

# 統計望楼

## 数字から知る 人々の心理と行動

### 第3回

#### 最初の試練～失見当(しつけんとう)



名古屋大学大学院

環境学研究科

(名古屋大学災害対策室)

木村 玲欧

はじめに

第1回は「なぜ震災で死んでしまったのか」、第2回は「もう一つの死『震災関連死』というタイトルで、どちらも「死」についてとりあげました。第1回からお読みいただいているように、防災の二つの目的は「いのちを守る」と「くらしを守る」ことで、特に「死者を出さない(自分が死なない、家族や大切な人を亡くさない、地域・職場で亡くなる人を出さない)」ことが防災の最重要課題です。そこで第1回と第2回は、過去

の震災を教訓にしながら「直接死」「震災関連死」という二つの亡くなり方について、その対策も含めて紹介しました。

今回からは「生き残った人がどのような心理状態になり、どのような行動をしながら、震災を乗り切っていくのか」という「くらしを守る」につながる話になります。今回は「失見当(しつけんとう)」という言葉にスポットをあてて、解説していきます。あまり聞き慣れない言葉だと思いますが、被災者となった人々が震災直後を乗り切るために、そしてそれを支援する災害対応従事者にとっては押さえておくべきキーワードです。

#### 1. 生活を建て直すまでの四つの段階

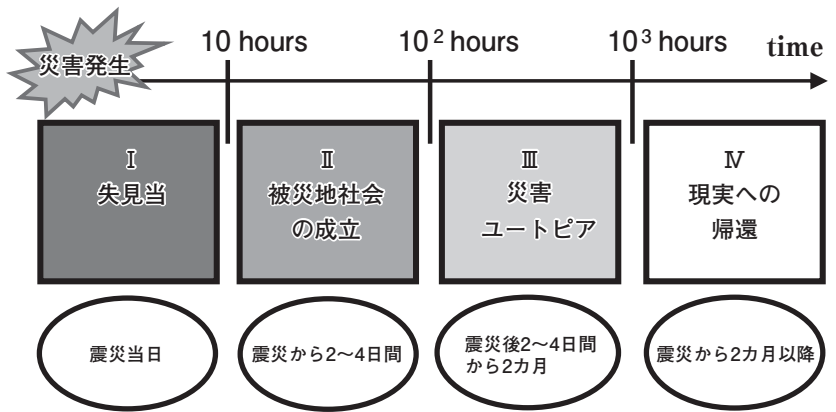
失見当について説明するためには、大きな災害が発生した後の人間の心理・行動を理解することが必要です。そこでまず、大規模災害発生後、時間がたつにつれて私たちはどのような状態に陥るのか、どのようにして生活を建て直していくのかについて話をします。

ここでは震災を例にして考えます。震災による大きな衝撃を受けた人は、四つの段階を一つずつ達成することによって生活を建て直していきます。もちろん、人間は一人ひとりさまざまで、それぞれの性格や立場・役割によって異なる感じ方・考え方を持っていますし、その結果としての行動も違ってきます。しかし、人間全体としてみた場合には、ある共通点が見えてきます。それが「人々は、震災発生後、四つの段階を一つずつ進んでいくことによって、生活を建て直していく」というものです(図1)。

#### 第1の段階 失見当(しつけんとう)

最初は「失見当(しつけんとう)」の段階です。失見当とは、もともとは精神医学の用語ですが、災害時においては「震災の衝撃から強いストレスを受けて、自分の身の回りで一体何が起きているのかを客観的に判断することが難しくなり、視野が狭くなってしまいう状態」のことを言います。災害当日(災害が発生してから10時間くらい)は、人によって程度や時間

図1：被災者が生活を建て直していくための四つの段階



の差はありますが、誰もがこのような精神状態に置かれます。

阪神・淡路大震災の被災者の一例をあげます。その方は当時40代の主婦で西宮市に住んでいました。震災の朝、自分の家も半壊だったものの夫や子供たちは無事でほっとしていたところ、近所で「助けてくれ！」という声が聞こえました。外に出ると、お隣さんが家の下敷きになっているとのこと。そこで必死になって救出を手伝っているうちに、また別のところから「こっちも手伝ってくれ！」との声があつて、そこでも救出活動を必死で行っていました。そんなこんなで必死に

