

日本人の働き方とライフスタイル

～『社会生活基本調査』から見えてくるもの～

黒田 祥子

このたびの東日本大震災と原発事故に伴い、今夏は電力不足をどう解消すべきかが喫緊の課題となっている。夏場の電力使用の15%削減が義務付けられた大口契約者は、様々な施策を検討している。こうした施策は、人々の生活にも直接的かつ多大な影響をもたらすことが予想される。政府はこれまで、「労働時間等見直しのガイドライン」等を通じて長時間労働是正やワークライフバランスの推進に取り組んできたが、こうした取り組みにもかかわらず日本人の働き方は大きく変化するようなことはなかった。しかし、この電力問題をきっかけに、今こそ日本人の働き方やライフスタイルを抜本的に見直すべきという意見も聞かれる。『社会生活基本調査』は、日本人の生活を詳細に把握する統計としてこれまでも貴重な情報を提供してきたが、今回実施予定の『平成23年 社会生活基本調査』は、まさに岐路に立たされている現在の日本において、我々の働き方やライフスタイルが今後どのように変わっていくか（あるいは変わらないか）を把握する非常に重要な統計となるであろう。

本稿では、これまでの日本人の働き方を既存の統計を用いて概観するとともに、今後の我々の働き方やライフスタイルを把握するうえで、『平成23年 社会生活基本調査』に期待することを若干ながら述べることにしたい。

1 正規雇用者・フルタイム雇用者の労働時間の推移

この数年、政府は、「いわゆる正社員の労働時間は依然として短縮していない」として、年次有給休暇取得率向上に向けた具体策の検討を事業主へ呼びかける等、長時間労働是正の取り組みに力を入れてきた。実際のところ、日本人の労働時間は以前に比べて短くなっていないのだろうか。以下ではまず、複数の統計を観察することを通じて、日本の正規社員（あるいはフルタイム雇用者）の労働時間の推移を時系列で観察することから始めたい。

図1に示したとおり、『就労条件総合調査』（厚生労働省）によれば、常用労働者一人当たり¹の年間平均休日数は1985年の92.9日から2009年には113.8日と、この25年間で21日増加している。これは、1987年の労基法改正により、週間法定労働時間が48時間から40時間へと段階的に引き下げられ、その結果1990年代には週休2日制が広く普及したことを反映していると考えられる。この休日数の増加は、1日8時間労働として換算すると、平均的にみれば少なくとも一人当たり年間170時間近い労働時間がこの20年間で削減されたことを意味する。

それでは週当たり労働時間はどうか。図2には、『労働力調査（詳細集計）』および『労働力調査特別調査』（総務省統計局）の個票データ（1986～2008年）を用いて、働き過ぎといわれる状

図1：年間休日数の推移

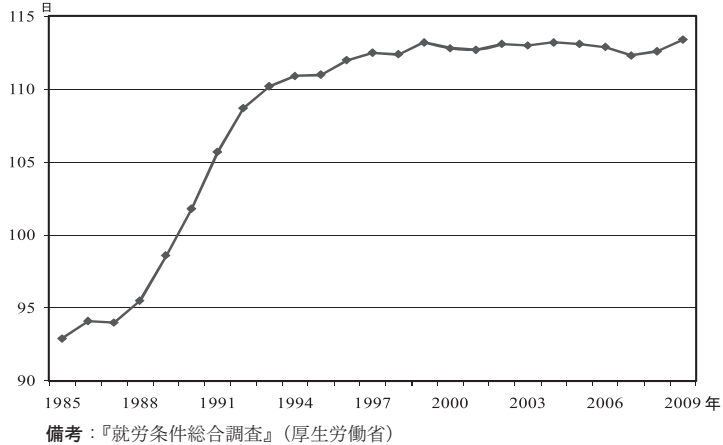
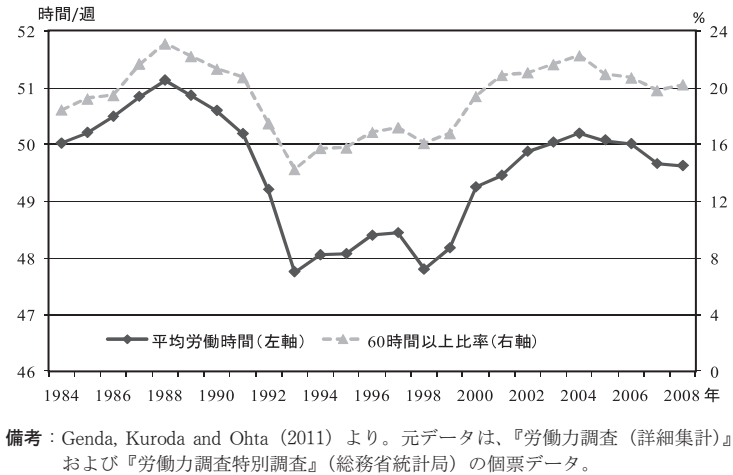


