

ストレスチェック制度における職業性ストレス簡易調査票の基礎的データの検討
—性、年代、職種、雇用形態、超過勤務時間別、心理的ストレス反応得点および身体的
ストレス反応得点の検討—

研究分担者 小田切優子 東京医科大学公衆衛生学分野 講師

研究要旨

ストレスチェック制度における職業性ストレス簡易調査票の大規模なデータを用い、心理的ストレス反応と身体的ストレス反応について、仕事ストレス要因別の、職種、雇用形態等の仕事関連要因の検討を行い、職業性ストレスの基礎的資料を得ることを目的とした。対象は、聖隷事業団聖隷健康診断センターにおいて健康診断とストレスチェックの両方を2017年度中に受診した労働者のうち、職業性ストレス簡易調査票の57項目すべてに回答があった29,823名（男性21,126名、女性8,697名）とした。

心理的ストレス反応は男女とも30歳未満、30歳代のより若い年代で仕事ストレスの大きい群の点数が高かった。また、男性の専門・技術職、女性の営業職、販売職、専門技術職でも仕事ストレスが大きい場合、心理的ストレス反応得点が高かった。雇用形態では、男女とも正規社員でパート職員より点数が高かった。身体的ストレス得点については、女性は男性より点数が高かったが、仕事ストレス要因別、年代や職種の検討では男女とも大きな特徴は見られなかった。

心理的ストレス反応について一定の職種と若い年代で点数が高いこと、身体的ストレス反応は女性で高いことが示され、労働者の特性を考慮して対応を行うことが重要と考えられる。

研究協力者

菊池宏幸 東京医科大学公衆衛生学分野講師

反応および身体的ストレス反応の関連について、年代および仕事関連要因別にその詳細を検討することとした。

A. 研究背景および目的

職業性ストレスの代表的なモデルであるNIOSHの職業性ストレスモデル¹⁾では、仕事に関連する種々のストレスが労働者のストレス反応に影響し、ストレス反応は長期的に傷病へと進展する可能性があるとしている。ストレス反応については抑うつ感や不安感などの心理的なものと、身体愁訴のような身体的なものがあり、ストレス負荷による反応の現れ方は反応の種類によって異なることが報告されている²⁾。そこで、本分担研究の2年目は、昨年に引き続き、職業性ストレス調査票に関する基礎的資料として、仕事のストレス要因と心理的ストレス

B. 研究方法

全国労働衛生団体連合会（以下全衛連とする）が提供するストレスチェック制度のシステムを用いて企業にストレスチェックのサービスを提供し、かつ健康診断を実施している聖隷事業団聖隷健康診断センターにおいて、2017年度中にストレスチェックと健康診断の両方が実施されかつデータの研究活用に同意が得られている者を対象にデータの突合作業が行われた。個人を識別できないデータの形式として全衛連が提供を受け、そのデータを研究者が分析した。

本分担研究では、ストレスチェックに関連し

て取得されたデータである性別、年齢、職業性ストレス簡易調査票 57 項目の回答、超過勤務時間として前月の時間外・休日労働（残業）時間の回答（0～45 時間未満/45～60 時間未満/60～80 時間未満/80～100 時間未満/100 時間以上）に加え、事業場より聖隷健康診断センターに提供された業種、職種（専門・技術職/事務職/営業職/販売職/サービス職/運輸・通信職/技能職（生産工程/労務作業）/その他（どれにも該当しない場合））、雇用形態（正規社員/出向社員/派遣社員/パート社員/その他（どれにも該当しない場合））、職階（管理職（課長以上）/その他（一般職含む））の情報をを用いた。

職業性ストレス簡易調査票⁷⁾は、57 項目の回答から各尺度得点を算出した。すなわち、仕事のストレス要因 9 尺度（仕事の量的負荷、仕事の質的負荷、身体的負荷、対人関係によるストレス、職場環境、仕事のコントロール、技能活用、仕事の適性、働きがい）、ストレス反応 6 尺度（活気、イライラ感、疲労感、不安感、抑うつ感、身体愁訴）、周囲からの支援 3 尺度（上司からの支援、同僚からの支援、家族・友人からの支援）、満足度について算出した。次に、職業性ストレスモデルに準じた主たる職業性ストレスの評価概念として下記要因を別途設定した。

- ① 仕事ストレス（全負荷）（仕事のストレス要因 9 尺度（17 項目）の全合計）
- ② 仕事の量的負荷（再掲）
- ③ 仕事の質的負荷（再掲）
- ④ 職場の対人関係のストレス（再掲）
- ⑤ 仕事のコントロール（再掲）
- ⑥ 仕事のストレイン 1（（仕事の量的負荷＋質的負荷）/コントロール）
- ⑦ 仕事のストレイン 2（仕事の量的負荷/コントロール）
- ⑧ 上司・同僚支援（上司からの支援および同僚からの支援の合計）

これら 8 つの評価尺度については、点数の算出後、3 分位にてカテゴリ化した。

ストレス反応については、ストレス反応 6 尺度について、心理的ストレス反応に該当する活気（活気が低いほど高得点＝高ストレスとなるよう点数を逆転）、イライラ感、疲労感、不安感、抑うつ感について点数を合計し「心理的ストレス反応（合計）得点」として、身体愁訴の得点を「身体的ストレス反応得点」とした。

解析は、性別に、職業性ストレスモデルに準じた概念の評価尺度①～⑧の各カテゴリおよび超過勤務時間カテゴリ毎、年代、産業、職種、雇用形態、職位の別に、心理的ストレス反応（合計）得点、および身体的ストレス反応得点について平均値を算出した。なお、ひとつのカテゴリに属する人数が 10 人に満たない女性の運輸・通信職については集計を行わなかった。また雇用形態については、全体でも出向社員は 46 名、派遣社員は 5 名と少なかったため「その他」と合わせて集計した。超過勤務時間は女性では 80～100 時間が 28 名（女性の 0.4%）、100 時間以上が 14 名（同 0.2%）と少ないため 60 時間以上に、男性は 100 時間以上が 155 名（0.8%）と少ないため 80 時間以上に、それぞれまとめて集計した。

統計解析には SPSS Ver. 21 および STATA Ver. 15 を用いた。

倫理面での配慮として、全国労働安全衛生団体連合会の倫理委員会にて承認を得た。

C. 研究結果

全衛連より提供を受けたデータの数は 31,178 件（男性 22,010 名、女性 9,168 名）であった。このうち、職業性ストレス簡易調査票 57 項目すべてに回答があった 29,823 名（男性 21,126 名、女性 8,697 名）を対象とした。

対象者全体の基本属性を表 1 に示した。男性は第 2 次産業に 75.5%が従事し、専門・技術職が最も多く（24.8%）、正規職員が 91.5%、管理職が 17.9%であった。女性は男性より第 3 次産業に従事する割合が 42.6%と高く、正規職員

は70.8%、管理職は3%とわずかであった。超過勤務時間が長い者の割合は男性で女性より高かった。高ストレス者割合は全体で14.5%、男性14.6%、女性14.3%であった。

心理的ストレス反応（全体）得点について、仕事ストレスの各要因別に表2-1～表2-9に示した。仕事のストレス全負荷の大きさ別、仕事関連要因別の検討では、全負荷が大きい群で心理的ストレス反応得点が高かったのは男性の30歳代と30歳未満、女性の30歳未満であった（表2-1）。仕事のストレス要因ごとに心理的ストレス反応得点の高かった群をみると、量的負担の高い男性の運輸・通信業で51.3点（表2-2）、対人関係によるストレスの高い女性の営業職で50.1点、および管理職で49.3点（表2-4）と高かった。時間外・休日労働については80時間以上が男性でも461名（男性対象者の2.3%）と少なかったが、なかでも専門技術職は49.0点と心理的ストレス反応得点が高かった。

身体的ストレス反応得点について仕事ストレスの要因別検討結果を表3-1～表3-9に示した。仕事ストレス要因別の検討のいずれにおいても、女性で身体的ストレス反応得点が高い様相を示した。年代や産業、職種、雇用形態、職位別の点数の差異は小さく、明らかな特徴はみられなかった。

D. 考察

東海地方における健診機関においてストレスチェックと健康診断の両方を受検した29,823人を対象に、職業性ストレスモデルに準じて、仕事のストレス要因の種類別、男女別に、年代や職種によって職業性ストレス簡易調査票の心理的ストレス反応、身体的ストレス反応がどのように異なるか検討した。

その結果、男女ともに、仕事ストレス要因が高い群、超過勤務時間が長い群で、30歳未満と30歳代において心理的ストレス反応得点が高

く、若い世代に対するメンタルヘルス対策の重要性が示された。これは、本研究と同様に健診機関での受診者を対象に、ストレスチェック制度における高ストレス判定の割合を検討した報告³⁾において、高ストレス判定者の割合が高かった年代が男女とも40歳代であったという結果とは異なった。

身体的ストレス反応については、仕事ストレス要因の大きい群においても、年代や職種による得点の違いに特徴は見られなかった。本研究では、身体的ストレス反応を職業性ストレス簡易調査票の身体愁訴得点を用いている。身体愁訴には、胃腸の具合が悪い、食欲がないといった消化器系の症状と、頭痛がする、首筋や肩が凝る、腰が痛いといった筋・骨格系の症状、さらにはよく眠れないという不眠症状まで含まれ、症状が多岐にわたるため、年代や職種による差異を認めにくかったのかもしれない。筋骨格系の症状に関しては、仕事のストレス要因は量反応関係をもって筋骨格系症状発現のリスクを高めることが報告されている⁴⁾⁵⁾⁶⁾。これら先行研究では研究対象職種が消防士や旅客機の乗務員など限定されている⁴⁾⁵⁾。また、年代を調整要因として扱うことによって仕事のストレスとアウトカムである身体愁訴（腰痛）との関連の強さを検討することを主目的としている⁹⁾。一方、本研究のような対象者の特性別のストレス反応得点の記述統計は、介入すべき対象となる症状の強い（得点の高い）集団を明らかにする点で重要と考えられる。身体的ストレス反応については、今後、項目内容別に対象特性別の差異があるか検討することも必要であろう。

本分担研究は、約2万人の大規模データの分析ではあるが、男女別、ストレス要因の高低別、特性別に検討するには対象者の人数が少ないカテゴリがあった。特に、長時間労働の影響を検討するには80時間以上のカテゴリに属する労働者が少なく、数値の信頼性が低いものがある点に注意が必要である。

E. 結論

ストレスチェック制度に基づく職業性ストレス簡易調査票の大規模データを用いて、職業性ストレスモデルに基づいて、仕事のストレス要因の高低および超過勤務時間の長さの別に、男女ごと、年代、産業、職種、雇用形態、職位別に心理的ストレス反応および身体的ストレス反応の各得点について算出し検討した。

心理的ストレス反応得点は男性女性ともに仕事のストレス要因が高い場合、30歳未満や30歳代で点数が高かった。また職種別では、男性の専門技術職、女性の営業職で仕事ストレス要因が大きい場合に心理的ストレス反応得点が高かった。身体的ストレス反応得点は男性より女性で高い傾向があったが、仕事ストレス要因ごとの検討では、年代や産業、職種、雇用形態、職位別の点数の差異は小さかった。

労働者の多様な背景を考慮した対応を行うために参考となる基礎的資料が得られた。しかしながら対象人数が少なく誤差の大きいカテゴリも存在するため、より大規模な集団における検討も必要である。

