

子育て家庭の生活時間

—平日と休日の比較を通して—

二方 龍紀

The Time Use of child-rearing Family: Comparison of Weekdays and Holidays

Riki Futakata

本稿の目的は、子育て家庭の休日の生活時間の分析を進め、平日と休日の生活時間の様相を比較するというものだ。子育て家庭の女性では、平日・休日ともに、「家事・育児時間」が長時間に及び、家事・育児時間以外が変動する割合が、比較的少なくなっている（休日も平日も「家事・育児」が中心）。子育て家庭の男性では、平日の仕事時間が長く、仕事時間以外の生活時間が、比較的短くなっているが、休日は、「家事・育児時間」や「趣味時間」が確保されている（休日と平日の変化が比較的大きい）。

キーワード：「生活時間」「子育て家庭」「仕事と家庭生活の両立（ワーク・ライフ・バランス）」
「家庭支援」「社会資源」

1. はじめに

家庭電化製品の普及、高度な情報機器の家庭生活への浸透、そして、消費者が利用できる家事を代行するサービス（「外食」やいわゆる「中食」利用の普及なども含む）の拡充などによって、私たちの生活は、ますます便利に、豊かになっていると言われる。また、高速道路・高速鉄道といった交通網も、全国に広がり、これも移動時間の短縮に役立っている。

こうした、生活の利便性を高め、様々な時間を「短縮」するツールは、今まで家事や通信、通勤などにかかっていた時間を「圧縮」し、生活に潤いや「ゆとり」をもたらし、より「人間らしい」、余裕のある生活を実現するはずだった。

しかし、人々の生活実感は、どうだろうか。生活が便利になっても、あるいは、なればなるほど、時間に追われ、忙しさが増していっているように感じる¹⁾。様々な便利なツールによって、時間は、圧縮され、自由に使える時間が増えると思われていたのに、現実には、ますます、時間が「希少な資源」となっていったのだ²⁾。まさに、生活の利便性が高まる中で、「生活時間の貧困化」が進んでいるという逆説的な状況が起きている。

特に、「子育て家庭」の忙しさは、良く知られているところである。二方 2014 では、子育て家庭の平日の時間枠組みの分析を進めた。その結果、以下のことが明らかになった。

- ・子育て家庭の女性の家事・育児時間は、非常に長く、また、子育て家庭の男性の仕事時間は、最も長い
- ・家事・育児時間は、「0歳」や「1～3歳未満」の子どもがいる家庭で特に長い、「3歳以上」になると減少する

子育て家庭の平日の生活は確認できたが、休日を含めても、こうした傾向は、言えるものなのだろうか。例えば、男性の家事参加は、休日に行われているという研究もある（NHK 放送文化研究所 2011）：

89)。本稿の目的は、子育て家庭の休日の生活時間の分析を進め、平日と休日の生活時間の様相を比較するというものだ³⁾。そのために、まず、子育て家庭の休日の生活に焦点を当てて分析する（2-1）。また、生活意識と休日の生活時間の関係についても分析する（2-2）。そして、その後に、平日と休日の過ごし方を比較し、分析を進めたい（2-3）。

「子育て支援」の必要性が、社会的に声高に言われるようになって久しい。生活時間の全体像を明らかにすることによって、「子育て家庭」の生活の質を高めるために、どのような支援が、必要であるのかについても検討したい。

2. 分析

2-1 子育て世帯の休日の生活時間の概要

2-1-1 全体の概要

		度数	平均（分）	検定
睡眠時間	子育て家庭	407	457.7	
	非子育て家庭	174	461.6	
	合計	581	458.9	
通勤時間	子育て家庭	407	1.5	
	非子育て家庭	174	1.4	
	合計	581	1.5	
仕事時間	子育て家庭	407	38.6	
	非子育て家庭	174	45.3	
	合計	581	40.6	
家事・育児時間	子育て家庭	407	407.1	**
	非子育て家庭	174	201.8	
	合計	581	345.6	
趣味時間	子育て家庭	407	279.4	**
	非子育て家庭	174	414.9	
	合計	581	320.0	
その他時間	子育て家庭	407	255.6	**
	非子育て家庭	174	315.1	
	合計	581	273.4	

まず、休日の生活時間全体について、確認する（表1）。「子育て家庭」「非子育て家庭」別に、分析をしたところ、「家事・育児時間」「趣味時間」「その他時間」について、有意な差が確認できた。こうした傾向は、平日の生活時間にも共通している。

まず、「家事・育児時間」だが、「子育て家庭」では407.1分、「非子育て家庭」では201.8分と倍以上の差になっている。「子育て家庭」の休日の時間は、平日に比べても、約120分ほど長くなっており、「子育て家庭」において、休日が、平日にできなかった「家事・育児」をまとめて行う日になっているのではないかということが推測できる。

次に、「趣味時間」だが、「家事・育児時間」と真逆の傾向が確認できる。「子育て家庭」では279.4

分、「非子育て家庭」では414.9分と大きな差を示している。「趣味時間」は、「趣味・娯楽・交際」のための時間として、質問したものであり、人間関係のネットワークを広げ、社会的な活動にも参加できる時間であり、休日において、こうした時間を持つことが、「生活の質」に大きく関わっている。

「その他時間」では、他の2つの時間よりも「子育て家庭」と「非子育て家庭」の差は小さいが、約1時間の差がある。この時間は、「食事・入浴・身の周りの用事」として質問されていて、NHK「国民生活時間調査」では、「必需行動」と呼ばれる時間の一つであり、人々の生活にとって欠かせない時間である⁴⁾。「子育て家庭」では、休日においても、こうした時間を削って、「家事・育児時間」に充てていることが推測される。

