

進行するために、プロフィール（当時の階級、年齢、所属での職務、勤続年数、警防経験年数、家族構成）、派遣時の最も衝撃を受けた体験とストレス反応（活動中・帰国後）に関する質問紙及び改訂版出来事インパクト尺度<sup>1)</sup>（以下、IES-R と略記）を対象者に事前に配布し郵便にて返送してもらい、参考材料とした。活動中及び帰国後のストレス反応については、(財)地方公務員安全衛生推進協会<sup>2)</sup>が実施したアンケート調査で使用された、衝撃を受けた災害体験についての「活動時の症状」及び「2～3ヶ月後の症状」のそれぞれ項目から複数回答で求めた。なお、面接前に、同意書を持って協力者のプライバシー保持を約束するとともに、面接内容の記録及び結果の公表についての承諾を得た上で開始した。

## 結果

### (1) 対象者の属性

派遣当時の年齢は、31歳～48歳であり、30代が2名、40代が6名であった。勤続年数は、11年4ヶ月～29年8ヶ月、警防経験年数が10年3ヶ月～25年で、全員が消防職に就いて大半を、警防業務に従事していた。階級や役職については、個人を特定し得る内容であるので割愛する。

### (2) 派遣活動概要

派遣先はタイ王国。搜索救助活動のために、第1次派遣隊として、発災3日後の平成16年12月29日～平成17年1月8日の11日間派遣された。国際緊急援助隊49名のうち、指揮本部を除く救助隊員35名は、消防・警察・海上保安庁の3庁混成による3小隊に分けられ、活動を行った。タクア

パー郡・ピピ島における搜索救助活動、ホテルでの行方不明者最終確認及び遺留品搜索が主な活動内容であった。ピピ島では、生存が確認された日本人少年の依頼を受け、行方不明になった両親と弟の搜索活動にあっている。ピピ島では、この少年の父弟の他、11体以上の遺体を収容した。

### (3) 派遣決定時の心理的状态

自分が派遣されることを聞いたときの状況をたずねたところ、全員が初めての経験であり、救助としての最終目標ともいえるIRTの切符を手に入れたことへの喜び、先の活動に対する高い意欲、現地の活動への不安等から、高い興奮状態にあったことが語られた。出発前夜は、眠いと感じなかったり、睡眠時間を割いて情報収集したり、活動に考えをめぐらせたり等、ほとんどの隊員が十分な睡眠を取れずにいた。

### (4) 派遣活動におけるストレス要因

事前の質問紙の記述では、7名が派遣時の最も衝撃を受けた体験について回答していた。記述内容は、複数の体験を記述した者もあり、発見した遺体の凄惨な状況についての回答（4名）、家族が犠牲となった日本人少年の立会いの下行われた搜索活動に関する回答（3名）、壊滅状態になった被災地についての回答（2名）に大別された。その他、衝撃を受けた体験はなかったが、活動の中での人間関係にストレスを感じたという記述もみられた。

インタビューで得られた回答から、派遣活動におけるストレス要因は、以下のよう

- ・ 悲惨な被災地状況

壊滅状態の被災地を見て、津波の恐ろしさを感じていた。現実とは思えない光景に、何ができるのか戸惑い、活動中に津波が来たらと身の危険を感じたりしていた。津波の爪あとに恐怖を感じながらも、それが症状や行動に表面化することはなかった。

- ・ におい

遺体の発するにおいの凄まじさは全員が語っていた。現場中に死臭が漂い、嫌悪感を感じているものの、それは「現場のにおい」として冷静に受け止め、活動の障害とは認識していなかった。本土へ送るために一時的に遺体収容場所となっていた船着場での作業は、特ににおいがひどく、嘔吐感を感じた隊員もいた。

- ・ 凄惨な遺体

遺体の状態は腐乱がひどく、いかに凄惨なものだったか詳細に語られた。触りたくないと思いつつ、「遺体は見慣れている」「遺族に早く返してあげたい」といった使命感や消防としての職業意識の方が上回り、活動を可能にしていた。遺体を「部品」「肉の塊」など、作業的にみなし扱う印象があった。

- ・ 日本人遺族との接触

両親と弟が犠牲となった日本人少年と接触しての活動について、遺族が少年であったことのつらさが語られた。同年代の子どものいた隊員は、少年に自分の子どもを同一化する傾向がみられた。これらは、必ず家族を見つけてあげたい気持ちにつながっていた。日本人少年であることに特別な感情はないと話す隊員もいたが、自分の家族だったらと思い、早く見つけて安心させてあげたかったと語った。

- ・ 子どもの遺体

子どもや乳児の遺体との接触は、強い印象を受けた体験として語られた。短い人生が閉じられたことへのつらさや、自分の子どもだったらと同一化する傾向がみられた。

- ・ 目的と実際の活動のズレ

隊員は「救助活動」という IRT の任務から、現場に入り 24 時間体制で活動することを予測していた。しかし本派遣活動は、こうした目的や予想していた活動体制とはズレのある活動となった。遺体捜索が中心となった活動、遺留品捜索への移行、恵まれた活動外環境、長い待機時間に対する戸惑いがあった。「現地の人のための活動」のほが、**「日本人捜索」**になったことへの戸惑いを話す隊員もいた。活動内容にフラストレーションを覚えていたことがうかがえた。

