

被災者のメンタルヘルスに関する検討

研究分担者 富田 博秋 東北大学大学院医学系研究科精神神経学分野・教授

研究要旨

震災後 10 年間の被災地域住民の睡眠障害、心理的苦痛、震災の記憶の状況を検討した。「睡眠障害が疑われる」者、「心理的苦痛が高い」者、「震災の記憶による体調変化がある」者の割合は、震災からの時間の経過とともに改善傾向であった。一方、現在も睡眠障害、心理的苦痛、震災の記憶による影響を受けている者がみられた。長期化している心のケアに対しては、関係機関だけではなく、地域の包括的な支援体制の構築が望まれる。

研究協力者

菅原 由美 東北大学大学院公衆衛生学分野
辻 一郎 同 公衆衛生学分野

記憶 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）

A. 研究目的

東日本大震災以降、被災地域住民では、睡眠障害が疑われる者、心理的苦痛が高い者の割合は高いことが報告されている。

被災者健康調査では、毎年、定期的に対象者にアンケート票を送付し、アテネ不眠尺度により睡眠障害、K6により心理的苦痛、震災の記憶について調査を行っている。震災 10 年目の本年度は、第 16 期（2020 年度）の調査を実施した。結果に基づき、被災後の睡眠障害、心理的苦痛、震災の記憶の状況について報告する。

B. 研究方法

1. 調査対象地区と対象者

本調査における調査対象地区と対象者については、本報告書の「被災者健康調査の実施」で詳述したので、ここでは省略する。

2. 調査項目

被災者健康調査のうち、本研究で分析した調査項目（アンケート票調査項目）は以下の通りである。

- ・アテネ不眠尺度：WHO「睡眠と健康に関する世界プロジェクト」が作成した 8 項目の不眠症判定尺度（各 0～3 点、最大 24 点）
- ・K6：ケスラーらによって開発された 6 項目からなる心理的苦痛の測定指標（各 0～4 点、最大 24 点）
- ・震災の記憶：1 週間に 2 回以上、以下の 3 項目それぞれについて当てはまるものがあつたかどうかを質問している。

記憶 1：思い出したくないのに、そのことを思い出したり、夢に見る。

記憶 2：思い出すとひどく気持ちが動揺する。

3. 倫理面への配慮

本調査研究は、東北大学大学院医学系研究科倫理審査委員会の承認のもとに行われている。被災者健康調査時に文書・口頭などで説明し、同意を得ている。

C. 研究結果

1. アテネ不眠尺度（表 1、図 1、表 2、図 2）

8 項目それぞれについての回答を、24 点満点で計算し、3 点以下を「睡眠障害の疑いなし」、4～5 点を「睡眠障害が少し疑われる」、6 点以上を「睡眠障害が疑われる」として集計した。

石巻市では、「睡眠障害が疑われる（アテネ尺度 ≥ 6 点）」者の割合は、震災からの時間が経過するとともに、減少傾向を示していた。直近 2 年間では、2019 年春 32.5%から 2020 年夏 34.3%となり、増加に転じた。性・年齢階級別にみると、男女とも、2011 年調査から徐々に「睡眠障害が疑われる」者の割合は減少していた。しかし、2020 年夏の調査では、いずれの年齢階級でも「睡眠障害が疑われる」者の割合が増加していた。また、女性は、いずれの調査時期でも男性より「睡眠障害が疑われる」者の割合が高かった。

仙台市若林区では、「睡眠障害が疑われる」者の割合は、2011 年秋から 2018 年秋まで、多少増減があるものの減少していた。2019 年秋の調査では、「睡眠障害が疑われる」者の割合は 42.3%と増加していたが、2020 年秋の調査は 39.9%に減少していた。また、「睡眠障害が少し疑われる」の割合も 15.4%から 18.5%に増加していた。

性・年齢階級別にみると、男性では、「睡眠障害が疑われる」者の割合は、2011 年秋 40.1%から 2020 年秋 30.6%に減少した。一方、女性では 2011 年秋 53.1%から 2020 年秋 48.0%に減少した。

2020年秋の「睡眠障害が疑われる」者の該当割合は、前年2019年秋の調査と比べ、男性では3ポイント、女性では1.6ポイント減少していた。

また、石巻市と同様に、いずれの調査時期でも女性は男性より「睡眠障害が疑われる」者の該当割合が高い傾向であった。

2. K6（表3、図3、表4、図4）

K6の回答を24点満点で計算し、4点以下、5～9点、10～12点、13点以上に分けて集計し、「10点以上」の者を「心理的苦痛が高い」として検討した。

石巻市では、「心理的苦痛が高い（K6 ≥ 10点）」者の割合は、2011年夏16.8%から震災からの時間が経過するとともに減少し、2020年夏の調査は11.1%となった。一方、「心理的苦痛が低い（K6 ≤ 4点）」者の割合は、2020年夏は60.8%となり、直近3年間は横ばいであった。

性・年齢階級別にみると、男性では、「心理的苦痛が高い」者の割合は、2011年夏12.5%から2020年夏9.6%に減少した。一方、女性では、2011年夏20.3%から2020年夏12.3%に減少し、いずれの調査時期でも男性より「心理的苦痛が高い」者の割合が高かった。

仙台市若林区では、「心理的苦痛が高い」者の割合は、2011年秋22.9%から2020年秋15.9%に減少していた。一方、「心理的苦痛が低い」者の割合は、2011年秋40.2%から2020年秋52.4%まで増加した。

性・年齢階級別にみると、男女とも、いずれの年齢階級でも2011年秋の調査と比較して、2019年秋の調査では、「心理的苦痛が高い」者の割合は減少していた。また、2020年秋の「心理的苦痛が高い」者の該当割合は、前年2019年秋の調査と比べ、男性は1.9ポイント増加していたが、女性は横ばいであった。

また、石巻市と同様に、女性は男性より「心理的苦痛が高い」者の割合が高い傾向がみられた。

3. 震災の記憶

【記憶1】（表5、図5、表6、図6）

石巻市では、「思い出したくないのに、そのことを思い出したり、夢に見る」と回答した者の割合は、2011年夏37.3%から2020年夏16.9%まで、震災からの時間が経過するとともに、減少した。

性・年齢階級別にみると、男女ともに75歳以上で最も該当割合が高く、2020年夏の調査では、男性23.9%、女性26.9%であった。

仙台市若林区では、「思い出したくないのに、そのことを思い出したり、夢に見る」と回答した者の割合は、2011年秋39.3%から2020年秋18.5%となり、増減がみられるものの、2011年秋

と比較して、該当者割合は半分以下となった。

性・年齢階級別にみると、男女ともに75歳以上で最も該当割合が高く、2020年秋の調査では、男性30.0%、女性31.7%であった。

【記憶2】（表7、図7、表8、図8）

石巻市では、「思い出すとひどく気持ちが動揺する」と回答した者の割合は、2011年夏35.5%から2020年夏15.7%まで、震災からの時間が経過するとともに減少していた。

性・年齢階級別にみると、男性では、2011年夏27.8%から2020年夏12.7%に減少した。一方、女性では、2011年夏41.7%から2020年夏18.1%に減少し、いずれの調査時期でも男性より高い割合を占めていた。

仙台市若林区では、「思い出すとひどく気持ちが動揺する」と回答した者の割合は、2011年秋37.3%から2020年秋18.3%に減少していた。

性・年齢階級別にみると、男女ともにいずれの年齢階級においても、2011年秋の調査と比較して2020年秋の調査では、該当割合は半分以下に減少した。

【記憶3】（表9、図9、表10、図10）

石巻市では、「思い出すと、体の反応が起きる」と回答した者の割合は、2011年夏12.6%から2020年夏6.4%となり、徐々に減少していた。

性・年齢階級別にみると、男性では、2011年夏9.4%から2020年夏4.9%に減少した。一方、女性では、2011年夏15.3%から2020年夏7.7%に減少し、いずれの年齢階級でも男性より該当割合が高くなっていった。

