

# 男の時間と女の時間 - 不平等と生活の質の関係を考える一つのアプローチ

矢野 眞和

## 1 働きすぎと睡眠不足の日本人

生活時間の国際比較を簡潔に要約すると、「働きすぎの睡眠不足」が日本の大きな特徴になる(NHK 放送文化研究所世論調査部編『生活時間の国際比較』大空社,1995年)。欧米6カ国との比較だが、日本の労働時間の長さや睡眠時間の短さが際立っている。労働時間が長いのは有名だが、睡眠不足は忘れられているようだ。特に、女性の睡眠時間が短い。労働と家事の時間合計が諸外国と比べて圧倒的に長いから、ゆっくり眠るゆとりもないのだろう。

働きすぎのために睡眠不足になるのだが、この二つの関係の背景には、男と女の根強い性別役割分業がある。男性が長く働けるのは、家事をせずに済むからだ。家事をしない弁明のために、長く働いているふしもある。そして、働く女性が増えても、夫の家事時間はそれほど増加せず、女性の労働と家事の合計が増えるばかりだ。

## 2 男と女の距離 - 不平等指数

生活時間に反映される性別役割分業の実態は、行動別時間の男女差に顕著に現れる。労働時間の男女差、家事時間の男女差、余暇時間の男女差という具合に。こうした男女差は、男と女の距離を示している。差の測定には+と-が生じるから、この±は考慮しなければ、男女差の絶対値が大きいほど男女の距離が遠いと考えてよい。この時間差に注目して、次のような不平等指数を提案したことがある(矢野眞和編著『生活時間の社会学』東京大学出版会,1995年)。

$$\text{男女の不平等指数} = \left| \text{行動別にみた男女の時間差} \right|$$

行動別の男女差の絶対値を足し合わせた値だ。この指数がゼロであれば、男女差がないことになり、値が大きければ大きいほど男女によって時間の使い方が異なることになる。いかにも単純だが、この指数の国際比較をしてみると各国のお国柄がよく現れていて興味深い。日本と欧米6カ国の指数を計算すると日本が3801(分)となり、最も大きい。つまり、日本が最も不平等。それに対して、フィンランドは1792(分)で、相対的に最も平等な国になる。この値は、六つの行動分類の差を単純に足し合わせたもので、値そのものにほとんど意味はない。ただ、日本はフィンランドよりも2.1倍ほど不平等だといえそう。いま一つ興味深いのは、フィンランドとデンマークの北欧はほぼ同じ指数を示し、アメリカ・イギリス・カナダが次のグループとしてほぼ同じ指数になる。このアングロサクソングループは、日本よりは平等だが、北欧よりも1.4倍ほど不平等だ。いま一つの分析対象国であるヨーロッパ大陸のオランダは、アングロサクソンと日本のほぼ中間に位置する。

## 3 都道府県にみる男女の不平等指数

国際比較の詳細は参考文献を見ていただくとして、平成18年社会生活基本調査の結果を概観していて興味をもった一つが、地域別の生活時間だった。睡眠時間をはじめ

め、仕事や家事時間などが都道府県によってかなり異なっている。そして、この違いに、男女の働き方の差異が顕著に現れている。国際比較の分析経験を思い出して、都道府県による不平等指数を検討してみようと考えた。それが、本稿の目的である。

ここでは、公表された「男女・都道府県・行動別総平均時間 - 週全体」を用いることにする。手続きは単純だ。20の行動分類の男女差を算出し、その絶対値の合計を都道府県別（以下、県別と略す）の不平等指数と呼ぶことにする。行動分類とその数が異なるので、先の国際比較の数値とは比較できない。

指数の大きさから、不平等な上位10県と平等な上位10県を示しておくことと図表1のようになる。

図表1 県別の不平等指数

不平等な県と指数		平等な県と指数	
奈良	493	高知	361
京都	483	秋田	370
神奈川	475	山形	372
愛知	473	福島	373
兵庫	473	熊本	377
埼玉	471	青森	378
滋賀	468	新潟	380
千葉	464	宮崎	381
和歌山	461	宮城	390
広島	453	岩手	394

