

表5 職業性ストレス簡易調査票下位尺度の高ストレス群の割合(%)  
(生産工程・労務職、販売サービス職、標準集団)

	男性			女性		
	生産工程労務職 n=2,454	販売サービス職 n=3,455	標準集団 n=15,933	生産工程労務職 n=694	販売サービス職 n=7,624	標準集団 n=8,447
量的負担	8.4 **	14.5 ***	10.4	6.7	9.7 ***	5.8
質的負担	4.5 **	5.9	5.7	11.1	11.3 *	10.3
身体的負担	25.0 ***	20.9 ***	8.2	39.0 ***	24.1 ***	9.6
対人関係	5.9 **	4.3	4.5	5.6	4.6 ***	6.4
職場環境	26.8 ***	10.2 ***	13.8	26.3 **	14.9 ***	21.7
コントロール	7.9 ***	6.0	5.4	6.1	4.8 *	5.5
技能活用	6.6 ***	7.0 ***	4.5	12.3 ***	9.9 *	9.1
適性	8.2 ***	8.1 ***	6.4	4.8 ***	6.3 ***	9.3
働き甲斐	10.2 ***	7.1	7.3	8.8 ***	8.0 ***	13.1
活気	13.3 ***	8.8 ***	10.9	14.5	11.9 **	13.4
イライラ感	5.8 *	6.3 ***	4.9	3.5 ***	6.1 ***	8.8
疲労感	8.1	8.9 **	7.4	2.5 ***	5.7 ***	7.4
不安感	7.1	9.4 ***	7.1	1.6 ***	4.9 **	5.8
抑うつ	8.7 ***	7.8 **	6.5	1.8 ***	4.4 ***	7.2
身体愁訴	9.4 ***	8.6 **	7.4	2.3 ***	5.4 ***	7.8
上司支援	9.1 ***	6.6	6.9	7.3	7.7	7.5
同僚支援	7.2 *	5.8	6.1	8.6	6.9 **	8.1
家族支援	9.1 ***	7.7	6.9	2.8 *	4.7	4.4
満足感	6.6 ***	5.0	5.0	2.3 ***	4.2 ***	6.4

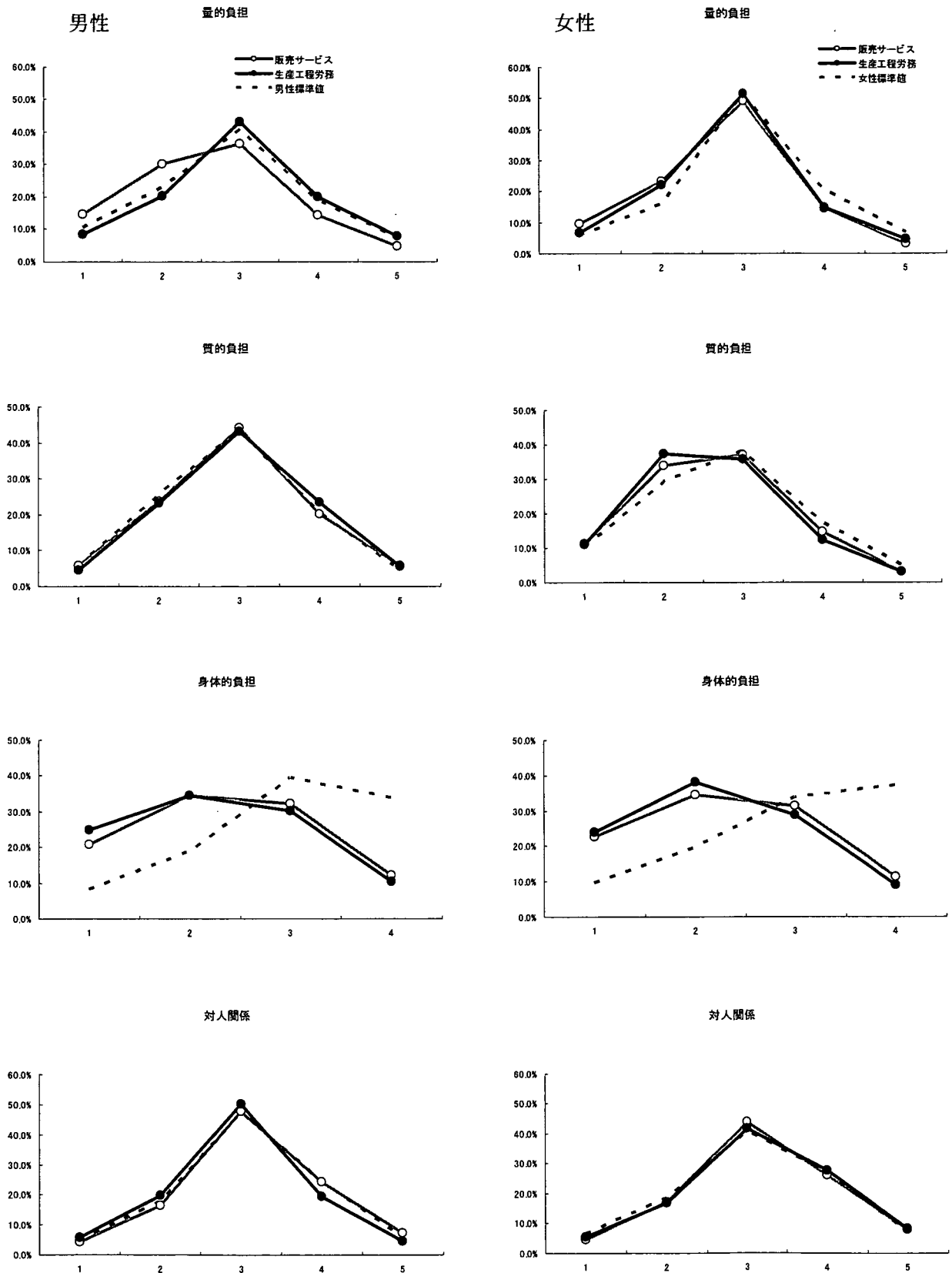
\*:p<0.05 \*\*:p<0.01 \*\*\*:p<0.001 標準集団(全国労働者における%)との比較

