

東日本大震災及び熊本地震により神奈川県内に避難されている皆様

かながわ避難者見守り隊

避難者アンケートについて

先の東日本大震災及び熊本地震により被災された皆様には、心からお見舞い申し上げます。

避難生活が長期化している中で、さまざまなお苦勞やご負担が生じていると思いますが、生活状況が次第に変化し、避難されている皆様の置かれた状況により、求められている支援の内容が異なってきていると推察します。また、かながわ避難者見守り隊では、現在の皆様の置かれている環境や周囲のサポートの状況、ストレス状況などをお聞きし、今後の支援に役立てるとともに、アンケート結果を皆様にお伝えして、避難者の皆様が置かれている状況を共有したいと考えております。アンケート結果のご報告は夏ごろを予定しております。

つきましては、別添のアンケートにご回答いただき、同封の返信用封筒にて7月6日(金)までに返信くださるようお願い致します。大変お手数だとは存じますが、避難者の皆様が置かれている状況を知るための大切なアンケートとなりますので、何卒ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

お問い合わせ先

かながわ避難者見守り隊

※神奈川県事業受託者

一般社団法人神奈川県臨床心理士会

045-228-7353

月～金 8:30～17:15

かながわ
見守り隊!!



アンケート

このアンケートに回答していただいた内容につきましては、個人を特定しない形で集計し、調査の目的以外に用いません。集計結果を、一般社団法人神奈川県臨床心理士会または神奈川県が公表することがあります。

訪問や電話での相談をご希望される方は、最後にご連絡先の記入をお願いいたします。ご連絡の際にアンケート内容を拝見させて頂いた上で対応させていただきますが、集計結果の公表に当たっては、個人は特定されませんのでご安心下さい。

Q1 アンケートにご記入いただいている方について当てはまるものに○をつけてください

- 世帯代表者との関係【 本人・世帯代表者以外(世帯代表者との関係:) 】
- 年齢【 10代 20代 30代 40代 50代 60代 70代 80代 90代 】
- 避難元【 県 市・町・村 】

Q2 世帯の状況について教えてください

- 世帯の人数(世帯代表者含む)【 人 】
- 世帯で最も収入の多い方の就業状況について、当てはまるもの1つに○をつけてください
 1. 正規雇用
 2. 非正規雇用(アルバイト・パート等)
 3. 自営業または農林水産業
 4. 無職(求職中)
 5. 無職
 6. その他()
- 当てはまるものがあれば全て○をつけてください
 1. 世帯に要介護の人がいる
 2. 世帯に未就学の子どもがいる
 3. 世帯に日常生活や就業に支障があるような疾患がある人がいる
 4. 生活保護受給中
 5. ひとり親世帯である(または父母のいずれかが子どもと離れて住んでいる)
- 避難に伴う住宅供与について当てはまるもの1つに○をつけてください
 1. 住宅供与を受けている
 2. 住宅供与は受けているが、終了の通知を受けている
 3. 住宅供与は終了して現在は受けていない
 4. その他()
- 現在のお住まいについて当てはまるもの1つに○をつけてください
 1. 民間の賃貸住宅
 2. 持ち家
 3. 親戚・知人宅
 4. 公営住宅(県営住宅等の住宅形態を記入ください)()
 5. その他()
- 今後の住まいの意向について当てはまるもの1つに○をつけてください
 1. 神奈川県内に定住したい
 2. 避難元の県へ帰郷したい
 3. 未だ決めかねている
 4. その他()

Q3 現在の状況について、お答えください

■現在の生活で困っていること、不安なことについて当てはまるもの全てに○をつけてください

1. 住まいに関する事
2. 避難生活の先行きが不明なこと
3. 生活資金に関する事
4. 就職に関する事
5. 避難元の情報が不足していること
6. 子育てに関する事
7. 相談相手がいないこと
8. 生活や支援に関する情報が不足していること
9. 教育に関する事
10. 世帯代表者または同居人の健康や精神面に関する事
(具体的に:)
11. 特に困っていることはない
12. その他 ()

■上記の困っていること・不安なことについて、差し支えない範囲でご記入ください

- 番号 () 内容 ()
- 番号 () 内容 ()
- 番号 () 内容 ()

■交流会やサロンなど避難者向けのイベントへの参加について、当てはまるもの1つに○をつけてください

1. 参加している (具体的な内容:)
2. 参加していないが参加してみたい
3. 参加していないし参加するつもりはない

■どのようなイベントがあれば参加したいと思いますか。当てはまるもの全てに○をつけてください

1. 避難者同士で気さくに話ができるようなサロン
2. 震災当時の体験を振り返って語り合えるようなグループ
3. 落語やコンサートなどの催し物
4. 専門家に個別で相談ができるもの
5. ストレスの影響やその対処法について知ることができるもの
6. 神奈川の名所に行くなど観光的なもの
7. 工作や手芸などの体験ができるもの
8. リラクゼーションやハンドマッサージなどリラックスできるもの
9. その他 ()

※もし回答中に当時のことを思い出して気分が悪くなるようでしたら、回答を中止して
 いただいて結構です。無理のない範囲でお答えください。

Q4 あなたのストレスの影響についてお聞きします。

下記の項目はいずれも 強いストレスを伴うような出来事にまきこまれた方々に、後になって生じることがあるものです。震災があった当時のことに関して、本日を含む最近の1週間では、それぞれの項目の内容について、どの程度強く悩まされましたか？あてはまる欄に○を付けてください。
 なお、答えに迷われた場合は不明とせず、もっとも近いものを選んでください。