仙台市若林区では、「思い出すと、体の反応が起きる」と回答した者の割合は、2011年秋16.5%から2020年秋9.5%となり、多少増減はあるものの、全体的には減少傾向を示した。

性・年齢階級別にみると、男女ともに、いずれの年齢階級でも、2011年秋の調査と比較して2020年秋の調査では、該当割合は減少していた。また、女性は、いずれの調査時期でも男性より該当割合が高い傾向は持続していた。

D. 考察

アテネ不眠尺度による睡眠障害の推移では、「睡眠障害が疑われる」者の割合は、石巻市、仙台市若林区ともに、震災からの時間が経過するとともに、全体的には減少傾向を示していた。地域別にみると、石巻市では、直近2020年夏の調査では、該当割合が増加していた。調査は、新型コロナウイルスの感染拡大による自粛が緩和された時期に実施された。しかも、連日、報道機関から感染者数が報告される状況であった。調査地域は、高齢者も多く、感染への不安、生活習慣の変化などによって睡眠の質が低下していた可能性

が考えられた。

一方、仙台市若林区では、2020年秋の調査では、「睡眠障害が疑われる」者は、前年と比べて該当割合が減少していた。仙台市若林区の調査対象者は全員が恒久住宅へ転居して4年が経過している。日常生活は安定し、地域コミュニティとのつながりも増え、1年前と比べて精神的に落ち着いた状況となっていたと考えられる。一方、「睡眠障害が少し疑われる」の割合には増加が見られた。石巻市と同様に、新型コロナウイルスの感染拡大の影響が考えられる。

K6による心理的苦痛の推移では、「心理的苦痛が高い」者の割合は、震災直後の2011年夏秋の調査と比較すると、石巻市、仙台市若林区ともに、全体的には減少傾向を示していた。直近の心理的苦痛について、地域別にみると、石巻市では、「心理的苦痛が高い」者の割合は2020年夏の調査では11.1%となり、全国値9.9%（平成28年国民生活基礎調査）に近いレベルまで改善していた。被災後10年が経過し、被災者では生活全般に安定してきていることが影響していると考えられている。

一方、仙台市若林区の「心理的苦痛が高い」者の割合は、2020年秋の調査は15.9%となり、全国値と比べて、未だ1.6倍高い割合であった。生活環境の調査報告で明らかにしたように、暮らし向きにあまり改善がみられていない者の割合は7割と高い。経済不安、ストレスを抱えている者が多く、心理的苦痛が持続していることが推測される。震災後、心理的苦痛が長期化している者に対して、関係機関と連携しながら支援を継続する必要がある。

震災の記憶についての推移では、石巻市、仙台市若林区ともに、3項目それぞれの該当割合は、震災からの経過とともに減り、減少していた。一方、震災から10年が経過した現在も、強い震災後反応を経験している者もみられた。それらの対象者に対しては、長期的な観察とともに医療機関を紹介するなどのケアが望まれる。

被災者健康調査の結果、被災地域住民の睡眠状況、心理的苦痛、震災の記憶は、全体的には震災からの時間の経過とともに改善傾向であった。石巻市、仙台市若林区の調査対象者は、恒久住宅へ転居後、数年が経過している。生活環境、暮らし向きが安定したことが、メンタルヘルスの改善に影響を及ぼしていたと考えられる。一方、現在も睡眠障害、心理的苦痛、震災の記憶による影響を受けている者がみられた。本調査結果から、震災による心理ストレスへの影響は、時間が経過するとともに減弱するものの、回復には時間を要することが示された。加えて、2020年夏秋の調査では、新型コロナウイルスの感染拡大による影響と考

えられるメンタルヘルスの悪化がみられた。被災地域は、高齢者の割合も高く、急激な環境の変化、生活の変化への対応は難しく、不安が増加している可能性が考えられる。

震災後のメンタルヘルスには、対象者個々の様々な要因が影響している。長期化している心のケアに対しては、関係機関だけではなく、地域の包括的な支援体制の構築が望まれる。

E. 結論

震災後の約10年間で経過後の被災地域住民の睡眠状況、心理的苦痛、震災の記憶は、震災からの時間の経過とともに改善傾向であった。一方、現在も睡眠障害、心理的苦痛、震災の記憶による影響を受けている者がみられた。また、2020年の調査では、長期化している心のケアに対しては、関係機関だけではなく、地域の包括的な支援体制の構築が望まれる。

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表

- 1) Sugawara Y, Tomata Y, Sekiguchi T, Yabe Y, Hagiwara Y, Tsuji I. Social trust predicts sleep disorder at 6 years after the Great East Japan earthquake: data from a prospective cohort study. *BMC Psychology*. 2020 Jul 1;8(1):69.
- 2) Utsumi Y, Nemoto H, Nakaya N, Nakamura T, Tsuchiya N, Narita A, Kogure M, Suzuki T, Seto M, Katayanagi M, Okuyama J, Sakuma A, Honda N, Sugawara Y, Kaye-Kauderer H, Takahashi Y, Kayama A, Kakuto Y, Kohzumi M, Hozawa A, Tsuji I, Tomita H. The Impact of Health Consciousness on the Association Between Walking Durations and Mental Health Conditions After a Disaster: a Cross-Sectional Study. *Sports Med Open*. 2020 Jul 16; 6(1):30.
- 3) Katayanagi M, Seto M, Nakaya N, Nakamura T, Tsuchiya N, Narita A, Kogure M, Sugawara Y, Kodaka A, Utsumi Y, Usukura H, Kunii Y, Hozawa A, Tsuji I, Tomita H. Impact of the Great East Japan Earthquake on the Employment Status and Mental Health Conditions of Affected Coastal Communities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020 Nov 3;17(21):E8130.

4) Kobayashi N, Nemoto H, Seto M, Sato S, Kikuchi S, Honda N, Suzuki T, Sato K, Sugawara J, Ito K, Kayano R, Ozaki N, Beadling CW, Kelman I, Imamura F, Matsuoka H, Tomita H. Experiences of perinatal women and public healthcare providers in a community affected by the great east Japan earthquake and tsunami: Concerns that must be considered for the mental healthcare of perinatal women in postdisaster settings. International Journal of Disaster Risk Reduction. 2020 Dec;51:101767.

1. 学会発表

- 1) 富田博秋, 臼倉 瞳, 國井泰人, 兪 志前, 内海祐介. 東日本大震災からの心の復興～七ヶ浜町と共に歩んだ 10 年を振り返って～. 七ヶ浜町 X 東北大学 オンライン 防災シンポジウム 2020. WEB 開催, 2020 年.
- 2) 富田博秋. 災害研究の起点としての災害精神医学研究の可能性. シンポジウム 49 災害メンタルヘルスを中心とする自然災害への学際的アプローチ—東日本大震災から 10 年の節目に向けて. 第 116 回日本精神神経学会総会. 仙台市, 2020 年.
- 3) 富田博秋. 精神科医療機関と精神保健体制の災害への備え. 委員会シンポジウム 18 (災害支援委員会) 自然災害への備えと対応～BCP と受援・支援～. 第 116 回日本精神神経学会総会. 仙台市, 2020 年.
- 4) 富田博秋. 精神科医療現場の自然災害とパンデミックへの備え. 熊本大学精神科主催学術講演会. WEB 開催, 2020 年.
- 5) 佐久間篤, 内海裕介, 臼倉 瞳, 五十嵐江美, 田坂有香, 高橋雄太, 菊地紗耶, 本多奈美, 國井泰人, 富田博秋. シンポジウム 9 最近の多様化する災害と総合病院精神医学の対応について. 災害医療に従事した病院職員に対するメンタルヘルス支援. 第 33 回日本総合病院精神医学会総会. WEB 開催, 2020 年.
- 6) 菅原由美, 曾根稔雅, 辻 一郎. 東日本大震災後の恒久住宅の種類が睡眠状況に及ぼす影響. 第 31 回日本疫学会学術総会. WEB 開催, 2021 年.
- 7) 菅原由美, 曾根稔雅, 辻 一郎. 新型コロナウイルス感染拡大による睡眠状況への影響—被災者健康調査の結果から—. 第 91 回日本衛生学会学術総会. WEB 開催, 2021 年.

