

<論文>

COVID-19 の感染拡大予防のための一斉休校が  
中学生のメンタルヘルスに与える影響<sup>1</sup>

石本雄真・山根隆宏・小林勝年

Impact of COVID-19 School Closures on Mental Health  
among Junior High School Students.

ISHIMOTO Yuma, YAMANE Takahiro, KOBAYASHI Katsutoshi

キーワード: Covid-19, 一斉休校, 中学校, 学校適応

Key Words: Covid-19, School Closure, Junior High School, School Adjustment

日本では、新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、学年末に1ヵ月を残して急遽全国において一斉休校が行われた。先行研究では検疫や隔離がメンタルヘルスにネガティブな影響を与えることが示されているが、休校が子どものメンタルヘルスに与える影響は明確ではない。本研究は中学校2校の児童を対象に休校中の行動や休校後の不安に加えて、情緒的問題等のメンタルヘルスの指標を調査した。2校のうち1校では休校前の情緒的問題との比較も行った。なお、調査対象校のある地域では調査時点で感染者は確認されていなかった。その結果、感染への不安および学校再開後にこれまで通りの日常に戻るかどうかについての不安がメンタルヘルスと関連していた。また、休校前の学校適応が相対的に高かった者についての情緒的問題の悪化がみられた。

## I. 問題・目的

新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、世界各国で学校が休校となり、多くの子どもたちが影響を受けている。これまでも、感染症の流行下における検疫や隔離による心理的な影響についての研究はいくつかみられるが (Brooks et al., 2020), 医療スタッフを対象としたものが多く一般市民を対象としたものは少ない。いくつかの一般市民を対象とした研究では、検疫や隔離によるさまざまな心理的影響が示されている。例えば, Hawryluck et al. (2004) による Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) 流行時に自主的な検疫下におかれた 18 歳以上に対する調査では、検疫の経験が PTSD 症状を高めること、検疫の期間が長くなるほど PTSD 症状が大きくなることなどが示されている。Jeong et al. (2016) による Middle East Respiratory Syndrome (MERS) 流行時に検疫下におかれた成人に対する調査では、検疫下において不安症状や怒りの感情を経験する者が一定数いることが示されている。災害時においても子どもは大人とは異なる

---

<sup>1</sup> 本研究結果の一部は、日本心理学会第 84 回大会 (2020) および日本健康心理学会第 33 回大会 (2020) で発表された。

る反応を示すことから (Brymer et al., 2011), 検疫や隔離に対しても子どもは特有の反応を示すと考えられるが, 子どもを対象とした研究はより少なく, 子どもがどのような心理的反応を示すのかについては明確ではない (Murray, 2010)。唯一の入手可能な子どもを対象とした研究として Sprang & Silman (2013) がある。この研究では保護者を対象とした子どもへの影響に関する調査を行い, 検疫や隔離を経験した子どもは災害や他のトラウマイイベントと同等の率で PTSD の基準を満たすことが示されているほか, ストレス障害や適応障害, 悲嘆等の診断もみられることが明らかになっており, 検疫や隔離の経験が子どものメンタルヘル스에悪影響を及ぼすことがわかる。しかしながら, この研究は保護者を対象とした調査であり直接的に子どもを対象とした調査ではないため, 正確性においては十分ではないと考えられる。また, Hawryluck et al. (2004) や Sprang & Silman (2013) では, 自ら応募してきた調査協力者を調査対象としており, 感染症をより身近に感じた者ほどその経験を共有したくなる可能性があることから (Cava et al., 2005), ヴォランタリーベースの参加者募集ではその結果の一般化に限界があると考えられる。

日本では新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) の拡がりを防ぐことを目的として, ほとんどの学校において 2020 年 3 月 2 日から早い地域においても 4 月 6 日までの 1 ヶ月以上にわたる休校<sup>2</sup>措置となった。これまでも一部の地域において短期的な休校措置が取られたことはあるものの, 今回のように全国一斉に 1 ヶ月に渡る期間での休校措置が取られたことは初めてである。

