

第6章 健康状態と対人関係に関する集計結果

本章では、精神的な健康（抑うつ傾向）は属性によって違いがあるか、健康的な生活を心がけているか、対人関係の構造はどうなっているかなど、健康状態や日常的生活態度そして対人関係に関して、性別・年齢階層間の違いを中心にクロス集計表の結果などを示す。

第1節 心の状態（抑うつ傾向）

心の状態（抑うつ傾向）に関する設問は、8つの項目で構成されている¹。いずれの項目も「ほとんど毎日」と回答した割合が低いため、第6-1-1表では、それぞれの項目を「ほとんど毎日+しばしばあった」、「たまにあった+まったくなかった」に分類しなおして集計し、「ほとんど毎日+しばしばあった」の割合を性別・年齢階層別に示した。

第6-1-1表 男女別・年齢階層別 心の状態 (%)

		ふだんは何でも ないことをわ ずらわしいと 感じる	何をするのも 面倒と感じる	物事に集中で きかない	ふだんより口 数が少なくな る	家族や友達 から励まして もらっても気 分が晴れない	憂うつだと感 じる	一人ぼっちで 寂しいと感じ る	悲しいと感じ る
男性	20歳代	20.6	19.6	19.6	18.6	13.7	21.6	10.8	11.8
	30歳代	22.2	22.2	19.7	17.7	13.5	17.0	9.9	8.6
	40歳代	24.4	22.1	16.4	16.4	12.2	15.7	7.0	8.2
	50歳代	16.1	13.0	13.0	13.0	8.7	11.8	6.2	5.6
女性	20歳代	22.5	25.4	22.5	19.7	11.3	25.4	11.3	11.3
	30歳代	33.3	34.0	21.2	17.3	12.2	21.8	11.5	11.5
	40歳代	29.5	25.0	19.9	15.9	13.6	20.5	13.6	13.6
	50歳代	22.2	25.9	18.5	16.7	13.0	14.8	20.4	14.8

* 「ほとんど毎日+しばしばあった」割合

「ふだんは何でもないことをわずらわしいと感じる」や「何をするのも面倒と感じる」については、男女とも30歳代と40歳代の割合が高い傾向が見られるが、他の項目を含めた全体の傾向としては、年齢が低いほうが、また女性のほうが男性よりも割合が高く、抑うつ傾向が強い。

ここでは個別の項目について詳しく分析せず、抑うつ傾向の全体について分析を行う。そのために、それぞれの項目のカテゴリーを「ほとんど毎日=4」、「しばしばあった=3」、「たまにあった=2」、「まったくなかった=1」として8つの項目の合計得点を算出した（最大値=32、最小値=8、平均値=14.4、標準偏差=4.3、Cronbachの $\alpha=0.89$ ）。また、合計得点の分布が均衡するように3つ（8-11、12-15、16-32）に分割した抑うつ傾向の程度を示す変数を作成し、分析に用いる。

¹ 心理的鬱状態を測定する指標である CED-D (Center for Epidemiological Studies Depression Scale) で用いられている項目を使用した。

抑うつの程度について、まず年齢階層別に見てみると、男性では30歳代と40歳代の「抑うつ得点・高」の割合が他の年齢階層よりも高いが、その一方で「抑うつ得点・低」の割合も30歳代と40歳代が他の年齢階層よりも高い（第6-1-2表）。女性の場合は、年齢階層が低いほうが割合が高い。

第6-1-2表 男女別・年齢階層別 抑うつ傾向 (%)

		TOTAL (N)	抑うつ得点・ 低	抑うつ得点・ 中	抑うつ得点・ 高	無回答
TOTAL		100 (1528)	28.6	34.3	35.6	1.5
男性	20歳代	100 (102)	27.5	41.2	30.4	1.0
	30歳代	100 (406)	34.5	31.0	34.0	0.5
	40歳代	100 (402)	32.1	32.1	34.6	1.2
	50歳代	100 (161)	31.1	35.4	31.7	1.9
	合計	100 (1071)	32.4	33.1	33.5	1.0
女性	20歳代	100 (71)	12.7	42.3	45.1	0
	30歳代	100 (156)	20.5	37.2	41.0	1.3
	40歳代	100 (176)	21.0	36.4	38.1	4.5
	50歳代	100 (54)	22.2	33.3	40.7	3.7
	合計	100 (457)	19.7	37.2	40.5	2.6

業種と職種別に、男女別の分布を見ると（第6-1-3表）、業種で「抑うつ得点・高」の割合が比較的高いのは、男性では「電気・ガス・水道・熱供給業」、「医療・福祉」そして「サービス業」である。女性の場合は「公務」、「サービス業」、「医療・福祉」、「卸・小売業」の順に割合が高い。男女で共通しているのは、「医療・福祉」そして「サービス業」である。

第6-1-3表 男女別・業種別 抑うつ傾向 (%)

	男性					女性				
	TOTAL (N)	抑うつ得点・ 低	抑うつ得点・ 中	抑うつ得点・ 高	無回答	TOTAL (N)	抑うつ得点・ 低	抑うつ得点・ 中	抑うつ得点・ 高	無回答
建設業	100 (100)	28.0	37.0	33.0	2.0	100 (24)	16.7	54.2	29.2	0
製造業	100 (262)	34.7	32.1	32.8	0.4	100 (63)	22.2	42.9	30.2	4.8
電気・ガス・水道・熱供給業	100 (28)	25.0	28.6	39.3	7.1	100 (6)	0.0	50.0	33.3	16.7
情報通信業	100 (68)	39.7	30.9	29.4	0	100 (13)	7.7	61.5	30.8	0
運輸業	100 (68)	35.3	32.4	30.9	1.5	100 (6)	0.0	33.3	66.7	0
卸・小売業	100 (119)	26.1	38.7	34.5	0.8	100 (35)	28.6	25.7	42.9	2.9
金融・保険業、不動産業	100 (50)	34.0	30.0	34.0	2.0	100 (41)	29.3	36.6	31.7	2.4
医療・福祉	100 (51)	31.4	29.4	39.2	0	100 (108)	20.4	34.3	43.5	1.9
サービス業	100 (183)	27.9	32.2	38.3	1.6	100 (96)	12.5	40.6	44.8	2.1
公務	100 (107)	39.3	36.4	24.3	0	100 (52)	26.9	21.2	50.0	1.9
その他	100 (33)	36.4	24.2	39.4	0	100 (9)	11.1	55.6	33.3	0
無回答	- (2)	-	-	-	-	- (4)	-	-	-	-

職種別では、男性で「抑うつ得点・高」の割合が最も高く「抑うつ得点・低」の割合が最も低いのが「専門職」である（第6-1-4表）。女性の場合は、「営業・販売、接客」が「抑うつ得点・高」の割合が最も高く「抑うつ得点・低」の割合が最も低い。しかし、それぞれの差は小さい。

第6-1-4表 男女別・職種別 抑うつ傾向 (%)

	男性					女性				
	TOTAL (N)	抑うつ得点・ 低	抑うつ得点・ 中	抑うつ得点・ 高	無回答	TOTAL (N)	抑うつ得点・ 低	抑うつ得点・ 中	抑うつ得点・ 高	無回答
総務・一般事務等	100 (162)	33.3	33.3	32.7	0.6	100 (176)	21.0	35.8	42.0	1.1
営業・販売、接客	100 (280)	33.2	30.7	34.3	1.8	100 (57)	14.0	36.8	45.6	3.5
専門職	100 (265)	29.8	34.3	35.8	0	100 (157)	19.7	40.1	38.9	1.3
製造・生産関連	100 (306)	33.7	34.6	30.7	1.0	100 (32)	21.9	31.3	34.4	12.5
その他	100 (55)	30.9	29.1	36.4	3.6	100 (32)	21.9	40.6	34.4	3.1
無回答	- (3)	-	-	-	-	- (3)	-	-	-	-

