

重い精神障害をもつ者における震災後の生活実態 ～相馬市・仙台市における質的データの分析結果から～

研究分担者 鈴木友理子¹⁾

研究協力者（主執筆者に○）○種田綾乃²⁾ 深澤舞子¹⁾ 永松千恵²⁾ 村木美香²⁾ 伊藤順一郎²⁾

1) 独立行政法人 国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所 成人精神保健研究部

2) 独立行政法人 国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所 社会復帰研究部

要旨

本調査は、東日本大震災の被災地における、重い精神障害をもつ方の生活実態や東日本大震災にともなう生活の変化を明らかにし、今後のよりよい地域生活のために必要な支援を明らかにすることを目的として実施した。本稿では、自由記述回答におけるデータに焦点を当て、被災地の二つの地域における、震災による変化や生活におけるニーズの実態を明らかにする。

質的データの分析結果から、「震災後の生活の変化」としては、相馬調査：11 カテゴリ、仙台調査：12 カテゴリが抽出され、両調査に共通して、「家族・親族の状況悪化」「自分自身の体調悪化」に関する記述が多数を占めた。また、相馬調査では、「交通の便の悪化」「放射能による不安」、仙台調査では、「食料・ライフライン」「居住環境の変化」の記述が多く確認された。家族の状況や、収入・就労、医療、居住環境、サポーターなどの変化が重なり体調悪化している状況も示唆された。

「必要と思うサービス」では、相馬調査：10 カテゴリ、仙台調査：16 カテゴリ、「生活の中で困っていること」では、相馬調査：13 カテゴリ、仙台調査：18 カテゴリが抽出され、「就労サービス」「経済的サポート」が大きな割合を占め、相馬調査では、「移動手段・送迎サービス」、「介護サービス」が、仙台調査では、「相談の場・人」、「アウトリーチ型支援」、「家族支援」、「レスパイト」などが主なニーズとして挙げられた。

「できるようになりたいこと」に関する項目では、相馬調査：12 カテゴリ、仙台調査：17 カテゴリが抽出され、「趣味娯楽」「就労」についての回答が多くを占めた。各カテゴリの内容は多種多様であることから、より個別性に応じた生活支援や就労支援を展開していくことの重要性が示唆された。また、回答の中には、多様な生活課題や苦労を背景に、「今後の希望」に対する具体的記述ができない状況も確認され、見通しの立たない苦悩を抱える当事者がいることが推察された。

A. 目的

東日本大震災の被災地における中長期的な支援者支援を展開する上において、重い精神障害をもつ方の生活状況、サービスの利用状況やニーズ、今後の希望等を、精神障害をもつ当事者の視点から把握することが何よりも重要である。しかし、こうした情報の総合的な把握は

十分とは言えない。

当研究班においては、精神障害をもつ方の震災前後の生活状況や、被災による影響、サービスの利用状況やニーズ、今後の希望等を総合的に把握し、精神障害をもつ方の QOL（Quality of Life；生活の質）と関連する生活実態を明らかにすることを目的とした、複数地域・対象層

における調査を計画、実施してきた。

平成 25 年度には、福島県内の精神保健福祉サービス事業所の利用者を対象とした調査¹⁾および、福島県南相馬市の精神障害者保健福祉手帳所持者を対象とした調査²⁾を実施し、それをふまえて、本年度は、福島県相馬市と宮城県仙台市において精神障害者保健福祉手帳所持者を対象とした調査を実施した。調査における実施状況や量的データの分析結果は、前項の鈴木（研究分担者）・深澤（研究協力者）による報告書、および別添①～③の資料を参照されたい。

本稿は、本年度実施した福島県相馬市および宮城県仙台市における精神障害者保健福祉手帳所持者の調査において、質的データに関する質問項目の自由記述回答から、震災前後の生活実態や支援ニーズを明らかにすることを目的としている。

B. 研究方法

1) 対象者

前項の鈴木・深澤 分担報告書における調査のうち、福島県相馬市における精神障害者保健福祉手帳所持者（174 名）、および宮城県仙台市における精神障害者保健福祉手帳所持者（対象者 8029 名より無作為抽出された 1000 名）を本稿の対象とした。

2) 調査方法

前項の鈴木・深澤 分担報告書と同様に実施した。

3) 調査項目

自由記述に関する項目は計 4 つの質問項目を設定した。それぞれの教示文は以下のとおりである。

1. 東日本大震災の前後で、ご自身の生活やご自身を含めた家族や支援者の生活にどのような変化がありましたか。
2. ご自身の生活やご自身を含めた家族や支援

者の生活にとって、必要と思う支援やサービスがありましたらご自由にお書きください。

3. 生活のなかで困っていることは、具体的にどのようなことですか。
4. 生活全般について、仕事、趣味や娯楽についてなど、あなたご自身ができるようにしたいことがありましたら、ご自由にお書きください。

4) 分析方法

データは連結不可能匿名化し、解析を行った。分析には、テキストマイニングソフト（IBM Text Analytics for Surveys 4）を使用した。

ソフトに搭載された辞書機能に基づき自動的に形態素と品詞情報を抽出し、形態素を自動的に統合し、カテゴリを作成した。さらに形態素の文脈上の意味を考慮し、カテゴリの分割・統合・カテゴリ名の変更を行った上で、センテンスごとに出現したカテゴリを整理し、キーワードを抽出した。

なお、以下、文中の《 》はカテゴリ名を示している。

6) 倫理的配慮

調査にあたり、国立精神・神経医療研究センター研究倫理委員会の承認を得た。

C. 結果

1) 自由記述回答の記入率の状況

質問項目①は、相馬調査では、回収数 87 名（回収率：50.0%）のうち、27 名より回答を得た（自由記述欄の回答記入率：31.0%）。また、仙台調査では、回収数 394 名（回収率：39.4%）のうち、229 名より回答があった（記入率：58.1%）。

質問項目②は、相馬調査では 27 名より回答があり（記入率：31.0%）、仙台調査では 147 名より回答があった（記入率：37.3%）。

質問項目③は、相馬調査では 27 名より回答

があり（記入率：31.0%）、仙台調査では 261 名より回答があった（記入率：66.5%）

質問項目④は、相馬調査では 28 名より回答があり（記入率：32.2%）、仙台調査では 212 名より回答があった（記入率：53.8%）。

2) 震災前後の生活の変化

質問項目①における「震災後の生活の変化」に関する記述として抽出されたカテゴリとその回答数は、**図 1** のように整理され、各調査における状況は、以下のとおりである。

・相馬調査（表 2）

相馬調査では、《家族・親族の状況変化》が《自分自身の体調悪化》、《薬・医療的サポート》、《交通の便の悪化》、《サポーターの状況悪化》、《居住環境の変化》、《経済的な面での苦労》、《放射能への不安》、《食料・ライフライン》、《知り合いの死》、《なし、変わらない》の 11 のカテゴリが抽出された。

・仙台調査（表 3）

仙台調査では、《自分自身の体調悪化》、《食料・ライフライン》、《居住環境の変化》、《家族・親族の状況変化》、《薬・医療的サポート》、《サポーターの状況変化》、《経済的な面での苦労》、《就労・仕事上の変化》、《知り合いの死》、《交通の便の悪化》、《生活の改善》、《なし・変わらない》の 12 カテゴリが抽出された。

さらに、それぞれの調査において抽出されたカテゴリ間での共通性（複数のカテゴリを含む回答における共通している項目数の集計し図示）を確認したところ、**図 4** のように示された。

3) 必要と思う支援やサービス

質問項目②における「具体的に必要と思う支援やサービス」に関する希望として抽出されたカテゴリとその回答数は、**図 5** のように整理され、各調査における状況は、以下のような状況である。

・相馬調査（表 6）

相馬調査では、《移動手段・送迎サービス》、《就労サービス・雇用の場》、《経済的サポート》、《医療・リハビリテーション》、《アウトリーチ型支援》、《居住の場、住居支援》、《介護サービス》、《ピアサポート》、《障害理解》、《わからない》の 10 カテゴリが抽出された。

・仙台調査（表 7）

仙台調査では、《相談の場や人》、《アウトリーチ型支援》、《経済的サポート》、《就労サービス・雇用の場》、《医療・リハビリテーション》、《情報提供・情報支援》、《家族支援》、《居住の場・住居支援》、《ショートステイ・レスパイト》、《安心できる居場所》、《ピアサポート》、《対人スキルの向上》、《送迎サービス》、《災害時のサポート》、《学習サービス》の 16 カテゴリが抽出された。

4) 生活の中で具体的に困っていること

質問項目③における「生活の中で具体的に困っていること」に関する記述の中で抽出されたカテゴリとその回答数は、**図 8** のように整理され、各調査における状況は、以下のような状況である。

・相馬調査（表 9）

相馬調査では、《体調・病気のこと》、《経済的な面での苦労》、《居住環境・住居》、《自立生活の難しさ》、《仕事・就労》、《家族との関係性》、《社会資源の不足》、《地域生活・近隣関係》、《将来への不安》、《移動における苦労》、《日中・余暇活動》、《家事について》、《わからない》の 13 カテゴリが抽出された。

・仙台調査（表 10）

仙台調査では、《経済的な面での苦労》、《体調・病気のこと》、《仕事・就労》、《家事について》、《自立生活の難しさ》、《人間関係・対人スキル》、《治療・服薬》、《将来への不安》、《家族との関係性》、《居住環境・住居》、《日中・余暇

活動》、《移動における苦勞》、《サポーターの不在》、《地域生活・近隣関係》、《障害理解・差別》、《家族の体調》、《学業》の18カテゴリが抽出された。

4) できるようになりたいこと

質問項目④における「できるようになりたいこと」に関する記述の中で抽出されたカテゴリとその回答数は、**図 11** のように整理され、各調査における状況は、以下のような状況である。

・相馬調査 (表 12)

相馬調査では、《趣味娯楽・余暇》、《仕事・就労》、《学業・免許取得》、《収入・金銭面》、《体調の安定・改善》、《自立すること》、《家庭をもつこと》、《運動・健康づくり》、《経験の共有》、《友人・相談相手》、《家事》、《なし》、《わからない・考えない》の12カテゴリが抽出された。

・仙台調査 (表 13)

仙台調査では、《仕事・就労》、《趣味娯楽・余暇》、《家事》、《対人スキル向上》、《収入・金銭面》、《体調の安定・改善》、《学業・免許取得》、《自立すること》、《運動・健康づくり》、《普通の生活》、《家庭をもつこと》、《外出》、《友人・相談相手》、《居住関係》、《経験の共有》、《なし》、《わからない・考えない》の17カテゴリが抽出された。

D. 考察

1) 被災地における精神障害をもつ者の震災前後の「変化」

相馬調査・仙台調査の両方に共通して、「家族・親族の状況悪化」「自分自身の体調悪化」に関する記述が多数を占めた。一方、地域別の特徴も見られ、相馬調査では、「交通の便の悪化」「放射能による不安」などによる変化の記述も多く見られ、仙台調査では、「食料・ライフライン」「居住環境の変化（避難、倒壊等）」の記述が多く見られていた。

また、自分自身の体調悪化と共通するカテゴリを確認したところ (**図 5**)、「家族の状況」、「収入・就労」、「医療」、「居住環境」、「サポーター」などの変化が重なって体調悪化しているとの記述が多く見られた。

たとえば、相馬調査では、震災後の変化として、次のような記述があった。

・夫が脳出血に倒れ3ヶ月の入院。私も付き添いのため会社を休んでいたが、休みが多いと会社を解雇され、収入が無い生活がしばらく続いた。家の収入は夫の生命保険でやりくりしていたが、収入が無いだけでなく、家族2人の病気で精神的にもいっばいで血圧が上がり通院した。今は私の収入が生活費の大半を占めているが、生活の不安ばかりでまた血圧が上がり通院して薬を飲んでいる状況です。(50代・女性)

