

結果における 10.8%はこれらとほぼ同様の割合である。しかし、中小零細事業場の労働者を対象とした調査⁷⁾においては、抑うつ状態のみられた者は 13.2%~18.2%であったとされるのに対して、本調査では 26.2%であり、高い数値を示した。

E. 結論

地方中小都市における小規模事業場においては、メンタルヘルス対策の必要性に対する認識が低く、未実施である事業場が多かった。その一方で、抑うつ状態とみられる労働者の割合が高く、早急にメンタルヘルス対策が導入されるべきと考えられた。特に、予防的措置としてメンタルヘルス対策を導入する利点を説明するなど、まず基本的な情報提供を実施することが自殺予防対策としても有効となると考えられた。

F. 健康危機情報

該当せず。

G. 研究発表

該当せず

H. 知的財産権の出願・登録状況

1. 特許取得

該当せず。

2. 実用新案登録

該当せず。

3. その他

該当せず。

I. 引用文献

- 1) 下光輝一. 主に個人評価を目的とした職業性ストレス簡易票の完成 労働省平成 11 年度「作業関連疾患の予防に関する研究」報告書 2000 ; 126-164.
- 2) 島悟, 鹿野達男, 北村敏則, 浅井昌弘. 新しい抑うつ性自己評価尺度について 精神医学, 1985 ; 27 (6) : 717-723.
- 3) 北村俊則. 精神症状測定の理論と実際. 東京:海鳴社, 1988.
- 4) 厚生労働省. 平成 14 年労働者健康状況調査. 2002.
- 5) 厚生労働省. 平成 17 年労働安全衛生基本調査. 2005.
- 6) 富山産業保健推進センター. 平成 17 年度産業保健調査研究報告書 富山県内の事業場におけるメンタルヘルスケアの取り組み状況について. 2006.
- 7) 山田和子, 平野かよ子. 中小企業の労働者のメンタルヘルスと自殺念慮 保健医療科学, 2003 ; 52 (4) : 302-308.
- 8) 中路重之. 地方における職域のメンタルヘルス対策. ストレス科学, 2006 ; 21 (2) : 66-67.
- 9) 竹島正. 厚生労働科学研究費 ころの健康科学研究事業「ころの健康についての疫学調査に関する研究」平成 16・17 年度総括・分担研究報告書. 2006.

表1 事業場の業種

	度数	(%)
農業	0	(0.0)
林業	0	(0.0)
漁業	0	(0.0)
鉱業	0	(0.0)
建設業	4	(10.5)
製造業	23	(60.5)
電気・ガス・熱共有・水道業	0	(0.0)
情報通信業	0	(0.0)
運輸業	0	(0.0)
卸売・小売業	3	(7.9)
金融・保険業	1	(2.6)
不動産業	0	(0.0)
飲食店・宿泊業	0	(0.0)
医療・福祉	0	(0.0)
教育・学習支援業	0	(0.0)
複合サービス業	3	(7.9)
サービス業(他に分類されないもの)	2	(5.3)
公務(他に分類されないもの)	1	(2.6)
分類不能の産業	0	(0.0)

*欠損 2

表2 会社全体の正社員数

	度数	(%)
10名未満	13	(34.2)
10～19名	3	(7.9)
20～29名	4	(10.5)
30～39名	3	(7.9)
40～49名	4	(10.5)
50～99名	6	(15.8)
100～299名	2	(5.3)
300～499名	1	(2.6)
500～999名	0	(0.0)
1000名以上	0	(0.0)

*欠損 2

表3 事業場の従業員数

	度数	(%)
10名未満	14	(36.8)
10～19名	4	(10.5)
20～29名	4	(10.5)
30～39名	5	(13.2)
40～49名	6	(15.8)
50～99名	5	(13.2)
100～299名	0	(0.0)
300～499名	0	(0.0)
500～999名	0	(0.0)
1000名以上	0	(0.0)

表4 回答者の所属部署

(複数回答あり)

	度数	(%)
健康管理部	0	(0.0)
総務	25	(65.8)
その他	8	(21.1)

*欠損 5

表5 回答者の職種

	度数	(%)
専門的・技術的職業	4	(10.5)
管理的職業	14	(36.8)
事務的職業	17	(44.7)
販売の職業	1	(2.6)
サービスの職業	0	(0.0)
保安の職業	0	(0.0)
農林漁業の職業	0	(0.0)
運輸・通信の職業	0	(0.0)
生産工程・労務の職業	3	(7.9)
分類不能の職業	0	(0.0)

