

機関番号：37116
 研究種目：基盤研究（C）
 研究期間：2007年度～2010年度
 課題番号：19592576
 研究課題名（和文）：複合型アクションリサーチによる中小企業へのメンタルヘルスサービス提供方法の開発
 研究課題名（英文）：Development of the mental health service method to the small and medium-sized enterprises by the compound model action research
 研究代表者：池田 智子（IKEDA TOMOKO）
 産業医科大学・産業保健学部・教授
 研究者番号：50341938

研究成果の概要（和文）：中小企業への従業員参加型職場改善の介入研究を、3年間継続して行い、事業主と産業保健専門家との各アクションリサーチを同時に進めながら、適切なサービス提供方法を検討した。

研究成果の概要（英文）：Participatory intervention for workplace improvements on mental health and job performance at small-scale enterprises was continuing for three years, and the method of providing appropriate service was examined while advancing each action research of the employer and the occupational health specialist at the same time.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合計
2007年度	600,000	180,000	780,000
2008年度	800,000	240,000	1,040,000
2009年度	800,000	240,000	1,040,000
2010年度	700,000	210,000	910,000
年度			
総計	2,900,000	870,000	3,770,000

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：看護学 地域・老年看護学

キーワード：(1)複合型アクションリサーチ (2)中小企業 (3)労働者 (4)メンタルヘルス
 (5)サービス提供方法 (6)スパイラルアップ (7)水平展開

1. 研究開始当初の背景

平成12年に労働省（当時）から「心の健康づくり」に関する指針が公表され、大企業の多くにおいては、この指針に沿ってメンタルヘルス対策が実施されるようになった。しかし、ほとんどの中小企業では、メンタルヘルス対策が導入されないだけでなく、メンタルヘルス・サービスを提供する地域の機関等（事業場外資源）の活用も極めて低調であった。中小企業にメンタルヘルス対策を導入する上での障害を明らかにし、その克服方法を検討する研究は、国内外を問わずこれまでほとんどなされていなかった。

2. 研究の目的

本研究ではこれまでの我々の小規模事業

場研究を発展させ、保健所や市町村保健センターおよび地域産業保健センターの保健師等専門スタッフが、中小企業へメンタルヘルス対策を導入するための具体的方法を開発し、広く活用できるように標準化することを目指した。

3. 研究の方法

平成19年：中小企業労働者のストレスの実態調査により現状と課題を把握した。また中小企業事業主とのグループ・ディスカッションと、地域および職域の保健スタッフとのグループ・ディスカッションを、並行して定期的に開催し、事業主が求めるサービスの在り方とスタッフが提供できるサービスの実現性を探った。

平成 20 年～22 年：中小企業には、事業主と従業員自身が自らの職場の問題を考え、対策を立て、実行していく方法が適切であり、産業保健スタッフはそれを支援していくファシリテーターとしてのサービス提供が適切であるとの示唆を得た。そこで、従業員参加型職場改善の介入研究を 3 年継続して行った。その過程を通して、常に事業主とスタッフとのアクションリサーチを組み合わせ分析を行った。

4. 研究成果

平成 19 年度は中小企業労働者のストレスの実態とニーズを明らかにし、大企業より高いストレスと、各職場に合わせた具体的なサービス提供のニーズを有していることを明らかにした。

平成 20 年度は、中小企業に適したサービスの提供方法を、介入研究によって明らかにした。中小企業では、各職場の労働者自身が主体的に取り組むのをファシリテートする方法（従業員参加型職場改善活動）が有効であることが確認できた。

平成 21 年度はさらに継続的に介入することにより、事業場が自立して産業保健活動を定着させるスパイラルアップの効果を検証した。また労働者が主体的に取り組めるために、保健師や地域産業保健センターのコーディネーターが継続的に支援する方法を確立した。さらに、企業内の異なる部署や、同地域の他企業も模倣して、主体的に産業保健活動に取り組むという波及効果（水平展開）も認められた。