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表

- (1) Kikuchi H, Odagiri Y, Ohya Y, Nakanishi Y, Shimomitsu T, Theorell T, Inoue S. Association of overtime work hours with various stress responses in 59,021 Japanese workers: Retrospective cross-sectional study. PLoS One.3;15(3):e0229506,2020
- (2) 大岡正志、小田切優子、菊池宏幸、高宮朋子、福島教照、林俊夫、中西久、下光輝一、井上茂. ストレスチェック制度に

おける高ストレス判定の割合およびその関連要因—職種別の検討. 東医大誌 77(4):285-298,2019

H. 知的財産権の出願・登録

特に記載すべきものなし

I. 参考文献

1. Hurrell JJ Jr, McLaney MA. Exposure to job stress—a new psychometric instrument. Scandinavian Journal of Work, Environment & Health 14 (Suppl 1):27-28, 1988
2. 下光輝一、岩田昇. 職業性ストレス簡易調査票における職業性ストレス—およびストレス反応測定項目の反応特性の検討—項目反応理論によるアプローチ—平成11年度作業関連疾患の予防に関する研究「労働の場におけるストレス及びその健康影響に関する研究報告書」平成12年3月 東京医科大学 P.146-152,
3. 大岡正志、小田切優子、菊池宏幸、高宮朋子、福島教照、林俊夫、中西久、下光輝一、井上茂. ストレスチェック制度における高ストレス判定の割合およびその関連要因—職種別の検討. 東医大誌 77(4):285-298, 2019
4. Soteriades, E., Psalta, L., Leka, S., Spanoudis, G., 2019. Occupational stress and musculoskeletal symptoms in firefighters. International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health.. 2019;32(3):341 – 352.
5. Lee H1, Wilbur J, Kim MJ, Miller AM. Psychosocial risk factors for work-related musculoskeletal disorders of the lower-back among long-haul international female flight attendants. J

Adv Nurs. 2008 Mar;61(5):492-502.

6. Dick RB1, Lowe BD, Lu ML, Krieg EF. Further Trends in Work-Related Musculoskeletal Disorders: A Comparison of Risk Factors for Symptoms Using Quality of Work Life Data From the 2002, 2006, and 2010 General Social Survey. J Occup Environ Med. 2015 Aug;57(8):910-28.

表 1. 対象者の基本属性

		全体		男性		女性	
		人数	%	人数	%	人数	%
全体		29,823		21,126		8,697	
性別	男性	21,126	(70.8)				
	女性	8,697	(29.2)				
年齢	30 歳代未満	6,234	(20.9)	4,141	(19.6)	2,093	(24.1)
	30 歳代	7,567	(25.4)	5,567	(26.4)	2,000	(23.0)
	40 歳代	7,905	(26.5)	5,606	(26.5)	2,299	(26.4)
	50 歳代	5,615	(18.8)	3,947	(18.7)	1,668	(19.2)
	60 歳代以上	2,502	(8.4)	1865	(8.8)	637	(7.3)
産業	第 2 次産業	20,811	(70.3)	15,882	(75.5)	4,929	(57.4)
	第 3 次産業	8,807	(29.7)	5,150	(24.5)	3,657	(42.6)
職種	専門・技術職	1,733	(22.1)	1,452	(24.8)	281	(14.1)
	事務職	1,514	(19.3)	932	(15.9)	582	(29.3)
	営業職	321	(4.1)	260	(4.4)	61	(3.1)
	販売職	115	(1.5)	58	(1.0)	57	(2.9)
	サービス職	177	(2.3)	96	(1.6)	81	(4.1)
	運輸・通信職	163	(2.1)	155	(2.6)	8	(0.4)
	技能職	3,126	(39.9)	2395	(40.9)	731	(36.8)
	その他	692	(8.8)	504	(8.6)	188	(9.5)
雇用形態	正規社員	8,154	(86.1)	6,407	(91.5)	1,747	(70.8)
	出向社員	46	(0.5)	38	(0.5)	8	(0.3)
	派遣社員	5	(0.1)	5	(0.1)	0	-
	パート社員	759	(8.0)	213	(3.0)	546	(22.1)
	その他	511	(5.4)	343	(4.9)	168	(6.8)
職位	管理職 (課長以上)	1,492	(13.8)	1,402	(17.9)	90	(3.0)
	その他 (一般職含む)	9,318	(86.2)	6,451	(82.1)	2,867	(97.0)
超過勤務時間	0～45 時間未満	23,295	(84.4)	15,730	(80.1)	7,565	(94.9)
	45～60 時間未満	2,583	(9.4)	2,328	(11.8)	255	(3.2)
	60～80 時間未満	1,235	(4.5)	1,129	(5.7)	106	(1.3)
	80～100 時間未満	334	(1.2)	306	(1.6)	28	(0.4)
	100 時間以上	169	(0.6)	155	(0.8)	14	(0.2)
高ストレス者		4,332	(14.5)	3,088	(14.6)	1,244	(14.3)

(産業、職種、雇用形態、職位、超過勤務時間は欠損があり合計数は異なる)

表 2-1 仕事ストレス (全負荷) と心理的ストレス反応 (全体) 得点

	男性				女性			
	人数	小さい 17-38	普通 39-44	大きい 45-68	人数	小さい 17-38	普通 39-44	大きい 45-68
全体の人数	21126	6224	7795	7107	8697	3470	2997	2230
全体		31.5 (8.0)	37.9 (8.0)	46.7 (9.8)		32.9 (8.8)	38.7 (8.5)	46.8 (10.0)
年齢								
30 歳未満	4141	32.3 (8.4)	38.5 (8.3)	47.2 (9.9)	2093	34.1 (9.2)	40.5 (8.6)	49.6 (10.0)
30~39 歳	5567	32.5 (8.1)	38.6 (7.9)	47.4 (9.7)	2000	33.3 (9.1)	39.3 (8.5)	47.4 (10.2)
40~49 歳	5606	31.5 (7.8)	38.1 (7.9)	46.8 (9.9)	2299	32.9 (8.4)	38.4 (8.4)	46.4 (9.5)
50~59 歳	3947	31.1 (7.7)	37.2 (7.8)	45.8 (9.8)	1668	32.0 (8.3)	37.2 (8.2)	44.9 (9.6)
60 歳以上	1865	29.6 (7.5)	35.6 (7.9)	42.0 (9.1)	637	29.7 (7.8)	36.2 (8.5)	41.8 (10.0)
産業								
第 2 次産業	15882	31.8 (8.1)	38.0 (8.0)	46.7 (9.9)	4929	33.1 (9.1)	38.7 (8.7)	46.8 (10.2)
第 3 次産業	5150	30.8 (7.5)	37.7 (8.0)	46.7 (9.6)	3657	32.4 (8.3)	38.6 (8.4)	47.0 (9.9)
職種								
専門・技術職	1452	32.2 (7.5)	38.8 (8.2)	48.6 (9.8)	281	33.2 (8.8)	38.4 (8.9)	48.3 (10.6)
事務職	932	31.4 (7.7)	38.2 (7.6)	46.9 (9.8)	582	33.6 (8.5)	38.9 (8.8)	46.4 (9.6)
営業職	260	30.9 (6.8)	39.1 (7.4)	47.1 (9.8)	61	33.7 (11.0)	42.2 (10.6)	49.0 (10.6)
販売職	58	33.6 (10.4)	38.1 (9.6)	47.0 (6.8)	57	31.0 (7.8)	41.6 (10.1)	48.6 (11.9)
サービス職	96	33.7 (10.0)	36.5 (6.9)	47.3 (10.4)	81	28.9 (7.0)	35.8 (8.6)	44.4 (10.5)
運輸・通信職	155	33.6 (10.1)	39.2 (8.0)	46.5 (9.8)	8			
技能職	2395	31.5 (8.1)	37.7 (8.0)	45.9 (10.1)	731	32.2 (10.4)	38.1 (8.5)	46.3 (9.9)
その他	504	31.0 (7.7)	38.6 (8.1)	46.6 (10.1)	188	31.3 (8.8)	37.0 (8.1)	47.9 (10.9)
雇用形態								
正規社員	6407	31.6 (7.5)	38.3 (8.1)	47.0 (9.9)	1747	33.5 (9.5)	38.9 (8.8)	47.6 (9.9)
パート社員	213	29.8 (8.7)	38.2 (9.1)	43.9 (10.0)	546	31.3 (7.6)	36.9 (9.1)	43.3 (10.0)
その他	386	30.4 (8.0)	35.6 (7.7)	43.8 (10.2)	176	33.0 (11.1)	37.6 (7.4)	44.9 (10.1)
職位								
管理職	1402	31.3 (6.9)	38.5 (7.8)	47.0 (9.0)	90	31.3 (6.4)	39.4 (8.4)	48.4 (8.1)
その他	6451	31.4 (7.8)	38.0 (8.1)	46.8 (10.1)	2867	32.9 (9.2)	38.5 (8.7)	46.6 (10.2)

心理的ストレス反応 (全体) 得点 = 低活気 + イライラ感 + 不安感 + 抑うつ感 + 疲労感 = 15 - (No.18 + 19 + 20) + No.21 ~ 35 の合計

全負荷 : 仕事のストレス要因の点数の合計。点数が高いほど高ストレス

数値は人数以外、平均 (標準偏差) で表記 取りうる範囲は 18~72

表 2-2 仕事ストレス（量的負荷）と心理的ストレス反応（全体）得点

	男性				女性			
	人数	小さい 3～7	普通 8～9	大きい 10～12	人数	小さい 3～7	普通 8～9	大きい 10～12
全体の人数	21126	5756	8802	6568	9462	3130	3166	3166
全体		34.2 (9.4)	38.5 (9.3)	45.0 (10.7)		35.4 (10.0)	39.3 (9.7)	44.7 (11.0)
年齢								
30 歳未満	4141	35.0 (9.5)	39.1 (9.9)	45.1 (10.5)	2093	36.5 (10.3)	41.5 (10.0)	46.9 (11.4)
30～39 歳	5567	36.0 (9.9)	39.3 (9.2)	45.7 (10.4)	2000	35.7 (10.2)	39.5 (9.9)	45.3 (11.2)
40～49 歳	5606	34.8 (9.5)	38.4 (8.9)	44.9 (10.9)	2299	35.7 (9.9)	39.0 (9.3)	43.8 (10.5)
50～59 歳	3947	33.9 (9.1)	37.5 (8.9)	43.9 (11.0)	1668	34.7 (9.3)	37.8 (9.1)	43.5 (10.6)
60 歳以上	1865	31.3 (8.1)	35.9 (9.1)	40.3 (10.3)	637	32.4 (9.1)	36.1 (9.3)	40.5 (11.1)
産業								
第 2 次産業	15882	34.7 (9.5)	38.8 (9.2)	45.3 (10.7)	4929	35.6 (10.1)	39.6 (9.8)	45.3 (11.0)
第 3 次産業	5150	33.1 (9.0)	37.4 (9.3)	43.8 (10.5)	3657	35.1 (9.8)	38.9 (9.6)	44.0 (11.0)
職種								
専門・技術職	1452	34.7 (9.5)	38.9 (9.2)	45.9 (10.7)	281	35.7 (9.5)	39.5 (10.6)	44.6 (12.7)
事務職	932	33.9 (9.4)	37.4 (8.6)	43.1 (11.0)	582	35.5 (9.6)	38.5 (9.1)	42.7 (11.0)
営業職	260	34.2 (8.1)	38.5 (9.0)	42.9 (11.2)	61	37.3 (12.4)	39.7 (10.9)	46.0 (13.1)
販売職	58	35.8 (10.4)	42.9 (9.4)	43.9 (9.4)	57	36.3 (13.0)	42.0 (11.0)	49.2 (11.3)
サービス職	96	34.1 (9.3)	39.6 (8.7)	49.1 (11.0)	81	29.8 (6.2)	37.2 (9.8)	46.4 (9.8)
運輸・通信職	155	35.6 (9.6)	41.0 (7.4)	51.3 (10.5)	8			
技能職	2395	35.0 (9.8)	39.2 (9.2)	45.7 (10.7)	731	35.7 (11.1)	39.4 (10.0)	45.1 (10.9)
その他	504	34.0 (9.1)	38.9 (9.6)	45.2 (10.8)	188	34.7 (11.1)	39.0 (10.6)	44.5 (11.3)
雇用形態								
正規社員	6407	34.9 (9.4)	38.6 (9.1)	45.2 (10.8)	1747	36.3 (10.6)	39.9 (9.9)	44.8 (11.2)
パート社員	213	31.2 (8.5)	39.6 (11.3)	42.4 (10.5)	546	34.6 (9.5)	36.5 (9.6)	41.4 (11.0)
その他	386	31.9 (8.5)	36.9 (9.8)	40.6 (9.5)	176	34.5 (11.1)	38.6 (7.6)	43.2 (12.7)
職位								
管理職	1402	33.9 (9.1)	36.4 (8.4)	42.5 (10.1)	90	35.5 (9.8)	37.2 (10.4)	42.4 (8.7)
その他	6451	34.3 (9.5)	39.1 (9.3)	45.6 (11.0)	2867	35.6 (10.3)	39.0 (9.8)	44.1 (11.4)

