

主な検討事項の方向性

1 惨事ストレス対策の実施体制の整備について

- ① 大規模災害時等に早期・円滑な職員ケアが実施できる体制とするにはどのようにすべきか。

【方向性】

- ・ 広域的な（消防本部の枠を超えた）惨事ストレス対策を実施するための体制を整備していく。
- ・ 緊急時メンタルサポートチームのメンバーを地域格差なく増員し、チームの派遣にあたって、どの地域においても早期にケアが実施できる体制をつくる。

【課題】

- ・ 広域的な（消防本部の枠を超えた）実施体制をどのように整備していくか。
- ・ 緊急時メンタルサポートチームメンバーをどのように増員していくか。

- ② 長期間で広域的な災害に対応するにはどのようにすべきか。

【方向性】

- ・ 地域のメンタルヘルス関係機関により継続的に対応できる体制を整備していく。
- ・ 広域的（消防本部の枠を超えた）な取組体制を構築していく。

【課題】

- ・ 地域のメンタルヘルス関係機関から継続的に対応を受けられる体制をどのように整備していくか。
- ・ 広域的な（消防本部の枠を超えた）取組体制をどのように構築していくか。

- ③ 惨事ストレス対策が進んでいない消防本部や市町村（消防団担当部署）において、対策が推進するようにするためにはどのようにすべきか。

【方向性】

- ・ 惨事ストレス対策が進まない理由として、予算や人員等の制約があることから、より広域的な（消防本部の枠を超えた）取り組みを進めていく。

【課題】

- ・ 広域的な（消防本部の枠を超えた）取組体制をどのように進めていくか。

- ④ 大規模災害時等における惨事ストレス対策のあり方は、どのようにすべきか。

【方向性】

- ・ 被災地及び緊急消防援助隊の派遣元消防本部において地域格差なくケアを受けられる体制を整備していく。

【課題】

- ・ 地域により消防本部の取り組みに違いがあるとともに、専門機関や専門家に格差が生じている。

2 惨事ストレス対策に関する消防職団員への事前教育、普及啓発等について

- ① 職場における事前教育等を円滑に進めるとともに、更なる普及啓発等を図るためにはどのようにすべきか。

【方向性】

- ・幹部職員に対し、意識啓発を図る。
- ・職団員に対し、更なる理解・普及啓発を図る。

【課題】

- ・どのような方法で、幹部職員の意識啓発及び職団員の理解・普及啓発を図るか。

- ② 惨事ストレスを受けた職団員の把握から始まり、消防本部での対応、専門機関での対応へと適切な処置を行うにはどうあるべきか。

【方向性】

- ・状況に応じて、組織として義務的に職員にケアを受けさせる必要性も周知していく。
- ・一個人としてメンタルヘルスを相談できる窓口を周知していく。

【課題】

- ・どのように必要性や相談窓口を周知していくか。

3 対象者の特性を踏まえた対策の実施について

- ① 消防団員が、惨事ストレス対策を受けやすくするにはどのようにすべきか。

【方向性】

- ・いわゆるアウトリーチ等により周囲に気兼ねなくケアを受けることのできる環境を整備していく。
- ・メンタルヘルスを相談できる窓口を周知していく。

【課題】

- ・どのように住民の理解を得ながら、ケアを受ける環境を整備していくか。

- ② 惨事ストレスを受けた職団員の家族に対するケアはどのようにすべきか。

【方向性】

- ・家族からのケアや家族の健康が、職団員本人の惨事ストレスの軽減にもつながることから、家族に対する惨事ストレスへの理解も必要。

【課題】

- ・家族への対応方法はどうすべきか。

4 その他

【方向性】

- ・惨事ストレスを軽減させる方策として、日常生活におけるセルフケアの重要性や被災地における衣食住などの実質的な支援の必要性なども周知していく。
- ・ケアの手法として、グループミーティング、個別カウンセリング等、状況に応じて実効性のある手法で対応していく。
- ・被災地において職団員とともに活動する自治体職員のケアも必要。

【課題】

- ・平時のセルフケアや被災地での実質的な支援の重要性をどのように周知していくか。
- ・状況に応じてどのようなケア手法をとっていくか。

惨事ストレス対策に係る実施体制についての検討

	調整主体	対応範囲	利点等	課題
①	国 (消防庁消防・ 救急課)	全国	・派遣体制（消防庁緊急時メンタルサポートチーム）が整備されている	・対応事務が消防庁に集中するため、即時、広範囲な対応が困難（基本的に国は被災地を中心に対応） ・地域を主体とした体制づくりができない ・サポート費用が、長官指示による派遣の場合は国費扱いとなるが、要請の場合には国費扱いとならない ・対応範囲が広域となるため、主幹消防本部の負担が大（消防組織法上の取り扱いについて検討が必要） ・サポートチームの移動距離が大きく負担となる
②	全国消防長会の 各地域ブロックの 主幹消防本部	全国消防長会の 各地域ブロック	・地域を主体とした体制づくりが可能	・サポートチームに係る事務について、消防組織法第29条に規定する「消防の応援等や緊急消防援助隊に関する事項」として対応可能かどうかの検討が必要
③	都道府県 (消防防災主管課)	各都道府県	・地域を主体とし、かつ広域的な体制づくりが可能 ・サポートチームメンバーを各消防本部に知らしめることにより、平時のメンタルケア相談等も可能となることが期待	・サポートチームに係る事務に関し、消防組織法上の取り扱いについて検討が必要 ・全国的な体制整備にあたっては、全国消防長会での議論が必要
④	各都道府県消防長会 の主幹消防本部	各都道府県	・地域を主体とし、かつ広域的な体制づくりが可能 ・サポートチームメンバーを各消防本部に知らしめることにより、平時のメンタルケア相談等も可能となることが期待	・サポートチームに係る事務に関し、消防組織法上の取り扱いについて検討が必要 ・全国的な体制整備にあたっては、全国消防長会での議論が必要
⑤	防災担当課	各市町村	・地域を主体とした体制づくりが可能	・組織の規模や地域の実情等により、市町村独自のサポートチーム確保は困難な場合が多い。その場合には惨事ストレスケアが困難
⑥	職員関係担当課	各消防本部	・他の機関を仲介しないため、スムーズに対応できる	・組織の規模や地域の実情等により、消防本部独自のサポートチーム確保は困難な場合が多い。その場合には惨事ストレスケアが困難

- ・原則として、上記の対応範囲ごとにサポートチーム（惨事ストレスケアを実施する医師等）を確保する。
- ・消防庁緊急時メンタルサポートチームについては、現在、所在地域が偏在しており、解消するため、今後、メンバー登録を促進していく。

消防団員に対する惨事ストレスケアについて

＜サポート体制の充実・強化＞

- 東日本大震災を踏まえ、消防職団員に対するメンタルサポートの体制を充実・強化。具体的には、消防庁緊急時メンタルサポートチーム（消防庁サポートチーム）の人数を増強するとともに、新たに地域ごとのメンタルサポートチーム（地域サポートチーム）を整備することとしてはどうか。

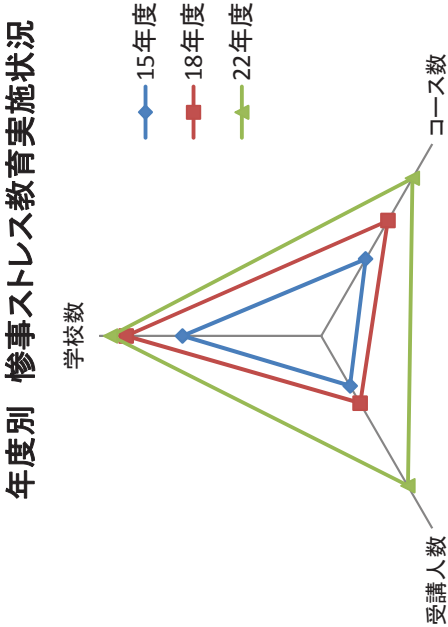
＜惨事ストレスについての理解の促進＞

- 消防団の幹部及び一般消防団員に対し、平時から惨事ストレスについて周知・啓発（研修やパンフレット等）を促進することが必要ではないか。
- 消防団員向けの惨事ストレス対策の啓発用リーフレット等を作成してはどうか。