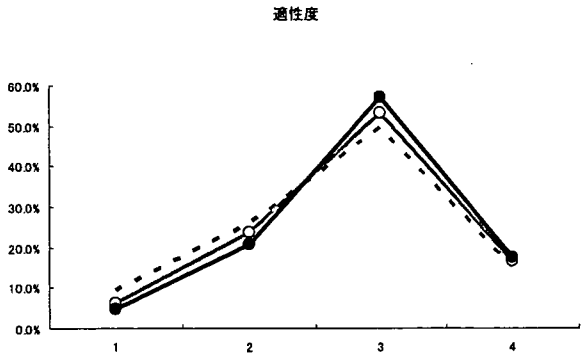
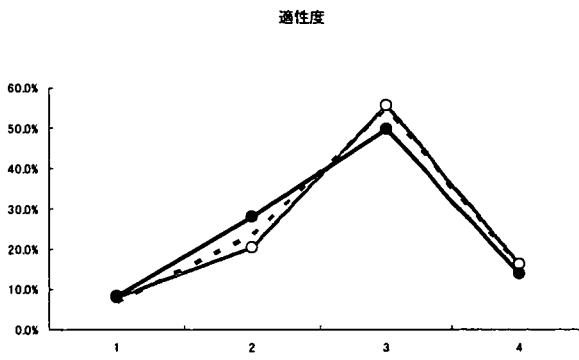
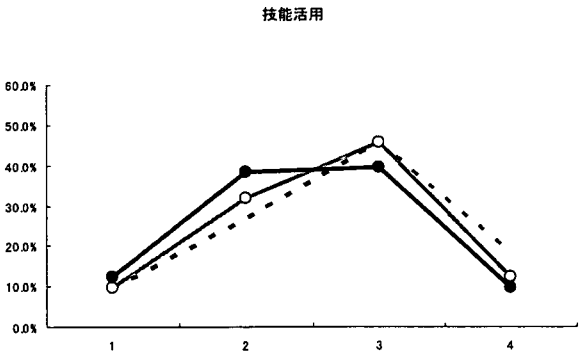
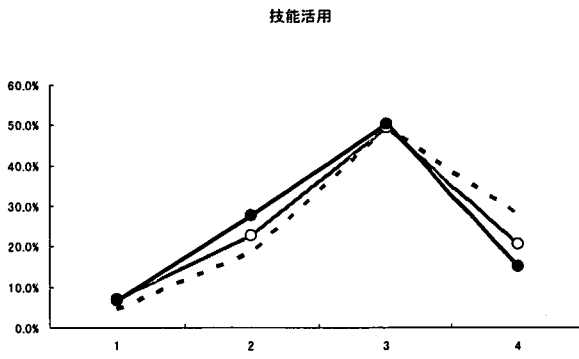
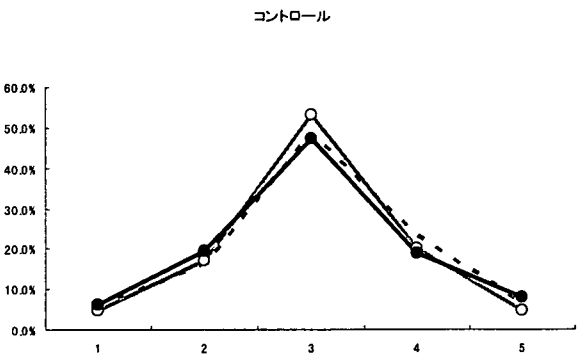
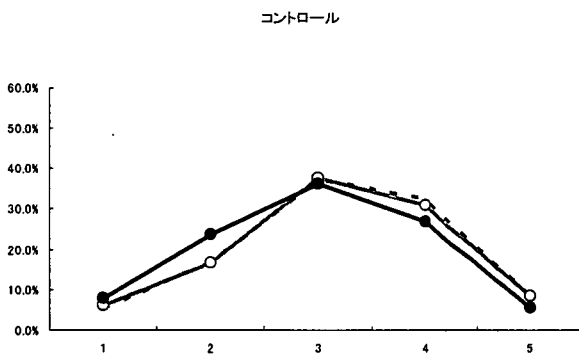
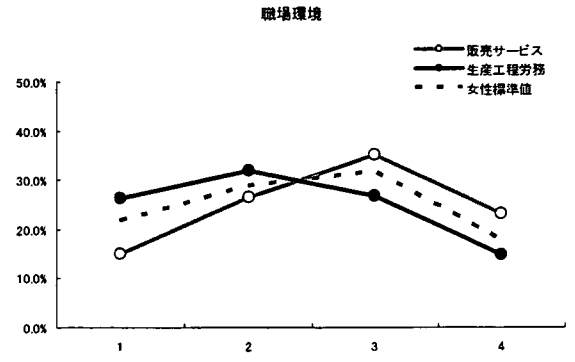
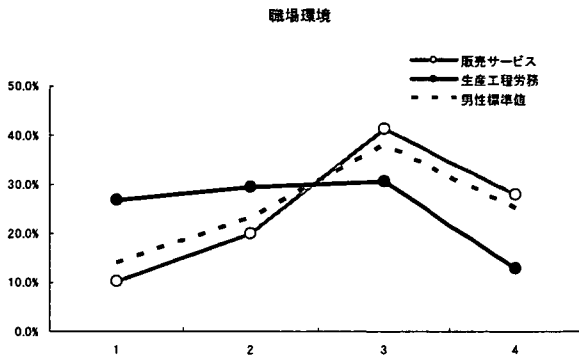
表6 販売サービス業従事者における雇用形態別高ストレス群の割合(%)

