

警察官のメンタルヘルス及び惨事ストレスの  
組織的な対策に関する研究

筑波大学審査学位論文（博士）

2018

藤代 富広

筑波大学大学院  
人間総合科学研究科 生涯発達科学専攻



## はじめに

近年の日本では、大規模な地震、台風や大雨による水害及び土砂災害、火山噴火災害等、多数の死者や家屋の損壊等の被害をもたらす自然災害が頻発している。これらの災害に際し、警察官や消防官、自衛官等の救援者は命がけで救援活動に従事する。1995年の阪神・淡路大震災以降、災害被災者等の心的外傷として PTSD が広く知られるようになったが、同時に救援者も心的外傷を負うことが日本においても徐々に知られるようになった。

救援者が、災害や凄惨な出来事を体験する職務遂行の結果、引き起こされるストレス反応は「惨事ストレス」と呼ばれ、特に東日本大震災以降に知られるようになった。惨事ストレスは、心的外傷を負って社会生活の機能に障害が生じる犯罪被害者や災害被災者と同様に、救援者にとっても社会生活の機能に障害が生じる。災害被災者等を救助すべき救援者が惨事ストレス状態に陥ったままでは、冷静に救助活動を遂行できないと考えられる。したがって、救援者が受ける惨事ストレスの実態が明らかにされ、必要な対策を講じることが各救援組織で必要となる。

阪神・淡路大震災以降、消防、自衛隊では組織的な惨事ストレス対策が推進されてきたが、約 29 万人の職員を擁する日本の救援組織では最大規模の警察においては、組織的な惨事ストレス対策は実施されてこなかった。筆者は、2011 年 3 月 11 日に発生した東日本大震災に際し、「広域緊急援助隊刑事部隊」の遺族支援担当として、発災 4 日後から延べ 1 か月以上にわたり、被災地の遺体安置所での活動に従事し、2012 年 4 月から 4 年間にわたり、警察庁において全国警察の惨事ストレス対策の指導を行った経験を持つ。この活動の中で、国民の最も近くで、かつ長期間にわたり国民を助ける警察における惨事ストレス対策が、消防や自衛隊に比して不十分と言わざるを得ない実態を直視した。そして、他の救援組織と比肩し得る惨事ストレス対策を推進しようと、全国警察の厚生部門を始めとした職員とともに活動してきた。

しかし、筆者の活動は、警察庁勤務前に 13 年間従事していた犯罪被害者支援における心的外傷の回復支援に基づいたものであり、現場の経験に頼るものであった。日本の警察において組織的なメンタルヘルス及び惨事ストレス対策を進めるためには、実証的研究に基づいた惨事ストレス対策が必要であると考えに至った。この問題意識をもとに、本論文では、警察における組織的なメンタルヘルス及び惨事ストレス対策について、実態と影響要因を明らかにする。そして、組織的なメンタルヘルス及び惨事ストレス対策への示唆を

述べる。

警察における組織的なメンタルヘルス及び惨事ストレス対策に関する実証的知見を提供し、今後起きうる災害等の際し、警察官が惨事ストレス状態に陥らずに国民を助けられる一助としたい。

## 目次

第 I 部 理論的検討.....	1
第 1 章 社会的背景と問題の所在 .....	2
第 2 章 警察官の惨事ストレスに関する研究の概観 .....	6
第 1 節 惨事ストレスの定義と関連する概念の整理 .....	6
第 2 節 警察官の惨事ストレスに関する研究 .....	11
第 3 節 警察職員の惨事ストレスのケアに関する研究 .....	21
第 4 節 日本における警察官以外の惨事ストレスとその対策に関する研究の概観...	24
第 5 節 警察幹部職員のストレスに関する研究 .....	29
第 6 節 第 2 章のまとめ.....	30
第 3 章 本論文の目的.....	32
第 II 部 実証的検討.....	34
第 4 章 広域災害の被災地に特別出向した警察官のストレス（研究 1） .....	35
第 1 節 目的.....	35
第 2 節 方法.....	35
第 3 節 結果.....	39
第 4 節 考察.....	43
第 5 章 広域災害の発災直後より対策業務に従事した被災地内の警察職員の惨事ストレス （研究 2） .....	45
第 1 節 目的.....	45
第 2 節 方法.....	45
第 3 節 結果.....	49
第 4 節 考察.....	55
第 6 章 火山噴火災害の対策業務に従事した警察官の惨事ストレス（研究 3） .....	57
第 1 節 目的.....	57
第 2 節 方法.....	57
第 3 節 結果.....	61

第4節 考察.....	70
第7章 広域災害により部下を殉職で失った警察幹部職員の惨事ストレスの探索的検討 (研究4) .....	73
第1節 目的.....	73
第2節 方法.....	73
第3節 結果.....	75
第4節 考察.....	82
第8章 広域災害の被災地の警察職員の惨事ストレス対策としてのグループ・ミーティン グへの評価の検討(研究5) .....	85
第1節 目的.....	85
第2節 方法.....	85
第3節 結果.....	90
第4節 考察.....	96
第9章 災害対策業務に従事する警察官における上司に対する相談に関する意識の検討 (研究6) .....	98
第1節 目的.....	98
第2節 方法.....	98
第3節 結果.....	101
第4節 考察.....	106
第10章 警察幹部職員の惨事ストレス対策に関する意識及び研修による惨事ストレスに 関する認識の変化の検討(研究7) .....	108
第1節 目的.....	108
第2節 方法.....	108
第3節 結果.....	112
第4節 考察.....	118
第Ⅲ部 本研究の結論と総合考察 .....	120
第11章 本研究の結論と総合考察 .....	121
第1節 結果の概要.....	121
第2節 本論文の結論.....	127

引用文献.....	138
本論文を構成する研究の発表状況.....	148
謝辞	149
資料	151

# 本論文の構成

## 第Ⅰ部 理論的検討

第1章 社会的背景と問題の所在

第2章 先行研究の概観

第3章 本論文の目的



## 第Ⅱ部 実証的検討

第4章 広域災害の被災地に特別出向した警察官のストレス  
(研究1)

第5章 広域災害の発災直後より災害対策業務に従事した被災地内の警察職員の惨事ストレス  
(研究2)

第6章 火山噴火災害の災害対策業務に従事した警察官の惨事ストレス  
(研究3)

第7章 広域災害により部下を殉職で失った警察幹部職員の惨事ストレスの探索的検討  
(研究4)



第8章 広域災害の被災地の警察職員の惨事ストレス対策としてのグループ・ミーティングへの評価の検討  
(研究5)

第9章 災害対策業務に従事する警察職員における上司に対する相談に関する意識の検討  
(研究6)

第10章 警察幹部職員の惨事ストレス対策に関する意識及び研修による惨事ストレスに関する認識の変化の検討  
(研究7)



## 第Ⅲ部 総括

第11章 本研究の結論と総合考察



## 第 I 部 理論的検討

第 I 部は、第 1 章から第 3 章までの 3 章より構成される。第 1 章では、甚大な被害をもたらした、多数の警察官が対策業務に従事した、東日本大震災及び御嶽山火山噴火災害に関する社会的背景と問題の所在を整理する。第 2 章では、警察官のストレス及び惨事ストレスに関する研究を概観する。第 3 章では、本研究の目的を述べる。

## 第1章 社会的背景と問題の所在

本論文では、警察職員における惨事ストレスの実態を明らかにするとともに、警察職員の惨事ストレスを規定する要因及び緩和する要因を明らかにすることを第一の目的とする。そして、警察組織において、警察職員のメンタルヘルスと惨事ストレスの対策を効果的に進める方策を検討することを第二の目的とする。

本章では、本研究の調査対象とした警察官が従事した災害として、東日本大震災（第1節）及び御嶽山火山噴火災害（第2節）の被害状況を概観する。そして、第3章では災害救援者のメンタルヘルスの問題について概観する。

### 第1節 東日本大震災による被害

本節では、東日本大震災の被害状況を概観し、警察職員が活動した災害対策業務を説明する。

#### 第1項 東日本大震災の被害概要

##### (1) 被害概要

2011年3月11日午後2時46分頃、三陸沖を震源とする国内観測史上最大規模であるマグニチュード9.0の東北・太平洋沖地震（東日本大震災）が発生した。この地震により生じた津波は広域にわたる東北地方太平洋沖を襲い、福島第一及び第二原子力発電所における事故も引き起こした。観測された最も高い津波は、福島県相馬市で9.3メートルにもなった（東日本大震災緊急災害対策本部，2017）。

同日中に政府に緊急災害対策本部が設置され、第1回緊急災害策本部会議が開催された。同会議では、災害応急対策に関する基本方針が決定された。その後、3月17日までに緊急災害対策本部会議が12回開催され、被災者の生活支援体制の強化等が図られた（内閣府，2011）。

##### (2) 人的及び物的被害

東日本大震災による被害状況について、2017年6月9日現在の警察庁発表によると、人的被害が、死者15,894名、行方不明者2,550名、負傷者6,156名であった（警察庁，2017）。

建築物の被害は、全壊が 121,770 戸で半壊が 280,286 戸で、被害額は約 10 兆 4 千億円に上った。道路損壊が 4,198 か所、橋梁被害が 116 か所で、被害額は約 2 兆 2 千億円に上った(内閣府, 2011)。また、自宅が損壊したため避難所等において避難生活を余儀なくされた被災者も多く、県内外に避難した被災者は最大時約 47 万名に上った (内閣府, 2012)。

### (3) 原子力災害

東日本大震災とそれにより発生した津波により、福島第一及び第二原子力発電所において、非常用炉心冷却装置注水が不能となり、政府は原子力緊急事態宣言を発し、避難等の指示や警戒区域等の設定が発令された (警察庁, 2012)。

地震や津波のみならず、原子力発電所の事故に伴う避難区域の設定により避難を余儀なくされた福島の避難者は、県内外で最大時 164,865 名に上った (福島県庁, 2017a)。2017 年 8 月 17 日現在も、福島県外に避難している福島県民は 34,963 名となっている (福島県庁, 2017b)

## 第 2 項 東日本大震災における警察職員の災害対策業務

### (1) 東日本大震災における警察職員の災害対策業務の概要

甚大な被害を受けた被災地の警察署は、発災直後から、沿岸部に多くの警察官を派遣して津波情報に関する広報を行うとともに、津波被害の危険性が高い地域は住民を高台に避難させるなど、避難誘導を行った。さらに、被災地の県警察は、全国警察からの応援派遣を受け、約 3,750 名の被災者を救出救助するとともに、2012 年 3 月 11 日までに延べ約 26 万名の全国警察からの特別派遣部隊の応援を得て、行方不明者の捜索等を行った。交通対策としては、延べ 8 万名以上の交通部隊警察職員が派遣され、人命救助や緊急物資輸送に必要な車両の交通路の確保、信号滅灯交差点等における手信号による交通整理が行われた。震災による犠牲者の遺体については、警察が検視を行い、身元を確認した上で遺族に引き渡すが、全国から延べ約 25,000 名の刑事部隊警察職員が派遣され、断水や停電等の過酷な状況下の体育館等に設置された遺体安置所において、検視と身元確認を行った。その他、被災地の犯罪発生の抑止を目的としたパトロール活動、避難所や仮設住宅を訪問して被災者の相談への対応が行われた (警察庁, 2012)。

また、東日本大震災により甚大な被害を受けた県の治安を守るため、2012 年 2 月、全国

の警察から震災被災地の県警察に 750 人の警察官が特別出向するという緊急増員がなされた。これらの特別出向警察官は、被災地において、仮設住宅周辺のパトロール活動、交通整理、震災に乗じた犯罪の取締り、行方不明者の捜索等に従事してきた（警察庁、2012）。  
発災から 5 年後の 2016 年 3 月 11 日現在、東日本大震災の被災地に派遣された警察職員数は延べ約 132 万 8,700 名に上る（警察庁、2016）。

## **(2) 原子力災害に際しての警察職員の活動**

福島県警察職員は、福島第一及び第二原子力発電所の周辺の住民に対し、避難誘導、交通整理、検問等を実施した。また、自力での避難が困難な病院入院患者等の救出救助活動も実施した。その他、放射線量の測定、原子炉建屋への放水等も行った（警察庁、2012）。

発災から 2 週間が経過した 2011 年 3 月 25 日から、全国警察からの特別派遣部隊を投入し、福島第一原子力発電所の 20km 以上 30 km 圏内における行方不明者捜索を行い、遺体の収容と検視を実施した（警察庁、2016）。さらに、行方不明者捜索活動は、2011 年 4 月 7 日から、福島第一原子力発電所の 20 km 圏内で実施され、同年 4 月 14 日からは 10 km 圏内においても実施された。この捜索活動には、2016 年 3 月 11 日までに、延べ約 39,000 名の警察官が放射線の線量計や防護服を着用し、従事した（警察庁、2016）。

## **(3) 警察職員の被害**

被災地内の警察では、発災直後から避難誘導や救出救助を行ったが、その活動中に津波の被害に遭うなどにより、殉職者 25 名、行方不明者 5 名という被害が生じた（警察庁、2012）。このように、被災地内の警察職員は、同僚等を殉職で失いながらも、発災直後から長期間に及ぶ災害対策業務に従事してきた。

## **第 2 節 御嶽山火山噴火災害による被害**

本節では、御嶽山火山噴火災害の被害状況を概観し、警察職員が活動した災害対策業務を説明する。

### **第 1 項 御嶽山火山噴火災害の被害概要**

2014 年 9 月 27 日午前 11 時 52 分頃、長野県と岐阜県にまたがる御嶽山で噴火が発生し

た。死者 58 名, 行方不明者 5 名, 重軽傷者 69 名という被害が生じた(総務省消防庁, 2015)。

日本国政府は, 同日中に御嶽山火山噴火に係る関係省庁担当者会議, 関係閣僚会議, 関係省庁関係局長会議を開催し, 翌 28 日に「御岳山噴火非常災害対策本部」が設置された(内閣府, 2015)。

## 第 2 項 御嶽山火山噴火災害における警察職員の活動

負傷者の救出救助のため, 警察官, 消防官, 自衛官等が発生直後から対策活動に従事した。長野県警察及び岐阜県警察は, 機動隊や山岳警備隊を出動させ, 発災直後より隊員を登山口や山小屋で待機させた。発災翌日の 9 月 28 日より, 長野県警察は 160 人体制により山頂付近で救出救助活動を実施し, 生存者 7 名を救助した。また, 岐阜県警察は山岳警備隊等 11 名が市職員 14 名と DMAT 隊員 2 名とともに登頂し, 山小屋の残留者を救助した(内閣府, 2015)。9 月 29 日は, 長野県警察が約 300 名体制, 岐阜県警察は約 80 名体制で捜索及び救出活動を実施した。以降, 1 日当たり, 長野県警察は約 600~750 名体制, 岐阜県警察は約 100 名体制で, 約 1 か月間にわたる救助, 捜索等の活動が行われた(内閣府, 2015)。

標高 3,000 メートルを超え, 急斜面に大量の火山灰が降り積もった山頂付近は, 火山性ガスや土石流, 再噴火による噴石の飛来, 高山病や低体温症等多くの危険と隣り合わせであり, 過酷な現場であった。長野県警察及び岐阜県警察は, 10 都県警察から機動隊や山岳救助隊等の警察官延べ約 1,300 名の派遣を受け, 被災者の救出救助や行方不明者の捜索等の活動を行なった(警察庁, 2015)。

## 第2章 警察官の惨事ストレスに関する研究の概観

警察官の惨事ストレスに関する研究は、精神医学、臨床心理学、刑事政策学の分野に含まれる。本章では、第1節において、本研究における惨事ストレスを定義するとともに、惨事ストレスに関連する主な概念の整理を行う。第2節において、警察官を対象とした惨事ストレスの先行研究を概観する。第3節では、警察官の惨事ストレスのケア、対策に関する先行研究を概観する。第4節では、警察官以外を対象とした惨事ストレス及びその対策に関する研究を概観する。

### 第1節 惨事ストレスの定義と関連する概念の整理

本章では、第1項で惨事ストレスを定義し、第2項で惨事ストレスの関連概念を定義する。

#### 第1項 惨事ストレスの定義

警察官等の職業救援者が職務により災害や事故等の対応を行った結果生じる外傷性のストレス反応は、「惨事ストレス」(critical incident stress) と呼ばれる。“critical incident stress”とは、「臨界事態・緊急事態におけるストレス」の意味であるが、東京消防庁(2000)が職員のケア活動のための手引を作成した際に、「惨事ストレス」という訳語を与え、日本で定着するに至っている。

惨事ストレスとは、災害や事故等の悲惨な状況において活動したり、状況を目撃したりした人が、活動・目撃中やその後に起こす外傷性ストレス反応と定義される(松井, 2009)。警察官等の救援者は職業的訓練を積んでおり、一般市民と比べると様々な状況における対処能力が高くなっているが、対処可能なレベルを超えた状況における活動に従事した結果、外傷性ストレス反応が生じることがある(重村, 2012)。重村(2012)は、惨事ストレスを経験しうる職種として、消防官、警察官、海上保安官、自衛隊員・軍隊員、医療・福祉関係者、行政職員、遺体関連業務従事者、救援ボランティアを挙げている。

職業救援者が惨事場面において活動した後に経験する惨事ストレス反応として、Everly & Mitchell(1997)は、次の症状を挙げている(表1-1)。

表 1-1 職業救援者の惨事ストレス反応 (Everly & Mitchell, 1997)

反応	内容
パニック	自分が死ぬという思い込み, 恐怖, 絶望感, 発汗や動機等の整理的反応
抑うつ	意気喪失, 絶望感, 無力感, 食欲減退, 早朝覚醒
軽躁状態	睡眠欲求の減退, 早口のおしゃべり, 自慢, 妄想様の考え
急性ストレス障害 (ASD)	離人感・非現実感, 侵入症状, 回避, 覚醒亢進
外傷後ストレス障害 (PTSD)	侵入症状, 回避, 覚醒亢進
悲嘆・死別反応	うつ病のエピソードを伴う悲嘆と死別の苦しみ

注: ASD: Acute Stress Disorder, PTSD: Post-Traumatic Stress Disorder

Stergiopoulos et al. (2011)は、救援者の惨事ストレスの介入研究のメタ分析を行い、救援者の職務に関連した心理社会的影響として外傷後ストレス障害 (Post-Traumatic Stress Disorder: PTSD)が中核にあると明らかにした。Tolin, & Foa (1999) は PTSD に罹患した警察官の治療の結果により、警察官は外傷後ストレス障害 (PTSD) 等の心理的後遺症を発症する危険性が高いことを指摘した。Schutte et al. (2012) は、59 名のドイツ人警察官を対象とした調査研究で、凄惨な交通事故の取扱いや拳銃使用等の外傷的出来事を体験した 6 か月後に 28% の対象者が PTSD 状態であったとの結果により、警察官は生命の危険と隣合わせである惨事場面に繰り返し曝されるため、PTSD 等の心理的後遺症を発症する危険性が高いことを明らかにした。

このように、警察官は危険な職務を遂行したことにより、PTSD に罹患する危険性がある。この PTSD の診断基準として広く用いられているものに米国精神医学会による DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition; 精神疾患の診断・統計マニュアル第 5 版) (American Psychiatric Association, 2013) がある。DSM-5 による PTSD の診断基準の中には「外傷体験への暴露」が含まれ、「心的外傷的出来事の強い不快感を抱く細部に、繰り返しまたは極端に曝露される体験をする (例: 遺体を収集する緊急対応要員, 児童虐待の詳細に繰り返し曝露される警察官)」と定義されている。この基準の「注」として、「仕事に関連するものでない限り、電子媒体, テレビ, 映像, または写真による曝露には適用されない」と示されている。すなわち、職業上の曝露体験であれば、間接曝露も含まれている。さらに、DSM-5 における PTSD 「診断的特徴」として、直接ではなく目撃された出来事として、事故や災害が含まれている。DSM-5 に示されている PTSD

の「有病率」の項では、「PTSDの発症率は、退役軍人や、その他の心的外傷的な曝露の危険を増加させる職業についている人でより高い（例：警官、消防士、救急医療スタッフ）」とされている。このように、PTSDの診断に必要となる外傷的出来事として警察官を始めとした職業救援者の活動が含まれており、警察官の活動はPTSDを発症するリスクのある外傷的体験とされる。

## 第2項 惨事ストレスの関連概念の定義

第2項では、惨事ストレスに関連する主な概念の定義を紹介する。

### (1) 急性ストレス障害(Acute Stress Disorder: ASD)

急性ストレス障害(ASD)は、米国精神医学会によるDSM-IV(精神疾患の診断・統計マニュアル第4版)(American Psychiatric Association, 1994)において初めて取り上げられた。精神疾患の診断基準のDSMの最新版であるDSM-5(American Psychiatric Association, 2013)の診断基準によれば、ASDとPTSDとの違いは、症状の持続期間である。PTSDの場合、外傷性ストレス症状が1か月以上持続することが要件であるのに対し、ASDの場合は症状が3日以上1か月以内である。

DSM-5による、ASDの診断基準は次のとおりである。外傷的出来事(危うく死ぬ、重傷を負う、性的暴力のうち1つ以上を直接体験するか、他人に起こった出来事を目撃するか、近親者や親しい友人に起こった出来事を耳にする、遺体収集や児童虐待の詳細を繰り返し見てしまうなど)を経験している間か、経験した後に、外傷的出来事が想起されてしまうような侵入症状、陰性気分、解離症状、回避症状、覚醒亢進症状が14のうち9以上存在し、外傷的出来事から3日以上1か月以内続くこと。そして、その障害が臨床的に意味のある苦痛で、社会的、職業的、他の領域において機能の障害を引き起こしていること。

なお、Ursano et al. (1996)は、外傷的出来事を体験した後に生じるASDの多くは、時間の経過とともに症状が解消しうるが、適応が不適切の場合はPTSDの発症につながるため、職業救援者がPTSDに罹患せず、早期に回復するためにも、ASDの予防は重要な焦点であると指摘している。

### (2) 外傷後ストレス障害(Post-Traumatic Stress Disorder: PTSD)



職業救援者が外傷的出来事に直面した後に生じうる精神疾患として第一に挙げられ、多くの研究対象となっているものがPTSDである。精神疾患の診断基準であるDSM-5(American Psychiatric Association, 2013) に示されるPTSD診断基準は、外傷的出来事の曝露は上記のASDと同様である。DSM-5に示されるPTSDの症状は、表1-2のとおりである。これらの各症状のうち、該当する症状の数が満たされ、症状が1か月以上持続し、その障害が臨床的に意味のある苦痛で、社会的、職業的、他の領域において機能の障害を引き起こしている、PTSDの診断基準を満たすこととなる。

表1-2 PTSDの症状 (DSM-5(American Psychiatric Association, 2013))

症状	内容
侵入症状 (5つの症状のうち1つ以上に該当)	(1) 心的外傷的出来事の反復的、不随意的、および侵入的で苦痛な記憶 (2) 夢の内容と情動またはそのいずれかが心的外傷的出来事に関連している、反復的で苦痛な夢 (3) 心的外傷的出来事が再び起こっているように感じる。またはそのように行動する解離症状 (例: フラッシュバック) (4) 外傷的出来事の側面を象徴するまたはそれに類似する、内的または外的なきっかけに反応して起こる、強烈または遷延する心理的苦痛または顕著な生理的反応 (5) 心的外傷的出来事の側面を象徴するまたはそれに類似する、内的または外的なきっかけに対する顕著な生理学的反応
回避症状 (2つの症状のうち1つ以上に該当)	(1) 心的外傷的出来事についての、または密接に関連する苦痛な記憶、思考、または感情の回避、または回避しようとする努力 (2) 心的外傷的出来事についての、または密接に関連する苦痛な記憶、思考、または感情を呼び起こすことに結びつくもの (人、場所、会話、行動、物、状況) の回避、または回避しようとする努力
陰性気分 (7つの症状のうち、2つ以上に該当)	(1) 心的外傷的出来事の重要な側面の想起不能 (通常は解離性健忘によるものであり、頭部外傷やアルコール、または薬物など他の要因によるものではない) (2) 自分自身や他者、世界に対する持続的で過剰に否定的な信念や予想 (例: 「私が悪い」、「誰も信用できない」、「世界は徹底的に危険だ」、「私の全神経系は永久に破壊された」) (3) 自分自身や他者への非難につながる、心的外傷的出来事の原因や結果についての持続的でゆがんだ認識 (4) 持続的な陰性の感情状態 (例: 恐怖、戦慄、怒り、罪悪感、または恥) (5) 重要な活動への関心または参加の著しい減退 (6) 他者から孤立している、または疎遠になっている感覚 (7) 陽性の情動を体験することが持続的にできないこと (例: 幸福や満足、愛情を感じるできないこと)
覚醒亢進症状 (6つの症状のうち、2つ以上に該当)	(1) 人や物に対する言語的または肉体的な攻撃性で通常示される、(ほとんど挑発なしでの) いらだたしさと激しい怒り (2) 無謀なまたは自己破壊的な行動 (3) 過度の警戒心 (4) 過剰な驚愕反応 (5) 集中困難 (6) 睡眠障害 (例: 入眠や睡眠維持の困難、または浅い眠り)

### (3) バーンアウト（燃え尽き症候群）

バーンアウトとは、Maslach(1996)によれば、対人援助等の業務に従事した結果、次の3種類の状態からなると定義される。すなわち、第一に、仕事を通じて、情緒的に力を出し尽くし、消耗してしまった状態である「情緒的消耗感」、第二に、被援助者に対する無情で、非人間的な対応である「脱人格化」、第三に、対人援助の職に関わる有能感や達成感が減退する「個人的達成感の減退」である。

### (4) うつ病

気分障害の一つであるうつ病は、惨事ストレスに伴うことの多い精神疾患である。DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013)によれば、大うつ病性障害の診断基準として、次の症状のうち、5つ以上が同一の2週間に存在することが示されている。ほとんど毎日の抑うつ気分、ほとんどすべての活動における興味や喜びの著しい減退、著しい体重の減少または増加、ほとんど毎日の不眠または睡眠過多、ほとんど毎日の精神運動性の焦燥または制止、ほとんど毎日の易疲労性、無価値観または罪責感のほとんど毎日の存在、思考力や集中力の減退、死についての反復的思考、である。これらの症状が臨床的に意味のある苦痛で、社会的、職業的、他の領域において機能の障害を引き起こしていると大うつ病性障害の診断基準を満たすこととなる。

## 第3項 警察職員

警察組織に属する職員は、公安職である「警察官」と、警察事務や科学捜査研究所等での警察技術に従事する「警察職員」の身分に分かれる。「警察職員」の呼称は、都道府県警察によって「警察行政職員」や「一般職員」とするものもある。2017年度における日本の警察官と警察職員の総定員数は296,667名となっている。このうち、7,848名が警察庁の定員であり、288,819名が都道府県警察の定員である（警察庁,2017）。

本論文において、先行研究の対象となっている“police officer”, “policeman”, “law-enforcement officer”は、従事している業務を確認した結果、「警察官」と表記する。なお、警察組織の「警察行政職員」や「一般職員」が含まれる場合は、警察官も含め、「警察職員」と表記する。

## 第2節 警察官の惨事ストレスに関する研究

本節では、警察官の惨事ストレスに関する研究を概観し（第1項）、警察官を対象とした惨事ストレスの実証的研究を取り上げる（第2項～第5項）。第6項では、惨事ストレスと関連することとして、警察幹部職員のストレスに関する実証研究を取り上げる。

### 第1項 警察官の惨事ストレスに関する研究の概観

本項では、警察官の惨事ストレスに関する研究について、(1)で海外における研究、(2)で日本における研究をそれぞれ概観する。

#### (1) 海外における警察官の惨事ストレスに関する研究の概観

警察官の惨事ストレスに関する研究状況を確認するため、オンラインのデータベース検索を行った。データベースは、海外文献検索には PsycINFO 及び MEDLINE を用い、国内文献検索には CiNii を用いた。海外文献検索では、キーワードに「police」及び「critical incident stress」、「police」及び「stress」がそれぞれ含まれる査読付き論文とした。なお、関連語句も含む検索条件とした。検索対象期間は1986年から2015年12月までとした。検索日は2015年12月19日であった。

「police」及び「critical incident stress」の条件では、57件が抽出され、そのうち警察官の惨事ストレスに関する研究論文は25件であった。論文数が少ないことから、警察官のストレスに関する研究に検索対象を広げ、改めて文献検索を実施した。「police」及び「stress」の条件では、479件が抽出された。研究内容別の状況を表1-3に示す。内容別では、警察官の職務ストレスに関する文献が218件（45.5%）と最多であった。その職務ストレスの内容は、交代制勤務を始めとした警察官の職務全般に起因するストレスサーに関する研究が多く見られた。警察官の惨事ストレスに関する研究は88件（18.4%）、警察官のストレス対処に関する研究は80件（16.7%）、警察官のPTSD症状に関する研究は64件（13.4%）であった。

表 1-3 「police」 × 「stress」 で抽出された文献の内容

内容	文献数	比率 (%)
警察官の職務ストレス	218	45.5
警察官の惨事ストレス	88	18.4
警察官のストレス対処	80	16.7
警察官の PTSD 症状	64	13.4
警察官の職場環境ストレス	13	2.7
その他	16	3.3

「police」及び「stress」の条件で抽出された479件の研究内容別の年次推移を図1-1に示す。2002年以降に総件数が増加していた。これは、2001年9月11日に発生した米国同時多発テロ事件の業務に従事した警察官の惨事ストレスに関する研究と、警察官の職務ストレスに関する研究が増加していたためであった。Berger et al. (2012)は、救援者の惨事ストレスに関し、2008年9月までに公刊された実証的研究を対象にメタ分析を行った。その結果、28の研究を対象とし、そのうち4件が大規模災害の業務に従事した警察官を対象とした研究であった。メタ分析の対象となった4つの研究の対象者数は4,953名であり、PTSDの発症率は4.7%であった。

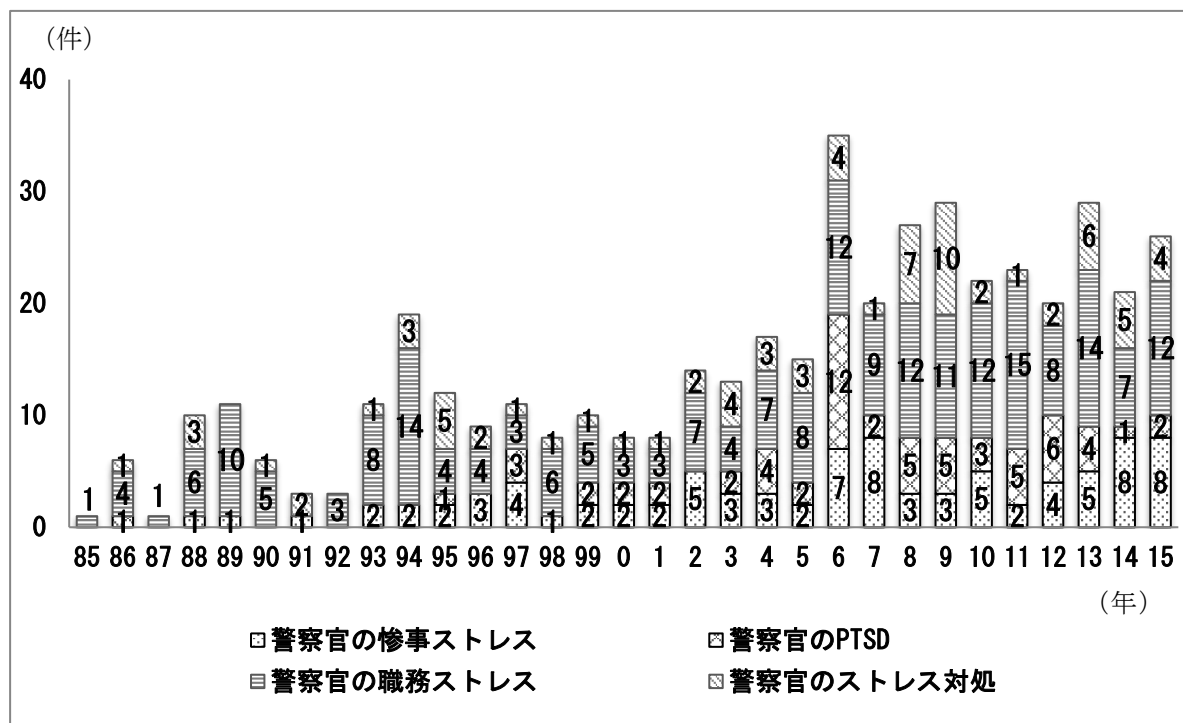


図 1-1 “police”及び“stress”で抽出された文献数の推移

次に、警察官の惨事ストレスに関する 88 件の研究の内容について、それぞれの文献を確認した。なお、一部は要約を確認した。その結果を表 1 - 4 に示す。特定の事案以外の惨事ストレス反応に関する研究が 23 件(26.1%)と最多であった。特定の事案以外の惨事ストレス反応に関する研究とは、研究協力者に対し、これまで経験した惨事体験として交通事故、殺人事件、自然災害といった警察官が通常取り扱う事案を複数の選択肢の中から選ばせ、その惨事体験後に、惨事ストレス反応である PTSD 等の症状や有病率、緩衝要因について研究するというものであった。

2001 年 9 月に発生した米国同時多発テロの対策業務に従事した警察官を対象とした大規模調査のデータに基づいた研究は 16 件(18.2%)であった。また、警察官の惨事ストレスのケアとして用いられている、惨事ストレスデブリーフィング (Critical Incident Stress Debriefing; CISD) の効果研究も 16 件(18.2%)あった。CISD 以外の惨事ストレスケアの効果研究は 7 件(8.0%)あった。その他、地震やハリケーン等の自然災害等後の惨事ストレス反応に関する研究が 6 件(6.8%)、航空機事故の対応後の惨事ストレス反応、児童ポルノ捜査員の惨事ストレス反応、遺体取扱い後の惨事ストレス反応に関する研究が各 4 件(4.5%)あった。

表 1 - 4 警察官の惨事ストレスに関する研究の文献

内容	文献数	比率 (%)
特定の事案以外の惨事ストレス反応	23	26.1
米国同時多発テロ事件の惨事ストレス反応	16	18.2
デブリーフィングによる惨事ストレスケアの効果研究	16	18.2
デブリーフィング以外の方法による惨事ストレスケアの効果研究	7	8.0
自然災害対応後の惨事ストレス反応	6	6.8
航空機事故の対応後の惨事ストレス反応	4	4.5
児童ポルノ事案捜査員の惨事ストレス反応	4	4.5
遺体取扱い後の惨事ストレス反応	4	4.5
発砲事件対応後の惨事ストレス反応	3	3.4
その他	5	5.7

このように、警察官の惨事ストレスに関する研究を概観した結果、惨事とされる外傷的出来事については、過去の職務で体験した外傷的出来事を想起させるという方法で特定す

る形式が多かった。特定の外傷的出来事としては、米国同時多発テロ事件に関する研究が最多であった。自然災害の対策業務に従事した警察官の惨事ストレスに関する研究は、6件にとどまった。航空機事故の対策業務に従事した警察官の惨事ストレスに関する4つの研究は、1992年にアムステルダムスキポール空港から離陸したイスラエルのエル・アル航空の貨物機がアムステルダム郊外の高層アパートに墜落し、乗員乗客4名とアパート住人39名が死亡した事故に出動した警察官や消防官を対象としたものであった。

第2項以降では、警察官の惨事ストレス研究の対象事案として、特定の事案では最多であった米国同時多発テロ事件、次に自然災害、その他の事案に関し、警察官の惨事ストレス研究を紹介する。

## (2) 日本における警察官の惨事ストレスに関する研究の概観

日本国内における警察官の惨事ストレス研究の状況を明らかにするため、CiNiiにおいて、「警察」及び「ストレス」を条件に査読論文の検索を行った。検索対象期間は1986年から2015年12月までとした。検索日は2015年12月19日であった。その結果、警察官の惨事ストレスに関する研究は2件のみであり、うち研究論文は、本研究の第5章及び第7章を構成する1件（藤代，2013）であった。結果を表1-5に示す。警察官の二次受傷に関するものが77.8%と最多であり、内容は、犯罪被害者支援に従事した警察官の二次受傷に関する研究であった（上田，2006；上田，2010；上田，2011）。

表1-5 「警察」×「ストレス」で抽出された日本の文献の内容

内容	文献数	比率(%)
警察官の二次受傷	14	77.8
警察官の惨事ストレスに関する総説	2	11.1
東日本大震災の業務に従事した警察官の惨事ストレス	2	11.1

このように、日本の警察官の惨事ストレスについてはほとんど研究がなされていないことが明らかになった。

## 第2項 米国同時多発テロ事件の対策業務に従事した警察官の惨事ストレスに関する研究

第2項では、警察官の惨事ストレスに関する研究のうち、特定の事案の活動による惨事

ストレスとしては最多であった，米国同時多発テロ事件の救援活動に従事した警察官の惨事ストレスに関する研究を概観する。

米国同時多発テロ事件 2001 年 9 月 11 日に発生した米国同時多発テロ事件では，4 つの飛行機がテロリストによりハイジャックされ，ニューヨーク州の世界貿易センタービルに 2 機の旅客機が激突した。この無差別テロ事件の犠牲者は，2012 年 2 月 25 日の米国当局発表によると，ハイジャックされた旅客機の乗員・乗客を含め，3,062 名に上った（外務省，2012）。なお，この犠牲者数には，救助活動に従事した消防官 343 名と警察官 60 名が含まれている（Farfel et al., 2008）。

Perrin et al. (2007) は，同事件の救援者 28,692 名を対象とした研究において，17 項目から構成される PTSD 症状のスクリーニングである「PTSD 症状チェックリスト (PTSD symptom check list)」を用い，救援者の PTSD の発症率を調査した。その結果，発生から 2 年から 3 年が経過した時点で，3,925 名の警察官のうち 7.2% に PTSD の罹患の疑いがあったことを明らかにした。また，Wisnivesky et al. (2011) は，同事件の救援活動に従事したニューヨーク市警察の警察官の長期コホート研究を行った。PTSD 症状チェックリストを用いて測定した結果，PTSD の生涯有病率について，1 年後は 9,866 名のうち 2.5%，2 年後も 9,679 名のうち 2.5%，3 年後は 9,124 名のうち 4.0%，4 年後は 8,624 名のうち 4.6%，5 年後が 8,155 名のうち 5.7% と増加し，9 年後には 3,761 名のうち 9.3% となっていた。PTSD の時点有病率は，2 年後が 9,679 名のうち 0.1%，3 年後は 9,124 名のうち 0%，4 年後は 8,624 名のうち 1.8%，5 年後が 8,155 名のうち 0.8%，6 年後が 7,597 名のうち 0.8%，7 年後が 6,537 名のうち 0.4%，8 年後が 5,601 名のうち 1.8%，9 年後には 3,761 名のうち 1.0% となっていた。なお，うつ病とパニック障害の単年の疑いの率は，発生から 4 年後が最多になっており，それぞれ 1.4%，1.5% であった（Wisnivesky et al., 2011）。このように，世界貿易センタービル同時多発テロ事件の救援活動に従事したニューヨーク市の警察官の PTSD，うつ病及びパニック障害の罹患の疑いの率は，発生から 4 年後が最多となっていた。また，PTSD については 4 年後と等しく，8 年後にも 1.8% が発症の疑いがあり，9 年後には 1.0% の発症の疑いがあり，遅発性の PTSD の発症の存在が明らかになっていた。これらの結果から，米国同時多発テロ事件の救援活動に従事した警察官において，時間の経過とともに PTSD の累積発症率の高まりが明らかにされた。そして，単年ごとに PTSD 発症の疑いの率を見ると，発生から 4 年後と 8 年後が最多となって

おり、遅発性の PTSD の発症が示唆されている。

Schwarzer et al. (2014)は、米国同時多発テロ事件の救援活動に従事した 2,943 名の警察官を対象に、事件発生から 2 年後及び 5 年後に追跡調査し、惨事ストレスを規定する要因を検討した結果、凄惨な場面への曝露がより強かったことが警察官の惨事ストレスを発生させていたことを実証した。

以上をまとめると、米国同時多発テロ事件の被害者の救出救助の活動に従事した警察官において、PTSD を始めとした惨事ストレスの発症率は、発生から 9 年後では累積で 10% 程度であり、時間の経過とともに発症率が高くなっていった。惨事ストレスを規定する要因として、凄惨な場面への曝露が見出された。

### 第 3 項 自然災害の対策業務に従事した警察官の惨事ストレスに関する研究

第 3 項では、自然災害の対策業務に従事した警察官の惨事ストレスに関する研究を概観する。(1)では海外における研究を概観し、(2)では日本における研究を概観する。

#### (1) 海外における自然災害の対策業務に従事した警察官の惨事ストレスに関する研究

自然災害の対策業務に従事した警察官を対象とした実証的研究では、Marmer et al. (1996) が、1989 年に米国カリフォルニア州で発生したロマ・プリータ地震により高速道路が倒壊するなどにより 63 名が死亡した災害における救援活動に従事した警察官や消防官を対象に惨事ストレスの調査を行った。PTSD のスクリーニングである「改訂出来事インパクト尺度 (Impact of Event Scale-Revised; IES-R)」(Weiss & Marmer, 1996)を用いて、発生から 1 年 6 か月後に測定した結果、149 名の警察官の 9% が PTSD の発症の疑いがあった。PTSD 症状を強める要因として、凄惨な場面への曝露や、活動中の強い恐怖、惨事への準備の欠如が示唆された。

McCanlies et al. (2014) は、2005 年米国南東部を襲った大型ハリケーンである「ハリケーン・カトリーナ」による被害者の救援活動に従事した、123 名の警察官を対象に惨事ストレスの緩和要因を検討した。ハリケーン・カトリーナは強風や高潮による甚大な被害をもたらし、死者数は 1,570 名に上った (Kates et al., 2006)。McCanlies et al. (2014) は PTSD の疑いのあるハイリスク者の比率を示していないが、使用した尺度の「市民向け PTSD 症状チェックリスト」(PTSD CheckList-Civilian Version; PCL-C) の平均値は 29.5



点（得点の範囲は 17～85 点）であった。PTSD 症状を緩和する要因を検討するため、精神的回復力を測定する「コナー・デビッドソン回復力尺度（The Connor-Davidson Resilience Scale）や「外傷後成長尺度（The posttraumatic growth inventory）」との関連を調べた。その結果、PTSD 症状の得点は、精神的回復力が高い者ほど低かったが、外傷後成長とは関連が見られなかった。

Surgenor et al. (2015) は、2011 年 2 月に発生し、日本人 28 名を含む 185 名が死亡した（New Zealand Police, 2012）ニュージーランドのカンタベリー地震の救援活動に従事した 576 名のニュージーランド人警察官を対象に、発生直後の従事から 1 年 6 か月後に惨事ストレスに関する調査を行った。Surgenor et al. (2015) は、PTSD の症状の測定として IES-R を用いたが、惨事ストレスのハイリスク者の人数や割合を示していない。PTSD 症状と関連が強かった要因として、否定的な情動コーピング、凄惨な場面の曝露などが示された。

## (2) 日本における自然災害の対策業務に従事した警察職員の惨事ストレスに関する研究

日本の警察職員の惨事ストレスに関する研究では、阪神・淡路大震災の対策業務に従事した兵庫県警察職員のストレスに関する部内調査（兵庫県警察本部, 1995）が、大規模調査として最初のものである。この調査においては、惨事ストレス状態にある警察職員は皆無と結論されている。しかし、苦しい思いをしたことが自由記述に書かれていた（兵庫県警察本部, 1995）。大澤・加藤（2012）は、兵庫県警察の 1,889 人の警察職員を対象として、阪神・淡路大震災、JR 福知山線脱線事故、東日本大震災の対策業務という大きな事案と、日常業務で繰り返される小さな事案に分け、外傷性ストレス反応との関連に関する調査を行った。その結果、事案の大きさに関わらず、警察職員には惨事ストレスの影響は少ないことや、大きな惨事事案よりも日常業務で体験する事案の方から強いストレスの影響を受けていることが明らかにされた。

東日本大震災の対策業務に従事した警察職員を対象とした調査研究について、田口（2013）は、東日本大震災の被災地において救援活動に従事した 12 人の警察官を対象とした面接調査を行い、被災地の光景に圧倒され情動的体験をしながらも、救助が進まないジレンマを感じながら任務を全うしようとする意思があったことや、サポート的な部隊の雰囲気及び休息により、惨事ストレスに発展しなかったことを見出している。藤代（2013）は、東日本大震災の被災地内の警察職員の惨事ストレスを検討しているが、本論文の第 5

章及び第7章に示すものである。

#### 第4項 その他の対策業務に従事した警察官の惨事ストレスに関する研究

大規模人為災害や自然災害以外にも、警察官が関わる外傷的出来事があり、その出来事に関わる警察官の惨事ストレスに関する研究が行われている。

Lee et al. (2016)は、韓国人の警察官 112 名を対象に、災害や事故、児童虐待等の外傷的出来事の経験の有無をたずね、PTSD 症状のスクリーニングである IES-R 韓国語版、精神的回復力の尺度である「コナー・デビッドソン回復力尺度韓国語版」、抑うつ の尺度である「うつ病自己評価尺度韓国語版 (Korean version of Center for Epidemiologic Studies Depression Scale ; K-CES-D)」を用い、惨事ストレスの調査を行った。その結果、IES-R のハイリスク者の数や比率は示されていないが、Lee et al. (2016)は、PTSD 症状を示していた者はほとんどいなかったと述べている。精神的回復力と PTSD 症状に強い関連が示され、低い精神的回復力が PTSD 症状の要因であることが示唆された。Martin et al. (2009)は、132 名のカナダ人警察官を対象に惨事ストレス反応の規定因に関する研究を行っているが、外傷的出来事の特定はしておらず、職務での外傷的出来事の体験の有無をたずねている。PTSD 症状の測定は、「DSM-IV のための構造化臨床面接」を用い、7.6%の者が PTSD の診断基準を満たしていた。PTSD の規定因として、外傷的出来事を体験している時のストレス反応の強さが見出されたが、外傷的出来事自体の深刻さは PTSD 症状との関連はなかった。

警察官が職務上経験する外傷的出来事として、拳銃関連の事案が挙げられる。Gerson (1989)によれば、警察職員の惨事ストレスに関する初期の研究として、自らの発砲事案後に PTSD を発症した警察官の心的外傷に関する研究に関する事例報告が 1980 年代に米国で散見されている。Gerson (1989)は、1977 年から 1984 年までの警察官の発砲事案のうち重症または死亡に至った事案に関与した 62 名の警察官のうち、氏名が判明した 46 名の中から協力に同意した 37 名 (男性 35 名、女性 2 名) を対象に面接調査を実施した。その結果では、46% (17 名) が DSM-III (精神疾患の統計と診断基準マニュアル第 3 版) の PTSD 基準を満たしており、そのうち 7 名 (全体の 19%) が面接時にも PTSD 症状が持続しており、10 名 (全体の 27%) が過去に PTSD の診断基準を満たさず状態であった。また、PTSD の診断基準を満たさなかった全体の 54% (20 名) のうち、17 名 (全体の 46%) は部分的には PTSD の症状を有していた。症状としては覚醒亢進が全体の 68%に見られた。なお、PTSD

の有病者及び部分 PTSD の者は 78.4% (29 名) に上り, そのうち 19 名は侵入症状 (外傷性体験を生々しく再び想起してしまうこと) と否定的認知 (生き残ったことに対する自責感等) の両方を感じていた。Komarovskaya, Maguen, McCaslin, Metzler, Madan, Brown, ... & Marmar, C. R. (2011) は, 米国人警察官 400 名を対象に, 警察学校入学時から 3 年間追跡調査を行った。その結果, 10% の者が業務において被疑者等を殺害または怪我を負わずという体験をしており, その体験が PTSD 症状と抑うつ症状の規定因となっていたことを明らかにした。このように, 拳銃発砲は警察官にとって不可避のものであり, 惨事ストレス反応のストレッサーになり得るものである。

警察官が従事する外傷的出来事として遺体を扱う業務もある。Alexander & Wells (1991) は, 1988 年に発生した北海の石油生産プラットフォームであるパイパー・アルファの火災事故 (従業員 167 名及び救助隊員 2 名が死亡) の救助活動に従事した警察官 71 名の惨事ストレスの実態を調査した。その結果, 出来事インパクト尺度 (IES) 得点について, 遺体安置所の活動に従事した警察官 48 名の点数が, 救助活動に従事した警察官 (23 名) よりも高かった。また, Alexander (1993) は, 災害被災者の遺体取扱い業務に従事した警察官のストレスの長期調査を実施した。その結果, 遺体取扱い業務によるストレスを「強く感じる」または「感じる」と回答した者は, 発生 3 か月後に 3% であったが, 3 年後には 9% に増加していた。一方, 「遺体取扱いのチームに加わって良かった」と「強く感じる」または「感じる」と回答した者は, 発生 3 か月後に 74% であったが, 3 年後には 86% に増加していた。遺体取扱い業務による惨事ストレス反応や遺体取扱い業務に従事した満足度が経年により増加していたが, 「将来, 遺体取扱い業務に就きたくない」と回答した者は 3 か月後も 3 年後も 6% と変化はなかった。IES の回避反応の点数については, 3 か月後が 4.8 点, 3 年後が 2.4 点であったが, 有意差は見られなかった。Alexander & Wells (1991) と Alexander (1993) の結果により, 警察官にとって遺体関連業務は惨事ストレスを引き起こす要因になり得るが, 達成感を持つ業務の側面も明らかになった。

## 第 5 項 警察官の惨事ストレスの要因測定に関する研究

警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因に関する研究を正確に行うため, 警察官が経験する外傷的出来事の特徴とその深刻度等を測定する研究が行われている。

Weiss et al. (2010) は, 「警察官の惨事体験尺度」(critical incident history

questionnaire for police officers) を作成し、信頼性と妥当性を確認している。Weiss et al. (2010) は、米国の大規模警察に所属する警察官 1,200 名を対象に、警察官として経験した職務上の困難やストレス等の記載を求める調査票を配布し、719 名から有効回答を得た。Weiss et al. (2010) は、先行研究や警察の心理職及び警察官の面接から、40 以上の警察官の惨事体験をリストアップし、警察職員との検討を経て 34 項目からなる惨事体験のリストを作成した。これらの項目の評定は、体験回数と深刻さからなっている。これまでの体験回数を 0 回から 9 回までの記載を求め、10 回以上の場合は、10 回から 20 回まで、21 回から 50 回まで、51 回以上の 3 段階とした。また、深刻さについては、0 (まったくない) から 4 (かなり) までの 5 段階とした。深刻さの度合いが高い惨事体験として、高い順に「自分のミスにより同僚が負傷または死亡」、「同僚が故意に殺害された」、「自分のミスにより近くにいた人が負傷または死亡」、「同僚が偶発的に死亡」となっている。「同僚が故意に殺害された」体験を 1 回でも有する者は 21% に上っている。この研究では、惨事場面への曝露の累積が PTSD の現在症状の決定因子であることが見出されている。

そして、Chopko et al. (2015) は、Weiss et al. (2010) による警察官の惨事体験尺度の再現調査として、米国の小規模及び中規模の警察に所属する 364 名を対象に惨事体験の頻度及び深刻さを調査し、193 人から有効回答を得て分析している。深刻さの度合いが高い惨事体験として、高い順に「自分のミスにより同僚が負傷または死亡」、自分のミスにより近くにいた人が負傷または死亡、「同僚が故意に殺害された」、「同僚が偶発的に死亡」となっている。しかし、深刻さの強い惨事体験の体験回数の多くは 0 回であり、「同僚が故意に殺害された」を 1 回でも体験した者が 8.2% であった。惨事体験の頻度及び深刻さは Weiss et al. (2010) の調査と同様の傾向であったが、小規模警察の警察官の方が惨事体験の回数が少ないことが明らかにされている。

## 第 6 項 警察官のバーンアウトに関する研究

第 6 項では、警察官の惨事ストレスの研究の参考とするため、警察官の職務の結果、心理的影響を受けるものとしてバーンアウトを取り上げる。

Vuorensyrjä & Mälkiä (2011) は、フィンランド人警察官 2,821 名を対象に、警察官のバーンアウトの特徴を検討した。その結果、リーダーシップの欠如、暴力を受ける恐怖、役割葛藤、時間のプレッシャーがバーンアウトに強く影響を及ぼしていた。バーンアウト状態の

