

長時間労働とウェル・ビーイング

—社会企業家を対象としたデータ分析からの示唆—

マツシマ
松島 みどり*

目的 本研究は、長時間労働とウェルビーイングの関係について仕事特性と個人特性の一致を考慮して定量的に明らかにし、人々の働き方への示唆を得ることを目的とした。

方法 本研究で用いるデータは、2015年に社会企業家リーダーを対象に実施したアンケート調査の回答者（427名）である。アンケート内に社会企業家特性を測定することが可能となる設問を設けることで、社会企業家特性を考慮に入れた分析を行っている点が本研究の特徴である。分析には順序プロビットモデルを用い、被説明変数にはウェルビーイングの指標として、幸福度、主観的健康感、満足度（仕事、余暇の過ごし方、家計の状態、家族関係、友人関係）を使用、着目変数として労働時間と社会企業家特性を加えた。

結果 分析の結果、社会企業家特性を考慮に入れない場合には、労働時間の長さは主観的健康感、余暇の過ごし方、家計の状態への満足度と負の相関を示し、それ以外の指標については統計的に有意な関係は示されなかった。一方で、社会企業家特性を考慮すると、社会企業家特性が弱い、つまり仕事特性と一致しない場合には労働時間とすべてのウェルビーイング指標が負の相関関係を示したのに対して、社会企業家特性が強い場合には、労働時間が長い人ほど高い幸福度、主観的健康感、仕事満足度を選択する確率が高くなっていった。ただし、社会企業家特性が強い場合でも、余暇の過ごし方や家計の状態、家族関係、友人関係などについては、労働時間が長いと満足度が低下する傾向が確認された。

結論 一般的には長時間労働はウェルビーイングに負の影響を与えるものの、仕事特性と労働者の特性が合致している場合には、その限りではないことが明らかとなった。ただし、特性の一致に関わらず、長時間労働者は仕事以外の生活満足度については低い満足度を示しており、私的な時間については長時間労働の負の影響が認められる。本研究の結果は社会企業家の一部のデータを用いた分析結果であるため一般化には注意を要するが、長時間労働の心身への影響を考える上でも一定の示唆を与えるものと考えられる。

キーワード 長時間労働、幸福度、主観的健康感、満足度、社会企業家

I はじめに

近年、業務における強い心理的負荷により精神障害を発病する労働者の数は増加傾向にある。1999年にはじめて労災請求件数が3桁（155件）となって以降、毎年増加しており、2009年度には4桁（1,136件）を超え¹⁾、2015年度に

は15,115件の請求があった²⁾。

長時間労働と身体健康については、公衆衛生や医療従事者の人的資本管理の分野において研究が蓄積されており、特に、過労死は、長時間労働による仕事負荷の増加と、仕事以外の時間の減少による不十分な疲労回復時間の組み合わせによって起こるという一致した見解が得られている³⁾。

*大阪商業大学総合経営学部専任講師

しかし、長時間労働とウェルビーイングにつ

いての科学的研究は国内外を含めても少なく、また、その結論は必ずしも一致していない。例えば、精神的な健康状態に着目した研究結果には、労働時間は精神的な健康状態に影響を与えないとするものと与えるとするものがあり、両者の関係は明らかではない⁴⁾。ただ、日本のデータを用いた最も新しい研究であるKurodaらは、個人のパネルデータを用いて、観測できない個人の要因を取り除き、因果関係を考慮し、労働者属性や企業・職場属性をコントロールした上でも長時間労働は精神的健康を害する可能性が高く、特に1週間に60時間を越える労働による精神的健康を損なうことが著しいことを示している⁵⁾。また、幸福度や生活における満足度といった主観的な指標と長時間労働の関係についても研究蓄積は浅い。浅野らは、日本の男性について、週50時間以上労働が週40～45時間労働に比べて、統計的に有意に生活満足度を引き下げる事を明らかにしているものの⁶⁾、長時間労働と生活満足度と幸福度の関係は文化によって異なると指摘する論文もあり、両者の関係は単純なものではないことが示唆される⁷⁾。

そこで、本研究は蓄積の少ないこの分野への貢献を目的に、長時間労働と幸福度や主観的健康感、満足度の関係についてウェルビーイングという概念を用い、社会企業家を対象とした調査結果に基づいて検討した。ウェルビーイングは、一般に、厚生・福祉・幸福感・生活満足度などを包括する概念として定義されており⁸⁾、本研究では、このウェルビーイングを、幸福度、主観的健康感、生活の様々な側面における満足度（仕事、余暇の過ごし方、家計の状態、家族関係、友人関係）でとらえ、長時間労働との関係を分析した。

