

## 令和2年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」実施計画（案）

## 1 目的

こころの健康状態及び生活習慣の推移を見守るため、質問紙調査を実施し、支援が必要と思われる回答者を対象に電話等による支援を行うとともに、市町村等と連携し、効果的な支援を実施する。

## 2 対象者

- ・ 平成23年3月11日から平成24年4月1日までに対象地域（※）に住民登録をしていた方（対象地域を転出後も対象とする）
- ・ 令和2年4月1日時点で避難区域等に住民登録をしていた方
- ・ 上記以外で、基本調査の結果必要と認められた方

対象者数：213,873人（令和2年6月1日現在）

※対象地域：平成23年時に避難区域等に指定された市町村等

広野町、檜葉町、富岡町、川内村、大熊町、双葉町、浪江町、葛尾村、飯舘村、南相馬市、田村市、川俣町、伊達市の一部（特定避難勧奨地点の属する区域）

## 3 実施計画

## (1) 調査方法

ア 調査票：本人又は保護者による回答（自記式）

## 調査区分

区分	対象者	備考
0歳～3歳	平成29年4月2日から 令和2年4月1日までに生まれた方	保護者回答
4歳～6歳	平成26年4月2日から 平成29年4月1日までに生まれた方	保護者回答
小学生	平成20年4月2日から 平成26年4月1日までに生まれた方	保護者回答
中学生	平成17年4月2日から 平成20年4月1日までに生まれた方	保護者回答 （一部本人）
一般	平成17年4月1日以前に生まれた方	本人

イ 調査票送付日：令和3年2月上旬より順次発送

ウ 調査回答方法：郵送又はオンライン（パソコン、スマートフォン等）による回答

## (2) 主な調査項目

ア 現在のこころとからだの健康状態について

イ 生活習慣（食生活、睡眠、喫煙、運動など）について

ウ 現在の生活状況について（「一般」）

#### 4 支援の取り組み

- (1) 回答内容を、福島県立医科大学（以下「医科大学」という。）の医師等が評価・分析する。  
こころの健康及び生活習慣上、相談・支援の必要があると判断された方には、臨床心理士や保健師・看護師等による「こころの健康支援チーム」が電話支援を行う。
- (2) 電話支援により医師の診察が必要と判断された場合は、県内医療機関の登録医師（※「登録医師について」参照）を紹介する。また、継続的な支援が必要な場合には、避難元の市町村等と連携し、必要な支援を検討・提供する。
- (3) 登録医師の判断により、さらに専門家によるこころのケアが必要と判断された場合には、医科大学等で対応する。
- (4) こころの健康支援チームが放射線に関する相談を受け、当該専門医師等の対応が必要と判断された場合には、医科大学の教員による「放射線健康相談チーム」において対応する。また、放射線の影響による健康相談等のうち、直接診察が必要な場合には、専門医師等による対応を検討する。
- (5) 調査回答者には「個人結果通知書」を送付し、こころの健康度や生活習慣の状態の把握や健康管理の一助となるよう情報提供を行う。  
また、調査案内時や調査結果通知時において、本学が設置する「こころの健康度・生活習慣に関する調査」専用ダイヤルを案内し、県民からこころやからだに関する相談を受け付けるほか、こころの悩み、不安、孤独、お酒、家庭問題や子育てに関する各種相談窓口の情報提供を行い、健康に関する相談環境の充実を図る。さらに、福島県が展開するスマートフォン向けアプリ「ふくしま健民アプリ」の使用方法を案内し、アプリを活用することで県民自身が健康に関心を持ち、楽しく運動習慣を身につける等、生活習慣改善のきっかけとなるよう取り組みを行う。

