

平成26年度
自主研究活動報告書

「災害被災者、
救済者及び
支援者のこころ」



自主研究グループ
ケア・オブ・ザ・ハート

目次

はじめに	1
研究の目的	3
研究事項の概要	3
1 市民の方々について	3
2 救援者である消防職員について	3
3 消防職員をかねながら支援する家族について	4
市行政への係わり	4
事業計画の概要	4
実績と結果について	5
1 研究実施前のアンケート結果について	5
2 職員研修について	8
3 有識者導入の検討及び市民への啓発方法の検討について	9
4 消防職員をかねながら支援する家族について	9
5 1次ミーティング及び2次ミーティングの導入検討について	10
6 研究実施後のアンケート結果について	11
7 アンケート結果からわかったこと	15
8 推察	15
国（総務省消防庁）の動きについて	16
東京消防庁の動きについて	16
まとめ	16

はじめに

災害から市民を救援する消防職員は、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。

さらに平成23年3月に発生した東日本大震災では、大地震・大津波により多くの尊い人命・財産が失われるなど、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ました。

そこで、東日本大震災後における消防職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、惨事ストレス対策の充実・強化を図ることを目的として総務省消防庁に「大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会」が発足され、平成25年3月に本研究会の結果について報告がありました。

上記のことを踏まえ当消防本部においても、惨事ストレス対策を確立させ職員一人ひとりのこころのケアを行う必要性があると感じ取り、自主研究グループを立ち上げることとなりました。

平成23年3月11日に発生した東日本大震災（当消防本部撮影）



研究の目的

近年、時を選ばず多種多様な災害に遭遇し被災される市民の方々、また災害を救援する消防職員及び職員をかねながら支援する家族のこころのケアを行い、「一人ひとりがかげがえのない人」を念頭に、市民の方々、消防職員及び職員の支援者である家族が明るく健康に日常生活を過ごせることを目的に惨事ストレスについて研究をする。

研究事項の概要

惨事ストレスとは、通常に対処行動規制がうまく働かないような問題や脅威（惨事）に直面した人が、惨事の様子を見聞きした人に起こるストレス反応と定義されている。（Everly, Flannery, & Mitchell 2000参照）

市民の方々が平穏に日常を過ごすなかで、突然、自然災害、交通事故、火災等で被災された場合、惨事ストレスの1次被害者となる。さらには、消防が出動し災害対応する場面に遭遇し、または、テレビやインターネット等で見聞きすることも間接的に惨事ストレスを受けたことになる。

救援者である消防職員は、職務遂行のため「きつい、疲れた、もうだめだ」などの泣き言などを言わないことが美德とされてきたが、このことが徐々に惨事ストレスを蓄積しこころの病を抱えてしまう傾向が年々増加している。

さらに、消防職員をかねながら支援する家族は、消防業務を理解しようと災害現場の話や日常会話から相談を受けたりして間接的に惨事ストレスを受けることとなる。このようなことから下記内容について研究を行いたい。

1 市民の方々について

火災予防広報や救急講習などに惨事ストレスの豆知識を取り入れた啓発方法を研究する。

2 救援者である消防職員について

- (1) 惨事ストレスの研修会を検討する。
- (2) 災害対応後に1次ミーティング導入を検討及び実施する。
- (3) 1次ミーティング後に一定期間体調不良が継続する職員へ2次ミーティング導入を検討及び実施する。
- (4) 消防に惨事ストレス対策チームの発足を検討する。
- (5) 臨床心理士等有識者を選出及び導入することを検討

3 消防職員をかねながら支援する家族について

家族の方々へ、消防職員が災害対応後に惨事ストレスを受けた場合の心境変化や、家族が受けやすい惨事ストレスについて理解をいただける内容などを記載したパンフレットの作成を検討する。

