

東日本大震災における母親が経験した6年について

—福島原子力発電所事故による避難指示区域避難者を対象に—

A Study of What Mothers Have Experienced for Six Years Affected by the Great East Japan Earthquake : For Evacuees Who Lived in Evacuation Order Zones due to Fukushima Nuclear Power Plant Accident

市川 実咲

人文科学研究科

臨床心理学専攻

Misaki Ichikawa

Graduate School of Humanities, Division of Clinical Psychology

要約

平成23年3月11日に東日本大震災が発生した。これについての研究は様々あるが、4重苦を抱える被災地、避難者の受け入れ地域、復興の拠点地域でもあるという特殊性のある福島県いわき市に避難した避難指示区域の避難者である母親についての研究はほとんどない。そこで本研究では、いわき市に避難した避難指示区域の避難者である母親3名を対象にインタビューを行い、東日本大震災後6年間を母親としてどのような経験をしてきたのかについて検討していくことを目的とした。データは、解釈的現象学的分析を用いて分析した。その結果、母親として、(1)子どもがいることのメリットと、(2)子どもの傷つき体験と人間関係、(3)子を持つ母親としての気負いと葛藤、(4)子どもと母親の相互作用という経験がなされていた。今後は巡っては、全員から家族一緒にいることを願う発言が見られた。3名の共通性として、①継続性、②葛藤、③ソーシャル・キャピタルの再構築、の3つが推察された。

【Key Word】 東日本大震災、母親、いわき市

I. 問題と目的

1. いわき市における東日本大震災と原子力発電所事故

平成23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(気象庁, 2011)。福島県の沿岸部東南端に位置するいわき市では、震度4以上の揺れが約190秒続き、最大震度6弱を観測した。このいわき市では多くの人的被

害、住家被害に加え、水道の断水や停電などが起こった(いわき市, 2016)。また、福島県の東側である浜通り中北部の相双地方には、福島第一原子力発電所と福島第二原子力発電所という2か所の原子力発電所(以下、原発と略記)があり、日本有数の電力供給地となっていた(いわき市, 2012)。平成23年3月11日15時36分に、福島第一原子力発電所が水素爆発を皮切り

に、時間とともに原子力発電所事故（以下、原発事故と略記）が深刻化した。（いわき市，2016）。それに伴って、産業としては農業や水産業は制限を受け、観光業も大きな影響を受け（いわき市，2015），いわき市は、地震、津波、原発事故、風評被害という4重苦を抱えた地域である（川副・浦野，2012）。また、平成24年までにいわき市には、原発事故によって、居住を制限された避難区域から多くの住民が避難し、約2万4,000人を受け入れている（いわき市，2016）。いわき市は、4重苦を抱える「被災自治体」、多くの避難者を受け入れ、人口増加が続く「避難者受け入れ自治体」、そして原発事故の復旧作業員を受け入れる「復興拠点」という3つの役割を担っている（川副・浦野，2012）。このような特殊性からいわき市を避難先とした避難者に焦点を当てた。

いわき市は、県の東部の浜通り地方の南端に位置し、東は太平洋、南は茨城県と接している（いわき市，2015）。また、気候は年平均気温が約14度と温暖で寒暖の差が少なく、東北地方の中でも恵まれた気象条件を持つ地域である。加えて、山と海に囲まれた豊かな自然環境に恵まれ、交通体系においては、鉄道などによって首都圏などと結ばれている。いわき市は、福島県内でも低い放射線量を記録したこと（新生ふくしま復興推進本部，2017）、上記に記した気候や、交通の利便性等から過ごしやすい地域であること等が、いわき市に多くの人が避難した要因だと推察される。また、原発避難者に対するいわき市民の態度を測る調査では、いわき市民は避難者の流入によって生活上の不便を感じているものの、多

くのいわき市民が原発避難者の置かれた立場を理解していることが示され（菊池・高木，2015），いわき市民は原発避難者に対して葛藤を抱えていると考えられる。

2. 災害を巡る心理的影響

原発事故の伴う東日本大震災が他の自然災害と大きく異なるところは、被災者にとっての「被災」は震災から何年経っても続くことである（辻内ら，2012；高橋，2016）筒井らは（2016），原子力災害は①トラウマにつながるような外傷的な経験を被災者がしないことと、②放射線に被ばくし、身体的健康を害する危機が自分や家族に迫っていると感じ、不安や恐怖、あるいは心理的ストレスを長期間にわたり経験し続けることが心理学的影響の大きな特徴であると指摘している。また、そのように長期間にわたって不安やストレスに曝されることが新たな別の心理学的問題を引き起こす可能性もあるとして、原子力災害の特殊性を認識する重要性を示した。また、東日本大震災から6年経った平成29年10月末でも、住宅再建状況が7割に留まることと（新生ふくしま復興推進本部，2017）、阪神・淡路震災の5年後には仮設住宅がすべて解消されたこと（村上，2017）を比較すると、東日本大震災の被害の甚大さと被災者の生活再建の難しさ、長期化が伺える（速水，2017）。

また、近年災害復興を考える上で、ソーシャル・キャピタル（Social Capital：以下、SCと略記）の役割が注目されている（岩垣ら，2017a）。このSCは「社会関係資本」と訳され、「人と人とのつながり」を表している。SCには大きく分けて個人を中心とした家族・親戚、友人、近隣住

