

大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会報告書（案）を修正した事項

No.	ページ	項目	修正内容	
			修正前	修正後
1	89	第3部 第1章 第1節 上から3行目	惨事ストレス対策の理念は、「 <u>弔う（とむらう）</u> 」こと、また、「 <u>劳う（ねぎらう）</u> 」ことにある。	惨事ストレス対策の理念は、災害救援者が職務の中で受ける精神的衝撃からの回復を増進し、PTSDの発症を予防するとともに、惨事を経験した者の経験が、その後の活動を阻害するのではなく、高めていくものとなるようにすることである。 あわせて、対策を進めるにあたり、「 <u>劳う（ねぎらう）</u> 」こと、「 <u>支え合う</u> 」ことを念頭に置く必要がある。
2	89	第3部 第1章 第1節 下から8行目	特に殉職者が発生した場合等においては、周囲の者の苦しみは簡単に消失するものではなく、いつまでも続いてしまう。 <u>そうならないためには、その思いを共有する機会を持つことは大切なことであり、心理的なストレスを緩和させることにつながる。これが「弔う（とむらう）」ことである。</u>	また、惨事ストレスの発生が危惧される場合、その苦しみは簡単に消失するものではなく、いつまでも続いてしまう。そこで、その経験をした者のみでなく、周囲の同僚や家族等も惨事ストレスが及ぼす影響を理解し、その対処法を知ることが、 <u>回復の増進につながっていく。これが「支え合う」ことである。</u> さらに、惨事ストレスとは何かということを知り、自らの状態について知ることが惨事ストレス対策の第一歩である。
3	89	第3部 第1章 第2節 上から3行目	…消防本部が主体となって組織として取り組むべき対応と職員一人ひとりが取り組むべき対応とがある。	…消防本部が主体となって組織として取り組むべき対応、職員相互に取り組むべき対応、職員一人ひとりが取り組むべき対応とに分けられる。
4	89	第3部 第1章 第2節 下から6行目	…こうした対策も必要である。 次に、職員一人ひとりが…	…こうした対策も必要である。 次に、職員相互に取り組むべき対応としては、自由に話せる環境づくり、チームワークを高めること等、相互に支え合う風土を醸成することがあげられる。このような風土ができていれば、惨事ストレスを受けた職員を早期に把握し、適切な対応につなげることができる。 続いて、職員一人ひとりが…
5	90	第3部 第1章 第2節 上から1行目	…理解するとともに自分なりのストレスの解消法をもって、 <u>且頃から、リフレッシュすることに心掛けるべきである。</u> 加えて、いざという時に…	…理解するとともにその理解に基づいて、自分なりのストレスの解消法をもって、 <u>自身をケアし、同僚を気遣うことがあげられる。</u> 加えて、いざという時に…
6	90	第3部 第1章 第3節 上から3行目	…の業務に従事した254名の消防団員が津波等により死亡・行方不明となり…	…の業務に従事した254名（そのうち公務災害補償請求認定は198件）の消防団員が津波等により死亡・行方不明となり…

No.	ページ	項目	修正内容	
			修正前	修正後
7	90	第3部 第1章 第4節 下から4行目	なお、惨事ストレス対策としての…	具体的な惨事ストレス対策の内容としては、各 地域の実情に応じて専門家による研修、個別相談、カウンセリング等が行われ、必要な場合には、継続的な支援・治療へとつながられるような取組が行われている。 なお、惨事ストレス対策としての…
8	95	第3部 第3章 第1節1-1 上から3行目	…可能性があることから、こうした災害現場に出場し、活動した場合には、隊長は各隊員の表情、顔色…	…可能性があることから、日頃から自由に話のできる、また、相互に支え合う風土を醸成し、こうした災害現場に出場し、活動した場合には、行動を共にしている隊長や隊員が相互に各隊員の表情、顔色…
9	98	第3部 第4章 第1節1-1 下から2行目	…30.7%となっている。	…30.7%となっている。さらに、「長期休暇の付与」という回答も42.4%となっており、組織として工夫しながら対応を検討していく必要がある。
10	98	第3部 第4章 第1節1-2 下から5行目	…できると思われる。	…できると思われる。また、派遣消防職員調査によれば、同僚と話せなかった経験、活動に対する自責感、家族のストレスや不安の認知等が、ストレスを残す要因になっていることも大いに考えられることから、今後は、同僚との自由な会話を促すような組織風土作りや、過度の自責感を和らげる周囲の対応、職員家族に対する情報提供やストレスケア等の対策が必要と考えられる。
11	99	第3部 第4章 第1節1-3 上から3行目	…希望するストレス緩和策として、「自由意思で参加する…	…希望するストレス緩和策として、「長期休暇の付与」と回答した消防職員の割合が46.9%、「自由意思で参加する…
12	99	第3部 第4章 第1節1-4 下から8行目	…都道府県レベルで対応する必要がある。	…都道府県レベルで対応する必要がある。また、被災地消防職員調査によれば、活動中に何らかの「力づけられたこと」や「心の支えになったこと」があった場合には、そのストレスは和らいでいた。一方で、勤続年数が長いベテラン職員、自身のケガや知人の行方不明や職場の流失などの過酷な被害に遭った職員、勤務において様々な苦労を体験した職員には、強いストレス反応が残っていた。特に、自責感を強く感じたり、身近な方を亡くされて深い喪失感を感じた職員には、外傷性ストレスが強く残っていた。そのため、こうした職員に対する惨事ストレス対策の充実が望まれる。
13	100	第3部 第4章 第2節2-2 上から5行目	…困難な状況であった。そこで、消防庁の「緊急時メンタルサポートチーム」を派遣し…	…困難な状況であった。そこで、消防庁と財団法人日本消防協会が協定を結び「緊急時メンタルサポートチーム」を派遣し…

大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会

報 告 書

(案)

平成 2 5 年 3 月

大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会

は　じ　め　に

消防職団員は、凄惨な災害現場などで悲惨な体験や恐怖などの体験により強い精神的ショック、ストレスを受けることがあり、このようなショック、ストレスを受けた場合には、身体、精神、情動又は行動に様々な障害が発生するおそれがあります。

消防職員の惨事ストレスについては、阪神・淡路大震災、地下鉄サリン事件、新宿歌舞伎町雑居ビル火災といった多数の死傷者が発生する事案の発生によってクローズアップされました。これを受けて、平成13年に「消防職員の現場活動に係るストレス対策研究会」を発足させ、全国の消防職員、消防本部、消防学校を対象とする大規模なアンケート調査及び研究を実施するとともに、惨事ストレス対策の推進について提言を行いました。また、あらかじめ登録した精神科医、臨床心理士等で構成された「緊急時メンタルサポートチーム」を創設し、消防職員が惨事ストレスにさらされる危惧のある災害が発生した場合、現地の消防本部等の求めに応じて同チームのメンバーを派遣し、必要な助言等を行ってきたところです。さらに、平成18年には「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」を発足させるなど、惨事ストレス対策の一層の推進に取り組んできました。

しかしながら、先般発生した東日本大震災は、大地震・大津波により2万人を超える死者・行方不明者が発生するなど、まさに未曾有の大災害であり、全国の消防職員が緊急消防援助隊として派遣され、被災地で過酷な任務に従事したほか、住民の避難誘導や水門閉鎖等の業務に従事した消防職団員が犠牲となるなど、消防職員のみならず、消防団員の惨事ストレスの発生も危惧されているところであります。

そこで、東日本大震災後における消防職団員の惨事ストレスの状況やこれまでの惨事ストレス対策の実施状況を踏まえつつ、大規模災害等に備えて国・都道府県・消防本部等の惨事ストレス対策の充実・強化を図ることを目的として「大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会」を発足させ、4回に渡って検討を重ねてきました。各都道府県、各消防本部等及び消防職団員に対してアンケート調査を実施するとともに、先進的な惨事ストレス対策を実施している消防本部等に対して調査を行うなど、効果的な惨事ストレス対策を検討し、併せて消防職員・消防団員等の対象者の特性を踏まえた惨事ストレス対策についても検討し、これらの検討の結果を報告書として取りまとめました。

各都道府県、各消防本部等におかれては、本報告書において提言された事項を参考にされ、それぞれの実情に応じた惨事ストレス対策を確立されるようお願いする次第です。

最後に、アンケート調査にご協力いただきました全国の消防職団員の皆様、各都道府県・各消防本部等の関係各位に対し、この場をお借りし、深く御礼申し上げます。

平成25年3月

大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会
座　長　丸　山　　晋

大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会報告書 目次

第1部 調査研究の概要

第1節 調査研究の趣旨と目的	1
第2節 研究会開催実績	1

第2部 消防職団員等に対する惨事ストレスに関する調査の結果

第1章 消防本部に対する実態調査	3
第1節 目的と実施方法	
第2節 調査結果	
第2章 消防職員（緊急消防援助隊派遣消防本部）に対する実態調査	15
第1節 目的と実施方法	
第2節 調査結果	
第3章 消防職員（被災地消防本部）に対する実態調査	38
第1節 目的と実施方法	
第2節 調査結果	
第4章 消防団に対する実態調査	59
第1節 目的と実施方法	
第2節 調査結果	
第5章 消防団員（被災3県）に対する実態調査	65
第1節 目的と実施方法	
第2節 調査結果	
第6章 都道府県に対する実態調査	77
第1節 目的と実施方法	
第2節 調査結果	
第7章 現地調査による取り組み事例の紹介	82
第1節 緊急消防援助隊派遣消防本部の取り組み事例	
第2節 被災地消防本部・消防団の取り組み事例	

第3部 消防職団員に対する惨事ストレス対策の課題と運用

第1章 消防職団員の惨事ストレス対策	89
第1節 惨事ストレス対策の理念	
第2節 消防職員に対する惨事ストレス対策	
第3節 消防団員に対する惨事ストレス対策	
第4節 惨事ストレス対策の体系等	

第2章 平常時（災害発生前）における惨事ストレス対策	91
第1節 消防本部	
第2節 消防団	
第3節 都道府県等	
第4節 消防庁	
第3章 通常災害発生時における惨事ストレス対策	95
第1節 消防本部	
第2節 消防団	
第3節 都道府県等	
第4節 消防庁	
第4章 大規模災害時発生等における惨事ストレス対策	98
第1節 消防本部	
第2節 消防団	
第3節 都道府県等	
第4節 消防庁	
参考資料	104
・ 取組事例集	
・ ○○県消防職団員惨事ストレス対策支援要綱（例）	
大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会構成員	129

第1部 調査研究の概要

第1節 調査研究の趣旨と目的

消防職員の惨事ストレス対策の調査研究については、平成13年度から14年度にかけて「消防職員の現場活動に係る惨事ストレス対策研究会」を開催し、消防職員の惨事ストレス対策のあり方を提言するとともに、平成17年度には「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」を開催し、消防職員の惨事ストレスが危惧される災害が発生した場合、現地の消防本部等へ精神科医等の専門家を派遣し、必要な助言等を行う制度の必要性が提言されたことから、「緊急時メンタルサポートチーム」を創設し、以後、JR福知山線の脱線事故や中国四川大地震等の際に惨事ストレス対策に取り組んできた。

こうした中、平成23年3月11日に発生した東日本大震災に際しては、岩手県、宮城県及び福島県（以下、「被災3県」という。）の消防本部及び消防団に緊急時メンタルサポートチームを延べ16回派遣するとともに、全国の消防職団員を対象とした惨事ストレスセミナーを被災3県及び全国主要都市において開催し、消防職団員の惨事ストレス対策を実施した。

本研究会は、東日本大震災後における消防職団員の惨事ストレスの状況やこれまでの惨事ストレス対策の実施状況を踏まえつつ、今後発生が危惧される首都直下地震、南海トラフ巨大地震等の大規模災害等に備え、国・都道府県・消防本部等の各般各層における惨事ストレス対策の充実・強化を図るため、次に掲げる研究項目を中心に、より効果的な惨事ストレス対策について調査研究を行ったものである。

【調査研究項目】

- ・ 惨事ストレス対策の実施体制の整備について
- ・ 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
- ・ 対象者の特性を踏まえた対策の実施について

第2節 研究会開催実績

研究会の経過は、次のとおりである。

第1回

日 付：平成24年6月7日

- 議 事：(1)これまでの消防庁における惨事ストレス対策について
(2)今後における主な検討事項について
(3)消防職団員等に対する惨事ストレス対策実態調査の実施について

第2回

日 付：平成24年7月18日

- 議 事：(1)第1回研究会での審議結果を踏まえた論点の整理及び方向性について
(2)東日本大震災における被災地消防本部の惨事ストレス対策について
(3)消防職団員等に対する惨事ストレス対策実態調査及び現地調査の実施方法について

消防本部等に対する惨事ストレス対策実態調査

日 付：平成 24 年 8 月 17 日～9 月 14 日

対 象：(1)各都道府県
(2)各消防本部
(3)被災 3 県内各消防団

消防職団員等に対する惨事ストレス対策実態調査

日 付：平成 24 年 9 月 21 日～10 月 19 日

対 象：(1)緊急消防援助隊派遣消防職員
(2)被災 3 県内消防職員
(3)被災 3 県内消防団員

惨事ストレス対策現地調査

日 付：(1)平成 24 年 10 月 31 日

(2)平成 24 年 11 月 6 日

(3)平成 24 年 11 月 14 日

対 象：(1)仙台市消防局（宮城県）・仙台市内各消防団（宮城県）・
亘理町消防団（宮城県）
(2)札幌市消防局（北海道）
(3)亀山市消防本部（三重県）・志摩広域消防組合消防本部（三重県）

第 3 回

日 付：平成 24 年 12 月 13 日

議 事：(1)大規模災害時等に係る惨事ストレス対策のあり方に関するアンケート調査
結果について
(2)大規模災害時等に係る惨事ストレス対策のあり方に関する現地調査結果及
びヒアリング調査結果について
(3)これまでの研究会での審議結果を踏まえた検討事項の方向性について
(4)大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会報告書目次（案）について

第 4 回

日 付：平成 25 年 2 月 12 日

議 事：(1)大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会報告書（案）について

第2部 消防職団員等に対する惨事ストレスに関する調査の結果

第1章 消防本部に対する実態調査

第1節 目的と実施方法

1-1 目的

全国の消防本部を対象として、消防職員の惨事ストレス対策の取組状況について、調査を行った。

なお、平成14年及び平成17年にも同種の調査を実施したところであり、今回の調査は平成17年に実施した調査結果と比較することで、惨事ストレス対策の取組の進捗状況についても把握することとした。

1-2 実施方法等

(1) 実施方法

全国すべての消防本部（791 消防本部）に回答を依頼した。

(2) 実施期間

平成24年8月17日に調査票を発送し、9月14日を回答の締め切りとした。

(3) 平成17年調査との相違

今回の調査は、平成17年の調査票を基に、東日本大震災に係る惨事ストレス対策の項目等を追加した。

(4) 調査項目の構成

上記目的に沿って表2-1-1に示す調査項目を用いた。

表2-1-1 調査票の構成（主な項目）

1 消防本部の状況

(1) 地域特性

(2) 消防本部の規模（消防職員数）

2 メンタルヘルスに関する施策の状況

(1) メンタルヘルス対策として実施している施策

(2) 健康管理スタッフの有無

3 惨事ストレスに関する意見

(1) 消防職員のストレス解消法

(2) 惨事ストレスに関する職員の意見や要望

(3) 惨事ストレス対策の導入・運営上の問題

(4) 惨事ストレス対策の導入・運営上の問題を解消するための意見

(5) 惨事ストレス対策に対する消防本部の意見

4 惨事ストレス対策実施状況

(1) 惨事ストレス教育の実施状況

(2) 対象とする職員

(3) 職員全体への教育

(4) 惨事ストレスを受けた職員の把握方法

- (5) 惨事ストレスを受けた職員へのケア
- (6) 惨事ストレス対策に関する規程、要綱又はマニュアル等の制定状況
- 5 東日本大震災後の惨事ストレス対策実施状況
 - (1) 被災地での活動状況
 - (2) 惨事ストレス対策の実施状況
 - (3) 惨事ストレス対策の実施時期
 - (4) 実施した惨事ストレス対策
- 6 自由意見
 - (1) 緊急時メンタルサポートチームに関する意見
 - (2) 惨事ストレスに関する意見

※ 質問項目については、平成 17 年調査とほぼ同一であるが、「5 東日本大震災後の惨事ストレス対策実施状況」等を新たに追加した。

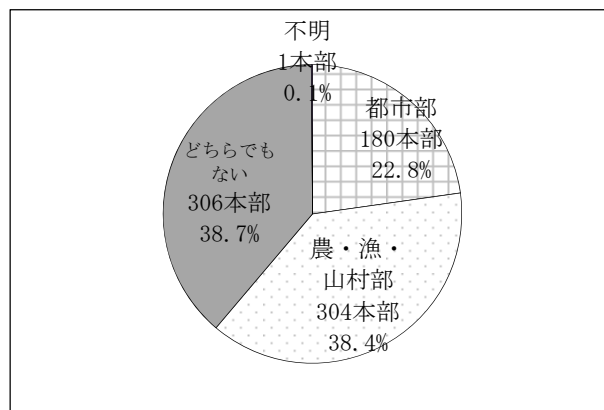
第 2 節 調査結果

本節では、各設問に対する各消防本部の回答の単純集計結果と、消防本部の規模別に見た比較結果を示す。本部の規模は、職員数に基づいて、99 人以下の小規模本部、100 人から 299 人の中規模本部、300 人以上の大規模本部の 3 層に分けて比較した。

なお、横棒グラフについては、上段が今回（平成 24 年実施）の調査結果、下段は前回（平成 17 年実施）の調査結果を示す。

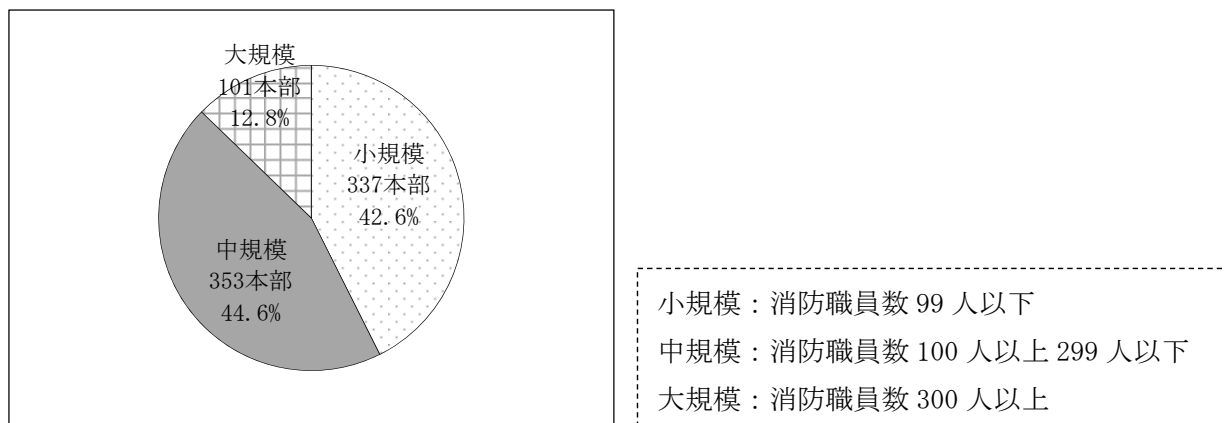
2-1 消防本部の状況

(1) 地域特性



(図 2-1-1) 地域特性 (N=791)

(2) 消防本部の規模（消防職員数）

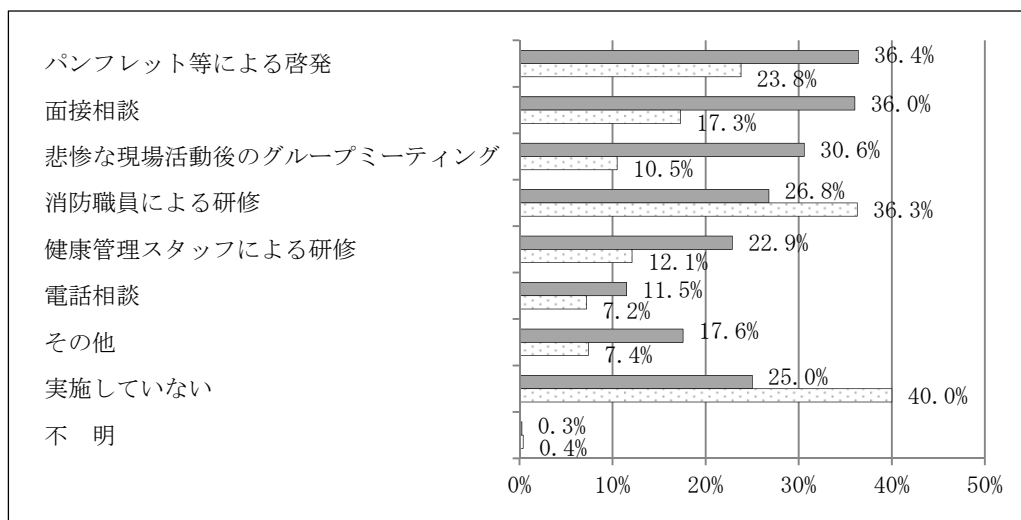


(図 2-1-2) 消防本部の規模（消防職員数）（N＝791）

2-2 メンタルヘルスに関する施策の状況

(1) 実施している施策

平成 17 年調査と比較すると、「施策を実施していない」が減少し（40.0%→25.0%）、「消防職員による研修」を除く各種施策が増加していた。



(図 2-1-3) 実施している施策（N＝791）

(2) 健康管理スタッフの有無

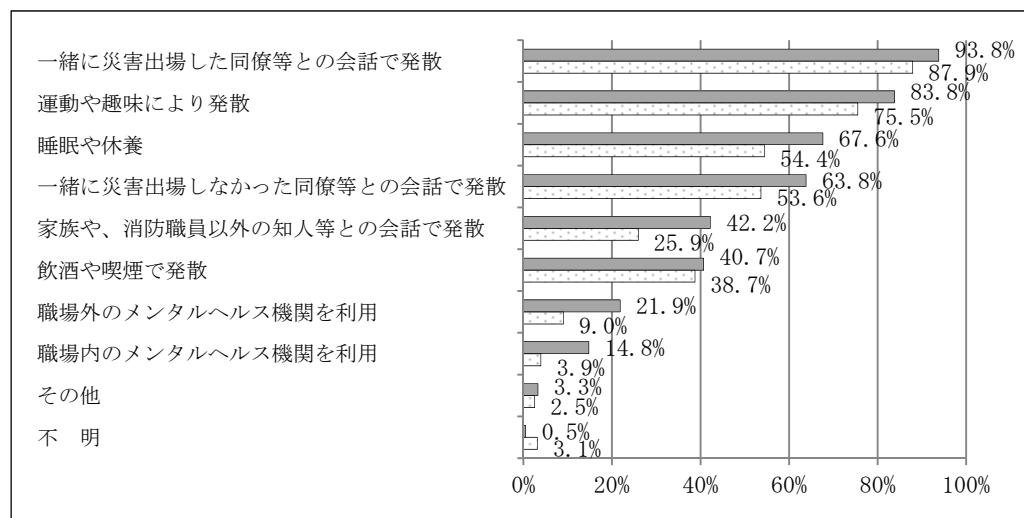
(表 2-1-2) 健康管理スタッフ (N=791)

スタッフ体制		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		合 計	
		今回	前回	今回	前回	今回	前回	今回	前回
産業医	精神科医	0.0%	0.0%	9.6%	1.3%	1.5%	3.5%	11.1%	4.8%
	精神科医以外の医師	0.0%	0.8%	36.8%	8.9%	4.6%	26.2%	41.3%	36.0%
産業医以外	精神科医	0.0%	0.0%	4.8%	0.7%	2.7%	4.9%	7.5%	5.6%
	精神科医以外の医師	0.0%	0.0%	0.4%	0.1%	0.3%	1.4%	0.6%	1.5%
臨床心理士		0.1%	0.1%	7.0%	0.4%	3.5%	3.3%	10.6%	3.8%
看護師・保健師		0.8%	0.9%	18.1%	1.4%	1.9%	8.9%	20.7%	11.2%
メンタルヘルスを担当する職員		4.8%	2.6%	9.4%	3.9%	1.5%	4.2%	15.7%	10.7%
その他		0.3%	0.3%	2.1%	0.5%	2.0%	1.2%	4.4%	2.0%

2-3 惨事ストレス全般

(1) 惨事ストレス解消方法

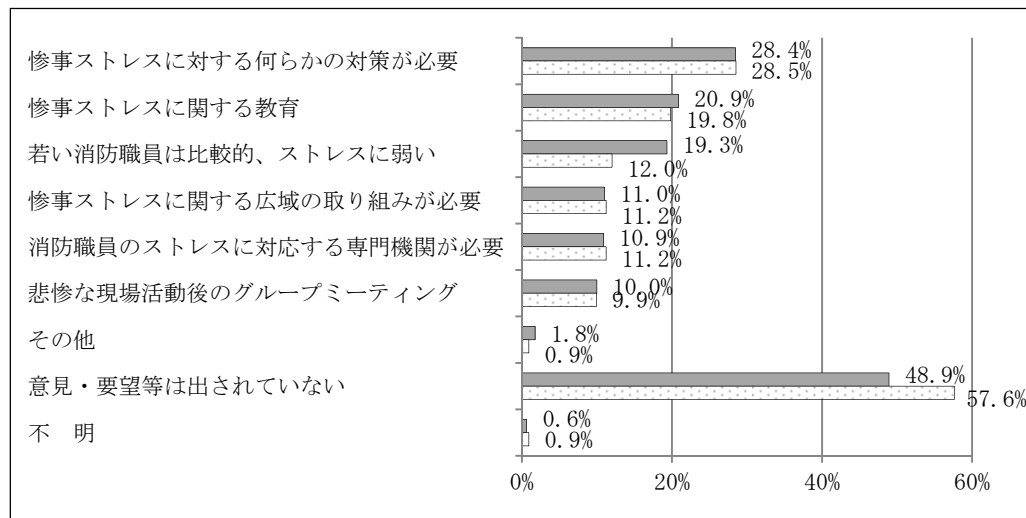
平成 17 年調査と比較すると、各解消方法とも増加していた。



(図 2-1-4) 惨事ストレス解消方法 (N=791)

(2) 惨事ストレスに関する職員の意見や要望

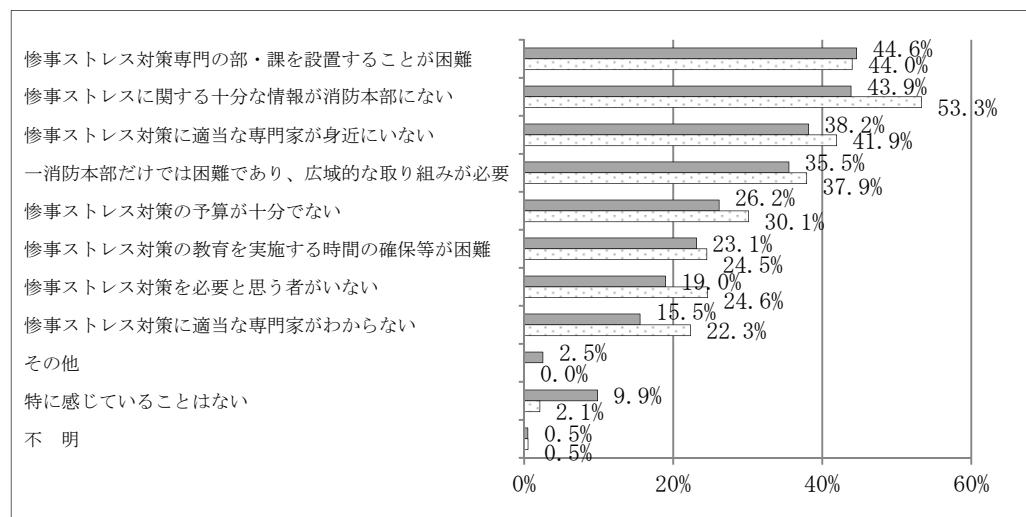
平成 17 年調査と比較すると、「意見・要望は出されていない」が減少し、半数を割っている。(57.6%→48.9%)



(図 2-1-5) 惨事ストレスに関する職員の意見や要望 (N=791)

(3) 惨事ストレス対策の導入・運営上の問題

平成 17 年調査と比較すると、「特に感じていることはない」が増加 (2.1%→9.9%) しているものの、その他の項目は概ね割合が減少していた。



(図 2-1-6) 惨事ストレス対策の導入・運営上の問題 (N=791)

(表 2-1-3) 消防本部規模別／惨事ストレス対策の導入・運営上の問題 (N=791)

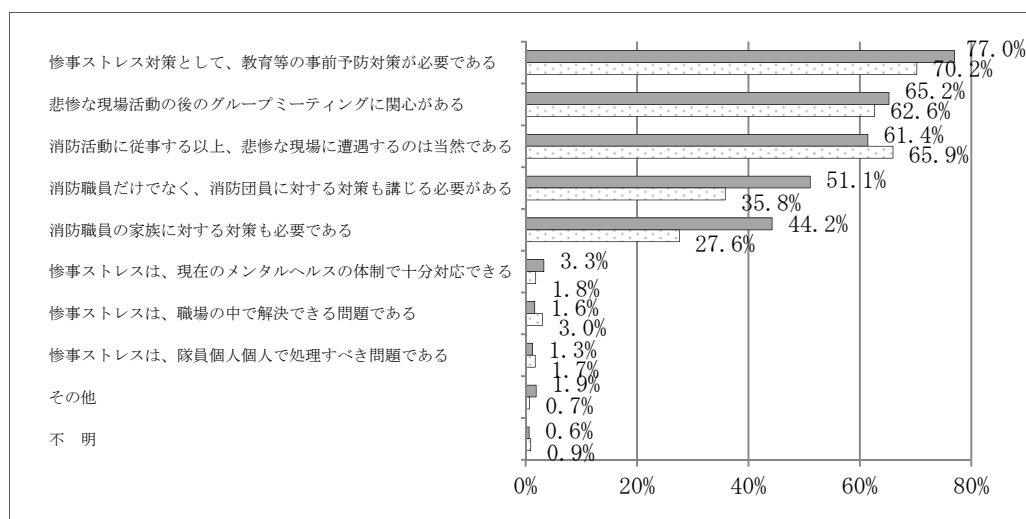
	設置することが難しい 惨事ストレス対策専門の部・課を	情報が消防本部にない 惨事ストレスに関する十分な	専門家が身近にいない 惨事ストレス対策に適当な	広域的な取り組みが必要 一消防本部だけでは困難であり、	でない 惨事ストレス対策の予算が十分	惨事ストレス対策の確保等が困難 する時間の確保等が困難 惨事ストレス対策の教育を実施	者がいない 惨事ストレス対策を必要と思う	専門家がわからない 惨事ストレス対策に適当な	その他	特に感じていることはない	不明
小規模	45.4%	51.3%	38.3%	43.6%	24.6%	24.6%	20.2%	18.4%	2.7%	8.6%	0.3%
中規模	45.6%	40.5%	39.1%	34.0%	28.9%	22.1%	19.0%	15.0%	1.7%	7.6%	0.8%
大規模	38.6%	30.7%	34.7%	13.9%	21.8%	21.8%	14.9%	7.9%	5.0%	21.6%	0.0%

(4) 惨事ストレス対策の導入や運営上の問題を解消するための意見（主なもの）

- ・ 広域的な取り組みが必要
- ・ 財政措置を望む
- ・ 研修の実施が必要
- ・ 惨事ストレス対策に関する人材育成が必要
- ・ 惨事ストレスに係る情報発信、情報提供を望む
- ・ 消防庁ホームページ等における普及啓発用資料の提供を望む
- ・ マニュアル、要綱等の整備が必要

(5) 惨事ストレス対策に対する消防本部の意見

平成 17 年調査と比較すると、「教育などの事前予防対策が必要」(70.2%→77.0%)、「消防団員に対する対策を講じる必要」(35.8%→51.1%)、「消防職員の家族に対する対策も必要」(27.6%→44.2%) の割合が特に増加している。



(図 2-1-7) 惨事ストレス対策に対する消防本部の意見 (N=791)

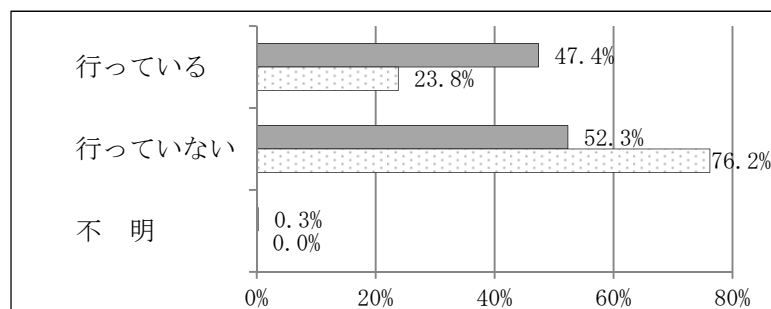
(表 2-1-4) 消防本部規模別／惨事ストレス対策に対する消防本部の意見 (N=791)

	事前予防対策が必要である 惨事ストレス対策として教育等の	ミーティングに関心がある 悲惨な現場活動後のグループ	現場に遭遇するのは当然である 消防活動に従事する以上、悲惨な	対する対策も講じる必要がある 消防職員だけでなく、消防団員に	必要である 消防職員の家族に対する対策も	ヘルスの体制で十分対応できる 惨事ストレスは、現在のメンタル	解決できる問題である 惨事ストレスは、職場の中で	処理すべき問題である 惨事ストレスは、隊員個人個人で	その他	不明
小規模	72.7%	60.2%	61.1%	51.9%	40.4%	3.3%	2.1%	0.9%	1.8%	0.6%
中規模	77.9%	70.3%	61.8%	48.4%	45.6%	2.8%	1.7%	2.0%	1.4%	0.8%
大規模	88.1%	64.4%	61.4%	57.4%	52.5%	5.0%	0.0%	0.0%	4.0%	0.6%

2-4 惨事ストレス対策実施状況

(1) 惨事ストレス教育の実施状況

平成 17 年調査と比較すると、「行っている」消防本部が、ほぼ倍増している。(23.8%→47.4%)

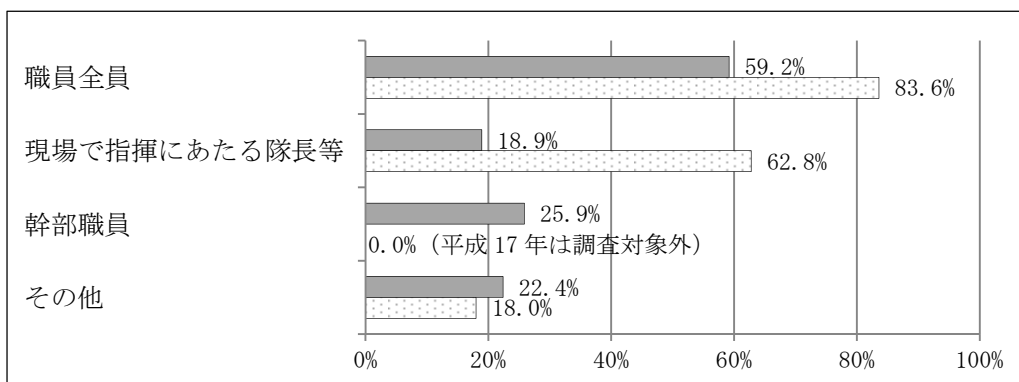


(図 2-1-8) 惨事ストレス教育の実施状況 (N=791)

(表 2-1-5) 消防本部規模別／惨事ストレス教育の実施状況 (N=791)

	行っている	行っていない	不明
小規模	36.2%	63.8%	0.0%
中規模	50.7%	48.7%	0.6%
大規模	73.3%	26.7%	0.0%

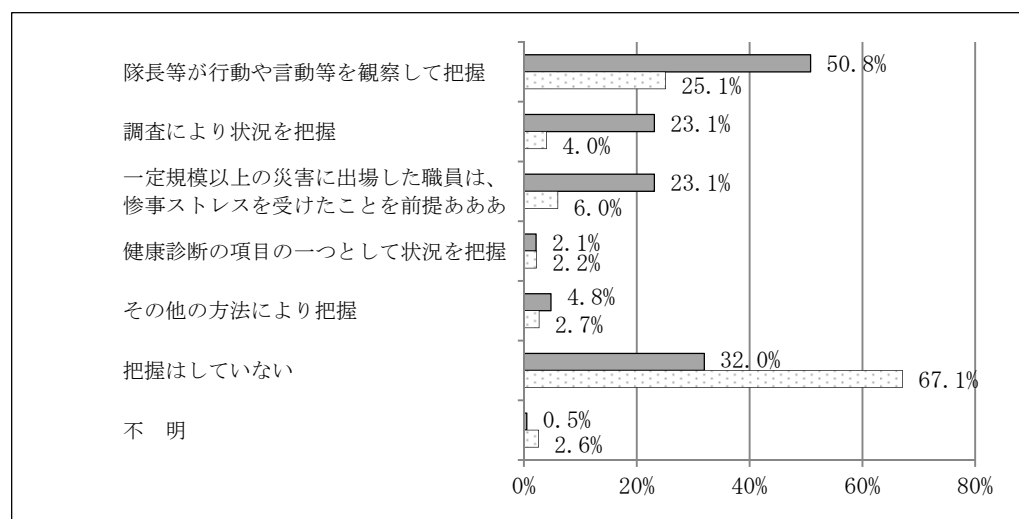
(2) 対象とする職員



(図2-1-9) 対象とする消防職員 (N=375)