＜サポートを受けやすい環境の整備＞

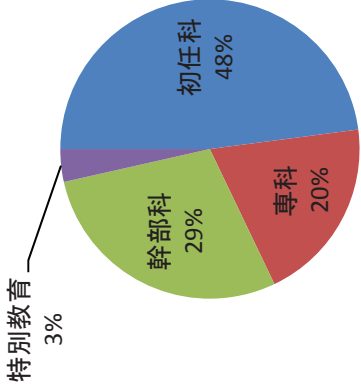
- 消防団員がサポートを受けやすくするよう、サポートにあたってはアウトリーチ（会場を設営して団員の来場を待つのではなく、団員の会合などの機会を捉えてサポートチームが自ら出向いていく）を考慮すべきではないか。
- 被災時に円滑にケアを受けられるよう、消防団幹部に消防庁サポートチーム派遣要請の窓口（消防庁消防・救急課）を周知するとともに、あわせて、平時においても気軽に心のケアを受けることができるよう、地域サポートチームのメンバーを周知することとしてはどうか。
- 都道府県の子精神保健福祉センター等、心のケアの窓口について、消防団に周知することにより、平時からのケアが受けやすい環境を醸成する必要があるのではないか。

	平成15年度	平成18年度	平成22年度
実施学校数（校）	35	49	53
実施課程数（コース）	80	119	164
延べ受講人数（人）	3974	5177	11689



	課程数	延べ時間	受講人数
初任科	34	103	5600
専科※	59	161	2336
警防	15	37	325
特殊災害	7	14	124
予防査察	0	0	0
危険物	0	0	0
火災調査	1	2	11
救急	18	50	1136
救助	23	60	751
幹部科※	64	159	3341
初級	32	71	2472
中級	21	51	668
上級	13	31	161
特別教育	7	42	412

平成22年度 受講人数の割合



※専科、幹部科の合計は2科以上で合同に実施したものは1回として計上し、内訳はそれぞれに1を計上している。(例：初級・中級幹部科1回→初級1回、中級1回)

惨事ストレス対策パンフレット 素案

1 惨事ストレスとは

その職務を通して、日常的に、トラウマを引き起こすような出来事やその被災者に接することで生じるストレスの一種を惨事ストレスといいます。消防職員のほか、警察官、自衛官、海上保安官、医師や看護師なども惨事ストレスを体験すると考えられています。

○ トラウマを引き起こすような出来事

- ・ 集団が同時に被害を受ける → 自然災害、飛行機・列車・船舶事故、大規模火災、テロ・戦争
- ・ 個人が単発的に遭遇する → 犯罪被害、暴力、水難、交通事故、火災
- ・ 個人が繰り返し長期間被害を受ける → 児童虐待、ドメスティックバイオレンス、ストーカー

このような出来事が発生すると、消防職員は



- ① トラウマを負った被害者と最初に接する
- ② 虐待、暴力などの「発見者」として通報義務を負う
- ③ 職務を通して自らがトラウマを体験する

2 惨事ストレスを生じさせやすい状況とは

- ① 悲惨・凄惨な場面で活動
- ② 自分と家族を連想するような事案（特に子ども）
- ③ 同僚の負傷や殉職
- ④ 未知の危険や極度の不安、緊張が伴う活動
- ⑤ 活動に困難が伴い、命の危険を感じながらの活動
- ⑥ 大勢に見られながらの困難な活動
- ⑦ トリアージの必要な現場
- ⑧ 救出した人の死
- ⑨ 救命救出できなかった活動

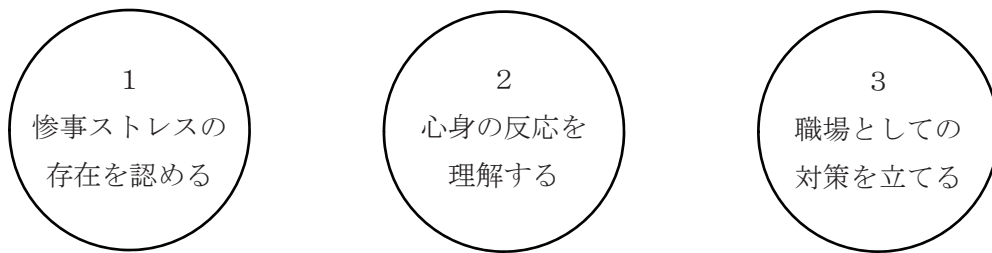
3 惨事ストレス特有の症状

代表的なものには以下の2つがあります。

- ・ 急性ストレス症状 (Acute Stress Disorder : ASD)
 - ・ 外傷後ストレス障害 (Posttraumatic Stress Disorder : PTSD)
- ① 解離性症状
 - ・ 呆然としている、記憶が途切れている、感情が湧かない
 - ② 再体験症状
 - ・ 当時の場面が何かのきっかけで甦り、嫌な気分になる
 - ・ 出来事に関連する悪夢
 - ③ 回避症状
 - ・ 出来事を思い出させるような人・場所・状況を避ける
 - ・ これまで楽しんでいたことを避ける
 - ④ 覚醒亢進症状
 - ・ 眠れない、イライラ
 - ・ 過敏、これまで以上に注意深くなる
 - ⑤ 自責感・生き残りの罪責感
 - ・ できなかったことや、しなかったことを必要以上に後悔する
 - ・ 自分が無事であったことを責める
 - ⑥ 組織や仲間に対する怒りや不満
 - ・ これだけ～したのに、組織は…
 - ・ こんな思いをしているのに誰もわかってくれない
 - ⑦ 仕事に対する意欲の低下
 - ・ 仕事を辞めたいと思うことがしばしばある
 - ・ こんなことになるのであれば必死に頑張らずに適当にしておけばよかった
 - ⑧ その他
 - ・ アルコールの問題
 - 普段より極端に量が増える
 - 自分でお酒の量のコントロールができない
 - 家族や同僚がお酒の量や飲み方について心配する・文句を言う
 - ・ うつ
 - 気持ちのエネルギーが枯渇した状態
- 主症状
- 気分の落ち込み 活力・意欲の低下
 - 思考力・集中力の低下 悲哀、自信喪失
 - 睡眠障害 身体症状：肩こり、頭痛
 - 自殺念慮、自殺企図

4 惨事ストレスへの対策

○ 基本3原則



○ 惨事ストレスへの5つの対策

① 心理反応をよく理解する

最も大切なのは、惨事ストレスは「誰もが影響を受ける可能性がある」ことで、その影響は「異常な状況における正常な反応」である、ということです。

だからこそ、予防が重要となります。

② 日常のペースを取り戻す

9割以上の人は専門家の助けがなくてもトラウマから回復すると言われています。自然な回復を促進させるには、日ごろのペースを取り戻すこと。十分な休息を取った後は、できるだけ普段のルーティンをこなしましょう。

③ 気分のリフレッシュを図る

問題の解決に至らなくても、少しの間、辛い気持ちを紛らわせることも大切。

趣味や適度な運動は気分のリフレッシュにもってこい。

④ 家族や友人を大切にする

いざという時に頼れるのは家族や友人。普段からの関係づくりが大切です。辛い時、詳しい業務について語らずとも、一緒に過ごすだけで気持ちが晴れることも。同期や同僚に聞いてもらうだけで楽になります。

⑤ 専門家を利用する

火事場や事故現場ではうまく立ち回れる消防職員も、心については素人です。ましてや、人の心は複雑怪奇。分からなくて当然。眠れない・食べられないが続くようであれば、精神科や心療内科の医師に相談しましょう。かかりつけの医師でも十分です。大事なことは、信頼でき、腹を割って話せる専門家であるかどうかです。

【都道府県向け】

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。（○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. 惨事ストレス対策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・要望等は出されていない

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当な専門家がわからない
4. 惨事ストレス対策に適当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 東日本大震災後の惨事ストレス対策について

問6 東日本大震災後、都道府県において惨事ストレス対策を実施しましたか。

1. 実施した
2. 実施を検討したができなかった
3. 実施しなかった

問7 問6で1と回答した消防本部にお聞きします。いつ頃実施しましたか。

1. 震災発生後、2週間以内
2. 震災発生後、1か月以内
3. 震災発生後、3か月以内
4. 震災発生後、6か月以内
5. 震災発生後、1年以内

問8 問6で1と回答した都道府県にお聞きします。**実施した具体的な内容**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. 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. 専門家によるカウンセリング
4. 専門医による医療受診体制
5. 1～4以外の施策

（具体的に： _____ ）

3 自由意見

問 9 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 10 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。

消防本部名	
担 当 者 (連絡先)	TEL : ()

〈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		

1. 派遣した
2. 派遣しなかった

1 メンタルヘルスに関する施策の状況

1. 職員研修
2. 健康管理スタッフ（問4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グループミーティング
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○を記入してください。（○はいくつでも）

スタッフ体制 健康管理スタッフ		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
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。（○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. 一緒に出動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グループミーティ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. 消防職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・要望等は出されていない

