

ジャーナリストの 惨事 ストレス

JOURNALIST'S
CRITICAL INCIDENT STRESS

報道人ストレス研究会

編著

ジャーナリストの

惨事 ストレス

常盤大学図書館
蔵書章

JOURNALIST'S
CRITICAL INCIDENT STRESS

報道人ストレス研究会 編著

現代人文社



ジャーナリストの^{さんじ}惨事ストレス

2011 年 12 月 12 日 第 1 版第 1 刷

編 著 報道人ストレス研究会

発行人 成澤壽信

編集人 木村暢恵

発行所 株式会社 現代人文社

〒 160-0004 東京都新宿区四谷 2-10 ハッ橋ビル 7 階

振替 00130-3-52366

電話 03-5379-0307 (代表)

FAX 03-5379-5388

E-Mail henshu@genjin.jp (代表) /hanbai@genjin.jp (販売)

Web <http://www.genjin.jp>

発売所 株式会社大学図書

印刷所 株式会社平河工業社

装 丁 黒瀬章夫

検印省略 PRINTED IN JAPAN ISBN978-4-87798-500-4 C0036

© 2011 報道人ストレス研究会

本書の一部あるいは全部を無断で複写・転載・転訳載などを行うこと、または磁気媒体等に入力することは、法律で認められた場合を除き、著作者および出版者の権利の侵害となりますので、これらの行為をする場合には、あらかじめ小社また編集者宛に承諾を求めてください。

はじめに

2011年3月11日14時46分に発災した東日本大震災は、2万195名の死者行方不明者を出し、5924名の方を負傷させ、11万5390戸の建物を全壊させた（同年8月28日警察庁）。甚大な被害を受けた被災地のなかで、消防職員、自衛隊員、警察官、一般公務員、消防団員が人を救い逃がすために、文字どおり命をかけた活動を展開した。医師、看護師、教師、保育士などの職業人だけでなく、多くの一般市民が、人を助け護るために努力した。その活動の様子は、多くのジャーナリストによって報道された。

被災後の心理に関する研究をしていた筆者は、複数のメディアから本震災後の被災者や支援者の心理について取材を受けたが、取材映像や画像をチェックしている編集部員にもストレス反応が出ているという話を聞いた。類似した事案をメディアが紹介している。

「実はテレビ局内でも PTSD が問題視されているんですよ……。取材した映像素材の中には、多数のご遺体など悲惨さを極めた映像もあります。東京で編集するスタッフの間に体調不良を訴える者が出てます。大きなモニターでよく確認すると、津波に流された方が映っている。車の中から助けを求めている人が映っていても、どうすることもできなかった思いにショックを受け、編集業務から外れた女性スタッフもいます」（MNS.産経ニュース 2011年3月28日）。

悲惨な事故や災害現場を目撃した人やその現場で活動した人が被る外傷性ストレスは、惨事ストレス（Critical Incident Stress）と呼ばれる（惨事ストレスの正確な定義は第5章第1節参照）。惨事ストレスはおもに、消防職員や自衛隊員、警察官、海上保安官などの、災害時に職業的に救助や救援をする人々（災害救援者）に関して議論がなされてきた。しかし、災害現場で報道に携わる記者やカメラマン、アナウンサーなどのジャーナリストにも惨事ストレスが起きていることが徐々に明らかになってきている。そして、東日本大震災では、直接的には現場には出ていない編集部員にまで惨事ストレスが現れていたのである。

本書は、ジャーナリストの惨事ストレスに焦点を当て、東日本大震災におけ

るわれわれ報道人ストレス研究会の活動や震災までの活動を紹介し（第1章）、本研究会の視点を説明する（第2章）。第3章では本研究会がジャーナリストを対象にして行ってきた意識調査の結果を詳しく紹介する。さらに、ジャーナリズムと惨事ストレスの研究動向（第4章）や惨事ストレスに関わる心理学の知見について紹介する（第5章）。

最後に、ジャーナリストの惨事ストレスへの対策を論じる（第6章）。

本書の執筆者は、報道人ストレス研究会の現メンバーか、メンバーだった方（板村英典氏、小城英子氏）や、ジャーナリストとして研究会活動を支えてくださっている方（宮田一雄氏）などによって構成されている。

