

令和2年度厚生労働科学研究費補助金
(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)
分担研究報告書

職場のソーシャルキャピタルとメンタルヘルスの関連

研究協力者 渡邊 良太 (千葉大学大学院 博士課程
国立長寿医療研究センター 研究生
津島市民病院 副主任理学療法士)
研究代表者 近藤 克則 (国立長寿医療研究センター 老年学評価研究部長
千葉大学予防医学センター 教授)

研究要旨

これまでの研究で職場環境がメンタルヘルスに影響するという報告があるが、職場のソーシャルキャピタル (以下、SC) とメンタルヘルスの関連について詳細に検討したものは数少ない。

そこで本研究の目的は青壮年者 (20-64 歳) の職場の SC がメンタルヘルスに影響するかどうかを明らかにすることである。

大都市在住 20-64 歳に自記式郵送調査を行い 5,540 人から有効回答を得た。目的変数であるメンタルヘルスの評価には K6 を用い、合計 10 点以上をメンタルヘルス不良と定義した。説明変数は職場の SC とし、結合型 SC、リンキング SC、橋渡し型 SC の 3 種類とした。調整変数は性、年齢、婚姻状況、子供との同居、喫煙、Body Mass Index、既往歴、情緒的サポート、運動時間とした。職場の SC 3 種類を個別に投入したポアソン回帰分析を実施し PR (Prevalence Ratio) と 95%信頼区間を求めた。

結果、メンタルヘルス不良者は 781 名 (14.3%) であった。それぞれの SC 指標が低い者に対し高い者の PR は結合型 SC で 0.46 (0.39-0.55)、リンキング SC で 0.50 (0.42-0.59)、橋渡し型 SC で 0.48 (0.40-0.57) と職場の SC 指標が高い者でメンタルヘルス不良者が少なかった。就労期である青壮年者の職場の SC 改善への取り組みがメンタルヘルス不良者軽減につながる可能性がある。

A. 研究目的

これまでの研究で職場環境がメンタルヘルスに影響するという報告があるが、職場のソーシャルキャピタル (以下、SC) とメンタルヘルスの関連について詳細に検討したものは数少ない。

そこで本研究の目的は青壮年者 (20-64 歳) の職場の SC がメンタルヘルスに影響するかどうかを明らかにすることである。

B. 方法

B-1 : 対象

大都市在住 20-64 歳の 20,000 人に自記式郵送調査法にてアンケートを行い、回答を 6,666 人から得た。そのうち、性・年齢不明な者 (50 人)、研究同意を得ない者 (1,016 人)、メンタルヘルスに関する回答無回答者 (131 人) を除外し、分析対象者は 5,469 人とした。

B-2 : 変数

(1) 目的変数

目的変数であるメンタルヘルスの評価には K6 を用い、合計 10 点以上をメンタルヘルス不良と定義した。

(2) 説明変数

説明変数には職場のソーシャルキャピタル (SC) を用いた。SC 指標にはフィンランド公共部門研究 (The Finnish Public Study) により開発された指標を用い、合計点を 2 分位し、高い、低いに分類した。なお、働いていない者については、SC の高低とは別にカテゴリー化した。

(3) 調整変数

調整変数は性、年齢、婚姻状況、子供との同居、喫煙、Body Mass Index、既往歴、情緒的サポート、運動時間とした。

B-3 : 分析方法

メンタルヘルスと職場の SC の関係を示すために、メンタルヘルスを目的変数に 3 種類の職場の SC を説明変数とし、調整変数を投入したポアソン回帰分析を行った。

(倫理面への配慮)

本研究は、厚生労働省「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」等を遵守し、個人情報 (氏名や住所など個人が特定できるもの) を削除した匿名化されたデータを用いた。データ分析および研究成果の発表の際には個人を特定することは不可能である。

本報告では、神戸市の倫理審査委員会にて承認された「JAGES プロジェクト-若年層および高齢者の健康とくらしに関する疫学研究-」データの二次利用、および国立研究開発法人国立長寿医療研究センターの倫理・利益相反委員会 (992-4、1244)、千葉大学の倫理審査委員会 (2493) で承認された JAGES の一貫として研究を行った。

C. 結果

C-1 : 記述統計

対象者の基本属性を表 1 に示す。メンタルヘルス不良者は 781 名 (14.3%) であった。職場の SC 指標が高いものと低い者のメンタルヘルス不良者の割合は結合型 SC 高い : 7.7%, 低い : 19.5%, リンキング SC 高い : 8.5%, 低い : 19.0%, 橋渡し型 SC 高い : 7.8%, 低い 19.6% と職場の SC 指標で差を認めた。

表 1. 対象者の基本属性

		メンタルヘルス良好		メンタルヘルス不良		P 値
		n	%	n	%	
性	男性	1918	85.7	319	14.3	0.971
	女性	2770	85.7	462	14.3	