図2：正規雇用者（壮年男性）の週当たり労働時間



年男性正社員の平均労働時間を時系列で示した²。直近の10年をみると、平均労働時間は1998年をボトムに2004年にかけて急増している。この動きは、2000年代前半に過労死や名ばかり管理職問題が頻繁にマスコミで取り上げられた時期と一致する。しかし1980年代にまで遡ってやや長期で見ると、平均労働時間は2000年代にピークとなった2004年でも1980年代末と比べ1時間程度短く、週当たり

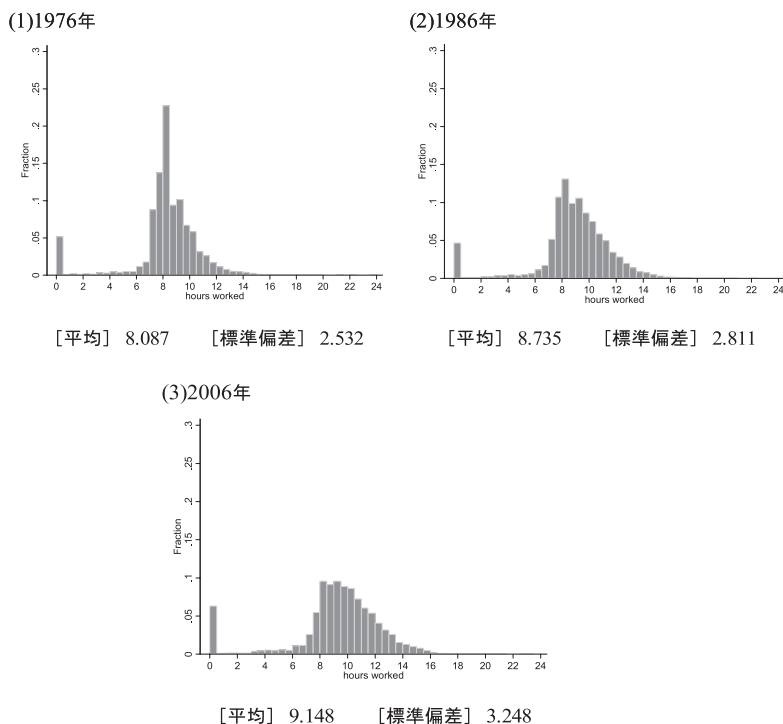
60時間以上比率も1980年代以上に増加している証左はない。ちなみに、高齢化・高学歴化・晩婚化・晩産化といったこの数十年間に日本で起こった構成比等の変化を調整しても、この長期的な傾向に大きな変化はない。総合すると、日本人の平均労働時間は週ベースでは1980年代に比べて増えている事実はなく、年ベースでは確実に短くなっているといえる。それにもかかわらず、過労やメンタ