2-1-2 男女別「子育て家庭」/「非子育て家庭」休日生活時間の比較

次に、「子育て家庭」「非子育て家庭」の男女別の休日生活時間の比較を行った（表2）。ここでは、6つの生活時間分類全てで、有意な差が確認できた。

「睡眠時間」で、最も短いのは「子育て家庭」の女性であり、最も長いのは「非子育て家庭」の男

表2 男女別「子育て家庭」/「非子育て家庭」別生活時間・全体平均時間（休日）

		度数	平均（分）	検定
睡眠時間	子育て家庭・男性	197	469.8	*
	子育て家庭・女性	210	446.4	
	非子育て家庭・男性	77	473.4	
	非子育て家庭・女性	97	452.2	
	合計	581	458.9	
通勤時間	子育て家庭・男性	197	2.8	*
	子育て家庭・女性	210	0.3	
	非子育て家庭・男性	77	1.5	
	非子育て家庭・女性	97	1.3	
	合計	581	1.5	
仕事時間	子育て家庭・男性	197	65.6	**
	子育て家庭・女性	210	13.3	
	非子育て家庭・男性	77	76.4	
	非子育て家庭・女性	97	20.7	
	合計	581	40.6	
家事・育児時間	子育て家庭・男性	197	284.4	**
	子育て家庭・女性	210	522.2	
	非子育て家庭・男性	77	87.9	
	非子育て家庭・女性	97	292.2	
	合計	581	345.6	
趣味時間	子育て家庭・男性	197	348.8	**
	子育て家庭・女性	210	214.4	
	非子育て家庭・男性	77	461.0	
	非子育て家庭・女性	97	378.2	
	合計	581	320.0	
その他時間	子育て家庭・男性	197	268.6	**
	子育て家庭・女性	210	243.4	
	非子育て家庭・男性	77	339.9	
	非子育て家庭・女性	97	295.4	
	合計	581	273.4	

性である。ここでは、約 30 分の差が見られる。

次に、「通勤時間」「仕事時間」については、「休日」の生活時間を質問している中でも、「子育て家庭」「非子育て家庭」の男性で、1 時間以上の仕事時間が見られる。「休日」なのだから、本来、仕事時間は見られないはずだが、平日に終わらなかった仕事を休日にも行っていることが推測される（通勤時間がごく短いことから、仕事を家庭に持ち帰って、行っている場合があることも推測される）。

「家事・育児時間」については、「子育て家庭」の女性において、約 9 時間と極端に長いことが特徴である。

「子育て家庭」の女性にとって、休日が、家事・育児のための日になっていることが分かる。NHK 国民生活時間調査で、休日に、子育てや家事を担当していると指摘された「子育て家庭」の男性については、5 時間弱と平日よりも大幅に「家事・育児時間」を増やしていることが分かる。平日の「家事・育児時間」は約 1 時間となっていることから、平日できない分、休日に、「家事育児」に参加することにより、「家族の一員としての義務」を果たしているということだろうか。それでも、女性とは、大幅な時間の差がある。

「趣味時間」は、3 時間半と「子育て家庭」の女性で、極端に少ない。最も多い「非子育て家庭」の男性の半分以下となる。「育児ストレス」の原因として、子

育てに集中するあまり、「家庭に閉じこもりがち」なことがあるとよく言われるが、この「趣味・娯楽・交際」時間が、大幅に少ないことから、新たに人間関係のネットワークを広げることも難しく、また、もともと持っていたネットワークを維持することも難しい状況におかれているのではないだろうか。

「その他時間」が、最も短いのも、「子育て家庭」の女性である。休日でさえも、「入浴・食事・身の周りの用事」の時間を削ることは、「生活の質」を下げているのではないかと考えられる。

2-1-3 子どもの年齢（末子年齢）別の生活時間

2-1-1・2-1-2では、「子育て家庭」（あるいは、その中の男性・女性）という変数で、概要の分析を進めてきたが、当然、その「子育て家庭」の中でも、生活時間の差異は認められる。ここでは、末子年齢という変数によって、「子育て家庭」の中の差異を見ていきたい（表 3）。有意な差が見られたのは、「睡眠時間」「家事・育児時間」「趣味時間」「その他時間」である。

表3 末子年齢別回答者の生活時間（休日）

		度数	平均(分)	検定
睡眠時間	0歳児	38	438.2	*
	1歳～3歳未満	103	441.3	
	3歳以上小学生未満	90	466.3	
	小学生	106	459.0	
	中学生／高校生	70	479.6	
	合計	407	457.7	
通勤時間	0歳児	38	1.1	
	1歳～3歳未満	103	1.4	
	3歳以上小学生未満	90	1.3	
	小学生	106	2.0	
	中学生／高校生	70	1.3	
	合計	407	1.5	
仕事時間	0歳児	38	12.6	
	1歳～3歳未満	103	39.0	
	3歳以上小学生未満	90	32.0	
	小学生	106	46.4	
	中学生／高校生	70	48.9	
	合計	407	38.6	
家事・育児時間	0歳児	38	548.7	**
	1歳～3歳未満	103	521.4	
	3歳以上小学生未満	90	425.0	
	小学生	106	349.5	
	中学生／高校生	70	226.3	
	合計	407	407.1	
趣味時間	0歳児	38	219.5	**
	1歳～3歳未満	103	227.1	
	3歳以上小学生未満	90	257.2	
	小学生	106	316.3	
	中学生／高校生	70	361.7	
	合計	407	279.4	
その他時間	0歳児	38	220.0	**
	1歳～3歳未満	103	209.8	
	3歳以上小学生未満	90	258.1	
	小学生	106	266.8	
	中学生／高校生	70	322.3	
	合計	407	255.6	

「睡眠時間」については、有意な結果が得られたものの、他の3つの変数よりも、弱い関わりである。基本的に、末子年齢が小さければ小さいほど、睡眠時間が短くなる傾向が見られる。最も短い、0歳児がいる家庭で、約7時間となっている。どの末子年齢においても、平日よりも長めの睡眠時間がとれていることから、「子育て家庭」の両親にとって、休日は、平日よりも長く休息できる、かけがえのない日になっていることが分かる。

