

平成22年度労働者健康福祉機構調査研究
北海道・東北地方における事業所のメンタルヘルスの状況とその対策に関する研究

北海道産業保健推進センター
青森産業保健推進センター
岩手産業保健推進センター
宮城産業保健推進センター
秋田産業保健推進センター
山形産業保健推進センター
福島産業保健推進センター

本調査研究の特長と問題点

- 特長

- 約1,500万人、日本人口の約12%の北日本全域
- 無作為抽出による事業場(ただし、約50人以上規模)
- 比較的良好な回収率(事業場42.6%、従業員93.4%)
- 大数標本、事業場が1,600以上、従業員数が8,200人以上
- 4年の間隔を置いた同様項目の対比(再現性検証可能)
- メンタルヘルスに関する広範囲の項目(個人要因と環境)

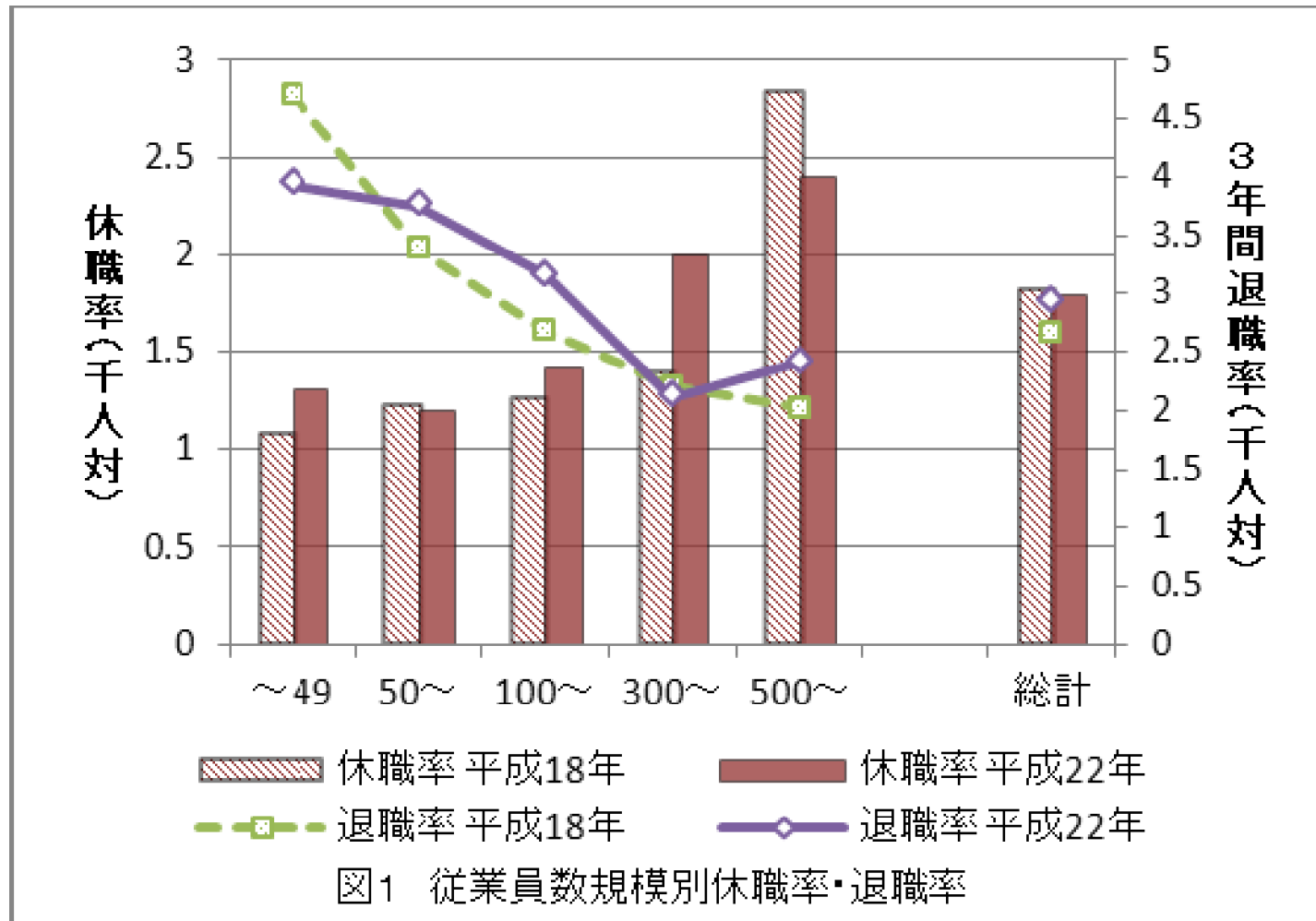
- 問題点

- コーホート調査ではない、横断調査、匿名調査
- 従業員調査は希望してきた事業場に限られる
- 従業員規模がほとんど中小企業(零細と大規模が少ない)
- 項目が多く、そのため広いが浅くなった

