

コロナ禍における中小企業経営者の健康

—第二波時2020年8月調査と日仏比較—



亀井克之
(関西大学
社会安全学部教授)



金子信也
(北海道教育大学
教授)



栗岡住子
(桃山学院教育大学
人間教育学部教授)



オリビエ・トレス
(モンペリエ大学
経営学部教授)



影浦ちひろ
(AMAROK
研究員)

大妻女子大学人間関係学部教授 尾久裕紀 福山平成大学経営学部教授 堀越昌和

<要旨>

本研究は、日本が新型コロナウイルス感染症の第二波に直面していた2020年8月初旬に実施した、中小企業経営者の心身の健康に関する調査の結果である。

この調査では、フランスの研究団体AMAROKが、フランスで厳格な外出制限令が出されている最中の2020年4月に実施した調査で用いたのと同じ質問項目を日本語に訳して使用した。調査は、調査会社のモニターから中小企業経営者を抽出して、WEBアンケート形式で行い、350人の回答を得た。

本稿では、調査結果の概要、フランスにおける2020年4月の調査結果との比較、日本で実施した2017年の調査との比較、日本独自で質問項目に採用したK6（心理的ストレス反応）に関する傾向、バーンアウト（燃え尽き症候群）の傾向、アントレプレナーシップとの関連、経営者特有の健康要因（サリュトプルノリアル）について分析を試みた。

結果、フランス2020年4月調査と同様の結果が見られた。まず全般的な心身の健康として、自粛生活による行動制限（強制的な休息）に伴い、身体的健康に関する回答値は過去調査よりも好転している。一方、精神的な健康（メンタルヘルス）や睡眠状況に関する回答値は悪化している。バーンアウトについては、フランスの経営者同様、日本の経営者においても度数の上昇（状態の悪化）が見られた。日本独自に採用したK6で調査した心理的ストレスについては、国民生活基礎調査結果と比較すると、全体的に高い結果であった。

このように心身に影響を受け、コロナ倒産の可能性にも曝されつつも、中小企業経営者は、同時に、アントレプレナーシップを発揮してコロナ後を窺い、レジリエンスを発揮し、経営者特有の健康要因（サリュトプルノリアル）を発揮して、経営の舵取りを行っていることも本調査結果から読み取れた。

目次

はじめに	5. 比較分析
1. 中小企業経営者の健康	6. 考察
2. コロナ禍における中小企業経営者の健康	7. 本研究の限界の今後の課題
3. 調査の概要	8. 謝辞
4. 結果	

はじめに

経営者の心身の健康は、中小企業の大きな経営資産である。企業の規模が小さければ小さいほど、経営者の健康は会社にとって第一の無形資本となる。(Torrès, 2017)

ところが、2020年からのコロナ禍は、中小企業の経営と中小企業経営者の心身の健康に大きな影響を及ぼしている。

こうした背景下、本研究では、日本が新型コロナウイルス感染症の第二波に直面していた2020年8月初旬に、中小企業経営者の心身の健康に関する調査を実施した。その目的は、2010年代からフランスを中心に本格化した中小企業経営者の健康に関する研究の一環として、「コロナ禍が中小企業経営者（アントレプレナー）の心身の健康にいかなる影響を及ぼしているか」を調査分析することにある。

本調査では、フランスの研究団体 AMAROK が、フランスで厳格な外出制限令が出されている最中の2020年4月に実施した調査で用いられたのと同じ質問項目を日本語に翻訳して使用した。

本稿では、調査結果の概要、フランスにおける2020年4月の調査結果との比較、日本で実施した2017年の調査との比較、日本独自で質問項目に採用したK6に関する傾向、バーンアウトの傾向、アントレプレナーシップとの関連、経営者特有の健康要因（サリュトプルノリアル）について分析を試みる。

1. 中小企業経営者の健康

『商工金融』2017年10月号の拙稿「中小企業経営者の健康とリスクマネジメント」で取り上げたように、中小企業の大切な経営資産としての「経営者の健康」に、経営学の分野で最初に注目したのはフランス・モンペリエ大学のオリビエ・トレス教授である¹。トレス教授は、AMAROKという研究機関を立ち上げ、2011年から現在に至るまで中小企業経営者と個人事業主の健康について調査・支援する活動を展開している²。AMAROKとの日仏共同調査として、あんしん財団と大妻女子大学が2016年から2019年にかけて「AMAROK経営者健康あんしんアクション」を実施している³。

これらの研究から、わかったことは、中小企

1 亀井克之「中小企業経営者の健康とリスクマネジメント -日仏共同第1回調査の結果から見えるもの-」『商工金融』2017年10月号（第67巻第10号）、2017年10月、41-56頁。

2 Olivier Torrès (sous la direction de) (2017). *La santé du dirigeant. De la souffrance patronale à l'entrepreneuriat salutaire*. 2e édition, deboeck.

3 「AMAROK経営者健康あんしんアクション」の成果については、あんしん財団のWEBサイトで公表されている。https://www.anshin-kokoro.com/amarok/closeup/

業経営者・個人事業主（アントレプレナー）の方が、自分の裁量で仕事をする事ができ、上からのストレスがない分、心身の健康状態が良いということであった。しかし、一方で、自分一人で何でもこなしてしまうという特性から、中小企業経営者は、ついつい一人で頑張りすぎ

てしまい、健康状態を悪化させる可能性もあるということも明らかになった。

このことから、トレス教授ら AMAROK の研究グループは、中小企業経営者特有の健康阻害要因を減らし、健康増進要因を積み重ねることを提唱している（図表1）。

図表1 中小企業経営者・個人事業主（アントレプレナー）特有の要因

- | |
|---|
| <p>(1) 健康阻害要因 (Pathogenetic factor) : ストレス、不安、過重労働、孤立</p> <p>(2) 健康増進要因 (Salutogenic facotr) : 自分の運命を自分でコントロールできる環境、耐久力、楽観的思考、仕事に対する情熱、やりがい</p> |
|---|

尾久（2019）は、「AMAROK 経営者健康あんしんアクション」を総括し、中小企業経営者の健康維持について、以下の諸点を提起している⁴。①中小企業経営者は、一般労働者よりも心身ともに健康といえるが、中小企業固有の持続的なストレスがかかると限界を超え、健康障害が発症すること、②予防のためには、リスク要因を軽減し、防御要因（最も重要な睡眠や食事、運動の時間の確保、家族・仲間と過ごす時間を大切にすること）を強化するとよいこと、③いざという時に頼れる人がいることはストレス緩衝要因となること、④仕事面で時に人に任せられることも必要であること、⑤常に大志を抱き、仕事に励むこと。

2. コロナ禍における中小企業経営者の健康

2020年2月より本格化した新型コロナウイルス感染症の流行は、企業経営を直撃し、経営者を不安に陥れた。2020年春には、世界各地で厳格な外出制限や経済活動の停止が見られた。事業活動が停止した時期に、経営者は自宅に籠る生活を強いられた。

フランスでは、2020年3月17日から5月11日までの55日間、罰金を伴う厳格な第1回目の外出制限令が実施された。この外出制限令が実施されていた時期の4月に、トレス教授ら AMAROK の研究グループはフランス全土の中小企業経営者・個人事業主1,925人にアンケート調査を実施した⁵。

4 尾久裕紀「健康課題の改善は長い目で実践することが大切」「日本の中小企業経営者の心と体、働き方」『あんしんLife2019December』あんしん財団、2019年12月、18-19頁。

5 AMAROKによる2020年4月の調査については、AMAROKのWEBサイト <http://www.observatoire-amarok.net/> に報告書が掲載されている。AMAROKではさらに同様の調査を2021年1月にも実施している。

この調査の結果については、『商工金融』2020年12月号に掲載された拙稿「Covid-19による外出制限がフランスの中小企業経営者の健康に及ぼした影響」の中で詳細に紹介したが、以下の諸点が明らかにされた⁶。①新型コロナウイルス感染症に罹患したり重症化する懸念よりも、倒産リスクに対する意識の方が、健康状態には悪影響を及ぼしている。②過去の調査結果における回答値と比較すると、外出制限令により強制的に与えられた休息により、中小企業経営者の身体的健康の状況は好転し、一方、メンタルヘルスと睡眠の質は悪化した。③過去の調査と比較して、バーンアウトの回答値が増加した。④外出制限下で展望が開けにくい状況においても、アントレプレナーシップを発揮して、次の機会を見据えている。⑤中小企業経営者（アントレプレナー）ならではの健康増進要因として、「楽観」の回答値は低下したが、「レジリエンス」「適応能力」「問題解決能力」「自分の行動に意味を与える意思」など項目については、外出制限下の今回の調査においては過去調査よりも若干回答値が高く中小企業経営者に特有のレジリエンスが発揮されたことが窺える。

