

COVID-19感染症対策下 親子のメンタルヘルス調査

第3期：2022年8月調査 サマリー版



鹿児島大学
そだちサポートプロジェクト



調査概要

感染症対策により生活が一変
親子のメンタルヘルスにどのような影響を与えているかを捉えるため、
2020年夏から毎年親子のメンタルヘルスに関する調査を実施

第1期調査 2020年8月

第2期調査 2021年8月

第3期調査 2022年8月



調査方法

- 調査期間：2022（令和4）年8月3日～9月10日
- 調査対象：鹿児島県に居住し4歳から12歳（小6まで）を育てる保護者
- 子どもと自身のことについて回答を求めた
- 調査方法：Google formsを利用したWeb調査。回答時間は10～15分。
- 回収数：84回答

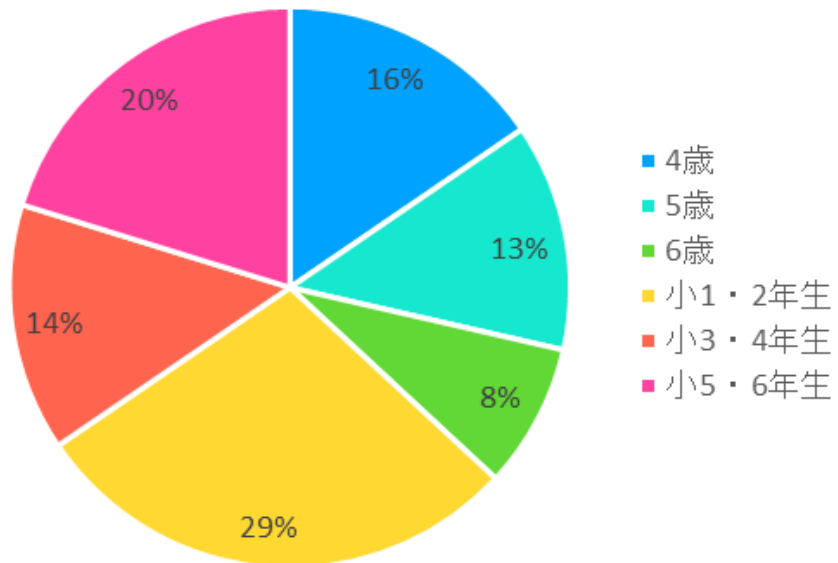
倫理的配慮

フォーム冒頭で調査目的と個人情報取り扱いを説明し、同意が得られた方だけを対象に調査を行った。調査は無記名で個人を特定できる情報は収集せず、回答は統計的に処理を行った。

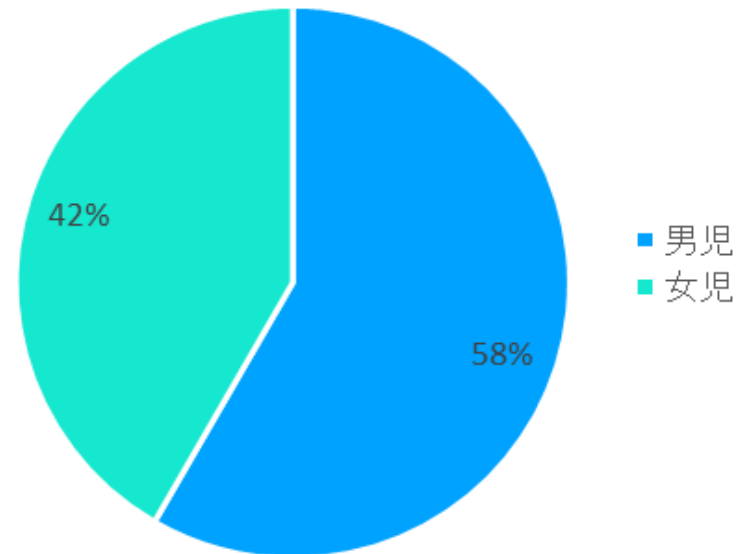


対象者となった子ども

子どもの年齢



子どもの性別





結果の概要

<子ども：疲れやイライラが継続>

- ・ 8割の子どもが感染症対策をすることに慣れ
- ・ 7割の子どもが感染症対策の生活に我慢をしている
- ・ 4～5割の子どもが感染症対策の生活にイライラをしている

<保護者：疲れや我慢が継続 疲れやすく怒りっぽく>

- ・ 8割の保護者が感染症対策をすることに慣れ
- ・ 8割の保護者が生活に疲れや我慢を感じている
- ・ 「疲れやすくなった」「怒りっぽくなった」と感じている

<特別支援を受ける子どもたちと保護者により負担が強い>

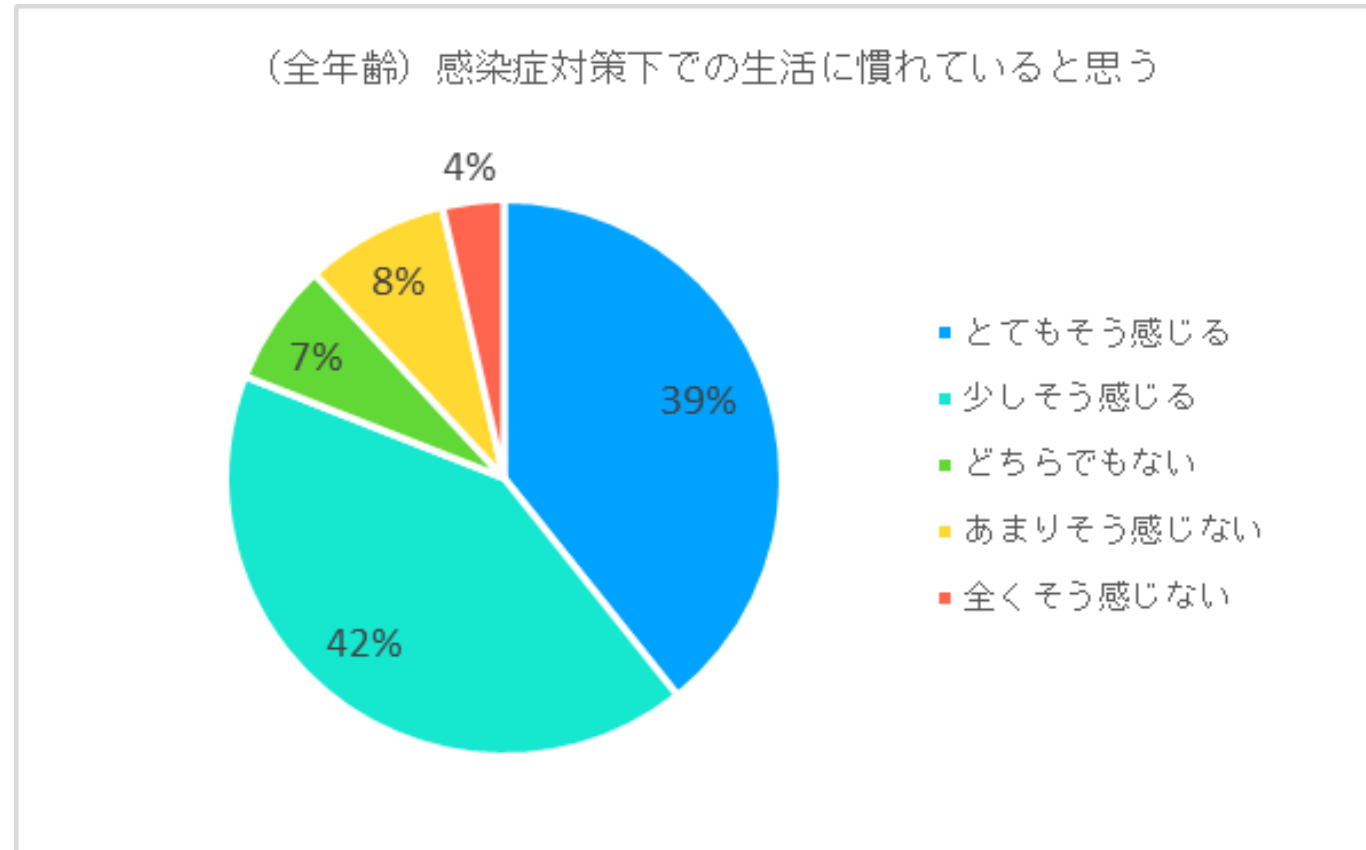
- ・ 家庭内での活動や友達とのトラブルなど特別支援を受ける子どもにより強く負担が見られる