この回答では、震災後の「家族の状況変化（脳出血による入院）」をきっかけに「就労・仕事の変化（会社を解雇）」や「経済的な面での苦勞（収入がない生活）」を抱え、これらの状況を背景に「自分自身の体調悪化（血圧の上昇、不安）」へと陥っていることが示されている。

また、仙台調査における回答では、以下のよう記述があった。

・震災によって自宅に住めなくなり、収入もなく、この先どうすればよいかわからず不安になり、避難所生活も長くて、周りの人とかがストレスでけんかとかをすることが多くなり、親も震災後脳梗塞で倒れて、自分が介護しないといけなくなった。親が倒れる前にうつ病になり、自分をコントロールするのも大変なのに、毎日マイナスな考えばかりしてしまう。(30代・女性)

この記述では、「居住環境の変化（住居被害→避難生活）」と「経済的な面での苦勞（収入

不足)」を抱えながら、避難所生活を送る中で、避難所における「人間関係（周囲との衝突）」に苦悩している。さらに、「家族の状況変化（脳梗塞）」も重なり、「自分自身の体調悪化（発症、マイナス思考）」へと陥っていることが示されている。

震災後の被災地においては、精神障害をもつ人の生活においても、多様な側面において大きな変化が生じた。そして、より複合的な苦労が重なる形で、精神面での体調悪化を生じている者も存在することが、質的調査の分析からも示唆される。

2) 被災地における精神障害をもつ者の現在の生活ニーズ（必要性・困り事）

本調査では、現在の生活に対するニーズを、「必要なサービス」と「生活での困り事」という2つの質問項目から把握した。

調査結果から、二つの調査項目に共通して、「就労サービス・雇用の場」「経済的サポート」に関するはサービスの必要性や困りごととしての記述は多くの割合を占めていた。就労に関しては、「就労の場」を必要としている回答から、現在の就労環境における苦労や希望まで、多岐にわたる回答があった。

また、経済的サポートに関しては、現在の生活における経済的苦労から、将来的な経済的な面での不安まで、多様な記述があった。経済的な記述の中には、「年金から屋根の修理代を払っている」、「収入が少なく、最低限の家財道具の買い替えができない」などの記述もあり、経済的な面での課題も抱えながら、震災からの住環境の立て直しにも苦悩している者がいることも示唆された。

なお、いくつかのカテゴリにおいて、二つの地域別での生活ニーズに特徴も見られた。相馬調査においては、「移動手段・送迎サービス」、「介護サービス」についても多くの記述が見られ、仙台調査においては、「相談の場・人」、「アウトリーチ型支援」、「家族支援」、「レスパイト」

といった回答にも多くの記述が見られた。

相馬調査においては、高齢者を含む全手帳所持者を調査対象としているが、仙台調査では、65歳以上の高齢者を対象から除外しているという対象者層の違いが、こうしたニーズの違いにも反映されているとも考えられる。また、相馬調査に関しては、震災後の変化に関する項目においても、震災後、「交通の便が悪くなった」との記述が複数見られており、震災による交通の便の悪化なども受け、移動等での生活上のニーズを持つ者がいることも示唆される。仙台調査に関しては、精神障害者の地域生活におけるさまざまな側面での支援ニーズが見られており、また、それぞれのカテゴリの内容についても多様性に富んでいる。「相談の場や人」に関するカテゴリの中には、より身近で気軽に利用できる相談窓口や相談相手を必要とする声と共に、「相談窓口がいつも予約で待たされる。頼りたい時に頼れないのが困る」といった意見もあり、必要な時に確実に利用できる相談先を欲している声もあった。また、「どこに相談してよいかわからない」という記述も見られており、より総合的・包括的な相談に対応できる身近な相談相手を必要とする人がいることも確認された。

3) 被災地における精神障害をもつ者の今後の「希望」

今後に対する希望としては、質問項目の教示文にて、「仕事、趣味娯楽についてなど」という文言を含めていることも影響されてか、「趣味娯楽」および「就労」について、2つの調査とも回答の多くを占めた。しかし、それぞれのカテゴリにまとめられた内容は、表12・表13においてその一部を示しているように、当事者の希望はきわめて多種多様である。それゆえ、より個別性に応じた生活支援や就労支援を行っていくことが重要であることが示唆される。

また、仙台調査においては、「家事」の力の習得や向上を希望するも希望として多く見ら

れ、「自立すること」と関する文脈としても語られていた。地域生活を可能な限り、自力でできるようにになりたいという思いを持つ者が多いことが推察される。

さらに、いくつかの項目においては、量的調査では把握しきれない苦労の文脈も確認されている。

たとえば、「普通の生活」というカテゴリとして集約された内容の中には、「人並みの生活が少しでもできるようになれば、とても嬉しいです。でも無理なことと諦めています」、「もう何も望まない・・・普通の生活がしたい」との記述も見られる。絶望的な状況の中で、せめて「普通の生活」を望みたいといった切なる思いをもつ当事者の声が示されていた。

また、カテゴリ上は、「なし」という名称で整理したカテゴリ内には、「現在充分にできていると思う」という十分に満ち足りている状況から、「何もする意欲がない」、「何もしない。自分一人では何もできない、死にたくなる」という考えることもできないような状況における記述まで幅広い状況が含まれている。

「わからない・考えない」というカテゴリにおいても同様に、「思いつかない」という状況から、「何もする気がない」、「一日一日を暮すだけで精一杯」という状況まで多様である。

こうした回答から、被災地においては、多様な生活課題や苦労を背景に、具体的な「今後の希望」の回答も記述できない状況、すなわち、見通しの立たない苦悩を抱えている者がいることが推察された。

E. 結論

東日本大震災の被災地における、重い精神障害をもつ方（精神障害者保健福祉手帳所持者）の生活実態調査の自由記述回答におけるデータの分析から、以下の知見を得た。

1) 震災後の生活の変化としては、「家族・親族

の状況悪化」、「自分自身の体調悪化」とともに、相馬調査では、「交通の便の悪化」や「放射能による不安」、仙台調査では、「食料・ライフライン」や「居住環境の変化」の記述が多く確認された。家族の状況や、収入・就労、医療、居住環境、サポーターなどの変化が重なり体調悪化している状況が示唆された。

2) 生活におけるニーズとしては、「就労サービス」や「経済的サポート」が大きな割合を占め、相馬調査では、「移動手段・送迎サービス」や「介護サービス」が、仙台調査では、「相談の場・人」、「アウトリーチ型支援」、「家族支援」、「レスパイト」などが主なニーズとして挙げられた。

3) 今後の希望に関する項目では、「趣味娯楽」や「就労」が多くを占め、その内容は多様性に富んでいることから、より個別性に応じた支援の必要性が示唆された。また、回答の中には、多様な生活状況や苦労を背景に、見通しの立たない苦悩を抱える当事者がいることも確認された。

F. 健康危険情報 特になし

G. 研究発表

1. 論文発表 なし

2. 学会発表

- 1) 種田綾乃，伊藤順一郎，吉田光爾，佐藤さやか，鈴木友理子，西尾雅明，大野裕，佐竹直子，田島良昭，三品桂子，池淵恵美，武田牧子，高木俊介，安保寛明，後藤雅博，樋口輝彦：東日本大震災の被災地における精神保健医療福祉に関するニーズの実態～地域精神保健医療福祉従事者に対するインタビュー調査から～. 日本精神リハビリテーション学会 第21回沖縄大会，沖縄，2013.11.29.
- 2) 種田綾乃，伊藤順一郎，吉田光爾，佐藤さやか，鈴木友理子，西尾雅明，大野裕，佐竹

直子, 田島良昭, 三品桂子, 池淵恵美, 樋口輝彦: 東日本大震災の被災地における外部支援の中・長期的課題—地域精神保健医療福祉従事者に対するインタビュー調査から—。第33回日本社会精神医学会, 東京, 2014.3.20.

3) Taneda A, Ito J, Suzuki Y, Fukasawa M, Nagamatsu C, Takeda M, Higuchi T: Impact of the Great East Japan earthquake on the well-being of psychiatric service users in Fukushima. WPA Section on Epidemiology and Public Health · 2014 Meeting, Nara, 2014.10.17.

4) 種田綾乃, 伊藤順一郎, 鈴木友理子, 深澤舞子, 永松千恵, 武田牧子, 樋口輝彦: 福島県における精神保健福祉サービス事業所利用者の生活実態: 震災にともなう生活の変化とニーズの実態. 日本精神リハビリテーション学会 第22回いわて大会, 岩手, 2014.10.31.

5) 伊藤順一郎, 鈴木友理子, 種田綾乃, 米倉一磨, 渋谷浩太, 小成祐介, 駿河孝史, 佐竹直子: 被災地における支援者支援のメリットとデメリット、これからに向けて: 現地支援者からの発信. 日本精神障害者リハビリテーション学会 第22回いわて大会 自主プログラム, 岩手, 2014.11.1.

6) 種田綾乃, 伊藤順一郎, 鈴木友理子, 深澤舞子, 永松千恵, 武田牧子, 樋口輝彦: 福島

県における精神保健福祉サービス事業所利用者の東日本大震災後の生活実態—自由記述回答の分析から—。第34回日本社会精神医学会, 富山, 2015.3.5.

H. 知的所有権の取得状況 特になし

文献

1) 種田綾乃, 鈴木友理子, 深澤舞子, ほか: 精神保健福祉サービス事業所利用者の震災後の生活実態に関する調査. 厚生労働科学研究費補助金 地域医療基盤開発推進研究事業「東日本大震災の被災地における地域精神保健医療福祉システムの再構築に資する中長期支援に関する研究」(主任研究者: 樋口輝彦) 平成25年度総括・分担研究報告書, p17-50, 2014.

2) 鈴木友理子, 種田綾乃, 深澤舞子, ほか: 重い精神障害をもつ者における震災後の生活実態～相双地域における精神障害者保健福祉手帳所持者に対する調査～調査報告書, 2014.