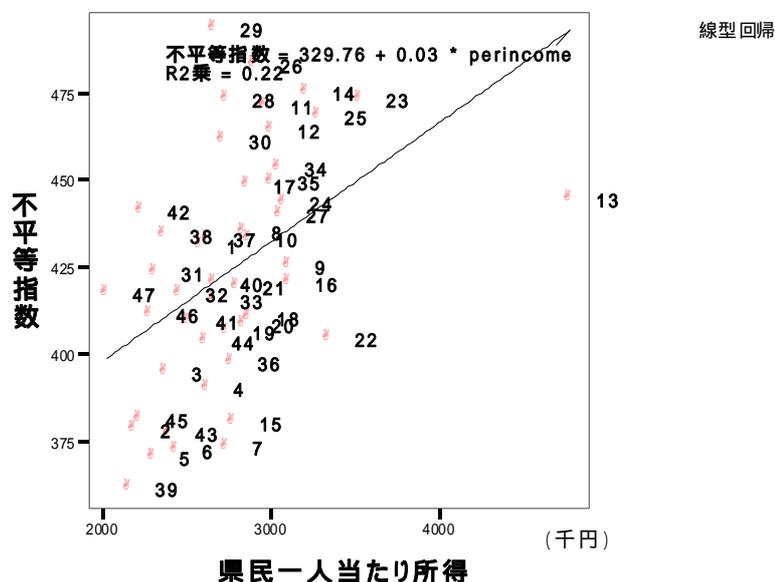
男と女の距離が最も遠い不平等な県は奈良であり、以下、京都・神奈川・愛知・兵庫と続く。東京は444（分）であり、13位に位置し、大阪は440（分）の16位。東京や大阪よりも、その近県の不平等が総じて高くなっている。一方、最も平等な県は、高知の361（分）。以下、秋田・山形・福島・熊本と続く。東北と九州が、比較的男女差の小さい平等な地域のようなのだ。

平均の値は、424（分）なので、日本の平均からみて、奈良は1.16倍ほど不平等で、高知は0.85倍ほど平等だといえる。県別の差異があるとはいえ、日本とフィンランドの間ほどの距離（2.1倍）があるわけではない。日本とオランダの間をばらついている雰囲気だ。

#### 4 不平等指数と所得水準の微妙な関係

図表1の結果をみると男と女の距離は、地域経済の発展と逆相関の関係にあるように思われる。地域経済が発展しても男女差が小さくなるわけではなく、むしろ逆に、経済発展によって不平等化する傾向にあるようだ。経済的に豊かになれば平等化するという期待からすれば、逆説的だ。「豊かさと平等のパラドックス」が実態だとすれば、男女共同参画社会を謳う時代からみて深刻な問題だろう。そこで、県民一人当たり所得（2005年度の県民所得）と不平等指数の関係をしてみると図表2のようになる。

図表2 県民一人当たり所得と不平等指数



図表2の番号は、北海道を1、沖縄を47とする官庁統計の都道府県コードである。所得との関係は、決定係数が0.22であり、所得の上昇とともに不平等化する傾向にある。東京都(13)の所得が極端に高く、ハズレ値として計測するのが適切かもしれないが、その場合でも、傾向としては大きく変わらない(決定係数は、0.29になる)。

この結果だけから不平等問題を語るのはかなり危険な遊びだが、地域の経済事情によって、男と女の働き方が大きく変わっていることは間違いなく、その働き方の変化が、男女の不平等指数に大きな影響を与えている。

この指数そのものが単純すぎて、誤解の元になるかもしれない。この指数の大小は、男と女の仕事及び家事の時間によって決まる変数であり、それ以外の行動の男女差が与える影響は小さい。そこで、仕事と家事の時間を説明変数に加えて、県民一人当たり所得が不平等指数に与えている影響をみてみた。その重回帰分析の結果が図表3である。

図表3 不平等指数の重回帰分析 (\*\*印は、1%有意)

