

【地域活性化フォーラム】

岡崎市と全国の対人援助職のメンタルヘルス

—心理・看護・教育・保育の職種に注目して—

人間環境大学	今井田貴裕
中京学院大学	今井田真実
名古屋芸術大学	磯和壮太郎
甲南大学	福井義一
京都橘大学	雲財啓

要 旨

本研究では、地域の活性化を支える対人援助職のメンタルヘルスの現状を検討した。Web調査で得た3905名から、541名の対人援助職（心理職・看護職・教職・保育職）のデータを抽出した。同データを勤務地域（岡崎市・岡崎市以外）と対人援助職で分類し、収入と労働時間、人生満足度を検討した。勤務地域別では全指標で有意差がなく、対人援助職別では複数の指標で差が見られた。収入と労働時間を統制すると、人生満足度の職種による違いは消失した。対人援助職の長期的なメンタルヘルスの維持について議論された。

1. 問題

わが国では、各自治体において住民の健康増進に向けた活動が盛んである。例えば、福島県西会津町では、予防医療の導入として検診事業の充実と健康管理により、病気の早期発見・早期治療につなげている（宮澤, 2006）。また、熊本県旧蘇陽町では、自治体内から行政と住民をつなぐ仲介役を選び、住民の健康に関心を促している（福本・今泉・石田・門川・飯法師・坂口・星, 2014）。このように、わが国における健康増進の取り組みは、各自治体などの行政、地域住民、医療職などの対人援助職の連携によって成立している（厚生労働省, 2012）と言える。

愛知県岡崎市においても、歴史や文化、産業などの地域の特性を活かしたまちづくりに積極的に取り組んでおり（阿部・野仲・西嶋, 2014）、様々な対人援助職も参画している。例えば、岡崎市では、市民の健康増進に向けた「健康おかざき21計画」に取り組んでおり、医療・教育関係者との連携によって推進されている（岡崎市, 2019）。さらに、岡崎市の地域自治を促進するために、岡崎市民と学校教員を中心とした防犯活動が実施されている（三矢・吉村・秀島, 2014）。このように、地域住民の健康増進において、心理職・看護職・教職・保育職といった対人援助職は、重要な役割を担っていると考えられる。

しかし、他者の健康増進に関わる対人援助職のメンタルヘルスの悪化がしばしば取り沙汰される。対人援助職は日々高強度のストレスに曝されており、メンタルヘルスに悪影響が及んでいることが報告されている（例, Happell, Dwyer, Reid-Searl, Burke, Caperchione, & Gaskin, 2013; Simionato, & Simpson, 2018）。わが国の対人援助職のメンタルヘルスに関する研究は、職種による偏りが大きく（今井田・久保・小泉・磯和・今井田・福井, 2023）、職種間の比較（太田, 2017）も不十分であるのが現状である。そのため、それぞれの対人援助職のメンタルヘルスの現状を正確に把握する必要があると考えられる。

そこで本研究では、対人援助職のメンタルヘルスを反映する指標を測定し、各職種間で比較すること第一の目的とした。また、勤務地域（岡崎市・岡崎市以外）における対人援助職のメンタルヘルス指標を比較することを本研究の第二の目的とした。

なお、本研究では、包括的なメンタルヘルス指標として人生満足度（Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985）を採用した。人生満足度については、うつや不安（Guney, Kalafat, & Boysan, 2010）とは負の、ウェルビーイング（Pavot, & Diener, 2008）や精神的健康度（Bao, Pan, Shi, & Ji, 2013）とは正の相関がそれぞれ報告されている。以上から、人生満足度が高い人々ほどメンタルヘルスの状態が良好であると推測される。ところで、収入や労働時間などの待遇もメンタルヘルスの状態を予測する要因として挙げられる（例、黒田・山本, 2014）。それにもかかわらず、対人援助職間で待遇や労働環境には差があるため、これらの要因を統制した上で人生満足度を比較する必要がある。そのため本研究では、待遇の指標として平均月収（単位：万円）と1週間あたりの平均労働時間（単位：時間）をそれぞれ測定し、この2つの要因を共変量とした共分散分析によって、対人援助職間の人生満足度を比較した。なお、後者には、残業や自己研鑽の時間を含めた。

