

## 職業性ストレス簡易調査票の集計、分析・考察

令和5年度の「虐待防止・身体拘束適正化委員会」を開催するに当たり、虐待防止に密接に関連すると言われる、職場での職員のストレスについて、厚生労働省作成の「職業性ストレス簡易調査票」を職員に記入してもらい、結果を集計した。

### 1 職業性ストレス簡易調査票の構成（全57項目） ※別紙の用紙を参照

A 仕事のストレス要因に関する尺度 <b>【領域A】</b>	
①心理的な仕事の量的負担	②対人関係
③心理的な仕事の質的負担	④職場環境
⑤身体的負担	⑥仕事の適性度
⑦コントロール	⑧働きがい
	⑨技術の活用
B ストレス反応 <b>【領域B】</b>	
①心理的ストレス反応	
②身体的ストレス反応	
ポジティブな心理的反応……活気	
ネガティブな心理的反応……イライラ感、疲労感、不安感、抑うつ感	
身体的ストレス反応……身体愁訴	
C 修飾要因	
①上司、同僚、および配偶者・家族・友人からのサポート	<b>【領域C】</b>
②仕事あるいは家庭生活に対する満足度	<b>【領域D】</b>

### 2 高ストレス者を判定する評価基準

・マニュアルでは、以下の㊦か㊧のいずれかを満たす場合を「高ストレス者」と判定

- ㊦ 領域Bの合計点数が77点以上（最高点は116点）
- ㊧ 領域AとCの合計点数が76点以上（最高点は104点）、かつ、領域Bの合計点数が63点以上

### 3 集計結果

○全職員（※提出分59人）の「高ストレス者」等の集計 ※別紙の集計表参照

	領域	区分	事務局	しょうの里	ぎんなん	てい・く	「手と手	計
㊦	領域B	77点以上	0	3	1	1	0	5
㊧	領域A+C &領域B	76点以上+ 63点以上	0	2	1	0	0	3
	計		0	5	2	1	0	8
領域D ※満足度	仕事	不満	0	2	3	0	0	5
		やや不満	1	8	2	2	1	14
	家庭	不満	0	0	0	0	0	0
		やや不満	0	1	1	1	0	3

## ○集計1 事業所ごとの集計

- ※数値が大きいほどストレス度が大、小さいほどストレス度が小。  
 ・各項目について、事業所ごと、事業所全体で平均値を出した。



- ・平均値から±0.5ポイントの事業所には、+は■、-は■で色分け。  
 (※統計的には何の意味もないが、それでもおおよその傾向は出る。)  
 (※事務局、「手と手」は、職員数が3人と少ないため、振幅が大きい。)

### ①全体

#### 領域A 仕事：

- ・17項目中、15項目で2.0以上、2項目で3.0以上（「一生懸命働かなければならない」「かなり注意を集中する必要がある」）

#### 領域B 最近1ヶ月間の状態：

- ・29項目中、14項目で2.0以上（「怒りを感じる」「内心腹立たしい」「イライラしている」「ひどく疲れた」「へとへとだ」「だるい」「気をはりつめている」「不安だ」「首筋や肩がこる」「腰が痛い」「目が疲れる」など）、
- ・3.0以上はなかった。

#### 領域C 周りの方々との関係：

- ・いずれの項目も、「上司」⇒「職場の同僚」⇒「配偶者・家族・友人等」の順に数値が下がっている（関係がよくなる）。

#### 領域D 満足度：

- ・仕事の満足度：2.3
- ・家庭生活の満足度：1.6

### ①事務局

#### 領域A 仕事：

- ・「働きがいのある仕事」が0.5ポイント以上上回る（ストレス度が大）。

#### 領域B 最近1ヶ月間の状態：

#### 領域C 周りの方々との関係：

#### 領域D 満足度：

} 平均値と大きなズレはない。

### ②しょうぶの里

- ※職員数多いため、全般的に平均値と大きなズレはない。

### ③第二ぎんなん作業所

#### 領域A 仕事：

- ・「部署内で意見のくい違いがある」「私の部署と他の部署とはうまが合わない」「職場の作業環境（騒音、照明、温度、換気など）はよくない」「職場の雰囲気は友好的」などで、平均値を0.5ポイント以上上回る（ストレス度が大）。