	係数	t 値
男の仕事時間	0.67	3.71 **
男の家事時間	-2.53	-3.01 **
女の仕事時間	-0.68	-3.69 **
女の家事時間	2.16	7.63 **
一人当たり所得	0.075	1.65
(定数)	25.3	0.42
決定係数	0.879	

不平等指数は、男性の家事時間と女性の労働時間が増えれば、小さくなる。逆に、男性の労働時間と女性の家事時間が増えれば、不平等化する。労働と家事の性別役割分業を緩和すれば、平等化し、役割分業に特化すれば、不平等化する。決定係数の高さ(0.88)も加えて、当たり前の結果にすぎない。しかし、県民所得が統計的に有意な影響を与えていないことには注目しておいていいだろう。地域経済の発展は、不平等指数に直接的な影響を与えているわけではない。所得水準に関わりなく、男女の働き方と家事の分かち合いをどのように選択するかによって、平等にも不平等にもなる。図表2をみれば明らかのように、同じ300万円所得ほどのグループに平等な県から不平等な県まで広くばらついている。平凡な事実の確認にすぎないが、働き方の男女バランスを考えた地域経済の活性化が求められているということだ。図表2は、豊かさや平等のパラドックスを示すものではなく、地域によって、男女の生活バランスを考えるべき政策課題が異なってくることを示唆している。

## 5 不平等が睡眠のゆとりを奪う

国際比較をしていた折から気になっていたのは、日本の極端な不平等が睡眠不足と関係しているのではないかと、という疑問だった。睡眠時間は、生理的に必要な固定的な時間だと考えられがちだが、決してそうではなく、むしろ、1日の生活事情によって弾力的に変化する時間だと考えられる。どうしてもその日にしなければならない出来事があったり、忙しかったりすれば、睡眠を減らして時間を捻出しなければならない。こうした日常的経験に基づいて、私たちは、睡眠時間の多少が「生活の多忙性」を現す指標だと提案してきた(矢野真和編『生活時間の社会学』)。「ゆっくり食事をしてゆっくり寝る」といった日常的習慣は、「生活のゆとり」の一つのものさしだと考えた。

こうした発想を下敷きにして、睡眠時間の上位10県と下位10県を男女別にみたのが、図表4である。男性の場合、睡眠時間が最も長いのは、山形県の497分。以下、秋田・青森・岩手の東北県が続く。逆に短いのは、神奈川県で456分。山形とは41分の差があり、想像以上に大きいのではないだろうか。大都市及びその近郊の睡眠時間が短く、都市の慌しさ、忙しさをうかがわせる。

女性の睡眠時間も、長いのは東北、短いのは大都市と近郊。傾向としてはよく似ているが、どの県でも、女性の睡眠時間の方が男性よりも短い。欧米諸国では、女性よりも男性の方が短く、対照的な男女関係にある。

図表 4 男女別の睡眠時間

上位 10 県		下位 10 県	
男性	女性	男性	女性
山形 (497)	秋田 (478)	神奈川 (456)	神奈川 (446)
秋田 (493)	山形 (475)	千葉 (458)	千葉 (448)
青森 (490)	青森 (475)	東京 (461)	埼玉 (450)
岩手 (489)	岩手 (473)	奈良 (461)	東京 (450)
高知 (484)	北海道 (468)	埼玉 (463)	愛知 (450)
島根 (483)	福島 (467)	愛知 (463)	滋賀 (450)
沖縄 (482)	宮城 (467)	京都 (464)	奈良 (450)
熊本 (482)	島根 (466)	兵庫 (466)	兵庫 (451)
宮城 (482)	高知 (465)	茨城 (467)	大阪 (452)
山梨 (481)	鹿児島・新潟 (464)	岐阜・大阪・ 香川 (469)	栃木・岡山・ 山口・福岡 (453)

最後に、こうした睡眠時間に影響を与えている要因を探るために、主な行動の時間、および不平等指数と一人当たり所得を説明変数とする回帰分析を行った。その結果を図表 5 に示した。

図表 5 睡眠時間の重回帰分析 ( \*\* 印 1 % 有意。 \* 印 5 % 有意 )

