

【共同研究】

ワーク・ライフ・バランスから見た日本とスウェーデンの 比較調査研究

秋山 美栄子* 大塚 明子** 森 恭子*** 星野 晴彦****

A Comparative Study of the Work-life Balance in Japan and Sweden

Mieko AKIYAMA, Meiko OTSUKA, Kyoko MORI, Haruhiko HOSHINO

This study compares opinions on and the current status of the work-life balance (WLB) in Japan and Sweden and it examines the influence of gender, age and occupation as well as QOL, self-esteem, and interpersonal trust.

The most frequent opinion on the WLB in Japan is “an equal emphasis” on work and life, followed by “an emphasis on life,” but under current conditions people frequently put “an emphasis on work.” This indicates a large divergence between opinions and reality. In contrast, the Swedish put “an emphasis on life” based on both opinions and current conditions, indicating a congruence between opinions and current conditions.

In both countries, the young is the group that emphasizes life most, and older people tend to put “an emphasis on work.” This suggests that age group has a considerable influence on one’s WLB.

Japanese respondents diverged by gender. Males shifted from “an emphasis on work” to “an emphasis on life” while females shifted from “an emphasis on life” to “an equal emphasis.” Sweden is a highly egalitarian society, and gender differences in the WLB were not found.

Both Japanese and Swedish teachers held opinions on the WLB that emphasized life more than welfare personnel did, though the difference was not significant. In contrast, welfare personnel currently emphasized life more than teachers, and the difference was significant. This suggests that teachers are inclined to improving their WLB.

There was a significant correlation between opinions on and the current status of the WLB in both countries, but not between QOL, self-esteem, or interpersonal trust. In Japan, a high QOL is related to “an equal emphasis” on work and life while a low QOL is related to “an emphasis on work.” Low levels of self-esteem and interpersonal trust are related to “an emphasis on life.” This result might be explained by the fact that students tend to emphasize life, resulting in low scores for these psychological measures.

Key words : work-life balance, emphasis on work, equal emphasis, emphasis on life, Sweden, gender-equal society, QOL, self-esteem, interpersonal trust

ワーク・ライフ・バランス、仕事優先、同等、ライフ優先、スウェーデン、男女共同参画社会、QOL、自尊感情、対人信頼感

* あきやま みえこ 文教大学人間科学部心理学科
** おおつか めいこ 文教大学人間科学部人間科学科
*** もり きょうこ 文教大学人間科学部人間科学科
**** ほしの はるひこ 文教大学人間科学部人間科学科

序

2007年に我が国では「国民一人ひとりがやりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たすとともに、家庭や地域生活においても、子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて多様な生き方が選択・実現できる社会」を目指し、『仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス＝WLB）（以下、WLB）に関する憲章』が策定されて久しい。翌2008年6月に内閣府政府広報室が実施した「仕事と生活の調和（WLB）に関する特別世論調査」の結果、WLBの認知度は、「名前も内容も知っている」98%、「名前は聞いたことがあるが、内容までは知らない」26.6%、「名前も内容も知らない」60.1%、「わからない」35%で、知らないと回答した者が6割を超えていた。その後2012年の調査では、「名前も内容も知っている」18.0%、「名前は聞いたことがあるが、内容までは知らない」32.0%、「名前も内容も知らない」50.0%であった。4年後の認知度は、10ポイントほど上昇したことになる。政府は2008年から、WLB憲章を広く国民へ普及するため、国民運動「カエル！ジャパン」キャンペーンを実施して、国民に対してWLB取り組みへの気運を醸成してきた。これを受けて、2010年にはWLB憲章・行動指針が見直され、新たな視点や取り組みが盛り込まれた。政府は引き続き、企業を対象にWLBの取り組みについて調査研究を実施しているが、2014年に「WLB推進のための啓発のあり方に関する調査研究企画委員会」、2015年には「WLB推進のための職場マネジメントのあり方に関する調査研究企画委員会」を設置し検討を行っている。

少子高齢化が進展して人口が減少に転じ国際化、情報化が進む現在にあって、我々の働き方が変化しないようでは、個人や社会全体、言い換えれば個々の企業や組織の持続可能性を確保できなくなるのではないかとという危惧がある。人口ピラミッドの変化により、生産労働人口が将来的にも減少する時代の変化と共に働き方への関心は高くなってきているといえる。WLBは、一般に認識

が進み意識的には普及してきているものの、実現には多くの課題が山積しているように思う。

高橋（2011）によると、スウェーデンは社会と企業の両方のレベルで「男女共同参画」が実践されているため、性別にかかわらず家庭との両立を想定した働き方が標準化されている。つまり、働き方の「多様性」と「柔軟性」が可能となる基盤が形成されているので、個人のWLB実現度が高いという。日本とスウェーデンではWLBに対する意識もその現状も全く異なる背景を持つ。しかしながら、日本のWLBの現状を検討する際に、WLBの先進国であるスウェーデンを比較対象として想定することは興味深いことである。

本研究は「価値観・労働観・ライフスタイル等に関する日本と北欧の比較調査研究」（以下、共同比較調査研究）の一環であり、本稿は、WLBに対する意見と現状について、日本とスウェーデン人の比較検討をするとともに、性別や身分・職業、年齢などによる影響やQOL、自尊感情および対人信頼感との関係性を検討することを目的とする。

1. 方法

(1) 調査対象者

本研究は、2010年の量的調査および2011年、2015年に実施した質的調査である日本とスウェーデンの共同比較調査研究のデータをWLBの観点から再分析したものである。調査対象は、国内在住の日本人及びスウェーデン在住のスウェーデン人とし、無作為抽出が困難なため一定の条件を共有すると思われる大学生、教員、福祉施設職員のそれぞれ3グループに質問紙調査を実施した。その後、調査結果をもとに両国の各3グループの複数名に対してインタビュー調査を実施した（大塚他2015）。

本研究では、回答に不備のない658名（日本375名、スウェーデン283名）を分析対象者とした。平均年齢は日本36.5歳（SD=15.9）、スウェーデン39.1歳（SD=14.0）であったが、年代構成はスウェーデンの学生グループが10歳近く高い。性別では、日本は男性103名（27.5%）、女性272名

(72.5%)であり、スウェーデンは男性88名(31.1%)、女性195名(68.9%)であった。両国とも女性の割合が高いが、どちらも男女比はほぼ3:7で一致している。グループ別の回答数では、日本は大学生129名(34.4%)、教員162名(43.2%)、福祉職84名(22.4%)であり、スウェーデンは学生120名(42.4%)、教員104名(36.8%)、福祉職59名(20.8%)であった。身分の割合についても、両国ともほぼ同率の割合に揃えることができた。

(2) 調査手続き

調査は個別無記名式の質問紙にて実施された。2010年3月に、筆者および共同研究者2名、現地コーディネータ1名の計4名でスウェーデンのストックホルム市とその周辺において、また、2010年6月~7月に、日本の東京近郊(埼玉県)で質問紙を配布し、その場で記入・回収する方法及び留置法により実施した。大学生は授業中に質問紙を配布し回答後に提出してもらい、教員と福祉職員は留置法で回収した。

