

## 第7回生活環境・職場ストレス調査結果（速報）

平成30年1月

筑波研究学園都市交流協議会 労働衛生専門委員会

### 1. 調査の沿革及び目的と速報の位置づけ

筑波研究学園都市交流協議会は、労働者を対象としたメンタルヘルスクエアに関する意識調査を、昭和62年より5年ごとに行ってきた。過去の調査からは、筑波研究学園都市の各機関においては、身体面よりメンタルヘルス面の問題が多いことが示唆されてきた。今回は平成29年2月から3月にかけて、筑波研究学園都市でのメンタルヘルスクエアにおける今後の重点課題を把握することを目的として、本調査を計画・実施した。

今回の速報においては、第7回調査結果の概要を報告する。

### 2. 調査実施機関数、対象者数、回答者数及び回収率（表1）

調査実施機関数は表1の通りであった。第7回の調査実施機関は53機関、対象者数は19,481人であった。回答者数は日本語版7,126人、英語版129人で、合計7,255名であった。回答率は37.2%であった。前回（第6回生活環境意識調査、平成23年度実施）の調査実施機関は65機関、対象者数は23,567人、回答者数は10,664人、回答率は45.2%であった。今回は、前回と比較していずれも減少した。前回までは質問紙とWEB調査を併用していたが、今回はWEB調査のみに絞ったことなど、調査方法の変更が一因ではないかと考えられた。回答者のうち、研究学園都市在住の4,154名を対象に解析を行った。平均年齢は44.0歳で、最少年齢20歳、最高年齢は75歳だった。性別で見ると、男性は2,720人、女性は1,434人で男性の割合が大きかった。年齢別では、20歳代は374人、30歳代は1,098人、40歳代は1,325人、50歳代は1,075人、60歳以上は282人だった。職種別では、研究・教育系は1,939人、技術系は860人、事務系は1,295人、その他は60人であった。

### 3. つくばの生活環境に関する満足度（図1、表2、3、4）

図1はつくばの生活環境に関する満足度の推移である。平成8年から平成23年の調査まで文化活動に満足していると答えた者の割合は徐々に上昇してきたが、今回の調査では前回と比べて低い73.9%であった。一方で、交通手段に満足していると答えた者の割合は、つくばエクスプレス（TX）開通により平成18年には大きく上昇したものの、平成23年から低下傾向にあり、今回の調査では前回より若干低い57.5%であった。また、治安に満足していると答えた者の割合は平成8年調査時以降継続して上昇傾向にあり、今回の調査では過去最高の83.7%だった。つくばへの愛着を含めた「つくば

が好きか」との質問に対しても、平成 8 年調査時以降継続して上昇傾向にあり、今回の調査では過去最高の 86.3%であった。

さらに表 2 にあるように、つくばでの勤務期間を 1 年未満、1 年以上 3 年未満、3 年以上 5 年未満、5 年以上 10 年未満、10 年以上の五群に分類して、勤務期間の長短による生活環境に関する満足度を比較した。文化的活動に満足していると答えた者の割合は、3 年以上 5 年未満 (82.2%) が最も高かった。交通手段に満足していると答えた者の割合も、3 年以上 5 年未満 (59.7%) が最も高かった。治安に満足していると答えたものの割合は、10 年以上 (85.7%) が最も高かった。「つくばが好きか」との質問に対しても 10 年以上 (89.2%) が最も高かった。

表 3 では、生活環境に関する満足度を住居が賃貸か持ち家かで比較した。交通手段、治安、「つくばが好きか」という質問に対する満足度は持ち家の群で高かった。一方で、文化的活動に満足していると答えた者の割合は賃貸の群 (80.7%) が持ち家の群 (78.0%) よりも高かった。

表 4 では、特に交通渋滞で困ることの多い地区を示した。最も多くの者が困ると答えたのは TX 研究学園駅周辺の 1,721 人 (41.4%) で、ついで TX つくば駅周辺の 1,129 人 (27.2%) であった。

