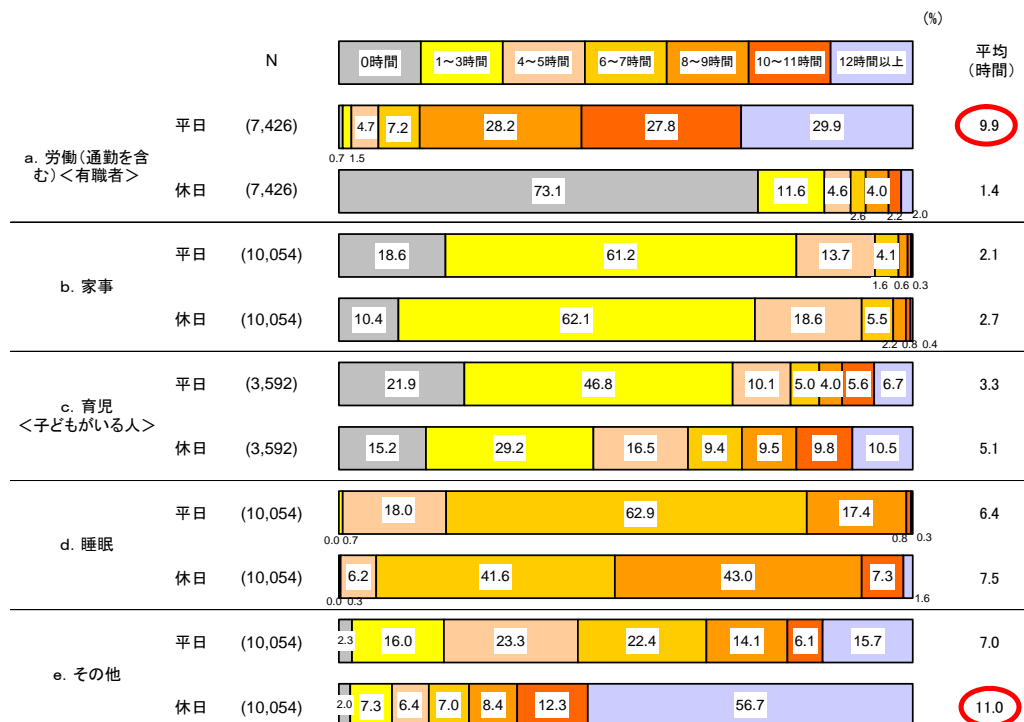


4. 仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）

(1) 生活時間

Q23 次の項目それぞれについて、あなたは日頃、1日におよそ何時間くらいを費やしていますか。平日と休日について、それぞれ合計が24時間になるようにお答えください。