なお、社会企業家のデータを用いて分析することの利点は、個人特性が仕事の特性と一致しているかどうかと比較的判断しやすい点である。社会企業家は、社会貢献を仕事とし生計を立てる新たな社会変革の担い手として近年わが国でも注目を浴びているように、仕事の目的・役割意識が明確であり、今までの研究でも社会企業家の特性については多くの議論がなされてきた。

そのため、ある個人が社会企業家特性を有している、つまり仕事特性と合致しているかどうかを測ることが可能である。長時間労働の影響を分析した既存研究では個人特性と仕事特性の一致・不一致を考慮に入れていないことをかんがみ、社会企業家について、長時間労働とウェルビーイングとの関係と、個人特性と仕事特性が一致する場合としない場合での両者の関係を分析することにより、新たな知見を得ることを目的とした。

Ⅱ 方 法

(1) 分析モデル・分析方法と使用データ

分析には順序プロビットモデルを使用し、被説明変数には、ウェルビーイングの指標として幸福度、主観的健康感、満足度（仕事、余暇の過ごし方、家計の状態、家族関係、友人関係）を用いた。説明変数には労働時間を、コントロール変数には、収入、年齢、学歴、家族構成などの社会経済変数を使用した。分析は、社会企業家特性を考慮しない場合と、考慮した場合の2つに分けて行う。

①社会企業家特性を考慮しない場合は、長時間労働の影響に着目し、変数として労働時間を2つのパターンで分析モデルに加えた。1つ目は労働時間の数字を、2つ目は労働時間をグループごとにわけてダミー変数としている。ダミー変数は、週当たり労働時間35時間以上40時間未満、40時間以上50時間未満、50時間以上60時間未満、60時間以上のグループをそれぞれ1とし、参照グループは、本分析の中で最も多い50代男性の平均の週労働時間が約45時間のため（労働力調査2015¹⁰⁾より筆者計算）、40時間以上50時間未満とした。なお、変数をダミー変数としてモデルに加えるのは、Kurodaらでも指摘されているとおり、労働時間とウェルビーイング指標の関係が線形でない場合を考慮するためである⁵⁾。

②社会企業家特性を考慮した分析では、労働時間をグループ化したダミー変数と、社会企業家特性が強い場合に1をとるダミー変数の交差

項を着目変数として用いた。参照グループは労働時間週40時間以上50時間未満と社会企業家特性が強い時の交差項とした。

使用するデータは、2015年2月に筆者が研究分担者となっている研究グループで実施した「社会的企業のリーダーシップ特性に関するアンケート調査」の結果である。調査対象の社会的企業は、政府が行っているソーシャルビジネスを推進する事業や内閣府実施の地域社会雇用創造事業の対象となっている団体、社会企業家研究会やソーシャル・ビジネス・ネットワークといった中間支援団体など4,218団体であり、これらの団体のリーダー（調査票では「リーダーとは組織（会社・団体）において付き従う部下がいる方」と定義）にアンケート用紙を送付し、646団体のリーダーから回答を得た（回収率15%）。

なお、本調査を実施するにあたり、回答内容については統計的処理を行い、組織名や個人名が特定されるようなかたちで公表されることは一切ない旨、プライバシーの保護法を厳正に遵守する旨を調査票に明記し回答者から承諾を得ている。

分析の際は、勤務時間が1週間35時間未満で

あった回答者についてはフルタイム就労でないと見なし、今回の分析からは除外した。その他にも、分析に必要な変数についての情報が得られていない場合は分析の対象から除外したため、分析に使用したのは427名である。

(2) 調査団体の特徴

分析対象者が所属する団体の状況は表1のとおりであり、60%近くが非営利組織である。組織で働く人の数は平均および中央値が10~29人、1年間の総収入と総支出は、平均が5000~6000万円未満、中央値が4000~5000万円未満であり、大規模の団体は少ない。組織が設立されてからの年数は、平均約17年（中央値は約13年）であり、本分析対象者の多くは小・中規模で比較的新しい団体に所属している事がわかる。

(3) 社会企業家特性

社会企業家特性を図る指標については、Deesの定義を用いる。Deesは、「社会企業家とは、社会的価値を創造しそれを長く保つようなミッションを掲げる、ミッションの達成につながる新しい機会には貪欲に望む、確信・順応・学習を持続的に行っている、手持ちの資源に制