	男の睡眠時間			女の睡眠時間		
	係数	t 値		係数	t 値	
男の仕事	0.038	0.498		0.128	1.49	
男の家事	-0.718	-2.02	*	-0.371	-0.92	
通勤時間	-0.518	-3.85	**	-0.607	-1.56	
女の仕事	-0.095	-1.11		-0.21	-2.29	*
女の家事	0.16	0.965		-0.082	-0.46	
テレビ・新聞	-0.128	-1.37		-0.103	-0.96	
不平等指数	-0.204	-0.358	**	-0.191	-3.03	**
一人当たり所得	-0.029	-1.534		0.051	-2.54	*
(定数)	596.9	17.02	**	594.6	14.67	**
決定係数	0.764			0.626		

生活行動の影響をみると、男性の場合、通勤時間と家事時間が長いほど、睡眠時間が短くなっている。とくに、通勤の影響が大きい。睡眠の短い地域が大都市近郊県で占められているのはそのためだろう。男性の家事時間は短い、僅かな家事への協力が睡眠を減少させているのは、日々の生活のゆとりの少なさを反映しているように思

われる。テレビ・新聞・雑誌などの余暇時間、および女性の仕事と家事時間の多少は、男性の睡眠に影響を与えていない。

一方、女性の睡眠時間に影響を与えているのは、本人たちの仕事時間だけである。女性の通勤は比較的短く、通勤よりも仕事のために睡眠を減らしている事情がうかがわれる。

こうした生活行動よりも、男女ともに際立っているのが、不平等指数の影響だ。不平等化するほど睡眠時間は短くなる。男が仕事に専念し、女が家事に専念するのは、古い性別役割分業観に対する過剰適応ないし努力強制でもある(「亭主閑白」でなければならぬという強い思い込みによる働きすぎ。そして「俺より先に寝てはいけない、俺より後に起きてはいけない」といった支配的規範)。男と女の過剰な専念(=不平等化)がお互いの睡眠時間を短くさせ、生活のゆとりを失わせている。いささか穿った解釈かもしれない。不平等指数と睡眠は擬似的な相関関係かもしれないからだ。都市化、ないし都市的生活様式の慌しさが睡眠を少なくさせ、そして、都市の男女の働き方が不平等化に作用しているとも考えられる。だとすれば、都市的生活様式のあり方を根本的に見直さなければならないことになる。不平等化と睡眠不足では、決して豊かな生活だとはいえないだろう。

不平等指数と睡眠時間の間を結ぶメカニズムはまだ何も分かっていないが、この二つは、他の変数と比較して最も強い相関関係にある。詳細な分析を重ねる価値はあると思う。一人当たり所得が女性の睡眠にマイナスの影響を与えている意味も検討する必要がある。

今回の分析では、1週間の平均時間を用いたが、日本の睡眠不足は平日において顕著である。平日のデータを分析すれば、図表5とは異なった構図になると思われる。

## 6 男女の平等化と生活の質

生活時間研究の一つの焦点は、お金の豊かさと時間の豊かさと重ねて、生活の質を計測するところにある。その試みの一端については、既にいくつか公表してきたけれども、生活の質のものさしを確定するには至っていない。今回の報告は、男女の時間差に着目して、その地域別特性を抽出するだけに留まっているが、男と女の遠い距離(=不平等)は、必ずしも生活のゆとりを向上させることにはならないようだ。それどころか、不平等がゆとりを奪っている側面もある。

かつての経済成長時代は、性別役割分業が家族の経済合理的選択でもあった。しかし、成長なき時代においては、夫婦の仕事と家事の平等なシェアリング(分かち合い)が、経済合理性からみても、生活のゆとりからみても、望ましい時間の使い方になるかもしれない。「働きすぎの睡眠不足」という日本人の特質は、「男女の不平等」と分かちがたく一体化している。この日本の実態のメカニズムが解明できれば、生活の質を向上させるための働き方と生活の過ごし方が見つかるかもしれない。その可能性を具体化するには遠く及ばない分析だが、男女の平等化と生活の質の関係を考える重要性だけを提起しておきたい。

(昭和女子大学人間社会学部教授)