

# 鹿児島県の小規模事業場における過重労働 － 労働者および家族のストレスの実態調査 －

## Overwork at small-sized enterprises in Kagoshima prefecture

岡村俊彦\*

Toshihiko OKAMURA

### 1. はじめに

近年の景気回復傾向にもかかわらず、労働者を取り巻く環境は厳しい状態が続いている。特に地域間格差や企業規模による格差が縮まることはなく、地方の中小企業においては、過重労働、メンタルヘルス対策といった問題が不十分であることを示す調査も多い。

鹿児島県の中小企業においても労働者のストレスにつながる厳しい労働が示されている。厚生労働省の2006年度調査<sup>1)</sup>において、月平均労働時間は全国平均が150.9時間であるのに対し、鹿児島県は153.3時間と若干長く、都市圏（東京都は149.9時間、全国最低は埼玉県で143.0時間）と比べると地域間格差が明らかである。また、鹿児島県では所定労働時間が週40時間を超える企業が10.7%と多く、労働者9名以下の小規模事業場に限ると27.9%にのぼる<sup>2)</sup>。我々の調査によるとメンタルヘルス対策を実施していない小規模事業場も6割以上<sup>3)</sup>と多く、勤務負担の高さが労働者の疲労蓄積につながっていることも明らかとなった。

職業性のストレスに関しては、労働者個人のみならず、衛生委員会の設置など職場の組織的な取り組みが重要とされている。さらに家族との関係も大きく、ストレスサーとなる一方で、緩衝要因として重要であることも指摘されている<sup>4), 5)</sup> (図1)。

本研究では鹿児島県内の小規模事業場を対象に、事業主、労働者、労働者の家族にアンケート調査をおこない、就労状況、健康状態、ストレス対策などのデータを得た。これにより、事業主、労働者、家族といった層における産業保健活動の実態を明らかにし、今後のありかたについて検討をおこなった。

