

TMSナビチェック 残業時間とストレス反応との関連についての調査報告



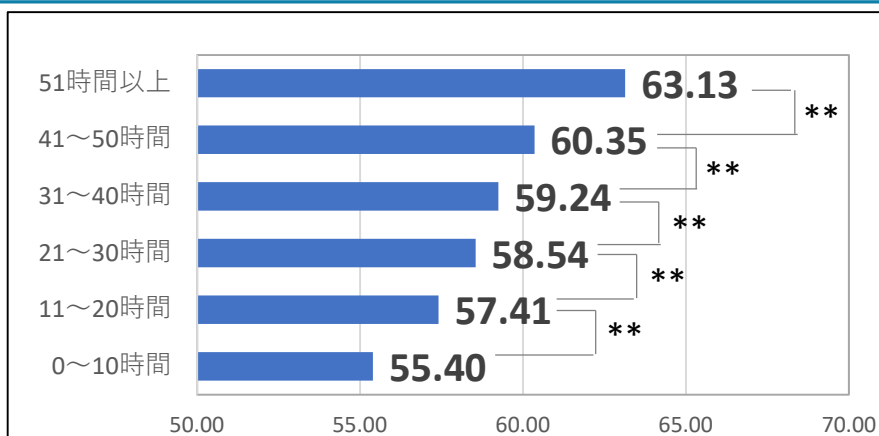
TMSナビチェックのデータを使って 残業時間の増加とストレス反応の関連を分析

1.調査概要

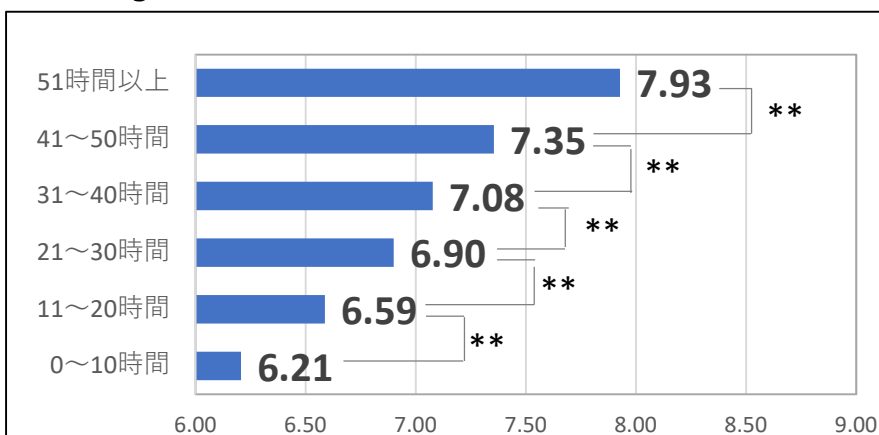
- ◆ 調査目的：残業時間10時間ごとの『心身のストレス反応』得点の変化を分析し、残業時間の増加と心身のストレス反応との関連を明らかにする
- ◆ 調査対象：2017年度のTMSナビチェックご契約企業様の従業員のうち、残業時間に回答のあった147,747名
- ◆ 分析方法：残業時間を10時間区切りで6段階に分け、職業性ストレス簡易調査票の『心身のストレス反応』得点を従属変数に一要因の分散分析を行った。なお分析には、心身のストレス反応合計得点(29項目)と、①活気、②イライラ、③疲労感、④不安感、⑤抑うつ感、⑥身体愁訴の6つの下位尺度を使用した。

2.調査結果

** は統計的に
有意な差があることを示す



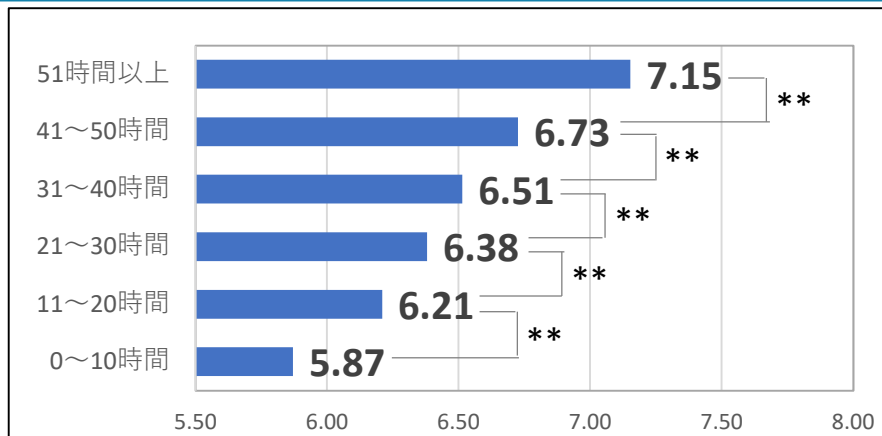
【Figure1】残業時間と心身のストレス反応との関連



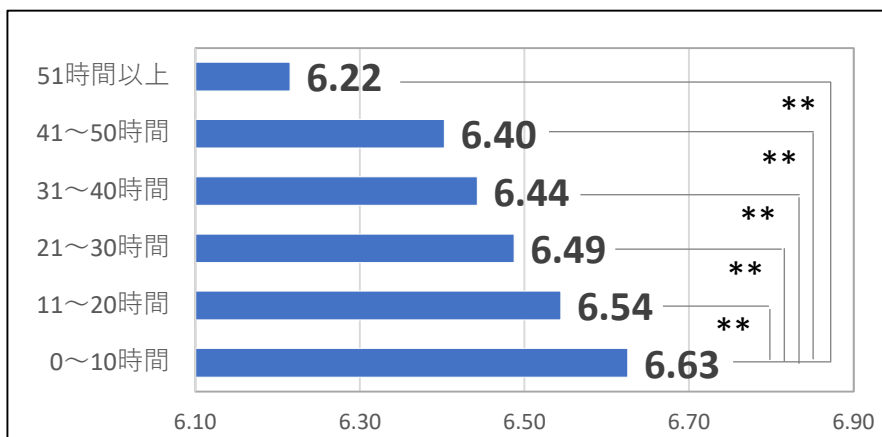
【Figure2】残業時間と疲労感との関連



2.調査結果



【Figure3】残業時間と不安感との関連



【Figure4】残業時間と活気との関連

- ◆ 残業時間10時間の増加ごとに心身のストレス反応得点が有意に増加し、残業時間の増加とストレス反応との関連が見られた。とくに、0～10時間－51時間以上間で中程度の効果量が示された。
- ◆ 下位尺度においても、残業時間増加と得点変化との間に関連が見られた。『疲労感』『不安感』では残業時間10時間ごとに1%水準の有意差が見られ、0～10時間－51時間以上間で中程度の効果量が示された。しかし『活気』においては、残業時間10時間ごとでは有意差が見られない箇所があり、効果量も小さい結果となった。よって、残業時間増加に伴うストレス反応上昇において、下位尺度レベルでは結果に差異が見られ、とくに『疲労感』『不安感』が比較的強い関連を示していた反面、『活気』は関連が相対的に小さいと考えられた。

3.今後の展開

- ◆ ストレス反応上昇において下位尺度レベルで関連度に違いが生じる要因の検討の他、性差や年代などの要素を加えた二要因分散分析を行うなど、更なる分析を進めていきたい。

本調査はデータ利用の許可を頂いた団体及び企業のみを対象として、『職業性ストレス簡易調査票』の結果を分析したものです