

## 「消防職員のストレスマネジメント支援システムの開発」に関する調査概要\*

平成 23 年 2 月

研究担当者

代表者：松井豊（筑波大学人間総合科学研究科生涯発達専攻 教授）

実施分担者：

畑中美穂（名城大学人間学部 助教）

兪善英（筑波大学人間総合科学研究科心理専攻 院生）

補助研究者：

服部文憲（株式会社エフ・ビー・アイ）

小宮 茂（厚木消防本部救急救命課）

※本研究は、消防防災科学技術研究制度の受託研究として実施されました。

2010 年 9 月上旬に実施した「消防職員のストレスマネジメント支援システムの開発」に関する調査にご協力いただいた皆さまにお礼を申し上げるとともに、結果概要を報告いたします。

本研究の目的は、携帯電話を用いた消防職員のメンタルマネジメントシステムを構築し、大惨事に遭遇した場合のスクリーニング問診と、日常的なストレスを定期的に把握しておく問診を統合したシステムを全国の消防職員に提供することでした。この目的のもとに、消防職員の方々が職務の中で経験されている衝撃的事案やストレスについて調査をさせていただきました。

調査方法は、職場での集団配布、個別郵送回収による質問紙調査でした。調査対象は、消防司令以下の消防職員で、関東圏内の消防本部にご協力いただき、各消防本部の職員を通じて該当者に個別に配布しました（配布総数 461 部）。2010 年 9 月上旬（5 日～9 日）に職場機関宛てに質問紙を発送あるいは持参し、10 月 3 日までに返送された票を対象としました。

主な結果は以下の通りです。

### 回答者の属性

有効回答者は 328 名（男性 314 名・女性 13 名・不明 1 名）で、有効回収率は 71.2%でした。

回答時の年齢は、「19 歳以下」0.3%、「20 代」15.9%、「30 代」37.2%、「40 代」27.7%、「50 代」18.9%、「60 代」0.0%でした。

回答時の階級は、「消防士」5.8%、「消防士長」32.6%、「消防司令補」39.3%、「消防司令」21.3%でした。（なお、消防司令長以上の階級は、本調査の調査対象に含まれていません。）

回答時の職務は、「消防」23.2%、「救助」7.6%、「救急」18.3%、「指揮本部要員」17.7%、「機関員」12.2%、「その他（兼務含む）」19.5%でした。

## 衝撃的災害の体験

回答者自身が、この10年間（平成10年以降）で衝撃を受けた出場事案があるかどうかを尋ねたところ、「この10年間は衝撃を受けた災害等に出場していない」は2割弱にとどまり（18.9%）、約8割の回答者が出場事案の中で何らかの衝撃を受けていました。衝撃を受けた事案としては、「交通事故救助」（46.6%）が最も多く、次いで「建物火災」（37.5%）、「急病等の救急業務」（35.7%）が多く挙げられました。

