

# 職域メンタルヘルス不調者と その対応

---質問紙THIによる事例を中心に

主任研究者

群馬産業保健推進センター所長 鈴木庄亮

共同研究者

相談員 栗原 久(東京福祉大学教授);

相談員 月岡 関夫(群馬県医師会理事・診療所長);

相談員 藤田 晴康(KKルネサステクノロジ産業医);

相談員 椎原 康史(群馬大学医学部教授);

相談員 松澤一夫・森 弘文(診療所長);

疫学統計 浅野 弘明(京都府立医大助教授)

# 目的・意義・方法

- 2002年度から調査研究費で応用開発した質問紙「**健康チェック票THI**」とその処理ソフト「**THIプラス**」を使って、勤労者の、
  - 1) 心身の健康状態の**気づきとセルフケア**にどう役立つか？
  - 2) **メンタルヘルスケア不調者** (リスクG) のふるいわけと対応にどう役立つか？
    - 事例集をつくる

# 「健康チェック票THI」実施対象群：

- ・ 県外の金属加工業・・・450人\*面接
- ・ 某健診検査機関・・・185人\*感想有
- ・ 温泉旅館従業員と客54人\*前後比較
- ・ 東京の某鍵会社・・・130人
- ・ 県内の某精神病院/介護老人保健施設従業員・・・・280人

