

北海道・東北地方における事業所のメンタルヘルスの状況と その対策に関する調査研究

主任研究者	北海道産業保健推進センター所長	三宅浩次
共同研究者	北海道産業保健推進センター相談員	西基
	青森産業保健推進センター相談員	中路重之
	岩手産業保健推進センター相談員	小野田敏行
	宮城産業保健推進センター相談員	菊池武剋
	宮城産業保健推進センター相談員	佐藤祥子
	宮城産業保健推進センター相談員	千葉健
	秋田産業保健推進センター相談員	伏見雅人
	山形産業保健推進センター相談員	東谷慶昭
	福島産業保健推進センター相談員	五十嵐敦

1 はじめに

本調査研究は、北海道・東北地方の7道県全域の労働者のメンタルヘルスの状況を把握し、その関連要因を探り、その対策を提案するために計画された。調査は、事業場のメンタルヘルス担当者（大半は人事労務担当者）への調査票と従業員調査を希望した職場の従業員個人の2本立てで行った。

2 調査対象と方法

事業場調査は、7産業保健推進センターで保有する事業場名簿（作成当時は従業員50人以上）により各センターが回収率等を予測（各センター160所以上を目途と）して、系統無作為抽出法で3886所を選出した。調査票は郵送法により回収した。未到達の93所を除き、1614所（回収率42.6%）から回答を得た。事業場調査票に従業員調査希望の有無を記入してもらい、希望事業場と協議の上、最終的に103事業場の従業員8825人に従業員調査票を配布し、同時に産業保健推進センター名の封筒を渡し、記入後封をして回収し、各センターで開封した。記載不備等の調査票を除き、調査分析に使用できたのは8246人分で有効回収率は93.4%であった。

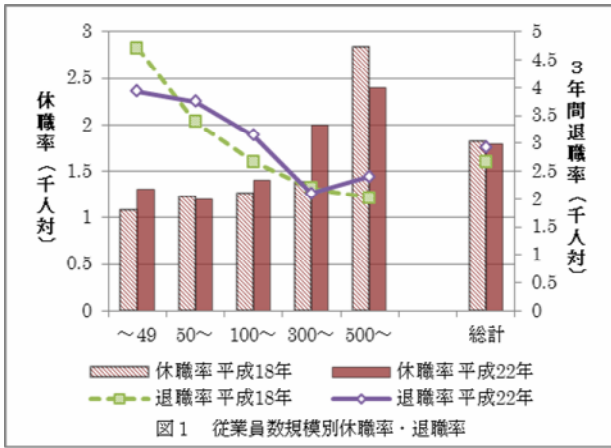
調査票の項目は、事業場では業種、従業員数、休職者、メンタルヘルス対策項目の実施、産業医等との関

わり、記入担当者の個人意見等を、従業員調査では健康関連生活習慣、入通院・検診、人間関係、仕事への態度、うつ症状（CES-D）、ストレス対処法、1日内の調子の良悪時間、勤務条件、性・年齢、学歴、家族形態等である。なお、従業員調査票はマーク式で行った。調査期日は、事業場調査では2010年8～9月、従業員調査では2010年11～12月に行った。

3 事業場調査の結果と考察

回収された調査票の業種別では、製造業33.8%、医療・福祉業13.1%、卸・小売業9.8%、運輸・交通業9.6%、建設業8.4%等、各種業種に大きな偏りはないものと考えられる。従業員数で規模別にみると、50～99人31.0%、100～199人26.9%、200～299人10.5%、300～499人6.8%、500人以上6.1%であった。なお、50人未満も16.0%あり、分析に加えている。

休職者（調査日現在）および退職者（最近3年間）について訊いた。正職員数で休職、退職者数を除き、休職有病率、退職罹患率（3年間）を求めた。従業員数の規模別では、小規模事業場では休職者率に対し退職者率が高い。規模が大きいと逆になる。4年前に行った同種の調査に比べ、両率ともほとんど変わらない（図1）。



