

# “東日本大震災からの復興のための実践活動及び研究” 成果報告書

## 1. 実践活動・研究の名称

福島県相双地区の医療者における罪悪感の生起メカニズムの解明と罪悪感低減プログラムの開発

## 2. 実践活動・研究の成果

### (1) グループ代表者

①氏名：久田満

②所属・職名：上智大学総合人間科学部心理学科・教授

③構成メンバー

氏名：中村菜々子

所属・職名：兵庫教育大学発達心理臨床研究センター・准教授

氏名：樋口匡貴

所属・職名：上智大学総合人間科学部心理学科・准教授

### (2) 実践活動・研究の成果

#### 問題

東日本大震災は東北地方に広範かつ甚大な影響を及ぼしたが、中でも福島県は原子力発電所（以下、原発）の爆発事故が重なり、かつて日本人が体験したことのない不安や恐怖を原発付近で暮らす人々に与えた。当時、原発周辺（相双地区と呼ばれる地域）で働いていた医師や看護師あるいは養護教諭らは、爆発事故直後のわずかな時間の中で、安全な場所に避難するか、あるいは職場（病院や学校）に留まり被災者を含む患者のケアを続けるか、の決断を迫られた。震災直後から現在までの申請者らの支援活動の中で、2年あまり経過した現在でも、一時的にせよ避難した者の多くが強い罪悪感を抱えていることが明らかとなってきた。

災害精神医学者 Raphael (1986) は、災害時において他者の生存に対して義務や責任をもつ立場にある者が、自分や自分の家族を優先させてその他者の助けを求める訴えを無視せざるを得なかった場合、「responsibility trauma」による罪悪感に苛まれ、災害後の適応への重大な妨げとなることを指摘している。これまでわが国では、大災害時における心的外傷 (trauma) といえは個人の恐怖体験に伴う即時的反応に関するものが主であった。しかし今回の原発事故に伴う対人援助職特有の「responsibility trauma」による罪悪感に関する研究は極めて少なく、その生起メカニズムを解明するとともに何らかの支援を提供することは、われわれ心理学に携わる者に課された責務であろう。

本研究の目的は、東京電力福島第一原子力発電所の爆発事故に伴い「警戒区域」や「避難準備区域」等に指定された福島県相双地区（相馬市、南相馬市、相馬郡、双葉郡）の医師や看護師などの医療者における震災時の避難行動（入院患者や被災者を現地に残したまま遠方に避難する）に伴って生じる罪悪感に焦点を当て、その生起メカニズムの解明を意図して、罪悪感の増幅や軽減に寄与した認知・行動・環境要因を質的・探索的に明らかにすることである。この検討をもとに、この種の罪悪感を低減する具体的な介入プログラムを開発し、災害等の危機的な状況後に生じる対人援助職特有の罪悪感の対処法の確立と効果的な予防対策の提言を目指す。

## 方法

2011年3月の震災発生時に、福島県相双地区内の医療施設や学校に勤務していた医療関係者（医師、看護師、養護教諭等）を対象に、以下の質問項目を念頭において個別面接または集団面接（フォーカス・グループ・インタビュー）を行った。

- ① 原発事故の一報を聞いた3月13日の時点で考えたこと。
- ② その後どのような決断をし、どう行動したか。また意思決定の際、何を拠り所としたのか。
- ③ その後の生活内容とその時の思い。
- ④ 再び元の職場に戻ってきたのは何故か。
- ⑤ 一連の行動に対する自己評価（原因帰属、統制可能性など）。
- ⑥ 罪悪感を緩和するために行った認知的・行動的な対処。

個別の場合でもグループの場合でも、面接は支援（ストレス・マネジメントやカウンセリング）を主目的とし、精神的な余裕がある場合にのみ上記の質問の全て、あるいはその一部を尋ねた。結果として、協力者の中には、爆発事故の後も職場に残った者（医師2名、看護師3名）、被災後一時避難したもののその後元の職場に戻った者（看護師5名、養護教諭5名）、避難して戻らなかった者（看護師1名）がいた。面接は同意が得られた場合はICレコーダーに録音し、そうでない場合は面談中あるいは面接直後に内容を書き留めた。