心理的ストレス反応（全体）得点＝低活気＋イライラ感＋不安感＋抑うつ感＋疲労感＝15-(No.18+19+20)+No.21～35 合計

量的負荷：15-(No.1+No.2+No.3) 点数が高いほど高負荷を示す

数値は人数以外、平均（標準偏差）で表記 取りうる範囲は 18～72

表 2-3 仕事ストレス（質的負荷）と心理的ストレス反応（全体）得点

	男性				女性			
	人数	小さい 3～7	普通 8～9	大きい 10～12	人数	小さい 3～7	普通 8～9	大きい 10～12
全体の人数	21126	6577	9209	5340	8697	3709	3413	1575
全体		35.3	(9.3)	44.1 (11.4)		35.9	(9.8)	43.6 (11.4)
年齢								
30 歳未満	4141	36.6	(9.6)	44.7 (11.5)	2093	37.6	(10.4)	45.1 (11.2)
30～39 歳	5567	37.1	(9.6)	45.2 (11.0)	2000	36.1	(9.8)	44.7 (12.3)
40～49 歳	5606	35.2	(9.0)	44.6 (11.2)	2299	35.9	(9.5)	43.4 (10.6)
50～59 歳	3947	34.5	(9.0)	42.3 (11.5)	1668	35.0	(9.4)	41.9 (11.5)
60 歳以上	1865	31.6	(8.3)	36.5 (10.1)	637	32.1	(9.0)	39.1 (10.9)
産業								
第 2 次産業	15882	35.8	(9.4)	44.6 (11.3)	4929	36.5	(10.2)	44.5 (11.8)
第 3 次産業	5150	33.6	(8.9)	42.6 (11.2)	3657	34.8	(9.2)	43.0 (11.1)
職種								
専門・技術職	1452	35.5	(9.0)	45.8 (11.0)	281	35.8	(9.5)	43.7 (11.5)
事務職	932	33.9	(9.2)	43.2 (10.7)	582	35.5	(9.2)	44.2 (10.9)
営業職	260	34.6	(8.2)	45.5 (11.4)	61	36.6	(12.4)	46.7 (11.1)
販売職	58	37.1	(10.8)	47.7 (9.3)	57	34.5	(7.7)	46.0 (18.3)
サービス職	96	36.5	(10.0)	47.2 (11.2)	81	32.3	(9.0)	42.1 (11.2)
運輸・通信職	155	35.9	(10.5)	44.3 (11.0)	8			
技能職	2395	35.9	(9.2)	45.2 (11.4)	731	36.0	(11.0)	43.8 (11.0)
その他	504	35.0	(9.4)	44.2 (11.7)	188	34.6	(10.2)	43.4 (13.5)
雇用形態								
正規社員	6407	35.5	(9.1)	44.9 (11.1)	1747	36.6	(10.4)	44.5 (11.0)
パート社員	213	32.4	(9.8)	39.1 (11.3)	546	34.3	(9.1)	40.6 (11.4)
その他	386	32.7	(8.6)	39.7 (11.4)	176	34.2	(11.0)	42.3 (12.8)
職位								
管理職	1402	34.1	(8.0)	42.9 (10.6)	90	35.7	(8.9)	42.5 (8.2)
その他	6451	35.3	(9.4)	45.0 (11.4)	2867	35.5	(9.9)	43.5 (11.6)

心理的ストレス反応（全体）得点＝低活気＋ライラ感＋不安感＋抑うつ感＋疲労感＝15-(No.18+19+20)+No.21～35 合計
 質的負荷：15-(No.4+No.5+No.6) 点数が高いほど高負荷を示す
 数値は人数以外、平均（標準偏差）で表記 取りうる範囲は 18～72

表 2-4 仕事ストレス（対人関係によるストレス）と心理的ストレス反応（全体）得点

	男性				女性			
	人数	小さい 3～5	普通 6～7	大きい 8～12	人数	小さい 3～5	普通 6～7	大きい 8～12
全体の人数	21126	5232	10345	5549	8697	2918	3725	2054
全体		32.9	38.3	46.0		33.4	38.4	45.7
年齢								
30 歳未満	4141	34.2	39.6	47.4	2093	35.4	40.3	48.9
30～39 歳	5567	34.7	39.5	46.9	2000	33.3	38.6	45.8
40～49 歳	5606	33.0	38.8	45.8	2299	32.8	38.2	45.2
50～59 歳	3947	31.6	37.0	45.1	1668	32.6	37.2	44.1
60 歳以上	1865	29.2	33.7	40.5	637	30.3	35.2	41.4
産業								
第 2 次産業	15882	33.2	38.7	46.3	4929	33.4	38.3	45.6
第 3 次産業	5150	32.2	37.1	45.0	3657	33.4	38.5	45.9
職種								
専門・技術職	1452	34.0	39.0	47.5	281	33.6	38.4	46.4
事務職	932	32.5	37.1	44.7	582	32.7	37.5	43.8
営業職	260	32.0	38.5	46.7	61	35.1	38.0	50.1
販売職	58	35.6	40.0	44.4	57	32.8	40.8	46.7
サービス職	96	36.1	39.0	48.4	81	33.3	39.2	42.3
運輸・通信職	155	35.0	37.5	44.5	8			
技能職	2395	33.9	39.2	46.2	731	33.5	39.1	44.7
その他	504	32.9	39.2	44.9	188	32.1	37.3	49.2
雇用形態								
正規社員	6407	33.6	38.7	46.1	1747	34.1	39.1	46.1
パート社員	213	31.2	35.5	41.8	546	31.9	36.3	42.6
その他	386	30.6	34.9	41.8	176	30.5	39.8	42.2
職位								
管理職	1402	33.5	37.8	43.9	90	33.0	38.2	49.3
その他	6451	33.3	38.4	46.2	2867	33.2	38.3	44.9

心理的ストレス反応（全体）得点＝低活気＋イライラ感＋不安感＋抑うつ感＋疲労感＝15-(No.18+19+20)+No.21～35 合計
対人関係によるストレス：10-(No.12+No.13)+No.14 点数が高いほど高負荷を示す
数値は人数以外、平均（標準偏差）で表記 取りうる範囲は 18～72

表 2-5 仕事ストレス（仕事のコントロール）と心理的ストレス反応（全体）得点

	男性				女性			
	人数	低い 3～6	普通 7～8	高い 9～12	人数	低い 3～6	普通 7～8	高い 9～12
全体の人数	21126	5706	8012	7408	8697	2730	3227	2740
全体		44.3 (11.2)	39.0 (9.5)	34.9 (9.4)		42.6 (11.0)	38.0 (9.7)	34.8 (9.7)
年齢								
30 歳未満	4141	44.6 (11.2)	39.2 (9.7)	35.9 (9.7)	2093	45.0 (11.1)	39.6 (10.0)	36.3 (10.5)
30～39 歳	5567	46.2 (10.8)	40.6 (9.3)	36.3 (9.3)	2000	43.0 (11.2)	38.8 (10.2)	34.9 (9.6)
40～49 歳	5606	44.7 (11.2)	39.4 (9.3)	35.3 (9.3)	2299	42.8 (10.5)	38.0 (9.4)	34.8 (9.3)
50～59 歳	3947	42.9 (11.1)	38.1 (9.2)	33.9 (8.9)	1668	41.3 (10.5)	36.6 (8.9)	33.7 (9.1)
60 歳以上	1865	36.0 (9.7)	34.2 (8.5)	31.3 (8.7)	637	36.8 (9.9)	34.8 (9.2)	31.0 (9.3)
産業								
第 2 次産業	15882	44.8 (11.2)	39.4 (9.5)	35.5 (9.5)	4929	42.4 (11.1)	38.5 (9.9)	35.1 (10.1)
第 3 次産業	5150	42.9 (11.2)	37.7 (9.3)	33.2 (8.7)	3657	42.9 (10.8)	37.5 (9.5)	34.1 (9.2)
職種								
専門・技術職	1452	47.3 (11.2)	40.1 (9.5)	36.3 (9.5)	281	45.0 (10.9)	39.0 (10.3)	34.9 (10.1)
事務職	932	45.6 (11.2)	39.2 (9.2)	33.9 (8.6)	582	41.4 (10.7)	38.5 (9.6)	34.5 (9.0)
営業職	260	47.1 (10.3)	39.1 (8.7)	34.6 (8.6)	61	46.8 (11.0)	40.3 (9.2)	36.7 (15.0)
販売職	58	41.7 (8.9)	41.0 (9.8)	38.7 (12.0)	57	47.9 (13.9)	39.1 (10.2)	34.9 (11.3)
サービス職	96	43.4 (11.6)	38.9 (10.2)	37.7 (10.0)	81	42.0 (11.1)	38.9 (10.5)	31.6 (8.4)
運輸・通信職	155	40.7 (11.1)	37.4 (10.0)	39.4 (10.4)	8			
技能職	2395	43.9 (11.4)	39.3 (9.4)	35.9 (9.6)	731	41.4 (10.9)	38.5 (10.4)	34.6 (11.4)
その他	504	44.3 (11.0)	39.5 (9.2)	34.3 (9.8)	188	42.6 (12.2)	38.5 (10.0)	30.6 (7.9)
雇用形態								
正規社員	6407	45.2 (11.2)	39.6 (9.4)	35.3 (9.2)	1747	43.9 (11.2)	39.5 (9.6)	35.5 (10.6)
パート社員	213	37.3 (10.9)	34.8 (10.0)	33.4 (10.8)	546	40.2 (10.2)	35.2 (9.3)	32.5 (8.8)
その他	386	38.3 (11.1)	34.6 (8.9)	33.0 (9.0)	176	37.1 (9.8)	38.6 (11.5)	34.3 (11.5)
職位								
管理職	1402	45.7 (10.5)	39.8 (8.8)	34.4 (8.6)	90	44.6 (9.9)	38.5 (8.8)	34.8 (9.7)
その他	6451	44.5 (11.5)	39.1 (9.5)	35.1 (9.5)	2867	42.1 (11.0)	38.2 (9.8)	34.6 (10.2)