職種については年齢階層別にも見てみると（第6-1-5表）、男性の場合、「総務・一般事務等」と「専門職」で40歳代の割合が最も高く、「営業・販売、接客」は年齢階層が高いほうが割合も高い。逆に、「製造・生産関連」では年齢階層が低いほうが割合が高くなる。女性の場合は、「専門職」で40歳代の割合が高いが、その他の職種は概ね20歳代と30歳代の割合が高くなっている。

第6-1-5表 男女別・職種別・年齢別 抑うつ傾向 (%)

		男性					女性				
		TOTAL (N)	抑うつ得点・ 低	抑うつ得点・ 中	抑うつ得点・ 高	無回答	TOTAL (N)	抑うつ得点・ 低	抑うつ得点・ 中	抑うつ得点・ 高	無回答
総務・ 事務等・ 一般	20歳代	100 (13)	30.8	30.8	30.8	7.7	100 (24)	8.3	41.7	50.0	0
	30歳代	100 (50)	44.0	24.0	32.0	0	100 (60)	25.0	30.0	45.0	0
	40歳代	100 (64)	31.3	31.3	37.5	0	100 (71)	18.3	42.3	38.0	1.4
	50歳代	100 (35)	22.9	51.4	25.7	0	100 (21)	33.3	23.8	38.1	4.8
	合計	100 (162)	33.3	33.3	32.7	0.6	100 (176)	21.0	35.8	42.0	1.1
営業・ 販売・ 接客	20歳代	100 (28)	35.7	35.7	28.6	0	100 (14)	7.1	42.9	50.0	0
	30歳代	100 (113)	37.2	30.1	31.0	1.8	100 (20)	10.0	35.0	50.0	5.0
	40歳代	100 (116)	30.2	31.0	37.1	1.7	100 (16)	31.3	25.0	37.5	6.3
	50歳代	100 (23)	26.1	26.1	43.5	4.3	100 (7)	0.0	57.1	42.9	0
	合計	100 (280)	33.2	30.7	34.3	1.8	100 (57)	14.0	36.8	45.6	3.5
専門 職	20歳代	100 (26)	26.9	46.2	26.9	0	100 (26)	15.4	46.2	38.5	0
	30歳代	100 (115)	33.0	35.7	31.3	0	100 (56)	19.6	44.6	35.7	0
	40歳代	100 (97)	25.8	29.9	44.3	0	100 (61)	19.7	34.4	42.6	3.3
	50歳代	100 (27)	33.3	33.3	33.3	0	100 (14)	28.6	35.7	35.7	0
	合計	100 (265)	29.8	34.3	35.8	0	100 (157)	19.7	40.1	38.9	1.3
製造・ 生産 関連	20歳代	100 (31)	19.4	41.9	38.7	0	100 (2)	0	50.0	50.0	0
	30歳代	100 (106)	30.2	33.0	36.8	0	100 (11)	27.3	18.2	45.5	9.1
	40歳代	100 (103)	40.8	35.9	21.4	1.9	100 (13)	23.1	38.5	23.1	15.4
	50歳代	100 (66)	34.8	31.8	31.8	1.5	100 (6)	16.7	33.3	33.3	16.7
	合計	100 (306)	33.7	34.6	30.7	1.0	100 (32)	21.9	31.3	34.4	12.5
その他	20歳代	100 (4)	25.0	75.0	0	0	100 (4)	50.0	25.0	25.0	0
	30歳代	100 (22)	27.3	18.2	54.5	0	100 (8)	12.5	75.0	12.5	0
	40歳代	100 (19)	31.6	31.6	31.6	5.3	100 (14)	28.6	28.6	35.7	7.1
	50歳代	100 (10)	40.0	30.0	20.0	10.0	100 (6)	0	33.3	66.7	0
	合計	100 (55)	30.9	29.1	36.4	3.6	100 (32)	21.9	40.6	34.4	3.1

役職別では、男性の場合、「一般社員」の「抑うつ得点・高」の割合が最も高く、職位が上がると割合が低くなり、「抑うつ得点・低」では逆に職位が高いほうが割合が高い（第6-1-6表）。

第6-1-6表 男女別・役職別 抑うつ傾向 (%)

		TOTAL (N)	抑うつ得点・ 低	抑うつ得点・ 中	抑うつ得点・ 高	無回答
男性	一般社員	100 (512)	30.1	32.6	36.1	1.2
	係長・主任	100 (323)	32.8	32.8	33.4	0.9
	課長クラス	100 (173)	34.1	36.4	28.3	1.2
	部長・本部長クラス	100 (63)	44.4	28.6	27.0	0
女性	一般社員	100 (361)	19.9	36.6	40.7	2.8
	係長・主任	100 (83)	21.7	38.6	38.6	1.2
	課長クラス	100 (7)	0	42.9	42.9	14.3
	部長・本部長クラス	100 (6)	0	50.0	50.0	0

回答者の職場の状況や勤務状況、経済状況など、抑うつ傾向との関係が考えられる要因も確認しておく。

まずは、職場の状況として、一緒に働く人の増減である。第4章の仕事のストレスでも人員の変化が仕事の責任など負荷が増すことがあることが分かった。第6-1-7表を見ると、男性の場合は「減っている」と答えた人の「抑うつ得点・高」の割合が高く、「抑うつ得点・低」の割合が低い。女性の場合は「増えている」と答えた人の「抑うつ得点・高」の割合が低い、「変わらない」と「減っている」の割合の差は小さい。

第6-1-7表 男女別・職場の人員の増減別 抑うつ傾向 (%)

		TOTAL (N)	抑うつ得点・ 低	抑うつ得点・ 中	抑うつ得点・ 高	無回答
男性	増えている	100 (194)	34.0	35.1	30.9	0
	変わらない	100 (456)	34.9	33.1	30.7	1.3
	減っている	100 (377)	27.3	32.1	39.3	1.3
	わからない(1年前には 自分がいなかった)	100 (40)	42.5	32.5	25.0	0
女性	増えている	100 (89)	20.2	51.7	25.8	2.2
	変わらない	100 (212)	20.8	33.5	42.9	2.8
	減っている	100 (134)	17.9	35.1	45.5	1.5
	わからない(1年前には 自分がいなかった)	100 (17)	23.5	35.3	35.3	5.9

勤務状況として総労働時間との関係では（第6-1-8表）、「抑うつ得点・高」の割合では顕著な傾向は見られないが、男性の場合、「抑うつ得点・低」の割合が200時間以上で低い。また、超過労働の頻度と抑うつ傾向との関係では、男女とも大きな差ではないが「ほとんどない」と回答している人の「抑うつ得点・高」の割合が男女とも最も低い。

第6-1-8表 男女別・労働時間の状況別 抑うつ傾向 (%)