民、職場の同僚、学校の友人などの人間関係を表す「個人レベル」とある地域を一つの単位として捉える「地域レベル」がある。Aldrich (2012) は、阪神・淡路大震災ではSCの存在が一時は離れ離れになった元の住民を取り戻しただけでなく、新たな入植者を惹きつける役割を担ったと述べている。また、岩垣ら (2017b) は、福島原発事故により自主避難する母親を対象にした調査で、個人レベルの認知SCである「近隣住民との信頼感」が低い程高いストレス状態にあり、構造的SCである「地域活動への参加頻度」が低い程高いストレス状態であることを指摘している。また、災害後のメンタルヘルス向上のためには、避難先や移住先における近隣住民への信頼関係や助け合いをいかに高めていくかを考えることが必要と示されている(岩垣ら, 2017 a)。しかし、本研究の対象であるいわき市は、被災地でありながら受け入れ地域でもあり、市民の8割が原発事故の補償を巡って8割が不公平感を感じているため(高木, 2015)、避難先の近隣住民との信頼関係構築は一筋縄ではいかに推察されるものの、SCが復興や避難生活でのストレスを考える上で重要な視点であることには変わりはないと考えられる。

3. 母親・子育てについての避難者を巡る研究

震災後4年目の平成27年から28年に行った子どもを持つ母親を対象とした調査によると、放射能に対する不安は、事故当初と比べると下がっているものの、福島県外と同じレベルまで下がっていないことが示された(筒井ら, 2016)。さらに、原子力災害における特徴のひとつである慢性的スト

レスが親にかかることは、子どもの発達によく影響を及ぼすと考えられるため、母親の自己効力感を高めるために働きかけることが重要だと述べている。また、高谷ら (1998) は、阪神・淡路大震災当時、子どもを守らなければという意識が、母親の緊張状態を持続させており、自分自身の抱える不安を処理できないまま子どもへの心配が増しているような場合に悪循環となり、母親の心身の状態への影響や、子どもへの影響等が長期にわたっていることを報告している。原子力災害の特徴が長期的なストレスがかかることであるため、東日本大震災で被災した母親においても、当てはまる可能性が高いことが考えられる。成 (2015) は、母親は、原発事故後のさまざまな生活変化とストレスが関係しており、ストレスの深刻化を防ぐには、配偶者や両親、近隣、友人、専門機関などの母親を取り巻くサポートの存在が重要であると指摘している。これらのことから、母親の周りのサポートをうまく活用することが、長期化する母親の抱え込みやストレスを緩和する要因になることが推察される。さらに、松蘭 (2016b) は、避難による世帯分離によって、母親は親戚や、子育てや仕事、趣味の活動などを通して得た友人たちを含む子育てネットワークを喪失し、子育てを孤独なものにしたと指摘している。これらのことから、避難者は、自身の不安や緊張、子どもへの心配などの自分と子どもの内面的な困難を抱えながら、物理的な環境と人的な環境による子育ての難しさを抱えながら、子育てに邁進していることが考えられる。

近年、社会的にこころのケアの需要が高

まり、平成27年9月15日に公認心理師法が施行された（厚生労働省，2015）。その公認心理師法に示されている行為の4つの中の一つに、心理に関する支援を要する者の心理状態の観察，その結果の分析がある。このことから、心理職の職務において、支援をしていく上で、まずは正確なアセスメントを立てることが必要不可欠と言える。また、福島県の母子を巡る心理的危機は継続しており（前田ら，2016）、母親の不安行動が子どもの情緒的反応を引き起こし、それがまた母親の反応を引き起こしてしまう悪循環に陥る可能性があるために、福島での母親へのケアの重要性を示された（前田，2014）。加えて、東日本大震災の避難者についての研究は多く見つかったが、避難指示区域の避難者である母親についての研究はそれほど多くないが、喫緊の課題であると考えられる。本研究では、4重苦を抱える被災地でありながら、避難者の受け入れ地域でもあり、復興の拠点地域でもある（川副・浦野，2012）福島県いわき市における、避難者の子育て中の成人女性を支援するためのアセスメントをする上での基礎研究になりうるという点において、社会的意義があると考えられる。

4. 目的

避難者にとって東日本大震災は過去の出来事ではなく、現在も避難は継続し、長期化している、現在進行形の問題である。特に、原発事故による避難指示区域の避難者にとっては、避難指示の解除は進んでも実際には解決できない問題が多く、様々なストレスを抱えていることが考えられる。

本研究において避難者である母親が東日本大震災後6年の間にどのような経験をし

てきたかのかについて検討していくことを目的とする。

II. 方法

1. 調査協力者

震災後にいわき市に避難した避難指示区域の避難者だった者で且つ、子育て中の成人女性3名を調査協力者とした。避難者だった者としたのは、平成29年4月時点で、3名の地元は避難指示が解除された地域であるためである。調査協力者は、筆者が接触できる人の中から、事前に心理的負荷がかかることを十分に説明し、了解していただけの方をお願いした。

2. 調査期間

2017年7月～9月

3. 調査手続き

全員に、半構造化面接を行う。

4. 面接調査

全員に、半構造化面接を行い、以下のことを聞く（およそ50分）。

①基本情報：年齢，お子さんの人数・年齢・性別，同居されているご家族，職業，住民票の所在，いわき市に避難した理由②学校の変化③ご自身について④お子さんについて⑤ご家族について