警察官の割合は示されなかった。

Basińska & Wiciak(2012)は、ポーランド人の警察官 89 名と消防官 85 名の計 174 名を対象に、職務従事の結果生じるバーンアウトを調査した。その結果、警察官は消防官よりも強く心的に疲弊していた。バーンアウト状態の者の割合は示されなかった。Basińska & Wiciak(2012)は、警察官や消防官の職務はバーンアウトを生じさせる可能性が高いため、幹部職員がバーンアウトの緩和のための支援を実施する必要があると指摘している。Loo (1994) は、135 人のカナダの警察幹部職員対象としてバーンアウト状態に関する調査を行い、3.7%が強いバーンアウト状態であることを見出している。

警察官のバーンアウトに関する研究では、ハイリスク者の発生率が一貫していないが、Loo (1994) によりバーンアウト状態にある警察幹部職員も少なくないことが明らかになっている。

### 第3節 警察職員の惨事ストレスのケアに関する研究

第3節では、警察官の惨事ストレスのケアに関する研究を概観する。第1項では、警察官の惨事ストレス反応を緩和する要因に関する研究を概観する。第2項では、警察官に対する組織的な惨事ストレス対策に関する研究を概観する。

#### 第1項 惨事ストレスを緩和する要因に関する研究

外傷的出来事を体験した警察官の惨事ストレスに関する研究では、惨事ストレスの実態を明らかにするとともに、惨事ストレス反応を緩和する要因の研究が行われている。第1項では、警察官の惨事ストレス反応を緩和する要因に関する研究を概観する。

Stephens & Long (2000) は、ニュージーランドの警察官 527 名を対象とした惨事ストレス反応を緩和する要因に関する研究において、幹部職員からの仕事に関連のないコミュニケーションが、同僚とのコミュニケーションよりも、惨事ストレス反応を緩和する要因になっていたことを明らかにしている。Martin et al. (2009) は、132 名のカナダ人警察官を対象に惨事ストレス反応の規定因に関する研究を行っているが、PTSD を緩和する要因として、同僚からの知覚されたソーシャル・サポートが最も強く、上司からの知覚されたソーシャル・サポートが次に強かった。Yuan et al. (2011) は、警察学校に入校したばかりの 233 名の警察官を 2 年間追跡調査し、警察官が職務上の経験により PTSD 症状を有した場合

の PTSD 症状を緩和する要因を検討した結果、自尊感情とソーシャル・サポートが PTSD 症状を緩和する要因であることを明らかにした。しかし、ソーシャル・サポートの提供者については検討されていなかった。

Clark-Miller & Brady (2013) は、811 名の米国人警察官を対象に、信仰心が惨事ストレスを緩和するかどうかを検証した結果、信仰心は惨事ストレス反応を緩和する要因ではないことが実証された。この結果について、Clark-Miller & Brady (2013) は、信仰心が強い警察官ほど惨事ストレス状態を耐えようとしているのではないかと考察している。

Schwarzer et al. (2014) は、米国同時多発テロ事件の救援活動に従事した 2,943 名の警察官を対象に、惨事ストレス反応を緩和する要因を検討した結果、家族や職場からのサポートを受けていると感じていることが惨事ストレス反応を緩和していたことを明らかにした。

Patterson, Chung, & Swan (2014) は、1984 年から 2008 年までに公刊された、警察官を対象としたストレス・マネジメントに関する研究のメタ分析を行ったが、一貫して効果的な方法は見出されなかったと明らかにした。

以上により、警察官の惨事ストレス反応を緩和する要因として、上司や同僚、家族からのソーシャル・サポートが有効であることが明らかになっているが、警察組織が実施すべき有効な対策は明らかにされていない。

## 第 2 項 惨事ストレスのケアのためのグループ・ミーティング（デブリーフィング）や面接に関する研究

第 2 項では、実践的な惨事ストレス対策であるグループ・ミーティング（デブリーフィング）に関する研究を概観する。

惨事ストレスへのケアの方法として、「緊急事態ストレス・マネジメント」が提唱され、同一活動に従事した同一機関の救援者に対する小グループ形式のミーティングが実践されてきた (McCammon & Allison, 1995 ; Mitchell & Everly, 2001)。この様式はわが国ではデブリーフィングと呼ばれ、事案発生後間もない時期に、それぞれが体験したことや考えたこと、感情等を語り、外傷性ストレスを予防しようとするものである。

Rose, Bisson, Churchill & Wessely (2009) は、心的外傷を経験した個人を対象とした 1 回限りのデブリーフィングを実施した 15 の研究のメタ分析を行った結果、デブリーフィ

グが PTSD の発症を予防したり, 心的苦痛を減少させたりするという効果に関する証拠は見られないと結論付けた。研究対象者のすべては欧米圏であり, 医療機関における心的外傷の患者を対象とした研究が 14 件, 平和維持活動に従事した米国人兵士を対象とした研究が 1 件であった。デブリーフィングの開始時期は, 外傷体験の発生から 1 週間以内が 8 件, 2 週間以内が 5 件, 1 か月以内が 2 件であった。Rose et al. (2009) は, デブリーフィングの効果が現れなかった原因として, 介入の実施時期が外傷体験発生後から早すぎたことや, 1 回限りでは介入として短いことなどの可能性を検討している。Emmerik, Kamphuis, Hulsbosch, & Emmelkamp (2002) は, 外傷体験の発生から 1 か月以内に実施された 1 回限りのデブリーフィングの効果研究を取り上げ, 7 件の効果研究のメタ分析を行った。研究の対象は, 6 件の研究が犯罪や交通事故の被害者, 1 件の研究が警察官であった。メタ分析の結果, デブリーフィングを実施しない群では PTSD の症状が悪化した一方, デブリーフィングを実施した群では PTSD の症状が悪化していなかった。しかし, デブリーフィングによって PTSD 症状からの回復が促進されることはなかった。Devilley & Annab (2006) は, デブリーフィングの効果検証について, ランダム化比較試験による研究が見られなかったことを指摘し, ランダム化比較試験によるデブリーフィングの効果研究を実施した。Devilley & Annab (2006) は, 64 名の大学生を対象とし, 救急隊員が交通事故の現場で被害者の救助を行う 10 分間の実況録画の映像を視聴させ, デブリーフィング実施群と統制群に分け, ランダム化比較試験を行った。その結果, Devilly & Annab (2006) は, デブリーフィングによって PTSD 症状が減少することはないことを実証した。しかし, 松井・畑中 (2003) は, 消防官における惨事ストレスに対するデブリーフィングの有効性に関する文献レビューを行った結果, 消防官に対する惨事ストレス状態へのデブリーフィングに関する効果研究 11 件のうち, 主観的評価を測定した 9 件の研究すべてにおいてデブリーフィングの高い有効性が示されたことを明らかにしている。松井・井上・畑中・立脇 (2006) はイギリス, オーストラリア及びニュージーランドの消防において実施されている組織的な惨事ストレス対策を調査した。その結果, 1 対 1 のカウンセリングに加え, デブリーフィングも組織的に実施されていた。デブリーフィングの実施時期は外傷的出来事の発生直後に限らず, 1 か月後に実施される消防本部も見られた。

一方, デブリーフィングは, 警察官の惨事ストレス状態へのケアの方法として研究者および臨床家の間で検討が進められてきた。松井他 (2006) は, 英国の首都警察における惨

事ストレス対策の実態を担当者から面接調査した。その結果、大事故等が発生した場合、援助デスクを設け、デブリーフィングの必要性を検討し、活動要請があつてから 42 時間から 72 時間後に外傷支援デブリーフィング (trauma support debriefing) が実施されることが明かになった。デブリーフィングでは、参加者に対し、正常な生活が続くことを強調するノーマライゼーションを行い、自身が大丈夫であるという感覚を持たせるようにしている (松井他, 2006)。Leonard & Alison (1999) は、過去 6 年以内において拳銃発砲事案に遭遇した経験を持つ 60 名のオーストラリア人警察官を対象とし、デブリーフィングの実施群と非実施の統制群に分け、デブリーフィングの効果として怒り等の感情やストレス対処の差を検討した。その結果、デブリーフィング実施群が統制群に比して怒りの程度が減少し、対処行動が増加していた。

米国の警察官に対する組織的な惨事ストレスケアの方法については、1990 年代から中央連邦捜査局 (FBI) が FBI 職員を対象として実施している組織的な惨事ストレスプログラムが挙げられる (McNally & Solomon, 1999)。FBI の惨事ストレス対策プログラムは、惨事の対策業務に従事した警察職員に対して直後から適時適切なケアを提供するという主眼のもと、以下の取り組みから構成される。すなわち、インフォーマルな小集団または個人面接を惨事の対策業務従事後数時間のうちに実施するデフュージング、構造化されたグループ・ミーティングにおいて職員の体験や感情をノーマライズすることを目指して、従事後 24 時間から 72 時間以内に実施する惨事ストレス・デブリーフィング、仲間同士の支え合い、家族への支援、幹部への支援、専門機関へのリファー、EMDR (眼球運動による認知再処理法) 等を用いた心理支援、惨事後のセミナーである。しかし、FBI の惨事ストレス対策プログラムの実施に関する研究論文は見当たらず、その効果については不明である。

#### 第 4 節 日本における警察官以外の惨事ストレスとその対策に関する研究の概観

本節では、日本における救援者の惨事ストレスの実態とその対策を明らかにするため、警察官と同じ公安職の中でも惨事ストレスに関する研究が進んでいる消防職員及び自衛官の惨事ストレスに関する研究を概観する。

##### 第 1 項 消防職員の惨事ストレスとその対策に関する研究

###### (1) 阪神・淡路大震災における消防職員の惨事ストレスの実態



日本における惨事ストレス研究の嚆矢として阪神・淡路大震災で活動した兵庫県下の消防職員の外傷性ストレスに関する調査研究が挙げられる（兵庫県精神保健協会こころのケアセンター，1999）。兵庫県精神保健協会こころのケアセンター（1999）は、阪神・淡路大震災の発災から13ヶ月後に兵庫県内の全消防職員（名簿上総数5,103名）に対し職場を通じて質問票を配布し、記入後の調査票を記入者自身で封印の上職場に提出させて4,800名分の調査票を回収し、4,780名分を有効回答として分析した。外傷性ストレスのスクリーニングとして用いた出来事インパクト尺度（IES）によりハイリスクと判定された者は15.9%であった。また、被災地内で活動した職員について、活動時に「生命の危険を感じた」者が46.1%、「悲惨な光景がこたえた」に対し「多少」または「かなり」と回答した者が合計65.1%、「住民からの苦情がストレス」に対し「多少」または「かなり」と回答した者が合計68.5%であった。

同センターは、発災から4年後に神戸市消防局の全職員を対象に惨事ストレスの実態を調査し、職場を通じて自記式調査票を1,366部配布し、1,238部を回収し、1,211名分の調査票を有効回答として分析したところ、改訂出来事インパクト尺度（IES-R）によりハイリスクと判定された者は11.7%であった（兵庫県精神保健協会こころのケアセンター，2000）。

加藤・飛鳥井（2004）は、兵庫県精神保健協会こころのケアセンター（1999）のデータを再解析し、個人的被災状況、震災直後からの救援活動の内容、それらがもたらした心理的苦悩の大きさ等を分析した。外傷性ストレスを測定する出来事インパクト尺度（IES）の結果から、震災後13ヶ月目におけるPTSDのハイリスク者（20点以上）の割合は、被災地内群で15.8%、早期派遣群で4.8%、後期派遣群で4.2%であった。また、外傷性ストレスを規定する要因として、自身が心的外傷を負ったこと、悲惨な光景への衝撃、住民からの苦情や非難により喚起された自覚的苦悩が明らかにされた。

大澤・加藤（2007）は、消防職員1,432名を対象に、阪神・淡路大震災と2006年に発生した殉職事故による惨事ストレス反応の長期的影響を調査した。惨事ストレスの指標として、IES-R、不安と抑うつ症状のスクリーニング尺度であるK10（The Kessler Psychological Distress Scale：K10 質問票日本語版）が使用された。その結果、IES-Rのカットオフポイントである25点以上のハイリスク者は11.6%であった。殉職事故に係る該当者992名を対象に分析した結果では、IES-Rのハイリスク者は6.4%、K10のカットオフポイントである25点を越えた不安・抑うつのハイリスク者は10.2%であった。

## (2) 過去の全般的な外傷的出来事に関する消防職員の惨事ストレス

畑中・松井・丸山・小西・高塚（2004）は、全国の消防職員から、層化2段無作為抽出により抽出した消防職員 1,914 名を対象とし、1,516 名の有効回答をもとに、衝撃を受けた災害体験、災害等の遭遇頻度等を分析した。外傷性ストレスを測定する改訂出来事インパクト尺度（IES-R）の規定因となる変数を検討したところ、過去 10 年間に衝撃的な災害を経験した者は 58.1%であり、これらの者の PTSD ハイリスク者（25 点以上）の割合は 15.6%であった。また、外傷性ストレス反応に影響を及ぼす要因として、ストレス症状を自覚するような災害との遭遇頻度、災害現場での活動時の症状、継続年数が明らかにされた。

松井・畑中・丸山（2011）は、畑中他（2004）と同一のデータに基づき、遅発性の惨事ストレスについて分析した。惨事ストレスの指標として、PTSD 症状のスクリーニングである IES-R、精神的健康度の測定尺度である精神健康票 12 項目版（GHQ-12）が用いられた。有効回答者 808 名のうち、直後にはストレス反応を示さずに回答時点にストレス反応を示している遅発群が 6.8%、直後の軽度ストレス反応から悪化した者が 7.2%、直後も回答時点にも強いストレス反応を示す遅延群が 1.4%となっていた。また、IES-R のハイリスク者 124 名のうちの 44.4%が遅発性の外傷性ストレス反応を示していた。この遅発性の惨事ストレス反応を示した群は、高年齢層や指揮命令に関わる指揮本部要員に多く見られた。指揮本部要員は同僚からのサポートが少ないことが特徴と考えられるため、指揮に当たる幹部職員は同僚からのサポートを得られず、自責感を募らせ、遅発性惨事ストレスの状態になっていると推定された。さらに、消防隊長においてストレス反応の発症の遷延群が多く見られ、幹部職員が外傷体験の発生から時間を経過しても惨事ストレス状態にあることが明らかになっている（松井他, 2011）。

## (3) 東日本大震災に関する消防職員の惨事ストレス

大澤・加藤（2011）は、東日本大震災の被災地に派遣された消防職員 151 名の惨事ストレスの実態を調査した。惨事ストレスの指標として、大澤・加藤（2007）と同一の IES-R と K10 が用いられた。その結果、IES-R での PTSD のハイリスク者は 2.6%、K10 での不安・抑うつハイリスク者はいなかった。大澤・加藤（2011）は、東日本大震災の被災地に派遣さ

れた消防職員において惨事ストレス状態にある者がほとんどいなかった理由として、凄惨な遺体を取り扱った経験をした者が少ないこと、職場によるサポートを認識していたことを推定している。

大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会（2013）は、被災地に派遣された消防官及び被災地内の消防職員の惨事ストレスの実態を調査した。惨事ストレス反応の指標として、IES-R 及び不安・抑うつを測定する K6 が使用された。その結果、派遣された職員 522 名において、IES-R での PTSD のハイリスク者は 3.6%，K6 での不安・抑うつハイリスク者は 0.4%であった。一方、被災地内の消防職員 304 名において、IES-R での PTSD のハイリスク者は 15.4%，K6 での不安・抑うつハイリスク者は 5.3%であった。

#### **(4) 消防職員の惨事ストレス対策**

ここでは、消防職員に対する組織的な惨事ストレス対策に関する研究を概観する。

松井・畑中（2003）は、第 1 章第 3 節第 2 項に既述のとおり、消防官に対する惨事ストレスへのデブリーフィングに関する効果研究 11 件をレビューし、デブリーフィング参加者の主観的評価を測定した 9 件の研究すべてにおいてデブリーフィングの高い有効性が示されたことを明らかにしている。しかし、出来事インパクト尺度等の外傷性ストレス反応を測定する尺度の得点について、デブリーフィングを受けた者と受けなかった者に分けて分析した結果では、有意差がないもの、デブリーフィング参加群の方で外傷性ストレス反応が有意に低かったもの、デブリーフィング参加群の方で外傷性ストレス反応が有意に高かったものに分かれ、一貫しない結果が見られた（松井・畑中, 2003）。

松井・立脇・高橋（2008）は、消防職員を対象とした 3 日間の惨事ストレス研修の効果を検証した。研修の内容は、惨事ストレスの概論、傾聴訓練、リラクゼーション実習、グループ・ミーティングの概論と実習、ディスカッション等から構成された。研究協力者は、研修受講者 42 名であった。効果検証の結果は、研修前に惨事ストレス対策に関する理解度等を質問紙によりたずね、研修後の調査では惨事ストレス対策の知識や研修への評価を質問紙によりたずねた。その結果、大半の受講者が研修を高く評価し、惨事ストレス対策の知識も深まっていた。また、愈・松井・畑中（2010）は、松井他（2008）で取り上げられた消防職員対象の惨事ストレス研修のフォローアップの研究を行った。研究協力者は、4 回実施された研修の修了生で、77 名であった。その結果、研修修了者の惨事ストレス対策

に関する知識は研修後に深まり、その後も持続していた。そして、約半数の者が研修後に惨事ストレス対策の学習を自らしており、そのように自ら惨事ストレス対策を学習した者は、学習しなかったものよりも、「消防職員の家族に対する対策も必要である」と強く考えていた。その他、研修内容を現場教育や学校教育に取り入れているという者が多かった一方、実際の現場で研修の成果を発揮できる場がないという意見も多く見られた。このように、惨事ストレス対策の研修は、個々の消防職員にとって効果的であることが明らかになったが、組織的な活用に課題が見られた。

また、君塚・加藤・日高・新藤・高井・下畑・宮尾・松井（2009）は、東京消防庁の職員を対象に、平時からの惨事ストレス対策として実施されているグループ・ミーティングの有効性を検証した。研究協力者は、調査実施の前年度に、グループ・ミーティングの実施基準に相当する事案が発生した消防署に勤務する者たちで、有効回答数は1,394名であった。そのうち、惨事ストレスケアの実施された災害に出場した254名のデータを分析した結果、グループ・ミーティングか個別面接に参加した者は108名（42.5%）であり、その108名のうち、IES-Rのカットオフポイントである25点以上のハイリスク者は6.7%であった。なお、グループ・ミーティングに参加したことによるIES-Rの減少は見られなかったが、精神健康の尺度であるGHQ-12の得点の減少が見られたため、グループ・ミーティングは精神健康度の改善に有効であることが示唆された。

## 第2項 自衛官の惨事ストレスに関する研究

Nagamine et al. (2016)は、東日本大震災の被災地に派遣された自衛官の惨事ストレスの実態を検討した。1,506名の自衛官を対象に、外傷性ストレス反応の測定であるIES-R、不安・気分障害の測定であるK6を用いた結果、派遣から1年後において、IES-Rのカットオフポイントである25点以上のハイリスク者は0.7%、K6のカットオフポイントである25点以上のハイリスク者は0.5%であった。惨事ストレス状態の発生率が低い状況について、Nagamine et al (2016)は、被災地に派遣された自衛官は高い誇りや救助への動機を持ち続けていたことや、メディアからの称賛を多く得ていたことが惨事ストレスを緩和していたと推定した。

また、山本・角田・山下・重村・清水（2013）は、東日本大震災の被災地に派遣された自衛官への惨事ストレス対策として、メンタルヘルス巡回指導チームの派遣、交代制休養

による疲労回復施策，メンタルヘルス長期的フォローアップを紹介している。「メンタルヘルス巡回指導チーム」とは、「心理幹部」という役職を持つ心理学を学んだ幹部自衛官を中心に10名程度で構成され，発災直後から1か月半の期間，現地で2班に分かれ，指揮官と隊員に対するメンタルヘルスに関する教育を実施した。「メンタルヘルス長期的フォローアップ」とは，派遣終了後1か月，3か月，12か月の3回にわたり，IES-R等のスクリーニングを実施し，惨事ストレス状態の隊員に対して上司や臨床心理士等の面談を受けさせるというものであった。IES-Rで測定される惨事ストレス反応のハイリスク者の割合は12か月後のフォローアップ調査ではわずかになった。しかし，組織的な惨事ストレス対策の効果については，直接的には検証されていなかった。また，自衛隊においては，災害派遣業務に際し，毎日の作業後に隊員が集まって作業の振り返りをしたり，互いの健康状態を確認したりすることにより安心感を醸成するというグループ・ミーティングが行われている（山本他，2013）。角田・山下・山本・清水・戸田（2013）は，東日本大震災の救援業務に派遣される前の自衛官を対象に，遺体関連業務に従事する際には犠牲者に感情移入しないことがメンタルヘルスを維持するために必要であると事前研修した結果，帰任後の惨事ストレスがほとんど見られなかったという研修効果を示している。

## 第5節 警察幹部職員のストレスに関する研究

警察官の惨事ストレス反応を緩和するためのソーシャル・サポートの提供者として上司が見出されたことや，松井他（2011）では消防の幹部職員の遅発性惨事ストレスが明らかにされたことを踏まえ，本節では警察幹部職員のストレスに関する研究を概観する。

Brown et al.（1996）は，英国の警察の警視以上である幹部職員810人を対象とした職務上のストレスの実態に関する調査研究を行った。その結果，幹部職員にとっては管理職としての役割が強いストレッサーであり，その対処のソーシャル・サポートは乏しく，業務計画や職務に没頭することで対処していることが見出された。また，Loo（1994）は，135人のカナダの警察幹部職員対象としてバーンアウト状態に関する調査を行い，3.7%が強いバーンアウト状態であることを見出した。

以上のように，警察幹部職員が平時から職務上のストレス反応を感じ，バーンアウト状態にある者も少なくないことが明らかになっている。しかし，いずれの研究でもストレッサーが見出されているのみであり，どのような過程でストレス反応を感じたり，適応した

りしているかは明らかにされていない。

このように、警察における組織的なストレス対策として幹部職員によるサポートが重要であり、警察幹部職員は警察官のストレスのケアの担い手として期待される。しかし、Brown et al. (1996) は、ストレス対処として他者のサポートではなく仕事に没頭するという警察幹部職員の状態を明らかにしており、消防組織における幹部職員の遅発性惨事ストレスが看過できないものであるという知見（松井他, 2011）からも、警察幹部職員自身が、惨事場面において惨事ストレス反応を適切に対処する必要性が示唆されているが、実証データはない。

## 第6節 第2章のまとめ

本章では、警察官の惨事ストレスに関する先行研究及び警察官の惨事ストレスに関連する研究を概観した。その結果、以下の点が明らかになった。

第一に、警察官の惨事ストレスに関する研究では、米国同時多発テロを始めとした事件や災害等の対策業務に従事した警察官の PTSD 有病率や PTSD 症状に影響を及ぼす要因の検討がなされていた。諸外国の警察官の惨事ストレス反応の発生率は5%から28%まで見られたが、概して10%程度であった。警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因として、強い外傷的出来事への曝露体験、仲間の殉職、ソーシャル・サポートの乏しさ等が明らかにされていた。一方、警察官の惨事ストレス反応を緩和する要因として、外傷的出来事に曝露した直後の家族や同僚、上司等からのソーシャル・サポート、職場における外傷体験の話しやすさ、精神的回復力等が見られた。これらを測定する指標として、ソーシャル・サポート尺度、コナー・デビッドソン回復力尺度などが使用されていた。

第二に、米国同時多発テロ事件の対策業務に従事した警察官を対象とした惨事ストレス研究における追跡調査の結果から、警察官の PTSD 有病率は年々増加していた。したがって、警察官の惨事ストレスは、時間の経過とともに自然回復しないことが明らかになった。

第三に、日本の警察官の惨事ストレスに関する公刊されている実証研究は、検索した結果、大澤・加藤（2012）、田口（2013）のみであった。したがって、日本における警察官の惨事ストレスに関する実証研究は、ほぼなされていないことが明らかになった。一方、日本の消防職員を対象とした惨事ストレスの実証研究は数多く行われていた。惨事ストレス反応の指標として、PTSD の症状の測定では IES-R が使用されていた。その他の症状の測定

として、精神健康度を測定する GHQ-12、不安・抑うつ症状を測定する K10 や K6 が使用されていた。

第四に、警察官の惨事ストレスへの組織的な対策に関する研究については、警察官にストレス対処に関する教育を行った上で、6か月後に惨事場面を疑似体験させて惨事ストレス反応と回復力を測定するという実験研究 (Arnetz et al., 2009) 以外は見られなかった。したがって、諸外国においても、警察官の惨事ストレスへの組織的な対策に関する研究はほとんど行われていなかった。

上記より、本研究では、第一に、PTSD 症状や不安・抑うつ症状、バーンアウト、精神健康等の各尺度を用いるとともに、従事した災害対策業務やストレスに感じた業務・事項等をたずねることにより、日本の警察官の惨事ストレスの実態を明らかにする必要がある。第二に、ソーシャル・サポートや精神的回復力の各尺度を使用することにより、惨事ストレスに影響を及ぼす要因と緩和する要因を明らかにする必要がある。第三に、惨事ストレスを緩和する要因やケアのための対策に関する先行研究を踏まえるとともに、本研究で得られたデータに基づき、警察官における惨事ストレス対策への意識を明らかにし、惨事ストレス対策に関する研修による受講者の惨事ストレスに関する認識の変化を検討することにより、警察官の惨事ストレスへの組織的な対策について実証研究を行う必要がある。

### 第3章 本論文の目的

本論文の第一の目的は、日本の警察官の惨事ストレスの実態を明らかにすることである。検討にあたり、警察官の外傷的出来事となり得る災害の対策業務に従事した警察官を対象に惨事ストレスに関する調査研究を行う。

第二の目的は、日本の警察官の惨事ストレス反応を促進する要因及び緩和する要因を明らかにすることである。警察組織において警察官の惨事ストレス対策を推進するために、警察官の惨事ストレスに影響を及ぼす要因を明らかにし、惨事ストレス反応を促進する要因を除去し、緩和する要因を組織的に活性化することが、重要と考えられる。

そして、第三の目的は、日本の警察官の惨事ストレス反応を緩和するための組織的な対策の方法を検討することである。近年の日本では、大規模な地震や津波、土砂災害、水害、火山噴火等の自然災害が頻発しており、それらの対策業務に従事する警察官が個々の対処によって惨事ストレス反応を処理することに限界があると考えられるため、平時から組織的な惨事ストレス対策を進めることが必要と考えられる。したがって、本論文では、平時から実施する警察官の惨事ストレスへの組織的な対策の方法について、実証的研究により明らかにする。

本論文の実証的研究の構成は以下のとおりである。

第4章では、広域災害の被災地に特別出向した警察官を対象に、ストレスを感じた要因やバーンアウトの状態を測定することにより、被災地の特別出向警察官のストレスの実態を明らかにするとともに、精神的回復力やソーシャル・サポートを測定することによりストレス反応を緩和する要因を検討する。第5章では、広域災害の被災地で発災直後から対策業務に従事した警察官を対象に、ストレス反応を感じた業務、PTSDの症状やバーンアウトの測定により被災地内の警察官の惨事ストレスの実態を明らかにするとともに、精神的回復力やソーシャル・サポートを測定することによりストレスを緩和する要因を検討する。第6章では、火山噴火災害の対策業務に従事した警察官を対象に、PTSDの症状や不安・抑うつ症状、精神健康度の測定により惨事ストレスの実態を明らかにするとともに、精神的回復力やソーシャル・サポートを測定することによりストレスを緩和する要因を検討する。第7章では、広域災害により部下を殉職で失った警察幹部職員の惨事ストレスについて、半構造化面接による質的分析を行い、発症や適応の過程を、探索的に検討する。



第8章では、組織的な惨事ストレス対策の方法として、被災地内の警察官を対象としたグループ・ミーティングについて分析を行い、グループ・ミーティングへの評価や実施上の留意点を検討する。第9章では、災害対策業務に従事する可能性が高い警察官における上司への相談に関する意識を明らかにし、組織が惨事ストレス対策を職員に提供するために留意すべきこととして、ケアの提供者となる上司と部下の人間関係を検討する。そして、第10章では、警察幹部職員における惨事ストレス対策に関する意識を明らかにすることにより、組織的な惨事ストレス対策を実施する上で課題となることを検討するとともに、警察幹部職員を対象に実施した研修による惨事ストレス対策に関する認識の変化を検討し、組織的な惨事ストレス対策の効果的方法や課題を検討する。

以上の実証的研究を踏まえて、第11章では、本論文で得られた知見をまとめ、日本の警察官の惨事ストレスの実態と惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因を論じ、日本の警察における組織的かつ効果的な惨事ストレス対策の施策を提案する。

## 第Ⅱ部 実証的検討

第Ⅱ部は、第4章から第10章までの7章により構成される。第4章から第7章では、被災地において災害対策活動に従事した警察官の惨事ストレスの実態を明らかにするとともに、その惨事ストレス反応を規定する要因及び緩和する要因を検討する。そして、第8章では、組織的な惨事ストレス対策の方法としてのグループ・ミーティングに対する参加者の評価を検討する。第9章では、第4章から第7章で得られた知見をもとに、災害対策に従事する可能性が高い警察官における上司への相談することの意識及び研修受講による惨事ストレスに関する認識の変化を検討する。第10章では、警察幹部職員における惨事ストレスに関する意識の実態を明らかにするとともに、研修受講による惨事ストレスに関する認識の変化を検討する。

## 第4章 広域災害の被災地に特別出向した警察官のストレス（研究1）

第4章では、本論文の第一の目的に沿って、広域災害の被災地に特別出向した警察官のストレスの実態を明らかにするとともに、広域災害の被災地の特別出向警察官のストレス反応を規定する要因及び緩和する要因を検討する。

### 第1節 目的

第1章第2節第2項で述べたとおり、東日本大震災の被災地内に配置された特別出向警察官は、パトロールや行方不明者の捜索等の警察活動に従事してきた（警察庁、2012）。

本研究では、東日本大震災の被災地に察活動に従事してきた、全国警察から特別出向した警察官のストレス反応の実態を明らかにすることを第一の目的とする。次に、特別出向時の業務や体験等、ソーシャル・サポート等を検討して、特別出向警察官におけるバーンアウト等のストレス反応に影響を及ぼす要因や、精神的回復力やソーシャル・サポート等のストレス反応を緩和する要因を明らかにすることを第二の目的とする。

### 第2節 方法

目的に沿って、東日本大震災の被災地警察に特別出向している警察官を対象に、東日本大震災の被災地内における勤務によるストレス反応に関する質問紙調査を行った。

#### 第1項 研究協力者

研究協力者は、東日本大震災により甚大な被害を受けたA県警察に1年間に限り特別出向し、3つの警察署に分かれて勤務する警察官180名であった。この180名の特別出向警察官は、第3項に後述するように、筆者による研修を受講することとなっていたが、研修当日に事案等の扱いのために欠席者が生じ、3つの警察署で各1回開催された研修会に参加した特別出向警察官108名を対象とした。

#### 第2項 調査時期

2012年8月6日から24日までであった。これは、東日本大震災の発災から1年5か月後であり、2012年2月1日の特別出向からは6か月後であった。

### 第3項 調査方法

A県警察が、A県警察に特別出向した全警察官180名を対象に、被災地において活動する警察官の惨事ストレスに関する研修を企画した。第1項に述べたように、この研修会の参加者数は108名であった。3つの配置警察署ごとに、筆者が惨事ストレス対策に関する60分間の講義を実施した後、質問紙を配布し、回答を求めた。回答票は、その場で回収した。

本調査の実施前に行った惨事ストレス対策に関する研修の内容を表4-1に示す。第一に、不慣れな土地で長期間の勤務に従事するにあたり、警察職員におけるメンタルヘルスの重要性を伝えた。そして、ストレスの概説及びストレス反応が生じる過程を説明した。ストレスの概説やストレス反応が生じる過程を導入として説明した後、惨事ストレス反応の概説及び惨事ストレス反応が生じやすい状況を説明した。次に、筆者が東日本大震災の被災地において発災直後から遺体安置所での遺族支援に従事した経験（藤代，2012）を踏まえ、東日本大震災の災害対策業務に従事した警察職員が受けた惨事ストレスの実際を説明した。これらの実情に基づき、個人や組織が惨事ストレス対策として行うべきとされる事項を説明した。そして、ストレス対処方法の実践として、呼吸法と臨床動作法の実技を指導した。最後に、本調査の調査票への記入を依頼した。

表4-1 研修の構成

1	警察職員におけるメンタルヘルスの重要性
2	ストレスの概説, ストレス反応が生じる過程
3	東日本大震災の対策業務に従事した警察職員が受けた惨事ストレスの実際
4	惨事ストレス対策の基本
5	ストレス対処方法の実践（呼吸法、臨床動作法の指導）
6	調査票の記入

研究倫理の配慮については、次のとおり手続きを行った。A県警察本部厚生課の保健師とともに調査項目を検討し、調査協力者の負担を考慮し、選定を行った。そして、筆者の所属機関の所属長に対して、研究倫理の配慮の手続きを説明し、調査実施の承認を得た。さらに、筆者の所属機関の惨事ストレス対策検討委員会においても、研究倫理の配慮の手続きについて説明し、同委員会より調査実施の承認を得た。調査協力者に対しては、回答

は任意であり、無記名により記入すること、回答を途中で止めてもかまわないこと、不調を感じた場合はA県警察本部の保健師が相談に応じることを伝えた。調査協力に同意をした者からの回答を得た。提出を受けた研究協力者の回答を分析した。回答に要した時間は、約10分間であった。

#### 第4項 質問紙の構成

質問紙の構成内容を表4-2に示す。質問紙の内容は資料1-2に掲載する。

表4-2 研究1の質問紙の構成

1	基本属性（年代、婚姻状態、従事業務）
2	特別出向中に最も大変であった業務（自由記述）
3	特別出向中の業務に関して強いストレスを感じた体験（自由記述）
4	特別出向中にストレスへの対処として必要だと思うもの（自由記述）
5	バーンアウト尺度（久保・田尾，1992）
6	精神的回復力尺度（小塩ら，2002）
7	日本語版ソーシャル・サポート尺度（岩佐ら，2007）

##### (1) フェイスシート

性別、年代、婚姻状況、職種、特別出向中の従事業務の5項目について回答を求めた。特別出向中の従事業務の選択肢は、A県警察における特別出向警察官の実際の配属部門をA県警察本部と確認し、避難所等付近を始めとした管内のパトロールを担当する「地域部門」、各種犯罪の取締まりを担当する「捜査部門」、信号が滅灯している交差点での交通整理や交通取締り等を担当する「交通部門」、行方不明者の身元確認や遺品還付、震災による犠牲者の遺族への支援等を担当する「遺族対策」とした。

##### (2) 特別出向中に最も大変であった業務

東日本大震災により甚な被害を受けた警察署に特別出向している間、「最も大変であった業務について、ご記入ください。」と教示し、自由記述形式で回答を求めた。

##### (3) 特別出向中の業務に関して強いストレスを感じた体験

特別出向している間、「業務に関してストレスを感じたことについて、ご記入ください。」と教示し、自由記述形式で回答を求めた。

#### (4) 特別出向中にストレスへの対処として必要だと思うもの

特別出向している間、「ストレス対処として必要だと思うものについて、ご記入ください。」と教示し、自由記述形式で回答を求めた。

#### (5) バーンアウト（燃え尽き症候群）尺度

被災地内における警察活動中に感じる心理的ストレスの状況を明らかにするため、バーンアウト（燃え尽き症候群）尺度（久保・田尾, 1992）を用いた。バーンアウト尺度は、Maslach(1981)により開発されたバーンアウトを測定する尺度の日本語版である。17項目からなり、選択肢は「ない」、「まれにある」、「時々ある」、「しばしばある」、「いつもある」の5件法で、各1点から5点の範囲をとる。「情緒的消耗感」、「脱人格化」、「個人的達成感の減退」の3つの下位尺度から構成される。

なお、田尾・久保（1996）は、バーンアウトの自己診断表を作成しており、注意段階の基準は、「情緒的消耗感」では19～20点、「脱人格化」では15～17点、「個人的達成感の減退」では、15～17点とされている。

#### (6) 精神的回復力尺度

ストレスフルと考えられる被災地の警察活動に従事し続ける個人の要因を明らかにするため、精神的回復力尺度（小塩・中谷・金子・長峰, 2002）を用いた。精神的回復力とは、困難で脅威的な状況に直面し、一時的に精神的な不健康の状態に陥っても、それを乗り越え、適応する力であると定義される（小塩他, 2002）。精神的回復力尺度は、「新奇性追求」、「感情調整」、「肯定的な未来志向」の3つの下位尺度から構成される。「新奇性追求」とは、興味や関心が多様で新しいことに挑戦しようとする態度のことであり、「感情調整」とは、困難な場面でも自己の感情をコントロールできることであり、「肯定的な未来志向」とは、自己の将来の見通しが明るいと思えることであると定義される（小塩他, 2002）。本尺度は21項目からなり、「いいえ」、「どちらかというといいえ」、「どちらでもない」、「どちらかというとはい」、 「はい」の5件法で、各1点から5点の範囲をとる。

## (7) 日本語版ソーシャル・サポート尺度

他者からのサポート状況について確認するため、日本語版ソーシャル・サポート尺度（岩佐他，2007）を用いた。日本語版ソーシャル・サポート尺度は、知覚されたソーシャル・サポートの充実度を測定し、「家族のサポート」、「大切な人のサポート」、「友人のサポート」の3つの下位尺度から構成される。12項目からなり、「そう思わない」から「そう思う」までの各1点から7点の範囲をとる。

## 第3節 結果

### 第1項 基本属性

回収された全研究協力者108名のうち、全項目の3分の1以上の未回答の項目があるなど、回答に不備のあった2件を除外し、有効回答は106名（有効回答率98.1%）であった。結果を表4-3に示す。

表4-3 研究協力者の基本属性(N=106)

研究協力者の基本属性(N=106)							
属性		人数	(%)	属性		人数	(%)
性別	男性	106	100.0	職種	警察官	106	100.0
年代	20代	49	46.2	従事業務	地域部門	60	56.6
	30代	50	47.2		捜査部門	24	22.6
	40代	7	6.6		交通部門	18	17.0
婚姻	未婚	82	77.4		遺族対策	4	3.8
	既婚	24	22.6				

### 第2項 特別出向中に最も大変であった業務

特別出向中に最も大変であった業務については、67名より67件の回答を得られた。KJ法（川喜田，1967）を援用し、得られた回答を同様の意味ごとに分類した結果、7種類に分類された。結果を表4-4に示す。

表 4-4 特別出向中に最も大変であった業務 (n=67)

業務	件数	比率 (%)
行方不明者の搜索	11	16.4
被災者対応	10	14.9
人間関係	5	7.5
出身県との業務方法の違い	4	6.0
方言の理解	4	6.0
極寒での勤務	4	6.0
当直明けのフルタイム勤務	3	4.5
その他	25	37.3

「行方不明者の搜索」が最多であった。海岸等での行方不明者の搜索活動は、遺族のためにも小さな遺留品をも見つけ出そうと注意深く行う活動であり、身体面に強い疲労を及ぼすものであった。さらに、「搜索活動の結果、行方不明者の手がかりすら発見できず、悔やまれる。」と記した者もあり、努力をしても結果が伴わず、達成感を得られない者もいた。

次に多かった「被災者対応」としては、「被災者の心情を理解すること」や「被災者遺族からの相談を受けること」に苦労していることが記載されていた。また、被災者遺族の話の聞こうとしても、「話したくない」という回避反応を示す被災者遺族との対応に苦慮したという記述も見られた。「その他」としては、「通常の事案対応」、「携帯電話が繋がらず、連絡を取れないこと」などが挙げられた。

### 第3項 特別出向中の業務に関して強いストレスを感じた体験

特別出向中の業務に関して強いストレスを感じたこととして、64名より64件の回答を得られた。(2)と同様の分類方法により、6種類に分類された。結果を表4-5に示す。

表 4-5 特別出向中に業務に関して強いストレスを感じたこと (n=64)

	件数	比率 (%)
出身県と業務方法の違い	27	42.2
職場の人間関係	6	9.4
連絡体制や協力体制の不備	6	9.4
方言がわからないこと	5	7.8
被災者との関わり	2	3.1
その他	18	28.1



「出身県と業務方法の違い」が最多であった。県警察によって使用する書類の様式が異なっていたり、業務の進め方も異なっていたりするなど、慣れるまでに時間を要すことにストレスを感じるという記述が見られた。

「職場の人間関係」と「連絡体制や協力体制の不備」が各6件であった。これらの自由記述では、「出向先の県警察職員との交流がなかなかうまくいかない」という状況が記されていた。なお、「被災者との関わり」として、「捜索活動中に遺族の視線を感じたこと」をストレスに感じていたことが挙げられた。

#### 第4項 特別出向中にストレスへの対処として必要だと思うもの

特別出向特別出向中にストレスへの対処として必要と思うものについて、77名より97件の回答を得られた。(2)と同様の分類方法により、7種類に分類された。結果を表4-6に示す。

表4-6 特別出向中にストレス対処として必要と思うもの(n=97)

	件数	比率 (%)
同僚等との交流	18	23.4
趣味や気分転換	16	20.8
運動	13	16.9
休暇	11	14.3
家族や友人との交流	5	6.5
一人部屋	4	5.2
出身県に帰ること	4	5.2
飲酒	3	3.9
その他	23	29.9

「同僚等との交流」が最多であった。不慣れな土地での勤務や被災者等との関わり等によりストレス反応を感じても、同じ部署の職員と話し合うことによってストレスを軽減するという意見が多く見られた。この「同僚等」は特別出向警察官同士だけではなく、「地元（出向先）の警察官の震災時の体験を聞いたり、話し合ったりすること」という記述もあった。「家族や友人との交流」も挙げられた。このように、身近な他者と関わるということが必要という結果であった。

また、「趣味や気分転換」、「運動」という一般的なストレス対処方法も多く挙げられた。

被災地において長期間勤務することにより、通常的生活パターンとは異なる生活様式を送ることになるため、自由記述では、積極的に趣味の時間を持って気分転換を図るという意見も挙げられた。なお、カウンセラー等の専門家に相談するという回答はなかった。

## 第5項 バーンアウトの状態及びバーンアウトに影響を及ぼす要因の検討

### (1) バーンアウトの状態

田尾・久保（1996）に従い、各尺度の質問項目の評定値を合算し、それぞれの因子と得点とした。「個人的達成感の減退」については、逆転項目とした。情緒的消耗感の平均点は9.4点（SD=3.70, n=106）であった。ハイリスク状態として、注意段階以上にあった者が2名（1.9%）であった。業務別にみると、遺族対策が10.5点（SD=6.03, n=4）と最も高かったが、業務別での有意差は認められなかった（ $F(3, 102) = 0.747$ , n. s.）。

脱人格化の平均点は9.8点（SD=3.34, n=106）であった。ハイリスク状態として、注意段階以上にあった者が10名（9.4%）であった。業務別にみると、遺族対策が10.8点（SD=4.27, n=4）と最も高かったが、業務別での有意差は認められなかった（ $F(3, 102) = 0.664$ , n. s.）。

個人的達成感の低下の平均点は16.7点（SD=4.30, n=106）であった。ハイリスク状態としては、注意段階以上にあった者は39名（36.8%）であった。遺族対策が20.0点（SD=6.16, n=4）と最も高かったが、業務別での有意差は認められなかった（ $F(3, 102) = 0.630$ , n. s.）。

バーンアウト尺度の合計得点の平均点は、35.8点（SD=7.67, n=106）であった。ハイリスク状態として、総得点の60%である51点以上の注意段階以上にあった者が5名（4.7%）であった。業務別にみると、遺族対策が44.3点（SD=9.81, n=4）と最も高かったが、業務別での有意差は認められなかった（ $F(3, 102) = 2.671$ , n. s.）

### (2) バーンアウトに影響を及ぼす要因の検討

バーンアウトに影響を及ぼす要因を明らかにするため、バーンアウト尺度得点を基準変数とし、基本属性、特別出向中に大変であった業務（表4-3に示した、「その他」を除く業務）、業務面でストレスに感じたこと（表4-4に示した、「その他」を除く事柄）、精神的回復力尺度の3つの下位尺度（新奇性追求、感情調整、肯定的な未来志向）、ソーシャル・サポート尺度の3つの下位尺度（家族のサポート、大切な人のサポート、友人のサポート）をそれぞれ説明変数とする重回帰分析を行った。分析は変数増加法を行い、投入された変

数の偏回帰係数の有意性（5%水準）の基準で変数の増加を打ち切った（以下、重回帰分析の解析法は全て同じ）。

バーンアウト尺度の各下位尺度の得点に対する重回帰分析の結果について、投入された変数の標準回帰係数及び単相関係数を表4-7に示す。

表4-7 バーンアウト尺度得点に対する重回帰分析の結果

変数	標準偏回帰係数	単相関係数
最も大変であった業務として被災者対応（無：0, 有：1）	.290**	.258**
ストレス対処方法としての飲酒が必要（無：0, 有：1）	.222*	.140
肯定的な未来志向得点	-.262**	-.189

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$

解析の結果、説明率は18.3%で、説明率の検定は1%水準で有意であった（ $F=7.638$ ,  $df=2, 105$ ）。「最も大変であった業務が被災者対応であったこと」、「ストレス対処方法として飲酒が必要と思うこと」が、バーンアウト尺度得点に対して正の影響を及ぼしていた。一方、精神的回復力度尺度の下位尺度である「肯定的な未来志向」得点が、バーンアウト尺度得点に対して負の影響を及ぼしていた。

#### 第4節 考察

本節では、第1項で結果をまとめ、第2項で特別出向警察官のストレス反応について考察する。

##### 第1項 結果のまとめ

東日本大震災の被災地に特別出向して6か月間活動してきた警察官のストレス要因及びストレス反応を調査した。その結果、ストレス要因として、「行方不明者の捜索」や「被災者との対応」が推定された。自由記述では、被災者対応に関して、「被災者の方々に、どのような言葉を掛けたらよいか分からずに困った。」という記載が見られた。過酷な勤務環境だけではなく、被災者の心情に接することも、ストレス反応と関連があった。「最も大変であった業務として被災者対応」がバーンアウト尺度得点に正の影響を与えており、被災地内の特別出向警察官にとって、被災者との対応において適切な支援ができなかったと思う

体験がストレス反応と関連があった。

本研究では、バーンアウトのハイリスク者の割合は4.7%であった。バーンアウトに関する先行研究では、筆者の調べた限りでは、バーンアウトの規定因の検討に関するものが大半であり（北岡・Schaufeli, 2007）、ハイリスク者の割合を算出している研究は見られなかった。しかし、本研究では、災害の発生直後に被災地で活動していない警察官においても、ストレス反応を示す者がいることが明らかになった。バーンアウトの規定因分析の結果、被災地で単身生活を送りながらの過酷な勤務が長期間に及ぶことや、被災者と適切な関わりをできなかったと思うために達成感を得づらく、バーンアウトが生じていると考えられた。

一方、精神的回復力尺度の下位尺度である「肯定的な未来志向」得点が高い者は、バーンアウト尺度得点が低かった。被災地内の警察で活動しても思うような成果を上げられない状況にあっても、その経験を警察官としての自分の将来の糧として活かすように考えていた者は、バーンアウト状態になっていなかったと考えられる。

また、被災地での警察活動を続ける上でのストレス対処方法として挙げられたものは、「同僚等との交流」と「家族や友人との交流」というソーシャル・サポートと、「趣味や気分転換」、「運動」、「休暇」という一般的なストレス対処であった。カウンセラー等の専門家への相談は挙げられなかった。

## 第2項 研究2への課題

研究1では東日本大震災の被災地において、発災から1年後に赴任した特別出向警察官のストレスサー、ストレス状態を明らかにした。しかし、発災直後から活動してきた被災地内の警察官のストレスサーやストレス状況が明らかになっていない。そこで、研究2では、同災害の発災直後から被災地内で活動してきた警察官のストレスサー、ストレス状況を明らかにする。また、ストレスへの対処についても詳細に検討する必要があるため、研究2でも、ストレス反応の緩和要因として業務後に行ったストレス対処方法、ソーシャル・サポート、精神的回復力を取り上げ、検討する。

## 第5章 広域災害の発災直後より対策業務に従事した被災地内の警察職員の惨事ストレス（研究2）

第5章では、本研究の第一の目的に沿って、広域災害の発災直後より対策業務に従事した、被災地内の警察職員の惨事ストレスの実態を明らかにするとともに、被災地内の警察職員の惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因及び緩和する要因を明らかにする。

### 第1節 目的

研究2では、東日本大震災の発災直後から被災地で活動してきた被災地内の警察職員の外傷性ストレス反応及びバーンアウト等の惨事ストレスの実態を明らかにするとともに、従事した災害対策業務やソーシャル・サポート等の惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因を明らかにすることを目的とする。なお、研究1の対象と異なり、発災直後から被災地で活動してきた警察職員は、危険な活動や遺体関連業務等のさまざまな外傷体験を経験していると考えられるため、惨事ストレス反応の測定として「改訂出来事インパクト尺度（IES-R）」を加える。

### 第2節 方法

#### 第1項 研究協力者

東日本大震災により地震や津波被害に加え、放射能災害を受けた福島県沿岸地域の3つの警察署において発災当時から対策業務に従事してきた福島県の警察職員126名で、有効回答は123名（有効回答率97.6%）であった。なお、「警察官」ではなく「警察職員」と称している理由は、発災直後の警察署では、会計課員等の警察事務職員も対策業務に従事しており、これらの人々を本研究の研究協力者の対象に加えたためである。

#### 第2項 調査時期

2012年9月12日から10月25日まで。東日本大震災の発生から、1年6か月から1年7か月後の時期であった。

### 第3項 調査方法

福島県警察において、東日本大震災後の健康管理支援の施策である「健康管理ワークショップ」を勤務警察署の近隣施設において受講した警察職員に対し、ワークショップ終了後に個別自記入形式の質問紙を配付した。

「健康管理ワークショップ」とは、警察本部厚生課の保健師による健康管理に関する研修(50分間)と臨床心理士である筆者によるグループ・ミーティング(70分間)の二部構成のものであり、東日本大震災の発災直後から被災地内で災害対策業務に従事してきた警察職員の心身の健康管理の増進を図ることを目的に、警察本部厚生課が開催した。

「健康管理ワークショップ」の内容を表5-1に示す。

表5-1 「健康管理ワークショップ」の内容

内容	担当
1 健康管理に関する研修	保健師
(1) ワークショップ全体の趣旨説明(5分)	
(2) 血管年齢の測定(5分)	
(3) 呼気中一酸化炭素濃度の測定(5分)	
(4) 脚力年齢の測定(10分)	
(5) 食生活に関する指導(10分)	
(6) 禁煙に関する指導(5分)	
(7) 運動習慣に関する指導(10分)	
2 グループ・ミーティング	臨床心理士
(1) グループ・ミーティングの趣旨及び留意事項の説明(5分)	
(2) 惨事ストレス反応に関する説明(心理教育)(5分)	
(3) ストレス対処方法としての臨床動作法の指導(10分)	
(4) 参加者の発災直後の業務に関する語り(20分(1人当たり約2分))	
(5) 参加者の考えや感情に関する語り(フリートーキング)(25分)	
(6) まとめ(5分)	

研究倫理の配慮については、次のとおり手続きを行った。福島県警察本部厚生課の保健師とともに調査項目を検討し、調査協力者の負担を考慮し、選定を行った。そして、筆者の所属機関の所属長に対して、研究倫理の配慮の手続きを説明し、調査実施の承認を得た。さらに、筆者の所属機関の惨事ストレス対策検討委員会においても、研究倫理の配慮の手続きについて説明し、同委員会より調査実施の承認を得た。調査協力者に対しては、回答は任意であり、無記名により記入すること、回答を途中で止めてもかまわないこと、不調を感じた場合は福島県警察本部の保健師が相談に応じることを伝えた。調査協力に同意を

した者からの回答を得た。提出を受けた研究協力者の回答を分析した。回答に要した時間は、約 10 分間であった。

#### 第 4 項 質問紙の構成

本調査の質問紙の構成内容を表 5 - 2 に示す。質問紙の内容は資料 2 - 2 に掲載する。

表 5 - 2 研究 2 の質問紙の構成

1	基本属性
2	震災時に従事した業務，最も大変であった業務とその従事日数
3	災害対策業務に関して強いストレスを感じた体験
4	対策業務従事後に行ったストレス対処
5	対策業務後に職場でなされた配慮
6	外傷性ストレス反応尺度（改訂出来事インパクト尺度；IES-R） （Asukai et al., 2002）
7	バーンアウト尺度（久保・田尾，1992）
8	日本語版ソーシャル・サポート尺度（岩佐他，2007）
9	精神的回復力尺度（小塩他，2002）

