

大学院教育におけるPFA(Psychological First  
Aid)研修導入の試み：  
防災・危機管理特別プログラム

|       |                                                                                                          |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| メタデータ | 言語: jpn<br>出版者:<br>公開日: 2017-05-25<br>キーワード (Ja):<br>キーワード (En):<br>作成者: 鈴江, 毅, 白木, 渡<br>メールアドレス:<br>所属: |
| URL   | <a href="https://doi.org/10.14945/00010163">https://doi.org/10.14945/00010163</a>                        |

## 大学院教育におけるPFA (Psychological First Aid) 研修導入の試み ～防災・危機管理特別プログラム～

鈴江 毅\* 白木 渡\*\*

### A Development of Teaching and Learning Using PFA (Psychological First Aid) Lecture at Graduate School: Shikoku Disaster Prevention and Crisis Management Special Education Program

Takeshi Suzue\* Wataru Shiraki\*\*

#### 要旨

近年、防災の分野で被災者および支援者のメンタルヘルスは重要な取り組み課題のひとつとなっている。香川大学では、平成 21 年から、文部科学省大学間連携共同教育推進事業として、四国防災・危機管理特別プログラム（香川大学・徳島大学共同開設）としていわゆる防災大学院を開講している。防災大学院における教育のなかで、メンタルヘルス対策はその中心の一つであるとの共通認識のもと、「災害と健康管理・メンタルヘルスカケア」の講義および演習として、PFA (Psychological First Aid) 研修を今回試行した。PFAはWHO (World Health Organization) が推奨している災害時の援助者のとるべき態度についての講座であり、我が国はもとより全世界で研修が行われている。今回試行した大学院でのPFA研修について、授業内容を紹介するとともに、研修についての受講生の評価を調査した。その結果、ほとんどの受講生から「研修は有用であり、大変に満足している」との高評価を得た。今後も防災大学院において、PFA講座を継続的に行う予定であり、将来的には防災大学院以外の医学部や教育学部や工学部などで学部教育として拡大していきたいと考えている。

キーワード: PFA (Psychological First Aid)、防災教育、心理的応急処置、メンタルヘルス、大学院

## I はじめに

近年、大規模災害の発生に伴い、被災者への支援が重要な課題となっている。平成 7 年の阪神淡路大震災、平成 23 年の東日本大震災など、最近の災害においても、災害発生直後より短期的あるいは長期的に警察、消防、自衛隊をはじめとして行政関係者、医療関係者、福祉関係者など様々な人々が、さらに学生や社会人の災害ボランティアが参加し、救助活動、医療活動、瓦礫撤去、避難所開設・支援、メンタルヘルス対策など様々な活動を行っている。それらの活動報告や、支援活動における問題点の指摘、改善策の提言などが行われている<sup>1,2,3)</sup>。これらの問題点に対処するためにも、現地での災害支援活動に際しては、支援活動の基本などの教育・訓練が必要とされ、防災教育として保健所などを中心に講習会を開催している事例が報告されている<sup>4,5)</sup>。また、最近では大学においても、看護学科を中心に、防災教育や訓練を行った報告が散見されるようになってきた<sup>6,7,8)</sup>。

これらの支援活動の中でも、特に被災者のメンタルヘルスおよび支援者自身のメンタルヘルスに関して、被災者への対応法からうつ症状の軽減・回復方法やその維持の方法、支援者自身のメンタルヘルスを維持するにはどのようにすればよいのか、試行錯誤が重ねられ、様々な課題が浮上している<sup>9,10,11)</sup>。それらの問題点の指摘に対して、防災教育のなかでも被災者及び支援者のメンタルヘルス対策を重視した研修会なども開催されている<sup>12,13)</sup>。最近では、被災者への心理的支援および支援者自身のセルフケア等に関しては、WHO 版PFAなどの国際的な基準に従い 1 日かけたプログラムを用いた研修会が国内各地でも開催されている<sup>14~17)</sup>。PFA (Psychological First Aid) は、「心理的応急処置」と訳され、World Health Organization、War Trauma Foundation、World Vision International の 3 機関の協働で作成され、24 の国際機関 (UN/NGO) が推奨しているプログラムである<sup>18~22)</sup>。

PFAは、深刻なストレス状況にさらされた人々への人道的、支持的かつ実際に役立つ援助であり、次のような基本的原則にのっとり行われている<sup>23)</sup>。

- ・押しつけがましくない、実際に役立つケアや支援
- ・ニーズや心配事の確認
- ・水や食料など、必需品の援助
- ・無理強いせず、傾聴する
- ・安心させ、落ち着かせる
- ・被災者に、情報や公共サービス、社会的支援をつなぐ
- ・さらなる危害からの保護

PFA研修会は基本的には 1 日を使って行うプログラムであり、平成 24 年より現在までに全国の臨床心理士会、自衛隊、外務省、県市の保健福祉部、県市の精神保健福祉センター、NGO・NPO、大学・大学院、学会・協会、DMAT・DPA T、消防局、保健所、病院（精神科・救命救急）など全国各地で 200 回以上開催されており、研修修了者は 2,200 人以上にのぼる。それぞれの研修会の事後のアンケート調査等では非常に高い満足感と学習効果が報告されている。しかしながら、大学や大学院などで実施しているケースはほとんどないのが現状である。