問7 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当な専門家がわからない
4. 惨事ストレス対策に適当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8 惨事ストレス対策について、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グループミーティングに関心がある
- 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9 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) 幹部職員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（○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 10 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伺います。どのような状況を把握していますか。あてはまるものをお選びください。(○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 1 惨事ストレスを受けた職員に対してケアは行っていますか。

1. 行っている

2. 行っていない

(問 13 へお進みください)

その方法は (○はいくつでも)

1. 悲惨な現場活動後のグループミーティングの実施
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行っている

(具体的な方法：

問 1 2 問 9～問 1 1 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

問 1 3 貴消防本部で規程や要綱等を定めていますか。

1. 定めている
2. 定めていない

4 東日本大震災後の惨事ストレス対策実施状況

問 1 4 東日本大震災において、被害はありましたか。

1. あった
2. なかった

問 15 問 14 で 1 と回答した消防本部にお聞きします。被害状況を教えてください。

- １．人的な被害があった
- ２．庁舎に被害があった
- ３．車両に被害があった
- ４．その他（具体的に： ）

問 16 東日本大震災後、消防本部で惨事ストレス対策を実施しましたか。

1. 実施した
2. 実施していない

問 17 問 16 で 1 と回答した消防本部にお聞きします。いつ頃実施しましたか。

1. 震災発生後、2週間以内
2. 震災発生後、1か月以内
3. 震災発生後、3か月以内
4. 震災発生後、6か月以内
5. 震災発生後、1年以内

問 1 8 問 1 6 で 1 と回答した消防本部にお聞きします。どんな内容を実施しましたか。

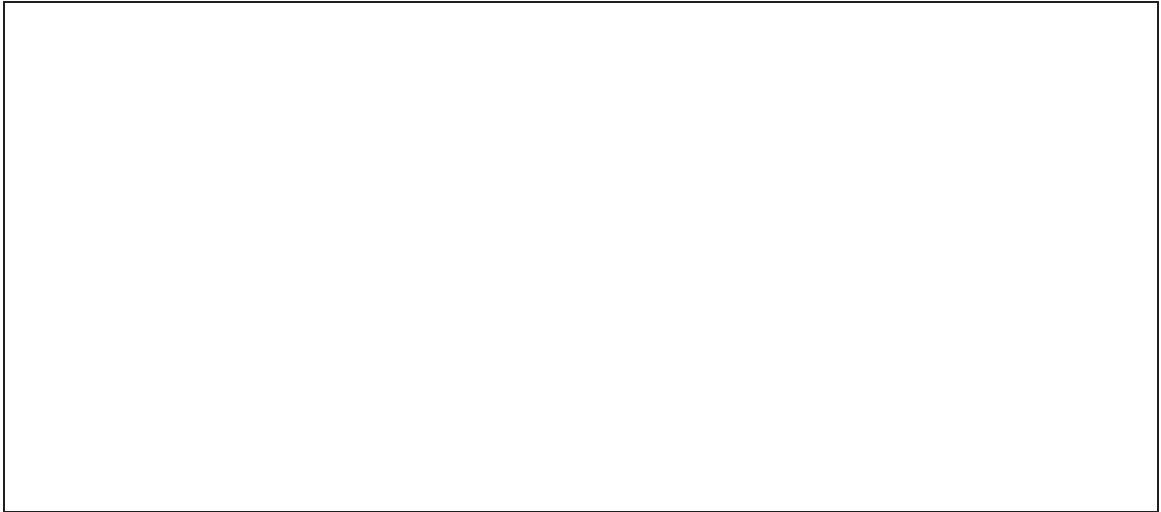
1. 職員研修
2. 健康管理スタッフ（問4の表に掲げる者）研修
3. 面接相談
4. 電話相談
5. パンフレット等による啓発

- 6. 悲惨な現場活動後のグループミーティング
- 7. その他（具体的に： _____ ）
- 8. 実施していない

5 自由意見

問 19 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 20 その他、惨事ストレスに関するご意見がありましたら記入してください。



【消防団担当部署向け】

市町村名	
担 当 者 (連絡先)	TEL : ()

問 1 消防団が所在する**地域の特性**と**消防団員数**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 |
| 〈消防団員数〉 | 1. 100 人未満 | 2. 101～299 人 | 3. 300～499 人 |
| | 4. 500～999 人 | 5. 1000～2000 人 | 6. 2000 人以上 |

1 メンタルヘルスに関する施策の状況

問2 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。

(○はいくつでも)

1. 団員研修
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グループミーティング
7. その他（具体的に：_____）
8. 実施していない

問3 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○を記入してください。（○はいくつでも）

スタッフ体制 健康管理スタッフ		市町村内の 「常勤・専任」	市町村内の 「常勤・専任」以外	市町村外 の団体
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				
メンタルヘルスを担当する職員				
その他（ ）				

※「常勤・専任」とは、貴市町村内に常時勤務し、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4 悲惨な現場に遭遇した**団員**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。（○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、消防団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. メンタルヘルス機関を利用する
8. その他（具体的に： ）

問 8 問 7 で 1 と回答した団体にお聞きします。いつ頃実施しましたか。

1. 震災発生後、2 週間以内
2. 震災発生後、1 か月以内
3. 震災発生後、3 か月以内
4. 震災発生後、6 か月以内
5. 震災発生後、1 年以内

問 9 問 7 で 1 と回答した団体にお聞きします。どんな内容を実施しましたか。

1. 職員研修
2. 健康管理スタッフによる研修
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グループミーティング
7. その他（具体的に： _____ ）
8. 実施していない

4 自由意見

問 1 0 消防団員に対する惨事ストレスに関するご意見がありましたら記入してください。

--

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

--

【派遣消防職員向け】

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 ご所属の消防本部が所在する地域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。

〈地方〉

- | | | |
|----------|----------|-------|
| 1. 北海道 | 2. 東北 | 3. 関東 |
| 4. 信越・北陸 | 5. 東海 | 6. 近畿 |
| 7. 中国・四国 | 8. 九州・沖縄 | |

〈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 被災地に派遣された時期は、いつ頃でしたか。あてはまる番号を選んで、○をおつけ下さい。（○はいくつでも）

1. 発災後 3 日以内（3 月 11 日～13 日）
2. 4 日～1 週間以内（3 月 14 日～17 日）
3. 1 週間後～2 週間以内（3 月 18 日～24 日）
4. 3 週間～1 ヶ月以内（3 月 25 日～4 月 11 日）
5. 1 ヶ月後以降（4 月 12 日以降）
6. その他

問3 派遣回数と現地での活動日数はどのくらいでしたか。複数回派遣された方は、現地での活動日数の合計をお書き下さい。

〈派遣回数〉

1. 1 回 2. 2 回 3. 3 回以上

〈現地での活動日数〉合計（ ）日

1. 1 日 2. 2 日 3. 3 日 4. 4 日 5. 5 日以上

問4 派遣の状況はどのようでしたか。

1. 命令として行った 2. 志願して行った
3. その他（ ）

問5 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. 大規模な津波の被害地だった
2. 大規模な地震の被害があった
3. 原子力発電所の事故現場だった
4. 火災が発生した
5. 死体が凄惨（せいさん）あるいは衝撃的な災害であった

〈災害現場の状況〉

6. 余震がひどかった
7. 暗い中で活動した
8. 換気が良くなかった・強い臭気がした
9. 泥等のため、作業しにくかった
10. 死傷者がいる所で、長時間作業をした
11. 災害活動中の同僚が負傷した

〈活動状況や活動中の出来事〉

12. 身体への大きな危険を感じた
13. また津波が来るかもしれない危険性があった
14. 放射能に暴露される危険性があった
15. ふだんの災害より過度に体力を消耗した
16. 長時間にわたる活動で人員交代がなかった
17. 災害活動中、現場での情報が著しく不足した
18. 死体を見た、あるいは死体に触れた
19. 遺族や被災者が哀れであった
20. マスコミの取材や取材ヘリの騒音に、活動を妨げられた
21. 1 から 20 以外で、精神的に衝撃的だったことがあった

問6 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（どうき）がした
4. 身震いや痙攣（けいれん）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. 寒い日なのにびびる汗をかいた

〈活動中の感情状態〉

8. 強い余震が心配だった
9. また津波が来るのではないかと不安だった
10. 放射能による汚染が心配だった
11. 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
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. 気が動転して方向や場所が分からなくなった
18. 一時的に時間の感覚が麻痺（まひ）した
19. 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
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. 被災者や遺族に強く同情した

〈活動後の感情状態〉

22. 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

23. 活動が実を結ばない結果に終わり、絶望や落胆を味わった

24. もっと役に立てないのかと自責の念にかられた

25. 現地であまり眠ることができなかった

26. 涙がとまらなくなったり、涙もろくなったりした

27. その他()

28. 以上のような症状や状態は全くなかった

問7 活動中、力づけられたり、心の支えになったりしたことはありますか。(〇はいくつでも)

1. 一緒に活動している上司や同僚と、他愛もない会話をよくした

2. 作業の合間に仲間と集まって、現場の感想や気持ちを話した

3. 夜などに仲間と集まって、現場の感想や気持ちを話した

4. ストレス解消のために行われたグループ・ミーティングに参加した

5. 一緒に活動している上司や同僚と、ストレスや精神的にショックを受けたことを話した

6. 上司や先輩から労い（ねぎらい）をうけた

7. 組織が自分たちを守ってくれていると感じた

8. 同僚と励まし合った

9. 家族からのメールや電話により励まされた

10. 被災者から感謝されたり、お礼を言われたりした

11. 被災地で活動している他の本部の人々との情報交換や交流があった

12. その他に力づけられたり、心の支えになったことがあれば、お書きください

()

13. 力づけられたり、心の支えになったことはなかった

問8 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〇をおつけください。(〇はいくつでも)

1. 報告会や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. ゆっくりと休むことができなかった

4. 派遣に伴って、同僚との関係に問題が生じた

5. マスコミ取材への対応が負担だった

6. その他()

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。(〇はいくつでも)

1. 運動や趣味により発散した

2. 睡眠や休養に努めた

3. 飲酒や喫煙で発散した

4. ストレスケアについて訓練された職員との個別面談

5. 職場内外のメンタルヘルス機関を利用した

6. その他

7. 何もしなかった

問10 あなたの消防本部では、ストレス緩和のために、以下のような対策が用意されていましたか。(〇はいくつでも)

1. カウンセラーや精神科医とのカウンセリングや個別相談
2. 臨時の健康診断
3. ストレス対処に関するパンフレット等での情報提供
4. メンタルヘルスの講演
5. 放射能についての講演・教育
6. グループミーティング（1次ミーティングや2次ミーティングなど）の開催
7. 振り返りの会や慰労会の開催
8. セルフチェックリスト（IES-R など）を利用したチェック
9. 電話相談窓口
10. 放射線に関する健康診断、サポート
11. 訓練された消防職員によるサポート
12. 長期休暇の付与
13. その他（ ）
14. ストレス緩和のために用意されたものはない →問 13 に飛んで下さい

問 11 あなたが実際に体験した、参加された対策に○をつけて下さい。（○はいくつでも）

1. カウンセラーや精神科医とのカウンセリングや個別相談
2. 臨時の健康診断
3. ストレス対処に関するパンフレット等での情報提供
4. メンタルヘルスの講演
5. 放射能についての講演・教育
6. グループミーティング（1次ミーティングや2次ミーティングなど）
7. 振り返りの会や慰労会
8. セルフチェックリスト（IES-R など）を利用したチェック
9. 電話相談窓口への相談
10. 放射能に関する健康診断、サポート
11. 訓練された消防職員によるサポート
12. 長期休暇
13. その他（ ）
14. ストレス緩和のために用意されたものはない →問 13 に飛んで下さい

問 12 前の問で、なんらかのストレス緩和対策に参加された方に伺います。参加してどのような感想を持ちましたか。

1. 組織が支えてくれているという安心感があった
2. ありがたかった
3. ストレスの解消に役だった
4. 仕事が忙しいので、負担に感じた
5. 思い出してかえって辛かった
6. チェックリストや問診には、正直に答えなかった
7. もっと対策をとって欲しかった
8. その他（ ）

問 13 あなたの派遣で御家族が不安やストレスを感じられたことはあるでしょうか。以下にあてはまることに○をつけてください。（○はいくつでも）

1. 私の不在のために、防犯上の不安を感じていた
2. 被災地での安否確認がうまくできなかったため、不安を感じていた
3. 報道を見て被災地の様子があまりに悲惨で、不安を感じていた
4. 悲惨な被災地の様子や生々しい活動内容を私から聞いて、家族が不安を感じていた
5. 現場でどのような活動をしているのかが、家族には分からず、不安を感じていた
6. 私の派遣で家族がストレスを感じた

7 その他()

8. 家族が不安やストレスを感じたことはない

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、ドキッとしてしまう

[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]

問 15 派遣活動後、あなたは周囲の人たち（同僚、家族など）とどのように関わっていましたか。
（a～fまで、○はそれぞれ1つずつ）

a. 家族に対して、派遣活動での体験についてよく話した（話している）

[1. あてはまらない 2. ややあてはまる 3. かなりあてはまる 4. とてもあてはまる]

b. 家族と、他愛もない会話をよくした（している）

[1. あてはまらない 2. ややあてはまる 3. かなりあてはまる 4. とてもあてはまる]

c. 家族があなたの努力や頑張りを認め、労ってくれた

[1. あてはまらない 2. ややあてはまる 3. かなりあてはまる 4. とてもあてはまる]

d. 職場で、派遣活動での体験についてよく話した（話している）

[1. あてはまらない 2. ややあてはまる 3. かなりあてはまる 4. とてもあてはまる]

e. 職場の上司や同僚と、他愛もない会話をよくした（している）

[1. あてはまらない 2. ややあてはまる 3. かなりあてはまる 4. とてもあてはまる]

f. 職場の上司や同僚があなたの努力や頑張りを認め、労ってくれた

[1. あてはまらない 2. ややあてはまる 3. かなりあてはまる 4. とてもあてはまる]

問 16 過去 30 日間の間にどれくらいの頻度で次のことがありましたか。それぞれの質問について
1～5のうちあてはまる番号を一つ選んでください。

1. 神経過敏に感じましたか

[1. まったくない 2. 少しだけ 3. ときどき 4. たいてい 5. いつも]

2. 絶望的だと感じましたか

[1. まったくない 2. 少しだけ 3. ときどき 4. たいてい 5. いつも]

3. そわそわ、落ち着かなく感じましたか

[1. まったくない 2. 少しだけ 3. ときどき 4. たいてい 5. いつも]

4. 気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか

[1. まったくない 2. 少しだけ 3. ときどき 4. たいてい 5. いつも]

5. 何をするのも骨折りだと感じましたか

[1. まったくない 2. 少しだけ 3. ときどき 4. たいてい 5. いつも]

6. 自分は価値のない人間だと思いましたか

[1. まったくない 2. 少しだけ 3. ときどき 4. たいてい 5. いつも]

問 17 今回の派遣活動について、どのように感じましたか。あてはまるものに○をつけて下さい。

1. 自分の活動には成果があったと思う
2. 自分の活動は人の役に立ったと思う
3. 自分の活動は役に立たなかったと思う
4. 自分の活動のせいで人に迷惑をかけたと思う
5. 活動に関して、自分を責める気持ちを感じている
6. 自分がもう少しがんばれば、もっと成果があったと思う
7. もっと長く活動したかった
8. その他 ()

問 18 今回の活動を通して、以下のような成果やよいことがありましたか。あなたが体験したこと
にすべて○をつけてください。(○はいくつでも)

1. 自分の活動が誰かの役にたったことを実感した
2. 活動を通して社会に貢献することができた
3. 消防職員としてのスキルや能力が向上した
4. 物事に取り組むときの忍耐強さが増した
5. 困難な出来事にも立ち向かっていけると思うようになった
6. 自分に自信がもてるようになった
7. 精神的に強くなった
8. 自分が一回り大きくなったような気がする
9. 人間関係の大切さを実感するようになった
10. 人々や物を、いて当たり前、あって当たり前だとは思わなくなった
11. 生命の大切さを実感するようになった
12. 周りの人たちへの感謝の気持ちをもつようになった
13. 他人を思いやる気持ちをもてるようになった
14. 上記の他に、活動を通して得られた成果やよいことがあればお書きください
()
15. 得られたものはまったくない

問 19 火災等の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
6. 惨事ストレスに対する幹部の意識の改善が必要である

〈ストレス対策の対象者に関する意見〉

7. 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
8. 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
9. 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〉

10. 惨事ストレスに関する教育を望む
 11. 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
 12. 惨事ストレス対策として、教育などの事前要望対策が必要である
 13. 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
 14. 職員のストレスに対応する専門機関が必要である
 15. 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
 16. 惨事ストレスに関する研修会などの開催が必要である
 17. 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）：
-

