

仙台防災未来フォーラム2021
東北大学災害科学国際研究所シンポジウム

東日本大震災から10年とこれから

第2部 災害研の今後の10年への期待

10年後の社会のありようを見据えて、
今後どのような研究に取り組んでいきたいか

國井 泰人

東北大学 災害科学国際研究所 災害精神医学分野

2021年3月7日（日） 13:00-16:00 仙台国際センター 展示棟3B（配信会場）

震災から10年の取り組み

東北大学・七ヶ浜町共同事業 七ヶ浜健康増進プロジェクト

被災自治体の被災者全数を対象とする10年にわたる年次調査により自然災害被災者の精神的健康の長期経過に関する詳細なデータの蓄積

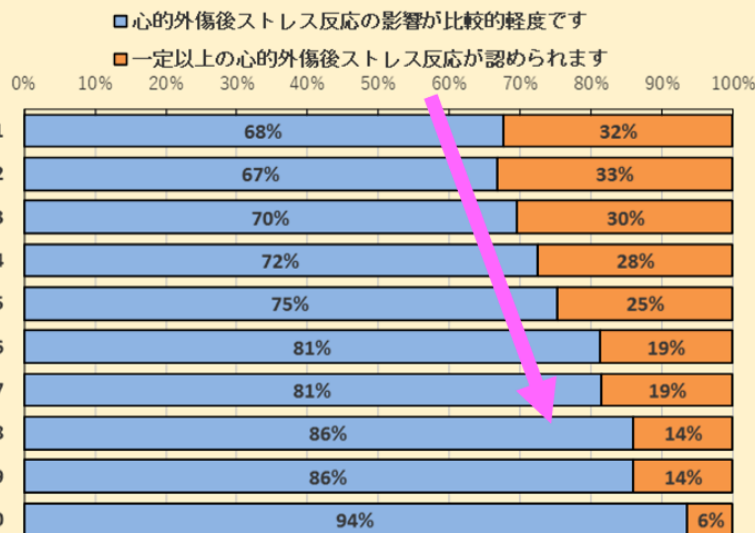
発災後10年にわたる心的外傷後ストレス反応の変化

行政との連携

睡眠衛生向上を目的とした
セミナーの町との共同開催等



町報にて心の健康づくり
に関する情報発信



国際連携

マウント・サイナイ医科大学
(米国) と共同で行動習慣
に基づく新たなレジリエンス評
価尺度を開発

活動量計を用いた睡眠に
関する介入研究



UCLや他分野との共著で、災害時の
周産期女性の精神的健康に配慮した
災害時支援のあり方に関する提言

津波からの避難行動に
及ぼす津波避難訓練の
効果検証研究

他の災害保健領域との連携による
冊子「被災後のケア」の作成・配布

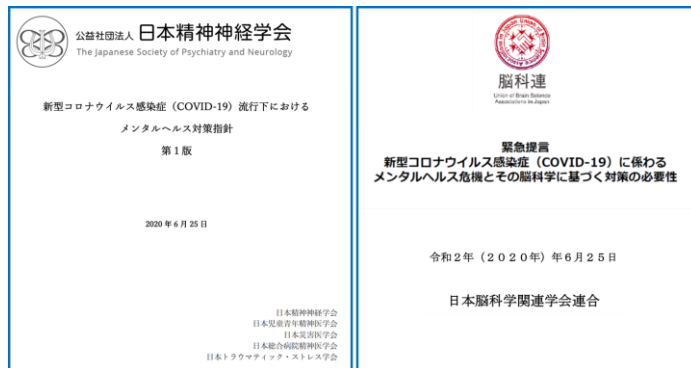
学際連携

現在・これからの取り組み

新型コロナウイルス感染症へのメンタルヘルス対応

・新型コロナウイルス感染症流行下への有効なメンタルヘルス対策立案研究

日本精神神経学会を含む5学会ガイドライン策定
日本脳科学関連学会連合による緊急提言策定



自然災害とCOVID-19の特徴とメンタルヘルスの対比

	自然災害	COVID-19
原因	地震・津波・台風など	新型コロナウイルス
五感での脅威の認知	容易	困難
災害の範囲	局地的	広域
災害の持続	一定期間、予測可能	長期間、予測困難
災害対策	避難	3密の回避、外出自粛、在宅勤務、休業等
社会経済への影響	限定的	甚大
ストレスの種類	急性ストレス<慢性ストレス	急性ストレス<慢性ストレス
スティグマ	ほとんどない	生じやすい
メンタルヘルスへの影響	被災した人々を中心に、不安、抑うつ、不眠などの急性ストレス反応、後に心的外傷後ストレス反応 (PTSR)	罹患者・医療従事者を中心に一般市民まで広範囲の人々に影響。ストレスの長期化により、うつ病、依存症、DV、自殺など急増や子どもの発達への影響など、メンタルヘルス危機への発展
メンタルヘルス対応	時限付きの心のケアセンターを中心にアウトリーチ支援やサロン活動	遠隔メンタルヘルスを含む、脳科学やAI技術を活用した科学的根拠に基づくメンタルヘルス対応

引用元：日本脳科学関連学会連合 (2020) 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) に係るメンタルヘルス危機とその脳科学に基づく対策の必要性

・新型コロナウイルス感染症流行下のメンタルヘルス実態把握に関する研究 (倫理承認済、進行中)

罹患者、濃厚接触者、保健所職員、医療従事者、東北大学学生を対象にメンタルヘルス実態を調査、関連要因の検討

CBRNE災害とこれからの災害

今回のコロナ禍は**CBRNE** (chemical, biological, radiological, nuclear, high-yield explosives; 化学・生物・放射線物質・核・高性能爆発物)に起因する緊急事態を総称する**特殊災害**に分類

Ex. 1995年の地下鉄サリン事件、2009年のH1N1（新型）インフルエンザパンデミック、2011年の福島第一原子力発電所事故等

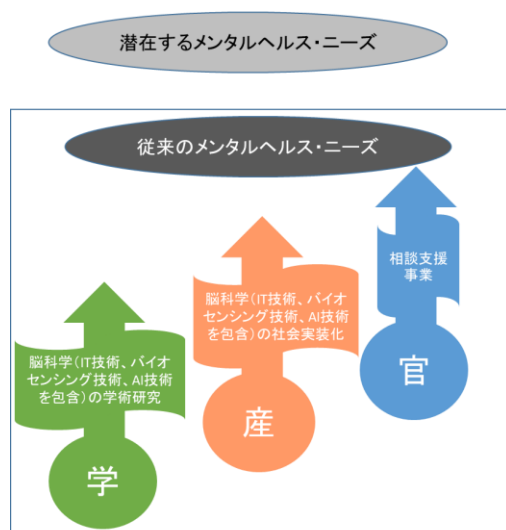


- これらの特殊災害は、地震や水害、台風等の自然災害に比し、五感で感知できず不確定な要素が多いため、不安や恐怖が強まりやすく、はるかに多くの社会的混乱を及ぼす
- 今後は、自然災害との複合災害も！

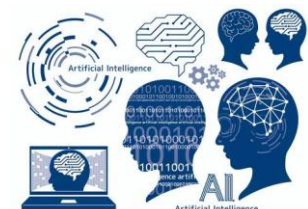
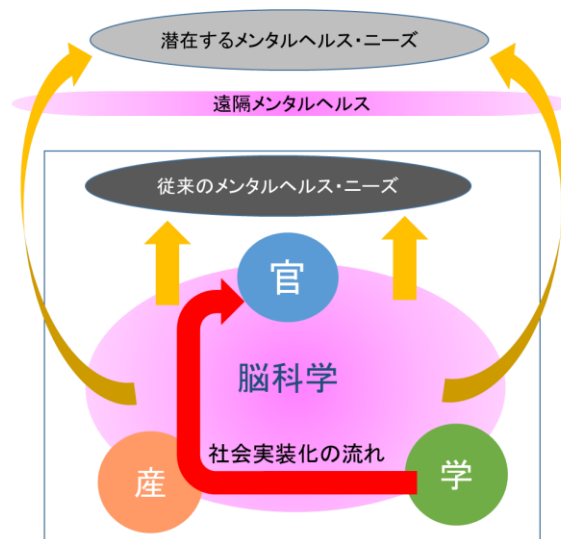
今後の災害精神医学研究の方向性

- このメンタルヘルス危機に対しては従来の精神医療の体制や方法論では対応が困難
- 「With/Postコロナ」の社会におけるニューノーマルなメンタルヘルス対策システムの必要性
- 災害大国である我が国の経験を活かし、世界に先駆けて対策システムを創出するには、ニューノーマル時代の脳科学やAI技術などの先端技術を活用した科学的エビデンスに基づくメンタルヘルス対策の実現が不可欠

【従来のメンタルヘルス対策】



【科学的エビデンスに基づくメンタルヘルス対策】



AI技術



デジタルセンシング



VR技術

遠隔診療

ロボット工学