			TOTAL (N)	抑うつ得点・ 低	抑うつ得点・ 中	抑うつ得点・ 高	無回答
総労働時間	男性	1～160時間未満	100 (89)	34.8	29.2	31.5	4.5
		160～180時間未満	100 (163)	36.8	29.4	32.5	1.2
		180～200時間未満	100 (218)	37.6	30.3	31.7	0.5
		200～240時間未満	100 (324)	29.3	34.0	36.7	0
		240時間以上	100 (244)	28.7	39.8	30.3	1.2
	女性	1～160時間未満	100 (78)	14.1	38.5	41.0	6.4
		160～180時間未満	100 (133)	23.3	33.1	42.9	0.8
		180～200時間未満	100 (115)	19.1	44.3	33.9	2.6
		200～240時間未満	100 (78)	21.8	30.8	46.2	1.3
		240時間以上	100 (29)	3.4	44.8	44.8	6.9
超過労働の頻度	男性	よくある	100 (565)	31.0	32.7	35.4	0.9
		ときどきある	100 (327)	31.8	35.5	31.5	1.2
		ほとんどない	100 (158)	41.8	29.1	27.8	1.3
	女性	よくある	100 (133)	16.5	36.8	43.6	3.0
		ときどきある	100 (172)	24.4	30.8	42.4	2.3
		ほとんどない	100 (143)	16.1	46.2	35.0	2.8
労働時間の变化	男性	増えた	100 (238)	26.5	29.0	44.1	0.4
		変わらない	100 (676)	34.8	34.0	30.0	1.2
		減った	100 (140)	30.7	37.1	30.7	1.4
	女性	増えた	100 (104)	21.2	37.5	37.5	3.8
		変わらない	100 (293)	19.1	39.2	39.6	2.0
		減った	100 (58)	20.7	27.6	48.3	3.4

回答者の経済状況との関連も見ておくと、年収については、男性の場合、年収が低いほうが「抑うつ得点・高」の割合が高く、「抑うつ得点・低」の割合が低い(第6-1-9)。女性の場合、はっきりした傾向は見られない。

第6-1-9表 男女別・経済状況別 抑うつ傾向 (%)

			TOTAL (N)	抑うつ得点・ 低	抑うつ得点・ 中	抑うつ得点・ 高	無回答
年収	男性	100～300万円未満	100 (124)	23.4	34.7	40.3	1.6
		300～500万円未満	100 (334)	30.2	34.4	33.8	1.5
		500～700万円未満	100 (324)	31.5	34.6	33.3	0.6
		700～1,000万円未満	100 (228)	39.0	28.5	32.0	0.4
		1,000～2,000万円未満	100 (42)	42.9	31.0	23.8	2.4
	女性	100～300万円未満	100 (160)	19.4	36.9	41.3	2.5
		300～500万円未満	100 (175)	19.4	39.4	38.3	2.9
		500～700万円未満	100 (75)	21.3	34.7	41.3	2.7
		700～1,000万円未満	100 (33)	21.2	39.4	39.4	0
		1,000～2,000万円未満	100 (3)	0.0	66.7	33.3	0
年収の見込み	男性	増えそう	100 (171)	42.1	29.8	26.9	1.2
		あまり変わらないそう	100 (610)	32.6	33.1	33.4	0.8
		減りそう	100 (282)	25.5	35.5	37.6	1.4
	女性	増えそう	100 (48)	14.6	52.1	31.3	2.1
		あまり変わらないそう	100 (279)	20.8	37.3	39.1	2.9
		減りそう	100 (128)	19.5	32.0	46.9	1.6
負債の有無	男性	ある	100 (546)	32.6	28.6	37.9	0.9
		ない	100 (521)	32.1	37.8	29.0	1.2
	女性	ある	100 (184)	18.5	39.7	38.6	3.3
		ない	100 (271)	20.7	35.8	41.7	1.8

また、年収の見込みについては、男女とも「減りそう」と答えている人の「抑うつ得点・高」の割合が高い。男性の場合は、「増えそう」では「抑うつ得点・低」の割合が高い。負債の有無に関しては、女性にはほとんど差は見られないが、男性の場合は、負債が「ある」と答えている人のほうが「抑うつ得点・高」の割合が高い。

仕事に関するストレスの項目と抑うつ傾向の関係についても検討しておく。第4章での主成分分析の結果を利用し、項目を4つの成分のグループに分けて分析を行う。

まず、それぞれの項目について「強く感じる」と「やや感じる」を合わせた割合と抑うつ傾向との関係を性別に見たのが第6-1-10表である。全体の傾向として、抑うつ傾向が高いほうが割合も高くなっている。また、それぞれのグループ内での割合の水準も、一部若干異なるものもあるが、概ね共通している。性別では抑うつ傾向が高い場合に、女性よりも男性の割合のほうが大きいことが多い。また、成分の種類別では、男女とも「雇用不安」の変数の抑うつ傾向が高い割合の水準が少し高い。

第6-1-10表 男女別 仕事のストレスと抑うつ傾向 (%)

		仕事の負荷				職場環境			雇用不安		仕事の適正	
		i.仕事量が多い	c.働く時間が長い	a.責任が重すぎる	h.仕事の成果が過度に重視される	k.職場の人間関係が悪い	j.職場環境が悪い	b.相談する相手がいない	g.自分の雇用の安定性に対する不安	f.会社の将来性に対する不安	e.情報化・技術革新への対応が困難	d.仕事に適性にあわない
男性	低	51.6	41.8	42.9	27.1	20.2	29.1	28.2	42.7	53.6	24.5	9.8
	中	62.1	55.4	52.3	35.6	33.9	46.3	40.4	53.7	61.0	36.2	19.8
	高	70.5	58.8	69.1	56.0	49.9	60.2	61.0	66.0	72.1	48.5	35.4
女性	低	46.7	37.8	37.8	18.9	23.3	20.0	23.3	47.8	50.0	40.0	8.9
	中	49.4	47.6	45.9	30.0	36.5	40.6	31.8	48.2	54.1	36.5	20.0
	高	59.5	44.3	65.9	41.1	50.8	57.3	54.1	60.0	68.6	48.6	28.1

抑うつ傾向が高い場合についてのみ取り出して、性別・年齢階層別に見てみると（第6-1-11表）、性別ではサンプルサイズが小さいためか男性よりも女性の特に60歳代の割合のばらつきが大きい。女性の場合、年齢階層が低いほうが割合が高い傾向が見られる。男性の場合は、年齢階層間の差はあまり大きくない。

第6-1-11表 男女別・年齢階層別 仕事のストレスと抑うつ傾向 (%)

		仕事の負荷				職場環境			雇用不安		仕事の適正	
		i.仕事量が多い	c.働く時間が長い	a.責任が重すぎる	h.仕事の成果が過度に重視される	k.職場の人間関係が悪い	j.職場環境が悪い	b.相談する相手がいない	g.自分の雇用の安定性に対する不安	f.会社の将来性に対する不安	e.情報化・技術革新への対応が困難	d.仕事に適性にあわない
男性	20歳代	71.0	64.5	74.2	51.6	41.9	54.8	64.5	54.8	74.2	51.6	35.5
	30歳代	69.6	62.2	68.9	52.2	49.6	63.0	57.0	67.4	73.3	44.4	37.8
	40歳代	72.7	54.0	70.5	61.3	53.2	60.4	68.8	69.1	76.1	50.4	37.4
	50歳代	72.0	65.3	68.0	62.0	50.0	60.0	54.0	66.0	64.0	56.0	26.0
女性	20歳代	51.6	45.2	71.0	22.6	64.5	71.0	51.6	48.4	51.6	45.2	32.3
	30歳代	61.9	52.4	68.3	42.9	57.1	55.6	61.9	52.4	71.4	49.2	22.2
	40歳代	67.2	43.3	68.7	43.3	43.3	58.2	47.8	67.2	70.1	41.8	34.3
	50歳代	47.6	28.6	52.4	61.9	42.9	47.6	61.9	81.8	86.4	81.0	23.8

仕事の満足度は抑うつ傾向とどのような関連があるのか、仕事の満足度のそれぞれの項目について、「不満」と「少し不満」を合わせた割合を抑うつ傾向の度合いで比べてみた（第6-1-12表）。いずれの項目についても、抑うつ度が高いほうが不満の割合も高くなっている。

