「犠牲者を出さないための『心のケア』」Ⅷ

東日本大震災から２年が過ぎました。
この間、被災者の状況は報道では折に触れて取り上げられています。
消防、警察、自衛隊が被災地を離れた後から本格的な復興事業は開始されました。しかしそこで働く者たちが置かれている状況は見過ごされています。自治体職員、学校教職員、医療関係者、福祉施設の労働者、ボランティアなどです。
そのような中で、新年早々、岩手県大槌町に派遣されていた兵庫県宝塚市の職員が自殺しているのが発見されるという痛ましい事態が起きてしまいました。
阪神淡路大震災では、救援者が２・３年過ぎた頃にＰＴＳＤを発症したということが報告されています。
復興はまだまだ時間が必要です。復興に尽力し、そして今後も奮闘を続ける労働者からさらなる犠牲者を出さないようにしなければなりません。
復興は、被災者、救援者、支援者みんなで勝ち取る者です。

「疲れて当たり前ですよ」

2013/03/29(Fri)

３月２９日（金）

今年初めに、兵庫県宝塚市から岩手県大槌町に派遣されていた職員が自殺しているのが発見されました。（２０１３年１月８日の「活動報告」）
このニュースを知った時、３つの疑問が湧いてきました。
１つは、受け入れ自治体は惨事ストレス対策をきちんと取っていたか、メンタルチェックなどで事足れりとしていたのではないか。理解がなかったのではないか。２つ目は、派遣された職員は過重労働について、意見を言えたのだろうか、ストレスを発散する機会はあったのだろうか。遠慮があったのではないか。３つ目は、兵庫県宝塚市からということでは阪神淡路大震災の体験があり、フラッシュバックしたのではないだろうか。兵庫県では、神戸消防局では惨事ストレス対策が進んでいるが、自治体労働者はどうだったのだろうか。

１月３０日付の『毎日新聞』地元版は、大槌町の総務部長が、対策は「これまで有名無実だった。しっかり機能を果たすためにも強化が必要」と述べたと報じています。被災地の他の自治体も同様だったと思われます。
大槌町は、１月２９日に労働安全衛生法で設置が義務づけられている「町職員衛生委員会」のメンバーに精神科医を追加するなどの職員のメンタルヘルス対策を発表、３月までに来年度

から５年間の方針を定めた「大槌町職員の心の健康づくり実施計画」を策定することを決定しました。

被災者でもある自治体職員にとって、遠隔地からの支援者・救援者にとっても理解できない事態が目の前で発生し、続いています。いわゆる「惨事ストレス」が発症する危険性が大きくあります。

日本では阪神淡路大震災の時から「心のケア」が言われ始め、東日本大震災では被災者や救援活動従事者が大変な精神状況におかれていると言われていますが、まだまだ地域的、限定された職種でしか問題が捉えられていません。

惨事ストレスについて報告をする機会がありました。内容は「概論」・解説のレベルです。

阪神淡路大震災における精神医療について、神戸大学病院の安克昌医師は体験を『産経新聞』に連載しました。連載は『心の傷を癒すということ』のタイトルで本になりました。安医師たちの活動が、日本で最初の惨事ストレスへの本格的取り組みのようです。

報告は、まず『本』から具体例を紹介しました。

「……被災地には『無傷な救援者』など存在しなかたのである。

大規模都市災害というものは、こういうものなのだ。埋もれた人を助ける人手がない。道具がない。消火活動するための水がない。病院で検査ができない。手術ができない。収容するベッドがない。そして、スタッフは全員疲労困憊している。こういう状況で、多くの人がなおかつ働き続けたのである。

それはしかし、使命感によるものだけではなかっただろうと思う。混乱した状況の被災地に住む人々は、働くという行為によりどころを求めていた。働くことで安定した“日常生活”を取り戻そうとしていたのである。

だが実際には、自らも被災した救援者は、いかに不眠不休で働いても決して充実感を得ることはできない。使命を果たしたという満足感よりも、十分なことができなかったという不足感が上まわるのである。そのため使命感にかられて自らを酷使し、消耗させてしまう。こういう状態が長期化しまったものを、私たちは『燃え尽き』症候群と呼んでいる。」

１月下旬から、いくつかの保健所に「精神科救護所」が設置され、各自治体から派遣された精神科医、精神科ソーシャルワーカー、看護師などが配置されました。

安医師の体験です。

「私が手伝ったのは兵庫保健所の精神科救護所だった。たいてい保健所というものは、区役所に併設されている。その区役所の有り様を見て、私は驚いた。いろいろな相談に訪れ、救援物資を求める大勢のひとたちが、庁舎を雑踏に変えていた。睡眠不足で目が赤く、疲れた表情

の職員が、忙しく動きまわっていた。少々殺気立った大声も聞かれた。こんな騒然とした役所のありさまを、私ははじめて見た。

案の定、区役所の若い男性職員が、こっそりと救護所に相談に来た。

『こんなところにいるの見つかったら、さぼっていると怒られますわ』

そう言って彼は腰痛と疲労感を訴えた。顔色が悪く、疲れて愛想笑いもできないようだった。聞けば、震災後ずっと役所に泊り込んで、着の身着のままで仕事を続けているという。区役所の人も住民もいらいらしていて、少しでも休んでいると叱られる、とも言った。

『疲れて当たり前ですよ』と私が言うと、そうですね、そうですよね、と安心したように彼は頷いた。湿布を貼って、苦労をねぎらうと、しばらくしてほっとしたように帰って行った。」

東日本大震災直後に、宮城県名取市の職員のことが各新聞で写真入りで取り上げられました。

赤ん坊だった子供の遺体は数日後、妻の遺体は数ヵ月後に発見されました。その間も職員は不眠不休で職務につきました。彼は市役所玄関に設置されたメッセージボードに被災者に向けてメッセージを届けます。

「最愛の妻と、生まれたばかりの一人息子を大津波で失いました。いつまでも二人にとって、誇れる夫、父親であり続けられるよう精一杯生きます。被災されたみなさん、苦しいけど負けないで」

彼は、今年３月１１日に開催された政府主催の式典で遺族代表として挨拶しました。

「一日一日を生きることがこんなにも大変なことだったのかと、過ぎゆく時間の重さを感じ続けた２年間でした。自分は何のために生きているのだろう。何度も同じ疑問がうかんでは、そのたびに息が詰まり、答えを出せずにいました。それでも、ひとつだけ確かなことは、あなたがいた私の人生は幸せだったということです。自分に残された年月をかけて、愛する２人の人生の続きを、私が歩んでいこうと思います。」

『本』の中の消防士についてです。

「救援者である彼らは、残された家族に強く感情移入し、自分たちもその悲しみや怒りを感じとり傷つくのである。災害精神医学者のラファエルによれば、このような『接死体験』は『ストレス反応の発生に大きく関与し、悪夢、不安感、睡眠障害、そして若干の抑鬱的傾向』をもたらすという。つまり、ＰＴＳＤの発症が心配されるくらい大きいストレスなのである。

印象的なのは、隊員の多くが、災害救助についてひどい“無力感”を味わったことである。

『今まで、どのような災害に出会っても、仲間とともに救出、救助、消防活動をし、この仕事に誇りを持っていた。が、今回は違った。助けを求めてきている人々に応えることのできない自分の力のなさを嘆き、事前の恐ろしさに驚異を感じた。

「ほんまに消えるんやろか……」あまりにも消防が無力に思えた。

病院収容後、人命を救助したという充実感はまったくなく、すでに失われたであろう尊い命の数や救助を待ち焦がれている大勢の人びとのことを思うと、自分の無力さを思い知らされるとともに、今までの大規模災害に対する認識の甘さを痛感した。』」

東日本大震災で共同通信発信の警察官についての記事です。

「探しても探しても、その番号の遺体が見当たらない。

津波被害を受けた地域の遺体安置所に、西日本から派遣された男性警察官は、そんな悪夢にうなされる。

与えられた任務は、家族による身元確認の付き添いや遺体引き渡しの手続き。目の前には平常時ではあり得ない、おびただしい数の遺体が並んでいた。おえつが響き渡る空間に死臭が漂う。『何番を見せてほしい』。その遺体まで案内し、一緒に確認する。『ご家族は確認できた直後は一様にほっとする。泣くのはそれから。確認できないとあの日が終わらないんです。早く見つけてあげたいと思った』