##### (1) フェイスシート

性別，年代，婚姻状況，職種，階級，警察職員としての経験年数について回答を求めた。

##### (2) 震災時に従事した業務，最も大変であった業務とその従事日数

広域災害の被災地内の警察で発災直後から活動してきた警察職員の活動状況を明らかにするため，震災時に従事した災害対策業務を多重回答によりたずねた。また，ストレスフルな災害対策業務を明らかにするため，最も大変であった災害対策業務とその日数をたずねた。業務の選択肢については，B 県警察本部厚生課と検討し，「避難誘導」，「緊急交通路の確保」，「救出・救助」，「行方不明者捜索」，「遺族支援」，「警ら」，「交通対策」，「避難所の慰問」，「原発事故対策」，「部隊の受援」，「物資の輸送」，「警察情報通信体制の確立」とした。

##### (3) 災害対策業務に関して強いストレスを感じた体験

被災地における警察活動による心理的ストレスの状況を明らかにするため，「災害対策業務に関して強いストレスを感じた体験」について，「自分自身に危険を感じた」，「放射能被

爆の危険を感じた」、「凄惨な遺体の扱い」、「自分自身が負傷した」、「同僚等の殉職」、「被災者の心情の傾聴」を選択肢として、多重回答によりたずねた。

#### (4) 災害対策業務後に行ったストレス対処方法

ストレス対処について明らかにするため、対策業務後に行ったストレス対処方法として、「上司や同僚との会話」、「家族との会話」、「職場以外の友人との会話」、「運動や趣味」、「睡眠や休養」、「飲酒」を選択肢として、多重回答によりたずねた。

#### (5) 災害対策業務後に職場でなされた配慮

災害対策業務後に職場でなされた配慮について、「体調の気遣い」、「休憩時間の確保」、「語り合いの場の設定」、「相談やメンタルヘルス機関の利用」、「配慮なし」を選択肢として、多重回答によりたずねた。

#### (6) 改訂出来事インパクト尺度 (IES-R)

外傷性ストレス反応を測定するため、「改訂出来事インパクト尺度 (IES-R)」(Asukai et al., 2002) を用いた。IES-R は 22 項目からなり、質問項目に示された症状について、「全くなし」から「非常に」まで、0 点から 4 点までの範囲をとる。

IES-R は、外傷的体験の記憶がよみがえったり、動機や発汗などの身体生理反応である「侵入症状」、外傷的体験を想起させる出来事や状況を避けたり、体験の一部を思い出せないなどの「回避症状」、些細な刺激にも過剰に反応するなどの「覚醒亢進症状」の 3 つの下位尺度から構成される。

#### (7) バーンアウト尺度

燃え尽き症候群の状態を測定するバーンアウト尺度 (久保・田尾, 1992) で、研究 1 と同一である。

#### (8) 日本語版ソーシャル・サポート尺度

ソーシャル・サポートの状態を測定する日本語版ソーシャル・サポート尺度 (岩佐他, 2007) で、研究 1 と同一のものである。



## (9) 精神的回復力尺度

精神的回復力を測定する「精神的回復力尺度」(小塩他, 2002) で, 研究 1 と同一である。

### 第 3 節 結果

#### 第 1 項 基本属性

回収された全研究協力者 126 名のうち, 全項目の 3 分の 1 以上の未回答の項目があるなど, 回答に不備のあった 3 件を除外し, 有効回答は 123 名 (有効回答率 97.6%) であった。基本属性の内訳を表 5-3 に示す。

表 5-3 研究協力者の基本属性 (N=123)

属性				属性			
	属性	人数	(%)		属性	人数	(%)
性別	男性	114	92.7	階級	巡査・係員	48	39.0
	女性	9	7.3		巡査部長・主任	34	27.6
年代	20 代	27	22.0		警部補・係長	34	27.6
	30 代	41	33.3		警部・課長	7	5.7
	40 代	21	17.1	経験年数	3 年未満	3	2.4
	50 代	34	27.6		3-5 年未満	13	10.6
婚姻	未婚	30	24.4		5-10 年未満	30	24.4
	既婚	90	73.2		10-15 年未満	14	11.4
	死別・離別	3	2.4		15-20 年未満	15	12.2
職種	警察官	108	87.8	20 年以上	48	39.0	
	事務職員	15	12.2				

年代は, 20 代から 50 代まで大きな偏りはなかった。婚姻状態については, 約 73%が既婚者であった。職種については, 警察署の会計課員として発災時に物資の調達や搬送等を行った一般職員が約 12%いた。階級については, 一番下の階級である「巡査・係員」が 39%であったが, 「巡査部長・主任」と「警部補・係長」とともに約 28%おり, 警察署の課長を務める「警部」は約 6%であった。経験年数については, 「3 年未満」が約 2%いたが, 若手からベテランまで大きな偏りがなく構成されていた。

## 第2項 東日本大震災発災時に従事した業務

研究協力者が東日本大震災の発災時に従事した業務と件数を複数回答によりたずねたところ、123名より578件の回答を得た（表5-4）。1人で複数の業務に従事した者も多かった。

表5-4 東日本大震災発災時に従事した業務(N=123)

業務	件数	比率 (%)	業務	件数	比率 (%)
行方不明者の捜索	91	74.0	緊急交通路の確保	36	29.3
避難誘導	80	65.0	原発事故対策	32	26.0
救出救助	69	56.1	物資の輸送	25	20.3
パトロール	66	53.7	遺族支援	19	15.4
検視、遺体見分	55	44.7	部隊の受援	14	11.4
避難所の慰問	48	39.0	警察通信体制の確立	6	4.9
交通対策	37	30.1			

「行方不明者の捜索」に74.0%(91件)、「避難誘導」に65.0%(80件)、「救出救助」に56.1%(69件)の回答者が従事しており、発災直後の心身に強い負荷がかかる業務に回答者の過半が従事していた。その他にも、震災による死者の「検視、遺体見分」に44.7%(55件)、遺体安置所における「遺族支援」に15.4%(19件)が従事しており、心理的負担が強い遺体関連業務（重村，2012）にも多くの者が従事していた。

## 第3項 災害対策業務のうち最も大変であった業務及びその業務の従事期間

回答者が災害対策業務のうち「最も大変であった業務」について、109名から回答を得た（表5-5）。最も大変であった業務は、「行方不明者の捜索」が20.2%(22件)と最も多く、「救出・救助」と「検視、遺体見分」がそれぞれ18.3%(20件)であった。

表5-5 災害対策業務のうち最も大変であった業務(n=109)

業務	件数	比率 (%)
行方不明者の捜索	22	20.2
救出・救助	20	18.3
検視、遺体見分	20	18.3
避難誘導	12	11.0
遺族支援	9	8.3
原発事故対策	7	6.4
その他	17	15.6

また、最も大変であった災害対策業務の従事期間をたずねたところ、110名から回答を得た（表5-6）。「1～10日」が30.0%（33件）と最も多く、「3か月以上」が29.1%（32件）であった。回答者が最も大変であったと感じている災害対策業務は、その従事期間のみによらないことが明らかになった。

表5-6 最も大変であった災害対策業務の従事期間（n=110）

期間	件数	比率（%）
1～10日	33	30.0
3か月以上	32	29.1
1か月以上2か月未満	15	13.6
2か月以上3か月未満	11	10.0
21～30日	11	10.0
11～20日	8	7.3

#### 第4項 災害対策業務に関して強いストレスを感じた体験

回答者が災害対策業務に関して強いストレスを感じた体験を多重回答によりたずねたところ、122名から377件の回答を得た（表5-7）。「放射能被爆の危険」が73.8%（90件）と最も多く、「同僚等の殉職」が63.9%（78件）、「凄惨な遺体の扱い」が56.6%（69件）であった。

表5-7 災害対策業務に関して強いストレスを感じた体験（n=122）

体験	件数	比率（%）
放射能被爆の危険	90	73.8
同僚等の殉職	78	63.9
凄惨な遺体の扱い	69	56.6
自分の身に危険を感じたこと	63	51.6
被災者の心情に接したこと	56	45.9
自分の負傷	10	8.2
その他	11	9.0

#### 第5項 災害対策業務後に行ったストレス対処

回答者が災害対策業務後に行ったストレス対処を多重回答によりたずねたところ、121名から336件の回答を得た（表5-8）。「上司や同僚との会話」が71件と最も多く、「睡

眠，休養」が68件，「家族との会話」が67件であった。ソーシャル・サポートと休息が多く挙げられたが，「飲酒」も49件であり，回答者の40%が災害対策業務とのストレス対処として飲酒していた。

表5-8 災害対策業務後に行ったストレス対処 (n=121)

ストレス対処	件数	比率 (%)
上司や同僚との会話	71	58.7
睡眠，休養	68	56.2
家族との会話	67	55.4
飲酒	49	40.5
運動，趣味	47	38.8
職場以外の友人との会話	34	28.1

#### 第6項 災害対策業務後に職場でなされた配慮

回答者が災害対策業務後に職場でなされた配慮を多重回答によりたずねたところ，119名から179件の回答を得た(表5-9)。「体調の気遣い」が59.7%(71件)と最も多く，「休憩時間の確保」が37.0%(44件)，「語り合いの場の設定」が18.5%(22件)であった。しかし，「配慮なし」も17.6%(21件)あった。

表5-9 災害対策業務後に職場でなされた配慮 (n=119)

配慮	件数	比率 (%)
体調の気遣い	71	59.7
休憩時間の確保	44	37.0
語り合いの場の設定	22	18.5
相談，メンタルヘルス機関の利用	21	17.6
配慮なし	21	17.6

#### 第7項 災害対策業務を踏まえて，惨事ストレス対策に必要と思う施策

回答者が災害対策に従事した経験を踏まえて，惨事ストレス対策に必要と思う施策を多重回答によりたずねたところ，120名から382件の回答を得た(表5-10)。「積極的な休暇の取得」が81.7%(98件)と最も多く，「家族への支援」が49.2%(59件)，「グループ・ミーティング」が30.8%(37件)，「幹部への惨事ストレス対策の研修」が29.2%(35件)であった。

表5-10 惨事ストレス対策に必要と思う施策 (n=120)

施策	件数	比率 (%)
積極的な休暇の取得	98	81.7
家族への支援	59	49.2
グループ・ミーティング	37	30.8
幹部への惨事ストレス対策の研修	35	29.2
惨事ストレス対策の事前研修	31	25.8
警察職員としての誇りと使命感の醸成	25	20.8
相談窓口の設置	12	10.0

## 第8項 改訂出来事インパクト尺度 (IES-R) の結果及び IES-R に影響を及ぼす要因の検討

### (1) IES-R の結果

外傷性ストレス反応の測定尺度である IES-R の平均点は 16.6 点 (SD=14.058, N=121) であり、カットオフポイントである 25 点を越えた者は 35 名 (28.5%) であった。下位尺度ごとの平均点については、「侵入」が 6.3 点、「回避・麻痺」が 6.5 点、「過覚醒」が 3.9 点であった。IES-R の合計得点の分布状況を表 5-11 に示す。

表 5-11 IES-R の得点分布 (N=121)

点数	人数	比率 (%)	累計比率 (%)
0~9	46	38.0	38.0
10~19	28	23.2	61.2
20~24	12	9.9	71.1
25~34	23	19.0	90.1
35 点以上	12	9.9	100.0

### (2) IES-R に影響を及ぼす要因の検討

外傷性ストレス反応に影響を及ぼす要因を明らかにするために、IES-R 得点を基準変数とし、基本属性の各項目、震災時に従事した業務(表 5-3 に示した業務)、最も大変であった業務(表 5-4 に示した業務のうち、「その他」を除いたもの)、災害対策業務に関して強いストレスを感じた体験(表 5-6 に示した体験のうち、「その他」を除いたもの)、対策業務従事後に行ったストレス対処(表 5-7 に示した体験)、対策業務後に職場でなされた配慮(表 5-8 に示した配慮(「配慮なし」を含む))、ソーシャル・サポート尺度の下位尺度(家族のサポート、大切な人のサポート、友人のサポート)、精神的回復力尺度の下位尺度(新奇性の追求、感情調整、肯定的な未来志向)を説明変数とする重回帰分析(変数増

加法)を行った。解析の結果、説明率は31.2%で、説明率の検定は1%水準で有意であった ( $F=6.958$ ,  $df=3, 113$ )。標準回帰係数が有意であった変数の標準回帰係数及び単相関係数を表5-12に示す。

発災後に被災者の心情に接することに強いストレスを感じていた人、対策業務後にメンタルヘルス機関を利用していた人が、IES-R得点が高かった。一方、精神的回復力尺度の下位尺度である感情調整の得点が高かった人が、IES-R得点が低かった。

表5-12 IES-Rに対する重回帰分析の結果

変数	標準偏回帰係数	単相関係数
被災者の心情に接することに強いストレスを感じた	.261**	.249**
対策業務後に相談やメンタルヘルス機関を利用した	.215*	.219*
感情調整得点	-.202*	-.215*

\* $p<.05$  \*\* $p<.01$

## 第9項 バーンアウトの結果及びバーンアウトに影響を及ぼす要因の検討

### (1) バーンアウトの結果

バーンアウト尺度の合計得点の平均点は、46.3点 (SD=10.10, N=123) であった。バーンアウトのハイリスク状態として、総得点の60%である51点以上の注意段階にあった者が35.0% (43名) いた。

下位尺度ごとにみると、「情緒的消耗感」の平均点は13.3点 (SD=4.20, N=123) であった。ハイリスク状態として、注意段階以上にあった者が35.8% (44名) であった。「脱人格化」の平均点は11.9点 (SD=4.30, N=123) であった。ハイリスク状態として、注意段階以上にあった者が14.6% (18名) であった。「個人的達成感の低下」の平均点は14.9点 (SD=4.49, N=123) であった。ハイリスク状態として、注意段階以上にあった者が32.5% (40名) であった。

### (2) バーンアウトに影響を及ぼす要因の検討

バーンアウトに影響を及ぼす要因を明らかにするため、バーンアウト尺度得点を基準変数とし、基本属性の各項目、震災時に従事した業務(表5-5に示した業務)、最も大変であった業務(表5-5に示した業務のうち、「その他」を除いたもの)、災害対策業務に関して強いストレスを感じた体験(表5-7に示した体験のうち、「その他」を除いたもの)、対

策業務従事後に行ったストレス対処(表5-8に示した体験), 対策業務後に職場でなされた配慮(表5-9に示した配慮(「配慮なし」を含む)), ソーシャル・サポート尺度の3つの下位尺度のうちバーンアウト尺度得点と相関が強かった「友人のサポート」得点, 精神的回復力尺度の3つの下位尺度(新奇性追求, 感情調整, 肯定的な未来志向), をそれぞれ説明変数とする重回帰分析(変数増加法)を行った。

バーンアウト尺度の各下位尺度の得点に対する重回帰分析の結果について, 投入された変数の標準回帰係数及び単相関係数を表5-13に示す。

表5-13 バーンアウト尺度得点に対する重回帰分析の結果

変数	標準偏回帰係数	単相関係数
性別(1:男性, 2:女性)	.145*	.265**
感情調整得点	-.380*	-.532**
肯定的な未来志向得点	-.229**	-.500**
友人のサポート得点	-.338**	-.349**

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$

解析の結果, 説明率は42.4%で, 説明率の検定は1%水準で有意であった( $F=22.941$ ,  $df=4, 118$ )。「性別」がバーンアウト尺度得点に正の影響を及ぼしていた。

一方, 精神的回復力尺度の下位尺度である「感情調整」得点及び「肯定的な未来志向」得点, ソーシャル・サポート尺度の下位尺度である「友人のサポート」得点が, バーンアウト尺度得点に負の影響を及ぼしていた。

女性がバーンアウト尺度得点が高かった。一方, 困難な状況下で感情調整ができ, 自分の将来を肯定的に感じ, 友人からのサポートを多く受けていると感じている人ほど, バーンアウト尺度得点が低かった。

#### 第4節 考察

本節では, 第1項で結果をまとめ, 第2項で東日本大震災の被災地内で発災直後から活動した警察職員の惨事ストレスについて考察する。

##### 第1項 結果のまとめ

外傷性ストレス反応の尺度である「改訂出来事インパクト尺度」(IES-R)のハイリスク

者は 28.5%に上り、本研究と同じ IES-R を用いて調査された東日本大震災の被災地の消防本部勤務の消防職員の 15.4%（大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会，2013）よりも高かった。また、バーンアウト状態にあった者も約 3 割いた。したがって、東日本大震災の被災地内で発災直後から対策業務に従事してきた警察職員において、発災から 1 年 6 か月経過した後でも、惨事ストレス反応が高率で見られることが示唆された。救出・救助、行方不明者の捜索、検視・遺体見分という危険を伴う活動や遺体を扱う業務に多くの者が従事しており、それらの活動が「最も大変であった業務」として挙げられていた。発災直後の被災地内の警察では、外傷体験となりうる災害対策活動に多くの職員が従事していた。

惨事ストレス反応に影響を及ぼす可能性がある要因として、被災者の心情に接することに強いストレスを感じた経験が推定された。惨事ストレス反応を緩和する可能性がある要因として、精神的回復力や友人のサポートが推定された。

## 第 2 項 研究 3 への課題

研究 2 では、東日本大震災の被災地において、発災直後から対策業務に従事した警察職員のストレス、惨事ストレスの状態、惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因を検討した。このようなストレスや惨事ストレス反応が、警察職員の惨事ストレス反応として普遍的なものなのか、広域の津波災害の対策業務に特有のものなのかについて、明らかにされていない。そこで、研究 3 では、広域の津波災害ではない災害対策業務に従事した警察職員のストレスやストレス状況を検討する。

研究 3 では、広域災害以外の災害対策業務に従事した警察職員における、惨事ストレス反応や精神健康を規定する要因及び緩和する要因を検討する。



## 第6章 火山噴火災害の対策業務に従事した警察官の惨事ストレス（研究3）

第6章では、本研究の第一の目的に沿って、火山噴火災害の発生直後より対策業務に従事した、警察官の惨事ストレスの実態を明らかにするとともに、警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因及び緩和する要因を明らかにする。

### 第1節 目的

本研究では、御嶽山火山噴火災害の対策業務に従事した警察官の惨事ストレスの実態を明らかにすることを第一の目的とする。惨事ストレスの指標として、PTSDのスクリーニングとして高い精度を有し、外傷性ストレス反応を詳細に測定できる「日本語版外傷後ストレス診断尺度」(PDS)の他、全般的な精神的健康面(GHQ-12)及び不安と抑うつ(K6)についても測定し、外傷性ストレス反応以外のストレス反応も明らかにすることにより、災害対策業務に従事した警察官の惨事ストレスを詳細に検討する。そして、外傷性ストレス反応の研究において、精神的回復力の測定について諸外国で用いられている「コナー・デビッドソン回復力尺度」を使用し、火山噴火災害の対策業務に従事した警察官の惨事ストレス反応を緩和する要因を明らかにすることを第二の目的とする。

### 第2節 方法

#### 第1項 研究協力者

2014年9月27日に発生した御嶽山火山噴火災害の対策業務に従事したB県警察職員146名を対象とした。

#### 第2項 調査時期

2015年1月28日から2月12日まで。御嶽山火山噴火災害の発災から4か月、当面の対策業務の終了から約3か月が経過した時期であった。

#### 第3項 調査方法

個別自記入形式の質問紙調査で実施された。B県警察本部厚生課が、御嶽山火山噴火災害の対策業務従事職員の名簿に基づき、従事職員の所属に質問票を送付した。回収は、回

答者が各自厳封して、部内郵便により B 県警察本部厚生課に返送する形で行った。

研究倫理の配慮については、次のとおり手続きを行った。B 県警察本部厚生課の保健師とともに調査項目を検討し、調査協力者の負担を考慮し、選定を行った。そして、筆者の所属機関の所属長に対して、研究倫理の配慮の手続きを説明し、調査実施の承認を得た。さらに、筆者の所属機関の惨事ストレス対策検討委員会においても、研究倫理の配慮の手続きについて説明し、同委員会より調査実施の承認を得た。調査協力者に対しては、回答は任意であり、無記名により記入すること、回答を途中で止めてもかまわないこと、不調を感じた場合は B 県警察本部の保健師が相談に応じることを伝えた。調査協力に同意をした者からの回答を得た。提出を受けた研究協力者の回答を分析した。回答は無記名で行われたが、惨事ストレス状態の職員がいた場合は保健師による援助を実施するため、回答票に通し番号を付した。回答に要した時間は、約 15 分間であった。

#### 第 4 項 調査内容

質問紙は、基本属性、従事した業務、従事後のストレス対象方法、従事前のストレスや相談相手等、ストレス症状の尺度、精神的回復力尺度から構成されていた。質問紙の構成を表 6 - 1 に示す。質問紙の内容は資料 3 - 2 に掲載する。

表 6 - 1 質問紙の構成

1	基本属性
2	災害対策として従事した業務内容
3	従事日数
4	従事後に行ったストレス対処方法
5	従事前の日常（不安やストレスがある場合はその内容，相談相手）
6	精神健康調査票 12 項目版（GHQ-12）
7	K6 日本語版（不安，抑うつ症状）（古川他，2003）
8	日本語版コナー・デビッドソン回復力尺度（中島他，2010）
9	日本語版外傷後ストレス診断尺度（長江他，2007）

##### (1) フェイスシート

基本属性については、10 歳代刻みの年代、性別、職種、勤務部門、階級、職員としての経験年数、婚姻状況、同居家族の有無の回答を求めた。

## (2) 災害対策として従事した業務内容

今回の火山噴火災害の対策として従事した業務を多重回答によりたずねた。選択肢については、C 県警察と検討の上、「救護」、「行方不明者の捜索」、「検視、遺体見分」、「行方不明者相談」、「家族支援」、「遺留品対策」、「航空隊・ヘリテレ」、「装備」、「交通対策」、「部隊の受援」、「広報」、「指揮・庶務」、「その他」とした。

## (3) 災害対策業務の従事日数

今回の火山噴火災害の対策業務に従事した日数について、実数をたずねた。

## (4) 災害対策業務従事後に行ったストレス対処方法

災害対策業務の従事後に行ったストレス対処方法を多重回答により回答を求めた。選択肢は、「一緒に従事した同僚等との会話」、「一緒に従事しなかった同僚等との会話」、「家族との会話」、「職場以外の友人知人との会話」、「運動・趣味」、「睡眠・休養」、「飲酒・喫煙」、「構成部門による相談」、「外部メンタルヘルス機関の利用」、「その他」とした。

## (5) 災害対策従事前の仕事や職業生活における心配事とその相談相手

災害対策業務の従事前における、仕事や職業生活での心配事の有無、その内容とその相談相手を多重回答によりたずねた。仕事や職業生活での心配事を選択肢は、「仕事の量」、「仕事の質」、「仕事の適性」、「昇任・昇給」、「職場の人間関係」、「情報化への対応」、「配置転換」、「事故や災害の経験」、「転勤に伴う転居」、「その他」とした。相談相手の選択肢は、「上司」、「同僚」、「家族」、「友人」、「産業医」、「保健師」、「カウンセラー」、「その他」とした。

## (6) 災害対策従事前の家庭や個人生活における心配事とその相談相手

災害対策業務の従事前における、家庭や個人生活での心配事の有無、その内容とその相談相手を多重回答によりたずねた。家庭や個人生活での心配事を選択肢は、「自分の出来事」、「家族や親族の出来事」、「金銭関係」、「事件・事故・災害の経験」、「住環境の変化」、「他人との人間関係」、「その他」とした。相談相手の選択肢は上記(5)と同一であった。

## (7) 精神健康調査票

精神健康調査票 12 項目版 (GHQ-12) は, Goldberg(1978)により開発された精神的健康を測定する尺度である。本研究では, 日本語版として中杉・大坊 (1985) を用いた。得点が高いほど気分・不安症状があるとされる。

本研究では, 12 の質問項目に対して, 「できた」, 「いつもと変わらなかった」, 「できなかった」, 「全くできなかった」の 4 段階で回答を求め, それぞれを 0-0-1-1 点としたので, 総得点は 0 点から 12 点となる。Furukawa et al. (2001)によると, 7 点以上が精神疾患のハイリスク状態と判定される。

## (8) 日本語版気分・不安障害調査票 (K6)

日本語版気分・不安障害調査票 (K6) は, Kessler et al. (2002)により開発された, 加過去 30 日間の不安と抑うつを測定する尺度で, 気分障害・不安障害のスクリーニング・テストである。本研究では, 日本語版として古川ら (2003) を用いた。6 項目から構成され, 各項目の得点は 0 点から 4 点であり, 総得点は 0 点から 24 点となる。得点が高いほど気分・不安障害の可能性が高い状態とされる。Kessler et al. (2002)によると, 5 点以上が気分障害・不安障害のハイリスク状態と判定される。

## (9) 日本語版コナー・デビッドソン回復力尺度

コナー・デビッドソン回復力尺度は, Connor & Davidson(2003)により開発された, 心理的な回復力を測定する尺度である。外傷性ストレス反応の研究において, 精神的回復力の測定について諸外国で用いられている。25 項目から構成され, 各項目の得点は 0 点から 4 点であり, 総得点は 0 点から 100 点となる。

本研究では, 日本語版として標準化されている中島・金・小西・伊藤・白井 (2009) による「日本語版コナー・デビッドソン回復力尺度」25 項目版を採用した。オリジナル版及び日本語版ともに, 1 因子構造となっている。

## (10) 日本語版外傷後ストレス診断尺度 (PDS)

外傷性ストレス反応の測定には, PTSD のスクリーニングとして高い精度を有し, 外傷性ストレス反応を詳細に測定できる日本語版外傷後ストレス診断尺度 (PDS) (長江他, 2007)

を採用した。PDS は、DSM-IV（精神疾患の診断・統計マニュアル第4版）（American Psychiatric Association, 1994）の PTSD の診断基準項目に合致した質問項目から構成されている（金・加藤, 2013）。PDS は、外傷性ストレス反応による社会生活機能の障害についても確認でき、ハイリスク者のスクリーニングとして有用であるため、本研究で採用した。

### 第3節 結果

#### 第1項 基本属性

調査項目の3分の1以上を回答していない回答者を除き、124名を有効回答とした。有効回答率は84.9%であった。基本属性の内訳を表6-2に示す。

表6-2 研究協力者の基本属性 (N=124)

属性	人数	(%)	属性	人数	(%)
性別 男性	124	100.0	階級 巡査	72	58.5
年代 20代	67	54.5	巡査部長	27	22.0
30代	38	30.9	警部補	17	13.8
40代	14	11.3	警部	5	4.1
50代	4	3.3	警視	2	1.6
婚姻 未婚	54	45.4	経験年数 3年未満	24	19.5
既婚	64	53.8	3-5年未満	31	25.2
死別・離別	1	0.8	5-10年未満	26	21.1
職種 警察官	124	100.0	10-15年未満	21	17.1
			15-20年未満	7	5.7
			20年以上	14	11.4
			同居家族 独り暮らし	52	44.4
			2人以上	65	55.6

回答者の全員が男性警察官であった。回答者の年代は、20歳代と30歳代で85.4%を占めていた。回答者の階級は、「巡査」が39.0%と最多であり、「巡査部長」と「警部補」がそれぞれ27.6%であった。同居家族については、「独り暮らし」が44.4%、「2人以上」が55.6%であった。

#### 第2項 火山噴火災害の対策として従事した業務及び従事日数

##### (1) 従事した災害対策業務

御嶽山火山噴火災害に際して従事した業務について、124名より182件の回答を得た。大半の回答者が複数の業務に従事していた。従事業務の内訳を表6-3に示す。

表6-3 従事した対策業務 (N=124)

業務	件数	比率 (%)
行方不明者捜索	105	84.7
遺体搬送	27	21.8
指揮・庶務	11	8.9
検視, 遺体見分	9	7.3
行方不明者相談	9	7.3
装備	9	7.3
救護	6	4.8
応援部隊の受援	4	3.2
その他	8	6.5

「行方不明者捜索」が84.7%(105名)と最も多く、「遺体搬送」が21.8%(27名)であった。大半の者が災害現場の活動に従事していた。対策本部における「指揮・庶務」が8.9%(11名)、「検視, 遺体見分」, 行方不明者の家族等から相談を受ける「行方不明者相談」, 対策業務に必要な装備品の調達等の「装備」がそれぞれ7.3%(9名)であった。発災直後に現地に急行して負傷者を助ける「救護」が4.8%(6名)であった。

## (2) 対策業務に従事した日数

回答者が災害対策業務に従事した日数を表6-4に示す。約半数の回答者が4日以内であった。11日以上に長期に活動していた者は5.6%(7名)であった。

表 6-4 災害対策業務に従事した日数 (N=124)

従事日数	件数	比率 (%)
1~2 日	39	31.5
3~4 日	24	19.4
5~6 日	22	17.7
7~8 日	16	12.9
9~10 日	4	3.2
11 日以上	7	5.6
無回答	12	9.7

### 第 3 項 火山噴火災害の業務後に行ったストレス対処方法

回答者が火山噴火災害の業務従事後に行ったストレス対処方法について、多重回答によりたずねたところ、116 名から 332 件の回答を得た (表 6-5)。

表 6-5 業務従事後に行なったストレス対処方法 (n=116)

ストレス対処方法	件数	比率 (%)
睡眠・休養	85	73.3
一緒に活動した同僚等との会話	74	63.8
運動・趣味	56	48.3
家族との会話	51	44.0
一緒に活動しなかった同僚等との会話	35	30.2
飲酒・喫煙	27	23.3
その他	4	3.4

「睡眠・休養」を行っていた者は 73.3% (85 名) であり、「運動・趣味」を含め、セルフケアを行っていた者は半分以上見られた。また、「一緒に活動した同僚等との会話」を行っていた者は 63.8% (74 名)、「家族との会話」が 44.0% (51 名)、「一緒に活動しなかった同僚等との会話」が 30.2% (35 名) であり、多くの回答者がソーシャル・サポートを活用していた。一方、「飲酒・喫煙」によりストレス対処していた者が 23.3% (27 名) いた。

### 第 4 項 災害対策業務従事前の日常生活の心配事及び相談相手

#### (1) 仕事や職業生活での心配事及び相談相手

仕事や職業生活での心配事について、「あり」と回答した者は 12 名 (9.8%)、「なし」と回答した者は 111 名 (90.2%) であった。12 名から 23 件得られた仕事や職業生活での心

配事の内容を表 6 - 6 に示す。

表 6 - 6 仕事や職業生活での心配事の内容(n=12)

心配事の内容	件数	比率 (%)
職場の人間関係	6	50.0
仕事の適性	5	41.7
仕事の質	4	33.3
仕事の量	4	33.3
その他	4	33.3

「職場の人間関係」が 50.0% (6 件) と最も多く、「仕事の適性」が 41.7% (5 件) であった。災害対策業務の従事前において、仕事や職業生活での心配事を持っている者は多くはなかった。

仕事や職業生活に関する心配事を相談する相手が「いる」と回答した者は 115 名 (92.7%)、「いない」と回答した者は 9 名 (7.3%) であった。相談相手の回答状況を表 6 - 7 に示す。

表 6 - 7 仕事や職業生活での心配事の相談相手(n=115)

相談相手	件数	比率 (%)
同僚	99	86.1
上司	77	67.0
家族	66	57.4
友人	41	35.7
保健師	1	0.9

仕事や職業生活に関する心配事を相談する相手は、「同僚」が 86.1%(99 件) と最も多く、「上司」が 67.0%(77 件)、「家族」が 57.4%(66 件) であった。

## (2) 家庭や個人生活に関する心配事とその相談相手

家庭や個人生活での心配事について、「あり」と回答した者は 13 名 (10.7%)、「なし」と回答した者は 108 名 (89.3%) であった。家庭や個人生活での心配事の内容を表 6 - 8 に示す。



表 6－8 家庭や個人生活での心配事の内容 (n=13)

心配事の内容	件数	比率 (%)
家族や親族の出来事	8	61.5
自分の出来事	4	30.8
その他	2	15.4

「家族や親族の出来事」が 61.5%(8 件)と最も多く、「自分の出来事」が 30.8%(4 件)であった。

家庭や個人生活に関する心配事を相談する相手が「いる」と回答した者は 103 名 (84.4%)、「いない」と回答した者は 19 名 (15.6%) であった。相談相手の回答状況を表 6－9 に示す。

表 6－9 過程や個人生活での心配事の相談相手 (n=103)

相談相手	件数	比率 (%)
同僚	84	81.6
家族	77	74.8
上司	64	62.1
友人	63	61.2

家庭や個人生活に関する心配事を相談する相手は、「同僚」が 81.6%(84 件)と最も多く、「家族」が 74.8%(77 件)、「上司」が 62.1%(64 件)、「友人」が 61.2%(63 件)であった。

## 第 5 項 外傷後ストレス診断尺度 (PDS)

外傷後ストレス診断尺度 (PDS) の結果では、PTSD の診断基準を満たす者はいなかった。一方、全ての診断基準を満たしはしないが、一部の症状を示す部分 PTSD と認められた者と、診断基準を概ね満たすものの反応の持続期間が 1 か月未満の者が、それぞれ 1 名 (各 0.8%) であった。外傷性ストレス反応により日常生活に 1 か月以上の支障が続いていた者は、6 名 (4.9%) であった。

## 第 6 項 精神健康及び不安・抑うつ

### (1) 精神健康

精神的健康を測定する精神健康調査票（GHQ-12）について、12項目の $\alpha$ 係数は0.83（有効回答数124）であった。平均点は0.80点であり、カットオフポイント（4点以上）を超えてハイリスク状態であった者は、11人（8.1%）であった。

## (2) 不安・抑うつ

K6による不安・抑うつ状態について、平均点は1.40点であり、心理的ストレス反応を呈しているとされるカットオフポイント（5点以上）を超えていた者は12人（9.8%）であった。なお、そのうち、気分・不安障害相当とされる10点以上の者は5人（4.1%）、ハイリスクとされる13点以上は2人（1.6%）であった。

## 第7項 精神的回復力

コナー・デビッドソン回復力尺度は、平均は57.3点であった。25項目の $\alpha$ 係数は0.95（有効回答数121）で、高い信頼性が認められた。

## 第8項 外傷性ストレス反応に影響を及ぼす要因の検討

外傷性ストレス反応に影響を及ぼす要因を明らかにするために、PDSの外傷性ストレス反応の合計点数を基準変数とし、基本属性、個人または仕事に関する心配事の有無と相談相手の有無、従事後に行ったストレス対処方法（表6-5に示した方法）、精神的回復力尺度を説明変数とする重回帰分析（変数増加法）を行った。投入された変数と標準偏回帰係数を表6-10に示す。

表6-10 PDS得点に対する重回帰分析の結果

変数	標準偏回帰係数	単相関係数
仕事に関する心配事を同僚に相談（無:0, 有:1）	-.270**	-.192*
同居する家族の有無（無:1, 有:2）	-.206*	-.136

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$

解析の結果、説明率は10.8%で、説明率の検定は1%水準で有意であった（ $F=6.932$ ,  $df=2, 117$ ）。日頃から仕事に関する心配事を同僚に相談する警察官は、外傷性ストレス反応が低かった。また、家族と同居している警察官も外傷性ストレス反応が低かった。さらに、

PDS の下位尺度である侵入、回避・麻痺、覚醒亢進のそれぞれについても影響を及ぼす要因を明らかにするために、上記3つの下位尺度をそれぞれ基準変数とし、基本属性、心配事の相談相手、従事後に行ったストレス対処方法を説明変数とする重回帰分析を行った。解析の結果、得られた標準回帰係数及び単相関係数を表6-11から表6-13に示す。

表6-11 侵入症状に対する重回帰分析の結果

変数	標準偏回帰係数	単相関係数
行方不明者相談に従事（無:0, 有:1）	-.217**	.180*
救護活動に従事（無:0, 有:1）	.475**	.258**
職場以外の友人・知人との会話（無:0, 有:1）	-.185**	-.035
仕事に関する不安の有無（無:0, 有:1）	.311**	.251**
同居する家族の有無（無:1, 有:2）	-.220**	-.185**
個人に関する心配事を家族に相談（無:0, 有:1）	.224**	.125

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$

侵入症状に対する重回帰分析の解析の結果、説明率は47.9%で、説明率の検定は1%水準で有意であった（ $F=6.135$ ,  $df=16, 115$ ）。今回の火山噴火災害の業務に際し、救護活動に従事した警察官は、侵入症状が強く、「行方不明者相談」に従事した警察官は侵入症状が低かった。また、業務従事後のストレス対処として、「職場以外の友人・知人と会話」し、「家族と同居」している警察官は、侵入症状が低かった。一方、日常生活において、「仕事に関する不安」を持ち、「個人に関する心配事を家族に相談」している警察官は、侵入症状が高かった。

表6-12 回避・麻痺症状に対する重回帰分析の結果

変数	標準偏回帰係数	単相関係数
救護活動に従事（無:0, 有:1）	.319**	.214*
職場以外の友人知人との会話（無:0, 有:1）	-.199*	-.137
仕事での不安の有無（無:0, 有:1）	.348**	.315**
個人に関する心配事の有無（無:0, 有:1）	.266**	.446**

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$

回避・麻痺症状に対する重回帰分析の解析の結果、説明率は47.8%で、説明率の検定は1%水準で有意であった（ $F=5.671$ ,  $df=16, 115$ ）。今回の火山噴火災害の業務に際し、「救

「救護活動」に従事した警察官は回避・麻痺症状が高かった。業務従事後のストレス対処として、「職場以外の友人・知人と会話」した警察官は、回避・麻痺症状が低かった。また、「仕事での不安」を持ち、「個人に関する心配事」を持っている警察官は、回避・麻痺症状が高かった。

表 6-13 覚醒亢進症状に対する重回帰分析の結果

変数	標準偏回帰係数	単相関係数
経験年数	-.228**	-.053
救護活動に従事（無:0, 有:1）	.303**	.187*
睡眠・休養（無:0, 有:1）	.198*	.231**
仕事での不安の有無（無:0, 有:1）	.218*	.166
仕事の心配事を同僚に相談（無:0, 有:1）	-.182*	-.232**
個人に関する心配事の有無（無:0, 有:1）	.388**	.323**

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$

覚醒亢進症状に対する重回帰分析の解析の結果、説明率は 50.3%で、説明率の検定は 1%水準で有意であった ( $F=6.266$ ,  $df=16, 115$ )。経験年数が多いほど、覚醒亢進症状が低かった。今回の火山噴火災害の業務に際し、「救護活動」に従事した警察官は、覚醒亢進症状が高かった。業務従事後のストレス対処として、「睡眠・休養」を挙げた警察官は、覚醒亢進症状が高かった。「仕事での不安」を持ち、「個人に関する心配事」を持っている警察官は覚醒亢進症状が高かった。

## 第 9 項 精神健康に影響を及ぼす要因の検討

精神健康に影響を及ぼす要因を明らかにするために、GHQ-12 の合計点数を基準変数とし、基本属性、個人または仕事に関する心配事の有無と相談相手の有無、従事後に行ったストレス対処方法、精神的回復力尺度を説明変数とする重回帰分析（変数増加法）を行った。投入された変数と標準偏回帰係数を表 6-14 に示す。

表 6-14 GHQ-12 得点に対する重回帰分析の結果

変数	標準偏回帰係数	単相関係数
仕事の不安を上司に相談（無:0, 有:1）	-.361**	-.412**
個人的な心配事を同僚に相談（無:0, 有:1）	-.324**	-.208*
同居する家族の有無（無:1, 有:2）	-.288**	-.277**

\*\* $p < .01$

解析の結果、説明率は 30.9%で、説明率の検定は 1%水準で有意であった ( $F=17.004$ ,  $df=3, 117$ )。仕事の不安を「上司に相談」したり、個人的な心配事を「同僚に相談」する警察官は、精神健康が良好であった。また、「家族と同居」している警察官も精神健康が良好であった。

次に、不安や抑うつ状態に影響を及ぼす要因を明らかにするために、K6 の合計点数を基準変数とし、基本属性、個人または仕事に関する心配事の有無と相談相手の有無、従事後に行ったストレス対処方法、精神的回復力尺度を説明変数とする重回帰分析(変数増加法)を行った。投入された変数と標準偏回帰係数を表 6-15 に示す。

表 6-15 K6 得点に対する重回帰分析の結果

変数	標準偏回帰係数	単相関係数
仕事の不安を上司に相談（無:0, 有:1）	-.252**	-.288**
個人的な心配事を友人に相談（無:0, 有:1）	-.254**	-.176
同居する家族の有無（無:1, 有:2）	-.329**	-.298**

\*\* $p < .01$

解析の結果、説明率は 22.7%で、説明率の検定は 1%水準で有意であった ( $F=11.180$ ,  $df=3, 117$ )。仕事の不安を「上司に相談」したり、個人的な心配事を「友人に相談」する警察官は、不安や抑うつが低かった。また、「家族と同居」している警察官も不安や抑うつが低かった。

## 第 10 項 精神的回復力に影響を及ぼす要因の検討

精神的回復力尺度に影響を及ぼす要因を明らかにするために、コナー・デビッドソン回復力尺度の合計点数を基準変数とし、基本属性、個人または仕事に関する心配事の有無と

相談相手の有無，従事後に行ったストレス対処方法，精神的回復力尺度を説明変数とする重回帰分析（変数増加法）を行った。投入された変数と標準偏回帰係数を表 6-16 に示す。

表 6-16 コナー・デビッドソン回復力尺度得点に対する重回帰分析の結果

変数	標準偏回帰係数	単相関係数
一緒に活動した同僚等との会話（無:0，有:1）	.298**	-.303**
飲酒・喫煙（無:0，有:1）	-.255**	-.156

\*\* $p < .01$

解析の結果，説明率は 15.9%で，説明率の検定は 1%水準で有意であった（ $F=7.194$ ， $df=3, 117$ ）。今回の火山噴火災害の業務に際し，業務従事後のストレス対処として，「一緒に活動した同僚等と会話」した警察官は回復力が強く，「飲酒・喫煙」を挙げた警察官は回復力が低かった。

#### 第 4 節 考察

本節では，第 1 項で火山噴火災害の業務に従事した警察官の惨事ストレスについて考察し，第 2 項で次の研究への課題を示す。

##### 第 1 項 火山噴火災害の業務に従事した警察官の惨事ストレス

本研究の目的は，火山噴火災害の対策業務に従事した警察官の惨事ストレスの実態及び惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因を明らかにすることであった。本研究では，火山噴火災害の業務に従事した警察官において，外傷性ストレス反応は強く見られず，PTSD の診断基準を満たす者もいなかった。精神面の健康及び不安・抑うつの高リスク状態にあった者は，1 割程度見られた。

外傷後ストレス診断尺度得点に対して関連があった要因は，「仕事に関する心配事を同僚に相談したこと」，「家族と同居していること」であった。下位尺度別に見ると，侵入症状得点と関連のあった要因は，「救護活動に従事したこと」，「仕事に関する不安があること」，「個人に関する心配事を家族に相談していたこと」であった。回避・麻痺症状に関連のあった要因は，「救護活動に従事したこと」，「仕事に関する不安があること」，「個人に関する心配事があること」であった。覚醒亢進症状に関連のあった要因は，「救護活動に従事した

こと」、「ストレス対処として睡眠・休養を取ったこと」、「仕事に関する不安があること」、「個人に関する心配事があること」であった。すべての下位尺度に関連のあった要因は、「救護活動に従事したこと」、「個人に関する心配事があること」であった。

救護活動とは、火山噴火発生直後から、登山者の避難誘導や負傷者の救護に従事したというものであり、警察官自身が負傷の危険と隣り合わせの活動であった。したがって、救護活動中に自身の二次災害の恐怖等を感じたことが惨事ストレス反応に影響を及ぼしていると推定された。また、「個人に関する心配事」とは、仕事以外の自分自身や家族に関する心配事を指しており、外傷的体験以外にも、従前に個人的な側面の心配事を抱えていた警察官は惨事ストレス反応が強いことが明らかになった。

精神面の健康を測定する GHQ-12 の得点に負の影響を及ぼしていた要因は、「仕事の不安を上司に相談すること」、「個人的な心配事を同僚に相談すること」、「同居家族がいること」であった。不安・抑うつを測定する K6 の得点に負の影響を及ぼしていた要因は、「仕事の不安を上司に相談すること」、「個人的な心配事を友人に相談すること」、「同居家族がいること」であった。したがって、通常のスレス反応に負の影響を及ぼしていた要因は、「仕事の不安を上司に相談すること」と「同居家族がいること」であった。この結果から、上司や同僚に相談すること、同居家族の存在がストレス反応を緩和する要因として明らかになり、これらのソーシャル・サポートが通常のスレス対策として必要であることが示唆された。

精神的回復力尺度得点は、PDS, GHQ-12, K6 のいずれに対しても影響を及ぼしておらず、研究 1 及び研究 2 と異なる結果であった。

火山噴火対策業務後に行ったストレス対処方法として、「一緒に活動した同僚等との会話」や「家族との会話」が多く挙げられていた。したがって、職場の同僚や上司、家族のサポートがストレス反応の緩和に有効であると推定された。

## 第 2 項 次の研究への課題

本研究では、外傷性ストレス反応及び通常のスレス反応の実態とそれらに影響を及ぼす要因を明らかにした。その結果、同僚や上司、家族のサポートがストレス反応を緩和する要因となっていた。したがって、警察組織における惨事スレス対策を実施する上で、幹部職員がソーシャル・サポートの重要性を理解することが必要であると考えられた。そ

ここで、研究5では、警察職員同士のサポートに着目し、災害対策業務に関する体験を語り合うことにより惨事ストレスのケアに寄与できるかを明らかにすることを目的に、東日本大震災の発災直後から被災地内で災害対策業務に従事した警察職員を対象に実施したグループ・ミーティングの評価を検討する。そして、組織的な惨事ストレス対策として、仲間だけではなく上司によるサポートも不可欠であると考えられるので、研究6では、警察職員が上司に相談する意識の実態を検討する。さらに、部下の惨事ストレスをケアする幹部職員が惨事ストレス対策を理解している必要があるため、研究7では、警察幹部職員における惨事ストレス対策の理解の実態及び研修受講による惨事ストレスに関する認識の変化の検討を行う。

研究1から研究3では、津波による広域災害及び火山噴火災害の対策業務に従事した警察職員の惨事ストレスの実態を検討した。松井他（2011）は消防の幹部職員の惨事ストレスを検証しているが、警察における幹部職員の惨事ストレスの実態は明らかになっていない。松井他（2011）が検証した結果、消防の幹部職員は遅発性または遷延性の惨事ストレスを経験していることが推定された。警察においても、幹部職員の惨事ストレスは、遅発性または遷延性のものがあることが考えられる。研究4では、被災地内の警察幹部職員の惨事ストレスの実態を明らかにすることを目的とする。



## 第7章 広域災害により部下を殉職で失った警察幹部職員の惨事ストレスの探索的検討（研究4）

第7章では、本研究の第一の目的に沿って、広域災害により部下を殉職で失った、警察幹部職員の惨事ストレスの実態を明らかにするとともに、警察幹部職員の惨事ストレス反応の発生機序の過程を探索的に検討する。

### 第1節 目的

本研究では、東日本大震災の被災警察における幹部職員の惨事ストレス反応の発生と適応・回復の過程（以下、惨事ストレス過程と表記する。）を分析することを目的とする。この分析において、本研究では幹部職員の自責感に焦点を当てる。松井他（2011）において、消防の幹部職員の惨事ストレス反応の規定因として自責感が重要であると示唆されており、警察においても幹部職員の惨事ストレス反応でも自責感が高くなると考えられる。この自責感が時に強い状態と考えられる対象として、部下を殉職で失った幹部職員が考えられる。そこで、本研究では、部下を殉職で失った警察幹部職員を対象にして、同職員の惨事ストレスの実態及び惨事ストレス反応の発生機序の過程を探索的に検討することを目的とする。

### 第2節 方法

#### 第1項 研究協力者

研究協力者は東日本大震災の被災地の警察署の署長、副署長、課長級の幹部警察官9人であった。研究協力者の所属は6警察署にわたり、6警察署とも東日本大震災により殉職者が出ていた。研究協力者は、研究課題に関する豊富な情報を収集できると期待される対象者を、範囲や属性の選択基準を設定した上で選定する目的的サンプリング（Merriam, 2004）によって選択された。すなわち、本研究では、警察幹部職員が経験する惨事ストレス過程を明らかにするため、部下の殉職とその後の対応という強い惨事ストレスの要因となりうる体験をしている職員を選定した。研究協力依頼については、東日本大震災により殉職した警察官が勤務していた警察本部に研究協力者への連絡を依頼した。警察本部より内諾を得られた研究協力者に対し、著者が研究協力を依頼した。

なお、東日本大震災による殉職警察官は30名であり、その警察官の所属する警察署の署

長及び副署長の状況の記述により、個人の特定につながる可能性があるため、研究協力者の一覧の掲載を控えた。

## 第2項 データの収集方法

分析データは、研究実施者1名により、各研究協力者に対する半構造化面接により収集された。面接期間は、2012年8月から12月であった（東日本大震災の発災後1年5か月から1年9か月の間）。

面接内容について、表7-1に示すインタビューガイドを用い、発災当時の状況、当時から今日までの自身の心理状態、幹部特有の苦勞、自身の惨事ストレス状況、今後の幹部へのアドバイス等を聴取した。面接の記録については、録音すると話しづらい場合は速記により記録する旨を研究協力者に伝えたが、対象者が録音を躊躇する様子が見られた場合は、回答の任意性を担保するため、録音を控える旨を筆者より伝えた。結果として、8人の面接が速記により記録され、1人の面接が録音された。これらの面接記録を全て逐語録化した。1回あたりの所要時間は90分から120分であった。面接回数は全協力者とも各1回であった。

表7-1 インタビューガイド

領域	知りたい事柄	質問
発災当時の状況	幹部職員が置かれた状況	東日本大震災の発災直後からしばらく後までの署の状況を教えてください。
	幹部職員のストレスサー	その時に大変だったことを教えてください。
	幹部職員のストレス反応、心情	その時にどのように思われたかを教えてください。
部下の殉職	殉職者の状況	殉職された部下の方について教えてください。
	殉職者に対する心情（罪責感）	殉職された部下に対してどのように思われているかを教えてください。
ストレス対処、外傷後成長	災害対策時のストレス対処	大変な業務の中で、ご自身がどのように対処されていたかを教えてください。
	警察業務に寄与する体験、外傷後成長	全国の仲間あるいは後世の警察職員に伝えたい事があれば教えてください。

## 第3項 データの分析方法

半構造化面接により得られた逐語録をグラウンデッド・セオリー・アプローチ (Strauss

& Crobin, 1990; 才木クレイグヒル, 2013) を用いて分析した。作成した逐語録をテキストデータとし、意味の単位で区切り、表計算ソフトに表示させ、紙に印字した上で、文脈から切り離し、切片化した。まず、2名分のデータを用い、意味の単位で切片化したデータについて、概念のラベルを付した。次に7名分のデータについて、1名毎に意味の単位で切片化したデータに概念のラベルを付し、共通する内容ごとにまとめた。更に、これらの概念について、共通点に着目してカテゴリーにまとめた。そして、カテゴリー同士をまとめた。協力者の発言に基づいてカテゴリーを修正する必要性が生じた場合は改めて検討し、カテゴリー名を修正した。最後に、この一連の過程を時系列でまとめた。

#### **第4項 倫理的配慮**

研究倫理の配慮については、次のとおり手続きを行った。筆者の所属機関の惨事ストレス対策検討委員会において調査項目を検討し、調査協力者の負担を考慮し、選定を行った。そして、筆者の所属機関の所属長に対して、研究倫理の配慮の手続きを説明し、調査実施の承認を得た。さらに、筆者の所属機関の惨事ストレス対策検討委員会においても、研究倫理の配慮の手続きについて説明し、同委員会より調査実施の承認を得た。調査協力者に対しては、本調査への協力と回答は任意であること、面接開始後でもいつでも中止できることを伝え、同意を得た上で面接を実施した。研究実施者と研究協力者の関係は、全国警察に対して惨事ストレス対策の指導を担当する警察庁職員と実際の指揮に当たる都道府県警察職員という組織上の関係であったが、職務には一切関係なく、研究協力は任意によるものと教示した。また、結果についてはプライバシーの配慮に十全を期した上で、今後の警察の惨事ストレス対策の教育用資料として活用することを説明し、了承を得た。

### **第3節 結果**

#### **第1項 警察幹部職員の惨事ストレスのカテゴリーの生成及び発生機序の過程**

広域災害により部下が殉職した警察幹部職員の惨事ストレス状況の過程は、カテゴリー化の結果、7の上位カテゴリーに分けられ、16の中位カテゴリー、41の下位カテゴリーにより構成された。カテゴリーの一覧を表7-2に示す。また、発災発生後からの警察幹部職員の状態と惨事ストレス状況の過程の概念図を図7-1に示す。そして、それぞれのカテゴリーを説明する。

