

Benesse 教育研究開発センターより

## 若者の仕事生活実態調査

—25～35歳の仕事の充実感に注目して—

調査結果から、充実感をもって仕事に取り組んでいる若者は、目標設定や表現などの態度・能力に自信をもっていること、そして、それらの自信の多くは、親や学校の先生以外の大人との会話体験を代表とする子ども時代の体験と関係していることがわかりました。これらの関係性については、今後、より詳細な分析や現在実施中のインタビュー調査などを通して、明らかにしていく予定です。

調査の企画にあたり、以下の先生方にご意見をいただきました。この場を借りて、深く感謝いたします。

矢野真和 (東京大学教授)  
小杉礼子 (労働政策研究・研修機構統括研究員)  
土場 学 (東京工業大学助教授)  
宮城まり子 (立正大学教授)  
佐藤浩章 (愛媛大学助教授)

### 調査企画・分析メンバー

木村治生 (Benesse教育研究開発センター教育調査室室長)  
岡部悟志 (Benesse教育研究開発センター研究員)  
朝永昌孝 (Benesse教育研究開発センター研究員)

☆『若者の仕事生活実態調査 報告書』は、2006年10月刊行予定です。

本調査の詳細な報告書は2006年10月に刊行予定です(150頁程度、頒価1000円)。報告書をご希望の方は、アンケートハガキをご利用いただき、希望する冊数を記入の上、ご投函ください。発刊次第、お送りいたします。なお、この報告書は、書店ではお求めになれません。直接、Benesse教育研究開発センターにお申し込みください。

Benesse教育研究開発センターで実施している各種調査結果は、下記のWEBサイトで閲覧することができます。

<http://benesse.jp/berd/>


### アンケートにご協力ください。

本調査に関するご意見ご感想を、添付のハガキにてお聞かせください。  
なお、本調査に関するお問い合わせは、下記までお願いします。

〒163-1422 東京都新宿区西新宿3-20-2 東京オペラシティタワー22階  
㈱ベネッセコーポレーション Benesse教育研究開発センター  
「若者の仕事生活実態調査」係

「若者の仕事生活実態調査」速報版

発行日：2006年6月15日 発行人：新井健一 編集人：木村治生 発行所：(株)ベネッセコーポレーション Benesse教育研究開発センター

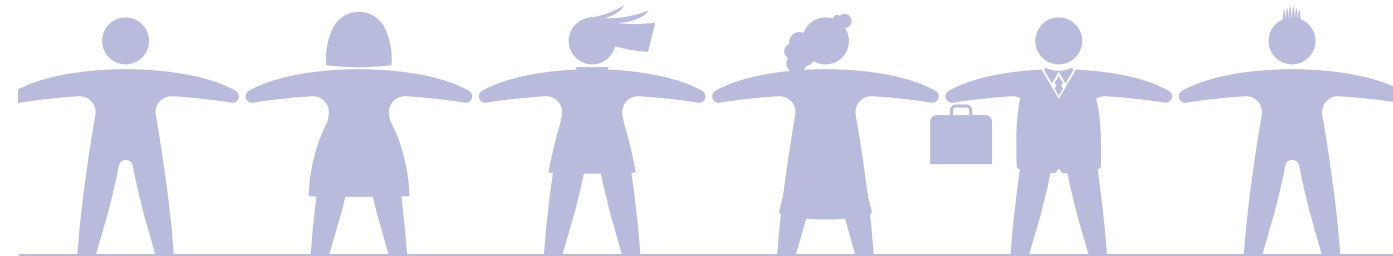
6BB007  この冊子は、再生紙を使用し、大豆インキで印刷しております。

速報版

Benesse® 教育研究開発センター

# 若者の 仕事生活実態調査

—25～35歳の仕事の充実感に注目して—



若者の働き方や生活スタイルについて話題になることが多くなっています。  
これらは就業形態などによって異なることが考えられますが、若者の意識については、どうでしょうか。

この調査では、若者の充実感や自己評価の実態を明らかにし、その上で、子ども時代の体験との関係を、若者の記憶をもとに探っています。

調査結果から、いきいきとした仕事生活を送る上で大切なこと、そして、これからの教育が果たすべき役割を考えてみませんか。

Benesse Corporation

## 調査概要

### 調査テーマ

- ①若者の仕事と生活における特徴的な傾向を明らかにすること
- ②それらの特徴と子ども時代の体験との関係を明らかにすること

### 調査分析項目

- ①若者の仕事と生活の様子
  - ◇若者の1日  
睡眠時間／仕事時間／通勤時間／メディア接触時間／家族との会話時間
  - ◇若者の生活と意識  
【生活】ふだんの生活ですること／友だちや親との関係  
【意識】生活満足度／現在の生活について思うこと
  - ◇若者の仕事に対する価値観・意識と態度・能力  
【価値観・意識】仕事をする上で重視すること／仕事をしていて感じること

- 【態度・能力の自己評価】ふだんの仕事のかでできていること
- ②子ども時代の体験との関係
  - ◇子ども時代の体験
  - ◇子ども時代の親子関係  
親の様子／親のしつけ

### 調査方法

インターネット調査

### 調査時期

2006年1月

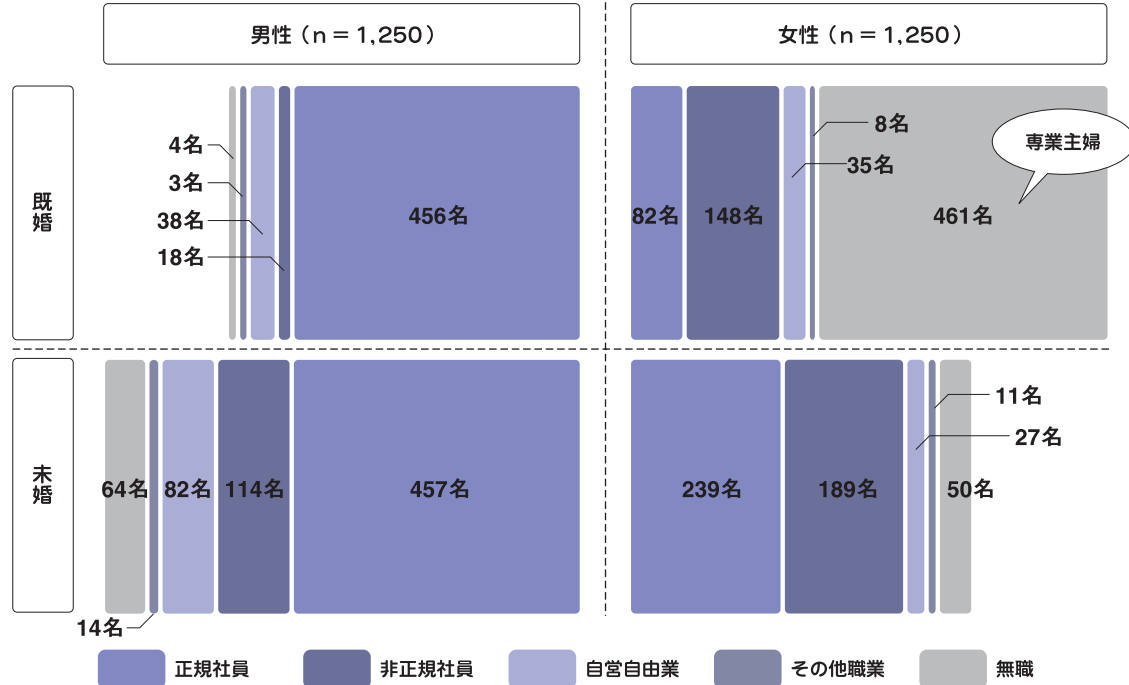
### 調査対象

25～35歳の男女（学生を除く）

### サンプル数

2,500名（男性:1,250名、女性:1,250名）  
（うち、有職者は1,921名。男性:1,182名、女性:739名）

### ■サンプルの構成



※正規社員：民間企業の正社員／公務員、非正規社員：契約社員／派遣会社の登録社員／パート・アルバイト・非常勤職員、自営自由業：自営業主・家族従業者／自由業・フリーランス。  
 ※就業形態別の分析では「その他職業」を除いている。  
 ※就業形態別の分析での「専業主婦」とは「女性・既婚・無職」を指している。なお、単に「無職」とある場合は「専業主婦以外の無職」のことを指している。