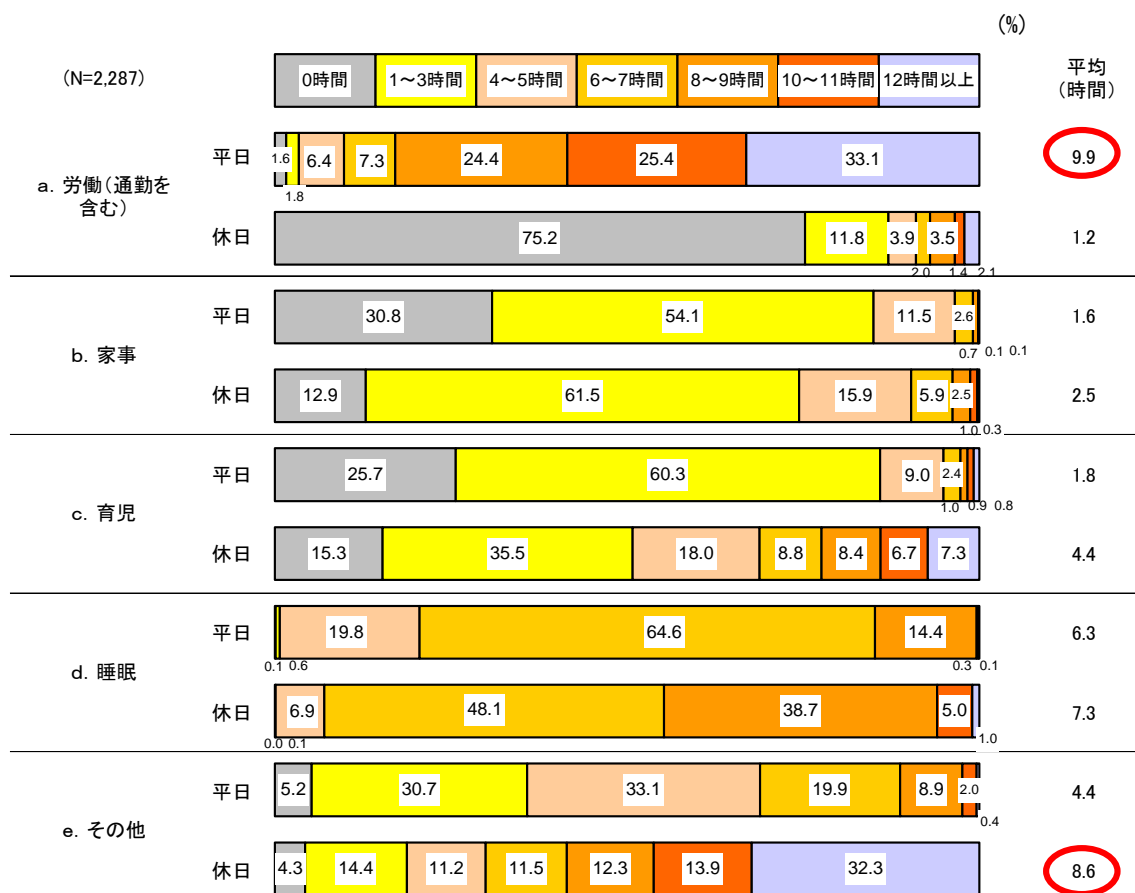
1日の生活時間を“労働（通勤を含む）”“家事”“育児”“睡眠”“その他”の5分野について平日と休日に分けて1時間単位で聞いた。“労働（通勤を含む）”は有職者のみ、“育児”は子どもがいる人のみに質問しており、“家事”“睡眠”“その他”については全員に質問している。

平日では、回答者は有職者のみであるが、“労働（通勤を含む）”が平均9.9時間と最も平均時間が長い。全員が回答した買物や余暇などの“その他”が7.0時間、“睡眠”時間は6.4時間である。一方、休日では、回答者は有職者のみであるが、“労働（通勤を含む）”時間が大きく減少し、全員が回答した“その他”が11.0時間である。

回答者の条件を“配偶者と同居の子どものいる有職者”(2,287人)にそろえると、結果は下記のとおりである(図表4-1-1)。

平日の“労働(通勤を含む)”時間が平均9.9時間と最も平均時間が長く、“睡眠”時間が6.3時間で続き、“家事”、“育児”時間はそれぞれ1.6時間、1.8時間である。“その他”の時間は平均4.4時間である。休日では、“労働(通勤を含む)”時間が平均1.2時間と減少し、“睡眠”が7.3時間、“家事”が2.5時間、“育児”が4.4時間、“その他”が8.6時間に増加している。

