

平成 28 年度

熊本地震

「こころとからだの健康に関する調査」

報告書

公益社団法人熊本県精神科協会

熊本こころのケアセンター

## I 調査の概要

### 1. 調査目的

災害復興期には、うつや不安、不眠、アルコール問題、認知症の悪化など、様々なメンタルヘルス課題が生じ得る。本調査は、熊本地震被災者における心身の健康状態を把握し、必要な支援事業につなぐとともに、今後の支援事業展開の基礎的資料とすることを目的に実施した。

### 2. 実施主体

調査実施を希望した 12 市町村（益城町、嘉島町、甲佐町、山都町、宇土市、宇城市、美里町、菊池市、合志市、菊陽町、西原村、南阿蘇村）及び熊本こころのケアセンターが共同で実施した。

### 3. 調査対象

(1) 益城町住民（18 歳以上）

(2) 益城町以外の 11 市町村における建設型仮設住宅及び借上型仮設住宅入居者（18 歳以上）

上記を対象とし、対象総数は 34,131 人であった。

### 4. 実施時期 平成 29 年 3 月～4 月

### 5. 調査方法 郵送法によるアンケート調査

### 6. 調査項目

(1) 個人属性（氏名、性別、生年月日、続柄）

(2) 心身の健康状態：体調、活動量、相談者の有無、K6、PTSD-3、飲酒状況、不眠の有無、食欲低下の有無、体重の増減、健康面の心配に関する自由記載

【K6】過去 30 日間の心理的ストレスを測定するために開発された 6 つの項目からなる尺度（0～24 点）である。一般集団に対する基準点として、5～9：心理的ストレス反応相当、10～12 点：気分・不安障害相当、13 点以上：重症精神障害相当が提案されている。

【PTSD-3】過去 1 週間の心的外傷後ストレス障害（post-traumatic stress disorder：PTSD）症状に関する 3 つの項目からなるスクリーニング尺度である。2 項目以上の該当をもって PTSD 症状ありの基準とされる。

### 7. 回収状況

(1) 回収人数 12,458 人

(2) 回収率 36.5%

---

\* 調査結果に掲載している数値は小数点第 2 位以下を四捨五入しているため、合計が 100%にならない場合がある。

\* 項目ごとに有効回答者数が異なる場合がある。

## II 調査結果－居住形態別－

### 1. 回答者の性別・年齢構成

建設型仮設住宅の入居者 2,459 人、借上型仮設住宅入居者 2,474 人、自宅生活者 6,814 人から回答が得られ、男性が 45.3%、女性が 54.5%であった（表 II - 1）。60 代の回答者が最も多く、居住別に年齢分布をみると、建設型仮設住宅、借上型仮設住宅、自宅の順に年齢層が高かった（図 II - 1）。

表 II - 1 回答者の性別・年齢構成

年齢性別（人数）	≦20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代≦	不詳	合計
建設型仮設住宅（全体）	136	135	207	309	617	536	465	54	2459
建設型仮設住宅（男性）	65	61	99	139	306	220	187	30	1107
建設型仮設住宅（女性）	71	74	108	170	311	316	278	24	1352
借上型仮設住宅（全体）	192	219	274	340	618	475	307	49	2474
借上型仮設住宅（男性）	84	105	115	144	274	208	128	28	1086
借上型仮設住宅（女性）	108	114	159	196	344	267	179	21	1388
自宅（全体）	564	887	909	938	1669	1146	604	97	6814
自宅（男性）	255	419	410	410	772	569	286	49	3170
自宅（女性）	309	468	499	528	897	577	318	46	3642
自宅（不詳）	0	0	0	0	0	0	0	2	2
その他（全体）	40	38	49	61	97	100	141	38	564
その他（男性）	18	19	20	30	39	41	45	12	224
その他（女性）	22	19	29	31	58	59	96	26	340
不明（全体）	6	5	4	7	20	32	32	41	147
不明（男性）	2	5	2	3	5	14	14	7	52
不明（女性）	4	0	2	4	15	18	18	6	67
不明（不詳）	0	0	0	0	0	0	0	28	28

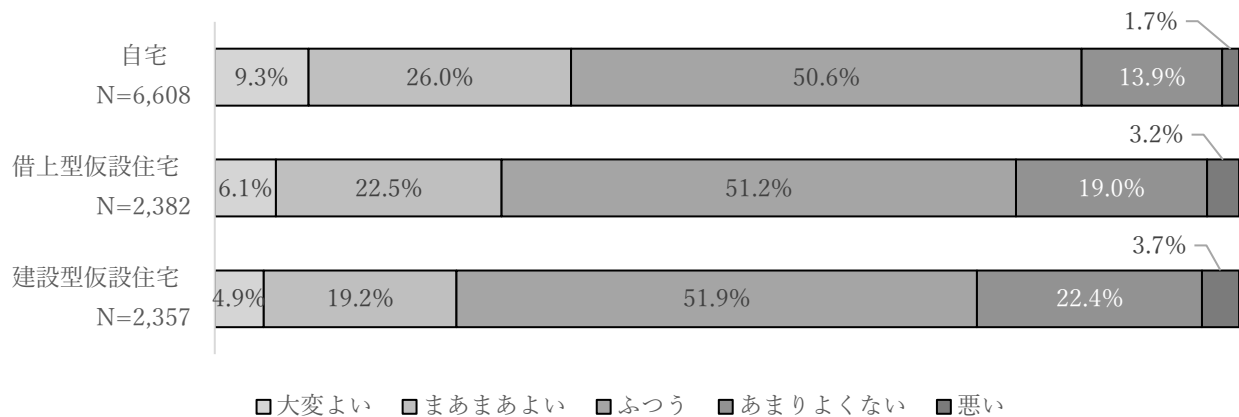
図 II - 1 回答者の年齢構成割合



## 2. 体調

体調が「あまりよくない」「悪い」と回答した人の割合は、建設型仮設住宅入居者が26.1%、借上型仮設住宅入居者が22.2%、自宅生活者が15.6%であった。

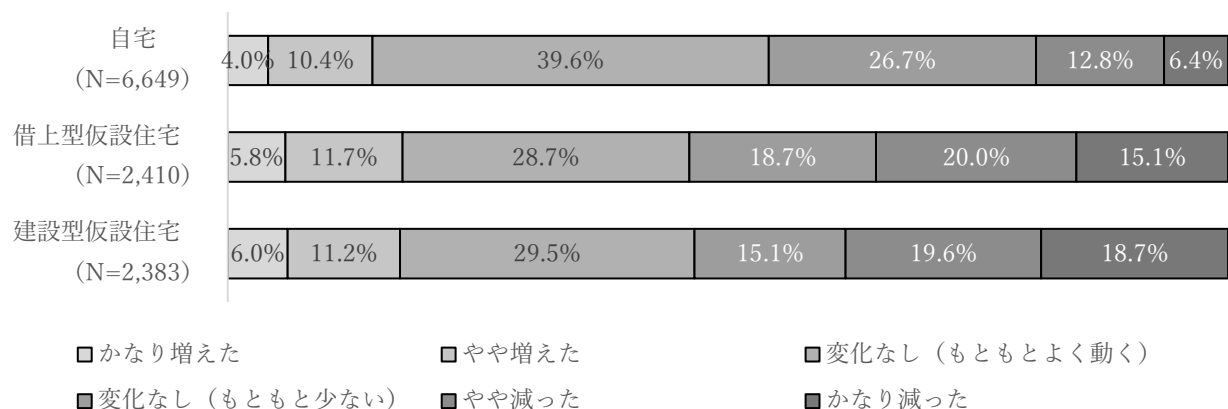
図Ⅱ－2 体調の状況



## 3. 活動量

地震の前と比べて体を動かす機会が「やや減った」「かなり減った」と回答した人の割合は、建設型仮設住宅入居者が39.5%、借上型仮設住宅入居者が36.2%、自宅生活者が19.7%であった。

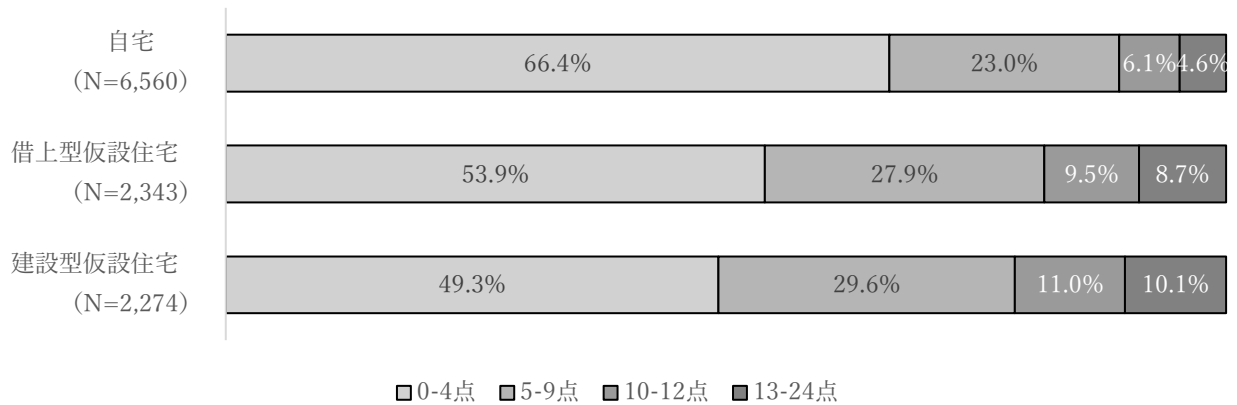
図Ⅱ－3 活動量の変化



#### 4. こころの健康 (K6)

支援が必要な程度の強い心理的苦痛を感じているとされる K6 13 点以上の人の割合は、建設型仮設住宅入居者が 10.1%、借上型仮設住宅が 8.7%、自宅生活者が 4.6%であった。

