

2013/10/17

世界自殺予防デーに合わせて実施「働く人の電話相談室」
全国 13 カ所で計 814 件の相談
全体の約半数に「職場の問題」が関係
「無職」の方からの相談は例年と変わらず 25%で最多

一般社団法人日本産業カウンセラー協会は、9月10日の世界自殺予防デーにあわせて9月10日から12日まで3日間、無料の電話相談「働く人の電話相談室」を全国13支部で開設し、3日間で計814件を受け付けました。

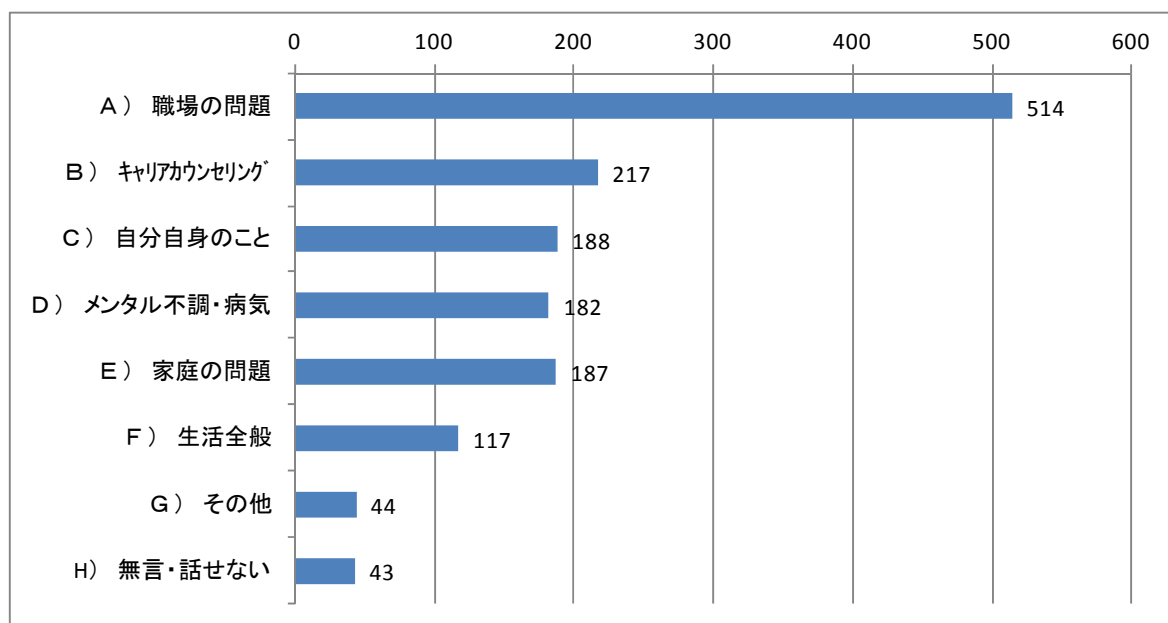
当電話相談は、今年で7回目の実施になりますが、昨年までの相談の中で、職場、生活・経済問題、家庭の問題などが複合的に起きている相談が多く寄せられたため、今まで相談者の主訴を一つに限定して統計をとっていたのを、今年は主訴を3つまでの複数選択ができるようにしてデータをまとめたところ、全体の半数近くが何らかの「職場の問題」を訴えていました。

また、今年も全体の4分の1が現在無職の方からで、さまざまな理由での働けない苦しみが多く寄せられました。正社員は24%、非正規社員は21%で、細目での「労働条件」「生き方」などの相談は、正規社員よりも非正規社員から多く寄せられました。

■分野別相談件数の割合

- ・ 相談内容は、AからHまでをカテゴリとしてまとめ、A-1からHまでの44の項目から選択。主訴を1つから3つまで選択して集計。選択された項目は計1492で、相談者ひとりあたりの主訴平均は1.8件。
- ・ カテゴリA「職場の問題」が、次に多いカテゴリB「キャリアカウンセリング」を大幅に引き離して最も多かった。
主訴をひとつにしていた昨年まではここまでの開きは見られなかったため、他の問題にもみえた多くの問題に「職場」が関わっていることが分かった。