倫理的配慮として、表紙に研究の趣旨を説明し、研究協力は任意であること、プライバシーの保護、データは統計的に処理され個人の特長や公表はしないことを明記し、さらに配布時に口頭でも説明した。その上で、調査票の提出をもってこれらに同意したこととした。また、調査結果のまとめは何らかの形でフィードバックする旨も表記した。

(3) 調査項目

対象者の属性として、性別、年齢、生まれた場所(日本/スウェーデン、それ以外)、最終学歴、既婚の有無と状態、子どもの有無について回答を求めた。また、ワーク・ライフ・バランス、高齢者観、家族観、移民や多文化観など、援助規範意識(箱井・高木1987)、QOL(Quality of Life, WHO)、相互独立的-相互協調的自己観の短縮版(高田2000)、自尊感情(Rosenberg 1965)、対人信頼感(堀井・植谷1995)の心理尺度を用いた(詳細は大塚・秋山・森・星野2011)。

本研究の分析対象であるワーク・ライフ・バランスの意見と現状については、NHK「現代日本人の意識構造」の調査項目を参考に構成した。当

該調査の中に「仕事と余暇とのバランスについて」5つの選択肢より回答を得る質問がある(第22問)。この調査結果との比較ができるように本調査も同様な形式で作成した。ただし、NHK調査初回の1973年から2008年にかけて、余暇優先が微増し、仕事優先が顕著に減少する傾向を鑑み、5択の選択肢を本調査では4択に調整した。

NHK調査第22問を抜粋すると、選択肢は以下の通りである。1. 仕事よりも、余暇の中に生きがいを求める(余暇絶対) 2. 仕事はさっさとかたづけて、できるだけ余暇を楽しむ(余暇優先) 3. 仕事にも余暇にも同じくらい力を入れる(仕事・余暇両立) 4. 余暇も時には楽しむが、仕事のほうに力を注ぐ(仕事優先) 5. 仕事に生きがい求めて、全力を傾ける(仕事絶対)

これに対応して、本調査の選択肢は以下の通りである。1. 仕事よりも、仕事以外の生活の中に生きがいを求める(ライフ優先) 2. 仕事はさっさとかたづけて、できるだけ仕事以外の生活を楽しむ(ライフ重視) 3. 仕事にも仕事以外の生活にも、同じくらい力を入れる(ワーク・ライフ同等) 4. 仕事以外の生活も時には楽しむが、仕事のほうに力を注ぐ(ワーク優先) 5. は削除し、4択で回答を求めた。なお、「余暇」という用語は日本とスウェーデンにおいても人により解釈がかなり異なるため、「仕事以外の生活」という表現に改め、(家族や友人とともに過ごす時間や趣味の時間など)という注釈を付して用いた。設問はワーク・ライフ・バランスについて、どう考えるかという意見と、実際の現状を問う2つである。現状に関しては学生を分析対象から除外した。

スウェーデンでの調査には質問紙を英訳してスウェーデン語に翻訳したものを使用した(詳細は大塚他2011)。統計的分析にはSPSS 23.を使用した。

2. 結果と考察

(1) 日本とスウェーデンのWLBに関する意見と現状の比較(全体像)

まず、WLBに関する考え=意見について日本とスウェーデンの全体像を比較した結果、極めて

顕著な差がみられスウェーデンの方が明確にライフ寄りとなっている(図1)。

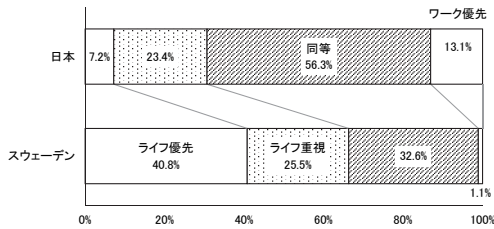


図1 WLBに関する意見

「ライフ優先」は日本では27名(7.2%)と一番少なく、スウェーデンでは115名(40.8%)と一番多かった。「ライフ重視」は日本では88名(23.4%)、スウェーデンでは72名(25.5%)、「ワークもライフと同等(以下、同等)」は日本では211名(56.3%)と一番多く、スウェーデンでは92名(32.6%)、そして、「ワーク優先」は日本では49名(13.1%)、スウェーデンでは3名(1.1%)と一番少ない結果であった。カイ二乗検定の結果($\chi^2=133.065$, $df=3$, $P<.01$)、有意な差異が認められた。残渣分析の結果、日本の「ライフ優先」が有意に少なく、スウェーデンが多かった。また、「同等」は日本が多く、スウェーデンは少ない。「ワーク優先」は、日本が多く、スウェーデンが少なかった。有意差がなかったのは、「ライフ重視」のみであった。

NHK「日本人の意識」調査によれば、調査を始めた1973年から1983年までの10年間は「ワーク優先」が一番多かったが、1988年から1993年まで「ワーク優先」が減少し、その後2013年まで変化がない。一方、「同等」が1978年以降増加に転じ1988年には「ワーク優先」を上回り、現在に至っている。なお、「ライフ優先」は微増であるが大きな変化はみられず、「同等」と拮抗した関係である(図2)。NHK調査の結果と比較すると、本調査の方が「同等」の割合がかなり高く、「ワーク優先」が低くなっている。調査時期を考慮すると、NHK調査では2000年以降の傾向は殆ど変化がみられないので、合致している。調査規模と対象については、NHK調査が全国の16歳以上3000

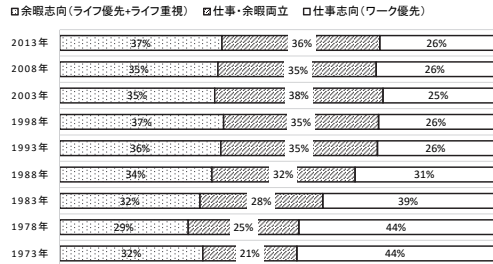


図2 NHK現代日本人の意識構造
第8版p.156 図v-4より一部改編して引用
(無回答削除など)

人を超す国民で職業も幅広く網羅しているのに対し、本調査は限られた範囲内で学生、教員、福祉職員という特徴が反映していると考えられる。

それでは、実際のWLBの現状についてはどうであろうか。日本とスウェーデンの全体像を比較すると、明らかに大差がみられる。日本では「同等」「ワーク優先」の現状が、スウェーデンでは「ライフ優先」の現状が明白である(図3)。「ライ

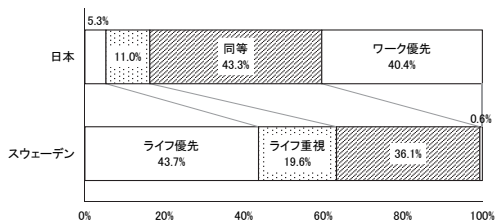


図3 WLBの現状

フ優先」は日本では13名(5.3%)と一番少なく、スウェーデンでは69名(43.7%)と一番多くなっている。「ライフ重視」は日本では27名(11%)、スウェーデンでは31名(19.6%)、「同等」は日本では106名(43.3%)と一番多く、スウェーデンでは57名(36.1%)、「ワーク優先」に至っては日本で99名(40.4%)であるのに対してスウェーデンでは僅か1名(0.6%)という少ない結果であった。なお、前述した通り、WLB現状の分析においては学生を除外したので、WLB意見よりもデータ数が少なくなっている。カイ二乗検定の結果($\chi^2=136.888$, $df=3$, $P<.01$)、有意な差異が認められた。残渣分析の結果、「ライフ優先」および

