

女性の就労と 自覚的な睡眠・疲労: 結果更新

永谷 照男 (Teruo NAGAYA)
名古屋市立大学
大学院医学研究科 公衆衛生学
近藤 康明 (Yasuaki KONDOU)
国際セントラルクリニック

第81回日本衛生学会総会 (2011.3.27, 東京)

日本衛生学会総会

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・疲労の関連を示す。

対象者 2011.3.8 現在

同意を得た 健診受診女性 **3156名** のうち、
現病・妊娠なし、今回の調査項目に欠損なし、
をみたした **2412名** (休職中 30名除く)

年齢: 20~58 歳、平均(sd) = 38.7(6.0) 歳

A: 労働時間

就労	n	年齢				平均(sd)
		<40	<45	<50	50≤	
無職	425					40.0(4.7)
非正規	730					40.6(5.8)
正規	1257					37.2(6.1)
週労働時間 (h/w)						
		<40	<45	<50	50≤	平均(sd)
		---	---	---	---	-----
		527	151	34	18	28.6(12.1)
		210	572	221	254	43.1(7.5)

B-1: 一日睡眠時間 (h/d)

就労	一日睡眠時間 (h/d)					平均睡眠時間
	<5	<6	<7	<8	8≤	
無職	12	76	172	118	47	6.38
非正規	25	172	308	184	41	6.13
正規	58	321	502	311	65	6.09

一日睡眠時間と週労働時間との
age-adjusted Spearman's r

非正規 -0.066, $p=0.074$

正規 -0.175, $p<0.001$

B-2: よく眠れるか (4階級: 1~4)

就労	大変良い	ほぼ良い	良くない	大変悪い
無職	173	188	60	4
非正規	292	338	95	5
正規	487	597	168	5

$p=0.773$ by Mantel-Haenszel χ^2

よく眠れるかと週労働時間との
age-adjusted Spearman's r

非正規 0.114, $p=0.002$

正規 0.002, $p=0.955$

C: 疲れを感じるか (4階級: 1~4)

就労	疲れを感じるか (4階級: 1~4)			
	ほとんど ない	あまり ない	時々ある	よくある
無職	14	46	282	83
非正規	12	52	501	165
正規	15	67	853	322

$p<0.001$ by Mantel-Haenszel χ^2

疲れを感じるかと週労働時間との
age-adjusted Spearman's r

非正規 0.027, $p=0.463$

正規 0.152, $p<0.001$

まとめ

- 労働時間は 非正規 < 正規。
- 睡眠時間は 無職 > 非正規 > 正規。睡眠時間と労働時間の負相関は正規で強い、非正規で睡眠の悪さと労働時間に正相関。
- 疲労感は 無職 < 非正規 < 正規。正規で疲労と労働時間に正相関。

今後、対象者を追加し、健康指標や家庭要因(配偶者・子の有無など)を加え、女性の就労による健康影響を検討する。

この研究は

三菱財団の研究助成金、および
国際セントラルクリニック(名古屋市中央区)の多くの
受診者と職員の協力で実施している。

また、この研究は「働くことと健康に関する
調査研究」として継続中であり、経過は
<http://www.med.nagoya-cu.ac.jp/kouei.dir/moku%20sinkou.html>
に順次開示している。