「家事・育児時間」については、末子年齢によって、はっきりとした大きな差が見られる。子どもの年齢が上がるにつれて、この時間が減少する傾向が見られる。最も長いのは、0歳児のいる家庭で約9時間であり、「1～3歳未満児」のいる家庭でも、ほとんど変わらないが、「3歳以上小学生未満」の家庭で、約100分減っている。最近では、休日も、子育て支援のために、保育所などが休日保育などを行っている場合もあり、そうしたことが影響しているのではないかと推測される。

こうした「家事・育児時間」の変化を受けて、「趣味時間」は逆に、末子年齢が上がるにつれて、増加する傾向が見られる。末子年齢が、0歳の家庭では約3時間半程度であるが、「中学生・高校生」の段階では6時間程度となる。「子育て家庭」の両親にとっては、他の同年代の友人などと時間が合わせやすい休日に、ま

まった「趣味・娯楽・交際」の時間を確保できることは重要である。

「その他時間」についても、基本的に、末子年齢が上がるにつれて、時間を確保できるようになっている傾向が見られる。最も短い「1歳～3歳未満」の幼児のいる家庭と最も長い「中学生・高校生」のいる家庭での差異は、約2時間となる。

休日の「子どもの世話・教育」にかかる時間と末子年齢の関わりを見てみると、こうした傾向は、よりはっきりする（表4）。「0歳～3歳未満」と「3歳以上小学生未満」では、3時間以上と答える割合が過半数であるのに対し、「小学生」では、「3時間以上」28.4%、「1時間半以上3時間未満」21.6%、「1時間以上1時間半未満」21.6%となる。「中学生/高校生」では、「30分未満」が43.3%となる。

表4 「末子年齢」別「子どもの世話・教育時間」（休日）

末子年齢		子どもの世話・教育時間					合計	検定
		30分未満	30分以上1時間未満	1時間以上1時間半未満	1時間半以上3時間未満	3時間以上		
0歳～3歳未満	度数	3	7	8	27	102	147	**
	%	2.0%	4.8%	5.4%	18.4%	69.4%	100.0%	
3歳以上小学生未満	度数	2	4	12	26	59	103	100.0%
	%	1.9%	3.9%	11.7%	25.2%	57.3%	100.0%	
小学生	度数	9	24	25	25	33	116	100.0%
	%	7.8%	20.7%	21.6%	21.6%	28.4%	100.0%	
中学生・高校生	度数	26	15	9	8	2	60	100.0%
	%	43.3%	25.0%	15.0%	13.3%	3.3%	100.0%	
合計	度数	40	50	54	86	196	426	100.0%
	%	9.4%	11.7%	12.7%	20.2%	46.0%	100.0%	

2-2 休日の生活時間と生活意識

2項では、休日の生活時間と生活に関わる意識がどのように関わっているのかの分析を進める。

		度数	平均（分）	検定
睡眠時間	忙しい	281	453.1	
	ゆとりがある	264	462.9	
	合計	545	457.9	
通勤時間	忙しい	281	2.0	
	ゆとりがある	264	1.1	
	合計	545	1.5	
仕事時間	忙しい	281	52.4	*
	ゆとりがある	264	25.9	
	合計	545	39.6	
家事・育児時間	忙しい	281	368.2	
	ゆとりがある	264	328.4	
	合計	545	348.9	
趣味時間	忙しい	281	303.1	
	ゆとりがある	264	338.0	
	合計	545	320.0	
その他時間	忙しい	281	261.3	
	ゆとりがある	264	283.6	
	合計	545	272.1	

		度数	平均（分）	検定
睡眠時間	増えた	207	451.9	
	変わらない	308	463.4	
	減った	69	460.4	
	合計	584	459.0	
通勤時間	増えた	207	1.2	
	変わらない	308	1.4	
	減った	69	2.5	
	合計	584	1.5	
仕事時間	増えた	207	42.8	
	変わらない	308	36.6	
	減った	69	51.3	
	合計	584	40.5	
家事・育児時間	増えた	207	407.0	**
	変わらない	308	301.1	
	減った	69	350.7	
	合計	584	344.5	
趣味時間	増えた	207	283.9	**
	変わらない	308	353.3	
	減った	69	287.2	
	合計	584	320.9	
その他時間	増えた	207	253.3	
	変わらない	308	284.2	
	減った	69	287.8	
	合計	584	273.7	

時間的余裕に関する意識と休日の生活時間の関わりを分析すると、休日の仕事時間での有意な違いが確認できた（表5）。「忙しい」と答えている人と「余裕がある」と答えている人の平均仕事時間は、倍以上違うことが分かった。休日に仕事が長時間に及ぶ状況は、日常生活に「気ぜわしい」実感を与えているのではないだろうか。

「家庭内ストレス」への意識（「家庭内ストレスが1年前に比べて、増えた（減った）」という質問）と、休日の生活時間の関わりを分析してみると、「家事・育児時間」と「趣味時間」の関わりが有意に見られることが分かった（表6）。特に興味深いのが、「家事・育児時間」との関わりであり、家庭内ストレスが「増えた」というグループは、特に、「家事・育児時間」が長く、7時間弱に及ぶことが分かった。「家事・育児時間」という家庭内に閉じこもりがちになる時間が、休日でも長時間に及ぶグループで、家庭内ストレスが増えていると実感されていることが推測される。

		度数	平均（分）	検定
睡眠時間	不安を感じる	170	456.8	
	不安に感じない	261	458.0	
	合計	431	457.6	
通勤時間	不安を感じる	170	1.1	
	不安に感じない	261	1.5	
	合計	431	1.3	
仕事時間	不安を感じる	170	38.5	
	不安に感じない	261	46.8	
	合計	431	43.5	
家事・育児時間	不安を感じる	170	418.7	
	不安に感じない	261	372.1	
	合計	431	390.5	
趣味時間	不安を感じる	170	241.1	**
	不安に感じない	261	315.6	
	合計	431	286.2	
その他時間	不安を感じる	170	283.8	*
	不安に感じない	261	246.1	
	合計	431	260.9	