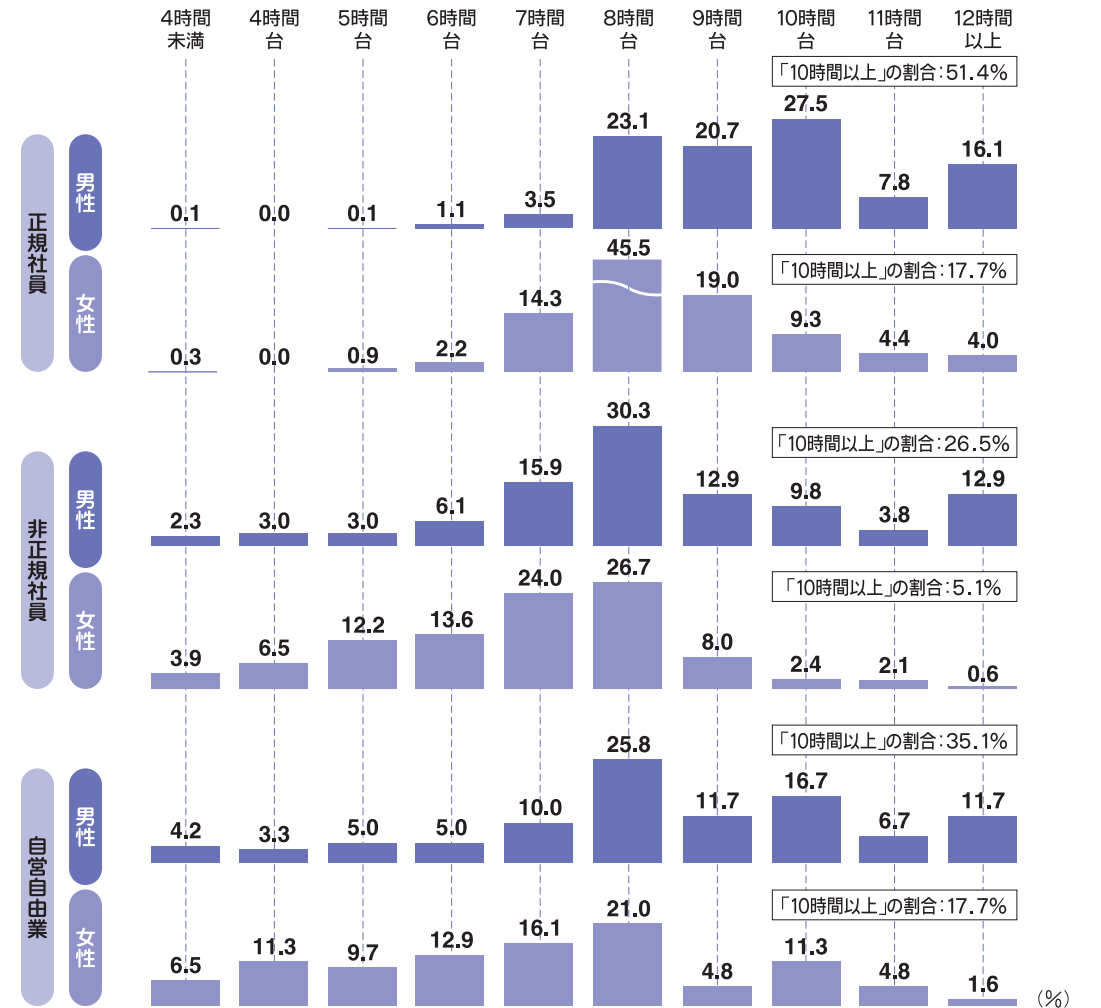
★インタビュー調査を踏まえた詳細な分析は、『若者の仕事生活実態調査 報告書』（2006年10月刊行予定）にて報告。

# 1 若者の仕事と生活の様子

## 1 1日あたりの仕事時間

勤務日に1日あたり「10時間以上」仕事をしている割合を見てみると、同じ正規社員でも、男性は5割を超えているのに対して、女性は2割弱である。いずれの就業形態においても、女性より男性のほうが長時間仕事をしている割合が高い。

図1-1-1 1日あたりの仕事時間（性別・就業形態別）



※有職者のみ分析。  
 ※「4時間台」は「4時間」と「4時間30分」の合計を表している。他の時間帯も同様。

25～35歳の仕事をもっている若者は、1日あたり何時間くらい働いているのだろうか。「10時間以上」の割合を見てみると、男性の正規社員では51.4%となっており、半数を超えている。非正規社員や自営自由業でも、男性は「10時間

以上」の割合が2～3割台と比較的高くなってきている。いずれの就業形態においても、女性より男性のほうが長時間仕事をしていることがわかる（図1-1-1）。

## 2 1日の生活時間

同じ正規社員でも、性別や婚姻の状況によって時間の使い方が異なる。総じて男性は女性よりも仕事時間が長く、その分、睡眠時間やテレビの視聴時間が短い。また、未婚者は既婚者よりも家族との会話時間が短い。

表1-2-1 生活時間の平均値（性別・既婚未婚別・就業形態別）

就業形態	性別	婚姻	睡眠時間	仕事時間	通勤時間（片道）	テレビを見る時間	インターネットをする時間	家族との会話時間（電話を含む）	特徴
			最大値	最小値	最大値	最小値	最大値	最小値	
正規社員	男性	未婚	6時間13分	9時間41分	41分	1時間44分	1時間44分	23分	仕事時間と通勤時間は、男性・既婚の正規社員に続いて長い。睡眠時間が短く、家族との会話時間は著しく短い。
		既婚	6時間18分	9時間55分	42分	1時間34分	1時間11分	1時間17分	仕事時間と通勤時間ももっとも長く、テレビやインターネットをする時間ももっとも短い。家族との会話時間は比較的長い。
	女性	未婚	6時間26分	8時間43分	40分	1時間58分	1時間28分	49分	女性のなかでは睡眠時間が短く、仕事時間が長い。同じ女性の正規社員でも、既婚者とはテレビの視聴時間や家族との会話時間が短い点異なる。
		既婚	6時間47分	8時間12分	40分	2時間19分	1時間19分	1時間34分	仕事時間は正規社員のなかではもっとも短い。それに代わって、テレビの視聴時間や家族との会話時間が長くなっている。
非正規社員	男女	未婚	6時間38分	7時間53分	40分	2時間04分	2時間01分	48分	テレビの視聴時間、インターネットをする時間はいずれも2時間を超過しており、比較的長い。
	女性	既婚	6時間27分	6時間16分	30分	2時間23分	1時間47分	1時間58分	仕事時間と通勤時間は有職者のなかではもっとも短い。しかし、睡眠時間は他の有職者と変わりはなく、テレビの視聴時間や家族との会話時間がやや長い。
無職	男女	未婚	7時間17分	-	-	3時間01分	3時間20分	1時間15分	いずれの生活時間も長目であるが、とくにインターネットをする時間が長い。
	女性	既婚	6時間56分	-	-	3時間17分	2時間20分	2時間26分	テレビの視聴時間、家族との会話時間がすべての属性のなかでもっとも長い。インターネットをする時間も比較的長い。

