

COVID-19 パンデミックにおける子どものレジリエンスと メンタルヘルスの文献検討

COVID-19 Resilience and mental health of youngster in Pandemic Literature review

田村 美子* 佐竹 潤子

Yoshiko Tamura* Junko Satake

要旨

COVID-19 の感染拡大により、子どもを取り巻く環境が変化し、子どもの身体的な健康、家庭の経済状況により学習や発達、メンタルヘルスに影響を及ぼしている。COVID-19 に関連し子どものレジリエンスとメンタルヘルスの状況を知り、支援の示唆を得ることを目的とする。文献検索データベースは、Pub Med を用いた。キーワードは、「covid 19」 and 「children」 and 「resilience」 and 「mental health」とし、英語で公表された online Open Journal で閲覧できる論文とし、抽出された 23 文献を分析対象とした。COVID-19 によるパンデミックは、学校閉鎖となり子どもの孤独感や不安がメンタルヘルスに影響を及ぼしていた。さらに、行動制限や自粛生活は子どもの抑うつと精神状態に影響を及ぼしていた。親の収入や就業、親のメンタルヘルスが子どものメンタルヘルスに影響しており、在宅勤務など新しい生活様式が虐待などのリスクを及ぼすことが示唆された。COVID-19 のパンデミックが長期間に及び、子どもの発達にどのような影響を及ぼすか、将来にわたって継続的な調査が必要である。レジリエンスを高めるプログラム開発やメンタルヘルス対策への研究が求められる。

Abstract

The exacerbating expansion of COVID-19 transformed the environment surrounding children, affecting their physical health, households' economic situations, learning, development, and mental health. This study aims to understand children's resilience and mental health statuses in association with COVID-19 and to obtain suggestions on possible supports. The study used PubMed as the database, where it searched for literatures with "covid 19", "children", "resilience", and "mental health" as keywords from among papers published in English and available on the online Open Journal. 23 extracted literatures were used in the analysis for this study. The COVID-19 pandemic led to school closures, which affected children's mental health triggered by their sense of loneliness and anxiety. Life with restricted activities and voluntary curfews were identified to impact children's dysphoria and mental status. Parents' income, work status, and mental health, were observed to affect children's mental health. Introduction of new lifestyles, such as work from home, were suggested to raise the risk of abuse and other forms of mistreatments. As the pandemic prolongs, its impact on children's development must be studied continuously for long into the future. There should also be projects to develop programs to boost resilience and

measures to improve mental health.

キーワード : covid 19, 子ども, レジリエンス, メンタルヘルス

Key Words : covid-19, children, resilience, mental health

I. 緒言

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) は、2019年11月頃より中国湖北省の武漢によって原因不明の肺炎として発生し瞬く間に世界中に感染が拡大した。感染拡大により、COVID-19のパンデミック、学校の閉鎖、ロックダウン、物理的な距離の確保などの措置は、すべての国の子どもに大きな犠牲を強いている。子どもを取り巻く環境が変化し、子どもの身体的な健康、家庭の経済状況により、学習や発達、メンタルヘルスに影響を及ぼしている。

UNESCOの報告によると、世界の90%の子どもたちが学校に通うことができない状況になった¹⁾。日本においても2020年2月に新型コロナウイルス感染症対策のための小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校等に一斉休校が求められた。

米国ジョンスホプキンス大学の集計では、(2021年8月22日現在)、世界の感染者数は211,364,677人、死者は4,423,507人である²⁾。2021年8月現在も新たな変異ウイルスデルタ株による感染拡大が続いており、子どもの感染が多く報告されるようになっている。

COVID-19の流行が長期に続いており、未だ収束の兆しが見えない状況である。今後さらなる子どもへの支援が長期にわたって必要である。さらに、障がいのある子どもたちや移民や難民、少数民族の子どもたち、紛争などの人道危機下で暮らしている子どもたちへの新型コロナ感染症が及ぼす影響は計り知れない。

国際トラウマティック・ストレス学会は、

(International Society for Traumatic Stress Studies : ISTSS) COVID-19に関する各国のストレスに関する研究の情報を集めている³⁾。しかし、COVID-19の影響に関する子どものストレスの情報やストレスが及ぼす影響に関する研究は、十分とはいえない状況である。