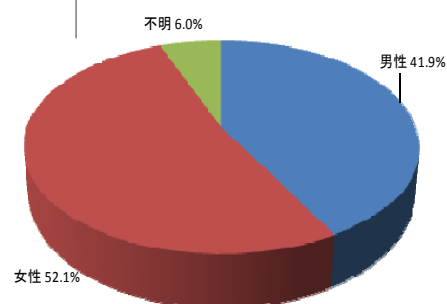
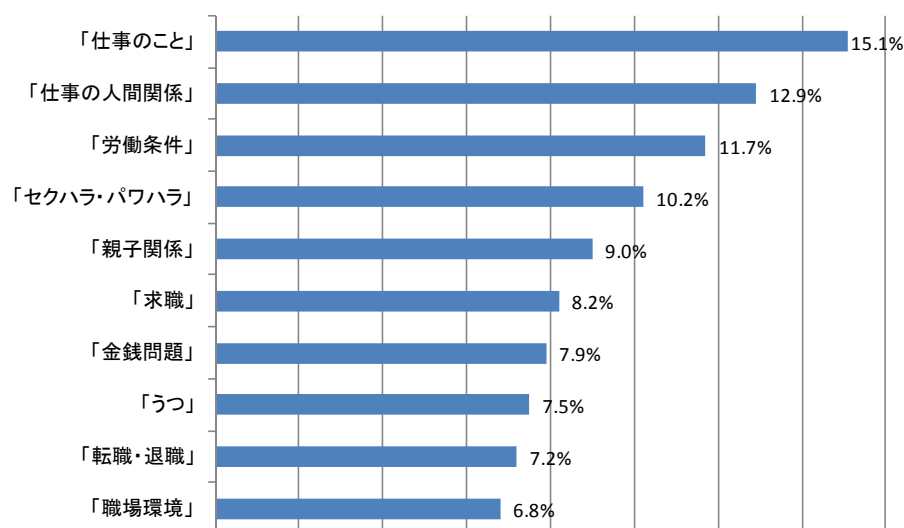
<カテゴリ別相談件数>



■細目別相談で多かったもの

- ・ 細目別で多かった相談は「仕事のこと」をトップに、上位 4 項目までがカテゴリ A「職場の問題」だった。また、「セクハラ・パワハラ」の結果、心のバランスを崩したり、退職に追い込まれたりなど、カテゴリ D「メンタル不調・病気」やカテゴリ B「キャリアカウンセリング」と強く結びついていた。パワハラ自体の解決はほとんど期待されておらず、なんとか職場に残る可能性を必死で探っている方が多かった。
- ・ 5 番目に多かった「親子関係」については、「病気なので自立できず家族に迷惑をかけている」など、カテゴリ D「メンタル不調・病気」や、「生活が苦しく、家族関係が悪くなった」といったカテゴリ F「金銭的な問題」と結びついたものが見られた。
- ・ 無職の方からの「求職」に関する相談は、「自分の性格のせいで就職ができない」「自分は社会に必要とされていない」といった、カテゴリ C「自分自身のこと」との結びつき、「メンタル不調であることが会社にバレたら解雇されて就職活動中」といったカテゴリ D「メンタル不調・病気」との結びつき、「親のすねをかじっている状態が申し訳ない」といったカテゴリ E「家庭の問題」との結びつき、「所持金がほとんどない。明日からどうやって暮らしたらいいかわからない」といったカテゴリ F「生活全般」との結びつきなど、さまざまな結びつきが見られた。“無職である”ということが、人生のさまざまな局面で大きなハンディキャップになっていることがうかがわれた。

