保健管理センターから

キャンパス移転と職員
―意識と健康―

保健管理センター
心理相談部門
中丸澄子

はじめに

本誌二九〇号及び三二〇号で、学生を対象とした大学移転に関するアセスメント調査の結果を、精神保健を中心に述べてきましたが、教職員たちはどのような意識のもとに、西条キャンパスの日々を送っているのでしょうか。

在学期間の定まった通過集団である学生以上に、大学キャンパスをライフワークの場としている教職員たちこそ、大学移転の影響を大きく蒙ったのではないでしょうか。

教職員は、学生たちが体験した環境変化に加えて、それまで保たれてきた仕事の流れの中断や通勤時間の変化、転居を余儀なくされた場合には家族を巻き込んでの生活の変化など、誰もがかなりのストレスを経験したと思われるからです。

今回は、平成四年に職員を対象に行った調査結果をもとに、その意識や健康上の問題点にふれてみたいと思います。

一．調査の概要

学生を対象とした調査から浮かび上がってきた西条キャンパス像は、

①広々として自然に恵まれているが、精神を賦活する刺激に乏しく、市街地からも離れているので生活が不便である

②地域全体がもう一つ魅力に欠ける

③大学街の形成が促進されておらず、大学が地域から孤立している

などでした。このような西条キャンパスの風土は、職員たちにはどのように受けとめられ、志気や健康にどのような影響をもたらしているのでしょうか。

この解答を得ることを調査の第一の目的としました。調査の二番目の目的は、環境への認知や、環境変化による生活面・健康面への影響の生じ方が、個人の特性によってどのように異なるかを知ることでした。

環境認知や環境適応と関連する個人特性は、おそらく無数にあるでしょうが、この調査では「A型行動傾向（Type－A Behavior Pattern）」を取り上げました。

A型行動傾向とは、行動と感情の個人的特徴で、時間への切迫感、勤勉と仕事欲、敵意と攻撃性に集約されます。この行動傾向の強さと虚血性心疾患との関連が指摘されて以来、注目されるようになりました。虚血性心疾患死亡は現在、国民死因別死亡率の第二位を占める心疾患死亡の約三割に当たり、今後さらに増加が予想されている点からも、日本人が元来仕事中毒を指摘されている点からも、この行動傾向は、健康管理上意義深い特性と考えられます。

これに加えて、調査の中でこの特性を取り上げたのは、野心的で競争的で、絶えず時間に追われているように感じ、仕事に駆り立てられているA型行動傾向者にとって、刺激の少ない、何かと不便の多い西条キャンパスがどのように認知され、志気や健康にどのような変化を生ぜしめているかに、大いに関心をひかれたからです。

調査対象は、教育学部（平成元年移転）、理学部（平成三年移転）の全教職員で、調査時期は平成四年十一月、調査票回収数は三二〇、回収率は六九％でした。

二．調査結果の概要

(1)環境認知―東広島在住者に多い好意的評価

西条キャンパスとその周辺地域に対する評価は、学生の調査結果と大差ないもので、「緑が豊かで自然に恵まれていること」「騒音が少なく静かであること」には八割以上が「そう思う」と回答し、またその八割以上がこれを「好ましい」と回答しました。また、「いろいろな面で環境からの刺激が乏しい」「地域社会から離れ大学が孤立している」にも過半数が「そう思う」と回答し、これらのことは「好ましくない」という回答がやはり過半数を超えていました。

「市街地から離れているので研究面・生活面で支障をきたすことが多い」には六九％が、「医療機関が少なくいざという時不安」には六七％が「そう思う」、そして、「西条の町に魅力を感じる」人は七％、「あまり魅力を感じない」人は六〇％に達していました。西条キャンパスの環境に「大体満足している」人は三八％、「あまり満足していない」人は三四％、「どちらともいえない」は二七％で、満足している回答と満足していない回答はほぼ同数でした。

以上の環境評価に関する回答に、性差や職種差は見られませんでしたが、東広島在住者（一三三名）と広島在住者（一三二名）には大きな相違がありました。

当然のことながら、東広島在住者は広島在住者に比べはるかに環境を好意的に評価しており、「西条の町に魅力を感じる」回答は東広島在住者が倍以上、「西条の住民に親しみを感じる」回答は三倍近く、「西条キャンパスに満足している」回答も、倍近く広島在住者を上回っていました。

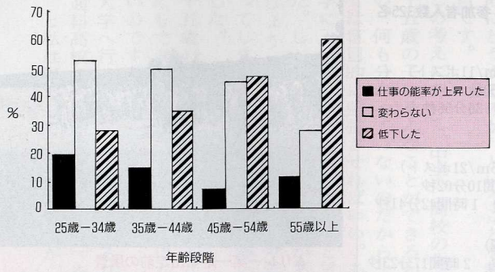

図　仕事の能率の変化（男性教官）

(2)移転による変化
―仕事の能率や生活の充実感は低下、ストレスや疲労は増加―

西条移転によって生活面・健康面に蒙った変化として、概して望ましくない方向への変化が目立ちました。

まず仕事の能率ですが、「上昇した」は一〇％で、三一％強は「低下した」と答えています。仕事への充実感もほぼ同様でした。

仕事上ストレスを感じることが「多くなった」は二八％、「少なくなった」はわずか六％でした。さらに、職場の同僚以外との交際頻度、スポーツなどを楽しむ頻度など、仕事を離れたつきあいや趣味を楽しむ機会が「減った」という回答が五〇％近くに昇りました。