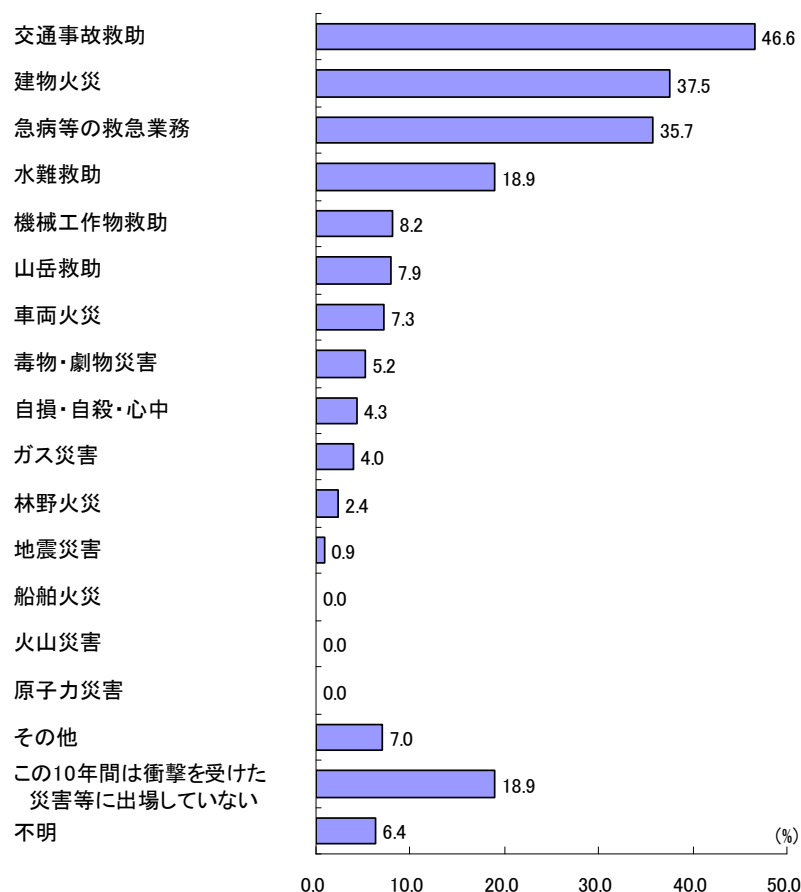


図1 災害の種類（問2 多重回答形式） N=328

## 衝撃的災害体験後のストレス症状

衝撃的な事案によってもたらされた外傷性ストレス症状の程度を調べる尺度（改訂版出来事インパクト尺度（Impact of Event Scale Revised : IES-R））に対する回答をみると、使用した22項目のうち、特に「どんなきっかけでも、そのことを思い出すと、その時の気持ちがちがふり返してくる」という症状が多くみられ、7割もの回答者が感じていました。また、全ての症状について「全くなし」と回答した者は14.2%（衝撃的な出場事案を経験した266名のうち、IES-R全項目に回答した211名中の比率）であり、8割を超える方々に何らかの外傷性ストレス症状が残っていました。