<家族トラブルは増加傾向>

- ・ 3割が「家族トラブルが増えた」と回答



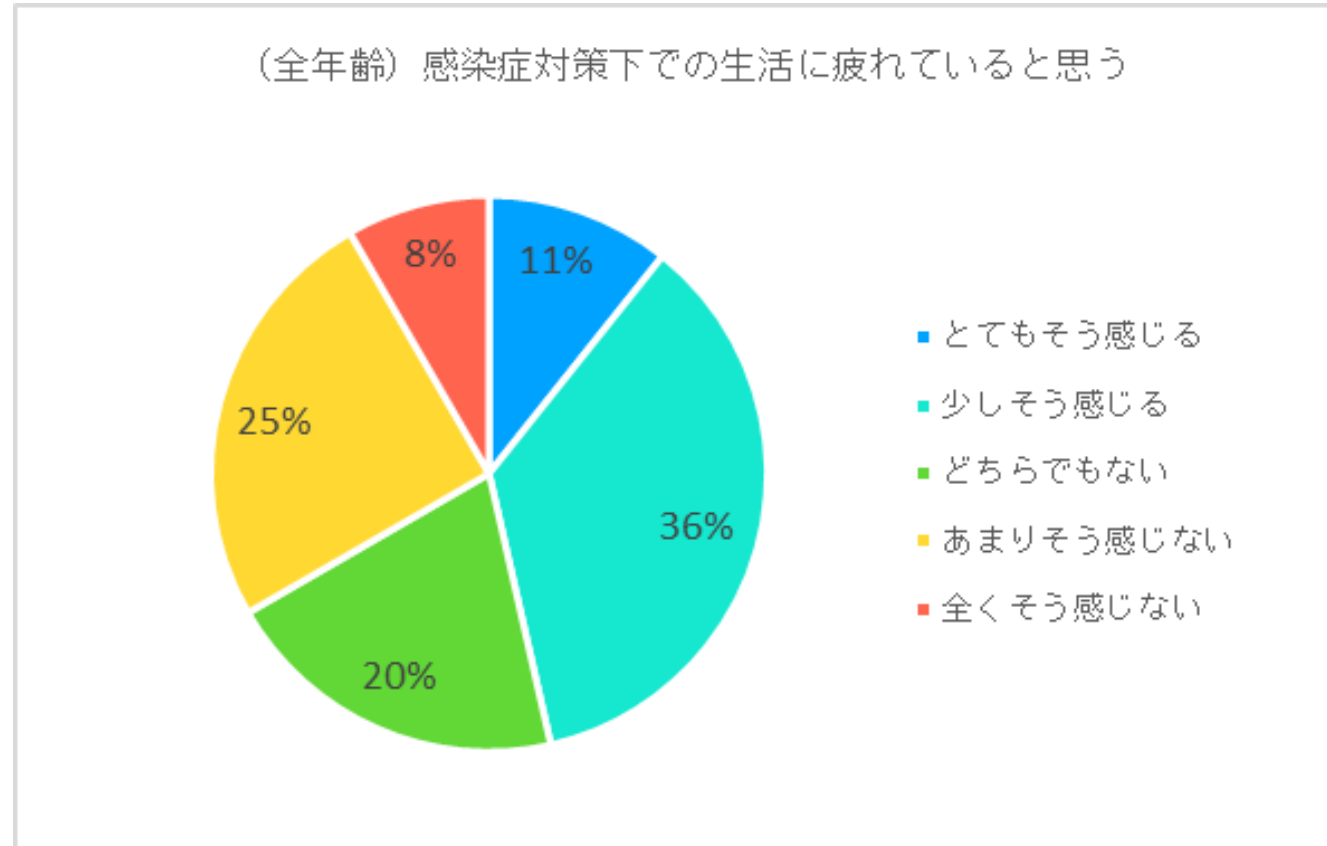
子ども：感染症対策の生活に慣れているか



81%が感染症対策をする生活に慣れ



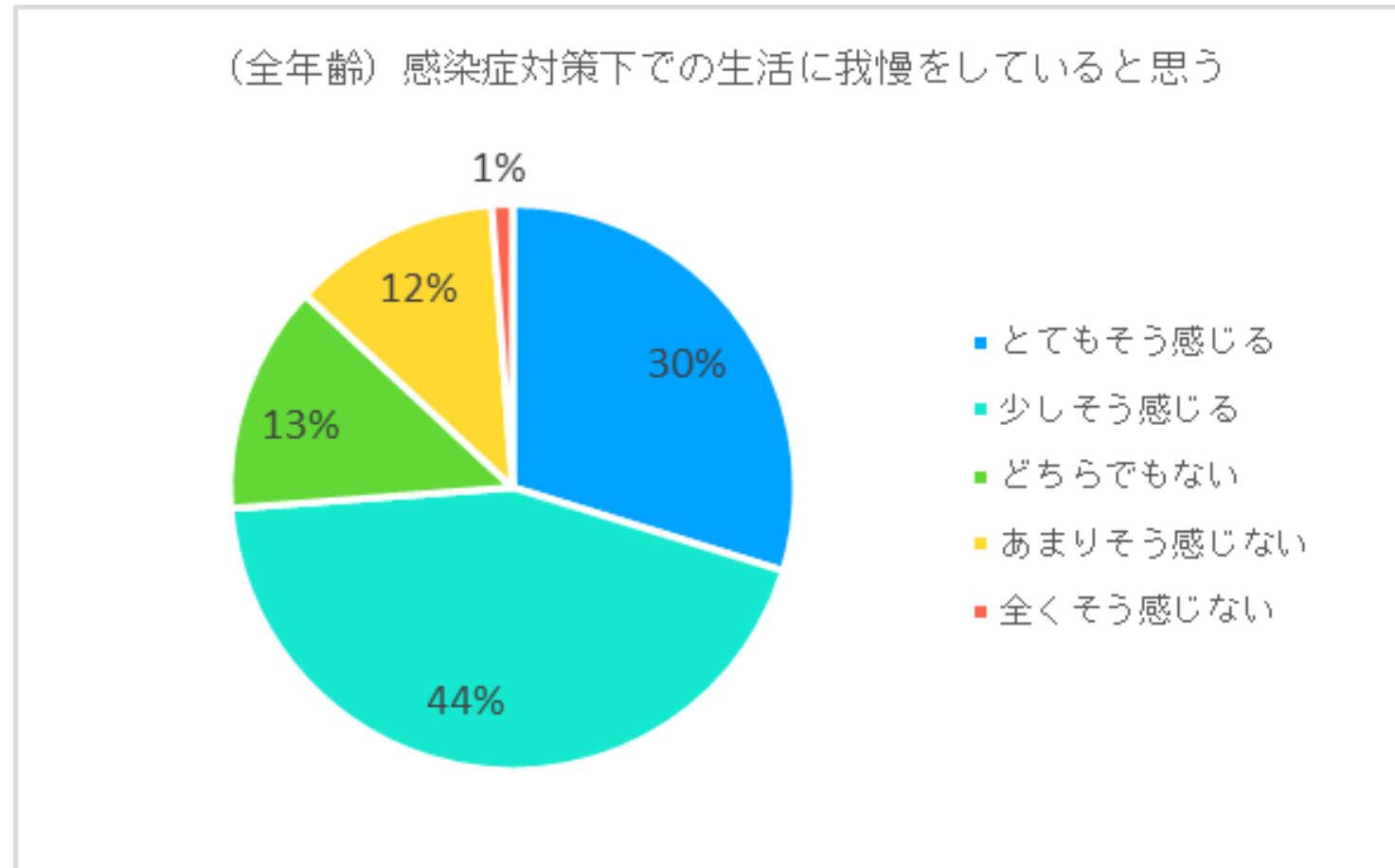
子ども：感染症対策の生活に疲れている



47%が感染症対策をする生活に疲れ



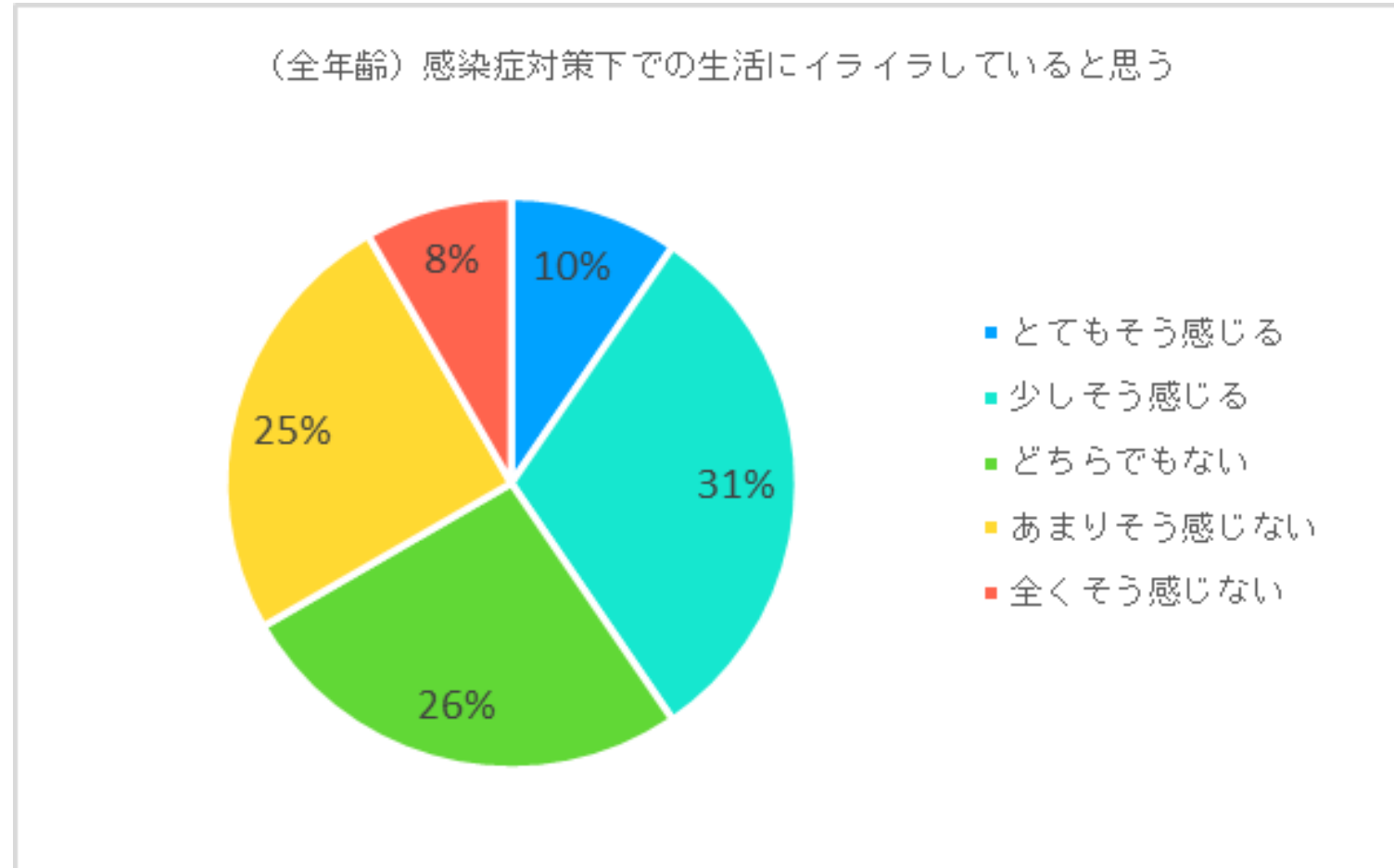
子ども：感染症対策の生活に我慢している



74%が感染症対策をする生活に我慢



