

日本人の余暇時間

——長期的な視点から

黒田 祥子

(早稲田大学准教授)

本稿では、フルタイムで働く日本人男女の余暇時間が、長期の時系列でみてどのように推移してきたかを複数の視点から観察した。本稿で示した主な点は、以下のとおりである。まず、この一世紀でみると、日本人の平均余命は飛躍的に伸び、引退後の時間が急増している。次に、引退前の就業（いわゆる現役）期間も、週休2日制の普及により年間休日数は大幅に増加した。一方、余暇時間を計測する際の期間をより短くし、現役期における平日一日当たりの時間配分を観察すると、少なくとも1970年代以降、フルタイム男女の平日の余暇時間は減少傾向にある。つまり昨今では、現役期の平日は余暇時間が減って一層忙しくなる傾向にある一方、休日数や引退後の余暇時間は著しく増加するというように、一週間あるいは一年、一生涯の中での時間配分が大きく変化してきている。続いて本稿では、こうした余暇時間の配分の変化はすべての労働者に一様に観察される現象ではなく、教育年数が長い労働者ほど平日や週当たりの余暇時間をより多く削減していることも指摘した。こうした傾向は、昨今の多くの先進諸国で共通して観察されている現象である。

目次

- I はじめに
- II 余暇時間の長期的な推移
- III 余暇時間の格差
- IV おわりに

I はじめに

本稿は、長期的な視野に立ち、過去から現在にかけて日本人の余暇時間がどう変化してきたかを複数の統計を組み合わせて、観察することを目的としたものである。

日本では、1980年代末に労働基準法が改正され、いわゆる時短が推進されたにもかかわらず、20年以上経過した現在においても、「全体として日本の労働時間が短縮する傾向にあるとは言えない」（労働政策研究・研修機構2012）といった声が

多数聞かれる。こうしたことを受け、政府も長時間労働抑制に関連した重点的な監督指導を行う等、長時間労働是正のための取り組みを継続しているほか、2020年までに週労働時間60時間以上の雇用者の割合を10.0%から5.0%に削減し、有給休暇の取得率を47.4%から70.0%に引き上げることを数値目標として掲げる（「仕事と生活の調和推進のための行動指針」）等、国民の余暇時間の増加を推進している。こうした状況を鑑みると、日本人の余暇時間は全く増えていないような印象を受けるが、果たしてそうだろうか。以下では、長期的な視点から日本人の余暇時間の推移を観察することを通じて、時間配分の実態を明らかにする。

本稿の構成は以下のとおりである。まず、IIでは複数の時間単位で観察することを通じて、過去から現在にかけての平均余暇時間の推移を観察する。続いて、III 1では、余暇時間の変化が教育

年数や職種といった個人属性によって異なっている可能性を観察する。Ⅲ 2 において余暇時間の内訳の時系列変化を紹介し、Ⅳでまとめを行う。

Ⅱ 余暇時間の長期的な推移

本節では、複数の統計を利用して、日本人の余暇時間が平均的にみてどう推移してきたかを把握することから始める。余暇時間の推移を観察する場合、どの程度の期間で計測するかによってみえ方が異なってくる可能性がある。そこで、以下では、一年間（年間休日数）・一生涯・一週間・一日当たりという4つの単位で余暇時間の変化を観察することとしたい。なお、過去から現在までの日本人の余暇時間の推移を観察する場合、時代によって産業構造が変化し、人々の働き方も異なる中で、どのような属性を時系列で追うべきかの判断は難しい。例えば、第一次産業が主要産業だった時代の労働者の余暇時間は季節によっても大きな変動があったと考えられるし、パートタイム就業のような短時間就業者の割合が増加している現代においては、パートタイム就業者・フルタイム就業者のいずれのグループを観察するかによって余暇時間も違ってくることが考えられる。本来であれば多様な就業形態について個別に議論をすべきだが、本稿では、現在、政府が目標として掲げている長時間労働是正の主たる対象者がフルタイム就業の雇用者であることや、データの入手性および接続性を考慮し、過去から現代にかけての推移が観察可能なフルタイム非農林雇用者（もしくはそれに近い概念の労働者）の余暇時間を中心にみていくこととする。

1 年間休日数からみた余暇時間

まずは、本特集号のテーマでもある「日本人の休暇」に関連させて、一年間当たりの余暇時間の推移を休暇（休日）数という視点でみてみることにしたい。休日数を把握するうえで日本の政府統計で最も利用されているのは、『就労条件総合調査』（厚生労働省）である。本社で常用労働者（期間の定めがなく雇われている者、パートタイムは除

く）を30人以上雇用する企業を対象にした同調査によれば、「労働者1人当たりの平均年次有給休暇取得日数」は、1985年は7.8日、2011年は8.9日と、2時点と比較すると僅かに1.1日増加しているものの、この26年間でみるとほぼ横ばいで推移している。同じく同調査で報告されている「企業から付与された労働者1人当たりの平均有給休暇数」をみると、1985年の15.2日から2011年には18.1日と少しずつ増加していることが示されていることから、有給休暇の平均取得率はむしろ僅かに低下傾向にあるといえる。上述の政府の数値目標は、こうした実態を受けたものである¹⁾。

それでは、個々人の選択によらない休日はどう推移してきただろうか。同じく『就労条件総合調査』によれば、常用労働者の年間平均休日数は1985年の92.9日から2011年の114.2日と、この26年間で21.3日増加している。同調査は、「休日」を「就業規則、労働協約又は労働契約等において、労働の義務がないとされた日」と定義しているため、これらの中にはいわゆる週休日だけでなく、年末年始や夏季休暇、国民の祝日や会社の創立記念日なども含まれる。しかし、この20年余りにおける休日数の大幅な増加は、主として1980年代末の労働基準法改正により週休2日制が普及したことが大きく影響していると考えられる。実際、表1に示した通り、週休2日制あるいはそれ以上の休日数の制度下で働いている労働者の割合は、1990年代以降大幅に増加していることがみてとれる。なお、1970年代以前については、データは少ないものの、ブルーカラーに限定すれば、月当たりの就業日数について記録されているいくつかの統計から休日を逆算することが可能である。それらの統計が記載されている『日本労働年鑑』（大原社会問題研究所1932、1958）によれば、職工（あるいは労務者）の1930年時点での月当たり就業日数は平均26.5日、1950年では23.6日であったことが示されている。

以上を総合すると、労働者が個別に取得する年次有給休暇日数はあまり増加していないものの、年間の平均休日総数はこの80年間で趨勢的に増加傾向にあるといえそうである^{2) 3)}。