不満の割合の水準は「給料・賃金の額」や「休日・休暇の日数」などが高いが、これらの項目は抑うつの程度による割合の差はあまり大きくない。

第6-1-12表 男女別 仕事の満足度と抑うつ傾向 (%)

		a.給料・賃金の額	b.休日・休暇の日数	c.仕事の内容	d.自分に与えられた仕事の裁量	e.あなたに対する評価・待遇	f.仕事と生活のバランス
男性	低	51.0	32.9	14.7	20.2	24.2	22.5
	中	57.3	40.1	22.9	21.5	33.9	42.7
	高	60.7	40.9	41.2	38.4	46.0	52.6
女性	低	40.0	30.0	13.3	15.6	16.7	26.7
	中	45.3	33.5	22.4	26.5	27.6	33.5
	高	53.0	35.1	28.6	31.4	38.4	50.3

抑うつ傾向が高い場合についてのみ取り出して、性別・年齢階層別に比べてみると（第6-1-13表）、「休日・休暇の日数」については年齢階層が低いほうが割合が高い。その他には特に目立った傾向は見られない。

第6-1-13表 男女別・年齢階層別 仕事の満足度と抑うつ傾向 (%)

		a.給料・賃金の額	b.休日・休暇の日数	c.仕事の内容	d.自分に与えられた仕事の裁量	e.あなたに対する評価・待遇	f.仕事と生活のバランス
男性	20代	61.3	54.8	35.5	38.7	29.0	51.6
	30代	58.7	41.3	42.0	38.4	42.8	56.5
	40代	59.0	38.1	39.6	36.0	53.2	49.6
	50代	70.6	39.2	47.1	45.1	45.1	51.0
女性	20代	56.3	43.8	21.9	31.3	31.3	43.8
	30代	53.1	37.5	29.7	31.3	35.9	54.7
	40代	50.7	32.8	32.8	31.3	43.3	52.2
	50代	54.5	22.7	22.7	31.8	40.9	40.9

第2節 健康に関する日常的な生活態度

近年は、病気の中でもかつて成人病と呼ばれていた肥満、高血圧、糖尿病、高脂血症などのいわゆる生活習慣病が注目されている。成人病が生活習慣病と呼ばれるようになったのは1996年であるが、そこには予防の意味も込められている²。本調査では、生活習慣に関する事として食事、睡眠、運動についてたずねている。

² 第17回厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会資料「今後の生活習慣病対策の推進について（中間とりまとめ（案）」（平成17年8月29日）を参照（<http://www.mhlw.go.jp/shingi/2005/08/dl/s0829-9c1.pdf>）。

第6-2-1表 男女別・年齢階層別 食生活の状況 (%)

		TOTAL (N)	そう思う	まあそう思う	あまりそう思 わない	まったくそう 思わない	無回答
TOTAL		100 (1528)	15.2	40.4	34.2	9.5	0.6
男性	20歳代	100 (102)	17.6	37.3	36.3	8.8	0
	30歳代	100 (406)	14.8	39.9	36.2	8.6	0.5
	40歳代	100 (402)	15.4	36.6	36.1	11.9	0
	50歳代	100 (161)	13.7	44.7	31.1	8.7	1.9
	合計	100 (1071)	15.1	39.1	35.4	9.9	0.5
女性	20歳代	100 (71)	18.3	39.4	31.0	11.3	0
	30歳代	100 (156)	15.4	42.3	32.1	9.0	1.3
	40歳代	100 (176)	13.1	44.9	33.0	8.0	1.1
	50歳代	100 (54)	20.4	48.1	25.9	5.6	0.0
	合計	100 (457)	15.5	43.5	31.5	8.5	0.9

まずは食事について「食べ過ぎや、栄養に偏りのない食事をしている」かであるが、年齢階層別に比べてみると、男性では40歳代、女性では20歳代で「まったくそう思わない」と回答した割合が最も高いが、それぞれ差は小さい（第6-2-1表）。

その他の属性について、業種別では、男性は「情報通信業」、「金融・保険、不動産業」、「公務」、「建設業」の順に割合が高く、女性は「卸売・小売業」、「医療・福祉」、「製造業」の順に割合が高い。また職種別では、男女ともに「製造・生産関連」の割合が最も高い。

第6-2-2表 男女別・年齢階層別 睡眠の状況 (%)

		TOTAL (N)	そう思う	まあそう思う	あまりそう思 わない	まったくそう 思わない	無回答
TOTAL		100 (1528)	10.8	35.3	40.0	13.3	0.6
男性	20歳代	100 (102)	13.7	35.3	38.2	12.7	0
	30歳代	100 (406)	10.1	36.5	38.9	14.3	0.2
	40歳代	100 (402)	10.7	32.1	42.8	14.2	0.2
	50歳代	100 (161)	11.8	38.5	38.5	9.9	1.2
	合計	100 (1071)	10.9	35.0	40.2	13.4	0.4
女性	20歳代	100 (71)	14.1	39.4	29.6	16.9	0
	30歳代	100 (156)	7.1	34.0	45.5	12.2	1.3
	40歳代	100 (176)	10.8	40.9	36.4	10.2	1.7
	50歳代	100 (54)	14.8	22.2	44.4	18.5	0
	合計	100 (457)	10.5	36.1	39.4	12.9	1.1

「睡眠時間を充分取っている」については、男性の場合は50歳代で「まったくそう思わない」の割合が低いが、女性は50歳代と20歳代の割合が高い（第6-2-2表）。業種別では、男性は「情報通信業」の割合が最も高く、「運輸業」が次いで高い。女性の場合に比較的割合が高いのは、「医療・福祉」、「卸・小売業」、「サービス業」などである。職種別では、男女とも「専門職」の割合が最も高い。

第6-2-3表 男女別・年齢階層別 運動の状況 (%)

		TOTAL (N)	そう思う	まあそう思う	あまりそう思 わない	まったくそう 思わない	無回答
TOTAL		100 (1528)	11.1	18.2	31.8	38.3	0.6
男性	20歳代	100 (102)	17.6	32.4	29.4	20.6	0
	30歳代	100 (406)	11.8	16.0	34.7	37.2	0.2
	40歳代	100 (402)	10.0	18.4	34.8	36.6	0.2
	50歳代	100 (161)	12.4	24.2	27.3	34.2	1.9
	合計	100 (1071)	11.8	19.7	33.1	34.9	0.5
女性	20歳代	100 (71)	19.7	16.9	32.4	31.0	0
	30歳代	100 (156)	5.1	14.1	30.1	49.4	1.3
	40歳代	100 (176)	8.0	13.6	28.4	48.9	1.1
	50歳代	100 (54)	14.8	16.7	20.4	48.1	0.0
	合計	100 (457)	9.6	14.7	28.7	46.2	0.9

「定期的に運動やスポーツをしている」については、性別では女性の割合が男性よりも高い（第6-2-3表）。年齢別では、男女とも20歳代の割合が低い。業種別では、男性では「情報通信業」と「運輸業」の割合が高い。女性は、割合の高い順に「金融・保険業、不動産業」、「建設業」、「卸・小売業」、「医療・福祉」となっている。職種別では、男性は「総務・一般事務等」の割合が低く、女性は「製造・生産関連」の割合が他の職種よりも高い。

第6-2-4表 男女別・年齢階層別 生活習慣と抑うつ傾向 (%)