心理的ストレス反応（全体）得点＝低活気＋イライラ感＋不安感＋抑うつ感＋疲労感＝15-(No.18+19+20)+No.21～35 合計
 コントロール：15-(No.8+No.9+No.10) 点数が低いほどコントロールが低く高負荷
 数値は人数以外、平均（標準偏差）で表記 取りうる範囲は 18～72

表2-6 仕事ストレス（ストレイン1）と心理的ストレス反応（全体）得点

	男性				女性			
	人数	低い <1.88	普通 1.88~2.5	高い 2.5<	人数	低い <1.88	普通 1.88~2.5	高い 2.5<
全体の人数	21126	6548	7607	6971	8697	3331	2799	2567
全体		33.3 (8.8)	38.2 (8.9)	45.2 (10.6)		34.2 (9.3)	38.3 (9.5)	44.1 (10.6)
年齢								
30歳未満	4141	34.5 (9.1)	38.6 (9.4)	45.5 (10.7)	2093	35.6 (9.7)	40.4 (10.1)	46.2 (10.8)
30~39歳	5567	34.6 (9.0)	39.3 (8.6)	46.2 (10.4)	2000	34.4 (9.4)	38.8 (9.6)	45.0 (10.9)
40~49歳	5606	33.7 (8.8)	38.2 (8.8)	45.3 (10.4)	2299	34.3 (9.1)	38.2 (9.1)	43.9 (10.2)
50~59歳	3947	32.6 (8.3)	37.4 (8.7)	44.1 (10.6)	1668	33.3 (8.7)	36.4 (9.0)	42.6 (10.0)
60歳以上	1865	30.8 (8.0)	35.3 (8.7)	38.5 (9.8)	637	30.8 (8.5)	35.5 (9.0)	39.0 (10.4)
産業								
第2次産業	15882	33.9 (8.9)	38.5 (8.9)	45.6 (10.5)	4929	34.6 (9.6)	39.1 (9.7)	44.3 (10.8)
第3次産業	5150	32.0 (8.2)	37.1 (8.8)	43.9 (10.5)	3657	33.4 (8.7)	37.3 (9.2)	44.0 (10.5)
職種								
専門・技術職	1452	33.8 (8.8)	38.4 (8.7)	47.0 (10.5)	281	35.1 (9.8)	38.1 (10.1)	45.0 (11.4)
事務職	932	32.4 (7.8)	37.8 (8.7)	45.1 (10.3)	582	34.4 (8.9)	38.5 (9.4)	43.0 (10.5)
営業職	260	33.1 (8.0)	37.8 (8.2)	46.3 (9.9)	61	35.3 (13.0)	42.3 (9.2)	47.2 (11.5)
販売職	58	35.6 (11.1)	41.7 (9.4)	44.2 (8.8)	57	32.6 (7.7)	43.3 (12.9)	46.8 (12.8)
サービス職	96	35.0 (10.2)	37.8 (6.8)	45.2 (11.7)	81	30.0 (7.3)	34.4 (9.5)	44.4 (9.6)
運輸・通信職	155	34.2 (9.6)	41.8 (9.6)	41.8 (10.8)	8			
技能職	2395	33.8 (8.6)	39.1 (9.4)	44.8 (10.8)	731	34.1 (10.6)	39.0 (10.2)	43.8 (10.3)
その他	504	32.7 (8.5)	38.7 (9.3)	45.2 (10.6)	188	32.7 (9.5)	35.7 (9.1)	44.6 (11.5)
雇用形態								
正規社員	6407	33.4 (8.3)	38.6 (9.0)	45.6 (10.5)	1747	34.9 (9.9)	39.3 (9.9)	44.9 (10.8)
パート社員	213	31.1 (8.9)	37.5 (11.2)	41.0 (10.3)	546	32.8 (8.6)	35.7 (9.8)	41.4 (9.8)
その他	386	31.2 (8.7)	36.2 (7.8)	40.2 (11.5)	176	33.3 (11.3)	38.7 (9.0)	42.1 (9.9)
職位								
管理職	1402	32.1 (7.2)	37.9 (8.4)	45.1 (9.8)	90	33.1 (8.4)	37.5 (9.0)	44.9 (9.2)
その他	6451	33.2 (8.6)	38.6 (9.2)	45.4 (10.8)	2867	34.2 (9.7)	38.3 (9.8)	43.8 (10.7)

心理的ストレス反応（全体）得点＝低活気＋イライラ感＋不安感＋抑うつ感＋疲労感＝15-(No.18+19+20)+No.21~35 合計
 ストレイン1：（量的負荷＋質的負荷）/コントロール 数値が大きいほど高負荷を示す
 数値は人数以外、平均（標準偏差）で表記 取りうる範囲は18~72

表 2-7 仕事ストレス (ストレイン2) と心理的ストレス反応 (全体) 得点

	男性				女性			
	人数	低い <0.89	普通 0.89~1.29	高い 1.29<	人数	低い <0.89	普通 0.89~1.29	高い 1.29<
全体の人数	21126	5756	8802	6568	8697	3131	3166	2400
全体		33.1 (9.0)	38.1 (8.9)	45.4 (10.5)		34.0 (9.4)	38.3 (9.5)	44.3 (10.6)
年齢								
30 歳未満	4141	33.9 (9.3)	38.6 (9.2)	45.6 (10.7)	2093	35.3 (9.8)	40.3 (9.9)	46.4 (11.0)
30~39 歳	5567	34.3 (9.4)	38.9 (8.7)	46.5 (10.2)	2000	34.4 (9.6)	38.8 (9.7)	45.1 (10.9)
40~49 歳	5606	33.5 (9.0)	38.1 (8.9)	45.3 (10.4)	2299	34.4 (9.4)	37.9 (8.9)	44.1 (10.2)
50~59 歳	3947	32.8 (8.7)	37.1 (8.5)	44.5 (10.7)	1668	33.0 (8.6)	36.9 (8.9)	42.8 (10.1)
60 歳以上	1865	30.8 (7.9)	35.5 (8.9)	39.4 (9.9)	637	30.7 (8.1)	35.5 (9.6)	39.7 (10.2)
産業								
第 2 次産業	15882	33.6 (9.1)	38.4 (8.9)	45.7 (10.5)	4929	34.4 (9.7)	38.8 (9.7)	44.5 (10.7)
第 3 次産業	5150	31.9 (8.4)	36.9 (8.8)	44.5 (10.4)	3657	33.4 (8.8)	37.8 (9.2)	44.2 (10.6)
職種								
専門・技術職	1452	33.4 (8.9)	38.3 (8.8)	47.6 (10.2)	281	34.0 (9.0)	39.4 (10.3)	45.4 (11.6)
事務職	932	32.7 (8.5)	37.1 (8.2)	45.3 (10.7)	582	34.8 (9.1)	38.2 (9.3)	42.8 (10.9)
営業職	260	33.3 (8.0)	37.5 (8.6)	46.2 (10.1)	61	35.6 (11.9)	41.8 (12.1)	45.9 (11.3)
販売職	58	36.1 (11.0)	41.5 (10.4)	43.3 (8.3)	57	32.2 (7.9)	44.4 (12.9)	45.4 (12.6)
サービス職	96	33.0 (9.6)	38.6 (6.6)	45.4 (11.5)	81	28.9 (5.5)	35.9 (9.8)	45.0 (9.8)
運輸・通信職	155	34.7 (9.7)	41.4 (9.6)	42.9 (11.0)	8			
技能職	2395	33.9 (9.2)	38.7 (9.1)	44.9 (10.7)	731	34.0 (10.8)	38.1 (10.2)	44.5 (10.0)
その他	504	32.7 (8.7)	38.4 (9.4)	45.5 (10.2)	188	32.4 (9.8)	35.8 (8.3)	44.7 (11.6)
雇用形態								
正規社員	6407	33.5 (8.7)	38.4 (8.9)	45.8 (10.6)	1747	34.9 (10.0)	39.3 (9.9)	44.9 (10.8)
パート社員	213	31.2 (9.0)	37.6 (11.0)	41.8 (10.3)	546	32.9 (8.3)	35.8 (9.9)	41.6 (10.1)
その他	386	31.4 (8.7)	35.8 (7.9)	40.8 (11.3)	176	33.4 (11.7)	37.7 (7.6)	42.8 (10.3)
職位								
管理職	1402	32.5 (7.9)	37.0 (8.3)	44.9 (10.0)	90	33.1 (9.2)	37.4 (9.2)	44.5 (9.0)
その他	6451	33.1 (8.9)	38.5 (9.1)	45.7 (10.7)	2867	34.1 (9.8)	38.3 (9.8)	44.0 (10.7)

心理的ストレス反応 (全体) 得点 = 低活気+イライラ感+不安感+抑うつ感+疲労感 = 15-(No.18+19+20)+No.21~35 合計

ストレイン 2 : 量的負荷/コントロール 数値が大きいほど高負荷を示す

数値は人数以外、平均 (標準偏差) で表記 取りうる範囲は 18~72

表 2-8 上司同僚支援と心理的ストレス反応 (全体) 得点

	男性				女性			
	人数	低い 6-13	普通 14-16	高い 17-24	人数	低い 6-13	普通 14-16	高い 17-24
全体の人数	21126	7791	6537	6798	8697	3244	2708	2745
全体		43.2 (10.7)	38.4 (9.5)	34.7 (9.5)		42.6 (10.5)	37.8 (9.7)	34.1 (9.6)
年齢								
30 歳未満	4141	44.9 (10.6)	40.1 (10.0)	35.7 (9.7)	2093	45.1 (11.0)	39.8 (10.3)	36.2 (10.0)
30～39 歳	5567	45.4 (10.6)	40.3 (9.3)	36.5 (9.6)	2000	43.2 (10.7)	38.5 (9.9)	34.2 (9.7)
40～49 歳	5606	43.7 (10.7)	38.8 (9.2)	34.7 (9.2)	2299	42.8 (10.2)	37.9 (9.0)	33.7 (9.0)
50～59 歳	3947	41.9 (10.2)	36.4 (8.7)	32.3 (8.9)	1668	40.9 (9.9)	36.3 (9.0)	32.7 (9.0)
60 歳以上	1865	36.3 (9.0)	32.6 (8.4)	29.5 (8.2)	637	38.8 (9.6)	33.4 (9.1)	28.6 (7.3)
産業								
第 2 次産業	15882	43.5 (10.7)	38.9 (9.5)	35.1 (9.5)	4929	42.4 (10.7)	37.4 (9.7)	34.2 (9.9)
第 3 次産業	5150	42.2 (10.5)	37.1 (9.3)	33.7 (9.4)	3657	43.1 (10.4)	38.5 (9.6)	34.0 (9.3)
職種								
専門・技術職	1452	45.5 (11.0)	39.6 (9.6)	36.6 (9.7)	281	43.9 (10.7)	37.8 (10.3)	35.2 (10.4)
事務職	932	43.3 (11.0)	38.0 (8.2)	33.8 (9.4)	582	43.1 (9.9)	36.3 (7.8)	33.2 (9.2)
営業職	260	42.7 (11.1)	40.0 (8.5)	36.1 (10.0)	61	45.8 (12.0)	40.8 (10.0)	32.8 (11.2)
販売職	58	45.4 (8.1)	38.9 (10.2)	35.5 (10.7)	57	45.0 (13.1)	38.5 (11.3)	37.2 (12.8)
サービス職	96	45.6 (10.9)	38.9 (7.9)	35.8 (11.6)	81	42.4 (10.0)	40.8 (11.0)	32.7 (9.3)
運輸・通信職	155	41.2 (10.4)	38.6 (9.9)	35.6 (10.7)	8			
技能職	2395	43.6 (10.8)	39.7 (9.8)	35.3 (9.5)	731	42.0 (10.5)	36.5 (10.9)	34.8 (11.1)
その他	504	42.7 (10.4)	38.2 (9.8)	35.3 (10.5)	188	41.7 (11.7)	38.5 (11.4)	31.7 (8.5)
雇用形態								
正規社員	6407	44.0 (10.8)	39.4 (9.3)	35.4 (9.7)	1747	43.9 (10.6)	38.4 (10.1)	34.8 (10.0)
パート社員	213	38.0 (10.1)	34.1 (9.3)	31.6 (11.9)	546	39.7 (9.9)	36.0 (9.4)	31.9 (9.2)
その他	386	38.5 (10.2)	34.1 (9.1)	31.3 (8.1)	176	40.3 (9.8)	35.6 (11.2)	33.6 (11.4)
職位								
管理職	1402	42.9 (10.4)	38.4 (8.5)	34.2 (8.8)	90	45.2 (9.4)	38.5 (9.0)	30.8 (5.9)
その他	6451	43.5 (11.0)	39.0 (9.6)	35.0 (9.8)	2867	42.6 (10.6)	37.2 (9.8)	33.9 (9.9)

