

# 女性の94%は仕事でのストレスを感じている。 原因は「職場での人間関係」と「給与の低さ」。

## 女性の意識調査～「仕事のストレス」を発表～

人材採用・入社後活躍のエン・ジャパン株式会社（本社:東京都新宿区、代表取締役社長:鈴木孝二）が運営する、正社員で働くことを希望する女性向け求人情報サイト『エンウィメンズワーク』（<http://women.en-japan.com/>）上で、サイトを利用している女性1,304名を対象に「仕事のストレス」についてアンケートを行いました。以下、概要をご報告いたします。

### ■ 調査結果概要

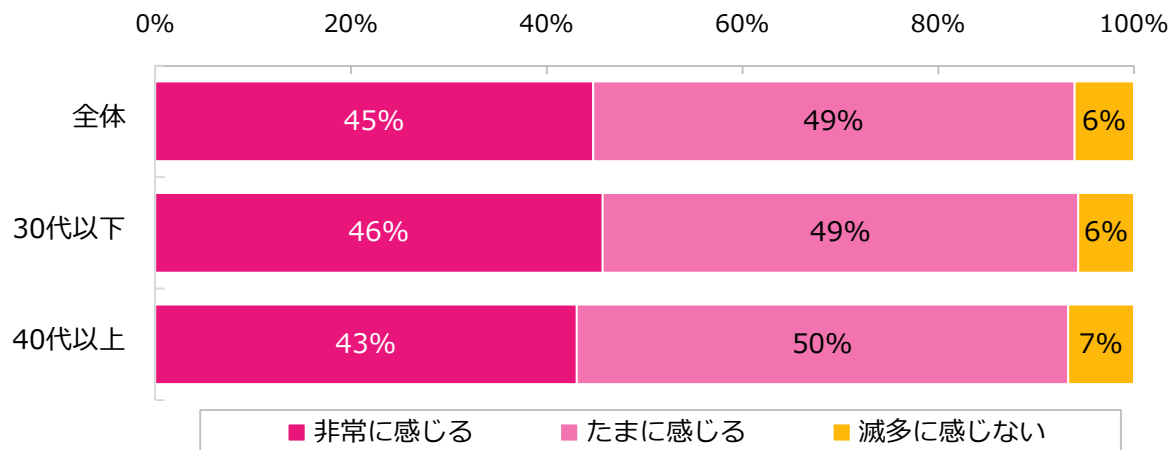
職場のメンタルヘルス改善のため、今年の12月からストレスチェック制度が義務化されます。働く女性はどのようなストレスを抱えているのか、調査をいたしました。94%の女性が仕事でストレスを感じていると回答し、理由のトップ3は「上司との人間関係」「給与が低い」「同僚・部下との人間関係」という結果になりました。新制度では産業医のチェックや面接指導が行なわれますが、ストレスを感じた女性の36%は、ストレス改善のために自分から会社や組織に働きかけをした経験があるようです。ただし、あまり改善されなかったというコメントも散見されました。企業は個人の働き方（仕事の負荷量）だけではなく、職場の人間関係にも留意したフォローが必要と言えます。