		度数	平均（分）	検定
睡眠時間	困難を感じた事がある	189	466.3	
	特に困難を感じたことはない	216	469.3	
	合計	405	467.9	
通勤時間	困難を感じた事がある	189	2.3	
	特に困難を感じたことはない	216	1.4	
	合計	405	1.8	
仕事時間	困難を感じた事がある	189	61.9	
	特に困難を感じたことはない	216	49.6	
	合計	405	55.3	
家事・育児時間	困難を感じた事がある	189	332.6	**
	特に困難を感じたことはない	216	236.7	
	合計	405	281.4	
趣味時間	困難を感じた事がある	189	305.8	**
	特に困難を感じたことはない	216	399.8	
	合計	405	356.0	
その他時間	困難を感じた事がある	189	271.1	
	特に困難を感じたことはない	216	283.2	
	合計	405	277.6	

安を感じているのではないかということが推測される。

このように、休日の生活時間と生活意識の関わりを見ていくことによって、この2つが強く結びついていることが再確認できた。「子育て家庭」においては、平日だけでなく、休日もまた、「家事・育児時間」が長時間に及び、そうしたことが生活意識（家庭内ストレス・育児不安・仕事と家庭生活の両立）に影響を与えているということが推測される。

「育児不安」と休日の生活時間の関わりでは、「趣味時間」「その他時間」との関わりが有意に確認されたが、「家事・育児時間」との関わりも、弱いながら見られた（有意確率0.074）（表7）。「不安を感じる」というグループでは、休日の「家事・育児時間」が約7時間に及ぶ一方、「不安に感じない」というグループでは、6時間強となっている。「趣味時間」では、その逆に、「不安を感じる」というグループでは約4時間であるのに対し、「不安に感じない」というグループでは5時間を超えている。「不安を感じる」というグループでは、「家事・育児時間」が長時間に及ぶことで、休日の「趣味・娯楽・交際」に使う時間が少なくなるという関係が推測される。

「仕事と家庭生活の両立」に関する意識の質問と休日の生活時間の関連では、表7で見た生活意識と「家事・育児時間」「趣味時間」の関係は、よりはっきりする。ここでは、「家事・育児時間」「趣味時間」との間で有意な関連がみられる（表8）。「家事・育児時間」では、「仕事と家庭生活の両立に困難を感じたことがある」というグループで5時間半を超えているのに対し、「困難を感じたことはない」というグループで約4時間となっている。「趣味時間」については、「困難を感じたことがある」というグループで約5時間、「困難を感じたことはない」というグループで約6時間半を超えている。休日に「家事・育児時間」が長時間になり、その中で、「趣味・娯楽・交際」時間が相対的に少なくなり、そうした家庭状況の中で、「ワークライフバランス」に不

表9 子育て家庭/非子育て家庭の平日・休日の生活時間

		平日		休日	
		度数	平均(分)	度数	平均(分)
睡眠時間	子育て家庭	389	396.5	407	457.7
	非子育て家庭	177	398.4	174	461.6
	合計	566	397.1	581	458.9
通勤時間	子育て家庭	389	34.1	407	1.5
	非子育て家庭	177	36.7	174	1.4
	合計	566	34.9	581	1.5
仕事時間	子育て家庭	389	389.9	407	38.6
	非子育て家庭	177	410.6	174	45.3
	合計	566	396.4	581	40.6
家事・育児時間	子育て家庭	389	288.5	407	407.1
	非子育て家庭	177	180.3	174	201.8
	合計	566	254.6	581	345.6
趣味時間	子育て家庭	389	126.2	407	279.4
	非子育て家庭	177	179.2	174	414.9
	合計	566	142.8	581	320.0
その他時間	子育て家庭	389	204.8	407	255.6
	非子育て家庭	177	234.8	174	315.1
	合計	566	214.2	581	273.4

表10 男女別「子育て家庭」/「非子育て家庭」の平日・休日の生活時間

		平日		休日	
		度数	平均(分)	度数	平均(分)
睡眠時間	子育て家庭・男性	186	394.0	197	469.8
	子育て家庭・女性	203	398.9	210	446.4
	非子育て家庭・男性	77	403.6	77	473.4
	非子育て家庭・女性	100	394.3	97	452.2
	合計	566	397.1	581	458.9
通勤時間	子育て家庭・男性	186	57.7	197	2.8
	子育て家庭・女性	203	12.5	210	0.3
	非子育て家庭・男性	77	51.0	77	1.5
	非子育て家庭・女性	100	25.7	97	1.3
	合計	566	34.9	581	1.5
仕事時間	子育て家庭・男性	186	620.5	197	65.6
	子育て家庭・女性	203	178.6	210	13.3
	非子育て家庭・男性	77	585.6	77	76.4
	非子育て家庭・女性	100	276.0	97	20.7
	合計	566	396.4	581	40.6
家事・育児時間	子育て家庭・男性	186	71.3	197	284.4
	子育て家庭・女性	203	487.5	210	522.2
	非子育て家庭・男性	77	57.5	77	87.9
	非子育て家庭・女性	100	274.8	97	292.2
	合計	566	254.6	581	345.6
趣味時間	子育て家庭・男性	186	118.7	197	348.8
	子育て家庭・女性	203	133.1	210	214.4
	非子育て家庭・男性	77	126.7	77	461.0
	非子育て家庭・女性	100	219.6	97	378.2
	合計	566	142.8	581	320.0
その他時間	子育て家庭・男性	186	177.8	197	268.6
	子育て家庭・女性	203	229.5	210	243.4
	非子育て家庭・男性	77	215.5	77	339.9
	非子育て家庭・女性	100	249.7	97	295.4
	合計	566	214.2	581	273.4