事業場調査

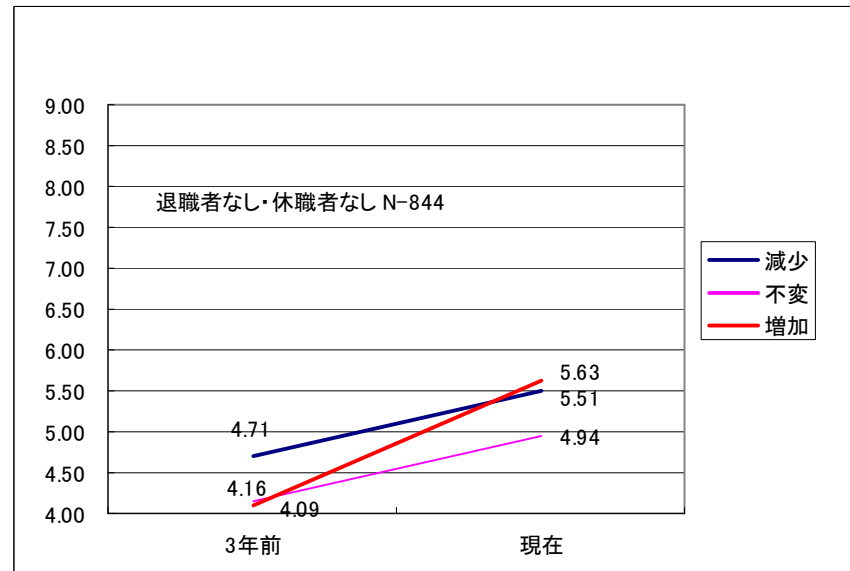
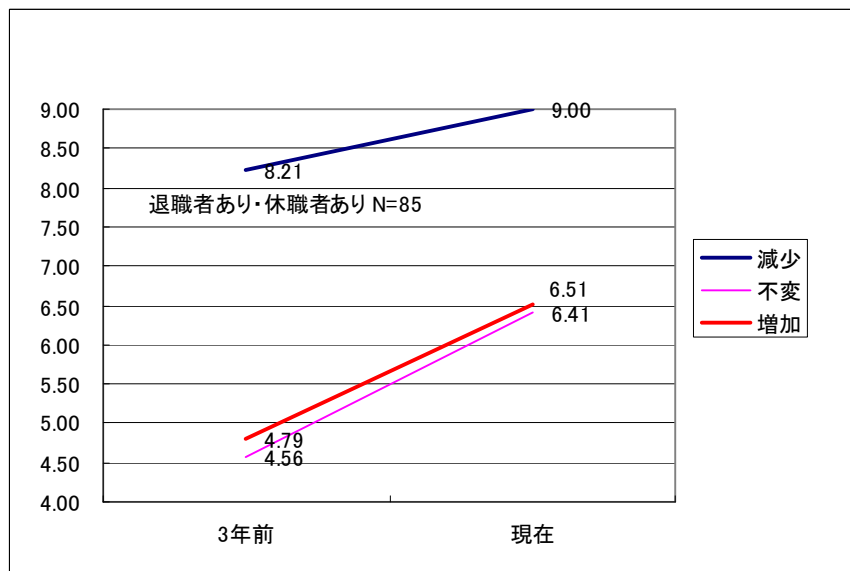
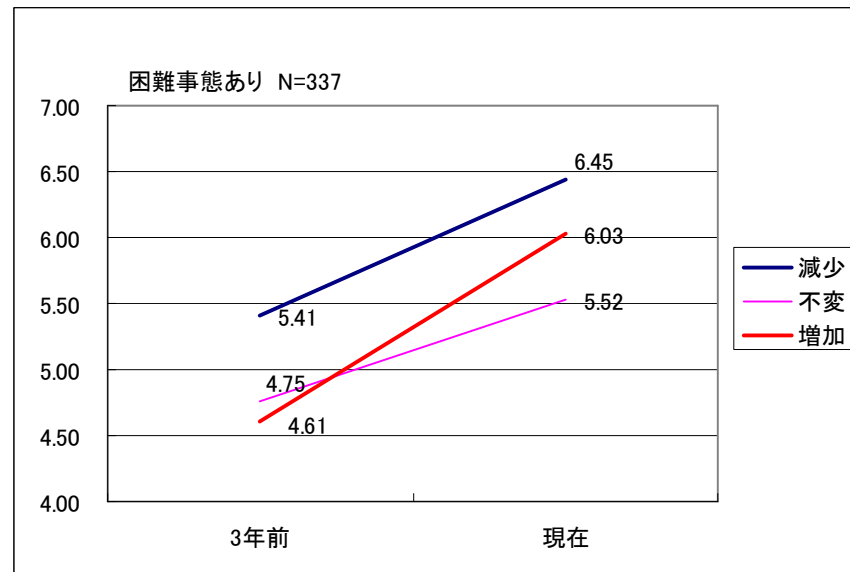
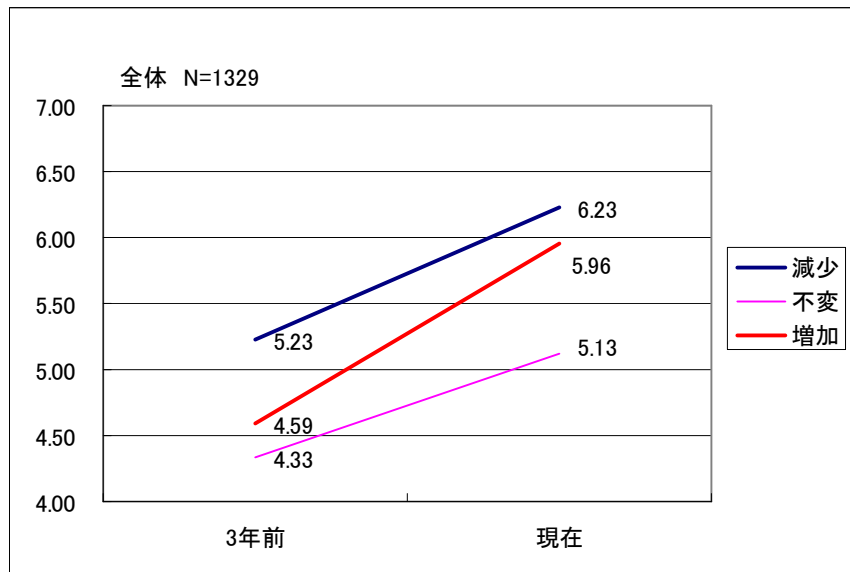
- 質問紙(業種、従業員数、心の健康問題発生状況、メンタルヘルス対策、記入者の個人意見、従業員調査の希望等)を各センターの共同研究者間で検討(4~7月)、北海道で印刷、各センターから郵送
- 各産業保健推進センター保有の事業場名簿から無作為系統抽出法により3886所を対象、未到達93所、有効回答1,614所(回収率42.6%)
- 調査期間は、2010年8~9月

