

産業保健調査研究報告書

各種企業における A 型行動歴等を用いたメンタルヘルスの評価方法

平成9年3月

労働福祉事業団
神奈川産業保健推進センター

神奈川県産業保健推進センター平成8年度調査研究報告書

研究者名簿

[研究課題]

各種企業における A 型行動歴等を用いたメンタルヘルスの評価方法

研究代表者

神奈川県産業保健推進センター 相談員

北里大学医学部衛生学・公衆衛生学 講師

荻部ひとみ

共同研究者

神奈川県産業保健推進センター 所長

野村俊六郎

神奈川県産業保健推進センター 相談員

石橋 久子

神奈川県産業保健推進センター 相談員

柳下 澄江

神奈川県産業保健推進センター 相談員

山口 悦子

神奈川県産業保健推進センター 相談員

海外勤務健康管理センター研究情報部医師

津久井 要

北里大学医学部衛生学・公衆衛生学 教授

相澤 好治

北里大学医学部衛生学・公衆衛生学 助手

篠原 聡

北里大学医学部衛生学・公衆衛生学

岡田 充史

研究協力者

東京警察病院 内科

井上 清

東京都予防医学協会

北里大学医学部衛生学・公衆衛生学 非常勤講師

三輪 祐一

目次

[はじめに]

研究課題 各種企業における A 型行動歴等を用いたメンタルヘルスの評価方法

| | | |
|-----|---------------|----|
| I | 研究の目的 | 1 |
| II | 対象 | 1 |
| III | 方法 | 1 |
| IV | 結果 | |
| 1 | 対象の概要 | 2 |
| | 1)性 | |
| | 2)年齢構成 | |
| | 3)職種 | |
| | 4)地位 | |
| 2 | ストレスの全体像 | 4 |
| | 1)ストレス度 | |
| | 2)ストレス部位 | |
| | 3)ストレス時間 | |
| 3 | 男女別ストレスの比較 | 7 |
| | 1)ストレス度 | |
| | 2)ストレス部位 | |
| | 3)ストレス時間 | |
| 4 | 年齢別ストレスの比較 | 10 |
| | 1)ストレス度 | |
| | 2)ストレス部位 | |
| | 3)ストレス時間 | |
| 5 | 職種別ストレスの比較 | 13 |
| | 1)ストレス度 | |
| | 2)ストレス部位 | |
| | 3)ストレス時間 | |
| 6 | 地位別ストレスの比較 | 16 |
| | 1)ストレス度 | |
| | 2)ストレス部位 | |
| | 3)ストレス時間 | |
| V | 考案 | 19 |
| VI | おわりに(次年度への展望) | 21 |
| VII | 引用文献 | 22 |

はじめに

我々の日常生活は目まぐるしく変化している。科学技術の著しい発展は、我々の生活を豊かで便利にし、生活を維持するための時間や労力を軽減した。しかし、その代わりに入手した自由と時間を充実させることは容易ではない。さらに、人、物および情報は過剰となり、かつ急速な勢いで移動する現代にあつて、何が真実なのか、何が自分に必要なのかという判断を的確に下してゆくのは至難である。己の生き方を自由に選択できるようになった一方で、価値観の多様化は混乱や孤独を生むことにもなり、労働者の抱える心身の疲労も、質的、量的に漸増してきている。即ち、昨今の産業ストレスの急増に伴い、職域における労働者の精神保健管理の重要性が今また再認識されてきている所以である。

一方、神奈川県下の労働衛生の現状についてみると、近年の生活環境の多様化や中高年齢労働者の増加によって、成人病をはじめ心身の疲労を訴える者が多くなり、労働者の健康保持増進および快適職場環境を形成することが求められている。

さらに、業務上疾病は、長期的に見ると減少傾向にあるものの、依然として、酸素欠乏症等の死亡災害や、一度に3人以上の労働者が被災する重大災害が発生しているというのが現実である。

また、一般健康診断の結果では、有所見率は年々増加しており、平成7年では35.0%と3人に1人は何らかの所見を持っているという状態である。

そこで、企業を支える労働者の抱える心身の諸問題、特に内面的部分を多角的に解析することにより、メンタルヘルスの客観的評価方法を確立する必要性が生じたわけである。以上より、本年度は、初年度のたたき台として、神奈川県下の代表的各種企業の労働者に対して、疲労に関する自記式アンケート調査を施行して、各自の抱える内面的な諸問題を「ストレス度」という形で浮き彫りにし、今後の産業保健推進センターにおける、メンタルヘルス面の活動に役立てようと考えて、本計画を実行に移した。

アンケート調査の方法であるが、東京警察病院内科の井上清先生の考案であり、我が国の循環器学会および臨床病理学会でも高く評価されている、「疲労度判定シート」を先生のご好意により借用し、使用させていただいた。この方法では、労働者の心身の、特に心の疲労の「質」と「程度」を数量的に計測することが可能であり、各自の疲労がパーセンテージとして客観的に捉えられるという特徴がある。

以上に述べた調査研究を用いて、神奈川県下の各種企業内の労働者の心や身体の健康状態に関するおよその総論的知見が得られたので、ここに報告すると共に、職場におけるメンタルヘルス管理の重要性についても強調し、また、本年度の反省もふまえて次年度の調査研究へのたたき台としたい。

本調査研究が、あらゆる労働者に還元され、役に立つように今後も検討を重ねてゆきたい。

研究の目的

近年、産業の発達に伴う職域の OA 化および労働人員の削減などにより、労働者の抱える心身のストレスは増加の一途を辿っていると言っても過言ではない。つまり、文明の発達によって、我々の生活は豊かで便利になり、生活を維持するための時間や労力は軽減した。しかし、その代わりに手に入れた自由と時間を充実させることは容易ではない。人、物、情報が過剰になり、急激に移動する現代において、価値観の多様化は我々に対して混乱と孤独を与えることとなり、労働者が職場で実感する心身のストレスも漸増してきているところである。

他方、当神奈川県下の各種企業においても、生活環境の多様化、中高年齢労働者の増加とあわせて、成人病をはじめ心身の疲労を訴える労働者が急増してきており、労働者の健康保持増進対策ならびにゆとりのある快適職場の形成は目下早急の課題である。

また、一般健康診断の結果では、有所見率は年々増加しており、平成 7 年度では 35.0% と、労働者の 3 人に 1 人は何らかの所見があるというのが現状である。

そこで、生存競争の激しい各種の企業を支えている当県下の労働者が現在抱えている心身の諸問題、特に内面的な部分を、多角的に解析することによって、メンタルヘルス面、とくにストレスに対する客観的な評価方法を確立する必要性が生じたという次第である。

以上より、本年度は、当県のおよその傾向を把握するために、県下の代表的な各種企業の労働者に疲労に関する自記式アンケート調査を施行して後に回収分を解析し、各自の抱える心身の疲労をストレス度として浮き彫りにし、かつ数量的にあらわすことにより、次年度以降の産業保健活動に役立てようと考えた。

II 対象

神奈川県下で、協力が得られた代表的各種企業の労働者より、無作為に抽出した 3,000 人を今回の調査の対象とした。同様にして、各企業とも無作為に 100 ～300 人を抽出して調査票を配布し、回収の後に解析可能な調査票についてのみ解析した。

III 方法

東京警察病院内科の井上清先生のご好意により、先生ご自身の考案による「疲労度判定シート」を借用し、同ソフトプログラムを用いて解析した。この方法では、労働者の心身の疲労、特に心の疲労の「質」および「程度」を数量的に計測することが可能であり、個人の疲労が、「ストレス度」としてパーセンテージであらわされる点が特徴である。

IV 結果

回収率は 90.9% であった。このうち、解析可能なアンケートに対して解析を行ったところ、解析率は 89.5% であった。今回は、これらの成績の中から、労働者の心身の状態を良く反映して特徴が現れていたと考えられる、県下の代表的食品製造業(A 社)と、同じく代表的流通サービス業(B 社)とを対比しつつ報告したい。

1 対象の概要

1) 性

図 1 に示したように、食品製造業の A 社は 119 人中 89 人(67.2%) が男性であり、30 人(32.8%) が女性であった。

流通サービス業の B 社では、120 人中 87 人(72.5%) が男性であり、33 人(27.5%) が女性であった。

全体では、239 人中 176 人(73.6%) が男性で、63 人(26.4%) が女性であった。つまり、両社とも、約 70% が男性で、約 30% が女性という構成であった。

