東日本大震災の激甚の津波被災地に勤務した教師のストレス
― 発災７年目の調査から ―

Stress of Teachers Working in the Severe Tsunami Affected Area of the Great East Japan Earthquake: Results from a survey conducted seven years after the disaster

山本　奬*，大谷　哲弘**

YAMAMOTO, Susumu *，OHTANI, Tetsuhiro **

（令和５年２月１日受理）

本研究の目的は，東日本大震災に関し，激甚の津波被災地の勤務を経験した教師の，その後のストレッサーの認知，ストレス反応，対処行動の現れ方などについて明らかにすることであった。発災７年目の183名の調査協力教師のデータを分析したところ，激甚の津波被災地である沿岸に勤務した教師と内陸勤務の教師との差異は，ストレス反応や対処行動などにはなく，ストレッサーの認知のみに見られた。差異のあった被災地固有の課題対応を含むと考えられる校務分掌については経年で解消される可能性が指摘されたが，教科指導の忍耐のストレッサーに関しては，差異があるだけでなく，解消の目途が示されなかった。

問題と目的

東日本大震災発災（2011）の翌年，発災後最初の津波注意報が発令される比較的大きな余震（三陸沖地震）が発生した。その余震時，避難所が設けられる中で生じた教師のストレス反応が報告されている（山本，2013）。それは，指示が思い通りに通らない状況の中で語気が荒くなり過覚醒を呈する教師，オロオロして涙が溢れ情動を統制できないことに自己嫌悪を感じる教師，発災翌年に赴任した自分は所詮余所者だとの疎外感を感じる教師，発災以来復興教育を重ねてきたのに一瞬で元に戻ってしまう虚しさを感じる教師などの様子であった。自衛官や消防職員など被災地で救援にあたる職業人は２次被害者と呼ばれ（松井，2009），教師もこれに含まれる。そして，他の一部の職業人と同様，教師はときに被災者自身でもある。被災地における教師のストレスを指摘する報告は多く（倉戸，2001：小林，2015など），飯田・高村・茅野（2018）は，大規模災害等発生後の教師の心のケアに関する国内外の研究動向を，ストレス反応，その要因，心のケアの視点から整理している。

これらが指摘するように，発災時はもちろん，その後数年，ときにはそれ以上に，教師には震災の影響が現れる。しかしそれは，ストレス反応だけとは限らない。山本（2013）が報告した教師のストレス反応は，自己嫌悪や疎外感，虚しさなど，思考に現れたもので，これらは，その後のストレッサーの見え方や，対処行動の採り方，困難の認知の仕方など，Lazarus & Folkman（1984）やLazarus（1999）が提案するストレスモデルの諸側面に影響することが考えられる。しかし，これまでストレス反応以外の側面が注目されることは少なかった。そこで本研究では，東日本大震災に関し，激甚の津波被災地区の勤務を経験した教師の，その後のストレッサーの認知，対処行動，ストレス反応の現れ方などについて明らかにすることを目的とする。

＊岩手大学大学院教育学研究科，＊＊立命館大学産業社会学部

方法

時期：2018年１月

調査協力者：岩手県内に勤務する現職教師203名

材料：

（１）ストレッサー：山本・大谷（2023a）の教師のストレッサー尺度を用いた。これは「ストレッサーの経験」「挑戦のストレッサー」「忍耐のストレッサー」の３側面でストレッサーを捉えるものである。同一の16項目について，「この課題をよく経験していますか」の表現で経験を問い，「この課題の克服のため積極的に挑戦し努力したいですか」の表現で課題への挑戦を問い，「我慢してこの課題に耐えていますか」の表現で忍耐を問う。ストレッサーの経験については「よく経験している」から「全く経験していない」までの５段階で，挑戦のストレッサーについては「とても努力したいと思う」から「全く努力したいと思わない」までの５段階で，忍耐のストレッサーについては「とても耐えている」から「全く耐えていない」までの５段階で回答を求めるものであった。

（２）対処行動：山本・大谷（2023a）の対処行動尺度を用いた。「問題焦点型」「情動焦点型」「援助希求型」の３下位尺度で対処行動を捉えるものである。12項目について「下は何か課題に出会ったときの対処の方法です。ふだんのあなたの考えや行動について，例にならって，数字に〇を付けてください。」の教示により，「よくあてはまる」から「全くあてはまらない」までの５段階で回答を求めた。