ルヘルス疾患が社会問題化したり、日本人の労働時間は依然として短くなっていないとしてワークライフバランス推進の潮流が昨今になって活発化した³のは、なぜだろうか。

そこで、次に一日当たりの労働時間を観察してみたい。図3には、『社会生活基本調査』の個票データ（1976～2006年）を用いて、フルタイム男性雇用者⁴の平日（月～金曜日）一日当たりの労働時間（『仕事』時間の合計）の分布を示した。同調査は、一日24時間の全行動を15分刻みで回答者に記録してもらった貴重な統計であり、労働時間以外にも人々が何に時間を使っているかを把握することが可能である。図3をみると、1976年には8時間で高いスパイクができていますが、1986年、2006年

と最近に近づくにつれて分布の右裾が広がり、8時間以上働く人の割合が年々増加していることがわかる。この点をさらに詳しく見るために、表1には、同統計の個票データを用いて、高齢化・高学歴化・晩婚化・晩産化の構成比等の変化を調整したうえで、1970年代からの平日一日当たりの平均労働時間と睡眠時間の推移を示した。表1をみると、男性フルタイム雇用者の平日一日当たりの労働時間は景気循環と無関係に1970年代から一貫して増加している。同表には、一日当たり13時間以上働く男性の割合も示したが、この値は1976年の2.0%から2006年には8.2%に増加している（ちなみに、これらは通勤時間や休憩・昼休みを除く実労働時間である）。一方、同表をみると、平日の労

図3：フルタイム男性雇用者の平日一日当たり労働時間の分布



備考：Kuroda (2010) より。元データは、『社会生活基本調査』（総務省統計局）の個票データ。

表1：フルタイム男性雇用者の平日一日当たり労働時間と睡眠時間の推移

	(単位：時間)			
	1976	1986	1996	2006
労働時間 (単位:時間)	8.02	8.70	8.80	9.12
睡眠時間 (単位:時間)	7.92	7.57	7.40	7.22
10時間以上労働者の割合(%)	17.1	31.0	35.4	42.7
13時間以上労働者の割合(%)	2.0	4.4	5.7	8.2

備考：Kuroda (2010) より。元データは、『社会生活基本調査』(総務省統計局) の個票データ。

働時間の趨勢的な増加にほぼ対応するかたちで平均睡眠時間は年々低下しており、筆者の分析では過去30年で男性は週当たり4時間、女性は3時間睡眠時間が短くなっていることが分かっている。

1日は24時間であり、ある時間の増加はその他の時間を削減することで賄うしかない。日本人の睡眠時間の趨勢的な低下は、平日の労働時間の増加と関係している可能性があり、年間休日数が増えているにも関わらず疲労を感じている人が増えているのもこの点と深く関わっていると推測される⁵。厳密な原因究明は今後行う必要があるが、平日の労働時間が増加した要因としては、需要喚起を狙った営業時間の拡大に加えて、週休2日制の普及や祝祭日の増加により週の中での労働時間の配分が変化し、平日に仕事が生かされた可能性等が考えられる⁶。

2 実態把握のために必要な統計整備

以上を総合すると、既存の統計から把握する限りにおいて、正規雇用者（フルタイム雇用者）の労働時間は過去に比べて年当たりでも、週当たりでも低下傾向にある。しかし、この30年ほどで、週の中での時間配分に大きな変化が生じており、平日一日当たりで見ると、労働時間は長時間化し、代わりに睡眠時間の削減が趨勢的に起こっているのが日本人の特徴である。これは、ワークライフバランスの施策を検討するうえで、

年・月・週・日のどの単位でバランスをとることが日本人にとって望ましいかを十分に考慮にいった検討が必要であることを示唆する。この意味でも、一日当たりの時間配分を厳密に把握できる『社会生活基本調査』の意義は大きいといえる。以下では、今後、日本人のワークライフバランスを実現するために不可欠な統計整備として重要と思われる点を挙げてみたい。

