

グリーンピア三陸みやこ仮設住宅住民のストレス状態と ソーシャル・キャピタルの関連性

岩手大学 学生員 ○松田 翔

岩手大学 正会員 南 正昭

岩手大学 正会員 平井 寛

1. 研究の背景・目的

2011年3月11日に発生した東北地方太平洋沖地震に伴う大地震により東日本の太平洋沿岸地域は甚大な被害を被った。それにより多くの方が被災し、応急仮設住宅での生活を余儀なくされた。震災から約2年が経とうとしている今なお、応急仮設住宅での生活は続いているという現状の中で、住民の方々は多くのストレスを抱えて生活し、そのストレスが原因で不眠等の生活疾患が引き起こされると考えられている。

ストレスと不眠に関しては、密接な関係があるということが多くの研究で示されている。一般にストレス（暑さや寒さ、人間関係、家庭生活等の外部刺激）がストレス反応（不眠や苛立ち等）を引き起こすことを総称してストレスと呼んでいる。本研究では、仮設住宅住民のストレスを明らかにすることを第一の目的とする。

第二の目的はソーシャル・キャピタルとストレスの関係を明らかにすることである。ソーシャル・キャピタルとは提唱者のロバート・パットナムによると「人々の協調活動を活発にすることによって社会の効率性を高めることが出来る『信頼』『規範』『ネットワーク』といった社会組織の特徴」のことで、簡潔に言うとな隣住民や友人との付き合いの頻度や人数、近隣住民への信頼度、地域行事への参加頻度など「人との繋がり」全てを指す言葉である。本研究では、ストレスの有無とソーシャル・キャピタル、またストレス反応である不眠の指標として睡眠満足度の有無とソーシャル・キャピタルについての関係を明らかにすることで「人との繋がり」がストレスに影響を及ぼすかどうかを明らかにする。

2. 既往研究

ソーシャル・キャピタルと不眠に関する研究は2011年に吉岡¹⁾が行っているが仮設住宅で実施された研究は見当たらない。逆に、仮設住宅でストレス・不眠に関する

研究は厚生労働省の研究班が「東日本大震災被災者の健康状態に関する調査研究」²⁾を行っているがソーシャル・キャピタルに注目した研究は見当たらない。

3. 研究の方法

(1) 調査地域の概要・調査方法

田老地区の応急仮設住宅団地は、田老地区の中心市街地から約6km北に離れた保養施設グリーンピア三陸みやこの敷地内に3か所、計407戸が設置されている。

今回の調査は応急仮設住宅へのアンケート調査を行った。アンケート項目は個人属性、ストレス、睡眠、ソーシャル・キャピタルの4項目とした。アンケート回答票数は2012年10月～11月に行った調査で計116票となった。

(2) アンケート項目について

ストレスに関する質問は、日常生活で感じるストレスに対して、「とても感じる」「ある程度感じる」「あまり感じない」「ほとんど感じない」の4段階で回答してもらった。

睡眠についての項目は、過去一カ月間の入眠障害、夜間（早朝）覚醒、熟眠障害について、「無かった」「週1回未満あった」「週2～3回あった」「週3回以上あった」で回答してもらった。

ソーシャル・キャピタルに関する項目は、近所付き合いの程度と人数、近隣住民への信頼、地域で参加している活動について質問した。付き合いの程度は「生活面での協力」「立ち話程度」「挨拶程度」「付き合いがない」の4段階、付き合いの人数は「かなり多くの人と交流がある」「ある程度の人と交流がある」「ごく少数の人とのみ交流がある」「全く交流がない」の4段階、近隣住民への信頼については「大いに頼りにしている」「ある程度頼りにしている」「あまり頼りにしていない」「全く頼りにしていない」の4段階で回答してもらった。地域で参加し

