

A. 研究目的

わが国においては、平成10年に労働者の自殺が急増して以来、一向に減少する傾向が見えない。このため労働者の自殺予防対策の確立は緊急の行政課題であると考えられる。また精神障害および自殺の労災事案は顕著に増加しており補償行政においても、自殺予防対策は非常に重要な課題であると考えられる。

自殺対策を進めていく上では画一的なプログラムでは十分に効果が得られない可能性が高く、可及的に、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。

B. 研究方法

(1) 調査対象

東京都大田区にある中小零細事業場を訪問し、研究趣旨を説明、協力依頼を行った。協力の承諾が得られた事業場に調査票を郵送により送付し、回収を行った。

また、東京都千代田区における分担研究においても同様の協力依頼を行い、承諾の得られた事業場にも調査票を郵送により送付し、回収を行った。

調査対象は、事業場 87ヶ所、労働者 2890名である。

(2) 調査票

事業場用調査票の主な内容は、以下の通りである（別添資料 1）。健康管理担当者に回答を依頼した。

- ①事業場の業種・従業員数
- ②回答者の所属部署・職種
- ③事業場におけるメンタルヘルス対策の実施状況
- ④事業場におけるメンタルヘルス問題の現状
- ⑤メンタルヘルスに関連する法改正や指針の利用および周知
- ⑥メンタルヘルスの相談受付機関の利用の有無

労働者用調査票の主な内容は、以下の通りである（別添資料 2）。

- ①性別・年齢・同居者
- ②事業場の業種・従業員数
- ③職種・職位・勤務状況・勤続年数・採用形態
- ④職場ストレッサー・ソーシャルサポート・満足度（職業性ストレス簡易調査票¹⁾）
- ⑤ストレス反応（CES-D²⁾）
- ⑥喫煙習慣・飲酒習慣・睡眠・食事・運動習慣
- ⑦飲酒による問題の有無（CAGE³⁾）
- ⑧悩みの相談相手
- ⑨ストレス解消法
- ⑩心の病気による受診歴（現在・過去 1年間）
- ⑪自殺念慮・自殺企図歴（過去 1年間）

C. 研究結果

(1) 回収率

事業場用調査票 55 部、労働者用調査票

2181部を回収した。回収率はそれぞれ、63.2%、75.5%であった。

(2) 事業場に対する調査結果

①事業場の業種・従業員数（表1-3）

主に運輸業（18事業場；32.7%）、製造業（17事業場；30.9%）、サービス業（8事業場；14.5%）、卸売・小売業（7事業場；12.7%）であった（表1）。

約7割の事業場が会社全体の正社員数100名以上であった。会社全体の正社員数100～299名が15事業場（27.3%）と最も多く、次いで会社全体の正社員数1000名以上が14事業場（25.5%）であった（表2）。

約8割の事業場が従業員数100名未満であった。従業員数50～99名が14事業場（25.5%）と最も多く、次いで従業員数10～19名が12事業場（21.8%）であった（表3）。

②回答者の所属部署・職種（表4-5）

健康管理部が5名（9.1%）、総務が12名（21.8%）、その他として営業5名（9.1%）、管理5名（9.1%）、業務4名（7.3%）であった（表4）。

管理的職業が32名（58.2%）、事務的職業が13名（23.6%）であった（表5）。

③事業場におけるメンタルヘルス対策の実施状況（表6-7）

40事業場（72.7%）がメンタルヘルス対策の必要性を感じていた（表6）。

13事業場（23.6%）はメンタルヘルス対策を実施していたが、31事業場（56.4%）はメンタルヘルス対策を実施していなかった。また、10事業場（18.2%）が実施を検

討中であった。未実施の理由としては、適当な担当者がいない（24事業場；29.6%）、取り組み方が分からない（19事業場；23.5%）が多かった（表7）。

④事業場におけるメンタルヘルス問題の現状（表8-12）

19事業場（34.5%）において、過去1年間における心の健康問題による相談・問題事例があり、件数は1件と2件が多かった。12事業場（21.8%）が問題を把握していなかった（表8）。

また、8事業場（14.5%）において、現在心の健康問題による休業者がおり、人数は1名と2名が多かった（表9）。

過去1年間に自殺者がいたと回答した事業場はなかったが、4事業場（7.3%）において自殺未遂者がいた（表10）。

社内における復職ガイドラインが制定されていたのは1事業場（1.8%）のみであり、3事業場（5.5%）では慣例として相当するものがあるとのことであった（表11）。また、6事業場（10.9%）が復職に関する問題を抱えていた（表12）。