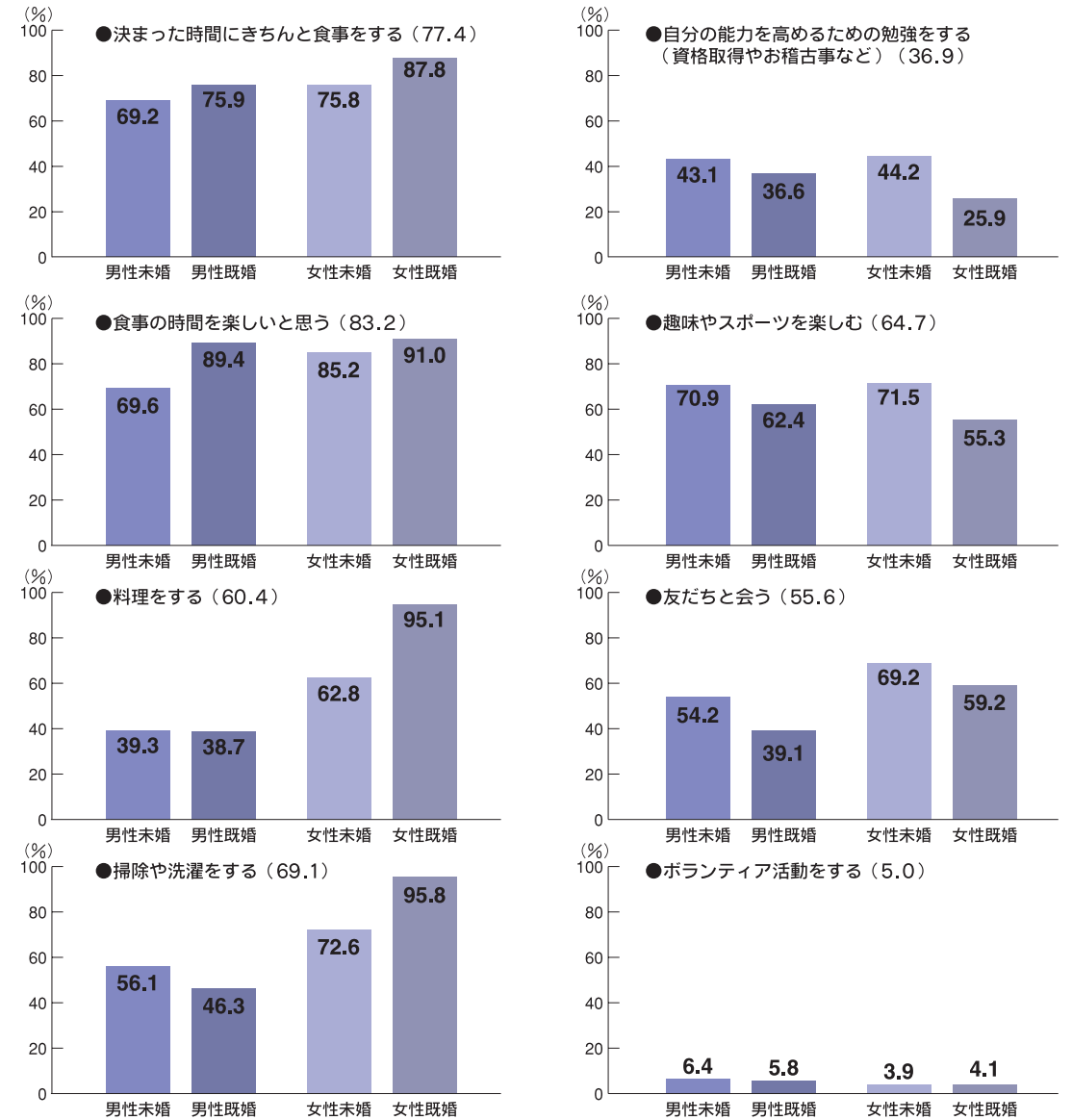
専業主婦

※ は各項目における最大値、 は最小値を示す。  
 ※睡眠時間の平均値は、起床時刻と就寝時刻の平均値から算出した。  
 ※自営自由業の性別・既婚未婚別の分析や、男性・既婚の非正規社員および無職は、サンプル数が少ないため省略した。

## 3 ふだんの生活ですること

男女とも、結婚すると食生活が豊かになる反面、能力開発や趣味・スポーツ、友だちと会う機会などが減少する。とくに女性は結婚すると、料理や掃除・洗濯といった家事を行う割合が著しく増加する。

図1-3-1 ふだんの生活ですること（性別・既婚未婚別）



※「よくある+ときどきある」の%。 ※全10項目中、8項目を図示。 ※ ( )内は全体の%。

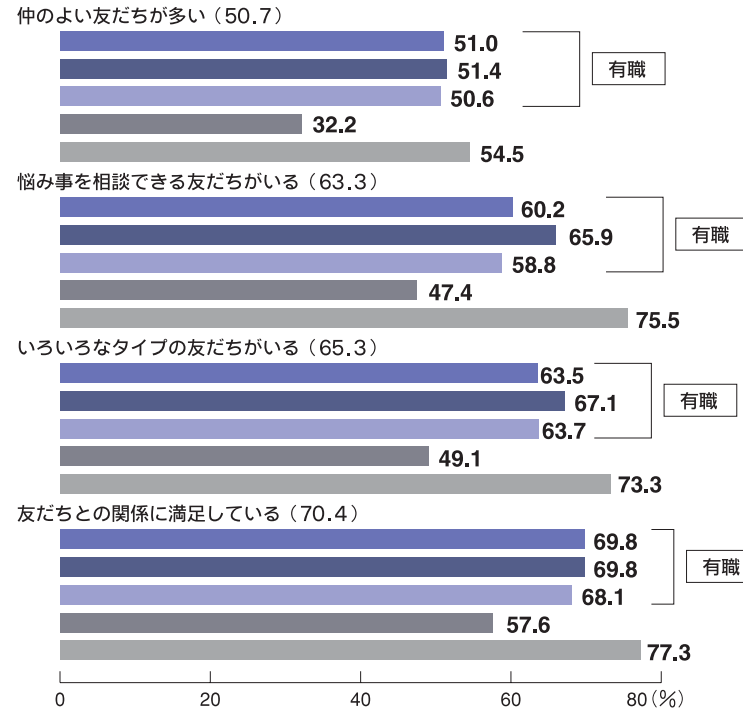
男女を問わず、「決まった時間にきちんと食事をする」「食事の時間を楽しいと思う」割合は既婚者に多く、「自分の能力を高めるための勉強をする」「趣味やスポーツを楽しむ」「友だちと会う」は未婚者に多い。結婚すると食生活が豊かになる反面、能力開発や趣味・スポーツ

などの機会は少なくなるようだ。また、「料理をする」「掃除や洗濯をする」を見ると、女性は結婚するといずれも95%を超えるが、男性の場合は結婚後も増えることがない。なお、「ボランティア活動をする」はいずれの層でも5%前後と少なくなっている(図1-3-1)。

## 4 友だちや親との関係

友だち関係や親との関係に対する評価は、有職者の間ではとくに大きな差がない。無職では友だち関係の評価が全体的に低く、また、親との関係については、比較的交流はするものの、「信頼されていると思う」という回答は少ない。一方、専業主婦は、友だち関係も親との関係も、肯定的に評価している。