2. 方法

(1) 調査対象者

本研究の Web 調査では、全 3905 名（愛知県以外：2403 名、愛知県：1502 名）から回答を得た。そのうち、心理職・看護職・教職・保育職の各対人援助職に従事する者を抽出し、勤務地域別（岡崎市・岡崎市以外）に分類した。さらに、同意が得られなかった者や対人援助職の種類が不正確であった者、極端な外れ値が含まれる者のデータを除外し、最終的に平均年齢 41.90 歳（ $SD = 12.43$ ）の 541 名（岡崎市：19 名、岡崎市以外：522 名）の対人援助職のデータを分析対象とした。

(2) 尺度構成

待遇と労働環境を把握するために、月収（手取り額）、週あたり（月曜～日曜）の労働時間（残業・自己研鑽の時間を含む）を数値で記入するよう求めた。

人生満足度を測定するために、人生満足度尺度（Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985）の日本語版（大石, 2009）を用いた。本尺度は、5 項目（例、「ほとんどの面で、私の人生は私の理想に近い」）で構成され、7 件法（1. 全くそう思わない～7. とてもそう思う）で回答を求めた。本尺度は得点が高いほど、人生満足度が高いことを示す。

なお、調査には、本研究では未使用の尺度も含まれていた。

(3) 倫理的配慮

本研究は、第一著者の所属先の研究倫理審査委員会の承認を得た。

3. 結果

(1) 各対人援助職の基礎統計量

まず、各対人援助職の月収、週の労働時間、人生満足度の平均値と SD を Table 1 に示した。対人援助職別の度数は、心理職 11 名、看護職 204 名、教職 241 名、保育職 85 名であった。月収について、心理職は 22.78 万円（ $SD = 10.52$ ）、看護職は 26.00 万円（ $SD = 9.03$ ）、教職は 29.00 万円（ $SD = 11.09$ ）、保育職は 17.80 万円（ $SD = 7.22$ ）であった。週の労働時間

について、心理職は 28.75 時間 ($SD=14.24$)、看護職は 38.59 時間 ($SD=9.29$)、教職は 41.36 時間 ($SD=14.03$)、保育職は 35.00 時間 ($SD=10.58$) であった。人生満足度得点について、心理職は 3.33 点 ($SD=1.06$)、看護職は 3.57 点 ($SD=1.17$)、教職は 3.90 点 ($SD=1.35$)、保育職は 3.93 点 ($SD=1.15$) であった。

また、勤務地域が岡崎市の対人援助職別の度数は、心理職 1 名、看護職 5 名、教職 8 名、保育職 5 名であった。月収について、心理職は 50.00 万円、看護職は 31.60 万円 ($SD=14.83$)、教職は 30.75 万円 ($SD=8.28$)、保育職は 17.00 万円 ($SD=7.84$) であった。週の労働時間について、心理職は 31.00 時間、看護職は 39.40 時間 ($SD=1.95$)、教職は 40.56 時間 ($SD=14.33$)、保育職は 29.75 時間 ($SD=12.51$) であった。人生満足度得点について、心理職は 3.00 点 (SD 算出不可)、看護職は 3.12 点 ($SD=1.35$)、教職は 4.48 点 ($SD=1.56$)、保育職は 4.28 点 ($SD=1.17$) であった。

さらに、勤務地域が岡崎市以外の対人援助職別の度数は、心理職 10 名、看護職 199 名、教職 233 名、保育職 80 名であった。月収について、心理職は 20.06 万円 ($SD=5.69$)、看護職は 25.85 万円 ($SD=8.85$)、教職は 28.94 万円 ($SD=11.18$)、保育職は 17.85 万円 ($SD=7.23$) であった。週の労働時間について、心理職は 28.53 時間 ($SD=14.99$)、看護職は 38.57 時間 ($SD=9.40$)、教職は 41.39 時間 ($SD=14.05$)、保育職は 35.33 時間 ($SD=10.45$) であった。人生満足度得点について、心理職は 3.36 ($SD=1.11$)、看護職は 3.58 点 ($SD=1.16$)、教職は 3.88 点 ($SD=1.34$)、保育職は 3.91 点 ($SD=1.15$) であった。なお、勤務地域が岡崎市の心理職のデータが 1 名であったため、心理職自体を以後の分析から除外した。

次に、対人援助職の職種（看護職・教職・保育職）と勤務地域（岡崎市・岡崎市以外）を独立変数、月収と週の労働時間、人生満足度得点を従属変数とした 2 要因の多変量分散分析を実施した。多変量検定の結果、職種の主効果 ($Wilks' \Lambda = .84, F(6, 1044) = 15.14, p < .001$) のみが有意となり、月の収入 ($F(2, 524) = 41.14, p < .001$) と週の労働時間 ($F(2, 524) = 9.55, p < .001$)、人生満足度得点 ($F(2, 524) = 4.50, p < .05$) のいずれに対しても職種の効果が有意であった。しかしながら、Shapiro-Wilk 検定の結果、本データは多変量正規性を逸脱していた ($W = .92, p < .001$) ため、その後の検定には Kruskal-Wallis 検定を実施し、有意となった結果の多重比較には Steel-Dwass 法を用いた。

