

満足度・生活の質に関する調査報告書 2022

～我が国の Well-being の動向～

令和4年7月

内閣府 政策統括官（経済社会システム担当）

目 次

はじめに	-----	2
第 1 章 満足度・生活の質の動向		
第 1 節 満足度の全般的な動向	-----	3
第 2 節 デジタル化と交流の変化	-----	12
第 3 節 働き方の変化、ワークライフバランス（WLB）	-----	20
第 4 節 長引くコロナ禍の影響を受ける雇用、所得環境	-----	34
第 2 章 満足度・生活の質指標群とその活用		
第 1 節 満足度・生活の質に関連する調査・分析の意義	-----	45
第 2 節 各国政府・地方の指標群とその活用状況	-----	47
第 3 節 内閣府「満足度・生活の質に関する調査」について	-----	57
おわりに	-----	61

はじめに

内閣府では、経済社会の構造の変化について、経済指標だけではなく、人々の生活にどのような影響をもたらすかを明らかにする取組として、「満足度・生活の質に関する調査」を進めてきた。

過去の研究や同様の取組も参考に進めた研究の結果、生活の幅広い範囲について包括的に評価できる体系として総合的な主観満足度の他、各分野別の満足度とそれに関連する意識や指標を問う調査形式を構築している。

これまでの調査報告書においては、各年の調査結果について時制やデータの特徴的な動きをまとめるとともに、特に指標の整備拡充に向け、様々な分析を行ってきた。まずは、基本的な分析を行い、これに根差した分野別の指標群（ダッシュボード）を構築した。さらに暮らし方や働き方と満足度の関係を調査分析し、この指標群の改定を行った。また、第4次報告書では、総合的な生活満足度と各分野別の満足度との関係を確認した。なお、各時期に応じた項目に注目した分析として、新型コロナウイルス感染症の拡大がもたらした行動変容も取り上げてきた。当該調査の取組が始まったのは、3年前の2019年2月であり、これまでの調査実施の間、コロナ感染症の拡大とそれに伴う経済社会活動の変化が生活の質にもたらした影響を確認する必要があったためだ。

今回の報告書では、第1章において、満足度の動向を包括的に確認するとともに、長引く感染症下で定着したと考えられる社会活動変化に注目する。働き方のほか、デジタル化が進む中での社会とのつながり、雇用面に現れる経済面の不安や精神面への影響などについての指標をまとめて紹介する。第2章では、人々の主観的な意識にも重きを置いて政策を検討することが求められ、ウェルビーイング指標の重要性が認められてきているなか、内閣府調査の意義と活用の方向性についてまとめる。

第1章 満足度・生活の質の動向

これまで過去3回にわたって、主観的 Well-being の代表的な指標として現在の生活にどの程度満足しているかを0～10点で自己評価する総合的な生活満足度を中心に、客観的指標と紐づける分野別満足度やこれに関する意識など幅広い情報を集める調査¹を実施してきた。まずは、この経年の満足度の動向を確認する。

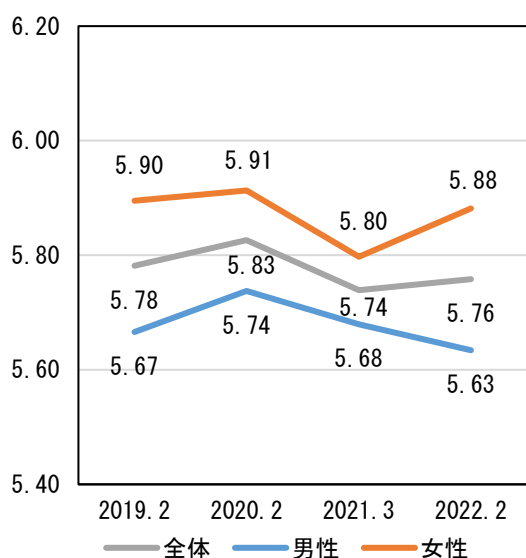
第1節 満足度の全般的な動向

1. 総合的な生活満足度の推移

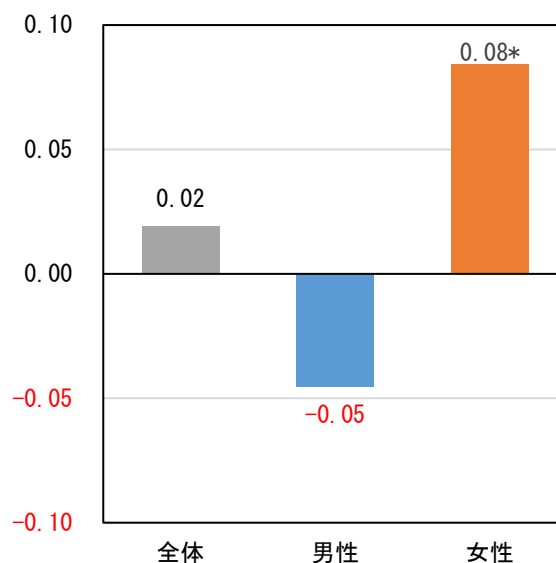
総合的な生活満足度（以下「生活満足度」）は、全体の平均が5.76と前回調査（2021年3月）から0.02ポイント程度上昇の横ばいの動きとなった。男女別にみると、男性は昨年より0.05ポイント低下、女性は0.08ポイント上昇した²。なお、過去3回の調査と同様、男性よりも女性の方が高い水準にある。

図表1-1-1 生活満足度の推移と前回調査からの変化（男女別）

(1) 推移



(2) 前回調査からの変化



(ミドル層の生活満足度が回復)

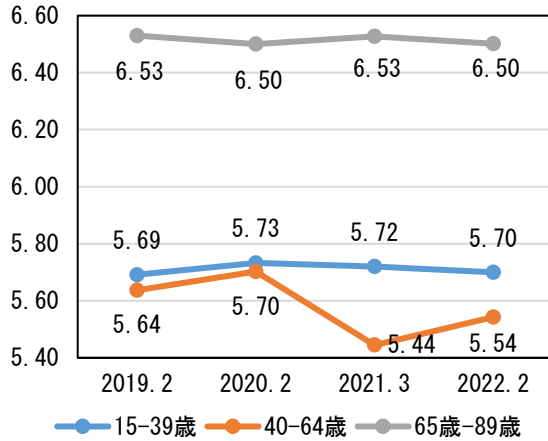
年齢階層別に若年層（15-39歳）、ミドル層（40-64歳）、高齢層（65-89歳）について生活満足度をみると、その水準は、高齢層で高く、ミドル層で低いという傾向がある。このミドル層では前回大きく低下し、今回調査では0.1ポイント上昇と回復した。若年層と高齢層の生活満足度は概ね横ばいで推移している。

¹調査の詳細は、第2章第3節を参照。

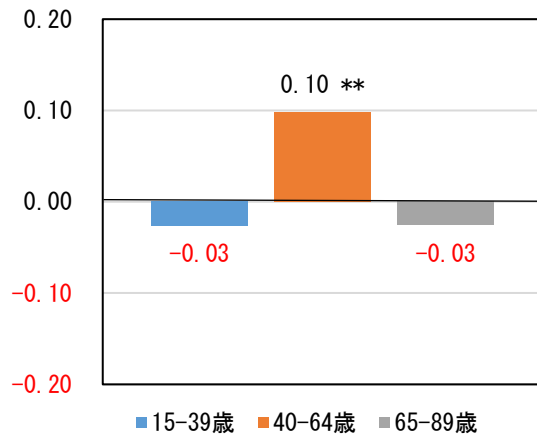
²2021年と2022年のサンプルを比較し、その平均の差の検定を行った。男性における変化は統計上有意味な差とは認められなかった。女性については10%水準で有意。

図表 1-1-2 生活満足度の推移と前回調査からの変化（年齢階層別）

(1) 推移



(2) 前回調査からの変化



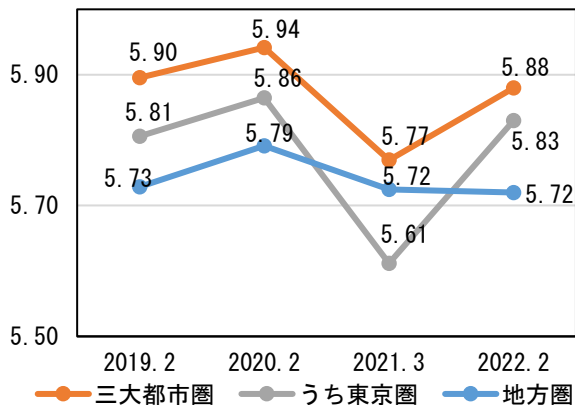
(備考) **は5%水準で有意。

(東京圏³の生活満足度が回復)

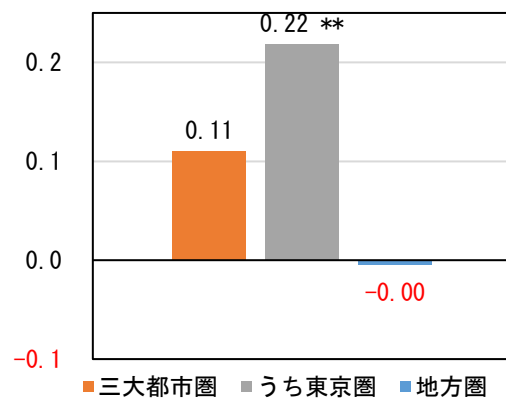
地域別の満足度の動向をみると、デルタ株の感染者数が急増して自粛期間が長引いたことなどもあって、前回調査時点で生活満足度が低下した東京圏では、今回調査では前回調査と比べて0.22ポイントの上昇がみられた。三大都市圏⁴が地方圏⁵に比べると高い水準で推移している。

図表 1-1-3 生活満足度の推移と前回調査からの変化（地域別）

(1) 推移



(2) 前回調査からの変化



(備考) **は5%水準で有意。

³ 1都3県（埼玉県・千葉県・神奈川県）を指す。

⁴ 東京圏に加えて、名古屋（愛知県・三重県・岐阜県）、大阪圏（大阪府・京都府・兵庫県・奈良県）を指す。

⁵ 三大都市圏を除く道県を指す。

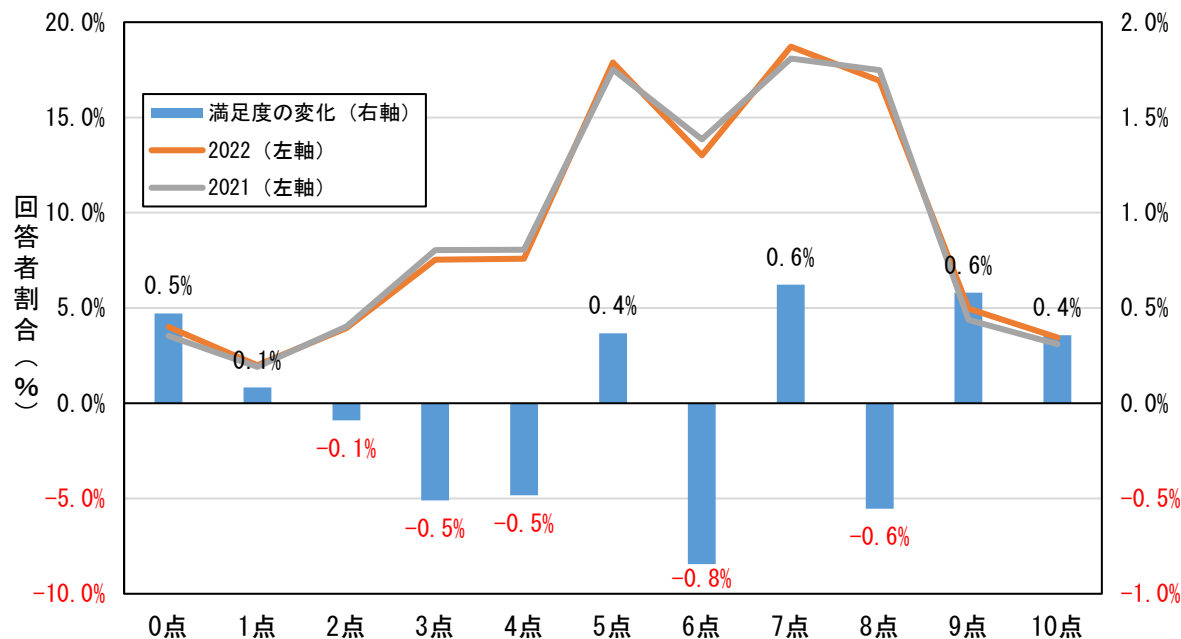
2. 生活満足度の分布

(満足度は5～8点に集中)

生活満足度の点数別の分布をみると、最頻値は7点(18.7%)であり、ついで5点(17.9%)、8点(16.9%)となり、全体の66%が5～8点に集中している。過去3回の調査の分布と比べて、分布の形状は大きく変わらない。

注：2022年7月29日掲載時は「17.5%」と記載しておりましたが、正しくは「17.9%」でしたので、2023年3月16日に修正しました

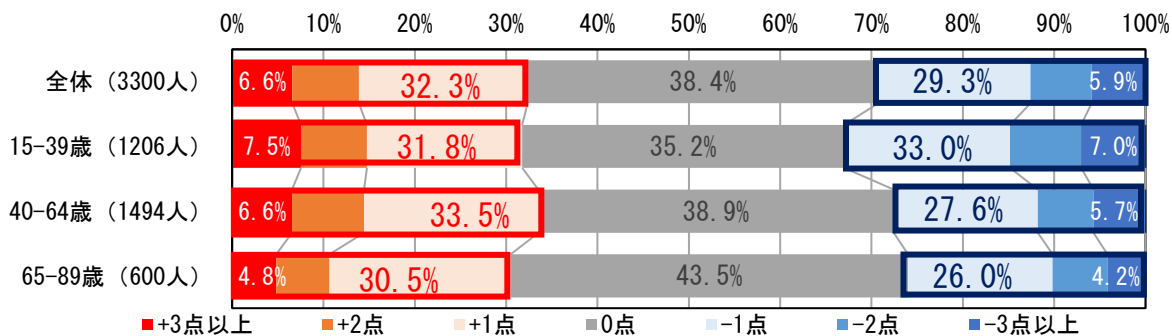
図表1-1-4 生活満足度の点数別の分布(回答者割合)と1年間の変化



(継続回答者の生活満足度変化)

本年調査のサンプルの一部は、前回調査に引き続いての回答者であることから、このサンプルに限って個人の生活満足度の変化をみることができる。これによると、およそ3割程度の人々の満足度が上昇し、低下した割合を上回った。さらに年齢階層別にみると、15-39歳の若年層では満足度が1ポイント以上低下した割合が、上昇した割合を上回り、ミドル層や高齢層では、満足度が上昇した割合の方が低下した割合を上回った。

図表1-1-5 生活満足度の増減割合



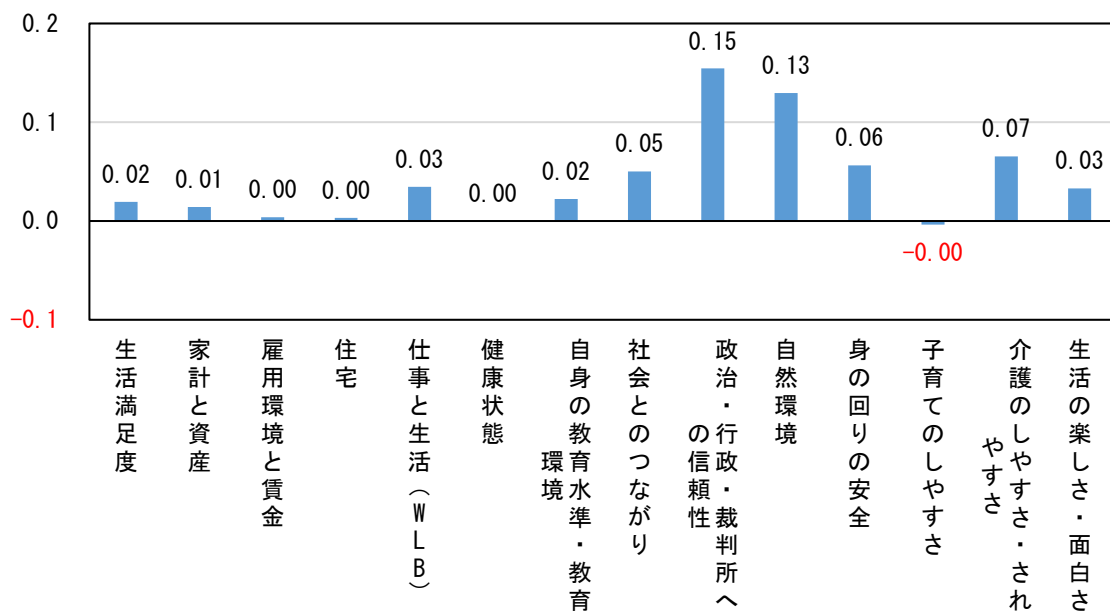
3. 分野別満足度の変化の特徴

本調査では、生活全体について問う生活満足度を客観的指標と結びつけるよう、13の分野について満足度を尋ねている⁶ことから、その動向を確認する。

(分野別満足度の変化)

前回調査（2021年3月）と比べて、多くの指標で大きな変化が見られない結果となった。統計的に有意な変化として確認されるのは、「政治・行政・裁判所への信頼性」、「自然環境」、「介護のしやすさ・されやすさ」といった項目であり、生活満足度に対して、これらの変化が大きなインパクトをもたらさなかったと考えられる⁷。

図表1-1-6 分野別満足度の変化



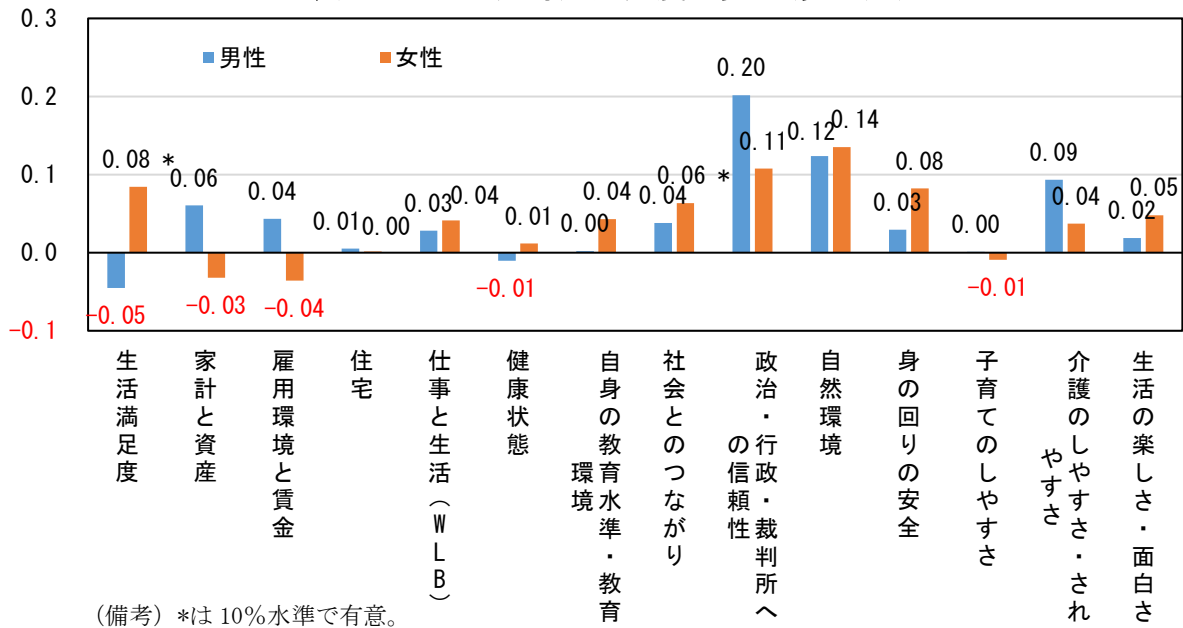
(男女別の分野別満足度)

男女別にみると、男性では、「政治・行政・裁判所への信頼性」や「自然環境」、「介護のしやすさ・されやすさ」について上昇がみられるが、それ以外は統計上有意な変化は見られない。女性については、「家計と資産」や「雇用環境と賃金」の変化は符号がマイナスとなっているが、いずれも有意な変化ではない。満足度が上昇した項目としては、男性と同じく「政治・行政・裁判所への信頼性」や「自然環境」が挙げられるが、これに加えて「社会とのつながり」、「身の回りの安全」において上昇したことが確認される。

