

生活時間と休み方から読み解く労働

『日本労働研究雑誌』編集委員会

経済社会のサービス化やデジタル化の進展、生産活動の24時間化、共働き世帯の増加といった社会的変容は、人々の生活時間の構成に大きな影響を与えてきた。サービス化の進展は、働く時間帯の多様化を促し、夜間労働や不規則労働など非典型的な時間帯での就労を拡大させた。デジタルツールが発展し、テレワークが普及したことで、生活時間と労働時間の境界はますます曖昧になってきている。同時に、生活時間の確保や柔軟化を可能にする制度改革が進行してきたことは、周知の通りである。残業規制に加えて、勤務間インターバル制度の義務化や連続勤務の上限規制も検討されている。育児・介護休業制度の拡充、有給休暇取得の促進、フレックスタイム制度、裁量労働制、時間限定の正社員制度なども、個人の置かれた環境や選好に即した働き方を後押ししている。

本特集では、生活時間や休み方という切り口から、働く時間と働かない時間の位置づけを捉え直す。時間貧困や家事・育児時間、労働と生活の境界、労働からの解放、テレワークといったテーマに関する経済学、社会学、法学の研究動向を整理し、課題や展望について検討する。

浦川論文は、2000年代以降の代表的な時間貧困の研究を取り上げ、貧困の測定手法や分析結果、課題について整理している。時間の貧困は多面的な概念であり、測定の単位や用いる変数、データ、設定する貧困基準によって研究結果もさまざまだが、貧困率や貧困の規定要因におけるジェンダー差は多くの研究で確認されている。所得の貧困では見えてこなかったタイプの貧困にも光を当てることができ、貧困という複雑な現象をより深くかつ多面的に捉えていることが紹介されている。特定の環境下では、就労が時間貧困を深刻化させることにも触れつつ、社会的ケアに関する公共政策のあり方に対して重要な示唆をもたらすことも述べられており、この分野の蓄積と展望への理解が深まる論考である。

ジェンダー間の格差に焦点を絞って論じているのが、柳下論文である。柳下氏は、時間の不平等を検討するためには、時間の長さのみならず、「いつ、どこで、どのように」といった複数の側面から分析することが欠かせないと指摘する。実際に、雇用形態を統制しても、男性は始業前や終業時刻後にも働く人が比較的多いことや、女性は仕事と家事・育児の時間帯にコンフリクトが生じやすいといった、時間の長さ以外のジェンダー差が見られる。既存の生活時間研究にはこうした視点からの知見も見られるものの、時間のジェンダー不平等研究ではこの点が十分に考慮されていない。こうした学術的な課題に加えて、政策的には、どのような時間帯に何と何の両立ができていないかが詳細に分かれれば、より焦点を絞った政策を講ずることへの貢献も期待できる。この点でも、更なる研究蓄積が待たれるテーマと言えよう。

久米・萩原論文が取り上げるテレワークは、「どこで」働くかに変革をもたらした。この論文は、テレワークが生活や仕事、ウェルビーイングにもたらした変化と影響について、関連研究と「全国就業実態パネル調査」を独自に分析した結果に基づき、論じている。2016年から2024年にかけて、テレワークは量的に拡大したのみならず、自律的な働き方の実現や生活時間の再配分といった質的な変化をもたらした。そしてこの変化は、生活や仕事の満足度に対して、ポジティブな効果を及ぼしていた。その反面、テレワークが性別役割分業に構造的な変革をもたらすほどの効果はない点や性別や職種による取得格差など、今後の課題も表れている。政策的にどこまで対応すべきかについてはさまざまな意見があるだろうが、本研究は、今後のテレワークのあり方の検討に資する貴重な情報を提供している。