<多かった相談細目>

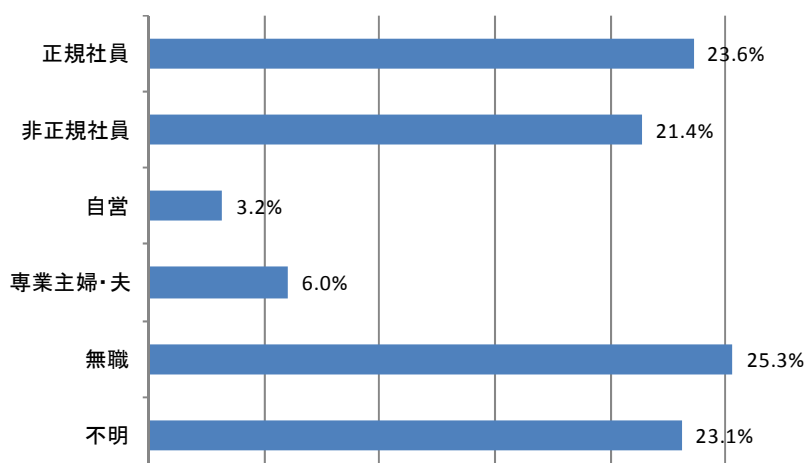


■相談者の男女比

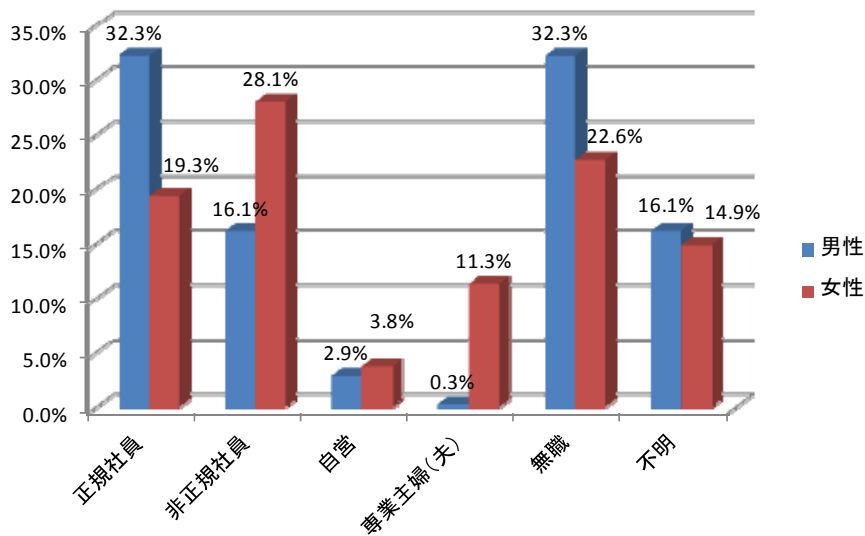
- ・ 男女比は男性 41.9%、女性 52.1%で女性のほうが 10 ポイント近く多かった。

■相談者の雇用形態

- ・ 例年同様、無職の方からの相談が最も多く全体の 25%。正社員からの相談が 24%、契約・派遣・パート・アルバイトなど非正規社員からの相談は 21%。

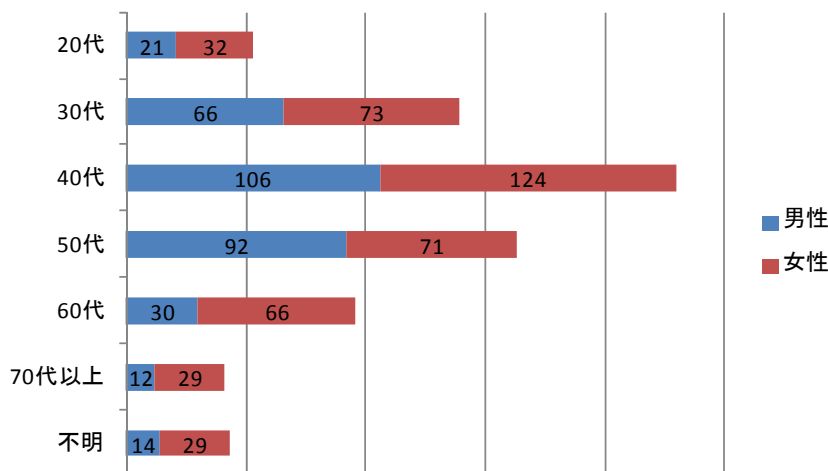


- ・女性のほうがパート・アルバイト等を含む非正規社員率が高かった。結果、経済的に不安定感を感じる女性が多かった。
- ・「労働条件」「生き方」などの相談は、正規社員よりも非正規社員から多く寄せられた。