本書の内容が東日本大震災やこれから起こる災害や事故報道に携わるジャーナリストの方々のストレスを軽減する一助になればと、執筆者一同こころより願っている。

2011年9月11日

報道人ストレス研究会 代表 松井 豊

【引用文献】

- * 警察庁広報資料 2011年8月28日 <http://www.npa.go.jp/archive/keibi/biki/higaijokyo.pdf>
- * MNS. 産経ニュース 2011年3月28日 21時5分「報道映像がトラウマ テレビ局スタッフも PTSD に」

はじめに……ii

第 1 章

東日本大震災に関わった ジャーナリストへ



第1節 東日本大震災における報道人ストレス研究会の活動……2

1 情報提供や啓発活動の開始……2

第2節 東日本大震災におけるホームページ活動……7

1 東日本大震災におけるホームページ活動……7

2 HP のコンテンツ……9

第3節 東日本大震災前の活動（2011 年2月頃まで）……18

1 研究・活動の経緯……18

2 予備的（探索的）面接調査の紹介……22

海外の取り組み：ダートセンター……30

第2章

ジャーナリストの 惨事ストレスに対する視点



- 1 航空災害被害者遺族の心理……40
- 2 被災者・被害者の心理とメディア……41
- 3 ジャーナリストと惨事ストレス……43
- 4 ジャーナリストへのケア……44
- 5 消防職員とジャーナリスト……45

第3章

日本のジャーナリストにおける 惨事ストレスの実態



- 第1節 日本のジャーナリストにおける惨事ストレスの実態……50
 - 1 回答者の属性……50
 - 2 ジャーナリストが体験した惨事……53
 - 3 精神的に衝撃を受けた事案の特徴……58
 - 4 惨事の取材・報道に伴う問題……60
 - 5 惨事の取材・報道の成果……64
- 第2節 惨事の取材・報道後のストレス反応……66
 - 1 取材・報道時のストレス反応……66
 - 2 取材・報道活動から2～3カ月後のストレス反応……67
 - 3 心的外傷後ストレス障害 (PTSD)……70
- 第3節 惨事ストレスの規定因……72
- 第4節 ジャーナリストの惨事ストレス対策に関する意見……76
 - 1 放送局調査……76
 - 2 新聞社調査……83

第4章

ジャーナリズムと 惨事ストレス



- 1 はじめに……96
- 2 マス・メディア論およびジャーナリズム研究にみる
「ジャーナリストのストレス」……96
- 3 「ジャーナリスト」という存在……101
- 4 「ジャーナリストの惨事ストレス」という視点……102
- 5 「ジャーナリズム」と「ジャーナリスト」の乖離……104
- 6 ジャーナリストを支えるジャーナリズムの構築に向けて……105
- 7 おわりに……106

第5章

惨事ストレスをめぐる 心理学の話題



- 第1節 惨事ストレスとは……112
 - 1 惨事ストレスの被害者……112
 - 2 惨事ストレスの症状や反応……113
 - 3 急性ストレス障害……114
- 第2節 心的外傷後ストレス障害の概念の歴史の変遷……120
 - 1 「トラウマ」の語源の由来……120
 - 2 PTSD 概念の歴史……120

- 3 最後に……130
- 第3節 外傷後成長……132
 - 1 安定した自己概念と世界観……132
 - 2 外傷後成長……133
 - 3 「成長」の諸側面……135
 - 4 個人の経験の社会的変容……136
 - 5 ジャーナリストと外傷後成長……138

惨事ストレスとジャーナリズムの現場……141

第6章

ジャーナリストのための 惨事ストレス対策



- 1 個人でできる惨事ストレス対策……148
- 2 組織がとりうる惨事ストレス対策……155

おわりに……159

- 1 海外での活動をふまえて……159
- 2 よりよい取材・報道のために……160
- 3 惨事ストレスと向き合う……161
- 4 広く社会的な理解を求めて……162
- 5 東日本大震災をふまえて……163

執筆者紹介……165



第 **1** 章

東日本大震災に関わった ジャーナリストへ



第1節 東日本大震災における 報道人ストレス研究会の活動

2011年3月10日16時30分われわれ報道人ストレス研究会のメンバー（福岡欣治・畑中美穂）は、東京の本郷三丁目にある日本新聞労働組合連合（以下、新聞労連）の本部で話し合いをしていた。報道に携わる新聞記者やカメラマンが、災害や大事故に遭遇した後に起こるストレス（惨事ストレス、本書第5章第1節参照）について、協力して研究や研修活動をしていこうという希望を述べ合った。

