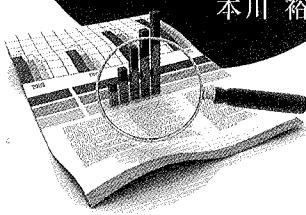


# データが語る “いま”

本川 裕



第⑥回

## 労働時間と健康

総務省統計局の2011年社会生活基本調査では、週間就業時間と健康状態との関係を特別集計で明らかにしている(図表)。労働時間と健康状態の関係については、長時間労働が健康を悪化させるという側面と健康が良くない人は短時間労働を選ぶという側面があるので、それぞれの側面が読みとれるかを明らかにしてみたい。

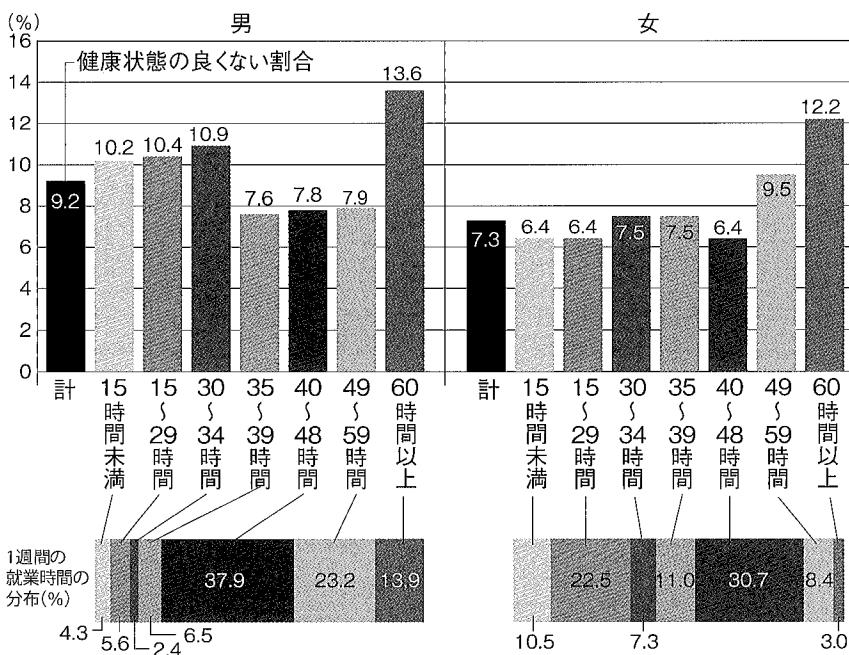
雇用者(雇われている者)の集計でみると、男性計と女性計では「健康状態の良くない」(「あまり良くない」+「悪い」)の割合は、男性が9.2%で女性の7.3%を上回っている。

8時間労働を週5日行うという働き方では週間就業時間は40時間となる。これに残業週9時間を追加した49時間より多い場合は長時間労働と見なすことができる。国際統計でも49時間を区切りとしている。

長時間労働の影響は、男性では、59時間以下では影響が見られないが、60時間以上では、「健康状態の良くない」雇用者比率が13.6%と大きく跳ね上がる。女性では、「49~59時間」から増加傾向が見られ、「60時間以上」では12.2%とかなりの高さとなる。この場合、健康状態の良くない者が敢えて長時間労働を選んでいるとは考えられないで、長時間労働が健康状態になんらかの悪い影響を及ぼしていると考

図表 労働時間と健康状態(2011年)

週間就業時間別の「健康状態の良くない」雇用者比率



(注) 健康状態については「良い」、「まあ良い」、「あまり良くない」、「悪い」の4段階で調査されているが、ここでは後の2つを「良くない」としている。1週間の就業時間(週間就業時間)は、ふだんの1週間の就業時間で、ふだん残業や副業をしていればそれも含めた時間。

(資料) 総務省統計局「社会生活基本調査」特別集計

えざるを得ない。

このように、長時間労働は労働者の健康状態に明らかな影響があるといえる。

欧米と比較して長時間労働が多いのは、日本人が東アジアに共通する疲れにくい国民性をもつことから、長時間労働が無意識のうちに一般化しやすいからではないかと考えられる。過労死や職場でのメンタルヘルスの問題は、長時間労働そのものではなく、こうした働き方に対する一部の労働者の不適応が見過ごされがちなので発生する問題と捉えたほうが適切である。したがって、図のデータを見て、60時間未満であれば、健康上問題なしと考えるのは、やはり、危険なことだといえよう。

次に、健康状態の良くない者は、短時間労働を選ぶかという点については、男性雇用者については、女性雇用者と比較して人数的にはあまり多くはないが、34時間未満では、健康状態が良くないとする比率が10%以上と高くなっている。この場合、短時間労働だから健康が悪くなるということは考えられない以上、やはり、高齢などの要因で健康状態の良くない者は短時間労働を選ぶという影響があると考えられる。

一方、女性雇用者については、パートタイマーなど短時間労働に従事する者は男性と比較して多いが、この層で健康状態が良くない者は多くはなく、健康状態が悪いから短時間労働を選んでいる人は少ないといえよう。



ほんかわ・ゆたか

東京大学農学部農業経済学科出身。(財)国民経済研究協会常務理事を経て、アルファ社会科学(株)主席研究員。現在、幅広い分野の統計データをグラフ化して公開する「社会実情データ図録」サイトを主宰しながら、地域調査等に従事。著作は『統計データはおもしろい!』、『統計データはためになる!』(技術評論社)など。