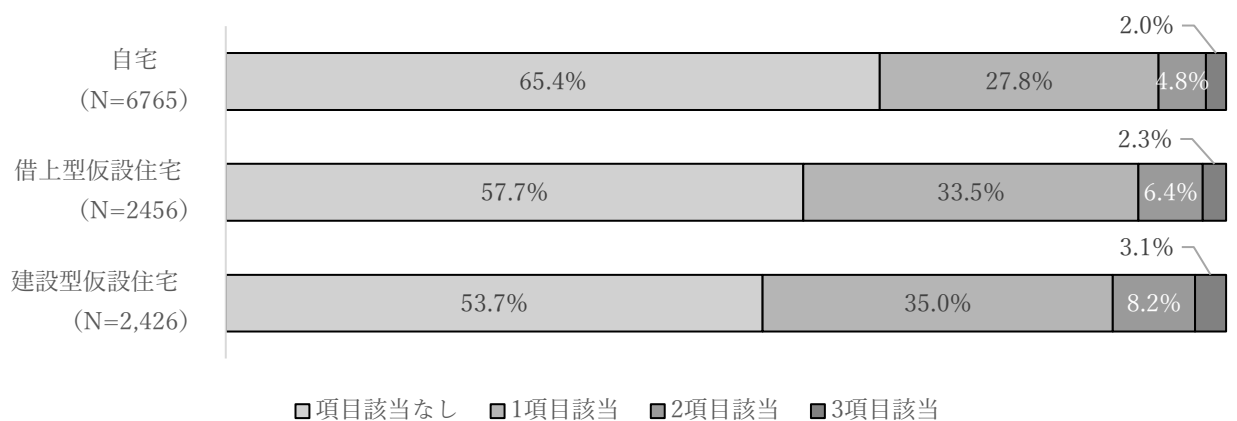
図 II - 4 K6 の点数分布



#### 5. PTSD 症状

PTSD 症状ありの基準とされる PTSD-3 で 2 項目以上に該当した人の割合は、建設型仮設住宅入居者が 11.3%、借上型仮設住宅入居者が 8.7%、自宅生活者が 6.8%であった。

図 II - 5 PTSD-3 該当項目数

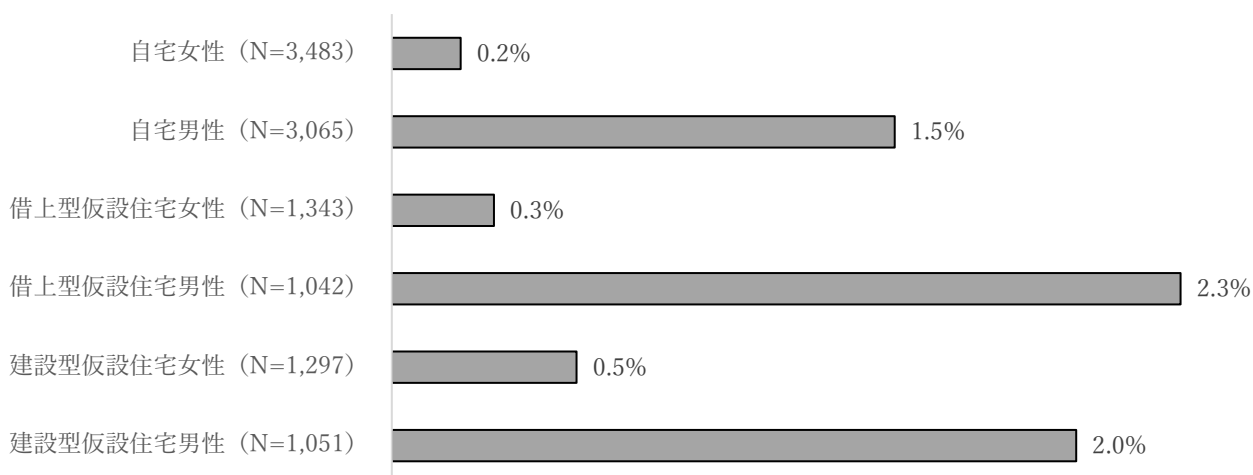


## 6. 飲酒状況

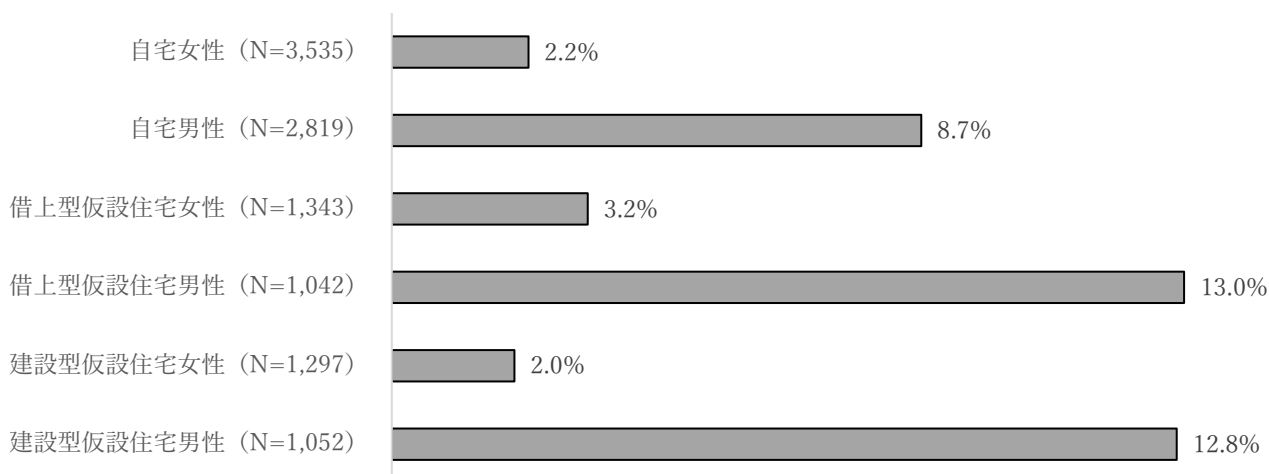
「朝または昼から飲酒することがある」と回答した人の割合は男性に多く、借上型仮設住宅入居者（男性）が2.3%、建設型仮設住宅入居者（男性）が2.0%、自宅生活者（男性）が1.5%であった。（図Ⅱ-6-1）。

また「飲酒量が増えた」と回答した人の割合も男性に多く、借上型仮設住宅入居者（男性）が13.0%、建設型仮設住宅入居者（男性）が12.8%、自宅生活者（男性）が8.7%であった（図Ⅱ-6-2）