⁶ 各分野別満足度については第2章第3節を参照。

⁷ 内閣府（2019）における分析で、生活満足度との相関は「生活の楽しさ・面白さ」がもっとも大きいものであることが確認されているが、今回の調査でも、生活満足度と各分野別満足度との相関関係については、大きく変化はない。

図表1-1-7 分野別満足度の変化(男女別)



(分野別満足度と生活満足度の関係)

各分野別満足度と生活満足度との関係は、分野によって異なる。図表1-1-8は、生活満足度を13の分野別満足度で重回帰分析したものであるが、最も説明力が高いのは、「生活の楽しさ・面白さ」であり、次いで、「家計と資産」「仕事と生活」が次ぐ。これらの関係性は、一部において男女で差があり、「雇用環境と賃金」、「教育水準・教育環境」については、男性で有意に正の係数が認められるが、女性では有意ではない⁸。

⁸ ただし、内閣府(2020)で示されているように、「生活の楽しさ・面白さ」満足度とそれ以外の12の分野別満足度との相関は高い。これ考慮して「生活の楽しさ・面白さ」満足度をそれ以外の分野別満足度で回帰した残差項を純「生活の楽しさ・面白さ」満足度とし、これを用いて図表1-1-8と同様の回帰式を推定した場合、図表1-1-8では、女性で有意となっていない「雇用環境と賃金」や「教育水準・教育環境」の係数は有意となり、男性女性ともに、「社会とのつながり」満足度の係数が大きくなるという結果が得られた。

図表1-1-8 各分野別満足度の説明力

被説明変数：生活満足度

	全体	男性	女性
家計と資産	0.238 ***	0.225 ***	0.254 ***
雇用環境と賃金	0.020 *	0.051 ***	0.001
住宅	0.076 ***	0.058 ***	0.090 ***
仕事と生活	0.109 ***	0.078 ***	0.131 ***
健康状態	0.093 ***	0.110 ***	0.076 ***
教育水準・教育環境	0.055 ***	0.124 ***	-0.007
社会とのつながり	0.047 ***	0.048 ***	0.039 ***
政治・行政・裁判所への信頼性	-0.006	-0.006	-0.009
自然環境	-0.002	-0.019	0.016
身の回りの安全	0.010	0.006	0.014
子育てのしやすさ	-0.013	-0.010	-0.020
介護のしやすさ・されやす	-0.072 ***	-0.065 ***	-0.070 ***
生活の楽しさ・面白さ	0.413 ***	0.402 ***	0.418 ***
定数項	0.476 ***	0.180 **	0.811 ***
修正済み決定係数	0.642	0.661	0.627
サンプルサイズ	10,633	5,297	5,336

(備考)***, **, *はそれぞれ 1%、5%、10%で有意

(年齢階層別男女別でみる変化)

男性・女性で3つの年齢階層に分けてみると、特徴的な動きが読みとれる。

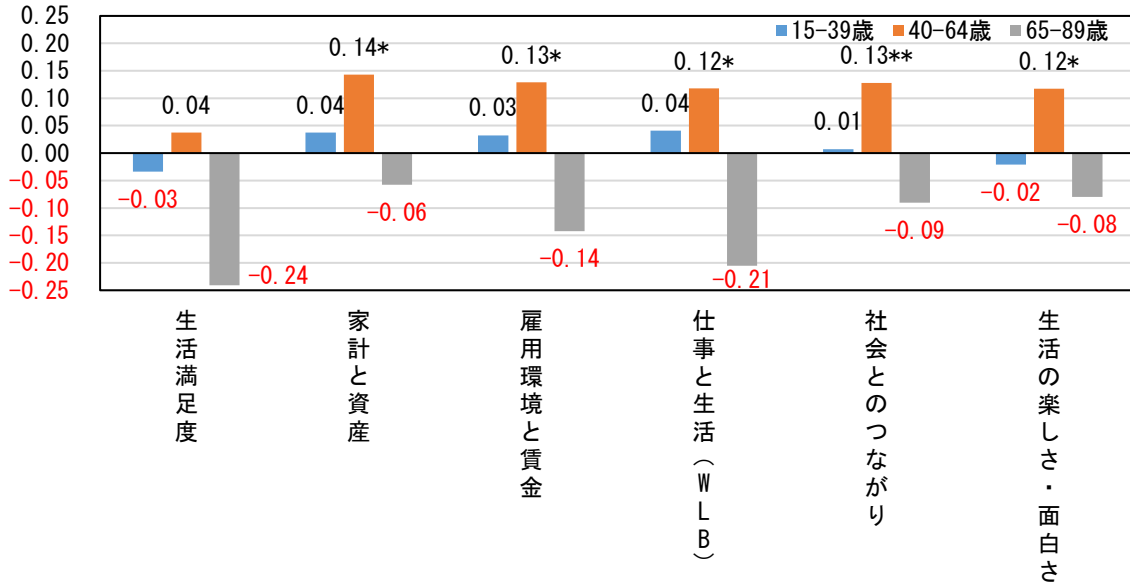
生活満足度の説明力が比較的高く、図表1-1-7で男性と女性の変化が(統計上有意ではないものも含めて)異なる動きを見せている分野に注目して、男女別かつ年齢階層別に、その変化を確認する。注目する分野は、経済面の指標である「家計と資産」、「雇用環境と賃金」、生活面に係る「仕事と生活(WLB)」、「社会とのつながり」、「生活の楽しさ・面白さ」である。

まず、生活満足度だが、男性では、若年層、ミドル層では変化は見られないが、高齢層で低下した。女性では、ミドル層と高齢層で上昇がみられた。ただし、女性高齢層においては、統計的に有意とは言えないことから、サンプル内のばらつきが大きいことがわかる。

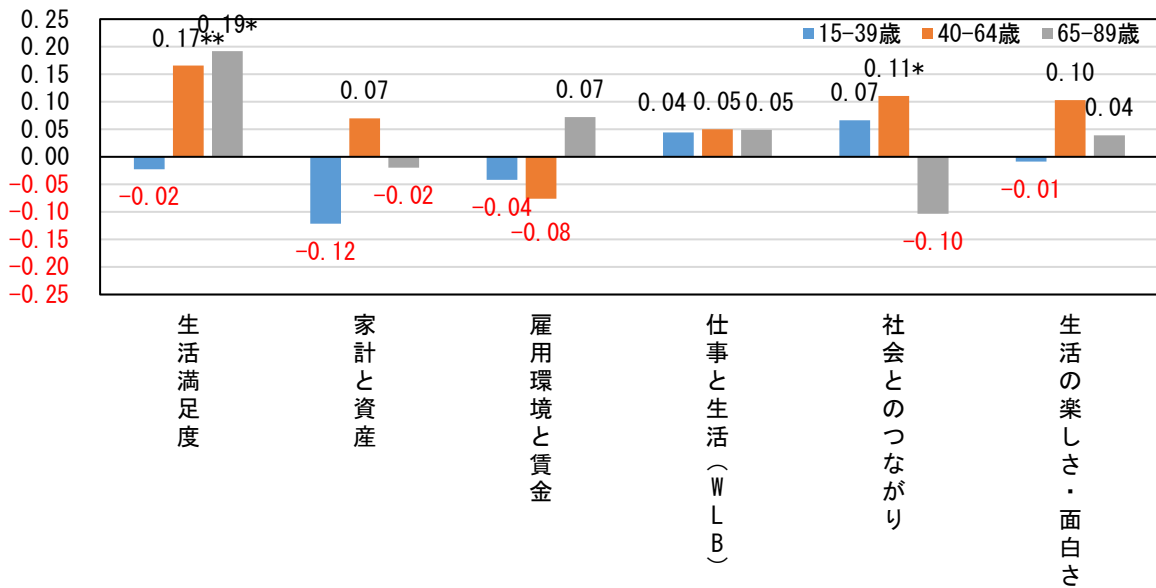
各分野については、男性ではミドル層で、どの分野でも前年と比べてプラスとなる一方、高齢層ではマイナスとなった。女性では、ミドル層で「家計と資産」、「社会とのつながり」「生活の楽しさ・面白さ」がプラスとなった。

図表1-1-9 分野別満足度の変化(年齢階層別・男女別)

(1) 男性



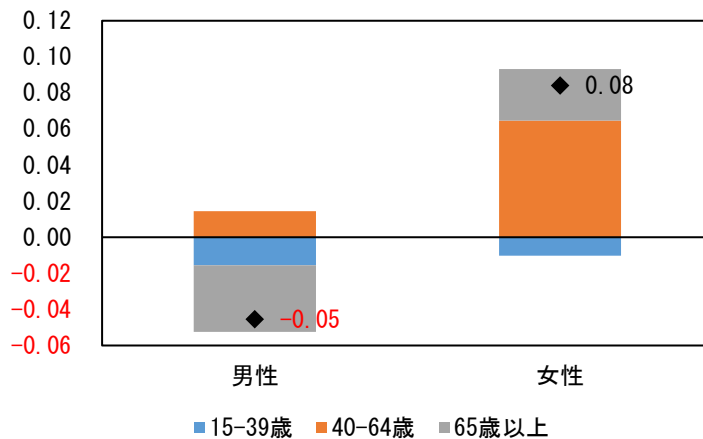
(2) 女性



(備考) **, *はそれぞれ5%, 10%水準で有意。

男女・年齢階層別でみた生活満足度の変化が全体の変化にどの程度寄与したのかをみると、男性のシニア層が男性全体の生活満足度低下に大きく寄与し、女性ではミドル層の生活満足度の上昇が女性全体の生活満足度の上昇に寄与したことがわかる。

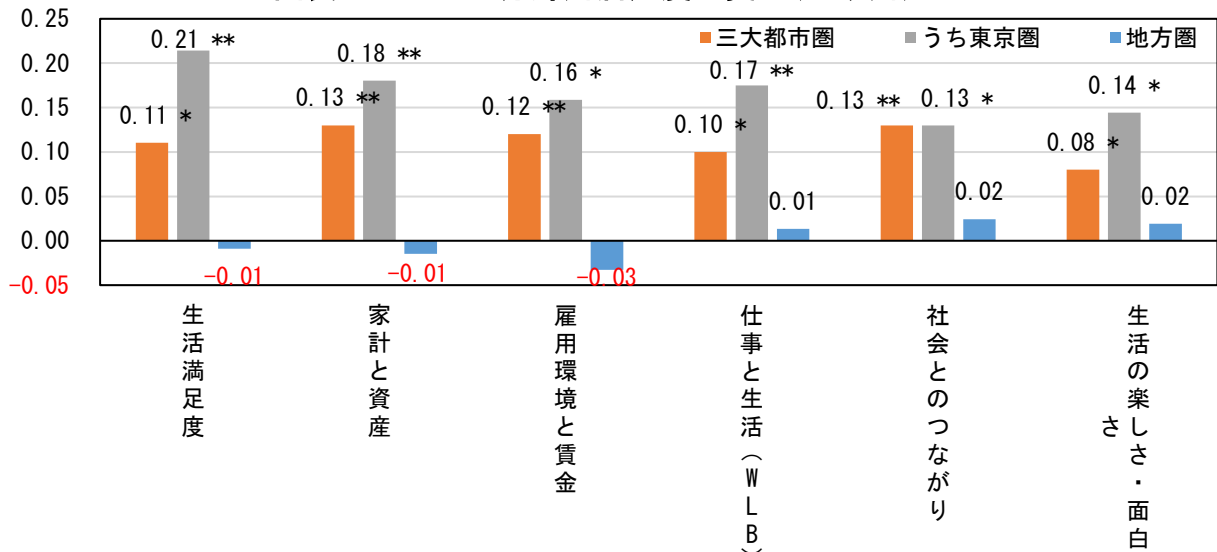
図表1-1-10 年齢階層別の生活満足度変化の寄与



(地域別で異なる変化)

地域別に確認すると、生活満足度では、三大都市圏、特に東京圏で上昇し、地方圏で低下した。同様の傾向は「家計と資産」「雇用環境と賃金」満足度にも見られた。「仕事と生活 (WLB)」や「社会とのつながり」、「生活の楽しさ・面白さ」については、三大都市圏、地方圏でともに上昇がみられる。

図表1-1-11 分野別満足度の変化(地域別)



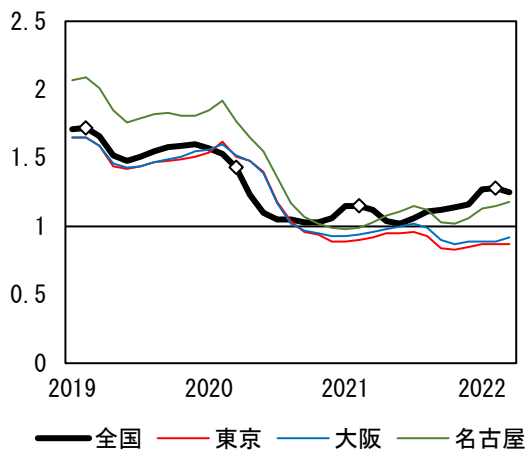
(備考) **, *はそれぞれ 5%, 10%水準で有意。

コロナ禍前 (2019 年) からの雇用・家計を示す経済指標をみると (図表 1-1-12)、雇用の逼迫状況を示す有効求人倍率は、コロナ禍前は全国的に 1.5 倍程度であった。コロナ禍に入って経済活動が縮小し、2020 年末までには 1 倍近く (大都市圏では 1 倍以下) にまで低下した。家計所得の状況を見ると、一時給付金があった昨年 10 月にはいずれの地域でも可処分所得が増加した。その後、東京・近畿圏では、全国を上回る伸びを見せるが、中京圏では可処分所得が増加していない。

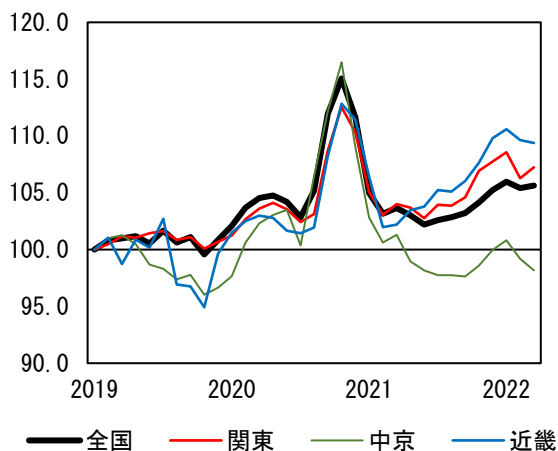
図表 1-1-11 にあるように、東京圏では、「家計と資産」、「雇用環境と賃金」に関する満足度は上昇しているが、地方圏にいたっては低下している。

図表1-1-12 地域の経済状況

(1) 有効求人倍率



(2) 家計可処分所得水準(2019年1月=100)



(備考) 厚生労働省「職業安定統計」、総務省「家計調査」より作成。有効求人倍率は就業地ベース。家計可処分所得は、全国及び各大都市圏における2人以上勤労者世帯。大都市圏とは、各地域の政令指定都市、県庁所在都市、及び周辺都市を示す。関東は埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、中京は岐阜県、愛知県、三重県、近畿は京都府・大阪府・兵庫県(周辺都市としては滋賀県を含む)を指す。

第2節 デジタル化と交流の変化

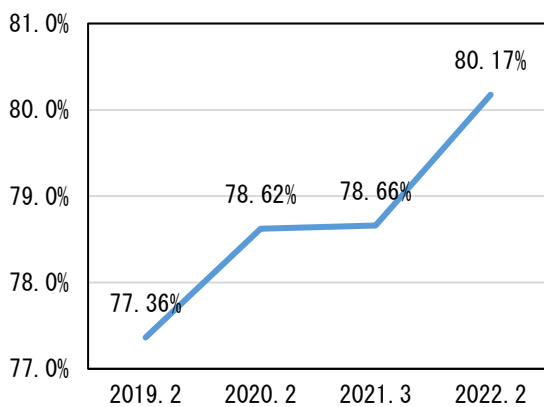
1. SNSの利用と人々の交流

(SNSの利用頻度の変化)

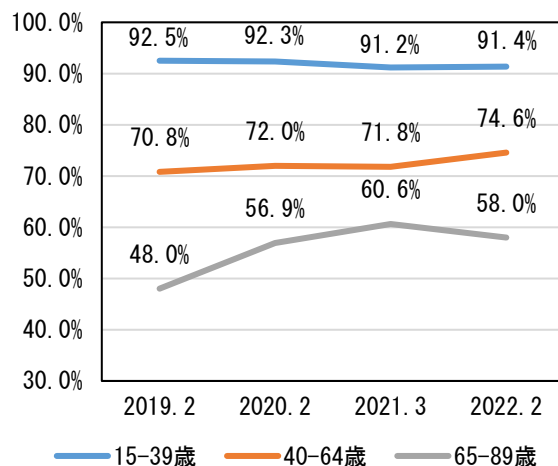
コロナ禍において対面での交流が制限される中で、SNS上の交流が盛んになってきた。本調査のサンプルでも、SNS（Facebook、Twitter、LINE など）を年1回以上利用するとした人の割合は図表1-2-1（1）にあるとおり、上昇している。年齢階層別にみると（図表1-2-1（2））、そもそも普及をしていた40歳未満の層では9割以上が、ミドル層（40-64歳）では7割以上が利用する状況であり、若い世代ほど利用率は高い。高齢層（65-89歳）においては前回調査からは微減したものの、コロナ禍前の2019年調査時点と比べて1割以上高い水準にある。

図表1-2-1 SNS利用率

(1)全体



(2)年齢階層別

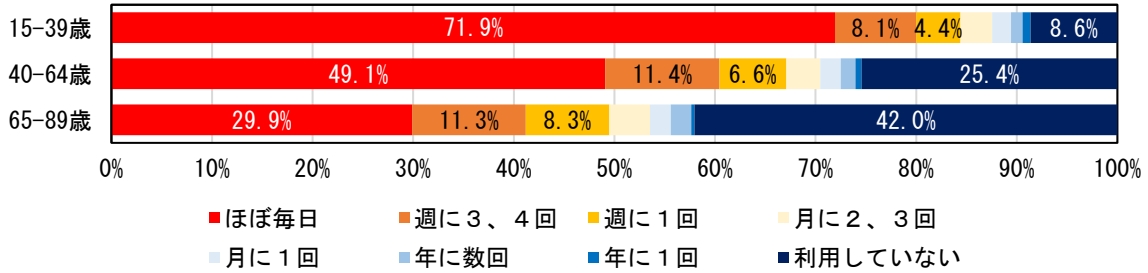


(SNSの利用頻度と交流)

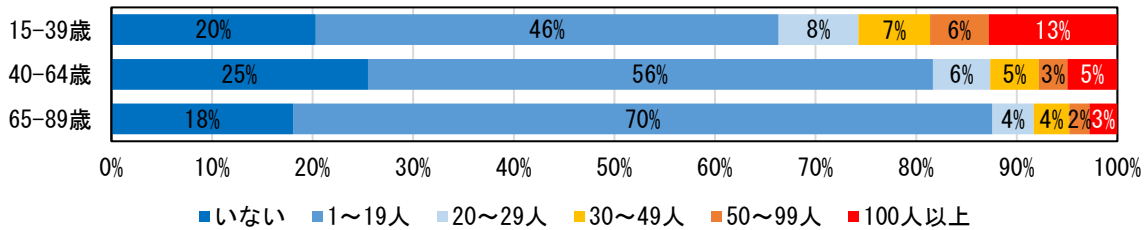
年齢階層別のSNSの利用頻度は図表1-2-2のとおりである。年齢層が低いほどSNS利用頻度が高く、若年層（15-39歳）では7割以上（利用者の8割）が「ほぼ毎日」利用するとしている。一方で、高齢層では、「ほぼ毎日」利用するとしているのは3割（利用者の約半数）にとどまる。

また、利用者のSNS上での交流人数をみると（図表1-2-3）、いずれの年齢階層においても、交流人数を「1~19人」とする割合が大きく、次いで、交流者は「いない」とする割合が大きい。SNSを情報受信発信手段として用いるものの、交流手段として用いていない人が一定程度存在すると言える。特に、若年層では交流人数を100人以上とする割合が1割を占める。

図表1-2-2 SNS利用頻度(年齢階層別)