図1-4-1 友だちとの関係（就業形態別）

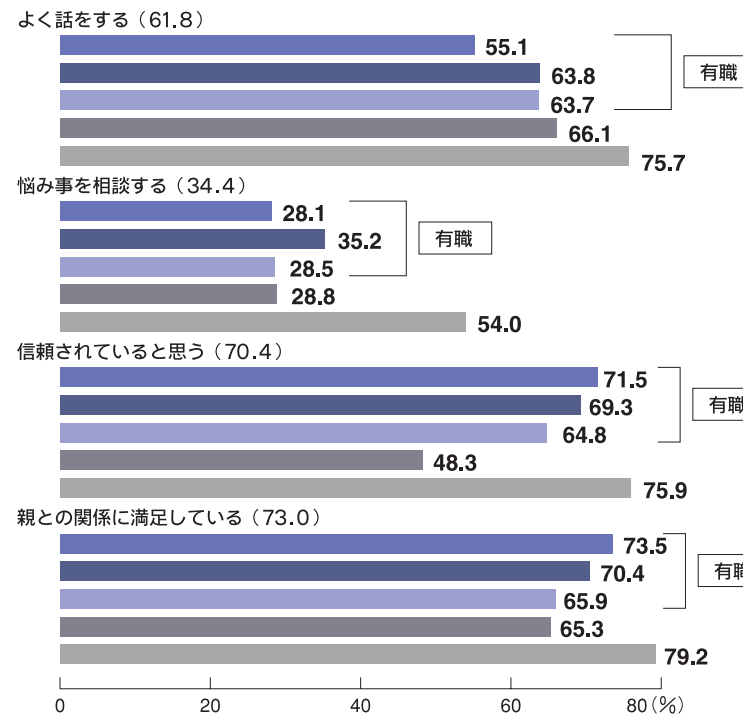


■ 正規社員  
■ 非正規社員  
■ 自営自由業  
■ 無職  
■ 専業主婦

※「とてもそう+まあそう」の%。  
※（ ）内は全体の%。

まず、友だちとの関係について見てみると、有職者の間では10ポイントを超えるような大きな差は見られなかったが、すべての項目において無職の評価がもっとも低く、専業主婦の評価がもっとも高くなっている（図1-4-1）。

図1-4-2 親との関係（就業形態別）



■ 正規社員  
■ 非正規社員  
■ 自営自由業  
■ 無職  
■ 専業主婦

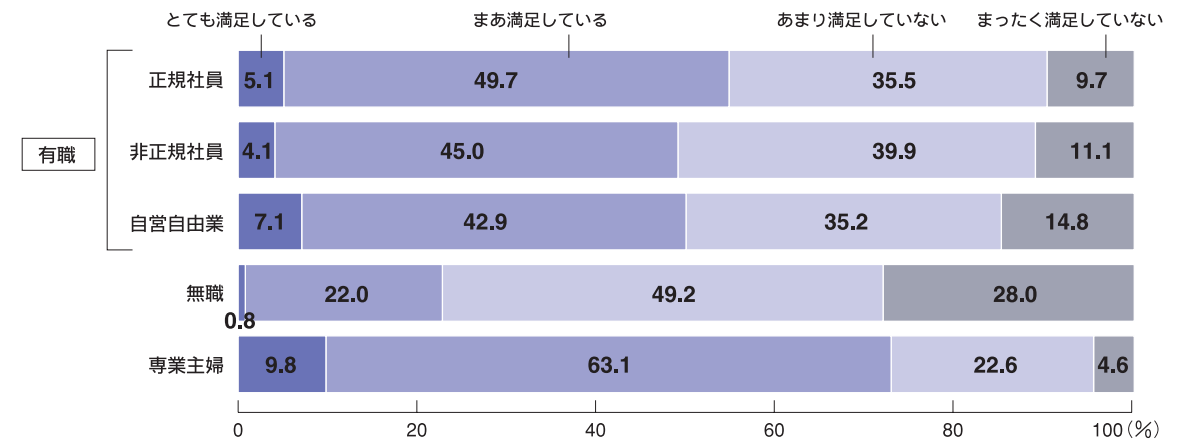
※「とてもそう+まあそう」の%。  
※（ ）内は全体の%。

次に、親との関係について見てみると、無職では「よく話をする」と回答した割合は比較的高くなっているが、「信頼されていると思う」と回答した割合は、とくに低い。専業主婦については、友だち関係と同様、すべての項目において肯定する割合がもっとも高くなっている（図1-4-2）。

## 5 現在の生活について思うこと

現在の生活に満足している割合は、有職者では、就業形態を問わず5割となっている。それに対して、無職ではわずか2割だが、専業主婦では7割にも達する。

図1-5-1 総合的な生活満足度（就業形態別）



現在の生活に対する総合的な満足度をたずねたところ、「満足している」（とても満足している+まあ満足している）と回答した割合は、有職者ではいずれも5割前後でほぼ一定であるが、

無職は2割強ともっとも低くなっている。これに対して、専業主婦では7割を超えている。就業の有無によって、生活への満足度が大きく異なる様子が見られる（図1-5-1）。

表1-5-1 現在の生活について思うこと（就業形態別）

項目	有職				
	正規社員	非正規社員	自営自由業	無職	専業主婦
これから先の生活が楽しみだ (52.1)	51.2	49.4	50.0	30.5	62.7
健康に自信がある (49.9)	52.0	49.0	45.0	24.5	54.4
時間的なゆとりがある (44.0)	34.6	45.9	46.2	83.9	57.7
充実した余暇を送っている (40.7)	40.3	40.1	35.2	32.2	47.7
経済的なゆとりがある (36.7)	43.3	25.8	31.3	15.2	38.0
理想に近い生活を送っている (30.1)	27.4	24.9	30.8	13.6	46.4

※「とてもそう+まあそう」の%。  
※ は各項目における最大値、 は最小値を示す。  
※（ ）内は全体の%。

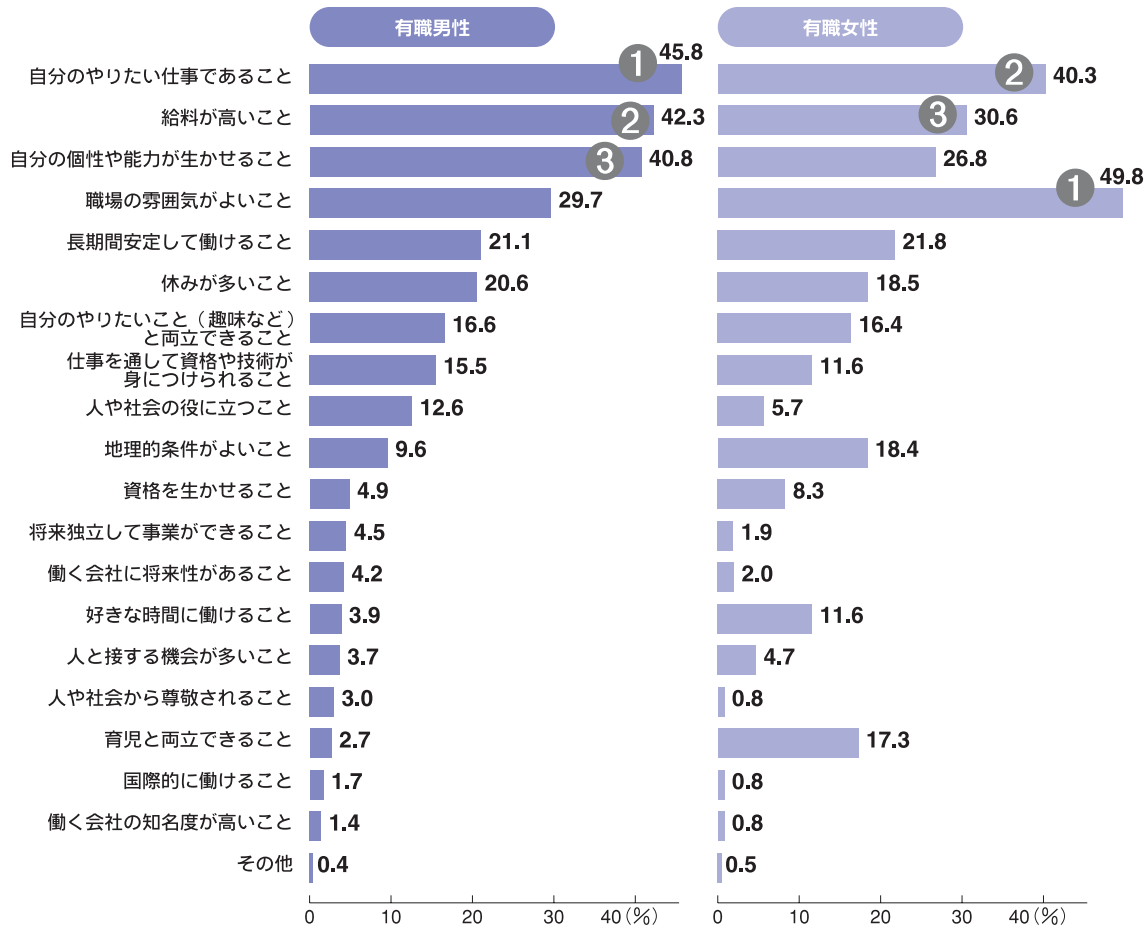
では、どのような点に満足・不満足を感じているのだろうか。まず、有職者のなかで見ると、正規社員では「時間的なゆとりがある」が低いのにに対して「経済的なゆとりがある」が高い。一方、無職では「時間的なゆとりがある」という回答は8割強と高くなっているが、その