図Ⅱ-6-1 「朝または昼から飲酒することがある」と回答した人の割合（男女別）



図Ⅱ-6-2 「飲酒量が増えた」と回答した人の割合（男女別）

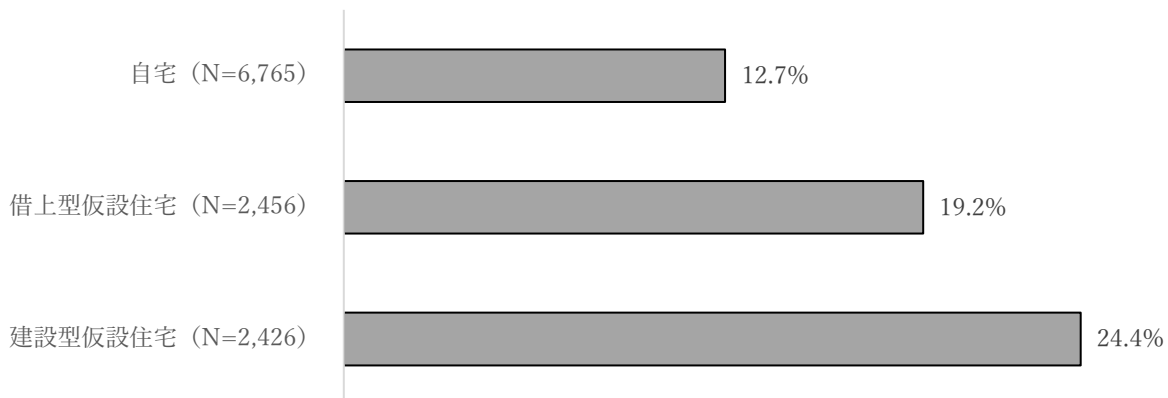


\* 飲酒状況に関しては20歳以上の対象のみ解析した。

## 7. 不眠

「眠れない」と回答した人の割合は、建設型仮設住宅入居者が 24.4%、借上型仮設住宅入居者が 19.2%、自宅生活者が 12.7%であった。

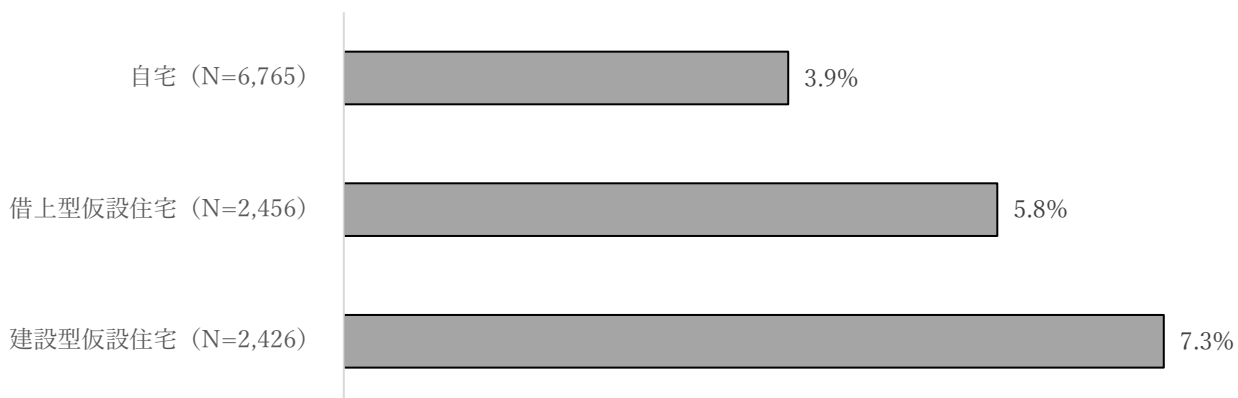
図Ⅱ－7 「眠れない」と回答した人の割合



## 8. 食欲低下

「食欲がない」と回答した人の割合は、建設型仮設住宅が 7.3%、借上型仮設住宅が 5.8%、自宅生活者が 3.9%であった。

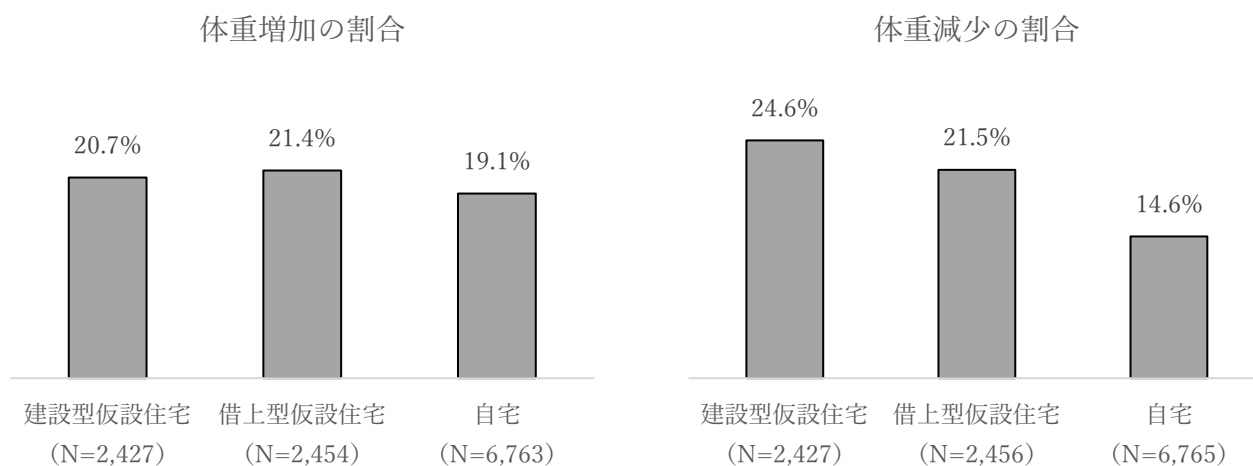
図Ⅱ－8 「食欲がない」と回答した人の割合



## 9. 体重の変化

「1年前より体重が増えた」と回答した人の割合は、借上型仮設住宅入居者が21.4%、建設型仮設住宅入居者が20.7%、自宅生活者が19.1%であった。一方、「1年前より体重が減った」と回答した人の割合は、借上型仮設住宅入居者が24.6%、建設型仮設住宅入居者が21.5%、自宅生活者が14.6%であった。

