

## 山口県内労働者の蓄積疲労とストレス状況実態調査

研究代表者 山口産業保健総合支援センター 産業保健相談員 奥田 昌之  
 研究分担者 山口産業保健総合支援センター 産業保健相談員 森本 宏志  
 山口産業保健総合支援センター 産業保健相談員 足立 明子

【はじめに】メンタルヘルスは現在の産業保健で重要な課題の一つである。平成26年の労働安全衛生法改正で、平成27年12月から職場でのストレスチェック制度が施行された。厚生労働省の平成24年労働者健康状況調査では、「労働者のストレスの状況などについて調査票を用いて調査（ストレスチェック）を行っている」のは、規模の小さな事業所ほど割合が低く、30-49人事業所で13.2%であった。

ストレスチェックには、標準的に「職業性ストレス簡易調査票」が利用される。一方長時間労働の面接指導には労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリストが用いられる。我々は平成15、21年に県内労働者を対象に「疲労蓄積度自己診断チェックリスト」を用いた調査を行なった。前二回の調査は6年間隔で実施し、前回実施してから6年経過し、社会情勢の変化により労働者のメンタルの状況に変化があるかもしれない。

本調査研究では、山口県内事業場に職業性ストレス簡易調査票によるストレスチェック調査の普及を目指し、山口県内の労働者を対象に疲労蓄積度とストレス状況を把握し、事業場のメンタルヘルス対策に役立つ資料を作成することとした。

【方法】平成27年5月に労働者数30人以上1000人未満の3413事業場から、無作為抽出によって500事業場を選んだ。平成27年9月、第1段階で事業場の衛生管理担当者あてに、ストレスチェック調査のこれまでの実施状況、事業場の業種、規模を郵送質問紙調査で尋ねた。回答の催促をはがきで1回行った。

次に労働者の調査に協力意思のある32事業場のうち、調整できなかった4事業場を除いて28事業場に労働者調査を実施した。調査票は、労働者の人口統計学的特性（調

査票1）、労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト（調査票2）、ストレスチェック調査=職業性ストレス簡易調査票簡略版23項目（調査票3）を用いた。調査用個人識別番号で匿名化し、事業場ごとに回収した。ストレスチェック調査票は、マークの記入をスキャナーで読み取り、回答を電子化した。他の調査票は手で入力し電子化した。データを集計解析し、1）労働者疲労蓄積度、2）事業場調査、3）ストレスチェック調査、4）マーク式調査票について、まとめた。