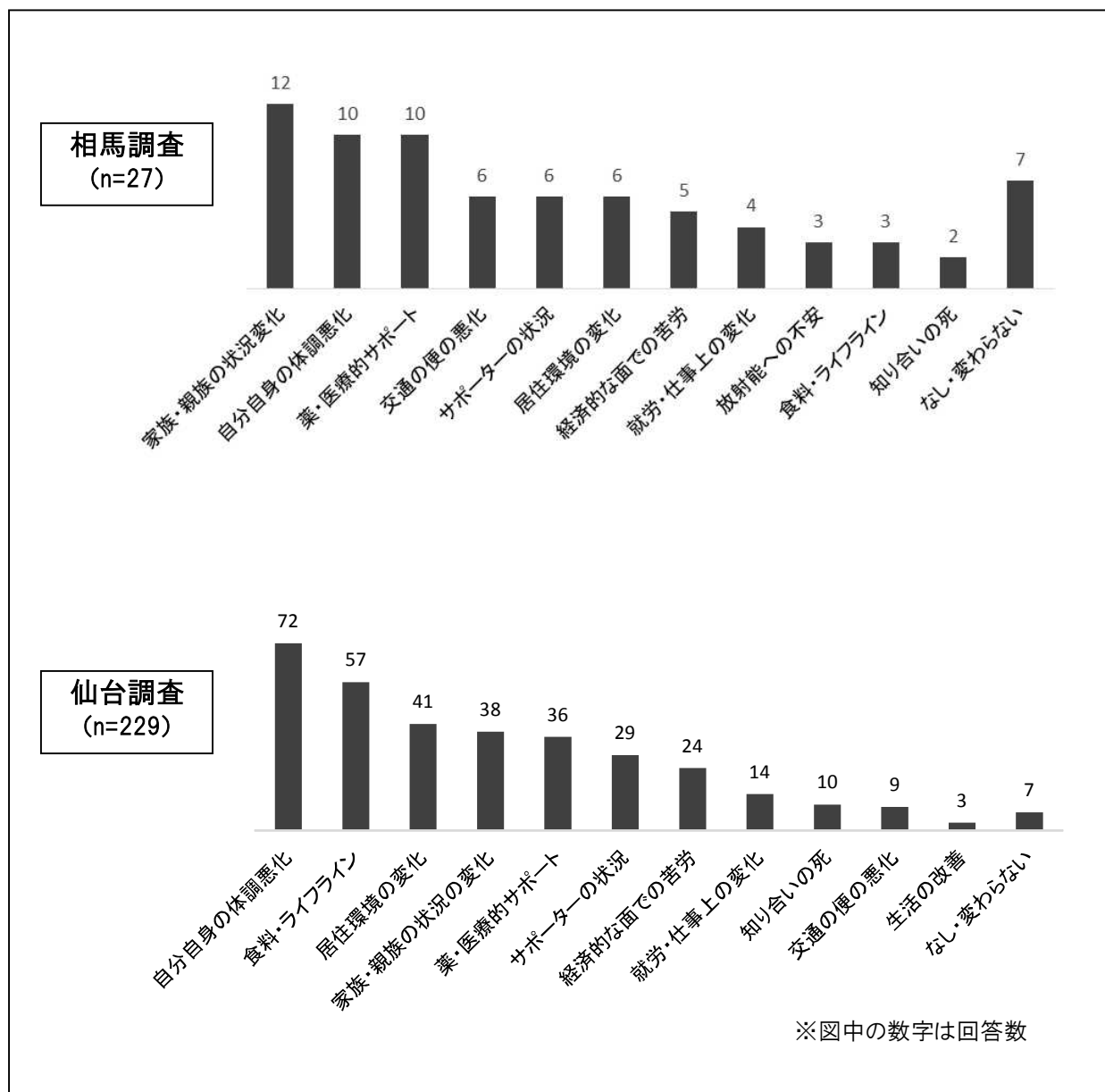


図1. 「震災前後での生活の変化」として抽出されたカテゴリと回答数

表2. 震災前後での生活の変化(相馬)

カテゴリ	代表的なデータ
家族・親族の状況変化 (12)	<ul style="list-style-type: none"> 震災後、家族構成が変わった。母がグループホームに入所した。親戚との付き合い方や付き合う親戚が変わった。 母が亡くなり父の所に帰るようになり、1ヶ月に1回福島に来る。他県との往復が辛い。 義母が脳卒中になり死亡。震災後一年以上経ってからの発症なので、震災等の直接的な因果関係は無いと思われるが、長期の軽いストレスは感じていたのかもしれない。 震災後、兄夫婦がアパートを引き払い同居することになったので、いろいろと生活が変わった。 震災後、子供の病気が見つかり、手術したが安心出来るほどにはならなかった。同年、夫が脳出血に倒れ3ヶ月の入院、私も付き添いのため会社を休んでいたが、休みが多いと会社を解雇され収入が無い生活がしばらく続いた。
自分自身の体調悪化 (10)	<ul style="list-style-type: none"> 病気が重くなった。 病院に行く回数が増えた。持病の喘息の発作が出やすくなった。イライラが強い。思考力、集中力が低下、失声症が出た。 不慣れた生活がさらにみじめな状態になった。今でも何か考えようとする具合が悪くなる。 町中にストレスがある。震災の愚痴を他人にされた事もあります。それが自分のストレスになる。 震災前と後では収入が無いだけでなく、家族2人の病気で精神的にもいっぱい血圧が上がって通院した。生活の不安ばかりでまた血圧が上がって通院して薬を飲んでる状況です。 平成25年4月にも腹下出血発症、震災時は健常でした震災後一年以上経ってからの発症なので、震災等の直接的な因果関係は無いと思われるが、長期の軽いストレスは感じていたのかもしれない。
薬・医療的サポート (10)	<ul style="list-style-type: none"> 震災前は原町の病院に長期入院でした。震災後原発の影響を受けて、日光の病院へ転送されました。 年金の申請中だが、以前通院していた病院がつぶれて手続きが進まない。 病院が閉鎖になって、転々とした。今は近くに精神科の病院ができたので、そこに通院している。年金の診断書が震災後の4月で前の病院で書いてもらえずに大変困った。結局、初めての医院で症状を説明して書いてもらった。 震災後、今まで通院していた病院が閉院となり、近くの病院で今までの薬を出してもらうことになりました。その後、2年過ぎてから、その病院が再開したので、戻りました。 震災直後避難した際服用していた薬が無くなり、クリニックも再開するのに時間がかかり、その間苦しかった。 相馬市にはこれまでメンタルクリニックがなかった。地震後、相馬市にメンタルクリニックが、相馬の歴史上初めて開業したのが、唯一の良かった点である。
交通の便の悪化 (6)	<ul style="list-style-type: none"> 交通の便が悪くなった 交通機関で、鉄道が部分的な運転なので、バス頼りで、少し遠くへ行こうとすると、大変です。発達障害で車の運転が苦手なので、その点は苦労します。 娘が避難して今いわきに居ります。私は障がい者なので自動車の免許を持っていません。外泊で家に連れてくる時他人の車を頼んで連れて来ます。それが一番の困り事です。 部屋の片付けも車も免許もないため、運びようがない。 津波で線路が流され、宮城県病院に行く時に、震災前より代行バスと電車を使わないと行けなくなり、時間がかかるようになった。
サポーターの状況 (6)	<ul style="list-style-type: none"> 私は通院してた病院がやらなくなり、1回目薬だけひまわりの家のスタッフが動いてくれてもらった。 支援者の人にはありがたく思っています。 近くに民生委員の方がいらっしやって、その人が気にかけて下さるので助かっています。 震災後、自分を助けてくれる人、何もしてくれない人の2パターンにはっきり別れた。 友だちが1人しかいなくなったこと
居住環境の変化 (6)	<ul style="list-style-type: none"> 避難でアパートはいっぱい。女性は特に避難した。 実家の母が避難したけど、携帯も持たず、原発の事故もあり、5日間連絡が取れず、やっと連絡ついた時は東京のいとこのところだった。 大震災のため福島相馬の西道路が早くなり、持家が道にかかり、市営住宅に入れて頂きました。町の中の生活になり、人々との生活がなかなか大変です。 震災後、兄夫婦がアパートを引き払い同居することになったので、いろいろと生活が変わった。
経済的な面での苦労 (5)	<ul style="list-style-type: none"> 震災後原発の影響を受けて、日光市の病院へ転送されました。家族として会うことがままならず、費用が高み大変です。 妻子が自主避難して埼玉県で暮らしていて、2重生活苦にあえいでいる。 放射能によりほとんどの財産を失った。家族とも仲が悪くなって収入も無くなり、年金の申請中だが、以前通院していた病院がつぶれて手続きが進まない。 経済悪化。夫の残業もなくなり、収入減った。
就労・仕事上の変化 (4)	<ul style="list-style-type: none"> 仕事が無くなったり、減ったりして新しい労働に変化した。求人は増えたが、その場限りの求人だと感じました。 震災前は大熊方面の仕事だったので、仕事がなくなり収入がなくなった。 夫が脳出血に倒れ3ヶ月の入院、私も付き添いのため会社を休んでいたが、休みが多いと会社を解雇され収入が無い生活がしばらく続いた。家の収入は夫の生命保険でやりくりしていたが、震災前と後では収入が無いだけでなく、家族2人の病気で精神的にもいっぱい血圧が上がって通院した。今は私の収入が生活費の大半を占めているが、生活の不安ばかりでまた血圧が上がって通院して薬を飲んでる状況です。
放射能への不安 (3)	<ul style="list-style-type: none"> 食べ物に敏感(原子力)になった。食事が変わった(魚が食べられない)。 放射能によりほとんどの財産を失った。
食料・ライフライン (3)	<ul style="list-style-type: none"> 水道の断水、スーパーが開かなかった。 震災直後から少しの機関、ライフラインに支障があって少し苦労があった。
知り合いの死 (2)	<ul style="list-style-type: none"> 母が病死し、同年次兄が同じく病死。母は亡くなる前、病気で4ヶ月ほど病院へ入院していた。震災後、一人になって何もやる気になれず、生活が苦しくなった。

表中の()は回答数

表3. 震災前後での生活の変化(仙台)