新聞労連事務局と本研究会の交流は、2010年から始まっていた。新聞労連事務局の方がふとしたきっかけで本研究会の研究成果に注目され、メールや対面の意見交換がなされた。意見交換の中でジャーナリストの惨事ストレス対策の重要性が認識され、2011年2月7日には新聞労連の集まり（労働安全衛生部による「労安学校」）で本研究会メンバー（松井）が惨事ストレスに関する講演を行うまでに至った。こうした経緯を踏まえ、3月10日の会合では数年をかけてジャーナリストの惨事ストレスに関する研究を展開していこうと話し合っていた。研究成果が積み重なった「数年後には、新聞労連の研修会の中でも惨事ストレスのテーマを取り上げる」という展望まで話題に上り、18時に散会した。啓発活動が本格化するのには「数年後」のはずだった。

その20時間後の3月11日14時46分に、東日本をマグニチュード9.0の大地震が襲ったのである。

1 情報提供や啓発活動の開始

東日本大震災ではおびただしい数の新聞記者、放送局記者スタッフ、カメラマン、雑誌記者の方々が現地に入り、悲惨な現場から記事や映像を送り続けることが予想された。そうした報道活動の中で多くの方が急性ストレス反応で苦しまれることを、本研究会のメンバーは知っていた。

そこで、メンバーは相互にメールで連絡を取り合い、こうしたジャーナリストに対して、ジャーナリスト自身のケアを訴える文書（資料1参照）を作成した。13日13時に、メンバーのひとり（松井豊）がこの文書をメールで新聞労

資料1 3月13日に新聞労連事務局に発送した文書

今回の地震災害で取材や報道にあたっておられるジャーナリストの皆様へ。

被災地で取材・報道活動をされているジャーナリストの皆様、市民の一人としてここより感謝申し上げます。

多くの皆様は、今日の時点で様々な活動をされ、おそらく十分な睡眠時間も採らずに勤務されているかと思います。現場を知らない外部の者が勝手なことを申し上げるかもしれませんがご容赦ください。

私どもは、阪神・淡路大震災や雲仙普賢岳災害でのジャーナリストの方のご体験に関する調査をふまえて、ジャーナリストの方が災害現場での活動中や活動後に体験するストレスについて研究しております。

その立場から、皆様の活動中や活動後にご留意いただきたい点がありますので、述べさせていただきます。

1) 少しでも休憩や休養をとって下さい。

皆さんは今、使命感や伝えたいという強い気持ちから睡眠も十分にとれないで状態ではないでしょうか。この災害報道は中長期化します。現場を知る皆様が倒れたら、今後の活動に大きく影響します。中長期の活動に耐えられるように、少しでも休憩や休養をとって下さい。

2) 仲間と声をかけあって下さい。

ミーティングなどをする時間的ゆとりはないかもしれませんが、でも、他社の方でも、ちょっと声をかけ、励まし合うことによって、心にゆとりが生まれます。心にゆとりがないと、取材対象者を不用意に傷つける報道になりかねません。強い興奮状態や極度の疲労から、声をかけ合うのも面倒になるかと思いますが、ぜひ支え合ってください。

3) 少し落ち着いたら、仲間や上司と話し合ってください。

飲み会でも結構です。1週間後でも2週間後でも、現場に行った仲間や理解ある上司と話し合う機会を作ってください。取材時や報道後に感じたストレスを、胸にしまい込まず、率直に話し合ってください。

関連する情報が下記サイトにあります。ジャーナリストを支援する国際的な組織であるダートセンター (Dart Center for Journalism and Trauma <http://dartcenter.org/>) のHPの一部です (※下記の部分は日本語)。よろしければご参照ください。

(以下略)

連事務局に発送した。しかし、実際にはメールアドレスに間違いがあり届いていなかった。ほかのメンバー(福岡)から正しいメールアドレスに送られたのは、13日の18時であった。最初にメールを送ったメンバーが、急性ストレス反応の一つである過覚醒(本書第5章第1節参照)に陥っていたのである。この文書

は新聞労連事務局を通して、加盟労組に伝達された。

このメール送付の翌14日、研究会メンバーのひとり（松井）は、岩手県庁災害対策本部の秋富慎司氏（当時：岩手医科大学医学部救急医学講座岩手県高度救命救急センター）から、岩手で災害救援活動を行っている消防職員や、自衛隊員、地方自治体職員の方々へ、ストレスケアを啓発する文書の提供を求められた。ネット上や文献にあるいくつかの資料を吟味したが、いずれも現地で配付するには長すぎて、各職場の現状を考慮した内容とは思えなかった。