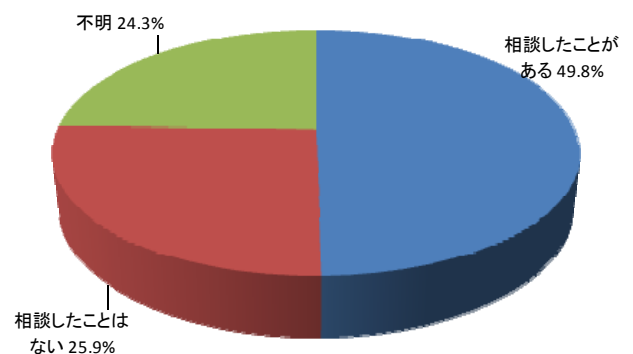
■年代別相談件数

- ・例年同様、最も相談が多かったのは働き盛りの40代。
- ・特に女性の割合が高かったのが、60代（男性の5.5倍）、70代以上（男性の2.4倍）など、高齢層。

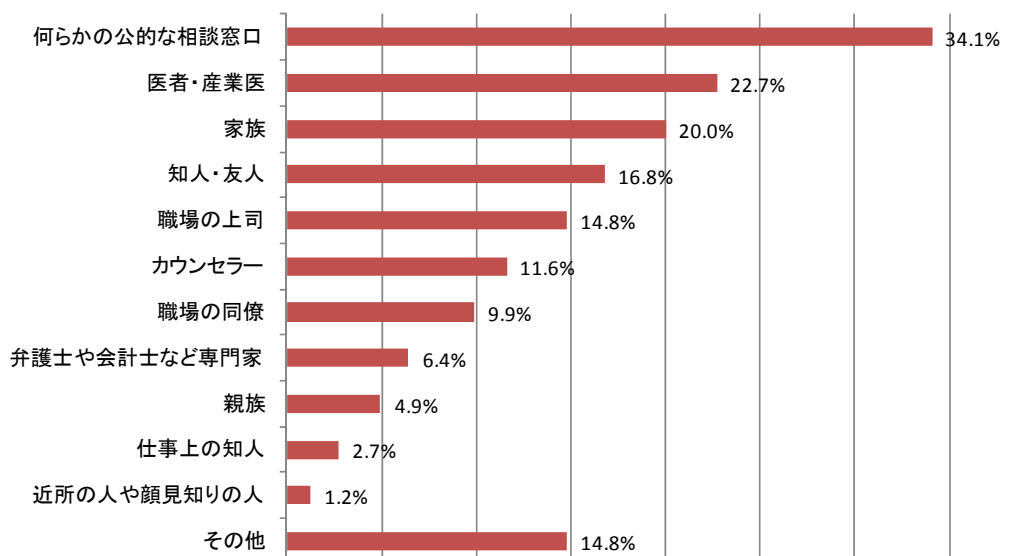


■以前の相談の有無と相談先

- ・今回の相談ごとに関して、以前に相談をしてみたことがあるかとの質問に、昨年同様、半数が「ある」と答えた。
- ・公的窓口への相談が最多で昨年より2ポイント増、さらに医者や産業医への相談は22.7%で、昨年より6.3ポイント増、家族への相談は20%で、昨年より5.5ポイント増。
- ・コア層の30～50代の年代別では、30代の64.2%が「相談したことがある」と答え、40代の55.8%、50代の57.1%より高く、さらに「職場の同僚」「職場の上司」など職場関係者、さらに「友人・知人」「家族」への相談割合は40代よりも30代のほうが5ポイント程度高く、40代の、「身近なひと」への相談割合が低い傾向がみられた。