限されることなく大胆に行動する、支援者や成果に対する証明責任の意識を強く持っている、といった5つのことを通して社会変革の役割を担う」と定義しており¹¹⁾、この5つの事項から、調査対象者の社会企業家特性をスコア化し、分析の説明変数に加えた。社会企業家スコアの算出に用いている質問項目は図1のとおりである。Deesが、これら5つの項目に多く当てはまる者は、より社会企業家モデルに近いと定義している¹¹⁾ことを踏

表1 分析対象者の所属団体の特徴

指標	定義	n = 427
非営利組織の割合(%)	団体の組織形態	59.3%
組織で働く人の数の平均 (カテゴリー±標準偏差) [中央値]	同じ組織で働く人の数（職場のみでなく会社・団体全体の人数、回答者・パートタイムの職員も含む、有償・無償ボランティアは含まない）1：1人 2：2-4人 3：5-9人 4：10-29人 5：30-99人 6：100-299人 7：300-499人 8：500-999人 9：1,000-1,999人 10：2,000-9,999人 11：1万人以上	4.0±1.4 [4]
1年間の総収入平均 (カテゴリー±標準偏差) [中央値]	1：なし 2：50万円未満 3：50-100万円未満 4：100-500万円未満 5：500-1000万円未満 6：1000-2000万円未満 7：2000-3000万円未満 8：3000-4000万円未満 9：4000-5000万円未満 10：5000-6000万円未満 11：6000-7000万円未満 12：7000-8000万円未満 13：8000-9000万円未満 14：9000-1億円未満 15：1-2億円未満 16：2-5億円未満 17：5-10億円未満 18：10億円以上	10.0±4.8 [9]
1年間の総支出平均 (カテゴリー±標準偏差) [中央値]	1：なし 2：50万円未満 3：50-100万円未満 4：100-500万円未満 5：500-1000万円未満 6：1000-2000万円未満 7：2000-3000万円未満 8：3000-4000万円未満 9：4000-5000万円未満 10：5000-6000万円未満 11：6000-7000万円未満 12：7000-8000万円未満 13：8000-9000万円未満 14：9000-1億円未満 15：1-2億円未満 16：2-5億円未満 17：5-10億円未満 18：10億円以上	9.8±4.7 [9]
組織が設立してからの平均年数 (年数±標準偏差) [中央値]	組織が団体としてスタートしてからの年数（法人としての設立年数である必要はない）※50年以上は50年としている	17.7±13.0 [13]

図1 社会企業家特性把握のための質問項目

問：次のA～Eそれぞれの行動について、あなたはどのくらい当てはまりますか
 A. 社会的価値を創造し、それを長く保つようなミッションを掲げる
 B. ミッションの達成につながる新しい機会には貪欲に望む
 C. 革新・順応・学習を持続的に行っている
 D. 手持ちの資源に制限されことなく大胆に行動する
 E. 支援者や成果に対する説明責任の意識を強く持っている
 回答者は、「1：とても当てはまる 2：ある程度当てはまる 3：どちらとも言えない 4：あまり当てはまらない 5：全く当てはまらない」のいずれかを選択する（分析では数値を反転して使用）

まえ、すべての項目の平均が4以上の場合を社会企業家特性が強いと位置づけ、仕事特性との一致性が高い者であると判断した。この整理により、社会企業家特性が強いと判断された回答者は199名であった。

(4) 労働時間と回答者の属性

表2に、労働時間と回答者の属性について、

表2 記述統計（回答者属性）

変数	定義	全体 (n = 427)	社会企業家特性「強」 (n = 199)
1週間当たりの平均労働時間 (時間±SD) [中央値]	1週間当たりのふだんの労働時間 (給与の支払われる残業時間含む) ¹⁾	50.7±13.0 [48]	51.8±13.8 [50]
平均所得 (収入カテゴリー±SD) [中央値]	税金や社会保険料を含めた年間収入。以下のカテゴリー変数を使用。1：なし 2：70万円未満 3：70-100万円未満 4：100-130万円未満 5：130-150万円未満 6：150-250万円未満 7：250-350万円未満 8：350-450万円未満 9：450-550万円未満 10：550-650万円未満 11：650-750万円未満 12：750-850万円未満 13：850-1000万円未満 14：1000-1200万円未満 15：1200-1400万円未満 16：1400-1600万円未満 17：1600-1850万円未満 18：1850-2300万円未満 19：2300万円以上	9.3±3.4 [9]	10.0±3.7 [9]
平均年齢 (年齢±SD) [中央値]	回答者の年齢	55.1±11.3 [57]	54.7±11.4 [57]
男性比率	回帰式には、1：男性0：女性というダミー変数として含めている	68.0%	67.8%
最高学歴が大学の回答者比率	最後に通った（または現在通っている）学校が大学注）回帰式には1：大学以上（新制）0：大学未満（新制）として含めている。なお、旧制学校については、旧制師範学校・高校・専門学校・高等専門学校・大学・大学院を1としている	54.8%	59.3%
事実婚を含む有配偶者比率	回帰式には1：有配偶0：それ以外として含めている	89.2%	90.5%
平均の子どもの数 (数±SD) [中央値]	子どもの数	2.0±1.3 [2]	2.1±1.3 [2]