⑤メンタルヘルスに関連する法改正や指針の利用および周知（表13）

平成18年4月の労働安全衛生法改正による一部過重労働面接の義務化について「知っている」との回答が31事業場（56.4%）であった。労働者の心の健康の保持増進のための指針について「知っている」との回答が13事業場（23.6%）であった。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について「知っている」との回答が8事業場（14.5%）であった。職場に

おける自殺の予防と対応について「知っている」との回答が5事業場(9.1%)であった。

いずれも実際に「利用している」との回答は少なく、「知りたい」との回答が30.9%~45.5%であった。

⑥メンタルヘルスの相談受付機関の利用の有無(表14)

地域産業保健センターおよび都道府県産業保健推進センターについて「知っている」と回答した事業場は、順に25.5%、20.0%であった。実際に利用したり、利用を予定している事業場は非常に少なかった。

(3)労働者に対する調査結果

①属性(表15)

男性が1577名(72.3%)、女性が553名(25.4%)であった。30代が660名(30.3%)と最も多く、次いで50代489名(22.4%)、40代478名(21.9%)、20代315名(14.4%)であった。

配偶者と子どもと同居している者が776名(35.6%)と最も多く、次いで独居847名(38.8%)、配偶者のみ376名(17.2%)であった。

最終学歴は、高校が1024名(47.0%)と最も多く、次いで大学546名(25.0%)、短大・専門学校332名(15.2%)であった。

採用形態は、中途採用が1187名(54.4%)と最も多く、次いで新卒採用584名(26.8%)であった。

②事業場の業種・従業員数(表16-18)

運輸業が733名(33.6%)と最も多く、次いで製造業729名(33.4%)、サービス

業359名(16.5%)であった(表16)。

約8割の者が全体の正社員数100名以上の会社に勤務していた。正社員数300~499名の会社に勤務する者が661名(30.3%)と最も多く、次いで正社員数1000名以上の会社に勤務する者が565名(25.9%)、正社員数100~299名の会社に勤務する者が400名(18.8%)であった(表17)。

従業員数50~99名の事業場に勤務する者が651名(29.8%)と最も多く、次いで従業員数100~299名の事業場に勤務する者が534名(24.5%)であった(表18)。

③職種・職位・勤務状況・勤続年数(表19-26)

運輸・通信の職業が531名(24.3%)と最も多く、次いで事務的職業396名(18.2%)、専門的・技術的職業310名(14.2%)、生産工程・労務の職業236名(10.8%)、管理的職業224名(10.3%)、サービスの職業222名(10.2%)であった(表19)。

一般職が1619名(74.2%)と最も多く、ついで係長級・主任237名(10.9%)、課長級151名(6.9%)であった(表20)。

1日あたりの勤務時間は、7~8時間が680名(31.2%)と最も多く、次いで9~10時間474名(21.7%)、8~9時間280名(12.8%)であった(表21)。

勤続年数は、6年未満が854名(39.2%)と最も多く、次いで16~20年が310名(14.2%)、6~10年が268名(12.3%)、11~15年が253名(11.6%)であった(表22)。

最近1ヶ月の残業時間は、10時間以内が347名(15.9%)と最も多く、次いで残業

なし 304 名（13.9%）、30～40 時間が 242 名（11.1%）であった。80 時間以上の者は 89 名（4.0%）であり、中でも 100 時間以上の者は 27 名（1.2%）であった（表 23）。

最近 1 ヶ月の休日出勤数は、「なし」が 941 名（43.1%）と最も多く、次いで 1 日 279 名（12.8%）、2 日 202 名（9.3%）であった（表 24）。

夜勤のある者は 312 名（14.3%）、シフト勤務のある者は 229 名（10.5%）であった（表 25、26）。

④ストレス関連要因（表 27）

職業性ストレス簡易調査票におけるストレスラー・サポート・満足度を標準化得点と比較した結果、いずれも大きな相違はなく、標準的な得点であった。

CES-D のカットオフポイントである 16 点以上であった者は 559 名（25.6%）であった。

⑤喫煙習慣・飲酒習慣・睡眠・食事・運動習慣（表 28-36）

喫煙習慣のある者は、1064 名（48.8%）であった。1 日の喫煙本数では、19～24 本が 462 名（43.4%）と最も多く、次いで 25～30 本が 204 名（19.2%）であった（表 28）。

飲酒習慣のある者は、1271 名（58.3%）であった。週あたりの飲酒量では、14 単位が 161 名（12.7%）と最も多く、次いで 1 単位 147 名（11.6%）、7 単位 115 名（9.0%）、2 単位 112 名（8.8%）であった（表 29）。CAGE に対して 2 個以上に「はい」と回答した者は、367 名（16.8%）であった（表 30）。