心理的ストレス反応 (全体) 得点 = 低活気 + 不安心感 + 不安感 + 抑うつ感 + 疲労感 = 15 - (No.18 + 19 + 20) + No.21 ~ 35 合計
 上司同僚からの支援 : 30 - (No.47 + No.48 + No.50 + No.51 + No.53 + No.54) 数値が低いほど支援が低いことを示す
 数値は人数以外、平均 (標準偏差) で表記 取りうる範囲は 18 ~ 72

表2-9 前月の1か月あたり時間外・休日労働時間と心理的ストレス反応（全体）得点

	男性				女性				
	人数	45 時間未満	45-59 時間	60-79 時間	80 時間以上	人数	45 時間未満	45-59 時間	60 時間以上
全体の人数	19648	15730	2328	1129	461	7968	7565	255	148
全体		38.2 (10.3)	41.7 (10.7)	42.7 (11.1)	43.4 (11.7)		38.2 (10.4)	42.0 (11.0)	42.6 (11.3)
年齢									
30 歳未満	3849	38.7 (10.4)	43.6 (11.3)	42.7 (11.3)	47.7 (11.1)	1926	39.8 (10.9)	44.0 (11.3)	46.8 (10.3)
30～39 歳	5234	40.2 (10.4)	43.1 (10.8)	44.2 (10.8)	44.8 (11.2)	1853	38.4 (10.5)	45.5 (11.6)	43.1 (11.1)
40～49 歳	5191	38.6 (10.3)	41.7 (10.3)	42.8 (11.0)	42.4 (11.6)	2111	38.3 (10.1)	42.6 (10.0)	38.2 (10.5)
50～59 歳	3683	37.1 (10.0)	39.0 (10.0)	40.6 (10.8)	42.6 (12.3)	1510	37.3 (9.9)	37.9 (10.1)	42.1 (11.8)
60 歳以上	1691	32.9 (9.0)	36.3 (9.8)	36.7 (11.3)	36.0 (8.4)	568	34.3 (9.7)	37.2 (11.8)	32.3 (7.0)
産業									
第 2 次産業	14893	38.6 (10.3)	42.3 (10.7)	43.6 (10.9)	45.6 (12.2)	4375	38.4 (10.5)	41.1 (10.7)	42.8 (12.1)
第 3 次産業	4663	36.7 (10.2)	39.8 (10.6)	40.2 (11.2)	40.2 (10.1)	3482	38.0 (10.3)	43.5 (11.5)	42.5 (10.5)
職種									
専門・技術	1342	39.6 (10.5)	43.5 (10.9)	42.9 (12.3)	49.0 (12.2)	1603	38.7 (11.0)	47.8 (9.5)	40.8 (11.9)
事務職	857	37.1 (10.0)	41.5 (9.9)	44.2 (11.3)	42.8 (11.7)	1396	37.3 (9.7)	42.7 (18.4)	36.4 (3.5)
営業職	223	38.3 (10.1)	40.8 (10.9)	43.8 (7.4)	47.0 (12.7)	277	40.9 (12.3)	40.0 (4.6)	
販売職	58	41.1 (10.9)	38.9 (7.1)	32.5 (6.4)	34.0	115	40.5 (12.8)	48.0	
サービス職	95	37.0 (10.3)	46.6 (11.3)	45.8 (8.9)	44.8 (10.0)	174	37.6 (10.9)	44.5 (6.4)	45.2 (11.7)
運輸・通信	114	40.3 (11.3)	40.7 (9.2)	37.7 (12.4)	40.0 (10.3)	8			
技能職	2146	39.3 (10.5)	43.1 (11.1)	44.0 (10.7)	44.3 (11.9)	2729	38.5 (10.9)	42.3 (9.4)	39.2 (5.2)
その他	499	37.9 (10.5)	42.5 (10.0)	43.9 (11.9)	41.9 (11.1)	684	37.7 (11.3)	43.5 (27.6)	44.5 (12.8)
雇用形態									
正規社員	5927	38.9 (10.4)	42.2 (10.7)	43.0 (11.3)	45.2 (11.2)	1567	39.1 (10.7)	43.0 (11.2)	40.8 (9.8)
パート社員	201	34.8 (10.8)	41.8 (13.2)	32.3 (4.7)		520	36.1 (10.1)	39.1 (9.3)	38.7 (10.1)
その他	307	34.2 (9.3)	38.8 (10.8)	37.5 (6.5)	27.0	125	37.2 (10.2)	46.5 (10.3)	
職位									
管理職	1323	36.4 (9.3)	39.4 (9.8)	43.1 (9.8)	45.4 (10.8)	90	38.6 (10.4)	36.1 (8.0)	40.5 (8.0)
その他	5958	38.4 (10.6)	42.8 (10.9)	43.0 (11.9)	44.5 (12.2)	2607	38.0 (10.5)	43.9 (11.5)	39.9 (10.8)

心理的ストレス反応（全体）得点＝低活気＋イライラ感＋不安感＋抑うつ感＋疲労感＝15-(No.18+19+20)+No.21~35 合

数値は人数以外、平均（標準偏差）で表記 取りうる範囲は 18~72

残業時間の回答があった 19,648 名に限定して算出した

表 3-1 仕事ストレス (全負荷) と身体的ストレス反応 (全体) 得点

	男性				女性			
	人数	小さい 17-38	普通 39-44	大きい 45-68	人数	小さい 17-38	普通 39-44	大きい 45-68
全体の人数	21126	6224	7795	7107	8697	3470	2997	2230
全体		16.7 (4.5)	18.6 (5.0)	21.7 (6.0)		18.4 (4.9)	20.5 (5.0)	23.4 (5.7)
年齢								
30 歳未満	4141	16.4 (4.9)	18.2 (5.1)	21.6 (6.3)	2093	18.5 (5.2)	20.9 (5.2)	24.0 (6.0)
30～39 歳	5567	16.7 (4.4)	18.5 (4.8)	21.6 (5.9)	2000	18.4 (5.1)	20.7 (4.9)	23.4 (5.8)
40～49 歳	5606	16.8 (4.5)	18.8 (4.9)	21.7 (5.8)	2299	18.4 (4.4)	20.7 (5.1)	23.4 (5.5)
50～59 歳	3947	16.9 (4.5)	18.8 (5.1)	22.1 (6.1)	1668	18.4 (4.9)	20.3 (4.8)	23.1 (5.5)
60 歳以上	1865	16.4 (4.2)	18.5 (4.7)	20.7 (5.8)	637	17.4 (4.8)	19.0 (4.6)	21.3 (5.1)
産業								
第 2 次産業	15882	16.7 (4.6)	18.6 (5.0)	21.7 (6.0)	4929	18.6 (5.0)	20.8 (4.9)	23.6 (5.6)
第 3 次産業	5150	16.5 (4.4)	18.4 (4.9)	21.5 (5.9)	3657	18.0 (4.8)	20.2 (5.1)	23.0 (5.8)
職種								
専門・技術職	1452	16.7 (4.5)	18.7 (4.9)	22.0 (5.8)	281	18.8 (5.0)	19.8 (5.0)	22.7 (6.2)
事務職	932	16.9 (4.5)	18.5 (4.7)	21.1 (5.9)	582	18.7 (4.7)	20.5 (4.7)	23.0 (5.9)
営業職	260	16.4 (4.4)	20.0 (5.8)	22.2 (4.7)	61	18.3 (4.7)	23.2 (5.6)	24.2 (6.5)
販売職	58	17.1 (3.7)	18.2 (5.3)	21.9 (5.9)	57	18.2 (4.5)	22.8 (3.8)	24.6 (6.2)
サービス職	96	17.9 (7.2)	18.6 (6.1)	22.4 (5.2)	81	18.3 (3.8)	19.5 (6.3)	23.6 (6.8)
運輸・通信職	155	17.0 (5.9)	19.4 (5.7)	21.0 (5.7)	8			
技能職	2395	16.3 (4.4)	18.6 (5.3)	21.5 (6.0)	731	18.7 (6.2)	20.5 (4.8)	23.9 (5.7)
その他	504	16.0 (4.2)	18.6 (4.9)	21.7 (6.2)	188	17.9 (4.7)	19.2 (4.8)	23.4 (5.3)
雇用形態								
正規社員	6407	16.7 (4.5)	18.7 (5.1)	21.7 (5.9)	1747	18.8 (5.3)	20.7 (5.0)	23.6 (5.8)
パート社員	213	15.6 (4.3)	19.5 (5.7)	21.8 (5.0)	546	18.4 (4.4)	19.8 (5.0)	23.0 (6.0)
その他	386	16.6 (4.7)	18.7 (4.7)	21.8 (6.3)	176	18.3 (6.3)	20.1 (4.7)	22.2 (5.2)
職位								
管理職	1402	17.0 (4.3)	19.0 (4.9)	21.9 (5.6)	90	19.1 (5.1)	20.6 (4.7)	22.4 (4.0)
その他	6451	16.5 (4.5)	18.6 (5.1)	21.7 (6.0)	2867	18.6 (5.2)	20.5 (5.0)	23.5 (5.8)

身体的ストレス反応 (全体) 得点 = 身体総得点 = No.36～46 の合計
 全負荷 : 仕事のストレス要因の点数の合計。点数が高いほど高ストレス
 数値は人数以外、平均 (標準偏差) で表記 取りうる範囲は 11～44

