

博士論文（要約）

東日本大震災で自宅を失った高齢者の  
“この先”を新しく描き始める経験に関する質的研究

松 永 篤 志

## 論文の内容の要旨

論文題目 東日本大震災で自宅を失った高齢者の“この先”を新しく描き始める経験  
に関する質的研究

氏名 松永篤志

### 緒言

東日本大震災のような災害の被災者は心的外傷を引き起こす可能性のある出来事を多種多様に経験する。例えば、自分の生命に対する脅威、大切な人や財産の喪失、被災地からの避難と移住等である。これらを経験した被災者は、何らかの精神的苦痛を感じ、中には精神症状を抱える人もいる。そのため、被災者に支援を行う必要があるが、効果的な支援が十分に明らかになっていない。その理由の一つに、災害後の被災者の経験が解明されていないことがある。

被災者の経験の説明に用いられるモデルは既にある。その一つは災害に対する心理反応のモデルであり、英雄期、ハネムーン期、幻滅期、再建期の四つのフェーズが示されている。しかし、全ての被災者がこのフェーズを経験するか疑問がある。なぜなら、災害後の精神的苦痛や精神症状の経過は全ての被災者で同じではなく、大別すると、一定期間が過ぎた時点で精神症状があるパターンと、ほとんど症状がなく比較的、精神的に良い状態にあるパターンがあると示されているためである。この二つのパターンで災害後の経験が異なる可能性があり、両者を分けて考える必要がある。

そして、災害が被災者に喪失をもたらすため、被災者の経験は喪失に対する悲嘆という観点からも説明されている。しかし、災害の被災者は多種多様な出来事を経験するにも関わらず、喪失以外の影響が考慮されていないため、悲嘆理論が被災者の経験を十分に説明しているか疑問がある。災害がもたらす多種多様な出来事の影響を統合するため、それらの出来事が被災者にとってどのような経験であったかを、被災者の視点から明らかにする必要がある。

さらに、災害後の支援に対し特別なニーズを持つ集団の一つに高齢者が挙げられている。それは、高齢者は年齢に伴う身体的、社会的、経済的な特徴を有するためである。例えば、高齢者はADL等の身体機能の低下や健康問題のため避難が遅れたり、支援へのアクセスが制限されたりする可能性が指摘されている。そのため、高齢者は災害後、他の世代と異なる経験をしている可能性があり、高齢者の経験は他の世代とは別に検討する必要がある。

そこで、本研究は、災害に被災した高齢者への支援に対する示唆を得るため、東日本大震災に被災した高齢者で震災 3 年から 3 年 8 ヶ月後の時点で、精神的に良い状態にあるとみなされる高齢者が震災後どのような経験をしたのか、その経験のプロセスを明らかにすることを目的とした。

なお、本研究では、「経験」は何かに関して見たり、聞いたり、学習したり、あるいは情動的な刺激を与えられたりするような、生活体の知的機能と情意的機能によって把握されている総体と定義した。「東日本大震災に被災した」ことは、震災で自宅に被害を受け仮設住宅に入居している、もしくは、入居したことがあることとした。「精神的に良い状態にある者」は、高齢者において運動を実施していることと精神的に良い状態の間に関連が示されているため、精神的に良い状態にあると研究者が判断出来る指標として、運動を実施していることを採用した。

## 方法

### 研究デザイン・研究フィールド

研究デザインをグラウンデッド・セオリー・アプローチに基づく質的研究とし、研究フィールドを東日本大震災で大きな被害を受けた岩手県上閉伊郡大槌町(以下、大槌町)とした。

### データ収集方法

データは半構造化インタビューを実施して収集した。インタビューの対象者は、震災発生時 65 歳以上で、東日本大震災で大槌町内にあった自宅に被害を受け、大槌町内の仮設住宅に入居中もしくは入居していたことがあり、運動を行っている者(以下、被災高齢者)とした。インタビュー内容は、実施している運動、自身の震災の経験、生活状況、受けた支援、大槌町の風土文化、居住地といった基本情報等であった。データ収集期間は、震災後 3 年から 3 年 8 ヶ月後の 2014 年 3 月から同年 11 月までであった。

### 協力者のリクルート方法

インタビュー協力者のリクルート方法は、理論的サンプリングを意識した上で、被災高齢者が集まって運動を行う場に研究者が赴き、その参加者に研究の趣旨説明を行って協力者をリクルートする方法と、キーパーソンから適切な協力者を紹介してもらう方法を実施した。

### 分析方法

分析は継続的比較分析を行った。インタビューの逐語録をデータとし、データを繰り返し読み全体の内容を把握した上で、意味まとまり毎に切片化し、切片にコードを付け、コードの類似性と差異性に着目し、類似するコードをまとめて抽象化し、カテゴリを作成した。そして、カテゴリやカテゴ