2) 年齢構成

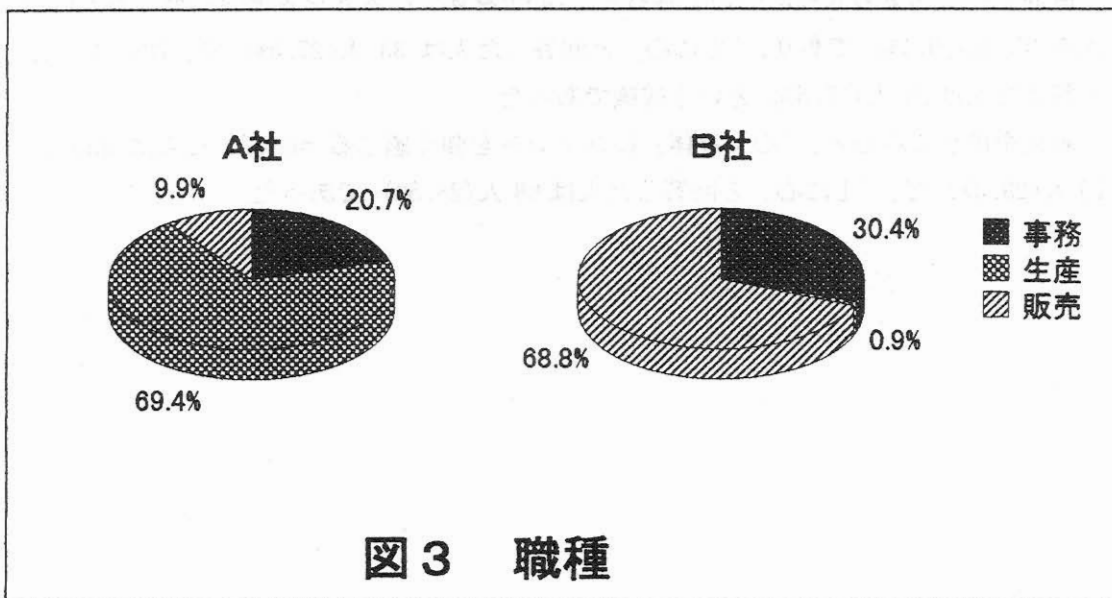
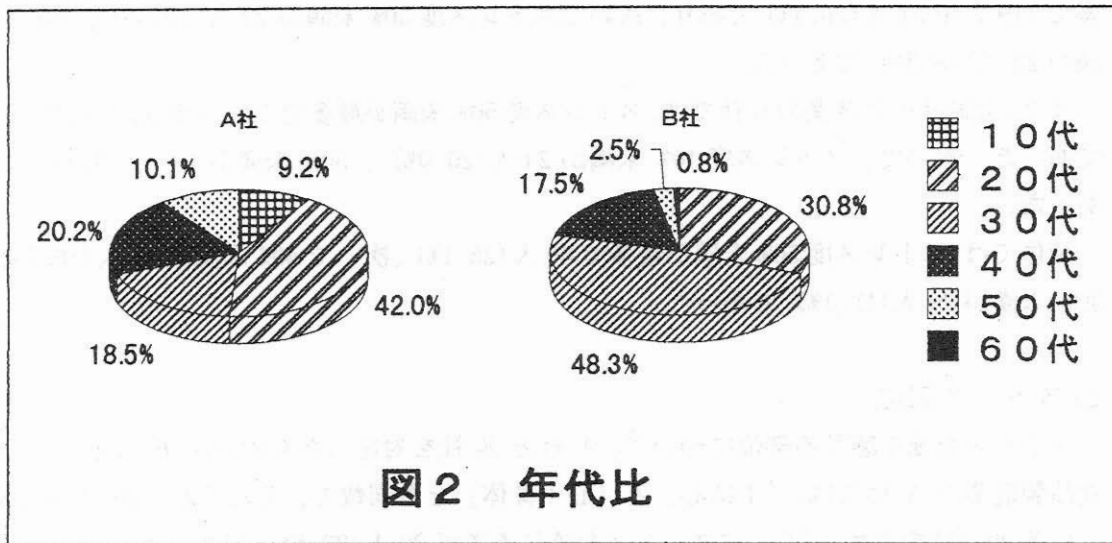
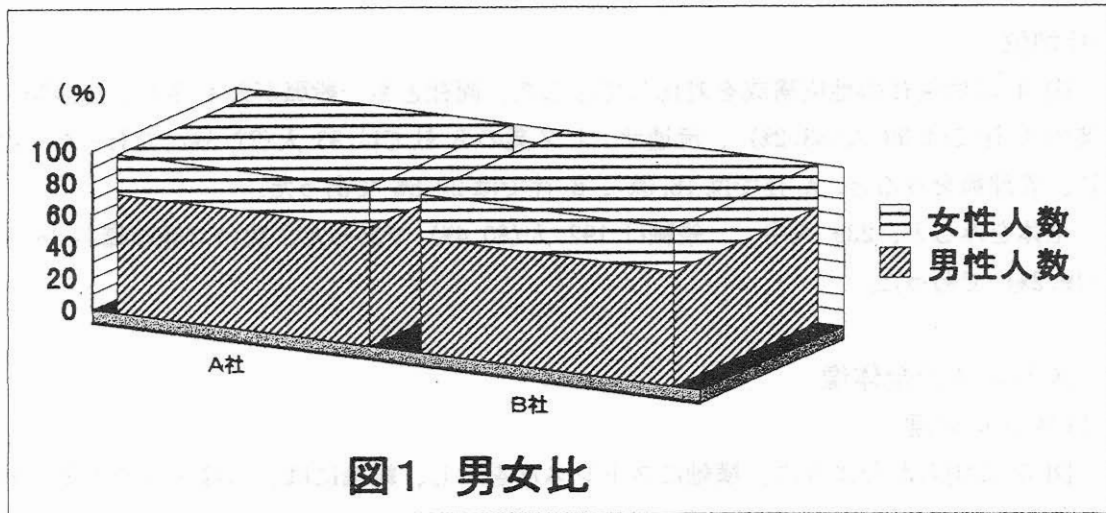
図 2 に両社の年齢構成を示した。この図からも明らかであるが、食品製造業の A 社では 20 歳代が 42.0% で最多を占め、一方、流通サービス業の B 社では 30 歳代が 48.3% と最多を占めていた。

全体では、239 人中 20 歳代が 87 人(36.4%) であり、30 歳代が 80 人(33.5%) であった。平均年齢は、33.9 歳であった。

3) 職種

図 3 に、両社の職種構成を示した。食品の製造業である A 社では、生産部門の労働者が 71 人(69.4%) と最多を占め、流通サービス業の B 社では、販売部門の労働者が 77 人(68.8%) と最も多かった。次いで、両社とも事務職がそれぞれ 21 人(20.7%) および 34 人(30.4%) であった。

全体では、239 人中販売部門の労働者が 87 人(36.4%)、生産部門の労働者が 82 人(34.3%) および事務職 55 人(23.0%) であった。



4) 地位

図 4 には両社の地位構成を対比して示した。両社とも一般職が最も多く、食品製造業の A 社では 99 人(83.2%)、流通サービス業の B 社では 93 人(77.5%)であった。次に、管理職をみると、A 社では 16.0%、B 社では 22.5%であった。

全体をみると、239 人中、一般職は 192 人(80.4%)であった。次いで管理職が 46 人(19.2%)であった。

2 ストレスの全体像

1) ストレス度

図 5 に明らかなように、横軸にストレス度を示し、縦軸には、当該ストレス度の対象集団に占める割合を%で示した。食品製造業の A 社では、ストレス度 60%未満が最多で 119 人中 31 人(26.1%)であり、次いでストレス度 50%未満が 28 人(23.5%)、40%未満が 22 人(18.5%)であった。

また、流通サービス業の B 社では、ストレス度 50%未満が最多で 120 人中 32 人(26.7%)であった。次いで、ストレス度 40%未満が 24 人(20.0%)、30%未満が 18 人(15.0%)であった。

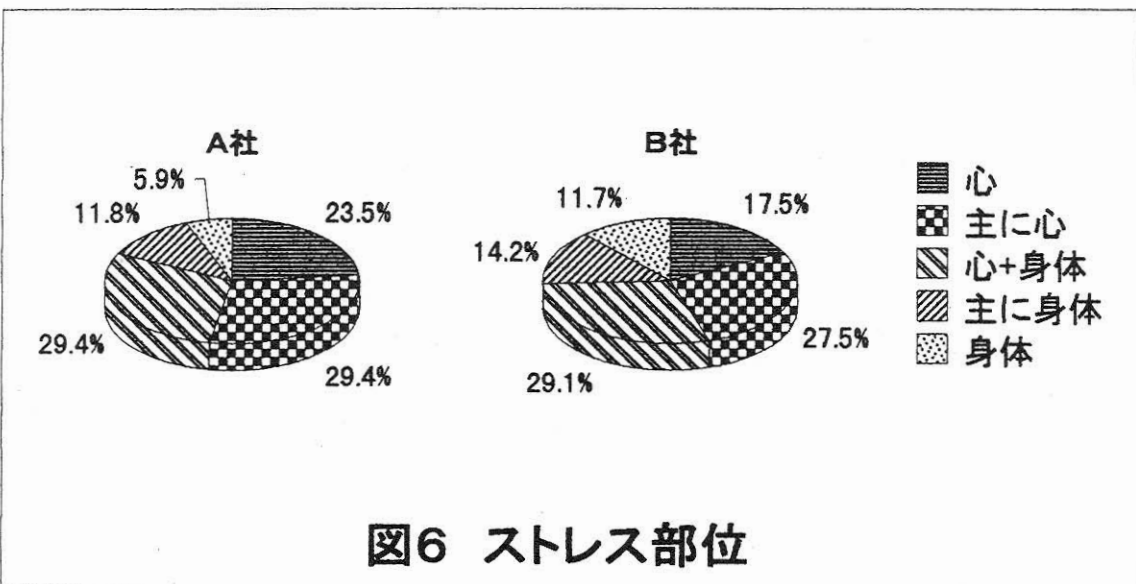
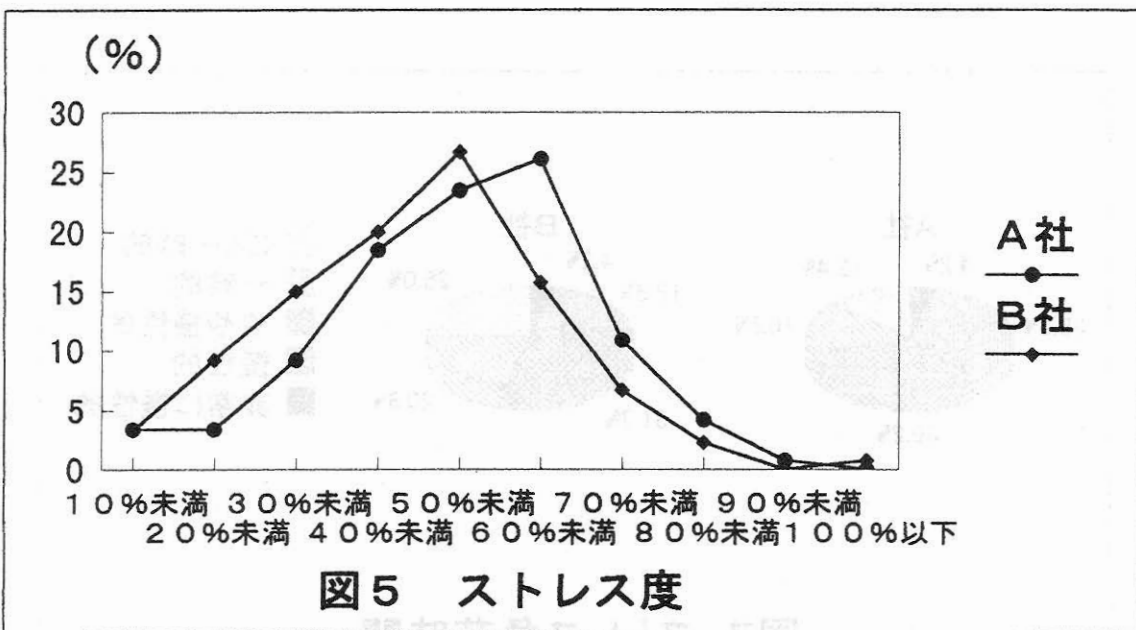
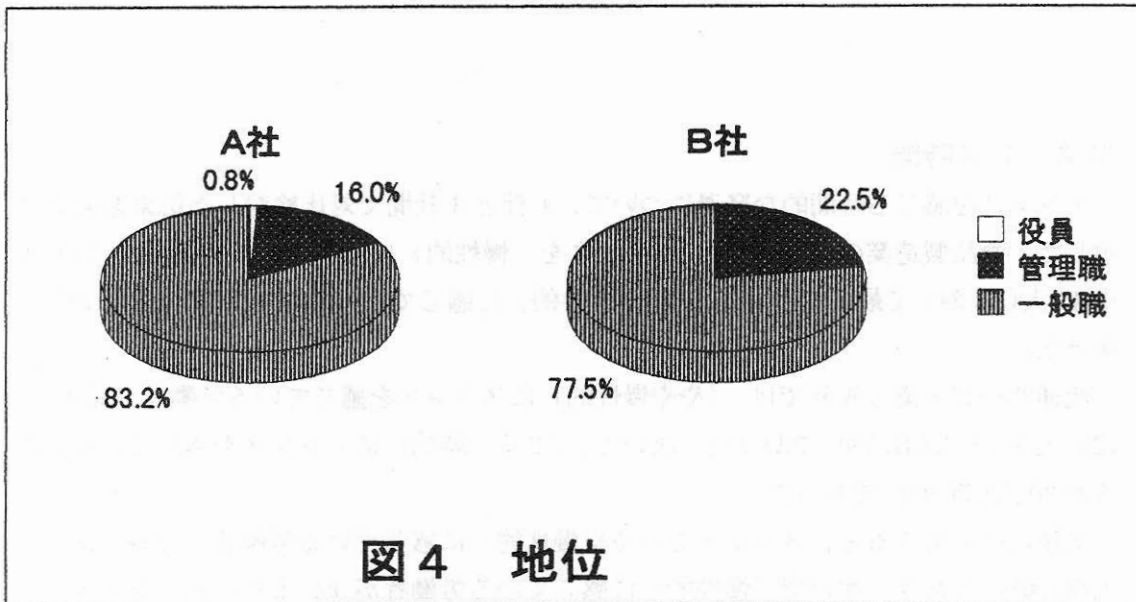
全体では、ストレス度 50%未満が最多で 60 人(25.1%)、次いで 40%未満が 46 人(16.7%)、30%未満が 29 人(12.1%)であった。