表6 メンタルヘルス対策の必要性

	度数	(%)
必要だと思う	18	(47.4)
必要とは思わない	5	(13.2)
わからない	14	(36.8)
	*欠損 1	

表7 メンタルヘルス対策の実施状況

	度数	(%)
実施状況		
実施	3	(7.9)
未実施	32	(84.2)
検討(準備中)	2	(5.3)
未実施の理由(複数回答)		
取り組み方が分からない	6	(10.7)
経済的理由	1	(1.8)
今まで必要なかった	16	(28.6)
適当な担当者がいない	12	(21.4)
時間的余裕がない	6	(10.7)
事業主に関心がない	5	(8.9)
従業員に関心がない	4	(7.1)
その他	0	(0.0)
	*欠損 1	

表8 過去1年における心の健康問題の相談・問題事例

	度数	(%)
有無		
あった	3	(7.9)
なかった	28	(73.7)
把握できていない	7	(18.4)
件数		
1件	1	
2件	1	

表9 現在の心の健康問題による休業者

	度数	(%)
有無		
いる	2	(5.3)
いない	28	(73.7)
把握できていない	7	(18.4)
人数		
1名	1	
	*欠損 1	

表10 過去1年における自殺・自殺未遂者

	度数	(%)
有無		
自殺者あり	0	(0.0)
自殺未遂者あり	1	(2.6)
いない	37	(97.4)
把握できていない	0	(0.0)
自殺者・自殺未遂者の人数は回答なし		

表11 社内における復職ガイドラインの有無

	度数	(%)
ある	0	(0.0)
慣例として相当するものがある	1	(2.6)
ない	36	(94.7)
検討中	1	(2.6)
その他	0	(0.0)

表12 復職に関する問題の有無

	度数	(%)
ある	1	(2.6)
ない	33	(86.8)

*欠損 4

表13 法改正や指針について

	知っている		利用している		知りたい	
	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)
事業場における労働者の心の健康づくりのための指針(平成12年8月 厚生労働省)	2	(5.3)	1	(2.6)	6	(15.8)
職場における自殺の予防と対応(平成13年12月 厚生労働省)	0	(0.0)	0	(0.0)	4	(10.5)
心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き(平成16年10月 厚生労働省)	0	(0.0)	0	(0.0)	6	(15.8)
労働者の心の健康の保持増進のための指針(平成18年3月 厚生労働省)	1	(2.6)	0	(0.0)	8	(21.1)
過重労働に対する労働安全衛生法改正(平成18年4月施行)	11	(28.9)	-	-	8	(21.1)

表14 資源について

	知っている		利用した		利用予定		知らない	
	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)
高岡産業保健センター	9	(23.7)	0	(0.0)	17	(44.7)	10	(26.3)
高岡厚生センター・支所	2	(5.3)	1	(2.6)	23	(60.5)	11	(28.9)
富山県心の健康センター	3	(7.9)	1	(2.6)	22	(57.9)	11	(28.9)

*欠損 2

表15 回答者の属性

		度数	(%)
性別		男性	544 (54.3)
	欠損 23	女性	434 (43.4)
年齢		20歳未満	5 (0.5)
	平均 43.2	20代	129 (12.9)
	欠損 73	30代	268 (26.8)
		40代	208 (20.8)
		50代	233 (23.3)
		60代以上	85 (8.5)
同居者		配偶者	299 (29.9)
	欠損 87	配偶者と子ども	354 (35.4)
		子ども	74 (7.4)
		いない(独居)	187 (18.7)
子どもの人数		1名	210 (21.0)
	欠損88	2名	239 (23.9)
		3名	69 (6.9)
		4名	6 (0.6)
		5名以上	7 (0.7)
最終学歴		中学	96 (9.6)
	欠損 33	高校	495 (49.5)
		短大・専門学校	199 (19.9)
		大学	169 (16.9)
		大学院	9 (0.9)
採用形態		新卒採用	191 (19.1)
	欠損 38	中途採用	650 (64.9)
		契約社員	45 (4.5)
		派遣社員	10 (1.0)
		請負社員	0 (0.0)
		その他	67 (6.7)

表16 勤務する事業場の業種

(複数回答あり)		
	度数	(%)
農業	1	(0.1)
林業	5	(0.5)
漁業	4	(0.4)
鉱業	4	(0.4)
建設業	59	(5.9)
製造業	582	(58.1)
電気・ガス・熱共有・水道業	17	(1.7)
情報通信業	0	(0.0)
運輸業	16	(1.6)
卸売・小売業	103	(10.3)
金融・保険業	8	(0.8)
不動産業	0	(0.0)
飲食店・宿泊業	0	(0.0)
医療・福祉	47	(4.7)
教育・学習支援業	13	(1.3)
複合サービス業	41	(4.1)
サービス業(他に分類されないもの)	57	(5.7)
公務(他に分類されないもの)	9	(0.9)
分類不能の産業	16	(1.6)

*欠損 37

表18 勤務する事業場の従業員数

	度数	(%)
10名未満	103	(10.3)
10～19名	182	(18.2)
20～29名	143	(14.3)
30～39名	135	(13.5)
40～49名	201	(20.1)
50～99名	177	(17.7)
100～299名	27	(2.7)
300～499名	1	(0.1)
500～999名	0	(0.0)
1000名以上	2	(0.2)

*欠損 30

表17 勤務する会社全体の正社員数

	度数	(%)
10名未満	62	(6.2)
10～19名	136	(13.6)
20～29名	105	(10.5)
30～39名	109	(10.9)
40～49名	123	(12.3)
50～99名	284	(28.4)
100～299名	65	(6.5)
300～499名	20	(2.0)
500～999名	0	(0.0)
1000名以上	6	(0.6)

*欠損 91

表19 職種

(複数回答あり)		
	度数	(%)
専門的・技術的職業	244	(24.4)
管理的職業	62	(6.2)
事務的職業	182	(18.2)
販売の職業	78	(7.8)
サービスの職業	59	(5.9)
保安の職業	1	(0.1)
農林漁業の職業	4	(0.4)
運輸・通信の職業	22	(2.2)
生産工程・労務の職業	282	(28.2)
分類不能の職業	28	(2.8)

*欠損 58

表20 職位

	度数	(%)
一般	746	(74.5)
係長級・主任	90	(9.0)
課長級	43	(4.3)
部長級	34	(3.4)
役員	38	(3.8)

*欠損 50

表22 勤続年数

	度数	(%)
6年未満	277	(27.7)
6～10年	218	(21.8)
11～15年	130	(13.0)
16～20年	99	(9.9)
21～25年	54	(5.4)
26～30年	58	(5.8)
31～35年	34	(3.4)
36～40年	25	(2.5)
41年以上	7	(0.7)

平均 12.5年

*欠損 99

表21 1日あたりの勤務時間

	度数	(%)
～2時間	4	(0.4)
～3時間	12	(1.2)
～4時間	25	(2.5)
～5時間	26	(2.6)
～6時間	23	(2.3)
～7時間	59	(5.9)
～8時間	443	(44.3)
～9時間	149	(14.9)
～10時間	151	(15.1)
～11時間	28	(2.8)
～12時間	38	(3.8)
～13時間	9	(0.9)
～14時間	3	(0.3)
～15時間	1	(0.1)
～16時間	1	(0.1)
～17時間	0	(0.0)
～18時間	1	(0.1)
18時間以上	0	(0.0)

平均 8.4時間

*欠損 28

表23 最近1ヶ月の残業時間

	度数	(%)
0時間	254	(25.4)
～10時間	242	(24.2)
～20時間	109	(10.9)
～30時間	59	(5.9)
～40時間	58	(5.8)
～50時間	32	(3.2)
～60時間	12	(1.2)
～70時間	8	(0.8)
～80時間	14	(1.4)
～90時間	2	(0.2)
～100時間	4	(0.4)
100時間以上	1	(0.1)

平均 14.6時間

*欠損 206

表24 最近1ヶ月の休日出勤

	度数	(%)
0日	417	(41.7)
1日	164	(16.4)
2日	0	(0.0)
3日	33	(3.3)
4日	30	(3.0)
5日	6	(0.6)
6日	1	(0.1)
7日	5	(0.5)
8日	2	(0.2)
9日	2	(0.2)
10日	0	(0.0)
平均 1.22日		
*欠損 245		

表25 夜勤の有無

	度数	(%)
あり	30	(3.0)
なし	869	(86.8)
*欠損 102		

表26 シフト勤務の有無

	度数	(%)
あり	83	(8.3)
なし	711	(71.0)
*欠損 207		

表27 ストレス関連要因の平均値

	範囲	N	平均
ストレスサー			
心理的な仕事の量的負担	3~12	963	6.5
心理的な仕事の質的負担	3~12	963	6.5
身体的負担	1~4	977	2.5
仕事のコントロール	3~12	956	7.3
技能の活用	1~4	971	2.7
対人関係	3~12	931	8.2
職場環境	1~4	967	2.6
仕事の適性	1~4	965	2.2
働きがい	1~4	975	2.3
サポート			
上司	3~12	943	8.1
同僚	3~12	946	7.4
家族・友人	3~12	968	5.7
ストレス反応			
GES-D	0~60	759	14.7
*16点以上は262名			
満足度			
仕事	1~4	969	2.4
家庭生活	1~4	974	2.1

表28 喫煙習慣と1日の喫煙本数

	度数	(%)
喫煙習慣		
あり	322	(32.2)
なし	643	(64.2)
1日の喫煙本数		
(喫煙習慣ありに対する割合)		
7本未満	27	(8.4)
7~12本	42	(13.0)
13~18本	38	(11.8)
19~24本	140	(43.5)
25~30本	60	(18.6)
31~36本	4	(1.2)
37~42本	18	(5.6)
43~48本	0	(0.0)
49~54本	1	(0.3)
55本以上	0	(0.0)