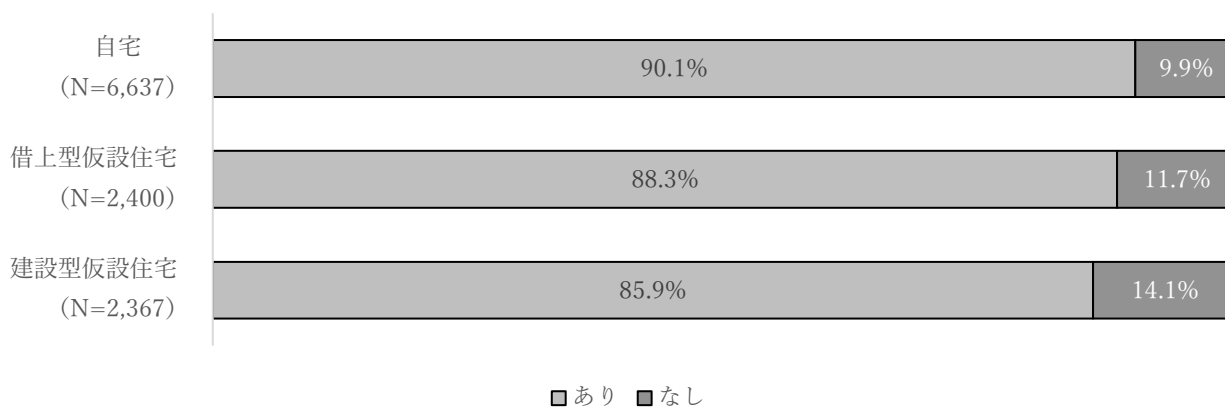
図Ⅱ－9 体重の変化



## 10. 相談相手

悩みを相談できる人が「いない」と回答した人の割合は、建設型仮設住宅入居者が14.1%、借上型仮設住宅入居者が11.7%、自宅生活者が9.9%であった。

図Ⅱ－10 相談相手の有無



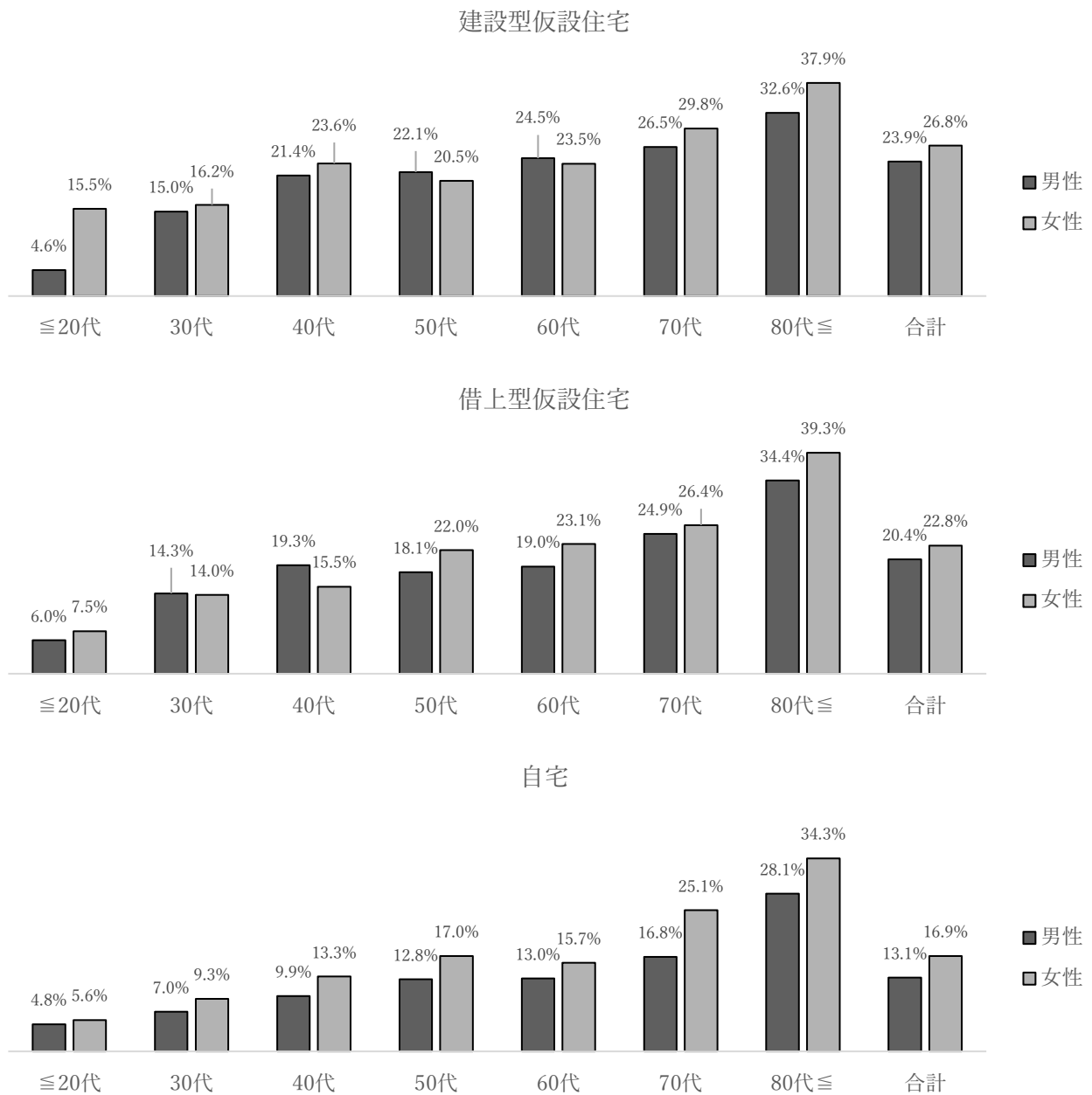


### Ⅲ 調査結果－性別・年代別－

#### 1. 体調

体調が「あまりよくない」「悪い」と回答した人の割合は、どの居住形態でも、男女ともに80代で最も高く、次いで70代で高かった。

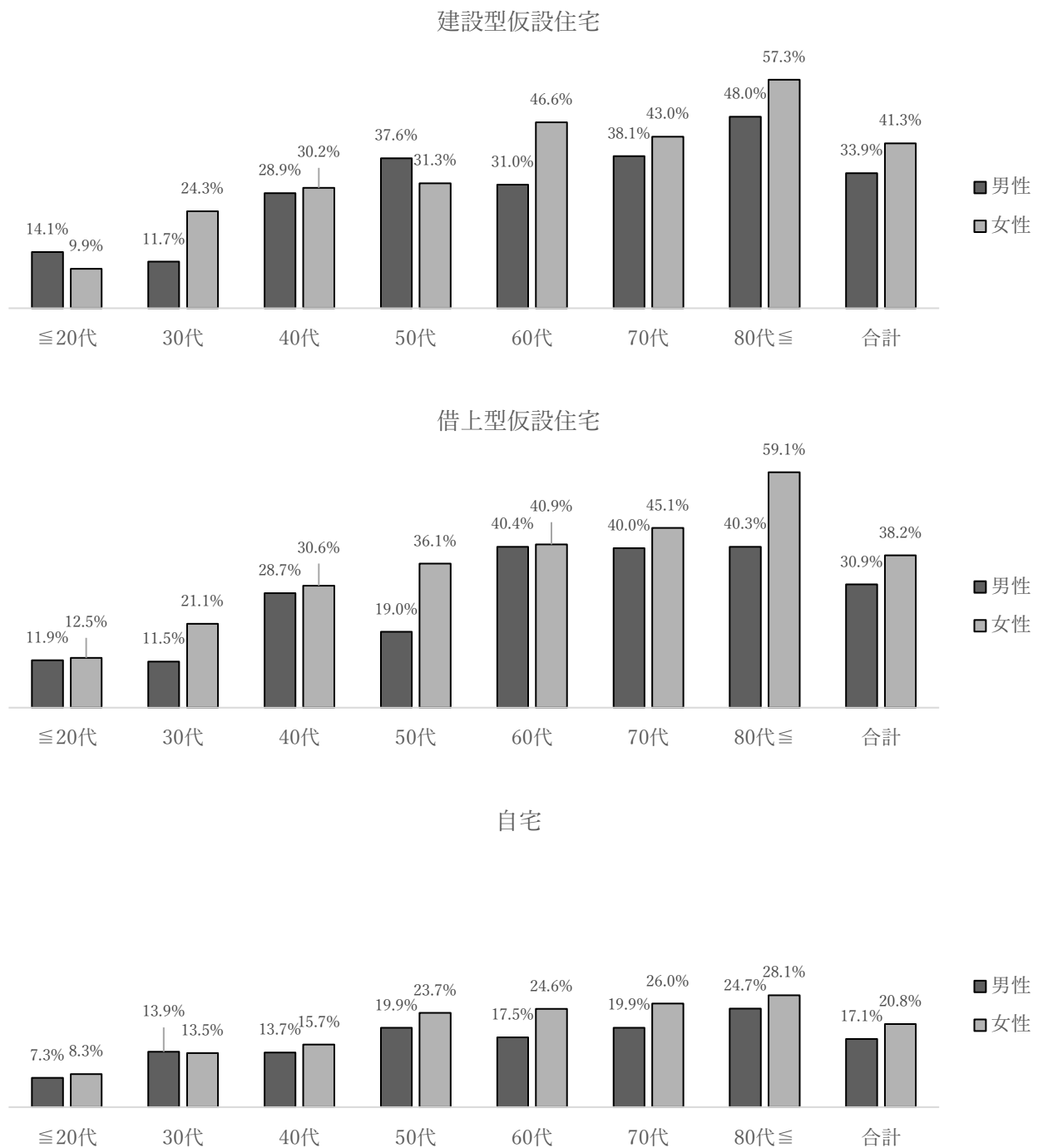
図Ⅲ－1 体調が「あまりよくない」「悪い」と回答した人の割合



## 2. 活動量

地震の前と比べて身体を動かす機会が「やや減った」「かなり減った」と回答した人の割合は、どの居住形態でも男女ともに80代で最も高かった。仮設住宅入居者では、男性は40代から、女性は30代から活動量が減る人の割合が増えていた。

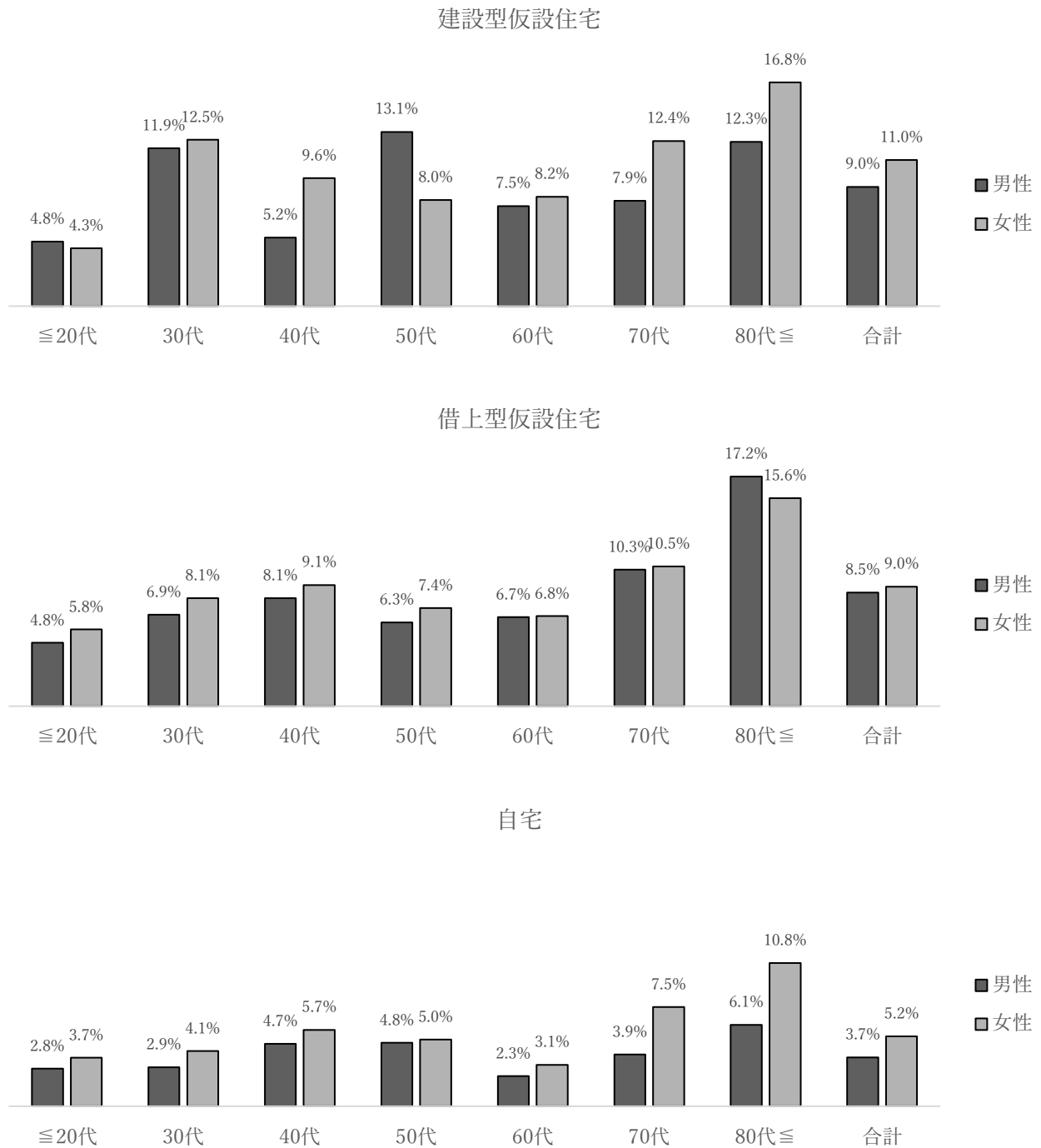
図Ⅲ－2 活動量が「やや減った」「かなり減った」と回答した人の割合



### 3. こころの健康 (K6)

K6 が 13 点以上の人の割合はどの居住形態でも 80 代が高かった。加えて。建設型仮設住宅の 50 代男性、30 代男性、30 代女性において、K6 13 点以上の人の割合が高かった。