平均睡眠時間は、7 時間が 827 名（37.9%）と最も多く、次いで 8 時間が 565 名（25.9%）、6 時間が 406 名（18.6%）であった（表 31）。

睡眠不足感に関しては、やや感じている者が 1048 名（48.1%）と最も多く、次いであまり感じない者が 604 名（27.7%）、非常に感じる者が 349 名（16.0%）、全く感じない者が 135 名（6.2%）であった（表 32）。

1 日の食事回数は、3 回が 1414 名（64.8%）と最も多く、次いで 2 回が 665 名（30.5%）、1 回が 26 名（1.2%）であった（表 33）。夜食を決まってとる者は 203 名（9.3%）であり、とらない者は 1461 名（67.0%）、決まっていない者が 473 名（21.7%）であった（表 34）。

運動習慣のある者は、530 名（24.3%）であった。週あたりの運動回数では、1 回が 252 名（47.5%）と最も多く、次いで 2 回が 99 名（18.7%）であった（表 35）。運動内容ではウォーキング・散歩が 109 名（20.6%）と最も多く、次いで筋力トレーニング・スポーツジムが 68 名（12.8%）、ジョギング・ランニングが 50 名（9.4%）であった（表 36）。

⑥ストレス解消法（表 37-38）

ストレス解消法がある者は、1258 名（57.7%）であった（表 37）。ストレス解消法の内容では、運動が 412 名（32.8%）と最も多く、次いで飲酒が 198 名（15.7%）、ギャンブルが 139 名（11.0%）、買物が 107 名（8.5%）、歌う・カラオケが 101 名（8.0%）であった（表 38）。

⑦悩みの相談相手（表 39）

相談相手がいる者は、1535 名（70.4%）

であった。相談相手の人数では、3名が376名(24.5%)と最も多く、次いで2名が300名(19.5%)、1名が270名(17.6%)、5名が234名(15.2%)であった。

相談相手としては、友人が854名(55.6%)と最も多く、次いで配偶者675名(44.0%)、親が353名(23.0%)、同僚が268名(17.5%)であった。

⑧心の病気による受診歴(表40-41)

現在、心の病気により受診している者は25名(1.1%)であった(表40)。過去1年間における受診歴は55名(2.5%)であった(表41)。

⑨過去1年間における自殺念慮・自殺企図歴(表42-43)

自殺念慮が頻繁にあった者は40名(1.8%)、時々あった者は185名(8.5%)であった(表42)。自殺企図歴のある者は49名(2.2%)であった(表43)。

(4)自殺企図歴の有無と他項目との関連(表44-51)

以下の項目において、関連が認められた。

①夜勤の有無(表44)

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者では、夜勤のある者が有意に多く、夜勤のない者が有意に少なかった。

②睡眠不足感(表45)

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者では、睡眠不足感を非常に感じている者が有意に多く、睡眠不足感をやや感じている者が有意に少なかった。

③夜食の習慣(表46)

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者では、夜食を決まるとる者が有意に多かった。

④相談相手の有無(表47)

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者では、相談相手がいる者が有意に少なく、相談相手がいない者が有意に多かった。

⑤現在の心の病気による受診歴(表48)

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者では、現在受診している者が有意に多く、現在受診していない者が有意に少なかった。

⑥過去1年間における心の病気による受診歴(表49)

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者では、受診歴のある者が有意に多く、受診歴のない者が有意に少なかった。

⑦自殺念慮の頻度(表50)

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者では、自殺念慮が頻繁にあった者および時々あった者が有意に多く、自殺念慮が全くなかった者が有意に少なかった。

⑧心理的な仕事の量的負担(表51)

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者は有意に得点が低く、心理的な仕事の量的負担が高いと感じていた。

⑨仕事のコントロール（表 51）

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者は有意に得点が高く、仕事のコントロールが低いと感じていた。

⑩技能の活用（表 51）

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者は有意に得点が低く、技能の低活用を強く感じていた。

⑪対人関係（表 51）

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者は有意に得点が低く、対人関係がストレスフルであると感じていた。

⑫職場環境（表 51）

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者は有意に得点が低く、職場環境がストレスフルであると感じていた。

⑬働きがい（表 51）

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者は有意に得点が高く、働きがいが少ないと感じていた。

⑭上司サポート（表 51）

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者は有意に得点が高く、上司サポートが少ないと感じていた。