### 2. 調査方法

#### 2-1 調査対象と回収方法

---

本研究は著者が特別相談員として参加した独立行政法人労働者健康福祉機構 鹿児島産業保健推進センター平成18年度調査研究事業の調査データを使用した。

\* 鹿児島県立短期大学 商経学科

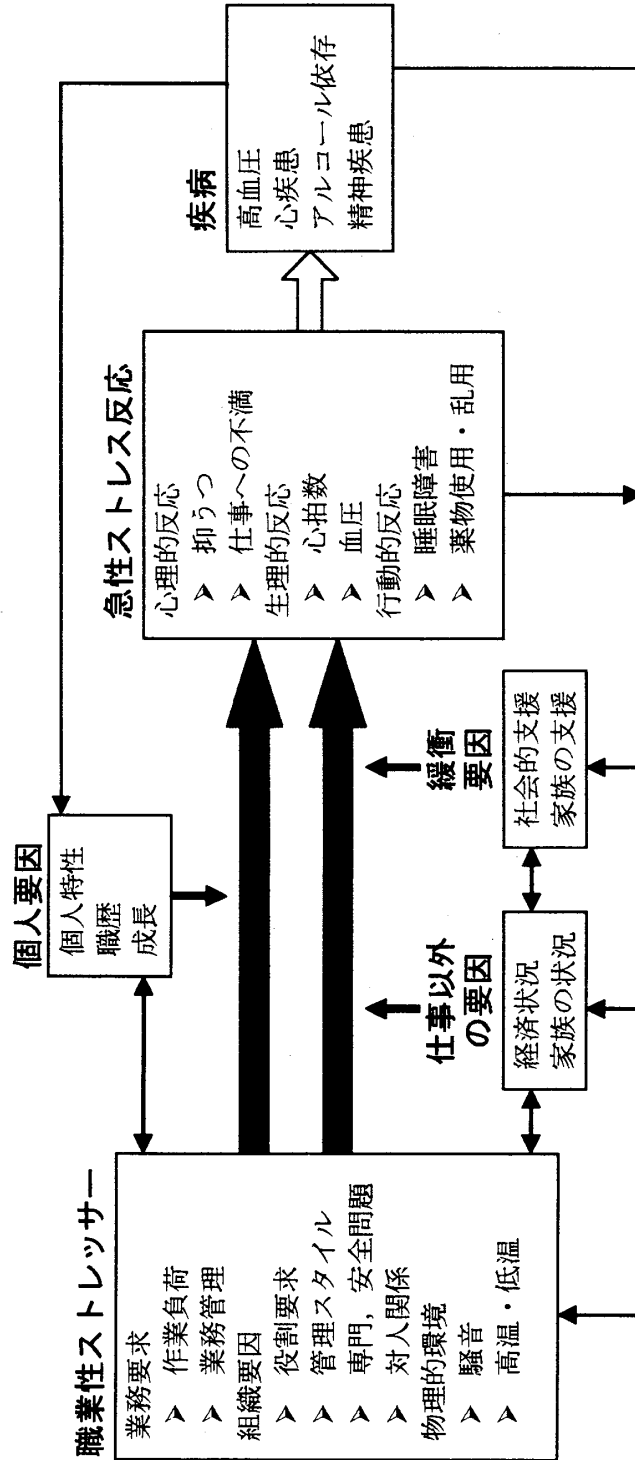


図1 NIOSH 職業性ストレスモデル (Hurrell, J.J. & Murphy, 1998)

鹿児島産業保健推進センター管理リストより、鹿児島県内の労働者数50人未満の小規模事業場から1,000件を無作為抽出し、事業主、労働者およびその家族を対象としたアンケート調査をおこなった。各事業場には事業主向け1通、労働者向け6通、家族向け6通の調査票を同封し、郵送により配布した。労働者6名の選定は各事業主がおこない、労働者向けおよび家族向け調査票をセットにして、事業主から配布するよう依頼した。事業主向け調査票は事業主が記入し、郵送により回収した。労働者向けおよび家族向け調査票は、事業主を経由せず、直接郵送により、回収を行った。調査期間は2006年9月より11月までとした。

## 2-2 調査内容

事業主向け、労働者向け、労働者の家族向けの3種類の調査票を作成した。

### ・事業主向け調査票

- 事業場基礎データ（所在地、従業員数、業種など）
- 時間外労働の状況（2時間/日以上での時間外労働の頻度）
- 従業員の健康状態（生活習慣病、メンタルヘルス不全の有無など）
- 健康診断の状況（実施状況、指導者）
- 従業員のメンタルヘルス対策（実施内容、相談体制）
- 従業員のストレス対策（福利厚生事業、費用負担など）

### ・労働者向け調査票

- 労働者基礎データ（性別、年代、事業場所在地）
- 時間外労働の状況（2時間/日以上での時間外労働の頻度）
- 健康状態（自覚症状、健康診断受診状況と結果）
- 会社のメンタルヘルス対策
- ストレスの状況（頻度、原因、対策）
- 疲労蓄積度自己診断チェックリスト（厚生労働省2004年6月）

### ・労働者の家族向け調査票

- 基礎データ（性別、年代、所在地、労働者との関係、就労状況）
- 健康状態（自覚症状）
- 家族から見た労働者の健康状態
- 労働者の時間外労働の状況（2時間/日以上での時間外労働の頻度）
- 家族から見た労働者のストレス（頻度、原因、対策）
- 家族本人のストレス（頻度、原因、対策）
- 家族による労働者の疲労蓄積度チェックリスト（厚生労働省2004年6月）

労働者向け、家族向け調査票に添付した疲労蓄積度チェックリスト（厚生労働省2004年6月）は過重労働による健康障害防止のための総合対策の一環として作成されたものである。労働者向け（本人用）チェックリストは過重労働による健康障害把握のため労働者自身が疲労の蓄積を、

「仕事による負担度点数表(4段階)」と「自覚症状(4段階)」により判定するツールとして用いられている。家族向けチェックリストは本人用チェックリストとあわせて、家族が見た労働者の疲労の蓄積度を「『働き方と休養』項目の該当個数」と「『疲労・ストレス症状』項目の合計点数」から判断する目安として用いられている。

### 2-3 解析対象

事業主向け調査票は338件回収され(回収率33.8%)、労働者数が50名を超える6事業場を除いた332件を解析対象とした。労働者向けおよび家族向け調査票は1,277件回収され(回収率21.3%)、このうち、労働者向けは記入不備による43件を除く1,234件を、家族向けは記入不備による49件を除く1,228件を解析対象とした。チェックリストに関してはさらに記入不備のものを除き、労働者向けは1,175件、家族向けは1,206件を解析対象とした。