## 結果

以下に、協力者の語りの一部を抜粋した。

【ケース①：60代、医師】地震発生後からずっと病院に寝泊まりしていた。避難しようと思ったことはない。責任者として当然のことだと思う。入院中の患者さん全員を無事に避難させてあげることが使命。病院に残れる人には残ってもらいたかった。同時に管理者としてスタッフの安全も気になった。最初の数日は食糧にも事欠いたし、医薬品も入手できなくなって大変だった。後悔はない。

【ケース②：50代、医師】あの日以来、非常に忙しい。震災前からたくさんの業務を抱えていたが、今はその数倍の忙しさ。中学生の娘がいてその子の健康も気になるが、家族全員でここに残って頑張るつもり。阪神・淡路大震災の時に何もしなかったという後ろめたさがあるから。

【ケース③：50代、看護師】同居している母親の介護を優先して、市の指示に従って避難した。職場の上司に連絡したら、「後のことは私が一人でもなんとかするから、あなたは避難しなさい」と言われた。避難する時は何の後ろめたさもなかったが、自分の行動を自分で決められなかったことが少し心残り。小さな子どもがいる人なら看護師でも避難するべきだと思うし、そのことで非難されるべきではない。

【ケース④：40代、看護師】原発が爆発したと知った時は、病院の外来で次から次へと運ばれてくる患者さんの対応に無我夢中だった。夫と子ども達は一旦避難したが、避難所の劣悪な環境に耐えられなくて戻ってきた。私には逃げようという考えは全くなかった。目の前に業務に追われていたから、そんなことを考える余裕もなかった。他県からの医療チームが応援に来てくれるまでは「休みたい」とも思わなかった。ただ、まだ危険と言われている地域に現在も子どもを住まわせていることについては罪悪感がある。

【ケース⑤：40代、看護師】地震発生直後は、不安を感じながらも普段どおりの勤務をしていた。3月13日に最初の爆発が起こり、職場が20km圏内にあったことから、全患者・全職員に避難命令が出た。同僚の多くが患者とともにすこし離れた別の病院に移動したが、私は娘と関東の親戚を頼って車を飛ばした。もう二度と福島には戻れない。

【ケース⑥：30代、養護教諭】地震の発生が卒業式の直後だった。式は無事に終わり、3年生は帰宅した。部活などで校内に残っている子どもの親が引き取りに来るのを待ち、子ども達全員を親御さんに渡して夜中に帰宅した。翌日学校に行くと、すでに避難所になっていて、家を流された人々がどんどん入ってきた。体調の悪い人は保健室で休んでもらうことになったが、十分な対応ができなくて申し訳ない気持ちになった。爆発事故が起きて避難指示が出たので、介護が必要な義母と小学生の息子を連れて他県に避難した。学校には、体調を崩した人が何人かいたが「また来ますね」と言ってそのままになった。ずっと気になっている。

### 考察

今回のような大震災が発生すると「心のケア」に関わる多くの人々が心的外傷後ストレス障害（PTSD）に言及するが、池埜（2001）も指摘するように、心的外傷（trauma）の影響はストレス反応の枠組みだけでは捉えきれず、その長期的影響の一つとして「生存者罪悪感（survivor guilt）」が存在することを忘れてはならない。しかしながら、心的外傷に起因する生存者罪悪感の生起メカニズムに関する研究はまだほとんどなされていない。

Williams（1993）によれば、生存者罪悪感には複数のタイプが存在するという。本研究で取り上げた事故や災害時に危険を回避するために自分がとった行動に対して抱く罪悪感、彼の指摘するところの「道徳的・宗教的価値に基づく罪悪感」あるいは「身動きが取れない状況・ジレンマに基づく罪悪感」に該当するであろう。自分の道徳的価値基準や信仰上の価値基準に背くような行動を取った場合、あるいはどちらの行動をとってもジレンマを感じて結果的には自分に納得がいかない場合に生じる罪悪感である。

