

## 勤労者のストレス調査結果

### —勤労者のストレスと口腔の健康度に関する検討(1)—

忠 津 佐和代<sup>\*1</sup>

#### 緒 言

わが国の職域の歯科健康管理は特殊歯科健診を除き法制化されておらず、一般歯科保健活動は一部の事業所しか取り組まれていない。しかし平成11年度の厚生労働省の歯科疾患実態調査<sup>1)</sup>によると、わが国の労働者の主軸を成す中高年の歯周疾患有病率が非常に高く、40歳以降加齢とともに喪失歯数が急増する傾向が示されており、このままでは職域にいる間に多くの歯を失うことになる<sup>2)</sup>。既に平成4年度より「8020運動<sup>3)</sup>」は、都道府県と市・特別区が実施主体となって展開されてきているが、8020達成には職域における歯科保健対策が重要であると考えられる。そこで本研究では、8020達成のために地域住民を対象に開発された簡便な「歯の健康づくり得点」質問紙を用いて労働者の口腔の健康度および歯科保健習慣の把握を試みた。さらに近年の研究から歯科疾患の予防には心身両面にわたる健康づくりが重要と考えられ<sup>3)</sup>、全身的保健習慣およびストレス度についても調査を行い、それらとの関連性を検討した。今回は、ストレス度の調査結果について報告する。

#### 対象および方法

H事業場の従業員の健康づくりの一環としての「健康習慣改善のためのアンケート」として承諾を得るとともに無記名で調査を実施し、その中で自己判定もでき生活習慣の改善に役立てられるなど倫理的配慮をした。平成13年6月5日～平成13年7月18日の間に郵送留置きによる自記式質問紙調査を全従業員530名に行い、459名(回収率86.6%)から回答が得られた。調査票の内容は1.歯の健康づくり得点<sup>5)</sup>、2.森本の8つの健康習慣<sup>6)</sup>、3.勤労者のストレス調査票<sup>7-9)</sup>であった。今回は年間の勤労者の公私にわたるトータルなストレス度を見るため、65のライフイベント項目からなる「勤労者のストレス調査

票<sup>7-9)</sup>」を用いた。そのため、集計・分析の対象は、性別、年齢および、「勤労者のストレス調査票」の無回答者を除く20歳以上の409名とした。「勤労者のストレス調査票」は、ライフイベント法により過去1年間の体験ストレスのストレス点数の合計点を求め、勤労者のストレス状態を測定するものである。そこでまず、体験ストレスのストレス点数の合計得点を求め、その結果について検討を行った。次に、年代別(20～40歳代、50歳代以上)に体験ストレスを比較するとともに、ストレス状態においても判定した。合計得点の判定基準は、夏目誠<sup>7-9)</sup>のデータを基に3基準で連続性をもたせ、20～40歳代(「過剰ストレスを認めない」:275点以下、「過剰ストレスが疑われる」:276-314点、「過剰ストレス状態」:315点以上)、50歳代以上(「過剰ストレスを認めない」:208点以下、「過剰ストレスが疑われる」:209-238点、「過剰ストレス状態」:339点以上)とし分析した。またこのように年代別に判定基準が異なるため、年代別(20～40歳代、50歳代以上)にストレス調査の合計得点を性別でANOVA検定を行った。さらに男性においては、各労働関連等属性(雇用形態・職位・仕事の内容・労働形態・通勤方法・通勤時間・週平均労働時間・持病)別検定を試みた。

#### 結 果

##### 1.対象者と属性(表1)

性別では男性が80.7%、年齢構成では20～40歳代が81.7%と大半を占めていた。雇用形態では常勤が89.3%、職位では一般職が77.0%、仕事の内容では現場作業が66.9%、労働形態では交代勤務が27.0%を占めていた。通勤方法では自家用車が94.3%、通勤時間では1時間未満が94.3%、週平均労働時間では50時間以上が29.5%であった。また、持病のある者は16.6%であった。