注 1) アンケート調査では、2桁までしか回答欄を設けていないため、1週間の労働時間が99時間以上の場合に99時間と回答している可能性有。SD：標準偏差

全体の記述統計と社会企業家特性が強いと判断される199名のみの記述統計に分けて示している。労働時間の平均は1週間約51時間で中央値は48時間であった。なお最大値は99時間であり、最も長く働く人は休日なく毎日14時間働いていることになる。労働者災害補償保険では、月に80時間を越える超過労働は過労死などの補償の対象になっているが¹²⁾、分析対象者の約16%が週に60時間以上労働していると回答している。この回答には給与の支払われる残業時間しか含まれていないことを考えると、実際にはもっと多くの人が週60時間以上労働している可能性が

表3 ウェルビーイング指標

		全体 (n = 427)					社会企業家特性「強」 (n = 199)				
		平均値	中央値	標準偏差	最小値	最大値	平均値	中央値	標準偏差	最小値	最大値
幸福度	10：非常に幸福 - 0：非常に不幸	7.7	8	1.6	3	10	8.3	8	1.5	3	10
主観的健康感	5：良い - 1：悪い	3.6	4	1.0	1	5	3.8	4	1.0	1	5
満足度											
仕事	5：満足 - 1：不満	3.9	4	0.9	1	5	4.3	4	0.8	2	5
余暇の過ごし方	5：満足 - 1：不満	3.5	4	1.1	1	5	3.7	4	1.1	1	5
家計の状態	5：満足 - 1：不満	3.5	4	1.1	1	5	3.7	4	1.1	1	5
家族関係 ¹⁾	5：満足 - 1：不満	4.1	4	0.9	1	5	4.2	4	1.0	1	5
友人関係	5：満足 - 1：不満	3.9	4	0.9	1	5	4.2	4	0.9	1	5

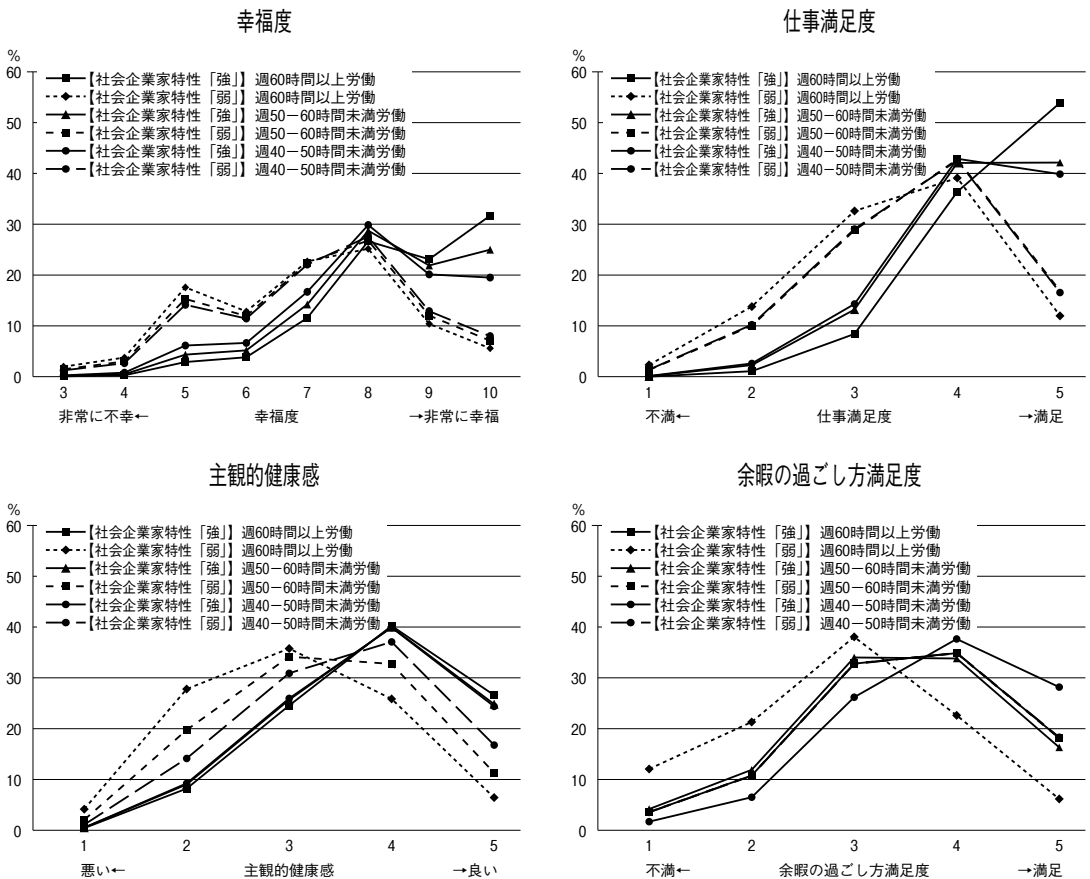
注 1) 本研究では家族関係満足度を「配偶者（夫や妻）との関係」と「配偶者以外の家族との関係」の2つに分けて聞いており、本分析では家族関係満足度としてその2つの平均を用いている。（配偶者がいない場合は後者のみ、配偶者以外の家族がいない場合は前者のみの値を使用）。JGSS2012では、家族関係の満足度ではなく家庭生活満足度を調査しているが、本研究では同義語として考えて比較している。