(3) 惨事ストレスを受けた消防職員の把握方法

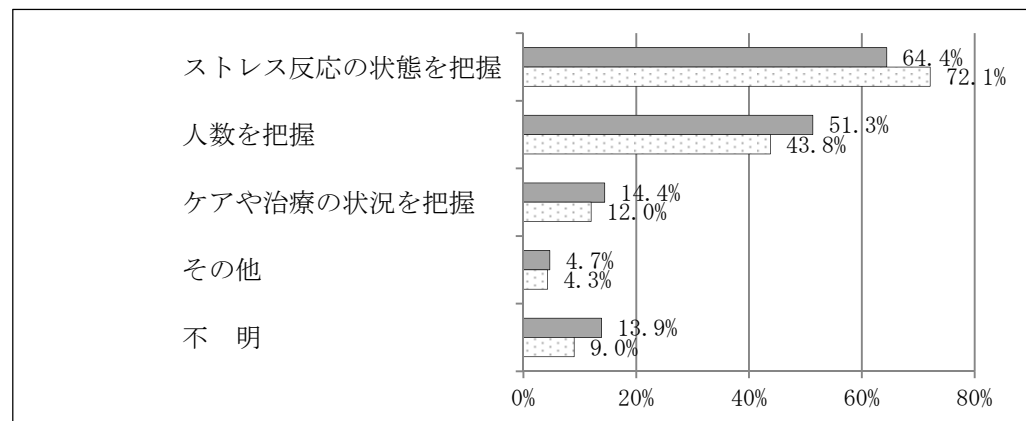
平成17年調査と比較すると、「隊長等が行動や言動等を観察して把握」(25.1%→50.8%)、「調査により状況を把握」(4.0%→23.1%)、「一定規模以上の災害に出場した職員は、惨事ストレスを受けたことを前提として把握」(6.0%→23.1%)などが増加し、「把握はしていない」が減少している。(67.1%→32.0%)



(図2-1-10) 惨事ストレスを受けた消防職員の把握方法 (N=791)

(4) 把握している内容

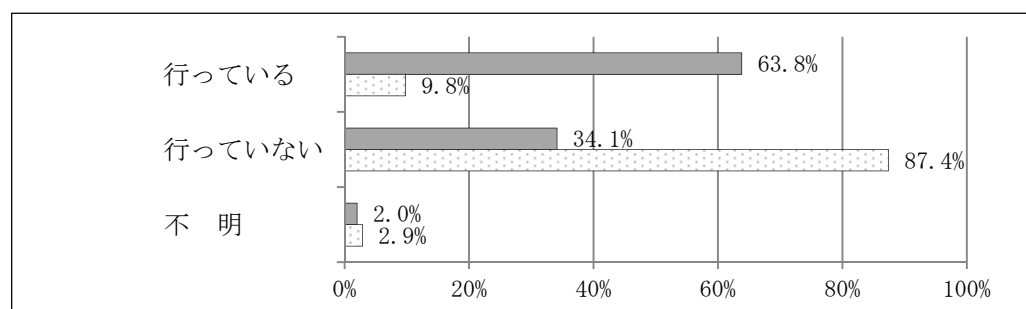
平成 17 年調査と比較すると、「人数を把握している」(43.8%→51.3%)、「ケアや治療の状況を把握している」(12.0%→14.4%)の割合が増加し、「ストレス反応の状態を把握している」(72.1%→64.4%)の割合が減少していた。



(図 2-1-11) 把握している内容 (N=534)

(5) 惨事ストレスを受けた職員へのケア

惨事ストレスを受けた職員に対して、「ケアを行っている」消防本部は、平成 17 年の調査から大きく増加 (9.8%→63.8%) していた。

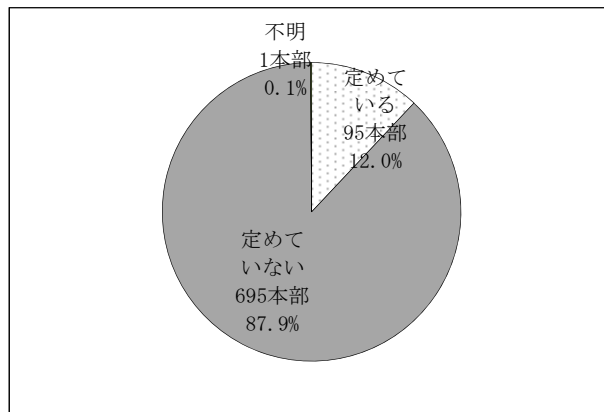


(図 2-1-12) 惨事ストレスを受けた職員へのケア (N=791)

(表 2-1-6) 消防本部規模別／惨事ストレスを受けた職員へのケア (N=791)

	行 っ て い る	行 っ て い な い	不 明
小規模	52.2%	46.0%	1.8%
中規模	67.1%	30.0%	2.8%
大規模	91.1%	8.9%	0.0%

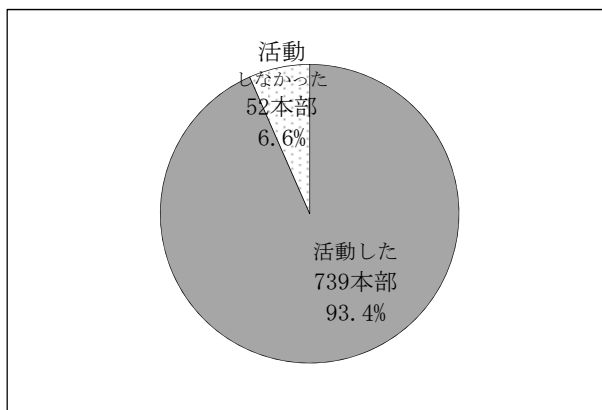
(6) 惨事ストレス対策に関する規程、要綱又はマニュアル等の制定状況



(図 2-1-13) 惨事ストレス対策に関する規程、要綱又はマニュアル等制定状況 (N=791)

2-5 東日本大震災後の惨事ストレス対策実施状況

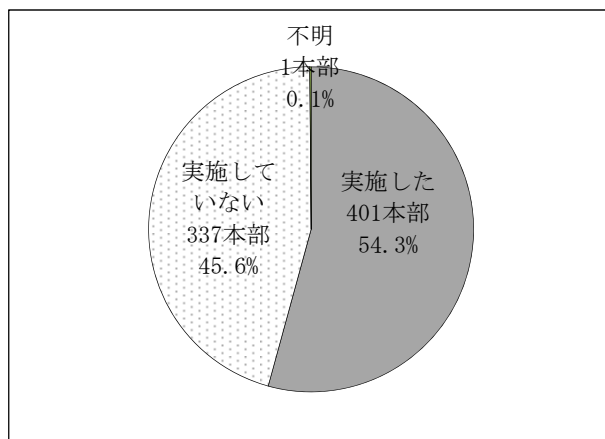
(1) 被災地での活動状況



(図 2-1-14) 被災地での活動状況 (N=791)

(2) 惨事ストレス対策の実施状況

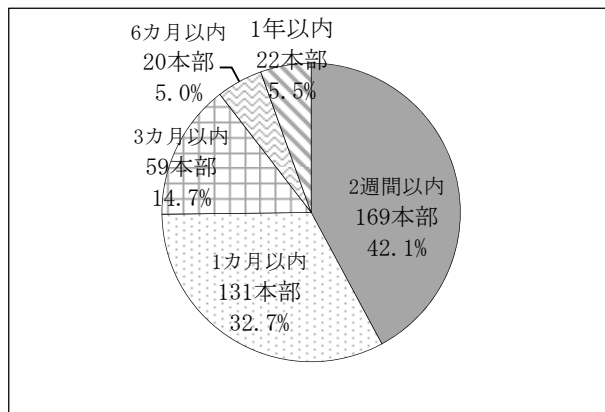
被災地で活動した 739 本部に東日本大震災後の惨事ストレス対策実施状況を聞いたところ、54.3%にあたる 401 消防本部が実施していた。



(図 2-1-15) 惨事ストレス対策実施状況 (N=739)

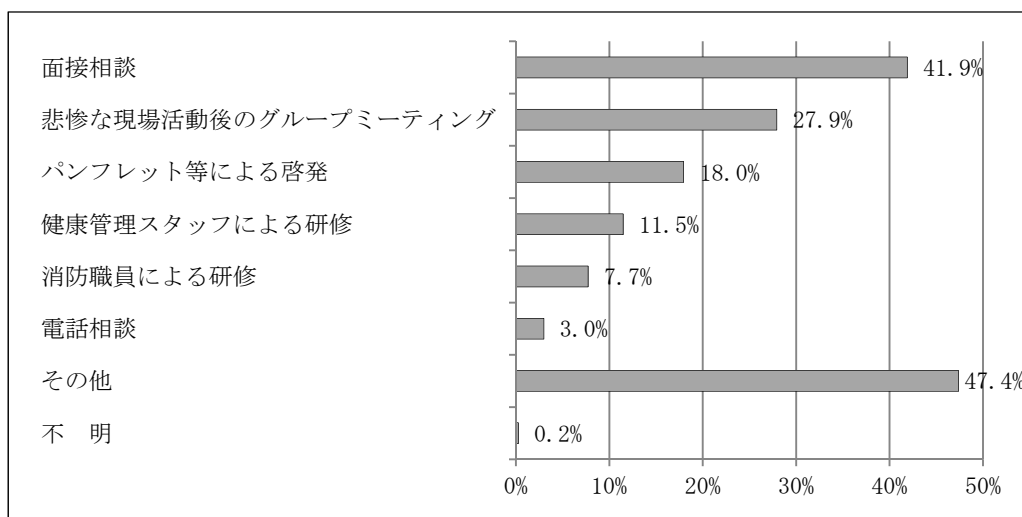
※東日本大震災被災地において活動した消防本部を対象

(3) 惨事ストレス対策の実施時期



(図 2-1-16) 惨事ストレス対策の実施時期 (N=401)

(4) 実施した惨事ストレス対策



※「その他」の内訳：チェックリストによる経過観察、専門家によるケア・研修、休養の付与等

(図 2-1-17) 実施した惨事ストレス対策 (N=401)

2-6 自由意見

(1) 緊急時メンタルサポートチームに関する意見 (主なもの)

- ・ 惨事ストレスの発生が懸念される事案が発生した場合は活用したい
- ・ 制度の周知、啓発を望む
- ・ 派遣体制の強化を望む
- ・ メンバーの増員を望む
- ・ 派遣事例の周知を望む

(2) 惨事ストレスに関する意見（主なもの）

- ・ 惨事ストレス対策の広域的な取り組みが必要
- ・ 惨事ストレスマニュアル等の策定が必要
- ・ 惨事ストレスに関する情報共有が必要
- ・ 職員研修の充実が必要

第2章 消防職員（緊急消防援助隊派遣消防本部）に対する実態調査

第1節 目的と実施方法

1-1 目的

東日本大震災により緊急消防援助隊として派遣された消防職員のストレスの実態や対策を把握するため、調査を行った。

1-2 実施方法等

(1) 実施方法

調査対象者は、緊急消防援助隊として職員を派遣した消防本部の消防職員（延べ人員約30,000人）から、消防司令以下の消防職員640名を無作為抽出した。抽出にあたっては、地方ブロックごとに4から7消防本部を選別し、消防本部の規模別に抽出数を決めた。

調査票は、自記式質問紙で、対象となった消防本部を通じて、対象職員に配布し調査票の取りまとめを行う調査会社に、記入した本人が郵送する方法で回収した。回答に関する質問や問い合わせは、消防庁消防・救急課が電話で応対した。また、倫理的配慮として、回答は無記名で行い、調査票の表紙に調査の目的及び調査への協力は任意であり協力しなくても何ら不利益を被らないことを明記するとともに、調査によって何らかの心身の変調を来した場合の連絡先を添付し、利用を促した。

(2) 実施期間

平成24年9月21日に質問票を発送し、回答は10月19日締め切りとしたが、10月31日まで返送された票を集計対象とした。

(3) 調査項目の構成

上記目的に添って、表2-1に示す調査項目を用いた。ただし、表2-1には、今回の分析対象となった主な項目のみを掲載している。

表 2-1 質問紙の構成（主な項目）

- 1 回答者の属性
 - (1) 性別（問 18 付問 1）
 - (2) 年齢（問 18 付問 2）
 - (3) 勤務種別（問 18 付問 3）
 - (4) 階級（問 18 付問 4）
 - (5) 通算勤続年数（問 18 付問 5）
 - (6) 出場回数（問 18 付問 6）
 - (7) 婚姻状態（問 18 付問 7）
 - (8) 同居家族（問 18 付問 8）
- 2 所属本部の特性
 - (1) 地域特性（問 1 <地方>）
 - (2) 本部の規模（問 1 <消防職員数>）
- 3 派遣の状況（問 2、問 3、問 4）
- 4 被災地の状況
 - (1) 現場での体験（問 5）
 - (2) 現場活動による症状（問 6）
 - (3) 活動中支えになったこと（問 7）
- 5 帰署後でのストレス
 - (1) 帰署後のストレスの原因（問 8）
 - (2) ストレス対処行動（問 9）
- 6 ストレス緩和対策
 - (1) 消防本部から用意された対策及び参加した対策（問 10、問 11）
 - (2) ストレス緩和対策に関する感想（問 12）
- 7 被災地への派遣による家族の不安（問 13）
- 8 改訂出来事インパクト尺度（問 14）
- 9 K 6 質問票日本語版（問 16）
- 10 災害活動の評価・成果（問 17、問 18）
- 11 惨事ストレスに関する意見（問 19、問 20）

表 2-1 に示す項目は、大半が 2003 年の報告書に採用された項目を基に被災地の状況に合わせて修正して作成した。また、以下に示す項目は、既存の研究結果から引用して使用している。

K 6 質問票日本語版（Kessler' s 6、以下 K 6 と略記）（問 14）は、Kessler et al. (2002) が開発した抑うつ・不安を測定する 6 項目の尺度であり、過去 1 ヶ月の抑うつ、不安症状を評価する。日本語版は古川ら（2003）により作成され、信頼性、妥当性が確認されている。

改訂出来事インパクト尺度（Impact of Event Scale Revised、以下 IES-R と略記）（問 15）は、Horowitz et al. (1979) が作成した再体験（侵入）と回避を測定する 2 尺度に、Weiss & Marmar (1997) が覚醒亢進尺度を追加して、完成させた尺度である。この尺度は、惨事ストレスを受けた後の心理を測定するために多く用いられている（松井・畑中、2003）。日本では兵庫県精神保健協会こころのケアセンター（2000）において、阪神・淡路大震災が地元消防職員に及ぼした心理的影響を測定するために使用されている。本調査では、飛鳥井(1999)が訳出した尺度を使用した。

(4) 対象者数と回答者数

調査の対象となった人数は 640 名で、回収数は 538 名であった。有効回答者は 538 名となり、有効回答率は 84.1%であった。

第2節 調査結果

本節では、各設問に対する回答の単純集計結果と、個人属性別にみた比較結果を示す。なお、比較結果は、統計的有意水準 5%を基準として、統計的検定を行い、有意な偏りが見られたものののみ記述する。

2-1 回答者の属性及び消防本部の特性

回答者の属性及び消防本部の特性を表 1-2 に示す。

表 2-2 回答者の属性及び消防本部の特性

		n	%			n	%
性別	男性	531	98.7	地方	北海道	27	5.0
	女性	3	.6		東北	34	6.3
年齢	20代	67	12.5		関東	231	42.9
	30代	224	41.6		信越・北陸	33	6.1
	40代	153	28.5		東海	5	.9
	50代以上	87	16.2		近畿	100	18.6
勤務種別	交代	429	79.7	中国・四国	中国・四国	68	12.6
	日勤	103	19.1		九州・沖縄	35	6.5
階級	消防士	30	5.6	職員数	50人未満	13	2.4
	消防士長	224	41.6		50～99人	64	11.9
	(副士長を含む)				100～199人	39	7.2
	消防司令補	180	33.5		200～299人	151	28.1
	消防司令	95	17.7		300～499人	9	1.7
通算勤続年数	9年以下	112	20.8		1000人以上	255	47.4
	10～19年	181	33.6				
	20～29年	146	27.1				
	30年以上	90	16.7				
婚姻状態	未婚	51	9.5				
	既婚	467	86.8				
	死別	2	.4				
	離別	9	1.7				
同居家族	夫・妻	455	84.6				
	子供	396	73.6				
	父母	113	21.0				
	(義父母を含む)						
	兄弟・姉妹	11	2.0				
	その他	17	3.2				

(1) 回答者の属性

回答者の属性は、「男性」98.7%、「女性」0.6%と、男性が大半を占めていた。回答時の年齢は、「20代」12.5%、「30代」41.6%、「40代」28.5%、「50代以上」16.2%であった。回答時の勤務種別は「交代制」79.7%、「日勤」19.1%と、交代制が多かった。回答時の階級は、「消防士」5.6%、「消防士長（副士長を含む）」41.6%、「消防司令補」33.5%、「消防司令」17.7%であった。なお、消防司令長以上の階級は、本調査の調査対象に含まれていない。

勤続年数は「10～19年」層が33.6%で最も多く、最も少ない層が「30年以上（16.7%）」であり、ほぼ均等に分布していた。派遣回数は、平均して、月に3.31回であった。なお、週を単位とした回答は、4.3倍して月を単位とした回答に換算している。

婚姻状態は、「既婚」（86.8%）が大半を占め、「未婚」（9.5%）は1割台に満たなかった。「死別」（0.4%）、「離別」（1.7%）は合わせても2%弱で少なかった。同居家族は、「夫・妻」（84.6%）と「子供」（73.6%）が最も多く、「父母（義父母を含む）」（21.0%）と同居しているものは2割台であった。「兄弟・姉妹」（2.0%）は1割に満たなかった。

(2) 所属消防本部の特性

所属消防本部が所在する地方は、「関東」（42.9%）、「近畿」（18.6%）、「中国・四国」（12.6%）と、関東地方が最も多かった。所属本部の職員数は、「1000人以上」（47.4%）の大規模本部が最も多く、「200～299人」（28.1%）がその次ぎとなっていた。100人未満の小規模本部（「50人未満」（2.4%）、「50～99人」（11.9%））は1割台であった。

2-2 派遣の状況

(1) 被災地に派遣された時期（問2）

「1週間後～2週間以内（3月18日～24日）」（38.3%）が最も多く、「4日～1週間以内（3月14日～17日）」（30.1%）も多かった。

表 2-3 派遣時期

	n	%
発災後3日以内（3月11日～13日）	126	23.4
4日～1週間以内（3月14日～17日）	162	30.1
1週間後～2週間以内（3月18日～24日）	206	38.3
3週間～1か月以内（3月25日～4月11日）	87	16.2
1か月後以降（4月12日以降）	39	7.2
その他	1	0.2

(2) 派遣回数と現地での活動日数（問3）

派遣回数は「1回」（87.2%）が最も多く、3回以上の派遣は1.1%で少なかった。現地での活動日数は、「3日」（35.9%）、「5日以上」（27.1%）の順で多かった。

表 2-4 派遣回数及び現地での活動日数

		n	%
派遣回数	1回	469	87.2
	2回	62	11.5
	3回以上	6	1.1
現地での活動日数	1日	20	3.7
	2日	75	13.9
	3日	193	35.9
	4日	96	17.8
	5日以上	146	27.1

(3) 派遣の状況（問4）

派遣の状況においては、8割以上の回答者が「命令として行った」（82.2%）が、「志願して行った」も14.3%あった。

表 2-5 派遣状況

	n	%
命令として行った	442	82.2
志願して行った	77	14.3
その他	18	3.3

2-3 被災地の状況

(1) 現場での体験（問5）

災害の概要については、「大規模な津波の被災地だった」（76.4%）が最も多く、災害の状況では「余震がひどかった」（54.8%）、「泥等のため、作業しにくかった」（42.9%）が最も多く挙げられた。活動状況や活動中の出来事をみると、「死体を見た、あるいは死体に触れた」（34.8%）、「災害活動中、現場での情報が著しく不足した」（32.3%）などの現場活動に係るものと、「また津波がくるかもしれない危険性があった」（32.7%）「放射能に暴露される危険性があった」（29.7%）など東日本大震災特有の出来事に関わるもの、また、「遺族や被災者が哀れであった」（31.4%）など遺族や被災者に関わるものが2～3割と比較的多かった。

<災害の概要>

大規模な津波の被災地だった

大規模な地震の被害地だった

原子力発電所の事故現場だった

死体が凄惨（せいさん）あるいは衝撃的な災害

火災が発生した

<災害の状況>

余震がひどかった

泥等のため、作業しにくかった

暗い中で作業した

死傷者がいる所で、長時間作業をした

換気が良くなかった・強い異臭がした

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>

死体を見た、あるいは死体に触れた

また津波がくるかもしれない危険性があった

災害活動中、現場での情報が著しく不足した

遺族や被災者が哀れであった

放射能に暴露される危険性があった

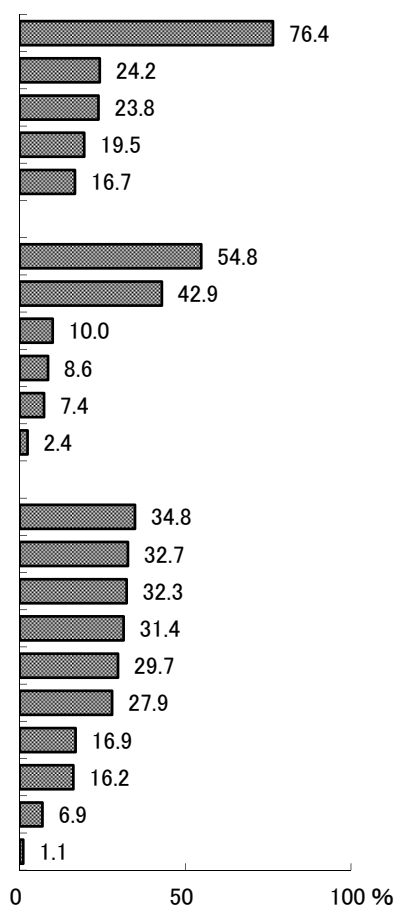
ふだんの震災より過度に体力を消耗した

長時間にわたる活動で人員交代がなかった

身体への大きな危険を感じた

上記以外で、精神的に衝撃的だったことがあった

マスコミの取材や取材ヘリの騒動に、活動を妨げられた



問5 その現場で、以下のような体験がありましたか

(2) 現場活動による症状（問6）

現場活動中の感情状態は、「活動中、見た情景が現実のものと思えなかった」（42.4%）、「被災者や遺族に強く同情した」（40.0%）が4割程度と多かった。また、「強い余震が心配だった」（33.5%）、「放射能による汚染が心配だった」（29.9%）、「また津波が来るのではないかと不安だった」（26.6%）など、東日本大震災特有の現場状況に関する心配が多く挙げられた。さらに、活動後の感情状態については、「もっと役に立てないのかと自責の念にかられた」（44.4%）が最も多く、「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」（17.3%）など、自責の感情に関する回答が目立った。

<身体症状>

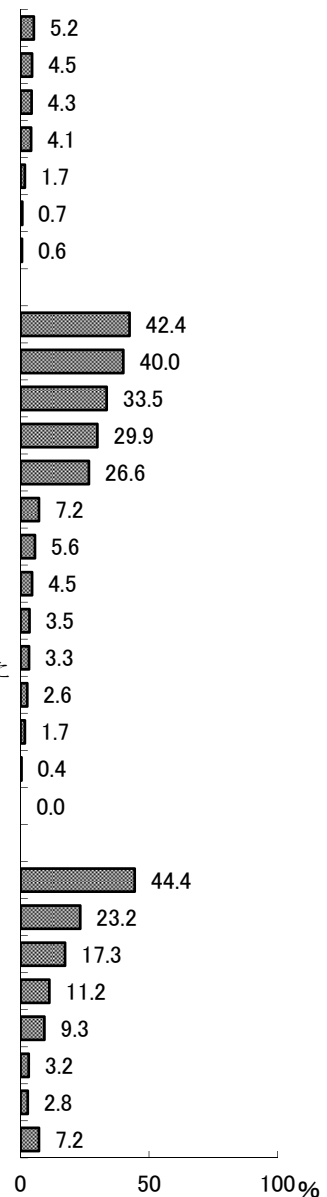
寒い日なのににおびたしい汗をかいた
胃がつかえたような感じがした
活動中、一時的に頭痛がした
強い動悸（どうき）がした
隊長や同僚の指示が聞こえづらくなったり、音がよく聞こえなくなった
身震いや痙攣（けいれん）を起こした
現場で吐き気をもよおした

<活動中の感情状態>

活動中、見た情景が現実のものと思えなかった
被災者や遺族に強く同情した
強い余震が心配だった
放射能による汚染が心配だった
また津波が来るのではないかと不安だった
一時的に時間の感覚が麻痺（まひ）した
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
現場が混乱し、圧倒されるような威圧感を受けた
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
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
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
活動中、わけもなく怒りがこみあげてきた
気が動転して方向や場所が分からなくなった
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

<活動後の感情状態>

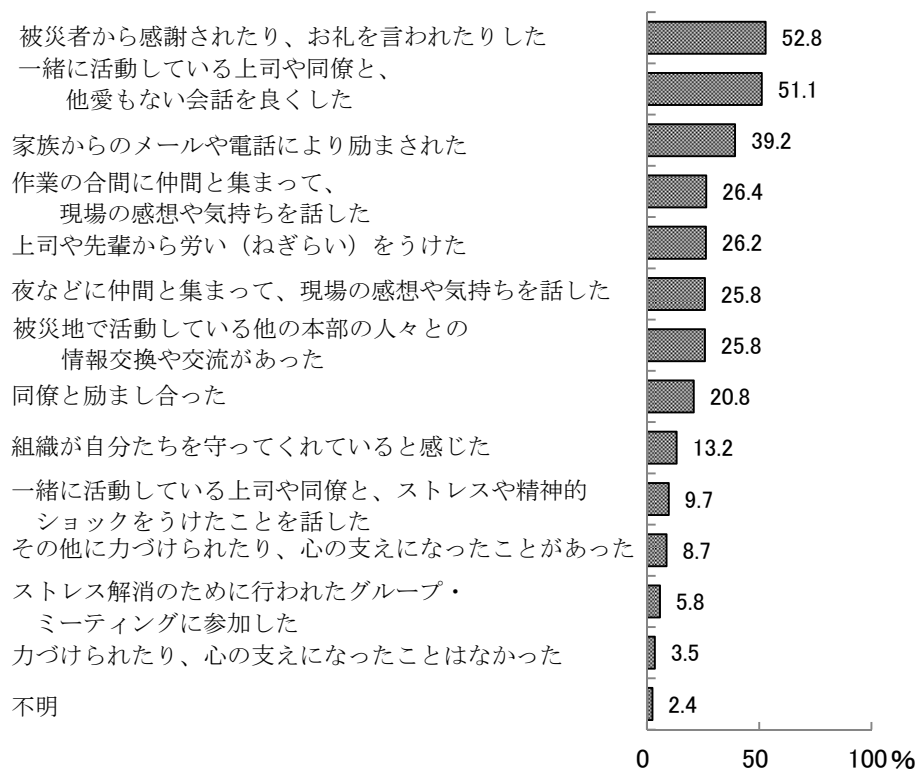
もっと役に立てないのかと自責の念にかられた
現地であまり眠ることができなかった
活動が実を結ばない結果に終わり、絶望や落胆を味わった
涙がとまらなくなったり、涙もろくなったりした
活動中に受けた衝撃が、数時間しても目の前から消えなかった
その他
不明（無回答等）
以上のような症状や状態は全くなかった



問6 その現場活動で、以下のようなことがありましたか

(3) 活動中支えになったこと（問7）

活動中の支えとなったこととしては、「被災者から感謝されたり、お礼を言われたりした」（52.8%）、「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」（51.1%）が過半数を超えており、「家族からのメールや電話により励まされた」（39.2%）が約4割となっていた。その他に、「上司や先輩から労い（ねぎらい）をうけた」（26.2%）、「夜などに仲間と集まって、現場の感想や気持ちを話した」（25.8%）、「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」（25.8%）、「同僚と励まし合った」（20.8%）などが活動中の支えとなっていた。

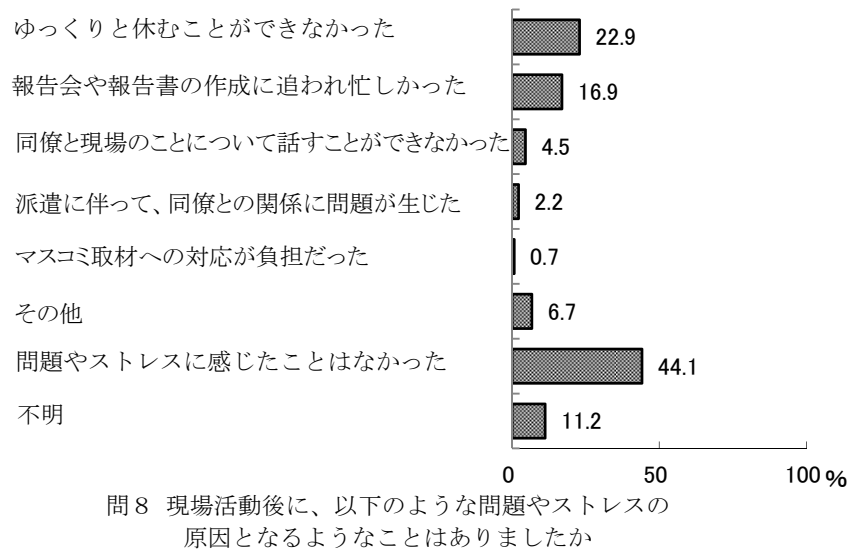


問7 活動中、力づけられたり、心の支えになったりしたことはありましたか

2-4 帰署後のストレス

(1) 帰署後のストレスの原因（問8）

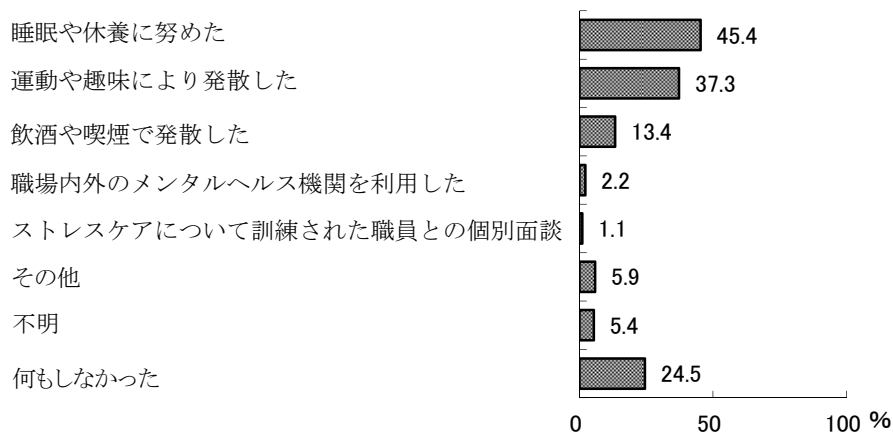
現場活動後に問題やストレスと感じたことをみると、「問題やストレスを感じたことはなかった」は全体の4割を超え、「不明」（11.2%）を除いた約5割の回答者が何らかの問題やストレスを感じていた。回答されたストレスの原因は、「ゆっくり休むことができなかった」（22.9%）、「報告会や報告書の作成に追われ忙しかった」（16.9%）が2割程度であり、活動後の忙しさをストレスの主な原因として感じていた。



(3) ストレス対処行動 (問9)

ストレス症状を解消するために行った行動をみると、「何もしなかった」(24.5%)は2割強にとどまり、少なくとも7割の者が何らかのストレス解消行動をとっていた。ストレス対処行動として取られた行動は、「睡眠や休養に努めた」(45.4%)が全体の4割強と多く、次いで「運動や趣味により発散した」(37.3%)が多かった。

一方、「職場内外のメンタルヘルス機関を利用した」(2.2%)、「ストレスケアについて訓練された職員との個別面談」(1.1%)は合わせても5%に満たず、少なかった。

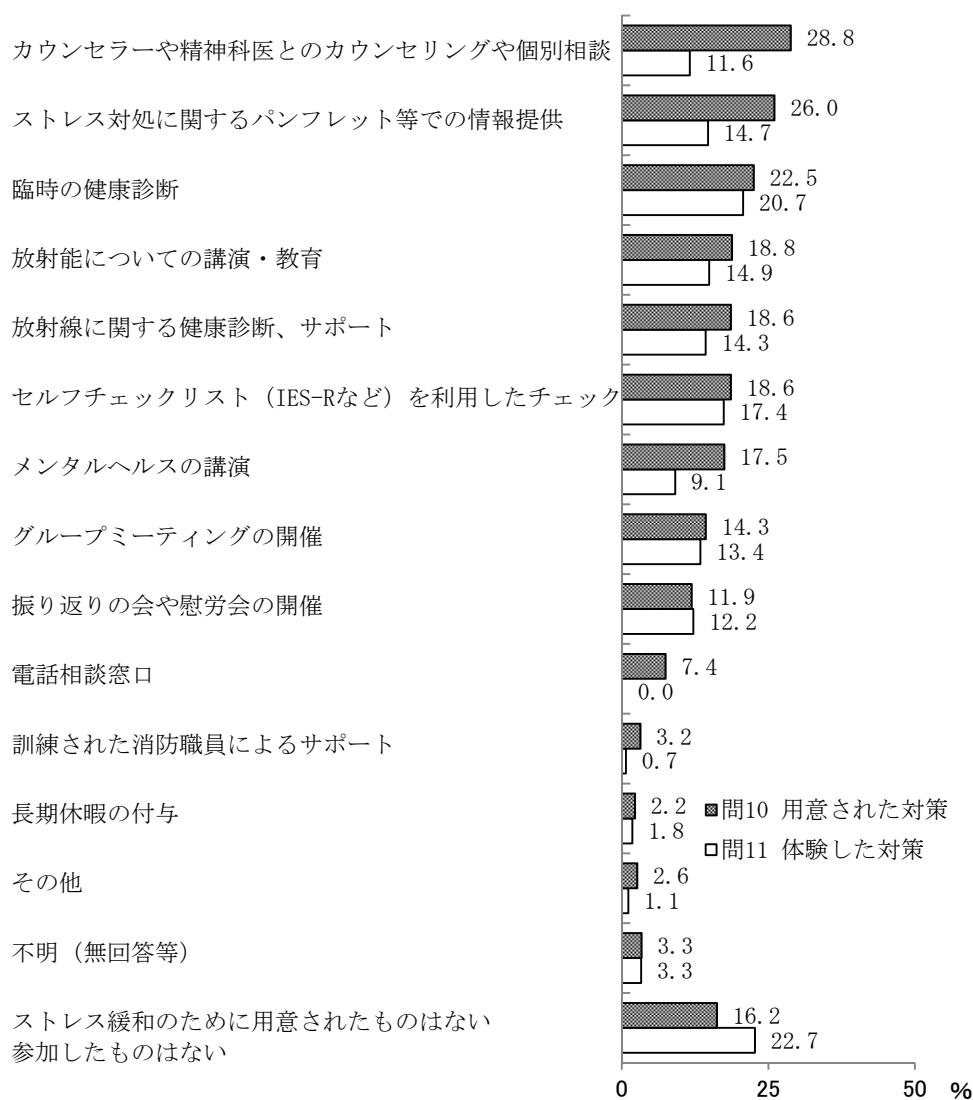


2-5 ストレス緩和対策

(1) 消防本部から用意された対策及び参加した対策（問 10、問 11）

所属消防本部で「ストレス緩和のために用意された対策はない」と回答率は 16.2%にとどまり、8 割以上の回答者が何らかの対策を用意されていた。用意された対策の内容としては「カウンセラーや精神科医とのカウンセリングや個別面談」が 28.8%で最も高く、「ストレス対処に関するパンフレット等での情報提供」(26.0%)、「臨時の健康診断」(22.5%)、「放射能についての講演・教育」(18.8%)、「放射能に関する健康診断、サポート」(18.6%)、「セルフチェックリスト（IES-R など）を利用したチェック」(18.6%)、などが挙げられた。

また、実際に参加した対策については、22.7%の回答者が「実際に参加した対策はない」と答え、7 割以上の回答者が何らかの対策に参加したと回答していた。「臨時の健康診断」への参加率が 20.7%で最も多く、「セルフチェックリスト(IES-R など)を利用したチェック」(17.4%)が続いていた。

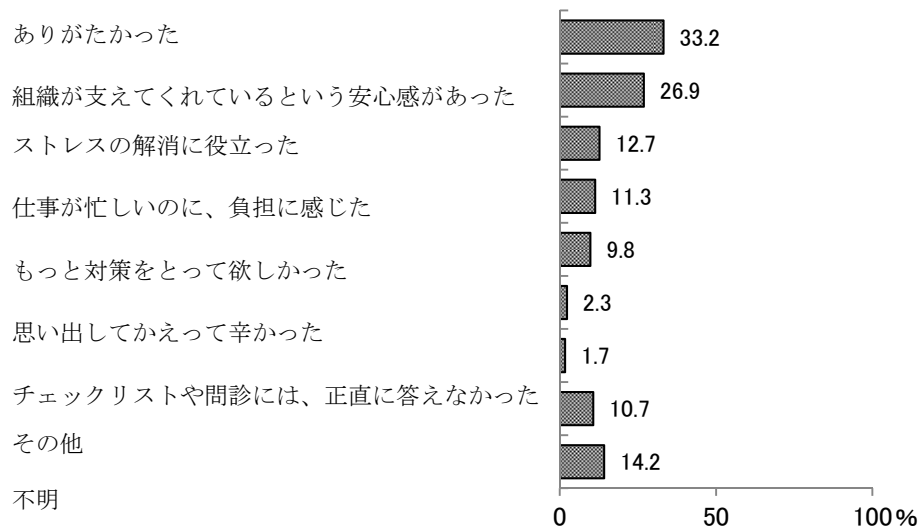


問10 あなたの消防本部では、ストレス緩和のために対策が用意されていましたか

問11 あなたが実際に体験した、参加された対策はありますか

(2) ストレス緩和対策に関する感想（問 12）

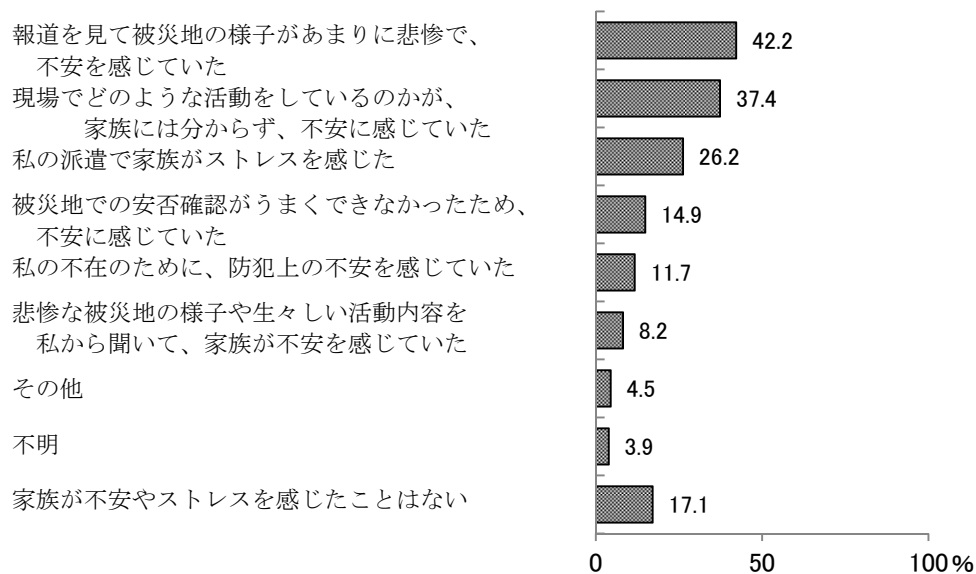
実際に何らかのストレス対策に参加した回答者（N=346）を対象にストレス対策に関する感想を尋ねた。その結果、「ありがたかった」（33.2%）と、「組織が支えてくれているという安心感があった」（26.9%）が多かった。その他には、「ストレス解消に役立った」（12.7%）などの意見があった。



