

女性労働者の月経周期と閉経に伴う諸症状が 労働のあり方と健康に及ぼす影響

—女性労働者の快適職場環境づくりのための
産業保健活動支援チェックリストの作成—

織田進(福岡産業保健推進センター)
藤代一也*(九州電力産業医)
日野義之**(ひの労働衛生コンサルタント)
加茂洋志、梁井俊郎、豊永敏広(九州労災病院)
住徳松子(アサヒビール博多工場)

神代雅晴*、朴美卿(産業医科大学)
柴戸美奈*(九州産業衛生協会)
山口淑恵(勤労者予防医療センター)
中西奈々子(福岡三越)
笠松 慶子(金沢工業大学)

*基幹相談員 **特別相談員

はじめに

- 女性の労働力は、少子高齢化の進展に伴い、労働力確保の観点からますます重要となっている。女性には女性特有の月経周期という生体リズムが存在するため、少しのミスも許されないような重大な仕事をしている女性に対して、事前に安全対策や配慮がなされていない場合には、月経前症候群や月経困難症等身体的・精神的な苦痛が重大な事故の誘因となりかねない。
- 従って、産業現場において、月経周期や閉経に関する諸症状およびその仕事や日常生活に対する影響をチェックすることは、女性の健康維持だけでなく安全衛生管理上重要である。
- 本研究は、女性労働者の月経周期と閉経に伴う諸症状、生活環境、労働条件及び労働環境などに関する実態を把握し、その結果を基に、女性労働者の快適職場環境づくりのための産業保健活動支援チェックリストの開発することを目的とした。

対象及び方法(1)

1) 調査対象

- **対象**: 福岡県内の女性労働者にアンケート調査
- **配布事業場数**: 10社
(製造業6社、医療機関2施設、通信業1社、小売販売業1社)
- **配布部数**: 1,000部 (回収率: 79.2%)

2) 調査内容

- **生活環境** (年齢、婚姻状況、同居者、子供の養育状況、要介護者有無等)
- **職場環境** (雇用形態、職種、職位、勤務形態、勤務年数、実働時間、職場施設、作業内容、作業姿勢、職場制度等)
- **月経と閉経** (月経周期、周期の規則性、月経に伴う身体的・心理的变化及びそれによる仕事への影響、月経痛の対処、月経と閉経に伴う諸症状等)

対象及び方法(2)