H. 知的財産権の出願・登録状況

1. 特許取得
なし
2. 実用新案取得
なし
3. その他
なし

表1 アテネ不眠尺度による睡眠障害が疑われる(アテネ≧6点)割合(石巻市2地区)

調査	全体	男性				女性					
		全体	44歳以下	45~64歳	65~74歳	75歳以上	全体	44歳以下	45~64歳	65~74歳	75歳以上
2011年夏	43.4%	33.6%	31.1%	41.5%	28.1%	27.6%	51.4%	40.2%	59.9%	51.6%	41.8%
2011年冬	35.5%	29.3%	27.7%	29.9%	28.7%	30.2%	39.9%	29.3%	40.9%	42.7%	38.4%
2012年夏	31.4%	26.0%	30.9%	28.4%	25.6%	22.3%	35.7%	27.3%	40.1%	36.8%	30.2%
2012年冬	36.0%	30.0%	20.9%	29.8%	36.0%	28.6%	40.8%	32.9%	46.5%	44.3%	34.4%
2013年春	34.2%	31.6%	24.8%	37.9%	35.6%	24.6%	36.2%	33.2%	42.4%	36.0%	31.2%
2013年秋	31.5%	27.2%	24.1%	29.7%	31.1%	22.8%	35.2%	30.7%	39.8%	36.2%	31.5%
2014年春	33.5%	29.8%	24.6%	31.0%	32.9%	29.2%	36.5%	30.9%	42.2%	38.6%	32.1%
2014年秋	29.9%	26.5%	24.5%	30.8%	24.1%	25.3%	32.7%	27.6%	36.0%	30.8%	34.1%
2015年春	32.3%	29.8%	23.1%	33.2%	32.6%	28.1%	34.5%	27.7%	40.5%	32.9%	34.1%
2015年秋	31.7%	29.0%	23.8%	31.8%	27.4%	31.2%	33.9%	32.6%	37.7%	36.3%	28.6%
2016年春	31.4%	28.7%	20.3%	35.4%	31.1%	26.0%	33.6%	30.2%	40.7%	33.0%	29.7%
2016年秋	31.4%	28.7%	26.7%	32.7%	28.7%	26.1%	33.6%	34.1%	37.7%	31.4%	31.5%
2017年春	33.6%	29.3%	22.1%	34.4%	32.4%	27.4%	37.1%	33.5%	42.5%	38.4%	34.0%
2018年春	32.3%	26.8%	26.1%	28.4%	28.5%	24.6%	36.7%	36.2%	41.9%	37.0%	32.8%
2019年春	32.5%	29.6%	22.9%	36.1%	31.5%	27.4%	34.8%	34.3%	41.4%	34.5%	30.7%
2020年夏	34.3%	30.2%	26.3%	34.3%	31.8%	28.1%	37.7%	38.9%	41.8%	40.0%	32.9%

図1 アテネ不眠尺度の得点分布(石巻市2地区全体)

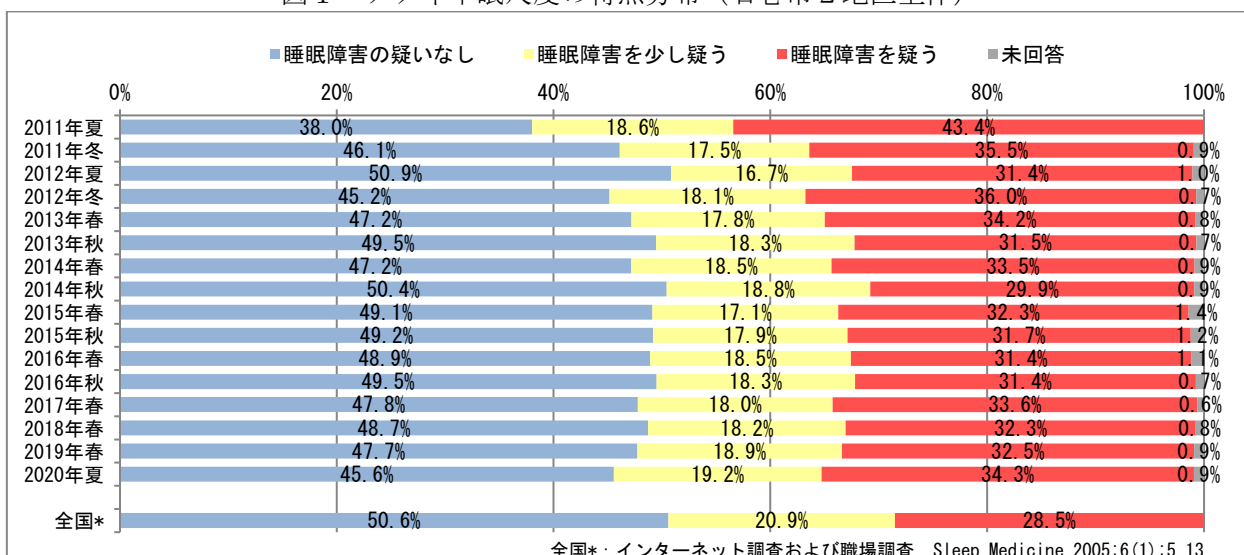


表2 アテネ不眠尺度による睡眠障害が疑われる(アテネ≧6点)割合(仙台市若林区)

調査	全体	男性				女性					
		全体	44歳以下	45~64歳	65~74歳	75歳以上	全体	44歳以下	45~64歳	65~74歳	75歳以上
2011年秋	47.0%	40.1%	39.7%	42.1%	37.3%	39.5%	53.1%	50.0%	64.4%	51.5%	40.6%
2011年冬	38.3%	34.8%	33.3%	41.2%	27.8%	28.9%	41.3%	39.1%	46.5%	47.8%	27.5%
2012年夏	46.6%	40.8%	41.0%	46.0%	36.8%	32.7%	51.9%	52.7%	58.7%	58.8%	34.6%
2012年冬	36.1%	33.5%	26.7%	39.1%	39.2%	24.4%	38.5%	32.7%	42.1%	48.5%	26.7%
2013年夏	42.0%	36.8%	30.6%	43.8%	36.8%	31.4%	46.4%	39.1%	53.5%	50.0%	38.5%
2013年冬	38.5%	31.5%	22.1%	38.5%	32.3%	29.6%	44.7%	33.3%	48.8%	50.7%	42.9%
2014年夏	41.0%	34.4%	28.1%	41.3%	33.9%	31.3%	46.6%	33.3%	54.4%	50.7%	43.1%
2014年冬	36.6%	30.8%	22.9%	33.7%	27.4%	40.4%	42.0%	36.4%	49.5%	37.7%	40.6%
2015年夏	39.9%	35.2%	28.3%	45.8%	27.4%	35.3%	44.4%	41.2%	50.0%	39.7%	44.9%
2015年冬	37.5%	33.9%	31.9%	36.7%	35.0%	30.8%	40.6%	30.2%	45.3%	42.5%	41.7%
2016年夏	38.7%	34.7%	32.3%	32.5%	36.4%	39.2%	42.4%	36.4%	43.2%	46.3%	42.5%
2016年冬	38.0%	31.0%	24.6%	31.2%	32.2%	36.7%	43.9%	36.2%	44.8%	45.8%	47.2%
2017年秋	36.2%	29.6%	20.3%	38.3%	26.3%	30.4%	41.9%	35.6%	43.0%	45.5%	42.6%
2018年秋	38.0%	29.0%	27.6%	29.2%	32.2%	26.8%	45.8%	34.7%	55.7%	46.3%	42.5%
2019年秋	42.3%	33.6%	23.0%	34.4%	42.4%	35.3%	49.6%	40.0%	55.6%	53.2%	46.5%
2020年秋	39.9%	30.6%	27.7%	35.0%	33.3%	26.0%	48.0%	34.1%	48.8%	53.1%	50.0%