カテゴリ		代表的なデータ
自分自身の体調悪化(72)	震災直後	<ul style="list-style-type: none"> 地震が起きた時、1人で部屋にいましたが、幻聴もあり、「早く死ぬ」「また犯すからな」等と聞こえていて、Wショック状態だった。 地震直後、部屋の片づけをしていて「もうだめだ」と思った。2回目の大きな地震で心が折れた。直後は食事も受け付けなかった。 震災後、食べ物や水を求めた時、何時間並べばもらえるのかわからない状態があってパニックになった。余震が怖くてどうしようもなかった。 水の確保に早朝に人目を忍んで行くことが心の負担になり、薬の服用が多くなってしまった。 大きな不安を感じ、地震の後、3日間車で生活しました。家の中を片付けても、家の中へ入れませんでした。
	震災後～現在	<ul style="list-style-type: none"> 夜ベッドに入りしばらく経つと身体が震え、地震と勘違いすることが毎日のようにある。 震災で親しい知人を多数亡くし、フラッシュバックした気もする。生きていくありません。 車のエンジン音、隣人の鳩の地響きのような音が怖くて、眠っていてもまた地震が来たのではないかと思い、毎日怖くて辛い。 人様に会えない状態でしたので、水の確保に早朝に人目を忍んで行くことが、心の負担になり、薬の服用が多くなってしまった。 母の実家が津波で流され、叔父も亡くなりました。現実を受け止めるのに時間がかかりました。テレビとかで取り上げるのを見た時が辛い。 子供が通学困難になり仙台へ引越しましたが、何の支援も受けることが出来ず二重生活になり、生活は大変になる一方、体調も悪くなった。実家へ戻る度に思い出し、具合が悪くなり長期で実家にいることが苦痛になった。 薬が足りなくなり、不安になったり、自殺願望がおきました。実際に自殺未遂を起こし、入院しました。 震災後から2年3年経った今の方が、体調がすぐれない日があります。震災後はまだ気を張っていて自分をケアする余裕がなかった。
食料・ライフライン(57)		<ul style="list-style-type: none"> ライフラインが完全に止まり、復旧まで時間がかかったのが辛かった。携帯しかなく充電が出来ず、お金も無く、誰にどう助けを求めようにも出来ず、精神的なストレスや不安がものすごかった。買物も5時間、雪の降るなか並ぶ毎日が、とても大変で、もう二度とあんな思いはしたくない。 人様に会えない状態でしたので、水の確保に早朝に人目を忍んで行くことが、心の負担になり、薬の服用が多くなってしまった。 物資を手に入れるために、いつも気を張りつめていたことが原因で心身に不調をきたし、入院することとなった。 地震の時は冷たいご飯1パック、ミネラルウォーターのみで、冷えた体には喉が通りませんでした。温かいお湯1杯でも飲みたかったと思った。 電気1週間でガス1ヶ月以上だったので、入浴できず、大変だった。食事の面でも自転車で駆けずり回りました。 震災後、食べ物や水を求めた時、並んで何時間並べばもらえるのかわからない状態があって、頭が痛くなって、パニックになった。
居住環境の変化(41)	避難生活	<ul style="list-style-type: none"> 小さな子供を抱えて避難所で過ごしました。知り合いがいないので、不安が積っていききました。 避難所での医師の不足や対応。 避難所生活も長くて、周りの人とかがストレスでけんかとかすることが多くなった。 避難所では当番制の役割分担があったが、私は1人では不安なので娘に助けてもらいながらやりましたが、皆に障害を持っているのでということと言わなくてはならなかったところが人に知られて嫌だった。 震災によって自宅に住めなくなり、収入もなく、この先どうすればよいかかわからず不安になり、避難所生活も長くて、周りの人とかがストレスでけんかとかすることが多くなり、毎日マイナスな考えばかりしてしまう。
	住居被害・転居	<ul style="list-style-type: none"> 大規模半壊で、修理のため見知らぬ人が出入りしたこと。 家を建て替えて体調を壊した。 生活保護で見つけるのが大変なアパートにやっと入れ落ち着いてきた時に、震災で全てを失い新しい住まいを必死で見つけたが、また新しい人間関係を作るのが精神的に辛くて苦しい。 震災で自宅が全壊し慣れ親しんだ環境から、移り住み慣れない環境等で病気になってしまった。 震災前は部屋の中も綺麗に片付いていたが、震災後は部屋の中が乱雑になり、いまだに片付けられないでいる。 不眠もある中で慣れない実家の生活はかなりのストレスになりました。無理して、自宅に戻ってきました。 静かな環境でのアパート生活が一変し、隣室との関係、家賃、人間関係などで5度目のアパートで何とか落ち着いている。
家族・親族の状況の変化(38)		<ul style="list-style-type: none"> 夫が言葉のDVがすごくひどくなった。 実家(石巻)が無くなった。両親は仮設住まい。父は津波を受けPTSDになり、入退院を繰り返している。 家が半壊になった事で、家族と建て直しをするかどうかでもめ事になり、今でも娘夫婦とは病気の悪化の原因になり、絶縁状態になっている。 息子の死。娘の不登校。夫のPTSD、飲酒問題。家族で話す時間が減った。 実家が津波で流された。私は仙台居住で影響なかったが、同じ県民として、あまりの生活格差に実家とも段々遠のいてしまった(大変なまずい)
薬・医療的サポート(36)		<ul style="list-style-type: none"> 薬を飲んだが、切れてしまい、ものすごく不安で一杯だった。死にそうだった。 薬がなくなり、病院に行きたくてもガソリンがなく、病院に行けなかった。 薬が足りなくなり不安になり自殺願望が起きました。実際に自殺未遂を起こし、入院しました。 余震が収まる一年間は病状が悪化し、安定剤などの薬が増えた。 精神的疲労から足のしびれ等々の弊害が生じ、大学病院で複数科現在通院中そして検査の日々。 父は津波を受け、PTSDになり、入退院を繰り返している。自分も体調を崩し、入院した。 震災で物資を手に入れるために、いつも気を張りつめていたが、それが原因で心身に不調をきたし、入院することとなった。
サポーターの状況変化(29)	不在苦労	<ul style="list-style-type: none"> 実家の母が亡くなった。父が手術をして施設に入ったり、弟の会社が被災したり…サポートしてくれる人達の生活に変化があった。 支援機関の再開の目途が立たなかった。これからどうなるのかという不安があった。 子供が通学困難になり、仙台へ引越しましたが、何の支援も受けることが出来ず二重生活になり、生活は大変になる一方、体調も悪くなった。 一人生活で実家が遠い地にあり、親や兄や姉達と離れて、相談する人はいません。 震災後に仙台へ夫の転勤で引越しをして来た。私の障害は夫以外誰も知らない。仙台での暮らしに不安があっても、誰にも話せず家に閉じこもっている。
	存在感謝	<ul style="list-style-type: none"> 不安だったので、電話をしていた(フリーダイヤルで不安を聞いてもらえた)。 外に出るのが億劫だったので、家族の人の助けを受けて食料や水などを得ることができた。 母が自分と同じ病気になり大変苦労しましたが、兄弟や周りの方々、支えてくれる方がいてくれたおかげで、自立に向けて前進するに至りました。 震災後、実家が灯油でまかなっていたので、助かりました(お風呂等)、食事、地震後、すぐに夫が私の薬を(切れない様にも)らってきてくれた。息子2人の助けがあったおかげで何とか乗り切ることが出来ました。
経済的な面での苦労(24)		<ul style="list-style-type: none"> 震災によって自宅に住めなくなり、収入もなく、この先どうすればよいかかわからず不安。 生活保護になり、周りが変わった。冷たくなった。 飲まず食わずの生活。苦しい生活が続く。 仙台へ引越してきて間もなく被災しました。それに前後するように、自身の病気も再燃し、今、経済的に苦しい状況にあります。 子供が通学困難になり、仙台へ引越しましたが、何の支援も受けることが出来ず二重生活になり、生活は大変になる一方、体調も悪くなった。
就労・仕事上の変化(14)	悪化	<ul style="list-style-type: none"> 職場が災害に遭い職を失った。収入が10ヶ月間なく生活に困った。 震災時仕事をしていたが、両親の世話で休みがちになり、クビになった。最悪です。 実家の被害の資金や教え子が亡くなった事などで、うつ病が再発し、仕事を辞めざるを得なくなった。 地震後仕事をリストラされた。その後仕事がなく、辛い日々を過ごした。 震災で自宅が全壊し、慣れ親しんだ環境から移り住み、仕事も転職したが、慣れない環境等で病気になってしまった。現在、就職活動中、前回の家も建てて7年程で、また今度建てたのでローンもある。
	改善	<ul style="list-style-type: none"> 震災前は無職でした。沿岸部から転移してきた今の勤め先が、勤務可能範囲に仮の事務所を構えたことから、仕事を得ることができました。 不思議と、仕事で採用されることが震災の前と比べると多くなったので、逆に助かっています。
知り合いの死(10)		<ul style="list-style-type: none"> 母の実家は津波で流され、叔父も亡くなりました。現実を受け止めるのに時間がかかりました。 津波で友人が亡くなりました。今年5月私の母が他界しました。辛いです。もう二度と起きて欲しくありません。災害は。 実母が病死した。ほとんど母が相談のついでに亡くなったのでいいです。
交通の便の悪化(9)		<ul style="list-style-type: none"> 当時通所していた福祉サービス事業所が倒壊し、移転した。自宅から通いづらくなったため、1年後に退所。 病院にて、薬がもらえない。通院する手段が無くなってしまった。 病院の薬を取りに行くのに自転車で行って大変だった。食事の面でも自転車で駆けずり回りました。
生活の改善(3)		<ul style="list-style-type: none"> 震災後に支援を受けるようになったので(人生で初めて)生活がかなり充実したものとなった。 自然光で目が覚め、朝起きがしやすくなった。無駄なお菓子を食べなくなった。歩く習慣がついた。ちょっとしたことでビクビクしなくなった。