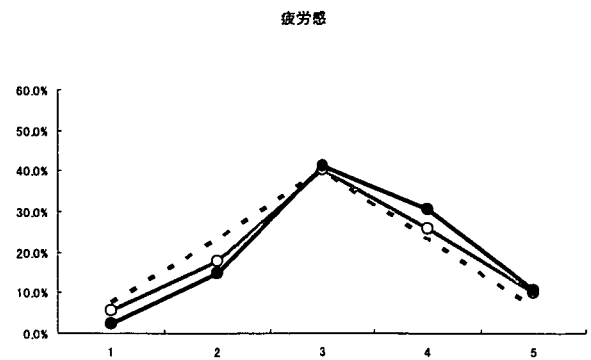
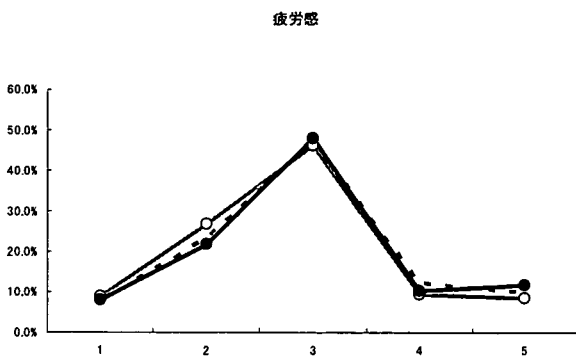
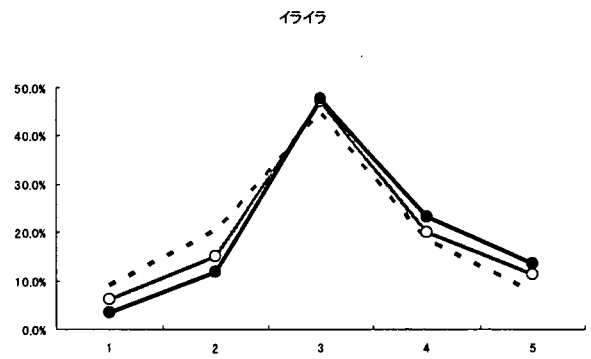
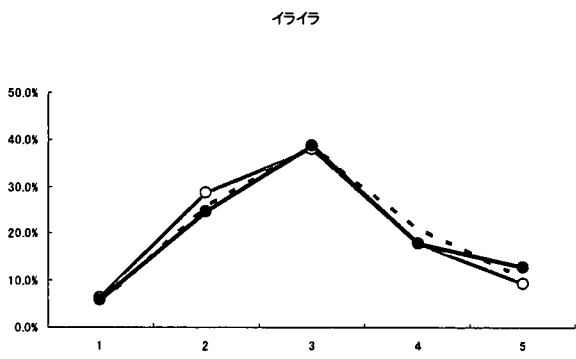
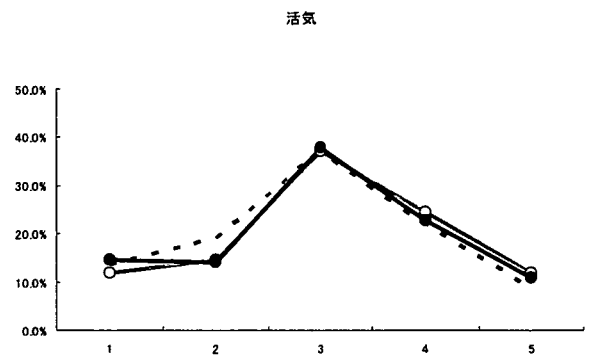
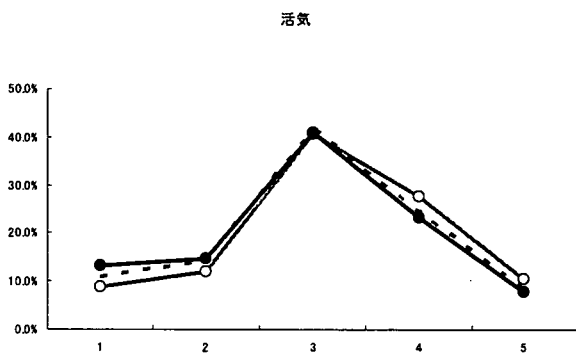
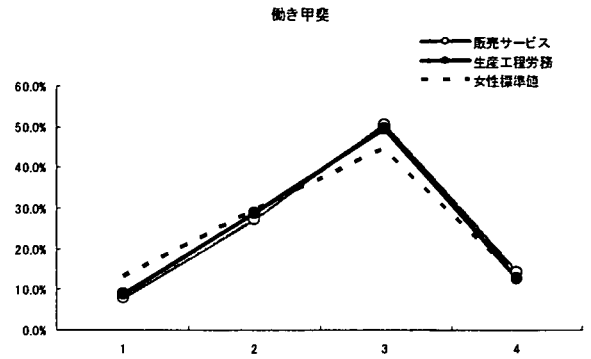
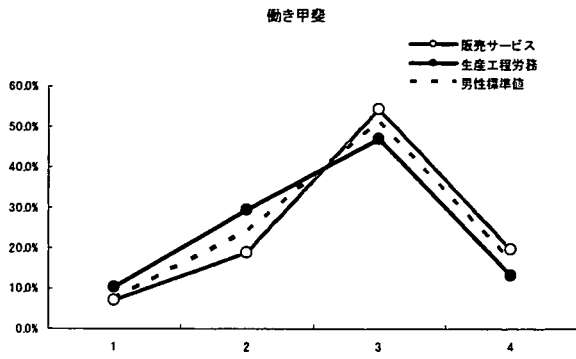
	男性			女性		
	正規職員 n=1,542	非正規職員 n=503	標準集団 n=15,933	正規職員 n=1,869	非正規職員 n=5,184	標準集団 n=8,447
量的負担	15.4	6.3 ***	10.4	7.9	10.6 ***	5.8
質的負担	5.9	2.0 ***	5.7	9.5	12.5 ***	10.3
身体負担	17.7	29.3 ***	8.2	15.6	27.1 ***	9.6
対人関係	5.8	3.9	4.5	6.7	3.9 ***	6.4
職場環境	12.1	8.5 *	13.8	21.5	12.2 ***	21.7
コントロール	6.2	10.3 **	5.4	3.0	5.6 ***	5.5
技能活用	6.5	17.2 ***	4.5	6.6	10.8 ***	9.1
適性度	11.0	8.7	6.4	9.3	5.3 ***	9.3
働き甲斐	9.3	10.1	7.3	9.6	7.7 **	13.1
活気	10.5	9.8	10.9	12.3	11.8	13.4
いらいら感	6.5	8.9 *	4.9	9.4	4.7 ***	8.8
疲労感	9.3	8.7	7.4	9.0	4.5 ***	7.4
不安感	10.4	7.7 *	7.1	7.9	3.7 ***	5.8
抑うつ感	8.4	8.3	6.5	7.7	3.2 ***	7.2
身体愁訴	10.7	8.5	7.4	8.9	4.3 ***	7.8
上司支援	7.1	10.9 **	6.9	6.2	8.4 **	7.5
同僚支援	5.6	7.8 *	6.1	5.8	7.2 *	8.1
家族支援	7.0	9.2 *	6.9	3.7	4.9 *	4.4
満足度	4.8	7.1 *	5.0	5.9	3.8 ***	6.4

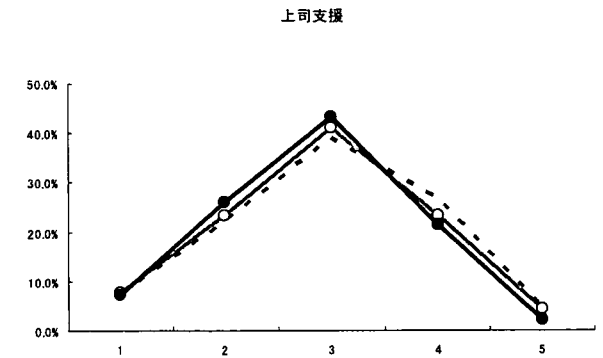
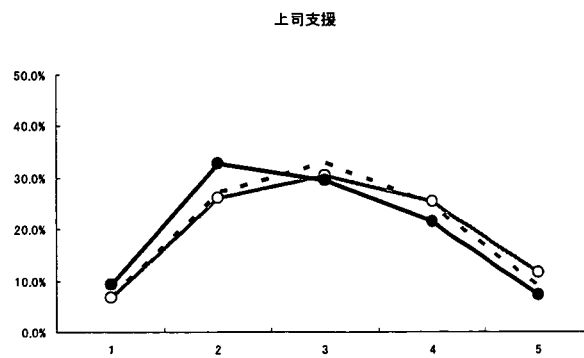
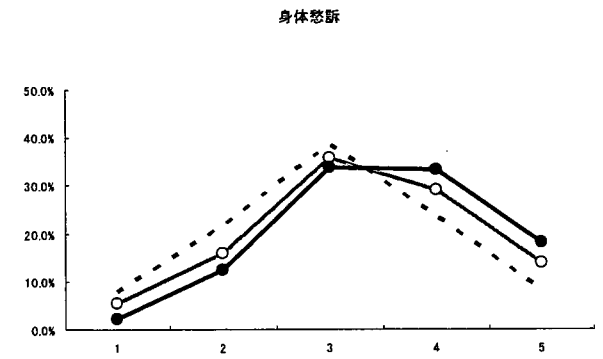
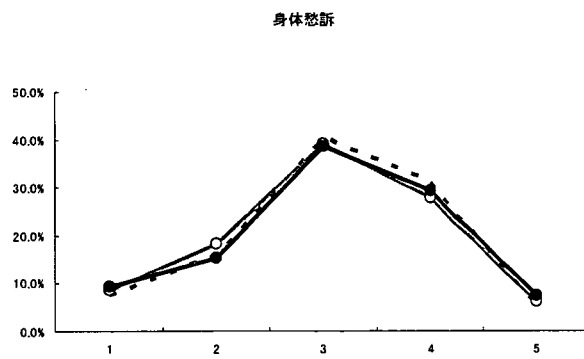
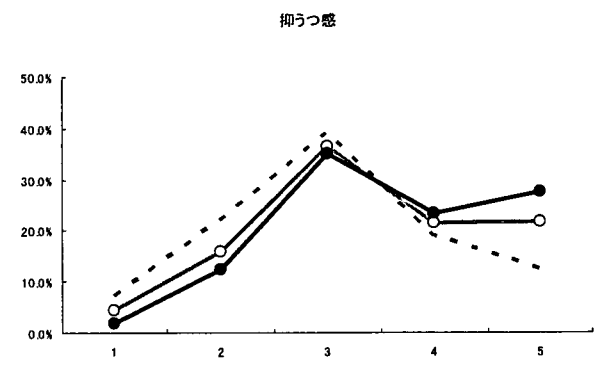
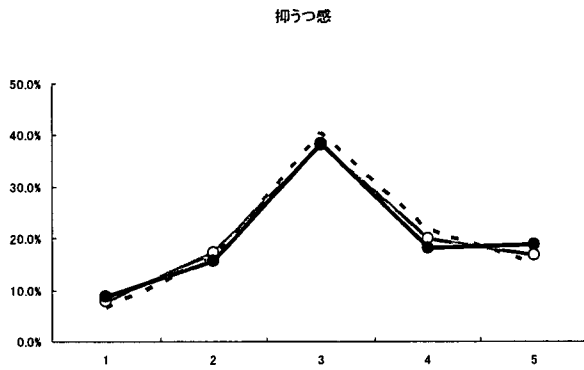
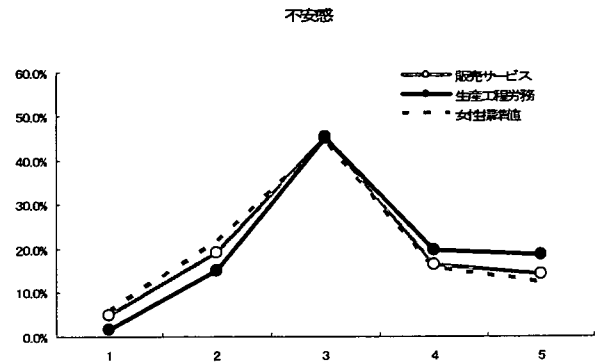
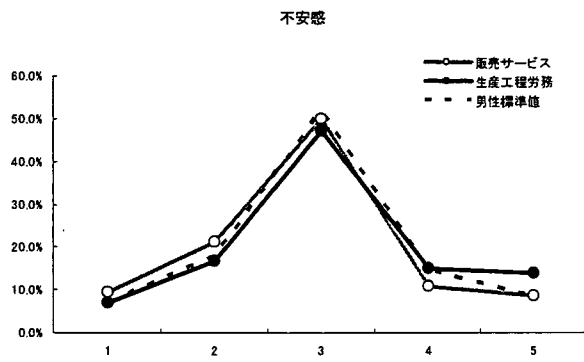
\*:p<0.05 \*\*:p<0.01 \*\*\*:p<0.001 正規と非正規職員との比較