このフランス2020年4月調査の質問項目の中でも、特にバーンアウトに焦点を当てたのが、Torrès et al. (2021) である。この論文は、①フランスの中小企業経営者のバーンアウトのリスクは、外出制限令とそれに伴う事業活動の停

止により増大したこと、②罹患する可能性、重症化する可能性、経営している企業が倒産する可能性の3つ全てがバーンアウトと相関があり、特に倒産可能性と強い相関があることを明らかにした⁷。

コロナ禍における中小企業に関する研究は既に数多く発表されているが、経営者や経営者の健康に焦点を当てた研究は数少ない。コロナ禍が中小企業経営者に及ぼした影響に関する研究例として、『商工金融』2020年9月号に発表された堀越（2020）は、次の点を明らかにしている⁸。①感染症対策では特に、経営者の健康リスクの亢進に注視すると共に、彼ら（彼女ら）が罹患した場合に備え、最低限、代行者を措置しておく必要がある。②その背景として、コロナ禍が売上高や雇用など、企業経営の様々な側面に悪影響を及ぼしているだけでなく、体調や気分といった経営者の健康問題や事業継続意欲の減退といったリスクを顕著に増大させた。

3. 調査の概要

3.1. 方法

2020年8月に楽天インサイトにモニター登録している10,000人にスクリーニング調査をして、その結果、528人の中小企業経営者または個人事業主を抽出した。そして、528人の中小企業経営者または個人事業主にWEB上で調査を行ない、350人から回答を得た。

6 亀井克之、オリビエ・トレス、影浦ちひろ「Covid-19による外出制限がフランスの中小企業経営者の健康に及ぼした影響 - 2020年4月外出制限令下のフランス中小企業経営者に対する調査より-」『商工金融』2020年12月号、4-25頁。

7 Torrès, O., Ch. Fisch, A. Swalhi, J. Mukerjee, A. Benzari and R. Thurik (2021), Risk of burnout in French entrepreneurs and the covid-19 crisis, *Small Business Economics*, forthcoming. <https://doi.org/10.1007/s11187-021-00516-2>

8 堀越昌和「新興感染症と中小企業経営」『商工金融』2020年9月号、45-58頁。

3.2. 調査内容

3.2.1. フランス2020年4月調査における質問構成

フランス2020年4月調査における質問構成は以下の全102問であった。

- ・基本項目：12問（性別、生年月日、居住県、婚姻状況、学歴、業種、従業員数、職種、現在の職種については自らビジネスチャンスを探ろうとしたからか又は他に選択肢がなかったからか、家業継承者・創業者・外部継承者のいずれか、資本所有率、経営者となって何年目か）。
- ・外出制限（コンフィヌモン、confinement）の状況：2問（外出制限前の生活に対する満足度、外出制限令発令後に送っている生活の満足度）。
- ・健康に関連するリスク：2問（Covid-19に感染するリスクはどれ位あると思うか、重症化するリスクはどれ位あると思うか）。
- ・経済活動に関するリスク：5問（2020年2月末までの競合他社と比較しての業績、事業状況、売り上げ、今後の業績予想、倒産の可能性）。
- ・健康：10問（健康1問、メンタルヘルス1問、睡眠1問、不安7問）。
- ・労働環境：13問（バーンアウト10問、労働時間1問、孤独1問、ストレス1問）。
- ・アントレプレナーとしての警戒心（entrepreneurial alertness）：13問（情報の収集6問、情報の連結3問、ビジネスチャンスの評価4問）。
- ・アントレプレナーとしての方向性：9問（イノ

ヴェーション3問、リスクテイク3問、先見性3問）。

- ・環境意識・企業の社会的責任：2問（環境意識1問、企業の社会的責任1問）。
- ・レジリエンス：4問（困難対処の独創的方法の探索、いかなる状況下でも自分をコントロール、困難な状況で前向きに成長できる信念、損失を埋め合わせる方法の模索）。
- ・楽観性：6問。
- ・自己効率性：10問（難題解決、必要なものを入手する力、目標達成力、想定外の出来事への効果的対処、不足の事態への臨機応変な対応、努力による問題解決、問題に対処できるがゆえの落ち着き、問題直面時の解決策案出、行き詰まった時でも何ができるか考える力、何が起きようと立ち向かう力）。
- ・アントレプレナー特有の状況：9問（楽観性、自己効力感、自分らしい行動をとる能力、レジリエンス、自分の行動に意味を与える意思、適応能力、自分の行動に責任を持つ能力、問題解決能力、希望を持つ力）。
- ・テクノストレス：5問。

3.2.2. 日本2020年8月調査における質問項目

日本における2020年8月調査では、フランス2020年4月調査で用いられた質問項目を基本的に採用した。相違点として、フランス調査で用いられた不安に関する7問に代えて、心理的ストレスを測定するために信頼性が検証され各国で活用されているK6の日本語版を採用した。また、フランス調査で質問されたアントレプレナーとしての方向性：9問（イノヴェーション3問、リスクテイク3問、先見性3問）

については、リスクテキング3問のみを採用した。

4. 結果

度数350人を対象とした調査結果を以下に示す。一部項目については割愛する。

4.1. 回答者の属性

本研究における対象者350名の属性について、平均年齢51.8歳（24.0歳から77.0歳まで）の集団であり、性別比率は、男性が73.7%、女性は26.3%という内訳であった。性・年代別での構成割合は以下の通りである。

性・年代別での構成割合

（男性）20代：0.9%、30代：5.4%、40代：20.9%、50代：26.3%、60代：18.0%、70代：2.3%

（女性）20代：1.1%、30代：5.4%、40代：6.3%、50代：7.7%、60代：5.1%、70代：0.6%

婚姻状況については、既婚：52.6%、独身：37.7%、離婚：6.9%、死別・未亡人：2.3%、内縁：0.3%、別居：0.3%である。

また、最終学歴については、短大・大学卒：52.6%、高校卒：26.0%、専門・専修学校卒：15.7%、大学院修士課程：3.7%、その他：1.1%、独習：0.6%、博士課程以上：0.3%という結果であった。

本集団の職業構成比率は、個人事業主が80%、経営者が20%という結果であった。

回答者自身や非正規雇用を含めた従業員数は、最大値：500人、最小値：1人、平均値：6.6人であった。50人以下：94.3%、その他：

3.7%、51人以上100人以下：2.0%、101人以上300人以下：0.0%という結果であった。

4.2. 企業・経営者の状況

資本金、又は出資の総額に関する情報については、上位から順に、～5,000万円以下：88.6%、3億円超：8.3%、5,000万円超～1億円以下：2.9%、1億円超～3億円以下：0.3%という結果であった。

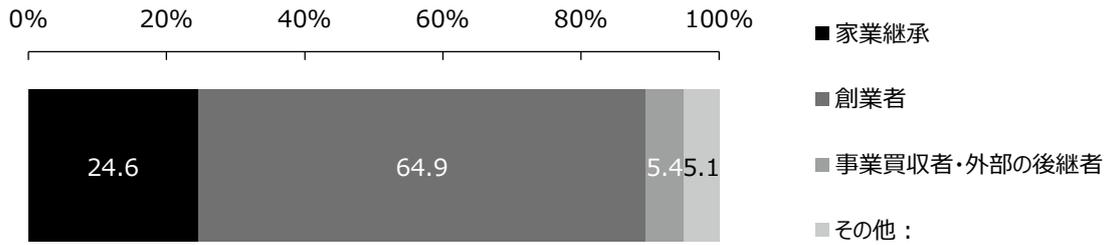
主な業種については、上位から順に、個人向けサービス業：32.6%、その他：22.9%、企業向けサービス業：10.9%、小売業：9.7%、ホテル業・飲食業：5.4%、建設業：5.1%、製造業：3.1%、卸売業：2.9%、農業：2.6%、運輸業：2.6%、農産物加工業：1.1%、流通業：1.1%という結果であった。

また、調査対象者の職業上の社会的位置については、複数回答可とした上で、結果は、個人事業主：69.4%、経営者：22.3%、職人：5.1%、士業（司法・会計・不動産・土木技術士・医療福祉・コンサルティング等）：3.7%、農業従事者：3.1%、従業員：2.3%、商人：1.7%、管理職／知的専門職：1.4%、その他：0.3%という内訳であった。

また、自社株の保有率に関する回答結果は、平均値：39.6（最大値：100、最小値：0）である。そして、経営者の立場にいる期間は、平均値：12.7年（最大値：50、最小値：0）であった。