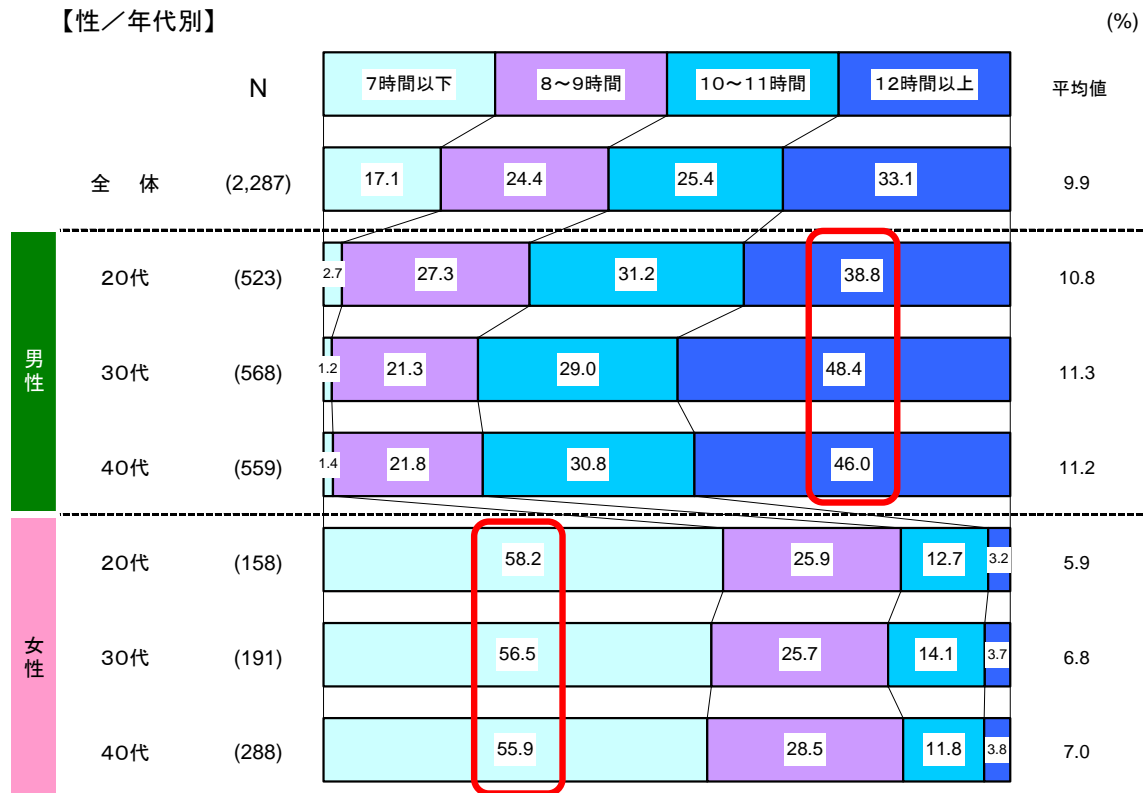
図表 4-1-1 生活時間<配偶者と同居の子どものいる有職者>



平日の労働時間を性・年代別にみると、男女差が大きく、男性ではいずれの年代でも「12時間以上」が最も多く、特に30代（48.4%）と40代（46.0%）では5割弱と、20代を10ポイント近く上回っている（図表4-1-2）。