市行政への係わり

惨事ストレスの多くは、災害発生後に表れてくるもので、惨事ストレスを受けたときの心境変化を少しでも理解できれば、下記の行政へ大きな影響をもたらすと思われる。

1 市民の方々について

- (1) 災害発生後の自助、共助、公助の推進
- (2) 災害発生後の復興支援及び復興の加速化

2 消防職員

- (1) 職員の休職及び退職による職員の減少防止
- (2) 職場風紀の改善

3 消防職員をかねながら支援する家族について

家族は、職員の家族である以前に市民であり、また、支援者が体調を崩せば家族である消防職員が介護等を行うことと見込まれるため、上記1及び2を兼ねそろえる。

事業計画の概要（年間スケジュール）

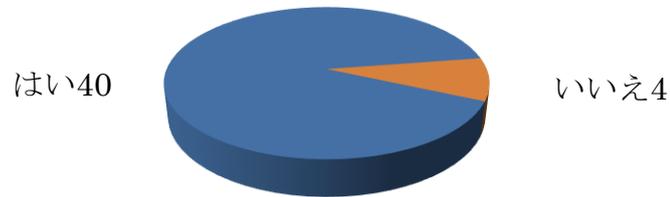
5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
←啓発方法検討→											
← 職員研修 →										ま	
				←		1次ミーティングの導入検討			→		と
						← 2次ミーティングの導入検討 →					め
						← 有識者検討 →					
←パンフレット検討→											

