

# 東日本大震災による乳幼児の心的外傷及び関連障害の実態について

—発見されにくいトラウマを抱えた幼い子どもたちへの児童精神医学的介入と実践的なケアの構築の検討—

本間博彰、小野寺滋実、高田美和子、吉田弘和、高橋太志  
(宮城県子ども総合センター)

## <要 旨>

歴史的な大震災であった東日本大震災の直撃を受けた乳幼児の心的外傷性精神障害について症状の概略及び障害の経過を調査検討した。

【対象】：震災直後に著者らのセンターに編成した心のケアチームが市町の母子保健活動と連携して関わりを持った72名の乳幼児、および津波や津波火災などの生命に危機的な直撃を受けた保育所の乳幼児42名である。

【結果】：急性期は日常生活全般に不安や恐怖感を内包した症状や行動が多発していた。また、被災直後から解離症状を有する子どもが多く存在していたが、この解離症状については「変だ、おかしい」、と感じながらも見過ごすことが多かった。災害後期の4年目に至ると、被災当時2歳から3歳の子どもが保育所年長児、小学校入学となるが、集団場面で落ち着かず、衝動抑制の欠如、他児と相互的に関わることができない子どもが増えている。被災地ではこうした子どもを含め発達障害を疑われる小学生の相談が増加している。心的外傷性精神障害の経過については、1年目は50%の子どもに残存しており、3年6か月を経た時点では14%の子どもにこうした精神的問題が残存していた。小学校に進んだ子どもたちの中には精神的な問題で学校生活などに支障をきたすほどの状態にある子どもも出現しており、震災が乳幼児期の子どもにおよぼす影響は決して少なくないことが明白となった。

<キーワード> 東日本大震災、乳幼児、PTSD、心的外傷性精神障害、震災長期予後

## 【はじめに】

日本は世界の中でも自然災害の最も頻発する国の一つであることや、20年前の日本の大都市を襲った阪神淡路大震災の経験から、災害時のメンタルヘルス対策はずいぶん進み、今ではこの領域においては世界のトップレベルにある。災害発生時には心のケアのために全国からメンタルヘルスのチームが直ちに被災地に派遣されるようになった。DMAT (Disaster Medical Assistance Team: 災害派遣医療チーム) の活躍ぶりは被災地の人々ならず全国で固唾をのんで被災地を見守って

きた国民に少なからぬ安堵の感情を与えてきた。また平成26年8月に発生した広島市の土砂災害では、このDMATに倣い、急性期の心のケアを担当するDPAT (Disaster Psychiatric Assistance Team: 災害派遣精神医療チーム) が初めて登場した。

子どもも成人と同様に心の外傷を被ることがようやく知られるようになった。しかしながら子どもを対象にした実際的な心のケア対策はまだ緒に就いたばかりである。災害時の子どもの心的外傷に対して、本格的に研究が行われるようになったのは、2001年9月11

日に発生した米国同時多発テロ事件のあとと  
言われている。

年齢をさらにさかのぼり、幼い子どもの場  
合、成人と同じように心の外傷を受けるのだ  
ろうか、どんな状態になるのだろうか、どん  
な症状を出すのだろうか、どのような経過を  
たどるのだろうか、この疑問についてはいま  
だ見るべき答えが得られていない。その反対  
に、淡い期待を込めてか、幼い子どもは PTSD

(Post Traumatic Stress Disorder : 心的外  
傷) にならないのではないかという根拠のな  
い憶測を信じている人も少なくない。子ども  
たち、特に乳幼児は急速に発達する時期にあ  
ることから、災害が彼らの発達にどのような  
影響を与えるか、子どもの災害対策に関わる  
人々にはとても平気ではいられない課題でも  
ある。また、この度のような大災害において  
は長期化することが想定されるのであるが、  
災害後期の心の問題の内容とそれに対する対  
応についてもある程度の知見を得ておかな  
なくてはならない。