り間の関係性を繰り返し検討して精製し、理論枠組みを完成させた。

## 倫理的配慮

本研究は東京大学大学院医学系研究科倫理委員会の承認を得て実施した(承認番号 10320)。インタビュー協力者には、倫理的配慮について説明した上で、書面により協力の同意を得た。

## 結果

24名にインタビューを行った。その内、22名にはインタビューを1回行い、2名には2回インタビューを行った。それぞれのインタビューの平均時間は56分(範囲39-117分)であった。協力者の平均年齢は74.0歳(範囲68-84歳)で、女性が19名(79.2%)であった。そして、震災による自宅への被害は、全壊が22名(91.7%)と最も多かった。震災で家族を亡くした、もしくは、行方不明の協力者は5名(20.8%)であったが、全員が友人、近所の人といった親しい人を亡くしていた。

被災高齢者の震災後の経験を以下に示した。地震とそれに伴って発生した津波は、ありとあらゆる物を押し流した。それにより、被災高齢者は自分自身や自分に属する全てを失ったように感じ、辛い気持ちで頭が一杯になり、危機的な状況に耐えるだけで精一杯になっていた。そのため、何かを考える余裕がなくなり、生きた心地がしなくなっていた。そのような被災高齢者は、震災後提供された様々な支援や助け合いにより、次のような感覚を意図せず経験していた。温かい食べ物や入浴による気持ち良いという身体感覚、自分の物や場所を獲得することによる開放感、好みの活動による楽しいという感覚、経験の共有・共感により辛い気持ちが癒やされる感覚である。これらの感覚により、束の間ではあったがほっと一息つき、生きていて良かったと自分が生きていることを実感し、震災に伴う辛さを忘れていた。

被災高齢者はほっと一息つくことを繰り返し経験するうちに、徐々に他者に意識を向け、自分の震災体験が悪いことだけではないことに気づいていた。自分を支えてくれる人への感謝、震災で失わなかったものの価値への気づき、自分に命があることの感謝とその生命の貴重さへの気づきである。周囲の支えや自身の生命の貴重さに思いを至らせた被災高齢者は、いつまでも甘えてはいけないと自分の現状を振り返り、恩を返す、復興に貢献する、震災で亡くなった人の分も生きるといった“この先”を新しく描き始めていた。

被災高齢者はこのプロセスをただ前に進むだけではなかった。ほっと一息つく機会が減少する、共感が否定される、復興の遅延に失望するといった、“この先”を新しく描き始めるまでに得たものを失うと、被災高齢者は震災で失ったものを思い出す等、震災直後の何も考えられない状態に戻っていた。この繰り返しの中で、“この先”を新しく描くプロセスが徐々に前進していた。

## 考察

本研究の結果、被災高齢者は震災に遭い生きた心地がしない状態に陥っていたが、ほっと一息つくことにより、震災に伴う辛さを一時的に忘れ、震災に伴う辛さ以外のことも考えられるようになっていた。そして、震災に伴う辛さ以外のことも考えられるようになったことにより、他者に意識を向け、自分の震災体験が悪いことだけではないことに気づき、“この先”を新しく描き始めていた。つまり、本研究は、ほっと一息つくことが“この先”を新しく描き始めることにつながる、被災高齢者の一連の経験のプロセスを明らかにした。

そのほっと一息つきの具体的内容として、気持ち良いと感じる、自分の場所や物を得て開放感を感じる、楽しいと感じる、自分の思いを話して気持ちが癒やされるがあり、ポジティブ心理学におけるポジティブ感情と類似していた。そして、本研究の結果は、ポジティブ感情の効果に関する先行文献の指摘と類似するものが多かった。しかし、ほっと一息つくことが“この先”を新しく描き始めることにつながる一連の経験のプロセスは、先行文献では明らかにされていなかったことであり、本研究の新たな知見の一つである。加えて、先行文献で示されているポジティブ感情の効果は平時の対象者で示されたものであったため、その効果が災害に被災した高齢者にも適応できる可能性を示したことも、本研究の新たな知見の一つである。

本研究の結果より、災害に被災した高齢者に対する支援について以下の示唆が得られた。まず、ほっと一息つく経験は被災高齢者の主観的な解釈によるものであったため、災害に被災した高齢者に対し支援を行う際は、その支援を受ける側がどのように解釈するかを考慮して支援を行う必要がある。次に、被災高齢者は“この先”を新しく描き始めるプロセスを前に進むだけではなく、“この先”を新しく描き始めるまでに得たものを失うことにより、繰り返し震災に遭い生きた心地がしない状態に戻っていた。そのため、支援者は、災害に被災した高齢者がそのような進んでは戻ることを繰り返しながら少しずつ前に進んでいくことを理解した上で支援を行う必要がある。さらに、被災高齢者は震災3年から3年8ヶ月後時点でもこのプロセスを進んでは戻ることを繰り返していたため、災害に被災した高齢者に対する支援は長期的に行われる必要がある。

(3972 文字)