表1 週休制の形態別適用労働者数の割合

	週休1日 もしくは 1.5日	週休2日制			その他
		計	完全週休 2日制	何らかの 週休2日制	
1970	78.9	17.9	4.5	13.4	3.2
1983	24.4	75.5	25.0	50.5	0.1
1993	4.3	95.2	52.9	42.3	0.7
2003	2.9	91.3	57.1	34.2	5.8
2011	3.9	88.1	54.5	33.6	7.9

備考：本社で常用労働者（期間の定めがなく雇われている者、パートタイムは除く）を30人以上雇用する企業が対象。単位は%。「何らかの週休2日制」とは、月3回や隔週で週休2日となっている場合等に相当する。

出所：『就労条件総合調査』および『賃金労働時間制度等総合調査』（ともに厚生労働省）

2 一生涯あたりの余暇時間

次に、計測の期間を拡張し、一生涯でみた場合の総余暇時間がどう変化しているかを観察する。図1は、日本人の平均余命と65歳以上の就業率について、過去から現在にかけての推移を男女別に示したものである。同図をみると、1930年から2010年の80年間に、男性が44.82歳から79.34歳、女性が46.54歳から86.39歳と、男性は34.52歳、女性は39.85歳、平均寿命が延びていることがわかる。一方、同図に示した65歳以上の就業率は趨勢的に低下傾向にあることがみてとれる。例えば、1960年時点での男性の平均余命は65.32歳であったが、一方で当時の65歳以上の就業率は54.53%であり、この時点で平均余命を超えて長生きしていた人の半数以上は何らかのかたちで就業していたと考えることができる。当時は農業や自営業を営む人の割合が現在に比べて多かったことが就業率の高さと関係していると推察される。その後、産業構造が大きく変化し、雇用者としての働き方が一般的になるのに伴い、定年と同時に労働市場から退出する人が増加した一方、平均余命は上昇し、非労働力化した後の人生はこの80年で飛躍的に長期化した。さらに、進学率が上昇したことにより、労働市場に参入する年齢も高齢化する傾向にある。内閣府（2005）は、職業生活に入ってから健康寿命（生活と健康の質を考慮して心身ともに健康で自立している期間）までの間の全時間から、労働時間（通勤時間含む）、睡眠時間、家事・育児・介護時間等を除いた時間を「生涯全可処分時間」と定義しているが、この定

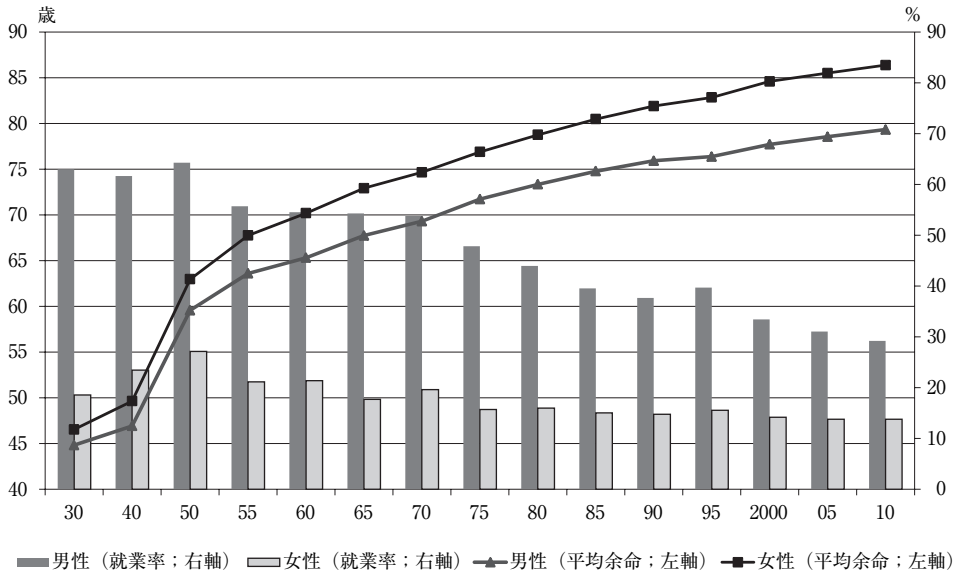
義によれば、日本人の生涯全可処分時間はこの80年余りで大幅に増加しているといえるだろう。

なお従来から、日本人は他国、とりわけ欧州諸国の人々に比べて余暇時間が少ないことがしばしば指摘されてきたが、平均余命の長さで余暇時間を比較すると、また別の視点を提供することも可能である。国連の『Demographic Yearbook 2010』（United Nations 2010）によれば、各国の平均余命は、例えばドイツ人男性76.9歳（同女性82.3歳）、イギリス人男性77.4歳（同女性81.6歳）、アメリカ人男性75.4歳（同女性80.4歳）である。つまり、日本人の平均余命はこれらの国に比べて男性で2～4年、女性は4～6年長い。また、世界保健機構（2010）の推計によれば、日本人は健康余命も世界第1位である⁴⁾。こうした生涯全可処分時間を余暇と捉えることができるならば、平均的な日本人の総余暇時間は他国と比べて短いわけではないと解釈することもできそうである。

3 週当たりおよび一日当たりの余暇時間

これまでの観察では、年間休日数や生涯全可処分時間といった長期の単位で測った場合、日本人の余暇時間は増加傾向にあることが示唆された。そこで以下では、週当たりあるいは一日当たりといった短い単位で測った場合、我々の余暇時間がどう推移しているかを観察する。まずは、『社会生活基本調査』（総務省統計局）⁵⁾の第1回（1976年）～第7回（2006年）分の個票データ（A票）を利用したKuroda（2010）の分析結果の一部を紹介することを通じて、余暇時間の過去30年間の推移を観察する。

図1 平均余命と65歳以上就業率の推移



備考：1955年の就業率は60歳以上。1930, 1940年の平均余命は、それぞれ大正15(1926)～昭和5(1930)年, 昭和10(1935)年調査のデータを用いている。
 出所：『国勢調査』(総務省統計局)および『簡易生命表概況』(厚生労働省)

ここまで、本稿では休日や非労働力化している期間は、「就業していない時間」とみなし、これを余暇時間と解釈して議論をしてきた。これは、個々人は消費と余暇の2つのトレードオフから最適な組み合わせを選択し、効用最大化を図っていると仮定する標準的な経済学のフレームワークと本質的に同じ解釈である。しかし、現実の人々の行動には、賃金を獲得するための市場労働と余暇のほかに、家事・育児・介護といった家計生産もあり、一日24時間から市場労働時間を差し引いたものすべてが必ずしも余暇時間とはならない場合もある。実際、米国では男性の平均市場労働時間は1960年代以降低下する一方、女性は増加傾向にあるものの、家事労働のアウトソーシングや家電製品の進化により、家計生産時間は男女ともに趨勢的に低下しており、その結果平均余暇時間は男女ともに増加していることが示されている(Aguiar and Hurst 2007)。黒田(2010)でも、1986年から2006年にかけて、フルタイム女性雇用の過当たり市場労働時間はほとんど変化がなかったものの、家計生産時間が過当たりで3時間程度短縮した結果、余暇時間は3時間程度増加し