実績と結果について

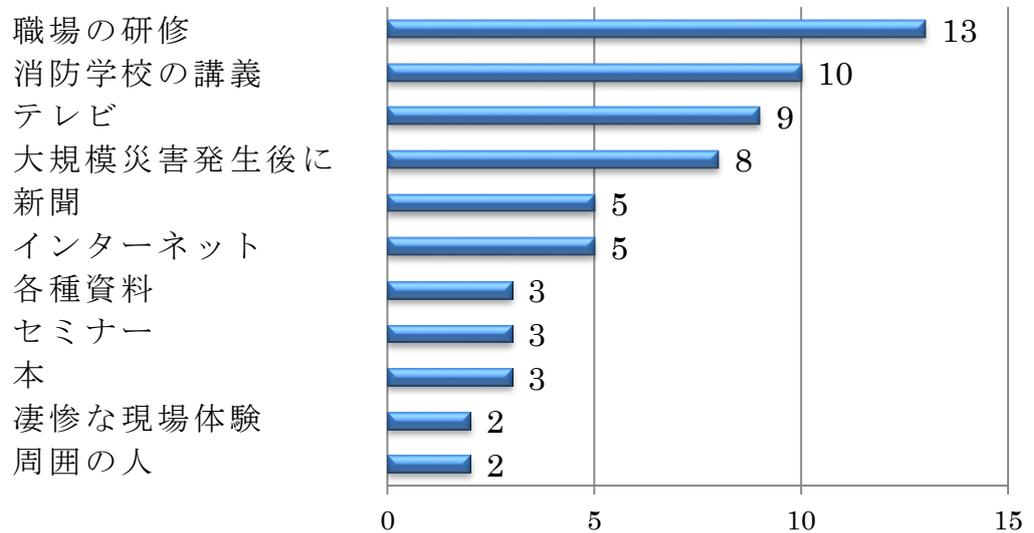
1 研究実施前のアンケート結果について

研究参加者 62人 実施者 44人 実施率 70% 平均勤続年数 17年

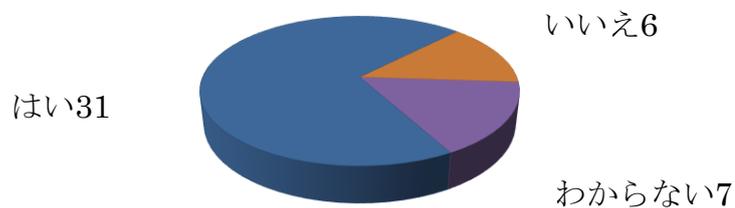
設問 1 惨事ストレスについて知っていますか



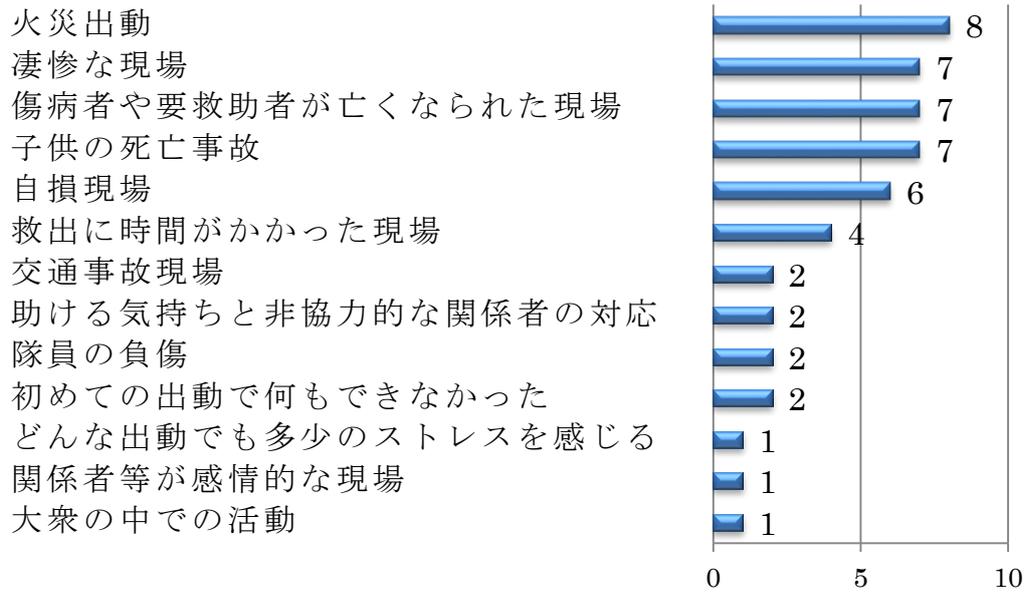
設問 2 1で「はい」の方はお答えください、どこで知りましたか。



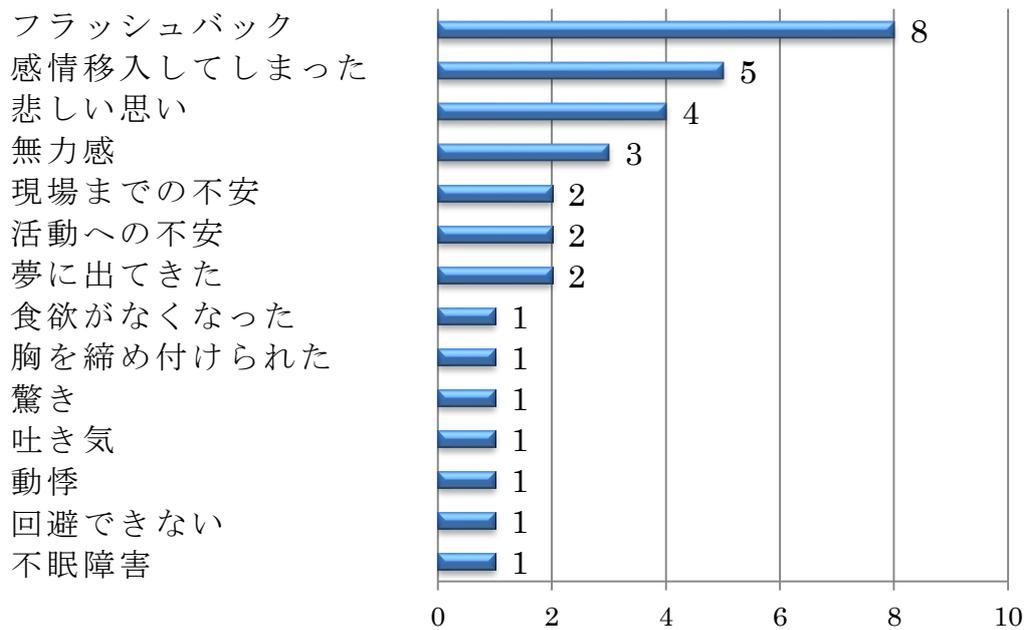
設問 3 出勤でストレスを感じたことがありますか



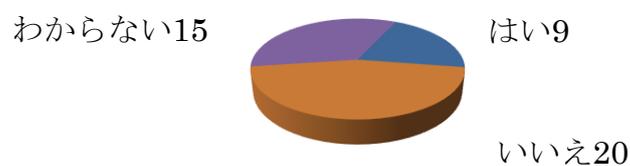
設問4 3で「はい」の方はお答えください、どのような出動でしたか



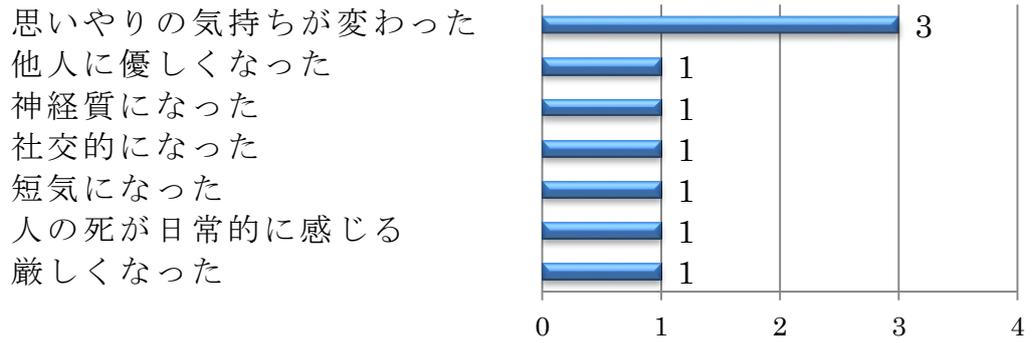
設問5 3で「はい」の方はお答えください、
どのようなストレスでしたか



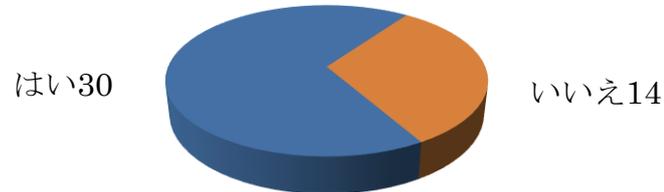
