

小規模零細事業場における 労働者参加型のメンタルヘルス 対策に関する調査研究

森岡郁晴、岡 久雄、宮下和久、
生田善太郎、菊岡弘芳、津田晴子
和歌山産業保健推進センター

はじめに

- 県内の事業場の多数を占める小規模事業場において、労働者のストレス度を「職業性ストレス簡易調査票」を用いて調査した。
- その結果をもとに、「メンタルヘルスアクションチェックリスト」などを活用して職場にふさわしい環境改善策を労働者自ら考え、その実践を支援した。
- この結果から、事業場でどのような環境改善が実施され、労働者のストレス度がどの程度改善するのかを検証した。

対象と方法

- 対象者：41小規模事業場の従業員1457人
- 「職業性ストレス簡易調査票」の回答は、郵送法で回収
- 個人の分析結果は従業員に、事業場の集計結果は従業員と事業場の責任者に説明
- 事業場で労働者自らが「メンタルヘルスアクションチェックリスト」などを活用して職場の環境改善に向けた取り組みを検討
- 取り組み内容を産業保健推進センターに連絡
- 取り組み開始後約2か月後に再調査の実施

報告された主な取り組み

- 第1回目のアンケートは、41事業場1007名から回収された(平均回収率69.1%)
- 本調査の結果説明以外に何らかの話し合いが、27事業場で行われた
- 報告された主な取り組み
 - 工場長と社員との個別面談の実施や月例ミーティングの積極的な活用などのメンタルヘルス対策
 - 作業マニュアルの見直し
 - 現場作業時間の調整