## 3. 結果

### 3-1 事業主向け調査

解析対象となった事業場の従業員規模、地域は表1.1の通りであった。また、業種については[福祉施設や病院等]が75件(22.6%)と最も多く、[建設業]と[製造業]がともに65件(19.6%)と続いた。事業主からみた時間外労働、健康状態は表1.2、表1.3の通りであり、メンタルヘルス不全の従業員は8%に満たなかった。一方でメンタルヘルス対策を行っている事業場は40%以下であった(表1.4, 1.5)。福利厚生事業としては慰安旅行をおこなっている事業場が多いが(126件, 38.0%)、特におこなっていない事業場が半数以上(197件, 59.3%)であった。さらに従業員のストレス解消にかかわる費用を援助している事業場は72件(21.7%)に過ぎなかった。各項目をクロス集計したが、特に明確な関連は見られなかった。

### 3-2 労働者向け調査

解析対象となった労働者の年齢、性別は表2.1の通りであった。事業場の所在地(表2.2)に関しては事業場向けとほぼ同じ比率になった。労働者から見た時間外労働、健康状態は表2.3、表2.4の通りであった。労働安全衛生法66条により事業場には年1回以上の健康診断の実施が義務づけられているが、毎年受診している労働者は1,079人(87.4%)に過ぎなかった(表2.5)。さらに健康診断で[要治療]と診断されたのが77人(6.2%)、[要精密検査]と診断されたのが116人(9.4%)であった。

岡村：鹿児島県の小規模事業場における過重労働

表1.1 事業場基礎データ（地域・従業員数，事業主向け調査）

地域	従業員数						計
	40～49	30～39	20～29	10～19	～9	(不明)	
薩摩	88	64	30	8	6	3	199 (59.9%)
県央	13	8	8	3	0	0	32 ( 9.6%)
大隅	18	24	9	2	0	0	53 (16.0%)
離島	14	12	11	4	0	1	42 (12.7%)
(不明)	2	3	0	1	0	0	6 ( 1.8%)
計	135 (40.7%)	111 (33.4%)	58 (17.5%)	18 (5.4%)	6 (1.8%)	4 (1.2%)	332 (100%)

表1.2 2時間/日以上 の時間外労働の頻度（事業主向け調査）

頻度	事業場数	(%)
毎日ある	22	( 6.6%)
週に3～4日以上ある	46	(13.9%)
週に1～2日以上ある	81	(24.4%)
月に1～2日以上ある	71	(21.4%)
殆んどない	107	(32.2%)
(不明)	5	( 1.5%)

表1.3 従業員の健康状態（従業員数，複数回答可，事業主向け調査）

状態	生活習慣病 成人病		メンタルヘルス 不全		その他の病気	
	人数	(%)	人数	(%)	人数	(%)
入院者が有り	9	(2.7%)	1	(0.3%)	12	(3.6%)
通院者が有り	105	(31.6%)	14	(4.2%)	80	(24.1%)
生活指導者が有り	59	(17.8%)	10	(3.0%)	21	(6.3%)
なし	162	(48.8%)	306	(92.2%)	210	(63.3%)
(不明)	2	(0.6%)	1	(0.3%)	10	(3.0%)

表1.4 メンタルヘルス対策（従業員数，複数回答可，事業主向け調査）

対策	事業場数	(%)
安全衛生委員会（類似も含む）で検討	48	(14.5%)
専門家による研修会・講話の開催	37	(11.1%)
保健師等のスタッフが実施	30	(9.0%)
ビデオ等を見せるだけ	12	(3.6%)
何もしていない	203	(61.1%)
(不明)	6	(1.8%)

表1.5 メンタルヘルスの相談体制（従業員数，事業主向け調査）

相談体制	事業場数	(%)
定期的に開催	10	(3.0%)
相談者がいた時のみ対応	156	(47.0%)
体制は全く無い	166	(50.0%)
(不明)	0	(0.0%)

表2.1 労働者基礎データ（性別・年齢，労働者向け調査）

年齢\性別	男	女	(不明)	合計
29歳以下	76	74		150 (12.2%)
30代	162	99		261 (21.2%)
40代	197	176	1	374 (30.3%)
50代	230	168	1	399 (32.3%)
60歳以上	42	7	1	50 (4.1%)
合計	707 (57.3%)	524 (42.5%)	3 (0.2%)	1,234 (100%)

表2.2 労働者の事業場所在地（労働者向け調査）

薩摩	県央	大隅	離島	(不明)
698	150	220	150	16
(56.6%)	(12.2%)	(17.8%)	(12.2%)	(1.3%)