- ・ 活動の限界

被害の甚大さに救助の限界を感じたこと、日本人少年の家族を全員救出できなかったこと、生存者を発見できなかったことについてのつらさや悔しさが語られた。

- ・ 予測を超えた現場の状況

津波という災害の特殊性、不明瞭な活動方針に戸惑いを感じていた。今まで経験がないような状況、想定外の状況に戸惑いをみせていた。

- ・ 他業種との連携への不安

安全管理に対する意識の違いがあり、一層の安全管理が必要とされる現場で自分の命綱を任せられるかどうかの不安を感じたり、技術能力の格差から、作業効率の低下を感じていた。一方、消防が活動を先導しなければという気持ちにつながっていた。

- ・ 情報不足

第一線での活動でありながら、危険に関

する情報が入りにくい。今回は津波災害のため、余震もなく予測がしにくかった。不確定な情報に翻弄される可能性も示された。

- ・ 被災者イメージとのギャップ

予め抱いていた「被災地イメージ」「被災者イメージ」とのギャップを感じていた。火事場泥棒の存在を目の当たりにしたり、現地での遺体の取り扱い方に衝撃を受けた隊員もいた。また、被災地は屈指のリゾート地であり、被災場所と被災しなかった場所の格差があった。被災しなかった場所での住民や観光客の様子に戸惑いを感じていた。被害の大きさから被災者が必死に救援を求めてくることを予想していたが、被災者の切迫感や悲壮感が感じられなかったことから、自分たちの必要性を感じられなかったことが推測された。

- ・ 家族の不安

残された家族は報道で得られる情報しかなく、被災地の悲惨な状況が報道されることで、現地の隊員の安否を気遣う不安が生じていた。派遣期間も災害状況や支援内容で異なり、現場での隊員の状況についての家族への情報提供を望む声があった。

- ・ 組織での単独派遣

規模の小さい消防本部では、派遣要請は少なく、派遣されるとしても1名であることが多い。派遣前は経験者からの情報が得られず、派遣後は報告書を作成し、今後のために経過を伝える必要性があり、複数で派遣される消防本部よりもその負担は大きい。派遣終了後、身近に体験を共有できる仲間がいない懸念もある。

- ・ 衛生面の不安

高温多湿な現場で、腐敗した遺体を扱っていたことから、感染症に対する不安を訴

えた隊員もいた。

- ・ 気温差・湿度の高さ

派遣されたのは12月下旬であり、日本と現地の温度差の影響がみられた。高い気温と湿度から、食欲減退や体調を崩す隊員がいた。

- ・ 食事

現地で提供された食事は好みが分かれ、合わない隊員にはきつかった。体力を考え、無理に食べていた隊員もいた。帰国後、体重減少を訴えた隊員もいた。

## (5) 緩衝要因

派遣活動では、上記のような様々なストレス要因が存在したが、緩衝要因として働いたと思われる状況や体験が存在した。

- ・ 生活時間の確保

派遣期間中の宿泊場所はホテルが提供され、食事・睡眠・シャワーの時間は確保されていた。今まで体調に何の問題も生じていないのはそのおかげかもしれないとの意見もあった。一方、環境が良すぎたと戸惑いを示す隊員もいた。

- ・ 専従の医師と看護師の存在

専従で医師及び看護師が同行し、心身ともに安心を与える存在となった。体調管理についての的確なアドバイスや気配りがあった。帰国前には一人ひとりにメディカルチェックが行われ、そこで話をしたことが、ストレス解消につながったとの意見もあった。

- ・ デブリーファ어의存在

本派遣では、デブリーファ어研修を修了し、惨事ストレスについて知識ある者が偶然派遣されていた。消防だけではなく、警察・海上保安庁にもデブリーフィングの実施

を促したり、同行していた医師や看護師に惨事ストレスについて進言し、メンタル面への配慮を促していた。

- ・ 他者からの肯定的評価

現地の人から感謝されたり、現地に滞在していた日本人が空港に駆けつけて見送りに来てくれた経験は、隊員にとってポジティブな影響に働いていた。

- ・ 活動時間外の隊員同士の交流

現場と宿泊場所であったホテルの往復で、活動とそうでない時間との切替ができた。ホテルでは、メンバー間で交流は図られていたが、現場の話はほとんどなされなかった。リラックスでき、緊張感がほぐれる時間が得られていた。

- ・ 上司の理解

V消防本部の場合、派遣前にIRTとしての派遣経験のある幹部からの訓示を受けての出発となった。IRTの活動で起こり得る事態やメンバー間で生じる心理的变化を、上司が理解し受容する姿勢は、隊員の励みとなっていた。

- ・ 看板を背負う自負

①日本代表として、②消防として、③(V消防本部隊員は)最大の消防本部としての自負が大きく存在していた。特にIRTは、陸上での救助に対して、消防としての強いプライドと自信を持ち、活動における自らの役目や働きの捉え方に影響を与えていた。なお、V消防本部の場合、大半が消防救助機動部隊員、他本部も全員現役の救助隊員であり、救助活動に対する自負が元々高いことがうかがえた。

- ・ 帰国後の報告関係

帰国後は、活動に関する報告書の作成や、関係署所での報告が求められた。少人数派

遣の消防本部では負担の声もあったが、報告書を作成することで気持ちの整理がいたり、報告会で自分の体験を話すことによって発散することができたという声もあった。報告会の多さは量的な負担もあるが、繰り返し話すことによって、衝撃的な体験を思い出し続け、侵入症状につながっている隊員もいた。