問 1 2 ストレス緩和対策に関する感想

2-6 被災地への派遣による家族の不安（問 13）

「家族が不安やストレスを感じたことはない」は 17.1%にとどまり、8 割以上が被災地への派遣による家族の不安やストレスを認知していた。具体的には、「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」（42.2%）、「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」（37.4%）、「私の派遣で家族がストレスを感じた」（26.2%）などの回答が多かった。

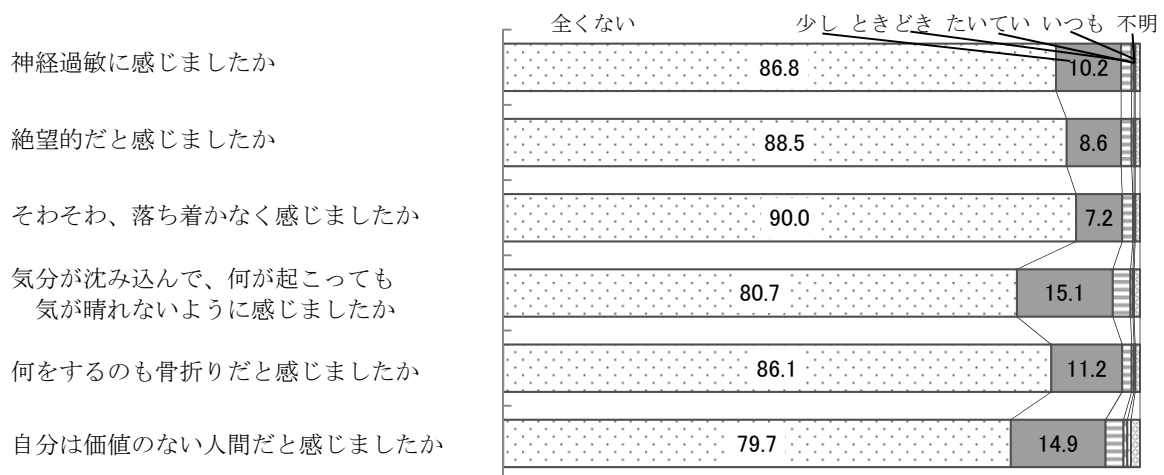


問 1 3 あなたの派遣で御家族が不安やストレスを感じられたこと

2-7 K 6 質問票日本語版 (問 16)

K 6 質問票日本語版 (Kessler's 6、以下 K 6 と略記) (問 14) は、Kessler et al. (2002) が開発した尺度で、古川ら (2003) が日本語版を作成した。抑うつ・不安を測定する 6 項目の尺度であり、過去 1 ヶ月の抑うつ、不安症状を評価する。

使用した 6 項目全てにわたり、「全くない」が 7 割強～9 割程度であり、少なくとも 1 割以上の者が何らかの症状を「少し」以上感じていた。特に「自分は価値のない人間だと感じた」症状は 2 割程度が経験していた。



問 1 6 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。

被災地消防職員と同様に K 6 を得点化し、ストレスが低く、健康な状態 (0～4 点)、心理的ストレスの高い状態 (5～9 点)、うつ病や不安障害が疑われる状態 (10～12 点)、うつ病や不安障害が強く疑われる状態 (13～24 点) の 4 群に分類した。本調査では、一般成人を対象とした川上・古川 (2006) よりも健康な状態の人が多く、心理ストレスの高い状態やうつ病や不安障害が疑われる状

態が少なかった。すなわち、派遣消防職員の精神的健康はうつ不安のレベルで見ると全体的に健康であった。ただし、1%の職員は障害が疑われる不健康状態にあることには留意が必要である。

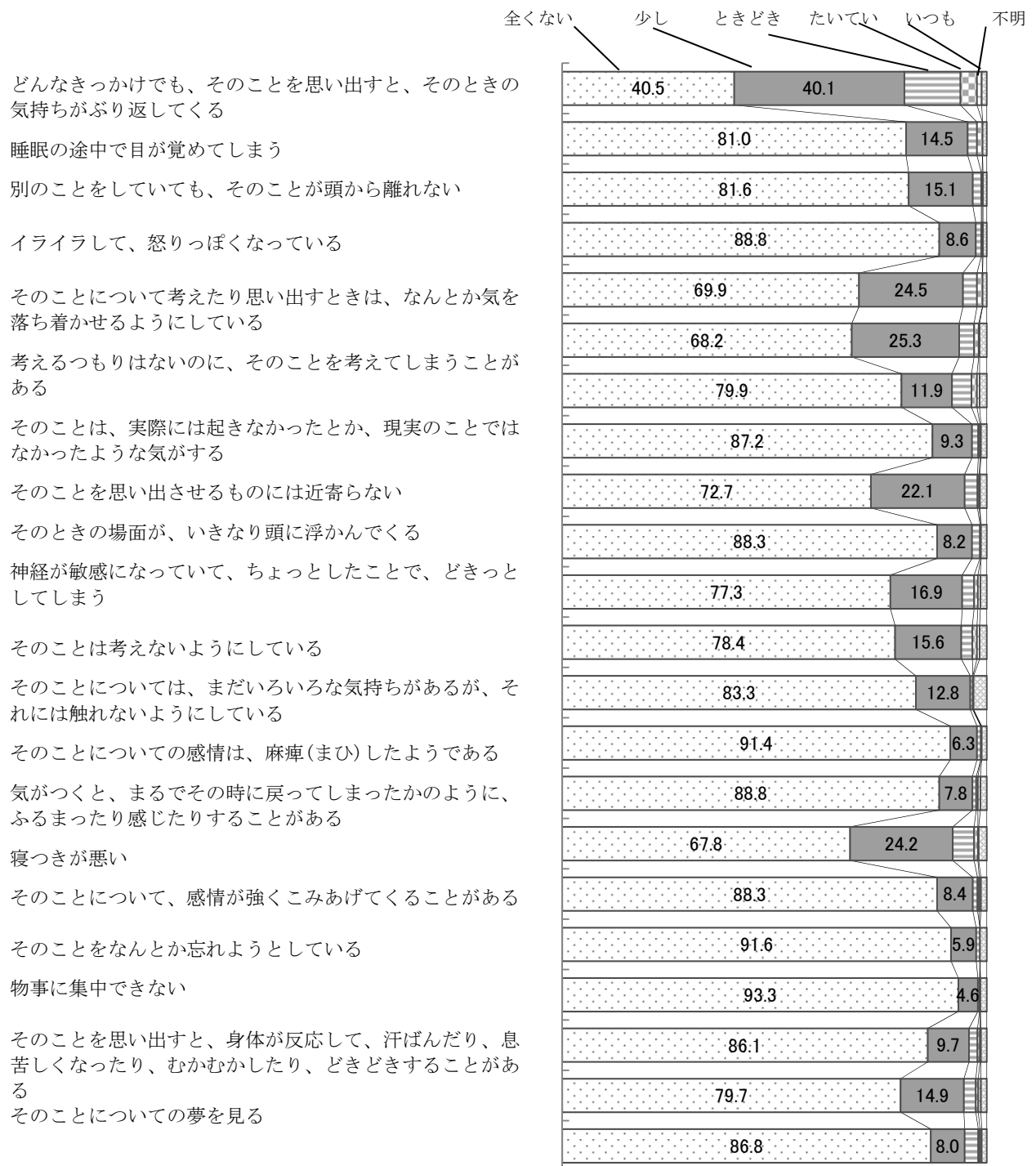
川上憲人・古川壽亮(2006). 全国調査におけるK6調査票による心の健康状態の分布と関連要因 橋本英樹(編)国民の健康状況に関する統計情報を世帯面から把握・分析するシステムの検討に関する研究報告書, p13-21

表 2-6 K6 分類の本調査と川上・古川(2006)の比較

	本調査	川上・古川(2006)
0～4 点	92.8%	61.3%
5～9 点	6.2%	27.5%
10～12 点	0.6%	8.2%
13～24 点	0.4%	3.0%

2-8 改訂出来事インパクト尺度（問 14）

改訂出来事インパクト尺度（Imapct of Event Scale Revised、以下 IES-R と略記）は、外傷後ストレス障害（P T S D）の診断基準である再体験（侵入）、回避、覚醒亢進のストレス症状を測定する尺度である。使用した 22 項目全てにわたり、「全くなし」が 4 割～8 割程度であり、少なくとも 1 割以上の者が何らかの症状を「少し」以上感じていた。特に「どんなきっかけでも、そのことを思い出すと、その時の気持ちがぶり返してくる」という症状は、約 6 割の者が感じていた。



問 1 5 改訂出来事インパクト尺度 (IES-R)

IES-R の合計得点（0-1-2-3-4 採点法）を算出し、飛鳥井（1999）に従って、25 点以上をケースとした。本調査では、ケース該当者は全体の 3.6%（全ての項目に回答した 522 名の中の比率）であり、兵庫県精神保健協会こころのケアセンター（2000）が調査した阪神・淡路大震災の惨事ストレスに暴露された低暴露群よりも低かった。

表 2-7 IES-R に基づくケース率（N=522、単位：%）

先行研究の基準	本調査でのケース率	兵庫県こころのケアセンター（2000）			
		高暴露群	待機群	低暴露群	非隊員群
飛鳥井（1999） $25 \leq \text{case}$	3.6	16.3	12.4	4.1	5.8

兵庫県こころのケアセンター（2000）

高暴露群：阪神・淡路大震災の惨事ストレスに強く暴露された者

待機群：阪神・淡路大震災の現場活動に従事しなかった者

低暴露群：阪神・淡路大震災の惨事ストレスにあまり暴露されなかった者

非隊員群：震災時に消防職員でなかった者

被災地職員のケース率と比較してみると、本調査の派遣職員のケース率は被災地職員の 15.4%より少なかった。

表 2-8 派遣職員と被災地職員のケース率の比較

	N	24 点以下	25 点以上
派遣職員	522	503 (96.4%)	19 (3.6%)
被災地職員	305	258 (84.6%)	47 (15.4%)
合計	827	761 (92.0%)	66 (8.0%)

(4) IES-R（外傷性ストレス反応）の分析

被災地消防職員調査と同様に、調査表の中の項目を取り上げて、各項目に肯定した人（該当者）中の IES-R のケース率を算出し統計的に有意であった項目を一覧にした。

表 2-9 のように、回答者の職務別（問 22）にみると、「機関員」のケース率がやや高かった。

災害現場の状況（問 2）別にみると、「死傷者がいるところで、長時間作業した」「長時間にわたる活動で人員交代がなかった」「マスコミの取材や取材ヘリの騒音に、活動を妨げられた」「上記以外で、精神的に衝撃的だったことがあった」体験をした職員でケース率が高かった。

直後のストレス症状（問 6）別に見ると、派遣中や派遣直後に多くの症状を示した職員ほど、ケース率が高かった（煩雑になるため表は略す）。

表 2-9 回答者の職務、災害の状況ごとの IES-R ケース率

項目	該当数	ケース率 (%)
<u>問 22 回答者の属性</u>		
機関員	71	8.5
<u>問 5 災害現場の状況</u>		
死傷者がいるところで、長時間作業した	46	10.9
長時間にわたる活動で人員交代がなかった	91	7.7
マスコミの取材や取材ヘリの騒音に、活動を妨げられた	6	33.3
上記以外で、精神的に衝撃的だったことがあった	37	10.8

表 2-10 のように、現場活動後の問題やストレスの原因（問 8）別にみると、「同僚と現場のことについて話すことが出来なかった」や「派遣に伴って、同僚との関係に問題が生じた」体験をした職員でケース率が高かった。

派遣活動の感想（問 17）別にみると、「自分の活動のせいで人に迷惑をかけたと思う」や「活動に関して、自分を責める気持ちを感じている」という自責感を持った職員でケース率が高かった。

活動の成果や良い事（問 18）では、「自分に自信が持てるようになった」という職員でケース率が高かったが、「得られたものはまったくない」職員もケース率が高かった。

現場でトラブルを体験したり、話が出来なかった職員、自責を感じた職員、成果を感じられなかった職員に、ストレス反応が多く残っていた。

表 2-10 活動後のストレスの原因、感想、成果ごとの IES-R ケース率

項目	該当数	ケース率 (%)
<u>問 8 現場活動後、問題やストレスの原因</u>		
同僚と現場のことについて話すことが出来なかった	24	16.7
派遣に伴って、同僚との関係に問題が生じた	12	16.7
<u>問 17 派遣活動の感想</u>		
自分の活動のせいで人に迷惑をかけたと思う	4	50.0
活動に関して、自分を責める気持ちを感じている	25	12.0
<u>問 18 活動の成果や良い事</u>		
自分に自信が持てるようになった	41	9.8
得られたものはまったくない	9	22.0

表 2-11 のように、家族の不安やストレス（問 13）も職員のストレス反応に強く関連していた。

「被災地での安否確認がうまくできなかったため、（家族が）不安に感じていた」「報道を見て被災地の様子があまりに悲惨で、（家族が）不安を感じていた」「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」「私の派遣で家族がストレスを感じた」という職員は軒並み、ケース率が高くなっていた。

表 2-11 家族の不安やストレスごとの IES-R ケース率

項目	該当数	ケース率 (%)
<u>問 13 家族の不安やストレス</u>		
被災地での安否確認がうまくできなかったため、 不安に感じていた	79	10.1
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	223	5.8
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	44	13.6
私の派遣で家族がストレスを感じた	139	7.9

表 2-12 のように、活動中に力づけられたり、心の支えになったこと（問 7）に関して、「力づけられたり、心の支えになったことはなかった」と感じた職員はケース率が高かった。

ストレス緩和のために、用意された対策（問 10）でも、「その他（相談室の紙を渡されただけ等）」や「ストレス緩和のために用意されたものはない」職員はケース率が高かった。ストレス対策を受けた職員でも、ストレス対策に参加された感想（問 12）をみると、参加によって「思い出してかえって辛かった」や「チェックリストや問診には、正直に答えなかった」という職員はケース率が高かった。

今後ストレス緩和のために希望される対策（問 20）別にみると、「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」を望む職員はややケース率が高かった。

惨事ストレスに関する意見（問 19）別にみると、「惨事ストレスは隊員個人個人が処理すべき問題である」という職員はケース率が高く、「惨事ストレスに対する幹部の意識の改善が必要である」と考える職員もやや高かった。

表 2-12 各項目における IES-R ケース率

項目	該当数	ケース率 (%)
<u>問 7 活動中、力づけられたり、心の支えになったこと</u>		
力づけられたり、心の支えになったことはなかった	19	21.1
<u>問 10 ストレス緩和のために、用意された対策</u>		
その他（相談室の紙を渡されただけ等）	14	14.3
ストレス緩和のために用意されたものはない	7	8.4
<u>問 10 ストレス対策に参加された感想</u>		
思い出してかえって辛かった	8	25.0
チェックリストや問診には、正直に答えなかった	6	16.7
<u>問 20 今後ストレス緩和のために希望される対策</u>		
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	163	6.1
<u>問 19 惨事ストレスに関する意見</u>		
惨事ストレスは隊員個人個人が処理すべき問題である	14	14.3
惨事ストレスに対する幹部の意識の改善が必要である	224	5.8

派遣後に何らかの対策を受けた職員は、IES-R で測定されたストレス反応が弱かったが、特定の対策を受けた職員のストレス反応が低いという結果は得られなかった。ストレス対策を受けてもその対策に否定的な印象を持った職員（実数は8名とごくわずかであるが）はストレス反応を残していた。本震災で採られた対策のいずれが有効であったかは、この結果からは特定できなかった。

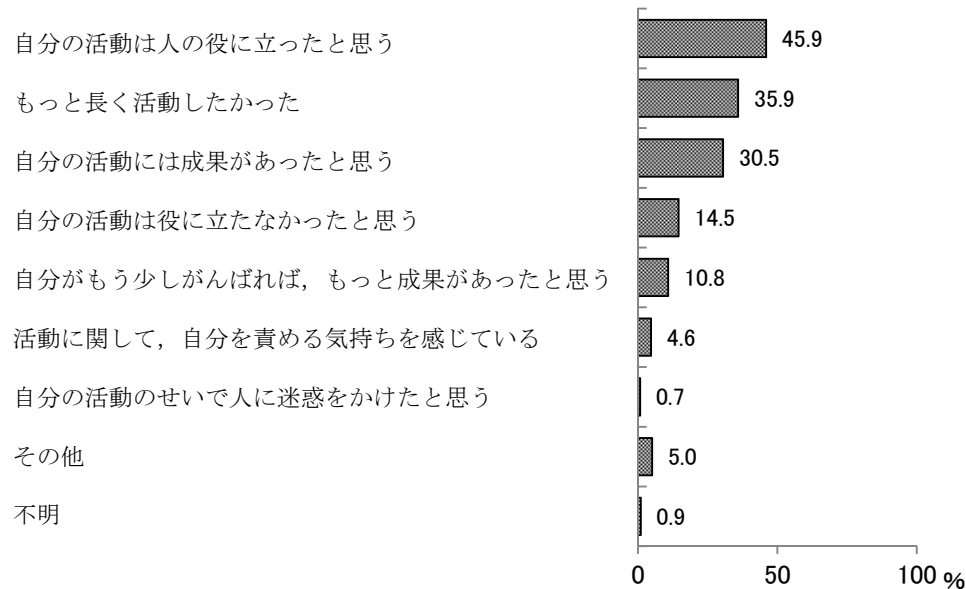
ストレス反応を残した職員はカウンセリングや精神科医との面談を望んでおり、こうした対策のより一層の充実が望まれる。

また、同僚と話せなかった経験、活動に対する自責感、家族のストレスや不安の認知等が、（外傷的な）ストレスを残す要因になっていることも明らかになった。今後は、同僚との自由な会話を促すような組織風土作りや、過度の自責感を和らげる周囲の対応、職員家族に対する情報提供やストレスケア等の対策が必要と考えられる。

2-9 災害活動の評価・成果

(1) 災害活動に対する評価（問 17）

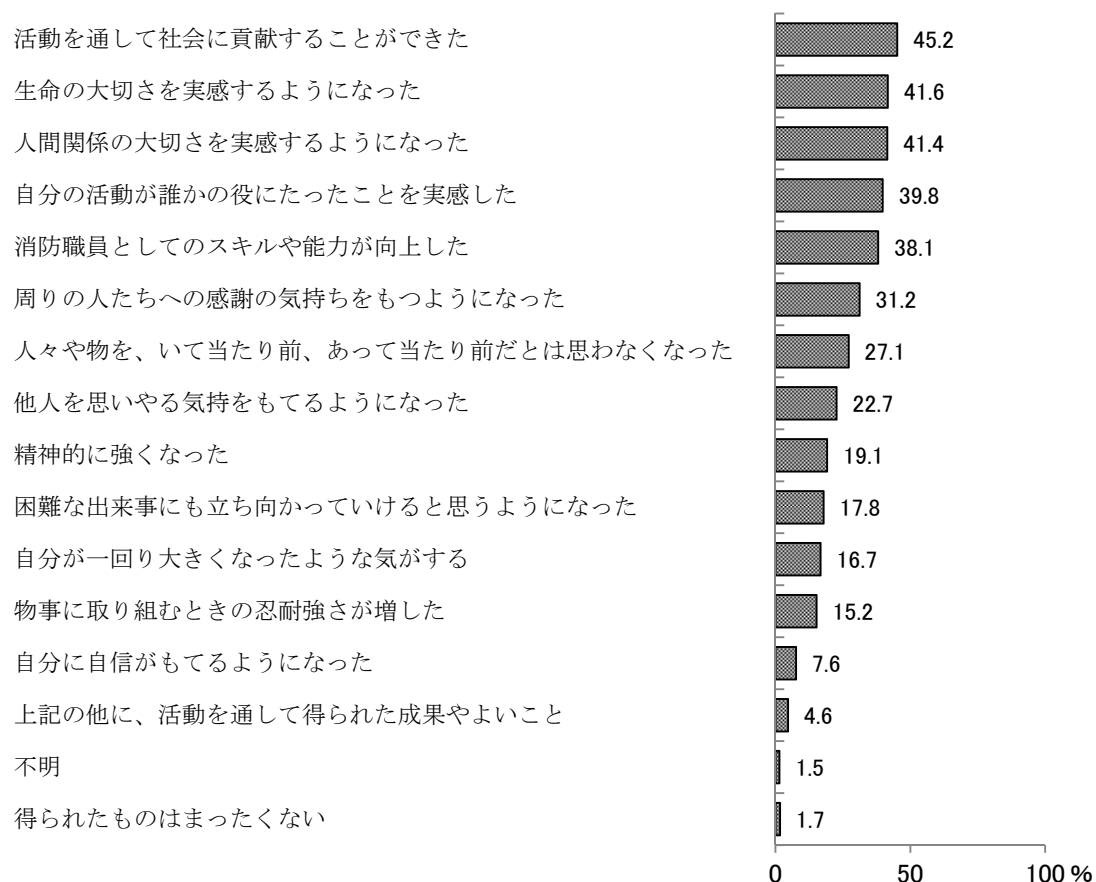
今回の派遣活動に関してどのように感じたかについて、「自分の活動は人の役に立ったと思う」（45.9%）と評価している回答が4割を超え、「もっと長く活動したかった」（35.9%）、自分の活動には成果があったと思う」（30.5%）も3割となっていた。



問 17 今回の派遣活動について、どのように感じましたか

(2) 災害活動より得られた成果・いいこと（問 18）

「得られたものはまったくない」と回答した人は1.7%であり、回答者のほぼ全員が何らかの成果を感じていた。特に、「活動を通して社会に貢献することができた」（45.2%）、「生命の大切さを実感するようになった」（41.6%）、「人間関係の大切さを実感するようになった」（41.4%）、「自分の活動が誰かの役にたったことを実感した」（39.8%）、「消防職員としてのスキルや能力が向上した」（38.1%）、「周りの人たちへの感謝の気持ちをもつようになった」（31.2%）、「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」（27.1%）、「他人を思いやる気持ちをもてるようになった」（22.7%）などを体験していた。



問 18 今回の活動を通して、成果や良いことがありましたか

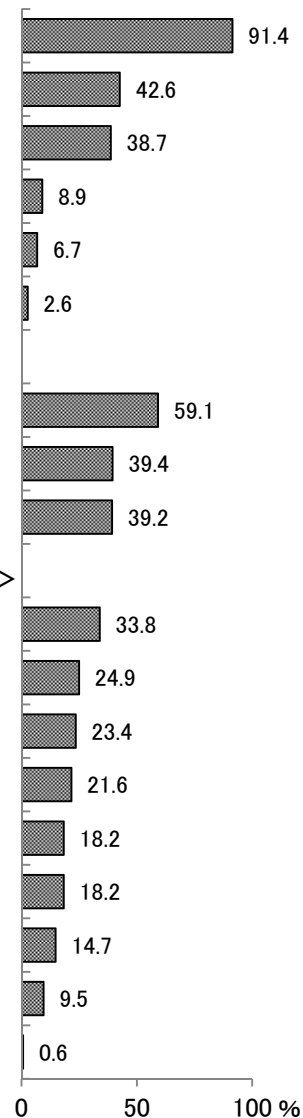
2-10 惨事ストレスに関する意見

(1) 惨事ストレスに関する意見（問 19）

惨事ストレスに関する意見をみると、「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」（91.4%）が9割を超えていた。また、「消防職員の惨事ストレスに対する何らかの対策が必要である」（59.1%）、「惨事ストレスに関する教育を望む」（33.8%）、「悲惨な現場活動後のミーティングを行ってほしい」（24.9%）、「職員のストレスに対応する専門機関が必要である」（21.6%）など何らかの惨事ストレス対策を求める意見が多かった。

＜現場活動に伴うストレスに関する意見＞

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
惨事ストレスに対する幹部の意識の改善が必要である
若い消防職員は、比較的ストレスに弱いと思われる
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
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
惨事ストレスは、隊員個人個人で処理すべき問題である



＜ストレス対策の対象者に関する意見＞

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
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
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・方針に関する意見＞

惨事ストレスに関する教育を望む
悲惨な現場活動後のミーティングを行ってほしい
惨事ストレスに関する研修会などの開催が必要である
職員のストレスに対応する専門機関が必要である
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
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
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
その他
不明



問 19 惨事ストレスに関して、次のような意見に賛成ですか

惨事ストレスに関する意見について、本調査の結果と 2002 年に実施された全国調査（（財）地方公務員安全衛生推進協会, 2003）で共通している項目の肯定率を比較した。

「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」、「消防職員の家族に対する対策も必要である」は 2002 年調査より肯定率が高かった。「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」、「惨事ストレスは、隊員個人個人で処理すべき問題である」、「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」、「惨事ストレスに関する教育を望む」、「悲惨な現場活動後のミーティングを行ってほしい」、「職員のストレスに対応する専門機関が必要である」、「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」、「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」、「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」は 2002 年調査よりも肯定率が低かった。

消防職員家族や消防団員への惨事ストレス対策の要望は今回高かったが、職員自身への対策の要望は少なかった。この結果は、派遣された職員が自分自身への対策の必要性を意識していないための生じていたと推定される。

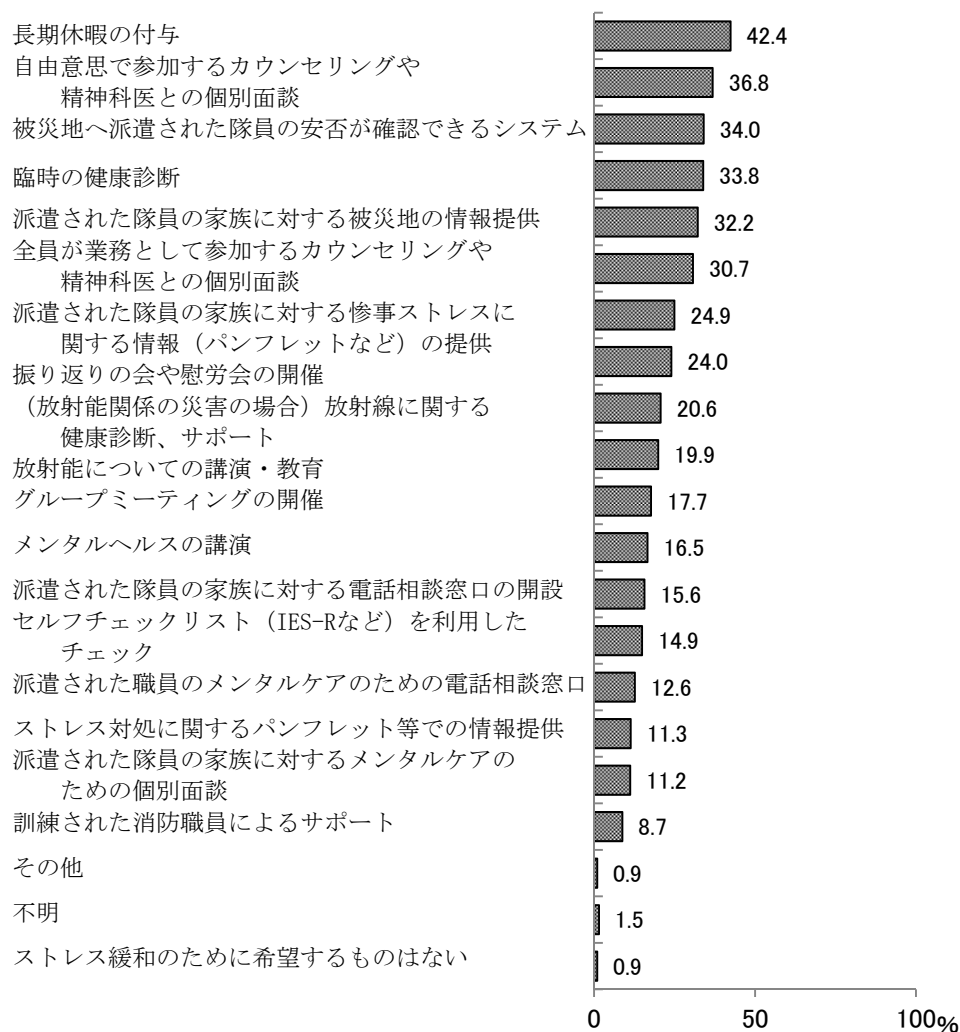
（財）地方公務員安全衛生推進協会 2003 年 消防職員の現場活動に関わるストレス対策研究会報告書（担当 P83-98.）

表 2-13 惨事ストレスに対する意見の 2002 年調査との比較

	本調査	2002 年
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	8.9%	12.7%
惨事ストレスは、隊員個人個人で処理すべき問題である	2.6%	11.7%
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	59.1%	72.0%
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	39.4%	26.1%
消防職員の家族に対する対策も必要である	39.2%	31.2%
悲惨な現場活動後のミーティングを行ってほしい	24.9%	32.4%
職員のストレスに対応する専門機関が必要である	21.6%	31.8%
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	18.2%	25.9%
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	18.2%	24.3%
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	14.7%	26.1%

(2) 要望する対策（問 20）

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採った方がよいと思われる対策に関する質問では、「長期休暇の付与」（42.4%）が最も多く、次いで「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」（36.8%）、「被災地へ派遣された隊員の安否が確認できるシステム」（34.0%）、「臨時の健康診断」（33.8%）、「派遣された隊員の家族に対する被災地の情報提供」（32.2%）、「全員が義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」（30.7%）が3割台で挙げられた。



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は何ですか

第3章 消防職員（被災地消防本部）に対する実態調査

第1節 目的と実施方法

1-1 目的

東日本大震災の主な被災地である岩手県、宮城県、福島県の消防本部に勤務する職員のストレスの実態や対策を把握するため、調査を行った。

1-2 実施方法等

(1) 実施方法

調査対象者は、東日本大震災の主な被災地である岩手県、宮城県、福島県の各県の沿岸部消防本部の消防職員（約3,200人）から、消防司令以下の消防職員360名を無作為抽出した。抽出にあたっては、当該消防本部の職員数に応じて抽出数を決めた。

調査票は、自記式質問紙で、対象となった消防本部を通じて、対象職員に配布し調査票の取りまとめを行う調査会社に、記入した本人が郵送する方法で回収した。

回答に関する質問や問い合わせは、消防庁消防・救急課が電話で対応した。また、倫理的配慮として、回答は無記名で行い、調査票の表紙に調査の目的及び調査への協力は任意であり協力しなくても何ら不利益を被らないことを明記するとともに、調査によって何らかの心身の変調を来した場合の連絡先を添付し、利用を促した。

(2) 実施期間

平成24年9月21日に質問票を発送し、回答は10月19日締め切りとしたが、10月31日まで返送された票を集計対象とした。

(3) 調査項目の構成

上記目的に添って、表3-1に示す調査項目を用いた。ただし、表3-1には、今回の分析対象となった主な項目のみを掲載している。

表 3-1 質問紙の構成（主な項目）

- 1 回答者の属性
 - (1) 性別（問 18 付問 1）
 - (2) 年齢（問 18 付問 2）
 - (3) 勤務種別（問 18 付問 3）
 - (4) 階級（問 18 付問 4）
 - (5) 通算勤続年数（問 18 付問 5）
 - (6) 出場回数（問 18 付問 6）
 - (7) 婚姻状態（問 18 付問 7）
 - (8) 同居家族（問 18 付問 8）
- 2 所属本部の特性
 - (1) 地域特性（問 1 <地域特性>）
 - (2) 地域特性（問 1 <所在地>）
 - (3) 消防本部の規模（問 1 <消防職員数>）
- 3 被災の状況（問 2 及び問 3）
 - (1) 震災による被災の状況（問 2）
 - (2) 災害活動や捜査活動の期間（問 3）
- 4 被災地の体験
 - (1) 活動中支えになったこと（問 4）
 - (2) 震災による勤務形態の変化（問 5）
- 5 復旧までの体験
 - (1) 勤務に関して苦勞したこと（問 6）
 - (2) 震災から現在までの活動中の体験（問 7）
 - (3) 離転職を考えた経験（問 8）
 - (4) 活動から得られた成果（問 16）
- 6 ストレス緩和対策
 - (1) 本部から用意された対策及び参加した対策（問 10、問 11）
 - (2) ストレス対策への参加感想（問 12）
 - (3) 要望する対策（問 13）
- 7 精神的健康状態
 - (1) K 6 質問票（問 14）
 - (2) 改訂出来事インパクト尺度（問 15）

表 3-1 に示す項目は、大半が 2003 年の報告書に採用された項目を基に被災地の状況に合わせて修正して作成した。また、以下に示す項目は、既存の研究結果から引用して使用している。
また、派遣職員への調査と同様に K 6 と IES-R を使用した。

(4) 対象者数と回答者数

調査の対象となった人数は 360 名で、回収数は 309 名であった。有効回答者は 309 名となり、有効回答率は 85.8%であった。

第2節 調査結果

本節では、各設問に対する回答の単純集計結果と、個人属性別にみた比較結果を示す。なお、比較結果は、統計的有意水準 5%を基準として統計的検定を行い、有意な偏りが見られたものののみ記述する。

2-1 回答者の属性及び消防本部の特性

回答者の属性及び消防本部の特性を表 1-2 に示す。

表 3-2 回答者の属性及び消防本部の特性（ただし、不明の比率は表示しない）

		n	%			n	%
性別	男性	304	98.4	地方	岩手県	51	16.5
	女性	2	.6		宮城県	190	61.5
年齢	20代	67	21.7		福島県	66	21.4
	30代	106	34.3	職員数	50人未満	9	2.9
	40代	59	19.1		50～99人	19	6.1
	50代以上	74	24.0		100～199人	82	26.5
勤務種別	交代	265	85.8		200～299人	24	7.8
	日勤	37	12.0		300～499人	71	23.0
	その他	4	1.3		500人以上	102	33.0
階級	消防士	47	15.2				
	消防士長 (副士長を含む)	112	36.2				
	消防司令補	102	33.0				
	消防司令	45	14.6				
通算勤続 年数	9年以下	78	25.2				
	10～19年	81	26.2				
	20～29年	59	19.1				
	30年以上	73	23.6				
婚姻状態	未婚	49	15.9				
	既婚	232	75.1				
	死別	3	1.0				
	離別	7	2.3				
同居家族	夫・妻	224	72.5				
	子供	190	61.5				
	父母 (義父母を含む)	109	35.3				
	兄弟・姉妹	18	5.8				
	その他	30	9.7				

(1) 回答者の属性

回答者の属性は、「男性」98.4%、「女性」0.6%と、男性が半数を超えていた。回答時の年齢は、「20代」21.7%、「30代」34.3%、「40代」19.1%、「50代以上」24.0%であった。回答時の勤務種別は「交代制」85.8%、「日勤」12.0%と、交代制が多かった。回答時の階級は、「消防士」15.2%、「消防士長（福士長を含む）」36.2%、「消防司令補」33.0%、「消防司令」14.6%であった。なお、消防司令長以上の階級は、本調査の調査対象に含まれていない。

勤続年数は「10～19年」層が26.2%で最も多く、最も少ない層が「20～29年（19.1%）」であり、ほぼ均等に分布していた。

婚姻状態は、「既婚」（75.1%）が大半を超えていた、「未婚」（15.9%）は1割台であった。「死別」（1.0%）、「離別」（2.3%）は合わせても3%弱で少なかった。同居家族は、「夫・妻」（72.5%）と「子供」（61.5%）が最も多く、「父母（義父母を含む）」（35.3%）と同居しているものは3割台であった。「兄弟・姉妹」（5.8%）は1割に満たなかった。