東日本大震災は数百年に一度と言われる大  
災害となった。この東日本大災害では、心の  
ケアの必要性が一定の認識を得ている中での  
災害であったことから、現場では心のケアに  
力を入れた取り組みがなされていた。子ども  
に対しても同様に、震災直後から保育士や教  
師の多くが子どもに目を配っていた。そのた  
め心の問題を抱える子どもに関する彼らの気  
づきは、子どもが災害にどのように対処しよ  
うとしていたのかを知るための、さらには今  
後の災害への取り組みを考えるうえでの重要  
な情報を含んでいたことも確かであった。東  
日本大震災は前述した課題や学ぶべき多くの  
教訓を含んでいるが、本研究はその中の一つ  
である乳幼児に対する震災の影響と心の問題  
の経過を検討した。

#### 【調査研究の対象と方法について】

災害は様々な心の問題を発生させ、PTSD

はその中の代表格に当たるが、Trauma のた  
めに精神障害に至っている場合でも PTSD の  
診断基準に該当しない問題もある。また  
PTSD が子どもに対してどこまで適用でき  
るについても議論がある<sup>(5)</sup>。こうした理由の  
ため、本研究では PTSD を中心におきながら  
Trauma を背景にした他の心の問題を含めて、  
これらを心的外傷性精神障害として扱うこと  
とした。

#### (1) 研究対象

著者らは震災直後から子どもの心のケアチ  
ームを編成して甚大な影響を受けた幼稚園や  
保育所に対する精神医学的支援に取り組んだ。  
この活動を通じて多くの乳幼児と関わること  
になり、本研究では次の二つの活動に関わ  
った乳幼児を対象とした。

#### ① 心のケアチームが介入した乳幼児

震災後の1年間に心のケアチームが取り組  
んだ子どもたちの中の乳幼児を対象にした。  
被災地の市町の母子保健活動と連携して保健  
師と協働してケアを提供した乳幼児である。  
平成23年から1年間の期間に72名が心のケ  
アチームの介入を受けた。これを表1に示す。

表1 心のケアチームが介入した乳幼児

	H23年 前半		H23年 後半		計
	男	女	男	女	
乳幼児	14	17	5	4	40
幼児	10	8	13	1	32
計	24	25	18	5	72

これら72名について急性期および中・後  
期にどのような症状や行動を呈していたかを  
検討した。この表で乳幼児は3歳以下、幼児  
は4歳から6歳までの子どもを表している。

#### ② 生命危機的な事態に巻き込まれた保育所 の乳幼児

もう一つの対象は同時的に連続する複数の Trauma events(心的外傷性出来事)に巻き込まれた保育所の乳幼児である。彼らはこの度の地震の際に、指定された避難所で津波や火災など深刻な Trauma

events を近距離で経験した。表 2 に示したように、保育所通所中に被災した 71 名の乳幼児のうち調査に協力してくれた 42 名について長期的な調査を行った。

表 2 生命危機的な事態に巻き込まれた保育所の乳幼児

被災時年齢 (27年度の学年)	調査対象者 (男女比)	住居の 大規模被災
5歳児クラス(5年生)	14名(7/7)	4名
4歳児クラス(4年生)	9名(3/6)	4名
3歳児クラス(3年生)	13名(7/6)	2名
2歳児クラス(2年生)	3名(1/2)	無し
1歳児クラス(1年生)	3名(3/0)	1名
計	42名(21/21)	11名

なお、対象とした子どもたちは、すべてが保育所で被災し、所定の避難所でその後 2 日から 3 日間にわたって死と向かい合うような深刻な事態の中を生き延びてきた子どもたちである。家屋の被害も著しく 26% の子どもが家屋を失っていた。すなわち同質で同程度の Trauma events に暴露した乳幼児を対象としている。