## 第2の段階 被災地社会の成立

失見当の時期が終わると、人はだんだんと客観的に物事が見られるようになります。「危険な場所からの避難」や「救助救出」や「安否確認」が進んでいくうちに、被害の全体像がだんだんわかってきます。周囲の人たちと「どんな規模の災害だったのか」「それぞれの家や地域ではどんな被害なのか」「これからどうなってしまうのか」などについて情報交換をしながら、「とんでもない事態になってしまった」ことを実感し、「不自由な暮らしが当分続く」ことを覚悟します。つまり、災害という新しい現実が目の前に突きつけられたことを理解し受け止めるようになります。これを「被災地社会の成立」の段階と言います。個人差はありますが、平均すると災害発生後2～4日間（10～100時間）くらいの時期がこの段階にあたります。

## 第3の段階 災害ユートピア

「被災地社会の成立」の段階が終わると、「災害ユートピア」の段階に入ります。ユートピア (Utopia) とは、16世紀にイギリス人のトマス・モアが作った言葉で、現在では「誰もが共存共栄できるような穏やかな理想郷」のような意味で使われています。

この段階では、災害によってできた新しい環境の中で毎日を精一杯生きるために、被災者がみんなで独自のルールを作ります。そして、そのルールに則って、例えば避難所などで炊き出しをしたり支援物資を分配したりと、みなで協力しながら毎日を乗り切っていくいきます。例えるならば、阪神・淡路大震災での「がんばろうNPO」の世界です。この段階では、年齢、性別、災害が起きる前の社会的な地位などは一切関係なく、みんなで役割分担をしながら生活をしていく、一種の原始共産制のような社会の状態が、災害後2～4日間から2カ月（100～1000時間）くらいの間続きます。

## 第4の段階 現実への帰還

上下水道や都市ガスなどのライフラインが回復してくると、家屋被害などが軽かった人から自宅で日常生活を送るようになります。避難所などで

手伝っていてふと気がつくと、陽が高くなり周りも明るくなっていました。地震が1月17日の早朝5時46分に起こったので『ああ、なんかかんやとしていたうちに、もう何時間もたってお昼になってしまった』と言うと、隣にいた近所の人から『あんだ、何を言ってるの？今日は1月18日の昼。しっかりしなさい！』と言われたそうです。つまり、必死になってあちこちで活動しているうちに、17日の昼が過ぎ夜になり翌日の朝になり昼になりで、飲まず食わず寝ずのまま、我に返った時には既に1日以上が経過していたのです。もちろん人によって差はありますが、平均すると10時間くらいはこのような失見当の状態に陥ることがわかっています。

みんなが一緒に頑張った「災害ユートピア」の時期が終わりを迎えて、人々が「被災者モードから脱して、一市民として」新たな日常生活の中に戻っていくのです。これが「現実への帰還」の段階です。これは被災地全体としては、災害後2カ月（1000時間）以降の時期になります。

このように、大災害からの生活再建は、各人がバラバラなやり方で行っているのではなく、四つの段階を一つずつ達成しながら、生活を立て直しているのです。このように災害によって創られた新しい環境の中で、人々や社会が適応しながら生活を建て直していくプロセスのことを「災害過程」とか「生活再建過程」と呼んでいます。

## 2. 大きな震災の衝撃が「失見当」状態を生む

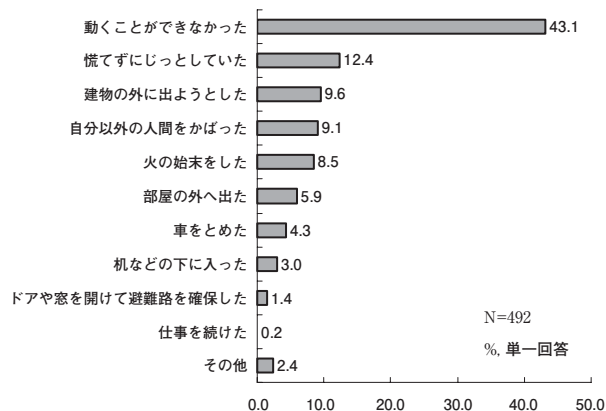
今回は「失見当」に焦点をあてて話を進めていきます。被災者が最初に遭遇する試練が失見当です。先に述べたように、大きな震災時には誰もが「震災の衝撃から強いストレスを受けて、自分の身の回りで一体何が起きているのかを客観的に判断することが難しくなり、視野が狭くなる状態」になってしまいます。これは生理的な現象のため、避けることができないと考えられます。