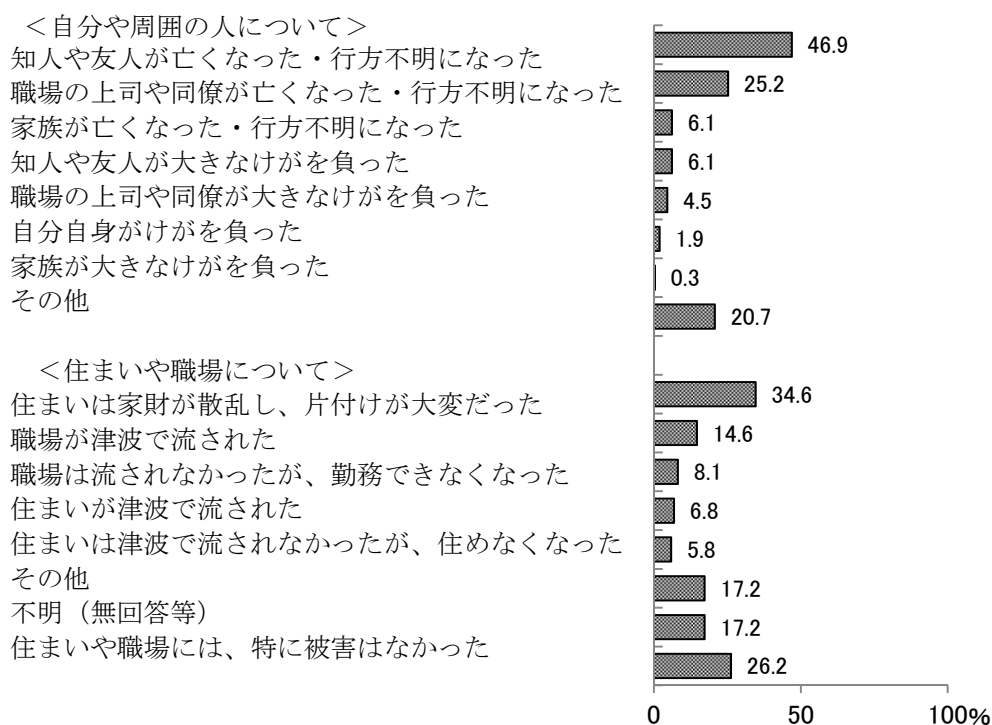
(2) 所属消防本部の特性

所属消防本部が所在する地方は、「宮城県」（61.5%）、「福島県」（21.4%）、「岩手県」（16.5%）と、宮城県が過半数を超えていた。所属本部の職員数は、「500人以上」（33.0%）の大規模本部が最も多く、「100～199人」（26.5%）と「300～499人」（23.0%）がそれぞれ4分の1を超えていた。100人未満の小規模本部（「50人未満」（2.9%）、「50～99人」（6.1%））は1割に満たなかった。

2-2 被災の状況

(1) 震災による被災の状況（問2）

自分や周囲の人における被災については「知人や友人が亡くなった・行方不明になった」を半数近い人が経験していた。次いで、「職場の上司や同僚が亡くなった・行方不明になった」（25.2%）が多く経験されていた。また、住まいや職場における被災については、「住まいは家財が散乱し、片付けが大変だった」（34.6%）が最も多く、「住まいや職場には、特に被害はなかった」は26.9%にとどまり、回答者の7割以上が何らかの被災を経験していた。



問2 震災による被害の状況

(2) 災害活動や捜索活動の期間（問3）

災害活動や捜索活動の期間は、「2011 年 6 月まで」（44.7%）が最も多かったが、「現在も続いている」（20.4%）も全体の 5 分の 1 を占めていた。

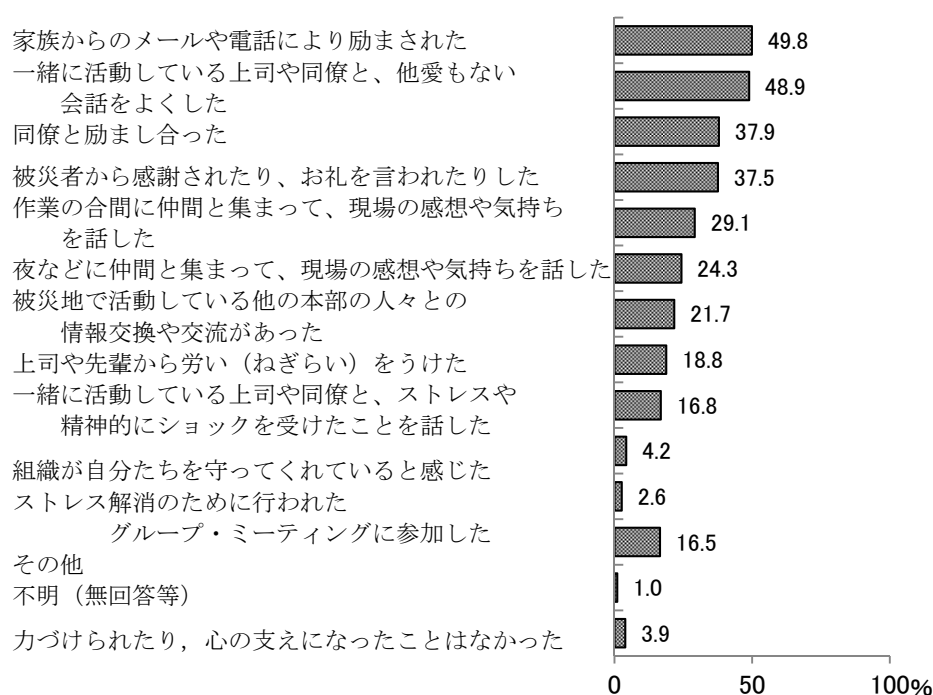
表 3-3 災害活動や捜査活動の期間

災害活動や捜査活動の期間	%
2011 年 6 月まで	44.7
2011 年 9 月まで	20.4
2011 年 12 月まで	2.9
2012 年 3 月まで	4.5
現在も続いている	20.4
その他	4.5

2-3 被災地の体験

(1) 活動中支えになったこと（問4）

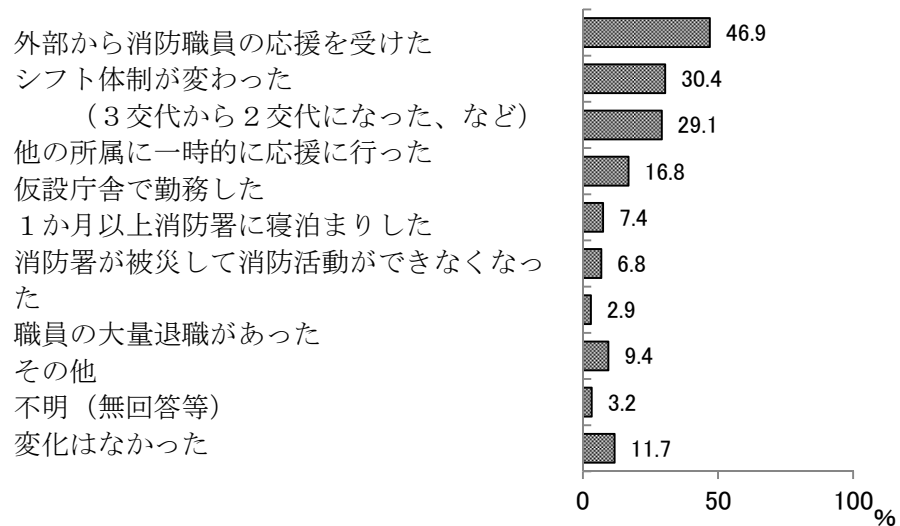
活動中の支えとなったこととしては、「家族からのメールや電話により励まされた」（49.8%）、「一緒に活動している上司や同僚と、他愛もない会話をよくした」（48.9%）が最も高く、「同僚と励まし合った」（37.9%）、「被災者から感謝されたり、お礼を言われたりした」（37.5%）などが挙げられた。その他、「作業の合間に仲間と集まって、現場の感想や気持ちを話した」（29.1%）、「被災地で活動している他の本部の人々との情報交換や交流があった」（21.7%）、「上司や先輩から労い（ねぎらい）をうけた」（18.8%）、「一緒に活動している上司や同僚と、ストレスや精神的にショックを受けたことを話した」（16.8%）なども活動中の支えとなっていた。



問4 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したか

(2) 震災による勤務形態の変化（問 5）

「震災と関連して、現在までの勤務形態の変化はなかった」が 11.7%にとどまり、ほとんどの回答者が勤務形態の変化を経験していた。具体的には、「外部から消防職員の応援を受けた」（46.9%）、「シフト体制が変わった（3 交代から 2 交代になった、など）」（30.4%）、「他の所属に一時的に応援に行った」（29.1%）などがあった。



問 5 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。

2-4 復旧までの体験

(1) 勤務に関して苦勞したこと（問6）

「震災発生時から現在までで、勤務に関して苦勞したことはまったくなかった」は2.3%にとどまり、ほぼ全ての回答者が勤務に関して苦勞したことがあった。業務に関しては、「復旧のため業務上の混乱が長く続いた」(54.7%)、「日常業務が多く、非常に忙しかった」(50.5%)、「人手不足による苦勞が増えた」(40.5%)の順で多く、職場の人間関係に関しては、「職場の雰囲気が悪くなっていた」(34.6%)が最も多かった。職場の問題に関わる苦勞については、「仕事に関して理想と現実の間のズレを感じた」(45.6%)、「職場の方針に納得できないことがあった」(45.0%)が4割台と多く、回答者自身の問題としては「仕事に関して、自分の未熟さを感じた」(43.7%)が最も多く挙げられた。

<業務に関して>

復旧のため業務上の混乱が長く続いた

日常業務が多く、非常に忙しかった

人手不足による苦勞が増えた

職場でのミスやトラブルが増加した

新しい同僚が増え、教育や情報伝達に苦勞した

<職場の人間関係>

職場の雰囲気が悪くなっていた

職場の人間関係で板ばさみになることがあった

管理や指示が厳しかった

上司や同僚に自分の意見を聞いてもらえなかった

仕事上の問題点や責任を追及されることが多かった

<職場の問題>

仕事に関して理想と現実の間のズレを感じた

職場の方針に納得できないことがあった

労働に見合った報酬が得られていないと感じた

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

仕事に対して、正当な評価を得られなかった

職場内に小規模の事故が発生した

<自分の問題>

十分な休暇がとれなかった

体力的にきつかった

仕事に関して、自分の未熟さを感じた

自分の意図したように仕事ができなかった

仕事上のスケジュールがうまくたてられなかった

<その他>

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

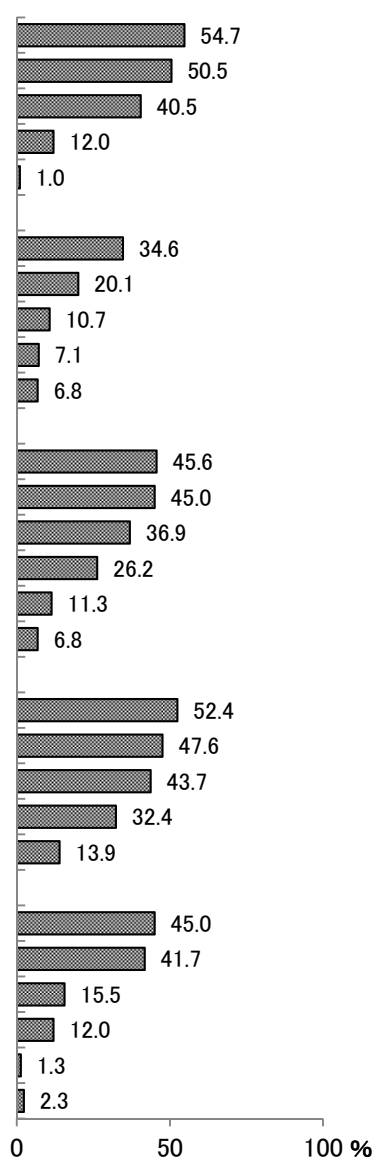
住民を気遣って悲しい感情などは表さないようにした

住民の前で自分たちのストレスケアをするのがはばかれた

その他、勤務に関して苦勞したこと

不明

苦勞したことは全くなかった



問6 勤務に関して苦勞したこと

(2) 震災から現在までの活動中の体験 (問7)

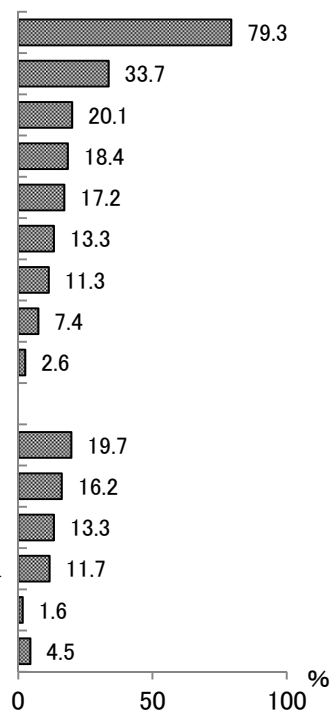
回答者自身については「疲労感がたまった」(79.3%)が最も多く挙げられ、「放射線被ばくに対して不安を感じた」(33.7%)がその次となっていた。身近で亡くなった方に関しては、「身近で亡くなった方のことを繰り返し思い出した」(19.7%)が2割挙げた。

＜ご自身について＞

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

＜身近で亡くなった方について＞

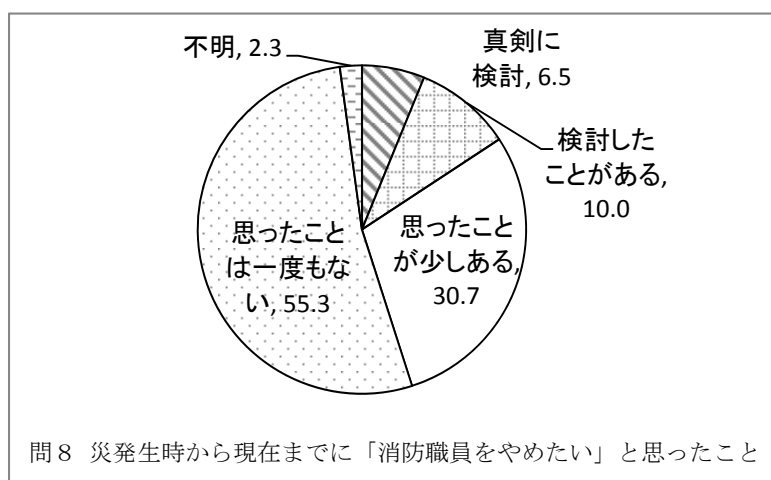
身近で亡くなった方のことを繰り返し思い出した
亡くなった方のことがいつまでも思い出された
亡くなった方に申し訳ない気持ちが消えなかった
身近でなくなった方に対していつまでも悲しい思いがした
不明（無回答等）
以上であてはまるものはない



問7 活動中の体験

(3) 離転職を考えた経験 (問8)

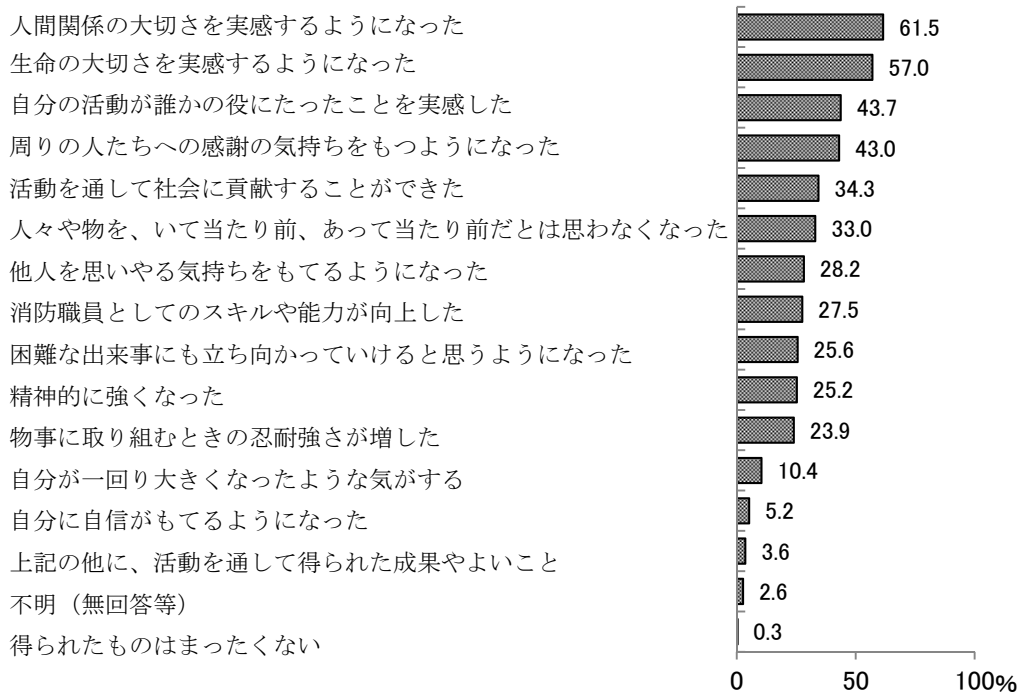
「震災発生時から現在までに『消防職員をやめたい』と思ったことが一度もない」は55.3%にとどまり、4割以上の人が今回の震災によって離転職を考えたことがあった。特に、「真剣に検討したことがある」人は6.5%いた。



問8 災発生時から現在までに「消防職員をやめたい」と思ったこと

(4) 活動から得られた成果（問16）

震災後の活動から「得られたものはまったくない」は0.3%であり、回答者のほぼ全員が何らかの成果を感じていた。特に、「人間関係の大切さを実感するようになった」(61.5%)、「生命の大切さを実感するようになった」(57.0%)、「自分の活動が誰かの役にたったことを実感した」(43.7%)、「周りの人たちへの感謝の気持ちをもつようになった」(43.0%)などが4～6割と多かった。



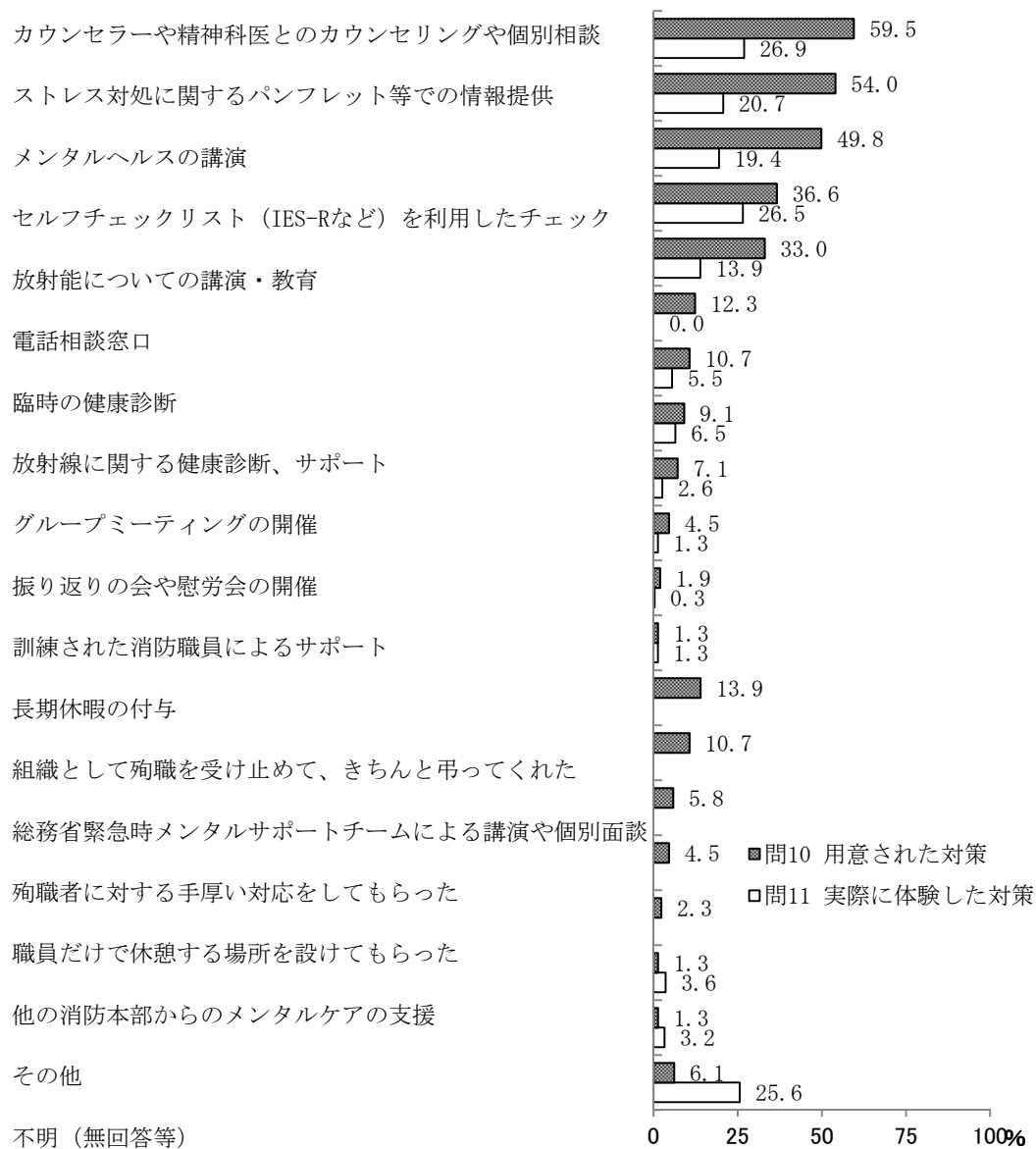
問16 今回の活動を通して、成果や良いことがありましたか

2-5 ストレス緩和対策

(1) 消防本部から用意された対策及び参加した対策（問10、問11）

所属消防本部で「ストレス緩和のために用意された対策はない」は6.1%にとどまり、9割以上の回答者が何らかの対策を用意されていた。用意された対策の内容としては「カウンセラーや精神科医とのカウンセリングや個別面談」が59.5%で最も高く、「ストレス対処に関するパンフレット等での情報提供」(54.0%)、「メンタルヘルスの講演」(49.8%)、セルフチェックリスト（IES-R など）を利用したチェック」(36.6%)、「放射能についての講演・教育」(33.0%)などが挙げられた。

また、実際に参加した対策については、25.6%が「実際に参加した対策はない」と答え、7割以上が何らかの対策に参加していた。具体的には、「カウンセラーや精神科医とのカウンセリングや個別面談」(26.9%)や、「ストレス対処に関するパンフレットなどでの情報提供」(20.7%)への参加が2割台と多かった。

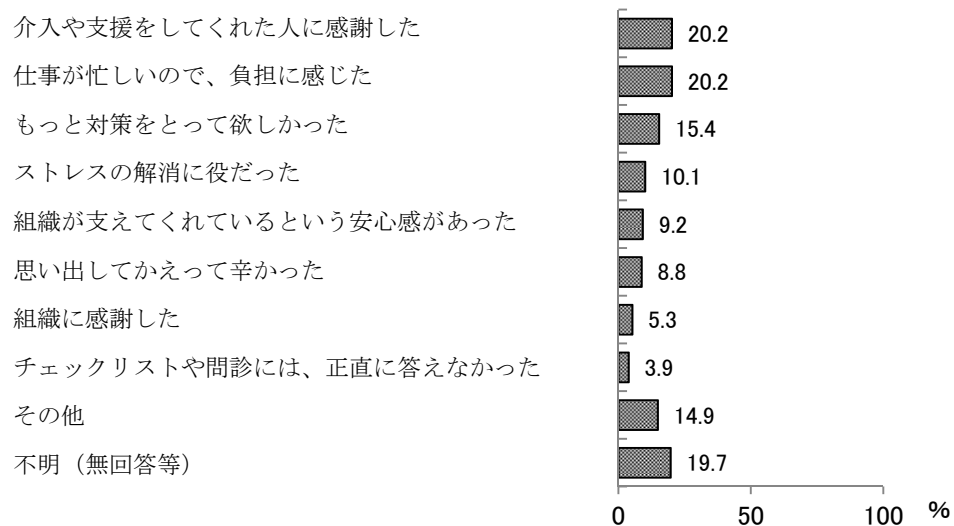


問10 あなたの消防本部では、ストレス緩和のために対策が用意されていましたか

問11 あなたが実際に体験した、参加された対策はありますか

(2) ストレス対策への参加感想 (問 12)

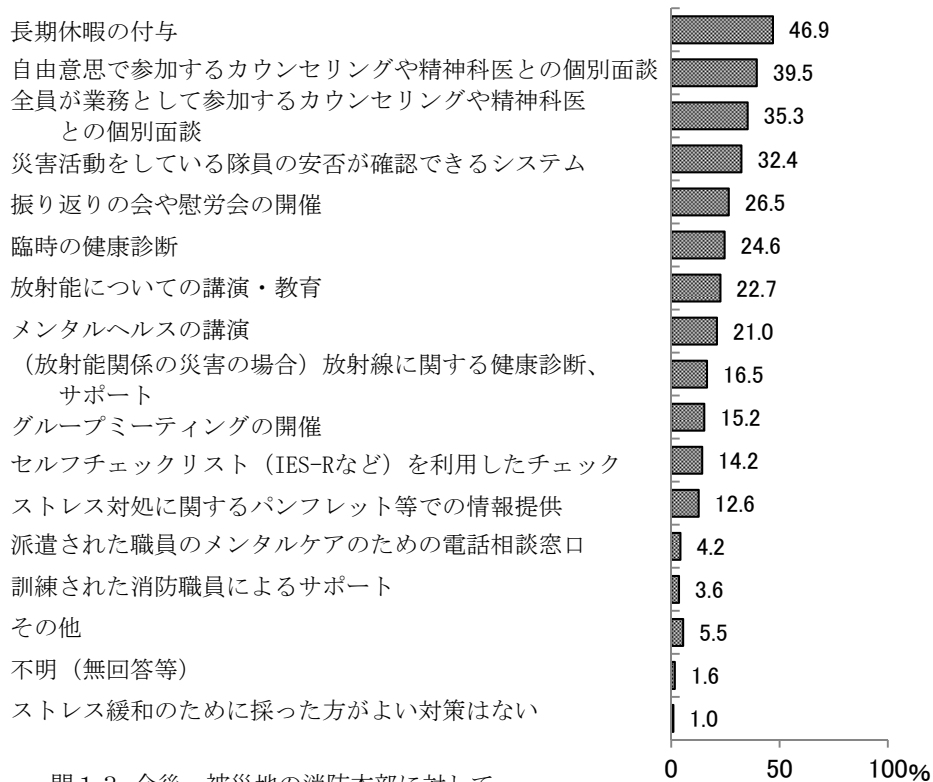
実際に何らかのストレス対策に参加した回答者 (N=228) を対象にストレス対策に関する感想を尋ねた。その結果、「介入や支援をしてくれた人に感謝した」(20.2%)と「仕事が忙しいので、負担に感じた」が2割台で多かった。その他には、「もっと対策をとってほしかった」(15.4%)、「ストレス解消に役だった」(10.1%)などの意見があった。



問 1 2 ストレス緩和対策に参加した感想

(3) 要望する対策（問 13）

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採った方がよいと思われる対策に関する質問では、「長期休暇の付与」（46.9%）が最も多く、次いで「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」（39.5%）、「全員が義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」（35.3%）、「災害活動をしている隊員の安否が確認できるシステム」（32.4%）が 3～4 割で挙げられた。



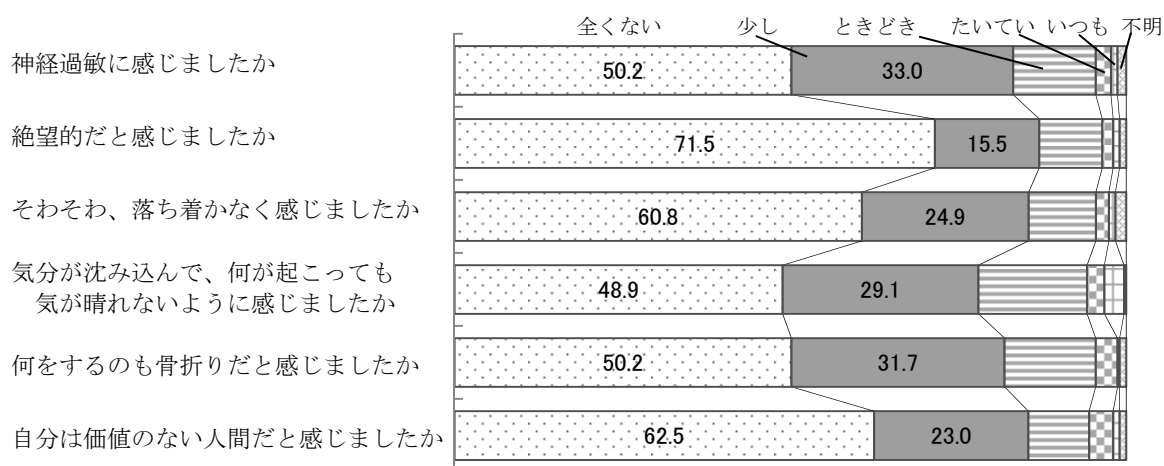
問 13 今後、被災地の消防本部に対して、
ストレス緩和のために採った方がよいと思われる対策

2-6 精神的健康状態

(1) K 6 質問票 (問 14)

K 6 質問票日本語版 (Kessler's 6、以下 K6 と略記) (問 14) は、Kessler et al. (2002) が開発した尺度で、古川ら (2003) が日本語版を作成した。抑うつ・不安を測定する 6 項目の尺度であり、過去 1 ヶ月の抑うつ、不安症状を評価する。

使用した 6 項目全てにわたり、「全くない」が 4 割強～7 割程度であり、少なくとも 3 割以上の者が何らかの症状を「少し」以上感じていた。特に「気分が沈み込んで、何が起ころしても気が晴れないように感じる」症状は過半数が経験していた。



問 14 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。

第 2 章と同様にストレスが低く、健康な状態 (0～4 点)、心理的ストレスの高い状態 (5～9 点)、うつ病や不安障害が疑われる状態 (10～12 点)、うつ病や不安障害が強く疑われる状態 (13～24 点) の 4 群に分類した。本調査では、いずれの状態においても、一般成人を対象とした川上・古川 (2006) と同様の結果が得られた。すなわち、うつや不安状態から見ると、被災地消防職員の精神的健康は一般人並みの健康を保っていた。ただし、11%の職員は、障害が疑われるレベルの不健康状態にあり、対応が必要と考えられる。

川上憲人・古川壽亮(2006). 全国調査における K 6 調査票による心の健康状態の分布と関連要因 橋本英樹 (編) 国民の健康状況に関する統計情報を世帯面から把握・分析するシステムの検討に関する研究報告書, p13-21

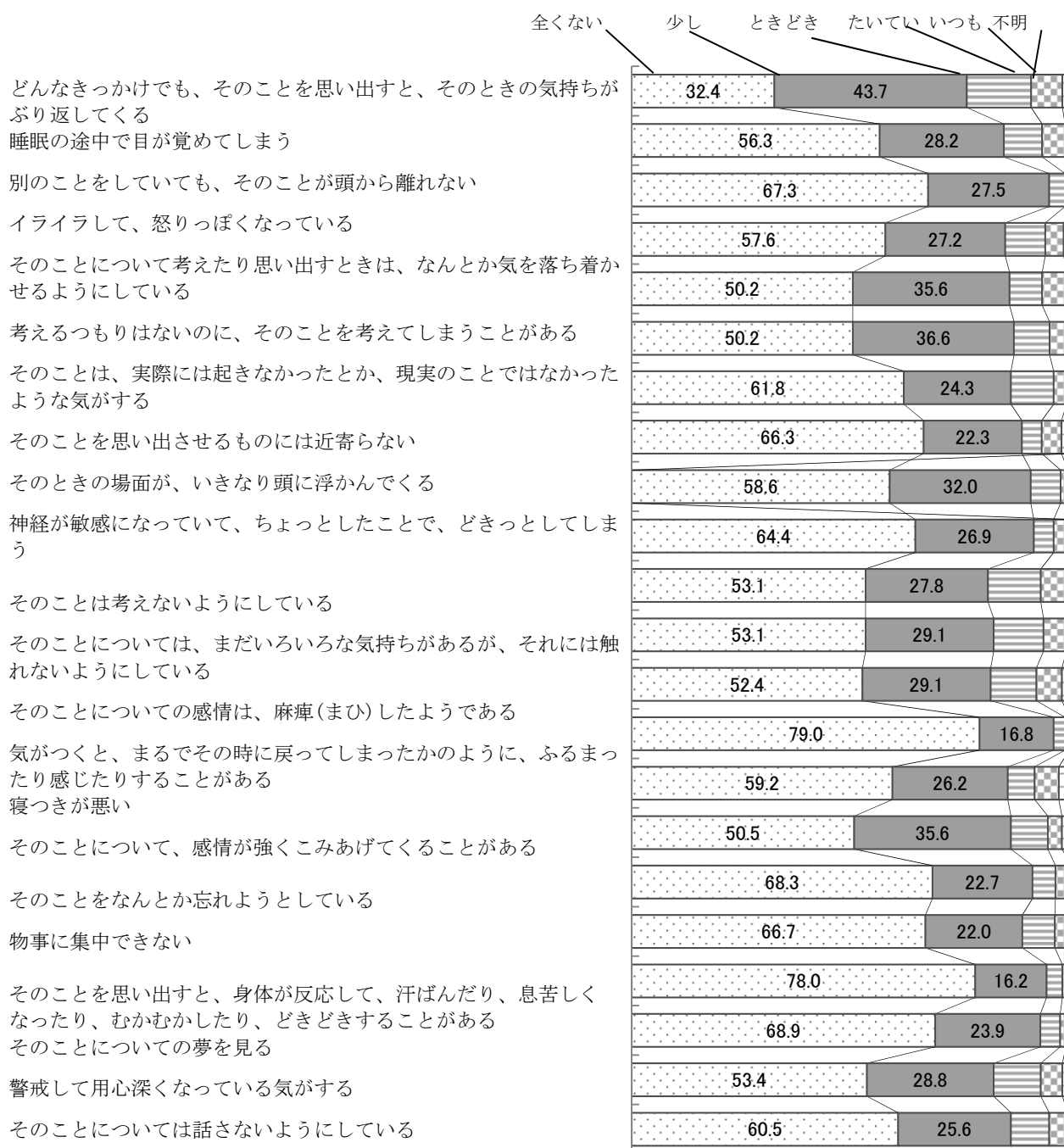
表 3-4 K6 分類の本調査と川上・古川 (2006) の比較

	本調査	川上・古川 (2006)
0～4 点	65.3%	61.3%
5～9 点	24.1%	27.5%
10～12 点	5.3%	8.2%
13～24 点	5.3%	3.0%

(2) 改訂出来事インパクト尺度（問 15）

改訂出来事インパクト尺度（Imapct of Event Scale Revised、以下 IES-R と略記）は、Weiss & Marmar（1997）によって開発された尺度で、飛鳥井（1999）が日本語版を作成している。同尺度は、外傷後ストレス障害（P T S D）の診断基準である再体験（侵入）、回避、覚醒亢進を測定する尺度である。

使用した 22 項目全てにわたり、「全くなし」が 3 割～7 割程度であり、少なくとも 2 割以上の者が何らかの症状を「少し」以上感じていた。特に「どんなきっかけでも、そのことを思い出すと、その時の気持ちがぶり返してくる」という症状は、6 割強の者が感じていた。



問 1 5 改訂出来事インパクト尺度 (IES-R)

IES-R の合計得点 (0-1-2-3-4 採点法) を算出し、飛鳥井 (1999) に従って、25 点以上をケースとした。本調査では、ケース該当者は全体の 15.4% (全ての項目に回答した 305 名の中の比率) であり、兵庫県精神保健協会こころのケアセンター (2000) が調査した阪神・淡路大震災の惨事ストレスに強く暴露された高暴露群よりも低く、現場活動に従事しなかった待機群よりも高かった。

表 3-5 IES-R に基づくケース率 (N=305、単位：%)

先行研究の基準	本研究でのケース率	兵庫県こころのケアセンター (2000)			
		高暴露群	待機群	低暴露群	非隊員群
飛鳥井 (1999) 25 ≤ case	15.4	16.3	12.4	4.1	5.8

兵庫県こころのケアセンター (2000)

高暴露群：阪神・淡路大震災の惨事ストレスに強く暴露された者

待機群：阪神・淡路大震災の現場活動に従事しなかった者

低暴露群：阪神・淡路大震災の惨事ストレスにあまり暴露されなかった者

非隊員群：震災時に消防職員でなかった者

(3) IES-R(外傷性ストレス反応)の分析

被災地消防職員の中で、どのような方が、外傷性ストレスを残しているかを明らかにするために、IES-R のケース率 (25 点以上の得点を示した回答者の比率) について、他の回答との関係性を分析した。

階級別にみると、ケース率は消防司令 (20.0%、すべての項目に回答した 302 名の中の比率)、消防士長 (17.4%)、消防司令補 (16.8%) の順で多く、消防士 (4.3%) は少なかった。

表 3-6 階級別にみた IES-R のケース率 (単位：%)

	N	24 点以下	25 点以上
消防士	47	95.7%	4.3%
消防士長	109	82.6%	17.4%
消防司令補	101	83.2%	16.8%
消防司令	45	80.0%	20.0%
合計	302	255 (84.4%)	47 (15.6%)

各質問項目において、IES-R のケース率が有意に高かった項目を表 3-7～表 3-9 に示す。これらの表では、各項目を肯定した人の数を「該当数」に示し、各該当者のケース率を％で示した（該当者のうちのケース率）。表には統計的検定を行って 5％水準で有意であった結果のみを抜粋して示した。

回答者の属性別に見ると職務（問 18）が「救助隊長」で、勤続年数が「20 年～30 年」「30 年以上」のベテラン職員でケース率が高かった。

被災状況別（問 2）にみると、「自分自身がけが」「知人・友人が亡くなった・行方不明」「職場の上司や同僚が大きなけが」「住まいが津波で流された」経験のある職員のケース率が高かった。震災後の勤務形態の変化（問 5）をみると、「消防署が被災して消防活動が出来なくなった」職員のケース率が高かった。地震や友人、職場の仲間の死亡やけがや職場が流された体験などの厳しい体験が、外傷性ストレス反応を長引かせていることが明らかになった。

表 3-7 回答者の職種、震災被害、勤務形態の変化ごとの IES-R ケース率

項目	該当数	ケース率（％）
<u>問 18 回答者の属性</u>		
救助隊長	35	31.4
勤続年数 20 年～30 年	59	23.7
勤続年数 30 年以上	71	22.5
<u>問 2 震災による被害</u>		
自分自身がけがを負った	6	50.0
知人や友人が亡くなった・行方不明になった	145	22.1
職場の上司や同僚が大きなけがを負った	14	35.7
住まいが津波で流された	21	47.6
職場が津波で流された	44	29.5
<u>問 5 震災と関連して、現在までの勤務形態の変化</u>		
消防署が被災して消防活動ができなくなった	21	33.3