		TOTAL (N)	そう思う	まあそう思う	あまりそう思 わない	まったくそう 思わない	無回答	
食べ過ぎ や、栄養に 偏りのない 食事をして いる	男性	抑うつ得点・低	100 (347)	20.7	36.6	31.1	11.2	0.3
		中	100 (354)	11.0	41.8	37.3	9.9	0
		高	100 (359)	13.6	39.8	37.6	8.6	0.3
	女性	抑うつ得点・低	100 (90)	24.4	45.6	18.9	11.1	0
		中	100 (170)	14.7	45.9	34.7	4.7	0
		高	100 (185)	13.0	41.6	35.1	10.3	0
睡眠時間を 充分取って いる	男性	抑うつ得点・低	100 (347)	17.3	41.5	31.7	9.5	0
		中	100 (354)	7.6	35.3	44.4	12.7	0
		高	100 (359)	7.5	29.2	44.8	18.1	0.3
	女性	抑うつ得点・低	100 (90)	12.2	33.3	43.3	11.1	0
		中	100 (170)	14.1	36.5	38.2	11.2	0
		高	100 (185)	6.5	37.3	40.0	15.7	0.5
定期的に運 動やスポー ツをしてい る	男性	抑うつ得点・低	100 (347)	16.4	21.3	33.4	28.8	0
		中	100 (354)	12.1	19.5	34.2	34.2	0
		高	100 (359)	6.7	18.7	32.3	42.1	0.3
	女性	抑うつ得点・低	100 (90)	10.0	17.8	25.6	46.7	0
		中	100 (170)	11.2	16.5	29.4	42.9	0
		高	100 (185)	8.1	12.4	30.8	48.6	0

抑うつ傾向との関係を見てみると、男性の場合に、食事に関しては明確な傾向は見られないが、睡眠と運動については「そう思う」と回答しているほうが抑うつ傾向が低い（第6-2-4表）。睡眠と運動に関しては、男性の場合に「まったくそう思わない」と回答しているほうが抑うつ傾向も強い。

また、調査では定期検診を受けているかどうかもたずねている。「受けていない」割合に注目すると、年齢階層別では、男女ともに若年層で「受けていない」割合が高い（第6-2-5表）。特に男性の20歳代の割合が高い。

第6-2-5表 定期検診の利用状況（％）

男性	TOTAL (N)	受けて いる	受けて いない	無回答	女性	TOTAL (N)	受けて いる	受けて いない	無回答
TOTAL	100 (1071)	83.8	14.2	2.0	TOTAL	100 (457)	82.3	15.1	2.6
20歳代	100 (102)	67.6	30.4	2.0	20歳代	100 (71)	77.5	19.7	2.8
30歳代	100 (406)	80.5	17.7	1.7	30歳代	100 (156)	76.9	19.9	3.2
40歳代	100 (402)	90.0	8.7	1.2	40歳代	100 (176)	88.1	9.1	2.8
50歳代	100 (161)	87.0	8.7	4.3	50歳代	100 (54)	85.2	14.8	0
建設業	100 (100)	92.0	8.0	0.0	建設業	100 (24)	83.3	16.7	0.0
製造業	100 (262)	87.4	11.1	1.5	製造業	100 (63)	90.5	7.9	1.6
電気・ガス・水道・熱供給業	100 (28)	92.9	7.1	0.0	電気・ガス・水道・熱供給業	100 (6)	83.3	16.7	0.0
情報通信業	100 (68)	80.9	16.2	2.9	情報通信業	100 (13)	76.9	15.4	7.7
運輸業	100 (68)	76.5	22.1	1.5	運輸業	100 (6)	83.3	16.7	0.0
卸・小売業	100 (119)	79.8	19.3	0.8	卸・小売業	100 (35)	60.0	37.1	2.9
金融・保険業、不動産業	100 (50)	82.0	14.0	4.0	金融・保険業、不動産業	100 (41)	85.4	9.8	4.9
医療・福祉	100 (51)	82.4	15.7	2.0	医療・福祉	100 (108)	80.6	17.6	1.9
サービス業	100 (183)	78.7	19.1	2.2	サービス業	100 (96)	80.2	16.7	3.1
公務	100 (107)	93.5	1.9	4.7	公務	100 (52)	96.2	3.8	0.0
その他	100 (33)	60.6	36.4	3.0	その他	100 (9)	77.8	11.1	11.1
無回答	- (2)	-	-	-	無回答	- (4)	-	-	-
総務・一般事務等	100 (162)	91.4	6.2	2.5	総務・一般事務等	100 (176)	84.7	13.6	1.7
営業・販売、接客	100 (280)	77.9	19.3	2.9	営業・販売、接客	100 (57)	80.7	15.8	3.5
専門職	100 (265)	85.3	12.5	2.3	専門職	100 (157)	80.9	16.6	2.5
製造・生産関連	100 (306)	84.0	15.0	1.0	製造・生産関連	100 (32)	81.3	15.6	3.1
その他	100 (55)	83.6	16.4	0.0	その他	100 (32)	84.4	12.5	3.1
無回答	- (3)	-	-	-	無回答	- (3)	-	-	-

業種では、男性は「運輸業」、「卸・小売業」、「サービス業」などの割合が高く、女性の場合は「卸・小売業」の割合が高い。職種では、男性は「営業・販売、接客」で割合が高く、「総務・一般事務等」で低い。

また、付1-Q22表を見ると、従業員規模が小さいほうが「受けていない」割合が高い傾向が見られる。

第3節 仕事と余暇のバランス

ここでは、仕事と家庭以外の社会的場面での活動について検討する。近年、「ワーク・ライフ・バランス」という言葉がよく聞かれるようになったが、仕事と家庭だけでなく地域活動などその他の生活領域も含めた社会生活のバランスが必要だろう。

まずは、仕事と余暇のバランスについてどのように考えているかであるが、付1-Q17表に示されているように、全体としては「仕事も余暇も同じ位大切だと考えている」割合が49.0%で最も高い。

年齢階層別では、男性の場合、「仕事はなるべく早く片付けて、できるだけ余暇を楽しむ」

で20歳代の割合が少し高い他には大きな違いはない。女性の場合、「仕事に力を入れるが、時には余暇も楽しむ」で40歳代と50歳代の割合が高いが、「仕事はなるべく早く片付けて、できるだけ余暇を楽しむ」では30歳代、「仕事よりも余暇に生きがいを求める」では20歳代の割合が高い（第6-3-1表）。全体として、年齢階層が低いほうが余暇を重視していると言える。

第6-3-1表 男女別・年齢階層別 仕事と余暇のバランス (%)

		TOTAL (N)	仕事に生き がいを求め ており、全力 を傾けてい る	仕事に力を 入れるが、時 には余暇も 楽しむ	仕事も余暇 も同じ位大 切だと考え ている	仕事はなる べく早く片づ けて、できる だけ余暇を 楽しむ	仕事よりも余 暇に生きが いを求める	無回答
TOTAL		100 (1528)	2.2	22.4	49.0	19.6	6.6	0.3
男性	20歳代	100 (102)	2.0	18.6	47.1	23.5	8.8	0
	30歳代	100 (406)	3.0	21.4	49.0	18.7	7.9	0
	40歳代	100 (402)	1.7	24.4	51.0	18.4	4.2	0.2
	50歳代	100 (161)	1.9	24.8	48.4	18.0	6.2	0.6
	合計	100 (1071)	2.2	22.8	49.5	19.0	6.3	0.2
女性	20歳代	100 (71)	1.4	11.3	52.1	18.3	16.9	0
	30歳代	100 (156)	1.3	16.0	41.7	30.1	9.6	1.3
	40歳代	100 (176)	1.7	26.7	50.6	17.0	3.4	0.6
	50歳代	100 (54)	5.6	33.3	50.0	11.1	0	0
	合計	100 (457)	2.0	21.4	47.7	21.0	7.2	0.7

