

# 労働時間シフトとワーク・ライフ・バランス

## —「社会生活基本調査」を用いた類型化の試み—

香川 めい

### I. 問題の所在

本稿の目的は、いつ、どのくらい働くかに着目して労働時間シフトを類型化し、ワーク・ライフ・バランスの観点から労働時間シフトのあり方が仕事以外の活動に及ぼす影響を検討することである。

いわゆる「働き方改革」の目玉になっていることにも示されているように、長時間労働の是正と多様な働き方の実現を通じてワーク・ライフ・バランスを改善することは、社会的、政策的に重要な 이슈となっている（首相官邸 2018 など）。佐藤博樹と武石恵美子（2010）は、ワーク・ライフ・バランスが実現されている状態とは「会社や上司から期待されている仕事あるいは自分自身が納得できる仕事ができ、なおかつ仕事以外でやりたいことや取り組まなくてはならないことにも取り組める」（：14）状態だと定義している。そして、そのために長時間労働を前提とするのではなく「時間制約」のある社員を前提とした職場環境整備の重要性を説いている。

長時間職場に拘束されることで、さまざまな活動との両立が難しくなることはいうまでもない。過労死などの様々な問題が露呈して久しいにもかかわらず、抜本的な改善傾向にあるとは言い難い状況にある。近年においても総実労働時間数は大幅な短縮傾向にはなく、また週 60 時間以上の長時間労働に従事している労働者も特に 20 代から 40 代の男性に多くみられることがわかっている（小倉 2012）。企業の基幹労働者である男性の長時間労働は常態化しているとさえいえる（前田 2002）。企業中心の働き方が男性に可能となっている背景には、家庭内の役割を一手に引き受ける女性の存在がある。子育て期の共働き夫婦の生活時間を検討した水野谷武志（2002）は、夫と妻ともに就業している場合であっても、夫の仕事時間は長く、平日の家事・育児関連行動の行為者率は 1 割に満たないこと、そして、平日、休日にかかわらず、妻の家事・育児関連行動の参加率が高く、従事時間も長いことを明らかにしている、この不均衡の結果、収入の有無によらない生活に必

要な労働という意味での「全労働時間」は妻で長い傾向があり、とりわけ休日の妻の負担が大きいという（水野谷 2002）。加えて、このような状況は夫婦関係も影響を及ぼす。山口一男（2007）は、夫婦関係満足度に夫婦の家庭内での過ごし方——例えば、夫婦で食事やくつろぎなどの生活活動を共有すること、夫婦間の対話時間、夫が育児に参加すること——との関連があることを示し、ワーク・ライフ・バランスを実現するには、このような夫婦の時間の過ごし方を可能にするように特に男性の働き方を変えていく必要性を主張している。

しかし、「時間の総量」だけがワーク・ライフ・バランスを阻害する要因なのだろうか。本稿で注目したいのは、働く時刻や時間帯の影響である。労働の規制緩和とポストフォーディズム化の進展は、非正規雇用や有期雇用を増大させ労働の多様化とフレキシブル化を招いた。短期間に離転職を繰り返さざるを得ない働き方に従事することは、将来の見通しを持つことを難しくさせ、ライフコースの流動化を招く。そして、個人が直面するリスクや脆弱性が高め、ひいては既存の社会保障を揺るがすことが懸念されている。とはいえ、ライフコースへ注目することだけでは、労働の多様化やフレキシブル化の影響を十全にとらえることはできない。メンバーシップ型雇用（濱口 2009）のもと外部労働市場が比較的未成熟な日本社会においては、ライフコースのパターンに変化が見られる範囲は比較的限定されているからである。

山口（2008）は、ワーク・ライフ・バランス社会を達成するためのキーワードとして「多様性」、「柔軟性」「時間の質」を重視し、「柔軟性」に関する2つの側面を挙げている。それらは、年単位の「比較的長い単位で考えるときの時間の使い方の柔軟性」（：3）と「日々日常の時間といった短い単位で考えるときの時間の使い方の柔軟性」（：3）である。本稿で扱おうとするのは後者の「日々の生活を送る上での時間の使い方の柔軟性」の側面になる。

労働の規制緩和やポストフォーディズム化は働く時間帯にいかなる変化をもたらしているのか。端的には、対人サービスや裁量労働制の拡大に伴い、勤務時間も多様化すると想定される。山本勲と黒田祥子は、1986年と2011年の「社会生活基本調査」の比較から、日中の時間帯の就業率が大きく減少したこと、そして、平日の夕方5時から深夜0時の就業率が増加したのみならず、深夜0時から早朝にかけての就業率も増えたことを示している。さらに、深夜帯の就業率の増加は非正規雇用にみられ、正規雇用者の労働時間の長時間化による帰宅時間に遅れに付随して深夜帯の財・サービス需要が喚起された可能性を指摘している（山本・黒田 2014）。ここから、長時間労働に従事していなかったとしても、社会全体として長時間労働が増えることで、人びとの働く時間帯に影響が生じることがわかる。

さまざまな社会活動や行動には生じるべき順番や時間帯がある。矢野眞和（1995）は W. E. ムーアをひいて、社会行動の時間的秩序の3要素を「共時化」、「順序づけ」、「進度」とするが、ワーク・ライフ・バランスからは、「共時化」という要素が重要となる。育児や介護などを想定すれば容易に想起されるように複数の人間が同時に参加すること必要な活動は少なくない。細切れに働いたり、イレギュラーな時間に働いたりすることに固有のリスクがあったとしても、それは「総量」からはとらえることができないのである。

この点に関して、労働時間のスケジュールがコミュニティ活動に与える影響を American Time Use Survey を用いて検討した Cornwell と Warburton（2014）は、平日に夕方シフトや夜シフトで働くことで近所づきあいやレクリエーション、外食、ボランティア、宗教活動などが阻害されることを明らかにしている。これをふまえれば、日本でも労働時間のシフトによって他の活動が制限されていても不思議ではない。しかしながら、就業の時間帯や生起のパターンに注目した研究はあまりなされてこなかった<sup>1</sup>。そこで本稿では、（1）総労働時間数と労働が発生する時間帯に注目し、パターンから労働時間シフトの類型化を行い、（2）性別、年齢層、学歴、職種といった属性的な側面から各類型の特徴を把握した上で、（3）これらの類型と仕事以外の活動、具体的には、特に家庭内のアンペイドワークやケアワーク、コミュニティ活動の関連を明らかにする。これらを通して、労働時間の総量ではなくシフトのあり方がもたらしうる影響について検討したい。以下では、分析手法とデータについて説明した後、各分析の結果を提示する。最後に得られた知見をまとめ、考察を加える。