一方、女性ではいずれの年代でも「7時間以下」が過半数を占めるが、平均労働時間は年代が高くなるほど長くなる傾向がある。

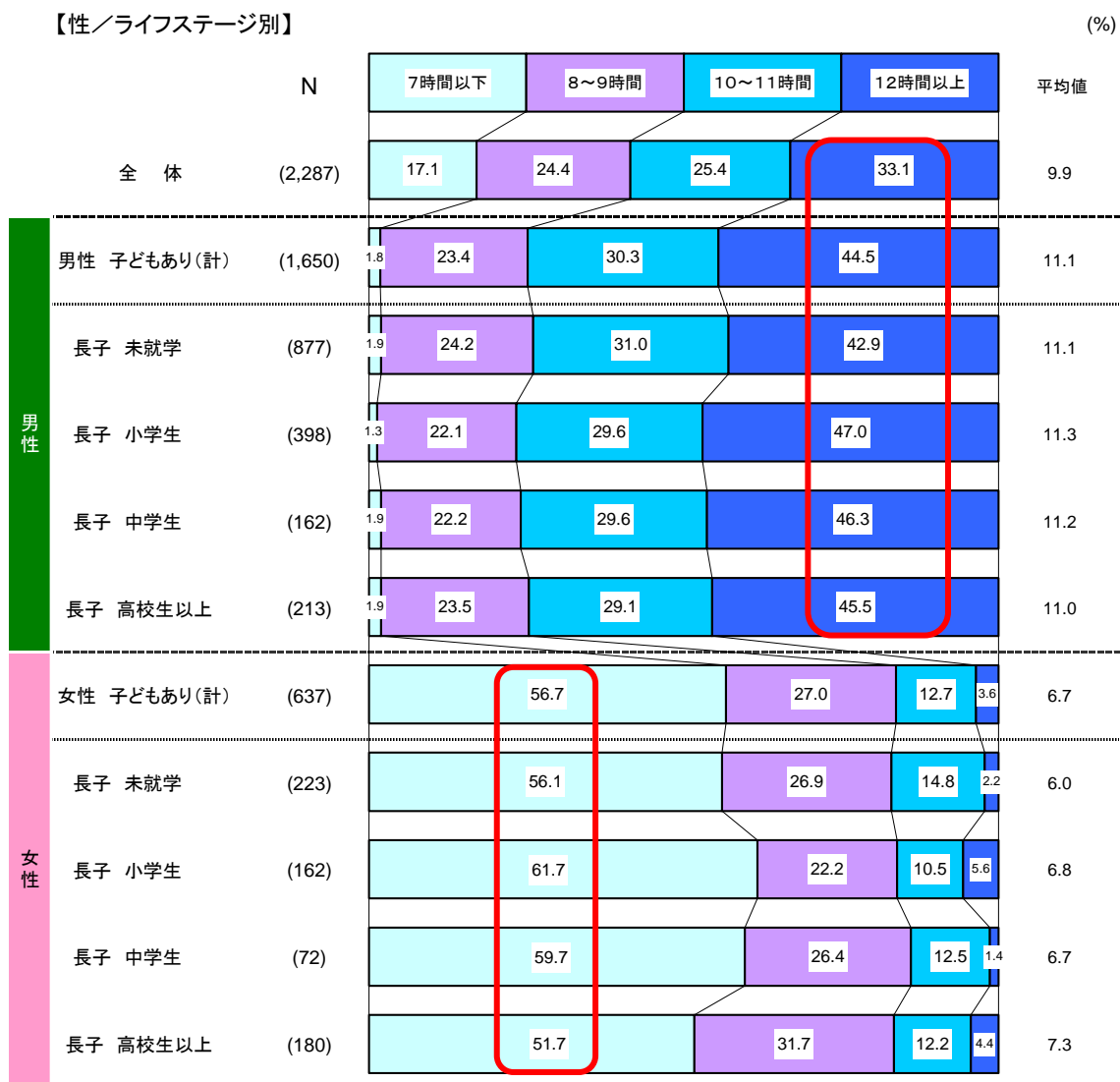
図表 4-1-2 平日の労働時間（通勤を含む）＜配偶者と同居の子どものいる有職者＞（性・年代別）



平日の労働時間を性・ライフステージ別にみると、性・年代別の傾向と同様に男性ではいずれの層でも「12時間以上」が、女性では「7時間以下」が最も多くなっている（図表 4-1-3）。

女性では長子が小学生になると「7時間以下」という回答者が61.7%と最も多いものの、「12時間以上」の長時間労働の者もやや多くなり、平均労働時間は長子の学齢が進むにつれ長くなる傾向がある。