勤務での苦労（問6）をみると、「業務上の混乱」「職場での人間関係で板挟み」「仕事上の問題点や責任を追及され」「上司や同僚に自分の意見を聞いてもらえなかった」「労働に見合った報酬が得られていなかった」「仕事に対して、正当な評価を得られなかった」「十分な休暇が取れなかった」などの職場内や職務上でトラブルを体験した職員は、ケース率が高かった。また、「住民の前で自分達のストレスケアをするのがはばかれた」「住民を気遣って悲しい感情などは表さないようにした」「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」と住民に配慮して感情の表出やストレスケアを控えた職員は、ケース率が高かった。

活動中に感じられたこと（問7）をみると、「疲労感がたまった」「職場の中で孤独感、孤立感を感じた」「仕事のやる気が下がった」などの職務のモチベーションの低下や、「自分の活動は役に立たなかった」や「自分の活動のせいで人に迷惑をかけたと思う」「亡くなった方に申し訳ない気持ちが消えなかった」等の自責や、「亡くなった方のことがいつまでも思い出された」「身近で亡くなった方のことを繰り返し思い出した」「身近で亡くなった方に対していつまでも悲しい思いがした」という身近な方を喪失した事による悲嘆が続いた職員は、ケース率が高かった。

表 3-8 勤務での苦労、活動中に感じられたことごとの IES-R ケース率

項目	該当数	ケース率 (%)
<u>問 6 震災発生時から現在までで、勤務に関して苦労したこと</u>		
復旧のため業務上の混乱が長く続いた	168	19.6
職場の人間関係で板ばさみになることがあった	61	24.6
仕事上の問題点や責任を迫及されることが多かった	21	38.1
上司や同僚に自分の意見を聞いてもらえなかった	22	40.9
労働に見合った報酬が得られていないと感じた	113	22.1
仕事に対して、正当な評価を得られなかった	35	37.1
十分な休暇がとれなかった	158	19.6
住民の前で自分たちのストレスケアをするのがはばかれた	48	33.3
住民を気遣って悲しい感情などは表さないようにした	129	24.8
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	137	22.6
<u>問 7 震災から現在までの活動の中で感じられたことや体験</u>		
疲労感がたまった	242	17.8
職場の中で孤独感、孤立感を感じた	23	56.5
仕事をやる気が下がった	61	36.1
自分の活動は役に立たなかったと思う	41	26.8
自分の活動のせいで人に迷惑をかけたと思う	8	50.0
亡くなった方のことがいつまでも思い出された	49	28.6
亡くなった方に申し訳ない気持ちが消えなかった	41	31.7
身近で亡くなった方のことを繰り返し思い出した	61	31.1
身近で亡くなった方に対していつまでも悲しい思いがした	36	38.9
<u>問 8 「消防職員をやめたい」と思ったこと</u>		
真剣にやめるかどうかを検討したことがある	20	65.0

活動中力づけられたり、心の支えになったこと（問 4）では、「組織が自分たちを守ってくれていると感じた」職員や「力づけられたり、心の支えになったことはなかった」職員がともに、ケース率が高かった。後者は職場の支えがなかったと感じた職員はストレスを長引かせたと解釈されるが、前者はストレスがきわめて高かった職員には組織の支援が働いたと解釈される。

ストレス緩和のために用意された対策（問 10）では、「臨時の健康診断」「訓練された消防職員によるサポート」「長期休暇の付与」が設けられた職場の職員はケース率が高く、参加した対策（問 11）では「長期休暇の付与」をとった職員にケース率が高かった。これらの結果は、ストレスが高い職員が多かった職場では、これらの対策が用意されたことを意味する。

ただし、問 10 や問 11 で上げられた各種対策に関して、用意された対策に参加してケース率が低くなった対策は 1 つもなかった。残念ながらこれらの対策は、被災地職員の

惨事ストレスの緩和に対しては、直接的な効果はなかったと結論せざるを得ない。

表 3-9 活動中の心の支えになったこと、ストレス緩和のための対策ごとの IES-R ケース率

項目	該当数	ケース率 (%)
<u>問 4 活動中、力づけられたり、心の支えになったこと</u>		
組織が自分たちを守ってくれていると感じた	13	38.5
力づけられたり、心の支えになったことはなかった	12	41.7
<u>問 1 0 ストレス緩和のために用意された対策</u>		
臨時の健康診断	33	27.3
訓練された消防職員によるサポート	6	50.0
長期休暇の付与	4	50.0
<u>問 1 1 実際に参加した対策</u>		
長期休暇の付与	4	75.0

IES-R（外傷性ストレス反応）の分析からみると、被災地の職員の中では、勤続年数が長いベテラン職員、自身のケガや知人の行方不明や職場の流失などの過酷な被害に遭った職員、勤務において様々な苦労を体験した職員には、強いストレス反応が残っていた。とくに、自責感を強く感じたり、身近な方を亡くされて深い喪失感を感じた職員には、外傷性ストレスが強く残存していた。その一方で、活動中に何らかの「力づけられたことや心の支えになったこと」があった場合には、そのストレスは和らいでいた。しかし、直接的に被災地職員の外傷性ストレスを緩和させた対策は特定できなかった。

第4章 消防団に対する実態調査

第1節 目的と実施方法

1-1 目的

市町村の消防団担当課を対象として、消防団員への惨事ストレス対策の取組状況について、調査を行った。

1-2 実施方法等

(1) 実施方法

岩手県、宮城県及び福島県の消防団担当課（134 団体）に回答を依頼した。

(2) 実施機関

平成 24 年 8 月 17 日に調査票を発送し、9 月 14 日を回答の締め切りとした。

(3) 調査項目の構成

上記目的に沿って表 2-4-1 に示す調査項目を用いた。

表 2-4-1 調査票の構成（主な項目）

1 消防団の状況

(1) 地域特性

(2) 消防団の規模（消防団員数）

2 メンタルヘルスに関する施策の状況

(1) 実施している施策

3 惨事ストレスに関する意見

(1) 消防団員のストレス解消法

(2) 惨事ストレスに関する団員の意見や要望

(3) 惨事ストレス対策の導入・運営上の問題

(4) 惨事ストレス対策の導入・運営上の問題を解消するための意見

4 東日本大震災後の惨事ストレス対策実施状況

(1) 惨事ストレス対策の実施状況

(2) 惨事ストレス対策の実施時期

(3) 実施した惨事ストレス対策

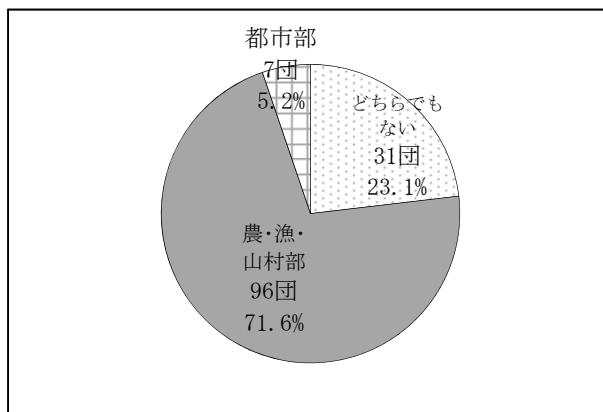
5 自由意見

(1) 惨事ストレスに関する意見

第2節 調査結果

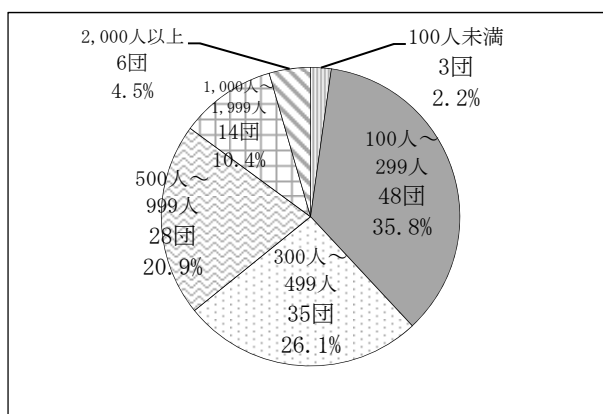
2-1 消防団の特性

(1) 地域特性



(図 2-4-1) 地域特性 (N=134)

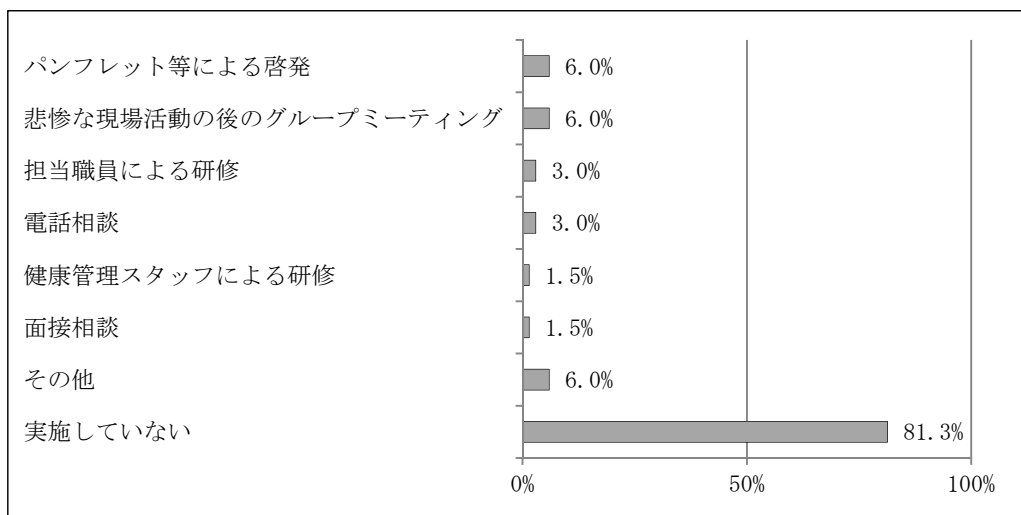
(2) 消防団の規模 (消防団員数)



(図 2-4-2) 消防団の規模 (消防団員数) (N=134)

2-2 メンタルヘルスに関する施策の状況

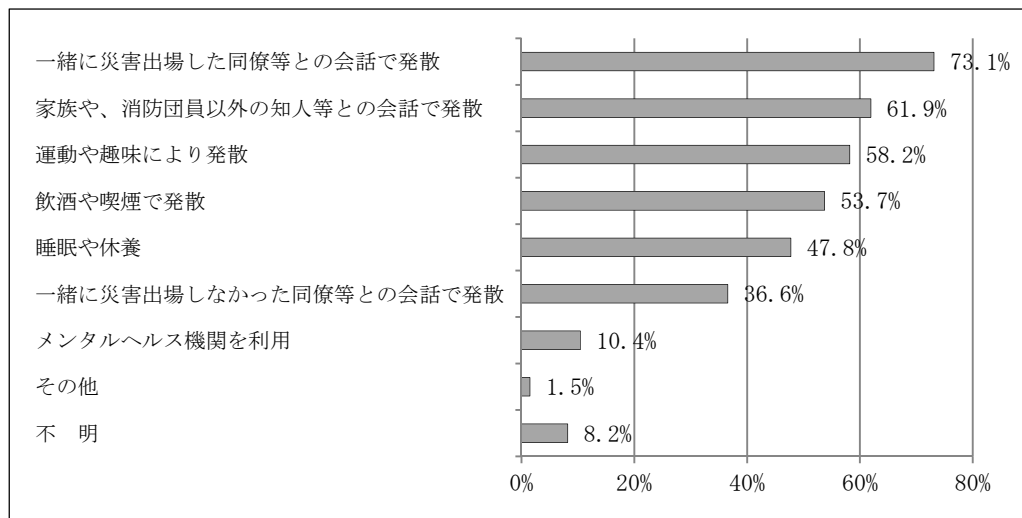
(1) 実施している施策



(図 2-4-3) 実施している施策 (N=134)

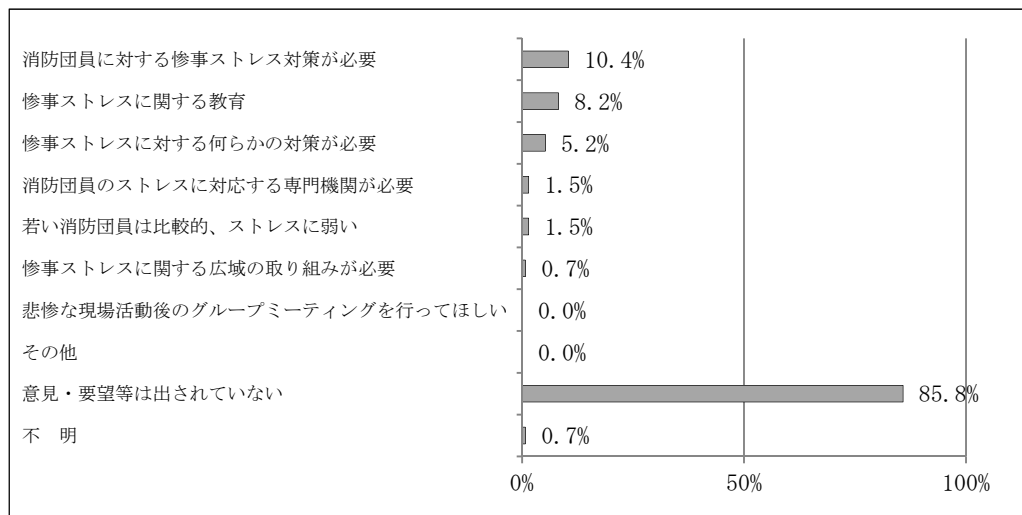
2-3 惨事ストレスに関する意見

(1) 消防団員のストレス解消法



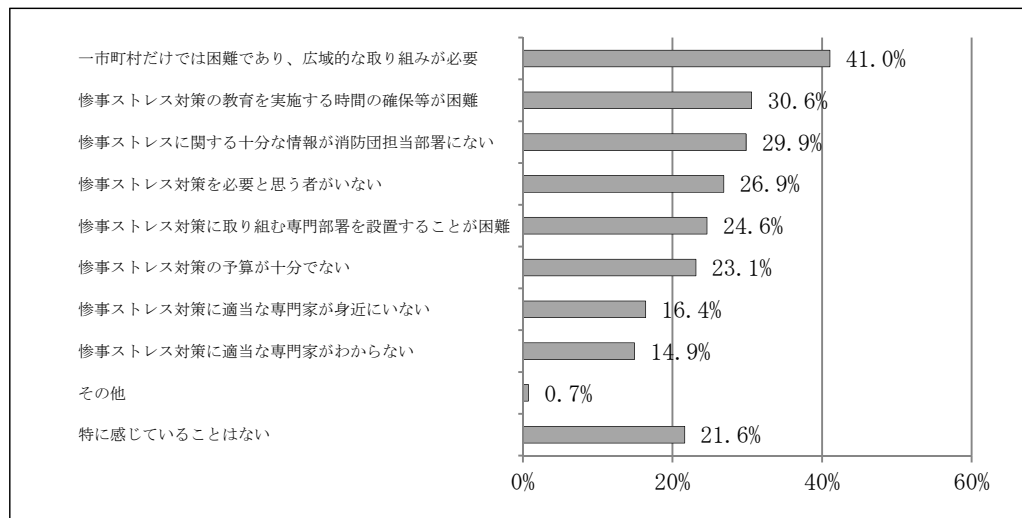
(図 2-4-4) 消防団員のストレス解消方法 (N=134)

(2) 惨事ストレスに関する消防団員の意見や要望



(図 2-4-5) 惨事ストレスに関する消防団員の意見や要望 (N=134)

(3) 惨事ストレス対策の導入・運営上の問題



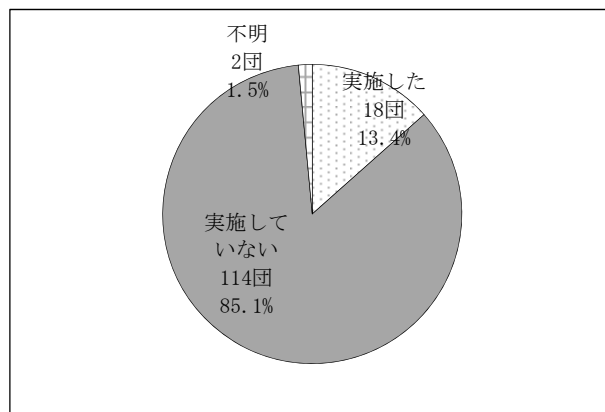
(図 2-4-6) 惨事ストレス対策の導入・運営上の問題 (N=134)

(4) 惨事ストレス対策の導入・運営上の問題を解消するための意見 (主なもの)

- ・ 研修を実施してもらいたい
- ・ 相談窓口の設置を望む
- ・ 担当職員の配置を望む
- ・ 普及啓発が必要
- ・ 広域的な取り組みが必要
- ・ 財政措置を望む
- ・ 情報提供を望む
- ・ 分団単位での対応を望む

2-3 東日本大震災後の惨事ストレス対策実施状況

(1) 惨事ストレス対策の実施状況

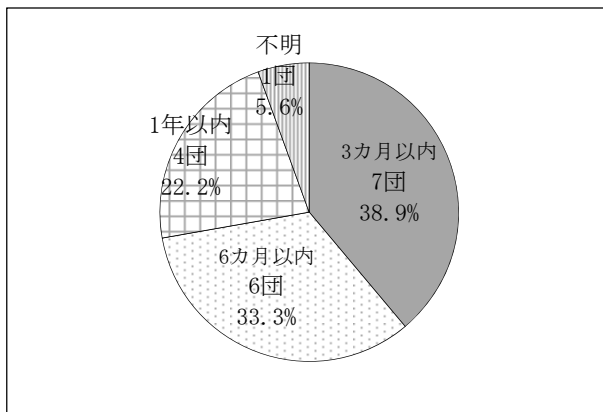


(図 2-4-7) 惨事ストレス対策実施状況 (N=134)

(表 2-4-2) 地域別／惨事ストレス対策実施状況 (N=134)

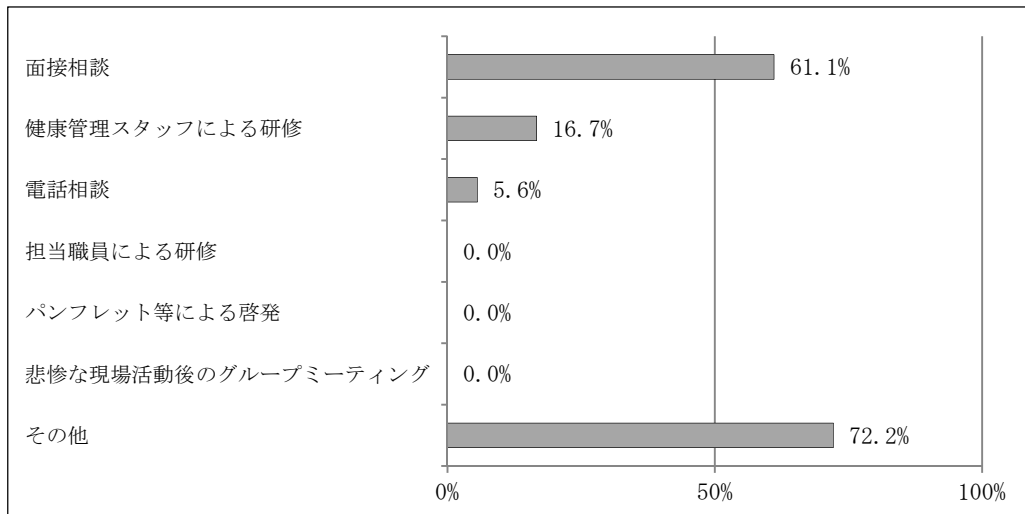
	実施した	実施していない	不明
沿岸部	35.1%	64.9%	0.0%
内陸部	5.2%	92.8%	2.1%

(2) 惨事ストレス対策の実施時期



(図 2-4-8) 惨事ストレス対策の実施時期 (N=18)

(3) 実施した惨事ストレス対策



※「その他」の内訳：チェックリストによる経過観察、専門家によるケア・研修等

(図 2-4-9) 実施した惨事ストレス対策 (N=18)

2-4 自由意見

(1) 惨事ストレスに関する意見

- ・ 相談できる機関の周知を望む
- ・ 広域的な取り組みが必要
- ・ 巡回診療を望む
- ・ 惨事ストレス対策を取ることによるフラッシュバックが心配
- ・ 継続したケアが必要
- ・ 今後の対応を検討したい
- ・ 消防団で実施できる体制整備を望む

第5章 消防団員（被災3県）に対する実態調査

第1節 目的と実施方法

1-1 目的

東日本大震災による被災地となった消防団員のストレスの実態や対策を把握するため、調査を行った。

1-2 実施方法等

(1) 実施方法

調査対象者は、東日本大震災の主な被災地である岩手県、宮城県、福島県の沿岸部の53消防団（岩手県12、宮城県28、福島県13）、沿岸部に隣接する、又は地域内の全壊家屋数が100戸以上であった11消防団（宮城県4、福島県7）及び広域応援活動を行った4消防団（岩手県4）の合計68消防団から、1,658名の消防団員を無作為抽出した。

調査票は、自記式質問紙で、都道府県から対象となった市町村の消防団担当部署を通じて、対象団員に配布し、調査票の取りまとめを行う調査会社に、記入した本人が郵送する方法で回収した。

回答に関する質問や問い合わせは、消防庁消防・救急課が電話で対応した。また、倫理的配慮として、回答は無記名で行い、調査票の表紙に調査の目的、および調査への協力は任意であり協力しなくても何ら不利益を被らないことを明記するとともに、調査によって何らかの心身の変調を来した場合の連絡先を添付し、利用を促した。

(2) 実施期間

平成24年9月21日に質問票を発送し、回答は10月19日締め切りとしたが、10月31日まで返送された票を集計対象とした。

(3) 調査項目の構成

上記目的に添って、表5-1に示す調査項目を用いた。ただし、表5-1には、今回の分析対象となった主な項目のみを掲載している。

表 5-1 質問紙の構成（主な項目）

1	回答者の属性
(1)	性別
(2)	年齢
(3)	婚姻
(4)	扶養家族
(5)	最終学歴
(6)	現在の住居
(7)	居住形態
(8)	職業
2	震災の個人的影響
3	消防団員としての経験
4	消防団の被災前の状況・被災状況
5	震災後の活動状況
6	惨事ストレスの状況と影響
7	精神的健康状態
(1)	K 6 質問票
(2)	改訂出来事インパクト尺度
8	飲酒習慣
9	心理的支援
10	自由記載欄

第2節 調査結果

2-1 基本属性（表1）

性別、年齢、婚姻状況など基本属性について表1に示した。性別では両群ともに男性がほとんどを占めているが、女性団員もわずかながら存在している。平均年齢は沿岸部の方がやや高い。既婚者が両群ともに7割以上を占め、最終学歴では高校卒が6割で最多であった。消防団員としての活動年数の平均は沿岸群20年10ヶ月、内陸群18年3ヶ月で、沿岸群が長かった。それぞれの最長は沿岸群45年5ヶ月、内陸群52年10ヶ月で、最短はいずれも6ヶ月であった。階級では沿岸群では部長・班長が4割、副団長以上が3割強で、両者を併せると7割が上位の階級者であった。内陸群では団員が沿岸群より多いが、やはり階級が上の者が6割以上を占めている。

表1 基本属性			
		沿岸(n=636)	内陸(n=201)
性別	男性	95.1%	94.0%
	女性	0.8%	3.0%
	不明	4.1%	3.0%
平均年齢(標準偏差)		49.1歳(10.6)	46.3歳(11.4)
婚姻	未婚	17.5%	16.9%
	既婚	71.1%	76.6%
	死別・離別	6.3%	5.0%
	不明	5.2%	1.5%
最終学歴	中学	10.8%	5.0%
	高校	59.4%	68.7%
	高専・短大	11.9%	11.9%
	大学以上	16.0%	13.9%
	不明	1.7%	0.5%
活動年数		20年10ヶ月	18年3ヶ月
階級	団長・副団長	32.3%	29.9%
	部長・班長	40.9%	34.3%
	団員	26.8%	35.8%

2-2 生活状況と被災による生活への影響（表2）

住居に関しては内陸部では 95%以上が震災前と同じところに住んでいるが、沿岸部では仮設住宅とみなし仮設住宅を合わせて 147 名 (23.1%) となり、転居を強いられた者が 3 割近くに上っている。震災前の職業は、両群ともに会社勤めの者が半数近くで、自営業、農業・漁業などの第一次産業従事者が続く。震災によって就業状態に変化があったかについて聞いたところ、沿岸部では失業・廃業を経験した者が 51 名 (8.0%)、転職した者が 40 名 (6.3%) あった。内陸部では収入面では変化なしとした者が、7 割近くを占めるのに対して、沿岸部では半数以下にとどまり、5 割以上の減少が 78 名 (12.3%)、2 割から 5 割の減少が 94 名 (14.8%) と、4 分の 1 以上が大きな経済的影響を受けていることが分かる。

表2. 生活状況と被災による影響			
	沿岸 (n=636)	内陸(n=201)	
同じ住宅	68.4%	95.5%	
仮設住宅	14.6%	0.5%	
みなし仮設	8.5%	1.0%	
親戚・知人宅	1.3%	0.0%	
その他	5.2%	2.0%	
不明	2.0%	1.0%	
職業(震災前)			
農業	5.8%	16.4%	
漁業	6.9%	0.5%	
会社員	39.9%	43.3%	
会社役員	7.4%	7.0%	
公務員	5.0%	6.5%	
自営業	21.4%	16.9%	
自由業	1.3%	1.0%	
非正規労働者	1.9%	2.0%	
無職	1.4%	2.0%	
その他	4.7%	3.0%	
不明	4.2%	1.5%	
被災による就業状態の変化			
失業・廃業	8.0%	0.5%	
転職	6.3%	1.5%	
その他	19.3%	8.5%	
被災による収入の変化			
5割以上減少	12.3%	3.0%	
2割から5割の減少	14.8%	9.0%	
1割から2割の減少	17.9%	14.4%	
変化なし	48.1%	69.2%	
増加	6.0%	4.0%	

2-3 被災状況（個人・所属）

震災による被災状況を地域別見ると、近親者との死別を内陸部でも 31 名（15.5%）が体験しているが、沿岸部では実に 7 割以上の 457 名が経験していた。同居家族および親戚をなくしたものは、沿岸部では 242 名（38.1%）に上っている。自宅の被害状況は、沿岸部は全壊・全焼・流出が 4 分の 1 以上を占め、半壊以上の被害は 276 名（43.4%）が受けていた。内陸部は一部損壊が 121 名（60.2%）と多く、地震そのものによる被災がかなりあったことが分かる。医師の手当てを受けるほどの外傷を負った者は、内陸部ではおらず、沿岸部では 32 名（5.0%）見られた。

表3. 被災状況			
	沿岸群 (n=636)	内陸群 (n=201)	
近親者の喪失			
同居家族	5.0%	0.5%	
親戚	33.0%	8.5%	
親しい友人知人	33.8%	6.5%	
自宅被害			
全壊・全焼・流失	26.7%	2.5%	
半壊・半焼	16.7%	13.4%	
一部損壊	31.0%	60.2%	
医師の手当てを受けた	5.0%	0%	
殉職者があった	31.9%	0.0%	
詰め所の被害			
全壊・流出	29.9%	2.5%	
半壊	8.2%	2.5%	
一部損壊	17.9%	26.9%	
保有車両の喪失	33.6%	0.5%	

消防団としての被害状況を見ると、同僚の殉職を経験した者が沿岸部では 203 名（31.9%）あった。詰め所が半壊以上の被害を受けていたのは、沿岸部では 242 名（38.1%）、に上っている。車両の喪失も沿岸部では 3 割以上が経験しており、組織としての損害・喪失が甚大なものであったことが分かる。なお、内陸部では殉職者はなかったものの、詰め所が一部損壊以上であった者が 64 名（31.8%）あり、この災害の大きさを物語っている。

2-4 消防団員としての経験・意識

入団した動機について、第一位に上げられたものは、両群とも「同じ地域の人から頼まれた」を挙げた者が 7 割を占めており、「自らの意思で」を大きく引き離している。なお、第二位としては「自らの意思で」を挙げた者がもっとも多かった。

定期的な訓練・研修には、9 割以上の機会に参加しているとした者が、5 割から 6 割近くに上り、半分以上の機会に参加していたとする者と合わせると、ほとんどの団員が訓練に精勤していたことが分かる。震災以前に団を辞めたいと思ったかとの質問に対しては、両群ともに約 6 割の者は否定した。また、団の人間関係は、ごく少数を除いて「良好」または「とても良好」と感じており、運営に不満を抱いていたとしたのは、両群ともに 4 分の 1 程度であった。また、過去の私生活におけるトラウマ体験、および業務中の惨事ストレスを体験したことがあるとした者の割合は、両群で差がなかった。

表4. 消防団員としての経験・意識			
	沿岸群(n=636)	内陸群(n=201)	
入団動機(第一位に上げられた項目)			
同じ地域の人から頼まれた	68.6%	72.4%	
自らの意志で	18.6%	17.1%	
家族から勧められた	7.6%	5.5%	
意志に反して押しつけられた	2.9%	2.0%	
辞めたいと思ったことがある			
ずっと思っていた	12.4%	11.9%	
辞めるかどうか迷っていた	27.5%	22.4%	
思ったことはない	58.8%	62.7%	
定期訓練・研修に参加			
9割以上参加	59.6%	51.7%	
5割から9割	32.5%	35.8%	
3割から5割	4.6%	6.5%	
3割未満	2.4%	4.5%	
団員同士の人間関係(震災前)			
とても良好・良好	98.1%	98.5%	
悪い・とても悪い	1.4%	0.5%	
組織運営について(震災前)			
大変満足・満足	73.9%	70.6%	
不満・大変不満	23.6%	25.4%	
過去のトラウマ体験あり(私生活)	14.4%	14.5%	
過去の惨事ストレス体験あり	11.0%	11.0%	

2-5 震災発生直後の状況

震災発生時点の居場所は職場であった者が半数以上で両群にはほとんど差がない。沿岸部では津波が到達するまでに4割、当日中に7割近くが活動を開始しており、意識の高さがうかがえる。家族の安否確認は沿岸部では7割近く、内陸部では9割以上が当日中に出来ていたが、3日目以降になった場合が、沿岸部で約2割あった。家族との再会が遅れた団員も、沿岸部では約4分の1いた。

表5. 震災発生前後の状況		
	沿岸群(n=636)	内陸群(n=201)
震災発生時の居所		
職場	58.6%	53.2%
自宅	18.9%	21.4%
その他	20.8%	24.9%
活動開始時点		
津波到達前	40.9%	9.5%
当日中(2,3を統合)	27.8%	50.2%
翌日以降	23.9%	27.9%
活動なし	6.8%	10.9%
家族の安否確認時点		
当日中	69.8%	93.0%
翌日まで	11.0%	4.0%
3日目以降(3,4を統合)	18.2%	3.0%
家族との再会時点		
当日中	58.3%	86.1%
翌日まで	15.7%	7.5%
3日目以降(3,4を統合)	24.8%	6.0%

2-6 活動をとおして自覚した心理的变化（惨事ストレス状況）

消防団活動をとおして自覚した心理的变化について、生命の危険、恐怖感、無力感を4段階で尋ねた。「かなり感じた」あるいは「とても感じた」としたものは、沿岸部で高く、両者を合わせて3割から4割に上っていた。また、家族の安全に関する不安についても同様に沿岸部で強く感じている者が多く、「かなり感じた」あるいは「とても感じた」としたものをあわせると半数以上に上っていた。

東日本大震災は死者が未曾有の数に上っており、団員が捜索中に遺体を扱うことが多かったと言われている。本調査では、遺体の搬出がどのくらい精神的に堪えたかを、同様に4段階で聞いた。沿岸部では、半数の団員が遺体に接しており、4分の1が「かなりこたえた」あるいは「とてもこたえた」とした。遺体の中でも、子どもや知り合いの遺体に接することは大きな影響をもたらすことが、先行研究から知られている。子どもの遺体を扱った者は、沿岸部では2割強で、その4分の3（全体の14.8%）は「かなりこたえた」または「とてもこたえた」としていた。知人の遺体を扱った者は、沿岸部では4割弱おり、そのうちの約7割（全体の24.1%）は「かなりこたえた」または「とてもこたえた」としていた。

原発事故を併発した今回の災害では、放射線被爆の不安を多くの住民が抱いた。本調査では被爆に関する不安の強さを4段階で尋ねた。今回の調査対象とした内陸部消防団15団のうち福島県が7団を占めていることもあり「とても不安だった」「かなり不安だった」としたものは、内陸部に高い。

表6. 活動中に自覚した心理的反応		
	沿岸群 (n=636)	内陸群 (n=201)
生命の危険		
全く感じなかった	16.5%	32.8%
多少感じた	51.1%	47.8%
かなり感じた	19.8%	13.9%
とても感じた	11.6%	4.0%
恐怖感		
全く感じなかった	7.5%	12.9%
多少感じた	48.6%	50.7%
かなり感じた	28.1%	23.9%
とても感じた	14.9%	10.0%
無力感		
全く感じなかった	29.4%	30.3%
多少感じた	37.3%	45.8%
かなり感じた	20.4%	15.9%
とても感じた	11.5%	7.0%
遺体を扱ったことの影響		
かなり・とても堪えた	25.3%	4.0%
多少堪えた	19.0%	5.0%
堪えなかった	5.8%	2.5%
遺体を扱っていない	48.3%	85.1%
子どもの遺体を扱ったことの影響		
かなり・とても堪えた	14.8%	2.0%
多少堪えた	3.5%	0.5%
堪えなかった	1.4%	0.5%
遺体を扱っていない	77.8%	94.0%
知人の遺体を扱ったことの影響		
かなり・とても堪えた	24.1%	3.0%
多少堪えた	8.2%	2.0%
堪えなかった	2.7%	0.5%
遺体を扱っていない	62.9%	91.0%
放射線被曝への不安		
とても不安だった	20.6%	24.4%
かなり不安だった	15.7%	20.9%
多少不安だった	40.9%	40.3%
家族の安全への不安		
とても不安だった	26.3%	18.4%
かなり不安だった	24.2%	19.4%
多少不安だった	38.5%	48.3%

活動に関する達成感、周囲からの評価や批判も、活動後の心理的反応に大きく影響することが、阪神・淡路大震災後に行われた消防隊員調査などで報告されている。達成感に関して「どの程度活動が出来たと思うか」と尋ね、4段階で回答を求めたところ、沿岸部では約8割が「まあまあできた」あるいは「かなりできた」と肯定的な評価をしているのに対して、内陸部では約半数にとどまっていた。活動に対して住民から批判された経験があるとしたのは、沿岸部で200人(31.4%)いたが、「かなりこたえた」あるいは「とてもこたえた」と回答したのはそのうちの4分の1に満たない47人であった。

活動後にどのようなことが労いや励みになったかについて4項目について聞いた。「かなり

力づけられた」とした者の割合は、沿岸部、内陸部ともに同僚、住民、家族、団の幹部の順だった。

表7. 活動の達成感と支えになったもの		
	沿岸群(n=636)	内陸群(n=201)
団員としての活動		
かなりできた	28.6%	13.9%
まあまあできた	40.4%	39.8%
あまりできなかった	20.8%	29.4%
ほとんどできなかった	9.4%	15.4%
住民からの非難		
非難されなかった	67.5%	81.6%
非難されて堪えた	25.3%	10.4%
住民からの労いや感謝		
関係なし	26.3%	36.8%
多少力づけられた	41.8%	42.8%
かなり力づけられた	30.2%	18.4%
家族からの慰労		
関係なし	26.1%	36.3%
多少力づけられた	40.6%	38.8%
かなり力づけられた	31.0%	22.4%
団の幹部からの労いや評価		
関係なし	36.2%	42.8%
多少力づけられた	41.7%	41.8%
かなり力づけられた	19.7%	13.4%
団員同士の励まし		
関係なし	19.7%	30.3%
多少力づけられた	41.5%	42.8%
かなり力づけられた	36.8%	25.4%

2-7 調査時点の心理的状态

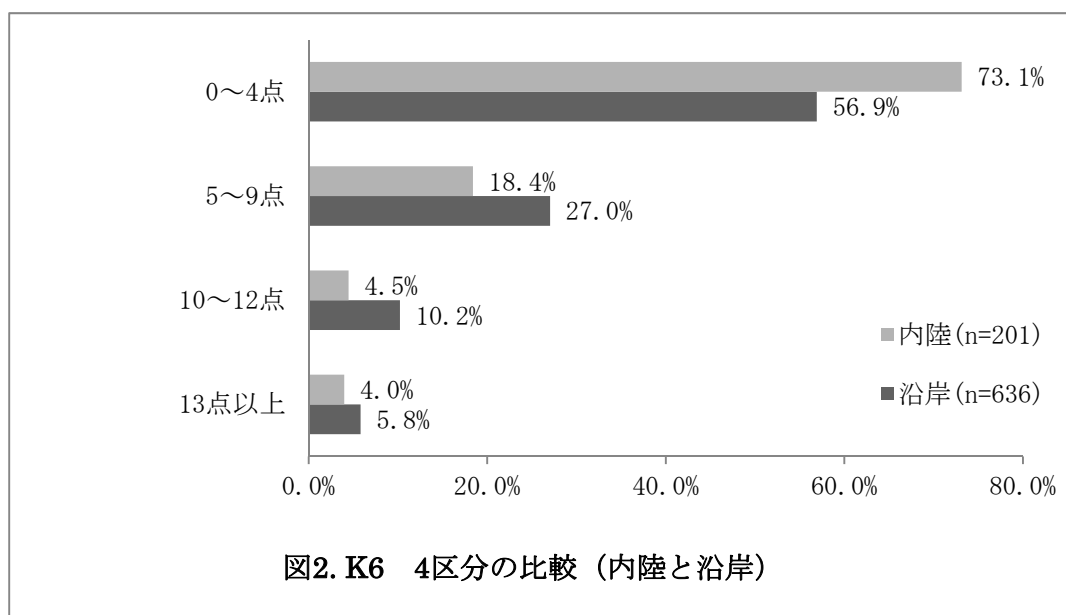
(1) K 6 調査票日本語版 (K 6)