2) ストレス部位

ストレスを強く感じる部位について、A 社と B 社を対比したものを図 6 に示した。食品製造業の A 社では、「主に心」と「心+身体」とも同数で、それぞれ 119 人中 35 人(各 29.4%)を占め、「心」にストレスを感じる者が 28 人(23.5%)であった。

流通サービス業の B 社についてみると、「心+身体」にストレスを強く感じる人は 120 人中 35 人(29.1%)であり、「主に心」と回答した人は 33 人(27.5%)で、次いで「心」と答えた人は 21 人(17.5%)という成績であった。

両社を併せてみると、「心+身体」にストレスを強く感じると回答した人は 239 人中 70 人(29.3%)で、「主に心」と回答した人は 68 人(28.5%)であった。

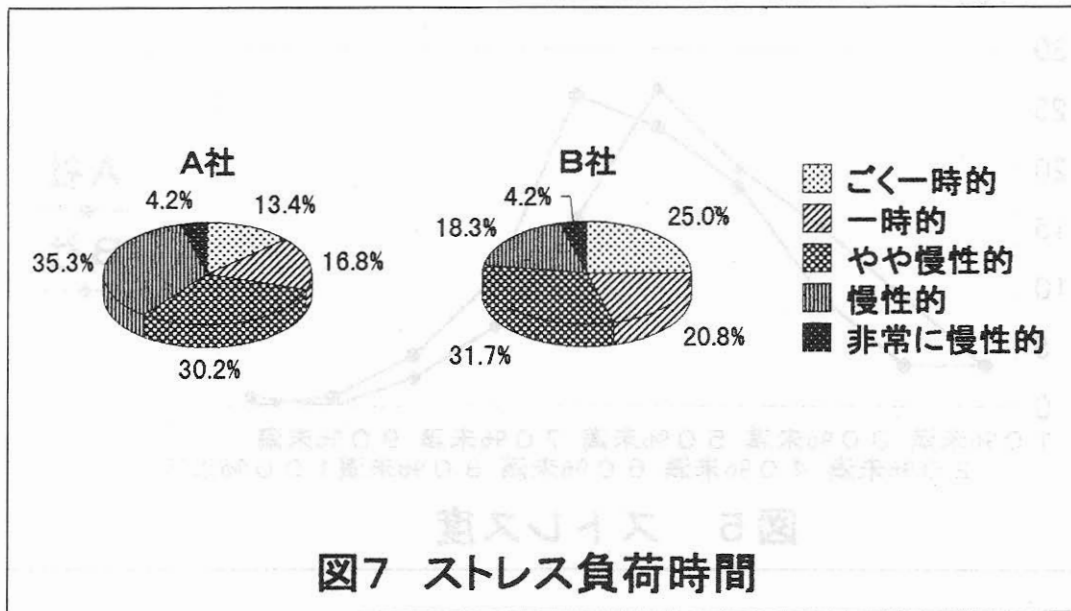


3) ストレス時間

ストレスを感じる時間的な経過について、A社とB社間で対比検討した結果を図7に示した。食品製造業のA社では、ストレスを「慢性的」に感じている労働者が119人中42人(35.3%)で最多であった。「やや慢性的」に感じている労働者は36人(30.2%)であった。

流通サービス業のB社では、「やや慢性的」にストレスを感じている労働者が最多で、120人中38人(31.7%)であった。次いで、「ごく一時的」にストレスを感じている労働者が30人(25.0%)であった。

全体についてみると、ストレスを「やや慢性的」に感じている労働者が239人中74人(31.0%)であり、次いで「慢性的」に感じている労働者が64人(26.8%)であった。さらに、「ごく一時的」が46人(19.2%)、「一時的」が45人(18.8%)であった。



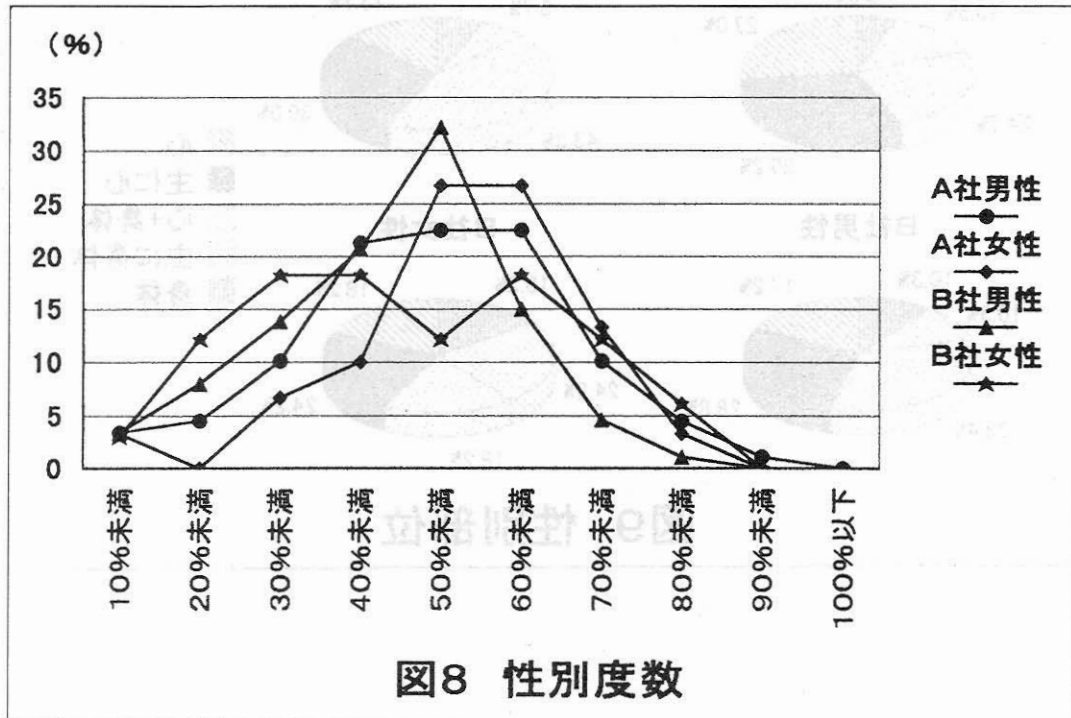
3 男女別ストレスの比較

1) ストレス度

心身のストレス度を% で表し、A 社、B 社とも男女別に比較したものを図 8 に示した。横軸にストレス度を、縦軸には全体の人数に占める各ストレス度の割合を% で表示した。

食品製造業の A 社の男性についてみると、ストレス度 60%未満ならびに 50%未満の労働者が 89 人中それぞれ 20 人(各 22.5%)と最多であった。次いでストレス度 40%未満の労働者が 19 人(21.3%)であった。また、A 社の女性についてみると、ストレス度 60%未満の労働者が 30 人中 11 人(36.7%)と最多で、次いでストレス度 50%未満の労働者が 8 人(26.7%)、70%未満の労働者が 4 人(13.3%)であった。A 社全体をみると、ストレス度 60%未満の労働者が 119 人中 31 人(26.1%)と最も多く、次にストレス度 50%未満の労働者が 28 人(23.5%)であった。