社内での立場については、創業者：64.9%、家業継承：24.6%、事業買収者・外部の後継者：5.4%、その他：5.1%という結果であった（**図表2**）。

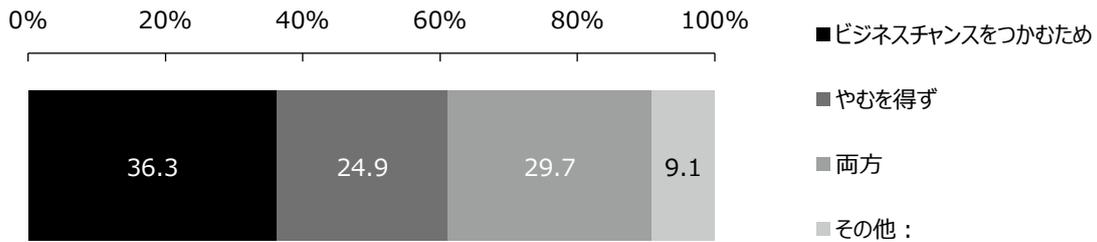
図表2 社内での立場



現在の事業に関与しているのは、ビジネスチャンスをつかもうとしたからか、それともこの仕事以外に選択肢がなかったからかの問いについ

ては、ビジネスチャンスをつかむため：36.3%、両方：29.7%、やむを得ず：24.9%、その他：9.1%という割合であった（図表3）。

図表3 事業に関与している理由



本調査は、全国規模でのサンプリングであり、男女共、20代から業務の中枢を担い始めていることが伺えるが、全体に占める割合は、1%に過ぎない。女性の社会進出が叫ばれて久しいが、男性の40代、50代、60代が占める割合が高く、男性中心の社会構造であることを伺い知

ることができた。

4.3. コロナ禍における中小企業・経営者の実態

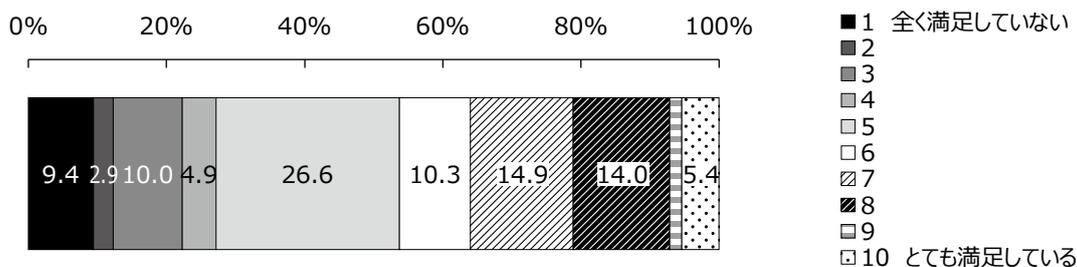
以下は、コロナ禍における企業経営の実態を把握するために、詳細に確認した事項である。

4.3.1. 外出制限下の生活

Q9. 全体的に、外出制限前の生活に満足していましたか (図表4)。

1 全く満足していない：9.4%、2：2.9%、3：10.0%、4：4.9%、5：26.6%、6：10.3%、7：14.9%、8：14.0%、9：1.7%、10 とても満足している：5.4%

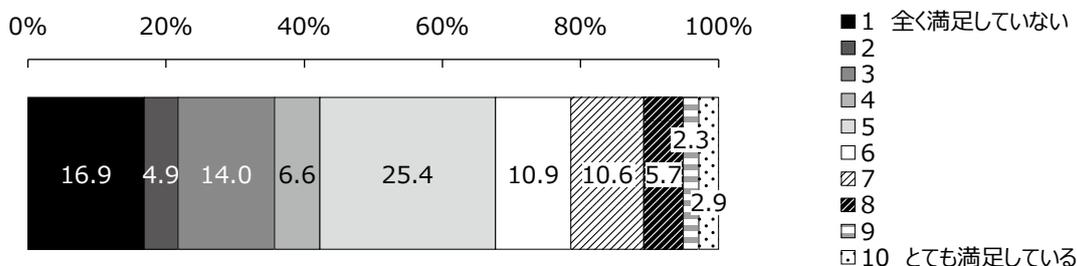
図表4 外出制限前の生活への満足度



Q10. 全体的に、外出制限が始まってからの生活に満足していますか (図表5)。

1 全く満足していない：16.9%、2：4.9%、3：14.0%、4：6.6%、5：25.4%、6：10.9%、7：10.6%、8：5.7%、9：2.3%、10 とても満足している：2.9%

図表5 外出制限後の生活への満足度



4.3.2. 自身の健康へのリスク

Q11. ご自身が、今後3ヶ月でコロナウイルスに感染する可能性はどのくらいだと思いますか。

最大値：100、最小値：0、平均値：28.1

Q12. ご自身が、今後3ヶ月以内にコロナウイルスに感染した場合、重症化する可能性はどのくらいあると思いますか。

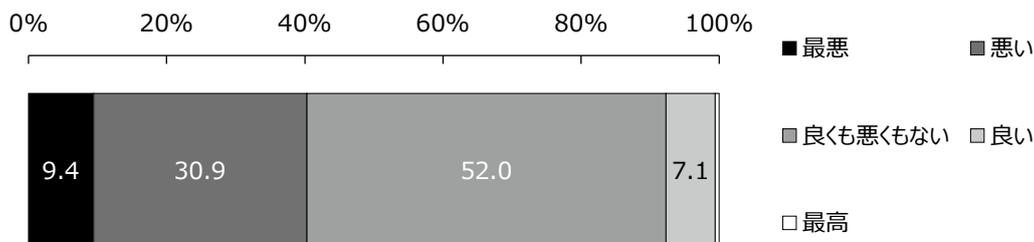
最大値：100、最小値：0、平均値：32.1

4.3.3. 経済上のリスクについて

Q13. 2020年2月末までの業績で、主要な競合他社と比較した貴社の業績についてお答えください (図表6)。

最悪：9.4%、悪い：30.9%、良くも悪くもない：52.0%、良い：7.1%、最高：0.6%

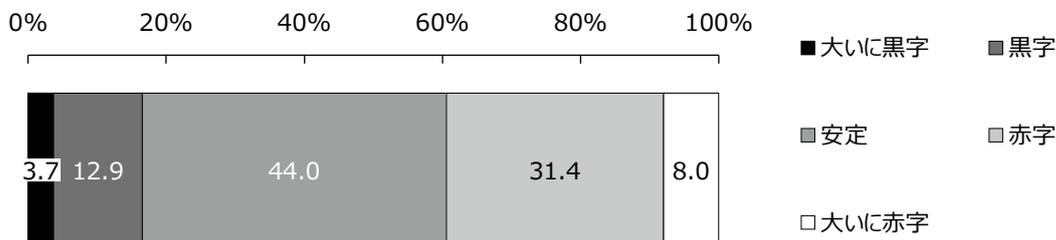
図表6 コロナ禍前における競合他社と比較した業績



Q14. 2020年2月末までの業績で見た、貴社の業績についてお答えください (図表7)。

大いに黒字：3.7%、黒字：12.9%、安定：44.0%、赤字：31.4%、大いに赤字：8.0%

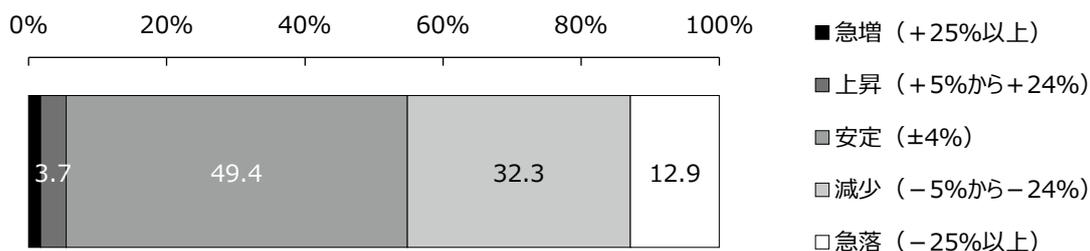
図表7 コロナ禍前までの業績



Q15. 2020年2月末までの業績で見た、貴社の年商についてお答えください (図表8)。

急増 (+25%以上)：1.7%、上昇 (+5%から+24%)：3.7%、安定 (±4%)：49.4%、減少 (-5%から-24%)：32.3%、急落 (-25%以上)：12.9%