他の項目については低くなっている。最後に、専業主婦を見てみると、「これから先の生活が楽しみだ」「健康に自信がある」「充実した余暇を送っている」「理想に近い生活を送っている」といった項目で、肯定する割合が高くなっている（表1-5-1）。

# 6 仕事をする上で重視すること

仕事をする上でとくに重視することは、男性は「自分のやりたい仕事であること」、女性は「職場の雰囲気がいよこと」。就業形態や就業の有無を問わず、「やりたい仕事であること」を重視する傾向がある。

図1-6-1 仕事をする上で重視すること（性別）



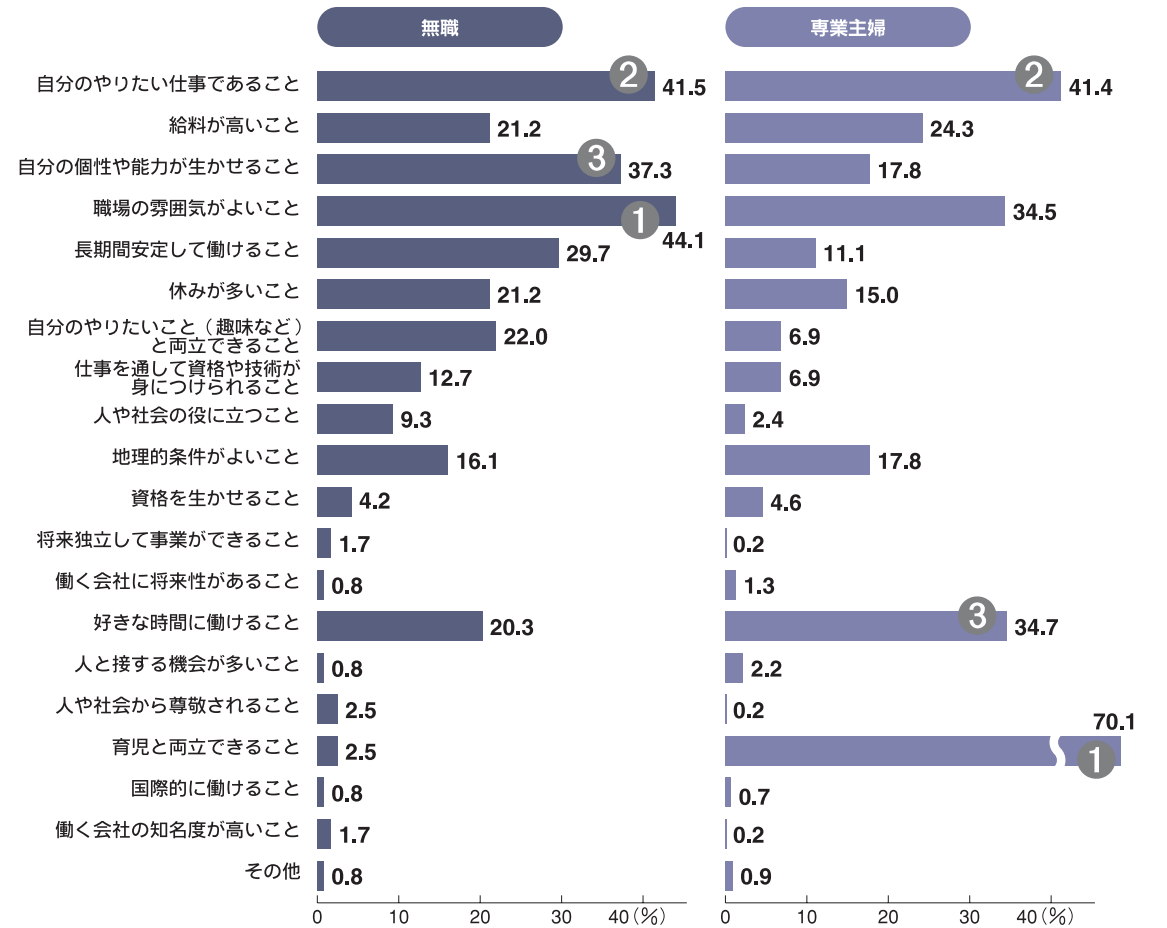
※有職者のみ分析。 ※複数回答。「その他」を含む全20項目より3つまで選択。 ※上位3位までを①②③と表示。

表1-6-1 仕事をする上で重視すること（就業形態別）

	正規社員	非正規社員	自営自由業
第1位	自分のやりたい仕事であること (43.9)	職場の雰囲気がよいこと (46.9)	自分のやりたい仕事であること (51.6)
第2位	給料が高いこと (41.0)	自分のやりたい仕事であること (39.9)	自分の個性や能力が活かせること (45.1)
第3位	自分の個性や能力が活かせること (37.5)	給料が高いこと (32.2)	給料が高いこと (31.3)
第4位	職場の雰囲気がよいこと (36.6)	自分の個性や能力が活かせること (25.4)	自分のやりたいこと（趣味など）と両立できること (24.2)
第5位	長期間安定して働けること (23.6)	自分のやりたいこと（趣味など）と両立できること (20.7)	好きな時間に働けること (21.4)