## Ⅱ. 分析方法とデータ

### 1. 分析手法：生活時間系列の類似性とダイナミック・ハミング距離

労働時間を総量でなくシフトのパターンとして把握するには、系列の類似度を測定しなくてはならない。これを可能とする分析手法の一つに系列分析（sequence analysis）がある。系列分析は、時間とともに遷移する状態の様相を解明する手法の総称であるが（Cornwell 2015）、その中でも多く用いられてきたのが Abbott ら（1986）によって社会学に

i 働く時間帯そのものではないが、「時間管理の緩やかな労働者」の特徴や問題を扱った研究に小倉・藤本（2007）がある。「時間管理の緩やかな労働者」の労働時間が長いこと、これらの労働者の「仕事志向」は高く、労働の時間管理のあり方そのものは、ストレスに直接の影響を及ぼしていないことなどが明らかになっている。

導入された最適マッチング法 (Optimal Matching Method: 以下 OM 法) である。これは、状態の連鎖からなる系列を文字列に見立て、2つの文字列の並びを同様にするために必要な操作をもとに編集距離を算出し、系列間の類似度を測定する方法である。OM 法では、要素の挿入・削除と置換の2つの操作を許容するレーベンシュタイン距離 (Levenshtein distance) が算出される。

時間の流れからみれば、要素の挿入・削除という操作は、あるイベントが生起するタイミングを前後にずらす (タイム・ワープする) ことを意味する。生活時間のように「何時に (=いつ) 何をしていたのか」という時間帯や時刻に関心がある場合、言い換えれば、時刻による共時性が重要となる場合には、挿入・削除の操作が頻繁に生じることは必ずしも望ましい距離の計算方法とはいえない。昼食をいつ取るかを例に考えてみよう。朝9時に始業し、3時間働いて12時から1時間の昼食休憩を取る場合、3時間の労働に続いて1時間の食事休憩というシークエンスで時間は使われる。4時間ずらして、午後1時に働き始め、3時間働いて午後4時から1時間の食事休憩を取った場合も、3時間の労働に続いて1時間の食事休憩というシークエンスはまったく同様である。いわゆる「規則正しい」生活という点からみれば、前者の時間の使い方の方が望ましいものとされるだろう。しかし、挿入・削除を許容すると正午に「規則正しく」昼食を取るようなほかのシークエンスよりも、例に挙げた2つの系列間の距離が小さくなるが生じてしまいかねない。つまり、「規則正しさ」や共時性という側面から、時間の使い方のシークエンスの特徴をとらえて距離に反映させることが難しくなるのである。

そのため、共時性やタイミングの側面に重点を置いて類似性をとらえようとするならば、挿入・削除を用いず、置換の操作だけで距離を計算する方が望ましいとも考えられる。置換操作だけを用いた編集距離をハミング距離というが、本研究では、前後の時点の要素間の遷移の状況をふまえて置換コストに重みづけを行ったダイナミック・ハミング距離 (Dynamic Hamming Distance : DHD) (Lesnard 2010) を用い、タイミングを考慮した系列間の距離を計算する<sup>ii</sup>。

---

ii 挿入・削除、置換といった編集操作が時間の流れとの関連で持つ意味のより詳しい説明は Lesnard (2010) を参照のこと。また、系列分析一般については、Cornwell (2015) で解説されており、この手法を用いた分析の流れについては、Blanchard ほか (2014) の特に第1章にまとまった解説がある。なお、ハミング距離を算出する場合は、時点によらず置換コストは一定であるが、DHD では、前後に当該要素間での遷移が多く生じていれば置換コストを低く、反対にほとんど生じていなければ置換コストを高く設定する。一般的にお昼休みは正午前後に生起するが、DHD の場合、若干時間帯がずれた系列 (例えば午前11時から休憩を取るなど) の場合の置換コストは相対的に小さく、ほとんどの人が休憩を取らない時間帯 (例えば午後4時など) に取っている場合の置換コストは相対的に大きくなる。こうすることで「社会全体のリズム」を距離のなかに反映することができる。分析は R のパッケージの TraMineR (Gabadinho ほか 2011) で行ったが、DHD の置換コストの設定はこのパッケージのデフォルトの設定を用いた。

## 2. データと変数

分析に使用するデータは「平成 23 年社会生活基本調査」A 票の調査票情報である。「社会生活基本調査」では 2 日間の生活時間と過去の 1 年の活動状況を調査しており、生活時間に関しては、1 日の「その他」を含む 20 の活動が、15 分刻みの 96 スロットで記録されている。労働時間シフトの類型化にあたっては、時間帯データの 96 スロットの活動を就労（通勤もしくは仕事）とそれ以外の 2 値にリコードし、就労に関わる活動に特化した類型化を行うこととした。

労働時間シフトの類型化にあたっては、平日（月曜から金曜）のレコードを対象とし、1 人について平日 2 日分のレコードが得られる場合は、無作為に 1 レコードを選んだ。その上で、1 スロットも「通勤・通学」もしくは「仕事」がないレコードを除外した。このような手順を経て分析対象となったのは、32,750 レコードであった。また、類型化は総就労時間が 6 時間未満（短時間）、6 時間以上 12 時間未満（中時間）、12 時間以上（長時間）の 3 つのサブグループに分割して行った。短時間グループに該当したのは、3,483 レコード、中時間が 22,699 レコード、長時間が 6,568 レコードとなった。

短時間、中時間、長時間、それぞれのサブグループについて、いくつかの基準パターンを設定し、その基準パターンに対する距離を DHD で算出し、その距離行列についてクラスター分析（Ward 法）を行って労働時間シフトの類型化を行った。基準シークエンスの設定にあたっては、実際のデータからそれぞれのサブグループ内で最も頻度の高いパターン、各スロットの最頻値の状態をつなげたパターン<sup>iii</sup>、就労が細切れに生じているパターンを抽出した。さらに、働く時間帯を特徴的に表した午前シフト（午前 8 時から正午までが就労）、午後シフト（正午から午後 6 時までが就労）、夜シフト（午後 6 時から深夜 0 時までが就労）、深夜シフト（深夜 0 時から午前 6 時までが就労）の 4 つのパターンを作成した。就労が細切れとなるパターンを設定したのは、他者との同期性を問題にする場合、就労時間が細切れであることが問題となりうる可能性を考慮するためである。実際のデータから析出したので、細切れの基準となったのは、短時間グループで 11 パターン、中時間グループで 8 パターン、長時間グループで 13 パターンとなった。クラスター分析で析出された類型を検討し、短時間グループで 4 類型、中時間で 5 類型、長時間で 3 類型の結果を採択することとした。