面接による質的分析の結果、原発事故に伴って避難行動をとった医療者にみられる罪悪感を増幅あるいは軽減させる要因として、次の4つを挙げることができよう。

まず第1に、自分が守るべき家族の存在である。放射能の健康被害に関しては未だ明確な基準が存在せず、たとえ微量でも子を持つ親としては気がかりである。同様に、家庭内に要介護高齢者がいる場合は、介護者としての責務も果たさなければならなくなる。そのジレンマが強いほど罪悪感も強くなる。第2に、上記の視点とも関係するが、今回の事故に特有な要因として、放射能のリスクに対する認知も罪悪感に影響を及ぼすであろう。リスクを高く認知した場合は、自分や家族の健康被害を重要視した行動が生起し、患者を残して避難したとしても罪悪感はいさくなるかもしれない。第3に、所属機関の上司からの明確な指示・命令である。上司から「避難しなさい」あるいは逆に「残りなさい」と指示された場合には、自分のとった行動の責任の一部がその上司に分散されることになり、罪悪感はいさくなると推測できる。

最後に、当事者の身分や立場を挙げておきたい。今回の協力者の多くは公立の病院や学校で働いていた。この場合は、医療職や教員という身分に重ねて、公務員として一般市民を守るといった義務を背負うことになる。それ以外の私的な職場、たとえば個人経営の病院の従事者や私立学校の職員では、避難行動に伴う罪悪感はいさいかもれない。

## 今後の課題

今回の調査面接から、心的外傷による罪悪感の生起メカニズムの概要が把握できたと思われる。しかしながら、いくつかの課題も残された。

まず第1に、今後も支援活動を継続しながら、「responsibility trauma」を体験しやすい他の集団、たとえば教師や保育士、あるいは市町村の公務員等からもデータを収集し、より正確な生起メカニズムの解明に取り組むことが必要であろう。

第2に、今回の震災によって生存者罪悪感に苦しむ人々に対する心理的介入計画を立案し実行することが望まれる。トラウマ焦点型認知行動療法やリラクゼーション法などの既存の介入、あるいはセルフ・ヘルプ・グループのような取り組みなども検討する価値があると思われる。

そして最後に、このような問題を未然に防ぐために、緊急避難時における行動の指針（ガイドライン）の策定が必要であろう。今回のような原発事故が起こった場合、まず誰が避難し、その次は誰で、最後まで残るのは誰なのかに関する詳細な取り決めが存在すれば、罪悪感も軽減されると思われる。

2013年 8月 30日

## “東日本大震災からの復興のための実践活動及び研究” 会計報告書

活動・研究名称	福島県相双地区の医療者における罪悪感の生起メカニズムの解明と罪悪感低減プログラムの開発	
代表者 氏名・所属	久田 満	上智大学総合人間科学部心理学科教授

1. 助成額	¥900,000
2. 支出合計	¥900,648
(1) 機器・備品	¥26,430
1) 久田 ICレコーダー(オリンパスV-801) 証票(備品)No. 1	¥7,580
2) 中村 ICレコーダー 兵庫教育大学プロジェクト予算差引簿参照	¥18,850
(2) 消耗品	¥28,349
1) 封筒 証票(消耗品)No. 1	¥4,985
2) 封筒 証票(消耗品)No. 1	¥9,450
3) 書籍 証票(消耗品)No. 1	¥4,569
4) 文房具 証票(消耗品)No. 1	¥4,178
5) 封筒 証票(消耗品)No. 1	¥4,587
6) 中村 替芯 兵庫教育大学プロジェクト予算差引簿参照	¥580
(3) 旅費・交通費	¥707,123
1) 久田 東京⇄福島 15往復+宿泊費 証票(旅費・交通費)No. 1~21	¥424,724
2) 久田 東京⇄広島 証票(旅費・交通費)No. 22	¥43,323
3) 樋口 東京⇄広島 証票(旅費・交通費)No. 23	¥34,340
4) 久田・樋口・中村 東京⇄福島 証票(旅費・交通費)No. 24~25	¥124,166
5) 中村 兵庫⇄福島 兵庫教育大学プロジェクト予算差引簿参照	¥31,380
6) 中村 兵庫⇄広島 兵庫教育大学プロジェクト予算差引簿参照	¥33,700
7) 中村 兵庫⇄東京 兵庫教育大学プロジェクト予算差引簿参照	¥15,490
(4) 謝金	¥108,000
1) アルバイト5名*11回 証票(謝金)No. 1~2	¥108,000
(5) その他	¥30,746
1) 手土産*2 証票(その他)No. 1	¥15,750
2) レターパック500*2 証票(その他)No. 1	¥1,000
3) 製本代 証票(その他)No. 2	¥13,996

※ 不足分(648円)は自費にて充当