

研究スタッフ紹介



大熊 彩子

東京大学大学院
医学系研究科

私は現在、東京大学大学院で東京ティーンコホートの研究に携わらせていただくと共に、精神科医としても仕事をしています。

皆様の同い年、20歳ごろの私は、大学に入学したものの、このまま進路を進んでいいのか日々悩んでいました。また、当時は実家に住んでいたのですが、実家を出た後、将来地道に働き続けたり、家事をこなしたりすることができるかどうかについてイメージが持てず、ぼんやりとした不安も感じていたように思います。その反動で、映画をみたり、小説を読んだりすることで現実逃避してばかりいました。

そんな私も、医師として働き始めてみると、目の前の患者さんの背景について想いを巡らす経験を重ねるうちに、仕事の楽しさを感じられるようになりました。学生時代の「なんだかうまくいかないもやもやした気持ち」は、精神科医として仕事をする上で本当に必要な経験だったと今は感じています。また、八百屋さんで買った野菜をうまく使い切ったりすると、あの頃の自分になんとかなっていると知らせてあげたくります。

コホートを使った研究を通じて、10代・20代のもやもやした気持ちの背景や理由について知ることができればと思っています。辛い時に、少しでも見通しがついたり、理由がわかると、少し納得できたり、解決の引っ掛かりになることがあります。皆様に回答いただいたデータを活かして、みなさんやみなさんの後輩、周りの方々にとってそのような研究ができればと考えております。引き続きどうぞよろしくお願い致します。

★ご住所が変更になるご家庭、ご住所が変更されたご家庭へのお願いです。

もうすぐ引越し!
だいたい準備も終わったし、新しい生活が楽しみだわ!
ちょっと遠い場所だけど...

あ!!
そういえば... ティーンコホートはどうすればいいの?!

1 電話で連絡する
こんど引越しするのですが...

2 ハガキを郵送する
そういえば、ニュースレターと一緒にハガキが入っていたわね...

お子さんが親御様と離れてお暮らしの場合には、親御様とお子さんのご両名の住所を教えてください

TOKYO TEEN COHORT PROJECT

調査
お問い合わせ
合わせ先

一般社団法人 輿論科学協会「青春期の健康・発達コホート研究」事務局
〒160-0004 東京都新宿区四谷4-16-3
Tel 0120-551-327 (AM10:00~PM6:00) 担当: 島田・井田

研究実施
機関

東京大学
公益財団法人 東京都医学総合研究所

東京ティーンコホートの詳しい情報はホームページでもご覧いただけます

<http://ttcp.umin.jp>

- ◆ 第1号～第20号ニュースレターを掲載しています。
- ◆ 現在の調査協力者数や東京ティーンコホートを紹介する動画も掲載しています。

デザインを
リニューアル
しました



思春期のお子さんとの健康と発達の過程をアンケート調査などにより、科学的に検討するプロジェクトです。

東京ティーンコホート ニュースレター
第21号(2024年2月発行)
発行:公益財団法人東京都医学総合研究所

TOKYO TEEN COHORT NEWS LETTER

東京ティーンコホート
ニュースレター

Vol.21

2024. FEB

皆さまのご協力のおかげで東京ティーンコホートは10周年を迎えることができました。あらためまして心より感謝申し上げます。さて、新型コロナウイルス感染症のパンデミックが終焉をむかえ、皆さまもようやく思い通りの活動ができつつあるのではないのでしょうか。東京ティーンコホートでは、20歳という節目を迎えた皆さまの健康を支えるために、調査・研究を進めてまいります。これからもどうぞよろしくお願い致します。

応援 メッセージ



サポーター
ファイル
19

人形浄瑠璃文楽座
三味線奏者

鶴澤 友之助

1980年大阪府堺市生まれ。ピアニストの父とヴァイオリニストの母のもと、幼少よりクラシックギター、エレキベースに親しむ内に低音楽器に惹かれ始める。その後、コントラバス奏者を目指し故 奥田一夫氏に師事。音楽大学受験を直前に入院し断念。退院後、かねてより興味があった文楽の三味線の低い音色に惹かれ文楽の世界へ。