（３）ストレス反応：鈴木・嶋田・三浦・片柳・右馬埜・坂野（1997）の項目を用いた。ストレス反応を「抑うつ・不安」「不機嫌・怒り」「無気力」の３側面で捉えるものである。原尺度は「ここ２，３日の感情や行動の状態」を４件法で問うものであるが，これを変更し「最近（ここ１～２か月間），職場でのあなたの気持ちや行動について，下の項目はどの程度あてはまりますか？」の教示文で，選択肢は「よくあてはまる」から「全くあてはまらない」の５件法によった。

（４）ストレッサーに対する納得方略：山本・大谷（2023b）のストレッサーに対する納得方略尺度を用いた。これは 納得方略を「妥協」と「意義」の２下位尺度で捉えるものである。８項目について「仕事上の難しい課題（教科指導・生徒指導・校務分掌・部活動指導など）に出会ったとき，各項目について，あなたはどの程度思いますか。」の教示文で，選択肢は「よくあてはまる」から「全くあてはまらない」までの５件法によった。

（５）発災後の勤務地：研究協力者の東日本大震災発災後の勤務地の経験について，激甚の津波被害のあった「沿岸」とそれ以外の「内陸」を区別する次の３件の質問を行い，回答は「はい・いいえ」で求めた。「１．発災時（平成23年３月）は沿岸（のある市町村）に勤務していた」「２．現在は沿岸（のある市町村）に勤務している」「３．上の回答に関わらず，発災後，沿岸（のある市町村）に勤務したことがある」。

手続き：研修会に参加した現職教員に，研修時間外の休み時間に質問紙を配付し協力を求め回収した。

倫理的配慮：回答は職務ではなく，任意であり，白紙や途中で回答を止め提出しても構わないこと，提出しなくても構わないことを口頭及び質問紙への記載により説明及び提示した。併せて会場に臨床心理士を配置し，気になることがあったり気分が優れなくなったりした場合には相談できることを調査協力者に説明した。また，個人を特定する可能性のある分析を行わないことを説明した。具体的には，上の被災後の勤務地の質問に関し，発災時やその後の沿岸・内陸の勤務地を組み合わせれば，発災時のみ沿岸に勤務しその直後に異動で内陸に移動した教師や発災の翌年に沿岸の勤務に入った教師について，その特徴を分析することは可能となる。しかし，該当者が限られ個人の特定につながる可能性があることから，このような回答を組合せて分析することは行わないこととした。

結果と考察

１　変数の処理と利用したデータ

この研究では，教師のストレッサー，対処行動，ストレス反応については，山本･大谷（2023a）が処理したデータを用いた。ストレッサーに対する納得方略については，山本・大谷（2023b）が処理したデータを用いた。これらはいずれも因子分析（最尤法，promax 回転）により生成した因子得点である。これらの各変数について，以下では，発災時の勤務地域，被災後の勤務地域の経験，発災７年目の勤務地域による違いを検討する。

２　発災時の勤務地域

「１．発災時（平成23年３月）は沿岸（のある市町村）に勤務していた」の質問への「はい・いいえ」の回答により，対応のない群間比較の *t* 検定を，ストレッサー，対処行動，ストレス反応，ストレッサーに対する納得方略について行った。その結果を表１に示した。等分散の検定でこれが仮定できない場合は，Welch の *t* 検定を用いた（自由度が整数でないもの）。

分析の結果，発災時の勤務地域で差があり沿岸の方が高かったのは，「経験ストレッサー：部活動指導」であった。差があり，沿岸の方が低かったのは，「ストレッサーの経験：校務分掌」「挑戦のストレッサー：校務分掌」「忍耐のストレッサー:教科指導」「忍耐のストレッサー:校務分掌」であった。

発災時に沿岸勤務であったのか内陸勤務であったのかの違いは，ストレッサーだけに現れ，対処行動，ストレッサーに対する納得方略，ストレス反応には現れていないことが示された。部活動指導のストレッサーについて，沿岸の教師はこれをより経験していると感じていることが示された。また，教科指導の忍耐のストレッサーについては，沿岸の教師はそのようには感じていないことが示された。そして，校務分掌については，経験，挑戦，忍耐のいずれも沿岸教師の方が感じていないことが示された。その意味については，次の被災