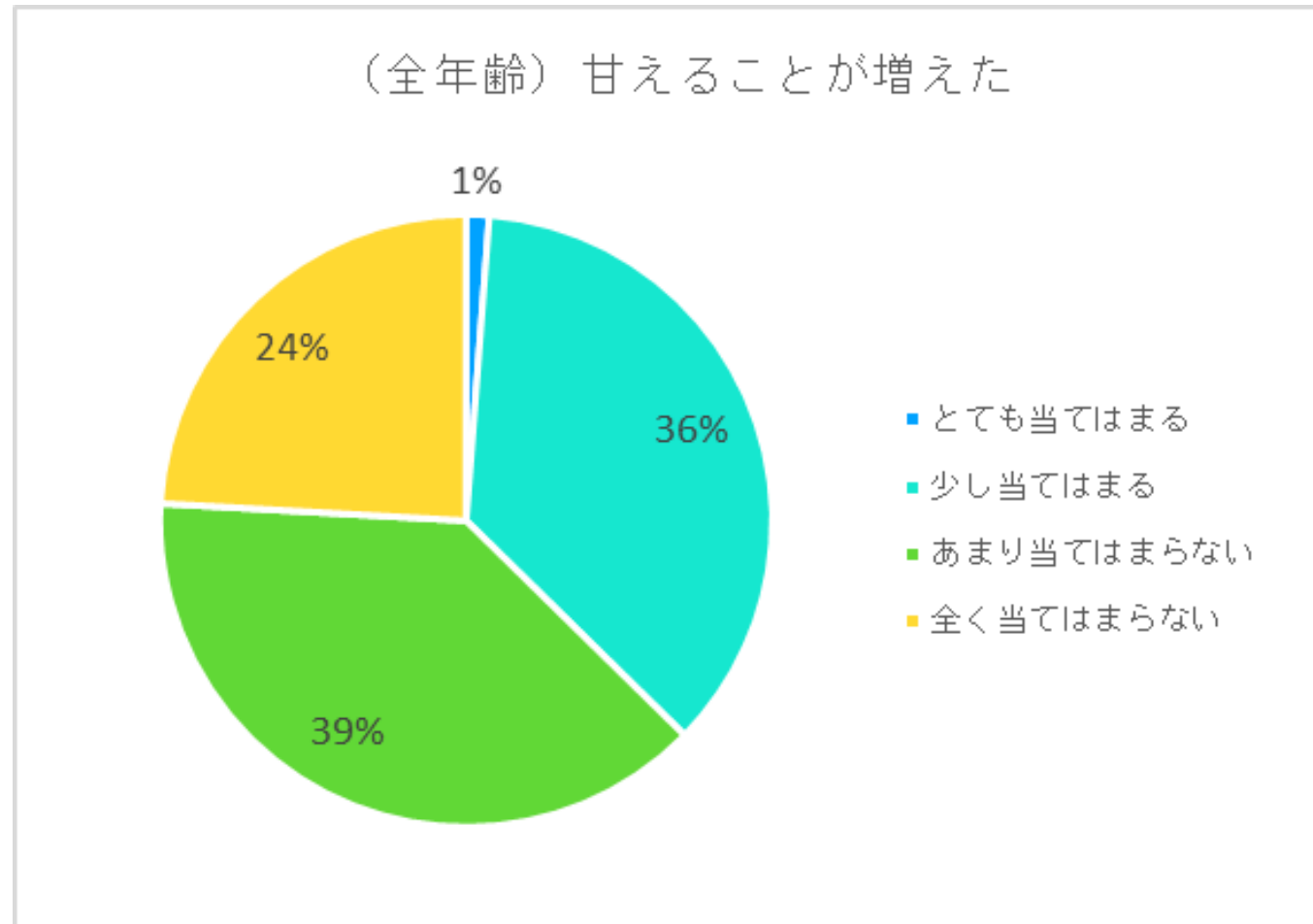
子ども：感染症対策の生活にイライラしている



41%が感染症対策をする生活に慣れ



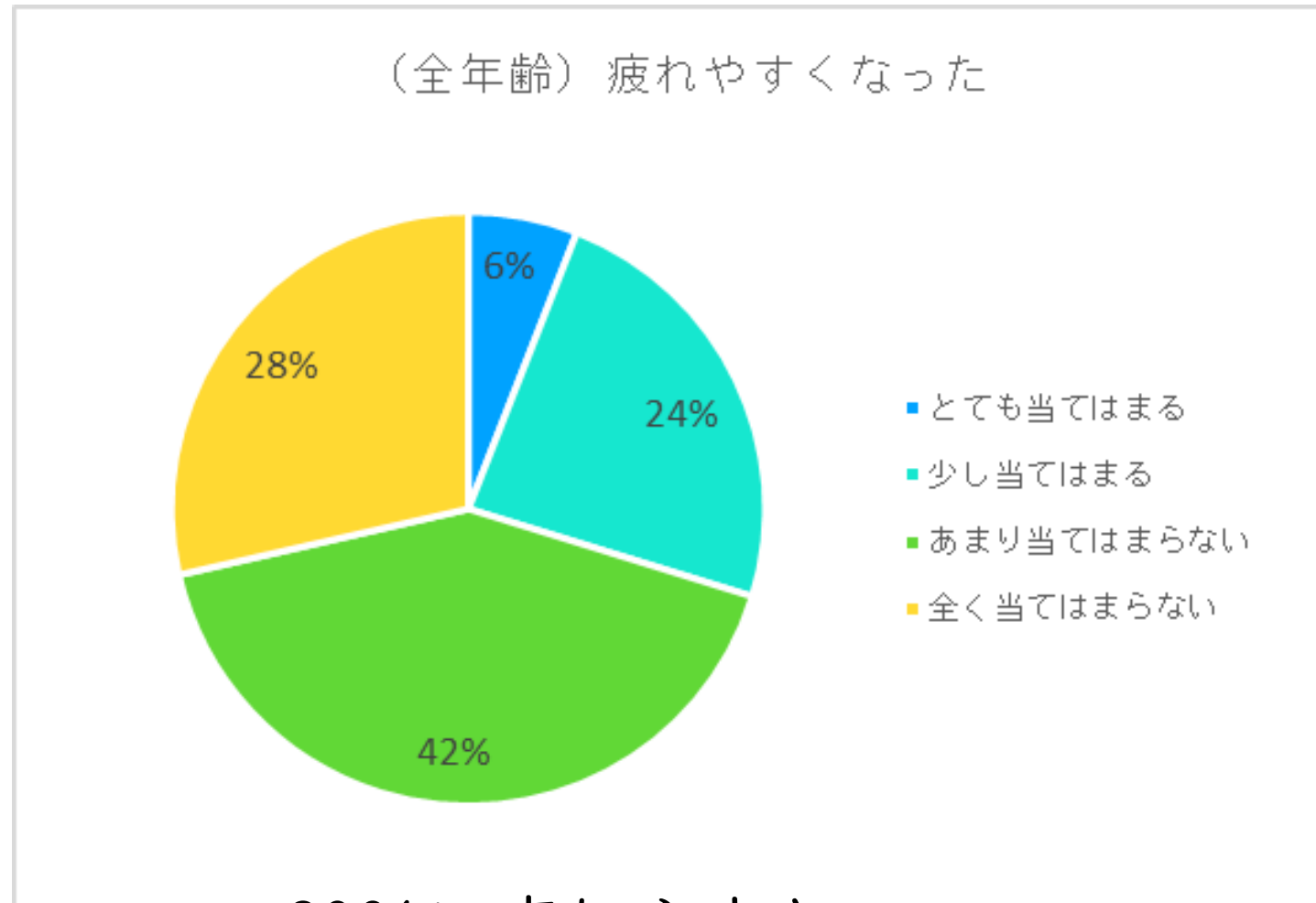
子ども：甘えることが増えた



37%に甘えの増加



子ども：疲れやすくなった



30%に疲れやすさ

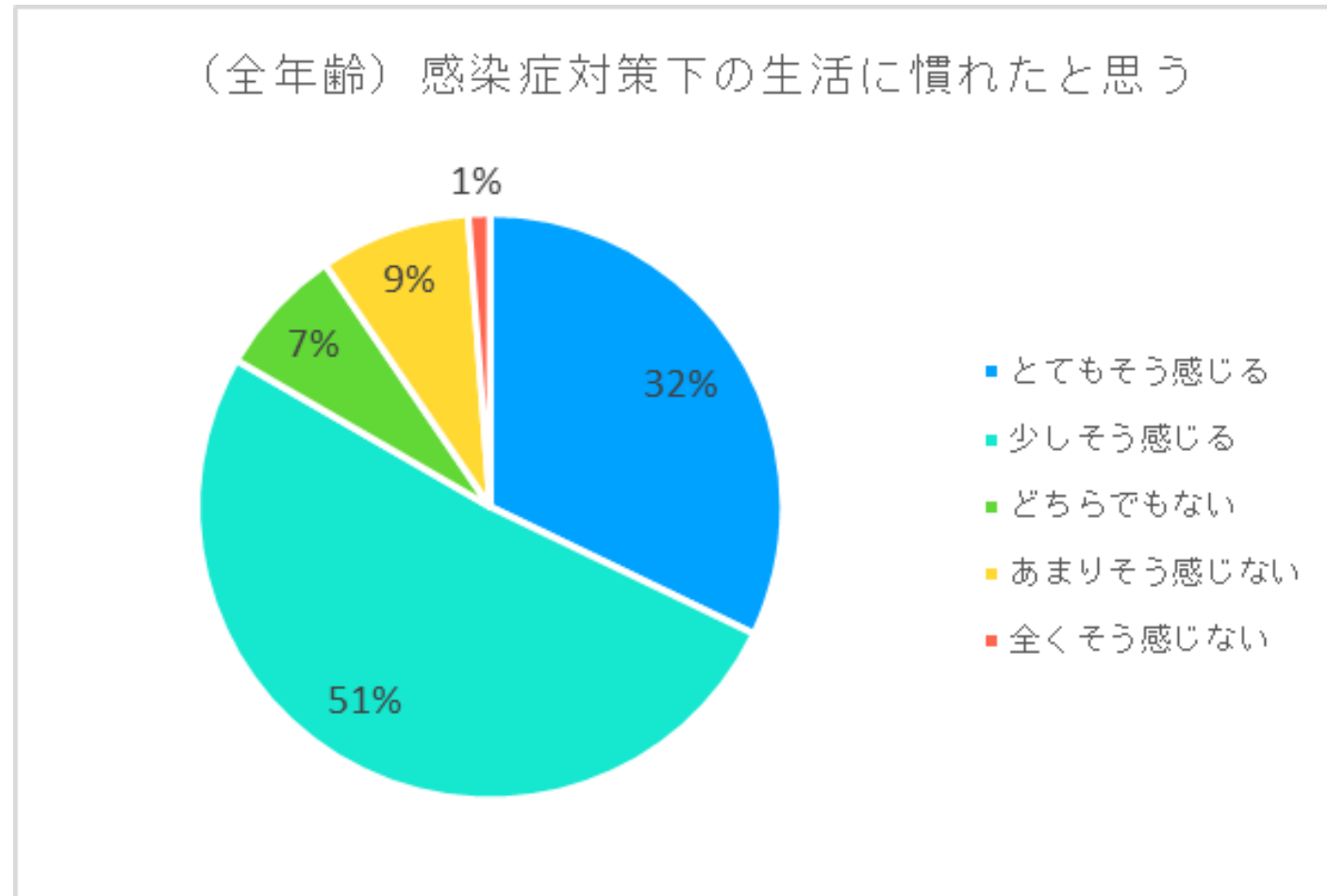


子どもの変化

- ・「暇。」とよく言う
 - ・地域活動がなく地域とのつながりが無い
 - ・社会性をつける場が減り、伸びない
 - ・「コロナが多いからどこも行けないね」と言う
 - ・行きたい所（テーマパークなど）は、行きたい思いを我慢というよりは、もう諦めてしまったように感じる
 - ・マスクを外せなくなった、マスクに慣れすぎて外す事の方が恥ずかしがる
 - ・よだれがある子だが、マスクをするようになり、飲み込む意識が下がり、悪化してしまった
 - ・情緒不安定になったように思う
 - ・イライラしやすくなった
 - ・汚れた遊び（泥遊びなど）に抵抗があり嫌がることがあった。
- 消毒や手洗いを励行するにつれて汚れる事が悪に感じているのかと思う
- ・友達とのコミュニケーションが減った



