

生活時間の長期的な推移

黒田 祥子

(東京大学准教授)

本稿では、『社会生活基本調査』の個票データ（1986～2006年）を用いて、過去20年間におけるフルタイム雇用者の生活時間配分が平均的にみてどのように推移してきたかを観察した。観察の結果、以下のことが分かった。第一に、日本人フルタイム雇用者の平均労働時間は、男女ともに1990年代の不況期に緩やかに低下した後、2000年代に再び上昇し、時短が実施される以前の1986年とその20年後の2006年の2時点と比較すると、労働時間は統計的に有意に異ならないことがわかった。第二に、家計生産時間も加味した場合の総労働時間は、この20年間で男性には変化がないものの、女性は週当たりにして3時間程度減少しており、その分が余暇時間の増加につながっている。つまり、少なくとも女性の余暇時間は過去に比べて確実に増加傾向にあり、この結果は仕事に費やされた時間（ワーク）の長さだけを観察していても、余暇時間（ライフ）の長さを把握することには必ずしもならないことを示唆している。第三に、総労働時間は20年間で男性は不変、女性は3時間程度低下しているにもかかわらず、日本人の睡眠時間は男女共に趨勢的に低下している。睡眠時間の低下は日本人の過労問題と深く関係している可能性も考えられるため、原因究明は今後の重要な課題である。

目次

- I はじめに
- II データの概要
- III 労働時間の時系列推移
- IV 余暇時間の時系列推移
- V 日米比較
- VI おわりに

I はじめに

2000年代に入ってから、日本では長時間労働が世論の関心呼び、とりわけ壮年男性の過労問題がしばしばメディアに取り上げられてきた。こうした問題を受け、2007年には「仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）憲章」及び「仕事と生活の調和推進のための行動指針」が¹⁾、2008年には「労働時間等設定改善指針（労働時間等見

直しガイドライン）」が発表され、週当たり60時間以上労働者の割合を2012年までに2割削減することを政策目標と掲げるなど、国の政策として労働時間に関する具体的な数値目標が示されることとなった。また、2010年2月には、男女共同参画担当大臣から、女性の雇用促進や労働時間短縮などを進める企業を公契約の入札で優遇する方針も表明された。

このように、最近の日本ではワーク・ライフ・バランスという言葉が日々聞かれるようになったが、上述の例のとおり、それらの議論は労働時間の長さに着目したものがほとんどである。これは、労働時間（ワーク）の逆は余暇時間（ライフ）であるというシンプルな発想に基づいている。経済学で想定される消費と余暇時間からなる標準的な効用関数でも、1日24時間から労働時間を差し引いた値を余暇時間とみなして労働時間の長さ

で効用を捉えるのが一般的である。しかし、不効用を伴うという意味においての“労働”時間には市場で賃金を得るために費やす時間に加えて、家事労働等の家計生産時間も含まれる。したがって、24時間から賃金を獲得するために要した時間を差し引いたものすべてが必ずしも余暇時間になるとは限らない。最近では、食器洗い乾燥機や掃除ロボットをはじめとして、家事労働を代替する家電製品の進化が目覚ましい。また、中食産業や家事代行業等の家事労働のアウトソーシングも急速に普及が進んでいる。こうした時代の変化に応じて家計生産にかかる時間が大幅に短縮されている場合、労働時間が仮に以前に比べて増えているとしても、余暇に費やす時間も同時に増えている場合もありうる。逆に、不況により労働時間が短くなり、その結果として収入が減るような状況では、外食を控えて家庭で食事をとったり、クリーニングに出していた衣類を自宅で洗濯したりする世帯が増える可能性もある。この場合、表面的には労働時間は減少しているように観察されても、食事の用意やアイロンがけなどの家計生産時間は増加する結果、余暇時間はさほど増えないかもしれない。つまり、ワーク・ライフ・バランスを議論する際に、労働時間だけに着目しては偏った判断をしてしまう可能性がある。

こうした問題意識に基づく先行研究には、Aguiar and Hurst (2007) がある。OECD の労働時間統計によれば、米国人1人当たりの平均年間労働時間は過去40年間でほとんど変化がない。しかし米国の長期の時間配分に関するデータを利用した Aguiar and Hurst (2007) は、①米国人男性の労働時間は大幅に減少、女性は反対に顕著に増加しているものの、②男性は家計生産時間が僅かに増加している一方で、女性は家計生産時間が労働時間の増加を上回って大幅に減少しているため、③男女共に余暇時間が趨勢的に増加していることを示した¹⁾。

日本人の余暇時間は、米国と同様、増加傾向にあるのだろうか。それとも、昨今の長時間労働を巡る一連の議論が示すとおり、労働時間は以前に比べて長くなっており、その反動で余暇時間は短くなっているのだろうか。本稿では、これらの疑

問を明らかにすることを目的として、タイムユーズ・サーベイである『社会生活基本調査』(総務省)の個票データを利用し、1986年から2006年にかけての20年間において日本人の労働時間、家計生産時間、余暇時間がどのように変化してきたかを観察する。