※有職者のみ分析。 ※複数回答。「その他」を含む全20項目より3つまで選択。上位5項目までを示した。 ※（ ）内は%。

図1-6-2 もし働くとしたら、仕事をする上で重視すること（就業形態別）



※有職者以外を分析。 ※複数回答。「その他」を含む全20項目より3つまで選択。 ※上位3位までを①②③と表示。

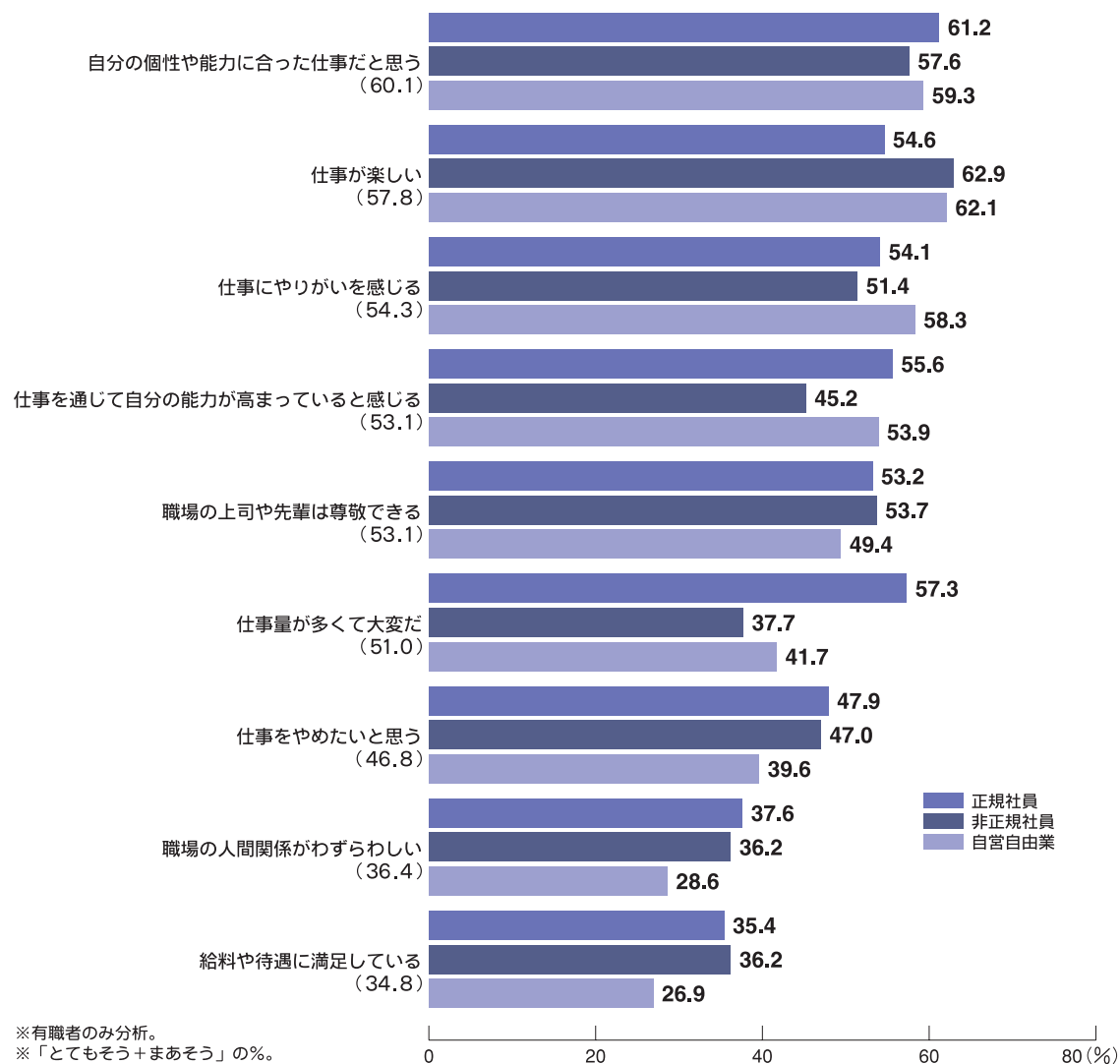
有職者を対象に仕事をする上で重視することをたずねたところ、男性がとくに重視することは「自分のやりたい仕事であること」、女性の場合は「職場の雰囲気がよいこと」であった（図1-6-1）。就業形態別に見ると、正規社員では「長期間安定して働けること」、非正規社員や自営自由業では「自分のやりたいこと（趣味など）と両立できること」が上位にランクしている（表1-6-1）。

次に、同様の項目を用いて、無職と専業主婦に「もし働くとしたら、仕事をする上で重視すること」をたずねたところ、無職では「職場の雰囲気がよいこと」、専業主婦では「育児と両立できること」をとくに重視することがわかる（図1-6-2）。就業の有無を越えて全体的に比較してみると、いずれも「自分のやりたい仕事であること」が第1位か第2位にランクしていることがわかる。

## 7 仕事をしていて感じること

「自分の個性や能力に合った仕事だと思う」「仕事が楽しい」「仕事にやりがいを感じる」のように仕事に対して肯定的に感じている人は、就業形態によらず、5割を超えている。なお、正規社員では、「仕事量が多くて大変だ」と感じている人の割合が、他の就業形態に比べて著しく高くなっている。

図1-7-1 仕事をしていて感じること（就業形態別）



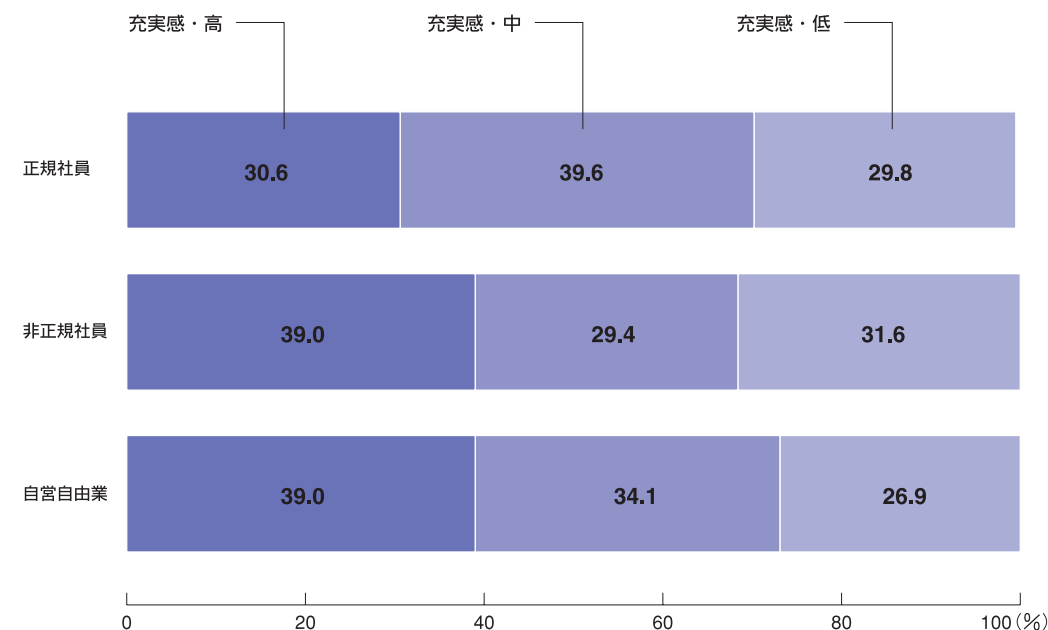
仕事をしていて感じることについて、就業形態別に見てみよう。「自分の個性や能力に合った仕事だと思う」「仕事が楽しい」「仕事にやりがいを感じる」といったように、仕事に対して肯定的に感じている人は、就業形態にかかわらず5割を超えている。しかし、正規社員は、「仕事量が多くて大変だ」と業務量に負担を感じて

いる人の割合が、非正規社員や自営自由業と比べて約20ポイント高い。なお、非正規社員は、「仕事を通じて自分の能力が高まっていると感じる」と回答した割合が、自営自由業では、「給料や待遇に満足している」と回答した割合が、他の就業形態と比べて低い（図1-7-1）。

## 8 仕事の充実感

就業形態にかかわらず、仕事に充実感をもっている人と、そうではない人が存在している。仕事の充実感が高い人の割合は、非正規社員や自営自由業に比べて、正規社員で低くなっている。

図1-8-1 仕事の充実感（就業形態別）



※有職者のみ分析。  
 ※仕事の充実感…図1-7-1の9項目より算出。「仕事量が多くて大変だ」「仕事をやめたいと思う」「職場の人間関係がわずらわしい」の3項目については「1. とてもそう」：1点～「4. ぜんぜんそうでない」：4点とし、それ以外の項目については「1. とてもそう」：4点～「4. ぜんぜんそうでない」：1点としてすべてを合計し、ほぼ3等分になるように充実感・高、中、低を設定した。