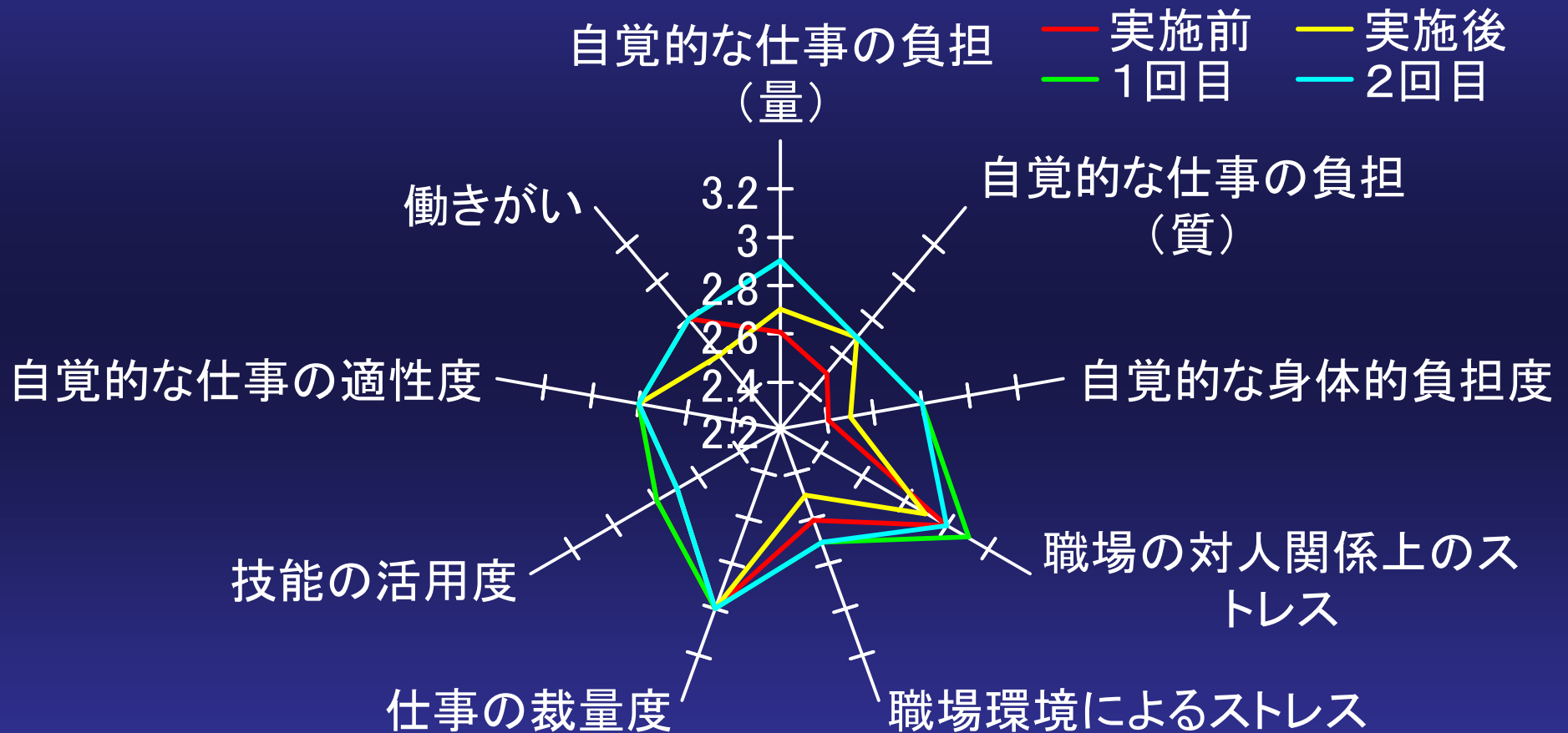
性別年齢階級別解析対象者数

- 第2回目のアンケートの平均回収率45.6%
- 解析対象者は、第1回目も回答しており、前後の比較が可能な32事業場546名（有効回答率37.5%）

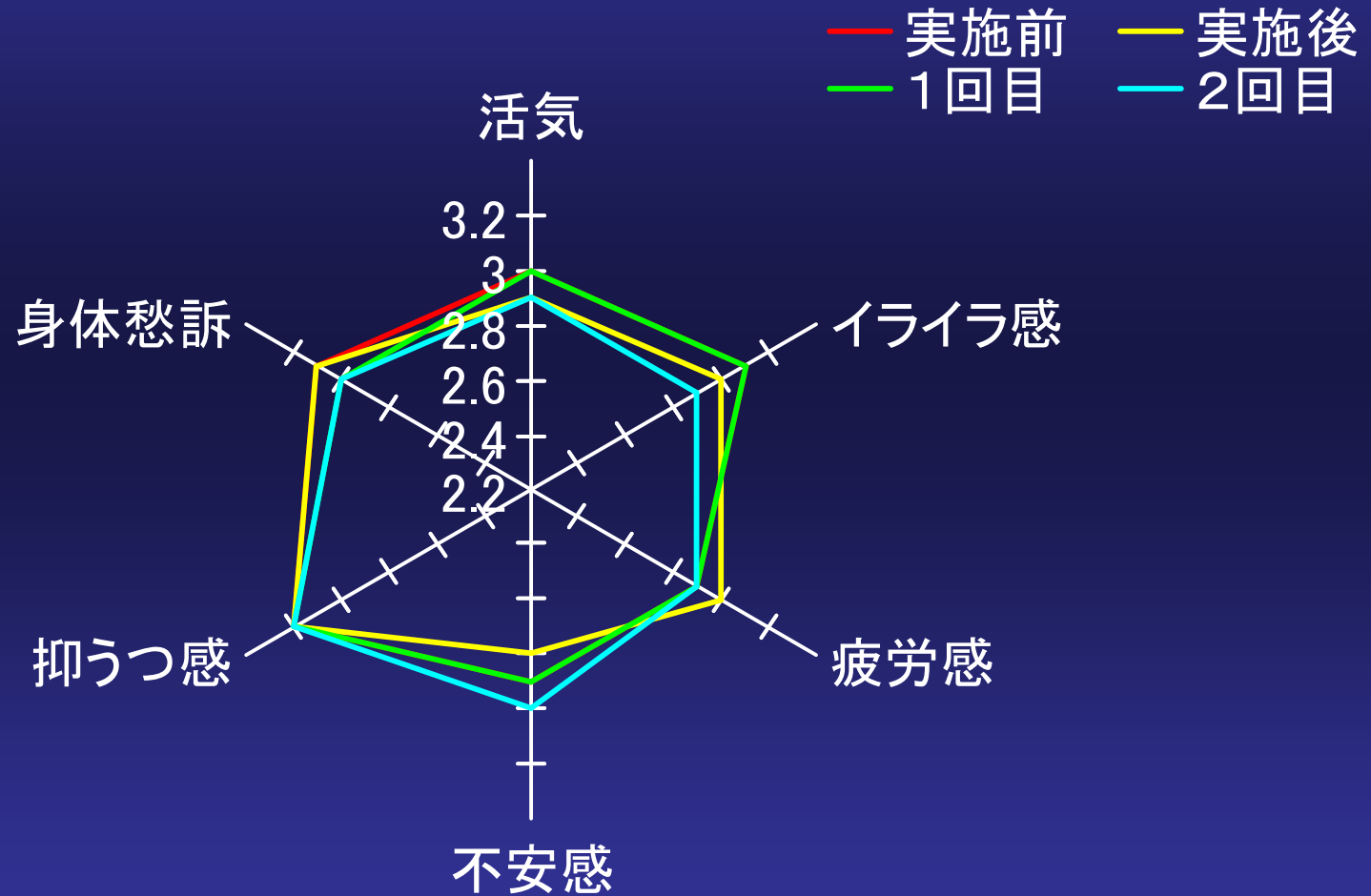
○性別年齢階級別解析対象者数

年齢 (歳)	実施群		未実施群		計
	男	女	男	女	
18-19				4	4
20-29	31	4	32	52	119
30-39	69	35	47	16	167
40-49	63	30	34	2	129
50-59	47	40	22	4	113
60-67	7	1	5		13
不明		1			1
計	217	111	140	78	546

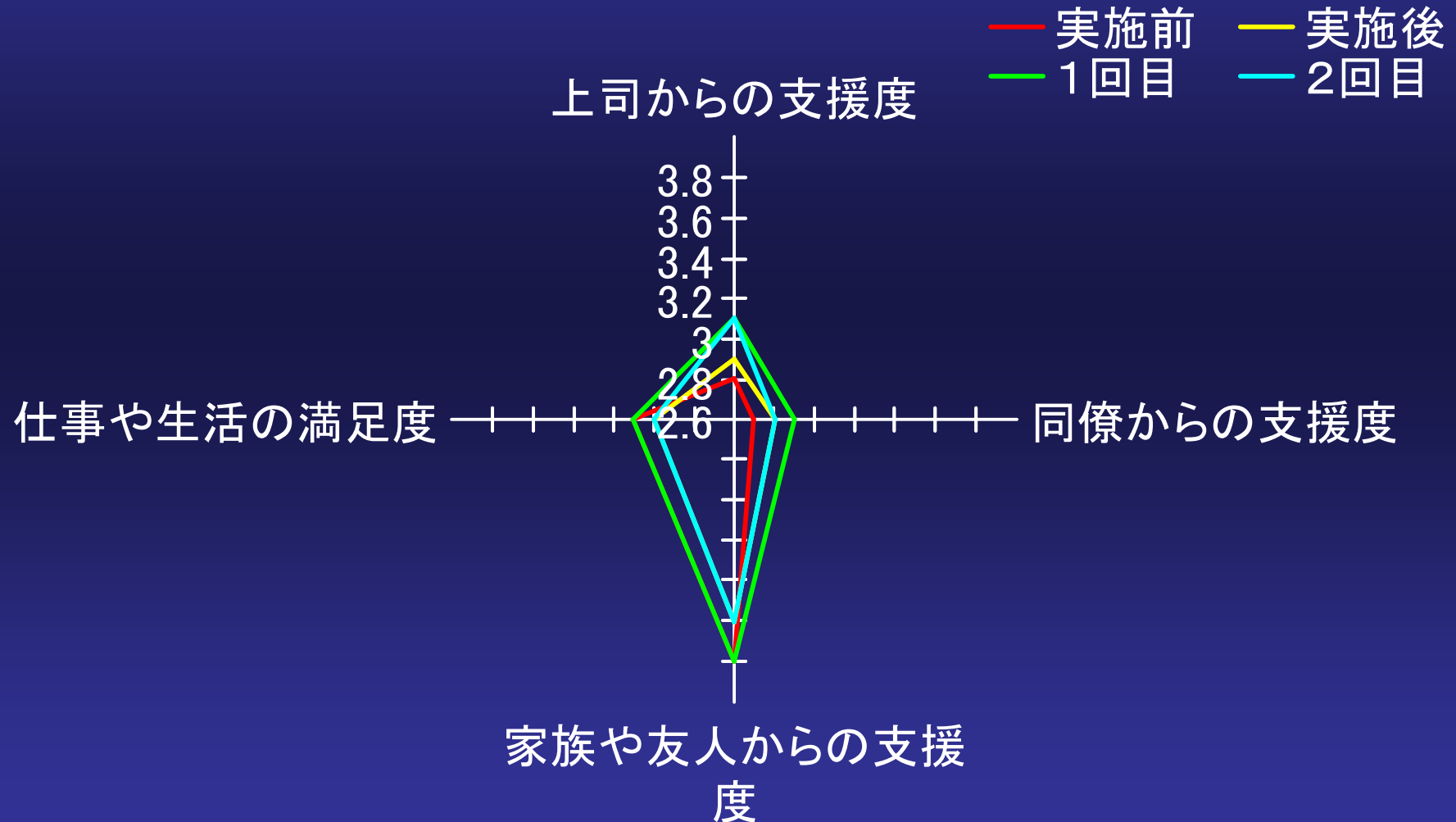
ストレスの原因と考えられる因子



ストレスによっておこる心身の反応



ストレス反応に影響を与える他の因子



項目の合計点の変化

人(%)

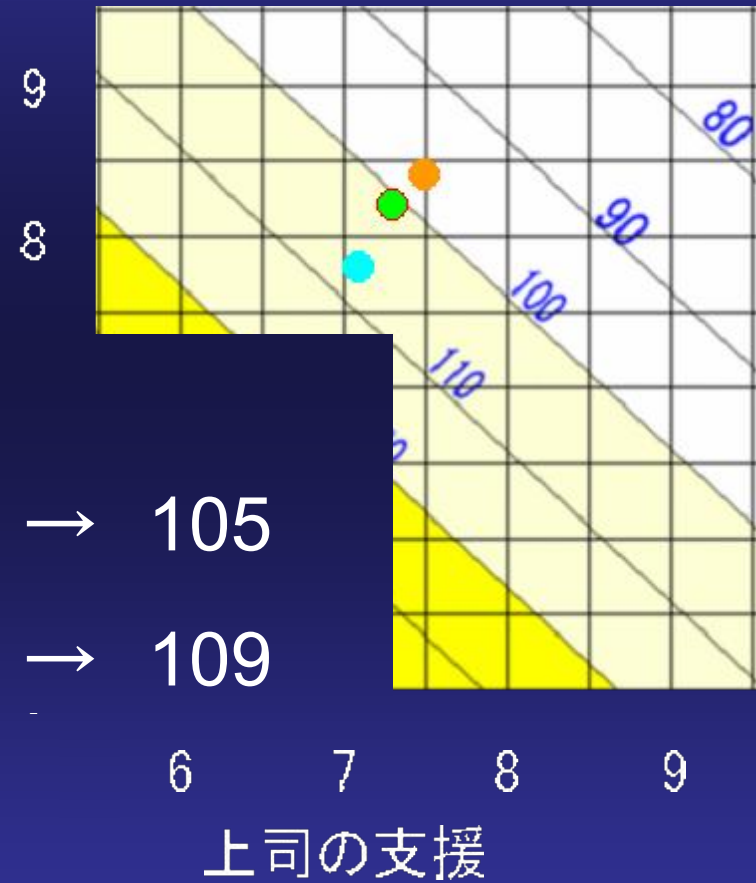
		実施群	未実施群
ストレスの原因と 考えられる因子 9項目の合計点	上昇	88 (26.8)	64 (29.4)
	不変	137 (41.8)	81 (37.2)
	低下	103 (31.4)	73 (33.5)
ストレス反応よっ て 起こる心身の反応 6項目の合計点	上昇	97 (29.6)	67 (30.7)
	不変	130 (39.6)	81 (37.2)
	低下	101 (30.8)	70 (32.1)
ストレス反応に影 響 を与える他の因子 4項目の合計点	上昇	79 (24.1)	39 (17.9)
	不変	164 (50.0)	106 (48.6)
	低下	85 (25.9)	73 (33.5)

職場のストレス判定図

● 実施前 ● 実施後
● 1回目 ● 2回目



僚の支援



総合健康リスク

実施群 112 → 105

未実施群 101 → 109

仕事のストレス判定図の指標の変化

事業所

	実施群	未実施群
上昇	12	3
不変	1	3
低下	3	10

実施群に上昇している事業場が多かった

考察

- 今回、小規模事業場でも簡単にできる職場内の相互支援を中心とした取り組みで、職場のストレス度が改善されることが明らかになった。
- このような対策は、予防的に行うことが重要であり、事業主に対する更なる啓発が必要であろう。



独立行政法人 労働者健康福祉機構
和歌山産業保健推進センター

Wakayama Occupational Health Promotion Center.

ご清聴ありがとうございました