タイムユーズ・サーベイ (time-use survey) とは、個々人が一日24時間をどのように配分しているかを調査する統計である。通常、10分ないし15分刻みでその時間に行った行動内容を回答者が記入する調査方法が用いられており、個々人の生活行動を細かい時間単位で把握することができる。時間に関して日記をつけるようなスタイルをとっていることから、タイムダイアリー・データ (time diary data) と呼ばれることもある。タイムユーズ・サーベイは細かな行動記録をとる調査のため、1週間あるいは1カ月当たりのおおよその労働時間を個人に記入させるその他の統計(例えば、『就業構造基本調査』(総務省)や『労働力調査』(同)等)に比べ記憶違いや認識違いといった誤差が少なく、データの精度が高いとの利点がある²⁾。また、事業所が記入する賃金を支払った時間(例えば、『毎月勤労統計調査』(厚生労働省)や『賃金構造基本統計調査』(同))ではなく、実際に労働者が働いた時間を正確に把握できるため、いわゆる「サービス残業」時間も含めた労働時間を計測することもできる。また、労働時間以外の、家計生産時間や余暇時間の配分についても詳細に把握することが可能である³⁾。

本稿で得られた結論をあらかじめ要約すると、第一に、日本人フルタイム雇用者の平均労働時間は、男女ともに1990年代の不況期に緩やかに低下した後、2000年代に再び上昇し、時短が実施される以前の1986年とその20年後の2006年の2時点を比較すると、労働時間は統計的に有意に異なることがわかった。第二に、家計生産時間も加味した場合の総労働時間は、20年間で男性は変化がないものの、女性は週当たりにして3時間程度減少しており、その分が余暇時間の増加につながっている。つまり、少なくとも女性の余暇時間は過去に比べて確実に増加傾向にある。この結果は、仕事に費やされた時間(ワーク)の長

短だけを観察していても、余暇時間（ライフ）の長さを把握することには必ずしもならないことを示唆している。第三に、総労働時間は20年間で男性は不変、女性は3時間程度短くなっているにもかかわらず、日本人の睡眠時間は男女共に趨勢的に低下している。睡眠時間の低下は日本人の過労問題と密接にかかわっている可能性があり、原因究明を別途行う必要がある。

本稿の構成は、以下のとおりである。次節では本稿で用いるタイムユーズ・サーベイの概要を解説する。Ⅲでは労働時間および家計生産時間の推移を、続くⅣでは余暇時間の推移をそれぞれ観察する。Ⅴでは、米国のタイムユーズ・サーベイも利用して、日米の生活時間配分を比較する。最終節では本稿で得られた結論を整理する。

Ⅱ データの概要

本稿で用いるデータは、1976年から総務省統計局が作成している『社会生活基本調査』である。『社会生活基本調査』は、『国勢調査』（総務省）の翌年に実施される5年ごとの調査であり、『国勢調査』の調査区から約6000の調査区を選定し、その中から選定した約7～10万世帯の10歳（1986年までは15歳）以上の世帯員約20～27万人に対して行う大規模調査である（調査年によって世帯・サンプル・サイズは異なる）。1981年調査以外は、9月末から10月にかけての9日間の調査期間において、調査区ごとに指定した連続する2日間について個々人が回答する形式となっているため、サンプル・サイズは世帯員の約2倍を確保することができる。すべての曜日について調査を行っており、サンプル・サイズを十分にとればその平均は1週間当たりの生活行動時間と解釈することができる。本稿では、『社会生活基本調査』の第3～7回調査（1986, 91, 96, 2001, 2006年調査）の個票データを利用した結果を報告する。

『社会生活基本調査』では、あらかじめ設定された行動項目から、回答者がその時間にとった行動を15分刻みで記入する方式をとっている（この方式は「プリコード方式」と呼ばれる）。具体的な行動項目は、「睡眠」「身の回りの用事」「食事」

「通勤・通学」「仕事」「学業」「家事」「介護・看護」「育児」「買い物」「移動（通勤・通学を除く）」「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」「休養・くつろぎ」「学習・研究（学業以外）」「趣味・娯楽」「スポーツ」「社会的活動」「交際・付き合い」「受診・療養」「その他」の20項目である。それぞれには詳細な具体例が記されており、例えば「仕事」時間には、「仕事中の休憩時間や食事時間は含まれない」といったことや「通常の仕事、仕事の準備・後片づけ、残業、自宅に持ち帰ってする仕事、アルバイト、内職、自家営業の手伝い」のように細かい内容例示もなされている⁴⁾。このほか、生活時間以外の調査項目としては、年齢、教育水準、配偶の有無、子どもの有無、世帯人員数、世帯年収、勤務先の従業員数、ふだんの状態、ふだん1週間の就業時間、といった基本的な情報も把握可能である⁵⁾。

本稿では、ふだん1週間の就業時間が35時間以上と回答した、年齢23～64歳の雇用者をフルタイム雇用者と定義し、分析対象をこれらのサンプルに限定する（ただし、学生、自営業者、家族従業者は除く）。サンプル・サイズは、1986年（17万1835）、1991年（17万9544）、1996年（17万6201）、2001年（11万7205）、2006年（10万7427）である。

Ⅲ 労働時間の時系列推移

1 労働時間・家計生産時間の定義と構成比調整の方法

本節では、『社会生活基本調査』の行動項目の中から、「仕事」時間に該当する時間を『労働時間』、「家事」「育児」「介護・看護」に要した時間を『家計生産時間』と定義する。なお、例えば趣味で料理をする人の場合、これを家計生産時間とするか、余暇時間とするかの区別は実際には難しい⁶⁾が、本稿では資本や他人の時間を使って代替可能な時間を家計生産時間と分類したAguiar and Hurst (2007)の定義に従う。そして、『労働時間』と『家計生産時間』および労働時間に付随する『通勤時間』（＝「通勤・通学」に要した