心の健康問題で1か月以上の正職員休職者と 最近3年間の退職者（従業員千対）

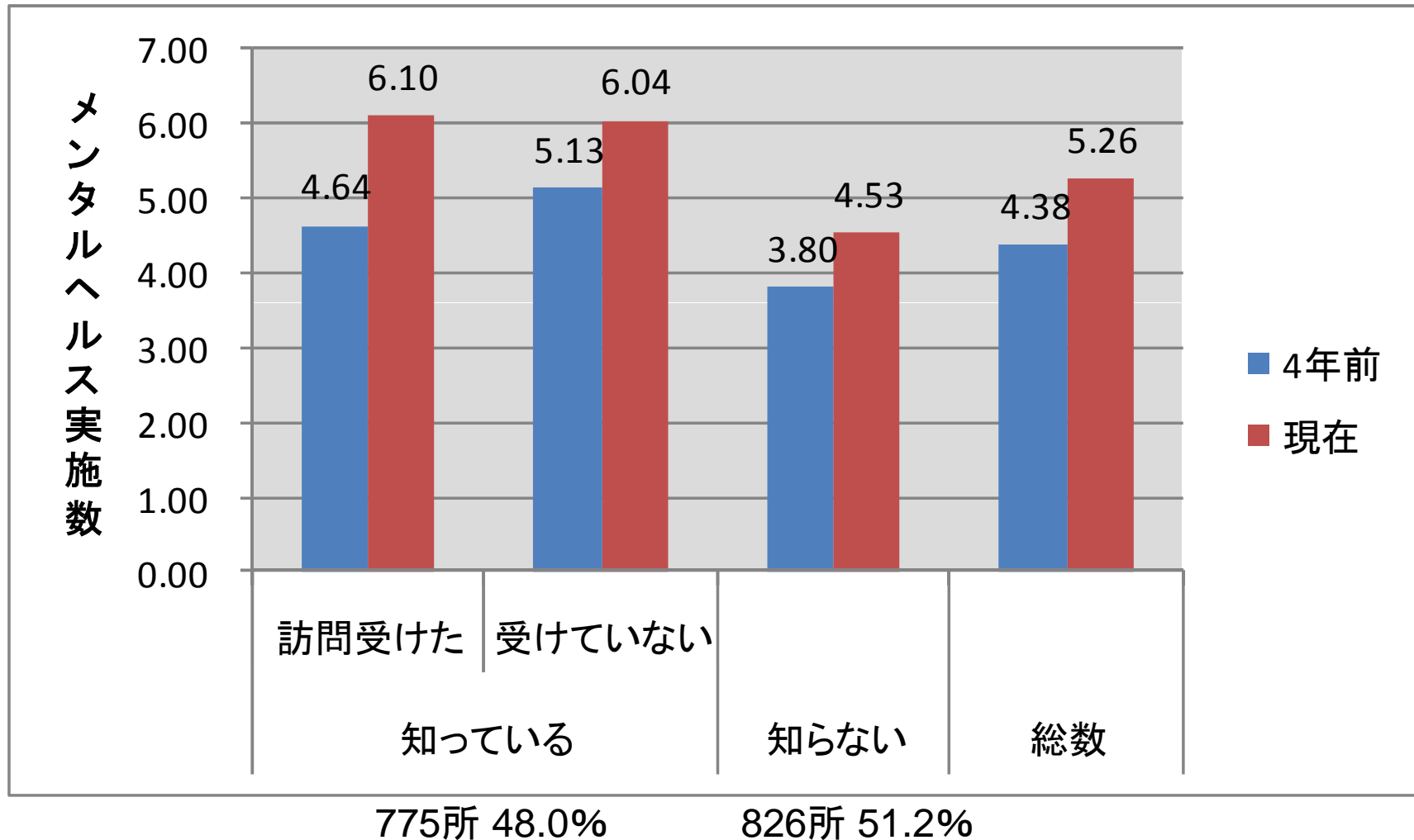


メンタルヘルス対策数と休職者増減

(最近3年間で、心の健康問題で1か月以上休職した人の増減は)