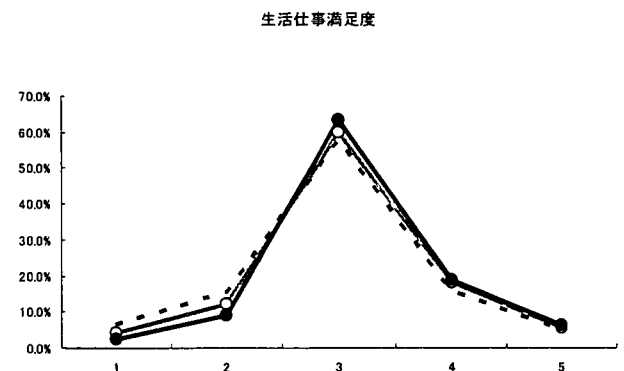
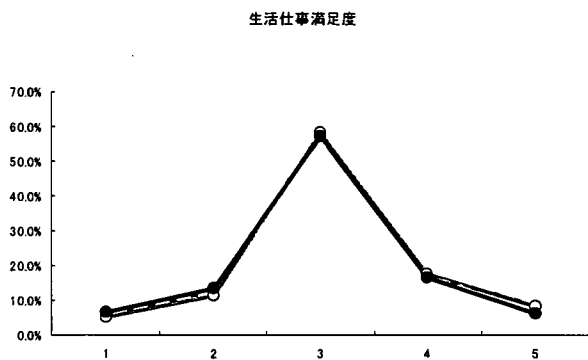
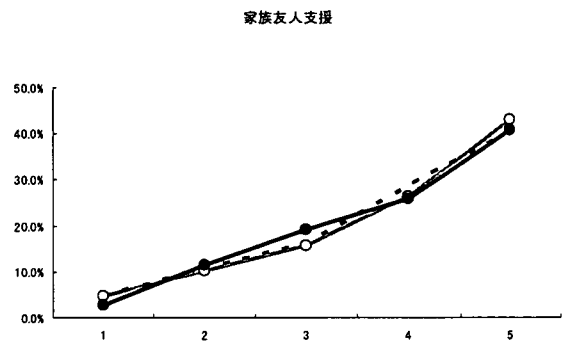
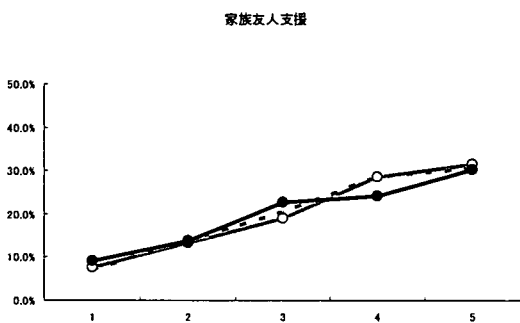
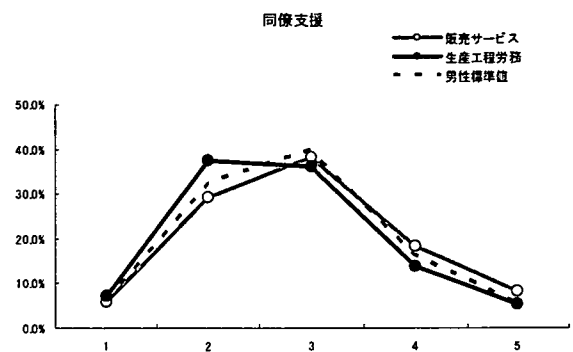
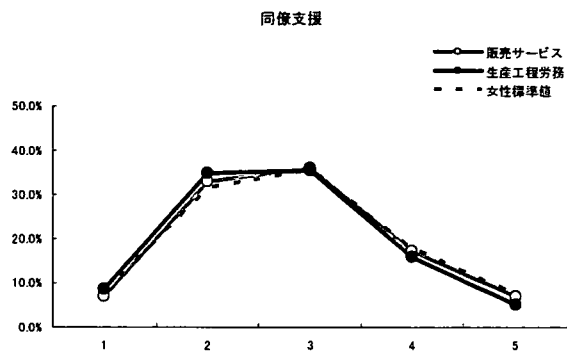
図3 標準集団、生産工程労務職、販売サービス職における5段階評価分布











標準集団：男性(n=15,933)、女性(n=8,447)、  
 生産工程労務職：男性(n=2454)、女性(n=693)  
 販売サービス職：男性(n=3455)、女性(n=7625)

いずれのグラフも縦軸は%、横軸は評価。

評価は1が最もストレスが高い状況を示す。尺度の構成項目数が1つのものは、4段階評価となっている。

表7-1 疲労蓄積度自己診断チェックリスト質問項目の回答分布(自覚症状項目)