今回、四国防災・危機管理プログラムにおいて、大学院生を主な対象に、メンタルヘルス対策、さらにその核としてPFA講座を行ったのでその内容について紹介し、防災大学院におけるメンタルヘルス対策について概観するとともに、今後の防災教育のなかにPFA研修を活用する方法について提言する。

## II 方法

### 1. 四国防災・危機管理プログラムについて

平成 24 年より、南海トラフ巨大地震の発生が想定される中、香川大学（工学部・医学部）と徳島大学（工学部）では、文部科学省の「四国防災・危機管理プログラム」が設定された。地域社会が必要とする実践力を備えた防災・危機管理の専門家の養成が目的であり、2 年間のコースが開設された。①行政・企

\*静岡大学教育学部

\*\*香川大学危機管理先端教育研究センター長

業防災、②救命救急・災害医療・公衆衛生、③学校防災コースがあり、大学卒または同等以上の学力があると認めた社会人に門戸を開いている。職種に関しては制限を設けず、防災に関する専門知識を社会の各分野に広げ、地域社会を強化することも目的の一つである。1年目は共通科目の履修、夏季集中災害対応訓練合宿などを行い、2年目は各コースに応じた実務演習がある。防災に対する方法論だけでなく、多くの前例災害から学ぶことや、想定外の事象にも対応できる柔軟な考え方を訓練するべく、講義構成・ワークショップが工夫されている。学習内容を職場へ還元し、危機管理の中心人物となることも使命であり、コース修了後には社会的資格も得られるように、想定されている。

## 2. PFA研修について

今回「四国防災・危機管理プログラム」において「災害と健康管理・メンタルヘルスケア」の講義・実習としてPFA研修を行った。平成26年度から平成28年度にわたり、年1回1日をかけて6時間の標準コースを受講させた。PFA研修は基本的に20人程度の少人数で実施するため、人数の多い場合は2グループにわけて研修を行った。講師は外部非常勤講師4名であたり、全員がPFA研修の講師の資格を有している。

平成28年度のPFA研修は、図1のように通知された。

四国防災・危機管理特別プログラム「災害と健康管理・メンタルヘルスケア」集中講義  
サイコロジカル・ファーストエイド  
WHO版 心理的応急処置 (PFA: Psychosocial First Aid) 研修会

支援者が被災者とかかわるとき、深刻な危機的出来事に見舞われた人々にどのように声をかけたり、何に気をつけて接したらよいのでしょうか。  
PFA研修会は、被災者が現状以上のダメージを受けることなく安心して過ごしながら、回復する力を手助けするための研修です。

PFA (サイコロジカル・ファーストエイド) とは、深刻な危機的出来事に見舞われた人々に対して、支援者が心理社会的支援を提供するためのガイドラインです。  
PFAにはいくつかのバージョンがありますが、WHO (世界保健機関) 版は精神保健の専門家以外の方にも普及が容易であるという特徴があります。  
研修内容は、単学だけではなく、グループワークやロールプレイなども行います。

1. 日 時 平成28年12月17日 (土) 9:30~12:30, 13:30~16:30  
2. 会 場 香川大学医学部 講義棟2F 大講義室C  
3. 講 師 大池 涼子 (国立精神・神経医療研究センター、災害時こころの援助支援センター) 他  
4. 対象者 四国防災・危機管理特別プログラム「災害と健康管理・メンタルヘルスケア」受講者  
5. 修了証 全日程を修了された方には、修了証を交付します  
6. 昼食代 お弁当 (お茶込み) 600円

◆お問い合わせ先◆  
香川大学医学部 危機管理・防災教育研究センター 庶務 朝日香  
〒761-0313 香川県三木町池戸1750-1  
TEL: 087-891-2075 (大学院・入学相談係)  
E-mail: bousai3@jim.ac.kagawa-u.ac.jp

図1「WHO版心理的応急処置 (PFA) 研修会のお知らせ」

## 3. 調査方法および項目

PFA講座を中核とした「災害と健康管理メンタルヘルスケア」授業についての自己評価、および授業評価に関する調査を無記名自記式質問紙、留置法により実施した。調査は平成27年度の授業後に行った。調査協力の依頼に際して、口頭にて、調査の趣旨及び成績評価には影響しないこと、調査協力の同意が得られる場合は、質問紙の提出をもって同意したものとみなす旨を伝えた。質問紙は別室に設置した回収箱にて回収した。質問紙の調査項目は、以下のようなものであった。

問1. 災害と健康管理・メンタルヘルスケアの講義は分かりやすかったですか。

問2. 災害と健康管理・メンタルヘルスケアの講義内容を理解

し、シラバスに書かれた授業目的を達成できそうですか。

問3. 座学による講義・質疑応答を行う形式に満足していますか。

問4. 心理的応急処置 (PFA) 研修に満足していますか。

問5. シラバスに書かれた講義の到達目標に向けて、講義が組み立てられているか。

問6. 講義の時間帯は適切ですか。

問7. カリキュラムに行政や民間企業の外部講師を組み込むことは有効ですか。

問8. あなたは、総合的に判断して、災害と健康管理・メンタルヘルスケアに満足していますか。

それぞれの質問項目において、「非常にそうである」、「おおむねそうである」、「どちらともいえない」、「あまりそうでない」、「全くそうでない」の5つ選択肢から当てはまるものを選択するという方法で行われた。

