

熊本市の取組

所在地 熊本県熊本市

ストレスチェック対象者数 12,698名(令和3年12月21日現在)

(取材先：総務局行政管理部労務厚生課 産業医 下原宣彦先生、^{たか}藤井可先生)

職員個々の状況に応じた措置を行って、 PTSD・うつを発症を食い止める。

平成28年4月の熊本地震は、熊本市にも熊本城をはじめ、家屋等の損壊やライフラインの断絶等、甚大な被害をもたらした。市職員の多くも被災しており、殆どの職員の自宅が一部損壊、半壊、大規模半壊。中には全壊し避難所から勤務する職員もいた。市内の避難者数は最大で11万人を超え、指定避難所には入りきれないほどの数となり、市職員は避難所の開設・運営などの業務に追われた。

災害対応業務で生じたストレス反応の多くは時間の経過とともに治まる傾向にあるが、重篤化・長期化させないためには適切な対処が重要だ。益城町同様、熊本市も惨事ストレスに特化したアンケートを実施しているが、自由記載欄を設け、そのコメントを基に職員の状況を分析し、今後の対応策に役立てた。発災から現在に至るまでの取組とともに、その取組の振り返りについて伺った。

災害時の心の健康に関するアンケートを実施

まず、発災直後の安否確認は、地域防災計画に基づき全員へ参集通知を伝達するのとあわせ、所属長からの電話等によって行われました。産業保健部門としては、東日本大震災を経験された仙台市からの情報提供を参考に、発災約3週間後から、職員の被災状況・心身の状況を所属長が把握し、今後の対応の参考にするため「災害時の心の健康に関するアンケート」を再任用職員・嘱託職員を含む全職員対象に実施しました(熊本市市民病院職員及び教職員には別途、消防局職員には独自の質問項目で実施)。質問票は、PTSDとうつ状態を評価でき、12項目と回答の負荷が少ないSQDを採用し、独自に自由記載欄を設けました。

対象者8,982人のうち回答者数は5,023人(55.9%)。そのうちPTSDまたはうつのリスクがある等で、産業医や保健師等による面接が必要と判定された者は696人(回答者の13.9%)。面談を希望する303人に面接し、セルフケアの指導や必要に応じて医療機関の受診勧奨や就業上の措置を進言しました。

災害時のストレスはPTSDやうつ病を発症する前に短期ストレス反応で終わらせることが重要です。そのためには、いち早くハイリスク者を面接する必要性がありました。しかしながら、面接対象者が多く、既存の産業保健スタッフだけで

は手が回らない状況だったところ、熊本市市民病院の看護師6名が応援で面接をしてくれることになり、早い段階で面接することが出来ました。

災害時の心の健康に関するアンケート

お名前	(男・女 歳)	記入日: H. 年 月 日		
大震災後は生活の変化が大きく、さまざまな負担を感じておられることと思います。 震災後、今からお聞きするようなことは続いていますか？				
			はい	いいえ
1	食欲はどうか？ 普段と比べて減ったり、増えたりしていますか？			
2	いつも疲れやすく、身体がだるいですか？			
3	睡眠はどうか？ 寝つけなかったり、途中で目がさめることが多いですか？			
4	地震に関する不快な夢を、見ることはありますか？			
5	憂うつで気分が沈みがちですか？			
6	イライラしたり、怒りっぽくなっていますか？			
7	ささいな音や揺れに、過敏に反応してしまうことがありますか？			
8	地震を思い出させるような場所や、人、話題などを避けてしまうことはありますか？			
9	思い出したくないのに地震のことを思い出すことはありますか？			
10	以前は楽しんでいたことが楽しめなくなっていますか？			
11	何かのきっかけで、地震を思い出して気持ちが動揺することはありますか？			
12	地震についてはもう考えないようにしたり、忘れようと努力していますか？			
Screening Questionnaire for Disaster Mental Health (SQD) を熊本市衛生管理室で一部改編				
地震によるあなたの生活への影響を教えてください。				
住居の損壊等が あった ()・なかった				
体のけが等が あった ()・なかった				
御自身や御家族への影響 ()				
自由記載欄				

アンケートのコメントから対策を策定

アンケートに設けた自由記載欄では、殆どの職員の自宅が損壊したことから、住まいや生活への不安に関する記述が最も多く、次いで家族の状況や自分の体調、不安感や疲労感、また休みのない過酷な勤務形態等、職場環境に対するコメントが多く見られました。これらのコメントから、疲れを感じている職員を積極的に休ませたり、面接を行って職員の状況を把握し、各職員に応じた職場環境の調整を行ったり、自分のことは二の次となりがちな職員にまずは自宅の罹災証明の申請を促す等の対策を取りました。