震災の現場活動後にストレスケアの必要性を訴える文書作りが始まった。ジャーナリストの方々に向けては「よりよい取材のために」と題した取材時の留意点をまとめた文書を作成した（本書16頁参照）。その内容は本研究会のメンバーが検討したが、文書作成にあたっては、ダートセンター（本書30頁参照）の関係者である Frank Ochberg 博士と Cait McMahon 博士の助言をいただいた。お二人は、発災直後から本研究会メンバーの安全を祈り、ジャーナリストのストレスを気づかって積極的な活動支援を申し出てくださった。また、県や市の職員や災害ボランティアに向けた文書作成には、岡野谷純氏（NPO 法人日本ファーストエイドソサエティ）の協力を得た。

これらの文書は3月13日から順次、本研究会のホームページに公開し、9月25日現在7800件を超えるアクセスを得ている（ホームページに掲載されている文書や掲載の経緯は、第1章第2節参照）。このホームページとは別に、本研究会メンバーが属している「香川惨事ストレスプロジェクト」などのメーリングリストに各種文書を発送した。また、個別の新聞社やメンバーの知己の放送関係者を通して、これらの文書が流布されており、流布の正確な範囲は本研究会でも把握していない。

報道関係者は積極的にこれらの文書を取り上げてくださり、4月13日の日

表1 ジャーナリストの惨事ストレスに関する主な公開文書（公開月日）

文書内容	公開(送付)月日
今回の地震災害で取材や報道にあたっておられる ジャーナリストの皆様へ	3月13日
Dart Center「Trauma & Journalism」日本語版	3月14～15日
よりよい取材のために	3月21日
東日本大震災で取材や報道に携わった方へ	4月30日

注：日付はすべて2011年。2011年9月25日現在（以下、表2・表3も同じ）

本民間放送連盟（民放連）の機関誌での紹介を皮切りに、業界紙や一般新聞でも紹介されるようになった（表2）。また、新聞や放送関係者の方向けの雑誌への寄稿を求められ、福岡・畑中（2011）と松井（2011）の形で公刊された。

さらに、われわれの活動を長く支持くださってきた産経新聞社宮田一雄氏の仲介により、5月16日には日本記者クラブで講演を行い（その様子は本書141頁以下で紹介されている）、社団法人日本新聞協会の方との情報交換や研修の準備も進んでいる（表3参照）。本研究会では現在（2011年9月）被災地ジャーナリストへの面接調査に着手し、今後は調査研究と支援システム作りへと歩み始めている。

東日本大震災を契機として、ジャーナリストの惨事ストレスが広く知られるようになった。在京の新聞社では社内の健康管理システムの中で、被災地に派遣された職員への精神療法やカウンセリングが実施され、被災地内の報道機関でも産業カウンセラーによるケア活動が行われた。

3月10日の会合での「数年後」は、不幸な大厄災によって「数か月後」に縮まってしまった。しかし、ジャーナリストのストレスを和らげる活動は端緒についたばかりである。本研究会も、啓発や研究や支援活動を続けていきたい

表2 ジャーナリストの惨事ストレスに関する関連記事

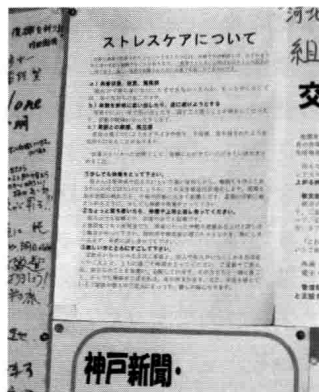
新聞・雑誌	記事タイトル
民間放送	4月13日 震災取材のストレス予防マニュアル公開
新聞労連	5月1日 原発の惨事ケア研究に力
新聞協会報	5月24日 職場での支え合いが効果的
日本記者クラブ会報	6月10日 惨事ストレス軽減『ほめること』
毎日新聞	7月2日 記者も惨事ストレス 研究者が調査へ

表3 ジャーナリストの惨事ストレスに関する講演等

実施月日	内容など（講演者）
5月16日	日本記者クラブシリーズ企画 3.11 大震災「東日本大震災における惨事ストレスについて」（松井）
8月8日	読売テレビ社内講演会（福岡）
6月25日	共同通信労組「新研集会」講演（福岡）
6月28日	新聞協会にて、労務委員への小講演と意見交換（松井・福岡）
9月13日	日本行動計量学会第39回大会特別企画シンポジウム「災害報道と行動計量」において「ジャーナリストの惨事ストレス」講演（松井・福岡）

