

(平成17年 消防職員の現場活動に係るストレス対策フォローアップ研究会における調査表)

【都道府県向け】

消防職員の現場活動に係る ストレス対策のあり方に関する調査

調査にあたって

消防職員は、火災等の大きな災害現場などで、多数の死傷者が発生した場合、小さな子供の悲惨な死に接した場合、災害活動中に負傷したり同僚が殉職した場合又は異常な光景や臭気にさらされた場合等特殊な状況下における救援活動において、強い精神的ショックやストレス（以下、この調査では「惨事ストレス」という。）を受ける場合があります、不安やイライラが強い、業務に対する意欲がなくなる、作業能率が低下する又はほどことなく体調がすぐれない等、身体、精神、情動又は行動に様々な障害が発生することが近年、指摘されています。

本調査は、消防職員の惨事ストレスに対する都道府県消防防災主管課における対応状況等を把握し、研究の資料とするために実施するものです。

記入方法について

設問は問1から問7まであります。それぞれ該当する答えの番号を○で囲むか、()内に文章又は数字を記入してください。

質問文の最後に（○は1つだけ）と書かれている場合がありますが、これは、最も適切なものを1つだけ選ぶ、という意味です。（○はいくつでも）と書かれている質問については、いくつ選んでいただいても結構です。

調査結果について

同封の返信用封筒を使用し、直接調査会社あてにご返送願います。

8月19日（金）までに御投函ください。

※本調査に関するお問い合わせは、下記にご連絡ください。

消防庁消防課職員第一係

（担当） 佐々木・織田

（電話） 03-5253-7522

都道府県名	
担当者 (連絡先)	TEL : ()

1 惨事ストレス対策について

問1 消防本部から**惨事ストレス**に関して、どのような**意見・要望**等が出されていますか。あてはまるものをお選びください。(〇はいくつでも)

1. 惨事ストレスに対する何らかの対策が必要である
2. 惨事ストレスに関する教育を望む
3. 悲惨な現場活動後にグループミーティング（デブリーフィング、デフュージング）を行うことができる職員の養成を行って欲しい
4. 消防職員のストレスに対応する専門機関が必要である
5. 惨事ストレスに関する（個々の消防本部ではなく）広域の取り組みが必要である
6. 消防団員に対する惨事ストレス対策が必要である
7. その他（具体的な内容： _____）
8. 意見・要望等はない

問2 消防本部における**惨事ストレス対策の導入や運営上の問題**として、どのようなことをお感じですか。賛同する意見をお選びください。(〇はいくつでも)

1. 惨事ストレスに関する十分な情報が消防本部にない
2. 惨事ストレス対策の教育を実施するにあたって時間の確保等が困難である
3. 惨事ストレス対策に適切な専門家がわからない
4. 惨事ストレス対策に適切な専門家が身近にいない
5. 惨事ストレス対策の予算が十分でない
6. 一消防本部だけの取り組みでは困難であり、広域的な取り組みが必要である
7. 惨事ストレス対策を必要と感じない
8. その他（具体的な内容： _____）
9. 特に問題はない

問3 都道府県における消防職員の**惨事ストレス対策**の実施は**必要**とお考えでしょうか。(○は1つだけ)

1. 必要であり、既に実施済みである (→問4にお進みください)
2. 必要であり、実施を検討中である (→問5にお進みください)
3. 必要であるが、実施は検討していない
4. 必要ではない

問4 問3で1と回答した団体にお聞きします。**貴団体で実施している惨事ストレス対策**について、その具体的な内容を教えてください。(○はいくつでも)

1. 惨事ストレスに関する教育の実施 (研修、パンフレットによる啓発等)
2. 消防本部からの相談に応じられる体制の整備 (電話相談、面接相談等)
3. 専門医による医療受診体制
4. 都道府県内の広域的な対応体制の整備
5. 1～4以外の施策

(具体的に：)

問5 問3で2と回答した都道府県にお聞きします。**検討している具体的な内容**を教えてください。(○はいくつでも)

1. 惨事ストレスに関する教育の実施 (研修、パンフレットによる啓発等)
2. 消防本部からの相談に応じられる体制の整備 (電話相談、面接相談等)
3. 専門医による医療受診体制
4. 県内の広域的な対応体制の整備
5. 1～4以外の施策

(具体的に：)

2 自由意見

問6 現在、総務省消防庁では、大規模災害、特殊災害等が発生した場合において、現地の消防本部の惨事ストレス対策を支援する「**緊急時メンタルサポートチーム**」を運用しています。本制度について、また総務省消防庁にご意見等ありましたら記入してください。

問7 その他、**惨事ストレス**に関する**御意見**がありましたら記入してください。

(平成17年 消防職員の現場活動に係るストレス対策フォローアップ研究会における調査表)