掛ける言葉が出てこない。遺族の話にただうなずいて、頭を下げることしかできない。

そんなことは初めてだった。

『生き返って！』。子どもを亡くした母親の、悲痛な叫び声が耳に残っている。子どもの遺体はわが子の姿がダブり、特に胸にこたえた。

『自分は警官だ、自分は（精神的に）強い』と思っていた。被害者や遺族への接し方にはそれなりに自信もあった。意気込んで被災地へ向かったが、その自負はすぐに打ちのめされた。

１週間もすると、死臭もがれきの山も“日常”になった。『慣れるのは、精神的なキャパがもたないからなのかもしれない』と言う。

任務を終え、震災前と同じ日常に戻ると、違和感を覚えた。『この街には死臭がしない』。眠りが浅くなり、やめていたたばこに手を出した。幼児の変死事案に対して何も感じない自分がいた。あの仕事は何だったのか。一生懸命任務を全うしたつもりだが、充実感なんてこれっぽっちもない。

『ありがとうとご遺族に言われたが、遺体を見つけたのは俺じゃない。最後に引き渡しただけ。誇れることじゃない』組織的なフォローは特にないが、期待もしていない。

『あったとしても、人事上の不利益にもつながりかねないし、信用して相談なんてできない。個人で折り合いをつけるしかないでしょ？』

今も被災地で一緒に活動した仲間と連絡を取り合っている。「同じ思いを分かち合える相手がいることが、救いです」

「ラファエルはさらに、救援者の役割上のストレスとしていくつかの要因を列挙している――自分が適切な措置が取れないこと、通信連絡の支障、資材や器具の不備、目的地へ到達できないこと、人手不足、官僚主義からくる諸問題。これらのすべてが消防隊員の手記にも記されている。

そして今回、懸命に消火活動にたずさわる消防隊員に被災者のなかから『消防隊員はなにやってるんや』と罵声があびせられたそうである。……隊員たちは、被災者の気持ちが理解できるだけに、無力感を抱かずにはいられなかった。」

被災直後の被災者は、さまざまな心身の不調を体験するが、それは災害という「異常な事態への正常な反応」です。多くは一時的なもので、時とともに薄れていくが、衝撃があまり大きい時はＰＴＳＤとなって長期化することもあります。予防のためには被災体験を他人に話すこと、それについての感情を表現することが大切です。

ＰＴＳＤとは、「正常な反応」が解消せず、症状が持続し悪化した状態です。

兵庫県では大震災の後の６月に「心のケアセンター」を設立しました。

安医師と一緒に活動した加藤寛医師は「心のケア活動」を３つに分けて説明しました。

（１）個人のケア

・大災害の後の被災者の心理状態は日を追うごとに変わっていく。「震災パラダイス」＝“みんな平等”。
少しでも落ち着きを取り戻したら生活者として立ち止まっていられない。すると今後への不安が襲う。

・救援のシステムは、
「＜心のケア＞と言っても精神科医や臨床心理士が前面に出ることはいいやり方ではない。
ラファエルが言うように、『精神衛生面での応急措置にかかわる役割は、災害直後の他の多くの重要な作業と密接に結びついているので、できるかぎりそれらの作業と連携を保ちながら、他の応急作業担当者たちを認識し、協力しながら進めるべき』なのである。
……
『災害からしばらくの間は、ショックに打ちひしがれ、悲嘆にくれる時間が被災住民には必要である。その間は （応急的対応は別として） カウンセリングよりもむしろ生活支援に重点を置く方が精神的支援にもつながるであろう』
すなわち、＜心のケア＞が独立して活動するよりも、一般的な救助活動の中に＜心のケア＞を盛り込んでいることがよい。

（２）地域のケア

（３）ケアする人のケア

・心的外傷を受けていながら、その体験を自分の中で受け入れることができないでいる。
治療の目標は、外傷体験を受け入れられるように援助すること。＝「外傷体験について考えることも考えないことも自由にできるように助力すること」

治療の４つの要素です。

ⅰ　安全であるという感覚を取り戻す。
ⅱ　その恐ろしい体験と折り合いをつける。
ⅲ　生理的なストレス反応を統制する。
ⅳ　安定した社会的つながりと対人関係における効力を再確立する。

デビット・ロアの「アクティブ・リスニング」です。

・聞き役に徹する
・話しの主導権をとらず、相手のペースに委ねる
・話を引き出すよう、相槌を打ったり質問を向ける
・事実「何が起こったか」→考え「どう考えたか」→感情「どう感じたか」の順が話しやすい
・善悪の判断や批評はしない
・相手の感情を理解し、共感する
・ニーズを読み取る
・安心させ、サポーとする

「デフリーフィング（debriefing）」――報告を聞く。「任務を終えた時に、良かった体験、ひどかった体験、その時の感情、現在の感情などについて話し合う」

デブリーフィング は、米空軍では「帰還報告」のことをいいました。今は消防や災害などにかかわった人たちの「災害体験報告」の意味で使われている。体験を語り、共有することが現地で受けた災害ストレス解消には不可欠です。

その他に、「デフュージング（defusing）」と呼ばれる救援者同士で雑談的に救助活動についてざっくばらんに話し合う方法もあります。

（つづく）

苦しみを癒すことよりも、それを理解することよりも前に、苦しみがそこにある

４月２日（火）

前回のつづきです。

惨事ストレスをどう理解したらいいのでしょうか。

『消防士を救え』（東京法令出版刊）の中での加藤寛医師の定義です。

「惨事ストレスとは『消防隊員、警察官、医療関係者などの災害救援者が、現場活動をとおして受ける通常とは異なる精神的ストレス』を言います。

悲惨な状態の遺体を扱うこと、子供の遺体を扱うこと、自分自身に危険の及ぶ活動、負傷者や殉教者がでること、被害者が自分の家族や知り合いであること、などが惨事ストレスをもたらしやすい状況であることが知られています。」

惨事ストレスが最初に取り上げられたのは、アメリカの南北戦争の帰還兵と市民に戦争という外傷体験によって心身に異常が発生するこがみられたことからだといわれます。

その後は第一次世界大戦でのイギリス軍の兵士の「シェル（砲弾）・ショック」対策がありました。（２０１１年４月４日の『活動報告』参照）

海外では軍隊での経験を踏まえて対策が進められます。

日本でも、日露戦争での兵士の傷病者の症状に見受けられます。第二次世界大戦の「戦記」にも触れられている個所がたくさんありますが問題として表面化することはありませんでした。むしろ隠されています。

アフガンへの自衛隊派兵では多くの自殺者が出ていますが、似たような対応です。まだ精神論が支配しています。

本格的に問題が指摘されたのは、阪神淡路大震災と、同じ年に起きたオウム事件、そして２００１年９月１日に発生した、４４人の死者を出した新宿歌舞伎町ビル火災からです。

「われわれ消防の世界では、災害現場で悲惨な体験をしたり恐怖を味わったりしても、自分自身で乗り越えてきました。

特に、むごたらしい死体を見て気持悪くなったり、匂いを嗅いで吐き気がしたりしても、それはどちらかというと『恥』と捉えやすく、周りにはあまり大きい声では言えなかったこともあったと思われます。そのような感情を乗り越えてこそ１人前の消防官というように見なす空気が土壌にあったことも事実です。

しかし、『基本的にストレスを受けない者はいない』と一般的に言われていますが、ストレスをストレスと認識できないのが現状で、『風邪という症状をしらない人間は医者に行かない』と言うことと同様で、本人がそのことに気づかなければ何ら解消に繋がらないということになります。

今私達に必要なことはストレスをストレスと正しく認識して、早期にストレスを解消し、後に引きずらないようにしていくことが大切なのです。」（『近代消防』２００１．１２　東京消防庁人事部健康管理室主任　五十嵐幸裕）