⑮CES-D（表 51）

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者は有意に得点が高く、抑うつ程度が高かった。

⑯仕事の満足（表 51）

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者は有意に得点が高く、仕事の満足感が低いと感じていた。

⑰家庭生活の満足（表 51）

自殺企図歴がない者と比較して、自殺企図歴がある者は有意に得点が高く、家庭生活の満足感が低いと感じていた。

D. 考察

大都市圏における中小零細事業場を対象として調査を実施した結果、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、実際に実施していたのは23.6%であった。過去1年間では、34.5%の事業場において心の健康問題による相談・問題事例があり、7.3%の事業場において自殺未遂者が発生していた。また、過去1年間において自殺念慮があった者が10.3%、自殺企図歴のあった者は2.2%、心の病気による受診歴のある者は2.5%であった。

現在、14.5%の事業場では心の健康問題による休業者がおり、10.9%の事業場が復職に関する問題を抱えていた。現在、心の病気により受診している者は1.1%であり、抑うつ状態がみられる者は25.6%であった。

労働者健康状況調査⁴⁾では、従業員100名以下の事業場におけるメンタルヘルス対策の実施率は20.2~32.4%であり、本調査結果における23.6%は同様の割合である。また、中小零細事業場の労働者を対象とした調査⁵⁾では、自殺念慮があった者は10.3%~13.0%であり、本調査結果における10.3%は同様の割合である。しかし、同調査においては抑うつ状態のみられた者は13.2%~18.2%であったが、本調査では

25.6%であり、高い結果となった。また、労働安全衛生基本調査⁶⁾では、従業員100名以下の事業場において心の健康問題により休業した労働者がいる事業場は1.5%~6.5%であったが、本調査では14.5%であり、高い結果となった。

多くの事業場において、メンタルヘルス対策の必要性は認識しているものの、適当な担当者がいない、取り組み方が分からないなどの理由から未実施である事業場が多かった。心の健康問題による相談・問題事例があった事業場の割合は、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。しかし、抑うつ状態がみられる者や心の健康問題により休業した労働者がいる事業場の割合が高く、早急にメンタルヘルス対策が導入されるべきである。

過去1年間における自殺企図歴のある者の割合も高いと言える。自殺企図歴がない者と比較して自殺企図歴がある者は抑うつ程度が高く、4分の1の労働者に抑うつ状態がみられている。しかし、現在心の病気により受診している者は1%に過ぎず、受診行動の促進が自殺予防対策として有効となると思われる。また、自殺企図歴がない者と比較して自殺企図歴がある者は、夜勤がある場合や睡眠不足感を非常に感じている場合が多く、睡眠教育も自殺予防対策として有効となると思われる。その他、メンタルヘルスに関連する法改正や指針、相談受付機関に関する周知はいずれも低く、周知度を上げることも取り組むべき内容であろう。

E. 結論

大都市圏における中小零細事業場においては、メンタルヘルス対策の必要性は認識しているものの、未実施である事業場が多かった。しかし、抑うつ状態がみられる者や心の健康問題により休業した労働者がいる事業場の割合が高く、早急にメンタルヘルス対策が導入されるべきである。特に、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。

F. 研究発表

1. 論文発表
該当せず。

2. 学会発表
該当せず。

G. 知的所有権の取得状況

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。

H. 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) 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.
- 6) 厚生労働省. 平成 17 年労働安全衛生基
本調査. 2005.

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	1	(1.8)
製造業	17	(30.9)
電気・ガス・熱共有・水道業	0	(0.0)
情報通信業	1	(1.8)
運輸業	18	(32.7)
卸売・小売業	7	(12.7)
金融・保険業	1	(1.8)
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	0	(0.0)
サービス業(他に分類されないもの)	8	(14.5)
公務(他に分類されないもの)	0	(0.0)
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	1	(1.8)
10～19名	1	(1.8)
20～29名	1	(1.8)
30～39名	1	(1.8)
40～49名	3	(5.5)
50～99名	7	(12.7)
100～299名	15	(27.3)
300～499名	6	(10.9)
500～999名	2	(3.6)
1000名以上	14	(25.5)

*欠損 4

表3 事業場の従業員数

	度数	(%)
10名未満	7	(12.7)
10～19名	12	(21.8)
20～29名	6	(10.9)
30～39名	4	(7.3)
40～49名	3	(5.5)
50～99名	14	(25.5)
100～299名	8	(14.5)
300～499名	1	(1.8)
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	5	(9.1)
総務	12	(21.8)
その他	35	(63.6)

*欠損 3

表5 回答者の職種

	度数	(%)
専門的・技術的職業	4	(7.3)
管理的職業	32	(58.2)
事務的職業	13	(23.6)
販売の職業	3	(5.5)
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	8	(14.5)
生産工程・労務の職業	0	(0.0)
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	40	(72.7)
必要とは思わない	4	(7.3)
わからない	11	(20.0)