今回の日本における休校措置では, 当初文部科学省は学校や自治体に対して, 基本的には自宅で過ごすように子どもたちに指導することを求めており (文部科学省, 2020a), 外出しないように求める連絡をする学校もあった (尾崎, 2020; 後藤, 2020)。休校の要請から 10 日後の 3 月 9 日になって屋外で適度な運動をしたり散歩をしたりすること等について妨げるものではないということをあらためて示したものの (文部科学省, 2020b), 全国的なイベントの自粛要請 (厚生労働省, 2020a) に伴って子どもを対象とした小さなイベントであっても多くは中止になっており, 多くの時間を家庭で過ごすことを余儀なくされた子どもも少なくないと思われる。2009 年の新型インフルエンザ (N1H1) の感染拡大に対応するために行われた学校閉鎖時の行動について調査した日本の研究でも, 80%の子どもが不要不急の理由を除いては外出していないことが示されており (Mizumoto, Yamamoto, & Nishiura, 2013), 今回の措置も厳密には検疫とは異なるものの, 実際には検疫に近い状態にあった可能性がある。さらに今回の日本における一斉休校では, 学期末の突然の長期にわたる休校であり, 学校や家庭は休校に対する十分な体制を整える時間が与えられなかった。先行研究では, 学校からの発表よりも先に子どもや保護者がメディアから休校の情報を知った場合に混乱が生じたことが示されており (Braunack-Mayer et al., 2013), 今回の日本の状況は唐突にメディアから首相の要請を聞くという点において, 同様に混乱が大きかったと予想される。保護者や子どもたちが心の準備をする時間もなかったことも, 心理的な影響も大きくしたことが予想される。今回の一斉休校に関して休校中の子どもを持つ保護者に対して行われた調査においては, 56.8%が「休校・休園自体や友だちと会えないことによる子どものストレス・心のケア」を心配することとして選択しており (認定 NPO 法人フローレンス, 2020), 保護者も子どもへの心理的な影響を懸念していた。また, 流行の発

<sup>2</sup> 正確には休校ではなく学校休業であるが, 本研究では休校と表記する。

生地であり早期に学校閉鎖の措置が取られた中国においては、オンラインでの学習教材の提供などの対策が行われたが (Wang et al., 2020)、日本においてはそのような対応策は一切示されないまま休校の措置が継続したことから、学習に対する不安も大きかったと考えられる。

本研究では突然の長期にわたる一斉休校が子どもたちにどのような心理的影響を与えたのかについて明らかにすることを目的とする。中国や日本だけではなく、その後の感染の広がりに伴って、他のアジア諸国、アメリカ、ヨーロッパ諸国においても休校措置をとる国が増加した。一斉休校が子どもたちに与える心理的影響は、代替措置の有無や周辺の感染者数、外出禁止等の他の施策の有無などの状況によっても大きく異なることが予想される。それぞれの状況における心理的影響についての知見を積み重ねることで、一斉休校が子どもたちに与える心理的影響がより詳細に把握されるであろう。本研究はその一端を担うものである。

本研究では、他の目的の研究において2019年12月時点の学校適応やメンタルヘルスに関する調査を実施した学校を含めて児童生徒への調査を行う。休校中や休校後の一時点で調査を行う方法では、その結果が一斉休校の影響であるかどうかを正確に評価することができない。また、後述するようにリスクの高い子どもたちほど一斉休校による心理的影響を受ける可能性が高いと予想される。正確な評価のためには、一斉休校前から一斉休校中まで縦断的な調査による検討が必要である。さらに、保護者の評価ではなく、子ども自身の回答を用いて検討することで、より正確な心理的影響の把握が可能であろう。このため本研究では、上記の通り事前のデータを有する子どもたちを対象に含め、休校中に本人の回答による調査を実施することで一斉休校が子どもたちに与える心理的影響についてより正確な評価を行う。具体的には、12月時点で The Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ; Goodman, 1997) の「情緒」について調査を行っていた対象者に対して再度休校期間中に SDQ の調査を行うことにより、その変化について評価を行う。SDQ は災害等の非常時に対するストレス反応を調査するものではないが、不安や恐怖といった感情反応や注意維持の困難さを把握することが可能である。