【消防本部向け】

消防職員の現場活動に係る ストレス対策のあり方に関するアンケート調査

調査にあたって

消防職員は、火災等の大きな災害現場などで、多数の死傷者が発生した場合、小さな子供の悲惨な死に接した場合、災害活動中に負傷したり同僚が殉職した場合又は異常な光景や臭気にさらされた場合等特殊な状況下における救援活動において、強い精神的ショックやストレス（以下、この調査では「惨事ストレス」という。）を受ける場合があり、不安やイライラが強い、業務に対する意欲がなくなる、作業能率が低下する又はどことなく体調がすぐれない等、身体、精神、情動又は行動に様々な障害が発生することが近年、指摘されています。

本調査は、惨事ストレスに対する消防本部の対応状況等を把握し、研究の資料とするために実施するものです。

記入方法について

設問は問1から問15まであります。それぞれ該当する答えの番号を○で囲むか、()内に文章又は数字を記入してください。

質問文の最後に（○は1つだけ）と書かれている場合がありますが、これは、最も適切なものを1つだけ選ぶ、という意味です。（○はいくつでも）と書かれている質問については、いくつ選んでいただいても結構です。

調査結果について

お手元の返信用封筒を使用して、**直接調査会社宛に御返送**願います。

8月30日（火曜）までに御投函下さい。

※調査に関するお問い合わせは、下記調査会社担当者に御連絡ください。

実施機関：株式会社マーケティング・サービス

実査担当：内藤 電話番号：03-3382-2361

問1 消防本部が所在する地域の特性と消防職員数について、該当するものを選択してください。（○は1つだけ）

- | | | | |
|---------|-------------|-------------|-------------|
| 〈地域特性〉 | 1. 都市部 | 2. 農・漁・山村部 | 3. どちらでもない |
| 〈消防職員数〉 | 1. 50人未満 | 2. 50～99人 | 3. 100～199人 |
| | 4. 200～299人 | 5. 300～499人 | 6. 500～999人 |
| | 7. 1000人以上 | | |

問2 貴消防本部の管轄内に以下のような事故が起こると大規模災害になりうる**施設**がありますか。該当するものをお選びください。(〇はいくつでも)

1. 原子力発電所
2. 石油コンビナート
3. 化学プラント
4. 空港、飛行場
5. その他事故が起こると大規模災害になりうる施設
()
6. そうした施設はない

1 メンタルヘルスに関する施策の状況

問3 メンタルヘルス対策として**実施している施策**を選択してください。

(〇はいくつでも)

1. 職員研修
2. 健康管理スタッフ（問3の表に掲げる者）研修
3. 面接相談
4. 電話相談
5. パンフレット等による啓発
6. 悲惨な現場活動後のミーティング（デブリーフィング・デフュージング）
7. その他（具体的に：)
8. 実施していない

問4 メンタルヘルスに関する**健康管理スタッフ**がいる場合、該当欄に人数を記入してください。(〇はいくつでも)

健康管理スタッフ		スタッフ体制		消防本部内の「常勤・専任」	消防本部内の「常勤・専任」以外	消防本部外の団体
		精神科医	精神科医以外の医師			
産業医	精神科医					
	精神科医以外の医師					
産業医以外	精神科医					
	精神科医以外の医師					
臨床心理士						
看護師・保健師						
メンタルヘルスを専門に担当する職員						
その他 ()						

※「常勤・専任」とは、貴消防本部内に常時勤務し、かつ健康管理業務の中で専らメンタルヘルス業務に従事している者をいう。

2 惨事ストレスに関する意見

問5 悲惨な現場に遭遇した職員は、現在どのような方法で、**惨事ストレス**を解消していると思われますか。(〇はいくつでも)

1. 一緒に災害出場した同僚等との会話で発散する
2. 一緒に出勤しなかった同僚等との会話で発散する
3. 家族や、消防職員以外の知人等との会話で発散する
4. 運動や趣味により発散する
5. 睡眠や休養に努める
6. 飲酒や喫煙で発散する
7. 職場内のメンタルヘルス機関を利用する
8. 職場外のメンタルヘルス機関（カウンセリング等）を利用する
9. その他（具体的に： _____)

問6 職員から**惨事ストレス**に関して、どのような**意見・要望**等が出されていますか。あてはまるものをお選びください。(〇はいくつでも)

1. 惨事ストレスに対する何らかの対策が必要である
2. 惨事ストレスに関する教育を望む
3. 悲惨な現場活動後のミーティング（デブリーフィング、デフュージング）を行ってほしい
4. 職員のストレスに対応する専門機関が必要である
5. 惨事ストレスに関する（個々の消防本部ではなく）広域の取り組みが必要である
6. 消防団員に対する惨事ストレス対策が必要である
7. 若い消防職員は比較的、ストレスに弱いと思われる
8. その他（具体的な内容： _____)
9. 意見・要望等が出されていない

問7 **惨事ストレス**対策の実施は**必要**とお考えでしょうか。(〇は1つだけ)

1. 必要であり、既に実施済みである
2. 必要であり、実施を検討中である
3. 必要であるが、実施は検討していない
4. 必要ではない

問8 惨事ストレス対策の導入や運営上の問題として、どのようなことをお感じですか。賛同する意見をお選びください。(○はいくつでも)