ソーシャルサポートやレジリエンスを強化することによって直接的または間接的にメンタルヘルスの維持・向上に貢献できる可能性がある⁴⁾。COVID-19のパンデミック時の子どものレジリエンスとメンタルヘルスに関する文献を調べ、レジリエンスとメンタルヘルスへの維持・向上に向けた支援の示唆を得ることは緊急の課題である。

II. 目的

COVID-19の感染拡大により、子どもを取り巻く環境が変化し、子どもの身体的な健康、家庭の経済状況により、学習や発達、メンタルヘルスに影響を及ぼしている。COVID-19に関連した子どものレジリエンスとメンタルヘルスの状況を知り、支援の示唆を得ることを目的とする。

III. 方法

1. 研究方法

文献検索データベースは、Pub Medを用いた。キーワードは、「covid 19」and「children」and「resilience」and「mental health」とし、英語で公表されたonline Open Journalで閲覧できる論文とした(2021.4.30検索)。

検索の結果、大学生を含めた若者までを対象とした110文献が抽出された。これらの文

献から、大学生を含め本研究の趣旨に合うものを選定した結果 23 の文献が抽出された。

2. 倫理的配慮

文献の出典が分かるように明記し、論文で使用した文献について適切に表記を行った。さらに、引用する場合には、自分の考えと混同し著者の意図から逸脱しないようにし、著作権と文意を損なわないようにした。

IV. 結果

23 文献は、アメリカ、イギリス、中国（武漢）、フランス、インド、アイルランドであった（表 1、表 2）。レジリエンスに関する研究報告は、5つの文献であった。

COVID-19 流行期における子どものメンタルヘルスは、「大学生のメンタルヘルスの低下」「中学生のメンタルヘルス」「就学前の子どものメンタルヘルス」に分類された。

レジリエンスは、COVID-19 の長期的な流行によるメンタルヘルスとレジリエンスの関係、レジリエンスの個人・家族・コミュニティへの影響要因、学習環境とレジリエンスへの影響、レジリエンスとメンタルヘルスとの関係、マインドフルネス介入によるレジリエンスの影響であった。

1. COVID-19 の感染拡大によるメンタルヘルス

現在の COVID-19 のパンデミックとその後の制限に関連する多くのメンタルヘルスの影響が子どもに考えられる。小児および思春期の精神科医は、パンデミックのすべての段階でケアの継続性を確保する必要がある。今後の子どものメンタルヘルスへの影響を評価し、ホームスクーリングなどの対策のリスク/利益率を推定する研究が必要である。パンデミックは3つの段階（図 1）を経て平常の状態となり、3つの段階（準備段階、最大位相、正常な段階の復帰）に応じた適切な支援を行う必要があると述べている（Fegert et al., 表 1-1）。

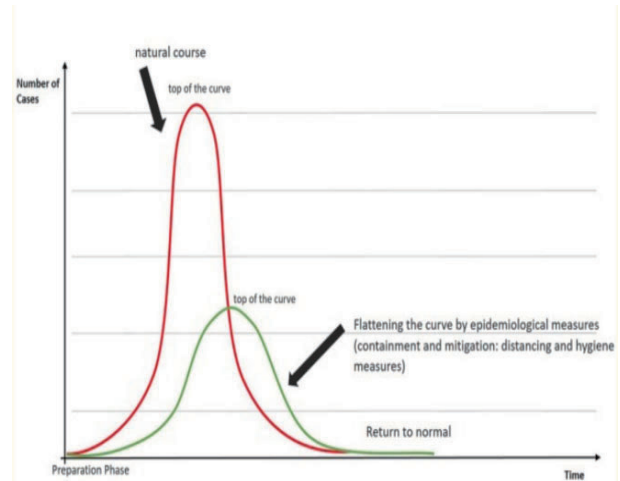


図 1. パンデミックの3つのフェーズ

（出典：文献No.1）

Wathelet et al（表 1-3）は、COVID-19 パンデミック中に閉じ込められたフランスの大学生の精神衛生障害に関連する要因を調査している。新入生は、自殺思考、重度のうつ病、または重度の苦痛のリスクが高かった。COVID-19 パンデミック中に隔離されている間、自殺思考の高い率と苦痛、うつ病、不安、および知覚ストレスの重篤な症状を報告した。学生のメンタルヘルスを保護することは、パンデミックにおいて公衆衛生上の重大な問題である。この結果は、女性と非バイナリーの学生だけでなく、精神医学的フォローアップの歴史を持つ学生に特別な注意を払わなければならないことを示唆している。