表7 メンタルヘルス対策の実施状況

	度数	(%)
実施状況		
実施	13	(23.6)
未実施	31	(56.4)
検討(準備中)	10	(18.2)

未実施の理由(複数回答)

	度数	(%)
取り組み方が分からない	19	(23.5)
経済的理由	0	(0.0)
今まで必要なかった	3	(3.7)
適当な担当者がいない	24	(29.6)
時間的余裕がない	9	(11.1)
事業主に関心がない	3	(3.7)
従業員に関心がない	4	(4.9)
その他	1	(1.2)

*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	19	(34.5)
なかった	23	(41.8)
把握できていない	12	(21.8)
件数		
1件	6	
2件	6	
3件	2	
4件	1	
5件	3	
6件	0	
7件	1	

*欠損 1

表9 現在の心の健康問題による休業者

	度数	(%)
有無		
いる	8	(14.5)
いない	39	(70.9)
把握できていない	8	(14.5)
人数		
1名	4	
2名	3	
3名	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	4	(7.3)
いない	48	(87.3)
把握できていない	3	(5.5)
自殺者の人数		
1名	2	
自殺未遂者の人数		
1名	1	

表11 社内における復職ガイドラインの有無

	度数	(%)
ある	1	(1.8)
慣例として相当するものがある	3	(5.5)
ない	42	(76.4)
検討中	5	(9.1)
その他	1	(1.8)

*欠損 3

表12 復職に関する問題の有無

	度数	(%)
ある	6	(10.9)
ない	43	(78.2)

*欠損 6

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)	13	(23.6)	8	(14.5)	23	(41.8)
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)	5	(9.1)	0	(0.0)	17	(30.9)
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)	8	(14.5)	4	(7.3)	24	(43.6)
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)	13	(23.6)	6	(10.9)	24	(43.6)
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)	31	(56.4)	-	-	25	(45.5)

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	(%)
地域産業保健センター	14	(25.5)	1	(1.8)	0	(0.0)	37	(67.3)
都道府県産業保健推進センター	11	(20.0)	2	(3.6)	0	(0.0)	39	(70.9)

*欠損 3

表15 回答者の属性

		度数	(%)
性別		男性	1577 (72.3)
	欠損 51	女性	553 (25.4)
年齢		20歳未満	6 (0.3)
	平均 41.6	20代	315 (14.4)
	欠損 130	30代	660 (30.3)
		40代	478 (21.9)
		50代	489 (22.4)
		60代以上	103 (4.7)
同居者		配偶者	376 (17.2)
	欠損 130	配偶者と子ども	776 (35.6)
		子ども	182 (8.3)
		いない(独居)	847 (38.8)
子どもの人数		1名	360 (16.5)
	欠損 1230	2名	447 (20.5)
		3名	122 (5.6)
		4名	17 (0.8)
		5名以上	5 (0.2)
		最終学歴	
欠損 66	高校		1024 (47.0)
	短大・専門学校		332 (15.2)
	大学		546 (25.0)
	大学院		56 (2.6)
	採用形態		
欠損 66		中途採用	1187 (54.4)
		契約社員	90 (4.1)
		派遣社員	41 (1.9)
		請負社員	5 (0.2)
		その他	208 (9.5)

表16 勤務する事業場の業種

	(複数回答あり)	
	度数	(%)
農業	1	(0.0)
林業	0	(0.0)
漁業	0	(0.0)
鉱業	3	(0.1)
建設業	2	(0.1)
製造業	729	(33.4)
電気・ガス・熱共有・水道業	0	(0.0)
情報通信業	77	(3.5)
運輸業	733	(33.6)
卸売・小売業	146	(6.7)
金融・保険業	2	(0.1)
不動産業	1	(0.0)
飲食店・宿泊業	0	(0.0)
医療・福祉	1	(0.0)
教育・学習支援業	0	(0.0)
複合サービス業	38	(1.7)
サービス業(他に分類されないもの)	359	(16.5)
公務(他に分類されないもの)	6	(0.3)
分類不能の産業	40	(1.8)

*欠損 57

表18 勤務する事業場の従業員数

	度数	(%)
10名未満	102	(4.7)
10～19名	151	(6.9)
20～29名	157	(7.2)
30～39名	104	(4.8)
40～49名	57	(2.6)
50～99名	651	(29.8)
100～299名	534	(24.5)
300～499名	280	(12.8)
500～999名	16	(0.7)
1000名以上	68	(3.1)

*欠損 61

表17 勤務する会社全体の正社員数

	(複数回答あり)	
	度数	(%)
10名未満	14	(0.6)
10～19名	24	(1.1)
20～29名	17	(0.8)
30～39名	34	(1.6)
40～49名	41	(1.9)
50～99名	52	(2.4)
100～299名	400	(18.3)
300～499名	661	(30.3)
500～999名	183	(8.4)
1000名以上	565	(25.9)