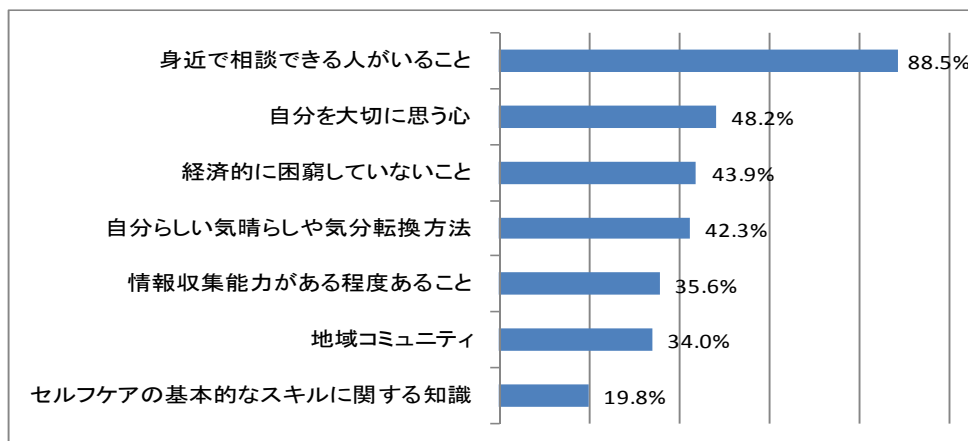
- ・ 相談しているにも関わらず、「どこへ相談しても解決しない」という無力感や、「だれも助けてくれない」という怒りを持つ相談者もいた。たらい回しでない、各所が連携しての「解決に向けた支援」が必要である。



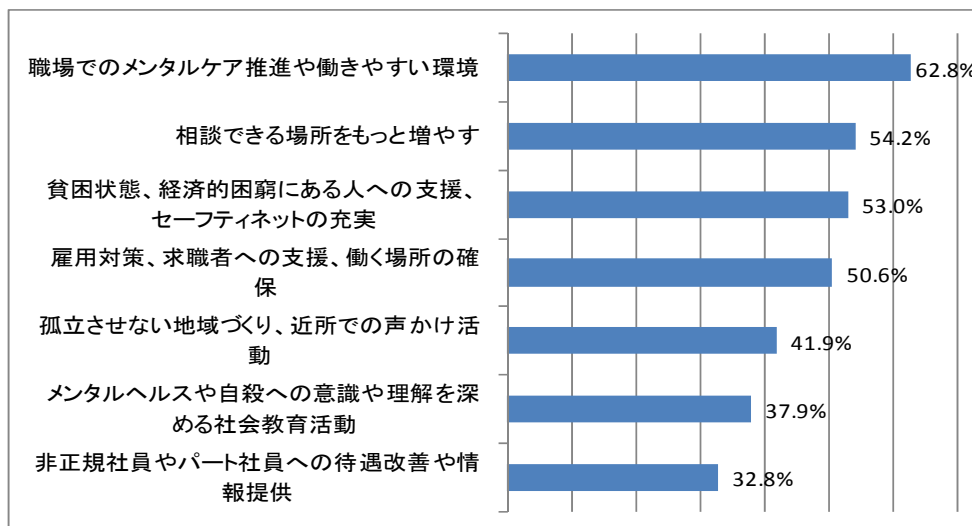
■ 相談を受けた産業カウンセラーの声

- ・ 全国で対応にあたった計 253 名の産業カウンセラーに事後アンケートを実施、自らが受けた相談を受けて、自殺抑止につながる条件と環境について複数回答で聞いたところ、“個人的な条件”としては「身近に相談できる人がいること」、「社会的な条件」としては「職場でのメンタルケア推進や働きやすい環境づくり」が最も多かった。

【産業カウンセラーが自殺抑止に重要と考える“個人的な条件・環境”】



【産業カウンセラーが自殺抑止に重要と考える“社会的な条件・環境”】



■誰もが雇用継続の不安や、あるべき職業人生について思い悩む職場の実情 働くこと・働く人への支援者として、産業カウンセラー活動を継続

今回の結果を受けての、当協会丹羽 英嗣 事業推進部長のコメントです。

多くの人は、仕事をするうえで、職場の将来性、職場の人間関係などの悩みや不安を感じています。カテゴリ別相談件数では、「職場の問題」「キャリアカウンセリング」が全体の半数近くになっていることから、働く人の問題は職場にあります。

