

船員のメンタルヘルスに関するアンケート調査について

注:本資料は、現時点における(一財)海技振興センターの「船員のメンタルヘルスに関するアンケート調査結果報告書(案)」等の資料を基に海事局で作成したものであり、数値等については、今後変更・修正があり得るもの。

調査の概要

1. (一財)海技振興センターは、2018年度に設置した「海技者のメンタルヘルスに関する調査研究専門委員会」において船員のメンタルヘルスに関するアンケート調査票を作成し、海運会社等の協力のもと、2018年10月から同アンケート票を外航船員、内航船員、練習船船員に対し配布し、12月までを目途にその回答を収集した。
2. アンケート調査票には、陸上との比較を念頭に置いて、陸上に置いて実施されているストレスチェックに関する質問と同様な質問を組み入れるとともに、船員のメンタルヘルスの実態を把握するため、メンタルヘルスに重大な影響を及ぼすストレス要因やストレス解消法等に関する質問を組み入れた。
3. アンケート調査票の質問事項の概要は、次のとおり。
 - ①アンケートに係る基本的な質問として、回答者の属性に関する質問
 - ・回答者は、外航船員か、内航船員か、航海士か、機関士か、年齢は何才台か・・・等の質問（これにより、以下の質問に対する回答者がどのような者であるか、把握できる。）
 - ②メンタルヘルスに関する陸上と同様な質問
 - ・回答者が高ストレス者かどうかを把握するため、陸上で使用されている職業性ストレスチェックと同様の質問（これにより、陸上との比較が可能となる。）
 - ③船員の仕事におけるメンタルヘルスの実態に関する質問
 - ・乗船中におけるストレスの要因や解消法はどのようなものかについて質問
 - ・船員は、会社の命により乗船勤務と陸上勤務を繰り返すことから、そのための乗船命令や下船命令を受けたとき、どのように感じるかについて質問
 - ・メンタルヘルスを確保するためには、休息や睡眠が必要と言われていることから、乗船中¹における船員の休息や睡眠の実態についての質問

回答者の状況①

【部門別】

	配布数	人数	回答率
外航船員	1,120	585	52.2%
内航船員	1,691	1,247	73.7%
練習船	400	335	83.8%
計	3,211	2,167	67.5%

【職名別】

職名	人数	割合
船長	238	11.0%
一等航海士	250	11.5%
二等航海士	193	8.9%
三等航海士	147	6.8%
機関長	201	9.3%
一等機関士	221	10.2%
二等機関士	103	4.8%
三等機関士	77	3.6%
通信長	12	0.6%
二等通信士	1	0.0%
三等通信士	4	0.2%
事務長	14	0.6%
事務員	7	0.3%
船医	1	0.0%
甲板長	82	3.8%
甲板部員（甲板手、甲板員等）	283	13.1%
操機長	14	0.6%
機関部員（機関手、機関員等）	100	4.6%
司厨長	87	4.0%
司厨部員（司厨手、司厨員）	94	4.3%
医務部（看護長、看護師）	7	0.3%
その他	19	0.9%
未回答	12	0.6%
計	2,167	100.0%

【性別】

性	人数	割合
男性	2,095	96.7%
女性	64	3.0%
未回答	8	0.4%
計	2,167	100.0%

【年齢別】

年令	人数	割合
10歳代	27	1.2%
20歳代	619	28.6%
30歳代	466	21.5%
40歳代	432	19.9%
50歳代	423	19.5%
60歳代以上	193	8.9%
未回答	7	0.3%
計	2,167	100.0%

回答者の状況②

【経験年数別】

経験年数	人数	割合
3年未満	347	16.0%
3～5年	235	10.8%
6～10年	308	14.2%
11～20年	389	18.0%
20～30年	441	20.4%
31年以上	440	20.3%
未回答	7	0.3%
計	2,167	100.0%