休校時の行動についての先行研究 (Braunack-Mayer et al., 2013) では、個人個人が独自の基準に基づくルールで行動したことが示されており、人によっては一切家から出なかった一方で、人によっては学校に行かない以外はいつもと変わらない行動をとったことが明らかになっている。これらの行動によってメンタルヘルスに与える影響が異なることが予想されるため、本研究では休校時の行動についても調査を行う。また、親とのコミュニケーションが子どものメンタルヘルスの維持に対して重要であることが指摘されているが (Wang et al., 2020)、日本では就業者の有給休暇の取得が容易ではなく仕事を休むことのできない保護者も多いため、保護者とのコミュニケーションが十分でない子どもも懸念される。実際に保護者に対する調査においては、小学校1-3年生の25%、小学校4年生以上および中高生のおよそ半数の保護者は子どもだけで長時間の留守番をさせていたとしている (認定 NPO 法人フローレンス, 2020)。このことも勘案し本研究では休校中に誰と過ごすことが多かったかについても調査を行う。加えて、韓国での MERS 拡大時の隔離経験のある者への調査では、精神疾患の経験が不安症状のリスクファクターとなることが示されており (Jeong et al., 2016)、事前調査時点での学校適応や情緒の問題の程度が休校期間中の感情の問題等に影響を与えることが考えられる。本研究では、12月時点の学校適応や情緒の問題について調査を行っている学校を含む対象に調査を行うことで、休校措置前に子どもたちがもつ心理的リスクが休校時のメンタルヘルスにどのように影響するのかについても明らかにすることを目指す。

## II. 方法

### 1. 調査手続き

**調査対象者** 鳥取県の中学校 2 校 (A, B) の 1, 2 年生生徒を対象に調査を実施した。後述のように A については事前のデータが存在する。鳥取県では調査時点において COVID-19 の感染者は確認されていなかったが、隣接県においては 100 人以上の感染者が確認されていた。いずれの学校も 2 月 29 日より休校となっており、調査時点まで生徒は登校していなかった。

**調査時期** 2020 年 3 月下旬に実施した。

**調査方法** 対象校 A では、休校後初めての登校日となる修了式の際にアンケートを配布し、郵送での返送を求めた。対象校 B では、休校後初めての登校日となる修了式の際に担任教員がアンケートを配布し、回答の時間を設けたうえで回収を行った。

**倫理的配慮** 本調査は、一斉休校解除後の学校における支援の参考資料とすることも目的として含むため、原則として全員の回答を求めている。回答内容が成績とは一切関係しないこと、どのように回答しても不利益が生じないことを紙面上に明記した。加えて、研究目的で回答が利用されることを望まない場合は、研究データから除外することを記した資料を保護者に配布した。研究目的での利用を拒否する保護者はいなかった。これらの研究方法について、第一筆者が所属する組織の倫理委員会で審査を受け、承認を得たうえで実施した。

### 2. 調査用紙の構成

**行動的・情緒的問題に関する尺度** Goodman (1997) が作成した The Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) について、SDQ のウェブサイトにある日本語版の 11 歳から 17 歳を対象とする自己評定版を使用した。SDQ は「行為」、「多動」、「情緒」、「仲間関係」、「向社会性」(各 5 項目) の 5 つの下位尺度から構成され、向社会性を除く 4 つの下位尺度得点の合計から総困難性指標を算出することができる。日本語版については、野田ら (2012) によって信頼性、妥当性が確認されている。それぞれの項目について、どの程度あてはまるかを「あてはまらない (0 点)」から「あてはまる (2 点)」までの 3 件法で回答を求めた。分析の際は、下位尺度ごとの単純合計点および、総困難性指標として 4 つの下位尺度得点の単純合計点を用いた。なお、対象校 B では調査時間の都合上、「情緒」以外の項目は実施していない。

**現在の状況や今後に対する不安** 感染に対する不安 (病気になることが心配だ)、休校後にこれまで通りの日常に戻れるかどうかについての不安 (休みが終わった後、いつもと同じような学校生活に戻れるかどうか心配だ)、勉強の遅れについての不安 (勉強が遅れてしまうのではないかと心配だ) についてそれぞれ 1 項目ずつの計 3 項目で尋ねた。「あてはまらない (1 点)」から「あてはまる (5 点)」の 5 件法で回答を求めた。

**休校中誰と過ごしていたか** 休校中に誰と過ごす時間が長かったのかについて尋ねた。ひとりで、母、父、祖母、祖父、きょうだい、その他の家族、友だち、学童保育や放課後子ども教室・習いごとの先生、その他の 10 の選択肢を挙げたうえで、長く時間を過ごした順に 1-3 の数字で回答を求めた。