設問6 消防吏員になる前とってからで人柄が変わりましたか



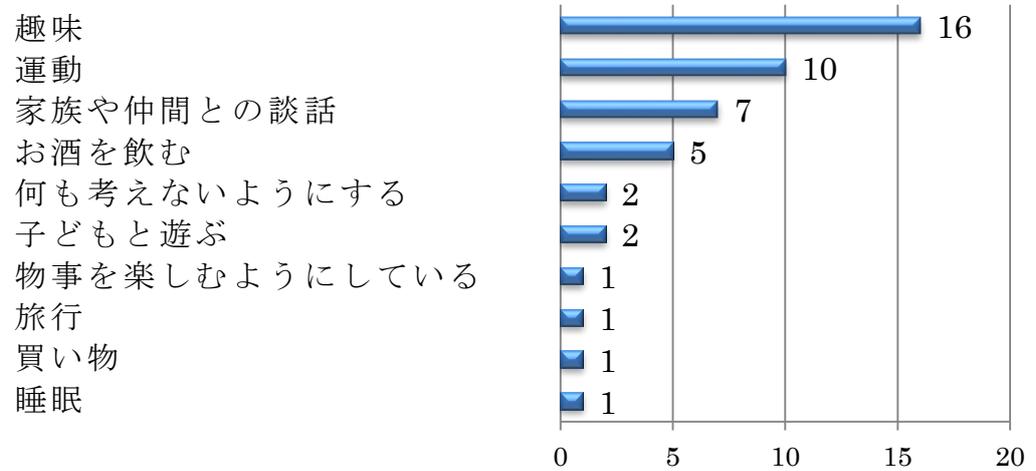
設問7 6で「はい」の方はお答えください、どの様になりましたか



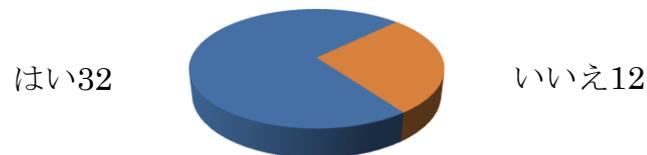
設問8 日ごろからストレス対策方法をやっていますか



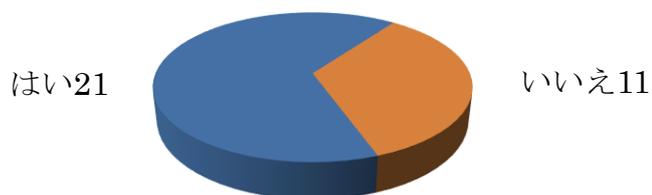
設問9 8で「はい」の方はお答えください、どのような対処方法ですか



設問10 仲間が出動でストレスを抱えていると感じたことがありますか



設問11 10で「はい」方はお答えください、その仲間になにかしてあげられましたか



設問12 11で「はい」の方はお答えください、何をしてあげましたか
21人全員が「談話」と回答

2 職員研修について

(1) 職場研修

日数 4日

時間数 12時間

人数 延べ80人

研修内容

- ・ 惨事ストレスの概要
- ・ 消防職員と惨事ストレスの関係
- ・ 惨事ストレスの反応
- ・ 対処方法
- ・ 話の聴き方（実技）
- ・ グループミーティングについて