(2) 調査方法について

子どもたちの症状や経過を把握するためには、保育所在園中の所見や情報のみならず卒園した子どもの進学した小学校での学校生活についても把握する必要があり、進学先の小学校の協力を得て調査を行った。また保育所に対しては震災の約 6 か月後から継続してコンサルテーションによる支援をもとに継続的に関わり、2 年目に入ってから卒園した子どもたちが進学した小学校 5 校に対して学校コンサルテーションを行い、以後現在まで卒園した子どもたちの経過観察を続けてきた。このようなアウトリーチにより保育所や学校などの生活場面で子どもたちを観察し、また保育士や教師

の気づきや所見を検討することにより、症状と経過の調査を行った。

【結果】

(1) 災害時の乳幼児の症状

③ 急性期の乳幼児の症状について

乳幼児は急性期の時期にどのような症状(徴候)を呈したのか。この年齢の子どもたちは心の中の状態を言葉で表出しないで行動や態度で表出する。表 3 は表 1 の対象児が急性期に示した行動と態度を抜き出したものである。急性期には子ども達は日常生活全般に対して、高い緊張感、不安、恐怖感を内包した症状や行動が多発していた。また、保育士の陳述を検討すると、被災直後から解離症状を呈する子どもが多く存在していたと考えられる。解離は極度のストレスに対する異常反応であるばかりではなく、辛苦の中で意識を変容させることにより苦痛やさらなる混乱から彼らを保護する役割を果たしていたものと考えられた。しかしながら解離症状については現場の保育士たちは変だ、おかしい、と感じながら、見過ごされることが多かったようである。

表 3 急性期に乳幼児に多く見られた行動と態度

① 津波・地震などをテーマにした遊び (Post traumatic play)
② 退行 (おもらし、着替えを嫌がる)
③ 睡眠障害 (日中もちよとした音などの刺激で目を覚ます)
④ ボーとしている、声掛けに反応が鈍い (解離、回避、没入)
⑤ 発汗、心悸亢進
⑥ 不機嫌 (イライラ)
⑦ 落ち着かず、多動
⑧ 失声や吃音
⑨ 愛着行動の賦活 (親にくっつきたがる、離れない)

② 中期から後期の時期の症状

中期や後期においても表 3 で示した症状や行動が見られていたが、この時期は表 4 に示した症状が付け加わっていた。この時期は親の生活再建に向けた取り組みが多忙になる時期で、急性期と比し子どもに手を

かける時間のない状態が多くなる。また親にとって中期・後期特有の心理状態に置かれることから子どもの支持的機能が低下する。これらの要因が子どもの表す行動や態度に大きく関わる。

表 4 中期・後期の時期に乳幼児に多く見られた行動と態度

⑩ 外的な刺激への過度な警戒心と不安 (地震や降雨などに)
⑪ 癩癢や乱暴傾向
⑫ トイレを怖がる
⑬ 風呂、洗髪を極度に嫌がる (+津波への恐怖感の表れ)
⑭ 外出を嫌がる (外の世界が怖くなった、安心できない)
⑮ 悪夢 (夜驚症)
⑯ 兄弟げんか (親の取り合いのための)

(2) 乳幼児期の心的外傷性障害について

表 3 と表 4 の行動や態度を乳幼児の精神障害の分類 (DC 0-3) の PTSD の基準に倣うと表 5 のようにまとめることができる<sup>(7)</sup>。

表 5 乳幼児期の心的外傷性障害について

1. 再体験反応 ①⑬⑮
2. 解離、回避、応答性の鈍磨 ④⑧⑭
3. 過覚醒 ③⑥⑦⑩⑪
4. 関連する臨床徴候 ②⑤⑨⑫⑯

(3) 乳幼児の精神医学的問題の経過

災害による心的外傷性精神障害の時間経過について調査を行った。震災の影響を受けて PTSD 等の問題を呈した保育所の子どもの数値を表 4 に示した。ここで用いた PTSD 等の疾患とは、DSM-5 による PTSD の他に震災の直接的影響による強度の不安や恐怖症状を発した病態を含む<sup>(1)(2)</sup>。表は、被災時の年齢を 5 歳児クラス、4 歳児クラス、3 歳児クラスで表し、それぞれのクラスの在籍していた子どもについて、初年度に PTSD 等の状態にあった人数および 3 年 6 ヶ月時点で PTSD 等 (心的外傷性精神障害) の状態にあった人数を示したもの

