

## 健康リスクの高い業種は「医療、福祉」と「運輸業、郵便業」 ～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 122 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 2021 年度にストレスチェックの実施を受託した 940 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。

### 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「医療、福祉」と「運輸業、郵便業」
- ・ 「仕事の負担」で最も健康リスクが高い業種は「教育、学習支援業」、以下「宿泊業、飲食サービス業」、「卸売業、小売業」
- ・ 「仕事のコントロール」で最も健康リスクが高い業種は「医療、福祉」、次いで「運輸業、郵便業」
- ・ 「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「製造業」、「医療、福祉」
- ・ 「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「製造業」、「学術研究、専門・技術サービス業」
- ・ 「仕事の負担」リスクで 2020 年度結果から大きく悪化したのは「金融業、保険業」

### 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、2021 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、324,642 人の最新結果を分析しました。

### 健康リスク総合ランキング

#### 1. 最も総合健康リスクが高い業種は「医療、福祉」、「運輸業、郵便業」

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」として示すものです。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。「健康リスク」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 つの指標を掛け合わせた数値です。2 つの指標への意味の理解と「現状の数値から何を読み取ることができるのか」が健康リスクを扱ううえでは、非常に重要なポイントです。

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
医療、福祉	105	102	107
運輸業、郵便業	98	108	106
製造業	101	105	105
卸売業、小売業	99	98	97
<b>全業種平均</b>	<b>98</b>	<b>99</b>	<b>97</b>
建設業	97	100	97
生活関連サービス業、娯楽業	98	99	97
電気・ガス・熱供給・水道業	100	97	96
教育、学習支援業	101	94	96
宿泊業、飲食サービス業	103	93	96
学術研究、専門・技術サービス業	96	99	95
サービス業（他に分類されないもの）	97	98	95
情報通信業	95	97	92
不動産業、物品賃貸業	97	95	92
金融業、保険業	96	95	91
公務（他に分類されるものを除く）	96	95	91
複合サービス事業	89	93	83
分類不能の産業	91	90	82

©2022 Doctor Trust Co., Ltd.

表 1 のとおり、健康リスクが最も不良となった業種は「医療、福祉」と「運輸業、郵便業」で、以下「製造業」、「卸売業、小売業」が続きます。「医療、福祉」と「運輸業、郵便業」に大きなポイント差はみられなかったものの、「医療、福祉」は仕事の負担・コントロール面で、「運輸業、郵便業」はコミュニケーション面で高いストレス負荷がかかっていました。また、3 位の「製造業」は、仕事の負担・コントロール面、コミュ

コミュニケーション面の双方で高いストレス負荷がかかっていると判明しました。

## 2. 「仕事の負担」で最も健康リスクが高い業種は「教育、学習支援業」、以下「宿泊業、飲食サービス業」、「卸売業、小売業」

総合健康リスクを算出する1つ目の指標「仕事の負担・コントロール」リスクとは、個人ごとの仕事量の負担と、仕事量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。たとえば、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、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、リスク値は低く算出されます。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、リスク値は高く算出されます。「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
教育、学習支援業	3,392	8.96	7.92	7.84	8.39
宿泊業、飲食サービス業	11,562	8.95	7.78	7.97	8.37
卸売業、小売業	32,238	8.76	8.00	7.72	8.03
医療、福祉	18,685	8.70	7.28	7.42	7.98
不動産業、物品賃貸業	4,617	8.66	8.21	7.97	8.15
学術研究、専門・技術サービス業	4,694	8.63	8.22	7.81	7.88
金融業、保険業	7,268	8.57	8.18	7.97	8.19
情報通信業	26,701	8.54	8.36	7.92	7.95
製造業	40,512	8.53	7.67	7.36	7.76
<b>全業種平均</b>	<b>324,642</b>	<b>8.52</b>	<b>7.93</b>	<b>7.70</b>	<b>7.97</b>
生活関連サービス業、娯楽業	3,141	8.51	7.89	7.63	8.10
建設業	7,268	8.39	7.89	7.68	7.93
サービス業（他に分類されないもの）	34,033	8.34	7.89	7.78	8.04
電気・ガス・熱供給・水道業	1,619	8.29	7.49	7.82	8.11
分類不能の産業	1,248	8.08	8.33	8.26	8.38
公務（他に分類されるものを除く）	116,969	7.98	7.73	7.84	8.28
運輸業、郵便業	10,347	7.83	7.29	7.15	7.63
複合サービス事業	147	7.76	8.31	8.05	8.24