1. 惨事ストレスに関する十分な情報が消防本部にない
2. 惨事ストレス対策の教育を実施するにあたって時間の確保等が困難である
3. 惨事ストレス対策に適切な専門家がわからない
4. 惨事ストレス対策に適切な専門家が身近にいない
5. 惨事ストレス対策の予算が十分でない
6. 一消防本部だけの取り組みでは困難であり、広域的な取り組みが必要である
7. 惨事ストレス対策に取り組む専門の部・課を設置することがむずかしい
8. 惨事ストレス対策を必要と思う者が少ない
9. あてはまるものはない

問9 惨事ストレスの対策として、以下のような**意見**がありますが、賛同する意見をお選びください。(○はいくつでも)

1. 悲惨な現場活動の後のミーティング（デブリーフィング・デフュージング）に関心がある
2. 消防活動に従事する以上、悲惨な現場に遭遇する可能性があるのは当然である
3. 惨事ストレスについては、特別な対策を実施しなくても、職場の中で解決できる問題である
4. 惨事ストレスについては、現在のメンタルヘルスの体制で十分対応できる
5. 惨事ストレスは、隊員個人個人で処理すべき問題である
6. 惨事ストレス対策として、教育などの事前予防対策が必要である
7. 消防職員だけでなく、消防団員に対する対策も講じる必要がある
8. 消防職員の家族に対する対策も必要である
9. その他（具体的に： _____)

3 惨事ストレス対策の実施状況

問10 惨事ストレスに関する教育を行っていますか。

1. 行っている
2. 行っていない (→問11へお進みください)

（1を選択した場合は、(1)～(4)の該当箇所に○印をつけ、必要事項を記入してください。

(1) 職員全員に対する教育を行っている

→その方法は (○はいくつでも)

1. パンフレット等の配布
2. 研修会等の実施 (4に該当する場合を除く)
3. 他機関の研修会等への派遣参加 (4に該当する場合を除く)
4. 消防学校の初任教育、専科教育等の一環として実施
5. その他 (具体的に:)

→その内容を具体的に記入してください。

(2) 現場で指揮にあたる隊長などに対する教育を行っている

→その方法は (○はいくつでも)

1. パンフレット等の配布
2. 研修会等の実施 (4に該当する場合を除く)
3. 他機関の研修会等への派遣参加 (4に該当する場合を除く)
4. 消防学校の初任教育、専科教育等の一環として実施
5. その他 (具体的に:)

→その内容を具体的に記入してください。

(3) 惨事ストレス対策にあたる担当者等に対する教育を行っている。

→ その方法は (〇はいくつでも)

1. パンフレット等の配布
2. 研修会等の実施 (4に該当する場合を除く)
3. 他機関の研修会等への派遣参加 (4に該当する場合を除く)
4. 消防学校の初任教育、専科教育等の一環として実施
5. その他 (具体的に: _____)

→ その内容を具体的に記入してください。

(4) (1) ~ (3) 以外の者を対象とした教育を行っている

→ 誰を対象としていますか。

(_____)

→ その方法は (〇はいくつでも)

1. パンフレット等の配布
2. 研修会等の実施 (4に該当する場合を除く)
3. 他機関の研修会等への派遣参加 (4に該当する場合を除く)
4. 消防学校の初任教育、専科教育等の一環として実施
5. その他 (具体的に: _____)

→ その内容を具体的に記入してください。

問 1 1 惨事ストレスを受けた職員の状況把握について伺います。

(1) **惨事ストレス**を受けた職員の状況は把握していますか。(〇はいくつでも)

1. 調査により状況を把握している
2. 健康診断の項目の一つとして状況を把握している
3. 隊長等が行動や言動等を観察して把握している
4. 一定規模以上の災害に出場した職員は、惨事ストレスを受けたことを前提として把握している
5. その他の方法により把握している
(具体的な方法：)
6. 把握はしていない (→問 1 2 へお進みください。)

(2) (1) で 1～5 を選択した消防本部にお伺いします。状況の把握はどの程度行っていますか。あてはまるものをお選びください。(〇はいくつでも)

1. 人数を把握している。
2. ストレス反応の状態を把握している
3. ケアや治療の状況を把握している
4. その他の情報も把握している
(具体的な内容：)

問 1 2 惨事ストレスを受けた職員に対するケアは行っていますか。

1. 行っている

→ その方法は (〇はいくつでも)

1. 悲惨な現場活動後のミーティング (デブリーフィング・デフュージング等) の実施
2. 消防本部の専門医による医療受診体制
3. 消防本部外の専門医や関係機関との連携
4. その他の方法により把握している
(具体的な方法：)

2. 行っていない

問 1 3 問 1 0～問 1 2 以外の**惨事ストレス**対策を行っていますか。

1. 行っている

→ その内容を具体的に記入してください。

2. 行っていない

4 惨事ストレス対策の検討状況

問 1 4 **惨事ストレス**対策の導入を検討している消防本部にお聞きします。**検討している具体的な内容**を教えてください。(〇はいくつでも)

