

健康リスクの高い業種は「運輸業、郵便業」、「医療、福祉」 ～ストレスチェック全業種データ分析レポート～

株式会社ドクタートラスト（本社：東京都渋谷区、代表取締役：高橋雅彦、以下「ドクタートラスト」）のストレスチェック研究所では、ストレスチェックサービスを利用した累計受検者 103 万人超のデータを活用し、さまざまな分析を行っています。

今回は 2020 年度にストレスチェックの実施を受託した 685 の企業・団体における集団分析データをもとに、[健康リスク] 業種別ランキングを算出しました。

YouTube で解説動画公開中

本リリースの解説動画を YouTube で公開しています。

【解説】健康リスクが高い業種は？ 685 の企業・団体のストレスチェックデータを徹底分析！ 専門家がわかりやすく解説します！

<https://youtu.be/Ra7mRlGY0Ys>

ストレスチェック 全業種データ分析レポート

健康リスクが高いのはあの業種!

業種名	男女合計人数	1. 仕事の負担	2. 仕事のコントロール	3. 上司とのコミュニケーション	4. 同僚とのコミュニケーション
運輸業・郵便業	10628	7.13	7.13	7.13	7.13
医療・福祉	9853	7.47	7.47	7.47	7.47
宿泊業・飲食サービス業	5730	7.48	7.48	7.48	7.48
製造業	5730	7.78	7.78	7.78	7.78
金融業・保険業	3532	8.70	7.96	7.81	8.06
情報通信業	6604	9.35	8.01	8.06	8.39
サービス業	2500	8.81	8.02	7.97	8.18
建設業	5032	8.62	8.06	7.81	8.07
その他	405	8.07	7.68	7.86	7.86

4つの尺度から
ストレス要因を分析してみた

【調査結果のポイント】

- ・ 総合的に最も健康リスクが高い業種は「運輸業、郵便業」と「医療、福祉」
- ・ 「仕事の負担」で最も健康リスクが高い業種は「宿泊業、飲食サービス業」、以下「教育、学習支援業」「医療、福祉」
- ・ 「仕事のコントロール」で最も健康リスクが高い業種は「運輸業、郵便業」、次いで「医療、福祉」
- ・ 「上司とのコミュニケーション」で最も健康リスクが高い業種は「運輸業、郵便業」、以下「医療、福祉」、「製造業」
- ・ 「同僚とのコミュニケーション」で最も健康リスクが高い業種は「運輸業、郵便業」、以下「学術研究、専門・技術サービス業」、「製造業」

【はじめに】

ストレスチェック制度は、従業員のメンタル不調の予防やその気付きを促すこと、また、ストレスが高い人の状況把握やケアを通して職場環境改善に取り組むことを目的として制定され、2015年12月以降、従業員数50名以上の事業場で年1回の実施が義務づけられています。

今回の調査では、2020年度にドクタートラストでストレスチェックを受検した方のうち、240,275人の最新結果を分析しました。

【健康リスクランキング】

1. 最も健康リスクが高い業種は「運輸業、郵便業」「医療、福祉」

ストレスチェックの結果を部署や、事業場ごとに分析した集団分析では、集団の「健康リスク」が示されます。健康リスクとは、仕事のストレス要因から起こり得る疾病休業などの健康問題のリスクを、標準集団の平均を「100」として表示するものです。たとえば、健康リスクが「120」の集団は、その集団で健康問題が起きる可能性が、平均より「20%多い」ことを示しています。

健康リスクを業種別に算出、リスクの大きいものから順に並べたものが「表1 業種別・健康リスク総合ランキング」です。

表 1

業種別・健康リスク総合ランキング

業種名	健康リスク A (仕事の負担・コントロール)	健康リスク B (上司・同僚との コミュニケーション)	健康リスク 総合
運輸業、郵便業	99	107	105
医療、福祉	105	100	105
製造業	99	102	100
卸売業、小売業	100	98	98
サービス業（他に分類されないもの）	99	99	98
生活関連サービス業、娯楽業	99	98	97
不動産業、物品賃貸業	99	97	96
学術研究、専門・技術サービス業	96	100	96
宿泊業、飲食サービス業	104	92	95
情報通信業	96	99	95
全業種平均	97	98	95
建設業	97	97	94
教育、学習支援業	99	94	93
金融業、保険業	95	97	92
分類不能の産業	92	99	91
公務（他に分類されるものを除く）	95	95	90

© 2021 Doctor Trust Co., Ltd.

