# 被災地の親子を対象としたキャンプ事業

みやぎ心のケアセンター 基幹センター 企画研究課

医師 福地 成

看護師 内田 朋子

保健師 杉山 佳子

精神保健福祉士 木村 裕之

## 1. 背景と目的

コミュニティを広域に破壊する大災害が起きたとき、生活環境の大きな変化が子どもの心身に大きな影響をおよぼすことが指摘されている<sup>1)</sup>。2011年に発生した東日本大震災により、津波被害を受けた沿岸部の地域では、子どもたちが自由に遊ぶ場所が大幅に減少した。このような背景から、子どもたちが感情と行動の調整をするための安全な場所を提供し、同じ体験をした子どもたちと想いを分かち合うことを目的にとして、沿岸部から離れた内陸部のキャンプ場へ子どもを連れて行き、キャンプ事業を実施した。また、プログラムの心理教育を取り入れ、災害に関わる正しい知識を提供することで、自分のこころの仕組みを理解するとともに、不安な気持ちへの対処方法を身に着けることを目標とした。

なお、このキャンプ事業は東北福祉大学が被災地支援の一環として、地域で活動する専門職と複数のボランティア団体の協力を得て、2011年7月に開催したのがはじまりである $^{2)}$ 。この内容を引き継ぐかたちで2012年より当センターの事業として運営され、年1回の頻度で継続している。本稿は2018年10月に開催した第9回の実施報告である。

## 2. 方法

2017年度は小学生を対象とした「被災地の親子を対象としたキャンプ事業」(以下、キャンプ事業)と、過去の参加者の中で既に中高生となっている子どもを対象とした「中高生を対象としたサブリーダー研修会」(以下、サブリーダー研修会)の二本立てで実施した。

#### (1) デイキャンプ事業

# ①対象者

沿岸部で被災した3市町のうち、6つの小学校より同意を得て、案内を配布してもらった。 当センターが本事業を継承して以降、参加者に対して次回以降の案内送付を希望するかどうか の意向調査を実施した。案内送付希望があった約50名の小学生に対して開催案内を送付した。

# ②調査のための手続き

3市町の教育委員会へ説明を行い、案内配布の同意を得た。その後、対象となる小学校へ説明を行い、同意が得られた小学校で子どもたちに募集要項を配布してもらった。申し込みがあった家族に対して、本事業の目的を説明し、調査の一環としての協力を求めた。その際、調査への協力は自由意志であり、同意撤回はいつでも可能であることの説明を行った。

# ③調査内容

震災当時の生活状況および配慮を要する対象児を把握する目的で、子どもと保護者に対して事前事後のアンケートを実施した。効果検証および心理状態を把握するための評価尺度としては、子どもには事前事後に子ども版災害後ストレス反応尺度(Post-Traumatic Stress Symptoms for Children 15 items;以下、PTSSC-15) $^{3)}$ 4)、保護者にはケスラー心理的苦痛測定指標(Kessler Psychological Distress Stress 6;以下、K  $^{6}$ 5)を実施した。事前アンケートは親子キャンプ開始前 2 週間、事後アンケートは終了後 2 週間頃に郵送式で実施した。研究参加への同意を得られた者のみのデータを分析対象とした。

## ④実施内容

2018年10月13日(土)に松島町野外活動センターにて開催した。野外での食事作りの中で、防災教育の一環として火おこし体験を取り入れた。昼食後にレクリエーションを行い、『こころのおべんきょう』と題して、紙芝居による簡単な心理教育(資料1)、吹き上げパイプを用いた呼吸法を含めたプログラムを提供した。

## ⑤評価方法およびフィードバック

子どもの心理状態の評価はPTSSC-15で行い、カットオフ値として推奨されている23点を要支援の目安として、キャンプの前後の比較により心理的負担の変化を解析した。保護者の心理状態の評価はK6で行い、中等度精神障害相当とされている13点以上を要支援の目安として、キャンプの前後の比較により心理的負担の変化を解析した。要支援対象となった子どもに対しては、個別の面接により結果を説明し、必要な支援を提供した。

