

# 「応急仮設住宅住民における健康増進の要因解明」

宇佐美誠史（総合政策学部、講師）、金澤悠介（総合政策学部、講師）

## <要旨>

大規模な災害による長期間の避難生活は、エコノミークラス症候群による災害関連死のリスクを高めるため、避難生活での健康問題は大きく注目されている。本研究では、岩手県沿岸部に居住する東日本大震災被災者を対象とし、主観的な健康度やエコノミークラス症候群の原因となる深部静脈血栓症が、血圧、日々の活動量、物理的環境、社会的環境などの変数を用いて分析することを目的とする。

### 1 研究の概要

本研究の目的は、東日本大震災の被災者のうち、長期の避難生活を強いられている被災者の健康増進策を検討することにある。そのために、応急仮設住宅に居住している被災者を対象に、これまで実施された健康調査のデータや、被災者の活動量や健康状態を、GPS や歩数計、血圧計を通じ遠隔で送られてくるデータ、活動量調査の被験者への追加調査のデータに基づき、それらのデータを統計分析することを通じて、応急仮設住宅住民における健康増進の要因を探る。

### 2 研究の内容

今回使用するデータと内容は、以下の2つである。

- ①仮設住宅居住者の日々の健康状態や活動量を把握するため、仮設住宅居住者に歩数計、血圧計を配布し、得られたデータを用いて主観的健康度や血栓症などとの関連を探る。被験者は、岩手県陸前高田市内や大槌町の仮設住宅に住む60代から70代の男女20人である。
- ②2015年12月中旬～2016年1月上旬の間にかけて、著者らが実施した「陸前高田市内にお住まいの皆様と生活や交通に関するアンケート」のデータを用いて、主観的健康度や血栓症と関連のある要因を探る。

### 3 これまで得られた研究の成果

本研究において、これまで得られた主な成果を以下に2つ示す。

- ・図1は、被験者のふくらはぎの静脈内にある血栓を超音波で検査した結果、血栓が発見された人とそうでない人について、その時の問診の項目（運動、体操、スポーツ、歩行（外を10分以上）などを定期的に行っているかどうか）との関連を見たものである。血栓がある人の方が運動していることがわかる。他のデータでも、血栓予防のストッキングの着用率は、血栓ありの人の方が高く、健康への動機付けができていと思われる。
- ・図2は、現在、仮設住宅に住んでいる方と、すでに退去して新しい生活が始まっている方とで、新しい生活に移行する際に困ると想定される、または、実際に困ったことの違いを見ている。いずれも経済的な負担は多く指摘

されているが、人付き合いや買物、通院に関しては、退去した方が実際に感じたという指摘がかなり多いことがわかる。

やはり、日々の生活において、外出して適度に歩く習慣や、人付き合い、買物、通院がしっかりできる生活環境づくりが、健康維持にとって重要である。

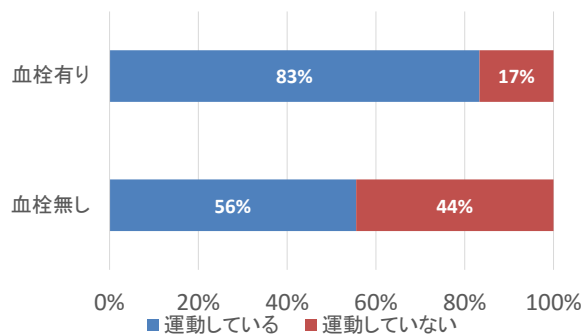


図1：血栓の有無と運動習慣

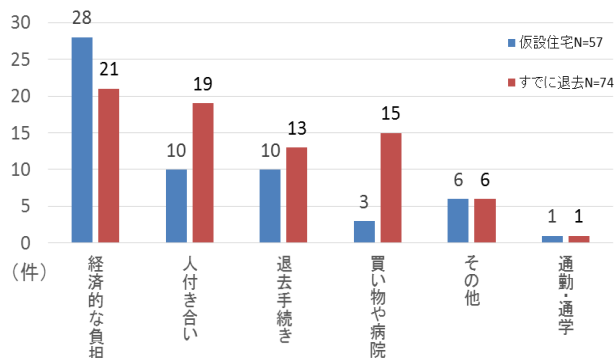


図2：仮設居住者と退去した人との困難の違い

### 4 今後の具体的な展開

医学分野の研究者と引き続き連携し、被災地での健康調査を続ける予定である。避難生活段階からどのような経緯をたどった人が、健康状態が悪化しやすいかを検討したいと考えている。

また、2年前、研究代表者や医学分野の研究者、医療関係者などで構成する避難所・避難生活学会を設立した。研究成果を広く公表する機会をつくったり、大規模災害が起こった地域での調査や、避難生活を良くするための方策を国や自治体、政治家などに提言したりしている。