表中の()は回答数

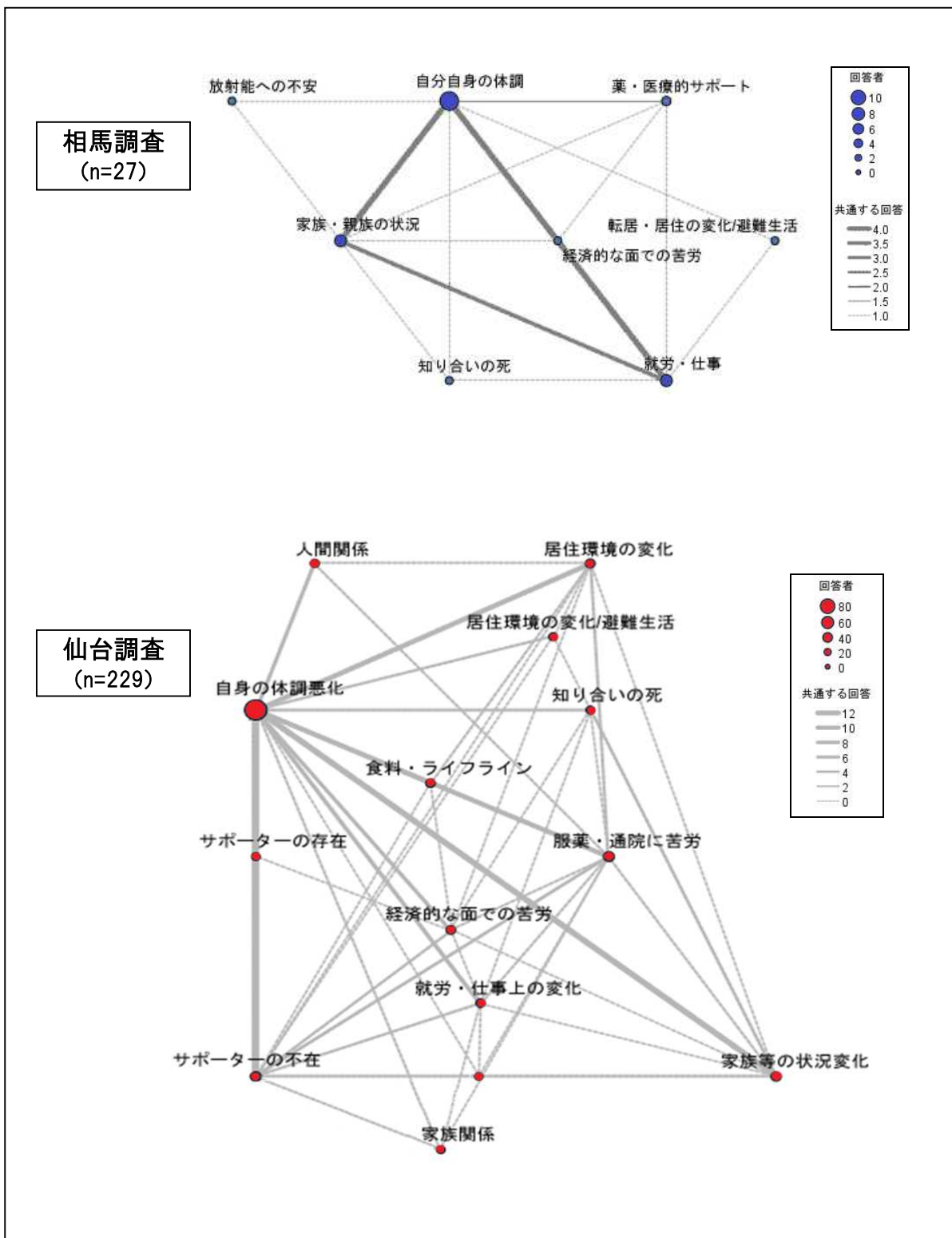


図4. 「震災前後での生活の変化」におけるカテゴリの同士の共通性

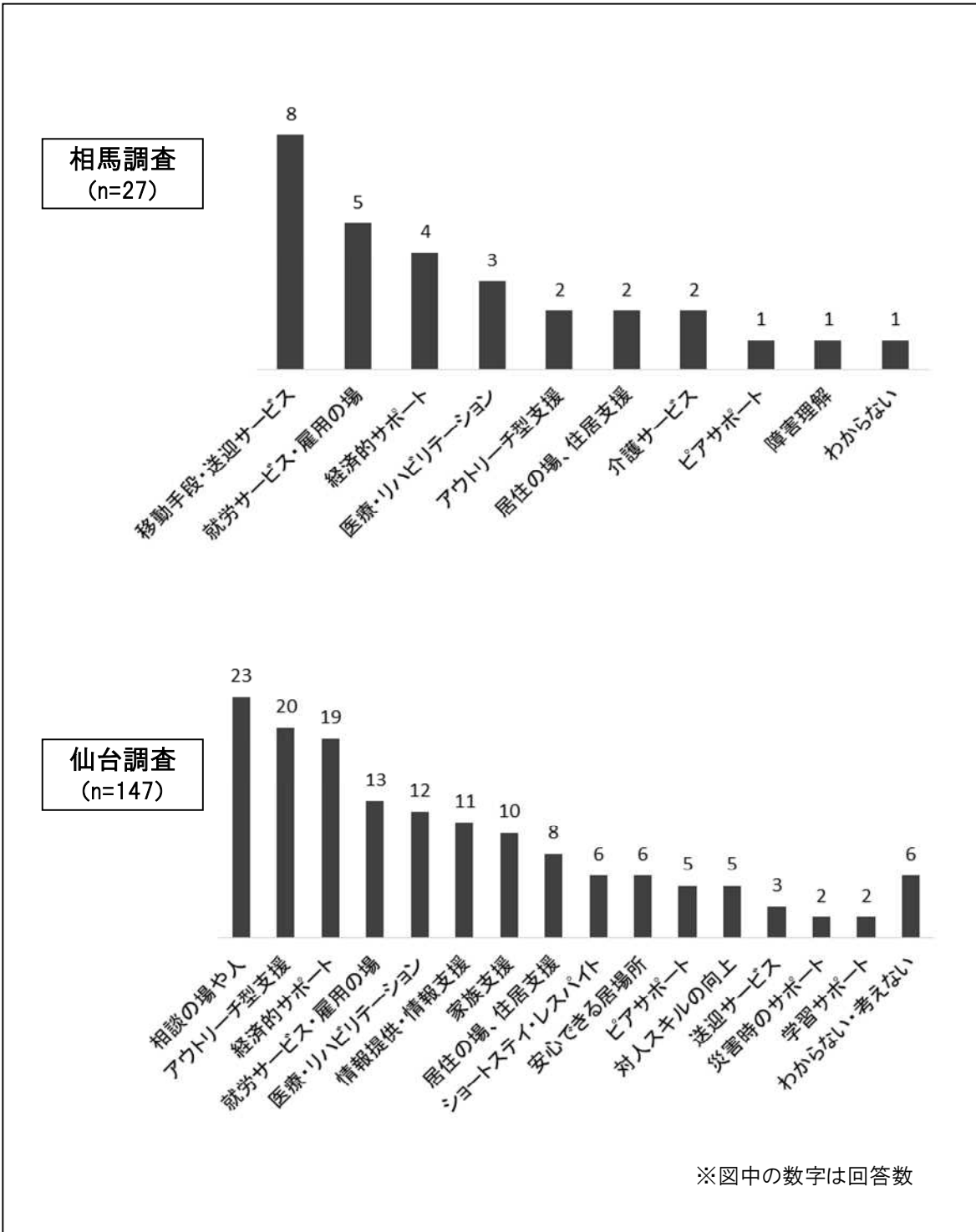


図5. 「必要と思うサービス」として抽出されたカテゴリと回答数

表6. 必要と思うサービス(相馬)

カテゴリ	代表的なデータ
<p>移動手段 送迎サービス (8)</p>	<p>・病院に行くには電車とタクシーになるので大変です。なにかと不自由です。 ・発達障害のために通院しているクリニックが中途半端に遠いので、2級手帳ではカバーできず、交通費が家計に重くのしかかっています。 ・病院に通う事が多いので、連れて行ってもらう事。母も年もとりだんだん連れて行く事も大変の様です。 ・私自身運転免許は持っていますが、現在医師から車の運転はしないようにとされているので、介護タクシーなどのサービスまたは通院の時に病院まで連れて行ってってくれる支援があると助かります。 ・薬を病院の近くにおいてほしい(今は病院と薬をもらう場所が別々で、たいへん) ・車がなくなってしまったので、買物をサポートして欲しい。 ・送迎サービスだと思います。バスやタクシーは本数が少なく、受付も不便に感じました。県民アンケート等で再考して下さい。 ・高齢者の夫婦で都会に転居して暮らしています。相馬の介護事業所は介護タクシーがあるので、大変良かったと思います。都会は、一般のタクシーを家族が予約をして、病院にヘルパーさんと本人が乗っていきますので、家族が元気でなければ出来ないのです。</p>
<p>就労サービス 雇用の場 (5)</p>	<p>・障害者枠の仕事 ・就労で仕事をするを学ぶところがあればいいと思います。 ・就労支援のサービス ・仕事は長時間労働(1日4時間以上)は無理なので、塾等くらいしか仕事が出来ない。 ・障害者の雇用が少なく仕事が出来ず家庭の収入が少ない時には、生活保護的な支援が必要だと思います。</p>
<p>経済的サポート (4)</p>	<p>・年金の固定収入でやりくりしている。両親に頼りっぱなしですが、特に発達障害のために通院しているクリニックが中途半端に遠いので、2級手帳ではカバーできず、交通費が家計に重くのしかかっています。 ・障害者の雇用が少なく仕事が出来ず家庭の収入が少ない時には、生活保護的な支援が必要だと思います。家の様に家族2人が病気だと、私一人の収入で生活するしかないが、私の病気が悪化すれば収入は障害年金のみ。今まで幾度となく考えた生活苦による自殺の事を思うと、国内に何人の人がこんな苦しみを感じているか…。生活の安定できるお金の支援が必要です！！</p>
<p>医療・ リハビリテーション (3)</p>	<p>・少しでも健常に近づくためには、リハビリテーション、医療通院治療が必要であると痛感した。しかし現在の制度では、医療機関の連携は難しい。又、医療制度での発症後3ヶ月、リハビリ6ヶ月は患者にとっては地獄とも言える。施設のリハビリは週2回、それ以上は実費、入院6か月後も実費では良くなる者もよくなる。法律、制度である以上、仕方がないがもっと柔軟な運用方法があってもよいのではないか。</p>
<p>アウトリーチ型支援 (2)</p>	<p>・体調が悪い時に泊まってくれる方(サービス)があると安心。 ・家事(炊事、洗濯、掃除等)をしてもらえるサービスがあるといい。</p>
<p>居住の場、居住支援 (2)</p>	<p>・グループホーム(ケアホーム)のサービス</p>
<p>介護サービス (2)</p>	<p>・3月に家内が亡くなり私も67になりました。なにかと不自由です。 ・介護施設に入所したら良いと思います。</p>
<p>ピアサポート (1)</p>	<p>・同じ病気の人と話す機会が全然ないので、紹介して欲しい。</p>
<p>障害理解 (1)</p>	<p>・かなりの程度普通に行動できるので、逆に発達障害的な部分が出出した時に受ける、周囲からのものすごい誤解に苦しんでいます。</p>

表中の()は回答数

表7. 必要と思うサービス(仙台)

カテゴリ	代表的なデータ
相談の場や人 (23)	<ul style="list-style-type: none"> ・精神科医に言いたくも言えない事を聞いてくれる人がいたらいいと思う。 ・病気のことを相談できる人が家族以外にもしてほしい。 ・行きたい時に行ける、日頃の悩み事や不安なことを気軽に相談できる場所があれば行きたい。1人で過ごすことが多いので。 ・スマホやパソコンで気軽に相談できるサービス。夜中、気分が落ち込んでしまうので、夜間に相談できる窓口がもっとあって良いと思う。電話相談ではいつも話し中になっているので、回線をもっと増やして欲しい。 ・相談窓口がいつも予約で待たされる。頼りたい時に頼れないのが困る。電話やPCでも良いので、すぐに反応、対応できるサービスがあると良い。 ・どこに相談してよいか分からない。仙台でどう暮らしていくのか、引越した時に役所が教えて欲しかった。どうせよそ者です。
アウトリーチ型支援 (20)	<ul style="list-style-type: none"> ・時々気が向いた時に随時自宅訪問してくれるサービス。話し相手、相談相手が良い。掃除が苦手なのでお手伝いしてくれる方が欲しいです。 ・家事や、家の中の整理、整頓や掃除を支援して欲しいです。 ・家に1日引きこもり、TV等の音があり落ち着かなかつたり、家から出るのは通院くらいになりました。家事も出来ず家の中が汚く、掃除等のお手伝いが欲しいのですが、区役所に行って相談する事が出来ずに困っています。 ・買い物をしてほしい。ヘルパーの日数を増やして欲しい。家事の支援を増やして欲しい。 ・一緒に買い物や病院に行く方があるといい(1人だと引きこもりがちになる)。 ・日中、症状がひどい時、不安に思ったり、死にたくなった時の定期的な訪問相談・看護。
経済的サポート (19)	<ul style="list-style-type: none"> ・両親も70歳過ぎて建て直しも出来ず年金も減る一方で、生活が成り立たない精神年金も減らされて、自宅への支援にもまわらなくて困る。 ・老いた親の年金から援助してもらって生活している。障害者として月6万余りでは生活できないし、将来が不安でたまらない。 ・精神科の入院費用が障害者年金を上回っているので、年金額を増やして欲しい。 ・ホームに入りたくない。けどお金もない。 ・両親が亡くなった後の経済的支援。
就労サービス ・雇用の場 (13)	<ul style="list-style-type: none"> ・就労にはすごく高い壁がそびえます。 ・趣味の提供の場。就労で趣味が活かせる、いくらでも自分で働いたお金を稼げる場が欲しい。 ・仕事を始めてもすぐに体調が悪くなり、すぐに辞める事になってしまう。仕事をしたいとも出来ない。 ・障害があっても働いて行くためには専門の知識がある方に、自分のフォローと就職先へのパイプ役になって欲しい。 ・就労の機会(A型よりも、ハードルを上げる形での福祉施設)。 ・働きたいという気持ちはあるのですが、無職の時期が10数年となってしまいました。現在かなり状態は良くなりましたが、働くことに不安があります。(再発等)対応できる支援の方がいればと思います。
医療・リハビリテーション (12)	<ul style="list-style-type: none"> ・現在、クリニックにて通院治療、服薬指導を受けています。3分位の診察に対してかなり高額な医療費で、疑問に思う。薬の量も本人の健康状態に応じて、増減があっても良いと思いますが、漠然と同じ薬を飲まされているくらいがあるように思う。主治医の先生にごちらの希望を率直に伝えられれば良いのですが、こういう病気の場、弱い立場のような気兼ねがありなかなか言いたくないのが現実。 ・医師の診察が3分診察に近いのでもっと生活面や認知訓練をしてくれる所に行きたい。 ・長期の薬飲用で副作用に悩む場合もあります。そういう悩みをサポートしてくれるりする支援も必要と思ってます。 ・精神科でも体の検査を行って欲しい(薬の体への影響を調べるため)。
情報提供 ・情報支援 (11)	<ul style="list-style-type: none"> ・震災の時の避難場所、救援物資などを案内して欲しい。一人で暮らしているので、いざという時心細い。 ・精神医療、治療に関しての情報がバラバラに発信されるため、自分に必要な情報を自分で探さざるを得ません。できれば、一つの所である程度整理した上でやってもらえると有難いです。 ・世の中インターネットが当たり前になっているが、市役所等でもホームページをご覧ください、は絶対あつてはならないと思う。役所の情報やお知らせ等、「聞かなきゃ知られない」現状は、本当に困る。新しい制度や変更等、当てはまる人に役所から通知を出して知らせ等しないと、高齢者や障害者やパソコンのない人(使えない人)、携帯を持たない人(持てない人)が山ほどいるのだから。 ・どこに相談してよいか分からない。
家族支援 (10)	<ul style="list-style-type: none"> ・精神障害者の家族会を開いていただいて、(強制的に)もっと、心の病のことを理解してもらいたい。 ・病気理解に乏しい家族への支援・相談サービス。 ・家族にとって必要なのは、症状の状態の説明と理由、それに対する対処法。本人が落ち着くような環境、声掛けetc。本人にとって外に出たり人と接する必要性はひしひしと感じているが、なかなか出られない。気楽に人と接することのできる仲間、場所。安くて安心な環境。
居住の場、住居支援 (8)	<ul style="list-style-type: none"> ・グループホームの建物に利用者さんと2人きりになるので、もし夜中に病気が再発した時、どう対処するのかケアして欲しいです。 ・高齢、独居、精神疾患患者の生活できる場所と方法(入院以外)。 ・親と同居期間が長いので、一人で暮らすための自立・自律が出来るような支援サービス。低収入でも一人暮らしが出来るような支援やサービス。 ・親がいなくなった時に困らないよう自立できるシェアハウス、グループホームがあると良い。 ・グループホームに早く入居したいが、いっぱいなので順番がいつの事やら。
ショートステイ レスパイト (3)	<ul style="list-style-type: none"> ・ショートステイの施設が仙台には一つしかなく、眺めも良くない。もう少し、立地面も考えて建てて欲しい。 ・病状が悪い時や、一人になりたい時にショートステイを申し込んだ事があるが、利用できるまで時間がかかり、病状が安定して利用を辞退したことがあるので、対応を早くしてほしいです。 ・レスパイト等、もっとスムーズに利用できるようなしてほしい
安心できる居場所 (6)	<ul style="list-style-type: none"> ・子育て世代の人がリラックスできる場所。 ・自由にデイケアのような集まりができる会などがあつたらうれしい。 ・私は大勢に世話されたりするのが困難で(デイケア、支援など)「ひとり」外の世界にいるのがベストな人間です。
ピアサポート (5)	<ul style="list-style-type: none"> ・同じ病気を持つ仲間との交流。 ・働いている障害者同士が集まって気軽に話せる場。通所している友人とはほとんど話が合わなくなる一方で、健康者である職場の人には話づらい薬の事、体調の事などはどこで話せばいいかわからず、溜め込みがちである。 ・いつまた地震が来るかと怯えながら1人で昼間いるので、同じ気持ちを体験した人達1人でいる辛さがわかる人達の交流会などがあるといいです。
対人スキルの向上 (5)	<ul style="list-style-type: none"> ・人と話をしたり、知らない人が側にいるだけでストレスが溜まり、人と話す時唾液が出なくなり、目がごろごろし、夜も眠れなくなる。 ・また引越したら人と人の付き合いが出来るか心配です。 ・どうやって他の人と意思疎通を図るか。 ・生活面や認知訓練をしてくれる所。
送迎サービス (3)	<ul style="list-style-type: none"> ・自宅で行動が制限されてしまうと筋力が落ちて悪循環なので、買い物に行ってみたり、外食を試してみたり、一人で出来るような手助けが欲しい。例えば、バス、タクシーの乗り降り、場所によっては、じゃあ〇時に迎えに来ますね、といった感じ。
災害時のサポート (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・災害の時、障害のある人向けの避難所があれば、私も入れるかも(人混みが苦手です)。 ・地震の時のお風呂支援
学習サポート (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・家の近くにフリースクールが欲しい。 ・足りない学力を補う方法を教えてくれる方が必要。学力をつける所から仕事に就くまでを手伝ってくれる方がいれば尚いい。
わからない・考えない (6)	<ul style="list-style-type: none"> ・少しでも考えると苦しいので考えないことにしています。 ・うつ状態で考えられない

