

コロナ禍における家事とメンタルヘルスの関係

濱 貴子（工学部教養教育センター）、松井三枝[＊]、蝦名昂大[＊]、佐藤邦子[＊]、石岡良子[＊]

一 問題の所在

本研究では、コロナ禍における家事とメンタルヘルスの関係について、ジェンダーと働き方に注目しつつ明らかにする。

家事労働研究では、家事を労働として把握し、世帯内における家事関連時間や家事負担などの家事労働の分析を通して、女性への負担の偏りといったジェンダー不平等を明らかにしてきた（大和 二〇〇二）。しかし、現代社会においては、家事労働の市場化が進展し、また家事が行われる社会関係も多様化している。そのような状況のなかで、「家内領域において、家族のために、女性が行う無償の、労働力再生産労働」という家事概念や、その根底にある「公共／家内領域の分離」という社会認識を脱構築し（大和 二〇〇二・一二七）、別の視点から家事をとらえ直す必要性が高まっている。

加えて、昨年から続くコロナ禍においては、感染症拡大前よりも、生活を重視するように変化した就業者も少なくない（内閣府『第二回新型コロナウイルス感染症の影響下における生活意識・行動の変化に関する調査』（令和二年二月二十四日）。内閣府の調査では、就業者にワークライフバランスの意識変化を問うた質問項目において、「感染症拡大前よりも、生活を重視するように変化」したと回答した者の割合は、第一回調査（六月）では五〇・四％、第二回調査（十二月）では三五・〇％に上った。家事労働のとらえ方には、①有償労働に第一義的な価値を置き、有償労働と比較して「雑事」として家事労働をとらえる立場と、②有償労働・家事（無償労働）ともに

人間の持続的な生活サイクルにおいて不可欠な労働として包摂し、有償労働との比較を行わない「生命・健康を維持し、生活を整えるために不可欠な活動」として家事労働をとらえる立場の二つが考えられる。本研究では、家事労働のとらえ方の後者の側面を重視し、コロナ禍における家事労働の実態ならびに家事労働とメンタルヘルスの関係を明らかにしたい。

家事労働とメンタルヘルス（「抑うつ」ならびに「生活満足度」）との関連を考察した先行研究には、安玉姫・朴仁全（一九九六）、萩原里紗（二〇二二）、星野藍子・鈴木國文・諏訪真美（二〇一四）、山田亜里沙（二〇一六）、柘植有紀美・五十嵐稔子（二〇一九）などが挙げられる。安・朴（一九九六）は、主婦の家事労働に対する満足度が高いほど、月収が高いほど、夫の職業が専門職に近いほど家庭生活全般に対する満足度が高いことを明らかにしている。また、萩原（二〇二二）は、結婚・出産前後の女性の生活満足度の変化に、家事時間は有意な影響を及ぼさないことを明らかにしている。星野・鈴木・諏訪（二〇一四）は、賃金労働よりも家事労働において有意にストレスが高いのは「社会的支援」（支援が不足しているほどストレスが高い）であり、健常群よりもうつ病群においてさらに有意にストレスの高い状況であったことを明らかにしている。山田（二〇一六）は、女性全体に特徴的なストレス要因は、家事労働では「社会的支援不足」が大きな要因であることを明らかにしている。柘植・五十嵐（二〇一九）は、母親のメンタルヘルスについてロジスティック回帰分析を行った結果、①最も関連していたのは母親の主観的健康観と、母親が感じる児の特性であったこと、②ただし、個々の要因では母親の休日の家事時間が有意な影響（－の影響）

＊ 金沢大学

＊ O.P. Jindal Global University

を及ぼしていたことを明らかにしている。

本研究では、これらの先行研究を参照しながら、次の四点について分析を行う。

- (一) コロナ禍における家事労働を含む生活変化の状況
 - (二) 家事労働時間・負担感とメンタルヘルスの関係
 - (三) 家事労働の内容とメンタルヘルスの関係
 - (四) 家事労働時間・負担感・内容がメンタルヘルスに及ぼす影響の大きさ
- (一) については、コロナ禍における家事労働の実態はどのようになってきているのか、また、ジェンダー・働き方によって差異はあるのかに注目して分析を行う。(二)については、コロナ禍における家事労働時間・負担感の変化はメンタルヘルスにどのような影響を及ぼしているのかというところに注目する。(三)については、家事労働がメンタルヘルスにおよぼす影響は家事労働の内容によって異なるのかということを検討する。(四)については、家事労働時間・負担感・内容はメンタルヘルスにどのような影響を及ぼしているのかということを検討する。

二 方法

二・一 質問紙調査票の作成

本研究では、次の手順で質問紙調査票を作成した。まず、①コロナ禍における生活変化の状況については、コロナ禍前後の生活変化項目として、家事の負担感の変化、同居者との会話頻度の変化、生活時間の変化（在宅時間、勤務時間、家事時間、余暇時間）を質問項目として設定した。加えて、現在の家事負担割合、コロナ禍後の在宅勤務の割合についても項目を設定した。②メンタルヘルス項目としては、まず、最近二週間のメンタルヘルスの状況について抑うつ程度に関する項目を二つ設定した。「最近二週間に以下のような問題がどのくらいの頻度でありましたか。」という問いに続けて、「何かやろうとしても、ほとんど興味が持てなかったり、楽しくない」「気分が重かったり、憂鬱だったり、絶望的に感じる」の二項目を設定し、頻度を「まったくくない（一点）」「数日（二点）」「二週間の半分以上（三点）」「ほぼ毎日（四点）」と

し、二項目の合計点（最低二点、最高八点）をメンタルヘルス得点とした。得点が高いほどメンタルヘルスが不良である（抑うつ程度が高い）ことを示す。加えて、現在の生活満足度に関する項目も設定した。「全体としての生活の満足・不満足程度についてお聞きします。「まったく満足していない」を○点、「非常に満足している」を○点とすると、現在の生活は何点くらいになりますか。最もあてはまるものをお選びください」というものである。得点が高いほど生活満足度が高いことを示す。

③属性項目としては、ジェンダー（男・女）、教育年数（六つのカテゴリーに分類し、それぞれのカテゴリーに規定の教育年数を当てはめた〔中学校卒業相当Ⅱ九、高等学校卒業相当Ⅱ一二、短大・高専・専門学校卒業相当Ⅱ一四、四年制大学卒業相当Ⅱ一六、六年制大学卒業・大学院修士課程修了相当Ⅱ一八、大学院博士課程修了相当Ⅱ二一〕）、働き方（正社員・正職員、非正規社員／パート・アルバイト、家事／休職中）、同居者数、同居者と被調査者との関係性（親、配偶者・パートナー、子ども、義理の親、年上のきょうだい、年下のきょうだい、親の親、子どもの配偶者・パートナー、孫、友人、その他）の五項目を設定した。

④家事の複雑性に関する質問項目については、石岡良子らのグループが直井道子・林廓子・岡村清子・岩田知子（一九八九）とCaplan, L. J. & Schooler, C. (2006)を参考にすでに作成し、高齢者向けの面接調査を実施していたことから、本研究では、石岡らが作成した質問項目を再検討し、現代社会に合った項目を新たに追加・作成した。家事の複雑性の指標は、Kohn, M. & Schooler, C. (1983) が、アメリカ労働省が発行している「Dictionary of Occupational Titles」の仕事の複雑性の指標（職業紹介所においてジョブマッチングを行うために作成された指標）を参照して作成した。この指標は、仕事の複雑性の指標と同様、データ領域（情報処理）、ヒト領域（対人関係処理）、モノ領域（対物処理）が設定され、それぞれの領域で下位分野が設定されている（データ領域：文章、家計。ヒト領域：家族・親戚、学校・地域、業者。モノ領域：料理、食器洗い・洗濯、縫物・編み物、修理、園芸家庭菜園）。さらに、仕事の複雑性の指標と同様に、三領域それぞれについて作業が易しいものから難しいものまで複数の複雑性レベルが定義されており、それぞれの下位分野・複雑性レベルごとに具体例が提示されている（直井ほか 一九八九：一〇一―一三、三五―五六）。直井らは、Kohn & Schooler (1983) の視点や枠組みを採用し、彼らとの日米合同研究のなかで日本側の

調査を行った。本研究では石岡らが作成した家事の複雑性に関する質問項目と、直井らの作成した指標を参照し、それらに次の手順で修正や追加を行い、家事の複雑性に関する質問項目を作成した。①従来の調査票に存在していたが時代に合わなくなっている各領域・各レベルの具体例を削除し、時代に合った具体例を追加した。なお、モノ領域は従来項目でもすべての欄は満たされておらず、本調査でも具体例を挙げるのが難しい複雑性レベルの部分は空欄のままとした。また、複雑性が同レベルであっても普段行うことが多い家事が複数ある場合には、同レベルでも複数の具体例を挙げた。②データ・ヒト領域の具体例を複雑性のレベルごとに一つに限定した。③モノ領域の従来項目「食器洗い・洗濯」を「食器洗い」と「洗濯」に分割した。④モノ領域の下位項目として新たに「健康・美容・衛生・医療」と「ファッション」も追加し、複数レベルの具体例を作成した。その結果、三領域・一四分野（データ領域二分野、ヒト領域三分野、モノ領域九分野）・七六項目の家事の複雑性項目リストを作成した。そのうえで、作成したリストをもとに調査票を作成し、各領域においてそれぞれの項目を普段どれくらいの頻度で行っているかも問うた。

なお、家事の複雑性得点の算出方法については、直井ほか（一九八九）では、仕事の複雑性における判定方法に準じ、「仕事の自己裁量度」の高さを重視する立場（仕事における自己裁量度が高いほど、人々は自律性を重んじ、外的な権威におもねらず、柔軟なパーソナリティをもつという考えへの注目）から、各領域において普段している家事のうちでも最も複雑なレベルを得点としている（「現代では通常の職業においては分業が当たり前になっているため、普段の仕事の中のもっとも複雑な部分がある、その仕事の性格を表していると考えられるため」〔直井ほか一九八九・四五〕）とも言及されており、仕事の複雑性との比較を重視した算出方法ともいえる。本研究でも、この方法を採用し、直井ほか（一九八九）における算出方法と同様、各領域の各分野において普段している家事のうちでも最も複雑なレベルの得点を抽出し、各領域の下位分野の平均値を各領域の家事の複雑性得点とした。

ただし、この算出方法には課題も残る。例えば、様々な種類の仕事を一人で複数行うことが多いという家事の特性をどのようにとらえるのか（Karasek, R. & Theorell, T., 1990）星野ほか（二〇一三、二〇一四）という点や、各項目の家事にかける時間の違いについて分析にどのように含めていくのかという点である。これらの得点の算出方法