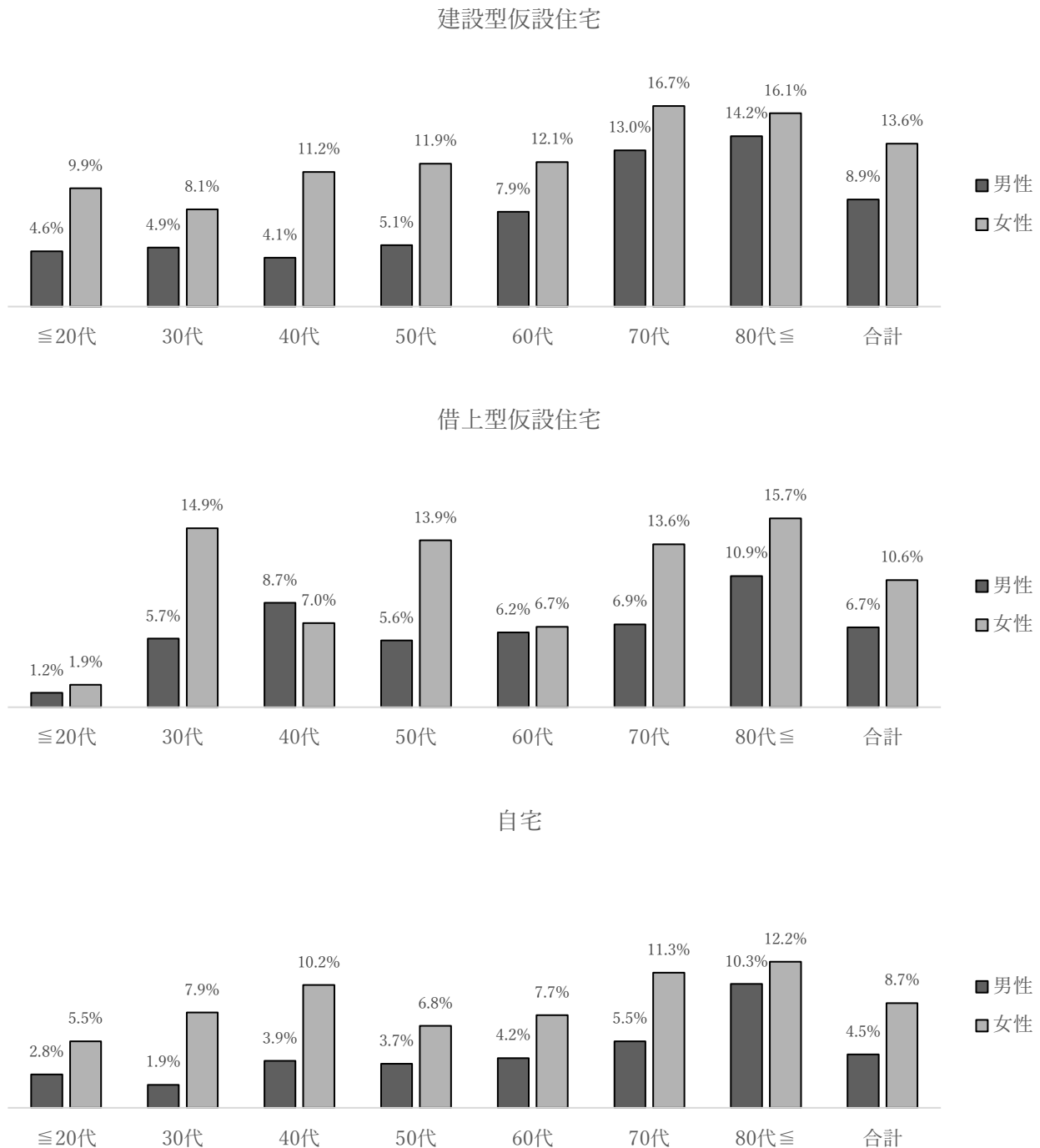
図Ⅲ－3 K6 が 13 点以上の人の割合



#### 4. PTSD 症状

PTSD-3 で 2 項目以上該当した人の割合は、どの居住形態・年代でも男性より女性の方が高かった。80 代及び 70 代女性の割合が高かったが、借上型仮設住宅入居者では 30 代女性の割合が高かった。

図Ⅲ－４ PTSD-3 で 2 項目以上該当した人の割合

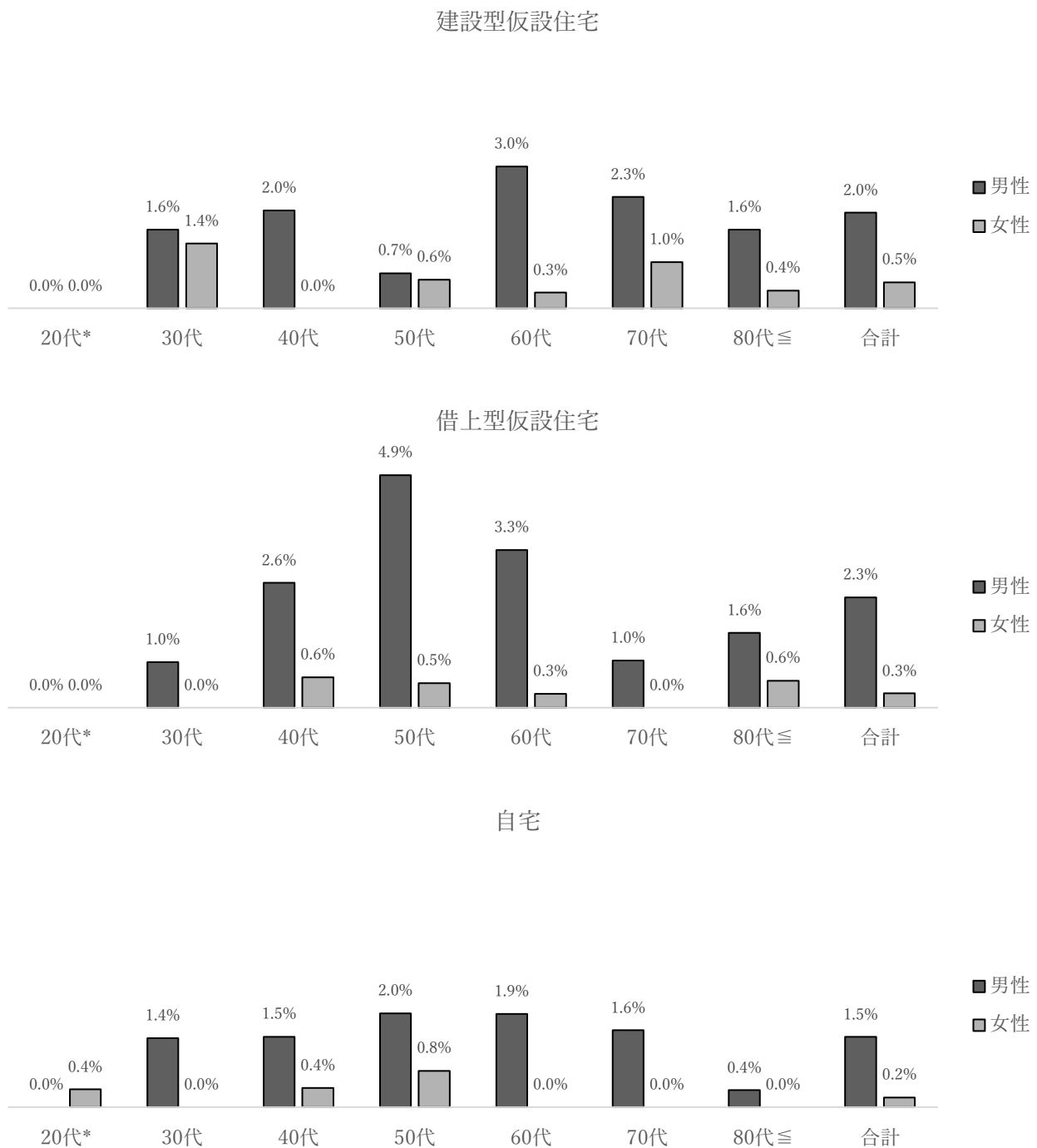


## 5. 飲酒状況

### 5-1. 朝または昼からの飲酒

「朝または昼から飲酒することがある」と回答した人の割合は、どの居住形態・年代でも女性より男性の方が高かった。特に、借上型仮設住宅の50代～60代男性で割合が高かった。