では、仕事と家庭の他に、何か取り組んでいることがあるだろうか。本調査では、所属して、実際に活動しているグループ・団体についてたずねている（第6-3-2表）。

第6-3-2表 男女別 活動しているグループ・団体 [複数回答] (%)

		合計	スポーツ・趣 味・娯楽活 動	ボランティ ア・NPO・市 民活動	地域の活動 (町内会、自 治会、青年 団など)	その他の団 体・活動	無回答
TOTAL		100 (1528)	38.2	3.9	15.2	4.1	47.6
男性	20歳代	100 (102)	51.0	3.9	2.9	2.9	44.1
	30歳代	100 (406)	37.2	2.5	12.3	3.0	51.7
	40歳代	100 (402)	38.1	5.5	19.4	4.5	44.8
	50歳代	100 (161)	33.5	5.0	24.2	7.5	43.5
	合計	100 (1071)	38.3	4.1	15.9	4.2	47.2
女性	20歳代	100 (71)	50.7	1.4	1.4	1.4	47.9
	30歳代	100 (156)	33.3	1.3	9.6	2.6	58.3
	40歳代	100 (176)	35.2	4.5	19.9	4.0	45.5
	50歳代	100 (54)	42.6	9.3	20.4	9.3	31.5
	合計	100 (457)	37.9	3.5	13.6	3.7	48.6

「スポーツ・趣味・娯楽活動」については男女ともに20歳代の割合が5割を超えて最も高い。「地域の活動」は、逆に年齢階層が高いほうが割合が高い。「無回答」つまり1つも選択しなかった割合に注目すると、男女ともに30歳代の割合が最も高い。

業種別では、男性の「公務」と「電気・ガス・水道・熱供給業」の「無回答」の割合が低い。女性は「製造業」と「医療・福祉」の「地域の活動」の割合が高い。職種別に見た場合、女性は「営業・販売」や「製造・生産関連」の「無回答」の割合が高い。

第4節 対人関係

本調査では、普段の人との関わりについて、「心配ごとや悩みごとを聞いてくれる人」、「能力や努力を評価してくれる人」、「助言やアドバイスをしてくれる人」、「一緒に余暇や休日を楽しむ人」という4つの項目でたずねている。まず、それぞれについて性別・年齢別の分布を確認すると、概ね共通する傾向が見られた（第6-4-1～4表）。

性別で5ポイント以上の差があるカテゴリーを取り上げてみると、男性は「配偶者」のみが女性よりも高く、女性はその他の多くのカテゴリーで男性よりも割合が高い。年齢別に見た場合、「配偶者」と「子ども」は年齢階層が高いほうが割合が高いが、その他の多くのカテゴリーでは、逆に年齢階層が低いほうの割合が高い。

第6-4-1表 男女別 心配ごとや悩みごとを聞いてくれる人〔複数回答〕（％）

	TOTAL (N)	配偶者	子ども	自分の親	義理の親	兄弟姉妹	その他の親族	近所の人	職場の人 (元同僚含む)	学校の人 (同窓生含む)	クラブ・サークル・グループ・団体などの人	その他の友人・知人	誰もいない	無回答
TOTAL	100 (1528)	58.1	7.6	33.2	3.4	17.7	3.6	2.1	48.0	13.1	8.2	36.8	4.5	0.7
男性														
20代	100 (102)	19.6	1.0	58.8	2.0	21.6	2.9	1.0	51.0	31.4	19.6	51.0	2.9	0
30代	100 (406)	67.0	4.2	34.2	5.2	15.8	3.9	1.2	48.8	13.3	6.4	32.0	5.2	0.5
40代	100 (402)	71.9	6.2	21.9	2.2	9.7	2.2	0.7	45.5	7.5	7.2	27.9	6.2	0.2
50代	100 (161)	72.7	9.9	8.7	1.2	11.8	1.2	3.7	31.7	4.3	6.2	18.6	6.2	1.2
合計	100 (1071)	65.2	5.5	28.1	3.2	13.4	2.8	1.4	45.2	11.5	7.9	30.3	5.5	0.5
女性														
20代	100 (71)	15.5	0.0	66.2	1.4	33.8	5.6	1.4	62.0	38.0	12.7	67.6	1.4	0
30代	100 (156)	42.3	3.8	59.6	5.1	27.6	5.8	2.6	57.7	22.4	7.1	55.8	3.2	1.3
40代	100 (176)	49.4	19.9	33.0	2.8	25.6	5.1	5.7	52.3	7.4	6.8	47.7	1.1	1.1
50代	100 (54)	48.1	29.6	14.8	7.4	27.8	5.6	3.7	44.4	3.7	14.8	37.0	3.7	1.9
合計	100 (457)	41.6	12.5	45.1	3.9	27.8	5.5	3.7	54.7	16.8	8.8	52.3	2.2	1.1

第6-4-2表 男女別 能力や努力を評価してくれる人〔複数回答〕（％）

	TOTAL (N)	配偶者	子ども	自分の親	義理の親	兄弟姉妹	その他の親族	近所の人	職場の人 (元同僚含む)	学校の人 (同窓生含む)	クラブ・サークル・グループ・団体などの人	その他の友人・知人	誰もいない	無回答
TOTAL	100 (1528)	42.5	10.6	24.8	5.6	8.3	3.3	2.3	66.8	6.7	7.1	22.6	7.7	1.2
男性														
20代	9.5 (102)	15.7	0.0	39.2	2.0	12.7	6.9	0.0	67.6	18.6	14.7	38.2	5.9	0
30代	37.9 (406)	47.0	5.9	26.1	7.6	7.4	3.0	1.0	68.7	6.9	5.4	19.5	7.9	0.2
40代	37.5 (402)	51.0	11.7	20.4	6.5	4.7	2.5	2.0	67.7	3.7	6.0	16.9	9.5	0.5
50代	15.0 (161)	55.3	20.5	8.7	4.3	9.3	4.3	5.6	57.8	1.9	8.1	16.1	5.0	3.1
合計	100 (1071)	46.8	9.7	22.6	6.2	7.2	3.4	2.0	66.6	6.1	6.9	19.8	7.8	0.7
女性														
20代	15.5 (71)	12.7	0.0	45.1	2.8	21.1	7.0	2.8	70.4	21.1	12.7	43.7	7.0	0
30代	34.1 (156)	32.7	7.7	34.0	4.5	12.8	3.8	1.3	66.0	10.3	5.8	30.1	10.3	3.8
40代	38.5 (176)	34.7	17.6	25.6	4.5	4.5	1.1	3.4	66.5	2.8	6.3	25.0	6.8	1.7
50代	11.8 (54)	50.0	27.8	13.0	5.6	13.0	1.9	7.4	70.4	1.9	11.1	20.4	1.9	1.9
合計	100 (457)	32.4	12.7	30.0	4.4	10.9	3.1	3.1	67.4	8.1	7.7	29.1	7.4	2.2