震災の衝撃は、どれくらい大きい衝撃を人々に与えるのでしょうか。2004年10月23日に発生した、新潟県中越地震の被災者に対して行った調査結果を紹介します。17時56分に地震が発生しましたが、「激しい揺れを感じた時、あなたはとっさにどうしましたか。あてはまるものを一つ選んでください」という質問を被災者の方に行いました。その結果が図2になります。これを見ると、動くことができなかった（43・1%）、慌てずにじっとしていた（12・4%）、建物の外に出ようとした（9・6%）、自分以外の人間をかばった（9・1%）、火の始末をした（8・5%）、部屋の外へ出た（5・9%）、車をとめた（4・3%）、机などの下に入った（3・0%）、ドアや窓を開けて避難路を確保した（1・4%）、仕事を続けた（0・2%）、その他（2・4%）という順番になります。約4割の人が「動くことができなかった」ということで、揺れに対して何もできない状況だったことがわかります。次に多かった「慌てずにじっとしていた」は、裏を返せば「動くことができなかった」ことであるため、

この二つを足すと過半数の人が「何もできなかった」ことになる、地震の衝撃が人を無力にしたことがわかります。

さて、以前この話をした時に質問を受けました。それは「地震が起きた時に、自宅で気を張らずにリラックスしていたのか、それ以外の場所にいたのかによって、行動が違ってくるのではないか」というものでした。そこで、「地震が起きた時にどこにいましたか」という別の質問項目を利用して、地震時の居場所別に人々の行動がどう違うのかを集計しました。それが図3です。このように二つまたはそれ以上の質問項目を組み合わせることによって集計することを統計用語で「クロス集計」と言います。ちなみに図2のように一つの問いの回答を集計したものを「単純集計」と言います。例えば、テレビの世論調査で「支持政党を聞いたところ、〇〇党が〇%、△△党が△%、という集計は「単純集計」、性別、年代別によって支持政党がどう違うかを見てみると、という集計は「クロス集計」になります。

図3を見ると、自宅にいたのか、勤務先・学校にいたのか、外出先・帰宅途上であったのかによって行動に差がありました。特に外出先・帰宅途上では「車を止めた」が21・8%で、車にブレーキを掛けることくらいは揺れの中でもできていたことがわかります。しかし、「動くことができない

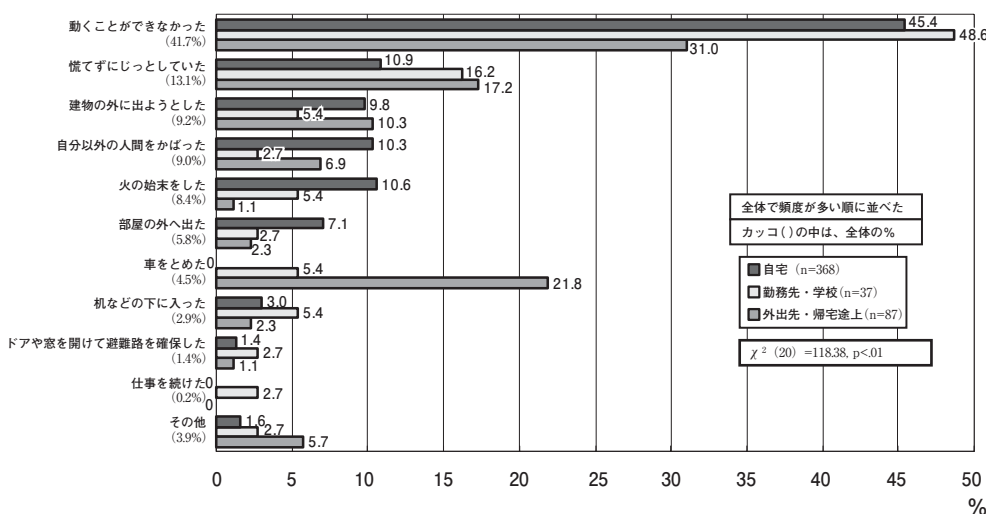


木村玲政他(2005) 新潟県中越地震における被災者の避難行動と再建過程, 地域安全学会論文集より

図2: 最初の激しい揺れの時の行動

かった」「慌てずにじっとしていた」の合算値は、地震時にどこにいたとしても約半数以上であり、大きな地震になると人々の気の張りようとは関係なく、何をすることもできないほどの大きな衝撃を受けていたことがわかります。

図3：最初の激しい揺れの時の行動（地震時の居場所別）



木村玲玖他 (2005) 新潟県中越地震における被災者の避難行動と再建過程, 地域安全学会論文集より

### 3. 失見当をどう乗り切るのか「失見当になる」という知識が「慌てなく」させる

このような地震の衝撃や被害の大きさによって、人々は失見当の状態に陥ると言われています。先ほどの西宮市の主婦の例以外にも、被災者の話に耳を傾けると、「当日は無我夢中だった」「避難をした所で、ただただ震えていた」「地震時には家の倒れる音が聞こえなかったし、震災当日は冬ではだしなのに、冷たいとかいう感覚は一切なかった。緊張していたのか風邪もひかなかった」などという体験談が聞かれます。