時間』の合計を、『総労働時間』と定義する。

なお本稿では、時間配分の時系列的な推移を観察するうえで、人口構成やライフスタイルの変化に伴う平均時間の変化の調整も行う。日本では、20年前に比べて、高齢化、少子化、高学歴化、有配偶率の低下といった人口構成やライフスタイルの変化が起きている。一般的に、若く体力があるうちに長時間働き、年を経るにしたがって労働時間が減少していくとのライフサイクルがあるとすれば、人口に占める高齢者層の割合の上昇は1人当たりの労働時間を低くするバイアスとして働く可能性がある。一方、賃金が高い高学歴の人ほど余暇時間のシャドウ・プライスも高いため長時間労働となりやすいとすれば、進学率の上昇に伴う高学歴層の増加は1人当たりの労働時間を増加させるバイアスを持ちうる。また、晩婚化や少子化によって家事労働や育児に時間を費やさなくてはならない人の数が減少していることも、労働時間の上方バイアスとして影響する可能性がある。こうした構成比の変化を考慮せずに平均時間の推移を観察すると、個々人の時間配分の変化がなくてもマクロでみた平均的な時間配分が異なってしまう。そこで、本稿はこの点を考慮し、構成比の変化を固定した場合の時間を計測する。具体的には、Katz and Murphy (1992)、Aguilar and Hurst (2007)と同様の手法を使い、年齢、教育年数、配偶の有無、子どもの数で区分されたグループの構成比を、1986～2006年の全期間を通じて固定した場合の平均時間の推移を計算する⁷⁾。

2 労働時間・家計生産時間の推移——構成比調整

表1には、フルタイム雇用者を男女別に、週当たりの平均労働時間および平均総労働時間の時系列推移を掲載した。これをみると、労働時間は、男女ともに失われた10年と呼ばれる1990年代に緩やかに低下した後、2001年から2006年にかけて再び増加していることがわかる。表1の最右列には、時短実施前でありバブル期以前の1986年と、その20年後にあたる2006年との差をとり、その差を有意差検定した結果を掲載した。これをみると、男女ともに労働時間は統計的にみて有意に異ならないという結果が示されている。つま

り、2000年代に入り、日本人フルタイム雇用者の平均労働時間は増加したものの、時短前の1980年代の水準以上に長くなっていたわけではないことが指摘できる。

ただし、労働時間と家計生産時間および通勤時間の合計である、総労働時間の推移をみると、男性は統計的にみて有意に変化していないものの、女性は過去20年間の間に3時間程度低下していることがみてとれる。さらに興味深い点として、2006年時点の男女を比較した場合、労働時間では女性に比べて男性のほうが9時間近く長い一方、家計生産時間等を足した総労働時間で比べると、女性と男性が逆転する。一般的に、長時間労働や過労が問題視される際には、労働時間の長さだけに着目して男性に議論が集中しがちであるが、総労働時間でみた場合、平均的にみればより長時間働いているのはフルタイム女性のようなものである（この点は続く余暇時間の計測でも確認できる）。もっとも、男性に比べ女性の総労働時間が長いというこの傾向は20年間を通じて変わりが無いものの、時系列でみるとこの差は徐々に縮まりつつある。これは、前述の通り、女性の総労働時間が20年前に比べて3時間程度減少していることが大きく影響している。なお、この総労働時間の低下の一部は通勤時間の低下で説明可能である。表1に示した通勤時間の推移をみると、男性で週当たり0.66時間、女性で0.51時間の短縮となっている。これは、週休2日制の普及により、男女ともに週当たりの通勤日数が減少したことが関係していると思われる。もっとも、通勤時間削減による時間短縮は30分程度に過ぎず、女性の3時間の総労働時間削減の一部しか説明できない。

そこで、次に、総労働時間の低下に寄与していると思われる家計生産時間の推移をみる。なお、『社会生活基本調査』の「介護・看護」は、1991年調査から新たに追加された行動項目であり、それ以前の1986年調査では「家事」に含まれていた。そこで、ここでは時系列での比較を容易にするために、1991年以降も「家事」と「介護・看護」時間を合計したものを『家事時間』と定義して観察する。また、『社会生活基本調査』では、「育児」は、「幼児のおむつの取り替え、乳幼児の世話、

表1 労働時間および総労働時間の変化（構成比調整）

	1986	1991	1996	2001	2006	86→06
男性						
労働時間	52.52	51.61	51.40	51.07	52.86	0.35 [0.53]
総労働時間	60.73	60.00	59.25	59.05	61.27	0.54 [0.38]
(うち、通勤時間)	7.10	6.94	6.52	6.33	6.44	-0.66** [0.00]
女性						
労働時間	44.92	43.89	43.41	42.43	44.30	-0.62 [0.33]
総労働時間	65.51	64.47	62.44	61.12	62.50	-3.01* [0.02]
(うち、通勤時間)	5.61	5.59	5.11	4.95	5.10	-0.51† [0.06]

注：1) 単位は、週当たり時間。[] 内はp値。

2) **, *, †は、それぞれ1, 5, 10%水準で統計的に有意であることを示す。

子どものつきそい、子どもの勉強相手、授業参観、子どもの遊び相手、運動会の応援」に該当する行動と定義され、就学後の子どもの身の回りの世話は「家事」に分類することが定められていることから、6歳未満の子どもが調査世帯に存在するか否かで育児に要する時間も大きく異なると思われる。そこで、表2には、6歳未満の子どもの有無でサンプルを分割したうえで、家計時間および育児時間の推移を掲載した。ちなみに、本稿で用いたサンプルに占める6歳未満の子どもがいる割合は男女ともに1986年時点では19%、2006年では13%程度である。