第6-4-3表 男女別 助言やアドバイスをしてくれる人〔複数回答〕（％）

	TOTAL (N)	配偶者	子ども	自分の親	義理の親	兄弟姉妹	その他の親族	近所の人	職場の人 (元同僚含む)	学校の人 (同窓生含む)	クラブ・サークル・グループ・団体などの人	その他の友人・知人	誰もいない	無回答
TOTAL	100 (1528)	44.9	5.4	31.5	5.7	13.8	4.4	2.0	60.2	9.8	7.7	33.4	5.5	0.9
男性														
20代	9.5 (102)	14.7	0.0	59.8	4.9	20.6	4.9	2.0	65.7	27.5	15.7	46.1	2.0	1
30代	37.9 (406)	48.8	2.7	32.8	7.6	11.3	3.4	1.0	63.5	9.4	7.1	27.1	6.4	0.2
40代	37.5 (402)	54.0	5.0	22.9	5.0	10.0	4.7	2.0	61.4	5.7	8.0	26.6	7.2	0.7
50代	15.0 (161)	55.3	9.3	8.7	3.1	11.8	6.2	2.5	50.3	3.7	6.8	19.9	5.0	2.5
合計	100 (1071)	48.5	4.3	28.0	5.7	11.8	4.5	1.7	61.0	8.9	8.2	27.6	6.1	0.8
女性														
20代	15.5 (71)	14.1	0.0	60.6	5.6	26.8	8.5	4.2	67.6	26.8	9.9	56.3	2.8	1
30代	34.1 (156)	37.2	1.3	51.9	7.7	17.9	3.8	2.6	59.0	16.0	7.1	45.5	5.8	1.3
40代	38.5 (176)	41.5	13.6	30.7	4.5	15.3	3.4	2.3	54.5	5.7	5.7	46.0	3.4	1.1
50代	11.8 (54)	48.1	18.5	7.4	3.7	20.4	1.9	1.9	57.4	1.9	3.7	40.7	3.7	0.0
合計	100 (457)	36.5	7.9	39.8	5.7	18.6	4.2	2.6	58.4	12.0	6.6	46.8	4.2	1.1

第6-4-4表 男女別 一緒に余暇や休日を楽しむ人 [複数回答] (%)

		TOTAL (N)	配偶者	子ども	自分の親	義理の親	兄弟姉妹	その他の親 族	近所の人	職場の人 (元同僚含 む)	学校の人 (同窓生含 む)	クラブ・サ ークル・グル ープ・団体な どの人	その他の友 人・知人	誰もいない	無回答
TOTAL		100 (1528)	61.3	43.9	21.6	6.4	14.3	4.7	4.0	29.1	14.5	15.0	42.1	2.7	0.5
男性	20代	9.5 (102)	21.6	7.8	22.5	2.9	17.6	3.9	4.9	38.2	36.3	27.5	59.8	0	0
	30代	37.9 (406)	70.0	52.7	20.2	10.3	10.1	4.7	2.7	27.1	15.3	13.8	39.9	2.2	0.2
	40代	37.5 (402)	74.1	57.2	14.4	7.0	6.7	3.7	5.2	23.4	6.2	16.7	30.3	5.0	0.2
	50代	15.0 (161)	77.6	42.9	6.2	1.2	5.6	3.1	6.2	25.5	6.2	14.9	24.8	3.1	0.6
	合計	100 (1071)	68.1	48.6	16.2	7.0	8.9	4.0	4.4	26.5	12.5	16.3	35.9	3.2	0.3
女性	20代	15.5 (71)	14.1	7.0	60.6	2.8	43.7	5.6	2.8	47.9	40.8	18.3	77.5	0	0
	30代	34.1 (156)	46.8	32.1	39.1	8.3	25.0	7.1	0.6	37.8	24.4	12.2	57.7	0.6	1.3
	40代	38.5 (176)	55.1	44.9	25.6	4.0	21.6	6.8	3.4	27.3	10.2	7.4	51.1	2.3	1.1
	50代	11.8 (54)	50.0	29.6	14.8	1.9	27.8	3.7	9.3	35.2	5.6	16.7	42.6	5.6	0
	合計	100 (457)	45.3	32.8	34.4	5.0	26.9	6.3	3.1	35.0	19.3	11.8	56.5	1.8	0.9

そこで、それぞれの項目について選択された人の数を合計して平均値を算出し、さらに合計人数の中に親族がどれくらいいるかを割合で示したのが第6-4-5表である。平均値の分布を見ると、年齢階層が低いほうが値が高い傾向が見られる。そして性別では、男性よりも女性の値が高い。また、クロス集計の結果から「配偶者」と「子ども」の割合は年齢階層が高いほうが高かったが、親族の割合についても年齢階層が高いほうが値が高い。

第6-4-5表 男女別・年齢階層別 対人関係の平均数と親族割合 (%)

a 「心配ごとや悩み事を聞いてくれる人」

	全体 (親族%)	男性 (親族%)	女性 (親族%)
合計	2.3 (53.3)	2.1 (55.1)	2.7 (50.0)
20歳代	2.8 (40.5)	2.6 (40.8)	3.0 (40.3)
30歳代	2.5 (54.1)	2.3 (56.2)	2.9 (49.8)
40歳代	2.2 (55.1)	2.0 (56.3)	2.6 (53.1)
50歳代	1.9 (60.2)	1.7 (62.0)	2.4 (56.3)

b 「能力や努力を評価してくれる人」

	全体 (親族%)	男性 (親族%)	女性 (親族%)
合計	2.0 (47.4)	2.0 (48.6)	2.1 (44.8)
20歳代	2.3 (36.2)	2.2 (35.5)	2.4 (37.1)
30歳代	2.0 (48.0)	2.0 (48.9)	2.1 (45.7)
40歳代	1.9 (48.8)	1.9 (50.1)	1.9 (45.9)
50歳代	2.0 (52.4)	1.9 (53.4)	2.2 (50.0)

c 「助言やアドバイスをしてくれる人」

	全体 (親族%)	男性 (親族%)	女性 (親族%)
合計	2.2 (48.3)	2.1 (48.9)	2.4 (47.1)
20歳代	2.7 (40.6)	2.6 (40.1)	2.8 (41.2)
30歳代	2.2 (49.1)	2.1 (49.7)	2.5 (47.9)
40歳代	2.1 (49.3)	2.1 (49.5)	2.2 (48.9)
50歳代	1.8 (51.9)	1.8 (53.1)	2.1 (48.6)

d 「一緒に余暇や休日を楽しむ人」

	全体 (親族%)	男性 (親族%)	女性 (親族%)
合計	2.6 (59.3)	2.5 (61.5)	2.8 (54.6)
20歳代	2.8 (36.3)	2.4 (31.5)	3.2 (41.7)
30歳代	2.7 (60.4)	2.7 (63.0)	2.9 (54.4)
40歳代	2.5 (65.0)	2.5 (66.6)	2.6 (61.4)
50歳代	2.2 (61.1)	2.1 (63.8)	2.4 (53.9)

対人関係については配偶者票でもたずねているが、第6-4-6表は、それぞれの項目について、本人票で「配偶者」が選択された場合に配偶者票でも「配偶者」が選択された割合を、男女別・年齢別に示したものである。「一緒に余暇や休日を楽しむ人」では男女とも一致度が高く、年齢階層が低いほうが割合が高い。一方、「能力や努力を評価してくれる人」は一致度が低い。また、男性の場合は50歳代の割合が他の年齢階層に比べて低い傾向が見られる。

第6-4-6表 男女別・年齢階層別 配偶者相互の選択の割合（％）

		心配ごとや悩みごとを聞いてくれる人	能力や努力を評価してくれる人	助言やアドバイスをしてくれる人	一緒に余暇や休日を楽しむ人
男性	30歳代	85.7	78.8	82.2	96.0
	40歳代	86.9	72.1	81.2	92.5
	50歳代	75.9	73.9	75.9	86.2
	合計	84.5	75.5	80.7	93.0
女性	30歳代	96.8	68.1	74.1	95.7
	40歳代	87.8	77.6	76.5	93.5
	50歳代	89.5	68.4	77.8	84.2
	合計	90.8	72.2	75.3	93.7