職場で悩み事や問題が生じた場合には、「一人で抱え込まないようにすること」が大切です。当協会では、自殺予防の第一歩として「身近な人への相談」を呼びかけています。身近な人に相談しにくいことについては、公的な相談機関を積極的に利用していただきたいと考えます。また、周囲の人たちが、本人のこころのサインに気づき、相談機関につなげていくような、相互的な取り組みも重要です。

とは言え、近年の職場環境の変化に伴い、相談すべき最初の相手である“上司”が多忙すぎてそうしたケアができなかったり、コミュニケーションをとりにくい職場が増えてきたりしているのが現実です。決して少なくない方々が、雇用継続への不安を抱え、どのような職業人生を描くのか迷っているのが実情です。

働くこと、働く人の問題の専門家として、産業カウンセラーが、具体的な支援を行う場を増やし、社会貢献・事業推進の両面から、引き続き取り組んでいきます。

以上

＜報道関係の方からのお問い合わせ先＞

一般社団法人日本産業カウンセラー協会 事業推進部 丹羽 [TEL:03-3438-1298](tel:03-3438-1298)
株P&I 大原／富樫 TEL:03-5689-0445 FAX:03-5689-0455 E-mail: press@counselor.or.jp

「働く人の電話相談室」相談コード別集計結果

【A）職場の問題】

	件数	割合	男性		女性	
			件数	割合	件数	割合
仕事のこと	123	15.1%	69	8.5%	54	6.6%
人間関係	105	12.9%	40	4.9%	65	8.0%
職場環境	55	6.8%	19	2.3%	36	4.4%
労働条件	95	11.7%	43	5.3%	52	6.4%
セクハラ・パワハラ	83	10.2%	35	4.3%	48	5.9%
いじめ	31	3.8%	11	1.4%	20	2.5%
その他	22	2.7%	14	1.7%	8	1.0%
合計	514		231		283	

【B）キャリアカウンセリング】

	件数	割合	男性		女性	
			件数	割合	件数	割合
仕事の適性	23	2.8%	8	1.0%	15	1.8%
雇用形態	17	2.1%	8	1.0%	9	1.1%
転職・退職	59	7.2%	29	3.6%	30	3.7%
キャリアプランニング	8	1.0%	2	0.2%	6	0.7%
ライフキャリア	5	0.6%	2	0.2%	3	0.4%
求職	67	8.2%	39	4.8%	28	3.4%
復職	14	1.7%	8	1.0%	6	0.7%
解雇	19	2.3%	9	1.1%	10	1.2%
その他	5	0.6%	2	0.2%	3	0.4%
合計	217		107		110	

【C）自分自身のこと】

	件数	割合	男性		女性	
			件数	割合	件数	割合
性格	41	5.0%	21	2.6%	20	2.5%
人間関係	20	2.5%	8	1.0%	12	1.5%
生き方	49	6.0%	22	2.7%	27	3.3%
恋愛・結婚	15	1.8%	7	0.9%	8	1.0%
友人関係	3	0.4%	1	0.1%	2	0.2%
病気	51	6.3%	24	2.9%	27	3.3%
その他	9	1.1%	7	0.9%	2	0.2%
合計	188		90		98	

【D）メンタル不調・病気】

	件数	割合	男性		女性	
			件数	割合	件数	割合
うつ	61	7.5%	35	4.3%	26	3.2%
パニック障害	10	1.2%	5	0.6%	5	0.6%
PTSD	4	0.5%	1	0.1%	3	0.4%
メンタルな病気	44	5.4%	19	2.3%	25	3.1%
その他	45	5.5%	23	2.8%	22	2.7%
希死念慮・自殺願望	18	2.2%	11	1.4%	7	0.9%
合計	182		94		88	

【E）家庭の問題】

	件数	割合	男性		女性	
			件数	割合	件数	割合
夫婦問題・離婚	34	4.2%	12	1.5%	22	2.7%
DV	6	0.7%	1	0.1%	5	0.6%
親子関係	73	9.0%	14	1.7%	59	7.2%
育児	1	0.1%	0	0.0%	1	0.1%
虐待	2	0.2%	2	0.2%	0	0.0%
ひきこもり	12	1.5%	9	1.1%	3	0.4%
介護	11	1.4%	4	0.5%	7	0.9%
その他	48	5.9%	11	1.4%	37	4.5%
合計	187		53		134	