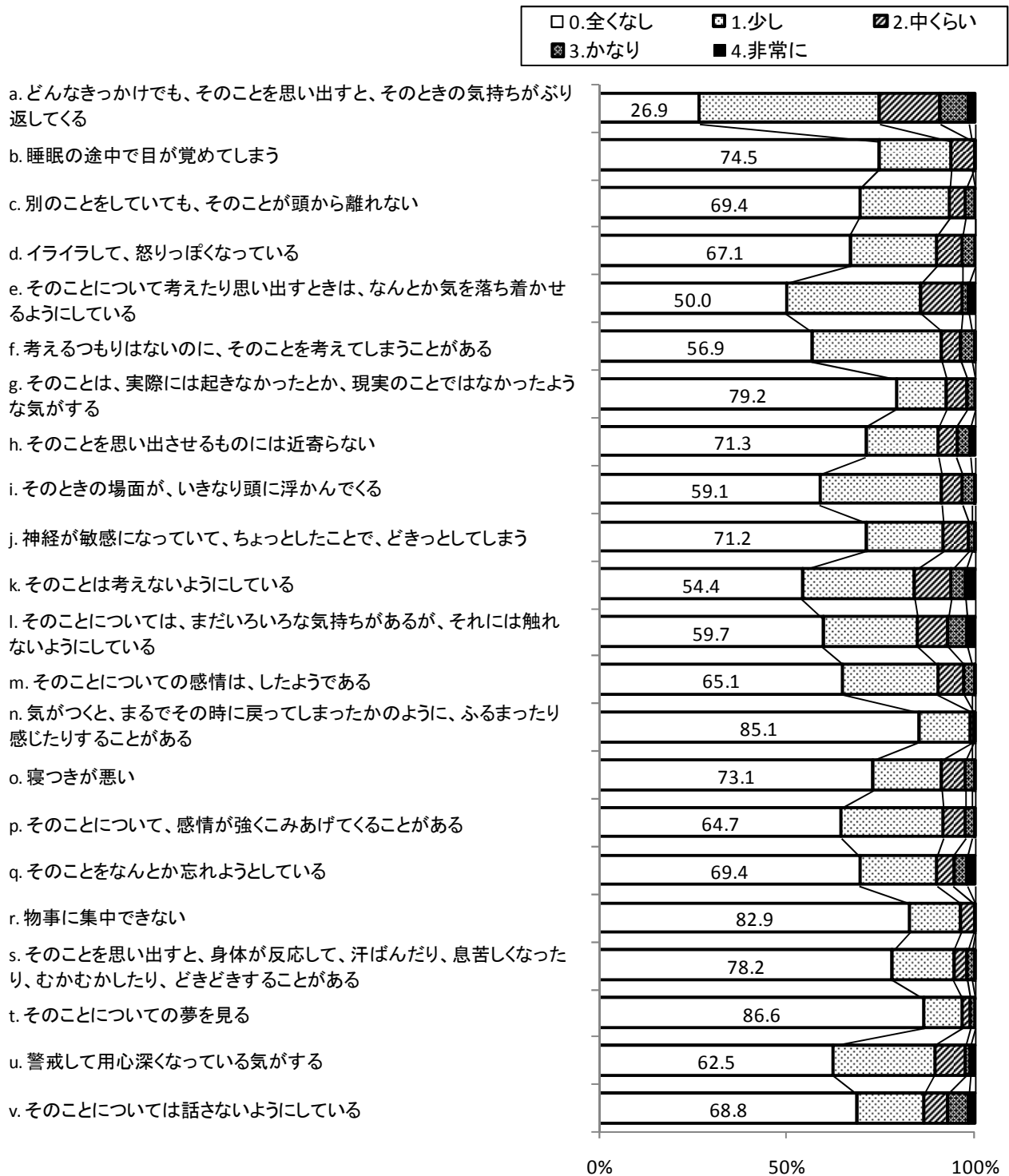


図2 衝撃的事案後の外傷性ストレス反応  
 (改訂版出来事インパクト尺度 (IES-R) の測定内容)  
 注: 項目 a~h, l, o, q~u は N=216、項目 i~k, m, n, p, v は N=215

この尺度（IES-R）を用いて算出された、PTSD（外傷後ストレス障害）の危険性が高いハイリスク群（尺度得点が 25 点以上の者）の割合は、回答者全体の 9.0%でした。この比率は、日本の消防職員に対する無作為抽出調査の結果（15.6%、消防職員の現場活動に係るストレス対策研究会，2003）よりもやや低い値でした。

なお、貴消防本部の回答者における PTSD ハイリスク群の割合は、9.4%（貴消防本部職員で IES-R に回答した 117 名中の比率）でした。

表 1 IES-R にもとづく PTSD ハイリスク群の割合

日本の消防職員に対する 無作為抽出調査の結果 N=835	本調査の回答者全体 の結果 N=211	厚木市消防本部の 回答者の結果 N=117
15.6%	9.0%	9.4%

#### 精神的健康の状態

精神的健康の程度を調べる尺度（精神健康調査票 12 項目版、(General Health Questionnaire: GHQ)）によって、調査に回答された方全員の精神的健康の状態を検討しました。使用した全 12 項目にわたり、精神的不健康を示す選択肢（「3.いつもよりできなかつた」「4.全くできなかつた」など）は 1 割～5 割程度でした。特に、「いつもストレスを感じたことがあった（あるいは、たびたびあった）」が多く（49.1%）、回答者の半数近くから日常的にストレスを感じていることが報告されました。

この尺度（GHQ）では、1 点以下は精神的健康状態に問題のない「低得点群」、2-3 点は精神的健康状態にやや問題が疑われる「中得点群」、4 点以上が精神的に不健康である可能性が高い「高得点群」とされています。本調査では、低得点群が 42.5%（「不明」を除く 320 名中の比率）、中得点群が 24.1%、高得点群が 33.4%でした。この比率は、日本の消防職員に対する無作為抽出調査の結果（低得点群 46.5%、中得点群 20.5%、高得点群 32.2%、消防職員の現場活動に係るストレス対策研究会，2003）とほぼ同率でした。

なお、貴消防本部の回答者における精神的健康の状態は、低得点群が 41.3%（貴消防本部職員で GHQ-12 に回答した 179 名中の比率）、中得点群が 22.9%、高得点群が 35.8%でした。