図表 4-1-3 平日の労働時間（通勤を含む）＜配偶者と同居の子どものいる有職者＞
（性・ライフステージ別）

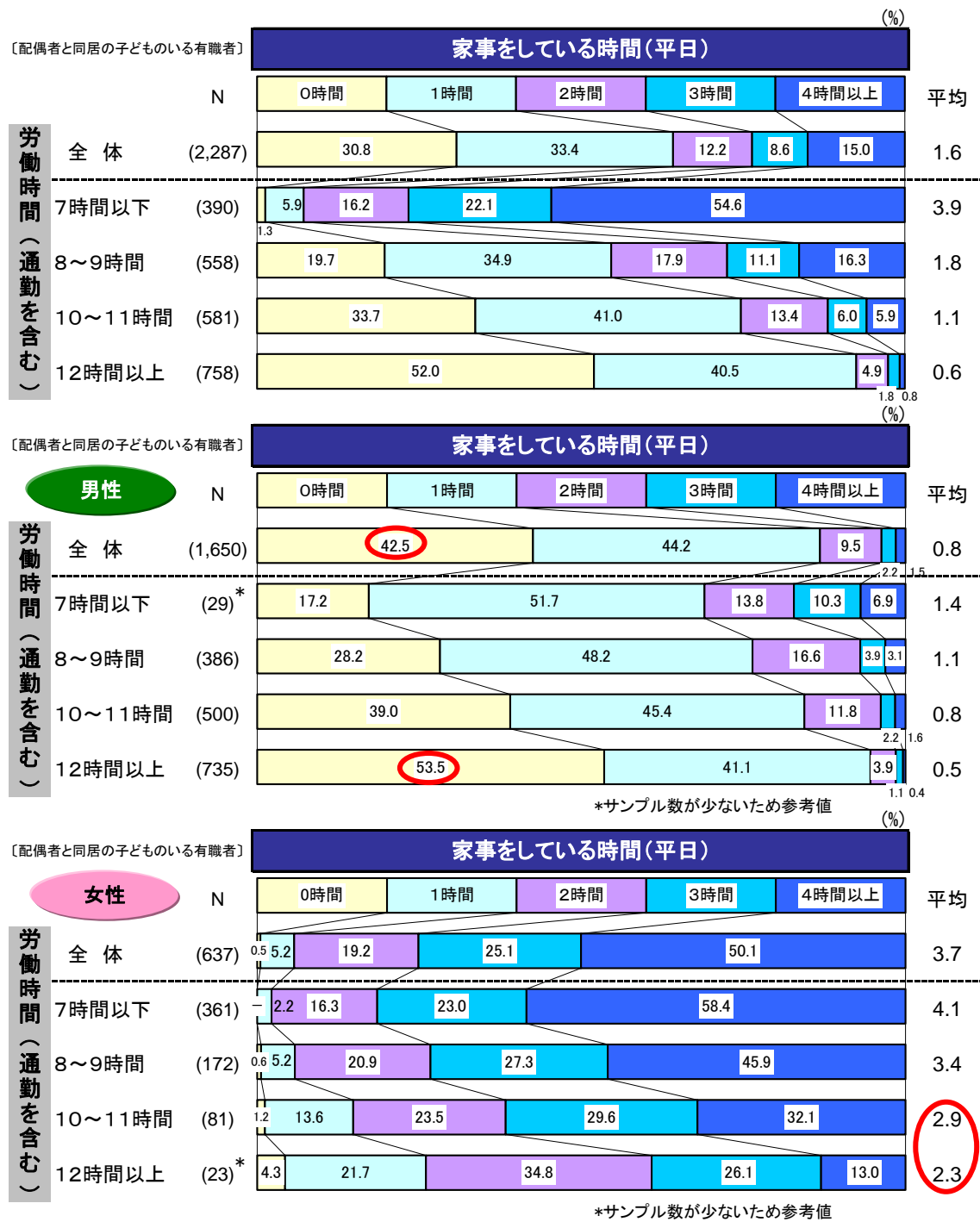


配偶者と同居の子どものいる有職者（2,287人）の“家事”時間をみると、男性では、家事時間ゼロ（「0時間」）が4割強と、女性（0.5%）を大きく上回っている（図表4-1-4）。

“労働（通勤を含む）”時間の長さ別にみると、特に労働時間（通勤を含む）12時間以上の男性で、家事時間ゼロが53.5%と過半数である。

一方、女性では労働時間（通勤を含む）10時間以上でも、家事時間は平均2時間以上である。

図表4-1-4 労働時間（通勤を含む）別家事時間＜配偶者と同居の子どものいる有職者＞



さらに、配偶者と同居の子どもがいる有職者（2,287人）について、“育児”時間を“労働（通勤を含む）”時間の長さ別にみると、有職男性では、労働時間（通勤を含む）12時間以上になると、平日の育児時間ゼロ（「0時間」）が4割（39.5%）で突出し、「1時間」も4割強（41.9%）と多くなっている（図表4-1-5）。

一方、女性は労働時間（通勤を含む）が8時間以上になると育児時間が減少する傾向にある。

図表 4-1-5 労働時間（通勤を含む）別育児時間＜配偶者と同居の子どもがいる有職者＞