5. 分析方法

面接時に調査協力者の了承が得られた電子情報を逐語記録として文字起こした。その後、筆者が解釈的現象学的分析（Interpretative Phenomenological Analysis：以下、IPAと略記）を用いて内容の検討をした。

IPAとは、研究の参加者の経験を参加者自身の視点から探ることを目指してはいるが、参加者と研究者間の相互作用に加え、

研究者自身の世界観が反映されることを認識した上で、参加者の経験を解釈することを目指すものである(伊賀, 2013)。このIPAは人々が自らの経験に与えた意味を調べる現象学と、現象学的探究は最初から解釈過程である解釈学、研究対象になった話者を特定の状況の中に位置づけ、その個人的視点を調べ、経験の個別的全体性を保ちながら一般化を目指す個性記述学という3つの理論によって支えられていると述べている。IPAは必ずしも以下のステップを要するとは示されていないが、伊賀(2013)の示した分析の4つのステップを主に採用した。①データ読みと読み直しであり、複数回逐語記録を読む。②ノートとりであり、逐語記録の中で興味深い点を書きとめ、話者にとって重要な事象と話者がそれらに与えた意味を示す記述的コメント、話者の言語使用・発言の中断・繰り返しなどに着目した言語学的コメント、分析者の概念的解釈を書き留める概念的コメントの3種類のコメントをノート付けとして記述する。③浮上するテーマであり、逐語記録とノートを分析対象とし、概念的な抽象度を上げたテーマを書きとめる。④浮上したテーマ間の結合関係の発見であり、テーマ間の結びつきを発見し、共通しているテーマを基に群を作る。また、Carla(2001)の方法を参考に、上位テーマの概念を取り入れた。これらのステップを踏み、逐語記録を個々に分析した。

6. 倫理的配慮

本研究は、跡見学園女子大学大学院臨床心理学科の倫理委員会審査において承認を受けた(認証受付番号17011)。

Ⅲ. 結果

1. 基本情報

| 調査対象者 | 現在の年齢 | 子ども人数(学校区分。性別) | 同居家族 | 職業 | 住民票の所在 | いわき市への避難理由 |
|-------|-------|--------------------|---------------|------|--------|------------|
| A | 40代前半 | 2人(中学生女子、高校生女子) | A、夫、子ども2人 | 会社員 | 避難元 | 親戚、Aの仕事 |
| B | 40代前半 | 1人(中学生女子) | B、夫、子ども1人 | 元看護師 | 避難元 | 夫の仕事 |
| C | 40代前半 | 2人(小学生中学年女子、中学生女子) | C、夫、子ども2人、夫の母 | 専業主婦 | 避難元 | 親戚、住居 |

2. 調査協力者の半構造化面接の結果

これは全員に行った半構造化面接の結果である。希望者がいなかったため、フォローアップのために半構造化面接は実施していない。A, B, Cそれぞれの半構造化面接の結果をCarla(2001)の要約表を参考に、以下に結果の詳細を記述する。上位テーマを【 】、テーマを< >, インタビューにおける言葉を用いる場合には「 」で示した。また被災直後、避難生活、今後に向けての3つの時系列に分けて記述する。加えて、テーマ名は意味を損なわない範囲で文章として読みやすくするために、若干の変更をしている部分もある。

(1) Aさんの結果

Aさんのインタビューからは、7のテーマが抽出され、それらが4の上位テーマにまとめられた。

①被災直後

1つの上位テーマ、2つのテーマが生成された。

<地元で生きる決心挫かれ>, <普通だった暮らしの喪失>し, 【地元の生活の喪失】を経験した。

②避難生活

2つの上位テーマと5のテーマが生成された。

【母親としての想い】では、「自分たちのときは違ったのにな」と子どもの人数や学校規模における《地元と避難先との学校の違いに驚いた》り、子どもの移動は親が全て送迎するなど《子どもの課外活動参加に伴う親の負担の大きさ》を感じていた。また子ども会などによる《子どもを通じた新たな人間関係の構築とそれに対する感謝》の気持ちが生まれた。

また「向こうの記憶はほほないかも、道とか公園とかも少し覚えてるくらい」というように《震災後子どもの地元愛が薄れていく寂しさ》が語られた。それに加えて、避難を理由にいじめられたという報道を見て心配していたが、いじめられることなく《避難先に馴染んでいく子どもに対する嬉しさ》も語られた。これらのことから、寂しさと嬉しさの【子どもを巡る葛藤】を抱えていた。

③今後に向けて

1つの上位テーマが生成された。

【家族は一緒にいたい】という強い気持ちは避難生活から一貫して持っていた。

(2) Bさんの結果

Bさんのインタビューからは、16のテーマが抽出され、それらが5の上位テーマにまとめられた。

①被災直後

1つの上位テーマ、5つのテーマが生成された。

【震災前後を巡る生活の中心の変化】を経験した。震災前は子どもと会う時間が少なく、《仕事中心の生活》だった。被災直後は《職場を離れられない父としばらく会えない心細い生活》と《職場を離れられず子どもと会えない生活》を送る時期があっ

た。その後、《子どもと再会し安堵感》を得た。それ以降は仕事中心の生活から、《子ども中心の生活》に変化した。

②避難生活

3つの上位テーマと、11のテーマが生成された。

【子どもの友人関係と情緒の変化】については、「ばい菌扱いされる」などの《子どもは偏見による継続した傷つき体験》を受け、《情緒の不安定さが継続》した。また、習い事をするともた「友だちできて、移動したりとかするとその友だちがいなくなるでしょ、だったらやんなくていい」と子どもは、《友だちが離れる予期不安》を持ち、《新たな友人関係を望まない》ようになった。しかしその後、《友人の存在により子どもの情緒が安定》する方向に向かった。