©2022 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

このように仕事の量・処理速度・熱量などを問う設問から構成されており、数値が高いほど仕事の負担が大きい、すなわち不良であることを示しています。「教育、学習支援業」は、さまざまな形態の業務を一人でこなさなければならない場合も多い可能性が考えられ、そういった面から仕事の負担が個人に与える影響も大きく、長時間労働につながりやすいのではないかと推察されます。

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

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
医療、福祉	18,685	8.70	7.28	7.42	7.98
運輸業、郵便業	10,347	7.83	7.29	7.15	7.63
電気・ガス・熱供給・水道業	1,619	8.29	7.49	7.82	8.11
製造業	40,512	8.53	7.67	7.36	7.76
公務（他に分類されるものを除く）	116,969	7.98	7.73	7.84	8.28
宿泊業、飲食サービス業	11,562	8.95	7.78	7.97	8.37
生活関連サービス業、娯楽業	3,141	8.51	7.89	7.63	8.10
サービス業（他に分類されないもの）	34,033	8.34	7.89	7.78	8.04
建設業	7,268	8.39	7.89	7.68	7.93
教育、学習支援業	3,392	8.96	7.92	7.84	8.39
<b>全業種平均</b>	<b>324,642</b>	<b>8.52</b>	<b>7.93</b>	<b>7.70</b>	<b>7.97</b>
卸売業、小売業	32,238	8.76	8.00	7.72	8.03
金融業、保険業	7,268	8.57	8.18	7.97	8.19
不動産業、物品賃貸業	4,617	8.66	8.21	7.97	8.15
学術研究、専門・技術サービス業	4,694	8.63	8.22	7.81	7.88
複合サービス事業	147	7.76	8.31	8.05	8.24
分類不能の産業	1,248	8.08	8.33	8.26	8.38
情報通信業	26,701	8.54	8.36	7.92	7.95

©2022 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」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。

- |   |
|---|
| <ol style="list-style-type: none"><li>8. 自分のペースで仕事ができる</li><li>9. 自分で仕事の順番・やり方を決めることができる</li><li>10. 職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる</li></ol> |
|---|

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「医療、福祉」でした。前述のとおり、総合健康リスクでは最も不良傾向にあり、これは「仕事の負担・コントロール」に起因していると考えられます。人の命を扱う仕事では一刻を争う事態や緊急性の高い事態が最優先事項になるため、自分のペースで仕事のやり方を決めることはできません。こういった点から、「仕事のコントロールがもっともしづらい」結果となりました。

#### 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「製造業」、「医療、福祉」

総合健康リスクを算出する2つ目の指標「上司・同僚とのコミュニケーション」リスクとは、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。一般に仕事量が多く、裁量権が少ない職場でも上司や同僚への報連相がしっかり行え、コミュニケーションが活発な職場はリスク数値が良好傾向にあり、逆に仕事量が少なく、自分のやり方で仕事を進められても、孤立しがちでコミュニケーションが乏しい職場はリスク数値が不良傾向になります。

「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	10,347	7.83	7.29	7.15	7.63
製造業	40,512	8.53	7.67	7.36	7.76
医療、福祉	18,685	8.70	7.28	7.42	7.98
生活関連サービス業、娯楽業	3,141	8.51	7.89	7.63	8.10
建設業	7,268	8.39	7.89	7.68	7.93
<b>全業種平均</b>	<b>324,642</b>	<b>8.52</b>	<b>7.93</b>	<b>7.70</b>	<b>7.97</b>
卸売業、小売業	32,238	8.76	8.00	7.72	8.03
サービス業（他に分類されないもの）	34,033	8.34	7.89	7.78	8.04
学術研究、専門・技術サービス業	4,694	8.63	8.22	7.81	7.88
電気・ガス・熱供給・水道業	1,619	8.29	7.49	7.82	8.11
教育、学習支援業	3,392	8.96	7.92	7.84	8.39
公務（他に分類されるものを除く）	116,969	7.98	7.73	7.84	8.28
情報通信業	26,701	8.54	8.36	7.92	7.95
宿泊業、飲食サービス業	11,562	8.95	7.78	7.97	8.37
金融業、保険業	7,268	8.57	8.18	7.97	8.19
不動産業、物品賃貸業	4,617	8.66	8.21	7.97	8.15
複合サービス事業	147	7.76	8.31	8.05	8.24
分類不能の産業	1,248	8.08	8.33	8.26	8.38

©2022 Doctor Trust Co., Ltd.