### ■ 調査結果詳細

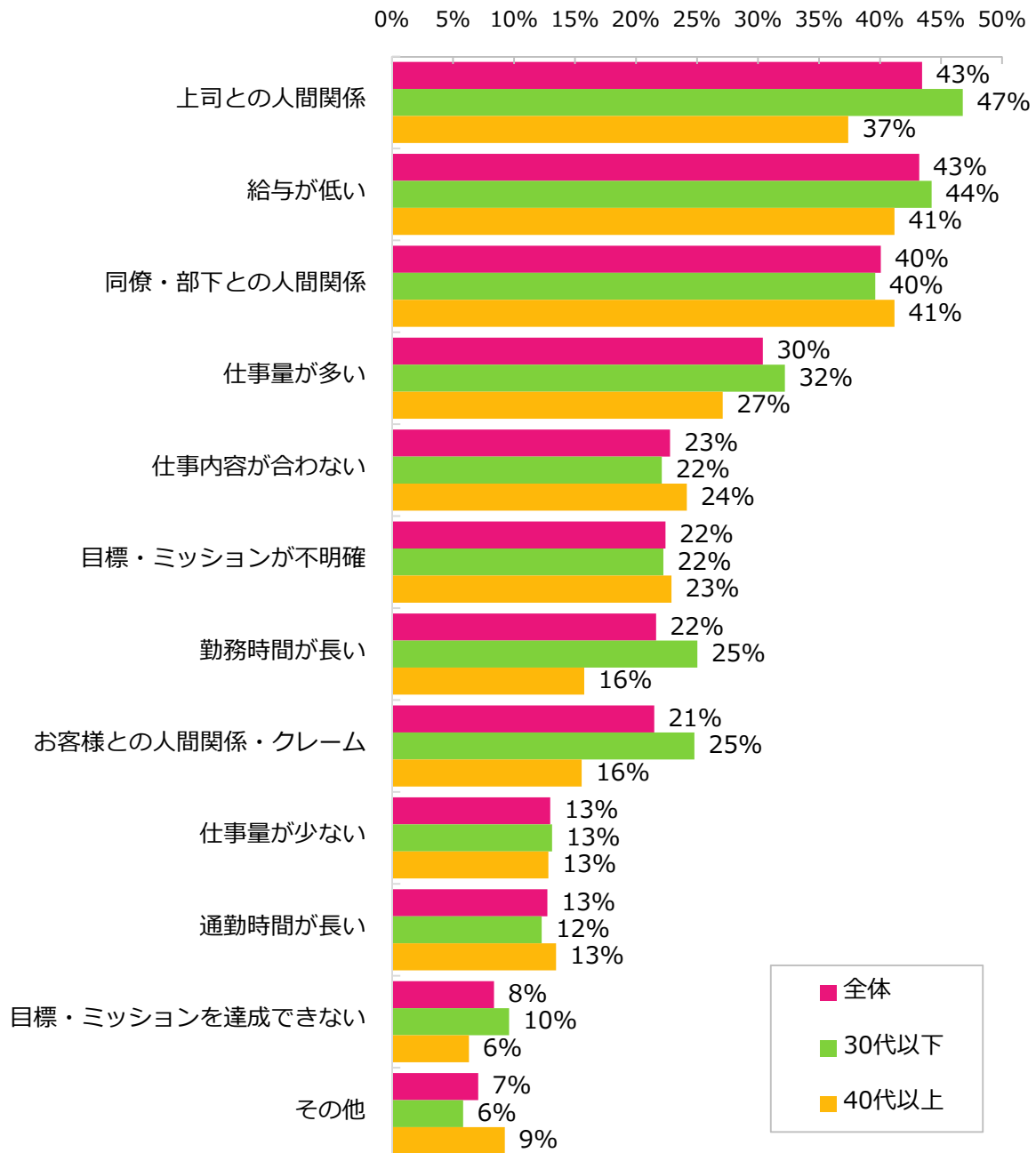
#### 1：94%の女性が仕事でストレスを感じている。ストレスポイントのトップ3は「上司との人間関係」「給与が低い」「同僚・部下との人間関係」。(図1・図2)

「現在の仕事（離職中の方は前職）でストレスを感じますか？」と伺うと、「常に感じる」（45%）、「たまに感じる」（49%）とじつに94%の方がストレスを感じていると回答しました。具体的にストレスを感じるポイントは、第1位が同率で「上司との人間関係」「給与が低い」（43%）、第3位が「同僚・部下との人間関係」（40%）でした。年代別で差が出た項目は「上司との人間関係」（30代以下：47%、40代以上：37%）、「勤務時間が長い」「お客様との人間関係・クレーム」（同25%、16%）で、いずれも30代以下のほうが強いストレスを感じています。具体的な経験談もご紹介します。

【図1】現在の仕事（離職中の方は前職）でストレスを感じますか？



【図2】 仕事でストレスを感じるのは、どのような点ですか？（複数回答可）



## 【「上司との人間関係」と回答した方のコメント】

- ◎上司が自分の身を守ることにしか考えていないのがひしひしと伝わる。(27歳)
- ◎上司の考え方に疑問を抱くことが多い。言っていることがよく変わる。(28歳)
- ◎何事も(人事・給与・仕事内容)上司の気分次第。朝令暮改で一貫性がない指示をだし、指示通りにしても、後に忘れ、あるいは気分が変わり、激しく叱責する。(36歳)
- ◎自分勝手に過ぎる。彼のスケジュールに合わせて何とか会議を設定しても平気で土壇場キャンセルをする。確認事項があっても彼の機嫌にあったタイミングでないと話しかけられない。そのちょっとした会話にもアジェンダを要求する。余計な気遣いに大変疲れた。(41歳)
- ◎パワハラをする主任とそれを制止できない課長。(46歳)