図2 アテネ不眠尺度の得点分布（仙台市若林区全体）

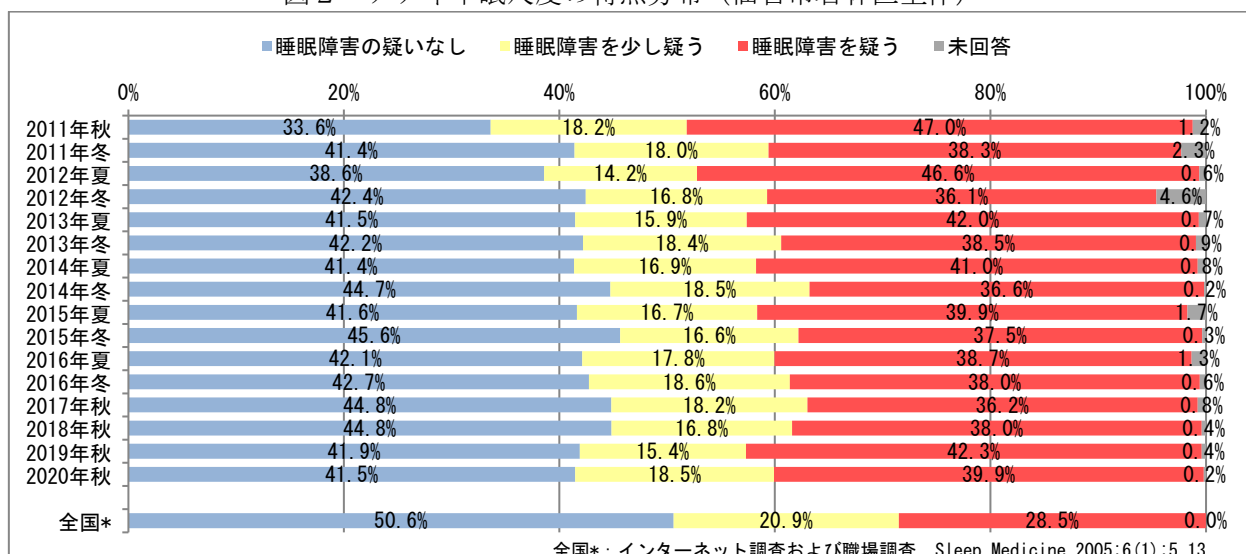


表3 心理的苦痛が高い(K6 ≥ 10点)割合（石巻市2地区）

調査	全体	男性					女性				
		全体	44歳以下	45～64歳	65～74歳	75歳以上	全体	44歳以下	45～64歳	65～74歳	75歳以上
2011年夏	16.8%	12.5%	13.1%	12.5%	10.8%	14.6%	20.3%	17.1%	21.7%	19.2%	21.2%
2011年冬	15.0%	12.7%	21.3%	10.9%	12.4%	11.9%	16.8%	19.0%	16.6%	16.5%	16.6%
2012年夏	13.6%	10.7%	20.0%	9.3%	10.9%	8.9%	16.0%	16.7%	17.2%	12.5%	18.5%
2012年冬	14.8%	13.3%	12.2%	12.4%	16.0%	12.1%	15.9%	15.2%	18.8%	14.5%	14.2%
2013年春	14.1%	12.9%	15.5%	13.5%	13.6%	10.1%	15.0%	18.4%	18.1%	11.2%	13.3%
2013年秋	13.0%	11.1%	9.9%	10.5%	12.5%	11.2%	14.6%	16.3%	17.1%	10.7%	14.2%
2014年春	14.7%	12.7%	11.3%	11.7%	11.8%	16.0%	16.3%	15.5%	17.2%	14.1%	17.9%
2014年秋	13.0%	10.0%	10.2%	10.4%	8.1%	11.2%	15.5%	16.7%	15.7%	13.0%	16.9%
2015年春	13.3%	10.8%	9.1%	8.1%	10.1%	15.8%	15.4%	15.2%	15.3%	13.3%	17.3%
2015年秋	12.9%	11.0%	12.4%	11.5%	6.9%	13.8%	14.5%	18.1%	14.0%	11.7%	15.2%
2016年春	13.0%	11.3%	9.9%	11.8%	8.1%	14.9%	14.4%	13.8%	16.2%	11.0%	15.7%
2016年秋	12.6%	10.3%	11.0%	10.9%	7.9%	11.4%	14.5%	16.8%	13.5%	11.4%	16.4%
2017年春	11.8%	10.2%	8.0%	11.6%	7.3%	13.0%	13.0%	12.9%	15.6%	8.5%	14.2%
2018年春	11.8%	10.4%	9.5%	9.9%	8.8%	12.8%	12.9%	14.5%	14.6%	8.2%	14.1%
2019年春	10.8%	10.0%	9.0%	10.0%	8.8%	11.7%	11.4%	10.8%	13.6%	7.1%	13.1%
2020年夏	11.1%	9.6%	7.9%	10.3%	7.5%	11.8%	12.3%	15.5%	13.2%	10.5%	11.3%

図3 K6の得点分布（石巻市2地区全体）

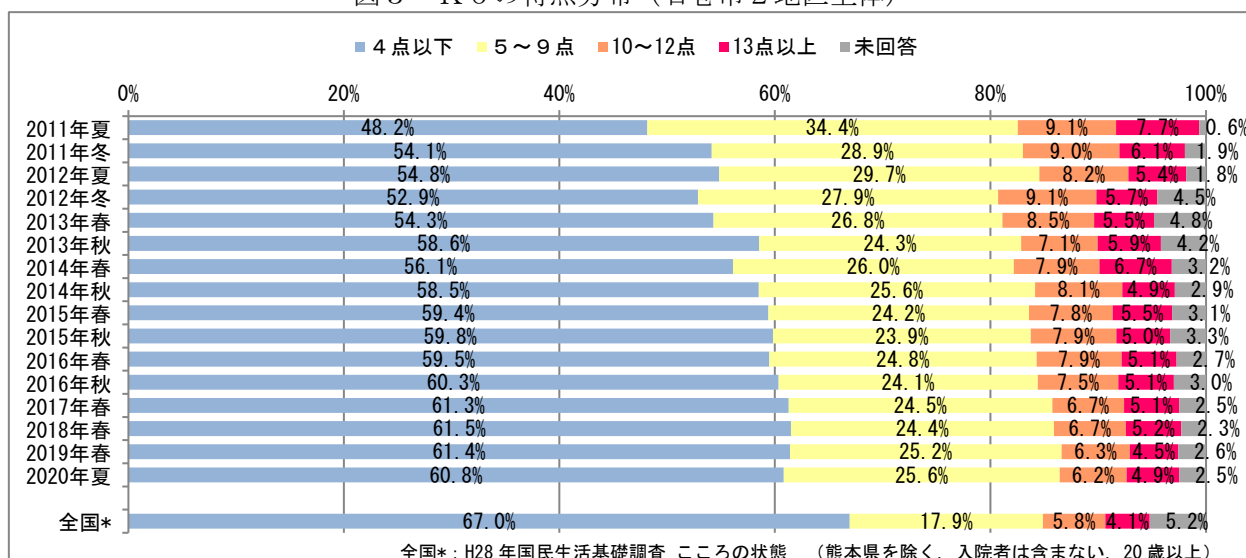


表4 心理的苦痛が高い(K6 ≥ 10点)割合 (仙台市若林区)