表１　発災時の勤務地域

		沿岸			内陸					
	n	43			140		*t* 値		*df*	*Cohen's d*
		M	*SD*		M	*SD*				
対処行動	援助希求型	-0.031	*1.097*		0.009	*0.897*	-0.244		181	0.043
	問題焦点型	-0.138	*0.903*		0.043	*0.907*	-1.145		181	0.200
	情動焦点型	0.119	*0.977*		-0.036	*0.875*	0.990		181	0.173
ストレッサーに対する納得方略	妥協	0.011	*0.925*		-0.003	*0.882*	0.094		181	0.016
	意義	0.001	*0.917*		0.000	*0.875*	0.013		181	0.002
ストレッサーの経験	部活動指導	0.397	*0.830*	>	-0.098	*1.077*	3.174	**	89.5	0.483
	子供支援	-0.419	*0.826*		-0.278	*0.741*	-1.066		181	0.186
	教科指導	0.096	*0.741*		0.237	*0.697*	-1.147		181	0.200
	校務分掌	0.097	*0.980*	<	0.363	*0.802*	-1.799	†	181	0.314
挑戦のストレッサー	部活動指導	0.076	*0.825*		0.062	*0.878*	0.089		181	0.015
	子供支援	0.573	*0.749*		0.629	*0.660*	-0.466		181	0.081
	教科指導	0.205	*0.826*		0.225	*0.737*	-0.150		181	0.026
	校務分掌	-0.449	*0.891*	<	-0.080	*0.797*	-2.586	*	181	0.451
忍耐のストレッサー	部活動指導	0.066	*0.868*		-0.129	*0.912*	1.239		181	0.216
	子供支援	-0.513	*1.059*		-0.240	*0.906*	-1.654		181	0.288
	教科指導	-0.758	*1.063*	<	-0.322	*0.987*	-2.488	*	181	0.434
	校務分掌	-0.488	*0.976*	<	-0.025	*0.922*	-2.844	**	181	0.496
ストレス反応	抑うつ・不安	-0.118	*1.007*		0.036	*0.943*	-0.926		181	0.161
	不機嫌・怒り	0.031	*1.037*		-0.010	*0.916*	0.247		181	0.043
	無気力	0.013	*0.853*		-0.004	*0.954*	0.108		181	0.019

†<.10　*<.05　**<.01

後の勤務地域の経験と併せて検討する。

3　被災後の勤務地域の経験

「２．現在は沿岸（のある市町村）に勤務している」の質問への「はい･いいえ」の回答により，対応のない群間比較の *t* 検定を，ストレッサー，対処行動，ストレス反応，ストレッサーに対する納得方略について行った。その結果を表２に示した。等分散の検定でこれが仮定できない場合は，Welch の *t* 検定を用いた（自由度が整数でないもの）。

分析の結果，被災後の勤務地域で差があり沿岸の方が高かったのは，「経験ストレッサー：部活動指導」であった。差があり，沿岸の方が低かったのは，「ストレッサーの経験：校務分掌」「挑戦のストレッサー：校務分掌」「忍耐のストレッサー:教科指導」「忍耐のストレッサー:校務分掌」であった。この結果は，発災時の勤務地の分析と同じものであった。

表１～２に示したとおり，発災時の沿岸に勤務していたのは43名で，その後沿岸勤務を経験していたのは66名であった。また，発災後の７年間に沿岸勤務経験がない教師は117名でこれは分析対象者の63.9％に及ぶ。このことから，表１と表２の調査協力者は重複しており，それは「発災後沿岸で勤務したとき」の結果だと考えられた。

発災後沿岸で勤務したとき，部活動指導はストレッサーの経験と理解できる困難な状況にあり，校務分掌は経験も挑戦も忍耐も感じない無気力にも通じる状況にあったといえる。一方でストレス反応の無気力では有意な差が見られなかったことから，校務分掌については，課題固有の問題であったと考えることが適当であろう。子供支援や教科指導，部活動指導に関しては，いずれの地域や教師にとっても共通して大きな課題であったと考えられるが，校務分掌については，被災地固有の課題があったことが推察される。有意差があったも