「ライフ重視」においては、有意に日本が少なく、スウェーデンが多い。当然ながら「ワーク優先」の結果においては日本が多く、スウェーデンが少なくという真逆である。

次に、両国のWLBに関する意見と現状に差がみられるのかどうかを検討すると、日本では大きなギャップがあることが分かる。日本の意見と現状におけるカイ二乗検定の結果 ($x^2=64.505$, $df=3$, $P<.01$)、有意な差異が認められた。残差分析の結果、「ライフ重視」および「同等」では有意に意見の方が多く、現状が少なかった。また、「ワーク優先」では、逆に意見の方が少なく、現状が多かった (図4)。

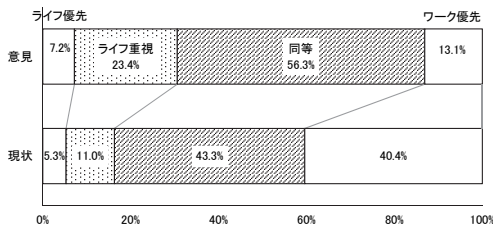


図4 WLB日本の意見と現状

スウェーデンではほとんど差がなく、意見と現状がほぼ一致している結果となっている (図5)。

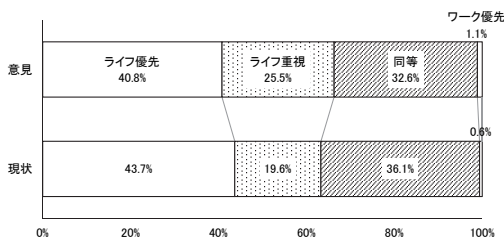


図5 WLBスウェーデンの意見と現状

カイ二乗検定の結果 ($x^2=2.277$, $df=3$, ns)、有意差はみられなかった。

2008年8月に実施された内閣府「仕事と生活の調和 (WLB) に関する意識調査」によると、「ワーク優先」を理想とする人は2%にすぎないが、現実には約半数が「ワーク優先」となっていた。調査規模は全国20歳以上60歳未満の男女2500

人を対象に実施されたインターネット調査である。また、ワークとライフの優先度について、希望とする生活つまり意見と現実の生活が一致している人は約15%に留まり、不一致が約85%で、意見と現実には大きな乖離がある結果となっている (図6, 7)。

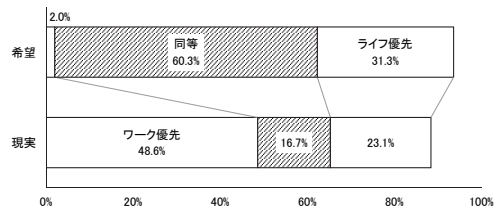


図6 ワークとライフの優先度

2008年の内閣府調査より筆者作成

* ライフ = 家庭生活 + 地域・個人の生活として再分類
* 希望のわからない6.3%と現実のわからない11.6%を除外

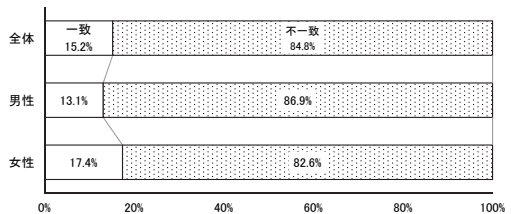


図7 WLB意見と現実の一致・不一致

2008年内閣府調査より、一部改変して使用

その後2012年の同調査では、「ワーク優先」を理想とする人は、3.1%であったが、現実には30.1%、10倍の割合で「ワーク優先」となっている現状であった。また、『理想』と『現実』の一致度をみると、「わからない」を除いて、約3割 (28.1%) が一致しており、この4年間で13ポイントの進展がみられる。なお、調査規模はやや小さく、対象は604名であった。

以上の結果から、日本人はワーク寄りに偏っている現状をライフ寄りに変えたいと思っはいるが、実際にはまだまだワーク偏重のままであることが明らかである。現状を変えることは容易ではないということが分かる。日本のWLBを改善していくための検討として、まずは日本人のWLB

に対する意見の分析を中心にどのような背景が考えられるかを考察したい。

(2) 日本とスウェーデンのWLB意見と年代の検討

年齢は10代から60代まで10歳刻みで分析したが、10代と20代をまとめて若年グループ、30-40代を中年グループ、50-60代を高年グループとして3グループでまとめて再分析した。WLBへの年齢の影響を考える際に、一般的には若年グループは結婚前、中年グループは育児中、高年グループは子どもが独立する家庭環境に相当すると想定される。

日本の年代3群とWLB意見では、全ての年代共に「同等」と回答したものが一番多かった。カイ二乗検定の結果 ($\chi^2=27.776$, $df=6$, $P<.01$)、有意な差異が認められた。残渣分析の結果、中年グループは「同等」と回答した者が有意に多く、「ワーク優先」と回答した者が少なかった。また、高年グループは、「ライフ優先」と回答した者が少なく、「ワーク優先」と回答した者が多かった(図8)。

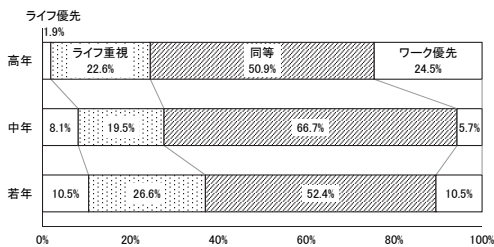


図8 日本の年代3群とWLB意見

スウェーデンの年代3群とWLB意見では、若年と中年グループは、「ライフ優先」と回答した者が一番多かったが、高年グループは「同等」と回答した者が一番多かった。カイ二乗検定の結果 ($\chi^2=12.186$, $df=6$, $.05 < P < .10$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、若年グループは「同等」と回答した者が有意に少なかった。また、高年グループは「同等」と回答した者が多かった(図9)。

WLB意見を従属変数とした国と年代3群の分散分析の結果、国と年代3群それぞれに主効果が認められ、交互作用は認められなかった。点数配分は、「ライフ優先 = 4点」「ライフ重視 = 3点」

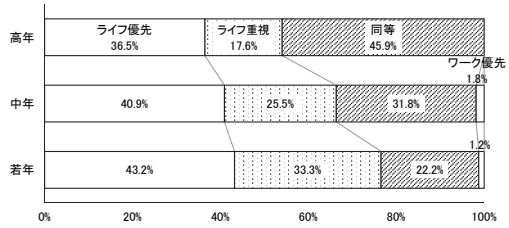


図9 スウェーデンの年代3群とWLB意見

「ワークもライフも同等 = 2点」「ワーク優先 = 1点」とした(得点範囲: 1~4点)。国は、 $F(5, 1) = 154.564$, $P < .001$ 主効果が認められ、年代3群では、 $F(5, 2) = 7.413$, $P < .001$ 主効果が認められた。

年代3群全てにおいて日本とスウェーデン間に有意な差異が認められた。日本よりスウェーデンで得点が高く、ライフ寄りであることが分かる。年代3群は両国共、若年グループがライフ寄りで年齢に伴ってワーク寄りになっていくことが明らかである。また、高年と若年間および高年と中年間に有意差が認められ、交互作用は認められなかった(図10)。両国共に高年グループの方が他