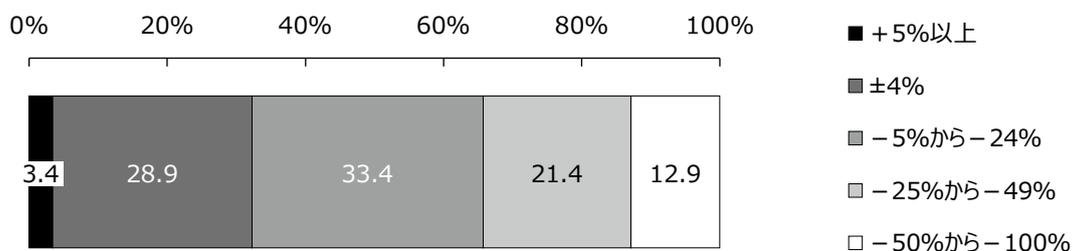
図表8 コロナ禍前の業績



Q16. 今現在、貴社の業績（年商）はどのように変化していますか（図表9）。

+5%以上：3.4%、±4%：28.9%、-5%から-24%：33.4%、-25%から-49%：21.4%、-50%から-100%：12.9%

図表9 現在の業績



Q17. 貴社の現状を考慮してみて、コロナ禍の影響で倒産申請する確率はどのくらいですか。

最大値：100、最小値：0、平均値：16.8

4.3.4. 経営者の健康・メンタルヘルス・睡眠

Q18. あなたのこの1ヶ月の健康状態について、それぞれあてはまるものをお答えください（図表10）。

1. 体調は

最高：4.9%、とても良い：17.7%、良い：37.4%、まあまあ：33.7%、悪い：6.3%

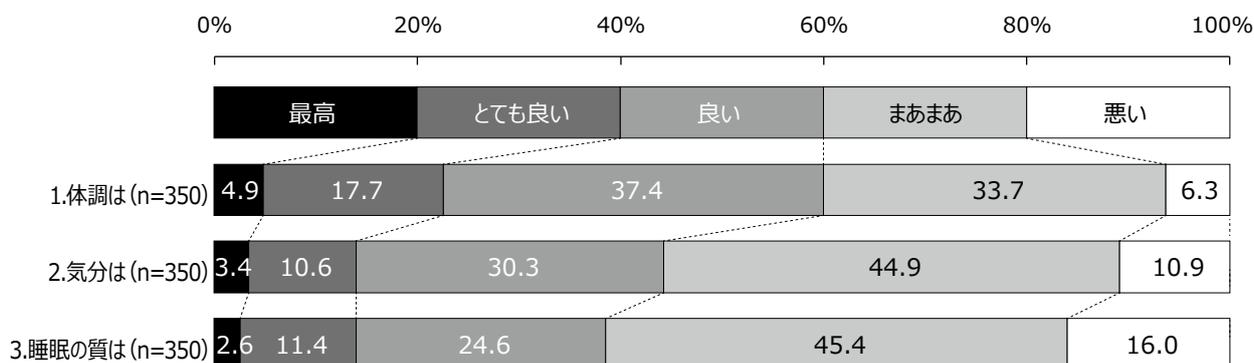
2. 気分は

最高：3.4%、とても良い：10.6%、良い：30.3%、まあまあ：44.9%、悪い：10.9%

3. 睡眠の質は

最高：2.6%、とても良い：11.4%、良い：24.6%、まあまあ：45.4%、悪い：16.0%

図表10 健康・メンタルヘルス・睡眠についての自己評価



4.3.4. 経営者の心理的ストレス (K6)

Q19. 過去1ヶ月の間にどれくらいの頻度で次のことがありましたか。

1. 神経過敏に感じましたか

全くない：39.1%、少しだけ：28.6%、時々：26.3%、たいてい：4.6%、いつも：1.4%

2. 絶望的だと感じましたか

全くない：51.1%、少しだけ：27.4%、時々：14.9%、たいてい：4.9%、いつも：1.7%

3. そわそわ、落ち着かなく感じましたか

全くない：45.4%、少しだけ：28.3%、時々：20.6%、たいてい：4.6%、いつも：1.1%

4. 気分が沈みこんで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか

全くない：42.6%、少しだけ：27.1%、時々：20.6%、たいてい：7.7%、いつも：2.0%

5. 何をするのも骨折りだと感じましたか

全くない：45.4%、少しだけ：26.3%、時々：20.0%、たいてい：6.3%、いつも：2.0%

6. 自分は価値のない人間だと感じましたか

全くない：56.6%、少しだけ：21.1%、時々：14.0%、たいてい：4.9%、いつも：3.4%

4.3.5. 労働環境について (バーンアウト：BMS10)

Q20. 仕事のことを考えた時に、どれくらいの頻度で次のことがありましたか。それぞれ最もあてはまるものをお答えください。

1. 疲れたと感じる

一度もない：3.4%、ほとんどない：12.6%、まれに：20.3%、たまに：37.1%、よく：17.7%、とてもよく：4.9%、いつも：4.0%

2. 一部の人に対して失望感を感じる

一度もない：10.6%、ほとんどない：17.4%、まれに：20.9%、たまに：30.9%、よく：11.1%、とてもよく：4.3%、いつも：4.9%

3. 絶望することがある

一度もない：22.3%、ほとんどない：33.7%、まれに：14.9%、たまに：18.9%、よく：3.7%、とてもよく：4.0%、いつも：2.6%

4. 八方塞がりのように感じる

一度もない：19.4%、ほとんどない：32.6%、まれに：20.0%、たまに：16.6%、よく：5.1%、とてもよく：3.4%、いつも：2.9%

5. 自分の無力さを感じる

一度もない：14.0%、ほとんどない：20.9%、まれに：19.1%、たまに：26.3%、よく：9.7%、とてもよく：5.1%、いつも：4.9%

6. 落ち込むことがある

一度もない：12.0%、ほとんどない：22.3%、まれに：24.6%、たまに：24.6%、よく：7.4%、
とてもよく：6.0%、いつも：3.1%

7. 体力の低下や病気の不安を感じる

一度もない：7.7%、ほとんどない：16.0%、まれに：22.0%、たまに：26.6%、よく：14.6%、
とてもよく：9.1%、いつも：4.0%

8. 自分が無価値、《失敗》かのように感じる

一度もない：21.7%、ほとんどない：29.1%、まれに：15.1%、たまに：18.9%、よく：7.1%、
とてもよく：4.3%、いつも：3.7%

9. よく眠れない

一度もない：17.1%、ほとんどない：27.1%、まれに：18.6%、たまに：24.9%、よく：5.1%、
とてもよく：3.7%、いつも：3.4%

10. 《もうたくさんだ》と思うことがある

一度もない：22.0%、ほとんどない：26.3%、まれに：18.0%、たまに：18.6%、よく：8.9%、
とてもよく：3.4%、いつも：2.9%

4.3.5. 経営者としての状況

Q21. 先月の週平均労働時間（図表11）。

40時間未満：45.7%、40～49時間：24.0%、50～59時間：12.6%、60～69時間：7.7%、
70時間以上：10.0%

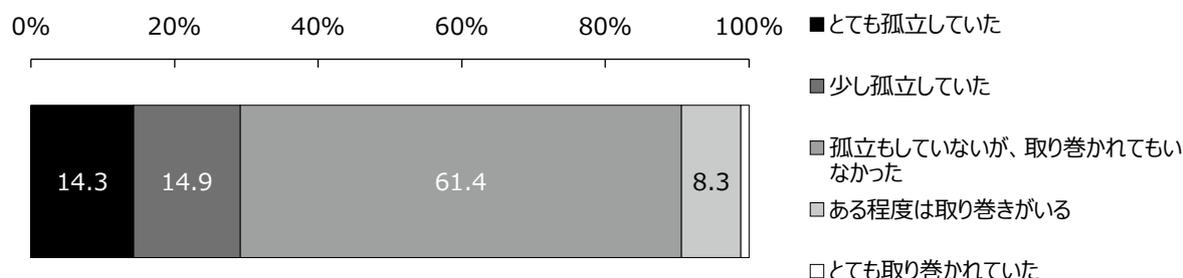
図表11 週平均労働時間



Q22. 前月、経営者の立場として孤独感を感じていましたか（図表12）。

とても孤立していた：14.3%、少し孤立していた：14.9%、孤立もしていないが、取り巻かれてもいなかった：61.4%、ある程度は取り巻きがいる：8.3%、とても取り巻かれていた：1.1%

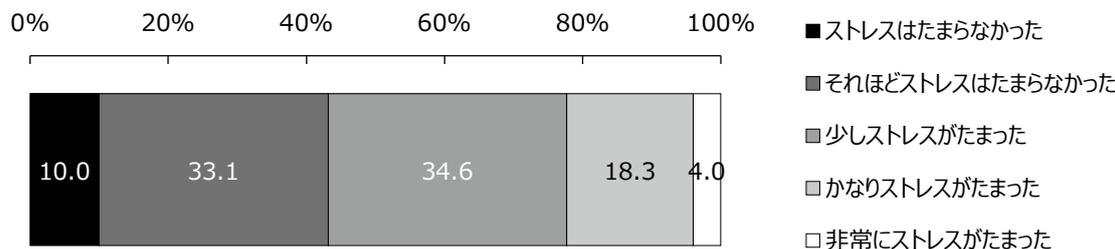
図表12 孤独感



Q23. 先月の多くの場合、ストレスはたまっていましたか（図表13）。

ストレスはたまらなかった：10.0%、それほどストレスはたまらなかった：33.1%、少しストレスがたまった：34.6%、かなりストレスがたまった：18.3%、非常にストレスがたまった：4.0%

