

東日本大震災後に福島県内の仮設住宅で生活する 子どものメンタルヘルス (5) —中学生における睡眠, 食事, 遊び, および学習の状況—

○ 三浦正江 (東京家政大学)
岡安孝弘 (明治大学)

三浦文華 (銀座山崎メンタルクリニック)

【問題と目的】

東日本大震災に伴う福島原子力発電所事故は、福島県内の児童生徒に様々な影響を及ぼしていると推察される。そこで本研究では、原発事故に伴い仮設住宅に居住する中学生を対象に、生活状況の実態調査を行うことを目的とした。

【方 法】

調査対象 ①福島県内の仮設住宅、借上げ住宅に住の中学生 10 名 (男子 4 名, 女子 6 名), ②埼玉県公立中学校 1 校の 1—3 年生 530 名 (男子 258 名, 女子 270 名, 不明 2 名) を対象とした。

調査内容 最近 1 ヶ月間の①睡眠 (中途・早期覚醒: 4 択: 全然—よく), ②食生活 (朝食・夕食: 4 択: 全く食べなかった—毎日食べた; 相手: 一人, 家族の誰か, 家族全員, 友だち, 近所の人, その他から複数回答; 美味しさ: 4 択: 全然—とても), ③学習 (勉強時間; 集中: 4 択: 全然—とても), ④遊び (場所: 自宅, 広場・公園, 友人宅, 学校, その他から複数回答; 相手: 一人, 兄弟姉妹, 友だち, 兄弟姉妹以外の家族, 近所の人, その他から複数回答; 内容: スポーツ, 漫画・読書, ゲーム, TV, PC, その他から複数回答)。

実施時期と手続き 東京家政大学倫理委員会に承認された手続きで, 2013 年 11 月—12 月に実施。

【結果と考察】

睡眠の状況 中途覚醒が「よく」「わりと」あったと回答した割合は, 仮設の生徒で 2 割, 埼玉県内の生徒で約 1 割であった (Figure 1)。早期覚醒は仮設で 30%, 埼玉県内で約 14%であった。いずれも, 仮設在住の生徒の方が多く経験している。

食事の状況 朝食では, 埼玉県内の生徒で「毎日」「わりと」食べた割合が 91.99%に対して, 仮設の生徒では 70.00 と少なかった。一方, 夕食については埼玉県内で 97.93%, 仮設で 90.00%であり, 朝食に比べて大きな違いはみられなかった。

食事をした相手については, 仮設, 埼玉県内のいずれも「家族全員 (仮設 60.00%, 埼玉 42.45%)」と「家族の誰か (仮設 40.00%, 埼玉 72.08%)」が多く, 「一人」は約 30% (仮設 30.00%, 埼玉 26.23%) であった。居住地にかかわらず, 家族と一緒に食事をする傾向がみられる。また, 食

事を美味しく食べているかについては, 埼玉県内では 91.89%が「とても」「わりと」と回答したのに対して, 仮設では 70.00%と少ない傾向にあった。

遊びの状況 遊んだ場所として埼玉県内の 3 割以上の生徒が選択した回答は, 「自宅 (52.45%)」「広場・公園 (38.49%)」「友人宅 (32.83%)」であった。一方, 仮設在住で 3 割以上の生徒が回答したのは「自宅」と「学校」で (各 30.00%), 「広場・公園」が 10.00%, 「友人宅」が 20.00%, 「学校」と「その他」が各 30.00%であった。

遊び相手は, 居住地にかかわらず「友だち」が最も多かった (仮設 80.00%, 埼玉 81.70%)。また遊び内容は, 埼玉県内では「ゲーム (51.51%)」と「スポーツ (43.21%)」が多く, 仮設では「スポーツ (40.00%)」が最も多く, 次いで「ゲーム」と「PC」であった (各 30.00%)。

学習の状況 学校外の学習時間は, 仮設の生徒で 1 時間半—2 時間に集中 (77.78%) しているのに対して, 埼玉県内では 1 時間半までが 65.27%, 1 時間半—2 時間が 15.27%, 残りは 2 時間以上と分散していた。本研究対象の仮設在住生徒が NPO 法人による放課後学習支援を受けていることが理由の一つとして示唆される。一方, 自宅学習での集中については, 「とても」「わりと」集中できている生徒は仮設で 50.00%, 埼玉県内で 47.36%であり, 居住地による違いはみられなかった。

【今後の課題】

本研究は対象者が少なかったため, 福島県内の様々な地域の仮設住宅で, より多くの中学生を対象とした検討を行うことが今後の課題である。

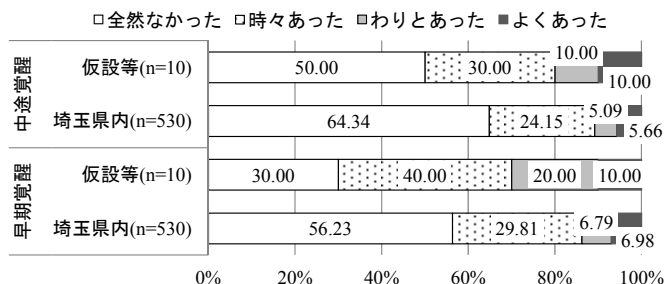


Figure 1 中途覚醒および早期覚醒の割合