Table 1 各対人援助職の基礎統計量

		全体 ($N = 541$)		心理職 ($N = 11$)		看護職 ($N = 204$)		教職 ($N = 241$)		保育職 ($N = 85$)	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
全体	月収 (万円)	25.98	10.50	22.78	10.52	26.00	9.03	29.00	11.09	17.80	7.22
	週の労働時間 (時間)	39.06	12.17	28.75	14.24	38.59	9.29	41.36	14.03	35.00	10.58
	人生満足度	3.77	1.26	3.33	1.06	3.57	1.17	3.90	1.35	3.93	1.15
		全体 ($N = 19$)		心理職 ($N = 1$)		看護職 ($N = 5$)		教職 ($N = 8$)		保育職 ($N = 5$)	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
岡崎市	月収 (万円)	28.37	12.51	/		31.60	14.83	30.75	8.28	17.00	7.84
	週の労働時間 (時間)	36.91	11.81	/		39.40	1.95	40.56	14.33	29.75	12.51
	人生満足度	3.99	1.43	/		3.12	1.35	4.48	1.56	4.28	1.17
		全体 ($N = 522$)		心理職 ($N = 10$)		看護職 ($N = 199$)		教職 ($N = 233$)		保育職 ($N = 80$)	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
岡崎市 以外	月収 (万円)	25.89	10.42	20.06	5.69	25.85	8.85	28.94	11.18	17.85	7.23
	週の労働時間 (時間)	39.14	12.19	28.53	14.99	38.57	9.40	41.39	14.05	35.33	10.45
	人生満足度	3.76	1.25	3.36	1.11	3.58	1.16	3.88	1.34	3.91	1.15

注) 岡崎市勤務の心理職は1名のみであったため、平均値と標準偏差は算出されなかった。

対人援助職の職種を独立変数、月収を従属変数とした Kruskal-Wallis 検定を行なった結果、職種の効果が有意であった ($\chi^2(2) = 93.80, p < .001, \varepsilon^2 = .18$)。多重比較の結果、保育職と教職 ($W = 11.11, p < .001$)、保育職と看護職 ($W = 12.48, p < .001$)、看護職と教職 ($W = 5.62, p < .001$) の間に有意差が確認された。月収について、保育職よりも教職と看護職の方が、看護職よりも教職の方が多かった。

続いて、対人援助職の職種を独立変数、週の労働時間を従属変数とした Kruskal-Wallis 検定を行なった結果、職種の効果が有意であった ($\chi^2(2) = 18.98, p < .001, \varepsilon^2 = .04$)。多重比較の結果、保育職と教職 ($W = 5.39, p < .001$)、看護職と教職 ($W = 4.43, p < .01$) の間に有意差が確認された。週の労働時間について、看護職と保育職よりも教職の方が、保育職よりも看護職の方が長かった。

最後に、対人援助職の職種を独立変数、人生満足度得点を従属変数とした Kruskal-Wallis 検定を行なった結果、職種の効果が有意であった ($\chi^2(2) = 9.03, p < .05, \varepsilon^2 = .02$)。多重比較の結果、看護職と教職 ($W = 3.95, p < .05$) の間に有意差が確認された。人生満足度得点について、看護職よりも教職が高かった一方で、保育職と教職の間、保育職と看護職の間に有意差は確認されなかった。

職種ごとの各指標の比較に続いて、職種ごとの待遇や労働条件の影響を統制した上で人生満足度得点を比較するために、対人援助職の職種（看護職・教職・保育職）と勤務地域（岡崎市・岡崎市以外）を独立変数、人生満足度得点を従属変数、月収と週の労働時間を共変量とした共分散分析を実施した。