表中の()は回答数

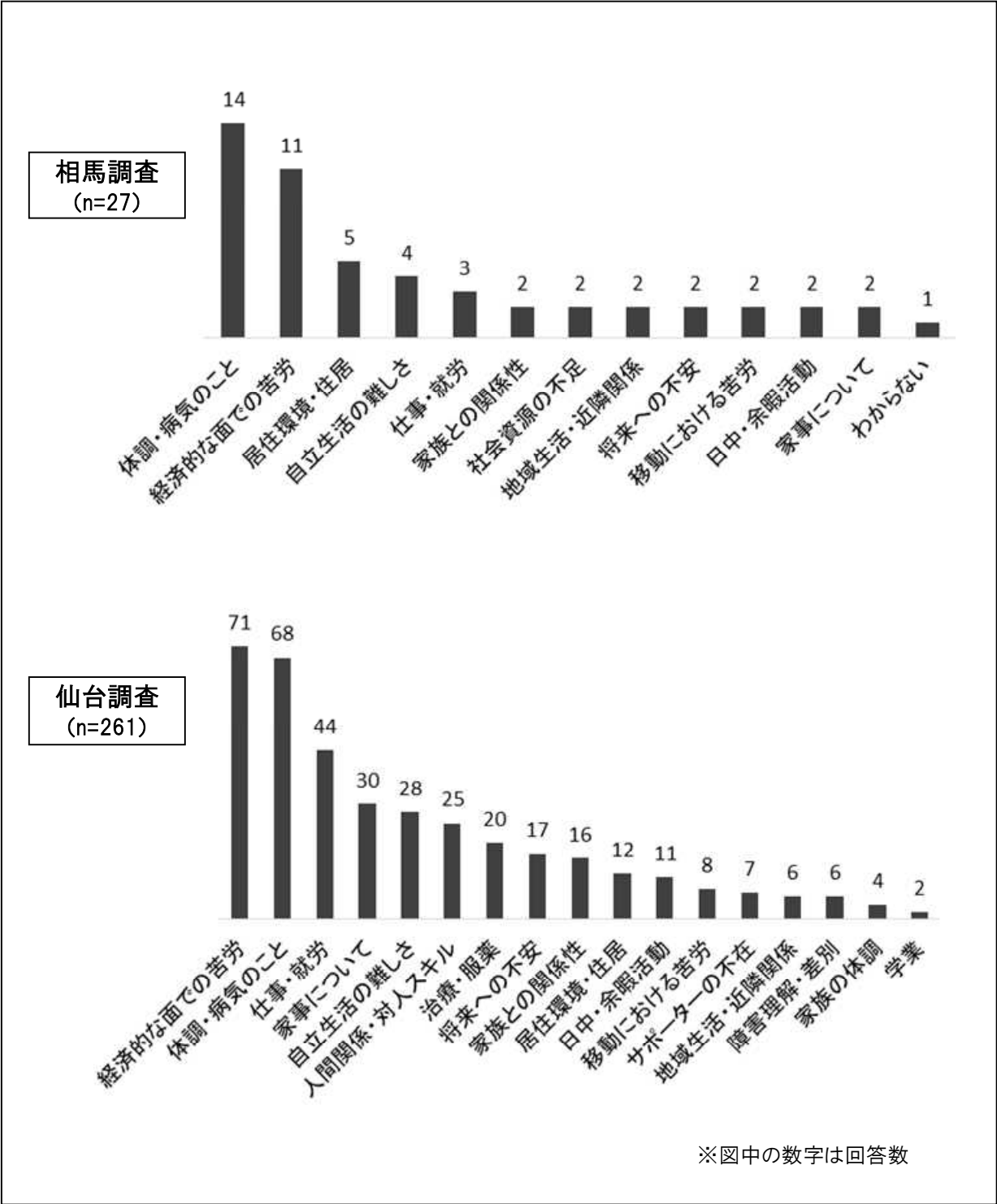


図7. 「具体的に困っていること」として抽出されたカテゴリ

表9. 具体的に困っていること(相馬)

カテゴリ	代表的なデータ
体調・病気のこと (14)	<ul style="list-style-type: none"> ・病気が重くなって、いつも不安感があり、その状態から抜け出せない。 ・病気を治したいけど、なかなか治らない。具合が悪くなる。 ・体調が悪い時に一緒に居てくれるサービスが無い事(環境が変えられない)。 ・体調が悪くて、作業所に通えない。 ・薬がないと眠れないこと ・知的障害もあり、自分のことを全部出来ないこと。 ・パチンコ依存症 ・高次脳障害で、日、曜日、何の日も分からない時がある。
経済的な面での苦勞 (11)	<ul style="list-style-type: none"> ・収入が少ないこと。 ・安定した収入がないので困っている。 ・お金がなくてもお金が借りられない。 ・もう少し収入を得たいが、生活保護費を受給しているのでやむを得ない状況であるが、やや不満。贅沢は禁物とは云うがそこがちょっと不満。 ・持病の喘息や、体調不良で、通院費が増加していること。 ・障害年金の額が下がってきているので、生活が不安。
居住環境・住居 (5)	<ul style="list-style-type: none"> ・他県と福島を行ったり来たりしていること。 ・実家の母が仮設住宅に住んでいるが、災害公営住宅は当たらず、この先行くところがない。 ・都会の生活では、地方の人と違って挨拶程度でお話はありません。妻は都会の生活にすぐ慣れましたが、私はよく覚えられず、近所は分かりますが、妻と一緒にでないと歩けません。いつも妻に教えてもらって歩いています。
自立生活の難しさ (4)	<ul style="list-style-type: none"> ・今は姉と二人暮らしですが、1人になると、1人暮らしがやっていけるか不安。 ・てんかんの事があって一人では何も出来ません。必ず誰かそばに居てもらわないとダメなのです。 ・下肢麻痺により歩行困難が一番苦しい、全ての面で介助が必要。 ・知的障害もあり、自分のことを全部出来ないこと。
仕事・就労 (3)	<ul style="list-style-type: none"> ・働けない ・今年から稲作をやめました。 ・仕事で障害があるので病休している。支援を受け就労したい。
家族との関係性 (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・人づき合い(姑婿の関係) ・自分が気付かないうちに、他人に迷惑をかけてしまう。
社会資源の不足 (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・体調が悪い時に一緒に居てくれるサービスが無い事(環境が変えられない)。 ・福祉が福島県では専門的でない。相談できない。大都市での生活を勧められている感じです。住めない。働けない。
地域生活・近隣関係 (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・団地のため、子供の声がうるさくイヤ。ひきこもりのため日中の過ごし方。 ・隣近所のこと。見て見ぬ振りされることが辛い。
将来への不安 (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・下肢麻痺により歩行困難が一番苦しい、全ての面で介助が必要。高次脳障害で、日、曜日、何の日も分からない時がある。これも病気だと諦めるしかないが、たまに将来のことを思うと、絶望的になることもある。 ・親が健在のうちは困らないが、将来が不安であり、対処方法が分からない
移動における苦勞 (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・車を持っていないため、買い物などは夫がいる休みの時にしか行けない。
日中・余暇活動 (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・ひきこもりのため日中の過ごし方。
家事について (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・車に乗れないので買い物に行けないのが大変だ。だからバスで行くから余計買って来れないからすぐおかずが作れなくなるのが悲しい。ひどい時は水とごはんだけになる。