問 20 今後、大地震や津波などの大規模災害の現場での活動後に、ストレス緩和のために希望されるものをお選び下さい。（〇はいくつでも）

1. 自由意思で参加するカウンセリングや精神科医との個別面談
2. 全員が業務として参加するカウンセリングや精神科医との個別面談
3. 臨時の健康診断
4. ストレス対処に関するパンフレット等での情報提供
5. メンタルヘルスの講演
6. 放射能についての講演・教育
7. グループミーティング（1次ミーティングや2次ミーティングなど）の開催
8. 振り返りの会や慰労会の開催
9. セルフチェックリスト（IES-R など）を利用したチェック
10. 派遣された職員のメンタルケアのための電話相談窓口
11. （放射能関係の災害の場合）放射線に関する健康診断、サポート
12. 訓練された消防職員によるサポート
13. 長期休暇の付与
14. 派遣された隊員の家族に対する惨事ストレスに関する情報（パンフレットなど）の提供
15. 派遣された隊員の家族に対する被災地の情報提供
16. 派遣された隊員の家族に対するメンタルケアのための個別面談
17. 派遣された隊員の家族に対する電話相談窓口の開設
18. 被災地へ派遣された隊員の安否が確認できるシステム
19. その他（ ）
20. ストレス緩和のために希望するものはない

問 21 今回の震災にあたりお考えになられたことや、災害時の派遣活動に係るストレスやストレス対策に関するご意見・ご要望等をご自由にお書きください。

--

問 22 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23年6月末現在〕

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 1. 24歳以下 | 2. 25～29歳 | 3. 30～34歳 |
| 4. 35～39歳 | 5. 40～44歳 | 6. 45～49歳 |
| 7. 50～54歳 | 8. 55歳以上 | |

付問3 現在の勤務種別

1. 交代制 2. 日勤

付問4 現在の階級と職務

<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 | | |

付問6 通算勤続年数〔平成23年6月現在〕

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 1. 0～4年 | 2. 5～9年 | 3. 10～14年 |
| 4. 15～19年 | 5. 20～24年 | 6. 25～29年 |
| 7. 30～34年 | 8. 35～39年 | 9. 40年以上 |

付問7 現在の出場頻度（月単位か週単位でお答えください）

月に約（ ）回

1. 2回未満
2. 2回以上5回未満
3. 5回以上10回未満
4. 10回以上20回未満
5. 20回以上50回未満
6. 50回以上

週に約（ ）回

1. 1回未満
2. 1回以上2回未満
3. 2回以上3回未満
4. 3回以上8回未満
5. 8回以上

付問8 婚姻（○は1つだけ）

1. 未婚 2. 既婚（内縁を含む） 3. 死別 4. 離別

付問9 同居されている御家族（○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

付問１〇 あなたは今までに、大規模災害での活動に派遣されたことはありますか。派遣されたことがある災害や活動に〇をおつけください。（〇はいくつでも）

1. （阪神・淡路大震災のような）大規模災害への緊急消防援助隊としての派遣活動
2. （阪神・淡路大震災のような）大規模災害での被災時の活動
3. 国際緊急援助隊
4. 本部内の殉職事案
5. ２人以上の死者が出た災害や事故
6. その他の災害や事故
7. こうした経験は全くない

【被災地消防職員向け】

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 ご所属の消防本部が所在する地域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。

〈地方（県）〉

1. 岩手県

2. 宮城県

3. 福島県

4. 茨城県

〈所在地〉 1. 沿岸

2. 内陸

〈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 人以上

【東日本大震災発生後からこれまでのことについてお聞きします。】

問2 地震発生時、あなたはどの地域にいましたか。（○はひとつだけ）

1. 東北地方の被災地域

2. 東北地方の被災地域外

3. 東北以外の被災地域（北茨城など）

4. 関東地方

5. その他の国内

問3 地震発生時、あなたは何をしていましたか。（○はひとつだけ）

1. 職場内で勤務中だった

2. 職場外で勤務中だった

3. 移動中だった

4. 休暇中で自宅にいた

5. 休暇中で自宅外にいた

6. その他

問4 あなたやあなたの身近な方は震災による被害を受けましたか。あてはまるものすべてに○をつけてください。（○はいくつでも）

＜自分や周囲の人について＞

1. 自分自身がけがを負った

2. 家族が大きなけがを負った

3. 家族が亡くなった・行方不明になった

4. 知人や友人が大きなけがを負った

5. 知人や友人が亡くなった・行方不明になった

6. 職場の上司や同僚が大きなけがを負った

7. 職場の上司や同僚が亡くなった・行方不明になった

8. その他

(具体的にお書きください)

)

＜住まいや職場について＞

1. 住まいが津波で流された
2. 住まいは津波で流されなかったが、住めなくなった
3. 住まいは家財が散乱し、片付けが大変だった
4. 職場が津波で流された
5. 職場は流されなかったが、勤務できなくなった
6. 住まいや職には、特に被害はなかった
7. その他

(具体的にお書きください)

)

問5 災害活動や捜索活動はいつまで続けましたか。あてはまる番号を選んで、○を一つおつけ下さい。(○は一つだけ)

1. 2011 年 6 月まで
2. 2011 年 9 月まで
3. 2011 年 12 月まで
4. 2012 年 3 月まで
5. 現在も続いている
6. その他 (

)

問6 発災当時から数日間の災害活動で以下のような体験がありましたか。あてはまる番号にすべて○をつけてください。(○はいくつでも)

〈災害の概要〉

1. 大規模な津波の被害地だった
2. 大規模な地震の被害があった
3. 原子力発電所の事故現場だった
4. 火災が発生した
5. 死体が凄惨(せいさん)あるいは衝撃的な災害であった

〈災害現場の状況〉

6. 余震がひどかった
7. 暗い中で活動した
8. 換気が良くなかった・強い臭気がした
9. 泥等のため、作業しにくかった
10. 死傷者がいる所で、長時間作業をした
11. 災害活動中の同僚が負傷した

〈活動状況や活動中の出来事〉

12. 身体への大きな危険を感じた
13. また津波が来るかもしれない危険性があった
14. 放射能に暴露される危険性があった
15. ふだんの災害より過度に体力を消耗した
16. 長時間にわたる活動で人員交代がなかった
17. 災害活動中、現場での情報が著しく不足した
18. 死体を見た、あるいは死体に触れた
19. 遺族や被災者が哀れであった
20. マスコミの取材や取材ヘリの騒音に、活動を妨げられた
21. 1 から 20 以外で、精神的に衝撃的だったことがあった
(
22. 精神的に衝撃的なことはなかった

)

問7 発災当時から数日間、その災害活動で以下のようなことがありましたか。あてはまる番号にすべて○をつけてください。(○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（どうき）がした
4. 身震いや痙攣（けいれん）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

〈活動中の感情状態〉

8. 強い余震が心配だった
9. また津波が来るのではないかと不安だった
10. 放射能による汚染が心配だった
11. 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
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. 気が動転して方向や場所が分からなくなった
18. 一時的に時間の感覚が麻痺（まひ）した
19. 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
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. 被災者や遺族に強く同情した

〈活動後の感情状態〉

22. 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
23. 活動が実を結ばない結果に終わり、絶望や落胆を味わった
24. もっと役に立てないのかと自責の念にかられた
25. 現地であまり眠ることができなかった
26. 涙がとまらなくなったり、涙もろくなったりした
27. その他()
28. 以上のような症状や状態は全くなかった

問 8 活動中、力づけられたり、心の支えになったりしたことはありますか。（〇はいくつでも）

1. 一緒に活動している上司や同僚と、他愛もない会話をよくした
2. 作業の合間に仲間と集まって、現場の感想や気持ちを話した
3. 夜などに仲間と集まって、現場の感想や気持ちを話した
4. ストレス解消のために行われたグループ・ミーティングに参加した
5. 一緒に活動している上司や同僚と、ストレスや精神的にショックを受けたことを話した
6. 上司や先輩から労い（ねぎらい）をうけた
7. 組織が自分たちを守ってくれていると感じた
8. 同僚と励まし合った
9. 家族からのメールや電話により励まされた
10. 被災者から感謝されたり、お礼を言われたりした
11. 被災地で活動している他の本部の人々との情報交換や交流があった
12. その他に力づけられたり、心の支えになったことがあれば、お書きください
()
13. 力づけられたり、心の支えになったことはなかった

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。あてはまるものすべて○をつけてください。(○はいくつでも)

1. 運動や趣味により発散した
2. 睡眠や休養に努めた
3. 飲酒や喫煙で発散した
4. ストレスケアについて訓練された職員との個別面談
5. 職場内外のメンタルヘルス機関を利用した
6. その他
7. 何もしなかった