まず、6歳未満の子どもがいないフルタイム男女について表2(1)をみると、統計的な有意性は低いものの、男性は家事時間が僅かに増加している一方で、女性の家事時間は趨勢的に低下傾向にあり、20年間で約2.3時間減少している。その結果、女性は労働時間にはほとんど変化がないものの、総労働時間は2.75時間減少している。

家事時間が男女で逆の傾向にあることは、表2(2)の6歳未満の子どもがいるフルタイム男女にも共通して観察される。6歳未満の子どもがいる男性では、家事時間が20年間で週当たりにして0.6時間程度統計的に有意に増加しているのに対

して、6歳未満の子どもがいる女性の家事時間は同期間で3時間程度低下している。表2(1)と(2)を総合すると、過去20年間では、子どもの有無にかかわらず男性の家事時間は僅かに増加傾向にあるのに対して、女性は週当たりにして2~3時間程度大幅に家事時間を削減しているといえる。ただし、興味深いのは育児時間である。6歳未満の子どもありの男女は共に、育児時間が週当たりにして3~4時間程度増加している。特に女性については、平均的にみると家事を削減した以上の時間を育児時間の増加に充てていることがわかる。ただし、6歳未満の子どもありの女性については労働時間が20年間で約6時間と大幅に減少しており、この労働時間の減少と通勤時間の削減により、総労働時間も約6時間程度低下している⁸⁾。6歳未満の子どもありの男性については、労働時間は20年間を通じて大きく変化していないものの、家事や育児の家計生産時間が増加している結果、総労働時間は約2時間増加している。ここでの観察で注目すべきは、6歳未満の子どもありの男性の総労働時間を増加させているのは、労働時間ではなく家計生産時間である点である。

表2 家事時間および育児時間の変化（構成比調整）

(1) 6歳未満の子どもなしのフルタイム雇用者

	1986	1991	1996	2001	2006	86 → 06
男性						
家事時間	0.84	1.02	0.86	0.98	1.00	0.16 [0.22]
育児時間	0.13	0.13	0.13	0.14	0.23	0.10* [0.03]
労働時間	52.06	51.19	50.94	50.25	52.63	0.57 [0.36]
総労働時間	60.17	59.41	58.50	57.70	60.36	0.18 [0.76]
女性						
家事時間	13.36	13.18	12.30	11.86	11.09	-2.27 [0.21]
育児時間	0.47	0.42	0.32	0.44	0.62	0.15 [0.28]
労働時間	45.23	44.32	43.94	43.17	45.09	-0.14 [0.80]
総労働時間	64.75	63.61	61.75	60.51	62.00	-2.75* [0.05]

(2) 6歳未満の子どもありのフルタイム雇用者

	1986	1991	1996	2001	2006	86 → 06
男性						
家事時間	0.53	0.82	0.71	0.87	1.11	0.58** [0.00]
育児時間	1.19	1.87	2.02	2.97	3.90	2.71** [0.00]
労働時間	54.41	53.36	53.31	54.47	53.83	-0.58 [0.42]
総労働時間	63.02	62.45	62.33	64.60	65.01	1.99* [0.02]
女性						
家事時間	19.11	19.49	18.18	17.19	16.13	-2.99* [0.02]
育児時間	8.43	10.78	10.04	12.46	12.20	3.78* [0.03]
労働時間	41.48	39.17	37.55	34.30	35.58	-5.90** [0.00]
総労働時間	73.91	73.99	70.01	67.77	68.00	-5.91** [0.00]

注：1) 表の見方は表1と同じ。

2) 家事時間は、「家事」+「介護+看護」。育児時間は、「幼児のおむつの取り替え、乳幼児の世話、子どものつきそい、子どもの勉強相手、授業参観、子どもの遊び相手、運動会の応援」。ただし、就学後の子どもの身の回りの世話は「家事」に含まれる。総労働時間は、「家事時間」「育児時間」「労働時間」の合計。

IV 余暇時間の時系列推移

1 余暇時間の定義

次に、24時間から総労働時間を除いた残りの時間である、余暇時間がどのように変化してきたかをみる。本稿では、余暇時間を3タイプ（「余暇時間A」「余暇時間B」「余暇時間C」）に分けて考えることとする。

「余暇時間A」は、狭義の余暇時間であり、「テレビ等」「休養・くつろぎ」「趣味・娯楽」「スポーツ」「交際・付き合い」を合計したものとする。「余暇時間B」は、「余暇時間A」に「睡眠」「食事」「身の回りの用事」を加えたものとする。余暇時間Bに追加した3つの行動は、その行動そのものから効用を得ると同時に、中間投入要素的な性格を併せ持つタイプのもので解釈しうる（Biddle and Hamermesh 1990）。「余暇時間B」に、「買い物」「社会的活動」「移動」「学習・研究」「受診・療養」「その他」を加えたものを広義の「余暇時間C」として計測する。この余暇時間Cは、全体から総労働時間を差し引いた際の残りの時間に相当するものである。前節と同様、余暇時間の推移についても、年齢、教育年数、配偶の有無、子どもの数で区分されたグループの構成比を、1986～2006年の全期間を通じて固定した場合の平均時間を計算する。

2 余暇時間の推移——構成比調整

表3に、6歳未満の子どもの有無でサンプルを分け、余暇時間の推移を示した。まず、表3(1)で6歳未満の子どものいない男女の余暇時間についてみると、男性については表2(1)で観察したとおり、1986年と2006年とでは総労働時間に変化がないにもかかわらず、狭義の余暇時間である余暇時間Aは約1時間程度減少している。一方、女性の余暇時間Aは約1.4時間の増加が観察される。続いて、中間投入要素的な行動も足し合わせた余暇時間Bをみると、ここでも男性は1.4時間程度低下しているのに対し、女性は（統計的な有意性は低いものの）1.6時間弱の増加となっている。ただし、女性の余暇時間Bは、既に余暇時間A

