

# 2010 奄美豪雨災害における災害支援スタッフのメンタルヘルス －住用地区の公的災害支援職員に対するストレス調査－

鹿児島大学大学院臨床心理学研究科 落合美貴子

災害における人々のメンタルヘルスについては、これまで主として被災者のメンタルヘルスが中心となっていた。ところで、平成 23 年 3 月 11 日の東日本大震災において、災害支援を行う自衛隊や役場職員等のメンタルヘルスが問題になった。特に地元の役場職員等においては、災害が起こった際には、自らが被災者であると同時に、災害支援の中心となって活動しなければならないという二重の困難が課せられる。災害の多い我が国を考えた時、これら被災地で公的支援活動を行う人々のメンタルヘルスを考えることは、今後の重要な課題となっている。

今回、2010 年奄美における集中豪雨災害にあたり、その災害支援に携わった公的機関職員のストレス調査を行った。この結果は、奄美における今後の災害支援の在り方の参考となるものであると同時に、我が国における災害支援の在り方を検討する際にも寄与する資料となると考えられる。

## I 調査目的

2010 年奄美集中豪雨災害において、災害支援に携わった公的機関職員のメンタルヘルス状況を明らかにし、今後の災害支援活動における支援者のメンタルヘルスの在り方を明らかにすることを目的とする。

## II 調査期間

平成 23 年 3 月～10 月

## III 調査対象

奄美大島住用地区の支援に携わった以下の公的機関職員

1. 奄美市役所に勤務する職員
2. 奄美市役所住用総合支所に勤務する職員
3. 鹿児島県大島支庁に勤務する職員

## IV 調査方法

災害支援に携わった公的機関職員に対して、ストレスアンケート調査を行った。

### 1. 第1回調査(平成23年3月13日～15日)

奄美市役所及び奄美市役所住用総合支所に出向き、今後の調査に対する協力依頼と、聴き取り調査を行った。

### 2. 第2回調査(平成23年9月25日～27日)

奄美市役所、奄美市役所住用総合支所及び鹿児島県大島支庁に出向き、アンケート調査を依頼した。

### 3. アンケート用紙の回収(平成23年10月5日～14日)

3つの機関の担当者に回収を依頼し、回収されたものを送付していただいた。

アンケート用紙配布数 95

アンケート用紙回収数 78

回収率 82.1%

## V 調査結果

回答数 78 に対し、有効回答数 76(97.4%)であった。

### 1. 対象者の概要

#### (1)年齢

回答者の年齢構成は表1の通りである。年代的には、40代以上が約7割であった。

表1 回答者の年齢構成

10代	20代	30代	40代	50歳以上	計
0人	7人	14人	21人	34人	76人
(0%)	(9.2%)	(18.4%)	(27.6%)	(44.7%)	(100.0%)

#### (2)性別

回答者の性別は表2の通りである。男性が約7割であった。

表 2 回答者の性別

男性	女性	計
54 人 (71.1%)	22 人 (28.9%)	76 人 (100.0%)

### (3)勤務年数

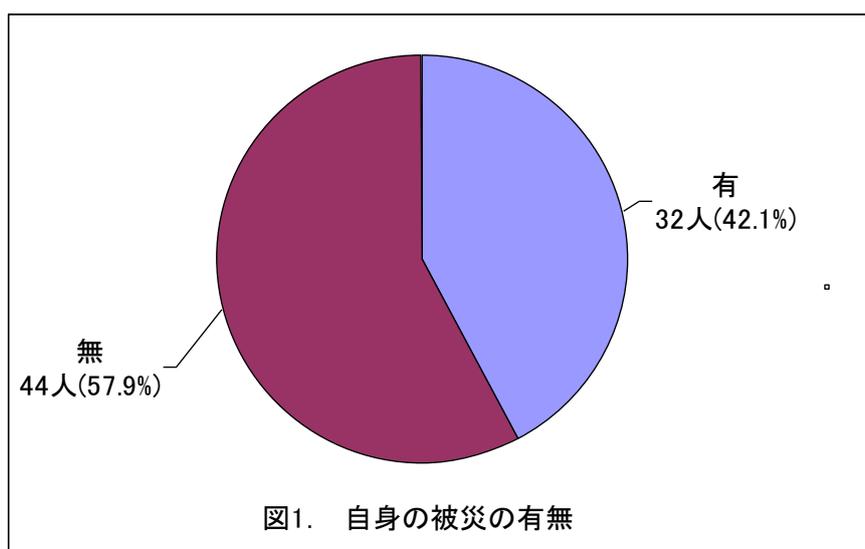
回答者の勤務年数は表3の通りである。勤務年数は、20年以上の人が6割を超える結果であった。