## III 授業実践

PFA研修会の研修の流れをまず下記に示す。授業実践の内容については、この流れの順に内容を紹介する。また内容に応じて一部のスライドを図2~11として供覧する。

1. イントロダクション
2. PFAの概論
  - PFAとは何か。誰に、いつ、どこで行うか。
3. PFAの活動原則
  - ケースシナリオとロールプレイ
4. セルフケアと支援者へのケア
5. 倫理的ガイドライン

### 1. イントロダクション

#### 1) 基本ルール

- ・特定の事例を話し合うときには以下の点に留意
  - 外へ漏らさない
  - 当事者の本名は使わない
  - グループと共有したいことだけを話す
- ・次のようにフィードバックを行う
  - 上手にできたこと
  - もっと改善できること
- ・携帯電話は消音にする
- ・相手を尊重する
- ・質問をして、積極的に参加する
- ・危機的状況に関連する研修では、自分の体験を思い出してしまうこともあります。自分のためにも、相手のためにも、そのことに気をつけましょう。

Psychological First Aid  
心理的応急処置  
(サイコロジカル・ファーストエイド: PFA)



危機的な出来事に見舞われた被災者を支援する

図2「スライド1」

## 2) シミュレーション

被災者役と支援者役に2グループに分かれ、避難所開設のシミュレーションを行う。

### PFAシミュレーション：ディスカッション

- ・支援者として対応してみた感じはいかがでしたか？
- ・支援者としてうまくできたことは？
- ・貢献できていると感じましたか？
- ・支援者としての改善点は？
- ・被災者になってみた感じはいかがでしたか？
- ・支援者から支援されてどのように感じましたか？
- ・支援者の言動の中で、役に立たなかったことは？改善点は？

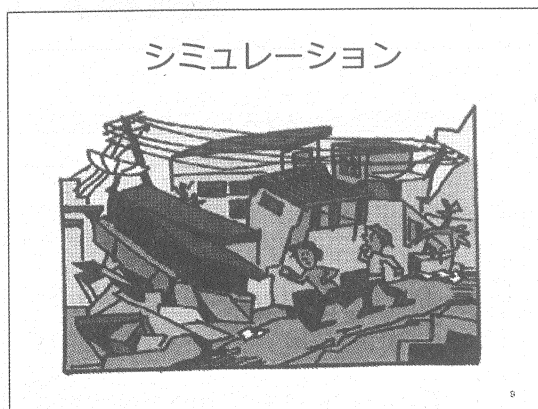


図3「スライド9」

## 2. PFAの概論 — PFAとは何か。誰に、いつ、どこで行うか。

### 1) PFAとはこのようなものです

- ・PFAとは、極度に痛ましい出来事に遭遇した被災者を援助するための人道的なアプローチ
- ・Do No Harmの原則に基づいて、実際に役立つ方法で行う
- ・心理的デブリーフィングに代わって推奨される方法
- ・PFAとは、トラウマによる長期に渡った精神的健康の後遺症を防ぐようなものではない
- ・後に精神障害へと悪化するリスクのある個人を、確実に特定するのに役立つようなものでもない。

### 2) 小グループディスカッション：誰に？いつ？どこで？

#### 誰に行うか？

- ・重大な危機的な出来事にあったばかりで苦しんでいる人びと
- ・大人にも子どもにも実施可能
- ・危機的な出来事を経験したすべての人がPFAを必要としたり、求めているわけではない
- ・望まない人には実施しないこと。
- ・ただし、支援を求められればいつでも手をさしのべられるようにしておくこと



図4「スライド16」

## いつ行うか？

- ・つらい状況にある人と最初に会ったとき
- ・通常は出来事の直後だが、数日後もしくは数週間後ということもある

## どこで行うか？

- ・自分の安全が十分に確保された場所ならどこでも
- ・プライバシーを考慮して、秘密と尊厳が保たれるような場所が望ましい

## 3. PFAの活動原則 — ケースシナリオとロールプレイ

### 1) PFAの活動原則 (P+3L)

PFAの活動の原則は、準備 (Prepare) を十分にしたらうえで、見る (Look)、聞く (Listen)、つなぐ (Link) の順に行うことである。

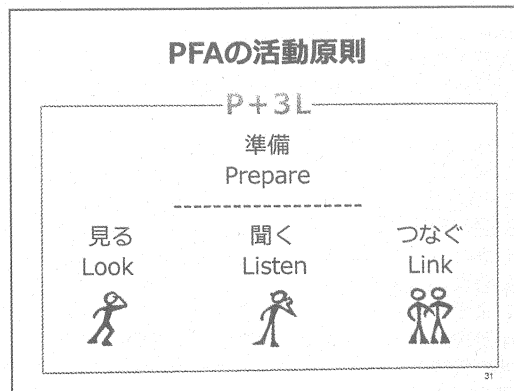


図5「スライド31」

### 2) ケースシナリオ

ケースシナリオに基づき、どのようなことをするべきか、PFAの原則に則ってグループ単位でディスカッションする。

#### グループワーク 被災者へのケア

- ・準備：支援をするためにどのような準備をしますか？
- ・見る：危機的な状況の中で、どのようなことに気をつけて見ますか？
- ・聞く：被災した人びとへ寄り添って話を聞く際、どのようなことを考慮しますか？
- ・つなぐ：人びとが必要としているものや、情報や支援にどのように人びとをつなげますか？

## ケースシナリオ

この震災では、大地震とその直後に巨大津波が発生しました。本事例の市内は震度6強の地震と津波による壊滅的な被害を受け、死者・行方不明者が多数発生しました。



あなたは別の地域に住む市役所職員で、発災2日後、避難所の安全や物資の状況確認を行い、被災者へPFAに基づき支援をするために、高台にある避難所に派遣されることになりました。

