

## 労災疾病臨床研究事業費補助金平成 30 年度～令和 2 年度研究結果の概要

### 研究課題名

ストレスチェックと健康診断結果の関連性の分析及び業種別、職種別の特徴に関する研究  
(180702-01)

研究代表者名:黒木 宣夫

研究年度:平成 30 年度 4 月 1 日から令和 3 年 3 月 31 日まで

定期健康診断実施時に併せてストレスチェックを受検した労働者の健康診断結果とストレスチェック結果の各項目の関係性について明らかにするため、各項目間の相関関係について検討した。

解析項目は、健診項目(労働安全衛生法に定める定期健康診断項目)、問診項目(特定健康診査制度に定める項目)およびストレスチェック項目(厚生労働省の推奨する 57 項目のストレスチェック項目)である。

(社福)聖隷福祉事業団から提供された 29,823 人(2017 年度定期健康診断と併せてストレスチェックを受診した人)のデータを対象に、生活習慣病関連検査値、生活習慣、ストレス反応の相互関連性について解析した。

また、継続して定期健康診断、ストレスチェックを受診している人の継時変化を追跡する研究に発展させるため、全衛連会員 7 機関の協力を得て、2016 年から 2018 年のデータを収集し、3 年連続受信データを整理し、解析を行った。

### 1 断面研究の結果

#### (1)職業ストレス及びそれらを構成する要因と生活習慣や健康診断時の測定・検査成績との関連

(社福)聖隷福祉事業団が実施したストレスチェック(57 項目)と定期健康診断データを突合せ、相互の関連を統計的に解析した。

2018 年度研究では、循環器疾患の危険因子として喫煙、肥満、高血圧を取り上げ、職業ストレスとの関連を検討した。仕事のストレス度の上昇に伴い喫煙者と肥満者(女性のみ)の割合が増加する傾向を認めた。高血圧についてはそうした関連は認められず、長時間残業者でむしろ高血圧割合が低かった。

2019 年度研究では、循環器疾患の危険因子として飲酒、食事、運動、糖尿病を取り上げ、職業ストレスとの関連を検討した。仕事のストレス度の上昇や長時間の残業に伴い不健康な食習慣の割合が高く、良い運動習慣の割合は低くなる傾向がみられた。また、多量飲酒は、仕事ストレスとの関連はみとめられなかったが、長時間残業者で多量飲酒の割合は低くなる傾向がみられた。糖尿病は、仕事ストレスとの関連は認めなかったものの、長時間残業者で糖尿病割合が高い傾向であった。

2020 年度研究では、循環器疾患の危険因子として睡眠、脂質異常症、メタボリックシンドロームを取り上げ、職業ストレスとの関連を検討した。睡眠による十分な休養は仕事のストレス要因や

仕事のストレス、残業時間が増えるほど減少する一方で、上司・同僚からのサポートが増えると増加する傾向にあった。脂質異常症とメタボリックシンドロームについては仕事ストレス要因との明らかな関連は認めなかった。

## (2) 職業性ストレスに関するデータの解析

(社福)聖隷福祉事業団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 項目すべてに回答した 29,823 名 (男性 2,126 名、女性 8,697 名) について解析した。

年代別では、男性は 30 歳代でストレス要因とストレス反応が高く、女性は 40 歳代、50 歳代でストレス要因が高い一方ストレス反応の多くは 30 歳代未満で高かった。ストレス要因の高い職種は男性では専門・技術職ついでサービス職、女性ではサービス職であった。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。

職種別には、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。

雇用形態別では、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。

超過勤務時間が長い労働者では、ストレス反応の得点がより高い傾向が認められた。その傾向は「仕事の適性度」、「働きがい」、「職場のサポート」、「仕事満足度」が低い男性労働者でより顕著であった。

業種別に検討したところ、交互作用の認められたストレス要因は異なっており、製造業では「仕事の適性度」「働きがい」「職場のサポート」「仕事満足度」、非製造業では「仕事の質」「働きがい」で交互作用が認められた。

3 年間の研究により、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、身体的ストレス反応は女性で高い、等の特徴が示されたほか、長時間労働の影響は、普遍的なストレス要因との組み合わせであっても業務の特性(業種)によって異なり、製造業と非製造業では同じストレス要因の存在下でも影響が異なった。

## 2 継時的追跡研究の結果

### (1) 2017 年度、2018 年度 2 年連続受診した人の解析

(社福)聖隷福祉事業団において、2017 年度と 2018 年度に 2 年連続受診した全受診者(男性 16,321 名、女性 6,644 名)を対象とし、ストレスチェック結果から 8 つのストレス要因の変化量求め、BMI、血圧、脂質、血糖、肝機能の変化量との関連を重回帰分析で評価した。

結果、高血圧、肥満、食事、運動、喫煙、飲酒とストレスとの関連性を示唆する結果が得られた他、職業、性別、職種、雇用形態等とストレスの関連性についても認められる結果が得られた。

### (2) 2016 年度～2018 年度 3 年連続して受診した人の解析

全衛連会員 7 機関から、2016 年度～2018 年度において健康診断、ストレスチェックを併せて受診した人のデータの提供を受け、この中から 3 年連続して受診した人のデータを抽出し、ストレスチェック結果から 8 つのストレス要因の変化量を求め、BMI、血圧、脂質、血糖、肝機能の変化量との関連を重回帰分析で評価した。2 年連続受診した人の解析結果と傾向は同様であったが、非高ストレス者が高ストレス者になる過程において、食生活、運動、睡眠といった労働者の健康にとって重要な生活習慣に問題が生じることが明らかになった。