これらはみな失見当の時期（失見当期）における精神状態です。個人差があるため、訳もわからず「わーっ」となってしまいう人、ただ震えながらそこにいる人、必死で安否確認や救助などに専心する人などさまざまで、失見当期の長さも人によって違います。しかし、失見当期の精神状態に共通しているのは「通常よりも視野が狭くなっていて、客観的に思考・判断することが難しくなっている」ことです。さらに困ったことに、この時期は、相互の連絡をうまく取ることができず、被害の全容がまだ明らかになっていない情報空白期です。またこの時期は、一部のプロ集団を除いて、臨機応変な組織的対応は難しいとされています。

このような衝撃の中で、人々はどういうことに気を付けながら失見当期を乗り切ればよいのでしょうか。それは「失見当の状態は誰にでも起こる現象であって、自分がその状態に陥ったときも必要以上に焦らない」ということに尽きます。必要以上に焦ってしまったため、普段は何でもないことなのに、うまくいかなかった経験が誰にでもあると思います。「どうしよう、どうしよう」とおそれ慌てる気持ち、思考能力や判断力を一層奪ってしまうのです。災害時にも同じことが起きます。そしてそれが、命をも奪ってしまい、取り返しのつかない事態も招いてしまうのです。

1945（昭和20）年1月13日に発生して死者2306人を出した、三河地震の被災者の体験談を紹介しましょう。櫻井村藤井集落（現在の安城市藤井町）で被災した富田達躬（とみた たつみ）さんは当時16歳。家は全壊し、自分は一命を取り留めたものの、おばあさんが潰れた家の梁の下敷



図4：三河地震被災者の被災体験



おばあさんが崩れた家の下敷きになった。父は、ぶっとい梁を、のこぎりで切って救出しようとした。

きになってしまいました。そこで、父親がのこぎりを持って潰れた家の中に入っていく、梁を切っておばあさんを助けようとした。ところが、切った梁の位置がおばあさんの真上で、梁が切れたときに、切れ目、つまりおばあさんの胸の上に潰れた家の重みがすべてかかってしまい、おばあさんは「きゅー」という声をたてて、そのまま亡くなってしまったのです（図4）。

「父が慌てて切った梁の位置が悪くて、おばあさんが死んでしまった。父は普段からのこぎりを使い慣れていたし、ちょっと冷静になって考えて

みればわかったはずなのに……、やっぱり父も慌てていたのかなあ」と富田さんは当時を振り返ります。もし冷静になって考えていたら、おばあさんが助かったのかどうかは仮定の話なのでわかりませんが、やはり「慌ててしまった」ことが、思考能力や判断力を奪ってしまった可能性があります。

「誰にでも失見当は起きるが、それは一時的なものに過ぎない」。この事実を知っておくことが必要です。一瞬頭が真っ白になっても、「人間はそういうものなのだ」と思い、とりあえず、深呼吸をしましょう。そうすることで、「どうしよう、どうしよう」と必要以上に慌てふためいて、「取り返しのつかない」判断ミスをしてしまうことを、少しでも食い止めることができるのではないのでしょうか。

ある消防士の方からこんなことをうかがいました。「凄惨な現場では、一瞬、頭が真っ白になることがある。しかし普段から訓練・経験を積んでいるために、頭は真っ白なのに体が自動的に動いて、自分のすべきことを行っていることがある。その後、我に返るのも一般の人より早いと思う。自分で言うのも何だが、これがプロなのかもしれない」。

個人差はあるでしょうが、平時の地域における防災訓練などは、失見当期を短くしたり、理性的な対応を促進する効果があると思います。これをお読みみなさんが、災害対応従事者として地域の防災訓練などに参加する際には、「たとえ訓練したとしても失見当という状態に陥るが、それは誰にでも起こりうる一時的な現象であり、おそれ慌てるものではない」ことを多くの人々に伝えていただければと願っています。

最後に、三河地震被災者の富田達躬さんがインタビューの最後に述べた言葉を掲載して第3回を終わりにします。

「あわてない」ことが大切です。突然の事態だが、何をすれば自分が助かるのか、人を助けることができるのかを、冷静になって考える必要があります。そのためには普段からどのような「そなえ」をして「どう行動するか」を考えておくことが大切なのです。