研修風景

(2) 外部研修

日 数 5 日

時間数 20 時間

人 数 延べ6人

研修内容

- ・ 傾聴のしかた (2日 8時間 1名)
- ・ 消防学校講師派遣 (3日 8時間 1名)
- ・ 傾聴方法とピアミーティング (1日 7時間 3名)

3 有識者導入の検討及び市民への啓発方法の検討について

(1) 有識者導入の検討について

惨事ストレスについてカウンセリングをおこなえる臨床心理士や医師などの専門家等が必要と思われるため有識者の確保を検討したが、桐生地区に惨事ストレスのカウンセリングをおこなえる専門家等が存在せず有識者の確保に至らなかった。

(2) 市民への啓発方法の検討について

市民への惨事ストレス対策の啓発については、惨事ストレスを受けた場合の症状として精神的疾患を伴うことから専門家等の意見を取り入れ慎重に啓発していくことが不可欠であると思われる。しかしながら(1)有識者検討で述べたとおり、専門家等の確保ができず啓発方法の検討には至らなかった。

4 消防職員をあげながら支援する家族について

家族へのパンフレットについて当研究会で新たな作成を試みたが、有識者の確保ができず正しい内容の作成にはいたらなかったため、総務省消防庁から発行されている「家族にも知ってほしい消防職員の惨事ストレス」を参考にしたい。



5 1次ミーティング及び2次ミーティングの導入検討について

(1) 研究期間中における桐生消防署の各出動件数について

(平成26年5月1日から平成27年2月28日)

ア 火災出動 34件

イ 救急出動 1,968件

ウ 救助出動 73件

(2) 1次ミーティングについて

1次ミーティングは災害から帰署して1～2時間以内に実施するものであり、ミーティングで隊員の中にストレス反応があらわれている隊員（侵入、回避、過覚醒、解離）を見つけ出すことが目的です。研究期間中に1次ミーティングを実施する出動事案が発生しなかったため、導入及び実施することがなかった。しかし、必要性はある。

(3) 2次ミーティングについて

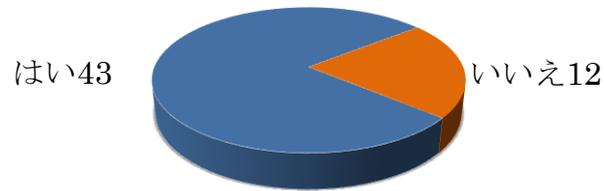
2次ミーティングは1次ミーティングで隊員の中にストレス症状があらわれその隊員を2～3日経過観察をして症状が回復されずさらに1～2月後に症状が回復していない場合に、専門知識をもった者が傾聴し専門医の紹介や休暇を促すことが目的です。今回は1次ミーティングが行われていないため2次ミーティングにあっても導入及び実施することがなかった。