#### 4. 筑波研究学園都市で働く職員の職場ストレスの要因分析 (図 2, 3, 4, 5)

職場ストレスに関して、量的負荷、質的負荷、対人関係の 3 つのストレス増強要因と、裁量度、達成感、同僚・上司の支援の 3 つの緩和要因について調査を行った。

##### (ア) ストレス増強要因

女性の量的負荷 (平均値 : 1.94 点) と質的負荷 (1.98 点) と比較して、男性の方が量的負荷 (2.37 点) と質的負荷 (2.43 点) とともに高かった。年代別に見たところ、量的負荷は 30 歳代 (2.33 点)、40 歳代 (2.29 点)、50 歳代 (2.22 点)、20 歳代 (2.01 点)、60 歳以上 (1.78 点) の順で高かった。また、質的負荷も 30 歳代 (2.42 点) で最も高く、40 歳代 (2.31 点)、20 歳代 (2.26 点)、50 歳代 (2.23 点)、60 歳以上 (1.73 点) の順で続いた。対人関係の困難は、他の年代と比較して、60 歳以上 (1.73 点) で低かった。職種別では、技術系や事務系と比較して、教育・研究系で質的負荷 (2.44 点)、量的負荷 (2.45 点) が大きかった。

##### (イ) ストレス緩和要因

女性の裁量度 (平均値 : 2.66 点) と達成感 (2.64 点) と比較して、男性の方が裁量度 (2.86 点) と達成感 (2.91 点) とともに高かった。年代別に見たところ、裁量度は 30 歳代 (2.87 点)、60 歳以上 (2.84 点)、20 歳代 (2.82 点)、50 歳代 (2.75 点)、40 歳以上 (2.74 点) の順で高かった。また、達成度も 30 歳代 (2.90 点) で

最も高く。40歳代と50歳代（2.80点）、60歳以上（2.75点）、20歳代（2.71点）の順で続いた。前回や前々回の調査と同様に、同僚・上司の支援は20歳代（3.00点）で最も高かった。職種別では、裁量度、達成感、同僚・上司の支援のいずれも、教育・研究系、技術系、事務系の順に高かった。

#### 5. 筑波研究学園都市で働く職員の抑うつ度（図6）

抑うつ度の調査については、前回（2006年）までは20項目の質問から構成されるうつ性自己評価尺度（SDS；Self-rating depression scale）を用いていたが、ワーキンググループ内で易回答性を検討した結果、今回は6項目の質問から構成されるK6を用いることとした。K6の得点は0から24の範囲で、高得点ほど気分・不安障害の可能性が高い。前回と今回では評価法が異なるため、結果を比較することはできなかった。

今回の調査では、全体の平均が5.5点で中央値が4点だった。また、全体の半数近くの2,030人が5点以上で、全体の約四分の一の984人が9点以上であった。5点以上の群には心理的ストレスが認められ、9点以上の群には50%の確率で気分・不安障害が認められるとされている。性別では女性（平均値5.9点；中央値5点）が男性（平均値5.3点；中央値4点）より高かった。年代別では20歳代（平均値6.6点；中央値6点）が最も高く、高い年代ほど低かった。職種別では事務系（平均値6.0点；中央値5点）が最も高かった。雇用形態別では派遣職員（平均値6.4点；中央値5点）が最も高く、常勤職員（任期付き）（平均値5.6点；中央値4点）、非常勤職員（平均値5.5点；中央値4点）、常勤職員（任期なし）（平均値5.4点；中央値4点）が同程度であった。

#### 6. 職員の自殺念慮（表5）

厚生労働省の「自殺対策に関する意識調査」に基づき、「あなたは、これまでの人生の中で、本気で自殺したいと考えたことがありますか。以下の中であなたのお考えに最も近いもの1つだけに○をつけてください」と尋ねた。選択肢は、「1. 自殺したいと思っただけがない（以下、ない）」「2. 自殺したいと思っただけがある（以下、ある）」に加え、回答を負担に思う対象者がいることが想定されるため「3. 無回答」を用意した。前回調査ではSDSの一項目である「自分が死んだ方が他の者は楽に暮らせると思えますか？」の質問に対する回答で自殺念慮を評価した。前回と今回では評価法が異なるため、結果を比較することはできなかった。

「ある」と答えた者は全体で1,096人（26.4%）であり、平成28年度「自殺対策に関する意識調査」で「ある」と答えた者の割合23.6%よりも高かった。性別に見ると、「ある」と答えた者の割合は男性（24.5%）よりも女性（30.1%）が高かった。年代別に見ると、20歳代（31.8%）が最も高く、30歳代（30.8%）、40歳代（26.1%）、50歳代（24.0%）、60歳以上（12.8%）で、高い年代ほど低かった。また、職種別にみると、事務系（29.3%）、技術系（28.0%）、教育・研究系（23.6%）の順に高かった。雇用

