

IT 関連企業従業員のメンタルヘルスを中心とする 健康状態に関する調査

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
北海道産業保健推進センター相談員 福田 勝洋
北海道産業保健推進センター相談員 小林 幸太
北海道産業保健推進センター相談員 久村 正也

はじめに

当センターは、産業保健調査研究として22年度および18年度に北海道・東北地方でメンタルヘルスに関する調査を実施したが、その過程において、いくつかの事業所のメンタルヘルスに係わっている方々とやりとりをするうち、情報技術産業(IT産業)では少なからぬ従業員が精神的に不調をきたし、それが日常業務や業績に悪影響を及ぼしたり、健康保険組合からの支出が無視できない負担となっていたりするなど、精神的健康の問題が極めて重要な問題となっている、という情報を得たことから、24年度にIT産業の事業所とその従業員のみを対象として、メンタルヘルスの調査を実施した。

対象と方法

1. 事業所のメンタルヘルス担当者に対する調査(事業所調査)

24年5月の時点で、北海道コンピュータ関連産業保健組合に加入していて、かつ従業員数が10人以上である事業所111所を対象とした。これら事業所のメンタルヘルス担当者に対して質問票(紙媒体、自記式)を郵送し、郵送による返信での回答を求めた。

2. 従業員に対する調査(従業員調査)

従業員に対する調査は、北海道産業保健推進センターのホームページに設けた、主としてラジオボタンによる多肢選択式のアンケートによった。

結果

1. 事業所調査

56箇所より回答を得た。「最近3年間で、心の健康に問題を生じて、退職した従業員がいる」率は39.3%と高かった。また「従業員が心の健康に問題を生じたことが、困難な事態を招いたことがある」の割合が41.8%と高かった。それにも拘わらず、「心の健康問題は個人的な問題である」と考えている担当者の割合は41.0%と高かったことから、事業所としてのメンタルヘルスに対する考え方が従業員のメンタルヘルスを悪化させている可能性は高いと考えられた。

2. 従業員調査

462人より回答を得た。抑うつ程度の指標となるCES-Dの平均値が17.7と高かった。今回は、従業員調査の中で、残業をするのが普通であるという風潮が職場に存在するかどうかについて質問したことから、「残業をするのが普通であるという風潮」に関する分析を行った。

全体を「残業をするのが普通であるという風潮が職場に存在する」に対する回答により「そうだ」、「まあそうだ」、および「ややちがう」または「ちがう」の3群に分けた。3群間で単調な増加もしくは減少傾向が認められた項目を表に示す。「そうだ」の群のCES-Dの平均値は20.0と、3群中最大であった。うつ病の存在が疑われる16点以上の割合も最大であった。「そうだ」群の「仕事をやめたい」率は最大、心療内科・精

神科受診率は最大であった。一方、諸満足度は最小であって、残業をするのが普通であるという風潮が強くなるほど、従業員のメンタルヘルスは悪化へ向かうという結果となった。

考察

目下、IT産業においては、極めて急速な技術の進歩とそれに伴う企業間の競争の激化により、従業員に対する要求がしばしば過大なものとなっている。今回の調査では、従業員の精神的健康が悪いことが常態化し、担当者も注意を払わなくなっている状況が示唆される結果となった。確かに仕事の内容に拘わらず定時退社

をしていては、他社との競争に敗北してしまう。目下の状況では、職場において、常に働くことを求められる雰囲気が醸成されるのも、当然のことかも知れない。しかし、今回の調査結果を見る限り、半ば強制された残業によって、疲労が増し、睡眠時間が減り、家庭で過ごす時間が減り、精神的健康が損なわれる結果となっている。IT企業においては、企業間競争も鑑みつつ、残業を可及的減らすことなどによる従業員の精神的健康を保つ工夫が、容易なことではないかも知れないが、求められる。

表. 3群間で単調な増加もしくは減少傾向が認められた項目 (CES-D 平均点以外は%)。

	「残業をするのが普通であるという風潮が職場に存在する」		
	そうだ (195人)	まあそうだ (148人)	ややちがう・ちがう (116人)
CES-Dの平均点	20.0	16.9	15.0
CES-D16点以上	56.9	48.0	44.0
仕事をやめたい	30.1	17.6	14.0
心療内科または精神科に通院または入院	8.7	6.8	1.7
睡眠に満足	8.7	17.7	19.8
健康に満足	2.6	14.9	18.1
仕事に満足	4.6	9.5	23.3
職場に満足	8.7	15.5	38.3
私生活に満足	15.5	19.7	29.6
上司に満足	14.4	21.6	40.5
同僚に満足	20.0	25.2	46.6
部下に満足	17.3	18.5	43.1

3群間のトレンドはすべての項目においてコクラン・アーミテージ検定で有意 (P<0.05)