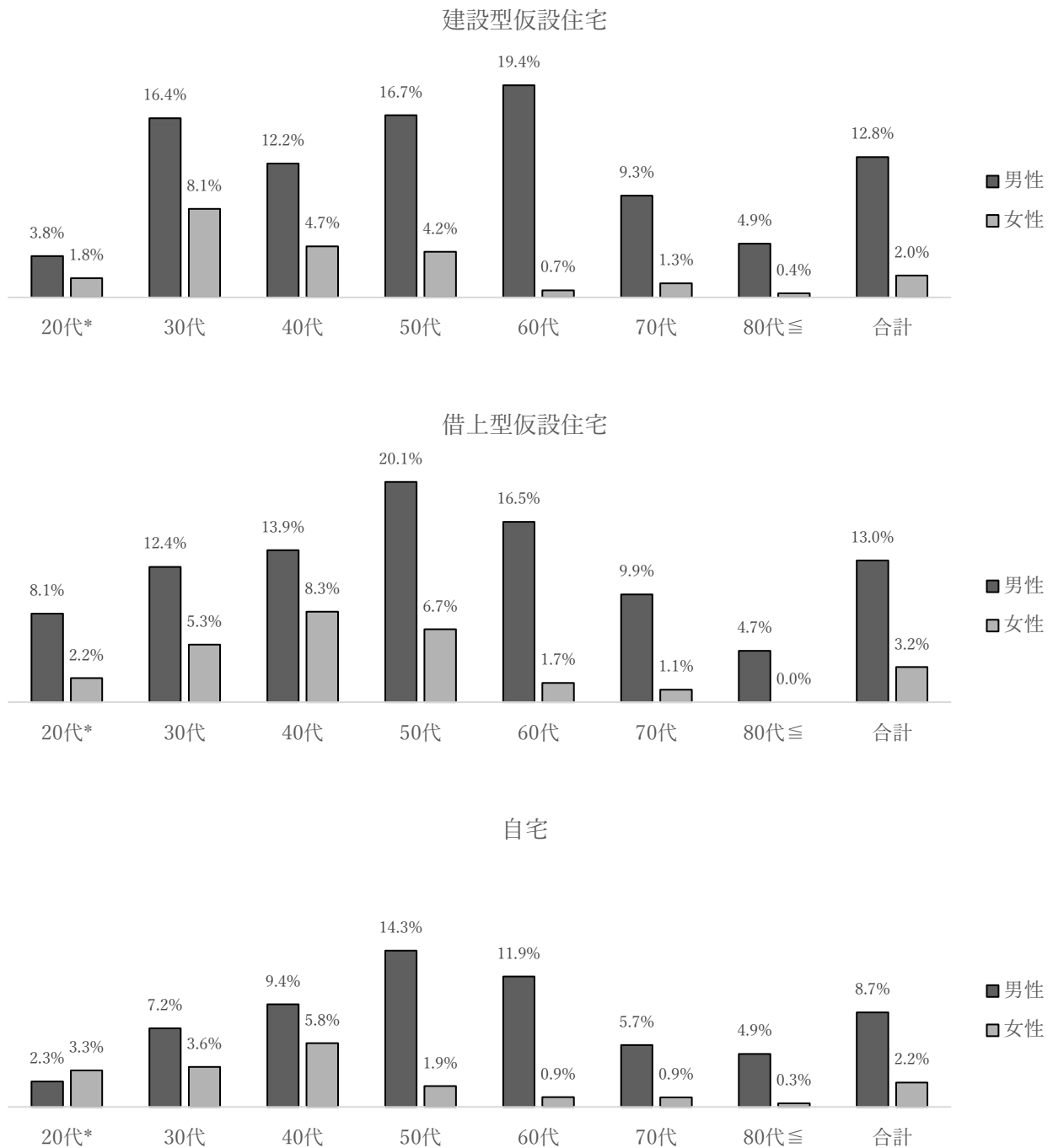
図Ⅲ-5-1 「朝または昼から飲酒することがある」と回答した人の割合



## 5-2. 飲酒量の増加

「飲酒量が増えた」と回答した人の割合は、どの居住形態・年代でも女性より男性の方が高かった。男性では、どの居住形態でも50代～60代男性の飲酒量の増加が目立った。女性では、借上型仮設住宅の40代や建設型仮設住宅の30代において飲酒量の増加が目立った。

図III-5-2 「飲酒量が増えた」と回答した人の割合

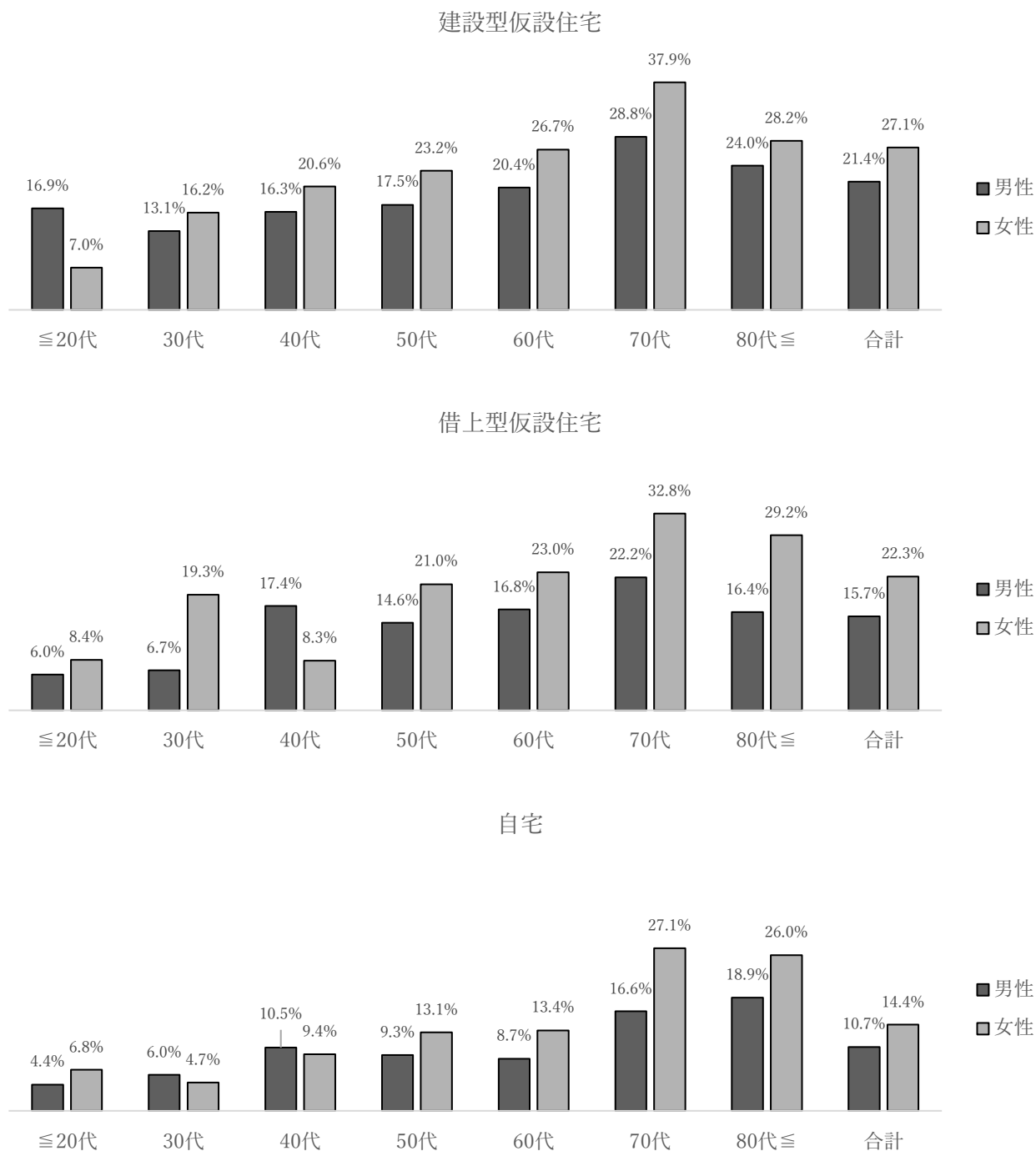


\* 飲酒状況に関しては20歳以上の対象のみ解析した。

## 6. 不眠

「眠れない」と回答した人の割合は、どの居住形態でも 70 代女性で高かった。他の居住形態と比べて、建設型仮設住宅の 20 代～30 代の男性で不眠の割合が高かった。