最初に、従属変数である人生満足度得点の正規性を確認するために、Shapiro-Wilk 検定を行なった結果、従属変数の正規性が確認された ($W = 0.99, n.s.$)。次に、従属変数である人生満足度と、共変量である月収と週の労働時間との間に相関がないことについて確認を行なった結果、人生満足度と月収 ($r = .02, n.s.$)、人生満足度と週の労働時間 ($r = -.04, n.s.$) の相関はいずれも有意ではなかった。さらに、独立変数である対人援助の職種及び勤務地域と、共変量である月収及び週の労働時間との間に相関があることについて確認を行なった。その結果、教職と月収 ($r = -.16, p < .001$)、教職と週の労働時間 ($r = -.25, p < .001$) の間、保育職と月収 ($r = .16, p < .001$)、保育職と週の労働時間 ($r = .34, p < .001$) の間に有意な相関が確認された。ただし、看護職については、いずれの相関も有意ではなかった。

最後に、対人援助職ごとに、人生満足度を従属変数とした上で、その職種であるか否か（ダミー変数）と月収の交互作用、その職種であるか否かと週の労働時間の交互作用、及び、岡崎市勤務であるか（ダミー変数）と月収の交互作用、岡崎市勤務であるか否かと週の労働時間の交互作用を、重回帰分析によってそれぞれ確認したところ、そのすべてにおいて有意ではなかった。

以上のことから、データは共分散分析の前提条件を満たしていることが確認された。そこで、対人援助職の職種と勤務地域を独立変数、人生満足度得点を従属変数、月収、週の労働時間を共変量とした共分散分析を実施したところ、人生満足度得点について、職種の主効果 ($F(2, 522) = 2.98, n.s.$) や勤務地域の主効果 ($F(1, 522) = 0.19, n.s.$)、職種と勤務地域の交互作用 ($F(2, 522) = 1.15, n.s.$) のいずれも有意ではなかった。

最後に、本調査によって得られた人生満足度得点の平均値とその理論的中央値 (4.00) との差を検討するため、1 サンプルの t 検定を実施した。共分散分析の結果より、対人援助職の職種と勤務地域の効果が確認されなかったため、人生満足度の平均値は本調査全体における平均値 (3.78) を使用した。その結果、本研究における人生満足度得点の平均値は理論

的中央値よりも有意に低かった ($t(529)=-4.10, p<.001$)。

4. 考察

本研究の目的は、心理職・看護職・教職・保育職といった対人援助職のメンタルヘルスの現状を検討することであった。

まず、対人援助職の待遇（月収）や労働条件（週の労働時間）は、職種によってそれぞれ違いがあった。月収では、保育職と看護職が教職よりも、保育職が看護職よりもそれぞれ低かった。また、週の労働時間では、教職が保育職と看護職よりも長かった。これらは、保育職の収入が低いという報告（例、萩原,2017; 川村,2011）や教職が多忙化しているという報告（山本,2007）と一致する結果であった。これらのことから、対人援助職の待遇や労働条件について、保育職の収入と教職の労働時間の改善が求められる。

人生満足度得点では、看護職が教職よりも低く、保育職と教職に差は見られなかった。また、勤務地域による違いは見られなかったものの、人生満足度得点も職種によって異なっており、看護職が教職よりも有意に低かった。しかしながら、各対人援助職の待遇と労働条件を統制すると、職種によって人生満足度得点に違いがないことが分かった。こうしたことから、対人援助職のメンタルヘルスは待遇や労働条件といった個人外要因ではなく、やりがいなどの個人内要因によって維持されている可能性が示唆される。吉田（2014）によると、心理職と看護職のやりがいは、職務上の困難に対処する際に重要な要素であることが指摘されている。そのため、対人援助職はやりがいを重視するあまり、待遇や労働条件を軽視して、献身的に働いてしまうのかもしれない。実際に、本調査で得られた人生満足度は、理論的中央値よりも有意に低く、対人援助職のメンタルヘルスの現状は決して良好とは言えないと考えられる。また、対人援助職の職種及び勤務地域（岡崎市・岡崎市以外）によって人生満足度得点に差が見られなかったことから、全国的に対人援助職においてもメンタルヘルスの状態は良好とはいえないであろう。多職種を対象にした黒田・山本（2014）では、収入の伴わない労働時間が長くなると、長期的なメンタルヘルスの維持が難しくなる可能性が指摘されている。そのため、対人援助職のメンタルヘルスの維持・向上には、待遇や労働条件の改善は必須であろう。地域住民の健康増進において対人援助職は重要な役割を担っていることに鑑みても、今後、対人援助職のメンタルヘルスの状態を維持・改善する取り組みが必要であると考えられる。

5. 限界と課題

本研究では、対人援助職のメンタルヘルスの状態を包括的に扱う指標として、項目数が5項目と少なく簡易に実施できる人生満足度を採用した。しかしながら、人生満足度ではメンタルヘルスの状態を症状として捉えることはできない。したがって、対人援助職のメンタルヘルスの維持や改善を目指して検討を進めるには、抑うつやバーンアウト症状といった複数の指標を用いる必要がある。