の課題にどのように対応するかという点について、本研究では、家事得点（各領域・各下位分野における各家事項目の頻度の合計値。普段取り組んでいる家事の種類×頻度〔負担の大きさ〕を示す得点）、ならびに、各家事項目ごとの家事得点（三領域・一四分野、合計七六項目それぞれの家事頻度〔家事の特性ごとの負担の大きさ〕を示す得点）を算出することを試みた。ただし、分析については行っておらず、今後の課題としたい。なお、家事項目の頻度の得点化は次のとおりである：「しなない〇点」「年に数回…一点」「半年に数回…二点」「月に数回…三点」「週に数回…四点」「ほぼ毎日…五点」。直井ほか（一九八三）では「もの」「ひと」「データ」「総合」それぞれについて一週間の家事の労働時間を尋ね、分析に組み込んでおり（具体的な家事項目ごとではなく各領域の家事の一週間の合計時間）、この違いをどのように扱うかについても今後の課題としたい。

二・二 ウェブ調査の実施

表1 調査対象者の内訳

	男性	女性	計
正社員・正職員	20代	50	100
	30代	50	100
	40代	50	100
	50代	50	100
	計	200	200
非正規社員／パート・アルバイト	20代	25	75
	30代	25	75
	40代	25	75
	50代	25	75
	計	100	200
家事／休職中	20代	25	75
	30代	25	75
	40代	25	75
	50代	25	75
	計	100	200
合計	400	600	1000

以上の手順で作成した質問紙調査票について、ウェブ調査を二〇二一年二月一六日（火）から一八日（木）の二日間実施した。対象者は、楽天インサイトモニターで「今現在、あなたと同居している人はいますか。」の質問に対して「いる」と回答した者のうち、働き方について「正社員・正職員」「非正規社員／パート・アルバイト」「家事／休職中」に該当する全国の二〇歳以上六〇歳未満の男性四〇〇名、女性六〇〇名、計一〇〇〇名である。なお、性別・年代（二〇代、三〇代、四〇代、五〇代）・職種三区区分けした各カテゴリーのケース数は表1の通りである。

二・三 倫理的配慮

楽天インサイト株式会社（以下、楽天インサイト）は、プライバシーマークを取得した社団法人日本マーケティング・リサーチ協会の正会員企業であり、ISO/IEC27001 (ISMS) の基準に沿って、SSL暗号化通信を初めとするプライバシー保護のためのセキュアな環境を提供している。また、楽天インサイトのモニターは楽天インサイトの個人情報保護方針に同意したうえでアンケートに参加している。加えて、楽天インサイトから提供された調査結果データについては匿名化されており個人を特定することは過去・現在・未来にわたって不可能である。以上より、被調査者の個人情報にはじゅうぶんに保護されているといえる。

三 結果

三・一 調査対象者の特性

まず、調査対象者の特性は表2のように整理することができる。ジェンダーは調査データの設計に沿って「男性」四〇%、「女性」六〇%となっており、女性の方がケース数の多いデータである。年代も同様に調査データ設計に沿って、二〇代から五〇代までそれぞれ二五〇と同ケースで、どの年代も二五%を占めている。働き方も調査データの設計に沿っており、「正社員・正職員」四〇%、「非正社員/パート・アルバイト」三〇%、「家事・休職中」三〇%となっており、正社員・正職員の割合がやや高い。教育歴については「中学校卒業相当」二・七%、「高等学校卒業相当」三〇・二%、「短大・高専・専門学校卒業相当」二四・五%、「四年制大学卒業相当」三九・〇%、「六年制大学卒業・大学院修士課程修了相当」二・九%、「大学院博士課程修了相当」〇・七%となっており、四年制大学卒業相当の割合が最も高く、約四割を占めているものの、高校等学校卒業相当も約三割、短大・高専・専門学校卒業相当も約二五%と一定の割合を占めている。

同居人数については、「二人」三八・三%、「三人」三〇・七%、「四人」二二・二%、「五人」

表2 調査対象者の特性

ジェンダー	N	%	同居人数 (自分含む)	N	%	同居・配偶者・ パートナー	N	%	同居：祖 母	N	%
男性	400	40	2人	383	38.3	有	628	62.8	有	35	3.5
女性	600	60	3人	307	30.7	無	372	37.2	無	965	96.5
年 代	N	%	4人	212	21.2	同居：子ども	N	%	同居：他親族	N	%
20代	250	25	5人	65	6.5	有	391	39.1	有	6	0.6
30代	250	25	6人	20	2.0	無	609	60.9	無	994	99.4
40代	250	25	7人	6	0.6	同居：父・義父	N	%	同居：友 人	N	%
50代	250	25	8人	4	0.4	父	229	22.9	有	6	0.6
働 き 方	N	%	9人	1	0.1	義父	16	1.6	無	994	99.4
正社員・正職員	400	40	36人	1	0.1	無	755	75.5	同居 類 型	N	%
非正社員/パート・アルバイト	300	30	その他	1	0.1	同居：母・義母	N	%	配偶者・パートナーのみ	259	25.9
家事・休職中	300	30	子ども数	N	%	母	333	33.3	配偶者・パートナーと子ども	312	31.2
教育歴（規定年数）	N	%	0人	609	60.9	義母	22	2.2	自分と子ども	25	2.5
中学校卒業相当	27	2.7	1人	199	19.9	母・義母	1	0.1	両親と自分・きょうだい	189	18.9
高等学校卒業相当	302	30.2	2人	154	15.4	無	645	64.5	ひとり親と自分・きょうだい	138	13.8
短大・高専・専門学校卒業相当	245	24.5	3人	33	3.3	同居：きょうだい	N	%	その他親族のみ	70	7.0
4年制大学卒業相当	390	39.0	4人	4	0.4	有	111	11.1	親族と非親族(友人)	2	0.2
6年制大学卒業・大学院修士課程修了相当	29	2.9	5人	1	0.1	無	889	88.9	非親族のみ(友人)	4	0.4
大学院博士課程修了相当	7	0.7				同居：祖父	N	%	独居	1	0.1
						有	15	1.5			
						無	985	98.5			

六・五%、「六人」二・〇%、「七人」〇・六%、「八人」〇・四%、「九人」〇・二%、「三十六人」〇・二%、「その他」〇・一であった。二人が約四割と最も高い割合を占めているものの、三人も約三割、四人も約二割と一定の割合を占めている。また、二人・三人・四人の三カテゴリーで全体の約九割をカバーしている。

子ども数については、「〇人」六〇・九%、「一人」一九・九%、「二人」一五・四%、「三人」三・三%、「四人」〇・四%、「五人」〇・一%であった。子どものいないケースが約六割と半数以上を占めている。一方で、子どもがいるケースは、一人の割合が最も高く約二割、二人の割合は約一五%であった。三人以上の割合は非常に低かった。誰と同居しているかについては、「配偶者・パ

トナー」六二・八%、「子ども」三九・一%であった。また、「父」二二・九%、「義父」一・六%、「母」三三・三%、「義母」二・二%、「母・義母ともに」〇・一%であった。加えて、「きょうだい」一一・一%、「祖父」一・五%、「祖母」三・五%であった。また、「他親族」「友人」との同居割合は非常に低く、それぞれ〇・六%であった。

同居類型については、核家族が九二・三%（内訳としては「配偶者・パートナーのみ」二五・九%、「配偶者・パートナーと子ども」三二・二%、「自分と子ども」二・五%、「両親と自分・きょうだい」一八・九%、「ひとり親と自分・きょうだい」一三・八%）、一方、「その他親族のみ」七・〇%、「親族と非親族（友人）」〇・二%、「非親族のみ（友人）」は〇・四%であった。なお、本調査にはスクリーニングを通過した「独居」がケース存在している。核家族で全体の九割強を占めており、なかでも「配偶者・パートナーと子ども」という同居類型が約三割と最も高い割合を占めていた。続いて割合が高い順に「配偶者・パートナーのみ」、「両親と自分・きょうだい」、「ひとり親と自分・きょうだい」であった。一方で三世代同居等を含む「その他親族のみ」の割合は低かった。

三・二 コロナ禍における生活変化の状況

(一) 全体的傾向

まず、コロナ禍における生活変化の状況について確認していく。全体的傾向をまとめたものを図1に示す。生活変化については①在宅時間から⑥同居者との会話頻度の変化まで六項目について尋ねている。①在宅時間の変化については、「非常に増えた」二〇・四%、「やや増えた」二九・六%、「変わらない」四七・七%、「やや減った」一・五%、「非常に減った」〇・八%であった。②勤務時間の変化については、「非常に増えた」三・五%、「やや増えた」八・九%、「変わらない」六八・一%、「やや減った」一三・三%、「非常に減った」六・二%であった。③余暇時間の変化については、「非常に増えた」七・五%、「やや増えた」二二・八%、「変わらない」五四・五%、「やや減った」一〇・八%、「非常に減った」四・四%であった。④家事時間の変化については、「非常に増えた」八・五%、「やや増えた」二六・三%、「変わらない」六二・五%、「やや減った」一・六%、「非常に減った」一・一%であった。⑤家事の負担感の変化につい

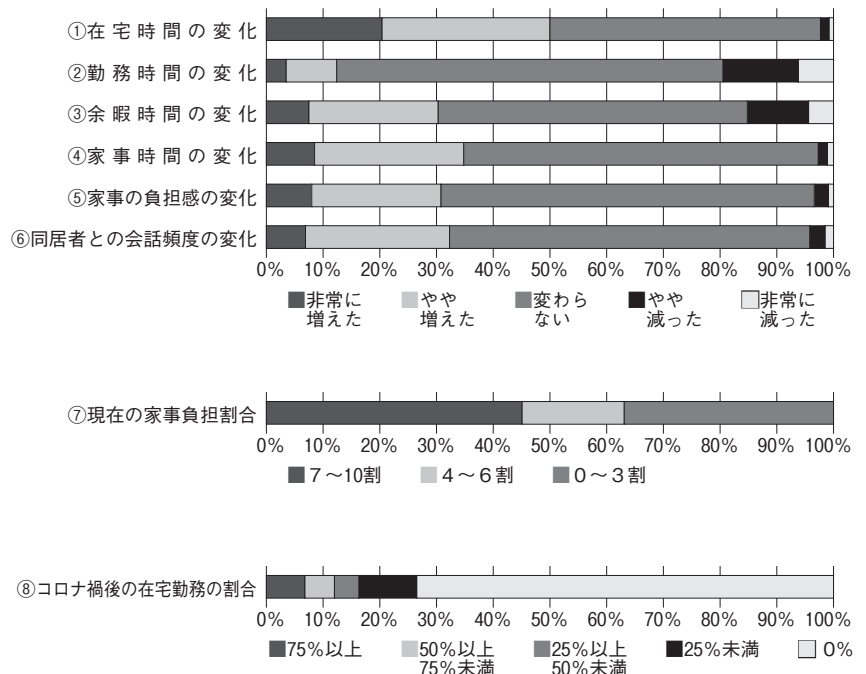


図1 生活変化の状況の全体的傾向

ては、「非常に増えた」八・〇%、「やや増えた」二二・八%、「変わらない」六五・八%、「やや減った」二・五%、「非常に減った」〇・九%であった。⑥同居者との会話頻度の変化については、「非常に増えた」二・七%、「非常に減った」二二・四%、「変わらない」六三・五%、「やや減った」二・七%、「非常に減った」一・五%であった。どの項目も「変わらない」の割合が最も高いものの、在宅時間、家事時間、家事の負担感、同居者との会話頻度については増えた人の割合が減った人の割合よりも大幅に高かった（それぞれ約二・二倍、約一・三倍、約九倍、約八倍）。余暇時間については、増えた人の割合の方が減った人の割合よりも高かったが、両者の比は二対一程度であった。勤務時間については、減った人の割合が増えた人の割合よりも高かった。