#### 6倫理的配慮

本研究はみやぎ心のケアセンターの倫理委員会の承認を得ており、実施に当たっては個人情報の保護に十分配慮した上で実施した。

## (2) サブリーダー研修会

#### 対象者

過去8回のいずれかのキャンプ事業に参加し、既に中高生となっている子どもたちのうち、 以後に同様のイベントがあった場合に『案内送付を希望する』と回答した家庭に案内を送付し た。

## ②調査のための手続き

開催案内への申し込みがあった家族に対して、本事業の目的を説明し、調査としての協力を求めた。その際、調査への協力は自由意志であり、同意撤回はいつでも可能であることの説明を行った。

## ③調査内容

サブリーダー研修会の効果を検証する目的で、参加した中高生に事前事後のアンケートを実施した。事前に心理状態を把握するための評価尺度としてPTSSC-15を実施した。事前アンケートはサブリーダー研修会開始前2週間、事後アンケートは終了後2週間頃に郵送で実施した。研究参加への同意を得られた者のみのデータを分析対象とした。

## ④実施内容

2018年8月8日(水)にあしなが育英会仙台レインボーハウスにて開催した。午前と午後の計5時間の研修会を提供した。午前中はアイスブレイクを含めたグループワークを実施した。午後には国際NGOセーブ・ザ・チルドレン・ジャパンのファシリテーターを講師として迎え、上級生が下級生を支えるための心理的応急処置(サイコロジカルファーストエイド、PFA)の研修を実施した $^6$ )。

## ⑤評価方法およびフィードバック

参加した中高生の心理状態の評価はPTSSC-15で行い、カットオフ値として推奨されている23点を要支援の目安とした。結果については、要支援と判断された中高生の保護者に対して、評価尺度による判定と当日の中高生の観察結果を個別にフィードバックした。サブリーダー研修会およびキャンプ事業前後のPTSSC-15を比較し、中高生の心理的負担の変化の有無を解析した。

#### 6倫理的配慮

本研究はみやぎ心のケアセンターの倫理委員会の承認を得ており、実施に当たっては個人情報の保護に十分配慮した上で実施した。

表 1 デイキャンプ事業およびサブリーダー研修会の概要

	「被災地の親子を対象としたキャンプ事業」(デイキャンプ事業)		「中高生を対象としたサブリーダー研修会」
	子ども	保護者	(サブリーダー研修会)
対象者	過去8回いずれかに参加し、以降の開催以降の開催時の案内送付を希望した家庭のうち、現時点で小学校在籍の子どもとその保護者		過去8回のいずれかに参加し、以降の開催 以降の開催時の案内送付を希望した家庭の うち、現時点で中学校在籍の子ども
	被災した沿岸部の3市町の同意が得られた7小学校の児童生徒		
調査内容	<ul><li>事前アンケート</li><li>PTSSC-15</li><li>事後アンケート</li></ul>	<ul><li>事前アンケート</li><li>K6</li><li>事後アンケート</li></ul>	<ul><li>事前アンケート</li><li>PTSSC-15</li><li>事後アンケート</li></ul>
プログラム	<ul><li>紙芝居による心理教育</li><li>吹き上げパイプを用いた呼吸法</li></ul>	• 保護者のプログラムはなし	<ul> <li>グループワーク(アイスブレイク、「サブリーダーとはなにか」「自分のいいところさがし」「自分にできることを考えてみよう」)</li> <li>上級生が下級生を支えるための心理的応急処置(サイコロジカルファーストエイド, PFA)</li> </ul>

## 3. 結果

# (1) キャンプ事業

# ①対象者の属性

参加した子どもは14名(男児4名、女児10名)、平均年齢は8.7歳だった。震災時の体験は 以下のとおりだった。2名は震災後に出生しており、直接的な被害体験をしていなかった。

人数 (%)

表2 参加した子どもの属性

参加者	14名
男児	4名
女児	10名
平均年齢	8.7歳
震災時に出生していない	2名 (15.4%)
家屋の被害 (全壊以上)	0名(0%)
危険な体験の有無	4名 (30.8%)
負傷した人の目撃	0名(0%)
大切なものの喪失	0名 (7.7%)
近親者の死亡	0名 (7.7%)
津波の目撃	2名 (15.4%)