合計1,099人

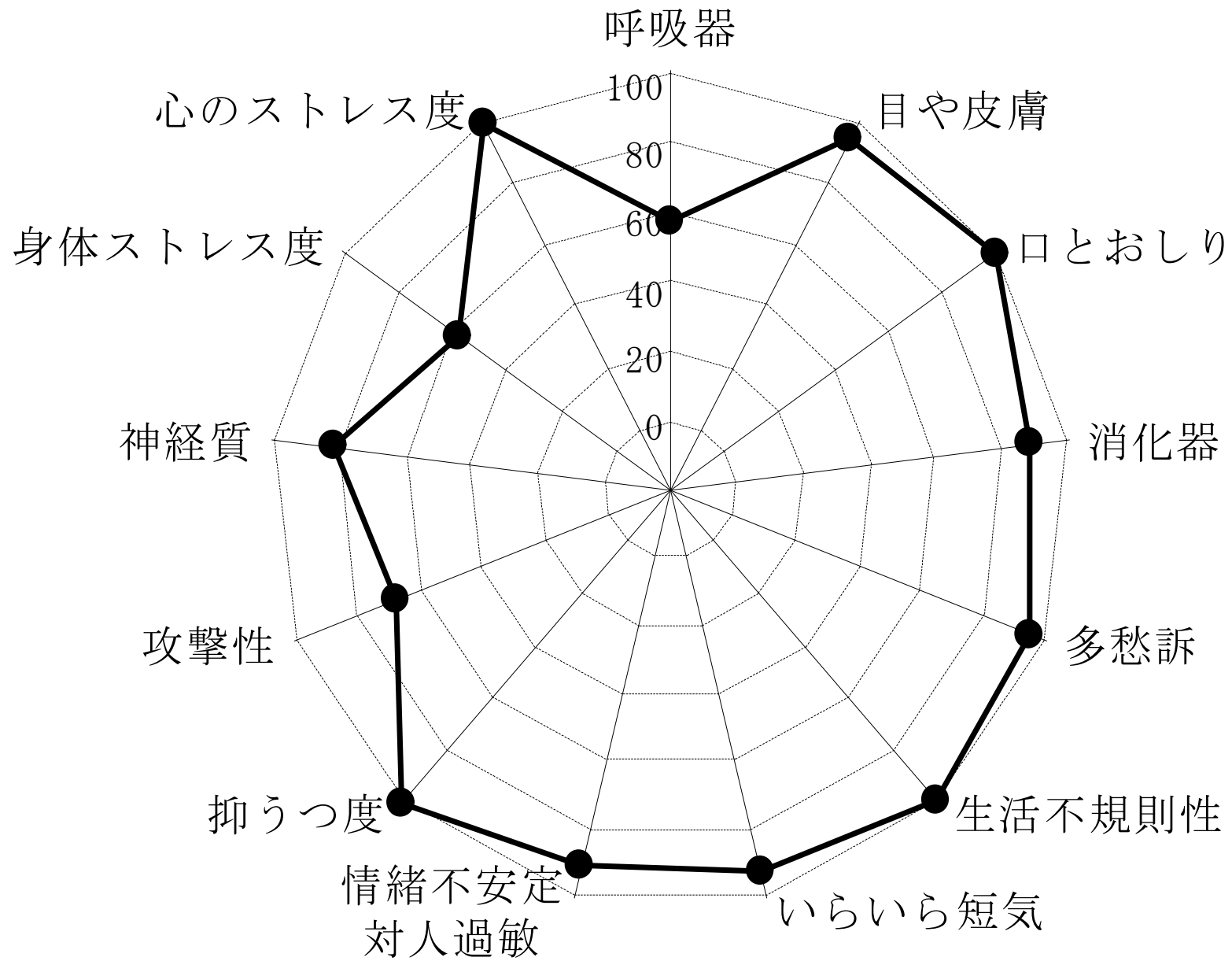
\*印・報告書所載

# THI とは？ 目的と構成

- 130問の心身の自覚症状、習慣、行動、好み、考え方などの質問から構成される自記式質問紙
- 1974年東大・医・保健学科の青木・鈴木・柳井が適切な手続きを経て創り出し、充実・改良した。
- {はい、どちらでもない、いいえ} などの3選択肢を自らチェックして 回答してもらう。
- 2004年大改定、東大式→Totalと改称、新基準集団も加え、新たなPC処理ソフト“THIプラス”(健康アドバイスもあり)を完成。

# THIの特徴

- 健康の主観的側面の測定。自覚的健康。
- 症状の自己チェックを主とする。しかし、
- 情動、行動、性格傾向などメンタル面も測定可能
- 因子分析によって130問を12の群に分類し、12の尺度を構成、心身のストレス度の測定も。
- 12尺度から、1総合尺度、3疾病の判別も可能。
- 基準集団の尺度得点を計算し、尺度得点分布によって、全16個の尺度等の評価が可能に。



## 健康調査票 (THI)

この調査票あなたの健康のあ  
らましを調べるためのもので  
す。①秘②扱③い④と⑤し⑥て⑦誰⑧に⑨も⑩知  
られぬようにしますから、あ  
りのままをご記入下さい。

