

勤労者のストレスと生活習慣に関する検討

○鈴木亜紀子^{*1} 山本久美子^{*2} 吹越悠子^{*1} 赤松利恵^{*1}

^{*1}お茶の水女子大学大学院人間文化創成科学研究科

^{*2}前お茶の水女子大学大学院人間文化創成科学研究科

【背景・目的】

勤労者を対象にストレスに対する反応と生活習慣、および属性との関連を検討することを目的とした。

【方法】

2011年8月に、A社の健保組合保険者4,462名を対象に、無記名の自記式質問紙調査を行った。調査項目は、労働安全衛生総合所が作成した「ストレスに関連した症状・不調（以下、ストレス反応とする）（計9項目）」、属性（年齢など8項目）、および生活習慣（喫煙状況など7項目）であった。ストレス反応の下位尺度の疲労、不安、抑うつのカットオフポイントに1つでも該当した者をストレス群、それ以外の者を非ストレス群として2群に分類し、その他の項目とクロス集計を行った。次に、ストレス反応に関連する属性および生活習慣を検討するため、単変量と多変量ロジスティック回帰分析（尤度比による変数増加法）でオッズ比（OR）および95%信頼区間（95%CI）を求めた。ストレス反応（非ストレス群（0）、ストレス群（1））を従属変数、属性（計8項目）とストレス反応との関連（モデル1）、生活習慣（計7項目）とストレス反応との関連（モデル2）を検討した。さらに、モデル1とモデル2で用いた全ての変数を投入して解析を行った（モデル3）。以上の解析を全て男女別に行った。

【結果】

回答者3,277名（回答率73.4%）のうち、ストレス反応の全項目と性別を回答した3,017名（男性41.5%、女性58.5%）（有効回答率67.6%）を解析対象者とした。対象者のストレス反応は、

ストレス群が254名（8.4%）、非ストレス群が2,763名（91.6%）であった（クロス集計と単変量ロジスティック回帰分析の結果を省略する）。

多変量ロジスティック回帰分析の結果、モデル1では、男女ともに残業時間（男性：OR=2.42, 95%CI: 1.34-4.36；女性：OR=4.23, 95%CI: 1.24-14.47）に関連がみられた。また、男性に年代（50代以上）（OR=0.26, 95%CI: 0.08-0.80）、女性に服薬（OR=1.95, 95%CI: 1.33-2.86）との関連がみられた。モデル2では、男女ともに睡眠時間（5時間未満）（男性：OR=2.69, 95%CI: 1.26-5.73；女性：OR=2.73, 95%CI: 1.64-4.54）に関連がみられ、男性にのみ睡眠時間（5時間以上6時間未満）（OR=1.97, 95%CI: 1.07-3.61）との関連がみられた。モデル3では、男性に関連がみられた項目は、残業時間（OR=2.93, 95%CI: 1.59-5.42）、居住形態（OR=2.33, 95%CI: 1.27-4.29）であった。一方、女性に関連がみられた項目は、服薬（OR=2.01, 95%CI: 1.27-3.20）、睡眠時間（5時間未満）（OR=3.01, 95%CI: 1.61-5.62）であった。

【考察・結論】

ストレスに対する反応と関連する項目は男女によって異なった。最もストレスに対する反応と関連がみられた項目は、男性では残業時間、女性では睡眠時間（5時間未満）であった。

（連絡先）

鈴木亜紀子（g1270506@edu.cc.ocha.ac.jp）

お茶の水女子大学大学院 人間文化創成科学研究科 博士後期課程1年

〒112-8610 東京都文京区大塚2-1-1

TEL&FAX: 03-5978-5680