不安やうつ状態を反映する尺度で、0 から 24 点の得点となり、高得点になるほどメンタルヘルスの状態が悪いと判断される。本尺度の内的整合性を示す α 係数は 0.90 で十分に高い値を示した。両群の平均値は、沿岸群 4.6 点 (平均の標準誤差 0.19)、内陸群 3.0 点 (同 0.26) で、沿岸群が有意に高かった。

K 6 は、不安やうつ症状との関連から、得点を以下のように 4 段階に分け、スクリーニングなどの判定に使われることが多い。

- ・ 0 から 4 点：ストレスが低く、健康な状態
- ・ 5 点以上：心理的ストレスの高い状態
- ・ 10 点以上：うつ病や不安障害（神経症）が疑われる状態
- ・ 13 点以上：うつ病や不安障害が強く疑われる状態

以下に、全体、および沿岸部と内陸部で比較した結果を示す。なお、日本人の一般人口で行われた調査では 5 点以上は 28%、10 点以上は 8%、13 点以上は 3%と報告されている。



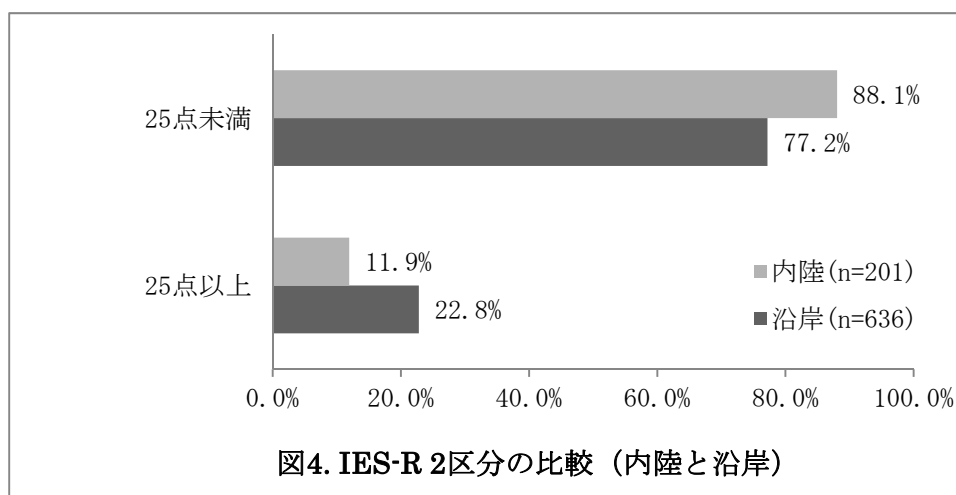
(2) IES-R（出来事インパクト尺度改訂版）

衝撃的な体験（トラウマ体験）の影響を測定する 22 項目からなる尺度であり、広く外傷後ストレス障害（PTSD）の症状スクリーニングや、経過の判定などに使われる。この尺度は、PTSD の 3 主症状である、再体験症状、回避症状、過覚醒症状の回項目に分けて評価することも可能である。本尺度の内的整合性を示す α 係数は、総得点 0.96、3 下位尺度でも再体験 0.92、回避 0.90、過覚醒 0.87 と十分に高い値を示した。表に両群の総得点および下位尺度の平均点を示す。いずれも、沿岸群で有意に高かった。なお、各数値に付記した括弧内の数字は平均の標準誤差（SE）を示している。

表 8 IES-R 得点の平均

		沿岸群 (n=636)	内陸群 (n=201)
下位尺度	再体験	5.7 (0.23)	3.9 (0.34)
	回避	5.6 (0.23)	3.5 (0.35)
	過覚醒	3.7 (0.16)	2.4 (0.23)
総得点		15.0 (0.58)	9.8 (0.88)

IES-R は PTSD のリスクが高いと判断されるカットオフ値として総得点 25 点を用いることが多い。ただし、カットオフ値を超えたことは、そのまま PTSD の診断がつくことを意味するのではないことは留意する必要がある。この基準を使って、二つに区分し、2 群を比較したところ、高得点者が沿岸群では 22.8%、内陸群で 11.9%認められ、前者に有意に高い割合であった。



2-8 飲酒習慣

飲酒は男性において、公衆衛生上の問題とされることが多く、過度の飲酒による肝疾患、糖尿病、高血圧などの増加、あるいは職業効率や生産性の低下、家庭崩壊などの社会的問題にもつながる。阪神・淡路大震災後の調査では、仮設住宅で孤独死をした住民の中に、中高年男性を中心として多くの大量飲酒者がいたことが報告されており、大災害後にはアルコール乱用・依存の問題は、重要な健康管理上の問題として注意が必要である。

本調査では飲酒習慣について、6項目の質問をした。飲酒するかどうか、震災後に飲酒が増えたかという項目と、アルコール依存をスクリーニングするためのCAGEと呼ばれる4項目の尺度を使用した。CAGEは「はい・いいえ」で簡単な質問に答える尺度で、2項目以上あてはまった場合にはアルコール乱用に対して注意が必要で、3項目以上になると臨床的な関与が必要となる可能性が高いとされている。

飲酒すると答えたのは両群とも85%程度で差がないが、震災後飲酒量が増えたとした者は、沿岸群では3割に上り内陸群より有意に割合が高かった。CAGEにおいて肯定した項目数の割合を見ると、2項目以上は両群ともに約23%、3項目以上は沿岸群8.4%とやや高いが、有意差は見られなかった。

表9 飲酒習慣

	沿岸群 (n=533)	内陸群 (n=172)
震災後飲酒量が増えた	30.6%	20.8%
CAGEで肯定した項目数 0	46.7%	46.5%
1	30.2%	29.7%
2	14.6%	17.4%
3	6.8%	4.1%
4	1.7%	2.3%

注：飲酒すると答えた者だけを集計

2-9 心理的支援

今回の震災後には、消防団員を対象とした心理的支援（こころのケア）が試行的に提供された。その利用状況と利用しなかった場合の理由、および今後利用したい支援内容について聞いた。何らかの支援を受けた者は、沿岸群では7.6%いたが、内陸群では皆無だった。受ける機会があったのに受けなかったとした者が沿岸群 154 名、内陸群 12 名あり、受けなかった理由を複数回答で選ばせたところ、「必要なかった」「時間がなかった」としたものがほとんどだった。今後受けてみたい支援について、複数回答で聞いたところ、「受けてみたいと思わない」としたものが両群ともに最も多く、受けてみたいと思う項目としてはグループミーティング、集合研修・教育、個別相談の順で多かった。また、最後に本調査について聞いたところ、両群とも7割以上が「必要だと思う」と答えた。

表10. 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			
		沿岸群 (n=636)	内陸群 (n=201)
東日本大震災後の何らかの心理的支援			
	受けた	7.6%	0.0%
	機会があったが受けなかった	24.8%	6.5%
	受ける機会がなかった	67.6%	93.5%
受けてみたい心理的支援（複数回答）			
	メンタルヘルスに関する集合研修・教育	12.1%	15.9%
	心理専門家による個別相談窓口	10.1%	9.0%
	団組織内で話し合う体験や心情のミーティング	20.1%	25.4%
	その他	1.6%	1.5%
	受けてみたいと思わない	53.6%	49.3%
消防団の詰め所で行われれば受けてみたい心理的支援（複数回答）			
	メンタルヘルスに関する集合研修・教育	17.5%	17.9%
	心理専門家による個別相談窓口	12.1%	11.9%
	団組織内で話し合う体験や心情のミーティング	27.0%	23.4%
	その他	1.3%	1.5%
	受けてみたいと思わない	46.5%	44.3%
この調査についてどう思うか			
	必要だと思う	73.2%	71.4%
	必要ないと思う	26.8%	28.6%

第6章 都道府県に対する実態調査

第1節 目的と実施方法

1-1 目的

都道府県の消防防災主管課を対象として、消防職員の惨事ストレス対策の取組状況について、調査を行った。

なお、平成17年にも同種の調査を実施したところであり、今回の調査は平成17年調査の結果と比較することで、惨事ストレス対策の取組の進捗状況についても把握することとした。

1-2 実施方法等

(1) 実施方法

全国の都道府県消防防災主管課（47都道府県）に回答を依頼した。

(2) 実施機関

平成24年8月17日に調査票を発送し、9月14日を回答の締め切りとした。

(3) 平成17年調査との相違

今回の調査は、平成17年の調査票を基に、東日本大震災に係る惨事ストレス対策の項目等を追加した。

(4) 調査項目の構成

上記目的に沿って表2-6-1に示す調査項目を用いた。

表2-6-1 調査票の構成（主な項目）

1 惨事ストレスについて

- (1) 惨事ストレスに関する消防本部からの意見・要望等
- (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
- (3) 都道府県における惨事ストレス対策の必要性
- (4) 実施している施策
- (5) 実施を検討中の施策
- (6) 実施を検討していない、必要ではない理由

2 東日本大震災後の惨事ストレス対策について

- (1) 惨事ストレス対策実施状況
- (2) 惨事ストレス対策の実施時期
- (3) 実施した惨事ストレス対策

3 自由意見

- (1) 緊急時メンタルサポートチームに関する意見
- (2) 惨事ストレスに関する意見

※ 質問項目については、平成17年調査とほぼ同一であるが、「2 東日本大震災後の惨事ストレス対策実施状況」等を新たに追加した。

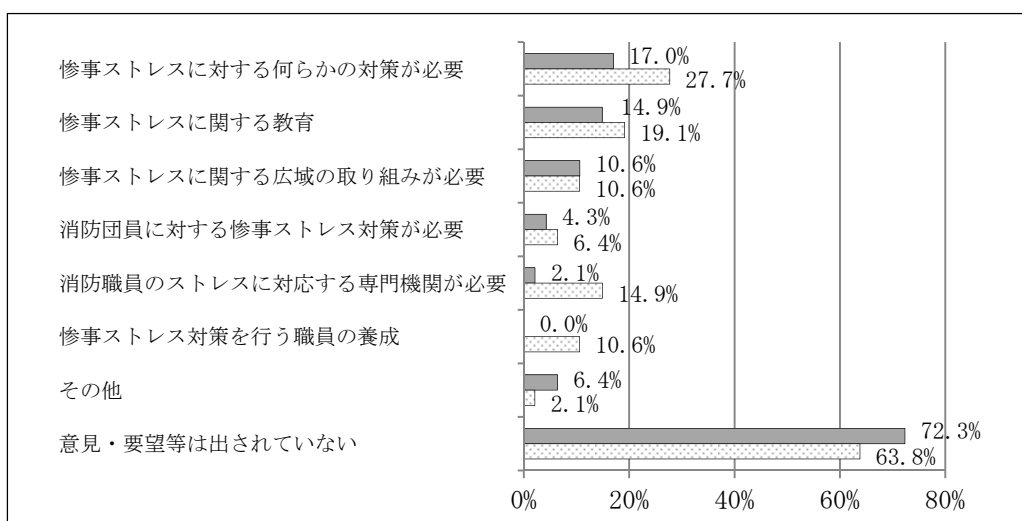
第2節 調査結果

横棒グラフについては、上段が今回（平成24年実施）の調査結果、下段は前回（平成17年実施）の調査結果を示す。

2-1 惨事ストレスについて

(1) 惨事ストレスに関する消防本部からの意見・要望等

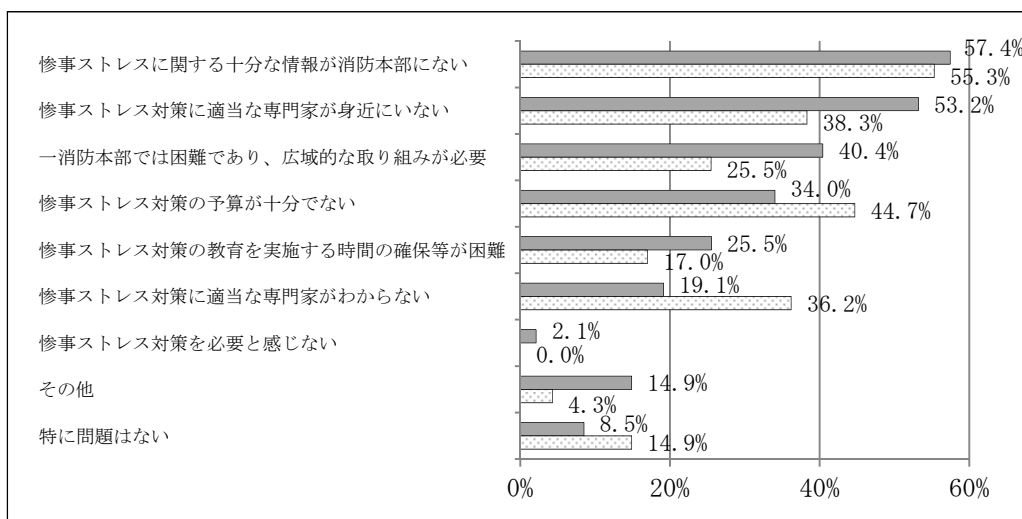
「出されていない」(63.8%→72.3%) が最も多くなっている。出されている意見としては、「何らかの対策が必要である」(27.7%→17.0%)、「惨事ストレスに関する教育を望む」(27.7%→17.0%)、「広域の取り組みが必要である」(10.6%→10.6%) などが多かった。



(図2-6-1) 惨事ストレスに関する消防本部からの意見・要望等 (N=47)

(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

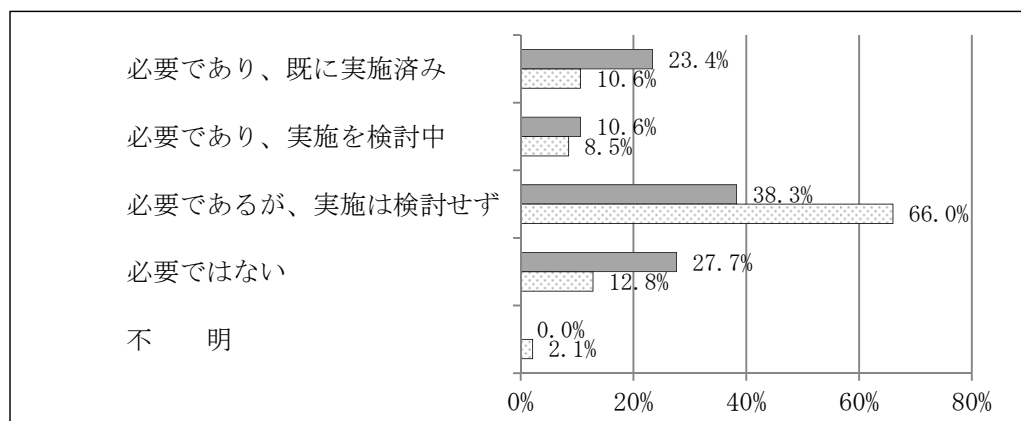
「十分な情報が消防本部にない」(55.3%→57.4%)、「適当な専門家が身近にいない」(38.3%→53.2%)、「広域的な取り組みが必要である」(25.5%→40.4%)、「教育を実施するにあたって時間の確保等が困難」(17.0%→25.5%) などが増加し、「予算が十分でない」(44.7%→34.0%) 「適当な専門家が分からない」(36.2%→14.9%) などが減少した。



(図2-6-2) 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 (N=47)

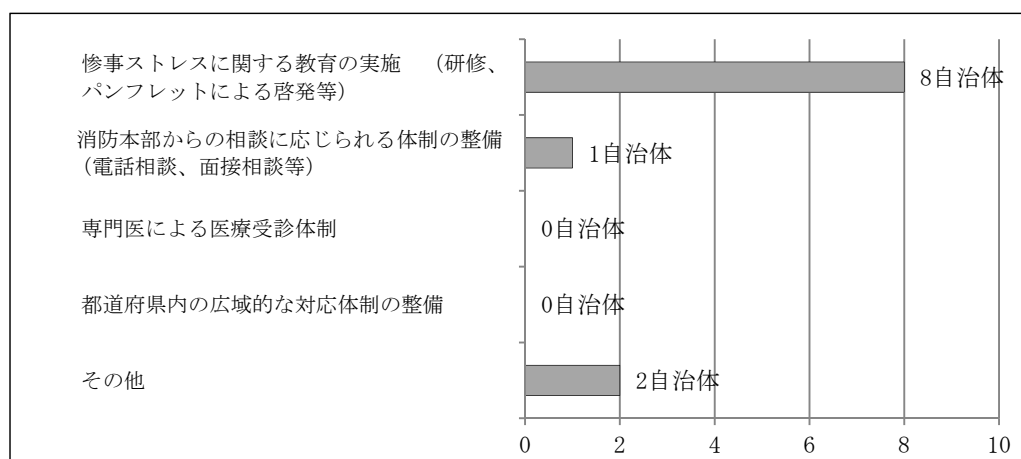
(3) 都道府県における惨事ストレス対策の必要性

「必要であり、既に実施済み」(10.6%→23.4%)、「必要であり、実施を検討中である」(8.5%→10.6%)と増加しているものの、「必要ではあるが、実施は検討していない」(66.0%→38.3%)、「必要ではない」(12.8%→27.7%)も依然として多いことから更なる対策の必要性が考えられる。



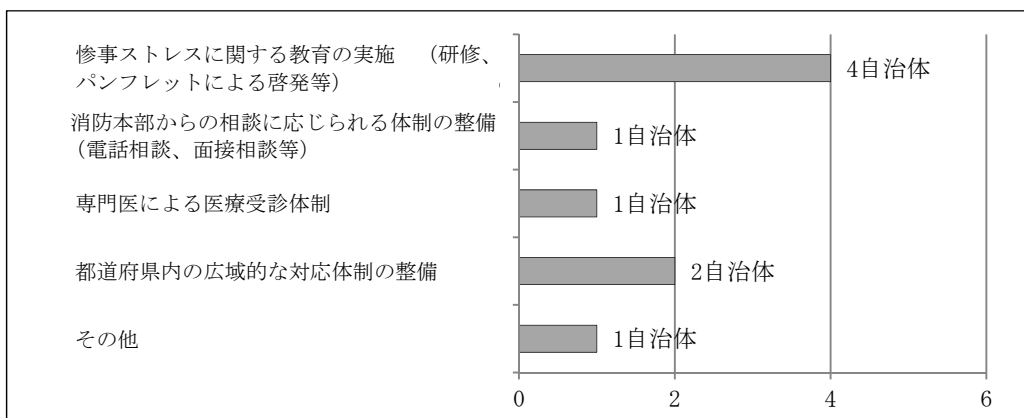
(図 2-6-3) 都道府県における惨事ストレス対策の必要性 (N=47)

(4) 実施している施策



(図 2-6-4) 実施している施策 (N=11)

(5) 実施を検討中の施策



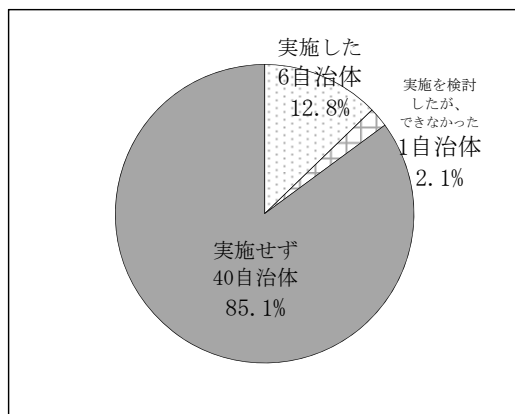
(図 2-6-5) 実施を検討中の施策 (N=5)

(6) 実施を検討していない、必要ではない理由（主なもの）

- ・ 予算、人員、知識等を含めた体制整備が必要
- ・ 消防本部からの要望がない
- ・ 各消防本部で対応している
- ・ 各消防本部で対応すべき

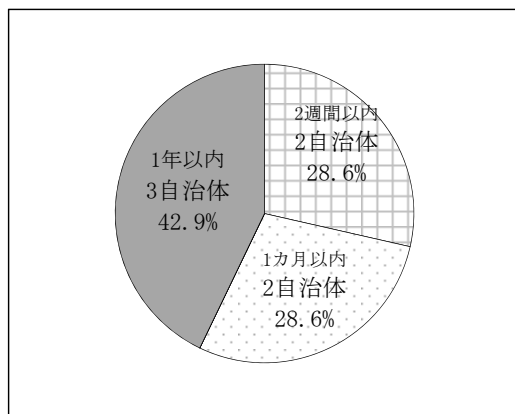
2-2 東日本大震災後の惨事ストレス対策について

(1) 惨事ストレス対策実施状況



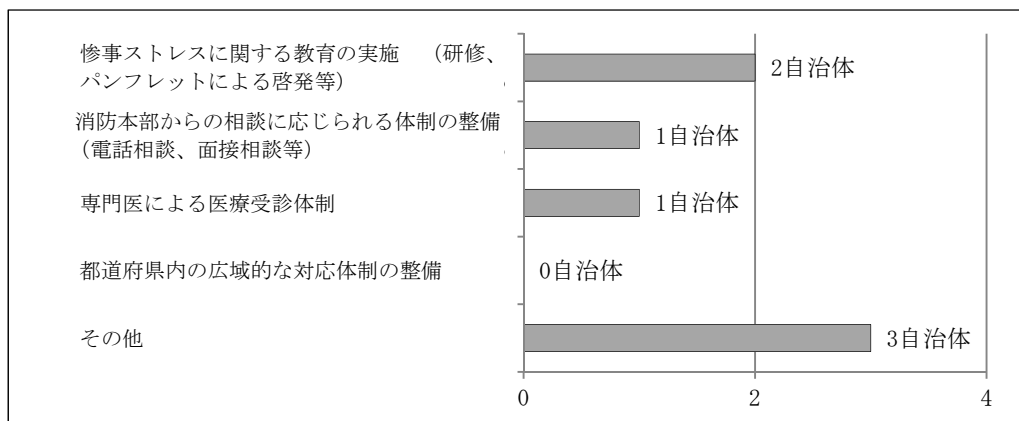
(図 2-6-6) 惨事ストレス対策実施状況 (N=47)

(2) 惨事ストレス対策の実施時期



(図 2-6-7) 惨事ストレス対策の実施時期 (N=7)

(3) 実施又は実施を検討した惨事ストレス対策



(図 2-6-8) 実施又は実施を検討した惨事ストレス対策（N=7）

【 その他 】

- 臨床心理士会及び消防本部との連絡調整を行った事例
- 惨事ストレスに関するホームページアドレス等の情報提供を行った事例
- 専門家からの惨事ストレスケア実施申出を消防本部に情報提供した事例

2-3 自由意見

(1) 緊急時メンタルサポートチームに関する意見（主なもの）

- ・ 消防本部に活用を促したい
- ・ 制度の周知、啓発を望む
- ・ 派遣体制の強化を望む
- ・ メンバーの増員を望む
- ・ その他（事前予防対策での活用、都道府県の関わりを明記すべき）

(2) 惨事ストレスに関する意見（主なもの）

- ・ 消防庁による研修の実施を望む
- ・ 都道府県を超えた支援体制の整備が必要である
- ・ 都道府県と消防本部の連携による惨事ストレス対策の実施が必要である
- ・ 「緊急時メンタルサポートチーム」の周知が必要である

第7章 現地調査による取り組み事例の紹介

第1節 緊急消防援助隊派遣消防本部の取り組み事例

【札幌市消防局（北海道）】

1 組織概要（平成24年4月1日現在）

管轄人口：979,158 世帯 1,904,319 人

管轄面積：1,121.12 km²

消防職員数：1,852 名

消防署所数：10 署 42 出張所

2 緊急消防援助隊派遣状況

派遣隊数：延べ 527 隊

派遣隊員数：延べ 2,025 名

3 東日本大震災後における惨事ストレス対策実施状況等

(1) 惨事ストレス対策実施状況

① 実施体制等

平成20年3月に「惨事ストレスの手引き」を策定し、惨事ストレスとその対処方法の理解に努めてきた。また、「札幌市消防局惨事ストレスケア実施要項」及び「札幌市消防局メンタルサポートチーム実施要項」を制定し、これら要綱等に基づき、緊急消防援助隊として派遣した消防職員の惨事ストレスケアを実施した。

② 実施状況

1～2次派遣隊については、帰庁後、直ちにチェックリストによる惨事ストレスチェックを実施し、帰庁後直近の勤務日においてメンタルサポートチーム（2名）が隊ごとのグループ（2～10名程度）でデブリーフィングを実施した。

3次派遣隊以降については、帰庁後及び1カ月後にチェックリストによる惨事ストレスチェックを実施し、その後、メンタルサポートチームがグループによるデブリーフィングを実施した。

③ その他

発災直前に「札幌市消防局惨事ストレスケア実施要項」及び「札幌市消防局メンタルサポートチーム実施要項」を制定したが、制定から間もない時期であり、1次ミーティング（デフュージング）の手法について消防職員への研修が実施されていなかったため、メンタルサポートチームによる2次ミーティング（デブリーフィング）から実施した。

(2) 今後の課題

① 教育の実施

予防的な視点で平素からメンタルサポートについての研修を実施しておく必要がある。また、消防学校の初任科においてもメンタルヘルスについて教育する必要がある。

② ケアの実施方法の検討

グループミーティングでは発言できない場合もあり、個人面談が必要な状況もあったため、階級ごとにグループを分ける、対象者を絞り込むなど、その仕分けについて検討する。また、複数回派遣された消防職員は初回の記憶が強く、他の消防職員と温度差があったため、複数回派遣した消防職員への面談方法についても検討する。

③ 日常のストレスケア体制の整備

個人面談と組織対応が柔軟に言実施できるよう、平常時から体制を整備するとともに、メンタルサポート体制をより一層充実させておく必要がある。

④ 惨事ストレスの手引き等の見直し

惨事ストレスの対策については、二次ミーティング（デブリーフィング）からサイコロジカル・ファーストエイドへ変化している学説もでてきており、これらを検討し、惨事ストレスの手引き等を見直す必要がある。

【亀山市消防本部（三重県）】

1 組織概要（平成 24 年 4 月 1 日現在）

管轄人口：18,849 世帯 48,019 人

管轄面積：190.91 km²

消防職員数：76 名

消防署数：2 署

2 緊急消防援助隊派遣状況

派遣隊数：延べ 8 隊

派遣隊員数：延べ 34 名

3 東日本大震災後における惨事ストレス対策実施状況等

(1) 惨事ストレス対策実施状況

① 実施に至った経緯

緊急消防援助隊として被災地に派遣した消防職員より惨事ストレス対策の要望があったため、市の人事当局とも協議し、市に在籍している臨床心理士及び保健師によるケアを実施した。

② 専門家による対応

緊急消防援助隊として派遣した職員の帰任 1 カ月後から臨床心理士及び保健師による面談を開始し、惨事による PTSD の遷延化及び遅発性発症の可能性も考慮して 12 月にも面談を実施した。その結果、惨事ストレスの PTSD 化は惨事そのものの甚大さだけが原因ではなく、日常生活のストレスが症状に大きく影響する要因であることが判明した。また、面談において惨事ストレス症状が確認された消防職員に対しては、産業医による面談を実施した。

③ 実施後の効果

惨事ストレス対策を実施したことにより早期発見とフォローの重要性が啓発され、ケアを受けることに対する垣根が低くなり、惨事ストレスに対する理解が深まった。

(2) 今後の課題

① 財政上の調整

今回は、市長部局のバックアップ及び市職員の中に PTSD に詳しい臨床心理士・保健師がいたことで、惨事ストレス対策を実施することができた。今後、惨事ストレスが危惧される事案が発生した場合、また、ケアを継続しなければならない消防職員がいた場合、ケアに要する費用等に関して市長部局との調整が必要になる。

② 家族等に対する理解の促進

トラウマを受けた者に何らの処置をせずに放置しておく、支援にあたる消防職員が燃え尽き等を起こす懸念だけでなく家族や周囲の者にも拡大されて二次受傷していくことから、消防職員と同様に家族等に対する啓発も必要である。

【志摩広域消防組合消防本部（三重県）】

1 組織概要（平成 24 年 4 月 1 日現在）

管轄人口：42,936 世帯 109,516 人

管轄面積：422.70 km²

消防職員数：142 名

消防署所数：1 署 5 分署

2 緊急消防援助隊派遣状況

派遣隊数：延べ 24 隊

派遣隊員数：延べ 72 名

3 東日本大震災後における惨事ストレス対策実施状況等

(1) 惨事ストレス対策実施状況

① 帰庁から 2 カ月まで

帰庁直後、消防署内においてグループミーティングを実施した。その後、三重県こころの健康センターに相談し、対応していた。また、IES-R によるストレスチェックを実施した。

② 帰庁から 2 か月後

メンタルヘルスについては、昇任・昇格等によるストレスへの対応を目的として平成 20 年 4 月より(財)三重県市町村職員互助会に委託し、実施していた。そのため、惨事ストレス対策についてもこの制度を活用し、(財)三重県市町村職員

互助会が別途委託した(社)日本産業カウンセラー協会中部支部三重事務所が対応することとなった。その結果、IES-R によるストレスチェックによる高得点者上位 10 名に対して面談を実施した。面談は、東日本大震災に関連するカウンセリングの実施経験があるカウンセラーが対応し、面談を受けた消防職員からは、専門家の意見を聞いて安心したといった意見が聞かれた。また、遅発性の PTSD の発生が懸念されたことから、帰庁後 1 年を経過した時点で再度 IES-R によるストレスチェックを実施した。

③ 実施後の効果

これまでに惨事ストレスを生じさせるような事案もなく、惨事ストレス対策の必要性も認識していなかった。しかし、東日本大震災の被災地に職員を派遣してからは、惨事ストレス対策の必要性が認識されるようになってきた。グループミーティングに参加した者や面談を受けた者は、惨事ストレス対策の必要性を感じているようであった。また、現場の隊長も部下の状態を気にするようになり、精神的に不調を来している職員がいた場合は所管課に報告しようという意識が出てきた。

(2) 今後の対応方法

ケアを委託した(社)日本産業カウンセラー協会中部支部三重事務所は、今後も惨事ストレス対策について対応可能な状況である。惨事ストレスの症状がある職員がいる場合は、本人が(財)三重県市町村職員互助会を通じて申し込みを行い、(財)三重県市町村職員互助会の提携先でケアを受けるシステムが確立している。今回は、(財)三重県市町村職員互助会が主体となって対応してくれたので、負担は少なかった。

第 2 節 被災地消防本部・消防団の取り組み事例

【仙台市消防局・消防団（宮城県）】

1 組織概要（平成 24 年 4 月 1 日現在）

管轄人口：462,728 世帯 1,020,241 人

管轄面積：785.85 km²

消防職員数：1,090 名

消防署所数：6 署 20 出張所

消防団員数：2,172 名

消防団・分団数：7 団 56 分団

2 東日本大震災による被害概要（平成 24 年 9 月 11 日現在）

最大震度：震度 6 強

死者：891 人 行方不明者：30 人 負傷者：2,271 人

全壊：22,912 棟 半壊：108,542 棟 一部損壊：115,803 棟

※ 消防庁被害報第 146 報（平成 24 年 9 月 28 日）により作成

3 東日本大震災後における惨事ストレス対策実施状況等

(1) 惨事ストレス対策実施状況

① 発災前までの取り組み

消防職員に対する取り組みとして、ストレスとは何かという基礎知識を普及させることを中心とした各種施策とあわせ、消防職員の心身両面について平時からの健康管理に重点を置く施策を実施していた。(例示:一般職員向けメンタルヘルス講習、管理監督者向けメンタルヘルス講習、こころと体の相談室の開設など)

さらに、係長職が主任職以下の全ての部下職員と定期的に面談を行い、平時からのコミュニケーションを深め、もって職員個々の動態を把握することを目的とした「個別面談」を制度化し、細かな気配り・ケアが出来る風土作りに努めてきた。

② 発災後の取り組み

全ての消防職員がまさにストレスを感じている状況下でストレスチェックを行っても、何らかの反応が現れるのが当然であるため、少し時間をおいた発災3週間後の平成23年3月下旬に、消防局独自の取り組みとして、全消防職員を対象にIES-Rを用いたストレスチェック(記名式・全職員提出)を行った。このうち得点の高い職員に対しては、平成23年4月に市長部局の産業カウンセラーや保健師等が各消防署を巡回し個別相談を実施した。

平成23年6月には市長部局の厚生担当部署が全市職員を対象としたストレスアンケート(無記名・任意提出)により健康疲労度のチェックを行った。なお、市長部局におけるアンケートは、震災から1年が経過した平成24年3月、平成24年5月と、合計3回実施した。

その他にも、災害救援者向けのメンタルヘルス関係冊子の配布や、心身の健康管理に関する各種通知により、不調を感じた場合の相談窓口の紹介を行うなど、職員自身による健康管理の意識啓発に努めた。

さらに、地方公務員災害補償基金の援助を受け、平成24年12月に「こころの健康診断(JMI健康調査)」を全ての消防職員を対象に実施した。

また、消防団員に対する取り組みとして、平成23年4月に津波被災地域の検索活動に従事した団員を対象にIES-Rを用いたストレスチェック(全団員提出。記名式)を行った。

③ 専門家による対応

東北大学・若島孔文准教授を講師に招き、平成23年7月に幹部消防職員を対象とした惨事ストレス・ケア研修会を開催した。

また、同准教授の協力により、平成23年8月には消防職員・団員を対象とした個別カウンセリングを実施し、消防職員1名、消防団員5名がこれを受診した。受診者からは「震災現場での活動、震災により失業した、家が流された」等のストレス要因が相談され、フォローアップの結果全て改善されている。その後、平成25年1月から消防団員を対象に第2回目となる個別カウンセリングを実施している。

さらに、平成24年12月には日本医科大学・稲本絵里 臨床心理士の協力により、幹部消防団員を対象とした惨事ストレス研修会を開催した。

(2) 今後の課題等

① 良好なコミュニケーションの構築・醸成

今回の震災では、平時からの消防職員・消防団員同士のコミュニケーションがいかに重要であるか改めて認識させられた。平時からコミュニケーションが良好に保たれていることにより、有事に際しても職員がストレスを受けにくい職場環境・人間関係が形成され、同時に強固な信頼関係が構築されることによって、困難な災害現場活動においても最大限の力が発揮できる。

② 家族の安否確認

今回の震災は平日の日中に発生したため、当日勤務中だった職員は家族の安否確認に時間を要し、それが大きなストレスとなっていた。このため、今後の大規模災害の備えとして、災害伝言ダイヤル等の活用を家族と話し合うよう職員へ周知した。

③ 消防職員に対する惨事ストレス対策

ストレスの受け止め方は職員個々により差異があり、全ての職員に即効性のある共通な対応策というものは存在しない。また、組織として職員に対し強制的に惨事ストレス施策を実施することで、病状を悪化させてしまうケースも存在している。

さらに、全職員が震災による惨状を経験しており、いつその経験を思い出させる様な場面に遭遇し、フラッシュバックが起こるか分からないという不安も生じている。このため、今後もストレスに関する研修会などを継続的に行いストレスに対する予防策を推進するとともに、心身に変調が見られた職員については、早めに専門化に繋ぐという体制を敷いている。

④ 消防団員に対する惨事ストレス対策

平時における火災等の災害で死者が発生した場合、消防団員には遺体を見せないように配慮していた。しかし、今回の震災対応においては、ほとんどの消防団員が津波被災地域での検索活動に従事したほか、遺体搬送の業務にも従事したことから、消防団員に対する惨事ストレス対策も実施した。

特に配慮した点としては、消防団員は地域の住民であり、周り近所から「弱い人」と思われたくないため、実際にストレスを感じていても我慢したり、隠したりする傾向が予想されることである。このため、地域に出向いて惨事ストレス対策を実施しても参加者が集まらないことを危惧し、実施方法の視点を変え、ストレスを感じた消防団員が周囲の人に知られること無く、本人が直接医療機関等を受診するカウンセリング方式を採用した。その結果、一定の成果を挙げたものと思慮されるが、実施期間が短かったことなどもあり、受診者数があまり多くなかったため、先般、第2回目のカウンセリングを開催したところである。

今後、消防団員に対する惨事ストレス対策を実施する場合には、管轄地域から離れた消防署等を会場として研修会を実施することが有効と考える。さらに、ストレスを感じた時に、周囲の人に知られること無くいつでもカウンセリングを受診できる体制の構築も必要と思われる。

【亘理町消防団（宮城県）】

1 組織概要（平成 24 年 4 月 1 日現在）

管轄人口：11,271 世帯 34,091 人

管轄面積：73.21 km²

消防団員数：473 名

消防団・分団数：1 団 4 分団

2 東日本大震災被災地による被害状況（平成 24 年 9 月 11 日現在）

最大震度：震度 6 弱

死者：264 人 行方不明者：11 人 負傷者：45 人

全壊：2,540 棟 半壊：1,199 棟 一部損壊：2,419 棟

※ 消防庁被害報第 146 報（平成 24 年 9 月 28 日）により作成

3 東日本大震災後における惨事ストレス対策実施状況等

(1) 惨事ストレスの状況

沿岸部の消防団員は、多くがイチゴ農家や漁師であり、イチゴの作付けができず、また、船が流されて漁にも出られず、無収入となってしまうため、惨事ストレスよりも生活の再建、住居・職の不安の方が大きいようである。消防団員は相当数の遺体を扱ったが、震災がトラウマになっているという消防団員は把握していない。

(2) 惨事ストレス対策取組み状況

惨事ストレス対策は、分団長からの要望があったため、保健師の助言により、平成 23 年 8 月に精神科医により講義形式にて実施した。

(3) 実施後の効果

発災後、消防団員は他の避難住民と区別され、学校の教室や公会堂で 30～40 名の消防団員が共同生活をし、分団長が団員をまとめていた。また、消防団員の多くがイチゴ農家や漁師であったこともあり、消防団員同士のチームワークはよく、苦労話をしながら互いにストレスを分かち合うことが、緩和に役立ったようである。