(1) 休息の確保の把握と休暇数

図1で示した通り、日本人の休日の数を把握するうえで日本の公式統計で最も利用されるのは、『就労条件総合調査』である。同調査は、休日数の推移を経年的に把握できる貴重な公式統計であるが、常用労働者が30人以上の企業に対して、「最も多くの労働者に適用されている休日日数」を問う調査であるため、把握できるのはあくまでも労働者の平均休日数のみである。普段、長時間労働をしている人が夏季・冬季の休暇をまとめてとることができているかというような、個人単位のワークライフバランスを精査するためには、世帯(個人)統計の整備が不可欠である。この点、『平成23年 社会生活基本調査』において、年次有給休暇の取得日数に関する質問項目が新たに設置されることとなり⁷、国民の年単位のワークライフバランスを把握するうえで有益な情報が得られることが期待される⁸。

なお、法定病気休暇が別途設けられている欧州諸国と異なり、日本では風邪や一時的な病気等のための休暇の場合も、有給休暇を利用するのが一般的である。したがって、余暇の享受という厳密な意味での休暇数の把握には、純粋な余暇のために取得した日数とそれ以外の病欠などによる取得日数を分けて把握することも将来的には検討する必要があると思われる⁹。

(2) 労働時間・過労と健康問題

これまでのワークライフバランス政策は、主として育児や介護支援という色彩が濃かったが、今後はどちらにも従事していない人であってもワークとライフのバランスがとれているかどうかを目を向けていく必要がある。特に、わが国では、労災の支給決定件数が高止まりを続けており、過労死（Karoshi）という言葉も国際的に認知されつつある。また、上述のとおり、日本人の睡眠時間は年々低下の一途を辿っており、労働時間だけでなく、睡眠時間と健康問題との因果関係の解明も今後の重要な検討課題である。しかしながら、労働統計と厚生統計が独立して設計されていることが一般的であるため、労働と健康との因果関係を厳密に分析できる統計がほとんど存在しないのが現状である。この点、平成23年の『社会生活基本調査』には、健康状態に関する設問項目が新設されることとなった。クロスセクション統計は、過労により健康状態を損ねたのか、健康状態が悪いから労働時間を短縮しているのかという因果関係を厳密に特定化することはできないものの、貴重な一歩と考えられる¹⁰。

(3) 時間配分と働き方を巡る制度との関係

また、働き方を巡る制度にまつわる議論として、2000年代の初めから中頃にかけて制度導入が検討

されたホワイトカラー・エグゼンプションについても述べておきたい。高度な専門性を持つ労働者や必ずしも労働時間とアウトプットが一致しないような職種に従事している労働者の中には、自由に働く時間を調整できる働き方のほうが、子育てや介護との両立という意味で望ましいと考える人もいるはずである。しかし、ひところ注目されたホワイトカラー・エグゼンプションを巡る議論は、同制度が「残業代ゼロ法案」とマスコミに取り上げられたこともあり、不払い労働や長時間労働を助長してしまうとする反対意見に押され、急速に下火となった。当時の議論は、いわゆる管理監督者と呼ばれる時間外規制適用除外者や裁量労働制の下で働く労働者がわが国にどの程度存在するかを把握する公式統計が存在していなかったために、やや感情論に終始してしまった印象がある。今後、制度の導入を検討する際に感情論や印象だけで議論が展開されないようにするためには、個々人がどのような制度のもとで働き、その制度が労働時間やその他の時間配分にいかなる影響を及ぼしているかを把握する統計を整備し、厳密な検証を行うことが不可欠であろう。『平成23年 社会生活基本調査』に新設された勤務形態に関する項目は、制度の違いが人々の働き方や生活にどのような違いをもたらすのかを把握するうえで、貴重な判断材料を提供するものとして期待される。

3 震災後のわが国の働き方を巡って—若干の考察

冒頭で述べたように、今夏の電力不足に備え、企業の多くはさまざまな節電対策を検討している。これらの対策は、以下の4タイプの方法をとる企業が多いようである。第一は、活動時間をずらすという一日単位の調整である。ピーク時間の電力量を抑えるために、始業と就業時間を1時間早めるサマータイム制や、電力消費の少ない休日や夜