問10 あなたの消防本部では、ストレス緩和のために、以下のような対策が用意されていましたか。あてはまるものすべて○をつけてください。(○はいくつでも)

1. カウンセラーや精神科医とのカウンセリングや個別相談
2. 臨時の健康診断
3. ストレス対処に関するパンフレット等での情報提供
4. メンタルヘルスの講演
5. 放射能についての講演・教育
6. グループミーティング（1次ミーティングや2次ミーティングなど）の開催
7. 振り返りの会や慰労会の開催
8. セルフチェックリスト（IES-R など）を利用したチェック
9. 電話相談窓口
10. 放射線に関する健康診断、サポート
11. 訓練された消防職員によるサポート
12. 長期休暇の付与
13. 総務省緊急時メンタルサポートチームによる講演や個別面談
14. 他の消防本部からのメンタルケアの支援
15. 職員だけで休憩する場所を設けてもらった
16. 殉職者に対する手厚い対応をもらった
17. 組織として殉職を受け止めて、きちんと弔ってくれた
18. その他（ ）
19. ストレス緩和のために用意されたものはない

問11 あなたが実際に体験した、参加された対策に○をつけて下さい。(○はいくつでも)

1. カウンセラーや精神科医とのカウンセリングや個別相談
2. 臨時の健康診断
3. ストレス対処に関するパンフレット等での情報提供
4. メンタルヘルスの講演
5. 放射能についての講演・教育
6. グループミーティング（1次ミーティングや2次ミーティングなど）
7. 振り返りの会や慰労会
8. セルフチェックリスト（IES-R など）を利用したチェック
9. 電話相談窓口への相談
10. 放射能に関する健康診断、サポート
11. 訓練された消防職員によるサポート
12. 長期休暇
13. その他（ ）
14. ストレス緩和のために参加した対策はない→問15へ

問12 前の問で、なんらかのストレス緩和対策に参加された方に伺います。参加してどのような感想を持ちましたか。

1. 組織が支えてくれているという安心感があった
2. 組織に感謝した
3. 介入や支援をしてくれた人に感謝した
3. ストレスの解消に役だった
4. 仕事が忙しいので、負担に感じた
5. 思い出してかえって辛かった
6. チェックリストや問診には、正直に答えなかった
7. もっと対策をとって欲しかった
8. その他 ()

問 13 総務省では、被災した消防本部職員のメンタルヘルスケアのために、緊急時メンタルサポートチームの活動を中心として、さまざまな対策を取りました。そのような対策についてあなたの意見をお書きください。あてはまるものにすべて○をつけてください。(○はいくつでも)

1. 緊急メンタルサポートチームの講義が役だった
2. 緊急メンタルサポートチームの個別面談・カウンセリングがありがたかった
3. もう少し早い段階で緊急時メンタルサポートチームを派遣してもらいたかった
4. 災害対応などに追われ、メンタルサポートチームを受け入れる体制をとるのに苦労した
5. その他 ()
6. とくに意見はない。
7. 対策をうけていない

問 14 震災と関連して、現在までの勤務形態の変化はありましたか。あてはまるものすべてに○をつけてください。(○はいくつでも)

1. 他の所属に一時的に応援に行った
2. 1ヶ月以上消防署に寝泊まりした
3. シフト体制が変わった(3交代から2交代になった、など)
4. 消防署が被災して消防活動ができなくなった
5. 職員の大量退職があった
6. 亡くなった職員がいた
7. 仮設庁舎で勤務した
8. 外部から消防職員の応援を受けた
9. その他 ()
10. 変化はなかった

問 15 震災発生時から現在までで、勤務に関して苦労したことはありましたか。あてはまるものすべてに○をつけてください。(○はいくつでも)

<業務に関して>

1. 復旧のため業務上の混乱が長く続いた
2. 職場でのミスやトラブルが増加した
3. 人手不足による苦労が増えた
4. 日常業務が多く、非常に忙しかった
5. 新しい同僚が増え、教育や情報伝達に苦労した

<職場の人間関係>

6. 職場の雰囲気が悪くなっていた
7. 職場の人間関係で板ばさみになることがあった
8. 仕事上の問題点や責任を追及されることが多かった
9. 管理や指示が厳しかった
10. 自分の意見を聞いてもらえなかった

11. 労働に見合った報酬が得られていないと感じた
12. 仕事に対して、正当な評価を得られなかった
13. 仕事に関して理想と現実の間のズレを感じた
14. 職場の方針に納得できないことがあった
15. 職場内で事故にはならなかったがヒヤリとした経験があった
16. 職場内に小規模の事故が発生した

17. 仕事に関して、自分の未熟さを感じた
18. 自分の意図したように仕事ができなかった
19. 十分な休暇がとれなかった
20. 仕事上のスケジュールがうまくたてられなかった
21. 体力的にきつかった

22. 住民の前で自分たちのストレスケアをするのははばかれた
23. 住民を気遣って悲しい感情などは表さないようにした
24. 住民の気持ちを考えて自分たちのストレス解消は控えた
25. その他、勤務に関して苦勞したことがありましたら、自由にご記入ください
〔
26. 苦勞したことは全くなかった

＜ご自身について＞

1. 疲労感がたまった
2. 応援が来ないことに疲れを感じた
3. 職場の中で孤独感、孤立感を感じた
4. 放射線被ばくに対して不安を感じた
5. 仕事をやる気が下がった
6. 自分の活動は役に立たなかったと思う
7. 自分の活動のせいで人に迷惑をかけたと思う
8. 活動に関して、自分を責める気持ちを感じている
9. 自分がもう少しがんばれば、もっと成果があったと思う

10. 亡くなった方のことがいつまでも思い出された
11. 亡くなった方に申し訳ない気持ちが消えなかった
12. 身近で亡くなった方のことを繰り返して思い出した
13. 身近でなくなった方に対していつまでも悲しい思いがした
14. 以上であてはまるものはない

1. 真剣にやめるかどうかを検討したことがある
2. やめるかどうか検討したことがある
3. やめたいと思ったことが少しある
4. やめたいと思ったことは一度もない

問18 災害活動後、あなたは周囲の人たち（同僚、家族など）とどのように関わっていましたか。
（a～fまで、○はそれぞれ1つずつ）

- a. 家族に対して、派遣活動での体験についてよく話した（話している）
[1. あてはまらない 2. ややあてはまる 3. かなりあてはまる 4. とてもあてはまる]
- b. 家族と、他愛もない会話をよくした（している）
[1. あてはまらない 2. ややあてはまる 3. かなりあてはまる 4. とてもあてはまる]
- c. 家族があなたの努力や頑張りを認め、労ってくれた
[1. あてはまらない 2. ややあてはまる 3. かなりあてはまる 4. とてもあてはまる]
- d. 職場で、派遣活動での体験についてよく話した（話している）
[1. あてはまらない 2. ややあてはまる 3. かなりあてはまる 4. とてもあてはまる]
- e. 職場の上司や同僚と、他愛もない会話をよくした（している）
[1. あてはまらない 2. ややあてはまる 3. かなりあてはまる 4. とてもあてはまる]
- f. 職場の上司や同僚があなたの努力や頑張りを認め、労ってくれた
[1. あてはまらない 2. ややあてはまる 3. かなりあてはまる 4. とてもあてはまる]

問19 過去30日間の間にどれくらいの頻度で次のことがありましたか。それぞれの質問について
1～5のうちあてはまる番号を一つ選んでください。（○は一つだけ）

1. 神経過敏に感じましたか
[1. まったくない 2. 少しだけ 3. ときどき 4. たいてい 5. いつも]
2. 絶望的だと感じましたか
[1. まったくない 2. 少しだけ 3. ときどき 4. たいてい 5. いつも]
3. そわそわ、落ち着かなく感じましたか
[1. まったくない 2. 少しだけ 3. ときどき 4. たいてい 5. いつも]
4. 気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか
[1. まったくない 2. 少しだけ 3. ときどき 4. たいてい 5. いつも]
5. 何をするのも骨折りだと感じましたか
[1. まったくない 2. 少しだけ 3. ときどき 4. たいてい 5. いつも]
6. 自分は価値のない人間だと思いましたか
[1. まったくない 2. 少しだけ 3. ときどき 4. たいてい 5. いつも]

問20 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。その災害活動に関して、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]