表 7-2 警察幹部職員の惨事ストレス状況と反応のカテゴリー

上位カテゴリー	中位カテゴリー	下位カテゴリー
惨事ストレス反応のストレスラーとなり得る被災体験	勤務公署や自宅の被災	津波被害による警察署や交番の喪失
		原発事故による警察署や交番の使用不能
		津波や原発事故により自宅が居住不可能
		親族が津波被害により死亡
部下の行方不明状態・死亡	部下の行方不明	部下の行方不明
		部下の殉職
災害状況下での指揮の遂行	ストレスフルな状況での指揮	勤務公署が被災した状況での指揮
		自分自身が被災者である状況での指揮
		部下を殉職で失った状況での指揮
複雑な対応と調整	様々な事態への判断と対応	内外からの応援部隊の受入れの調整
		負担の少ない任務への変更の指示
部下へのケアの実施	部下の心身の負担の軽減	休暇取得の指示
		惨事ストレス対策の資料の作成，配布
外傷性ストレス反応	外傷体験の想起	職員同士で支え合うことの推奨
		殉職者について常に考えてしまうこと
外傷性ストレス反応	外傷体験の回避・麻痺	津波被害のことが思い出されての恐怖
		震災後の海に行くことを避けてしまうこと
覚醒亢進	非常事態の指揮官としての強い緊張の持続	部下の殉職に関する現実感喪失
		安心できる環境にいないことからの緊張の持続
罪責感	部下に休暇取得等の適切な配慮をできなかったという罪責感	殉職した部下に出した指示に関する罪責感
		遺族と関わった後の罪責感
殉職者の遺族との関わりからのストレス反応	殉職者の想起	殉職者の遺族からの言葉を受けたことによる責任を感じての罪責感
		殉職者の家族から受けた言葉から生じた指揮官としての負い目
遅発性惨事ストレス反応	遺族への申し訳なさ	遺族と関わり続けることにより殉職者について繰り返し想起
		殉職者の顔の想起による苦しみ
警察幹部職員特有のストレス状況	心情を話す相手の欠如	殉職者や遺族への心情を誰にも話せない苦しみ
		長期間遺族と関わることにより罪責感が増大した後の惨事ストレス発症
災害対策業務後の適応と成長	部下に心情を吐露できないためのストレスの増加	災害対策業務が一段落ついた後に殉職者のことを強く考えることから発症する惨事ストレス
		家族に心情を吐露できないためのストレスの増加
部下と支え合っの業務遂行	発災直後から休暇を取得できないこと	行方不明の親族を遺体安置所へ探しに行けないこと
		自分自身も惨事ストレス状態にあることの認識
部下に対する惨事ストレス対策の説明	部下に対して幹部職員自身の惨事ストレス反応の開示	部下に対する惨事ストレス対策の説明
		職員全員で惨事ストレスに対処する機運の醸成
職員全員で力を合わせて業務を遂行した達成感	職員全員で力を合わせて業務を遂行した達成感	職員全員で力を合わせて業務を遂行した達成感
		未曾有の事態に際して行うべきことを遂行することによる使命感の充足
発災直後からの署の活動の記録を作成して後世に伝えること	発災直後からの署の活動の記録を作成して後世に伝えること	発災直後からの署の活動の記録を作成して後世に伝えること

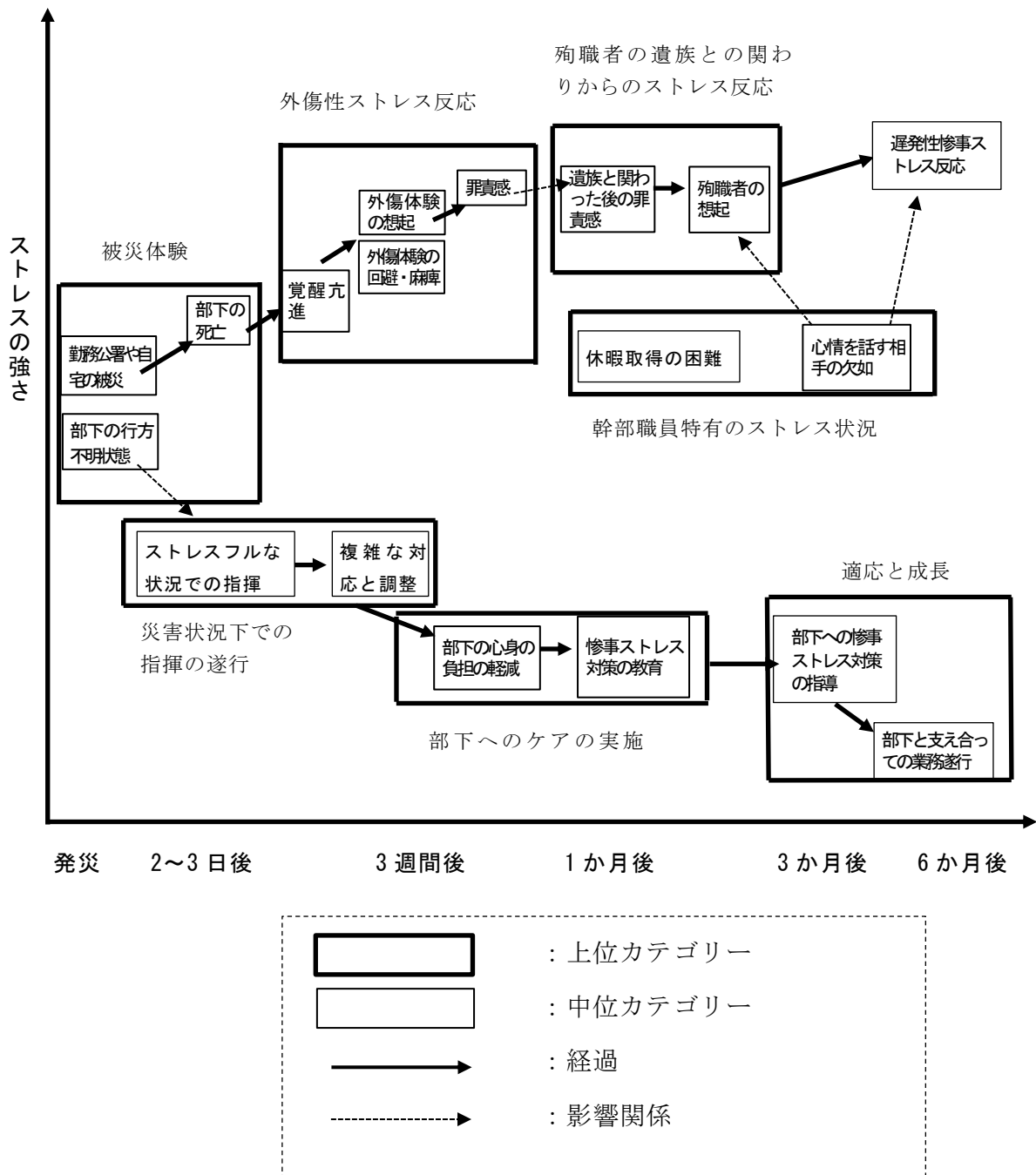


図 7-1 災害発生後における警察幹部職員の状態と惨事ストレスの過程

### (1) 惨事ストレス反応のストレス要因となり得る被災体験

被災地の警察幹部職員は、大震災による津波のため「勤務公署や自宅の被災」を経験した。すなわち、勤務警察署や管内の交番が被災したために、指揮を執る勤務公署を失う体験をした。また、福島県内においては、原発事故により警察署や交番が使用不能に

なる事態もあった。警察署の建物が被災して使用不能になった警察署は、市役所等の一部を間借りし、最小限の資機材により警察活動を続けた。さらに、津波により自宅が被災したために家財道具も失ったり、原発事故による居住制限のために自宅に居住できない警察幹部職員もいた。また、家族の安否確認をしばらく取れなかったり、親族が津波により行方不明になったり死亡したりしたという状況もあった。このように、警察幹部職員自身が被災者という状態となっていた。

そして、被災地の警察幹部職員は「部下の行方不明状態・死亡」を経験した。現場で活動していた部下と連絡が取れなくなったが、幹部職員は、無線が壊れて連絡不能状態であると信じようとした。しかし、発災翌日にも部下と連絡が取れず、死亡したのではないかと強く焦る状態となった。やがて部下の遺体が発見され、幹部職員は強い心理的衝撃を受けた。

## (2) 災害状況下での指揮の遂行

被災地の警察幹部職員は、「勤務公署や自宅の被災」という被災者の面も有し、自分の指揮下で「部下の行方不明状態・死亡」を経験しながらも、被災地の様々な事象に対し、「ストレスフル状況での指揮」を執っていた。被災地には全国警察から多くの警察官が派遣されたが、国外からも災害救助部隊が派遣された。これらの国内外の派遣部隊は被災地の地理状況に詳しくないため、被災地の警察幹部職員は派遣部隊が活動する地域や内容を計画し、各応援部隊が入る地域を調整し、実際に状況を確認しに行くなど、受け入れのための「複雑な対応と調整」に苦慮していた。

## (3) 部下へのケアの実施

被災地の警察幹部職員は、負荷の高い災害対策業務に従事していた職員のケアのために任務変更を指示したり、発災から2週間から3週間が経過した頃に1日または半日の休暇を部下に取得させたりなど、「部下の心身の負担の軽減」を行っていた。しかし、幹部職員自身は休暇を取ろうとはしなかった。発災から1か月以上が経過した頃に、警察本部が指示を出すなどにより、幹部職員も休暇を取得することができた。

部下へのケアとして、警察幹部職員は自分で調べたり警察本部から送付された資料を参照したりし、惨事ストレス状態に関する簡易な資料を作成し、「惨事ストレス対策の

教育」として部下職員に配布した。そして、災害対策業務に従事した結果、ストレス反応が生じたとしても、弱いわけではなく、自然な反応であることを、幹部職員は配布資料により職員に説明し、惨事ストレス対策に関する教育を行った。そして、惨事ストレス状態への対応として、「私も苦しい。このような時は支え合うべきである。私たちは戦友である。」などと警察幹部職員自身が率先して自身の惨事ストレス反応について話すことにより、職員同士で自身の惨事ストレス反応を述べてもよいという環境を醸成し、職員同士で支え合うことを推奨していた。

#### (4) 外傷性ストレス反応

部下を殉職で失った警察幹部職員は、殉職した部下のことが思い出されて苦しく感じたり、津波の様子を警察署から見ていた時の状況も思い出されて恐怖を感じたりしていた。このような「外傷体験の想起」により、幹部職員は心理的に苦痛な状態になっていた。また、津波に対する恐怖心から海が見える場所へ行くことを回避したり、部下が殉職した事実に対する現実感を喪失するという「外傷体験の回避・麻痺」状態になっていた。さらに、警察幹部職員は、非常事態において自己の責任の下で指揮を執ることからの強い緊張が持続したり、勤務公署や自宅が被災したために安心できる環境に身を置けないことから緊張が持続したりなどの「覚醒亢進」の状態も経験していた。そして、行うべき災害対策業務の多さゆえに部下職員に休暇を取得させることが困難な状況が続き、部下に適切な配慮をできなかったという「罪責感」を抱いたり、自分の指揮のせいで部下が殉職したと考え、殉職した部下に対して出した指示に関する「罪責感」を抱いたりするようになっていた。

#### (5) 殉職者の遺族との関わりからのストレス反応

警察幹部職員は、発災から1, 2か月経過した後に、殉職者の遺族宅に赴き、殉職者の発災当時の活動状況を説明し、幹部の指揮下での殉職であったために謝罪した。そして、遺族の話を聴くことを義務として感じていた。遺族が殉職者に関して述べる嘆きを警察幹部職員が繰り返し聞くことにより、自分が生き残り、目の前の遺族の子息が死亡したという対比を痛感し、警察幹部職員は指揮を執った自分が生き残ったことを悔やむという罪責感を強く感じていた。遺族からは、幹部の指示が的確であったのかなどと厳

しい言葉を掛けられることもあり、警察幹部職員は責任を改めて痛感するとともに、罪責感をさらに強く抱くようになった。遺族がやり場のない感情を警察幹部職員や警察組織に対して峻烈な言葉として向けることがあり、それを受け止め続ける警察幹部職員は、発災直後に指揮官として正しい判断をできたのかと罪責感を抱いていた。そして、遺族にとって大切な子息を死なせてしまったという申し訳なさを強く感じていた。また、現場の指揮官として誤った判断をしたのではないかという負い目も強く感じていた。このように、警察幹部職員は「遺族と関わった後の罪責感」を強く感じていた。

幹部職員は遺族宅に日参したが、部下や家族に心情を語るができなかった幹部職員は、長期間遺族と関わることにより、自分の指揮のせいで部下が殉職したという罪責感が強まり、発災から約6か月後に殉職者の顔が常に思い出されて苦しくなったり、強く緊張して寝付けなくなったり、「自分が代わりに死ねばよかった。」と思ったりしていた。このような「殉職者の想起」が強くなり、「遅発性惨事ストレス反応」が生じていた。また、災害対策業務が一段落ついた約6か月後、上記のような反応の他に、震災に関する話題を避けたり、殉職者が死亡したという事実に関する現実感がなくなったりするなどの「遅発性惨事ストレス反応」も警察幹部職員は経験していた。警察幹部職員はそのような感情を部下や家族に話せず、惨事ストレス反応を一人で抱え続けていた。

一方、部下や家族に心情を語るできた警察幹部職員は、罪責感を抱きながらも、それが惨事ストレス反応であることを理解し、苦しいながらも惨事ストレス反応を受け止めることにより、「遅発性惨事ストレス反応」に強く苦しむことはなかった。

## (6) 警察幹部職員特有のストレス状況

警察幹部職員は、発災直後の津波被害に直面した時の恐怖や、殉職者や遺族に対する感情を強く抱いていたが、それらの感情を部下や家族に話すことを躊躇していた。それは、警察幹部職員として弱音を晒すことを好ましくないことと考えたり、部下の士気が下がると考えたためであった。「こんなことを誰にも言えない。」と頑なに構えるようになった。一方、部下に感情を話さない上司の部下職員たちは、「あの署長は何を考えているのか分からない。」などと不満を募らせていた。また、警察幹部職員は単身赴任生活を送っていることが多く、上記のような苦しい感情を家族に聞いてもらう機会が乏しく、惨事ストレス反応が生じて一人でも一人で抱え込んでいた。このように、警察幹部職員



は「心情を話す相手の欠如」の状態にあった。

発災から3週間程度は部下に休暇を取得させられない状況が続いていたが、3週間が経過した頃には職員の勤務ローテーションを確立させ、部下に順次休暇を取得させられるようになった。しかし、警察幹部職員は、「幹部が休むわけにはいかない」と頑なな姿勢を持ち続け、休暇を取得できずにいた。親族が行方不明の状態が続いていた警察幹部職員もいたが、発災から約7週間後によりやく遺体安置所に親族の遺体を探し行けるようになった。その警察幹部職員が遺体安置所に行くまでは、その妻が遺体安置所を回っており、警察幹部職員は妻や行方不明となっている親族に対して申し訳なさを強く感じていた。このように、警察幹部職員は「休暇取得の困難」状態にあった。

#### (7) 災害対策業務後の適応と成長

警察幹部職員自身が惨事ストレス反応を経験し、苦しい状態になっていたが、惨事ストレスの知識を有する警察幹部職員は、自身に生じている反応が惨事ストレスであることを認識できていた。惨事ストレスの知識を有する警察幹部職員は、職員同士で支え合い、苦難を乗り越えるために、「部下への惨事ストレス対策の指導」として、自身の惨事ストレス反応を部下に開示し、惨事ストレス反応は未曾有の事態に遭遇しながら業務を遂行した警察官にとって自然なものであることを説明した。署長を始めとした幹部職員が、「部下を失い、大変な状況が長期間続き、私も苦しい。」と自己開示しながら、「職員全員で惨事ストレスを理解して、乗り越えよう。」と述べ、惨事ストレスに対処する機運を醸成していた。幹部職員が「部下と支え合っの業務遂行」を行えた警察署では、職員全員が力を合わせて災害対策業務を遂行した達成感を抱いていた。部下の頼もしい姿を目の当たりにした警察幹部職員は、未曾有の事態に際して自身が行うべきことを遂行したことにより使命感を強く充足させていた。

上記のように、被災地の警察署では、警察署や交番が被災したり、殉職者が出たり、自宅や親族が被災した警察官も少なくないなど、大きな困難を抱えていたが、それらの困難も含めて、被災地の治安を守るという警察の責務を遂行した経緯を警察幹部職員は記録に残していた。今後も大規模自然災害が発生する可能性があるため、被災地警察がどのような問題を抱え、その問題を乗り越えていった経緯を詳述することは、被災地警察の幹部職員の使命であると強く感じていた。このような警察幹部職員としての使命感

を強く感じていた幹部職員は、大きな視野で警察活動や地域全体、あるいは未来の警察を見ることが可能になるという外傷後成長の状態を経験していた。

#### 第4節 考察

本節では、第1項で警察幹部職員の惨事ストレス過程をまとめ、第2項で次の研究への課題を示す。

##### 第1項 部下の殉職経験を持つ警察幹部職員の惨事ストレス過程

本研究の目的は、警察幹部職員の惨事ストレスの実態及びその発生機序の過程を明らかにすることであった。本研究では、被災地内で発災直後から災害対策業務の指揮を執りながらも、部下を殉職で失い、惨事ストレス状態になっていた警察幹部職員の惨事ストレスの実態とその発生の過程を検討した。その結果、すべての研究協力者が惨事ストレスを経験していた。特に、自分の指揮のせいで部下が死亡したと考えることによる生存者罪責感が顕著であった。

研究協力者たちは、警察幹部として部下や家族に心情を吐露することがなかなかできず、一人で苦しい心情を抱えることが多かった。また、殉職者の遺族宅訪問が長期間にわたり、常に外傷体験に曝露されたため、6か月程度経過した後に、生存者罪責感や殉職した部下の顔が常に思い出される状態が強くなり、遅発性の惨事ストレス反応が発生していた。

しかし、自身が体験していることが惨事ストレス反応であると理解した者は、惨事ストレス対策の資料を作成し、署員に配布し、自身の惨事ストレス反応を開示しながら、支え合う人間関係を醸成していた。このように、惨事ストレス対策の知識を有することにより、適応することも可能であることが示唆された。

本研究では、面接による質的データの分析に基づき、警察幹部職員の惨事ストレス反応の発生の過程を検討したことにより、警察組織における惨事ストレス対策の実施時期や事前教育の検討に寄与できると考えられる。

以上のように、本研究では、大規模発災直後からの警察幹部職員の惨事ストレスの発生の過程を推定した。先行研究において明らかにされた警察官や消防幹部職員の惨事ストレスの状態について、発生過程と防御過程を検討したことが本研究の意義である。

## 第2項 研究5, 研究6及び研究7への課題

本研究は、警察幹部職員の惨事ストレス反応の発生の過程を検討した。惨事ストレス対策について詳しく理解し、東日本大震災の発災直後から組織的な惨事ストレス対策を実施できていた本研究の研究協力者の所属では、部下職員たちが惨事ストレス対策について理解し、幹部職員と同様に自己の惨事ストレス反応を開示し、上司や同僚と支え合う状態ができていた。したがって、警察において組織的な惨事ストレス対策を推進するためには、幹部職員が惨事ストレス対策に関する知識を有することと、それにより部下職員が上司や同僚と支え合う人間関係の構築が必要であると考えられる。そのため、警察幹部職員における惨事ストレス対策の知識や意識を明らかにするとともに、警察幹部職員に対する研修による惨事ストレスに関する認識の変化を検討することが必要と考えられる。

しかし、研究4では、警察幹部職員の惨事ストレス反応も強いことが示唆されたため、幹部職員のみが惨事ストレス状態への組織的な対策を担うことに限界が生じ得る。研究1から研究3では、被災地における警察官の惨事ストレスへの対策は個々の警察官の対処に委ねられていることが見出された。したがって、被災地の警察官の惨事ストレスには組織的な対策が乏しい現状が示唆された。

幹部職員からのサポート以外の組織的な惨事ストレス対策として、グループ・ミーティングが消防を始めとした救援組織で用いられてきた。特に、イギリス、オーストラリア及びニュージーランドにおいては、多くの消防本部でグループ・ミーティングが組織的な惨事ストレス対策として実施されている（松井他，2006）。日本の自衛隊においては、毎日の作業後に隊員が集まって作業の振り返りをしたり、互いの健康状態を確認したりすることにより安心感を醸成するというグループ・ミーティングが行われている（山本他，2013）。しかし、日本の警察においては、グループ・ミーティングの実証的検討は見られない。そのため、幹部職員の負担を抑える組織的な惨事ストレス対策としてグループ・ミーティングへの評価を検討する必要がある。そこで、研究5では、警察官の組織的な惨事ストレス対策の一環として、職員同士のサポートであるグループ・ミーティングへの評価を検討する。

研究4では警察幹部職員による部下へのサポートの意義が見出されたが、上司である幹部職員に対して、災害発生時にすぐに悩みを相談したり自己開示できるかは不明である。そこで、研究6では、災害対策業務に従事する可能性が高い警察職員における、上司に対

する相談に関する意識を検討することとする。

そして、研究4で示唆されたように、警察幹部職員の惨事ストレスや部下へのサポートに関する意識を高めさせる組織的な取組が必要と考えられる。そのため、研究7では、警察幹部職員を対象に惨事ストレスに関する研修を行い、警察幹部職員の惨事ストレスに関する知識や意識を明らかにするとともに、研修受講による惨事ストレスに関する認識の変化を検討する。

## 第8章 広域災害の被災地の警察職員の惨事ストレス対策としてのグループ・ミーティングへの評価の検討（研究5）

第8章では、警察職員のメンタルヘルスと惨事ストレスの対策を効果的に進める方策を検討するという本研究の第二の目的に沿って、広域災害の被災地で発災直後から対策業務に従事した警察職員を対象に、組織的な惨事ストレス対策の方法として実施されたグループ・ミーティングへの評価について検討する。

### 第1節 目的

研究5では、日本において、救援者の惨事ストレス対策として消防職員を対象に実施されてきているグループ・ミーティングについて、警察官を対象として実施するグループ・ミーティングへの参加者の評価を検討するため、被災地内の同一所属で対策業務に従事してきた警察官を同一グループのメンバーとして設定して実施したグループ・ミーティングへの評価を検討する。評価の検討に用いる指標として、東京消防庁のグループ・ミーティングの効果検証で使用されている指標や、研究2で使用した外傷性ストレス反応等を用いる。これにより、被災地内において災害の発災直後から活動してきた警察官を対象とした惨事ストレス対策としてのグループ・ミーティングへの評価を検討するとともに、グループ・ミーティングの参加に際して留意する必要がある職員の特徴についても検討することを目的とする。

### 第2節 方法

#### 第1項 研究協力者

研究協力者は、東日本大震災により地震や津波被害に加え、放射能災害を受けた福島県沿岸地域の3つの警察署において発災直後から対策業務に従事してきた福島県の警察職員（警察官及び警察事務職員）を対象に筆者らが実施したグループ・ミーティングに参加した124名であった。これらの研究協力者は、研究2（第5章）の研究協力者と同一である。このグループ・ミーティングは、研究2の研究協力者が参加した「健康管理ワークショップ」の終了後に実施された。

このグループ・ミーティングの参加者の構成は、東日本大震災の発災時に同一の警察署

に勤務していた職員同士のグループになるように、福島県警察本部が予め人選した。そして、研究協力者が「健康管理ワークショップ」実施時に勤務している部署に基づき、福島市内や会津若松市内といったブロックごとに分け、1回当たりの参加者を10名以内になるように設定した。グループ・ミーティングは14回に分けて実施された。1回当たりの平均参加者数は、8.9名であった。

## 第2項 調査時期

2012年9月12日から10月25日まで。東日本大震災の発生から、1年6か月から1年7か月後の時期であった。

## 第3項 調査方法

福島県警察において、東日本大震災後の健康管理支援の施策である「健康管理ワークショップ」の一部として実施されたグループ・ミーティングに参加した警察職員に対し、グループ・ミーティング終了後に個別自記入形式の質問紙を配付した。

「健康管理ワークショップ」は、警察本部厚生課の保健師による健康管理に関する研修(50分間)と臨床心理士である筆者によるグループ・ミーティング(70分間)の二部構成である。同ワークショップの詳細については、表5-1を再掲する。

表5-1 「健康管理ワークショップ」の内容(再掲)

内容	担当
1 健康管理に関する研修	保健師
(1) ワークショップ全体の趣旨説明(5分)	
(2) 血管年齢の測定(5分)	
(3) 呼気中一酸化炭素濃度の測定(5分)	
(4) 脚力年齢の測定(10分)	
(5) 食生活に関する指導(10分)	
(6) 禁煙に関する指導(5分)	
(7) 運動習慣に関する指導(10分)	
2 グループ・ミーティング	臨床心理士
(1) グループ・ミーティングの趣旨及び留意事項の説明(5分)	
(2) 惨事ストレス反応に関する説明(心理教育)(5分)	
(3) ストレス対処方法としての臨床動作法の指導(10分)	
(4) 参加者の発災直後の業務に関する語り(20分(1人当たり約2分))	
(5) 参加者の考えや感情に関する語り(フリートーキング)(25分)	
(6) まとめ(5分)	

グループ・ミーティングでは、臨床心理士（筆者）がファシリテーター（進行役）を担当した。第一に、趣旨として、「発災直後の苦労を共にした仲間と体験等を語り合うことにより、気持ちや記憶を整理し、今後の仕事への影響を減らすことができると思われる」旨の説明を行った。次に、留意事項として、他の参加者の話を遮ったり否定したりしないという約束事を伝えた。また、無理に話す必要はないことや、一人で長く話しすぎないこと、他者の話を聞くことも意義があると思われることを伝えた。

グループ・ミーティングの開始時において、1人当たり2分程度（計20分程度）で、発災直後に従事した業務を事実として全参加者に語ってもらった。これにより、冒頭では感情面を扱わず、各参加者がどのような業務に従事していたかについて共有を図った。そして、他の参加者の語りを踏まえて、約25分間かけて各参加者の考えや感情を自由に述べてもらった。最後に、ファシリテーターがまとめを述べた。

研究倫理の配慮については、次のとおり手続きを行った。福島県警察本部厚生課の保健師とともに調査項目を検討し、調査協力者の負担を考慮し、選定を行った。そして、筆者の所属機関の所属長に対して、研究倫理の配慮の手続きを説明し、調査実施の承認を得た。さらに、筆者の所属機関の惨事ストレス対策検討委員会においても、研究倫理の配慮の手続きについて説明し、同委員会より調査実施の承認を得た。調査協力者に対しては、回答は任意であり、無記名により記入すること、回答を途中で止めてもかまわないこと、不調を感じた場合は福島県警察本部の保健師が相談に応じることを伝えた。調査協力者に同意をした者からの回答を得た。提出を受けた研究協力者の回答を分析した。回答に要した時間は、約10分間であった。

#### 第4項 質問紙の構成

本調査の質問紙の構成内容を表8-1に示す。質問紙の内容は資料5-2に掲載する。

表 8-1 研究 5 の質問紙の構成

---

1	基本属性
2	震災時に従事した業務，最も大変であった業務とその従事日数
3	災害対策業務に関して強いストレスを感じた体験
4	災害対策業務従事後に行ったストレス対処
5	災害対策業務後に職場でなされた配慮
6	改訂出来事インパクト尺度 (IES-R) (Asukai et al., 2002)
7	バーンアウト尺度 (久保・田尾, 1992)
8	日本語版ソーシャル・サポート尺度 (岩佐他, 2007)
9	精神的回復力尺度 (小塩他, 2002)
10	グループ・ミーティングの状況や雰囲気 (君塚他, 2009)
11	グループ・ミーティングにおける自分の状況や振る舞い (君塚他, 2009)

---

### (1) フェイスシート

性別，年代，婚姻状況，職種，階級，警察職員としての経験年数について回答を求めた。

### (2) グループ・ミーティングの状況や雰囲気

東京消防庁作成によるグループ・ミーティングの効果測定用の尺度 (君塚他, 2009) を用いた。内容は，参加したグループ・ミーティングはどのような状況や雰囲気であったかと感じるかについて，多重回答によりたずねた。選択肢は，「グループの構成は妥当な範囲であった」，「参加者はあまり話さなかった」，「参加者は活発に話した」，「特定の人ばかり話した」，「堅苦しく，形式的な雰囲気が進められた」，「普通の会話のようであった」，「何かのチェックをされているようであった」，「災害と関係のない話が多かった」から構成された。

### (3) グループ・ミーティングにおける自分の状況や振る舞い

(2)と同様に，東京消防庁作成による東京消防庁作成によるグループ・ミーティングの効果測定用の尺度 (君塚他, 2009) を用いた。グループ・ミーティングにおいて，参加者自身がどのように感じたり振る舞ったりしたかについて，「あてはまる」，「やや当てはまる」，「どちらとも言えない」，「やや当てはまらない」，「当てはまらない」の 5 件法によりたずねた。質問項目は，「活発に話した」，「他では話せない話があった」，「言いたいことが言えた」，「いつもよりたくさん話した」，「気持ちが高揚していた」，「気持ちが重苦しくなって



いた」から構成された。

#### (4) グループ・ミーティングの感想

(2)と同様に、東京消防庁作成による東京消防庁作成によるグループ・ミーティングの効果測定用の尺度（君塚他，2009）を用いた。参加したグループ・ミーティングに対してどのような感想を持ったかについて、多重回答によりたずねた。選択肢は、「ストレスの軽減に役立った」、「参加してよかった」、「参加して、気が楽になった」、「思い出して、かえってつらかった」、「同僚等の話が参考になった」、「惨事ストレスについて理解が深まった」、「長く感じた」、「話しにくい感じがした」、「事実関係がよく分かった」、「個別面談の方が話せそうな気がした」から構成された。

#### (5) 震災時の状況

震災時に従事した業務及びもっと最も大変であった業務とその従事日数、災害対策業務に関して強いストレスを感じた体験、災害対策業務後に職場でなされた配慮についてたずねた。これらは研究2（第5章）と同一である。

#### (6) 改訂出来事インパクト尺度（IES-R）

研究2（第5章）と同一である。

#### (7) バーンアウト尺度

研究2（第5章）と同一である。

#### (8) 日本語版ソーシャル・サポート尺度

研究2（第5章）と同一である。

#### (9) 精神的回復力尺度

研究2（第5章）と同一である。

### 第3節 結果

#### 第1項 基本属性

回収された全研究協力者 126 名のうち、未回答の項目が多くあるなど、回答に不備のあった 3 件を除外し、有効回答は 117 名（有効回答率 92.9%）であった。基本属性の内訳を表 8-2 に示す。

表 8-2 研究協力者の基本属性 (N=117)

研究協力者の基本属性 (N=117)			
属性	人数	(%)	
性別	男性	108	92.3
	女性	9	7.7
年代	20代	24	20.5
	30代	41	35.0
	40代	18	15.4
	50代	34	29.1
婚姻	未婚	29	24.8
	既婚	86	73.5
	死別・離別	2	1.7
職種	警察官	102	87.2
	事務職員	15	12.8

属性	人数	(%)	
階級	巡査・係員	46	39.3
	巡査部長・主任	31	26.5
	警部補・係長	34	29.1
経験年数	警部・課長	6	5.1
	3年未満	3	2.6
	3-5年未満	11	9.4
	5-10年未満	29	24.8
	10-15年未満	14	12.0
15-20年未満	14	12.0	
20年以上	46	39.3	

研究協力者の基本属性の内訳は研究 2（第 5 章）とほぼ同一であった。ほとんどが男性であったが、年代、階級、経験年数は各階層で偏りは見られなかった。

#### 第2項 グループ・ミーティングの状況や雰囲気

参加したグループ・ミーティングの状況や雰囲気について、多重回答形式で回答を求めた(表 8-2)。集計の結果、研究協力者の 71.8%は「グループの構成は妥当な範囲であった」と考えており、「特定の人ばかり話した」や「堅苦しく、形式的な雰囲気が進められた」、「何かのチェックをされているようであった」と否定的に捉えた者は 10%未満であった。

表 8-2 グループ・ミーティングの状況や雰囲気 (N=117)

状況や雰囲気	件数	比率 (%)
グループの構成は妥当な範囲であった	84	71.8
普通の会話のようであった	44	37.6
参加者は活発に話した	39	33.3
参加者はあまり話さなかった	20	17.1
特定の人ばかり話した	9	8.5
堅苦しく、形式的な雰囲気が進められた	5	5.1
何かのチェックをされているようであった	5	5.1
災害と関係のない話が多かった	0	0.0

### 第3項 グループ・ミーティングにおける個人の状況や振る舞い

参加したグループ・ミーティングにおいて研究協力者自身の状況や振る舞いについて、5件法により回答を求めた。各質問項目の回答結果の比率を表8-3に示す。「どちらともいえない」の回答が各項目で30~40%程度と多かったが、「他では話せない話があった」と及び「言いたいことが言えた」という肯定的評価の質問で「あてはまる」または「ややあてはまる」に回答した者は、それぞれ計40%以上いた。

表 8-3 グループ・ミーティングにおける個人の状況や振る舞い(単位%) (N=117)

個人の状況や振る舞い	あてはまる	ややあてはまる	どちらともいえない	ややあてはまらない	あてはまらない	得点	
						平均値	SD
活発に話した	7.7	21.4	29.1	26.5	15.4	2.81	1.18
他では話せない話があった	6.8	36.8	24.8	12.8	18.8	3.02	1.25
言いたいことが言えた	10.3	32.5	34.2	12.0	11.1	3.20	1.14
いつもよりたくさん話した	4.3	14.5	41.9	21.4	17.9	2.66	1.07
気持ちが高揚していた	3.4	11.1	35.9	17.1	32.5	2.38	1.17
気持ちが重苦しくなっていた	3.4	15.4	21.4	15.4	44.4	2.20	1.27

### 第4項 グループ・ミーティングに対する感想

参加したグループ・ミーティングに対する研究協力者自身の感想について、5件法により回答を求めた。各質問項目の回答結果の比率を表8-4に示す。「あてはまる」と「ややあてはまる」の回答が多かった項目は、「参加してよかった」が計68.4%、「惨事ストレスの理解が深まった」が計65.0%、「同僚等の話が参考になった」が計60.6%であった。一方、「思い出して、かえってつらかった」に「あてはまる」または「ややあてはまる」と回答した者は計16.3%であった。

表 8-4 グループ・ミーティングに対する感想(単位%) (N=117)

感想	あて	ややあて	どちらとも	ややあて	あてはま	得点	
	はまる	はまる	いえない	はまらない	らない	平均値	SD
ストレスの軽減に役立った	8.5	37.6	35.0	8.5	10.3	3.24	1.07
参加してよかった	27.4	41.0	21.4	4.3	6.0	3.79	1.08
参加して、気が楽になった	10.3	33.3	41.0	7.7	7.7	3.31	1.02
同僚等の話が参考になった	16.2	44.4	30.8	3.4	5.1	3.63	0.97
惨事ストレスの理解が深まった	12.0	53.0	28.2	2.6	4.3	3.66	0.88
事実関係がよく分かった	6.8	23.9	47.0	10.3	12.0	3.03	1.05
思い出して、かえってつらかった	4.3	12.0	21.4	21.4	41.0	2.17	1.21
長く感じた	10.3	8.51	29.9	29.1	22.2	2.56	1.22
話にくい感じがした	2.6	2.0	37.6	19.7	28.2	2.41	1.10
個別面談の方が話せそうな気がした	5.1	14.5	36.8	16.2	27.4	2.54	1.19

#### 第5項 グループ・ミーティングに対する感想の自由記述の分析

参加したグループ・ミーティングに対する感想を自由記述で回答を求めた。36名から36件の回答が得られた。KJ法(川喜田, 1967)を援用し、「グループ・ミーティングへの肯定的評価」、「グループ・ミーティングへの否定的評価」、「グループ・ミーティングの運営」、「その他」の4領域に分類された。結果を表8-5に示す。

表 8-5 グループ・ミーティングに対する感想の自由記述の分類(n=36)

領域	内容	件数
グループ・ミーティングへの肯定的評価	当時の仲間との体験の共有	9
	体験の表現による心情の整理	3
	ミーティング自体に対する評価	2
グループ・ミーティングへの否定的評価	想起体験のつらさ	3
	忘れたいという回避	2
	その他(個人としては、今さら話すことではない)	1
グループ・ミーティングの運営	参加者に関する希望	3
	飲酒付きのミーティングの希望	2
	その他	1
その他	周囲の無理解	3
	組織への希望	3
	職員の家族への支援の希望	2

内容別では、「グループ・ミーティングへの肯定的評価」として、「当時の仲間との体験

の共有」が最多で9件であった。記載された意見の代表例は、「現所属では話せる人がいないので、当時の同僚と話せて、気持ちが軽くなった。」、「当時のメンバーの顔を見たら気持ちが落ち着いたので、また開催してほしい。」、「飲酒しながら話すのとは違った視点で仲間のお話を聞いたので、有意義だった。」であった。一方、「グループ・ミーティングへの否定的評価」では、「想起体験のつらさ」が3件挙げられた。記載された意見の代表例は、「思い出すことはつらい」、「震災のことは早く忘れたく、当時のことを思い出すのはつらい」であった。「回避」として、「震災のことはできる限り忘れようとしている。」という記述があった。

「グループ・ミーティングの運営」に対する意見として、「震災当時の同じ課の人同士であれば、もっと活発に話せたと思う」、「階級により話せることと話せないことがあるので、配慮してほしい」があった。「その他」では、「周囲の無理解」が3件挙げられた。具体的な記載は、「震災の経験を伝えていきたいが、皆がお金(東京電力からの賠償金)のことを言うのがつらい」、「異動したら、震災後の苦労をあまり理解されておらず、温度差を感じる。」があった。

## 第6項 グループ・ミーティングに対する肯定的評価を持つ要因

グループ・ミーティングに対して肯定的評価を持つ人の要因を検討するため、第4項のグループ・ミーティングの感想における肯定的評価の6項目(「ストレスの軽減に役立った」、「参加してよかった」、「参加して、気が楽になった」、「同僚等の話が参考になった」、「惨事ストレスについて理解が深まった」、「事実関係がよく分かった」)について、次元性の確認を行った。「あてはまる」を5点、「ややあてはまる」を4点と回答を得点化した後、主成分分析による解析を行った。結果を表8-6に示す。解析の結果、第1主成分の負荷量の絶対値は、6項目とも.61以上であった。寄与率は65.0%であった。6項目の $\alpha$ 係数は.891(有効回答数116)であった。したがって、表8-6の6項目は1次元構造であることが確認された。

この結果に基づき、表8-6に示す6項目の回答得点を加算し項目数で割った値を、グループ・ミーティング肯定的評価得点とした。この得点は理論的には1点から5点に分布し、この得点が高いほど、グループ・ミーティングに対して肯定的な評価をしたことを示す。グループ・ミーティング肯定的評価得点の平均は3.3点(標準偏差1.086)であった。

表 8-6 グループ・ミーティング肯定的評価尺度の主成分分析

項目	負荷量	平均値
参加して、気が楽になった	.869	3.31
参加してよかった	.863	3.79
ストレスの軽減に役立った	.835	3.24
惨事ストレスについて理解が深まった	.824	3.66
同僚等の話が参考になった	.670	3.63
事実関係が良く分かった	.611	3.03

グループ・ミーティング肯定的評価得点に影響を及ぼす要因を明らかにするため、グループ・ミーティング肯定的評価得点を基準変数とし、基本属性、震災時に従事した業務(表 5-3 に示した業務)、最も大変であった業務(表 5-4 に示した業務のうち、「その他」を除いたもの)、災害対策業務に関して強いストレスを感じた体験(表 5-6 に示した体験のうち、「その他」を除いたもの)、対策業務従事後に行ったストレス対処(表 5-7 に示した体験)、対策業務後に職場でなされた配慮(表 5-8 に示した配慮(「配慮なし」を含む))、ソーシャル・サポート尺度の下位尺度(家族のサポート、大切な人のサポート、友人のサポート)、精神的回復力尺度の下位尺度(新奇性の追求、感情調整、肯定的な未来志向)、IES-R の下位尺度(覚醒亢進、回避、侵入)、バーンアウト尺度の下位尺度(情緒的消耗感、脱人格化、個人的達成感の減退)を説明変数とする重回帰分析(変数増加法)を行った。投入された変数と標準偏回帰係数を表 8-7 に示す。

表 8-7 グループ・ミーティング肯定的評価得点に対する重回帰分析の結果

変数	標準偏回帰係数	単相関係数
職場の配慮として休憩時間の確保(無:0, 有:1)	.185*	.147
家族のサポート得点	.214*	.191*
情緒的消耗感	.273**	.216*

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$

解析の結果、説明率は 12.0% で、説明率の検定は 1% 水準で有意であった ( $F=6.269$ ,  $df=3, 113$ )。職場による配慮として休憩時間の確保を受け、家族のサポートを多く得ていると感じており、情緒的消耗感が強い人がグループ・ミーティングを肯定的に評価していた。

## 第7項 グループ・ミーティングに対する否定的評価を持つ要因の検討

グループ・ミーティングに対して否定的評価を持つ人の要因を検討するため、第4項のグループ・ミーティングの感想における否定的評価の4項目（「思い出して、かえってつらかった」、「長く感じた」、「話しにくい感じがした」、「個別面談の方が話せそうな気がした」）について、次元性の確認を行った。「あてはまる」を5点、「ややあてはまる」を4点と回答を得点化した後、主成分分析による解析を行った。結果を表8-8-1に示す。解析の結果、第1主成分の負荷量の絶対値は、3項目は.43以上であったが、「個人面談の方が話せそうだった」という1項目のみ.40を下回った。そこで、「個人面談の方が話せそうだった」を除いて3項目とし、もう一度主成分分析を行った。結果を表8-8-2に示す。第1主成分の負荷量の絶対値はいずれも.696以上となり、寄与率は56.1%であった。3項目の $\alpha$ 係数は.60(有効回答数117)であった。したがって、表8-8-2の3項目は次元構造であることが確認された。

表8-8-1 グループ・ミーティング否定的評価尺度の主成分分析

項目	負荷量	平均値
話しにくい感じがした	.920	2.41
長く感じた	.452	2.56
思い出して、かえってつらかった	.428	2.17
個人面談の方が話せそうだった	.291	2.54

表8-8-2 項目削除後のグループ・ミーティング否定的評価尺度の主成分分析

項目	負荷量	平均値
話しにくい感じがした	.831	2.41
長く感じた	.714	2.17
思い出して、かえってつらかった	.696	2.54

この結果に基づき、表8-8-2に示す3項目の回答得点を加算し項目数で割った値を、グループ・ミーティング否定的評価得点とした。この得点は理論的には1点から5点に分布し、この得点が高いほど、グループ・ミーティングに対して否定的な評価をしたことを示す。グループ・ミーティング否定的評価得点は2.3点(標準偏差 2.478)であった。

グループ・ミーティング否定的評価得点に影響を及ぼす要因を明らかにするため、グル

ープ・ミーティング否定的評価得点を基準変数とし、グループ・ミーティング否定的評価得点に対する重回帰分析と同一の説明変数を投入するとする重回帰分析（変数増加法）を行った。投入された変数と標準偏回帰係数を表 8-9 に示す。

表 8-9 グループ・ミーティング否定的評価得点に対する重回帰分析の結果

変数	標準偏回帰係数	単相関係数
ストレス対処として職場以外の友人との会話（無:0, 有:1）	-.192*	-.174
IES-R 回避症状得点	.221*	.229*

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$

解析の結果、説明率は 11.4%で、説明率の検定は 1%水準で有意であった ( $F=6.127$ ,  $df=2, 114$ )。外傷性ストレス反応を測定する改訂出来事インパクト尺度 (IES-R) の下位尺度である回避症状得点が高い人はグループ・ミーティングに対して否定的に評価しており、災害対策業務の従事後のストレス対処として、職場以外の友人と会話していた人は、グループ・ミーティングを否定的に評価していなかった。

#### 第 4 節 考察

本節では、第 1 項で結果をまとめ、第 2 項で警察官に対する惨事ストレス対策としてのグループ・ミーティングへの評価を検討する。

##### 第 1 項 結果のまとめ

東日本大震災の発災当時、同一の所属で勤務していた警察職員を対象として、発災から 1 年 6 か月後に実施されたグループ・ミーティングに対し、肯定的に評価する参加者が多かった。しかし、グループ・ミーティングに対し、否定的に評価する参加者もいた。このように、惨事ストレス対策としてのグループ・ミーティングは、災害対策業務に従事した警察職員の評価を受けたが、対応に留意を要する参加者の特徴も明らかになった。

##### 第 2 項 グループ・ミーティングに対する評価

グループ・ミーティングの参加者の 7 割以上の者がグループの構成が妥当であったと回答していた。自由記述においても、発災当時の同所属の職員同士で語ることの意義を述べ



る意見が最多であった。したがって、同一所属で災害対策業務に従事した職員のみで、10名未満の構成人数で実施することにより、グループ・ミーティングが警察職員の惨事ストレスを悪化せる危険性は低いと考えられた。

参加者自身の参加態度やグループ・ミーティングに対する感想に関する質問項目、自由記述において、肯定的評価が多かった。しかし、「思い出して、かえってつらかった」等の否定的評価を回答している者も1割程度いた。発災から1年6か月が経過しても外傷体験をケアできていない警察職員が存在しており、積極的に語り合う参加者の中で回避症状を抱えて苦しい状態にある者がいることも明らかになった。

そして、職場の配慮として休憩時間を確保されたり、家族のサポートを多く得ていると感じており、一方、情緒的消耗感が強い者ほどグループ・ミーティングを肯定的に評価していた。この結果から、職場から休憩時間を与えられるという実際的なケアを受け、家族のサポートを受けている者において、グループ・ミーティングが一定の評価を受けたと推定された。また、バーンアウトの特徴的とされる情緒的消耗感が強い人がグループ・ミーティングに対して肯定的評価を持つ理由は、心理的に疲弊している者が一緒に大変であった仲間と体験を共有することの意義を強く感じたためと考えられる。

一方、外傷性ストレス反応の回避症状が強い者ほどグループ・ミーティングを否定的に評価していた。したがって、開始前に回避症状を持つ場合は苦しくなる可能性があること、専門家等の相談の利用も有用であることを説明することが必要と考えられる。

### 第3項 研究6への課題

本研究では、災害対策業務に従事した警察職員を対象としたグループ・ミーティングへの評価、及び参加が有効な者と留意すべき者の特徴を考察した。しかし、警察職員においては、仕事に関するストレスについて、上司等に話をすることを躊躇するという指摘もあるため (Perrin et al., 2007)、災害対策業務に従事する警察職員における上司への相談に関する意識を明らかにすることが、組織的な惨事ストレス対策を検討するために必要である。そこで、研究6では、災害対策業務に従事する可能性が高い警察職員において、仕事に関するストレスを上司に相談することに関する意識を明らかにすることを目的とする。

## 第9章 災害対策業務に従事する警察官における上司に対する相談に関する意識の検討（研究6）

第9章では、警察職員のメンタルヘルスと惨事ストレスの対策を効果的に進める方策を検討するという本研究の第二の目的に沿って、災害対策業務に従事する可能性が高い警察官を対象とした惨事ストレス対策の研修による受講者の惨事ストレスに関する認識の変化を検討するとともに、上司に対する相談に関する意識の実態を明らかにする。

### 第1節 目的

災害対策業務に従事する可能性が高い警察職員を対象に惨事ストレス対策に関する研修を行い、研修受講前の惨事ストレスの知識の程度、研修受講後の惨事ストレスの認識の程度を確認する指標を使用し、研修受講による惨事ストレスに関する認識の変化を検討することを第一の目的とする。そして、仕事上のストレスを上司に相談することに関する考えや経験をたずねる指標、惨事ストレス対策を組織に浸透させるために必要と思う施策をたずねる指標、惨事ストレス対策に関する自由記述を使用し、災害対策業務に従事する可能性が高い警察職員の上司への相談に関する意識や行動の実態を明らかにすることを第二の目的とする。

### 第2節 方法

#### 第1項 研究協力者

研究協力者は、災害対策の現場に従事するための研修に参加した全国の警察職員130名であった。

#### 第2項 調査時期

2015年10月14日から12月2日まで。

#### 第3項 調査方法

筆者が、警察職員のための惨事ストレス対策に関する60分間の研修を東北地方、北陸地方、近畿地方及び中国地方において各1回実施し、講義終了後に個別自記入形式の質問紙

を配付した。

研究倫理の配慮については、次のとおり手続きを行った。筆者の所属機関の惨事ストレス対策検討委員会において調査項目を検討し、調査協力者の負担を考慮し、選定を行った。そして、筆者の所属機関の所属長に対して、研究倫理の配慮の手続きを説明し、調査実施の承認を得た。さらに、筆者の所属機関の惨事ストレス対策検討委員会においても、研究倫理の配慮の手続きについて説明し、同委員会より調査実施の承認を得た。調査協力者に対しては、回答は任意であり、無記名により記入すること、回答を途中で止めてもかまわないこと、不調を感じた場合は臨床心理士である筆者または自身の所属する県警察本部の保健師に相談にできることを研究協力者に伝えた。A県警察本部の保健師が相談に応じることを伝えた。調査協力に同意をした者からの回答を得た。提出を受けた研究協力者の回答を分析した。

本調査の実施前に行った惨事ストレス対策に関する研修の内容を表9-1に示す。研修は、ストレスの概説やストレス反応が生じる過程を導入として説明した後、惨事ストレス反応の概説及び惨事ストレス反応が生じやすい状況を説明した。次に、研究2（第5章）の結果を踏まえて、東日本大震災の災害対策業務に従事した警察官が受けた惨事ストレスの実際について、救出救助、行方不明者捜索、検視、遺族支援等の業務別に即して説明した。これらの実情に基づき、個人や組織が惨事ストレス対策として行うべきとされる事項を説明した。そして、ストレス対処方法の実践として、呼吸法と臨床動作法の実技を指導した。最後に、本調査の調査票への記入を依頼した。

表9-1 研修の構成

1	ストレスの概説, ストレス反応が生じる過程
2	惨事ストレス反応の概説, 惨事ストレス反応が生じやすい状況
3	東日本大震災の対策業務に従事した警察職員が受けた惨事ストレスの実際
4	惨事ストレス対策の基本
5	ストレス対処方法の実践 (呼吸法, 臨床動作法の指導)
6	調査票の記入

#### 第4項 質問紙の構成

本調査の質問紙の構成内容を表9-2に示す。質問紙の内容は資料6-2に掲載する。

表 9 - 2 研究 6 の質問紙の構成

---

1	基本属性
2	研修受講前の惨事ストレスに関する知識の程度
3	研修受講による惨事ストレスの知識の変化
4	仕事上のストレスを上司に相談することの意識
5	惨事ストレス対策を組織に浸透させるために必要な施策
6	惨事ストレス対策に関する意見(自由記述)

---

### (1) フェイスシート

性別, 年齢, 所属, 職種, 階級について回答を求めた。

### (2) 惨事ストレス対策に関する知識の程度と深まり

惨事ストレス対策に関する研修を受講する前における自分の惨事ストレス対策に関する知識の程度について、「よく知っていた」、「ある程度知っていた」、「あまり知らなかった」、「知らなかった」の 4 件法により回答を求めた。

そして、惨事ストレス対策に関する研修を受講した後における自分の惨事ストレス対策に関する知識の程度について、「十分深まった」、「ある程度深まった」、「あまり深まらなかった」、「深まらなかった」の 4 件法により回答を求めた。

### (3) 仕事上のストレスを上司に相談することの意識

仕事上のストレスに関して、上司に相談したいと思った経験、及び上司に相談しづらいと思った経験について、それぞれ、「何回もある」、「1 回か 2 回あった」、「ほとんどなかった」、「全くなかった」の 4 件法により回答を求めた。

次に、警察職員が仕事上のストレスを上司等に相談することに関する意識を多重回答によりたずねた。選択肢は、「警察職員として弱みを見せたくない」、「相談して上司に弱みを見せたら、配置換え等の措置を受けてしまうかもしれない」、「上司に迷惑をかけるであろうから、相談しづらい」、「上司がきちんと理解してくれるか分からないので、相談しづらい」、「上司に相談することに抵抗はない」、「上司が部下の相談を受けることは当然のことだ」とした。

#### (4) 惨事ストレス対策を組織に浸透させるために必要な方法

惨事ストレス対策を組織に浸透させるために必要であると思われる方法を多重回答によりたずねた。選択肢は、「幹部職員の惨事ストレス対策に関する理解」、「幹部職員以外の惨事ストレスに関する理解」、「惨事ストレス対策に関する単発の研修」、「惨事ストレス対策に関する繰り返しの研修」、「上司等に相談しやすい環境」、「専門家に相談しやすい環境」、「派遣部隊に対する専門家の帯同」、「その他」とした。

#### (5) 惨事ストレス対策に関する意見(自由記述)

惨事ストレス対策に関して考えることを自由記述形式で回答を求めた。

### 第3節 結果

#### 第1項 基本属性

研修を受講した125名の全員から調査票を回収した結果、回答に不備のあったものはなく、有効回答は125名(有効回答率100%)であった。基本属性の内訳を表9-3に示す。

表9-3 研究協力者の基本属性 (N=125)

属性				属性			
	属性	人数	(%)		属性	人数	(%)
性別	男性	124	99.2	職種	警察官	120	96.0
	女性	1	0.8		一般職員	5	4.0
年代	20代	51	40.8	階級	巡査・係員	33	26.4
	30代	63	50.4		巡査部長・主任	58	46.4
	40代	8	6.4		警部補・係長	30	24.0
	50代	3	2.4		警部・課長	4	3.2
所属	警察本部	94	75.2				
	警察署	31	24.8				

回答者は、大半が男性であった。回答者の年代は、20歳代と30歳代で91.2%を占めていた。回答者の所属は、機動隊等の執行隊を含む「警察本部」が75.2%を占めた。回答者の職種は、「警察官」が96.0%を占めた。回答者の階級は、「巡査部長・主任」が46.4%と最多であった。「巡査・係員」と「警部補・係長」がそれぞれ20%台半ばであった。

## 第2項 惨事ストレス対策に関する知識の程度と深まり

### (1) 研修受講前における惨事ストレスに関する知識

回答者が惨事ストレス対策に関する研修を受講する前に、惨事ストレスに関してどの程度知識を有していたかを4件法によりたずねた。結果を表9-4に示す。

表9-4 研修受講前の惨事ストレスに関する知識の程度 (N=125)

研修受講前の惨事ストレスに関する知識の程度	件数	比率 (%)
よく知っていた	0	0
ある程度知っていた	35	28.0
あまり知らなかった	56	44.8
知らなかった	34	27.2

惨事ストレスについて、事前に「よく知っていた」者はいなかった。「ある程度知っていた」者も28%にとどまっており、「あまり知らなかった」と「知らなかった」を合わせると72%であった。災害対策業務に従事する可能性が高く、災害対策業務に関する研修を受講する警察職員であっても、多くの者が惨事ストレスに関する知識をあまり有していなかった。

### (2) 研修受講後における惨事ストレスに関する知識

回答者が惨事ストレス対策に関する研修を受講した後に、惨事ストレスに関する知識が深まった程度を4件法によりたずねた。結果を表9-5に示す。

表9-5 研修受講後の惨事ストレス対策に関する知識の深まり (N=125)

研修受講後の惨事ストレス対策に関する知識の深まり	件数	比率 (%)
十分深まった	46	37.1
ある程度深まった	78	62.9
あまり深まらなかった	0	0
深まらなかった	0	0

回答者の全員は、惨事ストレス対策に関する研修を受講した後、「十分深まった」または「ある程度深まった」に回答していた。

惨事ストレスに関して、「あまり知らなかった」と「知らなかった」と回答した90名に

において、研修受講後に惨事ストレスに関する知識が深まったかについて集計した。その結果、「あまり知らなかった」と回答した 56 名のうち、42.9% (24 名) が「十分深まった」、57.1% (32 名) が「ある程度深まった」と回答した。

### 第3項 仕事上のストレスを上司に相談することの意識

#### (1) 仕事上のストレスに関して、上司に相談したいと思った経験

仕事上のストレスに関して、上司に相談したいと思った経験の頻度について、4 件法によりたずねた。結果を表 9-6 に示す。50.4% の者が「何回もある」、または「1 回か 2 回あった」と回答した。「ほとんどなかった」、または「全くなかった」と回答した者は 49.2% であった。

表 9-6 仕事上のストレスに関して、上司に相談したいと思った経験の頻度 (N=125)

上司に相談したいと思った経験の頻度	件数	比率 (%)
何回もある	27	21.6
1 回か 2 回あった	36	28.8
ほとんどなかった	44	35.2
全くなかった	18	14.4

研修受講前における惨事ストレス対策の知識の程度によって、上司に相談したいと思った経験に差があるかを比較した (表 9-7)。その結果、研修前の惨事ストレス対策の知識の程度で、上司に相談したいと思った経験に差は見られなかった。

表 9-7 惨事ストレス対策の知識の程度別にみた上司に相談したいと思った経験の頻度 (n=124)

研修前における惨事 ストレスの知識	n	上司に相談したいと思った経験 (%)			
		何回もあ る	1 回か 2 回あった	ほとんどな かった	全くなか った
ある程度知っていた	34	26.5	35.3	32.4	5.9
あまり知らなかった	56	19.6	26.8	33.9	19.6
知らなかった	34	20.6	26.5	41.2	11.8

$$X^2(6)=4.61 \quad n. s.$$

#### (2) 仕事上のストレスに関して、上司に相談しづらいと思った経験

仕事上のストレスに関して、上司に相談しづらいと思った経験の頻度について、4件法によりたずねた。結果を表9-8に示す。60.0%の者が「何回もある」、または「1回か2回あった」と回答した。「ほとんどなかった」、または「全くなかった」と回答した者は40.0%であった。

表9-8 仕事上のストレスに関して、上司に相談しづらいと思った経験の頻度 (N=125)

上司に相談しづらいと思った経験の頻度	件数	比率 (%)
何回もある	51	40.8
1回か2回あった	24	19.2
ほとんどなかった	36	28.8
全くなかった	14	11.2

研修受講前における惨事ストレスの知識の程度によって、上司に相談しづらいと思った経験に差があるかを比較した(表9-9)。その結果、研修前の惨事ストレスの知識の程度で、上司に相談しづらいと思った経験に差は見られなかった。

表9-9 惨事ストレスの知識の程度別にみた上司に相談しづらいと思った経験の頻度 (N=124)

研修前における惨事ストレスの知識	n	上司に相談しづらいと思った経験 (%)			
		何回もある	1回か2回あった	ほとんどなかった	全くなかった
ある程度知っていた	34	50.0	23.5	17.6	8.8
あまり知らなかった	56	30.4	21.4	32.1	16.1
知らなかった	34	50.0	11.8	35.3	2.9

$\chi^2(6)=10.90$  n. s.

