

山口県内労働者の疲労蓄積度実態調査

主任研究者	山口産業保健推進センター所長	赤川 悦夫
共同研究者	山口産業保健推進センター基幹相談員	芳原 達也
	山口産業保健推進センター特別相談員	井上 正岩
	山口産業保健推進センター基幹相談員	奥田 昌之

1 はじめに

「過重労働により健康障害防止ための総合対策」(H20改正)、自殺対策基本法(H18)、自殺総合対策大綱(H19)に基づいて、当センターは、山口県、山口県労働基準協会、各種団体と共に、メンタルヘルス対策に対する支援を行っている。

わが国の自殺者は平成10年に3万人を越えてから減少することはなく、平成16年、平成19年国民生活基礎調査では国民の半数近くが悩みやストレスがあると答えている。国民全体で心の健康の改善効果はまだはっきりしていない。しかし、事業場のような小さなコミュニティでの変化はわからない。

これまで数年間過重労働対策に取り組んできて、事業場の取り組みや労働者にどのような変化があるのかを明らかにすることが本調査の目的である。平成21年の山口県内事業場の状況とその労働者の疲労蓄積度の実態を、平成15年に実施した調査結果と比較して検討することとした。

2 方法

対象事業場：山口県内に所在し、30人以上の従業員のいる2984事業場から、従業員数30-99人、100-299人、300人以上の3群ごとに、疑似乱数を用いて無作為に506事業場を層化抽出した。

調査実施方法：平成21年8月対象事業場の安全衛生管理者宛てに、事業場の現況に関する調査票を郵送し、あわせて労働者個別調査の実施依頼を行った。1か月程度で未回答の安全衛生管理者には再度お願いした。平成21年9-10月に、労働者個別調査に協力が得られた事業場には、回答可能な人数分の疲労蓄積度自己チェックリスト票、一般的な生活調査票を用意した。平成21年9月から11月までの期間に、労働者には、事業場を通して配布してもらった調査票に無記名で回答を記入し密封してもらい、密封したまま事業場から産業保健推進センターに送付してもらった。平成21年12月までにすべての調査票を回収し終えた。

調査内容：調査票は、安全衛生管理者用の事業場の現況に関する調査票、労働者用の疲労蓄積度自己診断チェックリスト票、一般的な生活調査票の3種類で、いずれも平成15年度に当センターが実施した調査票（「平成15年度過重労働対策に関する実態調査」）とほぼ同じ内容である。労働者用の2種類の調査票は印刷して綴じた。疲労蓄積度自己診断チェックリストは1ページ目の記入票と2ページ目の総合判定と結果の読み方の説明をつけて渡し、本人の気付きを促した。

集計方法：調査票はそれぞれの項目を集計した。必要に応じて男女、年齢、業種の特性で分類して集計した。疲労蓄積度自己診断チェックリストは、前回試行版で集計したが、今回平成16年の修正版の集計方法で集計した。平成15年のデータも修正された集計方法で改めて行い比較した。点数、判定は数字の大きくなるほど、ローマ字の順序が後ろになるほど、負担が大きい。

解析方法：回答総数に対する割合について記述統計を行った。

3 結果

185事業場(37%)から回答があった。前回平成15年調査は、1006事業場のうち311事業場(31%)から回収し、今回調査の回収率のほうが高かった。

製造業、運輸交通業からの回答数が多かった。抽出前の業種分類よりも、回答の業種分類は「その他」の事業場が多かった。回答事業場の業種の分類は、平成15年とほぼ同じであった。

回答事業場の合計労働者(従業員)数は24,490人(平均132人/箇所、中央値63人)で、前回調査35,436人(平均114人/箇所、中央値65人)とほぼ同様である。しかし、従業員100-299人の事業場の割合は少なくなった。

1) 事業所調査

事業場では、過重労働の把握数が増加し、精神障害発生の懸念も増加していた(表1-4)。事業場の健康問題への取り組みは進み、適切な人材、方法、時間の確保の要望があった。しかし、産業医などの保健スタッフへの期

待はあまり高くなかった。

表1-4 精神疾患発生の懸念

	H21 (N = 185)		H15 (N = 311)	
たいへん懸念	19	10%	19	6%
やや懸念	53	29%	82	26%
あまりない	79	43%	147	47%
まったくない	22	12%	33	11%
空白	12	6%	30	10%