# ②子どもの心理状態の変化

参加した子ども14名のうち、事前事後の評価尺度が未記入だった2名を除き、12名の分析 を行った。図1に対象となった12名のキャンプ前後のPTSSC-15の点数を示した。PTSSC-15 にてカットオフ値である23点を超えていた子どもは、キャンプ前が5名、キャンプ後が3名 だった。PTSSC-15の平均値は、キャンプ前が17.6 (15.7 = SD)、キャンプ後が11.9 (13.3 = SD)だった。キャンプの前後の値を対応のあるt検定により検証した結果、統計学的に有意な 差は認められなかった(t(11) = 1.72, p = .11, p < 0.05)。

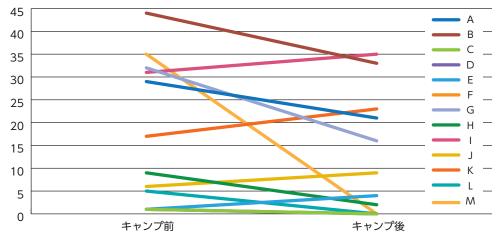


図 1 キャンプ前後の子どもの PTSSC-15 の変化

## ③保護者の心理状態の変化

参加した子ども15名の保護者うち、事前事後の評価尺度が未記入もしくは不同意だった5名を除き、10名の分析を行った。図2に対象となった10名のキャンプ前後のK6の点数を示した。K6にてカットオフ値である13点を超えていた保護者は、キャンプ前後でいなかった。K6の平均値は、キャンプ前は2.1(2.5SD)、キャンプ後は1.8(1.7SD)だった。キャンプ前後の値を対応のあるt検定により検証した結果、有意な差は認められなかった(t(9)=0.46,  $\Delta$ =.66, p<0.05)。

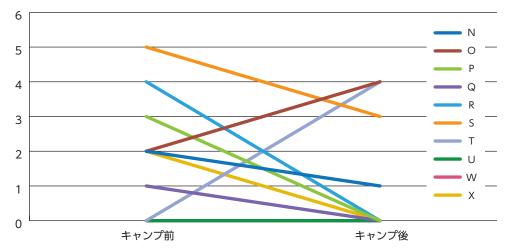


図2 キャンプ前後の保護者の K 6の変化

# (2) サブリーダー研修会

#### 対象者

参加の申し込みは4名、当日の参加者は3名だった(高校1年生男児2名、中学3年生女児1名、1名が当日キャンセル)。参加の3名は過去のキャンプ事業に参加した経験が複数回あった。

# ②参加者の心理状態の変化

参加者 3名の評価を行った。図 3に対象となった 3名のキャンプ前後のPTSSC-15の点数を示した。PTSSC-15にてカットオフ値である 23点を超えていた参加者は、キャンプ前後でいなかった。PTSSC-15の平均点は、キャンプ前は 14.7点(5.1 = SD)、キャンプ後は 16.3(9.8 = SD)だった。なお対象数が少な過ぎるため、キャンプ前後変化の検証は実施しなかった。

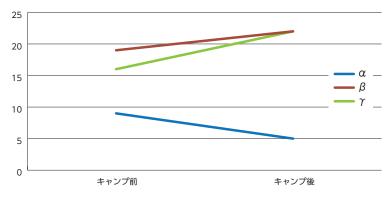


図3 キャンプ前後のサブリーダーの PTSSC-15 の変化

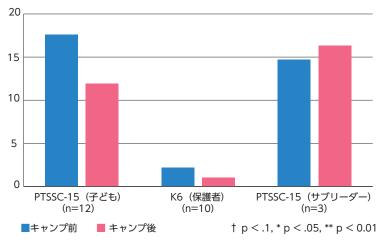


図4 それぞれキャンプ前後の平均値の変化

# 4. 考察

本事業は2011年7月に東北福祉大学主催で開始し、2012年度より当センターが引き継ぐかたちで継続し、今回が9回目となった。震災から7年が経過し、経年的に参加希望者が減少してきており、今年度は家族の喪失や津波の目撃などの外傷体験を有している子どもが少なかった。今回のキャンプでは、震災時に出生していない子どもが2名おり、被災した子どもたちが「不安な気持ちに圧倒されない方法を身に着けること」という当初の目的にそぐわなくなっている実情が示唆された。今後は地域の実情に合わせて継続するかどうかも含めて、本事業の内容を吟味する必要があるだろう。