また、心理職が11名しか抽出されず、分析から除外せざるを得なかった。今回のスクリーニング調査では、看護職や教職の回答が多く、心理職が回答する前に著者らが予定した回収数に到達してしまっただと考えられる。このことから、看護職や教職に比較して心理職の比率が少なかったと推察される。これは、心理職自体が他の対人援助職よりも少ないことを反映しているのかもしれない。今後、心理職の職能団体と連携してサンプルサイズを確保する必要がある。

6. 附記

本研究は、岡崎大学懇話会の「令和4年度 岡崎における産学官共同研究」の研究助成を受けて実施された。

文献

- 阿部 充・野仲 典理・西嶋 貴彦 岡崎市中心市街地における水辺を活かしたまちづくり。リバーフロント研究所報告, 2014年 25, 82-84.
- Bao, X., Pan, W., Shi, M., & Ji, M. Life satisfaction and mental health in Chinese adults. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 41(10), 2013, pp.1597-1604.
- Diener E., Emmons R.A., Larsen R.J., Griffin S. The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 1985, pp.71-75.
- 福本 久美子・今泉 直子・石田 妃加里・門川 次子・飯法師 尚美・坂口 里美・星 旦二 健康な地域づくりにおけるコミュニティ・エンパワメントと保健師の役割：旧蘇陽町における健康むら長体験者の追跡から。九州看護福祉大学紀要, 14(1), 2014年 27-37 頁
- Guney, S., Kalafat, T., & Boysan, M. Dimensions of mental health: life satisfaction, anxiety and depression: a preventive mental health study in Ankara University students population. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 2010, pp.1210-1213.
- 萩原 久美子 保育供給主体の多元化と公務員保育士—公共セクターから見るジェンダー平等政策の陥穽—. 社会政策, 8(3), 2017年 62-78 頁
- Happell, B., Dwyer, T., Reid-Searl, K., Burke, K. J., Caperchione, C. M., & Gaskin, C. J. Nurses and stress: recognizing causes and seeking solutions. *Journal of nursing management*, 21(4), 2013, pp.638-647.
- 今井田 貴裕・久保 真人・小泉 隆平・磯和 壮太郎・今井田 真実・福井 義一 わが国の対人援助職のバーンアウト予防を考える —教職・看護職・心理職から—. ヒューマンケア研究, 23(1), 2023年 1-14 頁
- 川村 雅則 保育・保育労働をめぐる問題(2). 季刊北海学園大学経済論集, 58(4), 2011年 225-293 頁
- 厚生労働省 国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針. Retrieved February 26, 2023 from https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippon21_01.pdf
- 黒田 祥子・山本 勲 従業員のメンタルヘルスと労働時間-従業員パネルデータを用いた検証 RIETI Discussion Paper Series 14-J-020, 2014年
- 三矢 勝司・吉村 輝彦・秀島 栄三 多様な主体の協働による地域自治を推進する組織マネジメントとネットワーク形成の支援. 社会技術研究論文集, 11, 2014年 44-54 頁
- 宮澤 仁 福島県西会津町における健康福祉のまちづくりと地域活性化. 人文地理, 58(3), 2006年 235-252 頁
- 岡崎市 健康おかざき 21 計画 (第 2 次) 中間評価報告書 2019 年 Retrieved March , 5 from: <https://www.city.okazaki.lg.jp/1300/1303/1322/p005060.html>
- 大石 繁宏 幸せを科学する. 新曜社, 2009年
- 太田 祐貴子 保護者対応と保育士のバーンアウト: 看護師との比較から. お茶の水女子大学心理臨床相談センター紀要, 18, 2017年 1-11 頁
- Pavot, W., & Diener, E. The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction.

The journal of positive psychology, 3(2), 2008, pp.137-152.

Simionato, G. K., & Simpson, S. Personal risk factors associated with burnout among psychotherapists: A systematic review of the literature. *Journal of clinical psychology*, 74(9), 2018, pp.1431-1456.

山本 裕子 新しいタイプの高校における教員の仕事と多忙化——学校組織運営上の課題に関する事例研究——. *教育社会学研究*, 81, 2007年 45-65 頁

吉田 滋子 対人援助職が仕事において「やりがいを感じる」と「心がけていること」: 臨床心理士と看護師の調査より. *東京家政大学附属臨床相談センター紀要*, 14, 2014年 39-56 頁