これからの質問に対し、自分がかもっともよく当てはまる答に○をつけてください。

はっきりしない場合にも、よく考えて。いずれかに必ず○をつけて下さい。

1.F' 甘いものが好きですか・ ・ ・ ・ ・

・ ・ はい どちらでもない いいえ

2.G' 早寝早起きのほうですか・ ・ ・ ・ ・

・ ・ はい どちらでもない いいえ



3.D' 口の中があれることがありますか・

・よく ときどき いいえ

4.1 頭が痛くなることがありますか・

・はい ときどき いいえ

5.A 最近せきが出ますか・

・はい ときどき いいえ

6.B 皮ふが弱いほうですか・

・はい どちらでもない いいえ

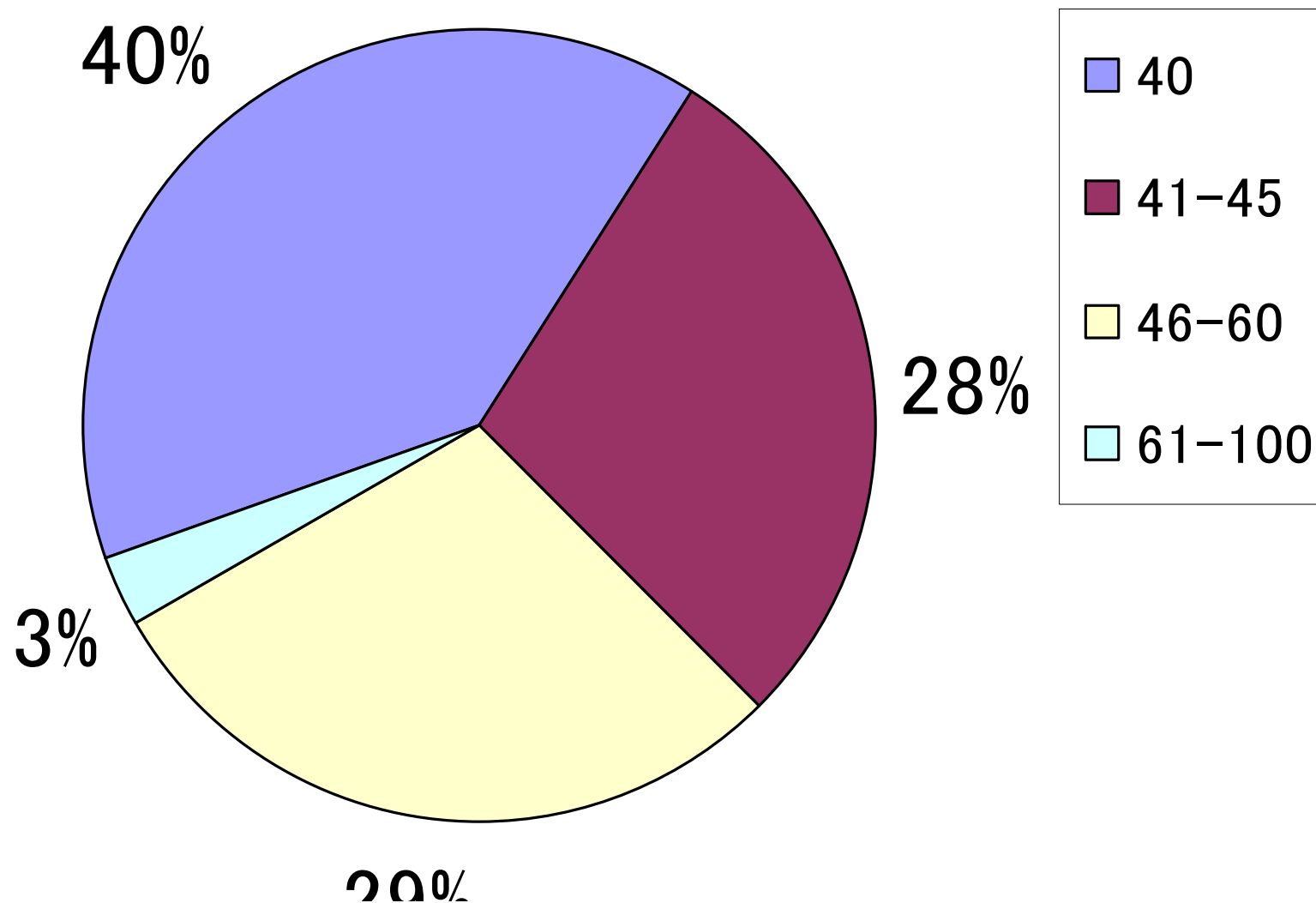




# 結果：心身に問題のあるリスク群

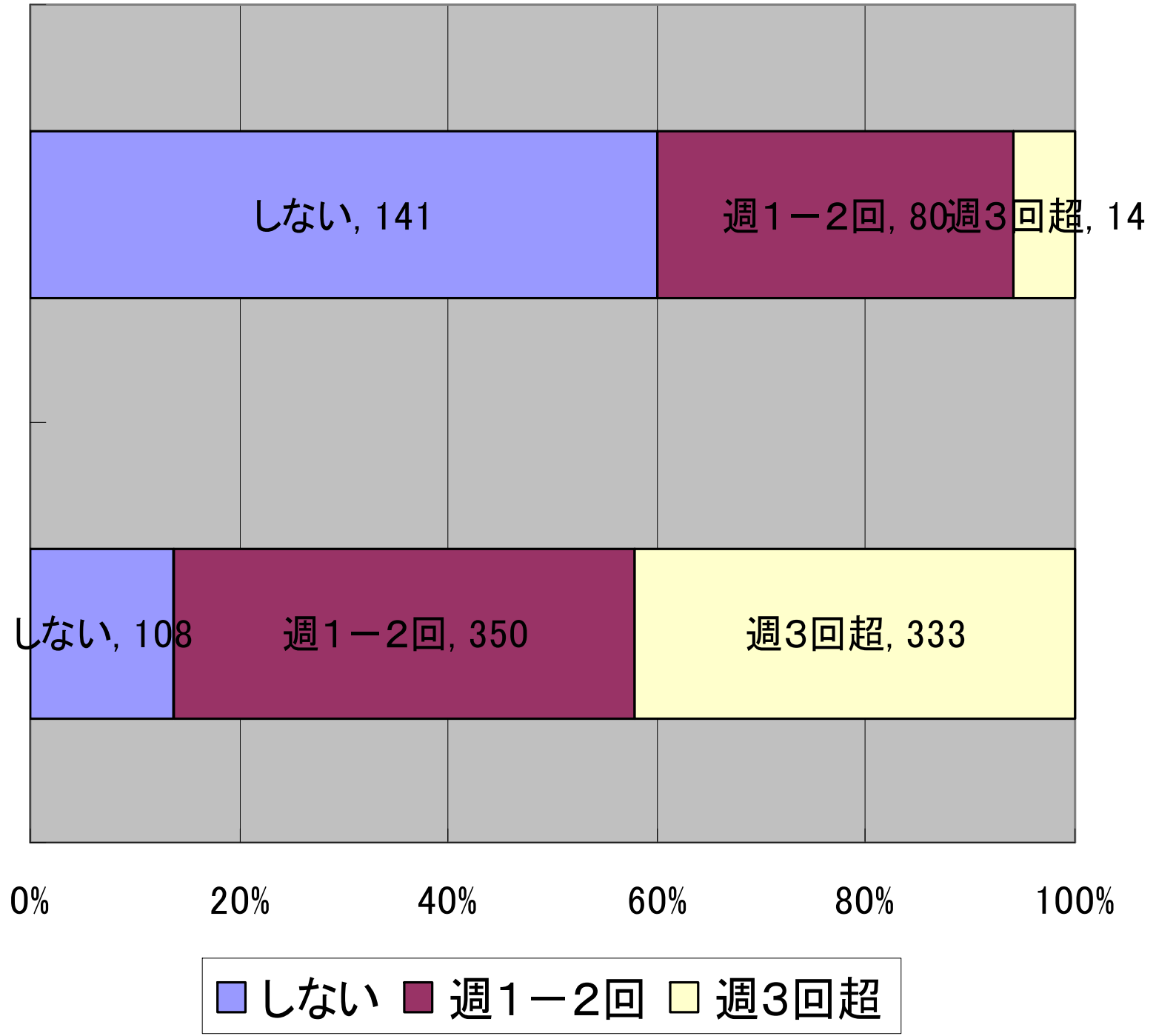
- ① 心身の症状や訴えの多い者＝多愁訴・情緒不安定・生活不規則性尺度得点↑  
新・総合尺度T1 の大きい者が該当
- ② 抑うつ度の大きい者・・・過重労働？自殺？
- ③ 自由記入欄に、心身に気になる事、悩み事などの記入があった者→丁寧に返事を書く
- ④ 長時間労働をしている者（週60時間以上）  
→職場調整を試みる
- ⑤ 肥満・高血圧・運動不足の者・・・保健指導