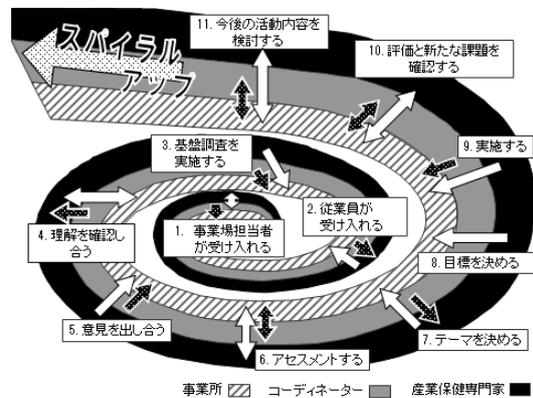
効果の評価として、支援前後に対象企業の労働者全員にアンケート調査を行い、事業主や従業員自身にフィードバックして、保健スタッフとともに効果を評価できるツールも開発した。

平成 22 年度は最終年度として、4 年間の継続的介入研究から得られた知見をまとめ、実用性の高いマニュアルを作成した。初導入時の、事業場の変化に合わせた支援方法を図 1 に、継続期の、事業場の変化に合わせた支援方法を図 2 に示した。

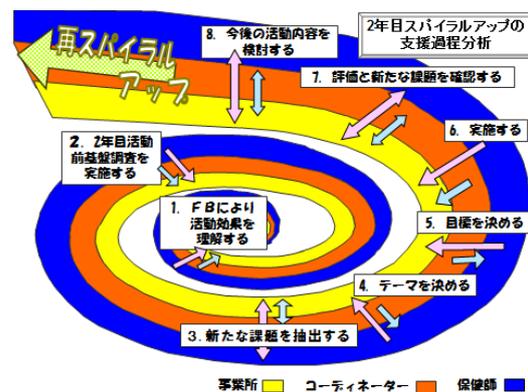
中小企業における従業員参加型メンタルヘルス対策は、部分的に健康指標を改善する科学的根拠が示唆された。ただし、経営状態悪化などがあった場合には、必ずしも健康指標の改善が見られず、悪い労働条件による健康悪影響から労働者を保護できるものではないことも示唆された。

中小企業が自立してメンタルヘルス対策を継続させるには、各事業場の置かれた状況に合わせ、無理のないペースでタイミングよく関わり続けることが重要であった。また、自立した事業場であっても、保健師等専門家の支援があるほうが効果的に活動を継続で

きることも示唆された。従業員数 50 人以上の事業場においては、衛生管理者を中心として、衛生委員会を開催し、産業保健活動の方針を立て、組織や業務の中にきちんと位置づけ PDCA サイクルをまわすことの支援が重要であった。



【図 1】従業員参加型メンタルヘルス活動 1：導入期の事業場の変化に合わせた支援方法



【図 2】従業員参加型メンタルヘルス活動 2：継続期の事業場の変化に合わせた支援方法

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文] (計 11 件)

①Akinori Nakata, Masaya Takahashi, Tomoko Ikeda, Takashi Haratani, Minoru Hojou, and Shunichi Araki: Perceived job stress and sleep-related breathing disturbance in Japanese male workers. *Social Science & Medicine*, 査読有 64(12):

2520-2532, 2007

②Akinori Nakata, Masaya Takahashi, Takashi Haratani, Tomoko Ikeda, Minoru Hojou, Yosei Fujioka, Shunichi Araki: Association of active and passive smoking with sleep disturbance and short sleep duration among Japanese working population.

International Journal of Behavioral Medicine, 査読有 15: 81-91, 2008

③Akinori Nakata, Masaya Takahashi, Tomoko Ikeda, Minoru Hojou, and Shunichi Araki: Perceived psychosocial job stress and sleep bruxism among male and female workers.