調査	全体	男性					女性				
		全体	44歳以下	45~64歳	65~74歳	75歳以上	全体	44歳以下	45~64歳	65~74歳	75歳以上
2011年秋	22.9%	19.3%	20.5%	21.5%	9.8%	23.3%	26.1%	24.2%	27.9%	23.5%	27.5%
2011年冬	17.5%	15.2%	15.9%	14.9%	9.3%	22.2%	19.5%	15.6%	17.3%	24.6%	21.7%
2012年夏	23.3%	24.4%	28.2%	22.6%	29.8%	17.3%	22.3%	23.6%	23.1%	21.3%	21.0%
2012年冬	18.7%	16.9%	13.3%	22.8%	11.8%	15.6%	20.4%	23.1%	21.1%	19.1%	18.3%
2013年夏	18.9%	17.9%	18.1%	21.9%	14.0%	13.7%	19.7%	15.6%	23.7%	16.2%	20.5%
2013年冬	19.8%	17.7%	16.9%	18.3%	15.4%	20.4%	21.6%	18.8%	22.3%	14.7%	29.9%
2014年夏	20.1%	17.6%	10.5%	26.3%	13.6%	16.7%	22.3%	24.1%	21.1%	11.9%	31.9%
2014年冬	18.0%	15.1%	14.3%	20.0%	6.5%	17.3%	20.7%	18.2%	20.8%	14.5%	29.7%
2015年夏	17.9%	17.2%	18.3%	22.9%	12.9%	11.8%	18.5%	13.7%	22.0%	13.2%	23.2%
2015年冬	16.9%	16.2%	15.9%	17.8%	11.7%	19.2%	17.5%	12.7%	22.1%	15.1%	18.1%
2016年夏	17.1%	15.9%	22.6%	16.9%	9.1%	13.7%	18.1%	12.7%	22.2%	11.9%	23.3%
2016年冬	17.3%	14.0%	17.5%	16.9%	10.2%	10.2%	20.1%	19.0%	17.2%	19.4%	25.0%
2017年秋	14.6%	12.8%	10.2%	16.0%	10.5%	13.0%	16.1%	15.3%	16.3%	10.6%	22.1%
2018年秋	15.8%	11.3%	8.6%	13.8%	8.5%	14.3%	19.6%	18.4%	22.8%	10.4%	25.0%
2019年秋	14.8%	12.1%	11.5%	9.8%	16.9%	9.8%	17.2%	15.6%	21.0%	11.3%	18.6%
2020年秋	15.9%	14.0%	12.3%	11.7%	21.7%	10.0%	17.5%	24.4%	20.7%	10.9%	15.9%

図4 K6の得点分布 (仙台市若林区全体)

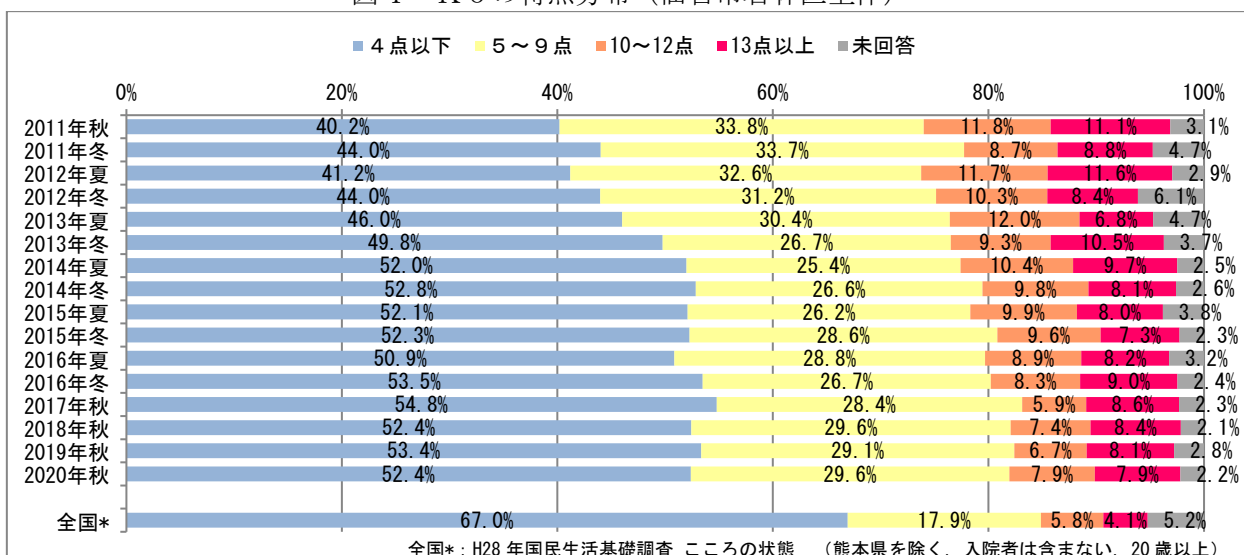


表5 思い出したくないのに、そのことを思い出したり、夢に見る人の割合 (石巻市2地区)

調査	全体	男性					女性				
		全体	44歳以下	45~64歳	65~74歳	75歳以上	全体	44歳以下	45~64歳	65~74歳	75歳以上
2011年夏	37.3%	32.0%	14.8%	27.7%	35.9%	43.1%	41.5%	31.7%	34.5%	47.4%	51.4%
2011年冬	36.1%	30.3%	14.9%	25.2%	33.7%	37.3%	40.4%	29.3%	31.3%	46.3%	51.7%
2012年夏	32.7%	29.4%	20.0%	20.1%	31.5%	40.2%	35.2%	28.8%	27.2%	40.4%	42.4%
2012年冬	31.2%	26.6%	14.8%	25.6%	26.7%	34.5%	34.7%	22.8%	29.2%	43.6%	39.7%
2013年春	28.4%	25.1%	16.1%	23.2%	26.0%	31.7%	31.1%	23.0%	25.4%	36.0%	37.3%
2013年秋	26.8%	23.2%	13.2%	19.5%	25.8%	33.2%	29.8%	20.9%	22.7%	35.9%	37.9%
2014年春	25.5%	21.5%	13.8%	17.7%	23.1%	30.4%	28.7%	18.2%	20.8%	32.8%	40.7%
2014年秋	24.4%	21.3%	13.8%	16.6%	21.9%	32.5%	27.0%	15.3%	19.2%	31.7%	38.0%
2015年春	23.2%	20.3%	13.5%	14.9%	21.3%	30.6%	25.7%	15.6%	19.7%	27.2%	36.8%
2015年秋	21.4%	19.2%	11.0%	13.7%	22.4%	28.6%	23.1%	14.5%	17.0%	26.4%	31.6%
2016年春	19.8%	17.9%	10.8%	11.1%	21.6%	26.4%	21.4%	15.6%	16.4%	22.3%	28.4%
2016年秋	20.6%	18.8%	8.6%	13.8%	20.8%	29.8%	22.0%	9.7%	13.2%	25.7%	34.0%
2017年春	19.4%	17.8%	10.3%	14.8%	19.8%	23.8%	20.6%	10.3%	13.6%	23.6%	29.3%
2018年春	17.7%	16.0%	7.0%	14.4%	16.5%	22.6%	19.2%	14.0%	12.1%	17.8%	27.9%
2019年春	18.6%	16.9%	7.5%	14.1%	16.8%	25.4%	19.9%	11.3%	14.9%	19.9%	27.6%
2020年夏	16.9%	19.9%	5.8%	11.2%	12.1%	23.9%	19.0%	12.4%	11.2%	19.6%	26.9%