Cao et al（表 2-14）は、大学生と大学職員と不安やうつ症状などを比較している。大学生の方が大学職員より高いストレスを示していたが、レジリエンスは大学生の方が高かった。レジリエンスを高めるためには、将来を予測できるよう学習が必要であり、肯定的な感情の育成を強化する必要性が報告されている。

Leeb et al（表 1-7）は、子どものメンタルヘルスに関連した救急医療が不足しており、COVID-19 のパンデミックにより、元々メンタルヘルスに問題を抱えている子どもが、カウンセリングや心理療法を受けることが困難

になっていた。

Zalsman et al (表 2-13) は、家庭の経済状況によるメンタルヘルスの影響は、親の労働条件の経済的な問題により、子どものメンタルヘル스에影響を及ぼしていた。子どものきょうだいの数による調査では、一人っ子の約 20%がうつ症状を報告していた。

Lois (表 1-9) は、COVID-19 が子どもに与える影響として、症状が出現しなくても脳に影響を与えている可能性を述べている。神経心理学的に及ぼす影響では、脳のウイルス感染は、発達遅延から典型的な発達に至るまで、発達にさまざまな影響を及ぼす可能性があり、今後継続した研究の必要性を述べている。

Glynn et al (表 2-20) は、COVID-19 のパンデミックが就学前の子ども 169 人の就学前の子ども(平均年齢 4.1 歳)に与えるうつ影響と子どもの強さと困難さ (Strength and Difficulties Questionnaire: 子どもの強さと困難さ) のアンケートを行っている。COVID-19 のパンデミック前より COVID-19 のパンデミック後にうつ影響と子どもの強さと困難さの低下がみられた。子どものメンタルヘルスにおける環境因子の影響は、世帯収入、食料不安、親の就労や失業により、家族のルーチンイベントにより影響を受けている。

Furlong et al (表 2-21) は、精神疾患を持つ親は、乳児の死亡率、発達遅延、愛着の問題、虐待、身体疾患などの影響が子どもに影響している。親と子どものメンタルヘルスの向上にファミリートークの介入を実施した後 6 ヶ月、12 ヶ月、18 ヶ月のフォローアップを行っている。フォローアップによりメンタルヘルスの向上がみられている。しかし、COVID-19 のパンデミックにより、ファミリートーク介入後のフォローアップが停止され、メンタルヘルスの低下が報告されている。

Pigaiani et al (表 2-19) は、15-21 歳のラ

イフスタイル行動、対処戦略、主観的幸福をオンライン調査した (336 人)。規則的な生活 (57.8%) をしておりパートナー、友人、教師 (90.2-90.3%) と連絡を取り合っていた。家庭での学習は十分に確保できていた (63.1%) であった。

Zalsman et al (表 2-13) は、家には、親の労働条件の経済的な問題により、子どものメンタルヘル스에影響を及ぼしていた。子どものきょうだいの数による調査では、一人っ子の約 20%がうつ症状を報告していた。

Mahajan et al (表 2-11) は、COVID-19 が医療従事者の子どもに及ぼす心理的影響について報告している。子どもは親との分離により不安を強く持っており、ソーシャルメディアにさらされ悲惨な状況や死を目にしている。子どもの不安を取り除くようなメンタルヘルスプログラムの必要性を述べている。

Raviv et al (表 2-18) は、米国の COVID-19 パンデミックの第 1 段階で遠隔学習後に対面指導に戻ることに付いての保護者の態度を調べる横断的な調査を行った。在宅の開始から 3-4 ヶ月後に子どもの心理的幸福が悪化し、4 分の 1 以上の子どもが不安でストレスを感じており、3 分の 1 以上が孤独、3 分の 1 以下の子どもが肯定的なピア関係を持っていた。子どもの怒りや不安が保護者のストレスに影響し、子どもへの虐待のリスクを高めることを示唆している。

2. COVID-19 の感染拡大によるレジリエンスへの影響

Prime et al (表 1-2) は、COVID-19 のパンデミックにより、経済的不安などの社会的混乱に関連する課題により、子どもと家族の幸福に深刻な脅威をもたらし、介護負担、および監禁関連のストレスや困難は、長期間に家族システムの構造に影響する。急性危機と長期に渡り蓄積していくリスクの関連する領