#### 領域B 最近1ヶ月間の状態：

- ・29項目中12項目で、0.5ポイント以上上回る（ストレス度が大）。

#### 領域D 満足度：

- ・仕事の満足度は、全事業所中、最も低い（+1.0ポイント）。

## ④子ども育ちの家「て・い・く」

領域A 仕事：

- ・「仕事の方針に自分の意見を反映できる」が0.5ポイント以上上回る（ストレス度が大）。
- ・その他は平均値と大きなズレは出ていない。

領域B 最近1ヶ月間の状態：

- ・平均値と大きなズレはない。

領域C 周りの方々との関係：

- ・「上司」で、「頼りになる」「相談を聞いてくれる」で、0.5ポイント以上上回る（関係がよい）。

領域D 満足度：

- ・仕事の満足度が、全事業所中、最も高い（-0.5ポイント）。

## ⑤育成会相談支援センター「手と手」

領域A 仕事：

- ・「非常にたくさんさんの仕事をしなければならない」「時間内に仕事が処理しきれない」などが0.5ポイント以上上回る（ストレス度が大）。
- ・一方、「自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない」「職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる」は、0.5ポイント以上下回る（ストレス度が小）。

領域B 最近1ヶ月間の状態：

- ・29項目中6項目で、0.5ポイント以上上回る（ストレス度が大）。

領域C 周りの方々との関係

- ・上司と関係で、0.5ポイント以上上回る（関係がよくない）。

領域D 満足度：

- ・平均値と大きなズレはない。

## ○集計2 個別の集計

## ①事務局

- ・「高ストレス者」はゼロ。領域Dで仕事に「やや不満」が1人。

## ②しょうぶの里

- ・職員数も多いが、㊦（領域Bによる）による「高ストレス者」が3人、㊩（領域A+C&領域B）による「高ストレス者」が1人の計5人と最も多かった。
- ・領域Dの仕事満足度でも、「不満」2人、「やや不満」8人と10人に不満がある。

※しょうぶの里では、4月下旬から、一人の利用者さんの実質的な看取りをしていたことが影響した可能性がある（大きい）。

※回収段階で、しょうぶの里職員分とグループホーム世話人分が混在したため、しょうぶの里とグループホーム、しょうぶの里内での職種ごとの把握が困難。（支援に関わる職員、それ以外の職員、グループホーム世話人と分けて配付・回収すべきだった。）

## ③第二ぎんなん作業所

- ・㊦（領域Bによる）と㊩（領域A+C&領域B）による「高ストレス者」が1人ずつの計2人いた。
- ・領域Dの仕事満足度で、「不満」3人、「やや不満」2人と、6人中5人に不満がある。

#### ④子ども育ちの家「ていく」

- ・㊦領域Bで「高ストレス者」1人いた。
- ・領域Dで仕事に「やや不満」が2人いる。

#### ⑤育成会相談支援センター「手と手」

- ・㊦領域Bでの「高ストレス者」はいなかったが、あと1点で「高ストレス者」となる職員が1人。
- ・領域Dで仕事に「やや不満」が1人いた。

### ○気になる職員（高ストレス者）について（※通しNo.で表記）

#### ■No.13（しょうぶの里職員orグループホーム世話人）

- ・㊦領域B：81点により「高ストレス者」に該当。  
ストレスとしては、身体的ストレス反応が多い。
- ・領域D 仕事満足度：2（まあ満足）
- ・領域Dの家庭生活の満足度は2（まあ満足）。

#### ■No.17（しょうぶの里職員orグループホーム世話人）

- ・㊦（領域A+C&領域B）による「高ストレス者」に該当。  
[領域A+領域C]が76点、領域Bが70点（※63点以上）
- ・領域D 仕事満足度：3（やや不満足）

#### ■No.22（しょうぶの里職員orグループホーム世話人）

- ・㊦領域B：103点（※満点は116点。※全職員でストレス反応が最も高い）  
心理的ストレス反応では、イライラ感、疲労感、不安感、抑うつ感などと身体的ストレス反応等、全般にわたり強い。
- ・領域D 仕事満足度：4（不満）
- さらに、㊦ [領域A+領域C]でも80点（76点以上）で該当。
- ・領域C（上司、同僚、配偶者・家族・友人との関係・サポート）では、4（全くない）が多い。
- ・領域D 仕事満足度:4（不満）
- ・ただし、領域Dの家庭生活の満足度は1（満足）。

#### ■No.31（しょうぶの里職員orグループホーム世話人）

- ・㊦領域B：84点により「高ストレス者」に該当。  
心理的ストレス反応では、疲労感、不安感と身体的ストレス反応が強い。
- ・㊦ [領域A+領域C]でも81点で該当。
- ・領域D 仕事満足度：4（不満）
- ・領域C（上司、同僚、配偶者・家族・友人との関係・サポート）は、3（多少）ばかりで4（全くない）はない。
- ・領域D 仕事満足度:4（不満）
- ・領域D 家庭生活満足度：2（まあ満足）。