である。

表 6 PTSD 等の疾患状態の子ども

被災時年齢 (H27年度の学年)	1年6ヶ月時点	3年6ヶ月時点
	PTSD等の人数	PTSD等の人数
5歳児クラス(5年生)	8/14	3/14
4歳児クラス(4年生)	4/9	1/9
3歳児クラス(3年生)	7/13	2/13
2歳児クラス(2年生)	1/3	0/3
1歳児クラス(1年生)	1/3	0/3
計	21/42 (50%)	6/42 (14%)

1年6ヶ月時点で PTSD 等の心的外傷性精神障害は調査のできた 42 名中 21 名に、50%に認められた。3年6ヶ月時点では 6 名にまで減少した。約 14%の子どもがこの状態にあった。

#### 【考察】

災害による乳幼児期の子どもの精神面に対する影響を正確に把握することには多くの困難を伴う。その理由として、乳幼児期の子どもに被災時の体験が言語記憶として認知されるか不確かであること、あるいは体験を表出するだけの言語能力が育っていない子どもから研究に必要な所見を得ることの問題がある<sup>(5)</sup>。この壁に対応するため、継続的な相談活動を通じた長期的な経過観察結果、およびコンサルテーションを通しての保育士や教師などの養育者の気づきや所見をもとに検討することとした。

#### (1) 乳幼児期の子どもの呈する症状の特徴

幼稚園や保育所の子どもたちが呈していた症状について考察をする。災害急性期から中期の時期は、「ボーっとしている」、「落ち着きなく多動である」、「職員を独り占めたがる」、「一人でいられない(トイレに

いけない)」、「地震や津波などの遊びに耽る」、「怖がり」、などといった恐怖感や不安など多彩な症状が出現していた。症状は災害のステージとともに変化し、中期の時期は明らかな再体験症状を訴える子どもが出現していたが、恐怖感の持続、衝動性の亢進、集中力の低下、退行といった症状もしばしば認められていた。つまり多彩な症状によって病態が構成されていた。

乳幼児期の子どもでは、心的外傷体験を言語で認知的カテゴリー化することができないだけでなく、その体験を言語で表出することも困難であったと考えられる。そのため言語に替わって態度や行動による症状が主となり、そのため症状が多彩となり、かつ症状が分かりにくいといった特徴が認められた。この特徴のために、現場では精神面に問題のある子どもを把握することが難しかったようである。これらの子どもは発達障害を疑われることが多く、小学生になると発達の相談として、コンサルテーションの場の上ってくるものがしばしばであった。言葉で表出できる記憶のみならず、認知や情動統制の問題など多領域の精神機能に影響が及んでいる可能性が疑われた。

(2) 心的外傷性精神障害の経過について PTSD 等の心的外傷性精神障害の経過については、津波や火災など生命的な危機と

なる衝撃を至近距離で受けた子どもたちの所属する保育所の子ども1年目のPTSD等の疾患の割合は53%であった。3年6か月を経た時点では19%の子どもにPTSD等の精神的問題が残存していた。学校に進んだ子どもたちの中には精神的な問題で学校生活などに支障をきたすほどの状態にある子どもも認められた。つまり、乳幼児期の子どもに対する影響は決して少なくないことが明白であった。