1. 惨事ストレスに関する教育の実施 (研修、パンフレットによる啓発等)
 2. 職員からの相談に応じられる体制の整備 (電話相談、面接相談等)
 3. 悲惨な現場活動後のミーティング (デブリーフィング・デフュージング) の実施
 4. 専門医による医療受診体制
 5. 県内やブロックなどの広域的な対応体制の整備
 6. 取材対応や現場広報活動等、外部対応に係る体制の整備
 7. 1～6 以外の施策
- (具体的に： _____)

5 自由意見

問 1 5 その他、**惨事ストレス**に関する**御意見**がありましたら記入してください。

(平成14年 消防職員の現場活動に係るストレス対策研究会における調査表)

【消防職員向け】

消防職員の現場活動に係る ストレス対策のあり方に関するアンケート調査

財団法人 地方公務員安全衛生推進協会
消防職員の現場活動に係るストレス対策研究会
(座長：丸山晋 淑徳大学社会学部社会福祉学科教授)

消防職員の皆様へ

このたびは、消防職員の現場活動に係るストレス対策のあり方に関するアンケート調査に御協力をいただき、ありがとうございます。

消防職員は、火災等の大きな災害現場などで、多数の死傷者が発生した場合、小さな子供の悲惨な死に接した場合、災害活動中に負傷したり同僚が殉職した場合又は異常な光景や臭気にさらされた場合等特殊な状況下における救援活動において、強い精神的ショックやストレス（以下、この調査では「惨事ストレス」という。）を受ける場合があり、不安やイライラが強い、業務に対する意欲がなくなる、作業能率が低下する又はどこことなく体調がすぐれない等、身体、精神、情動又は行動に様々な障害が発生することが近年、指摘されています。

こうしたことから、(財)地方公務員安全衛生推進協会では、消防職員の現場活動に係るストレス対策のあり方を検討するため、消防庁消防課の協力を得て、「消防職員の現場活動に係るストレス対策研究会（座長：丸山晋 淑徳大学社会学部社会福祉学科教授）」を設置し、調査・研究を行っているところでありますが、皆様のアンケート調査結果等を踏まえ、今後、消防本部に望まれるストレス対策のあり方をまとめ、提言していきたいと考えています。

なお、回答いただく方は、くじ引きのような形式によって（ランダムに）選ばせていただきました。アンケートは**無記名で**（お名前を書かずに）お答えいただきますので、あなたのお名前が外に漏れることはありません。今回御協力をいただくアンケート調査の結果は、研究以外の目的に使用することはありません。また、アンケート結果の集計は、調査会社に委託しており、個人の結果を消防本部に通知することはいたしません。

調査結果について

お手元の返信用封筒を使用して、**直接調査会社宛に御返送**願います。

8月30日（金曜）までに御投函下さい。

※消防本部を経由することがないように、消防本部にお願いをしてあります。

調査に関するお問い合わせは、下記調査会社担当者に御連絡ください。

実施機関：株式会社マーケティング・サービス
実査担当：内藤 電話番号：03-3382-2361

記入方法について

◆質問文の最後に（○は1つだけ）と書かれている場合がありますが、これは、最も適切なものを1つだけ選ぶ、という意味です。（○はいくつでも）と書かれている質問については、いくつ選んでいただいても結構です。

◆その他等、回答欄が用意されている質問では、（ ）内や罫線^{けいせん}上に自由にお考えをお書きください。

◆なお、**どうしても回答しにくい**とお感じの項目がありましたら、その**項目をとばして**次の項目に御回答いただいても結構です。

問1 消防本部が所在する地域の特性と消防職員数について、該当するものを○で囲んでください。

- 〈地域特性〉 1. 都市部 2. 農・漁・山村部 3. どちらでもない
〈消防職員数〉 1. 50人未満 2. 50人～99人 3. 100人～199人 4. 200人～299人
5. 300人～499人 6. 500人～999人 7. 1000人以上

問2 貴消防本部の管轄内に以下のような事故が起こると大規模災害になりうる施設がありますか。該当するものをお選びください。

（○はいくつでも）

1. 原子力発電所 2. 石油コンビナート 3. 化学プラント 4. 空港、飛行場
5. その他事故が起こると大規模災害になりうる施設
（ ）
6. そうした施設はない

まず、この10年間で、あなたが最も**衝撃を受けた災害等**について、うかがいます。

問3 あなたが、この10年間（平成4年以降）で出場した災害や救急事象（以下「災害等」という。）の中で、精神的に最も**衝撃を受けた**ものは、どのようなものですか。（○は1つだけ）

1. 建物火災 2. 林野火災 3. 船舶火災 4. 車両火災
5. 火山災害 6. 地震災害 7. ガス災害 8. 原子力災害
9. 毒物・劇物災害 10. 山岳救助 11. 水難救助 12. 機械工作物救助
13. 交通事故救助 14. 急病等の救急業務 15. その他（ ）
16. この10年間は衝撃を受けた災害等に出場していない