---

iii 各 15 分枠で最も多い状態をつなげた系列のことをモーダルシークエンスという。それぞれの時間帯で最も標準的な状態の連鎖であり、「平均像」としてとらえることができる。

ワーク・ライフ・バランスとの関連については、以下の大きくは3つの活動との関連をみる。具体的には、家庭内のアンペイドワークの指標として家事時間と買い物時間を、家庭内のケアワークとして介護・看護時間と育児時間を、そしてコミュニティとのかかわりの指標として、ボランティア・社会参加活動を取りあげる。

### Ⅲ. 分析結果

#### 1. 労働時間シフト類型の特徴

抽出された類型の特徴についてみていこう。大枠では各グループについて、就業のスタートが午前の相対的に早い時間に発生する朝からシフト、それよりは遅い出勤遅めシフト、夜間もしくは深夜シフトの3つのタイプに分かれる。また、短時間のサブグループについてのみ、イレギュラーな時間に就業が発生しているイレギュラー・不規則型が析出された(表1)。

労働時間が短時間のグループには、「午前シフト」、「午後シフト」、「夜間・深夜シフト」、「イレギュラーシフト」の4つの類型がある。「午前シフト」は基本的に午前中に就労している類型である。通勤、仕事の開始の平均時刻は、午前8時41分、平均就労時間は4時間40分である。短時間サブグループの中では、この類型が最も多く、短時間の約53%を占める。次に多いのが「イレギュラーシフト」(22%)である。この類型の平均就労時間は2時間19分であり、短時間グループの中でも最も短い。通勤、仕事の平均開始時刻は、午前9時26分であるが、図1をみてもわかるように、この類型に該当するレコードの多くが就労している時間帯はない。平均就労時間が短く、平均仕事エピソード数

表1 労働時間類型の分布

	短時間		中時間		長時間		合計 %
	グループ内 %	全体 %	グループ内 %	全体 %	グループ内 %	全体 %	
イレギュラー	21.6	2.3					} 8.0
夜間、深夜 シフト			3.2 2.9	2.2 2.0	4.9	1.0	
出勤遅め							} 14.2
遅め、午後	21.3	2.3	10.2	7.0	24.5	4.9	
朝から							} 77.8
朝から(時短) 朝から	52.6	5.6	17.9 65.8	12.4 45.6	70.6	14.2	
合計	100.0	10.7	100.0	69.2	100.0	20.1	100.0

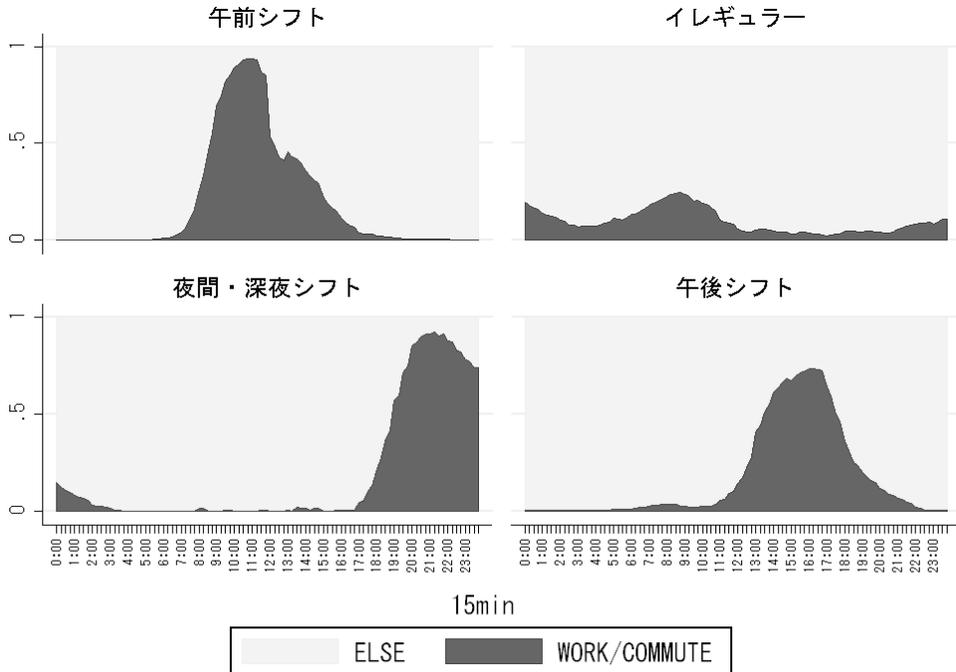


図1 類型ごとの時間帯別就労率（短時間）

も少なめであることから、おそらく、散発的に短い時間働くシフトであると推察される。「イレギュラーシフト」と同程度に多いのが、「午後シフト」であり、短時間サブグループの21%を占める。就労のピークは午後5時から6時のあたりにあるので、午後から夕方にかけて働いているシフトである。最も少ないのが、「夜間・深夜シフト」であり、このサブグループの5%がこの類型に該当する。通勤、仕事の平均開始時刻は午後6時30分、就労のピークは午後9時あたりにある。「イレギュラーシフト」を除く3つの類型の平均就労時間は4時間から5時間程度となっている。

中時間のサブグループでも最も多いのが、「朝からシフト」であり、このサブグループの66%を占める。通勤、仕事の平均開始時刻は午前7時35分、図2を見るとわかるように、正午台を境に午前と午後に2つのピークがあり、ピーク時の就業率は100%に近い。したがって、この類型に属するレコードがほぼ一律にお昼休憩をとってその前後に就業しているシフトであるととらえられる。2番目に多いのは、「朝から（時短）シフト」である。この類型も「朝からシフト」とほぼ同様の時間帯に就労を開始しているが（平均時刻は午前7時44分）、就労時間が他の類型に比べれば短い。午前のピークは「朝からシフト」とほぼ同様であるものの、午後のピークが低く、午後4時から6時台にかけて就労を終えるケースが多い。「朝からシフト」と同様に就業を開始するが、仕事の終了時間が早いシフトであるととらえることができるため、「朝から（時短）シフト」と名づけた。そ