### (3) 警察職員が仕事上のストレスを上司等に相談することに関する意識

警察職員が仕事上のストレスを上司等に相談することについて、多重回答によりたずねた。その結果を表9-10に示す。



表9-10 警察職員が仕事上のストレスを上司等に相談することに関する意識 (N=125)

警察職員が仕事上のストレスを上司等に相談することに関する意識	件数	比率 (%)
上司がきちんと理解してくれるか分からないので、相談しづらい	47	37.1
上司に迷惑をかけるであろうから、相談しづらい	42	33.6
上司に相談することに抵抗はない	38	30.4
相談して上司に弱みを見せたら、配置換え等の措置を受けるかもしれない	26	20.8
上司が部下の相談を受けることは当然のことである	24	19.2
警察職員として、弱みを見せたくない	14	11.2

「上司がきちんと理解してくれるか分からないので、相談しづらい」が37.1%と最多であった。上司等に相談することに否定的な考えとして、「上司に迷惑をかけるであろうから、相談しづらい」が33.4%、「相談して上司に弱みを見せたら、配置換え等の措置を受けてしまうかもしれない」が20.8%であった。「上司に相談することに抵抗はない」と回答した者は30.4%であった。

#### 第4項 惨事ストレス対策を組織に浸透させるために必要な方法

惨事ストレス対策を組織に浸透させるために必要と思う方法を多重回答によりたずねた。その結果を表9-11に示す。

表9-11 惨事ストレス対策を組織に浸透させるために必要な方法 (N=125)

相談相手	件数	比率 (%)
幹部職員の惨事ストレス対策に関する理解	100	80.0
上司に相談しやすい環境	72	57.6
惨事ストレス対策に関する繰り返しの研修	57	45.6
幹部職員以外の惨事ストレス対策に関する理解	56	44.8
専門家に相談しやすい環境	36	28.8
派遣部隊への専門家の帯同	18	14.4
惨事ストレス対策に関する単発の研修	2	1.6

「幹部職員の惨事ストレス対策に関する理解」が80.0%と最多で、「上司等に相談しやすい環境」が57.6%であった。専門家による支援については、「専門家に相談しやすい環境」が28.8%、「派遣部隊に対する専門家の帯同」が14.4%であった。

## 第5項 惨事ストレス対策に関する意見(自由記述)

惨事ストレス対策に関する意見として自由記述によりたずねた結果、20名から20件の回答が得られた(表9-12)。分類にはKJ法(川喜田,1967)を援用した。「自分自身が惨事ストレス対策を部下等に教えたい」が20.0%と最多で、「惨事ストレス対策を組織的に推進する必要性」と「職員がストレス対処することの必要性」がそれぞれ15.0%であった。「その他」は30.0%であり、「何事も相談できる職場環境が必要である」、「家族への理解も深める研修が必要である」など各1件、計6件であった。

表9-12 惨事ストレス対策に関する意見(自由記述)(n=20)

意見	件数	比率(%)
自分自身が惨事ストレス対策を部下等に教えたい	4	20.0
惨事ストレス対策を組織的に推進する必要性	3	15.0
職員がストレス対処することの必要性	3	15.0
幹部職員が惨事ストレス対策を理解する必要性	2	10.0
職員が惨事ストレス対策の知識を持つ必要性	2	10.0
その他	6	30.0

## 第4節 考察

本節では、第1項で結果をまとめ、第2項で警察職員が仕事上のストレスに関して上司に相談することの意識について検討する。

### 第1項 結果のまとめ

#### (1) 警察職員における惨事ストレス対策に関する知識の実態と深まり

災害対策業務に従事する可能性が高い警察職員であっても、惨事ストレス反応とその対策に関する知識を有している者は多くなかった。しかし、東日本大震災の被災地内において発災直後から対策業務に従事していた警察職員の惨事ストレスの実態等を内容に取り入れた研修を実施した結果、惨事ストレス対策とその対策に関する理解は増進した。

#### (2) 警察職員における仕事上のストレスについて上司に相談することに関する意識

仕事上のストレスについて上司に相談したいと思ったことがある警察職員は約半数おり、仕事上のストレスを上司に相談しづらいと思ったことがある警察職員は60%に上った。仕

事上のストレスを上司に相談することに関する意識として、上司がきちんと理解してくれるかわからないために相談しづらいと考える者も多かった。さらに、組織に惨事ストレス対策を浸透させるために必要な方法として、幹部職員が惨事ストレス対策を理解することや、上司に相談しやすい環境を挙げる者が多かった。

このように、災害対策業務に従事する可能性が高い警察職員にあっては、仕事上のストレスを上司に相談したくてもしづらいつと考える傾向がある一方、上司が惨事ストレス対策を理解し、上司に相談しやすい環境が整うことを望んでいることが示唆された。

## 第2項 研究7への課題

本研究では、災害対策業務に従事する可能性が高い警察職員における惨事ストレス対策の知識の実態、仕事上のストレスを上司に相談することに関する意識を明らかにした。その結果、仕事上のストレスを上司に相談したいと感じても、上司が理解しないかもしれないなどと考え、上司に相談しづらいつと感じる者が多いことが示された。

研究1から研究3までにおいて検討したとおり、災害対策業務に従事した警察職員は惨事ストレスの状態になる危険性が高いことが示唆された。そして、研究6では、災害対策業務に従事する警察職員が惨事ストレス反応のために苦しんでも、上司に悩みを相談しづらいつということが示唆された。したがって、警察幹部職員が、部下職員を支えるとともに惨事ストレス対策の知識を持ち、相談しやすい人間関係を構築することが、組織的な惨事ストレス対策のために必要と考えられる。また、研究4で示唆されたように、警察幹部職員が惨事ストレスや部下職員へのサポートについて高い意識を持つことが重要であることから、警察幹部職員が平時から惨事ストレスの知識を持ち、部下職員へのサポートの意識を高めておくことが必要と考えられる。

したがって、研究7では、警察幹部職員を対象に惨事ストレスに関する研修を行い、警察幹部職員の惨事ストレス対策に関する知識や部下へのサポートに関する意識を明らかにするとともに、研修受講による惨事ストレスに関する認識の変化を検討する。

## 第 10 章 警察幹部職員の惨事ストレス対策に関する意識及び研修による惨事ストレスに関する認識の変化の検討（研究 7）

第 10 章では、警察職員のメンタルヘルスと惨事ストレスの対策を効果的に進める方策を検討するという本研究の第三の目的に沿って、警察幹部職員における惨事ストレス対策に関する意識の実態を明らかにするとともに、警察幹部職員における研修受講による惨事ストレスに関する認識の変化を検討する。

### 第 1 節 目的

惨事ストレス対策に関する研修受講から 1 か月後の惨事ストレス対策の知識の深まり、研修受講後における部下への支援の頻度等をたずねる指標を使用することにより、警察幹部職員における研修による惨事ストレスに関する認識の変化を検討することを第一の目的とする。そして、警察幹部職員に必要と思う惨事ストレス対策の知識や、幹部職員に必要な惨事ストレス対策の実践方法たずねる指標を使用するとともに、幹部職員が惨事ストレス対策を実施する上で必要と思うこと、組織的な惨事ストレス対策の実施に必要と思うこと、被災地内の警察に必要と思う惨事ストレス対策、被災地に職員を派遣する警察に必要と思う惨事ストレス対策について、自由記述によりたずねることにより、警察幹部職員が組織的に惨事ストレス対策を推進することに関する意識の実態を明らかにすることを第二の目的とする。

### 第 2 節 方法

#### 第 1 項 研究協力者

研究協力者は、3つの県警察の副署長会議において筆者によるメンタルヘルス対策及び惨事ストレス対策に関する研修を受講した警視または警部相当職の警察幹部職員 213 名であった。

#### 第 2 項 調査時期

2015 年 5 月 11 日から 12 月 11 日まで。

### 第3項 調査方法

東北地方、中部地方及び九州地方の3県警察が、警察署の副署長及び警察本部の次長級の職員を対象に、メンタルヘルス対策及び惨事ストレス対策に関する研修を企画し、筆者が講義を実施した。筆者がメンタルヘルス対策及び惨事ストレス対策に関する60分間の講義を実施した後、1か月後に質問紙調査への協力を依頼した。そして、研修から1か月後に警察本部厚生課より受講者に質問紙を送付した。

研究倫理の配慮については、次のとおり手続きを行った。筆者の所属機関の惨事ストレス対策検討委員会において調査項目を検討し、調査協力者の負担を考慮し、選定を行った。そして、筆者の所属機関の所属長及び調査を実施する各県警察本部厚生課長に対して、研究倫理の配慮の手続きを説明し、調査実施の承認を得た。さらに、筆者の所属機関の惨事ストレス対策検討委員会においても、研究倫理の配慮の手続きについて説明し、同委員会より調査実施の承認を得た。調査協力者に対しては、回答は任意であり、無記名により記入すること、回答を途中で止めてもかまわないこと、不調を感じた場合は臨床心理士である筆者または自身の所属する県警察本部の保健師に相談にできることを研究協力者に伝えた。調査協力に同意をした者からの回答を得た。提出を受けた研究協力者の回答を分析した。部内郵便により調査票の返送を依頼したが、封書の差出名を記載せず、無記名により返送するように依頼した。調査票の提出をもって研究協力に同意したものを分析した。

本調査の実施前に行ったメンタルヘルス対策及び惨事ストレス対策に関する研修の内容を表10-1に示す。研修は、ストレスの概説やストレス反応が生じる過程を導入として説明した後、惨事ストレス反応の概説及び惨事ストレス反応が生じやすい状況を説明した。次に、研究2（第5章）の結果を踏まえて、東日本大震災の災害対策業務に従事した警察官が受けた惨事ストレスの実際について、救出救助、行方不明者捜索、検視、遺族支援等の業務別に即して説明した。さらに、研究4（第7章）の結果に基づき、警察幹部職員の惨事ストレスの実際を説明した。これらの実情に基づき、個人や組織が惨事ストレス対策として行うべきとされる事項を説明した。そして、ストレス対処方法の実践として、呼吸法と臨床動作法の実技を指導した。最後に、本調査の調査票への記入を依頼した。

表 10-1 研修の構成

1	ストレスの概説, ストレス反応が生じる過程
2	惨事ストレス反応の概説, 惨事ストレス反応が生じやすい状況
3	東日本大震災の対策業務に従事した警察職員が受けた惨事ストレスの実際
4	警察幹部職員の惨事ストレスの実際
5	惨事ストレス対策の基本
6	ストレス対処方法の実践 (呼吸法, 臨床動作法の指導)
7	調査票の記入

#### 第 4 項 質問紙の構成

本調査の質問紙の構成内容を表 10-2 に示す。質問紙の内容は資料 7-2 に掲載する。

表 10-2 研究 7 の質問紙の構成

1	基本属性
2	研修受講後におけるメンタルヘルス対策, 惨事ストレス対策の知識の変化
3	研修受講後における部下に対する支援の実践の頻度
4	幹部職員における惨事ストレス対策に関する必要な知識
5	幹部職員における惨事ストレス対策として必要な実践
6	幹部職員が惨事ストレス対策を理解し, 実践する上で必要なこと (自由記述)
7	組織的に惨事ストレス対策を推進する上で必要なこと (自由記述)
8	被災地域で警察活動を続ける上で, 必要な惨事ストレス対策 (自由記述)
9	被災地へ派遣する警察として, 必要な惨事ストレス対策 (自由記述)

##### (1) フェイスシート

性別, 年代, 所属, 職種, 階級について回答を求めた。

##### (2) 研修受講後におけるメンタルヘルス対策, 惨事ストレス対策の知識の変化

研修受講前と比して, 研修受講から 1 か月後において, 「職場における心の健康づくりに関する基本的な知識」, 「幹部職員が行うべき職場における心の健康づくりに関する知識」, 「惨事ストレス対策に関する知識」, 「幹部職員が受ける惨事ストレスに関する知識」に関して, それぞれ深まったかどうかについて, 「十分深まった」, 「おおむね深まった」, 「あまり深まらなかった」, 「深まらなかった」の 4 件法によりたずねた。

##### (3) 研修受講後における部下への支援の実践の頻度

研修受講前と比して、研修受講から1か月後において、心の健康づくりのための部下への声かけ等の支援の実践の頻度について、「ほぼ毎日行っている」、「時々行っている」、「あまり行っていない」、「行っていない」の4件法によりたずねた。

#### (4) 幹部職員における惨事ストレス対策に必要な知識

幹部職員自身が惨事ストレス対策に関心と理解を持つことに関し、幹部職員における惨事ストレス対策に必要なと思われる知識を多重回答法によりたずねた。選択肢は、「惨事ストレスによって生じる心身の反応」、「惨事ストレスへの対処方法」、「惨事ストレス対策のために、組織が行うべき方法」、「実際の事例から学ぶこと」、「必要と思わない」、「その他」とした。

#### (5) 幹部職員における惨事ストレス対策として必要な実践

幹部職員が惨事ストレス対策の実践として必要と思うことについて、多重回答法によりたずねた。選択肢は、「リラクセーション等のストレス対処法の実践」、「部下職員との話し合い」、「幹部職員同士の話し合い」、「警察活動の意義を再認識すること」、「休暇・休養」、「その他」とした。

#### (6) 幹部職員が惨事ストレス対策を理解し、実践する上で必要なこと（自由記述）

幹部職員が惨事ストレス対策を理解し、実践する上で必要と思うことについて、自由記述によりたずねた。

#### (7) 組織的に惨事ストレス対策を推進する上で必要なこと（自由記述）

組織的に惨事ストレス対策を推進する上で必要と思うことについて、自由記述によりたずねた。

#### (8) 被災地域で警察活動を続ける上で、必要な惨事ストレス対策（自由記述）

被災地域で警察活動を続ける上で、必要と思う惨事ストレス対策について、自由記述によりたずねた。

(9) 被災地へ派遣する警察として、必要な惨事ストレス対策（自由記述）

被災地へ派遣する警察として、必要と思う惨事ストレス対策について、自由記述によりたずねた。

第3節 結果

第1項 基本属性

研修を受講した213名に対して調査票を送付し、179名から回答を得た。回答に不備のあったものを除き、有効回答は171名（有効回答率80.3%）であった。基本属性の内訳を表10-3に示す。

表10-3 研究協力者の基本属性（N=171）

研究協力者の基本属性（N=171）			
属性		人数	(%)
性別	男性	171	100
年代	36～40歳	1	0.6
	41～45歳	7	4.1
	46～50歳	10	5.8
	51～55歳	66	38.6
	56歳以上	87	50.9
属性		人数	(%)
所属	警察本部	105	61.4
	警察署	66	38.6
職種	警察官	155	90.6
	一般職員	16	9.4
階級	警部	51	29.8
	警視	120	70.2

第2項 メンタルヘルス対策及び惨事ストレス対策に関する知識の程度と深まり

(1) 研修受講前と比した研修受講後における職場のメンタルヘルス対策に関する基礎知識

研修受講前と比して、研修受講から1か月後において、職場におけるメンタルヘルス対策に関する基礎的な知識が深まったかどうかについて、4件法によりたずねた。結果を表10-4に示す。

表10-4 研修受講後の職場のメンタルヘルス対策に関する基礎的な知識の深まり（N=171）

研修受講後の職場のメンタルヘルス対策に関する基礎知識の深まり	件数	比率 (%)
十分深まった	28	16.4
おおむね深まった	133	77.8
あまり深まらなかった	10	5.8
深まらなかった	0	0



「十分深まった」と「おおむね深まった」の合計が 94.2%であった。「あまり深まらなかった」と回答した者は 5.8%であった。

### (2) 研修受講前と比した研修受講後における、幹部職員が行うべきメンタルヘルス対策に関する知識

研修受講前と比して、研修受講から 1 か月後において、幹部職員が行うべき職場におけるメンタルヘルス対策に関する知識が深まったかどうかについて、4 件法によりたずねた。結果を表 10-5 に示す。

表 10-5 研修受講後の幹部職員が行うべき職場のメンタルヘルス対策に関する知識の深まり (N=171)

研修受講後の幹部が行うべき職場のメンタルヘルス対策に関する知識の深まり	件数	比率 (%)
十分深まった	25	14.8
おおむね深まった	136	80.5
あまり深まらなかった	8	4.7
深まらなかった	0	0

「十分深まった」と「おおむね深まった」の合計が 95.3%であった。「あまり深まらなかった」と回答した者は 4.7%であった。

### (3) 研修受講前と比した研修受講後における、惨事ストレス対策に関する知識

研修受講前と比して、研修受講から 1 か月後において、惨事ストレス対策に関する基本的な知識が深まったかどうかについて、4 件法によりたずねた。結果を表 10-6 に示す。

表 10-6 研修受講後における、惨事ストレス対策に関する基本的な知識の深まり (N=171)

研修受講後の惨事ストレス対策に関する基本的な知識の程度	件数	比率 (%)
十分深まった	46	26.9
おおむね深まった	110	64.3
あまり深まらなかった	14	8.2
深まらなかった	1	0.6

「十分深まった」と「おおむね深まった」の合計が 91.2%であった。「あまり深まらな

かった」と「深まらなかった」と回答した者は、計 8.8%であった。

#### (4) 研修受講前と比した研修受講後における、幹部職員が受ける惨事ストレスに関する知識

研修受講前と比して、研修受講から 1 か月後において、幹部職員が受ける惨事ストレスに関する知識が深まったかどうかについて、4 件法によりたずねた。結果を表 10-7 に示す。

表 10-7 研修受講後における、幹部職員が受ける惨事ストレスに関する知識の深まり (N=171)

研修受講後における、幹部職員が受ける惨事ストレスに関する知識の程度	件数	比率 (%)
十分深まった	46	26.9
おおむね深まった	112	65.5
あまり深まらなかった	12	7.0
深まらなかった	1	0.6

「十分深まった」と「おおむね深まった」の合計が 92.4%であった。「あまり深まらなかった」と「深まらなかった」と回答した者は、計 7.6%であった。

#### (5) 研修受講後における、メンタルヘルス対策のための部下への支援の実践

研修受講から 1 か月後において、メンタルヘルス対策として部下に対する声かけ等の支援の実践の頻度について、4 件法によりたずねた。結果を表 10-8 に示す。

表 10-8 研修受講後における、メンタルヘルス対策としての部下への支援の実践の程度 (N=171)

研修受講後における、メンタルヘルス対策としての部下への支援の実践の程度	件数	比率 (%)
ほぼ毎日行っている	39	22.8
時々行っている	121	70.8
あまり行っていない	11	6.4
行っていない	0	0

「ほぼ毎日行っている」と「時々行っている」の合計が 93.5%であった。「あまり行っていない」と回答した者は、6.5%であった。

### 第3項 幹部職員にとって必要な惨事ストレスの知識及び実践

#### (1) 幹部職員の惨事ストレスについて、必要と思う知識

幹部職員の惨事ストレスについて、必要と思う知識を多重回答によりたずねた。結果を表10-9に示す。

表 10-9 幹部職員に必要と思う惨事ストレス対策の知識 (N=171)

幹部職員に必要と思う惨事ストレス対策の知識	件数	比率 (%)
惨事ストレスへの対処法	132	77.2
組織が行うべき惨事ストレス対策の方法	106	62.0
実際の事例から学ぶ惨事ストレス対策	105	61.4
惨事ストレスによって生じる心身の反応	80	46.8
必要と思わない	1	0.6

「惨事ストレスへの対処法」が77.2%で最多であった。「組織が行うべき惨事ストレス対策の方法」と「実際の事例から学ぶ惨事ストレス対策」がそれぞれ60%を超えていた。

#### (2) 幹部職員の惨事ストレス対策の実践について、必要と思う知識

幹部職員が行う惨事ストレス対策について、必要と思う実践を多重回答によりたずねた。結果を表10-10に示す。

表 10-10 幹部職員に必要と思う惨事ストレス対策の実践 (N=171)

幹部職員に必要と思う惨事ストレス対策の実践	件数	比率 (%)
リラクゼーション等のストレス対処法の実践	101	59.1
部下職員との話し合い	98	57.3
休暇・休養	91	53.2
幹部職員同士の話し合い	89	52.0
警察活動の意義の再認識	34	19.9

「リラクゼーション等のストレス対処法の実践」が59.1%で最多であった。「部下職員との話し合い」、「休暇・休養」、「幹部職員同士の話し合い」がそれぞれ50%を超えていた。

### 第4項 幹部職員が惨事ストレス対策を理解し、推進する上で必要と思うこと

幹部職員が惨事ストレス対策を理解し、推進する上で必要と思うことについて自由記述

によりたずねた。その結果、142名から173件の回答を得た。分類にはKJ法(川喜田,1967)を援用した。結果を表10-11に示す。

表 10-11 幹部職員が惨事ストレス対策を理解し、推進する上で必要なこと (N=173)

惨事ストレス対策の理解, 推進で必要なこと	件数	比率 (%)
惨事ストレス対策の研修受講による理解の増進	51	29.5
幹部職員も惨事ストレスになり得ることの理解	42	24.3
部下の状態の理解	17	9.8
職場全体に惨事ストレス対策の重要性を浸透させること	14	8.1
幹部職員が自己開示し, 上司に相談しやすい人間関係の構築	13	7.5
ストレス対処法の習得と実践	3	1.7
その他	6	3.5

「惨事ストレス対策に関する研修受講による理解の増進」が29.5%で最多であった。次いで、「幹部職員も惨事ストレスになり得ることの理解」が24.3%であった。

#### 第5項 組織的に惨事ストレス対策を推進する上で必要と思うこと

組織的に惨事ストレス対策を推進する上で必要と思うことについて自由記述によりたずねた。その結果、133名から137件の回答を得た。分類にはKJ法(川喜田,1967)を援用した。結果を表10-12に示す。

表 10-12 組織的に惨事ストレス対策を推進する上で必要と思うこと (N=137)

惨事ストレス対策の理解, 推進で必要なこと	件数	比率 (%)
職場全体に惨事ストレス対策の重要性を浸透させること	41	29.9
専門家による支援体制の構築やケアの実施	27	19.7
惨事ストレス対策の研修受講による理解の増進	22	16.1
幹部職員が自己開示し, 上司に相談しやすい人間関係の構築	17	12.4
十分な体制の確保	9	6.6
幹部職員も惨事ストレスになり得ることの理解	6	4.4
部下の状態の理解	3	2.2
ストレス対処法の習得と実践	3	2.2
その他	9	6.6

「職場全体に惨事ストレス対策の重要性を浸透させること」が29.9%で最多であった。

次に、「専門家による支援体制の構築やケアの実施」が 19.7%、「惨事ストレス対策に関する研修受講による理解の増進」が 16.1%であった。

#### 第6項 被災した地域で警察活動を続ける上で、惨事ストレス対策として必要と思うこと

自分の県が被災した場合に、警察活動を続ける上で惨事ストレス対策として必要と思うことについて自由記述によりたずねた。その結果、130名から162件の回答を得た。分類にはKJ法（川喜田,1967）を援用した。結果を表10-13に示す。

表 10-13 被災地域で警察活動を続ける上で必要と思う惨事ストレス対策（N=162）

必要と思う惨事ストレス対策	件数	比率 (%)
体制の確保（早期の交替, 期限を決めた活動等）	24	14.8
専門家によるケア	22	13.6
休養・休暇の取得	22	13.6
職員同士で話し合える機会	17	10.5
惨事ストレスの存在の認識	13	8.0
幹部・上司の惨事ストレスの理解と部下へのコミュニケーション	10	6.2
ストレス対処方法の習得	9	5.6
部下の状態の把握	8	4.9
使命感と達成感を持たせること	8	4.9
悩みや症状を申し出やすい環境	7	4.3
事前の惨事ストレス対策に関する研修	6	3.7
十分な兵糧や資機材	3	1.9
その他	13	8.0

早期の交替や期限を決めた活動等の「体制の確保」が 14.8%で最多であった。次いで、「専門家によるケア」と「休養・休暇の取得」がそれぞれ 13.6%、「職員同士で話し合える機会」が 10.5%であった。

#### 第7項 被災地へ職員を派遣する場合に、惨事ストレス対策として必要と思うこと

被災地へ職員を派遣する場合に、惨事ストレス対策として必要と思うことについて自由記述によりたずねた。その結果、128名から160件の回答を得た。分類にはKJ法（川喜田,1967）を援用した。結果を表10-14に示す。

表 10-14 被災地に派遣する上で必要と思う惨事ストレス対策 (N=160)

必要と思う惨事ストレス対策	件数	比率 (%)
事前の惨事ストレス対策に関する研修	46	28.8
体制の確保 (早期の交替, 期限を決めた活動等)	15	9.4
職員同士で話し合える機会	13	8.1
惨事ストレスの存在の認識	11	6.9
帰任後の専門家によるケア	11	6.9
幹部・上司の惨事ストレスの理解と部下へのコミュニケーション	10	6.3
ストレスに強い職員を選んで派遣	8	5.0
ストレス対処方法の習得	7	4.4
現地での心身のケア	6	3.8
休養・休暇の取得	5	3.1
組織全体で惨事ストレス対策を実施 (バックアップ体制等)	4	2.5
専門家の帯同	4	2.5
使命感と達成感を持たせること	3	1.9
悩みや症状を申し出やすい環境	3	1.9
その他	14	8.8

「事前の惨事ストレス対策に関する研修」が 28.8%で最多であった。次いで、早期の交替や期限を決めた活動等の「体制の確保」が 9.4%、「職員同士で話し合える機会」が 8.1%であった。

#### 第4節 考察

本節では、第1項で結果をまとめ、第2項で警察幹部職員が仕事上のストレスに関して上司に相談することの意識について検討する。

##### 第1項 結果のまとめ

###### (1) 警察幹部職員におけるメンタルヘルス対策及び惨事ストレス対策の知識の深まり

警察幹部職員に対し、東日本大震災の被災地で災害対策業務に従事した警察職員の惨事ストレスの実際に基づいた研修を実施した結果、研修から1か月後において、職場におけるメンタルヘルス対策及び惨事ストレス対策に関する知識が深まり、部下へのサポートの実践が増加していた。

###### (2) 警察幹部職員が考える組織的な惨事ストレス対策

幹部職員が考える組織的な惨事ストレス対策について、自由記述により回答を求め、分析した。その結果、幹部職員自身の惨事ストレス対策として、惨事ストレス対策に関する知識を持ち、幹部職員も惨事ストレスになり得ることを理解し、自らストレス対処方法を実践するとともに、部下職員とのコミュニケーションをとることが重要であると考えていた。組織的な惨事ストレス対策を進めるためには、職場全体で惨事ストレス対策の重要性を浸透させ、惨事ストレス対策の研修を行うとともに、カウンセラー等の専門家によるケアの体制を整備することが示唆された。

自県において災害が発生した場合の惨事ストレス対策として、職員の心身の健康保持のために早期の交替等の「体制の確保」、「専門家によるケア」、「休養・休暇の取得」、「職員同士で話し合える機会」が重要であると示唆された。被災地に派遣する場合の惨事ストレス対策としては、「事前の惨事ストレス対策に関する研修」を実施した上で、「体制の確保」や「職員同士で話し合える機会」を設けることが示唆された。

上記より、幹部職員自身が、惨事ストレスの存在を理解し、惨事ストレス対策として職員同士の良好なコミュニケーションの重要性を認識しており、部下をサポートする意識の増加が推定された。したがって、警察幹部職員に対する研修において、惨事ストレス対策の一環として、部下へのサポートの重要性を盛り込むことにより、惨事ストレス対策の基礎を構築することが可能になると考えられた。

### 第Ⅲ部 本研究の結論と総合考察

第Ⅲ部では，第 11 章「本研究の結論と総合考察」にて本論文の総合考察を述べる。



## 第11章 本研究の結論と総合考察

本章では、第1節において第二部実証的検討の結果の概要をまとめる。第2節において本論文の結論を述べ（第1項）、結論を考察する（第2項～第5項）。結論に基づき、警察における組織的な惨事ストレス対策への示唆（第6項）及び本論文の問題点と課題（第7項）を述べる。

### 第1節 結果の概要

本節では、各研究において得られた知見及び全体を総合して得られた知見を述べる。

#### 第1項 警察官の惨事ストレスの実態

本論文の第一の目的は、日本の警察官の惨事ストレスの実態を明らかにすることであった。日本の警察官の惨事ストレスについて、以下の知見が得られた。

広域災害により甚大な被害を受けた被災地に特別出向した警察官のストレスの調査（研究1）（第4章）において、自由記述により、特別出向中での「最も大変であった業務」、「業務に関して強いストレスを感じた体験」、「ストレス対処に必要と思うもの」をたずね、心理尺度によりバーンアウト、精神的回復力、ソーシャル・サポート尺度を検討した。その結果、特別出向中に最も大変であった業務は「行方不明者の捜索」と「被災者対応」であった。バーンアウトのハイリスク者は約5%であった。したがって、災害の発生直後に被災地内で救援活動に従事していない警察官においても、ストレス反応を示す者がいた。

被災地内において、甚大な災害の発災直後から救援活動に従事していた、警察事務職員を含む警察職員の惨事ストレス調査（研究2）（第5章）において、震災時での「最も大変であった業務」、「業務に関して強いストレスを感じた体験」、「行ったストレス対処」、「職場でなされた配慮」をたずね、心理尺度により外傷性ストレス反応（改訂出来事インパクト尺度）、バーンアウト、精神的回復力、ソーシャル・サポートを検討した。その結果、強い負担であった業務は、「行方不明者の捜索」、「救出・救助」、「検視・遺体見分」であった。外傷性ストレス反応のハイリスク者は28.5%、バーンアウトのハイリスク者は35%であり、災害の発災直後から被災地内で災害対策活動に従事した警察職員の3分の1程度の者は、

強いストレス状態にあった。

火山噴火災害という限定された範囲の中で災害対策業務に従事した被災県内の警察官の惨事ストレス調査（研究3，第6章）において、「従事した災害対策業務」，「行ったストレス対処」，「仕事や個人生活での心配事の内容」，「心配事の相談相手」をたずね，心理尺度により外傷性ストレス反応（外傷後ストレス診断尺度），精神的健康（GHQ-12），抑うつ・不安（K6），回復力を検討した。その結果，「救護活動」に従事した警察官において外傷性ストレス反応が強かった。外傷性ストレス反応のハイリスク者はいなかったが，外傷後ストレス診断尺度の測定により，外傷性ストレス反応のために日常生活に1か月以上の支障が続いていた者は，約5%いた。精神健康状態のハイリスク者は約8%，不安・抑うつのハイリスク者は約2%であり，火山噴火災害の対策業務に従事した警察官において強いストレス状態にあった者は5%程度であった。

広域災害により部下を殉職で失った警察幹部職員の惨事ストレス調査（研究4，第7章）において，半構造化面接により，震災に置かれた状況，ストレッサー，自身のストレス反応とストレス対処等について，それらの過程を検討した。その結果，面接対象とした9名中8名が生存者罪責感や侵入症状を始めとした強いストレス反応を有していた。この惨事ストレスは，発災直後には生じていなかったが，発災後3か月から6か月程度経過した頃に生じるという遅発性のものであった。

## 第2項 警察官の惨事ストレス反応への影響要因

本論文の第二の目的は，警察官の惨事ストレスに影響を及ぼす要因を明らかにすることであった。本項では，惨事ストレスを規定する要因，惨事ストレスを緩和する要因を検討した。主な結果は，以下のとおりである。

### (1) 警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因

被災地の特別出向警察官のストレス調査（研究1）では，バーンアウトに影響を及ぼしていた要因は，「最も大変であった業務が被災者対応であること」であった。特別出向中に最も大変であった業務は，「行方不明者の搜索」と「被災者対応」であった。厳しい環境下で長時間の行方不明者搜索に従事したことによる心理的疲弊や，自由記述に「被災者に掛ける言葉が見つからず，悔しかった。」と記されているように，喪失体験を述べる被災者の

心情に接することにより、共感しながらも掛ける言葉を見つけられなかったため、被災地の警察官としての達成感を持ちづらかったことが、被災地の特別出向警察官のストレスに影響を及ぼす要因であると推定される。

被災地内で、甚大な災害の発災直後から救援活動に従事していた、警察事務職員を含む警察職員の惨事ストレス調査（研究2）において、最も大変であった災害対策業務としては、「行方不明者の捜索」、「救出・救助」、「検視・見分」が多かった。すなわち、被災地内の警察職員は、遺体関連業務について苦慮していたことが示唆された。また、災害対策業務で最も強いストレスを感じた体験は、「放射能被爆の危険」、「同僚等の殉職」、「凄惨な遺体の扱い」であった。自分自身の安全が脅かされること、同僚等を殉職で失う強い喪失体験、遺体関連業務が強いストレスであることが明らかになった。外傷性ストレス反応に強い影響を及ぼしていたと推定された要因は、「被災者の心情に接することに強いストレスを感じた体験」であった。自由記述に「被災者の話を聞くことがつらいことであった。」と記されているように、被災者の心情に接し、共感疲労の状態になったり、研究1と同様に、「被災者にかかる言葉が見つからず」に達成感を持ちづらかったりしたことがストレスを感じさせる要因として推定された。

火山噴火災害の対策業務に従事した被災県内の警察官の惨事ストレス調査（研究3）において、外傷性ストレス後ストレス診断尺度の下位尺度である「侵入症状」に影響を及ぼしていた要因は、「救護活動に従事したこと」、「仕事に関する不安があること」であった。

「回避・麻痺症状」に影響を及ぼしていた要因は、「救護活動に従事したこと」、「仕事に関する不安があること」、「個人に関する心配事があること」であった。「覚醒亢進症状」に影響を及ぼしていた要因は、「救護活動に従事したこと」、「仕事に関する不安があること」、「個人に関する心配事があること」であった。したがって、火山噴火災害の対策業務に従事した被災県内の警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因として、発災直後に二次災害の危険がある状況下での「救護活動」に従事したことによる安全を脅かされる体験や、仕事や個人に関する心配事があるという出勤前からの悩み事を有することが推定される。

広域災害により部下を殉職で失った警察幹部職員の惨事ストレス調査（研究4）において、部下を殉職で失い、心情を他者に話せず一人で抱えることや、惨事ストレス対策の知識を有してセルフケアを行うという実践をしていないことが、惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因と推定された。したがって、警察幹部職員において、強い罪責感や侵入症状

を含む外傷性ストレス反応に対する適切なケアの欠如が、惨事ストレス反応に影響を及ぼしていた要因であると推定される。

## (2) 警察官の惨事ストレスを緩和する要因

被災地の特別出向警察官のストレス調査（研究1）では、「精神的回復力尺度」の下位尺度である「肯定的な未来志向得点」が高い人がバーンアウトに陥らずにいた。すなわち、甚大な被害を受けた被災地の治安維持に貢献しようという意志を抱いて被災地の警察に1年2か月間特別出向したが、行方不明者の捜索活動に従事しても思うような成果を上げられない状況にあっても、その経験を警察官として自分の将来の糧として活かすように考えていた者は、バーンアウトせずに活動できていた。また、被災地での警察活動を続ける上でのストレス対処方法は、「同僚等との交流」と「家族や友人との交流」であった。このように、被災地の特別出向警察官は、ソーシャル・サポートを得ることにより、他者と情緒的に関われなくなるような脱人格化に陥らず、バーンアウトせずにいたと推定される。

被災地内において、甚大な災害の発災直後から救援活動に従事していた、警察事務職員を含む警察職員の惨事ストレス調査（研究2）において、甚大な被害を受けた被災地での活動という困難な状況下においても自己の感情を適切に保つ「感情調整」ができていた者は、外傷性ストレスにもバーンアウトにもならずにいた。また、被災地での救援活動で困難を感じても、その困難が警察官としての将来の糧になると考える「肯定的な未来志向」をできていた者や友人のサポートを多く得ていた者は、バーンアウト状態になっていなかった。したがって、組織からの惨事ストレスのケアを受けることが困難な状況において、被災地の警察官は、過酷な災害対策業務の体験を将来の糧になり得ると前向きに受け止め、自分の感情を保とうとすることにより、惨事ストレス状態に陥らずにいたと推定された。災害対策業務後に行ったストレス対処としては、「上司や同僚との会話」をした者が最も多かった。したがって、上司や同僚からソーシャル・サポートを得ることが、バーンアウトの回避に寄与し、惨事ストレスを緩和する要因の一つと推定される。

火山噴火災害の対策業務に従事した被災県内の警察官の惨事ストレス調査（研究3）において、仕事の心配事を同僚に相談したり、職場以外の友人との会話でストレス対処したり、家族と同居している者は外傷性ストレス反応が低かった。そして、仕事の不安を上司に相談したり、個人的な心配事を同僚に相談したりしている者は、精神健康度が高く、不

安・抑うつ傾向が低かった。すなわち、火山噴火災害の対策業務に従事した警察官において、同僚や友人からのソーシャル・サポートが惨事ストレス反応を緩和する一因となっており、上司や同僚からのソーシャル・サポートが平時のストレス反応も緩和する一因となっていた。したがって、発災直後から災害対策業務に従事した警察官の惨事ストレス反応を緩和する要因としてソーシャル・サポートの重要性が示唆された。

広域災害により部下を殉職で失った警察幹部職員の惨事ストレス調査（研究4）においては、惨事ストレス対策の知識を有し、自身の惨事ストレス反応について部下等に積極的に開示し、支え合っていたことが、惨事ストレス反応を緩和することに関連する要因と推定された。したがって、被災地内で災害対策活動に従事した警察幹部職員が体験する惨事ストレス反応に対して適切な対処を行うためにも職員同士で支え合い、ソーシャル・サポートを活用することが重要であることが明らかになった。

### 第3項 警察における組織的な惨事ストレス対策の実施に必要な方法

本論文の第三の目的は、警察の組織的なメンタルヘルス及び惨事ストレス対策の実施に必要な方法を検討することであった。主な結果は以下のとおりである。

被災地内で発災直後から災害対策業務に従事した警察職員を対象としたグループ・ミーティングの評価の検討（研究5，第8章）では、研究2と同一の基本属性、活動状況、心理尺度に加え、グループ・ミーティングに対する評価をたずねた。その結果、発災直後に同一所属で対策業務に従事していた者同士のみで構成したグループでのミーティングが、参加者に肯定的に捉えられていた。グループ・ミーティングを肯定的に捉える理由として、「当時の仲間との体験の共有」が最も多く挙げられていた。グループ・ミーティングを肯定的に捉える者は、情緒的消耗感を強く持つとともに、家族のサポートを多く得ていた。この結果から、グループ・ミーティングの参加者は、災害対策業務によってバーンアウト状態になりながらも、家族のサポートを得て、発災からグループ・ミーティングまでの1年6か月を過ごしてきたが、発災時の苦労を共にした仲間と語り合うことにより、グループ・ミーティングを肯定的に捉えていたことが示された。したがって、災害対策業務に従事した警察官がソーシャル・サポートを得ているほど、仲間と体験を共有するグループ・ミーティングが、組織的な惨事ストレス対策として有効に機能すると推定される。

災害対策業務に従事する可能性が高い警察官における上司に対する相談に関する意識の

調査（研究6，第9章）において、「仕事上のストレスを上司に相談することの意識」，「惨事ストレス対策を組織に浸透させる方法」をたずねた。その結果，多くの者が仕事上のストレスに関して上司に相談したいと思ったことがある一方で，仕事上のストレスを上司に相談しづらいと思った経験を持っていた。その理由は，「上司の無理解」，「上司に迷惑が掛かること」，「配置換えの恐れを感じること」であった。この結果から，災害対策業務に従事する警察官は上司によるソーシャル・サポートを希求している反面，サポートを受けることを躊躇する実態が示唆された。そして，惨事ストレス対策を組織に浸透させるために必要な方法として，大半の者が「幹部職員の惨事ストレス対策に関する理解」，「上司に相談しやすい環境」を挙げていた。また，「上司に相談しやすい環境」や「上司が惨事ストレス対策を理解すること」が，組織的な惨事ストレス対策を推進する上で必要であると考えていた。したがって，警察官の組織的な惨事ストレス対策として，上司からのソーシャル・サポートを受けることは不利益にならないことを個々の警察官に理解させるとともに，上司である警察幹部職員が惨事ストレス対策を理解し，部下職員を積極的にサポートすることが有効であると推定される。

警察幹部職員の惨事ストレス対策に関する意識及び惨事ストレス対策に関する研修による惨事ストレスに関する認識の変化の検討（研究7，第10章）では，研修受講1か月後における「惨事ストレス対策の知識の深まり」，「部下への支援の実践の頻度」，「幹部職員に必要な惨事ストレス対策の知識，実践」，「組織的に惨事ストレス対策を推進する上で必要なこと」，「自県が被災地になった場合と被災地へ派遣する場合での，必要と思う惨事ストレス対策」をたずねた。その結果，惨事ストレス対策に関する研修を受けた警察幹部職員が，受講1か月後において惨事ストレス対策の知識を深めていた。研究7の教育の内容は，本論文研究2及び研究4の内容を踏まえた東日本大震災の対策業務に従事した警察職員が受けた惨事ストレスの実際に基づくものであった。警察幹部職員自身に必要と思う惨事ストレス対策としては，「ストレス対処法の習得と実践」や「部下職員との話し合い」が多く挙げられた。組織的に惨事ストレス対策を推進するために必要と思うこととしては，「事前の惨事ストレス対策に関する研修」，「体制の確保（早期の交替，期限を決めた活動等）」，「職員同士で話し合う機会」，「惨事ストレスの存在の認識」が多く挙げられた。したがって，警察幹部職員に対して，警察官の惨事ストレスの実態に基づく研修を実施することにより，警察幹部職員が惨事ストレスに関する認識を深め，部下職員と支え合うという意識を高め

ることが推定される。これらの結果から、警察幹部職員に対する惨事ストレスの研修を実施することは、組織的な惨事ストレスの対策に有効であると考えられた。

## 第2節 本論文の結論

本節では、本論文の結論を4点述べ（第1項）、各結論を考察する（第2項～第5項）。続いて、警察における組織的な惨事ストレス対策への示唆（第6項）及び本論文の問題点と課題（第7項）を述べる。

### 第1項 本論文の結論

本論文の結論は次の4点である。

本論文の第一の結論は、災害対策業務に従事した日本の警察官の惨事ストレスの発生率が5%から29%にわたるが、発災直後から被災地内で救援活動に従事した警察官において惨事ストレスの発生率が高いことである。発災直後から被災地内で救援活動に従事した警察官の惨事ストレス反応の発生率の高さの理由は、警察官自身が被災地内で居住するという安全が確保されていない状況、自宅が居住不能になったことからの居住環境の変化、組織的な惨事ストレスのケアの不足、家族と離れ離れになりながらの勤務の継続であった。また、惨事ストレスの発生率が大きく異なる理由として、対応した災害の種類や活動期間、警察官自身が被災地内で居住するという安全が確保されていない状況か安全な環境で居住しているか、などの環境的な要因が推定される。

第二の結論は、警察官の自覚したストレス及び要因分析をした結果、喪失体験、発災直後の危険な状況での活動と危機への直面、遺体関連業務、被災者への支援業務の4点が、警察官にとって共通の惨事ストレスのストレスサーである。一方、精神的回復力の感情調整と肯定的な未来志向の高さ、上司や同僚からのソーシャル・サポート、惨事ストレス対策に関する知識に基づくセルフケア、仲間と支え合う意識の4点が、警察官の惨事ストレスを緩和する要因である。

第三の結論は、警察における有効かつ組織的な惨事ストレス対策は、参加者の回避症状に配慮した上でのグループ・ミーティング、仕事上のストレスを上司に相談しやすい人間関係の構築、職員同士で話し合っ支え合うことである。

第四の結論は、警察幹部職員においては、部下の殉職が強い惨事ストレスのストレスサ

一になっており、部下と支え合うようなソーシャル・サポートに乏しく、遅発性惨事ストレスが生じていることである。幹部職員を対象とした研修により、1か月後に惨事ストレスに関する知識が深まり、幹部自身がストレス対処を始めとした惨事ストレス対策を実践することが有効である。

## 第2項 警察官の惨事ストレスの実態

本項では、本論文の第一の結論について考察する。

第一の結論は、災害対策業務に従事した日本の警察官の惨事ストレス反応の発生率が5%から29%にわたるが、発災直後から被災地内で救援活動に従事した警察官において惨事ストレス反応の発生率が高いことである。

警察官の惨事ストレスの発生率に関する研究について、第2章第2節第2項から第4項において述べたとおり、米国同時多発テロ事件の対策業務に従事した警察官の惨事ストレス反応の発生率は約7% (Perrin et al., 2007) から約10% (Wisnivesky et al., 2011) であった。地震による高速道路倒壊の救助活動に従事した警察官の惨事ストレス反応の発生率は9% (Marmer et al., 1996)、拳銃発砲事案に関与した警察官の惨事ストレス反応の発生率は46%、事案を特定せずに警察官として従事してきた経験からの惨事ストレス反応の生涯発生率は約8% (Martin et al., 2009) であった。本論文における警察官の惨事ストレスの発生率は、研究1の被災地特別出向警察官では約5%、研究2の被災地内の警察職員では約29%、研究3の火山噴火災害対策業務従事の警察官では約5%、研究4の部下を殉職で失った被災地内の警察幹部職員ではほぼ全員という状況であった。

以上の結果から、日本の警察官の惨事ストレス反応の発生率は、米国同時多発テロ事件 (Perrin et al., 2007 ; Wisnivesky et al., 2011) や地震 (Marmer et al., 1996)、事案を特定しない生涯発症率 (Martin et al., 2009) と比してやや低めであるが、海外の先行研究と概ね整合していた。本研究では、安全が確保されない被災地内において発災直後から長期間災害対策業務に従事する警察官においては特異的に高率で惨事ストレス反応が発生していること、対応する災害や被災地内外という環境的要因により惨事ストレスの発生率が異なることが明らかとなった。同一の国の警察官においても、それぞれの災害の対策業務や、活動及び居住環境によって惨事ストレス反応の発生率が異なることが示唆されたことは、本研究による新たな知見と考えられる。また、警察官の惨事ストレスに関する先



行研究では、被災地に派遣された警察官を対象にしており、被災地内で救援活動に従事した警察官を対象にしたものは見られなかったため、被災地内の警察官の惨事ストレスの実態を明らかにしたことも、本研究による新たな知見と考えられる。

### 第3項 警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因

本項では、本論文の第二の結論について考察する。

第二の結論は、警察官の自覚したストレス反応及び要因分析をした結果、「同僚等の殉職」という喪失体験、「救出・救助」や「救護」という発災直後の危険な状況での活動と「放射能被爆」という危機への直面、「行方不明者捜索」や「検視・遺体見分」という遺体関連業務、「被災者の心情に接すること」という支援業務の4点が、警察官にとって共通の惨事ストレスのストレッサーになっていたことである。