**休校中の過ごし方** 休校中の過ごし方について、心身の適応状態に影響すると考えられる項目を挙げ、12 の項目で尋ねた。具体的な項目は、Table1 に示した。「まったくなかった (1 点)」、「あまりなかった (週に 1-2 日) (2 点)」、「よくあった (週に 3-4 日) (3 点)」、「ほとんど毎日 (4 点)」の 4 件法で回答を求めた。

正確な回答を求めめるため、「回答は学校の先生には伝わりませんので、どのように答えてもしかられたりすることは絶対にありません。」と記し回答を求めた。

フェイスシート 氏名、学年、学級、性別について回答を求めた。郵送での回収を行った学校では、回答日についても回答を求めた。

### 3. 事前調査

対象校 A では 2019 年 12 月に他の目的による調査を行っていた。この調査ではすべて担任教員が教室内で質問紙を配布し、回答の時間を設けたうえで回収を行った。

### 4. 事前調査の調査用紙の構成

**情緒的問題に関する尺度** SDQ 日本語版の 11 歳から 17 歳を対象とする自己評定版の 5 つの低位尺度のうち、「情緒」の 5 項目のみを使用した。それぞれの項目について、どの程度あてはまるかを「あてはまらない (0 点)」から「あてはまる (2 点)」までの 3 件法で回答を求めた。分析の際は、5 項目の単純合計点を用いた。

**学校適応に関する尺度** 学校適応を測定するために、古市・玉木 (1994) の学校生活享受感尺度を用いた。学校生活享受感尺度は 10 項目 1 因子で構成され、古市・玉木 (1994) によって信頼性、妥当性が確認されている。それぞれの項目について、どの程度あてはまるかを「あてはまらない (1 点)」から「あてはまる (5 点)」の 5 件法で回答を求めた。分析の際は 10 項目の平均得点を用いた。

フェイスシート 氏名、学年、学級、性別について回答を求めた。

## Ⅲ. 結果

### 1. 分析対象者の概要

対象校 A の対象生徒は 177 名 (1 年生 83 名 ; 2 年生 94 名 ; 回収率 64.6%)、B の対象生徒は 167 名 (1 年生 85 名 ; 2 年生 82 名) であった。

郵送でアンケートを回収した対象校 A の回答日は、実質的に一斉休校が開始された 2 月 29 日を 1 日目とし平均で 28.7 日目 ( $SD=4.2$ ) であった。

Table1 Grade level averages for behavior during school closure

	1		2	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
1 I spent time going to extracurricular lessons.	1.9	.9	1.8	.9
2 I spent time playing with friends.	1.5	.7	1.6	.8
3 I spent time outside the house.	2.9	.9	2.6	.8
4 I spent time doing schoolwork.	3.4	.8	3.2	1.0
5 I woke up late in the morning.	2.9	1.0	2.7	1.1
6 I stayed up late at night.	2.7	1.0	2.7	1.0
7 I ate my meals alone.	2.1	1.1	2.1	1.1
8 I went out with my family member(s).	2.3	.8	2.1	.7
9 I played video games on my smartphone, mobile game system, or in-home game system for more than an hour.	2.9	1.1	3.3	.9
10 I contacted my friend(s) using my smartphone or PC.	1.8	1.1	2.4	1.2
11 I watched the news on the novel coronavirus on TV, on my smartphone, etc.	3.3	1.0	3.3	1.0
12 I was physically active, such as taking walks or exercising.	2.9	1.0	2.8	1.0

Table2 The person they spent most of their time with during the school closure (%)

	1	2
1 alone	29.2	36.9
2 mother	20.2	11.4
3 father	2.4	.6
4 grandmother	6.0	5.1
5 grandfather	3.0	1.1
6 sibling(s)	38.7	38.1
7 other family member(s)	1.2	.6
8 friend(s)	1.8	5.7
9 after-school day care instructor/extracurricular lesson instructor	.6	1.1
10 other	1.8	1.1

Note. The total does not add up to 100% because some participant listed more than one.