##### 2.勤労者の体験ストレス(表2,表3)

20～40歳代で体験したライフイベントの上位10項

\*1 川崎医療福祉大学 医療福祉学部 保健看護学科  
(連絡先) 忠津佐和代 〒701-0193 倉敷市松島288 川崎医療福祉大学

表1 対象者の属性

		数	%
性別	男性	330	80.7
	女性	79	19.3
年齢	20~40代	334	81.7
	50代以上	75	18.3
雇用形態	常勤	349	89.3
	非常勤	42	10.7
職位	役職者	94	23.0
	一般職	315	77.0
仕事の内容	事務・営業	125	33.1
	現場作業	253	66.9
労働形態	交代勤務	109	27.0
	日勤のみ	295	73.0
通勤方法	公共交通・徒歩	23	5.8
	自家用車	372	94.2
通勤時間	1時間未満	383	94.3
	1時間以上	23	5.7
週平均労働時間	50時間未満	284	70.5
	50時間以上	119	29.5
持病	あり	68	16.6
	なし	341	83.4

\*数・%は「不明」・「非該当」を除く

目は表2に示すとおりであり、2割以上の者が体験していたライフイベントは、ストレス度40の「仕事のペース、活動の増加」・ストレス度37の「レクリエーションの減少」・ストレス度62の「多忙による心身の過労」・ストレス度61の「仕事上のミス」・ストレス度59の「家族の健康や行動の大きな変化」・ストレス度42の「職場のOA化」の6項目であった。次に、50歳代以上で体験したライフイベントの上位10項目は表3に示すとおりであり、2割以上の者が体験していたライフイベントは、ストレス度40の「仕事のペース、活動の増加」・ストレス度37の「レクリエーションの減少」・ストレス度41の「家族メンバーの変化」・ストレス度42の「職場のOA化」の4項目であった。上位2項目「仕事のペース、活動の増加」・「レクリエーションの減少」は両年代に共通していたが、50歳代以上に比較して20~40歳代の方が体験した割合が両項目とも1割前後高かった。

### 3. 判定基準別ストレス得点(表4,表5)

20~40歳代の判定基準別ストレス得点は表4に示すとおりで、「過剰ストレスが疑われる」は10.8%の者に、「過剰ストレス状態」は30.8%の者にみられた。また、50歳代以上の判定基準別ストレス得点は表5に示すとおりで、「過剰ストレスが疑われる」は10.7%の者に、「過剰ストレス状態」は33.3%の者にみられた。ストレス状態は、両年代とも同様の傾向が見られ、過剰ストレス状態の者が約3割を占めていた。

表2 体験ストレス上位10項目(20~40歳代)

項目	数	%
仕事のペース、活動の増加	168	50.3
レクリエーションの減少	108	32.3
多忙による心身の過労	94	28.1
仕事上のミス	89	26.6
家族の健康や行動の大きな変化	75	22.5
職場のOA化	74	22.2
500万以下の借金	62	18.6
課員が増える	57	17.1
自分の病気や怪我	54	16.2
睡眠習慣の大きな変化	53	15.9

表3 体験ストレス上位10項目(50歳代以上)

項目	数	%
仕事のペース、活動の増加	28	37.3
レクリエーションの減少	18	24.0
家族メンバーの変化	17	22.7
職場のOA化	15	20.0
家族の健康や行動の大きな変化	12	16.0
収入の減少	12	16.0
多忙による心身の過労	12	16.0
人事異動	11	14.7
息子や娘が家を離れる	11	14.7
家族がふえる	10	13.3
技術革新の進歩	10	13.3
自分の病気や怪我	10	13.3

表4 判定基準別ストレス得点(20~40歳代)

	数	%
過剰ストレスを認めない	195	58.4
過剰ストレス状態が疑われる	36	10.8
過剰ストレス状態	103	30.8
合計	334	100.0

表5 判定基準別ストレス得点(50歳代以上)

	数	%
過剰ストレスを認めない	42	56.0
過剰ストレス状態が疑われる	8	10.7
過剰ストレス状態	25	33.3
合計	75	100.0

### 4. 各労働関連等属性別ストレス得点(表6,表7)

20~40歳代のストレス得点の各属性の2群別平均値の検定結果は表6に示すとおりで、「性別」の「男性」( $p<0.05$ )および「週平均労働時間」の「50時間以上」( $p<0.01$ )で有意にストレス得点が高かった。次に、50歳代以上のストレス得点の各属性の2群別平均値の検定結果は表7に示すとおりでは、「性別」の「男性」( $p<0.05$ )のみで有意にストレス得点が高かった。また有意差は認められなかったが、

