

Title	COVID-19による働き方の変化と健康およびウェルビーイングに関する縦断的検討
Sub Title	Changes in working styles and health and wellbeing due to the COVID-19 pandemic
Author	島津, 明人(Shimazu, Akihito)
Publisher	慶應義塾大学
Publication year	2023
Jtitle	学事振興資金研究成果実績報告書 (2021.)
JaLC DOI	
Abstract	<p>【研究の目的】 本研究では、COVID-19 のパンデミックによる働き方の変化と、労働者の健康およびウェルビーイングとの関連を、縦断調査により明らかにすることを目的とした。</p> <p>【研究方法】 インターネット調査会社（楽天インサイト）の登録モニタのうち20-59歳の正規従業員を対象に、約3ヶ月間隔で7回のオンライン調査を実施した（T1：2020年6月8～9日、T2：同年9月9～18日、T3：12月8～17日、T4：2021年3月8～20日、T5：同年6月7～20日、T6：同年9月6～19日、T7：同年12月7～20日）。それぞれの調査において、1600名（T1）、1425名（T2）、1385名（T3）、1345名（T4）、1252名（T5）、1283名（T6）、1189名（T7）から回答が得られた。</p> <p>【得られた成果】 主に以下の成果を得ることができた。</p> <p>(1) 仕事の量的負担は2020年12月に一時的に上昇したのに対し、上司や同僚からのサポート、ワーク・エンゲイジメントは2020年6月からの約1年半にかけて低下していた。</p> <p>(2) 仕事における退屈は仕事の低負担、ワーカホリズムは仕事の高負担を各々規定要因とし、心身の不健康および離職意思につながっていた。</p> <p>(3) リカバリー経験のうちリラックスは、頸関節症の低リスクと有意に関連していた。</p> <p>(4) 「職場の上司・同僚との週1回以上の対面による交流」「友人・知人との月1～3回の対面および非対面による交流」は、対象者の孤独感の低さと有意に関連していた。</p> <p>(5) ホワイトカラーでは、1日の座位比率が低いと精神的健康およびワーク・エンゲイジメントが良好であった。</p> <p>[Aim] The purpose of this study was to examine the relationship between changes in working styles due to the pandemic of COVID-19 and worker health and well-being through a longitudinal survey.</p> <p>[Method] Four-wave online surveys were conducted with approximately three months intervals (T1: June 8-9, 2020; T2: September 9-18, 2020; T3: December 8-17, 2020; T4: March 8-20, 2021 T5: June 7-20, 2021; T6: September 6-19, 2021; December 7-20, 2021) among regular employees aged 20-59 who were registered monitors of an online survey company (Rakuten Insight). Responses were obtained from 1600 (T1), 1425 (T2), 1385 (T3), 1345 (T4), 1252 (T5), 1283 (T6), and 1189 (T7) respondents for each survey.</p> <p>[Achievements] We obtained the following findings.</p> <p>(1) Quantitative job demands temporarily increased in December 2020, whereas support from supervisors and coworkers and work engagement decreased from June 2020 to about 18 months later.</p> <p>(2) Boredom at work and workaholism were related to low job and high job demands, respectively, and were related to physical and mental ill-health and intention to leave the job.</p> <p>(3) Among recovery experiences, relaxation was significantly related to a lower risk of TMJ disorder.</p> <p>(4) "Face-to-face interaction at least once a week with work supervisors/colleagues" and "Face-to-face and non-face-to-face interaction with friends/acquaintances 1-3 times a month" were significantly related to with lower loneliness.</p> <p>(5) In white-collar workers, lower daily sitting ratio was related to better mental health and work engagement.</p>
Notes	
Genre	Research Paper

URL

https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=2021000003-20210174

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the Keio Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

研究代表者	所属	総合政策学部	職名	教授(有期)	補助額	1,000 (特A)千円
	氏名	島津 明人	氏名（英語）	Akihito Shimazu		

研究課題（日本語）

COVID-19による働き方の変化と健康およびウェルビーイングに関する縦断的検討

研究課題（英訳）

Changes in working styles and health and wellbeing due to the COVID-19 pandemic

1. 研究成果実績の概要

【研究の目的】

本研究では、COVID-19のパンデミックによる働き方の変化と、労働者の健康およびウェルビーイングとの関連を、縦断調査により明らかにすることを目的とした。

【研究方法】

インターネット調査会社（楽天インサイト）の登録モニタのうち20-59歳の正規従業員を対象に、約3ヶ月間隔で7回のオンライン調査を実施した（T1:2020年6月8~9日、T2:同年9月9~18日、T3:12月8~17日、T4:2021年3月8~20日、T5:同年6月7~20日、T6:同年9月6~19日、T7:同年12月7~20日）。それぞれの調査において、1600名（T1）、1425名（T2）、1385名（T3）、1345名（T4）、1252名（T5）、1283名（T6）、1189名（T7）から回答が得られた。