表２　発災後７年間の勤務地域の経験

		沿岸勤務経験あり			沿岸勤務経験なし			*t* 値		*df*	*Cohen's d*
	n	66			117						
		M	*SD*		M	*SD*					
対処行動	援助希求型	-0.075	*1.003*		0.042	*0.911*		-0.803		181	0.124
	問題焦点型	-0.109	*0.983*		0.061	*0.859*		-1.218		181	0.188
	情動焦点型	-0.033	*1.072*		0.019	*0.790*		-0.341		105.4	0.057
ストレッサーに対する納得方略	妥協	0.028	*0.900*		-0.016	*0.888*		0.313		181	0.048
	意義	-0.002	*0.869*		0.001	*0.893*		-0.029		181	0.004
ストレッサーの経験	部活動指導	0.190	*1.000*	>	-0.079	*1.059*		1.685	†	181	0.259
	子供支援	-0.300	*0.806*		-0.317	*0.739*		0.144		181	0.022
	教科指導	0.131	*0.768*		0.245	*0.672*		-1.049		181	0.161
	校務分掌	0.147	*0.988*	<	0.387	*0.755*		-1.711	†	108.3	0.284
挑戦のストレッサー	部活動指導	0.114	*0.838*		0.038	*0.881*		0.575		181	0.089
	子供支援	0.610	*0.743*		0.619	*0.645*		-0.080		181	0.012
	教科指導	0.209	*0.816*		0.227	*0.724*		-0.160		181	0.025
	校務分掌	-0.334	*0.885*	<	-0.072	*0.790*		-2.060	*	181	0.317
忍耐のストレッサー	部活動指導	-0.038	*0.889*		-0.109	*0.915*		0.514		181	0.079
	子供支援	-0.457	*1.012*		-0.218	*0.903*		-1.640		181	0.253
	教科指導	-0.760	*1.019*	<	-0.235	*0.973*		-3.445	**	181	0.530
	校務分掌	-0.424	*1.006*	<	0.030	*0.885*		-3.174	**	181	0.489
ストレス反応	抑うつ・不安	-0.053	*1.027*		0.030	*0.920*		-0.556		181	0.086
	不機嫌・怒り	-0.044	*0.998*		0.025	*0.915*		-0.477		181	0.073
	無気力	-0.004	*0.871*		0.002	*0.964*		-0.040		181	0.006

†<.10　*<.05　**<.01

のの効果量Cohen’dは，「発災時の勤務地域」の分析よりも「被災後の勤務地域の経験」の方が，「忍耐のストレッサー：教科指導」以外は下がっていることから，経年と共にこれらの問題が軽減されていることが推察された。

4　発災７年目の勤務地域

「３．上の回答に関わらず，発災後，沿岸（のある市町村）に勤務したことがある」の質問への「はい・いいえ」の回答により，対応のない群間比較のt検定を，ストレッサー，対処行動，ストレス反応，ストレッサーに対する納得方略について行った。その結果を表３に示した。等分散の検定でこれが仮定できないものはなかった。

分析の結果，発災時の勤務地域で差があり沿岸の方が高かったものはなく，差があり，沿岸の方が低かったのは，「忍耐のストレッサー：教科指導」「忍耐のストレッサー：校務分掌」であった。

上で，経年と共に軽減されていることを指摘したが，ここまで沿岸と内陸で差があったものの内３件が解消され，被災地固有の課題が推察された校務分掌に関しては，沿岸では忍耐のストレッサーとして感じないことが示された。もう一つ残された教科指導の忍耐のストレッサーとして感じないことに関しては，Cohen’dが大きくなっており，解消の目途が立たない状況であることが示された。沿岸では，他の課題が大きく，教科指導が教師に負荷を与えるものになっていないと解釈することもできるが，本研究においてはその理由の根拠となる情報は得られなかった。

5　総合的考察

本研究の目的は，東日本大震災に関し，激甚の津波被災地区の勤務を経験した教師の，その後のストレッサーの認知，対処行動，ストレス反応の現れ方などについて明らかにすることであった。検討の結果，ストレス反応をはじめ，対処行動，ストレッサーに対する納得に関しては，沿岸と内

