

この「研究レターHem21オピニオン」は当機構の幹部、シニアフェロー、上級研究員等が研究活動や最近の社会の課題について語るコラム集です。

(「Hem21」は、ひょうご震災記念21世紀研究機構の英語表記であるHyogo Earthquake Memorial 21st Century Research Institute の略称です。)

発行：(公財) ひょうご震災記念21世紀研究機構 研究戦略センター ☎078-262-5713 〒651-0073 神戸市中央区脇浜海岸通1-5-2 (人と防災未来センター)



この10年余りの子どもの トラウマケアの進展

兵庫県こころのケアセンター 副センター長兼研究部長 亀岡 智美

米国での子どものトラウマケアは、2000年にNational Child Traumatic Stress Network (NCTSN)が法律に基づいて設立されて以降、一気に飛躍した感がある。この頃にはすでに、子どものPTSDへの心理治療プログラムが開発され始めていたが、NCTSNの設立を契機に、トラウマに関する効果が実証された治療の評価、データ分析、政策評価、トラウマインフォームドな実践の統合などが進んだからである。

同じ頃の日本では、児童青年精神医学領域で子どもの虐待が大きな問題となっていたが、トラウマにどう対応するかという視点はあまりなく、トラウマ関連の精神医学的な問題に対応できる医療機関はまだ少なかった。当時の日本児童青年精神医学会の医師会員を対象にしたアンケート調査では、半数以上がトラウマ症例の診療経験があるが、そのほとんどが支持的精神療法と薬物療法で対応していると回答していた。トラウマに関する研修を受けたことのある医師は半数以下で、トラウマに対する関心は高いのに、どう対応したらよいか分からないとする医師が9割以上を占めていた。

その後2008年度から2012年度までに実施された2つの厚生労働科学研究で、子どものトラウマ診療ガイドライン(<https://www.j-hits.org/document/child/page1.html>)や子どものトラウマへの心理教育冊子(<https://www.j-hits.org/document/child/page3.html>)が作成された。また、子どものPTSDへの第一選択治療として、欧米のガイドラインで強く推奨されているトラウマフォーカスト認知行動療法(Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy, TF-CBT)をわが国に導入するための準備も進められていた。東日本大震災の翌年からは、米国のTF-CBTトレーナーが毎年のように来日し、日本でもTF-CBTの初期研修が受けられるようになった。そして、2018年からは、日本人の認定トレーナーも誕生し、日本語での初期研修が受けられるようになった。さらに、TF-CBTの実践家が情報を共有し、互いに技術を高め合っていくためのラーニング・コラボラティブも構築された。

一方、同時並行で、日本人の子どもを対象にしたTF-CBTの効果検証も実施され、TF-CBTが日本人の子どものPTSDにも有効であることが実証された(<https://www.j-hits.org/document/child/page4.html>)。現在は、この有効な治療プログラムを実装していく段階であるが、そのためには、より広いトラウマへの理解と適切な対応方法の普及が課題である。そこで注目されたのが、トラウマインフォームドケア(Trauma-Informed Care, TIC)という概念である。

TICは、トラウマについての理解をサービス全体に組み込み、サービス提供のあらゆる局面で癒やしを大切にしようとする、対人支援の基本概念であるとされている。TF-CBTがトラウマそのものにアプローチし治療回復を目指すのに対して、TICはトラウマによる不安・恐怖や苦痛を和らげ、トラウマを有する人のウェルビーイングや発達促進を少しでも後押しするために、支援する側とされる側が双方向で取り組むプロセスである。このTICを普及すべく、2018年には、米国でのTIC普及の要となった、米国保健福祉省薬物乱用精神保健管理局(Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA)により発行された手引書「SAMHSAのトラウマ概念とトラウマインフォームドアプローチのための手引き」が翻訳され(<https://www.j-hits.org/document/child/page6.html>)、わが国に紹介された。

このように、この10年余り、子どものトラウマケアについては大きな進展があった。これらの取り組みが今後、さまざまな領域に根付いていくことが期待される。

亀岡 智美 氏

Profile

和歌山県立医科大学卒業
子どものこころ専門医
大阪教育大学学校危機メンタルサポートセンター客員教授
兵庫県こころのケアセンター副センター長兼研究部長



ゲリラ豪雨とタマゴの早期探知

阪神・淡路大震災記念 人と防災未来センター 上級研究員 中北 英一

2008年以来、子供たちやその家族の皆さんのことを思い、気候変動研究との両輪として「ゲリラ豪雨とタマゴの早期探知」の研究を続けてきた。この機会に兵庫県と関係の深い人と防災未来センターを通して、神戸市都賀川で起こったゲリラ豪雨災害とそれへの対応を是非世に発信していきたいと思う。(気候変動に関する思いの執筆は別の機会に譲りたい)

2008年は、7月28日に都賀川、そして8月5日には東京・雑司ヶ谷で、ゲリラ豪雨による悲惨な災害が勃発した。都賀川では、川辺の親水空間で楽しんでいた約50人が14時40分ごろの突然の出水によって流され児童ら5人が亡くなった。一方の雑司ヶ谷では、幹線下水道の強度補強の工事中に11時40分ごろの急激な増水により作業員6人が流され、うち1人は自力で脱出したが、5人が流されて亡くなった。ともに、たとえ少人数であっても亡くなったそれぞれの方に家族がいることを考えると悲惨な災害であった。