2002年7月 豊澤龍雨と名のり、国立文楽劇場で初舞台

2017年5月 鶴澤清友門下となり、四代 鶴澤友之助と改名

その経歴を活かし、2018年 狂言風オペラ「フィガロの結婚」、2022年 オリジナル作品「琵琶法師耳無譚」、2023年 韓国現代美術家ジョン・ヨンドウによる映像作品「百年旅行記」を作曲、演奏するなど活動の幅を広げている。

18才の冬、僕は大学受験に失敗しました。いや、そもそも試験を受けることができなかったのが失敗すらできなかったと言った方が正しいかもしれません。

両親が音楽家ということもあり、小さいころからいろんな楽器を演奏してきた僕は、ずっと「将来は音楽で食べていきたい」と思っていました。でも実際にどうやって?という決め手はなかなかなく、世界中の民族音楽を聴いたり、様々な楽器を習ってみたり、楽しかったけど不安で、霧の中のような気持ちでした。

そんな中、高校1年生で出会ったのがコントラバス。いい先生に恵まれたこともあってすぐに夢中になりました。クラシックギター・エレキベース・フラメンコギターと、興味がある楽器はすぐに飛びついて習ってきたので、初めは同じように弾けるようになりたいとしか考えてなかったのですが、高校二年生の頃に先生が「芸大に進学しては?」とおっしゃって。演奏はともかく、音楽理論もピアノ演奏も何も準備してない!ということで、1年で準備しなければいけない大騒動でした。

そんなこんなで迎えた実技試験前日。コントラバスの練習をして早めに寝たその夜に異変がおきました。激しい腹痛で目が覚め、そのまま救急車で運ばれて緊急手術。盲腸が破裂し、腹膜炎になっていたんです。翌日目が覚めたとき、もう試験時間はすぎていました。

みんなが試験結果に一喜一憂しているころ、僕は1カ月、病院のベッドの上にいました。「高校はもう卒業してしまうのに、何もまっしていない。ここまでがんばったことが全部無駄になった。親にも迷惑をかけてしまった。

これからどうしよう。」そんなとき思い出したのが文楽の研修生募集でした。

実はその1年ほど前、たまたまテレビから聞こえてきた文楽の三味線の音がすごくいいなと思って、これも他の楽器と同じように習おうと、劇場に電話していたんです。でも「高校を辞めないと研修生になれないよ」と言われてその時は断念しました。そのことを、病院のベッドの上で思い出したんです。

その翌年研修生になり、初舞台から20年。文楽三味線奏者として舞台上に立っている自分がいます。

10代のころは、無限の選択肢の中で、自分が何を選べばいいのか、その選んだことが本当に自分にあっていいのか、ずっと続けられるのか、先が見えなくて不安だと思えます。僕から伝えられることは、見える範囲のこの積み重ねが、先の自分になるということ。それをやり続けたらどうなるか、その先は誰にもわからないし、やり続けられるかもわかりません。僕は芸大には行けなかったけれども、あのときの芸大受験で勉強したこと、洋楽の知識、洋楽器の演奏技術は、今僕にしかない技術として文楽の舞台に生きています。

今夢中になっていることを、一生懸命やってください。進んでいると実感はなくても、それは絶対にあなたを一步前に進めています。その時の経験は、決して無駄になりませんよ!