図6「スライド38」

### 3) ロールプレイデモンストレーション

講師陣が支援者役、被災者役を担当し、ロールプレイのデモンストレーションを行う。終了後、受講生に気が付いたことを発表し、相互にディスカッションする。

# ロールプレイデモンストレーション



支援者（市役所職員）が避難所に着くと、多くの避難者が安否確認や生活に必要な物資の調達などに忙しく動き回っていたが、掲示板と居住スペースをせわしく行き来する老年女性を見つけ、声をかける。

図7「スライド41」

# ロールプレイ ケースシナリオ

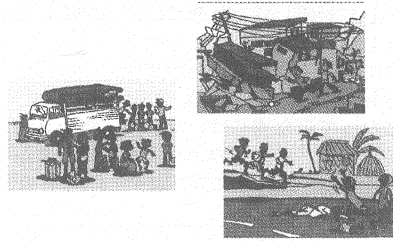


図9「スライド59」

## 4) 良好なコミュニケーション: 言った方がよいこと、した方がよいこと

- ・気が散らないように、できるだけ静かな場所を見つけて話す
- ・被災者のそばにいる。ただし、年齢や性別、文化によって適切な距離を保つ
- ・話を聞いていることが相手に伝わるように、うなずいたり、相槌を打つ
- ・忍耐強く冷静でいる
- ・もし事実についての情報があるなら、伝える。知っていること、知らないことを正直に話す。「私には分かりませんが、調べてみます」など
- ・相手が理解できるような方法で、情報を簡潔に伝える
- ・人々の気持ちや、話に出たあらゆる損失や重大な出来事（家屋の損失、大切な人の死など）をしっかりと受け止める。「本当に大変でしたね。どんなにか、おつらいことでしょう」など
- ・プライバシーを尊重し、特にとても個人的な話を打ち明けられた時には、相手の秘密を守る
- ・相手の強さと、これまでどのようにつらさを乗り越えてきたのかを知り、認める

## コミュニケーションスキルワーク

### コミュニケーションスキル

3人1組（2分）

・Aさん：たった今交通事故を目撃した人の役を演じます。この人はとても気が動転していて、話をしようとしています。言いたいことをうまく表現することが出来ません。

・Bさん：支援者です。インストラクションの書かれた紙を受け取りますが、その内容は秘密にしておいて下さい。

・Cさん：2人の様子を観察してください。

ディスカッション

①聞き手がどのようなインストラクションをもらっていたかわかりましたか？

②そのようなコミュニケーションをしている間、どのように感じましたか？

図8「スライド48」

## 5) ロールプレイケースシナリオ

PFAの活動原則「準備、見る、聞く、つなぐ」に基づいて、被災者を支援するためにどのようにアプローチしたらよいか、以下のシナリオに沿ってロールプレイを行いグループで話し合う。シナリオは、①震災、津波の被害：被災者へのケア、②震災、津波の被害：情報提供（情報の不足）を伴うケア、③震災、津波の被害：支援者（同僚）へのケア、などである。

## ロールプレイの評価チェックリスト これら全てを行いましょうか？

| PFA 活動原則 |                                                                                                                                                                          |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 準備       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・危機的な出来事について調べる</li> <li>・利用可能なサービスや支援について調べる</li> <li>・安全や治安状況について調べる</li> </ul>                                                 |
| 見る       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全確認する</li> <li>・明らかに急を要する基本的ニーズがある人を確認する</li> <li>・深刻なストレス反応を示している人を確認する</li> </ul>                                             |
| 聞く       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・支援が必要と思われる人々に声をかける</li> <li>・必要なものや気がかりなことについてたずねる</li> <li>・人々に耳を傾け、気持ちを落ち着かせる手助けをする</li> </ul>                                 |
| つなぐ      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・生きていく上で基本的なニーズが満たされ、サービスが受けられるように手助けをする</li> <li>・自分で問題に対処できるように手助けする</li> <li>・情報を提供する</li> <li>・人々を大切な人や社会的支援と結びつける</li> </ul> |

図10「スライド61」

## 特別な注意を必要とする可能性が高い人

- ・子どもと青年
  - ー特に保護者と離れ離れになった子どもたち
- ・健康上の問題や障害を持つ人たち
  - ー慢性疾患、高齢者、妊婦もしくは乳児の母親、自分で動けない人、聴覚・視覚障害者
- ・差別や暴力を受ける恐れがある人たち
  - ー女性、特定の人種や宗教グループ、精神障害のある人

## 4. セルフケアと支援者へのケア

### グループワーク 自分自身と同僚のケア

### 自分自身と同僚のケア：グループワーク

- ・グループに分かれる
  - Aグループ：個人として
  - Bグループ：同僚に対して
  - Cグループ：組織として
    - ー支援前
    - ー支援中
    - ー支援後

- ・ポストイットに書き出す

- ・模造紙に整理して張りつける

- ・グループ全体で共有する

|     | 個人 | 同僚 | 組織 |
|-----|----|----|----|
| 支援前 |    |    |    |
| 支援中 |    |    |    |
| 支援後 |    |    |    |