今回のキャンプ事業では、事前のPTSSC-15においてカットオフ値を超える子どもがおよそ3分の1を占めた。キャンプ前後で子どもおよび保護者に簡単な評価面接を実施したが、いずれも治療を要する程度ではなかった。これらの子どもたちは震災による直接的トラウマが少ないことから、震災ではないストレスもしくは震災に関連した間接的なストレスが影響している可能性があると考えられた。キャンプ事業の前後でPTSSC-15の検証を行ったが、統計学的に有意な改善は認められなかった。

キャンプ事業前のK6においてカットオフ値を超える保護者はおらず、一般集団に対する基準点である5%を下回り $^{7}$ 、前後の改善も認められなかった。そのため、今回の参加児童の保護者は心理的健康が保たれた状態にあると考えられた。しかし、参加した家庭の偏りも無視できず、このようなイベントに対して安心して子どもを預けることができる家庭であり、心理面で安定した生活をしている可能性がある。こうした事業になかなか参加できない家庭に対して、キャンプ以外の方法も含めて、支援者と繋がることができないか模索する必要があるだろう。

サブリーダー研修会は前回(第8回)からの試みである。過去のキャンプ参加者である中高生に声を掛け、事前に予備的な知識を提供する研修を実施して、スタッフの一人として参加してもらった。第8回が2名、今回が3名と少なく、学業や部活動が忙しい中高生の参加しにくい実情が明らかとなった。心理的支援の指針である「子どものためのサイコロジカルファーストエイド、PFA」を短縮版にした研

修を提供し、キャンプ当日の関わりに生かしてもらうよう工夫をした。中高生を対象としてPFAを提供する試みは過去に報告がほとんどなく、地域を支える人材として育成する仕組みの一部として継続していく予定である。

# 参考文献

- 1) Perry BD, Polland RA, Blacklay TL et al. Childhood trauma, the neurobiology of adaptation, and "use-dependent" development of the brain: How "states" become "traits", Infant Mental Health Journal, 16-4: 271-291,1995
- 2) 福地成, 村井麻子. 子供を対象とした被災地支援の実際. 病院・地域精神医学 55(1), 56-58, 2012.
- 3) 冨永良喜. 子ども版災害後ストレス反応尺度 (PTSSC-15) の作成と妥当性 児童養護施設入所児童といじめ被害生徒を対象に . 心理臨床研究8, 29-36, 2002.
- 4) Usami M, Iwadare Y, Watanabe K et al. Prosocial behaviors during school activities among child survivors after the 2011 Earthquake and Tsunami in Japan: A retrospective observational study. PLoS One. 2014 Nov 21;9(11):e113709. doi: 10.1371/journal.pone.0113709.
- 5) Kessler RC, Andrews G, Colpe LJ et al. Short screening scales to monitor population prevalences and trends in non-specific psychological distress. Psychol Med. 2002 Aug;32(6):959-76.
- 6) Save the Children Japan: 緊急化の子どもの心のケア「子どものための心理的応急処置」. (http://www.savechildren.or.jp/lp/kumamotopfa/, 2018.3.30)
- 7) 川上憲人, 高野歩. 一般住民におけるトラウマ被害の精神影響の調査手法. 厚生労働省科学研究費補助金障害者対策総合研究事業障害者政策総合研究事業 (精神障害分野), 被災地における精神障害等の情報把握と介入効果の検証及び介入手法の向上に資する研究. 平成26年度総括・分担研究報告書(金吉晴). 2015, 93-118

資料1 紙芝居による心理教育

1 こころの おべんきょう いやなことが いっぱいあると… きもちがモヤモヤしたり おこりたくなります 6 『こきゅう』がだいじ!! いやなきもちをけしてみよう すったときに、 『しんこきゅう』をしてみよう おなかをふくらませます 『ふきあげパイプ』を つかってみよう コツが つかめたかな? めをつむって 『しんこきゅう』してみよう