

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成25年5月27日現在

機関番号：15401

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2009～2012

課題番号：21592850

研究課題名（和文）定年退職と再雇用が労働者のメンタルヘルスに及ぼす影響に関する
産業看護学的研究

研究課題名（英文）Changes in mental health status among male Japanese workers
during the transition to retirement.

研究代表者

小林 敏生 (KOBAYASHI TOSHIO)

広島大学・大学院医歯薬保健学研究院・教授

研究者番号：20251069

研究成果の概要（和文）：

定年退職時期にある男性労働者への健康支援策を構築するために、メンタルヘルスへの影響要因を明らかにすることを目的として、健康感、生活満足度、ストレス関連項目、抑うつ度、および Social Capital (SC) について、インタビュー調査と質問紙調査を行った。その結果、メンタルヘルスは退職に向って改善を示し、その改善には、ストレスの低下、適切なコーピング特性、高い SC が関与していた。退職期の労働者のメンタルヘルスの保持には、職場のストレス対策に加えて、労働者個人の SC を高めることが重要と考えられた。

研究成果の概要（英文）：

The purpose of this study was to clarify the mental health status and its related factors among male workers during the transition to retirement in order to build support measures to maintain their mental health and well-being. The mental health status of male workers was assessed by interview and self-administered questionnaires, which elicited their job stress, depressive symptoms (CES-D), perceived health status, life satisfaction, and individual social capital (SC). The results showed that their mental health status improved towards retirement, which was related to the reduction in their job stress and using appropriate coping strategies, and higher individual SC. In order for workers in the retirement transition to keep better mental health, it is important to increase their individual SC as well as to help manage their job stress.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2009年度	1,100,000	330,000	1,430,000
2010年度	700,000	210,000	910,000
2011年度	600,000	180,000	780,000
2012年度	1,100,000	330,000	1,430,000
年度			
総計	3,500,000	1,050,000	4,550,000

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：労働者，定年退職，再雇用，メンタルヘルス

1. 研究開始当初の背景

わが国においては、10年連続で3万人を超える自殺者のうちで最多を占めるのは失業者と高齢退職者を含む無職者であり、WHOの報告(2006)からも、自殺率が最も高い男性の年齢層は定年前後の55-64歳である。仕事中心に生活してきたわが国の労働者にとって定年退職はメンタルヘルスに大きな影響を及ぼす一大ライフイベントとなっている。しかしながら、わが国においては定年退職が労働者のメンタルヘルスへ与える影響についての報告は数少なく、定年退職前後の抑うつやストレス、コーピングの縦断的な調査、さらには退職後の再雇用・継続雇用などが労働者の健康状態、特にメンタルヘルスに与える影響を調査した報告はほとんど認めない。退職期の労働者のメンタルヘルスについて縦断的に検討し、その特徴を把握し、適切な対策を講じることは、労働者の定年退職前後のQOLやウェルビーイングの維持向上のために重要な課題である。

定年をとりまく状況が急激に変化、多様化する現代社会において、定年退職が労働者のメンタルヘルスに与える影響要因は個人を取り巻く環境によっても相違があると考えられる。それらの影響要因を明確にした上で、再雇用・継続雇用などの影響要因も考慮して、職域から地域に繋がるメンタルヘルス対策を講じてゆくことは産業看護職等の健康管理スタッフにとって重要な課題となっている。

2. 研究の目的

本研究では、某製薬工場の定年退職を迎える男性労働者および退職者・再雇用者を対象として、ライフイベントである退職が労働者のメンタルヘルスやQOLに与える影響を明らかにし、退職を控えた労働者への適切な健康支援策の構築に結びつけることを目的とする。

3. 研究の方法

対象は某製薬会社の工場の男性労働者、約600名の内、定年退職期(55歳~59歳)および、完全退職者、再雇用者の合計約200名である。

1). 後ろ向きコホート調査：

定年(60歳)に向かう労働者の過去の定期健康診断データおよび定期健康診断時に継続測定している職業性ストレスデータ(職業性ストレス、ストレスコーピング、ストレス反応(CES-D))について、生活習慣データと

もに経時変化を後ろ向きに検討し、労働者のメンタルヘルス、健康診断データ、生活習慣の変化について検討し、それらの特徴および関連性について検討する。

2). 質的インタビュー調査：

定年退職を迎える労働者(55歳~59歳)の労働者および退職後の労働者(完全退職者および再雇用者)に対して個別に半構成的インタビュー調査を実施する。個人の退職準備行動、ストレスやコーピング、メンタルヘルスの状況、ライフスタイル等について詳細な聞き取り調査を実施し、それらの関連性を検討することで、退職予定者、完全退職者および再雇用者のライフスタイルの変化およびメンタルヘルスの特徴を明確化する。