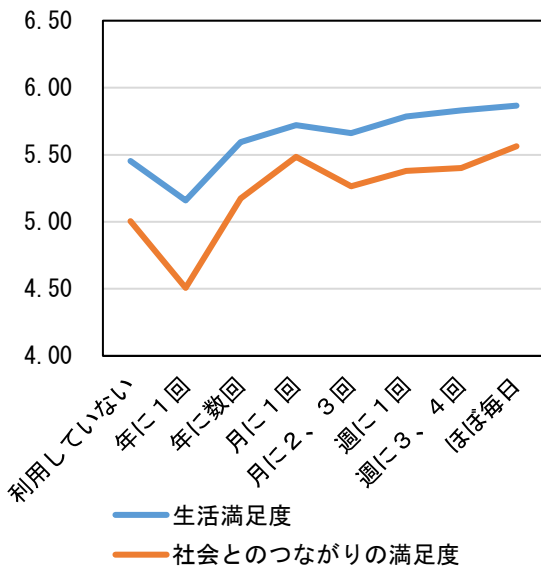
図表1-2-3 SNS上の交流人数(SNS利用者年齢階層別)



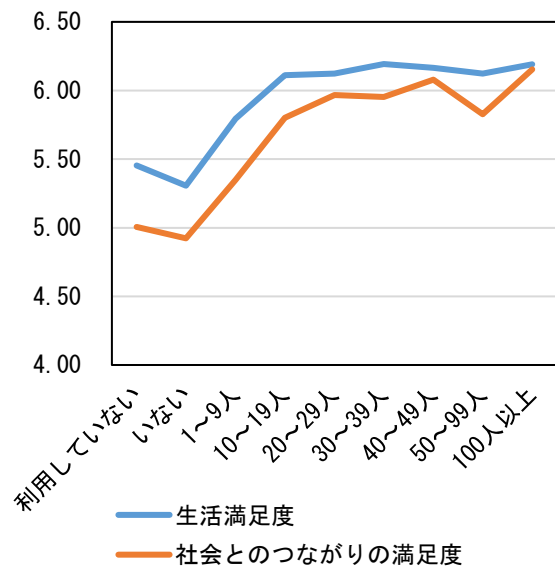
利用状況と満足度の関係についてみると(図表1-2-4)、SNSの利用頻度が年1回である場合と比べてより頻度が高い方が、また、SNS上の交流人数が多い方が生活満足度及び社会とのつながり満足度は緩やかに高まるが、月に1回程度の利用や交流人数20~29人で頭打ちとなる。

図表1-2-4 SNS上の利用頻度・交流人数と満足度

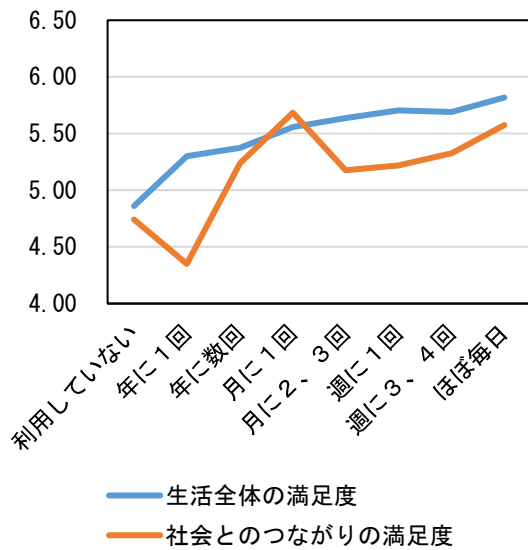
(1) 利用頻度



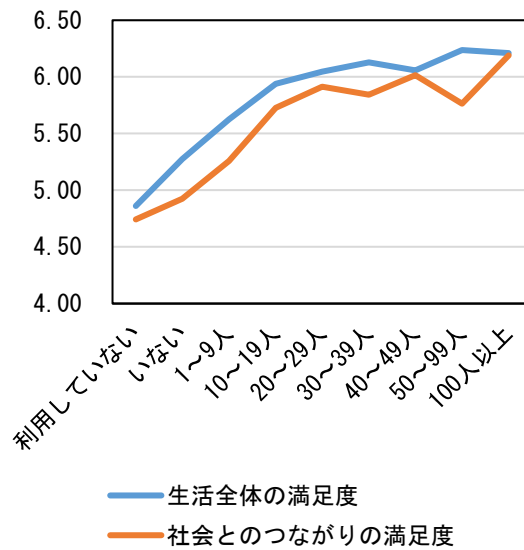
(2) 交流人数



(3) 利用頻度 (若年層 15 - 39 歳)



(4) 交流人数 (若年層 15 - 39 歳)



(SNS利用とつながり実感・孤立感)

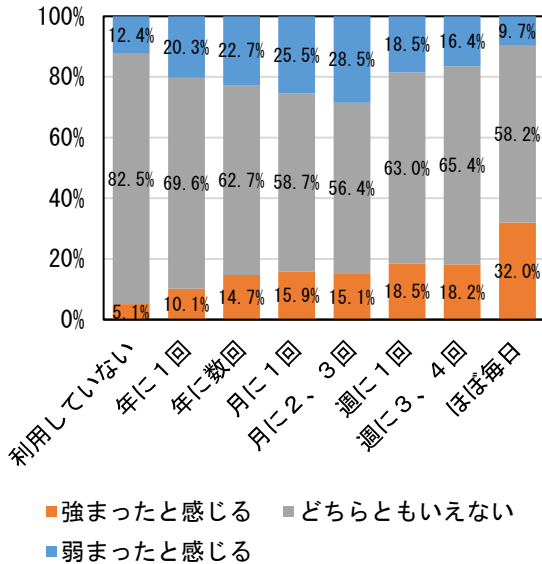
利用頻度の高い人ほど、また、交流人数が多い人ほど、「インターネットの発展により社会とのつながりが強まった」と感じる割合は大きく、「ほぼ毎日」利用する層では3割以上が、交流人数が300人以上の層では半数近くが「社会とのつながりが強まった」と感じている。利用頻度が「月に2～3回」よりも少ない層では、社会とのつながりが「弱まった」と感じる人が「強まった」と感じる人よりも多い。

ただし、SNSの利用が高まることで、孤独感が薄まるかどうかといった関係は見いだせない。「自分は孤独だと感じるか」との問いに対して、「いつも」、「たいてい」、「ときどき」、「少しだけ」と回答し、孤独感を感じている人の割合は、SNSの利用頻度が「年に1回程度」とする場合で、8割近くと最も大きく、その割合は利用頻度が高まるにつれてやや小さくなるが、「SNSを利用しない」場合で最も小さい。また、SNS交流人数別でみると、交流人数が増えても、孤独を感じるとする人の割合と「全く感じない」とする人の割合は変わらない。

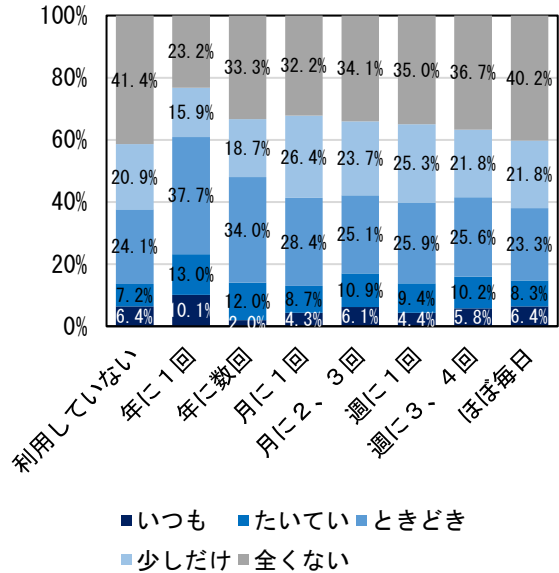
図表1-2-5 SNS使用状況と社会とのつながり実感・孤独感

(1) 利用頻度別

① 社会とのつながり

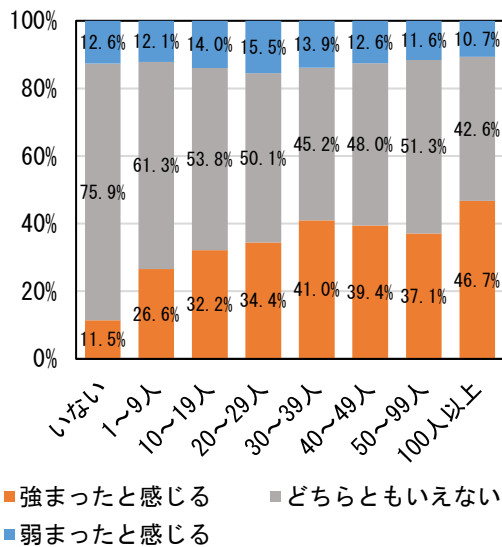


② 孤独を感じる

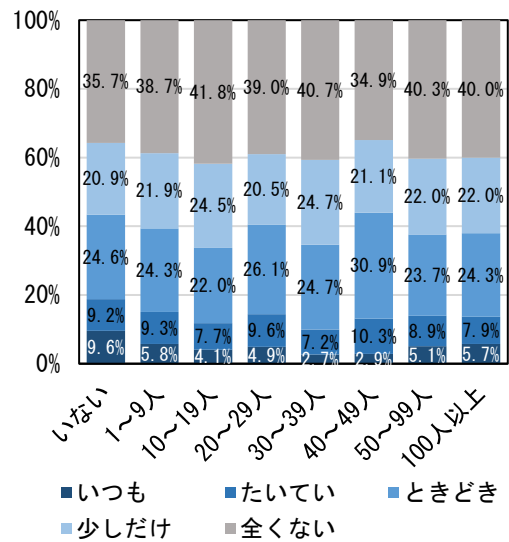


(2) 交流人数別

① 社会とのつながり



② 孤独を感じる



(実体交流と困ったときに頼れる人の存在)

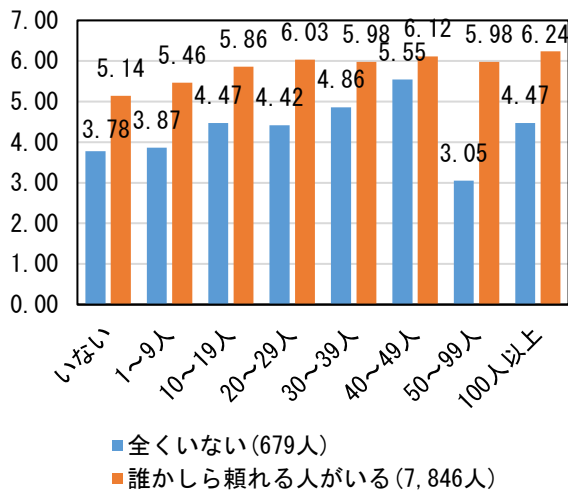
SNS上の交流人数と社会とのつながり満足度について、困ったときに頼れる人がいるかどうかや、実体交流（年に1回以上交流する友人がいるかどうか）による違いをみる（図表1-2-6）。

いずれのSNS上での交流人数の層でも、「困ったときに頼れる人が全くない」とする人の「社会とのつながり」の満足度の平均は、「誰かしら頼れる人がい

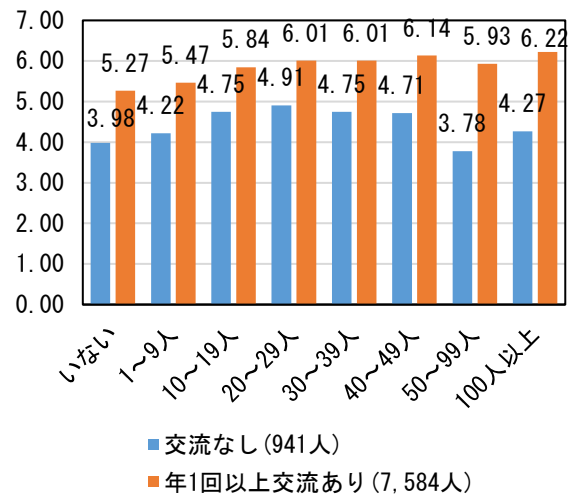
る」と回答した人と比較して低い。また「年1回以上交流する友人等がない」とした人のそれも、交流がある人と比較して低い。SNS上の交流人数が50人以上とする層に注目すると、「頼れる人が全くいない」あるいは「友人との交流がない」と回答した人々は、「頼れる人がいる」「年1回以上交流あり」とする人々と比べた社会とのつながりの満足度の差が大きくなる。なお、SNSの利用率の高い若年層（15 - 39歳）だけでも、この傾向は変わらない。

図表1-2-6 SNS上の交流人数と社会とのつながりの満足度

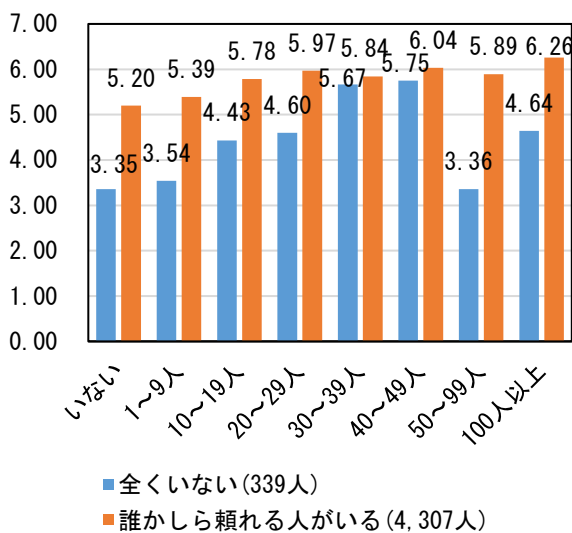
(1) 頼れる人の有無別



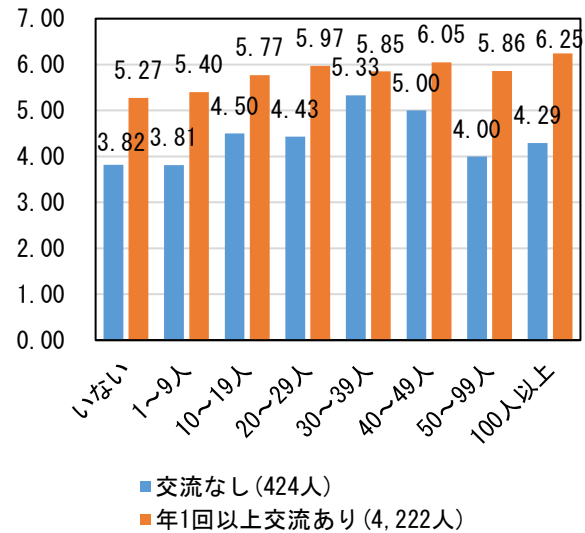
(2) 友人との交流機会別



(3) 頼れる人の有無別 (若年層 15 - 39歳)



(4) 友人との交流機会別 (若年層 15 - 39歳)

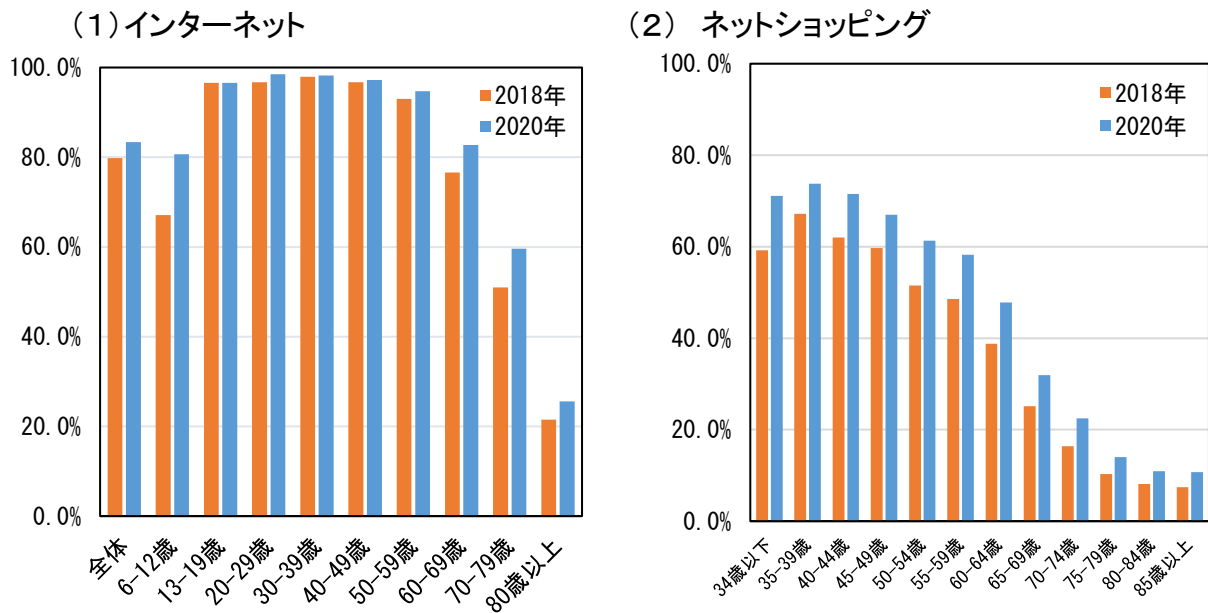


2. ネットリスクと安全

(ネットリスクの増加)

コロナ禍が長引く中で、より幅広い人の間でインターネットの利用が広がっている。コロナ禍前と比べて、特に小学生（6-12歳）や60代以上のインターネット利用率が上昇している（図表1-2-7（1））。また、全ての年代で、ネットショッピングの利用が高まっている（同図表（2））。これに伴って、サイバー犯罪やネット詐欺、未成年者のSNSに起因する犯罪被害リスクも増加している（図表1-2-8）。

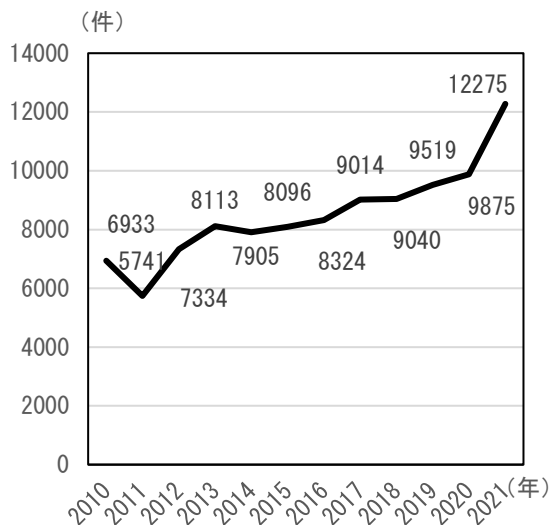
図表1-2-7 ネット利用状況(年齢階層別)



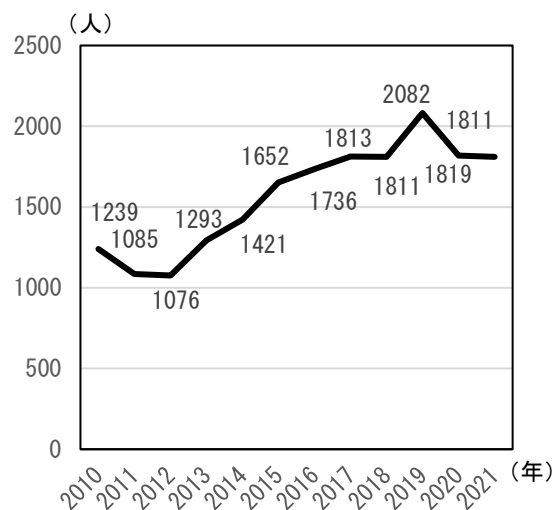
(出典) (1) 総務省「令和2年通信動向調査」、(2) 総務省「家計消費状況調査」総世帯。

図表1-2-8 サイバー犯罪の動向

(1) サイバー犯罪検挙件数



(2) SNSに起因する事犯の被害児童数 (※18歳未満の未成年者)

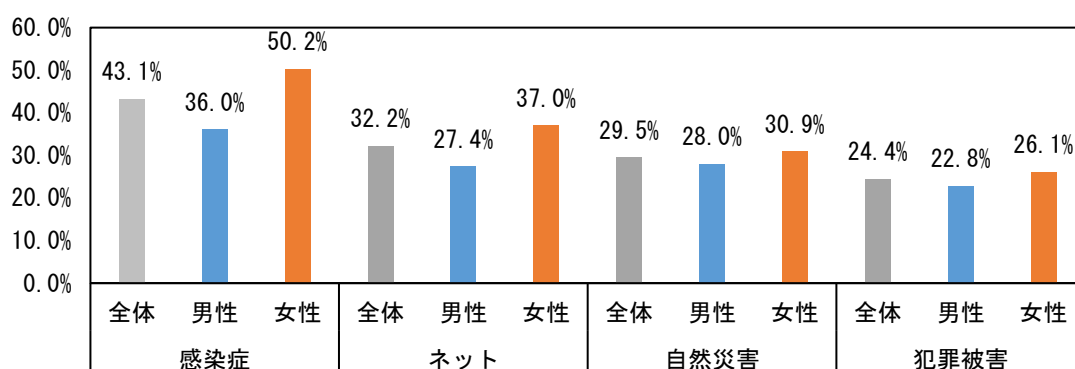


(出典) 警察庁「令和3年の犯罪情勢」

(女性の方がリスクを感じる割合が大きい)