表4 長時間労働

	幸福度 (10:非常に幸福-0:非常に不幸)		主観的健康感 (5:良い-1:悪い)		仕事	
労働時間	0.003		-0.006		0.003	
労働時間:週35時間以上 40時間未満		0.199		-0.356*		0.052
労働時間:週50時間以上 60時間未満		0.088		-0.103		0.076
労働時間:週60時間以上		0.113		-0.229*		0.088
所得(回答者自身)	0.062***	0.063***	0.028*	0.026	0.069***	0.069***
年齢	0.003	0.003	0.005	0.006	0.010**	0.010**
男性	-0.679***	-0.683***	-0.399***	-0.394***	-0.439***	-0.440***
学歴	0.122	0.124	0.133	0.128	0.058	0.054
有配偶(事実婚含む)	0.400**	0.399**	0.206	0.208	0.176	0.175
子どもの数	0.02	0.019	-0.014	-0.012	0.033	0.031
決定係数/擬似決定係数	0.027	0.027	0.014	0.016	0.029	0.029
Log pseudo likelihood	-757.157	-756.639	-581.755	-580.247	-534.224	-534.228

注 1) ***, **, *はそれぞれ、1%、5%、10%水準で統計的に有意であることを示す(ロバスト標準誤差を用いた結果。ロバスト標準誤差については省略)。
 2) 労働時間ダミーの参照グループ:労働時間週40時間以上50時間未満
 3) 閾値については紙面の関係上省略している。

図2 幸福度、主観的健康感、満足度の各階級を選択する限界効果

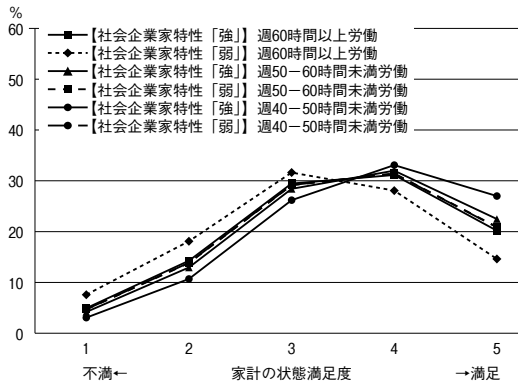


(つづく)
 注 週35時間以上40時間未満の労働者はフルタイム就労であったとしても、短時制度を利用しているなどなんらかの事情がある可能性が高いため、これらのグラフには加えていない。