では具体的にどのような心のケアが必要なのでしょうか。

『消防士を救え！』からです。

・消防署員、警察官、自衛隊員、医療関係者などは社会の安全維持のために、緊急事態に対応するため日々訓練を繰り返しています。それは実際の場面に直面した場合に自信をもって対応するためです。訓練が自信をつけます。
・自信をもって行った任務が実際の局面で結果的に成功に至らなかったとしても、その対応はできうる最善の方法だったはずです。それ以上のことは仲間以外の他の誰にもできないことでした。
それでも従事した者は自分のせいだと責め続けます。成功したとしてももっと早く、もっとうまく成し遂げることが出来なかったかと責め続けます。
・さらに、周囲が無理解だったり、正当な評価をしなかったり、安全地帯にいた心無い人々から知ったかぶりした避難を浴びせられることがあります。
２００３年、神戸市で消防士の殉職事故が２件ありました。事件直後の記者会見に出席した警防部長は報道陣から「現場にいたものの判断ミスではないのか」と辛辣な質問が飛んだ時、即座に「これは予想し得ない崩落であって、現場の者に過失はない」と断言しました。
隊員にとっては、組織は隊員を守るというメッセージでした。多くの隊員の支えになり、その後、組織への信頼と忠誠心を増し、活動をまい進できたといいます。そして報道陣の姿勢とは逆の市民の励ましは本当にありがたかったといいます。
・阪神大震災を経験した神戸の消防署員は、それぞれ業務報告だけでなく、その活動記・感想を思いのままに文書に書きました。それをまとめて『報告集』として発行しました。自分と同じ思いを抱いた仲間の文章を読んで心の整理をすることができ、“正常”な自分を取り戻すことが出来たといいます。
・救援活動から戻った人たちに対して、送り出した職場や団体はまず感謝の意を表し、最善を尽くしたという言葉をかけて労をねぎらって迎え入れましょう。アメリカでは“ヒーロー”として迎えるのだそうです。しかし派手な歓迎は逆に心の整理をできなくしますので気を付けなければなりません。
そうすることで自己の使命感と活動の満足感と誇りを再確認出来ます。
・犠牲者が出た場合は、顕彰碑を建立したりして忘れない、無駄にしないというメッセージを残っている隊員にも送ります。
・「惨事ストレス」に陥った同僚・仲間への対処方法は、「アウトリーチ」と心理教育です。
アウトリーチとは、ケアを提供する側が同僚・仲間の方に出向いていくことです。
心理教育とは、心情を吐露してすっきりする「カタルシス」によって、この惨事の後に起こっている心理面の反応の多くが、当たり前の“正常”な変化であって、ほとんどの場合、自然に回復することを知ってもらうことです。
そのためには、

① 「この面接は治療ではなく、状況を確認し対策を考えたい」、「１回の面接でできることは限られているが、必要なことがあれば一緒に考えたい」という、言葉かけから導入する。

② 状況や変化について可能であれば確認し、よほど重篤な反応でなければ、原則的に「異常な状況における正常な反応」であることを伝える。

③ 本人が行っている対処法を確認し、本人の持つ回復力を支持する。

そのなかから少しずつ日常のペースを取り戻していきます。

そして「お疲れさま。この後は俺たちが引き受けた！」という同僚・仲間からの感謝の言葉と任務の引き継ぎが安心を取り戻す要因になります。

神戸消防署から東日本大震災に派遣された隊員の、阪神淡路大震災の体験を活かした活動報告が、南三陸消防署・亘理消防署・神戸市消防局＋川井龍介＝編『津波と瓦礫のなかで　東日本大震災　消防隊員使等の記』（旬報社）に紹介されています。

その中には、前回報告した「救援者の役割上のストレスとしていくつかの要因を列挙している――自分が適切な措置が取れないこと、通信連絡の支障、資材や器具の不備、目的地へ到達できないこと、人手不足、官僚主義からくる諸問題」が克服された具体例が語られています。（２０１２年９月９日の『活動報告』参照）

今回の福島原発事故に対する東京消防庁の放水活動において、上司は最も危険な持ち場に立って隊員を指揮していました。これで部下は恐怖を安心感と信頼感で克服して作業を続けることが出来ました。そして達成感をもって任務から離れることができました。（２０１１年９月３０日の「活動報告」）

東日本大震災に派遣された警視庁警務部の体験談です。

「……４月中旬、いよいよわが第二機動隊も被災地への派遣が決まった。しかし私は派遣直前、震災による応援要員として警備第一課への併任派遣を急きょ命ぜられ、第二機動隊の一員として出動することができなくなってしまった。『無念』・・・この一言に尽きた。

……

部隊の派遣前、私はボート小隊の隊員たちを集め、一緒に行けない悔しさと残って送り出さなければならない申し訳なさを伝えようとした。……

そして最後に……隊員たちへの手紙を１人１人に手渡した。

第三小隊のみなさんへ

派遣にあたり、格好つけずに、また自分を奮い立たせるために俺の気持ちを文章にしました。口下手なので・・・

先日、１人１人に派遣の意思を確認したとき、みんな快く引き受けてくれてありがとう。

それぞれ護るべき人がいる中、この国の危機に立ち向かうことを優先させてくれたみんなを誇りに思います。

今回の派遣は、震災からしばらく経っているが、初めて見る被災地の惨状の中で、我々はきっとたくさんの悲しいものを見ることになるだろう。これからみんなが目の当たりにして、もし、悲しくて、無力感を感じて、恋しくてたまらなくなったら、遠慮しないで泣いてほしい。俺は泣きます。そして善いもの、美しいもの、素晴らしいものを観たら、微笑んで、より良い方向に向かうように被災者、仲間、自分を励ましてほしい。俺は笑います。

俺からひとつみんなに厳命がある。それは、どんなことがあっても俺より先に倒れるな。俺はみんなとこの災害特別派遣を完遂させ、みんなを待っている人の元に必ず帰還させる。これが俺の最大の任務であり、また帰還することがみんなの使命だからだ。そのためにもみんなの知識、経験、技能を集め、集団警備力として現場で力を発揮してほしい。……

派遣を完遂し一連の災害警備が落ち着いたら必ず小隊会をしよう。大いに語り合い、大いに食べ、大いに飲み、大いに笑い、そして大いに称えあおう。」（『絆　～使命感に燃えて～　東日本大震災体験記』（警視庁警務部教養課　発行）

しかし惨事ストレス対策は、神戸市消防庁や東京消防庁などの都市部では進んでいますが、その他ではまだまだな現状です。

救援者としての任務は、自治体関係者、教職員、消防士、警察官、自衛隊、ボランティアで違います。

自治体関係者、教職員は長期に及び、行動は１人で担当を担うことが多く、施設の責任者になったりします。周囲の監視の目にも曝されます。消防士、警察官、自衛隊は集団で短期間です。

報道関係者も惨事ストレスに罹患します。地元記者、応援記者でも違うようです。

安医師は「心のケア」の基本を実感をもって書いています。

「心の傷や心のケアという言葉が１人歩きすることによって、『被災者の苦しみ＝カウンセリング』という短絡的な図式がマスコミで見られるようになったと私は思う。その図式だけが残るとしたら、この大震災からわれわれが学んだものはあまりにも貧しい。……

苦しみを癒すことよりも、それを理解することよりも前に、苦しみがそこにある、ということに、われわれは気づかなくてはならない。だが、この問いには声がない。それは発する場をもたない。それは隣人としてその人の傍にたたずんだとき、はじめて感じられるものなのだ。」

朝日新聞社こそ社員の惨事ストレスに取り組んでいない

２月１９日（火）

１月１１日の「朝日新聞」に「惨事ストレス　軽減支援　総務省　消防隊員に専門家配置」の記事が載りました。

対策は、都道府県ごとに精神科医や臨床心理士ら専門家を１人以上配置。惨事ストレスを軽減できるよう隊員向けの研修会を各消防学校で開く。災害発生時は速やかに現場に専門家を派遣し、個別面談などを通じて不安を取り除く。地元の消防団員向けにも訓練カリキュラムに惨事ストレスの講習を組み込む、などです。

