

2008年度 東京大学—世田谷区**「ワーク・ライフ・バランスと健康に関する調査」結果の概要****【調査の目的】**

ワーク・ライフ・バランス（仕事と家庭の調和）と心身の健康や幸せとの関連を明らかにすることが目的です。

【調査方法】

世田谷区内の 82 の認可保育所（公立・私立）のうち調査にご協力をいただいた 81 園に子どもを通わせる約 5,000 世帯を対象に調査票を配布し（2008年9-10月）、2,992人から回答をいただきました。

【結果の概要】**（家庭の実情・実態）**

女性（妻）は男性（夫）に比べて「夫婦の家事負担割合」が高く「家事時間（1日）」が長いほか、「子どもと過ごす時間（1日）」も長いことが分かりました。

（仕事についての意識）

男性は女性に比べて「仕事の量的負担」が多いものの、「仕事での裁量権」「成長の機会」「上司や同僚からのサポート」は男女間で大きな差はありませんでした。ただし、女性にとって困った時に頼りになるのは、上司よりも同僚と回答した割合がやや多い結果となりました。

（家庭についての意識）

女性は男性に比べて「家庭の量的負担」が大きいものの、「家庭での裁量権」も同時に多いことが分かりました。しかし「配偶者からのサポート」は、男性が女性に比べて多く感じていることが分かりました。

（ワーク・ライフ・バランス）

「仕事から家庭へのマイナスの影響」（例：仕事が多忙で家族との時間が少ない）は男性で過半数、女性で半数近くがあると回答しているのに対して、「家庭から仕事へのマイナスの影響」はあると回答した方の割合は少ないことが分かりました。一方、「仕事から家庭へのプラスの影響」（例：仕事の充実が家庭での良い気分につながる）は30%前後の方が、「家庭から仕事へのプラスの影響」は50%前後の方があると回答していました。

（精神的ストレス、仕事と生活の満足度）

「精神的ストレスについての訴え」は女性が男性に比べてやや多い傾向がありましたが、大きな差はありませんでした。「仕事への満足度」は男性よりも女性で高いのに対して（男性61.5%、女性67.0%）、「家庭生活への満足度」は女性よりも男性で高いことが分かりました（男性84.6%、女性79.7%）。

【調査責任者】 東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野 准教授 島津明人

【問い合わせ先】 wlb-project@umin.ac.jp

<http://plaza.umin.ac.jp/heart>