

[課程-2]

審査の結果の要旨

氏名 窪田和巳

本研究は、日本国内の労働者を対象として、ワーカホリズム（強迫的かつ過度に一生懸命働く傾向）が睡眠の質（全般的な睡眠の質、入眠時間、睡眠時間、睡眠効率、睡眠障害、眠剤の使用、日中覚醒困難）に与える影響を検証することを目的に、国内の A 調査会社に登録しているモニタを対象とした前向きコホート調査を 2010 年 10 月(ベースライン)と 2011 年 5 月(フォローアップ) に実施したものであり、以下の結果を得ている。

1. 入眠時間に関して、ワーカホリズム低群および中群と比べ、ワーカホリズム高群において全ての共変量（属性、ベースラインでの入眠時間、仕事関連要因）投入後もフォローアップ時点の入眠時間が有意に長いことが明らかになった。
2. 日中覚醒困難に関して、ワーカホリズム低群と比べ、ワーカホリズム高群において全ての共変量を投入後もフォローアップ時点の日中覚醒状態が有意に悪いことが明らかになった。
3. 全般的な睡眠の質、睡眠時間、睡眠効率、睡眠障害、眠剤の使用、に関しては全ての共変量を投入後のワーカホリズム群間で有意な差は認められなかった。

以上、本論文はベースライン時のワーカホリズムが 7 ヶ月後の睡眠時間および日中覚醒困難に関して悪影響を及ぼすことが明らかにした。本研究はこれまで知見の少なかった、ワーカホリズムが睡眠の質に及ぼす長期的な影響を示唆するものであり、産業精神保健領域における重要な貢献をなすと考えられ、学位の授与に値するものと考えられる。