- ・ 帰国後のサポート

帰国後の健康診断、メンタルサポートを要望する声が多かった。V消防本部では、帰国したその日に病院へ出向き、感染症を含む臨時健康診断を実施しており、隊員の安心につながった。デブリーフィングも行われ、話すことの有効性が示されたが、帰国直後の実施は負担になるとの意見もあった。

## (6) 活動時の身体症状及び精神・感情状態

事前の質問紙の回答では、7名のうち4名が、1以上の症状を選択していた(表1)。活動中の感情・精神状態として、「活動中、見た情景が現実のものと思えなかった」(4名)の回答が多かった。「現場が混乱し、圧倒されるような威圧感を受けた」(1名)、「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」(2名)、「一時的に時間の感覚が麻痺した」(1名)、「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」(1名)といった回答がみられた。身体症状は、「胃がつかえたような感じがした」が1名いたが、他に身体症状の回答はみられなかった。「その他」(4名)では、もう少し何かできたのではないかと少し後悔の念があった、家族が犠牲となった日本人少年の姿が自分の子供とダブってしまった

た、日本と現地の気温や湿度の落差から脱水症状を起こしたこと等の記述があった。

インタビューにおいて、食事が進まなかったという隊員がいたが、活動で受けた体験に起因しての身体症状を訴える者はいなかった。

#### (7) 帰国にあたっての心理状態

活動はまだ終わっていない、まだやることはあるから帰りたくないと思っていた隊員が多かったことから、活動に対する不全感が感じられた。一方、IRT の目的と実際の活動のズレによる戸惑いから解放される安堵感を覚えたという隊員もいた。

#### (8) 帰国後～現在の心理的影響

質問紙における2～3ヵ月後のストレス症状では、7名のうち5名が、1以上のストレス症状を選択していた(表2)。「当時の臭いや感触が思い出された」(4名)が多く、「涙もろくなった」(3名)、「日中、何かのきっかけで災害現場の光景が目浮かぶことがあった」(3名)も複数の者が選択していた。その他、「睡眠障害」(1名)、「犠牲者や現場活動の夢、人々が助けを求めている夢、自分が死にそうになる夢、悪夢等をよく見るようになった」(1名)、「胃腸の調子が悪くなった」(1名)といった回答がみられた。「その他」(3名)では、一人でいる時に現場の光景が目浮かんだ、被災地の風景や接触した現地の人々を思い出す、家族が犠牲となった日本人少年のその後の生活が気になった、といった記述がみられた。

IES-R による派遣活動での現在のストレス反応状況は、平均点 7.25 点、0 点～17

点に分布していた。PTSD ハイリスク者の基準とされる 25 点以上の者はいなかった。22 項目のうち、「どんなきっかけでも、そのことを思い出すと、そのときの気持ちがぶり返してくる」、「考えるつもりはないのに、そのことを考えてしまうことがある」、「そのときの場面がいきなり頭に浮かんでくる」、「そのことについて、感情が強くこみ上げてくることもある」は、8名のうち5名の者が「少し」～「かなり」を選択していた。対象者の半数以上が、何らかの侵入症状を、現在でも「少し」以上感じていた(表3)。

インタビューによると、一人でいるときや、関連することに接触したときに、衝撃を受けた場面を思い出す傾向にあった。思い出される場面は、特定の遺体の顔や日本人少年の姿であった。スマトラ沖地震津波災害の報道を見たり、海岸等現地と類似した風景を見たりすることで思い出す他、前触れもなく突然思い出されるといった侵入症状が多く、関連して連想が進まないように回避する努力もみられた。ある隊員は、思い出すことで「不安になる」と言いながらも、自律神経反応は見られなかった。活動業務や日常生活に支障が出ることはないものの、派遣活動は隊員にとって強烈な体験であったことがうかがえた。

#### (9) 派遣活動を終えての心理的变化

派遣活動を振り返っての感想を求めたところ、次のような特徴がみられた。

##### ・ 派遣活動体験に対する肯定的評価

IRT として活動したことに対して、達成感や誇りを感じていることが語られた。日本の代表として大きな仕事をしてきたとい

う気持ちや、無事に任務を終えて帰国できたことから、達成感を感じていた。誇りに思うとしながらも、現地で見た凄惨な光景を忘れようとしている自分を「卑怯」だと思っている隊員もいた。

#### ・ 派遣後の自分の変化

日本人少年に関連する体験を通じての家族に対する考え方の変化、惨事ストレスに対する関心の高まり、安全や衛生面への注意の喚起が挙げられた。一方、津波という特殊性からリアリティがなく、何の変化もなかったという意見もあった。

#### ・ 惨事ストレスに対する考え方

惨事ストレスについては、全員が前向きな意見を挙げていた。安心して話ができる場の設定、聞くことの必要性が求められた。惨事ストレス対策の必要性を認めながらも、全員が自身を含む消防隊員は、本派遣活動における惨事ストレスによる影響はないと捉えていた。加藤ら<sup>3)</sup>は、消防官は社会的期待とそれに起因する職業意識の高さから、同僚が惨事ストレスを感じることはよしとしても、自らが体験しているとは認めたくない傾向にあることを指摘している。本調査においても、対象者が救助活動に対する高いプライドを持ち、救助に強い消防を自負していることが、こうした惨事ストレスに対する捉え方に影響していることがうかがえた。