3) 調査期間

- 平成18年10月～11月

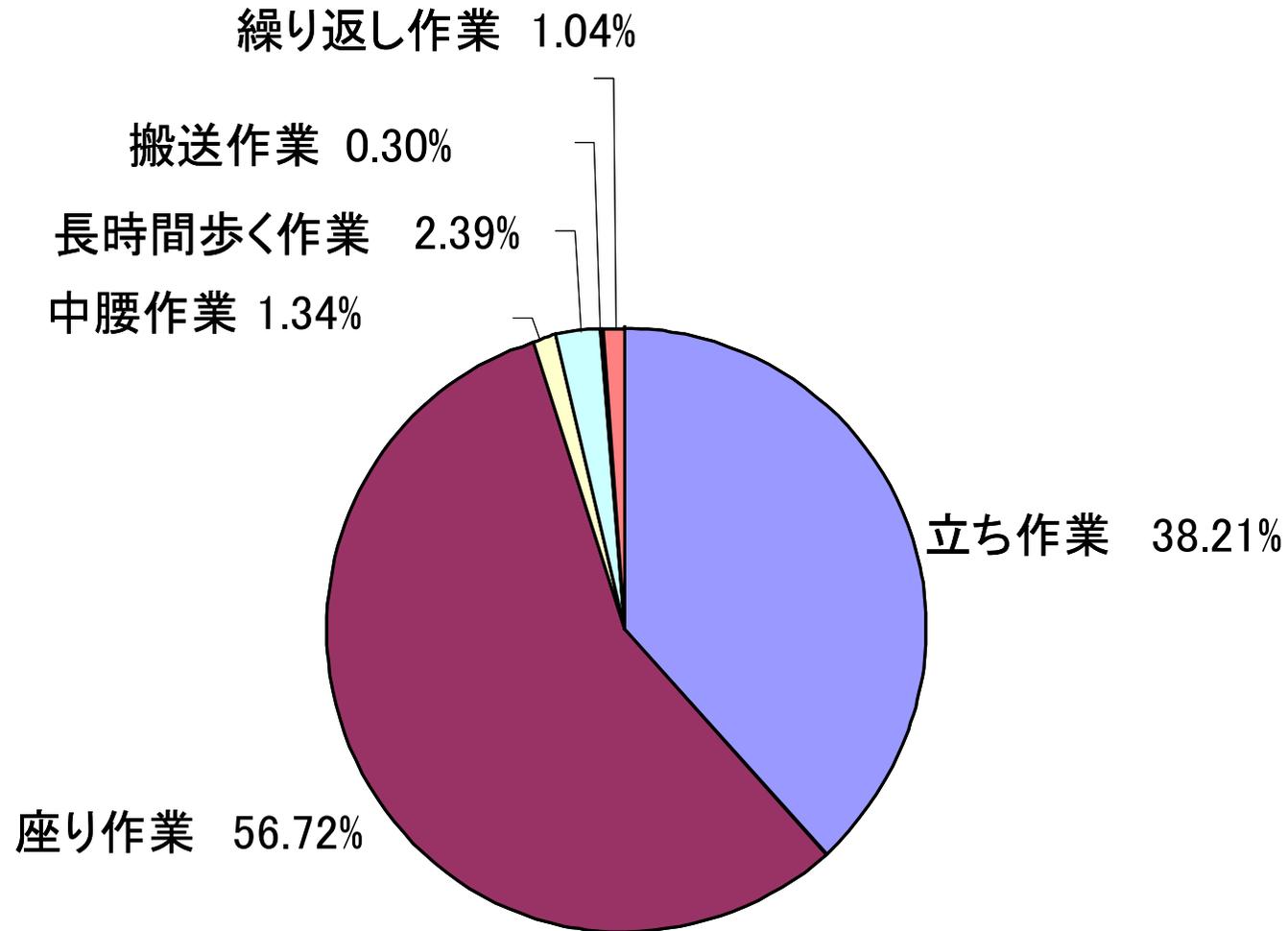
4) 集計・解析方法

- アンケートの各項目について単純集計
- 月経と閉経に伴う諸症状とそれに影響を与える諸因子との関連性
: クロス集計、カイ2乗検定
- 順位変数については1要因の
3つ以上のグループ差: Kruskal WallisのH検定
2つのグループ差: Mann-WhitneyのU検定
- 1元配置分散分析、t検定
- SPSS 11.5J (SPSS Japan Inc.)、 $p < 0.05$

結果

職場の設備状況	
トイレに男女の区別あり	96.2%
休憩室あり	80.5%
休憩室に男女の区別あり	22.1%
託児所あり(社内または社外)	4.9%
母乳授乳室または母乳保管用備品あり	13.7%
空調は適温に調節されている	60.1%

