修士論文（要旨）
2021 年 1 月

災害支援ボランティアのメンタルヘルスに関わる要因の検討

指導　池田　美樹　准教授

心理学研究科
臨床心理学専攻
219J4013
渡辺　啓介

Master’s Thesis(Abstract)
January 2021

A Qualitative Analysis of mental health for disaster support volunteers

Keisuke Watanabe
219J4013
Master's Program in Clinical Psychology
Graduate School of Psychology
J. F. Oberlin University
Thesis Supervisor: Miki Ikeda

目次

第 1 章　問題と目的 1
1.1　はじめに 1
1.2　災害支援ボランティアとは 1
1.3　災害支援者に生じるストレス 2
1.4　PTSD 3
1.5　惨事ストレス 4
1.6　災害支援者の惨事ストレス対策 4
1.7　災害支援ボランティアのメンタルヘルスケア 5
1.8　目的と研究意義 6
第 2 章　方法 7
2.1　調査期間 7
2.2　研究対象者 7
2.3　研究対象者の抽出方法 7
2.4　手続き 7
2.5　インタビュー項目 8
2.6　分析方法 8
2.7　倫理的配慮 9
第 3 章　結果 10
3.1　研究対象者の概要 10
3.2　分析対象者 10
3.3　災害支援ボランティア活動後のストレス反応 11
3.4　分析結果 11
（1）活動前 11
（2）活動中 13
（3）活動後 16
3.5 結果図と叙述 18
第 4 章 考察 21
4.1　災害支援ボランティア活動後のストレス反応 21
4.2　災害支援ボランティアの活動前のストレスや心理状態 21
4.3　災害支援ボランティアの活動中のストレスや心理状態 22
4.4　災害支援ボランティアの活動後のストレスや心理状態 24
4.5　災害支援ボランティアのメンタルヘルスケア 24
4.6　本研究の限界と今後の課題 25

謝辞
参考文献
資料

第 1 章　問題と目的

1.1　問題

災害時には，被災者だけでなく支援者も多くのストレスを受けることが知られている（新福・原田, 2015）。本谷（2013）は，災害支援においては，被災者や避難者に加えて，支援者への支援も重要であると述べている。このことから，災害時における災害支援者のメンタルヘルスケアについて検討する必要があるといえる。

消防職員や警察官などの職業的災害救援者に生じるストレスである，惨事ストレス（Critical Incident Stress）（松井, 2009）に対するメンタルヘルスケアの在り方は，阪神・淡路大震災以降検討されてきた（大澤, 2010）。その検討は，消防士や自衛隊員などの日常から惨事ストレスに対する教育を受けている専門職から，看護師などケアチームとして被災地に入る専門職に対するものへと広がりをみせている（大澤・中島・村上, 2011）。

大規模災害が発生後に被災地へ支援に入るのは，惨事ストレスの対策が講じられている専門職に加えて，災害支援ボランティアなどの一般の人々も含まれている（清水・高木・西川, 2000）。しかし，災害支援ボランティアに対する惨事ストレスや活動に伴うストレスのメンタルヘルスケアについての議論は少ない（深谷・山本, 2013）。

災害支援者の惨事ストレス対策として，重村（2012）は，（a）惨事ストレスの原則を理解すること，（b）組織として惨事ストレス対策に取り組むこと，（c）惨事ストレスに対するセルフケアを行うこと，の 3 点を挙げている。災害支援ボランティアに対しては，保健所や大学など多くの機関が，重村（2012）による惨事ストレスに対するセルフケアを行うことを推奨している。しかし，災害支援ボランティアは，職業的災害救援者と異なり，事前研修に参加する機会が少ないことから，惨事ストレスなど，支援者に起こりうるストレスと対処について知ることがなく，重篤なストレス疾患に陥る可能性がある。また，災害支援ボランティアに対して，組織的に惨事ストレス対策に取り組んでいるという報告は，あまり見当たらない。

1.2　目的と研究意義

本研究では，災害支援ボランティアの一般ボランティアを対象として，災害支援ボランティア特有のストレスについて明らかにした上で，支援活動におけるメンタルヘルスに関わる要因を検討することを目的とした。

本研究から得られた知見は，災害支援ボランティアのメンタルヘルスケアを考える資料として活用されることが期待される。

第 2 章　方法

2.1　手続き

大学生，もしくは大学生以降に，一般ボランティアとして災害支援ボランティア活動に参加した経験のある災害支援ボランティアを対象とし，研究対象者を抽出した。研究協力の同意が得られた研究対象者に対し，メールに記載された Google フォームの URL にアクセスしてもらい，質問項目についての回答を求めた。