最も気がかりなのは、全体に疲労感を感じることが「多くなった」という回答が四七％にも達していること、生活の充実感が「減少した」回答も二八％もあることでした。

これらの生活や志気の変化には、性差、職種差、年齢差が見られ、東広島在住者と広島在住者との間にも大きな相違がありました。概して男性と高年齢者に望ましくない方向への変化が目立ちました（図）。

一方、環境に関して好意的評価をした東広島在住者は、概ね望ましい方向への変化を示し、仕事の能率の上昇、ストレスの減少、疲労感の減少、居住地で地域活動に参加する頻度、全体的な生活の充実感の上昇など、広島在住者とは非常に異なる状況を見せました。

(3)心身の自覚症状
―通勤時間の長い人ほど自覚症状が多い―

予想されたことではありますが、通勤時間が三十分未満の職員は、一時間以上の職員より自覚症状が少ないことが数字の上で証明されました。そのほか、帰宅後スポーツやレジャーを楽しむ頻度が増加した人、居住地で地域活動に参加する頻度の高い人、全体的な充実感が上昇した人は自覚症状が少ないこともわかりました。これも居住地の影響が大きいものと想像されます。

(4)A型行動傾向との関連
―A型行動傾向の職員は環境には比較的好意的、でも健康状態は不良―

ここでは、男性教官のみを分析の対象としています。

私の暗黙の予想に反して、A型行動傾向者には、西条地区の環境を好意的に評価する人がわずかながら多く、仕事への充実感、生活への充実感が上昇したという人もA型行動傾向者に多かったのです。これはちょっと意外でした。

一方、自覚症状にはA型行動傾向者とそうでない人には顕著な差が見られ、すべての自覚症状項目にA型行動傾向者の該当者が多く、特に、疲労感、頭痛、肩凝り、不眠、イライラ感、胃痛などの訴えはA型行動傾向者に有意に多く見られ、A型行動傾向者のストレスの強さをひときわ感じさせました。

また動悸や息切れ、喉のつまる感じ、飲酒の習慣もA型行動傾向者に多く、心疾患との関連を間接的ながらにおわせるものでした。

三．おわりに

もう制限枚数も尽きようとしているので、簡単にまとめてみます。

この調査で明瞭に浮かび上がってきたのは、「職住接近」の意義です。

西条地区に居を移した職員の多くは、他地区から通勤している職員が仕事の能率や充実感を低下させている中にあって、逆に能率も充実感も上昇させ、地域での活動を増加させていました。そこに、この地に根をおろし、「職」と「住」を同じ地域の中に置くことによって、仕事も私生活も充実させていこうとする姿勢をうかがうことができました。

次に、A型行動傾向者と環境変化について。

A型行動傾向者は、傾向として、環境を好意的に評価しており、志気や能率の上昇を見た人が多かったにもかかわらず、自覚する健康状態は概して良くありませんでした。私は当初、「都会的な刺激の少ない、何かと不便な環境で、野心的で時間に追われる仕事人間のA型行動傾向者は不満と焦燥をつのらせているだろう」と予想していました。結果は随分違っていました。

しかし考えてみると、これが日本的A型行動傾向者の特徴なのかもしれません。欧米のA型行動傾向者に比べ、日本のA型行動傾向者は攻撃的傾向が少ない、とかねてから言われています。

仕事熱心で、仕事と自分自身とを同一化している日本的A型行動傾向者は、環境が変わろうと、少々不便であろうと、そんなことにはお構いなく仕事に励み、たとえ仕事の能率が落ちても、それを環境のせいにしたりせず、遅れを取り戻すために一層仕事に精を出す、という行動パターンが多いのではないでしょうか。

その結果、ストレスは着実に蓄積されゆき、心身に愁訴を出現させるのではないかと思います。A型行動傾向者は実際には過敏で環境の影響を受けやすいにもかかわらず、それを意識の上で明確に受けとめず、ひたすら仕事に自分を駆り立てて行く。そこに健康上の落とし穴があるように思えてなりません。A型行動傾向を自覚する方は、時に立ち止まって自分の心身から発するSOSに耳を傾けていただきたい、と願わずにはいられません。

この調査は二年半前に行った調査です。今は新キャンパスの全学部がそろい、環境も当時よりは格段に整備されました。今、再調査を行えばまた違った結果が得られると思います。

A型行動傾向を判定する質問票も載せたいと考えましたが、スペースが足りません。

気になる方は、保健管理センターにご来談ください。

（なかまる・すみこ）

お知らせ

●国際大学交流セミナー

工学部では、「国際大学交流セミナー」を開催することになりました。

今回のセミナーでは、当工学部と交流協定を締結している大連理工大学（中国）から、副学長ほか十八名を招へいし、「二十一世紀の工業と技術について考える」をテーマに、大学で何を学び、何をすべきかについて討論を行います。

多数の皆さんの参加をお待ちしております。

開催期日等は左記のとおりです。

記

期間　十月六日(金)から十三日(金)
場所　工学部二一八講義室

広大生協ベストセラー・トップ・テン

①ソフィーの世界　ヨースタイン・ゴルデル　NHK出版
②ゼニの人間学　青木雄二　KKロングセラーズ
③ナニワ金融道　カネと非情のサバイバル講座　青木雄二（監修）　講談社
④日本人は思想したか　中沢、梅原、吉本　新潮社
⑤完全犯罪捜査マニュアル　小野一光　大田出版
⑥終りなき日常を生きろ　オウム完全克服マニュアル　宮台真司　筑摩書房
⑦トンデモ本の世界　と学会(編)　洋泉社
⑧細胞の分子生物学　第三版　B・アルバーツほか　教育社
⑨アメリカはなぜ日本に原爆を投下したのか　ロナルド・タカキ　草思社
⑩社会科学再考　石田雄　東京大学出版会