小規模事業場における上司教育型のメンタルヘルス対策に関する研究

森岡郁晴、柏井洋臣、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

- 和歌山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。
- 当センターの教育機能を活用して、事業主や職長などの上司のコミュニケーション能力の向上を支援し、職場のコミュニケーションを進めた。
- その結果、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：15事業場の従業員736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
- 職場の上司に、当センターが毎月1回開催する研修会に参加して、自分のコミュニケーション能力を高めるように依頼
- 研修会終了約2か月後に再調査を実施

開催した研修会の日時と内容

	内容
第1回（6月）	概要と部下の誉め方
第2回（7月）	メンタルヘルスと傾聴Ⅰ～ストレスサインの気づきと援助の仕方～
第5回（10月）	これで貴方も頼られる上司～美味しいサンドウィッチのつくり方～

研修会参加状況

9事業場（60%）の職場の上司が参加

3回以上参加した事業場は4事業場（研修群）

それ以下の参加回数の事業場（未研修群）

性別年齢階級別解析対象者数

○調査票の回収

- 第1回目525名（回収率71.3%）
- 第2回目485名（回収率65.9%）

○解析対象者

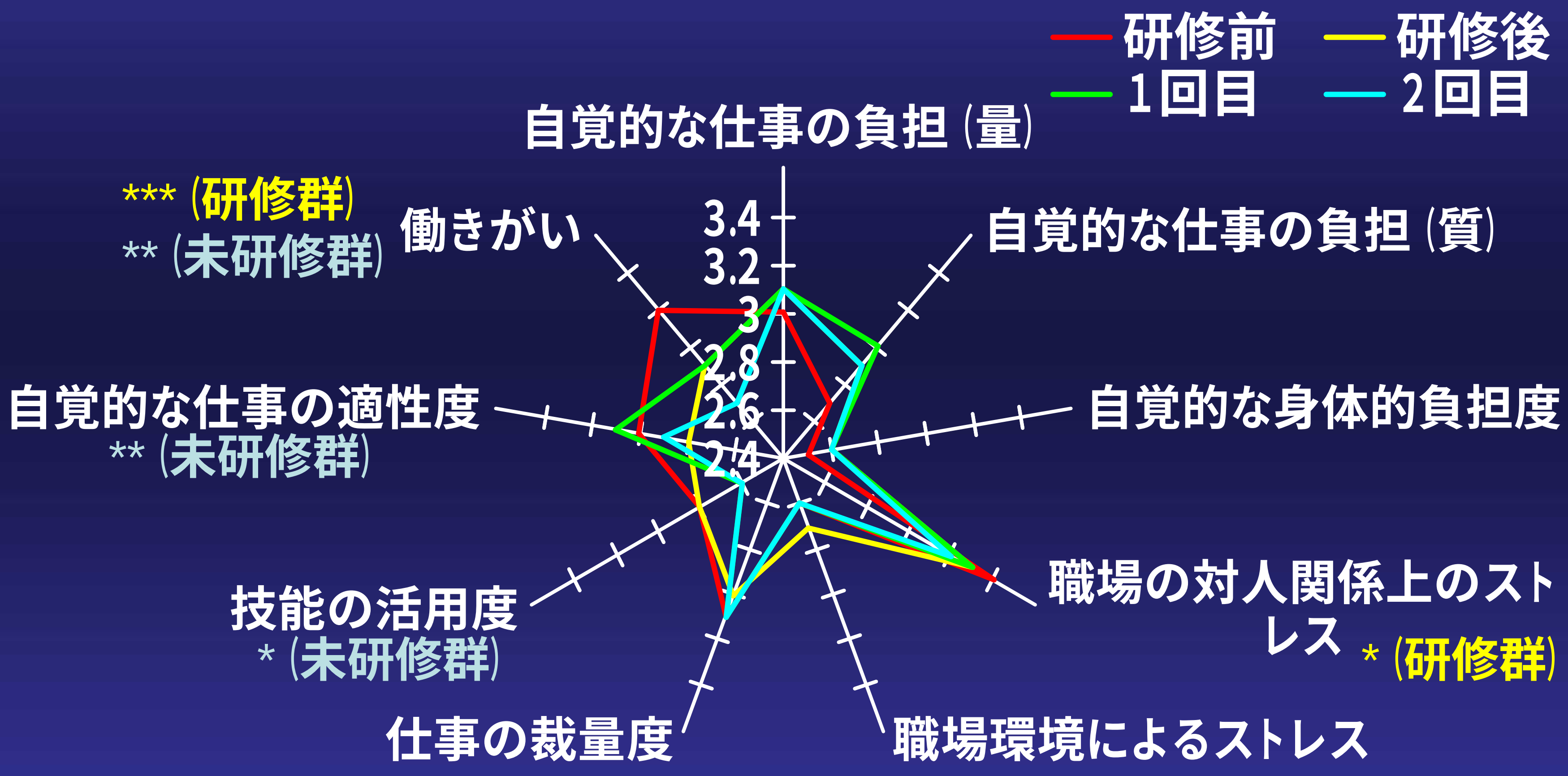
- 前後の比較が可能な13事業場329名（有効回答率44.7%）

○性別年齢階級別解析対象者数

年齢(歳)	研修群		未研修群		計
	男	女	男	女	
18-19			1		1
20-29	31	9	43	22	105
30-39	24	7	65	7	103
40-49	16	3	39	4	62
50-59	4	4	35	2	45
60-67	1		7		8
不明			3		3
計	76	23	190	35	327

