

# 大震災地元記者 PTSD疑い2割

## 【発生1年後 120人調査】

大災害や大事故を体験した人々の身体に不調が表れる「惨事ストレス」。被災者や遺族らを取材したジャーナリストにも同様の症状が表れることが分かってきた。東日本大震災を取材した地元新聞社の社員らを対象に行われた調査では、発生1年後でも「心的外傷後ストレス障害」(PTSD)の疑いのある記者が2割を超えた。研究グループは6月に報告書をまとめる予定だ。【壺宏士】

記者やカメラマンらジャーナリストを対象にした惨事ストレスを研究しているのは、社会心理学者らでつくる「報道人ストレス研究会」(代表、松井豊・筑波大教授)。東日本大震災の発生直後からジャーナリストの惨事ストレスに関する文書をホームページに掲載し、注意を呼びかけた。より質の高い取材のためには、自分の状態を知り、被災者との関係をうまく築くことが必要と考えたからだ。

惨事ストレスは、悲惨な災害・事故を経験した人に表れる。症状は、惨状に対する現実感を失う(解離)▽惨事の光景を突然、思い出す(再体験)▽つらい体験を思い出すことを避ける(回避)▽不安や興奮状態が続いてよく眠れなかったり、仕事に集中できなかったりするなど。めまいや吐き気、食欲不

振などを伴うこともあり、発生頻度は1カ月を過ぎたあたりから大きく下がる傾向にある。しかし、中にはその後も長期にわたって症状を示すケースがある。

惨事ストレスは被災当事者だけでなく、消防職員や警察官、自衛隊員らにも表れることが知られていた。研究会によると近年、惨事を取材したジャーナリストも、同様の症状を発することが分かってきた。

### 「遺体見た」30%

研究会は、全国紙、地方紙の労働組合でつくる「日本新聞労働組合連合」(新聞労連、日比野敬陽委員長)と協力し、東日本大震災の発生(2011年3月)から約1年後の12年2〜3月、地元新聞社の記者やカメラマンらを対象に調査を行った。

調査対象は、デリーー東北(青森県)▽岩手日報(岩手県)▽河北新報(宮城県)▽福島民友(福島県)▽茨城新聞(茨城県)の5紙計270人。うち120人から回答を得た(有効回答率44.4%)。内訳は男83.3%、女16.7%。年齢別では20代30%、30代40.3%、40代28.3%など。職種別では記者68.3%、カメラマン10.8%、支局長5.8%など。

質問は21項目(複数回答)。記者自身が体験した状況は、「余震の危険がある場所で取材・報道活動を行った」が86.7%。東京電力福島第1原発事故に関連し、「放射線による被害が懸念される場所で取材・報道活動を行った」も35%。30%が「遺体を見た。あるいは遺体に触れた」。21.7%が「津波による被害を受けた様子(子どもをじかに目撃した)」。普段より過度に体力を消耗したとの回答が75%だった。

取材に伴う問題や困難について、75.8%が「取材対象者に対する接し方に関して悩んだ。あるいは、気がめいるようになった」(32

- ▽涙もろくなった 41.7%
  - ▽強い無力感や悔しさを覚えた 38.3%
  - ▽憂鬱になった、気がめいるようになった 32.5%
  - ▽睡眠障害 26.7%
  - ▽無気力感や脱力感、極度の疲労感を覚えやすくなった 26.7%
  - ▽震災に関連するいやな夢や悪夢をよく見た 25.0%
  - ▽怒りっぽくなった、感情的になり言葉が厳しくなった 24.2%
  - ▽飲酒または喫煙量が増加したか、逆に減少した 23.3%
  - ▽食欲不振・胃腸の調子が悪くなった、多く食べるようになった 18.3%
  - ▽強い罪悪感や自分を責める気持ちを持った 15.8%
  - ▽何かのきっかけで現場の光景や音がよみがえることがあった 14.2%
  - ▽取材よりも救援活動に当たるべきではないかと悩んだ 13.3%
  - ▽現場での取材活動中、足がすくむような感じがした 5.8%
  - ▽症状はまったくなかった 11.7%
- (抜粋。複数回答)