このように、健康リスクが最も不良となった業種は「運輸業、郵便業」と「医療、福祉」で、以下「製造業」、「卸売業、小売業」が続きます。「運輸業、郵便業」と「医療、福祉」の総合健康リスクでは同ポイントですが、「運輸業、郵便業」はコミュニケーション面でのストレスが、「医療、福祉」では仕事量、裁量面でのストレスが大きく出ています。

2. 「仕事の負担」で健康リスクが高い業種は「宿泊業、飲食サービス業」、以下「教育、学習支援業」「医療・福祉」

前記「健康リスク総合ランキング」は、「仕事の負担・コントロール」リスク、および「上司・同僚とのコミュニケーション」リスクという 2 つの指標をかけ合わせた数値です。したがって、2 つの指標の意味と現状を知ることが、健康リスクを理解するためには必要です。

「仕事の負担・コントロール」リスクとは、個人ごとの仕事の負担と、それをいかにコントロールできているか、そのバランスがストレスに及ぼす影響を示しています。例えば、仕事の量が多かったり困難な業務内容であったりしても、それを自分なりのやり方やペース配分で行うことができればストレスは高くなりません。その場合、リスク値は低く出ます。ところが仕事の負担はそれほどではなくても、順番ややり方が固定され、自らの裁量が生かせない状況では、ストレスは高まり、リスク値は高く出ます。

「仕事の負担・コントロール」のうち、「仕事の負担」リスクを業種ごとにランキング化したものが、「表 2 業種別・仕事の負担ランキング」です。

表 2

業種別・仕事の負担ランキング

業種名	男女合計 人数	1. 仕事の負担	2. 仕事の コントロール	3. 上司との コミュニケーション	4. 同僚との コミュニケーション
宿泊業、飲食サービス業	6604	9.35	8.01	8.06	8.39
教育、学習支援業	2500	8.81	8.02	7.97	8.18
医療、福祉	7264	8.76	7.33	7.47	8.08
不動産業、物品賃貸業	3532	8.70	7.96	7.81	8.06
卸売業、小売業	19853	8.67	7.84	7.64	8.06
建設業	5032	8.62	8.06	7.81	8.07
製造業	26579	8.49	7.81	7.48	7.89
情報通信業	21255	8.47	8.12	7.74	7.91
学術研究、専門・技術サービス業	4056	8.43	8.07	7.68	7.86
生活関連サービス業、娯楽業	2053	8.34	7.69	7.61	8.15
全業種平均	240275	8.20	7.71	7.69	8.08
サービス業（他に分類されないもの）	29073	8.12	7.43	7.53	8.17
金融業、保険業	5730	8.05	7.89	7.78	8.12
分類不能の産業	2488	7.99	8.13	7.66	7.99
公務（他に分類されるものを除く）	93532	7.87	7.68	7.84	8.18
運輸業、郵便業	10628	7.55	6.98	7.13	7.74

© 2021 Doctor Trust Co., Ltd.

表 2 は、数値が大きいほど「仕事の負担が多い」ことを意味し、ストレスチェック設問のうち、次の 3 問への回答から導出します。

1. 非常にたくさんの仕事をしなければならない
2. 時間内に仕事が処理しきれない
3. 一生懸命働かなければならない

仕事の量やスピード、熱意といった、個人が感じる仕事のトータルな負担感を尋ねた設問であり、その値の大きい業種から並んでいます。「宿泊業、飲食サービス業」は店舗で働かれているような方が多いことが予想され、体をよく使う仕事のためトップにあがっていると考えられます。

3. 「仕事のコントロール」で最も健康リスクが高い業種は「運輸業、郵便業」、次いで「医療、福祉」

次に「仕事の負担・コントロール」のうち、「仕事のコントロール」リスクを業種ごとにランキング化したものが、「表 3 業種別・仕事のコントロールランキング」です。

表 3

業種別・仕事のコントロールランキング

業種名	男女合計 人数	1. 仕事の負担	2. 仕事の コントロール	3. 上司との コミュニケーション	4. 同僚との コミュニケーション
運輸業、郵便業	10628	7.55	6.98	7.13	7.74
医療、福祉	7264	8.76	7.33	7.47	8.08
サービス業（他に分類されないもの）	29073	8.12	7.43	7.53	8.17
公務（他に分類されるものを除く）	93532	7.87	7.68	7.84	8.18
生活関連サービス業、娯楽業	2053	8.34	7.69	7.61	8.15
全業種平均	240275	8.20	7.71	7.69	8.08
製造業	26579	8.49	7.81	7.48	7.89
卸売業、小売業	19853	8.67	7.84	7.64	8.06
金融業、保険業	5730	8.05	7.89	7.78	8.12
不動産業、物品賃貸業	3532	8.70	7.96	7.81	8.06
宿泊業、飲食サービス業	6604	9.35	8.01	8.06	8.39
教育、学習支援業	2500	8.81	8.02	7.97	8.18
建設業	5032	8.62	8.06	7.81	8.07
学術研究、専門・技術サービス業	4056	8.43	8.07	7.68	7.86
情報通信業	21255	8.47	8.12	7.74	7.91
分類不能の産業	2488	7.99	8.13	7.66	7.99

© 2021 Doctor Trust Co., Ltd.