そして１月２１日の「朝日新聞」に「消防隊員に残るストレス」「命救えぬ無力感…通院も」の記事が載りました。

記事を読むと、さすが「朝日新聞」です。惨事ストレスについてまったくわかっていません。空しさが湧いてきます。ただ、真面目に取り組んでいるところの足を引っ張ってほしくないという思いです

惨事ストレスは消防隊員だけではありません。

記事に書かれているような状況は報道記者も目撃しています。

１月１１日の記事のリードには「総務省消防庁の新たな取り組みには、課題も残る」とありますが、だとしたら朝日新聞の取り組みを例示してはどうでしょうか。

実際に阪神淡路大震災、そして東日本大震災において、朝日新聞社の記者も惨事ストレスにかかっています。しかし社として、記者がどのような思いで取材し、どのような心情・感情に陥ったか、体調変化をきたしたかを掌握、検証されていません。（朝日新聞を叩いても惨事ストレス問題は解決しません。しかし精神疾患を含む労災問題の取りあげ方も同じ問題を含んでいます。社員への対応も不充分で、個人加盟のユニオンには多くの記者等が相談に来ています。朝日新聞社は使用者の安全配慮義務を果たしていません）

体験した具体例を２つ上げます。

阪神淡路大震災の時、２週間後の避難所を記者が訪れました。しかし被災者がいる屋内に入れません。被災者に声をかけられません。焚火を囲んでいるなかのボランティアにだけ後ろからいろいろ聞いてきます。結局、住民の誰にも取材しないで帰りました。「取材していいんでしょうか。できません。」ということでした。

東日本大震災を取材した記者の話です。現地を周っているとたくさんの遺体がありました。取材という目的からは触れることも運びだすことも出来ません。「ごめんなさい」と見なかっ

たふりをして回り続けました。しかし「置き去りにした」という思いにずっと駆られていると言います。
一番「課題が残」っているのは朝日新聞社です。

消防隊員も、警察官、自衛隊員、報道記者そして医療関係者も業務上惨事ストレスに遭遇することを回避することはできません。ではどのように受け止めて解消していくかが課題となります。
そのようななかで、医療関係者はさておくとして、消防庁の取り組みは進んでいます。というより、その他は取り組んでいません。外国では、軍隊での切実な問題として取り組みが始まり、他も成果を共有します。しかし日本の自衛隊は相変わらず精神主義とストレス解消手段は階級が下の者へのいじめです。

消防庁内の取り組みはばらつきがあります。東日本大震災を体験した神戸市消防局や歌舞伎町ビル火災事故を体験した東京消防庁は進んでいます。また大規模災害が発生した時、応援先で指揮をとることになっている大都市では進んでいます。しかし対策に完全がないのはいうまでもありません。
具体例です。
神戸市消防局は教訓をしっかりと活かしています。昨年９月１９日の「活動報告」で、『津波と瓦礫のなかで　東日本大震災　消防隊員使等の記』南三陸消防署・亘理消防署・神戸市消防局＋川井龍介＝編（旬報社）を紹介しましたが、個々人の隊員がストレス解消策を身に着けています。
東京消防庁の取り組みについては１１年９月３０日の「活動報告」で紹介しました。
惨事ストレスの症状はかなり時間を経てから発症しますが、６か月後の状況です。
「体験談を語ってくれた消防士にストレスを感じませんでしたかと質問しました。『ああ、惨事ストレスのことですね』と即座に受け止められ『東京消防庁はきちっと対応しています』と回答が返ってきました。
被災地から帰った隊員にはちゃんと専門家が体験したことを語らせ、体験交流をしてストレスを解消させているということでした。隊員１人ひとりに『ちゃんと吐かせます』と語っていました。
派遣された３０００人以上の隊員から体調不良者は出ていないということです。」

１月２１日の記事には「隊員たちの中には家族の安否がつかめない人も多く、いら立って救助方法などを巡って言い争うこともあったという」とあります。
１２年１２月７日の「活動報告」で引用した『東日本大震災にける消防活動記録』仙台市消防局発行です。

「連絡が取れない家族等の安否確認や家財などの損壊程度が計り知れない不安感などで、これまで経験したことのない閉塞感を職員のだれもが感じ、行き詰るストレスのやり場がない状態で、職員間の意見の摩擦など表れ出したところもあった。そうした頃、地震発生からから６日目のことである。『一時帰宅』という措置がとられた。我々職員は自分の耳を疑った。

それは、本来、職場で取るべき休憩や仮眠を、環境を移して自宅で取る‥。という解釈の措置であり、不眠不休の業務継続の末、職員の心と身体の健康管理を考慮した結果の策であった。『家に帰れない‥』、『家族に会えない‥』という日常生活において当たり前のことができない日々が続く中で、消防の活動を期待して止まない市民に対しては、消防職員がその業務を離れ自宅に戻ることなど許されないと思っていた。まして、夫や妻、父や母、そして息子や娘の側面を持った消防職員の家庭では、その職員の帰りをいち早く待ち望んでいる家族など誰もいなかった。

それは誰もが理解し、『当然のこと』と自らを納得させていたからこそ、それぞれの心の中にじっと閉じ込めていた『耐える‥』という封印感情の中で職員も葛藤していた。

しかし、その耐える力にも限界があって、個人差もあった。消防職員とて人間である。睡眠も必要であれば、心配ごとで仕事が手につかないこともある。そんな思いを組織は理解してくれ、思い切った措置を取ってくれたのである。

我々職員は涙がでる思いであった。素晴らしい組織である。職員を大切にしてくれていることを実感した。

……職責を離れ、私人として自宅に戻り家族と再会することへの後ろめたさ、罪悪感のような感覚をもった職員は、１人、２人だけではないはずである。

こうしてとられた一時帰宅の措置によって、消防職員として使命を達成させることの誇りと、家族への感謝の気持ちをあらためて心に刻み込み、心にビタミン剤を補給して職場に戻ってきた職員たちの顔は、みな穏やかで、我々職員は働く活力を取り戻した。」

しかし全国的に取り組みのばらつきがあるという問題があることは確かです。
経験を共有化していく必要があります。

そのための対策を含めて総務庁は、昨年６月７日から「大規模災害時等に係る惨事ストレス対策研究会」を発足させました。

そこでは、これまでの消防庁での惨事ストレス対策を具体的データーから再検討し、現在は「報告書」（案）の作成まで終了しています。（案）はホームページで読むことができます。３月に正式に発表されます。

消防庁の取り組みは、日本でもやっとここまで組織的に取り組むところが出てきたということをまず評価する必要があります。

繰り返しますが、他は遅れているどころかまったく対策に着手されていない、朝日新聞社のように問題が理解されていない状況です。

間もなく東日本大震災から２年を迎えます。
災害での被害を完全に防ぐことはできませんが、小さくすることはできます。
惨事ストレスはまさにそのような課題です。

２０１０年１月３１日開催
阪神・淡路大震災１５周年「消防士シンポジウム in ＫＯＢＥ」
【宣言】

１５年前の１月１７日未明
私たちの住むまちは突然の大震災に襲われた
愛する家族や職場の同僚　親しい友達など
大切な人々が犠牲となり　まちの多くはがれきと化した
あの　はかりしれない衝撃と悲しみを
私たちは永遠に忘れない

震災は多くのものを奪い
決して癒されることのない傷を残したが
同時に人々の胸の奥にある温かい善意や
同じ大地に暮らす共生の思いをも揺り動かした
災害ボランティアの文化が花開いた
教訓は　以後の大規模災害に活かされ
官民を超えた防災・減災への取り組みが行われ
自助・共助・公助の連携が進められてきた

共生共助のボランティア精神を揺り動かして誕生した
先人から受け継いだ　愛するまちを　愛する郷土を
そしてかけがえのない大切な人を　この手で守るために
私たち消防士は　地域に根差した行動をしていこう

平穏に見える日々のなかで
次の大規模災害が私たちに襲いかかろうとしている。
だからこそ

伝えよう　もっと伝えよう　阪神・淡路大震災の教訓を
備えよう　もっと備えよう　この教訓を活かしながら
震災の教訓は　すべての災害に通じる知恵だから
いま私たち消防士は　この震災の教訓を胸に
命にやさしい社会をつくるため　地域防災力の向上をめざして
手を取り合い　励まし合いながら
共に進んで行くことを誓う