間の操業に踏み切る工場もあるという。第二は、週休日の変更による週の中での調整である。これまで土日に集中していた週休日を月火や木金にシフトさせることにより、電力消費量が少ない土日に勤務する体制を検討している企業もある。第三は、休暇を夏季に集中させるという年間単位の調整である。国民の祝日を返上するかわりに、代休を電力のピークシーズンである8月に集中させ、長期の一斉休暇を計画している企業などがこのタイプに該当する。第四は、出勤をせずに自宅で仕事ができるよう、在宅勤務の体制を整備するタイプの企業である。

経済学的には、生産活動や消費行動の同時性は効率面で考えれば最適であり、従来のがわが国の体制もこの原理の下で成立していたと考えられる。したがって、この同時性をいかに分散化させるかという視点で検討されている今夏の企業の取り組みは、我々の生活を大きく変える可能性がある。これまで有給休暇を年間平均8日程度しか取得しなかった日本人も、今夏に取得する長期休暇を体験することで、(欧州並みとは言えないまでも)これまでよりも長い夏休みをとる機運が今後は生まれてくるかもしれない。一方、企業主導による就業時間や休暇の分散化は、異なる企業に勤める夫婦や学校に通う子どもとの時間や休暇をずらすことになり、こうしたズレが睡眠時間や休息時間の変化を通じて人々の健康に何らかの影響を与える可能性も懸念される。また、土日が休みの保育施設に幼い子どもを預けている家庭では育児や家事労働の時間配分にも影響がでるだろう。『社会生活基本調査』は10月に実施される調査のため、夏のピーク時における生活時間への影響を直接把握するものではないが、間接的にせよ、こうした企業の取り組みが人々の生活にどのような影響を及ぼすかを把握するうえで貴重な情報を提供し

うるものと思われる。

<注>

- 『就労条件総合調査』は、常用労働者が30人以上の企業に対して、「最も多くの労働者に適用されている休日日数」を問うものである。したがって、厳密には正規社員の休日数ではないが、正規社員が依然として労働者のマジョリティであると考えれば、近似できるものと考えられる。ここで同統計を利用してするのは、後述のとおり、わが国において、休日把握できる統計はこれまで非常に少なかったことによる。
- ちなみに、同調査は、正規雇用者の労働時間を把握する月次統計としてはわが国では唯一の公式統計である。このほか、(呼称による)正規雇用者の労働時間を把握できる統計には、『社会生活基本調査』と『就業構造基本調査』(総務省統計局)の2調査がある。ちなみに、わが国では、『毎月勤労統計調査』(厚生労働省)や『賃金構造基本調査』(同)のように事業所統計からも労働者の労働時間を把握することが可能である。しかし、これらの事業所統計と世帯統計である『労働力調査』や『社会生活基本調査』で報告されている労働時間とは水準に大きな乖離があると言われている。詳細は、Kuroda (2010) 等を参照されたい。
- 既存の統計から、現在の労働時間が個人にとって最適な時間数であるかどうか、つまり経済学でいうところの効用最大化を満たした状態かどうかを判断することは難しい。間接的に把握できるのは、『労働力調査(詳細集計)』および『就業構造基本調査』において、現在の労働時間を「増やしたい・減らしたい・変えたくない」かを問う質問項目のみである。しかし、この質問項目では「現在の賃金率の下で」という但し書きがないため、収入が下がっても労働時間を減らしたいと考えているどうか等を把握することができない点には留意が必要である。
- 『社会生活基本調査』で正規・非正規の区別が開始されたのは1996年調査からである。ここでは、長期時系列的な推移を観察することを目的としているため、正規雇用者に類似する働き方として、「ふだん一週間の労働時間が35時間以上」と回答した男性雇用者のサンプルを利用している。
- なお、余暇時間は24時間から労働時間を差し引いたものとして定義されることが一般的だが、厳密には家事や育児などの家計生産時間があるため、これらの時間の減少を通じて、労働時間が増えていたとしても、同時に余暇時間も増えている可能性がある(この点を指摘した文献には、Aguiar and Hurst [2007]がある)。『社会生活基本調査』の個票データを用いた黒田(2010)によれば、フルタイムで就業する女性では、週当たりの労働時間は1986年から2006年にかけてほとんど変化がないものの、家事時間が週当たり平均で2~3時間程度短縮されているため、余暇時間はこの20年間において3時間弱程度増加していることが報告されている。この結果は、ワークライフバランスを把握するうえでは、労働時間に着目するだけでは全体像を把握できないことを示唆する。
- 長時間労働の要因としては、人員の絞り込みによる仕事の集

