

勤労者の労働時間は心身の健康と家庭生活にどのような影響をおよぼすか
— 東京都における1992年調査を基に (第1報)

○女子栄養大学(株) 三善勝代

共栄学園短大生活学科助手 山田祐子

【目的】大多数の勤労者は、健康に留意しつつ職場で働き、かつ家庭で私生活も営んでいる。それゆえ、勤労者が仕事や職場関係にどの位の時間を費やすかは、心身の健康や家庭生活に何らかの影響をおよぼすとみられる。それはどのようなものでどの程度か。東京都労働経済局の委託を機に、大量調査によってこの疑問の解明を試みた。得られた知見のうち、ここでは、健康への影響について報告する。

【方法】企業調査の対象として任意抽出した従業員10人以上の都内事業所 5,000社に対し、個人調査への協力も併せて依頼した。協力応諾の事業所を通じて従業員に調査票を配布してもらい、本人からの直接返送によって1284票を回収した(有効回収率51.4%)。分析対象者は男性が7割弱を占め、全体の平均年齢は36歳。ただし、女性は20~29歳が際立って多い。男女間のこの年齢構成の違いが、職位・職種や年収あるいは同居家族などの他の属性についても顕著な性差をもたらしている。

【結果】①解消にポイントがあるストレス問題に関連して、休日の気分転換を問うたところ、できる・できないの2分法では、8:2の回答を得た。②現在の生活を続けることによる健康への影響については、6割の者が「あまり悪い影響はないと思う」と答えた。しかし、実残業時間が増えると、「悪い影響を与えると思う」人の割合は増加していた。とくに、これは実残業時間が50時間以上 100時間未満の男性と、30時間以上50時間未満の女性に著しかった。③休日の気分転換と現在の生活による健康不安については、各種労働時間や休暇制度そのものよりも、各人がそれらにどれほど満足しているかが関与していた。