⑦現在の家事負担割合については、「七〇割」四・五・一%、「四〇割」一八・〇%、「〇〇割」三六・九%であった。「七〇割」と家事の大半を担っている人の割合が最も高かった。⑧コロナ禍後の在宅勤務の割合については、「七五%以上」六・八%、「五〇%以上七五%未満」五・二%、「二五%以上五〇%未満」四・三%、「二五%未満」一〇・二%、「〇%」七三・五%であった。在宅勤務がまったくなかった人の割合が最も高く全体の約四分の三を占めていた。

①在宅時間の変化
②ジェンダー・働き方別傾向

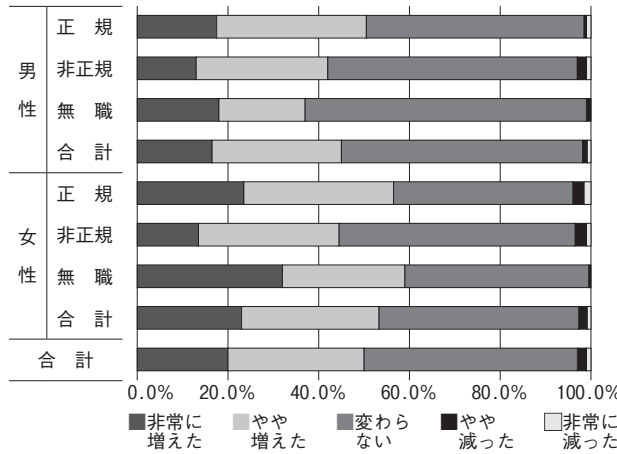


図2 ジェンダー・働き方別：在宅時間の変化

次に、生活変化の状況について、ジェンダー・働き方別にその特徴をみていく。まず、在宅時間の変化について図2に示す。男性全体では、「非常に増えた」一・六・五%、「やや増えた」二・八・五%、「変わらない」五三・三%、「やや減った」一・〇%、「非常に減った」〇・八%であった。女性全体では、「非常に増えた」三・〇・三%、「やや増えた」四四・〇%、「やや減った」一・八%、「非常に減った」〇・八%であった。両者ともに「変わらない」の割合が最も高い。ただし、「増えた」の割合は女性五三・三%、男性四五・〇%と女性の方が一割ほど高かった。

次に、男性について働き方別にみた場合、「正社員・正職員（以下、正規）」では、「非常に増えた」一七・五%、「やや増えた」三三・〇%、「変わらない」四八・〇%、「やや減った」〇・五%、「非常に減った」一・〇%であった。「非正規社員／パート・アルバイト（以下、非正規）」では、「非常に増えた」一三・〇%、「やや増えた」二九・〇%、「変わらない」

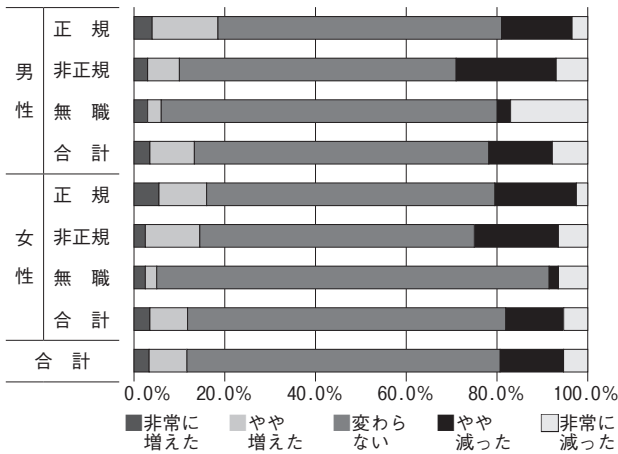


図3 ジェンダー・働き方別：勤務時間の変化

続いて、勤務時間の変化について図3に示す。男性全体では、「非常に増えた」三・五%、「やや増えた」九・八%、「変わらない」六五・〇%、「やや減った」一四・〇%、「非常に減った」七・八%であった。女性全体では、「非常に増えた」三・五%、「やや増えた」八・三%、「変わらない」七〇・二%、「やや減った」一二・八%、「非常に減った」五・二%であった。両者ともに「変わらない」の割合が最も高く、女性の方が五%ほど高いものの、性別によって大きな違いはみられない。

「非常に減った」二・〇%、「非常に減った」一・〇%であった。「家事・休職中（以下、無職）」では、「非常に増えた」一八・〇%、「やや増えた」一九・〇%、「変わらない」六二・〇%、「やや減った」一・〇%、「非常に減った」〇・〇%であった。正規↓非正規↓無職の順に在宅時間が増えた者の割合が高かった。同様に、女性について働き方別にみた場合、「正規」では、「非常に増えた」二・三・五%、「やや増えた」三三・〇%、「変わらない」三九・五%、「やや減った」二・五%、「非常に減った」一・五%であった。「非正規」では、「非常に増えた」一三・五%、「やや増えた」三一・〇%、「変わらない」五二・〇%、「やや減った」二・五%、「非常に減った」一・〇%であった。「無職」では、「非常に増えた」三三・〇%、「やや増えた」二七・〇%、「変わらない」四〇・五%、「やや減った」〇・五%、「非常に減った」〇・〇%であった。無職↓正規↓非正規の順に在宅時間が増えたものの割合が高かった。また、男性無職は在宅時間が増えた者の割合が男性カテゴリーのなかで最も低かったのに対し、女性無職は在宅時間が増えた者の割合が女性カテゴリーのなかで最も高く、対照的な傾向を示していた。

②勤務時間の変化

次に、男性について働き方別にみた場合、「正規」では、「非常に増えた」四・〇%、「やや増えた」一四・五%、「変わらない」六二・五%、「やや減った」一五・五%、「非常に減った」三・五%であった。「非正規」では、「非常に増えた」三・〇%、「やや増えた」七・〇%、「変わらない」六一・〇%、「やや減った」二二・〇%、「非常に減った」七・〇%であった。「無職」では、「非常に増えた」三・〇%、「やや増えた」三・〇%、「変わらない」七四・〇%、「やや減った」三・〇%、「非常に減った」一七・〇%であった。正規では勤務時間が増えた者の割合と減ったものの割合がほぼ同じであるのに対し、非正規、無職では勤務時間が減った者の割合が増えた者の割合よりも約三倍高かった。

同様に、女性について働き方別にみた場合、「正規」では、「非常に増えた」五・五%、「やや増えた」一〇・五%、「変わらない」六三・五%、「やや減った」一八・〇%、「非常に減った」二・五%であった。「非正規」では、「非常に増えた」二・五%、「やや増えた」一二・〇%、「変わらない」六〇・五%、「やや減った」二八・五%、「非常に減った」六・五%であった。「無職」では、「非常に増えた」二・五%、「やや増えた」二・五%、「変わらない」八六・五%、「やや減った」二・〇%、「非常に減った」六・五%であった。正規・非正規・無職ともに勤務時間が減った者の割合の方が増えた者の割合よりも高かった。特に非正規は勤務時間が減った者の割合が全体の約四分の一を占め最も高かった。男女ともに非正規において勤務時間が減った者の割合が最も高かった。一方で男女ともに無職は勤務時間が変わらない者の割合が最も高く、無職女性においては八割以上で変化がなかった。

③ 余暇時間の変化

余暇時間の変化について、図4に示す。男性全体では、「非常に増えた」九・〇%、「やや増えた」二二・三%、「変わらない」五七・八%、「やや減った」七・八%、「非常に減った」三・三%であった。女性全体では、「非常に増えた」六・五%、「やや増えた」二二・二%、「変わらない」五二・三%、「やや減った」一一・八%、「非常に減った」五・二%であった。両者ともに「変わらない」の割合が最も高いものの、男女で増えた者の割合にあまり差がない一方、減った者の割合では女性の方が男性よりも七%ほど高かった。

次に、男性について働き方別にみた場合、「正規」では、「非常に増えた」五・五%、「やや増えた」三二・五%、「変わらない」五二・五%、「やや減った」六・五%、「非常に減った」四・〇%であった。「非正規」では、「非常に増えた」六・〇%、「やや増

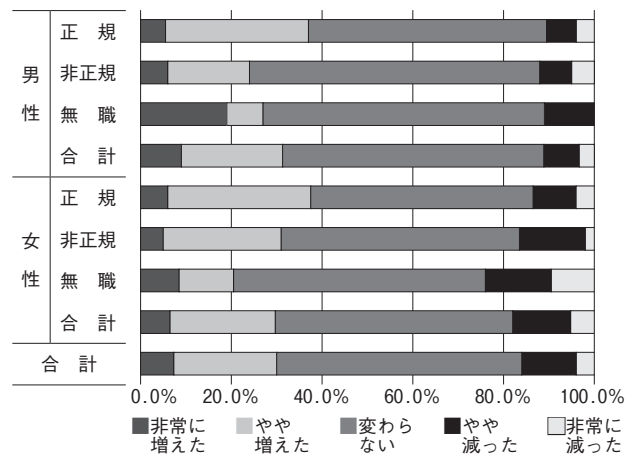


図4 ジェンダー・働き方別：余暇時間の変化

えた」一八・〇%、「変わらない」六四・〇%、「やや減った」七・〇%、「非常に減った」五・〇%であった。「無職」では、「非常に増えた」一九・〇%、「やや増えた」八・〇%、「変わらない」六二・〇%、「やや減った」一一・〇%、「非常に減った」〇・〇%であった。正規では余暇時間が増えた者の割合は約四割にも上る一方、非正規ではその割合は約一五%にとどまる。他方で無職では、増えた者は約三割であったがそのうちの七割が非常に増えた者である点が特徴的であった。