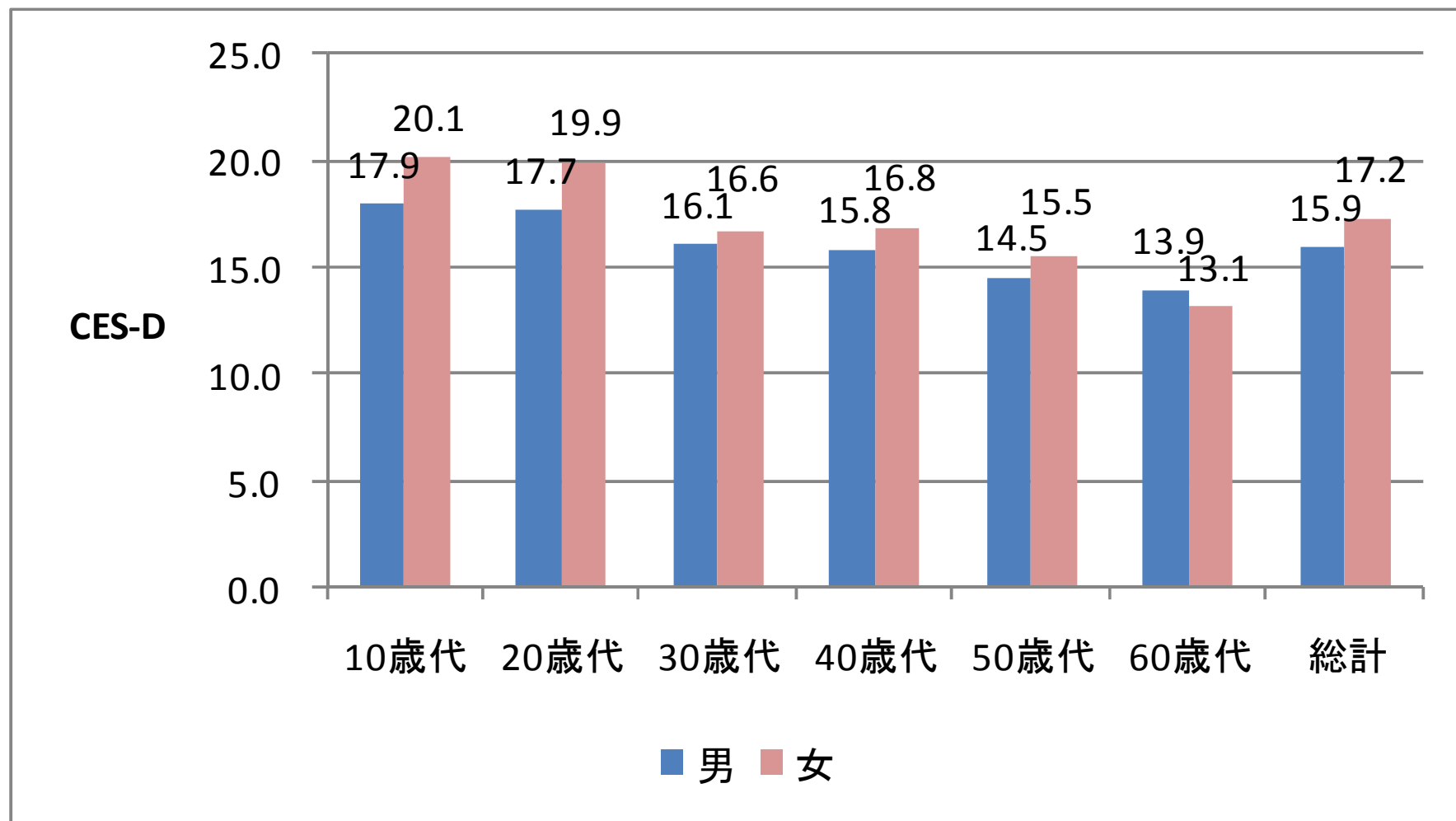
メンタルヘルス対策支援センター 周知・訪問別対策実施数(16項目中)