自覚症状に関する項目	男性				女性			
	ほとんどない	時々ある	よくある	P	ほとんどない	時々ある	よくある	P
	イライラする	27.7 %	60.0 %	12.3 %	0.000	28.6 %	63.0 %	8.4 %
不安だ	39.4 %	48.2 %	12.4 %	0.032	45.5 %	47.7 %	6.8 %	0.046
落ち着かない	53.0 %	39.7 %	7.3 %	0.013	66.6 %	29.8 %	3.6 %	0.049
ゆううつだ	46.2 %	41.5 %	12.3 %		47.4 %	43.9 %	8.7 %	
眠れない	53.8 %	37.1 %	9.1 %	0.000	67.4 %	27.3 %	5.3 %	
体の調子が悪い	46.1 %	47.7 %	6.1 %		41.5 %	53.3 %	5.2 %	
物事に集中できない	43.6 %	47.5 %	8.9 %		41.3 %	51.5 %	7.2 %	
することに間違いが多い	54.1 %	42.8 %	3.1 %	0.000	46.6 %	51.2 %	2.2 %	
仕事中、強い眠気に襲われる	61.9 %	32.6 %	5.5 %		79.6 %	18.6 %	1.8 %	0.001
やる気が出ない	59.1 %	32.8 %	8.1 %		85.7 %	12.6 %	1.7 %	
へとへとだ	46.4 %	47.8 %	5.8 %	0.013	53.3 %	44.3 %	2.4 %	
朝、起きた時、ぐったりした疲れを感じる	40.7 %	51.4 %	8.0 %		50.4 %	45.4 %	4.2 %	
以前とくらべて、疲れやすい	50.3 %	40.8 %	8.9 %		48.5 %	43.1 %	8.5 %	
	50.5 %	40.0 %	9.6 %		47.3 %	43.2 %	9.5 %	
	43.0 %	46.6 %	10.4 %		53.9 %	40.2 %	5.8 %	0.003
	40.5 %	45.8 %	13.7 %		47.9 %	42.3 %	9.8 %	
	31.0 %	50.7 %	18.2 %	0.037	23.5 %	59.8 %	16.7 %	
	28.2 %	49.1 %	22.7 %		23.6 %	56.8 %	19.6 %	

職種間の比較 exact-test



表7-2 疲労蓄積度自己診断チェックリスト質問項目の回答分布(勤務状況項目)

勤務状況に関する項目	男性				女性				
	ない/小/適当	多・大/不適切	非常に大きい	P	ない/小/適当	多・大/不適切	非常に大きい	P	
時間外労働	生産工程労務職	61.1 %	33.1 %	5.8 %	0.000	75.6 %	21.2 %	3.2 %	0.000
	販売サ―ビス職	56.4 %	31.6 %	12.1 %		66.3 %	28.4 %	5.2 %	
不規則勤務	生産工程労務職	78.5 %	21.5 %		0.037	93.3 %	6.7 %		0.000
	販売サ―ビス職	74.6 %	25.4 %			85.8 %	14.2 %		
出張負担	生産工程労務職	96.3 %	3.7 %		0.007	99.2 %	0.8 %		
	販売サ―ビス職	93.6 %	6.4 %			98.5 %	1.5 %		
深夜勤務	生産工程労務職	79.7 %	16.0 %	4.2 %	0.000	92.6 %	6.8 %	0.6 %	0.000
	販売サ―ビス職	91.2 %	7.4 %	1.4 %		97.7 %	2.1 %	0.2 %	
休憩仮眠時間施設	生産工程労務職	71.3 %	28.7 %			85.8 %	14.2 %		
	販売サ―ビス職	72.3 %	27.7 %			83.9 %	16.1 %		
精神的負担	生産工程労務職	47.6 %	42.5 %	10.0 %		56.9 %	38.5 %	4.6 %	
	販売サ―ビス職	45.5 %	41.8 %	12.6 %		54.6 %	38.2 %	7.2 %	
身体的負担	生産工程労務職	59.5 %	32.4 %	8.1 %	0.019	53.8 %	39.9 %	6.3 %	0.000
	販売サ―ビス職	65.4 %	27.1 %	7.5 %		66.2 %	29.3 %	4.5 %	

職種間の比較 exact-test

表8-1 疲労蓄積度自己診断チェックリスト自覚症状、勤務状況得点の代表値

男性

	自覚症状		勤務状況	
	生産工程労務職	販売サービス職	生産工程労務職	販売サービス職
N	855	1201	821	1190
Mean	9.3	10.3	2.6	2.7
SD	7.6	7.8	2.7	2.9
Min	0.0	0.0	0.0	0.0
Max	39.0	39.0	15.0	15.0
%				
5	0.0	0.0	0.0	0.0
25	3.0	4.0	0.0	0.0
50	8.0	9.0	2.0	2.0
75	13.0	14.5	4.0	4.0
95	24.0	25.0	8.0	8.0

女性

	自覚症状		勤務状況	
	生産工程労務職	販売サービス職	生産工程労務職	販売サービス職
N	470	4279	439	4095
Mean	7.9	8.5	1.6	1.8
SD	6.0	6.5	1.9	2.1
Min	0.0	0.0	0.0	0.0
Max	31.0	37.0	11.0	12.0
%				
5	0.0	0.0	0.0	0.0
25	4.0	3.0	0.0	0.0
50	7.0	7.0	1.0	1.0
75	11.0	12.0	2.0	3.0
95	20.5	21.0	6.0	6.0

表9 疲労蓄積度自己診断チェックリストによる仕事の負担度

	男性				女性		チェックリスト 作成委員会 報告書 %		
	生産工程労務職		販売サービス職		生産工程労務職			販売サービス職	
	n	%	n	%	n	%		n	%
低い	0	312 ( 38.4 )	406 ( 34.7 )	184 ( 44.3 )	1738 ( 43.8 )			31.8	
	1	106 ( 13.0 )	138 ( 11.8 )	68 ( 16.4 )	602 ( 15.2 )			17.0	
やや高い	2	87 ( 10.7 )	131 ( 11.2 )	43 ( 10.4 )	460 ( 11.6 )			12.6	
	3	93 ( 11.4 )	139 ( 11.9 )	59 ( 14.2 )	460 ( 11.6 )			11.6	
高い	4	85 ( 10.5 )	151 ( 12.9 )	33 ( 8.0 )	373 ( 9.4 )			14.1	
	5	74 ( 9.1 )	98 ( 8.4 )	17 ( 4.1 )	173 ( 4.4 )			5.4	
非常に高い	6	19 ( 2.3 )	30 ( 2.6 )	7 ( 1.7 )	77 ( 1.9 )			3.2	
	7	37 ( 4.6 )	78 ( 6.7 )	4 ( 1.0 )	84 ( 2.1 )			4.3	
		813	1171	415	3967			1030	

表8-2 疲労蓄積度自己診断チェックリスト自覚症状、勤務状況得点の代表値(年代別)