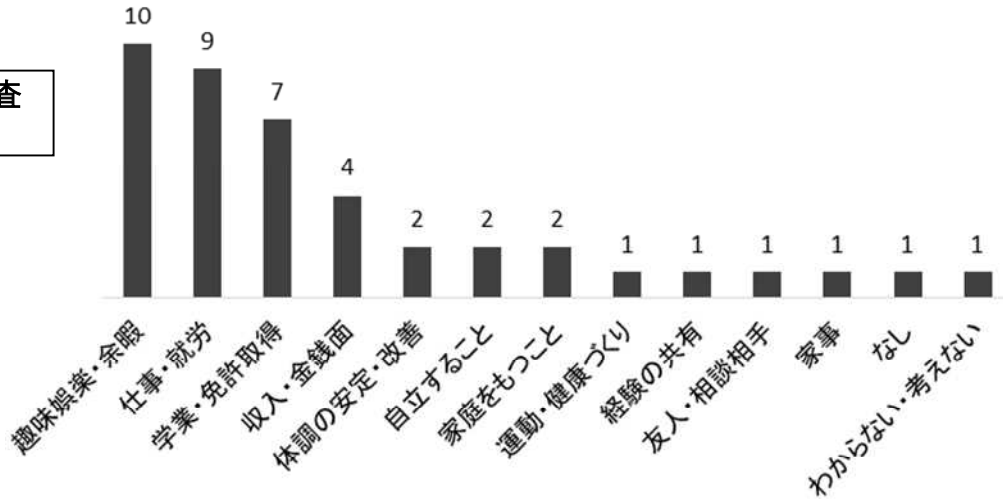
表中の()は回答数

表10. 具体的に困っていること(仙台)

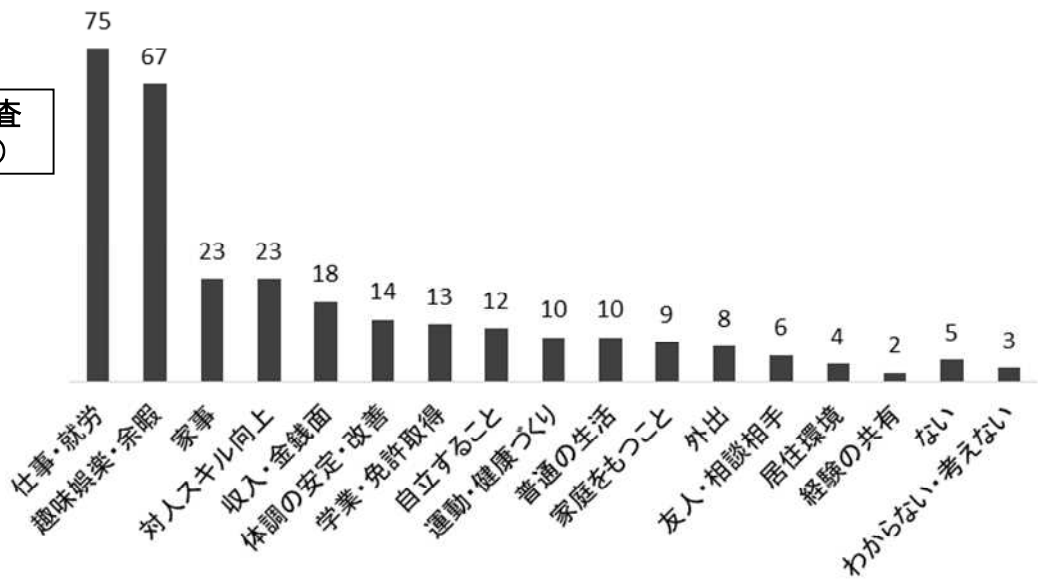
カテゴリ		代表的なデータ
経済的な面で の苦勞 (71)		<ul style="list-style-type: none"> ・病院へ行っても薬代などかなりかかり、貯金を崩しています。 ・自立したいのだが、収入がなく、自立できなくて困っている。 ・障害者年金の金額では生活できません。医療費補助制度の絡みもあり、何もしないで家で過ごすほうが良いと思いい家に居ます。 ・収入がないことで住宅ローンや実家の生活費の子ども学費のことでストレスを感じる。 ・年金から屋根の修理代を払っていること。 ・経済的に苦しい→食べる物が無い→極端なやせ、筋力低下→入院→お金がない…の繰り返し。 ・収入が少なく最低限の家財道具の買い替えが出来ない。収入が少なくてストレスが出来る。
体調・病気の こと (68)	震災による 体調悪化	<ul style="list-style-type: none"> ・日中、一人でいるので、震災の事を思い出しながら過ごしています。あの怖さは忘れられず、びくびくしながら家族の帰りを待っています。 ・不眠の時がある。いつも寝る時にゆらゆら揺れている感じがするなど、子は頭ががくがくしたり、震災からの体の症状が時々ある。 ・震災後に精神的からくる(ストレス)病気が出てきたこと。
	精神的な 問題	<ul style="list-style-type: none"> ・病気の症状状態が日ごとに違うため、家事を安定して行えず1人暮らしが困難。 ・病気になる症状があることで仕事に集中しづらくなったり、頭の回転が悪くなった様な感じがすること。疲れやすくなったこと。 ・病気のことで、精神状態が不安定になる。何もできない。気がない。
	その他の 合併症	<ul style="list-style-type: none"> ・強迫神経症で常に強迫観念に襲われ、アルコール中毒になり、臓器を壊し、糖尿病になり、毎日インスリンを打たなくては生活が成り立たなくなった。 ・長年の薬の服用で体が不自由になり、骨折もあって車いす生活であること。 ・思うように動けないので、やらなければならないことができず、生活の質が著しく落ちている。家にずっとこもりきりなので、運動不足になり、体調が悪い。
仕事・就労 (44)		<ul style="list-style-type: none"> ・将来的に経済的な自立を目指していくために、現在の業務を続けるべきか不安。 ・私は仕事も出来ずです。現在無職で、しかも先の見通しも立っていない。 ・仕事をしても続かない。続けようと思っても体調が悪くなり仕事を出来る状態ではない。 ・仕事が安定しないと生活ができない。頑張っているが、働く障害者への就職は極めて厳しい。転職も出来ず。 ・収入はいつなくなるかわからないので、働かなくては、と思いつつなかなか仕事も見つからない状況。 ・休憩時間などで同僚と話題が合わない。 ・希望する仕事に就けるにはどうすればいいか、希望などしてはいけないのか、と悩んでいます。
家事について (30)		<ul style="list-style-type: none"> ・病気の症状状態が日頃違うため、家事を安定して行えず1人暮らしが困難だが、自立した生活がしたいので悩んでいる。 ・思うように動けないので、やらなければならない(家事など)ことができず、生活の質が著しく落ちている。 ・家事や掃除が辛くて入浴も面倒だ。料理もたまにしか作れない。 ・不安定になったり先のことについていつの間にか悩んでしまい、家事がおぼつかない時がある。 ・状態が良くなってヘルパーさんの援助が受けづらく、部屋が片付かなくて困っています。
自立生活の難 しさ (28)	自立への 不安	<ul style="list-style-type: none"> ・病気の状態が日ごとに違うため、家事を安定して行えず1人暮らしが困難だが、自立した生活がしたいので悩んでいる。 ・自立したい気持ちがあるが、できないことが多く、障害があることを悟られてしまう。すると地域の中で暮らしにくい。 ・自立したいのだが、収入がなく、自立できなくて困っている。自分の家族がないので親が亡くなった後が心配だ。 ・自宅に居場所がなく家を出た方が病気にいまいと言われるが、収入がないため出られない。 ・一人の時間を作れない。親といつも一緒にいないと不安。強迫症状。お金など…
	身立 自立	<ul style="list-style-type: none"> ・生活全般を一人でできないこと。 ・入浴が嫌いで、なかなかお風呂に入れない。それが生活全般に支障を来す。
	金銭 管理	<ul style="list-style-type: none"> ・お金のやりくり。1人で生活費をやりくりした事がない。 ・どうしても買い物依存性になりがちで、計画的にお金を使うことが出来ません。余暇を楽しむための預金をする事ができないのです。
人間関係 ・対人スキル (25)		<ul style="list-style-type: none"> ・家族以外の人との交流が出来なくなりましたこと。 ・人づき合い、コミュニケーションがあまり上手にできないので、悩むことがあります。 ・表現力がないためトラブルが起きやすい事。通院しているが、なかなか自己改善できず、同じ事(失敗)を繰り返している事。 ・会社の人づき合いがうまく出来ない。
治療・服薬 (20)	精神的な 問題	<ul style="list-style-type: none"> ・薬の量が多い、なかなか減らない。 ・一人で生活する場合、食事も含め毎日確実に薬を飲むことができない。 ・精神科の薬の副作用がひどい、現在はよだれがとまらない、ますます歩けなくなった。 ・精神病が治らないこと。長年の薬の服用で体が不自由になり、骨折もあって車いす生活であること。
	その他 合併症	<ul style="list-style-type: none"> ・身体の病気が次々と出てくる。病院に通っている。薬の量が増える。 ・特定疾患で治る見込みがなく薬だけが増えていき、死にたくなる時がある。 ・薬剤肝炎で体がだるいし、精神科の薬で筋肉が硬くなる様な成分含まれているとかで、体中痛くて生きているが辛い…！
将来への不安 (17)		<ul style="list-style-type: none"> ・親がいなくなっても(経済的にも)一人で生活できるかどうか。 ・急に体調が悪くなった時とても不安を感じる。一人になったら生きていくことへの不安。 ・病気のために仕事が出来ないので、これから先のことがとても不安です。 ・どうやって生きていけばいいか。
家族との関係性 (16)		<ul style="list-style-type: none"> ・家事ができない事で、家族に迷惑をかけている。病気が悪化し、寝てばかりいることで家族に迷惑をかけている。 ・両親とストレスを溜めずに毎日同じ家で一緒に生活することが難しい。 ・不登校気味だった長男が引きこもりになってしまった。遠征や自分の影響もあると思うと申し訳ない。しかし見てられずネグレクト的。 ・親戚、身内が亡くなっても知らせてくれない。精神を病んでいると思われていて悲しい。
居住環境・住居 (12)		<ul style="list-style-type: none"> ・地震のゴミ(家具や生活用品)がまだ片付いていない。ゴミ屋敷に近くなっている。3.11から1年後には何もやる気がなくなった。今は何もしたくない。 ・震災時、また病気で倒れた時に部屋の一部分が壊れてしまし直せずにいる。 ・障害特性上、住める住居の要件が、不動産屋の調べきれない条件となっており、やっと見つけた今の借家も親の無理解に困っています。震災以降家賃も高騰して空きも少なく安住の地が探せません。 ・現在住んでいる借家に退去命令が出され、引越ししなくてはならず引越し先を探すのに困っている。 ・生まれた場に戻りたい。
日中・余暇活動 (11)		<ul style="list-style-type: none"> ・日中の過ごし方で人と交流が持てないことが辛い。 ・通院以外は引きこもり。 ・休日の過ごし方が問題です。
移動における苦勞 (8)		<ul style="list-style-type: none"> ・自動車に乗れないことで、体に負担がかかり、中耳炎、痔、前立腺の不調、慢性疲労など体調が悪くなっていく一方で。 ・公共機関に乗るのが困難、人の集まる場所に行くと思うと体調が悪くなる。 ・統合失調症のため保険に入れないため、車の運転はおろか、原付さえも利用できない。 ・道路がガタガタで歩くのが怖い。 ・買い物でスーパーに行く時や帰りに突然具合が悪くなるのがあるのは困っています。
サポーターの不在 (7)		<ul style="list-style-type: none"> ・友達が出来ないで、寂しい。家族の者としてしか話さない毎日で生きがいが欲しい。 ・毎日、日中、誰とも話さずに過ごすことが辛い。 ・周りに身体に余裕のある人がいない。お年寄りや頼りにならない。 ・多量多量の期間が10年も続き、幻聴もひどくなり、大声で喚びだし、近所に迷惑なのでドライブに毎日朝から連れ出していますが、すぐ母を使いまくって疲れていますので、(家族にとって)相談できる人が必要と思います。
地域生活 ・近隣関係 (6)		<ul style="list-style-type: none"> ・近所の人との関わり方が苦手です。 ・アパート暮らしですが、真下の人の騒音で苦しんでいます。転居しても何の改善もない、管理会社は大して対応してくれなく不満です。 ・病気のため、学校行事やPTA、マンションの役員などできない。
障害理解・差別 (6)		<ul style="list-style-type: none"> ・会社で障害者だからと言って差別されていることです。 ・精神障害者だとまだまだ理解されないことが多く、また、生活保護を受けているとなるとパッシングがひどく、苦しい。気がしすぎると体調が悪くなります。 ・職場内での私の障害(高次脳障害)を理解してもらえずに、無視されたり失語症でうまくコミュニケーションが出来ず、孤立しています。 ・両親が精神疾患の事をなかなか理解してくれない。面接に行っても、理解を示してもらえない。家族を含め社会全体の受け入れが皆無だと思ふ。
家族の体調(4)		<ul style="list-style-type: none"> ・親を常に介護しないといけないのと、ボケの症状も出てきて、暴れたり、騒いだりして精神的にも肉体的にもつらい。 ・父親ががん治療や、母親も体調が悪くならない。
学業(2)		<ul style="list-style-type: none"> ・勉強について