キーワード：ストレス、睡眠、応急仮設住宅、ソーシャル・キャピタル

連絡先：岩手県盛岡市上田4丁目3-5 TEL：019-621-6354

ている活動は、「参加している」か「参加していない」の2択で回答してもらった。

(3) 分析方法

ストレスの有無とソーシャル・キャピタル、睡眠満足度の高低とソーシャル・キャピタルについて、それぞれ関連性を見る為にロジスティック回帰分析を行った。有意水準は全て5%とした。ストレスの有無に関しては4段階での回答結果を2段階に集約した。分析上「ストレスがある」を0、「ストレスが無い」を1と置き換えた。睡眠満足度は、睡眠に関する3項目の回答結果について「週3回以上」～「無かった」を0～3点として点数化した後、合計点を算出した。これを睡眠満足得点とし全体の平均点を求め、平均点以上の人を睡眠満足度が高い、平均点以下の人を睡眠満足度が低いとして2段階に集約した。ソーシャル・キャピタル4項目についての回答結果も睡眠習慣と同様に得点化・合計点の算出を行った。地域活動への参加以外は、最も高い回答を3点、なしを0点とし、地域活動への参加については「参加している」を1点、「参加していない」を0点とした。これを合計したものをソーシャル・キャピタル（以下SCと表記）得点（0～10段階）とし分析を行った。

4. 分析結果

(1) 基本集計結果

「日常生活でストレスを感じることはあるか」という問に対する回答結果を図1に示す。ストレスを「とても感じる」「ある程度感じる」と回答した人の割合は57.8%と半数を超えた。平成22年に厚生労働省が実施した「国民生活基礎調査」³⁾によると、悩みやストレスがあると回答した人は46.5%で今回の調査はそれを上回る結果となった。次にストレスがあると答えた人に感じているストレスの種類を挙げてもらった。生活環境を挙げた人が50名と最も多く、その中でも34名が応急仮設住宅の狭さを挙げた。その他の人は仮設住宅での暮らし全てを挙げた人が14名、暑さ・寒さを挙げた人が2人となった。

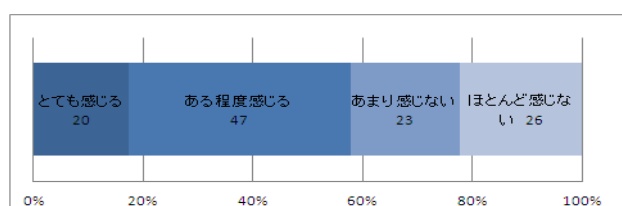


図1 ストレスの有無

表1 ストレスの有無とSC得点の関係

目的変数 ストレスの有無 0:ストレスがある 1:ストレスが無い					
説明変数	偏回帰係数	P値	判定	オッズ比	95%信頼限界
					下限 上限
SC得点	0.1857	0.0428	*	1.2040	1.0060 1.4410

表2 睡眠満足度の有無とSC得点の関係

目的変数 睡眠満足度の有無 0:睡眠満足度が低い 1:睡眠満足度が高い					
説明変数	偏回帰係数	P値	判定	オッズ比	95%信頼限界
					下限 上限
SC得点	0.2761	0.0036	**	1.3180	1.0844 1.5872

(2) ストレスの有無とSC得点について

目的変数をストレスの高低、説明変数をSC得点として分析を行った結果が表1である。オッズ比は1.20となり、SC得点が高い人ほどストレスが無いことに有意な関連を示した。

(3) 睡眠満足度の有無とSC得点について

目的変数を睡眠満足度の高低、説明変数をSC得点として同様に分析を行った結果が表2である。オッズ比が1.32となり、SC得点が高い人ほど睡眠満足度が高いことに有意な関連を示した。

6. まとめと考察

応急仮設住宅の住民は生活環境、特に狭さがストレスサになっているなっていることが分かった。またソーシャル・キャピタルが低いほど日常生活でストレスを感じているという事が確認できた。更にストレス反応でもある不眠に関しても、ソーシャル・キャピタルが低いほど睡眠満足度が低いという事も確認できた。

今後は孤独しがちな一人暮らしの高齢者等への積極的な声かけを近隣住民へ呼び掛ける等住民同士の「繋がり」を高める対策を行い、ストレスの緩和と睡眠満足度の向上を実現させていく必要がある。

参考文献

- 1) 吉岡栄治「就業形態およびソーシャルキャピタルがメンタルヘルスに及ぼす影響に関する研究」科学研究費補助金研究成果報告書、2012
- 2) 厚生労働省研究班「東日本大震災被災者の健康状態に関する調査研究 石巻市雄勝・牡鹿地区の被災者の健康状態」、2011
- 3) 厚生労働省「平成22年度国民生活基礎調査の概況」、2011