# Distribution (%) of Workers by Mean Weekly Working Hrs. of 392 Workers in a Motor Factory in Japan in 2006



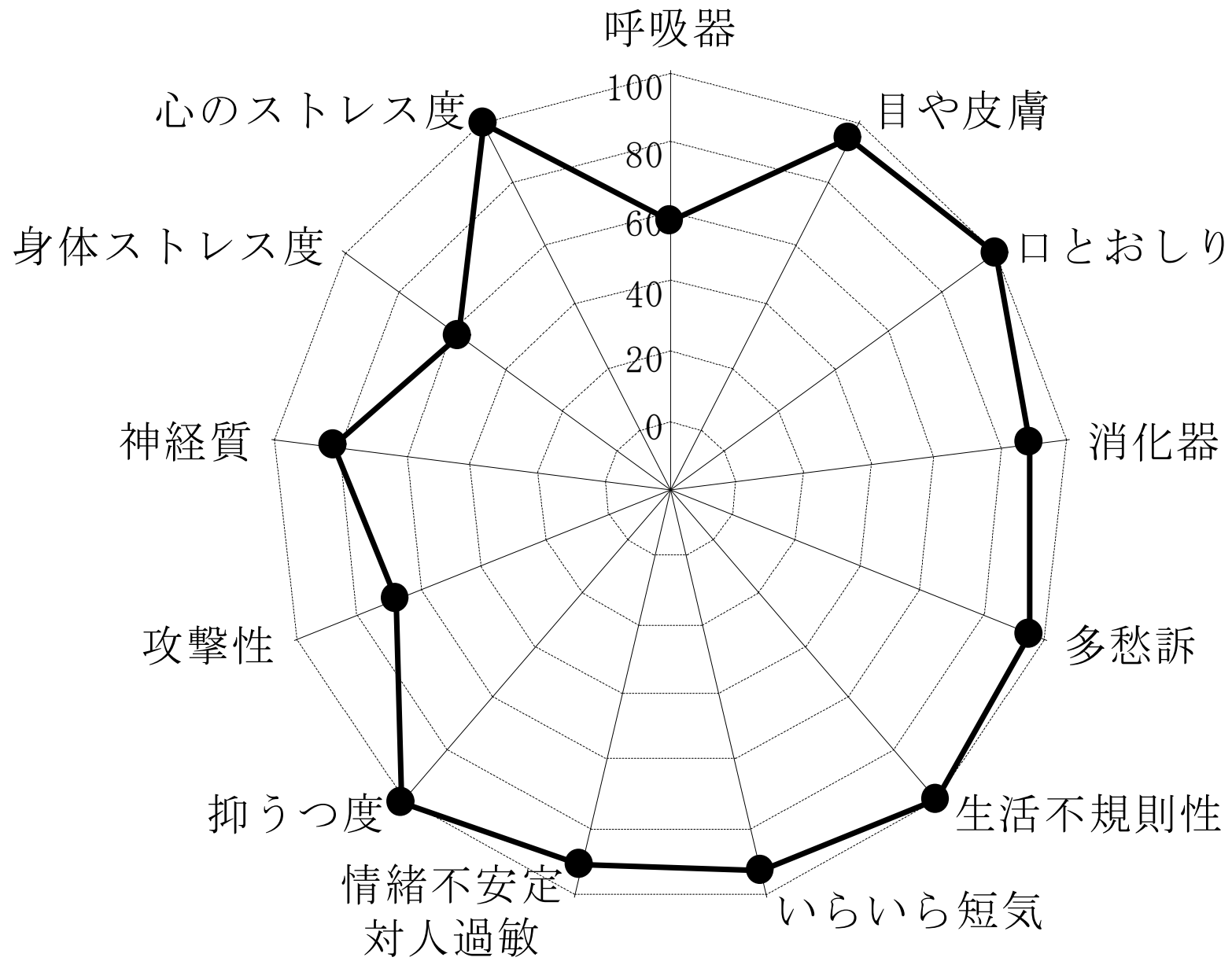
日,某自動車製造

米,アラメダ



## 事例：製造業事務職 45歳男性、

- 既婚、**68時間労働/週**、車通勤45分、睡眠5時間、
- 身長173cm; **体重85kg**; BMI 28.4、**血圧140/90**、  
コンタクト(-)、喫煙(-)、花粉症(+)、糖尿病(-)、  
**ストレス(+)**、**パソコン4時間超/日**、**運動(-)**。
- …働き過ぎで、運動をするゆとりがなく、  
睡眠時間↓肥満↑。
- 本人「めっきり動かなくなった、体重が半年で10kg  
以上増加。高血圧/高脂血(+)」と。
- 本人「製造中心で間接部門への理解が乏しい、やり  
かたのシステムが未熟で改革が必要」と不満を。