表6 ストレス得点—各労働等属性別平均値(ANOVA)検定—(20~40歳代)

		N	平均値	SD	p値	
性別	男性	266	270.47	173.35	0.0144	*
	女性	68	212.02	180.94		
雇用形態	常勤	233	274.95	178.48	0.312	
	非常勤	26	238.81	104.23		
職位	役職者	78	287.82	193.17	0.294	
	一般職	188	263.28	164.44		
仕事の内容	事務・営業	82	259.42	173.72	0.537	
	現場作業	164	273.97	174.27		
労働形態	交代勤務	105	260.88	161.21	0.463	
	日勤のみ	160	276.91	181.60		
通勤方法	公共交通・徒歩	14	240.36	151.44	0.497	
	自家用車	251	272.75	174.68		
通勤時間	1時間未満	250	270.38	175.81	0.980	
	1時間以上	15	269.20	137.53		
週平均労働時間	50時間未満	174	248.67	155.84	0.006	**
	50時間以上	90	310.46	197.91		
持病	あり	41	298.29	183.41	0.265	
	なし	225	265.40	171.39		

(注) 「性別」以外属性は男性のみの集計

\*:p&lt;0.05 \*\* :p&lt;0.01

表7 ストレス得点—各労働等属性別平均値(ANOVA)検定—(50歳代以上)

		N	平均値	SD	p値	
性別	男性	64	217.22	140.04	0.0267	*
	女性	11	117.18	102.82		
雇用形態	常勤	55	197.84	129.86	0.899	
	非常勤	3	188.00	118.20		
職位	役職者	16	242.00	138.10	0.418	
	一般職	48	208.96	141.15		
仕事の内容	事務・営業	17	229.88	142.49	0.288	
	現場作業	40	189.53	124.26		
労働形態	交代勤務	4	131.50	36.63	0.221	
	日勤のみ	59	220.56	142.65		
通勤方法	公共交通・徒歩	4	293.25	232.22	0.290	
	自家用車	57	214.60	135.94		
通勤時間	1時間未満	61	220.79	140.46	0.598	
	1時間以上	2	167.00	179.61		
週平均労働時間	50時間未満	39	198.49	115.89	0.125	
	50時間以上	24	254.29	168.52		
持病	あり	23	257.00	125.92	0.089	
	なし	41	194.90	144.04		

(注) 「性別」以外属性は男性のみの集計

\*:p&lt;0.05

「持病」の「あり」で「なし」に比しストレス得点が高い傾向が見られた。両年代とも共通してストレス得点に有意差がみられた属性は「性別」であった。

### 考 察

1. 勤労者の体験ストレスについて  
ストレスとなるライフイベント体験上位10項

目で、両年代間(20~40歳代・50歳代以上)で共通の項目として「仕事のペース、活動の増加」「レクリエーションの減少」・「多忙による心身の過労」・「職場のOA化」が上がっていたが、これらのことから職場のOA化に伴うストレスやリストラ・人件費削減に伴う仕事量の増加によるストレスが高く、それに伴い逆にストレス解消ともなるレクリエーション

の機会や時間の減少がみられ、心身の過労にいたっている現状が推測された。また、「家族の健康や行動の大きな変化」や「自分の病気や怪我」体験も上位に見られ、仕事上のことのみでなく自分や家族の健康も勤労者のストレスに大きくかかわってきていることが推測された。一方各年代別で異なる特徴として、20~40歳代では「500万円以下の借金」・「課員が増える」・「睡眠習慣の大きな変化」が1割5分以上の者にみられ、50歳代以上では「家族メンバーの変化」・「収入の減少」・「人事異動」・「息子や娘が家を離れる」・「家族が増える」・「技術革新の進歩」が1割3分以上の者にみられ、各年代のライフステージにおけるライフイベントの特徴が確認できた。