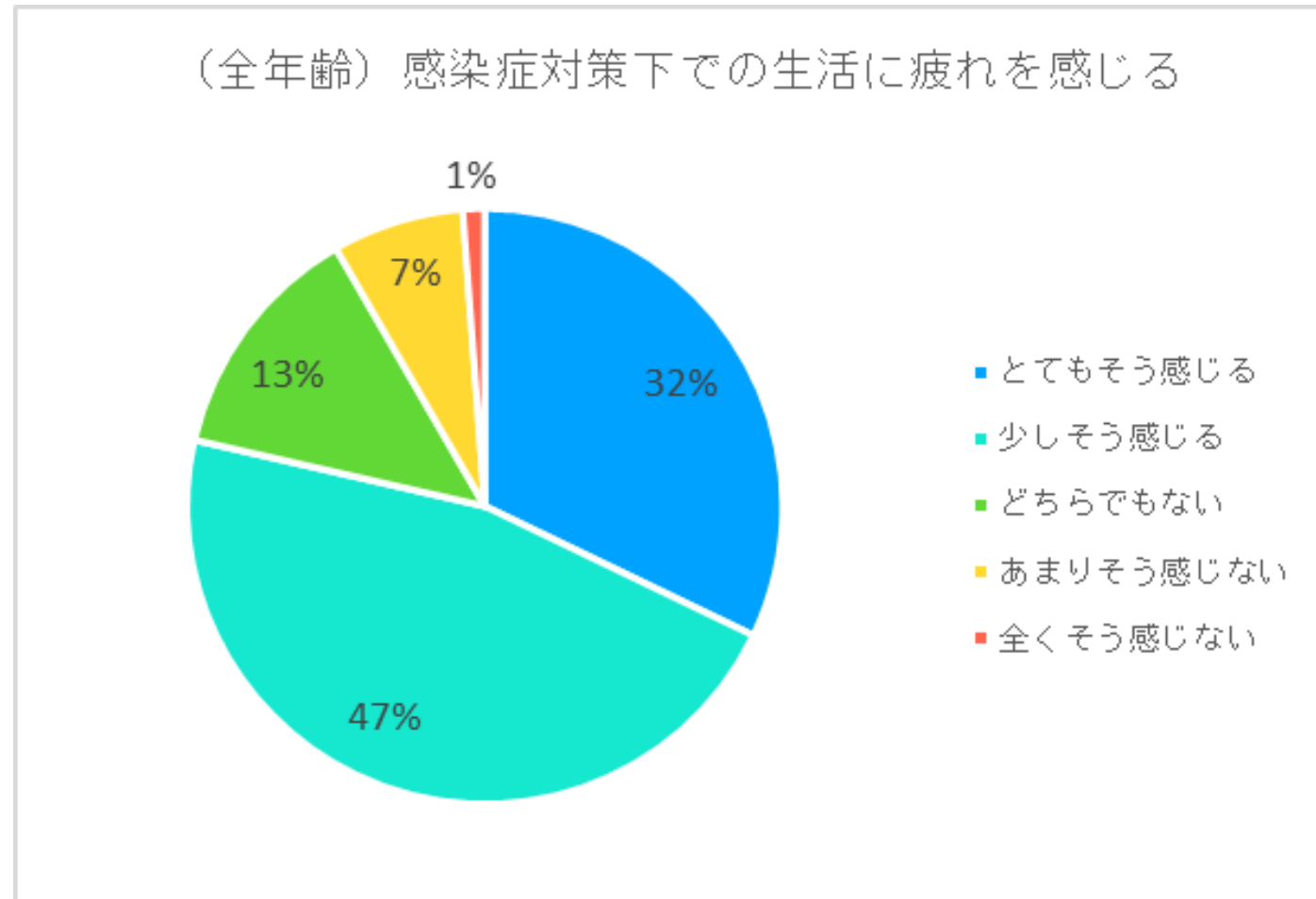
保護者：感染症対策の生活に慣れているか



83%が感染症対策をする生活に慣れ



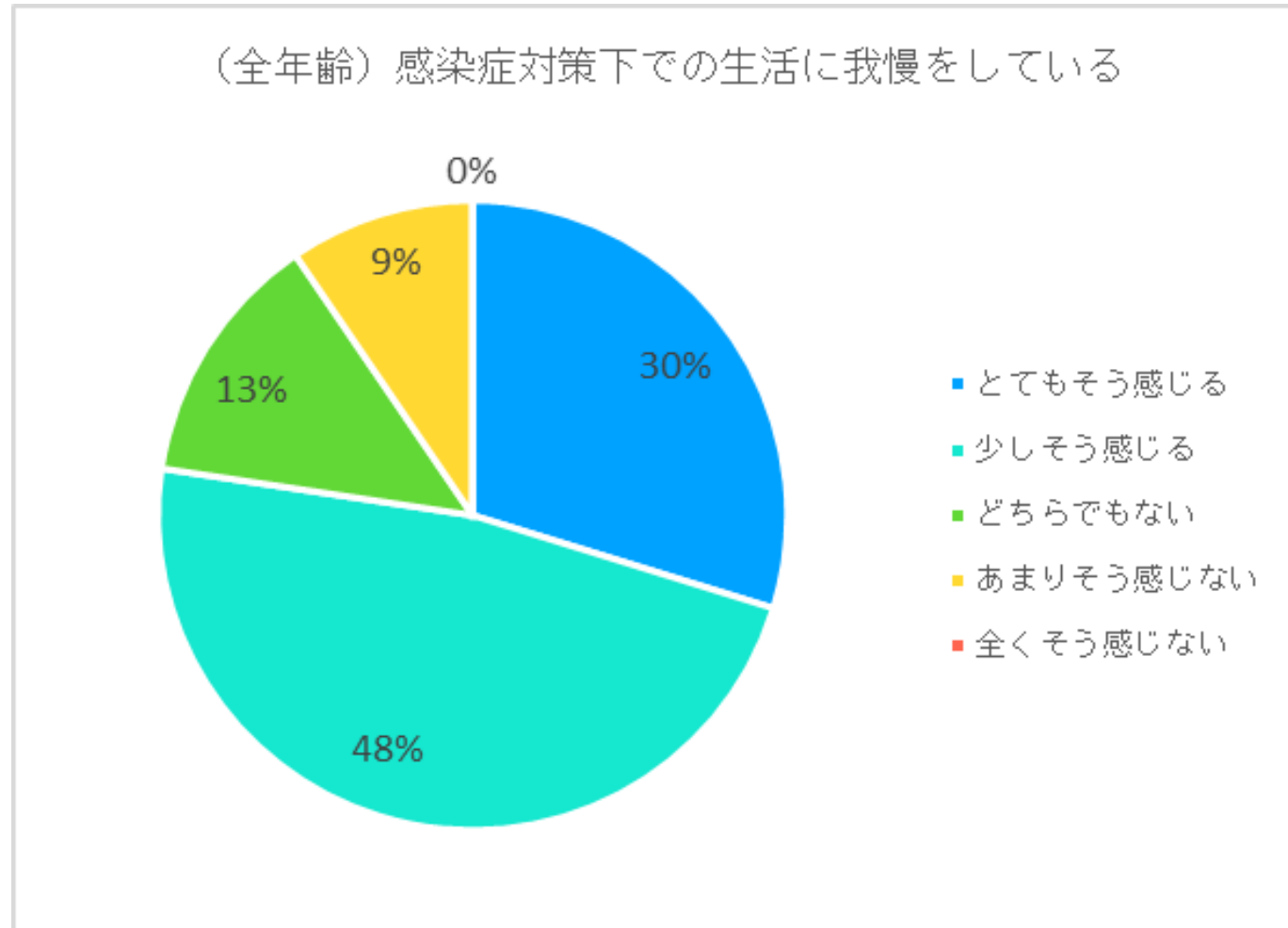
保護者：感染症対策の生活に疲れている



79%が感染症対策をする生活に疲れ



保護者：感染症対策の生活に我慢している

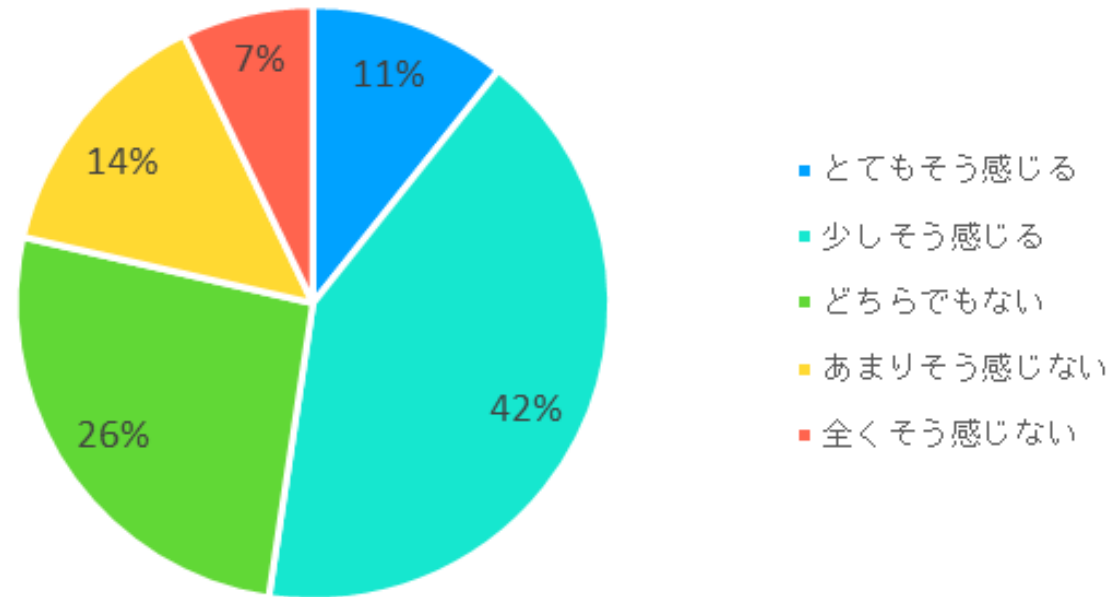


78%が感染症対策をする生活に我慢



保護者：感染症対策の生活にイライラしている

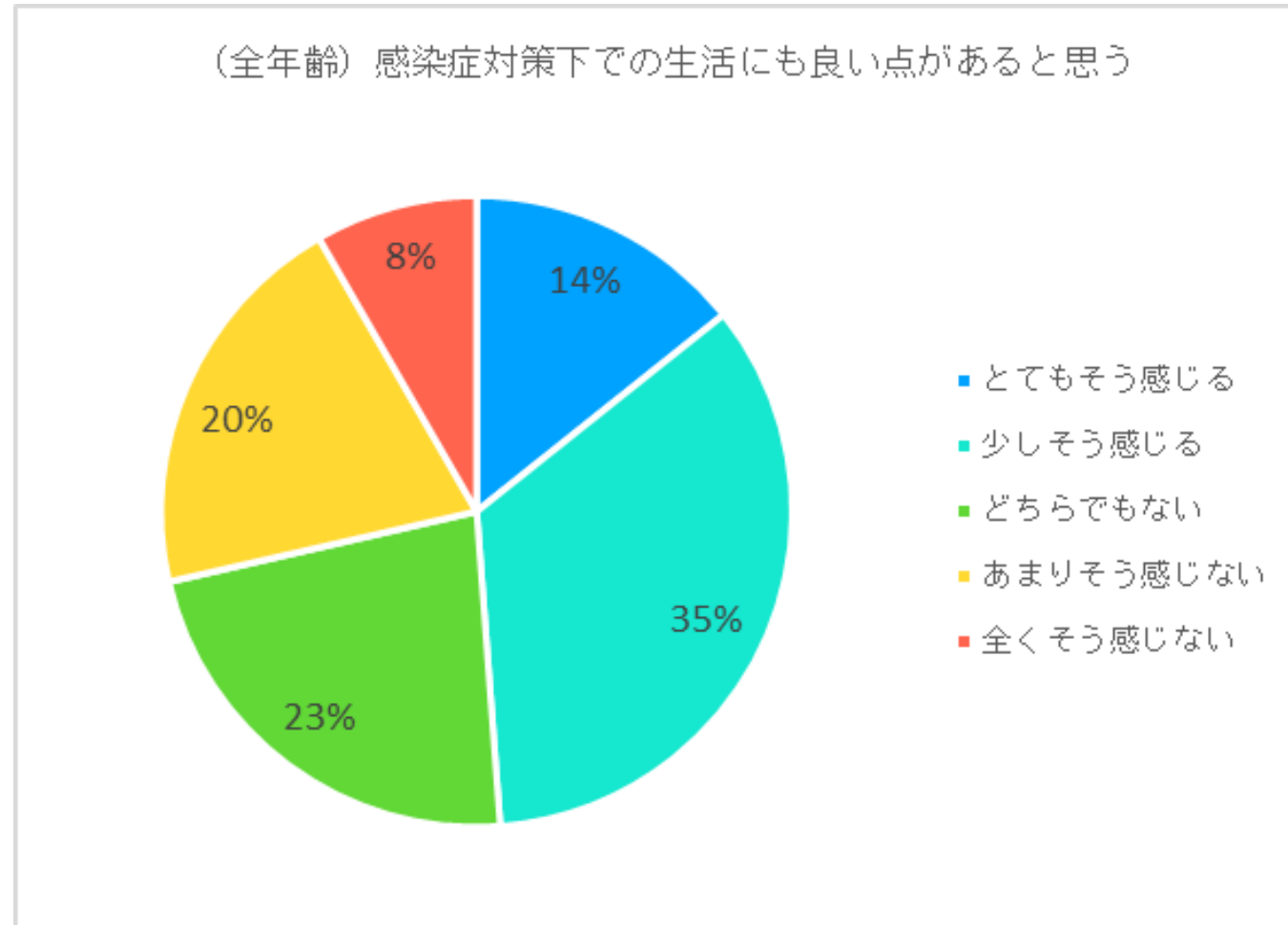