↓
問12へお進みください

問4 その災害は、いつ発生したものですか。

昭和・平成（ ）年（ ）月頃

問5 その災害等に出場したときの、あなたの階級及び職務は何ですか。（○はそれぞれ1つ）

- <階級> 1. 消防士 2. 消防士長（副士長を含む） 3. 消防司令補 4. 消防司令
<職務> 1. 消防隊長 2. 消防隊員 3. 救助隊長 4. 救助隊員
5. 救急隊長 6. 救急隊員 7. 指揮本部要員（広報も含む）
8. 機関員 9. その他（ ）

問6 その現場で、以下のような体験がありましたか。(〇はいくつでも)

〈災害の概要〉

1. 航空機の墜落現場であった
2. 大規模な地震災害であった
3. 毒物や細菌等の暴露事故であった
4. 3人以上の死者が発生した火災であった
5. 犯罪や無理心中等で死亡者が発生した災害であった
6. 死体が凄惨あるいは衝撃的な災害であった

〈被害者の特性〉

7. 幼い子供が死んでしまった災害であった
8. 親子が焼死した災害であった
9. 高齢者が焼死した火災であった
10. 自分と同年代の者が死亡した災害であった
11. 現場の死傷者が自分の知り合いだった

〈災害現場の状況〉

12. 騒音が激しかった
13. 作業場所が暗かった
14. 換気が良くなかった・強い臭気がした
15. 作業スペースが狭かった
16. 泥等のため、作業しにくかった
17. 死傷者がいる所で、長時間作業をした
18. 災害活動中の同僚が負傷した
19. 災害活動中の同僚が殉職した

〈活動状況や活動中の出来事〉

20. 身体への大きな危険を感じた
21. ふだんの災害より過度に体力を消耗した
22. 長時間にわたる活動で人員交代がなかった
23. 災害活動中、現場での情報が著しく不足した
24. 死体を見た、あるいは死体に触れた
25. 遺族や被災者や災害現場の衆人等から、非難を受けた
26. 遺族が哀れであった
27. マスコミの取材や取材ヘリの騒音に、活動を妨げられた
28. 1 から 27 以外で、精神的に衝撃的だったことがあった

(具体的な内容) :

問7 その現場活動で、以下のようなことがありましたか。(〇はいくつでも)

〈身体症状〉

1. 胃がつかえたような感じがした
2. 現場で吐き気をもよおした
3. 強い動悸がした
4. 身震いや痙攣を起こした
5. 活動中、一時的に頭痛がした
6. 隊長や同僚の指示が聞こえづらくなったり、音がよく聞こえなくなった
7. 寒い日なのにおびただしい汗をかいた
8. 暑い日なのに寒気がした

〈活動中の感情・精神状態〉

9. 活動に必要な装備が不足して、危険を感じた
10. 自分や同僚の身にとっても危険を感じ、その恐怖に耐えていけるか心配になった
11. 生存者がいたかもしれないのに速やかな救助ができず、不安に思った
12. 活動中、見た情景が現実のものと思えなかった
13. 現場でとてもイライラしたり、ちょっとしたことでも気にさわった
14. 活動中、わけもなく怒りがこみあげてきた
15. 現場が混乱し、圧倒されるような威圧感を受けた
16. 活動する上で、重要なものとそれほどでないものとの判断が難しくなった
17. 資機材をどこに置いたか全く忘れてしまい、思い出せなかった

〈活動後の感情・精神状態〉

18. 活動中に受けた衝撃が、数時間しても目の前から消えなかった
19. 現場で活動したが、実を結ばない結果に終わり、絶望や落胆を味わった
20. とても混乱したり、興奮していて合理的な判断ができなかった
21. 一時的に時間の感覚が麻痺した
22. 目の前の問題にしか、考えを集中することができなかった
23. その他（具体的な内容）：

24. 以上のような症状や状態は全くなかった

問8 その現場活動の直後から2～3ヶ月の間に、慢性的にあるいは一時的に、以下のようなストレス症状が起きましたか。（〇はいくつでも）

1. 睡眠障害（寝つきが悪くなった。夜中に何度も目が覚める等、眠りが浅くなった。朝早く目が覚めるようになった）
2. 犠牲者や現場活動の夢、人々が助けを求めている夢、自分が死にそうになる夢、悪夢等をよく見るようになった
3. 食欲不振になった
4. 胃腸の調子が悪くなった
5. 飲酒又は喫煙量が増加したか、逆に減少した
6. 怒りっぽくなった、感情的になり言葉が厳しくなった
7. 気分、感情がすぐれないことが多くなった
8. 憂鬱になった、気が滅入るようになった
9. 涙もろくなった
10. 落ち込みやすくなった、悲観的になった
11. 無気力感や脱力感、強度の疲労感を感じやすくなった
12. 興奮気味で、常に緊張しているような感じだった
13. 集中力がなくなった
14. 日中、何かのきっかけで災害現場の光景が目に浮かぶことがあった
15. 当時の臭いや感触が思い出された
16. 強い無力感や悔しさを感じた
17. 強い罪悪感や自分を責める気持ちを持った
18. その他（具体的な内容）：

