

氏名(本籍)	宇佐見 和 哉 (福島県)		
学位の種類	博士(医学)		
学位記番号	博甲第5493号		
学位授与年月日	平成22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	定年退職に伴う生活環境変化が精神的健康に与える影響に関する予防医学的研究		
主査	筑波大学教授	博士(医学)	土屋尚之
副査	筑波大学教授	博士(医学)	前野哲博
副査	筑波大学教授	博士(医学)	望月昭英
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)

近年、団塊世代の定年退職が社会問題化している。定年退職は、仕事を中心であった生活が大きく変化する、老年期の重要なストレスイベントである。また、定年後、再就職して労働を継続する場合も、職場における役割や生活環境において大きな変化を生じる。長引く不況の影響から、経済的余裕がなく、再就職せざるを得ない労働者も少なくない。申請者は、定年退職を迎える労働者の精神的健康度に影響を及ぼす要因を、NIOSH (The National Institute of Occupational Safety and Health) の職業性ストレスモデルに基づいて検討し、定年退職を迎える労働者のメンタルヘルスの保持増進に資することを目的として、本研究を施行した。

### (対象と方法)

- ・ 筑波研究学園都市における大規模調査

申請者は、2006年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、無記名自記式質問紙による横断調査を実施した。対象者は20,742名で、回収数12,009名(回収率57.9%)であった。調査内容は職員の基本属性および定年退職後への意識や具体的な準備行動に関する質問項目、職業性ストレス簡易調査票(Brief Scales for Job Stress: BSJS)、精神健康調査票28項目版(General Health Questionnaire: GHQ-28)、自己評価式抑うつ尺度(Self-Rating Depression Scale: SDS)である。

- ・ 地方自治体における定年前後の追跡調査

申請者は、2008年10月および2009年6月に、地方公務員のうち定年退職者セミナーに参加を希望した職員1,351名を対象に、追跡調査を施行した。最終回収数は528名(回収率76.6%)であった。調査内容は職員の基本属性、定年退職後の再就職の有無とその理由に関する質問項目、BSJS、SDS、首尾一貫感覚(Sense of coherence: SOC)である。

### (結果)

1. 筑波学園都市における中高年労働者の定年後再就職に対する意識と精神的健康度との関連

対象者のうち、90%近くの労働者が経済面への不安を有していた。SDS得点は、低収入群では、再就職を考えている群(30.8 ± 8.1)において、考えていない群(29.8 ± 7.4)と比較して有意に高かった(P<0.05)

のに対し、高収入群では、再就職を考えている群 ( $29.7 \pm 8.4$ ) のほうが、考えていない群 ( $30.3 \pm 8.5$ ) と比較して有意に低かった ( $P < 0.05$ )。

また、仕事にやりがいを感じている群 ( $28.7 \pm 7.7$ ) において、感じていない群 ( $32.9 \pm 9.3$ ) と比較して、有意に低かった ( $P < 0.001$ )。

SDS 得点を目的変数、性別、やりがいの有無、収入、職種（事務職であるかないか）を独立変数とした重回帰分析では、有意な関連が認められたのは、やりがいの有無および職種であった。以上の結果から、申請者は、労働者のストレス反応には、職種、仕事へのやりがいが強く影響していると結論した。

## 2. 地方公務員における定年退職前後の精神的健康度の変化

定年退職前の労働者の SDS 得点を目的変数、SOC および BSJS を独立変数とした重回帰分析により、SDS 得点と SOC 得点、BSJS 下位項目である「質的負荷」、「対人関係の困難」、性別の有意な関連が検出された。また定年退職前後において SDS 得点は低下し、再就職をしなかった群では SOC 得点が上昇していた。

### (考察)

申請者は、本研究の結果から、中高年労働者において、仕事へのやりがいを持ちながら労働することは、精神的健康の保持増進につながる可能性がある一方、経済的余裕がないという事情から消極的な理由で就労を継続する、再就職を考えるとといったことは、精神的健康の悪さに影響する可能性があると考えしている。

また、定年を直前に控えた労働者においては、内的要因については首尾一貫感覚が精神的健康度と強く関連することを指摘し、外的要因については「質的負荷」を適切にコントロールすることで精神的健康度を改善できる可能性があると考えしている。

一方で、定年退職後には精神的健康度は改善しており、再就職しなかった群で首尾一貫感覚が向上していたことに関しては、定年退職についての漠然とした不安が定年前の精神的健康度に影響し、実際に定年退職を迎えたことで不安が軽減し、また仕事上の負担も軽減することで、精神的健康度が改善したのではないかと考察している。また、首尾一貫感覚はこれまで 30 歳代でほぼ固定しその後変化しにくいとされていたが、定年退職という生活環境の大きな変化を乗り越えたことにより向上しうるものであることが明らかになったと述べている。

以上の研究結果に基づき、申請者は、定年退職を控える労働者の精神的健康を良好なものに保つためには、定年退職後の生活にむけて具体的な準備行動を促すことが有用であること、また、「質的負荷」を強く感じさせない労務管理と、定年後への漠然とした不安感を軽減させることも労働者の精神的健康の保持増進に重要であることを提言している。

## 審 査 の 結 果 の 要 旨

定年退職が精神的健康度に与える影響は、社会医学的重要性の高い問題である。本研究は、筑波学園都市における大規模調査により、定年退職が精神的健康度に与える影響の個人差に関連する要因として、職種、仕事のやりがいが重要であるという知見を明らかにした。また、今回申請者が追跡調査により解明した定年前後における精神的健康度の変化も、興味深い知見である。研究の背景、解析結果の考察、限界と課題、提言もしっかり書かれており、本研究は、当該分野の研究の発展に十分な貢献を有するものと考えられる。

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。