形態別では、非常勤職員と派遣職員が同程度(28.9%)であり、次いで常勤職員(任期付き)(26.5%)、常勤職員(任期なし)(25.7%)の順に高かった。

「ある」と答えた者 1,096 人に、最近 1 年以内に自殺したいと思ったことがあるか聞いたところ、「はい」と答えた者は 246 人(22.4%)であり、平成 28 年度「自殺策に関する意識調査」で「はい」と答えた者の割合 18.9%よりも高かった。性別に見ると男性(22.9%)が女性(21.8%)より若干高かった。年代別に見ると、「はい」と答えた者の割合は 20 歳代(31.9%)、次いで 30 歳代(25.7%)で高かった。職種別にみると、事務系(23.7%)、研究・教育系(23.4%)、技術系(18.7%)の順で高かった。雇用形態別では、派遣職員(31.8%)が最も高く、次いで常勤職員(任期付き)(25.9%)、常勤職員(任期なし)(21.8%)、非常勤職員(19.7%)の順に高かった。

#### (概要)

つくばの生活環境に対する満足度は、TX の開通以降は概ね上昇傾向にある。ただし交通の便に対する満足度は高くなく、TX の駅周辺の渋滞で困るとの意見が多かった。

職場のストレス要因に関しては、男性、30 歳代、教育・研究系は他の群と比べて質・量ともに困難な仕事をこなしているが裁量度を有して達成感の高い仕事をしている一方で、女性や事務職は裁量度が低く達成感の少ない仕事をしている。この傾向は平成 13 年の調査時から継続している。前回調査時からの変化としては、ストレス緩和要因である、裁量度、達成感、同僚・上司の支援はほぼ全ての年代で僅かではあるが増加していた。

職員の半数近くが心理的ストレス反応を抱えている現状が明らかになった。さらに、「あなたは、これまでの人生の中で、本気で自殺したいと考えたことがありますか」の問いに対して、「ある」と答えた者の割合は 26.4%と、全国調査の 23.6%と比べ高かった。

#### (課題と展望)

速報においては、全体の結果概要を示した。次年度に予定されている最終報告においてはより詳細な学術的検討を加え報告する予定である。そこから得られた知見に応じ、研究学園都市全体の労働衛生・精神衛生のより一層の改善に資する方策を探る資源としていきたい。