#### 考察

最も衝撃を受けた出来事は、壊滅状態になった被災地、発見した遺体の凄惨な状況、家族が犠牲となった日本人少年の立会いの下行われた捜索活動に大別され、大きなストレス要因となっていることが示された。

その他、遺体捜索や遺留品捜索が中心となった活動や恵まれた活動外環境への戸惑いや不全感を感じたり、警察や海上保安庁との連携で生じる安全管理体制のズレや技術の格差による不安感、情報が不明瞭で翻弄されたり、酷暑の中の活動や感染症への懸念、現地の食事が合わないといった IRT 活動特有と思われるストレス要因もみられた。消防職員の日常活動における主要な外傷的出来事は、自身や同僚を含む他者の安全性への脅威や、被災者特に子供が犠牲となった悲惨凄惨な場面への遭遇が、先行研究の傾向として見受けられる<sup>4),5)</sup>。IRT の活動は、これらの外傷的出来事に加えて、活動そのもの以外のストレス要因が複合的に存在することが明らかとなった。

一方、今回の派遣では、活動外環境がきちんとコーディネートされており、宿泊場所としてホテルが提供され睡眠や食事を確保できた。生活環境の良さは戸惑いを感じさせる部分ではあったが、活動時間と休息時間のメリハリが付き、衛生環境の悪い現地での活動で体力維持に寄与していたものと思われる。ホテルでの自由な時間を確保できたことによって、消防だけではなく国際緊急援助隊のメンバー間で互いの職場についての情報交換等、交流を育むことにもつながった。同じ現場で活動した仲間として共に支えあう雰囲気醸成されたといえる。さらに、専従の医師や看護師が同行し、心身ともに安心を与える存在となっていたこと、デブリーファース研修を受講し惨事ストレスの知識ある隊員によるデフュージングが現地でも行われていたことから、メンタル面を配慮したサポートが提供され得る環境が自然と作られ、派遣隊員にとって安

心の担保となっていたことが推察される。今回の派遣活動では、隊員間及び周囲のサポートが機能し、隊員のストレスへの耐性に働いていたことが示唆された。

調査時点での IES-R の平均得点は、7.25 点で、PTSD ハイリスク者に該当する隊員はいなかった。本調査は派遣活動から 1 年半以上経過しているが、帰国直後は測定していないため、本結果が回復した結果であるかどうかは不明である。しかしながら、帰国後 2～3 ヶ月で、8 名中 5 名が何らかのストレス症状があったと訴え、調査時点でも 5 名が何らかの侵入症状を感じていた。活動業務や日常生活に支障をきたすほどではないものの、派遣活動における凄惨な遺体への曝露、日本人少年の遺族との接触といった体験は、隊員に強い衝撃を与えていたことが示唆された。

帰国後の健康診断やメンタルサポートを要望する声は多く、帰国直後に病院で感染症を含む臨時検診とデブリーフィングを行った消防本部では、隊員の安心感が得られていた。帰国して空港内で解散のセレモニーが行われるが、その後各隊員はそれぞれの所属機関に戻ることになる。自己所属に戻ってからは、体験を身近に共有できる者がいないことが考えられ、少人数派遣の消防本部では、それは特に懸念される。派遣された隊員全員が、公平に心身のサポートを得られるような体制の整備が必要である。

惨事ストレス対策の必要性は、全員が肯定的で、安心して話せる場の設定が求められた。必要性を認めながらも、全員が、自身を含む消防隊員は本派遣活動に関して惨事ストレスによる影響はないと捉えており、救助活動に対する自負や職業意識の高さが、

惨事ストレスの捉え方に影響していることがうかがえた。こうした IRT の消防隊員の職業意識の特徴は、消防が活動を先導していきこうというモチベーション保持にも働いていたと考えられるが、同時に、活動内容への戸惑いや不安全感をもたらすことが推測される。隊員を海外派遣に送り出す組織や幹部が、派遣活動が隊員に与える影響について適切な理解と対応を示すことが望まれる。

### 参考文献

- 1) Asukai N, Kato H, Kawamura N, Kim Y, Yamamoto K, Kishimoto J, Miyake Y, Nishizono-Maher A: Reliability and validity of the Japanese-language version of the impact of event scale-revised (IES-R-J): four studies of different traumatic events. *J Nerv Ment Dis* 190:175-182, 2002
- 2) (財)地方公務員安全衛生推進協会：消防職員の現場活動に係るストレス対策研究会報告書、2003
- 3) 加藤寛、広常秀人、藤井千太、大澤智子、高宣良：消防士の惨事ストレスに関する研究 平成 16 年度厚生労働科学研究費補助金こころの健康科学研究事業 ストレス性精神障害の予防と介入に携わる専門職のスキル向上とネットワーク構築に関する研究：7-42、2005
- 4) Bryant RA, Harvey AG: Posttraumatic stress reactions in volunteer firefighters.: *J Trauma Stress* 9:51-62, 1996
- 5) Beaton R, Murphy S, Johnson C, Pike

K, Corneil W: Exposure to duty-related incident stressors in urban firefighters and paramedics. J Trauma Stress 11:821-828, 1998