- THI: 目や皮膚、口とおしり、消化器の症状、不定愁  
訴などかなり多いと出ている。生活不規則性99%タ  
イル、抑うつ度100%、心のストレス度98%と極大、  
THIの総合尺度T1も98%と大きい。





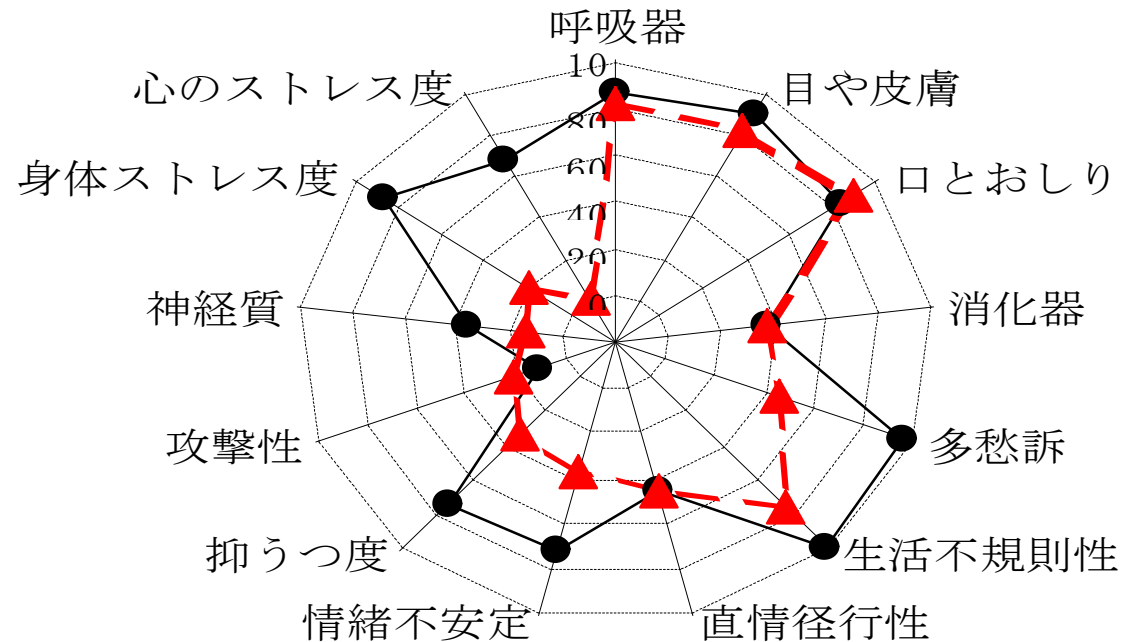
# 質問紙THIでストレス度を測定できた事例

東京の某教育産業の**新任部長 46 歳男**：

週70時間労働の時 —●— および その2年後

週55時間労働の時 ---▲---

心のストレス度は 61 から 1%タイルへ、  
体のストレス度は 86 から19%タイルへ大改善  
抑うつ度は 73 から 33%タイルへ大幅改善！



## 結語：事例とその対処

- この事例は、不満を言いながらも生真面目で仕事をかかえて、ついつい時間外労働がふえる、**鬱**で破綻寸前の様子。
- この事例は、突然死のリスクも大であり、本人と何度か面談し、労働と健康についての**深い了解**を得た上、産業医が**職制に勧告**して本人の**仕事量の調整**をすることとした。