Community Dentistry and Oral Epidemiology, 査読有 36: 201-209, 2008

④Akinori Nakata, Masaya Takahashi, Tomoko Ikeda, Minoru Hojou, Jeannie A Nigam, Naomi G Swanson: Active and passive smoking and depression among Japanese worker.

Preventive Medicine, 査読有 46(5): 451-6, 2008

⑤Tomoko Ikeda, Akinori Nakata, Masaya Takahashi, Minoru Hojou, Takashi Haratani, Noriko Nishikido, Kiyoko Kamibeppu:

Correlates of depressive symptoms among workers in small and medium-scale manufacturing enterprises in Japan. Journal of Occupational Health, 査読有 51(1): 26-37, 2009

⑥Akinori Nakata, Masaya Takahashi, Naomi G Swanson, Tomoko Ikeda, Minoru Hojou: Active cigarette smoking, secondhand smoke exposure at work and home, and self-rated health.

Public health, 査読有 123: 650-656, 2009

⑦池田智子, 中田光紀, 職域うつ尺度の開発, 医学のあゆみ, 221(6), 2007, 547-548,

⑧富田美加, 池田智子, 山川百合子, 今井忠則, 土澤健一, 精神保健に関するホームページの実際—ウェブサイト『心の活力ねっとわーく』の紹介—.

精神科治療学, 査読有 23(5), 2008, 519-523

⑨池田智子, 中田光紀, 北條稔, 中小規模事業場労働者におけるうつ状態の関連要因の特徴, 医学のあゆみ, 査読有 228(8), 2009, 871-872,

⑩Tomoko Ikeda

Workers' job stress characteristics and improvement by the participatory approach at small-scale enterprises in Japan.

Asian-Pacific New Letter on Occupational Health and Safety 査読有 16(3), 62-65,

2009

①池田 智子, 石原 逸子

日本の産業看護職の専門性と将来の課題—米国産業環境看護職のコンピテンシーを参考に—

産業医学レビュー査読有 23(1): 37-57, 2010

[学会発表] (計 19 件)

①Tomoko Ikeda

Occupational Health Nursing in Japan and in the future world

The meeting of Taiwan Occupational Health Nurses Association (concurrent with EPICOH 2010) (Taipei) Apr. 2010

②Tomoko Ikeda

Challenges and future tasks for occupational health nursing for small-scale enterprises in Japan The 3rd. ICOHN& The 2nd ACOHN Joint Conference 2010 (Yokohama) Aug. 2010

③Tomoko Ikeda

PAOT spiral up program for small-scale enterprises in Japan

The 10th Anniversary of Mekong Delta programme (Can Tho) Aug. 2010

④Tomoko Ikeda

Role-expectation and depressive symptoms among employer's wife in small-sized enterprises in Japan

The 20th Asian Conference on Occupational Health (Bangkok) Mar. 2011

⑤Tomoko Ikeda, Akinori Nakata

Correlates of depressive symptoms among workers in small and medium-scale manufacturing enterprises in Japan -Common factors associated with depressive symptoms in two areas- The 18th Korea-Japan-China Joint Conference on Occupational Health (Nagoya, JAPAN) May. 2007

⑥Tomoko IKEDA, Yasuko TAKASHIMA, Jeong-Sook PARK, Myung-Sook LEE, Hyunjung LEE, Moon-Hee JUNG:

Comparison of the industrial health service activity to the small-sized enterprise worker in Korea and Japan The 1st Asia conference on occupational health nursing 2008 (Tokyo, JAPAN) Feb. 2008

⑦Tomoko Ikeda, Akinori Nakata

Development of the self-rating scale of occupational depressive symptoms The 7th Work, Stress, and Health 2008 (Washington DC, USA) Mar. 2008

⑧Akinori Nakata, Masaya Takahashi, Tomoko Ikeda, Minoru Hojou, and Naomi G. Swanson Job stress and self-rated health

among working men and women.
The 7th Work, Stress, and Health
2008 (Washington DC) Mar. 2008