2-3 平日との比較

ここで、平日と休日の生活時間を整理し、比較したい。

2-3-1 全体概要

平日・休日の生活時間を比較すると、「子育て家庭」「非子育て家庭」に共通して言えるのは、「睡眠時間/家事・育児時間/趣味時間/その他時間は、平日よりも休日の方が長い」ということになる(表9)。しかし、「睡眠時間」以外は、この増加率が全く違うという特徴がある(「睡眠時間」については、それぞれ1時間ほど増えている)。「家事・育児時間」は、「子育て家庭」で、休日の平日比が約1.4であるのに対し、「非子育て家庭」では約1.1となっている。つまり、「家事・育児時間」は、「非子育て家庭」では、休日でもほとんど増えてないにもかかわらず、「子育て家庭」では、平日に比べて約2時間伸びている。「平日に終わりきらない家事・育児をするための休日」であることが改めて確認できる。「趣味時間」は、休日の平日比が「子育て家庭」約2.2、「非子育て家庭」約2.3とあまり変わらない。「その他時間」も同様である(休日の平日比は約1.2と約1.3となっている)。

2-3-2 男女別「子育て家庭」/「非子育て家庭」生活時間の比較

男女別の「子育て家庭」「非子育て家庭」別の平日・休日の生活時間の分析を行うと、以下のような特徴がわかる(表10)。

男性では、「休日の仕事時間が比較的長い」「休日の家事・育児時間は、子育て家庭男性が、平日比が大きい」「趣味時間では、男性では、全体的に平日比が大きい」「その他時間では、男性の方が、平日

比が大きい」ということが分かる。特に、子育て家庭の男性では、平日の仕事時間が約8時間と、長時間に及んでいるため、仕事時間以外の生活時間が、比較的短くなっているが、それらの生活時間が休日の伸びているため、平日比が大きくなっているものと推測される。

一方、女性では、「休日の家事・育児時間/その他時間は、平日比を見ても、男性に比べて、大きく変わらない」「休日の趣味時間は、平日比を見ると、約1.6(子育て家庭)と約1.7(非子育て家庭)と伸びているが、男性よりも伸びていない(男性では約2.9(子育て家庭)と3.7(非子育て家庭))」ということが分かる。女性では、平日・休日ともに、「家事・育児時間」が長時間に及び、家事・育児時間以外が変動する割合が、比較的少なくなっていると考えられる。

		平日		休日	
		度数	平均(分)	度数	平均(分)
睡眠時間	0歳	33	376.4	38	438.2
	1歳～3歳未満	96	403.1	103	441.3
	3歳以上小学生未満	86	405.4	90	466.3
	小学生	107	396.6	106	459.0
	中学生/高校生	67	385.6	70	479.6
	合計	389	396.5	407	457.7
通勤時間	0歳	33	29.3	38	1.1
	1歳～3歳未満	96	21.8	103	1.4
	3歳以上小学生未満	86	38.1	90	1.3
	小学生	107	40.3	106	2.0
	中学生/高校生	67	39.0	70	1.3
	合計	389	34.1	407	1.5
仕事時間	0歳	33	355.5	38	12.6
	1歳～3歳未満	96	298.9	103	39.0
	3歳以上小学生未満	86	419.8	90	32.0
	小学生	107	419.2	106	46.4
	中学生/高校生	67	452.0	70	48.9
	合計	389	389.9	407	38.6
家事・育児時間	0歳	33	405.3	38	548.7
	1歳～3歳未満	96	412.7	103	521.4
	3歳以上小学生未満	86	256.1	90	425.0
	小学生	107	237.3	106	349.5
	中学生/高校生	67	176.2	70	226.3
	合計	389	288.5	407	407.1
趣味時間	0歳	33	80.2	38	219.5
	1歳～3歳未満	96	103.9	103	227.1
	3歳以上小学生未満	86	124.0	90	257.2
	小学生	107	142.3	106	316.3
	中学生/高校生	67	158.1	70	361.7
	合計	389	126.2	407	279.4
その他時間	0歳	33	193.5	38	220.0
	1歳～3歳未満	96	199.6	103	209.8
	3歳以上小学生未満	86	196.6	90	258.1
	小学生	107	204.3	106	266.8
	中学生/高校生	67	229.1	70	322.3
	合計	389	204.8	407	255.6

2-3-3 子どもの年齢(末子年齢)別の生活時間

「子育て家庭」内の差異を見るための「末子年齢別」の平日・休日の生活時間の分析を行った(表11)。特徴的なところとしては、休日の「家事・育児時間」で、「3歳以上小学生未満」で、平日比が約1.7と、他の末子年齢と比べて大きくなっているということがあげられる。2-1-3で見たように、「3歳以上小学生未満」という、育児に時間がかかる年齢層では、一定程度、幼稚園・保育園の保育によって、「家事・育児時間」の短縮に効果があるのではないかと推測される。しかし、ここで、平日と比較すると、平日の保育に比べて、休日の保育の長時間の利用はそこまで進んでいないことから、こうした結果が出ているのではないかと推測される。

3. 問題の整理と考察

ここまで、休日の生活時間の分析、休日の生活時間と生活意識の分析、平日と休日の生活時間の比較と進めてきた。

今までの分析のポイントを整理すると、次のようになる。

<休日の生活時間>

- (1)「子育て家庭」の女性の休日の「家事・育児時間」は約9時間と極端に長い（そのためか、「趣味時間」が極端に少ない）
- (2)休日の生活時間であっても、男性では、1時間以上の「仕事時間」が見られる。
- (3)「子育て家庭」の休日の「家事・育児時間」については、末子年齢によって、大きな違いが見られる（子どもの年齢が上がるにつれて、減少）。

<休日の生活時間と生活意識>

- (4)生活意識（家庭内ストレス・育児不安・仕事と家庭生活の両立）については、「家事・育児時間」が長時間に及ぶことと関連が見られる傾向が分かった。（生活意識で、不安やストレスがあるグループの方が、「家事・育児時間」が長い傾向）