表1 活動時の症状

	選択数
1 胃がつかえたような感じがした	1
2 現場で吐き気をもよおした	0
3 強い動悸がした	0
4 身震いや痙攣を起こした	0
5 活動中、一時的に頭痛がした	0
6 隊長や同僚の指示が聞こえづらくなったり、音が良く聞こえなくなった	0
7 寒い日なのにおびただしい汗をかいた	0
8 暑い日なのに寒気がした	0
9 活動に必要な装備が不足して、危険を感じた	0
10 自分や同僚の身にとっても危険を感じ、その恐怖に耐えていけるか心配になった	0
11 生存者がいたかもしれないのに速やかな救助ができず、不安に思った	0
12 活動中、見た情景が現実のものと思えなかった	4
13 現場でとてもイライラしたり、ちょっとしたことでも気にさわった	0
14 活動中、わけもなく怒りがこみあげてきた	0
15 現場が混乱し、圧倒されるような威圧感を受けた	1
16 活動する上で、重要なものとそれほどでもないものとの判断が難しくなった	0
17 資機材をどこに置いたか全く忘れてしまい、思い出せなかった	0
18 活動中に受けた衝撃が、数時間しても目の前から消えなかった	2
19 現場で活動したが、実を結ばない結果に終わり、絶望や落胆を味わった	0
20 とても混乱したり、興奮していて合理的な判断ができなかった	0
21 一時的に時間の感覚が麻痺した	1
22 目の前の問題にしか、考えを集中することができなかった	1
23 その他	3
24 以上のような症状や状態は全くなかった	3

表2 2～3ヶ月後の症状

	選択数
1 睡眠障害	1
2 犠牲者や現場活動の夢、人々が助けを求めている夢、自分が死にそうになる夢、悪夢等をよく見るようになった	1
3 食欲不振になった	0
4 胃腸の調子が悪くなった	1
5 飲酒または喫煙量が増加したか、逆に減少した	0
6 怒りっぽくなった、感情的になり言葉が激しくなった	0
7 気分、感情がすぐれないことが多くなった	0
8 憂鬱になった、気がめいるようになった	0
9 涙もろくなった	3
10 落ち込みやすくなった、悲観的になった	0
11 無気力感や脱力感、強度の疲労感を感じやすくなった	0
12 興奮気味で、常に緊張しているような感じだった	0
13 集中力がなくなった	0
14 日中、何かのきっかけで災害現場の光景が目に浮かぶことがあった	3
15 当時の臭いや感触が思い出された	4
16 強い無力感や悔しさを覚えた	0
17 強い罪悪感や自分を責める気持ちを持った	0
18 その他	3
19 上記のようなストレス症状は全くなかった	2

表3 IES-R

		全く なし	少し	中 くらい	かなり	非常に	「少し」以 上の選 択人数	
		0	1	2	3	4		
1	どんなきっかけでも、そのことを思い出すと、そのときの 気持ちがぶり返してくる	侵入	3	4	1	0	0	5
2	睡眠の途中で目が覚めてしまう	侵入	7	1	0	0	0	1
3	別のことをしていても、そのことが頭から離れない	侵入	6	2	0	0	0	2
4	イライラして、怒りっぽくなっている	覚醒 亢進	7	1	0	0	0	1
5	そのことについて考えたり思い出すときは、なんとか気 持ちを落ち着かせようとしている	回避	5	3	0	0	0	3
6	考えるつもりはないのに、そのことを考えてしまうことが ある	侵入	3	2	1	2	0	5
7	そのことは、実際には起こらなかったとか、実際のことで はなかったような気がする	回避	6	0	2	0	0	2
8	そのことを思い出させるものには近寄らない	回避	8	0	0	0	0	0
9	そのときの場面がいきなり頭に浮かんでくる	侵入	2	3	3	0	0	6
10	神経が敏感になっていて、ちょっとしたことでどきどきして しまう	覚醒 亢進	7	1	0	0	0	1
11	そのことは考えないようにしている	回避	5	2	1	0	0	3
12	そのことについては、まだいろいろな気持ちがあるが、そ れには触れないようにしている	回避	6	1	1	0	0	2
13	そのことについての感情は、マヒしたようである	回避	7	1	0	0	0	1
14	気がつくと、まるでそのときに戻ってしまったかのように、 振舞ったり感じたりすることがある	侵入	6	2	0	0	0	2
15	寝付きが悪い	覚醒 亢進	8	0	0	0	0	0
16	そのことについて、感情が強くなり上げてくることがある	侵入	4	2	1	1	0	4
17	そのことを何とか忘れようとしている	回避	7	1	0	0	0	1
18	ものごとに集中できない	覚醒 亢進	8	0	0	0	0	0
19	そのことを思い出すと、身体が反応して、汗ばんだり、息 苦しくなったり、むかむかしたり、どきどきすることがある	覚醒 亢進	8	0	0	0	0	0
20	そのことについての夢を見る	侵入	6	2	0	0	0	2
21	警戒して用心深くなっている気がする	覚醒 亢進	7	1	0	0	0	1
22	そのことについては話さないようにしている	回避	8	0	0	0	0	0

平成 18 年度厚生労働科学研究費補助金(こころの研究科学研究事業)

JCG 惨事ストレスチェックリスト（海上保安庁）の有用性と  
実際の事案でのケア活動の報告

分担研究者 飛鳥井 望  
東京都精神医学総合研究所

要旨：JCG 惨事ストレスチェックリスト（海上保安庁）は海上保安官の惨事ストレスへの早期介入を目的として開発された9項目からなる簡便なセルフチェックリストである。海上保安庁ではこのチェックリストを現場で活動する海上保安官全員に配布し、惨事ストレス症状の早期発見と早期ケアに活用している。現在までいくつかの事案に際して、関わった海上保安官に試みてきた。本分担研究ではその結果について報告する。