表2.3 2時間/日以上の時間外労働の頻度（労働者向け調査）

頻度	事業場数	(%)
毎日ある	147	(11.9%)
週に3～4日以上ある	171	(13.9%)
週に1～2日以上ある	215	(17.4%)
月に1～2日以上ある	212	(17.2%)
殆んどない	477	(38.7%)
(不明)	12	(1.0%)

表2.4 労働者の自覚的健康状態（労働者向け調査）

元気	最近疲れやすい	もともと身体が弱く健康に不安	病気がちで時々薬を服用	治療中	(不明)
574 (46.5%)	522 (42.3%)	19 (1.5%)	38 (3.1%)	71 (5.8%)	10 (0.8%)

表2.5 健康診断の受診状況（労働者向け調査）

毎年受診	2～3年毎に受診	受診していない	(不明)
1,079 (87.4%)	98 (7.9%)	55 (4.5%)	2 (0.2%)

事業場のメンタルヘルス対策については[全くない]と回答したものが764人(61.9%)であり、事業主向けの調査とほぼ同じ割合であった。ストレスを感じる頻度は[常にある]と回答したものが320人(25.9%)であり、時間外労働の頻度が高いほど、その比率が高かった(図2)。さらに、ストレスを感じる頻度が高いものほど、健康診断で[正常]と判断されるものが少なく(図3)、自覚的なストレスと健康状態の相関がみられた。ストレスの主な原因としては[仕事]と回答したものが最も多く(516人, 41.8%)、家庭と回答したものは少なかった(52人, 4.2%)。ストレスの解消方法としては[趣味],[運動]が多かったが、男性は[飲酒],女性には[買い物]も上位であった(表2.6)。

表2.7は疲労蓄積度自己診断チェックリストを判定表に基づき、勤務状態と自覚症状を算出し、該当する回答数をまとめたものである。勤務状態が悪いほど、疲労蓄積の自覚症状が高いものが多い。このチェックリストの点数表により負担度判定をおこなったところ、[非常に高い]もしくは[高い]と判定されたものが20%以上であった(表2.8)

表2.6 ストレスの解消方法 (労働者向け調査)

解消方法	男	女	(不明)	合計
趣味	270 (1)	142 (1)	2	414
運動	114 (3)	91 (2)	0	205
飲酒	123 (2)	29 (7)	0	152
家族と団らん	100 (4)	49 (4)	0	149
買い物	9 (7)	62 (3)	0	71
同僚と団らん	19 (5)	47 (5)	0	66
食事	10 (6)	43 (6)	0	53
旅行	4 (8)	5 (8)	0	9
その他	44	42	1	87
(不明)	14	14	0	28
合計	707	524	3	1,234

※カッコ内は性別内の順位

表2.7 疲労蓄積度自己診断チェックリスト (該当回答数, 労働者向け調査)

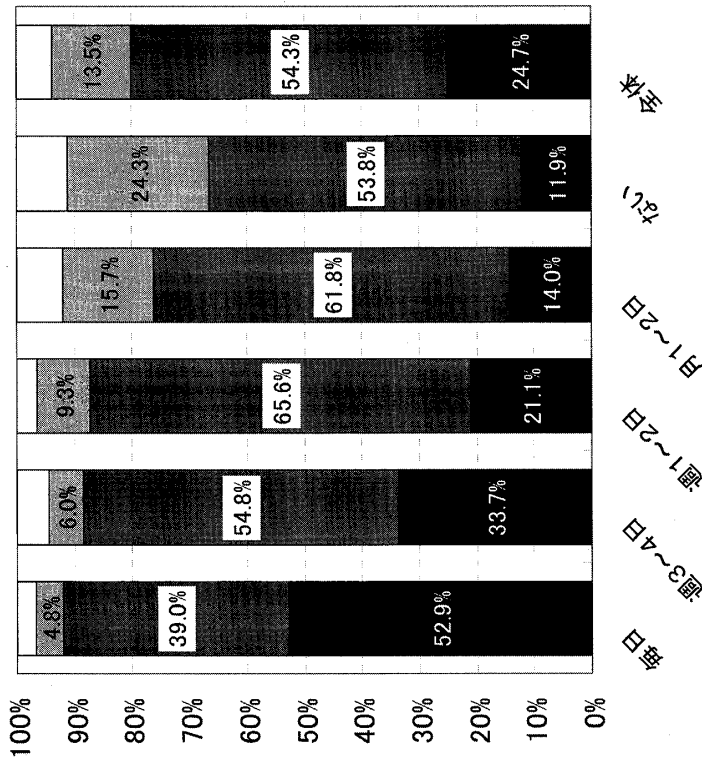
		←良い 勤務の状況 悪い→				計
		A	B	C	D	
自覚 症 状	I	221 (0)	89 (0)	26 (2)	8 (4)	344
	II	149 (0)	152 (1)	77 (3)	14 (5)	392
	III	66 (0)	101 (2)	112 (4)	71 (6)	350
	IV	8 (1)	19 (3)	27 (5)	35 (7)	89
総計		444	361	242	128	1,175