表1 調査実施機関数

地方自治体	1
国の機関	6
国立研究開発法人等	11
独立行政法人	4
国立大学法人	2
学校法人	12
公益法人	3
民間機関	14
合計	53

図1 つくばの生活環境に関する満足度の推移

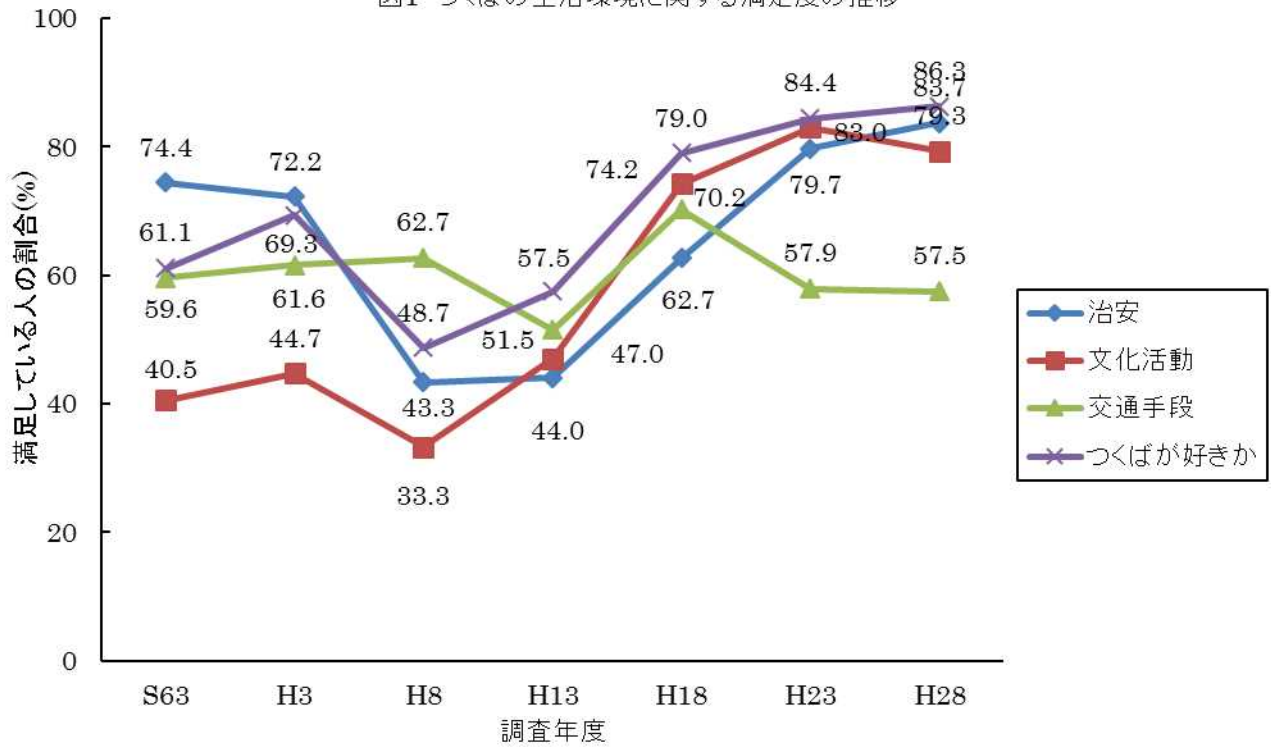


表2 生活環境に関する満足度とつくばでの勤務期間

	文化的活動		合計
	満足(%)	不満(%)	
1年未満	267 (81.2)	62 (18.8)	329
1年以上	420 (80.8)	100 (19.2)	520
3年以上	296 (82.2)	64 (17.8)	360
5年以上	597 (78.4)	164 (21.6)	761
10年以上	1714 (78.5)	470 (21.5)	2184

	治安		合計
	満足(%)	不満(%)	
1年未満	273 (83.0)	56 (17.0)	329
1年以上	426 (81.9)	94 (18.1)	520
3年以上	292 (81.1)	68 (18.9)	360
5年以上	614 (80.7)	147 (19.3)	761
10年以上	1872 (85.7)	312 (14.3)	2184

	交通手段		合計
	満足(%)	不満(%)	
1年未満	189 (57.4)	140 (42.6)	329
1年以上	289 (55.6)	231 (44.4)	520
3年以上	215 (59.7)	145 (40.3)	360
5年以上	427 (56.1)	334 (43.9)	761
10年以上	1270 (58.2)	914 (41.8)	2184

	つくばが好きか?		合計
	満足(%)	不満(%)	
1年未満	270 (82.1)	59 (17.9)	329
1年以上	420 (80.8)	100 (19.2)	520
3年以上	302 (83.9)	58 (16.1)	360
5年以上	643 (84.5)	118 (15.5)	761
10年以上	1949 (89.2)	235 (10.8)	2184

表3 生活環境に関する満足度と住居

文化的活動				治安			
	満足(%)	不満(%)	合計		満足(%)	不満(%)	合計
賃貸	1613 (80.7)	387 (19.3)	2000	賃貸	1607 (80.4)	393 (19.6)	2000
持ち家	1664 (78.0)	468 (22.0)	2132	持ち家	1852 (86.9)	280 (13.1)	2132

交通手段				つくばが好きか？			
	満足(%)	不満(%)	合計		満足(%)	不満(%)	合計
賃貸	1141 (57.1)	859 (42.9)	2000	賃貸	1629 (81.5)	371 (18.5)	2000
持ち家	1237 (58.0)	895 (42.0)	2132	持ち家	1938 (90.9)	194 (9.1)	2132

表4 特に交通渋滞で困ることの多い地区

	「困る」(%)
Txつくば駅周辺	1129 (27.2)
Tx研究学園駅周辺	1721 (41.4)
洞峰公園周辺	591 (14.2)
国道354号(下広岡周辺)	293 (7.1)
国道354号(榎戸～谷田部)	660 (15.9)
国道354号(萱丸区間)	140 (3.4)
県道藤沢豊里線(台坪)	138 (3.3)
その他	329 (7.9)