平成２２年１月３１日
阪神・淡路大震災１５周年記念
消防士シンポジウム in　ＫＯＢＥ　実行委員会

自治体職員を抜きにして復興はありえない

１月８日（火）

お正月は駅伝です。１２月中から情報が掲載されている雑誌や新聞などで情報を集めてテレビ観戦本番に備えます。テレビ観戦は１人が一番。集中できます。その中で一喜一憂、いや一喜三憂の３日間でした。

箱根駅伝の８区で青山学院大学２年生の高橋宗司選手が区間賞を取りました。宮城県東松島市野蒜出身です。東日本大震災があった３月１１日はすでに上京して部の寮での生活を始めていたので無事でしたが実家は流され、お姉さんが亡くなりました。野蒜地区は、あの電車が「く」の字に脱線した写真のところです。いまだ鉄道は復旧していません。線路を山側に大きく移転させての開通を予定しています。市の東端は「律君の青いこいのぼり」が泳いだ大曲浜地区です。直後からほぼ全員移転希望です。と言うより建物を建てられる状況にありません。地盤沈下の上にヘドロの山です。

東松島市は小さな自治体ですが、市の面積のかなりの部分が被害に遭いました。被害が大きすぎて、救援物資も、報道も、ボランティアも入れなかった、取り残された状況が続きました。

高橋選手の両親は沿道でお姉さんの遺影を持って応援していました。お父さんは、息子の頑張りに元気をもらい、テレビのインタビューに「私も頑張りますので」と答えていました。お父さんは東松島市の職員です。

駅伝のテレビ観戦で一喜三憂している間に、東日本大震災復興支援のために昨年１０月１日から、宝塚市から岩手県大槌町地域整備課に派遣されていた男性職員（４５）が宿舎として利用していた宮古市内の仮設住宅で自殺していたことが３日にわかった、という記事が５日の「岩手日報」と「河北新報」に載りました。

家族は２日から連絡が取れなくなり、３日朝、妻が心配して宮城県南三陸町に派遣されている同僚に確認を依頼し、同僚が午後７時ごろ首をつった状態の遺体を発見したといいます。

任期は３月３１日までの６カ月間で、区画整理に伴う住民への用地交渉などを担当していました。先月２９、３０の両日は、町役場で復興計画に関する住民のヒアリング調査を夕方まで行っていたといいます。

室内には仕事に関する内容が記された宛名のない遺書が残され、「ありがとうございました。大槌は素晴らしい町です。大槌頑張れ」と書かれていたといいます。

詳しい理由はわかりませんが、派遣職員の自殺は何人目でしょうか。悔しい限りです。

知った時、駅伝の感動は消えてしまいました。

亡くなった方に感謝することと、岩手の方向を向いて手を合わせることしかできません。

昨年１２月２０日付の「河北新報」の「東日本大震災　マンパワー不足／自治体が負うべき責任か」というタイトルの社説です。

「東日本大震災で被災した岩手、宮城、福島３県の自治体で、復興に当たる職員の不足が続いている。知事が直接、関係自治体に電話攻勢をかける。市長、町長が現地を訪ね、お礼と要請の行脚を重ねる。被災自治体は懸命の派遣要請を繰り広げている。

東京都をはじめ他の都道府県からの協力により、職員不足は解消の方向に向かっているように見える。それでも１１月１日現在、３県の不足数は計４５３人。充足率は７３％にとどまる。

土地区画整理や集団移転など、復興に欠かせない大規模工事を担当する技術系職員が足りない。土地の買い上げや用地交渉を受け持つ事務系職員も不足している。

……

国や独立行政法人に所属する技術系職員を直接被災地に派遣すること、また民間に人材の供給を強く求めることを、国はもっと積極的に進めるべきだ。復興に協力し得る人材の幅を、今より広げることが必要だ。

２０１２年度当初、２００人余りの職員不足に陥った石巻市。１３年度予算は５３６２億円と、震災前の約９倍に達することが見込まれる。事務量が膨大になることに加え、土地区画整理や港湾改修といった復旧・復興事業が加速する。来年度の職員不足は２３７人に広がる見通しだ。

……

民間の協力は緒に就いたばかりだ。自治体には 『派遣をお願いする立場』 との遠慮が付きまとう。国が主導した経済団体などへの働き掛けは欠かせない。

省庁から被災３県に派遣された職員数は、ことし４月の段階で１８４人。知事会の派遣数の４割だ。うち半数は農業土木系技術者で、区画整理や集団移転の専門職員は３県合わせて１１人にとどまっていた。復興業務が本番を迎える被災自治体に、人探しまで責任を負わせるのは酷だ。国の専門職員の派遣など、新政権の積極姿勢が求められている。」

何度も何度も書きましたが、現在の被災地の状況は行政改革「小さな政府」政策の二次被害を受けています。各自治体に日常的にゆとりがない中に震災に見舞われ、職員を奪われました。派遣する全国の自治体にもゆとりがありません。それでもやり繰りをして派遣しています。

災害に強い国を作るというのなら、土木事業にだけ力を注ぐのではなく、自治体職員の人員増による“ゆとり”が必要なことは東日本大震災からの一番大きな教訓です。

残念ながら衆議院選挙が終わり、参議院まであと半年ある中で、復興のスローガンは４か月葬り去られます。その間に、大手土建、住宅建設会社が闊歩します。それらは民間活力ではありません。収奪です。被災者を食い物にします。

１２月１３日の「河北新報」に「抑うつ状態、久慈９．４％　復興業務の本格化で急増か」の記事が載りました。

岩手県総務事務センターは、東日本大震災の復興業務による心理的な影響を把握しようと、１１年と１２年の６月、本庁と県内９カ所の保健所管内別の出先機関を含む県職員３．８５０人を対象に、各保健所管内別にメンタルヘルス（心の健康）検診を実施しました。

その結果を、盛岡市で９日に開かれた震災被災者の支援を考えるシンポジウムで岩手県立大社会福祉学部の青木慎一郎教授（精神保健）が分析して発表しました。

抑うつ状態と診断された職員の割合は、全体の５．４％に当たる２０６人。１２年度は久慈保健所管内の９．４％が最高で、前年度の３．７％から急増しています。次いで、釜石６．６％、二戸６．１％、大船渡５．６％の順に高かったといいます。

前年度は被災規模が大きい宮古７．２％、大船渡６．３％、釜石５．８％が上位を占め、久慈の３．７％は最も少なかったといいます。震災直後は、混乱した被災地の対応などで抑うつ状態になる職員が多かったとみられます。

久慈以外の保健所管内は、前年度に比べ、有意な変動はなかったといいます。

青木教授は「被災規模が比較的小さかった久慈では復興計画の策定が早く、計画実行に伴う過重労働で抑うつ状態が増えた」と分析。復興業務の本格化を控える宮古、釜石、大船渡管内も来年から再来年にかけ同様の現象が懸念されると指摘しました。

県総務事務センターは「年に３回程度の面談を行うほか、日常的な健康管理を徹底し、異常の予防・早期発見に努めたい」と話しています。

１１月５日の「活動報告」で、昨年７～８月に宮城県内の沿岸部２、内陸部１か所の自治体職員９７５人に実施した地震直後の業務内容の調査結果について書きました。結果は、業務に関して苦労を感じたこととして、「震災に関係する業務が多く、非常に忙しかった」６５．２％、「復旧のため業務上の混乱が長く続いた」５１．７％、「人手不足による苦労が増えた」４９．４％、「先が見えない仕事が多くつらかった」４１．８％、「いくら働いても仕事が終わらなかった」３４．３％などの順でした。

調査をした筑波大学の松井教授はストレスを抱えたままの職員も多く、「自衛隊や消防関係者に比べ、感謝の気持ちが向けられることが少ない。地域住民は自治体職員の苦労を理解してほしい」と言っていることを紹介しました。

地震発生から約１年半後の心的外傷後ストレス障害（ＰＴＳＤ）の症状は、全体の２６．８％にみられました。「地震のことを思い出すと、その時の気持ちがぶり返す」「睡眠の途中で目が覚めてしまう」「いらいらして怒りっぽくなっている」などが挙げられていました。