*欠損 190

表19 職種

	(複数回答あり)	
	度数	(%)
専門的・技術的職業	310	(14.2)
管理的職業	224	(10.3)
事務的職業	396	(18.2)
販売の職業	179	(8.2)
サービスの職業	222	(10.2)
保安の職業	6	(0.3)
農林漁業の職業	0	(0.0)
運輸・通信の職業	531	(24.3)
生産工程・労務の職業	236	(10.8)
分類不能の職業	38	(1.7)

*欠損 90

表20 職位

	度数	(%)
一般	1619	(74.2)
係長級・主任	237	(10.9)
課長級	151	(6.9)
部長級	76	(3.5)
役員	19	(0.9)
*欠損 79		

表22 勤続年数

	度数	(%)
6年未満	854	(39.2)
6～10年	268	(12.3)
11～15年	253	(11.6)
16～20年	310	(14.2)
21～25年	116	(5.3)
26～30年	121	(5.5)
31～35年	108	(5.0)
36～40年	70	(3.2)
41年以上	24	(1.1)
平均 12.2年		
*欠損 57		

表21 1日あたりの勤務時間

	度数	(%)
～2時間	10	(0.5)
～3時間	0	(0.0)
～4時間	2	(0.1)
～5時間	1	(0.0)
～6時間	15	(0.7)
～7時間	66	(3.0)
～8時間	680	(31.2)
～9時間	280	(12.8)
～10時間	474	(21.7)
～11時間	120	(5.5)
～12時間	201	(9.2)
～13時間	115	(5.3)
～14時間	90	(4.1)
～15時間	43	(2.0)
～16時間	15	(0.7)
～17時間	7	(0.3)
～18時間	2	(0.1)
18時間以上	5	(0.2)
平均 9.8時間		
*欠損 55		

表23 最近1ヶ月の残業時間

	度数	(%)
0時間	304	(13.9)
～10時間	347	(15.9)
～20時間	221	(10.1)
～30時間	181	(8.3)
～40時間	242	(11.1)
～50時間	170	(7.8)
～60時間	116	(5.3)
～70時間	72	(3.3)
～80時間	67	(3.1)
～90時間	22	(1.0)
～100時間	40	(1.8)
100時間以上	27	(1.2)
平均 30.7時間		
*欠損 372		

表24 最近1ヶ月の休日出勤

	度数	(%)
0日	941	(43.1)
1日	279	(12.8)
2日	202	(9.3)
3日	107	(4.9)
4日	87	(4.0)
5日	26	(1.2)
6日	21	(1.0)
7日	4	(0.2)
8日	11	(0.5)
9日	4	(0.2)
10日	3	(0.1)

平均 1.63日

*欠損 449

表25 夜勤の有無

	度数	(%)
あり	312	(14.3)
なし	1643	(75.3)

*欠損 226

表26 シフト勤務の有無

	度数	(%)
あり	229	(10.5)
なし	1524	(69.9)

*欠損 428

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	2119	6.6
心理的な仕事の質的負担	3~12	2118	6.5
身体的負担	1~4	2147	2.5
仕事のコントロール	3~12	2117	7.2
技能の活用	1~4	2137	2.7
対人関係	3~12	2111	8.6
職場環境	1~4	2143	2.5
仕事の適性	1~4	2146	2.1
働きがい	1~4	2151	2.3
サポート			
上司	3~12	2106	7.6
同僚	3~12	2119	7.0
家族・友人	3~12	2133	5.2
ストレス反応			
CES-D	0~60	1853	13.6
*16点以上は559名			
満足度			
仕事	1~4	2145	2.4
家庭生活	1~4	2139	2.0

表28 喫煙習慣と1日の喫煙本数

	度数	(%)
喫煙習慣		
あり	1064	(48.8)
なし	1091	(50.0)
1日の喫煙本数		
(喫煙習慣ありに対する割合)		
7本未満	35	(3.3)
7~12本	132	(12.4)
13~18本	112	(10.5)
19~24本	462	(43.4)
25~30本	204	(19.2)
31~36本	5	(0.5)
37~42本	81	(7.6)
43~48本	1	(0.1)
49~54本	18	(1.7)
55本以上	13	(1.2)