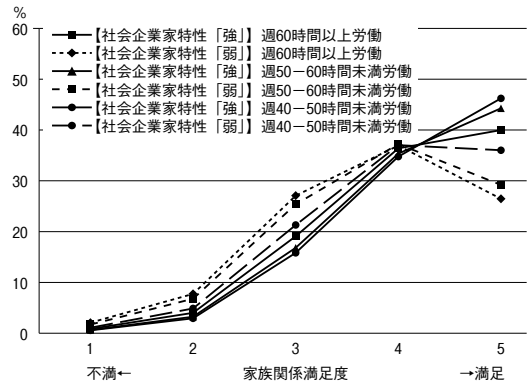
とウェルビーイング

満足度（5：満足－1：不満）							
余暇の過ごし方		家計の状態		家族関係		友人関係	
-0.020***	0.220	-0.008*	-0.055	-0.012**	0.117	-0.079*	-0.046
	-0.186		-0.065		-0.105		-0.042
	-0.473***		-0.245*		-0.203		-0.147
0.057***	0.055***	0.114***	0.113***	0.042**	0.039**	0.035**	0.033**
-0.004	-0.003	0.022***	0.022***	-0.001	0.000	0.000	0.003
-0.036	-0.047	-0.334***	-0.336***	-0.049	-0.056	-0.246*	-0.250**
-0.028	0.000	-0.131	-0.126	0.042	0.057	-0.129	-0.125
0.143	0.137	0.339**	0.338**	0.289	0.288	0.037	0.037
0.034	0.043	0.007	0.011	0.038	0.042	-0.001	0.001
0.029	0.023	0.065	0.064	0.017	0.013	0.012	0.010
-589.759	-593.364	-587.643	-587.880	-523.458	-525.660	-546.456	-547.629

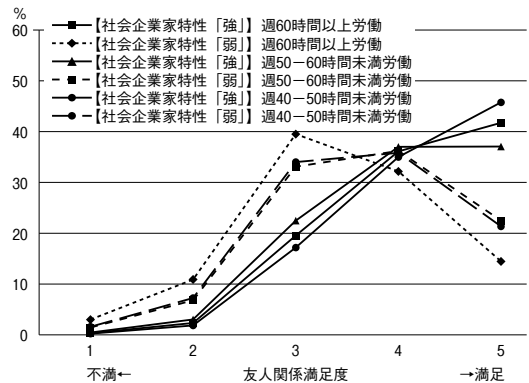
家計の状態満足度



家族関係満足度



友人関係満足度



ある。また、社会企業家特性が強い回答者の方が労働時間は長い。

回答者の属性を確認すると、社会企業家特性によって大きく異なる属性は教育を除いては特に明らかではない。平均年齢は約55歳、男性が70%近くを占めており、90%近くが有配偶で、子どもの数の平均は2である。所得は回答者のみの所得であり、中央値は450～550万円未満である。学歴は、最後に通った学校が大学以上である割合が、全体では約55%、社会企業家特性が強い回答者が約60%である。

(5) ウェルビーイング指標

ウェルビーイングの指標については、回答者全体的場合も社会企業家特性が強い回答者のみの場合も中央値は同じであるが、平均値はすべ

での指標において後者の方が高い値を示している。なお、これらの統計値を既存統計と比べてみると、幸福度以外については日本全体と大きく変わらない（日本版General Social Surveys

〈JGSS-2012〉¹³⁾、生活の質に関する調査¹⁴⁾と比較)。幸福度について、同じ方法で質問をしている既存統計である「生活の質に関する調査」の結果では、男性の平均値が6.54、女性の平均値が6.80であるが、中央値は8であり、その点では本分析対象と同様である。一方で本分析対象者において、幸福度を5以下と回答する回答者は約13%に留まっており、0～2の回答は皆無であるのに対して、「生活の質に関する調査」では5以下と回答する者が30%程度存在し、0～2を回答する者も約5%存在していた¹⁴⁾。よって、本研究の分析対象者は平均的に幸福度が高めであると言える(表3)。

Ⅲ 結 果

(1) 長時間労働とウェルビーイングの関係(表4)

労働時間の長さや満足度の間で線形関係を確認できるのは、余暇の過ごし方、家計の状態、家族関係、友人関係についての満足度であり、労働時間が長いほど満足度は低下する。なお、労働時間をダミー変数でとらえた分析結果からは、余暇の過ごし方、家計の状態は、特に週60時間以上労働者は週40時間以上50時間未満労働者に比べてその満足度の低下が確認できる。一方で、主観的健康感については、週40時間未満労働、または週60時間以上労働のグループで、週40時間以上50時間未満労働のグループよりも不健康であると感じており、統計的に有意である。

コントロール変数については、所得は概してすべてのウェルビーイング指標と正の相関を示しており、年齢については上昇とともに仕事の満足度や家計の状態への満足度も高くなる。性別に関しては、男性は余暇の過ごし方を除いてすべての指標で女性よりも統計的に有意に低く、学歴については、どのウェルビーイング指標とも相関していない。家族形態は、子どもの数はどのウェルビーイング指標とも相関しないのに対して、配偶者がいる人はいない人と比べて幸福度と家計の状態への満足度が統計的に有意に高い。

(2) 社会企業家特性と長時間労働がウェルビーイングに与える影響(図2)