※カッコ内は判定表の負担度点数

表2.8 チェックリストによる負担度判定 (労働者向け調査)

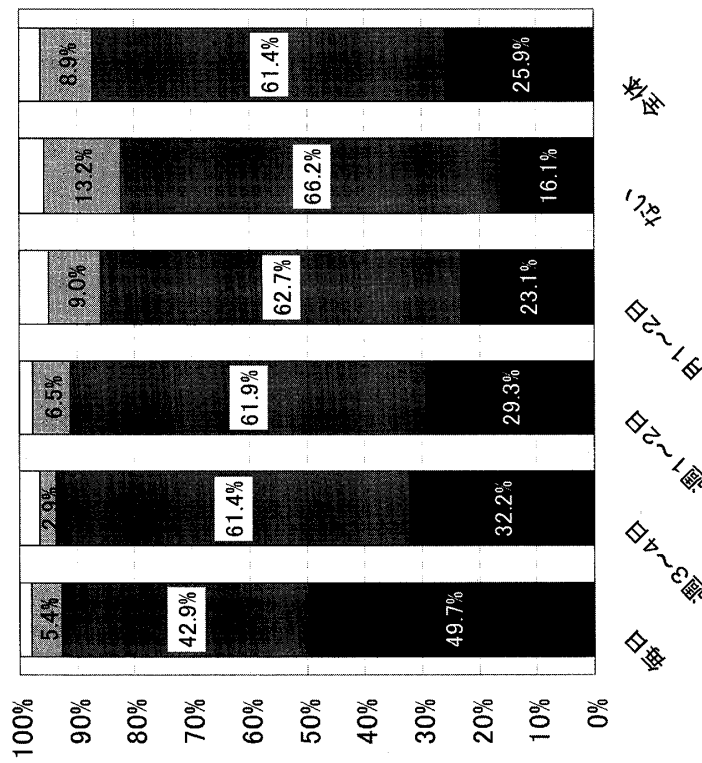
点数	仕事による負担度	該当者数
0~1	低いと考えられる	685 (58.3%)
2~3	やや高いと考えられる	223 (19.0%)
4~5	高いと考えられる	161 (13.7%)
6~7	非常に高いと考えられる	106 (9.0%)





2時間/日以上の時間外労働の頻度

■ 常に感じる ■ 時に感じる ■ 全く感じない □ わからない



2時間/日以上の時間外労働の頻度

■ 常に感じる ■ 時に感じる ■ 全く感じない □ わからない

図3 健康診断の結果  
(ストレスを感じる頻度別, 労働者向け調査)

図2 ストレスを感じる頻度  
(時間外労働の頻度別, 労働者向け調査)

## 3-3 労働者の家族向け調査

解析対象となった家族の基礎データは表3.1, 表3.2, 表3.3, 表3.4の通りであった。また, 本人の自覚的な健康状態(表3.5)は4分の3以上が[元気]と回答した一方で, 家族からみた労働者の健康状態(表3.6)は半数以上が[最近疲れやすい]といったものであった。また, 家族から見た時間外労働の頻度は表3.7の通りであった。

家族から見た労働者のストレス(図4)は[常にある]と回答したものが303人(24.7%)であり, 家族は時間外労働の頻度が高いほどストレスが高いと見ていることがわかった。ストレスの主な原因としては[会社の人間関係](360人, 29.3%), [仕事の進捗状況](328人, 26.7%)と仕事に関係したものが最も多く, [家庭・家族の問題]と回答したものは少なかった(53人, 4.3%)。ストレス解消の手伝いとしては[話を聞く], [気分転換を薦める]といったものが多かったが, [本人まかせ], [放置], [黙って見守る]といった消極的な対応も多かった(40.5%)。家族本人のストレスは[常にある]が25.5%, [時にある]が61.0%で, 家族から見た働き手のストレスと相関関係があった(図5)。