「身の周りの安全に対する満足度」について、どのようなリスクが影響しているかをみたとところ(図表1-2-9)、コロナ禍ということもあり、「感染症」のリスクを感じている人は4割超、女性では半分を占め、多くがリスクを感じていることがわかる。いずれのリスクについても、女性の方が男性よりも高い割合を示している。女性についてみると、感染症に次いで、「個人情報の漏洩・流出、フィッシング詐欺などインターネットを取り巻く環境に関するリスク」(以下、ネットリスク)を不安に感じる割合が大きく(37%)、自然災害や暴力等の犯罪被害に対するものを上回る。

図表1-2-9 様々なリスクを不安に感じる割合(男女別)

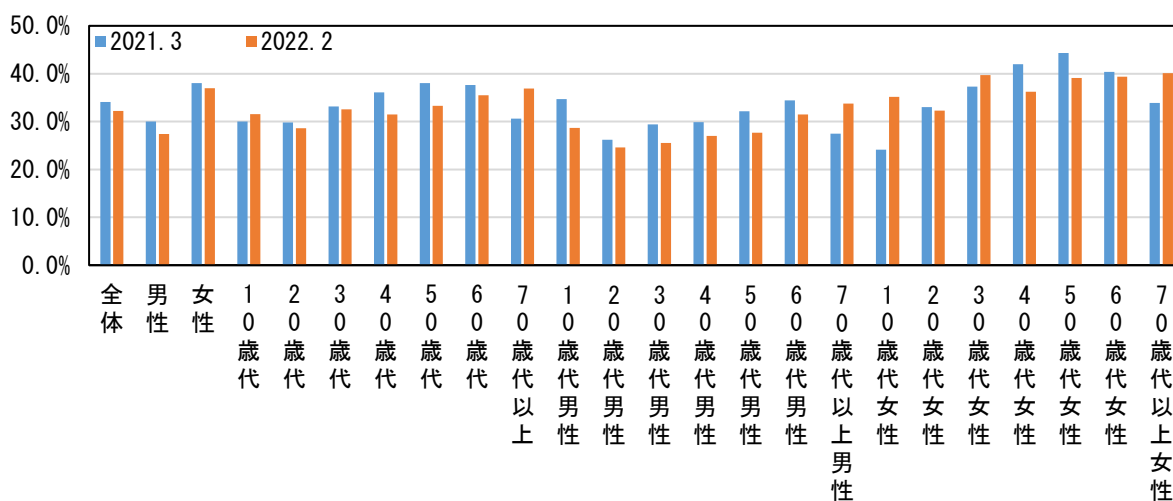


(年齢階層により異なるネットリスク認識)

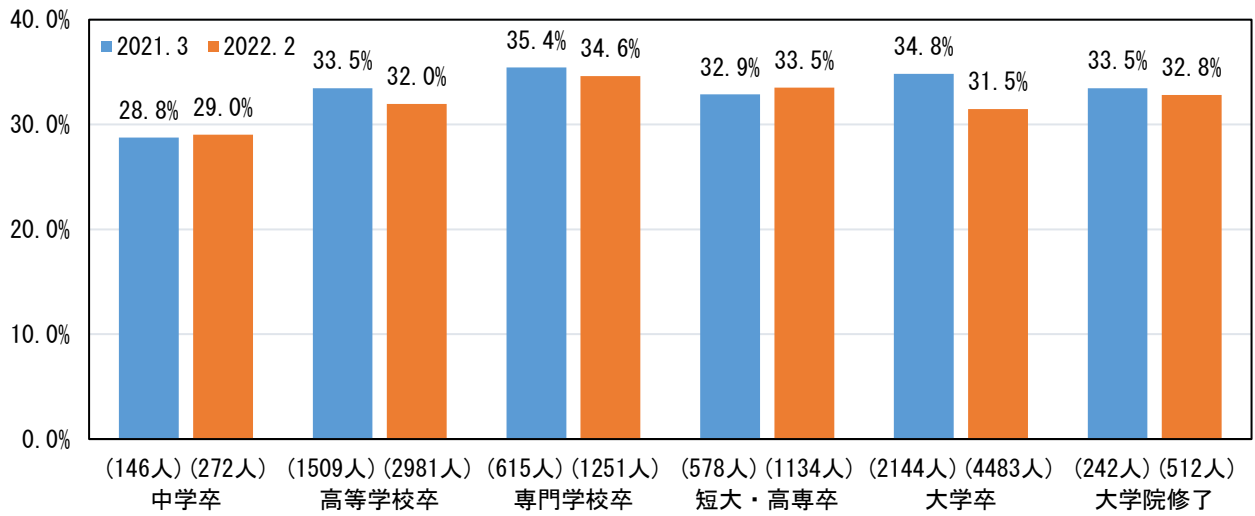
ネットリスクについて、年齢階層別にみると、女性はその年齢階層でも男性に比べてリスク意識が高い。昨年に比べて10代、70代女性でリスクを感じている割合が大きくなり、結果として、男女ともに20代でネットリスクを感じている割合が最小となった。(図表1-2-10)

最終学歴別にみても、総じて3割程度の方がネットリスクを感じており、大きな差は生じていない。

図表1-2-10 ネットリスク等の影響の変化(年齢階層別・男女別)



図表1-2-11 ネットリスク等の影響を受けている回答割合(学歴別)



第3節 働き方の変化、ワークライフバランス（WLB）

コロナ禍では感染拡大防止のため、出勤回避策としてテレワークが浸透した。通勤時間が削減されるとともに、働いている間も家で過ごすなど、WLBの在り方が変化してきたと考えられる。

1. 仕事関係時間とWLB

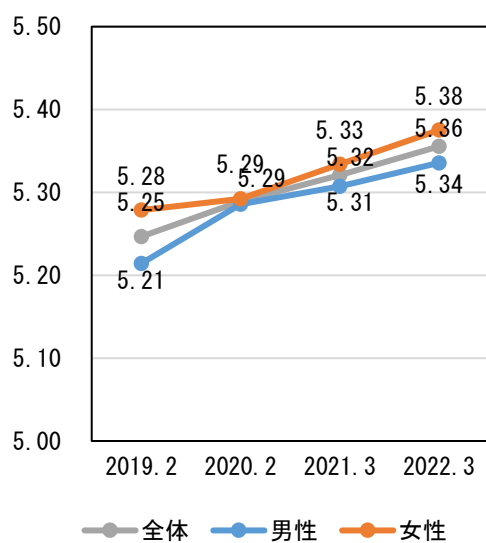
（WLB満足度の推移）

「仕事と生活（WLB）」満足度（以下WLB満足度）については、過去3回の調査を通じて上昇傾向にあり、コロナ禍前と比べて、男女ともに0.1ポイント程度上昇している。

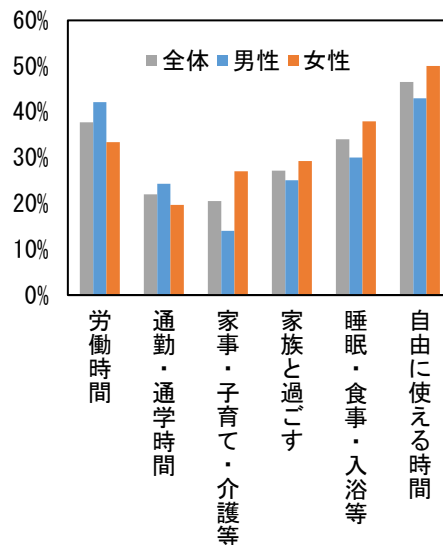
男女いずれにおいても、「自由に使える時間」が満足度等に影響する⁹という割合が大きい。仕事時間では女性より男性の方が、家事・子育て・介護等時間では男性より女性の方が影響するという割合が大きい。

図表1-3-1 WLB満足度と影響をもたらす時間の使い方

(1) WLB満足度の推移



(2) WLB満足度等に大きく影響する時間の使い方



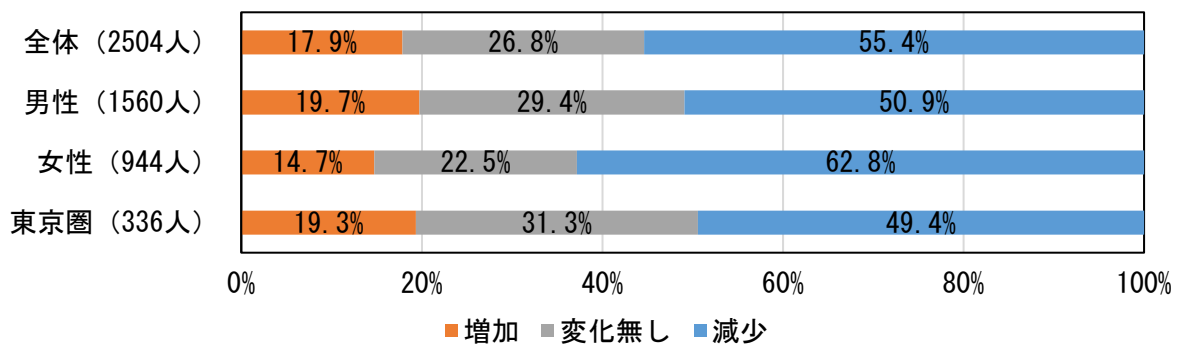
（仕事時間・通勤時間の変化とWLB満足度）

仕事や通勤に係る時間はコロナ禍で大きく変化した。そこで、コロナ禍前の第1回調査（2019年2月）と今回調査の両方で回答している就業者について、仕事時間と通勤時間の増減、WLB満足度を確認する。

仕事時間の変化をみると（図表1-3-2）、就業者全体の5割超で仕事時間が減少し、特に、女性では62.8%と6割で仕事時間が減少した。

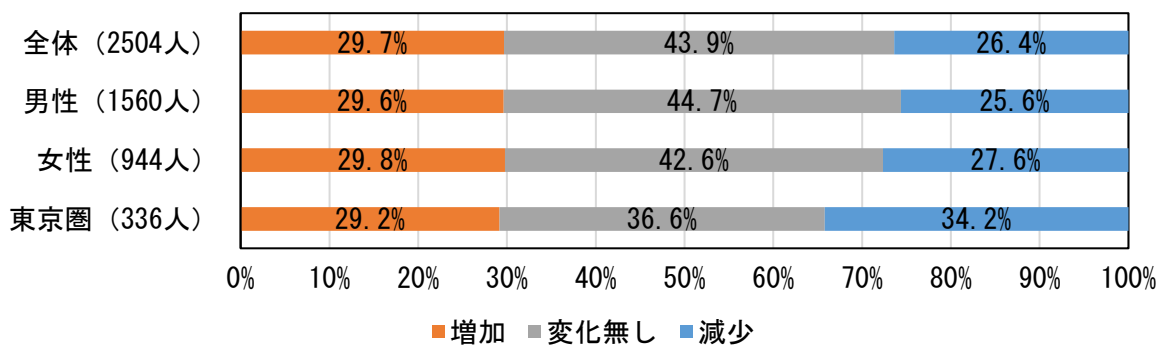
⁹ 「あなたの「仕事と生活（ワークライフバランス）」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれか。」を質問。

図表1-3-2 第1回調査(2019年2月)からの仕事時間の変化



通勤時間については(図表1-3-3)、増加した人が29.7%、減少した人が26.4%と増加した人の方が若干多い結果となった。ただし、東京圏では減少した人が34.2%となり、増加した人よりも多い。東京圏はそもそも他地域と比較して通勤時間が長かったうえ、コロナ禍でテレワーク実施率が高まった地域である¹⁰。

図表1-3-3 第1回調査(2019年2月)からの通勤時間の変化



(男女別の仕事時間と満足度の変化)

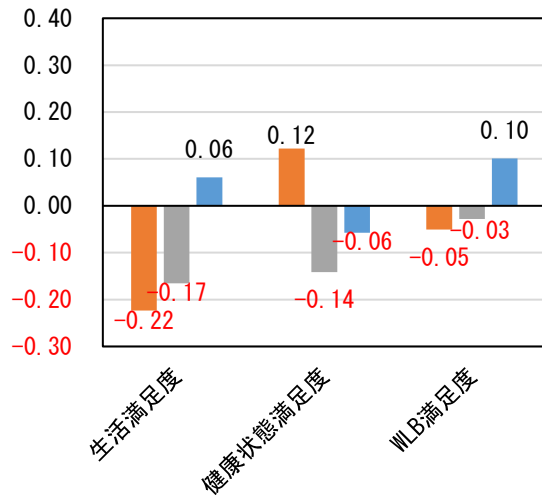
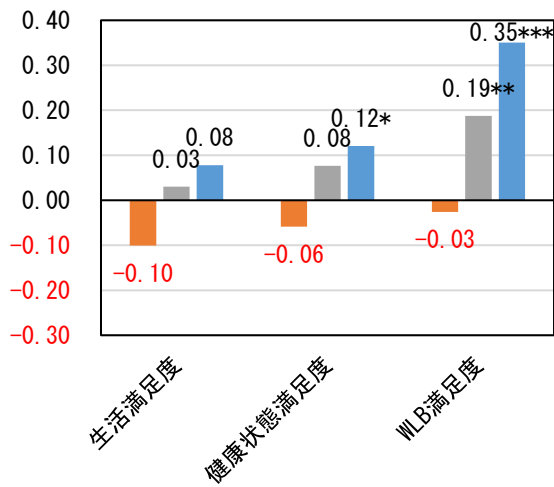
仕事時間の変化と生活満足度の他、健康状態満足度、WLB満足度の変化について、男女別に確認すると、男性では仕事時間が減少した人は満足度が上昇したとみられ、特にWLB満足度が大きく上昇している。女性については、仕事時間が増加した人と仕事時間が変化していない人の生活満足度の低下がみられるが、いずれも統計的に有意な結果となっていない。

¹⁰ 通勤時間については、総務省「社会生活基本調査」(2018年)によれば、各都道府県平均が長い順に神奈川県、千葉県、埼玉県、東京都と1~4位を東京圏地域が占めた。テレワーク普及率は、内閣府「新型コロナウイルス感染症の影響下における生活意識・行動の変化に関する調査」によれば、2021年後半時点で、東京圏で5割以上の者が実施しているのに対して、地方では2割程度に過ぎない。

図表1-3-4 仕事時間の変化と満足度の変化

(1) 男性

(2) 女性



■ 増加 (308人)
■ 減少 (794人)

■ 変化無し (458人)

■ 増加 (139人)
■ 減少 (593人)

■ 変化無し (212人)

(備考) ***, **, *は、それぞれ 1%, 5%, 10%水準で有意。

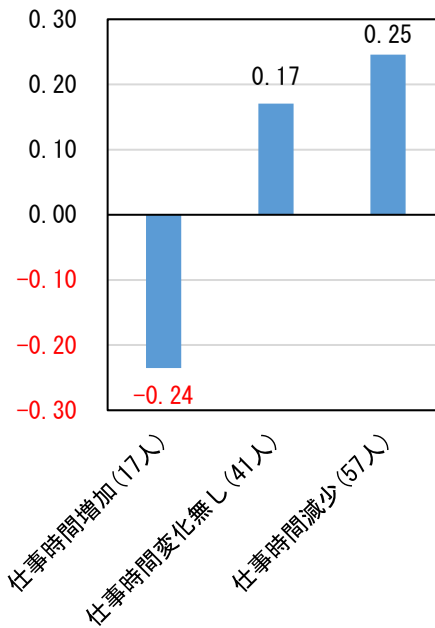
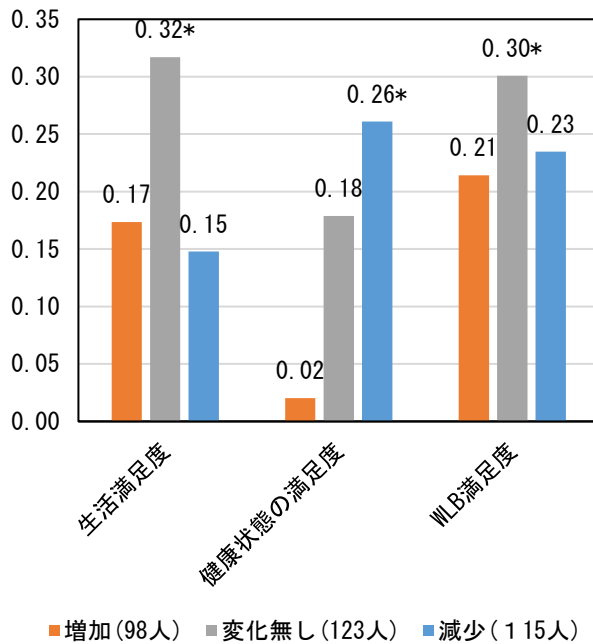
(東京圏にみる通勤時間の影響)

通勤時間が減少した割合が多かった東京圏の就業者について、通勤時間の変化別に健康状態の満足度とWLB満足度をみると、通勤時間が減少した層で、健康状態の満足度の上昇が有意に 0.26 ポイント上昇し、生活満足度や関連が強いと考えられる満足度は通勤の多寡では変化が見られなかった。そこで、通勤時間が減少した層について、生活満足度の変化を仕事時間の変化別に確認してみると、通勤時間が減少した一方で仕事時間が増加した人で満足度が低下している結果となった。

図表1-3-5 東京圏在住者の通勤時間の変化と満足度の変化

(1) 通勤時間変化と関連満足度

(2) 仕事時間変化別生活満足度



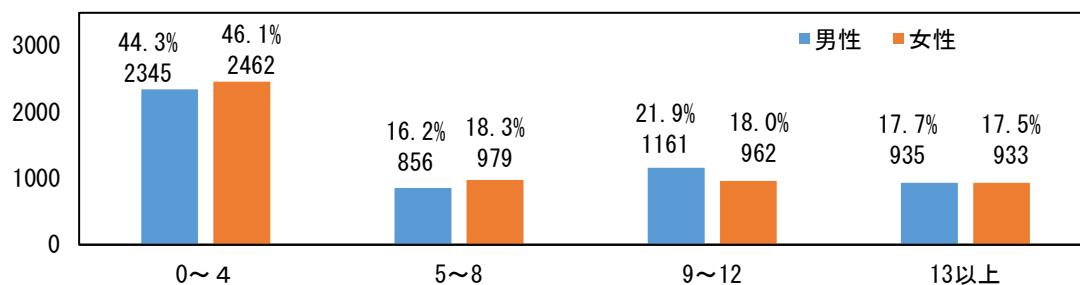
(備考) (2) の対象は、通勤時間が減少した 115 人。

コラム 心の健康状態と満足度

今回調査では、心の健康状態をチェックすることができる、いわゆるK6¹¹の調査項目を含めている。この分布をみると、半数近くが特にストレスを感じている状態ではない (K6が0~4点)。K6が5点以上のストレスを感じている割合については、ストレスの程度ごと (5~8点、9~12点、13点以上) でそれぞれ2割程度存在した。(図表1-3-6)

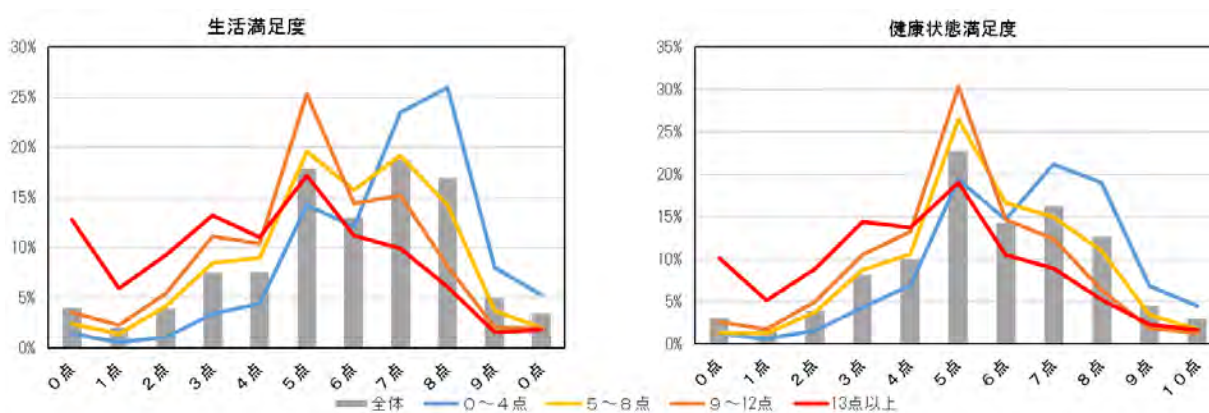
¹¹ K6とは、うつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的として開発された心の健康状態を測る指標のひとつ。「1. 神経過敏に感じましたか」、「2. 絶望的だと感じましたか」、「3. そわそわ、落ち着きがなくなりましたか」、「4. 気分が沈んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか」、「5. 何をするのも骨折りだと感じましたか」、「6. 自分は価値がない人間だと感じましたか」の6項目について、「いつも」(4点)、「たいてい」(3点)、「ときどき」(2点)、「少しだけ」(1点)、「全くない」(0点)の5段階で回答したものを点数化し、合計点数が高いほど精神的健康状態が悪い可能性があるとされる。