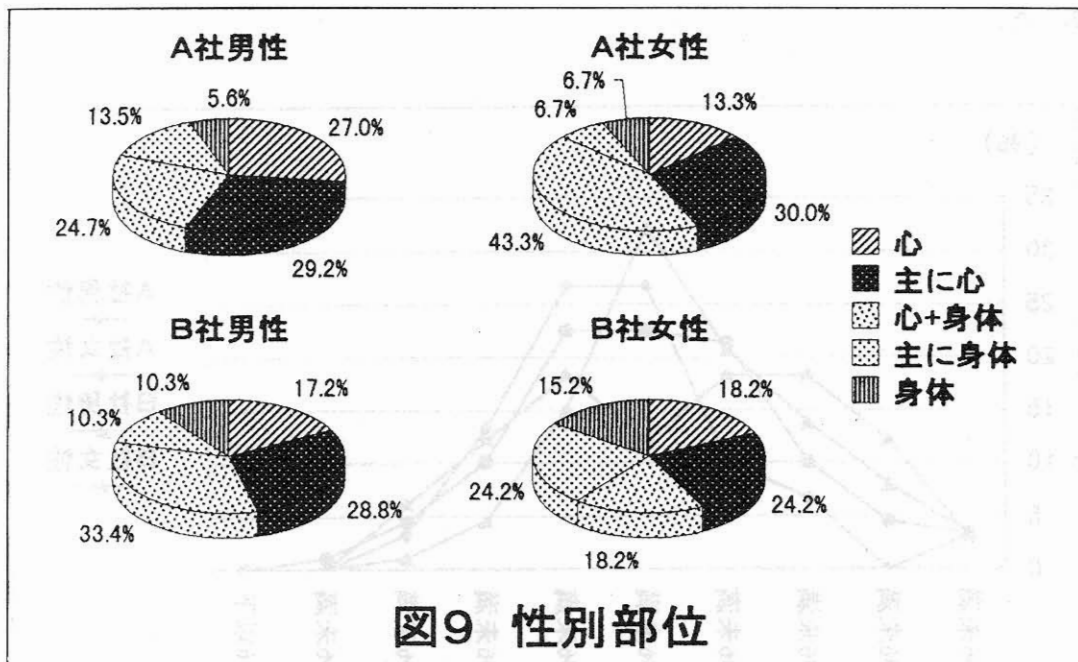
一方、流通サービス業の B 社の男性についてみると、ストレス度 50%未満の労働者が 87 人中 28 人(32.2%)と最多であり、次いでストレス度 40%未満の労働者が 18 人(20.7%)であった。また、B 社の女性についてみると、ストレス度 70%、40% および 30%未満の労働者が 33 人中それぞれ 6 人(それぞれ 18.2%)であった。また、B 社全体についてみると、ストレス度 50%未満の労働者が 120 人中 32 人(26.7%)で最も多く、次にストレス度 40%未満の労働者が 24 人(20.0%)、ストレス度 60%未満の労働者が 19 人(15.8%)であった。



2) ストレス部位

ストレスを強く感じる部位について、A社、B社とも男女別に対比検討したものを図9に示した。食品製造業のA社の男性では、「主に心」にストレスを強く感じると回答した人が89人中26人(29.2%)と最も多く、次いで「心」にストレスを強く感じると答えた24人(27.0%)と併せると50人となり、全体の56.2%であった。また、A社の女性についてみると、ストレスを強く感じる部位を「心+身体」と回答した人が30人中13人(43.3%)と最も多く、「主に心」にストレスを強く感じると答えた人は9人(30.0%)であった。A社全体では、ストレスを強く感じる部位を「心+身体」と回答した人が119人中35人(29.4%)であり、「主に心」にストレスを強く感じると答えた人と同数(35人、29.4%)であった。

一方、流通サービス業のB社の男性についてみると、「心+身体」にストレスを強く感じると回答した人が87人中29人(33.4%)を占め、次いで「主に心」に強くストレスを感じるに答えた人が25人(28.8%)であった。また、B社の女性については、ストレスを強く感じる部位を「主に心」と回答した人と、「主に身体」と回答した人とが同数で、どちらも33人中8人(それぞれ24.2%)であった。B社の全体をみると、ストレスを強く感じる部位を「心+身体」と回答した人が120人中35人(29.2%)と最も多く、次に「主に心」にストレスを強く感じると答えた人が33人(27.5%)であった。

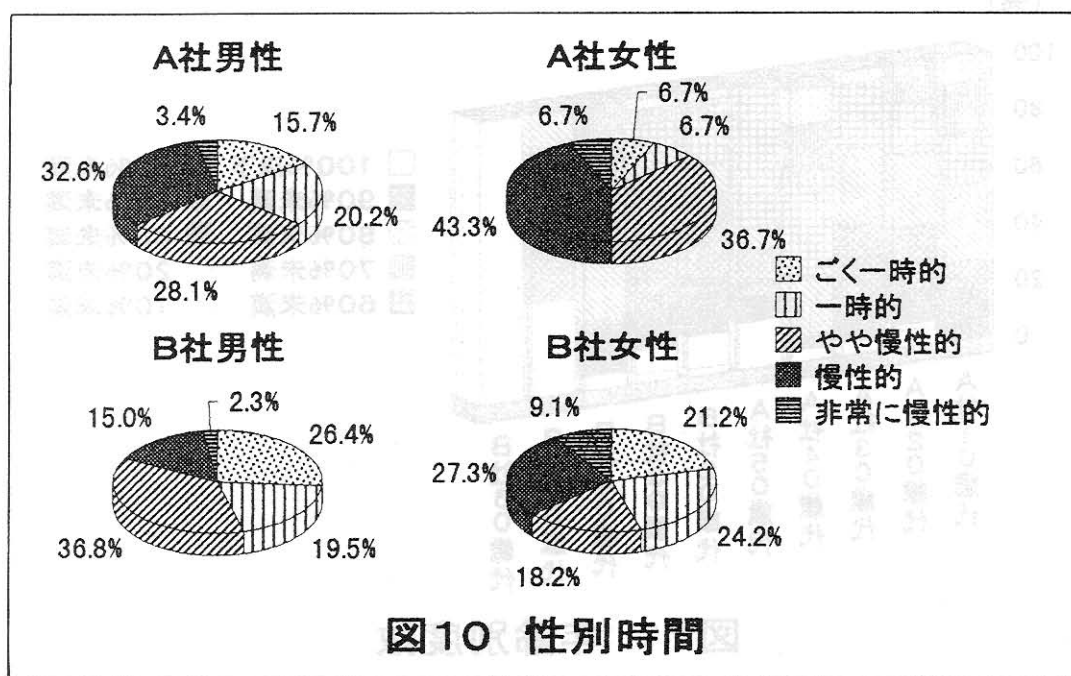


3) ストレス時間

ストレスを感じる時間的経過について、A、B 両社間で対比検討した結果を図 10 に提示した。

食品製造業の A 社の男性では、ストレスを感じる時間的経過を「慢性的」と答えた労働者が 89 人中 29 人(32.6%) と最も多く、次に「やや慢性的」に感じると回答した労働者が 25 人(28.1%) であった。また、A 社の女性では、ストレスを感じる時間的経過について、「慢性的」と答えた労働者は、30 人中 13 人(43.3%) であり、「やや慢性的」と回答した労働者は 11 人(36.7%) であった。さらに、A 社全体についてみると、ストレスを感じる時間的経過が「慢性的」であると回答した労働者は、119 人中 42 人(35.3%) で最も多かった。次に、ストレスが「やや慢性的」な時間的経過であると答えた労働者は、36 人(30.3%) であった。

一方、流通サービス業である B 社の男性では、ストレスを感じる時間的経過を「やや慢性的」と回答した労働者が 87 人中 32 人(36.8%) を占め、次に「ごく一時的」な経過と答えた労働者は 23 人(26.4%) であった。また、B 社の女性では、ストレスを感じる時間的経過について、「慢性的」であると回答した人が 33 人中 9 人(27.3%) であり、次に「一時的」な経過であると答えた人は 8 人(24.2%) で、「ごく一時的」な経過であると答えた人は 7 人(21.2%) であった。さらに、B 社の全体についてみると、ストレスを感じる時間的経過を、「やや慢性的」であると答えた労働者が 120 人中 38 人(31.7%) で最も多く、次いで「ごく一時的」と答えた労働者は 30 人(25.0%) であり、「慢性的」経過を辿ると回答した労働者は 21 人(17.5%) であった。



4 年齢別ストレスの比較

A社、B社の従業員の抱えているストレス度、ストレスを強く感じる部位（ストレス部位）およびストレスを感じる時間的経過（ストレス時間）について、各年齢別に対比検討した。

1) ストレス度

労働者の抱えるストレス度を%で表して、各年齢層別に対比したものを図11に示した。横軸には両社の年齢層を、縦軸にはストレス度を%で提示した。食品製造業であるA社についてみると、10歳代ではストレス度50%未満が11人中3人(27.3%)で最多であった。また、20歳代では、ストレス度50%未満が50人中13人(26.0%)で最も多かった。30歳代では、ストレス度40%未満が22人中7人(31.8%)と最多で、次にストレス度50%未満が6人(27.3%)であった。さらに、40歳代では、ストレス度60%未満が24人中9人(37.5%)と最多であり、50歳代では、ストレス度60%未満が12人中6人(50.0%)と最も多かった。

一方、流通サービス業のB社では、年齢構成がA社よりも高く、10歳代は0人であった。ストレス度については、20歳代では40%未満が37人中10人(27.0%)と最も多く、30歳代では50%未満が58人中20人(34.5%)と最多であった。また、40歳代については、ストレス度60%未満が21人中6人(28.6%)と最多であり、50歳代ではストレス度20、40および50%未満がそれぞれ3人中各1人(それぞれ33.3%)を示した。さらに、60歳代では、ストレス度10%未満が1人中1人(100%)であった。