の増分1.4時間が含まれているため、追加的な増分は微小にとどまる。余暇時間Cをみると、男性については1986年と2006年とでは変化がない一方、女性は2.75時間増加している。男性については、1986年以降の余暇時間AやBに分類される行動の減少分は、余暇時間Cに含まれる行動の増加によって相殺されていると考えられる。

次に、6歳未満の子どものありの男女の余暇時間の変化について、表3(2)をみる。男性の余暇時間A、Bは、家事や育児時間で総労働時間が増加した2時間を大幅に上回る、4時間弱の低下が観察される。余暇時間Cは（当然ながら）2時間程度の低下にとどまっているため、6歳未満の子どものいない男性についても余暇時間の中で行動の配分が変化していることが推察できる。一方、6歳未満の子どものありの女性については、余暇時間はA、B、Cともにそれぞれ1、3、6時間程度増加していることがみてとれる。

子どもの有無にかかわらず、男性の余暇時間A、Bが低下しているとのここでの観察は、ワークとライフのうち、たとえ総労働時間でみたワークの総量に変化がなくても、ライフの中身が過去20年間で変化していることを意味する。そこで、1986年から2006年の20年間における余暇時間の具体的な配分の変化をみたのが図1である。ここでは、6歳未満の子どものいないフルタイム男女の余暇時間の配分の変化を示した。

図1をみると、余暇時間の中でもその内訳が変化していることがわかる。男女ともに増加が観察されるのは、「休養・くつろぎ」「趣味・娯楽」「身の回りの用事」「買い物」「移動」などである。なお、「移動」とは、通勤・通学時間を除く移動時間のことであり、日本人の行動範囲が地理的に拡大した可能性のほか、週休二日制の普及により週末などに行楽に出かける人が増加したことを反映している可能性などが考えられる。一方、余暇時間のうち、男性については、「テレビ等」「交際・付き合い」「睡眠」「学習・研究」が、女性についても「交際・付き合い」「睡眠」「学習・研究」等で減少が観察される。この中で、余暇時間A～Cを通じて最も余暇時間の減少に寄与しているのは、男女ともに「睡眠」時間である。

表3 余暇時間の変化（構成比調整）

(1) 6歳未満の子どもなしのフルタイム雇用者

	1986	1991	1996	2001	2006	86 → 06
男性						
余暇時間 A	31.26	32.31	31.64	31.96	30.36	-0.91* [0.05]
余暇時間 B	101.65	102.43	102.18	102.31	100.26	-1.39* [0.04]
余暇時間 C	107.83	108.59	109.50	110.28	107.64	-0.19 [0.75]
女性						
余暇時間 A	24.65	25.87	25.69	26.33	26.02	1.37* [0.10]
余暇時間 B	95.66	96.65	97.35	97.91	97.23	1.57 [0.24]
余暇時間 C	103.25	104.39	106.25	107.46	106.00	2.75* [0.05]

(2) 6歳未満の子どもありのフルタイム雇用者

	1986	1991	1996	2001	2006	86 → 06
男性						
余暇時間 A	28.46	29.10	27.72	25.84	24.60	-3.86** [0.00]
余暇時間 B	98.82	99.12	98.08	95.67	95.15	-3.66** [0.00]
余暇時間 C	104.98	105.55	105.67	103.39	102.99	-1.99* [0.02]
女性						
余暇時間 A	16.95	17.45	18.08	18.90	17.98	1.03 [0.42]
余暇時間 B	87.23	86.83	88.99	89.91	89.94	2.71* [0.10]
余暇時間 C	94.08	93.99	97.99	100.18	100.00	5.91** [0.00]