3). 質問票の作成と前向きコホート調査：

インタビュー調査の結果を基に新たに質問項目を追加・修正し、研究期間内に定年退職や再雇用・継続雇用となる労働者を対象に前向きコホート調査を実施する。さらに研究期間後も引き続いて継続調査を行う。以上から、定年退職前後のダイナミックな状況の変化に関して、再雇用の有無を含むライフスタイルとストレス、メンタルヘルス、QOL調査等を実施し、メンタルヘルスの変化とその関連要因を検討することで、退職を控えた労働者への適切な健康支援策の構築をめざす。

4. 研究成果

1). 後ろ向きコホート調査：

対象職場において、定年退職を迎えることによる心身両面への影響を明らかにするため、定期診断項目、生活習慣項目、ストレス関連項目(職業性ストレス(BSJS)、ストレスコーピング特性(BSCP)、抑うつ度(CES-D))が取得可能であった従業員36名を対象にして、定年退職(60歳)に向かうメンタル・フィジカルヘルス、生活習慣の変化について、後ろ向きに調査し、定年退職5年前と退職年で比較した。結果、定年退職に向かったメンタル・フィジカルヘルスは、全体としては改善する方向へ変化し、BSJSおよびCES-D(14.2±7.3点→12.8±6.8点)はともに低下(改善)していた。CES-Dが改善していた群では、ストレスが低下し、コーピング特性では「他者への情動発散」が低下していた。またBSCPとCES-Dの関連については、定年5年前では「解決のための相談」、「発想転換」がCES-Dと負の相関を示したが、退職年ではそれらの関連を認めなかった(表1)。

表 1. 退職 5 年前, 退職年別の職業性ストレス, コーピング特性と CES-D の関連

	CES-D		相関係数 p	
	退職5年前(x)	退職年(y)		
職業性 ストレス	量的負荷	0.397 *	0.296 *	
	質的負荷	0.383 *	0.454 **	
	総量度	-0.306	-0.195	
	対人関係の網羅	0.378 *	0.354 *	
	同僚・上司の支援	-0.301	-0.425 *	
	達成感	-0.310	-0.301	
	積極的問題解決	-0.299	-0.181	
	コー ピング 特性	解決のための相談	-0.348 *	0.166
		気分転換	0.016	0.242
		他者への情動発散	0.221	0.262
回避と抑制		0.353 *	0.376 *	
	発想転換	-0.422 *	-0.464	

Spearman の相関係数 *p<0.05, **p<0.01,
5 年前と退職年の相関係数の有意差検定
p<0.05

以上の結果から, 職業性ストレスが高い定年 5 年前においては「解決のための相談」や「発想転換」が有効なコーピングと考えられたが, 職業性ストレスが軽減する退職年ではそれらのコーピングの有効性が低下する可能性が示された。職業性ストレスの減少と適切なコーピング方略の獲得は定年退職を迎える労働者のメンタルヘルスを良好に保つために有効な対策であることが示唆された。

2). 質的インタビュー調査 :

定年に向けての多様な退職準備行動とメンタルヘルスの関連性, 定年退職後のライフスタイルの変化の詳細を把握するためにインタビュー調査を実施した。対象は定年退職期にある 55 歳から 59 歳までの労働者計 17 名と, 完全退職者 4 名および再雇用者 4 名として, 半構成的面接を実施した。定年退職を迎えるにあたっての思いと退職準備行動, 退職後の思いについて, 経済状況・夫婦・趣味・仕事・友人・地域・ワーク・ライフバランスなどの視点からインタビューガイドに基づいて自由に語ってもらい, 逐語録を作成後, 内容を分析した (表 2)。精神健康度の評価については CES-D 得点を用いた。

対象者の CES-D 得点は 10.6±5.8 点と比較的低く, 精神健康度は比較的高かったが (対象企業 50 歳代男性の CES-D 平均 14.3 点), 現役労働者の CES-D が最も高く (11.7±6.7 点), 再雇用者 (8.8±1.5 点) と完全退職者