<平日と休日の生活時間>

- (5)子育て家庭の男性では、平日の仕事時間が長く、仕事時間以外の生活時間が、比較的短くなっているが、それらの生活時間が休日に伸びているため、平日比が大きくなっている。（休日と平日の変化が比較的大きい）
- (6)子育て家庭の女性では、平日・休日ともに、「家事・育児時間」が長時間に及び、家事・育児時間以外が変動する割合が、比較的少なくなっている（休日も平日も「家事・育児」が中心）

以上のような整理を踏まえて、4節では、まとめと課題を見ていく⁵⁾。

4. まとめと課題

二方2014では、平日の「子育て家庭」の男性の生活時間について、「男性の生活時間の変化を狭める大きな時間枠組みとして、10時間を超える「仕事時間」が関係しているのではないだろうか」と指摘した（2014：17）。休日の状況を見ると、「家事・育児時間」が5時間弱に及ぶなど、平日と休日で違った様相を見せている。しかし、それでも、「子育て家庭」の女性に比べると大幅に少ないというのが現状だ。男性の休日の生活時間を見ると、「趣味時間」「その他時間」も一定程度確保されている。そういった意味では、「平日と休日の切り替え」がある程度成功しているとも言えそうだが、休日でも、「仕事時間」が1時間以上みられるなど、平日の「長時間労働」は、休日にも影響を与えている。

一方、「子育て家庭」の女性については、平日と同様に、長時間の「家事・育児時間」が見られた（平均 平日487.5分・休日522.2分）。休日は、男性もまた、「家事・育児時間」に5時間以上を費やしているが、それでも、女性は、平日よりも長い時間の「家事・育児時間」が必要になっている。休日の「趣味時間」「その他時間」も、比較的、短い状況になっていて、そうした意味で、女性にとっては、「平日と休日の切り替え」が、あまりない状況になっている。

「平日と休日の切り替え」を可能にすることは、「生活の質」を考えるうえでも重要であると考えられる。長時間の「家事・育児時間」のストレスを軽減するための「リフレッシュ」の時間を確保することも重要であるし、他の友人などと交際の時間を合わせやすい「休日」に「趣味時間」を確保することは、人間関係のネットワークを維持・確保する点でも重要である。

この休日の時間確保については、西本郁子は、近代の時間意識に関する研究の中で、明治期に、女性の家計や家事について様々な提言を行っていた羽仁もと子の考えを分析し、女性が「修養」などの

ためにあてる「自分自身の時間」としての「休日」の重要性を指摘している（2006：253）⁶⁾。

こうした西本・羽仁の指摘を踏まえると、「休日」は、ただ単に、「仕事の疲れを癒す日」であるだけでなく、「平日」とは違った視野で時間を過ごすことができるような日として、確保することも重要であることが分かる。例えば、「休日」に、地域のボランティアに参加することは、地域社会への理解を深め、「仕事」と「家庭」だけではない、新しい視野での活動や人間関係の幅を広げることにもつながる。

しかし、現実には、「子育て家庭」の親たちには、こうした「休日」を確保することは難しい。生活意識を見ていくと、休日の長時間の「家事・育児」と生活意識上のストレスや不安は関わっていると推測される。忙しい「子育て家庭」の親であっても、「家事・育児」だけではない「休日」をすごせるように、長時間におよぶ「家事・育児」を軽減するような支援が、必要なのではないだろうか。

「子育て家庭」でも、「休日」を「休日」としてすごせるようにするためには、多様な社会資源による「子育て支援」の取り組みが重要であると考えられる。保育所で行われている休日保育だけでなく、子育て支援センターや児童館など地域の社会資源が、工夫して取り組むことにより、家庭の中に閉じこもりがちな「子育て家庭」の状況を変えていく必要がある。また、ファミリーサポートセンターなどの制度を使って、地域社会での助け合いを進めることで、「子育て家庭」の負担を軽減するなどの工夫も考えられる。いわば、「子育て世代」だけで、子育てに取り組むのではなく、異世代との助け合いを進めることで、社会全体で「子育て」に取り組んでいくという視点だ⁷⁾。

本稿の分析は、試行的なもので、まだまだ、課題も多い。今回の分析は、全国調査の分析だが、地域社会の様相によって、生活時間の状況も変わってくると考えられる。例えば、地域間や都市規模間で比較することによって、それぞれの地域社会での「子育て家庭」への支援を考えるということも課題として考えられる。また、二方 2014 でも指摘したように、社会的支援によって、生活時間がどのように変容するのか、具体的データから検証する必要もある（2014:18）。

今回の分析では、二方 2014 に引き続き、「子育て家庭」「非子育て家庭」という変数、そして、性別という変数を基本として、「休日」の生活時間について、分析を進めた。その結果、「子育て家庭」の生活時間は、「平日」「休日」ともに、余裕のない状況におかれていることが確認できた。当然のことだが、誰にとっても、1日は24時間という有限なものであって、それ以上にも、それ以下にもならない。「少子化」などの社会的課題の解決のためには、この「有限な資源としての生活時間」を、人々がどう分け合い、工夫して、支え合うことができるかが問われていると言えよう。

注

1) 内閣府「国民生活に関する世論調査」によれば、「時間のゆとりがある」割合は 66.6%、「時間的ゆとりがない」割合は 33.2%である。また、「ゆとりがある」とする者の割合は男性の 60 歳代、70 歳以上、女性の 60 歳代、70 歳以上で、「ゆとりがない」とする者の割合は男性の 30 歳代から 50 歳代、女性の 30 歳代、40 歳代で、それぞれ高くなっている」と指摘されている(内閣府 2014)。第一生命経済研究所による調査などでも、基本的には、同様の傾向が見られる(第一生命経済研究所編 2010:108)。また、関連して、NHK 国民生活時間調査では、今後の生活時間の見通しについて、次のように指摘している。「自由行動の増加傾向」と「拘束行動の減少傾向」は今後も進むと思われる。これらの推測の主な根拠になるのは、共通して「今後さらに進む高齢化社会」である(NHK 放送文化研究所 2011：176)。こうした指摘から、国民全体としては、高齢社会の進展に関係して、忙しさを感じる人が増えているということはいえないが、ライフステージによって感じ方がかなり異なるということが推測される。