【母親としての気負いと迷いによる辛さ】では、子どもが傷つき体験によって情緒が不安定になった時に自分は「どうしていいか分かんなくなるねー（中略）は抱き寄せることしか出来なかった」と《子どもが泣いた時の母親としての迷いながらの対応》により、《無力感と自己効力感の低下》が起こった。また、《親の落ち込みが子どもに移るといふ噂》を聞いたことで、《寂しさを子どもに見せない気丈さ》が生まれた。それらによって、子どもがいない間に泣くくらいの《精神的限界》を迎えた。しかし、保護者同士が関わる機会でも、偶然にも避難者が多く、《境遇の似ている人との関わり》が「やっと地元の人に会えた」というように《孤独からの解放・安心感》につながり【辛さを分かち合う】経験をした。

③今後に向けて

1つの上位テーマが生成された。

【今後も家族離れずにいたい】という希望を持っている。

(3) Cさんの結果

Cさんのインタビューからは、31のテーマが抽出され、それらが11の上位テーマにまとめられた。

①被災直後

1つの上位テーマ、2つのテーマが生成された。

《家族バラバラの避難生活》から《家族が揃った時に生活の安心感》を得て、【家族の安心感に気づく避難生活】を送っていた。

②避難生活

2つの上位テーマと、19のテーマが生成された。

当時就学前だった次女は、トイレに一人で行けない、夜泣きがひどくなるなどの《退行症状が被災直後から数年継続し》たり、《保育園で怖がって話せな》くなったりした。長女は2回の《転校直後に登校渋り》があった。しかし意外にも《子どもは徐々に場や人に慣れ》て、《柔軟に新しい人間関係を作っていく》ことができていた。現在も《子どもの退行症状は少し残っている》が、《退行症状が徐々に落ち着いていった》。それに伴い【子どもへの心配と安堵】では、度重なる《転居、転校による子どもの学校適応に関する母親の心配》やいじめられたという報道を見て《新たに友人関係を構築する子どもへの心配》があったが、先生や友だちも良い人たちでいじめられることもなく、《子どもの登校渋り・退行症状が改善したことにより母親は

安堵》の想いに変化した。しかし、現在も少し残っている《退行症状が消失しないのではないかという心配》は継続していた。また【母親としての新たな人間関係を巡る気持ちの変化】では、柔軟に新しい人間関係を作っていく子どもとは反対に、《周りの変化についていけず不安》を持ちながらも、《学校行事をきっかけに新たな人間関係が作られた》。当初は、《避難者であることを隠したいという気持ちと、隠しているとばれることへの抵抗感から葛藤》を抱えながらも「分かんなければ分かんないで、いいかな」と隠す選択をしていた。しかし、《子どもが上級生となり部活への所属意識が高まった》ことから、《避難者として協力できることはした方がいいという気持ち》に変化していった。それと同時に、《子ども会で境遇の似ている避難者と出会った》ことによって「分かり合え、なんか話しやすい」関係ができ、《気持ちが落ち着く》ようになり、《心の安定》につながった。

③今後に向けて

3つの上位テーマと4つのテーマが生成された。

【子どもへの願い】では、今後は《継続した友人関係を考慮して転校させたくないという強い願い》を持ち、《友だちを作って成長してほしい》という願いを持っていた。また、同居している義母も含め【家族仲良くやっていきたい】という強い願いも見られた。このように【今後を考えられるようになった要因】は、《子どもの成長》と《時間》と考えていた。

IV. 考察

1. 被災直後から避難生活を巡る母親として

(1) 子どもがいることのメリット

AさんとBさんは子ども会など保護者同士が関わる機会でも、偶然にも避難者が多く、《境遇の似ている人との関わり》が《孤独からの解放》《安心感》につながり【辛さを分かち合う】経験、Cさんは《子ども会で境遇の似ている避難者と出会った》ことによって《気持ちが落ち着く》ようになり、《心の安定》につながったことが語られた。これらはいずれも子どもをきっかけとした親同士の関わりによって、偶然にも境遇の似ている人と出会った経験である。安部（2010）は、不登校児をもつ親たちのグループでは、同じ悩みを持つ親からの言葉がけによって、十分に母親の辛さを分け持つ場となったことが母親たちにとって重要なことだったと述べた。本研究と不登校に関連はないが、集団という観点において同様のことが言えると考えられる。また、安部（2010）はグループ体験では、自己の個別的体験を他のメンバーと分けもちグループで共有しようと試みるが、個別的体験がメンバーにとって深いものであればあるほど、メンバー間で共有することは難しいと述べている。この点において、本来であれば共有が難しい個別的体験が、全員が原発事故による避難指示区域の避難者であったため、類似の境遇を経ているため、子ども会などによる母親同士のつながりは十分にお互いの辛さを分け持ちあう体験と支えあう体験になったことが推察される。