*20歳代は既婚者が少ないため、表には示さないが合計に含まれる。

今度は、「職場の人」が選択された割合について職種別に見ると（第6-4-7表）、男女ともに「能力や努力を評価してくれる人」と「助言やアドバイスをしてくれる人」で「専門職」の割合が高い。女性の場合は「心配ごとや悩みごとを聞いてくれる人」についても「専門職」の割合が高い。

第6-4-7表 男女別・職種別 職場の人との関係（％）

		TOTAL (N)	心配ごとや悩みごとを聞いてくれる人	能力や努力を評価してくれる人	助言やアドバイスをしてくれる人	一緒に余暇や休日を楽しむ人
男性	総務・一般事務等	100 (162)	47.5	68.5	58.6	30.9
	営業販売、接客	100 (280)	46.1	64.3	61.8	21.4
	専門職	100 (265)	47.2	71.3	67.5	28.7
	製造・生産関連	100 (306)	41.8	64.7	57.2	25.5
	その他	100 (55)	43.6	60.0	52.7	32.7
女性	総務・一般事務等	100 (176)	49.4	63.6	51.1	32.4
	営業販売、接客	100 (57)	50.9	68.4	54.4	42.1
	専門職	100 (157)	63.1	73.2	72.0	36.3
	製造・生産関連	100 (32)	62.5	62.5	53.1	34.4
	その他	100 (32)	46.9	68.8	50.0	34.4

「職場の人」に関して、仕事に関する満足度の項目との関連を見る。ここでは、「あなたに対する評価・処遇に対する評価」（以下、「評価・処遇」と）と「自分に与えられた仕事の裁量」（以下、「仕事の裁量」）についての満足度の項目を使用する。

「評価・処遇」については（第6-4-8表）、「心配ごとや悩み事を聞いてくれる人」の場合、男性は「不満」や「少し不満」で「職場の人」が選択された場合（「選択」）と選択されなかった場合（「非選択」）ではほとんど差がない。女性の場合は、「選択」のほうが「不満」の割合が少し低いが、「少し不満」を加えると差が小さくなる。「能力や努力を評価してくれる人」では、男女とも、選択のほうが「不満」や「少し不満」の割合が低く、逆に「満足」や「まあ満足」の割合が高い。「助言やアドバイスをしてくれる人」でも「能力や努力

を評価してくれる人」と同様の傾向が見られる。「一緒に余暇や休日を楽しむ人」では、男性の場合に「選択」の「不満」や「少し不満」の割合が「非選択」より少し低く、「満足」と「まあ満足」を合わせると「選択」の割合が高いが差は小さい。女性の場合は、「選択」と「非選択」でほとんど差がなくなる。

第6-4-8表 男女別 職場の人との関係と評価・処遇に対する満足度（％）

				満足	まあ満足	どちらとも言えない	少し不満	不満	無回答
心配ごとや悩みごとを聞いてくれる人	男性	非選択	100 (587)	4.1	22.3	37.6	22.1	12.3	1.5
		選択	100 (484)	3.9	25.0	35.3	23.3	11.8	0.6
	女性	非選択	100 (207)	1.0	30.0	36.7	18.8	12.1	1.4
		選択	100 (250)	4.8	26.4	39.6	22.0	6.8	0.4
能力や努力を評価してくれる人	男性	非選択	100 (358)	2.2	14.0	35.8	25.4	20.7	2.0
		選択	100 (713)	4.9	28.3	37.0	21.3	7.7	0.7
	女性	非選択	100 (149)	1.3	22.1	37.6	22.1	15.4	1.3
		選択	100 (308)	3.9	30.8	38.6	19.8	6.2	0.6
助言やアドバイスをしてくれる人	男性	非選択	100 (418)	4.1	18.7	34.7	23.2	17.7	1.7
		選択	100 (653)	4.0	26.6	37.8	22.4	8.4	0.8
	女性	非選択	100 (190)	1.1	26.3	34.7	22.6	14.2	1.1
		選択	100 (267)	4.5	29.2	40.8	19.1	5.6	0.7
一緒に余暇や休日を楽しむ人	男性	非選択	100 (787)	4.3	22.1	35.5	23.6	13.1	1.4
		選択	100 (284)	3.2	27.5	39.8	20.1	9.2	0.4
	女性	非選択	100 (297)	3.0	27.6	36.4	20.9	10.8	1.3
		選択	100 (160)	3.1	28.8	41.9	20.0	6.3	0

第6-4-9表 男女別 職場の人との関係と仕事の裁量に対する満足度（％）

				満足	まあ満足	どちらとも言えない	少し不満	不満	無回答
心配ごとや悩みごとを聞いてくれる人	男性	非選択	100 (587)	6.1	28.1	37.3	17.9	8.7	1.9
		選択	100 (484)	5.6	34.3	33.1	20.2	6.2	0.6
	女性	非選択	100 (207)	4.8	33.3	34.8	18.4	7.7	1.0
		選択	100 (250)	7.2	29.2	35.6	21.6	5.2	1.2
能力や努力を評価してくれる人	男性	非選択	100 (358)	5.3	22.3	36.6	20.4	13.1	2.2
		選択	100 (713)	6.2	35.2	34.8	18.2	4.8	0.8
	女性	非選択	100 (149)	4.7	24.8	36.9	20.1	12.1	1.3
		選択	100 (308)	6.8	34.1	34.4	20.1	3.6	1.0
助言やアドバイスをしてくれる人	男性	非選択	100 (418)	6.2	25.8	35.2	21.1	9.8	1.9
		選択	100 (653)	5.7	34.2	35.5	17.6	6.1	0.9
	女性	非選択	100 (190)	5.3	27.9	34.7	20.5	10.5	1.1
		選択	100 (267)	6.7	33.3	35.6	19.9	3.4	1.1
一緒に余暇や休日を楽しむ人	男性	非選択	100 (787)	6.5	28.8	34.9	20.5	7.6	1.7
		選択	100 (284)	4.2	36.6	36.6	14.8	7.4	0.4
	女性	非選択	100 (297)	6.7	33.3	32.3	18.2	8.1	1.3
		選択	100 (160)	5.0	26.9	40.6	23.8	3.1	0.6

「仕事の裁量」については（第6-4-9表）、「心配ごとや悩み事を聞いてくれる人」の場合、男性は「満足」と「まあ満足」を合わせると、「選択」のほうが「非選択」より少し割合が高いが差は小さい。女性の場合は、ほとんど差が見られない。「能力や努力を評価して

くれる人」では、男女とも、選択のほうが「不満」の割合が低く、「満足」の割合はほとんど変わらないが「まあ満足」の割合が高い。「助言やアドバイスをしてくれる人」でも「能力や努力を評価してくれる人」と同様の傾向が見られる。「一緒に余暇や休日を楽しむ人」では、男性の場合、「不満」の割合はほとんど変わらないが「少し不満」の割合が「選択」のほうが少し低く、「満足」ではほとんど変わらないものの「まあ満足」を合わせると差は小さいが「選択」の割合が高い。女性の場合は、「不満」では「選択」の割合が少し低いものの「少し不満」では「非選択」より少し高く、合わせるとほとんど差がなくなる。「満足」と「まあ満足」に関しては、むしろ「非選択」の割合が少し高い。

このように、「能力や努力を評価してくれる人」や「助言やアドバイスをしてくれる人」は、職場の人との関係が強く、「心配ごとや悩みごとを聞いてくれる人」や「一緒に余暇や休日を楽しむ人」は配偶者との関係が強いが、性別や年齢などによる違いも見られる。