ていることを示している。つまり、余暇時間の推移を厳密に観察するうえでは、市場労働時間だけでなく、余暇時間自体をみる必要がある。そこで以下では、直接余暇時間の推移を観察することとしたい。

具体的には、『社会生活基本調査』(総務省統計局)の行動項目を、市場労働時間・家計生産時間・余暇時間の3グループに分類する。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。これらの項目のうち、「仕事」およびそれに付随する時間として「通勤・通学」を市場労働時間、「家事」「介護・看護」「育児」を家計生産時間と分類する。家計生産時間の分類は、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定義したReid(1934)の定義に従っている。余暇時間は、残りの15項目(「睡眠」「身の回りの用事」「食事」「学業」「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」の総計と定義する。ここで、例えば趣味で料理やガーデニングをする場合など、行動によってはその時間を家計生産時間とするか、あるいは余暇時間とするかの区別が難しいケースもある。しかし、『社会生活基本調査』はあらかじめ設定した20の行動項目の中からその時刻に行った行動に最も近いものを回答者自身が選択するプレコード方式を採用しているため、回答者自身がそれぞれの行動を家計生産時間あるいは余暇時間のいずれかに分類していると解釈することも可能であり、こうした分類上の問題はある程度回避できていると考えられる。

表2は、フルタイム雇用者（ふだん一週間の就業時間が35時間以上と回答した年齢23～64歳の雇用者〈学生・自営業者・家族従業者は除く〉）の男女について、1976年から2006年にかけての余暇時間の推移を示したものである。なお、この期間は、高齢化・晩婚化・少子化・進学率の向上といった人口構成やライフスタイルの変化が起こっており、これら構成比等の変化が時系列でみた平均余暇時間の変動に及ぼす影響をコントロールする必要がある。そこで表2では、Aguiar and Hurst (2007) に倣い、この期間における年齢構成比・有配偶率・子どもの有無・教育年数の変化

を固定した場合の数値を掲載している。

まず、表2において男性の週当たりの推移をみると、過去30年間に余暇時間は5時間弱減少していることがみてとれる。もっとも、減少の仕方は単調ではなく、1976年から1986年にかけて大幅に低下した後、1990年代に少し寄り戻しがあり、2006年にかけて再び低下している。ちなみに、1976年と2006年の2時点間を有意差検定した結果を同表の最右列に掲載しており、両時点の差は統計的にみて有意である（ただし、紙幅の制約上非掲載だが、1986年と2006年の2時点で比較した場合には統計的に有意な差はない）。

表2の週当たり余暇時間の下段には、サンプルを調査日別に平日（月～金曜日）・土曜日・日曜日の3グループに分類し、曜日ごとの余暇時間の推移を示している。これをみると、フルタイム男性の平日の余暇時間は一日当たり1.15時間減少しているのに対して、土曜日は逆に1.15時間余暇時間が増加しており、この30年間で週内の余暇時間の配分が変化していることがわかる。土曜日の余暇時間が上昇傾向に転じたのは1990年代であり、これは1980年代末の労働基準法改正により1990年代に週休2日制が広く普及した時期と一致している。男性の週当たり余暇時間が1990年代にいったん下げ止まった背景には、平日の余暇時間が趨勢的に低下する一方で、1990年代には土曜日の余暇時間が増加したことが関係してい

表2 余暇時間の推移

		1976	1981	1986	1991	1996	2001	2006	76→06
男性	週当たり	111.71	108.66	107.27	108.00	108.75	108.93	106.73	- 4.98 ** (0.61)
	平日	14.72	14.39	14.02	13.99	13.95	13.95	13.57	- 1.15 ** (0.12)
	土曜日	16.80	16.43	16.24	17.17	17.91	18.16	17.95	1.15 ** (0.22)
	日曜日	21.12	20.38	20.88	21.00	21.18	21.07	20.80	- 0.32 * (0.14)
女性	週当たり	104.87	101.46	102.49	103.52	105.56	106.85	105.50	0.63 (1.29)
	平日	14.07	13.71	13.74	13.71	13.88	14.04	13.80	- 0.28 + (0.15)
	土曜日	15.72	15.10	15.19	16.20	16.97	17.40	17.41	1.69 ** (0.32)
	日曜日	18.57	17.95	18.59	18.80	19.22	19.27	19.24	0.67 * (0.31)

備考：人口構成比等の変化を調整したもの（詳細はKuroda (2010)を参照）。単位は時間。()内は標準偏差。**, *, +は、1976年と2006年との差がそれぞれ1, 5, 10%水準で有意であることを示している。

データ：『社会生活基本調査』（総務省統計局）

ると考えられる。

一方、女性については、週当たりの余暇時間は過去30年間でほとんど変化していない。ただし、より詳細に各年の推移をみると、1976年から1986年にかけて2.4時間程度低下した後、1986年から増加に転じ、2006年にかけての20年間で3時間程度増加していることがわかる。女性についても、各曜日別の推移をみると、平日については僅かではあるが男性と同様に余暇時間が低下している傾向が認められる一方で、土曜日は1.69時間の増加となっている。土曜日の余暇時間の増加が顕著なのは、やはり1990年代以降である。つまり、女性についても、男性と同様、平日一日当たりの余暇時間は趨勢的に低下しているものの、女性は男性に比べその減少幅が相対的に小さく、一方で週休2日制の普及により土曜日の余暇時間が増加したことにより、過去20年間でみると週当たりにして3時間程度の余暇時間の増加となっていることがわかる。以上をまとめると、過去30年間の週当たりの余暇時間は、フルタイム男性雇用者については約5時間の減少、一方でフルタイム女性雇用者はほとんど変わらない。一日当たりで観察した場合には、男女ともに平日の余暇時間は減少している一方、土曜日の余暇時間は増加しており、週内での時間配分が変化していると整理できる。

