

(参考1)「自衛隊員のメンタルヘルスに関する提言」

自衛隊が、隊員の多様化した悩みやストレス、精神疾患などに十分に対処しているかどうかを総合的に検証し、メンタルヘルス(心の健康)に関する啓発の在り方、医療・カウンセリングの在り方などについて改善の資を得るため「自衛隊員のメンタルヘルスに関する検討会」(座長:高橋祥友 東京都精神医学総合研究所副参事研究員(当時))を設置し検討を行い、平成12年10月に提言を得たもの。

提言の概要

提言では、メンタルヘルス活動の在り方としてカウンセリング体制の充実についても言及。具体的には、防衛庁・自衛隊のカウンセリングの制度などについて、「一部の部隊では、隊員をカウンセラーに指名しており、部外カウンセラーを招へいしている駐屯地等もあるが、これらの活用状況は全般的に低調である。」と指摘。

提言において指摘したその原因及び対策の概要は以下のとおり。

- ・ カウンセリングに関する啓発教育や活用促進のための広報が、ほとんど行われておらず。  
(対策)カウンセリングに関する啓発・広報
- ・ ほとんどすべてのカウンセラーが、他の職務と兼務していることもあって、十分な時間をかけたカウンセリングが実施できず。  
(対策)カウンセラーの任務や行動基準の明確化
- ・ 複雑多様化する隊員のストレスや悩みに対応するためには、ある程度の専門性が求められるが、カウンセラーのために準備されている教育は、短期間の教育であり、十分な実力が付与されているとは言えず。  
(対策)有能なカウンセラーの育成
- ・ 相談者のプライバシー保護は、カウンセリングにおける基本事項であるが、自衛隊のカウンセリングでは、共同生活の中で、結果として秘密が守られないケースあり。  
(対策)プライバシーの保護を重視したカウンセリング体制、部外カウンセラーの活用

さらに、「上司、友人、家族以外に、カウンセラーが個々の隊員の不安や悩みに的確に対応することは、メンタルヘルス活動における第一次予防としての意義が高いばかりでなく、自殺念慮の存在や精神疾患等の早期発見・早期治療等の第二次予防にも結びつくものである。またカウンセリングは、服務指導組織には相談しにくい悩み(上司への不満、いじめ、セクハラ等)をサポートする窓口でもある。」ことから、自衛隊のメンタルヘルス

活動を徹底するための具体的施策の一つとして、カウンセリング体制の充実の重要性について指摘。

(参考2)「防衛庁自殺事故防止対策本部」

近年、国民の自殺者数が急増している中、防衛庁・自衛隊においても自衛官の自殺者数が増加。自衛官の自殺については、隊員個人及び残された家族だけでなく、組織にとっても大きな損失。また、残された隊員への精神的・心理的影響の拡大を防止することは、事後の部隊運営上も重要。このため、防衛庁では自衛官の自殺事故防止を喫緊の課題と位置付け、平成15年7月、対策本部を設置し、自衛官の自殺事故防止に努めているところ。

対策本部会議

長官政務官（本部長）、事務次官、統合幕僚会議議長、各幕僚長等をメンバーとして、平成15年7月以降、9回開催

事務局連絡会議

人事教育局長（事務局長）、衛生担当防衛参事官、人事教育局担当審議官、各幕人事・衛生担当部長等をメンバーとして、平成15年8月以降ほぼ毎週金曜日開催

メンタルヘルス強化期間等設定実績

平成15年11月1日～11月30日、平成16年2月16日～3月19日、同年6月7日～7月9日、同年夏期休暇期間、同年11月15日～12月10日、平成17年春期定期異動・新隊員入隊期間

## (参考3) カウンセリング利用件数の推移

(単位：件)

		部内カウンセリング	部外カウンセリング	合計
平成11年度	陸上自衛隊	20,333	757	21,090
	海上自衛隊	1,049	-	1,049
	航空自衛隊	2,228	-	2,228
	計	23,610	757	24,367
平成12年度	陸上自衛隊	18,040	483	18,523
	海上自衛隊	966	-	966
	航空自衛隊	2,250	-	2,250
	計	21,256	483	21,739
平成13年度	陸上自衛隊	17,736	1,016	18,752
	海上自衛隊	849	-	849
	航空自衛隊	2,223	-	2,223
	計	20,808	1,016	21,824
平成14年度	陸上自衛隊	15,608	807	16,415
	海上自衛隊	1,332	-	1,332
	航空自衛隊	2,232	384	2,616
	計	19,172	1,191	20,363
平成15年度	陸上自衛隊	13,611	562	14,173
	海上自衛隊	1,296	52	1,348
	航空自衛隊	2,200	208	2,408
	計	17,107	822	17,929

- 1 上記件数は、自衛官及び事務官等による利用の総数である。
- 2 海上自衛隊のカウンセリング利用件数については、各地方総監部のみの集計数である。
- 3 陸上自衛隊の部内カウンセリング利用件数については、電話による相談件数を含む。
- 4 航空自衛隊の部外カウンセリング利用件数については、電話及び電子メールによる相談件数を含む。