同様に、女性について働き方別にみた場合、「正規」では、「非常に増えた」六・〇%、「やや増えた」三二・五%、「変わらない」四九・〇%、「やや減った」九・五%、「非常に減った」四・〇%であった。「非正規」では、「非常に増えた」五・〇%、「やや増えた」二六・〇%、「変わらない」五二・五%、「やや減った」一四・五%、「非常に減った」二・〇%であった。「無職」では、「非常に増えた」八・五%、「やや増えた」一一・〇%、「変わらない」五五・五%、「やや減った」一四・五%、「非常に減った」九・五%であった。増えた者の割合は正規、非正規、無職の順に高かった一方で、減った者の割合は逆に無職、非正規、正規の順に高かった。男女ともに正規で余暇時間が増えた者が約四割と高かった一方、無職女性は余暇時間が増えた者の割合が最も低い一方で、余暇時間が減った者の割合が最も高かった。

④ 家事時間の変化

家事時間の変化について、図5に示す。男性全体では、「非常に増えた」五・八%、「やや増えた」二二・三%、「変わらない」七二・五%、「やや減った」一・三%、「非常に減った」一・三%であった。女性全体では、「非常に増えた」一〇・三%、「やや増えた」三〇・三%、「変わらない」五六・五%、「やや減った」一・八%、「非常に減った」一・〇%

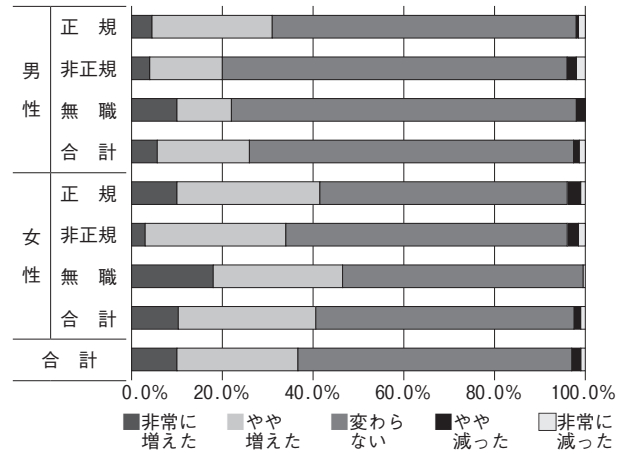


図5 ジェンダー・働き方別：家事時間の変化

であった。男女ともに「変わらない」の割合が最も高いものの、男性で増えた者の割合が二六・一％であったのに対し、女性で増えた者の割合は四〇・三％と一・五倍高かった。一方で減った者の割合は男女ともに非常に低かった。

次に、男性について働き方別にみた場合、「正規」では、「非常に増えた」四・五％、「非常に減った」一・五％であった。「非正規」では、「非常に増えた」四・〇％、「やや増えた」

一六・〇％、「変わらない」七六・〇％、「やや減った」二・〇％、「非常に減った」二・〇％であった。「無職」では、「非常に増えた」一・〇％、「やや増えた」二・〇％、「変わらない」七六・〇％、「やや減った」二・〇％、「非常に減った」二・〇％であった。家事時間が増えた者の割合は正規、無職、非正規の順に高く、正規ではその約四分の一で家事時間が増えていた。

同様に、女性について働き方別にみた場合、「正規」では、「非常に増えた」一〇・〇％、「やや増えた」三二・五％、「変わらない」五四・五％、「やや減った」三・〇％、「非常に減った」一・〇％であった。「非正規」では、「非常に増えた」三・〇％、「やや増えた」三二・〇％、「変わらない」六二・〇％、「やや減った」二・五％、「非常に減った」一・五％であった。「無職」では、「非常に増えた」一八・〇％、「やや増えた」二八・五％、「変わらない」五三・〇％、「やや減った」〇・〇％、「非常に減った」〇・五％であった。増えた者の割合は、無職、正規、非正規の順に高く、特に無職では非常に増えた者の割合がほかのカテゴリよりも高かった（正規の約二倍、非正規の約六倍）。

⑤家事負担感の変化

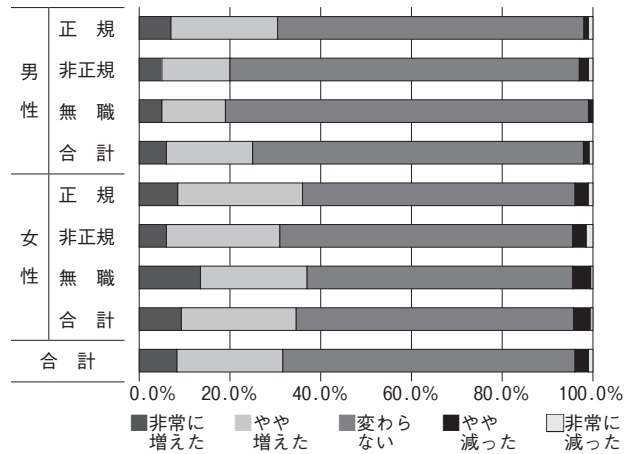


図6 ジェンダー・働き方別：家事負担感の変化

家事負担感の変化について、図6に示す。男性全体では、「非常に増えた」六・〇％、「やや増えた」一九・〇％、「変わらない」七三・〇％、「やや減った」一・三％、「非常に減った」〇・八％であった。女性全体では、「非常に増えた」九・三％、「やや増えた」二五・三％、「変わらない」六一・〇％、「やや減った」三・三％、「非常に減った」一・〇％であった。男女ともに「変わらない」の割合が最も高いものの、男性で増えた者の割合が二五・〇％であったのに対し、女性で増えた者の割合は三四・六％と約一割高かった。一方で減った者の割合は男女ともに非常に低かった。

次に、男性について働き方別にみた場合、「正規」では、「非常に増えた」七・〇％、「やや増えた」二二・五％、「変わらない」六七・五％、「やや減った」一・〇％、「非常に減った」一・〇％であった。「非正規」では、「非常に増えた」五・〇％、「やや増えた」一五・〇％、「変わらない」七七・〇％、「やや減った」二・〇％、「非常に減った」一・〇％であった。「無職」では、「非常に増えた」五・〇％、「やや増えた」一四・〇％、「変わらない」八〇・〇％、「やや減った」一・〇％、「非常に減った」〇・〇％であった。家事負担感が増えた者の割合は正規、非正規、無職の順に高く、正規ではその約四分の一で家事の負担感が増えていた。

同様に、女性について働き方別にみた場合、「正規」では、「非常に増えた」八・五％、「やや増えた」二七・五％、「変わらない」六〇・〇％、「やや減った」三・〇％、「非常に減った」一・〇％であった。「非正規」では、「非常に増えた」六・〇％、「やや増えた」二五・〇％、「変わらない」六四・五％、「やや減った」三・〇％、「非常に減った」一・五％であった。「無職」では、「非常に増えた」一三・五％、「やや増えた」二二・五％、「変

「変わらない」五八・五%、「やや減った」四・〇%、「非常に減った」一〇・五%であった。増えた者の割合は無職、正規、非正規の順に高かった。家事時間の変化とほぼ同じ傾向を示していたが、実際の家事時間の変化よりも家事負担感の変化の方が、変化したと回答した者の割合は低かった。

⑥同居者との会話頻度の変化

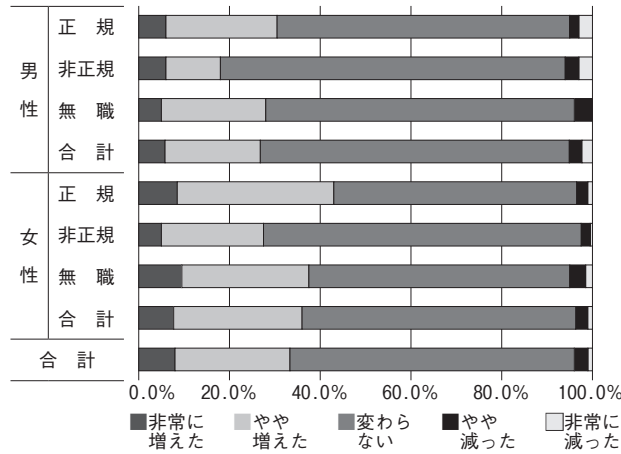


図7 ジェンダー・働き方別：同居者との会話頻度の変化

同居者との会話頻度の変化について、図7に示す。男性全体では、「非常に増えた」五・八%、「やや増えた」二一・〇%、「変わらない」六八・三%、「やや減った」二・八%、「非常に減った」二・三%であった。女性全体では、「非常に増えた」七・七%、「やや増えた」二八・三%、「変わらない」六〇・三%、「やや減った」二・七%、「非常に減った」一・〇%であった。男女ともに「変わらない」の割合が最も高いものの、男性で増えた者の割合が二六・八%であったのに対し、女性で増えた者の割合は三六・〇%

と約一割高かった。次に、男性について働き方別にみた場合、「正規」では、「非常に増えた」六・〇%、「やや増えた」二四・五%、「変わらない」六四・五%、「やや減った」二・〇%、「非常に減った」三・〇%であった。「非正規」では、「非常に増えた」六・〇%、「やや増えた」一一・〇%、「変わらない」七六・〇%、「やや減った」三・〇%、「非常に減った」三・〇%であった。「無職」では、「非常に増えた」五・〇%、「やや増えた」二三・〇%、「変わらない」六八・〇%、「やや減った」四・〇%、「非常に減った」〇・〇%であった。同居者との会話頻度が増えた者の割合は正規、無職、非正規の順に高く、正規ではその約三割で同居者との会話頻度が増えていた。一方で非正規ではその割合は二割未満にとどまっていた。

同様に、女性について働き方別にみた場合、「正規」では、「非常に増えた」八・五%、「やや増えた」三四・五%、「変わらない」五三・五%、「やや減った」二・五%、「非常に減った」一・〇%であった。「非正規」では、「非常に増えた」五・〇%、「やや増えた」二二・五%、「変わらない」七〇・〇%、「やや減った」二・〇%、「非常に減った」〇・五%であった。「無職」では、「非常に増えた」九・五%、「やや増えた」二八・〇%、「変わらない」五七・五%、「やや減った」三・五%、「非常に減った」一・五%であった。増えた者の割合は、正規、無職、非正規の順に高く、なかでも正規は、その約四割で同居者との会話頻度が増えていた。一方で非正規では、その割合は三割未満にとどまっていた。男女ともに正規で同居者との会話頻度が増えた者の割合が最も高く、非正規で最も低かった。

⑦現在の家事負担割合

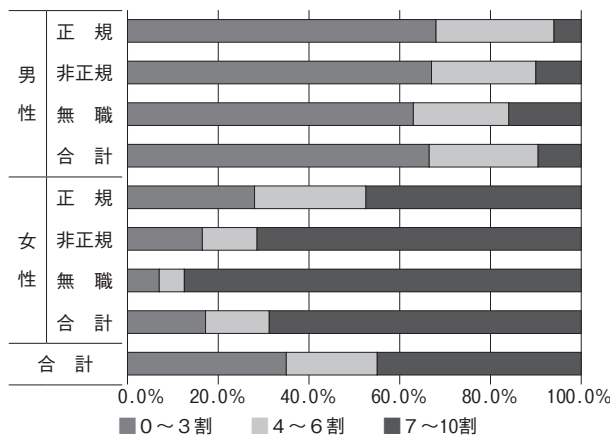


図8 ジェンダー・働き方別：現在の家事負担割合 (3分類)