本分析結果については、社会企業家特性と長時間労働を考慮した際に、それぞれのウェルビーイング指標(被説明変数)の各階級をとる確率についての限界効果を線グラフとしてまとめている(図2)。グラフの横軸は、満足度や幸福感等のウェルビーイング指標の階級を表し(数字が大きい方が良好な状態を表す)、縦軸は、それぞれの満足度を回答する確率(限界効果)である。

社会企業家特性と労働時間の両方が関係し同様の傾向を示している指標は、幸福度、主観的健康感と仕事満足度である。社会企業家特性の強いグループは、総じて社会企業家特性の弱いグループよりも高い階級を選択する確率が高く、労働時間がこれらの指標と正の相関を示している。一方で、社会企業家特性が弱いグループにおいては労働時間がこれらの指標と負の相関を示しており、特に、主観的健康感でその傾向が顕著で、どちらかといえば不健康であるという「2」を選ぶ確率が、どちらかといえば健康という「4」を選ぶ確率よりも高く、「1」を選択する確率が5%程度ある。幸福度については、調査対象者全体が総じて高い幸福度を選択しているが、中でも社会企業家特性が強く週60時間以上働いている人は、最も高い幸福度を選択する確率が他の階級を選択する確率を大きく上回り、「10」を選択する確率は30%以上である。一方で社会企業家特性が弱い場合、「8」以上の階級を選択する確率は大幅に低下し、「10」の選択確率は、週60時間以上労働で約5%と低い。仕事満足度についても、全体的に高い階級を選択する傾向にあるものの、社会企業家特性によって「5」を選択する確率が大きく異なる。社会企業家特性が強い場合は「5」を選択する確率が40%以上にのぼるのに対して、弱い場合に「5」を選択する確率は20%に満たない。

家計の状態、家族関係、友人関係への満足度については、労働時間との関係は一定ではないが社会企業家特性によって異なっており、社会企業家特性が強いグループが高い満足度を選択

している。余暇の過ごし方についての満足度は、労働時間との関係が確認され、社会企業家特性が強い場合でも労働時間が短い方が高い満足度を示していることが特徴的である。

Ⅳ 考 察

(1) 留意点を踏まえた結果の解釈

本分析の結果、社会企業家特性を考慮に入れない場合には、労働時間の長さは主観的健康感、余暇の過ごし方、家計の状態への満足度と負の相関を示し、それ以外の指標については統計的に有意な結果は観察されなかった。

一方で、社会企業家特性を考慮すると、社会企業家特性が弱い場合には労働時間が長いことがすべてのウェルビーイング指標を押し下げ、社会企業家特性が強い場合には、労働時間の長さは、幸福度、主観的健康感、仕事満足度と正に相関していた。つまり本分析結果からは、仕事の特性と個人の特性の一致性が低い場合には長時間労働によってウェルビーイングは低下し、高い場合には、人々の幸福度や主観的健康感、仕事満足度を上昇させる可能性が示唆されている。ただし余暇の過ごし方や家計の状態、家族関係、友人関係などの満足度については、社会企業家特性が強い場合においても労働時間が長い場合に低い満足度を回答する傾向を示しており、私的な時間の充実感の低下が確認できる。

なお、本分析結果について留意しなければならない以下の2点のことを踏まえても結果の解釈は変わらない。1点目は、幸福度について、観測できない要因が社会企業家特性と幸福度の両方に正の影響を与えており、それが真の要因である可能性である。その場合、本分析結果において社会企業家特性が同等で労働時間が異なる場合には、幸福度との相関関係は統計的に有意な差がないはずである。しかし、本分析の結果からは、社会企業家特性が同レベルである場合に週60時間以上働いている人がより高い幸福度を報告していることがわかる。よって、観測できない要因が社会企業家スコアと幸福度の両方に影響を与えているとは言い難い。2点目は、

主観的健康感が高いため長時間働くことができるという逆の因果の可能性である。この場合、社会企業家特性が弱いグループについても、長時間労働者の方が高い主観的健康感階級を選択するはずであるが、本分析結果はそのようにはなっていない。よって、逆の因果についても大きな懸念事項とは言えないと考える。

(2) 本研究の限界と今後の課題

本研究は一時点のデータを用いた分析であり、長時間労働がウェルビーイングに与える影響を長期的に捉えることはできていない。よって、仕事特性と個人特性が合致する場合に長時間労働がウェルビーイングを向上させると結論づける事は早計であり、今後のさらなる研究が必要である。日本で問題になってきたとおり長時間労働は過労死を引き起こしたり、研究で明らかになってきているように7時間未満睡眠が肥満や、糖尿病、高血圧、脳卒中、事故の確率を上昇させたりすることがある¹⁵⁾。本研究で用いた調査の回答者のうち、社会企業家特性が強く労働時間が週60時間以上の者は最も睡眠時間が短く、その中央値は6時間であった。そして、先に示したように社会企業家特性が強かったとしても、労働時間が長いと私的な時間の充実感は低下する傾向がある。こうした睡眠時間の短さや、私的な時間に関する満足度の低さを考えると、長時間労働が心身に与える影響は、長期的に観察した場合には本研究結果とは一致しない可能性もあるため、さらなる検証が必要である。