「同僚等の殉職」という喪失体験による警察官の惨事ストレス反応に関する研究では、Weiss et al. (2010) や Chopko et al. (2015) が、「同僚等の殉職」という喪失体験が警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因であることを実証している。第2章第2節第5項で述べたとおり、警察官における深刻さの度合いが高い惨事体験は、「自分のミスにより同僚が負傷または死亡」、「同僚が故意に殺害された」、「同僚が偶発的に死亡」が示された (Weiss et al., 2010 ; Chopko et al., 2015)。原因を問わず、同僚等の殉職は、警察官の惨事ストレスに影響を及ぼすことが明らかになっており、日本の警察官においても、出勤前まで一緒に勤務していた同僚等を失う体験は惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因であると考えられる。このように、本研究における「同僚等の殉職」が警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼすという結果は、Weiss et al. (2010) や Chopko et al. (2015) と整合していた。

「救出・救助」や「救護」という発災直後の危険な状況での活動と「放射能被爆」という危機への直面が警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼすことについて、第2章第2節第3項及び第5項で述べたとおり、「凄惨な場面への曝露」(Weiss & Marmer, 1996; Weiss et al., 2010; Surgenor et al., 2015)、「活動中の強い恐怖」が警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因であることが実証されている。消防官においても、「自分に生命の危険を感じたこと」や「悲惨な光景への衝撃」(兵庫県精神保健協会こころのケアセンター, 1999 ; 加藤・飛鳥井, 2004) が惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因として見出されている。発

災直後における救助活動は、余震や噴火等の恐れがある状況において遂行されたものであり、救助活動に従事する警察官自身の二次災害の危険性が高い状態での活動である。本研究で明らかにされた警察官の惨事ストレス反応についても、津波や火山噴火による甚大な被害状況での活動により「凄惨な場面への曝露」を経験し、「自分に生命の危険」や「強い恐怖」を感じたことが影響を及ぼす要因であると推定される。なお、「放射能被爆の危険」による警察官の惨事ストレスに関する先行研究は見当たらないが、第5章第3節第4項で述べたとおり、研究2の研究協力者は長期間にわたり放射能被爆の危険性がある地域で活動してきており、目に見えない放射能に対する恐怖は大きいと考えられる。このように、本研究における、危険な状況での活動や危機への直面が警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼすという結果は、Weiss & Marmer(1996), Weiss et al. (2010), Surgenor et al. (2015) と整合していた。

「行方不明者捜索」や「検視・遺体見分」という遺体関連業務が警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼすことについて、津波や火山噴火による犠牲者を目の当たりにしたり、その犠牲者の検視を行うことは、Weiss & Marmer(1996), Weiss et al. (2010), Surgenor et al. (2015) が警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因として実証した「凄惨な場面への曝露」と同等であると考えられる。本研究における調査協力者の警察官は、第5章第3節第3項で述べたとおり、長期間の業務に従事していた。このように、長期間にわたる「凄惨な場面への曝露」が、警察官の惨事ストレス反応に影響を及ぼす要因となると示唆されたことは、Weiss & Marmer(1996), Weiss et al. (2010), Surgenor et al. (2015) と整合すると考えられる。

「被災者の心情に接すること」という支援業務が警察官の惨事ストレス要因になっていたことについては、避難所や仮設住宅付近のパトロール活動、遺体安置所等での支援活動において、被災者の喪失体験を共感して聴くことにより、犯罪被害者支援に従事した警察官が体験する二次受傷に近い状態になっていたと考えられる。警察官の二次受傷に関する先行研究では、上田(2011)が、警察官の二次受傷に影響を及ぼすストレスラーとして、犯罪被害者の心情に接する曝露体験の累積効果を示している。被災地における警察官の活動において、発災直後の災害対策業務に従事した後も、長期間にわたり被災者の心情に接することにより、被災者対応によるストレス反応が続く。また、警察官は平時から住民の安全を守るために相談に応じるなどしているが、未曾有の災害に際しては、被災者に寄り添

い、被災者の力になろうと警察官が思っても、家族が死亡したり行方不明になったりしている被災者の過酷な状況や、警察官自身が被災者であるという状況のため、被災者の心情を受け止めることが困難であると推定される。本研究において、被災地の災害対策業務に従事する警察官が「被災者の心情に接すること」により二次受傷に近い惨事ストレス状態になり得ることが示唆されたことは、上田(2011)と整合していると考えられる。

次に、警察官の惨事ストレスを緩和する要因を考察する。本研究では、第4章第3節第5項、第5章3節第8項及び第9項で示したとおり、精神的回復力の感情調整と肯定的な未来志向が高く、上司や同僚からのソーシャル・サポートを受けている者ほど、惨事ストレス反応が弱かった。第2章第2節第4項及び第3節第1項で述べたとおり、警察官の惨事ストレスを緩和する要因に関する先行研究では、「幹部職員からの仕事に関連しないコミュニケーション」(Stephens & Long, 2000)、「同僚からのソーシャル・サポート」(Martin et al. 2009)、「家族や職場からのサポート」(Schwarzer, 2014)、「精神的回復力」(Lee et al., 2016)が惨事ストレスを緩和する要因として実証されている。本研究における、災害対策業務に従事した警察官が、「上司や同僚からのソーシャル・サポート」を受け、「精神的回復力」を有しているほど惨事ストレス反応が弱いという結果は、Stephens & Long(2000)は、Martin et al. (2009), Schwarzer, (2014), Lee et al. (2016)と整合していると考えられる。

本論文の研究3では、外傷性ストレス反応を緩和する要因として、個人に関する心配事を同僚に相談することが見出され、不安・抑うつを緩和する要因として、仕事に関する心配事を上司に相談することが示唆された。したがって、ソーシャル・サポートの中でも、上司によるサポートは平時のストレス反応を緩和する要因の一つと実証され、一方、同僚によるサポートは外傷性ストレス反応を緩和する要因の一つであることが明らかになった。このように、ソーシャル・サポートの提供者によって緩和するストレス反応が異なることが示唆されたことが、本研究による新たな知見と考えられる。さらに、警察幹部職員が自身の惨事ストレス状態を自己開示し、ストレス対処を行うことが惨事ストレス反応を緩和する要因の一つと推定されたことについて、警察官の惨事ストレスに関する先行研究では指摘されていないことであり、本研究による新たな知見である。したがって、危険な業務に従事して安全が脅かされ、現に安全な状況で生活できない警察官の惨事ストレスへの組織的な対策として、上司及び同僚からのソーシャル・サポートが有効であり、平時から職

員同士で支え合うことの必要性を認識させることが重要であることが明らかになった。

#### 第4項 警察において組織的な惨事ストレス対策を実施するために必要な方法

本項では、本論文の第三の結論について考察する。

第三の結論は、警察において組織的な惨事ストレス対策を実施するためには、参加者の回避症状に配慮した上でのグループ・ミーティング、仕事上のストレスを上司に相談しやすい人間関係の構築、職員同士で話し合っ支え合うことの有効性が示唆されたことである。

警察官を対象としたグループ・ミーティングの有効性について、第2章第3節第2項で述べたとおり、Leonard& Alison(1999)により、グループ・ミーティングを実施した群が統制群に比して怒りの程度が減少し、対処行動が増加していたと実証されている。Leonard& Alison(1999)によれば、グループ・ミーティングにおいて自分自身の感情に気づき、仲間と共有することにより、感情の調整が可能になると考えられる。また、他の職員の対処行動をグループ・ミーティングにおいて知ることにより、新たな対処行動を学ぶことも可能になると考えられる。第8章第3節第4項で述べたとおり、日本の警察官において、グループ・ミーティングに参加したことにより「当時の仲間との体験を共有」し、「体験の表現による心情の整理」が可能になったという結果は、Leonard& Alison(1999)と整合していると考えられる。

また、松井他(2006)により、イギリスの首都警察において、組織的な惨事ストレス対策としてグループ・ミーティングが実施されていることが示されたが、実証的な効果の検討は明らかにされていない。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、消防官を対象として実施されたグループ・ミーティングの効果研究では、松井・畑中(2003)が、文献レビューによりグループ・ミーティングの有効性が示されたことを明らかにしている。本研究では、災害の場面や殉職した同僚等を繰り返し想起して苦痛を感じる回避反応を持つ警察官が、グループ・ミーティングについて否定的に捉えていたことを示した。したがって、グループ・ミーティングに参加しても惨事ストレス反応の緩和が困難である警察官の特徴(回避症状が強いこと)を示したことは、本研究による新たな知見である。

「仕事上のストレスを上司に相談しやすい人間関係の構築」及び「職員同士で話し合っ

て支え合うことの有効性」について、第2章第3節第1項で述べたとおり、警察官において、上司や同僚からのサポートを多く受けているほど惨事ストレス反応が弱いことが実証されている (Stephens & Long, 2000; Martin et al., 2009)。第9章第3節第4項で述べたとおり、災害対策業務に従事する警察官は「上司に相談しやすい環境」が惨事ストレス対策として必要と考えており、Stephens & Long (2000), Martin et al. (2009) と整合していると考えられる。

本論文では、災害対策業務に従事する可能性が高い警察官 (研究6)、副署長等の警察幹部職員 (研究7) の双方に対して惨事ストレス対策に関する研修を実施し、研修による惨事ストレスの認識の変化を検討した結果、双方において惨事ストレス対策に関する知識の深まりが見られた。さらに、警察幹部職員に対し、幹部職員自身の惨事ストレス対策や、組織的な惨事ストレス対策を実施する上で必要と思う方法等を研修受講1か月後にたずね、得られた意見を分析した。その結果、警察幹部職員自身に必要と思う惨事ストレス対策として、「ストレス対処法の習得と実践」や「部下職員との話し合い」が多く挙げられた。組織的に惨事ストレス対策を推進するために必要と思うこととして、「事前の惨事ストレス対策に関する研修」、「体制の確保 (早期の交替, 期限を決めた活動等)」、「職員同士で話し合う機会」、「惨事ストレスの存在の認識」が多く挙げられた。

第2章第2節第4項及び第5項、第3節第1項で述べたとおり、警察官の惨事ストレス反応を緩和する要因として、「幹部職員からの仕事に関連のないコミュニケーション」 (Stephens & Long, 2000), 「上司からの知覚されたソーシャル・サポート」 (Martin et al., 2009), 「職場からのサポート」 (Schwarzer, 2014) が実証されている。第8章第3節第4項及び第5項、第9章第3節第4項で述べたとおり、「同僚等との体験の共有」、「同僚等の話を参考にすること」、「幹部職員が惨事ストレス対策を理解すること」、「上司に相談しやすい環境」が組織的な惨事ストレス対策に有効であると示唆されているが、これらは、Stephens & Long (2000), Martin et al. (2009), Schwarzer (2014) と整合していると考えられる。

また、第10章第3節第5項及び第6項で述べたとおり、警察幹部職員が平時から惨事ストレスに関する認識を持ち、組織内で職員間のソーシャル・サポートを活性化させることを認識することが、平時の組織的な惨事ストレス対策として有効であることが推定された。以上の結果から、日本の警察において、組織的な惨事ストレス対策を実施する中心となる

警察幹部職員が考える惨事ストレス対策の意見を集約したことが本論文の意義と考えられる。

## 第5項 警察幹部職員の惨事ストレスとその対策

本項では、本論文の第四の結論について考察する。

第四の結論は、警察幹部職員においては、部下の殉職が強い惨事ストレスの要因になっており、部下と支え合うようなソーシャル・サポートに乏しく、外傷的出来事から3か月から6か月程度経過した後に惨事ストレス状態になる遅発性惨事ストレス反応が生じていたことである。また、警察幹部職員において、研修により惨事ストレスに関する知識の深まりが見られ、部下へのサポートの意識の増加が示されたことから、幹部自身がストレス対処を始めとした惨事ストレス対策を実践することの有効性が示唆されたことである。

警察幹部職員の惨事ストレスに関する先行研究は見当たらないが、警察幹部職員のストレスに関する研究では、警察幹部職員はソーシャル・サポートが乏しく、職務に没頭するというストレス対処を取り (Brown et al., 1996)、約4%の者が強いバーンアウト状態であったことが示されている (Loo, 1994)。したがって、本研究における警察幹部職員のソーシャル・サポートの乏しさや、警察幹部職員もストレス反応を持ちうるということが、Brown et al. (1996)やLoo(1994)と整合していた。また、松井他(2011)では、消防の幹部職員における遅発性惨事ストレス反応が明らかにされており、本研究における警察幹部職員の遅発性惨事ストレス反応がこの先行研究との結果と整合していたと解釈される。

しかし、警察幹部職員の惨事ストレス反応の発生の過程や、惨事ストレス対策に関する研修受講により惨事ストレス対策の知識を有してストレス対処を実践することの意識づけに関する先行研究はない。したがって、警察幹部職員の惨事ストレスの発生の過程を検討したこと、警察幹部職員が惨事ストレス対策に関する研修を受講したことにより惨事ストレス対策の知識を有してストレス対処を行う意識付けの有効性を示したことは、本研究による新たな知見である。

## 第6項 警察における組織的な惨事ストレス対策への示唆

本論文の結果から、警察における組織的な惨事ストレス対策を実施するにあたり、以下の4点の施策方針や提言が示唆される。

第一に、第一の結論より、災害の種類や活動期間、発災ときに被災地内で勤務していたか被災地外からの派遣かといった外形的要因に関わらず、災害対策業務に従事する警察官の中には惨事ストレス状態になる者が少なくとも約5%いるため、災害対策業務に従事する警察官に対し、事前に惨事ストレス対策に関する研修を受講させ、ストレス対処方法の習得を促すことが必要である。

第二に、第二の結論より、災害対策業務において、「行方不明者の捜索」、「救出・救助」、「被災者への対応」、「遺体関連業務」、「放射能被爆の危険」、「同僚等の殉職」を経験した警察官は惨事ストレス状態になる可能性が高まるため、組織的な惨事ストレス対策を実施する必要がある。警察官の惨事ストレス対策を組織的に実施するためには、災害対策業務の指揮を執る幹部職員が平時から惨事ストレスを理解しておく必要がある。個々の警察官においても、自身が惨事ストレス状態になる可能性があることを平時から理解し、対処について考えておくことが、災害時に有効である。なお、災害対策業務に限らず、警察官の通常業務においてもこれらの事態に遭遇する可能性があり、警察官の業務はPTSDを発症させる危険性のあるものであるため、警察組織においては平時から職員のストレスへの対策を実施する必要がある。

第三に、第三の結論より、上司や同僚からのソーシャル・サポートが惨事ストレスや平時のストレス反応を緩和させる要因の一つと推定されるため、個々の職員が意識的に同僚や部下職員に対してサポートを提供することが有効である。平時から支え合う人間関係が構築されることにより、災害等の有事の際に、悩みやストレス反応を上司や同僚に相談しやすくなり、惨事ストレスに苦しむ警察官が出ることを未然に防ぐことが可能になることが期待される。さらに、被災地内で発災直後から活動した警察職員を対象としたグループ・ミーティングでも肯定的に評価する参加者が多かったことを踏まえ、平時においては惨事ストレス対策に関する研修を実施し、災害発生後には同一所属であった職員を集めてのグループ・ミーティングを実施することが、組織的な惨事ストレス対策として有効と考えられる。しかし、回避反応を持つ警察官がグループ・ミーティングへの参加を否定的に捉えていたこと（第8章第3節第8項）を踏まえ、回避反応を持つ警察官に対しては、個別面談を紹介したり、丁寧な心理教育を行うなど、グループ・ミーティングへの参加に際して十分な配慮を行う必要がある。

海外における警察官を対象とした惨事ストレス研究では、平時からの組織的な惨事スト

レス対策に関する研究がほとんどなされていない（第2章第3節第1項）ため、警察官における上司への相談に関する意識や、警察幹部職員が考える組織的な惨事ストレス対策を検討した実証的研究に基づき、必要とされる組織的な惨事ストレス対策を示唆したことが、本論文の意義であると考えられる。

第四に、第四の結論より、警察幹部職員の惨事ストレス反応の発生過程を検討し、遅発性惨事ストレス反応が生じ得ることが示唆された。警察幹部職員に対し、惨事ストレス対策に関する研修を実施した結果、幹部職員も惨事ストレス状態になり得ることや、幹部職員自身が惨事ストレス対策の知識を持ってストレス対処に取り組むことの重要性が理解された。したがって、警察幹部職員においては、自身が惨事ストレス状態になり得ることを理解し、惨事ストレス対策の知識を持ってストレス対処に取り組むことを平時から行うことが、有効である。幹部職員が自分の惨事ストレス反応を適切に対処することにより、部下職員へのサポートが円滑に行われる可能性が高まる。警察幹部職員が自身の惨事ストレスに対処し、部下へのサポートを行うことが、組織的な惨事ストレス対策の基本であると考えられる。

## 第7項 本論文の限界と今後の課題

本論文の問題点と課題は、以下の4点である。

第一に、本研究は、いずれの調査も横断的に実施した調査に基づいている。複数の災害や、被災地内または派遣といった勤務状況等により、惨事ストレスの実態に相違が見られるかを明らかにする試みであった。しかし、警察幹部職員の惨事ストレス過程に関して検討した研究4の結果から、惨事ストレス反応は発災から時間が経過して発症したり、後に回復したりするという経緯も示唆された。惨事ストレスの実態を精緻に検討するために、今後は、惨事ストレスについて縦断的に検討することが必要と考えられる。

第二に、本研究では、東日本大震災と御嶽山火山噴火災害という2つの災害の対策業務に従事した警察官の惨事ストレス反応を検討したが、他の水害や大規模人為災害等の様々な災害に従事した警察官の惨事ストレス反応を明らかにできていない。今後は、種々の災害に関し、その対策業務に従事した警察官の惨事ストレスの実態を調査し、日本の警察官の惨事ストレスの実態を精緻に検討することが必要と考えられる。

第三に、本研究では、研究5ではグループ・ミーティングの評価、研究6及び研究7で



は研修による惨事ストレス対策に関する知識の変化を検討したが、それぞれ参加・受講前の惨事ストレスの知識や惨事ストレスに関する考え等を測定しておらず、事後テストのみにより評価をしたものであった。今後、グループ・ミーティングや惨事ストレス対策に関する研修の実施に当たっては、事前テストを実施し、事前事後の変化を明らかにすることが必要である。また、統制群を設定し、実験群としてグループ・ミーティング実施群や惨事ストレスに関する研修の実施群における評価を行うことが必要である。なお、本研究においては、惨事ストレスに関する研修を実施した後に調査を実施したため、惨事ストレス対策の知識を得たことによるバイアスが回答にかかっている可能性がある。災害対策活動に従事した警察官に対しては惨事ストレスのケアとして研修が必要であるが、調査と研修を別の機会に分けて実施することも必要である。

## 引用文献

- Alexander, D. A. & Wells, A. (1991). Reactions of police officers of body-handling after a major disaster. *British Journal of Psychiatry*, 159, 547-555.
- Alexander, D. A. (1993). Stress among police body handlers: A long-term follow-up. *British Journal of Psychiatry*, 163, 806-808.
- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 4th ed. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- (高橋三郎・大野 裕・染矢俊幸 監訳 (1996). DSM-IV 精神疾患の診断・統計マニュアル. 医学書院)
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 5th ed. Washington, DC: American Psychiatric Association. (高橋三郎・大野 裕 監訳 (2014). DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル. 医学書院))
- Arnetz, B. B., Nevedal, D. C., Lumley, M. A., Backman, L., & Lublin, A. (2009). Trauma resilience training for police: Psychophysiological and performance effects. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 24, 1-9.
- Asukai, N., Kato, H., Kawamura, N., Kim, Y., Yamamoto, K., Kishimoto, J., Miyake, Y., & Nishizono-Maher, A. (2002). Reliability and validity of the Japanese-language version of the Impact of Event Scale-Revised (IES-R-J): Four studies on different traumatic events. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 190, 175-182.
- Basińska, B. A. & Wiciak, I. (2012). Fatigue and Professional Burnout in Police Officers and Firefighters. *Internal Security*, 4, 267-275.
- Berger, W., Coutinho, E. S. F., Figueira, I., Marques-Portella, C., Luz, M. P., Neylan, T. C., Marmar, C. R., & Mendlowicz, M. V. (2012). Rescuers at risk: a systematic review and meta-regression analysis of the worldwide current prevalence and correlates of PTSD in rescue workers. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 47, 1001-1011.
- Brown, J., Cooper, C. & Kirkcaldy, B. (1996). Occupational stress among senior police

- officers. *British Journal of Psychology*, 87, 31-41.
- Clark-Miller, J. & Brady, H. C. (2013). Critical stress: Police officer religiosity and coping with critical stress incidents. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 28, 26-34.
- Chopko, B. A., Palmieri, P. A., & Adams, R. E. (2015). Critical incident history questionnaire replication: Frequency and severity of trauma exposure among officers from small and midsize police agencies. *Journal of Traumatic Stress*, 28, 157-161.
- Connor, K. M. & Davidson, J. R. T. (2003). Development of new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- 大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会 (2013). 大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会報告書.
- Everly, G. S. & Mitchell, J. T. (1997). *Critical Incident Stress Management (2nd ed.)*. Ellicott City, MD: Chevron Publishing. (エヴァリー, G. S. & ミッチェル, J. T. 飛鳥井 望 (監訳) 藤井厚子 (訳) (2004). 惨事ストレスケア—緊急事態ストレス管理の技法. 誠信書房)
- Farfel, M., DiGrande, L., Brackbill, R., Prann, A., Cone, J., Friedman, S., Walker, D. J., Pezeshki, G., Thomas, P., Galea, S., Williamson, D., Frieden, T. R., & Thorpe, L. (2008). An overview of 9/11 experiences and respiratory and mental health conditions among World Trade Center Health Registry enrollees. *Journal of Urban Health*, 85, 880-909.
- Figley, C. R. (1995). Compassion Fatigue as Secondary Traumatic Stress Disorder: An Overview. In Figley, C. R. (ed.) *Compassion Fatigue—Coping with Secondary Traumatic Disorder in Those Who Treat the Traumatized*. Kentucky: Brunner/Mazel.
- 福島県庁 (2017a). 避難区域の状況・被災者支援. <<https://www.pref.fukushima.lg.jp/site/portal/list271.html>> (2017年9月1日)
- 福島県庁 (2017b). 福島県から県外への避難状況. (2017年9月1日)  
<<http://www.pref.fukushima.lg.jp/uploaded/attachment/231323.pdf>>
- 藤代富広 (2012). 遺体確認時の遺族への支援—東日本大震災における遺族支援活動から.

- トラウマティック・ストレス, 10, 58-64.
- 藤代富広(2013). 警察における惨事ストレス対策. *トラウマティック・ストレス*, 11, 141-149.
- 古川壽亮・大野 裕・宇田英典 (2003). 厚生労働科学研究費補助金厚生労働科学特別研究事業「心の健康問題と対策基盤の実態に関する研究」平成 14 年度分担報告書.
- 外務省 (2002). 外交青書 平成 14 年版.
- Gerson, B. P. R. (1989). Patterns of PTSD among police officers following shooting incidents: A two-dimensional model and treatment implications. *Journal of Traumatic Stress*, 2, 247-257.
- Goldberg, D. P. (1978). *Manual of the General Health Questionnaire*. Windsor, England: NFER Publishing. (引用は, 中杉泰彬・大坊郁夫 (1985). 精神健康調査票手引: 日本版 GHQ. 日本文化学社による)
- 畑中美穂・松井 豊・丸山 晋・小西聖子・高塚雄介 (2004). 日本の消防職員における外傷性ストレス. *トラウマティック・ストレス*, 2, 67-75.
- 東日本大震災緊急災害対策本部 (2017). 平成 23 年 (2011 年) 東北地方太平洋沖地震 (東日本大震災) について (平成 29 年 3 月 8 日). <<http://www.bousai.go.jp/2011daishinsai/pdf/torimatome20170308.pdf>> (2017 年 8 月 1 日)
- 兵庫県警察本部 (1996). 阪神・淡路大震災における警察官の救援活動および被災体験と PTSD. 兵庫県警察本部.
- 兵庫県精神保健協会こころのケアセンター (1999). 非常事態ストレスと災害救援者の健康状態に関する調査研究報告書: 阪神・淡路大震災が兵庫県下の消防職員に及ぼした影響.
- 兵庫県精神保健協会こころのケアセンター (2000). 災害救援者の心理的影響に関する調査研究報告書: 阪神・淡路大震災が消防職員に及ぼした長期的影響.
- 岩佐 一・権藤恭之・増井幸恵・稲垣宏樹・河合千恵子・大塚理加・小川まどか... 鈴木隆雄 (2007). 日本語版「ソーシャル・サポート尺度」の信頼性並びに妥当性-中高年者を対象とした検討-. *厚生*の指標, 54, 26-33.
- Kates, R. W., Colten, C. E., Laska, S., & Leatherman, S. P. (2006). Reconstruction of New Orleans after Hurricane Katrina: A research perspective. *Proceedings of the*

*National Academy of Sciences*, 103, 14653-14660.

加藤 寛・飛鳥井 望 (2004). 災害救援者の心理的影響—阪神・淡路大震災で活動した消防職員の大規模調査から—。 *トラウマティック・ストレス*, 2, 51-59.

川喜田二郎 (1967). 発想法：創造性開発のために。中央公論社。

警察庁 (2012). 被災地における警察の活動。 *焦点*, 281, 17-21. <<http://www.npa.go.jp/archive/keibi/syouten/syouten281/index.html>> (2017年8月1日)

警察庁 (2015). 災害等への対処と警備実施。平成27年版警察白書, 186. <<http://www.npa.go.jp/archive/keibi/syouten/syouten284/index.html>> (2017年8月1日)

警察庁 (2016). 東日本大震災に伴う警察措置。 <<https://www.npa.go.jp/archive/keibi/biki/keisatsusoti/zentaiban.pdf>> (2017年8月1日)

警察庁 (2017). 平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震の被害状況と警察措置。 <<https://www.npa.go.jp/news/other/earthquake2011/pdf/higaijokyo.pdf>> (2017年8月1日)

警察庁 (2017). 平成29年 警察白書。

Kessler, R. C., Andrews, G., Colpe, L. J., Hiripi, E., Mroczek, D. K., Normand, S. L., et al. (2002). Short screening scales to monitor population prevalences and trends in non-specific psychological distress. *Psychological Medicine*, 32, 959-976.

君塚聡子・加藤友啓・日高一誠・新藤貴久・高井啓安・下畑行盛・宮尾雄三・松井 豊 (2009). 惨事ストレスケアにおけるデブリーフィングの調査検証。 *消防技術安全所報*, 46, 67-78. B

金 吉晴・加茂登志子 (2013). PTSD 診断尺度日本語版の臨床群での妥当性検証。厚生労働科学研究費補助金(障害者対策総合研究事業(精神障害分野)大規模災害や犯罪被害等による精神疾患の実態把握と対応ガイドラインの作成・評価に関する研究)。

Komarovskaya, I., Maguen, S., McCaslin, S. E., Metzler, T. J., Madan, A., Brown, A. D., Galatzer-Levy, I. R., Henn-Haase, C., & Marmar, C. R. (2011). The impact of killing and injuring others on mental health symptoms among police officers. *Journal of Psychiatric Research*, 45, 1332-1336.

久保真人・田尾雅夫 (1992). バーンアウトの測定。 *心理学評論*, 35, 361-376.

- Lee, Jong-Ku., Choi, Hyeon-Gyeong, Kim, Jae-Yeop, Nam, J., Kang, Hee-Tae, Koh, Sang-Baek, & Oh, Sung-Soo (2016). Self-resilience as a protective factor against development of post-traumatic stress disorder symptoms in police officers. *Annals of Occupational and Environmental Medicine*, 28. doi: 10.1186/s40557-016-0145-9.
- Leonard, R. & Alison, L. (1999). Critical incident stress debriefing and its effects on coping strategies and anger in a sample of Australian police officers involved in shooting incidents. *Work & Stress*, 13, 144-161.
- Loo, R. (1994). Burnout among Canadian police managers. *The International Journal of Organizational Analysis*, 26, 406-417.
- Marmar, C. R., Weiss, D. S., Metzler, T. J., Heidi, M. R. & Foreman, C. (1996). Stress responses of emergency personnel of the Loma Prieta Earthquake Interstate 880 Freeway collapse and control traumatic incidents. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 63-85.
- Martin, M., Marchand, A., Boyer, R., & Martin, N. (2009). Predictors of the development of posttraumatic stress disorder among police officers. *Journal of Trauma and Dissociation*, 10, 451-468.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99-113.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *The Maslach Burnout Inventory (3rd edition)*. California: Consulting Psychologists Press.
- 松井 豊 (2009). 惨事ストレスとは. 松井豊 (編著) 惨事ストレスへのケア. ブレーン出版, pp. 3-18.
- 松井 豊・畑中美穂 (2003). 災害救援者の惨事ストレスに対するデブリーフィングの有効性に関する研究展望 1. 筑波大学心理学研究, 25, 95-103.
- 松井 豊・井上果子・畑中美穂・立脇洋介 (2006). 災害救援者に対する惨事ストレスマネジメントシステムのあり方に関する調査. 平成 17 年度科学研究費補助金 (基盤研究 (B)) 研究成果報告書.
- 松井 豊・立脇洋介・高橋幸子 (2008). 消防職員の惨事ストレス研修の試み. 筑波大学

- 心理学研究, 36, 19-23.
- 松井 豊・畑中美穂・丸山 晋 (2011). 消防職員における遅発性の惨事ストレスの分析.  
対人社会心理学研究, 11, 43-50.
- McCammon, S. L. & Allison, E. J. (1995). Debriefing and Treating Emergency Workers.  
*In* Figley, C. R. (ed.) *Compassion Fatigue—Coping with Secondary Traumatic Disorder in Those Who Treat the Traumatized*. Kentucky: Brunner/Mazel, 115-130.
- McCanlies, E. C., Mnatsakanova, A., Andrew, M. E., Burchfiel, C. M., & Violanti, J. M. (2014). Positive psychological factors are associated with lower PTSD symptoms among police officers: Post Hurricane Katrina. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 30, 405-415.
- McNally, V. J. & Solomon, R. M. (1999). The FBI's critical incident stress management program. *FBI Law Enforcement Bulletin*, 68, 20-26.
- Merriam, S. B. (1998). *Qualitative research and case study applications in education (2nd ed.)*. Jossey-Bass Publishers: San Francisco. (メリアム, S. B 堀 薫夫 (監訳) 久保真人・成島美弥 (訳) (2004). 質的調査法入門—教育における調査法とケース・スタディ. ミネルヴァ書房)
- Mitchell, J. T. & Everly, G. S. (2001). *Critical Incident Stress Debriefing—An Operations Manual for CISD, Defusing and Other Group Crisis Intervention Services, Third Edition*. Ellicott City, MD: Chevron Publishing. (ミッチェル J. T. & エヴァリー G. S. 高橋祥友 (訳) (2002). 緊急事態ストレス・PTSD 対応マニュアル—危機介入技法としてのデブリーフィング. 金剛出版).
- 内閣府 (2011). 東日本大震災の概要. <<http://www.bousai.go.jp/kaigirep/chuobou/suishinkaigi/1/pdf/sub5.pdf>> (2017年8月1日)
- 内閣府 (2012). 東日本大震災の避難所生活者数の推移について. <[http://www.bousai.go.jp/taisaku/hinanjo/h24\\_kentoukai/1/pdf/8.pdf](http://www.bousai.go.jp/taisaku/hinanjo/h24_kentoukai/1/pdf/8.pdf)> (2017年8月1日)
- 内閣府 (2015). 御嶽山の噴火状況等について (平成27年8月11日 17時00分現在). <<http://www.bousai.go.jp/updates/h26ontakesan/pdf/h27ontakesan45.pdf>> (2017年8月1日)
- 長江信和・廣畑小百合・志村ゆず・山田幸恵・Foa, B. Edna・根建金男・金吉晴 (2007).

- 日本語版外傷後ストレス診断尺度作成の試み—一般の大学生を対象とした場合の信頼性と妥当性の検討. *トラウマティック・ストレス*, 5, 51-56.
- Nagamine, M., Harada, N., Shigemura, J., Dobashi, K., Yoshiga, M., Esaki, M., . . . , & Shimizu, K. (2016). The effects of living environment on disaster workers: a one-year longitudinal study. *BMC Psychiatry*, 16, doi: 10.1186/s12888-016-1058-4.
- 中島聡美・金吉晴・小西聖子・伊藤正哉・白井明美 (2009) . 日本語版コナー・デビッドソン回復力尺度の信頼性と妥当性の検討. 平成 21 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)「大規模災害や犯罪被害等による精神科疾患の実態把握と介入手法の開発に関する研究」分担研究報告書. 93-97.
- New Zealand Police(2012). Christchurch earthquake: List of deceased. <<http://www.police.govt.nz/major-events/previous-major-events/christchurch-earthquake/list-deceased>>
- 大澤智子・加藤寛 (2007) . 惨事ストレスの長期的な影響に関する調査研究—震災と殉職が意味するもの. *心的トラウマ研究*, 3, 57-66.
- 大澤智子・加藤寛 (2011) . 被災地派遣職員が被る惨事ストレスの影響. *心的トラウマ研究*, 7, 25-32.
- 大澤智子・加藤寛 (2012) . 警察職員の業務に関連するストレスとその健康への影響. 兵庫県こころのケアセンター研究報告書平成 24 年度版, 35-59.
- 小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸治 (2002). 資料 ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性-精神的回復力尺度の作成. *カウンセリング研究*, 35, 57-65.
- Patterson, G. T., Chung, I. W., & Swan, P. W. (2014). Stress management interventions for police and recruits: a meta-analysis. *Journal of Experimental Criminology*, 10, 487-513.
- Perrin, M. A., Digrande, L., Wheeler, K., Thorpe, L., Farfe, M. & Brackbil, R. (2007). Differences in PTSD prevalence and associated risk factors among world trade center disaster rescue and recovery workers. *The American Journal of Psychiatry*, 164, 1385-1394.
- Pietrzak, R. H, Schechter, C. B, Bromet, E. J., Katz, C. L., Reissman, D. B., Ozbay,



- F., Sharma, V., Crane, M., Harrison, D., Herbert, R., Levin, S. M., Luft, B. J., Moline, J. M., Stellman, J. M., Udasin, I. G., Landrigan, P. J., & Southwick, S. M. (2012). The burden of full and subsyndromal posttraumatic stress disorder among police involved in the World Trade Center rescue and recovery effort. *Journal of Psychiatric Research*, 46, 835-842.
- Rose, S.C., Bisson, J., Churchill, R., & Wessely, S. (2009). Psychological debriefing for preventing post traumatic stress disorder (PTSD) (Review). The Cochrane Database of Systematic Reviews. Issue 1. doi: 10.1002/14651858.CD000560.
- Schutte, N., Bar, O. Weiss, U. & Heuft, G. (2012). Prediction of PTSD in police officers after six months—A prospective study. *The Spanish Journal of Psychology*, 15, 1339-1348.
- Schwarzer, R., Bowler, R., & Cone, J.E. (2014). Social integration buffers in New York police after the 9/11 terrorist attack. *Anxiety, Stress, & Coping*, 27, 18-26.
- 重村 淳 (2012). 救援者のトラウマと心理教育. 前田正治・金 吉晴 (編) PTSDの伝え方—トラウマ臨床と心理教育. 誠信書房. 147-166.
- 重村 淳・谷川武・佐野信也・佐藤 豊・吉野相英・藤井千代・立澤賢孝・桑原達郎・立花正一・野村総一郎 (2012). 災害支援者はなぜ傷つきやすいのか?—東日本大震災後に考える支援者のメンタルヘルス—. *精神神経学雑誌*, 114, 1267-1273.
- 消防職員の現場活動に係るストレス対策研究会 (2003). 消防職員の惨事ストレスの実態と対策のあり方について. 地方公務員安全衛生推進協会.
- 総務省消防庁 (2015). 御嶽山の火山活動に係る被害状況等について (第 40 報). <<http://www.fdma.go.jp/bn/2014/detail/878.html>> (2017年8月1日閲覧)
- Stephens, C. & Long, N. (2000). Communication with police supervisors and peers as a buffer of work-related traumatic stress. *Journal of Organizational Behavior*, 21, 407-424.
- Stergiopoulos, E., Cimo, A., Cheng, C., Bonato, C. S., & Dewa, C. S. (2011). Interventions to improve work outcomes in work-related PTSD: a systematic review. *BMC Public Health*, 11, 8-38.
- Surgenor, L. J., Snell, D. L., & Dorahy, M. J. (2015). Posttraumatic Stress Symptoms in

- Police Staff 12-18 Months After the Canterbury Earthquakes. *Journal of Traumatic Stress*, 28, 162-166.
- 東京消防庁（編） 村井健佑（監）（2000）. 惨事ストレス対策の手引き. 東京消防庁 人事部健康管理室.
- Tolin, D. F. & Foa, E. B (1999). Treatment of a police officer with PTSD using prolonged exposure. *Behavior Therapy*, 30, 527-538.
- 田口貴昭（2013）. 災害救援に従事した警察官の心的変容プロセス. 日本心理学会第 77 回大会発表論文集, 392.
- 角田智哉・山下吏良・山本泰輔・清水邦夫・戸田裕之（2013）. 遺体関連作業と心的外傷の関連—東日本大震災における海上自衛隊の活動から—. 第 12 回トラウマティック・ストレス学会発表論文集, 113.
- 上田 鼓（2006）. 警察職員における二次受傷の男女別規定要因についての研究. *トラウマティック・ストレス*, 4, 167-175.
- 上田 鼓（2010）. 警察職員の外傷性ストレスの実態に関する研究—PTSD 症状と気分・不安障害との関連について—. *トラウマティック・ストレス*, 8, 35-44.
- 上田 鼓（2011）. 警察職員の PTSD 症状におけるストレス因子に関する研究. *心理臨床学研究*, 29, 209-220.
- Ursano, R. J., Grieger, T. A., & McCarroll, J. E. (1996). Prevention of Posttraumatic Stress: Consultation, Training, and Early Treatment. In van der Kolk, B. A., McFarlane, A. C., & Weisaeth, L. (Eds.) (1996). *Traumatic Stress: The Effects of Overwhelming Experience on Mind, Body, and Society*. New York: The Guilford Press.
- (ウルサノ, R. J., グリーガー, T. A. & マッカロール, J. E. 稲川美也子 (訳) (2001). *トラウマ後ストレスの予防*. ヴァン・デア・コルク, B. A., マクファーレン, A. C., & ウェイゼス, L. (編) 西澤 哲 (監訳) (2001). *トラウマティック・ストレス—PTSD およびトラウマ反応の臨床と研究のすべて*. 誠信書房.)
- van Emmerik, A. A. P., Kamphuis, J. H., Hulsbosch, A. M., & Emmelkamp, P. M. G. (2002). Single session debriefing after psychological trauma: a meta-analysis. *The Lancet*, 360, 766-771.
- Vuorensyrjä, M. & Mälkiä, M. (2009). Nonlinearity of the effects of police stressors

- on police officer burnout. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, 34, 382-402.
- Weiss, D., Brunet, A., Best, S. R., Metzler, T. J., Liberman, A., Pole, N., Fagan, J. A., & Marmar, C. R. (2010). Frequency and severity approaches to indexing exposure to trauma: The critical incident history questionnaire for police officers. *Journal of Traumatic Stress*, 23, 734-743.
- Weiss, D. S., & Marmar, C. R. (1996). The Impact of Event Scale - Revised. In J. Wilson & T. M. Keane (Eds.), *Assessing psychological trauma and PTSD* (pp. 399-411). New York: Guilford.
- Wisnivesky, J. P., Teitelbaum, S. L., Todd, A. C., Boffetta, P., Crane, M., Crowley, L., de la Hoz, R. E., Dellenbaugh, C., Harrison, D., Herbert, R., Kim, H., Jeon, Y., Kaplan, J., Katz, C., Levin, S., Luft, B., Markowitz, S., Moline, J. M., Ozbay, F., Pietrzak, R. H., Shapiro, M., Sharma, V., Skloot, G., Southwick, S., Stevenson, L. A., Udasin, I., Wallenstein, S., & Landrigan, P. J. (2011). Persistence of multiple illnesses in World Trade Center rescue and recovery workers: A cohort study. *The Lancet*, 378, 888-897.
- 山本泰輔・角田智哉・山下吏良 (2013). 自衛隊における惨事ストレス対策—東日本大震災における災害派遣の経験から—。 *トラウマティック・ストレス*, 11, 125-132.
- Yuan, C., Wang, Z., Inslicht, S. S., McCaslin, S. E., Metzler, T. J., Henn-Haase, C., Apfel, B. A., Tong, H., Neylan, T. C., Fang, Y., & Marmar, C. R. (2011). Protective factors for posttraumatic stress disorder symptoms in a prospective study of police officers. *Psychiatry Research*, 188, 45-50.
- 兪 善英・松井 豊・畑中美穂 (2013). 都市部の消防団員における家族に対するストレス開示抑制態度とソーシャルサポートが精神的健康へ及ぼす影響。 *対人社会心理学研究*, 13, 49-57.

## 本論文を構成する研究の発表状況

### 1 査読付き論文

藤代富広(印刷中). 警察官の惨事ストレスに関する研究動向. 筑波大学心理学研究, 55.

**【研究1】**

藤代富広(2013). 警察における惨事ストレス対策. トラウマティック・ストレス, 11, 41-49.

**【研究2】**

藤代富広(印刷中). 広域災害により部下が殉職した警察幹部職員の惨事ストレス過程の検討. 心理臨床学研究, 36.

**【研究4】**

### 2 学会発表

藤代富広(2015). 東日本大震災後の警察における組織的な惨事ストレス対策の取組—土砂災害及び火山噴火災害の対策業務に際しての惨事ストレス対策—. 第14回日本トラウマティック・ストレス学会.

**【研究3】**

藤代富広(2014). 組織的な惨事ストレス対策の推進方略—警察幹部職員の惨事ストレス対策の試み— (ポスター発表). 第13回日本トラウマティック・ストレス学会.

**【研究7】**

藤代富広(2016). 東日本大震災後の惨事ストレス対策を踏まえた警察の惨事ストレス対策に関する教育方略. 第15回日本トラウマティック・ストレス学会.

**【研究7】**

## 謝辞

ご指導いただきました松井豊先生に、心から感謝いたします。私が犯罪被害者支援業務に従事する中で二次受傷の問題に直面し、苦慮していた時に、東京消防庁で惨事ストレス対策を推進されていた松井先生が日本臨床心理士会主催の全国研修会で惨事ストレス対策についてご講演され、松井先生にお手紙を書いたことが松井先生との出会いでした。以降、惨事ストレス研究会において数多くのご助言をいただき、私が日本の警察の惨事ストレス対策を推進する担当者となった後は、惨事ストレス対策の研究のご指導をいただきました。厚くお礼申し上げます。

筑波大学大学院人間総合科学研究科生涯発達科学専攻の先生方に感謝いたします。岡田昌毅先生には、幹部職員の視点や質的分析についてご指導いただきました。大塚泰正先生には職場におけるメンタルヘルス対策や分析方法に関するご指導をいただきました。岡田先生と大塚先生には副査としても大変お世話になりました。新たなご示唆を数多くいただき、実践と研究をつなげる喜びを感じることができました。

生涯発達科学専攻の2017年度入学の動機の皆さんに感謝いたします。つらい時もたくさんありましたが、支え合い、励まし合い、今日まで来られました。

調査にご協力いただきました警察職員の方々に感謝いたします。大変困難な状況で国民のために命がけで活動してきた警察職員の方々の貴重な考えを調査させていただき、厚くお礼申し上げます。特に、部下を殉職で失い、大変つらい状況で指揮を執ってこられた幹部職員の方々には長時間のインタビューにご協力いただきました。研究協力者をご紹介いただくとともに、調査のご協力を頂きました、県警察本部の皆様にも感謝いたします。県警察の厚生課の方々には、救援活動に従事する警察官の支援した実際のことを数多くご示唆いただきました。

勤務先の皆様には、感謝いたします。現所属の埼玉県警察本部、前所属の警察庁の皆様には、組織的なメンタルヘルスと惨事ストレスの対策を推進する重要性をご理解いただき、激励をいただきました。

家族にも感謝いたします。3年間、研究優先の生活を許していただき、研究を続けてこられました。

最後に、東日本大震災の津波から国民を守るため、懸命に活動し、殉職した 30 名の警察官に心からお礼を申し上げます。被災警察署に赴くたびに、殉職警察官の遺影に手を合わせ、命を懸けて国民を守った、その大切な命を決して無駄にしないと誓ってきました。殉職警察官の命を無駄にせず、将来にわたって警察官が国民を守り抜ける組織を作ると 30 名の仲間に約束し、惨事ストレス対策の研究を遂行するモチベーションを持ち続けられました。また、筆者の 2 か月間に及ぶ東日本大震災の遺体安置所における遺族支援活動では、幾名もの法被姿の消防団員のご遺体に出会いました。自分の危険を顧みず、地域住民の命を救うために、犠牲となられた消防団員のご遺族や消防団員の仲間、関係する消防職員の無念について活動中にいつも考えていました。ご遺体をお連れしてきた自衛官、消防官及び消防団員、家族を失いながらも支援活動に従事された自治体行政職員の方々にも出会いました。涙をこらえ、唇を固くかみしめ、過酷な任務を全うしようとする救援者の命がけの救助活動に対し、適切なケアが組織的に提供されるための知見を見出したいと強く願い、組織的なメンタルヘルスと惨事ストレス対策の研究を続けてきました。

松井豊先生を始め、多くの方々に支えられて、研究に取り組むことができました。本当にありがとうございました。しかし、本研究はスタートに過ぎません。次の大規模災害が発生する前までに、警察におけるメンタルヘルス及び惨事ストレスの組織的な対策が浸透しているように、本研究の過程で学んだことを活かして職務に邁進していきたいと思いません。

藤代 富広

## 資料

### 資料 1 研究 1 資料

資料 1-1	調査依頼書	1
資料 1-2	質問紙	3
資料 1-3	単純集計表	8

### 資料 2 研究 2 資料

資料 2-1	調査依頼書	12
資料 2-2	質問紙	14
資料 2-3	単純集計表	21

### 資料 3 研究 3 資料

資料 3-1	調査依頼書	29
資料 3-2	質問紙	31
資料 3-3	単純集計表	41
資料 3-4	2 値データの t 分析の結果	52

### 資料 4 研究 4 資料

資料 4-1	面接調査依頼書	55
--------	---------	----

### 資料 5 研究 5 資料

資料 5-1	調査依頼書	58
資料 5-2	質問紙	60
資料 5-3	単純集計表	70

### 資料 6 研究 5 資料

資料 6-1	調査依頼書	73
資料 6-2	質問紙	75

### 資料 7 研究 7 資料

資料 7-1	調査依頼書	78
資料 7-2	質問紙	80

特別出向の方々へ

## 特別出向期間中のストレス等に関するアンケートのお願い

皆様が特別出向され、半年が経過しました。大変お疲れ様です。この調査は、被災地での特別出向期間中の業務関連のストレス等についてお伺いするものです。各種のストレス症状は時とともに消えていくものですが、まれに何か月か経って残る場合もあります。この調査の結果を分析し、今後の警察職員のストレス対策に役立てたいと考えております。

以下の注意事項をよくご覧いただき、内容をご確認いただいた上で、質問項目に回答願います。回答時間は 10 分程度を想定しています。

### 記

#### 1 調査実施者

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

#### 2 調査名と目的

「特別出向期間中のストレス等に関するアンケート」

東日本大震災の被災地の警察に特別出向している警察官におけるストレスの状況等を確認し、今後の警察におけるストレス対策を有効に実施するための知見を得ることを目的とします。

#### 3 調査倫理に関わる注意事項

- この調査への参加は強制されるものではありません。回答するかどうかはあなたの意思で自由に決めることができます。
- 回答したくない質問がある場合には、その質問を飛ばして次の質問に移ってください。
- 調査結果は、誰が回答したか分からない形で統計処理され、研究と資料作成に使用します。また、専門の学会において発表又は論文として投稿されることがあります。ただし、個人の回答がそのままの形で公開されることはありません。



- 回答を途中でやめたくなくなった場合には、すぐにやめても構いません。
- 回答しなかったり、回答を途中でやめたりしても、いかなる不利益も生じません。
- ◎ 本調査は職務の評価は一切関係ありません。回答内容が上司や職場に知られることも一切ありません。
- データ保管及び処分まで、回答は厳重に保護されます。
- ご質問やご意見がある場合は、調査実施者の連絡先まで遠慮なくお問い合わせください。

※ 上記の注意事項をご理解の上、調査にご協力いただける場合は、次頁の「同意します」の項目に○をご記入ください。この記入をもって、回答に同意いただいたものとさせていただきます。なお、同意確認にていずれの項目にも○の記入がない場合は、回答をもって調査へ同意されたものとみなします。

**【調査協力の同意確認】**

あなたは、調査にご協力いただけますか？

同意します [     ]

同意しません [     ]

**4 調査票の回答及び提出方法**

- (1) 調査協力に同意いただければ、無記名で、ご提出ください。
- (2) ご提出は、回収箱に本調査用紙をお入れください。

**5 調査に関するお問い合わせ先**

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

特別出向期間中のストレス等に関するアンケート

記入日 平成 24 年 月 日

問 1 あなたの情報について、すべてご記入ください。該当する番号に○を付けてください。

(1) 年齢

1. 10代    2. 20代    3. 30代    4. 40代    5. 50代以上

(2) 性別

1. 男性    2. 女性

(3) 職種

1. 警察官    2. 一般職員

(4) 現在の業務部門

1. 地域    2. 捜査    3. 交通    4. 遺族対策

(5) 所属

1. ××警察署    2. ○○警察署    3. ●●警察署

(6) 婚姻状況

1. 未婚    2. 既婚    3. 死別・離別

問 2 特別出向期間中に最も大変であると思われた業務について、ご記入ください。


問3 特別出向期間中，業務に関してストレスに感じたことについて，ご記入ください。


問4 特別出向期間中，生活面でストレスに感じたことについて，ご記入ください。


問5 特別出向期間中に感じたストレスへの対処として必要と思うものについて，ご記入  
ください。


問6 特別出向期間中，業務に関してストレスに感じたことについて，ご記入ください。


問7 あなたは最近6か月くらいの間に、次のようなことをどの程度経験しましたか。右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。

	ない	まれにある	時々ある	しばしばある	いつもある
1. 「こんな仕事、もうやめたい」と思うことがある	1	2	3	4	5
2. 我を忘れるほど仕事に熱中することがある	1	2	3	4	5
3. こまごまと気配りをすることが面倒に感じることがある	1	2	3	4	5
4. この仕事は私の性分に合っていると思うことがある	1	2	3	4	5
5. 同僚や住民の課を見るのも嫌になることがある	1	2	3	4	5
6. 自分の仕事がつまらなく思えて仕方がないことがある	1	2	3	4	5
7. 一日の仕事が終わると「やっと終わった」と感じることもある	1	2	3	4	5
8. 出勤前、職場に出るのが嫌になって、家にいたいと思うことがある	1	2	3	4	5
9. 仕事を終えて、今日は気持ちの良い日だったと思うことがある	1	2	3	4	5
10. 同僚や住民と、何も話したくなくなることもある	1	2	3	4	5
11. 仕事の結果はどうでもよいと思うことがある	1	2	3	4	5
12. 仕事のために心にゆとりがなくなったと感じることがある	1	2	3	4	5
13. 今の仕事に、心から喜びを感じることもある	1	2	3	4	5
14. 今の仕事に、私にとってあまり意味がないと思うことがある	1	2	3	4	5
15. 仕事が楽しくて、知らないうちに時間が過ぎることがある	1	2	3	4	5
16. 体も気持ちも疲れ果てたと思うことがある	1	2	3	4	5
17. 我ながら、仕事をうまくやり終えたと思うことがある	1	2	3	4	5

問8 それぞれの文章が現在のあなたにどれくらい当てはまるかを考えて、右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。