問 21 今回の活動を通して、以下のような成果やよいことがありましたか。あなたが体験したことにすべて○をつけてください。（○はいくつでも）

1. 自分の活動が誰かの役にたったことを実感した
2. 活動を通して社会に貢献することができた
3. 消防職員としてのスキルや能力が向上した
4. 物事に取り組むときの忍耐強さが増した
5. 困難な出来事にも立ち向かっていけると思うようになった
6. 自分に自信がもてるようになった
7. 精神的に強くなった
8. 自分が一回り大きくなったような気がする
9. 人間関係の大切さを実感するようになった
10. 人々や物を、いて当たり前、あって当たり前だとは思わなくなった
11. 生命の大切さを実感するようになった
12. 周りの人たちへの感謝の気持ちをもつようになった
13. 他人を思いやる気持ちをもてるようになった
14. 上記の他に、活動を通して得られた成果やよいことがあればお書きください
()
15. 得られたものはまったくない

問 22 火災等の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
6. 惨事ストレスに対する幹部の意識の改善が必要である

〈ストレス対策の対象者に関する意見〉

7. 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
8. 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
9. 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〉

10. 惨事ストレスに関する教育を望む
11. 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
12. 惨事ストレス対策として、教育などの事前要望対策が必要である
13. 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
14. 職員のストレスに対応する専門機関が必要である
15. 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
16. 惨事ストレスに関する研修会などの開催が必要である
17. 被災消防本部に対しては、長期的で継続的な支援が必要である
18. 被災消防本部に対しては、被災直後は衣食住や避難生活のニーズに答えてほしい
19. 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）：

問 23 今後、大地震や津波などの大規模災害の被害を受けた被災地の消防本部に対して、ストレス緩和のために希望されるものをお選び下さい。（〇はいくつでも）

1. 自由意思で参加するカウンセリングや精神科医との個別面談
2. 全員が業務として参加するカウンセリングや精神科医との個別面談
3. 臨時の健康診断
4. ストレス対処に関するパンフレット等での情報提供
5. メンタルヘルスの講演
6. 放射能についての講演・教育
7. グループミーティング（1次ミーティングや2次ミーティングなど）の開催
8. 振り返りの会や慰労会の開催
9. セルフチェックリスト（IES-R など）を利用したチェック
10. 派遣された職員のメンタルケアのための電話相談窓口
11. （放射能関係の災害の場合）放射線に関する健康診断、サポート
12. 訓練された消防職員によるサポート
13. 長期休暇の付与
14. 災害活動をしている隊員の安否が確認できるシステム
15. その他（ ）
16. ストレス緩和のために希望するものはない

問 24 今回の震災にあたりお考えになられたことや、災害時の災害活動に係るストレスやストレス対策に関するご意見・ご要望等をご自由にお書きください。

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23年6月末現在〕

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 1. 24歳以下 | 2. 25～29歳 | 3. 30～34歳 |
| 4. 35～39歳 | 5. 40～44歳 | 6. 45～49歳 |
| 7. 50～54歳 | 8. 55歳以上 | |

付問3 現在の勤務種別

1. 交代制 2. 日勤 3. その他（ ）

付問4 現在の階級と職務

<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

付問6 通算勤続年数〔平成23年6月現在〕

1. 0～4年 2. 5～9年 3. 10～14年 4. 15～19年 5. 20～24年
6. 25～29年 7. 30～34年 8. 35～39年 9. 40年以上

付問7 現在の出場頻度（月単位か週単位でお答えください）

月に約（ ）回

1. 2回未満
2. 2回以上5回未満
3. 5回以上10回未満
4. 10回以上20回未満
5. 20回以上50回未満
6. 50回以上

週に約（ ）回

1. 1回未満
2. 1回以上2回未満
3. 2回以上3回未満
4. 3回以上8回未満
5. 8回以上

付問8 婚姻（○は1つだけ）

1. 未婚 2. 既婚（内縁を含む） 3. 死別 4. 離別

付問9 同居されている御家族（○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

付問10 あなたは今までに、大規模災害での活動に派遣されたことはありますか。派遣されたことがある災害や活動に○をおつけください。（○はいくつでも）

1. （阪神・淡路大震災のような）大規模災害への緊急消防援助隊としての派遣活動
2. （阪神・淡路大震災のような）大規模災害での被災時の活動
3. 国際緊急援助隊
4. 本部内の殉職事案
5. 2人以上の死者が出た災害や事故
6. その他の災害や事故
7. こうした経験は全くない

【消防団員向け】

○あなたのプロフィールについてお尋ねします。

性別： 1. 男性 2. 女性

年齢： 歳

婚姻 1. 未婚 2. 既婚（事実婚を含む） 3. 死別 4. 離別

扶養家族：1. なし 2. 1人 3. 2人 4. 3人以上

最終学歴 1. 中学 2. 高校 3. 高専・短大 4. 大学 5. 大学院

現在の住居 1. 自宅 2. 仮設住宅 3. みなし仮設住宅 4. 親戚・知人宅等
5. その他（具体的に：）居住形態： 1. 単身 2. 同居（同居人数： 人）

震災時点の職業（いずれか一つに○）

（第一次産業） 農業，林業，漁業，鉱業（採石業含む）

（第二次産業） 建設業，製造業，電気・ガス・水道業

（第三次産業） 情報通信業，運輸，卸売・小売業，金融・保険業，不動産業

調査研究、専門・技術コンサル業，宿泊、飲食、娯楽業，

教育、学習支援業，医療、福祉， その他サービス業

国や自治体の機関， その他（具体的に：）

○震災の影響についてお聞きします。

震災によって身近な人を亡くされましたか。

 0. いいえ 1. 同居家族 2. 親戚 3. 親しい友人・知人

あなたのお住まいの被害程度についてお答え下さい。

 1. 全壊・流失 2. 半壊 3. 一部損壊 4. 被害なし

あなた自身は負傷や消耗によって医師の手当てをうけましたか。

 0. いいえ 1. 外来・往診治療を受けた 2. 入院した

震災によってその後の就業状態に変化はありましたか。

 0. いいえ 1. はい

上記の質問の回答が「はい」の場合、それはどういった変化でしたか

 1. 事業継続不能による失業 2. 事業継続不能による転職
3. 事業継続不能による廃業 4. その他（具体的に：）

震災以前と現在の収入（世帯年収）の変化についてお聞きします。震災前と比較して差が生じていますか

1. 大幅に減少した（5割以上の減少）
2. かなり減少した（2割から5割までの減少）
3. 少し減少した（1割から2割までの減少）
4. ほとんど変化していない（1割以下の減少）
5. 増加した（1割以上の増加）

○消防団員としてのあなたについてお尋ねします

- ・消防団での現在までの活動経験年数（約 年 カ月）
- ・所属団内での役割：1. 幹部（団長・副団長・師団長・副師団長） 2. 班長 3. 団員

- ・消防団に入った動機は次のどれにあたりますか。

1. 自らの意思で
2. 家族から引き継いだ
3. 近所づきあい
4. 無理矢理に

- ・東日本大震災が起こる以前、消防団を辞めたいと思ったことはありましたか。

1. ずっと辞めたいと思っていた
2. 辞めるかどうか迷っていた
3. 辞めたいと思ったことはなかった

- ・定期的な訓練に参加していましたか

1. ほとんどの研修に参加していた
2. 時間が許す限り参加していた
3. あまり参加していなかった
4. ほとんど参加していなかった

○あなたが所属する団についてお尋ねします

- ・所属団員数 震災当時 約（ ）名

- ・所属する団の所在地はどこですか。

1. 岩手県沿岸部
2. 岩手県内陸部
3. 宮城県沿岸部
4. 宮城県内陸部
5. 福島県沿岸部（浜通り）
6. 福島県内陸部（中通り、会津）

- ・団員同士の東日本大震災前の人間関係はいかがでしたか

1. とても良好だった
2. おおむね良好だった
3. あまり良好ではなかった
4. 悪かった
5. とても悪かった

・消防団の運営や団組織の在り方に、東日本震災前はどのように感じていましたか

1. 大変満足していた 2. 満足していた 3. 不満があった 4. 大変不満があった

・あなたの所属する消防団では、東日本大震災で殉職者がありましたか

1. あった (人) 2. なかった

・殉職者がいた場合、その方とあなたの関係は次のどれにあたりますか。

1. 家族同士も付き合っていた 2. 個人的に親しかった
3. 団内でのつきあいのみ 4. 顔見知り程度 5. 知らない人だった

・団の詰め所の被害はどの程度でしたか

1. 全壊・流出 2. 半壊 3. 一部損壊 4. 被害なし

・団の所有車両の被害はどの程度でしたか

1. すべて失った 2. 一部失った 3. 被害なし

東日本大震災発生後の3月11日当日から1週間の状況についてお尋ねします。

・最初の大きな揺れを感じた時、あなたはどこにいましたか

1. 職場 2. 自宅 3. その他 ()