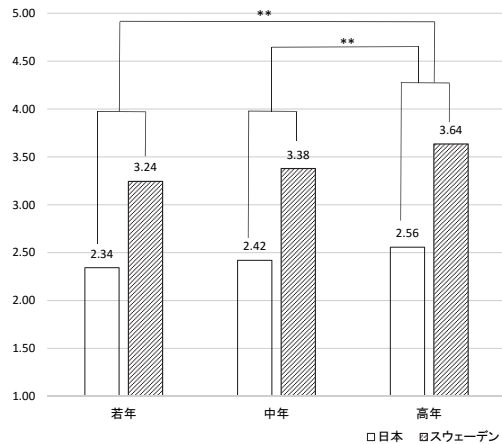


図10 WLB意見 (国×年代3群)

グループより「ワーク」志向であり、若年グループの方が他グループより「ライフ」志向になっている。両国とも若い世代は益々「ライフ」を優先する傾向にあり、高年世代は生まれた時代の経済、社会状況や価値観などの影響を受けているの

で、「ワーク」志向が強いのではないかと考えられる。つまり、WLBの考え方を決定づける要因として、世代効果の方が強く影響していると考察できる。NHK調査からも日本ではワークとライフを両立させたいという新しい世代の増加による世代交代によって、現在の考え方が定着してきていると指摘できる。

(3) 日本とスウェーデンのWLB意見と身分（学生・教員・福祉職）の検討

日本の身分（学生・教員・福祉職）とWLB意見では、3つ全てのグループ共に「同等」と回答した者が一番多かった。カイ二乗検定の結果 ($\chi^2 = 10.906$, $df=6$, $.05 < P < .10$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、学生グループは「ライフ優先」と回答した者が有意に多かった。また、福祉職は「ライフ重視」と回答した者が少なかった（図11）。

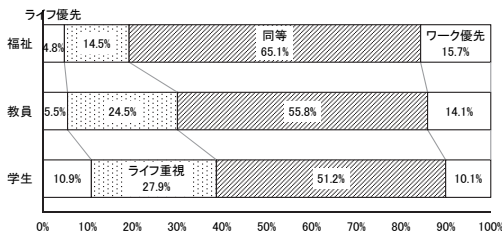


図11 日本の身分とWLB意見

スウェーデンの身分とWLB意見では、学生と教員グループは「ライフ優先」と回答した者が一番多かったが、福祉職グループは「同等」と回答した者が一番多かった。カイ二乗検定の結果 ($\chi^2 = 13.973$, $df=6$, $P < .05$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、学生グループは「ライフ優先」と回答した者が有意に多く、「同等」と回答した者が少なかった。また、福祉職グループは「同等」と回答した者が多かった（図12）。

WLB意見を従属変数とした国と身分の分散分析の結果、国と身分にそれぞれ主効果があり、交互作用はみられなかった。国籍は、 $F(5, 1) = 137.703$, $P < .001$ 、身分は、 $F(5, 2) = 10.360$, $P < .001$ で、どちらも主効果が認められた。日本とスウェーデン間に有意な差異があり、スウェーデンは得点が高くライフ寄りで、日本は得点が低く

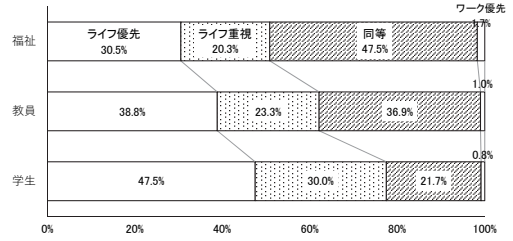


図12 スウェーデンの身分とWLB意見

ワーク寄りであった。また、身分では、学生と教員間および学生と福祉職間に有意な差異が認められたが、教員と福祉職間には有意差が認められなかった。両国共に学生は教員や福祉職よりも得点が高くライフ寄りであった（図13）。

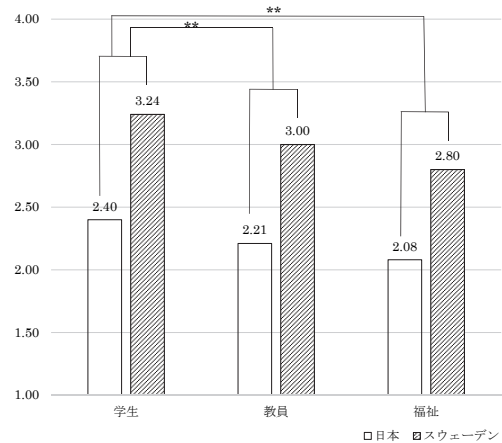


図13 WLB意見 (国×身分)

(4) 日本とスウェーデンのWLB意見と性別の検討

日本の性別とWLB意見では、男女で回答がやや異なった。カイ二乗検定の結果 ($\chi^2 = 15.030$, $df=3$, $P < .01$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、男性は「ライフ優先」「ライフ重視」が有意に多く、「同等」と回答した者が少なかった。また、女性は「ライフ優先」「ライフ重視」が男性に比較して有意に少なく、「同等」と回答した者が多かった（図14）。

NHK調査（2013）より、男女の傾向はかなり異なっていることが分かる。男性は30歳以上60歳まで「同等」が一番多く、次いで「ライフ志向」が接近しており、「ワーク志向」が一番少ない。

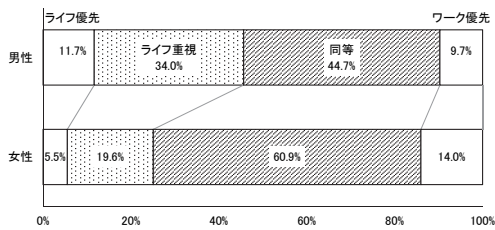


図14 日本の性別とWLB意見

しかし、20～30歳代は「ライフ志向」が一番多くなっており、「ワーク志向」は極めて低くなっている。なお、65歳以上から「ワーク志向」が一番多くなるという結果が読み取れる。30歳と65歳に極端な転換点がみられた。女性は30歳代まで「同等」が最も多く、「ライフ志向」と「ワーク志向」を合わせても届かないほどである。40歳から60歳代で「同等」と「ライフ志向」が並列し、「ワーク志向」が一番少ない。転換点は40歳と70歳である。この結果と本調査は同傾向を示しており、特に若い男女に異なる傾向がみられる。男性がライフ志向に偏る中、女性は同等の意見をもっておりライフ志向は少ない。男女共同参画政策や女性の活躍できる社会を政府始動で、企業や自治体が取組みを進めていることの影響があるのではないかと思う。女性の労働力を確保する視点からは、効果が出ていると考えられる。

スウェーデンの性別とWLB意見では、男女共に「ライフ優先」「ライフ重視」が多く、有意差は認められなかった。スウェーデンでは男女の性別役割に対しても平等主義が一般的で性差はみられない社会であることが調査結果に反映されていると思われる。

日本の女性年代3群とWLB意見では、全ての年代で「同等」が一番多かった。カイ二乗検定の結果 ($\chi^2=18.473$, $df=6$, $P<.01$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、中年女性グループは「同等」と回答した者が有意に多く、「ワーク優先」が少なかった。また、高年女性グループは「ワーク優先」と回答した者が多かった。