【乗組員数別】

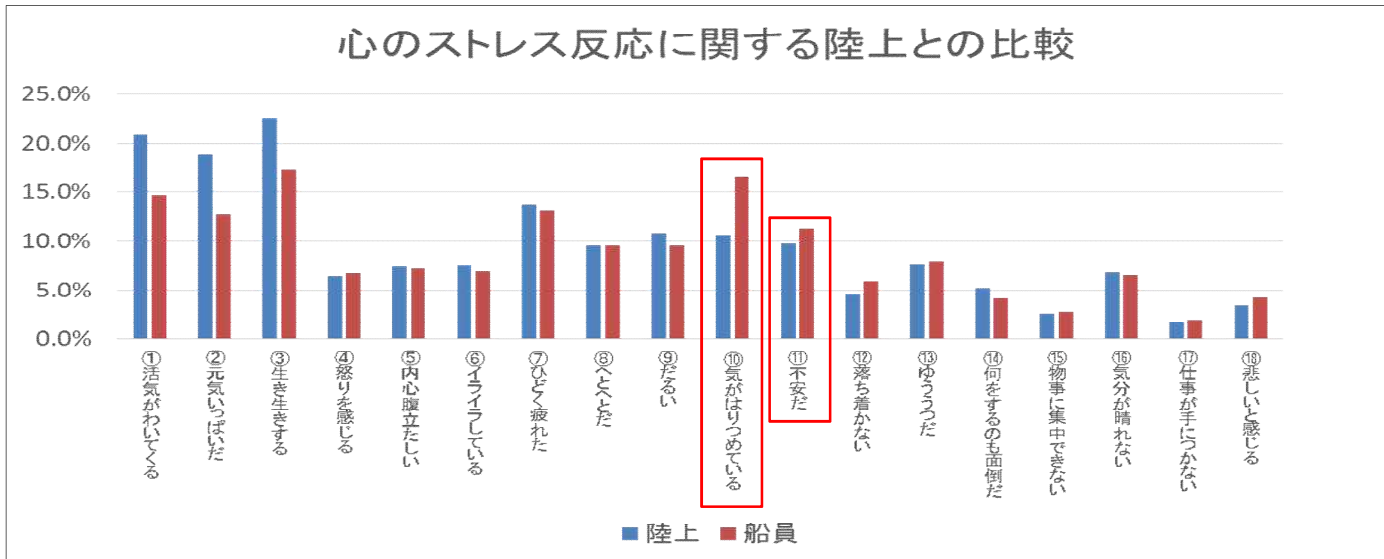
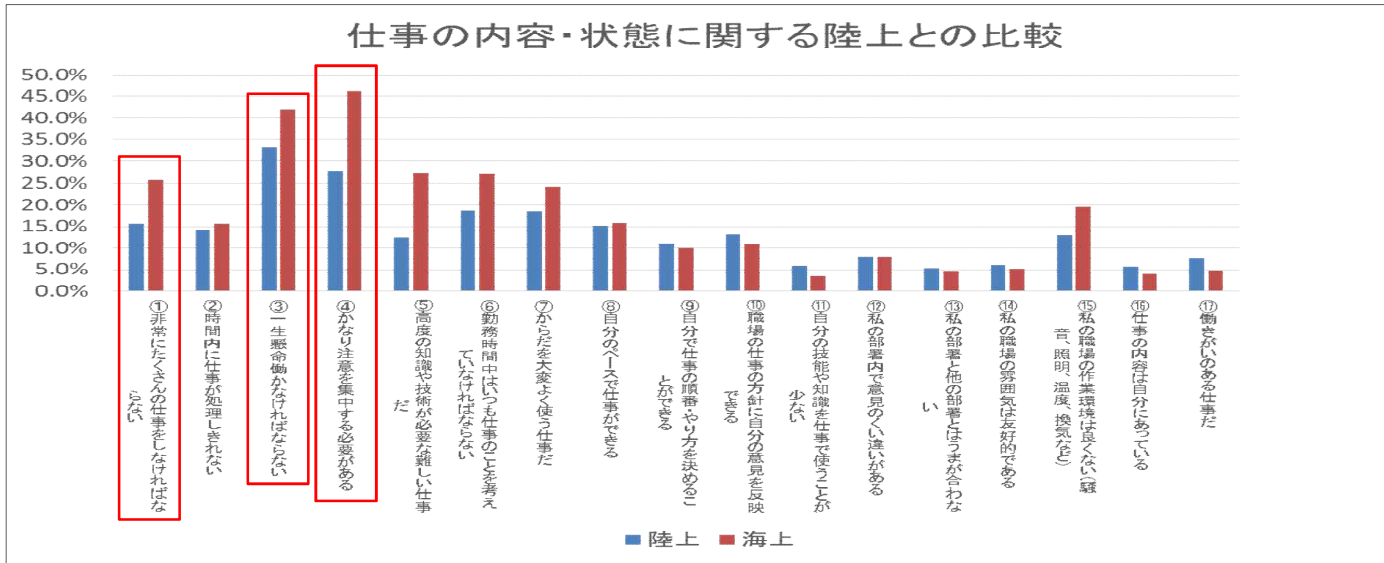
乗組員数	人数	割合
5人以下	38	1.8%
6～10人	332	15.3%
11～15人	713	32.9%
16～19人	17	0.8%
20～29人	452	20.9%
30～39人	275	12.7%
40人以上	331	15.3%
未回答	9	0.4%
計	2,167	100.0%

【船種別】

船種	人数	割合
一般貨物船	205	9.5%
油タンカー	664	30.6%
液化ガスタンカー	263	12.1%
コンテナ船	87	4.0%
自動車専用船	115	5.3%
鉱石・石炭運搬船	92	4.2%
客船	34	1.6%
フェリー・RORO船	264	12.2%
練習船	321	14.8%
バージ	1	0.0%
タグボート	1	0.0%
その他	54	2.5%
未回答	66	3.0%
計	2,167	100.0%