図表1-3-6 K6による心の健康状態の分布



心の健康状態は満足度に大きな影響をもたらす。K6の階級と生活満足度及び健康状態満足度の分布をみると（図表1-3-7）、よりストレスを強く感じる層では、4点以下で半数以上を占めるなど満足度が低い割合が多く、特にK6が13点以上の層では、1割以上が生活満足度、健康状態満足度について「0点」と回答している。ストレスが少ない層では、生活満足度及び健康状態満足度の回答が7～8点に集中しており、生活満足度では7点以上で凡そ6割を占める。

図表1-3-7 生活満足度と健康状態満足度の分布(K6水準別)

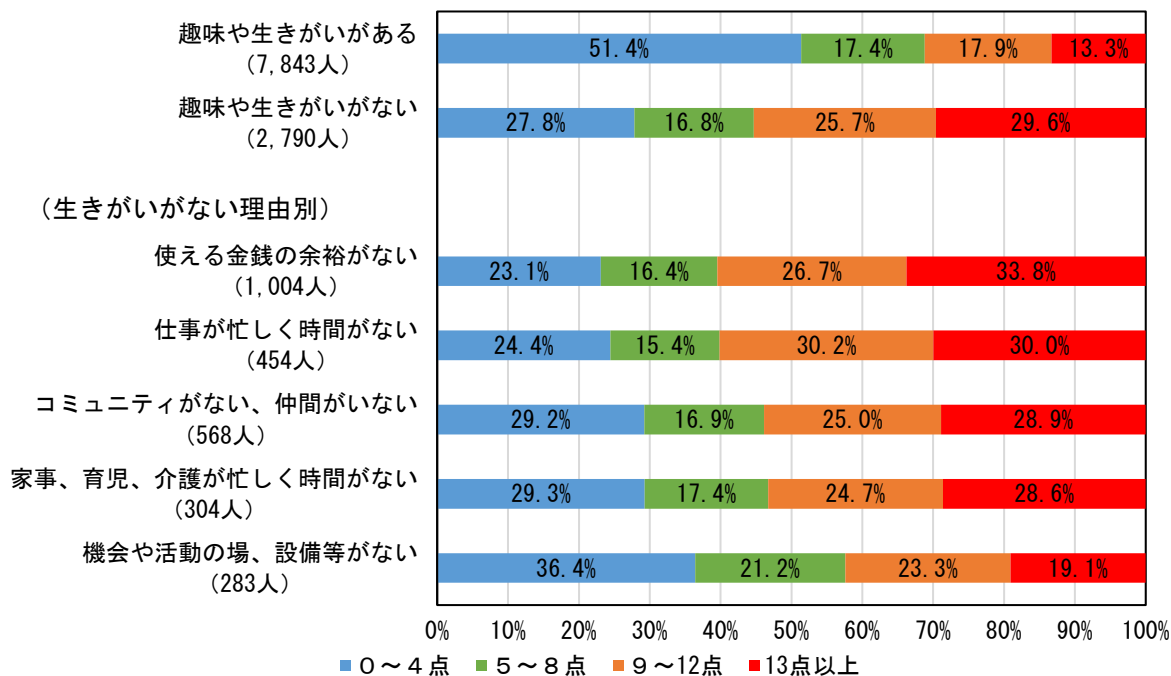


満足度にも大きな影響をもたらす¹²趣味や生きがいの有無と心の健康状態の関係を確認すると（図表1-3-8）、趣味の有無によって心の健康状態には大きな差が生じており、趣味や生きがいがあるとする人の半数以上はストレスがない状態となっているが、趣味や生きがいがないとする人の3割近くがK6の高い階層（13点以上）にあり、生きがいがない理由として、「使える金銭の余裕がない」「仕事が忙

¹² 内閣府（2020）において、生きがいがないとする人は、あるとする人と比べて、生活満足度、生活の楽しさ・面白さ満足度がともに低いことが示されている。今回調査においても生きがいがない人の生活満足度（4.55）と生活の楽しさ・面白さの満足度（4.35）は、生きがいのある人（生活満足度6.19、生活の楽しさ・面白さの満足度6.13）よりも低いことが確認された。

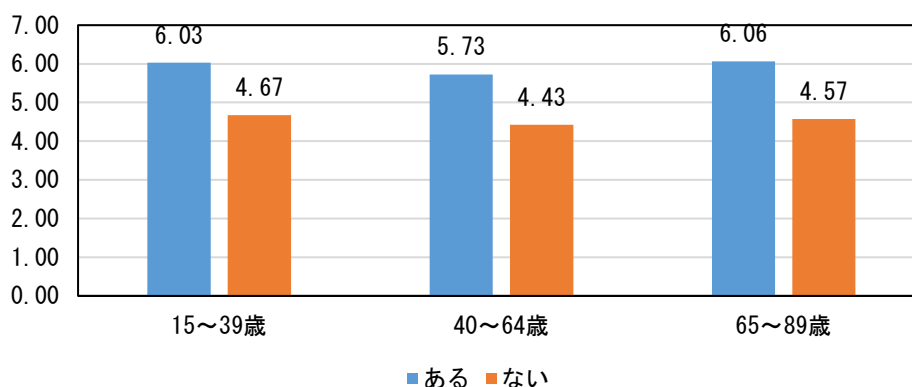
しく時間がない」とする人では、この割合は3割を超える。

図表1-3-8 趣味や生きがいの有無と心の健康状態



さらに、生きがいの有無別に健康状態満足度についても確認すると、どの年齢階層においても、生きがいがないとする人と比較して、生きがいがある人で健康状態満足度が高い。

図表1-3-9 生きがいの有無と健康状態満足度



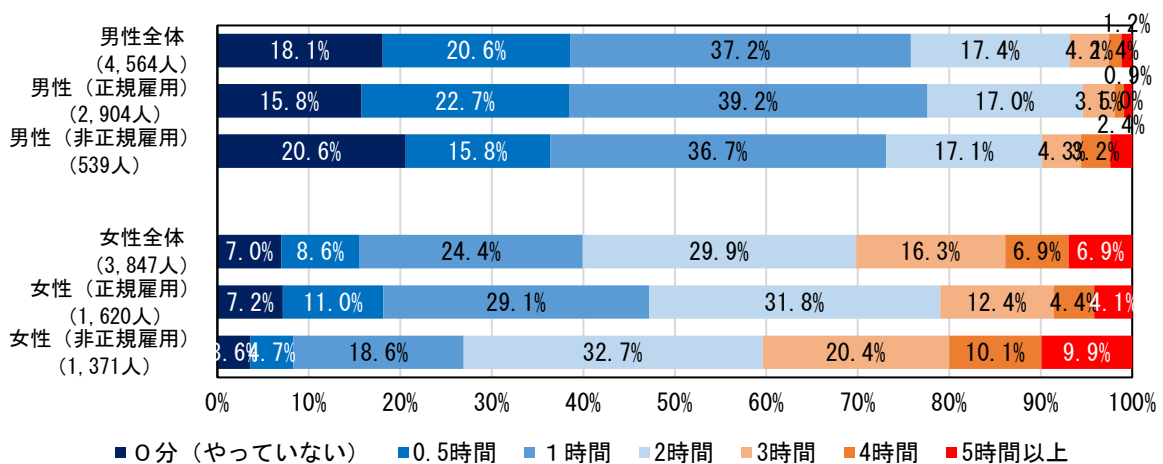
2. 家事時間とWLB

(就業状況と家事時間分布)

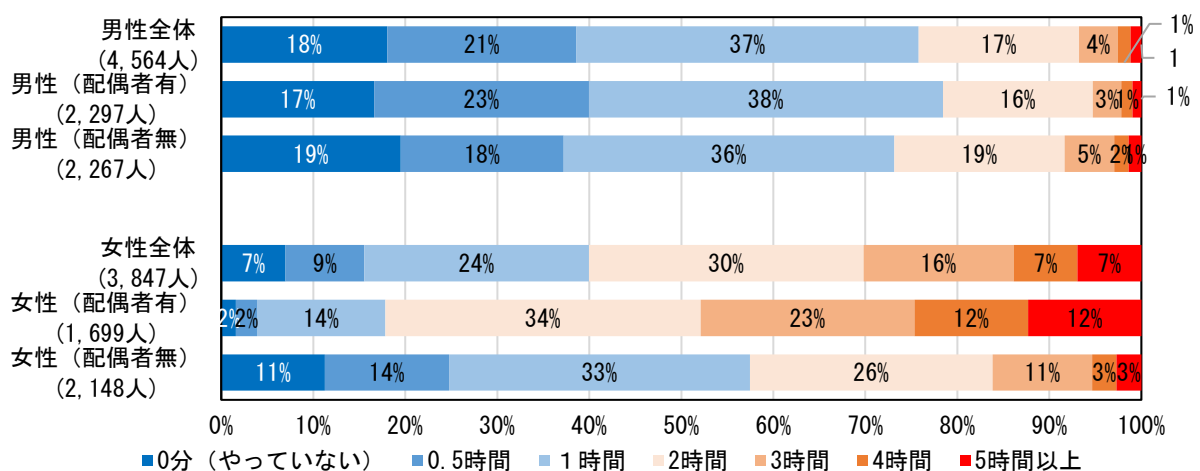
仕事と家庭時間の両立を考えるため、平日（仕事等のある日¹³）の家事時間¹⁴とWLB満足度の関係を考える。まず、平日の家事時間の分布を男女別、雇用形態別にみると（図表1-3-10(1)）、男性よりも女性の方が家事に時間をかけており、2時間以上家事にかけている割合は、男性は、雇用形態に限らず2割程度であるのに対して、女性の正規雇用者でも6割が、非正規雇用者にいたっては7割を占める。さらに配偶者の有無別¹⁵でみると（同図表(2)）、男性は配偶者の有無でほとんど違いがないのに対し、女性では配偶者がいる場合、8割以上が2時間以上、半数近くが3時間以上を家事にかけている。

図表1-3-10 就業状況と家事時間(平日1日あたり)

(1) 男女別・雇用形態別



(2) 男女別・配偶者の有無別



¹³ 無業としている場合、回答対象から除外している。

¹⁴ 食材や生活必需品購入にあてた買い物時間を含み、育児時間や介護・看護時間を含まない。

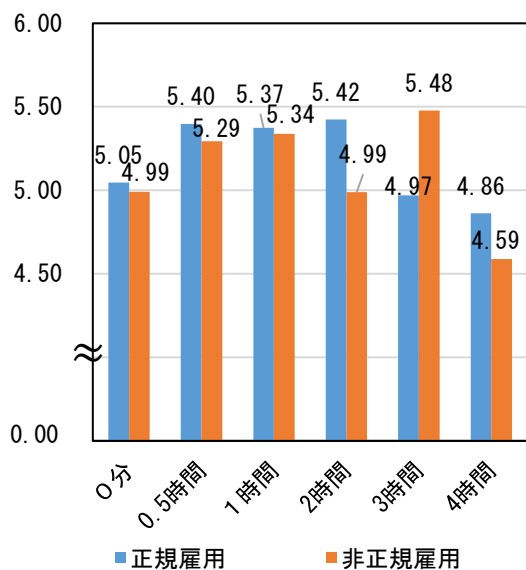
¹⁵ 同一世帯に配偶者がいる場合「配偶者有」とし、同一世帯に配偶者がいない場合（単身者を含む）を「配偶者無」とした。

(家事時間とWLB満足度)

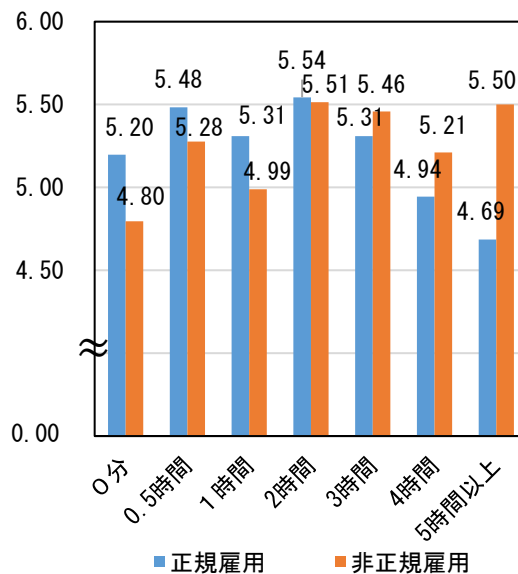
平日の家事時間とWLB満足度の関係を雇用形態別にみると(図表1-3-11)、男女で大きく傾向が異なった。男性・女性ともに、正規雇用者で3時間以上家事労働に従事している人の満足度は低くなった。女性の非正規雇用者で家事時間が長い層では満足度が低くはならない。

図表1-3-11 家事時間(平日1日あたり)とWLB満足度

(1) 男性



(2) 女性

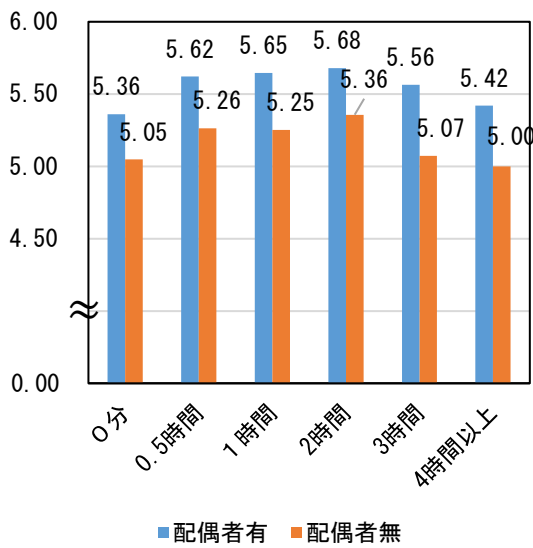


(注) 男性については、5時間以上の割合が少ないことから5時間以上を集計対象外とした。

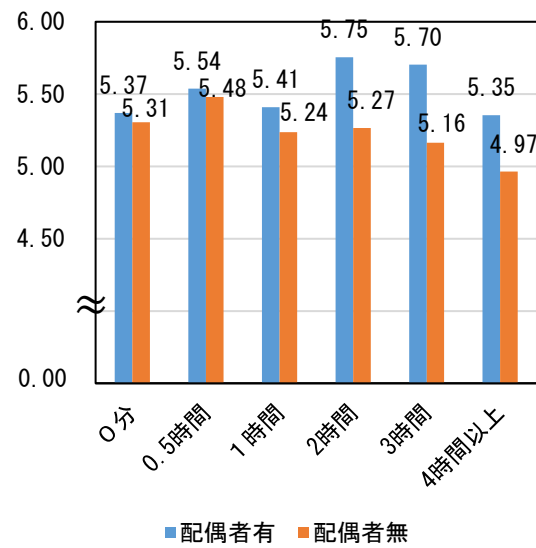
配偶者の有無で、家事時間の多寡とWLB満足度の関係をみると、(図表1-3-12) 配偶者がいない場合よりも配偶者がいる場合の方が、WLB満足度が高く、配偶者がいない場合には、家事時間が長くなると男性も女性も満足度が低下する傾向にある。

図表1-3-12 家事時間(平日1日あたり)とWLB満足度(配偶者有無別)

(1) 男性



(2) 女性



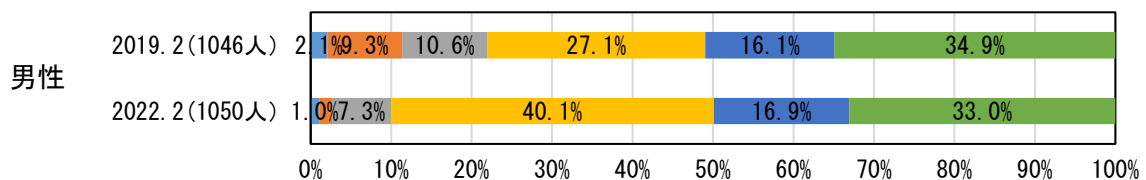
3. 子育て環境とWLB

(子どものいる世帯の仕事時間・通勤時間)

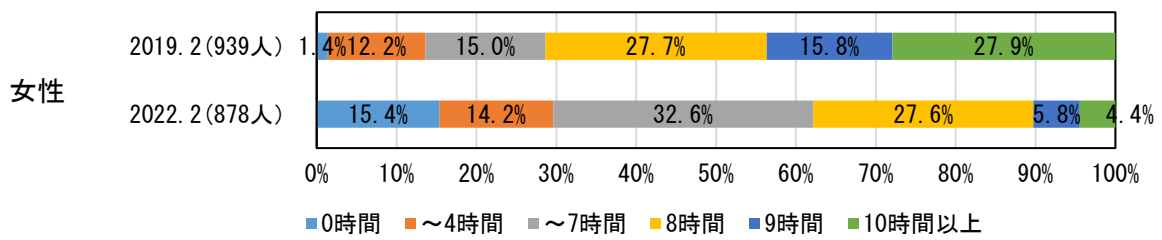
コロナ禍前(2019年2月)と今回の調査について¹⁶、中学生以下の子どもがいて就業している人に着目し、通勤・仕事時間の違いを確認してみよう。仕事時間については、男性では2019年時点と比べて8時間程度の勤務を行う人が増え、短時間で働く人が減少した。女性では9時間以上の長時間労働をしている人の割合が減り、4~7時間程度で勤務する層の割合が大きくなった。また、今回の調査(2022年2月)時点では、仕事(勤務した)時間が「0時間」となっている人が15%程度存在する。この時期に、小中学校や保育園の休校休園が相次いだことから、休暇を取得した影響がうかがえる。通勤時間については、男性で「0時間」とする割合は2019年時点と比べて小さくなったが、女性で2割程度となった。上記の休校等の影響の他、テレワーク普及などの影響が考えられる。

図表1-3-13 仕事・通勤時間分布(中学生以下の子どもがいる世帯の就業者)

