

県下の小規模事業場における 事業主の労働者に対する健康・ ストレス対策と余暇活動の 取り組み、及び家族の役割等 に関する調査研究

鹿児島産業保健推進センター

主任研究者

所長 川元 孝久

共同研究者

特別相談員 冨永 秀文（鹿児島県精神保健福祉センター）

特別相談員 ◎岡村 俊彦（鹿児島県立短期大学），他

地方・企業規模による労働の違い

- 月平均労働時間
鹿児島県 153.3時間
 - ＞ 全国平均 150.9時間
 - ＞ 埼玉県 143.0時間
- 所定労働時間が40時間/週を超える企業
(鹿児島県)
9名以下の小規模事業場 27.9% > 全体10.7%
- 過重労働, メンタルヘルス対策不足, 労働者の疲労蓄積 (昨年度調査)

対象：鹿児島県下 労働者数50人未満 小規模事業場

事業主向け調査

(有効回答数332件)

- 時間外労働の状況
- 従業員の健康状態
- メンタルヘルス対策
- ストレス対策
(福利厚生事業)

労働者向け調査

(有効回答数1,234件)

- 時間外労働の状況
- 健康状態と健康診断の結果
- メンタルヘルス対策
- ストレスの頻度, 原因, 対策
- 会社の福利厚生実態と要望
- 労働者の疲労蓄積度自己診断
チェックリスト
(厚生労働省)

労働者の家族も調査

労働者の家族向け調査（有効回答数1,228件）

- 労働者の健康状態
- 労働者の勤務形態
- 労働者のストレス頻度，原因，対策
- 家族のストレス，原因，対策
- 家族による労働者の疲労蓄積度チェックリスト（厚生労働省）

NIOSH職業性ストレスモデル：家族がストレッサーにも
ストレス緩衝要因にもなりうる

事業主向け調査



生活習慣病とメンタルヘルス不全の 労働者がいる事業場数

	入院者 あり	通院者 あり	要指導者 あり	なし
生活 習慣病	9 (2.7%)	105 (31.6%)	59 (17.8%)	162 (48.8%)
メンタルヘルス 不全	1 (0.3%)	14 (4.2%)	10 (3.0%)	306 (92.2%)

メンタルヘルス対策：全く実施していない事業場
が203件(61.1%)，相談体制がない166件(50.0%)

労働者向け調査



ストレスの原因と解消方法

原因

仕事	516 (41.8%)
人間関係	418 (33.9%)
家庭	52 (4.2%)
その他	32 (2.6%)
なし	202 (16.4%)
(無回答)	14 (1.1%)