図2 職業性ストレス増強要因の比較(2017年度調査)

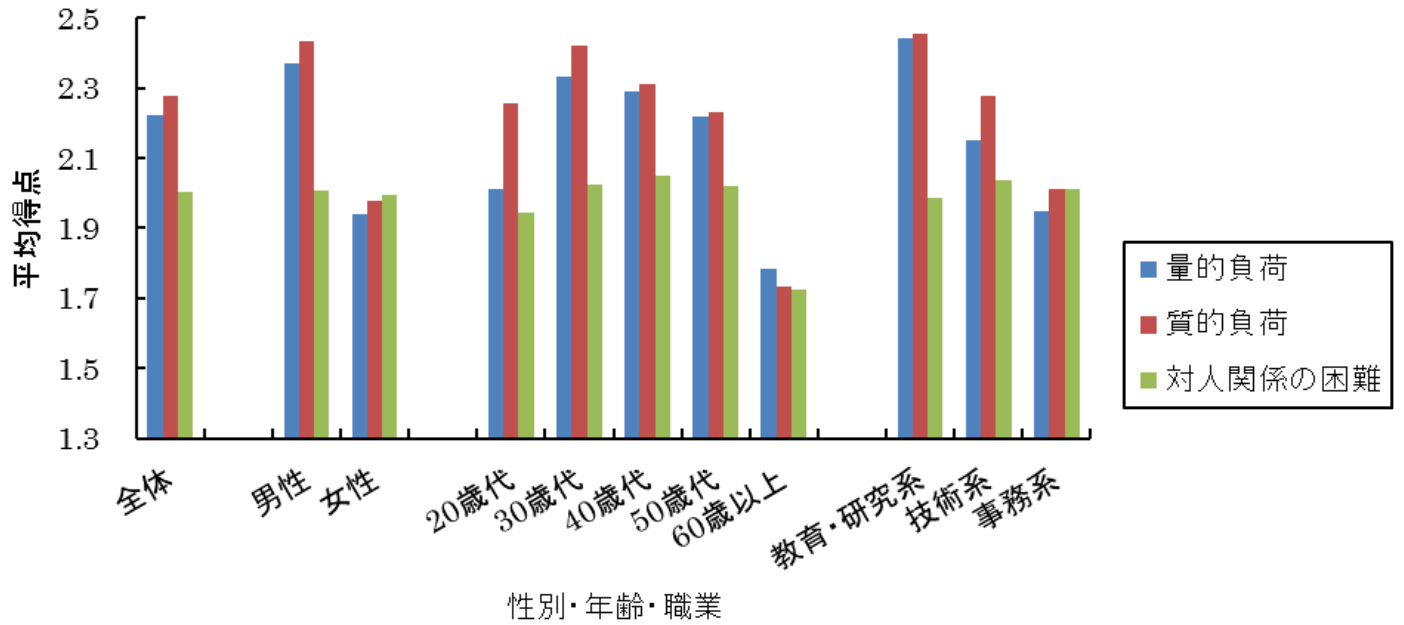


図3 職業性ストレス増強要因の比較(2011年度調査)