表3.8は家族による労働者の疲労蓄積度チェックリストを判定表に基づき, 「働き方と休養」と「疲労・ストレス症状」を算出し, 該当する回答数をまとめたものである。家族から見ても, 過重労働, 休養不足が疲労, ストレスにつながっていることがわかる。疲労蓄積度の判定(表3.9)では[高い]と判定されたのが15.8%と労働者向けに比べ若干低くなっていた。

表3.1 家族基礎データ(性別・年齢, 家族向け調査)

年齢\性別	男	女	(不明)	合計
29歳以下	32	92	0	124 (10.1%)
30代	44	187	0	231 (18.8%)
40代	91	257	2	350 (28.5%)
50代	153	245	1	399 (32.5%)
60歳以上	46	77	0	123 (10.0%)
(不明)	1	0	0	1 (0.1%)
合計	367 (29.9%)	524 (69.9%)	3 (0.2%)	1,228 (100%)

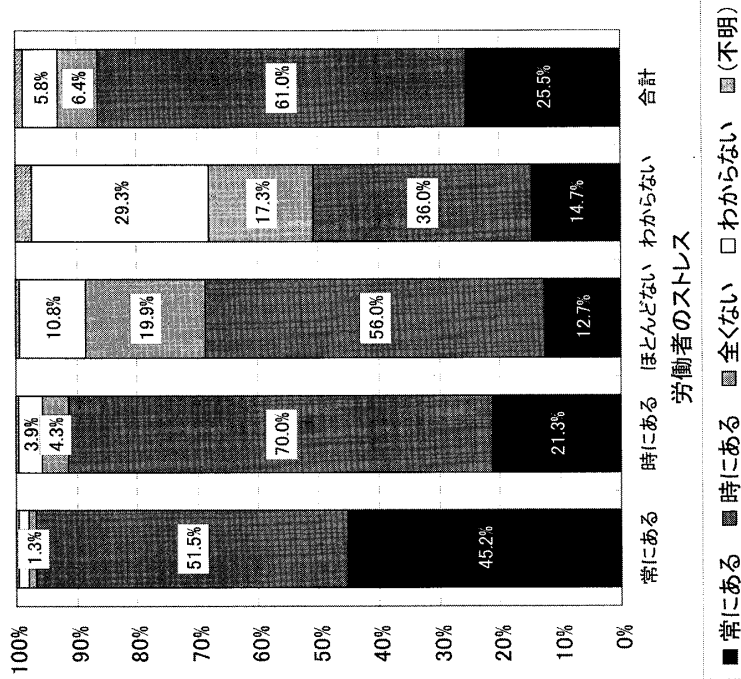


図5 家族本人のストレス  
(家族から見た労働者のストレス別, 家族向け調査)

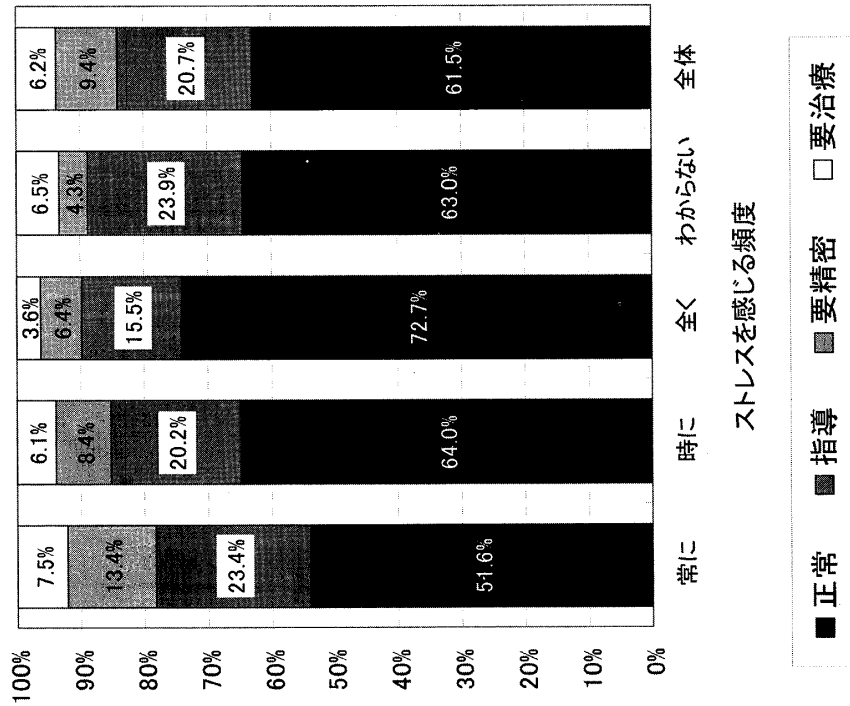


図4 家族から見た労働者のストレス  
(時間外労働の頻度別, 家族向け調査)