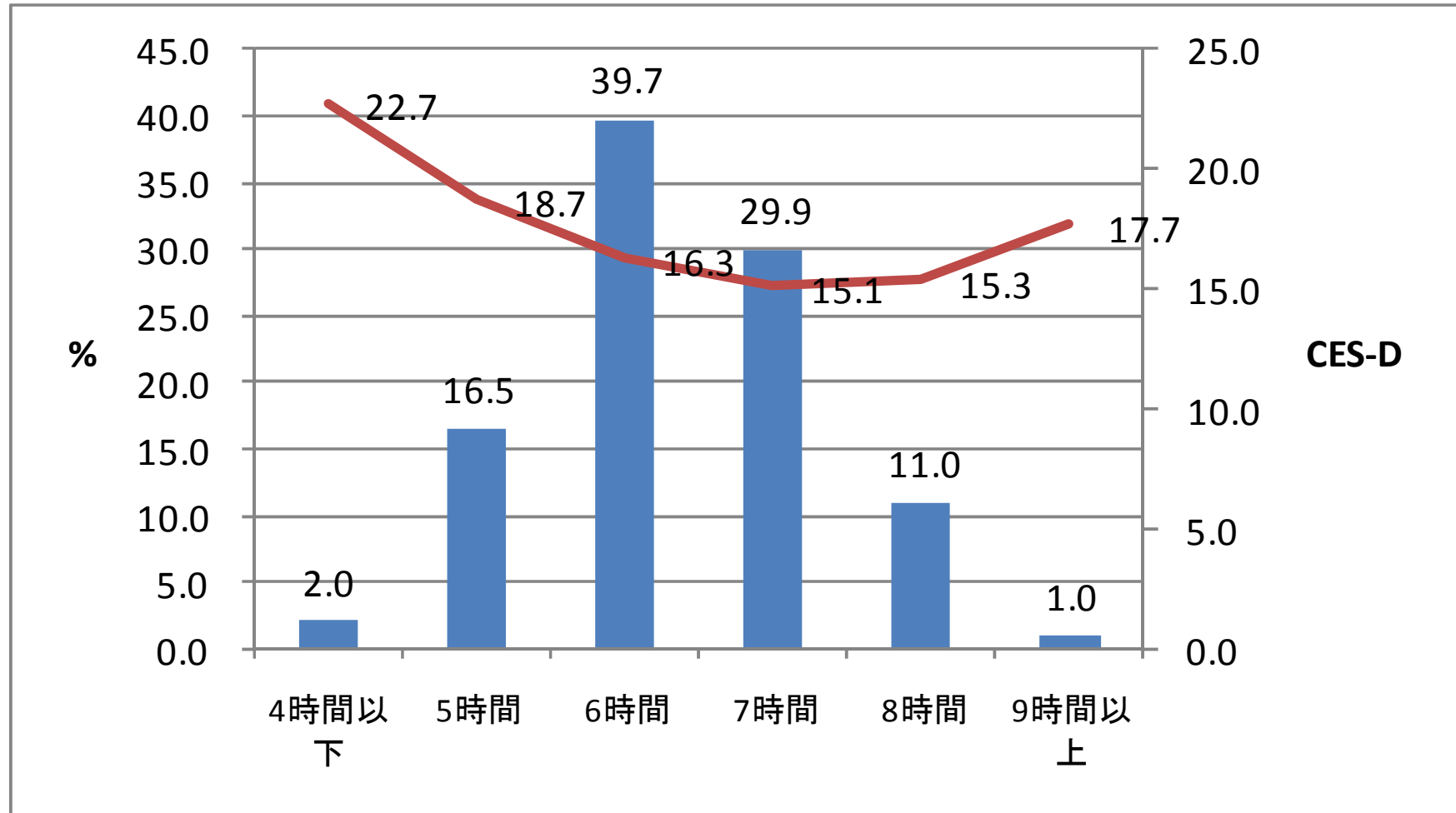
従業員調査

- 質問紙(生活習慣、健康状況、うつ症状[CES-D]、ストレス対処法、人間関係、仕事関係、労働時間、フェースシート等)を検討(8~10月)、マークシート方式として北海道で印刷
- 事業場調査で従業員調査を希望した246所に各センターから説明を行い、最終的に103所に質問紙を配布
- 各事業場では、担当責任者が個人に質問紙と封筒を渡し、封をして回収、まとめて各センターへ送付
- 配布数 8,825部 回収数 8,281部
有効数(回答項目が半数以下の35人を除く) 8,246
調査票回収率 93.8% 有効回収率 93.4%
- 調査期間は、2010年11~12月