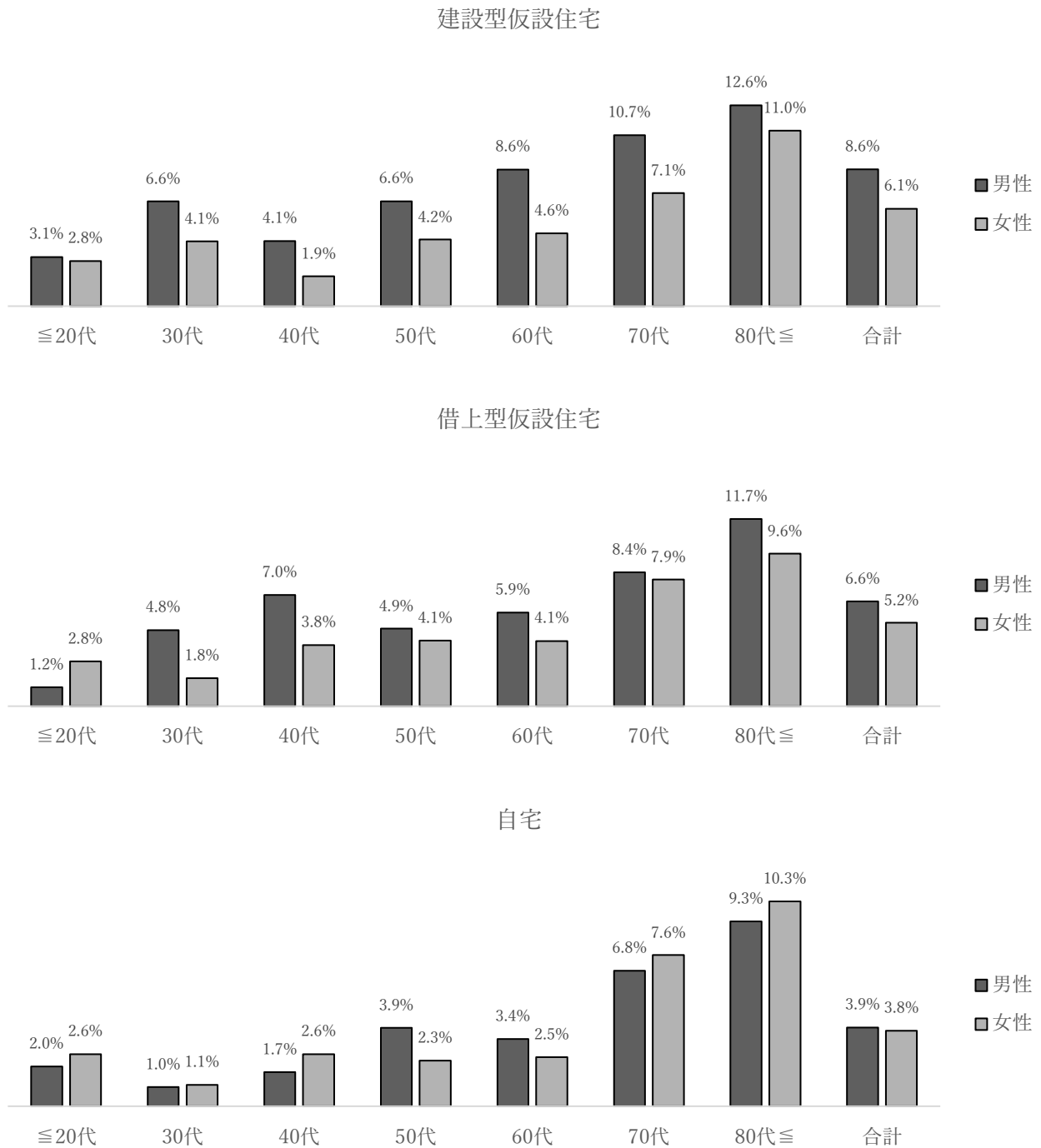
図Ⅲ－6 「眠れない」と回答した人の割合



## 7. 食欲低下

「食欲がない」と回答した人の割合は、どの居住形態でも80代で高かった。仮設住宅入居者では、おむね女性よりも男性に食欲低下の割合が高かった。

図Ⅲ－7 「食欲がない」と回答した人の割合



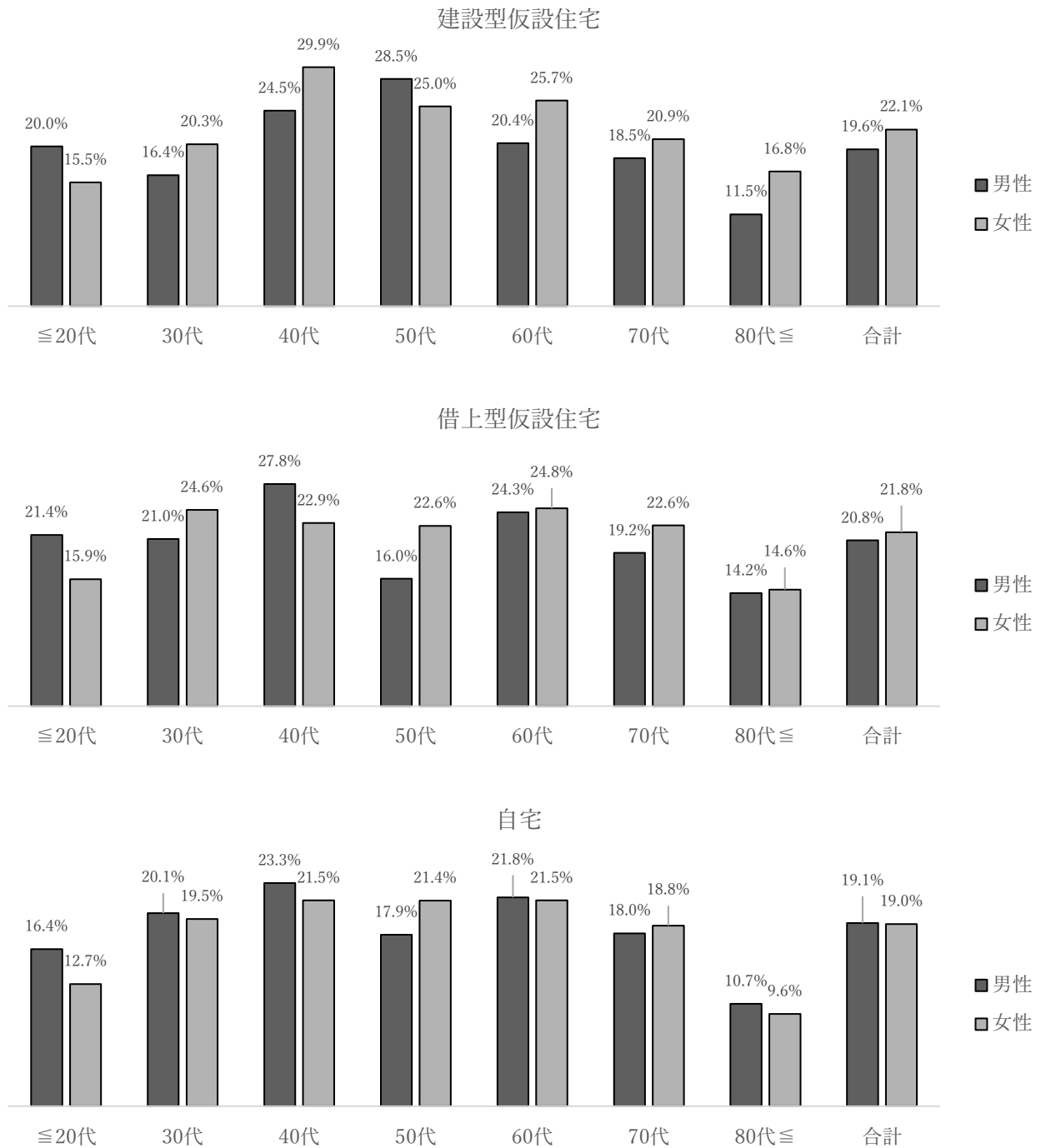


## 8. 体重の変化

### 8-1. 体重増加

「1年前よりも体重が増えた」と回答した人の割合は40代に高く、80代で低い傾向がみられた。

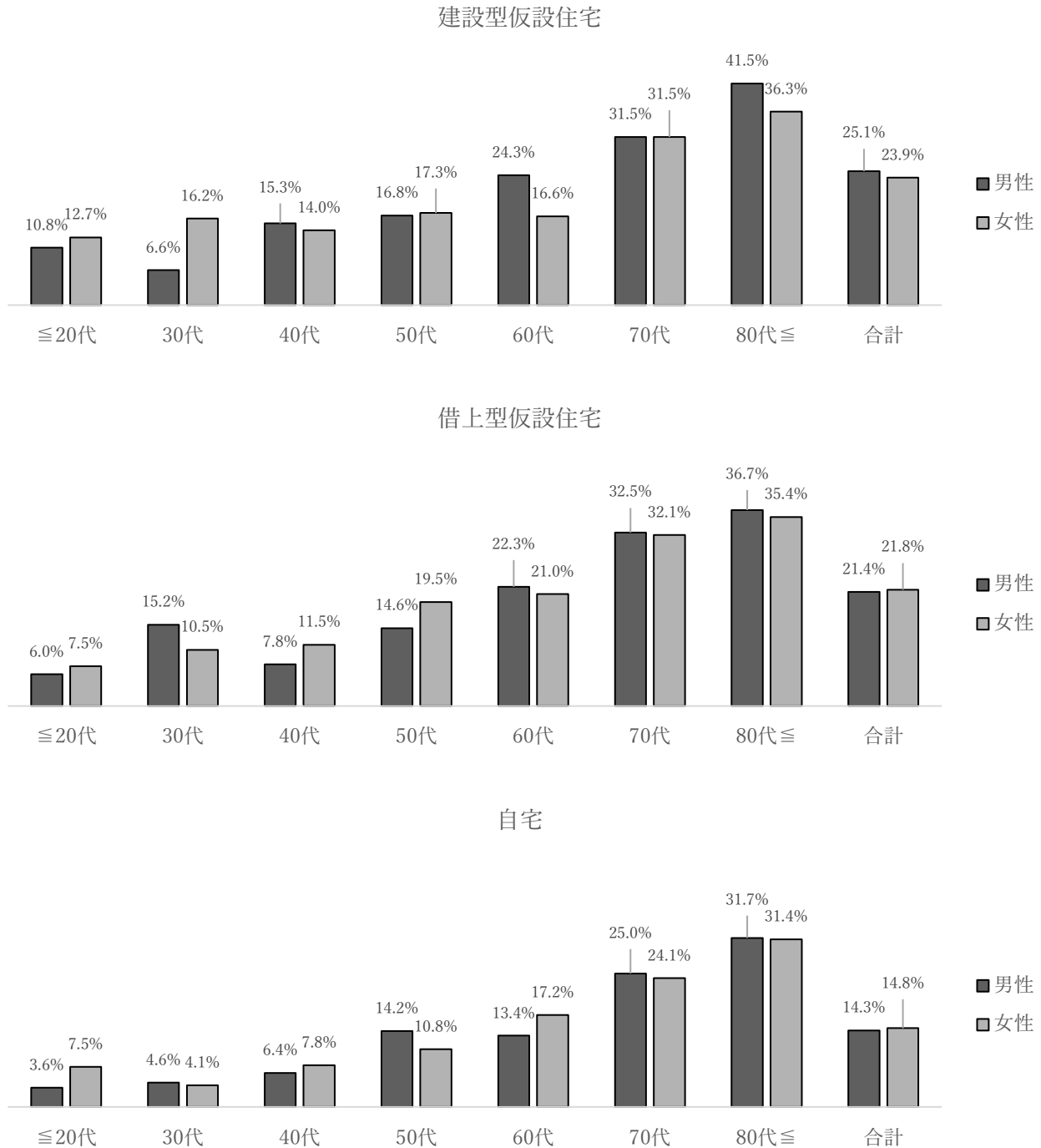
図Ⅲ-8-1 「1年前よりも体重が増えた」と回答した人の割合



## 8-2. 体重減少

「1年前よりも体重が減った」と回答した人の割合は、どの居住形態でも80代で高かった。

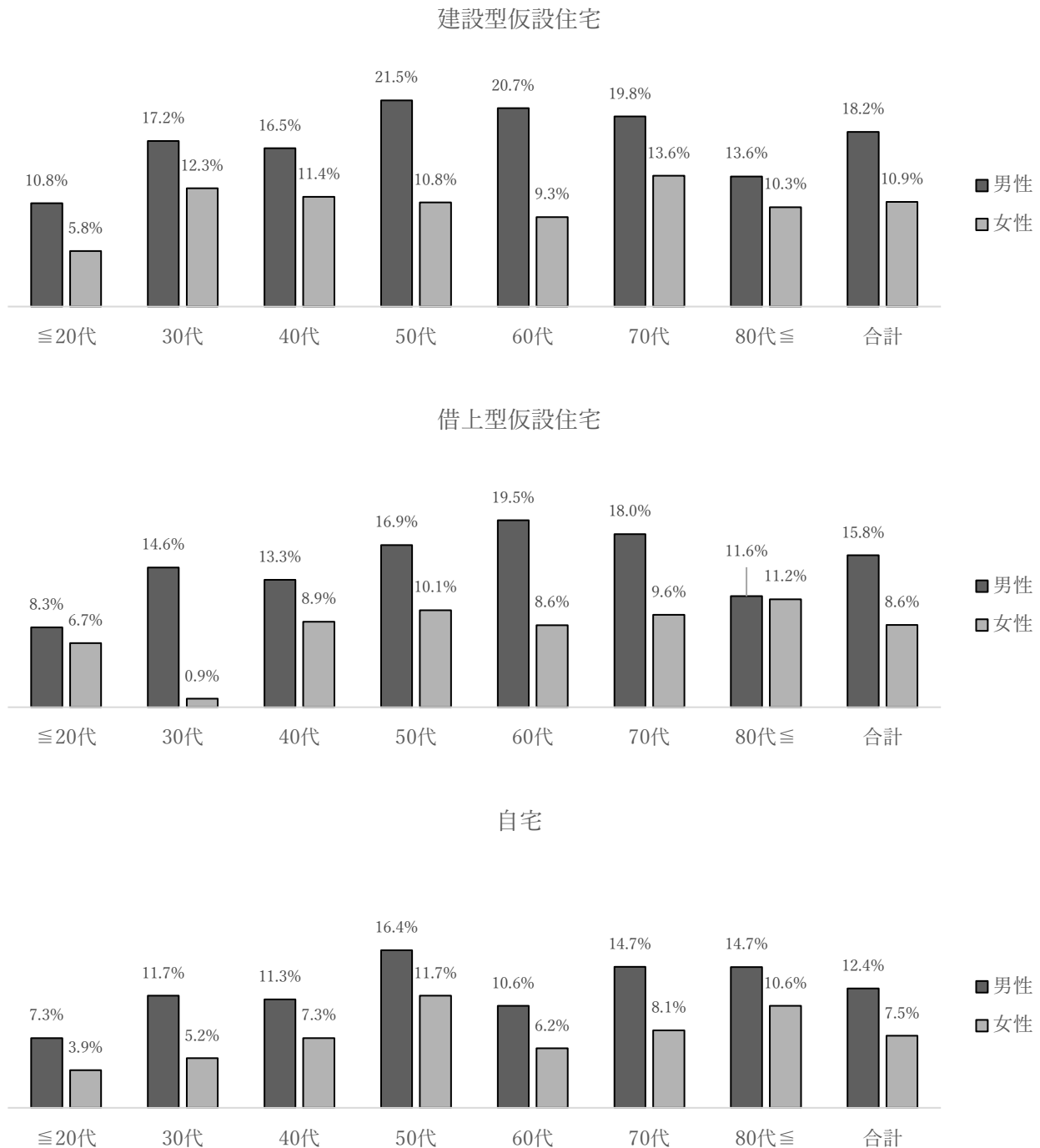
図Ⅲ-8-2 「1年前よりも体重が減った」と回答した人の割合



## 9. 相談相手

悩みを相談できる人が「いない」と答えた人の割合は、どの居住形態・年代でも女性より男性に高かった。特に、仮設住宅入居者では50代～70代の男性の割合が高かった。

図Ⅲ－9 悩みを相談できる人が「いない」と答えた人の割合



平成 29 年度 ころとからだの健康に関する調査票

- \* この調査は、〇〇市町村民皆様の現在の心身の状態についてお尋ねするものです。
- \* 必要事項をご記入のうえ、裏面の質問にご回答いただき、同封の返信用封筒にてご返送くださいますようお願い申し上げます。
- \* 調査結果を踏まえて、健康相談や訪問など、必要な支援につないでいくとともに、今後の体制整備について検討する基礎資料とさせていただきます。
- \* 頂いた情報については、目的外に使用することはありません。
- \* ご回答の内容について、〇〇市町村の保健師などがご連絡（電話、訪問など）をさせていただきます場合もありますので、よろしくお願い申し上げます。

本調査の目的をご理解いただき、ご協力いただきますようお願いいたします。

世帯の状況をご記入ください。以下の欄に必要事項をご記入いただき、当てはまる口に✓をご記入ください。

フリガナ		住民票上の住所	〇〇市町村 [ ] 校区
世帯主名			
被災状況	<input type="checkbox"/> 全壊 <input type="checkbox"/> 大規模半壊 <input type="checkbox"/> 半壊 <input type="checkbox"/> 一部損壊 <input type="checkbox"/> 該当なし		
現在の居住	<input type="checkbox"/> 住民票上の住所 <input type="checkbox"/> みなし仮設 → <input type="checkbox"/> 町内 <input type="checkbox"/> 町外 <input type="checkbox"/> 応急仮設団地 → [ ] 団地 <input type="checkbox"/> その他 [ ]		
連絡先	※なるべく日中、連絡のつく番号をお願いします。 電話番号：( ) _____ 携帯電話： _____ どなたの携帯電話ですか？ [ ]		

ご回答いただいた方についてご記入ください（なるべくご本人がお答えください）。

フリガナ		記入日	平成 29 年 月 日
回答者氏名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