※ 登録医師について

こころの健康度・生活習慣に関する調査等の結果、精神科・小児科等の医師による診察が必要だと判断された場合に、その診療にあたる医師。

【登録に必要な条件】

医科大学が主催、または認定する講習会等を受講していること

【登録数】

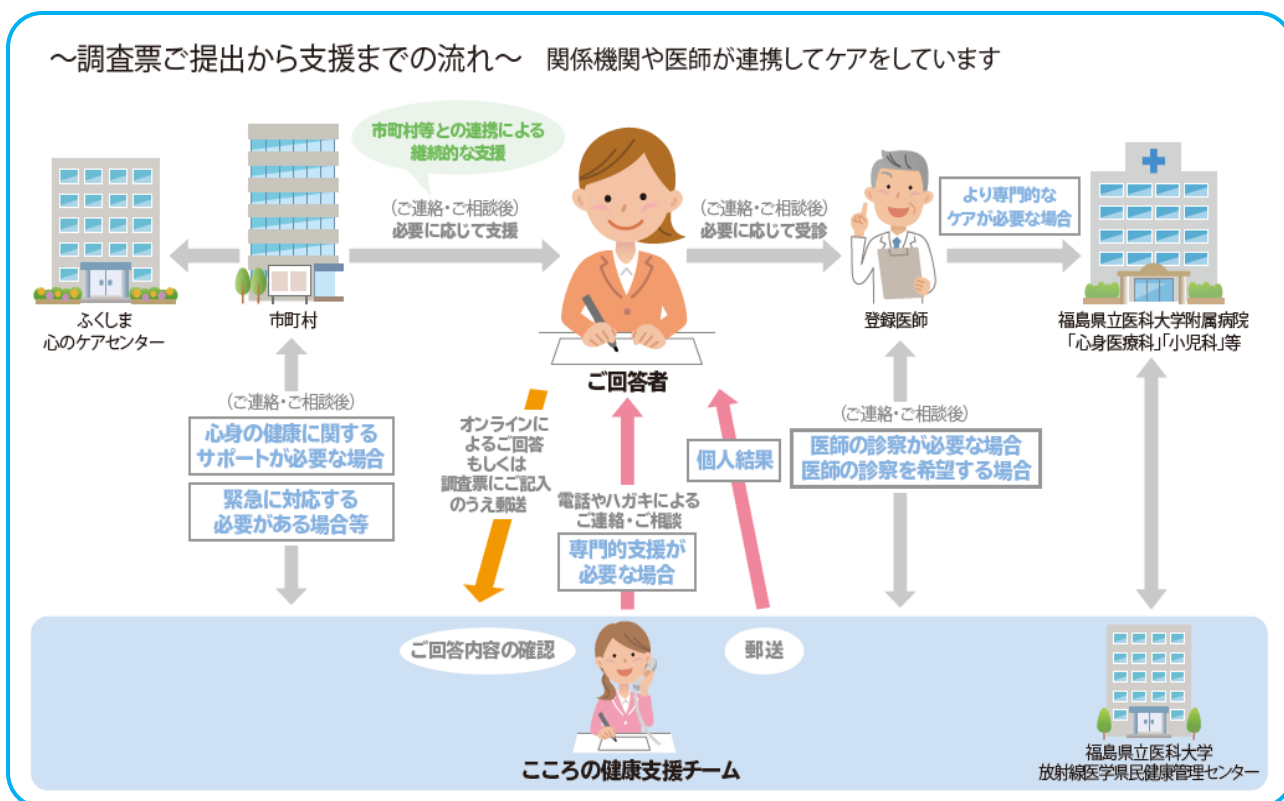
125名（81 医療機関）（令和2年7月1日現在）

## 5 スケジュール（案）

内容	令和3年(2021年)											
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	
調査票の発送		➡										
調査票の回収 データ入力		➡	➡	➡	➡	➡	➡	➡	➡	➡	➡	➡
個人結果通知書の送付 (令和3年8月までの回答者へ)									➡	➡		
支援対象者への電話支援		➡	➡	➡	➡	➡	➡	➡	➡	➡	➡	➡

## 6 調査及び支援の流れ

調査票記載後から返送、受領、対応までの流れは下記図（住民向け配布資料）のとおりである。



## 7 参考

「こころの健康度・生活習慣に関する調査」で使用している、こころの健康度や生活習慣の測定方法については、下記のとおり。

内容	測定方法	調べ方	項目の例
気分の落ち込みや不安の程度  (全般的な精神健康状態)	K6	<ul style="list-style-type: none"> <li>•気分の落ち込みや不安に関する6項目について、それぞれ過去30日間にどれくらいの頻度であったかを回答。</li> <li>•16歳以上【一般】を対象に実施。</li> <li>•本項目により気分障害や不安障害の可能性について、日常生活に支障をきたすレベルかどうかを判定。</li> <li>•得点が13点以上の場合、気分障害や不安障害の可能性があるとされている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•神経過敏に感じましたか。</li> <li>•絶望的だと感じましたか。</li> </ul> <p style="text-align: right;">等</p>
飲酒	CAGE	<ul style="list-style-type: none"> <li>•飲酒の習慣に関する4項目について、その経験が過去30日間に「あった」または「なかった」のどちらかで回答。</li> <li>•本項目は20歳以上【一般】を対象に実施。</li> <li>•本項目により問題となるような飲酒行動について判定。</li> <li>•得点が2点以上の場合、ハイリスク飲酒の可能性があるとされている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•飲酒量を減らさなければならぬと感じたことはありませんか。</li> <li>•他人があなたの飲酒を批難するので気にさわったことがありますか。</li> </ul> <p style="text-align: right;">等</p>
子どものこころの健康状態	SDQ	<ul style="list-style-type: none"> <li>•子どもの情緒と行動に関する25項目について、それぞれ過去半年間にどれくらい当てはまるかを回答。</li> <li>•本項目は4歳から15歳【4-6歳】【小学生】【中学生】を対象に実施。</li> <li>•本項目により専門的な支援が必要かどうかを判定。</li> <li>•得点が16点以上の場合、専門的な支援が必要と考えられる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•他人の気持ちをよく気づかう。</li> <li>•おちつきがなく、長い間じっとしてられない。</li> </ul> <p style="text-align: right;">等</p>
トラウマ反応	PCL-4	<ul style="list-style-type: none"> <li>•被災の体験に対して時々起こる問題や訴え(トラウマ反応)に関する4項目について、それぞれ過去30日間にどれくらいあったかを回答。</li> <li>•本項目は16歳以上【一般】を対象に実施。</li> <li>•本項目により、トラウマ反応の強さについて判定。</li> <li>•得点が12点以上の場合、PTSDの可能性があるとされている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•そのストレス体験の、心をかき乱すような記憶を考え、イメージ(光景など)を繰り返し思い出す。</li> <li>•何かのきっかけでそのストレス体験を思い出したとき、身体が反応する。</li> </ul> <p style="text-align: right;">等</p>