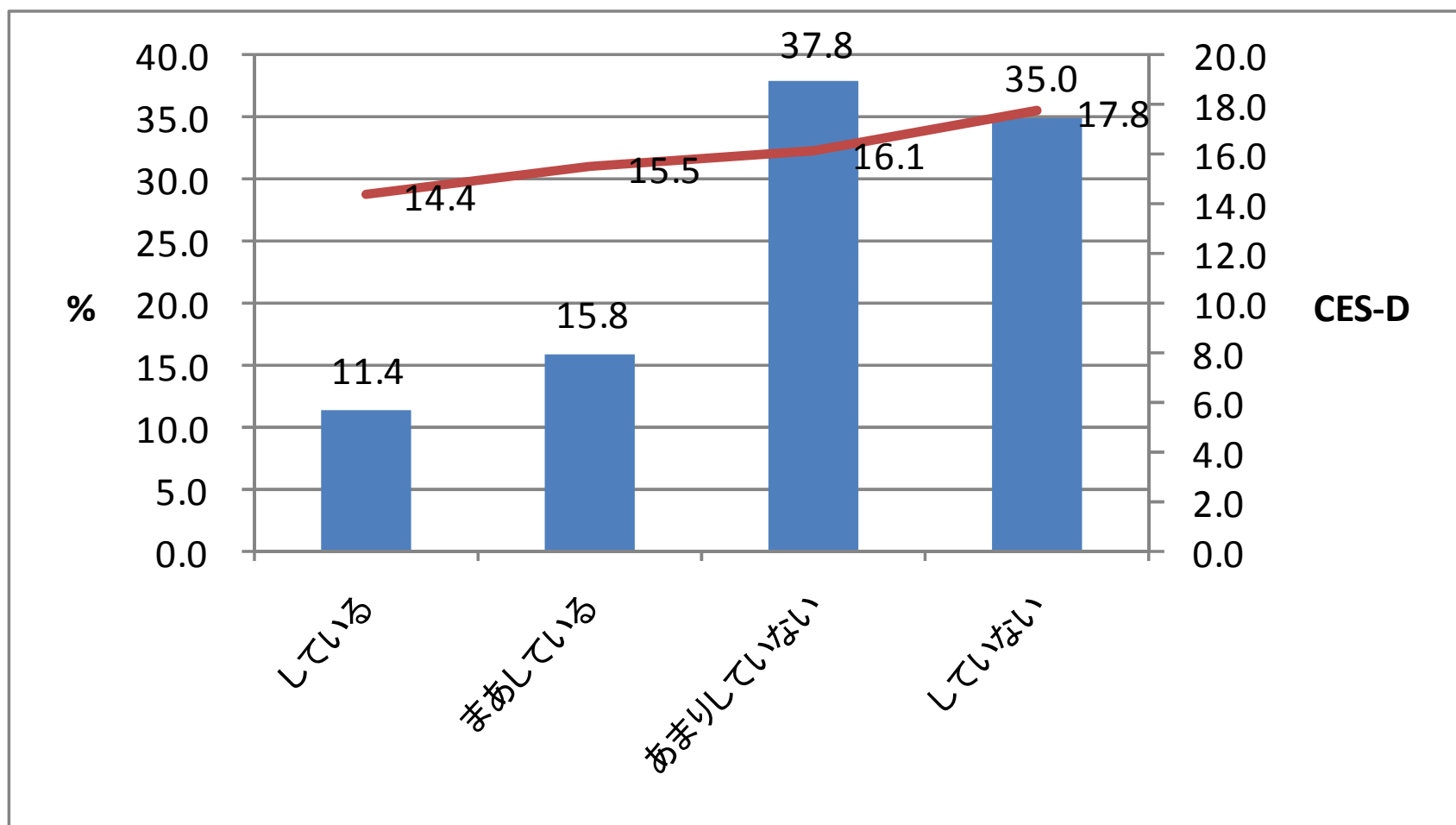
性別年齢別CES-D平均値 (NOCS-MH 2010)