(2) 子どもの傷つき体験と人間関係

Bさんは、【子どもの友人関係と情緒の変化】については、「ばい菌扱いされる」というような《子どもは偏見による継続した傷つき体験》を受け、《情緒の不安定さが継続》した経験を語った。松菌（2016a）は、転校に伴って子どもたちがいじめを受けたり、県外に避難した子どもが福島から来たことを知られたくないと、避難者に対する視線に苦しんだりしていることを報告している。また、松浦（2011）による震災前からの友人に会いたいという発言が見られた。避難によって、子どもたちも、それまで築いてきた友人関係を喪失し、信頼できる友人が身近にいなかったことも、傷つき体験による情緒の不安定さが継続する要因になったと推察される。また、前田（2011）は、災害時に強烈な親子関係の密着が起これ、その親子間の相互作用もまた平時には比べられないほど強くなっていることを指摘している。これらのことから、子どもの傷つき体験から生じた情緒の不安定さは、密着している親子の相互作用において、間接的に母親にも大きな傷つき体験となっていたように推察される。

また、本研究において、AさんとCさんは傷つき体験を特に語らなかった。しかし、高石（2017）は、心理臨床の専門家は、語り得ず、語られなかった喪失体験があるかもしれないという可能性を念頭に置きつつ、生きづらさを抱えた親たちに、ずっとそのまなごしを向け、想いを寄せ続けることが重要であると指摘している。このことから、実際に傷つき体験はなかったとは言いきれず、あったかもしれないが語り得なかったという可能性を残しておくことが重要であると考えられる。

(3) 子を持つ母親としての気負いと葛藤

Bさんは、《親の落ち込みが子どもに移るといふ噂》を聞いたことで、《寂しさを子どもに見せない気丈さ》が生まれた。それにより子どもがいない間に泣くくらいの《精神的限界》を迎えたと語られた。佐藤（2013）は、避難生活の中で母親が子どものために自分が強くならなくてはと思ったり、自分の不安定さが子どもに伝わることを懸念したりしていたことを報告しており、本研究におけるBが語った心配と気負いと内容が一致している。また、高谷ら（1998）は、阪神・淡路大震災の被災地の母子における調査で、子どもを守らねばならないという意識が母親の緊張状態を持続し、母親自身の抱える不安を処理できないまま、子どもへの心配が増しているような場合は、母親の心身への状態への影響や、子どもへの影響が長期にわたっていることを示唆している。本研究においても、親の落ち込みが子どもに移るといふ噂を聞き、寂しさを子どもに見せてはならないという気負いを持ったままに子どもへの心配もしていることが、母親を精神的限界まで追い込むことになり、母自身への影響が長期化したことが推察される。

Aさんは、《震災後子どもの地元愛が薄れていく寂しさ》を語った。ここでは、子どもたちは年齢が小さいほど、地元より避難先に住んでいる期間の方が長くなるとともに、記憶は薄れていく寂しさが示された。一方で、松浦（2011）は、新聞に掲載された東日本大震災による「被災者の声」の研究において、震災前まで住んでいた地域への愛情を示す声が見られ、その中には原子力災害によって地域からの退避を余儀

なくされ、戻ることのできない子どもたちによる嘆きの声も多く含まれていると示している。また、松蘭（2016a）は、一時帰宅できる15歳になると地元に入ることができるとを心待ちにしている子どもがいる一方で、行かないという子どももいるが、その子どもたちも親が撮ってきたビデオをじっと見ていたり、「自分が覚えている富岡だけでいい」と言いながら放送されているテレビをじっと見ていたりすることを報告している。このことから、薄れゆく記憶とは違う部分で子どもは地元を想う気持ちを持っている可能性もあるように推察される。しかし、母親にとって母子で共有している記憶が薄れていくということは例え地元に対する想いが残っていたとしても、寂しい感情を生じさせることも推察される。また、Aさんは、地元愛が薄れる寂しさがある一方で、避難者であるがためにいじめられたという報道を見て心配していたが、いじめられることもなく《避難先に馴染んでいく子どもに対する嬉しさ》もあり、【子どもを巡る葛藤】を語った。Cさんは葛藤を語らなかったものの、いじめられたという報道を見て《新たに友人関係を構築する子どもへの心配》があったが、先生や友だちも良くいじめられることもなく、《子どもの登校渋り・退行症状が改善したことにより母は安堵》の想いに変化したと語った。黒瀬（2016）による福島原発事故における関東圏内からの国内移住者を対象にした調査では、報道および公的機関への思いとして恐怖と不信が一番多く回答された。これらのことから、避難指示区域と関東圏内とで違いがあるものの、報道等による影響は大きく、母親にとって避難者であ

ることを理由にいじめられたという報道は不安を強く喚起したことが推察される。その分無事にいじめられずに子どもが学校に馴染んでいく姿には嬉しさが大きかったことも考えられる。よって、避難先で馴染んでいく子どもへの嬉しさが大きくなる分、地元愛が薄れる寂しさも大きくなるという葛藤を抱えていたことが推察される。

(4) 子どもと母親の相互作用

Bさんの子どもは《子どもは偏見による継続した傷つき体験》を受け、《情緒の不安定さが継続》し、Bさんは《子どもが泣いた時の母としての迷いながらの対応》により、《無力感と自己効力感の低下》が起こった。それと同時に《親の落ち込みが子どもに移るといふ噂》を聞いたことで、《寂しさを子どもに見せない気丈さ》が生まれ、子どもがいない間に泣くくらいの《精神的限界》を迎えた経験が語られた。その後Bさんの子どもは《友人の存在により子どもの情緒が安定》する方向に向かい、Bさんも《境遇の似ている人との関わり》が《孤独からの解放》《安心感》につながり【辛さを分かち合う】経験をした。また、Cさんの子どもは、《退行症状が被災直後から数年継続し》たり、《保育園で怖がって話せな》くなったりし、《転校直後に登校渋り》があったが、《子どもは徐々に場や人に慣れ》て、《柔軟に新しい人間関係を作っていく》ことができた。Cさんは当初は心配していたものの、《子どもの登校渋り・退行症状の改善により母は安堵》の想いに変化したことが語られた。ここでは、子どもの不安定さや退行症状と母親の心配や気負いが比例しており、子どもが安定すると、母親も安定している場面