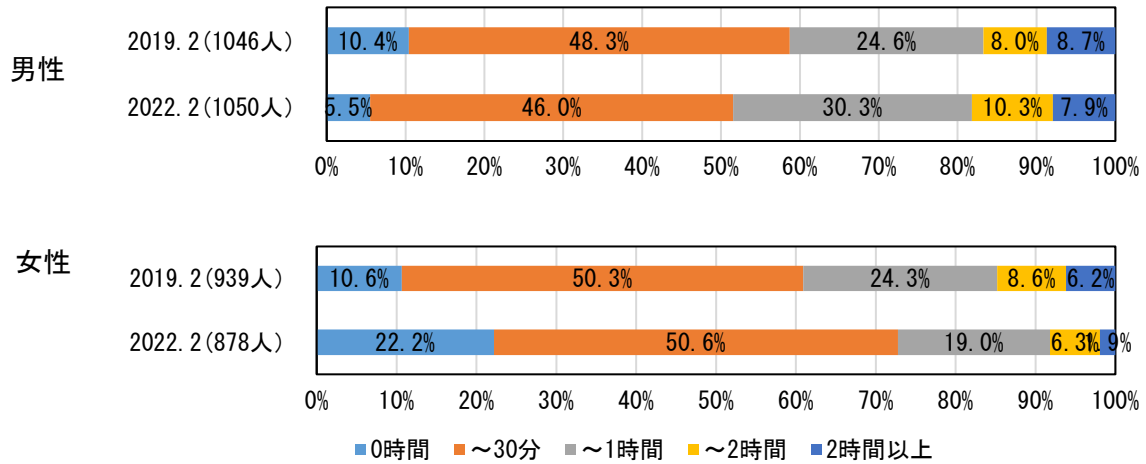
(1) 仕事時間



¹⁶ 両調査に答えている継続サンプルではなく、2019年時点と2022年時点それぞれで、子どものいる就業者を取り上げて、比較している。



(2) 通勤時間



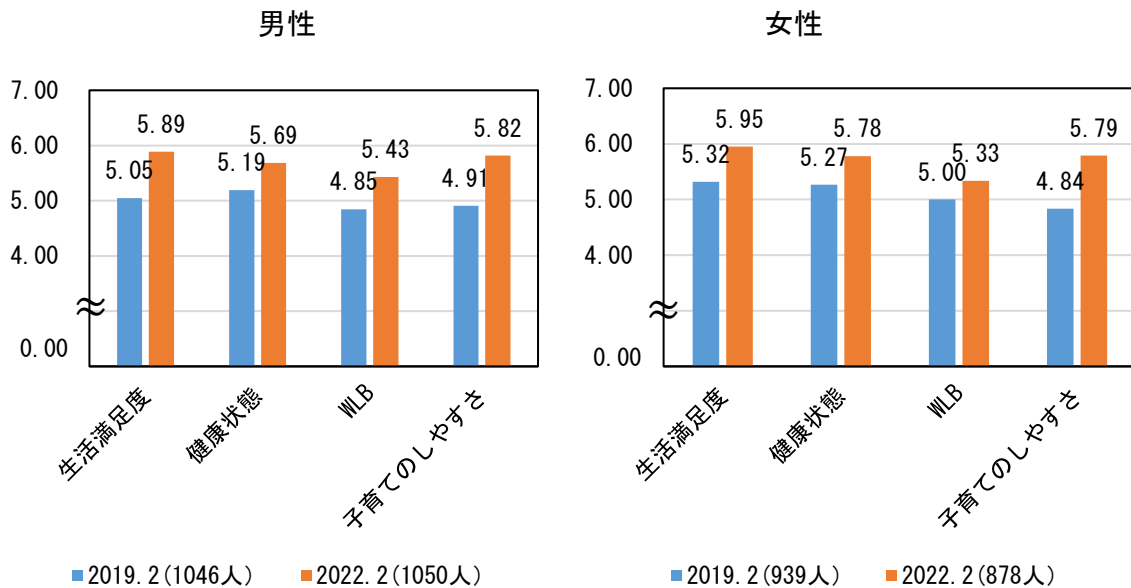
(子育て世帯の働く時間と満足度)

生活満足度、WLB満足度、健康状態満足度、子育てのしやすさ満足度をみると、中学生以下の子どもがいる就業者では、2019年時点と比べて、いずれの満足度でも大きく上昇した。なお、参考までに就業者全体で同期間のこれらの満足度をみると、変化は小さい¹⁷。

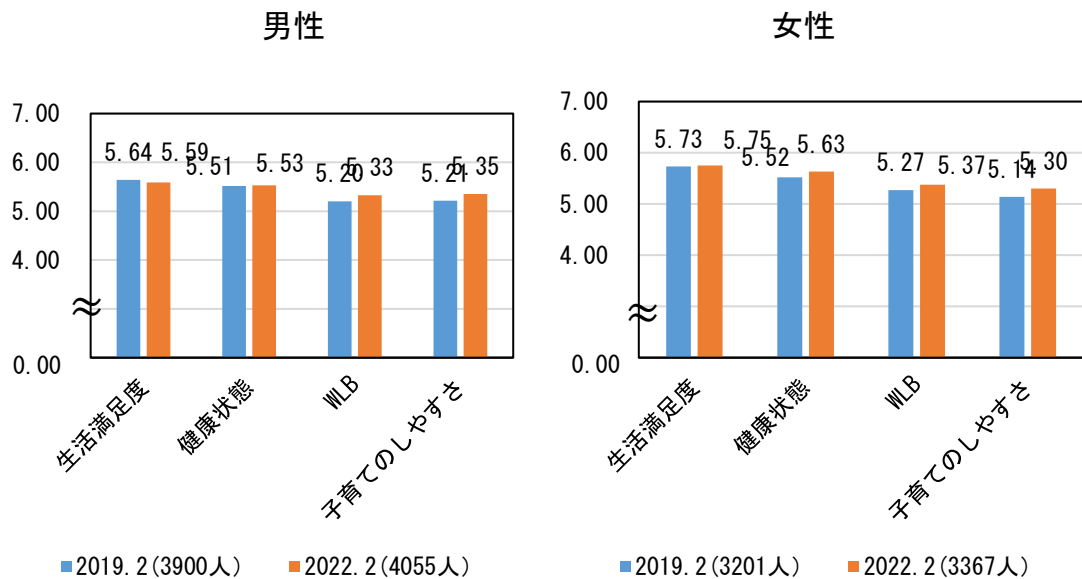
¹⁷ 就業者全体の男性では、WLBと子育てのしやすさの満足度、女性では健康とWLB満足度で統計的に有意に、2019年時点と今回の調査時点の満足度の差を確認することができるが、いずれも、中学生以下の子どもがいる世帯の就業者と比べて、その変化は小さい。

図表 1-3-14 生活満足度、健康状態・WLB・子育てのしやすさ満足度

(1) 中学生以下の子どもがいる世帯の就業者



(2) 就業者全体



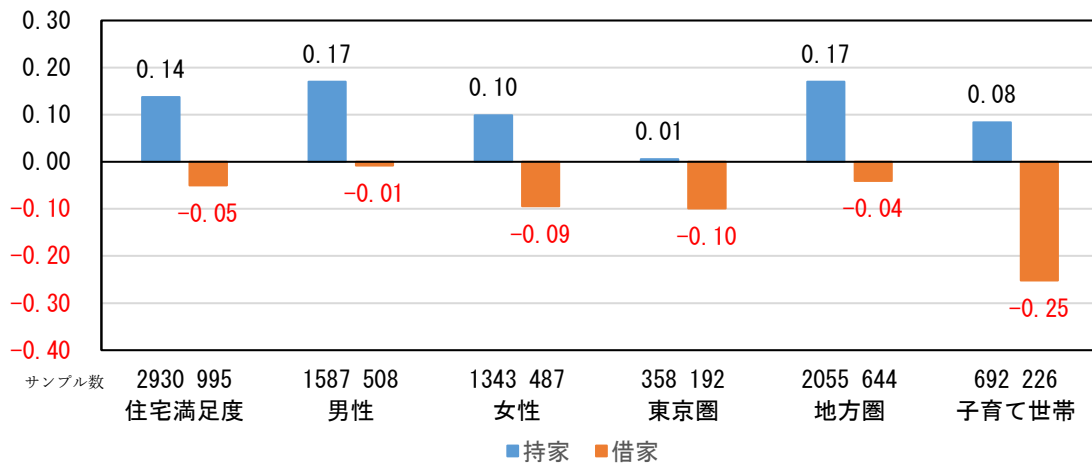
(住まいの状況と満足度)

コロナ禍では、テレワークの普及のほか外出自粛の動きなど、家で過ごす時間が増える傾向にあり、住宅環境が生活に多くの影響をもたらすことが想定される。

住宅満足度について、属性別かつ住まいが持家か借家かという状況に分けて、昨年の値と本年の値を比較してみた。いずれの属性においても、持家の場合は住宅満足度が総じて高まり、借家では低下するという傾向がみられた。ただし、東京圏では持家でも満足度はほとんど変わらず、地方圏において大きく上昇した。また、男

性では、借家でも満足度の低下幅は小さいが、子育て世帯¹⁸においては、借家の世帯で満足度が低下している。

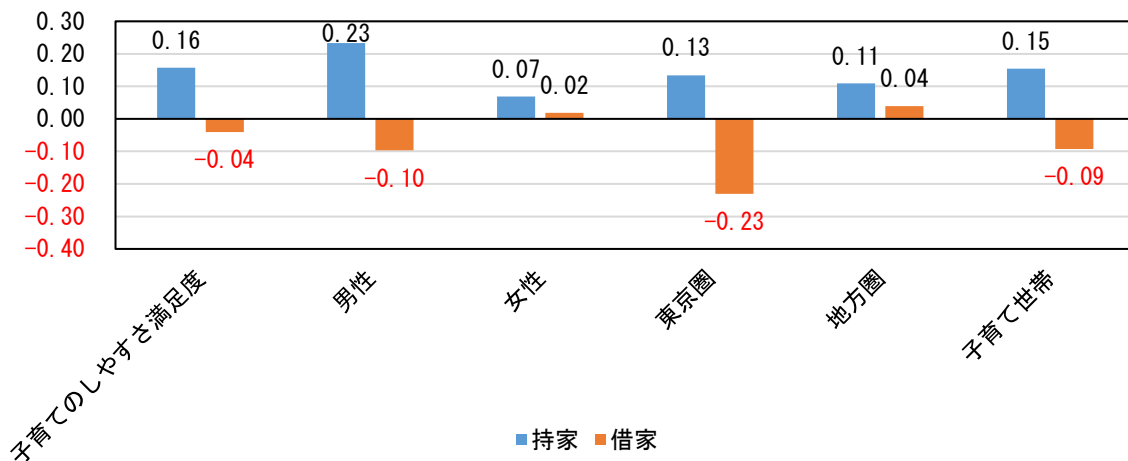
図表1-3-15 住宅保有と住宅満足度の変化(男女別・地域別・子育て世帯)



(住まいと子育てのしやすさ満足度)

住宅の保有状況の違いによって、特に子育て世帯では住宅満足度に大きな違いがあったが、子育てのしやすさ満足度も住まいの状況に大きく影響を受けているとみられ、特に東京圏では借家の場合の満足度の低下幅が大きい。

図表1-3-16 住宅の保有状況と子育てのしやすさ満足度の変化
(男女別・地域別・子育て世帯)

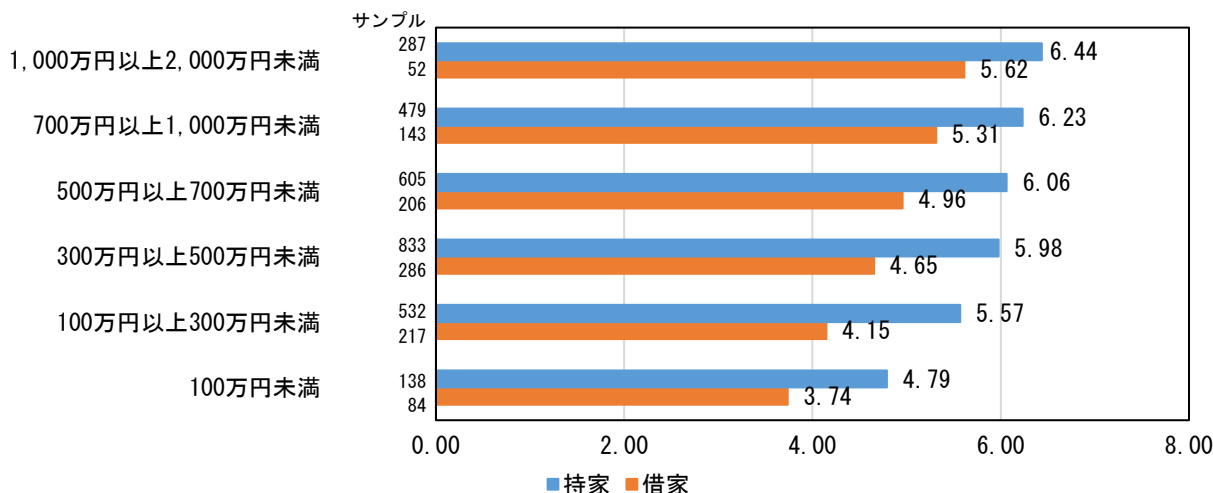


¹⁸ 18歳以下の子どもがいる世帯。

(世帯年収別住宅満足度)

住宅の保有状況は年収に左右される可能性を考え、世帯年収別に住宅満足度を確認したところ、年収が高まれば住宅満足度は高い傾向にあるが、持家であるか否かの差が大きい結果となった。世帯年収が100万円以上300万円未満で持家に住む層の満足度は、世帯年収が700万円以上1000万円未満で借家に住む層の満足度を上回る。

図表1-3-17 住宅の保有と住宅満足度(世帯年収別)

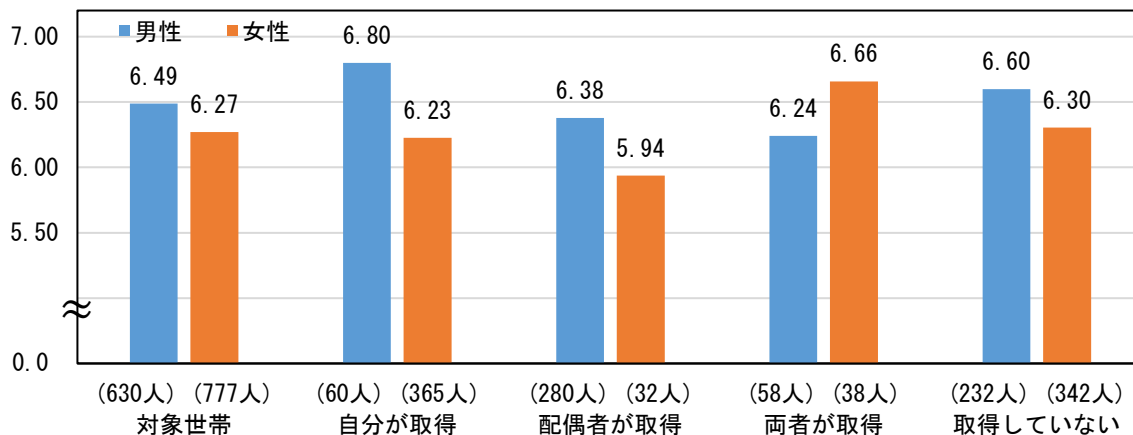


(育児休業取得とWLB満足度)

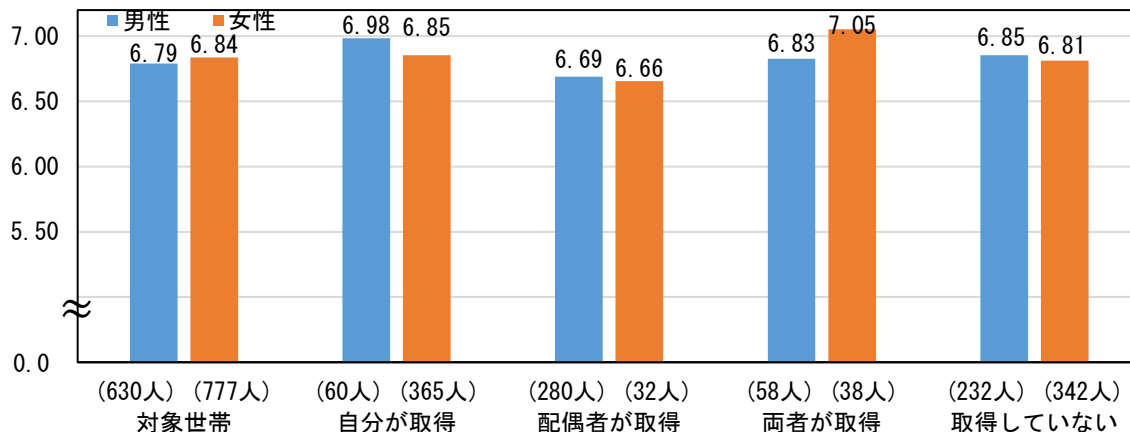
未就学児のいる世帯(以下「対象世帯」)について、育児休業取得とWLB・子育てのしやすさ満足度の関係性をみてる。WLB満足度についてみると(図表1-3-18(1))、男性では自分が育児休業を取得した場合に最も満足度が高く、女性では自身と配偶者の両者が取得した場合がもっとも高い結果となった。子育てのしやすさに満足度(1-3-18(2))でも、同傾向がみられる。

図表1-3-18 WLB、子育てのしやすさ満足度(育児休業取得状況別)

(1) WLB満足度



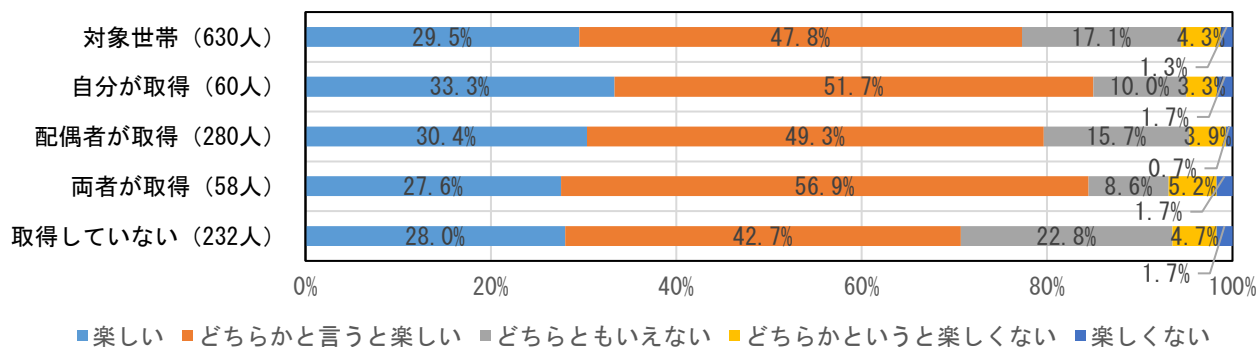
(2)子育てのしやすさ満足度



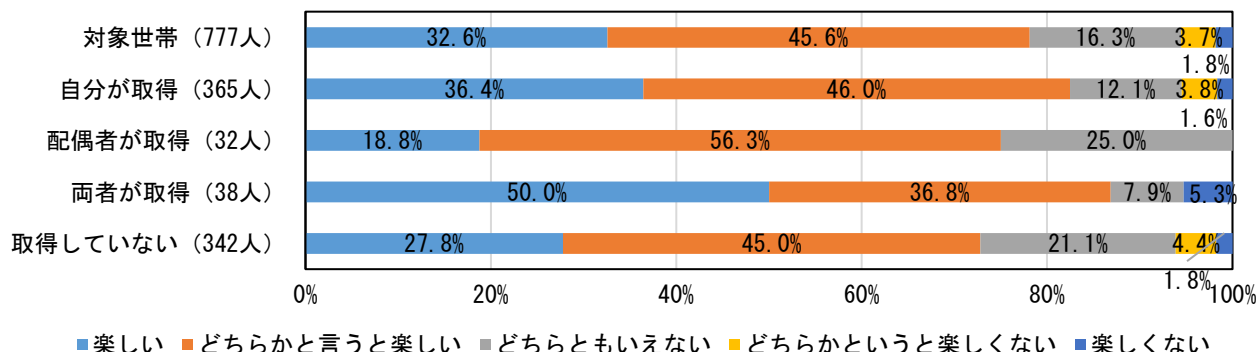
子育ての感じ方についても育児休業の取得状況別に確認してみると(図表1-3-19(2))、特に女性で両者ともに育児休業を取得している場合は、子育てが「楽しい」と回答する割合が大きい結果となった。

図表1-3-19 子育ての感じ方(男女別・育児休業取得状況別)

(1)男性



(2)女性



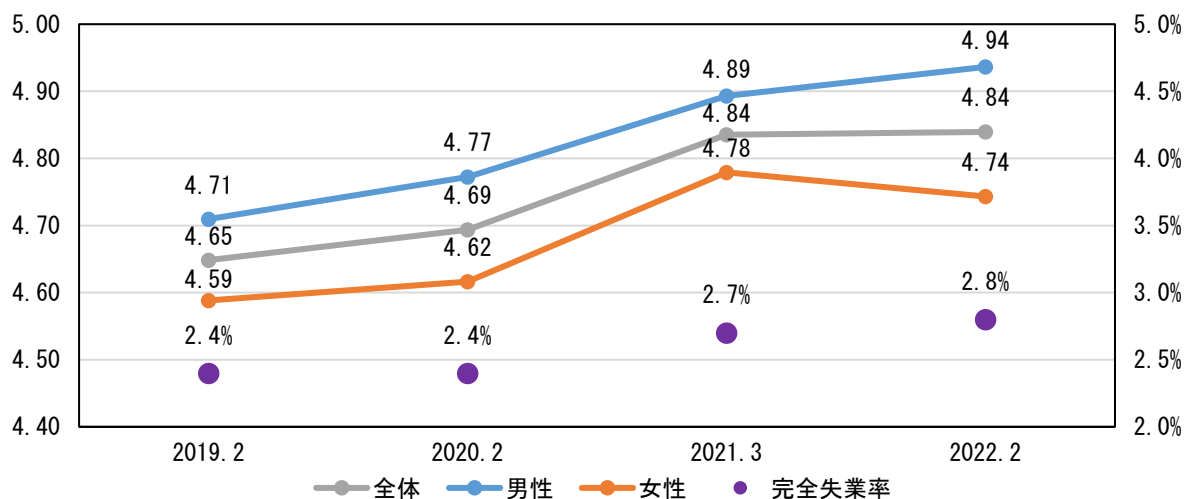
第4節 長引くコロナ禍の影響を受ける雇用、所得環境

1. 雇用環境と賃金の満足度に影響を与えるもの

(雇用環境と賃金満足度の推移)