2) 労働者調査

前回の調査と比較すると、回答者の構成に違いはあるが、ストレスの認知や疲労の認知は前回とほとんど変化はなかった。今回の調査では、家族や友人を相談相手と考えている人が増え(表2-6)、自ら食事、身体活動、歯磨きといった健康的な活動に取り組んでいる人が増えた。

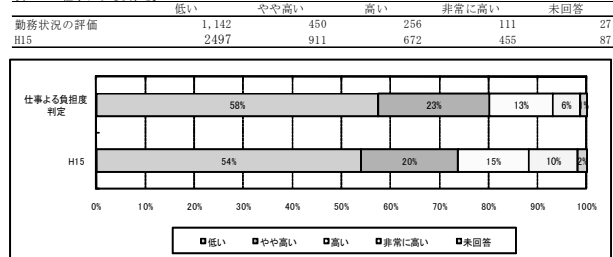
表2-6 相談しやすさ

	H21 (N = 1986)		H15 (N = 4622)	
家族・友人				
はい	1345	68%	1702	37%
どちらでもない	469	24%	1778	38%
いいえ	151	8%	269	6%
空白	21	1%	64	1%
同僚				
はい	572	29%	2350	51%
どちらでもない	823	41%	2152	47%
いいえ	493	25%	119	3%
空白	98	5%		
産業医等				
はい	126	6%	998	22%
どちらでもない	748	38%	3097	67%
いいえ	936	47%	524	11%
空白	176	9%		

3) 疲労蓄積度自己診断チェックリスト調査票

疲労蓄積度は、前回調査とほとんど変わらないか、やや改善していた(表3-11)。特に前回調査で疲労蓄積度の高かった業種で軽減していた。

表3-11 仕事による負担度



性別で比較すると、女性のほうが、負担の自覚症状は強かったが、少し改善していた。

年代別では、40歳未満が最も負担が大きかったが、変化はなかった。

業種別では、官公署・教育研究・保健の負担判定が最も高く、細分類でも保健衛生業、運輸交通業の負担判定が高かった。官公署・教育研究・保健を除いて、今回調査結果のほうが、前回調査と比べて負担判定は低かった。

4 考察

今回の調査は、抽出事業場を調査の効率を考慮して前回の半数の506事業場としたが、抽出元なる事業場の数、規模ともに前回調査時と大きな変化はなかった。事業場衛生管理者の回答率は前回よりも高く、労働者個人の調査の協力事業場の割合も前回より増加した。これは、当産業保健推進センター事業や、過重労働対策について理解が進んだためと考える。回答率は改善していたとはいえ低く、労働者個人調査に協力した事業場業種の偏りがあり、年度比較や山口県全体の推計を行うには結果の解釈に注意が必要である。

事業場での精神障害発生懸念が増加し、過重労働を把握している事業場も増加していた。今回調査では回答率が前回より増加していることと、未回答事業場を考慮しても、過重労働への理解と対策取り組みが進んでいると考える。さらに現状の産業医などへの物足りなさや、人材や対策実施方法の必要性の認識があることは、同様に過重労働対策により取り組んでいることを反映しているかもしれない。

労働者のストレス状況や疲労の認知状況は、悪化しているとは言えない。疲労蓄積度についても、やや改善している可能性があり悪化しているわけではない。今回の調査の結果と比較できるような報告、文献が乏しく、これらの結果が正しく現状を把握できるかどうか判断できない。今後も労働者のメンタルヘルス対策への取り組みの継続と、その評価の実施を行っていく必要がある。

今回の調査は、次のような問題がある。回答事業場業種は、山口県内の事業場業種の構成割合を反映していない。特に労働者を対象とした調査の結果の解釈には注意が必要である。事業業種によっては、1事業場しかないなど非常に少ないので、その業種の現状を反映していない。事業場業種の種類をまとめて業種比較を行っているため、個々の事業場の取り組みの参考資料にならないかもしれない。業種や規模で重み付けあるいは調整をした統計解析が必要であるが行っていない。前回調査と質問項目を変更して比較できない項目がある。

まとめると、平成21年の山口県内事業場の過重労働対策への取り組みは向上していると考えられる。同時に、確実に実効性のある対策方法が求められている。労働者の心の健康状態は、疲労蓄積度チェックリストで測定するとやや改善傾向があった。今後も当産業保健推進センターの取り組みを進め、県内事業場の労働衛生の取り組みを支援し、継続して状況を把握するように努めていく必要がある。