2) この研究は、科研費研究プロジェクト「時間資源の配分と生活の質との関連をめぐる社会学的研究」が元になっている。研究代表

の藤村正之は、この研究プロジェクトについて、「現代社会における希少資源たる時間を主要な変数に据え、時間配分の実態と諸属性や意識変数との関連についての考察を目的とする研究」としている（上智大学生生活時間研究会 2011:3）。

3）本稿では、上智大学生生活時間研究会が、2009年10月20日～2009年11月6日にかけて、全国の20歳から59歳の既婚の男女1200名を対象に、郵送法で行った調査（「生活時間と生活の質に関する調査」）のデータを使用する。有効回収率は、55.0%だった。

この調査は、次の研究の一部である。

平成20年度～22年度「科学研究費補助金基盤研究(C)(一般) 時間資源の配分と生活の質との関連をめぐる社会学的分析」（研究代表者 藤村正之）

この研究は、上智大学生生活時間研究会 2011 にまとめられている。

本稿で使われている各変数は、次の通りである（それぞれの変数は、分析に合わせて、適宜、選択肢を足し合わせるなどの整理をしている）。

「生活時間」…問16「あなたの生活行動のなかで、以下のA～Fの時間はどれくらいでしょうか。平日、休日（仕事や勤務のない日）のそれぞれについて、合計で24時間になるようにお答えください。なお、同時に複数の行動をされた場合は、主なほうでお答えくださいA 睡眠/B 通勤/C 仕事/D 家事・子育て・介護/E 趣味・娯楽・交際/F 上記以外の食事・入浴・身の回りの用事」とする設問を使用した。本稿では、「A 睡眠」を「睡眠時間」、「C 通勤」を「通勤時間」、「C 仕事」を「仕事時間」、「D 家事・子育て・介護」を「家事・育児時間」、「E 趣味・娯楽・交際」を「趣味時間」、「F 上記以外の食事・入浴・身の回りの用事」を「その他時間」としている。

「子育て家庭/非子育て家庭」…問5「あなたにお子様はいらっしゃいますか」で人数を超えた回答者のうち、付問の「上記の設問で1から5に回答をしていただいた方にお聞きします。お子様の就学などの段階を以下から選択してください。なお、お子様が複数いらっしゃる方は一番年齢の低いお子様のことについてお答えください」（末子年齢）で、「1. 0歳児」「2. 1歳～3歳未満」「3. 3歳以上小学生未満」「4. 小学生」「5. 中学生/高校生」と答えた回答者を「子育て家庭」とし、それ以外の回答者を「非子育て家庭」としている。

「末子年齢」…上記問5の付問での「1. 0歳児」「2. 1歳～3歳未満」「3. 3歳以上小学生未満」「4. 小学生」「5. 中学生/高校生」「6. 大学生/大学院生/短大生/専門学校生/予備校生」「7. 就職（アルバイト含む）または結婚している」を分析に合わせて、再分類している。「8. その他」については、欠損値として分析から外した。

「子どもの世話・教育時間」…問23「以下の家事行動に関して、通常の平日、休日にそれぞれ1日あたり合計でおおよそどれくらいの時間を費やしていますか。該当する時間区分を以下の1～10から選択し、その番号を〔 〕内に記入してください。同時に複数の行動をされた場合の時間は、主にした行動の方の時間としてお答えください」という設問の中で、「C 子どもの世話・教育」の回答時間を使用している。選択肢は、「1. 15分未満」「2. 15分以上30分未満」「3. 30分以上45分未満」「4. 45分以上60分未満」「5. 60分以上75分未満」「6. 75分以上90分未満」「7. 90分以上120分未満」「8. 120分以上～180分未満」「9. 180分以上」「10. 全くしていない」である。

「時間的余裕」…問27「あなたの日常生活は時間的に見て忙しいですか、ゆとりがありますか」という設問を使用した。選択肢は、「1. かなり忙しい」「2. 多少忙しい」「3. 多少ゆとりがある」「4. かなりゆとりがある」である。「5. どちらともいえない」は、欠損値として、分析から外した。

「家庭内ストレス」…問41「1年前とくらべて家庭内でのストレスは増えましたか、減りましたか」という設問を使用した。選択肢は、「1. かなり増えた」「2. やや増えた」「3. 変わらない」「4. やや減った」「5. かなり減った」であり、分析に応じて、再分類して使用した。

「育児不安」…問35「生活のなかでの以下の各項目について、あなたは現在どのようにお感じになりますか。それぞれ該当する数字をひとつお選びください」の中で「D 育児」という設問を使用した。選択肢は、「1. 不安を感じる」「2. やや不安を感じる」「3. あまり不安に感じない」「4. 不安に感じない」であり、分析に応じて、再分類して使用した。「5. あてはまらない」は、欠損値として、分析から外した。

「仕事と家庭生活の両立」…問 22「あなたはこれまで仕事と家庭生活の両立について困難を感じたことがありますか。以下から該当するものを1つお選びください」という設問を使用した。選択肢は、「1. 非常に困難を感じた事がある」「2. 困難を感じた事がある」「3. 特に困難を感じたことはない」である。「4. わからない」は、欠損値として、分析から外した。