*欠損 26

表29 飲酒習慣と週あたりの飲酒量

	度数	(%)
飲酒習慣		
あり	1271	(58.3)
なし	874	(40.1)
週あたりの飲酒量		
(飲酒習慣ありに対する割合)		
～1単位	147	(11.6)
～2単位	112	(8.8)
～3単位	67	(5.3)
～4単位	70	(5.5)
～5単位	67	(5.3)
～6単位	82	(6.5)
～7単位	115	(9.0)
～8単位	42	(3.3)
～9単位	19	(1.5)
～10単位	38	(3.0)
～11単位	0	(0.0)
～12単位	49	(3.9)
～13単位	0	(0.0)
～14単位	161	(12.7)
～15単位	18	(1.4)
～16単位	3	(0.2)
～17単位	0	(0.0)
～18単位	11	(0.9)
～19単位	0	(0.0)
～20単位	11	(0.9)
～21単位	74	(5.8)
21単位以上	56	(4.4)
平均 9.4単位		
*欠損 36		

表30 CAGEに対する「はい」の回答数

	度数	(%)
0個	1363	(62.5)
1個	451	(20.7)
2個	218	(10.0)
3個	97	(4.4)
4個	52	(2.4)

表31 平均睡眠時間

	度数	(%)
3時間以下	10	(0.5)
4時間	3	(0.1)
5時間	103	(4.7)
6時間	406	(18.6)
7時間	827	(37.9)
8時間	565	(25.9)
9時間	149	(6.8)
10時間	15	(0.7)
11時間	18	(0.8)
12時間以上	12	(0.6)
平均 6.3時間		
*欠損 73		

表32 睡眠不足感

	度数	(%)
非常に感じる	349	(16.0)
やや感じる	1048	(48.1)
あまり感じない	604	(27.7)
全く感じない	135	(6.2)
*欠損 45		

表33 1日の食事回数

	度数	(%)
1回	26	(1.2)
2回	665	(30.5)
3回	1414	(64.8)
その他	38	(1.7)
*欠損 38		

表34 夜食の習慣

	度数	(%)
とる	203	(9.3)
とらない	1461	(67.0)
きまっていない	473	(21.7)
*欠損 44		

表35 運動習慣と週あたりの運動回数

	度数	(%)
運動習慣		
あり	530	(24.3)
なし	1594	(73.1)
週あたりの運動回数 (運動習慣ありに対する割合)		
1回	252	(47.5)
2回	99	(18.7)
3回	54	(10.2)
4回	28	(5.3)
5回	37	(7.0)
6回	17	(3.2)
7回	32	(6.0)
	平均 2.4回	
	*欠損 57	

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	109	(20.6)
筋カトレーニング・スポーツジム	68	(12.8)
ジョギング・ランニング	50	(9.4)
ゴルフ	39	(7.4)
ストレッチ・体操	41	(7.7)
サッカー	33	(6.2)
野球・ソフトボール	32	(6.0)
水泳	30	(5.7)
テニス	24	(4.5)
サイクリング	16	(3.0)
ヨガ・ピラティス	13	(2.5)
ダンス	11	(2.1)
エアロビクス	10	(1.9)
バレーボール	9	(1.7)
バドミントン	8	(1.5)
サーフィン	8	(1.5)
バスケットボール	7	(1.3)
登山・ハイキング	6	(1.1)
卓球	4	(0.8)
仕事	4	(0.8)
ラグビー	4	(0.8)
ボーリング	4	(0.8)
スキー	3	(0.6)
太極拳	2	(0.4)
空手	2	(0.4)
格闘技	2	(0.4)
ボクシング	2	(0.4)
ドライブ・ツーリング	2	(0.4)
錐体外路系の運動	1	(0.2)
自彊術	1	(0.2)
剣道	1	(0.2)
軽運動	1	(0.2)
釣り	1	(0.2)
アネロビクス	1	(0.2)

表37 ストレス解消法の有無

	度数	(%)
ある	1258	(57.7)
ない	857	(39.3)