19. 上記のようなストレス症状は全くなかった

↓
問12 へお進みください

付問 現場活動後に、以下のような問題やストレスの原因となるようなことはありましたか。あなたが問題と感じたり、ストレスと感じたりしたことに○をおつけください。(○はいくつでも)

1. 報告書書きに追われ忙しかった
2. 同僚と現場のことについて話すことができなかった
3. 職場内で活動の問題点を指摘されたり、責任を追及された
4. マスコミ取材への対応が負担だった
5. 遺族への対応が負担だった
6. その他 (具体的な内容 :

7. 問題やストレスに感じたことはなかった

問9 ストレス症状を解消するため、あなたはどのような行動をとりましたか。(○はいくつでも)

1. 一緒に災害出場した同僚等との会話で発散した
2. 一緒に出場しなかった同僚等との会話で発散した
3. 家族や、消防職員以外の知人等との会話で発散した
4. 運動や趣味により発散した
5. 睡眠や休養に努めた
6. 飲酒や喫煙で発散した
7. 職場内のメンタルヘルス機関を利用した
8. 職場外のメンタルヘルス機関 (カウンセリング等) を利用した
9. その他 (具体的な内容) :

10. 何もしなかった

問10 あなたが自覚したストレス症状による影響が、同居する御家族に及んだことはあるでしょうか。どのような影響があったかをお答えください。(○はいくつでも)

1. 家族が、私のストレス解消を手伝ってくれた
2. 家族が心の支えになった
3. 家族が私を心配したり、不安に感じたりした
4. 家族の誰かが落ち込んだり、暗くなったりした
5. 家族は、その災害の話をするのを避けた
6. 家族が災害の話をよく聞いてくれた
7. 家族のいさかいが多くなった
8. 夫婦仲が悪くなった
9. 子供に問題行動 (不登校やチック等) があらわれた
10. その他 (具体的な内容) :

11. 家族には何の影響も出なかった

問11 あなたは今まで、活動後に問8のようなストレス症状を自覚するような災害等に、何回ぐらい出遭いましたか。(○は1つだけ)

1. 月に数回以上
2. 月に1回程度
3. 年に数回
4. 年に1回程度
5. 数年に1回
6. 全くなし

問12 心理的な衝撃が強く、重いストレスを受けた場合、このようなストレスを早く解消するために、出場した同僚等が集まって、お互いに活動時やその後に見たこと、感じたこと等をフランクに話し合ったり、グループリーダー等によるデブリーフィングやデフュージングといった手法を用いてストレスを解消したりする方法があります。該当するような現場に出場した後に、あなたはこのようなミーティングに参加したことがありますか。(○は1つだけ)

1. ない 2. ある

付問 参加経験があるとお答えされた方だけにうかがいます。以前に参加したミーティングに対してどのような感想を持ちましたか。(○はいくつでも)

1. ストレスの発散に役立った
2. 話す場所を提供してもらえて、ありがたかった
3. 話を聞いてもらえて、救われた
4. 同僚の話が参考になった
5. ストレス反応について理解が深まった
6. 思い出して、かえってつらかった
7. ストレスが増した
8. その他 (感想をお書きください) :

問13 へお進みください 9. 何も感じなかった

問13 今後、心理的な衝撃を強く受けるような災害出場したときに、問12であげたようなミーティングに参加したいと思いませんか。(○は1つだけ)

1. 参加したい
2. 隊全員が参加するなら、参加してもいい
3. 勤務時間内に行われるなら、参加してもいい
4. 自分の意思で参加を希望した形にならないのであれば、参加してもいい
5. あまり参加したくない
6. 絶対に参加したくない
7. どちらでもない、その時になってみないとわからない
8. その他 (具体的な内容) :

現在のあなたの状況についてうかがいます。

問14 下記の事項はいずれも、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のあるものです。その現場活動に関して、この1週間では、a~vの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。あてはまる番号に○をつけてください。(なお、答えに迷われた場合は、不明とせず、最も近いと思うものを選んでください。)

(この1週間の状態についてお答えください)

- a. 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返してくる
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- b. 睡眠の途中で目が覚めてしまう
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- c. 別のことをしていても、そのことが頭から離れない
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]

- d.イライラして、怒りっぽくなっている
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- e.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 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- f.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 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- g.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 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- h.そのことを思い出させるものには近寄らない
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- i.そのときの場面が、いきなり頭に浮かんでくる
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- j.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 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- k.そのことは考えないようにしている
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- l.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 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- m.そのことについての感情は、^{まひ}麻痺したようである
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- n.気がつくと、まるでその時に戻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 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- o.寝つきが悪い
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- p.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 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- q.そのことをなんとか忘れようとしている
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- r.物事に集中できない
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- s.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 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- t.そのことについての夢を見る
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- u.警戒して用心深くなっている気がする
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]
- v.そのことについては話さないようにしている
[0 全くなし 1 少しくらい 2 中くらい 3 かなり 4 非常に]

ここからは、ふだんのあなたの御様子について、うかがいます。

問15 あなたはふだん、次のようなことについてストレスを感じるがありますか。

(〇はいくつでも)