図表13 ストレス



4.3.6. リスクテークング

Q25. 以下の項目について、それぞれあてはまるものをお答えください。

1. リスクは高いが収益性の高いプロジェクトを優先するつもりだ

1 全くない：24.3%、2：16.3%、3：22.9%、4 ややそう思う：27.4%、5：5.1%、6：2.3%、7 とてもそう思う：1.7%

2. 目標を達成するために、大胆でスケールの大きな仕事を優先して行うつもりだ

1 全くない：22.9%、2：18.0%、3：22.0%、4 ややそう思う：27.4%、5：5.4%、6：2.6%、7 とてもそう思う：1.7%

3. 新しい契機を探る体系的な方針を採用するつもりだ

1 全くない：20.9%、2：13.7%、3：22.3%、4 ややそう思う：28.9%、5：8.0%、6：4.6%、7 とてもそう思う：1.7%

4.3.7. CSR

Q26. 近年（現在）の環境問題へのチャレンジは、貴社の事業発展のための制約要因となっていますか、それとも契機となっていますか。

1 大きな制約：4.3%、2：15.1%、3：71.4%、4：6.3%、5 非常に大きな契機：2.9%

Q27. コロナ禍の後、貴社の経済活動が環境に与える影響を減らすための新たな行動計画を実施するつもりはありますか。

1 なし：22.9%、2：14.6%、3：42.3%、4：14.0%、5 非常に多くある：6.3%

4.3.8. レジリエンス

Q28. 以下の4つの姿勢について、次の尺度にあてはめてお答えください（**図表14**）。

1. 《困難な状況を変えるための独創的な方法を探している》

1 この表現は私を描写していない：19.7%、2：21.1%、3：40.6%、4：12.6%、
5 非常によく描写している：6.0%

2. 《何が起ころうと、自分の反応をコントロールできる気がする》

1 この表現は私を描写していない：11.7%、2：16.16%、3：45.7%、4：18.0%、
5 非常によく描写している：8.0%

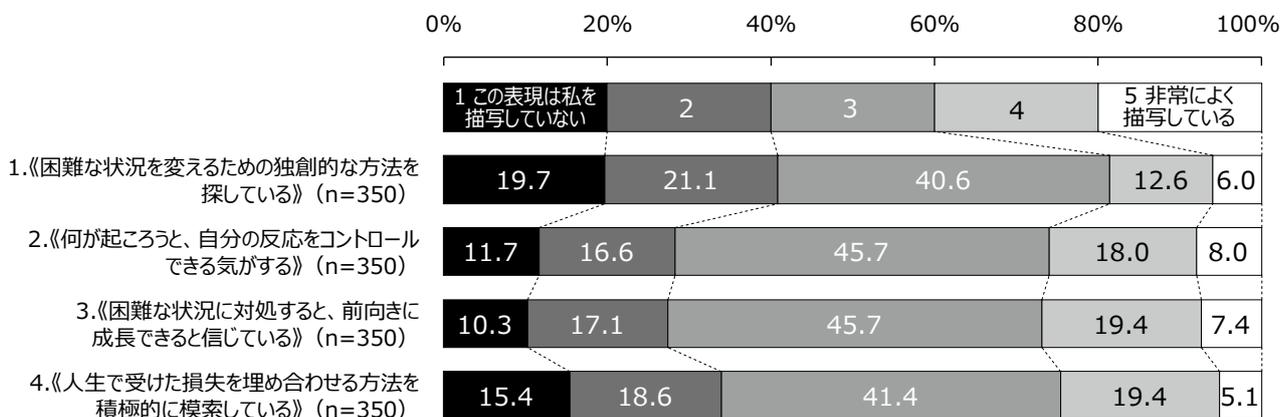
3. 《困難な状況に対処すると、前向きに成長できると信じている》

1 この表現は私を描写していない：10.3%、2：17.1%、3：45.7%、4：19.4%、
5 非常によく描写している：7.4%

4. 《人生で受けた損失を埋め合わせる方法を積極的に模索している》

1 この表現は私を描写していない：15.4%、2：18.6%、3：41.4%、4：19.4%、
5 非常によく描写している：5.1%

図表14 レジリエンス



4.3.9. アントレプレナー特有の健康増進要因（サリュトプルノリアル）

Q29. コロナ禍以来、以下の項目の傾向について、それぞれあてはまるものをお答えください（図表15）。

1. 楽観性・オプティミズム

1 大きく減少した：4.3%、2：8.9%、3：13.4%、4 変わらない：64.3%、5：6.3%、6：1.7%、
7 大きく増加した：1.1%

2. 自己効力感・自己可能感

1 大きく減少した：1.7%、2：7.4%、3：12.0%、4 変わらない：68.0%、5：7.1%、6：2.3%、
7 大きく増加した：1.4%

3. 自分らしい行動をとる能力

1 大きく減少した：1.4%、2：3.7%、3：10.9%、4 変わらない：67.7%、5：10.6%、6：3.7%、
7 大きく増加した：2.0%

4. レジリエンス（立ち直る力・困難に立ち向かう力）

1 大きく減少した：1.7%、2：3.7%、3：12.9%、4 変わらない：65.4%、5：11.1%、6：3.1%、
7 大きく増加した：2.0%

5. 自分の行動に意味を与えようとする意思

1 大きく減少した：1.4%、2：4.3%、3：11.7%、4 変わらない：66.6%、5：10.9%、6：3.7%、
7 大きく増加した：1.4%

6. 適応能力

1 大きく減少した：1.7%、2：3.1%、3：10.0%、4 変わらない：61.1%、5：16.0%、6：6.0%、
7 大きく増加した：2.0%

7. 自分の行動に責任を持つ能力

1 大きく減少した：0.9%、2：3.7%、3：6.6%、4 変わらない：62.6%、5：15.7%、6：6.9%、
7 大きく増加した：3.7%

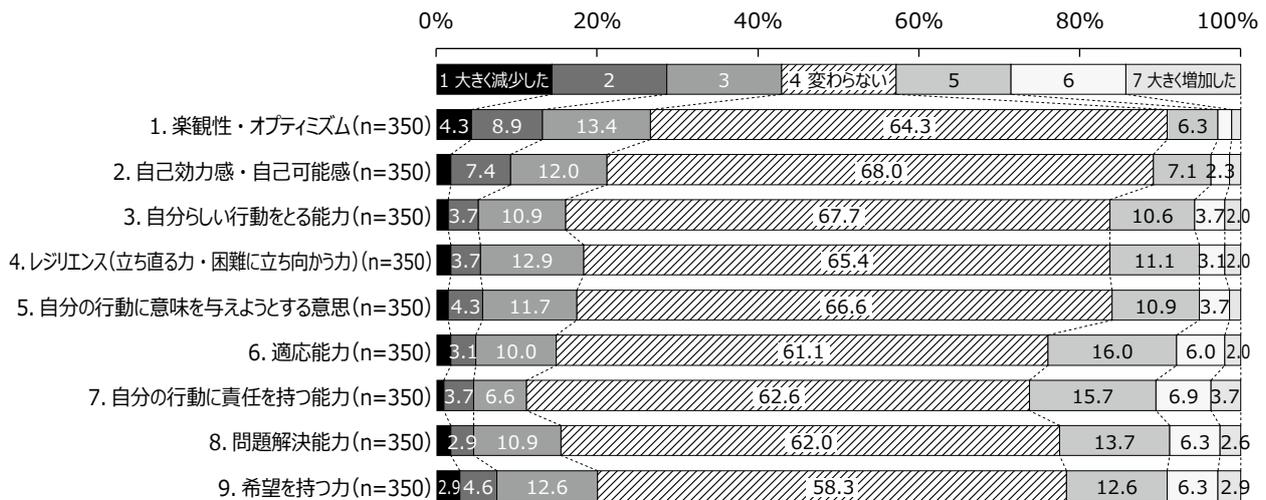
8. 問題解決能力

1 大きく減少した：1.7%、2：2.9%、3：10.9%、4 変わらない：62.0%、5：13.7%、6：6.3%、
7 大きく増加した：2.6%

9. 希望を持つ力

1 大きく減少した：2.9%、2：4.6%、3：12.6%、4 変わらない：58.3%、5：12.6%、6：6.3%、
7 大きく増加した：2.9%

図表15 サリュートプルノリアル

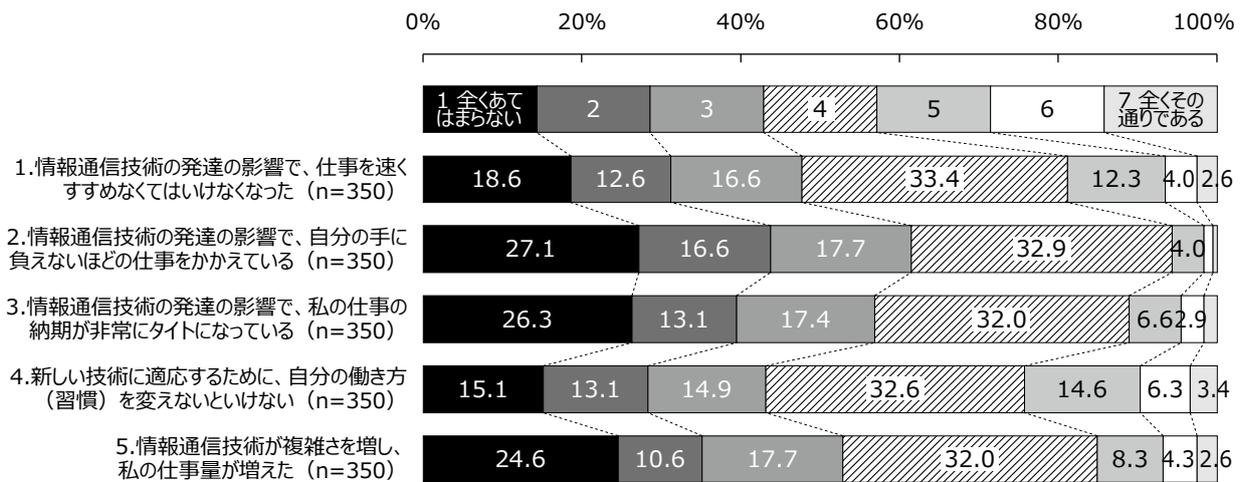


4.3.10. テクノストレス

Q30. 以下の項目について、それぞれあてはまるものをお答えください (図表16)。

- 情報通信技術の発達の影響で、仕事を速くすすめなくてはいけなくなった
 - 1 全くあてはまらない：18.6%、2：12.6%、3：16.6%、4：33.4%、5：12.3%、6：4.0%、7 全くその通りである：2.6%
- 情報通信技術の発達の影響で、自分の手に負えないほどの仕事をかかえている
 - 1 全くあてはまらない：18.6%、2：12.6%、3：16.6%、4：33.4%、5：12.3%、6：4.0%、7 全くその通りである：2.6%
- 情報通信技術の発達の影響で、私の仕事の納期が非常にタイトになっている
 - 1 全くあてはまらない：26.3%、2：13.1%、3：17.4%、4：32.0%、5：6.6%、6：2.9%、7 全くその通りである：1.7%