域の文献を調査し、今後の可能性のあるリスクを明らかにしている。

COVID-19 のパンデミックにより子どもと家族の幸福が危険にさらされる可能性のある多数の方法を説明している。家族の信念と緊密な家族関係がレジリエンスに影響することを述べている。そして低所得、メンタルヘルス、人種差別などの経験などがある家族は一般的な家族より心理的な影響を受け、その子どもにも影響を及ぼす可能性を述べている。

Cusinato et al (表 1-5) は、COVID-19 パンデミックのイタリアの親子の幸福、親のストレスおよび子どものレジリエンスを調査している。居住地域、家族の構成、親の幸福、親のストレス、子どもの精神病理学的症状、子どものレジリエンス、および最終的な質問（例えば、親の子どもとの関係の認識、親の関係との満足度）の 6 つの分野に分かれたアドホックオンラインアンケートを行った。親の経済状態が子どもに心理的な悪影響を与えており、子どもの幸福は、親のストレスの状況に影響されていた。家族全員が互いに影響を受け、困難な時期を積極的に適応しようとするにより新しい資源の開発に役立つと報告している。親がリモートワークにより仕事を行うことは、親子関係に新たな危険因子を生む可能性があることを指摘している。

Winnie et al (表 1-8) は、2~12 歳の子どもを持つ香港の家族を大規模に横断的に調査している。COVID-19 による学校閉鎖中の家族の人口統計、児童心理社会的幸福、機能と生活習慣、親子の相互作用、および親のストレスに関するオンライン調査を行っている。29,202 の家族が調査に協力した。そのうち 12,163 人が 2~5 歳の子どもを持ち、17,029 人が 6 歳から 12 歳の子どもを持っていた。子どもの心理社会的問題のリスクは、特別な教育ニーズ、急性または慢性疾患、精神疾患を持つ母親、ひとり親家庭、低所得家庭の子

どもにおいて高かった。就寝時間の遅れや睡眠や運動期間の不十分な場合、電子機器の長期使用は、就学前の親ストレスが著しく高まり、心理社会的な問題が発生した。子どもの脆弱なグループを特定し、支援の必要性を報告している。

Zhang et al (表 1-10) は、中学生の感情回復力と学習管理能力 (896 人) を調査した。学生は、COVID-19 パンデミックのために、オンライン e ラーニングを利用した。中学 2 年生の感情的な回復力が中学 1 年生 ($t=1.98$, $P<0.05$) よりも有意に低く、研究期間中に否定的な感情が増加したことを示した。レジリエンスは、学習管理スキル ($r=0.498$, $P<0.01$) と積極的に相関し、肯定的な感情は学習管理スキルを向上させていた。ポジティブな感情を育てることは、学習効率を向上させること報告している。

Maria et al (表 1-5) は、2020 年 5 月から 6 月にヨーク大学のすべての職員と学生にオンラインで調査した。スタッフの 98% と学生の 78% がリモートで働いたり勉強していた。大学の職員と学生は、高い心理的苦痛、プレゼンティズム (病気でも出勤) と欠勤を報告した。しかし、スタッフの 33.8% と学生の 71.7% に心理的苦痛があった。子どものいる職員は子どもとの分離がレジリエンスの脆弱性の一因であった。運動はレジリエンスの向上に影響していた。レジリエンスは、学生の方が職員より高かったが、心理的苦痛は学生の方がはるかに高かった。レジリエンスの予測変数がそれ以上の心理的苦痛と異なる可能性がある。レジリエンスを向上させるための介入は、心理的苦痛に対処するだけでなく、他の要因にも対処する必要があることを報告している。

Marchini et al (表 2-16) は、ベルギーとイタリアで 18 歳から 25 歳までの 825 人のメンタルヘルスケアのニーズを 3 つのグループに