年齢	20歳代	867	81.3	200	18.7	< 0.001
	30歳代	1053	84.4	195	15.6	
	40歳代	1243	86.9	187	13.1	
	50歳代	1004	86.0	163	14.0	
	60歳代	521	93.5	36	6.5	
等価所得	200万未満	819	78.4	226	21.6	< 0.001
	200-399万	1823	86.1	294	13.9	
	400万以上	1745	90.4	186	9.6	
	無回答	301	80.1	75	19.9	
教育歴	中卒・高校中退	109	70.8	45	29.2	< 0.001
	高校卒業	988	84.4	182	15.6	
	専門・短大卒, 大学中退	1365	86.2	219	13.8	
	大学卒以上	2185	87.1	324	12.9	
	その他+無回答	41	78.8	11	21.2	
婚姻状況	配偶者あり	3149	89.4	373	10.6	< 0.001
	死別・離別	293	78.3	81	21.7	
	未婚	1199	79.2	314	20.8	
	無回答	47	78.3	13	21.7	
子供と同居	していない	1778	83.6	348	16.4	< 0.001
	している	2401	88.9	301	11.1	
	無回答	509	79.4	132	20.6	
喫煙	喫煙している	707	83.0	145	17.0	0.026
	喫煙なし	3958	86.3	630	13.7	
	無回答	23	79.3	6	20.7	
BMI	18.5未満	501	85.3	86	14.7	< 0.001
	18.5~20未満	836	85.2	145	14.8	
	20~25未満	2468	87.5	354	12.5	
	25以上	761	82.0	167	18.0	
	無回答	122	80.8	29	19.2	
既往歴の有無	なし	1446	90.5	151	9.5	< 0.001
	あり	3242	83.7	630	16.3	
情緒的サポート の有無	なし	232	60.4	152	39.6	< 0.001
	あり	4225	87.6	597	12.4	
	無回答	231	87.8	32	12.2	
運動時間	なし	2442	84.4	453	15.6	0.016
	1-60分	378	86.5	59	13.5	
	61-120分	440	85.8	73	14.2	
	121分以上	989	88.5	128	11.5	
	無回答	439	86.6	68	13.4	

結合型 SC	低い	1695	80.5	411	19.5	< 0.001
	働いていない	864	82.2	187	17.8	
	高い	1951	92.3	163	7.7	
	無回答	178	89.9	20	10.1	
リンキング SC	低い	1675	81.0	393	19.0	< 0.001
	働いていない	864	82.2	187	17.8	
	高い	1948	91.5	181	8.5	
	無回答	201	91.0	20	9.0	
橋渡し型 SC	低い	1686	80.4	411	19.6	< 0.001
	働いていない	864	82.2	187	17.8	
	高い	1961	92.2	165	7.8	
	無回答	177	90.8	18	9.2	

次に調整変数を投入したポアソン回帰分析の結果を表 2 に示す。それぞれの SC 指標が低い者に対し高い者の Prevalence ratio (PR) は結合型 SC で 0.46, リンキング SC で 0.50, 橋渡し型 SC で 0.48 と職場の SC 指標が高い者でメンタルヘルス不良者が少なかった。

表 2. メンタルヘルス不良を目的変数とした職場のソーシャルキャピタルの関係 (ポアソン回帰分析)

		PR	95%信頼区間		P 値
			下限	上限	
結合型 SC	低い	1.00			
	高い	0.46	0.39	0.55	<0.001
	働いていない	0.90	0.77	1.05	0.198
	無回答	0.54	0.35	0.83	<0.001
リンキング SC	低い	1.00			
	高い	0.50	0.42	0.59	<0.001
	働いていない	0.91	0.78	1.06	0.230
	無回答	0.52	0.34	0.80	0.003
橋渡し型 SC	低い	1.00			
	高い	0.48	0.40	0.57	<0.001
	働いていない	0.92	0.79	1.07	0.274
	無回答	0.51	0.33	0.80	<0.001

※性, 年齢, 婚姻状況, 子供との同居, 喫煙, Body Mass Index, 既往歴, 情緒的サポート, 運動時間を調整済

D. 考察

本研究の主な所見は、青壮年者（20－64 歳）を対象とし、職場の SC がメンタルヘルスに影響を及ぼすかどうか検討したところ、結合型 SC，リンキング SC，橋渡し型 SC が低い者に対し、高い方でメンタルヘルス不良者が少ないことを示したことである。

近年、職場でのメンタルヘルス対策として、ストレスチェック制度やその結果に応じた面接指導が行われている。これらに加え職場の SC を高める取り組みが青壮年者（20－64 歳）のメンタルヘルスの向上に寄与するかもしれない。

E. 結論

大都市在住 20-64 歳の青壮年者を対象に、職場の SC とメンタルヘルスの関係を検討した。結果、結合型 SC，リンキング SC，橋渡し型 SC の 3 種類いずれの SC が低い者に対し、高い方でメンタルヘルス不良者が少なかった。職場の SC を高める取り組みが青壮年者のメンタルヘルス改善に寄与する可能性がある。

F. 研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

- 1) 渡邊良太，辻 大士，井手一茂，斉藤雅茂，林 尊弘，近藤克則：青壮年者の社会参加の種類・数とメンタルヘルスの関係—大都市における横断研究—。第 79 回日本公衆衛生学会総会，2020 年 10 月 20 日～22 日@ Web 開催

G. 知的財産権の出願・登録状況

(予定を含む.)

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし