【309】

氏　名（本籍）	友　常　祐　介（茨 城 県） とも　つね　ゆう　すけ
学 位 の 種 類	博　　士（医　　学）
学 位 記 番 号	博　甲　第　5123　号
学位授与年月日	平成 21 年 3 月 25 日
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 1 項該当
審 査 研 究 科	人間総合科学研究科
学 位 論 文 題 目	**知的労働者の精神健康状態を規定する因子に関する労働衛生学的研究**

主　査	筑波大学教授	博士（医学）	朝　田　　隆
副　査	筑波大学教授	薬学博士	熊　谷　嘉　人
副　査	筑波大学准教授	博士（医学）	伊　藤　　聡
副　査	筑波大学准教授	医学博士	佐　藤　親　次

論 文 の 内 容 の 要 旨

（目的）

筑波研究学園都市の労働者を対象とした大規模調査により，筑波研究学園都市で働く知的労働者の職業性ストレスと精神健康状態と，ストレス対処能力を反映するとされる首尾一貫感覚とストレス対処行動との関連を明らかにすることにより，総合的なメンタルヘルスケアのための知見を得ることを研究の目的とした。

（対象と方法）

2001 年と 2006 年の 11 月に筑波研究学園都市交流協議会に加盟する機関の職員を対象に横断調査を実施した。対象者は 2001 年が 96 機関，15,416 名であり，回収数は，7,316 部（回収率：47.5%）であった。2006 年は，82 機関，20,742 名であり，回収数 12,009 部（回収率:57.9%）であった。調査内容は職員の基本属性，職業性ストレス簡易調査票（Brief Scale or Job Stress: BSJS），自己評価式抑うつ尺度（Self-Rating Depression Scale: SDS）に加えて，2006 年調査ではコーピング特性簡易評価尺度（Brief Scale for Coping Profile: BSCP），首尾一貫感覚（Sense of Coherence: SOC）を用いた。

（結果）

1：労働者の職業性ストレスと精神的健康度

2001 年，2006 年の調査間における職業性ストレスと精神的健康度に大きな差は認めなかった。両調査において研究職では，事務職，技術職と比較して「量的負荷」,「質的負荷」が高い一方で,「達成感」,「裁量度」も強く感じていた。事務職では,「達成感」,「裁量度」が他の職種と比較して低かった。精神的健康度については，男性において 2001 年，2006 年の両調査とも事務職が研究職よりも SDS 得点が高かったが，女性においては差を認めなかった。SDS 得点と BSJS の各下位項目得点間の重回帰分析では, 両調査において「質的負荷」,「対人関係の困難」が SDS 得点を上昇させる方向に,「達成感」が SDS 得点を低下させる方向に作用していた。

2：首尾一貫感覚とストレス対処行動の関連

SOC 得点は女性より男性において，また，年齢が上がるにつれて高くなっていた。SOC 得点と BSCP 各下位項目との関係については，問題解決につながる対処様式である「問題解決のための相談」,「視点の転換」

がSOC得点を上昇させる方向に，情動中心型の対処様式である「回避と抑制」，「他者を巻き込んだ情動発散」がSOC得点を低下させる方向に作用していた。

（考察）

外的要因については「量的負荷」，「質的負荷」の適切な管理と「達成感」，「裁量度」を得られるような職務設定により精神的健康度を改善できる可能性が示唆された。また，「対人関係の困難」の精神的健康度に対する影響が大きくなっていることが示唆された。

また，内的要因について見ると，課題中心型の対処様式である「視点の転換」，「問題解決のための相談」といった問題解決につながる対処行動が首尾一貫感覚を向上させる方向へ，「回避と抑制」，「他者を巻き込んだ情動発散」といった情動中心方の対処行動が首尾一貫感覚を低下させる方向に作用していることが示唆された。

以上より，職場でのコミュニケーションを良好にし，「対人関係の困難」を改善することが，「量的負荷」，「質的負荷」の軽減につながり，「視点の転換」，「問題解決のための相談」といった対処行動を選択しやすくし，その結果得られる成功体験が「達成感」の獲得につながるとともに，首尾一貫感覚の向上をもたらし，ストレス反応の軽減と，さらなる問題解決につながる対処行動を選択するといった相乗効果の存在が考えられた。

審 査 の 結 果 の 要 旨

本研究は，筑波研究学園都市で働く知的労働者の職業性ストレスと精神健康状態と，ストレス対処能力を反映するとされる首尾一貫感覚とストレス対処行動との関連を明らかにすることを目的とするものである。

外的要因については「量的負荷」，「質的負荷」の適切な管理と「達成感」，「裁量度」を得られるような職務設定により精神的健康度を改善できる可能性が示唆された。また「対人関係の困難」の精神的健康度に対する影響が示された。そして問題解決につながる対処行動が首尾一貫感覚を向上させる方向に作用する一方で，情動中心方の対処行動が首尾一貫感覚を低下させる方向に作用していることが示唆された。

以上より，職場でのコミュニケーションを良好にして「対人関係の困難」を改善することが，「達成感」の獲得，首尾一貫感覚の向上，ストレス反応の軽減と，問題解決につながる対処行動の選択に至ると考察している。

今日の科学者のメンタルヘルスを改善し，学術生産性を高める上で貴重な論文と評価できる。

よって，著者は博士（医学）の学位を受けるに十分な資格を有するものと認める。