

単身赴任と心身の健康

概要

日本では転勤に伴い既婚者がやむを得ない事情等で家族と離れて暮らす単身赴任という労働形態が比較的一般的に行われているが、生活が大きく変化する事により、精神面や身体面での健康状態への影響が懸念される。本研究では、平成25年国民生活基礎調査（匿名データA）を用いて単身赴任者と心身の健康との関連を検討する横断研究を行った。

仕事を持つ既婚の単身赴任群を抽出し、「年齢」「性別」「学歴」をマッチングさせた家族同居群との比較を行った。精神面との関連を検討する為に「こころの状態（K6合計点）」及び「悩みやストレスの原因」を、身体面との関連を検討する為に「通院の傷病名」から生活習慣病の「糖尿病」「脂質異常症（高コレステロール血症等）」及び「高血圧症」を選択して比較と分析を行った。また、対象者の背景によるサブグループ解析も実施した。

精神的な健康状態については、「悩みやストレスの原因」では、単身赴任群で「家族との人間関係」「離婚」「子どもの教育」「住まいや生活環境」の割合が高かったものの、K6で評価したこころの状態には大きな違いは認められなかった。身体的な健康状態については、単身赴任群で脂質異常症や高血圧症での通院割合が家族同居群と比較して高い傾向がみられ、糖尿病では逆に家族同居群の方で通院割合が高い傾向がみられたが、全体的に大きな差は認められなかった。サブグループ解析の結果では、管理的職業従事者および会社・団体等の役員のグループで「何らかのうつ・不安の問題がある可能性」を持つ者の割合が単身赴任群でより高いという傾向が見られ、60～64歳で高血圧の為に通院する者の割合が単身赴任群の方で高い傾向が認められた。

全体的に、本研究からは単身赴任群と家族同居群の心身の健康に関して明確な関連は認められず、影響は限定的であった。ただし横断研究であり因果関係が検討できないこと、サンプルにバイアスが存在する可能性、サブグループ解析による偶然の結果の可能性などを考慮すると、結果の解釈には十分な注意を要する。今回得られた知見を今後の仮説検証の手がかりとしつつ、縦断研究などにより更なる検討を重ねていく必要がある。