		男性				女性			
		自覚症状		勤務状況		自覚症状		勤務状況	
		生産工程 労務職	販売 サービス職	生産工程 労務職	販売 サービス職	生産工程 労務職	販売 サービス職	生産工程 労務職	販売 サービス職
29歳以下	N	178	423	169	419	29	565	28	560
	Mean	9.7	9.4	2.2	2.1	7.8	10.1	1.5	1.7
	SD	8.0	7.7	2.8	2.7	6.0	7.6	1.8	2.2
	Min	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	Max	39.0	39.0	14.0	15.0	29.0	37.0	7.0	12.0
	%	5	0.0	0.0	0.0	0.5	1.0	0.0	0.0
30代	25	3.8	4.0	0.0	0.0	4.5	4.0	0.0	0.0
	50	8.0	8.0	1.0	1.0	7.0	9.0	1.0	1.0
	75	14.0	13.0	3.0	3.0	10.5	14.0	3.0	3.0
	95	26.1	25.0	8.5	8.0	24.0	26.0	6.1	6.9
	N	265	311	265	312	70	681	67	668
	Mean	8.9	11.6	2.6	3.4	9.2	9.6	1.7	2.1
SD	7.6	7.5	2.8	3.0	7.0	7.1	2.3	2.4	
Min	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
Max	37.0	39.0	14.0	14.0	28.0	37.0	11.0	11.0	
%	5	0.0	1.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	
40代	25	3.0	6.0	0.0	1.0	4.0	4.0	0.0	0.0
	50	8.0	11.0	2.0	3.0	8.0	8.0	1.0	1.0
	75	12.0	16.0	4.0	5.0	13.0	13.5	2.0	3.0
	95	25.0	27.0	8.0	10.0	21.5	24.9	7.2	7.0
	N	209	209	202	208	124	1393	124	1339
	Mean	10.5	12.3	3.2	3.7	6.8	8.7	1.5	1.9
SD	7.7	8.1	2.6	2.8	4.7	6.2	1.8	2.1	
Min	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
Max	37.0	39.0	11.0	14.0	24.0	34.0	11.0	12.0	
%	5	0.0	1.0	0.0	1.0	0.0	0.0	0.0	
50代	25	4.0	6.5	1.0	2.0	3.3	4.0	0.0	0.0
	50	10.0	11.0	3.0	3.0	6.0	8.0	1.0	1.0
	75	14.0	17.0	5.0	6.0	10.0	12.0	2.0	3.0
	95	25.0	28.0	8.0	9.0	15.0	20.0	5.0	6.0
	N	192	198	177	193	223	1491	204	1398
	Mean	8.3	9.4	2.2	2.1	8.3	7.4	1.7	1.5
SD	6.9	7.9	2.5	2.6	6.3	5.9	1.8	1.8	
Min	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
Max	34.0	37.0	15.0	13.0	31.0	30.0	10.0	11.0	
%	5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
60歳以上	25	3.0	3.0	0.0	0.0	3.0	3.0	0.0	0.0
	50	7.0	8.0	1.0	1.0	7.0	6.0	1.0	1.0
	75	13.0	14.0	3.5	3.0	12.0	11.0	2.0	2.0
	95	22.4	24.0	6.1	8.0	21.0	19.0	6.0	5.0
	N	11	51	8	50	23	122	15	106
	Mean	5.2	4.6	1.5	1.1	6.1	6.2	1.0	1.4
SD	6.4	3.6	2.8	2.1	5.5	5.8	1.2	2.0	
Min	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
Max	19.0	14.0	8.0	12.0	24.0	31.0	3.0	10.0	
%	5	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	
60歳以上	25	1.0	2.0	0.0	0.0	3.0	1.0	0.0	0.0
	50	2.0	4.0	0.0	0.0	4.0	5.0	0.0	0.5
	75	10.0	8.0	2.5	1.3	8.0	10.0	2.0	2.0
	95	19.0	11.0	8.0	5.5	22.0	17.0	3.0	5.6

表10 職業性ストレス簡易調査票の各ストレス反応尺度を従属変数、ストレス要因を独立変数とした重回帰分析結果

男性

	活気		イライラ感		疲労感		不安感		抑うつ感		身体愁訴	
	生産工程労働職	販売サービス職	生産工程労働職	販売サービス職	生産工程労働職	販売サービス職	生産工程労働職	販売サービス職	生産工程労働職	販売サービス職	生産工程労働職	販売サービス職
量的負担	-0.041	-0.060 **	0.214 ***	0.191 ***	0.234 ***	0.257 ***	0.215 ***	0.155 ***	0.126 ***	0.114 ***	0.063 **	0.085 ***
質的負担	0.021	-0.004	-0.018	0.025	0.041	0.097 ***	0.156 ***	0.265 ***	0.030	0.115 ***	0.065 **	0.128 ***
身体的負担	0.040 *	0.058 ***	0.035	0.003	0.158 ***	0.137 ***	0.010	0.012	0.039	0.006	0.076 **	0.024
対人関係	-0.170 ***	-0.121 ***	0.278 ***	0.326 ***	0.071 **	0.106 ***	0.165 ***	0.134 ***	0.238 ***	0.198 ***	0.136 ***	0.146 ***
職場環境	-0.096 ***	-0.050 **	0.048 *	0.050 **	0.108 ***	0.031	0.009	0.009	0.042 *	0.012	0.136 ***	0.073 ***
コントロール	0.108 ***	0.057 **	-0.042 *	-0.069 ***	-0.086 ***	-0.077 ***	-0.072 ***	-0.111 ***	-0.031	-0.060 ***	0.003	-0.013
技能活用	0.003	0.052 **	0.010	0.014	0.010	-0.021	-0.021	-0.037 *	-0.037	-0.052 **	-0.041	-0.021
適性度	0.070 **	0.167 ***	-0.097 ***	-0.015	-0.116 ***	-0.101 ***	-0.174 ***	-0.125 ***	-0.147 ***	-0.149 ***	-0.120 ***	-0.027
働き甲斐	0.293 ***	0.273 ***	-0.102 ***	-0.108 ***	-0.080 **	-0.079 ***	-0.005	-0.031	-0.138 ***	-0.160 ***	-0.069 *	-0.124 ***
R <sup>2</sup>	0.272	0.276	0.253	0.247	0.259	0.245	0.249	0.251	0.254	0.247	0.157	0.122

女性

	活気		イライラ感		疲労感		不安感		抑うつ感		身体愁訴	
	生産工程労働職	販売サービス職	生産工程労働職	販売サービス職	生産工程労働職	販売サービス職	生産工程労働職	販売サービス職	生産工程労働職	販売サービス職	生産工程労働職	販売サービス職
量的負担	0.006	-0.089 ***	0.209 ***	0.108 ***	0.251 ***	0.177 ***	0.145 **	0.105 ***	0.114 *	0.050 ***	0.162 **	0.064 ***
質的負担	0.009	0.043 **	-0.012	0.025	-0.011	0.088 ***	0.210 ***	0.245 ***	0.056	0.084 ***	0.016	0.079 ***
身体的負担	0.024	0.053 ***	-0.147 ***	0.016	0.047	0.074 ***	-0.016	-0.030 *	-0.058	-0.028 *	0.044	0.026 *
対人関係	-0.184 ***	-0.139 ***	0.326 ***	0.336 ***	0.161 ***	0.114 ***	0.159 ***	0.155 ***	0.190 ***	0.201 ***	0.022	0.134 ***
職場環境	-0.048	-0.034 **	0.050	0.090 ***	0.005	0.113 ***	-0.040	0.023 *	-0.006	0.053 ***	0.047	0.132 ***
コントロール	0.029	0.093 ***	-0.084 *	-0.037 **	-0.090 *	-0.072 ***	-0.104 *	-0.116 ***	-0.025	-0.071 ***	-0.011	-0.041 **
技能活用	0.033	0.020	-0.031	0.043 ***	-0.039	0.042 ***	0.008	0.011	-0.015	0.007	-0.045	0.032 **
適性度	0.137 **	0.126 ***	0.008	-0.066 ***	-0.095 *	-0.159 ***	-0.109 *	-0.169 ***	-0.103 *	-0.179 ***	-0.113 *	-0.103 ***
働き甲斐	0.275 ***	0.281 ***	-0.060	-0.091 ***	-0.018	-0.051 ***	-0.014	0.010	-0.133 *	-0.109 ***	-0.103 *	-0.040 **
R <sup>2</sup>	0.253	0.254	0.217	0.235	0.183	0.210	0.196	0.221	0.148	0.200	0.109	0.117