作業中に頻度の多い姿勢



職場制度に関する事項

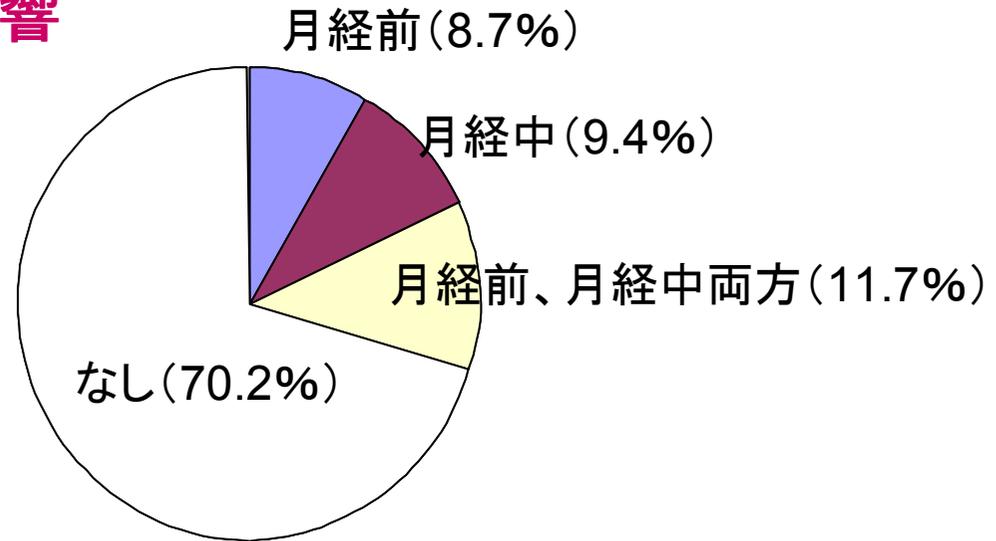
介護・育児休業取得しやすい	78.5%
育児時間(1日2回、各30分)取得しやすい	43.0%
妊産婦の通院時間は取得しやすい	53.2%
生理休暇は取得しやすい	20.1%
女性特有の疾患等に関する教育あり	11.2%

会社や労働組合に支援してほしい事項

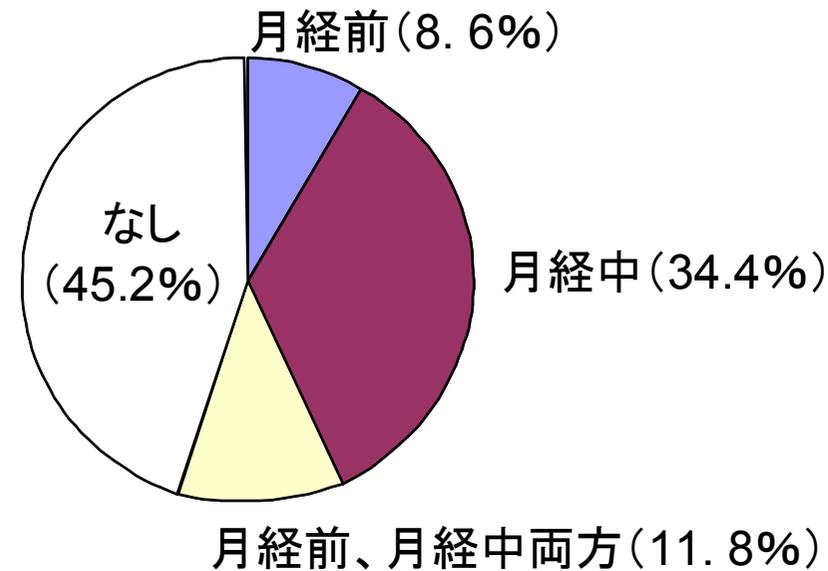
設備（トイレに生理用品の棚、搾乳室、横になれる休憩室等）	50.3%
福利厚生（提携保育園、ベビーシッター助成）	46.3%
妊娠育児中の労働時間短縮、休憩等	42.1%
金銭的援助（出産祝い金、各種手当て等）	25.5%