表 3-2 仕事ストレス（量的負荷）と身体的ストレス反応（全体）得点

	男性				女性			
	人数	小さい 3～7	普通 8～9	大きい 10～12	人数	小さい 3～7	普通 8～9	大きい 10～12
全体の人数	21126	5756	8802	6568	9462	3130	3166	3166
全体		17.5 (5.1)	18.9 (5.3)	20.9 (6.0)		19.2 (5.3)	20.8 (5.3)	22.7 (5.9)
年齢								
30 歳未満	4141	17.1 (5.4)	18.8 (5.6)	20.7 (6.3)	2093	19.4 (5.6)	21.2 (5.5)	23.0 (6.1)
30～39 歳	5567	17.8 (5.3)	19.0 (5.1)	20.9 (5.8)	2000	19.4 (5.3)	20.6 (5.4)	22.8 (5.9)
40～49 歳	5606	17.9 (5.2)	19.0 (5.1)	20.9 (5.9)	2299	19.4 (5.1)	20.9 (5.1)	22.6 (5.7)
50～59 歳	3947	17.9 (5.1)	19.0 (5.3)	21.4 (6.2)	1668	19.2 (5.0)	20.7 (5.1)	22.7 (5.9)
60 歳以上	1865	16.9 (4.4)	18.7 (5.2)	20.3 (5.8)	637	18.0 (5.0)	19.6 (5.0)	20.6 (4.9)
産業								
第 2 次産業	15882	17.7 (5.2)	19.1 (5.3)	21.1 (6.0)	4929	19.5 (5.3)	21.1 (5.2)	23.2 (5.8)
第 3 次産業	5150	17.1 (4.9)	18.5 (5.1)	20.4 (5.9)	3657	18.8 (5.2)	20.4 (5.3)	22.1 (5.9)
職種								
専門・技術職	1452	17.5 (5.1)	18.9 (5.2)	21.0 (5.7)	281	19.6 (5.1)	20.2 (5.5)	21.0 (6.3)
事務職	932	17.7 (5.1)	18.6 (4.9)	19.7 (5.6)	582	19.5 (5.0)	20.2 (4.8)	22.0 (6.2)
営業職	260	17.5 (4.9)	19.3 (5.2)	21.2 (5.8)	61	19.6 (5.1)	21.3 (5.6)	24.4 (7.2)
販売職	58	18.0 (4.7)	20.2 (6.2)	20.0 (5.4)	57	19.9 (6.6)	22.3 (4.7)	26.2 (3.2)
サービス職	96	17.9 (6.6)	19.6 (6.0)	23.2 (5.4)	81	18.2 (4.7)	20.1 (6.1)	24.7 (6.8)
運輸・通信職	155	17.5 (5.7)	20.0 (5.3)	23.8 (5.3)	8			
技能職	2395	17.8 (5.6)	19.0 (5.3)	21.3 (6.3)	731	19.9 (6.1)	21.1 (5.3)	23.6 (6.1)
その他	504	16.9 (5.0)	18.8 (5.2)	21.3 (6.2)	188	18.8 (5.2)	21.2 (5.5)	20.3 (5.2)
雇用形態								
正規社員	6407	17.8 (5.3)	18.9 (5.2)	21.0 (6.0)	1747	19.7 (5.6)	21.0 (5.3)	22.7 (6.1)
パート社員	213	16.4 (4.9)	19.8 (5.5)	21.4 (5.3)	546	19.3 (5.0)	20.2 (5.3)	22.5 (6.4)
その他	386	17.2 (4.9)	18.9 (5.1)	21.1 (6.5)	176	18.5 (6.4)	20.7 (4.1)	22.3 (5.2)
職位								
管理職	1402	17.7 (5.1)	18.5 (4.7)	20.4 (5.6)	90	19.0 (5.3)	20.2 (4.7)	21.9 (4.4)
その他	6451	17.5 (5.3)	19.1 (5.4)	21.1 (6.1)	2867	19.5 (5.5)	20.8 (5.3)	22.7 (6.2)

身体的ストレス反応（全体）得点＝身体総評＝No.36～46 の合計
 量的負荷：15-(No.1+No.2+No.3) 点数が高いほど高負荷を示す
 数値は人数以外、平均（標準偏差）で表記 取りうる範囲は 11～44

表 3-3 仕事ストレス（質的負荷）と身体的ストレス反応（全体）得点

	男性				女性			
	人数	小さい 3～7	普通 8～9	大きい 10～12	人数	小さい 3～7	普通 8～9	大きい 10～12
全体の人数	21126	6577	9209	5340	8697	3709	3413	1575
全体		17.7 (5.1)	18.9 (5.3)	20.9 (6.1)		19.5 (5.3)	20.5 (5.3)	22.3 (5.9)
年齢								
30 歳未満	4141	17.7 (5.5)	18.5 (5.5)	20.8 (6.4)	2093	19.9 (5.6)	21.0 (5.7)	22.2 (6.1)
30～39 歳	5567	18.0 (5.2)	19.1 (5.3)	21.1 (5.9)	2000	19.4 (5.3)	20.4 (5.3)	22.8 (6.1)
40～49 歳	5606	17.7 (4.9)	19.2 (5.1)	21.1 (6.1)	2299	19.6 (5.0)	20.7 (5.3)	22.5 (5.6)
50～59 歳	3947	17.8 (4.8)	19.1 (5.4)	21.2 (6.3)	1668	19.7 (5.3)	20.3 (5.0)	22.1 (5.9)
60 歳以上	1865	16.9 (4.5)	18.0 (4.7)	19.1 (5.9)	637	18.1 (4.9)	19.0 (5.1)	20.3 (4.9)
産業								
第 2 次産業	15882	17.8 (5.1)	19.1 (5.3)	21.2 (6.1)	4929	19.8 (5.4)	20.9 (5.3)	23.0 (5.9)
第 3 次産業	5150	17.2 (4.8)	18.3 (5.0)	20.3 (6.0)	3657	19.0 (5.2)	20.0 (5.3)	21.7 (5.9)
職種								
専門・技術職	1452	17.5 (4.9)	18.6 (5.1)	21.4 (5.8)	281	19.8 (5.4)	19.6 (5.3)	21.7 (5.9)
事務職	932	17.2 (4.8)	19.0 (4.9)	19.7 (5.9)	582	19.5 (5.1)	20.0 (4.9)	22.3 (5.7)
営業職	260	18.1 (4.9)	19.6 (5.5)	21.5 (5.9)	61	19.7 (5.6)	21.0 (5.4)	26.4 (6.0)
販売職	58	17.4 (5.0)	19.4 (4.7)	22.7 (6.8)	57	18.9 (4.1)	23.3 (5.7)	25.6 (6.6)
サービス職	96	17.8 (6.4)	19.9 (5.7)	23.2 (6.2)	81	21.0 (6.4)	19.6 (6.3)	22.6 (6.5)
運輸・通信職	155	16.3 (4.6)	20.1 (6.3)	21.6 (5.8)	8			
技能職	2395	17.8 (5.2)	19.4 (5.5)	21.4 (6.5)	731	20.0 (6.1)	21.4 (5.6)	22.8 (5.7)
その他	504	17.1 (5.1)	18.9 (5.2)	20.9 (6.6)	188	19.5 (5.2)	20.2 (6.0)	20.5 (4.2)
雇用形態								
正規社員	6407	17.7 (5.0)	19.1 (5.3)	21.1 (6.1)	1747	20.0 (5.7)	20.7 (5.3)	22.7 (5.9)
パート社員	213	17.1 (5.3)	18.7 (5.4)	19.4 (5.6)	546	19.5 (5.1)	19.8 (5.5)	21.9 (5.8)
その他	386	17.2 (4.8)	18.3 (5.0)	20.9 (6.7)	176	18.0 (5.5)	21.1 (5.8)	22.4 (5.5)
職位								
管理職	1402	17.4 (4.2)	18.7 (5.1)	20.7 (5.8)	90	19.5 (5.3)	20.3 (4.9)	21.9 (4.0)
その他	6451	17.5 (5.2)	19.1 (5.3)	21.2 (6.3)	2867	19.6 (5.6)	20.6 (5.4)	22.5 (6.0)

身体的ストレス反応（全体）得点＝身体愁訴＝No.36～46 の合計
 質的負荷：15-(No.4+No.5+No.6) 点数が高いほど高負荷を示す
 数値は人数以外、平均（標準偏差）で表記 取りうる範囲は 11～44

表 3-4 仕事ストレス（対人関係によるストレス）と身体的ストレス反応（全体）得点

	男性				女性			
	人数	小さい 3～5	普通 6～7	大きい 8～12	人数	小さい 3～5	普通 6～7	大きい 8～12
全体の人数	21126	5232	10345	5549	8697	2918	3725	2054
全体		17.1 (4.9)	18.7 (5.2)	21.5 (6.1)		18.6 (4.9)	20.4 (5.3)	22.8 (5.7)
年齢								
30 歳未満	4141	17.1 (5.3)	18.6 (5.5)	21.8 (6.4)	2093	18.9 (5.2)	20.8 (5.5)	23.8 (6.1)
30～39 歳	5567	17.4 (4.7)	18.9 (5.2)	21.3 (6.0)	2000	18.5 (5.1)	20.5 (5.4)	22.6 (5.6)
40～49 歳	5606	17.4 (4.9)	18.9 (5.1)	21.5 (5.9)	2299	18.6 (4.7)	20.5 (5.1)	22.9 (5.4)
50～59 歳	3947	17.0 (4.8)	18.9 (5.2)	21.8 (6.1)	1668	18.9 (4.9)	20.3 (5.2)	22.5 (5.6)
60 歳以上	1865	16.2 (4.2)	17.8 (4.6)	20.3 (5.8)	637	17.2 (4.3)	19.2 (5.0)	21.1 (5.5)
産業								
第 2 次産業	15882	17.2 (4.9)	18.9 (5.2)	21.7 (6.1)	4929	18.7 (5.0)	20.6 (5.2)	23.1 (5.6)
第 3 次産業	5150	16.9 (4.8)	18.4 (5.0)	20.8 (6.0)	3657	18.4 (4.9)	20.2 (5.4)	22.5 (5.8)
職種								
専門・技術職	1452	17.6 (4.9)	18.6 (5.0)	21.7 (6.0)	281	18.7 (4.8)	19.8 (5.1)	22.5 (6.4)
事務職	932	17.0 (4.4)	18.1 (4.9)	21.0 (5.7)	582	18.2 (4.4)	20.0 (4.8)	22.5 (5.6)
営業職	260	16.8 (5.4)	19.5 (5.0)	22.3 (5.4)	61	20.5 (5.7)	21.0 (5.4)	22.8 (7.4)
販売職	58	16.9 (3.3)	19.1 (5.6)	21.4 (6.1)	57	18.0 (4.5)	22.7 (5.0)	24.1 (6.4)
サービス職	96	18.9 (6.5)	19.6 (6.2)	22.1 (6.1)	81	20.7 (5.6)	20.5 (7.0)	22.6 (6.5)
運輸・通信職	155	19.0 (6.5)	18.2 (5.9)	19.9 (5.4)	8			
技能職	2395	17.1 (5.1)	19.1 (5.4)	21.6 (6.3)	731	19.0 (5.6)	21.2 (5.9)	23.1 (5.7)
その他	504	16.8 (4.5)	18.9 (5.5)	20.9 (6.4)	188	17.2 (4.5)	20.8 (5.2)	22.8 (5.4)
雇用形態								
正規社員	6407	17.4 (4.9)	18.8 (5.3)	21.5 (6.0)	1747	18.9 (5.0)	20.8 (5.6)	23.2 (5.8)
パート社員	213	16.3 (4.6)	18.0 (5.3)	21.6 (6.0)	546	18.8 (5.0)	20.2 (5.4)	21.7 (5.5)
その他	386	17.1 (5.1)	18.3 (5.1)	20.8 (5.8)	176	16.9 (5.3)	20.8 (5.1)	22.1 (6.4)
職位								
管理職	1402	17.8 (4.8)	18.8 (5.0)	20.9 (5.8)	90	19.4 (5.7)	20.6 (4.3)	22.1 (4.2)
その他	6451	17.1 (4.9)	18.7 (5.3)	21.6 (6.1)	2867	18.7 (5.1)	20.5 (5.5)	22.8 (5.7)