中や成果主義賃金の普及など様々な可能性が指摘されているが、既存の公式統計から長時間労働の要因を特定化することは難しい。ただし、Genda, Kuroda, and Ohta (2011) では、『労働力調査』の個票データを用いて、雇用者数が大幅に減少し、有期雇用が増大したセクターで働く正規雇用者ほど2000年代初頭の景気低迷期において労働時間が増加していたことを報告している。この結果からは、人員の絞り込みによる正規雇用者への仕事の集中が長時間労働の原因の一つであった可能性が示唆される。

- 7 統計委員会、諮問第28号の答申「社会生活基本調査の変更について」（平成23年1月26日）による（詳細は、http://www.5.cao.go.jp/statistics/inquiry/tousin/tousin_28.html）。
- 8 ただし、上述のとおり、国民が一月や一週間といった比較的短い期間の間に十分に休息をとることができているかを把握するためには、年間の休暇数だけでなく、月や週単位の休暇数の把握も重要である。この点については、現在総務省統計局の雇用失業統計研究会にて、ある月末の一週間に長時間労働をした人が、その前後の週に休息をとることができているかを把握するためにどのような質問項目を新たに設けるべきかを検討しており、近い将来の実現が望まれる。総務省統計局の雇用失業統計研究会議事概要より（平成22年10月15日）。詳細は、<http://www.stat.go.jp/info/kenkyu/roudou/h22/pdf/gaiyou-1.pdf>）。
- 9 例えば、JILPTのアンケート調査を利用した小倉（2004）の分析によれば、有給休暇を完全に取得しない理由として、「病気や急な用事のために一定日数を残しておきたい」と回答する人が少なからず存在することが示されている。
- 10 なお、『国民生活基本調査』（厚生労働省）は労働と厚生を両

面から把握できる数少ない貴重な統計である。このほか、クロスセクションの統計としては、過去に『労働者健康状況調査』（厚生労働省）が仕事から生じる主観的な疲れに関するデータを取っていた時期がある。同調査によれば、「仕事で身体がとてつ疲れる」と答えた人の割合は1992年の9.5%から1997年の11.8%、2002年には14.1%へと上昇する等、1990年代以降も疲労を感じる人が増加しているが、その後この質問項目はなくなっている。ただし本論で述べているように、働き方が健康にもたらす影響を厳密に検証するには、同一個人を長期に追跡したパネルデータの整備が不可欠である。

<参考文献>

- Aguiar, Mark, and Erik Hurst, “Measuring Trends in Leisure: the Allocation of Time over Five Decades,” *Quarterly Journal of Economics*, 122(3), 2007, pp.969-1006.
- Genda, Yuji, Sachiko Kuroda and Souichi Ohta, “Does Downsizing Take a Toll on Remaining Staff?: An Analysis of Increased Working Hours in Recessions using Japanese Micro Data,” ISS Discussion Paper, Institute of Social Science, The University of Tokyo, F-154, 2011.
- Kuroda Sachiko, “Do Japanese Work Shorter Hours than Before? Measuring Trends in Market Work and Leisure Using the 1976-2006 Japanese Time-use Survey.” *Journal of the Japanese and International Economies*, Vol. 24, 2010, pp. 481-502.
- 小倉一哉、「なぜ日本人は年休をとらないのか」、『日本労働研究雑誌』、No.525、労働政策研究・研修機構、2004、62-65頁。
- 黒田祥子、「生活時間の長期的な推移」、『日本労働研究雑誌』、No.599、労働政策研究・研修機構、2010、53-64頁。

（くろだ さちこ

早稲田大学 教育・総合科学学術院 准教授）