月経時期による仕事への影響

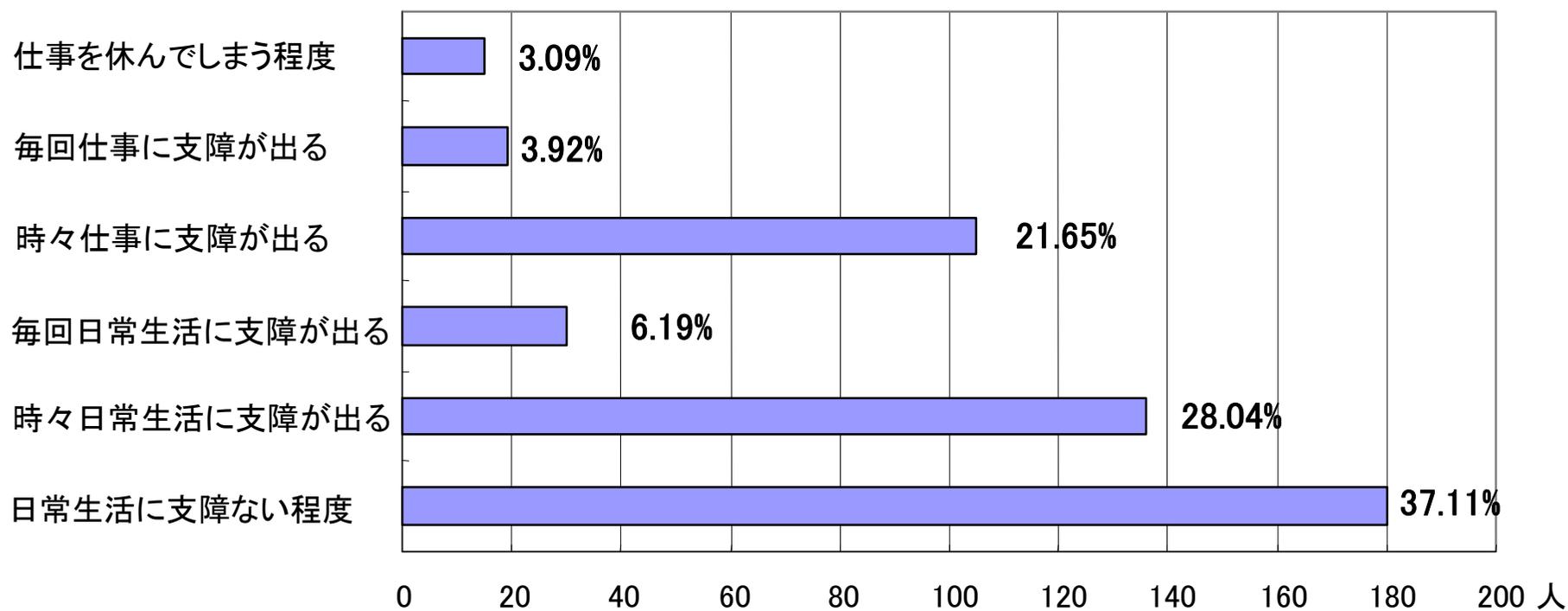
仕事でうっかりミスや
思いがけないミスを起こす
29.8%



仕事のスピードが
ゆっくりになる 54.8%



月経痛の程度



姿勢と月経に伴う身体的・心理的な変化との関係

	月経に伴う身体的・心理的な変化				合計	
	日常生活に影響する	仕事に影響する	日常生活にも仕事にも影響する	影響しない		
姿勢カテゴリー	立ち作業 度数	20	26	66	54	166
	姿勢カテゴリーの%	12.0%	15.7%	39.8%	32.5%	100.0%
	座り作業 度数	36	10	98	66	210
	姿勢カテゴリーの%	17.1%	4.8%	46.7%	31.4%	100.0%
合計	度数	56	36	164	120	376
	姿勢カテゴリーの%	14.9%	9.6%	43.6%	31.9%	100.0%

立ち作業 > 座り作業

- 月経に伴う身体的・心理的な変化が「仕事に影響する」(p=0.003)
- “月経中”に「仕事をしたくないことがある」(p=0.08)
- “月経中”に「いつもうまくできていることができなくなる」(p=0.05)

姿勢と月経痛の対処法の関係

($p < 0.001$)

	月経痛対処					合計
	特になし	痛み止め服用	温シップ	痛み止め服用 + 温シップ	仕事を休む	
立ち作業 度数	53	119	4	9	2	187
姿勢カテゴリの %	28.3%	63.6%	2.1%	4.8%	1.1%	100.0%
座り作業 度数	103	99	11	4	12	229
姿勢カテゴリの %	45.0%	43.2%	4.8%	1.7%	5.2%	100.0%
合計 度数	156	218	15	13	14	416
姿勢カテゴリの %	37.5%	52.4%	3.6%	3.1%	3.4%	100.0%