ここまでWLB4つの選択肢毎に分析した結果を考察した。4つの選択肢である「ライフ優先」「ライフ重視」「同等」「ワーク優先」について、日本

の場合は「ライフ優先」はほとんどいない。「ライフ重視」がスウェーデンの「ライフ優先」に相当するレベルと解釈されるため、日本は「ライフ優先+ライフ重視」を同じグループとしてまとめ、他2つとの3群に分けて分析することとした。しかし、スウェーデンの場合は、「ワーク優先」はほとんどいない。2011年にスウェーデンで実施したグループおよび個人インタビューにおいて、調査結果を解説しながら意見を求めた。その際に、スウェーデン人の理解では、「ワークもライフも同等」という意味はワークを重視していると解釈できる。日本人とはWLBの認識がかなり異なるとアドバイスを受けた。そこで、「ライフ優先+重視=ライフ派」と「同等+ワーク優先=ワーク派」にまとめ、2群に分けて分析することとした。

(5) WLB意見まとめ群と年代の検討

日本の年代3群とWLB意見まとめ3群では、全てのグループで「同等」と回答した者が一番多かった。カイ二乗検定の結果 ($\chi^2=23.536$, $df=4$, $P<.01$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、若年グループは「ライフ優先」と回答した者が有意に多かった。中年グループは「同等」と回答した者が多く、「ワーク優先」と回答した者が少なかった。高年グループは「ワーク優先」と回答した者が多かった(図15)。この結果は、NHK意識調査(2013)の結果と一致している。

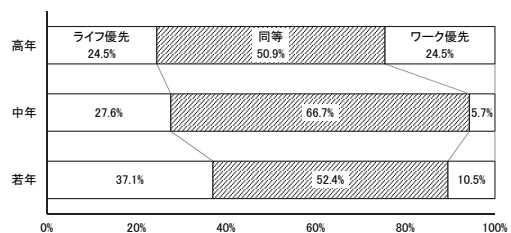


図15 日本の年代3群とWLB意見まとめ3群

どの年代もWLBの考え方として、仕事も自分の生活も同様に力を注ぎ、両立させたいという意識が定着してきたと捉えることができる。NHKの意識調査によると、40年間の推移から日本人のWLBの考え方は生まれた年つまり世代によって

ほぼ決まっていることが分かっている。本調査の結果をみると、高年グループは「ワーク優先」が有意に多く、仕事中心の生活を反映しているといえる。また、若年グループほど「ライフ優先」が多く、自分の生活を大事にしていると考えられる。中年グループは、仕事も生活も大事にしつつ、より家庭や育児などの生活基盤を重視していると考えられる。仕事と生活の両立を目指す若い世代が増えて、第2次世界大戦以前、直後生まれの企業戦士が引退し、社会の世代交代による結果とも考えられる。しかし、NHK調査によると2003年以降は世代交代による影響が弱まり、時代背景の影響の方が大きくなっている。平成不況などにより失業率も高まる中で、パートタイム勤務の割合も増え働き方の自由度が大きい中、WLBの考え方にも発展性が見えない労働環境ではないだろうか。

スウェーデンの年代3群とWLB意見まとめ2群では、全てのグループで「ライフ派」が一番多かった。カイ二乗検定の結果 ($\chi^2=8.729$, $df=2$, $P<.05$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、若年グループは「ライフ派」が有意に多く、「ワーク派」が少なかった。高年グループは「ライフ派」が少なく、「ワーク派」が多かった(図16)。スウェーデンでも年代の影響を受けていることが分かった。インタビュー調査からも同様な意見が聞かれた。1970年代に男女機会均等政策を展開し、以降WLB政策が整備されてきた経緯から、やはり世代の影響が大きいといえることができる。

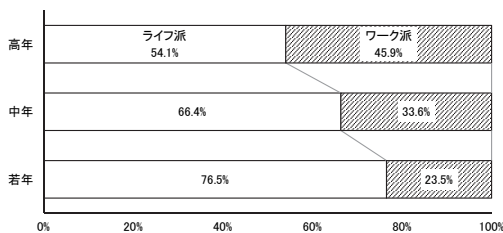


図16 スウェーデンの年代3群とWLB意見まとめ2群

(6) WLB意見まとめ群と身分の検討

日本の身分とWLB意見まとめ3群では、全てのグループで「同等」と回答した者が一番多かった。カイ二乗検定の結果 ($\chi^2=9.475$, $df=4$, $P<.10$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、学生グループは「ライフ優先」と回答した者が有意に多かった。また、福祉職は「ライフ優先」と回答した者が少なかった(図17)。

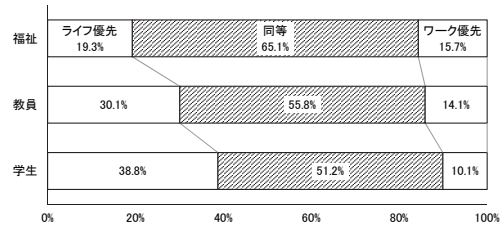


図17 日本の身分とWLB意見まとめ3群

スウェーデンの身分とWLB意見まとめ2群では、全てのグループで「ライフ派」が多かった。カイ二乗検定の結果 ($\chi^2=13.844$, $df=2$, $P<.01$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、学生は「ライフ派」が有意に多く、「ワーク派」が少なかった。福祉職グループは「ライフ派」が少なく、「ワーク派」が多かった(図18)。

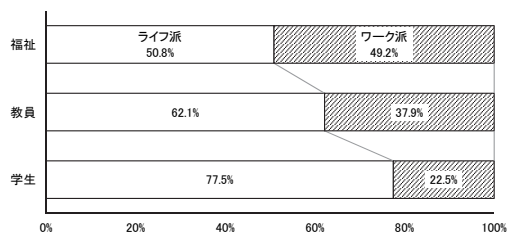


図18 スウェーデンの身分とWLB意見まとめ2群

(7) WLB意見まとめ群と性別の検討

日本の女性年代3群とWLB意見まとめ3群では全てのグループで「同等」と回答した者が一番多かった。カイ二乗検定の結果 ($\chi^2=17.533$, $df=4$, $P<.01$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、中年女性グループは「同等」と回答した者が有意に多く、「ワーク優先」が少なかった。高年女性

グループは「ワーク優先」と回答した者が多かった(図19)。中年女性は育児中であり、仕事と家

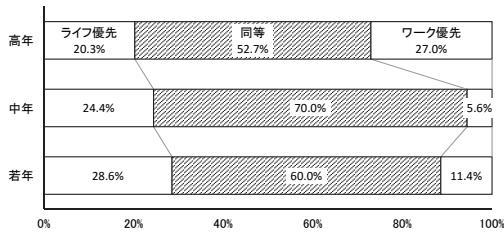


図19 日本女性の年代3群とWLB意見まとめ3群

庭の両立にエネルギーを分配する必要があり、「ワーク優先」は現実的には難しい状況であることが推測できる。また、高年女性は家庭から仕事へとシフトを転換することが可能な年代でもあり、生まれ年の社会的影響である世代の考えを反映して、「ワーク優先」が多いと考えられる。