- 新しい技術に適応するために、自分の働き方（習慣）を変えないといけない
 - 1 全くあてはまらない：15.1%、2：13.1%、3：14.9%、4：32.6%、5：14.6%、6：6.3%、7 全くその通りである：3.4%
- 情報通信技術が複雑さを増し、私の仕事量が増えた
 - 1 全くあてはまらない：24.6%、2：10.6%、3：17.7%、4：32.0%、5：8.3%、6：4.3%、7 全くその通りである：2.6%

図表16 テクノストレス



5. 比較分析

本研究における2020年8月日本調査と、次の3つの調査との比較を試みる。2020年4月フランス調査、2017年日本調査、2019年フランス調査である。心理的ストレス(K6)については国民健康調査との比較を行う。

5.1. 感染・重症化・倒産の可能性

感染者数が日本と比較して桁違いに多かっ

たフランスでは、感染する可能性についての回答値が日本よりも大きかった。2020年4月調査実施時のフランスにおける外出禁止令は日本の緊急事態宣言とは比較にならない位に厳格なもので、多くの中小企業の活動が減速・停滞を強いられた。結果として、フランスの経営者が倒産する可能性として回答した値が日本の経営者の回答値よりも大きくなったと考えられる(図表17)。

図表17 感染・重症化・倒産の可能性

	日本 2020年8月調査	フランス 2020年4月調査
感染する可能性 (%)	28.1	40.8
重症化する可能性 (%)	32.1	30.3
倒産する可能性 (%)	16.8	30.5

5.2. 健康・メンタルヘルス・睡眠

日本とフランスにおいて、それぞれコロナ禍前の調査結果とコロナ禍中の調査結果を比較した（図表18）。フランス2020年4月調査結果が示したパラドックスである「外出制限・経済活動休止による強制的な休息は身体の健康にプラスの効果をもたらした」傾向が日本調査においても確認された。外出制限期間中には多くの中小企業経営者が休養を余儀なくされ、体力を回復したと推測される。一方で、事業活動が停止しているのを見て、メンタルヘルスや睡眠の質に悪影響が出た。フランス2020年4月調

査が示したこの点についても日本2020年8月調査で確認された。中小企業経営者にとって事業活動が停滞することほど辛い試練はないだろう。調査時における事業の減速ほど経営者にとって将来への不安として現れるものはなかったと考えられる。睡眠の質の調査結果がこれを示している。コロナ禍によって予防や健康に留意することが一般化したこともあり、コロナ禍は中小企業経営者の身体的健康にはプラスとなり、一方で、事業活動の停止・停滞からメンタルヘルスと睡眠にはマイナスの影響を及ぼした。

図表18 健康・メンタルヘルス・睡眠の比較

	日本 2017年調査 (平均値)	日本 2020年8月調査 (平均値)	フランス 2019年調査 (平均値)	フランス 2020年1月調査 (平均値)
体調 (1-5)	2.76	2.81	3.13	3.35
メンタルヘルス (1-5)	2.87	2.52	3.37	2.89
睡眠の質 (1-5)	2.7	2.39	2.93	2.42

(注) 日本2017年調査は、大妻女子大学・あんしん財団「AMAROK 経営者健康あんしんアクション」の一環として実施された。あんしん財団の保険契約者である中小企業経営者のうち、調査に協力を申し出た者391名を対象に、2017年3月～9月の期間に、電話による聞き取り調査を実施した。聞き取り調査は、日本リサーチセンター株式会社に所属する調査員が、1人の経営者に対しておよそ25分間の所要時間で、調査項目を読み上げて回答を求めた。フランス2019年調査は、2019年3月のフランス国立統計経済研究所（INSEE）の事業者名簿識別システム SIRENE に基づく中小企業経営者1501人に対するWEB調査である。

5.3. 心理的ストレス反応 (K6)

心理的ストレス反応とは、ストレス要因に直面した初期には解決・克服のために思考力や意欲は高まるが、それが長引いたり強い場合は、個人の処理能力を超えて、身体症状や精神症

状が固定または増悪する状態⁹と定義されている。本研究では、心理的ストレスを測定するために信頼性・妥当性が検証されて各国で活用されているK6¹⁰の日本語版¹¹を用いた。心理的ストレス反応は、うつ病などのメンタルヘルス

9 河野友信, 吾郷晋浩, 石川俊男, 永田頌史 (2003) ストレスと生理. ストレス診療ハンドブック 第2版, メディカル・サイエンス・インターナショナル, P.20-25.

10 Kessler RC, Andrews G, Colpe LJ, Hiripi E, Mroczek DK, Normand SL, Walters EE, Zaslavsky AM (2002) "Short screening scales to monitor population prevalences and trends in non-specific psychological distress". Psychological Medicine; 32:959-976

11 Furukawa TA, Kawakami N, Saitoh M, Ono Y, Nakane Y, Nakamura Y, Tachimori H, Iwata N, Uda H, Nakane H, Watanabe M, Naganuma Y, Hata Y, Kobayashi M, Miyake Y, Takeshima T, Kikkawa T (2008) "The performance of the Japanese version of the K6 and K10 in the World Mental Health Survey Japan". International Journal of Methods in Psychiatric Research; 58 (3), 231-40.