## 【「給与が低い」と回答した方のコメント】

- ◎退職した上司の仕事を引き継ぐ事になり、給与が上がると聞いていたがまったく上がらず、今に至っていること。(28歳)
- ◎設計業務で社員と変わらない内容の業務なのに、雇用形態がちがうだけで、給与が安い。求められるレベルも同じ雇用形態の人より高いのに給与の差が少ない。(30歳)
- ◎同じ給料もしくは自分のほうが若干少ないのに、他の人より仕事をしてしまうせいで、責任ある仕事が全て自分にまわってくる事によるストレスが1番大きい。何年か我慢出来れば給与に反映されると思うが、辛かった。(33歳)
- ◎会社に評価制度がなく、社長の気に入った人にだけ昇給や報酬がある。(39歳)

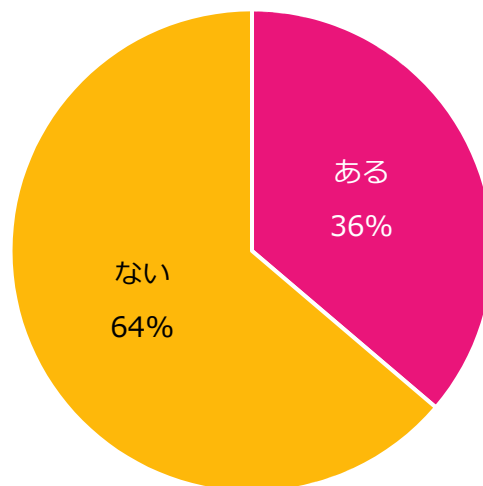
## 【「同僚・部下との人間関係」と回答した方のコメント】

- ◎女性ばかりの職場なので、一度いざこざが起こると、噂話が広まり状況が落ち着くまで時間がかかる。(28歳)
- ◎コミュニケーションが不足していると感じる。お互いに仕事以外の話をしないので、会話が続き、気まずい沈黙が生じてしまう。(35歳)
- ◎同じ業務の人はコミュニケーションが下手な方で、進捗状況を共有しなかったり、一人で抱え込んだり、こちらの気遣いをつっぱねたり…一緒に働くのが嫌に思う。(36歳)
- ◎女性同士のやりとり。服装や髪型の褒め合いなど。飲み会の誘いをことわりづらい。(40歳)
- ◎女性特有の妬みやひがみなど、間接的に噂話しているのを聞くのが苦痛です。(44歳)

**2 : 36%の女性が、仕事でのストレス軽減のために、会社や組織に働きかけたことがある。(図3)**

「ストレスを軽減するために、会社・組織に対して働きかけたことはありますか？」と質問をしたところ、36%の方が「ある」と回答しました。年代による差は、特に見られません。具体的な働きかけ内容を伺うと、「上司との人間関係」がストレスになっている方は、『上司に直接』もしくは『上司のさらに上の立場の人』や『上司が気に入っている社員』を介する方法で、ストレスになっている事実と改善要求を伝えたことがあるようです。結果的には改善されず、転職したという声も多く見られました。「給与が低い」ことをストレスに挙げた方は、派遣社員であれば『派遣会社に時給交渉をした』という方が多数、正社員は『上司に伝え、転職も含め、どうしたら給料アップになるのか相談した』などの声がありました。「同僚・部下との人間関係」と回答した方は、『飲み会などを開いて、仕事以外でも触れ合う』『上司に相談する』ことで、解消の道を探っているようです。