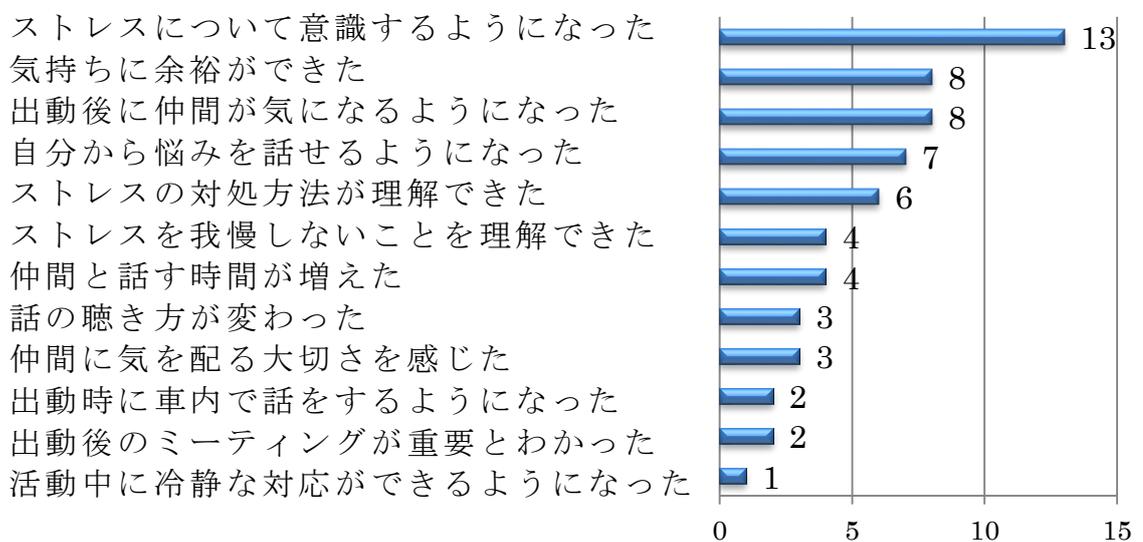
6 研究実施後のアンケート結果について

研究参加者 62人 実施者 55人 実施率 88% 平均勤続年数 17年

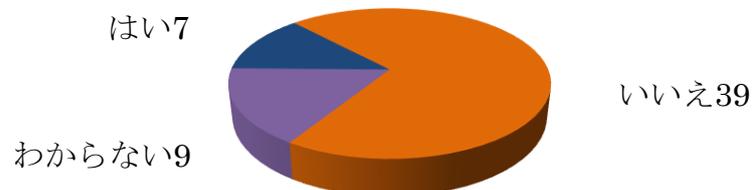
設問 1 惨事ストレスについて自主研究を行い何か変わりましたか



設問 2 1で「はい」の方はお答えください、何が変わりましたか

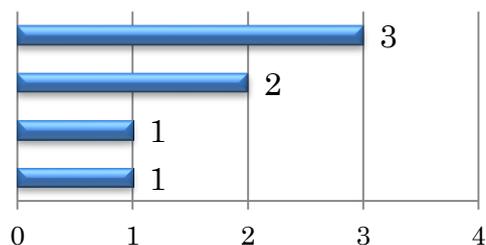


設問 3 研究期間中に出勤でストレスを感じたことがありますか



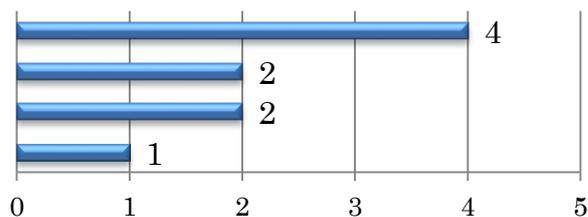
設問4 3で「はい」の方は教えてください、どの様な出動でしたか

火災出動で関係者が焼死していた
救急出動で傷病者が自損行為をしていた
救急出動で傷病者が新生児だった
救急出動で傷病者が社会死だった



設問5 3で「はい」の方は教えてください、どの様なストレスでしたか

出動した光景が思い出された
自分の家族とかさなった
非日常的で心的ストレスを感じた
不眠がつづいた

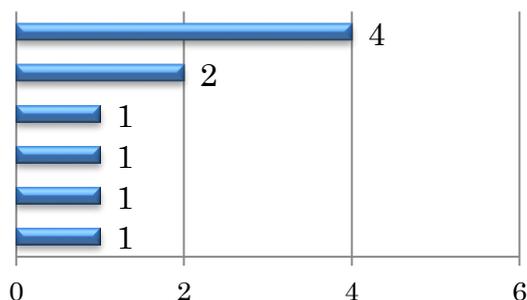


設問6 3で「はい」の方は教えてください、ストレス反応を正常化できましたか

7人全員が「はい」と回答

設問7 6で「はい」の方は教えてください、どのような方法で正常化しましたか

仲間に悩みを聴いてもらった
時間が解決してくれた
趣味
公私混同を出来るだけしない
日常生活を大切にしたい
当研究会で惨事ストレスを研究して

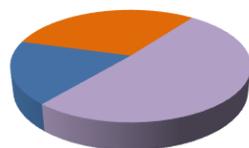


設問8 惨事ストレスについて自主研究をおこない人柄がかわりましたか

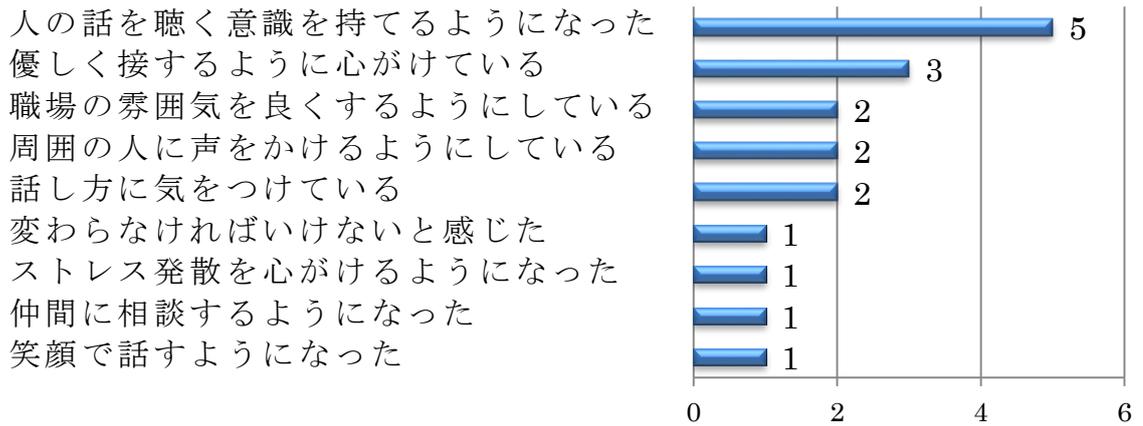
いいえ17

はい10

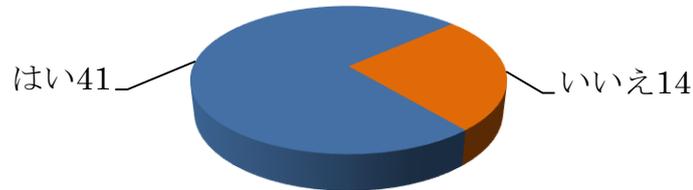
わからない28