が見られる。このような状況は、筒井（2012）の母親のストレスの強さと子どものストレスの強さに関連があるとする内容と一致する。また、及川ら（2017）は、東日本大震災において、外傷後ストレス障害に関連する症状や行動変化を表す子どもの状況がさらに親のストレスとなり、親子の相互作用が生じていると述べている。本研究においても、子どもの状況は親の心配やプレッシャーに影響を与えており、これらが親のストレスになっていることが考えられた。また、災害時は強烈な親子関係の密着が起こり、その親子間の相互作用もまた平時には比べられないほど強くなっているため（前田，2011），母親と子どもそれぞれに受けたストレスも強い相互作用により、お互いにとってより強いストレスと感ずるようになることが推察された。

2. 今後は巡る母親として

Aさんは【家族は一緒にいたい】、Bさんは【今後も家族離れずにいたい】、Cさんは【家族仲良くやっていきたい】と、全員が家族が一緒にいることの重要性を再確認し、今後も家族一緒にいることを願う発言が見られた。また、避難生活における深刻な問題として避難に伴う家族離散と二重生活があり（佐藤，2013）、BさんとCさんも被災直後に、一時期家族離散の経験を持つため、離れて暮らす寂しさとCさんの語った《家族が揃った時に生活の安心感》ような揃った時の嬉しさを感じる経験があったと考えられる。また、蟻塚・須藤（2016）は、危機を一緒に乗り越える体験は家族や集団の凝集性と家族の価値を高めること指摘している。このことから、本研究においては、家族離散の経験の有無に関わらず、

家族一緒に生活できているという点において震災という危機を共に乗り越える体験をし、家族の凝集性が高まり、一緒にいることの重要性を改めて認識した結果、今後一緒にいることを望む発言があったことが考えられる。

また、Cさんは【子どもへの願い】として《継続した友人関係を考慮した転校させたくないという強い想い》を持ち、《友だちを作って成長してほしい》という想いを語った。これは地元でできた友人と離れ離れになり、避難先に来てから一から友人関係を築く必要に迫られた子どもへの心配する気持ちから出た言葉であるように考えられる。また先生や友だちが良い人たちで、いじめられることなく、子どもが馴染んでいったことで、周りの人に対する安心感が生まれ、これからも友だちを作ってほしいと願う気持ちが生じたように推察される。また、Cさんは【今後を考えられるようになった要因】は、《子どもの成長》と《時間》と答えた。子どもの成長する姿は母親たちの支えとなり、高石（2017）が示しているように、時間は様々な経験を徐々に整理して言語化することを可能にしたことが考えられる。

3. 3名の共通性

(1) 継続性

避難生活の中での、母親として様々な気持ちを6年経った現在も抱えていることが示された。山口ら（2016）は、震災後1年目には震災や原発事故に直結することがストレスの要因になっていたが、2年目には避難生活に関連した問題へ移行したと述べている。また、松菌（2016a）は、避難者を対象にしたサマーキャンプでの懇談会の

様子を1年目は悲しみや悔しさの共有から抜け出すために模索、2年目は区域再編を見据え自立を模索し、富岡町との距離感に迷い、3年目は避難先での生活の安定化から、避難元と次世代に向くまなざし、4年目は当面帰らないことは決めたが、避難元との付き合い方に多様性を表していると述べている。さらに、東日本大震災は原子力災害であるため、避難者にとっての被災が長期に継続することが示されており（辻内ら、2012：高橋，2016：筒井ら，2016），本研究における避難指示区域だった避難者の子育て中の成人女性においても、震災後も時間の経過と共に問題の内容は移行しているものの、問題は継続していることが推察される。

(2) 葛藤

子どもを巡る葛藤が語られた。松菌（2016a）は、避難者は避難元と避難先という二つのコミュニティを生きており、今の生活と将来の生活、迅速な復興と長期の復興が共存しており、それらは一見矛盾しているように見えるが、長期的には矛盾していないと述べている。このことから、子どもを巡る葛藤は、今の生活の中で避難先にとって馴染むことは嬉しいことだが、これまでの生活を振り返って今、将来の生活の中で避難元にとって地元愛が薄れることは寂しいことであると推察される。よって、本研究における避難指示区域だった避難者の子育て中の成人女性は、避難元と避難先という二つのコミュニティを生きていることに加え、現在の視点だけでは選択できないことが多いために、現在と将来という二つの時間を考えているために、葛藤を持ちやすいと推察される。