## 2. 休校中の過ごし方

休校中の過ごし方について、学年別の各項目の平均値を Table1 に示した。勉強、ゲーム、ニュースといった項目が相対的に多く経験されていた。

## 3. 休校中誰と過ごしたか

休校中に誰と過ごすことが多かったかの問いにおいて、最も多く過ごした者として選択されたものとしては、「ひとりで」、「きょうだいと」が相対的に高い割合を示した。学年別に Table2 に示した。

## 4. 現在の状況や今後に対する不安と行動的・情緒的問題との関連

現在の状況や今後に対する不安と行動的・情緒的問題との関連を検討するため、現在の状況や今後に対する不安を独立変数とし、情緒的問題を従属変数とする重回帰分析を行った。その結果、感染に対する不安 ( $\beta=.135$ ;  $p=.020$ ) と日常生活に戻れるかどうかの不安 ( $\beta=.308$ ;  $p=.000$ ) が情緒的問題に対して有意にネガティブな影響を与えていた ( $R^2=.166$ ;  $p=.000$ )。勉強の遅れへの不安は ( $\beta=.037$ ;  $p=.519$ ) 有意な影響がみられなかった。

## 5. 休校中の行動と行動的・情緒的問題との関連

休校中の行動と行動的・情緒的問題との関連を検討するため、休校中の行動を独立変数とし、情緒的問題を従属変数とする重回帰分析を行った。その結果、「友だちと会った」 ( $\beta=-.164$ ;  $p=.006$ ) は情緒的問題の低さと有意に関連するが、「コロナのニュースを見た」 ( $\beta=.133$ ;  $p=.020$ ) は情緒的問題の高さと有意に関連することが示された ( $R^2=.068$ ;  $p=.027$ )。

## 6. ひとりで過ごすことが行動的・情緒的問題に与える影響

休校中にひとりで過ごすことが多かったかどうかは行動的・情緒的問題に与える影響について検討するため、休校中誰と過ごしたかの問いに対して、「ひとりで」を 1 番-3 番の間に選んでいた者とそれ以外の者との SDQ の総困難得点および各下位尺度得点を比較した。その結果、総困難得点およびいずれの下位尺度においても有意な差は示されなかった (Table3)。

## 7. 12 月時点の情緒得点と休校中の情緒得点の比較および相関

12 月時点の情緒得点と休校中の情緒得点の変化を明らかにするため、A 校のサンプルについて全体および学年別に対応のある  $t$  検定を行った。その結果、全体においてもいずれの学年においても有意な変化はみられなかった (Table4)。

## 8. 休校前の学校適応による情緒的問題の変化の違い

Table3 Comparison based on whether or not the student spent a lot of time alone.

	alone (1~3)			not selected			<i>t</i>	<i>p</i>	<i>g<sub>adj</sub></i>
	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>			
TDS	54	9.6	5.1	75	9.5	5.7	.2	.864	.03
ES	113	2.4	2.4	151	2.1	2.2	.9	.349	.12
CP	56	1.4	1.0	77	1.8	1.4	-1.7	.088	.29
HA	56	3.5	2.0	76	3.3	2.4	.6	.571	.10
PP	55	2.0	1.7	77	1.8	1.4	.7	.485	.13
PS	55	5.9	2.0	77	6.2	2.3	-.7	.469	.13

Table4 Comparison of emotional symptoms before and during school closure.

grade	<i>n</i>	Before		Closure		<i>t</i>	<i>p</i>	<i>g<sub>adj</sub></i>
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>			
whole	167	2.5	2.3	2.7	2.2	-1.3	.182	.10
1	82	2.7	2.3	2.9	2.3	-.6	.547	.06
2	85	2.2	2.3	2.5	2.1	-1.3	.200	.13

Note. "alone (1~3)" indicates those who chose "alone" in the rankings of 1 to 3 in response to the question "With whom did you spend most of your time during the school closure?"; TDS: Total Difficulties; ES: Emotional Symptoms; CP: Conduct Problems; HA: Hyperactivity; PP: Peer Problems; PS: Pro-Sociality

Table5 Differences in Changes in Emotional Symptoms depending on School Adjustment Scores at December

	<i>n</i>	Before		Closure		<i>t</i>	<i>p</i>	<i>g<sub>adj</sub></i>
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>			
high	57	2.0	2.5	2.8	2.0	-2.7	.007	.33
middle	54	2.3	2.6	2.6	2.5	-1.1	.271	.12
low	56	3.1	2.5	2.7	2.3	1.5	.144	.17

