誘い.　弘文堂.

筒井雄二・高谷理恵子・氏家達夫　(2016).　原子力災害が福島の子どもたちに与えた心理学的影響—発達心理学的研究がとらえた事実と今後の問題　子育て支援と心理臨床 Vol.11

白河市市民生活部生活環境課　(2014).　白河市 東日本大震災の記録と復興への歩み
白河市市民生活部生活環境課