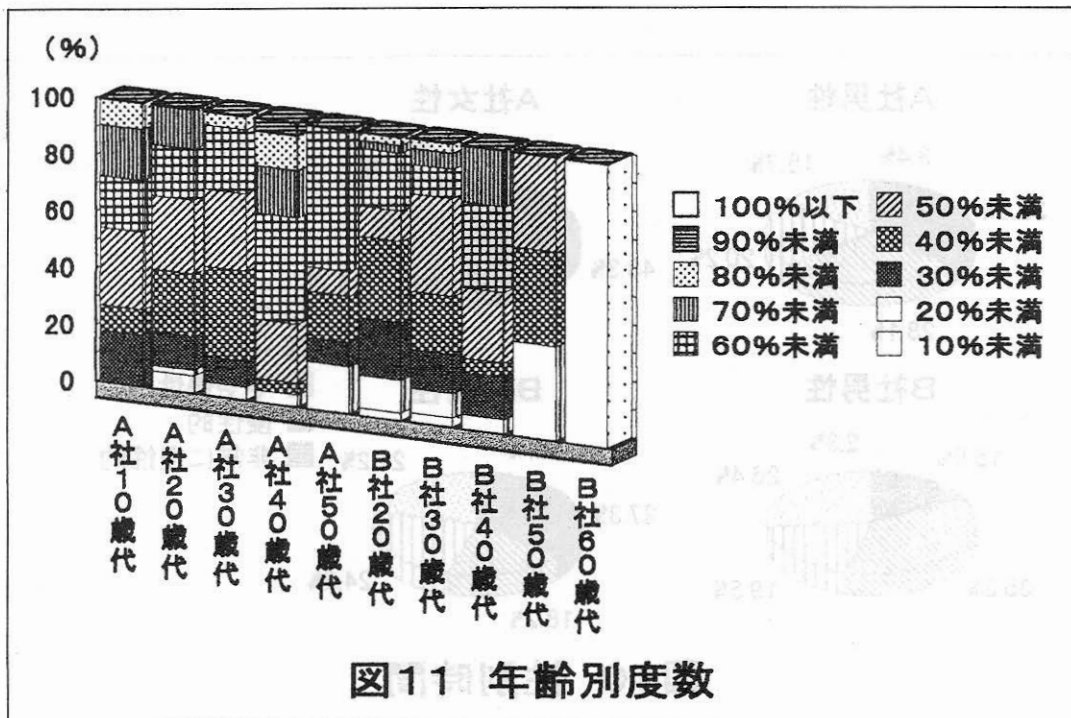


図11 年齢別度数

2) ストレス部位

ストレスを強く感じる心身の部位について、A社とB社の各年齢層別に対比検討したものを、図12に示した。横軸には両社の各年齢層を、縦軸にはストレスを感じる部位(ストレス部位)についてのうちわけが、各年齢層の人数に占める割合を%で示した。

まず、食品製造業であるA社については、ストレスを強く感じる部位を「主に心」と回答した人が、10歳代では11人中4人(36.4%)と最多を占めていた。また、20歳代では、「心+身体」に強くストレスを感じると答えた人が50人中14人(28.0%)と最も多かった。30歳代では、「心+身体」にストレスを強く感じると回答した人が22人中7人(31.8%)と最多であり、40歳代では、「主に心」にストレスを強く感じると答えた人が24人中6人(50.0%)と最も多かった。

次に流通サービス業のB社では、20歳代で「心+身体」にストレスを強く感じると回答した人が、37人中12人(32.4%)と最多で、30歳代では同じく「心+身体」に強くストレスを感じると答えた人が58人中16人(27.6%)と最も多かった。40歳代では、ストレスを強く感じるのは「主に心」と回答した人が21人中7人(33.3%)を最多とし、50歳代では、「主に心」、「心+身体」および「身体」にストレスを強く感じると回答した人が3人中それぞれ1人(それぞれ33.3%)であった。また、60歳代では、「身体」に強くストレスを感じると回答した人が1人中1人(100.0%)であった。

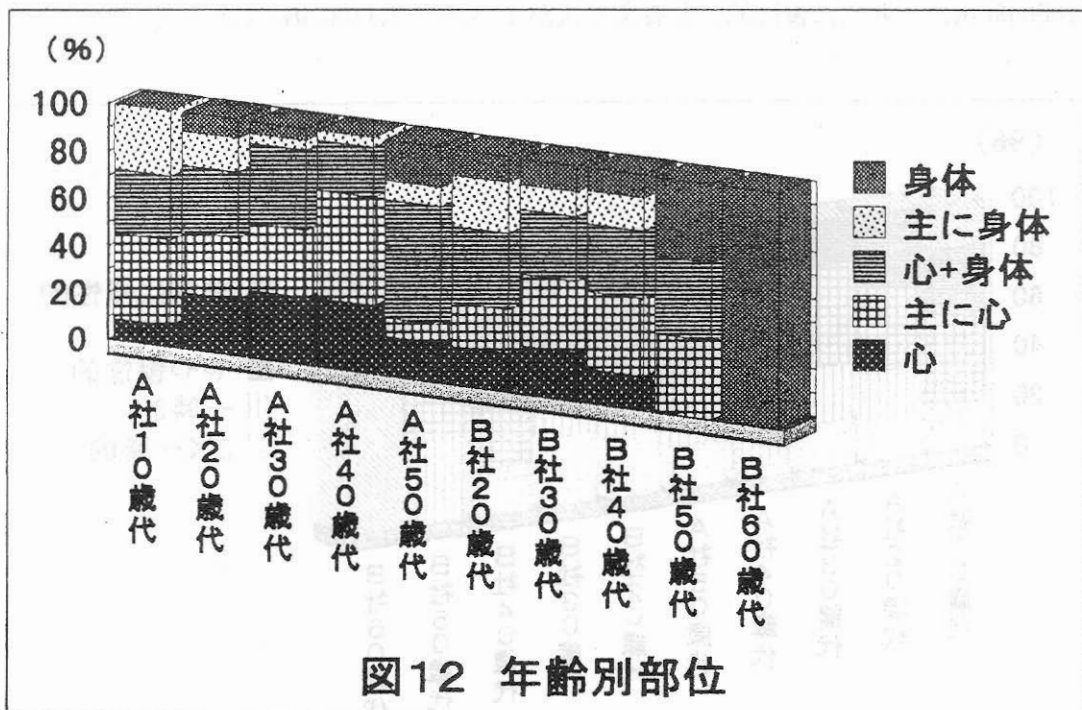


図12 年齢別部位

3) ストレス時間

ストレスを強く感じる時間的経過について、A社とB社の各年齢層別対比を図13に示した。横軸には両社の各年齢層をおき、縦軸には全回答から、ストレスを強く感じる時間的経過(ストレス時間)の各年齢層に占める割合を%で示した。

食品製造業であるA社についてみると、10歳代では、ストレスを強く感じる時間的経過を「やや慢性的」と答えた労働者は、11人中4人(36.4%)を本年齢層中最多とし、20歳代では同じく「やや慢性的」との回答が50人中17人(34.0%)で最も多かった。また、30歳代では、やはり「やや慢性的」経過を辿るとの回答が22人中9人(41.0%)と本年齢層中最多を占めた。さらに、40歳代では、ストレスの時間的経過は「慢性的」とであると答えた労働者が24人中14人(58.3%)であり、50歳代も同様に「慢性的」経過と回答した人が12人中6人(50.0%)を最多としていた。

さて、流通サービス業であるB社について検討してみたところ、20歳代では、ストレスの時間的経過は「ごく一時的」と答えた人が37人中9人(24.4%)と本年齢層中最多であった。また、30歳代については、「やや慢性的」な時間的経過を辿ると回答した人が58人中21人(36.2%)で本年齢層では最多を占めた。さらに、40歳代では、「慢性的」な時間的経過であると答えた労働者が、21人中8人(38.1%)を占め、50歳代では、「一時的」、「やや慢性的」および「非常に慢性的」との時間的経過を提示した回答者が3人中それぞれ各1人(それぞれ100.0%)であった。また、60歳代では、ストレスの時間的経過は「非常に慢性的」と答えた人が1人中1人(100.0%)であった。