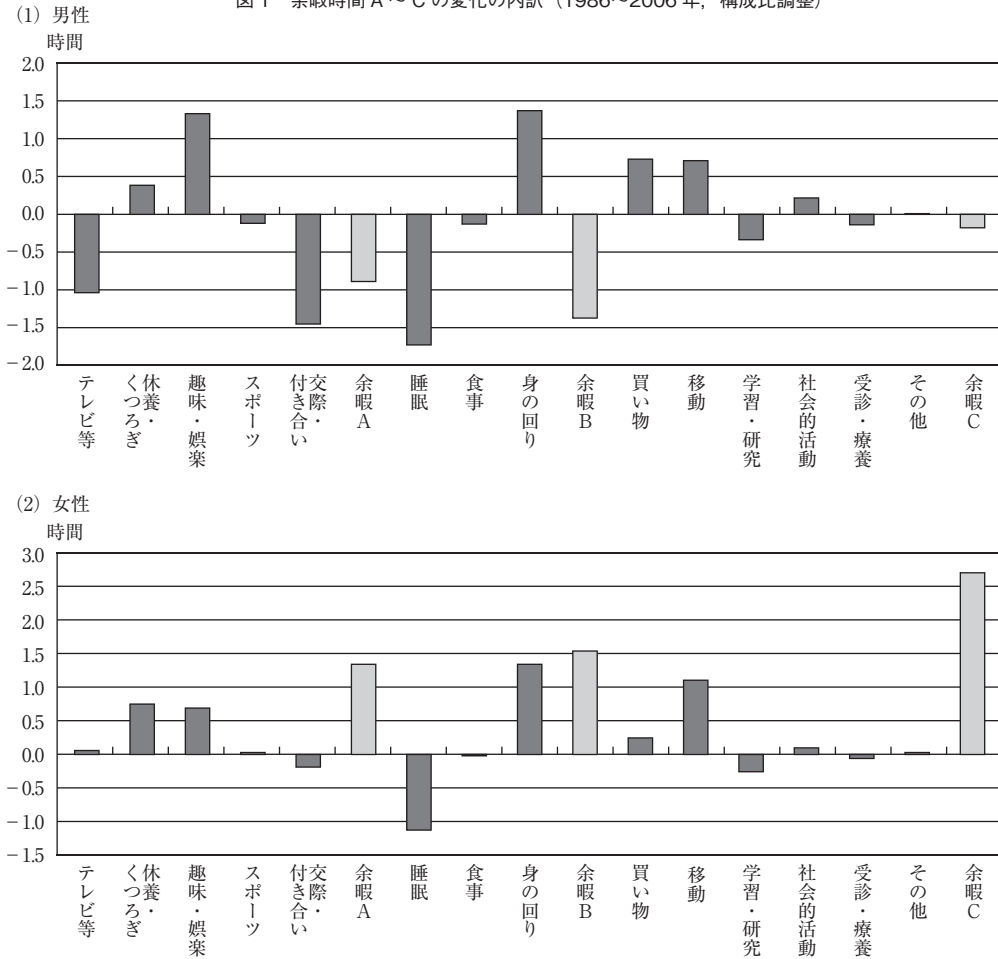
注：1) 表の見方は表1と同じ。

- 2) 「余暇時間 A」=「テレビ等」+「休養・くつろぎ」+「趣味・娯楽」+「スポーツ」+「交際・付き合い」
「余暇時間 B」=「余暇時間 A」+「睡眠」+「食事」+「身の回りの用事」
「余暇時間 C」=「余暇時間 B」+「買い物」+「移動」+「学習・研究」+「社会的活動」+「受診・療養」+「その他」

なお、1986年以降の総労働時間が、男性では不変、女性については大幅に低下しているにもかかわらず、睡眠時間が減少しているというここでの観察は特筆に値するといえよう。黒田（2009）では、1976年から2006年の30年間でみても日

本人フルタイム雇用者の睡眠時間は男女共に一貫して減少傾向にあり、（人口構成比等の変化をコントロールしたうえで）30年間でフルタイム男性で週当たりにして約4時間、フルタイム女性で約3時間程度、睡眠時間が削減されていることを報

図1 余暇時間 A～C の変化の内訳 (1986～2006年, 構成比調整)



注：男女ともに6歳未満の子どもがいないフルタイム雇用者。

告している。こうした睡眠時間の大幅な低下は、総労働時間が増えているわけではないにもかかわらず、日本人が過労を感じる傾向が以前に比べて増していることと関係している可能性があり、この原因究明は今後の重要な課題である。

V 日米比較

労働時間の国際比較の際にしばしば用いられる OECD の統計によれば、日本の平均労働時間は 1990 年代末頃に米国と逆転する現象がみられた。しかし、OECD で報告されている日本の労働時間の原系列は、事業所調査である『毎月勤労統計調査』によるものであり、世帯統計である『社会生活基本調査』や『労働力調査』で報告されてい

る労働時間とは大きくかい離があることが知られている。一方、米国についても、ホワイトカラー・エグゼンプションにより、全労働者の 4 人に 1 人は労働時間規制の適用除外を受けている (鳥田 2005) とされており、日米ともに労働時間を正確に把握することは難しい。そこで、本節では『社会生活基本調査』の 2006 年調査と、米国労働省 (Bureau of Labor Statistics) が 2003 年から調査を開始した *American Time Use Survey* の 2006 年調査の個票データを可能な限り条件を合わせたうえで比較することで両国の時間配分の違いを観察する。

まず、日米間で極力条件を等しくするため、両国ともにサンプルの年齢は 23～64 歳とし、ふだん 1 週間の労働時間が 35 時間以上のフルタイム

雇用者に限定する（学生アルバイト・自営業を除く）。また、日米の比較においても、両国の人口構成比等が異なることを調整する必要があるため、『社会生活基本調査』の個票データを利用して求めた構成比ウエイト（年齢・教育水準・子どもの有無）を米国データにも当てはめたうえで、両国ともに同じ構成比ウエイトを乗じ、両国の構成比の違いを調整する。なお、タイムユーズ・サーベイには、事前に設けた生活行動項目の中から、該当する行動を選び記入するプリコード方式と、自由に生活行動を回答者が回答し、それを統計作成者が事後的に分類するアフターコード方式の2通りの記入方法がある。『社会生活基本調査』は、上述のとおりプリコード方式を採用しているが⁹⁾、*American Time Use Survey*はプリコード方式とアフターコード方式を組み合わせた方法を採用しており、行動項目の数は米国の方が多い。そこで、米国データについては、『社会生活基本調査』の20項目の行動分類にしたがって分類をなおし、可能な限り両国の行動分類を合わせたうえで比較を行う。また、上述の通り、『社会生活基本調査』は9～10月頃に調査が実施されているのに対して、*American Time Use Survey*は一年を通じて実施される。したがって、両国の間で調査時期の違いが排除できないことや、データの中には両国の景気動向の違いも含まれていることには留意が必要である。