(全年齢) 感染症対策下での生活にイライラしている



53%が感染症対策をする生活にイライラ



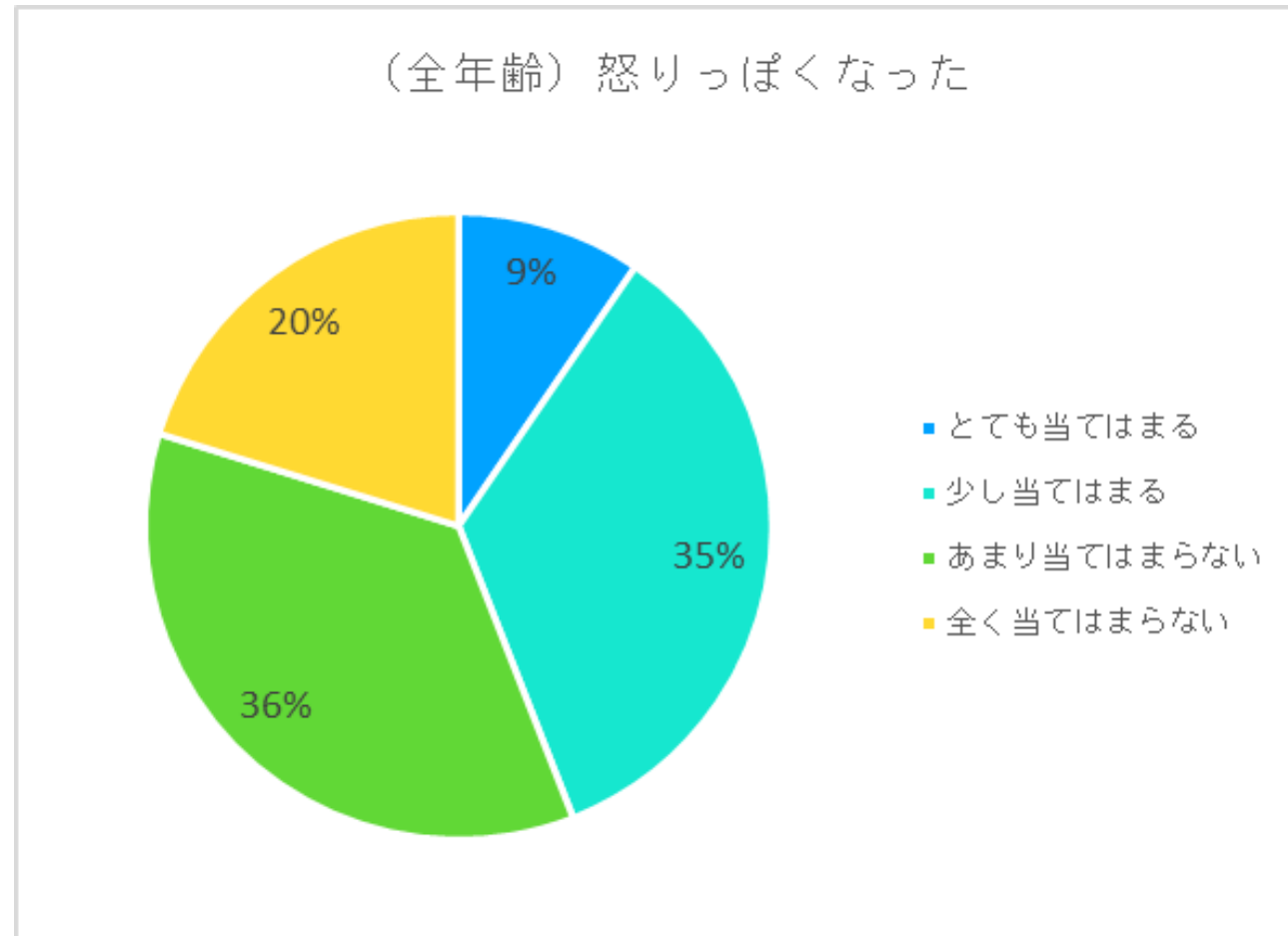
保護者：感染症対策生活にも良いところがある



49%が感染症対策をする生活に良さも感じている



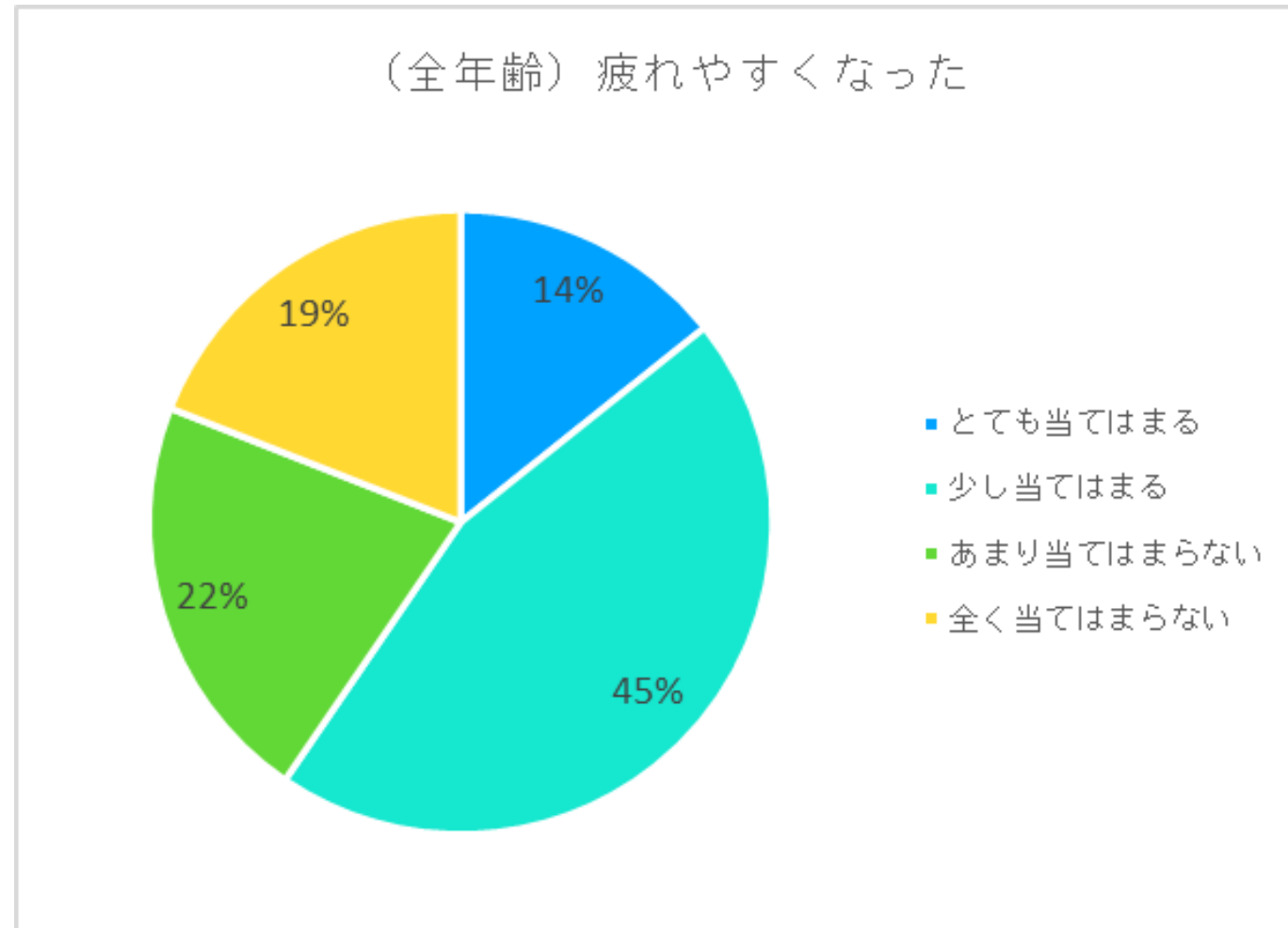
保護者：怒りっぽくなった



44%が怒りっぽくなったと感じている



保護者：疲れやすくなった

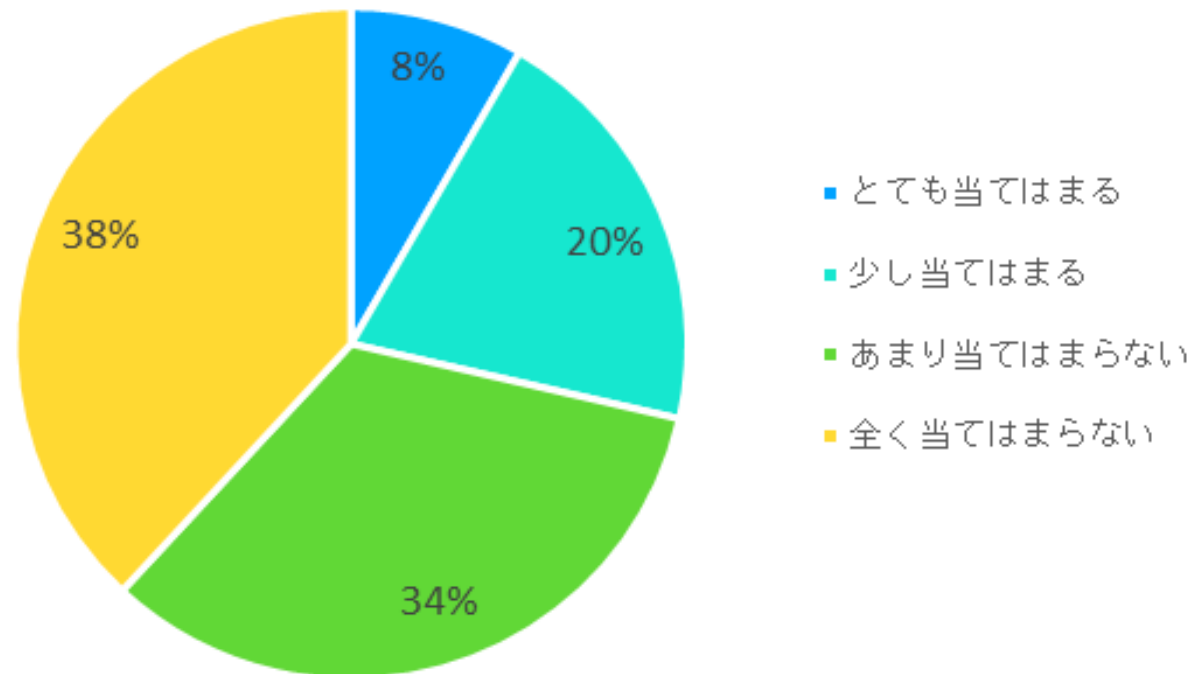


59%が疲れやすくなったと感じている



家族トラブルが増えた

(全年齢) 家族とのトラブルが増えた



28%に家族トラブルの増加



保護者の変化

- ・ 友達と会う回数が減った、友人と会わなくなった
- ・ 家族での外食は二年ほど出来ていない
- ・ 人と会話する機会は減った
- ・ 対人関係の希薄
- ・ 同じ障がいの子をもった保護者と知り合いになる機会がない。
- ・ マスクで、肌が荒れやすくなった
- ・ 活動量が下がり、食欲が増え、体重が増えた
- ・ 寝付きが悪い。疲れやすくなり、将来に対する不安から不眠あり
- ・ 漠然とした不安で辛い気持ちになる時間が増えた
- ・ 夫が家族以外と行く外食や飲み会が不安でたまらず、必要以上にイライラすることがあった
- ・ 消極的になった
- ・ ストレスがたまる
- ・ 一人で悩むことが多い