表 3 回答者の勤務年数

10 年未満	10~20 年未満	20~30 年未満	30 年以上	計
11 人 (14.4%)	16 人 (21.1%)	30 人 (39.5%)	19 人 (25.0%)	76 人 (100.0%)

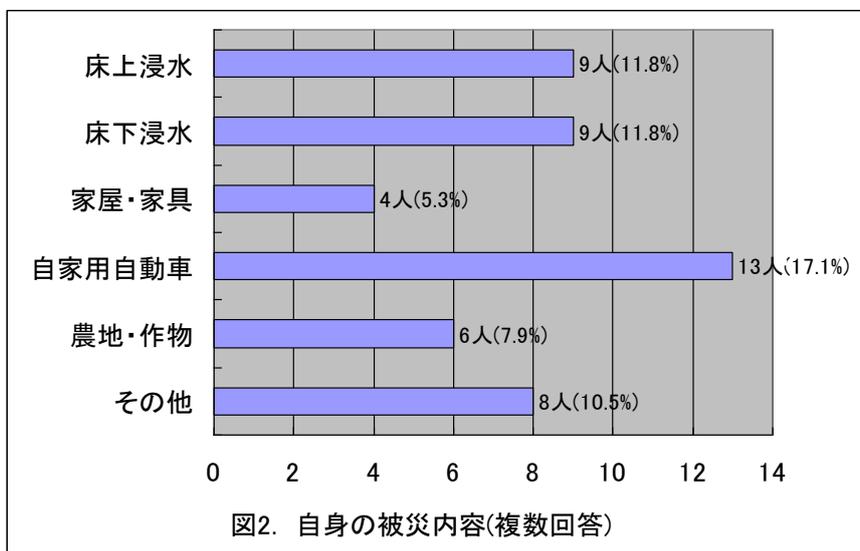
## 2. 自身の被災について

回答者の中で、自身も何らかの被害を受けた人は、図 1 の通り約 4 割であった。従って、これらの人は、自らも被災しながら支援活動を行っていたことになる。



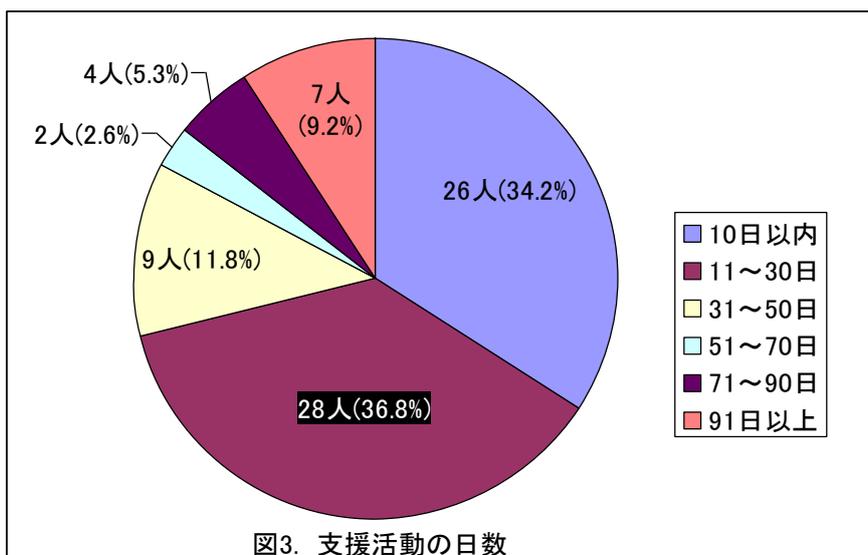
自身の被災内容(複数回答)は図 2 の通りであり、自家用自動車の損傷があった人が

最も多く、13人(17.1%)であった。次いで、床上浸水、床下浸水、農地・作物、家屋・家具の順であった。その他としては、携帯電話、バッグ、財布と持ち物の紛失や損傷が回答されていた。