こうした点に留意しつつ、日米の比較を試みた

のが表4である。労働時間をみると、男性で約9時間、女性で約7時間程度、日本人の方が米国人に比べて長時間働いていることがわかる。通勤時間も日本人のほうが長い。しかしながら、家事時間と育児時間を合わせた家計生産時間は日本人男性に比べて米国人男性のほうが相当程度長い時間を割いていることがわかる。この結果、日米男性の総労働時間の差は労働時間ほどには小さくなく、3時間程度に縮まる。ここでの観察は、国際比較の観点からワーク・ライフ・バランスを語る際にも、労働時間を比較するだけでは十分ではないことを示唆している。なお、日本人女性に比べ米国人女性の家事時間も3時間程度長いものの、この差は労働時間や通勤時間の違いを埋めるほどではないため、女性については総労働時間の差も日米間で7時間ほどひらいている。

次に、余暇時間をみると、狭義の余暇時間である余暇時間Aについては男女ともに日米間で大きく異なっていない。男性については余暇時間Bも大差はない。しかしながら、余暇時間Bに含まれる睡眠時間だけを比較すると、米国人男性に比べて日本人男性は3時間程度睡眠時間が短くなっている。なお、表には掲載していないが、余暇時間Bの長さは大差がないにもかかわらず睡眠時間に日米の男性間で3時間の差がでてるのは、入浴時間や身づくろい等の「身の回りの用事」にかかる時間が日本人男性のほうが米国人男性より3時間程度長いことが関係している。女性

表4 日米比較（構成比調整）

	日本		米国	
	男性	女性	男性	女性
労働時間	52.41	44.59	43.03	36.85
通勤時間	6.61	5.37	4.22	3.35
家事時間	1.12	10.86	9.20	13.90
育児時間	0.81	1.47	1.29	0.94
総労働時間	60.95	62.28	57.74	55.04
余暇時間A	29.44	25.36	29.91	26.44
余暇時間B	99.34	96.37	98.16	99.42
うち、睡眠時間	52.06	50.37	55.86	59.20
余暇時間C	107.05	105.72	110.26	112.96

備考：1) 単位は、週当たり時間。

2) 各時間の定義は、表1～3と同じ。

については、総労働時間の日米差が7時間程度であったが、睡眠時間になるとこの差は9時間近くまでひらく。これは、女性についても米国人に比べて日本人の「身の回りの用事」にかかる時間が3時間強長いことが影響している。なお、黒田(2009)では、1970年代～2000年代にかけての米国の睡眠時間の推移も観察しているが、そこでは日本人にみられたような趨勢的な睡眠時間の低下は米国人には観察されないことも報告している。

VI おわりに

本稿では、『社会生活基本調査』の個票データ(1986～2006年)を用いて、過去20年間におけるフルタイム雇用者の生活時間配分が平均的にみてもどのように推移してきたかを観察した。観察の結果、以下のことが分かった。第一に、日本人フルタイム雇用者の平均労働時間は、男女ともに1990年代の不況期に緩やかに低下した後、2000年代に再び上昇し、時短が実施される以前の1986年とその20年後の2006年の2時点と比較すると、労働時間は統計的に有意に異なることがわかった。第二に、家計生産時間も加味した場合の総労働時間は、20年間で男性は変化がないものの、女性は週当たりにして3時間程度減少しており、その分が余暇時間の増加につながっている。つまり、少なくとも女性の余暇時間は過去に比べて確実に増加傾向にある。この結果は、仕事に費やされた時間(ワーク)の長短だけを観察していても、余暇時間(ライフ)の長さを把握することには必ずしもならないことを示唆している。本稿での観察はあくまでも平均的な時系列の推移であり、すべての労働者に一律に当てはまるわけではない点には留意が必要であるが、少なくとも平均的な日本人のワークとライフは以前と比べて極端にアンバランスになっているわけではないといえる。第三に、総労働時間は20年間で男性は不変、女性は3時間程度低下しているにもかかわらず、日本人の睡眠時間は男女共に趨勢的に低下している。

睡眠時間の低下は、日本人の過労問題と深く関係している可能性もあり、原因究明は今後の重要

な課題である。黒田(2009)では、休憩を除いて平日10時間以上働くフルタイム男性雇用者の割合が1976年の17%から、2006年には43%まで増加していることを示した。時短による週休二日制の普及により土曜日の労働が平日に上乘せされた結果、平日5日間に労働時間が集中し、平日の労働時間の増加分が睡眠時間の削減によって賄われている可能性も考えられる。この背後にあるメカニズムは厳密に検証される必要があるが、ワーク・ライフ・バランス政策を検討する際には、例えば政府主導で強制的に休暇の取得日数を増加させるような施策は、睡眠時間など他の重要な生活時間の配分に思わぬ歪みを生じさせる可能性があることに留意すべきである。

本稿の分析による指摘は、長時間労働をやみくもに肯定するものではない。しかし、政府が一方的に労働時間に上限規制を設けたり、労働時間の一律削減を政策目標に掲げたりするだけでは、経済成長が阻害されてしまう可能性もある。短時間で以前と同じかそれ以上のアウトプットを生産できるような高い生産性をいかに実現し、その結果、以前よりも長い余暇時間を日本人が享受できるようになるにはどのような方策がありうるか、国民全体で考えていく必要があるだろう。

*本稿は、黒田(2009)を大幅に加筆修正したものである。本稿で紹介する内容は、黒田(2009)で利用した『社会生活基本調査』(1976, 1981, 1986, 1991, 1996, 2001, 2006年調査)および米国労働省(Bureau of Labor Statistics)の*American Time Use Survey*の個票データによる分析結果に基づいている。総務省統計局および米国労働省に深く感謝申し上げます。なお、本稿のありうべき誤りは、すべて筆者個人に属する。本研究は、平成21年度科学研究費補助金(若手(B)、課題番号:19730167)、文部科学省委託研究「近未来の課題解決を目指した実証的社会科学研究推進事業」(研究課題『すべての人々が生涯を通じて成長可能となるための雇用システム構築』(研究代表者:玄田有史)および科学研究費補助金特別推進研究「世代間問題の経済分析」(研究代表者:高山憲之)一橋大学経済研究所教授)の研究助成を受けている。