休校措置前に子どもたちがもつ心理的リスクが休校時のメンタルヘルスにどのように影響するのかを検討するため、休校前の学校適応得点による休校前後の情緒的問題の得点の変化を検討した。小学生を対象とした調査 (Ishimoto, Yamane, Matsumoto, Takizawa & Kobayashi, 2022) と同様に、12月時点の学校適応得点の平均値±0.5SDを基準におおよそ同人数の3群(高群, 中群, 低群)に分割した。そのうえで、群と時期による2要因混合計画の分散分析を行い、情緒的問題の変化を検討した。その結果、有意な交互作用が示されたため ( $F(2,333)=4.45, p=.013$ ), 群ごとの得点の比較を行ったところ、高群でのみ有意な差が示され、情緒的問題の悪化がみられた (Table5)。

#### IV. 考察

##### 1. 結果の概要

本研究では、一斉休校が子どものメンタルヘルスにどのような影響を与えるのかについて検証するため、一斉休校中の子どもたちの行動について調査するとともに、それらの行動がメンタルヘルスにどのように影響するのかについて検討を行った。また情緒的問題について、一斉休校前のデータとの比較や一斉休校前の学校適応が情緒的問題の変化にどのような影響を与えるのかについて検討を行った。

その結果、休校後の一時点の分析においては、感染に対する不安および学校再開後に日常生活に戻るかどうかについての不安が情緒的問題と関連していることが示された。一方で、勉強の遅れに対する不安は相対的に情緒的問題との関連が小さかった。調査時点では調査地域において感染者が確認されていなかったものの、感染に対する不安は情緒的問題につながっていた。これらの傾向は小学生を対象とした調査 (石本, 2020) と同様であった。突然の前例のな

い理由での休校であったためにこれまで通りの生活に戻れるかどうか不安を感じる子ほど情緒的問題を強く持ったと考えられる。休校中の行動と情緒的問題との関連では、友人と会っていた子どもはメンタルヘルスが良好である可能性が示された一方で、新型コロナウイルスのニュースを見ることでメンタルヘルスの低下につながる可能性も示された。本調査の対象となった鳥取県では、調査時点で感染者が出ていなかったため、比較的友人と会うことも可能な環境であった。このことから友人と会うことが難しい状況であった他県ではより深刻な影響があったのではないかと考えられる。他方、休校中にひとりで過ごすことが多かったかどうかについては情緒的問題とほとんど関連していなかった。

休校前のデータも用いた分析においては、まず全体としては休校前後で情緒的問題の悪化はみられなかった。先行研究では検疫や隔離によるメンタルヘルスの悪化が示されていたが、今回の一斉休校では強い外出制限は課されていないことが、子どもの感染リスクが比較的小さいと考えられていたことなどでメンタルヘルスの悪化にはつながらなかったと考えられる。他地域で4-9歳を対象とし、同様にSDQを用いた調査においても、緊急事態宣言下の4月時点で昨年との差がみられないという報告がみられる（Moriguchi et al., 2020）ことから、この時点ではメンタルヘルスの悪化は示されていないと考えられる。他方、今回の調査対象地域では調査時点で感染者が確認されていないこともメンタルヘルスの悪化につながらなかった要因である可能性もあり、さらなる他地域における検証が望まれる。

また、日本ではこの4、5月の10代の自殺者数が前年比で大きく減少していることが示されており（厚生労働省, 2020b）、若年層の自殺の理由が学校に起因することも加味すると（厚生労働省, 2019）、学校が休みであることはむしろメンタルヘルスに対して望ましい効果があったとも推測される。実際に、多くの地域で学校が再開された6月以降は前年を大きく上回る自殺者数が示されている。

これらのことから、休校や感染症、新しい生活様式等のもたらす不適応反応への注目も重要ではあるが、そもそも学校が持つ不適応要因を無視し、ただこれまでの生活が望ましいとみなすのも危険であると考えられる。

12月時点の学校適応の得点によって3群に分けた分析では、低群や中群において有意な変化が見られなかった一方で、高群においては有意な情緒的問題の悪化が示された。学校適応の高くなかった者は元々情緒的問題が大きいものの、適応していない学校が休校になることは情緒的問題へ影響しなかったと考えられる。しかしながら、学校が楽しいと感じていた者にとっては休校の影響が大きく、情緒的問題の悪化につながったと考えられる。小学生を対象とした調査（Ishimoto et al., 2022）において同様の分析を行った結果では、中群でのみ情緒的問題の悪化が示されている。この相違については本調査の結果からは理由の説明が困難であるため、他地域での調査も併せた検討が求められるが、本研究で示されたように事前の適応状態によって休校中の適応状態が異なる可能性があるため、休校前の適応状態も加味した分析が必要であるといえよう。