1. 職場での対人関係
2. 職場以外の知人との対人関係
3. 家族との関係
4. 家庭の問題
5. 多忙な日常業務
6. 短期間のうちの度重なる出場
7. その他 (具体的な内容):

8. ふだん、ストレスを感じることは全くない

問16 ふだんの会話に関してお聞きします。下記の項目は、あなたの考えにどの程度あてはまりますか。あてはまる番号に〇をつけてください。(a~fまで、それぞれ〇は1つずつ)

a. 自分が傷ついたことは、できるだけ人に聞いてもらいたい

[0 全くあてはまらない 1 あまりあてはまらない 2 ややあてはまる 3 非常にあてはまる]

b. 自分の気持ちが沈んでいることは、できるだけ話すようにしている

[0 全くあてはまらない 1 あまりあてはまらない 2 ややあてはまる 3 非常にあてはまる]

c. 苦しいことは、できるだけ人に聞いてもらいたい

[0 全くあてはまらない 1 あまりあてはまらない 2 ややあてはまる 3 非常にあてはまる]

d. 自分が不安に感じていることは、できるだけ人に言わないようにしようと思う

[0 全くあてはまらない 1 あまりあてはまらない 2 ややあてはまる 3 非常にあてはまる]

e. 自分がストレスに感じていることは、できるだけ話さないようにしようと思う

[0 全くあてはまらない 1 あまりあてはまらない 2 ややあてはまる 3 非常にあてはまる]

f. 自分にとってつらいことがあると、人に話したい気持ちでいっぱいになる

[0 全くあてはまらない 1 あまりあてはまらない 2 ややあてはまる 3 非常にあてはまる]

問17 あなたにとって、下記の項目内容にあてはまる人はどなたですか。身の回りの人（家族、同じ本部の消防職員、消防職員以外の知人等）を思い浮かべ、あてはまる番号に○をつけてください。（a～fまで、それぞれ○はいくつでも）

a. 気軽に他愛もない話ができる人

[1 家族 2 同じ本部の消防職員 3 消防職員以外の知人 4 その他 () 5 誰もいない]

b. 個人的な悩みや心配事を抱えている時、話を聞いてくれる人

[1 家族 2 同じ本部の消防職員 3 消防職員以外の知人 4 その他 () 5 誰もいない]

c. あなたに困ったことがあって、自分の力ではどうしようもないとき、助けてくれる人

[1 家族 2 同じ本部の消防職員 3 消防職員以外の知人 4 その他 () 5 誰もいない]

d. 物事をいろいろよく話し合って、一緒に取り組んでゆける人

[1 家族 2 同じ本部の消防職員 3 消防職員以外の知人 4 その他 () 5 誰もいない]

e. あなたの喜びを我がことのように喜んでくれる人

[1 家族 2 同じ本部の消防職員 3 消防職員以外の知人 4 その他 () 5 誰もいない]

f. この人がいるので、孤独ではないと思う人

[1 家族 2 同じ本部の消防職員 3 消防職員以外の知人 4 その他 () 5 誰もいない]

問18 あなたの職場には、次のようなことがあてはまりますか。職場の御様子にあてはまる番号に○をつけてください。（○はいくつでも）

1. 同僚等が集まって話し合える談話室や食堂がある
2. 寝室が個室化しており、ゆっくり雑談することができない
3. 災害現場から帰署直後は報告書書きなどで忙しく、同僚とゆっくり話すことができない
4. 職場に行くことを楽しみにしている
5. 規律が厳しい
6. 上下関係が厳しい
7. 職員それぞれが、組織の目標を達成しようとしている
8. 同僚等とフランクに話し合える雰囲気がある
9. 世代の異なる人と話す機会が少ない
10. この職場に満足している
11. あてまるものはない

問19 現在のあなたの健康状態はいかがでしょう。この2～3週間のあなたの状態をふりかえって、次のそれぞれの項目について、一番近いと思われるものをお選びください。（a～m まで、それぞれ○は1つずつ）

a.何かをする時にいつもより集中して……………

[1.できた 2.いつもと変わらなかった 3.いつもよりできなかった 4.全くできなかった]

b.心配事があって、よく眠れないようなことは……………

[1.全くなかった 2.あまりなかった 3.あった 4.たびたびあった]

c.いつもより自分のしていることに生きがいを感じるものが……………

[1.あった 2.いつもと変わらなかった 3.なかった 4.全くなかった]

d.いつもより容易に物事を決めることが……………

[1.できた 2.いつもと変わらなかった 3.できなかった 4.全くできなかった]

e.いつもストレスを感じたことが…………

[1.全くなかった 2.あまりなかった 3.あった 4.たびたびあった]

f.問題を解決できなくて困ったことが…………

[1.全くなかった 2.あまりなかった 3.あった 4.たびたびあった]

g.いつもより問題があったときに積極的に解決しようとするのが…………

[1.できた 2.いつもと変わらなかった 3.できなかった 4.全くできなかった]

h.いつもより気が重くて、^{ゆううつ}憂鬱になることは…………

[1.全くなかった 2.いつもと変わらなかった 3.あった 4.たびたびあった]

i.自信を失ったことは…………

[1.全くなかった 2.あまりなかった 3.あった 4.たびたびあった]

j.自分は役に立たない人間だと考えたことは…………

[1.全くなかった 2.あまりなかった 3.あった 4.たびたびあった]

k.一般的にみて、しあわせといつもより感じることは…………

[1.たびたびあった 2.あった 3.なかった 4.全くなかった]

l.いつもより日常生活を楽しく送ることが…………

[1.できた 2.いつもと変わらなかった 3.できなかった 4.全くできなかった]

