

報道関係者各位

2022年1月13日

国立成育医療研究センター

**父親が家事・育児をする時間を確保するには  
仕事関連時間を9.5時間以内にする必要がある**

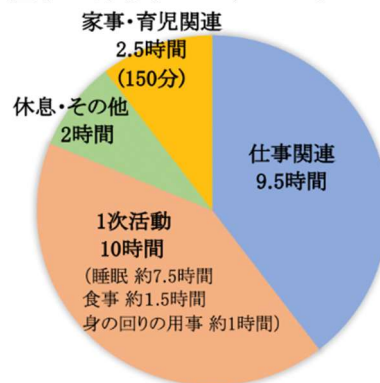
～政府目標 1日当たり150分の家事・育児関連時間を確保するためのポイント～

**【概要】**

国立成育医療研究センター（所在地：東京都世田谷区大蔵、理事長：五十嵐隆）研究所政策科学研究部の大塚美耶子研究員、竹原健二部長らは、同社会医学研究部の加藤承彦室長、国立保健医療科学院の越智真奈美主任研究官、北里大学の可知悠子講師らとともに、父親の「仕事のある日」における1日の生活時間について分析をおこないました。分析には、国の基幹統計調査として総務省が実施している社会生活基本調査<sup>1</sup>の2016年の調査票Aのデータを用いました。その結果、政府が目標として定めた、「6歳未満の子どもをもつ男性の1日あたりの家事・育児時間を150分にする」ことを達成するためには、父親の1日あたりの「仕事関連時間（仕事と通勤に要した時間）」を9.5時間未満に留める必要があることが分かりました。

本研究では、全国から無作為に抽出された対象者176,285人のデータのうち、①末子が未就学児、②夫婦と子どもの世帯、③就業している、といった条件を満たした父親について「仕事のある日」のデータ3,755人分を分析対象としています。その上で、対象者の1日の生活時間を「仕事関連時間」、「家事・育児関連時間」、「1次活動時間（睡眠や食事、入浴など身の回り用事）」、「休息・その他の時間（娯楽・自由時間など）」の4つのカテゴリーに分類しました。

図1：仕事のある日 1日のスケジュール例



1日24時間から、本研究のデータおよび先行研究から推計された「1次活動時間」10時間<sup>2</sup>と、「休息・その他の時間」の2時間<sup>3</sup>を差し引いた場合、2.5時間（150分）の「家事・育児関連時間」を確保するためには「仕事関連時間」を9.5時間未満にする必要があることが明らかとなりました

<sup>1</sup> 社会生活基本調査：統計法に基づく基幹統計『社会生活基本統計』を作成するための統計調査です。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としています。調査票Aは、就業状態、勤務形態、ふだんの1週間の就業時間などの項目があります。

<sup>2</sup> 本調査で、仕事関連時間が7時間以上～12時間未満の群は1次活動に10時間前後を費やしていた結果から、1次活動時間を10時間と設定しました。内訳は睡眠時間約7.5時間、身の回りの用事約1時間、食事約1.5時間です。

<sup>3</sup> 本調査で12時間以上の「仕事関連時間」を持つ群以外は、「休息・その他の時間」に2時間以上を費やしており、まずは「休息・その他の時間」をより短縮することとしました。その基準として、先行研究で、小学生以下の子どもを持つ女性の自由時間が2時間15分であったこと、6ヶ月健診にきた母親の平日の「休息・その他の時間」の平均が113.5分であったことから、最低限必要な休息時間を2時間と設定しました。

(図1)。

次に、「仕事関連時間」の時間別に、各カテゴリーの時間の分布を調べると、12時間以上の「仕事関連時間」を持つ父親の割合が全体の36%と最も多いこと(図2)、「仕事関連時間」が長いほど、「家事・育児関連時間」が短くなる傾向がみられました(表1)。

