

2020年10月27日

報道関係者各位

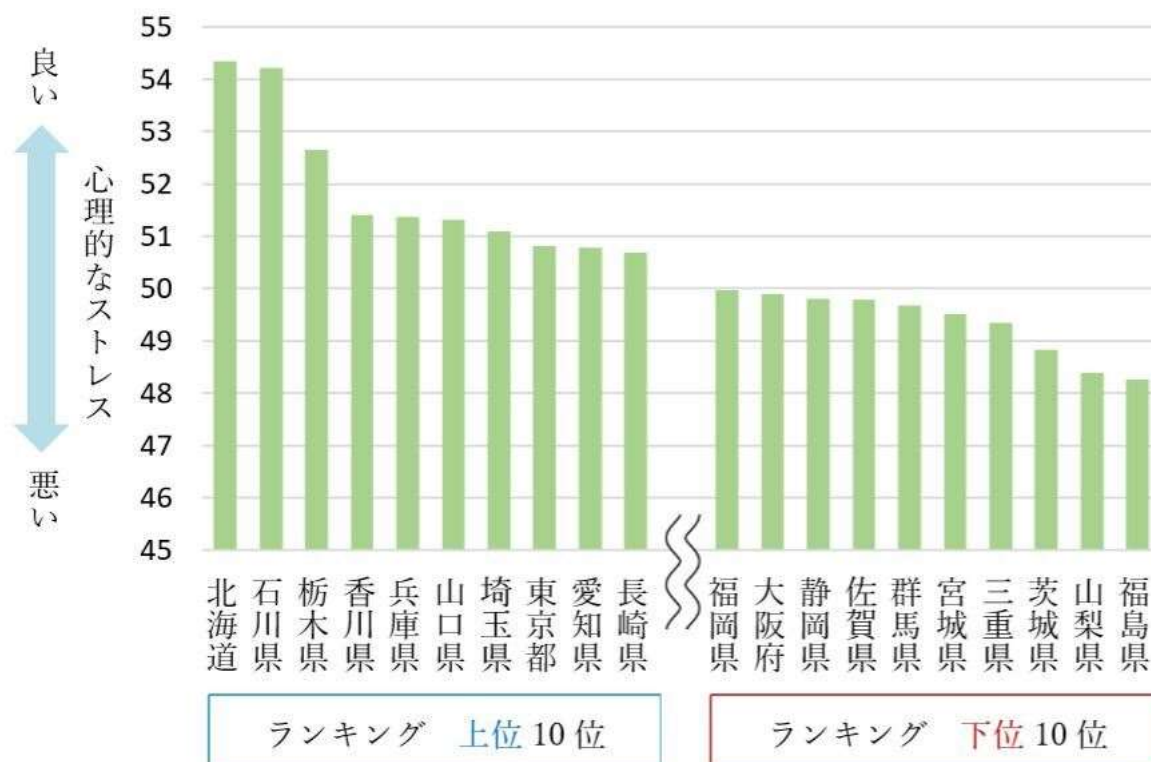
ピースマインド株式会社

はたらく人のストレス：都道府県ランキング 2020 発表

企業向けに『はたらくをよくする®』支援事業を展開するピースマインド株式会社(本社:東京都中央区、代表取締役:荻原英人、以下「ピースマインド」)は、九州大学 馬奈木俊介教授と協働し、ピースマインドが企業向けに提供するストレスチェック「職場とココロのいきいき調査®」(以下「ストレスチェック」)の約30万件の最新のデータ(*1)をもとに、はたらく人のストレスに関する都道府県ランキング調査(*2、*3)を実施しましたので、結果を発表します。