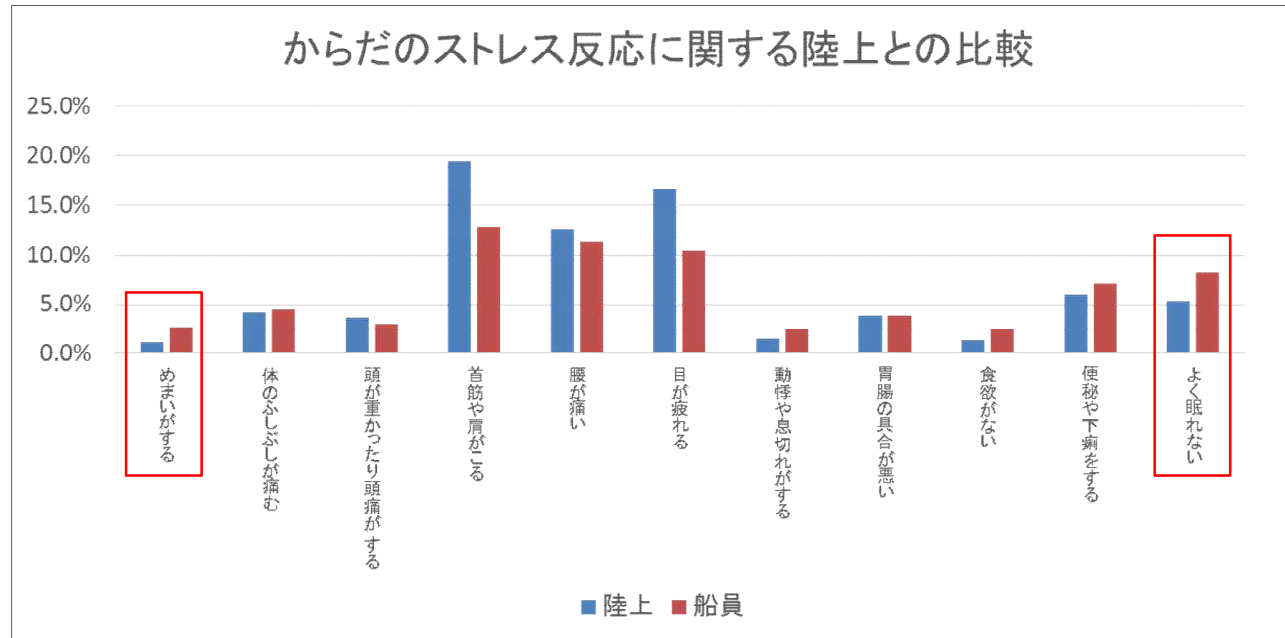
陸上との比較①

○船員の仕事は、「かなり注意を必要とする」、「一生懸命働かなければならない」、「非常にたくさんの仕事をしなければならぬ」等、緊張感が高いと感じる者の割合が高く、また、心のストレス反応として、「気が張り詰めている」、「不安だ」と答えた者の割合が高い。



陸上との比較②

○からだのストレス反応としては、「よく眠れない」、「めまいがする」と答えた者の割合が陸上よりも多い。



高ストレス者の割合①

○船員における高ストレス者の割合は15.5%と、陸上の業種と合わせた中でも、「製造業」に次いで高く、「運輸業、郵便業」よりも高い値となっている。

【船員(全体)】

	高ストレス者数	受検者数	高ストレス者の割合
船員	336	2167	15.5%

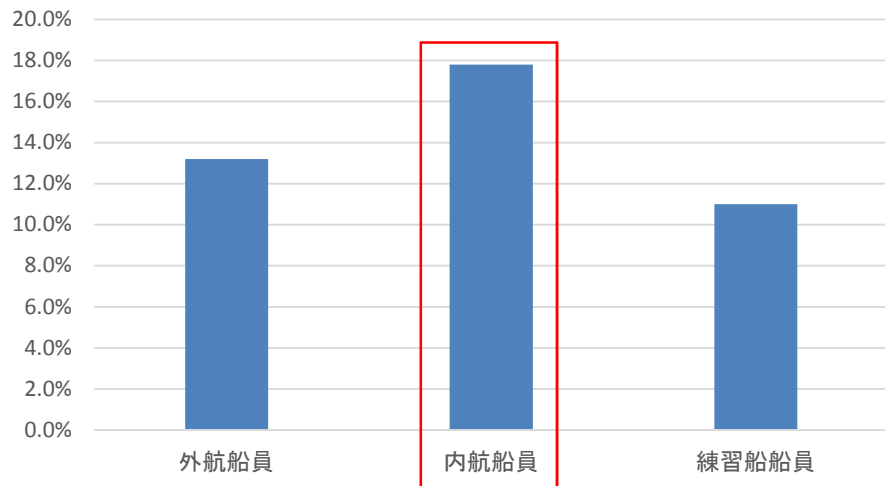
【陸上】

業種	高ストレス者数	受検者数	高ストレス者の割合
農業、林業	821	5,563	14.8%
漁業	48	525	9.1%
鉱業、採石業、砂利採取業	92	837	11.0%
建設業	4,202	37,104	11.3%
製造業	89,195	534,565	16.7%
電気・ガス・熱供給・水道業	1,104	10,701	10.3%
情報通信業	3,197	22,909	14.0%
運輸業、郵便業	15,078	116,302	13.0%
卸業、小売業	20,549	150,936	13.6%
金融業、保険業	4,886	46,531	10.5%
不動産業、物品賃貸業	535	5,330	10.0%
学術研究、専門・技術サービス業	1,205	10,226	11.8%
宿泊業、飲食業	3,645	27,405	13.3%