- 1) 類似の先行研究には、労働時間に家計生産時間も足し合わせた総労働時間の違いを欧米諸国間で比較したBurda, Hamermesh and Weil (2008) 等もある。
- 2) 例えば, Robinson and Godbey (1999) は米国のタイムユーズ・サーベイを用いた分析で、長時間労働者ほど実際に就業した労働時間数の記憶が曖昧になりがちであり、階級値を回答する統計は上方バイアスを持ちやすいことを報告している。

- る。
- 3) タイムユーズ・サーベイを利用した先行研究には、Juster and Stafford (1991), Hamermesh (1996)のほか、日本についても矢野 (1995), 脇坂 (1995), 水野谷 (2005), Ueda (2005), 上田 (2006) を始めとする優れた研究が蓄積されている。
 - 4) 詳細は、総務省統計局のホームページで把握可能である。
 - 5) タイムユーズ・サーベイは、時間配分に関する詳細な情報が把握可能だが、もちろん留意点もある。一般的な留意点としては、①15分未満の行動については把握できない、②同時点に2つ以上の行動を行う場合は主として行った行動のみが計測される、③15分ごとの行動を記入する細かな調査のため忙しい人の回答が得られにくい可能性がある、といった点がある。
 - 6) この点、本稿で用いる『社会生活基本調査』が採用しているブリコード方式は、回答者が自身の捉え方に応じてそれぞれの行動を趣味や家事に分類するため、ある程度この問題を回避することができるという意味で利点があるといえる。
 - 7) 調整方法の詳細は、黒田 (2009) を参照されたい。
 - 8) 『社会生活基本調査』では、育児休業などで一時的に仕事を休んでいる人も有業者に含まれる。したがって、6歳未満の子どももありの女性の平均労働時間が過去20年で大幅に低下している要因としては、育休取得者の増加が関係している可能性がある点には留意が必要である。
 - 9) なお『社会生活基本調査』も2001年調査以降はブリコードとアフターコードの2つの方式で実施されることとなった。ただし、アフターコード方式はサンプル・サイズが非常に少ないため本稿の比較では、ブリコード方式で作成したデータを利用している。

参考文献

- Aguiar, Mark, and Erik Hurst (2007) "Measuring Trends in Leisure: the Allocation of Time over Five Decades," *Quarterly Journal of Economics*, 122(3), pp.969-1006.
- Biddle, Jeff E., and Daniel S. Hamermesh (1990) "Sleep and the Allocation of Time," *Journal of Political Economy*, 98(5-1), pp.922-943.
- Burda, Michael C., Daniel S. Hamermesh and Philippe Weil (2008) "The Distribution of Total Work in the EU and US," in Tito Boeri, Michael Burda and Francis Kramarz (eds.),

- Working Hours and Job Sharing in the EU and USA: Are Europeans Lazy? or Americans Crazy?* Oxford Univ. Press.
- Hamermesh, Daniel S. (1996) *Workdays, Workhours and Work Schedules: Evidence for the United States and Germany*, W. E. Upjohn Institute for Employment Research.
- Juster, Thomas and Frank P. Stafford (1991) "The Allocation of Time: Empirical Findings, Behavioral Models, and Problems of Measurement," *Journal of Economic Literature*, 29(2), pp.471-522.
- Katz, Lawrence F. and Kevin M. Murphy (1992) "Changes in Relative Wages, 1963-1987: Supply and Demand Factors," *Quarterly Journal of Economics*, 107(1), pp.35-78.
- Robinson, John P., and Geoffrey Godbey (1999) *Time for Life: The Surprising Ways Americans Use their Time*, The Pennsylvania State University Press.
- Ueda, Atsuko (2005) "Intrafamily Time Allocation of Household: Evidence from Japan," *Journal of Japanese and International Economics*, 19(1), pp.1-23.
- 上田貴子 (2006) 「正規雇用者の生活時間」『日本労働研究雑誌』No. 552, 34-43頁.
- 黒田祥子 (2009) 「日本人の労働時間は減少したか? —— 1976-2006年タイムユーズ・サーベイを用いた労働時間・余暇時間の計測」ISS Discussion Paper Series J-174, 東京大学社会科学研究所.
- 島田陽一 (2005) 「ホワイトカラー・エグゼンプションについて考える——米国の労働時間法制の理念と現実」ビジネス・レーパー・トレンド研究会報告書, 労働政策研究・研修機構.
- 水野谷武志 (2005) 『雇用労働者の労働時間と生活時間——国際比較統計とジェンダーの視角から』御茶の水書房.
- 矢野真和 (1995) 『生活時間の社会学——社会の時間・個人の時間』東京大学出版会.
- 脇坂明 (1995) 「世帯類型からみた勤労者の生活時間配分の国際比較」『岡山大学経済学会雑誌』26-3/4, 381-399頁.

くろだ・さちこ 東京大学社会科学研究所准教授。最近の論文に "Estimating Frisch Labor Supply Elasticity in Japan," *Journal of the Japanese and International Economics*, 22, 2008, pp.566-585 (共著) など。労働経済学・応用ミクロ経済学専攻。