※第 2 部実態調査の分析にあたっては、第 2 章・第 3 章は松井豊、第 5 章は加藤寛が中心となっていた。

第3部 消防職団員に対する惨事ストレス対策の課題と運用

第1章 消防職団員の惨事ストレス対策

第1節 惨事ストレス対策の理念等

惨事ストレス対策を実施するにあたっては、改めてその基本的な考え、いわゆる「理念」を認識しておくことが大切である。

惨事ストレス対策の理念は、災害救援者が職務の中で受ける精神的衝撃からの回復を増進し、PTSD（外傷後ストレス障害）の発症を予防するとともに、惨事を経験した者の経験が、その後の活動を阻害するのではなく、高めていくものとなるようにすることである。

あわせて、対策を進めるにあたり、「労う（ねぎらう）」こと、「支え合う」ことを念頭に置く必要がある。

過酷な災害現場活動においては、組織あるいは上司からの対応や言葉で隊員が励まされることは少なくない。組織が自分たちを守ってくれる、バックアップしてくれるという思いは、安心感につながり心理的なストレスを軽減することとなる。これが「労う（ねぎらう）」ことである。

また、惨事ストレスの発生が危惧される場合、その苦しみは簡単に消失するものではなく、いつまでも続いてしまう。そこで、その経験をした者のみでなく、周囲の同僚や家族等も惨事ストレスが及ぼす影響を理解し、その対処法を知ることが、回復の増進につながっていく。これが「支え合う」ことである。

さらに、惨事ストレスとは何かということを知り、自らの状態について知ることが惨事ストレス対策の第一歩である。

こうした惨事ストレス対策の理念等を十分に認識したうえで実行に移すことが、より効果的な惨事ストレス対策の推進にあたり重要である。

第2節 消防職員に対する惨事ストレス対策

消防職員の惨事ストレス対策は、メンタルヘルス対策の一環として位置づけられるものであり、その具体的な対策は、消防本部が主体となって組織として取り組むべき対応、職員相互に取り組むべき対応、職員一人ひとりが取り組むべき対応とに分けられる。

まず、組織として取り組むべき対応としては、安全衛生管理体制の中の心の健康増進、明るく活力に満ちた職場全体の健康への取り組みの一つと考えられる。このことは職員の精神衛生面の対策にとどまらず、常に万全の状態で任務を遂行できるという点からみれば防災体制の確保にもつながる。また、労務管理や執務環境への配慮も惨事ストレスを軽減させることにつながることから、こうした対策も必要である。

次に、職員相互に取り組むべき対応としては、自由に話せる環境づくり、チームワークを高めること等、相互に支え合う風土を醸成することがあげられる。このような風土ができていれば、惨事ストレスを受けた職員を早期に把握し、適切な対応につなげることができる。

続いて、職員一人ひとりが取り組むべき対応としては、「自分の健康は自分で守る」と

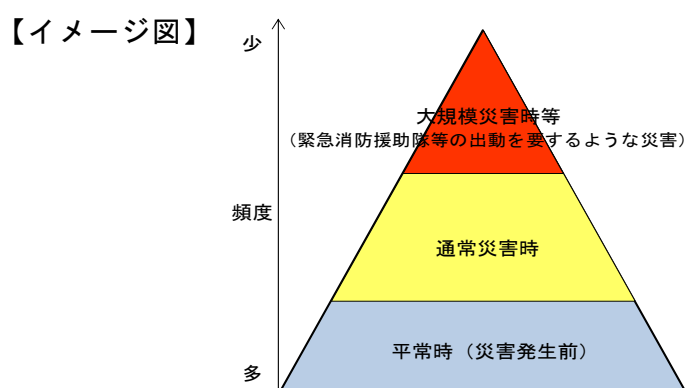
いうセルフケアの考えに立ち、惨事ストレスを正しく理解するとともにその理解に基づいて、自分なりのストレスの解消法をもって、自身をケアし、同僚を気遣うことがあげられる。また、いざという時に相談できる家族や友人などを大切にしておくことも重要である。

第3節 消防団員に対する惨事ストレス対策

これまで消防団員に対する惨事ストレス対策への関心が寄せられることはほとんどなかった。しかしながら、東日本大震災において、住民の避難誘導や水門閉鎖等の業務に従事した254名（そのうち公務災害補償請求認定は198件）の消防団員が津波等により死亡・行方不明となり、また、多くの消防団員が、自らも被災者であるにもかかわらず、避難誘導、水門閉鎖、消火活動、救助活動のほか、行方不明者の搜索、安置所への遺体搬送及び避難所運営など発災直後から非常に凄惨な災害現場で長期間にわたって活動したことから、今なお惨事ストレスによるPTSDの発生が危惧される状況にある。今後は、消防団員にあっても消防職員同様に惨事ストレス対策を進めていく必要がある。

第4節 惨事ストレス対策の体系等

本研究会は、緊急消防援助隊の出動を要するような大規模災害時等の惨事ストレス対策を中心に研究してきたが、大規模災害時等における惨事ストレス対策も、平常時（災害発生前）の惨事ストレス対策（教育や普及・啓発等の事前予防対策）や通常災害時の惨事ストレス対策と密接に関連しているものである。つまり、平常時（災害発生前）や通常災害時の惨事ストレス対策が、大規模災害時等の惨事ストレス対策へと段階的につながってくるものと考えられる。そのため、平素から惨事ストレス対策の取組を構築・整備し、大規模災害等が発生した場合、迅速に対応できる体制づくりを推し進めていくことが重要である。



具体的な惨事ストレス対策の内容としては、各地域の実状に応じて専門家による研修、個別相談、カウンセリング等が行われ、必要な場合には継続的な支援・治療へとつながられるような取組が行われている。

なお、惨事ストレス対策としてのグループミーティングについては、種類（一次ミー

ティング・二次ミーティング）や形式等にとらわれることなく、消防職員間の情報共有やコミュニケーションの一環として実施するものとし、強制的・一律的に参加させたり、感情を表出するような発言を無理やりさせる方法で実施してはならない。ただし、心理的問題について相互に理解する機会としては有意義であると考えられる。また、二次ミーティング（デブリーフィング）については、その効果を否定する学説にも配慮する必要がある。

第2章 平常時（災害発生前）における惨事ストレス対策

第1節 消防本部

1-1 消防本部における支援体制の構築

本研究会において実施した消防本部を対象としたアンケート調査（以下、「消防本部調査」という。）によれば、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、「惨事ストレスに関する十分な情報が消防本部にない」と回答した消防本部が 347 本部（43.9%）、「惨事ストレス対策に適切な専門家が身近にいない」と回答した消防本部が 302 本部（38.2%）あり、消防本部が惨事ストレス対策に取り組むにも、情報が不足し、また、精神科医や臨床心理士等の専門家が身近にいないという現状が課題として挙げられる。

その一方で、専門家と連携しながら惨事ストレス対策を積極的に推進している消防本部も存在している。こうした消防本部の状況を見分すると、首長部局の厚生担当部署からの情報提供、産業医の活用、近隣消防本部との情報交換、救急業務に関連した医療機関との交流等により専門家を確保している。また、こうした専門家と連携することによって、メンタルヘルス全般に関する助言や惨事ストレスに関する教育を実施する際の講師を依頼するなど、平常時から惨事ストレス対策を実施している。

したがって、このような事例を参考にしながら、消防本部が積極的に専門家を確保し、連携することによって、平常時（災害発生前）から情報交換を行うなど顔が見える関係を作り、惨事ストレスが危惧される災害等が発生した場合には、スムーズに支援を受けられる体制を構築していくことが必要である。

1-2 惨事ストレス対策に関する教育の推進

消防本部調査によれば、惨事ストレスに関する教育を実施している消防本部は、375 本部（47.4%）であり、平成 17 年に実施した前回調査と比較すると 23.6 ポイント増加している状況である。しかしながら、依然として実施していない消防本部が半数以上存在し、特に小規模消防本部にあっては、実施していない消防本部が 337 本部中 215 本部（63.8%）を占めている状況である。

また、前述の惨事ストレスに関する教育を実施している 375 本部における教育の対象者の内訳は、職員全員が 222 本部（59.2%）、現場で指揮にあたる隊長等が 71 本部（18.9%）、幹部職員が 97 本部（25.9%）となっている。

とりわけ、消防本部の幹部職員に対する教育は極めて重要であり、幹部職員が惨事ス

トレスについて十分に理解しているか否かによって初動対応が異なり、後々の回復状況にまで影響を及ぼすこととなる。このことから、幹部職員に対する教育を充実させ、組織として惨事ストレス対策に取り組む必要性を認識させる必要がある。

他方、幹部職員以外の消防職員に対しても、誰もが惨事ストレスの影響を受ける可能性があることを理解させるとともに、パンフレット等を活用した普及・啓発に努め、事前の予防対策・対処方法等を習得させる必要がある。

※消防本部の規模・・・小規模消防本部：職員数が 99 人以下

中規模消防本部：職員数が 100 人以上 299 人以下

大規模消防本部：職員数が 300 人以上

1-3 消防職員の家族に対する惨事ストレスの周知

消防本部調査によれば、惨事ストレスに対する意見として「消防職員の家族に対する対策も必要である」と回答した消防本部が 350 本部（44.2%）あり、また、消防職員の惨事ストレス解消方法では、「家族や、消防職員以外の知人との会話で発散する」と回答した消防本部が 334 本部（42.2%）あった。消防職員が惨事ストレスの影響を受けると、話を聞いたり、気遣った家族にも精神的な負担が生じ、二次的なストレスが発生することが指摘されていることから、消防職員の家族に対しても惨事ストレスに関する知識や対処方法の周知を図る必要がある。

第 2 節 消防団

2-1 惨事ストレス対策の周知及び普及・啓発

本研究会において実施した被災 3 県の消防団を対象としたアンケート調査（以下、「消防団調査」という。）によれば、消防団員から寄せられた惨事ストレスに関する意見・要望については、「消防団員に対する惨事ストレス対策が必要である」と回答した消防団が 14 団（10.4%）である一方で、「意見・要望等は出されていない」と回答した消防団は 115 団（85.8%）となっている。また、東日本大震災後の惨事ストレス対策の実施状況については、18 団（13.4%）が実施したのみである。このことは、そもそも惨事ストレス対策という概念が消防団組織内に浸透していないことを示すものと解される。したがって、消防団員も惨事ストレスを受けるという認識を広めるとともに、消防学校における教育訓練及び消防団における研修等において惨事ストレス対策について周知し、普及・啓発を図る必要がある。

2-2 消防団員の家族及び地域住民に対する惨事ストレスの周知及び理解

消防団員の家族も、消防職員の家族と同様に惨事ストレスに関する知識や対処方法の周知を図る必要がある。また、消防団員は、地域住民の一人でもあるため、ケアを受けるに際して周囲の目が気になるという声も聞かれる。こうしたことから、地域住民に対しても、消防団員の惨事ストレスに対する理解を図る必要がある。

なお、本研究会において実施した被災3県の消防団員を対象としたアンケート調査（以下、「消防団員調査」という。）によると、「住民からのねぎらいや感謝に力づけられた」との回答が69.4%、「家族からの慰労に力づけられた」との回答が69.1%となっていることにも留意したい。

第3節 都道府県等

3-1 広域的な惨事ストレス体制の整備

本研究会において実施した都道府県を対象としたアンケート調査（以下、「都道府県調査」という。）によれば、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「広域的な取り組みが必要である。」と回答した都道府県は19都道府県（40.4%）あった。また、消防本部調査によれば、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、「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」と回答した消防本部が281本部（35.5%）あった。このうち小規模・中規模消防本部は267本部にのぼり、こうした消防本部が単独で惨事ストレス対策を実施することは、容易でない状況が考えられる。消防団調査によっても、「一市町村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」と回答した消防団が55団（41.0%）となっている。こうした状況から、惨事ストレス対策については、地域の実情を踏まえて、例えば、都道府県消防防災主管課、消防学校、都道府県内代表消防本部等（以下、「都道府県の担当機関」という。）が主体となり、都道府県を範囲とした広域的な体制の整備が望まれるところである。あわせて、都道府県を範囲とした体制整備の一環として、消防職団員の惨事ストレスに対応できる専門家、「地域メンタルサポートメンバー」（以下、「地域メンバー」という。）を確保する必要がある。地域メンバーの確保にあたっては各地域において、保健福祉部局、保健所、精神保健福祉センター、都道府県臨床心理士会、消防学校における惨事ストレスの講義を担当している外部講師等と連携を図りながら、リストアップすることが望ましい。また、個々の専門家と協力体制を築くことにとどまらず、前述の機関等と協力体制を確立しておくことも一つの方策として考えられる。こうした体制を整備することにより、地域に密着した支援が可能となり、継続的な支援も期待できるものとなる。地域メンバーのリストアップについては、都道府県の担当機関が地域メンバーの所属、経歴、連絡先等の情報を管理し、可能な範囲でこれらの情報を消防本部に提供することが望ましい。

なお、地域メンバーへの登録については、消防庁における「緊急時メンタルサポートチーム」メンバー（以下、「消防庁メンバー」という。）と地域メンバーを重複して登録することを妨げないよう配慮すべきである。

3-2 消防学校における惨事ストレス教育の推進

惨事ストレス教育については、先述のとおり幹部職員に対する教育が大きな意味を持つ。消防本部における惨事ストレス対策を一層促進させるためにも、初任教育、専科教育のみならず中級幹部科、上級幹部科等の幹部教育においても惨事ストレスに関する科

目を積極的に取り入れるとともに、科目を担当する講師との情報交換を密にし、教育内容の質・量ともに充実させる必要がある。また、消防団員に対する各教育課程においても惨事ストレスに関する科目を設置し、消防団員に対する惨事ストレスの普及・啓発を図る必要がある。

第4節 消防庁

4-1 「緊急時メンタルサポートチーム」の充実強化

平成15年に創設した「緊急時メンタルサポートチーム」は、現在、登録者数34名となっており、これまで、派遣件数49件、延べ1,899名の消防職団員等の惨事ストレスに対する支援を行っている。(平成25年2月28日現在)

しかしながら、登録されている消防庁メンバーは、関東地方、近畿地方に集中しており、今回の東日本大震災の被災地となった東北地方、東海地震による甚大な被害が想定されている東海地方には消防庁メンバーが登録されておらず、地域によって登録状況に大きな格差が生じている。こうした地域格差を解消することにより迅速な支援が期待できることから、心理学系学会や消防学校において惨事ストレスの講義を担当している外部講師等に働きかけるなどして消防庁メンバーを増員する必要がある。また、消防庁と消防庁メンバーとの情報交換を積極的に行うとともに、惨事ストレスケアのスキルアップを目的として消防庁メンバーに対する研修や情報提供を行い、「緊急時メンタルサポートチーム」を充実強化する必要がある。

4-2 地域における惨事ストレス対策への支援

先述のとおり各都道府県に地域メンバーを確保することを提言したが、都道府県における地域メンバーの確保に対して、消防庁は必要な情報を提供するなど支援を行う必要がある。また、地域メンバーのスキルアップを目的とした研修等についても積極的な支援が必要である。

なお、都道府県の担当機関が地域メンバーを確保するまでの間については、従来どおり消防本部又は消防団事務を所管する市町村（以下、「消防本部等」という。）からの要請に基づき、消防庁メンバーを消防本部等に派遣することが必要である。

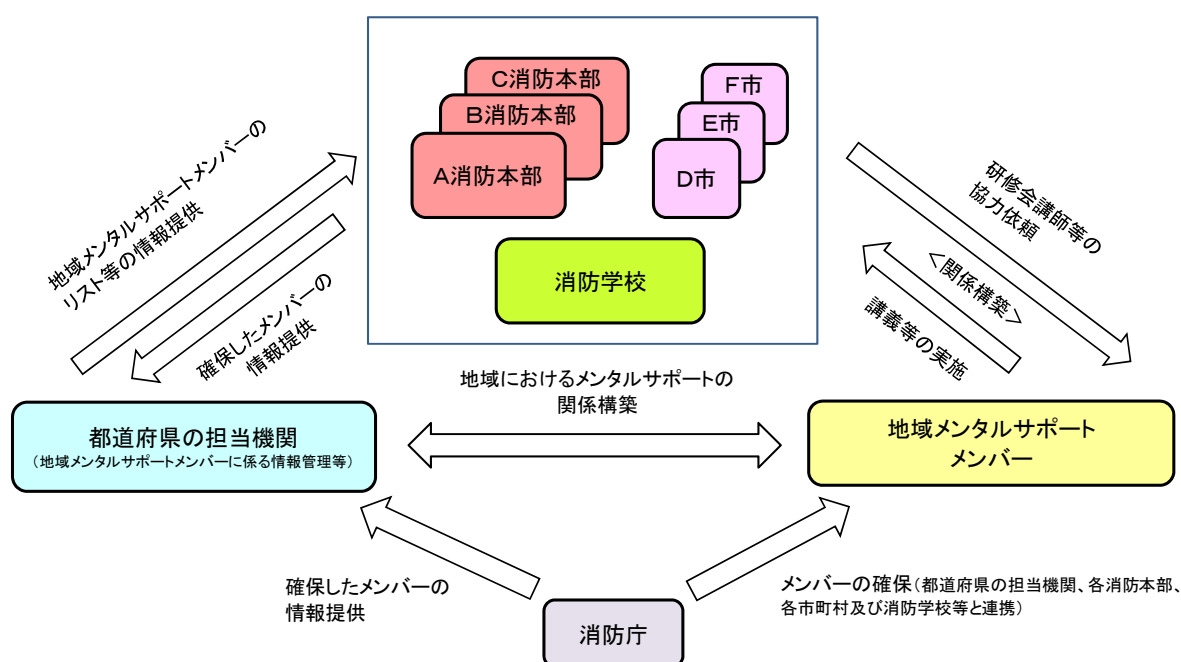
4-3 消防職団員等に対する惨事ストレス対策の普及・啓発の促進

悲惨・凄惨な災害現場で活動したり、自分の家族を連想させるような災害現場で活動した場合には、誰もが惨事ストレスの影響を受ける可能性がある。消防職団員は職務を通して日常的にこれらの事案に接することから、惨事ストレス対策について解説したパンフレット等を作成・配布することにより普及・啓発を図る必要がある。また、消防職団員の家族についても、二次的なストレスの発生が懸念されることから、消防職団員と同様に家族を対象としたパンフレット等により周知する必要がある。

4-4 消防大学校における惨事ストレス教育の推進

消防大学校が消防職団員等に対する幹部としての高度な教育訓練機関であることに鑑み、総合教育及び専科教育において惨事ストレス対策に関するより質の高い講義を行うことによって、惨事ストレス対策の重要性を認識させ、消防本部及び消防団における惨事ストレス対策を主導・実践できる幹部職団員を養成する必要がある。

平常時（災害発生前）における惨事ストレス対策イメージ図



※平常時においては、都道府県の担当機関、各消防本部、各市町村、消防学校及び消防庁において、地域メンタルサポートメンバーを確保する。情報は都道府県の担当機関が集約し、消防本部、市町村及び消防学校に提供する。
また、消防本部や消防学校においては、研修会等の事前予防対策を通じて地域メンタルサポートメンバーとの関係を構築しておく。

(図 3-1) 平常時（災害発生前）における惨事ストレス対策イメージ図

第 3 章 通常災害時における惨事ストレス対策

第 1 節 消防本部

1-1 消防職員の心身の健康状態の把握等

悲惨・凄惨な災害現場で活動したり、自分の家族を連想させるような災害現場で活動した場合には、惨事ストレスの発生が危惧される。このように日常の災害活動の中で、誰もが惨事ストレスの影響を受ける可能性があることから、日頃から自由に話しのできる、また、相互に支え合う風土を醸成し、こうした災害現場に出場し、活動した場合には、行動を共にしている隊長や隊員が相互に表情、顔色、行動等を観察し、心身に不調を来しているか否かを把握する必要がある。また、心身に不調を来していると思われる隊員を発見した場合には、積極的に声をかけ、傾聴する必要がある。この他、定期的に

実施される健康診断を活用してメンタルチェックを実施し、心的に不調を来している消防職員を発見する方法も有効である。

なお、チェックリスト（IES-R 等）を使用したストレスチェックについては、ただ漠然と実施するのではなく、その目的、結果の管理方法、結果の活用方法等を明確にしたうえで実施すべきである。また、実施結果については、今後の人事考課等への影響を考慮して事実即した回答をしていない消防職員が存することにも留意し、あくまでも参考程度にとどめ、ストレスの値が低い場合であっても、表情、顔色、行動等の観察を適宜継続する必要がある。

1-2 専門家に対する支援の要請

惨事ストレスの発生が危惧される災害現場において活動した場合には、必要に応じて精神科医、臨床心理士等の専門家の派遣を要請し、消防職員に対する支援を行うことに配慮すべきである。専門家の派遣要請に際しては、消防本部が独自に支援体制を構築している場合には、その実施方法に基づいて実施するものとし、消防本部が独自に支援体制を構築していない場合には、事前に把握している地域メンバーの情報を活用し、派遣の連絡調整を図る必要がある。また、支援を受ける場合は、消防本部の担当者と地域メンバーとの間で事前に情報交換を行い、支援方法について協議する必要がある。

1-3 医療機関等への受診を要する消防職員がいた場合の対応

支援の結果、医療機関等への受診を要する消防職員がいた場合については、地域メンバーはその旨を被支援者に伝達するとともに、被支援者の了解を得たうえで消防本部の担当者へ報告する。また、報告を受けた消防本部の担当者は、プライバシーの保護に十分留意し、対応する必要がある。

第2節 消防団

2-1 地域における惨事ストレス対策の実施

消防団員が惨事ストレスの発生が危惧される災害現場において活動した場合には、消防職員と同様に心身の健康状態の把握及び状況に応じた専門家による支援が必要となる。特に消防団員の場合は、惨事ストレスの存在について把握していない場合も考えられることから、慎重な対応が不可欠である。なお、ケアにあたっては、地域メンバーを活用し、専門家の派遣を要請する必要がある。

第3節 都道府県等

3-1 広域的な惨事ストレス対策への支援

都道府県内の消防本部又は消防団が、惨事ストレスの発生が危惧される災害に対応した場合には、原則として、消防本部等において対応することが望ましいが、状況により対応が困難な場合は、都道府県の担当機関が地域メンバーと消防本部等の連絡調整を図ることに配慮すべきである。また、必要に応じて消防職団員の状況を消防本部等から聴

取するとともに、聴取した内容を地域メンバーに提供することが望ましい。

消防本部における活動については、都道府県の担当機関、消防本部等及び専門家の三者間で密接な連携を図るとともに、消防職団員の状況を勘案し、最も適切な方法で支援を行うことが重要である。また、地域メンバーは、消防本部の要請に応じて可能な限り継続的な支援を実施することが望ましい。

なお、専門家の派遣に要する費用については、都道府県の担当機関及び消防本部等が協議し、地域メンバーの派遣に関する要綱等を作成し、規定しておく必要がある。

第4節 消防庁

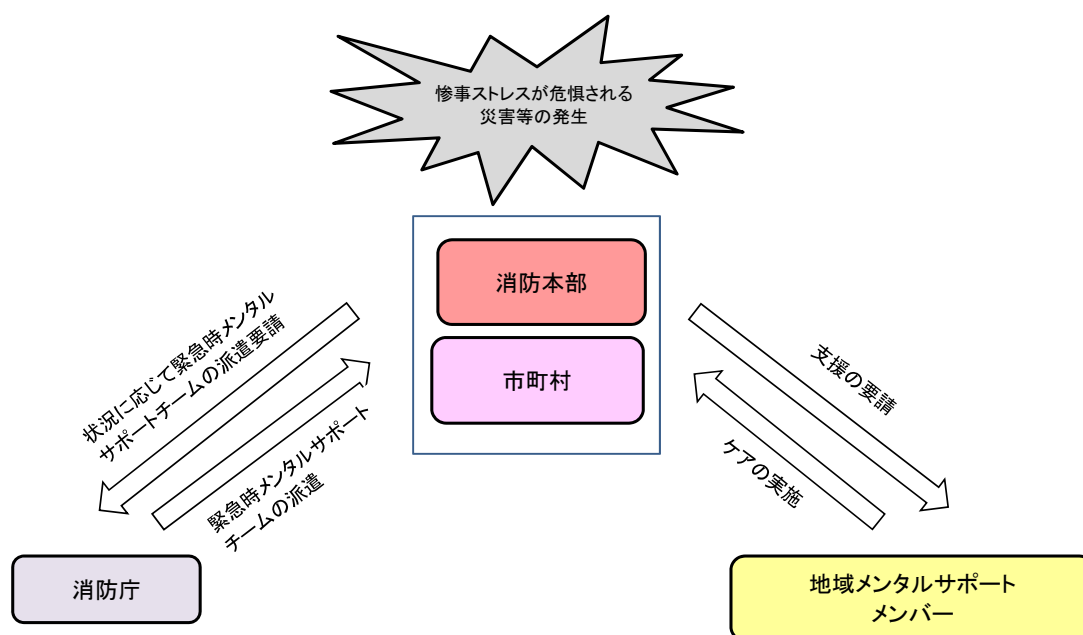
4-1 「緊急時メンタルサポートチーム」の派遣

通常災害時において、惨事ストレスの発生が危惧される場合には、地域メンバーによる対応を提言したのは先述のとおりであるが、各都道府県において十分な支援を実施できるだけの地域メンバーを確保するには、時間を要するものと考えられる。したがって、都道府県において地域メンバーが確保できるまでの間、従来どおり消防庁の「緊急時メンタルサポートチーム」を運用することとし、消防本部等に対して消防庁メンバーを派遣する必要がある。

4-2 地域における惨事ストレス対策への支援

各都道府県において、地域メンバーによる惨事ストレス対策を実施する際、消防庁に対して支援の要請があった場合、消防庁は都道府県の担当機関に対する助言や消防庁メンバーの派遣等、積極的に支援する必要がある。特に地域メンバーのみでは対応できない場合等については、消防庁と都道府県の担当機関が連携し、対応する必要がある。

通常災害時における惨事ストレス対策イメージ図



※通常災害時は、消防本部や市町村において地域メンタルサポートメンバーに支援を要請し、ケアを実施する。
ただし、地域メンタルサポートメンバーが確保できていない都道府県については、状況に応じて消防庁へ緊急時メンタルサポートチームの派遣を要請する。

(図 3-2) 通常災害時における惨事ストレス対策イメージ図

第4章 大規模災害時等における惨事ストレス対策

第1節 消防本部

1-1 緊急消防援助隊として派遣された消防職員の惨事ストレスの状況

先般の東日本大震災においては、被災3県以外の44都道府県から緊急消防援助隊が動し、延べ30,684名の消防職員が被災地に派遣され、余震や津波への警戒を続けながら、被災地消防本部や関係機関との連携のもと消防活動に従事した。このような活動に従事した消防職員の惨事ストレス対策については、緊急消防援助隊として消防職員を派遣した消防本部ごとに対応することとされ、健康診断及びカウンセリング等に要する経費については、緊急消防援助隊活動費負担金交付要綱に基づき交付することとされた。

また、本研究会において実施した緊急消防援助隊として派遣された消防職員を対象としたアンケート調査（以下、「派遣消防職員調査」という。）によれば、大規模災害の活動後に希望するストレス緩和策として、「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」と回答した消防職員の割合が36.8%、「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」と回答した消防職員の割合が30.7%となっている。さらに、「長期休暇の付与」という回答も42.4%となっており、組織として工夫しながら対応を検討していく必要がある。

1-2 緊急消防援助隊として派遣された消防職員への惨事ストレス対策の実施

緊急消防援助隊として派遣された消防職員が自己の消防本部へ帰庁した後に行う惨事ストレス対策については、地域メンバーが担うこととし、緊急消防援助隊として消防職員を派遣した消防本部の要請に基づき、都道府県の担当機関が地域メンバーとの連絡調整を図る必要がある。地域メンバーが緊急消防援助隊として消防職員を派遣した消防本部の支援を実施することによって、同一都道府県内における惨事ストレスに対する支援の格差を極力少なくすることができると思われる。また、派遣消防職員調査によれば、同僚と話せなかった経験、活動に対する自責感、家族のストレスや不安の認知等が、ストレスを残す要因になっていることも大いに考えられることから、今後は、同僚との自由な会話を促すような組織風土作りや、過度の自責感を和らげる周囲の対応、職員家族に対する情報提供やストレスケア等の対策が必要と考えられる。

1-3 被災地の消防職員の惨事ストレスの状況

先般の東日本大震災においては、被災3県内では、発災直後から約1カ月の間、週休、非番の区別なく消防活動を継続した消防本部もあり、活動初期から惨事ストレスの発生が危惧されてはいたものの、実際に要請があった消防本部に対して消防庁メンバーを派遣した時期は、発災から2カ月を経過した平成23年5月中旬からとなった。

本研究会において実施した被災3県の消防職員を対象としたアンケート調査（以下、「被災地消防職員調査」という。）によれば、うつ尺度（K6）による調査では、「うつ病や不安障害が強く疑われる状態」と判断される13点以上の消防職員が5.3%おり、また、改訂出来事インパクト尺度（IES-R）による調査では、「PTSDのリスクが高い」と判断

される 25 点以上の者が 15.4%となっている状況である。また、被災地消防職員調査によると、大規模災害における活動の後に希望するストレス緩和策として、「長期休暇の付与」と回答した消防職員の割合が 46.9%、「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」と回答した消防職員の割合が 39.5%、「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」と回答した消防職員の割合が 35.3%となっており、派遣消防職員調査とほぼ同様の調査結果となった。

1-4 被災地の消防職員への惨事ストレス対策の実施

被災地においては、地域メンバーとして登録している精神科医、臨床心理士等の専門家であっても、主に被災者の支援に従事することが想定されるため、ややもすると被災地の消防職員の惨事ストレス対策は、なかなか実施されないことが想定される。

このことから、被災地を管轄する消防本部の消防職員に対する惨事ストレス対策は、消防庁が「緊急時メンタルサポートチーム」を派遣し、消防庁メンバーが対応する必要がある。なお、「緊急時メンタルサポートチーム」については、その制度上、継続して消防本部に対する支援を実施するものではなく、また、消防職員の診療に及ぶものでもないため、PTSDが疑われる消防職員については、地域の医療機関等の受診を勧めることとなる。その際、地域によっては精神科・心療内科等の医療機関が少なく、消防職員がプライバシーの点から受診をはばかることも懸念されることから、特に小規模の消防本部は都道府県の担当機関等と連携を図り、都道府県レベルで対応する必要がある。また、被災地消防職員調査によれば、活動中に何らかの「力づけられたこと」や「心の支えになったこと」があった場合には、そのストレスは和らいでいた。一方で、勤続年数が長いベテラン職員、自身のケガや知人の行方不明や職場の流失などの過酷な被害に遭った職員、勤務において様々な苦労を体験した職員には、強いストレス反応が残っていた。特に、自責感を強く感じたり、身近な方を亡くされて深い喪失感を感じた職員には、外傷性ストレスが強く残っていた。そのため、こうした職員に対する惨事ストレス対策の充実が望まれる。

第2節 消防団

2-1 東日本大震災における被災地の消防団員の惨事ストレスの状況

東日本大震災以前は消防団員に対する惨事ストレス対策を実施した例は皆無に等しく、本震災により初めて消防団員の惨事ストレス対策の必要性が指摘されることとなった。消防団員調査によれば、沿岸部の消防団員を対象としたうつ尺度（K6）による調査では、「うつ病や不安障害が強く疑われる状態」と判断される 13 点以上の消防団員が 5.8%おり、また、改訂出来事インパクト尺度（IES-R）による調査では、「PTSDのリスクが高い」と判断される 25 点以上の者が 22.8%にのぼっている。

2-2 被災地の消防団員への惨事ストレス対策の実施

東日本大震災後の消防団員に対する惨事ストレス対策については、厚生労働省と連携

協力し、被災地で活動している「心のケアチーム（避難所の巡回等を行う、精神科医、精神保健福祉士等により構成されるチーム）」の支援が受けられるよう対応を図った。しかしながら、津波により甚大な被害を受けた沿岸部市町村においては、各種の災害対応関係業務に追われるなど、消防団員への惨事ストレスへの対応は困難な状況であった。そこで、消防庁と財団法人日本消防協会が協定を結び「緊急時メンタルサポートチーム」を派遣し、消防庁メンバーによる講義を中心に惨事ストレス対策を実施したが、個別面談等の個人への支援を希望する消防団は非常に少ない状況であった。そもそも消防団員は、地域に居住し、生活している一住民であり、他に生業を有しているため容易に集合することができないことや消防団員の活動自体が地域に密着したものであることから、被災地において消防団員を対象とした個別面談等の支援を実施しても、プライバシーが十分に確保されない限り、自ら支援を受けようとは思わないものと思われる。消防団員調査からも、心理的支援に関する希望については、「受けたいとは思わない」と回答した消防団員の割合が52.6%であったのに比し、消防団の詰所等で実施した場合の心理的支援に対する希望については、「受けたいとは思わない」と回答した消防団員の割合が46.0%に減少していることから、被災地の消防団員の惨事ストレスに対する支援を行う場合は、可能な限り消防署や消防団の詰所等において実施するなど、いわゆるアウトリーチ（現場に出向く方式）によるケアを中心に検討しなければならない。こうすることで、より多くの消防団員が惨事ストレスに関する支援を受けることができるものと期待される。また、惨事ストレスに関する普及・啓発にあたっては、災害活動に従事した誰もが惨事ストレスの影響を受ける可能性があり、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を認識させる必要がある。

なお、先述のとおり被災地においては専門家の確保が困難であることから、被災地の消防団員の惨事ストレス対策については、消防庁が「緊急時メンタルサポートチーム」を派遣し、消防庁メンバーが対応する必要がある。また、消防職員と同様に医療機関等の受診を勧められた消防団員が受診をはばかることのないよう、都道府県の担当機関等と連携を図りながら、都道府県レベルで対応する必要がある。

第3節 都道府県等

3-1 緊急消防援助隊として派遣された消防職員への惨事ストレス対策の支援

緊急消防援助隊が出動する災害が発生し、消防本部より惨事ストレスに対する支援の要請があった場合には、通常災害時のように個々の消防本部が地域メンバーに支援を要請する形では事務調整が煩雑になることが想定されるため、都道府県の担当機関は、地域メンバーと県下消防本部間の連絡調整を行う必要がある。連絡調整については、ケア要望の有無、派遣時期、支援方法の調整等が考えられる。こうしたことで、消防本部が円滑に惨事ストレスケアを受けることができるとともに、同一都道府県内における惨事ストレスに対する支援の格差を少なくすることができると考えられる。

3-2 被災地の消防職団員への惨事ストレス対策の支援

被災地においては、専門家は主に被災した住民の支援を行うことが想定され、地域メンバーに登録している専門家であっても、消防職団員の惨事ストレスに対する支援に専従することが困難であることが予想されるため、被災地の消防職団員の惨事ストレスに対する支援については、消防庁が「緊急時メンタルサポートチーム」を派遣することを提言した。しかしながら、「緊急時メンタルサポートチーム」が継続的な支援を実施することは困難であることから、地域メンバーが対応できる段階で、地域メンバーによる支援を開始することとし、都道府県の担当機関は消防本部等の要請により、地域メンバーとの連絡調整を行う必要がある。また、特に小規模な自治体においては、医療機関等の受診を勧められた消防職団員が受診をはばかることのないよう、消防本部等と連携するとともに、都道府県レベルでの対応ができるよう関係機関と調整を図る必要がある。

第4節 消防庁

4-1 「緊急時メンタルサポートチーム」の派遣

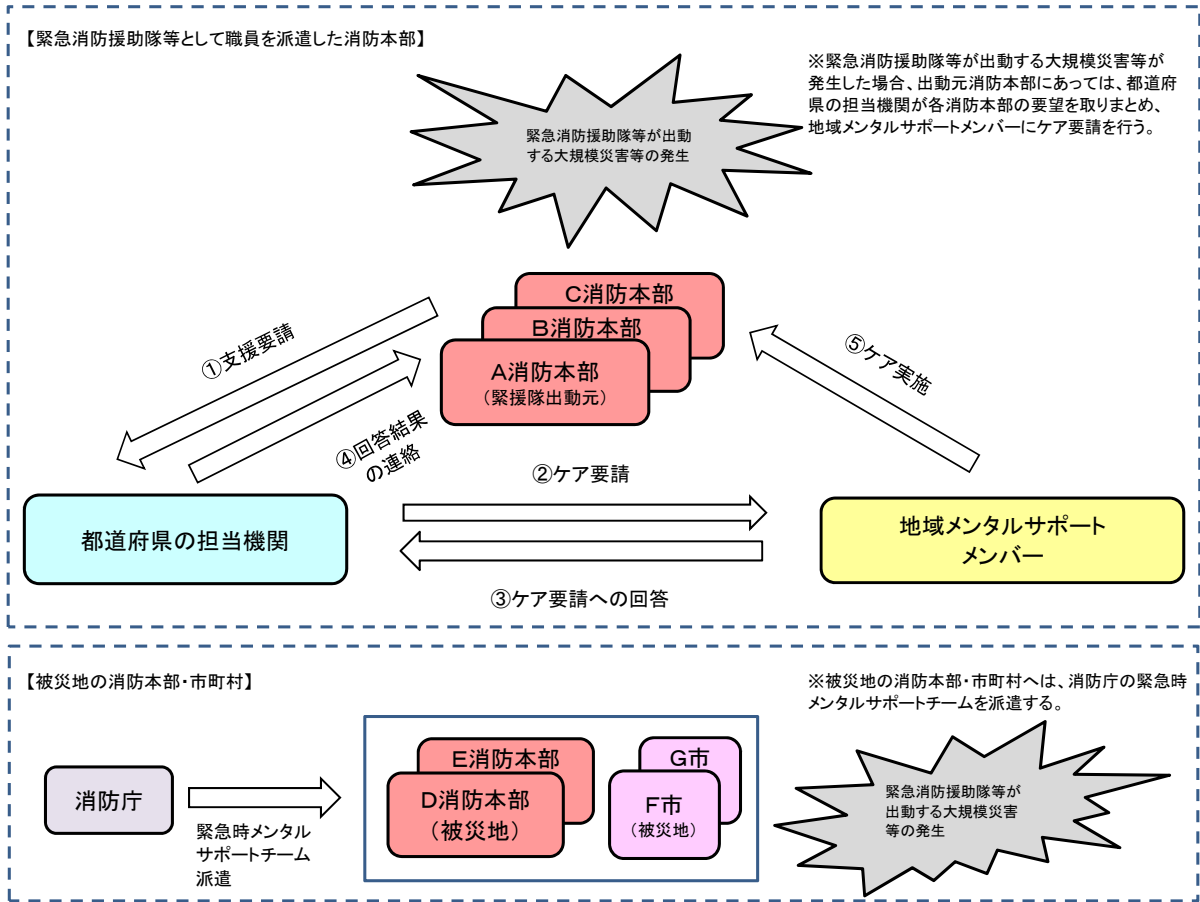
地震・津波等の大規模災害の被災地の消防職団員の惨事ストレスに対する支援を行うため、消防庁は「緊急時メンタルサポートチーム」を派遣する必要がある。なお、派遣に際しては、被災地の消防本部等は活動が長期化していることを考慮し、消防職団員の惨事ストレスの状況、派遣時期、支援方法等について、消防庁は消防本部等と協議し、適切な方法で「緊急時メンタルサポートチーム」を派遣する必要がある。