研究協力者

廣川 進： 大正大学人間学部、海上保安庁惨事ストレスアドバイザー

## A) はじめに

海上保安庁では平成 13 年 12 月におきた工作船事件を契機に惨事ストレス対策への関心が高まった。平成 15 年に惨事ストレスの実情把握と対策立案にむけた実態調査を行った。最終報告書は平成 17 年に『惨事ストレス対策要綱』としてまとめられ、庁内の全部署、全船艇に配布した。平成 18 年には、胸ポケットや手帳に携帯できるサイズの耐水性の用紙に印刷したパンフレット『海上保安官と惨事ストレス』全職員に配布した。

なお、海上保安庁では海上保安官の業務（領海警備・密輸密航の監視取締・テロ対策等の治安活動・海難救助等）に伴う心的外傷ストレス全般を広く惨事ストレスと捉えている。

## B) JCG 惨事ストレスチェックリスト（海上保安庁）について

惨事ストレスの実態調査をもとに、事件事故の遭遇者における早期ストレス症状を、調査時点の IES-R（改訂出来事インパクト尺度）得点との関連が強い 9 項目に絞って、JCG 惨事ストレスチェックリスト（以下チェックリスト）を作成した。IES-R の質問項目が 22 であるのに対して、より簡便なチェックが可能になると考えた。

\* 詳細は「海上保安官における惨事ストレスならびに惨事ストレスチェックリストの開発」『トラウマティック・ストレス』第 3 巻第 1 号 2005 年 参照  
以下、実際の運用法について述べる（図 1）。

チェックリストの使用の場面は惨事体験となる事案が発生したとき。具体的には訓練中のヘリ事故、業務中の事故、国際緊急援助隊による地震・津波等の災害救助、自殺等の事案であった。事案直後から 2 週間程度を目安に職員の自己チェックを行い、上記の点数によって対応の判断をした。後述のような大きな事案の場合、業務に関係した職員全員に、チェックリストを実施し、その結果、ケアの必要な点数の高い職員の場合に、現地の担当官からの要請にもとづき、ケアを実施した。

惨事ストレスケアの必要な事案が発生した場合の対応のフローは図 2 の通りである。

## C) JCG 惨事ストレスチェックリストの有用性について

チェックリストを実施して惨事ストレスケアを行なった主な事案は以下の表 1 のとおりである。

当初、チェックリストの実施方法については試行錯誤があった。日常の業務が優先され、船艇ごとにスケジュールも違うため、現実的に統一した方式になっていなかった。平成 18 年以降、JCG チェックリストと IES-R をセットで実施するようにしている。2 つのテストの間の相関を検証する目的である。今回の報告ではまだ統一されたデータが量的にも十分といえず、今後の課題としたい。

実施時期も 1 回目は事件事故発生から 1 週間以内に実施して、結果によって惨事ストレスケアを実施するかどうかの判断をする。2 回目の実施は約 1 ヶ月後に実施して経過を見る。という形式を取っている。

チェックリストの有用性は、以下の通り

である。

①惨事ストレスを起こしそうな事案が発生した際に、職員のストレス状態を数値により客観的に把握することが出来る

②大規模の案件の場合、関係者が多数にわたるが、簡便なチェックリストであれば短時間で負担感が少なく実施できる。

③惨事ストレスケアを実施する必要があるかどうかの判断をする際に、数量的なデータがあることは、根拠として示しやすい。とくに案件によっては実施に消極的な幹部がいる場合にも、こうしたデータをもとに説得することができやすくなる。

反面、運用に際して注意する点は、質問項目が9項目と少なく、2段階評価であり、評価基準をつけているため、職員によっては正確に自己評価せず、実際よりも低く点数を抑えてしまう場合がある。心理的にはIES-Rでも同様ではあるが、質問項目が22項目と多岐にわたり、5段階評価であり、評価基準をつけていないため、操作がしにくく、結果として実態に近い点数が出やすくなる可能性がある。この点は今後の2つのテストの相関の検証に委ねる。

#### D) 惨事ストレスケアの事例

○訓練中の事故での対応事例を以下3件報告する。

①事案名：新潟ヘリ MH903 着水事故

・事故の概要：ヘリによる救助訓練中、ヘリのエンジントラブルによりヘリが墜落、着水後水没した。搭乗者5人のうち1人は脱出の際のけがで「外傷性頸部症候群」と診断され入院したが20日後完治した。事故から1週間後チェックリストを実施したと

ころ4点が4人、5点が1人いたため、惨事ストレスケアを実施した。

・場所：第9管区 新潟基地

・日時：平成17年2月21日 13:45～16:45

・対象者：新潟基地11名(MH903搭乗者5人、基地整備士6人)

活動内容：

13:45～14:15 30分間

全体のグループミーティングを実施した。事故の概要について時間軸にそって確認した後、説明レターをもとに惨事ストレスの症状や対応についての説明を行った。

惨事ストレスチェックリスト、IES-R(改訂出来事インパクト尺度)をその場で実施して、現在の状況を把握した。惨事ストレスチェックリストのスコアは、1回目(1月18日)2回目(2月1日)今回(2月22日)時間の経過にしたがって下がっているものがほとんどであった。