*欠損 36

表29 飲酒習慣と週あたりの飲酒量

	度数	(%)
飲酒習慣		
あり	409	(40.9)
なし	540	(53.9)
週あたりの飲酒量		
(飲酒習慣ありに対する割合)		
～1単位	5	(1.2)
～2単位	53	(13.0)
～3単位	37	(9.0)
～4単位	31	(7.6)
～5単位	19	(4.6)
～6単位	17	(4.2)
～7単位	82	(20.0)
～8単位	1	(0.2)
～9単位	2	(0.5)
～10単位	14	(3.4)
～11単位	9	(2.2)
～12単位	11	(2.7)
～13単位	0	(0.0)
～14単位	62	(15.2)
～15単位	1	(0.2)
～16単位	1	(0.2)
～17単位	0	(0.0)
～18単位	1	(0.2)
～19単位	1	(0.2)
～20単位	1	(0.2)
～21単位	25	(6.1)
21単位以上	10	(2.4)
	平均 8.2単位	
	*欠損 52	

表30 CAGEに対する「はい」の回答数

	度数	(%)
0個	595	(59.4)
1個	164	(16.4)
2個	86	(8.6)
3個	40	(4.0)
4個	20	(2.0)
	*欠損 96	

表31 平均睡眠時間

	度数	(%)
3時間以下	5	(0.5)
4時間	11	(1.1)
5時間	59	(5.9)
6時間	280	(28.0)
7時間	328	(32.8)
8時間	205	(20.5)
9時間	41	(4.1)
10時間	12	(1.2)
11時間	6	(0.6)
12時間以上	6	(0.6)
	平均 6.9時間	
	*欠損 48	

表32 睡眠不足感

	度数	(%)
非常に感じる	102	(10.2)
やや感じる	418	(41.8)
あまり感じない	353	(35.3)
全く感じない	89	(8.9)
	*欠損 39	

表33 1日の食事回数

	度数	(%)
1回	4	(0.4)
2回	119	(11.9)
3回	846	(84.5)
その他	11	(1.1)
	*欠損 21	

表34 夜食の習慣

	度数	(%)
とる	66	(6.6)
とらない	741	(74.0)
きまっていない	168	(16.8)
	*欠損 26	

表35 運動習慣と週あたりの運動回数

	度数	(%)
運動習慣		
あり	219	(21.9)
なし	753	(75.2)
週あたりの運動回数		
(運動習慣ありに対する割合)		
1回	80	(36.5)
2回	60	(27.4)
3回	21	(9.6)
4回	14	(6.4)
5回	16	(7.3)
6回	4	(1.8)
7回	18	(8.2)
	平均 2.6回	
	*欠損 34	

表36 運動の内容

(複数回答あり, 運動習慣ありに対する割合)

	度数	(%)
ウォーキング・散歩	56	(25.6)
筋カトレーニング・ジム	24	(11.0)
バレーボール	22	(10.0)
テニス	19	(8.7)
ストレッチ・体操	18	(8.2)
ジョギング・ランニング	10	(4.6)
サッカー	9	(4.1)
ゴルフ	8	(3.7)
野球・ソフトボール	7	(3.2)
エアロビクス	6	(2.7)
水泳	6	(2.7)
バドミントン	6	(2.7)
ボーリング	5	(2.3)
サイクリング	4	(1.8)
ダンス	4	(1.8)
卓球	3	(1.4)
ヨガ・ピラティス	2	(0.9)
球技	2	(0.9)
ドライブ・ツーリング	1	(0.5)
空手	1	(0.5)
剣道	1	(0.5)

表37 ストレス解消法の有無

	度数	(%)
ある	516	(51.5)
ない	425	(42.5)

*欠損 66

表38 ストレス解消法の内容

(複数回答あり, ストレス解消法ありに対する割合)

	度数	(%)		度数	(%)
運動	129	(25.0)	掃除	5	(1.0)
飲酒	63	(12.2)	タバコ	5	(1.0)
買物	60	(11.6)	パソコン	5	(1.0)
テレビ・ビデオ・映画・DVD観賞	51	(9.9)	勉強	5	(1.0)
食事	48	(9.3)	1人になる	3	(0.6)
会話	42	(8.1)	笑う	3	(0.6)
ドライブ・ツーリング	38	(7.4)	創作活動	3	(0.6)
読書	33	(6.4)	大きな声を出す	3	(0.6)
旅行	33	(6.4)	ボランティア	2	(0.4)
ギャンブル	31	(6.0)	マッサージ・ストレッチ・エステ	2	(0.4)
音楽鑑賞	30	(5.8)	音楽演奏	2	(0.4)
歌う・カラオケ	28	(5.4)	家族・子供と過ごす	2	(0.4)
入浴・サウナ	26	(5.0)	泣く	2	(0.4)
ゲーム	24	(4.7)	仕事	2	(0.4)
睡眠	23	(4.5)	信仰	1	(0.2)
遊ぶ	20	(3.9)	スポーツ観戦	1	(0.2)
趣味	20	(3.9)	ペットと遊ぶ	1	(0.2)
釣り	12	(2.3)	楽しい事を計画	1	(0.2)
外出	11	(2.1)	部下の評価	1	(0.2)
園芸	8	(1.6)	物にあたる	1	(0.2)
休息	6	(1.2)	料理	1	(0.2)