表 3 は、数値が小さいほど「仕事のコントロールがしづらい」ことを意味し、ストレスチェック設問のうち、次の 3 問への回答から導出します。

8. 自分のペースで仕事ができる
9. 自分で仕事の順番・やり方を決めることができる
10. 職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる

仕事をする際に個人がどれくらい仕事をコントロールできるか、または、自分で決めた順序や方法でしてよいか、その自由度が問われており、コントロールが困難な業種ほど上位にランキングされています。1 位は「運輸業、郵便業」となっています。仕事の負担のランキングでは他業種とくらべ最も良好な結果でしたが、仕事のコントロールでは 1 位でした。

物を指定の場所に、決められた時間に届けるといった業務内容は、仕事の自由度とは離れていることからこの順位になったと想定できます。

4. 「上司とのコミュニケーション」で最も健康リスクが高い業種は「運輸業、郵便業」、以下「医療、福祉」、「製造業」

もう一方のリスクである「上司・同僚とのコミュニケーション」リスクは、職場の上司や同僚とのコミュニケーションがストレスに及ぼす影響を示しています。一般に仕事自体はきつとも、コミュニケーションが豊富な職場はストレスがたまりづらい傾向があり、逆に仕事の負担が少なくても、一人ひとりが孤立しがちでコミュニケーションが乏しい職場はストレスが高くなる傾向があります。このリスク値は、コミュニケーションが豊富なら

ば低く、不足していれば高く出ます。

「上司・同僚とのコミュニケーション」のうち、「上司とのコミュニケーション」リスクを業種ごとにランキング化したものが、「表 4 業種別・上司とのコミュニケーションランキング」です。

表 4

業種別・上司とのコミュニケーションランキング

業種名	男女合計 人数	1. 仕事の負担	2. 仕事の コントロール	3. 上司との コミュニケーション	4. 同僚との コミュニケーション
運輸業、郵便業	10628	7.55	6.98	7.13	7.74
医療、福祉	7264	8.76	7.33	7.47	8.08
製造業	26579	8.49	7.81	7.48	7.89
サービス業（他に分類されないもの）	29073	8.12	7.43	7.53	8.17
生活関連サービス業、娯楽業	2053	8.34	7.69	7.61	8.15
卸売業、小売業	19853	8.67	7.84	7.64	8.06
分類不能の産業	2488	7.99	8.13	7.66	7.99
学術研究、専門・技術サービス業	4056	8.43	8.07	7.68	7.86
全業種平均	240275	8.20	7.71	7.69	8.08
情報通信業	21255	8.47	8.12	7.74	7.91
金融業、保険業	5730	8.05	7.89	7.78	8.12
建設業	5032	8.62	8.06	7.81	8.07
不動産業、物品賃貸業	3532	8.70	7.96	7.81	8.06
公務（他に分類されるものを除く）	93532	7.87	7.68	7.84	8.18
教育、学習支援業	2500	8.81	8.02	7.97	8.18
宿泊業、飲食サービス業	6604	9.35	8.01	8.06	8.39

© 2021 Doctor Trust Co., Ltd.

表 4 は、数値が小さいほど「上司とのコミュニケーションの質が低い」ことを意味し、ストレスチェック設問のうち、次の 3 問への回答から導出します。

47. 次の人たちはどのくらい気軽に話ができますか？／上司

50. あなたが困った時、次の人たちはどのくらい頼りになりますか？／上司

53. あなたの個人的な問題を相談したら、次の人たちはどのくらいきいてくれますか？／上司

上司とのコミュニケーションがとりづらい、信頼関係が築けていない業種ほど上位にランキングされているといえ、トップは「運輸業、郵便業」でした。「運輸業、郵便業」は、トラックやオートバイ等のドライバーを職業とされている人が多く含まれており、オフィスで働いているような業種にくらべて、コミュニケーションが少ないことが考えられます。業務上コミュニケーションをとることが少ないと、業務内容や評価といった部分で部下と上司間ですれ違いが起これば不信感につながっていく可能性があります。