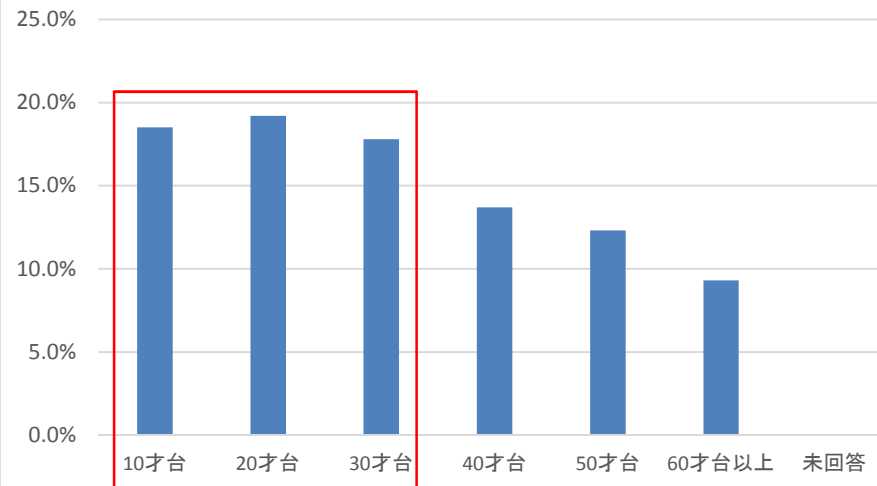
高ストレス者の割合②

○内航船員は船員の中でも特に高ストレス者の割合が高い。また、船員の高ストレス者は、若年層、職位が上位でない者、経験年数が少ない者において割合が高くなっている。

高ストレス者の割合(部門別)