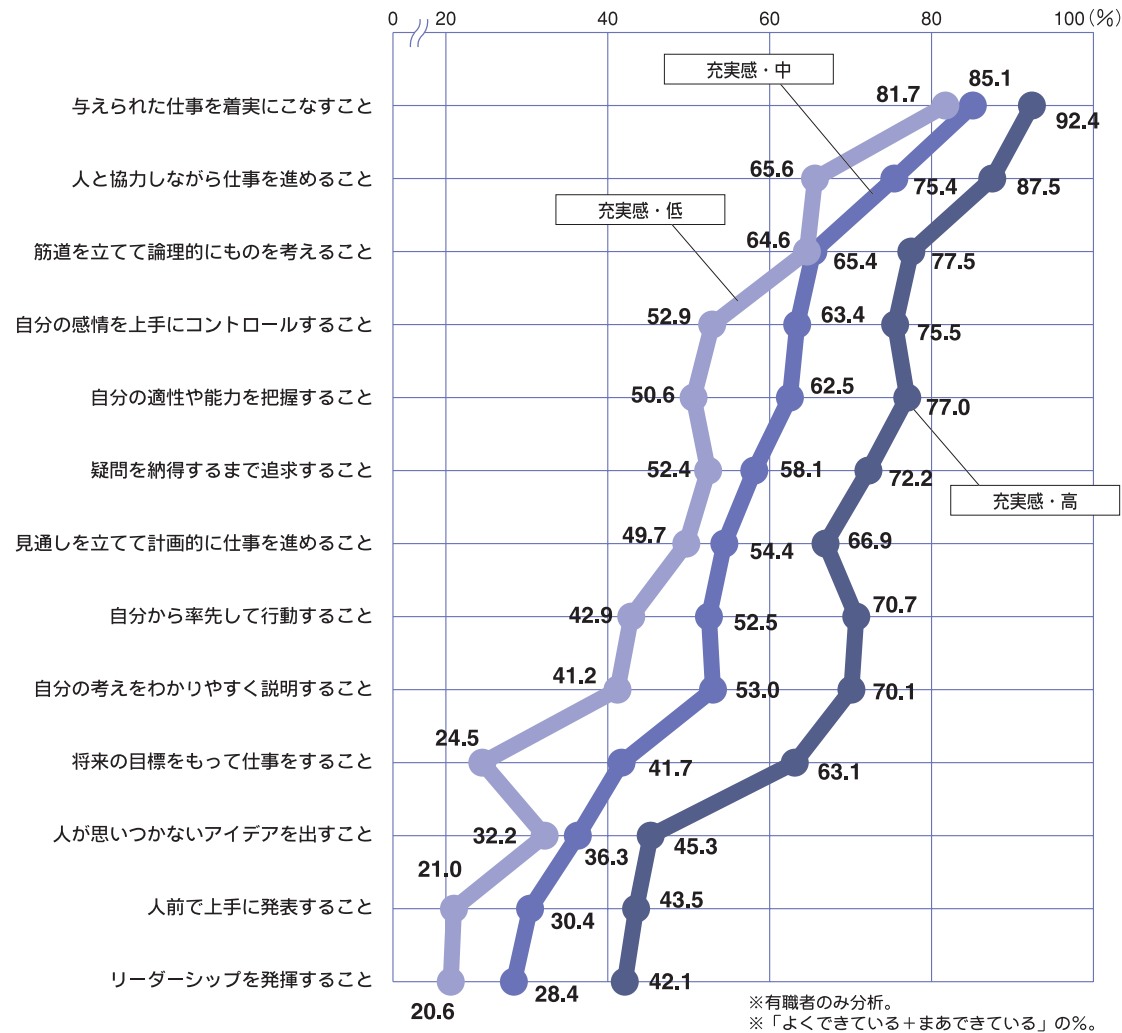
次に、図1-7-1の項目を用いて、仕事に対する充実感の程度を表す得点を算出し、3つの充実感レベルに分けた。就業形態別にそれぞれの充実感レベルの構成比を見てみると、就業形態にかかわらずおよそ3～4割程度存在している。このことから、正規社員、非正規社員、自営自由業のいずれの就業形態においても、仕事に充実感をもっている人からもってない人ま

で存在していることがわかる。しかし、充実感・高の割合を見てみると、非正規社員や自営自由業が約4割なのに対して、正規社員は約3割と低くなっている。これは、前頁の「仕事をしていて感じること」で見たように、正規社員では「仕事量が多くて大変だ」と業務量に負担を感じている割合が高いことが原因と考えられる（図1-8-1）。

# 9 「仕事の充実感」と「ふだんの仕事のなかでできていること」の関係

仕事の充実感が高い人ほど、仕事における態度・能力に自信をもっている。とくに、「将来の目標をもって仕事をする事」ができていないか、大きな差がついている。

図1-9-1 ふだんの仕事のなかでできていること（仕事の充実感レベル別）



前項で見た「仕事の充実感」と「ふだんの仕事のなかでできていること」の間には、どのような関係があるのだろうか。仕事の充実感レベル別に、上のような項目に対して仕事のなかで「できている」（よくできている+まあできている）と回答した割合を比較した。すると、いずれの項目においても、充実感・低<充実感・中<充実感・高の順に「できている」と回答する割合が高くなっている。仕事の充実感が高い人ほど、仕事における態度・能力に対して自信をもって

いることがわかる（図1-9-1）。詳しく項目ごとに見てみると、充実感・高と低の間でとくに大きな差がついている項目の順に「将来の目標をもって仕事をする事」「自分の考えをわかりやすく説明すること」「自分から率先して行動すること」「自分の適性や能力を把握すること」「自分の感情を上手にコントロールすること」であった。なお、次頁以降では、これらの5項目に注目する。

前頁でとくに差のついた5つの項目について、仕事の充実感・低～中、および中～高の差に注目して整理してみよう。すると、大きく3つのタイプに分類される。1つ目は、すべての充実感レベルで差がついているもので、「①将来の目標をもって仕事をする事（目標設定）」「②自分の考えをわかりやすく説明すること（表現）」の2つが該当する。2つ目は、充実感・低～中で大きな差がついているもので、「③自分の適

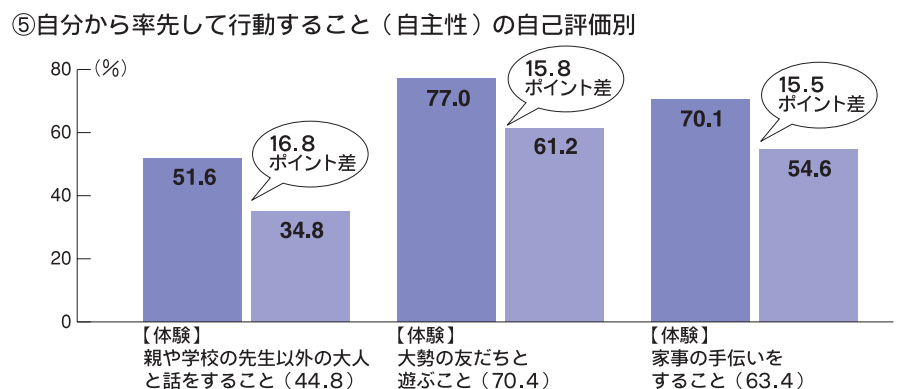
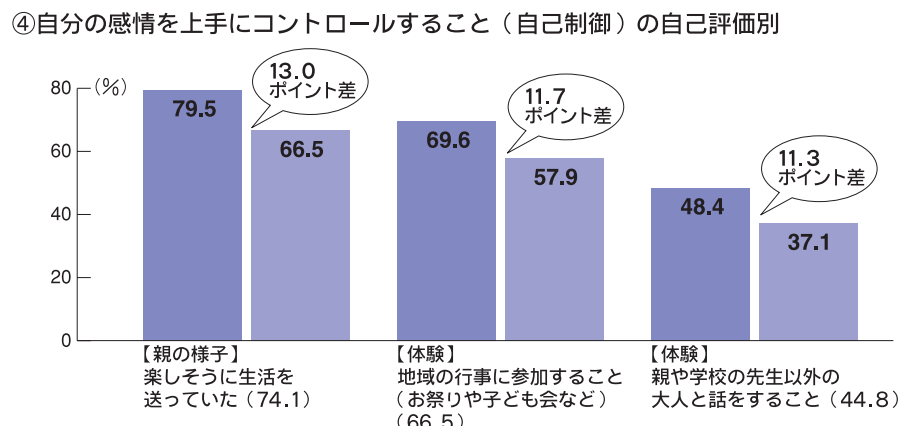
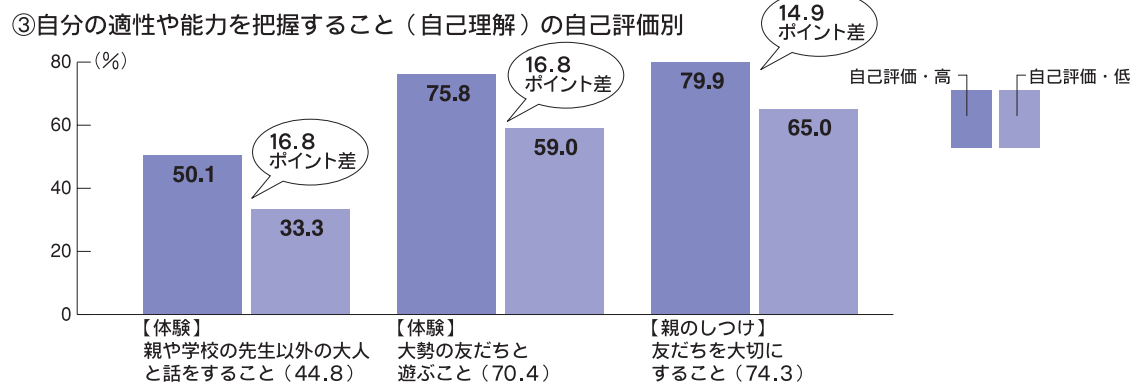
性や能力を把握すること（自己理解）」「④自分の感情を上手にコントロールすること（自己制御）」がこれに該当する。最後に3つ目として、充実感・中～高で大きな差がついているもので、「⑤自分から率先して行動すること（自主性）」がこれに当たる。以上を図にまとめたものが、図1-9-2である。次章では、以下の①～⑤の態度・能力の自己評価に注目し、それらと子ども時代の体験との関係について見ていく。