V お わ り に

本研究は、社会企業家のリーダーを対象とした分析のため、長時間労働とウェルビーイング指標の関係の分析結果をどの程度一般化できるかは議論の余地がある。しかし、仕事特性と労働者特性の一致が長時間労働とウェルビーイングとの関係にどのように影響をしているかの分析結果については、人々の働き方を考える上で一定の示唆を与えるものと考えられる。特に、分析対象となっている団体の規模や設立年数を

考慮すると、日本人口の大部分が従事する中小企業においてリーダーという立場である人々については、本分析結果が当てはまる可能性も高い。

今回は限られた1時点のデータで、長時間労働とウェルビーイング指標との関連と、仕事特性と個人特性の一致を考慮した場合にそれらがどのように関係しているかを確認したのみであるが、業務における強い心理的負荷により精神障害を発病する労働者の数が毎年増加している現代の日本において、人々のウェルビーイングと長時間労働の関係をその因果関係も踏まえて、より詳細に検討していくことは重要であり、今後の課題としたい。

謝辞

本研究は文部科学省科学研究費補助金24530507および、15K03702の助成を受けて行ったものである。

文 献

- 1) 厚生労働省. 精神障害等の労災補償状況 (<http://www.mhlw.go.jp/stf/shingi/2r9852000000u8t2-att/2r9852000000u8vw.pdf>) 2017.3.30.
- 2) 厚生労働省. 平成28年版過労死等防止対策白書(本文) (<http://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/karushi/16/dl/16-1.pdf>) 2017.3.15.
- 3) 岩崎健二. 長時間労働と健康問題. 日本労働研究雑誌 2008; 575: 39-48.
- 4) Bannai, A., Tamakoshi, A. The association between long working hours and health: a systematic review of epidemiological evidence. *Scandinavian journal of work, environment & health*, 2014; 40(1): 5-18.
- 5) Kuroda, S., Yamamoto, I. Workers' Mental Health, Long Work Hours, and Workplace Management: Evidence from Workers' Longitudinal Data in Japan. *Research Institute of Economy, Trade and Industry (RIETI)*. 2016.
- 6) 浅野博勝, 権丈英子. 労働時間と満足度-日英独の比較研究-. RIETIディスカッション・ペーパー・シリーズ, 2011.
- 7) Valente, R. R., Berry, B. J. Working hours and life satisfaction. A cross-cultural comparison of Latin America and the United States. *Journal of Happiness Studies*, 2016; 17(3): 1173-204.
- 8) Sen, A. *Commodities and Capabilities* (1st ed.). New York, NY. North-Holland Sole distributors for the U.S.A. and Canada, Elsevier Science Publishing Co, 1985.
- 9) Frey, S. B., & Stutzer, A. *Happiness and Economics. How the Economy and Institutions Affect Human Well-Being*. Princeton: Princeton University Press, 2002.
- 10) 総務省統計局. 統計局ホームページ/労働力調査 (<http://www.stat.go.jp/data/roudou/index.htm>) 2017.1.5.
- 11) Dees, J. G. *The meaning of social entrepreneurship*.1998. (<http://www.redalmarza.cl/ing/pdf/TheMeaningofsocialEntrepreneurship.pdf>) 2017.1.5.
- 12) 厚生労働省ホームページ. 脳・心臓疾患の労災認定「過労死と労災保険」(<http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/rousai/dl/040325-11.pdf>) 2017.3.15.
- 13) 日本版総合的社会調査共同研究拠点大阪商業大学 JGSS研究センター. 日本版General Social Surveys 基礎集計表・コードブックJGSS-2012 (文部科学省「特色ある共同研究拠点の整備の推進事業」), 2013.
- 14) 渡部良, 河野志穂. 25年度「生活の質に関する調査(世帯調査:訪問留置法)」の結果について. *ESRI Research Note No.24*, 2014.
- 15) Watson, N.F., Badr, M.S., Belenky, G. et al. Recommended amount of sleep for a healthy adult. a joint consensus statement of the American Academy of Sleep Medicine and Sleep Research Society. *J Clin Sleep Med* 2015; 11(6): 591-2.