	いいえ	どちらかというといいえ	どちらでもない	どちらかというとはい	はい
1. 色々なことにチャレンジするのが好きだ	1	2	3	4	5
2. 自分の感情をコントロールできる方だ	1	2	3	4	5
3. 自分の未来にはきっと良いことがあると思う	1	2	3	4	5
4. 新しいことや珍しいことが好きだ	1	2	3	4	5
5. 動揺しても、自分を落ち着かせることができる	1	2	3	4	5
6. 将来の見通しは明るいと思う	1	2	3	4	5
7. 物事に対する興味や関心が強い方だ	1	2	3	4	5
8. いつも冷静でいられるよう心掛けている	1	2	3	4	5
9. 自分の将来に希望を持っている	1	2	3	4	5
10. 私は色々なことを知りたいと思う	1	2	3	4	5
11. 粘り強い人間だと思う	1	2	3	4	5
12. 自分には将来の目標がある	1	2	3	4	5
13. 困難があっても、それは人生にとって価値のあるものだと思う	1	2	3	4	5
14. 気分転換がうまくできない方だ	1	2	3	4	5
15. 自分自身のために努力している	1	2	3	4	5
16. 慣れないことをするのは好きではない	1	2	3	4	5
17. つらい出来事があると耐えられない	1	2	3	4	5
18. 新しいことをやり始めるのが好きだ	1	2	3	4	5
19. その日の気分によって行動が左右されやすい	1	2	3	4	5
20. あきっぽい方だと思う	1	2	3	4	5
21. 怒りを感じると押さえられなくなる	1	2	3	4	5

問9 次にあげる文章について、あなたはどのように思いますか。右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。なお、該当する人がいない場合には、「いない」にお答えください。

	全くそう思わない (いない)	そう思わない	あまりそう思わない	どちらともいえない	ややそう思う	そう思う	非常にそう思う
1. 私には困ったときにそばにいてくれる人がいる	1	2	3	4	5	6	7
2. 私には喜びと悲しみを分かち合える人がいる	1	2	3	4	5	6	7
3. 私の家族は本当に私を助けてくれる	1	2	3	4	5	6	7
4. 必要な時に、私の家族は私の心の支えになるような手を差し伸べてくれる	1	2	3	4	5	6	7
5. 私には真の慰めの源となるような人がいる	1	2	3	4	5	6	7
6. 私の友人たちは本当に私を助けてくれようとする	1	2	3	4	5	6	7
7. いろいろなことがうまくいかないときに、私は友人たちをあてにすることができる	1	2	3	4	5	6	7
8. 私は家族と自分の問題について話し合うことができる	1	2	3	4	5	6	7
9. 私には喜びと悲しみを分かち合える友人がいる	1	2	3	4	5	6	7
10. 私には私の気持ちについて何かと気遣ってくれる人がいる	1	2	3	4	5	6	7
11. 私の家族は私が何か決めるときに、喜んで助けてくれる	1	2	3	4	5	6	7
12. 私は自分の問題について友人たちと話すことができる	1	2	3	4	5	6	7

## 単純集計表 (研究 1)

問 1 あなたの情報について、すべてご記入ください。

N=106

## (1) 年齢

1. 10 代	2. 20 代	3. 30 代	4. 40 代	5. 50 代以上
(0%)	(46.2%)	(47.2%)	(6.6%)	(0%)

## (2) 性別

1. 男性	2. 女性
(100%)	(0%)

## (3) 職種

1. 警察官	2. 一般職員
(100%)	(0%)

## (4) 現在の業務部門

1. 地域	2. 捜査	3. 交通	4. 遺族対策
(55.6%)	(22.6%)	(17.0%)	(3.8%)

## (5) 所属

1. ××警察署	2. ○○警察署	3. ●●警察署
(26.4%)	(36.8%)	(36.8%)

## (6) 婚姻状況

1. 未婚	2. 既婚	3. 死別・離別
(77.4%)	(22.6%)	(0%)

問7 【バーンアウト尺度】あなたは最近6か月くらいの中に、次のようなことをどの程度経験しましたか。右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。

N=106 (単位：%)

	ない	まれにある	時々ある	しばしばある	いつもある
1. 「こんな仕事、もうやめたい」と思うことがある	75.5	17.9	2.8	2.8	0.0
2. 我を忘れるほど仕事に熱中することがある	0.0	8.5	29.2	31.1	30.2
3. こまごまと気配りをすることが面倒に感じることがある	28.3	31.1	34.9	4.7	0.9
4. この仕事は私の性分に合っていると思うことがある	9.4	33.0	34.9	14.2	8.5
5. 同僚や住民の課を見るのも嫌になることがある	75.5	18.9	2.8	1.9	0.9
6. 自分の仕事がつまらなく思えて仕方がないことがある	56.6	26.4	10.4	4.7	1.9
7. 一日の仕事が終わると「やっと終わった」と感じることもある	19.8	26.4	30.2	14.2	9.4
8. 出勤前、職場に出るのが嫌になって、家にいたいと思うことがある	65.1	19.8	8.5	5.7	0.9
9. 仕事を終えて、今日は気持ちの良い日だったと思うことがある	3.8	27.4	45.3	16.0	7.5
10. 同僚や住民と、何も話したくなくなることもある	72.6	18.9	6.6	0.9	0.0
11. 仕事の結果はどうしてもよいと思うことがある	63.2	19.8	13.2	2.8	0.9
12. 仕事のために心にゆとりがなくなっただと感じることがある	48.1	34.0	15.1	1.9	0.9
13. 今の仕事に、心から喜びを感じることもある	3.8	28.3	42.5	17.0	8.5
14. 今の仕事に、私にとってあまり意味がないと思うことがある	64.2	26.4	5.7	1.9	1.9
15. 仕事が楽しくて、知らないうちに時間が過ぎることがある	0.9	15.1	34.0	28.3	21.7
16. 体も気持ちも疲れ果てたと思うことがある	34.9	38.7	18.9	5.7	1.9
17. 我ながら、仕事をうまくやり終えたと思うことがある	1.9	17.9	37.7	34.9	7.5



問8 【精神的回復力尺度】それぞれの文章が現在のあなたにどれくらい当てはまるかを  
 考えて、右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。

N=106 (単位：%)

	いいえ	どちらかとい うといいえ	ど ちら か と い い え	ど ちら か と い い え	はい
1. 色々なことにチャレンジするのが好きだ	0.0	4.7	22.6	39.6	33.0
2. 自分の感情をコントロールできる方だ	1.9	4.7	20.8	47.2	25.5
3. 自分の未来にはきっと良いことがあると思う	0.9	4.7	31.1	34.9	28.3
4. 新しいことや珍しいことが好きだ	0.9	1.9	19.8	38.7	38.7
5. 動揺しても、自分を落ち着かせることができる	0.0	8.5	29.2	43.4	18.9
6. 将来の見通しは明るいと思う	4.7	3.8	37.7	36.8	17.0
7. 物事に対する興味や関心が強い方だ	0.9	5.7	27.4	44.3	21.7
8. いつも冷静でいられるよう心掛けている	0.0	3.8	21.7	40.6	34.0
9. 自分の将来に希望を持っている	3.8	1.9	29.2	42.5	22.6
10. 私は色々なことを知りたいと思う	0.0	1.9	12.3	40.6	45.3
11. 粘り強い人間だと思う	1.9	8.5	27.4	43.4	17.9
12. 自分には将来の目標がある	2.8	6.6	26.4	29.2	34.0
13. 困難があっても、それは人生にとって価値のあるものだと思う	0.9	3.8	21.7	34.0	39.6
14. 気分転換がうまくできない方だ	4.7	9.4	22.6	35.8	37.4
15. 自分自身のために努力している	1.9	8.5	27.4	41.5	20.8
16. 慣れないことをするのは好きではない	1.9	29.2	34.9	18.9	14.2
17. つらい出来事があると耐えられない	0.0	8.5	32.1	30.2	29.2
18. 新しいことをやり始めるのが好きだ	0.9	14.2	34.0	27.4	23.6
19. その日の気分によって行動が左右されやすい	3.8	21.7	29.2	24.5	20.8
20. あきっぽい方だと思う	7.5	25.5	34.9	18.9	13.2
21. 怒りを感じると押さえられなくなる	2.8	4.7	24.5	30.2	37.7

問9 【日本語版ソーシャル・サポート尺度】次にあげる文章について、あなたはどのように思いますか。右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。なお、該当する人がいない場合には、「いない」にお答えください。

N=106 (単位：%)

	全くそう思わない (いない)	そう思わない	あまりそう思わない	どちらともいえない	ややそう思う	そう思う	非常にそう思う
1. 私には困ったときにそばにいてくれる人がいる	3.8	2.8	7.5	13.2	16.0	34.0	22.6
2. 私には喜びと悲しみを分かち合える人がいる	2.8	3.8	4.7	13.2	17.9	34.0	23.6
3. 私の家族は本当に私を助けてくれる	0.9	0.0	0.9	8.5	9.4	37.7	42.5
4. 必要な時に、私の家族は私の心の支えになるような手を差し伸べてくれる	0.0	0.0	2.8	7.5	13.2	36.8	39.6
5. 私には真の慰めの源となるような人がいる	5.7	4.7	5.7	18.9	14.2	27.4	23.6
6. 私の友人たちは本当に私を助けてくれようとする	0.0	0.9	4.7	17.0	21.7	39.6	16.0
7. いろいろなことがうまくいかないときに、私は友人たちをあてにすることができる	0.0	4.7	6.6	17.9	17.9	38.7	14.2
8. 私は家族と自分の問題について話し合うことができる	0.0	3.8	12.3	11.3	16.0	35.8	17.0
9. 私には喜びと悲しみを分かち合える友人がいる	1.9	1.9	1.9	14.2	26.4	35.8	17.0
10. 私には私の気持ちについて何かと気遣ってくれる人がいる	1.9	3.8	0.9	18.9	20.8	31.1	20.8
11. 私の家族は私が何か決めるときに、喜んで助けてくれる	0.0	0.9	1.9	17.0	19.8	27.4	32.1
12. 私は自分の問題について友人たちと話すことができる	2.8	3.8	2.8	17.0	22.6	31.1	28.9

災害対策業務に従事された職員の方々へ

### 災害対策業務のストレス等に関するアンケートのお願い

東日本大震災の災害対策業務に従事され、大変お疲れ様でした。このアンケートは、災害対策業務関連のストレス等についてお伺いするものです。各種のストレス症状は時とともに消えていくものですが、まれに何か月か経って残る場合もあります。この調査の結果を分析し、今後の警察職員のストレス対策に役立てたいと考えております。

以下の注意事項をよくご覧いただき、内容をご確認いただいた上で、質問項目に回答願います。回答時間は 10 分程度を想定しています。

#### 記

#### 1 調査実施者

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

厚生課健康管理室 ○○○○

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

#### 2 調査名と目的

「災害対策業務のストレス等に関するアンケート」

東日本大震災の被災地で災害対策業務に従事してきた警察職員におけるストレスの状況等を確認し、今後の警察におけるストレス対策を有効に実施するための知見を得ることを目的とします。

#### 3 調査倫理に関わる注意事項

- この調査への参加は強制されるものではありません。回答するかどうかはあなたの意思で自由に決めることができます。
- 回答したくない質問がある場合には、その質問を飛ばして次の質問に移ってください。
- 調査結果は、誰が回答したか分からない形で統計処理され、研究と資料作成に使用し

ます。また、専門の学会において発表又は論文として投稿されることがあります。ただし、個人の回答がそのままの形で公開されることはありません。

- 回答を途中でやめたくなくなった場合には、すぐにやめても構いません。
- 回答しなかったり、回答を途中でやめたりしても、いかなる不利益も生じません。
- ◎ 本調査は職務の評価に一切関係ありません。回答内容が上司や職場に知られることも一切ありません。
- データ保管及び処分まで、回答は厳重に保護されます。
- ご質問やご意見がある場合は、調査実施者の連絡先まで遠慮なくお問い合わせください。

※ 上記の注意事項をご理解の上、調査にご協力いただける場合は、次頁の「同意します」の項目に○をご記入ください。この記入をもって、回答に同意いただいたものとさせていただきます。なお、同意確認にていずれの項目にも○の記入がない場合は、回答をもって調査へ同意されたものとみなします。

#### 【調査協力の同意確認】

あなたは、調査にご協力いただけますか？

同意します [     ]

同意しません [     ]

#### 4 調査票の回答及び提出方法

- (1) 調査協力の同意いただければ、無記名で、ご提出ください。
- (2) ご提出は、回収箱に本調査用紙をお入れください。

#### 5 調査に関するお問い合わせ先

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

厚生課健康管理室 ○○○○

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)



(2) 【従事された方にお伺いします。】

最も大変であった業務を(1)の中から一つ選び、アのカッコ内に上記の番号をご記入ください。また、その従事機関のおよその合計日数について、イのあてはまる番号に○をつけてください。

ア 最も大変であった業務の番号 ( )

イ その従事期間

1. 1日～10日

2. 11日～20日

3. 21～30日

4. 1か月以上2か月未満

5. 2か月以上3か月未満

6. 3か月以上

(3) 災害対策業務に関して、強いストレスを感じた体験について、あてはまる番号すべてに○をつけてください(複数回答可)。

1. 自分の身に危険を感じた

2. 放射能被爆の危険を感じた

3. 凄惨な遺体を見た、あるいは遺体を扱った

4. 自分が負傷したり、負傷しそうになった

5. 上司、同僚あるいは部下が負傷または殉職した

6. 被災者の心情を聴いて、心理的に疲れたり深い悲しみを感じたりした

7. その他 ( )

8. なし

(4) 災害対策業務の従事後に、あなたが行ったストレス対処方法について、あてはまる番号すべてに○をつけてください(複数回答可)。

1. 上司や同僚との会話

2. 家族との会話

3. 職場以外の友人・知人との会話

4. 運動・趣味

5. 睡眠・休養

6. 飲酒

7. 厚生部門による相談、部外のメンタルヘルス機関の利用

8. その他 ( )



問3 次にあげる文章について、あなたはどのように思いますか。右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。なお、該当する人がいない場合には、「いない」にお答えください。

	全くそう思わない (いない)	そう思わない	あまりそう思わない	どちらともいえない	ややそう思う	そう思う	非常にそう思う
1. 私には困ったときにそばにいてくれる人がいる	1	2	3	4	5	6	7
2. 私には喜びと悲しみを分かち合える人がいる	1	2	3	4	5	6	7
3. 私の家族は本当に私を助けてくれる	1	2	3	4	5	6	7
4. 必要な時に、私の家族は私の心の支えになるような手を差し伸べてくれる	1	2	3	4	5	6	7
5. 私には真の慰めの源となるような人がいる	1	2	3	4	5	6	7
6. 私の友人たちは本当に私を助けてくれようとする	1	2	3	4	5	6	7
7. いろいろなことがうまくいかないときに、私は友人たちをあてにすることができる	1	2	3	4	5	6	7
8. 私は家族と自分の問題について話し合うことができる	1	2	3	4	5	6	7
9. 私には喜びと悲しみを分かち合える友人がいる	1	2	3	4	5	6	7
10. 私には私の気持ちについて何かと気遣ってくれる人がいる	1	2	3	4	5	6	7
11. 私の家族は私が何か決めるときに、喜んで助けてくれる	1	2	3	4	5	6	7
12. 私は自分の問題について友人たちと話すことができる	1	2	3	4	5	6	7



問4 それぞれの文章が現在のあなたにどれくらい当てはまるかを考えて、右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。

	いいえ	どちらかという うといいえ	どちらでもない	どちらかという とはい	はい
1. 色々なことにチャレンジするのが好きだ	1	2	3	4	5
2. 自分の感情をコントロールできる方だ	1	2	3	4	5
3. 自分の未来にはきっと良いことがあると思う	1	2	3	4	5
4. 新しいことや珍しいことが好きだ	1	2	3	4	5
5. 動揺しても、自分を落ち着かせることができる	1	2	3	4	5
6. 将来の見通しは明るいと思う	1	2	3	4	5
7. 物事に対する興味や関心が強い方だ	1	2	3	4	5
8. いつも冷静でいられるよう心掛けている	1	2	3	4	5
9. 自分の将来に希望を持っている	1	2	3	4	5
10. 私は色々なことを知りたいと思う	1	2	3	4	5
11. 粘り強い人間だと思う	1	2	3	4	5
12. 自分には将来の目標がある	1	2	3	4	5
13. 困難があっても、それは人生にとって価値のあるものだと思う	1	2	3	4	5
14. 気分転換がうまくできない方だ	1	2	3	4	5
15. 自分自身のために努力している	1	2	3	4	5
16. 慣れないことをするのは好きではない	1	2	3	4	5
17. つらい出来事があると耐えられない	1	2	3	4	5
18. 新しいことをやり始めるのが好きだ	1	2	3	4	5
19. その日の気分によって行動が左右されやすい	1	2	3	4	5
20. あきっぽい方だと思う	1	2	3	4	5
21. 怒りを感じると押さえられなくなる	1	2	3	4	5

問5 下記の項目はいずれも、強いストレスを伴うような出来事に巻き込まれた方々に、のちになって生じることのあるものです。東日本大震災の対策業務に関して、この1週間では、それぞれの項目な内容について、どの程度強く悩まされましたか。当てはまる番号に○をつけてください。

(答に迷われ場合は、不明とせず、最も近いと思うものを選んでください。)

(この1週間の状態についてお答えください。)	し全 く な	少 し	い中 く ら	か な り	非 常 に
1. 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	0	1	2	3	4
2. 睡眠の途中で目が覚めてしまう	0	1	2	3	4
3. 別のことをしていても、そのことが頭から離れない	0	1	2	3	4
4. イライラして、怒りっぽくなっている	0	1	2	3	4
5. そのことについて考えたり思い出すときは、何とか気を落ち着かせるようにしている	0	1	2	3	4
6. 考えるつもりはないのに、そのことを考えてしまうことがある	0	1	2	3	4
7. そのことは、実際に着なかつたとか、現実のことではなかつたような気がする	0	1	2	3	4
8. そのことを思い出させるものには近寄らない	0	1	2	3	4
9. その時の場面が、いきなり頭に浮かんでくる	0	1	2	3	4
10. 神経が敏感になっていて、ちょっとしたことでドキッとしてしまう	0	1	2	3	4
11. そのことは考えないようにしている	0	1	2	3	4
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	0	1	2	3	4
13. そのことについての感情は、マヒしたようである	0	1	2	3	4
14. 気が付くと、まるでその時に戻ってしまったかのように、振るまったり感じたりすることがある	0	1	2	3	4
15. 寝つきが悪い	0	1	2	3	4
16. そのことについて、感情が強くこみあげてくることがある	0	1	2	3	4
17. そのことを何とか忘れようとしている	0	1	2	3	4
18. ものごとに集中できない	0	1	2	3	4
19. そのことを思い出すと、身体が反応して、汗ばんだり、息苦しくなったり、むかむかしたり、ドキドキすることがある	0	1	2	3	4
20. そのことについての夢を見る	0	1	2	3	4
21. 警戒して用心深くなっている気がする	0	1	2	3	4
22. そのことについては話さないようにしている	0	1	2	3	4

問6 あなたは最近6か月くらいの間に、次のようなことをどの程度経験しましたか。右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。

	ない	まれにある	時々ある	しばしばある	いつもある
1. 「こんな仕事、もうやめたい」と思うことがある	1	2	3	4	5
2. 我を忘れるほど仕事に熱中することがある	1	2	3	4	5
3. こまごまと気配りをすることが面倒に感じることがある	1	2	3	4	5
4. この仕事は私の性分に合っていると思うことがある	1	2	3	4	5
5. 同僚や住民の課を見るのも嫌になることがある	1	2	3	4	5
6. 自分の仕事がつまらなく思えて仕方がないことがある	1	2	3	4	5
7. 一日の仕事が終わると「やっと終わった」と感じることもある	1	2	3	4	5
8. 出勤前、職場に出るのが嫌になって、家にいたいと思うことがある	1	2	3	4	5
9. 仕事を終えて、今日は気持ちの良い日だったと思うことがある	1	2	3	4	5
10. 同僚や住民と、何も話したくなくなることもある	1	2	3	4	5
11. 仕事の結果はどうでもよいと思うことがある	1	2	3	4	5
12. 仕事のために心にゆとりがなくなったと感じることがある	1	2	3	4	5
13. 今の仕事に、心から喜びを感じることもある	1	2	3	4	5
14. 今の仕事に、私にとってあまり意味がないと思うことがある	1	2	3	4	5
15. 仕事が楽しくて、知らないうちに時間が過ぎることがある	1	2	3	4	5
16. 体も気持ちも疲れ果てたと思うことがある	1	2	3	4	5
17. 我ながら、仕事をうまくやり終えたと思うことがある	1	2	3	4	5

問 1 あなたの情報について、すべてご記入ください。該当する番号に○を付けてください。

N=123(単位 : %)

(1) 年齢

1. 10代	2. 20代	3. 30代	4. 40代	5. 50代以上
(0.0)	(22.0)	(33.3)	(17.1)	(27.6)

(2) 性別

1. 男性	2. 女性
(92.7)	(7.3)

(3) 婚姻状況

1. 未婚	2. 既婚	3. 死別・離別
(24.4)	(73.2)	(2.4)

(4) 職種

1. 警察官	2. 一般職員
(87.8)	(12.2)

(5) 階級

1. 巡査・巡査長, 係員	2. 巡査部長, 主任	3. 警部補, 係長	4. 警部, 課長
(39.0)	(27.6)	(27.6)	(5.7)

(6) 警察職員としての経験年数

1. 3年未満	2. 3～5年未満	3. 5～10年未満
(2.4)	(10.6)	(24.4)
4. 10～15年未満	5. 15～20年未満	6. 20年以上
(11.4)	(12.2)	(39.0)

問2 東日本大震災に際して、従事された災害対策業務等についてお伺いします。

(1) 従事された業務について、あてはまる番号にすべて○をつけてください（複数回答可）。災害対策業務に従事されていない場合は、「従事していない」の番号に○をつけてください。

N=123

業務	件数	比率 (%)	業務	件数	比率 (%)
行方不明者の捜索	91	74.0	緊急交通路の確保	36	29.3
避難誘導	80	65.0	原発事故対策	32	26.0
救出救助	69	56.1	物資の輸送	25	20.3
パトロール	66	53.7	遺族支援	19	15.4
検視、遺体見分	55	44.7	部隊の受援	14	11.4
避難所の慰問	48	39.0	警察通信体制の確立	6	4.9
交通対策	37	30.1	その他	14	11.4
			従事していない	5	4.1

(2) 【従事された方にお伺いします。】

最も大変であった業務を(1)の中から一つ選び、アのカッコ内に上記の番号をご記入ください。また、その従事機関のおよその合計日数について、イのあてはまる番号に○をつけてください。

ア 最も大変であった業務の番号 ( )

n=109

業務	件数	比率 (%)
行方不明者の捜索	22	20.2
救出・救助	20	18.3
検視、遺体見分	20	18.3
避難誘導	12	11.0
その他	10	9.2
遺族支援	9	8.3
原発事故対策	7	6.4
緊急交通路の確保等	2	5.5
警ら	2	1.8
交通対策	1	1.8
避難所・仮設住宅等の慰問	1	0.9
部隊の受援	1	0.9
物資の輸送	1	0.9
警察情報通信体制の確保	1	0.9

イ その従事期間

n=110 (単位：%)

1. 1日～10日	2. 11日～20日	3. 21～30日
(30.0)	(7.3)	(10.0)
4. 1か月以上2か月未満	5. 2か月以上3か月未満	6. 3か月以上
(13.6)	(10.0)	(29.1)

(3) 災害対策業務に関して、強いストレスを感じた体験について、あてはまる番号すべてに○をつけてください(複数回答可)。

n=122 (単位：%)

1. 自分の身に危険を感じた	(51.6)
2. 放射能被爆の危険を感じた	(73.8)
3. 凄惨な遺体を見た、あるいは遺体を扱った	(56.6)
4. 自分が負傷したり、負傷しそうになった	(8.2)
5. 上司、同僚あるいは部下が負傷または殉職した	(63.9)
6. 被災者の心情を聴いて、心理的に疲れたり深い悲しみを感じたりした	(45.9)
7. その他	(8.9)
8. なし	(0.0)

(4) 災害対策業務の従事後に、あなたが行ったストレス対処方法について、あてはまる番号すべてに○をつけてください(複数回答可)。

n=121 (単位：%)

1. 上司や同僚との会話	2. 家族との会話	3. 職場以外の友人・知人との会話
(58.7)	(55.4)	(28.1)
4. 運動・趣味	5. 睡眠・休養	6. 飲酒
(38.8)	(56.2)	(40.5)
7. 厚生部門による相談、部外のメンタルヘルス機関の利用	(0.8)	
8. その他	(1.6)	

(5) 発災後にあなたの職場でなされた配慮について、あてはまる番号すべてに○をつけてください（複数回答可）。

n=119（単位：％）

- |                           |        |
|---------------------------|--------|
| 1. 体調を気遣う言葉がけ             | (59.7) |
| 2. 人員交替等による休憩時間の確保        | (37.0) |
| 3. 同僚等との語り合いの場の設定         | (18.5) |
| 4. 厚生部門による相談，メンタルヘルス機関の利用 | (17.6) |
| 5. その他                    | (1.6)  |
| 6. なし                     | (17.6) |

(6) 惨事ストレス対策に必要と思われるものについて、あてはまる番号すべてに○をつけてください（複数回答可）。

n=120（単位：％）

- |                        |        |
|------------------------|--------|
| 1. 惨事ストレス対策に関する事前研修    | (25.8) |
| 2. 惨事ストレス対策に関する幹部向け研修  | (29.2) |
| 3. 相談窓口の設置             | (10.0) |
| 4. グループ・ミーティング（話し合いの場） | (30.8) |
| 5. 積極的な休暇取得            | (81.7) |
| 6. 職員の家族に対する支援         | (49.2) |
| 7. 警察職員として誇りと使命感の醸成    | (20.8) |
| 8. その他                 | (1.6)  |
| 9. 特に必要なことはない          | (4.9)  |

問3 【日本語版ソーシャル・サポート尺度】次にあげる文章について、あなたはどのように思いますか。右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。なお、該当する人がいない場合には、「いない」にお答えください。

N=123 (単位：%)

	全くそう 思わない (いない)	そう 思わない	あまり そう 思わ ない	ど ち ら と も い え ない	や や そ う 思 う	そ う 思 う	非 常 に そ う 思 う
1. 私には困ったときにそばにいてくれる人がいる	1.6	0.0	1.6	10.6	17.1	38.2	30.9
2. 私には喜びと悲しみを分かち合える人がいる	1.6	0.8	0.0	8.9	18.7	38.2	31.7
3. 私の家族は本当に私を助けてくれる	1.6	0.8	0.8	0.8	10.6	35.0	50.4
4. 必要な時に、私の家族は私の心の支えになるような手を差し伸べてくれる	1.6	0.0	0.8	1.6	13.8	37.4	44.7
5. 私には真の慰めの源となるような人がいる	3.3	0.8	2.4	10.6	21.1	27.6	34.1
6. 私の友人たちは本当に私を助けてくれようとする	1.6	1.6	3.3	9.8	30.1	39.8	13.8
7. いろいろなことがうまくいかないときに、私は友人たちをあてにすることができる	1.6	2.4	4.9	17.9	31.7	28.5	13.0
8. 私は家族と自分の問題について話し合うことができる	3.3	2.4	0.8	13.0	26.0	30.1	24.4
9. 私には喜びと悲しみを分かち合える友人がいる	2.4	1.6	2.4	16.3	31.7	30.9	14.6
10. 私には私の気持ちについて何かと気遣ってくれる人がいる	1.6	4.1	3.3	17.1	28.5	27.6	17.9
11. 私の家族は私が何か決めるときに、喜んで助けてくれる	1.6	0.8	0.8	11.4	22.8	34.1	27.6
12. 私は自分の問題について友人たちと話すことができる	2.4	4.9	4.9	19.5	28.5	27.6	12.2



問4 それぞれの文章が現在のあなたにどれくらい当てはまるかを考えて、右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。

N=123 (単位：%)

	いいえ	どちらかという うといいえ	どちらでもない	どちらかという はい	はい
1. 色々なことにチャレンジするのが好きだ	3.3	12.2	35.0	34.1	15.4
2. 自分の感情をコントロールできる方だ	1.6	10.6	24.4	43.1	20.3
3. 自分の未来にはきっと良いことがあると思う	1.6	8.9	40.7	33.3	15.4
4. 新しいことや珍しいことが好きだ	2.4	8.9	30.1	37.4	20.3
5. 動揺しても、自分を落ち着かせることができる	0.0	9.8	32.5	43.1	14.6
6. 将来の見通しは明るいと思う	4.1	10.6	51.2	22.8	10.6
7. 物事に対する興味や関心が強い方だ	0.0	8.1	35.8	39.8	13.0
8. いつも冷静でいられるよう心掛けている	0.8	1.6	22.8	53.7	21.1
9. 自分の将来に希望を持っている	2.4	12.2	41.5	29.3	14.6
10. 私は色々なことを知りたいと思う	1.6	3.3	29.3	47.2	18.7
11. 粘り強い人間だと思う	3.3	8.1	38.2	39.0	11.4
12. 自分には将来の目標がある	4.9	8.1	39.8	33.3	13.8
13. 困難があっても、それは人生にとって価値のあるものだと思う	3.3	4.9	30.1	44.7	17.1
14. 気分転換がうまくできない方だ	4.9	18.7	32.5	31.7	12.2
15. 自分自身のために努力している	0.8	4.9	52.0	33.3	8.9
16. 慣れないことをするのは好きではない	10.6	35.0	35.0	16.3	3.3
17. つらい出来事があると耐えられない	2.4	11.4	35.8	34.1	15.4
18. 新しいことをやり始めるのが好きだ	7.3	21.1	35.0	36.0	10.6
19. その日の気分によって行動が左右されやすい	7.3	29.3	37.4	19.5	6.5
20. あきっぽい方だと思う	6.5	31.7	29.3	26.0	6.5
21. 怒りを感じると押さえられなくなる	0.8	14.6	27.6	35.8	21.1

問5 【改訂出来事インパクト尺度】下記の項目はいずれも、強いストレスを伴うような出来事に巻き込まれた方々に、のちになって生じることのあるものです。東日本大震災の対策業務に関して、この1週間では、それぞれの項目な内容について、どの程度強く悩まされましたか。当てはまる番号に○をつけてください。

(答に迷われ場合は、不明とせず、最も近いと思うものを選んでください。)

N=123 (単位：%)

(この1週間の状態についてお答えください。)	し全 く な	少 し	い中 く ら	か な り	非 常 に
1. 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	28.5	39.0	22.0	8.9	1.6
2. 睡眠の途中で目が覚めてしまう	43.9	25.2	17.1	9.8	4.1
3. 別のことをしていても、そのことが頭から離れない	49.6	35.8	13.0	1.6	0.0
4. イライラして、怒りっぽくなっている	46.3	35.0	11.4	6.5	0.8
5. そのことについて考えたり思い出すときは、何とか気を落ち着かせるようにしている	39.8	31.7	26.0	2.4	0.0
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	45.5	32.5	16.3	4.1	1.6
7. そのことは、実際に着なかつたとか、現実のことではなかつたような気がする	56.1	22.0	13.8	4.1	4.1
8. そのことを思い出させるものには近寄らない	56.9	26.0	11.4	3.3	2.4
9. その時の場面が、いきなり頭に浮かんでくる	50.4	27.6	17.1	4.1	0.8
10. 神経が敏感になっていて、ちょっとしたことでドキッとしてしまう	55.3	26.8	13.8	4.1	0.0
11. そのことは考えないようにしている	45.5	28.5	14.6	8.9	2.4
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	48.8	25.2	16.3	7.3	1.6
13. そのことについての感情は、マヒしたようである	52.8	22.8	15.4	4.9	4.1
14. 気が付くと、まるでその時に戻ってしまったかのように、振るまったり感じたりすることがある	65.0	24.4	8.1	0.8	1.6
15. 寝つきが悪い	59.3	22.8	13.0	3.3	1.6
16. そのことについて、感情が強くこみあげてくることがある	44.7	32.5	15.4	4.9	2.4
17. そのことを何とか忘れようとしている	56.9	26.0	13.0	2.4	1.6
18. ものごとに集中できない	63.4	20.3	13.8	0.0	1.6
19. そのことを思い出すと、身体が反応して、汗ばんだり、息苦しくなったり、むかむかしたり、ドキドキすることがある	71.5	19.5	6.5	1.6	0.8
20. そのことについての夢を見る	63.4	24.4	10.6	0.8	0.8
21. 警戒して用心深くになっている気がする	52.8	27.6	11.4	5.7	2.4
22. そのことについては話さないようにしている	53.7	21.1	16.3	4.1	4.9

問6 【バーンアウト尺度】あなたは最近6か月くらいの中に、次のようなことをどの程度経験しましたか。右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。

N=123 (単位：%)

	ない	まれにある	時々ある	しばしばある	いつもある
1. 「こんな仕事、もうやめたい」と思うことがある	33.3	28.5	21.1	9.8	7.3
2. 我を忘れるほど仕事に熱中することがある	32.5	30.1	25.2	8.9	3.3
3. こまごまと気配りをすることが面倒に感じることがある	10.6	35.8	37.4	11.4	4.9
4. この仕事は私の性分に合っていると思うことがある	10.6	30.1	33.3	17.9	8.1
5. 同僚や住民の課を見るのも嫌になることがある	63.4	22.0	9.8	3.3	1.6
6. 自分の仕事がつまらなく思えて仕方がないことがある	35.8	35.8	17.1	8.9	2.4
7. 一日の仕事が終わると「やっと終わった」と感じることもある	8.9	26.8	22.8	29.3	12.2
8. 出勤前、職場に出るのが嫌になって、家にいたいと思うことがある	31.7	31.7	15.4	13.8	7.3
9. 仕事を終えて、今日は気持ちの良い日だったと思うことがある	16.3	28.5	34.1	17.1	4.1
10. 同僚や住民と、何も話したくなくなることもある	47.2	32.5	13.8	4.9	1.6
11. 仕事の結果はどうでもよいと思うことがある	42.3	33.3	15.4	7.3	1.6
12. 仕事のために心にゆとりがなくなったと感じることがある	16.3	40.7	17.9	16.3	8.9
13. 今の仕事に、心から喜びを感じることもある	15.4	32.5	17.1	7.3	0.8
14. 今の仕事に、私にとってあまり意味がないと思うことがある	42.3	32.5	17.1	7.3	0.8
15. 仕事が楽しくて、知らないうちに時間が過ぎることがある	33.3	36.6	18.7	8.1	3.3
16. 体も気持ちも疲れ果てたと思うことがある	11.4	26.8	25.2	30.1	6.5
17. 我ながら、仕事をうまくやり終えたと思うことがある	8.9	37.4	40.7	9.8	3.3

平成 27 年 月 日

御嶽山火山噴火災害の対策業務に従事した職員の方へ

**災害対策業務のストレス等に関する健康調査のお願い**

御嶽山火山噴火災害対策業務につきまして、大変お疲れ様でした。この調査は、災害対策業務関連のストレス等についてお伺いするものです。各種のストレス症状は時とともに消えていくものですが、まれに何か月か経って残る場合もあります。この調査の結果を分析し、必要な方にサポートを行います。そして、今後の惨事ストレス対策に役立てたいと考えております。

以下の注意事項をよくご覧いただき、内容をご確認いただいた上で、質問項目に回答願います。回答時間は 10 分程度を想定しています。

## 記

**1 調査実施者**

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

厚生課健康管理対策室 ○○○○, ○○○○

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

**2 調査名と目的**

「災害対策業務のストレス等に関する健康調査」

御嶽山火山噴火災害の対策業務に従事した職員の方々における心身の健康状態を確認し、支援が必要な場合は保健師や臨床心理士による支援を行うことを目的とします。

**3 調査倫理に関わる注意事項**

- この調査への参加は強制されるものではありません。回答するかどうかはあなたの意思で自由に決めることができます。
- 回答したくない質問がある場合には、その質問を飛ばして次の質問に移ってください。
- 調査結果は、誰が回答したか分からない形で統計処理され、研究と資料作成に使用

します。また、専門の学会において発表又は論文として投稿されることがあります。  
ただし、個人の回答がそのままの形で公開されることはありません。

- 回答を途中でやめたくなくなった場合には、すぐにやめても構いません。
- 回答しなかったり、回答を途中でやめたりしても、いかなる不利益も生じません。
- ◎ 本調査は職務の評価に一切関係ありません。回答内容が上司や職場に知られることも一切ありません。
- データ保管及び処分まで、回答は厳重に保護されます。
- ご質問やご意見がある場合は、調査実施者の連絡先まで遠慮なくお問い合わせください。

※ 上記の注意事項をご理解の上、調査にご協力いただける場合は、次頁の「同意します」の項目に○をご記入ください。この記入をもって、回答に同意いただいたものとさせていただきます。なお、同意確認にていずれの項目にも○の記入がない場合は、回答をもって調査へ同意されたものとみなします。

#### 【調査協力の同意確認】

あなたは、調査にご協力いただけますか？

同意します [     ]

同意しません [     ]

#### 4 調査票の回答及び提出方法

- (1) 「健康状況調査票」及び提出用の封筒を配付します。
- (2) 支援が必要な方への支援を検討するため、必要に応じてご本人の特定を行います。その場合は、「健康状況調査票」に喫際されている番号で行います。
- (3) 回答後、「健康状況調査票」を封筒に入れて封をし、厚生課健康管理対策室あてにご送付ください。
- (4) 提出期限は、平成 27 年 2 月 16 日（月）までです。

#### 5 調査に関するお問い合わせ先

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

厚生課健康管理対策室 ○○○○, ○○○○

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

## 災害対策業務のストレス等に関する健康調査

個人番号 (調査用)	
---------------	--

記入日 平成 27 年 月 日

問 1 あなたの情報について全てご記入ください。該当する番号に○を付けてください。

## (1) 年齢

1. 10 代 2. 20 代 3. 30 代 4. 40 代 5. 50 代以上

## (2) 性別

1. 男性 2. 女性

## (3) 職種

1. 警察官 2. 一般職員

## (4) 部門

1. 警務 2. 生活安全 3. 地域 4. 刑事 5. 交通 6. 警備 7. 情報通信

## (5) 階級

1. 巡査・巡査長・係員 2. 巡査部長・主任 3. 警部補・係長  
4. 警部・補佐・課長等 5. 警視以上

## (6) 職員としての経験年数

1. 3 年未満 2. 3 年～5 年 3. 5 年～10 年未満 4. 10 年～15 年未満  
5. 15 年～20 年 6. 20 年以上

## (7) 婚姻状況

1. 未婚 2. 既婚 3. 死別・離別

## (8) 同居家族

1. 独り暮らし 2. 2 人以上

問 2 御嶽山火山噴火災害の業務に従事したときの部隊、班名をご記入ください。(複数ある場合はすべてご記入ください。)

(1)	部隊	班
(2)	部隊	班
(3)	部隊	班

問 3 従事された業務について、あてはまる番号すべてに○を付けてください（複数回答可）。

- |                 |                  |                      |
|-----------------|------------------|----------------------|
| 1. 行方不明者の捜索     | 2. 遺体搬送          | 3. 検視・遺体見分           |
| 4. 行方不明者相談・情報収集 | 5. 家族支援（遺族・家族）   | 6. 遺留品対策             |
| 7. 航空隊・ヘリテレ     | 8. 警察情報通信体制の確保   | 9. 装備                |
| 10. 交通対策        | 11. 部隊の受援（宿舎・補給） | 12. 警察署支援            |
| 13. 広報          | 14. 救護           | 15. 指揮・庶務（警備本部・現地本部） |

問 4 従事した日数について、あてはまるものに○をつけてください。

- 1 日    2 日    3 日    4 日    5 日    6 日    7 日    8 日    9 日    10 日以上

問 5 災害対策業務従事後にあなたが行ったストレス解消方法について、あてはまる番号全てに○を付けてください（複数回答可）。

- |                                |                                    |
|--------------------------------|------------------------------------|
| 1. 今回の災害対策業務と一緒に従事した同僚等との会話    |                                    |
| 2. 今回の災害対策業務と一緒に従事しなかった同僚等との会話 |                                    |
| 3. 家族との会話                      | 4. 職場以外の友人・知人との会話                  |
| 5. 運動・趣味                       | 6. 睡眠・休養                           |
| 7. 飲酒・喫煙                       | 8. 厚生部門による相談    9. 外部のメンタルヘルス機関の利用 |

#### <日常生活について>

災害対策業務従事前の日常について、それぞれの質問にご回答ください。

問 6 仕事や職業生活での強い不安、悩み、ストレスはありましたか。あてはまる番号に○を付けてください。

1. あった    2. なかった→問 8 へ進んでください。

問7 問6について、それはどの問題ですか。あてはまるもの全てに○を付けてください。

1. 仕事の量の問題
2. 仕事の質の問題
3. 仕事への適性の問題
4. 昇進の問題
5. 職場の人間関係の問題
6. 情報化・技術革新への対応の問題
7. 配置転換の問題
8. 事故や災害の経験（業務上）
9. 転勤に伴う転居の問題
10. 雇用の安定性の問題
11. 職場の将来性の問題

問8 仕事に関する心配事を相談する人はいましたか。あてはまる番号に○を付けてください。

1. いた
2. いなかった→問10へ進んでください。

問9 問8について、それは誰ですか。以下のあてはまるもの全てに○を付けてください。

1. 上司
2. 同僚
3. 家族
4. 友人
5. 産業医
6. 産業医以外の医師
7. 保健師または看護師
8. 衛生管理者
9. カウンセラー等

問10 家庭や個人生活等における心配ごとや悩みごとはありましたか。あてはまる番号に○を付けてください。

1. あった
2. なかった→問12へ進んでください。

問11 問10について、それはどの問題ですか。以下のあてはまるもの全てに○を付けてください。

1. 自分の出来事（離婚・病気など）
2. 自分以外の家族親族の出来事
3. 金銭関係
4. 事件・事故・災害の体験
5. 住環境の変化
6. 他人との人間関係

問12 家庭、個人生活に関する心配事を相談する人はいましたか。

1. いた
2. いなかった→問14へ進んでください。



問 13 問 12 について、それは誰ですか。以下のあてはまるもの全てに○を付けてください。

1. 上司    2. 同僚    3. 家族    4. 友人    5. 産業医    6. 産業医以外の医師  
7. 保健師または看護師    8. 衛生管理者    9. カウンセラー等

問 14 現在の状況について、この 1 ヶ月の間にあなたがどのように感じていたか、お尋ねします。

A この 1 か月間の健康状態に関して、精神的・身体的問題についてお尋ねします。次の質問を読み、一番あてはまる番号 1 つに○を付けてください。

(1) 何かをする時、いつもより集中して

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

(2) 心配事があって、よく眠れないようなことは

1. 全くなかった    2. あまりなかった    3. あった    4. たびたびあった

(3) いつもより自分のしていることに生きがいを感じる事が

1. あった    2. いつもと変わらなかった    3. なかった    4. まったくなかった

(4) いつもより容易にものごとを決めることが

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

(5) いつもよりストレスを感じる事が

1. 全くなかった    2. あまりなかった    3. あった    4. たびたびあった

(6) 問題を解決できなくて困ったことが

1. 全くなかった    2. あまりなかった    3. あった    4. たびたびあった

(7) いつもより日常生活を楽しく送ることが

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

(8) 問題があった時に、いつもより積極的に解決しようとする事が

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

(9) いつもより気が重くてゆううつになることは

1. 全くなかった    2. あまりなかった    3. あった    4. たびたびあった

(10) 自信を失ったことは

1. 全くなかった    2. あまりなかった    3. あった    4. たびたびあった

(11) 自分は役に立たない人間だと考えたことは

1. 全くなかった    2. あまりなかった    3. あった    4. たびたびあった

(12) 一般的に見て、幸せだと感じたことは

1. たびたびあった    2. あった    3. なかった    4. 全くなかった

B この1か月の間、それぞれの質問に対して、そういう気持ちをどれくらいの頻度で感じていましたか。一番あてはまる番号1つに○を付けてください。

	全く ない	少し だけ	とき どき	たい てい	いつ も
1. 神経過敏に感じましたか	1	2	3	4	5
2. 絶望的だと感じましたか	1	2	3	4	5
3. そわそわ、落ち着かなく感じましたか	1	2	3	4	5
4. 気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか	1	2	3	4	5
5. 何をするのも骨折りだと感じましたか	1	2	3	4	5
6. 自分は価値のない人間だと感じましたか	1	2	3	4	5

問 15 次の文章を読んで、災害対策業務従事前の自分にどの程度あてはまると思われるか、一番あてはまる番号1つに○を付けてください。もしそのような状況がなかった場合には、もしあったらどう感じただろうかと考えて回答してください。

	全くあてはまらない	ほとんどあてはまらない	時々あてはまる	しばしばあてはまる	ほとんどいつもあてはまる
1. 変化に適応することができる	1	2	3	4	5
2. ストレスがある時に私を助けてくれるような、親しくて安心できる人が一人以上いる	1	2	3	4	5
3. 自分の問題に明確な解決方法がない時、運命や神様が助けてくれることがある	1	2	3	4	5
4. 自分の行く手にどんなことが起こっても対応できる	1	2	3	4	5
5. 過去の成功が、私に新たな試練や困難に対応できるという自信を与えてくれる	1	2	3	4	5
6. 問題に直面したときでも、ものごとのユーモアのある面を見るようにしている	1	2	3	4	5
7. ストレスに対処することで私は強くなれる	1	2	3	4	5
8. 病気や怪我などの苦しい目にあっても、その後で元気を取り戻すほうだ	1	2	3	4	5
9. 良いことでも悪いことでも、ほとんどの物事には意味があって起こるのだと信じている	1	2	3	4	5
10. 結果がどうなろうと最善を尽くす	1	2	3	4	5
11. たとえ困難なことがあっても、自分の目標に到達できると信じている	1	2	3	4	5
12. たとえ絶望的に思えても、私はあきらめない	1	2	3	4	5

	全くあてはま らない	ほとんどあて はまらない	時々あてはま る	しばしばあて はまる	ほとんどいつ もあてはまる
13. ストレスや危機の中でも、どこに助けを求めればよいかわかっている	1	2	3	4	5
14. プレッシャーがかかっているにもかかわらず、集中力を失わず、はっきりと考える	1	2	3	4	5
15. すべての決定を他者に委ねるよりも、率先して問題を解決する方を選ぶ	1	2	3	4	5
16. 失敗しても簡単には気持ちがくじけない	1	2	3	4	5
17. 人生の試練や困難に取り組む際に、自分自身を強い人間だと思う。	1	2	3	4	5
18. 必要であれば、嫌がられたり難しいことであっても、人を動かす決断をすることができる	1	2	3	4	5
19. 悲しみや恐怖、怒りなどの、不快で苦しい感情にも、対応することができる	1	2	3	4	5
20. 人生の問題に対処する時に、なぜかわからないままに、直感によって行動しなければならないことがある	1	2	3	4	5
21. 人生には目的があると強く信じる	1	2	3	4	5
22. 自分の人生をコントロールできていると感じている	1	2	3	4	5
23. 挑戦が好きだ	1	2	3	4	5
24. 途中でどのような障害があっても、自分の目標を達成するために頑張る	1	2	3	4	5
25. 自分のやり遂げたことに誇りを持っている	1	2	3	4	5

※ 次のページの質問におけるパート 1 では、過去に遭遇したトラウマ的な体験をお伺いしています。御嶽山火山噴火災害は(2)の「自然災害」に該当しますので、○をつけて、具体的な記載をお願いします。その他の体験については、できればご記入いただきたいのですが、無理に書かなくても結構です。

パート1

パート2

多くの人々が、人生のいくつかの時点において、非常にストレスに満ちた、トラウマ的な出来事をくり抜いたり、目撃したりしています。以下には、トラウマ的な出来事の一覧があります。あなたが経験したことがある、あるいは、目撃したことのある出来事があればすべて、その隣の□に✓をつけてください。

- (1)  深刻な事故、火事、爆発  
(たとえば、工場、農場、自動車、飛行機や船の事故)
- (2)  自然災害  
(たとえば、竜巻、暴風雨、洪水や大きな地震)
- (3)  家族、または、知人による性的ではない暴行  
(たとえば、強盗される、身体的な暴行を受ける、銃撃される、刺される、あるいは、銃を突きつけられる)
- (4)  見知らぬ人からの性的ではない暴行  
(たとえば、強盗される、身体的な暴行を受ける、銃撃される、刺される、あるいは、銃を突きつけられる)
- (5)  家族、または、知人による性的な暴行  
(たとえば、レイプやレイプ未遂)
- (6)  見知らぬ人からの性的な暴行  
(たとえば、レイプやレイプ未遂)
- (7)  戦闘体験、または、紛争地域にいたこと
- (8)  あなたが18歳未満のときの、自分よりも年上の相手との性的な接触  
(たとえば、性器や胸に触る)
- (9)  監禁  
(たとえば、投獄される、捕虜にされる、人質にとられる)
- (10)  拷問
- (11)  命にかかわる病気
- (12)  その他のトラウマ的な出来事

(13) 項目12に印をつけた場合は、そのトラウマ的な出来事について、以下に具体的に記してください。

上記の質問項目に一つでも印をつけた場合は、回答を続けてください。そうでない場合は、ここでやめてください。

(14) パート1で一つ以上のトラウマ的な出来事に印をつけた場合、以下の□で、一番悩まされている出来事のとなりに✓をつけてください。パート1で一つのトラウマ的な出来事のみ印をつけた場合は、以下の同じ出来事に印をつけてください。

- 事故
- 災害
- 性的ではない暴行／家族や知人によるもの
- 性的ではない暴行／見知らぬ人によるもの
- 性的な暴行／家族や知人によるもの
- 性的な暴行／見知らぬ人によるもの
- 戦闘体験、または、紛争地域にいたこと
- 18歳未満のときの、年上の相手との性的接触
- 監禁
- 拷問
- 命にかかわる病気
- その他

以下の空欄では、上で印をつけたトラウマ的な出来事について、簡単に説明してください。

これ以降は、すぐ上で説明されたトラウマ的な出来事について、いくつか質問をします。

(15) そのトラウマ的な出来事が生じたのは、どれくらい前のことでしたか？(一つに○をつけてください)

1. 今から1ヶ月未満のうち
2. 1ヶ月から3ヶ月前
3. 3ヶ月から6ヶ月前
4. 6ヶ月から3年前
5. 3年から5年前
6. 5年以上前

以下の質問では、ハイかイエに○をつけてください。

そのトラウマ的な出来事の最中:

- (16) 負傷しましたか？ ハイ・イエ
- (17) 誰か他の人が負傷しましたか？ ハイ・イエ
- (18) 自分の命が危険にさらされていると思いましたか？ ハイ・イエ
- (19) 誰か他の人の命が危険にさらされていると思いましたか？ ハイ・イエ
- (20) 無力さを感じましたか？ ハイ・イエ
- (21) 恐怖を感じましたか？ ハイ・イエ

### パート3

以下のリストは、トラウマ的出来事に遭遇した人が、その後、経験することがある問題についてのものです。一つ一つを注意深く読み、過去1ヶ月間に、その問題がどのくらいあなたを悩ませたか、もっともよくあてはまる番号(0~3)に○をつけてください。どの問題についても、質問項目(14)であなたが記述したトラウマ的出来事について、点をつけてください。

0. まったくない、もしくは、一度だけあった
- 週に1回以下／ときどき
  - 週2~4回／ほぼ半分の時間
  - 週5回以上／ほとんどいつも
- (22) 0 1 2 3 望まないにもかかわらず、トラウマ的出来事に関する考えやイメージが頭に浮かんで動揺した。
- (23) 0 1 2 3 トラウマ的出来事に関する不快な夢や悪夢をみた。
- (24) 0 1 2 3 トラウマ的出来事を再体験し、それが再び起こっているかのように行動したり、感じたりした。
- (25) 0 1 2 3 トラウマ的出来事について思い出させられたとき、気持ちが動揺した(たとえば、恐怖、怒り、悲しみ、罪の意識などを感じた)。
- (26) 0 1 2 3 トラウマ的出来事について思い出させられたとき、生理的な反応を体験した(たとえば、汗がふきでた、心臓がどきどきした)。
- (27) 0 1 2 3 トラウマ的出来事については、考えないように、話さないように、何も感じないようにした。
- (28) 0 1 2 3 トラウマ的出来事を思い出させるような活動、人々、または場所を避けようとした。
- (29) 0 1 2 3 トラウマ的出来事の重要な部分が思い出せなかった。
- (30) 0 1 2 3 自分にとって大切な活動への関心がかなり薄れたり、参加が著しく減ったりした。
- (31) 0 1 2 3 周囲の人から孤立している、あるいは、疎遠になっていると感じた。
- (32) 0 1 2 3 気持ちが麻痺していると感じた(たとえば、泣くことができない、あるいは、愛情をもてない)。
- (33) 0 1 2 3 自分の将来の計画や望みが叶えられないような気がした(たとえば、仕事に就けない、結婚できない、子供がもてない、または、長生きできない)。
- (34) 0 1 2 3 寝つけなかった、あるいは、途中で目が覚めた。
- (35) 0 1 2 3 イライラしたり、怒りが爆発したりした。
- (36) 0 1 2 3 集中しにくかった(たとえば、会話についていけなかった、テレビ番組の筋を追い切れなかった、何を読んでいたのかを忘れた)。
- (37) 0 1 2 3 自分の安全を気にした(たとえば、周りに誰がいるかを確認した、ドアに背を向けていると落ち着かないなど)。
- (38) 0 1 2 3 ささいなことでびくつとした、または、驚きやすかった(たとえば、誰かが背後に近づいたとき)。
- (39) 上述したような問題は、どれくらいの期間経験してきましたか？(1つに○をつけてください)
- 1ヶ月未満
  - 1ヶ月から3ヶ月の間
  - 3ヶ月以上
- (40) こうした問題はトラウマ的出来事後、どれくらい経過してからはじまりましたか？(一つに○をつけてください)
- 出来事から6ヶ月未満のうちにはじまった
  - 出来事から6ヶ月以上経過してからはじまった