図1-9-2 「仕事の充実感」と関連している「ふだんの仕事のなかでできていること」のまとめ

仕事の充実感レベル	← 充実感・低	充実感・中	→ 充実感・高
すべての充実感レベルで差がついている態度・能力項目	①将来の目標をもって仕事をする事（目標設定） ②自分の考えをわかりやすく説明すること（表現）		
充実感・低～中で差がついている態度・能力項目	③自分の適性や能力を把握すること（自己理解） ④自分の感情を上手にコントロールすること（自己制御）		
充実感・中～高で差がついている態度・能力項目	⑤自分から率先して行動すること（自主性）		

※図1-9-1において、充実度・低～中の差、充実度・中～高の差が相対的に大きいものを基準とし、概念的に整理した。

いずれの態度・能力においても、自己評価が高い人ほど、子どもの頃の体験として「親や学校の先生以外の大人と話をすること」があったと回答している。なお、「④自分の感情を上手にコントロールすること（自己制御）」では、子どもの頃の親の様子「（親は）楽しそうに生活を送っていた」で差が大きくなっている。



※有職者のみ分析。  
 ※図1-9-2に示した仕事における態度・能力①~⑤それぞれについて、自己評価が高いグループ（よくできている+まあできている）と低いグループ（あまりできていない+ぜんぜんできていない）に分け、子どもの時代の【体験】【親の様子】【親のしつけ】の評価のうちとくに大きな差がついた上位3項目を示した。  
 ※【体験】:「よくあった+ときどきあった」の%、【親の様子】:「とてもそう+まあそう」の%、【親のしつけ】:「とても重視していた+まあ重視していた」の%。  
 ※( )内は全体の%。

①②と同様に、③④⑤の自己評価の状況と、子どもの頃の体験との関係について見てみよう。まず、③については、「親や学校の先生以外の大人と話をすること」「大勢の友だちと遊ぶこと」が、④については子どもの頃の親の様子「（親は）楽しそうに生活を送っていた」が、⑤については「親や学校の先生以外の大人と話をすること」などが、関連していることがわかる。

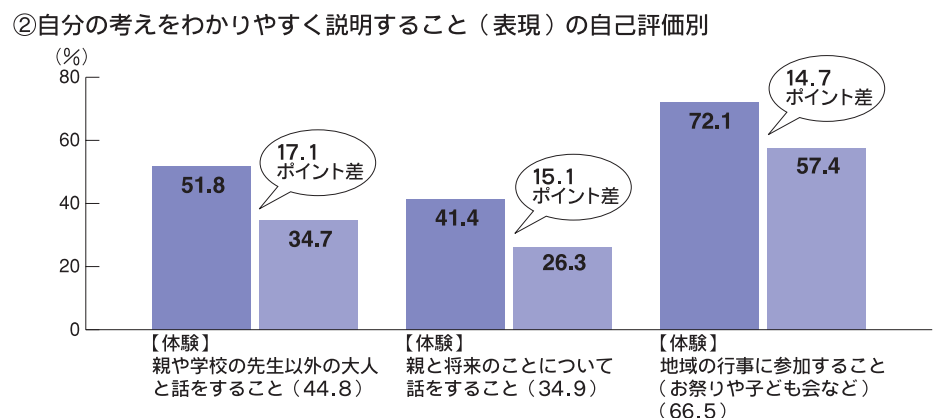
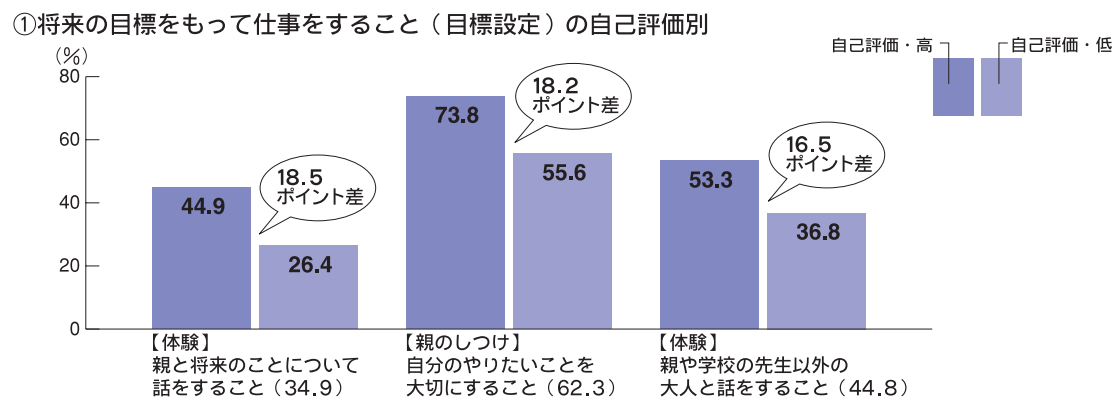
③④⑤いずれの仕事における態度・能力の自己評価においても、前頁①②と同様に、子どもの頃の体験「親や学校の先生以外の大人と話をすること」の影響がうかがわれる。なお、④については、親の様子でもっとも大きな差がついている（図2-1-1）。体験以上に、親の充実した生活の様子に影響を受け、自己制御に関する自己評価が高まっている可能性がある。

# 2 子ども時代の体験との関係

## 1 「ふだんの仕事のなかでできていること」と「子ども時代の体験」の関係

ふだんの仕事において「①将来の目標をもって仕事をする（目標設定）」に自信がある人ほど、子どもの頃に「親と将来のことについて話をすること」があったと回答している。また、「②自分の考えをわかりやすく説明すること（表現）」に自信がある人ほど、子どもの頃に「親や学校の先生以外の大人と話をすること」があったと回答している。

図2-1-1 子ども時代の体験との関係（仕事における態度・能力の自己評価別）



仕事の充実感と関係する①②の自己評価の状況と、子どもの頃の体験との関係について見てみよう。いずれも自己評価が高い人ほど、子どもの頃の体験も豊富であることがわかる。その中でも、①については子どもの頃の体験「親と将来のことについて話をすること」、②について

は子どもの頃の体験「親や学校の先生以外の大人と話をすること」などと関係がある。子どもの頃からさまざまな大人と接することは、成人してから目標設定やコミュニケーションに対する自信につながっていくと考えられる。