過去の応援メッセージは
ホームページ上でご覧いただけます

東京ティーンコホート 検索

コロナ禍で思春期世代のメンタルヘルスが悪化？コロナ禍の時期別にみた影響

細澤麻里子

国立国際医療研究センター国際医療協力局グローバルヘルス政策研究センター

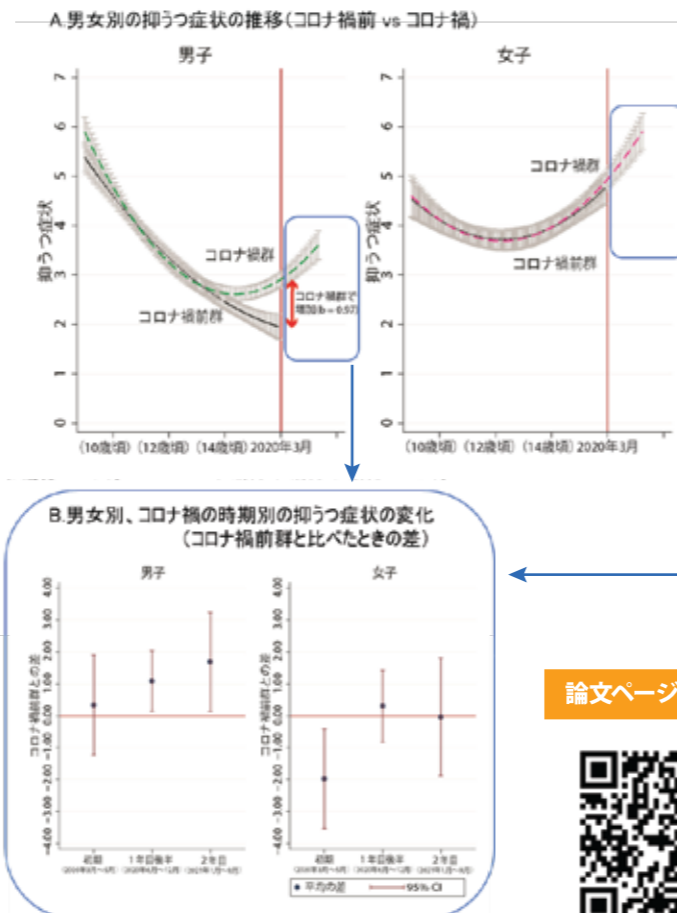


2020年初頭より始まったコロナ禍で、様々な社会的隔離策や社会情勢の変化が起こる中で、思春期世代のメンタルヘルスの悪化が世界的に懸念されています。そこで私たちは2019年2月から2021年9月に実施された東京ティーンコホートの第4期調査の結果を用いて、コロナ禍前(2019年2月~2020年2月)に調査された方とコロナ禍(2020年3月~2021年9月)に調査された方のメンタルヘルス指標の比較を行いました。その結果、コロナ禍中に調査されたグループでは、コロナ禍前に調査されたグループよりも抑うつ症状が悪化しており、その影響は特に男子で顕著でした。

コロナ禍の時期別に抑うつ症状の変化をみると、男子では初期の学校閉鎖期間後から2021年にかけて徐々に増悪しました。一方で、女子では、学校閉鎖期間中(2020年3月~5月)には抑うつ症状が一時的に軽快しましたが、学校が再開されるとコロナ禍前と同水準に戻りました。この結果からは、コロナ禍による思春期世代のメンタルヘルスへの影響は、日本では特に男子において、また、コロナ禍発生から時間がたつほど大きかったことが明らかとなりました。

一般的に、男子は女子よりも活動を共にすることで仲間関係を築く傾向があるとされています。長く続いた学校生活における感染予防のための活動制限(部活動の自粛等)の影響が男子でより大きかったのかもしれませんが、また、困りごとを周囲に相談することをためらう傾向も、日本では男子により強くみられ、このことが結果に影響した可能性も考えられます。

誰でも大なり小なり困りごとや心配事を抱えることがあります。誰かに相談することは時に勇気がいる、また、困りごとが大きいほど、相談をためらうことがあるかもしれません。一方で、誰かに相談することで問題の解決につながることもよくあります。困りごとを抱えた思春期の方達が、気軽に相談できるような環境とはどんな環境であるのか、どんな社会であるのか、これからも本調査を通して、皆さんと一緒に考えていきたいと思っています。



論文ページはこちら



Hosozawa, Mariko, et al. Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry (2023). <https://doi.org/10.1016/j.aac.2023.08.016>.