図5 思い出したくないのに、そのことを思い出したり、夢に見る（石巻市2地区全体）

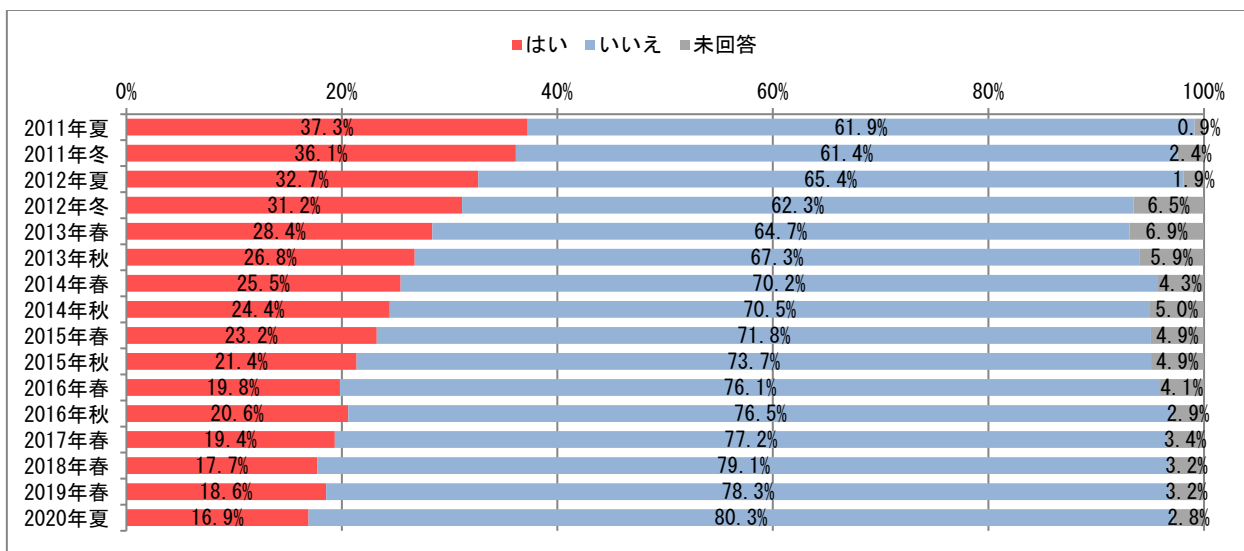


表6 思い出したくないのに、そのことを思い出したり、夢に見る人の割合（仙台市若林区）

調査	全体	男性					女性				
		全体	44歳以下	45～64歳	65～74歳	75歳以上	全体	44歳以下	45～64歳	65～74歳	75歳以上
2011年秋	39.3%	36.1%	30.1%	34.6%	37.3%	48.8%	42.2%	41.9%	38.5%	42.6%	47.8%
2011年冬	35.0%	34.8%	33.3%	32.5%	29.6%	48.9%	35.3%	23.4%	37.0%	40.6%	37.7%
2012年夏	36.3%	31.8%	20.5%	31.5%	31.6%	50.0%	40.4%	25.5%	35.5%	50.0%	48.1%
2012年冬	29.1%	26.2%	18.3%	25.0%	31.4%	33.3%	31.6%	19.2%	28.4%	41.2%	36.7%
2013年夏	31.4%	29.8%	23.6%	29.5%	35.1%	33.3%	32.7%	25.0%	30.7%	35.1%	39.7%
2013年冬	30.3%	26.6%	18.2%	27.5%	27.7%	35.2%	33.6%	21.7%	36.4%	37.3%	36.4%
2014年夏	27.7%	25.0%	8.8%	26.3%	23.7%	43.8%	30.0%	22.2%	33.3%	20.9%	40.3%
2014年冬	26.1%	23.7%	12.9%	21.1%	25.8%	40.4%	28.3%	13.6%	31.7%	29.0%	37.5%
2015年夏	26.0%	23.4%	15.0%	22.9%	22.6%	35.3%	28.5%	23.5%	30.5%	26.5%	31.9%
2015年冬	22.5%	19.9%	8.7%	12.2%	23.3%	44.2%	24.8%	17.5%	23.2%	23.3%	34.7%
2016年夏	21.6%	21.9%	9.7%	19.3%	21.8%	41.2%	21.4%	12.7%	22.2%	16.4%	31.5%
2016年冬	25.4%	21.1%	14.0%	15.6%	15.3%	44.9%	29.1%	19.0%	28.7%	25.0%	41.7%
2017年秋	21.8%	19.8%	8.5%	23.5%	21.1%	26.1%	23.7%	13.6%	26.7%	18.2%	33.8%
2018年秋	23.0%	20.6%	8.6%	20.0%	22.0%	32.1%	25.1%	14.3%	25.3%	25.4%	31.3%
2019年秋	21.1%	17.7%	8.2%	13.1%	22.0%	29.4%	24.1%	6.7%	17.3%	27.4%	37.2%
2020年秋	18.5%	14.0%	3.1%	13.3%	13.3%	30.0%	22.3%	9.8%	23.2%	17.2%	31.7%

図6 思い出したくないのに、そのことを思い出したり、夢に見る（仙台市若林区全体）

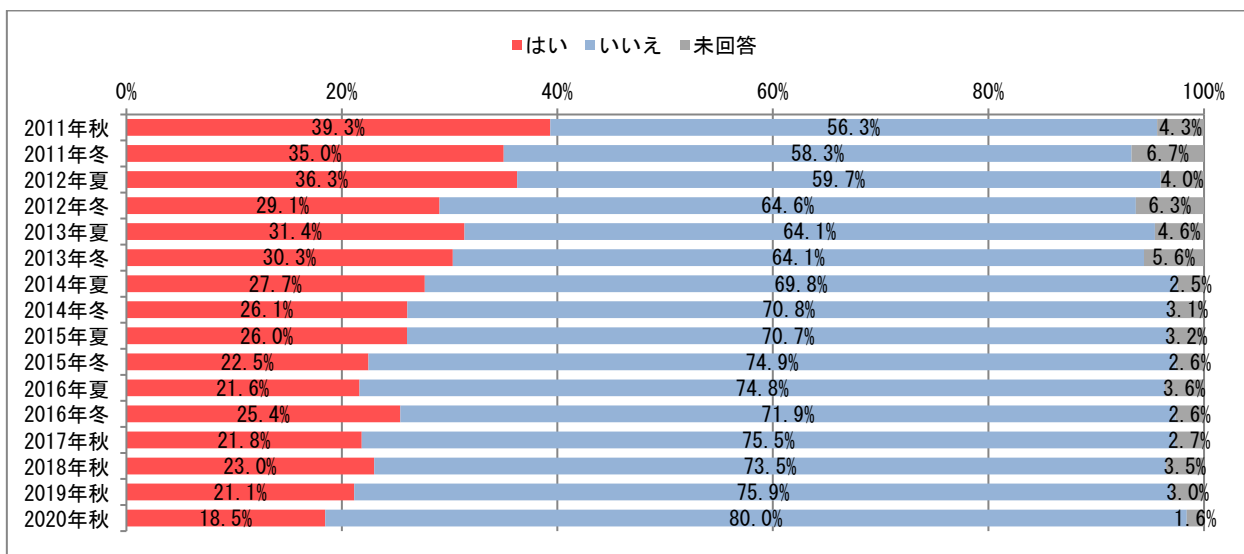


表7 思い出すとひどく気持ちが動揺する人の割合（石巻市2地区）

調査	全体	男性				女性					
		全体	44歳以下	45～64歳	65～74歳	75歳以上	全体	44歳以下	45～64歳	65～74歳	75歳以上
2011年夏	35.5%	27.8%	13.1%	26.8%	25.7%	39.8%	41.7%	31.7%	36.3%	47.9%	47.9%
2011年冬	32.5%	24.3%	17.0%	17.7%	27.0%	31.0%	38.5%	34.5%	35.5%	39.9%	43.0%
2012年夏	29.3%	23.5%	20.0%	20.6%	24.8%	26.3%	33.8%	22.7%	30.1%	36.4%	39.5%
2012年冬	29.0%	23.0%	15.7%	18.6%	28.9%	26.2%	33.7%	24.7%	34.3%	38.3%	33.2%
2013年春	25.2%	20.9%	13.7%	20.3%	25.2%	22.0%	28.7%	23.0%	27.0%	30.4%	32.4%
2013年秋	24.0%	18.6%	11.3%	16.7%	22.0%	23.6%	28.4%	19.1%	26.8%	32.2%	32.7%
2014年春	23.9%	19.3%	11.8%	18.0%	23.5%	22.4%	27.7%	15.5%	25.6%	29.9%	36.1%
2014年秋	21.7%	16.3%	10.2%	15.3%	17.8%	20.9%	26.1%	15.8%	23.6%	29.9%	31.2%
2015年春	21.0%	16.1%	7.2%	16.5%	18.4%	20.1%	25.0%	16.9%	23.8%	24.1%	32.2%
2015年秋	19.1%	15.2%	11.0%	12.7%	14.8%	21.7%	22.3%	15.0%	19.9%	22.5%	28.9%
2016年春	18.1%	14.9%	10.4%	11.8%	16.8%	19.4%	20.7%	15.1%	19.2%	22.3%	23.9%
2016年秋	18.9%	15.9%	10.5%	13.1%	17.7%	21.3%	21.3%	10.6%	18.9%	23.5%	27.7%
2017年春	17.2%	15.4%	8.9%	14.0%	16.8%	19.9%	18.6%	13.4%	16.5%	16.4%	24.7%
2018年春	16.8%	14.5%	7.5%	13.2%	15.7%	19.0%	18.7%	12.1%	17.4%	17.8%	23.4%
2019年春	16.4%	12.7%	7.5%	12.0%	11.3%	17.6%	19.4%	14.1%	15.6%	19.6%	24.6%
2020年夏	15.7%	12.7%	7.4%	9.9%	12.6%	18.3%	18.1%	14.0%	13.8%	20.0%	21.8%