【結果】500事業場のうち存在しない事業場を除いた475事業場で、297事業場が回答した(62.5%)。労働者の調査に協力した事業場の2457労働者が回答した。

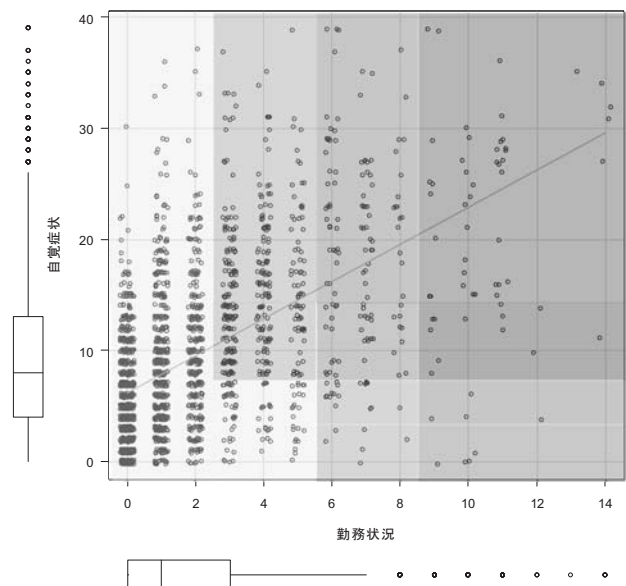


図1 疲労蓄積度の勤務状況と自覚症状

- 1) 疲労蓄積度の判定は、自覚症状と勤務状況の組み合わせで行った(図1)。疲労蓄積度は前回調査よりも「低い」人が増えていた(図2)。

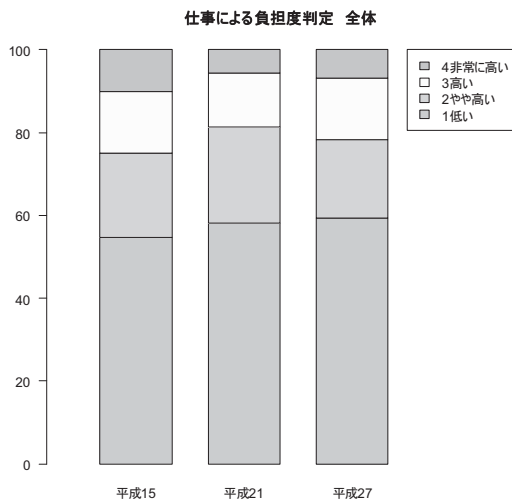


図2 仕事による負担度判定の経年変化

2) ストレスチェック制度施行前の調査で、回答事業場のうち 24.2%の事業場がストレスチェック調査を実施していた(図3)。

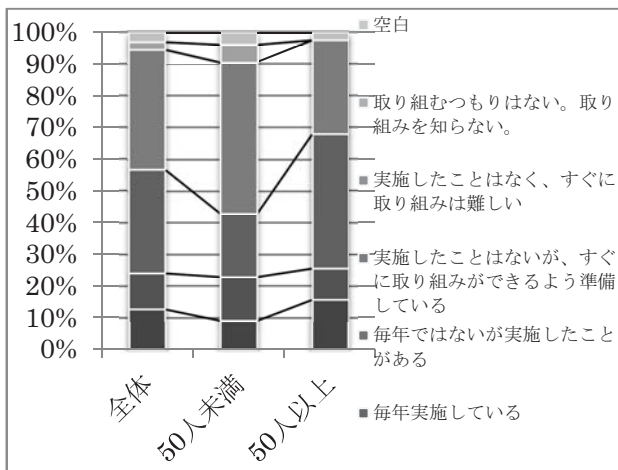


図3 ストレスチェック調査実施状況(H27.11)

3) ストレスチェック調査では、素点と標準化得点のストレス反応の分布がやや異なっていた。素点で 10.4%が高ストレス者、標準化得点で 8.9%が高ストレス者であった(図4)。業種、年齢、教育歴によって高ストレス者の割合にばらつきがあった。高ストレス者と非常に高い疲労蓄積度が一致したのは 3.4%であった(表1)。

表1 2つの調査票の判定の一致

ストレス チェック	仕事による負担度判定 (%)			
	低い	高い やや	非常に 高い	非常に 低い
非該当	58.0	17.7	12.2	3.5
該当	1.4	1.4	2.5	3.4

4) マーク式調査票では、3.1%の読み取りミスがあった。

修正できない記入ミスは 6.3%であった。欠損値があると解析判定できない。欠損値のある調査票でも高ストレス者がいる可能性があった(表2)。

表2 ストレスチェック調査の欠損と補完

欠損値数	人	補完したときの高ストレス者 (人)	
		望ましくない値	望ましい値
0個	2299	240	240
1	83	7	3
2	20	3	3
3	7	1	1
4	2	0	0
5	3	0	0
6個以上	34	24	0

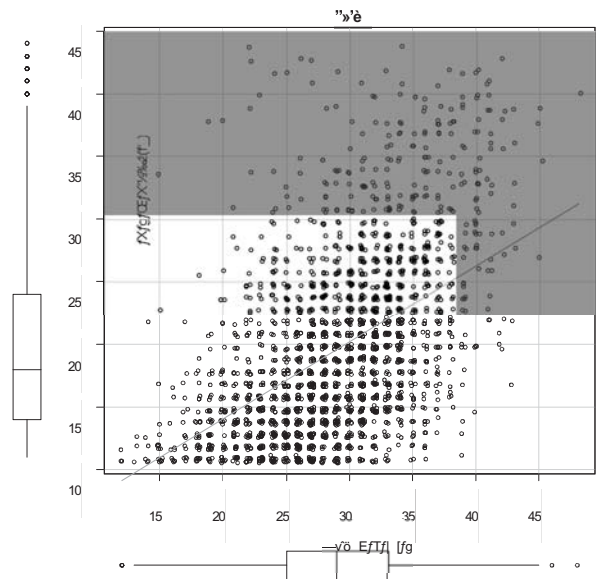


図4 ストレスチェック調査の要因・サポートと反応(素点)

【まとめ】 労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリストを用いた調査は平成15年、21年にも実施しており、労働者の疲労蓄積度として測る「仕事による負担度」は、経年で低下していると考えられた。これは全国あるいは山口県での自殺者数の減少傾向と一致する結果かもしれない。実施していない事業場は、それぞれの事業場の特徴に合わせて支援していく必要がある。ストレスチェック調査は労働者の特性によって集団解析する必要がある。マーク式調査票は簡便であったが課題もあった。調査票の集計結果はホームページ上の公表やセミナーで利用するばかりでなく、マーク式調査票の利用法も公開予定である。