と考えている。

本研究会メンバーは9月に、宮城県を中心に震災報道をし続けている河北新報社の本社廊下に本研究会の文書（「ストレスケアについて」）が掲げられていたのを目撃した（**右写真参照**）。同社労組も、新聞労連を通じて震災発生直後にこの文書を受け取った組織の一つである。このささやかな文書が、厳しい被災現場で辛い体験をされてきたジャーナリストにほんの少しでも役に立てればと、思わざるをえなかった。



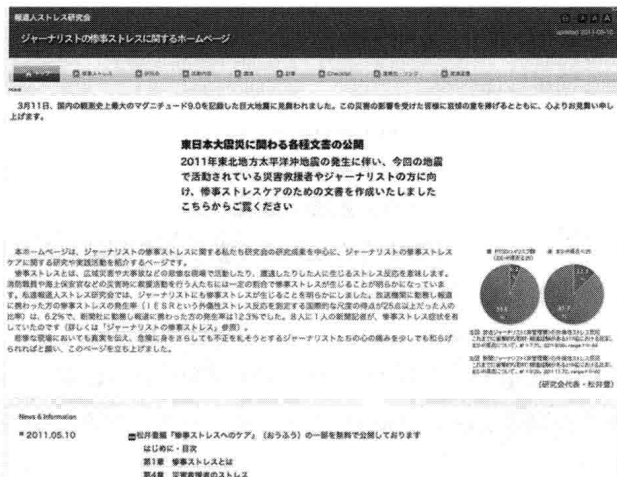
河北新報労働組合提供

【引用文献】

- 松井 豊（2011）． 自分を守り、取材対象者を守る——ジャーナリストの惨事ストレスをどう防ぐか 新聞研究，720，54-57．
- 福岡欣治・畑中美穂（2011）． 惨事ストレスから記者を守るために——求められる組織的な対策（特集・大震災に向き合う） 月刊民放，2011年6月号，24-27．

第2節 東日本大震災におけるホームページ活動

報道人ストレス研究会では、ジャーナリストの惨事ストレスケアに関する研究成果や実践活動を紹介するホームページ（以下、HP）を、2010年2月より立ち上げた（HPのアドレスは、<http://www.human.tsukuba.ac.jp/~ymatsui/>）。



1 東日本大震災におけるホームページ活動

前節で述べたように、本研究会では、2011年3月11日に発生した東日本大震災に際して、発災2日後の3月13日から、被災地での活動を予定している、または被災地で実際に活動している災害救援者やジャーナリストに向けた文書を作成し、HP（http://www.human.tsukuba.ac.jp/~ymatsui/disaster_manual_list.html）にて公開した。

3月13日当初は、被災地へ派遣された消防職員および、派遣元となる消防本部を対象とした惨事ストレスケアに関する文書を公開していた。その後順次対象を拡大し、14日には被災地の自治体職員および自治体本部、15日には被災地での取材を行っているジャーナリスト、19日には被災地へ職員を派遣

している災害派遣組織の職員および派遣元の組織を対象とした惨事ストレスケアに関する文書を公開し、29日には被災地でのボランティアを行っている災害ボランティアを対象とした被災地でのボランティア活動における注意事項に関する文書を公開した。そして、4月30日には、ジャーナリストを対象とした災害発生後2か月以降の惨事ストレスケアに関する文書を公開し、最終的に11種の文書を公開している。

ジャーナリストを対象とした文書としては、「災害発生1か月後の時点での惨事ストレスケア」「災害発生2か月以降の惨事ストレスケア」「被災地での取材に関する注意事項」の3種類を公開している（本書11頁以下参照）。以下では、各文書の概要を簡単に述べる。

「災害発生1か月後の時点での惨事ストレスケア」は、被災地で取材・報道活動を行っているジャーナリストを対象とした惨事ストレスケアに関する文書である。悲惨な現場で活動したり、悲惨な映像を繰り返し見たりした個人に現れる心身の反応を紹介し、このような反応を予防したり軽減したりするための注意点についてまとめている。

「災害発生2か月以降の惨事ストレスケア」では、災害から2～3か月後に表れるストレス反応（惨事ストレス）とストレスの和らげ方に関して解説し、とくに、被災地での取材を終え、職場に戻った後でのストレス対処の方法についてまとめている。

「被災地での取材に関する注意事項」は、より良い取材を行うために、被災者への取材を行う際の留意点について、とくに心理的な側面からまとめている。