表 1 COVID-19 流行下における子どものレジリエンスとメンタルヘルスの文献一覧

No.	国	タイトル	著者	著書
1	オーストラリア	Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality.	Jörg M Fegert, Benedetto Vitiello, Paul L Plener, Vera Clemens	Child Adolesc Psychiatry Ment Health. 2020 May
2	アメリカ	Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic	Heather Prime, Mark Wade, Dillon T Browne	Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. American Psychologist, 75(5), 631-643.
3	フランス	Factors Associated With Mental Health Disorders Among University Students in France Confined During the COVID-19 Pandemic	Marielle Wathelet, Stéphane Duhem, Guillaume Vaiva , Thierry Baubet, Enguerrand Habran, Emilie Veerapa, Christophe Debien , Sylvie Molenda, Mathilde Horn, Pierre Grandgenèvre, Charles-Edouard Notredame, Fabien D'Hondt	JAMA Netw Open. 2020;3(10):e2025591. doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.25591
4	中国	Mental health and its correlates among children and adolescents during COVID-19 school closure: The importance of parent-child discussion	Suqin Tang,a,Mi Xiang,b,Teris Cheung,c and Yu-Tao Xiangd,e	J Affect Disord. 2021 Jan 15; 279: 353–360.
5	イタリア	Stress, Resilience, and Well-Being in Italian Children and Their Parents during the COVID-19 Pandemic	Maria Cusinato, Sara Iannattoni, Andrea Spoto, Mikael Poli, Carlo Moretti, Michela Gatta, Marina Miscoscia	Int J Environ Res Public Health . 2020 Nov 10;17(22):8297. doi: 10.3390/ijerph17228297.
6	アメリカ	Shifting from survival to supporting resilience in children and families in the COVID-19 pandemic: Lessons for informing U.S. mental health priorities	Abigail M Stark, Allison E White 1, Nancy S Rotter, Archana Basu	Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 12(S1), S133–S135. https://doi.org/10.1037/tra0000781
7	アメリカ	Mental Health-Related Emergency Department Visits Among Children Aged <18 Years During the COVID-19 Pandemic - United States, January 1-October 17, 2020	Rebecca T Leeb, Rebecca H Bitsko, Lakshmi Radhakrishnan, Pedro Martinez, Rashid Njai, Kristin M Holland	MMWR Morb Mortal Wkly Rep 2020 Nov 13;69(45):1675-1680. doi: 10.15585/mmwr.mmwr.mm6945a3
8	香港	Vulnerability and resilience in children during the COVID-19 pandemic	Winnie W. Y. Tso, Rosa S. Wong, Keith T. S. Tung, Nirmala Rao, King Wa Fu, Jason C. S. Yam, Gilbert T. Chua, Eric Y. H. Chen, Tatia M. C. Lee, Sherry K. W. Chan, Wilfred H. S. Wong, Xiaoli Xiong, Celine S. Chui, Xue Li, Kirstie Wong, Cynthia Leung, Sandra K. M. Tsang, Godfrey C. F. Chan, Paul K. H. Tam, Ko Ling Chan, Mike Y. W. Kwan, Marco H. K. Ho, Chun Bong Chow, Ian C. K. Wong & Patrick Ip	European Child & Adolescent Psychiatry 2020
9	アメリカ	Neurotropic mechanisms in COVID-19 and their potential influence on neuropsychological outcomes in children	Lois O Condie	Child Neuropsychology A Journal on Normal and Abnormal Development in Childhood and Adolescence Volume 26, 2020 - Issue 5
10	スペイン	Impact of COVID-19 on Emotional Resilience and Learning Management of Middle School Students	Qing Zhang, Longjun Zhou, Jianping Xia	Med Sci Monit . 2020 Sep 1;26:e924994. doi: 10.12659/MSM.924994.