表39 相談相手

	度数	(%)
相談相手の有無		
いる	684	(68.3)
いない	249	(24.9)

相談相手の人数

(相談相手ありに対する割合)

1名	127	(18.6)
2名	170	(24.9)
3名	175	(25.6)
4名	44	(6.4)
5名	73	(10.7)
6名	20	(2.9)
7名	2	(0.3)
8名	3	(0.4)
9名	0	(0.0)
10名以上	16	(2.3)

相談相手の種類

(複数回答あり, 相談相手ありに対する割合)

配偶者	335	(49.0)
親	171	(25.0)
子	83	(12.1)
兄弟姉妹	64	(9.4)
友人	380	(55.6)
親戚	8	(1.2)
上司	42	(6.1)
同僚	101	(14.8)
家族	20	(2.9)
恋人	7	(1.0)
その他	8	(1.2)

平均 3.0名

*欠損 68

表40 現在の心の病気による受診歴

	度数	(%)
あり	17	(1.7)
なし	959	(95.8)

*欠損 25

表41 過去1年間における心の病気による受診歴

	度数	(%)
あり	25	(2.5)
なし	955	(95.4)

*欠損 21

表42 過去1年間における自殺念慮の頻度

	度数	(%)
頻繁に思った	13	(1.3)
時々思った	95	(9.5)
あまり思わなかった	225	(22.5)
全く思わなかった	642	(64.1)

*欠損 26

表43 過去1年間における自殺企図の有無

	度数	(%)
あり	12	(1.2)
なし	966	(96.5)

*欠損 23

表44 自殺企図歴の有無と現在の心の病気による受診歴

	現在、心の病気					
	あり		なし		合計	
	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)
自殺企図あり	2▲	(0.2)	10▽	(1.0)	12	(1.2)
自殺企図なし	15▽	(1.5)	947▲	(97.2)	962	(98.8)
合計	17	(1.7)	957	(98.3)	974	(100)

$\chi^2(1) = 15.774$, $p < .01$

(▲有意に多い、▽有意に少ない、 $p < .05$)

表45 自殺企図歴の有無と過去1年の心の病気による受診歴

	過去1年以内					
	あり		なし		合計	
	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)
自殺企図あり	3▲	(0.3)	9▽	(0.9)	12	(1.2)
自殺企図なし	22▽	(2.2)	944▲	(96.5)	966	(98.8)
合計	25	(2.6)	953	(97.4)	981	(100)

$\chi^2(1) = 24.569$, $p < .01$

(▲有意に多い、▽有意に少ない、 $p < .05$)

表46 自殺企図歴の有無と自殺念慮の有無

	死にたいと思った									
	頻繁に思った		時々思った		あまり思わなかった		全く思わなかった		合計	
	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)
自殺企図あり	4▲	(0.4)	5▲	(0.5)	1	(0.1)	2▽	(0.2)	12	(1.2)
自殺企図なし	9▽	(0.9)	89▽	(9.1)	224	(23.0)	639▲	(65.7)	961	(98.8)
合計	13	(1.3)	94	(9.7)	225	(23.1)	641	(65.9)	973	(100)

$\chi^2(3) = 111.602$, $p < .01$

(▲有意に多い、▽有意に少ない、 $p < .05$)

表47 自殺企図歴の有無とストレス関連要因

	自殺企図	N	平均値	(SD)	t 値	自由度	有意確率
心理的な 仕事の量的負担	あり	12	5.3	(2.18)	-2.007	952	0.045
	なし	942	6.6	(2.24)			
職場環境	あり	12	1.8	(0.94)	-2.504	959	0.012
	なし	949	2.6	(1.02)			
CES-D	あり	10	26.9	(15.72)	2.472	9	0.035
	なし	748	14.6	(8.82)			

別添資料 1

1. 職場・仕事について

A. あなたの事業所は次のどれに該当しますか。

- <①農業 ②林業 ③漁業 ④鉱業 ⑤建設業 ⑥製造業 ⑦電気・ガス・熱共有・水道業 ⑧情報通信業
⑨運輸業 ⑩卸売・小売業 ⑪金融・保険業 ⑫不動産業 ⑬飲食店・宿泊業 ⑭医療・福祉 ⑮教育・学習支援業
⑯複合サービス業 ⑰サービス業(他に分類されないもの) ⑱公務(他に分類されないもの) ⑲分類不能の産業>