表 2. 定年退職に対する思いの語り

定年退職に対する思い	
現役労働者	物事ははじめが必要だろうと。ぶら下がってるよりは、人生1回しかないからね。自分の生きる喜びがあることが幸せですね
	いいイメージはないですね。働くのは悪いことじゃないですもんね。仕事でリズムができて。その仕事の緊張感がなくなったときに、果たして趣味が楽しいんかなとかね
	のんびりするのも一つの生き方かもしれないけど、やっぱり基本は働けるうちは働いたほうがいいでしょうね
再雇用者	何も考えてなかったね。会社から話があったから
	お金もいるし、ローンの返済もまだあるし、会社が必要であれば働きたいなという思いがあったし、会社からも嘱託でという話があったから
完全退職者	早く定年が来ないか待ち望んでいた。退職したら家のリフォームをしたいと思っていた
	今までとは違うことがしてみたいなと思ってた。会社が第1章。今が第2章よ。どうなるかわかりませんからね。不安もなかったですよ

(8.0±3.2 点) は低かった。定年退職に向けての不安は経済面, 健康, 1 日の過ごし方, 子供の将来, 親の介護などがあった。定年後について「仕事が忙しすぎて時間的余裕がなく考えたことがない」との語りや定年退職後の生活について「趣味を続ける」, 「そのときになって考える」という語りがあった。現役労働者の再雇用希望については, 再雇用希望者 41.2%, 退職希望者 35.5%, 未定 23.5% で, 再雇用希望者は「働けるうちは働きたい」という思いが強く, 退職希望者は「今まで働いてきたからもういい」という一方で, 「できなかったことに挑戦したい」という思いがあった。

再雇用者と完全退職者の CES-D が低かった理由として, 仕事によるストレスがほとんどないもしくは低いことが関連していることが考えられ, 現役労働者においては定年退職後の人生の選択肢が多岐にわたっており, 定年退職を必ずしもネガティブなライフイベントとして捉えていないことが推察された。また, 再雇用者は残業が少なく業務時間の短縮に伴い, 自分の時間を確保できるようになったことにより, 退職後の生活をイメージしやすいことが考えられる。定年退職前では業務の多忙などで, 地域とのつながりの必要性が実感できていないのが現状であり, 職域から地域へのつながりへの支援が今後の課題

である。退職者からは、運動仲間がほしいという内容の語りが多かったことから、在職中のサークル活動や趣味の会への参加が退職後も継続した人間関係を保つために有効である可能性が示唆された。

3). 調査票の作成と量的調査・前向きコホート調査の実施:

質的インタビュー調査から得られた情報を基に、定年前後のメンタルヘルス・QOLに影響すると思われる因子を抽出して新たに調査表を作成した後に、退職予定者(58歳および59歳)145名を対象とした質問紙調査を実施した。質問内容は、健康感、生活満足度、退職への不安・退職準備行動、退職後の生活、再雇用希望、ソーシャルキャピタル(SC)関連項目とし、107名(回収率;73.8%)から回答を得た。

その結果、定年退職時期の男性労働者の健康感・生活満足度は比較的高く、健康行動変容を認めた(図1)。

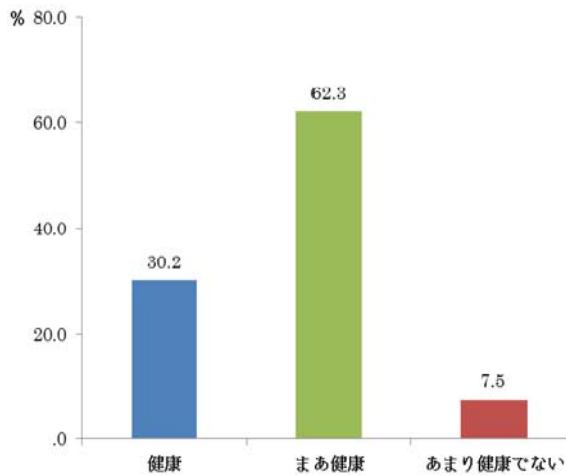


図1. 対象者の健康感

また、CES-Dで評価した精神的健康度は12.1±6.5点(0点~30点)で、抑うつ傾向有りの者(CES-D得点が16点以上)は、24.0%であった。対象企業の男性従業員全体(CES-D得点平均;13.2±7.1点 CES-D16点以上;27.5%,2011年)と比較して、精神的健康度は高かった。一方で、定年退職への不安を抱える者は多く(57.1%)、健康以外の不安要因が存在した。また、退職準備行動の有無はSCと関連しており、再雇用希望者は健康感が高い者が多かった。

次に、得られたデータと定期健康診断時に測定している精神的健康度(CES-D)との関連について多変量解析を用いて検討した結果、精神的健康度の低さには、「定年退職への不安」、「定年退職後の予定の未定」、「低いSC」などが関与し、精神的健康度の高さには、「相談相手がいる」、「地域への愛着」、「新し