表 4 は、数値が小さくなるほど「上司とのコミュニケーションが少ない」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いきいてくれますか？／上司

1 位は 2020 年度に続き「運輸業、郵便業」、次いで「製造業」でした。「運輸業、郵便業」や「製造業」はドライバーや製造作業員などが割合の多くを占め、一人で黙々と作業を行うためコミュニケーションをとる機会が少なくなる傾向にあります。上司とのコミュニケーションが少ないと小さなミスの報告をしなくなり、しまいには大きなミスへとつながりかねません。また、上司は部下の業務内容・業務量を把握できず、人事評価といった部分で上司と部下間での考えや認識のずれ違いが起り、不信感が増していく可能性が考えられます。

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「製造業」、「学術研究、専門・技術サービス業」

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	10,347	7.83	7.29	7.15	7.63
製造業	40,512	8.53	7.67	7.36	7.76
学術研究、専門・技術サービス業	4,694	8.63	8.22	7.81	7.88
建設業	7,268	8.39	7.89	7.68	7.93
情報通信業	26,701	8.54	8.36	7.92	7.95
<b>全業種平均</b>	<b>324,642</b>	<b>8.52</b>	<b>7.93</b>	<b>7.70</b>	<b>7.97</b>
医療、福祉	18,685	8.70	7.28	7.42	7.98
卸売業、小売業	32,238	8.76	8.00	7.72	8.03
サービス業（他に分類されないもの）	34,033	8.34	7.89	7.78	8.04
生活関連サービス業、娯楽業	3,141	8.51	7.89	7.63	8.10
電気・ガス・熱供給・水道業	1,619	8.29	7.49	7.82	8.11
不動産業、物品賃貸業	4,617	8.66	8.21	7.97	8.15
金融業、保険業	7,268	8.57	8.18	7.97	8.19
複合サービス事業	147	7.76	8.31	8.05	8.24
公務（他に分類されるものを除く）	116,969	7.98	7.73	7.84	8.28
宿泊業、飲食サービス業	11,562	8.95	7.78	7.97	8.37
分類不能の産業	1,248	8.08	8.33	8.26	8.38
教育、学習支援業	3,392	8.96	7.92	7.84	8.39

©2022 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が少ない」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聞いてくれますか？ / 同僚

「上司とのコミュニケーション」と同様、「運輸業、郵便業」のリスクが 2020 年度に続きワースト 1 でした。上司・部下間の縦のコミュニケーションだけでなく、同僚同士での横のコミュニケーションも不良傾向にあります。社内でのコミュニケーション（雑談を含む）を活性化することで下記のようなメリットが考えられます。

- 仕事を依頼される、もしくは依頼しやすくなり仕事の作業効率が上がり、生産性が向上する
- 新しい発想が生まれ、どの立場の人でも自由に意見交換ができるような組織風土が醸成される
- ポジティブ思考に変わり、ワークライフ・バランスが充実する
- 社員の仕事へのやる気、エンゲージメントが向上する
- 離職率が下がる

コミュニケーションが活発でない職場で、意見交換の場や業務中の会話を増やすようにと言われても自然に改善していくことは難しいでしょう。まずは、社内での簡単なイベントや気軽に発信できる情報共有ツール（グループチャットなど）を活用し、ちょっとした雑談を増やしていくことが職場の雰囲気作りを行う上で最も効果的なのではないかと考えられます。

## 2020 年度と比較して最も差が大きい業種

総合健康リスクを算出するうえで必要な要素「仕事の負担」、「仕事のコントロール」、「上司とのコミュニケーション」「同僚とのコミュニケーション」について、2021 年度と 2020 年度と比較したところ、もっとも差が大きく表れたのは、「仕事の負担」リスクでした。