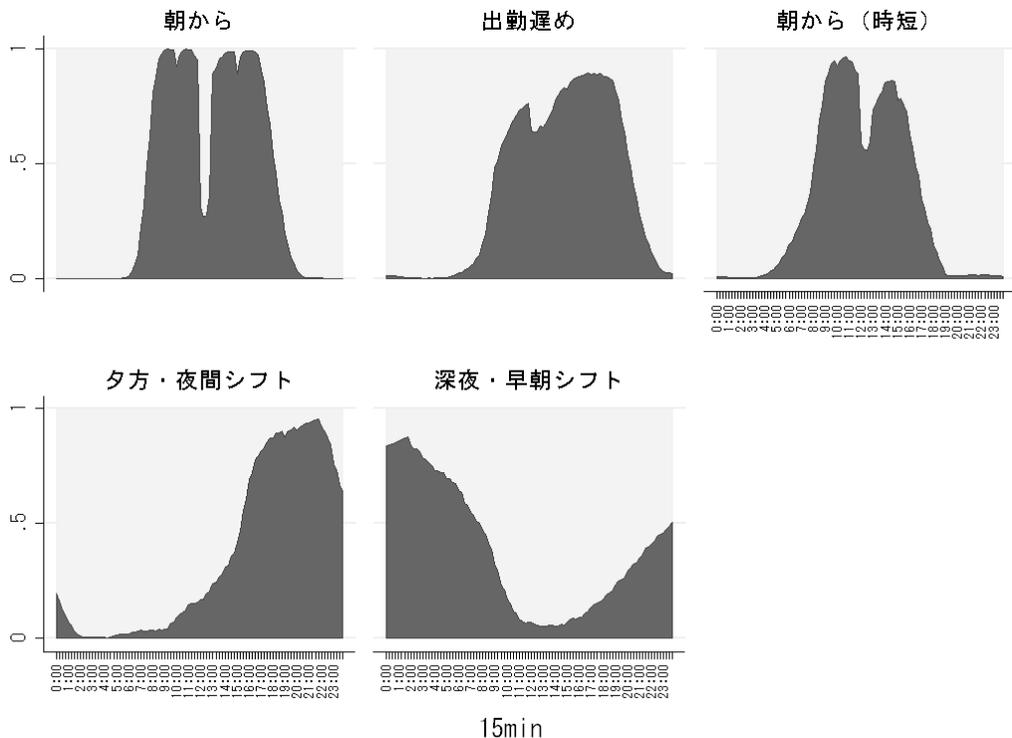


図2 類型ごとの時間帯別就労率（中時間）

の次に多いのが、「出勤遅めシフト」である。この類型に該当するレコードの多くは、午前中から就労を開始しているものの、その立ち上がりが遅く（平均時刻は午前9時26分）、類型全体の就労率のピークは午後にある。また、就労を終える時間帯も遅く、だいたい午後8時くらいまでは働いているようである。就労時間自体は、平均9時間29分（うち通勤時間を除く仕事時間は、8時間35分）であるので、出勤時刻が遅く、そのため終業時刻も遅くなる「出勤遅めシフト」とすることにした。この類型が中時間に占める比率は約10%である。残る2つの類型は、「夕方・夜間シフト」と「深夜・早朝シフト」であり、いずれも中時間グループの3%程度を占めている。「夕方・夜間シフト」の就労率ピークは午後9時から10時頃にあり、「深夜・早朝シフト」のピークは午前2時頃にある。「夕方・夜間シフト」の立ち上がりは、午後から夕方にかけてであり、「深夜・早朝シフト」の場合は、深夜から早朝にかけて就業し、お昼頃に就業率が最も低くなり、夜にかけて立ち上がるというカーブを描いている。

長時間グループでは、「朝からシフト」、「夜間・早朝シフト」、「出勤遅めシフト」の3類型が抽出された。いずれも12時間以上を通勤もしくは仕事に費やしている類型である。「朝からシフト」の平均就労開始時刻は午前6時46分であり、これは、抽出された