## 2. 支援の必要性

本研究の結果から、少なくとも1ヵ月程度の一斉休校自体は子どものメンタルヘルスに対して一律にネガティブな影響を与えるわけではないことが示された。しかしながら、学校再開後に日常生活に戻れるかどうかについての不安がメンタルヘルスを悪化させることも示唆されており、休校前や休校中に今後の見通しについて十分な説明を行うことが必要であるといえる。



休校前の学校適応の状況を加味した分析では、高群のメンタルヘルスの悪化が示されたことから、学校適応が高い者は支援の対象としては見落とされがちではあるものの、そのような層への支援も検討していく必要があるであろう。今回は一斉休校の期間による影響は検証していないが、先行研究 (Hawryluck et al., 2004) においては検疫期間が長くなるほどメンタルヘルスの悪化が指摘されているため、できるだけ一斉休校の期間を短くすることも必要であることが予想される。

### 3. 本研究の限界と今後の課題

本研究は感染者が発生していない地域の学校での調査のため、感染者が多数発生しているような地域において、一斉休校が子どものメンタルヘルスに与える影響とは異なる可能性がある。しかしながら、感染への不安が高くない地域での検討であるため、感染への不安がメンタルヘルスに与える影響を除いた純粋な一斉休校によるメンタルヘルスへの影響を検証することができたとも考えられる。また COVID-19 は子どもが感染しても重症化しにくいことが示されており、その意味でも感染の不安が大きくなかったことが予想される。今後子どもが感染することで重症化する感染症が拡がった際には異なる反応が示されることも予想される。また、検疫の経験は生活の状況等によって異なることが示されており (Cava et al., 2005)、具体的には家庭の収入が低いほどメンタルヘルスに悪影響があることも示されている。しかしながら、本研究では家庭の状況については検討していないため、この点に関しても限界がある。

先述の通り、一斉休校が子どもたちに与える心理的影響は、代替措置の有無や周辺の感染者数、外出禁止等の他の施策の有無などの状況によっても大きく異なることが予想される。本研究の結果の一般化には限界があると考えられるが、今後もこのような研究を重ねていくことで一斉休校が子どもたちに与える心理的影響をより詳細に把握することが必要であろう。

石本雄真 (鳥取大学教員養成センター)

山根隆宏 (神戸大学大学院人間発達環境学研究所)

小林勝年 (鳥取大学地域学部)

### 引用文献

- Braunack-Mayer, A., Tooher, R., Collins, J. E., Street, J. M., & Marshall, H. (2013). Understanding the school community's response to school closures during the H1N1 2009 influenza pandemic. *BMC public health*, 13, 344. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-344>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Brymer, M., Layne, C., Jacobs, A., Pynoos, R., Ruzek, J., Steinberg, A., ... & Watson, P. (2006). *Psychological first aid field operations guide*. (2nd ed.). Los Angeles: National Child Traumatic Stress Network and National Center for PTSD.
- (兵庫県こころのケアセンター (訳) (2011). 災害時のこころのケア—サイコロジカル・ファーストエイド 実施の手引き 原書第2版— 医学書院)
- Cava, M. A., Fay, K. E., Beanlands, H. J., McCay, E. A., & Wignall, R. (2005). The experience of