また、職階別に精神的健康の状態を比較した結果、本調査の回答者では、「消防士」（M=5.6）が「消防士長」（M=2.9）、「消防司令補」（M=3.2）、「消防司令」（M=2.7）よりも GHQ-12 得点の平均値が高く、精神的により不健康でした。



図3 GHQ-12得点にもとづく精神的健康のリスク群の割合

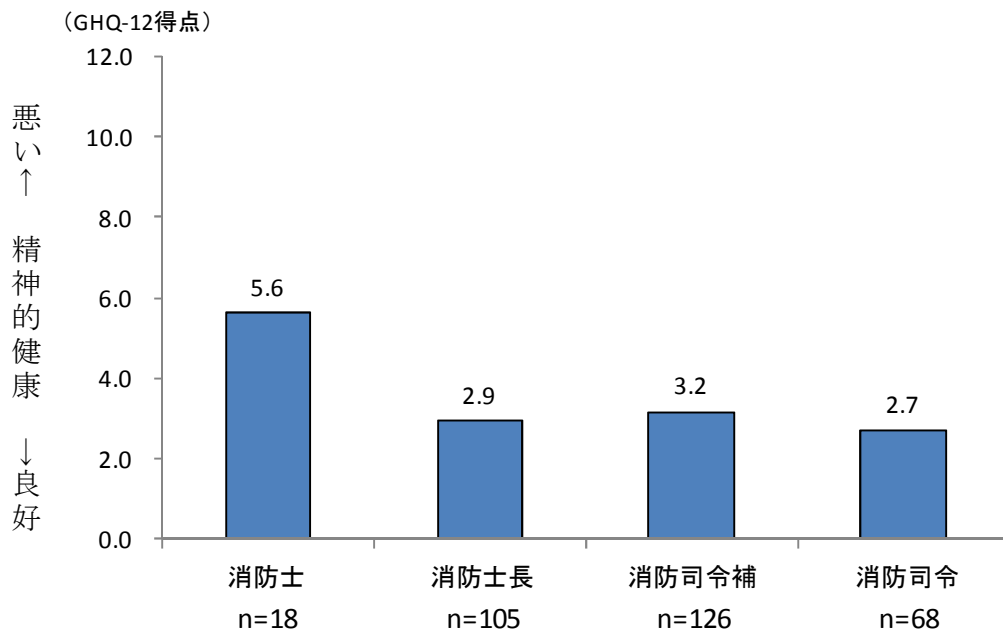


図4 職階別にみた精神的健康 (GHQ-12得点)

## ストレス・チェックリスト

本調査の結果をふまえ、消防職員のメンタルマネジメントのための2つのチェックリストを作成しました。1つは、衝撃的な事案に繰り返し遭遇することによって生じる蓄積性の（心的）外傷性ストレス反応の程度を把握するための問診（「蓄積性ストレスチェック」）です。もう一つは、疲労の程度などの全体的な精神的健康状態を把握するための問診（「全般的疲労チェック」）です。チェックリストには、携帯電話やパソコンからアクセスしていただけます（URL：[http://fishbowlindex.com/atsugi/ff\\_mental/](http://fishbowlindex.com/atsugi/ff_mental/)）。

これらのツールを定期的に利用していただき、消防職員の方々のメンタルヘルスに活用していただければ幸いです。

消防隊員のメンタルマネジメントシステム



悲惨な現場などで活動を行った後にご覧いただくチェック「惨事ストレスによる PTSD 予防チェック」  
（活動後1週間以内の回答をお勧めします）

[チェック画面へ](#)

仕事のストレスが溜まってきているとお感じの方へ（蓄積性ストレスチェック）

[チェック画面へ](#)

何となく疲れがたまっていると感じている方へ（全般的疲労チェック）

[チェック画面へ](#)

[惨事ストレスによる PTSD 予防チェックとは](#)

[蓄積性ストレスチェックとは](#)

[全般的疲労チェックとは](#)

図5 本調査をもとに作成されたストレス・チェックリストの入り口ページ

URL：[http://fishbowlindex.com/atsugi/ff\\_mental/](http://fishbowlindex.com/atsugi/ff_mental/)

このページには、携帯電話やパソコンからアクセスしていただけます。