(3) ソーシャル・キャピタルの再構築

辻内 (2017) は、ストレスには、近隣関係の希薄化や低いソーシャル・キャピタルが強く関連し、コミュニティづくりや人々の信頼関係やつながりの醸造が必要であることを示している。また成ら (2015) は、母親のストレスの深刻化を防ぐには、配偶者や両親、近隣、友人、専門機関などの母親を取り巻くサポートの存在が重要であると指摘している。本研究においては、避難により地元の間人間関係が離散し、職場の変化により職場の間人間関係が変化し、避難先が被災地でもあるために近隣の間人間関係も構築しにくくなったことで、震災後に避難指示区域だった避難者の子育て中の成人女性のソーシャル・キャピタルが急激に減少したことが示唆された。それにより自身の傷つき体験の継続化や、子どもの傷つき体験による母親の傷つきなどが生じたことが考えられた。これらのことから、サポートとなりうるソーシャル・キャピタルを得にくい状況だったことが推察される。しかし、子どもを通じた母親同士のつながりによりお互いの辛さを分かち合う経験をしたことで安心につながったことが示された。避難指示区域だった避難者の子育て中の成人女性は6年の避難生活において、母親としての関わり、就業者としての関わり、地元への想い、避難先への想いを通じて、避難先で新たなソーシャル・キャピタルを構築している途中の段階であることが推察される。

4. 本研究の限界と今後の課題

調査協力者が3名であるため、本研究で得られた結果の汎用性は完全には認められないと考えられる。そのため、今後の課題

としては、調査協力者を増やすことがあげられる。また、調査協力者を増やした場合には、子どもの年齢や避難者の経験によって類型を提示することができる可能性が考えられる。しかし、避難者は周りの人に避難者であることを話すことに抵抗があるため、協力者を増やすために新たに声をかける際には、抵抗があることを理解した上で、更なる心理的負荷に対して配慮することと、もしも承諾してくださった場合に安心して語れる場、時間を保障することに努めることが必要だと考えられる。

付記

本稿は、2017年度度跡見学園女子大学人文科学研究科臨床心理学専攻の修士論文「東日本大震災における子育て中の成人女性が経験した6年について-福島原子力発電所事故による避難指示区域避難者を対象に-」の一部をもとにまとめたものである。

謝辞

調査にご協力してくださいました3名の皆様、多様な視点をくださいました福島大学子どものメンタルヘルス支援事業推進室の高橋紀子特任准教授、誠にありがとうございます。また、論文執筆にあたり、指導してくださいました野島一彦に感謝申し上げます。

引用文献

- 安部恒久 (2010). グループアプローチ入門－心理臨床家のためのグループ促進法－. 誠信書房, pp.163-169, pp.195-199.
- Aldrich, D. P. (2012). BUILDING RESILIENCE: Social Capital in Post-Disaster Recovery. Chicago: The university of Chicago Press. 石田 祐・藤澤由和 (訳) (2015). 災害復興におけるソーシャル・キャピタルの役割とは何か－地域再建とレジリエンスの構築－. ミネルヴァ書房, pp.118-121.
- 蟻塚亮二・須藤康弘 (2016). 3.11と心の災害 福島にみるストレス症候群. 大月書店. pp.56-57.
- Carla Willing (2001). Introducing Qualitative Research in Psychology: Adventures in Theory and Method. Buckingham: Open University Press. 上淵 寿・大家まゆみ・小松孝至 (訳) (2003). 心理学のための質的研究法入門－創造的な探究に向けて－. 培風館, pp.70-93.
- 土肥伊都子・広沢俊宗・田中國夫 (1990). 多重な役割従事に関する研究－役割従事タイプ, 達成感と男性性, 女性性の効果－. 社会心理学研究, 5 (2), 137-145.
- 速水聖子 (2017). 被災地・福島をめぐる社会的分断と共生についての考察－現地での支援/遠くからの支援－. 山口大学文学會志, 67, 1-22.
- 伊賀三屋 (2013). 解釈的現象学的分析 (IPA) の方法論. 新潟大学教育学部研究紀要, 6 (2), 169-192. きん
- 岩垣穂大・辻内琢也・扇原 淳 (2017a). 大災害時におけるソーシャル・キャピタルと精神的健康－福島原子力災害の調査・支援実績から－. 心身医学, 57 (10), 1013-1019.
- 岩垣穂大・辻内琢也・小牧久見子・福田千加子・持田隆平・石川則子・赤野大和・桂川泰典・増田和高・小島隆矢・根ヶ山光一・熊野宏明・扇原 淳 (2017b). 福島原子力発電所事故により自主避難する母親の家族関係及び個人レベルのソーシャル・キャピタルとメンタルヘルスとの関連. 社会医学研究, 34 (1), 21-29.
- 岩井圭司 (2001). 自然災害 (中長期). 金吉春 (編). 心的トラウマの理解とケア. じほう, pp.85-96.
- 岩壁 茂 (2016). トータルなアセスメントとケースマネジメント. 一般財団法人日本心理研修センター (編). 公認心理師. 金剛出版, pp.112-116.
- いわき市 (2012). 東日本大震災から1年いわき市の記録.
- いわき市 (2015). いわき地域の概要.
- いわき市 (2016). いわき市市政施行50年記念誌 未来へつなぐ「いわき」ものがたり.
- 川副早央里・浦野正樹 (2012). 原発災害の影響と復興への課題－いわき市にみる地域特性と被害状況の多様性への対応－. 日本都市学会年報, 45, 150-159.
- 菊池真弓・高木竜輔 (2015). 原発事故に対するいわき市民の意識構造 (2)－原発避難者との「軋轢」の構造－いわき明星大学人文学部研究紀要, No.