B. あなたの事業所の従業員(正社員)の人数を教えてください。

- <①10人未満 ②10~19人 ③20~29人 ④30~39人 ⑤40~49人 ⑥50~99人
⑦100~299人 ⑧300~499人 ⑨500~999人 ⑩1000人以上>

C. あなたの会社全体の従業員(正社員)の人数はおよそ何人ですか。 およそ()人

D. あなたの所属部署を教えてください。 ①健康管理部署 ②総務 ③その他()

E. あなたの職種を教えてください。

- <①専門的・技術的職業 ②管理的職業 ③事務的職業 ④販売の職業 ⑤サービスの職業 ⑥保安の職業
⑦農林漁業の職業 ⑧運輸・通信の職業 ⑨生産工程・労務の職業 ⑩分類不能の職業>

2. 心の健康づくりについて

A. あなたの職場では従業員の心の健康づくり(メンタルヘルス対策)が必要だと思いますか

- ①必要と思う ②必要とは思わない ③わからない

B. あなたの職場では従業員の心の健康づくり(メンタルヘルス対策)に取り組んでいますか

- ①取り組んでいる ②取り組んでいない ③検討(準備)中

C. 取り組んでいない場合、その理由はなんですか。主なものを2つを選んで○をつけてください。

- ①取り組み方がわからない ②経済的理由 ③今まで必要がなかった ④適当な担当者(専門スタッフ等)がいない
⑤時間的余裕がない ⑥事業主に関心がない ⑦従業員に関心がない
⑧その他(具体的に)

D. あなたの事業所では、過去1年間に、心の健康問題での相談や問題事例がありましたか

- ①あった()件 ②なかった ③把握できていない

E. あなたの事業所では、現在、心の健康問題(病気)で休んでいる従業員はいますか

- ①いる()人 ②いない ③把握できていない

F. あなたの事業所では、過去1年間に、自殺や自殺未遂を起こした従業員はいましたか

- ①自殺した()人 ②自殺未遂をした()人 ③いない ④把握できていない

G. 心の健康問題で休まれた従業員の復職について何か社内のガイドラインがありますか

- ①ある ②慣例としてガイドラインに相当するものがある ③ない ④検討中である
⑤その他(具体的に:)

H. 心の健康問題で休まれた従業員の復職について何か問題を生じたことがありますか

- ①ある(具体的に:) ②ない

I. 以下の項目において、内容をご存知のものはありますか。あてはまるものすべてに○をしてください。

- ①事業場における労働者の心の健康づくりのための指針(平成12年8月 厚生労働省)
②職場における自殺の予防と対応(平成13年12月 厚生労働省)
③心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き(平成16年10月 厚生労働省)
④労働者の心の健康の保持増進のための指針(平成18年3月 厚生労働省)
⑤過重労働に対する労働安全衛生法改正(平成18年4月施行)

J. 以下の項目において、実際に利用されているものはありますか。あてはまるものすべてに○をしてください。

- ①事業場における労働者の心の健康づくりのための指針(平成12年8月 厚生労働省)
②職場における自殺の予防と対応(平成13年12月 厚生労働省)
③心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き(平成16年10月 厚生労働省)
④労働者の心の健康の保持増進のための指針(平成18年3月 厚生労働省)

K. 以下の項目において、詳しく知りたいものはありますか。あてはまるものすべてに○をしてください。

- ①事業場における労働者の心の健康づくりのための指針(平成12年8月 厚生労働省)
②職場における自殺の予防と対応(平成13年12月 厚生労働省)
③心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き(平成16年10月 厚生労働省)
④労働者の心の健康の保持増進のための指針(平成18年3月 厚生労働省)
⑤過重労働に対する労働安全衛生法改正(平成18年4月施行)

L. 次の機関でメンタルヘルスの相談を行っていることをご存知ですか

- ①高岡産業保健センター (i 知っている ii 利用したことがある iii 利用予定 iii 知らない)
②高岡厚生センター・支所 (i 知っている ii 利用したことがある iii 利用予定 iii 知らない)
③富山県心の健康センター(i 知っている ii 利用したことがある iii 利用予定 iii 知らない)

ご協力, ありがとうございました。

別添資料 2

1. 性・年齢・生活のことなど

- A. 性別・年齢を教えてください。 性別<①男性 ②女性> 年齢()歳
- B. 現在の同居者を教えてください。 <①配偶者 ②子ども(人) ③いない>
- C. 最終学歴を教えてください。 <①中学校 ②高校 ③短大・専門学校 ④大学 ⑤大学院>