質問項目は，以下の 6 点であった。
（1）属性（性別，年齢，職業）
（2）災害支援ボランティア活動を行った回数
（3）災害支援ボランティア活動を行った災害
（4）災害支援ボランティア活動を行った時期
（5）災害支援ボランティア活動で行った活動内容
（6）災害支援ボランティア活動後のストレス反応
次に，1 時間から 1 時間半程度の半構造化したインタビュー調査を行った。なお，インタビューの内容は，対象者の許可を得た上で録音した。

2.2　インタビュー項目

インタビューは，以下の項目について作成したインタビューガイドに従って実施した。
（1）　活動を行った動機
（2）　活動内容
（3）　活動前のストレス
（4）　活動中のストレス
（5）　活動後のストレス
（6）　活動のギャップ
（7）　活動にあたって必要な準備
（8）　所属団体から受けたサポート，受けたかったサポート
（9）　活動体験の受け止め方

2.3　分析方法

録音された内容を逐語録として起こし，質的統合法（KJ 法）（山浦, 2012）に準じて分析を行った。逐語録を分類・カテゴリー化し，各カテゴリー間の関係を図解化することにより，カテゴリー間の関係性を明確にし，支援活動におけるメンタルヘルスに関わる要因を検討した。分類・分析を実施する際は，災害支援および質的研究に精通する研究責任者の指導のもと，研究担当者 1 名のほか，臨床心理学を専攻とする大学院生 4 名の計 5 名で作業を進めた。3 事例目からは，研究責任者に指導を受けながら，研究担当者が分析を進めた。

2.4　倫理的配慮

本研究において，研究対象者に対して，（1）個人情報の保護，（2）調査協力の同意撤回の権利，（3）データの管理と処分の適切な処遇，（4）研究により生じる対象者への不利益及び危険性，（5）謝礼の扱い，について口頭並びに書面でインフォームド・コンセントを得た。なお，本研究は，桜美林大学研究活動倫理委員会に承認された（承認番号 19069）。

第 3 章　結果と考察

本研究では，災害支援ボランティア特有のストレスを明らかにすることを目的としてい

たが，インタビュー調査の結果，ストレスだけでなく，支援活動に関わる災害支援ボランティアの認知や心理状態などについても語られた。

対象者 8 名の逐語記録を質的統合法（KJ 法）により分析した結果，活動前 7 項目（【被災地のために何かやりたい気持ち】,【道具的準備】,【活動に対する情報的サポート】,【被災情報を得る】,【被災者を傷つけることへの不安】,【行ってみる・やってみる精神】,【個人の資質と経験により習得された適応能力の高さ】），活動中 7 項目(【具体的な活動内容】,【現地の人による道具的サポート】,【想定していた復興状況とのギャップ】,【被災状況を見聞きして湧き起こるネガティブな感情】,【ボランティア同士の振り返り】,【運営の活動方針に対する不満】,【活動に対する動機づけ】）,活動後 5 項目（【ボランティア同士の人間関係に対する評価】,【被災情報を得ることの重要性】,【防災意識の高まり】,【活動体験を語り継ぐ】,【活動継続への思い】）にグループ編成された。

本研究の結果から，災害支援ボランティアの支援活動におけるメンタルヘルスケアとして，活動前には，被災者との接し方についての助言や，活動に対する情報的サポートを主としたブリーフィングの重要性が示唆された。活動中には，ボランティア同士の良好な人間関係作りや，振り返りの場を設定することで，メンタルヘルスの維持増進に寄与すると考えられる。振り返りの実施時期については，活動中に行うことが望ましいと考えられるが，活動中に振り返りの場を設定することが難しい場合は，活動後にフォローアップとして，ボランティア同士の振り返りを実施することが望まれる。

本研究の限界と今後の課題として，惨事ストレスの影響の検討や，所属団体の偏りがなく対象者を抽出して調査を実施すること，活動後のストレス反応が高い者のメンタルヘルスに関わる要因の検討，及び,【活動に対する動機づけ】の有無によるメンタルヘルスの影響についての検討が挙げられる。

参考文献

明石加代・藤井千太・加藤寛（2008）．災害・大事故被災集団への早期介入――「サイコロジカル・ファーストエイド実施の手引き」日本語版作成の試み――　心的トラウマ研究, *4*, 17-26

American Psychiatric Association （2013）. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.).　Washington, DC: American Psychiatric Association.（アメリカ精神医学会 高橋三郎・大野裕（監訳）（2014）．DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル 医学書院）

Benedek, D.M.,Ursano,R.J.,&Holloway, H.C.（2005）. *Military and disaster psychiatry*. Kaplan & Sadock's comprehensive textbook of psychairty (8th ed.). pp. 2426-2435.