日本の男性年代3群とWLB意見まとめ3群では、グループごとに結果が異なっていた。カイ二乗検定の結果 ($x^2=10.449$, $df=4$, $P<.05$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、若年男性グループは「ライフ優先」が有意に多く、「同等」が少なかった。高年男性グループは「ワーク優先」と回答した者が多かった(図20)。

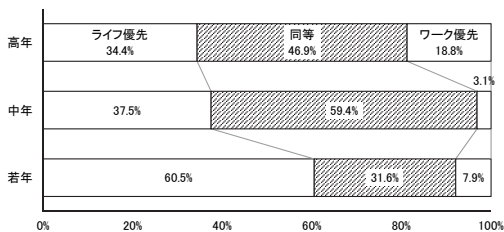


図20 日本男性の年代3群とWLB意見まとめ3群

年代分類において若年グループは学生の割合が高く、学生の影響を強く受けていることが推測される。そこで、社会人(教員と福祉職)と学生を別々に性差の検討を行った結果、どちらも男女間で結果が異なっていた。まず、社会人グループにおけるカイ二乗検定の結果 ($x^2=4.692$, $df=2$, $P<.05$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、

男性は「ライフ優先」が有意に多く、女性は少なかった。次に学生グループにおけるカイ二乗検定の結果 ($x^2=13.094$, $df=2$, $P<.01$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、男性は「ライフ優先」が有意に多く、「同等」が少なかった。女性は「ライフ優先」が少なく、「同等」が多かった。社会人も学生も共通しているのは、「ライフ優先」が男性に多く、女性に少ないという結果であった。男性は女性に比較して「ライフ優先」を強く支持する意見を持っていることが明らかになった。そして、若い年代つまり学生はその傾向が強いということも分かった。男性は外で仕事役割、女性は家で家庭役割を持つという古来の考えから脱しつつあり、男女ともに仕事と家庭役割を両立すべきという考えが定着してきていると考えられる。男性の方がより強く「ワーク」から「ライフ」へ、女性は「ライフ」から「同等」へと意識転換が起きていることが推測される。

スウェーデンの性別とWLB意見まとめ2群では、男女ともに「ライフ派」が多く、カイ二乗検定の結果、有意差は認められなかった(図21)。

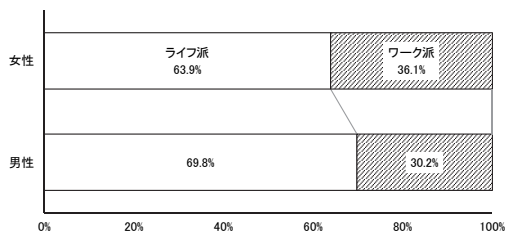


図21 スウェーデンの性別とWLB意見まとめ2群

男女平等社会のスウェーデンではWLBに性差は影響していないといえる。

(8) WLB意見まとめ群と子供の有無の検討

スウェーデンの子供の有無とWLB意見まとめ2群では、どちらも「ライフ派」が多かった。カイ二乗検定の結果 ($x^2=16.077$, $df=1$, $P<.01$)、有意差が認められた。残渣分析の結果、子ども有りグループは「ライフ派」が有意に少なく、「ワーク派」が多かった。子ども無しグループは「ライフ派」が多く、「ワーク派」が少なかった(図22)。これは意外な結果であり、本来的には子どもがい

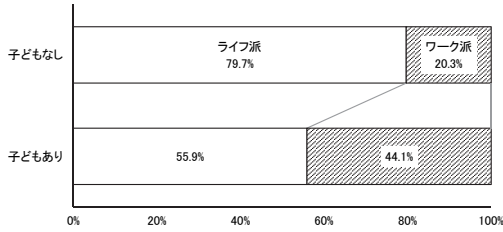


図22 スウェーデンの子供の有無とWLB意見まとめ2群

る場合の方がライフ志向が強くなり、ワークへ向けるエネルギーが少なくなると思われる。子どものいない学生の影響が大きいのかも知れない。スウェーデン人のインタビュー調査より、『スウェーデンでは基本的に皆がライフ志向であり、ある期間において相当キャリア志向が強い場合でないと、ワーク志向にはならない』『家族や友人など人間関係を大切にする習慣が強い傾向にあり、子どもがいない方がより自由を楽しめることもありライフ派が多い』のではないだろうか。『子どもがいると子ども中心のライフとなり、教育費などはかからないがレジャーや旅行などへのお金は多く必要になるのでワーク志向になる』場合が考えられる。また、『子ども中心とはいえ、自分のアイデンティティを追求するためにはワークも大切であるし、子どもへの教育的配慮から大人モデルとしてワークも大切にするを教えるためでもある』との意見が聞かれた。なお、日本の子供の有無とWLB意見まとめ3群には有意差はみられなかった。

(9) WLB現状の検討 (WLB現状の分散分析)

WLBの現状は、学生を除いて回答を得た結果である。WLBの現状を従属変数とした国と身分の分散分析の結果、国と身分のそれぞれに主効果が認められたが、交互作用は認められなかった。国籍：F (3, 1) = 186.169, P<.001主効果あり。身分：F (3, 1) = 4.724, P<.03主効果あり。日本とスウェーデン間に有意差が認められ、スウェーデンは得点が高くライフ寄り、日本は得点が低くワーク寄りであった。身分では教員と福祉職間に有意差が認められ、両国共に福祉職の方が教員よりライフ寄りであった (図23)。教員と福祉職間の意見と現状は異なる結果となった。

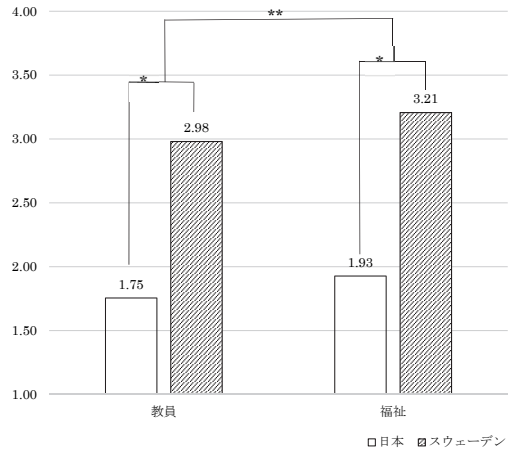


図23 WLB現状 (国×身分)

(10) WLBと心理尺度の相関分析

WLBの意見および現状とQOL、自尊感情、対人信頼感の相関分析の結果、両国とも意見と現状間に有意なやや強い相関がみられたが、心理尺度との相関はみられなかった。日本の場合には、全体ではWLB意見とQOL (心理)、QOL (平均)、自尊感情間に有意な弱い逆相関がみられたが、学生を除外して社会人だけで再分析した結果、心理尺度の相関は消滅した。従って、学生の影響が大きいと考えられる。