松井教授は「自治体職員は住民からの支持が弱い一方で、今もゆとりのない勤務状況が続いている。外部からの応援やカウンセリングなどのストレスケアが必要だ」と助言しています。

経験したことのない職務の連続等や無制限の過重労働が抑うつ状態を作り出しています。

もう１つ「河北新報」の１０月２９日の記事です。

１１年度の宮城県職員（警察官を除く）の年間残業は１人当り年１４５時間だったと言います。震災発生直後の３月１１～３１日分を含む１０年度は１１４時間です。１１年度は恒常的に業務量が多くなっていた状況がうかがえると分析しています。０９年度は８２時間です。

この数字は本当でしょうか。宮城県職員は震災があっても「これしか働いていなかった」のでしょうか。このような報告書が行政改革をさらに推進させます

実態は隠されています。その隠す体制管理が、職員に無理解に無理を強いているのです。職員への労わりの姿勢がまったく見られません。

ちなみに、精神的な症状を理由とした休暇取得人数は、１０年度から１７人増えて８３人となっています。ここに問題の深刻さが表れています。

県として、真面目に対策を取っていません。

さまざまなデータの数字は、みな体調不良に陥る直前の状態で頑張っているということを物語っています。

異常の予防・早期発見はお互い様ですが、自分が体調不良になったら他者の異常に気付きません。

対策については、繰り返しますが、このような状態のなかで日常的に業務遂行しているのは自分だけではないことを、自治体労働者や教職員はお互いに理解し合う必要があります。復興に向けて今必要な業務を遂行していることを確信する必要があります。忙しい中でもお互いに労わり合い、そして休息を保障し合い、日常を取り戻させる必要があります。県や医療機関などに頼るのではなく自分たちの中で“お互いのゆとり”を確保し合う必要があります。

自治体職員を抜きにして復興はありません。そのことを自覚するなら、いま無理をするのではなく、長期に関われる心身を確保しておくことが必要です。

「感謝を胸に再興の道を歩もう」

2012/12/07(Fri)

１２月７日（金）

東日本大震災から２度目の冬、そして２年目を迎えようとしています。

１年が過ぎた頃から、被災地で活動した各組織・団体が経験を記録として残す作業を開始し、教訓を共有するために記録集を出版しています。そのなかの仙台市消防局、岩手日報社、福島県警察署の３冊から、惨事ストレス対策に絡めた手記を紹介します。

どれも未曾有の事態に対する組織としての対応、職員の思いがひしひしと伝わってきます。みな全力を尽くしました。しかし「あの時こうやれば……」「もっとやれたことが……」の思いに駆られています。

災害救助活動に完璧などありません。その思いを教訓化することが次の災害救助活動の時に生かされ、被害を小さくします。

仙台市消防局が発行した『東日本大震災にける消防活動記録』です。A４版で２０４ページ、写真入りです。

職員も被災者です。

「ある同僚は家族の安否がわからない状態のまま、現場活動に従事していました。救急事案にて病院に負傷者を搬送した際に、自衛隊により救助された負傷者の搬送があり手伝いにいったところ、その負傷者と言うのがまさに行方不明だった家族だったということがありました。」

同僚は職務を継続したのか、付き添ったのかまではわかりませんが、会えてよかったです。半分だけ安心できました。

「連絡が取れない家族等の安否確認や家財などの損壊程度が計り知れない不安感などで、これまで経験したことのない閉塞感を職員のだれもが感じ、行き詰るストレスのやり場がない状態で、職員間の意見の摩擦など表れ出したところもあった。そうした頃、地震発生からから６日目のことである。『一時帰宅』という措置がとられた。我々職員は自分の耳を疑った。

それは、本来、職場で取るべき休憩や仮眠を、環境を移して自宅で取る‥。という解釈の措置であり、不眠不休の業務継続の末、職員の心と身体の健康管理を考慮した結果の策であった。

『家に帰れない‥』、『家族に会えない‥』という日常生活において当たり前のことができない日々が続く中で、消防の活動を期待して止まない市民に対しては、消防職員がその業務を離れ自宅に戻ることなど許されないと思っていた。まして、夫や妻、父や母、そして息子や娘の側面を持った消防職員の家庭では、その職員の帰りをいち早く待ち望んでいる家族など誰もいなかった。

それは誰もが理解し、『当然のこと』と自らを納得させていたからこそ、それぞれの心の中にじっと閉じ込めていた『耐える‥』という封印感情の中で職員も葛藤していた。

しかし、その耐える力にも限界があって、個人差もあった。消防職員とて人間である。睡眠も必要であれば、心配ごとで仕事が手につかないこともある。そんな思いを組織は理解してくれ、思い切った措置を取ってくれたのである。

我々職員は涙がでる思いであった。素晴らしい組織である。職員を大切にしてくれていることを実感した。

……職責を離れ、私人として自宅に戻り家族と再会することへの後ろめたさ、罪悪感のような感覚をもった職員は、１人、２人だけではないはずである。

こうしてとられた一時帰宅の措置によって、消防職員として使命を達成させることの誇りと、家族への感謝の気持ちをあらためて心に刻み込み、心にビタミン剤を補給して職場に戻ってきた職員たちの顔は、みな穏やかで、我々職員は働く活力を取り戻した。」

組織として長期戦を覚悟すればこそ、職員１人ひとりと家族の心身の安心・安定をはかる必要があります。

とはいうものの、活動が不眠不休で長期になる中で、職員は自分がどのような活動をしているのか、何のために活動しているのか、役に立っているのかが分からなくなっていきます。自分自身を失い、不安とともにストレスが溜まります。

そのようなときに職員の士気を高めたのは、３月２２日と４月１日に最高責任者である局長から職員１人ひとりに届けられたメッセージです。慰労と感謝の意を表し、「使命」を再確認させ、「結束」を求めました。

「この仙台市を襲った未曾有の大災害に立ち向かっていくためには、皆さんの更なる力が必要とされています。今こそ一致団結して、この困難な状況を克服する時であると思います。我々の力を結束して仙台市民のために、共にがんばりましょう。」

職員はそれぞれ自分の職務の重要性を再確認できました。

そして支援、励ましです。

「野営の拠点として自署が決定した後、派遣県隊長とのやり取りで、『皆さんは、被災者なんだから一切お気遣いなく、何なりと指示してください。』と長旅の路から来られた方々から

逆に労われた。活動を終了し撤退される時も、『何処にいても消防は１つです。遠地からも応援し続けます。』と励まされ、惜別の思いで見送る際には消防応援の根源のようなものを身に染みて感じた。」

理解してくれる仲間がいることは心強いことです。

「ある火災現場で鎮火後、ホース等の資機材を撤収していると低学年の小学生たちが近寄ってきて片づけを手伝おうとした。『危ないからいいよ。でもありがとう。』というと『消防頑張って』と言って去っていった。」

市民も奮闘している姿をしっかりと見ていました。感謝していました。

岩手日報社編集局[著]の『風化と闘う記者たち　忘れない　平成三陸大津波』（早稲田大学出版部）です。

東根千万億常務取締役編集局長が書いています。

「東日本大震災発生から１年ほどは、一口で言うなら 『疾風怒涛の日々』 であった。発生直後は東北の広い範囲が停電、新聞は発行不能になりかけた。その後は流通網が寸断されたことによるガソリンなどの燃料不足、新聞用紙や新聞印刷インキの供給不足。二波、三波と押し寄せる津波のような危機だった。……

当時のメモ帳をめくると編集会議で幹部たちに説いた内容が震える文字で記してある。初期には『目の前の困難から逃げてはならない』『３月１１日を境にマニュアルのない世界に入った。平時の常識や定理は役に立たない。私たちは今、想像力を試されている』『千年に一度の災害なら次に起こるのは３１世紀。私たちが作る新聞は古文書として３１世紀の人々が読む。３１世紀に記録を残す気概で』と編集上の心構えを説いた。一線記者向けには『復旧、復興はこれから階段を踏んで進展する。被災地、被災者の自立を支援しなければならない』『子供たちは大人たちがどう立ち上がるか見ている』『地域、岩手、日本の未来を開くのは少年少女たちだ。津波によって教育の機会を奪われてはならない』と呼びかけた。」

