

都市空間の変換による多様な働き方促進が 職業性ストレスの緩和およびワーク・ライフ・バランス満足度の向上に及ぼす効果の検討

芝浦工業大学 工学部 土木工学課程 岡田 佳子



1. はじめに

近年、新型コロナウイルス感染症の拡大を機に在宅勤務を含めたテレワークなど多様な働き方が拡大し、都市構造と就業者の働き方をめぐる状況が変化しはじめている。テレワーク等の多様な働き方の選択が可能になることによって、通勤によるストレスが減少し、時間的な余裕が生まれワーク・ライフ・バランス満足度が高まるといった効果が予想される一方で、在宅勤務は同僚とのコミュニケーションが取りづらい、集中して仕事がしにくいといったネガティブな影響も考えられるため、一概に、在宅勤務が多いほどストレスが低いとも言えない。そこで本研究では、東京都内に勤務する就業者を対象として調査を実施し、多様な働き方が職業性ストレスおよびワーク・ライフ・バランス満足度に及ぼす影響を定量的に評価することによって、職業性ストレスの緩和およびワーク・ライフ・バランス満足度向上に資する都市空間の在り方を探索的に検討することを目的とする。

2. 方法

多様な働き方は、(1)テレワークの経験、(2)働く場所の裁量、(3)テレワークの場所、(4)出勤スタイルの理想と現実のギャップを調査した。職業性ストレスとワーク・ライフ・バランス満足度は、新職業性ストレス簡易調査票(川上他、2012)から93項目を選択して使用した。

2024年12月20日~12月23日に調査会社クロスマーケティング社の学術調査サービスを利用し、同社のモニター会員500名を対象にWeb上でのアンケート調査を実施した。本調査は筆者が在籍する大学の生命工学研究倫理審査委員会の承認を受けて実施した(番号:24-052)。

3. 結果と考察

在宅でのテレワーク経験の有無別の職業性ストレスの平均の差を検討するために t 検定を行った結果、「身体的負担」「職場環境」「ワーク・セルフ・バランス(ネガティブ)」「仕事の適性」「上司の公正な態度」「配偶者・家族の支援」「家族の満足度」で平均の差が有意であった。

サテライトオフィスでテレワークの経験の有無別の職業

性ストレスの平均の差を検討するために t 検定を行った結果、「仕事の量的負担」「仕事の意義」「社会・地位的報酬」「上司のリーダーシップ」「上司の公正な態度」「失敗を認める職場」「上司の支援」「職場の同僚の支援」「友人などの支援」「個人の尊重」「多様な労働者への対応」「活気」で有意であった。働き方の理想と現実のギャップと職業性ストレスの関連を検討するために、働き方の理想と現実のギャップと職業性ストレスの各項目の相関係数を求めた。結果、相関係数が0.3以上であった項目は、「通勤ストレス」「職場での対人関係」「情緒的負担」「役割葛藤」「仕事の適性」「尊重報酬」「ワーク・エンゲイジメント」「仕事の満足度」であった。

4. まとめと今後の課題

本研究の調査結果から、在宅でのテレワークは、配偶者や家族の支援を得ることができ、家族生活満足度を向上させる可能性が示唆された。サテライトオフィスでテレワークをしたことがある人は、自分の仕事に対して働きがいを感じ、上司や職場を好意的に評価している傾向がみられた。また、心身の状態としては、生き生きとした活気を感じている傾向があった。しかしながら、本研究の分析結果からはこれらの効果がサテライトオフィスで働くことの直接的な効果なのか、サテライトオフィスを提供できるような職場の特徴による効果なのか判別することができない。今後は、構造方程式モデリングなどを用いてより詳細な分析を行う必要がある。

さらに、働き方そのものの効果だけでなく、理想の働き方と現実とのギャップが職業性ストレスや仕事の満足度に影響を与えている可能性が示唆された。これより、就業者の職業性ストレスの緩和およびワーク・ライフ・バランス満足度向上のためには、さまざまな個人差やライフステージの変化による経年的なニーズの変化に柔軟に対応できる選択肢を提供できる都市空間づくりが重要であるといえるだろう。

参考文献

川上憲人, 下光輝一, 原谷隆史, 堤明純, 島津明人, 吉川 徹(2012) 新職業性ストレス簡易調査票について. 川上憲人・主任研究者, 「労働者のメンタルヘルス不調の第一次予防の浸透手法に関する調査研究」平成23年度総括・分担報告書:297-316.