現在の家事負担割合 (3分類) について、図8に示す。男性全体では、「〇〜三割」六六・五%、「四〜六割」二四・〇%、「七〜一〇割」九・五%であった。女性全体では、「〇〜三割」一七・二%、「四〜六割」一四・〇%、「七〜一〇割」六八・八%であった。男性では「〇〜三割」の割合が最も高く、約三分の二を占めていたのに対し、女性では逆に「七〜一〇割」の割合が最も高く、約三分の二を占めていた。

次に、男性について働き方別にみた場合、「正規」では、「〇〜三割」六八・〇%、「四〜六割」二六・〇%、「七〜一〇割」六・〇%であった。「非正規」では、「〇〜三割」六七・〇%、「四〜六割」二三・〇%、「七〜一〇割」一〇・〇%であった。「無職」では、「〇〜三割」六三・〇%、「四〜六割」二二・〇%、「七〜一〇割」一六・〇%であった。どの働き方カテゴリーでも「〇〜三割」の割合が最も高く約三分の二を占め

ており、ほぼ同じ割合だった。ただし、「七〇割」については無職、非正規、正規の順に割合が高く、正規と無職の割合は約一割の差があった。

同様に、女性について働き方別にみた場合、「正規」では、「一〇割」二八・〇%、「四〇割」二四・五%、「七〇割」四七・五%であった。「非正規」では、「一〇割」一六・五%、「四〇割」二二・〇%、「七〇割」七二・五%であった。「無職」では、「一〇割」七・〇%、「四〇割」五・五%、「七〇割」八七・五%であった。

どの働き方も「七〇割」の割合が最も高いものの、無職では約九割を占めるのに対し、非正規では約七割、正規では約五割と順に割合が低くなっており、正規と無職の差は約四割と大きなものであった。男性と異なり、女性では働き方によって現在の家事負担割合に大きな差がみられた。

⑧ コロナ禍後の在宅勤務の割合

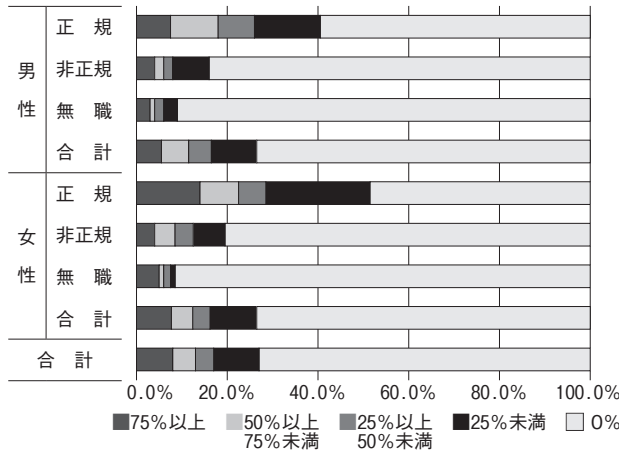


図9 ジェンダー・働き方別：コロナ禍後の在宅勤務の割合

コロナ禍後の在宅勤務の割合について、図9に示す。男性全体では、「七五%以上」五・五%、「五〇%以上七五%未満」六・〇%、「二五%以上五〇%未満」五・〇%、「二五%未満」一〇・〇%、「一〇%」七三・五%であった。女性全体では、「七五%以上」七・七%、「五〇%以上七五%未満」四・七%、「二五%以上五〇%未満」三・八%、「二五%未満」一〇・三%、「一〇%」七三・五%であった。男女に大きな違いはなく、男性も女性も在宅勤務があった者の割合は約四分の一で、逆に全くなかった

者の割合は約四分の三を占めていた。

次に、男性について働き方別にみた場合、「正規」では、「七五%以上」七・五%、「五〇%以上七五%未満」一〇・五%、「二五%以上五〇%未満」八・〇%、「二五%未満」一四・五%、「一〇%」五九・五%であった。「非正規」では、「七五%以上」四・〇%、

「五〇%以上七五%未満」二・〇%、「二五%以上五〇%未満」二・〇%、「二五%未満」八・〇%、「一〇%」八四・〇%であった。「無職」では、「七五%以上」三・〇%、「五〇%以上七五%未満」一・〇%、「二五%以上五〇%未満」二・〇%、「二五%未満」三・〇%、「一〇%」九一・〇%であった。正規の約四割で在宅勤務を経験しているのに対し、非正規では二割弱、無職では一割弱と、正規とそれ以外の働き方で大きな差があった。

同様に、女性について働き方別にみた場合、「正規」では、「七五%以上」一四・〇%、「五〇%以上七五%未満」八・五%、「二五%以上五〇%未満」六・〇%、「二五%未満」二・三・〇%、「一〇%」四八・五%であった。「非正規」では、「七五%以上」四・〇%、「五〇%以上七五%未満」四・五%、「二五%以上五〇%未満」四・〇%、「二五%未満」七・〇%、「一〇%」八〇・五%であった。「無職」では、「七五%以上」五・〇%、「五〇%以上七五%未満」一・〇%、「二五%以上五〇%未満」一・五%、「二五%未満」一・〇%、「一〇%」九一・五%であった。正規の約五割で在宅勤務を経験しているのに対し、非正規では約二割、無職では一割弱と、正規とそれ以外の働き方で大きな差があった。また、男性正規よりも女性正規の方が在宅勤務を経験した割合が約一割高く、七五%以上の割合では、女性正規は男性正規の約二倍の割合を占めていた。

三・三 コロナ禍におけるメンタルヘルスの状況

—— 全体ならびにジェンダー・働き方別傾向

(一) 抑うつ・無気力

コロナ禍におけるメンタルヘルスの状況を確認していく。まず、抑うつのなかでも無気力の側面（最近二週間で、「何かやろうとしてもほとんど興味を持てなかったり、楽しくない」）についての傾向を図10に示す。全体では、「全くない」三九・四%、「数日」三九・八%、「二週間の半分以上」一一・四%、「ほぼ毎日」九・四%であった。男性全体では、「全くない」四三・三%、「数日」三八・八%、「二週間の半分以上」一一・〇%、「ほぼ毎日」七・八%であった。女性全体では、「全くない」三六・八%、「数日」四〇・五%、「二週間の半分以上」一一・二%、「ほぼ毎日」一〇・五%であった。男性よりも女性の方が、「全くない」の割合が六%程度低く、無気力の状況が強い傾向がみられた。

次に、男性について働き方別にみた場合、「正規」では、「全くない」四六・五%、「数

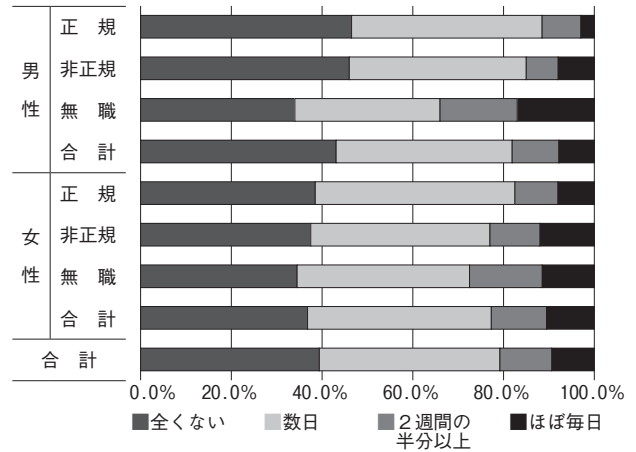


図10 ジェンダー・働き方別：抑うつ（無気力）の傾向

「数日」四二・〇%、「二週間の半分以上」八・五%、「ほぼ毎日」三・〇%であった。「非正規」では、「全くない」四六・〇%、「数日」三九・〇%、「二週間の半分以上」七・〇%、「ほぼ毎日」八・〇%であった。「無職」では、「全くない」三四・〇%、「数日」三三・〇%、「二週間の半分以上」一七・〇%、「ほぼ毎日」一七・〇%であった。正規と非正規については「全くない」の割合が最も高く約五割弱と同程度だったのに対し、無職では「全くない」の割合は正規・非正規と比べて約一割強も低く、一方

で、「二週間の半分以上」の割合は正規・非正規の約二倍、「ほぼ毎日」の割合は、正規の約五倍、非正規の約二倍であり、無気力の状況が強い傾向がみられた。同様に、女性について働き方別に見た場合、「正規」では、「全くない」三八・五%、「数日」四四・〇%、「二週間の半分以上」九・五%、「ほぼ毎日」八・〇%であった。「非正規」では、「全くない」三七・五%、「数日」三九・五%、「二週間の半分以上」一一・〇%、「ほぼ毎日」二二・〇%であった。「無職」では、「全くない」三四・五%、「数日」三八・〇%、「二週間の半分以上」一六・〇%、「ほぼ毎日」一一・五%であった。どの働き方でも最も割合が高いのは「数日」であった。また、無職、非正規、正規の順に「二週間の半分以上」と「ほぼ毎日」を合わせた割合が高く、正規よりも無職の方が、約一割高かった。さらに、男性無職は、ジェンダー・働き方別のすべてのカテゴリのなかで無気力の状況が最も強い傾向がみられた。

(二) 抑うつ：憂うつ

抑うつのなかでも憂うつの側面(最近二週間で、「気分が重かったり、憂うつだったり、絶望的に感じる」)についての傾向を図11に示す。全体では、「全くない」四一・四%、

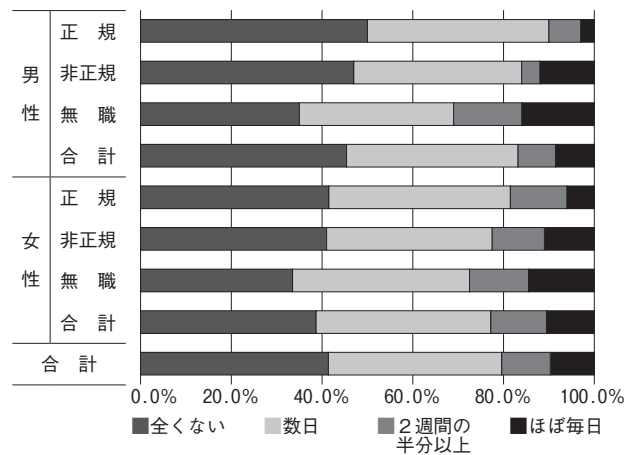


図11 ジェンダー・働き方別：抑うつ（憂うつ）の傾向

「数日」三八・二%、「二週間の半分以上」二〇・七%、「ほぼ毎日」九・七%であった。男性全体では、「全くない」四五・五%、「数日」三七・八%、「二週間の半分以上」八・三%、「ほぼ毎日」八・五%であった。女性全体では、「全くない」三八・七%、「数日」三八・五%、「二週間の半分以上」一一・三%、「ほぼ毎日」一〇・五%であった。男性よりも女性の方が、「全くない」の割合が六%程度低く、憂うつの状況が強い傾向がみられた。次に、男性について働き方別にみた場合、「正規」では、「全くない」