(参考4) 部外電話相談窓口利用件数

- ・平成15年度(平成15年7月～平成16年3月:9ヶ月間)約730件(月平均約80件)
- ・平成16年度(平成16年4月～12月:9ヶ月間) 約1,595件(月平均約180件)

上記利用件数は、自衛官及び事務官等及びその家族を含んだ防衛庁全体の利用の総数である。

(参考5) 隊員の意識調査結果等

【表1】何らかの悩み事を有する隊員

	陸上自衛隊員	海上自衛隊員	航空自衛隊員
平成11年度	約78.7%		約86%
平成13年度	約77.2%		約85%
平成15年度	約79.0% 〔標本数7,446名 調査票による質問紙法 (無記名方式)〕	約75% 〔標本数4,452名 無記名アンケート方式〕	約76% 〔標本数2,765名 調査票による質問紙法 (無記名方式)〕

【表2 - 1】悩みがあるとき、誰に相談するか。

	陸上自衛隊員						
	上司	先輩や同僚	カウンセラー	配偶者、父母、兄弟等肉親	部外の恩師、先輩や友人など	だれにも相談しない	その他無回答
平成11年度	約10.2%	約36.5%	約2.8%	約29.7%	約9.8%	約9.2%	約1.7%
平成13年度	約9.9%	約35.4%	約3.0%	約31.2%	約10.3%	約8.5%	約1.7%
平成15年度	約8.5%	約34.6%	約2.6%	約32.6%	約10.6%	約9.5%	約1.6%

標本数 7,446名  
 調査票による質問紙法（無記名方式）

【表2 - 2】

（「悩みがあるとき、カウンセラーに相談する」と回答しなかった隊員に対する質問）

・カウンセラーに相談しない理由：二つまで可（平成15年度：陸上自衛隊員 10,282人）

自分のことは自分で解決できる。	約18.0%
カウンセラー以外に相談する人がいる。	約34.9%
カウンセラーに相談しても無駄である。	約7.6%
部内者に相談するのはプライドが許さない。	約1.0%
部内者に相談すると、秘密が漏れたり不利になりそうな気がする。	約8.4%
自分の秘密を他人に知られたくない。	約7.9%
相談場所が悪く、入りにくい。	約2.0%
相談を受けたい時間帯にカウンセリングをしていない。	約1.4%
カウンセリングをどのように行っているのかわからない。	約10.8%
その他	約7.8%
無答	約0.2%

【表 3 - 1】

・駐屯地に部外カウンセラーがいる場合相談するか（陸上自衛隊員）

	相談する	相談しない
平成 1 1 年度	約 2 2 %	約 7 7 %
平成 1 3 年度	約 2 4 %	約 7 5 %
平成 1 5 年度	約 2 4 % 〔 標本数 7 , 4 4 6 名 調査票による質問紙法 (無記名方式) 〕	約 7 5 % 〔 同 左 〕

【表 3 - 2】

(部外カウンセラーに相談しないと回答した隊員に対する質問)

・部外カウンセラーに相談しない理由：(平成 1 5 年度：陸上自衛隊員 5 , 6 2 0 人)

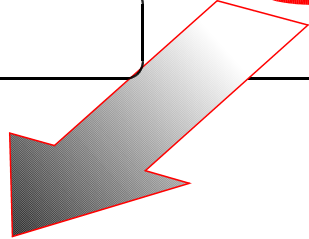
自分のことは自分で解決できる。	約 2 4 . 3 %
部外カウンセラー以外に相談する人がいる。	約 4 1 . 4 %
カウンセラーに相談しても無駄である。	約 7 . 3 %
部内カウンセラーで十分である。	約 1 . 5 %
部外者に自分の秘密を知られたくない。	約 6 . 1 %
部外カウンセラーがどのようなものか分からない。	約 1 2 . 9 %
その他	約 6 . 1 %
無答	約 0 . 4 %

【表4 - 1】

・悩みがあるとき、だれに相談するか。

	航空自衛隊員							
	上司	先輩や同僚	部隊の相談員(カウンセラー)	配偶者	父母、兄弟等肉親	部外の恩師、先輩や友人	だれにも話さない	その他無回答
平成11年度	6.5%	33.3%	0.3%	25.7%	8.4%	11.8%	13.1%	0.8%
平成13年度	7.6%	33.4%	0.3%	27.2%	7.9%	10.0%	12.9%	0.5%
平成15年度	7.6%	36.1%	0.5%	25.6%	6.8%	9.8%	11.5%	2.2%

標本数 2,765名  
調査票による質問紙法(無記名方式)



【表4 - 2】

(悩みがあるとき、だれにも話さないと回答した隊員に対する質問)

・だれにも悩みを相談しない理由(平成15年度：航空自衛隊員 317人)

悩みを相談できる相手がいない。	約9.1%
悩みを相談することが、恥ずかしい。	約1.9%
悩みを相談しても解決できないと思う。	約32.8%
自分のことは自分で解決する主義だから。	約50.8%
その他	約4.7%
無答	約0.6%

調査対象は、陸海空自衛隊とも自衛官及び事務官等である。

意識調査は、隔年ごとに実施している。

意識調査の項目・方法は、陸、海、空自衛隊で異なる。