不調と相関が強いことが報告されている¹²。

質問項目は、「そろそろ、落ち着かなく感じましたか」など6項目であり、回答は「全くない、少しだけ、時々、たいてい、いつも」の5件法で、項目の合計を得点として、得点が高いほどストレス反応が強いことを示す。K6日本語版の評価区分は国民基礎調査と同様の基準を用いて、合計得点5点以上を「心理的ストレス相当」、10点以上を「気分・不安障害相当」、13点以上を「重症精神障害相当」とした。

分析は、性・年代別にK6の平均を比較して、特に「気分・不安障害相当」に該当する10点以上の割合を最新の国民生活基礎調査結果(2019年度)¹³と比較した。

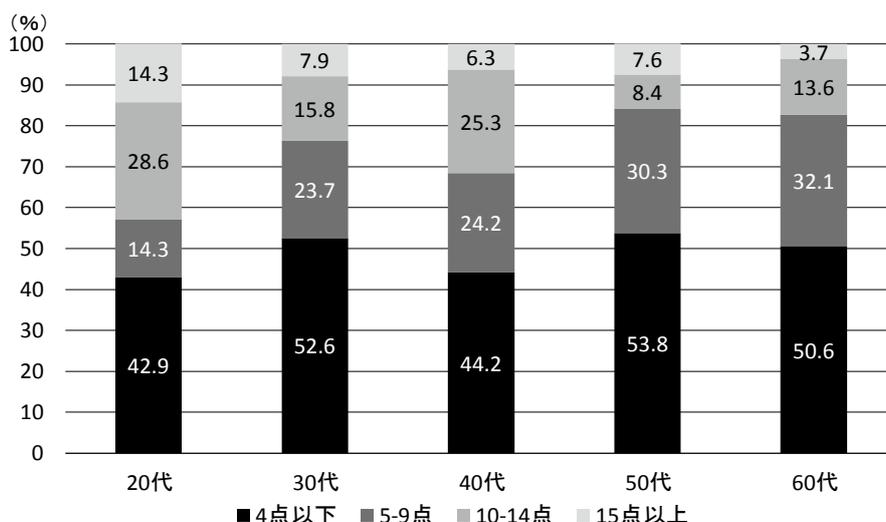
性別年代別のK6の平均点は、**図表19**のとおりである。20代の男女と40代女性が高い結果であった。20-40代の男女および、50代の女性の平均値が5点以上であり、心理的ストレスが高いことが推測された。

図表19 性年代別のK6平均点

年代	男性	女性	全体
20	7.7	6.5	7.0
30	5.5	5.9	5.7
40	5.6	9.9	6.6
50	4.7	5.2	4.8
60	4.7	5.5	4.9
70	1.9	0.5	1.6
総計	5.0	6.5	1.6

また、10点以上（気分・不安障害相当）の割合が最も高い年代は20代で42.9%、次いで40代で31.6%であった（**図表20**）。

図表20 年代別K6の評価区分の割合



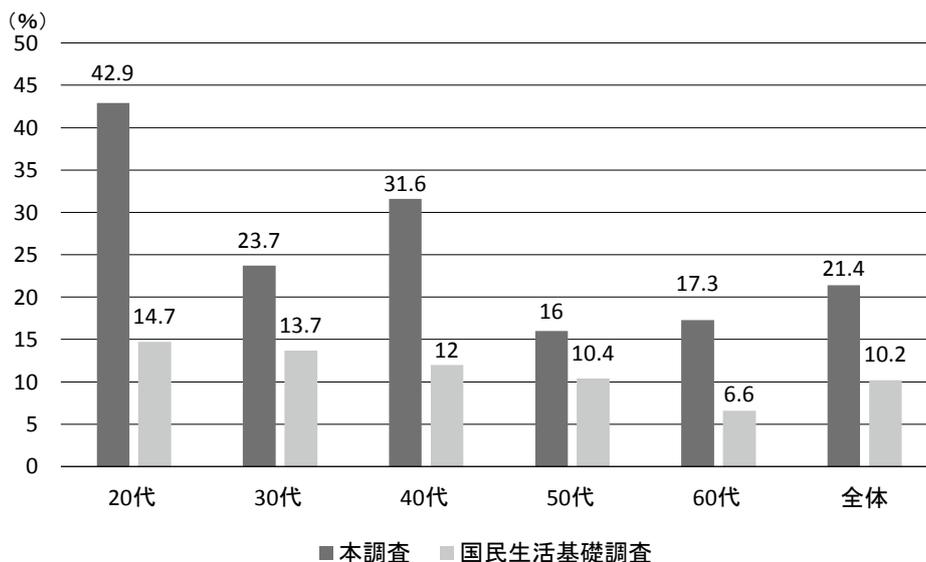
12 牧田 潔, 高田 紗英子, 一言 英文, 竹上 未紗, 福原 俊一, 加藤 寛 (2011) 労働者のうつ病の早期発見に関するスクリーニングツールの検討 QOLとPresenteeismの視点から. 心的トラウマ研究 (1880-2109) : 7号.p.33-40.

13 厚生労働省 (2020) 2019年度国民生活基礎調査.

10点以上（気分・不安障害相当）の割合を国民生活基礎調査結果と比較すると、全体的に高い結果であったが、特に20代では42.9%と国民生活基礎調査の14.7%と比較して約3倍

高い結果であった。また、30代・40代・60代ともに国民生活基礎調査の2～3倍程度の高い結果であった（**図表21**）。

図表21 年代別のK6における10点以上の者の割合



5.4. バーンアウト（燃え尽き症候群）（BMS10）

AMAROKは、2011年から中小企業経営者の健康に関する調査を25回行ってきたが、調査開始以来、バーンアウト（燃え尽き症候群）に注目し、毎回、調査項目に入れてきた。その際、パインズが開発したバーンアウト測定尺度短縮版（The burnout measure short version, BMS）10項目を使用してきた¹⁴。このBMS10は「疲労感」「失望感」「絶望感」「八方塞がり感」「無力感」「落ち込み」「病気の不安」「無価値」「睡眠障害」「疲労感」の10項目から成る。日本2020年8月調査においてもBMS10を用いた。

日本2020年8月調査もフランス2020年4月調査も、コロナ禍によって、中小企業経営者のバーンアウトの傾向が増大したことを示している（**図表22**）。フランス調査では、中小企業経営者に通常見られるリスク要因（疲労、失望感、枯渇感・倦怠感）に加えて、コロナ禍においては、「無力感」「八方塞がり感」「睡眠障害」という別の側面が浮き彫りとなった。このことは厳格な外出制限令における中小企業経営者の苦悩を示した。なお、日仏の顕著な相違として、既に述べたように、フランスにおける「八方塞がり」「無力さ」「睡眠障害」の値の高さが

¹⁴ Malac-Pines, A. (2005). The burnout measure short version (BMS). *International Journal of Stress Management*, 12, 78-88. パインズのBMS10は、「脱人格化」前の最初の段階である「情緒的消耗感期」と「個人的達成感の低下」を計測できるため、予防の観点からも非常に有用である。

ある（図表23）。これは、罰金を伴う全国規模の外出制限令の影響であると考えられる。また、日本における「体力の低下や病気の不安」の値が高くなっている。これは、フランスでは

BMS7の質問文について「病気」(malade) という訳語を使用しており、日本では原文により近い「病気の不安」という訳語にしたことに因るものと思われる¹⁵。

図表22 バーンアウト10項目の平均値の比較

	日本2017年調査	日本2020年4月調査	フランス2019年調査	フランス2020年調査
BMS10 (1-7) の平均値	2.48	3.18	2.89	3.39

図表23 バーンアウトの日仏比較

年代	日本 2020年8月調査 (各項目平均値)	フランス 2020年4月調査 (各項目平均値)
BMS1 (仕事のことを考えると) 疲れたと感じる	3.84	3.77
BMS2 一部のの人に失望感を感じる	3.47	3.75
BMS3 絶望することがある	2.70	2.83
BMS4 八方塞がりのように感じる	2.77	3.87
BMS5 自分の無力さを感じる	3.32	4.49
BMS6 落ち込むことがある	3.24	2.98
BMS7 体力の低下や病気の不安を感じる	3.68	2.32
BMS8 自分が無価値、「失敗」かのように感じる	2.88	2.42
BMS9 よく眠れない	2.99	3.81
BMS10 「もうたくさんだ」と思うことがある	2.88	3.63
BMS10平均	3.18	3.39

5.5. サリュトプルノリアル

トレス教授と AMAROK は、中小企業経営者・個人事業主（アントレプレナー）が健康を維持し向上するための要因を一貫して追求し、「サリュトプルノリアル」という概念を提起してきた。これは、アントノフスキーの研究で示され

たサルトジェネシス（Salutogenesis 健康生成論）の考え方に立脚している。これは、ギリシア語の salus（健康）と genesis（起源）の合成による造語である。アントノウスキーは、首尾一貫感覚（SOC, Sense of Coherence）が、健康の生成には重要であるとした。把握可能感

