

鹿児島県内の小規模事業場における長時間労働者のメタボリックシンドロームの現状とストレスの背景及びそれらの対策，並びに労働者の心身の健康障害に対する事業主と地域産業保健センターとの連携についての調査研究

主任研究者 鹿児島産業保健推進センター所長 川元 孝久

共同研究者 同センター特別相談員 岡村 俊彦（鹿児島県立短期大学），他

1 はじめに

地方の中小企業において労働者を取り巻く環境は厳しい状況が続いている。このような状況の中で小規模事業場の労働者は過重労働を強いられ、またメンタルヘルス対策も不足していることが本センターの調査（平成18年度）においても明らかになっている。この調査では労働者のストレスが家族のストレスにも影響していることが指摘されている。

本研究では県内小規模事業場を対象に労働者、労働者の家族にアンケート調査をおこない、疲労蓄積および職業性ストレスの状況と原因を明らかにし、産業保健活動の今後のありかたについて検討を行った。

さらに、2008年より特定検診が義務づけられたメタボリックシンドロームの現状についても調査を行った。

2 調査方法

平成20年9月から11月にかけて調査をおこなった。鹿児島県内の労働者数30～50人の小規模事業場1,000カ所を対象とし、事業主向け、事業主が選定した労働者向け（各事業場とも男女2部）、家族向けのアンケート用紙を配布した。回答は各自で当センターに郵送してもらった。事業主向けアンケートの解析については、本報告では省略する。労働者向け、家族向けのアンケート内容と有効回答数は以下の通りである。

・労働者向け調査（有効回答数346件）

- 基礎データ（性別、年齢など）
- 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
- 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）
- 職業性ストレス簡易調査票（厚生労働省）
- ・労働者の家族向け調査（有効回答数332件）
- 基礎データ（性別、年齢、労働者との関係、就労状態など）
- 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）

また、メタボリックシンドロームの現状については、鹿児島県民総合保健センター（従業員数50人以上500人以下の事業場対象）およびJA厚生連健康管理センター（農協職員と組合員）の検診結果を用いた。

3 結果

まず、労働者向けの疲労蓄積度は自己診断チェックリストの点数（0～7点）に基づき、4段階（低い、やや高い、高い、非常に高い）で判定し、その他のデータと関連をみたところ、疲労蓄積度については以下のような結果となった。

- ◎時間外労働：頻度と相関（図1）
- ◎ストレス状態：ストレスの頻度と相関
- ◎ストレスの原因：仕事関連が原因と相関
- ◎職場のメンタルヘルス対策：対策がある職場では、やや低い

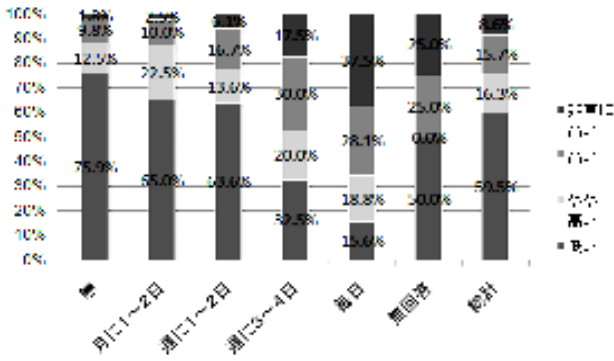


図1 時間外労働と疲労蓄積度

職業性ストレスの簡易調査票により、A. 仕事の負担度、B. コントロール度、C. 対人関係、D. 仕事の適合性、E. 心理的ストレス反応、F. 身体的ストレス反応、G. 職場内支援度の項目ごとにストレスの判定（あり／なし）をおこない、総合的な職業性ストレスの判定もおこなった。1項目でも「あり」と判定された労働者130名において、疲労蓄積度点数の解析をおこなった。ストレスの原因としては、男性は対人的な要因（対人関係、職場内支援）に関する事項が比較的高く、女性は仕事そのもの（負担度、コントロール度、適合性）が高いことがわかった（表1）。また、疲労蓄積度が高い労働者（4点以上）は低い労働者（3点以下）に比べ、ストレス判定ありと判断される割合が高かった。

表1：疲労蓄積度とストレス判定

判定項目	男性	女性
A. 仕事の負担度	87.5%	100.0%
B. コントロール度	37.5%	66.7%
C. 対人関係	62.5%	33.3%
D. 仕事の適合性	12.5%	22.2%
E. 心理的ストレス反応	25.0%	22.2%
F. 身体的ストレス反応	37.5%	22.2%
G. 職場内支援度	37.5%	33.3%

（疲労蓄積度4点以上で”ストレスあり”と判定された労働者の割合）

家族による労働者の疲労蓄積度チェックリストを0～2点で判定し、項目毎に解析をしたところ、労働者の疲労蓄積度について、以下のような結果となった。

- ◎家族のストレス状態：ストレスの頻度と相関（図2）
- ◎労働者の帰宅時間：遅くなる頻度が高いほど、高い
- ◎労働者の時間外労働：頻度が高いほど、高い
- ◎労働者のストレス状態：ストレスの頻度と相関

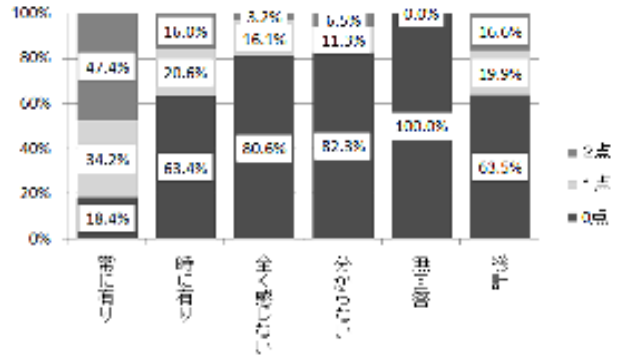


図2 家族のストレスと労働者の疲労蓄積度

メタボリックシンドロームの頻度については県民総合保健センターで該当者が10.9%、予備群が13.7%、JA厚生連の職員は該当者19.4%、予備群が14.16%、組合員は該当者16.5%、予備群14.5%であった

4 まとめ

地方の小規模事業場では、時間外労働をはじめとした過重労働が頻繁にみられ、労働者の疲労蓄積度、ストレスへつながっている。一方で、企業のメンタルヘルス対策は進んでいない。疲労蓄積とストレスが悪循環になっていることが推察される。

職業性ストレスについては、男女でその原因が異なることも示唆された。女性労働者は男性労働者に比べ、対人的、組織的なサポートはあるものの、仕事そのものがストレスになりやすいことが推察される。

家族のストレスと労働者の疲労蓄積の相関も明らかとなった。過重労働などを原因とした労働者の疲労、ストレスの問題は職場だけにとどまらず、地域全体の問題となっているといえよう。

中小企業のメタボリックシンドロームについては、該当者、予備群とも比較的小さいといえる。

過重労働やストレスの課題を解決するべく、産業保健センターなどの役割が高まっているといえよう。