「取材、紙面展開は自分の頭で考え、アイディアを出し合おう」と繰り返している中から生まれたのが震災直後から取り組んだ避難所ごとの避難者名簿報道です。（２０１２年６月２９日の「活動報告」参照）

川村公司編集局次長兼整理部長が書いています。

「帰還した記者たちは興奮状態とうつ状態が交差したような表情だった。１１日夕、陸前高田市に取材応援に入った佐藤俊男（現久慈支局長）は本社に戻り、疲れ切った顔でパソコンに向かっていた。がれきに埋もれた街、被災者の泣き叫ぶ姿、どこから手を付けていいのかわからない中での救助作業。あまりにも生々しい実情をどう伝えたらいいのか。書かなければならないこと、書きたいこと、頭の中で整理がつかない。デスクから指示された９０行（９００字）に収めることは至難の作業だった。」

佐藤記者が書いた記事は、事実を淡々と追っただけでした。それが被災地の実情で、記者が受け止め、報告できたことでした。（２０１１年４月１日の「活動報告」参照）

「佐藤は１３日、再び陸前高田市内に入り、避難所でたくさんの人だかりができている光景を目にした。掲示板に張られている避難者の名前だった。『私は無事ですよ』という意味で、避難してきた人たちが自分の名前を書いていた。読むことができない文字もあった。この報告を受けた太田代が『避難所に多くの人だかりができているようです。是非、避難者名簿をやりましょう』と紙面での掲載を提案してきた。これを機に、１４日付から２２日間にわたり役５万人の避難者名簿を掲載した。

震災直後、被災者が、県民が求めている情報は家族、親類、友人、知人の消息だった。記録として津波の猛威を伝えることはメディアの仕事の１つであるが、それ以上に地元紙としてやらなければならなかったことは『人の命』、安否情報だった。

『避難所で配られる新聞がくしゃくしゃになるまで読まれている。避難者名簿こそが最も必要とされている情報だと確信した』」

２０１２年３月１１日、岩手日報社は、東京都内と名古屋市で特別号外１万２千部配布しました。東京都と名古屋市から岩手県に対する支援が特別に大きかったからだと言います。（名古屋からの支援は、阪神淡路大震災の時もそうでした。１９６０年の伊勢湾台風の時の経験がそうさせるのではないかと言われています）

上段は横に大きく「岩手応援『ありがとう』」、右側は縦に「感謝を胸に再興の道を歩もう」です。

「全国各地から寄せられた支援に感謝の気持ちを表すとともに、震災から１年がたち、復旧、復興に向かっている被災地の姿を報告し、今後も被災地の住民、犠牲になった人々を忘れないでほしい」という思いを込めたといいます。

支援は続いていました。岩手から特別チームを編成して配布していると共同通信社の人たちは「われわれにも配らせてください」と言って手伝いました。

福島民報社刊の「『ふくしまに生きる　ふくしまを守る』　警察官と家族の手記」です。

９月７日の「活動報告」で、東京駅構内で開催された福島県警の写真展と手記の展示を紹介しましたが、それが本としてまとめられました。

その時に紹介した以外の手記です。

いわき東警察署勤務の３０代警察官といわき市から避難する直前の妻と息子（４歳）との会話です。

「原発事故の収束が見えない状態であり、さらなる原発の爆発の可能性が懸念されていたので、私はこの時が妻と息子との最後の別れになると心に決めて、妻にこう話した。

『息子が大きくなったら、パパは小名浜に残り、警察官として街のみんなのために頑張っていたと話してくれ。３人でもっと楽しい思い出を作りたかったが、それももうできそうにない。俺と一緒になってくれてありがとう』

それは初めて死を覚悟した上での言葉だった。

私は妻が『私たちと一緒に行こう』とでも言うのかと思った。

妻の口癖が『いつも３人一緒』だったからだ。

しかし妻から出た言葉は違っていた。

『絶対にまた小名浜に戻ってくるから、それまで頑張って』と妻は泣きながら話し、小名浜に残る私に仕事を頑張るよう励ました。

正直意外だった。

……

小名浜から離れていく妻と息子を見送り、私はいままで以上に行方不明になった方を１人でも多く探さなければと決意し、業務に戻った。」

警視庁から福島県に派遣された警察官の手記です。

「翌日の勤務では、私自身が初めて１人の行方不明者の方を発見することができましたが、残念ながらこの方もご遺体での発見でした。海に近い小さな川辺に浮いている状態で右手に携帯電話を握ったまま亡くなっていました。

この時私はその姿を見て言葉にならない衝撃を受けました。それは右手の携帯電話がその全てを物語っていたからです。『苦しかっただろう』『怖かっただろう』色々な感情が私の体の中を駆けめぐりました。

もし、立場が逆であったら、私は、発見者に何をして欲しかっただろうか。私にしかできないことがあるはずだ。そう考えたとき、私が１人の人間である前に、警察官であることの自覚がよみがえりました。『そうだ』この人を家族の元に返してあげることが私の使命ではないか。

そう気持ちが整ったときに、安らぎとともに少しだけでもお役に立てたことに警察官としての喜びに打ち震え実感したのでした。」

それぞれが、それぞれの部署で、大震災に「使命感」で立ち向かっています。

阪神淡路大震災のなかから『しあわせ運べるように』の歌が生まれ、今も歌い継がれています。

東日本大震災では『あすという日が』が歌われ続けています。

２番の歌詞です。

あの道を　見つめて　ごらん

あの草を　見つめて　ごらん
ふまれても　なおのびる　道の草
ふまれた　あとから　芽ぶいてる
いま　生きて　いること
いっしょうけんめい　生きること
なんて　なんて　すばらしい
あすと　いう日が　くるかぎり
自分を　信じて
あすと　いう日が　くるかぎり
自分を　信じて

「ふまれても　なおのびる　道の草」の「道の草」を「みちのく（道の奥＝東北地方）さ」と聞こえたという方がいました。「踏まれても　なお伸びる　みちのくさ」です。
全国からの支援に感謝しながら「伸びる　みちのく」です。

「地域住民は自治体職員の苦労を理解してほしい」

2012/11/06(Tue)

１１月５日（火）

１０月２８日付の『河北新報』に、「震災被災自治体職員、ＰＴＳＤも　『理解とケアを』筑波大調査」の見出し記事が載りました。
調査は、筑波大大学院人間総合科学研究科の松井豊教授（社会心理学）が、今年７～８月に宮城県内の沿岸部２、内陸部１か所の自治体職員９７５人に質問用紙を配布、郵送回答の方法で実施しました。有効回答は６１５人で回収率は６５．３％でした。
地震直後の業務内容を複数回答で尋ねると、ほぼ全員が震災関連業務に携わっていました。具体的には「避難所や施設の運営」５９．０％、「支援物資の運搬・配送・搬入」５５．９％、「住民への物資の配布」４５．２％、などでした。
業務に関して苦労を感じたこととしては、「震災に関係する業務が多く、非常に忙しかった」６５．２％、「復旧のため業務上の混乱が長く続いた」５１．７％、「人手不足による苦労が増えた」４９．４％、「先が見えない仕事が多くつらかった」４１．８％、「いくら働いても仕事が終わらなかった」３４．３％などの順でした。

ストレスを抱えたままの職員も多く、松井教授は「自衛隊や消防関係者に比べ、感謝の気持ちが向けられることが少ない。地域住民は自治体職員の苦労を理解してほしい」と言っています。

地震発生から約１年半後の心的外傷後ストレス障害（ＰＴＳＤ）の症状は、全体の２６．８％にみられました。「地震のことを思い出すと、その時の気持ちがぶり返す」「睡眠の途中で目が覚めてしまう」「いらいらして怒りっぽくなっている」などが挙げられました。

松井教授は「自治体職員は住民からの支持が弱い一方で、今もゆとりのない勤務状況が続いている。外部からの応援やカウンセリングなどのストレスケアが必要だ」と助言しています。