図11「スライド72」

## 5. 倫理的ガイドライン

### PFAの日本での普及に関する倫理指針

- ①PFAの目的は、災害、犯罪、事故などの困難に直面した人や地域の回復を阻害しないことである。  
 ②他の支援活動や支援者を尊重し、連携と調和を心がける。  
 ③現地の文化にあった礼節を守る。  
 ・時と場所、自分の立ち位置をわきまえる。  
 ・支援活動をする個人や組織の営利のために行わない。

## IV 結果

### 1. 受講者概要

平成26年度の受講生は、男性25名、女性9名の合計34名、平成27年度の受講生は、男性31名、女性14名の合計45名、平成28年度の受講生は、男性17名、女性6名の合計23名であり、3年間のべ受講生は男性58名、女性41名の合計102名であった。所属別では、工学部大学院（安全システム建設工学など）34名、行政（県庁・市町役所など）27名、企業（建設業など）18名、医療関係者（医師、看護師、薬剤師など）9名、消防・消防OB2名、その他（NGO・NPO、社会人など）8名であった（表1）。

| 所属                   | 平成26年度<br>(2014) | 平成27年度<br>(2015) | 平成28年度<br>(2016) | 合計<br>人数 |
|----------------------|------------------|------------------|------------------|----------|
| 工学部大学院(安全システム建設工学など) | 11               | 15               | 8                | 34       |
| 行政(県庁・市町役所など)        | 8                | 11               | 8                | 27       |
| 企業(建設業など)            | 4                | 10               | 4                | 18       |
| 医療関係者(医師、看護師、薬剤師など)  | 2                | 4                | 3                | 9        |
| 学校関係者(教員、教員OBなど)     | 1                | 3                | 0                | 4        |
| 消防・消防OB              | 1                | 1                | 0                | 2        |
| その他(NGO・NPO、社会人など)   | 7                | 1                | 0                | 8        |
|                      | 34               | 45               | 23               | 102      |

表1 PFA研修受講者の内訳

### 2. 事後アンケート結果

事後のアンケート調査全体の結果を図12にグラフとして示す。すべての項目において満足度はおおむね90%以上であり、非常に満足度が高かった。その中で特に「非常にそうである」が多かった（60%以上を占める）のは、「問4. 心理的応急処置（PFA）研修に満足していますか。」および「問7. カリキュラムに行政や民間企業の外部講師を組み込むことは有効である」であった。また90%程度の受講生が、おおむね「問2. シラバスに書かれた授業目的を達成できそうである」と回答していた。その中で「問8. あなたは、総合的に判断して、災害と健康管理・メンタルヘルスクエアに満足していますか」における詳細な内訳を図13に示す。「非常にそうである」52%、「おおむねそうである」45%、「どちらともいえない」3%であり、「あまりそうでない」「全くそうではない」は共に0%であった。

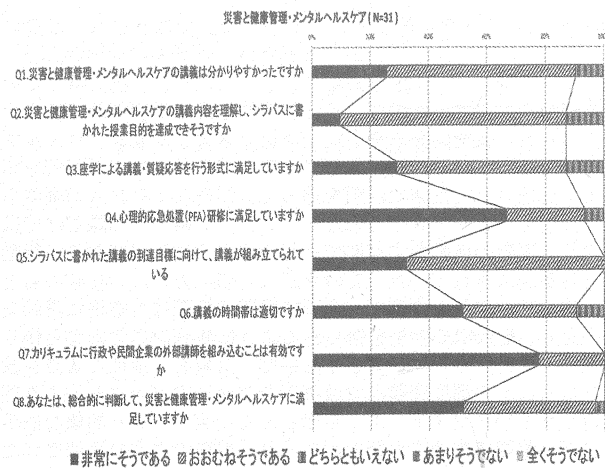


図12 「研修後受講生アンケート結果」

あなたは、総合的に判断して、  
 災害と健康管理・メンタルヘルスクエアに  
 満足していますか

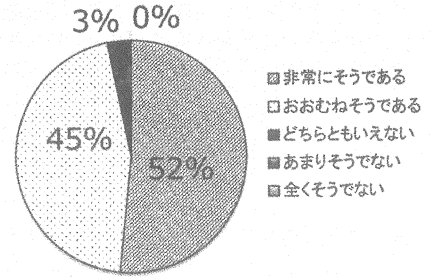


図13 「問8 あなたは、総合的に判断して、災害と健康管理・メンタルヘルスクエアに満足していますか」

アンケート結果を工学部大学院生と社会人で分けて検討したところ、両者の総合点平均値に有意な差はなかったが、若干大学院生の満足度が高い傾向が伺われた。大学院生の平均得点が特に高かったのは「問4. 心理的応急処置（PFA）研修に満足していますか。」であり、逆に社会人のほうが高かったのは「問7. カリキュラムに行政や民間企業の外部講師を組み込むことは有効ですか。」であった。

以下、平成27年度における受講生よりの＜感想＞及び＜講義への要望＞の一部を掲載する。

### 3. ＜感想＞

（大学院生）

・PFA研修以外は座って話を聞くだけだったので、グループワークみたいなものを取り入れてくれるともっと興味を持って授業に取り組めると感じた。

・特にPFA講習が充実した内容でよかった。ロールプレイをすることで、座学だけでは習得しにくい実際に対処する際の技術を習得することができた。知識をインプットするだけでなくアウトプットする時間も設けられているPFA講習は、事前の説明で述べられていた評判通りであった。