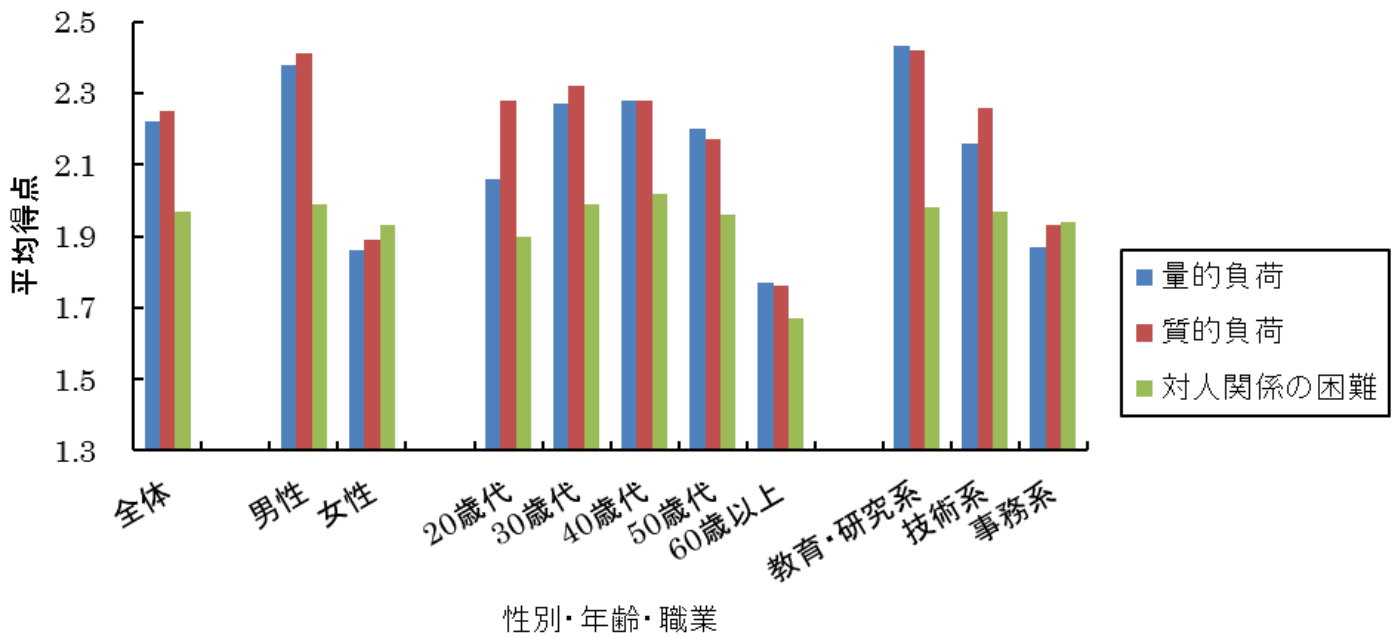




図4 職業性ストレス緩和要因の比較(2017年度調査)

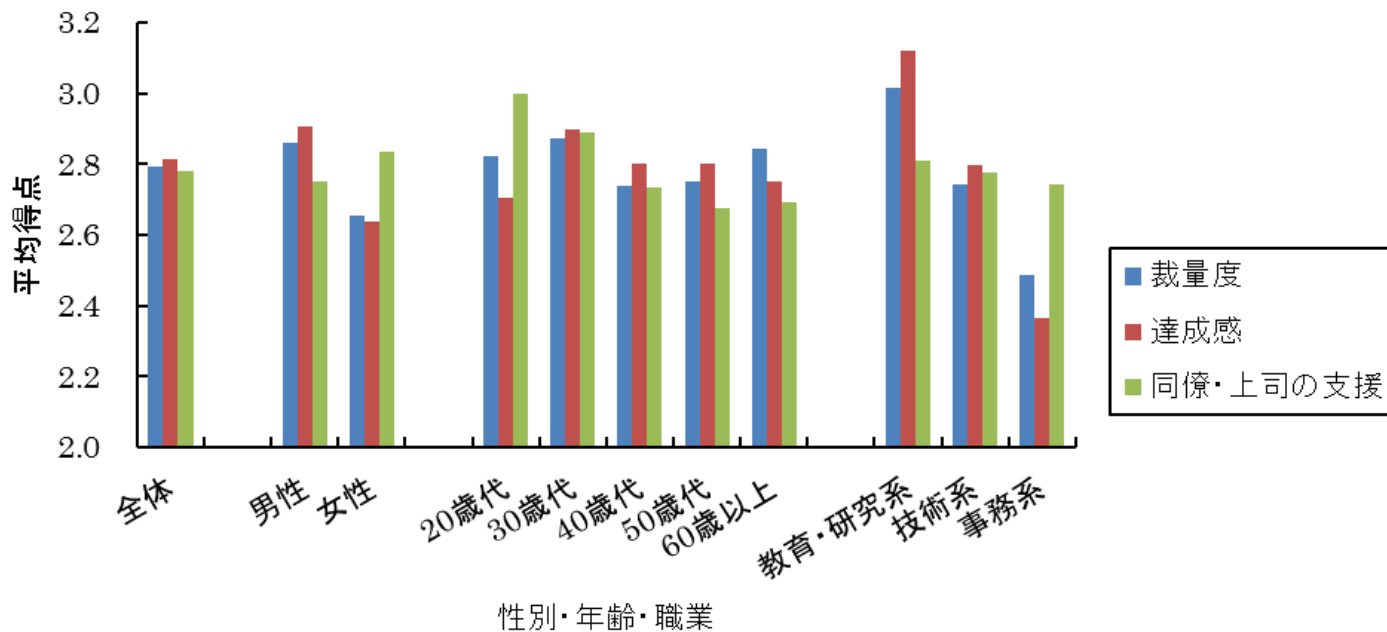


図5 職業性ストレス緩和要因の比較(2011年度調査)

