

## 研究・調査報告書

分類番号	報告書番号	担当
A-153	13-129	滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学部門
<b>題名 (原題/訳)</b>		
Job Strain and Health-Related Lifestyle: Findings From an Individual-Participant Meta-Analysis of 118,000 Working Adults. 仕事の負荷と健康に関連する生活習慣：118,000人の労働者のメタ解析からの知見		
<b>執筆者</b>		
Heikkilä K, Fransson EI, Nyberg ST, Zins M, Westerlund H, Westerholm P, et al.		
<b>掲載誌</b>		
Am J Public Health, 2013 Nov;103(11):2090-7. doi: 10.2105/AJPH.2012.301090.		
<b>キーワード</b>		<b>PMID</b>
仕事の負荷、生活習慣、メタ解析		23678931
<b>要 旨</b>		
<p><b>目的：</b> 労働関連ストレスの指標としての仕事負荷と非健康のおよび健康的な生活習慣との関連について検討した。</p> <p><b>方法：</b> ヨーロッパの11の研究報告（横断的研究 n=118,701, 長期的研究 n=43,971）から個人のデータについてメタ解析を行った。本研究では仕事負荷を2群（負荷ありと負荷なし）および分類別（高負荷、活動的仕事、受動的仕事、低負荷）で解析した。BMI、喫煙、飲酒、余暇の運動を健康的な生活習慣または非健康的な生活習慣を決定する要素とした。</p> <p><b>結果：</b> 仕事負荷のある群では、仕事負荷のない群よりも非健康的な生活習慣を多く有しており（オッズ比=1.25; 95%信頼区間=1.12, 1.39）、健康な生活習慣を有していない傾向が見られた（オッズ比=0.89; 95%信頼区間=0.80, 0.99）。追跡調査の期間中に健康的な生活習慣が身についた人の割合は、仕事負荷の小さい群よりも仕事負荷の大きい群で低かった（オッズ比=0.88; 95%信頼区間=0.81, 0.96）。</p> <p><b>結論：</b> 仕事に関連したストレスは非健康的な生活習慣と関連があり、ストレスがない状態は健康な生活習慣と関連がある。しかし、長期的な調査では仕事に関連したストレスと生活習慣には直接的な因果関係がないことが示唆された。</p>		