【F）生活全般】

	件数	割合	男性		女性	
			件数	割合	件数	割合
金銭問題	64	7.9%	37	4.5%	27	3.3%
法律問題	18	2.2%	8	1.0%	10	1.2%
隣人とのトラブル	7	0.9%	2	0.2%	5	0.6%
ストーカー	1	0.1%	0	0.0%	1	0.1%
その他	27	3.3%	14	1.7%	13	1.6%
合計	117		61		56	

【G）その他】

	件数	割合	男性		女性	
			件数	割合	件数	割合
その他	44	5.4%	24	2.9%	21	2.6%

■寄せられた相談内容より抜粋

- ・ 昨年就職。営業職だが、契約につながらない。上司から「給料返せ」などと言われた。出社が怖い、なんとか成果を出して職場に残りたい。しかし、その前に体を壊してしまいそうとも思う。
- ・ 50代で独身。今までは営業の仕事が多かったが、今は年齢のせいでなかなか見つからず、別の仕事にチャレンジしているが、専用端末など機械が苦手なため、仕事のスタート前研修の時点で若い人にまったくついていけないことを実感。落ち込む。
- ・ 40代。震災後、うつ病となり仕事ができなくなった。震災後に離婚、傷病手当から養育費を支払っていたが、手当の支給がまもなく終了してしまい、払えなくなってしまう。アルコールに頼ってしまう。
- ・ 職場を休職して2ヶ月になる息子のことで相談。震災で妻を亡くし、心のバランスをくずして睡眠薬を処方されている。息子の上司から、「迷惑をかけているから辞めたい」と言っていると聞いた。どう対応したらいいか分からない。親として何ができるか。
- ・ 1年半の間、アルバイトをしている。ゆくゆくは正社員にするとされているが、その見通しがない。同居している家族は経済的に大変厳しい状況。自分は自立したいが、アルバイトでも辞めるわけにはいかない。こういう生活の中で、自分が何をしたいのか、何が向いているのかもよくわからなくなってきた。
- ・ 中途入社から1年、上司のパワハラがきつくて辛い。言うことがしばしば変わる、怒鳴るなど。夜眠れず、仕事の効率が落ちてきた。仕事を辞めると次の職は無いと思う。薬に頼りたくないが、医者に行くしかないのだろうか。
- ・ 契約社員として複数の職場働いてきたが、最後の職場で仕事のやり方を全否定され、常に「非常勤のくせに」と言われ続けたため、体調を崩して休職中。夜中に突然飛び起きたりする。今日も5時過ぎに職場に電話を入れなくてはいけないのが辛くてたまらない。
- ・ 仕事を探している。先月まではタクシー運転手として働いていたが、ノルマを達成できず、出勤しづらくなった。手元のお金がまったくないため、日払いの仕事を探している。この3日間、食事をしていない。地元出身でないため、身寄りもなくどうしたらいいのか分からない。
- ・ IT関係企業の新入社員。会社はスキルがすべてで、自分は何も役にたてていない。求められるレベルが高く、分からないことがあっても聞きづらい。先輩からひどい言い方をされると、自分ができないのだから仕方ない、と思うが心臓がバクバクして吐き気がする。
- ・ どこに行っても仕事がうまく覚えられない。高校を卒業して、就職活動がうまくいかず、ずっとアルバイトで食いつないできた。日雇いや、1時間限りの仕事だと、覚える理由もわからなくなる。
- ・ 営業職。上司のパワハラがひどい職場で、最近も6名が退職。これからは自分の負担が増えると思う。毎日死ぬ夢を見てしまう。
- ・ 28年間、接客業で働いている。70歳の定年まであと数年だが、年金だけでは生活ができないので、ハローワークやシルバーセンターで相談しているが、この年齢での就職はかなり厳しく、悩んでいる。自分の腕に自信はあるが、若い人と比べられては見劣りがするのは否めない。
- ・ 職場で同僚からいじめを受けた。責任者に相談したところ、かえっていじめがひどくなった。責任者からは「あなたにも悪いところがある」と言われ、退職に追い込まれた。社労士に相談したら、慰謝料請求を勧められたが、お金が欲しいわけではない、会社がこの悔しい気持ちをわかってほしいというだけだ。