*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	412	(32.8)	スポーツ観戦	11	(0.9)
飲酒	198	(15.7)	掃除	10	(0.8)
ギャンブル	139	(11.0)	芸術鑑賞	10	(0.8)
買物	107	(8.5)	タバコ	9	(0.7)
歌う・カラオケ	101	(8.0)	創作活動	9	(0.7)
ドライブ・ツーリング	97	(7.7)	泣く	7	(0.6)
睡眠	83	(6.6)	風俗・性行為	7	(0.6)
テレビ・ビデオ・映画・DVD観賞	81	(6.4)	囲碁・将棋	5	(0.4)
食事	80	(6.4)	1人になる	4	(0.3)
音楽鑑賞	77	(6.1)	休息	4	(0.3)
会話	67	(5.3)	仕事	4	(0.3)
趣味	65	(5.2)	笑う	4	(0.3)
ゲーム	63	(5.0)	信仰	3	(0.2)
旅行	55	(4.4)	クラブ	2	(0.2)
入浴・サウナ	50	(4.0)	サークル	2	(0.2)
釣り	46	(3.7)	勉強	2	(0.2)
読書	46	(3.7)	くよくよ考えない	1	(0.1)
遊ぶ・レジャー	39	(3.1)	ダーツ	1	(0.1)
家族・子供と過ごす	36	(2.9)	ビリヤード	1	(0.1)
ペットと遊ぶ	26	(2.1)	気分てんかん	1	(0.1)
外出	19	(1.5)	現実逃避	1	(0.1)
マッサージ・ストレッチ・エステ	16	(1.3)	考える	1	(0.1)
パソコン	15	(1.2)	思いついた好きな事をする	1	(0.1)
音楽演奏	13	(1.0)	前向に考える	1	(0.1)
園芸	13	(1.0)	他人がどう見ているか問題にしない	1	(0.1)
料理	13	(1.0)	物にあたる	1	(0.1)

表39 相談相手

	度数	(%)
相談相手の有無		
いる	1535	(70.4)
いない	572	(26.2)

相談相手の人数

(相談相手ありに対する割合)

1名	270	(17.6)
2名	300	(19.5)
3名	376	(24.5)
4名	87	(5.7)
5名	234	(15.2)
6名	23	(1.5)
7名	6	(0.4)
8名	8	(0.5)
9名	1	(0.1)
10名以上	91	(5.9)

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	675	(44.0)
親	353	(23.0)
子	135	(8.8)
兄弟姉妹	137	(8.9)
友人	854	(55.6)
親戚	9	(0.6)
上司	93	(6.1)
同僚	268	(17.5)
家族	53	(3.5)
恋人	24	(1.6)
その他	19	(1.2)

平均 3.6名

*欠損 74

表40 現在の心の病気による受診歴

	度数	(%)
あり	25	(1.1)
なし	2112	(96.8)

*欠損 44

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	55	(2.5)
なし	2086	(95.6)

*欠損 40

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	40	(1.8)
時々思った	185	(8.5)
あまり思わなかった	403	(18.5)
全く思わなかった	1516	(69.5)

*欠損 40

表43 過去1年間における自殺企図の有無

	度数	(%)
あり	49	(2.2)
なし	2093	(96.0)

*欠損 39

表44 自殺企図歴の有無と夜勤の有無

	夜勤				合計	
	あり		なし			
	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)
自殺企図あり	15▲	(0.8)	29▽	(1.5)	44	(2.3)
自殺企図なし	294▽	(15.2)	1596▲	(82.5)	1,890	(97.7)
合計	309	(16.0)	1,625	(84.0)	1,934	(100.0)

$\chi^2(3) = 17.666$, $p < .01$

(▲有意に多い、▽有意に少ない、 $p < .05$)

表45 自殺企図歴の有無と睡眠不足感

	睡眠不足									
	非常に感じる		やや感じる		あまり感じない		全く感じない		合計	
	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)
自殺企図あり	18▲	(0.8)	16▽	(0.8)	12	(0.6)	1	(0.0)	47	(2.2)
自殺企図なし	331▽	(15.6)	1025▲	(48.2)	590	(27.8)	133	(6.3)	2,079	(97.8)
合計	349	(16.4)	1,041	(49.0)	602	(28.3)	134	(6.3)	2,126	(100.0)

$\chi^2(3) = 17.666$, $p < .01$

(▲有意に多い、▽有意に少ない、 $p < .05$)

表46 自殺企図歴の有無と夜食の習慣

	夜食						合計	
	とる		とらない		きまっていない			
	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)
自殺企図あり	10▲	(0.5)	32	(1.5)	7	(0.3)	49	(2.3)
自殺企図なし	193▽	(8.9)	1421	(65.3)	464	(21.3)	2078	(95.5)
合計	203	(9.3)	1453	(66.8)	471	(21.6)	2127	(97.7)

$\chi^2(2) = 7.668$, $p < .05$

(▲有意に多い、▽有意に少ない、 $p < .05$)

表47 自殺企図歴の有無と相談相手の有無

	相談相手				合計	
	いる		いない			
	度数	(%)	度数	(%)	度数	(%)
自殺企図あり	29▽	(1.4)	19▲	(0.9)	48	(2.3)
自殺企図なし	1502▲	(71.5)	551▽	(26.2)	2,053	(97.7)
合計	1,531	(72.9)	570	(27.1)	2,101	(100.0)

$\chi^2(1) = 3.854$, $p < .05$

(▲有意に多い、▽有意に少ない、 $p < .05$)