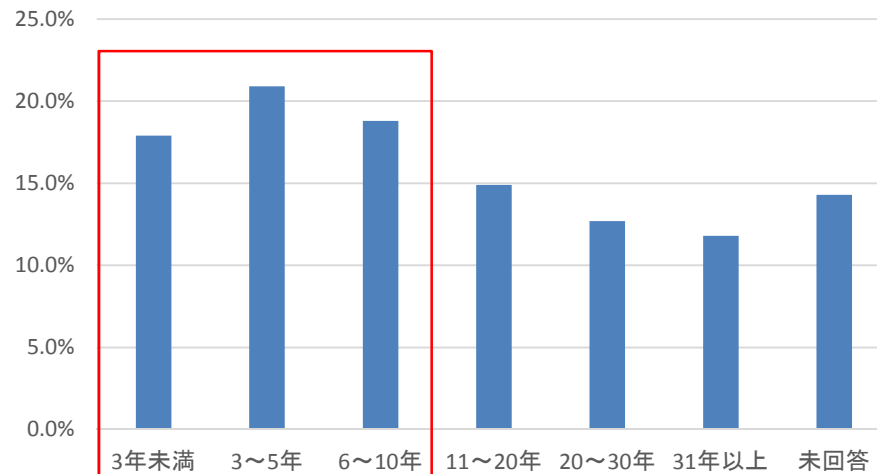
高ストレス者の割合(年齢別) ※全船員



高ストレス者の割合(職名別) ※全船員

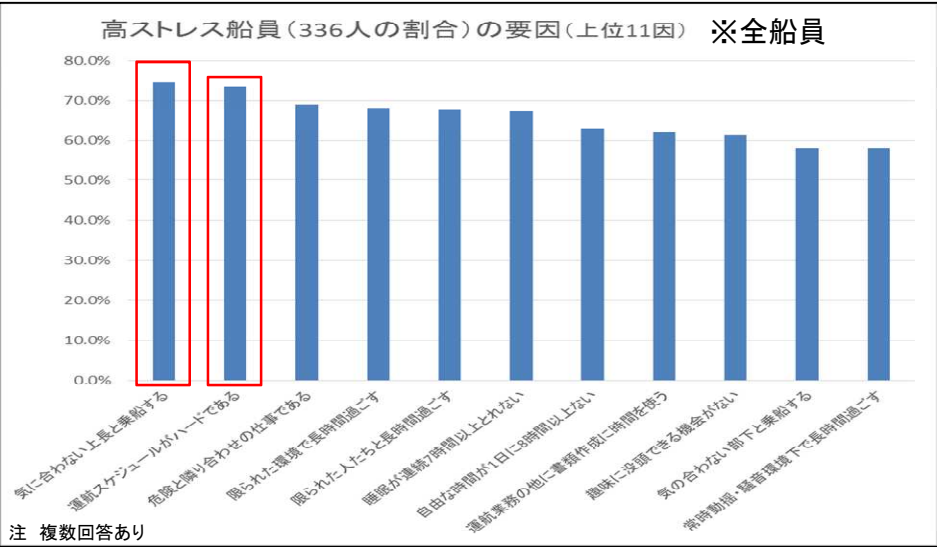
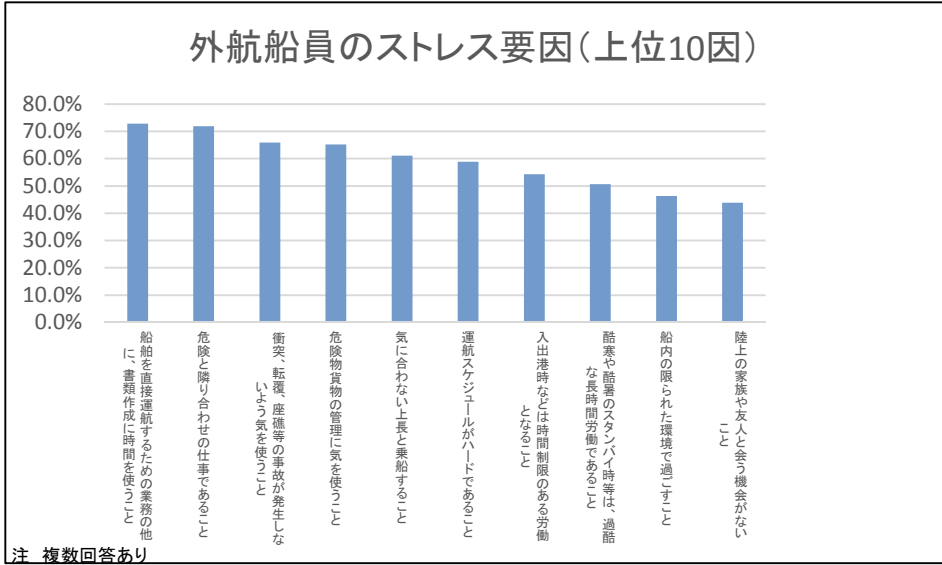
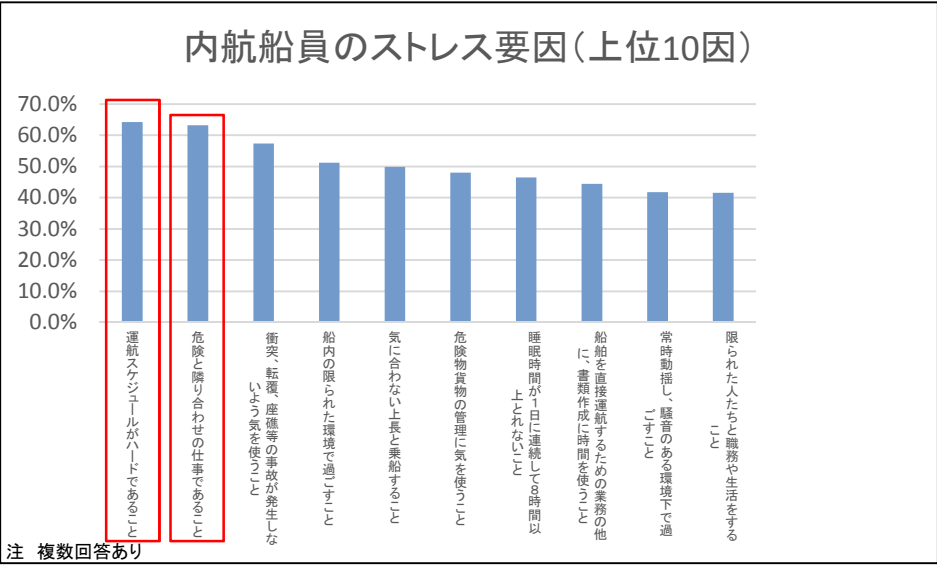