(11) WLBと心理尺度の分散分析

日本のWLB意見まとめ3群とQOLの分散分析の結果、以下の有意な群間差が認められた。①QOL (平均) : F (2, 340) = 5.053, P<.01, tukey HSD検定の結果、「同等」と「ライフ優先」間、「同等」と「ワーク優先」間に有意差が認められた。つまり、WLB意見で「同等」群が他の群より有意にQOL (平均) が高かった。②QOL (全体) : F (2, 371) = 3.610, P<.05, tukey HSD検定の結果、「同等」と「ワーク優先」間に有意差があり、「同等」群が、QOL (全体) が高く、「ワーク優先」群が低かった。③QOL (身体) : F (2, 350) = 4.574, P<.05, tukey HSD検定の結果、「同等」と「ワーク優先」間に有意差があり、「同等」群が高く、「ワーク優先」群が低い。④QOL (心理) : F (2, 366) = 11.711, P<.001, tukey HSD検定の結果、「ライフ優先」と「同等」間、「ラ

「ライフ優先」と「ワーク優先」間に有意差があり、どの群よりも「ライフ優先」群が低かった。⑤QOL（環境）：F(2, 365) = 2.960, $P < .1$, tukey HSD検定の結果、「ワーク優先」と「同等」間に有意傾向があり、「ワーク優先」群が低い結果であった。QOL（社会）には有意な群間差はみられなかった。以上の結果から、「同等」群のQOLが高いということが分かった。また、「ワーク優先」群は、QOL（心理）以外は全て低く、「ライフ優先」群はQOL（心理）が低いということも分かった。学生の影響が大きいことが予測されるため、学生を除外し社会人のみで再分析したところ、有意な群間差は消滅したが、「同等」群のQOLは高い傾向であった。

日本のWLB意見まとめ3群と自尊感情および対人信頼感の分散分析の結果、以下の有意な群間差が認められた。自尊感情：F(2, 370) = 17.232, $P < .001$, tukey HSD検定の結果、「ライフ優先」と「同等」間、「ライフ優先」と「ワーク優先」間に有意差があり、「ライフ優先」群が最も低い結果であった。対人信頼感：F(2, 358) = 6.379, $P < .005$, tukey HSD検定の結果、同様に「ライフ優先」と「同等」間、「ライフ優先」と「ワーク優先」間に有意差があり、「ライフ優先」群が最も低かった。以上の結果から、自尊感情は「ライフ優先」群が最も低く、「同等」群が高いことが分かった。対人信頼感についても、「ライフ優先」群が最も低く、「ワーク優先」群が高いことが分かった。学生を除外して社会人のみで再分析した結果は、やはり有意な群間差は消滅したが、「ライフ優先」群の平均値はどちらも最も低かった。

次に日本のWLB現状3群とQOL、自尊感情、対人信頼感の分散分析の結果、QOL（平均）のみ有意な群間差が、QOL（全体・身体・心理）に有意傾向が認められた。①QOL（平均）：F(2, 225) = 3.180, $P < .05$, tukey HSD検定の結果、「同等」と「ワーク優先」間に有意差があり、「同等」群のQOL（平均）が高く、「ワーク優先」群が低かった。②QOL（全体）：F(2, 242) = 2.554, $P < .1$, tukey HSD検定の結果、「同等」と「ワーク優先」間に有意傾向があり、「同等」群が、QOL（全体）が高く、「ワーク優先」群

が低かった。③QOL（身体）：F(2, 232) = 2.656, $P < .1$, tukey HSD検定の結果、「同等」と「ワーク優先」間に有意傾向があり、「同等」群が、QOL（身体）が高く、「ワーク優先」群が低かった。④QOL（心理）：F(2, 240) = 2.681, $P < .1$, tukey HSD検定の結果、「同等」と「ライフ優先」間に有意傾向があり、「同等」群が、QOL（心理）が高く、「ライフ優先」群が低かった。他の尺度との有意な群間差はなかった。

日本ではQOLは「同等」が高く「ワーク優先」が低く、自尊感情と対人信頼感は、「ライフ優先」が低い傾向であるが、学生＝ライフ優先＝心理尺度が低いという背景を考慮する必要があることが示唆された。

スウェーデンのWLB意見まとめ2群とQOL、自尊感情、対人信頼感の分散分析の結果、QOL（全体・社会）のみ、群間に有意傾向が認められた。QOL（全体）：F(1, 279) = 3.260, $P < .1$, 「ワーク派」が「ライフ派」より高い傾向であった。QOL（社会）：F(1, 270) = 2.826, $P < .1$, 「ライフ派」が「ワーク派」より高い傾向であった。それ以外の尺度に有意差はなかった。スウェーデンの場合は、フレックスタイム制度や在宅勤務制度の導入率も高く、職場や上司に労働条件などを強いられることもあまりなく、自律的に柔軟性のある働き方が選択できるので、WLB意識も高い。特に心理尺度との関係性はないと考えられる。

3. 総合考察

WLBの4択で分析した場合と、日本では「ライフ優先」および「ライフ重視」をまとめて「ライフ優先」として「ワーク優先」、「同等」の3択で分析した場合について、結果が大きく変わらなかったため、解釈しやすさのために3択の分析結果で考察する。また、スウェーデンでも同様に「ライフ派」、「ワーク派」の2択で分析した結果を活用する。

以上みてきたように、日本のWLBに対する考えはライフ寄りにシフトしてきているものの、社会主義的福祉国家であるスウェーデンと比較するとまだまだワーク寄りの考えが強い。特に現状と

の乖離が大きいことは軽視できない問題である。スウェーデンのようにWLBに対する考えと現状が一致していれば、WLBへの満足度が高い成熟した社会であるといえる。しかしながら、日本のような不一致度の大きい社会においては、ライフ軽視でワーク優先を余儀なくされる生活のため、WLBへの満足度が低く、「ワーク優先」群のようにQOLなどにもマイナスの影響があると考えられる。個人のWLBへの意識を高める普及活動を進めると同時に、企業や組織がWLB施策を押し進めなくては現状を打開できない。そして、個人だけでなく日本の社会全体がWLB意識を共有する必要があると思われる。

これまで「ワーク」で社会をリードしてきた男性は、家事や育児などの家庭役割を分担する「ライフ」へ、そして、家庭役割を中心的に担ってきた女性は、社会に進出して「ワーク」へと意識の転換が起きていることが示唆された。若い年代ほどその傾向が強くと表れている。今後も若い年代を中心にライフ志向への転換が進むと思われるが、特に性差への現実対応が急がれる。

本調査では、職種が教員と福祉職に限られていたが、その中でもWLBの現状に有意差がみられ、教員の方が福祉職よりもワーク寄りであった。また、WLBに対する意見には有意差こそなかったものの、教員の方が福祉職よりライフ寄りであった。つまり、教員はWLBの現状をライフ寄りに変えたいという意識を持っていることが示唆された。この特徴は日本でもスウェーデンでも同様であり、教育現場の仕事量の多さがうかがえる。また、日本では職種、職場、雇用形態などによって、WLBの現状はかなり異なることが推測され、WLB改善には困難が伴うことが予想される。

スウェーデンは1970年代に男女共通の育児休業制度を導入し、加えて育児や介護などの社会化を進め、社会全体でケア役割を支援するシステムを構築してきた。その結果、女性労働力においては高い水準を確保することが実現し、男女共同参画社会政策の推進と共にWLB政策が整備された国である。