図7 思い出すとひどく気持ちが動揺する（石巻市2地区全体）

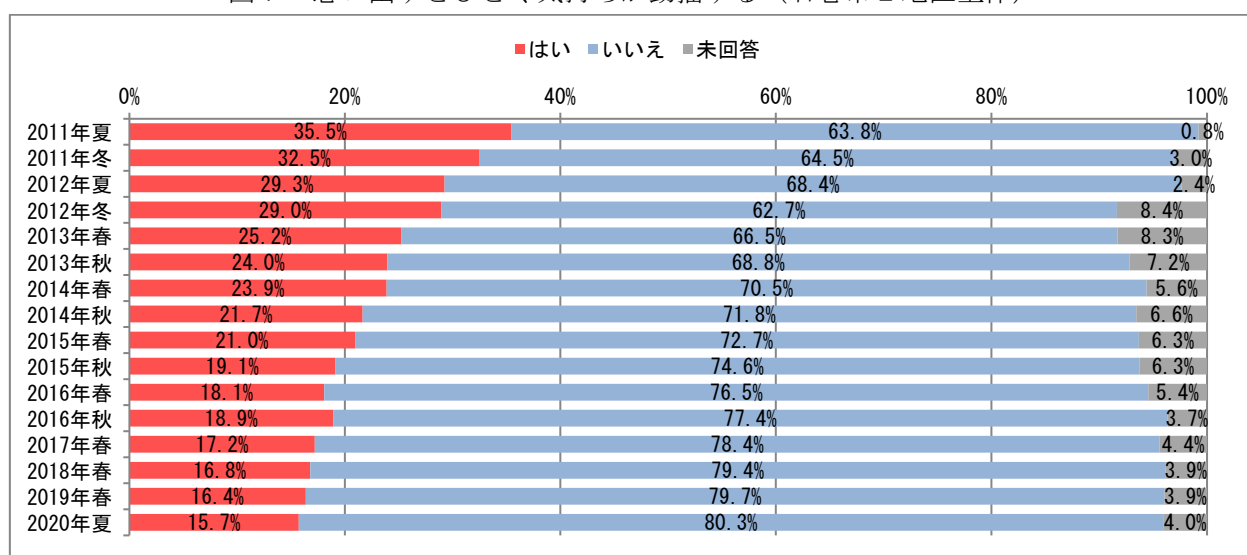


表8 思い出すとひどく気持ちが動揺する人の割合（仙台市若林区）

調査	全体	男性				女性					
		全体	44歳以下	45～64歳	65～74歳	75歳以上	全体	44歳以下	45～64歳	65～74歳	75歳以上
2011年秋	37.3%	30.3%	27.4%	29.0%	27.5%	41.9%	43.6%	32.3%	49.0%	42.6%	46.4%
2011年冬	35.5%	31.2%	29.0%	28.9%	27.8%	44.4%	39.2%	31.3%	38.6%	44.9%	42.0%
2012年夏	34.9%	29.3%	20.5%	35.5%	24.6%	32.7%	40.1%	30.9%	38.0%	48.8%	40.7%
2012年冬	29.4%	22.2%	15.0%	20.7%	31.4%	24.4%	36.0%	28.8%	31.6%	47.1%	36.7%
2013年夏	30.2%	23.5%	16.7%	25.7%	26.3%	25.5%	36.1%	25.0%	37.7%	44.6%	34.6%
2013年冬	30.0%	24.3%	16.9%	28.4%	23.1%	27.8%	35.1%	29.0%	34.7%	37.3%	39.0%
2014年夏	30.0%	23.8%	17.5%	23.8%	20.3%	35.4%	35.3%	27.8%	35.6%	28.4%	47.2%
2014年冬	25.9%	21.1%	11.4%	23.2%	14.5%	38.5%	30.3%	21.2%	35.6%	26.1%	35.9%
2015年夏	26.2%	19.9%	16.7%	20.5%	16.1%	27.5%	32.2%	23.5%	39.0%	29.4%	33.3%
2015年冬	24.4%	18.8%	15.9%	11.1%	18.3%	36.5%	29.4%	17.5%	29.5%	32.9%	36.1%
2016年夏	24.1%	21.5%	14.5%	22.9%	10.9%	39.2%	26.4%	16.4%	18.5%	31.3%	38.4%
2016年冬	23.2%	17.8%	14.0%	14.3%	13.6%	32.7%	27.7%	27.6%	26.4%	25.0%	31.9%
2017年秋	22.0%	18.1%	6.8%	19.8%	17.5%	30.4%	25.4%	22.0%	30.2%	16.7%	30.9%
2018年秋	21.4%	16.0%	5.2%	16.9%	15.3%	26.8%	26.2%	20.4%	32.9%	16.4%	31.3%
2019年秋	19.6%	18.5%	9.8%	21.3%	23.7%	19.6%	20.4%	11.1%	24.7%	19.4%	22.1%
2020年秋	18.3%	13.6%	6.2%	11.7%	20.0%	18.0%	22.3%	9.8%	22.0%	23.4%	28.0%