・消防団員としての活動に取りかかったのは、どの時点からですか。

1. 津波発生前 2. 津波発生後の当日 3. 翌日以降 4. 活動していない

・発災直後、ご家族の安否確認ができたのは、どの時点ですか。

1. 当日中に 2. 翌日までに 3. 3日目以内 4. 4日目以降

・発災後、ご家族と再会できたのは、どの時点ですか。

1. 当日中に 2. 翌日までに 3. 3日目以内 4. 4日目以降

現場活動中の状況について当てはまる回答に○をつけてください

現場活動中に自分のいのちの危険を感じましたか。

0. いいえ 1. 多少感じた 2. かなり感じた 3. とても感じた

現場活動中に、恐怖を感じましたか。

0. いいえ 1. 多少感じた 2. かなり感じた 3. とても感じた

現場活動中に、何もできないという無力感を抱きましたか。

0. いいえ 1. 多少感じた 2. かなり感じた 3. とても感じた

遺体搬出などの悲惨な光景や状況が精神的にこたえましたか

0. いいえ 1. 多少こたえた 2. かなりこたえた 3. とてもこたえた

子どもの遺体を扱って、精神的にこたえましたか。

0. いいえ 1. 多少こたえた 2. かなりこたえた 3. とてもこたえた

知り合いの遺体を目撃したり、扱ったりして、精神的にこたえたことがありましたか。

0. いいえ 1. 多少こたえた 2. かなりこたえた 3. とてもこたえた

消防団員として十分な活動ができたと思いますか。

1. 十分にできた 2. かなりできた 3. あまりできなかった
4. ほとんどできなかった

活動に対する住民からの批判や非難を受け、精神的にこたえたことがありましたか。

0. いいえ 1. 多少こたえた 2. かなりこたえた 3. とてもこたえた

自分の家族の安全に関する不安がありましたか。

0. いいえ 1. 多少不安だった 2. かなり不安だった 3. とても不安だった

現場活動中に放射線被曝への不安がありましたか。

0. いいえ 1. 多少不安だった 2. かなり不安だった 3. とても不安だった

活動中や活動後に、あなたを力づけてくれたことについてお尋ねします。

・消防団員としての仕事を果たせた満足感

0. あまり関係なし 1. 多少力づけられた 2. かなり力づけられた

・住民からのねぎらいや感謝

0. あまり関係なし 1. 多少力づけられた 2. かなり力づけられた

・家族からの慰労

0. あまり関係なし 1. 多少力づけられた 2. かなり力づけられた

・団の幹部からの労いや評価

0. あまり関係なし 1. 多少力づけられた 2. かなり力づけられた

・団員同士のはげまし合い

0. あまり関係なし 1. 多少力づけられた 2. かなり力づけられた

活動後の団の活動に対する気持ちの変化について

・東日本大震災後の消防団の団員に対する対応は満足いくものでしたか

- | | | |
|---------------|-------------|---------------|
| 1. 大変満足している | 2. 多少満足している | 3. 多少不満に思っている |
| 4. 大変不満に思っている | | |

・今後も消防団員として活動していきたいですか

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 1. 続けたいと強く思っている | 2. なるべく続けたいと思っている |
| 3. できるなら辞めたい | 4. 辞めたいと強く思っている |

・地元の消防組織に対して不満を感じますか

- | | | | |
|-------|-------|-------|-------|
| 1 いいえ | 2 多少は | 3 かなり | 4 非常に |
|-------|-------|-------|-------|

・消防団と消防組織の扱いは不公平だと感じますか

- | | | | |
|-------|-------|-------|-------|
| 1 いいえ | 2 多少は | 3 かなり | 4 非常に |
|-------|-------|-------|-------|

・行政の消防団に対する施策に不満を感じますか

- | | | | |
|-------|-------|-------|-------|
| 1 いいえ | 2 多少は | 3 かなり | 4 非常に |
|-------|-------|-------|-------|

(K6) 過去30日の間にどれくらいの頻度で(どれくらいひんぱんに) 次のことがありましたか。

1 神経過敏に感じましたか。

- 1). まったくなし 2). 少しだけ 3). ときどき 4). たいてい 5). いつも

2 絶望的だと感じましたか。

- 1). まったくなし 2). 少しだけ 3). ときどき 4). たいてい 5). いつも

3 そわそわ、落ち着かなく感じましたか。

- 1). まったくなし 2). 少しだけ 3). ときどき 4). たいてい 5). いつも

4 気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか。

- 1). まったくなし 2). 少しだけ 3). ときどき 4). たいてい 5). いつも

5 何をするのも骨折りだと感じましたか。

- 1). まったくなし 2). 少しだけ 3). ときどき 4). たいてい 5). いつも

6 自分は価値のない人間だと感じましたか。

- 1). まったくなし 2). 少しだけ 3). ときどき 4). たいてい 5). いつも

(IES-R) 次の項目は、いずれも強いストレスを伴うようなでき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。東日本大震災に関して、この1週間では、それぞれの項目について、どの程度強く悩まされましたか。当てはまる番号に○をつけて下さい。

(なお、答えに悩まれた場合は、不明とせず、もっとも近いと思うものを選んで下さい)

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. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

2. 睡眠の途中で目がさめてしまう。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

3. 別のことをしていても、そのことが頭から離れない。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

4. イライラして怒りっぽくなっている。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

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. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

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. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

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. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

8. そのことを思い出させるものには近よらない。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

9. その時の場面が、いきなり頭にうかんでくる。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

10. 神経が過敏になっていて、ちょっとしたことでどきっとしてしまう。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

11. そのことは考えないようにしている。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

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ふれないようにしている。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

13. そのことについての感情は、マヒしたようである。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

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. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

15. 寝つきが悪い。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

16. そのことについて、感情が強くこみ上げてくることがある。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

17. そのことをなんとか忘れようとしている。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

18. ものごとに集中できない。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

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、ドキドキすることがある。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

20. そのことについての夢を見る。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

21. 警戒して用心深くなっている気がする。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

22. そのことについては、話さないようにしている。

0. まったくなし	1. 少し	2. 中くらい	3. かなり	4. 非常に
-----------	-------	---------	--------	--------

飲酒について（6項目（CAGE：4項目））

1. お酒を飲みますか。

1. はい 0. いいえ

↓「はい」の方は、次の2～6にもお答えください。

2. 震災後に飲酒量が増えましたか。

1. はい 0. いいえ

あなたの震災後のことについておたずねします。

3. 飲酒をへらさなければいけないと思ったことがありますか。

1. はい 0. いいえ

4. 飲酒を批判されて、腹が立ったり、いらだったことがありますか。

1. はい 0. いいえ

5. 飲酒に後ろめたい気持ちや罪悪感を持ったことがありますか。

1. はい 0. いいえ

6 朝酒や迎え酒を飲んだことがありますか。

1. はい 0. いいえ

消防団員を対象とした心理的支援（こころのケア）についてお尋ねします。

・東日本大震災後に何らかの心理的支援（こころのケア）を受けましたか。

1. 受ける機会がなかった 2. 機会があったが受けなかった 3. 受けた

・今後、以下のような心理的支援の機会があれば利用または参加しますか。

消防団員を対象としたメンタルヘルスに関する研修・教育

1. 受けたい 2. 受ける必要なし 3. どちらでもいい

心理専門家による個別相談窓口

1. 利用したい 2. 利用しない 3. どちらでもいい

活動後に、体験したことや心情を団内で話し合うミーティングへの参加

1. 参加したい 2. 参加したくない 3. どちらでもいい

○過去のトラウマ体験について

私生活において、東日本大震災以外の事故や犯罪、災害などに巻き込まれ、命の危険を感じる、とても怖い、ショッキングな体験をしたことがありますか？

0. なし	1. あり（具体的に	）
-------	------------	---

東日本大震災以外の災害救援現場活動をとおして、とてもショッキングな体験をして、精神的にこたえたことがありましたか。

0. なし	1. あり（具体的に	）
-------	------------	---

○この調査についてどのように思いますか

1. 必要だと思う	2. 必要ないと思う
-----------	------------

自由記載欄

震災や震災後の活動、心身の健康への影響、対策、あるいは本調査に関するご意見や感想などがありましたら、ご自由にお書き下さい。なお、ご意見やご感想につきましては、回答者が同定できないように配慮した上で、報告書などに引用させていただくこともありますので、あらかじめご了解下さい。