表3.2 家族の事業場所在地 (家族向け調査)

薩摩	県央	大隅	離島	(不明)
695 (56.6%)	152 (12.4%)	216 (17.6%)	146 (11.9%)	19 (1.5%)

表3.3 労働者と家族の関係 (家族向け調査)

配偶者	父母	子ども	兄弟姉妹	その他	(不明)
950 (77.4%)	127 (10.3%)	94 (7.7%)	12 (1.0%)	23 (1.9%)	22 (0.4%)

表3.4 家族の就労状況 (家族向け調査)

常勤	パート 毎日	パート週 3日以上	パート 週1, 2日	パート 月1, 2日	働いて いない	(不明)
595 (48.5%)	159 (12.9%)	147 (12.0%)	25 (2.0%)	12 (1.0%)	270 (22.0%)	20 (1.6%)

表3.5 家族本人の自覚的健康状態 (家族向け調査)

元気	病院に行く ほどではない	生活指導を 受けている	通院中	入院中	(不明)
933 (76.0%)	81 (6.6%)	42 (3.4%)	165 (13.4%)	2 (0.2%)	5 (0.4%)

表3.6 家族から見た労働者の健康状態 (家族向け調査)

元気	最近疲れやすい	もともと病弱	通院中	入院中	(不明)
505 (41.1%)	657 (53.5%)	18 (1.5%)	30 (2.4%)	4 (0.3%)	14 (1.1%)

表3.7 2時間/日以上 の時間外労働の頻度 (家族向け調査)

頻度	事業場数	(%)
毎日ある	210	(17.1%)
週に3～4日以上ある	199	(16.2%)
週に1～2日以上ある	227	(18.5%)
月に1～2日以上ある	178	(14.5%)
殆んどない	379	(30.9%)
(不明)	35	(2.9%)

表3.8 家族による労働者の疲労蓄積度チェックリスト (該当回答数, 家族向け調査)

		「働き方と休養」項目の該当個数		
		3個未満	3個以上	計
「疲労・ストレス症状」の点数	10点未満	692 (0)	104 (1)	796
	10点以上	219 (1)	191 (2)	410
	計	911	295	1,206

※カッコ内は判定表の疲労蓄積度点数

表3.9 チェックリストによる労働者の疲労蓄積度 (家族向け調査)

点数	仕事による負担度	該当者数
0	低いと考えられる	692 (57.4%)
1	やや高いと考えられる	323 (26.8%)
2	高いと考えられる	191 (15.8%)

#### 4. 考察

今回の調査により、小規模事業場における過重労働とストレスに関して、さまざまなことが明らかとなった。まず、事業主が把握している労働者の健康状態として、生活習慣病や成人病といった身体的不全は半数以上の事業場で見られるが、メンタルヘルス不全に関して該当する事業場は7.5%に過ぎない。これは、身体的な不全は健康診断等で明らかになりやすい一方で、メンタルヘルスの概念は事業主、労働者ともに比較的意識が低く明らかとなりにくい特性があるためであろう。実際にメンタルヘルス対策をおこなっている事業場は少なく、事業主の回答数以上の潜在的な不全者がいることが推察される。ストレス対策も十分とはいえず、厳しい経営状況が労働者のストレスにつながっていることがわかった。

労働者向けの調査からも以下のことが明らかとなった。疲れやすい、治療中、といった自覚的な健康状態に問題がある労働者が半数以上いる一方で、事業場に義務づけられている年1回以上の健康診断を受けていないものが12.4%にのぼっている。健康診断の受診状況と自覚的な健康状態には相関が見られないことから、受診の機会が少ないなどの外的な要因によって毎年受診をしていない労働者がいる可能性が示されている。事業主向け調査と同じく、事業場のメンタルヘルス対策についてはあまりなされていない。一方でストレスを感じている労働者は多く、時間外労働の頻度と相関があることから、過重労働がストレスにつながっていることが明らかであった。さらにストレスと健康診断結果の関連も見られ、高い労働負荷が労働者の心身に悪影響を及ぼしていることがわかった。これは自己診断チェックリストにおいて勤務状態と疲労蓄積の自覚症状に関連があることから裏付けられる。家族がストレスの原因と回答したものが少ない(4.2%)一方で、ストレスの解消方法としては家族団らんをあげたものが比較的多く(男女ともに解消方法の4位)、NIOSHのストレスモデル(図1)においては、家族がストレス要因より緩衝要因としての影響が高いことがわかった。