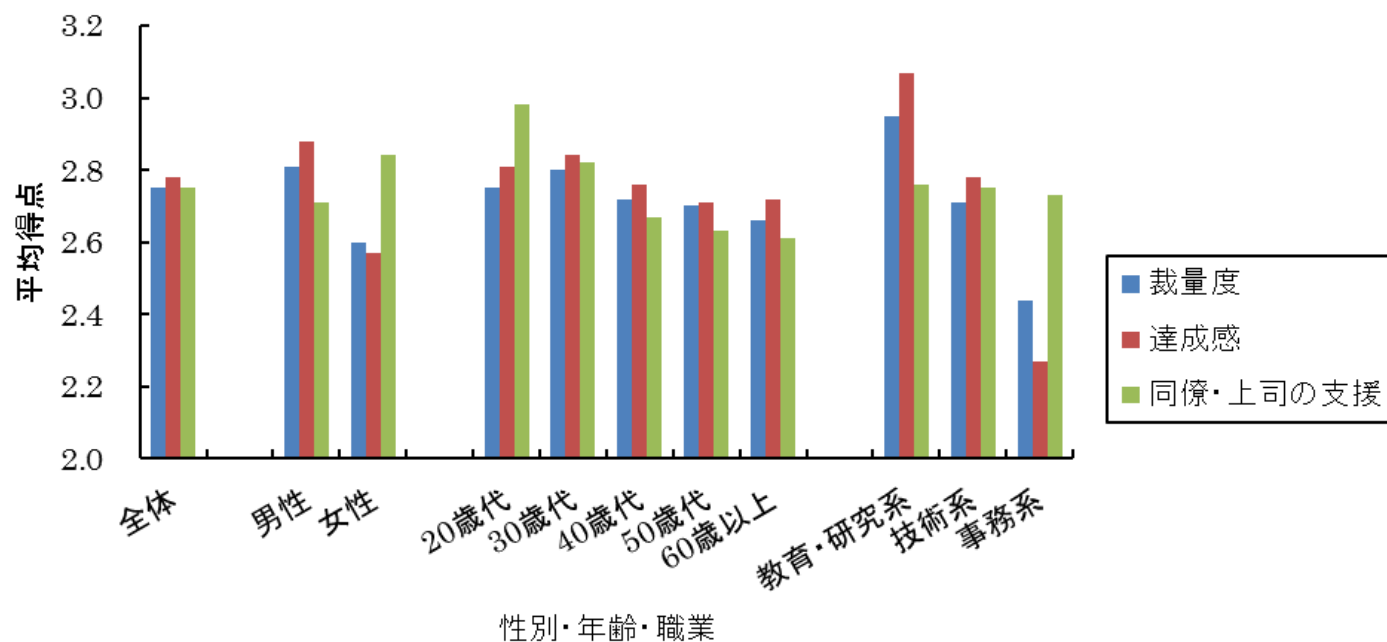


図6 K6総得点(抑うつ度)の比較

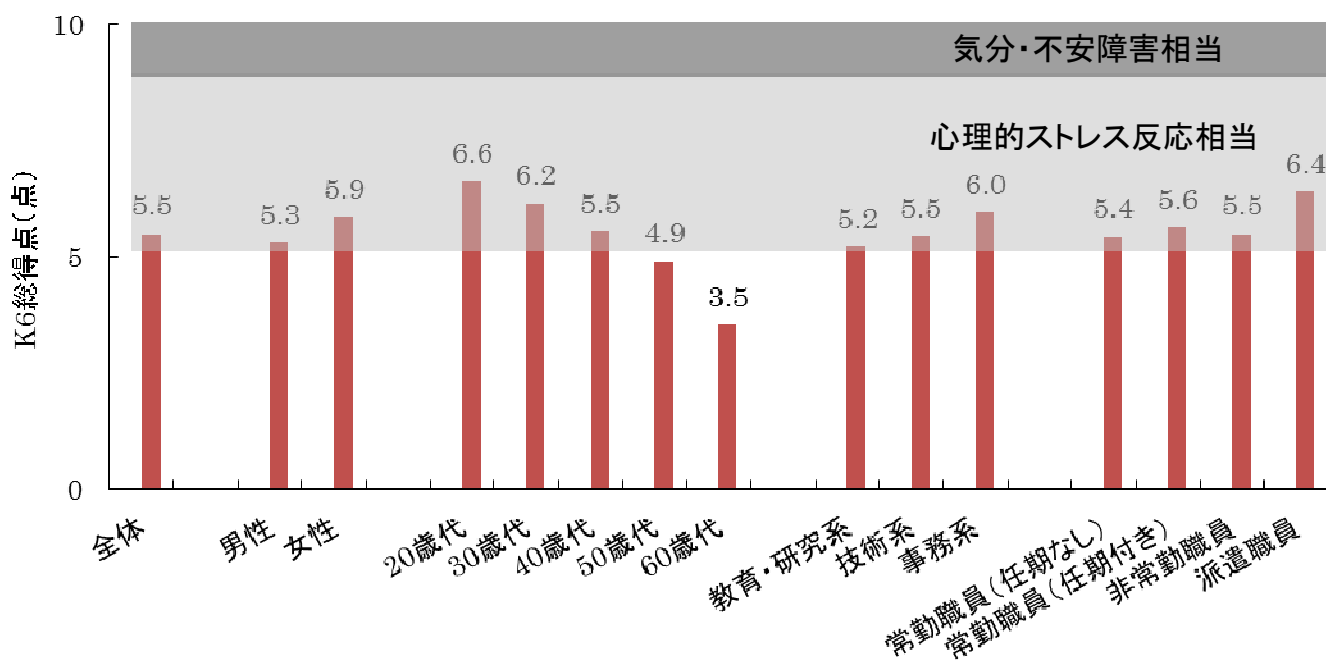


表5 自殺を考えた経験

	これまでの人生の中で			最近1年以内に		
	「ある」(%)	「ない」(%)	無回答(%)	「はい」(%)	「いいえ」(%)	無回答(%)
全体	1096 (26.4)	2688 (64.8)	367 (8.8)	246 (22.4)	796 (72.6)	54 (4.9)
男性	665 (24.5)	1829 (67.3)	224 (8.2)	152 (22.9)	483 (72.6)	30 (4.5)
女性	431 (30.1)	859 (59.9)	143 (10.0)	94 (21.8)	313 (72.6)	24 (5.6)
20歳代	119 (31.8)	225 (60.2)	30 (8.0)	38 (31.9)	71 (59.7)	10 (8.4)
30歳代	338 (30.8)	662 (60.4)	96 (8.8)	87 (25.7)	230 (68.0)	21 (6.2)
40歳代	345 (26.1)	866 (65.4)	113 (8.5)	77 (22.3)	257 (74.5)	11 (3.2)
50歳代	258 (24.0)	719 (66.9)	98 (9.1)	38 (14.7)	209 (81)	11 (4.3)
60歳以上	36 (12.8)	216 (76.6)	30 (10.6)	6 (16.7)	29 (80.6)	1 (2.8)
教育・研究系	457 (23.6)	1319 (68.1)	160 (8.3)	107 (23.4)	335 (73.3)	15 (3.3)
技術系	241 (28.0)	539 (62.7)	80 (9.3)	45 (18.7)	182 (75.5)	14 (5.8)
事務系	380 (29.3)	796 (61.5)	119 (9.2)	90 (23.7)	267 (70.3)	23 (6.1)
常勤職員(任期なし)	688 (25.7)	1774 (66.2)	218 (8.1)	150 (21.8)	505 (73.4)	33 (4.8)
常勤職員(任期付き)	198 (26.5)	480 (64.3)	66 (9.2)	52 (25.9)	138 (68.7)	10 (5.5)
非常勤職員	188 (28.9)	392 (60.2)	71 (10.9)	37 (19.7)	138 (73.4)	13 (6.9)
派遣職員	22 (28.9)	42 (55.3)	12 (15.8)	7 (31.8)	15 (68.2)	0 (0)