\*:p<0.05,\*\*p<0.01,\*\*\*:p<0.001

表11-1 疲労蓄積度自己診断チェックリスト自覚症状得点を従属変数、簡易調査票ストレス要因を独立変数とした重回帰分析結果(標準化β)

	男性		女性	
	生産工程労務職	販売サービス職	生産工程労務職	販売サービス職
量的負担	0.132 **	0.253 ***	0.210 ***	0.150 ***
質的負担	0.074	0.091 **	0.065	0.082 ***
身体負担	0.057	0.016	-0.002	0.034 *
対人関係	0.196 ***	0.155 ***	0.042	0.163 ***
職場環境	0.080 *	0.057 *	0.094	0.036 *
コントロール	-0.027	-0.092 **	-0.083	-0.092 ***
技能活用	-0.031	-0.026	-0.024	0.037 *
適性	-0.176 ***	-0.048	-0.124 *	-0.159 ***
働き甲斐	-0.074	-0.199 ***	-0.117	-0.072 ***
R <sup>2</sup>	0.249	0.293	0.171	0.207

表11-2 疲労蓄積度自己診断チェックリスト自覚症状得点を従属変数、勤務状況得点を独立変数とした重回帰分析結果(標準化β)

	男性		女性	
	生産工程労務職	販売サービス職	生産工程労務職	販売サービス職
時間外労働	0.076 *	0.051	0.056	0.011
不規則な勤務	0.001	0.069 **	0.006	0.036 *
出張負担	0.021	0.028	0.011	0.014
深夜勤務	0.052	0.021	0.040	0.014
休憩仮眠	0.090 **	0.096 ***	0.175 ***	0.091 ***
精神的負担	0.375 ***	0.410 ***	0.182 ***	0.405 ***
身体的負担	0.174 ***	0.188 ***	0.197 ***	0.167 ***
R <sup>2</sup>	0.340	0.422	0.198	0.324

\*:p<0.05,\*\*:p<0.01、\*\*\*:p<0.001

表12-1 COPSOQ 構造行列 男性

	速度負担 テンポ	量的負担	認知的負担	感情負担	感情隠蔽 負担	知覚的負担
1	0.842	0.381	0.253	0.253	0.190	0.429
2	0.894	0.349	0.285	0.223	0.305	0.465
3	0.898	0.455	0.302	0.285	0.281	0.469
4	0.362	0.729	0.394	0.461	0.221	0.198
5	0.274	0.866	0.380	0.298	0.252	0.218
6	0.284	0.823	0.301	0.366	0.181	0.209
7	-0.365	-0.679	-0.198	-0.245	-0.278	-0.190
8	-0.425	-0.708	-0.237	-0.323	-0.314	-0.166
9	0.239	0.780	0.467	0.269	0.323	0.278
10	0.401	0.453	0.562	0.217	0.466	0.665
11	0.319	0.477	0.623	0.209	0.431	0.560
12	0.162	0.507	0.773	0.285	0.363	0.250
13	0.326	0.367	0.823	0.320	0.391	0.392
14	0.227	0.342	0.865	0.372	0.379	0.275
15	0.174	0.317	0.845	0.312	0.336	0.228
16	0.226	0.277	0.788	0.277	0.336	0.426
17	0.160	0.374	0.794	0.257	0.383	0.381
18	0.266	0.473	0.414	0.821	0.389	0.360
19	0.258	0.427	0.462	0.873	0.427	0.324
20	0.223	0.368	0.414	0.857	0.348	0.243
21	0.171	0.292	0.483	0.673	0.488	0.165
22	0.264	0.217	0.028	0.674	0.319	0.176
23	0.321	0.315	0.270	0.650	0.686	0.304
24	0.190	0.313	0.408	0.408	0.859	0.258
25	0.225	0.276	0.410	0.386	0.873	0.329
26	0.475	0.370	0.616	0.301	0.395	0.778
27	0.331	0.170	0.243	0.249	0.254	0.742
28	0.385	0.064	-0.038	0.178	0.134	0.642
29	0.401	0.257	0.388	0.198	0.291	0.861
30	0.339	0.199	0.364	0.199	0.296	0.818

(2、3、21、24、25はCOPSOQversion2にて新たに加わった項目。7、9、22は削除が提案されている項目。)

表12-2 COPSOQ 構造行列 女性

	速度負担 テンポ	量的負担	認知負担	感情負担	感情隠 蔽負担	知覚的負
1	0.841	0.239	0.198	0.189	0.158	0.442
2	0.904	0.310	0.250	0.217	0.142	0.381
3	0.914	0.343	0.267	0.247	0.166	0.416
4	0.223	0.660	0.341	0.328	0.150	0.063
5	0.210	0.877	0.225	0.180	0.054	0.031
6	0.200	0.805	0.254	0.253	0.084	0.039
7	-0.419	-0.605	-0.087	-0.252	-0.047	-0.104
8	-0.402	-0.717	-0.164	-0.286	-0.029	-0.027
9	0.153	0.738	0.259	0.131	0.069	0.098
10	0.323	0.248	0.469	0.262	0.309	0.682
11	0.219	0.282	0.567	0.258	0.265	0.576
12	0.139	0.301	0.666	0.214	0.251	0.211
13	0.333	0.226	0.762	0.344	0.384	0.455
14	0.192	0.268	0.845	0.447	0.323	0.305
15	0.194	0.225	0.785	0.403	0.233	0.242
16	0.179	0.156	0.681	0.356	0.257	0.531
17	0.027	0.179	0.710	0.372	0.275	0.407
18	0.193	0.305	0.446	0.818	0.396	0.308
19	0.194	0.271	0.479	0.871	0.416	0.327
20	0.177	0.271	0.419	0.863	0.329	0.230
21	0.067	0.210	0.481	0.674	0.352	0.194
22	0.228	0.152	0.108	0.644	0.383	0.175
23	0.176	0.117	0.270	0.616	0.774	0.325
24	0.123	0.111	0.372	0.407	0.890	0.331
25	0.119	0.071	0.356	0.395	0.877	0.322
26	0.410	0.101	0.429	0.294	0.337	0.820
27	0.254	-0.026	0.274	0.218	0.276	0.718
28	0.404	0.040	0.147	0.191	0.246	0.670
29	0.353	0.065	0.318	0.231	0.275	0.873
30	0.268	-0.013	0.312	0.211	0.252	0.814

(2、3、21、24、25はCOPSOQ version2にて新たに加わった項目。7、9、22は削除が提案されている項目。)