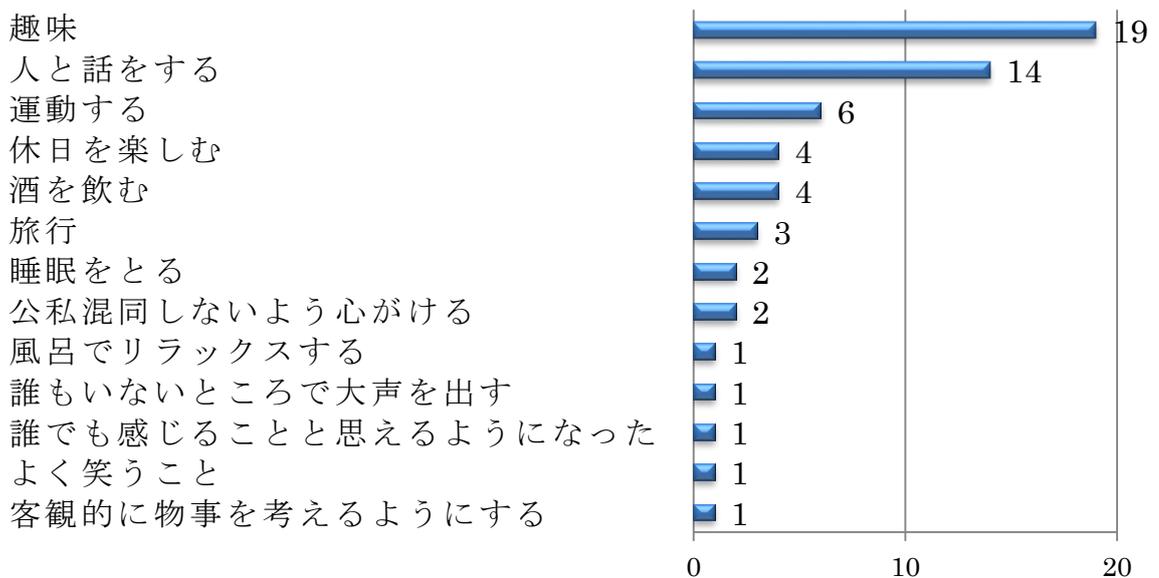
設問9 8で「はい」の方は教えてください、どの様にかわりましたか



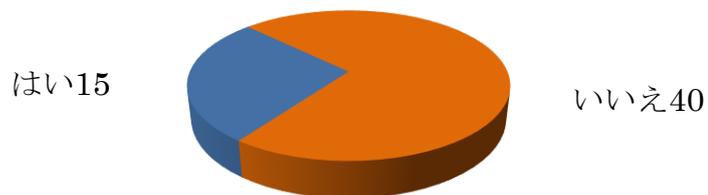
設問10 日ごろからストレス対処方法をやっていますか



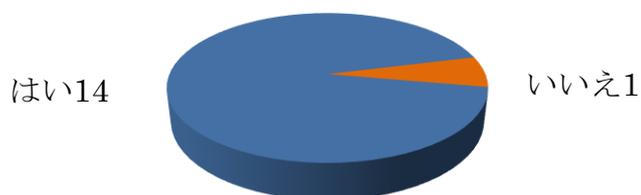
設問11 10で「はい」の方は教えてください、どの様な対処方法ですか



設問12 研究期間中に仲間が出動でストレスを抱えていると感じたことがありますか

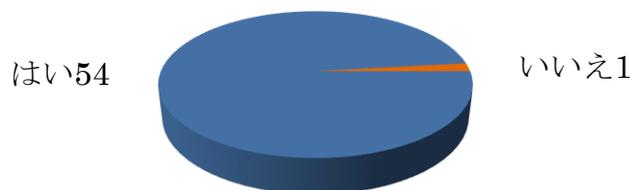


設問13 12で「はい」の方はお答えください、その仲間に何かしてあげられましたか



設問14 13で「はい」の方はお答えください、何をしてあげられましたか
14人全員が「話を聴いた」と回答

設問15 惨事ストレス対策について自主研究をおこない、今後も惨事ストレス対策が必要と感じましたか



7 アンケート結果からわかったこと

- (1) 「出勤でストレスを感じたことがある」については、研究前は70%の職員が何らかのストレスを感じていたが、研究後は12%となり58ポイントの減少となった。
- (2) ストレスを感じた出勤では、件数は減少したものの活動内容及びストレス反応については変化がなかった。
- (3) 人柄については、研究前と研究後で質問内容が異なるため対比はできないが、研究後に人柄が変わった回答で「人の話を聴く意識を持てるようになった」、「周りの人に優しく接するよう心がけている」などがある。
- (4) 日ごろからのストレス対処方法について、研究前及び研究後でどちらも約70%の職員が実施しているが、研究後の対処方法では「人と話をする」が増加した。
- (5) 「仲間が出勤でストレスを抱えていると感じる」については、研究前は72%の職員が感じていたが、研究後は25%となり47ポイントの減少となった。
さらに、仲間にしてあげたことで研究前は談話に対し、研究後は話を聴いたに変わった。
- (6) 自主研究終了後も惨事ストレス対策が必要と感じるかについては、98%の職員が必要と感じている。