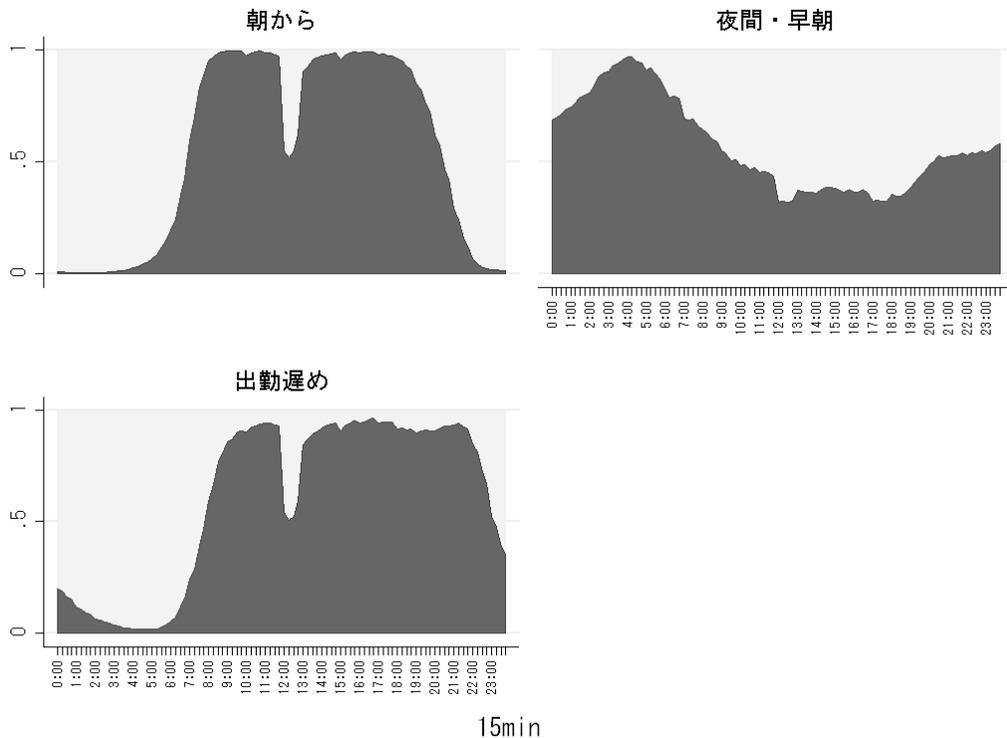


図3 類型ごとの時間帯別就労率（長時間）

12類型の中で最も早い。就労のカーブの描き方は、中時間の「朝からシフト」とよく似ている。ただし、終業の時間帯が遅く、午後9時頃まで午後のピークが続いている。「出勤遅めシフト」は、朝の立ち上がりが「朝からシフト」に比べれば緩やかで、午前中に出勤して、お昼休憩を取ったあと、午後ほぼすべての時間帯を就労に費やしている類型である。長時間グループの中では、「朝からシフト」が約70%、「出勤遅めシフト」が約25%を占める。残りが「夜間・早朝シフト」であるが、この類型の就労のピークは、午前4時から5時頃にあり、午後にかけて就労率が下がる傾向にある。なお、通勤時間を含まない仕事時間の平均は、「朝からシフト」で11時間39分、「出勤遅めシフト」で13時間3分、「夜間・早朝シフト」で12時間42分と仕事時間が長いのはもちろんのこと、通勤の平均時間も「朝からシフト」1時間26分、「出勤遅めシフト」で1時間17分、「夜間・早朝シフト」でも59分と中時間以下のグループに比べて長いことが特徴的である。長時間グループが、就労に長時間費やしているのは、長時間労働をしているのみならず、通勤時間が長いことも影響している可能性が指摘できる。

以上、総就労時間と時間帯のパターンから析出された12の類型について、長時間グループの3類型は、通勤と仕事に一日の半分以上を費やしているという点で問題であるこ

とに異論はないだろう。睡眠や食事など、生理的に必要な活動を一次活動というが、一次活動の平均値も長時間グループはほかのグループに比べて短く<sup>iv</sup>、健康面への影響が懸念される。一方、仕事に費やす総時間数という点からは、大きな問題ではないものの、夜間、深夜、早朝といった時間帯に就労している短時間グループの「夜間・深夜シフト」、中時間グループの「夕方・夜間シフト」、「深夜・早朝シフト」も、不規則な時間帯に働いているという点では問題があると考えられる。12類型全体の分布は表1に示す通りである。全体の8割近くは、朝から働く労働時間シフトで働いている。換言すれば、残りの2割強は朝から就労を開始しない労働時間シフトで働いている。ただし、夜間、深夜、早朝といった時間帯に働いているのは、6%弱であり、短時間のイレギュラーシフトを加えてもレコード全体の8%程度である。

上述の労働時間帯に問題があると考えられるレコードが占めるのは、長時間グループ3類型の合計の20.1%、中時間、短時間の夜間、深夜、早朝シフト計3類型の4.7%を加えた約25%程度であると見積ることができる。

## 2. 誰がどのような労働時間シフトで働いているのか

次に、それぞれの類型の属性的な特徴を確認していこう（表2）。一見してわかるのは、労働時間の長短に従って性別と正規率に明瞭な違いが生じていることである。労働時間が短い類型では、女性が多い一方で正規率が低く、長時間労働のグループでは、男性が多く正規率が高くなっている。このような傾向があることをふまえた上で、特徴的な類型をみていこう。

表2 労働時間シフト類型の属性的特徴

	性別	年齢	配偶者	学歴	正規率	職種
短時間	午前シフト	女	40代+		12.3%	清掃、農業
	午後シフト	女	40代+	短大以下	31.5%	その他専門職、保安職
	夜間・深夜シフト		20代、30代	なし	37.6%	接客・給仕職
	イレギュラー	女	20代、30代	なし	17.2%	その他専門職、その他サービス職、商品販売
中時間	朝からシフト	男	50代	なし	68.3%	一般事務、土木建設作業職
	朝から（時短）	女	40代+	短大以下	32.1%	飲食物調理、商品販売、接客・給仕職
	出勤遅め	女	20代	なし	48.8%	商品販売、接客・給仕職
	夕方・夜間シフト		20代、30代	なし	55.6%	接客・給仕職、飲食物調理、介護サービス
長時間	深夜・早朝シフト	男	20代、30代	なし	62.5%	保安職、介護サービス、接客・給仕職
	朝からシフト	男	30代、40代		83.6%	教員、営業職、技術者、自動車運転従事者
	出勤遅め	男	20代から40代	大学、大学院	79.7%	技術者、保安職
夜間早朝シフト	男	20代から40代	なし	68.6%	自動車運転従事者、漁業	

iv 「朝からシフト」8時間53分、「出勤遅めシフト」8時間21分、「夜間・早朝シフト」7時間53分となっている。一次活動とは睡眠、食事、身の回りの世話に費やした時間であることを踏まえると、長時間グループのレコードでは、最低限の時間しかこれらの活動に割くことができていると推察される。

短時間グループで、非標準的な時間に働いている「夜間・深夜シフト」の特徴は、年齢層が比較的若いこと、配偶者がいない（＝未婚である）こと、学歴が比較的lowなことである。短時間グループの中では、正規率は高めでこのタイプの約38%が正規雇用である。とはいえ、パート、アルバイト、契約、嘱託、派遣等の非正規雇用の合計は、約51%であり、圧倒的に非正規雇用の方が多い。職種としては、接客・給仕職が相対的に多い。当然といえば当然であるが、短時間の類型は全体的に正規率が低めになっている。しかし、短時間グループのすべての類型で非正規の比率が高いわけではなく、「午後シフト」では、「自営業主、役員」と「家族従業者、内職」など広義の自営業に含まれる雇用形態の比率が相対的に高くなっている（「自営業主、役員」14.8%、「家族従業者、内職」15.2%）。また、職種でも「その他専門職」の比率が相対的に高い。「イレギュラーシフト」の場合も「その他専門職」や「その他サービス業」、「商品販売」といった職種が相対的に多めであり、ここから「その他専門職」は時間の融通がつけやすい傾向があるといえよう。