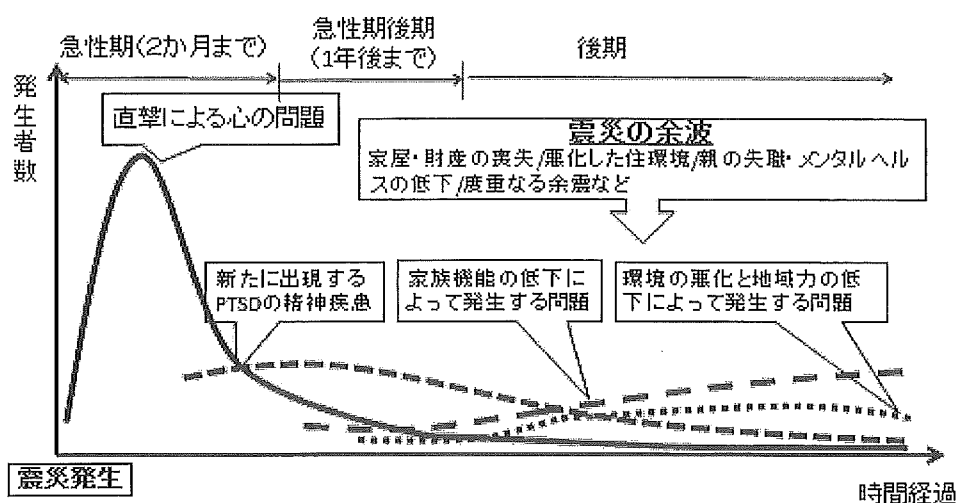
時間の経過とともに心的外傷性精神障害は確実に減少することも明らかであったが、3年6か月時点で日常生活に支障をきたす状態にある子どもは14%認められ、災害の影響の深刻さをうかがわせる。

## (2) 災害の影響の深刻さ

震災から4年が経つと震災当時に保育所や幼稚園の5歳児クラスの子どものもすでに5年生になる。震災は自然の猛威の直撃による心的外傷受傷のみならず復興期の親の生活の悪化や親のメンタルヘルスの悪化などの影響による精神病理が付け加わる。後者は災害余波と言われる影響の一つであり、子どもの成育環境に十分な注意を払ってこそ震災の子どもに対する影響についての理解が得られる。

乳幼児期の子どもが震災発生から3年6か月後までの期間に呈した精神医学的問題を時間的経過に沿って表したものが図である。

図 震災による子どもの心の問題の推移



図は急性期から後期までの時間経過に沿って心の問題の経過を概観したものである。Trauma eventsの直撃により発生した急性ストレス障害(ASD)の一部は1か月以後まで持続する場合にはPTSDの診断に移行するが、時間の経過とともに消褪する。これを実線で示した。破線は日常生活の中に存在するReminder(災害の恐怖心などを

思い出させる出来事)により誘発されるPTSDの経過を示した。間隙の大きな破線は災害後に家族が機能を低下させ養育状況が悪化して、そのことにより発生する心の問題を示した。後期の時期は、復旧の遅れた被災地は荒れた世界が広がり、多くの工事車両が地鳴りに近い音を響かせながら走る。また仮設住宅生活者はコミュニティー

の分断された地域の中で孤独に生きるの  
であるが、こうした環境の問題によって影響  
を受ける子どもの心の問題の推移を細かい  
破線で示した。被災による子どもの精神医  
学的問題には少なくとも上述した四つの問  
題によって構成される。

乳幼児期の Trauma は Complex Trauma  
あるいは Developmental PTSD に進行す  
る可能性があると言われている。これは、  
人生の初期段階で心的外傷となるストレス  
への暴露は、心の中に組み込まれるだけ  
でなく PTSD を超えて拡大するような持続  
的な後遺症にもなりうる、というもので  
ある<sup>(4)</sup>。こうした後遺症は発達の多領域へお  
よび、例えば、① 幼児期児童期の生理  
的統制機能や Attachment に対して障  
害的となり、不安や感情障害につながる。  
②何かへのこだわりを生むことになり、  
攻撃性や無力感や食行動障害などに進  
行しうる。③解離や症状の身体化及び  
代謝及び免疫不全障害等に至ることが  
ある。④思春期や成人期にいたって性  
的障害、そして再犠牲化といった問題  
へとつながることがある。こうした結  
果が発達障害を疑わせる状態を作り出  
すものと考えられる<sup>(5)</sup>。この度の巨大災  
害は地域の甚大なダメージを残したこ  
と、東北の沿岸部であったことから復  
興が大きく遅れたこと、こうした理由  
により子どもの養育環境は震災から  
4年たっても悪化したままで、この  
ことが直撃の衝撃以上に子どもたち  
の心の状態に大きく影響している。  
まさしく Complex Trauma あるいは  
Developmental PTSD に進行する状  
況のなかで子どもは発達の様々な課  
題に取り組ま