2. 仕事のことなど

- A. あなたの事業所は次のどれに該当しますか。
- <①農業 ②林業 ③漁業 ④鉱業 ⑤建設業 ⑥製造業 ⑦電気・ガス・熱共有・水道業 ⑧情報通信業
⑨運輸業 ⑩卸売・小売業 ⑪金融・保険業 ⑫不動産業 ⑬飲食店・宿泊業 ⑭医療・福祉 ⑮教育・学習支援業
⑯複合サービス業 ⑰サービス業(他に分類されないもの) ⑱公務(他に分類されないもの) ⑲分類不能の産業>
- B. あなたの事業所の従業員(正社員)の人数を教えてください。
- <①10人未満 ②10~19人 ③20~29人 ④30~39人 ⑤40~49人 ⑥50~99人
⑦100~299人 ⑧300~499人 ⑨500~999人 ⑩1000人以上>
- C. あなたの会社全体の従業員(正社員)の人数はおおよそ何人ですか。 おおよそ()人
- D. 現在の職種を教えてください。
- <①専門的・技術的職業 ②管理的職業 ③事務的職業 ④販売の職業 ⑤サービスの職業 ⑥保安の職業
⑦農林漁業の職業 ⑧運輸・通信の職業 ⑨生産工程・労務の職業 ⑩分類不能の職業>
- E. 職位を教えてください。 <①一般 ②係長級・主任 ③課長級 ④部長級 ⑤役員>
- F. 現在の会社での勤続年数を教えてください。 約(年 ヶ月)
- G. 1日の勤務時間を教えてください。(日によって違う場合は、一番頻度の多い時間をお答えください) 約(時間)
- H. 夜勤勤務とシフト勤務の有無について教えてください。 夜勤<①あり ②なし>、シフト<①あり ②なし>
- I. 最近1ヶ月の残業時間と休日出勤について教えてください。 残業時間()時間、休日出勤()日
- J. 採用形態を教えてください。 <①新卒採用 ②中途採用 ③契約社員 ④派遣社員 ⑤請負社員 ⑥その他>

3. あなたの仕事についてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

	そうだ	まあそうだ	ややちがう	ちがう
・ 非常にたくさんの仕事をしなければならない	1	2	3	4
・ 時間内に仕事が処理しきれない	1	2	3	4
・ 一生懸命働かなければならない	1	2	3	4
・ かなり注意を集中する必要がある	1	2	3	4
・ 高度の知識や技術が必要なむずかしい仕事だ	1	2	3	4
・ 勤務時間中はいつも仕事のことを考えていなければならない	1	2	3	4
・ からだを大変よく使う仕事だ	1	2	3	4
・ 自分のペースで仕事ができる	1	2	3	4
・ 自分で仕事の順番・やり方を決めることができる	1	2	3	4
・ 職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる	1	2	3	4
・ 自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない	1	2	3	4
・ 私の部署内で意見の食い違いがある	1	2	3	4
・ 私の部署と他の部署とほうまが合わない	1	2	3	4
・ 私の職場の雰囲気は友好的である	1	2	3	4
・ 私の職場の作業環境(騒音, 照明, 温度, 換気など)はよくない	1	2	3	4
・ 仕事の内容は自分にあっている	1	2	3	4
・ 働きがいのある仕事だ	1	2	3	4

4. あなたの周りの方々にについてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

	非常に	かなり	多少	全くない
A. 次の人たちはどれくらい気軽に話ができますか？				
1. 上司	1	2	3	4
2. 職場の同僚	1	2	3	4
3. 配偶者, 家族, 友人等	1	2	3	4
B. あなたが困った時, 次の人たちはどのくらい頼りになりますか？				
4. 上司	1	2	3	4
5. 職場の同僚	1	2	3	4
6. 配偶者, 家族, 友人等	1	2	3	4
C. あなたの個人的な問題を相談したら, 次の人たちはどのくらいきいてくれますか？				
7. 上司	1	2	3	4
8. 職場の同僚	1	2	3	4
9. 配偶者, 家族, 友人等	1	2	3	4

5. この1週間のあなたのからだや心の状態についてお聞きします。最もあてはまるものに○を付けてください。

	1日未満	1~2日	3~4日	5日以上
・普段は何でもないことがわずらわしい。	1	2	3	4
・食べたくない。食欲が落ちた。	1	2	3	4
・家族や友達からおげましてもらっても、気分が晴れない。	1	2	3	4
・他の人と同じ程度には、能力があると思う。	1	2	3	4
・物事に集中できない。	1	2	3	4
・ゆううつだ。	1	2	3	4
・何をするのも面倒だ。	1	2	3	4
・これから先のことについて積極的に考えることができる。	1	2	3	4
・過去のことについてくよくよ考える。	1	2	3	4
・何か恐ろしい気持ちがる。	1	2	3	4
・なかなか眠れない。	1	2	3	4
・生活について不満なくすごせる。	1	2	3	4
・普段より口数が少ない。口が重い。	1	2	3	4
・一人ぼっちでさびしい。	1	2	3	4
・皆がよそよそしいと思う。	1	2	3	4
・毎日が楽しい。	1	2	3	4
・急に泣きだすことがある。	1	2	3	4
・悲しいと感じる。	1	2	3	4
・皆が自分を嫌っていると感じる。	1	2	3	4
・仕事が手につかない。	1	2	3	4