中時間グループでは、「朝からシフト」と「夕方・夜間シフト」、「深夜・早朝シフト」の正規率が5割を超えている。さらに、男性の比率が高めで、学歴は高校以下、そして未婚者が多いという特徴がある。一方、「朝からシフト」で50代以上の年齢が高い層が多めであるのに対し、「深夜・早朝シフト」では、20代から30代の若年層が多くなっている。深夜や早朝という標準的でない時間で働くのは体力的にも厳しいことを反映しているのであろう。職種でみても、「朝からシフト」は「一般事務」と「土木建設作業職」が相対的に多いのに対し、「深夜・早朝シフト」では、「保安職」、「介護サービス職」、「接客・給仕職」が多くなっている。「接客・給仕職」と「介護サービス職」は「夕方・夜間シフト」でも比較的多くの職種であり、他者に飲食を提供することや24時間のケアが必要となる介護の現場では、非標準的な時間帯にもサービスを提供することが求められていることがわかる。「夕方・夜間シフト」と「深夜・早朝シフト」の非正規率は、それぞれ30.1%と25.1%であり、正規率が相対的に高いとはいえ、少なからぬ人びとが非正規でこのような時間帯に働いていることが示されている。なお、中時間グループの中で、最も非正規率が高いのは、「朝からシフト（時短）」であり、非正規のなかでも「パート」の比率が高い。

長時間グループは圧倒的に男性の比率が高く、学歴も高めであり、正規率も7割から8割程度になっている。職種からみると「朝からシフト」では、長時間労働が問題となっている「教員」の比率が相対的に高く、また、「技術職」「営業職」の比率も相対的に高い。他方で「自動車運転従事者」の比率も高い。長時間グループは全体として学歴が相対的に高めのことを考慮すると、専門的な知識や技能が要求され、かつ、長時間労働が要求される職種（教員や技術職）と長距離トラックドライバーやバス運転手にみられるようなサー

ビスの提供にあたって否応なく拘束時間が長くならざるを得ない職種に二分されている可能性がみてとれる。「技術職」は「出勤遅め」シフトでも高めとなっている。長時間労働かつ非標準的な時間帯に働いているという意味で、最も問題であると考えられる「夜間早朝シフト」では、「自動車運転従事者」と「漁業」の比率が相対的に高い。「自動車運転従事者」については、「朝からシフト」と同様にオンタイムで荷物や人を届けるためには、非標準的かつ長時間労働が要請されているのであろう<sup>v</sup>。

それぞれのグループの深夜や早朝シフトの類型を見ると、総じて学歴が低めの場合が多い。職種をみても、「接客・給仕職」や「介護サービス」、「自動車運転従事者」など高度な知識というよりも、どちらかといえば体力が要求される仕事内容のものである。同じく「接客・給仕職」でも、早めの時間帯のシフトの場合は女性の方が多めなことを考慮すると、賃金の高い深夜、早朝の時間帯に働くことで、収入の不足を補っている可能性が指摘できよう<sup>vi</sup>。

### 3. 労働時間シフトとその他の活動の関連

夜間、深夜、早朝などの非標準的な時間帯に働くことは、ほかの活動にどのような影響を及ぼすのだろうか。ここでは12類型ごとに「家事」「買い物」の家庭内アンペイドワーク、「介護・看護」、「育児」の家庭内ケアワーク、そして「ボランティア活動、社会参加活動」のコミュニティ活動の3種類の活動の平均時間をみていく（表3<sup>vii</sup>）。

家庭内アンペイドワークについてみると、概ね就労時間の短いグループで長く、長いグループで短い傾向がある。長時間グループでは、家事、買物の平均時間はいずれの類型でも10分未満であり、これらの活動に費やしている時間はほぼないといってよい。もともと家事時間は性別によって大きく異なり、圧倒的に女性の方が長いことがよく知られている。さらに、同じ労働時間グループの中でも同様の傾向が見られ、短時間グループでは、比較的男性が多い「夜間・深夜シフト」の家事や買い物時間はほかの類型よりも短く、また中時間で女性が多い類型の「朝からシフト（時短）」では家事時間が長い傾向がある。短時間グループでは「夜間・深夜シフト」を除く類型で既婚女性が多く、中時間グループでは、「朝からシフト（時短）」で既婚女性が多い。これらの類型では、女性が家事

v トラック運転手に典型的にみられる交通運輸労働者が長時間で過密な労働スケジュールに従事していることは、水野谷（2006）でも指摘されている。

vi しかしながら、長時間グループ「夜間早朝シフト」の年収のピークは「200～299万」であり、ほかの2類型と比較すると低い。

vii 表3には参考までに各類型の収入をとまなう仕事時間と通勤時間の平均値も掲載した。なお、表3の標準偏差の単位は分である。

表3 労働時間シフト類型ごとの平均活動時間

	短時間（6時間未満）			
	午前シフト	午後シフト	夜間・深夜シフト	イレギュラー
収入を伴う仕事 (標準偏差)	4時間12分 (54.98)	3時間48分 (68.21)	4時間14分 (49.16)	2時間2分 (82.78)
通勤 (標準偏差)	28分 (28.99)	22分 (26.81)	30分 (27.10)	17分 (27.28)
家事 (標準偏差)	2時間58分 (131.78)	3時間2分 (151.15)	1時間15分 (116.43)	2時間26分 (159.51)
買い物 (標準偏差)	31分 (39.46)	31分 (43.62)	22分 (39.89)	42分 (60.06)
介護・看護 (標準偏差)	4分 (22.54)	4分 (25.53)	1分 (6.43)	6分 (33.02)
育児 (標準偏差)	25分 (68.63)	12分 (49.72)	13分 (52.63)	30分 (84.17)
ボランティア・社会参加活動 (標準偏差)	4分 (25.56)	3分 (21.78)	2分 (20.03)	8分 (56.86)
N	1,832	741	157	753
全体に占める%	5.6%	2.3%	0.5%	2.3%

	中時間（6-12時間未満）				
	朝から	朝から(時短)	出勤遅め	夕方・夜間シフト	深夜・早朝シフト
収入を伴う仕事 (標準偏差)	8時間51分 (68.03)	7時間14分 (88.93)	8時間35分 (100.54)	8時間2分 (97.50)	8時間39分 (92.16)
通勤 (標準偏差)	57分 (44.66)	44分 (40.55)	53分 (47.96)	43分 (40.40)	39分 (36.30)
家事 (標準偏差)	39分 (68.91)	1時間43分 (112.09)	49分 (85.64)	47分 (86.17)	30分 (72.46)
買い物 (標準偏差)	7分 (17.74)	17分 (28.62)	8分 (22.03)	15分 (31.83)	18分 (39.31)
介護・看護 (標準偏差)	1分 (9.42)	2分 (15.86)	1分 (9.65)	2分 (13.24)	2分 (16.12)
育児 (標準偏差)	6分 (25.93)	11分 (38.90)	4分 (20.72)	6分 (30.30)	6分 (29.47)
ボランティア・社会参加活動 (標準偏差)	1分 (11.45)	1分 (15.37)	1分 (9.67)	1分 (10.30)	3分 (33.91)
N	14,943	4,062	2,307	667	720
全体に占める%	45.6%	12.4%	7.0%	2.0%	2.2%