本節で観察してきたことをまとめると、日本人の余暇時間は、計測期間の単位をどのようにとるかによって、その時系列的な変化の方向は大きく異なるといえる。年間休日数や生涯可処分時間といった長期の単位で捉えた場合、日本人の平均余暇時間はこの一世紀で趨勢的に増加しているといえる。しかし、週当たりあるいは一日当たりという短い単位で捉えた場合には、余暇時間は一貫して増加傾向にあるとはいえず、特に平日一日当たりでみると、むしろ直近の数十年では減少傾向にある。つまり、現代の日本人は、引退後の余暇時間は大幅に増加している一方で、現役時代の、特に平日の余暇時間は減少しており、労働市場に参加している時期としていない時期とで余暇時間の配分に大きな差が生じているといえる。

III 余暇時間の格差

1 余暇時間の変化は一様か？

日本のフルタイム雇用者の平均余暇時間の推移を時系列で観察したⅡに続いて、本節ではⅡで観察した余暇時間の変化がすべての労働者に一様に起こっているかをみる。

19世紀末から1990年代にかけての複数のクロスセクション・データを接続して米国人の労働時間の推移を分析したCosta (1998, 2000) は、所得階層別に一日当たりの労働時間の推移を観察し、1890年当時、高賃金労働者の労働時間は低賃金労働者よりも2時間程度短かったが、1940年代頃には両グループの乖離が縮小し、1970年代から1990年代にかけてはむしろ高賃金の労働者のほうが相対的に長時間働くようになったことを明らかにしている。米国のタイム・ユーズ・サーベイを利用したAguiar and Hurst (2007) も、教育年数が長い人の平日一日当たりの余暇時間は1960年代以降ほとんど増えていない一方、教育年数が短い人ほど余暇時間は大幅に増加しており、異なる教育水準のグループ間で余暇時間の格差が拡大していることを示している。また、*Current Population Survey* を用いたKuhn and Lorenzo (2008) の分析でも、1980年代以降、所得階層が高いグループほど週当たりの労働時間が長時間化していることが指摘されている。

これらの現象について、Costa (1998, 2000) は、①貧しかった時代は所得が低い労働者ほど長時間働く必要があったが、19世紀末から20世紀中頃にかけては経済成長により実質所得が増加し、所得効果が代替効果を上回った結果、余暇を享受する人が増加したこと、しかし、②その後さらに経済が成長した現代においては、再び代替効果が所得効果を上回るようになり、特にこうした傾向は高所得者に顕著であること、そしてその背景として、③所得格差が拡大し、上位層の時間当たり賃金が急騰している米国では、そうした層の労働者ほど余暇を増やすことの機会費用が高まっているためではないかと指摘している。また、*Multinational Time Use Survey* を利用し、1970年

代から2000年にかけての7カ国（オーストラリア、カナダ、フィンランド、フランス、オランダ、ノルウェー、イギリス）の労働者の時間配分を観察した Sevilla and Gimenez-Nadal (2012) も、ノルウェーを除く6カ国において、過去30年における余暇時間の増加は大卒に比べて高卒以下のグループが著しく、異なる教育水準間で余暇時間の差が拡大していることを示している。

こうした属性間での余暇時間のひらきは、日本でも観察されるだろうか。図2(1)～(4)は、フルタイム雇用者の男女について教育年数別（大卒・大学院卒〈短大含む〉、高卒・専門学校卒、中卒）に3つにグループ分けし、1976年調査時点での各グループの週当たりおよび平日一日当たりの平均余暇時間を100としたうえで、その後の各グループの余暇時間の推移を示したものである（表2と同様、期間内の構成比等の変化は固定して計算した値を用いている）。まず、男性について図2(1)と(2)をみると、週当たりでみても平日一日当たりでみても、教育年数が長いグループほど過去30年間における余暇時間の減少幅が大きくなっていることがみてとれる。表2では男性の平均余暇時間は過去30年間で5時間弱減少していることを示したが、それは全労働者に一様に起こっている現象ではなく、特に教育年数が長いグループが平均余暇時間を押し下げていることによるものということがわかる。次に、女性について図2(3)と(4)をみると、週当たりでみても平日一日当たりでみても、男性と同様に異なる教育水準間で余暇時間にひらきが生じていることがみてとれる。表2でみたとおり、女性の平均余暇時間は過去30年間で横ばいであったが、これは、高卒・専門学校卒と中卒グループで余暇時間が増加傾向にある一方で、大卒・大学院卒グループは減少傾向にあり、これらが打ち消し合って平均でみた余暇時間には変化が観察されなかったと考えることができる。つまり、日本においても1970年代～2000年代にかけての余暇時間は、欧米で観察されている事象と同様に、学歴間の時間差が拡大傾向にあり、教育年数が長いグループほど余暇が少なくなっているといえる。

それでは、1970年以前の余暇時間はどうだっ

ただろうか。『社会生活基本調査』は調査開始が1976年であるため、それ以前の日本人の時間配分を把握するには、日本放送協会が1941年から数年おきに実施している『国民生活時間調査』を利用する方法がある。『国民生活時間調査』は、日本放送協会が聴取者の意向を把握することを目的に、1939年に実施したイギリスのBBC（イギリス放送協会）の調査を範としてスタートした生活時間調査であり、日本人の生活を長期の視点で把握することができる貴重な資料である。もっとも、1960年以降は人々が同時に2つ以上の行動を行った場合の行動時間をそれぞれカウントする方式を採用している調査年もあり、一日の合計が24時間を超えるケースもあるため、各時点で行った主たる行動1つに限定して調査をしている『社会生活基本調査』と単純に比較することは難しい⁶⁾。ただし、1941年の11月に実施された調査は、主たる行動1つに限定して1日の行動時間の合計が24時間になる調査方式を採用しているほか、毎回10月頃に実施される『社会生活基本調査』と調査時期も類似している⁷⁾。そこで表3には、1941年と2006年の2時点間について、男性雇用者の平日一日当たりの市場労働時間・家計生産時間・余暇時間を計算したものを掲載した。

なお、1941年の『国民生活時間調査』は教育年数別のデータがないため、表3には職種を2タイプ（ホワイトカラーとブルーカラー）に分けて比較している。具体的には、1941年調査については、「俸給生活者」をホワイトカラー、「工場労働者」をブルーカラーとし、2006年調査については「専門的・技術的職業従事者」「管理的職業従事者」「事務従事者」をホワイトカラー、「保安職業・サービス職業従事者」「運輸・通信従事者」「生産工程・労務作業者」をブルーカラーとしてグループ分けしたうえで、それぞれの平日一日当たりの時間配分を掲載した。なお、1941年のデータについては、2006年時点の年齢構成比で加重平均し、2時点の年齢構成の違いを調整して比較可能なかたちになっている。ちなみに、「販売従事者」は2つのグループの中間に位置づけられると考えられることから、どちらにも含まず、参考までに表中の「参考」と書かれた箇所にはホワイトカ