高ストレス者の割合(経験年数別) ※全船員



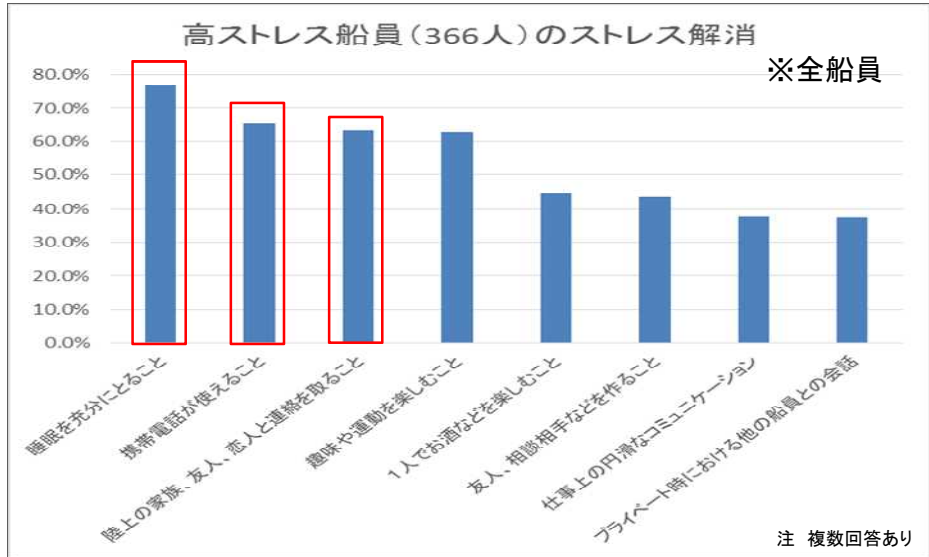
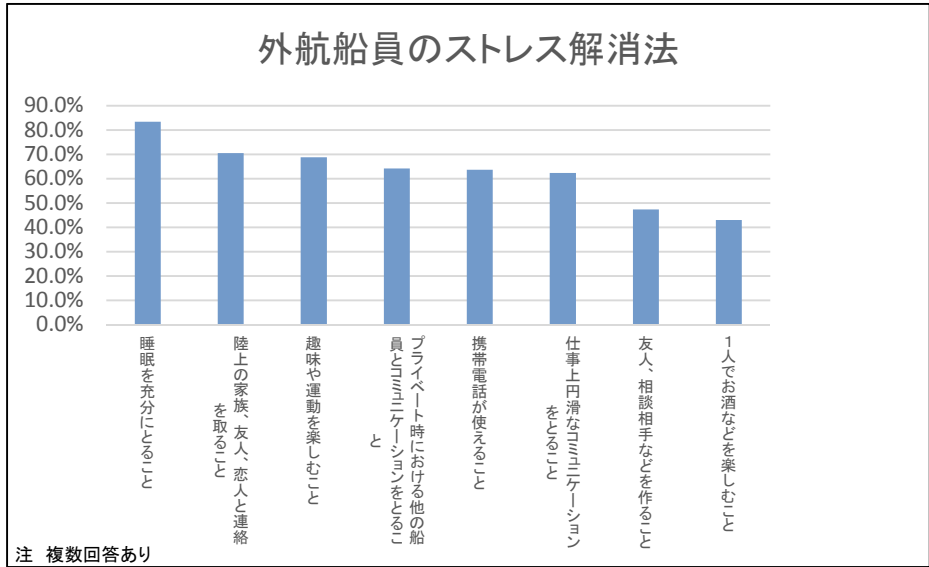
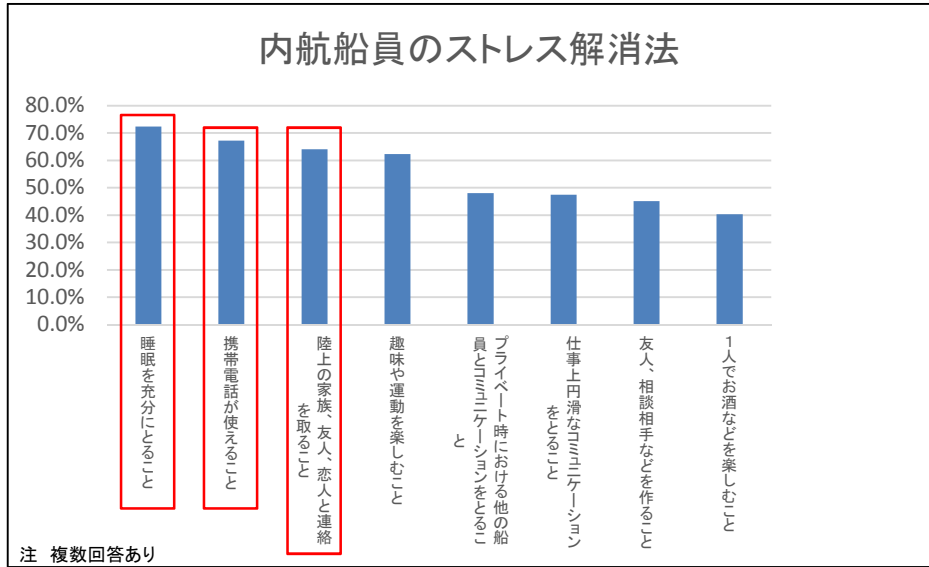
内航船員のストレス要因

○内航船員のストレス要因としては、「運航スケジュールがハードであること」、「危険と隣り合わせの仕事であること」等の仕事内容に関するものが多く挙げられるが、高ストレス船員に関しては、人間関係（「気に合わない上長と乗船する」）が最も多い。