・最後のPFA研修では、避難所における課題や被災者の心のケアだけではなく、普段の自分の他人への配慮についても見直せるきっかけとなった。

・土木ではあまり聞かない内容でしたが災害時における心の管理は重要だと改めて実感できて良かったです。

（社会人）

・これまで習得してきた専門分野外であったため、難しいと感じる点もありました。12/19のPFA研修のような座学、グループワーク、ロールプレイはわかりやすくよかった。今後もPFA研修のような座学以外の時間が増えると、知識習得が容易だと感じました。

・専門分野のことなので、自分がこれまで思っていた以上に衛生管理の基準が高かったり、知らないことが多かったということに多少難しく感じることもありましたが、大変勉強になりました。日頃から健康管理やメンタルヘルスクエアを意識し、高い基準にて生活していくことで、災害時にも無理なく対応できるようにしていきたいと思いました。

・はじめて聞く内容も多く、とても興味深く受講させていただきました。

・後期からの受講でどのような内容なのかなど不安もありましたが、講義自体が非常にわかりやすく、また時間帯も社会人でも受講しやすい時間になっていたのが大変良かったです。受講できてよかったと思います。講義ごとに内容が重複している部分が多かったようにも思いましたがそのつど復習になり理解が深まったように思います。

・PFA研修は参加者の精神的負担を考慮しながら、かなり現

実味のある内容を体験できて良かった。各講座のレポート課題は、講義内容の復習のためになるので有効だと感じている。グループ討論や総合討論は、体験が異なる人の意見が聞けるので非常に参考になる。

・様々な分野の先生が、教示してくれる授業は非常にタメになり、先日受講したPFAでは、実際の災害現場で働く人のための実践的な学びの場であることもあり、非常に満足である。授業の中で、先生方の災害現場での経験を活かした授業も非常に良い。徳島県・香川県の場合に置き換えた場合どうなるのか？と、詳細を落とし込んだ授業があったら、なお面白いと思います。

・医療に関する専門的な内容が多かった印象がある。メンタルヘルスに関する話題が少ないと感じていたが、PFA研修で補われたように思う。

・PFA研修にて大部分は、満足でした。PFAは、活動原則や、倫理を設けて国際的な基準になっていると思います。また、研修の基本ルールなどでは、一定の配慮もうかがえました。PFA自体、自分や他人に対する「配慮」が必要と説いているようにも感じました。しかし研修の端々にそのような配慮等が欠如している言動等が見受けられて残念でした。実際の支援している現場は、もっと殺伐をしているのかもしれませんが、平時の研修でそのような配慮ができなければ、いざというときにはもってできないのではと思います。抽象的な言葉で申し訳ありません。

・外部講師を招いての授業は、最前線の情報が解り、とても有意義ですが、専門的な部分が少しわかりにくく感じました。PFA研修は講義やグループワーク・ロールプレイを行ったのでとてもよく理解でき有意義でした。ほとんどが座学だったので、グループワークなどがもう少しあればよかったと思います。被災地支援の体験談はありがたいが、地理や時系列が少しわかりにくかったです。

・AとBの2組に分かれて講義を行っていましたが、どこかの時間帯で1つの教室に移動して、一緒にグループワークなどができれば、もっといろんな行動や考え方が知れて良かったのではないかなと思います。

・授業によっては、内容が一部重複している箇所があったように思うので、そういった場合には少し切り口を変えた内容にしてもらえれば、より良かったように思います。

#### 4. <講義への要望>

(社会人)

・医療に関する専門用語、略語等が連続して使われると、その段階で意味を理解できなくなるので、以降の話が分かりにくくなってしまいます。あらかじめ使われる用語等がわかれば、調べておくことができるので、示していただけると助かります。

・メンタルヘルス等の素養がなく全てが新鮮で良かったのですが、事前に知識があればなお、興味をもって授業に臨めたと思いますので、出来れば授業中でも参考図書のご紹介もありましたが、これからは参考となる図書の紹介を充実していただければと思います。

・講義の内容に少し重なりがあったこと、講師の先生方の体験等の話もいいのですが、それプラス受講生にできることをもっと実技等を加えて学べるようにしていただくと今後に生かせることが増えるのではないかなと感じています。知識を身に付けるのは当然ですが、使える力を身に付けられたいなと思っている方が多いのではないかなと思います。

研修の感想については、大学院生はPFA研修自体を単純に評価する人が多かったが、社会人は多彩な角度から災害時のメンタルヘルスへの対処をどうすべきかという点から捉えていた。また研修への要望に関しては、ほとんどが社会人の記述であり、大学院生の意見・要望は少なかった。内容としては客観的かつ建設的であり、研修をよりよくするための意見が多かった。

## V 考察

防災大学院での教育の目的は、防災に関する専門知識を社会の各分野に広げ、地域社会を強靱化すること、学習内容を職場へ還元し、危機管理の中心人物となることである。そのためには、防災に対する方法論だけでなく、多くの前例災害から学ぶことや、想定外の事象にも対応できる柔軟な考え方を訓練するべく、講義・ワークショップが用意され、多岐にわたる学習が行われる。その中で、メンタルヘルス関係の講義・実習で最も重要と考え、「災害と健康管理メンタルヘルスケア」のなかでPFA研修を行った。

まず、受講生の内訳であるが、安全システム建設工学や知的力学システム工学などの工学部系の大学院生が最も多く、防災大学院の中核をなす人材であることがわかった。次に多かったのは県庁・市町役所などの行政関係者および消防・消防OBあり、このことは本大学院が防災面での実践的活動者を養成していることと関係していると考えられた。さらに建設業などの企業からも多数の参加者があり、その広がりも重要であると考えられた。また医師、看護師、薬剤師など医療関係者が参加していることも、防災大学院の人材の多様性を表していると考えられた。