表３　発災７年目の勤務地域

		沿岸			内陸					
	n	28			155		t 値		df	Cohen's d
		M	SD		M	SD				
対処行動	援助希求型	-0.224	*0.997*		0.040	*0.932*	-1.364		181	0.280
	問題焦点型	-0.113	*1.130*		0.020	*0.863*	-0.715		181	0.147
	情動焦点型	-0.106	*1.082*		0.019	*0.865*	-0.675		181	0.139
ストレッサーに対する納得方略	妥協	0.193	*0.936*		-0.035	*0.880*	1.245		181	0.256
	意義	-0.016	*0.870*		0.003	*0.887*	-0.107		181	0.022
ストレッサーの経験	部活動指導	0.081	*1.096*		0.007	*1.037*	0.345		181	0.071
	子供支援	-0.221	*0.798*		-0.327	*0.757*	0.677		181	0.139
	教科指導	0.169	*0.786*		0.210	*0.696*	-0.281		181	0.058
	校務分掌	0.140	*0.986*		0.329	*0.826*	-1.084		181	0.223
挑戦のストレッサー	部活動指導	0.204	*0.906*		0.040	*0.857*	0.923		181	0.189
	子供支援	0.596	*0.848*		0.619	*0.648*	-0.161		181	0.033
	教科指導	0.046	*0.984*		0.252	*0.707*	-1.329		181	0.273
	校務分掌	-0.284	*0.907*		-0.146	*0.820*	-0.809		181	0.166
忍耐のストレッサー	部活動指導	-0.090	*0.924*		-0.082	*0.903*	-0.040		181	0.008
	子供支援	-0.528	*0.977*		-0.264	*0.941*	-1.359		181	0.279
	教科指導	-0.958	*1.028*	<	-0.328	*0.991*	-3.080	**	181	0.633
	校務分掌	-0.464	*1.037*	<	-0.074	*0.928*	-2.006	*	181	0.412
ストレス反応	抑うつ・不安	0.076	*0.957*		-0.014	*0.960*	0.452		181	0.093
	不機嫌・怒り	-0.198	*0.926*		0.036	*0.945*	-1.207		181	0.248
	無気力	0.130	*0.884*		-0.023	*0.938*	0.801		181	0.165

†<.10　*<.05　**<.01

陸間で差異は見られなかった。その差異は，ストレッサーに関してのみ生じていることが示された。発災後沿岸で勤務したとき，その教師は，部活動指導を経験することをストレッサーだと感じ，被災地固有の課題が推察される校務分掌について，経験，挑戦，忍耐の全てでストレッサーだと感じていないことが示された。これはこの課題のみに現れた無気力の状態だと推察されたが，時間と共に解消に向かう様子がうかがわれた。しかし，教科指導の忍耐のストレッサーに関しては，沿岸勤務経験がある場合，これを感じないことが示され，解消の傾向は示されなかった。発災後，環境が整わず教科指導に専念できなかった教師には，教科指導は忍耐の対象ではなく，教育者としての職業上の充実感を経験させてくれるものとして定着していることが推察された。

附記

本研究は，科学研究費補助金基盤研究 (C) 課題番号 :17K01778を得て行われた。

引用文献

飯田順子・高村愛・茅野理恵（2018）．大規模災害等発生後の学校教職員の心のケアに関する国内外の研究の動向と課題．筑波大学学校教育論集，40，19-27.

小林朋子（2015）．災害 4 年後の教師の心理的影響について－中越大地震を経験した小中学校教員を対象として．学校保健研究，57，192-199.

倉戸ヨシヤ（2001）．被災地における教師のストレス．青山社.

Lazarus, R. S.（1999）．Stress and emotion. New York: Springer.

Lazarus, R. S. & Folkman, S.（1984）．Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer.（本明寛・春木豊・織田正美監訳（1991）．ストレスの心理学－認知的評価と対処の研究－．実務教育出版.）.

松井豊(2009). 惨事ストレスへのケア. おうふう.

鈴木伸一・嶋田洋徳・三浦正江・片柳弘司・右馬埜力也・坂野雄二（1997）．新しい心理的ストレス反応尺度 (SRS-18) の開発と信頼性・妥当性の検討．行動医学研究，4，22-29.

田中輝美・杉江征・勝倉孝治（2003）. 教師用ストレッサー尺度の開発　筑波大学心理学研究，25, 141-148.

山本奬（2013）．被災地の教師の苦悩（特集　被災からの心身の健康回復）．教育と医学，61，200-207.

山本奬・大谷哲弘（2023a）．教師のストレッサーが対処行動とストレス反応に与える影響－ストレッサーの経験, 挑戦, 忍耐の 3 側面の検討－．岩手大学教育学部研究年報，82，97-108.

山本奬・大谷哲弘（2023b）．教師のストレッサーに対する納得方略．岩手大学大学院教育学研究科研究年報，7，印刷中