7. 満足度について

	満足	まあ満足	やや不満足	不満足
・仕事に満足だ	1	2	3	4
・家庭生活に満足だ	1	2	3	4

8. 生活習慣について

A. 現在、タバコを吸いますか。 <①吸う→()本/日 ②吸わない>

B. 飲酒習慣(週1日以上の飲酒)はありますか。
 <①ある→()日/週, 飲む日の平均飲酒量()単位 ②ない>

* 500ml缶ビールなら1本, 日本酒なら1合を1単位とします

C. これまで次のようなことがありましたか。

- ・飲酒量を減らさなければならぬと感じたことがありますか。 <①はい ②いいえ>
- ・他人があなたの飲酒を批判するので気にさわったことがありますか。 <①はい ②いいえ>
- ・自分の飲酒について悪いとか申し訳ないと感じたことがありますか。 <①はい ②いいえ>
- ・神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すために「迎え酒」をしたことがありますか。 <①はい ②いいえ>

D. 1日の平均的な就寝時間、起床時間、睡眠時間を教えてください。

就寝時間()時、起床時間()時、睡眠時間()時間

E. 睡眠時間が不足していると感じますか。

<①非常に感じる ②やや感じる ③あまり感じない ④全く感じない>

F. 1日の食事回数を教えてください。

<①1回 ②2回 ③3回 ④その他>

G. 夜食をとりますか。

<①とる ②とらない ③決まっていない>

H. 運動習慣がありますか。 <①ある⇒()回/週 内容は()() ②ない>

J. 悩みなどの相談相手はいますか。

<①いる⇒人数は約()人。具体的には()()() ②いない>

* (例:配偶者 親子 会社の同僚 上司 友人等)

K. ストレス解消法がありますか。

<①ある⇒具体的には()()() ②ない>

L. 現在、心の病気(うつ病など)でクリニックや病院にかかっていますか。 <①かかっている ②かかっていない>

M. 過去1年以内に、心の病気(うつ病など)でクリニックや病院にかかったことがありますか。

<①かかったことがある ②かかったことがない>

N. 過去1年以内に、死にたいと思ったことはありますか。

<①頻繁に思った ②ときどき思った ③あまり思わなかった ④全く思わなかった>

O. 過去1年以内に、実際に自殺をしようとしたことがありますか。

<①あった ②なかった>

ご協力、ありがとうございました。

平成18年度厚生労働科学研究費補助金（労働安全衛生総合研究事業）

分担研究報告書

大都市圏における中小零細事業場を対象とした

自殺予防対策に関する調査研究

分担研究者 北條 稔 北條医院・院長
研究協力者 高田 未里 北里大学大学院医療系研究科・リサーチレジデント
分担研究者 島 悟 京都文教大学人間学部臨床心理学科・教授

研究要旨

労働者の自殺予防対策を進めていく際には、対象（個人および事業場）の特性に応じて適切なモデルを選択すべきである。適切なモデル選択における知見として、事業場の規模別（大規模事業場・中小零細事業場）、地域特性別（大都市圏・地方の中小都市）に応じた自殺予防対策モデルの検証が必要である。そこで本分担研究では、大都市圏における中小零細事業場を対象とした自殺予防対策モデルの検証を行う。本研究では、3年計画の1年目としてベースライン調査を実施した。

72.7%の事業場がメンタルヘルス対策の必要性を感じていたが、実施率は23.6%であった。心の健康問題による相談・問題事例があった事業場は34.5%とメンタルヘルス対策の実施率よりも高く、問題が発生したからといって必ずしもメンタルヘルス対策を導入しているわけではないことが示された。過去1年間では、自殺未遂者が発生した事業場は7.3%、自殺念慮があった者は10.3%、自殺企図があった者は2.2%であった。現在、心の健康問題による休業者がいる事業場は14.5%、抑うつ状態がみられる者は25.6%と高い割合であった。そのため、早急にメンタルヘルス対策が導入されるべきである。自殺企図歴がない者と自殺企図歴がある者とを比較した結果より、受診行動の促進、睡眠教育、法改正・指針や相談受付機関に関する周知度の向上が自殺予防対策として有効となると思われた。