表中の()は回答数

相馬調査
(n=28)



相馬調査
(n=212)



※図中の数字は回答数

図 11. 「できるようになりたいこと」として抽出されたカテゴリと回答数

表12. できるようになりたいこと(相馬)

カテゴリ	代表的なデータ
趣味・娯楽・余暇 (10)	<ul style="list-style-type: none"> ・ピアノを弾く事が出来るといいです。 ・囲碁が上手になりたい。 ・油絵を描きたい。 ・津軽三味線が弾けるようになりたい。 ・お気に入りのシンガーソングライターのコンサートに行きたい。 ・皆で軽いパーティーなどしてみたい(食事会のような)。 ・楽器演奏が好きだが、心が重苦しいのでもっと人前で気楽になって演奏したい。
仕事・就労 (9)	<ul style="list-style-type: none"> ・外でお金をもらう仕事が出来ません。食べるくらいのも、今年からやめました。今は、家で風呂炊きをする位です。 ・英語が得意なので、語学の比重が高い職業が地元(小さな自治体なのでない)にあれば助かります。 ・薬が体に合ったら、仕事をしたい。 ・体調を良くして、自由に動きたい。 ・仕事が周りの人に認められる位出来るようになりたい。 ・仕事に復帰したい。
学業・免許取得 (7)	<ul style="list-style-type: none"> ・自動車の免許が欲しいです。どこにも行くことができず困ります。 ・車を所有する、車を運転する。 ・学歴・資格が欲しい。
収入・金銭面 (4)	<ul style="list-style-type: none"> ・アルバイトに通い、少しでも働いて、収入を得たい。 ・塾講師として、年収600万円を稼ぎ、それを通して社会に貢献したい。
体調の安定・改善 (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・何かできるようになりたい、という思いが出て来たら、それは病気が治りつつあることなのでしょう。そうなって欲しいと祈るばかりです。 ・体調を良くして、自由に動きたい。
自立すること (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・毎日の生活のやりくりを出来るようになりたい。 ・自分自身で家事や仕事出来る様になりたい。自立したい。(親に頼らない様にしたい。)
家庭をもつこと (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・気の合う「つれあい」と結婚したい。 ・結婚、出産、子育て
運動・健康づくり (1)	<ul style="list-style-type: none"> ・広い家を離れて一年近くになります。夫婦で整形外科の先生に指導されて、ジムへ運動に通っています。無理のない運動なので、夫婦で週二回喜んで行っています。ずっと続けて行きたいと思っています。
経験の共有 (1)	<ul style="list-style-type: none"> ・何か体験発表というか、もっと世間に自分等の状況を知らせたい気持ちもあるが、出来れば良いなと思っている。
友人・相談相手 (1)	<ul style="list-style-type: none"> ・友達が出来れば良いと思う。
家事 (1)	<ul style="list-style-type: none"> ・自分自身で家事や仕事出来る様になりたい。

表中の()は回答数

表13. できるようになりたいこと(仙台)

カテゴリ	代表的なデータ
仕事・就労 (75)	<ul style="list-style-type: none"> ・仕事の業務時間を延ばしたい。 ・病気のことを理解してくれる職場があればいいと思います。 ・加齢により肉体労働が出来なくなったので、自分でできる精神的労働に就きたいです。 ・今働いている所で1日でも1年でも長く働きたい。 ・健康者と同じような仕事がしたい。特に独立して仕事をしたい。 ・仕事内容が補助的なので、もう少し前線で働きたい。 ・まずは短時間からでも仕事をしたいと思っていますが、希望する職がほとんどと言っているほど、条件の合う所がありません。
趣味娯楽・余暇 (67)	<ul style="list-style-type: none"> ・趣味で編んだものを市場に出したい。売りたい。でも、方法がわからない。 ・手芸、アロマテラピーに興味があるので、それを実現したいです。 ・読書が好きなので、本を読めるようになりたい。今は病気で本が読めない為。 ・気分が転換できる様な、自分の興味を持ってられる趣味を見つけられたらと思います。 ・震災後、趣味の映画鑑賞を映画館で見なくなった。レンタルDVDで済ませることが増えた。 ・福祉プラザで書道の無料講座に参加し、とても心が安らぎました。私も自分の出来ることで、人に喜んでもらえることをしたいです。 ・草取りのあとに一杯のコーヒーをいただきたい。 ・体調が幸におもわしくないもので、趣味、娯楽が持てない。小さなことでも、趣味があれば少し楽しく生きられると思う。 ・僕の気持ちちがどんどん明るくなりギターを弾いて、いつかは人を喜ばせる演奏ができれば幸せと思います。 ・クラシックコンサートを聴きに行きたいが、お金の余裕が出ない。
家事 (23)	<ul style="list-style-type: none"> ・部屋の片付け、炊事など家事全般。 ・家の中の掃除、片付けができるようになりたい。 ・震災前までは、部屋きれいにしてきたから、掃除ができるようになりたい。 ・家事、買い物など外出だけで気分が悪くなる。 ・料理は好きなので、料理教室に入りたいが、人づきあいが出来ないで、行っていない。 ・家事全般、またスムーズにできるようになって、食事も充実した内容のものを作りたい。 ・部屋の整理整頓出来るようになること。物忘れが多い。 ・どこに行っても「男だから」が嫌だ。着付け、裁縫、料理、編み物、「男なら力仕事」やめてほしい。
対人スキル向上 (23)	<ul style="list-style-type: none"> ・将来仕事をした時に人とうまく交流が持てるか自信が無いので、できるようになりたい。 ・コミュニケーションがとれない(とりづらい)ので、PC等でコンタクトを取り、そこから人間関係を構築していけるようになりたい。日中ばかり様々な教室や催しをしていても物理的に参加が無理なので、日程も考えてくれると助かる。楽しみが見つかるかも…。 ・家を訪ねてくる人(町内会)などに、ちゃんと対応できるようになりたい。 ・人と意思疎通、理解ができるようになりたい。
収入・金銭面 (18)	<ul style="list-style-type: none"> ・医療費や光熱費分、1ヶ月40,000円稼ぎたい。 ・趣味はあるのだが、収入が無いので出来ないのが悔しい。 ・金銭管理が出来るようになりたい。 ・家賃や食費の不安なく、人と関わらずに穏やかに暮らしたいです。 ・少しでも収入があれば、生活費として楽になる点もあるのですが…。
体調の安定・改善 (14)	<ul style="list-style-type: none"> ・病気になる前みたいに、普通に好奇心を持ち、行動出来、人が怖く感じず、友人(今はいない)と他愛ない話で笑ったり、普通に楽しめたりできるようになりたい。何が、ではなく、全て今はどん底だから。 ・手帳を利用する必要がなくなるまで回復できたらと思います。まずは、定期的に身内とお茶してお話したりから始めてます。震災が原因で手帳をもらったわけではないのですが、震災後に余計症状が増えたのは事実です。 ・とにかく、症状の波がなくなり、毎日を当たり前のよう暮らしたい。それだけでいい。 ・仕事や趣味娯楽のジャンル以前に体が元気になるように、それから!
学業・免許取得 (13)	<ul style="list-style-type: none"> ・高校時代の勉強をやり直し大学へ行ってみたい。 ・余裕が少しずつ出て来たら仕事に関する勉強をして、スキルアップを目指したり、新しいことに挑戦して視野を広げられるようにしたい。 ・資格試験を取り、ある程度現場で学んだら独立開業してみたいです。 ・パソコンのワード、エクセルができるようになりたい。
自立すること (12)	<ul style="list-style-type: none"> ・自分で1人では何も出来ない、死にたくなる。 ・自分の身の周りの事が自分で出来るようになりたい。 ・まずは1人でいる不安が少しでも無くなる時間が欲しいです。 ・何かあった時どこに連絡すればいいのか、助けてもらえるのか、自分でも判断できるようになりたい。
運動・健康づくり (10)	<ul style="list-style-type: none"> ・両膝や腰、関節などいるんところが慢性的に痛んだり、腫れたりしますが、もうちょっと動いてスポーツがしたい。 ・ジムや社交ダンスなどを習っているが、もっと身体を鍛えて、山登りやパラグライダーに乗ったりしてみたい。 ・痩せたい・減量
普通の生活 (10)	<ul style="list-style-type: none"> ・人並みの生活が少しでも出来るようになれば、とても嬉しいですが、でも無理な事とあきらめてもいます。生活するのは苦しいものです。 ・昔ほどでなくとも、喜べたり、笑ったり、心に重荷を持たずに以前のように生活(仕事を含む)したい。 ・現在片耳の聴力が無くなってしまい、自殺も5~6回起こしている状態。もう何も望まない…普通の生活がしたい。
家庭をもつこと (9)	<ul style="list-style-type: none"> ・結婚したい。病気を克服して結婚できればと思っています。 ・男性とお付き合いを始めて、出来たら結婚して、孫の顔を両親に見せたい。そして温かく健康な家庭を作って、いろんなことを家族でしたいし、いろんなところに行きたい。
外出 (8)	<ul style="list-style-type: none"> ・ヘルパーや移動支援などに頼ってもいいので、ショップや公共地に足を運んでみたい。 ・できれば外へ出ていけるような趣味を持ちたい。 ・自転車に乗りたいと言ったら、精神科医や世話人に由々しき問題と言われ禁止された。 ・前は公共の乗り物に乗って出かけていたのが、今は乗れないので前のように出かけた。
友人・相談相手 (6)	<ul style="list-style-type: none"> ・気楽に仕事しながら症状安定させつつ、生活リズム安定して、友人と会って外出したり、人生を楽しみたいです。 ・休日はいつも寝てばかりなので、友人が欲しい。 ・辛さを理解してくれる友人が出来れば嬉しいです。
居住環境 (4)	<ul style="list-style-type: none"> ・自分達の住まいが欲しい。 ・地元になじめないので、よその土地に移ること。 ・家の中を片付けてすっきり生活したい。
経験の共有 (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・周りに振り回されなくて、自分のペースで生きてゆく事など…自分が学んだ事を他人の役に立てるように教えてあげたい。 ・同じ障害を持つ人たちの集まりや場がもっとあると良い。
なし (5)	<ul style="list-style-type: none"> ・何もする意欲がない。 ・今現在充分に出来ていると思う。 ・何もなし。自分で1人では何も出来ない、死にたくなる。
わからない 考えない (3)	<ul style="list-style-type: none"> ・全て疲れて体が辛くなる。何もする気もしないし、テレビも見たくない。 ・これは、健康で何も無い人に対しての質問でないでしょうか。病気の人に対して書く質問としては、心外です(1日1日を暮らすだけで精一杯です)。 ・思いつかない。

表中の()は回答数