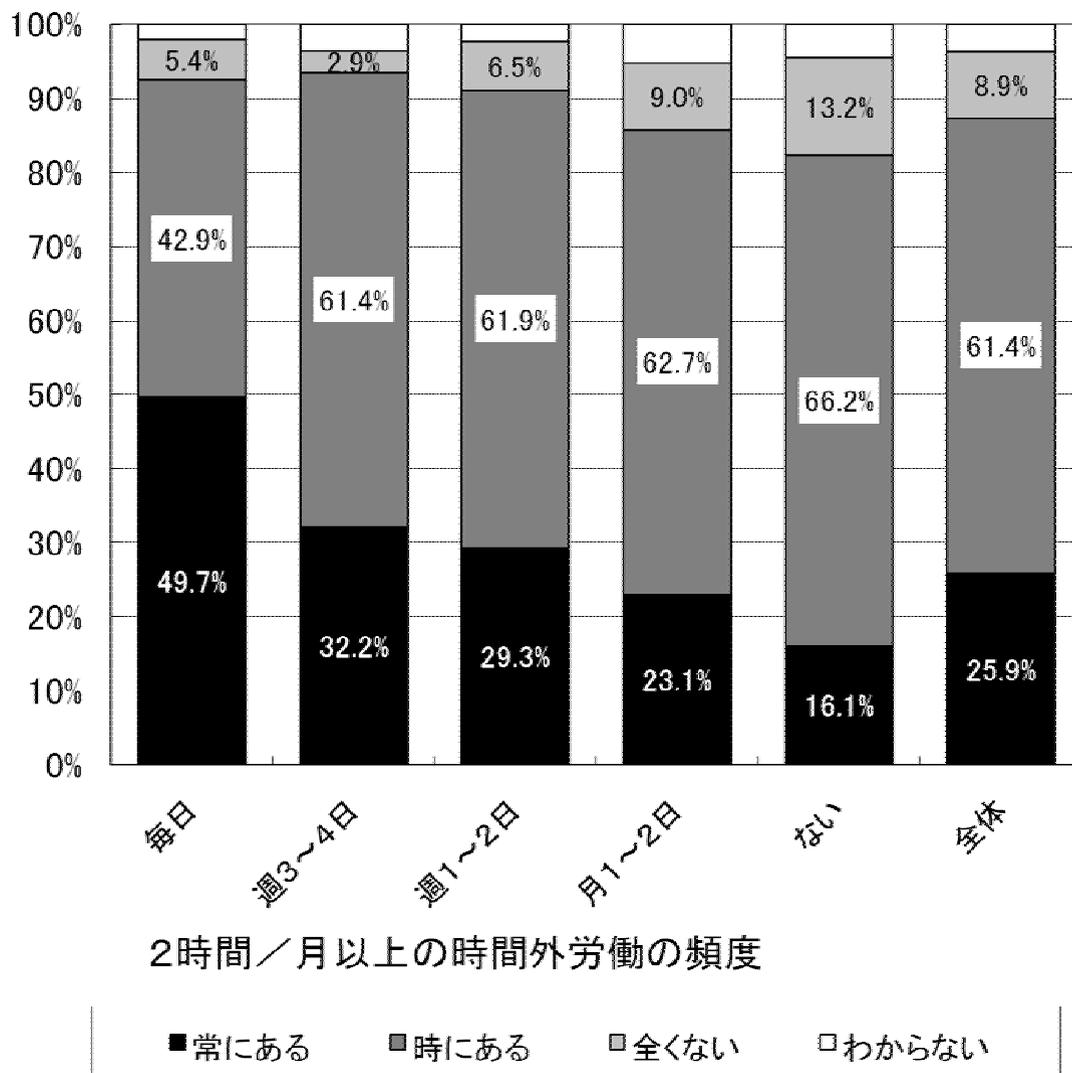
解消方法

趣味	414 (33.5%)
運動	205 (16.6%)
飲酒	152 (12.3%)
家族	149 (12.1%)
その他	286 (23.2%)
(無回答)	28 (2.3%)

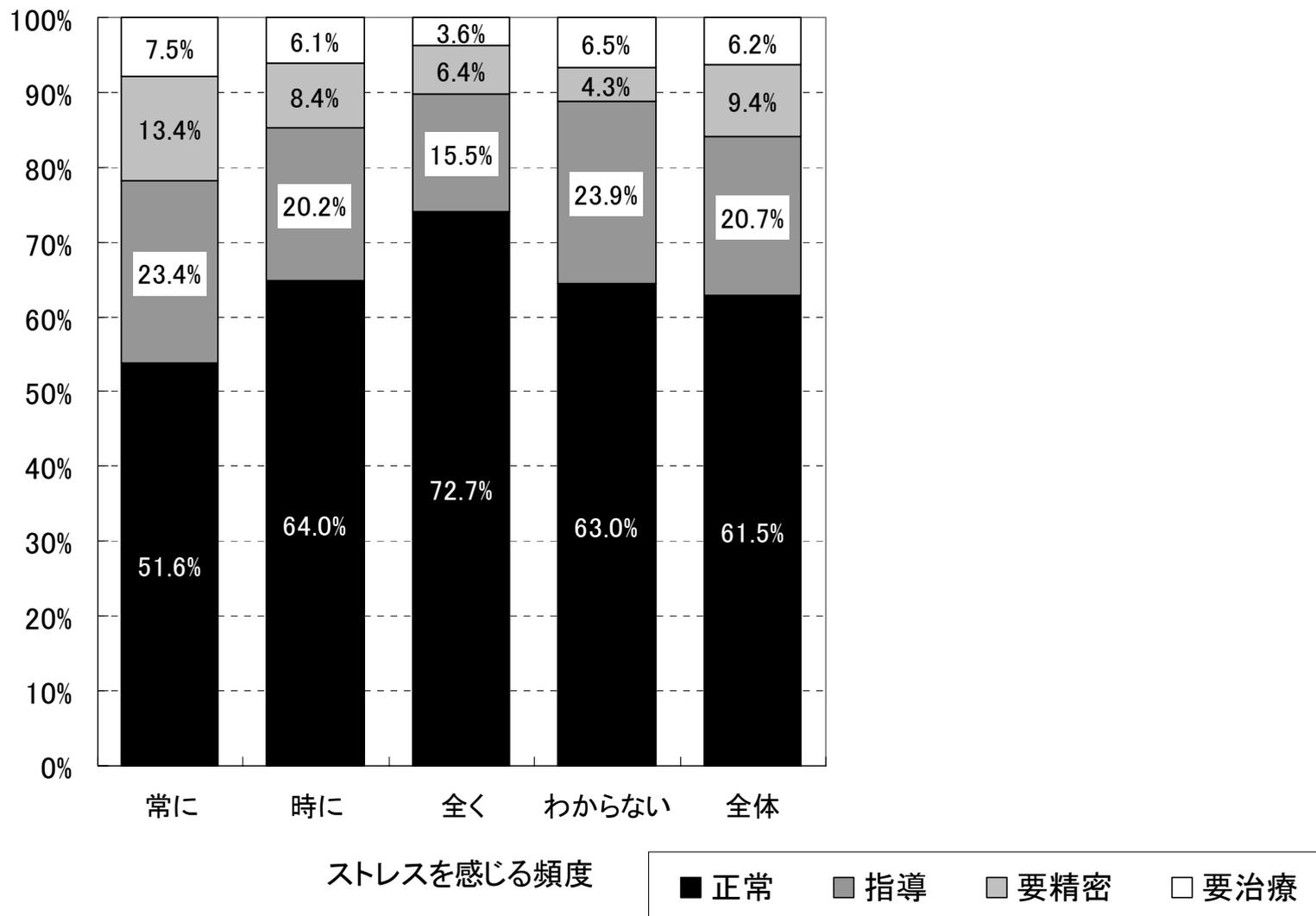
メンタルヘルス対策：

「全くない」と回答した者が764名 (61.9%)

ストレスを感じる頻度（残業頻度別）



健康診断の結果（ストレス頻度別）



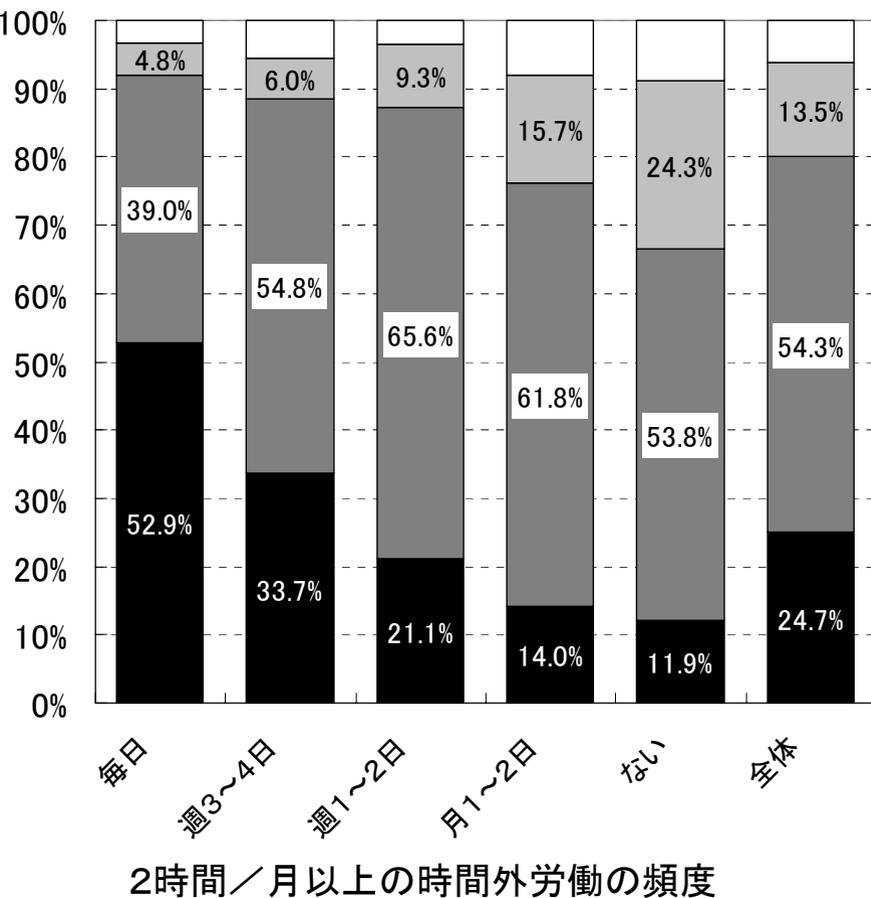
チェックリストによる 負担度点数別件数

点数	仕事による負担度	件数
0～1	低い	685 (58.3%)
2～3	やや高い	223 (19.0%)
4～5	高い	161 (13.7%)
6～7	非常に高い	106 (9.0%)

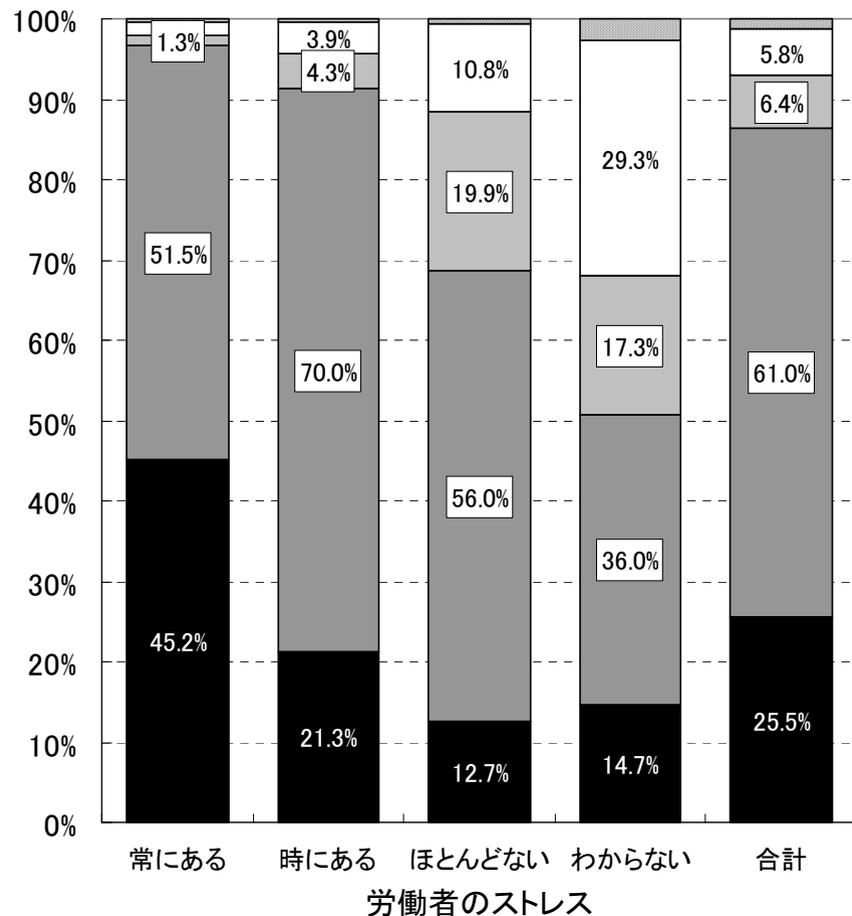
家族向け調査



家族から見た労働者のストレス と本人のストレス



■ 常にある ■ 時にある ■ 全くない □ わからない



■ 常にある ■ 時にある ■ 全くない □ わからない ■ (不明)

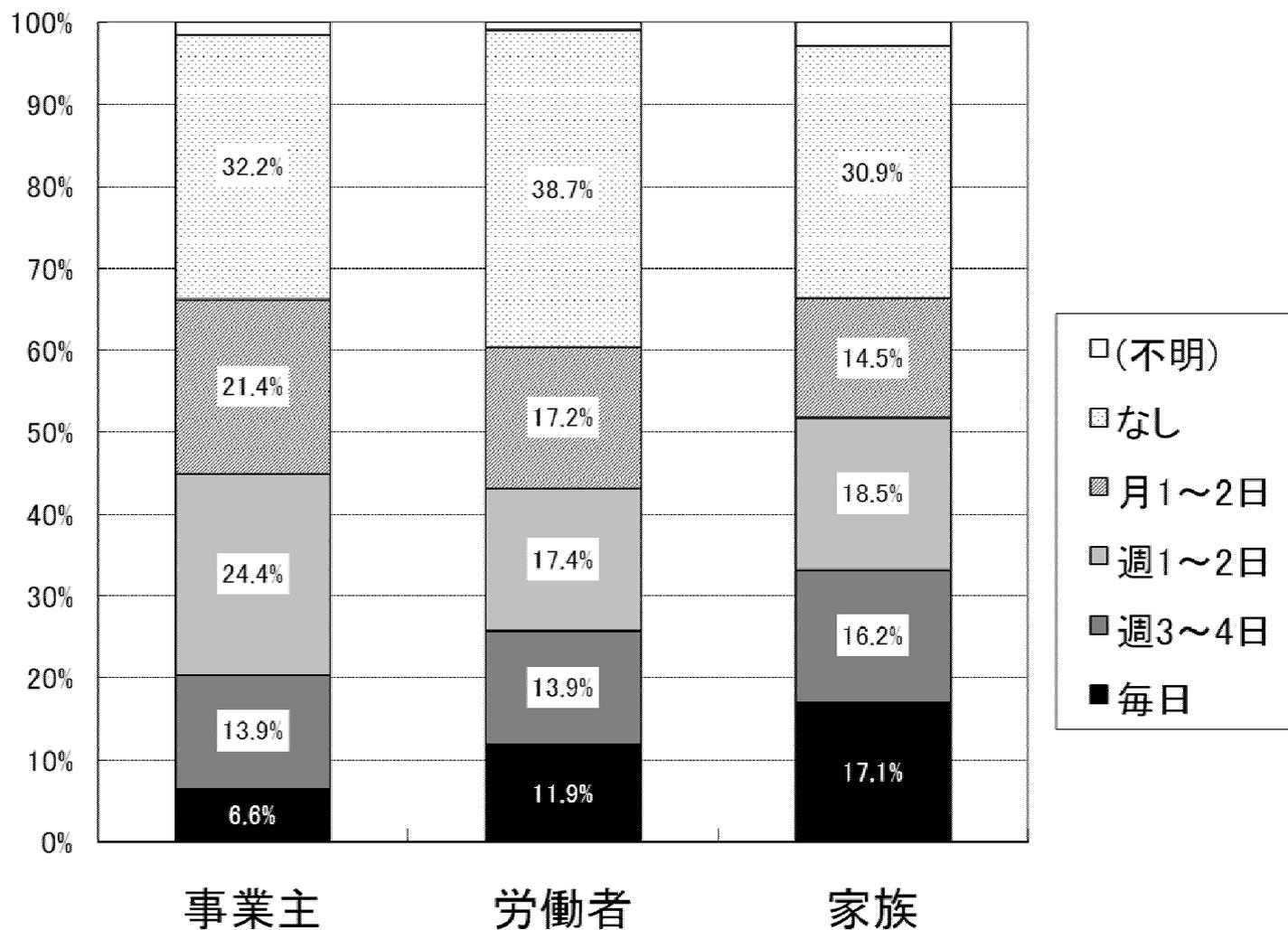
チェックリストによる家族からみた 労働者の負担度点数別件数

点数	仕事による負担度	件数
0	低い	692 (57.4%)
1	やや高い	323 (26.8%)
2	高い	191 (15.8%)

まとめ



時間外労働の頻度（調査対象別）



おわりに

- ストレスを感じる労働者は多いが、メンタルヘルス対策を実施している事業場は少ない
→ 潜在的なメンタルヘルス不全者は多い
- 時間外労働の頻度に対する認識は立場によって異なる
→ 事業主，労働者，家族の残業に対する意識のズレ
- 労働者のストレスは家族のストレスにも影響