五〇・〇%、「数日」四〇・〇%、「二週間の半分以上」七・〇%、「ほぼ毎日」三・〇%であった。「非正規」では、「全くない」四七・〇%、「数日」三七・〇%、「二週間の半分以上」四・〇%、「ほぼ毎日」一一・〇%であった。「無職」では、「全くない」三五・〇%、「数日」三四・〇%、「二週間の半分以上」一五・〇%、「ほぼ毎日」一六・〇%であった。正規と非正規については「全くない」の割合が約五割と同程度だったのに対し、無職では「全くない」の割合は正規・非正規と比べて約一五%低かった。一方で、「二週間の半分以上」と「ほぼ毎日」を合わせた割合は無職、非正規、正規の順に高く、無職の割合は正規の約三倍、非正規の約一・五倍であり、憂うつの状況が強い傾向がみられた。同様に、女性について働き方別に見た場合、「正規」では、「全くない」四一・五%、「数日」四〇・〇%、「二週間の半分以上」一一・五%、「ほぼ毎日」六・〇%であった。「非正規」では、「全くない」四一・〇%、「数日」三六・五%、「二週間の半分以上」一一・五%、「ほぼ毎日」二一・〇%であった。「無職」では、「全くない」三三・五%、「数日」三九・〇%、「二週間の半分以上」一三・〇%、「ほぼ毎日」一四・五%であった。男性と同様、無職、非正規、正規の順に「二週間の半分以上」と「ほぼ毎日」を合わせた割合が高く、無職は正規よりも約一・五倍高かった。さらに、女性無職は、ジェンダー・

(三) 生活満足度

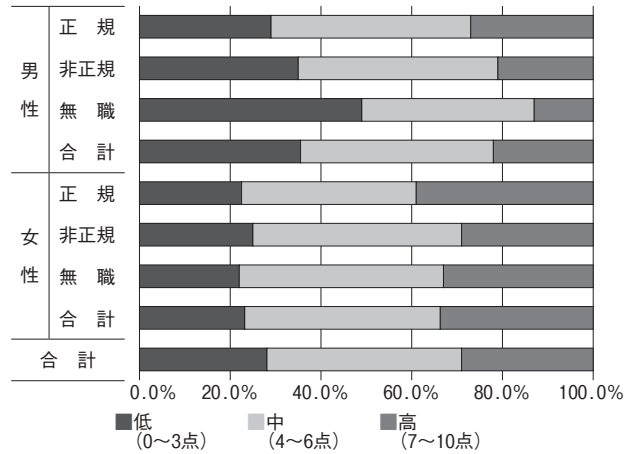


図12 ジェンダー・働き方別：生活満足度の傾向

働き方別のすべてのカテゴリのなかで憂うつの状況が最も強い傾向がみられた。

続いて、生活満足度の傾向を図12に示す（生活満足度については低〔〇〜三点〕、中〔四〜六点〕、高〔七〜一〇点〕の三カテゴリに分けて分析を行った）。全体では「低」二八・一%、「中」四二・九%、「高」二九・〇%であった。男性全体では、「低」三五・五%、「中」四二・五%、「高」二二・〇%であった。女性全体では、「低」二三・二%、「中」四三・二%、「高」三三・七%であった。男性よりも女性の方が生活満足度が高い者の割合が約一割程度高く、一方で、低い者の割合が一割程度低かった。

次に、男性について働き方別にみた場合、「正規」では、「低」二九・〇%、「中」四四・〇%、「高」二七・〇%であった。「非正規」では、「低」三五・〇%、「中」四四・〇%、「高」二二・〇%であった。「無職」では、「低」四九・〇%、「中」三八・〇%、「高」一三・〇%であった。無職、非正規、正規の順に生活満足度が低い者の割合が高く、一方で生活満足度の高い者の割合が低かった。特に無職では生活満足度の低い者の割合が突出して高く、約五割に上っていた。

同様に、女性について働き方別にみた場合、「正規」では、「低」二二・五%、「中」三八・五%、「高」三九・〇%であった。「非正規」では、「低」二五・〇%、「中」四六・〇%、「高」二九・〇%であった。「無職」では、「低」二二・〇%、「中」四五・〇%、「高」三三・〇%であった。女性は、働き方によって生活満足度の低い者の割合に差があまりなかったのに対し、生活満足度の高い者の割合が正規で顕著に高く約四割にも上っていた。

三、四 家事時間変化とメンタルヘルスの関係

全体ならびにジェンダー・働き方別傾向

表3 ジェンダー・働き方別：家事時間変化と抑うつとの関係

ジェンダー	働き方	家事時間変化×抑うつとの相関係数 ¹⁾
男性	正規	0.214**
	非正規	0.133
	無職	0.002
	合計	0.118*
女性	正規	0.107
	非正規	-0.028
	無職	0.231***
	合計	0.12*
合計		0.128***

1) PearsonのR: ***p<.001, **p<.01, *p<.05

別に関連係数の値をまとめたものを表3に示す。なお、抑うつの得点については、無気力と憂うつの2項目の合計点である。最低〇点、最高八点を取り、点数が高いほど、抑うつ傾向が強いことを示す。

全体的に家事時間変化と抑うつとの間には有意な正の相関がみられ、家事時間が増えた者ほど抑うつが強い傾向がみられた。また、それには男女ともに同じ傾向がみられた。加えて、特に、男性正規と女性無職の相関係数の値が高くなっており、その傾向が強くみられた。

次に、家事時間変化と生活満足度との関係について、全体ならびにジェンダー・働き方別にまとめたものを表4に示す。なお、生活満足度の得点については〇点から一〇点までをとり、点数が高いほど生活満足度が高いことを示す。

表4 ジェンダー・働き方別：家事時間変化と生活満足度の関係

ジェンダー	働き方	家事時間変化×生活満足度の相関係数 ¹⁾
男性	正規	0.142**
	非正規	0.08
	無職	-0.132
	合計	0.056
女性	正規	-0.075
	非正規	-0.067
	無職	-0.142*
	合計	-0.092*
合計		-0.014

1) PearsonのR: ***p<.001, **p<.01, *p<.05

全体的に家事時間変化と生活満足度の間には有意な相関がみられなかった。ただし、女性では家事時間変化と生活満足度の間には有意な負の相関がみられ、家事時間が増えた

者ほど生活満足度が低い傾向がみられた。その傾向は、女性無職においてやや強く表れていた。一方、男性正規では、家事時間変化と生活満足度の間に正の相関がみられ、家事時間が増えた者ほど生活満足度が強い傾向がみられた。男性正規と女性無職では逆の傾向がみられた。

以上より、家事時間変化とメンタルヘルスの関係においては、全体的にみると家事時間変化と抑うつの間には有意な正の相関がみられたものの、家事時間変化と生活満足度の間には有意な相関は見られなかった。ただし、男性正規で家事時間が増えた者ほど抑うつ傾向が強い傾向ならびに生活満足度が高い傾向がみられた。一方、女性無職では、家事時間が増えた者ほど抑うつ傾向が強く、生活満足度が低い傾向がみられた。これは、女性無職については図8でみたように現在の家事負担割合が七〇割の者が約九割を占めていることから家事時間の増加は負担増の意味合いが強く、それが抑うつ傾向の強さと生活満足度の低さにあらわれていたといえよう。一方で男性正規については、図8の現在の家事負担割合は約七割の者が〇〜三割程度であり、負担度があまり高くない者が大半を占めている。このような状況のなかで、家事時間の増加はこれまでに比べれば負担増でもある一方、何らかの意義を見出すことにもつながっていると考えられ、その点が、抑うつが強い一方で生活満足度が高いという、一見矛盾する結果となって表れていたものと考えられる。

三・五 家事負担感の変化とメンタルヘルスの関係

—— 全体ならびにジェンダー・働き方別傾向

次に、家事負担感の変化とメンタルヘルスの関係について、相関係数をみることによって確認していく。まず、家事負担感の変化と抑うつとの関係について、全体ならびにジェンダー・働き方別に相関係数の値をまとめたものを表5に示す。

全体的に、家事負担感の変化と抑うつの間には有意な正の相関がみられ、家事負担感が増えた者ほど抑うつが強い傾向がみられた。また、それには男女ともに同じ傾向がみられた。加えて、特に男性正規と男性非正規、無職女性の相関係数の値が高くなっており、その傾向が強くみられた。

次に、家事負担感の変化と生活満足度との関係について、全体ならびにジェン

表5 ジェンダー・働き方別：家事負担感の変化と抑うつとの関係

ジェンダー	働き方	家事負担感の変化×抑うつとの相関係数 ¹⁾
男性	正規	0.240***
	非正規	0.242*
	無職	0.039
	合計	0.158**
女性	正規	0.069
	非正規	0.082
	無職	0.222***
	合計	0.133*
合計		0.146***

1) PearsonのR：***p<.001, **p<.01, *p<.05

表6 ジェンダー・働き方別：家事負担感の変化と生活満足度の関係

ジェンダー	働き方	家事負担感の変化×生活満足度の相関係数 ¹⁾
男性	正規	0.089
	非正規	-0.026
	無職	0.011
	合計	0.057
女性	正規	-0.112
	非正規	-0.157*
	無職	-0.068
	合計	-0.107**
合計		-0.034

1) PearsonのR：***p<.001, **p<.01, *p<.05

表5 ジェンダー・働き方別に相関係数の値をまとめたものを表6に示す。全体的に家事負担感の変化と生活満足度の間には、有意な相関は見られなかった。女性で家事負担感の変化と生活満足度には有意な負の相関がみられ、家事負担感が増えた者ほど生活満足度が低い傾向がみられた。特に女性非正規で相関係数の値が高くなっており、その傾向が強く見られた。

以上より、家事負担感の変化とメンタルヘルスの関係においては、全体的にみると家事負担感の変化と抑うつの間には有意な正の相関がみられたものの、家事負担感の変化と生活満足度の間には有意な相関は見られなかった。ただし、女性においては、家事負担感の変化と抑うつとの間に有意な正の相関が、家事負担感の変化と生活満足度との間に有意な負の相関がみられた。女性では家事負担感の増加は抑うつを強め、生活満足度を低めていると考えられる。また、男性正規では家事負担感が増えた者ほど抑うつ傾向が強い傾向がみられた。同様に、女性無職でも、家事負担感が増えた者ほど抑うつ傾向が強く、女性非正規では、家事負担感が増えた者ほど生活満足度が低い傾向がみられた。家事負担感の増加はそれぞれのカテゴリのメンタルヘルスに負の影響を与えていたと考えられる。