Debchoudhury, I., Welch, A.E., Fairclough, M.A., Cone, J.E., Brackbill, R.M., Stellman, S.D., & Farfel, M.R.（2011）. Comparison of health outcomes among affiliated and lay disaster volunteers enrolled in the World Trade Center Health Registry. *Preventive Medicine*, 53(6), 359-363.

Emmerik, AA., Kamphuis, JH., Hulsbosch, AM.& Emmelkamp, PM.（2002）. Single session debriefing after psychological trauma：a meta−analysis. *The Lancet,* 360（9335）, 766−771.

畑中美穂（2007）. 14 災害心理学 救援者の惨事ストレス 日本応用心理学会・岡村一成（編）応用心理学事典（pp.578-579）　丸善出版

廣常秀人・大澤智子・加藤寛（2005）．外傷的出来事後の認知行動療法を中心とする早期介入の治療および二次予防の有効性　心的トラウマ研究, *1*, 87-93

堀匡（2016）．大学生の被災地でのボランティア活動参加における危惧と必要とする心理的支援　中部大学人文学部研究論集, *35*, 27-44

深谷弘和・山本耕平（2013）．大型地域災害時ノンプロ外部支援者を対象とした支援前後ケアの検討 ――外部支援者の揺らぎと育ちに注目して―― 立命館人間科学研究, *26*, 77-88

市川享子（2015）．東日本大震災復興支援の実践から生まれた学生の学び　ボランティア学研究, *15*, 143-153

JVOAD（全国災害ボランティア支援団体ネットワーク）
http://jvoad.jp/　（2020 年 11 月 8 日）

加藤寛（2009）．消防士を救え！～災害救援者のための惨事ストレス対策講座～　東京法令出版

川喜田二郎（1970）．発想法＜続＞――KJ 法の展開と応用――　中公新書

厚生労働省（2007）．ボランティアについて
https://www.mhlw.go.jp/shingi/2007/12/dl/s1203-5e_0001.pdf（2020 年 11 月 17 日）

栗田暢之・佐谷説子・高橋良太（2019）．防災における行政・NPO・ボランティアの三者連携ネットワークのフロンティア　防災とボランティアのつどい 愛媛講演資料

前田正治（2012）．救援者のトラウマと心理教育　前田正治・金吉晴（編）PTSD の伝え方―トラウマ臨床と心理教育―　誠信書房

松井豊（2009）．惨事ストレスへのケア　株式会社おうふう
文部科学省（2001）．心の外傷とその対応
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/clarinet/002/003/005/002.htm （2020 年 6 月 23 日）
本谷亮（2013）．東日本大震災被災者・避難者の健康増進　行動医学研究, *19*, 68-74
長江信和・金吉晴（2005）．災害時を想定した外傷後ストレス障害の一時予防について　精神保健研究, *18*, 81-90
内閣府（2018）．防災における NPO・ボランティア等との連携・協働ガイドブック――行政・社会福祉協議会・NPO 等の三者連携を目指して――
日本赤十字社（2008）．災害時のこころのケア
http://www.jrc.or.jp/vcms_lf/care2.pdf （2020 年 6 月 10 日）
Norris, FH., Hamblen, JL., Brown, LM. & Schinka., JA.（2008）． A Validation of the Short Posttraumatic Stress Disorder Rating Interview (expanded version, Sprint-E) as a measure of postdisaster distress and treatment need. *American Journal of Disaster Medicine*, 3, 201-212.
野島真美・岡本博照・神山麻由子・和田貴子・角田透（2013）．東日本大震災に派遣された消防官の惨事ストレスとメンタルヘルスについての横断研究　杏林医会誌, *44(1)*, 13-23
大澤智子（2010）．国際緊急援助隊の惨事ストレスとその影響について　心的トラウマ研究, *6*, 63-73
大澤智子・中島聡美・村上典子（2011）．東日本大震災における悲嘆反応と支援者ストレス――3 か月後の現状とこれから――　トラウマティック・ストレス, *9*(2), 158-164
大塚映美・松本じゅん子（2007）．災害救援者の二次受傷とメンタルヘルス対策に関する検討　長野県看護大学紀要, *9*, 19-27
Perrin M. A., DiGrande L., Wheeler K., Thorpe L., Farfel M., & Brackbill R. （2007）. Differences in PTSD prevalence and associated risk factors among world trade center disaster rescue and recovery workers. *The American Journal of Psychiatry*, 164, 1385-1394.
Robert J Ursano., Carl Bell., Spencer Eth., Matthew Friedman., Ann Norwood,. Betty Pfefferbaum., …Joel Yager.（2004）. Practice guideline for the treatment of patients with acute stress disorder and posttraumatic stress disorder. *The American journal of psychiatry*, 161, 3-31.
桜井政成（2013）．東日本大震災における大学生の被災地・被災者支援行動 立命館人間科学研究, *28*, 55-65
桜井政成（2018）．災害ボランティアとは誰か：その参加志向と階層性 政策科学, *26*(1), 1-12
佐藤静香・吉武清實・ 堀匡（2017）．震災ボランティア参加学生への支援実施プロセスの研究　東北大学高度教養教育・学生支援機構紀要, *3*, 159-167
澤村岳人・竹岡俊一・角田智哉・菊池章人・岡林俊貴・淺川英輝…高橋祥友（2006）．海上自衛隊におけるスマトラ沖大地震及びインド洋津波への国際緊急援助隊のメンタル