アンケートの実施以外にも、産業医、保健師、労務厚生課の管理職で心身の不調者がいないか、多くの事業場を巡回しました。同様の業務内容の部署でも、所属長の対応により部

下職員のメンタルヘルスの状況に差異が生じているケースもありました。上記のとおり職員個々に応じた職場環境の調整が必要なことから、面接後には産業医から各課の所属長に残業の制限や休業等について、就業上の措置を進言しました。

進言に基づき対応できたケースばかりではありませんでしたが、面接を受けた職員にとっては、自分たちの勤務状況を組織が把握しているという安心感を得ることができ、ストレスが軽減され、ある程度の不調を食い止める要因になったのではないかと思います。

震災後3年に亘りアンケートを継続

震災後3年間は毎年、災害に起因する心の不調がないか「災害時の心の健康に関するアンケート」を実施しました。年ごとの回答者数、PTSD またはうつリスクがあると判定した者の数（要フォロー者数）の推移は以下のとおりです。

年度	H28年度	H29年度	H30年度	R元年度
回答者数	5,041名	1,816名	2,064名	2,005名
要フォロー者数	696名 (13.9%)	130名 (7.2%)	88名 (4.3%)	105名 (5.2%)

発災1、2年後に初めて不調が判明したケースもありましたが、多くの場合は時間が経つにつれ、軽いうつ状態、特に適応障害に落ち着いていく傾向が見られました。

震災後3年目になると、自由記載欄への仕事についてのコメントの多くが震災関連というよりも、異動や現在の職場環境に関連するものとなっていました。コメントの内容と産業医面接の結果等も踏まえ、震災及び関連業務を起因とするメンタルヘルス不調者の発生はある程度落ち着いたと判断し、震災3年後の令和元年度に本アンケートを終了しました。

中長期的取組としてストレスチェックを活用

アンケート等の特別な取組以外にも「長時間労働面接指導」や産業医による「こころの相談室」等、通常業務の枠組の中でも震災の影響を被った職員に対応しました。地震発生の年からストレスチェックも開始し、今では発災直後の短期的な取組から中長期的な取組に移行して、切れ目のないフォローを継続しています。

令和2年度からは、ストレスチェックの集団分析結果をより効果的に活用するため、各課の職場環境改善策を外部のコンサルタントに相談できる機会を設けました。相談の場には産業医も同席し、人事部門に繋がった方がよい事項があれば対応する等しています。今年度は20ほどの部署がコンサルテーションを受けました。参加者は原則管理職ですが、中には課員全員が参加しワークショップ形式でコンサルテーションを受けた部署や、部全体の問題として捉えたいと部長も参加した部署もありました。コンサルテーションでは各部署の良い面も指摘してもらえ、所属長自身のカウンセリングにな

る一面もあり、参加者には概ね好評です。コンサルテーションを受けた職場の多くで、翌年度のストレスチェックの結果が改善されるという傾向が見られました。まだ始まったばかりの取組ですが、今後も継続していきたいと考えています。

震災直後の取組を振り返って～成果と反省点～

ストレスが高い職員ほど面接を希望しない傾向がありますが、少しでも多くのハイリスク者と面接する機会を設けました。やはり直接話してみないと実のある対応が取れません。震災後、産業医による「こころの相談室」等、面接指導を受けやすい環境を整備したこともあって、管理職がすぐ相談に来るようになり、ラインケアが機能するようになりました。

一方、以下の点が反省点として挙げられます。

- 「災害時の心の健康に関するアンケート」は所属長が職員の状況を把握し、人員配置に活用する目的もあったため発災直後に実施したが、PTSDを見つけることを目的とするならば、発災後1ヵ月をあけて再度実施する等の方法が適当であった。所属長が職員の状況を把握するための調査は発災後速やかに、心の不調を把握するための調査は発災1ヵ月後頃を目途に別途実施することが望ましい。
- 発災直後のハイリスク者への面接は、今回なんとか外部から応援を得ることが出来たが、要員の確保等、面接の実施方法を事前に検討しておく必要がある。

現在、このような熊本地震の振り返りから得られた反省点や他都市の災害時産業保健対応方針・マニュアル等を踏まえ、災害発生を想定した産業保健対応マニュアルを作成中です。発災後の職員のメンタルヘルス対策だけではなく、身体の健康にも配慮した内容とする予定です。マニュアルが完成した際には、是非全国の地方公共団体の皆さま方にもご活用いただきたいと思います。

引用・参考文献：
下原宣彦「熊本県熊本市・災害時の職員のメンタルヘルス」、『地方公務員安全と健康フォーラム』第103号、2017年10月、P20-23
藤井可、野口香鶴美、的場智恵美、清水真理子（2020）「熊本地震（2016）時の産業保健活動の実態と課題」、『熊本市都市政策研究所年報（2018）熊本市都市政策 vol6』、P96-105



労務厚生課衛生管理室の皆さん