

# 労働時間・仕事のコントロール度とうつ症状

佐々木毅\*1

## 1 目的

精神障害や自殺の労災認定において長時間労働を十分に考慮すべきとされている。しかし、これまで社会心理的要因とうつ病・うつ症状との関連については多くの報告があるものの、長時間労働とうつ病やうつ症状との関連についての報告は少ない。そこで、多業種・多職種の労働者を対象とした質問紙調査によって長時間労働とうつ症状についての関連を検討することを目的とし、またその緩衝要因として仕事のコントロール度と関連についても検討した。

## 2 方法

某調査会社の登録モニターから労働力調査（総務省）の性別・年齢階級別・業種別就業者数の構成比に基づいて抽出した20～59歳の全国5,000人の労働者を対象とし、2007年11月に郵送で調査を実施した。5,000票のうち4,555票のデータを回収し（91.1%）、自営業とその手伝いの者・農林漁業作業員・深夜勤務者、データに欠損がある者等を除いた3,851名（40.3 11.0才）を解析対象者とした（男性2,239名、40.6 10.8才；女性1,612名、39.8 11.2才）。解析方法は性、年齢、喫煙状況、飲酒頻度、運動頻度で調整した多重ロジスティック回帰分析を用い、週労働時間（1～34時間、35～40時間、41～50時間、51～60時間、61～65時間、66～70時間、71時間以上）とうつ症状（the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D)で16点以上）との関連を検討した。

## 3 結果

前出の「労働時間と健康との量反応関係」の図3dに示したように、うつ症状のある者のオッズ比（95%信頼区間）は、週労働35～40時間を対照カテゴリとし、同61～65時間（月時間外労働に換算で80～100時間）では1.4（0.98～2.02）と統計的に有意ではなかったが、同66時間以上（月時間外労働100時間以上）では1.5～1.8と有意であった。男女別に解析すると、男性で週労働1～34時間の者のオッズ比に乖離が見られるものの、概ね全体の結果と一致していた（図1）。週労働時間群ごとに仕事のコントロール度（職業性ストレス簡易調査票）得点の平均値で二分し比較すると、コントロール度が低い者では同35～40時間から同71時間以上でオッズ比は1.7～3.2で有意であった（図2）。

## 4 結論

断面調査であるものの、長時間労働がうつ症状のリスクファクターになる可能性が示唆された。また、長時間労働に加え仕事のコントロール度が低い場合には、更なるうつ症状のある者が多くなることが示唆された。

\*本報告は平成22年5月に開催される第83回日本産業衛生学会にて発表する予定である：佐々木毅，岩崎健二，高橋正也，大塚泰正，久保智英，毛利一平。長時間労働日勤者の仕事のコントロール度とうつ症状。2010。

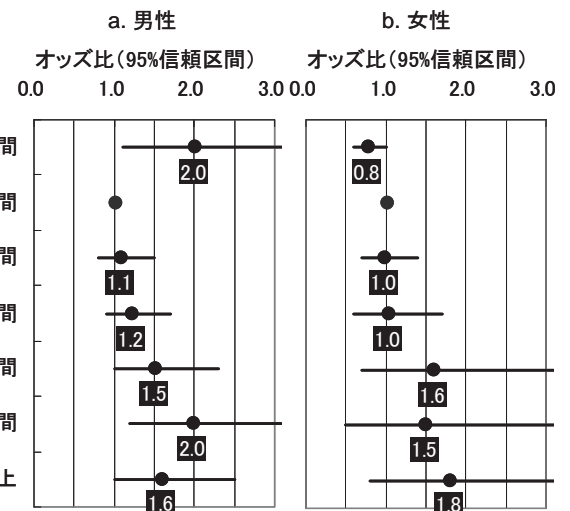


図1 労働時間とうつ症状

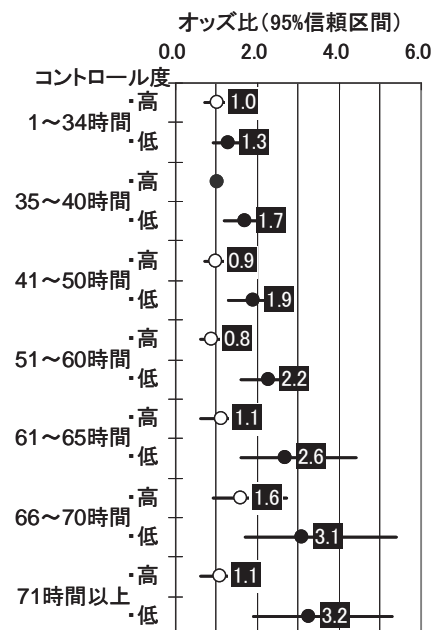


図2 労働時間・仕事のコントロール度とうつ症状

\*1(独)労働安全衛生総合研究所 有害性評価研究グループ。

連絡先：〒214-8585 神奈川県川崎市多摩区長尾 6-21-1

(独)労働安全衛生総合研究所 有害性評価研究グループ 佐々木毅

E-mail: sasakit@h.jniosh.go.jp