消防職員のストレス対策に関する御意見をうかがいます。

問20 一般的に消防職員がストレスを解消するために効果的だと思う行動を選んでください。

(○はいくつでも)

1. 一緒に災害出場した同僚等との会話で発散する
2. 一緒に出場しなかった同僚等との会話で発散する
3. 家族や、消防職員以外の知人等との会話で発散する
4. 運動や趣味により発散する
5. 睡眠や休養に努める
6. 飲酒や喫煙で発散する
7. 職場内のメンタルヘルス機関を利用する
8. 職場外のメンタルヘルス機関 (カウンセリング等) を利用する
9. その他 (具体的な内容):

問21 火災等の大きな災害現場等で受ける、強い精神的ショックやストレスを「惨事ストレス」といいます。この惨事ストレスに関して、次のような意見に賛成ですか。(○はいくつでも)

〈現場活動に伴うストレスに関する意見〉

1. 消防活動に従事する以上、悲惨な現場に遭遇する可能性があるのは当然である
2. 惨事ストレスに対して、特別な対策を実施しなくても、職場の中で解決できる問題である
3. 惨事ストレスについては、現在のメンタルヘルスの体制で十分対応できる
4. 惨事ストレスは、隊員個人個人で処理すべき問題である
5. 若い消防職員は、比較的ストレスに弱いと思われる

〈ストレス対策の対象者に関する意見〉

6. 消防職員の惨事ストレスに対するなんらかの対策が必要である
7. 消防職員だけでなく、消防団員に対する対策も講じる必要がある
8. 消防職員の家族に対する対策も必要である

〈ストレス対策の実施内容・実施方針に関する意見〉

9. 惨事ストレスに関する教育を望む
10. 悲惨な現場活動後のミーティング（デブリーフィング、デフュージング）を行ってほしい
11. 惨事ストレス対策として、教育などの事前予防対策が必要である
12. 取材対応や現場広報活動等、外部対応に係る体制の整備が必要である
13. 職員のストレスに対応する専門機関が必要である
14. 惨事ストレスに関する（個々の消防本部ではなく）広域の取り組みが必要である
15. その他（惨事ストレスに関する御意見を自由にお書きください）：

-
16. 意見・要望等はない

問22 あなたが勤務する消防本部で、**惨事ストレス対策**は必要だと思いますか。（○は1つだけ）

1. 必要であり、既に実施済みである（と思う）
2. 必要であるが、実施されていない（と思う）
3. 必要ではない

付問 既に実施されているとお答えされた方だけにうかがいます。どのような対策が行われていますか。（○はいくつでも）

1. パンフレット等の配布
2. 研修会等の実施（4.に該当する場合を除く）
3. 他機関の研修会等への派遣参加（4.に該当する場合を除く）
4. 消防学校の初任教育、専科教育等の一環として実施
5. その他（具体的な内容）：

-
6. 具体的な内容はわからない

最後にあなたのふだんの御様子やプロフィールについて、うかがいます。

問23 あなたは全体として、現在の仕事に満足していますか。（○は1つだけ）

1. とても満足している
2. 満足している
3. どちらともいえない
4. あまり満足していない
5. まったく満足していない

問24 このお仕事に就いてあなたがよかったと思うことや、この使命を持っていたために得られたよい経験についておうかがいします。あなたの経験にあてはまるものをお選びください。

(〇はいくつでも)

1. 人を救うことができた
2. 人に感謝された
3. 地域社会に大きな貢献をした
4. 他の仕事ではできない人生経験を得た
5. その他：お仕事をされていてよかったと思う経験があれば、お書き下さい。

問25 あなたのプロフィールをうかがいます。

付問1 性別

1. 男性
2. 女性

付問2 現在の満年齢 [平成14年6月末現在]

() 歳

付問3 現在の勤務種別

1. 交代制
2. 日勤

付問4 現在の階級

1. 消防士
2. 消防士長 (副士長を含む)
3. 消防司令補
4. 消防司令

付問5 通算勤続年数 [平成14年6月末現在]

() 年 () ヶ月

付問6 現在の出場頻度

月に約 () 回、または、週に約 () 回

付問7 婚姻 (〇は1つだけ)

1. 未婚
2. 既婚 (内縁を含む)
3. 死別
4. 離別

付問8 同居されている御家族 (〇はいくつでも)

1. 夫・妻
2. 子供
3. 父母 (義父母を含む)
4. 兄弟・姉妹
5. その他 ()

同封の返信用封筒に入れて御投函ください。
御協力ありがとうございました。