三・六 家事の複雑性得点とメンタルヘルスとの関係

(一) ジェンダー・働き方別：家事の複雑性得点

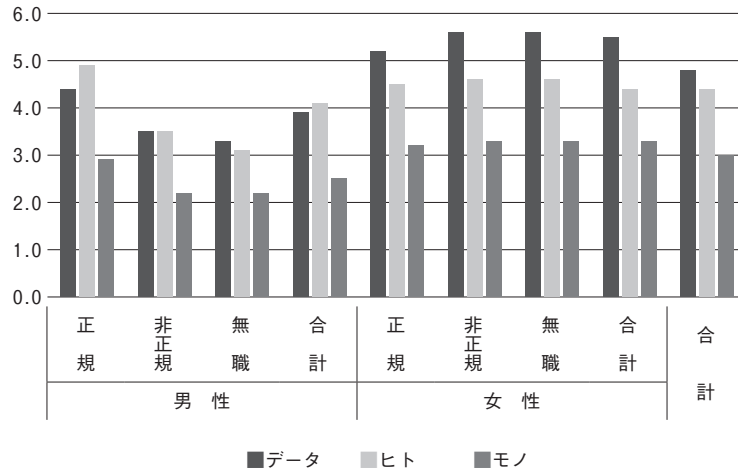


図13 ジェンダー・働き方別：家事の複雑性得点の傾向

続いて、家事の複雑性得点とメンタルヘルスとの関係をみていく。まず、基本的な傾向として、ジェンダー・働き方別の家事の複雑性得点を図13に示し、確認していく。全体では「データ」四・八点、「ヒト」四・四点、「モノ」三・〇点であり、データ領域の複雑性得点の値が最も高かった。男性全体では、「データ」三・九点、「ヒト」四・一点、「モノ」二・五点であり、ヒト領域の複雑性得点の値が最も高かった。女性全体では、「データ」五・五点、「ヒト」四・四点、「モノ」三・三点であり、データ領域の複雑性得点の値が最も高かった。男性よりも女性の方がすべての領域で複雑性

域では約一点、ヒト領域では一・五点、モノ領域では〇・七点高かった。

同様に、女性について働き方別に見た場合、「正規」では、「データ」五・二点、「ヒト」四・五点、「モノ」三・二点であった。「非正規」では、「データ」五・六点、「ヒト」四・六点、「モノ」三・三点であった。「無職」では、「データ」五・六点、「ヒト」四・六点、「モノ」三・三点であった。女性は、どの領域でも働き方によって複雑性得点にあまり差は見られなかった。ただし、ジェンダー・働き方で比較した場合、男性正規はヒト領域で最も複雑性得点が高かった。

(二) ジェンダー・働き方別：家事の複雑性得点とメンタルヘルスの関係

表7 ジェンダー・働き方別：家事の複雑性得点と抑うつとの関係

ジェンダー	働き方	家事の複雑性得点(各領域)と抑うつとの相関係数 ¹⁾		
		データ	ヒト	モノ
男性	正規	0.02	0.18*	0.20**
	非正規	-0.02	-0.09	-0.02
	無職	-0.01	-0.03	0.03
	合計	-0.04	-0.02	0.05
女性	正規	0.06	0.05	0.23***
	非正規	0.04	0.02	0.07
	無職	0.02	-0.05	0.01
	合計	0.05	0.01	0.11**
合計		0.03	0.00	0.10**

1) PearsonのR：***p<.001, **p<.01, *p<.05

家事の複雑性得点とメンタルヘルスの関係について、相関係数をみることによって確認していく。まず、家事の複雑性得点と抑うつとの関係について、全体ならびにジェンダー・働き方別に相関係数の値をまとめたものを表7に示す。

全体的に、家事の複雑性得点と抑うつの間にはモノ領域で有意な正の相関がみられ、モノ領域の家事の複雑性得点が高い者ほど抑うつが強い傾向がみられた。また、男女別に相関をみた場合、女性で有意な正の相関がみられた。加えて、特に男性正規と女性正規の相関係数の値が高くなっており、

得点が高く、女性の方が自己裁量度の高い複雑な家事に携わっていることがわかる。特にデータ領域とモノ領域においては、複雑性得点には約一点の開きがあった。また、女性はデータ領域の複雑性得点が高いのに対し、男性はヒト領域の複雑性得点がいずれも高く、複雑性得点が高い領域が異なっていた。

次に、男性について働き方別にみた場合、「正規」では、「データ」四・四点、「ヒト」四・九点、「モノ」二・九点であった。「非正規」では、「データ」三・五点、「ヒト」三・五点、「モノ」二・二点であった。「無職」では、「データ」三・三点、「ヒト」三・一点、「モノ」二・二点であった。どの領域の複雑性得点も正規、非正規、無職の順に高く、非正規と無職の得点はその領域も同じくらいだったのに対し、正規は非正規・無職に比べデータ領

その傾向が強くみられた。また、男性正規においてのみヒト領域で有意な正の相関がみられ、ヒト領域の家事の複雑性得点が高い者ほど抑うつが強い傾向がみられた。次に、家事の複雑性得点と生活満足度との関係について、全体ならびにジェンダー・働き方別に相関係数の値をまとめたものを表8に示す。

全体的に、家事の複雑性得点と生活満足度の間には、データ領域、ヒト領域、モノ領域すべてで有意な正の相関がみられ、各領域の家事の複雑性得点が高い者ほど生活満足度が高い傾向がみられた。特にデータ領域とヒト領域で相関係数の値が高かった。

表8 ジェンダー別・働き方別：
家事の複雑性得点と生活満足度の関係

ジェンダー	働き方	家事の複雑性得点(各領域)と生活満足度の相関係数 ¹⁾		
		データ	ヒト	モノ
男性	正規	0.21**	0.04	-0.04
	非正規	0.18	0.23*	0.10
	無職	0.20*	0.20*	0.22*
	合計	0.23***	0.17***	0.09
女性	正規	0.09	0.09	-0.05
	非正規	0.12	0.13	0.04
	無職	0.08	0.04	0.02
	合計	0.09*	0.09**	0.00
合計		0.20***	0.14***	0.08**

1) PearsonのR：***p<.001, **p<.01, *p<.05

また、男女別に相関を見た場合、男女ともにデータ領域とヒト領域で有意な正の相関がみられ、男性の方が相関係数の値が大きく女性よりも強い相関がみられた。一方で、男性・女性ともにモノ領域の家事の複雑性得点と生活満足度との間には有意な相関関係はみられなかった。また、男性正規でデータ領域の家事の複雑性得点と生活満足度の間に有意な正の相関が、男性非正規でヒト領域の家事の複雑性得点と生活満足度の間に有意な正の相関が、男性無職ですべての領域の家事の複雑性得点と生活満足度の間に有意な正の相関がみられた。

以上より、家事の複雑性得点とメンタルヘルスの関係においては、全体的にみると、家事の複雑性得点と抑うつとの間にはモノ領域のみにおいて有意な正の相関がみられた。一方で、家事の複雑性得点と生活満足度の間にはデータ・ヒト・モノすべての領域において有意な正の相関がみられ、特にデータ領域・ヒト領域で相関係数の値が高かった。モノ領域の家事の複雑性得点が高い者ほど抑うつが強い傾向がみられる一方で生活満足度も高い傾向がみられた。一方で、データ領域・ヒト領域の家事の複雑性得点が高い者ほど生活満足度が高い傾向がみられ、それは男性により強い傾向があった。データ領域・ヒト領域においてより複雑な(自己裁量度の高い)家事を行うことはメンタルヘルスに正の影響を与える一方、モノ領域においてより複雑な(自己裁量度の高い)家事を行うことはメンタルヘルスに負の影響を与えがちであると考えられる。また、男性においてはコロナ禍において職業生活が以前よりもままならないなかで、家庭においてより複雑で自己裁量度の高い家事を行うこと(特に、家計管理や人づきあいをきちんと行うこと)は、メンタルヘルスに好影響を与えている可能性が考えられる。

表9 各メンタルヘルス指標に対する
重回帰分析の結果

説明変数	抑うつ 生活満足度	
	β	β
女性ダミー	0.068*	3.426***
正規ダミー	-0.150***	1.969*
非正規ダミー	-0.105**	0.831
配偶者・パートナー同居ダミー	-0.168***	3.065**
教育年数	-0.073*	0.929
家事負担感変化	0.100*	-1.184
家事時間変化	0.031	-1.118
在宅時間変化	0.054	-0.802
勤務時間変化	-0.015	-0.048
余暇時間変化	-0.037	2.491*
会話頻度変化	-0.069*	4.175***
データ複雑性	0.012	2.750**
ヒト複雑性	-0.041	1.758
モノ複雑性	0.113***	-1.990*
R ²	0.090	0.107
調整済みR ²	0.077	0.095

***p<.001, **p<.01, *p<.05

生活満足度については、女性ダミー、正規ダミー、配偶者・パートナー同居ダミー、余暇時間変化、会話頻度変化、データ領域の家事の複雑性得点で有意な正の相関が示された。加えて、モノ領域の家事の複雑性得点で有意な負の相関が示された。なかでも会話頻度変化、女性ダミーの標準化係数の値が大きく、会話頻度の増加や女性であることが生活満足度の高さとの関連が大きいといえる。また、ほかの変数を統制してもデータ領域の家事の複雑性得点で有意な正の影響が残り、またモノ領域の家事の複雑性得点でも単相関の場合と異なり有意

三、七 家事時間変化・負担感変化・内容がメンタルヘルスに及ぼす影響の大きさ
家事の複雑性得点とメンタルヘルスに関連するかメンタルヘルス指標別に重回帰分析を行った。家事の複雑性得点とメンタルヘルスの関連要因としてジェンダー、働き方、配偶者・パートナーとの同居、教育年数、家事負担感・生活時間・会話頻度変化、家事の複雑性得点を投入した。
抑うつについては、女性ダミー、家事負担感変化、モノ領域の家事の複雑性得点で有意な正の関連が示された。加えて、正規ダミー、非正規ダミー、配偶者・パートナー同居ダミー、教育年数、会話頻度変化で有意な負の関連が示された。なかでも配偶者・パートナー同居ダミーと正規ダミーの標準化係数の値が大きく、配偶者・パートナー同居していないことや無職であることが抑うつ傾向の強さとの関連が大きいといえる。また、ほかの変数を統制しても家事負担感変化とモノ領域の家事の複雑性得点で有意な正の影響が残ったことから、家事負担感が増えたことやモノ領域においてより複雑な家事を行っていることが抑うつ傾向を強めているといえよう。