次に研修内容であるが、最初の「1. イントロダクション」においては、PFA研修の基礎事項が確認され、「PFAとはどのようなものか」という問いかけに沿って、グループディスカッションなどが実施された。避難所設営のシミュレーションでは、その後展開されるPFA研修のエッセンスが凝縮されている感があり、講師がファシリテーターとなって、受講生の資源を引き出すような教育となっていた。次に「2. PFAの概論 - PFAとは何か。誰に、いつ、どこで行うか。」では、具体的にPFAを使用する対象者、時期、場所などについて小グループディスカッションを通じて学ぶようになっていた。さらに「3. PFAの活動原則 - ケースシナリオとロールプレイ」PFAの根本的な理念である、「準備 (Prepare) を十分にたうえて、見る (Look)、聞く (Listen)、つなぐ (Link) の順に行う」ことの重要性をケースシナリオに基づき、グループでディスカッションした。さらにロールプレイのデモンストレーションが行われた。コミュニケーションスキルワークでは、よいコミュニケーションと悪いコミュニケーションについて、具体的にロールプレイを行うことで会得できるようになっていた。PFAの活動原則に基づいて、被災者を支援するためにどのようにアプローチしたらよいか、互いにロールプレイを行い、グループ内で話し合った。最後に「4. セルフケアと支援者へのケア」は、ある意味PFAの最も特徴的ともいえる自分自身と同僚のケアについて、グループディスカッションを行い、様々な立場にある受講生それぞれに合わせる形で考えさせる内容になっていた。「5. 倫理的ガイドライン」ではPFAには高い倫理性が求められることが示された。

全体を通して、単なる知識の伝達ではなく、自己の持っている資源を拡張するかのごとく、伝達の知識の学習部分は極力少なくされ、自発的発表やグループディスカッション、ロールプレイ、シミュレーションなどアクティブラーニングががテンポよく配置され、段階的に順を追って、無理なくPFAの全体を把握することができるようになっていた。同時に、知識だけではなく、実際の活動をすぐにでも行えるようになっており、行動変容が達成されていた。このPFA研修はWHOの監修のもと慎重に吟味された内容で、全国に展開する際にも厳格に講師を限定し、最大限の効果をえられるように研修システムから作り上げてきた。さらにさまざまな機関、対象者、地域で研修を繰り返し、その都度問題点や改善策をフィードバックし、より理解しやすいスライド、より会得しやすい実習、よりの確な例示など、改善にたゆまぬ努力が払われ、現在のような洗練された研修内容となっている。それは防災大学院のみならず、その他

の機関での研修成果を押し上げる原動力となっていると思われる。

それは研修後の調査結果にも反映されており、受講生の満足度は非常に高かった。「心理的応急処置(PFA)研修に満足している」はもちろんであるが、「カリキュラムに行政や民間企業の外部講師を組み込むことは有効である」という回答からも、PFA研修が非常に効果的であったと推察された。実際に講師として参加し、講義やファシリテートを行っている、他の研修に見られる遅刻、早退、居眠り、私語などは全く認められず、皆が一斉に熱心にメモをし、真剣にロールプレイを行い、白熱したグループディスカッションを行っていたことが印象的であった。

アンケート結果から、大学院生と社会人とを比較すると、大学院生はPFA研修自体への満足度が高く、社会人は外部講師の有効性のほうが高かったことより、大学院生は大学の授業の延長として評価しており、社会人は授業を大学院外の立場から総合的に捉えている傾向が伺われた。また研修への意見・要望が社会人に圧倒的に多かったことより、社会人はより効果的であり実践的な内容の授業を望んでいるように思われた。このようにPFA研修に関しては、年齢(発達段階)や社会人経験、災害に対する立場などが異なれば、目的・方法・内容などが異なる可能性があり、「小・中学生」「高校生」「大学生」「社会人」など対象別に修正プログラムで臨む必要があると考えられた。

以上、防災大学院「四国防災・危機管理プログラム」において、「災害と健康管理・メンタルヘルスクエ」の講義・実習としてPFA研修を行った。受講生アンケート等よりPFA研修の有効性が示唆された。

しかしながら、①PFA研修の直後の調査では満足感が高く学習効果があったが、中期・長期的に持続するかは不明であり、今後の研究が必要と考えられた。②PFA研修で会得した内容が実際の災害現場において有効かどうかは検証されていない。これらに関しては今後、PFA研修の成果を授業終了後の満足度と主観的な学習効果の自覚だけに頼らずに、どのように計測できるのか、成果をどのように確保していくのか等につき、観察研究あるいは介入研究を行うことで、実証していきたいと考えている。③今回の受講生は防災大学院を選択したうえで受講したのであるから、特別に満足感や学習効果が高かったのではないとも考えられた。しかしながら今回以外にも冒頭で述べたように様々な機関、対象者に対してPFA研修が行われ、同様に高い満足感および学習効果が得られていることを考えると、今回の研修が特別である可能性は低いと考えられた。ただし、今後PFA研修の対象をひろげ、一般社会人、大学生、高校生、小・中学生にまで拡大する際には、今回と同一のプログラムではなく、対象者別に修正プログラムで臨む必要があると考えられた。実際に「子どものためのPFA研修会」が企画され、講師研修が開始されるとともに、実際に研修が行われている。今後の評価が待たれるところである。