もちろん河川を管理し、工事を発注している自治体はこういった出水に対して細心の注意を払ってきたのは言うまでもない。しかし、それでも生じたこの二つの悲惨な災害には、予想を遥かに超えた急激な出水、ならびに人が水流のそばにいたことに共通点がある。予想を超えた急激な激しい出水をもたらした原因としては、積乱雲が突然発生し急激に発達して豪雨をもたらしたこと、その豪雨が人が気付きにくい災害発生場所の上流にももたらされたこと、そして上流に降った豪雨がすぐに出水するほど集水域の面積が小さかったこと、都市域であったため降った雨が素早く下水道システムそして川に流れ込んだことを挙げることができる。まさしく、いくつかの要因が必然的に重なって悲惨な災害が起きた。ゲリラ豪雨の発生も含めて、ある意味、都市故の災害であったと言えるかもしれない。そして、5分でも10分でも早い避難情報、そして逃げるのがどれほど重要かを防災関係者に愕然と認識させた災害であった。

実はゲリラ豪雨をもたらす積乱雲は夕立をもたらす入道雲と同じである。通常は、大気が不安定な時に日射で暖められやすい向きにある山岳斜面で上昇気流が発生し、それが積乱雲に発達しながら都市域にも移動してくる。小学校低学年の頃、田舎の小河川で泳いで遊んでいる時に、モクモクときたりゴロゴロときたら川から離れるよう大人から言い含められていたのを思い出す。あの時は、雷が危ないからそう言い含められているのだと思っていた。突然の出水に対する注意も含まれていたのだとは、当時は認識できていなかった。

最近では、やはり日射で暖められやすいコンクリートやアスファルトで広く覆われている都市域でも発生しやすくなっている。加えて、気候変動で強度も頻度も増すことが予想されている。また、都会の憩いの場として河川に親水空間が設けられ、人々が河川空間を満喫できるようになってきている。すなわち、人が危険な川辺という場所に再び戻ってきたとも言える。今回のゲリラ豪雨災害は川から水が溢れない中での災害である。

さて当時は、近畿地方では上空も立体的に観測している国土交通省の特別なレーダー観測があった。その観測データを詳細に解析してみると、都賀川で豪雨が降りだす約15分前で都賀川出水の約30分前に、約10km西側の5~6km上空だけ

にゲリラ豪雨のタマゴがあり、それが東に移動しながら上空で急激に大きくなり、都賀川に近づくに及んで地上に豪雨をもたらしていた。あくまで事後の解析ではあるものの、豪雨の15分前、出水の30分前にタマゴを探知できていたということは大きな意味がある。

国土交通省ではその後、このゲリラ豪雨の早期探知をも目指して最新のレーダーシステムを全国に導入した。そして私の研究室と国土交通省近畿地方整備局とでゲリラ豪雨の早期探知システムを開発し、そのリアルタイム情報を希望する市町村に配信している。

しかし、人々が自分で判断し、自らより早期に避難することに勝る対処方法はない。気候変動適応としてもますます、その重要性が増している。もちろん、レーダーによる観測情報や予測情報はその判断に重要な情報を与えてくれる。しかし、いくら技術が進歩しても確実な100%の予報というものは、大気・河川流出という複雑な自然システムを相手にしている以上はあり得ない。また、自治体も避難勧告を発令するタイミングを逃すことがあるかもしれない。もちろん、行政・研究機関はより早期かつ的確に状況情報、予測情報、避難情報を提供できるように一生懸命努力をするだろう。それでも、100%はあり得ない。

では、どうすればよいのか？ 危険な状態になることを自分で感じる力を養うこと、そこには科学も重要な役割を担う。そして感じたら、その場にいる自らの判断で避難するしかない。そのためには、ゲリラ豪雨は突然やってくる、小さな河川では上流で雨が降りだせば突然出水する、水の流れには想像外の威力があるという認識を基に、モクモクときたりゴロゴロときたりしたら、あるいは上空が真っ黒になってきたり暑かったのにヒヤッとした冷たい風が吹いてきたりしたら、もうすぐ豪雨が来るぞということを世代を超えて、学校で、そして親が子に伝えていくことが大切だと思っている。自分の身は自分で守る。私も含めて、そんな覚悟が大切なのだと思う。

末尾になりましたが、人と防災未来センター 上級研究員の一人に加えていただきましたことに、河田センター長ならびに関係の皆さまに厚く御礼を申し上げます。

そして、五百旗頭先生とは、ご夫妻おそろいの時も含めましてこれまで3度の昼食をご一緒させていただく機会に恵まれました。今年の1月26日もそうでした。改めまして心より先生のご冥福をお祈り申し上げます。

中北 英一 氏

Profile

1959(昭和34)年生まれ

京都大学大学院工学研究科修士課程修了

京都大学工学博士

京都大学防災研究所長などを歴任

現在、京都大学副理事、防災研究所気候変動適応研究センター長、文部科学省技術参与

(公財)ひょうご震災記念21世紀研究機構 阪神・淡路大震災記念 人と防災未来センター 上級研究員