14:15～17:00 2時間45分

その後、全員と個人面談をした。ひとり平均15分×11人=165分(2時間45分)。

惨事ストレスチェック表を参考に点数の高かった者、スコアが上がった者には時間をかけて、気になる症状がないか聞いた。

まだいくつかの症状が残っている者数名については、携帯番号を聞き1ヶ月後(3月20日ごろ)にフォローの連絡を報告者から入れた。

日時：平成17年2月22日 13:00～14:45

対象者： 巡視船やひこ乗組員 5 人

活動内容：

13：00～13：30 30 分間

全体のグループミーティングを実施した。

事故の概要について時間軸にそって確認した後、説明レターをもとに惨事ストレスの症状や対応についての説明を行った。

惨事ストレスチェックリスト、IES-R（改訂出来事インパクト尺度）をその場で実施して、最新の状況を把握した。惨事ストレスチェックリストのスコアは、1回目（1月18日）2回目（2月1日）今回（2月22日）時間の経過にしたがって下がっているものがほとんどであった。

13：30～14：45 1時間15分

その後、全員と個人面談をした。ひとり平均15分×5人=75分。

惨事ストレスチェック表を参考に点数の高かった者、スコアが上がった者には時間をかけて、気になる症状がないか聞いた。

まだいくつかの症状が残っている者数名については、携帯番号を聞き1ヶ月後（3月20日ごろ）にフォローの連絡を報告者から入れることにした。

■3ヵ月後本人との面接報告 2005. 5.17  
新潟航空基地整備員 Aさん

ヘリ着水時に水没したヘリから困難な状況で脱出した。事故当時の「外傷性頸部症候群」は完治。自宅にTEL。

○症状の再燃

- ・ 3月ごろまでにやや軽減していたが、4月12日・14日の警察・自衛隊のヘリの墜落事件が引き金となって再燃してきた。とくに自衛隊は同じ新潟空港を使っている、殉職者の一人は年齢が近く、子どもが同じ小学校に通っており、他人事とは思えない。今日（17日）も関西？でグライダーの事故で死者が出た。この種類のニュースに過敏になっている。
- ・ フラッシュバック 持続するのは数分間だが、それがいつ起こるかわからないのでずっと気になってしまう。
- ・ 過敏な反応
- ・ 回避行動 事故を思い出させるものから逃げたくなる。
- ・ 不眠はない。基本的な生活には支障のない範囲。

○業務

- ・ ヘリに関することは極力、配慮して遠ざけてもらっている

○心境

- ・ 事故の関係者もみな次第に回復して、自分だけが取り残されているような気持ちになる。早く戻らなくては、という気持ちと、もうこれ以上続けることが苦しい、という気持ちが葛藤している。もう異動したい気持ちに傾いてきた。

○アドバイス

- ・ 精神科医に診断をしてもらうために病院にいったほうがいい。数件の病院を紹介。
- ・ 治療と異動の資料としても必要になる。
- ・ 服薬で症状が軽くなる場合もある。
- ・ 適切な医師がいない場合は、こちらで紹介してもよい。

■本庁人事課と今後の対応の相談

- ・対応は早急に
- ・ 専門医の受診を進めているので、診断がはっきりしたら職場での配慮（異動・可能な勤務形態）について適切な上司が本人と同席して確認する。
- ・ 異動検討にあたっては、本人のストレスを大きく増やさないように配慮する。

■その後、本人は医療機関に受診し、ヘリ搭乗以外の勤務であれば問題ないとの診断を得る。その結果も踏まえ、本人と上司、人事課などの話し合いを経て、ヘリ搭乗勤務は断念し、6月から異動して調整期間を経た後、巡視船の勤務に転換することになった。その後の経過は順調である。

②事案名：関空ヘリ事故 平成18年1月

場所：関西空港海上保安航空基地

概要：ヘリによる救助訓練中にヘリから降下訓練をした隊員が、船とヘリのタイミングが合わず、着地に失敗し負傷し入院した。

日時：平成18年1月16日 10：40～18：00

1) 10：40～11：15 幹部からの説明 基地長 次長らから訓練中のビデオを見ながら事故の説明を受けた。

2) 11：15～12：15 グループミーティング 対象者： 14名

機動救難士 3名

(負傷者は入院先の病院で個別に実施)

MH532 搭乗員 5名

巡視艇 そらかぜ乗組員 5名

活動内容：

惨事ストレスのケア用チラシを配布

して、惨事ストレスの説明をした後、事故の内容を時系列で確認した。担当分担ごとに視点が違い、各グループごとに事故の起こった経緯、対応、原因などについて各グループ、各人が必ずしも同じ見方をしているとは限らないことを確認することができた。程度の差、比重の差はあるが、事故に関して自責と他責の念が多くの人の中におこっていることがわかった。その気持ちがある程度、グループの間で表現し、共有できたことでストレスの軽減につながった。

3) 個別の面談 13：30～17：45

ストレスチェックテストの高得点の者（IESR3点以上）を8人を指名して実施。

負傷者については入院先の病院の一室で40分ほど行った。

4) 所感

負傷者とバディを組んでいた者と機長については今後も経過観察が必要だが、それ以外はとくに問題がないと思われる。

2月6日に関空で惨事ストレスの研修会で現地を再訪した際に、この2人には面談をした。

その結果、機長については、基地長、飛行長とも相談の上、以下の配慮をした。

・いきなり復帰させず、2月の前半に、慣熟フライトを数回組んでもらった。

・哨戒飛行から吊上訓練までテストを実施した。

その後、次第に通常の操縦に心身の支障がなくなったので、2週間後通常通りの勤務



になった。

### ③日露合同訓練

事故の概要：

平成 18 年 5 月 11 日、ロシア連邦サハリン州において、日露合同の洋上訓練が行われた。ロシアのヘリ（13 名乗組み）が海上に墜落し着水後転覆。ただちに日本側の警救艇と潜水士により救助が開始された日本側が救助した 7 名のうち 1 名はヘリ機内から潜水士と救急救命士により引き上げられるも心肺停止。ヘリで空港、病院へと搬送されたが死亡した。