今後も防災大学院において、PFA講座を継続的に行う予定であり、今後は防災大学院以外の医学部や教育学部や工学部などで学部教育としても取り入れることができないか、拡大していきたい。

## まとめ

1. 防災大学院の教育プログラムにPFA研修を導入した。
2. PFA研修には幅広い人材が受講していた。
3. 防災大学院においてPFA研修が有効であることが示唆された。
4. 今後は防災大学院以外の大学院や大学学部教育に拡大していきたい。

## 文献

- 1) 山下和彦, 渡部育子, 後藤弓子, 安藤純子, 相良サク子, 岩沢裕樹, 松田聡一郎, 田崎美和, 宮原俊也, 松島輝明, 重村淳, 前田正治. 東日本大震災後の福島県内復興支援者のニーズ変化と現状 ふくしま心のケアセンター県中地方センターの支援者支援研修会の取り組みから. *トラウマティック・ストレス* 12(1):79-86. 2014.
- 2) 網木政江. 山口県山陽小野田市豪雨災害における災害支援ナース活動報告 災害ボランティアセンター救護班班長の経験から. *宇部フロンティア大学看護学ジャーナル*. 4(1): 77-83. 2011.
- 3) 栗田暢之. 【災害対策の新たな視点 震災から10年を経て】機関連携, 支援体制の整備 災害ボランティア・NPOの活動と支援の課題. *月刊福祉*. 88(1): 26-27. 2005.
- 4) 金谷泰宏, 鶴和美穂, 原田奈穂子. 災害時における保健所職員の健康危機管理能力強化に向けた教育と訓練. *Japanese Journal of Disaster Medicine*. 20(2):255-261. 2015.
- 5) 平田京子, 高橋伶奈, 石川孝重. 児童の発達段階に応じた早期学校防災教育の実践と家庭への伝達効果. *日本女子大学大学院紀要*. 21:187-196. 2015.
- 6) 岩田みどり, 小原真理子, 弘中陽子. 看護学生と地域住民の交流学習を取り入れた災害看護教育の実践 防災ボランティア育成セミナーの開発への影響. *日本災害看護学会誌*. 9(3):31-39. 2008.
- 7) 尾崎道江. 災害看護学教育における教育的課題 東日本大震災に遭遇したA大学看護学生の体験から. *茨城キリスト教大学看護学部紀要*. 3(1):47-56. 2012.
- 8) 中村仁志. 大学における防災教育から危機管理を含めた安全意識向上に向けた取り組み 学生の医療人としての成長を目指した防災・危機管理教育. *神奈川歯科大学短期大学部紀要*. 3:43-46. 2016.
- 9) 小俣和義. こころのケアと防災心理学. *青山学院大学教育人間科学部紀要*. 7:107-118. 2016.
- 10) 高橋 晶. 【東日本大震災からの復興に向けて-災害精神医学・医療の課題と展望-】災害救助要員のメンタルヘルス. *精神神経学雑誌*. 116(3):224-230. 2014.
- 11) 藤澤美穂, 高橋真梨子, 長瀬律子, 畠山秀樹. 被災地での臨床心理学的地域援助を実践する支援者の心理的变化に関する質的検討. *岩手医科大学共通教育研究年報*. 48:45-55. 2013.
- 12) 藤代富広. 【救済者・支援者のメンタルヘルス対策】警察における惨事ストレス対策. *トラウマティック・ストレス*. 11(2):141-149. 2013.
- 13) 飛鳥井望. 【災害と支援者の抑うつ】抑うつ発症予防を目的とした支援者の介入. *Depression Frontier*. 11(2):48-52. 2013.
- 14) 金吉晴. 被災地における精神障害等の情報把握と介入効果の検証 及び介入手法の向上に資する研究. *厚生労働科学研究費補助金*. 平成26年度 総括・分担研究報告書. 2015.
- 15) 大沼麻実, 大滝涼子, 金吉晴. ひろがる災害医療と看護 身につけるべき知識とスキル(第11回)被災者・支援者の心理反応 災害直後のこころのケア WHO版心理的応急処置(サイコロジカル・ファーストエイド)の支援とは. *看護教育*. 55(9):902-907. 2014.
- 16) 明石加代, 藤井千太, 加藤寛. 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. 2008.
- 17) 原田奈穂子. WHO版サイコロジカルファーストエイド研修

の取り組みと評価. 日本プライマリ・ケア連合学会誌 38 巻特別号:170-175. 2015.

18) Bisson, J. K. & Lewis, C. Systematic Review of Psychological First Aid, Commissioned by WHO. 2009.

19) Inter-Agency Standing Committee (IASC). IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings. Geneva: IASC. 2007.

20) The Sphere Project. Humanitarian Charter and Minimum Standards in Disaster Response. Geneva: The Sphere Project. 2011.

21) TENTS Project Partners. The TENTS Guidelines for psychosocial care following disasters and major incidents. Cardiff University. 2008.

22) Hobfoll S, Watson P, Bell C, Bryant R, Brymer M, Friedman M, et al. Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: Empirical evidence. *Psychiatry* 70 (4): 283-315. 2007.

23) WHO. 心理的応急救置 (サイコロジカル・ファーストエイド: PFA) フィールドガイド.

[http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44615/18/9789241548205\\_jpn.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44615/18/9789241548205_jpn.pdf) (2016 年 12 月 20 日アクセス可能)