



精神的に弱い人は
ストレスの影響を受けやすい？



**ストレスは誰でも感じるもの。
精神的な強さ・弱さだけの
問題ではありません。**



**過酷な現場に慣れている人でも
ストレスは感じている。**

事故や災害の被害者が多大なストレスを受けることはよく知られています。一方で、消防士や自衛官、警察官などの職業的災害救援者も救援活動の現場でストレスを抱えていることは、あまり注目されていませんでした。しかし、全国の消防職員を対象とした調査の結果、プロの救援者でも衝撃的な現場を経験すると9割以上の人が何らかのストレス症状を抱え、このうち7人に1人がPTSD^{*}(心的外傷後ストレス障害)のハイリスク群であることが明らかになりました。こうした問題は社会的に重要な課題であり、私は救援者が受けるストレスの症状・経過の実態把握、個人のストレス対処、組織によるストレス対策のあり方などについて研究しています。

**救急の現場に関わるすべての人に
サポートは必要。**

職業的災害救援者のストレスケアとともに、バイスタンダー(救急の現場に居合わせた人)が応急手当の実施によって受けるストレスとそのケアやサポートのあり方についても研究を始めています。バイスタンダーのストレス問題については、データがないことを理由に、国としての取り組みがありません。そこで、消防職員の方々とともに面接調査や質問紙調査によるデータ収集を行い、分析の結果にもとづいてバイスタンダーのサポート体制の構築に向けた提案を行ったり、各地の消防機関で講演を行ったりしています。これらの研究活動を通じて、なにがストレス症状の緩和や悪化に影響するのか、また、ストレスを受けた状態から少しでも早く回復するにはなにが必要か、などを明らかにしていきたいと思っています。

※:PTSDとは、命の安全が脅かされたり、死傷の現場を目撃するといった強烈なショック体験が心の傷(トラウマ)となり、時間がたつても当時と同ような恐怖を感じ続ける精神的な後遺症・疾患。



畑中 美穂 先生

Miho Hatanaka

大学の卒業論文では、「会話と精神的健康」との関連をテーマにしていました。疑問に思うことが少しずつ明らかになっていくことが楽しく、研究をもう少し続けたいと思い大学院へ。楽しいと思うことを探求した結果、今の仕事にたどり着きました。

**私の
宝物**



**指導教員が贈ってくれた
置き時計。**

博士号を取得したときに、指導教員が記念品として贈ってくれました。博士論文の執筆は大変でしたが、今思えば、研究だけに没頭できる貴重な時間でした。研究室の仲間や先生との思い出がたくさん詰まっています。