日本では、国主導のWLBの施策が始まってはいるが、企業や組織、個人としての国民への決定

的な意識の定着をみていない状態である。2012年時点のWLBの認知度はまだ50%レベルである。本調査では、若い年代において「ライフ」志向への意識が高くなっていった。世代の影響が強いことが示唆されるが、特に経済情勢を中心とした社会背景の影響を受けることを視野に入れながら、少子高齢社会におけるWLB施策を展開する必要がある。政府は「仕事と生活の調和（WLB）が実現した社会」について、以下のような3つの柱を掲げている。

- 1) 『就労による経済的自立が可能な社会として、具体的には経済的自立を必要とする者、とりわけ若者がいきいきと働くことができ、かつ経済的に自立可能な働き方ができ、結婚や子育てに関する希望の実現などに向けて、暮らしの経済的基盤が確保できる。』内閣府調査（2012年）によると、「就労による経済的自立が可能な社会」に対しては、残念ながら4割（38.4%）の人が「悪くなったと思う」と回答している。
- 2) 『健康で豊かな生活のための時間が確保できる社会として、具体的には働く人々の健康が保持され、家族・友人などとの充実した時間、自己啓発や地域活動への参加のための時間などを持てる豊かな生活ができる。』同調査（2012年）によると、「健康で豊かな生活のための時間が確保できる社会」は1年前に比べて「よくなったと思う」と回答した者が4.3%、「悪くなったと思う」が28%、「変わらない」が67.7%であり、悪化していると評価された。
- 3) 『多様な働き方・生き方が選択できる社会として、具体的には性や年齢などにかかわらず、誰もが自らの意欲と能力を持って様々な働き方や生き方に挑戦できる機会が提供されており、子育てや親の介護が必要な時期など個人の置かれた状況に応じて多様で柔軟な働き方が選択でき、しかも公正な処遇が確保されている。』同調査（2012年）によると、「多様な働き方・生き方が選択できる社会」が1年前に比べて「よくなったと思う」人が1割弱（9.4%）で3つの柱の中で最も評価された結果であった。

高石(2010)は、WLBの議論にあたっては、バランス状態の多様性を理解する必要があると指摘している。ワークとライフに時間やエネルギーなどの資源をいつ、どのように配分するかは個人が選択すべきことである。本調査の結果でも年代によりWLBの考え方は異なっていたように、個人の人生においてワークに偏る時期やライフに資源を要する時期があるのは当然の事であり、個人の采配で自由に働き方を選べる選択肢があるとより満足のいく生活が営める。WLBの基本は、バランスの多様性を認めつつ、それが実現可能な社会を目指して変容していくことが大切である。

引用・参考文献

- ・ 内閣府政府広報室(2008)「仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)に関する特別世論調査」の要旨
- ・ 内閣府(2008)「仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)に関する意識調査について
- ・ 内閣府(2012)「仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)に関する意識調査結果
- ・ 内閣府(2015)「仕事と生活の調和推進のための啓発のあり方に関する調査研究」報告書
- ・ 内閣府(2016)「仕事と生活の調和推進のための職場マネジメントのあり方に関する調査研究」報告書
- ・ 高橋美恵子(2011)「スウェーデンのワーク・ライフ・バランス-柔軟性と自律性のある働き方の実践-」研究プロジェクト:ワーク・ライフ・バランス施策の国際比較と日本企業における課題の検討, 11-J-040.
- ・ 大塚明子・秋山美栄子・森恭子・星野晴彦(2011)「価値観・労働観・ライフスタイル等に関する日本と北欧の比較調査研究 第1次報告」『文教大学人間科学部紀要第33号』, 105-119.
- ・ 大塚明子・森恭子・秋山美栄子・星野晴彦(2015)「自尊感情・対人信頼感・文化的自己観に関する日本とスウェーデンの比較調査研究-大学生・教員・福祉職員への聞き取り調査報告-」『文教大学生生活科学研究』第37集, 41-52.
- ・ NHK放送文化研究所編(2016)「現代日本人の意識構造 [第八版]」, 145-168.
- ・ NHK放送文化研究所編(2010)「現代日本人の意識構造 [第七版]」, 147-153.
- ・ NHK放送文化研究所編(2007)「現代日本人の意識構造 [第六版]」, 154-162.
- ・ 大塚明子・秋山美栄子・森恭子・星野晴彦(2011)「『集団主義の日本』と『個人主義のスウェーデン』の再検討-心理尺度を用いた比較調査を通じて-」『北ヨーロッパ研究』第8巻, 1-11.
- ・ 大塚明子・秋山美栄子・森恭子・星野晴彦(2012)「スウェーデン人および社会人と比較した日本大学生の自己意識の特質について」『文教大学人間科学部紀要第34号』, 127-140.
- ・ 星野晴彦・大塚明子・秋山美栄子・森恭子(2012)「日本とスウェーデンの援助規範意識比較に関する研究-福祉政策に影響する両国の援助規範意識の特性に着目して-」『文教大学生生活科学研究』第34集, 27-36.
- ・ 森恭子・大塚明子・秋山美栄子・星野晴彦(2014)「移民への寛容意識に関する日本とスウェーデンの比較調査研究-大学生・教員・福祉職員への聞き取り調査報告」『文教大学生生活科学研究』第36集, 151-165.
- ・ 星野晴彦・大塚明子・秋山美栄子・森恭子(2012)「日本とスウェーデンの援助規範意識比較に関する研究-福祉職員・教員・大学生の比較分析を通して-」『北ヨーロッパ学会』第10巻, 33-41.
- ・ 高石恵美子(2010)「ワーク・ライフ・バランス実現への課題:国際比較調査からの示唆 RIIETI Policy Discussion Paper Series 11-P-004.
- ・ 大森義明(2010)「ワーク・ライフ・バランス研究-経済学的な概念と課題」『日本労働研究雑誌』NO. 599, 10-19.

[抄録]

本研究ではワーク・ライフ・バランスに対する意見と現状について、日本とスウェーデンの比較検討をするとともに、性別や身分・職業、年齢などによる影響やQOL、自尊感情および対人信頼感との関係性を検討した。日本ではWLBに対する意見は「同等」が最も多く、次に「ライフ」志向であるが、現状は「ワーク」志向になっており、意見と現実には大きな乖離があることが分かった。一方、スウェーデンでは、明らかに「ライフ優先」になっており、意見と現状は一致していた。両国共、高年グループの方が他より「ワーク」志向、また、若年グループの方が他より「ライフ」志向になっており、年齢に伴ってワーク寄りになっていくことから世代の影響が強いことが示唆された。日本は性差が大きく影響しており、男性は「ワーク」から「ライフ」へ、女性は「ライフ」から「同等」へと意識変換が起きていることが考えられる。男女平等社会のスウェーデンでは性差は影響していないことが分かった。両国共に、WLB意見では教員と福祉職間に有意差はなかったものの、教員の方が福祉職よりもライフ寄りであったが、現状では有意差がみられ福祉職の方がライフ寄りという逆の結果であった。教員はWLBの現状をライフ寄りに変えたいという意識を持っていることが示唆された。両国共にWLBの意見と現状間に有意な相関はあるが、QOL、自尊感情、対人信頼感との有効な相関はなかった。日本では「同等」のQOLが高く「ワーク優先」が低い。また、「ライフ優先」の自尊感情と対人信頼感が低い傾向であるが、学生＝ライフ優先＝心理尺度が低いという背景を考慮する必要があることが示唆された。