生年月日	<input type="checkbox"/> 大正 <input type="checkbox"/> 昭和 <input type="checkbox"/> 平成 年 月 日 満 [ ] 歳		
世帯主からみた続柄	<input type="checkbox"/> 世帯主 <input type="checkbox"/> 配偶者 <input type="checkbox"/> 子 <input type="checkbox"/> 子の配偶者 <input type="checkbox"/> 孫 <input type="checkbox"/> 父母 <input type="checkbox"/> その他 [ ]		

(裏面の質問にご回答ください)

〇〇市町村

協力：熊本ころのケアセンター

当てはまる口に✓をご記入ください。

問1. 体調はいかがですか。

- 1 大変良い     2 まあまあよい     3 ふつう     4 あまりよくない     5 悪い

問2. 悩みを相談できる人はいますか。

- 1 いる     2 いない

問3. 震災後、普段の生活でからだを動かす機会はどうなりましたか。

- 1 かなり増えた     2 やや増えた     3 変化なし（もともとよく動く）     4 変化なし（もともと少ない）     5 やや減った     6 かなり減った

問4. 過去30日の間に、どれくらいの頻度で次のことがありましたか。すべての項目について当てはまる口に✓をご記入ください。

		全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも
1	神経過敏に感じる	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
2	絶望的だと感じる	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
3	そわそわ、落ち着かなく感じる	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
4	気分が沈み込んで、何が起ころっても気が晴れない感じがする	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
5	何をやるにも骨折りだと感じる	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
6	自分は価値のない人間だと感じる	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4

問5. 今回の震災の記憶についてお尋ねします。下記の反応は今回のような災害のあと、誰にでもみられることです。過去1週間の間に2回以上、下記のようなことがありましたか。当てはまるものすべての口に✓をご記入ください。

- 1 思い出したくないのに、震災のことを思い出したり、夢に見る。  
 2 思い出すとひどく気持ちが動揺する。  
 3 思い出すと体の反応が起きる。（心臓が苦しくなる、息が苦しくなる、汗をかく、めまいがする、など）

問6. 現在の状況について、当てはまるものすべての口に✓をご記入ください。体重の増減があれば、その量についてもご記載ください。

- 1 眠れない     2 朝または昼から飲酒する     3 飲酒量が増えた     4 食欲がない  
 5 1年前より体重が減った：[ ] kg 減     6 1年前より体重が増えた：[ ] kg 増

問7. 健康面でご心配なことがありましたら自由にご記載ください。

( )

ご協力ありがとうございました。記入漏れがないかご確認のうえ、ご家族も含めてご提出ください。