なお、支援の実施、特に個別面談の実施に際しては、小規模な自治体においては消防職団員とともに地域に密着して活動していることに配慮し、支援を受ける消防職団員のプライバシーが確保されるよう配慮することが不可欠である。また、消防団を対象として消防庁メンバーを派遣する場合、消防団員が惨事ストレスについて十分に理解していないことも考慮し、惨事ストレスに関する周知及び普及・啓発を目的とした初歩的な内容の講義による支援の検討も必要である。

4-2 地域における惨事ストレス対策への支援

緊急消防援助隊として派遣された消防職員が自己の消防本部へ帰庁した後に行う惨事ストレス支援については、各消防本部の要請に応じて都道府県の担当機関が、地域メンバーとの連絡調整を図り対応することが必要であるが、地域メンバーが被災地で活動する場合や緊急消防援助隊を派遣したすべての消防本部から要請がある場合等、各都道府県で地域メンバーによる支援の確保が困難になることも想定される。そのような場合については、消防庁の「緊急時メンタルサポートチーム」による対応が可能であれば、消防庁メンバーが緊急消防援助隊として派遣された消防職員の支援にあたることが望ましい。また、支援の方法等について、都道府県の担当機関より助言等を求められた場合については、消防庁は消防庁メンバーと協議し、適切な援助を行う必要がある。

大規模災害時等における惨事ストレス対策イメージ図



(図 3-3) 大規模災害時等における惨事ストレス対策イメージ図

	役割分担		
現在	消防庁	都道府県	消防本部・消防団
	・緊急時メンタルサポートチーム（以下「EMST」という。）メンバーの確保 ・EMST派遣 ・EMSTメンバーへの派遣事例検討会の開催	・消防学校における教育	・EMST派遣要請 ・教育、普及、啓発
今後 (将来)	消防庁	都道府県の担当機関	消防本部・消防団
	【平常時（災害発生前）】 ・EMSTメンバー、地域メンバーの確保 ・EMSTメンバーへのスキルアップ研修会の開催 ・地域における対策への支援 【通常災害時】 ・EMST派遣 ・地域における対策への支援 【大規模災害時等】 ・被災地へのEMST派遣 ・緊援隊派遣元への支援	【平常時（災害発生前）】 ・担当機関を中心とした広域的な体制の整備 ・地域メンバーの確保 ・消防学校における教育 【通常災害時】 ・地域における広域的な対策への支援 【大規模災害時等（緊援隊派遣元）】 ・地域における広域的な対策への支援 【大規模災害時等（被災地）】 ・EMST派遣要請	【平常時（災害発生前）】 ・消防本部等（地域）における支援体制の構築 ・地域メンバーの確保 ・職団員への教育及び家族、地域住民に対する周知理解 【通常災害時】 ・地域における対策の実施 ・EMST派遣要請 【大規模災害時等（緊援隊派遣元）】 ・地域における対策の実施 【大規模災害時等（被災地）】 ・EMST派遣要請

（図 3-4）今後の方向性に向けての役割分担

《参考資料》

取組事例集

消防本部の取組

※惨事ストレスに関する実態調査において、
「東日本大震災後、惨事ストレス対策を実施した」
と回答した消防本部のうち、専門家と連携した対策
を実施した消防本部の取組

1 網走地区消防組合消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

近隣消防本部及び市職員課との情報交換を通じて見つけた。

【専門家】

大学の看護師

【実施した内容】

全職員を対象とした研修会

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった

2 滝川地区広域消防事務組合消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

市の産業医に相談したところ、メンタルケアを専門とする精神科医の方がよいのではないかという助言を受け、市立病院の精神科医にお願いした。

【専門家】

医師

【実施した内容】

緊急消防援助隊として派遣された職員を対象に、帰署後、一般健康診断に併せて精神科医による問診を実施した。

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

3 北見地区消防組合消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

救急業務を担当している職員からメンタルケアに関する専門医の情報を得た。

【専門家】

大学准教授

【実施した内容】

緊急消防援助隊として派遣された職員と全職員への一般研修及び緊急消防援助隊として派遣された職員のカウンセリングを実施

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

4 稚内地区消防事務組合消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊の派遣に際し、職員同士のコミュニケーションの中から、惨事ストレス対策についての実施要望があり、職員安全衛生委員会を開催し、実施することが必要との意見により実施した。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

市立病院に依頼し、カウンセリングを行っていただける医師の紹介を受けた。

【専門家】

医師

【実施した内容】

緊急消防援助隊として派遣された職員を対象とした個別カウンセリング
(問診により精神医学的問題及び症状の有無の確認)

【実施にあたっての調整における課題】

惨事ストレス対策における専門家の選定をどのように進めるべきか。
(カウンセリングを行える専門家が近隣にいるかなど)

5 久慈広域連合消防本部の取組

【実施に至る経緯】

被災地においてメンタルケアの対応をしている医師から消防職員に対するメンタルケアの実施申出があった。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

医師からの申出

【専門家】

医師

【実施した内容】

全職員を対象とした研修会

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

6 秋田市消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された全職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

地方公務員安全衛生推進協会の小冊子「消防職員のための 惨事ストレス対策」に相談窓口として記載されている精神保健福祉センターに連絡した。

【専門家】

精神保健福祉センター医師、病院医師

【実施した内容】

緊急消防援助隊として派遣された全職員に対する個別カウンセリング

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

7 西置賜行政組合消防本部の取組

【実施に至る経緯】

東日本大震災を踏まえ、例年実施しているメンタルヘルス研修会を、惨事ストレス対策研修会へと形式を代えて実施した。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

インターネットで検索し、惨事ストレス研修会の講師実績のある専門家を探した。

【専門家】

臨床心理士

【実施した内容】

全職員を対象とした研修会

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

8 酒田地区広域行政組合消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員からの要望に基づき、惨事ストレス対策を実施することとした。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

保健所を通じて精神科医を紹介してもらった。

【専門家】

医師

【実施した内容】

派遣された職員及び希望者を対象とした研修会

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

9 足利市消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

市の人事課に問い合わせたところ、保健師を通じて専門家の紹介があった。

【専門家】

精神保健福祉センター職員

【実施した内容】

全職員を対象とした研修会

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

10 流山市消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

市の人材育成課に問い合わせたところ、市職員のメンタルヘルス委託機関の紹介があった。

【専門家】

カウンセラー

【実施した内容】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対する個別カウンセリング

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

11 東京消防庁の取組

【実施に至る経緯】

規定により惨事ストレス対策を実施している。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

委嘱している惨事ストレス対策専門指導員

【専門家】

惨事ストレス対策専門指導員（大学教授、臨床心理士、精神保健福祉士）

【実施した内容】

派遣職員を対象としたストレスチェックの実施

派遣職員を対象とした専門家による個別面談及び集合教養の実施

職員に対する惨事ストレスに関する資料配布

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

12 小田原市消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

市の人事研修課に問い合わせしたところ、専門家の紹介があった。

【専門家】

産業カウンセラー

【実施した内容】

緊急消防援助隊として派遣された職員や管理職に対する研修会

【実施するにあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかったが、調整に時間を要し、もっと早期に実施したかった。

13 横浜市消防局の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

以前から惨事ストレスケアをお願いしている専門家がいる。

【専門家】

臨床心理士

【実施した内容】

緊急消防援助隊として派遣された職員を中心とした研修会

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

14 小千谷市消防本部の取組

【実施に至る経緯】

阪神淡路大震災の教訓から、新潟県中越地震後に惨事ストレス対策を実施してきており、東日本大震災直後より緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施したもの。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

新潟県中越地震後→小千谷市総務課より「こころのケアセンター」受講を紹介された。
東日本大震災後 →消防サイドより市職員とは別に「こころのケアセンター」において受講ができないか打診。（他の職員とは現地での支援内容が極端に異なるため）

【専門家】

こころのケアセンター職員

【実施した内容】

全職員を対象とした研修会

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

15 嶺北消防組合消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

救急隊との交流のある病院に、東日本大震災にDMAT(災害派遣医療チーム)として現地で活動した医師が在職していることを知り依頼した。

【専門家】

医師

【実施した内容】

全職員を対象とした研修会

【実施にあたっての調整における課題】

当該病院と救急隊との良好な関係が築けていたため、快諾していただいた。

16 湖北地域消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

共済組合からの紹介で見つけた。

【専門家】

健康管理センター職員

【実施した内容】

全職員を対象とした研修会

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

17 明石市消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

メンタルヘルス対策として市が契約している臨床心理士がいるため、その方をお願いした。

【専門家】

臨床心理士

【実施した内容】

希望者がいなかったため、実施には至らなかった。

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

18 瀬戸内市消防本部の取組

【実施に至る経緯】

震災対応について市に報告した際に、メンタルケアの実施について、市へ相談した。その後、市の総務課長から紹介があった。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

市の総務課長からの紹介

【専門家】

精神保健福祉センター職員

【実施した内容】

緊急消防援助隊派遣職員を対象とした個別カウンセリング

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

19 飯塚地区消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

救急業務関連で交流のある病院の医師にケアを依頼した。

【専門家】

医師

【実施した内容】

緊急消防援助隊派遣職員を対象とした個別カウンセリング

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

20 大分市消防局の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

市の職員厚生課に問い合わせたところ、市職員を対象としてメンタルヘルス研修を実施している専門家の紹介があった。

【専門家】

大学教授

【実施した内容】

緊急消防援助隊派遣職員を対象とした研修会

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

21 中津市消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員から惨事ストレス対策の実施要望があったことから必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

職員がインターネットにより近隣で惨事ストレスケアのできる先生を見つけだし、市の担当部署に連絡を取っていただくようお願いした。

【専門家】

シニア産業カウンセラー

【実施した内容】

緊急消防援助隊派遣職員を対象とした個別カウンセリング

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

22 津久見市消防本部の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊として派遣された職員に対し、組織として惨事ストレス対策を実施する必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

市にメンタルヘルス対策として契約している臨床心理士がいるため、その方をお願いした。

【専門家】

臨床心理士

【実施した内容】

緊急消防援助隊派遣職員を対象とした個別カウンセリング

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

23 串間市消防本部消防本部の取組

【実施に至る経緯】

近隣の消防本部との情報交換の中で惨事ストレス対策の必要性を感じた。

【どのようにして専門家を見つけ出したか】

近隣の保健所の先生が対応してくれるとの情報を得た。

【専門家】

保健所長（医師）

【実施した内容】

全職員を対象とした研修会

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

都道府県の取組

※惨事ストレスに関する実態調査において、
「東日本大震災後、消防職員に対する惨事
ストレス対策を実施した」又は「惨事ストレス
対策を既に実施済である」と回答した
都道府県の取組

1 島根県の取組

【実施に至る経緯】

島根県では、県下9消防本部のすべてから緊急消防援助隊として職員が派遣された。

派遣後、被災地で活動を行った職員に対する惨事ストレスケアについて、一部の消防本部から島根県臨床心理士会に相談があった。県下すべての消防本部から職員が派遣されていることを踏まえ、県臨床心理士会から県消防防災課に対し、県下9消防本部の要望の取りまとめについて依頼があったことから、県臨床心理士会と消防本部との連絡調整を県消防防災課において実施した。

なお、このような連絡調整に関する恒常的な体制が整備されているわけではない。

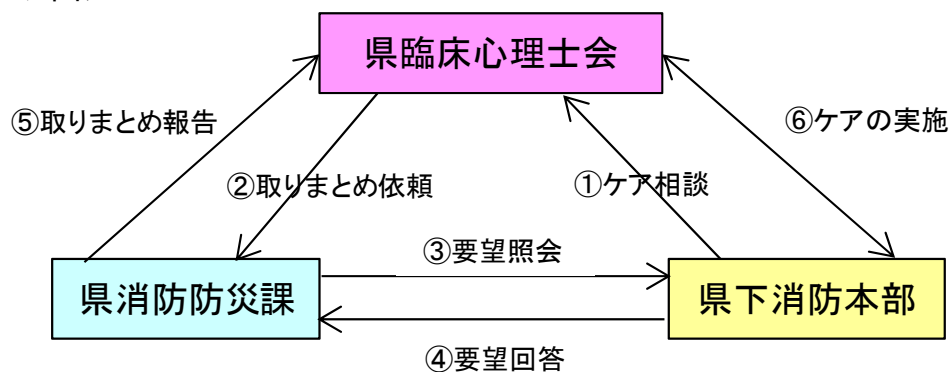
【実施内容】

- ・県下消防本部への惨事ストレスケアの要望照会
- ・消防本部からのケア要望を県臨床心理士会へ報告
- ・ケア実施日程等の連絡調整

【実施にあたっての課題】

特に大きな支障はなかった。

<イメージ図>



2 高知県の取組

【実施に至る経緯】

緊急消防援助隊へ派遣された隊員が帰任(3月21日)する前に、派遣元消防本部に対し惨事ストレス対策の情報を提供する必要性を感じた。

【実施した内容】

消防庁に問い合わせ、惨事ストレスに関するホームページアドレス等の情報(*筑波大学人間総合科学研究科 松井豊氏*日本トラウマティックストレス学会*国立精神・神経医療研究センター*全国消防長会九州地区支部)を派遣元消防本部に提供した。

帰任式の際、隊員への惨事ストレスを考慮し、報道関係者に取材方法を周知した。
(質問は代表者が会見方式で受け、隊員個々への取材は遠慮していただいた。)

【実施にあたっての調整における課題】

代表消防機関と調整して実施したため、特に大きな支障はなかった。

3 長崎県の取組

【実施に至る経緯】

以前から消防学校において、惨事ストレス教育に関する講師をしている専門家の方から緊急消防援助隊として派遣された職員に対する惨事ストレスケアの実施申出があったことから、県下の消防本部へ情報提供した。その後は消防本部と専門家との間で調整を図ってもらった。

【実施した内容】

県下消防本部へ専門家からの惨事ストレスケア実施申出の情報提供

【実施にあたっての調整における課題】

特に大きな支障はなかった。

4 熊本県の取組

【惨事ストレス対策の実施体制】

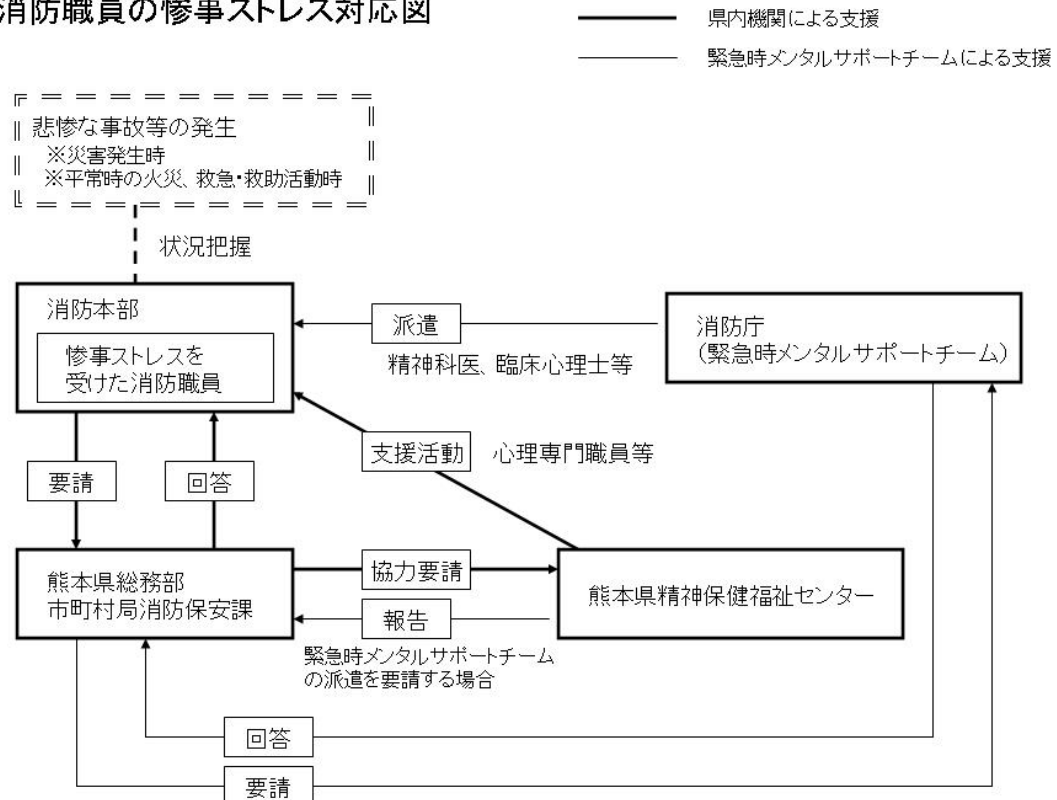
平成15年の水俣市土石流災害発生を踏まえ、大規模災害時等で過酷な任務を遂行する消防職員の惨事ストレス対策を強化するため、平成17年に「熊本県における消防職員の惨事ストレス対策に係る支援要領」を作成し、ケアできる体制を整備している。

なお、消防本部から支援要領に基づくケアについての問い合わせを受けたことはあるものの、実際にケアを実施した事例はない。

※「消防職員の惨事ストレス対策に係る支援要領」については次ページを参照

【支援要領のイメージ図】

消防職員の惨事ストレス対応図



熊本県における消防職員の惨事ストレス対策に係る支援要領

(目的)

第1条 この要領は、災害等が発生した場合及び平常時の火災、救急・救助活動における消防職員の惨事ストレス対策を総務省消防庁、熊本県及び市町村（消防本部）が共同して支援することに関し、必要な事項を定めることを目的とする。

(所掌事務)

第2条 消防職員の惨事ストレス対策に係る相談の受付は、熊本県総務部市町村局消防保安課とし、次の事務を所掌する。

- (1) 惨事ストレス対策に係る総合調整に関すること。
- (2) 熊本県精神保健福祉センターの協力要請に関すること。
- (3) 総務省消防庁の緊急時メンタルサポートチームの派遣要請に関すること。

(運用方法)

第3条 市町村長及び消防本部消防長（以下「消防本部消防長」という。）は、災害等が発生した場合において、災害現場で活動した消防職員の惨事ストレスに関する状況を把握するとともに、惨事ストレス対策の必要があると判断した時は、熊本県総務部市町村局消防保安課長（以下「消防保安課長」という。）へ支援要請を行うものとする。

2 消防保安課長は、前項に規定する場合において、当該災害の規模等に照らし緊急を要する時は、同項の支援要請を待たないで、熊本県精神保健福祉センター所長（以下「センター所長」という。）と支援活動について事前協議を行うものとする。

3 消防本部消防長は、平常時の火災及び救急・救助活動を行っている消防職員の惨事ストレスに関する状況を把握するとともに、職員及びその家族から惨事ストレスに係る相談があり、惨事ストレス対策の必要があると判断した時は、消防保安課長へ支援要請を行うものとする。

(連携方法)

第4条 消防保安課長は、前条による消防本部消防長からの支援要請等に基づき、センター所長へ協力要請を行うものとする。

2 センター所長は、前項の規定により消防保安課長から協力要請があった時は、当該消防本部消防長と協議のうえ、支援活動を行うことができるものとする。

- 3 センター所長は、支援活動の状況により、総務省消防庁の緊急時メンタルサポートチームの派遣が必要と判断される時は、消防保安課長へ報告するものとする。
- 4 消防保安課長は、前項の規定によりセンター所長から報告があった時は、総務省消防庁の緊急時メンタルサポートチームの派遣要請を行うものとする。

(支援活動)

- 第5条 センター所長は、消防保安課長の協力要請に基づき、あらかじめ指定した心理専門職員等による対応及び指導助言を行い、消防職員の惨事ストレス対策の支援活動を行うものとする。
- 2 対応した心理専門職員等は、支援状況及び活動内容をセンター所長に報告するものとする。
 - 3 センター所長は、支援状況及び活動内容を消防保安課長へ報告するものとする。

(消防庁への報告)

- 第6条 消防保安課長は、惨事ストレス対策に係る支援活動を開始した場合は、総務省消防庁へ報告するものとする。
- 2 消防保安課長は、必要に応じて支援状況を、総務省消防庁へ報告するものとする。

(その他)

- 第7条 この要領に定めるもののほか、経費負担が発生した場合等消防職員の惨事ストレス対策に係る支援に関し必要な事項は、消防保安課長、センター所長及び受援消防本部消防長がその都度協議して決定するものとする。

附則

この要領は、平成17年1月7日から施行する。

附則

この要領は、平成18年7月18日から施行する。

附則

この要領は、平成25年1月11日から施行する。

消防庁の取組

※東日本大震災後に消防庁が実施した
緊急時メンタルサポートチーム派遣状況
及び惨事ストレスセミナー実施状況

1 緊急時メンタルサポートチームの派遣

【実施内容】

消防職員に対するケアについては、惨事ストレスへの理解を深めるための全体講義、及び、要受診者等に対する個別面談を中心とし、延べ8消防本部824名に対してケアを行った。また、消防団員におけるケアについては、財団法人日本消防協会と共同して実施し、基礎的な内容の講義を中心に、延べ12会場778名に対してケアを行った。

【実施状況】

派遣先	消防本部			消防団		
	派遣数	全体講義	個別面談	派遣数	全体講義	個別面談
岩手県	—	—	—	6会場	292名	—
宮城県	5本部	282名	217名	2会場	243名	—
福島県	3本部	236名	89名	4会場	239名	4名
合 計	8本部	518名	306名	12会場	774名	4名

2 惨事ストレスセミナーの開催

【実施内容】

惨事ストレスに対する理解や認識、対策を学ぶ機会を設けるとともに、同時並行して個別相談会を実施し、同チームメンバーに対して惨事ストレス全般に渡って相談できる機会を設けた。併せて、福島県会場においては、放射線に関する講義と個別相談会を実施した。

【実施状況】

	北海道	岩手県	宮城県	福島県	東京都	愛知県	大阪府	広島県	福岡県	合 計
消防 職団員数	97名	46名	65名	100名	271名	144名	151名	81名	79名	1,034名

〇〇県消防職団員惨事ストレス対策支援要綱（例）

（目的）

第1条 この要綱は、惨事ストレスが危惧される災害等が発生した場合又は事前予防対策を行う場合における消防職団員の惨事ストレス対策を支援するため、必要な事項を定めることを目的とする。

（所掌事務）

第2条 消防職団員の惨事ストレス対策に係る調整機関は、〇〇県〇〇課（〇〇消防本部）とし、次の事務を所掌する。

- （1）消防職団員の惨事ストレス対策に係る総合調整に関すること。
- （2）〇〇県メンタルサポートメンバーの協力要請に関すること。

（〇〇県メンタルサポートメンバー）

第3条 消防職団員の惨事ストレス対策に協力の意思を有する精神科医、臨床心理士等の任意の申出に基づき、〇〇県〇〇課長（〇〇消防長）は、〇〇県メンタルサポートメンバーをあらかじめ登録するものとする。

- 2 県内の市町村長又は消防長（以下、「市町村長等」という。）は、消防職団員の惨事ストレス対策に協力の意思を有する精神科医、臨床心理士等の任意の申出があった場合は、〇〇県〇〇課長（〇〇消防長）に報告するものとする。

（登録簿の管理及び写しの送付）

第4条 〇〇県〇〇課長（〇〇消防長）は、前条の規定により登録した者を記載した登録簿を作成し、これを適正に管理するものとする。

- 2 〇〇県〇〇課長（〇〇消防長）は、県内の消防本部等に対して、前項の登録簿の写しを送付することができる。

（災害発生時の支援要請）

第5条 市町村長等は、惨事ストレスの発生が危惧される災害等が発生した場合、消防職団員の心身の健康状態を把握するとともに、惨事ストレス対策の必要があると判断した場合は、必要に応じて〇〇県〇〇課長（〇〇消防長）へ支援要請を行うことができる。

（協力要請）

第6条 〇〇県〇〇課長（〇〇消防長）は、前条による市町村長等からの支援要請があった場合は、〇〇県メンタルサポートメンバーへ協力を要請するものとする。

（支援活動）

第7条 〇〇県メンタルサポートメンバーは、前項の規定により〇〇県〇〇課長（〇〇消防長）から協力要請があった時は、当該市町村長等と協議のうえ、支援活動を行うものとする。

2 ○○県○○課長（○○消防長）の協力要請を承諾した者は、あらかじめ派遣先として指定された消防本部等に赴き、当該消防本部等と密接な連携を図りつつ、次に掲げる活動を行うものとする。

（１）消防職団員を対象とした惨事ストレスの緩和並びに急性ストレス障害及び外傷後ストレス障害の発生予防、軽減等を目的とするカウンセリング等

（２）前号のカウンセリング等の結果等に基づき、市町村長等が配意すべき事項の助言及び情報の提供

（３）前２号に掲げるもののほか、○○県○○課長（○○消防長）が必要と認める活動

3 ○○県メンタルサポートメンバーは、前項の活動により知り得た秘密を漏らしてはならない。

（事前予防対策の協力要請）

第８条 市町村長等は、消防職団員に対し、惨事ストレス対策の普及・啓発を図るため事前予防対策を行う場合は、必要に応じて○○県メンタルサポートメンバーに協力要請するものとする。

（経費）

第９条 ○○県メンタルサポートメンバーの支援活動に伴い、経費負担が発生した場合は、○○県○○課長（○○消防長）及び市町村長等との協議により、決定するものとする。

（その他）

第１０条 この要綱に定めるもののほか、消防職団員の惨事ストレス対策に係る支援に関し必要な事項は、○○県○○課長（○○消防長）及び市町村長等がその都度協議して決定するものとする。

附 則

（施行期日）

この要綱は、平成○○年○月○日から施行する。

〇〇県メンタルサポートメンバー協力承諾書

年 月 日

〇〇県〇〇課長（〇〇消防長）

承諾者：_____

住 所：

氏 名：

〇〇県が実施する消防職団員の惨事ストレス対策への協力を承諾します。

フリガナ 氏 名			性 別	男 ・ 女
住 所		〒		
勤務先	名 称			
	所在地			
連絡先	自 宅			
	勤務先			
	E-mail			
資 格		精神科医・臨床心理士・その他（ ）		
備 考				

大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会 構成員

(敬称略：五十音順)

【座 長】

丸 山 晋 ルーテル学院大学総合人間学部教授

【委 員】

大和田 仁 双葉地方広域市町村圏組合消防本部総務課長

小 野 司 仙台市消防局総務部総務課長

加 藤 寛 兵庫県こころのケアセンターセンター長

工 藤 久 也 宮古地区広域行政組合消防本部総務課長

煙 山 佳 成 大槌町消防団長

小 西 聖 子 武蔵野大学人間関係学部教授

小 林 清 剛 埼玉県危機管理防災部消防防災課長

副 島 將 司 京都市消防局総務部人事課長

富 岡 隆 財団法人日本消防協会福祉部長

古 川 昭 宏 東京消防庁人事部厚生課副参事

松 井 豊 筑波大学人間総合科学研究科教授

松 浦 正 一 帝京平成大学大学院臨床心理学研究科准教授

「大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会」報告書の概要

調査研究の趣旨と目的

東日本大震災後における消防職団員の惨事ストレスの状況やこれまでの惨事ストレス対策の実施状況を踏まえつつ、今後発生が危惧される首都直下地震、南海トラフ巨大地震等の大規模災害等に備え、国・都道府県・消防本部等の各般各層における惨事ストレス対策の充実・強化を図るため、次に掲げる研究項目を中心により効果的な惨事ストレス対策について調査研究を行ったものである。

【調査研究項目】

- ・ 惨事ストレス対策の実施体制の整備について
- ・ 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
- ・ 対象者の特性を踏まえた対策の実施について

消防職団員の惨事ストレス対策

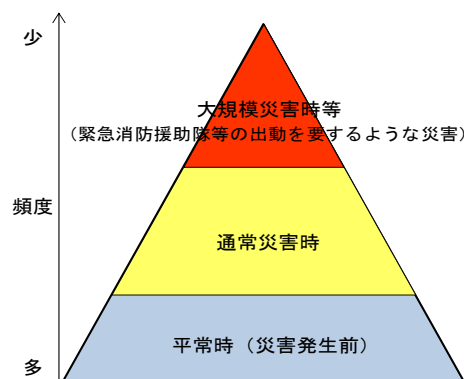
○ 惨事ストレス対策の理念

災害救援者が職務の中で受ける精神的衝撃からの回復を増進し、PTSDの発症を予防するとともに、惨事を経験した者の経験が、その後の活動を阻害するのではなく、高めていくものとなるようにすることである。また、「労う（ねぎらう）」こと、「支え合う」ことを念頭に置く必要がある。

○ 惨事ストレス対策の体系

平常時（災害発生前）や通常災害時の惨事ストレス対策が、大規模災害時等の惨事ストレス対策へと段階的につながってくるものと考えられる。そのため、平素から惨事ストレス対策の取組を構築・整備し、大規模災害等が発生した場合、迅速に対応できる体制づくりを推し進めていくことが重要である。

【イメージ図】



平常時における惨事ストレス対策

1 消防本部

- 消防本部における支援体制の確立
 - 消防本部による積極的な専門家の確保
- 惨事ストレス対策に関する教育の推進
- 消防職員の家族に対する惨事ストレスの周知

2 消防団

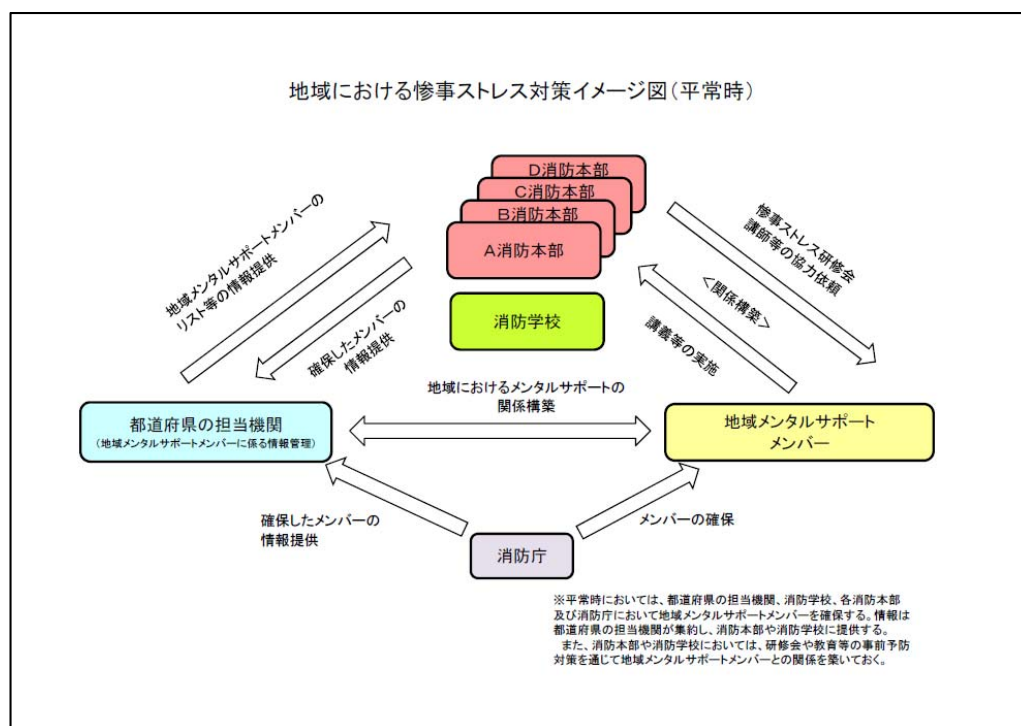
- 惨事ストレス対策の周知及び普及・啓発
- 消防団員の家族及び地域住民に対する惨事ストレスの周知及び理解

3 都道府県等

- 広域的な惨事ストレス体制の整備
 - 都道府県消防防災主管課、消防学校、代表消防本部等（都道府県の担当機関）が主体となった都道府県を範囲とした広域的な体制の整備
 - 惨事ストレス対策の専門家「地域メンタルサポートメンバー」（地域メンバー）の確保
- 消防学校における惨事ストレス教育の推進

4 消防庁

- 「緊急時メンタルサポートチーム」の充実強化
 - 「緊急時メンタルサポートチーム」メンバー（消防庁メンバー）の増員
 - 消防庁メンバーに対する研修や情報提供
- 地域における惨事ストレス対策への支援
 - 都道府県の担当機関における地域メンバーの確保に対する情報提供
- 消防職団員等に対する惨事ストレス対策の普及・啓発の促進
- 消防大学校における惨事ストレス教育の推進
 - 惨事ストレス対策を主導・実践できる幹部職団員の養成



通常災害発生時における惨事ストレス対策

1 消防本部

- 消防職員の心身の健康状態の把握
- 専門家に対する支援の要請
 - 消防本部が独自に支援体制を構築していない場合は地域メンバーを活用
- 医療機関等への受診を要する消防職員がいた場合の対応
 - プライバシーの保護への留意

2 消防団

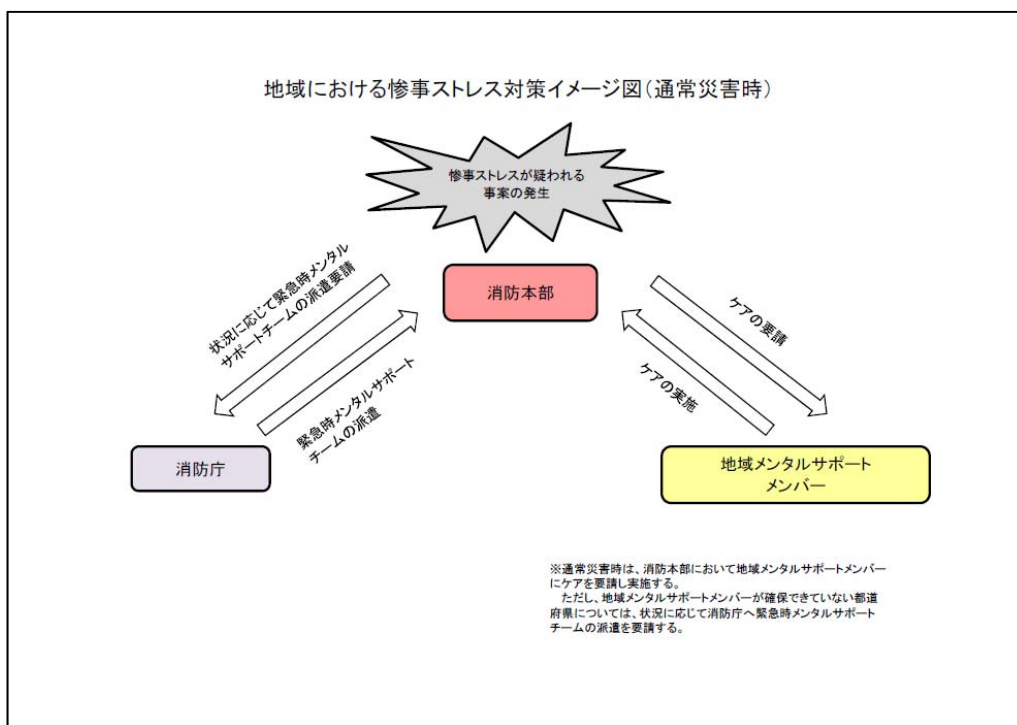
- 地域における惨事ストレス対策の実施
 - 地域メンバーの活用

3 都道府県等

- 広域的な惨事ストレス対策の実施
 - 消防本部等による対応が困難な場合における都道府県の担当機関による地域メンバーと消防本部等との連絡調整

4 消防庁

- 「緊急時メンタルサポートチーム」の派遣
 - 都道府県において地域メンバーが確保できるまでの間の消防庁メンバーの派遣
- 地域における惨事ストレス対策への支援
 - 都道府県の担当機関に対する助言、援助等



大規模災害発生時における惨事ストレス対策

1 消防本部

- 緊急消防援助隊として派遣された消防職員の惨事ストレスに対する支援
 - 地域メンバーによる支援
- 被災地の消防職員の惨事ストレスに対する支援
 - 消防庁メンバーによる支援

2 消防団

- 被災地の消防団員の惨事ストレスに対する支援
 - 消防庁メンバーによる支援
 - 消防団の詰所等におけるアウトリーチ（現場に出向く方式）による支援

3 都道府県等

- 緊急消防援助隊として派遣された消防職員の惨事ストレスに対する支援
 - 都道府県の担当機関による地域メンバーと消防本部等との連絡調整
- 被災地の消防職団員の惨事ストレスに対する支援
 - 地域メンバーが対応できる段階における都道府県の担当機関による地域メンバーと消防本部等との連絡調整

4 消防庁

- 「緊急時メンタルサポートチーム」の派遣
 - 被災地の消防職団員に対する支援
- 地域における惨事ストレス対策への支援
 - 地域メンバーによる支援の確保が困難な場合における消防庁メンバーの派遣