# 生産工程労務職のための ストレス対策マニュアル



厚生労働科学研究費補助金

【職業性ストレス簡易調査票および疲労蓄積度自己診断チェックリストの  
職種に応じた活用法に関する研究】

主任研究者：東京医科大学公衆衛生学 下光輝一



## はじめに

本マニュアルでは、生産工程労務職に従事する労働者における仕事のストレス対策への取り組み方を解説しています。

本マニュアルは、産業保健スタッフ、管理監督者、職場の衛生管理者の方たちに活用していただくために作成されています。

仕事のストレス対策は職場のメンタルヘルス対策の中でも重要な位置を占めていますが、現状では具体的な対策の進め方が判らない、予算やマンパワーが不足している、などの理由により対策が行われにくい傾向があります。

ぜひ本マニュアルを積極的にご活用いただき、貴事業場のメンタルヘルス対策にお役立てください。

## 本マニュアルの構成

1. 仕事のストレスとその影響
2. 生産工程労務職に特徴的な仕事のストレス
3. 職場でとりくむ仕事のストレス対策の進め方
  - ・ストレス対策の立案
  - ・管理監督者の役割
    - 1) 職業性ストレス簡易調査票・仕事のストレス判定図を用いた職場単位のストレス評価とその対策
    - 2) 職場環境改善のためのヒント集を活用したストレス対策
4. さいごに

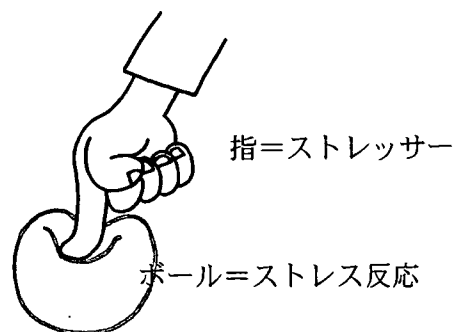
# 1. 仕事のストレスとその影響

ストレスとは、元来、歪み、を意味する金属学の用語ですが、近年では私たちの体や心に、外から加わる刺激と、刺激が加わって生じる「ゆがみ」に関しても『ストレス』の語が使われています。

特に、私たちの体や心に加わる刺激のことを、ストレスラー(あるいは**ストレス要因**)、刺激に反応して生じる「ゆがみ」の事を**ストレス反応**と呼んでいます。

仕事の**ストレス(職業性ストレス)**では、仕事や労働が持っている**心理社会的側面**や**物理的な要因(ストレスラー)**によって、**身体的・精神的な反応**が引き起こされる(**ストレス反応**)ことが問題となります。精神的に落ち込んでしまって気分が晴れない状態が続く、よく眠れない、胃腸の調子が悪い、などです。

「**ストレスは人生のスパイス**」といわれるように、**困難な状況を乗り越えた経験**は人に**満足感**や**成長**をもたらします。しかし、**問題が過度に困難**だったり、**自分の力では解決できな**かったり、**解決のための手段や助力がな**かったりするために**状況を改善**することができない状態が継続すると、**疲労感**や**絶望感**が持続し**問題**となります。こうした状態が、**職場の健康管理**において**注目**しなくては**いけない**仕事上の**ストレス**です。



## 問題となる仕事上のストレスの例

### 作業内容および方法に関すること

- ① 仕事の量が多すぎる。あるいは少なすぎる。
- ② スピードや、アイデアを出すことが求められる。
- ③ 長時間労働である。
- ④ なかなか休憩時間がとれない。
- ⑤ 仕事上の役割や責任がはっきりしていない。
- ⑥ 技術や技能が活用されていない。
- ⑦ 繰り返しの多い単純作業ばかりである。
- ⑧ 自由度や裁量権がほとんど与えられていない(仕事のコントロールが低い)。

### 職場組織に関すること

- ① 上司・同僚からの支援がない。
- ② 上司と同僚の間、あるいは同僚の間での交流がない。
- ③ 人間関係がうまくいっていない
- ④ 職場の意志決定に参加する機会がない。
- ⑤ 必要な情報(経営層の判断や将来の仕事の展望など)が提供されない。

### 職場の物理化学的環境

- ① 作業レイアウト。人間工学的環境。
- ② 換気、照明、騒音、温熱。

③ 重金属や有機溶剤などへの暴露。

上記のような仕事上のストレスによって、

- ① 健康へ悪影響
  - ② 労働コストの損失、医療費の増加など経済的な損失
  - ③ ミスの増加など労働生産性の低下、事故の多発
- 等が引き起こされる事が過去の様々な研究で示されています

区分	疾患など	仕事のストレスによって受ける影響
循環器疾患	虚血性心疾患	1.3～4倍（職場の支援の低さが加わると2～7倍）
	血圧	平均で仕事上の収縮期血圧が7mmHg、拡張期血圧が4mmHg上昇
	その他	中性脂肪、血清総コレステロール、HbA1cが増加する。血液凝固が亢進する。
精神疾患	精神科受診率	1.4～2.3倍
	うつ病	5倍（職場の人間関係）、14倍（仕事の不適性感）
筋骨格系疾患	主に腰痛（上肢、頸部痛も）	仕事の要求度および低い仕事のコントロールが影響する（1.2倍）
事故	仕事上の事故	1.8倍（仕事上のストレスフルな出来事）、2.5～2.7倍（職場の支援の低さ）
	交通事故	1.5倍
その他	医師受診率	1.5～2倍（医療費換算で被保険者1名あたり年間2～4万円）
	疾病休業	1.4～2倍（賃金換算で労働者1名あたり年間0.6～1.2万円）
	その他	免疫機能の低下、胃腸疾患や自殺率が増加するなどの報告もあり。

出典：川上憲人、原谷隆史：産業医学ジャーナル 22(5):51-55,1999

## 2. 生産工程労務職に特徴的な仕事のストレス

3～4 ページで挙げた例のような仕事のストレスの中でも生産工程労務職に特徴的なストレスとしては、『仕事のペース』や『職場の物理化学的環境』、『身体的な労働負荷』等が挙げられます。

例えば製造ラインで作業に従事している労働者などは自分のペースで作業を行う事は難しく、周囲や機械のペースにあわせて作業を行う必要があります。

作業の場所や作業内容に関しても、事務的業務を行う環境に比べて、騒音・暑熱などの面で負荷の大きい環境において、注意力や集中力が継続して必要とされていたり、正確な視力や正確な動作が求められたり、特定の筋や関節へ負担がかかる様な作業に従事しているケースが多く認められます。

生産工程労務職の具体的な仕事のストレスとしては以下のようなことが挙げられます。

### 仕事のペースについて

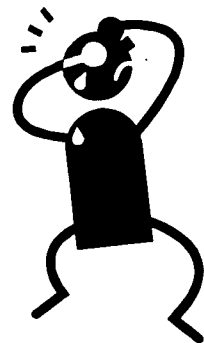
- ① とてもスピードが要求される
- ② 速いペースで仕事をし続けなければならない

### 職場の物理化学的環境について

- ① 労災事故等の危険を伴う作業がある
- ② 休憩を取るための適切な設備が整っていない
- ③ 適切な保護具が準備されていない
- ④ 適切な作業場所が確保されていない
- ⑤ 騒音・振動・照度・温度等の管理が適切でない

### 身体的な労働負荷について

- ① かなりの集中力が要求される
- ② ものを注視しなくてはならない
- ③ 腕や手の動きなど、意識しながら身体を動かす必要がある
- ④ いつも注意を払う事が必要である
- ⑤ 正確さが非常に必要である



生産工程労務職に関連する事業場では、オーソドックスな仕事のストレス要因の中でも特に上記のような生産工程労務職に特有のストレス要因も考慮して、対応していく必要があります。