5. 「同僚とのコミュニケーション」で最も健康リスクが高い業種は「運輸業、郵便業」、以下「学術研究、専門・技術サービス業」、「製造業」

次に「上司・同僚とのコミュニケーション」のうち、「同僚とのコミュニケーション」リスクを業種ごとにランキン

グ化したものが、「表 5 業種別・同僚とのコミュニケーションランキング」です。

表 5

業種別・同僚とのコミュニケーションランキング

業種名	男女合計 人数	1. 仕事の負担	2. 仕事の コントロール	3. 上司との コミュニケーション	4. 同僚との コミュニケーション
運輸業、郵便業	10628	7.55	6.98	7.13	7.74
医療、福祉	7264	8.76	7.33	7.47	8.08
製造業	26579	8.49	7.81	7.48	7.89
サービス業（他に分類されないもの）	29073	8.12	7.43	7.53	8.17
生活関連サービス業、娯楽業	2053	8.34	7.69	7.61	8.15
卸売業、小売業	19853	8.67	7.84	7.64	8.06
分類不能の産業	2488	7.99	8.13	7.66	7.99
学術研究、専門・技術サービス業	4056	8.43	8.07	7.68	7.86
全業種平均	240275	8.20	7.71	7.69	8.08
情報通信業	21255	8.47	8.12	7.74	7.91
金融業、保険業	5730	8.05	7.89	7.78	8.12
建設業	5032	8.62	8.06	7.81	8.07
不動産業、物品賃貸業	3532	8.70	7.96	7.81	8.06
公務（他に分類されるものを除く）	93532	7.87	7.68	7.84	8.18
教育、学習支援業	2500	8.81	8.02	7.97	8.18
宿泊業、飲食サービス業	6604	9.35	8.01	8.06	8.39

© 2021 Doctor Trust Co., Ltd.

表 5 は、数値が小さいほど「同僚とのコミュニケーションの質が低い」ことを意味し、ストレスチェック設問のうち、次の 3 問への回答から導出します。

48. 次の人たちはどのくらい気軽に話ができますか？／同僚

51. あなたが困った時、次の人たちはどのくらい頼りになりますか？／同僚

54. あなたの個人的な問題を相談したら、次の人たちはどのくらいきいてくれますか？／同僚

同僚とのコミュニケーションがとりづらい、信頼関係が築けていない業種ほど上位にランキングされているといえ、「上司とのコミュニケーション」と同様、「運輸業、郵便業」がリスク 1 位でした。

【まとめ】

以上の考察をもとにして、「健康リスク総合ランキング」を改めて解説します。

1 位「運輸業、郵便業」は、他業種よりも「仕事のコントロール」「上司・同僚とのコミュニケーション」リスクが一段と大きく、それが健康リスクを高める要因となっているようです。

同じく 1 位の「医療、福祉」は、「仕事のコントロール」リスク、「上司とのコミュニケーション」リスクが大きかったことで順位を押し上げました。

3 位「製造業」は、「仕事のコントロール」リスクは平均レベルですが、「上司・同僚とのコミュニケーション」

リスクが高く、この点で健康リスクが高いようです。

【調査対象】

調査期間：2020年4月1日～2021年3月31日

調査対象：ドクタートラスト・ストレスチェック実施サービス 2020年度契約企業・団体の一部

企業・団体数：685

有効受検者数：240,275人

※ 本件の業種分類は「日本標準産業分類」に準拠しています。

【ドクタートラストについて】

株式会社ドクタートラスト <https://doctor-trust.co.jp/>

株式会社ドクタートラスト（本社：東京都渋谷区、代表取締役：高橋雅彦）は企業ではたらく人の健康管理を専門に受託している会社です。産業医や保健師などの医療資格者が企業を訪問の上、健康診断結果に基づく健康指導、過重労働者面談を行います。また、103万人超のビッグデータに基づく職場環境改善コンサル「STELLA」や、外部相談窓口サービス「アンリ」もご好評いただいております。その他 ストレスチェック、健康経営セミナー、衛生委員会のアドバイスなど、さまざまな業務を実施します。

ストレスチェック研究所 <https://www.stresscheck-dt.jp/consultant/>

ストレスチェック研究所は、ドクタートラスト内に設置された研究機関です。ストレスチェックで得られた膨大なデータの分析を行うとともに、ストレス耐性が高く組織の強みである人材を「STELLA（ステラ）」と名づけ、これら人材を活用した強固な組織作りを目指す職場環境改善コンサル業務を行っています。

ストレスチェックサービスに関するお問合せ <https://www.stresscheck-dt.jp/>

株式会社ドクタートラスト 健康経営推進本部

TEL：03-3464-4000（代表）

企業さま用お問合せフォーム：https://www.stresscheck-dt.jp/sc_form/