表 2 COVID-19 流行下における子どものレジリエンスとメンタルヘルスの文献一覧

No.	国	タイトル	著者	著書
11	インド	Psychological Effects of COVID-19 on Children of Health Care Workers	Charu Mahajan, MD, DM, Indu Kapoor, MD, and Hemanshu Prabhakar, MD, PhD	Wolters Kluwer Public Health Emergency Collection
12	アメリカ	Change in Youth Mental Health During the COVID-19 Pandemic in a Majority Hispanic/Latinx US Sample	Francesca Penner, Jessica Hernandez Ortiz, Carla Sharp	J Am Acad Child Adolesc Psychiatry. 2021 Apr;60(4):513-523. doi: 10.1016/j.jaac.2020.12.027. Epub 2020 Dec 24
13	アメリカ	Suicide in the Time of COVID-19: Review and Recommendations	Gil Zalsman, Barbara Stanley, Katalin Szanto, Diana E Clarke, Vladimir Carli, Lars Mehlum	Arch Suicide Res. Oct-Dec 2020;24(4):477-482. doi: 10.1080/13811118.2020.1830242. Epub 2020 Nov 17.
14	中国	The role of only-child status in the psychological impact of COVID-19 on mental health of Chinese adolescents	Yujia Cao, Liyuan Huang, Tong Si, Ning Qun Wang, Miao Qu, Xiang Yang Zhang	J Affect Disord. 2021 Mar 1;282:316-321. doi: 10.1016/j.jad.2020.12.113. Epub 2020 Dec 28.
15	アメリカ	Workplace Stress, Presenteeism, Absenteeism, and Resilience Amongst University Staff and Students in the COVID-19 Lockdown	Christina Maria Van Der Feltz-Cornelis, D Varley, Victoria L Allgar, Edwin de Beurs	Front Psychiatry. 2020 Nov 27;11:588803. doi: 10.3389/fpsy.2020.588803. eCollection 2020.
16	イタリア ベルギー	Study of resilience and loneliness in youth (18-25 years old) during the COVID-19 pandemic lockdown measures	Simone Marchini, Elena Zaurino, Jason Bouziotis, Natascia Brondino, Veronique Delvenne, Marie Delhaye	Community Psychol. 2021 Mar;49(2):468-480. doi: 10.1002/jcop.22473. Epub 2020 Nov 10
17	中国 (武漢)	Psychological effects of the COVID-19 pandemic on Wuhan's high school students	Dong Yang, Usaporn Swekwi, Chia-Ching Tu, Xiao Dai	Child Youth Serv Rev. 2020 Dec;119:105634. doi: 10.1016/j.chilcyouth.2020.105634. Epub 2020 Nov 1.
18	アメリカ	Caregiver Perceptions of Children's Psychological Well-being During the COVID-19 Pandemic	Tali Raviv, Christopher M Warren, Jason J Washburn, Madeleine K Kanaley, Liga Eihentale, Hayley Jane Goldenthal, Jaclyn Russo I, Caroline P Martin I, Lisa S Lombard 3, Jamie Tully 5, Kenneth Fox 5, Ruchi Gupta	JAMA Netw Open. 2021 Apr 1;4(4):e2111103. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2021.111103.
19	イタリア	Adolescent Lifestyle Behaviors, Coping Strategies and Subjective Wellbeing during the COVID-19 Pandemic: An Online Student Survey	Yolande Pigaiani, Leonardo Zocante, Anastasia Zocca, Athos Arzenton, Marco Menegolli, Sabrina Fadel, Mirella Ruggeri, Marco Colizzi	Healthcare (Basel). 2020 Nov 9;8(4):472. doi: 10.3390/healthcare8040472.
20	アメリカ	A predictable home environment may protect child mental health during the COVID-19 pandemic	Laura M Glynn, Elysia Poggi Davis, Joan L Luby, Tallie Z Baram, Curt A Sandman	Neurobiol Stress. 2021 Jan 6;14:100291. doi: 10.1016/j.ynstr.2020.100291. eCollection 2021 May
21	アイルランド	Family Talk versus usual services in improving child and family psychosocial functioning in families with parental mental illness (PRIMERA- Promoting Research and Innovation in Mental health services for Families and children): study protocol for a randomized controlled trial	Mairead Furlong, Sinead McGilloway, Christine Mulligan, Colm McGuinness, Nuala Whelan	Trials. 2021 Apr 1;22(1):243. doi: 10.1186/s13063-021-05199-4
22	アメリカ	Establishing a Theory-Based Multi-Level Approach for Primary Prevention of Mental Disorders in Young People	Giuseppina Lo Moro, Emma Sonesson, Peter B Jones, Julieta Galante	Int J Environ Res Public Health. 2020 Dec 16;17(24):9445. doi: 10.3390/ijerph17249445.
23	中国	The relationship between 2019-nCoV and psychological distress among parents of children with autism spectrum disorder	Luxi Wang, Dexin Li, Shixu Pan, Jimhe Zhai, Wei Xia, Caihong Sun, Mingyang Zou	Global Health. 2021 Feb 25;17(1):23. doi: 10.1186/s12992-021-00674-8

分けて、成人のレジリエンススケールとロサンゼルス孤立スケールを用いて調査した。ロックダウン中の若者にメンタルヘルスケアの必要性があり、Web上のコミュニケーションを利用し早期介入の必要性を報告している。