な負の影響が残ったことから、データ領域においてより複雑な家事を行っていることが生活満足度を高める一方で、モノ領域においてより複雑な家事を行っていることは生活満足度を低めているといえる。特に後者の結果は、サービスや道具を利用することでモノ領域の家事の複雑性を下げた方が時間的余裕が生まれるなど、モノ領域の家事の複雑性が低いライフスタイルが支持される現代的な価値観（家事の「時短」嗜好など）の表れとみることができるといえる。以上より、家事関連要因はメンタルヘルスに有意に影響を及ぼしていることが確認された。

四 まとめと今後の課題

本研究では、コロナ禍における家事とメンタルヘルスの関係について、ジェンダーと働き方に注目しつつ明らかにしてきた。コロナ禍はわれわれのライフスタイルに大きな変化をもたらしていることが生活変化の結果から明らかになった。また、その変化の仕方は一様ではなく、ジェンダーや働き方によって異なる変化をもたらしているという本調査結果から、コロナ禍における生活支援については、様々な異なる立場が存在していることを前提にきめ細やかな支援が行われる必要性を確認することができた。

また、在宅時間の増加により、家事に関する営みでも様々な変化を確認することができた。そのなかで、家事がメンタルヘルスに有意に関連していることが明らかになったことは、家事労働の価値を再考し、心身の健康維持のため、それぞれが日々の生活のなかで工夫をしながら取り組んでいくことの重要性を示唆しているといえよう。同時に、モノ領域の家事労働については複雑性の高い家事に取り組むほどメンタルヘルスに負の影響を与えることが明らかになったことは、この領域の家事をどこまで行うのか、また、どのように分かち合うのかについて、社会における規範の再考が求められていると考えられる。より心地よい生活（ウェルビーイングの高い生活）をそれぞれが整えていくために、家事労働について今後活発な議論や再検討が社会的に行われることが望まれる。

今後の課題としては、まず、各家事項目の内容とメンタルヘルスの関連を検討するなど、より詳細な分析を進めていきたい。また、パネル調査を実施し、コロナ禍にと

もなうライフスタイルの変化がどのような部分において一時的なものであったのか、一方で、新しい生活様式はどのような部分において定着・持続しているのか、そしてそれらの生活の状況とメンタルヘルスとの関連はどのようなものかという点について、明らかにしていきたい。

【謝辞】

本研究は、文部科学省科学技術人材育成費補助事業「ダイバーシティ研究環境実現イニシアティブ（牽引型）」平成三〇年度共同研究支援（金沢大学、富山県立大学、YKK株式会社：平成三〇年四月一日～平成三一年三月三十一日、松井三枝代表）、ならびに文部科学省科学技術人材育成費補助事業「ダイバーシティ研究環境実現イニシアティブ（牽引型）」令和二年度共同研究支援（金沢大学、富山県立大学、YKK株式会社：令和二年四月一日～令和三年三月三十一日、松井三枝代表）のもとに行われた。記して謝意を表したい。

【文献】

- 安玉姫、朴仁全、一九九六、「都市主婦の家事労働満足度と家庭生活満足度」『家政学 研究』四二（二）、一〇一―一〇五。
- Caplan, L. J., & Schooler, C. (2006). Household work complexity, intellectual functioning, and self-esteem in men and women. *Journal of Marriage and Family*, 68, 883-900.
- 萩原里紗、二〇二二、「結婚・出産前後の女性の生活満足度・幸福度の変化」『消費生活に関するパネル調査』を用いた実証分析『三田商学研究』五五（三）、一九―三五。
- 樋口美雄・岩田正美編、一九九九、『パネルデータからみた現代女性―結婚・出産・就業・消費・貯蓄』東洋経済新報社。

- 星野藍子、鈴木國文、諏訪真美、二〇一三、「就労女性における家事労働上のストレス要因特徴 家事労働版NOSHストレス調査票の作成とそれを用いた調査」『作業療法』三二(四)、三三五―三四四。
- 、二〇一四、「就労うつ病女性の家事労働・賃金労働それぞれにおけるストレス要因特徴」『作業療法』三三(一)、四二―五二。
- 石岡良子、権藤恭之、二〇一五、「仕事の複雑性と高年齢期の記憶および推論能力との関連」『心理学研究』八六(三)、二一九―二二九。
- Karasek, R. & Theorell, T. 1990. *Healthy work: Stress, productivity, and the reconstruction of working life*, New York: Basic Books.
- Kohn, M. L. & Schooler, C. 1983. *Work and Personality: An Inquiry into the Impact of Social Stratification (with the collaboration of Miller, J., C. Miller, C. Soenbach and R. Soenbach)*, Norwood, N. J.: Ablex Publishing Corp.
- 永井暁子・西野理子、二〇一九、「家事分担の現状」西野理子・米村千代編著『よくわかる家族社会学』ミネルヴァ書房、五八―九。
- 直井道子編著、林廓子、岡村清子、岩田知子共著、一九八九、『家事の社会学』サイエンス社。
- 柘植由紀美、五十嵐稔子、二〇一九、「一歳六ヶ月児をもつ夫婦の性役割分業観と母親のメンタルヘルスとの関連」『奈良県立医科大学医学部看護学科紀要』一五、三三―四二。
- 大和礼子、二〇〇二、『家事』はどのようにとらえられてきたか?—『公共／家内領域の分離』という社会認識との関連から』『関西大学社会学部紀要』三三(三)、七五―一三五。
- 山田亜里沙、二〇一六、「ワークライフバランスに着目した産業看護職による女性就労者へのメンタルヘルス不調予防のための一考察」『日本ヘルスサポート学会年報』二、二五―三二。
- 柳下実、二〇二〇、「世帯マネジメントという家事労働」『社会学評論』七〇(四)、三四三―三五九。

【付録】

領域ごとの家事の複雑性項目を次に示す。

●データ領域

複雑性	得点	文章	家計
比較・照合	1	商品のラベルを読む	預貯金の残高を確認する
複写・文書作成	2	手紙を書く（年賀状などの季節の挨拶状なども含む）	買い物リストなどのメモを作成する
計算	3	子ども（孫）の勉強をみる	家計簿をつける
収集整理	4	家事・育児関連の情報誌を読んだり、情報サイトを閲覧する	領収書を収集・整理する（家計管理アプリの使用も含む）
分析	5	家事に関する情報や口コミが信頼できるか検討する	大きな買い物計画・決定
調査・判断・決定	6	家族・同居者のスケジュールをカレンダーや手帳に記入し調整する	預貯金や保険の管理・見直しをする
総合	7	家事に関連した情報をブログに書いたり、雑誌やSNSに投稿する	家計の予算を立てる

●ヒト領域

複雑性	得点	家族・同居者	学校・地域	業者
指示の受け取り	1	家族・同居者に欲しいもの・足りないもの・食べたいもの等をさぐ	回答板を回す	お店や業者の方に商品の扱い方や注意事項の指示を受ける
給仕・奉仕・世話	2	家族・同居者の身の回りの世話を行う	町内清掃や交通安全活動、学校奉仕活動などに参加する	来訪した業者の方に対応する
報告・伝達	3	家計や健康、学力等について家族・同居者と話す	学校や地域の行事、自治会への参加	お店や業者の方と話す
高度な情報伝達	4	身のまわりの困りごと・トラブルなどについて家族・同居者と話す	自治会など地域組織の役員や学校の役員を務める	家族・同居者の好みや意向を伝え、お店や業者の方と相談してモノやサービスを購入する
勧誘・説得	5	イベント（外食・買い物・旅行など）の計画・参加について家族・同居者を勧誘・説得する	学校や地域行事への参加を勧誘・説得する	欠陥商品の修理や返品について、お店や業者の方を説得する
監督・管理	6	家事分担の割当・見直しを行う	学校や地域行事を役員として運営・監督する	来訪した業者の方の仕事を見守る
教授・教示	7	家族・同居者に複雑な家事を教える	学校や地域組織の仕事内容をほかの人に教える	来訪した業者の方に行ってほしい仕事について内容を詳しく伝える
交渉・協議	8	習い事や塾、スポーツクラブ等の入退会・継続について家族・同居者と交渉・協議する	学校や地域の困りごと・トラブルなどについて関係者と交渉・協議する	業者の方と契約やサービスの内容・頻度等について交渉・協議する
専門的助言・指導	9	家族・同居者の抱える困りごと・トラブル、精神的問題などに対して助言・指導を行う	学校や地域組織における困りごと・トラブルなどに対して助言・指導を行う	自分のこれまでの経験から業者の方の仕事について助言・指導を行う

●モノ領域

複雑性	得点	料理	食器洗い	そうじ	洗濯	縫物・編み物	修理	園芸家庭菜園	健康・美容・衛生・医療	ファッション
運搬・整理	1	食料品・惣菜を買う配膳	食器を手で洗う 食器を片付ける	お風呂掃除 トイレ掃除 窓や床などの拭き掃除	洗濯ものを干す 洗濯ものをたたむ			草取りや水まきをする	ハンドソープ・シャンプー・うがい薬・歯磨き粉・常備薬・保湿クリーム等を管理・補充する	衣類や靴などを買う 衣類・靴をタンスやクローゼット、下駄箱にしまう
取付・取外し	2		食洗機を使う	掃除機をかける	洗濯機を使う 乾燥機を使う	ボタン付けや簡単な繕いものをする	電球・蛍光灯を取り換える			
監視作業	3									
手腕作業	4	手間のあまりかからない料理を作る	漆器磨き、スプーン磨き等を行う	床のワックスがけや畳拭き	アイロンをかける ウールやおしゃれ着等の手洗い、シャツ等の糊付けをする	手提げ袋やカーテンなどのミシンかけをする、マフラー・手袋を編んだり簡単な刺繍をする	障子を張替える	プランターや庭で園芸・家庭菜園をする		衣類・靴の防臭・防虫・防水・除湿等に関する手入れをする 靴磨きや衣類のほこり取り、毛玉取り等の手入れをする
運転・操作	5									
操作・制御	6	手の込んだ料理を作る							体重計や血圧計、健康・美容器具等を管理・調整する	
精密作業	7					自分や家族・同居者の服を縫う、セーターや手の込んだものを編む		特別な草花、盆栽など、特に技術のいる園芸をする		
調整・保守・設定	8						ペンキを塗る、糊をつる、家具を修理する		アロマを焚いたり、空気清浄機の手入れをするなど、体調や環境に合わせて、健康・美容器具等を設定・調節する	

Relationship between Housework and Mental Health in COVID-19 Pandemic

Takako Hama, Mie Matsui, Kota Ebina, Kuniko Sato, Ryoko Ishioka
Center for Liberal Arts and Sciences, Faculty of Engineering