高見論文は、非典型時間帯就労（月曜～金曜の日中以外の時間帯の就労）の中でも、夕方、深夜、早朝という時間帯の違いに注目し、不健康な行動との関連を

分析している。JILPTが2023年に実施した調査のデータを分析した結果、就労時間帯は、労働時間の長さや交代制勤務とは独立して、不健康行動と関連があることが明らかにされた。非典型時間帯就労は、時間帯に限らず睡眠による休養感不足と関連していた。また、夕方勤務や深夜勤務は朝食欠食と、早朝勤務は飲酒率の高さと有意に関連していた。非典型時間帯に働く労働者がいなければ、現代社会はもはや円滑に機能しない。したがって、高見氏が指摘するように、この問題は個人の嗜好や自己管理の範囲を超えており、政策的な保護と支援が必要である。

そのような政策の1つに、石崎論文が取り上げている勤務間インターバル制度がある。この論文は、事業主の努力義務に留まっている日本の勤務間インターバル規制について、国会や厚生労働省の審議会・研究会、学界で展開されてきた議論を整理している。まず重要な論点として、長時間労働防止や健康確保を主目的に導入するのか、あるいは生活時間確保も規制の趣旨に含めるかという問題がある。その他にもさまざまな角度からの議論が積み重ねられているが、石崎氏は、「労働からの解放」を保障する趣旨に照らし合わせると、原則として全労働者を対象に11時間以上の勤務間インターバル確保が目指されるべきであると主張している。同時に、代償休息の付与を条件とした基準からの逸脱を認めつつも、制度に実効力を持たせるためには、労使の継続的な協議が鍵になると強調する。法的な議論に加えて、この制度の効果検証も、導入や規制のあり方に関する議論に有益な示唆を与えるだろう。

他方、労働と生活の境目はしばしば曖昧である。富永論文はここに注目し、労働時間か否かが争われやすい非職務的活動に焦点を当て、法的観点から論じている。具体的には、自己研鑽、研修、会食等に関する裁判例（割増賃金等事案、労災民事事案、労災事案）を取り上げ、使用者の関与と職務性からみた労働時間の概念を検討している。職務性を構成する「評価のものさし」は、(A)業務関連性、(B)労働負荷密度、(C)使用者利益性等にまとめられる。そして、割増賃金事案と労災民事事案や労災事案とでは、労働時間

概念の判断傾向に相違がみられる。健康安全保護が主目的となる労災民事事案と労災事案では、AとBの意味での職務性が重視されやすい。一方で規制保護にも限界があり、人間関係上避けることが困難であっても、職務性のない契約外活動に労働時間性を認めることは難しい。

最後に柴田論文は、休み方（休日と休息時間の量と質）に関して、OECD諸国等との比較から日本の課題を浮かび上がらせ、労働法を改善するための方向性を提示している。とりわけ休息時間については、「労働（有償＋無償）」「睡眠」「余暇」それぞれの8時間確保を最適な目標とした場合、日本は先進国の中で最も目標から遠いことを示し、その本質的な原因は男性の長時間労働にあることを指摘している。そして、時間外労働の割増賃金率を50%に引き上げるといった労働時間規制によるデジタル化の加速が、労働時間抑制のための有効策であると説く。問題設定や政策的インプリケーションが明快な論考であり、今後は、最適時間配分に対する認識の共有を社会的にいかに関るか、時間外労働の割増賃金率引き上げは実現可能なかといった議論へと発展していくことも考えられる。

以上7本の論文を俯瞰し、生活時間や休み方から働き方を捉え直すと、現代社会において、心身ともにフレッシュな状態で持続的に働くことを妨げる要因の多様性と複雑さが、改めて照らし出される。ジェンダー間の格差も根強い。それゆえに、これらの理論的・経験的知見から、取るべき政策の方向性を決定していくことについても、一義的に結論づけることはできない。そこで社会的に問われるのは、黒田氏が「提言」で指摘する「普通の働き方」をどこに置くのか」「原則として働かない時間」を社会として本気で確保する意思があるのか」という論点だろう。社会規範そのものを問い直すことにつながる発見と議論が、豊かに働き、豊かに生きる社会の創出には欠かせない。本特集が、その議論の一助になれば幸いである。

責任編集 森山智彦・児玉直美・富永晃一
（解題執筆 森山智彦）