

最近のESRI研究成果より

テレワークが雇用者の生活時間に与える影響

—大都市圏と地方圏の比較—

内閣府経済社会総合研究所 主任研究官
西原 照雅

はじめに

コロナ禍によりテレワークが急速に普及した。コロナ禍においては、テレワークを導入する理由のほとんどが感染症対策であったが、コロナ禍の収束以降、テレワークを導入する目的が変化し、企業側及び従業員側の双方において、ワークライフバランスの向上、育児や介護などの家庭と仕事の両立が重視されつつある。このような中、テレワークの推進に対し、きめ細かな政策を実施するためには、テレワーカーと通勤勤務者について、それぞれの一日を通じた実際の生活時間の特徴を分析し、差が生じた要因を明らかにすることが必要である。本論文では、令和3年社会生活基本調査を用い、テレワーカーと通勤勤務者の一日を通じた生活時間の特徴について、大都市圏と地方圏による違いを分析した。

データ及び分析対象の概要

社会生活基本調査は、生活時間の配分や余暇時間における主な活動の状況など、国民の社会生活の実態を明らかにするための基礎資料を得ることを目的に、総務省統計局が実施している。本研究では、令和3年(2021年)調査の個票データを使用した。令和3年調査は、「新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言」及び「まん延防止等重点措置」が令和3年9月末をもって全ての地域で終了し解除された直後である10月に実施されたものである。調査では、調査当日の主な行動を10項目(旅行・行楽、行事・冠婚葬祭、出張・研修など、テレワーク(在宅勤務)、テレワーク(在宅勤務以外)、療養、休みの日、育児休業・子の看護休暇、介護休業・介護休暇、いずれにも当てはまらない)から回答した上で、行動の種類を20項目(睡眠、身の回りの用事、食事、通勤・通学、仕事、学業、家事、介護・看護、育児、買い物、移動(通勤・通学除

図1 分析対象の職業構成

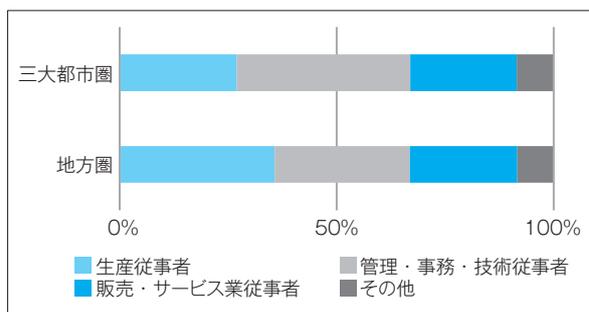


表1 1日の生活時間の概要

生活時間(分)	三大都市圏		地方圏	
	テレワーカー	通勤勤務者	テレワーカー	通勤勤務者
仕事	483	475	458	471
家事・育児	83	74	103	78
余暇	202	191	204	205
通勤	34	80	21	57
睡眠	445	429	457	441

く)、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌、休養・くつろぎ、学習・自己啓発・訓練(学業以外)、趣味・娯楽、スポーツ、ボランティア活動・社会参加活動、交際・つきあい、受診・療養、その他)から15分刻みで回答する。令和3年調査より、調査当日の主な行動にテレワークが追加されたため、テレワークを行った人を明確に抽出できるようになった。

本研究では、有業者のうち、雇用者であり、調査日が通常勤務である者を分析対象とした。対象を雇用者に限定したのは、就業規則により勤務時間が定められており、雇用者以外の人(会社役員、個人事業主等)と比較して、生活時間の配分に対する自由度が大きく異なるためである。また、生活時間の差が明確になるよう、大都市圏は三大都市圏、地方圏は11大都市圏及び3都市圏(宇都宮、松山、鹿児島)に含まれる市町村を除く、人口10万人未満の市町村とした。なお、各都市圏の範囲は平成27年の国勢調査に基づく。

図1に分析対象の職業構成を示す。地方圏と比較して三大都市圏の方が生産従業者の割合が低く、管理・事務・技術従業者の割合が高い。これは、三大都市圏の方が、テレワークへの代替性が高い職業の割合が高いことを示している。実際に、テレワークを行った人の割合は、三大都市圏で13.1%、地方圏で6.2%であり、職業構成が影響していると考えられる。