- ・ 人間関係や体調不良で、いくつかの仕事を点々としている。辞めぐせがついた自分が嫌だ。死んでしまいたいと思う。家族にも迷惑をかけている。自分はネガティブ思考なので、いつも悪いことばかり考えてしまう。惨めだし、辛い。
- ・ 仕事中に交通事故に遭って怪我をし、1 週間入院した。復帰後も体調が悪く、医者からは「適応障害」の診断書が出たが、それを会社に提出したところ、管理職 4 名に囲まれ「こんな診断が出た者はいらない」「退職届けを出せ」「お前を育てた親が悪い」などと責められた。身の危険さえ感じるが、辞めたくない。組合がないので相談するところがほしくて電話した。
- ・ 勤務時間外の労働が苦痛。残業代は出ない。やって当たり前の雰囲気職場で、上司から無言の圧力を感じ、精神的にきつい。男性として、夫として、社会で「こうあるべきだ」という考えにとらわれてしまう。精神的に楽になるにはどうすればいいのか教えて欲しい。
- ・ 期間工として働いていたが、健康診断で、うつで通院していることを伝えたら、会社に呼び出され、「うつ病とわかっていたら雇わなかった。騙された」と言われ、後日、「通常仕事をこなせていない」という理由で契約終了となった。他の人からは十分仕事はできていると言ってもらった。病気を持つ人を厄介払いしたかったのだと思う。
- ・ 就職活動中。ネットの SNS で炎上トラブルがあり、人格否定発言をいろいろとされたため、外に出るのが怖い。スマートフォンをしている人を見ると、この人がひどい書き込みをしているのではないかと感じてしまう。外交的な人ばかりが求められているような気がする。
- ・ 4 月に就職。7 月頃から食事が取れない、よく眠れない。心当たりがあるのは上司の言動なのだが、それがパワハラにあたるのか知りたい。
- ・ 10 年以上、パートとして働いてきた。有休があるとされているが、実際には取れない。同僚が、家族の病気で休んだときにも、上司の反応は厳しかった。上司の対応によって仕事を辞めざるを得ないような事態になったときに備えて、法律的な対処方法を知りたい。
- ・ 常に不安定雇用で将来が不安。正社員で働いたことは一度もない。今の勤め先は大企業だが、雇用形態は 3 つに分けられており、自分は正社員と仕事はほぼ同じなのに研修制度もボーナスもなく、労働組合にも入れない。正社員になれるのは 100 人のうち 3 人程度。契約打ち切りの可能性があるのも怖い。今まで自分がやってきた仕事に自信がなく、今後がとても不安。
- ・ 転職して単身赴任。仕事に馴染めない。分からないことが多いが、周りからは教えてもらえない。分かる範囲で頑張ってきたが、失敗が多く、話をするのも怖くなってきた。眠れず、食事もできず、ひと月で 10 キロ体重が減った。心臓がドキドキして、休みの日でも仕事のことを考えてしまう。
- ・ 母の年金だけで暮らしている。現在手元には 35 円しかない。金のない生活というのは本当にひどいものだ。どこに相談してもすぐに「生活保護を受給しては」と言うが、テレビでは受給者のことを税金泥棒と言っていた。受給を勧められる人の気持ちを分かっていない。
- ・ 2 年間仕事に就けていない。親の支援で生活。ハローワークに行っているが、不採用の通知ばかりで、自分は社会ではいけない人間だと辛い思いになる。主治医には結婚しろと言われる。長く働ける仕事に就きたいという自分の思いが理解されていないと感じる。
- ・ 職場の上司の言葉がきつくて、仕事に行くのが怖い。自分は仕事のミスが多く、上司から罵倒されるとかえってミスを重ねてしまう。やっと採用された仕事なので辞めたくないが、職場が近づくと胸が苦しくなる。夫の収入も高くないため、なんとか働きたい。