調査にあたっては川崎医療福祉大(岡山県倉敷市)の福岡欣治・准教授(臨床社会心理学)は「東日本大震災は災害の規模が大きかったことに加え、調査対象が地元新聞社の社員だったため、継続的に災害現場や被災者とかかわっていることや、記者自身が被災者でもあることが大きな要因ではないか」と分析する。

調査では「職場で自分の考えや気持ちについて気兼ねなく話せる雰囲気があった」「組織の中で、自分は受け入れられていたと思う」との質問に「はい」と答えた人は、そうでない人よりもストレス反応を示す割合が小さかった。

福岡准教授は「平常時から支え合う職場風土の醸成など組織としての対応も必要。記者一人で勤務することが多い地方機関の記者には、休養を取らせるなど配慮が必要だ」と指摘する。

新聞労連は、調査結果の一部を惨事ストレス対策を掲載したパンフレットを作成。近くインターネットで公開する。

### 睡眠障害26%

研究会は、取材開始から1カ月間のストレス反応についても探った。「涙もろくなった」が41.7%で最も多く、「強い無力感や悔しさを覚えた」(38.3%)、「憂鬱になった、気がめいるようになった」(32%)と続く。26.7%が「睡眠障害」に該当した。20.8%が「PTSDの疑いがある」と答えた。一方、56.7%が「取材対象者から感謝された」、41.7%が「自分の報道が誰かの役にたったことを実感した」と回答し、やりがいを感じている様子も浮かがる。

研究会は、取材開始から1カ月間のストレス反応についても探った。「涙もろくなった」が41.7%で最も多く、「強い無力感や悔しさを覚えた」(38.3%)、「憂鬱になった、気がめいるようになった」(32%)と続く。26.7%が「睡眠障害」に該当した。20.8%が「PTSDの疑いがある」と答えた。一方、56.7%が「取材対象者から感謝された」、41.7%が「自分の報道が誰かの役にたったことを実感した」と回答し、やりがいを感じている様子も浮かがる。

### 自らも被災者

調査にあたっては川崎医療福祉大(岡山県倉敷市)の福岡欣治・准教授(臨床社会心理学)は「東日本大震災は災害の規模が大きかったことに加え、調査対象が地元新聞社の社員だったため、継続的に災害現場や被災者とかかわっていることや、記者自身が被災者でもあることが大きな要因ではないか」と分析する。

苦勞した。30.8%は「取材対象者に心理的な負担をかけた結果に悔みつつあり」と感じていた。「被害者に強く感情移入し取材を続けるのが困難になった」と回答した人も16.7%いた。「問題や困難はなかった」は6.7%で、9割以上が真摯を抱えながら取材していた。取材や報道の内容については、40.8%が「現場にいた人から非難を受けた」とし、20.8%が「プライバシー保護のため報道を控えた」と答えた。一方、56.7%が「取材対象者から感謝された」、41.7%が「自分の報道が誰かの役にたったことを実感した」と回答し、やりがいを感じている様子も浮かがる。

心的外傷後ストレス障害(PTSD)の疑いがあるかどうかを判別する調査結果(25点以上は「疑いあり」)

0点	6.7%
1~4点	14.2%
5~9点	16.7%
10~14点	15.0%
15~19点	14.2%
20~24点	10.8%
25~29点	5.8%
30~34点	4.2%
35~39点	3.3%
40~44点	5.8%
45~49点	0.8%
50点以上	2.5%

\*出来事インパクト尺度を改訂版(IES-R)による

研究会が08年、新聞社の非営利職を対象に実施した調査では12.3%、「兵庫県精神保健協会」(95年1月)から13カ月後に消防職員を対象とした調査では15.9%。今回の調査結果はそれを上回る。

研究会が08年、新聞社の非営利職を対象に実施した調査では12.3%、「兵庫県精神保健協会」(95年1月)から13カ月後に消防職員を対象とした調査では15.9%。今回の調査結果はそれを上回る。