	長時間（12時間以上）			合計
	朝から	出勤遅め	夜間・早朝シフト	
収入を伴う仕事 (標準偏差)	11時間39分 (85.37)	13時間3分 (113.30)	12時間42分 (114.72)	8時間42分 (160.72)
通勤 (標準偏差)	1時間26分 (63.72)	1時間17分 (62.71)	59分 (52.32)	56分 (50.08)
家事 (標準偏差)	7分 (25.58)	6分 (25.94)	9分 (30.21)	55分 (95.27)
買い物 (標準偏差)	2分 (9.50)	2分 (9.54)	6分 (26.67)	11分 (25.74)
介護・看護 (標準偏差)	0分 (4.07)	0分 (3.28)	0分 (3.53)	1分 (12.66)
育児 (標準偏差)	2分 (11.21)	1分 (8.21)	4分 (28.27)	7分 (33.57)
ボランティア・社会参加活動 (標準偏差)	0分 (5.78)	0分 (1.35)	0分 (0.00)	1分 (15.91)
N	4,636	1,610	322	32,750
全体に占める%	14.2%	4.9%	1.0%	100.0%

を優先するために働く時間を調整していると考えられる。中時間グループの「出勤遅めシフト」は女性寄りであるが、未婚の方がなりやすい類型であり、家事時間は中時間グループのほかの類型と変わらない。家事時間をどの程度優先するかは、性別に加えて家族の状況の影響があるといえる。短時間グループで顕著であるが、中時間グループでも「夜間・早朝シフト」では家事時間が短くなっている。日中の時間帯に睡眠など生命を維持する活動を優先せざるを得ないためなのか、それとも性別の影響が大きいのかは不明であるが、いずれにせよ、長時間労働や非標準的な時間帯に働くことで、家事活動の時間が短くなる傾向にあるといえる。買い物時間の方は、家事時間ほど大きな違いはないものの、長時間労働グループで著しく短い傾向が確認される。

次に「介護・看護」と「育児」の時間との関連をみていこう。いずれの活動も対象となる相手が必要となることもあり、「介護・看護」は行動者率自体が低く平均時間が短くなっている。「育児」活動の方が参加率も高く、類型による差が生じているので、「育児」を中心に検討することにする。ここでも全体的な傾向として就労時間が長い方が「育児」時間が短い傾向があり、女性になりやすい類型で育児時間が長めになっている。とはいえ、中時間グループの「夕方・夜間シフト」と「夜間・早朝シフト」では、ほかの中時間グループと平均育児時間は大きくは変わらない。長時間グループでは、4.1分に過ぎないとはいえ「夜間早朝シフト」の育児時間が最も長くなっている。家事や買い物と同様に女性が多めの類型で育児時間が長くなる傾向があるとはいえ、非標準的な時間帯に働いている類型で育児時間が圧倒的に短くなるとはいえない。

最後に「ボランティア・社会参加活動」について確認しよう。介護や育児にもまして、これらの活動に従事したレコードが少なく、平均時間も短い。とりわけ、長時間グループでは、いずれの類型の平均時間も1分に満たない。そもそも働いている人びとが平日にボランティアや社会参加活動に従事すること自体が稀な現象であることを示している。12類型の中では、短時間の「イレギュラーシフト」の平均時間が最も長く(8.45分)、総時間数であれ、時間帯であれ仕事に拘束されない状況の方が社会参加活動には従事しやすいととらえられる。非標準的な時間帯に働くシフトに注目すると、短時間グループの「夜間・深夜シフト」の平均時間はこのグループの中で最も短いものの、中時間グループでは、「深夜・早朝シフト」の平均時間が最も長くなっている。したがって、働く時間が長いことそのものによって、社会参加活動の機会は失われるが、非標準的な時間帯に働くこと自体は必ずしも負の影響は与えていないといえるだろう。

#### IV. まとめと考察

ここまで、人びとの労働時間シフトに注目してその特徴と他の活動へ与える影響を検討してきた。得られた知見を再度まとめておこう。総労働時間によって長時間、中時間、短時間に3分割して、類型化を行ったところ、各サブサンプル内で大きくは朝から勤務するタイプ、出勤が遅め／午後シフトのタイプ、夜間、深夜シフトのタイプの3つのタイプに分かれた。短時間グループのみ就労時間が極端に短いイレギュラー（不規則）型もあった。労働時間の長短にかかわらず朝から勤務するタイプが最も多く、全体の78%がこのタイプとなった。逆に夜間、深夜、早朝などの時間帯に就労している人は1割に届かず少数派である。ただし、長時間グループと合わせると、全体の25%程度が時間帯もしくは総時間数の点で問題があると推測される。

夜間、深夜、早朝の時間帯に働くタイプには、固有の特徴が認められた。このシフトで働くのは多くの場合、若年の男性で高校以下の学歴の者である。婚姻状態に関しては、未婚者が多い。そして、典型的には、「接客・給仕職」や「介護サービス」、「保安職」、「自動車運転従事者」といった職種にみられる。「接客・給仕職」、「介護サービス」は、かつては主に女性によって家庭内の家事労働やケアワークとして担われていた仕事であり、他者と活動を同期することで、サービスの提供が可能となる。深夜帯シフトにこのような職種がみられる背景の一つには、「ケア・家事労働の賃労働化」（仁平 2011）があると考えられる。過去には、稼ぎ手の男性の時間の使い方を優先して女性の時間の使い方が左右されていたが、これらの仕事内容が市場化された後も、サービスの提供者は自律的に時間帯を選択できないために深夜や夜間の活動に従事しているということもできるだろう。また、「保安職」「自動車運転手」についても、市場の需要に即応することが求められるがゆえ、深夜帯または長時間の労働が要求されているとも考えられる。ここから、仮に長時間労働が是正されたとしても、社会全体の時間の使い方が抜本的に変わらない限り、他者の時間との共時性が求められる（多くの場合、対人的な）仕事は、発生する時間帯を選べない状態は続くと考えられる。