「雇用環境と賃金」の満足度（以下「雇用賃金満足度」）の推移をみると（図表1-4-1）、緩やかな上昇がみられる。新型コロナウイルス感染症の感染拡大により人々の労働環境には大きな変化が生じたとみられるが、雇用調整助成金の拡充等により失業率が他国などと比べれば低水準に抑えられており、全体的に今日の安定性が保たれたことも影響していると考えられる。

図表1-4-1 雇用賃金満足度と失業率¹⁹



(雇用形態²⁰と雇用賃金満足度)

雇用形態別で雇用賃金満足度には差があり、非正規雇用者は正規雇用者と比べて、雇用賃金満足度が低い（図表1-4-2）。

年収階層ごとに正規・非正規雇用それぞれの雇用賃金満足度をみると（図表1-4-3（1））、雇用形態間の差は大きくない。非正規雇用全体の満足度平均が正規雇用全体のそれと比べて低いのは、非正規雇用者の約8割が300万円未満であるなど、正規雇用者と比べて低い年収階層に多いことによると考えられる²¹。

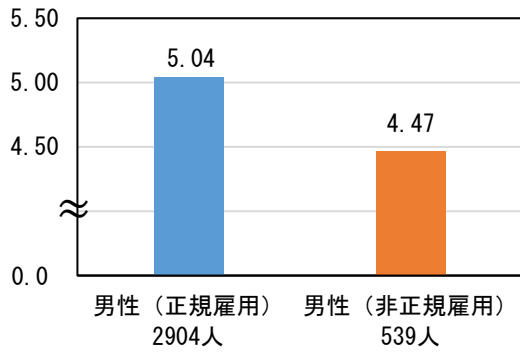
¹⁹ 総務省「労働力調査（基本集計）」より。

²⁰ 雇用形態については、「正規雇用」、「非正規雇用」、「会社などの役員」、「自営業（手伝いを含む）」、「内職・在宅ワーク」がある。うち正規雇用が約61%、非正規雇用が約26%と、被雇用者が大層を占める。

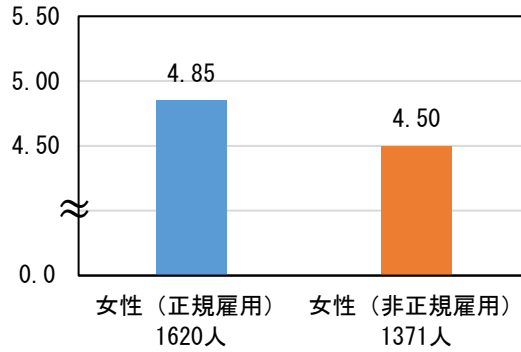
²¹ 厚生労働省「賃金構造基本統計調査」によれば、正社員・正職員以外（産業計・事業所規模5人以上）の平均月額給与（きまってもらう給与）と正社員・正職員のそれに対する割合は、2000年代半ばには6割程度であったが、2021年には67%に上昇し、正規と非正規の賃金の差は縮小傾向にある。

図表1-4-2 就業形態別の雇用賃金満足度

(1) 男性

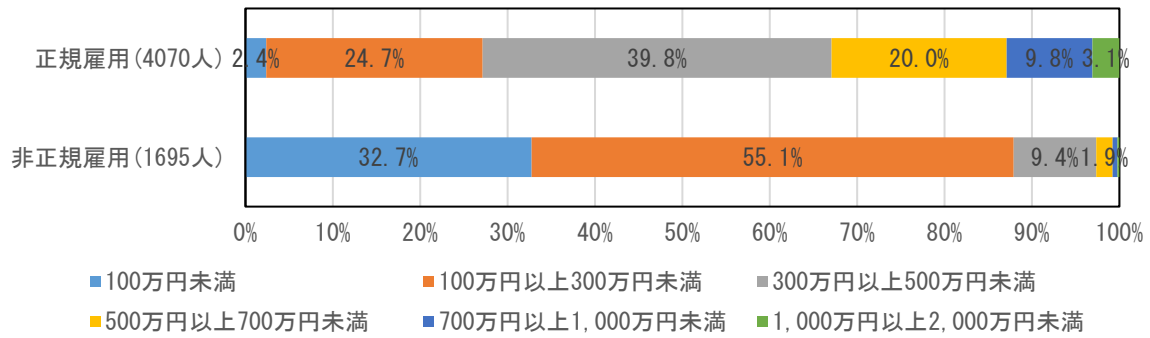


(2) 女性

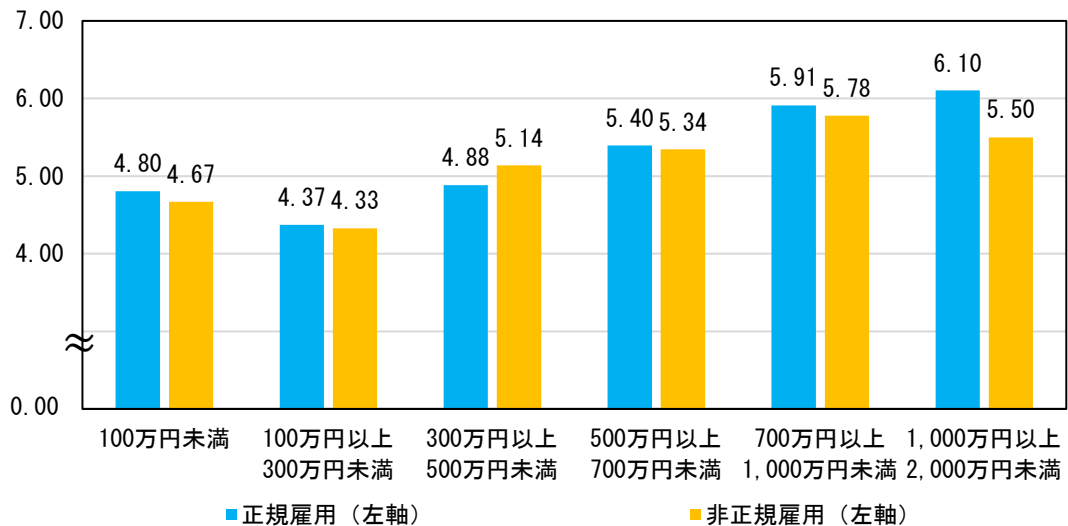


図表1-4-3 年収階層と雇用賃金満足度（雇用形態別）

(1) 年収階層



(2) 年収階層と雇用賃金満足度



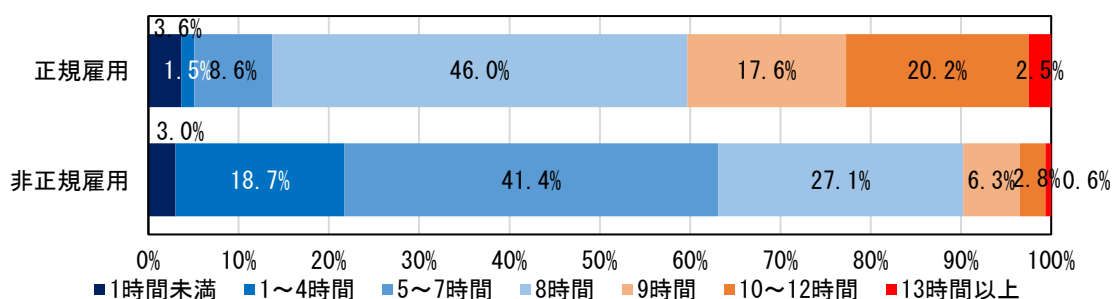
(備考) 年収について「2,000万円以上」及び「答えたくない」層を除く。

(仕事時間分布と所得)

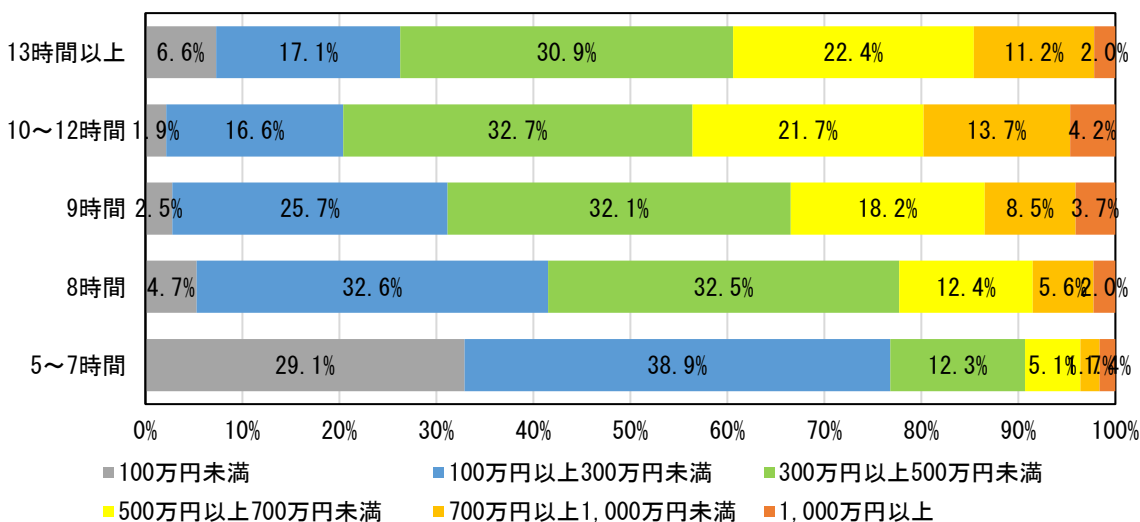
仕事時間の分布を雇用形態別にみると、正規雇用者は仕事時間「8時間」の割合が最も高く、全体の約半数を占めているが、非正規雇用者は、仕事時間「5～7時間」の割合が最も大きくなっている。また、仕事時間が10時間以上の割合は、正規雇用者では、22.7%を占めているが、非正規雇用者では、3.4%と小さい。(図表1-4-4)。

仕事時間と収入の関係を見ると(図表1-4-5)²²、仕事時間が長いほど本人年収500万円以上700万円未満の割合が大きくなり、100万円以上300万円未満の割合が小さくなるが、300万円以上500万円未満の割合は仕事時間8時間を超えてもほとんど変わらない。

図表1-4-4 仕事時間の分布(雇用形態別)



図表1-4-5 仕事時間と本人年収



(備考) 年収について「答えたくない」層を除く。

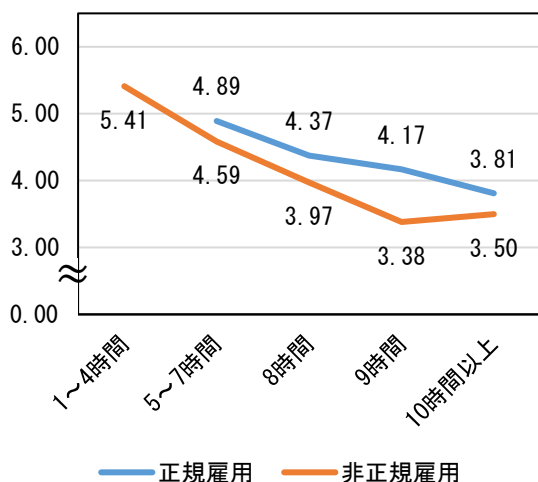
²² 1時間未満や1-4時間では学生アルバイト等が多く含まれることから、労働時間と本人年収の分析では省く。

(雇用賃金満足度と仕事時間の長さ)

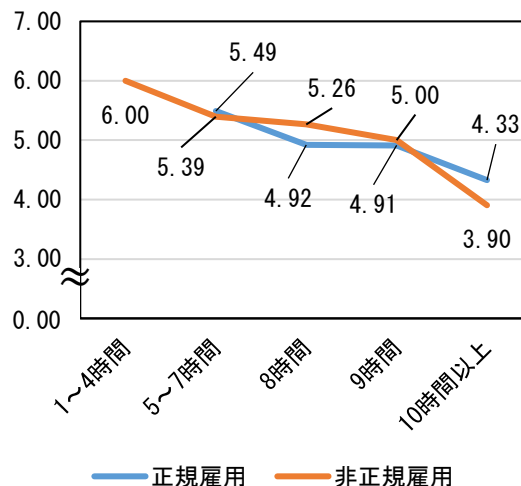
仕事時間が長く本人年収が低いほど、雇用賃金満足度が低くなる傾向にある(図表1-4-6)。100万円以上300万円未満の層では、仕事時間で見た満足度は正規雇用者に比べて低いが(同図表(1))、年収300万円以上500万円未満では正規雇用者と非正規雇用者で大きな違いは認められない。

図表1-4-6 仕事時間及び本人年収と満足度

(1) 年収 100-300 万円



(2) 年収 300-500 万円



(産業別での雇用環境の変化)

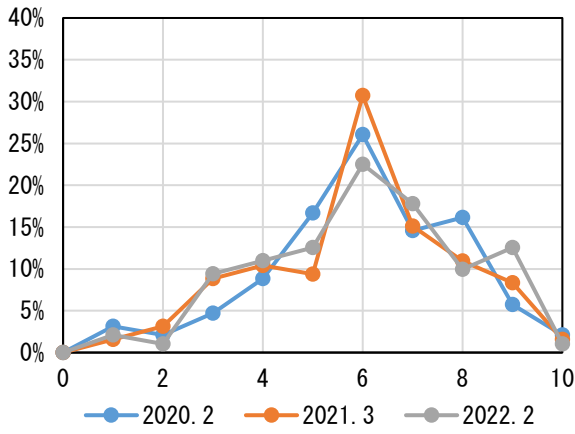
産業別に、雇用環境の変化を確認する。従事する人口が多い製造業とサービス業、コロナ禍で大きな影響を受けたと考えられる医療福祉、サービスの提供体制がオンラインに大きく切り替わった教育・学習支援業のWLB満足度と雇用賃金満足度をみてみよう。

まず、WLB満足度の分布をみると(図表1-4-7)、製造業、サービス業や医療福祉は、6を最頻値とした山なりの形状で、コロナ禍前と変わりはないが、徐々に上下の数値の割合が大きくなり、分散が大きくなってきている。教育学習支援業では、コロナ禍前は7-8が最頻値と高かったが、現在は他の産業と同じく6が最頻値となった。

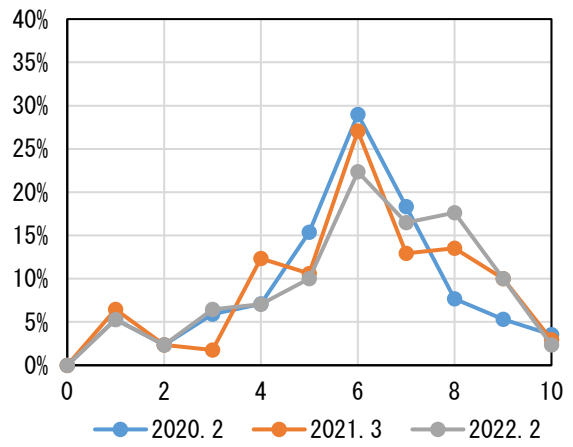
雇用賃金満足度では(図表1-4-8)、医療福祉で満足度が高い値に、つまり右に山がシフトしているのに対して、教育支援業では左に山がシフトしている。