松井教授の「自衛隊や消防関係者に比べ、感謝の気持ちが向けられることが少ない。地域住民は自治体職員の苦労を理解してほしい」は本当にそうです。

自衛隊や消防関係者と自治体職員や教職員のストレスは違います。

自衛隊や消防関係者の被災地派遣における活動は、日常的に訓練を重ねて他者にはできないことを集団で行ないます。部隊はローテーションが組まれていますので短期間です。被災住民との直接の接触は多くありません。（阪神淡路大震災の時、自衛隊が本来の業務から半年間離れて居座りましたが、よっぽど暇だったのでしょう）消防関係者においてはストレス解消対策も取られています。

自治体職員や教職員は、被災住民の非常・日常に直接接しながら、しかも自分自身も被災住民である者はそのことを抑え込んで、そこにとどまって業務を遂行しています。これまで経験したことがない新たな業務が発生し、人員不足の中で１人で何役もこなさなければなりません。

被災住民は、時間の経過とともに必要品や要求・要請に変化が出てきます。心理状態も変動していきます。不安感が増大していきます。そのサイクルは置かれている立場で違い、格差は拡大していきます。

自治体職員や教職員はそのような被災住民に日常的には個別に対応します。実際に持っている権限は大きくありません。そのなかで被災住民から不満や怒りをぶつけられる場合もあれば、被災住民の体験を追体験してしまう場合もあります。しかし自身のストレスを解消する手段はあまり保障されていません。このようなことが理解されていません。そして今も「先が見えない仕事が多くつらい」、「いくら働いても仕事が終わらない」状況が続いています。

このような状態のなかで日常的に業務遂行しているのは自分だけではないことを、自治体労働者や教職員はお互いに理解し合う必要があります。復興に向けて今必要な業務を遂行していることを確信する必要があります。忙しい中でもお互いに労わり合い、そして休息を保障し合い、日常を取り戻させる必要があります。

自治体職員を抜きにして復興はありません。そのことを自覚するなら、いま無理をするのではなく、長期に関われる心身を確保しておくことが必要です。

被災住民から不満や怒りは直接的には自治体職員に向けられても、実際は政府や県に対するものです。立場は違っていても共有できるもの・共通の課題もあります。

８月２４日、自治労は岩手・宮城・福島の自治労に加盟する、主に沿岸部の労働組合の全組合員１３．０８５人を対象に、今年５月時点で実施した「こころの健康」調査の結果を公表しました。「Business Labor Trend」（労働政策研修　研究機構発行）２０１２年１０月号にその分析が載りました。

６．２７４人の有効回答（男性４４．４%、女性５５．６%。３０歳代、４０歳代、５０歳代がそれぞれ２７～２９%で分布）について集計・分析しています。

調査結果からは、未曾有の大震災のなか、被災自治体の職員が安全や健康をどう確保するかという問題に晒されながら、業務に当たらざるを得なかった様子が浮き彫りになっているといいます。

具体的調査結果としては、福島県の被災自治体職員（２．４５５人）のうち５５．２%が警戒区域・計画的避難区域での業務経験があるが、防護対策が「講じられていた」は１８．１%に過ぎず、「講じられていない時があった」（３９．６%）と「講じられていなかった」（４２．３%）を合わせて不充分だったとの回答が８割超にのぼっています。

また、回答者全体の７１．８%が放射線の健康に対する影響を不安に感じつつも、放射線に関する情報が「提供されている」が１７．７%にとどまり、「あまり提供されていない」（５９．１%）と「まったく提供されていない」（２３．１%）を合わせて８割超が不充分と回答しています。

震災後の業務で被災住民から理不尽なクレームを受けた経験は、４２．４%、被災住民から暴言・暴力を受けた経験は３４．０%にのぼっています。被災自治体職員の過酷な震災業務の実態が浮き彫りになっています。

震災後に安全衛生委員会などの活動が機能していたかの質問に、「分からない」（４１．５%）でもっとも多く、次いで「機能しなかった」（３５．４%）、「機能していた」（６．１%）、「少し機能していた」（１７．０%）と感じています。

時間外労働の状況を尋ねると、震災発生直後から１か月間の時間外労働は「震災前より大幅に増えた」が４７．２%で、「増えた」の２６．８%と合わせて４人に３人が「増えた」と回答しています。

調査時点では、「大幅に増えた」は１２．１%、「増えた」は２８．８%まで減少しています。

調査時点でもなお職員の２３．８％が震災対策業務に就いています。業務支援については、震災直後から３か月間は４３．３％の職員が「あった」と回答していますが、現在は１９．５％まで落ち込んでいます。

休日数が「震災前より減った」は２９．２％、睡眠時間では３３．７％にのぼっています。被災自治体の職員が、恒常的な業務過多に陥っているようすが浮き彫りになっています。

ストレス症状は、「ひどく疲れた」（４７．５％）、「気が張り詰めている」（４４．４％）、「だるい」（４３．５％）、「へとへとだ」（３７．５％）、「不安だ」（３６．９％）などが高くなっています。メンタル症状（いつも・たいてい計）でも、「気分が沈み込んで晴れない」（１４．６％）や「何をするのも骨折り」（１３．４％）などが上位にあります。

今後のメンタルヘルス相談やカウンセリングの希望を尋ねると、「受けたい」または「必要」との回答が４５．４％にのぼりました。実際に受けたことがある職員は全体の１３．９％で、そのうち２７．９％が「気が楽になった」、５．７％が「仕事に前向きになれた」などと回答しています。

こうした結果を受け、自治労では「これまでも被災地域の実態等をヒアリングし、人員確保のための政府要請を行ってきたが、今後も抜本的な対策を講じるよう努力する」とともに、「今後、復旧・復興業務がさらに長期化すれば、中心的役割を担う仲間（被災自治体の職員）が、ストレスで体調を崩してしまう恐れがある」（徳永秀昭委員長）と判断。この間、被災組合員のため「こころの相談室」を設置して、カウンセラーを派遣するなどの取り組みを進めてきたが、「これ以上、ストレスを増やさないためにも、メンタルヘルスケア等の体制整備とそのための予算を継続的に確保することが重要」（同）として、国・自治体への要請強化に取り組む構えだといいます。

調査結果からは、東日本大震災後、自治体職員が大変な状況の中で業務遂行をしていたことが改めてわかりました。自治体職員も被災者であり、福島原発事故の被害者です。放射線への対策は緊急時でも安全の保障は優先します。

大震災などが発生した場合、自治体職員の業務が過重になるのは避けられないことです。しかも今回の大震災は「小さな政府」政策の推進のなかで定員が削減され、日常的体制にもゆとりがない状況下に発生しました。

しかし大変だったというわかりきった回答を強調するだけではあまり意味がありません。共感を得られません。それだけを強調すると、逆に被災住民と敵対する結果になりかねません。それは実際に被災住民と対応した職員の本意ではありません。

報告を読んで、自治労は調査票の項目作成の過程から、自治体労働者が 「被災住民からの被害者」でもあると捉えているのではないかという思いを拭えません。自治労と組合員の職員に感性のずれが見られます。

最近、自治体職員の業務は住民に対する「サービス業」と主張されたりします。しかしそれは自治体と職員が住民から一段高いところに位置する「小官僚」に成り下がっていることに対する反論です。本来、双方はパートナーの関係のはずです。労働組合は「小官僚」への成り下がりをチェックする役割も持っています。

自治労は、政府の「小さな政府」政策の推進に対して、なぜ住民から反対意見が巻き起こらなかったのかを捉えかえす必要があります。労働組合という組織を内向きに守ることだけが任務になっているようにしか見えません。

体調を崩した職員には医療機関等での治療が必要です。

しかし職員にとっては、「こころの相談室」を設置し、カウンセラーを派遣する取り組み、職員が調査に際してだけ本音を訴えるのではなく、日常的に不安や不満を語り合える、理解し合える職場環境を作りの取り組みが必要です。不安や不満が早急に解決しなくても、共有することで減少に向かわせる人間関係の構築です。

他力本願による解決は平時での解決も困難にします。いや、平時での取り組みの放置が非常時の困難な事態を加速させているのです。