身体的ストレス反応（全体）得点 = 身体愁訴 = No.36～46 の合計
対人関係によるストレス : 10 - (No.12 + No.13) + No.14 点数が高いほど高負荷を示す
数値は人数以外、平均（標準偏差）で表記 取りうる範囲は 11～44

表 3-5 仕事ストレス（仕事のコントロール）と身体的ストレス反応（全体）得点

	男性				女性			
	人数	低い 3～6	普通 7～8	高い 9～12	人数	低い 3～6	普通 7～8	高い 9～12
全体の人数	21126	5706	8012	7408	8697	2730	3227	2740
全体		20.8 (6.1)	18.9 (5.3)	17.8 (5.0)		21.8 (5.7)	20.3 (5.3)	19.1 (5.2)
年齢								
30 歳未満	4141	20.6 (6.4)	18.5 (5.7)	17.7 (5.3)	2093	22.4 (6.0)	20.3 (5.6)	19.5 (5.5)
30～39 歳	5567	21.2 (6.0)	19.2 (5.2)	18.0 (5.0)	2000	21.8 (5.8)	20.5 (5.4)	19.1 (5.3)
40～49 歳	5606	21.1 (6.1)	19.2 (5.1)	18.0 (5.0)	2299	22.1 (5.6)	20.4 (5.2)	19.3 (4.9)
50～59 歳	3947	21.0 (6.3)	19.2 (5.3)	17.9 (5.0)	1668	21.9 (5.5)	20.1 (5.1)	18.9 (5.1)
60 歳以上	1865	18.1 (5.2)	18.0 (4.9)	17.1 (4.6)	637	19.3 (5.1)	18.9 (4.7)	17.9 (5.2)
産業								
第 2 次産業	15882	21.0 (6.2)	19.1 (5.3)	18.0 (5.1)	4929	22.1 (5.7)	20.6 (5.2)	19.4 (5.3)
第 3 次産業	5150	20.2 (6.1)	18.4 (5.1)	17.3 (4.7)	3657	21.5 (5.7)	19.8 (5.3)	18.7 (5.1)
職種								
専門・技術職	1452	21.5 (6.2)	19.1 (5.2)	18.1 (5.0)	281	22.1 (6.2)	20.4 (4.8)	18.6 (5.3)
事務職	932	20.5 (5.6)	19.0 (5.2)	17.5 (4.9)	582	21.0 (5.9)	20.7 (4.8)	19.0 (4.9)
営業職	260	22.5 (5.2)	19.7 (5.6)	17.9 (5.1)	61	24.5 (7.1)	20.9 (4.7)	20.2 (6.6)
販売職	58	20.6 (6.5)	18.2 (4.9)	19.7 (5.4)	57	24.2 (6.7)	21.7 (5.1)	19.6 (5.2)
サービス職	96	21.2 (5.8)	19.2 (5.5)	19.2 (7.7)	81	23.0 (7.4)	21.0 (6.7)	18.3 (3.4)
運輸・通信職	155	19.5 (5.6)	18.9 (6.8)	18.4 (5.1)	8			
技能職	2395	20.9 (6.3)	19.0 (5.5)	17.8 (5.1)	731	22.0 (5.9)	20.5 (5.7)	20.0 (6.3)
その他	504	21.1 (6.6)	18.8 (5.0)	17.1 (4.9)	188	21.0 (5.7)	20.8 (5.9)	17.5 (3.5)
雇用形態								
正規社員	6407	21.2 (6.2)	19.1 (5.3)	17.9 (5.0)	1747	22.3 (6.0)	20.8 (5.2)	19.6 (5.6)
パート社員	213	18.2 (5.4)	18.4 (5.9)	17.6 (5.1)	546	21.7 (5.9)	19.3 (5.2)	18.8 (4.6)
その他	386	19.0 (5.2)	18.2 (5.7)	18.1 (5.2)	176	18.8 (5.7)	20.2 (5.5)	20.1 (6.5)
職位								
管理職	1402	21.6 (5.8)	19.4 (5.3)	17.9 (4.6)	90	20.9 (5.1)	20.5 (4.7)	20.2 (4.9)
その他	6451	21.0 (6.3)	18.9 (5.4)	17.7 (5.1)	2867	21.7 (5.9)	20.5 (5.4)	19.3 (5.5)

身体的ストレス反応（全体）得点＝身体愁訴＝No.36～46 の合計
 コントロール：15-(No.8+No.9+No.10) 点数が低いほどコントロールが低く高負荷
 数値は人数以外、平均（標準偏差）で表記 取りうる範囲は 11～44

表 3-6 仕事ストレス（ストレイン1）と身体的ストレス反応（全体）得点

	男性				女性			
	人数	低い <1.88	普通 1.88~2.5	高い 2.5<	人数	低い <1.88	普通 1.88~2.5	高い 2.5<
全体の人数	21126	6548	7607	6971	8697	3331	2799	2567
全体		17.2 (4.8)	18.8 (5.2)	21.0 (6.0)		18.9 (5.2)	20.3 (5.2)	22.4 (5.7)
年齢								
30歳未満	4141	16.9 (5.1)	18.6 (5.6)	20.8 (6.3)	2093	19.2 (5.6)	20.6 (5.2)	22.8 (6.0)
30~39歳	5567	17.3 (4.7)	18.9 (5.1)	21.2 (5.9)	2000	18.9 (5.2)	20.4 (5.2)	22.6 (5.8)
40~49歳	5606	17.4 (4.8)	18.9 (5.1)	21.2 (5.8)	2299	18.9 (4.8)	20.6 (5.2)	22.6 (5.5)
50~59歳	3947	17.4 (4.7)	19.1 (5.3)	21.3 (6.2)	1668	18.8 (5.0)	20.0 (5.1)	22.4 (5.4)
60歳以上	1865	16.8 (4.5)	18.4 (5.0)	19.3 (5.4)	637	17.6 (4.9)	19.2 (4.7)	20.0 (5.2)
産業								
第2次産業	15882	17.3 (4.9)	19.0 (5.3)	21.2 (6.0)	4929	19.2 (5.3)	20.7 (5.2)	22.9 (5.6)
第3次産業	5150	16.8 (4.5)	18.3 (4.9)	20.5 (6.0)	3657	18.3 (4.9)	19.8 (5.1)	22.0 (5.8)
職種								
専門・技術職	1452	17.0 (4.8)	18.8 (5.0)	21.4 (5.9)	281	19.2 (5.4)	19.7 (4.7)	21.9 (6.2)
事務職	932	17.0 (4.6)	19.0 (5.0)	20.3 (5.7)	582	19.1 (5.0)	20.4 (4.6)	21.7 (5.8)
営業職	260	17.3 (4.9)	19.0 (4.9)	22.4 (5.8)	61	19.2 (5.4)	21.7 (5.5)	25.2 (6.2)
販売職	58	17.4 (3.5)	20.0 (6.3)	20.7 (5.9)	57	18.5 (4.2)	22.3 (5.7)	25.0 (5.7)
サービス職	96	18.1 (7.4)	19.5 (6.1)	21.4 (5.7)	81	18.4 (3.6)	18.5 (6.1)	24.1 (6.4)
運輸・通信職	155	16.3 (5.2)	20.4 (6.0)	20.4 (5.9)	8			
技能職	2395	17.1 (4.9)	19.0 (5.5)	21.1 (6.2)	731	19.4 (6.2)	20.8 (5.6)	23.0 (5.5)
その他	504	16.6 (4.5)	18.6 (5.2)	21.3 (6.3)	188	18.4 (4.7)	19.4 (5.7)	21.8 (5.4)
雇用形態								
正規社員	6407	17.2 (4.8)	19.0 (5.2)	21.2 (6.0)	1747	19.4 (5.5)	20.6 (5.2)	22.8 (5.9)
パート社員	213	16.5 (5.0)	18.8 (5.5)	20.4 (5.5)	546	18.8 (4.6)	19.6 (5.3)	22.3 (5.9)
その他	386	17.1 (4.9)	18.9 (4.9)	20.2 (6.4)	176	18.3 (6.6)	20.1 (4.1)	21.9 (5.1)
職位								
管理職	1402	17.1 (4.4)	18.9 (4.9)	21.3 (5.7)	90	18.9 (4.3)	20.6 (5.4)	21.8 (4.4)
その他	6451	17.0 (4.8)	19.0 (5.3)	21.1 (6.1)	2867	19.1 (5.4)	20.4 (5.2)	22.5 (5.8)

身体的ストレス反応（全体）得点＝身体認知＝No.36～46の合計
 ストレイン1：（量的負荷＋質的負荷）/コントロール 数値が大きいほど高負荷を示す
 数値は人数以外、平均（標準偏差）で表記 取りうる範囲は 11～44

表 3-7 仕事ストレス (ストレイン2) と身体的ストレス反応 (全体) 得点

	男性				女性			
	人数	低い <0.89	普通 0.89~1.29	高い 1.29<	人数	低い <0.89	普通 0.89~1.29	高い 1.29<
全体の人数	21126	5756	8802	6568	8697	3131	3166	2400
全体		17.2 (4.9)	18.7 (5.2)	21.1 (6.0)		18.8 (5.2)	20.4 (5.2)	22.5 (5.7)
年齢								
30 歳未満	4141	16.8 (5.1)	18.5 (5.6)	20.8 (6.2)	2093	19.1 (5.6)	20.6 (5.2)	22.9 (6.0)
30~39 歳	5567	17.2 (4.9)	18.8 (5.1)	21.2 (5.9)	2000	18.8 (5.2)	20.7 (5.4)	22.5 (5.7)
40~49 歳	5606	17.5 (4.9)	18.8 (5.1)	21.1 (5.8)	2299	19.0 (4.9)	20.4 (5.0)	22.7 (5.5)
50~59 歳	3947	17.6 (4.8)	18.9 (5.2)	21.5 (6.2)	1668	18.6 (4.9)	20.2 (5.1)	22.5 (5.5)
60 歳以上	1865	16.8 (4.5)	18.4 (4.9)	19.6 (5.5)	637	17.6 (4.8)	19.1 (4.8)	20.4 (5.3)
産業								
第 2 次産業	15882	17.3 (4.9)	18.9 (5.3)	21.2 (6.0)	4929	19.1 (5.3)	20.7 (5.2)	22.9 (5.6)
第 3 次産業	5150	16.9 (4.6)	18.3 (4.9)	20.7 (6.0)	3657	18.2 (4.9)	20.0 (5.1)	22.1 (5.9)
職種								
専門・技術職	1452	17.2 (5.0)	18.7 (5.0)	21.5 (5.9)	281	18.7 (5.0)	20.3 (5.2)	22.0 (6.2)
事務職	932	17.2 (4.9)	18.5 (4.7)	20.5 (5.7)	582	19.3 (5.1)	20.2 (4.7)	21.6 (6.0)
営業職	260	17.4 (5.1)	19.1 (5.1)	22.0 (5.8)	61	18.5 (4.7)	22.3 (5.7)	24.9 (6.7)
販売職	58	17.8 (3.2)	20.1 (6.5)	19.9 (6.0)	57	18.3 (4.3)	23.6 (6.0)	23.8 (5.6)
サービス職	96	17.1 (6.7)	20.0 (6.5)	21.4 (5.6)	81	17.6 (3.6)	19.3 (5.9)	24.5 (6.7)
運輸・通信職	155	16.7 (5.4)	20.5 (6.1)	20.5 (5.6)	8			
技能職	2395	17.4 (5.2)	18.8 (5.4)	21.1 (6.1)	731	19.3 (6.3)	20.6 (5.5)	23.3 (5.4)
その他	504	16.5 (4.5)	18.6 (5.1)	21.4 (6.3)	188	18.1 (4.8)	20.1 (5.5)	21.7 (5.4)
雇用形態								
正規社員	6407	17.3 (5.0)	18.8 (5.2)	21.3 (6.0)	1747	19.1 (5.5)	20.8 (5.2)	22.8 (5.9)
パート社員	213	16.5 (5.2)	19.1 (4.9)	20.6 (5.8)	546	18.8 (4.6)	19.5 (5.2)	22.5 (6.0)
その他	386	17.0 (5.0)	18.9 (4.9)	20.4 (6.2)	176	18.2 (6.8)	20.0 (3.6)	22.1 (5.0)
職位								
管理職	1402	17.3 (4.7)	18.6 (4.8)	21.2 (5.7)	90	18.9 (4.4)	20.4 (5.3)	21.7 (4.2)
その他	6451	17.1 (5.0)	18.9 (5.3)	21.2 (6.1)	2867	19.0 (5.5)	20.5 (5.2)	22.6 (5.8)