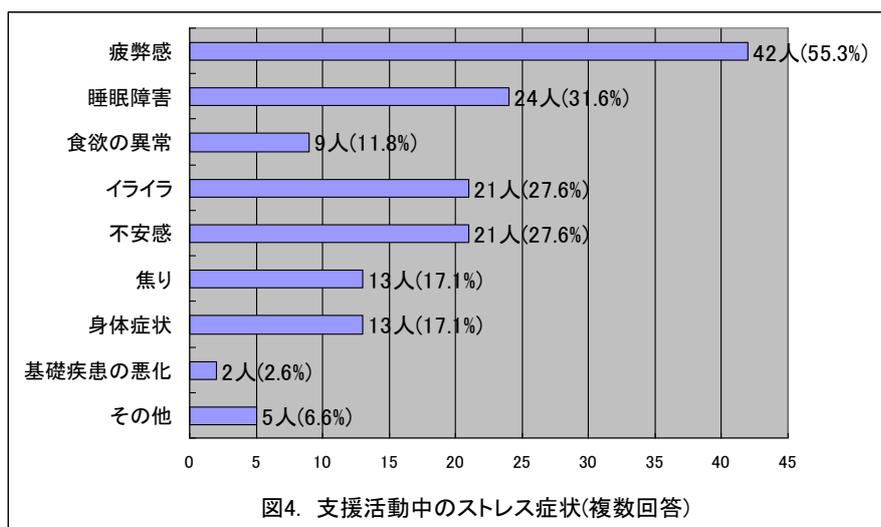
### 3. 支援活動の日数

災害支援活動の日数については、図3の通りである。約7割の人が30日(約1カ月)以内の活動であり、91日(約3カ月)以上の長期にわたって支援活動を行った人も約1割(7人)いた。

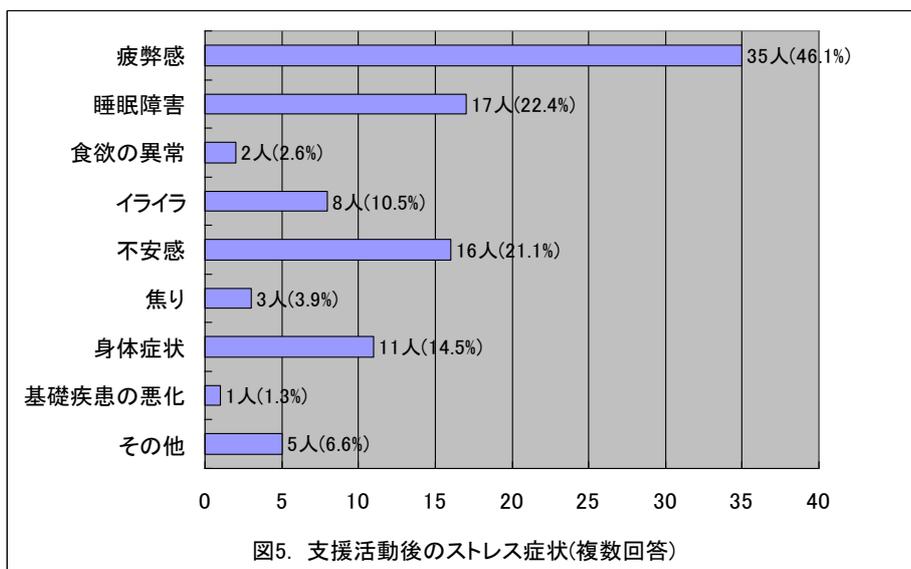


#### 4. 支援活動中のストレス症状

支援活動中、何らかのストレス症状があった人は、60人(78.9%)であり、約8割の人が何らかのストレス症状を体験していたことが分かる。ストレス症状の内容としては、疲弊感を感じた人が最も多く、42人(55.3%)と半数以上の人が回答していた。次いで、睡眠障害(24人、31.6%)、イライラ(21人、27.6%)、不安感(21人、27.6%)の3項目は、約3割の人が体験していた。



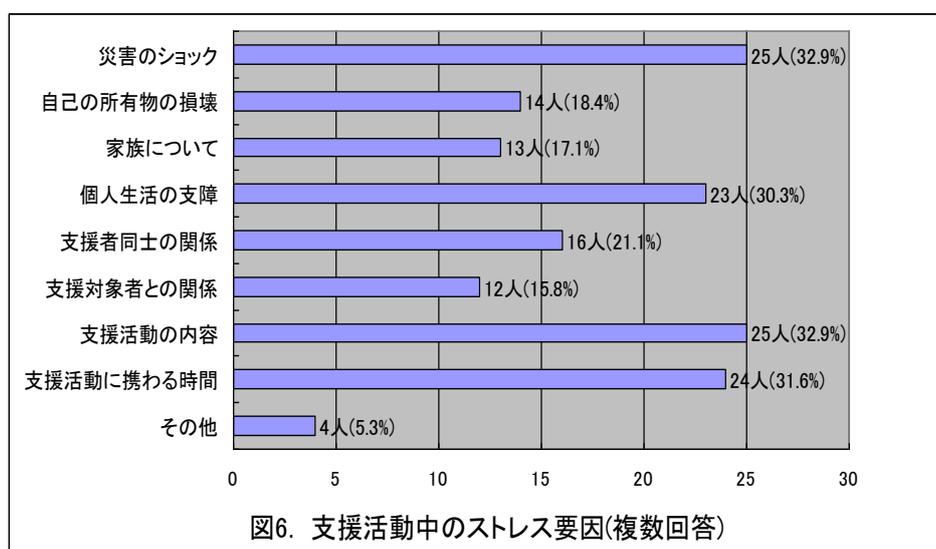
#### 5. 支援活動終了後のストレス症状



ストレス症状は、支援活動後も約 7 割(52 人、68.4%)の人にみられた。その症状の内訳は、図 5 の通りである。これをみると、支援活動中と同様、疲弊感を感じた人が最も多く、35 人(46.1%)であった。次いで、睡眠障害(17 人、22.4%)と不安感(16 人、21.1%)を感じた人が約 2 割であった。食欲の異常、イライラ、焦り等は支援活動中に比べ回復傾向にあった。

## 6. 支援活動中のストレス要因

支援活動中のストレス要因については、48 人(63.2%)の人が複数の要因を挙げている。その内、特に要因として多かったものは、災害のショック(25 人、32.9%)、個人生活の支障(23 人、30.3%)、支援活動の内容(25 人、32.9%)、支援活動に携わる時間(24 人、31.6%)であり、いずれも約 3 割の人が要因として挙げている。これについては、「災害のショック」はもともとだと考えられるが、災害後に個人生活に支障があったことも大きなストレス要因となっていることがわかった。また、「支援活動の内容」や、「携わる時間」も大きなストレス要因として挙げられており、これらの点については、支援活動のシステムや内容を検討することで、ストレスを低減することができるのではないかと考えられる。さらに、「自己の所有物の損壊」や「家族に関すること」、「個人生活の支障」等私的領域に関することもストレス要因になっていることがわかる。一方、「支援者同士の関係」や「支援対象者との関係」という支援にあたっての対人ストレスも、見逃すことのできないストレス要因であることが分かった。



## 7. 支援活動における困難(自由記述より抜粋)

### 公的支援の内容に関する困難

- ①民俗文化財が多く、専門家の指導がなければ取捨選択ができなかった。
- ②災害地にたどり着くまでの運転(車)。
- ③他からの支援を頂く時の受入側の準備や調整等。
- ④その後の災害業務と通常業務の処理が大変。
- ⑤全集落における長期の防疫作業。
- ⑥避難者、職員との対人ストレス。
- ⑦支援物資と避難者ニーズの調整。

### 公的支援におけるシステムの困難

- ①災害手続き期間が非常に短かったため、一日の作業量が多かった。
- ②支援者のストレスを吐ける場所がなく、辛かった。
- ③避難者も多く、支援活動をするのに人手不足がとても大変だった。
- ④水没による事務書類、機器の消失。
- ⑤職場が被災したことで、支援活動をする側が支援されたこと。
- ⑥指揮命令系統がはっきりするまで時間がかかったため、情報等が錯綜していた。
- ⑦連続して24時間以上の活動があり、終了時は何も考えられない状態だった。
- ⑧当初動員に偏りがあり、不公平感が大きかった。

### 支援活動と個人生活の葛藤

- ①自宅も被災し住むところを失くしたので、仕事もありプライベートのことと仕事のことでの葛藤があり、きつかった。
- ②自宅が浸水し、片づけに行けず、周囲の人は次々と自宅の作業や次の住まいが決まっていく中、自分の生活の立て直しができずストレスであった。

## 8. 災害支援時のストレス予防について(自由記述より抜粋)

### コミュニケーションによるストレスの発散について

- ①支援内容や支援者自身の想いを語る場や時間があるとよい。
- ②支援に行ったあとは、誰かに話を聞いてもらうことが必要だと思う。

### 休養について

- ①交代で休みの日が取れていたら、少しはストレス解消に繋がったのでは。
- ②自宅が被害を受けた職員には、自宅の片づけができる時間を作って休めるよう、上司から声をかけて欲しい。
- ③マンパワーを総動員して交代で対応し、個人負担を減らせばよいと思います。

#### **支援システムについて**

- ①あらゆる人脈、関係先との幅広い連携は、力強いストレスの解消である。
- ②役割と支援時間の明確化。
- ③現場(避難所)への指揮・決定権の付与。
- ④指揮命令系統の確立。
- ⑤動員が特定の職員に集中しないよう、人員配備への配慮が必要だと思いました。

## **VI まとめ**

今回の調査は、住用地区において支援活動を行った公的機関の職員を対象とした。対象者の中には、住用地区に居住している人も多く、自らも被災する中で、住民のために活動をしなければならない状況の人も少なからずあった。

そのような中で、多くの人が疲弊感・睡眠障害・不安感等複数のストレス症状を抱えながら、支援活動を行っており、それらの症状は、支援活動終了後まで続いていたことが分かった。これらの症状を生み出すストレス要因としては、支援対象者との関係や支援者同士に発生する対人ストレス、支援活動の時間、支援活動の内容から個人生活に関わる事柄まで、多様な要因が含まれていた。その中では、指揮命令系統の在り方や、公平で納得の行く人員配備、休養のあり方等支援のシステムの問題を挙げる人が多かった。これらシステムの問題は改善可能な領域であり、それにより支援者のメンタルヘルスを守ることができると考えられる。また、支援者同士のコミュニケーションも重要で、困難な状況は互いの心理的サポートで乗り切れる面もある。今後、災害マニュアル等を整備する際には、支援者のメンタルヘルスに配慮したシステムを確立することで、支援者の心身の健康が守られ、それが十分な住民への支援に結び付くと考えられる。

我が国においては、今や災害時の備えは必須の課題である。被災者のメンタルヘルスはもとより、こういった支援者のストレスを考え十分な援助活動ができるよう、支援者のメンタルヘルスを配慮した上での支援システムの構築が必要不可欠であると考えられる。

アンケート用紙

2010 奄美豪雨災害における災害支援スタッフのメンタルヘルス  
～住用地区の公的災害支援職員に対するストレス調査～

調査責任者 鹿児島大学大学院臨床心理学研究科 落合美貴子

この調査は、2010年10月に起こった奄美集中豪雨災害において、公的機関に所属する災害支援スタッフのメンタルヘルスについて、特に住用地区の支援を行った方々に対して行うものです。災害が多い日本において、支援者のメンタルヘルスを明らかにすることは、今後の大きな課題となっています。本調査にご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

以下の質問に対し、当てはまるものの番号もしくは記号を○で囲み、必要な個所は記述して下さい。

A 年齢

a 10代 b 20代 c 30代 d 40代 e 50歳以上

B 性別

a 男 b 女

C 勤務年数

a 10年未満 b 10年～20年未満 c 20年～30年未満 d 30年以上

1. あなたは今回の災害で、ご自身も何らかの被害を受けましたか？(複数回答可)

① はい

a 床上浸水 b 床下浸水 c 家屋・家具の損傷 d 自家用自動車の損傷  
e 農地・作物の損傷 f その他の被害 ( )

② いいえ

2. 支援活動は延べ何日間行いましたか？(一日の業務のうち4時間以上活動した場合は1日とみなして下さい)

① 10日間以内 ② 11日～30日間 ③ 31日～50日間 ④ 51日～70日間

⑤ 71日～90日間 ⑥ それ以上

3. 支援活動に携わっている間に以下のような状態がありましたか? (複数回答可)

- ① 疲弊感 ②睡眠障害(不眠・中途覚醒等) ③食欲の異常(不振もしくは過食)  
④イライラ ⑤不安感 ⑥焦り ⑦身体症状(胃腸障害・頭痛・胸苦しさ・動悸・息切れ・肩こり・手足のしびれ等) ⑧基礎疾患の悪化 ⑨その他( )

4. 支援活動が終了後、以下のような状態がありましたか? (複数回答可)

- ① 疲弊感 ②睡眠障害(不眠・中途覚醒等) ③食欲の異常(不振もしくは過食)  
④イライラ ⑤不安感 ⑥焦り ⑦身体症状(胃腸障害・頭痛・胸苦しさ・動悸・息切れ・肩こり・手足のしびれ等) ⑧基礎疾患の悪化 ⑨その他( )

5. 支援活動の中でどのようなことがストレスになりましたか? 当てはまるものをすべて○で囲み、そのうちもっともストレスの原因になったと思われるものに2重○をつけてさい。

- ①災害のショック ②自己の所有物の損壊 ③家族について(家族の心身の状態、家族関係のトラブル等) ④個人生活の支障(個人的時間が担保できない等) ⑤支援者同士の対人ストレス ⑥支援対象者との間の対人ストレス ⑦支援活動の内容(危険、体力面、衛生面等) ⑧支援活動にたずさわる時間(一日の活動時間の長さ、期間の長さ等)  
⑨その他( )

6. 今回の災害における支援活動で、苦勞したこと、大変だったことを自由にお書き下さい。

7. 災害支援に携わる人自身のストレスや、こうすればストレスを防げたと思うことなどについて、自由にお書き下さい。

ご協力、ありがとうございました。