Yang et al (表 2-17) は、中国武漢市の高校生を対象にレジリエンス、肯定的な感情調整、精神的な健康に関する調査を行った。286 名から回答を得た結果、レジリエンスと肯定的な感情調節が心理的外傷による精神的健康に及ぼす直接的な影響を防ぐことを示唆した。COVID-19 のパンデミックの間に武漢の高校生の精神的健康を大きく保護できると報告している。

V. 考察

COVID-19 のパンデミックにより、子どもたちの日常生活が大きく変化している。ロックダウンにより一斉休校や公共施設の利用が制限され、子どもの居場所が失われる現状がみられている。子どものメンタルヘルスの影響要因は、親の経済状況であった。失業などの経済状況の変化が親の抑うつや経済状況や家族関係をなどの症状の悪化がみられ、その結果、子どもへの虐待に繋がる可能性が指摘されている⁵⁾。COVID-19 感染症により、子どものライフイベントが損なわれ、小さなストレスがたたくさん積み重なっていると考えられる。子どもたち自身がストレスを自覚していない場合でも、知らず知らずのうちにストレスが溜まっている状況が考えられる。当たり前の日常生の活が崩れ、先が見えない不安の中生活をしているすべての子どもは、「喪失」という体験をしている⁶⁾ことが考えられる。子どもは成長発達途上にあるため、今後の人格形成に大きな影響を及ぼすことが考えられ長期に渡りメンタルヘルスの継続的な支援が必要である。

文部科学省(子どもの心のケアのため)⁷⁾に

は、災害時の子どもの心のケアには子どもは多彩な病像、様々な問題行動が報告されている。そして、子どもには何らかの喪失体験が認められ、危機発生時の健康観察が重要であると示されている。子どもの心身の健康状態の直接的な観察が必要としている。2021年8月現在の日本では、COVID-19の感染拡大により学校が閉鎖されている場合、子どもの心身の状態を把握するための家庭訪問や避難所訪問等を行うことができなかった。そのため、子どもの健康状態を直接観察する機会が失われている状況である。学校再開後にスクールカウンセラー、教員や学校職員がひとり一人の子どもの様子を注意深く観察する必要がある⁸⁾。そのため体制づくりや健康管理やメンタルヘルスのチェックリストなどが必要である。

COVID-19の隔離対策は、子どもや大学生にも不安や抑うつなどのメンタルヘルスに影響を及ぼしている。大学生のメンタルヘルスへの対策が急務の課題であり、メンタルヘルスの問題への効果的な対策のための研究の蓄積が早急に求められている⁹⁾。メンタルヘルスの対策の支援として、スポーツや音楽、芸術などが楽しめるようなプログラムの開発が求められる。

コロナ禍では、常時マスク装着やソーシャルディスタンス、三密などの新型コロナに関連した新たな生活スタイルが求められるようになった。Holmes と Rahe の社会的再適応評価尺度では、経験した生活変化単位が高いほどストレスが高いといわれている¹⁰⁾。生活の変化は、子どもに予想以上のストレスを与えていると考えられる。子どもたちの生活の変化がどのように心理的影響を与えたのか、注意深く観察していく必要がある。

パンデミック後の大きな課題の1つとして、その後の後遺症に対処することがあげられている。経済的不況と子どもとその家族の精神

的健康への影響である。パンデミックの急性期には、社会的な混乱、家庭生活の再編成、学校や企業の再編成、COVID-19 感染の恐れ、家族/友人の喪失などのストレスが出現している。

2021年8月現在、COVID-19 感染症はデルタ株による感染拡大により収束は未だみえない状況である。COVID-19 感染症は、長期に続くと考えられ、それに伴い経済の影響は大きくさらに失業や今まで起こりえなかった新たな問題が起こる可能性が考えられる¹¹⁾。

COVID-19 感染症により、発展途上国の環境の悪化による教育危機や低中所得国では提供される保健サービスが減少している。母子栄養サービスの低下やワクチンが届かない現状がみられている¹²⁾¹³⁾。国や地域による経済格差による対策の影響が子どもに大きく影響している。ユニセフは、各国に対し、メンタルヘルスのための支援パッケージの開発とさらなる啓発、そして取り組みや成功事例の共有を呼び掛けている。各国が投資や政策において子どもと若者のメンタルヘルスを重視し、支援策を強化することで、子どもたちは希望をもって将来を見据えることができるとしている¹⁴⁾。