なお、検定は、表4以外は、一元配置分散分析、表4は、カイ二乗検定である。*は5%、**は1%の有意水準であることを示す。

4) NHK「国民生活時間調査」では、次のように分類している。「「個体を維持向上させるための必要不可欠性の高い行動（睡眠、食事、身のまわりの用事、療養・静養）」を必需行動とする。基本的には、動物としての人間が必要とする行動であり、療養・静養を除けば、毎日100%近い人びとがこれらの時間を過ごしている」（NHK放送文化研究所編2011:31）。

5) 整理した「子育て家庭」での平日・休日の生活時間の状況は、家計経済研究所調査でも、同様の傾向の結果が出ている。福田節也は、家計経済研究所調査の分析から次のように指摘している。

「7歳未満の子どもがいる女性は、平日・休日ともに1日の大半を家事や育児に費やしている。趣味や娯楽、交際のための時間も独身女性や子どものない有配偶女性と比べて半減しており、家事や育児を中心とした生活を送っていることが示唆される。（中略）有配偶男性の家事・育児への参加は、末子が7歳未満の時に限定される形で、休日にのみ行われているのが現状のようである。このことは、わが国における性別役割分業の強固な実態を改めて示すものである」（2007:27-28）

6) 西本郁子は、近代の時間意識に関する研究の中で、明治期に、女性の家計や家事について様々な提言を行っていた羽仁もと子の考えを分析し、次のように指摘している。

「一週間の時間の使い方について語ったとき、もと子は、日曜日には特別な役割をあてておいた。キリスト教徒でもあったもと子にとって、その日は家事以外のことをする、文字どおり、大切な休みの日であった。

日曜日（礼拝訪問および読書） 用事は一週間の他の六日に割りあてて、この日は各自の修養あるいは手紙訪問遠足などにしたいと思えます。

もと子はまた、こうもいっている。「私たちはどうかして、妻であり母であるほかに、自分自身の生涯というものを持たなくてはなりません。……普通の母妻は緊張して生活すれば、日に三、四時間の自分自身の時間は見いだされると思います」

当時はまだ、主婦の仕事は家族のため、他の人たちのためにすることであり、その時間の使い方家族の行動に合わせることは当然のことだと考えられていた。夫や子どもの世話をすること以外に自分の生涯を追い求めることなど、女性としてのあり方に反している、とみる風潮があった。まして「自分自身の時間」がほしいなどと切り出すことは、非常識の誇りを招きかねない。そうした冷やかな空気を肌を感じながらも、もと子は「自分自身の時間」の必要を強く訴えてきた」（2006：253-254）

このように、羽仁が行っていた様々な時間を「節約」する試みは、「各自の修養」などの「自分自身の時間」を生み出すためのものであったことを指摘する。また、西本は、「公共的な議論」の必要性と「休日」の関わりについて次のように指摘する。

「日本では、人々は毎日がいそがしく、その公共の場に参加する余裕がない。休日は文字通り疲れた心身を休ませる日であり、地域のために何かをしようにも、その活動に参加する体力も気力もない。仕事が生活を占める割合はとてつもなく大きい。自分自身を支えることで精一杯なのである。公共のことがらに距離をおいたり無関心でいる理由は単純そのものである。「時間がない」。では、いったい、ほかの多くの人たちの将来にもかかわることがらのために、考え行動するゆとりはどこに見いだされるのだろうか」（2006：387）

7) 「子育て家庭」の支援について、一定程度、血縁関係による支援（近隣に住む祖父母家庭が息子や娘の子育てを支援するなどの形）が行われている。もちろん、こうした支援も重要であるが、支援の広がりや公平性ということを考えると、社会的な制度としての支援をどう普及していくかということが重要になる。例えば、一部の「幼老複合施設」では、高齢者が、保育士などのサポートのもとで、地域の子どもたちの世話をする取り組みも行われている（北村2003）。こうした取り組みを含めて、それぞれの地域社会の状況に合わせて、子育てに関わる多様な社会資源を効果的に運用することが重要になる。

文献

- 第一生命経済研究所編,2010,『ライフデザイン白書 2011年 表とグラフでみる日本人の生活と意識の変化』ぎょうせい.
- 福田節也,2007,「ライフコースにおける家事・育児遂行時間の変化とその要因—家事・育児遂行時間の変動要因に関するパネル分析」『季刊 家計経済研究』76:26-36.
- 二方龍紀,2011,「余暇時間・生活の豊かさ・消費行動の分析」『平成20年度～22年度 科学研究費補助金基盤研究(C)(一般)研究成果報告書 時間資源の配分と生活の質との関連をめぐる社会学的分析』第1部第5章 上智大学総合人間科学部社会学科.
- 二方龍紀,2014,「子育て家庭の生活と支援—生活時間調査からの考察—」『清泉女学院短期大学研究紀要』32:11-21.
- 上智大学生生活時間研究会,2011,『平成20年度～22年度 科学研究費補助金基盤研究(C)(一般)研究成果報告書 時間資源の配分と生活の質との関連をめぐる社会学的分析』上智大学総合人間科学部社会学科.
- 北村安樹子,2003,「幼老複合施設における異世代交流の取り組み—福祉社会における幼老共生ケアの可能性」『ライフデザインレポート』第一生命経済研究所 153, 4-15 .
- 内閣府,2014,「国民生活に関する世論調査(平成26年6月) 概要」,「内閣府大臣官房広報室ウェブサイト」,(2014年1月27日取得,<http://survey.gov-online.go.jp/h26/h26-life/index.html>).
- NHK 放送文化研究所編,2011,『日本人の生活時間・2010 NHK 国民生活時間調査』NHK 出版.
- 西本郁子,2006,『時間意識の近代—「時は金なり」の社会史』法政大学出版局.

SUMMARY

The purpose of this paper is to examine the holiday's time use of "child-rearing Family," and compare the time use of weekdays with holidays. Both weekdays and holidays, housework and childcare time of child-rearing family is very long on wives. But on holidays, husbands of child-rearing family spend a lot of time for housework, childcare, and hobby. His time use differs between weekdays and holidays.