身体的ストレス反応 (全体) 得点 = 身体愁訴 = No.36~46 の合計
 ストレイン 2 : 量的負荷/コントロール 数値が大きいほど高負荷を示す
 数値は人数以外、平均 (標準偏差) で表記 取りうる範囲は 11~44

表 3-8 上司同僚支援と身体的ストレス反応 (全体) 得点

	男性				女性			
	人数	低い 6-13	普通 14-16	高い 17-24	人数	低い 6-13	普通 14-16	高い 17-24
全体の人数	21126	7791	6537	6798	8697	3244	2708	2745
全体		20.6 (6.0)	18.9 (5.1)	17.5 (5.0)		21.9 (5.7)	20.0 (5.2)	19.0 (5.1)
年齢								
30 歳未満	4141	20.7 (6.4)	18.9 (5.6)	17.5 (5.3)	2093	22.6 (6.0)	20.3 (5.5)	19.3 (5.3)
30～39 歳	5567	20.9 (6.0)	19.2 (5.0)	17.9 (5.0)	2000	21.9 (5.9)	20.1 (5.3)	19.0 (5.2)
40～49 歳	5606	20.7 (5.9)	19.1 (4.5)	17.6 (4.9)	2299	22.2 (5.5)	20.2 (5.0)	19.0 (4.9)
50～59 歳	3947	20.6 (6.0)	18.6 (5.1)	17.3 (4.7)	1668	21.6 (5.4)	19.9 (5.3)	18.8 (4.9)
60 歳以上	1865	18.7 (5.2)	17.6 (4.6)	16.2 (4.3)	637	20.1 (5.4)	18.5 (4.4)	16.9 (4.4)
産業								
第 2 次産業	15882	20.7 (6.0)	19.0 (5.2)	17.6 (5.0)	4929	22.0 (5.7)	20.1 (5.1)	19.2 (5.2)
第 3 次産業	5150	20.1 (5.9)	18.4 (4.9)	17.2 (5.0)	3657	21.7 (5.7)	20.0 (5.4)	18.7 (5.0)
職種								
専門・技術職	1452	20.9 (6.2)	19.3 (5.0)	17.9 (5.0)	281	21.8 (5.4)	19.8 (6.1)	18.9 (4.6)
事務職	932	20.7 (5.9)	18.4 (5.1)	17.2 (4.2)	582	22.1 (5.5)	19.5 (4.3)	18.6 (4.9)
営業職	260	21.2 (5.8)	19.6 (4.5)	18.6 (5.9)	61	23.3 (6.8)	21.7 (3.9)	18.5 (5.6)
販売職	58	22.3 (6.5)	18.0 (4.4)	17.0 (3.4)	57	22.1 (6.5)	22.3 (5.3)	21.1 (5.8)
サービス職	96	21.7 (6.7)	18.6 (4.9)	19.6 (6.9)	81	22.5 (6.7)	21.5 (7.5)	19.4 (5.2)
運輸・通信職	155	19.1 (5.6)	19.8 (6.6)	18.0 (6.1)	8			
技能職	2395	20.8 (6.2)	19.3 (5.6)	17.5 (4.9)	731	22.1 (5.6)	20.5 (6.2)	19.3 (6.0)
その他	504	20.6 (5.9)	18.3 (5.4)	17.3 (5.1)	188	21.1 (5.9)	20.0 (5.3)	18.1 (4.3)
雇用形態								
正規社員	6407	20.9 (6.1)	19.1 (5.2)	17.7 (5.0)	1747	22.4 (5.7)	20.5 (5.6)	19.1 (5.1)
パート社員	213	19.4 (5.7)	17.7 (5.8)	16.2 (4.0)	546	20.9 (5.8)	20.0 (5.0)	18.9 (5.2)
その他	386	19.7 (5.7)	18.1 (5.3)	17.1 (4.7)	176	20.4 (5.6)	19.0 (5.9)	19.3 (6.2)
職位								
管理職	1402	20.4 (5.7)	19.1 (4.9)	17.9 (4.9)	90	22.2 (4.9)	20.4 (4.6)	18.4 (4.4)
その他	6451	20.8 (6.2)	19.0 (5.4)	17.4 (4.9)	2867	22.0 (5.7)	20.1 (5.5)	19.0 (5.3)

身体的ストレス反応 (全体) 得点 = 身体総得点 ÷ No.36～46 の合計

上司同僚からの支援 : 30-(No.47+No.48+No.50+No.51+No.53+No.54) 数値が低いほど支援が低いことを示す

数値は人数以外、平均 (標準偏差) で表記 取りうる範囲は 11～44

表 3-9 前月の 1 か月あたり時間外・休日労働時間と身体的ストレス反応（全体）得点

	男性					女性				
	人数	45 時間未満	45-59 時間	60-79 時間	80 時間以上	人数	45 時間未満	45-59 時間	60 時間以上	
全体の人数	19648	15730	2328	1129	461	7968	7565	255	148	
全体		18.8 (5.5)	19.9 (5.7)	20.4 (6.1)	20.4 (6.3)		20.3 (5.4)	21.4 (5.8)	21.8 (6.1)	
年齢										
30 歳未満	3849	18.4 (5.7)	20.4 (6.3)	20.3 (6.1)	21.4 (6.2)	1926	20.5 (5.7)	21.5 (6.0)	23.6 (5.5)	
30～39 歳	5234	19.1 (5.4)	20.3 (5.7)	21.1 (6.1)	20.1 (6.3)	1853	20.3 (5.4)	22.5 (5.8)	21.8 (5.5)	
40～49 歳	5191	19.1 (5.4)	19.9 (5.7)	20.1 (6.0)	20.2 (6.0)	2111	20.5 (5.2)	21.5 (5.7)	20.2 (6.1)	
50～59 歳	3683	19.0 (5.6)	19.3 (5.3)	19.8 (5.8)	21.1 (6.9)	1510	20.3 (5.3)	20.5 (5.6)	21.7 (7.3)	
60 歳以上	1691	17.6 (4.8)	18.4 (5.2)	20.1 (7.9)	18.4 (4.9)	568	18.7 (5.1)	21.2 (6.4)	16.3 (4.7)	
産業										
第 2 次産業	14893	19.0 (5.5)	20.1 (5.8)	20.7 (6.1)	21.4 (6.9)	4375	20.6 (5.4)	21.3 (5.5)	22.9 (6.5)	
第 3 次産業	4663	18.2 (5.3)	19.4 (5.5)	19.5 (5.9)	19.1 (5.0)	3482	20.0 (5.5)	21.7 (6.2)	20.9 (5.7)	
職種										
専門・技術	1342	19.2 (5.4)	19.7 (5.6)	20.1 (6.1)	22.3 (7.4)	1603	20.0 (5.6)	25.3 (0.5)	19.6 (3.8)	
事務職	857	18.5 (5.0)	19.0 (5.7)	20.0 (5.7)	19.8 (6.5)	1396	19.9 (5.1)	23.5 (6.9)	19.4 (2.6)	
営業職	223	19.1 (5.5)	22.0 (6.4)	20.1 (4.2)	18.5 (3.5)	277	21.1 (6.0)	25.0 (3.0)		
販売職	58	19.7 (5.9)	18.0 (2.8)	14.5 (3.5)	22.0	115	21.9 (5.9)	19.0		
サービス職	95	18.9 (6.6)	21.8 (6.1)	21.8 (4.9)	19.4 (5.7)	174	20.6 (6.3)	31.5 (2.1)	22.0 (7.6)	
運輸・通信	114	19.7 (6.3)	20.9 (6.9)	17.9 (4.7)	18.7 (4.9)	8				
技能職	2146	19.1 (5.8)	20.8 (6.2)	20.5 (6.2)	20.2 (6.8)	2729	20.9 (5.6)	20.8 (5.6)	21.2 (7.4)	
その他	499	18.4 (5.5)	19.6 (5.8)	21.7 (6.9)	20.7 (5.8)	684	20.0 (5.3)	18.5 (4.9)	21.5 (8.0)	
雇用形態										
正規社員	5927	19.0 (5.5)	20.1 (5.8)	20.2 (5.8)	21.4 (6.7)	1567	20.6 (5.5)	22.7 (5.6)	20.9 (4.7)	
パート社員	201	18.0 (5.5)	19.6 (5.7)	18.7 (7.5)		520	19.9 (5.3)	25.6 (6.1)	21.3 (8.0)	
その他	307	18.1 (5.2)	19.7 (7.2)	19.2 (4.5)	16.0	125	19.8 (5.3)	17.0 (2.8)		
職位										
管理職	1323	18.6 (5.1)	19.1 (5.4)	20.1 (4.9)	21.6 (6.2)	90	20.5 (5.0)	20.3 (4.8)	20.7 (2.1)	
その他	5958	18.9 (5.6)	20.3 (6.0)	20.5 (6.4)	21.1 (7.2)	2607	20.3 (5.5)	23.0 (6.5)	20.7 (5.9)	

身体的ストレス反応（全体）得点＝身体総得点÷No.36～46 の合計
 数値は人数以外、平均（標準偏差）で表記 取のうる範囲は 11～44
 残業時間の回答があった 19,648 名に限定して算出した

I I I . 研究成果の刊行に関する一覧表

研究成果の刊行に関する一覧表

書籍

著者氏名	論文タイトル名	書籍全体の 編集者名	書 籍 名	出版社名	出版地	出版年	ページ
なし							

雑誌

発表者氏名	論文タイトル名	発表誌名	巻号	ページ	出版年
Kikuchi H, Oda giri Y, Ohya Y, Nakanishi Y, Shimomitsu T, Theorell T, Ino ue S.	Association of overtime work hours with various stress responses in 59,021 Japanese workers: Retrospective cross-sectional study.	PLoS One.	3;15(3):	e0229506.	2020
大岡正志、小田切 優子、菊池宏幸、 高宮朋子、福島教 照、林俊夫、中西 久、下光輝一、井 上茂	ストレスチェック制度 における高ストレス判 定の割合およびその関 連要因—職種別の検討	東医大誌	77(4)	285-298	2019