- 立ち作業の人は月経痛対処として痛み止め服用が有意に多く、
- 座り作業の人は月経痛対処が特にない人が有意に多かった ($p < 0.001$)

作業内容と月経に伴う身体的・心理的な変化 との関係

($p=0.057$)

		月経に伴う身体的・心理的な変化				合計
		日常生活に影響する	仕事に影響する	日常生活にも仕事にも影響する	影響しない	
単・緊	度数	5	2	20	16	43
	単調・緊張有無の%	11.6%	4.7%	46.5%	37.2%	100.0%
単・無緊	度数	13	5	20	26	64
	単調・緊張有無の%	20.3%	7.8%	31.3%	40.6%	100.0%
無単・緊	度数	18	18	76	33	145
	単調・緊張有無の%	12.4%	12.4%	52.4%	22.8%	100.0%
無単・無緊	度数	22	14	56	51	143
	単調・緊張有無の%	15.4%	9.8%	39.2%	35.7%	100.0%
合計	度数	58	39	172	126	395
	単調・緊張有無の%	14.7%	9.9%	43.5%	31.9%	100.0%

■ **無単・緊** : 両方(月経前、月経中)”の時期に「いつもより仕事に対して神経を集中しなければならない」($p=0.014$)

■ **単・無緊** : “月経中”に「仕事でうっかりミスや思いがけないミスを起した」($p=0.067$)

職場環境と更年期症状との関連性

立ち作業 < 座り作業

- SMI(簡略更年期指数)($P=0.020$)、
- 「怒りやすくすぐイライラする」($P=0.038$)、
- 「くよくよしたり憂うつになることがある」($P=0.040$)
- 「腰や手足が冷えやすい」($P=0.061$)
- 「肩こり・腰痛・手足の痛みがある」($P=0.072$)

定時間勤務 < 交代制勤務

- 「汗をかきやすい」($P=0.052$)

チェックリストの項目案

1. 単調作業への対策はとられていますか？

考えられるケース

たとえば、

- ・作業時間中に休憩は自分の意思で自由にとれる
- ・仕事の種類によってはローテーションできる
- ・自分の仕事の全貌を知っている

2. 立ち作業の時間は短くなっていますか？

3. 立ち作業を長時間続ける場合に対策はとられていますか？

考えられるケース

たとえば、

- ・床面にクッションマットが設置されている
- ・足置き台がある
- ・作業台に腹部を当てられるクッションパッドがある
- ・腰に負担のかからない靴(3cm以下のヒール)を履いている
- ・足首回りが固定されている靴を履いている
- ・歩行時の衝撃を緩和、吸収する素材の靴を履いている

4. 長時間の座り作業に対策はとられていますか？

考えられるケース

たとえば、

- ・離席が自由にできる
- ・机や椅子の高さは作業者に合わせている(対象者が調節できる)

5. 長時間歩くような作業に対策はとられていますか？

考えられるケース

たとえば、

- ・作業域内に椅子等が設置されている

6. 適切な休憩設備を設けていますか？

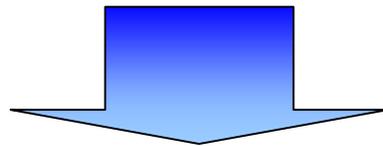
考えられるケース

たとえば、

- ・横になれる
- ・脚を挙げた姿勢をとれる
- ・靴を脱ぐことができる
- ・男女別の休憩室がある

まとめ

- 月経に伴う諸症状が仕事に与える影響は、
年齢、作業姿勢、作業内容により異なる
- 事業場間での女性労働者に対する制度整備状況は
様々であり、職場環境及び制度に対する改善ニーズが
明らかになった。



女性労働者の快適職場環境づくりのための
産業保健活動支援チェックリスト(案)を作成した。