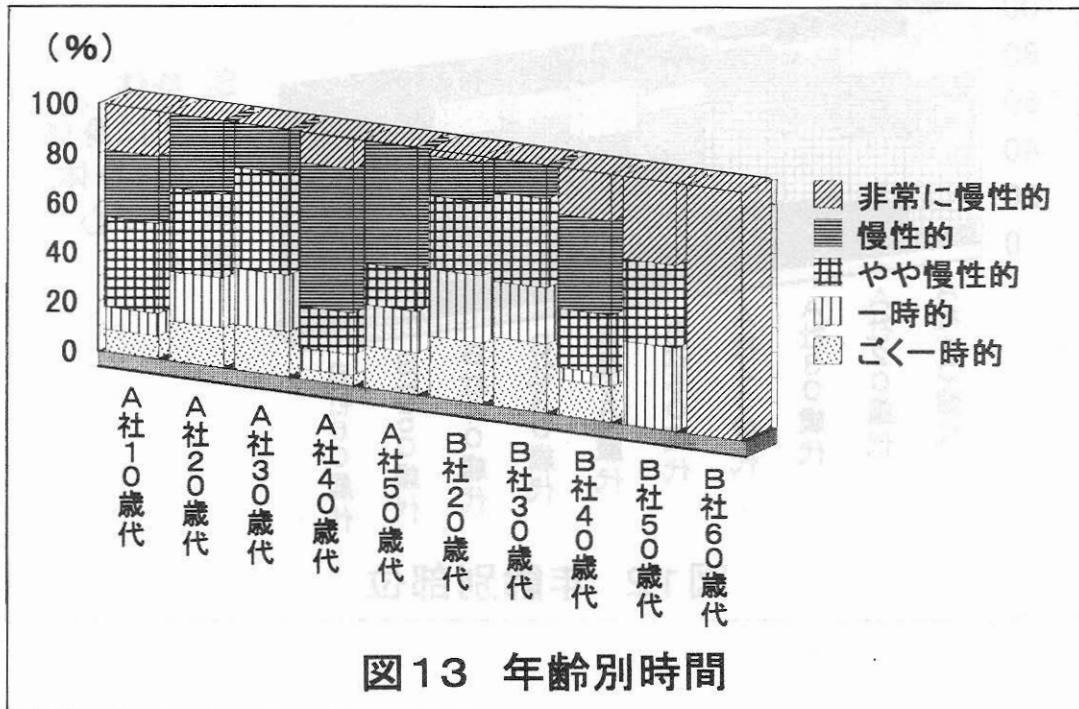


図13 年齢別時間

5 職種別ストレスの比較

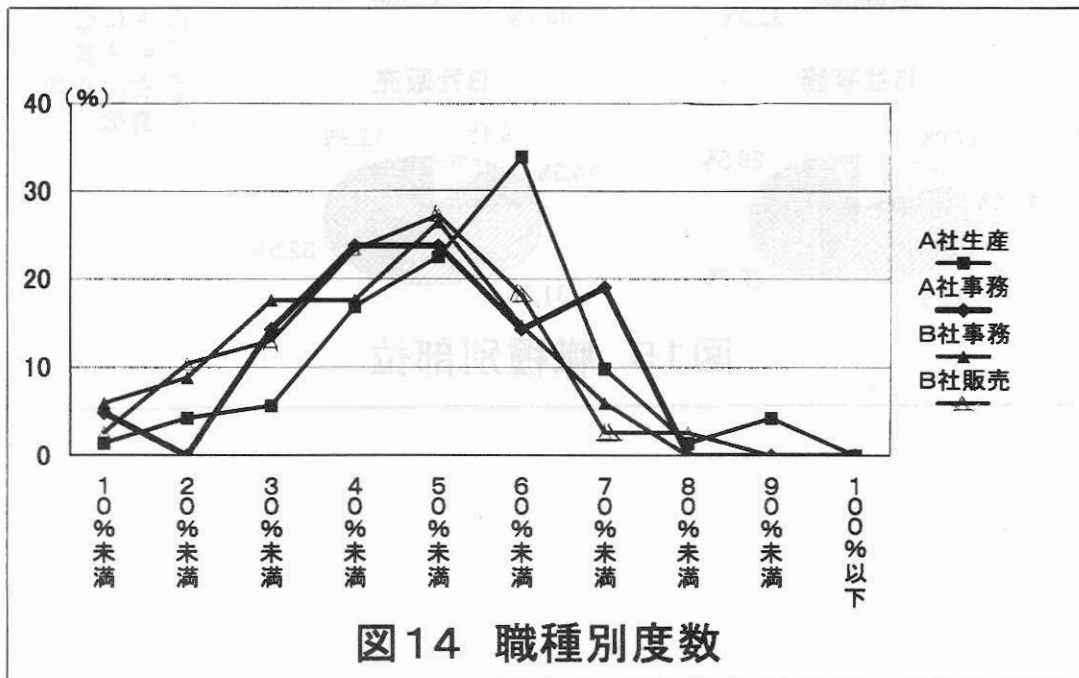
職種別のストレスの違いを検討するために、肉体的労働を主とする部門と、事務的な部門とに別けてそれぞれの抱えるストレスについて対比した。食品製造業である A 社は生産部門と事務職に、流通サービス業である B 社は販売部門と事務職に分類し、ストレス度、ストレスを強く感じる部位およびストレスの時間的経過について比較検討した。

1) ストレス度

上記の職種別に抱えるストレス度(横軸)を、両社の回答者数に占める割合(%、縦軸)で示したものが図 14 である。

まず、A 社の生産部門についてみると、ストレス度 60% 未満が 71 人中 24 人(33.8%) と最も多く、事務職ではストレス度 40、50% 未満がそれぞれ 21 人中各 5 人(それぞれ 23.8%) であった。

また、B 社の販売部門についてみると、ストレス度 50% 未満が 77 人中 21 人(27.3%) で、事務職ではストレス度 50% 未満が 34 人中 9 人(26.5%) であった。

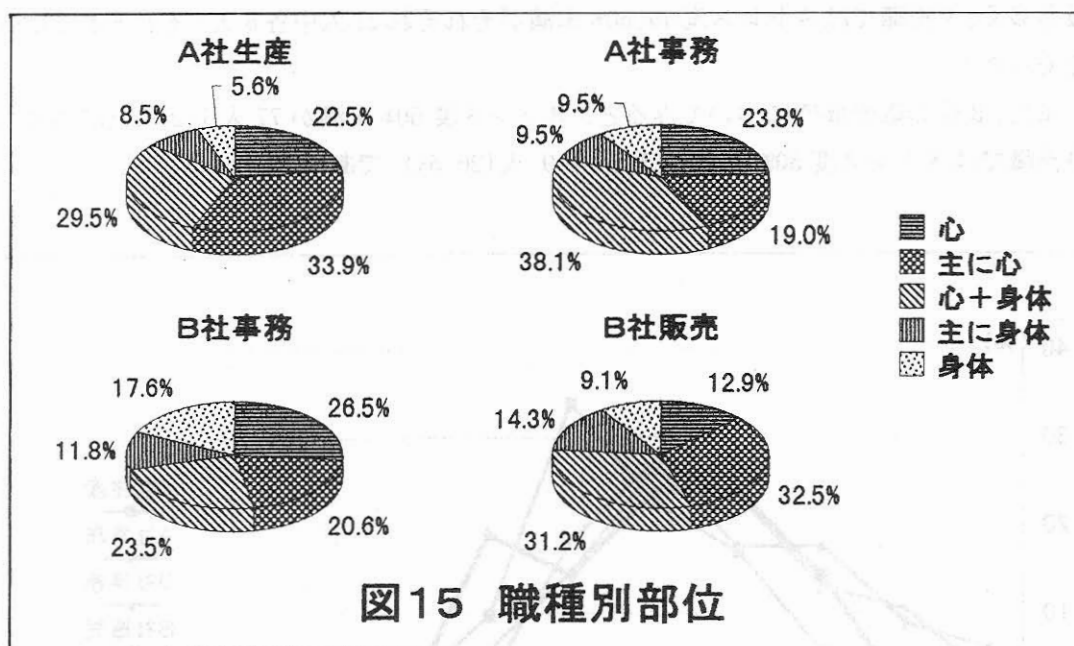


2) ストレス部位

ストレスを強く感じる身体的部位について、1)と同様に、A社とB社の職種別に対比したものが、図15である。

まず、A社の生産部門では、ストレスを強く感じる部位を「主に心」と回答した労働者が71人中24人(34.0%)を占め全体では最多であった。また、事務職では、「心+身体」にストレスを強く感じると回答した人が21人中8人(38.1%)であった。

他方、B社については、販売部門で「主に心」にストレスを強く感じると答えた人が77人中25人(32.5%)であったが、「心+身体」と回答した人もほぼ同数の24人(31.2%)であった。両者を併せると、49人(63.7%)を占めるに至った。

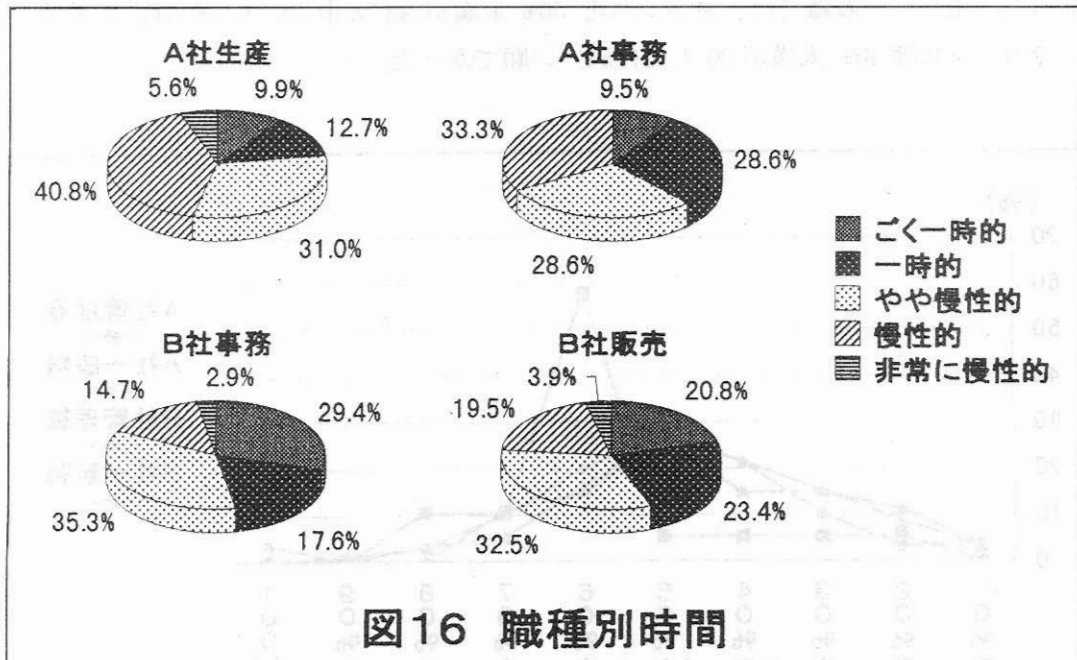


3) ストレス時間

ストレスを強く感じる時間的経過について、上記の 1)、2)と同様に A、B 両社の各職種別に比較検討したものを図 16 に示した。

まず始めに、A 社の生産部門についてみると、ストレスの時間的経過は「慢性的」であると回答した人が 71 人中 29 人(40.8%) を占めており、次の「やや慢性的」であると回答した 22 人(31.0%) と併せると、49 人(71.8%) という割合になった。また、事務職では、「慢性的」な時間的経過を辿ると答えた人が 21 人中 7 人(33.3%) であり、次いで、「やや慢性的」経過の 6 人(28.6%) および「一時的」経過の 6 人(28.6%) であった。

さらに、B 社の販売部門についてみると、「やや慢性的」なストレスの経過であると回答した労働者が 77 人中 25 人(32.5%) と最も多く、事務職では、同じく「やや慢性的」な時間的経過と答えた人が 34 人中 12 人(35.3%) という割合であった。