#### 【文献】

(1) American Psychiatric Association  
(2000): Diagnostic and statistical  
manual of mental disorders, Fourth  
edition, Text Revision. Washington

ざるを得ないのである<sup>(6)</sup>。家族機能が低下  
し養育状況が悪化して、そのことにより発  
生する心の問題を示した。家族機能の低下  
は児童虐待などの不適切な育児という事  
態を生む。子どもは精神的に不安定にな  
り、問題行動を呈することが多くなる。

#### 【まとめ】

東日本大震災を経験した乳幼児期の子  
どものメンタルヘルスについて検討し、  
以下の結果を得た。一つは、乳幼児期  
の子どもも震災の影響を受け、PTSD  
等の疾患を受傷し、その罹患率は少  
なくない。二つ目として、乳幼児期  
の子どもを示す症状は分かりにくく、  
見落とされやすい。日常的に子ども  
のケアに関わる職員は子どもの態度  
や行動に現れた心の問題に対する知  
識や観察眼を有していないと、心の  
問題を抱えた子どもを見落とす可  
能性が高くなる。三つ目として、  
PTSD 等の疾患の発生や経過には  
家族的問題が大きく影響していた。  
家族的問題があると PTSD 等の疾  
患のリスクが高くなるとともに遷延  
する可能性が高くなる。

外傷的な記憶は時間とともに変化する  
可能性がある。PTSD も軽度のもの  
から重度のものまであり、外傷記憶  
は時間の推移や環境の変化を受ける。  
また、災害急性期と後期では子ども  
を取り巻く環境や養育者の心のあり  
ようも大きく変わる。こうした理由  
により、災害後期においても見落と  
される症状、あるいは心的外傷に由  
来する症状として把握すべき症状  
や問題にもかかわらず見過ごされ  
る症状は少なくなかった。

DC. (高橋三郎、大野裕、染谷俊幸 訳  
(2002): DSM-IV-TR 精神疾患の診  
断・統計マニュアル. 医学書院)

(2) American Psychiatric Association  
(2013): Diagnostic and statistical

- manual of mental disorders, 5th edition. Washington DC. American Psychiatric Publishing.
- (3) Cohen JA, Mannarino AP, Deblinger E (2006) : Treating Trauma and Traumatic Grief in Children and Adolescents. The Guilford Press.
- (4) Cook A, Blaustein M, Spinazzola J, et al (ed.) (2010): Complex Trauma in Children and Adolescents: White Paper From the National Child Traumatic Stress Network Complex Trauma Task Force. Los Angeles, CA, National Child Traumatic Stress Network,2003.  
( [http://www.nctsnet.org/sites/default/files/assets/pdfs/ComplexTrauma\\_A11.pdf](http://www.nctsnet.org/sites/default/files/assets/pdfs/ComplexTrauma_A11.pdf))
- (5) Herman JL (1992) : Trauma and Recovery. Basic Books. (中井久夫訳 (1996): 心的外傷と回復. みすず書房)
- (6) Van der Kolk BA (2005): Developmental Trauma Disorder, toward a rational diagnosis for children with complex trauma histories. Psychiatric annals 35.
- (7) ZERO TO THREE (2005) : Diagnostic classification of mental health and developmental disorders of infancy and early childhood(Rev.ed.). Washington.



# 研 究 助 成

社会学・社会福祉学的研究