ラーに販売従事者も含む場合の値を掲載した。同表をみると、ホワイトカラーの市場労働時間は平日一日当たりにして2時間弱増加し、逆に余暇時間は1.77時間減少しているのに対して、ブルーカラーの労働時間は1時間弱程度少なくなり、その結果として余暇時間は増加していることがわかる。

一般的に、教育年数が長いグループやホワイトカラー従事者ほど、高所得層であると解釈しうるならば、日本においても1970年代以降の欧米諸国でみられた現象と類似のことが起こっており、相対的に所得が高い人ほど余暇が少なくなる一

方、所得が低い層の余暇は増加し、所得階層間の余暇時間の差が拡大する傾向にあることが示唆される。

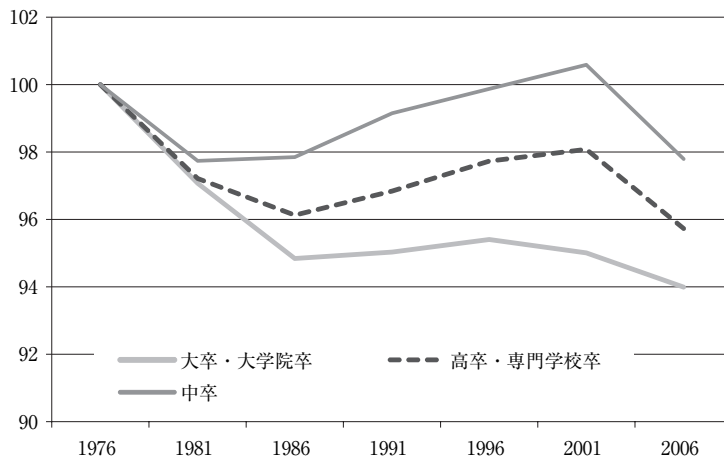
2 余暇時間の内訳

それでは、余暇時間の内訳はどう変化しているだろうか。図3には、時間の配分が1976年から2006年にかけてどのように変化したかを、前節と同様、フルタイム男性雇用者を教育年数別に3つにグループニングし、各項目の時間配分の変化を示した。

図3(1)に示した平日の時間配分では、各項

図2 平日一日当たりの余暇時間の推移（教育年数別）

(1) 週当たり（男性）



(2) 平日（男性）

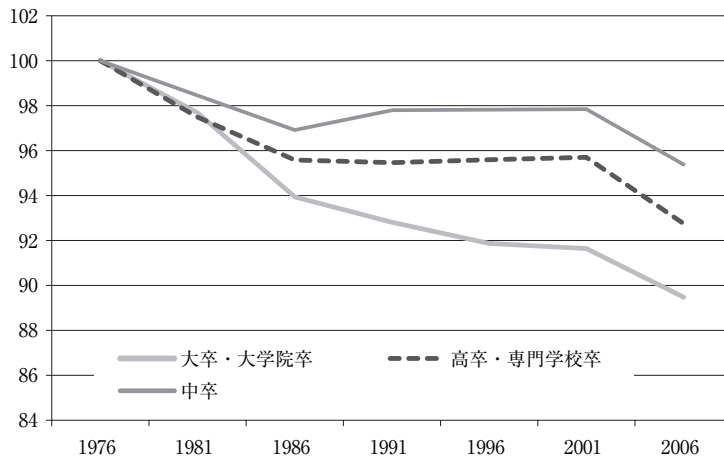
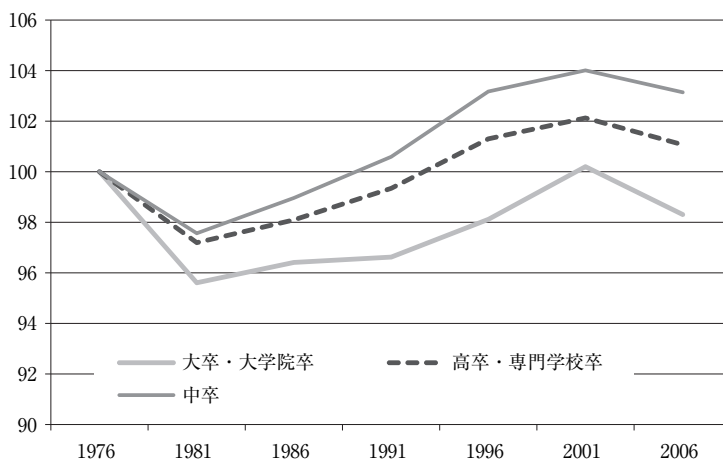
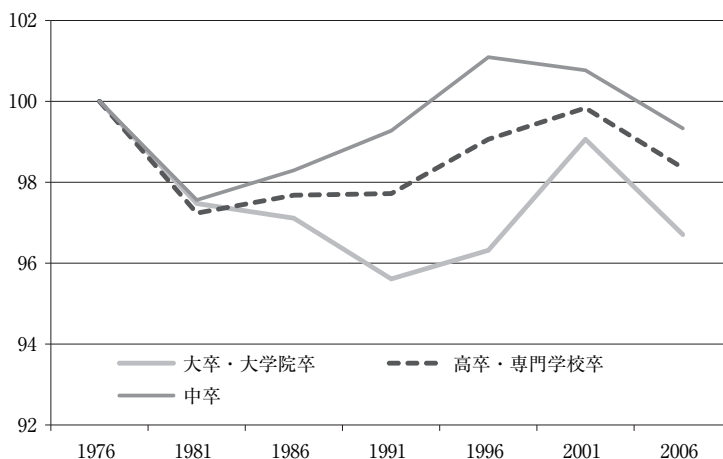


図2 平日一日当たりの余暇時間の推移（教育年数別、続き）

(3) 週当たり（女性）



(4) 平日一日当たり（女性）



備考：1976年時点の余暇時間を100とした場合の推移。人口構成比等の変化を調整したものの（詳細はKuroda（2010）を参照）。

データ：『社会生活基本調査』（総務省統計局）

表3 男性雇用者の平日一日当たり時間配分の比較（1941年と2006年）

	ホワイトカラー				ブルーカラー			
	市場労働時間		家計生産時間	余暇時間	市場労働時間		家計生産時間	余暇時間
	仕事	通勤			仕事	通勤		
1941	7.19	1.33	0.43	15.06	9.82	0.89	0.20	13.09
2006	9.16	1.29	0.24	13.29	8.95	1.05	0.24	13.74
2006（参考）	9.27	1.23	0.23	13.26	—	—	—	—
1941→2006	1.98	-0.04	-0.19	-1.77	-0.87	0.16	0.04	0.66