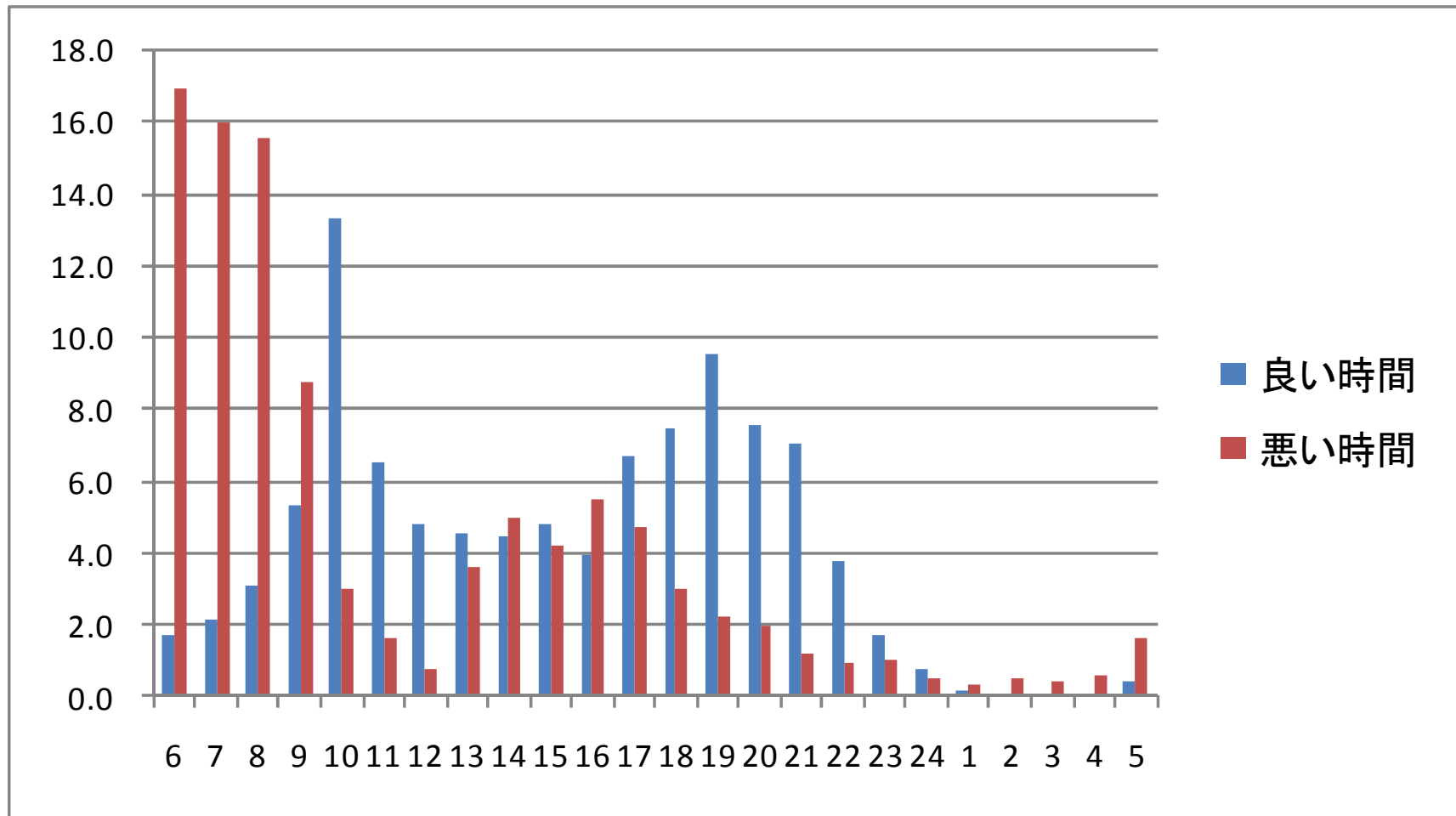
睡眠は平日約何時間



健康のために運動やスポーツなどで体を動かすようにしていますか



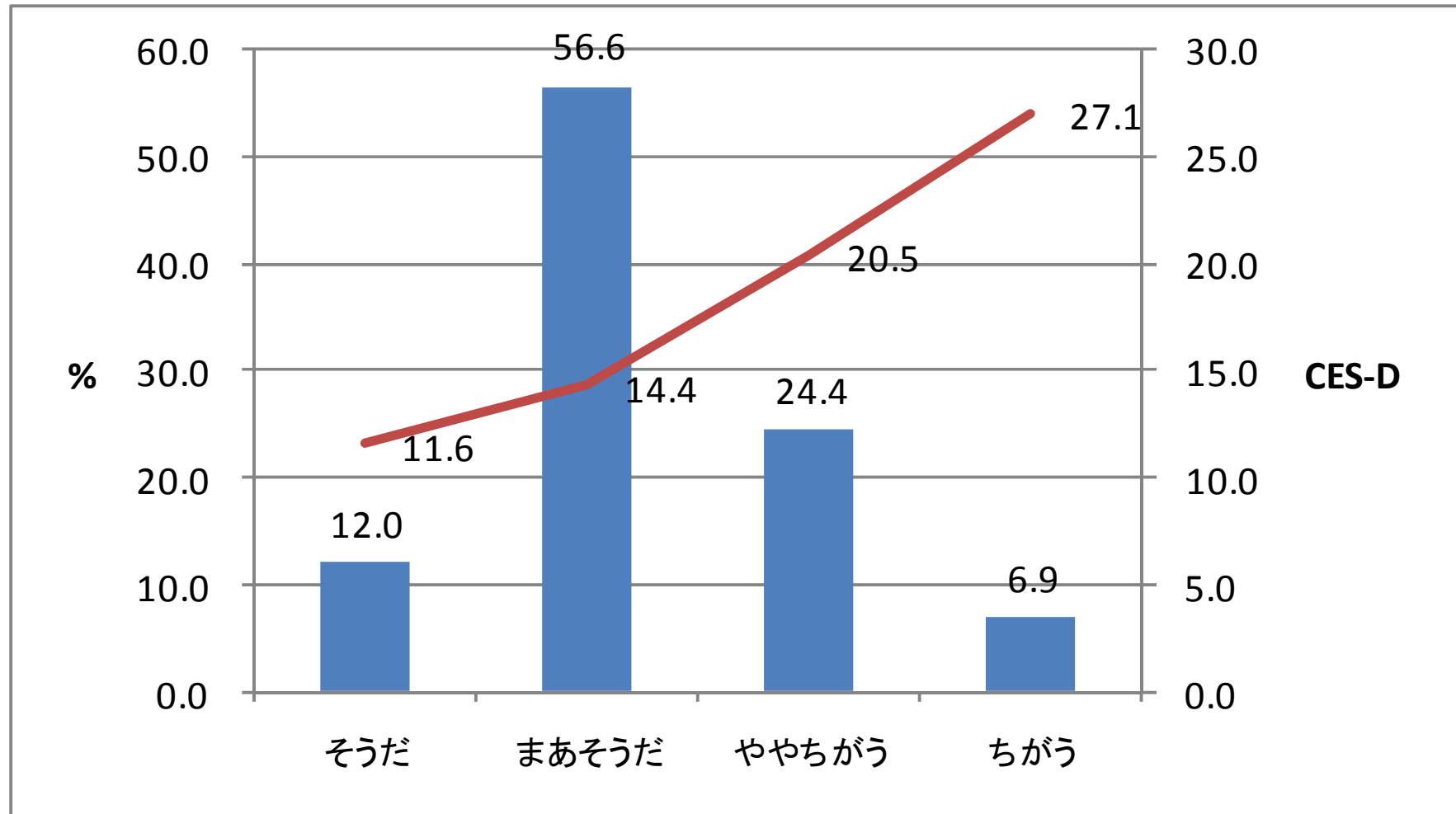
調子が良い時間と悪い時間



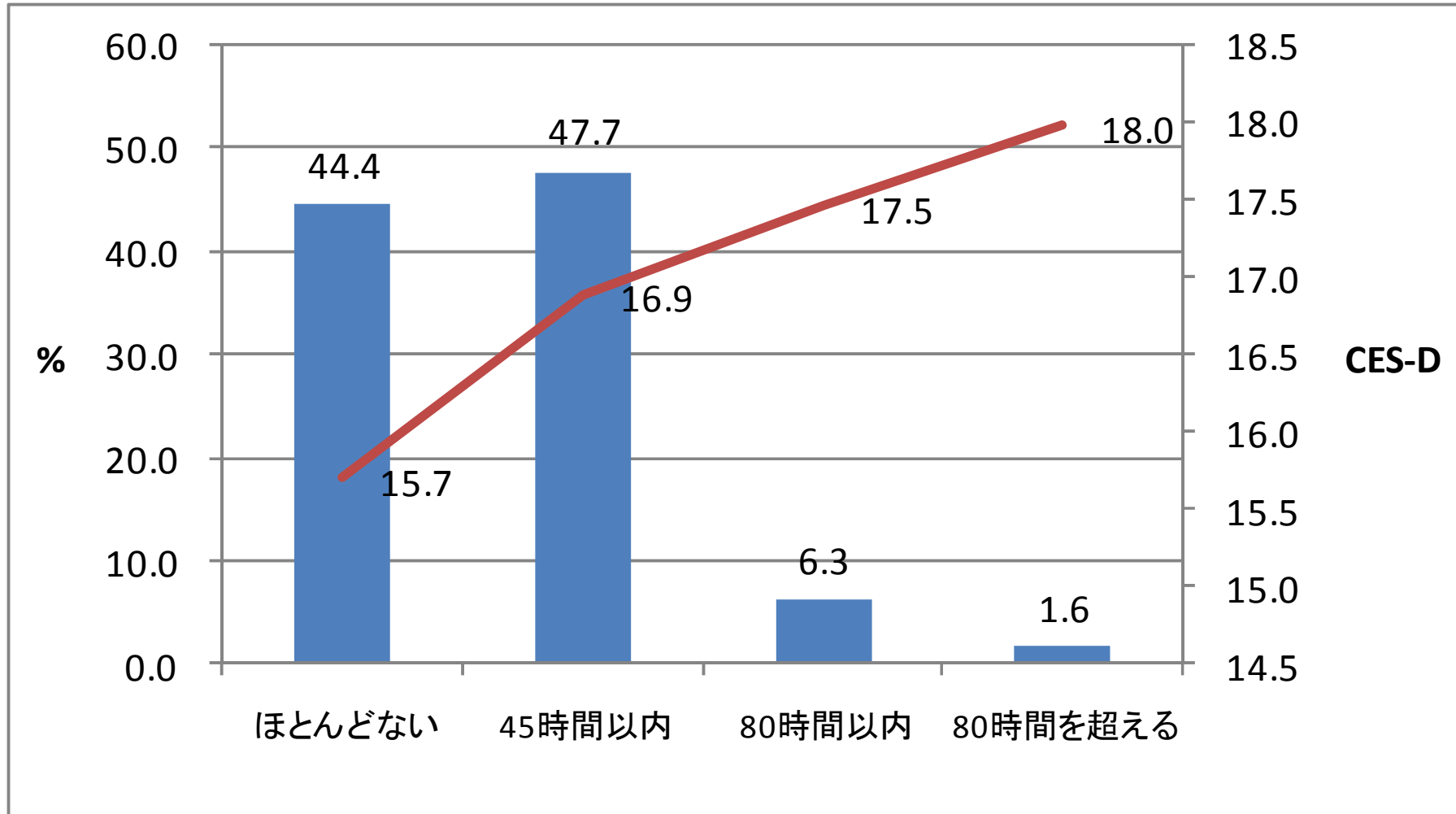
朝型・昼型・夜型人間の関連要因

- 朝型は30歳以上に多く、女にやや多く、家族が夫婦、2世代世帯に多い
- 朝型は運動、喫煙、趣味活動以外の生活習慣良好
- 夜型は健康・仕事・職場・家庭満足度低く、上司・同僚の付き合い満足度が低く、ストレス解消にインターネットを選び、ひたすら耐えているという
- 仕事内容では裁量度が低く、志気が低く、勤務をやめたいと思っている
- LOCは外部コントロール型である

仕事と仕事以外の生活をうまく 両立させている



所定外労働時間(残業)はどれくらい ありますか



気分が落ち込んで自殺について考えることがある