テレワークが生活時間に与える影響

表1に1日の主な生活時間を示す。全体的な傾向として、テレワーカーは通勤勤務者と比較して家事・育児時間、余暇時間、睡眠時間が長く、生活時間を柔軟に設定できることを示唆している。特に、通勤時間が長い三大都市圏では、テレワークが通勤時間の短縮に寄与し、これが他の生活時間に充てる時間を十分に確保することにつながっている可能性がある。なお、テレワーカーには、サテライトオフィス等に通勤している人が含まれるため、通勤時間は0にならない。

誌面が限られるため、ここからは、1日を通じた時間配分について、特徴的な例を2つ挙げる。はじめに、三大都市圏における仕事をしている人の割合を図2に示す。三大都市圏の女性テレワーカーは、午後の時間帯に仕事をしている人の割合が高い。通勤勤務者と比較して、テレワーカーの方が一日の仕事時間が長い傾向があり、テレワークにより通勤時間が短い分の時間を仕事にも充てている可能性がある。これにより、フルタイムや正規雇用で働く機会が増加し、収入減やキャリアの途絶を回避している可能性がある。次に、地方圏における家事・育児をしている人の割合を図3に示す。地方圏の女性テレワーカーは、朝夕のピークだけでなく、日中を通して家事・育児をしている人の割合が高い。家事・育児をしながら仕事をしている可能性があり、心身の負担や、仕事の生産性低下に留意が必要である。

おわりに

本論文では、令和3年社会生活基本調査を用い、テレワーカーと通勤勤務者の一日を通じた生活時間の特

徴について、大都市圏と地方圏による違いを分析した。結果、テレワーカーと通勤勤務者の生活時間は、三大都市圏と地方圏の別、性別等による差があることが分かった。本研究は、クロス集計の結果を基にしたものであり、因果関係の特定には限界があるが、三大都市圏の女性テレワーカーは、通勤時間が減少した分の時間を仕事にも充てている可能性がある。これは、テレワークにより、収入減やキャリア途絶を回避できる可能性を示唆しており、一層のテレワークの推進、フレックスタイム制といった柔軟な勤務時間を設定できる制度の普及が望まれる。また、地方圏の女性テレワーカーは、家事・育児の負担が大きく、日中は家事・育児をしながら仕事をしている可能性がある。この解決策の1つとして、家事の外部化が挙げられる。これにより、家事・育児による心身の負担の軽減だけでなく、生産性の向上、就業の選択肢の増加が期待できる。

このような取組により、子育てや介護をしている人が、仕事時間を長くすることや、就業することが進み、人手不足の解消にもつながる可能性がある。

参考文献

西原照雅, 田口湧也: テレワークが雇用者の生活時間に与える影響—大都市圏と地方圏の比較—, ESRI Research Note No.91, 2025.

https://www.esri.cao.go.jp/jp/esri/archive/e_rnote/e_rnote100/e_rnote091.pdf

西原 照雅 (にしはら てるまさ)

図2 仕事をしている人の割合 (三大都市圏)

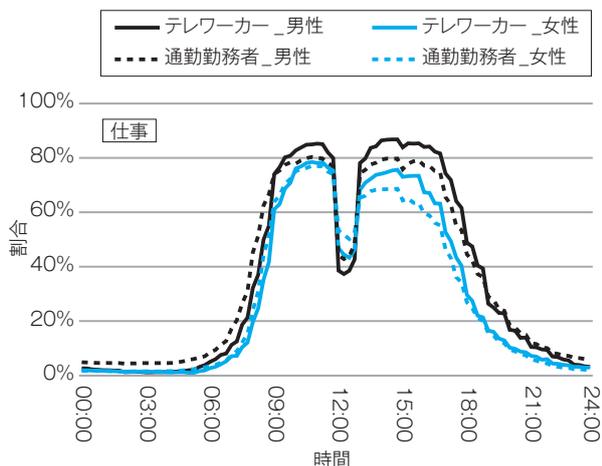


図3 家事・育児をしている人の割合 (地方圏)