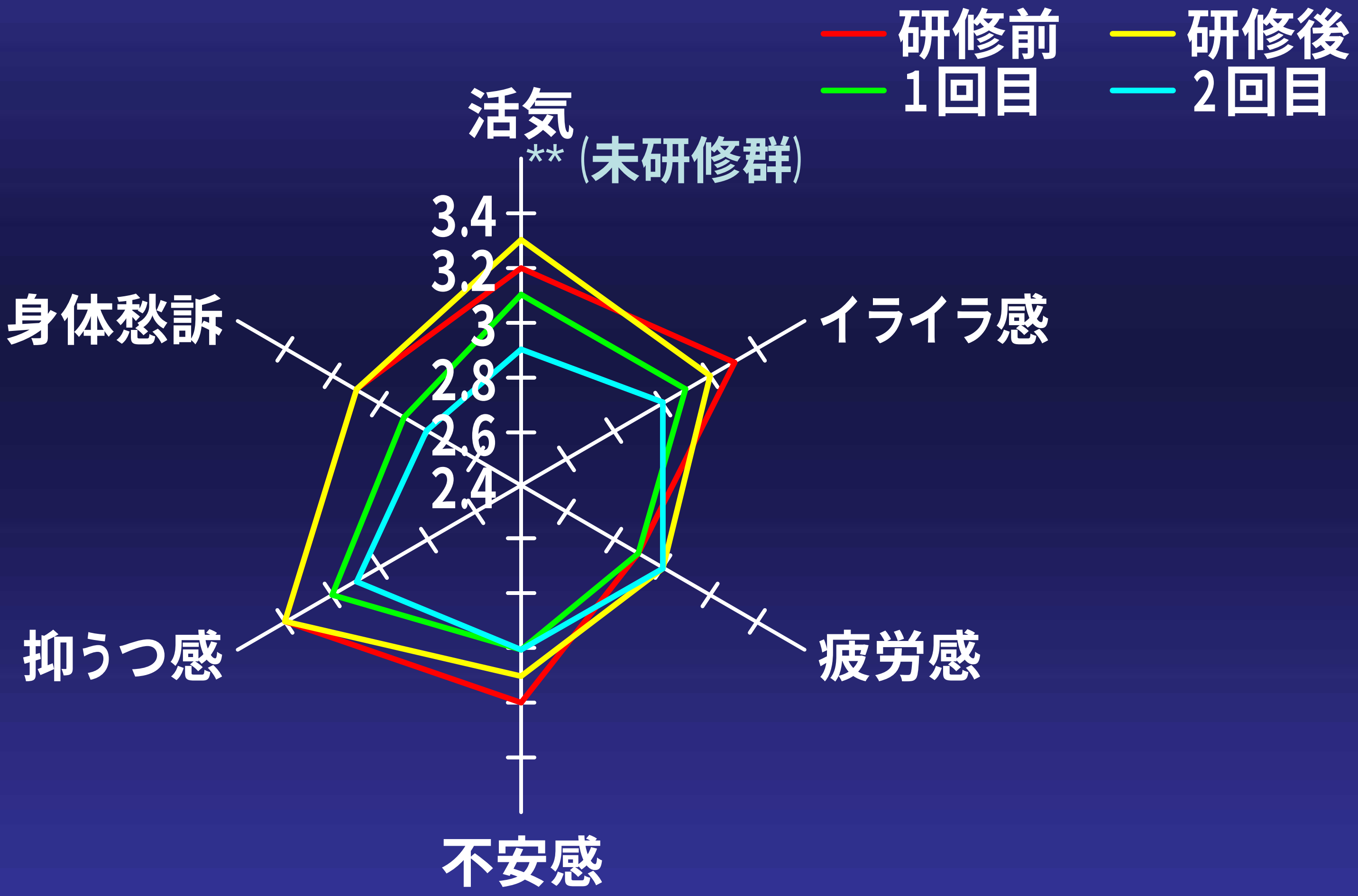
未研修群では、性･年齢が不詳の2名を除外した

ストレスの原因と考えられる因子



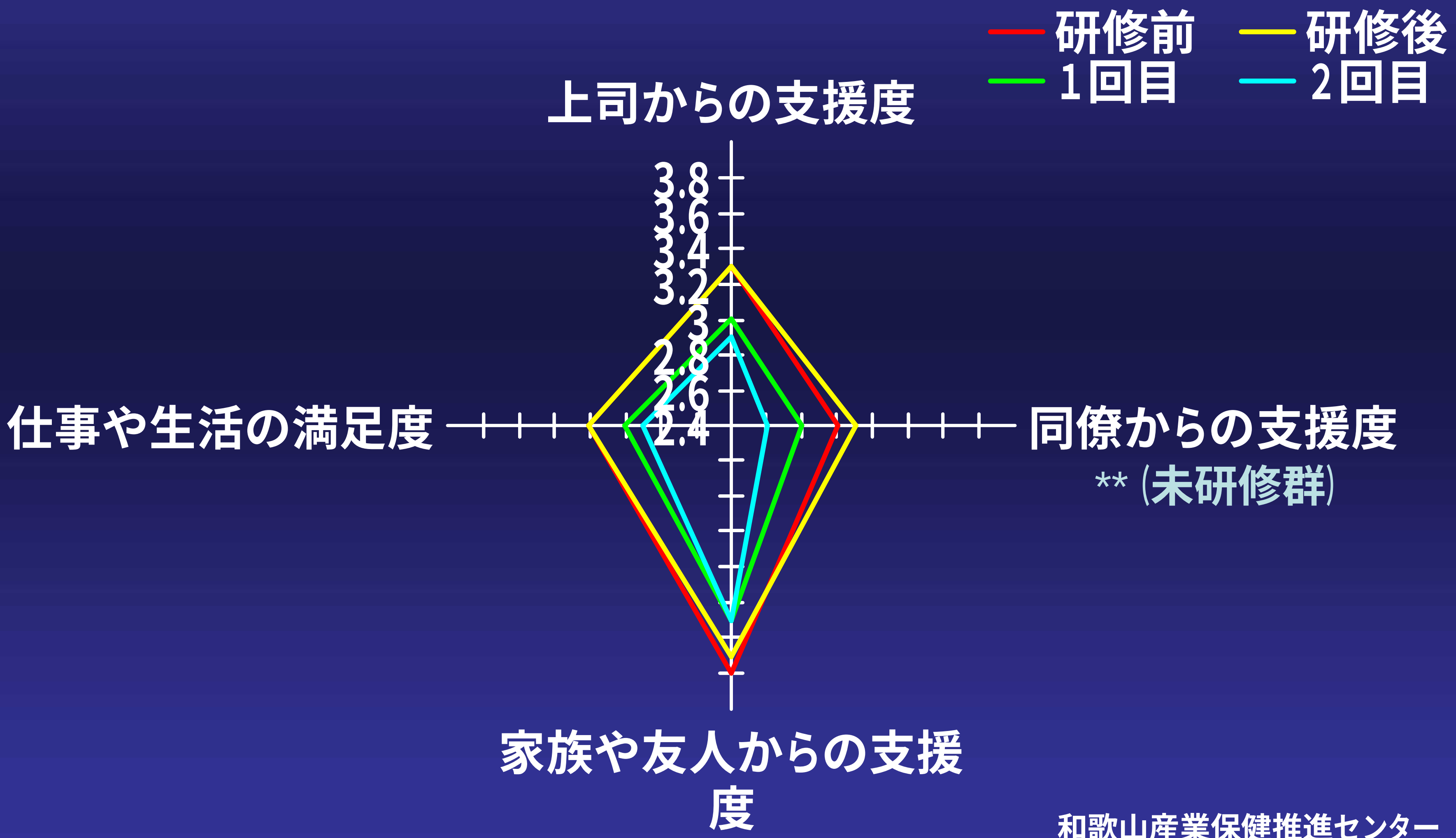
和歌山産業保健推進センター

ストレスによっておこる心身の反応



和歌山産業保健推進センター

ストレス反応に影響を与える他の因子



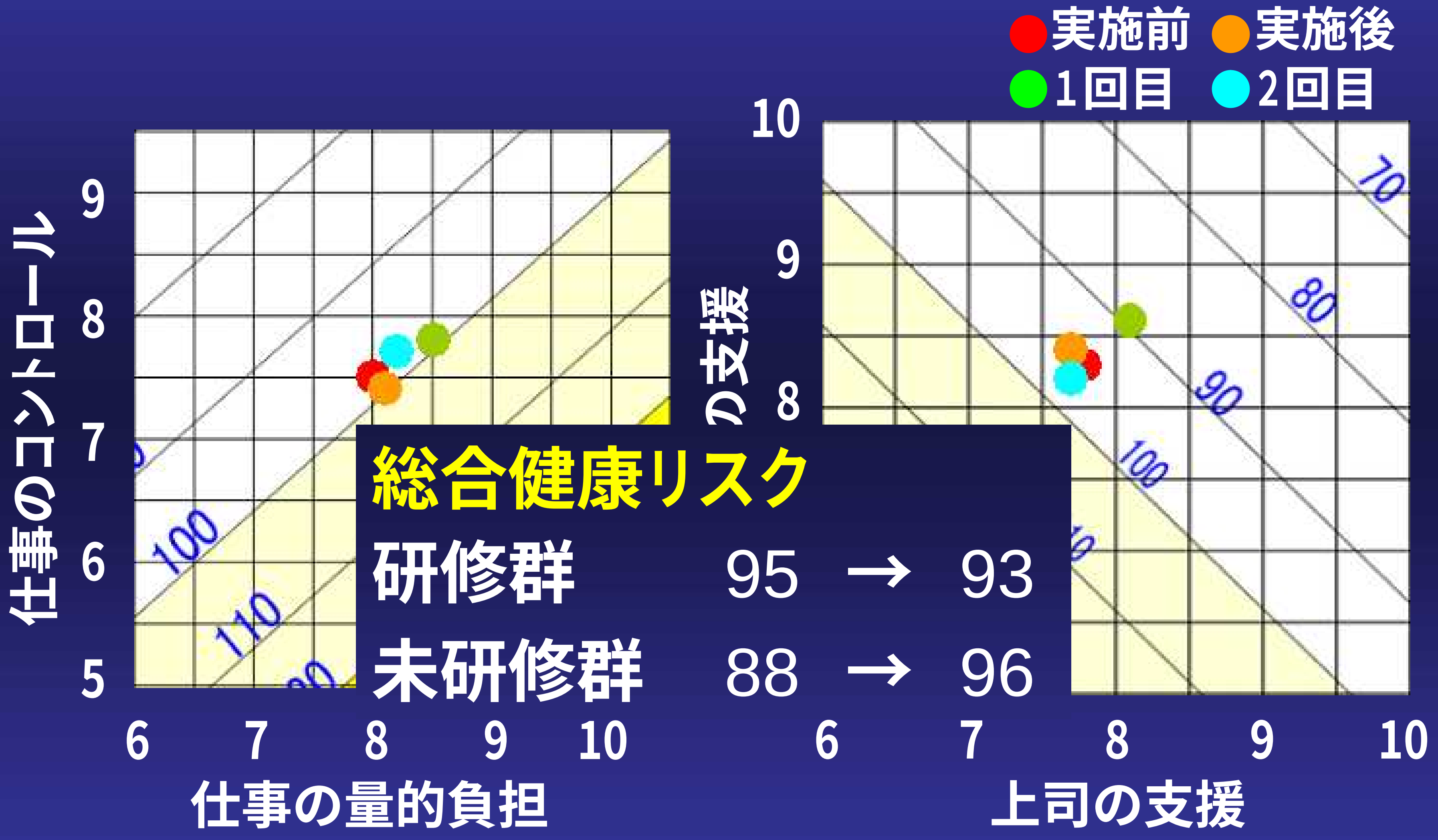
和歌山産業保健推進センター

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	27 (27.3)	73 (31.7)
	不変	30 (30.3)	72 (31.3)
	低下	42 (42.4)	85 (37.0)
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	32 (32.3)	63 (27.4)
	不変	34 (34.3)	83 (36.1)
	低下	33 (33.3)	84 (36.5)
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	25 (25.2)	48 (20.9)
	不変	46 (46.5)	107 (46.5)
	低下	28 (28.2)	75 (32.6)

職場のストレス判定図



総合健康リスク

研修群	95	→	93
未研修群	88	→	96

和歌山産業保健推進センター

仕事のストレス判定図の指標の変化

評価値＝仕事のコントロール＋上司の支援
＋同僚の支援－仕事の量的負荷

事業所

	研修群	未研修群
上昇	2	2
不変	0	0
低下	2	7

研修群に上昇している事業場が多かったが、
有意差は得られなかった

考察

- 今回は、調査に協力してくれる事業場が少なかった点、研修の効果が出現するまでの時間を確保することができなかった点などの問題点があり、十分な成果が得られなかった。
- しかし、職場の上司は今回のような研修の機会を捉え、普段からコミュニケーション能力が向上するように努めることが重要であり、事業主に対する更なる啓発が必要であろう。

ご清聴ありがとうございました

和歌山産業保健推進センター