家族向けの調査からは以下のことが明らかとなった。家族からみた労働者のストレスは時間外労働の頻度に比例し、さらに労働者のストレスが高いほど家族本人のストレスも高くなっている。過重労働が労働者のみならず、家族のストレスにも悪影響を及ぼしているという厳しい状況があきらかとなった。家族向けのチェックリストからも過重労働と疲労蓄積・ストレス症状の関係が明らかになる一方で、労働者のストレス解消に積極的に関わっているとはいえなかった。

時間外労働の頻度を回答者別でグラフ(図6)にすると、事業主の認識より労働者の認識の方がその頻度が高く、さらに家族からみた認識の方が高い。実際の時間外労働の実態とは別に、事業主の時間外労働に対する認識は労働者よりも甘く、家族は労働者以上に時間外労働を認識しているという、各層の心理状態を反映した結果といえよう。

今回、事業主向け、労働者向け、家族向けの各調査により、小規模事業場における労働の状況やストレスに関する多面的な解析をおこなった。地方の小規模事業場にお

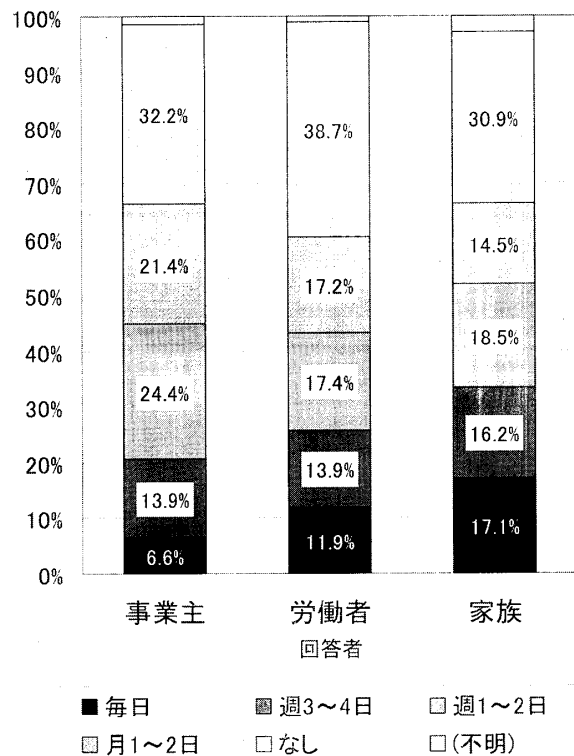


図6 時間外労働の頻度(回答者別)

いて、過重労働は避けがたい経済状況であることは推察されるが、メンタルヘルス対策など労働者のみならず、その家族にも影響を及ぼす産業保健活動は事業主と労働者が一体となっておこなうと同時に、自治体など地域の産業保健関係者の協力も不可欠であろう。今回は労働者や家族が率直に回答しやすいようにするため、事業場と直接関連づけた解析をおこなうことはできなかったが、今後は面談調査などにより、事業場の実態を明らかにし、産業保健活動につなげていくことが必要であろう。さらに中規模、大規模の事業場の調査との比較によって、自治体などのきめ細かいサポート体制についても明らかにしていくことが必要であろう。

#### (参考文献)

- 1) 厚生労働省「毎月勤労統計調査地方調査 平成18年年平均結果概要」2007年8月
- 2) 鹿児島県商工労働部雇用労政課「平成18年度労働条件調査結果報告書」2007年3月
- 3) 鹿児島産業保健推進センター「鹿児島県内の小規模事業場における過重労働及びメンタルヘルス対策の実態とその活動の支援策に関する調査研究」2006年3月
- 4) Hurrell, JJ. & Murphy, LR. Psychological Job Stress, chapter in Environmental and Occupational Medicine, Third Edition, edited by William N. Rom. Lippincott-Raven Publishers Philadelphia. 1998
- 5) 小林章雄「職業性ストレスと労働者の健康」日本労働研究雑誌492号2001年7月