ほかの活動時間との関連をみると、労働時間と性別は家事労働やケアワーク、コミュニティ活動を構造的に規定していた。さらに、夜間、深夜、早朝の時間帯のシフトには相反する傾向があった。夜間、深夜、早朝帯のシフトでは、家事時間が短くなる傾向があることが確認される一方、他者との共時性が要求される育児時間やコミュニティ活動参加時間は日中の類型と変わらないか長めの傾向があった。日中が自由になることでこのような活動に参加できるのかもしれないし、逆にそれらの活動を優先せざるを得ない事情があるた

めに働く時間帯を調整しているのかもしれない。いずれにせよ、長時間労働であることは、これらの活動を阻害するが、非標準的な時間帯に働くことそのものには、そのような効果はないと考えられる。健康面では問題が発生する可能性は高いが、非標準的な時間帯に働くことは、現在の日本社会で許容されるわずかばかりの「柔軟性」の表れなのかもしれない。

これまで日本では働く時間の総量は問題にされても、働く時間帯自体には注目は払われてこなかった。その意味で本稿は、ワーク・ライフ・バランスの実現や人びとの働き方をより深く理解するための新たな視野を開拓しようという試みである。しかし、課題も多く残されている。いくつか指摘して筆をおくこととしたい。まず、類型の属性的特徴からも明らかなように生活時間は性別によって強固に構造化されている。当然ワーク・ライフ・バランスの阻害要因も、男性と女性で大きく異なっていると想定されるが、本稿で行った分析ではそこを考慮しておらず、性別の効果なのか類型の効果なのかを峻別できない。今後、多変量解析を使用したモデルで検討する必要がある。さらに、労働時間シフトと同じ日の活動時間を検討したが、様々な活動のバランスは同日内で帳尻が合っている必要はないかもしれない。とりわけボランティアやコミュニティ参加活動については、平日に参加している人が少なすぎるという問題があり、もう少し幅広い期間を設定すれば、異なる結論が得られる可能性も否定できない。これらの課題を検討していくことで、今後時間帯や労働時間のシフトが持つ社会的な意味、そして、人びとがさまざまな活動に費やす時間の帳尻をどう調整しているのかを、よりクリアに把握することができるようになるだろう。

### 〔謝辞〕

本研究において使用した「平成 23 年社会生活基本調査」のデータは、統計法第 33 条に基づき提供を受けたものであり、本研究で作成した集計表等は提供を受けた調査票情報を独自集計したものである。本稿は「わが国における就業と生活行動との関連性についての多角的研究」成果報告会（2017 年 3 月 17 日）および、日本教育社会学会第 69 回大会テーマ部会「教育社会学的研究への公的統計データの活用」（2017 年 10 月 21 日）での報告内容にもとづくものである。執筆にあたっては成果報告会のコメンテーターの永井暁子先生（日本女子大学）、そして、フロアより示唆に富むコメントを頂いた。さらに、仁平典宏先生（東京大学）には、本研究の構想段階から折に触れて、有益なコメントを頂いた。記して感謝の意を申し上げたい。また、本研究は東京大学社会科学研究所附属社会調査・データアーカイブ研究センターの 2016 年度課題公募型二次分析研究会「わが国における就業と生活行動との関連性についての多角的研究」（代表者：伊藤伸介）の成果である。

## 参考文献

- Abbott, Andrew and John Forrest, 1986, "Optimal Matching Methods for Historical Sequences," *Journal of Interdisciplinary History*, 16: 471-94.
- Blanchard, Philippe, Felix Bühlmann and Jacques-Antoine Gauthier eds., 2014, *Advances in Sequence Analysis: Theory, Method, Applications*, New York Heidelberg Dordrecht London: Springer.
- Cornwell, Benjamin and Elizabeth Warburton, 2014, "Work Schedules and Community Ties," *Work and Occupations*, 41(2): 139-74.
- Cornwell, Benjamin, 2015, *Social Sequence Analysis: Methods and Applications*, New York: Cambridge University Press.
- Gabadinho, Alexis, Gilbert Ritschard, Matthias Studer and Nicolas S. Müller, 2011, *Mining Sequence Data in R with TraMineR Package: A User's Guide*, <http://mephisto.unige.ch/traminer>.
- 濱口桂一郎, 2009, 『新しい労働社会—雇用システムの再構築へ』 岩波書店.
- Lesnard, Laurent, 2010, "Setting Cost in Optimal Matching to Uncover Contemporaneous Socio-Temporal Patterns," *Sociological Methods & Research*, 38(3): 389-419.
- 前田信彦, 2002, 「男性の労働時間と家庭生活——労働時間の再編成に向けて」 石原邦雄編『家族と職業——競合と調整』 ミネルヴァ書房, 158-81.
- 水野谷武志, 2006, 「ジェンダー視点からみた労働・生活時間の配分構造——統計による日本の実態の把握と検討」『社会政策学会誌』 15: 19-32.
- Moore, Wilbert E. 1963, *Man, Time & Society*, New York & London: John Wiley & Sons (= 1974, 丹下隆一・長田攻一訳『時間の社会学』 新泉社.)
- 仁平典宏, 2011, 「揺らぐ『労働』の輪郭——賃労働・アンペイドワーク・ケア労働の再編」 仁平典宏・山下順子編『労働再審5 ケア・協働・アンペイドワーク』 大月書店, 11-44.
- 小倉一哉・藤本隆史, 2007, 『長時間労働とワークスタイル』 JILPT Discussion Paper Series 07-01, 労働政策研究・研修機構.
- 小倉一哉, 2012, 「労働時間の実態と課題」 労働政策研究・研修機構編『JILPT 第2期プロジェクト研究シリーズ2 ワーク・ライフ・バランスの焦点——女性の労働参加と男性の働き方』 労働政策研究・研修機構, 151-88.
- 佐藤博樹・武石恵美子, 2010, 『職場のワーク・ライフ・バランス』 日本経済新聞出版社.
- 首相官邸, 2018, 「働き方改革の実現」 首相官邸ホームページ (2018年12月25日取得, <https://www.kantei.go.jp/jp/headline/ichiokusoukatsuyaku/hatarakikata.html>)
- 山口一男, 2007, 「夫婦関係満足度とワーク・ライフ・バランス」『家計経済研究』 73: 50-60.
- , 2008, 「プレリュード」 山口一男・樋口美雄編『論争 日本のワーク・ライフ・バランス』 日本経済新聞出版社, 1-13.
- 山本勲・黒田祥子, 2014, 『労働時間の経済分析——超高齢社会の働き方を展望する』 日本経済新聞出版社.
- 矢野眞和, 1995, 『生活時間の社会学——社会の時間・個人の時間』 東京大学出版会.