⑨Tomoko Ikeda, Akinori Nakata:
Development of the support method of the
participatory health practice among
workers in Small Scale Enterprises
29thICOH International congress on
occupational health(Cape Town, South
Africa) Mar.2009

⑩Tomoko Ikeda, Akinori Nakata, Hanae
Okabe:
The strongest factor associated with
depression among male workers in small
scale enterprises in Japan
The 8th Work, Stress, and Helth 2009 (San
Juan, Puerto Rico) Nov. 2009

⑪Tomoko Ikeda, Chihiro Takezawa, Yasuko
Takashima:
Development of the participatory approach
of mental health activities in small sized
enterprises.
The 4th ICOH-WOPS conference 2010
(Amsterdam, Holland) Jun. 2010

⑫ Chihiro Takezawa, Yasuko Takashima,
Tomoko Ikeda
Ibaraki Occupational Health Research 2nd
Report: Characteristics of occupational
health nurse activity by participatory
approach in small-scale enterprises
The 3rd International Conference on
Occupational Health Nursing and The 2nd
Asia Conference on Occupational Health
Nursing Joint Conference 2010 (Yokohama,
Japan) Aug.2010

⑬Tomoko Ikeda: A longitudinal
intervention study of the participatory
approach for small-scale enterprises in
Japan.
The 9th International Conference on
Occupational Stress and Health (Orlando,
Florida) May. 19-22. 2011

⑭富田美加, 池田智子, 山川百合子, 今井忠
則, 土澤健一, 精神医療における IT の活用
と地域連携」; 茨城県を中心とした精神保健
に関するホームページの開設とそのアクセ
ス状況の分析, 第 26 回日本社会精神医学会,
横浜, 2007

⑮池田智子, 保健活動の地域・職域連携につ
いて, 第 28 回職業性ストレス研究会, 東京,
2007

⑯池田智子, 産業保健分野の研究の動向と今
後の課題, 第 37 回東京大学家族看護学研
究会, 東京, 2007

⑰池田智子, 第 17 回日本産業ストレス学会
シンポジウム「看護職によるメンタルヘル
ス対策の新展開」, 福岡, 2009 (企画)

⑱池田智子, 産業看護職の専門性と効果的連
携について, 第 17 回日本産業精神保健学会
シンポジウム, 金沢, 7, 2010

⑲池田智子, ポピュレーションアプローチと
は, 第 18 回日本産業ストレス学会シンポジ
ウム「産業看護職によるメンタルヘルス活
動—その新たなストラテジー」, 神戸, 1, 2011
(企画兼シンポジスト)

〔図書〕(計 4 件)

①Akinori Nakata, Masaya Takahashi,
Tomoko Ikeda, Minoru Hojou,
Socioeconomic, Lifestyle, and
Occupational Factors Associated with
Poor Self-Rated Health in Workers of
Small and Medium-Scale Manufacturing
Businesses. Social Sciences in Health
Care and Medicine
NOVA Publishers (New York, U.S.A.):
139-165, 2008

②池田智子, 北村尚人, 曇りのち晴れ—スト
レス・フリーへの道—, (株)フィスメック,
東京: 全 87 頁, 2007

③池田智子担当部分, 看護・介護・福祉の百
科事典. 地域看護・対象の特性・活動の場
の特性・変化理論・産業看護, 糸川嘉則総編集,
朝倉書店, 東京: 2008

④北村尚人, 池田智子, できる公務員のため
のメンタルヘルス実践 Book, (株)フィスメ
ック, 東京: 全 43 頁, 2008

○出願状況 (計 件)
なし

○取得状況 (計◇件)
なし

〔その他〕

ホームページ等
<http://tomocop.com>

6. 研究組織

(1) 研究代表者

池田 智子 (IKEDA TOMOKO)
産業医科大学・産業保健学部・教授
研究者番号: 50341938

(2) 研究分担者

なし