図8 思い出すとひどく気持ちが動揺する（仙台市若林区全体）

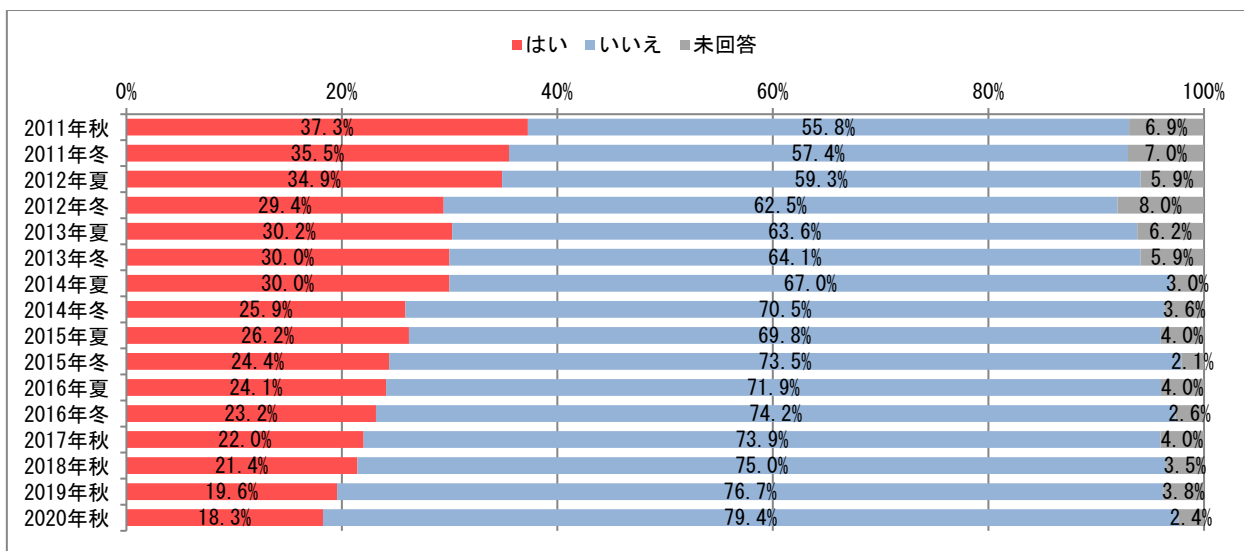


表9 思い出すと、体の反応が起きる人の割合（石巻市2地区）

調査	全体	男性					女性				
		全体	44歳以下	45～64歳	65～74歳	75歳以上	全体	44歳以下	45～64歳	65～74歳	75歳以上
2011年夏	12.6%	9.4%	3.3%	8.9%	10.8%	11.4%	15.3%	8.5%	16.1%	16.4%	15.8%
2011年冬	11.7%	7.2%	2.1%	4.1%	9.6%	9.5%	15.0%	17.2%	13.9%	13.3%	18.5%
2012年夏	10.5%	8.6%	9.1%	3.9%	8.8%	13.4%	12.0%	9.1%	12.0%	10.7%	14.6%
2012年冬	9.6%	6.0%	1.7%	6.2%	5.3%	8.7%	12.4%	12.7%	14.6%	11.0%	10.9%
2013年春	9.8%	8.1%	4.3%	6.8%	12.0%	8.2%	11.1%	11.2%	11.4%	12.4%	9.6%
2013年秋	9.2%	6.0%	6.6%	4.3%	7.2%	6.6%	11.9%	10.7%	10.5%	12.3%	13.9%
2014年春	9.3%	7.6%	6.7%	6.3%	7.8%	9.6%	10.8%	10.0%	9.7%	11.3%	12.0%
2014年秋	8.2%	5.4%	4.1%	5.5%	4.8%	6.8%	10.6%	9.4%	9.1%	10.3%	13.4%
2015年春	8.4%	5.6%	4.8%	5.3%	6.0%	6.1%	10.8%	11.7%	9.9%	8.9%	12.7%
2015年秋	7.7%	5.8%	6.7%	3.8%	4.7%	8.7%	9.2%	8.8%	8.6%	7.2%	11.8%
2016年春	8.3%	6.7%	4.7%	4.2%	6.6%	10.8%	9.7%	7.1%	9.2%	10.0%	11.2%
2016年秋	7.6%	5.0%	2.9%	3.3%	6.0%	7.4%	9.6%	8.0%	8.7%	7.0%	13.4%
2017年春	7.7%	6.1%	5.2%	7.2%	5.3%	6.5%	8.9%	6.7%	9.1%	7.9%	10.7%
2018年春	6.0%	4.8%	3.5%	4.9%	4.8%	5.6%	7.0%	7.2%	5.0%	5.7%	9.4%
2019年春	6.6%	5.0%	3.0%	5.4%	4.6%	6.2%	7.8%	8.5%	6.6%	6.8%	9.1%
2020年夏	6.4%	4.9%	4.2%	3.9%	4.6%	6.2%	7.7%	5.7%	6.9%	8.4%	8.7%

図9 思い出すと、体の反応が起きる（石巻市2地区全体）

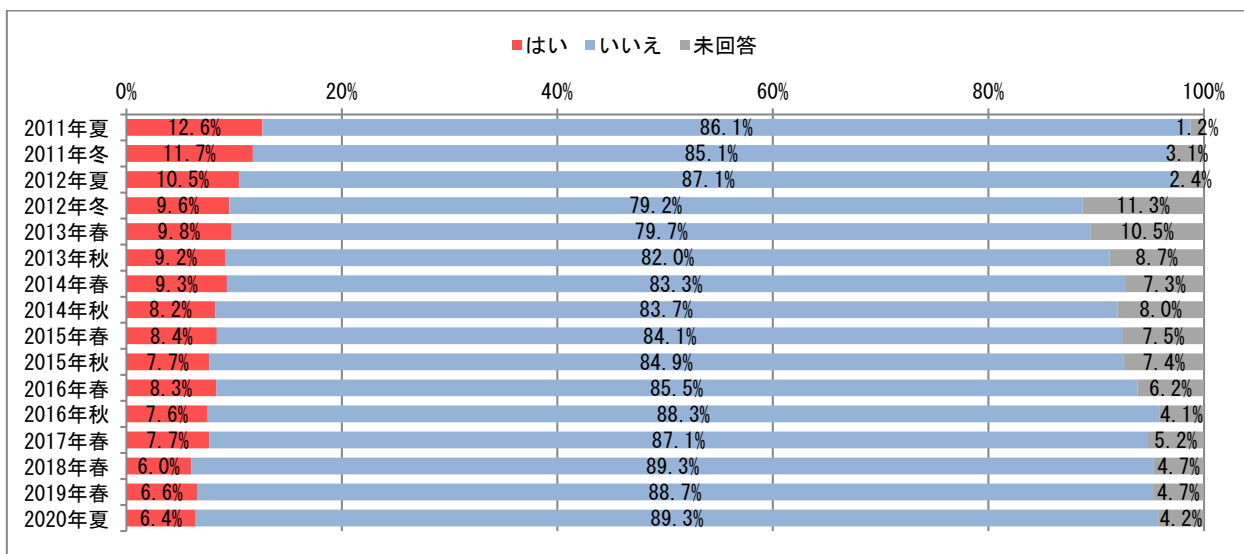


表 10 思い出すと、体の反応が起きる人の割合（仙台市若林区）

調査	全体	男性				女性					
		全体	44歳以下	45～64歳	65～74歳	75歳以上	全体	44歳以下	45～64歳	65～74歳	75歳以上
2011年秋	16.5%	12.8%	5.5%	15.0%	7.8%	25.6%	19.8%	16.1%	20.2%	19.1%	23.2%
2011年冬	15.5%	12.4%	15.9%	8.8%	3.7%	26.7%	18.2%	14.1%	19.7%	18.8%	18.8%
2012年夏	16.7%	10.3%	6.4%	10.5%	8.8%	17.3%	22.6%	23.6%	18.2%	30.0%	21.0%
2012年冬	14.5%	9.3%	5.0%	8.7%	13.7%	11.1%	19.3%	17.3%	18.9%	23.5%	16.7%
2013年夏	13.8%	10.9%	6.9%	11.4%	8.8%	17.6%	16.4%	14.1%	20.2%	14.9%	14.1%
2013年冬	13.9%	11.1%	5.2%	14.7%	6.2%	18.5%	16.4%	14.5%	17.4%	24.0%	9.1%
2014年夏	12.3%	9.0%	3.5%	12.5%	3.4%	16.7%	15.2%	11.1%	20.0%	11.9%	15.3%
2014年冬	13.0%	10.0%	5.7%	11.6%	3.2%	21.2%	15.7%	13.6%	15.8%	15.9%	17.2%
2015年夏	13.3%	11.7%	8.3%	15.7%	6.5%	15.7%	14.8%	11.8%	18.3%	10.3%	17.4%
2015年冬	11.1%	8.1%	8.7%	4.4%	6.7%	15.4%	13.9%	12.7%	15.8%	15.1%	11.1%
2016年夏	10.4%	7.6%	3.2%	7.2%	7.3%	13.7%	13.0%	9.1%	14.8%	13.4%	13.7%
2016年冬	11.3%	6.6%	5.3%	5.2%	5.1%	12.2%	15.2%	15.5%	21.8%	9.7%	12.5%
2017年秋	12.5%	9.5%	3.4%	12.3%	3.5%	19.6%	15.1%	15.3%	20.9%	10.6%	11.8%
2018年秋	11.7%	8.0%	5.2%	7.7%	8.5%	10.7%	14.9%	10.2%	20.3%	10.4%	16.3%
2019年秋	10.3%	7.3%	3.3%	6.6%	11.9%	7.8%	12.8%	13.3%	14.8%	12.9%	10.5%
2020年秋	9.5%	5.5%	1.5%	8.3%	5.0%	8.0%	13.0%	9.8%	18.3%	6.3%	14.6%

図 10 思い出すと、体の反応が起きる（仙台市若林区全体）