心理的なストレス:ベスト「北海道」、ワースト「福島県」

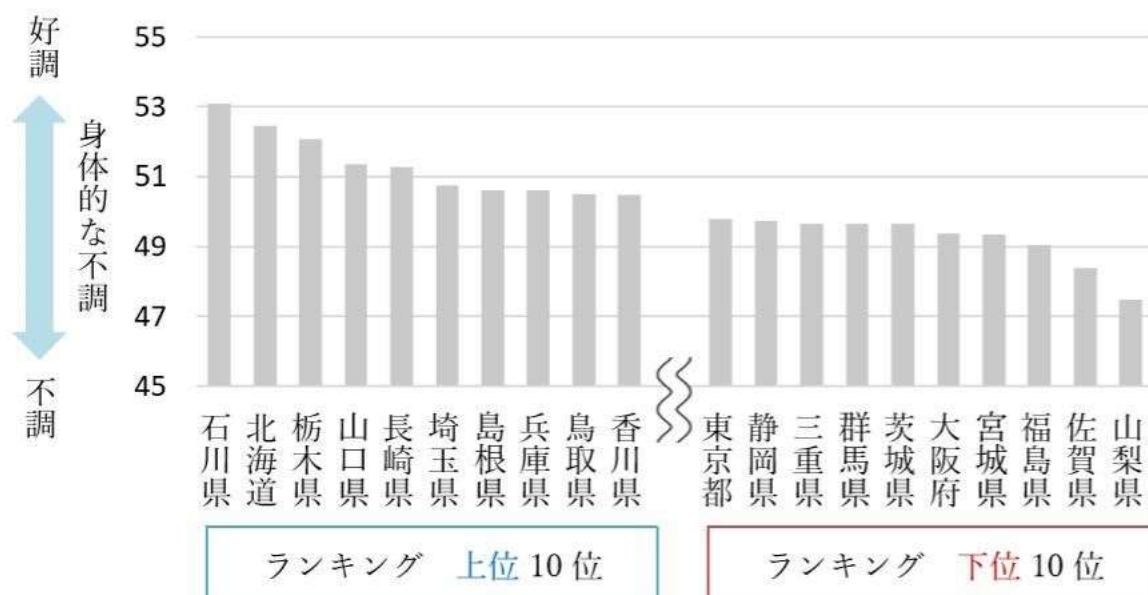
活気や不安、抑うつなどを指標とする心理的なストレスの状態が良い都道府県は、1位 北海道、2位 石川県、3位 栃木県という結果となりました。なお、ワーストは1位 福島県、2位 山梨県、3位 茨城県という結果でした。



【図1 都道府県ランキング 心理的なストレス】

身体的な不調:ベスト「石川県」、ワースト「山梨県」

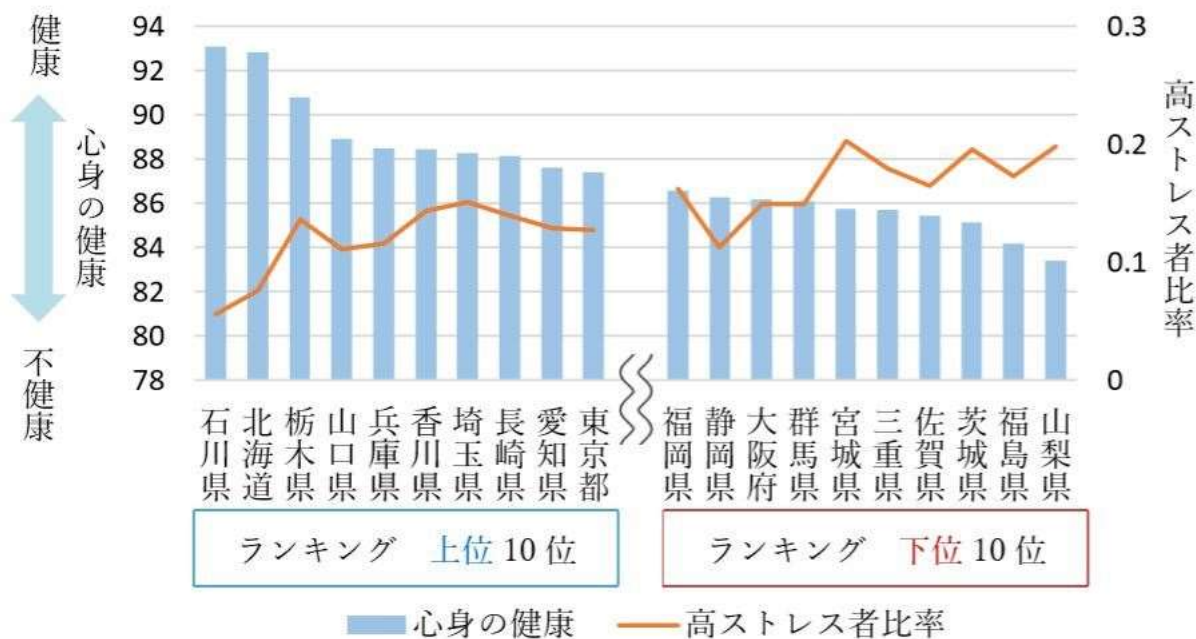
めまいや腰痛、肩こりといった身体的な不調が少ない都道府県は、1位 石川県、2位 北海道、3位 栃木県でした。また、ワーストでは1位 山梨県、2位 佐賀県、3位 福島県でした。