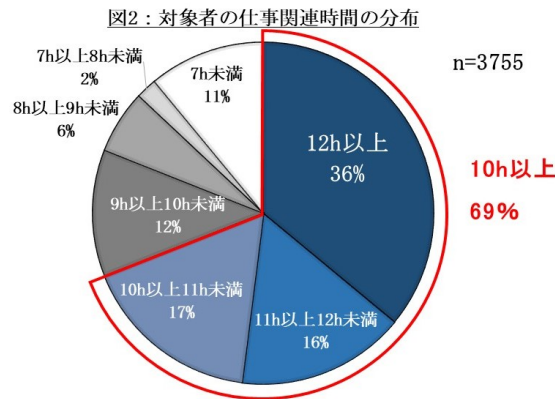


表1：父親の「仕事関連時間」の長さごとの「1次活動」、「休息・その他」、「家事・育児関連」の時間

父親の仕事関連時間	仕事関連		一次活動					休息・その他		家事・育児関連	
	平均時間	1日あたり	睡眠	身の回りの用事	食事	一次活動合計平均時間	1日あたり	平均時間	1日あたり	平均時間	1日あたり
12h以上	13:35	57%	6:44	0:55	1:07	8:46	37%	1:19	5%	0:10	1%
11h-12h未満	11:18	47%	7:16	1:04	1:20	9:40	40%	2:28	10%	0:24	2%
10h-11h未満	10:18	43%	7:32	1:04	1:23	9:59	42%	2:52	12%	0:40	3%
9h-10h未満	9:21	39%	7:32	1:11	1:30	10:13	43%	3:20	14%	0:53	4%
8h-9h未満	8:24	35%	7:46	1:10	1:36	10:32	44%	3:50	16%	1:05	5%
7h-8h未満	7:23	31%	7:56	1:05	1:35	10:36	44%	4:48	20%	1:05	5%
7h未満	2:10	9%	8:22	1:23	1:44	11:29	48%	7:31	31%	2:42	11%

「仕事関連時間」仕事、通勤/通学、学業に費やされる時間

「一次活動」睡眠、食事、入浴、身の回りのことに費やす時間

「休憩・その他」通勤/通学を除く移動、テレビ/ラジオ/新聞/雑誌、休養/くつろぎ、学習/趣味/娯楽、スポーツなど、その他の時間

「家事・育児関連時間」家事、育児、介護、買い物に費やされる時間

※一次活動の内訳(睡眠や食事、身の回りのことに費やす時間)は、論文には記載していませんでしたが、プレスリリース用に追加しました。

本研究では、子どもを育てている父親が家事・育児をする時間を確保するためには、長時間労働をどこまで是正すればよいのか、その一つの具体的な時間の目安を示すことができたと考えられます。そしてこのデータが、働き方改革やリモートワークなどによる通勤時間の短縮など、家事・育児をするための時間を生み出すための社会的な制度・取り組みの導入において、役立つことが期待されます。

この研究成果は、令和3年12月22日に「厚生指標」に掲載されました。

### 【プレスリリースのポイント】

- 父親が政府の目標である150分(2.5時間)の「家事・育児関連時間」を中・長期的に確保し続けるためには「仕事関連時間」を9.5時間未満にする必要があります。
- 未就学児の子どもをもつ父親の69%は「仕事関連時間」が10時間以上であり、12時間以上が36%と最多でした。12時間以上は、過労死ラインとされる「月おむね80時間」の時間外労働

働を超える可能性が高くなっています。

- 父親の「家事・育児関連時間」を増やすためには、代わりに何か別の時間を減らすことの議論が同時に行われる必要がありますが、これまでそうした議論はほとんどおこなわれていません。
- 「仕事関連時間」が長時間を占めている父親は、代わりに減らせる時間的な余裕がすでにありません。

### 【背景・目的】

男女が共に仕事と家庭生活を両立できる社会の実現は、少子高齢化により労働力人口が減少していく日本で、社会の多様性を高め、経済を維持・発展させていく観点から重要だと考えられています。そうした社会の実現に向けた政策の一つとして、政府は父親の家事・育児関連時間を2018年調査時点では1日あたり83分だったものを、2020年には1日あたり150分にすることが目標として掲げられてきましたが、いまだ達成されていません。これまで、どうやったら父親の家事・育児関連時間を増やすことができるか、が主な論点とされてきました。しかし、1日が24時間と決まっている中で、家事・育児関連時間を増やすために、代わりに何の時間をどのくらい減らせるのか、という議論はほとんど行われてきませんでした。本研究では、父親の1日の生活時間の分布の実態を把握し、その現状を分析することで、政府が掲げる目標を達成するための方策を示すことを目的としました。

### 【今後の展望】

- 父親の「家事・育児関連時間」の増加のためには、「仕事関連時間」の短縮が重要です。この達成に向けて必要なことは、父親への意識啓発だけではなく、働き方改革やリモートワークなどによる通勤時間の短縮、定時退社の推奨など、社会や企業の制度や理解も不可欠だと考えられます。
- 父親の育児休業取得の推進は父親の意識啓発に有効と考えられていますが、並行して、父親が長期に渡って家事・育児に従事する時間を確保するための取り組みも実施されることが望まれます。
- 父親が無理なく「家事・育児」に従事できるようになることは、子育てをしやすい社会、女性の社会進出、少子化の抑止など、様々な現代社会の課題に影響を及ぼすことが期待できます。

### 【発表論文情報】

題名：末子が未就学児の子どもを持つ父親の労働日における生活時間

著者名：大塚美耶子 1)、越智真奈美 2)、可知悠子 3)、加藤承彦 4)、新村美知 1)、竹原健二 1)

所属：

- 1) 国立成育医療研究センター研究所政策科学研究部
- 2) 国立保健医療科学院医療・福祉サービス研究部
- 3) 北里大学医学部公衆衛生学
- 4) 国立成育医療研究センター研究所社会医学研究部

掲載誌：厚生指標 第68巻15号 P24~30. 2021.

### 【問い合わせ先】

国立研究開発法人 国立成育医療研究センター  
企画戦略局 広報企画室 近藤・村上

電話：03-3416-0181（代表） E-mail:koho@ncchd.go.jp