【得られた成果】

主に以下の成果を得ることができた。

- (1) 仕事の量的負担は2020年12月に一時的に上昇したのに対し、上司や同僚からのサポート、ワーク・エンゲイジメントは2020年6月からの約1年半にかけて低下していた。
- (2) 仕事における退屈は仕事の低負担、ワーカホリズムは仕事の高負担を各々規定要因とし、心身の不健康および離職意思につながっていた。
- (3) リカバリー経験のうちリラックスは、頸関節症の低リスクと有意に関連していた。
- (4) 「職場の上司・同僚との週1回以上の対面による交流」「友人・知人との月1~3回の対面および非対面による交流」は、対象者の孤独感の低さと有意に関連していた。
- (5) ホワイトカラーでは、1日の座位比率が低いと精神的健康およびワーク・エンゲイジメントが良好であった。

2. 研究成果実績の概要（英訳）

[Aim]

The purpose of this study was to examine the relationship between changes in working styles due to the pandemic of COVID-19 and worker health and well-being through a longitudinal survey.

[Method]

Four-wave online surveys were conducted with approximately three months intervals (T1: June 8-9, 2020; T2: September 9-18, 2020; T3: December 8-17, 2020; T4: March 8-20, 2021; T5: June 7-20, 2021; T6: September 6-19, 2021; December 7-20, 2021) among regular employees aged 20-59 who were registered monitors of an online survey company (Rakuten Insight). Responses were obtained from 1600 (T1), 1425 (T2), 1385 (T3), 1345 (T4), 1252 (T5), 1283 (T6), and 1189 (T7) respondents for each survey.

[Achievements]

We obtained the following findings.

- (1) Quantitative job demands temporarily increased in December 2020, whereas support from supervisors and coworkers and work engagement decreased from June 2020 to about 18 months later.
- (2) Boredom at work and workaholism were related to low job and high job demands, respectively, and were related to physical and mental ill-health and intention to leave the job.
- (3) Among recovery experiences, relaxation was significantly related to a lower risk of TMJ disorder.
- (4) “Face-to-face interaction at least once a week with work supervisors/colleagues” and “Face-to-face and non-face-to-face interaction with friends/acquaintances 1-3 times a month” were significantly related to with lower loneliness.
- (5) In white-collar workers, lower daily sitting ratio was related to better mental health and work engagement.

3. 本研究課題に関する発表

発表者氏名 (著者・講演者)	発表課題名 (著書名・演題)	発表学術誌名 (著書発行所・講演学会)	学術誌発行年月 (著書発行年月・講演年月)
島津明人	コロナ禍による働き方の変化と健康・ウェルビーイング	ストレス & ヘルスケア. 2022年春号	2022
河田美智子・島津明人	仕事における退屈	産業精神保健; 29(4): 406-413	2021
河田美智子・時田征人・宮中大介・島津明人	仕事の退屈尺度日本語版(DUBS-J)の信頼性・妥当性の検討	産業衛生学雑誌, 63, P551	2021年5月24日
時田征人・河田美智子・宮中大介・島津明人	COVID-19の感染体験による心理的ストレス反応への経時的影響	産業衛生学雑誌, 63, P504	2021年5月25日

Kawada, M., Tokita, M., Miyanaka, D., Sato, Y., & Shimazu, A.	The Distinctiveness of Boredom at Work, Workaholism, and Work Engagement among Japanese Employees	16th International Congress of Behavioral Medicine	2021 年 7 月 15-18 日
河田美智子・宮中大介・時田征人・榎原圭子・森菜安奈・Fuad Hamsyah・佐藤悠稀乃・林昱衡・島津明人	コロナ禍における仕事における退屈と心理的ストレス反応との関連	第 29 回産業ストレス学会	2022 年 3 月 25-26 日
榎原圭子・時田征人・Fuad Hamsyah・河田美智子・宮中大介・森菜安奈・佐藤悠稀乃・林昱衡・島津明人	コロナ禍における他者との対面・非対面の交流頻度と労働者の孤独感との関連性	第 29 回産業ストレス学会	2022 年 3 月 25-26 日
河田美智子・榎原圭子・時田征人・宮中大介・森菜安奈・Fuad Hamsyah・林昱衡・佐藤悠稀乃・島津明人	仕事における退屈と心身の不健康および離職意思との関連 ワーカホリズムとの差異から	第 95 回日本産業衛生学会	抄録採択済み
榎原圭子・時田征人・Fuad Hamsyah・河田美智子・宮中大介・森菜安奈・佐藤悠稀乃・林昱衡・島津明人	COVID-19 流行下における身体活動/座位行動と心理的 well-being との関連	第 95 回日本産業衛生学会	抄録採択済み
Hamsyah, F., Miyanaka, D., Sakakibara, K., Kawada, M., Lin, Y., Sato, Y., Tokita, M., Shimazu, A.	Having Children Under 12, Work Engagement, Mental Well-Being, and Psychological Distress Among Japanese Workers During COVID-19 Pandemic	15th European Academy of Occupational Health Psychology Conference	抄録採択済み
島津明人・時田征人・Fuad Hamsyah・河田美智子・宮中大介・森菜安奈・林昱衡・榎原圭子・佐藤悠稀乃	コロナ禍における就業状況と精神的健康状態の変化:7 時点の縦断調査による検討	第 95 回日本産業衛生学会	抄録採択済み