図表1-4-7 産業別WLB満足度の分布変化

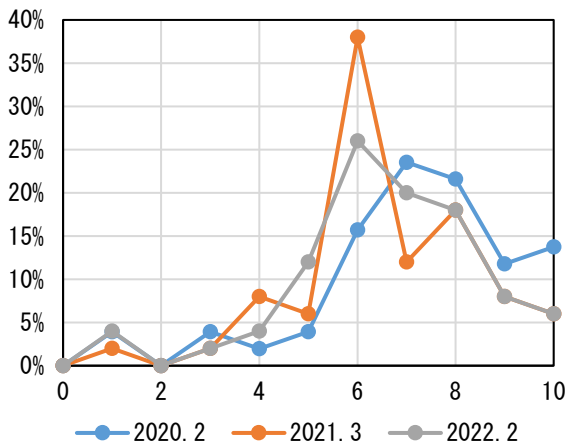
(1) 製造業



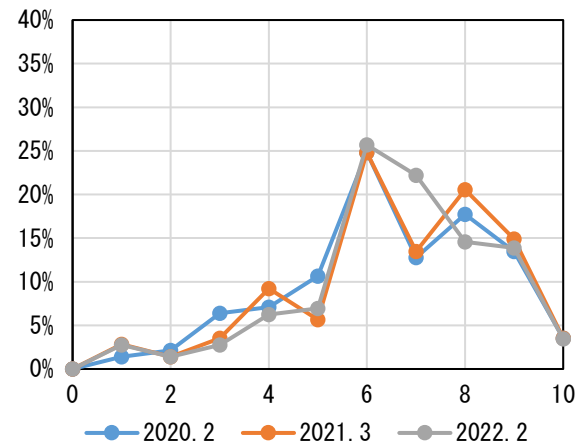
(2) サービス業



(3) 教育、学習支援業

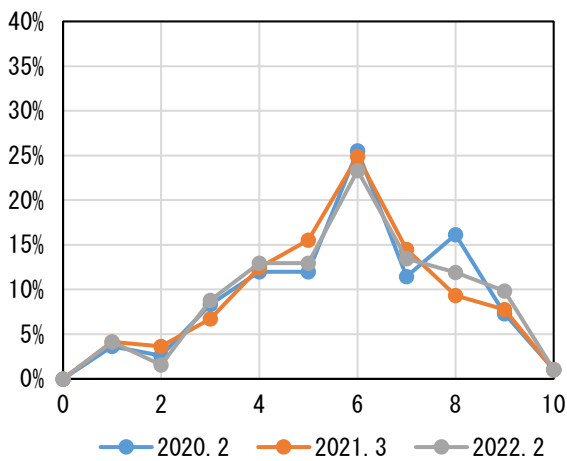


(4) 医療、福祉

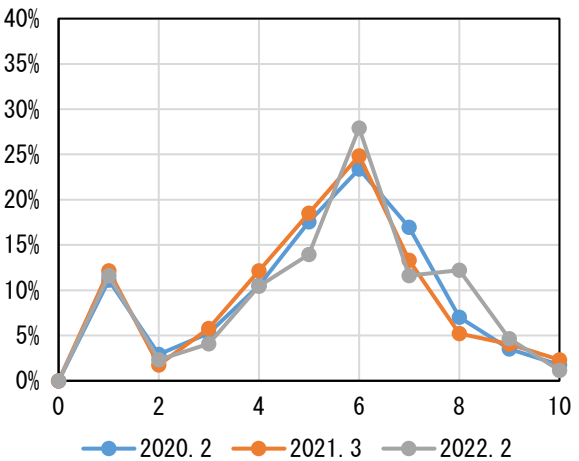


図表1-4-8 産業別雇用賃金満足度の分布変化

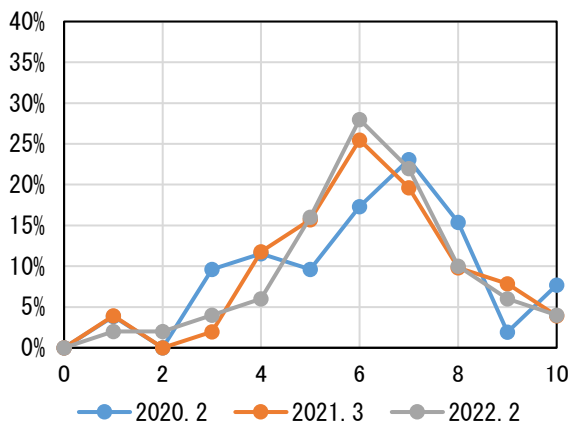
(1) 製造業



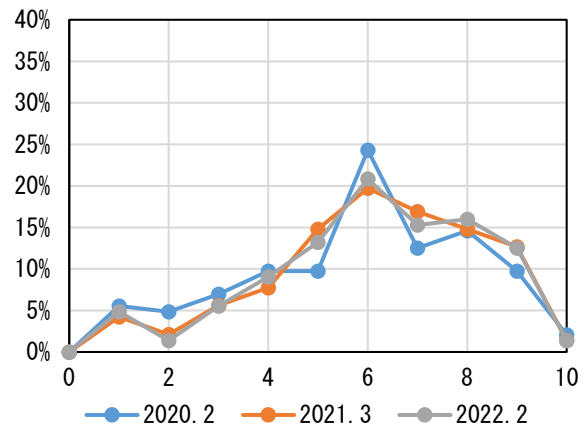
(2) サービス業



(3) 教育、学習支援業



(4) 医療、福祉



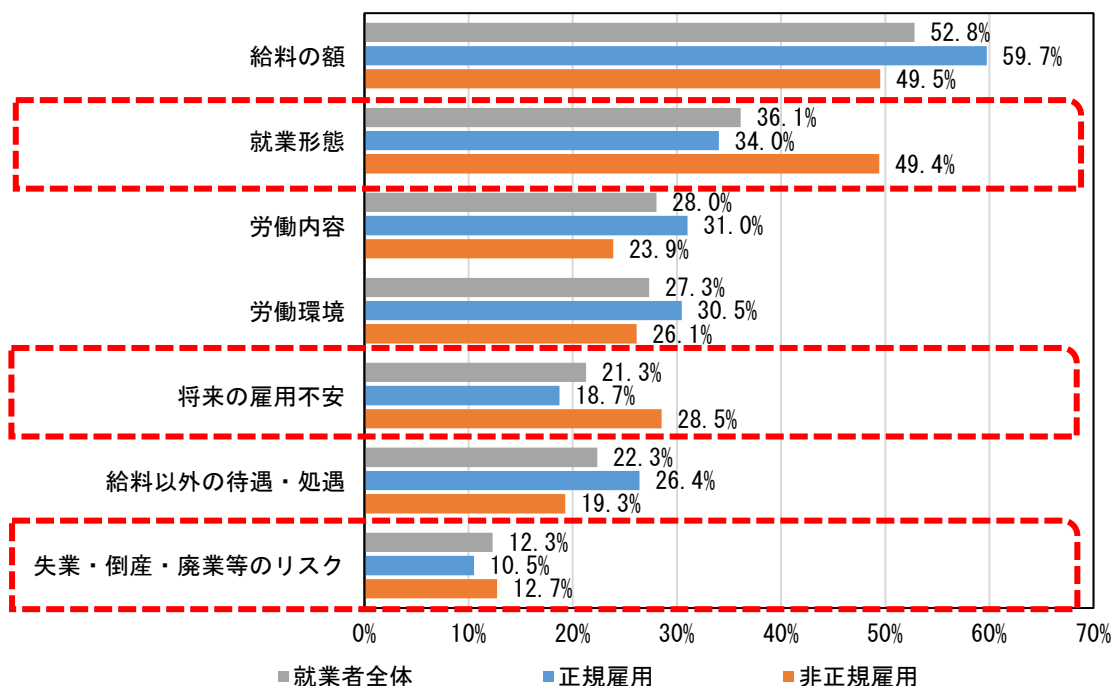
(備考)2020年2月、2021年3月、2022年2月と同じ産業についていたサンプルに限定。

2. 就業形態と雇用不安

(非正規雇用と雇用不安)

雇用賃金満足度に影響を与える項目を雇用形態別にみると、給与の額や労働内容や環境などで、正規雇用の方が非正規雇用者よりも高い。一方、就業形態（正規・非正規等）や将来の雇用不安、失業等のリスクなど、就業継続そのものに対する項目で、非正規雇用者が正規雇用者よりも高いという特徴がある（図表1-4-9）。

図表1-4-9 雇用形態と雇用賃金満足度に影響を与える項目割合

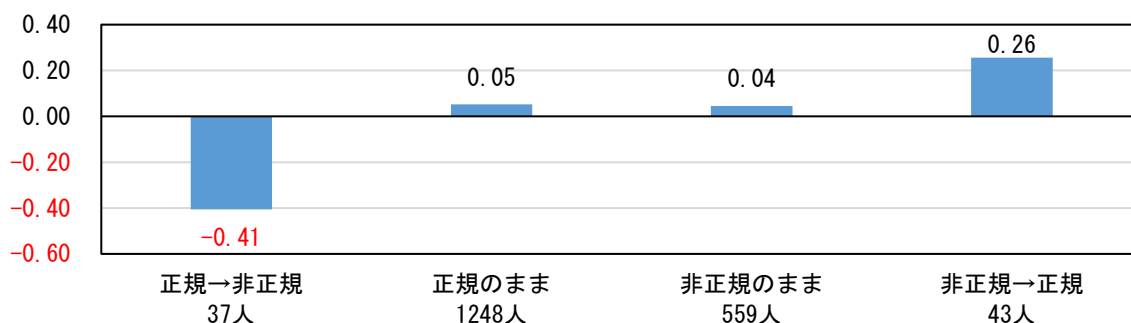


（雇用形態の変化と満足度）

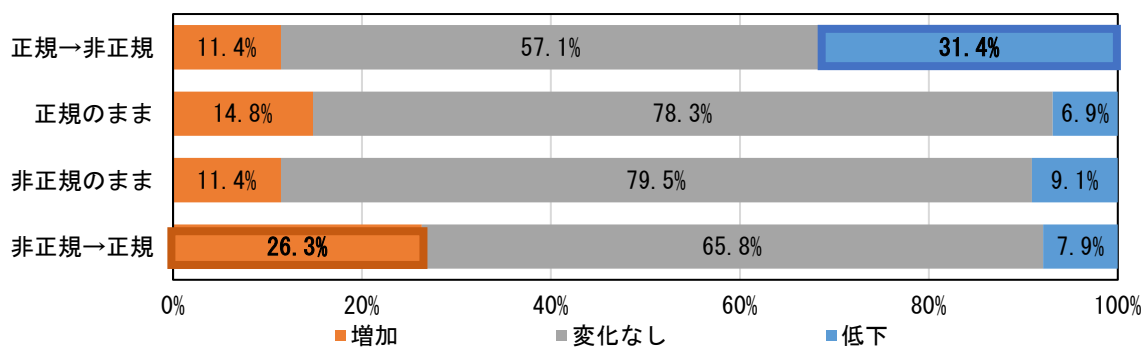
昨年（2021年3月）と今回の調査の両方に回答したサンプルについて、雇用形態の変化²³と満足度の変化をみると、統計的に有意な結果とはなっていないが、正規雇用から非正規に雇用形態が変化した層は雇用賃金満足度が低下し、非正規雇用から正規雇用へ変化した層は雇用賃金満足度が上昇する傾向がみられる（図表1-4-10）。

正規雇用から非正規雇用へ雇用形態が変化した層では3割超が、年収が低下したとしている一方で、非正規雇用から正規雇用へ変化した層の3割近くが、年収が増加したとしている（図表1-4-11）。

図表1-4-10 雇用形態の変化と雇用賃金満足度の変化



図表1-4-11 雇用形態の変化別 年収の変化割合



（不本意非正規²⁴と満足度）

年齢階層別にみると、非正規雇用者は30歳代、40歳代、60歳以上で4割超とその割合が大きい。こうした非正規雇用で従事している人のうち、「正規の社員・従業員の仕事がない」という理由によって非正規雇用に従事している状況（所謂「不本意非正規」）については、50歳代が最も大きい。この不本意非正規に当てはまる人は、非正規雇用全体平均

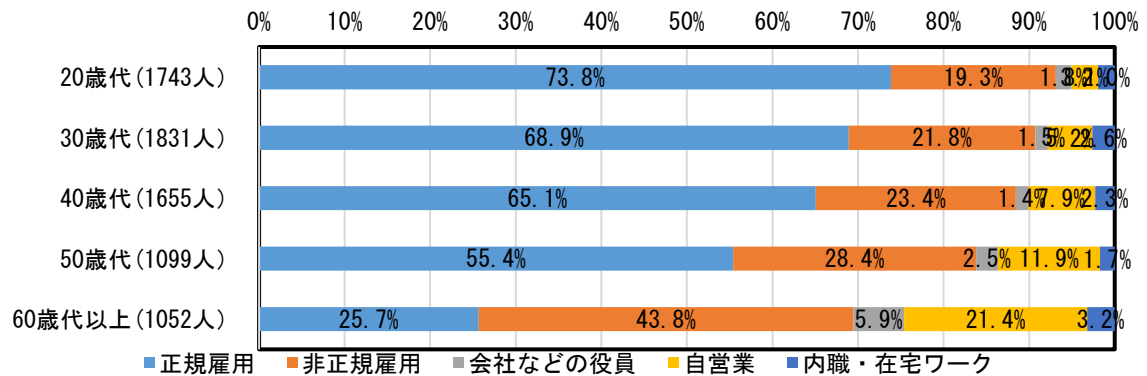
²³ それぞれ正規雇用1,361人、非正規雇用659人のうち、「正規のまま」は91.7%、「非正規のまま」は84.8%という結果であった。

²⁴ 非正規雇用（1,910人）のうち、その就業理由について「正規の職員・従業員の仕事がないから」を選択した人で非正規雇用の4分の1程度を占める。これは就業構造基本調査（平成29年）の同定義のサンプルの占める割合（38.2%）と比べて、小さい。

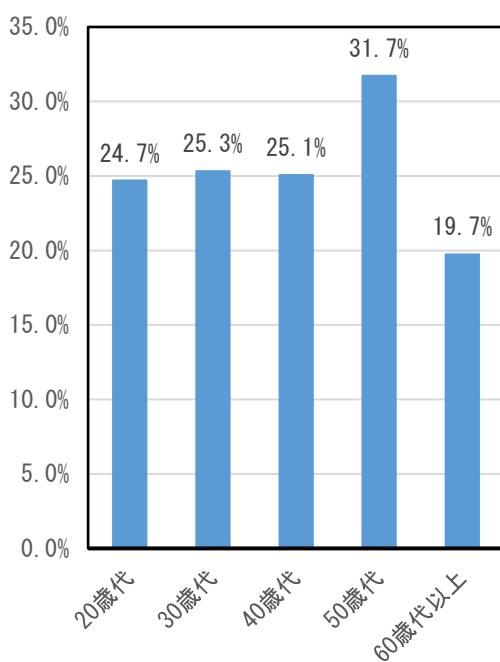
と比べて満足度が低い(図表1-4-12)。

図表1-4-12 年齢階層別 不本意非正規割合と雇用賃金満足度

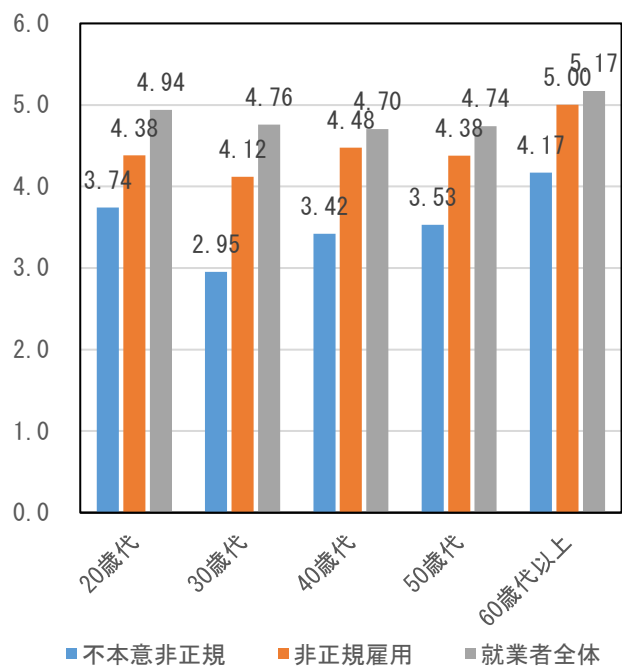
(1) 就業形態²⁵



(2) 不本意非正規割合²⁶



(3) 雇用賃金満足度



3. 副業と雇用環境

(副業の有無と年収・就業形態)

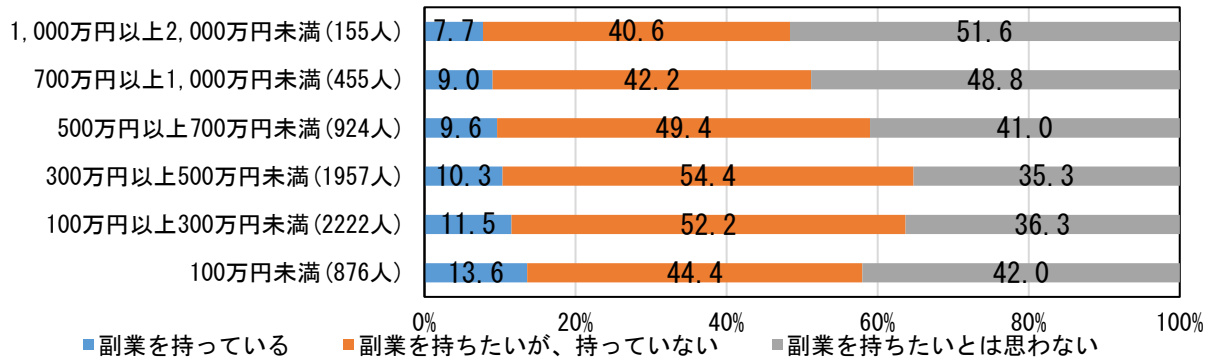
テレワークが普及し、休業なども見られる中で、副業に対する関心が高まってきた。本調査で副業を持っている人は全体の約1割、また副業を持ちたいが持っていない人が約5割を占める。就業者について、年収別に副業に関する意識をみると、年収が低い層で

²⁵ 就業者煮のみ。就業者とは就業状況について、「正規雇用」、「非正規雇用」、「会社などの役員」、「自営業(手伝いを含む)」、「内職・在宅ワーク」のいずれかに該当する人。学生アルバイトを除く。

²⁶ 非正規雇用者に対する割合。

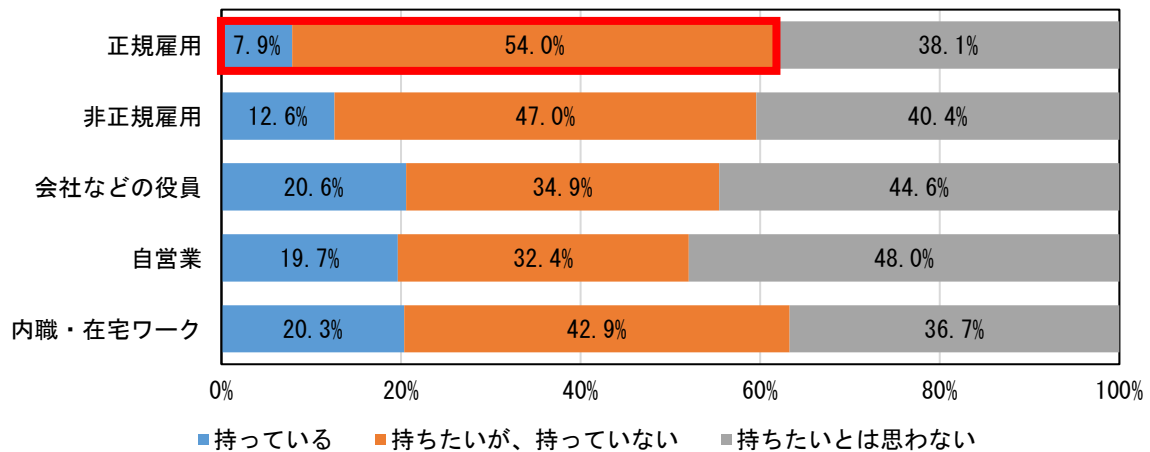
副業を保有する割合が大きい。年収が高い層で副業を持ちたいと思わない層の割合が大きい。

図表1-4-13 年収別 副業の有無

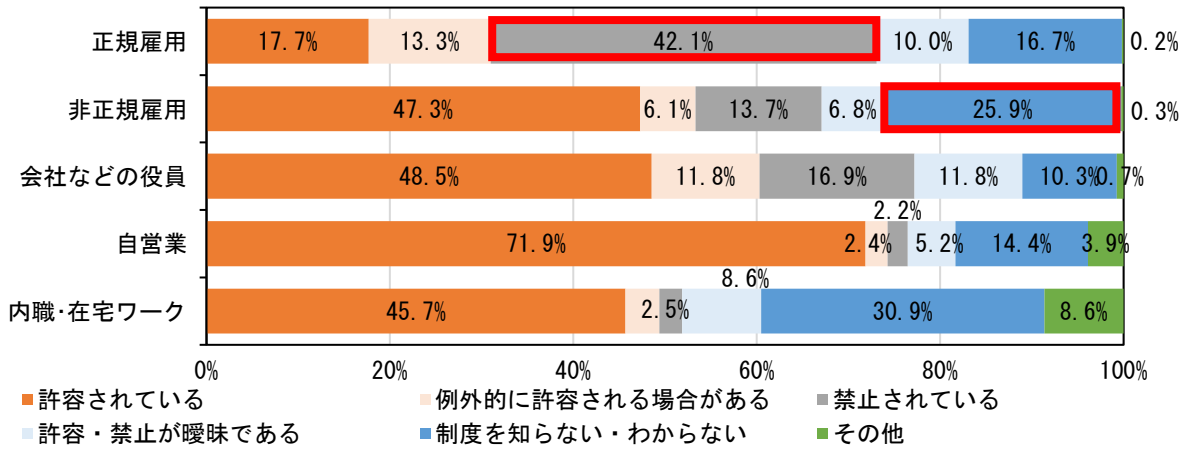


また、正規雇用では副業を持っている割合は小さいが、持ちたいと希望している割合は大きく、半数を超える(図表1-4-14)。非正規雇用でも「副業を持ちたいが持っていない」とする割合が大きく、5割近くを占める。類似の別の調査によれば(図1-4-15)、正規雇用では副業を持つことを禁止されている割合が大きく、非正規雇用では、自身の勤め先で副業を持つ制度があるかどうかを認知していない割合が大きい。

図表1-4-14 雇用形態別 副業の有無



図表1-4-15 勤務先の副業制度について

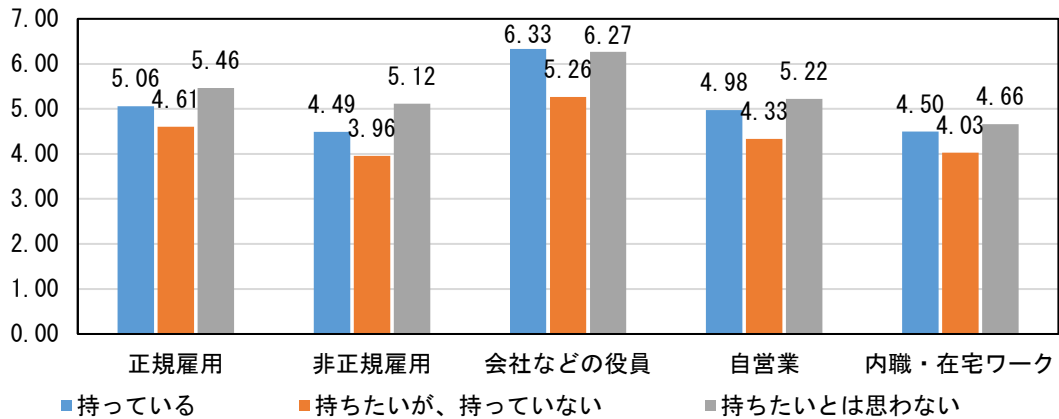


(備考)内閣府「新型コロナウイルス感染症の影響下における生活意識・行動の変化に関する調査(第5回)」より。

(副業の有無と満足度)

雇用形態別に、副業に対する意識と雇用賃金満足度をみると、「副業を持ちたいが持っていない」とする人が、いずれの就業形態でも一番低い。(図表1-4-16)。

図表1-4-16 副業の有無と雇用賃金満足度



(副業の有無と能力開発)

副業の有無と、スキルアップとの関係性をみると、「副業を持ちたいが、持っていない」人でも「リカレント教育に対し興味・関心がない」とする割合が4割超と大きく、また、「リカレント教育を受けたいと思っているが、行動できていない」も4割近い。一方で、実際に「副業を持っている」とする人は、「書籍で勉強する」他、講習受講や資格取得など実際に行動している割合が比較的大きい(図表1-4-17)。

図表1-4-17 リカレント教育の実施状況と副業の有無

