

## 平成30年度「こころの健康度・生活習慣に関する調査」実施計画

### 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日までに避難区域等（※）に住民登録をしていた方。（なお、避難区域等を転出後も対象とする。）
- 平成30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。

214,718人（平成30年6月1日現在）

（※）避難区域等：平成23年度に指定された市町村等

広野町、榎葉町、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（特定避難勧奨地点関係地区）

### 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27年4月2日から 平成30年4月1日までに生まれた方	保護者回答
4歳～6歳	平成24年4月2日から 平成27年4月1日までに生まれた方	保護者回答
小学生	平成18年4月2日から 平成24年4月1日までに生まれた方	保護者回答
中学生	平成15年4月2日から 平成18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15年4月1日以前に生まれた方	本人

イ 調査票送付日：平成31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」）

(3) 生活習慣病予防等のための取組み

調査案内時や調査結果通知時において「ふくしま健民アプリ」を活用し、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組みを行う。

4 調査後の対応

- (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」が電話支援等を行う。
- (2) 電話支援等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。

※ 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】

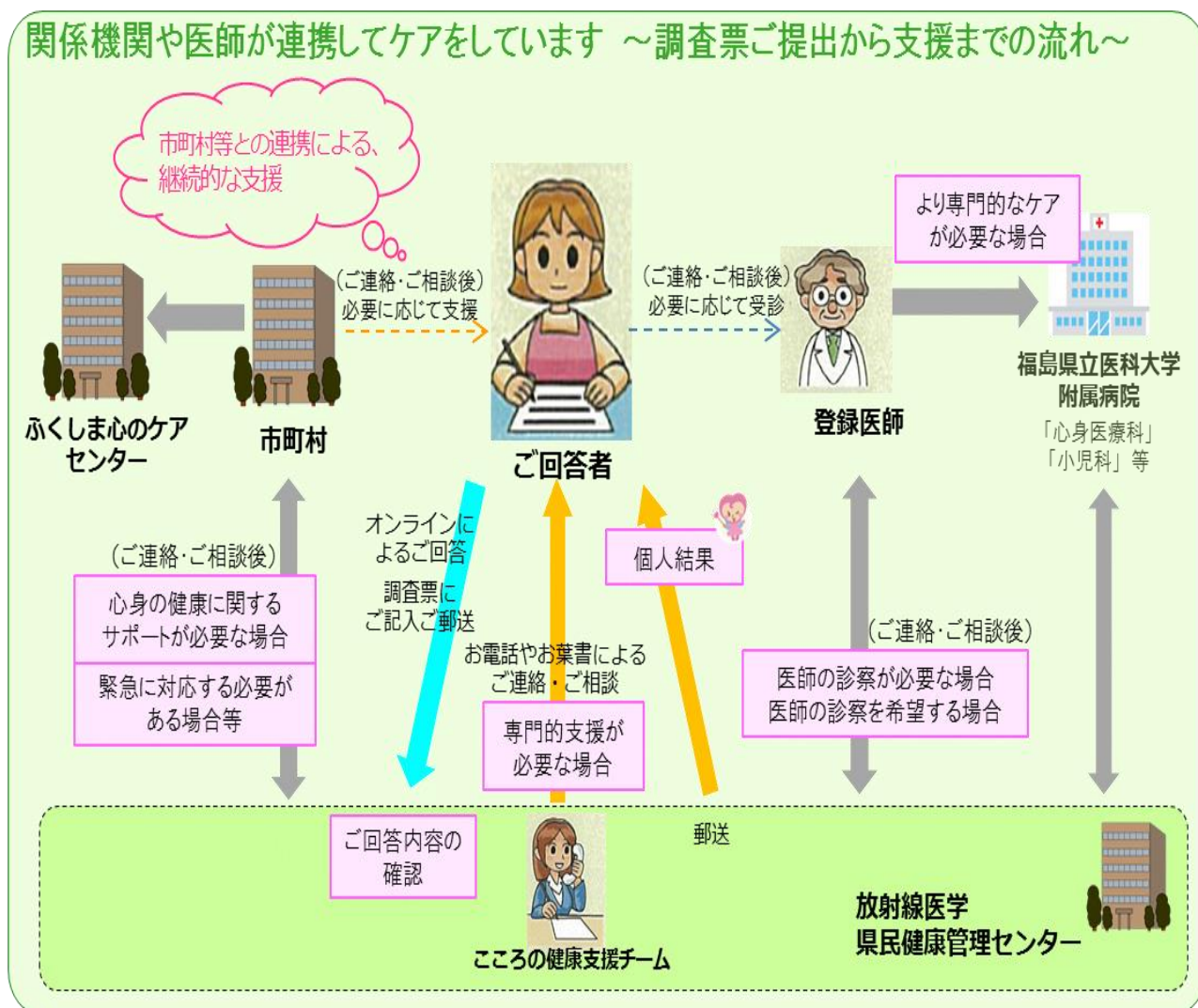
129名（81医療機関）（平成30年6月30日現在）

## 5 スケジュール（案）

年度	内容	H30	H31											
		12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	
30年度 調査(案)	調査票の印刷発送			→										
	調査票の回収(※) データ入力			→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	
	H30.8月までの回答者へ 結果通知書の送付											→	→	
	支援対象者への支援			→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	

※ 対象者の方には、「この調査票がお手もとに届いてからおおむね2週間以内でのご返送をお願いしておりますが、それ以降も回答は受け付けております。」とお知らせしている。

## 6 調査及び支援の流れ



## 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>