- quarantine for individuals affected by SARS in Toronto. *Public Health Nursing*, 22(5), 398-406.  
<https://doi.org/10.1111/j.0737-1209.2005.220504.x>
- 古市裕一・玉木弘之.(1994).学校生活の楽しさとその規定要因. 岡山大学教育学部研究集録, 96, 105-113.
- Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: a research note. *Journal of child psychology and psychiatry*, 38(5), 581-586. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1997.tb01545.x>
- 後藤遼太.(2020). 休校延長どう過ごす. 朝日新聞 March 14, 23.
- Hawryluck, L., Gold, W. L., Robinson, S., Pogorski, S., Galea, S., & Styra, R. (2004). SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canada. *Emerging Infectious Diseases*, 10(7), 1206-1212.
- 石本雄真.(2020). 一斉休校が子どもたちのメンタルヘルスに与えた影響 研究推進委員会企画シンポジウム「“3密の回避”は私たちのメンタルヘルスに何をもたらしたのか?—健康心理学の研究と貢献」(企画者:日本健康心理学会研究推進委員会). 日本健康心理学会大会発表論文集
- Ishimoto, Y., Yamane, T., Matsumoto, Y., Takizawa, Y., & Kobayashi, K. (2022). The impact of gender differences, school adjustment, social interactions, and social activities on emotional and behavioral reactions to the COVID-19 pandemic among Japanese school children. *SSM-Mental Health*, 2, 100077.
- Jeong, H., Yim, H. W., Song, Y. J., Ki, M., Min, J. A., Cho, J., & Chae, J. H. (2016). Mental health status of people isolated due to Middle East Respiratory Syndrome. *Epidemiology and health*, 38.
- 厚生労働省.(2019). 自殺対策白書 令和2年版. 日経印刷
- 厚生労働省.(2020a). イベントの開催に関する国民の皆様へのメッセージ. Retrieved from [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/newpage\\_00002.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/newpage_00002.html)
- 厚生労働省.(2020). 自殺の統計: 地域における自殺の基礎資料. Retrieved from <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000140901.html> Accessed 3 October 2020.
- Mizumoto, K., Yamamoto, T., & Nishiura, H. (2013). Contact behaviour of children and parental employment behaviour during school closures against the pandemic influenza A (H1N1-2009) in Japan. *Journal of international medical research*, 41(3), 716-724.
- 文部科学省.(2020a). 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おける一斉臨時休業について(通知). Retrieved from [https://www.mext.go.jp/content/202002228-mxt\\_kouhou01-000004520\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/content/202002228-mxt_kouhou01-000004520_1.pdf)
- 文部科学省.(2020b). 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おける一斉臨時休業に関するQ&Aの送付について(3月9日時点). Retrieved from [https://www.mext.go.jp/content/202000309-mxt\\_kouhou01-000004520\\_4.pdf](https://www.mext.go.jp/content/202000309-mxt_kouhou01-000004520_4.pdf)
- Moriguchi, Y., Sakata, C., Meng, X., & Todo, N. (2020). Immediate impact of the COVID-19 pandemic on the socio-emotional and digital skills of Japanese children. *PsyArXiv*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/6b4vh>
- Murray, C. J. S. (2010). A collaborative approach to meeting the psychosocial needs of children during an influenza pandemic. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 15(2), 135-143.

- 認定 NPO 法人フローレンス. (2020). 全都道府県約 1 万人の親が回答！子ども達への多大な負担が明らかに — 「一斉休校に関する緊急全国アンケート」調査結果公開. Retrieved from <https://florence.or.jp/news/2020/03/post38598/> Accessed 25 May 2020.
- 野田航, 伊藤大幸, 藤田知加子, 中島俊思, 瀬野由衣, 岡田涼...辻井正次. (2012). 日本語版 Strengths and Difficulties Questionnaire 親評定フォームについての再検討—単一市内全校調査に基づく学年・性別の標準得点とカットオフ値の算出 精神医学, 54(4), 383-391.
- 尾崎修二. (2020). 息抜きもだめ？ 休校中の外遊びに冷たい視線 近所の声に戸惑う保護者. 毎日新聞 March 11. Retrieved from <https://mainichi.jp/articles/20200311/k00/00m/040/085000c>
- Sprang, G., & Silman, M. (2013). Posttraumatic stress disorder in parents and youth after health-related disasters. *Disaster medicine and public health preparedness*, 7(1), 105-110.
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945-947.

### Abstract

In Japan, schools were suddenly closed all over the country with one month left at the end of the school year to prevent the spread of Covid-19. Although previous studies have shown that quarantine and isolation have a negative impact on mental health, the impact of school closure on children's mental health was not clear. This study examined mental health indicators, such as emotional symptoms, in addition to behavior during school closure and anxiety after school resumes, among children in two junior high schools. In one of those two schools, a comparison was also conducted with the emotional symptoms before the school closure. No cases of infection have been confirmed in the area where the school was located at the time of the survey. The results showed that, anxiety about infection and anxiety about whether they would be able to return to their normal routine after school resumed were associated with mental health. In addition, there was a worsening of emotional symptoms in those who were in high group of school adjustment before school closure.