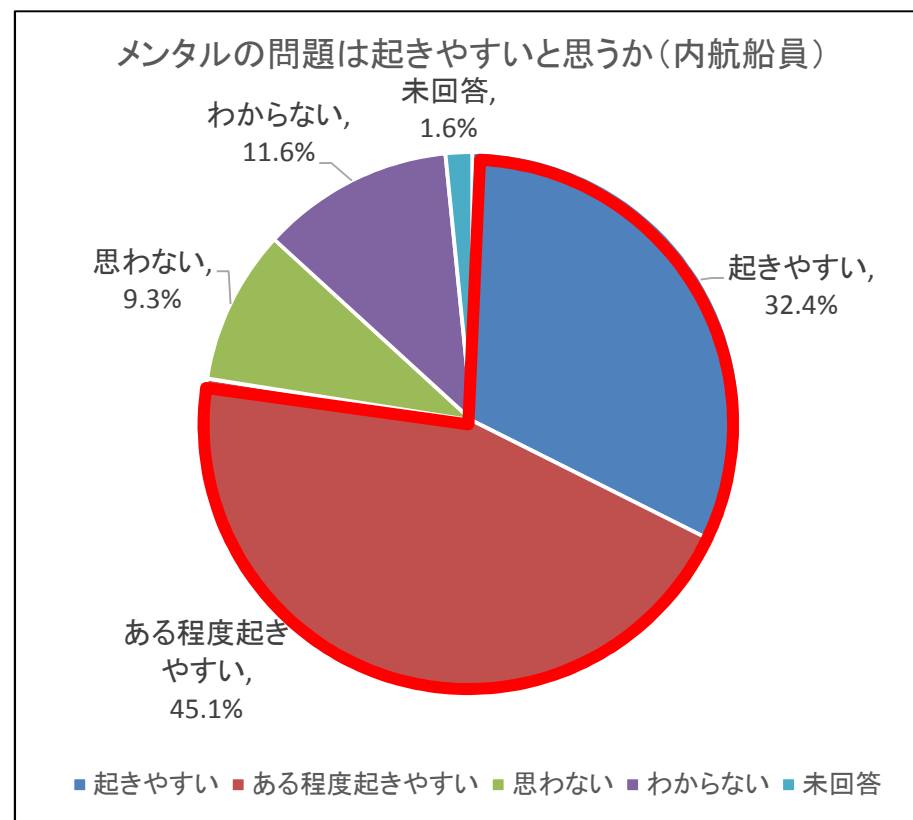
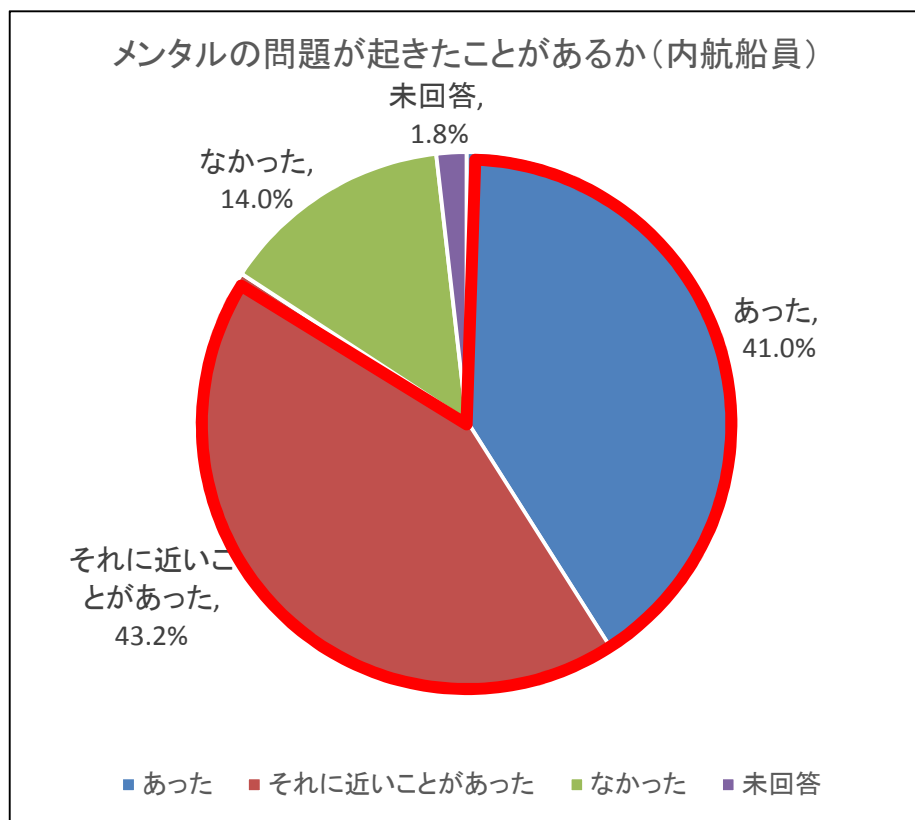
内航船員のストレス解消法

○内航船員のストレス解消法としては、「睡眠を十分にとること」が最も多く、「携帯電話が使えること」、「陸上の家族、友人、恋人と連絡を取る」といった陸上との交流についての回答が続く、この傾向は高ストレス船員についても同様であった。