コロナ禍で子どもの空耳や勘繰りが増加？4時点データが示す発達軌跡の変化

山口智史

東京都医学総合研究所 心の健康ユニット



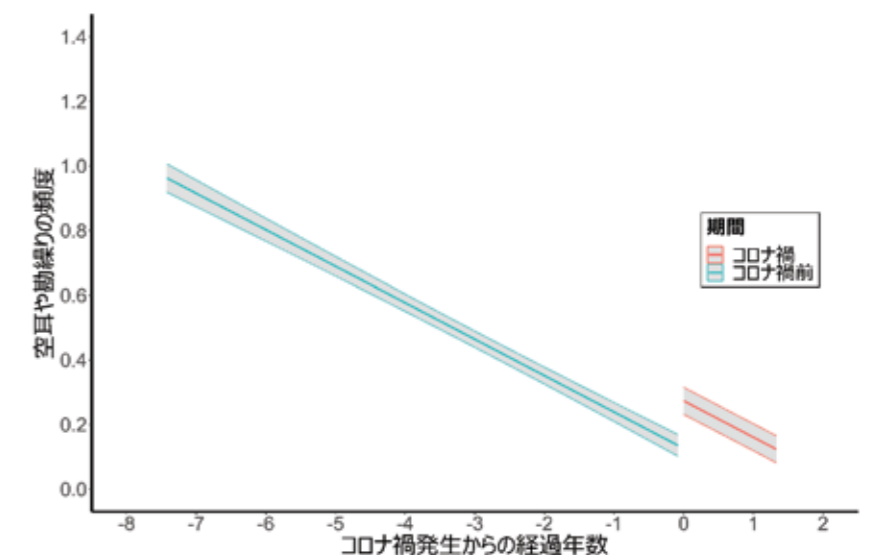
空耳は他の人には聞こえない声がかかることで、勘繰りは事実ではないことを事実だと信じてしまうことを指します。東京ティーンコホートの10歳時調査では約3割の方が空耳や勘繰りを経験しており、子どもにとってはとても一般的な体験といえます。そして、これらの体験は年齢とともに減少していくと報告されています。

今回、東京ティーンコホート調査の10歳・12歳・14歳・16歳の4時点のデータを用いて、コロナ禍が子どもたちの空耳や勘繰りに与えた影響を検証しました。その結果、コロナ禍前では、これまでの報告と同様に、空耳や勘繰りは年齢とともに減少しましたが、コロナ禍に入った後では、これらの体験が増えたということがわかりました。

コロナ禍では、様々な場面で活動の自粛を求められ、社会生活に大きな変化が起こりました。子どもたちの生活にも、学校が臨時休校をしたり、部活動や行事が制限されたりと、大きな変化がありました。これらの変化によって生じたストレスが、空耳や勘繰りの増加につながったのではないかと考えられます。

空耳や勘繰りは、これまでは健康に影響を及ぼす可能性があると見なされてきました。しかし、最近では、自分の中のストレスを空耳や勘繰りとして自分の外側に出すことで、強いストレスから自分自身を守る役割を果たしている可能性が考えられています。コロナ禍によって子どもたちの空耳や勘繰りが増えたのは、子どもたちが大きなストレスを経験したことを示しているかもしれません。

空耳や勘繰りの発生メカニズムやその役割については、まだまだわかっていないことが多いのですが、東京ティーンコホートの研究では、「自分をほめてくれる」といったポジティブな空耳体験がある場合、その後の自傷行為の可能性が下がるといった結果が見えてきています。これらの体験は、実は人間にとって重要な機能を果たしているかもしれません。今後の研究では、空耳や勘繰りの役割について、より詳しく明らかにしていくことを目指しています。



DeVylder, J., Yamaguchi, S. et al. Adolescent psychotic experiences before and during the COVID-19 pandemic: a prospective cohort study. Journal of Child Psychology and Psychiatry (2023). <https://doi.org/10.1111/jcpp.13907>

論文ページはこちら