### パート4

あなたがパート3で点をつけた問題は、過去1ヶ月の間で、次のような生活のさまたげとなりましたか？以下にお答えください。さまたげとなった場合はハイに、さまたげにならなかった場合はイエに○をつけてください。

- (41) 仕事 ハイ・イエ
- (42) 家事や家の仕事 ハイ・イエ
- (43) 友達との関係 ハイ・イエ
- (44) 娯楽や余暇活動 ハイ・イエ
- (45) 学業 ハイ・イエ
- (46) 家族との関係 ハイ・イエ
- (47) 性生活 ハイ・イエ
- (48) 生活全般に対する満足感 ハイ・イエ
- (49) 生活のあらゆる側面におけるすべての機能 ハイ・イエ

## 災害対策業務のストレス等に関する健康調査

問 1 あなたの情報について全てご記入ください。該当する番号に○を付けてください。

N=124 (単位: %)

## (1) 年齢

1.10代	2.20代	3.30代	4.40代	5.50代以上
(0)	(54.5)	(30.9)	(11.4)	(3.3)

## (2) 性別

1.男性	2.女性
(100)	(0)

## (3) 職種

1.警察官	2.一般職員
(100)	(0)

## (4) 部門

1.警務	2.生活安全	3.地域	4.刑事	5.交通	6.警備	7.情報通信
(0)	(0.8)	(69.1)	(0)	(3.3)	(26.8)	(0)

## (5) 階級

1.巡査・巡査長・係員	2.巡査部長・主任	3.警部補・係長
(58.5)	(22.0)	(13.8)
4.警部・補佐・課長等	5.警視以上	
(4.1)	(1.6)	

## (6) 職員としての経験年数

1. 3年未満	2. 3年～5年	3. 5年～10年未満	4. 10年～15年未満
(19.5)	(25.2)	(21.1)	(17.1)
5. 15年～20年	6. 20年以上		
(5.7)	(11.4)		

## (7) 婚姻状況

1.未婚	2.既婚	3.死別・離別
(45.4)	(53.8)	(0.8)

## (8) 同居家族

1.独り暮らし	2.2人以上
(44.4)	(55.6)



問3 従事された業務について、あてはまる番号全てに○を付けてください(複数回答可)。

N=124 (単位: %)

1.行方不明者の捜索 2.遺体搬送 3.検視・遺体見分 4.行方不明者相談・情報  
収集

(84.7) (21.8) (7.3) (7.3)

5.家族支援(遺族・家族) 6.遺留品対策 7.航空隊・ヘリテレ

(0) (0) (1.6)

8.警察情報通信体制の確保 9.装備 10.交通対策 11.部隊の受援(宿舎・補給)

(1.6) (1.6) (1.6) (3.2)

12.警察署支援 13.広報 14.救護 15.指揮・庶務(警備本部・現地本部)

(1.6) (0) (5.4) (8.9)

問4 従事した日数について、あてはまるものに○をつけてください

n=112 (単位: %)

1日 2日 3日 4日 5日 6日 7日 8日 9日 10日以上

(17.9) (17.0) (10.7) (10.7) (17.9) (1.8) (9.8) (4.5) (0.9) (8.9)

問5 災害対策業務従事後にあなたが行ったストレス解消方法について、当てはまる番号  
全てに○を付けてください(複数回答可)。

n=116 (単位: %)

1.今回の災害対策業務と一緒に従事した同僚等との会話

(63.8)

2. 今回の災害対策業務と一緒に従事しなかった同僚等との会話

(30.2)

3.家族との会話 4.職場以外の友人・知人との会話 5.運動・趣味 6.睡眠・休養

(44.0) (19.0) (48.3) (73.3)

7.飲酒・喫煙 8.厚生部門による相談 9.外部のメンタルヘルス機関の利用

(23.3) (0) (0)

<日常生活について>

災害対策業務従事前の日常について、それぞれの質問についてあてはまる番号に○を付けてください。

問6 仕事や職業生活での強い不安、悩み、ストレスはありましたか。

N=124 (単位：%)

- 1.あった            2.なかった→問8へ進んでください。  
(9.8)                (90.2)

問7 問6について、それはどの問題ですか。当てはまるもの全てに○を付けてください。

n=12 (単位：%)

- |                          |                          |                       |                  |
|--------------------------|--------------------------|-----------------------|------------------|
| 1.仕事の量の問題<br>(33.3)      | 2.仕事の質の問題<br>(33.3)      | 3.仕事への適性の問題<br>(41.7) | 4.昇進の問題<br>(8.3) |
| 5.職場の人間関係の問題<br>(50.0)   | 6.情報化・技術革新への対応の問題<br>(0) | 7.配置転換の問題<br>(0)      |                  |
| 8.事故や災害の経験(業務上)<br>(8.3) | 9.転勤に伴う転居の問題<br>(0)      | 10.雇用の安定性の問題<br>(0)   |                  |
| 11.職場の将来性の問題<br>(8.3)    |                          |                       |                  |

問8 仕事に関する心配事を相談する人はいましたか。

N=124 (単位：%)

- 1.いた            2.いなかった→問10へ進んでください。  
(92.7)            (7.3)

問 9 問 8 について、それは誰ですか。以下のあてはまるもの全てに○を付けてください。

n=115 (単位：%)

- |             |         |           |        |       |            |
|-------------|---------|-----------|--------|-------|------------|
| 1.上司        | 2.同僚    | 3.家族      | 4.友人   | 5.産業医 | 6.産業医以外の医師 |
| (67.0)      | (86.1)  | (57.4)    | (35.7) | (0)   | (0)        |
| 7.保健師または看護師 | 8.衛生管理者 | 9.カウンセラー等 |        |       |            |
| (0.9)       | (0)     | (0)       |        |       |            |

問 10 家庭や個人生活等における心配ごとや悩みごとがありましたか。

n=121 (単位：%)

- |        |                       |
|--------|-----------------------|
| 1.あった  | 2.なかった→問 12 へ進んでください。 |
| (10.7) | (89.3)                |

問 11 問 10 について、それはどの問題ですか。以下の当てはまるもの全てに○を付けてください。

n=13 (単位：%)

- |                   |                 |            |
|-------------------|-----------------|------------|
| 1.自分の出来事(離婚・病気など) | 2.自分以外の家族親族の出来事 | 3.金銭関係     |
| (30.8)            | (61.5)          | (7.7)      |
| 4.事件・事故・災害の体験     | 5.住環境の変化        | 6.他人との人間関係 |
| (0)               | (0)             | (7.7)      |

問 12 家庭、個人生活に関する心配事を相談する人はいましたか。

n=121 (単位：%)

- |        |                        |
|--------|------------------------|
| 1.いた   | 2.いなかった→問 14 へ進んでください。 |
| (84.4) | (15.6)                 |

問 13 問 12 について、それは誰ですか。以下の当てはまるもの全てに○を付けてください。

n=103 (単位：%)

- |             |         |           |        |       |            |
|-------------|---------|-----------|--------|-------|------------|
| 1.上司        | 2.同僚    | 3.家族      | 4.友人   | 5.産業医 | 6.産業医以外の医師 |
| (62.1)      | (81.6)  | (74.8)    | (61.2) | (0)   | (0)        |
| 7.保健師または看護師 | 8.衛生管理者 | 9.カウンセラー等 |        |       |            |
| (0.9)       | (0)     | (0)       |        |       |            |

問 14 現在の状況について、この1ヶ月の間にあなたがどのように感じていたか、お尋ねします。

【GHQ-12】

A この1か月間の健康状態に関して、精神的・身体的問題についてお尋ねします。次の質問を読み、一番当てはまる番号1つに○を付けてください。

n=123 (単位：%)

(1) 何かをする時、いつもより集中して

1.できた 2.いつもと変わらなかった

(17.9) (78.9)

3.いつもよりできなかった 4.全くできなかった

(3.3) (0)

(2) 心配事があって、よく眠れないようなことは

1.全くなかった 2.あまりなかった 3.あった 4.たびたびあった

(17.9) (78.9) (3.3) (0)

(3) いつもより自分のしていることに生きがいを感じることは

1.あった 2.いつもと変わらなかった 3.なかった 4.まったくなかった

(17.1) (79.7) (3.3) (0)

(4) いつもより容易にものごとを決めることが

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

(17.1) (79.7) (3.3) (0)

(5) いつもよりストレスを感じることは

1.全くなかった 2.あまりなかった 3.あった 4.たびたびあった

(8.1) (89.4) (1.6) (0.8)

(6) 問題を解決できなくて困ったことが

1.全くなかった 2.あまりなかった 3.あった 4.たびたびあった

(21.1) (65.9) (7.3) (5.7)

(7) いつもより日常生活を楽しく送ることが

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

(17.9) (77.2) (3.3) (1.6)

(8) 問題があった時に、いつもより積極的に解決しようとする事が

1.できた (15.4)    2.いつもと変わらなかった (83.7)    3.できなかった (3.3)    4.全くできなかった (1.6)

(9) いつもより気が重くてゆううつになることは

1.全くなかった (16.3)    2.あまりなかった (74.8)    3.あった (8.1)    4.たびたびあった (0.8)

(10) 自信を失ったことは

1.全くなかった (30.9)    2.あまりなかった (60.2)    3.あった (8.1)    4.たびたびあった (0.8)

(11) 自分は役に立たない人間だと考えたことは

1.全くなかった (44.7)    2.あまりなかった (51.2)    3.あった (2.4)    4.たびたびあった (1.6)

(12) 一般的に見て、幸せだと感じたことは

1.たびたびあった (18.7)    2.あった (65.9)    3.なかった (13.8)    4.全くなかった (1.6)

## 【K6】

B この1か月の間、それぞれの質問に対して、そういう気持ちをどれくらいの頻度で感じていましたか。一番当てはまる番号1つに○を付けてください。

n=123 (単位：%)

	全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも
(1) 神経過敏に感じましたか	(77.2)	(16.3)	(4.9)	(0.8)	(0.8)
(2) 絶望的だと感じましたか	(90.2)	(6.5)	(2.4)	(0.8)	(0)
(3) そわそわ、落ち着かなく感じましたか	(81.3)	(11.4)	(4.1)	(3.3)	(0)
(4) 気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか	(82.9)	(9.8)	(4.9)	(1.6)	(0.8)

	全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも
(5) 何をするのも骨折りだと感じましたか (83.7)	(8.1)	(5.7)	(1.6)	(0.8)	
(6) 自分は価値のない人間だと感じましたか (91.1)	(7.3)	(0.8)	(0.8)	(0.8)	

【コナー・デビッドソン精神的回復力尺度】

問 15 次の文章を読んで、災害対策業務従事前の自分にどの程度当てはまると思われるか、一番当てはまる番号1つに○を付けてください。もしそのような状況がなかった場合には、もしあったらどう感じただろうかと考えて回答してください。

n=121 (単位：%)

	全く当てはまらない	ほとんど当てはまらない	時々当てはまる	しばしば当てはまる	ほとんどいつも当てはまる
1. 変化に適応することができる	4.9	4.9	36.9	18.9	0.8
2. ストレスがある時に私を助けてくれるような、親しくて安心できる人が一人以上いる	4.1	0.8	27.9	26.2	0.8
3. 自分の問題に明確な解決方法がない時、運命や神様が助けてくれることがある	33.1	35.5	20.7	8.3	2.5
4. 自分の行く手にどんなことが起こっても対応できる	3.3	13.9	48.4	24.6	9.8
5. 過去の成功が、私に新たな試練や困難に対応できるという自信を与えてくれる	3.3	5.7	44.3	31.1	15.6
6. 問題に直面したときでも、ものごとのユーモアのある面を見るようにしている	5.7	13.1	46.7	29.5	4.9
7. ストレスに対処することで私は強くなれる	12.3	10.7	48.4	21.3	7.4
8. 病気や怪我などの苦しい目にあっても、その後で元気を取り戻すほうだ	2.5	4.1	35.2	38.5	19.7

	全く当てはまらない	ほとんど当てはまらない	時々当てはまる	しばしば当てはまる	ほとんどいつも
9. 良いことでも悪いことでも、ほとんどの物事には意味があって起こるのだと信じている	0.9	13.9	43.4	25.4	8.2
10. 結果がどうなろうと最善を尽くす	2.5	1.6	27.0	44.3	24.6
11. たとえ困難なことがあっても、自分の目標に到達できると信じている	4.9	2.5	48.4	36.1	8.2
12. たとえ絶望的に思えても、私はあきらめない	3.3	7.4	41.8	36.1	11.5
13. ストレスや危機の中でも、どこに助けを求めればよいかわかっている	6.6	6.6	43.4	31.1	12.3
14. プレッシャーがかかっている場合でも、集中力を失わず、はっきりと考える	4.9	9.8	46.7	30.3	8.2
15. すべての決定を他者に委ねるよりも、率先して問題を解決する方を選ぶ	2.5	11.5	42.6	35.2	8.2
16. 失敗しても簡単には気持ちがくじけない	4.1	7.4	38.5	40.2	9.8
17. 人生の試練や困難に取り組む際に、自分自身を強い人間だと思う。	7.4	21.3	46.7	19.7	4.9
18. 必要であれば、嫌がられたり難しいことであっても、人を動かす決断をすることができる	6.6	13.1	46.7	32.8	0.8
19. 悲しみや恐怖、怒りなどの、不快で苦しい感情にも、対応することができる	4.9	5.7	50.8	32.8	5.7
20. 人生の問題に対処する時に、なぜかわからないままに、直感によって行動しなければならないことがある	4.1	18.9	50.0	24.6	2.5
21. 人生には目的があると強く信じる	5.8	6.6	50.4	31.4	5.8
22. 自分の人生をコントロールできていると感じている	6.6	13.1	41.8	32.8	5.7
23. 挑戦が好きだ	5.7	15.6	42.6	31.1	4.9
24. 途中でどのような障害があっても、自分の目標を達成するために頑張る	2.5	4.1	51.6	34.4	7.4
25. 自分のやり遂げたことに誇りを持っている	3.3	4.1	36.9	36.9	18.9

【外傷後ストレス診断尺度（PDS）】

<パート1>

●経験したことのある、あるいは、目撃したことのある出来事があればすべて、レ点を入れてください。

n=74（単位：％）

- (1) 深刻な事故等 (29.7)
- (2) 自然災害 (90.5)
- (3) 家族等による性的ではない暴行 (5.4)
- (4) 見知らぬ人からの性的ではない暴行 (1.4)
- (5) 家族等による性的な暴行 (0.0)
- (6) 見知らぬ人からの性的な暴行 (1.4)
- (7) 18歳未満のときの、年上の相手との性的接触 (1.4)
- (8) 命に関わる病気 (6.8)
- (9) その他のトラウマ的な出来事 (2.7)

<パート2>

●パート1で1つ以上のトラウマ的な出来事に印をつけた場合、一番悩まされていた出来事

n=16（単位：％）

事故	(37.5)
災害	(18.8)
家族等による性的ではない暴行	(7.7)
命に関わる病気	(19.2)

●トラウマ的な出来事の最中：

n=50（単位：％）

負傷した	(12.0)
他の人が負傷した	(26.0)
自分の命が危険にさらされた	(52.0)
他の人の命が危険にさらされた	(58.0)
無力さを感じた	(68.0)
恐怖を感じた	(66.0)



<パート3>

過去1か月間に、以下の問題がどのくらいあなたを悩ませましたか。 n=123(単位:%)

	全く あつた は一度 だけし	全 く な い、 も し	下、 週に 一回 以 下、 とき ど き	週 二 〜 四 回、 ほ ぼ 半 分 の 時 間	週 五 回 以 上、 ほ と ん ど い つ も
22. トラウマ的出来事が頭に浮かんで動揺した	95.1		3.3	1.6	0
23. トラウマ的出来事に関する不快や夢や悪夢を見た	96.7		2.4	0.8	0
24. トラウマ的出来事を再体験し、それが再び起こっているかのように行動したり、感じたりした	97.6		1.6	0.8	0
25. トラウマ的出来事に浮いて思い出されたり、気持ちが動揺した	95.1		3.3	1.6	0
26. トラウマ的出来事に浮いて思い出せられた時、生理的な反応を体験した	98.4		0.8	0.8	0
27. トラウマ的出来事については考えないように、話さないように、何も感じないようにした	95.1		4.1	0.8	0
28. トラウマ的出来事を思い出させるような活動、人々、場所を避けようとした	96.7		0.8	2.4	0
29. トラウマ的出来事の重要な部分が思い出せなかった	98.4		0.8	0.8	0
30. 自分にとって大切な活動への関心がかなり薄れたり、参加が著しく減った	96.7		1.6	1.6	0
31. 周囲の人から孤立している、あるいは疎遠になっていると感じた	95.9		2.4	0.8	0.8
32. 気持ちが麻痺していると感じた	97.6		1.6	0.8	0
33. 自分の将来の計画や望みが叶えられないような気がした	95.9		3.3	0.8	0
34. 寝付けなかった、あるいは途中で目が覚めた	93.5		4.9	0	1.6
35. イライラしたり怒りが爆発したりした	95.1		1.6	3.3	0
36. 集中しにくかった	95.9		2.4	1.6	0
37. 自分の安全を気にした	95.1		4.1	0.8	0
38. ささいなことでビクッとした、または驚きやすかった	98.4		0.8	0.8	0

(39) 上の問題は、どれくらいの期間経験してきましたか。

n=65 (単位：%)

- |            |        |
|------------|--------|
| 1ヶ月未満      | (86.2) |
| 1ヶ月から3ヶ月の間 | (6.2)  |
| 3ヶ月以上      | (7.6)  |

(40) こうした問題はトラウマ的出来事の後、どれくらい経過してから始まりましたか

n=53 (単位：%)

- |                      |        |
|----------------------|--------|
| 出来事から6ヶ月未満のうちに始まった   | (92.5) |
| 出来事から6ヶ月以上経過してから始まった | (7.5)  |

#### <パート4>

あなたがパート3で点をつけた問題は、過去1ヶ月の間に、次のような生活のさまたげとなりましたか？以下にお答えください。さまたげとなった場合は「ハイ」に、さまたげにならなかった場合は「イエ」に○を付けてください。

n=6 (単位：%)

- |                          |        |
|--------------------------|--------|
| (41) 仕事                  | (83.3) |
| (42) 家事や家の仕事             | (50.0) |
| (43) 友達との関係              | (16.7) |
| (44) 娯楽や余暇活動             | (16.7) |
| (45) 学業                  | (0.0)  |
| (46) 家族との関係              | (16.7) |
| (47) 性生活                 | (16.7) |
| (48) 生活全般に対する満足感         | (0.0)  |
| (49) 生活のあらゆる側面におけるすべての機能 | (0.0)  |

平成24年 月 日

警察庁長官官房給与厚生課

課長 ○○ ○○

指導係長 藤代 富広

## インタビュー調査へのご協力をお願い

このたびの東日本大震災の災害対策業務につきましては、大変お疲れ様でした。

さて、調査実施者である藤代は、警察庁長官官房給与厚生課におきまして、全国警察職員のメンタルヘルスや惨事ストレスの対策に係る指導を担当しております。このたび、警察におけるメンタルヘルス、惨事ストレス対策を推進するため、東日本大震災の被災地の警察幹部職員のご苦労や今後の課題等につきまして、面接調査をさせていただくこととなりました。

つきましては、ご多忙のことと存じますが、東日本大震災の発災後における業務、ご苦労、今後の課題等についてのお考えをお聞かせいただきたく、お願い申し上げます。

本調査は、警察庁において実施の承認を受けており、面接内容については、以下に示すような研究協力者のプライバシーの保護及び倫理的配慮について遵守いたしますので、ご安心いただきたく存じます。

本調査の趣旨をご理解の上、ご協力を賜りたく、お願い申し上げます。

### 記

#### 1 調査実施者

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

#### 2 調査名と目的

「東日本大震災の被災地における警察幹部職員の業務及びストレス等に関する調査」

東日本大震災の被災地で災害対策業務に従事してきた警察幹部職員が実施された業務やストレスの状況等を明らかにし、今後の警察におけるメンタルヘルス、惨事ストレス対策を有効に実施するための知見を得ることを目的とします。

### 3 面接方法

面接の所要時間は90分程度を想定しております。当方から、東日本大震災の発災後における業務やストレスに感じたことなどに関する質問をさせていただき、ご自身のご経験やお考えをお話しいたします。

### 4 プライバシーの保護及び倫理的配慮

- この調査への参加は強制されるものではありません。回答するかどうかはあなたの意思で自由に決めることができます。
- 話したくないことがある場合には、無理にお話しいただく必要はありません。
- 回答を途中でやめたくなった場合には、すぐにやめても構いません。ご協力を撤回しても、いかなる不利益も生じません。
- ◎ 本調査は職務の評価に一切関係ありません。回答内容が上司や職場に知られることも一切ありません。
- インタビュー調査時のメモや録音は、調査協力者の同意が得られた場合のみに行います。
- メモやデータの保管については細心の注意を払い、研究終了後一定期間後に粉砕・廃棄します。
- 面接データは、個人を特定されないように番号化して入力され、世情ができる引き出しに厳重に保管した上で、研究終了後一定期間後に粉砕・廃棄します。
- 調査結果は、誰が回答したか分からない形で分析され、研究と資料作成に使用します。また、専門の学会において発表又は論文として投稿されることがあります。ただし、個人の回答がそのままの形で公開されることはありません。
- ご質問やご意見がある場合は、調査実施者の連絡先まで遠慮なくお問い合わせください。

### 5 調査に関するお問い合わせ先

警察庁長官官房給与厚生課 藤代 富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

## 同意書

「東日本大震災の被災地における警察幹部職員の業務及びストレス等に関する調査」について、説明者より次の事項について説明を受け、内容を理解した上で、面接調査に協力することを同意しました。

### 説明を受けた事項

- 研究の概要とその句的
- 面接方法
- 研究における倫理的配慮
- 本人の自由意思に関する同意であること
- 同意後も不利益を受けず随時撤回できること
- 同意しない場合も不利益を受けないこと
- 個人情報保護されること
- メモや録音などの面接データの取扱い
- 研究結果の発表形態

平成 年 月 日

氏名： \_\_\_\_\_

「東日本大震災の被災地における警察幹部職員の業務及びストレス等に関する調査」実施に当たり、書面及び行動により平成 年 月 日に説明を行い、上記のとおり、同意を得ました。

説明者：警察庁長官官房給与厚生課

氏名：藤代 富広

平成 24 年 10 月〇日

災害対策業務に従事された職員の方々へ

### 災害対策業務のストレス等に関するアンケートのお願い

東日本大震災の災害対策業務に従事され、大変お疲れ様でした。このアンケートは、災害対策業務関連のストレス等についてお伺いするものです。各種のストレス症状は時とともに消えていくものですが、まれに何か月か経って残る場合もあります。この調査の結果を分析し、今後の警察職員のストレス対策に役立てたいと考えております。

以下の注意事項をよくご覧いただき、内容をご確認いただいた上で、質問項目に回答願います。回答時間は 10 分程度を想定しています。

#### 記

#### 1 調査実施者

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

厚生課健康管理室 ○○○○

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

#### 2 調査名と目的

「災害対策業務のストレス等に関するアンケート」

東日本大震災の被災地で災害対策業務に従事してきた警察職員におけるストレスの状況等を確認し、今後の警察におけるストレス対策を有効に実施するための知見を得ることを目的とします。

#### 3 調査倫理に関わる注意事項

- この調査への参加は強制されるものではありません。回答するかどうかはあなたの意思で自由に決めることができます。
- 回答したくない質問がある場合には、その質問を飛ばして次の質問に移ってください。
- 調査結果は、誰が回答したか分からない形で統計処理され、研究と資料作成に使用します。また、専門の学会において発表又は論文として投稿されることがあります。ただ

し、個人の回答がそのままの形で公開されることはありません。

- 回答を途中でやめたくなくなった場合には、すぐにやめても構いません。
- 回答しなかったり、回答を途中でやめたりしても、いかなる不利益も生じません。
- ◎ 本調査は職務の評価に一切関係ありません。回答内容が上司や職場に知られることも一切ありません。
- データ保管及び処分まで、回答は厳重に保護されます。
- ご質問やご意見がある場合は、調査実施者の連絡先まで遠慮なくお問い合わせください。

※ 上記の注意事項をご理解の上、調査にご協力いただける場合は、次頁の「同意します」の項目に○をご記入ください。この記入をもって、回答に同意いただいたものとさせていただきます。なお、同意確認にていずれの項目にも○の記入がない場合は、回答をもって調査へ同意されたものとみなします。

#### 【調査協力の同意確認】

あなたは、調査にご協力いただけますか？

同意します [     ]

同意しません [     ]

#### 4 調査票の回答及び提出方法

- (1) 調査協力の同意いただければ、無記名で、ご提出ください。
- (2) ご提出は、回収箱に本調査用紙をお入れください。

#### 5 調査に関するお問い合わせ先

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

厚生課健康管理室 ○○○○

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

## 災害対策業務のストレス等に関するアンケート

記入日 平成 24 年 月 日

問 1 あなたの情報について、すべてご記入ください。該当する番号に○を付けてください。

## (1) 年齢

1. 10 代      2. 20 代      3. 30 代      4. 40 代      5. 50 代以上

## (2) 性別

1. 男性                  2. 女性

## (3) 婚姻状況

1. 未婚                  2. 既婚                  3. 死別・離別

## (4) 職種

1. 警察官                  2. 一般職員

## (5) 階級

1. 巡査・巡査長, 係員      2. 巡査部長, 主任      3. 警部補, 係長  
4. 警部, 課長

## (6) 警察職員としての経験年数

1. 3 年未満                  2. 3～5 年未満                  3. 5～10 年未満  
4. 10～15 年未満                  5. 15～20 年未満                  6. 20 年以上

問 2 東日本大震災に際して、従事された災害対策業務等についてお伺いします。

(1) 従事された業務について、あてはまる番号にすべて○をつけてください（複数回答可）。災害対策業務に従事されていない場合は、「従事していない」の番号に○をつけてください。

1. 避難誘導      2. 緊急交通路の確保      3. 救出・救助      4. 行方不明者の捜索  
5. 検視, 遺体見分      6. 遺留品対策      7. 警ら      8. 交通対策  
9. 避難所・仮設住宅等の慰問      10. 原発事故対策      11. 部隊の受援  
12. 物資の輸送      13. 警察情報通信体制の確保  
14. その他 (                                  )  
15. 従事していない ⇒ (3) へお進みください



(2) 【従事された方にお伺いします。】

最も大変であった業務を(1)の中から一つ選び、アのカッコ内に上記の番号をご記入ください。また、その従事機関のおよその合計日数について、イのあてはまる番号に○をつけてください。

ア 最も大変であった業務の番号 ( )

イ その従事期間

1. 1日～10日

2. 11日～20日

3. 21～30日

4. 1か月以上2か月未満

5. 2か月以上3か月未満

6. 3か月以上

(3) 災害対策業務に関して、強いストレスを感じた体験について、あてはまる番号すべてに○をつけてください(複数回答可)。

1. 自分の身に危険を感じた

2. 放射能被爆の危険を感じた

3. 凄惨な遺体を見た、あるいは遺体を扱った

4. 自分が負傷したり、負傷しそうになった

5. 上司、同僚あるいは部下が負傷または殉職した

6. 被災者の心情を聴いて、心理的に疲れたり深い悲しみを感じたりした

7. その他 ( )

8. なし

(4) 災害対策業務の従事後に、あなたが行ったストレス対処方法について、あてはまる番号すべてに○をつけてください(複数回答可)。

1. 上司や同僚との会話

2. 家族との会話

3. 職場以外の友人・知人との会話

4. 運動・趣味

5. 睡眠・休養

6. 飲酒

7. 厚生部門による相談、部外のメンタルヘルス機関の利用

8. その他 ( )

(5) 発災後にあなたの職場でなされた配慮について、あてはまる番号すべてに○をつけてください(複数回答可)。

1. 体調を気遣う言葉がけ
2. 人員交替等による休憩時間の確保
3. 同僚等との語り合いの場の設定
4. 厚生部門による相談, メンタルヘルス機関の利用
5. その他 ( )
6. なし

(6) 惨事ストレス対策に必要と思われるものについて、あてはまる番号すべてに○をつけてください(複数回答可)。

1. 惨事ストレス対策に関する事前研修
2. 惨事ストレス対策に関する幹部向け研修
3. 相談窓口の設置
4. グループ・ミーティング(話し合いの場)
5. 積極的な休暇取得
6. 職員の家族に対する支援
7. 警察職員として誇りと使命感の醸成
8. その他 ( )
9. 特に必要なことはない

(7) 惨事ストレスとその対策について、ご意見があればご記入ください。


問3 次にあげる文章について、あなたはどのように思いますか。右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。なお、該当する人がいない場合には、「いない」にお答えください。

	全く そう 思わ ない (い ない)	そ う 思 わ な い	あ ま り そ う 思 わ な い	ど ち ら と も い え な い	や や そ う 思 う	そ う 思 う	非 常 に そ う 思 う
1. 私には困ったときにそばにいてくれる人がいる	1	2	3	4	5	6	7
2. 私には喜びと悲しみを分かち合える人がいる	1	2	3	4	5	6	7
3. 私の家族は本当に私を助けてくれる	1	2	3	4	5	6	7
4. 必要な時に、私の家族は私の心の支えになるような手を差し伸べてくれる	1	2	3	4	5	6	7
5. 私には真の慰めの源となるような人がいる	1	2	3	4	5	6	7
6. 私の友人たちは本当に私を助けてくれようとする	1	2	3	4	5	6	7
7. いろいろなことがうまくいかないときに、私は友人たちをあてにすることができる	1	2	3	4	5	6	7
8. 私は家族と自分の問題について話し合うことができる	1	2	3	4	5	6	7
9. 私には喜びと悲しみを分かち合える友人がいる	1	2	3	4	5	6	7
10. 私には私の気持ちについて何かと気遣ってくれる人がいる	1	2	3	4	5	6	7
11. 私の家族は私が何か決めるときに、喜んで助けてくれる	1	2	3	4	5	6	7
12. 私は自分の問題について友人たちと話すことができる	1	2	3	4	5	6	7

問4 それぞれの文章が現在のあなたにどれくらい当てはまるかを考えて、右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。

	いいえ	どちらかという うといいえ	どちらでもない	どちらかという とはい	はい
1. 色々なことにチャレンジするのが好きだ	1	2	3	4	5
2. 自分の感情をコントロールできる方だ	1	2	3	4	5
3. 自分の未来にはきっと良いことがあると思う	1	2	3	4	5
4. 新しいことや珍しいことが好きだ	1	2	3	4	5
5. 動揺しても、自分を落ち着かせることができる	1	2	3	4	5
6. 将来の見通しは明るいと思う	1	2	3	4	5
7. 物事に対する興味や関心が強い方だ	1	2	3	4	5
8. いつも冷静でいられるよう心掛けている	1	2	3	4	5
9. 自分の将来に希望を持っている	1	2	3	4	5
10. 私は色々なことを知りたいと思う	1	2	3	4	5
11. 粘り強い人間だと思う	1	2	3	4	5
12. 自分には将来の目標がある	1	2	3	4	5
13. 困難があっても、それは人生にとって価値のあるものだと思う	1	2	3	4	5
14. 気分転換がうまくできない方だ	1	2	3	4	5
15. 自分自身のために努力している	1	2	3	4	5
16. 慣れないことをするのは好きではない	1	2	3	4	5
17. つらい出来事があると耐えられない	1	2	3	4	5
18. 新しいことをやり始めるのが好きだ	1	2	3	4	5
19. その日の気分によって行動が左右されやすい	1	2	3	4	5
20. あきっぽい方だと思う	1	2	3	4	5
21. 怒りを感じると押さえられなくなる	1	2	3	4	5

問5 下記の項目はいずれも、強いストレスを伴うような出来事に巻き込まれた方々に、のちになって生じることのあるものです。東日本大震災の対策業務に関して、この1週間では、それぞれの項目な内容について、どの程度強く悩まされましたか。当てはまる番号に○をつけてください。

(答に迷われ場合は、不明とせず、最も近いと思うものを選んでください。)

(この1週間の状態についてお答えください。)	し全 く な	少 し	い中 く ら	か な り	非 常 に
1. 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	0	1	2	3	4
2. 睡眠の途中で目が覚めてしまう	0	1	2	3	4
3. 別のことをしていても、そのことが頭から離れない	0	1	2	3	4
4. イライラして、怒りっぽくなっている	0	1	2	3	4
5. そのことについて考えたり思い出すときは、何とか気を落ち着かせるようにしている	0	1	2	3	4
6. 考えるつもりはないのに、そのことを考えてしまうことがある	0	1	2	3	4
7. そのことは、実際に着なかつたとか、現実のことではなかつたような気がする	0	1	2	3	4
8. そのことを思い出させるものには近寄らない	0	1	2	3	4
9. その時の場面が、いきなり頭に浮かんでくる	0	1	2	3	4
10. 神経が敏感になっていて、ちょっとしたことでドキッとしてしまう	0	1	2	3	4
11. そのことは考えないようにしている	0	1	2	3	4
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	0	1	2	3	4
13. そのことについての感情は、マヒしたようである	0	1	2	3	4
14. 気が付くと、まるでその時に戻ってしまったかのように、振るまったり感じたりすることがある	0	1	2	3	4
15. 寝つきが悪い	0	1	2	3	4
16. そのことについて、感情が強くこみあげてくることがある	0	1	2	3	4
17. そのことを何とか忘れようとしている	0	1	2	3	4
18. ものごとに集中できない	0	1	2	3	4
19. そのことを思い出すと、身体が反応して、汗ばんだり、息苦しくなったり、むかむかしたり、ドキドキすることがある	0	1	2	3	4
20. そのことについての夢を見る	0	1	2	3	4
21. 警戒して用心深くなっている気がする	0	1	2	3	4
22. そのことについては話さないようにしている	0	1	2	3	4

問6 あなたは最近6か月くらいの間に、次のようなことをどの程度経験しましたか。右欄の当てはまると思う番号に○をつけてください。

	いつも ない	まれに ある	時々 ある	しばしば ある	いつも ある
1. 「こんな仕事、もうやめたい」と思うことがある	1	2	3	4	5
2. 我を忘れるほど仕事に熱中することがある	1	2	3	4	5
3. こまごまと気配りをすることが面倒に感じることがある	1	2	3	4	5
4. この仕事は私の性分に合っていると思うことがある	1	2	3	4	5
5. 同僚や住民の課を見るのも嫌になることがある	1	2	3	4	5
6. 自分の仕事がつまらなく思えて仕方がないことがある	1	2	3	4	5
7. 一日の仕事が終わると「やっと終わった」と感じることもある	1	2	3	4	5
8. 出勤前、職場に出るのが嫌になって、家にいたいと思うことがある	1	2	3	4	5
9. 仕事を終えて、今日は気持ちの良い日だったと思うことがある	1	2	3	4	5
10. 同僚や住民と、何も話したくなくなることもある	1	2	3	4	5
11. 仕事の結果はどうでもよいと思うことがある	1	2	3	4	5
12. 仕事のために心にゆとりがなくなったと感じることがある	1	2	3	4	5
13. 今の仕事に、心から喜びを感じることもある	1	2	3	4	5
14. 今の仕事に、私にとってあまり意味がないと思うことがある	1	2	3	4	5
15. 仕事が楽しくて、知らないうちに時間が過ぎることがある	1	2	3	4	5
16. 体も気持ちも疲れ果てたと思うことがある	1	2	3	4	5
17. 我ながら、仕事をうまくやり終えたと思うことがある	1	2	3	4	5

## グループ・ミーティングに関するアンケート

本日は、グループ・ミーティングへのご協力をありがとうございました。今後のグループ・ミーティングの実施に際しての参考とさせていただきたいので、引き続き、アンケートにご協力をお願いいたします。

問1 今回のグループ・ミーティングは、どのような状況、雰囲気だと感じましたか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。○はいくつでも構いません。

1. グループの構成は妥当な範囲だった
2. 参加者はあまり話さなかった
3. 参加者は活発に話した
4. 特定の人ばかり話していた
5. 堅苦しく、形式的な雰囲気だった
6. 普通の会話のような感じだった
7. 何かのチェックをされているような感じがした
8. 災害と関係ない話が多かった
9. その他

(具体的な内容をご記入ください： )

問2 今回のグループ・ミーティングは、あなたはどのようにふるまいましたか。以下の各項目において、最も近いと思う番号に○をつけてください。

	あてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	あてはまる
1. 活発に話した	1	2	3	4	5
2. 他では話せない話があった	1	2	3	4	5
3. 言いたいことが言えた	1	2	3	4	5
4. いつもよりたくさん話した	1	2	3	4	5
5. 気持ちが高揚していた	1	2	3	4	5
6. 気持ちが重苦しくなっていた	1	2	3	4	5



問3 今回のグループ・ミーティングに対して、どのような感想を持ちましたか。以下の各項目において、最も近いと思う番号に○をつけてください。

	あてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	あてはまる
1. ストレスの軽減に役立った	1	2	3	4	5
2. 参加してよかった	1	2	3	4	5
3. 参加して、気が楽になった	1	2	3	4	5
4. 思い出して、かえってつらかった	1	2	3	4	5
5. 同僚等の話が参考になった	1	2	3	4	5
6. 惨事ストレスについて理解が深まった	1	2	3	4	5
7. 長く感じた	1	2	3	4	5
8. 話しにくい感じがした	1	2	3	4	5
9. 事実関係がよく分かった	1	2	3	4	5
10. 個別面談の方が話せそうな気がした	1	2	3	4	5

問4 その他、ご感想がありましたら、ご記入願います。


アンケートは以上で終わります。ご協力をありがとうございました。

### グループ・ミーティングに関するアンケート

本日は、グループ・ミーティングへのご協力をありがとうございました。今後のグループ・ミーティングの実施に際しての参考とさせていただきたいので、引き続き、アンケートにご協力をお願いいたします。

問 1 今回のグループ・ミーティングは、どのような状況、雰囲気だと感じましたか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。○はいくつでも構いません。

N=117 (単位 : %)

- |                          |        |
|--------------------------|--------|
| 1. グループの構成は妥当な範囲だった      | (71.8) |
| 2. 参加者はあまり話さなかった         | (17.1) |
| 3. 参加者は活発に話した            | (33.3) |
| 4. 特定の人ばかり話していた          | (8.5)  |
| 5. 堅苦しく、形式的な雰囲気だった       | (5.1)  |
| 6. 普通の会話のような感じだった        | (37.6) |
| 7. 何かのチェックをされているような感じがした | (5.1)  |
| 8. 災害と関係ない話が多かった         | (0.0)  |
| 9. その他                   | (0.0)  |

(具体的な内容をご記入ください : )

問2 今回のグループ・ミーティングは、あなたはどのようにふるまいましたか。以下の各項目において、最も近いと思う番号に○をつけてください。

N=117 (単位：%)

	あてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	あてはまる
1. 活発に話した	15.3	26.3	28.8	21.2	8.5
2. 他では話せない話があった	18.6	12.7	24.6	36.4	7.6
3. 言いたいことが言えた	11.0	11.9	33.9	32.2	11.0
4. いつもよりたくさん話した	17.9	21.4	41.9	14.5	4.3
5. 気持ちが高揚していた	32.2	16.9	35.6	11.0	4.2
6. 気持ちが重苦しくなっていた	44.1	15.3	21.2	15.3	4.2

問3 今回のグループ・ミーティングに対して、どのような感想を持ちましたか。以下の各項目において、最も近いと思う番号に○をつけてください。

N=117 (単位：%)

	あてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	あてはまる
1. ストレスの軽減に役立った	10.3	8.6	35.3	37.9	7.8
2. 参加してよかった	6.0	4.3	21.4	41.0	27.4
3. 参加して、気が楽になった	7.7	7.7	41.0	33.3	10.3
4. 思い出して、かえってつらかった	41.0	21.4	21.4	12.0	4.3
5. 同僚等の話が参考になった	5.1	3.4	30.8	44.4	16.2
6. 惨事ストレスについて理解が深まった	4.3	2.6	28.2	53.0	12.0
7. 長く感じた	22.2	29.1	29.9	8.5	10.3
8. 話しにくい感じがした	28.2	19.7	37.6	12.0	2.6
9. 事実関係がよく分かった	12.0	10.3	47.0	23.9	6.8
10. 個別面談の方が話せそうな気がした	27.4	16.2	36.8	14.5	5.1

## 惨事ストレス対策に関するアンケートのお願い

本日は、ご清聴をありがとうございました。

組織的な惨事ストレス対策を推進するためには、第一線で災害対策業務に従事する職員の考えを反映させた施策が不可欠と考えられます。このアンケートは、研修について、及び日頃のストレスやその対処についてお伺いするものです。この調査の結果を分析し、今後の警察職員の惨事ストレス対策に役立てたいと考えております。本調査は、警察庁の承認を得て、実施するものです。

以下の注意事項をよくご覧いただき、内容をご確認いただいた上で、質問項目に回答願います。回答時間は 10 分程度を想定しています。

### 記

#### 1 調査実施者

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

#### 2 調査名と目的

「惨事ストレス対策に関するアンケート」

災害対策業務に従事する可能性がある警察官における、惨事ストレス対策の研修の効果、ストレスとその対処の状況等を明らかにし、今後の警察における惨事ストレス対策を有効に実施するための知見を得ることを目的とします。

#### 3 調査倫理に関わる注意事項

- この調査への参加は強制されるものではありません。回答するかどうかはあなたの意思で自由に決めることができます。
- 回答したくない質問がある場合には、その質問を飛ばして次の質問に移ってください。

- 調査結果は、誰が回答したか分からない形で統計処理され、研究と資料作成に使用します。また、専門の学会において発表又は論文として投稿されることがあります。ただし、個人の回答がそのままの形で公開されることはありません。
- 回答を途中でやめたくなくなった場合には、すぐにやめても構いません。
- 回答しなかったり、回答を途中でやめたりしても、いかなる不利益も生じません。
- ◎ 本調査は職務の評価に一切関係ありません。回答内容が上司や職場に知られることも一切ありません。
- データ保管及び処分まで、回答は厳重に保護されます。
- ご質問やご意見がある場合は、調査実施者の連絡先まで遠慮なくお問い合わせください。

※ 上記の注意事項をご理解の上、調査にご協力いただける場合は、次頁の「同意します」の項目に○をご記入ください。この記入をもって、回答に同意いただいたものとさせていただきます。なお、同意確認にていずれの項目にも○の記入がない場合は、回答をもって調査へ同意されたものとみなします。

#### 【調査協力の同意確認】

あなたは、調査にご協力いただけますか？

同意します [     ]

同意しません [     ]

#### 4 調査票の回答及び提出方法

- (1) 調査協力の同意いただければ、無記名で、ご提出ください。
- (2) ご提出は、回収箱に本調査用紙をお入れください。

#### 5 調査に関するお問い合わせ先

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

## 災害対策業務のストレス等に関するアンケート

記入日 平成 年 月 日

問 1 あなたの情報について、すべてご記入ください。該当する番号に○を付けてください。

## (1) 年齢

1. 10代      2. 20代      3. 30代      4. 40代      5. 50代以上

## (2) 性別

1. 男性      2. 女性

## (3) 所属

1. 本部所属      2. 警察署

## (4) 職種

1. 警察官      2. 一般職員

## (5) 階級

1. 巡査・巡査長，係員      2. 巡査部長，主任      3. 警部補，係長  
4. 警部，課長

問 2 研修についてお伺いします。

(1) 惨事ストレスについてご存知でしたか。あてはまる番号ひとつに○をつけてください。

1. よく知っていた  
2. ある程度知っていた  
3. あまり知らなかった  
4. 知らなかった

(2) 研修により、惨事ストレスとその対策に関する知識は深まりましたか。あてはまる番号ひとつに○をつけてください。

1. 十分深まった  
2. ある程度深まった  
3. あまり深まらなかった  
4. 深まらなかった

問3 職場における相談のしやすさ等についてお伺いします。

(1) 仕事上のストレスに関して、これまで上司に相談したいと思ったことがありますか。

あてはまる番号に○をつけてください。

1. 何回もある
2. 1回か2回あった
3. ほとんどなかった
4. 全くなかった

(2) 仕事上のストレスに関して、これまで上司に相談しづらいと思ったことがありますか。あてはまる番号に○をつけてください。

1. 何回もある
2. 1回か2回あった
3. ほとんどなかった
4. 全くなかった

(3) あなたは、警察職員が仕事上のストレスについて上司に相談することを、どのよう  
にお考えですか。あてはまる番号すべてに（いくつでも）○をつけてください。

1. 警察職員として弱みを見せたくない
2. 相談して上司に弱みを見せたら、配置換え等の措置を受けてしまうかもしれない
3. 上司に迷惑をかけるだろうから、相談しづらい
4. 上司がきちんと理解してくれるか分からないので、相談しづらい
5. 上司に相談することに抵抗はない
6. 上司が部下の相談を受けることは当然のことだ





平成 27 年〇月〇日

惨事ストレス対策の講義を受講されました職員 各位

### 惨事ストレス対策に関するアンケートのお願い

過日は、ご清聴をありがとうございました。

さて、過日の講義を担当した、調査実施者である藤代は、警察庁長官官房給与厚生課におきまして、全国警察職員のメンタルヘルスや惨事ストレスの対策に係る指導を担当しております。

組織的なメンタルヘルス及び惨事ストレス対策を推進するためには、幹部職員の方々のご理解が重要と思われまます。このアンケートは、研修について、及び惨事ストレス対策についてお伺いするものです。この調査の結果を分析し、今後の警察職員の惨事ストレス対策に役立てたいと考えております。本調査は、警察庁の承認を得て、実施するものです。

以下の注意事項をよくご覧いただき、内容をご確認いただいた上で、質問項目に回答願います。回答時間は 15 分程度を想定しています。

#### 記

#### 1 調査実施者

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

#### 2 調査名と目的

「惨事ストレス対策に関するアンケート」

警察幹部職員における、惨事ストレス対策の研修の効果、惨事ストレス対策に関する意識を明らかにし、今後の警察における惨事ストレス対策を有効に実施するための知見を得ることを目的とします。

#### 3 調査倫理に関わる注意事項

- この調査への参加は強制されるものではありません。回答するかどうかはあなたの意思で自由に決めることができます。
- 回答したくない質問がある場合には、その質問を飛ばして次の質問に移ってください

い。

- 調査結果は、誰が回答したか分からない形で統計処理され、研究と資料作成に使用します。また、専門の学会において発表又は論文として投稿されることがあります。ただし、個人の回答がそのままの形で公開されることはありません。
- 回答を途中でやめたくなくなった場合には、すぐにやめても構いません。
- 回答しなかったり、回答を途中でやめたりしても、いかなる不利益も生じません。
- ◎ 本調査は職務の評価に一切関係ありません。回答内容が上司や職場に知られることも一切ありません。
- データ保管及び処分まで、回答は厳重に保護されます。
- ご質問やご意見がある場合は、調査実施者の連絡先まで遠慮なくお問い合わせください。

※ 上記の注意事項をご理解の上、調査にご協力いただける場合は、次頁の「同意します」の項目に○をご記入ください。この記入をもって、回答に同意いただいたものとさせていただきます。なお、同意確認にていずれの項目にも○の記入がない場合は、回答をもって調査へ同意されたものとみなします。

#### 【調査協力の同意確認】

あなたは、調査にご協力いただけますか？

同意します [     ]

同意しません [     ]

#### 4 調査票の回答及び提出方法

調査協力の同意いただければ、本票及び調査票を同封の封筒に入れ、封筒にはお名前を書かず、封をしていただき、逡送により厚生課にお送りください。

#### 5 結果の報告について

調査回答が無記名のため全体的な傾向のみになりますが、ご所属の警察本部厚生課に調査結果概要を送付させていただきます。この報告には個人の回答は一切出ません。

#### 6 調査に関するお問い合わせ先

警察庁長官官房給与厚生課 藤代富広

(連絡先 メール××××@×××× 電話×××-×××-××××)

惨事ストレス対策等に関するアンケート

記入日 平成 年 月 日

問 1 あなたの情報について、すべてご記入ください。該当する番号に○を付けてください。

(1) 年齢

- |            |            |            |
|------------|------------|------------|
| 1. 30～35 歳 | 2. 36～40 歳 | 3. 41～45 歳 |
| 4. 46～50 歳 | 5. 51～55 歳 | 6. 55 歳以上  |

(2) 性別

- |       |       |
|-------|-------|
| 1. 男性 | 2. 女性 |
|-------|-------|

(3) 所属

- |         |        |
|---------|--------|
| 1. 本部所属 | 2. 警察署 |
|---------|--------|

(4) 職種

- |        |         |
|--------|---------|
| 1. 警察官 | 2. 一般職員 |
|--------|---------|

(5) 階級 (相当職)

- |       |         |        |
|-------|---------|--------|
| 1. 巡査 | 2. 巡査部長 | 3. 警部補 |
| 4. 警部 | 5. 警視   |        |

問 2 研修受講後の、現在の状態についてお伺いします。

(1) 1か月前の研修を受ける前と比べて、職場におけるメンタルヘルスに関する基本的知識は深まりましたか。あてはまる番号ひとつに○をつけてください。

1. 十分深まった
2. おおむね深まった
3. あまり深まらなかった
4. 深まらなかった

(2) 1か月前の研修を受ける前と比べて、幹部職員が行うべき職場におけるメンタルヘルスの方法に関する知識は深まりましたか。あてはまる番号ひとつに○をつけてください。

1. 十分深まった
2. おおむね深まった
3. あまり深まらなかった
4. 深まらなかった

(3) 1か月前の研修を受ける前と比べて、惨事ストレス対策に関する基本的な知識は深まりましたか。あてはまる番号ひとつに○をつけてください。

1. 十分深まった
2. おおむね深まった
3. あまり深まらなかった
4. 深まらなかった

(4) 1か月前の研修を受ける前と比べて、警察幹部職員が受ける惨事ストレスに関する知識は深まりましたか。あてはまる番号ひとつに○をつけてください。

1. 十分深まった
2. おおむね深まった
3. あまり深まらなかった
4. 深まらなかった

(5) 1か月前の研修を受けた後、職場におけるメンタルヘルスのための部下への支援(日頃の言葉かけ等)のあなたの実践について、あてはまる番号ひとつに○をつけてください。

1. ほぼ毎日行っている
2. 時々行っている
3. あまり行っていない
4. 行っていない

問3 今後の惨事ストレス対策についてのお考えをお伺いします。

(1) 警察幹部職員による惨事ストレス対策について、必要と思われる知識に○をつけてください。あてはまると思われるものにもいくつ○をつけても結構です。

1. 惨事ストレスによって生じる心身の反応
2. 惨事ストレスへのストレス対処方法
3. 惨事ストレス対策のために、組織が行うべき方法
4. 実際の事例から惨事ストレス対策について学ぶこと
5. 必要と思わない
6. その他（具体的にご記入ください。）

--	--

(2) 警察幹部職員が惨事ストレス対策を自ら実践するにあたり、必要と思われるものに○をつけてください。あてはまると思われるものにもいくつ○をつけても結構です。

1. リラクゼーション等のストレス対処法の実践
2. 部下職員との話し合い
3. 幹部職員同士の話し合い
4. 警察活動の意義を再認識すること
5. 休暇・休養
6. その他（具体的にご記入ください。）

--	--

(3) 警察幹部職員が惨事ストレス対策を理解し、推進する上で、必要または重要だと思われることを自由にご記入願います。


(4) 組織的に惨事ストレス対策を推進する上で、必要または重要だと思われることを自由にご記入願います。


(5) 被災した地域で警察活動を続ける上で、惨事ストレス対策として必要または重要だと思われることを自由にご記入願います。


(6) 被災地へ職員を派遣する警察として、惨事ストレス対策として必要または重要だと思われることを自由にご記入願います。


アンケートは以上で終わります。ご協力をありがとうございました。