6 地位別ストレスの比較

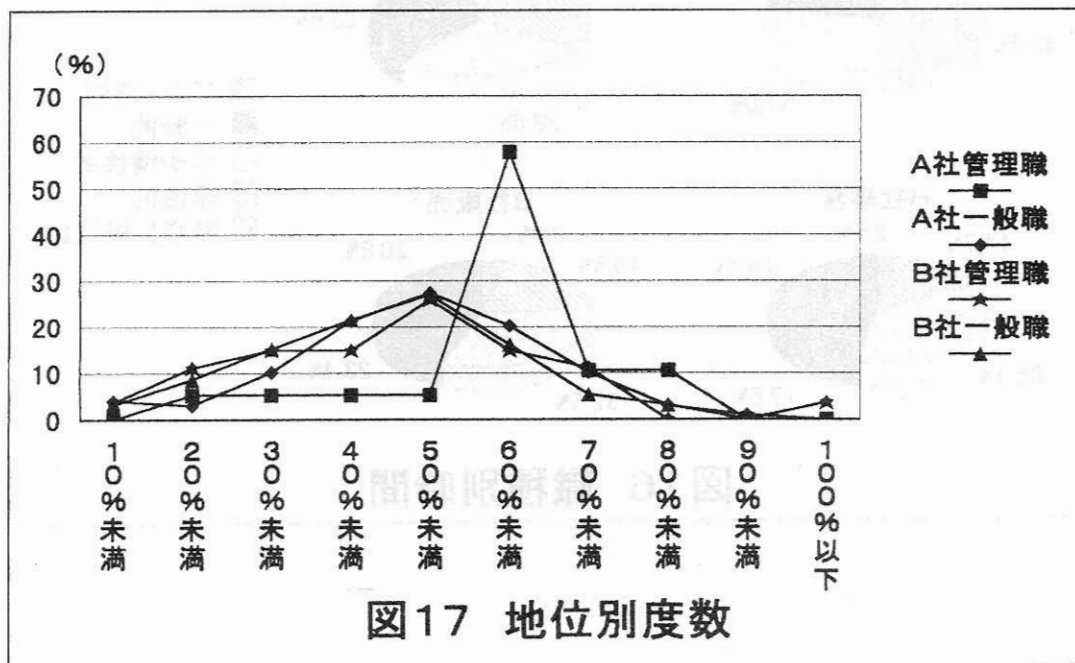
各企業内の地位を、それぞれ管理職と一般職に別けて、内在するストレスについて対比検討した。上述してきたように、ストレス度、ストレス部位およびストレス時間を、A社とB社間で対比した。

1) ストレス度

A社とB社の管理職、一般職の抱えるストレス度を%で表し(横軸)、両社の回答者に占める割合を縦軸に%で示したものが図17である。

まず、A社の管理職では、ストレス度60%未満が19人中11人(57.9%)と最も多い割合であった。一般職では、ストレス度50%未満が99人中27人(27.3%)であり、次いでストレス度40%未満が21人(21.2%)、60%未満が20人(20.2%)の順であった。

一方、B社の管理職についてみると、ストレス度50%未満が27人中7人(25.9%)であった。また、一般職では、ストレス度50%未満が93人中25人(26.9%)を占め、次いでストレス度40%未満が20人(21.5%)の順であった。

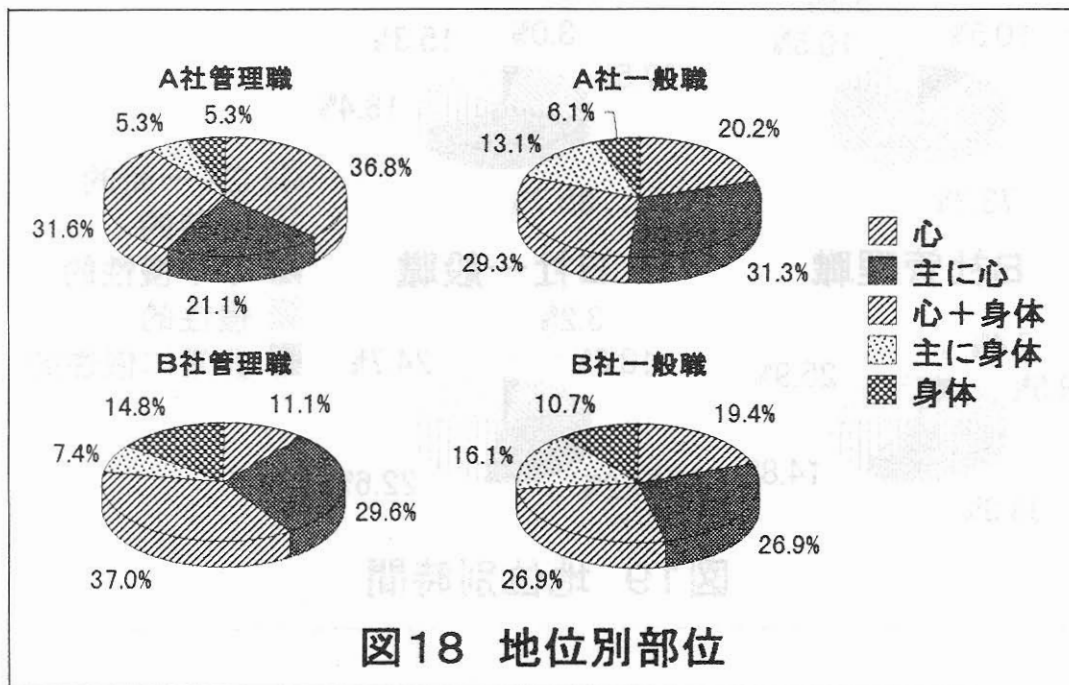


2) ストレス部位

ストレスを強く感じる身体的部位について、上記 1)と同様に企業内の地位別に対比検討したものが、図 18 である。

まず始めに A 社であるが、管理職では「心」に強くストレスを感じると回答した人が 19 人中 7 人(36.8%) を占め、次いで「心+身体」に強くストレスを感じると答えた人が 6 人(31.6%)、「主に心」と回答した人が 4 人(21.1%) であった。これらを合計すると、17 人(89.5%) であった。また、A 社の一般職では、「主に心」にストレスを強く感じるとの回答は 99 人中 31 人(31.3%) であり、「心+身体」と回答した人は 29 人(29.3%) であった。これらに、「心」にストレスを感じると回答した 20 人(20.2%) を併せると、80 人(80.8%) であった。

一方、B 社の管理職では、「心+身体」に強くストレスを感じると回答した人は 27 人中 10 人(37.0%) であり、「主に心」と答えた 8 人(29.6%) と併せると 18 人(67.6%) であった。また、B 社の一般職では、「主に心」および「心+身体」にストレスを強く感じると答えた人が 93 人中それぞれ 25 人(それぞれ 26.9%) であり、両者を併せると、50 人(53.8%) という割合であった。

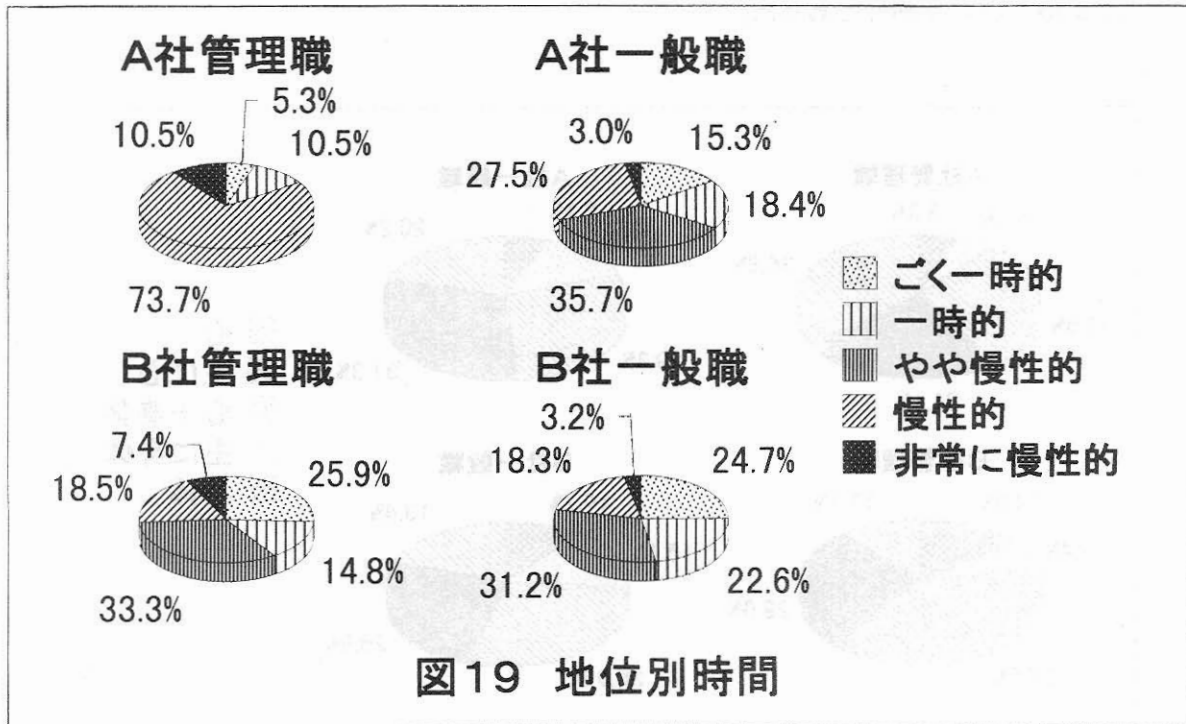


3) ストレス時間

ストレスを感じる時間的経過について、上記 1)、2)と同様に、各企業内の地位別に
対比検討したものを図 19 に示した。

A 社の管理職についてみると、ストレスの時間的経過を「慢性的」と答えた人が 19
人中 14 人(73.3%) を占めた。また、一般職では、「やや慢性的」経過を辿ると回答した
人が 99 人中 36 人(35.7%) であり、「慢性的」経過と答えた 27 人(27.5%) を併せると、
60 人(63.2%) であった。

