

P-082 女性の就労と自覚的な睡眠・疲労：結果更新

永谷 照男¹、近藤 康明²

¹名古屋市立大学・大学院医学研究科・公衆衛生学、²国際セントラルクリニック

【目的】最終目的は女性の就労による健康影響の評価。今回は就労と自覚的な睡眠・疲労の状況との関連を昨年の結果に対象者を追加して示す。

【対象者】健診受診者を対象とする「働くことと健康に関する調査研究」(<http://www.med.nagoya-cu.ac.jp/kouei.dir/moku%20sinkou.html> 参照)で2010.11.19までに同意が得られた女性2756名のうち、休職者27名を除き、3条件(現病なし、妊娠なし、用いた調査項目に欠損なし)をすべて満たした2081名を今回の対象とした。年齢幅20～58歳、平均年齢(SD) = 38.8(6.0)歳。

次の調査項目は問診票を用いた面接による。

【就労】無職、正規雇用、非正規雇用の三群に分類。n = 354, 1101, 626、平均年齢(SD) = 39.9(4.7), 37.3(6.1), 40.9(5.7)歳。正規雇用、非正規雇用はそれぞれ一日労働時間と一週労働日数から一週労働時間を算出。就労者1727名の平均労働時間(SD) = 37.6(11.6) h/w。

【睡眠】二項目の問診で評価。A)「一日睡眠時間」、平均睡眠時間(SD) = 6.2(0.9) h/d、B)「良く眠れるか、大変良い / ほぼ良い / 良くない / 大変悪い」、n = 829, 965, 274, 13。

【疲労感】一項目の問診で評価。「疲れを感じるか、よくある / 時々ある / あまりない / ほとんどない」、n = 498, 1410, 137, 36。

【結果】平均労働時間(SD)は正規雇用者で42.9(7.4)、非正規雇用者で28.3(11.8) h/w。睡眠時間の長さは「無職 > 非正規雇用者 > 正規雇用者」であった。正規雇用者は労働時間が長いほど睡眠時間が短かった。睡眠の良し悪しは三群間で差がなかったが、非正規雇用者では労働時間が長いほど睡眠状況が悪かった。疲労感の強さは「無職 < 非正規雇用者 < 正規雇用者」であり、さらに正規雇用者では労働時間が長いほど疲労感が強かった。

【考察】就労は短い睡眠時間と強い疲労感に関連し、特に正規雇用者の長時間労働が健康阻害要因と考える。正規雇用者と非正規雇用者で一部異なる結果はこれからの検討課題である。今後、さらに対象者数を追加し、健診成績、配偶者や子の有無、世帯人員、家事負担などを加えた解析を行う。

附1) この研究は三菱財団の助成金と国際セントラルクリニックの受診者・職員の方々の協力で実施している。

2) 発表当日はそれまでに得られた対象者を追加し提示する。