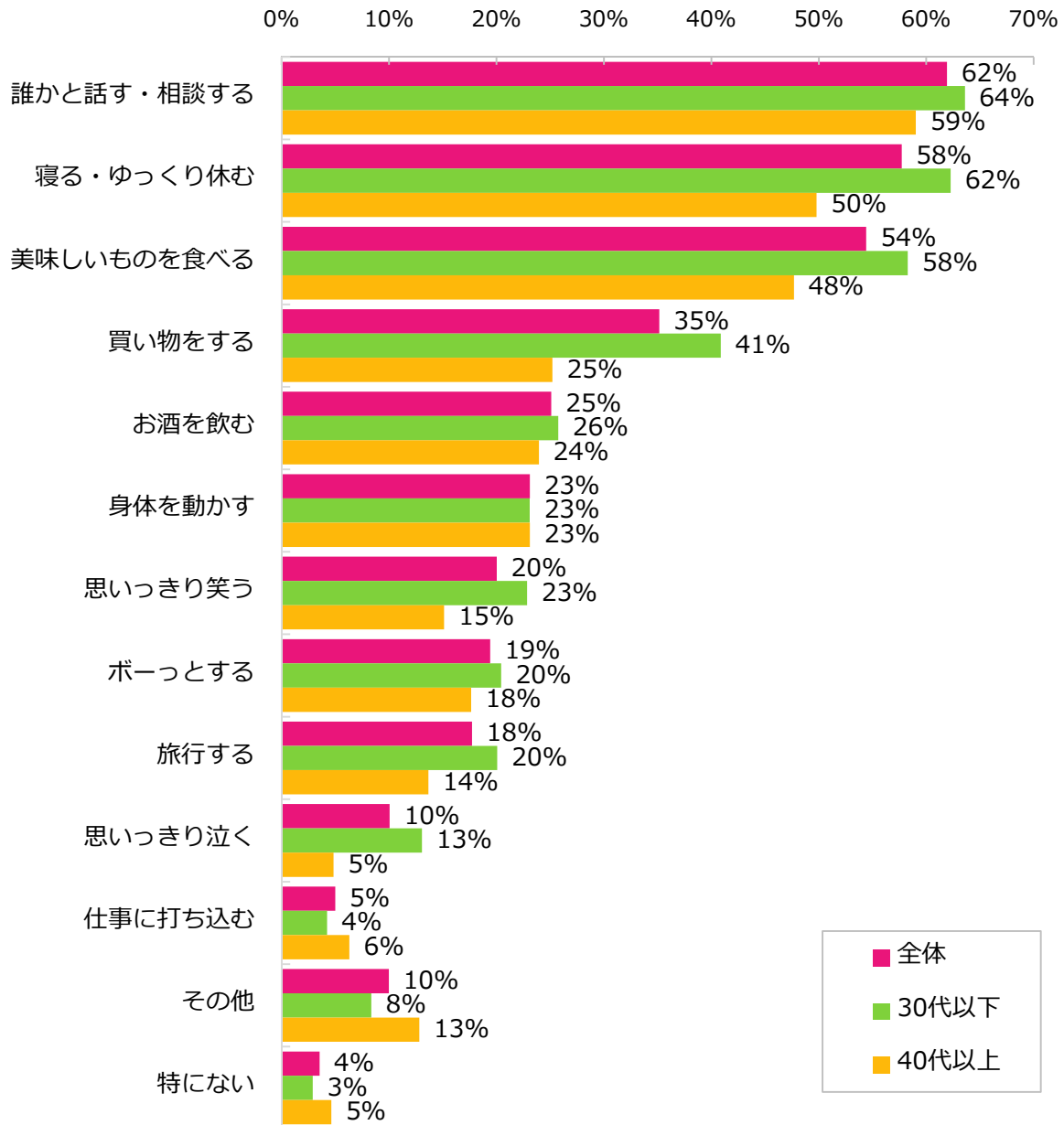
【図3】 ストレスを軽減するために、会社・組織に対して働きかけたことはありますか？



**3 : 仕事のストレス解消法は、「誰かと話す」「寝る」「美味しいものを食べる」。(図4)**

仕事のストレス解消法を伺うと、第1位は「誰かと話す・相談する」(62%)、第2位は「寝る・ゆっくり休む」(58%)、第3位は「美味しいものを食べる」(54%)になりました。年代別で差が出た項目は、「寝る・ゆっくり休む」(30代以下:62%、40代以上:50%)、「美味しいものを食べる」(同58%、48%)、「買い物をする」(同41%、25%)で、いずれも30代以下の方のポイントが高くなりました。

【図4】仕事のストレス解消法を教えてください。（複数回答可）



【調査概要】

- 調査方法：インターネットによるアンケート
- 調査対象：『エンウィメンズワーク』（<http://women.en-japan.com/>）利用者 1,304名
- 調査期間：2015年5月28日～6月24日

本ニュースリリースに関する問合せ先

広報担当：森本、大原

<http://corp.en-japan.com/>

エン・ジャパン株式会社

〒163-1335 新宿区西新宿6-5-1 新宿アイランドタワー

TEL：03-3342-4506 FAX：03-3342-4507 MAIL：en-press@en-japan.com