表 6

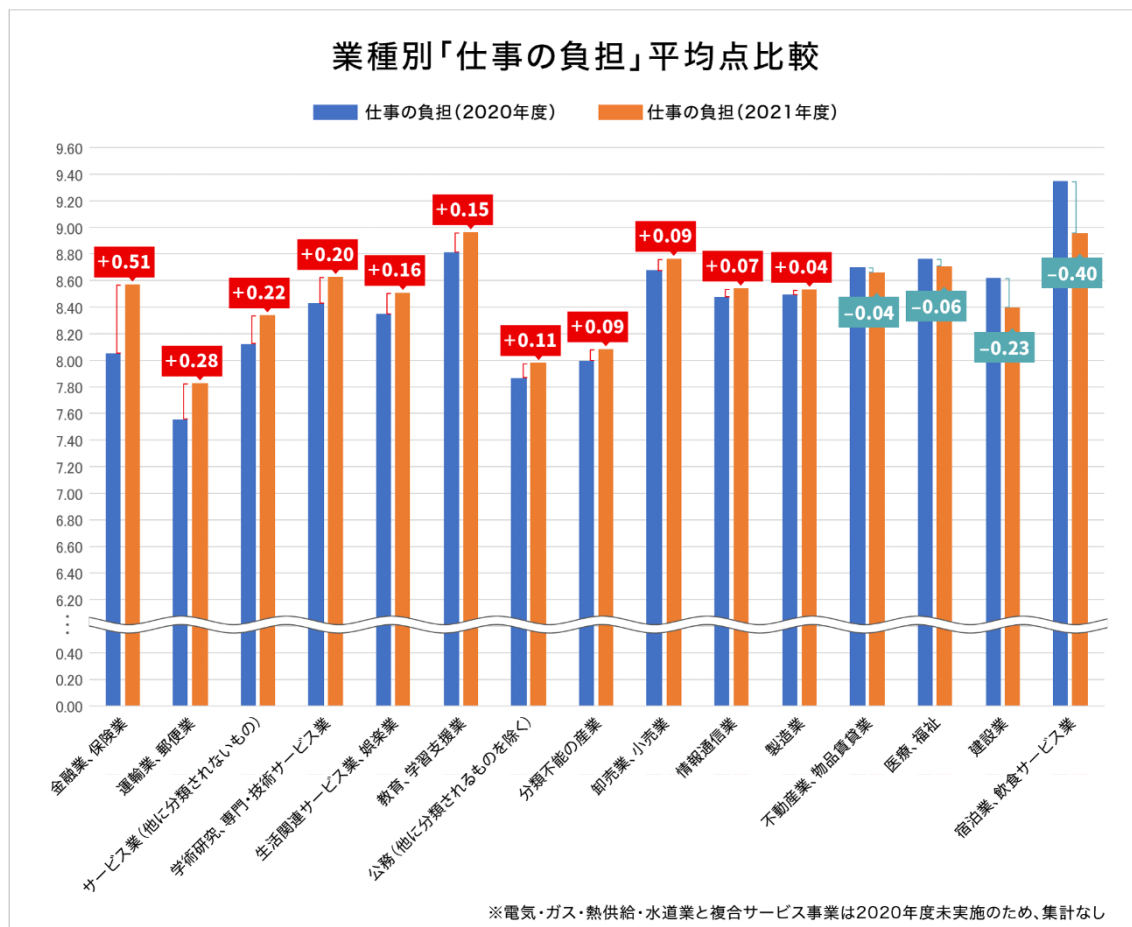


表 6 は、2021 年度、2020 年度の「仕事の負担」リスクを業種ごとに表したものです。仕事の負担率の悪化率が最も大きかったのは「金融業、保険業」でした。2021 年度は 2020 年度よりも 0.51 ポイント悪化しています。政府は、新型コロナウイルス感染症の影響を受け業績が一定水準より悪化した事業者向け融資「コロナ融資」を 2020 年から開始しました。「金融業、保険業」では取引先企業への資金繰りの業務が増加したことや業績が悪化した事業者・企業に対する相談（事業戦略・経営企画・販路開拓など）を行う機会も増えていることから、2020 年度よりも仕事量に対するストレス負荷がかかっているのではないかと考えられます。

## 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」、「2020 年度と比較して最も差が大きい業種」を改めて解説します。健康リスク総合ランキング 1 位の「医療、福祉」は、他業種よりも「仕事のコントロール」リスク数値が悪く、昨年度の数値よりもさらに悪化傾向が見られました。ほかの指標でもワースト上位にランクインしていることから総合健康リスクを高める要因になっているようです。2 位の「運輸業、郵便業」は、「仕事の負担」リスクにおいては良好傾向である一方、「上司・同僚とのコミュニケーション」のリスク数

値が不良だったことで順位を押し上げました。3位の「製造業」は、「仕事の負担・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、特に「上司とのコミュニケーション」に問題を抱えている企業が多く、順位にも影響したようです。

また、「金融業、保険業」は、総合健康リスク、「仕事の負担」リスクともに単年で見たときは、ほか業種と比較してもさしたる不良傾向は見られませんでした。しかし、2020年度から2021年度にかけての「仕事の負担」リスク悪化率が大きく、対策の検討が必要といえます。

## 調査対象

調査期間：2021年4月1日～2022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 2021年度契約企業・団体の一部

企業・団体数：940

有効受検者数：324,642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、122万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

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://doctor-trust.co.jp/form/doctor/>