海外の大学は留学生が多いことや子どもは学校や遊びなど活発に行動しているため、行動制限や自粛生活は心理的苦痛と精神疾患の健康状態に影響を及ぼしていることが考えられる。就学前の子どもは、今後の発達にどのような影響を及ぼすか、将来にわたって継続的な調査が必要である。レジリエンスが高い子どもほど、より迅速に目の前の問題を解決しようと学習し環境に適応していくことが考えられる。

子どもたちは、行事やイベントの中止により楽しみの方が失われている状況である。メンタルヘルスへの支援として、スポーツや音楽、遊園地、動物園、美術館、博物館などの

施設の利用によるプログラムの開発やメンタルサポートのシステム作りが必要である。

今後、発達段階に応じた、レジリエンスを高めるプログラム開発やメンタルヘルス対策への研究が求められる。

VI. 結語

親の収入や就業、親のメンタルヘルスが子どものメンタルヘルスに影響している。在宅勤務など新しい生活様式が虐待などのリスクを及ぼすことが示唆された。COVID-19 のパンデミックが長期間に及び、子どもの発達にどのような影響を及ぼすか、将来にわたって継続的な調査が必要である。レジリエンスを高めるプログラム開発やメンタルヘルス対策への研究が求められる。

文献

- 1) UNESCO(2020): Schools out, Coordination of Statistical Activities(CCSA), How COVID-19 is changing the world: a statistical perspective, 48. <https://unstats.un.org/unsd/ocsa/documents/covid19reportccsa.pdf>(2021/8/5)
- 2) 日本経済新聞(2020): チャートで見る世界の感染状況新型コロナウイルス <https://vdata.nikkei.com/newsgraphics/coronavirus-chart-list> (2021/8/7)
- 3) UNICEF (2021): COVID-19によるメンタルヘルスへの影響, <https://www.unicef.or.jp/news/20210102.html> (2021/8/10)
- 4) International Society for Traumatic Stress Studies (2021): Bringing together clinicians and researchers from around the world to advocate for the field of traumatic stress, COVID-19 resources. <https://istss.org/public-resources/covid-19-resources>(2021/8/7).
- 5) Yang D., Tu C. C., Dai X (2020): The effect of the 2019 novel coronavirus pandemic on college students in Wuhan. *Psychological Trauma Theory Research Practice and Policy*, 12(1), 6-14.

- 6) Laura M. G., Elysia P .D., Joan L. L.,et al(2020): Predictable home environment may protect child mental health during the COVID-19 pandemic, *Neurobiol Stress*. 2021 .100291. doi:10.1016/j.ynstr.2020.100291. eCollection 2021 May.
- 7) 文部科学省(2010)：子どもの心のケアのために－災害や事件・事故発生時を中心に <http://www.mext.go.jp/amenu/kenko/hoken/1297484.htm>(2021/8/30)
- 8) 木須千明, 安川禎亮(2021)：コロナ禍における子どもの心理的影響の一考察, 北海道教育大学大学院高度教職実践専攻研究紀要, 教職大学院紀要, 11, 13-20.
- 9) 久木原博子(2020):COVID-19 流行期における大学生のメンタルヘルスに関する文献レビュー, *キャリアと看護研究*, 10(1), 3-13.
- 10) 八尋華那雄, 井上真人, 野沢由美佳(1993):ホームズらの社会的再適応評価尺度(SRRS)の日本人における検討, *健康心理学研究*, (1), 18-32.
- 11) 総務省 (2020)：新型コロナウイルスが社会に及ぼす影響, <https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r02/pdf/n2300000.pdf>(2021/8/30)
- 12) UNICEF(2021)：世界の飢餓新型コロナウイルスで悪化アフリカ人口の2割以上が栄養不足食料と栄養に関する国連合同報告書, <https://www.unicef.or.jp/news/2021/0140.html>(2021/8/31)
- 13) *World Health Organization*(2021)：Joint Statement of the Multilateral Leaders Taskforce on Scaling, COVID-19 Tools, [https://www.who.int/news/item/27-2021-joint-statement-of-the-multilateral-leaders-taskfoce-on-scaling-covid-19 tools](https://www.who.int/news/item/27-2021-joint-statement-of-the-multilateral-leaders-taskfoce-on-scaling-covid-19-tools)(2021/8/31)
- 14) UNICEF(2021)：新型コロナウイルス子どもや若者のメンタルヘルスすべての国で支援が不足, <http://www.unidef.or.jp/news/2021/0102.html>(2021/8/31)