【図2 都道府県ランキング 身体的な不調】

心身の健康:ベスト「石川県」、ワースト「山梨県」

心理的なストレスの状態と身体的な不調を総合した心身の健康状態が良い都道府県は、1位 石川県、2位 北海道、3位 栃木県という結果となりました。また、ワーストでは1位 山梨県、2位 福島県、3位 茨城県でした。なお、その人が高ストレス者であるかどうかは、心身の健康状態から判定されるものであり、心身の健康状態が悪い都道府県ほど高ストレス者の比率は高いという結果となっています。



【図3 都道府県ランキング 心身の健康および高ストレス者比率】

共通の課題は「活気のなさ」

ランキングでは石川県、北海道、栃木県が3トップとなり、心理的なストレス、身体的な不調、心身の健康のそれぞれのランキングで顔ぶれが大きく違うということはありませんでした。これは心理的ストレスと身体的な不調には強い関連性があるからだと思われます。ただ、東京都は心理的なストレスにおいてベスト10位に入っているものの、身体的な不調ではワースト10位に入っており、その違いには、通勤による身体への負担等、別の要因も関わっていると思われます。また、ランキングの上位を含め、どの都道府県でも心理的なストレスとして、活気がわかない、元気がない、いきいきする気持ちがないといった「活気のなさ」に共通性がありました。今回のデータでは、「仕事の意義・働きがい」や「ほめてもらえる職場」といった要因が、活気と強く関連していました。したがって、企業は活気に目を向け、従業員がいきいき働けるよう支援することで、ストレス軽減への取り組みにもつながるのではないかと考えられます。

- * 1 2019年度のデータを用いて集計しています。
- * 2 本社および事業場がある都道府県をその企業の所在地としています。
- * 3 2社未満の都道府県は集計から省いています。

【参考情報】

- 【調査結果】はたらく人が抱えるストレスに伴う経済的損失は、男性で生涯平均約6000万円に
<https://www.peacemind.co.jp/newsrelease/archives/261>
- ストレスチェック「職場とココロのいきいき調査®」
<https://www.peacemind.co.jp/service/stresscheck>

【ピースマインド株式会社について】

1998年創業、日本・アジア地域におけるEAPサービスのパイオニア企業。アジア地域で、国際水準の品質認証「産業医科大学メンタルヘルスサービス機関機能認定」を取得している唯一の民間企業（医療機関を除く）です。「はたらくをよくするエコシステムを創り、いきいきとした人と職場を増やす」を企業ビジョンとし、健全で、心豊かな、明るい未来社会に貢献し続けることを目指しています。

公認心理師・臨床心理士・精神保健福祉士・産業カウンセラー・保健師・看護師等の有資格社員および国内外の幅広いネットワーク体制で約1,200社・対象人数約80万人のサポートをし、グローバル大手企業を中心に外資系企業の支援実績国内トップシェアを誇っています。

| | |
|-------|---|
| 名称 | : ピースマインド株式会社 |
| 本社所在地 | : 〒104-0061 東京都中央区銀座3-10-6 マルイト銀座第3ビル8F |
| 代表者 | : 代表取締役 萩原英人 |
| 創業 | : 1998年9月(設立2004年3月) |
| 資本金 | : 9,025万円 |
| 事業内容 | : EAP(従業員支援)サービス、ストレスチェックの実施、組織分析、職場改善支援、研修/コーチング、健康経営支援 |
| HP | : https://www.peacemind.co.jp/ |

【取材等のお問い合わせ先】

| | |
|-------------------|---|
| ピースマインド株式会社 広報PR室 | |
| 電話 | : 03-3541-8660 |
| メール | : press@peacemind.co.jp |
| 担当 | : 末木 |
| お問合せ | : https://www.peacemind.co.jp/contact/form |