いことへの挑戦」、「働き続ける」などが関連していた(表3および4)。

表3. CES-Dの関連要因を独立変数とした重回帰分析 (I)

独立因子	標準化偏回帰係数
定年への不安	0.440**
相談相手あり	-0.298**
定年後予定未定	0.241**
地域への愛着	-0.197*
$R^2=0.422$ ** p<0.01, * p<0.05	

表4. CES-Dの関連要因を独立変数とした重回帰分析 (II) (BSJSも投入した場合)

独立因子	標準化偏回帰係数	
定年への不安	0.316 **	BSJS
新しいことへ挑戦	-0.225 **	
働き続ける	-0.168 **	
個人SC得点	-0.132 *	
人間関係困難	0.266 **	BSJS
達成感	-0.303 **	
量的負荷	0.216 *	
$R^2=0.701$		

個人SC得点:SC関連9項目の合計点(0点~9点)
BSJS:職業性ストレス簡易調査票からのストレス尺度 *p<0.05, **p<0.01

退職期の労働者の精神的健康度を良好に保つためには、職場のストレス対策に加えて、労働者個人のSCを高めることが重要と考えられた。

今後は研究期間終了後も定年退職後の対象者についてコホート調査を行い、再度、健康感、満足感、SC、ライフスタイル等に関する調査を実施することで、退職期の労働者のメンタルヘルスの変化とその関連要因を検討するし、職域から地域に繋がる健康支援策の構築に繋げる予定である。

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1件)

1. 久保陽子, 小林敏生, 影山隆之, 男性労働

者における定年退職5年前と定年退職年の抑うつ度の変化。産業精神保健，査読有，19，2011，316-324。

〔学会発表〕（計 11 件）

1. Kobayashi T, Kubo Y, Norikoshi K, Tabuchi K, Kageyama T. Mental Health Status and Related Factors Affecting Male Japanese Workers in Retirement Transition. The 21st IUHPE World Conference on Health Promotion, 25-29 August, 2013, Pattaya, Thailand.

2. 小林敏生, 久保陽子, 影山隆之：定年退職時期の男性労働者における精神的健康度とその関連要因。第86回日本産業衛生学会，2013年5月15～17日，松山。

3. 小林敏生, 久保陽子, 影山隆之：定年退職時期の男性労働者における健康感・生活満足度とその関連要因，第71回日本公衆衛生学会総会，2012年10月24～26日，山口。

4. Kobayashi T, Kubo Y, Kageyama T. Changes in Mental Health Status of Male Japanese Workers in Retirement Transition. 2nd Asia-Pacific Conference on Health Promotion and Education, 4-6 May, 2012, Taipei, Taiwan.

5. 久保陽子, 小林敏生。中高年男性の社会的スキルの関連要因—就労の有無別検討—。第76回日本民族衛生学会総会，2011年11月23～24日，福岡。

6. 久保陽子, 小林敏生。定年退職前後の男性労働者の退職に対する思いと精神健康度。第84回日本産業衛生学会，2011年5月18～20日，東京。

7. 小林敏生, 久保陽子, 藤井宝恵，2010。定年退職に向かう労働者の精神的健康度の変化と職業性ストレス，健康診断項目の関連。第69回日本公衆衛生学会総会，2010年10月27～29日，東京。

8. 久保陽子, 小林敏生，2010。定年退職前後期の退職に対する思いと退職準備状況。第28回産業医科大学学会，2010年10月12日，北九州。

9. 久保陽子, 小林敏生, 影山隆之，2010。定年退職を目前に控えた労働者のメンタルヘルスの変化—定年5年前との比較—。第83回日本産業衛生学会，2010年5月26日～28日，福井。

10. 久保陽子, 小林敏生，2009。定年退職を

迎える労働者のメンタルヘルス，フィジカルヘルスの変化—5年間の追跡調査より—。第27回産業医科大学学会，2009年10月6日，北九州。

11. 久保陽子, 小林敏生，2009。定年退職が労働者のメンタルヘルス・フィジカルヘルスへ及ぼす影響。第82回日本産業衛生学会，2009年5月20日～22日，福岡。

6. 研究組織

(1) 研究代表者

小林 敏生 (KOBAYASHI TOSHIO)
広島大学・大学院医歯薬保健学研究院・教授
研究者番号：20251069

(2) 研究分担者

影山 隆之 (KAGEYAMA TAKAYUKI)
大分県立看護科学大学・看護学部・教授
研究者番号：90204346

久保 陽子 (KUBO YOKO)
産業医科大学・産業保健学部・助教
研究者番号：90412668

(3) 連携研究者

()

研究者番号：