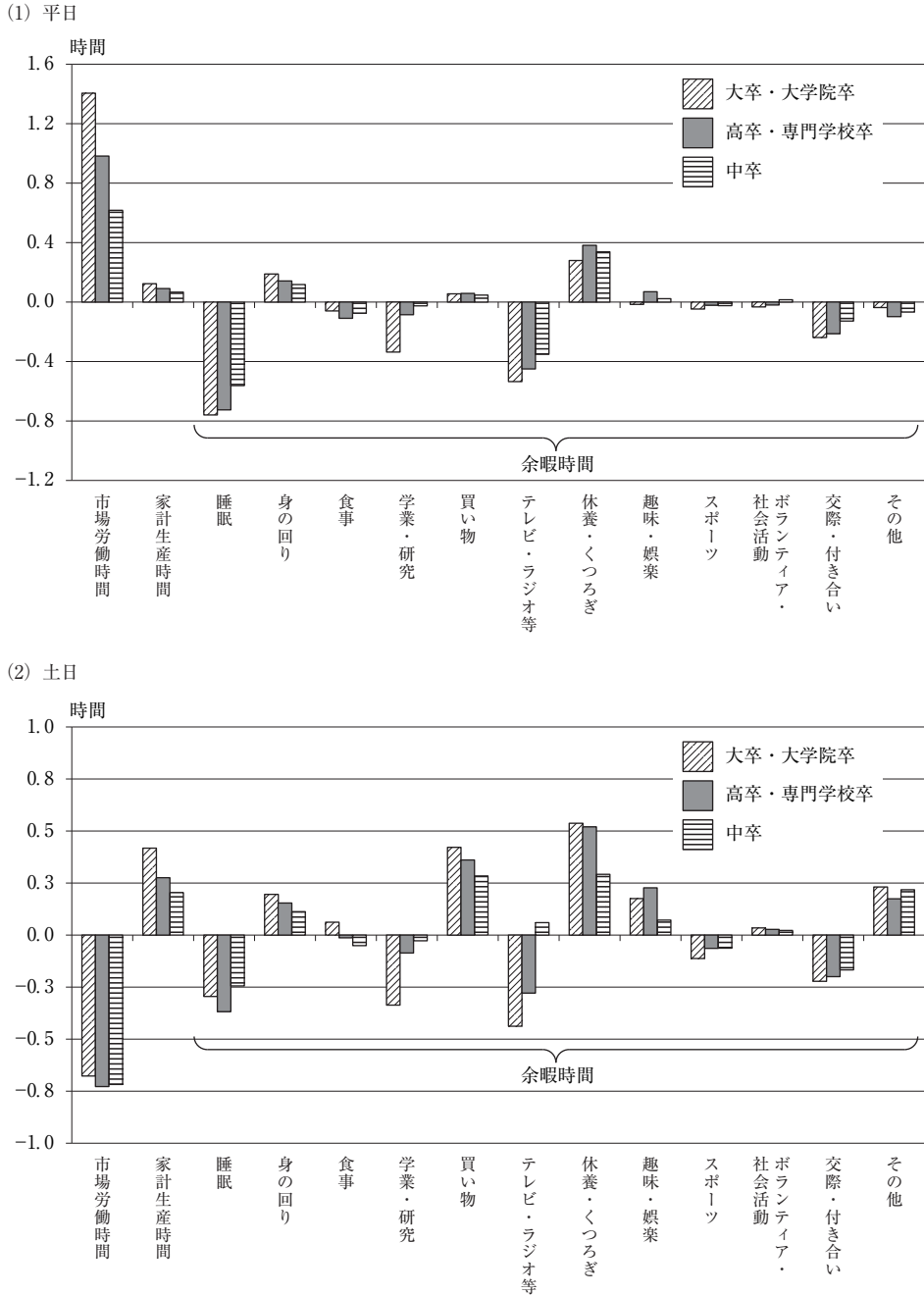
備考：1941年は、2006年時点での年齢構成比で加重平均した値。単位は時間。ホワイトカラーは、『国民生活時間調査（昭和16年調査）』（以下、1941年調査）は「俸給生活者」、『社会生活基本調査（平成18年調査）』（以下、2006年調査）は「専門的・技術的職業従事者」「管理的職業従事者」「事務従事者」をそれぞれの労働者数で加重平均したもの。ブルーカラーは、1941年調査は「工場労働者」、2006年調査は、「保安職業・サービス職業従事者」「運輸・通信従事者」「生産工程・労務作業従事者」の加重平均値である。なお、表中の（参考）と書かれた数値は、ホワイトカラーのグループに「販売従事者」を加えた場合を示している。また、1941年調査は、行動項目の「家事」には「買い物」も含むと定義されており、「買い物」だけの項目が存在しない。そこで、表3については、比較のために2006年についても家計生産時間に「買い物」も合算した値を掲載している。

出所：『国民生活時間調査（昭和16年調査）』（日本放送協会）、『社会生活基本調査（平成18年調査）』（総務省統計局）

日の変化方向は教育年数の違いにかかわらずほぼ同じである。ただし、教育年数が高い層ほど市場労働時間だけでなく、家計生産時間も長くなっており、その結果余暇時間の減少幅が大きくなっ

ていることがわかる。余暇時間の低下の大半は、「睡眠」と「テレビ・ラジオ等」の時間を削減することで賄われている。次に、図3(2)の土日の時間配分をみると、市場労働時間は減少する一

図3 時間配分の変化（教育水準別）



備考：対象はフルタイム男性雇用者。構成比等の変化を調整したもの（詳細はKuroda (2010) を参照）。単位は時間。
出所：『社会生活基本調査』（総務省統計局）

方で、家計生産時間と余暇時間は増えており、特に教育年数が長い層ほど家計生産時間と買い物の時間が増えている。このほか、興味深い点としては、余暇時間が増えているはずの土日においても「睡眠」時間は低下している。7カ国のデータを用いて1970年代以降の時間配分の推移を観察したSevilla and Gimenez-Nadal (2012)によれば、分析対象国のほとんどにおいて週当たりの「睡眠」と「テレビ」の時間は過去数十年で増加傾向にあることが報告されており、日本で観察された睡眠やテレビ視聴時間の減少は万国共通の事象ではないといえる。一方、日本以外の国で顕著に減少しているのは、「食事」と「身の回りの用事」にかかる時間である。日本と諸外国の間で余暇時間の配分に違いが生じている理由の解明は、今後の課題である。

