

【3・11を想う】元陸将 本松敬史さん

災害派遣、隊員のメンタルケアを

陸上自衛隊元陸将の本松敬史氏（58）は東日本大震災当時、被災地に派遣された部隊のメンタルヘルス対策に当たり、惨事ストレスにさいなまれ、自衛隊員としての使命感ゆえに自責の念に駆られる隊員たちへのケアの必要性を痛感した。震災後も豪雨災害や家畜伝染病など、自衛隊の活躍に国民の期待がかかる場面で数多くの部隊を指揮した。

【写真10枚】「3・11」東日本大震災を振り返る

——震災時の立場は

「陸上幕僚監部（東京・市ヶ谷）で陸上自衛隊の人事制度や隊員の処遇改善、メンタルヘルスを担任する人事計画課長だった。震災当日は午前中に北海道への人事異動の内々示を受けたばかり。宮城・三陸沖地震は、弘前の連隊長当時の防災演習（みちのくアラート2008）などを通じてある程度経験していたことから、強い揺れを感じた瞬間、『ついに来たな』と意外にも冷静に受け止め、覚悟を決めた」

——当時の陸上幕僚監部の状況は

「自衛隊や警察・消防、そしてマスコミのヘリコプターなどにより、地震や津波による被災情報を迅速かつ正確に把握でき、阪神淡路大震災のときよりも被害の全容解明は早かった。だが、映像で確認した津波の規模は想定よりも大きく、未曾有の災害だと認識した。

地震発生から3時間後には『大規模災害派遣に関する自衛隊行動命令』が発出され、現地に部隊が派遣されることになった」

——被災地から上がってきた報告は

「発生から72時間が経過するまでは通常人命救助を優先して行うが、いたる所にご遺体が残された状況。こうした状態にあるご遺体の収容は、派遣された隊員にとってももちろん初めての経験だった。収容に当たり、足がすくむ若い隊員たちに対し、ベテラン隊員が自ら範を示して士気を鼓舞し、複数名でご遺体を丁寧に扱っていく。また、要救助者の捜索と道路の啓開を同時に行う隊員たちは、もはや使命感だけで動いていたと思う」

——自衛隊が収容したご遺体は全体の6割に当たる約9500体に入った

「大規模災害への対応に際しては、一気呵成（かせい）が可能（大量動員性）

で、かつ独自に野営できる（多機能性・自己完結性）という属性を有する自衛隊が有用であるとされる。東日本大震災においては、多数のご遺体を迅速に收容する必要性があり、現地ではこうした大量動員性が求められた。

厚労省や自治体との連携の下、ご遺体を仮洗浄し、ご遺族が多数見守る中で尊崇の念をもって、丁重に仮埋却し敬礼する。故人とご遺族とのお別れの場面に立ち会う隊員たちは、その使命感からくる『助けてあげられなかった』という自責の念、そして被災者に『何もしてあげられない』という無力感に苦しんでいたように思う」

——隊員のメンタルヘルス対策は

「一般論として、人間は悲惨な事象（惨事ストレス）に直面し、これが継続すると当該事象を無機質なものとして認知・認識してやり過ごす、いわゆる『自己防衛反応』が働く。現地でご遺体の收容に任じた隊員たちは、活動が終わるとさまざまな光景が脳裏をよぎり、体調に異変が生じる隊員も散見されたことから、『任務解除ミーティング』の手法を取り入れた。

宿営地の天幕などで5～10人が車座になり、照明を暗くしてその日の活動について1人ずつ話していく。犠牲者の姿と自分の家族を重ね合わせ、泣き出す隊員も多くいた」

——対策は有効に機能したか

「体系的にやらねば隊員の心が折れてしまうと判断し、手引書を作った。この手引書を基に、メンタルヘルスに詳しい『心理幹部』や臨床心理士の資格を持つ隊員でチームを組んで現地部隊を巡回、指導した。特にご遺体と接する部隊では解除ミーティングを徹底させ、隊員をまとめる中隊長への助言や、気分のすぐれない隊員へのカウンセリングも実施した。これにより、隊員たちは惨事ストレスが脳裏から少しずつ消えていくことを実感できた」

——その他の対策は

「被災地から離れた駐屯地を『戦力回復センター』とし、2週間ほど被災地で活動した隊員たちに4、5日間過ごしてもらった。睡眠や入浴はもちろん、臭いの染みついた服を洗濯し、生野菜をしっかりと食べさせた。被災地では冷え切ったレーション中心の食生活で、便秘や口内炎ができる者も多かった」

——その後自身も北部方面総監部（札幌）に異動になり、引き続き災害派遣に携わった

「北部方面隊からも約1万3千人の部隊隊員を岩手、宮城両県に派遣し、私も幕僚副長（当時）として派遣部隊の現況把握と活動基盤の改善に奔走していた。国民の皆さんが固唾をのんで見守るといった特異な緊張感の中で、自衛隊は約半

年間にわたる災害派遣活動を実施した。まさに『国難』とされる東日本大震災において、自衛隊は名実ともに国家・国民の『最後の砦（とりで）』であることを国の内外に示し、また、自衛隊にもさまざまな学びと教訓をもたらしたものと思う」

——今後の災害と自衛隊のあり方は

「わが国は、自然災害とは切っても切れない関係にある。自衛隊は今後とも国防と災害派遣の任務のバランスに配慮するとともに、行政や警察、消防と日ごろから良好な関係性を築いておくべきである。地域防災における『自助』『共助』そして『公助』という言葉が使われ始めて久しい。自然災害に際し、自治体の主導による地域住民の自助と共助の相互扶助の下に公助たる自衛隊は、後からやってきて、ある時期に抜けていく、いわば『つなぎ』の存在に過ぎない。ゆえに、こうした自然災害に際しては、自治体と地域住民が一体となって物心両面にわたる準備を実施していくことが必要だと思う」（聞き手 村嶋和樹）

【プロフィール】もとまつ・たかし 陸上自衛隊 元陸将。昭和37年生まれ。宮崎県出身。60年3月に防衛大学校を卒業後、陸自に入隊。東日本大震災の発生時には防衛省陸上幕僚監部人事計画課長で、災害派遣部隊のメンタルヘルス対策などを担当。統合幕僚副長、陸自西部方面総監などを歴任し、昨年8月に退官した。現在は日油株式会社顧問。