チェックリストを 1 週間以内に行い、漂流者の救助や心肺蘇生に従事した者を中心に 3 点以上が 6 人いたため、ケアを実施した。

日時：平成 18 年 5 月 21 日・22 日

場所と人数：巡視船そうや（22 人）、巡視船えりも（14 人）

1）幹部からビデオをもとに経緯の説明職員の様子も聞く。

2）2 つの船ごとに①グループミーティング ②個別の面接を行なった。

○他に対応した案件として自殺が 3 件、業務中の衝突事故が 1 件あったが詳細は割愛する。

また国際緊急援助隊のスマトラとパキスタンの活動隊員へのケア報告については平成 17 年度に報告書をまとめているので、今回は除いている。

図 1

## 惨事ストレスチェックリスト運用フロー

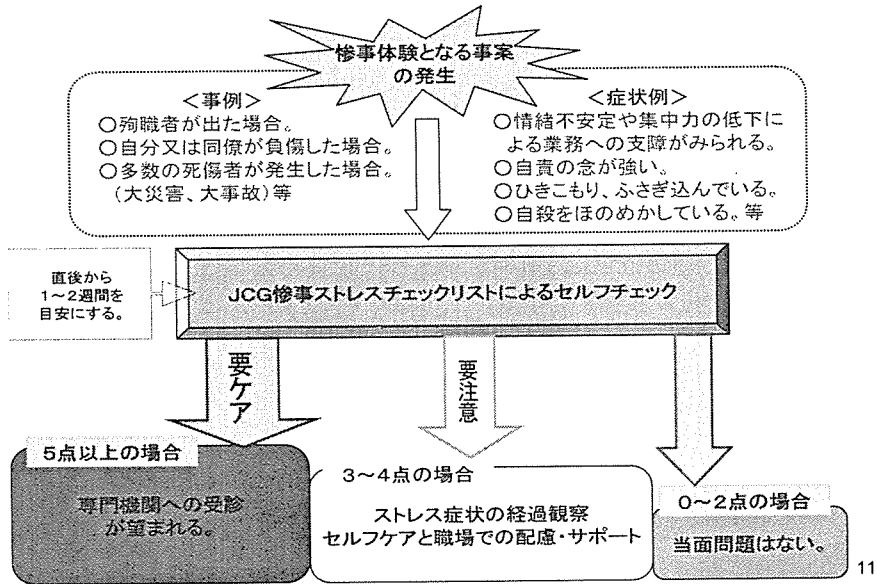


図 2

## 惨事ストレス発生後の対応フロー

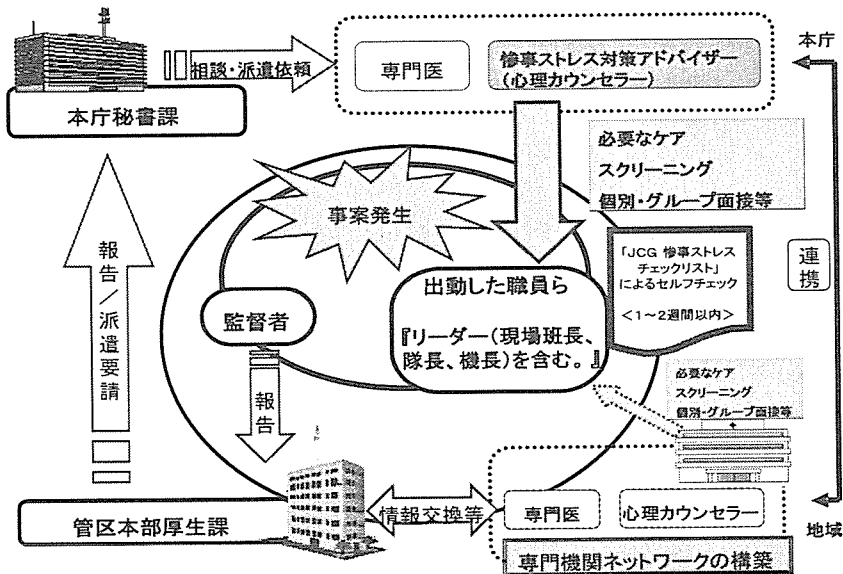


表 1

事案	年	人数	JCG①	IES①	JCG②	IES②
新潟ヘリ事故	2005	22	○		○	○
関空ヘリ事故	2006	14	○	○		
日露合同訓練ヘリ事故	2006	43	○	○	○	○
衝突事故あいかぜ	2006	5	○	○	○	○
国際緊急援助隊スマトラ	2004	13	○			
国際緊急援助隊パキスタン	2005	13	○	○		
自殺 A	2006	11	○	○	○	○
自殺 B	2006	9	○	○	○	○
自殺 C	2006	15	○	○	○	○



### III 職業別のリーフレット

---