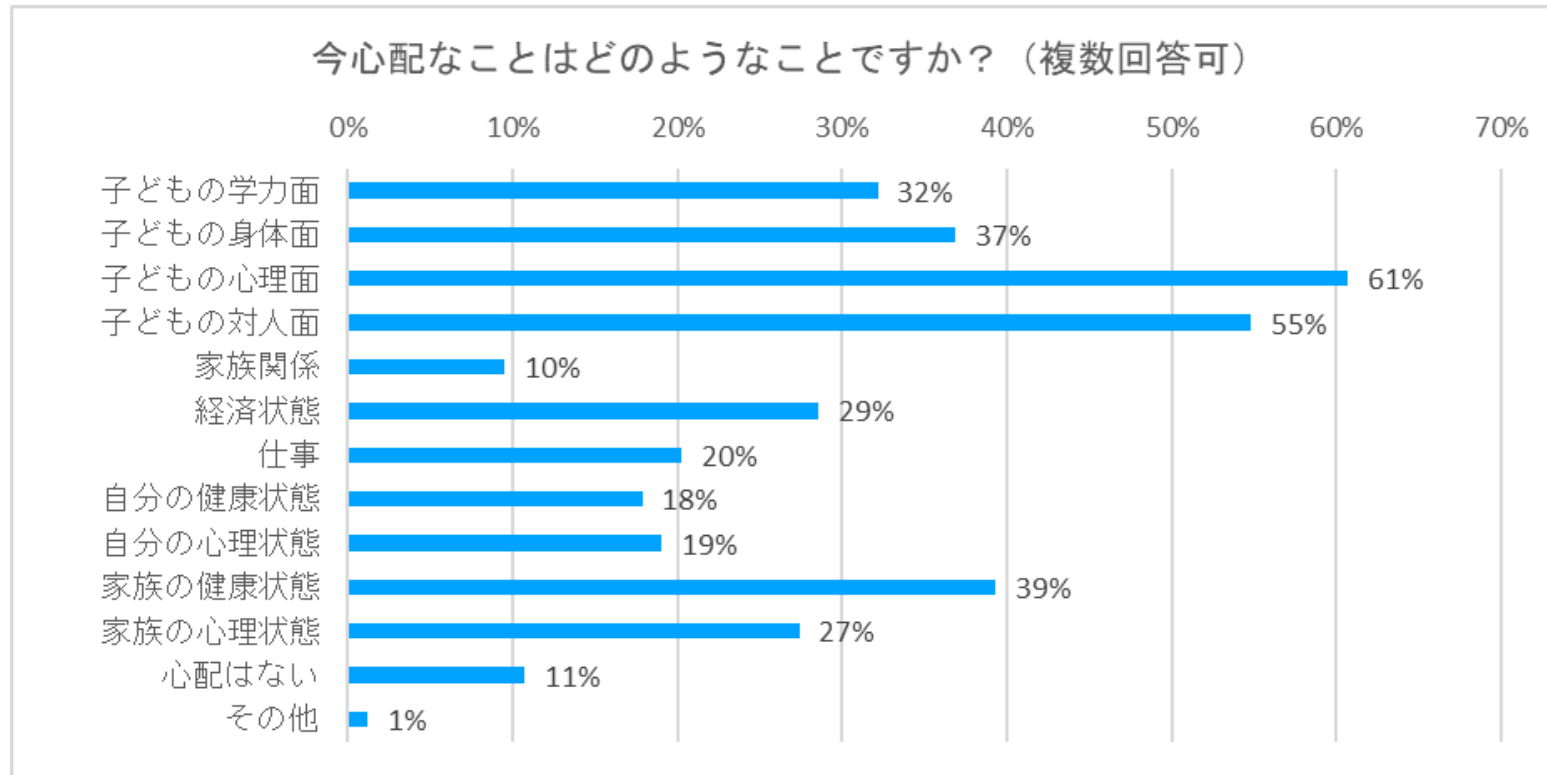


保護者の変化

- ・ 衛生面をすごく気を付けるようになった
- ・ マスクが普通になった
- ・ 家の周りで過ごすことが増えた
- ・ 逆に感染しそうで病院にいかなかった
- ・ 気を使うことが増えていて、とてもストレスを感じる。窮屈だなといつも思っている
- ・ こどもがかわいそうという気持ちが強くなった。周りからもこどもがかわいそう、と言われる
- ・ 家族といる時間は増え家族とのコミュニケーションはふえた気がする



子どもの成長で心配なこと





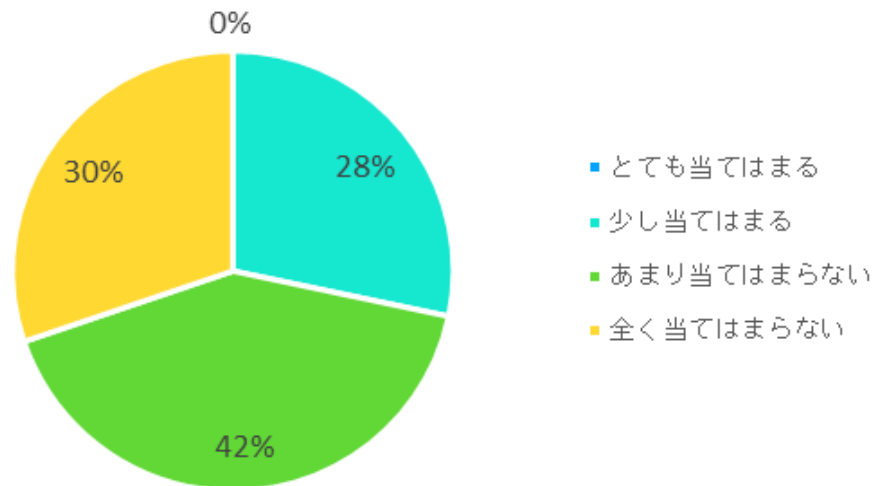
子どもの成長で心配なこと

- ・子どもたちの世代ごとに欠けた経験があることの不安
- ・人との交流制限が将来子どもの成長・発達に（コミュニケーション・体験・経験）どう影響するか心配
- ・子どもの成長のためにはたくさんの人との関わりを持ちたいが、それが難しい
- ・マスク生活が長いため、子どもの脳の成長に影響がないか
- ・子どもが消極的になるのでは
- ・マスクで表情や口の動きが見えないため、発達にも影響があると感じる。マスクがなかったら、まだ伸びていたのでは？とってしまう

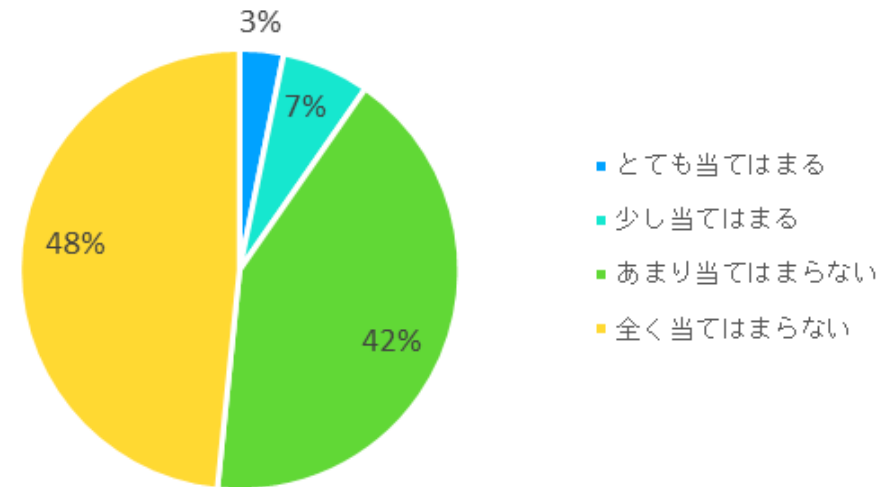


特別支援サービスを受ける子ども

家族とのトラブルの増加：
特別支援教育を受けている子ども



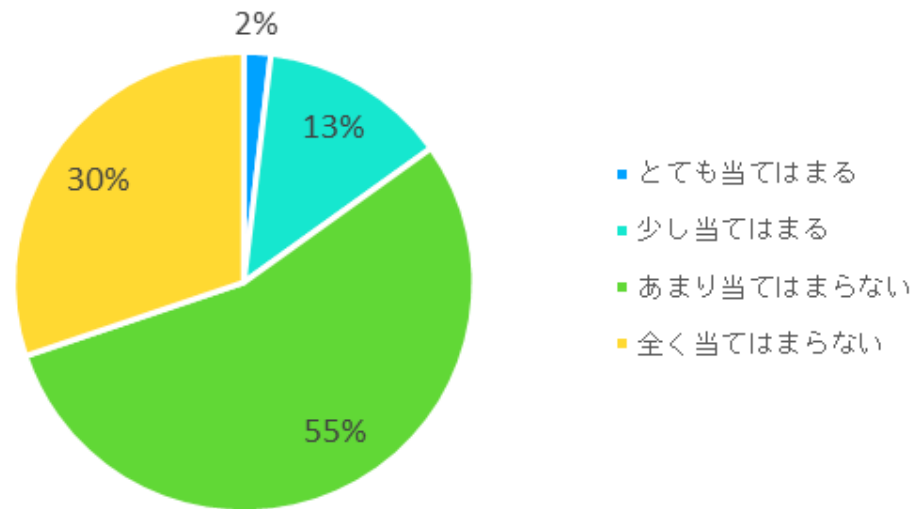
家族とのトラブルの増加：
特別支援教育を受けていない子ども



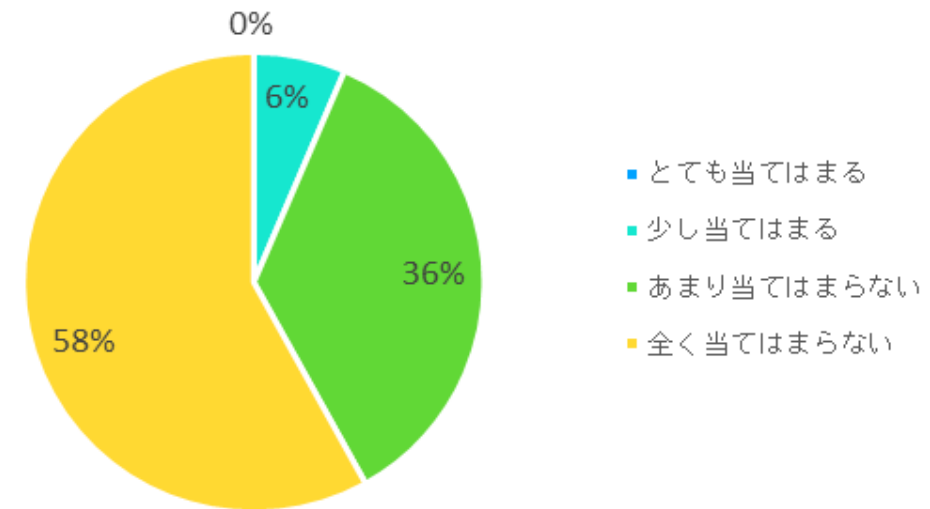


特別支援サービスを受ける子ども

友達とのトラブルの増加：
特別支援教育を受けている子ども



友達とのトラブルの増加：
特別支援教育を受けていない子ども





まとめ

長期化した感染症対策下の生活に、親も子も慣れてはいるもの、疲れや我慢が継続しており、「疲れっぽく」「怒りっぽく」になっている。

家族トラブルも増加している。

- 「疲れていること」を意識し、積極的に生活の中に気晴らしを。
- 「頑張らない」選択を大事に。
- 自分を癒す行動を心がける。
- 「怒りっぽくになっている」ことを意識し、イラっとしたら、心がけて一呼吸おくことも有効。