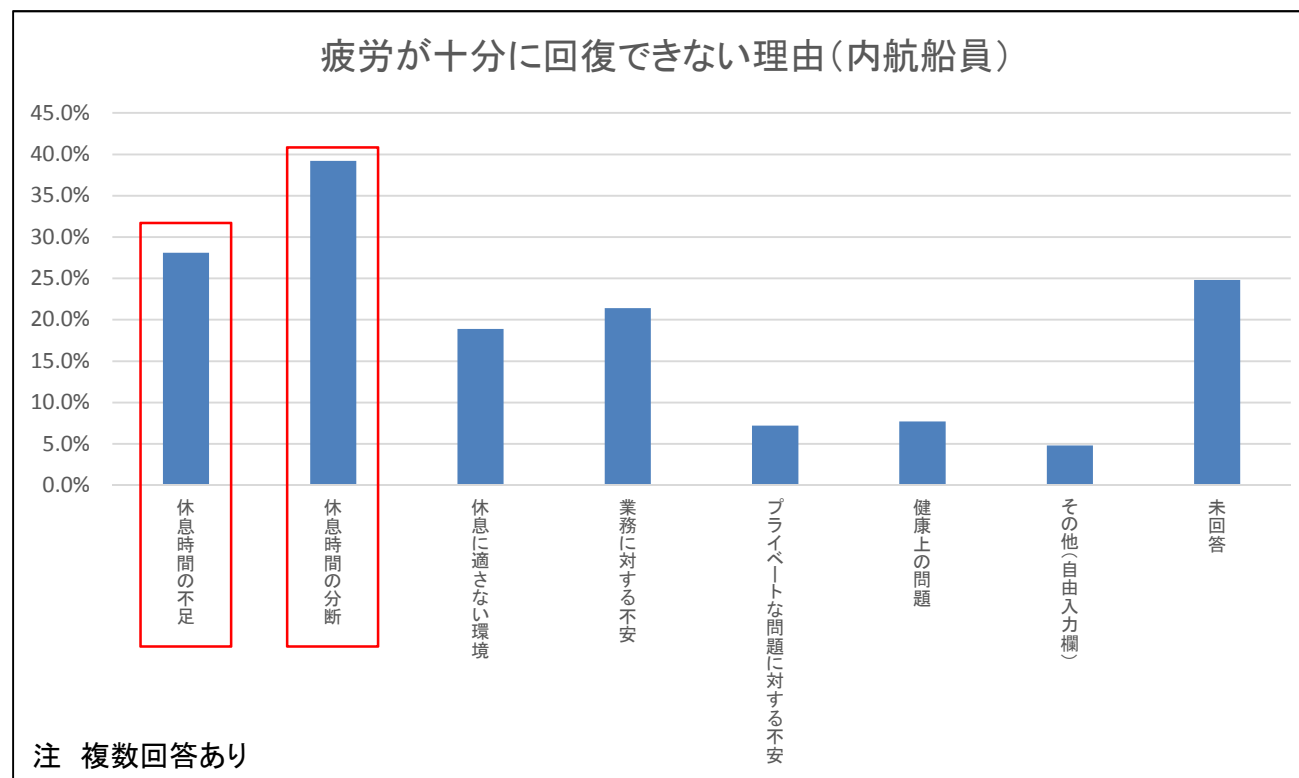
内航船員におけるメンタルの問題の起きやすさ等

○内航船員においては、これまでに自分自身にメンタルの問題（「気分が落ち込む」、「仕事をする気にならない」等）が起きたことがあると答えた者、メンタルの問題が起きやすいと回答した者が約8割に上った。



疲労が十分に回復できない理由

○内航船員においては、疲労が十分に回復できない理由として、「休息時間の分断」や「休息時間の不足」を挙げる回答が多かった。



アンケート調査における自由回答(抜粋)①

※回答が多かった内容について意見を抜粋して紹介するもの

【パワハラ・人間関係に関するもの】

- 同乗する人によっては、パワハラや、いじめが多くあり、その事を会社が理解しておらず、船に乗る以上は、それがあたりまえと、とらえている風潮がある。
- 限定された空間に少ない人数が長期にわたって共同生活をするので、必ず合わない者が何人かおり船長を含めてその状況を分かっているのに、何ら処置されず放任されてるのが現状である。船員数も不足して交代もままならない現実から、誰しものが休暇で下船できるまでひたすら耐えているのが当たり前の世界になっています。
- 少人数で限られた船内生活で相談相手を見つけることが難しい。乗組員とコミュニケーションを取る際も休息时间や心に余裕がないとストレスを感じる。
- 若手船員への年長者の関わり方等を見直す必要があると感じる。いくら上職とはいえ、横暴に当たりすぎる場面も見られる。船内という特殊な環境の内なのでこのままでは若手船員は減少していくのではと感じる。
- 年のいっている上司と価値観が合わないこと。それを「今の若者は云々」と言ってまるで私たちがだけが悪いような雰囲気があること。ミスはみんなで共有していくべきなのに、怒られるのが嫌という理由で共有できていないこと。
- 「仕事は怒られて覚えるもの」という考えは古い。非効率、指導方法を知らないことだと思われ、船内での大きなストレスになる。

【運行スケジュールのタイトさに関するもの】

- 船員の仕事をまるで理解しておらず、過酷なオーダーを組む役員が多いこと。
- 稼働が激しい内航タンカーでは、上陸して息抜きする機会が非常に少ないのが現状です。休暇までのサイクルは短くなってはいるが、上陸できる機会を増やして欲しいものです。
- 運航スケジュールがハード。乗船期間が長く家族と過ごす時間が少ない。若い人や子供たちがいる人達は2ヶ月乗船などの会社に転職したくなる。

アンケート調査における自由回答(抜粋)②

【休日(仮バース)の不足に関するもの】

- 適度に仮バースが欲しい。ほぼ毎日荷役、直行着棧がかさなると時々いやになる。
- 乗船中の仮バースがない。リフレッシュがない。
- テレビやインターネットなどが繋がりにくい時や毎日荷役などでフリーな時間がとれない時などにより、陸上の情報を知ることが出来ず、外の世界から隔離された気分になること。
- 海上に常にあり、気象状況が日々変化し、その中で船内業務において勤務時間とは関係なしに24時間毎日「船」に対して気を使い生活するのが船員です。睡眠中だろうと、お酒を飲んでようと常時船内状況に気を配り、ストレスも発生します。船員がストレス等を解消できるのは休暇の時のみです。

【乗船期間の長さに関するもの】

- 離職者が多く、慢性的に予備員が不足している為、一度乗船してしまうと次回いつ休暇が取れるかがわからないという状況が続いている事と、ずさんな配乗管理に大変ストレスを感じる。
- 個人的には3ヶ月以上の乗船から不満や疲労が溜まってくると思います。
- 全ては、乗下休暇の塩梅だと思います。とても忙しかったり、嫌な上司と乗ったりしても、2～3ヶ月なら辛抱できますが、半年を超えとなるとメンタル的にも厳しくなってくると思います。
- 睡眠時間が無いので、長時間(3ヶ月以上)となると、なかなか疲れがとれない。疲れが蓄積すると、ささいな事にイライラしたり、乗組員同士の会話が少なくなり、事故につながると思われる。