- 28, 81-96.
- 気象庁 (2011). 平成23年 (2011年) 東北地方太平洋沖地震. http://www.data.jma.go.jp/svd/eqev/data/2011_03_11_tohoku/index.html (平成29年7月20日取得).
- 厚生労働省 (2015). 公認心理師. <http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000116049.html> (2017年12月20日取得).
- 公益社団法人全国子ども会連合会 (年号不詳). 子ども会用語集. <http://www.kodomo-kai.or.jp/yougoshuu/> (平成29年12月20日取得).
- 熊上 崇 (2016). 福島原発事故とコミュニティ～双葉町社会福祉協議会加須事務所での交流を通じて～. 立教大学コミュニティ福祉学部紀要, No.18, 27-40.
- 黒瀬まり子 (2016). 福島原発事故による関東圏内からの国内原発移住者の内的変容の過程. 人間性心理学研究, 33 (2), 143-155.
- 前田正治 (2011). 子どもと災害-親子にみられる情緒的相互作用. 教育と医学, No.700, 58-67.
- 前田正治 (2014). 福島における心理社会的問題と支援ネットワーク. トラウマティック・ストレス, 12 (2), 129-139.
- 前田正治・榊屋二郎・植田由紀子・内山登紀夫 (2016). 福島における母子の相互作用-二つの支援現場から. 発達, No.145, 75-79.
- 松藺祐子 (2016a). 「二つのコミュニティを生きること」の意味-原発避難者の事例にみる避難元コミュニティと避難先コミュニティ-. 淑徳大学研究紀要, 50, 15-30.
- 松藺祐子 (2016b). 被災者家族の離散と統合の課題 原発避難者の5年間からみる家族とコミュニティ. 難民ジャーナル, No.6, 69-80.
- 松浦正浩 (2011). 新聞掲載の「被災者の声」からたどる地元の声 被災者の子どもたちは何を語ってきたか. そだちと臨床, 11, 6-14.
- 村上典子 (2017). 災害における心身医学-心療内科医としての経験を通じて-. 心身医学, 57 (10), 1005-1012.
- 及川祐一・前田正治・高橋紀子・柏崎佑哉・上田由桂・久田 満・中山洋子・増子博文・矢部博興・安村誠司 (2017). 東日本大震災における若年被災者を持つ親への電話支援について-福島県「県民健康調査」から-. トラウマティック・ストレス, 15 (1), 69-75.
- 佐藤彰彦 (2013). 原発避難者を取り巻く問題の構造-タウンミーティング事業の取り組み・支援活動からみえてきたこと-. 社会学論評, 64 (3), 439-459.
- 新生ふくしま復興推進本部 (2017). ふくしま復興のあゆみ 第21版. <http://www.pref.fukushima.lg.jp/site/portal/ps-fukkoukeikaku1151.html> (2017年12月10日取得).
- 成 元哲・牛島佳代・松谷 満・阪口祐介 (2015). 終わらない被災の時間 原発事故が福島県中通りの被災者の親子に与える影響. 石風社, pp.147-149,

pp. 220-222.

高橋紀子 (2016). 被災地の現状と祈り－特集にあたって－. 人間性心理学研究, 33 (2), 157-160.

高石恭子 (2017). 被災体験を語ること・語れることの意味. 子育て支援と心理臨床, 13, 58-62.

高木竜輔 (2015). 原発事故に対するいわき市民の意識構造 (1)－調査結果の概要－. いわき明星大学人文学部研究科紀要, No. 28, 65-80.

高谷裕紀子・山本あい子・小林康江・中岡亜紀・勝田仁美・中込さと子・大崎富士代・片田範子 (1998). 阪神・淡路大震災の被災地における母子の心身の健康及び, 母子を取り巻く環境に関する研究. 日本看護学会誌, 18 (2), 40-50.

辻内琢也 (2017). 原発災害が被災住民にもたらした精神的影響. 学術の動向, 22 (4), 8-13.

辻内琢也・小牧久見子・岩垣穂大・増田和高・山口摩弥・福田千加子・石川則子・持田隆平・小島隆矢・根ヶ山光一・扇原 淳・熊野宏明 (2016). 福島県内仮設住宅居住者にみられる高い心的外傷後ストレス症状－原子力発電所事故がもたらした－身体・心理・社会的影響－. 心身医学, 56 (7), 723-

736.

辻内琢也・増田和高・永友春華・千田瑛子・山下 奏・山口摩弥・南雲四季子・栗野早貴・伊藤康文・中上綾子・鈴木勝己・佐藤純俊・井戸川克隆 (2012). 原発避難者への長期的支援を考える－福島県双葉町教育委員会アンケート分析結果および被災者の行動記録より－. 人間科学研究, 25 (2), 273-284.

筒井雄二 (2012). 多重災害ストレスが児童期および幼児期の精神的健康に及ぼす影響. 国立大学法人福島大学 (編). 福島大学研究年報 別冊. 国立大学法人福島大学, pp. 21-26.

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もたらした心理学的影響－発達心理学的研究がとらえた事実と今後の課題. 子育て支援と心理臨床, 11, 73-82.

山口摩弥・辻内琢也・増田和高・岩垣穂大・石川則子・福田千加子・平田修三・猪股 正・根ヶ山光一・小島隆也・扇原 淳・熊野宏昭 (2016). 東日本大震災に伴う原発事故による県外避難者のストレス反応に及ぼす社会的要因－縦断的アンケート調査から－. 56 (8), 819-832.