次いで、B 社の管理職についてみると、ストレスの時間的経過は「やや慢性的」と回
答した人が 27 人中 9 人(33.3%) を占めており、「ごく一時的」と答えた人は 7 人(25.9%)
であった。また、B 社の一般職では、「やや慢性的」な時間的経過を辿ると答えた人が
93 人中 29 人(32.2%) であり、次に「ごく一時的」との回答が 23 人(24.7%)、「一時的」
との答えが 21 人(22.6%) であった。「ごく一時的」と「一時的」とを併せると 44 人(47.3%)
であった。



V 考案

いわゆるメンタルヘルスとは、人間の精神的な側面を対象としており、「種々の精神的疾病の予防ならびに精神的健康の保持向上を目的とする。」を定義としている。さらに、精神的な健康とは、我々人間にかかわる文化、社会、経済的因子、発育、家庭的因子、さらにはその人固有の性格、人格、感情、知的能力および運動能力など、各因子を統合して得られた全体像から判定されるべきものである。

一方、近年の産業技術の発展がもたらした情報社会は、我々の生活を便利にし、また、生活を維持するための時間と労力を減少させたものの、人間関係は疎遠になり、価値観の多様化は日常生活を混乱させたり、孤独を生むことにも繋がった。職域においても、作業態様の変化や、中高年齢労働者の増加によって、成人病をはじめ心身の疲労を訴える人々が漸次増加の一途を辿ってきているところである。つまり、労働の現場における、労働者の精神保健、即ちメンタルヘルス面の管理の重要性が再認識されてきた所以である。

以上のような現状を鑑み、今回我々は神奈川県下の各工業団地にある、代表的な各種企業の労働者に対して、ストレスに関する自記式アンケート調査を施行し、各自の抱える心身の諸問題の全体像を把握して今後の産業保健推進活動に役立てようと考えた。

さて、本調査研究に際して用いた「疲労度判定シート」は、東京警察病院の井上博士の考案によるものであるが、労働者の心身の疲労の、「質的」および「量的」な程度を数量的に判定することが可能である。各自の疲労度は、ストレス度としてパーセンテージで表わされ、ストレスをある程度客観的に捉え得る点を特徴としている。ストレスを定量的に評価するために、現在多種多様な方法を用いた研究がされているが、今回我々は、次の理由でこの「疲労度判定シート」を使用させていただいた。

- ・問題数が少なく、答え易い。
- ・回答に対するアドバイスが自動的かつ的確に示される。
- ・ストレスを心身両方の面から判定できる。
- ・日本人に向けて考案されたものである。
- ・他で乱用されておらず、独創性に富む。
- ・このアンケート専用の解析用ソフトが作られている。

さて、食品製造業の A 社では、食品の生産部門を中心としているが、全体のストレス度は 60% 未満を最多としていた。これに対して、流通サービス業で、販売部門を中心とする B 社では、ストレス度は 50% 未満が最多であった。B 社では、対人サービスの徹底を目的とした訓練を新人のころから行っていることを反映した成績のようである。

次いで、ストレスを強く感じる心身の部位について、A 社と B 社とを対比すると、両社とも、「主に心」および「心+身体」と回答した労働者が上位を占めていたわけであるが、これは、労働の種類を問わず、いわゆる「疲れ」が精神的要素を主体としていることを示唆したものであろう。

さらに、ストレスを感じる時間的経過をみると、食品製造業の A 社では「慢性的」と回答した労働者が多く、次いで「やや慢性的」であった。流通サービス業の B 社では「やや慢性的」、次に「ごく一時的」な経過を辿るとの回答が得られたことから、生産部門を主体とする A 社、販売部門を主体とする B 社の、労働条件の差異が表面化したと考えられよう。

さて、我が国における女性の労働人口も急増してきている昨今であるが、当県では、女性労働者の「疲労」はどの様であろうかとの疑問から、ストレス度について、両社の男女間で検討した。

A 社であるが、男女ともにストレス度 60% 未満と答えた労働者が最も多かったのに対して、B 社では、男性労働者ではストレス度 50% 未満が、女性労働者ではストレス度 60% 未満との回答が最多であった。つまり、両社の中心となる職種の違いを考えると、販売を担当する際のストレスは、男性よりも女性に強い影響を及ぼしていることが窺われる成績といえよう。

また、ストレスを強く感じる心身の部位について、A、B 両社の男性と女性を対比検討した。食品製造業の A 社の男性についてみると、「主に心」および「心」と答えた労働者が最も多い割合であり、同社の女性については、「心+身体」および「主に心」との回答者が最多であった。つまり、A 社の労働者のストレス部位は、男女で異なるという成績が得られたわけである。

流通サービス業の B 社の男性労働者では、同じ質問に対して、「心+身体」および「主に心」にストレスを感じるとの回答が最多を占め、一方の女性労働者では、「主に心」および「主に身体」との答えが同数であった。A 社の成績と対比した時、B 社の従業員の抱えるストレスは、心身の特定の部位には定まらないとの結果であり、両社間の違いが表れた成績であろう。職種の違いが因子の一つと考えられるのではないであろうか。

次いで、ストレスを感じる時間的な経過について、両社の男女を対比したところ、まず始めに A 社では、男女ともが同様の成績を示した。つまり、「慢性的」および「やや慢性的」との回答が最多であった。一方の B 社では、男性が「やや慢性的」経過を辿り、女性は「慢性的」な経過を辿るとの答えが最も多くを占めた。職種の異なる両社であるが、ストレスを感じる時間的経過についてはほぼ同様の傾向であった。これは、現代の産業の機械化、省人化を反映したものとも考えられよう。

以上、今回の調査から得られた成績より、総論的解説を試みた。さて、先にも述べてきたように、我が国の労働者の高年齢化は、労働者の心身に多大なストレス負荷を強いていると言っても過言ではない。年齢層別にストレス度などを対比した時、A 社では年齢が高くなるほどストレス度も上昇するが、B 社では、いわゆる中間管理職の世代でストレス度が高い傾向を示した。また、同じ年齢層間でストレスを感じる部位について検討すると、A 社では「心+身体」、B 社でも同じく「心+身体」に回答が集中しており、この成績にストレスを感じる時間的経過で得られた結果を併せると、ストレス度は、年齢層が高くな

る程上昇し、また、時間的には「慢性的」経過を辿り、部位としては「心+身体」に集中しているとの傾向が窺われた。

職種の違いとストレスとの関係はどのようなものか考えてみると、A社の主体である食品生産部門、B社の主体である販売部門のどちらもがストレス度 50~60% 未満であり、ストレスを感じる部位は「心」および「身体」に集中していた。時間的経過では、「やや慢性的」ないし「慢性的」であり、両社間で、つまりは職種間でストレスの全体像に明確な差異は得られなかった。

他方、地位別にストレスを対比検討してみると、管理職、一般職では違いが得られた。即ち、A社では管理職の方がストレス度は高く、部位は「心」が主体であり、時間的には「慢性的」経過を辿ることが明示された。また、B社では、両職種間でストレスに関してはA社のような差異は得られなかった。A社では、労働者の心身のストレスは職種に多少の影響を受けているといえよう。

さて、今回我々は、主体の職種が異なる神奈川県下の2企業に対して、ストレスに関する調査を施行し、ストレス度、ストレス部位およびストレス時間の3方向からの解析を試みたわけであるが、上述してきたように、本年度は労働者の抱えるストレスの全体像を把握して、次年度の調査研究へのたたき台にする計画であった。結果の部分でも述べたように、男女、年齢、職種および地位についてのストレスのあらましが窺われる成績が得られたことから、当初の目的はほぼ達成できたと考えている次第である。この成績を踏まえ、さらに研鑽を積み、次年度は各論の部分を追求してゆきたいと考えている。

VI おわりに

今回、神奈川県下の代表的な各種企業に所属する労働者約3000人に対して、心身の疲労を「ストレス度」と言う尺度で表すことのできる自記式アンケート調査を施行し、得られた回答のうち、職種の異なる2つの企業を対比した。このことから、我々は、当県下の労働者の抱える心身の疲労を、井上方式によって、質的および量的に評価しようと試みたわけである。その結果、全体的にみると、労働者が高年齢化するほど、また、職場が省人化するほどストレス度は高くなり、職種でみた時、管理職ほどストレス度は上昇することが窺われた。さらに、対人関係に由来するストレスは、男女で差異のある点も示唆された。今後、女性の社会進出は一層増加してくると考えられるが、女性の抱える心身の諸問題を考え併せた時、さらに掘り下げて調査研究をしてゆく必要がある。

以上、本年度の調査研究は時間的制約もあって、総括は総論に止まったが、各種の反省点を生かして次年度はさらに改善を試み、各論的総括に向けて発展させたいと考えている次第である。

最後に、本調査研究にご協力下さった東京警察病院の井上清先生および東京都予防医学協会・北里大学医学部非常勤講師の三輪祐一先生に一同深謝する。

VII 引用文献

1. 井上 清, 白井徹郎, 向山美雄, 山内菊美, 栗本東助: 長期にわたる降圧薬投与下での
一次性高血圧患者 QOL の検討- 各種降圧薬の比較-. Therapeutic Research 15(7):335-
347, 1994
2. 井上 清, 長谷川修, 北村容子 他: " 疲れ" の数量化. 日本総合検診医学会講演要旨
集 p113, Feb. 9, 1991
3. 成田登喜子, 井上 清, 三輪敬之: 人間ドック領域における疲労の診断とその意義. 健
康医学 7:117, 1992
4. 栗本東助, 山内菊美, 成田登喜子, 白井徹郎, 井上 清, 三輪敬之: 疲れの数量化によ
る評価の試み. 臨床病理 42(Suppl.):372, 1994
5. 白倉克之, 高田 勲, 筒井末春 編: 職場のメンタルヘルス・ケア- 産業医と産業保健
スタッフのためのガイドブック. 南山堂, 東京, 1996
6. 井上 清: 心臓発作- 突然死をどう防ぐ?. ぎょうせい, 東京, 1995