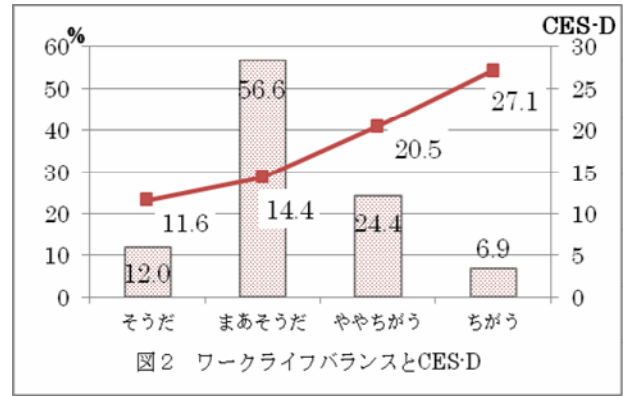
メンタルヘルス対策 12 項目を現在と 3 年前について実施有無を訊いた。別の質問で、最近 3 年間で心の健康に問題を生じて、1 か月以上仕事を休んでいる人の数の増減を訊いた。その質問での増減とメンタルヘルス対策の項目ごとでの影響はほとんど見られなかったが、12 項目中の実施数との間には関連が認められた。休職休業者の減った事業場では、3 年前も現在も実施数が多かった。増加したという事業場では 3 年前は少なく、現在は減ったという所とほぼ同じ数になった。変化のなかった所は実施数がいずれも少なかった。

4 従業員調査の結果と考察

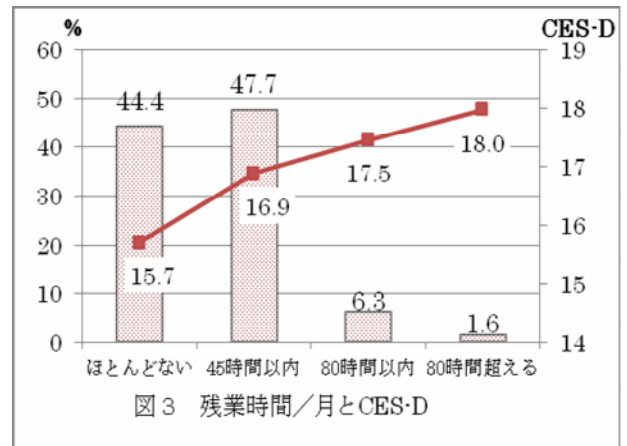
CES-D で測定した「うつ症状」は、平均値 16.4 点と高く、カットオフポイントとされている 16 点を超えるものは 45.3%とこれまでの調査に比べ高い値であった。性別年齢別では、若い女性で高く、年齢とともに低下し、男女差がなくなる。地域別では、北海道が低く、福島が高い。生活習慣と CES-D の間には、特徴のある関連が見られた。良好な生活習慣は、朝食毎日、栄養バランス考慮、運動実施、現在喫煙していない、飲酒でほろ酔い程度などであった。調子の良い時間と悪い時間では、2 峰性が見られ、夜型人間は種々の項目で不健康であった。1 日の中で調子の良悪の時間について訊いた。そのようなことを「あまり感じない」ものは、CES-D が低く 12.5 点で、「多少感じる」ものは、17.7 点で、「強く感じる」ものは、26.3 点であった。

仕事への態度では、ワークライフバランスの質問「仕事と仕事以外の生活をうまく両立」で CES-D と

最も大きな関連が見られた (図 2)。



労働時間との関係では、1 日 9 時間を超えるとカットオフポイントの 16 点を超える。残業時間では、残業があるとカットオフポイントを超える (図 3)。



ストレス対処法を 18 項目訊いた。CES-D が低い好ましいストレス対処法は、周囲の人に相談する (ただし、女性では 44.2%実施で男性が 20.9%と差が大きい)。スポーツ、散歩やハイキング、旅行であった。CES-D が高い値であった対処法は、睡眠薬や精神安定剤、ひたすら耐えるであった。

5 まとめ

集計した 1614 事業所の正職員の心の健康問題での休職率は千人あたり 1.8 であった。従業員調査では 8246 人 (有効回収率 93.4%) の回答を得た。CES-D による「うつ症状」では 16 点以上が 45.3%と多い。仕事への取り組みではワークライフバランスが CES-D と高い関連が見られ、労働時間・残業時間等多くの項目でも CES-D との関連が見られた。