#### ■No.39（しょうぶの里職員orグループホーム世話人）

- ・㊦領域AとCの合算の合計点数が78点（76点以上）、領域Bが67点（63点以上）で該当。
- ・領域Bでは、疲労感が強い。
- ・領域D 仕事満足度:2（まあ満足）
- ・領域D 家庭生活満足度：1（満足）。

■No.43（第二ぎんなん作業所職員）

- ・㊦領域B：87点により「高ストレス者」に該当。  
心理的ストレス反応ではイライラ感、不安感、抑うつ感などが強い。
- ・領域C（上司、同僚、配偶者・家族・友人との関係・サポート）は、4（全くない）と3（多少）ばかり。
- ・㊩ [領域A+領域C] も79点で該当。
- ・領域D 仕事満足度：4（不満）
- ・領域D 家庭生活満足度：3（やや不満足）。

■No.45（第二ぎんなん作業所職員）

- ・㊩領域AとCの合算の合計点数が84点（76点以上）、領域Bが74点（63点以上）で該当。
- ・領域D 仕事満足度：4（不満）
- ・領域D 家庭生活満足度：2（まあ満足）。

■No.50（子ども育ちの家「ていく」職員）

- ・㊦領域B：80点により「高ストレス者」に該当。  
心理的ストレス反応では、イライラ感、抑うつ感など身体的ストレス反応が強い。
- ・領域D 仕事満足度:2（まあ満足）
- ・㊩ [領域A+領域C] も77点で該当。
- ・領域D 仕事満足度:2（まあ満足）
- ・領域D 家庭生活満足度：2（まあ満足）。

## 4 今回の結果への対応

まだ、結果を集計し、分析や考察をした段階で、直ちに対応することは難しいものの、早急に、法人全体、各事業所単位で、対応策を検討して、実際の対応を図っていく必要がある。

### ○今回の結果をどう受けとめるか？

- ・今回の結果は一般的なのか、それとも特異なのか？
- ・いずれにしても、対応する必要がある。

### ○どんなところに問題、課題があるのか？

- ・今後、法人、各事業所で考え、対応を図っていく必要がある。

### ○どんな対応が可能か？（改善策）

※考えられる対応の3つのレベル

- ①「高ストレス者」に対して
- ②事業所ごと
- ③法人全体として

### ○本日（6/19）の委員会後、各事業所で改善策について検討

### ○想定される具体的な対応のメニュー

- ①会長・副会長による事業所職員への面談（ヒアリング）
- ②メンタルヘルスの研修やグループワーク等を実施
- ③専門家による個別のカウンセリング実施

## 5 まとめ（今後の課題を含めて）

不十分ながらも、事務局を含む熊本市手をつなぐ育成会事業所職員の職業性ストレスについて、厚生労働省作成の「職業性ストレス簡易調査票」を用いて大まかな把握を試みた。

その結果、全事業所を通して、8人もの職員について「高ストレス者」と判定されるなど、非常に気になる結果が出た。

当該職員を含めて、個々の職員に関しては、職場環境や業務内容、家庭状況等が異なり、対策を立てるとしても一様にはいかないことが想定される。

専門家に支援を仰ぐことなども視野に、早急に対応を図っていく必要性を感じた。

「中長期計画・ビジョン」に掲げた、誰もが「働きやすい・働きがいのある職場環境づくり」に向けて、事業所単位、そして、法人全体としても具体的な対策を立てて取り組む必要がある。

そのような職場環境こそが、虐待を防ぐ一番の近道だと考える。

### 《参考》

○厚生労働省の「働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト こころの耳」では、PCスマホからストレスチェックがセルフでできるようになっている。

※5分ででき、チェック後、自分のストレス度について、測定結果と分析結果や参考となる情報が出てくる。

（チェック項目は、「職業性ストレス簡易調査票」と同じ）

⇒各事業所で、職員にこのサイトの紹介、実際に自分でチェックすることをぜひ勧めてほしい。

## 5分でできる職場の ストレスセルフチェック

4つのSTEPIによる簡単な質問から、  
あなたの職場におけるストレスレベルを測定します。  
質問は全部で57問です。(所要時間約5分間)  
はじめに性別を選んでください。

男性

女性

このコンテンツは、厚生労働省「職業性ストレス簡易調査票フィードバックプログラム」に基づいて、制作致しました。  
▶ 結果がうまく表示されない方はこちら

<https://kokoro.mhlw.go.jp/>