	最近の1週間の状態についてお答え下さい	0. 全くなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
1	どんなきっかけでも、そのことを思い出すと、そのときの気持ちがぶりかえしてくる。	0	1	2	3	4
2	睡眠の途中で目がさめてしまう。	0	1	2	3	4
3	別のことをしていても、そのことが頭から離れない。	0	1	2	3	4
4	イライラして、怒りっぽくなっている。	0	1	2	3	4
5	そのことについて考えたり思い出すときは、なんとか気を落ち着かせるようにしている。	0	1	2	3	4
6	考えるつもりはないのに、そのことを考えてしまうことがある。	0	1	2	3	4
7	そのことは、実際には起きなかったとか、現実のことではなかったような気がする。	0	1	2	3	4
8	そのことを思い出させるものには近よらない。	0	1	2	3	4
9	そのときの場面が、いきなり頭にうかんでくる。	0	1	2	3	4
10	神経が敏感になっていて、ちょっとしたことでどきっとしてしまう。	0	1	2	3	4
11	そのことは考えないようにしている。	0	1	2	3	4
12	そのことについては、まだいろいろな気持ちがあるが、それには触れないようにしている。	0	1	2	3	4
13	そのことについての感情は、マヒしたようである。	0	1	2	3	4
14	気がつくと、まるでそのときにもどってしまったかのように、ふるまったり感じたりすることがある。	0	1	2	3	4
15	寝つきが悪い。	0	1	2	3	4
16	そのことについて、感情が強くこみあげてくることがある。	0	1	2	3	4
17	そのことを何とか忘れようとしている。	0	1	2	3	4
18	ものごとに集中できない。	0	1	2	3	4
19	そのことを思い出すと、身体が反応して、汗ばんだり、息苦しくなったり、むかむかしたり、どきどきすることがある。	0	1	2	3	4
20	そのことについての夢を見る。	0	1	2	3	4
21	警戒して用心深くなっている気がする。	0	1	2	3	4
22	そのことについては話さないようにしている。	0	1	2	3	4

自己採点されたい場合は、
 各回答の数字を足して下さい。
 25点以上だった場合はストレス
 の影響が強く出ている可能性が
 あります。是非、見守り隊に
 ご相談ください。

Q5 あなたの周囲のサポートしてくれる人の状況についてお聞きします

各質問に対し、周囲の方を思い浮かべて 「全くそう思わない（1）」 ～ 「非常にそう思う（7）」 の間で ○を付けてください。
 答えに迷われた場合は不明とせず、もっとも近いものを選んでください。

	質 問	全くそう 思わない	そう 思わない	あまりそう 思わない	どちらとも いえない	少し そう思う	そう思う	非常に そう思う
1	私には困ったときにそばにいてくれる人がいる。	1	2	3	4	5	6	7
2	私は喜びと悲しみを分かちあえる人がいる。	1	2	3	4	5	6	7
3	私の家族は本当に私を助けてくれる。	1	2	3	4	5	6	7
4	必要なときに、家族は私の心の支えとなるよう手を差し伸べてくれる。	1	2	3	4	5	6	7
5	私には真の慰めの源となるような人がいる。	1	2	3	4	5	6	7
6	私の友人たちは本当に私を助けてくれようとする。	1	2	3	4	5	6	7
7	色々なことがうまくいかない時に、私は友人たちをあてにすることができる。	1	2	3	4	5	6	7
8	私は家族と自分の問題について話し合うことができる。	1	2	3	4	5	6	7
9	私には喜びと悲しみを分かちあえる友人がいる。	1	2	3	4	5	6	7
10	私には私の気持ちについて何かと気づかってくれる人がいる。	1	2	3	4	5	6	7
11	私の家族は私が何か決めるときに、喜んで助けてくれる。	1	2	3	4	5	6	7
12	私は自分の問題について友人たちと話すことができる。	1	2	3	4	5	6	7

Q6 避難当初の頃と比べて、どのような点で自分自身の変化を感じられますか？
お聞かせください

Q7 震災によって失われたものはどのようなものだと感じていますか？
お聞かせください

Q8 避難生活の中でこれまで人から傷つけられるなど不快な経験はありますか？
お聞かせください

Q9 かながわ避難者見守り隊からのお電話をご希望されますか？

かながわ避難者見守り隊は、臨床心理士という心の専門家(カウンセラー)が様々なお悩みに対してお宅への訪問やお電話での相談に対応しております。

どのような困りごとでも構いませんし、悩みがなくても単に「話をしたい」というだけでも構いません。訪問には2名体制でお伺いします。お伺いした内容には守秘義務があり、他で話されることはありませんのでご安心ください。お宅に伺うのが難しい場合は、お宅の近くでお話しできる場を検討します。

ご相談をご希望される方にはかながわ避難者見守り隊からお電話いたします。

■かながわ避難者見守り隊からのお電話をご希望されますか？

【 希望する ・ 希望しない 】

■ご相談されたいこと

■匿名を希望の方は無記入で構いませんが、差し支えなければお名前、ご年齢、ご住所の回答をお願いします。見守り隊からのお電話をご希望される方は必ず記入をお願いします。

お名前 _____ 年齢 _____ 歳

ご住所 _____

■見守り隊からのお電話を希望される場合、下記の項目への回答をお願いします。

電話番号 _____

ご連絡するのにご都合が良い時間帯（平日） _____ 曜日 _____ 時頃

ご回答ありがとうございました。
返信用封筒にてご返送をお願いします。