ヘルスとアフターケア活動　防衛衛生, *53(5)*, 79-88
妹尾香織（2008）. 若者におけるボランティア活動とその経験効果　花園大学社会福祉学部研究紀要, *16*, 35-42
重松貴子（2017）. 災害時要援護者の避難支援体制について――多組織連携に着目して――　日本社会福祉学会第 65 回秋季大会報告原稿
重松貴子（2019）. 災害ボランティアにおける組織間調整のあり方――創発と潜在に着目して――　東京大学大学院情報学環紀要, 情報学研究, *97*, 53-67
Shigemura, J. & Nomura, S.（2002）. Mental health issues of peacekeeping workers. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 56, 483-491.
重村淳・武井英理子・徳野慎一・庄野聡・山田憲彦・野村総一郎（2008）. 遺体関連業務における災害救援者の心理的反応と対処方法の原則 防衛衛生, *55*, 163-168
重村淳（2012）. 第 8 章　救援者のトラウマと心理教育　前田正治・金吉晴（編）PTSD の伝え方――トラウマ臨床と心理教育――（pp.147-166）　誠信書房
清水裕・高木修・西川正之（編）（2000）. 災害時における援助とサポート　シリーズ 21 世紀の社会心理学 4　援助とサポートの社会心理学 北大路書房
新福洋子・原田菜穂子（2015）. 東日本大震災における災害医療支援者の心理状況 聖路加看護学会誌, *18*(2), 14-21
総務省統計局（2013）. 災害ボランティア活動の状況 https://www.stat.go.jp/data/topics/pdf/topics67.pdf （2019 年 11 月 19 日）
菅磨志保（2010）. 日本における災害ボランティア活動の論理と活動展開――「ボランティア元年」から 15 年後の現状と課題――　社会安全学研究, *1*, 55-66
武田美穂子・池田美樹・菊池陽子・仲谷誠（2011）. 災害後のストレスに関するアセスメントツールとしての SPRINT-E の紹介　日赤医学, *63*(1), 262
谷口智英・餅原尚子・関山徹（2014）. 災害派遣における陸上自衛官のストレス緩和要因に関する研究(1)――インタビュー調査の結果―― 鹿児島純心女子大学大学院人間科学研究科紀要, *9*, 13-20
豊田英一・豊田直二（2014）. 東日本大震災被災地における災害ボランティアと心のケア 熊本学園大学論集 総合科学, *2*(1),11-20
筒井のり子（2013）. 災害時におけるボランティアコーディネーションの課題――東日本大震災におけるボランティアコーディネーション検証のための枠組み―― ボランタリズム研究, *2*, 62-71
和井田節子・田中卓也・小林田鶴子・小泉晋一（2013）. 被災地支援ボランティア活動が教職志望の大学生に与える教育的意味――石巻市内の小学校における支援活動を通して――　共栄大学研究論集, *11*, 251-272
山浦晴男（2012）. 質的統合法入門 考え方と手順　医学書院