## 2. 合計得点と労働等属性との関連性について

合計得点と労働等属性との関連性では、両年代に共通して性別において男性にストレスが有意に高い傾向が認められたが、同データを男女別に労働属性をみた分析<sup>10)</sup>から女性に役職者・営業職者および交代勤務者が完無で週平均労働時間が50時間未満のものが9割以上であったことが大きく影響しており、性別そのものの特質から来るものではないと推測された。20~40歳代の「週平均労働時間」のストレス度と与える影響が最も大きく、「50時間以上」にストレスが高くなる傾向がみられた。近年の企業は作業の効率化を優先する傾向にあり、本調査でも約半数が仕事量の増

加を指摘しており、こうした仕事量の増加によりストレスの増大が懸念される。したがって、企業は労働時間の超過に十分な配慮をすることが重要であると考えられる。また持病のある者にストレス得点が高い傾向が見られたが、持病をもち勤務することによる心身の疲労が影響していることが推測され、仕事の質量ともに配慮が必要であることが示唆された。

## 3. 判定基準別ストレス得点について

従業員の約3割に過剰ストレス状態がみられたことは、ストレスサーとなる各ライフイベントで上位を占めた項目からみても、最悪事態である過労死等を予防し心身の健康を維持していくために、仕事の質量ともに調整が必要であることが示唆された。

なお、今回の対象事業所は若年層の従業員が多く、また性別でも男性が8割強であったため、男女の労働等属性別の分析ができなかった。今後は他の事業所でも同様の調査を行い、それらの結果とも比較して分析し、勤労者のストレス軽減対策の具体的な資料としていきたい。さらにストレスと口腔の健康度との関連を分析して行きたい。

謝辞：本調査にご協力いただきましたH社および社員の皆様、「勤労者のストレス調査票」の資料送付いただきました夏目誠先生に厚くお礼申し上げます。

## 文 献

- 1) 日本口腔衛生学会：歯科衛生の動向2002年版．第1版，医歯薬出版，東京，80-85，2002．
- 2) 中垣晴男：「口腔衛生」とメンタルヘルス．労働衛生，37，18-21，1996．
- 3) 中垣晴男，丹波源男，神原正樹：改訂版 臨症家のための口腔衛生学，永未書店，京都，369-370，2000．
- 4) Beck J, Garcia R and Heiss G et al : Periodontal disease and cardiovascular disease. J Periodontol, 67( 10 Suppl), 1123-1137, 1996.
- 5) 森田一三，中垣晴男，外山篤史他：住民の8020達成のための市町村「歯の健康づくり得点」の作成．日公衛誌，47( 5)，421-429，2000．
- 6) 森本兼曩：ライフスタイルと健康，医学書院，東京，1991．
- 7) 夏目誠，村田弘，藤井久和他：勤労者におけるストレス評価法（第1報）—点数法によるストレス度の自己評価の試み—．産業医学，30，266-279，1988．
- 8) 夏目誠：勤労者のストレス評価法（第2報）—ストレスドック受験者の1年間における体験ストレス点数の合計点とストレス状態や精神状態との関連から—．産衛誌，42，107-118，2000．
- 9) Holmes TH and Rahe RH : The social readjustment rating scale, J. Psychosom. Res., 11, 213-218, 1967.
- 10) 忠津佐和代：勤労者のストレス調査票得点と歯の健康づくり得点との関連（1）—勤労者のストレス調査結果—．第22回日本看護科学学会学術集会公演集，332，2003．
- 11) 忠津佐和代，木村浩之，森田一三，中垣晴男：産業従業員における「歯の健康づくり得点」と生活習慣の関連．口腔衛生学会誌，53( 3)，188-199，2003．
- 12) 忠津佐和代，木村浩之：労働者のストレス調査—労働関連の属性との関連性—．産衛誌，45( 臨時)，254，2003．

（平成16年5月25日受理）

**Result of Stress Survey for Workers**  
**— A Study of Stress and Oral Health in the Workplace (1) —**

Sawayo TADATSU

(Accepted May 25, 2004)

Key words : worker, life event, stressor, experienced stress score,  
occupational oral health

Correspondence to : Sawayo TADATSU      Department of Nursing, Faculty of Medical Welfare  
Kawasaki University of Medical Welfare  
Kurashiki, 701-0193, Japan  
(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.14, No.1, 2004 161-165)