8 推察

上記結果から本研究をおこなったことにより、惨事ストレスについて意識をもち、災害対応で心に余裕をもった活動ができるようになったと推察される。さらに、日ごろから仲間との会話を大切にし、相手の話に真摯に耳を傾け聴く姿勢が自然に現れ、相談しづらかったことでも悩みをかかえている者から、相談できるようになったことがわかる。

相乗効果として、コミュニケーション能力が高まった職員が増えたことにより、職場環境の改善も見受けられるようになったと思われる。

国（総務省消防庁）の動きについて

- (1) 2001年 専門委員会発足
- (2) 2003年 専門家派遣システムを施行
派遣事例
ア 福岡県那珂川 建物火災 4名幼児死亡（火災）
イ 神戸市 建物火災 3名殉職事故（火災）
- (3) 2006年 専門家派遣システムを拡大
- (4) 2012年 大規模災害時に係る対策研究会

東京消防庁の動きについて

- (1) 1997年 惨事ストレスに関する委員会の設置
- (2) 1998年 災害活動時における惨事ストレス対策の試行開始
- (3) 2000年 職員健康管理規定に「惨事ストレスケア実施基準」を設けた
- (4) 2006年 職員健康管理規定に「大規模災害救助事象発生時の惨事ストレスケア実施基準」を設けた

まとめ

この研究を通じて、消防吏員は「命を救う」と強い意志を持って入署してくる者が多く、凄惨で過酷な状況下で消防業務を遂行することが当然と思っていることを強く感じた。このことが周りに相談しづらい環境をつくり、何らかのストレスをひとりで抱え込んでいることも強く感じた。「人の命を救う」には消防吏員にとって強靱な精神力も必要であることも理解できる。

一人ひとりがかげがえのない人を心に刻み、仲間を惨事ストレスで辞めさせない、死なせない、失わないために、研究終了後も惨事ストレス対策の研究を積極的に業務に取り込み、当本部として取り込んでいただけるよう邁進していきたいと思えます。

最後に、本研究をおこなう機会をいただきましたことを関係各位の皆様にご礼申し上げます。