日本については、睡眠時間が削減傾向にある一方、曜日にかかわらず共通して観察される現象として、「休養・くつろぎ」の時間が増加していることがみてとれる。「休養・くつろぎ」の時間には、職場での休憩時間も含まれることから、平日におけるこれらの時間の増加は、市場労働時間が増え、職場にいる時間が長くなったことにより、職場での休憩時間が増えていることと関係しているのかもしれない。あるいは、長時間働いて帰宅したとしても、帰宅後に直ちに寝ることは難しく、心身をリセットするためある程度の(睡眠以外の)休息が必要と考える人が多ければ、一日当たりの市場労働時間が長くなっても、帰宅後の休憩時間のある程度の確保は必要となり、結果としてそれが睡眠時間の削減に結びついている可能性もある。この点は、将来的に、平日の「休養・くつろぎ」が観察される時間が仕事の合間かどうかをチェックしたり、具体的な休養の内容を把握することが可能な調査票B票を併用するなどして実態を補足する必要がある。

IV おわりに

本稿では、フルタイムで働く日本人男女の余暇時間が、長期の時系列でみてどのように推移してきたかを複数の視点から観察した。本稿で示した

主な点は、以下のとおりである。まず、この一世紀でみると、日本人の平均余命は飛躍的に伸び、引退後の時間が急増している。次に、引退前の就業(いわゆる現役)期においても週休2日制の普及により年間休日数は大幅に増加した。したがって、生涯および年間休日数でみた日本人の平均的な余暇時間は着実に増加傾向にあるといえる。一方、余暇時間を計測する際の期間をより短くし、現役期における平日一日当たりの時間配分をみると、少なくとも1970年代以降では、フルタイムで働く男女ともに余暇時間は減少傾向にある。つまり昨今では、現役期の平日は余暇時間が減って一層忙しくなる傾向にある一方、休日数や引退後の余暇時間は著しく増加するというように、一週間、一年、あるいは一生涯の中での時間配分が大きく変化してきていることが示唆される。経済が成熟し、物質的な豊かさは十分に達成され休日が増えた現代でも、日本のみならず多くの国においてゆとりを感じるようになった人は少ない(Hamermesh and Lee 2007)とすれば、一日24時間という制約下での配分にストレスを感じている人が増えていることが関係しているのかもしれない。また本稿では、こうした余暇時間の配分の変化はすべての労働者に一様に観察される現象ではないことも示した。欧米諸国ではこの数十年間、教育年数が長く、高所得層の労働者の市場労働時間がそうでない層に比べて相対的に長くなっており、その影響で高学歴・高所得層の余暇時間は減少する傾向にあることが指摘されているが、本稿では日本においても類似の現象が観察されることを示した。具体的には、日本においても、大卒・大学院卒やホワイトカラー職に従事する労働者は、高卒やブルーカラー職に従事する労働者に比べて、余暇時間の減少幅が大きいことがわかった。

引退後の余暇時間が大幅に増加している一方で、現役期の平日の余暇時間が短くなっているという観察事実の背後には、どのような要因が考えられるだろうか。健康余命が長くなった現代では、多くの日本人にとって以前よりも老後の余暇を楽しむ余裕が増しているといえる。こうした引退後の余暇時間の長時間化が、かえって現役時代には稼げるだけ稼いでおこうという気持ちを助長

し、結果として平日の余暇時間削減につながっているのだろうか。欧米諸国で指摘されているように、所得格差が拡大し、所得が高い層ほど現役期に余暇を増やすことの機会費用が大きくなった結果、こうした層ほど余暇時間を削減するインセンティブを持ちやすくなっているのだろうか。平日の余暇時間が減少していることの原因究明は今後の課題である。

標準的な経済学のフレームワークに則れば、時間配分は個々人が効用最大化を図った結果と解釈されるため、たとえ平日の余暇時間が趨勢的に低下していたとしてもそれ自体を問題視する必要はないともいえる。しかし、個々人の最適解が社会全体でも最適解となるとは限らない。現役世代の平日の労働時間の長時間化という現代の潮流は、就業しながら子育てや介護という別の責任を担う労働者には大きな重荷になっていると考えられる。こうした現役世帯の時間制約は一層厳しいものになっている一方、引退後の余暇時間をもう少し市場労働時間に充てたいと考える高齢者の活用は十分に行われているとはいえない。そうした希望を持つ高齢層に、例えば現役世代は家事労働や育児等をアウトソースすることによって、生涯の余暇時間の配分を多少均すような枠組みを作ることはいかなるだろうか。賃金や仕事のシェアリングと本質的には同じことだが、世代間の時間のシェアリングという視点を持つことで非労働力化している潜在能力の高い層の活用と現役世代のタイム・ストレスの緩和が進むことが望まれる。

なお、東日本大震災後、家族や親しい人との絆が見直され、そうした人々と過ごす時間を大切にしたいと考えるようになった人も増えたという。また、2011年に続き2012年の夏も、節電要請を受けて、休暇の取り方が変わる人もいるだろう。震災という大きな負のショックが今後の日本人の時間配分にどのような影響をもたらすのかは、大震災が発生した2011年の秋に調査を実施した『社会生活基本調査(平成23年版)』の結果を含め、今後も注視していく必要がある。

*本稿で用いた図表の一部は、『社会生活基本調査』の個票データを用いたKuroda(2010)の分析結果を引用・利用している。同論文執筆時にデータ利用をご許可いただいた総務省統計局に

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24年度科学研究費補助金(若手(B)、課題番号:22730188)、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)の研究助成を受けている。