¹⁵ フランス2020年4月調査では、1,925人の9%、すなわち165人が、外部の助けや介入を必要とする深刻な段階に至っていることが示された。また中小企業の学術的研究分野におけるトップジャーナルの一つに掲載された次の論文では、コロナ禍がフランスにおける中小企業経営者のバーンアウトのリスクを増大させたことが立証されている。Torrès, O., Ch. Fisch, A. Swalhi, J. Mukerjee, A. Benzari and R. Thurik (2021), Risk of burnout in French entrepreneurs and the covid-19 crisis, *Small Business Economics*, forthcoming. <https://doi.org/10.1007/s11187-021-00516-2>

(Comprehensibility)、処理可能感 (Manageability)、有意味感 (Meaningfulness) がSOCの3つの要素である¹⁶。トレス教授ら AMAROKの研究グループは、サリュトジェネシス (salutogenesis) と、アントレプレナー (entrepreneur) を掛け合わせて、サリュトプルノリアル資本 (アントレプレナーならではの健康維持・増進要因) という概念を提起してきた。サリュトプルノリアル資本は、レジリエンス、適応能力、問題解決能力、自己効力感という問題解決能力と、楽観性、希望、自分らしい行動をする能力、自分の行動に意味を与える意思、自分の行動の引き起こす結果に責任を取る意思

というセンスメーカーキングによって測定される¹⁷。

フランス2020年4月調査で用いられ、日本2020年8月調査で踏襲されたサリュトプルノリアルに関する質問項目と日本2020年8月調査における各項目の平均値を示す (図表24)。

日本のアントレプレナー (中小企業経営者・個人事業主) が、フランスのアントレプレナー同様に、コロナ禍においても、固有の適応能力、問題解決能力、結果を受け入れる能力、そして自分の行動に意味を与える能力、さらにはレジリエンスを発揮している様子が窺える。

図表24 サリュトプルノリアルの日仏比較

経営者としての健康増進要因 (サリュトプルノリアル) コロナ禍以来、以下の項目の傾向について、それぞれあてはまるものを答えよ。1 大きく減少した、2、3、4 変わらない、5、6、7 大きく増加した	日本 2020年8月調査 (各項目平均値)	フランス 2020年4月調査 (各項目平均値)
楽観性・オプティミズム	3.69	3.67
自己効力感・自己可能感	3.84	4.05
自分らしい行動をとる能力	4.01	4.34
レジリエンス (立ち直る力・困難に立ち向かう力)	3.98	4.56
自分の行動に責任を持つ力	3.98	4.67
適応能力	4.13	4.80
自分の行動に責任を持つ力	4.24	4.72
問題解決能力	4.12	4.63
希望を持つ力	4.03	4.34
サリュトプルノリアル9項目平均値	4.00	4.42

16 Aaron Antonovsky (1996), The sense of coherence: An historical and future perspective, *Israel Journal of Medical Science*, vol.32, no.3-4, pp.170-178.

17 Olivier Torrès (sous la direction de) (2017), *La santé du dirigeant. De la souffrance patronale à l'entrepreneuriat salutaire*, 2e édition, deboeck.

6. 考察

外出制限前と比べ、外出制限下の生活では、不満側に集団分布しており、自身の健康上のリスク等、心理ストレスとなる要因が危惧されるが、経済上のリスクとして、業績は良くも悪くもないが52.0%を占め、安定と答えた割合も44.0%であったことに一縷の望みを抱くことができた（2020年2月末までの業績）。しかしながら、悪いとの回答が30.9%、赤字との回答が31.4%を占めていることから、業種差が色濃く反映されている可能性が高く、余談を許さない状況下にあることは留意すべきであろう。

コロナ禍での企業経営を迫られる者の多くが、その認識、行動共、コロナ禍以前と比べ、「変わらない」と回答し、新しい契機を探る体系的な方針採用予定割合も高くないことと呼応していた。

また、業態転換を求められることが少くない状況下において、情報通信技術の発達の影響に関して確認したところ、仕事を速くすすめてはいけなくなったということもなく、自分の手に負えないほどの仕事をかかえているということでもない現状も伺えた。そして、納期も決してタイトな状況下にはなく、自分の働き方を急変させねばならないこともなく、仕事量も急増していないことは幸いであった。本調査

結果から、多くの企業が、コロナ倒産の可能性に曝されつつも、これまでの基本姿勢を貫くことで、この危機を十分、乗り越えられるとの予測の下に、経営の舵取りを行っていることが判明した。

7. 本研究の限界の今後の課題

本研究は限界として、調査会社のモニター登録者という限定された対象者への調査であるがゆえ選択バイアスがある。また、調査人数が少なく、分析においても単純集計にとどまっている。

今後の課題として、調査対象を広げ、よりバイアスの少ないデータを用いて精度の高い分析をする必要性がある。

8. 謝辞

本稿は、科学研究費・基盤研究（B）2021～2025年度（研究課題21364902）「被災後の中小企業経営者の健康問題と事業継続に関する日仏比較研究」、科学研究費・基盤研究（C）2019～2021年度（研究課題 26893233）「中小企業経営者における職業性ストレスの尺度開発と実態解明の研究」、関西大学地域連携センター・堺市と関西大学との地域連携事業「堺市ファミリービジネス・外食企業の事業継続と事業承継」、関西大学経済・政治研究所「関西ファミリービジネスのBCMと東アジア戦略」研究班による研究成果の一部である。

【参考文献】

- 尾久裕紀、亀井克之、オリビエ・トレス、児島茂雄 (2020) 『中小企業経営者・個人事業主の健康に関する調査』一般財団法人あんしん財団・大妻女子大学共同研究、平成28年12月－令和元年11月研究報告書、218頁。
- 亀井克之 (2017) 「中小企業経営者の健康とリスクマネジメント –日仏共同第1回調査の結果から見えるもの–」『商工金融』2017年10月号 (第67巻第10号)、41-56頁。
- 亀井克之、尾久裕紀、金子信也 (2020) 「中小企業の事業承継と経営者の健康 –日仏共同調査より」『危険と管理』第51号、日本リスクマネジメント学会、2020年4月、210-222頁。
- 亀井克之、オリビエ・トレス、影浦ちひろ (2020) 「Covid-19による外出制限がフランスの中小企業経営者の健康に及ぼした影響 –2020年4月外出制限令下のフランス中小企業経営者に対する調査より–」『商工金融』2020年12月号、4-25頁。
- 栗岡住子、亀井克之、尾久裕紀、オリヴィエ・トレス (2020) 「中小企業経営者における職業性ストレスの実態解明 (第1報)」『桃山学院教育大学研究紀要』第2号 2020年、15-25頁。
- 堀越昌和 (2020) 「新興感染症と中小企業経営」『商工金融』2020年9月号、45-58頁。
- Antonovsky, A. (1996), The sense of coherence: An historical and future perspective, *Israel Journal of Medical Science*, vol.32, no.3-4, pp.170-178.
- Furukawa TA, Kawakami N, Saitoh M, Ono Y, Nakane Y, Nakamura Y, Tachimori H, Iwata N, Uda H, Nakane H, Watanabe M, Naganuma Y, Hata Y, Kobayashi M, Miyake Y, Takeshima T, Kikkawa T (2008) The performance of the Japanese version of the K6 and K10 in the World Mental Health Survey Japan, *International Journal of Methods in Psychiatric Research*; 58 (3) , 231-40.
- Leung, Y.K., I. Franken, R. Thurik, M. Driessen, K. Kamei, O. Torreès, I. Verheul (2021). Narcissism and entrepreneurship: Evidence from six datasets, *Journal of Business Venturing Insights*, Volume 15, June 2021.
<https://doi.org/10.1016/j.jbvi.2020.e00216>
- Malac-Pines, A. (2005). The burnout measure short version (BMS). *International Journal of Stress Management*, 12, 78-88.
- Torrès, O. (sous la direction de), *La santé du dirigeant. De la souffrance patronale à l'entrepreneuriat salutaire*, 2e édition, deboeck, 2017.
- Torrès, O., Ch. Fisch, J. Mukerjee, F. Lasch and R. Thurik (2021), Health perception of French SME owners during the covid-19 pandemic, *International Review of Entrepreneurship*, 19 (2), 151-168.
- Torrès, O., Ch. Fisch, A. Swalhi, J. Mukerjee, A. Benzari and R. Thurik (2021), Risk of burnout in French entrepreneurs and the covid-19 crisis, *Small Business Economics*, forthcoming.
<https://doi.org/10.1007/s11187-021-00516-2>
- Wismans, A., K. Kamei, A.R. Thurik and O. Torrès (2020), The link between ADHD symptoms and entrepreneurial orientation in Japanese business owners, *Management Review Quarterly*, 2020.
<http://link.springer.com/article/10.1007/s11301-020-00202-9>
- Wismans, A., S. Letina, R. Thurik, I. Franken (2021), The role of impulsivity and delay discounting in student compliance with COVID-19 protective measures, *Personality and Individual Differences*, 110925, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110925>