

気候変動とメンタルヘルス：

若者たちの高まる懸念

現在、若者たちは多くのことを考えています。ティーンエイジャーの58%が、新型コロナウイルス感染症のパンデミックが自身のメンタルヘルスに影響したと答えています¹。この3年間で、うつ、不安、トラウマのサポートを受けている子どもたちと青年期の若者の数は、1.5倍以上増加しました²。

若者との関わりがある人であれば、パンデミックはもちろんのこと、日々の生活のストレス要因の影響に気づいていることでしょう。しかし、気候変動が若者のメンタルヘルスに影響を及ぼす可能性について、考えたことがありますか？

世界保健機関は、この問題に注目しています。気候変動が、あなたとあなたの大切な人にどのように影響するかについて、お読みください。

現在さらされている気候変動によるトラウマ

世界中で、大規模の山火事や猛暑、多数の死傷者をもたらす暴風雨が発生しています。気候および環境上の衝撃的な出来事が発生する「リスクがきわめて高い」国に住む子どもたちの数は、10億人を超えています。こうした出来事には、洪水、熱波、水不足、高レベルの大気汚染などが含まれます³。

家族が影響を受けている場合、ティーンエイジャーや青年期の子どもは、長期間にわたりメンタルヘルスの懸念を経験している可能性があります。トラウマになるような気候関連の出来事後、ある学校のプログラムで、うつ、不安、適応障害、心的外傷後ストレス障害 (PTSD) のためにメンタルヘルスのサービスを利用する割合が50%増加していることがわかりました。時間と共にこれらの懸念は薄れていきましたが、物質使用や自殺は増加しています⁴。



58%

パンデミックがメンタルヘルスに影響したと回答しているティーンエイジャーの割合

50%

ある学校のプログラムで、メンタルヘルスのサービスの利用が増加した割合

ティーンエイジャーの

45%

以上が、気候変動への感情が日々の生活に悪影響を及ぼしていると回答

77%

が、「将来が怖い」と回答



今後も継続する心配

山火事や洪水などの大きな災害を個人的に経験していなくても、私たちはこれらの災害に対する不安を持つことがあります。私たち自身や大切な人、あるいは将来持つかもしれない子どもに影響するのでは、と心配になる可能性があります⁵。

私たちの誰もが、さらなる気候変動を防ぐための対策を講じられる一方で、気候変動の影響はすでに発生しています。将来、このような大きな課題が待ち受けているため、私たちの多くが無力感を覚えるだけでなく、希望を失ってしまうことさえあります。若者を対象とした調査で、77%が「将来が怖い」と答えています。また、45%以上が、気候変動への感情が日々の生活に悪影響を及ぼしていると回答しています⁶。

ティーンエイジャーや青年期のお子さんが、気候変動やその他の理由でメンタルヘルスのサポートを必要としているのではないかと思いますか？

従業員支援プログラムを通じて利用できるサポートについて知るには、livewell.optum.com

1. Global Shapers Community, et al. COVID-19 Youth Survey: Report. cdn.who.int/media/docs/default-source/epi-win/covid-19-survey_report_for_who---final.pdf?sfvrsn=f23bd740_4. November 9, 2020. Accessed September 27, 2021.
2. Optum Internal Utilization Data, 2021.
3. UNICEF. One billion children at “extremely high risk” of the impacts of the climate crisis – UNICEF. [unicef.org/press-releases/one-billion-children-extremely-high-risk-impacts-climate-crisis-unicef](https://www.unicef.org/press-releases/one-billion-children-extremely-high-risk-impacts-climate-crisis-unicef). August 19, 2021. Accessed January 26, 2022.
4. Nazeer A. Climate change and child and adolescent mental health in Asia, Middle East and North Africa region: Points to ponder. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2020;59(10):S39-S40.
5. Whitmore-Williams SC, Manning C, Krygsman K, Speiser M. Mental health and our changing climate: Impacts, implications and guidance. American Psychological Association, *Climate for Health and ecoAmerica*. March 2017.
6. Marks E, Hickman C, Pihkala P, et al. Young people’s voices on climate anxiety, government betrayal and moral injury: A global phenomenon. *Social Science Research Network*. ssrn.com/abstract=3918955 or dx.doi.org/10.2139/ssrn.3918955. September 7, 2021.

本プログラムは、応急治療や緊急治療が必要な際にはご利用いただけません。緊急の場合は、お住まいの地域の緊急通報番号に連絡するか、最寄りの緊急治療室に行ってください。本プログラムは、医師やその他の医療従事者の治療に代わるものではありません。本プログラムとそれを構成するコンポーネントは、地域や除外事項によりご利用いただけないこともあり、また制限が適用される場合があります。Optum®はOptum, Inc.の米国およびその他の法域における登録商標です。その他すべてのブランド名または商品名は、各所有者の商標または登録商標であり、各所有者に属しています。Optumは、製品およびサービス内容を常に改善しているため、予告なく仕様を変更する権利を有します。Optumは雇用主として均等な雇用機会を提供しています。