- 1) 多くの日本人がなぜ有給休暇を完全消化しないかについては、例えば小倉(2004)などの研究がある。水町(2010)は、年休の付与時期を労働者に決定させる日本の制度は、労働者自身が病気のために年休を取っておくという事態を生んでいると指摘し、欧州のように年休とは別に、不測の病気等に備えるための休暇制度を整備することも重要であると主張している。
- 2) なお『就労条件総合調査』は、本社の常用雇用者が30人以上の企業を対象にしたもの(2008年からは調査対象を「常用雇用者30人以上の企業」に拡大)であるため、小規模企業で働く労働者の休日数を把握することができないほか、就業規則上は休日でも繁忙のため実際には休日出勤をしているといった実態を把握することは困難である。こうした実態を把握するには世帯・個人統計を観察する必要があるが、現時点で利用できるおそらく唯一の公式世帯統計は、『就業構造基本調査』(総務省統計局)であり、一年間の就業日数を問う質問項目を利用しておよそその休日数を逆算・把握することが可能である。同統計において、週当たり労働時間が35時間以上(これを本稿ではフルタイム雇用者と考え)かつ一年間の就業日数が200日以上(これを本稿ではフルタイム雇用者と考え)の就業者のうち、年間就業日数が250日以上と答えた労働者の割合を時系列でみると、この値は男女ともに1990年代にいったん減少したのち、2000年代は再び増加傾向にある。こうした変化が休日出勤をする人の増加を表しているのか、それとも『就労条件総合調査』の調査対象外である小規模企業を中心に、週休2日制未滿で働く労働者が増えていることを意味するのかは不明であるが、今世紀に入ってから再び就業日数が多い労働者が増えている点については別途その背後の関係を明らかにしていく必要がある。なお、日本ではこれまで、個々人の休日の数を把握する公式統計として、年次統計よりも頻度が高い統計はなかったが、このたび『労働力調査』(総務省統計局)で月間の就業日数を問う項目が設けられることとなり、今後は個々人の休日数を月次ベースで逆算できることとなる。こうした統計を組み合わせることで、国民の休日数の厳密な把握がなされることを期待したい(詳細は、統計委員会(2012)を参照)。
- 3) 近代以前に時代を遡った場合、日本人の休日はどうだったのだろうか。どのような職種と比べるのが難しいが、斎藤(2006)によれば、ホワイトカラーに関する限り徳川から現代までは制度上の連続性がみられ、現代の民間企業の「正社員」の歴史的起源は商家の奉公人制度にあったという。同論文は、「現在の民間企業の就業者という点で現代の正社員にいつそう近い存在である」とする当時の奉公人(手代)は個人の自由時間をほとんど持たず、「企業内の時間規律に違反したものは有給休暇を取り上げられる(休日券を没収される)」ような厳しい時間管理下におかれていたことや、「登り」という里帰り制度が初めて利用できるのは奉公人が入店してから9日目になってからであったことなどを現存する資料を基に紹介している。斎藤氏の主張に基づいて、江戸時代の手代の働き方が現代の正社員のルーツとするならば、一世紀以上の長期的な視点でみた場合も、日本人の休日の数は増加傾向にあると考えられる。なお、斎藤(2006)は、近代以前の「正社員」として、商家の奉公人の他に官吏(あるいは

武士)の存在も挙げ、両者の働き方を比較している。同論文によれば、生活時間まで厳格に管理されていた手代とは対照的に、武士の一日当たりの労働時間は4~6時間と短く、また休暇についても「1876年に日曜休日・土曜半ドン制が導入されるまで」は「幕藩の役所においても、伝統的な節句の祝日と月の一日と六の日の日が休日だったのではないだろうか」と述べており、手代に比べて武士の余暇時間は相当に長かった可能性を指摘している。

- 4) 内閣府(2005)によれば、健康寿命が今後も引き上がることによって、2002年から2030年の間に生涯可処分時間が約12%増加し、日本人の中で「時持ち」が増えるという見込みを報告している。
- 5) 『社会生活基本調査』(A票)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取った行動を15分刻みで記入するプリコード方式のタイム・ユーズ・サーベイである。詳細は、黒田(2010)を参照されたい。
- 6) なお、『社会生活基本調査』は2001年調査(第6回)から、あらかじめ設定した20の行動項目の中から最も近いものを選択させるプリコード方式(A票)のほかに、行動した内容を回答者に自由に記録してもらい、後から統計作成の時点でそれぞれの行動分類に仕分けをするアフターコード方式(B票)を開始している。このB票の調査は同時点での複数行動も記録している。
- 7) また、同調査は太平洋戦争が開始となった1941年12月以前の調査であることから、「太平洋戦争の直接の影響は考えなくてよい」(日本放送協会1990)と述べられている。ただし、「サンプリング理論の確立していない時期であるため、『国民全体』の数字はない」(同)ことから、『社会生活基本調査』との比較は幅を持つてみる必要がある。

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.
- Costa, Dora (1998) "The Unequal Work Day: A Long-Term View," *American Economic Review*, 88 (2), pp.330-334.
- (2000) "The Wage and the Length of the Work Day: From the 1890s to 1991," *Journal of Labor Economics*, 18 (1), pp.156-181.
- Hamermesh, Daniel S. and Jungmin Lee (2007) "Stressed out on Four Continents: Time Crunch or YuppieKevetch?," *Review of Economics and Statistics*, 89 (2), pp.374-383.
- Kuhn, Peter, and Fernando Lozano (2008) "The Expanding Workweek? Understanding Trends in Long Work Hours

among U.S. Men, 1979-2006," *Journal of Labor Economics*, 26 (2), pp.311-343.

Kuroda, Sachiko (2010) "Do Japanese Work Shorter Hours than before? Measuring Trends in Market Work and Leisure using 1976-2006 Japanese Time-use Survey," *Journal of the Japanese and International Economies*, 24, pp.481-502.

Reid, Margaret (1934) *Economics of Household Production*, Wiley, New York.

Sevilla, Almudena, and Jose Ignacio Gimenez-Nadal (2012) "Trends in Time Allocation: A Cross-country Analysis," *European Economic Review*, forthcoming.

The United Nations (2010) *Demographic Yearbook 2010*, The United Nations.

World Health Organization, *World Health Statistics* (2010) World Health Organization.

大原社会問題研究所 (1932) 『日本労働年鑑』.

—— (1958) 『日本労働年鑑』.

小倉一哉 (2004) 「なぜ日本人は年休を取らないのか」『日本労働研究雑誌』 No.525, 労働政策研究・研修機構, 62-65頁.

黒田祥子 (2010) 「生活時間の長期的な推移」『日本労働研究雑誌』 No.599, 53-64頁.

斎藤修 (2006) 「武士と手代——徳川日本の『正社員』」『日本労働研究雑誌』 No.552, 60-66頁.

統計委員会 (2012) 「諮問第39号の答申『労働力調査の変更及び労働力調査の指定の変更(名称の変更)について』(案)」第53回統計委員会配布資料(2012年1月20日付), 統計委員会.

内閣府 (2005) 「日本21世紀ビジョン」(平成17年)内閣府.

日本放送協会 (1990) 『国民生活時間調査(昭和16年調査)』日本放送協会.

水町勇一郎 (2010) 「労働時間法制の課題と改革の方向性」『労働時間改革』鶴光太郎・樋口美雄・水町勇一郎(編), 第8章, 労働政策研究・研修機構 (2012) 「日本人の労働時間・休暇——残業・年休未消化と意識・職場環境」JIPPT資料シリーズ, No.108, 労働政策研究・研修機構.

くろだ・さちこ 早稲田大学教育・総合科学学術院准教授。最近の主な著作に“The era of the 24-hour society?: Assessing Changes in Work Timing Using a Japanese Time Use Survey,” (with Isamu Yamamoto) *Applied Economic Letters*, 19 (11), 2012, pp.1035-1038。労働経済学, 応用ミクロ経済学専攻。