

女性の二重労働が睡眠時間と幸福度に及ぼす影響

——階層を媒介要因として——

○専修大学 秋吉美都
富山大学 中村真由美

1 目的

この報告の目的は、女性の家庭内でのケア役割と職場での労働者役割という2つの役割（二重労働）が睡眠時間にあたえる影響について検討することである。日本は人口の減少が続いており、女性労働力の活用は昨今重要な政策課題となっている。しかし、多くの産業社会ではケアの大半を女性が担っており、とりわけ日本では女性のケア分担割合が高いことが知られている。二重労働が女性の心身の健康に与える影響が不明な現状では、女性の労働市場参加を促進することは困難である。そこで、本稿では、二重労働が女性の睡眠時間に与える影響について検証する。睡眠時間は健康状態の一側面であり、公衆衛生研究における重要な要因である。とくに日本では有職既婚女性の睡眠時間が短いというデータがあることから、本研究では二重労働と睡眠の関係を焦点として分析を行う。

2 方法

2014年3月に実施した、『女性の幸福度調査』の個票データ（有効回答数2344件、そのうち既婚女性の1496件を使用）を用いて、以下の5つの仮説を検証した。【仮説1】就労時間が長い妻は、睡眠時間が短い、【仮説2】ケアすべき子供がいる妻は、睡眠時間が短い、【仮説3】睡眠時間が短い妻は体調不良になる（健康度が低い）、【仮説4】体調不良の妻は、幸福度が低い、【仮説5】睡眠時間が短い妻は幸福度が低い。従属変数を「妻の睡眠時間」、「妻の主観的な健康度」、および「妻の幸福度」として、OLS分析を行った。また、変数全体の関連をパス解析によっても検証した。

3 結果

ケア役割や労働時間の長さは女性の睡眠時間を短くさせていた。また、過去一か月の平均睡眠時間が短いほど、女性の健康状態は悪くなっていた。さらに、過去一か月の平均睡眠時間の短さや、本人の労働時間の長さ、健康状態の悪さが女性の幸福度を下げていた。加えて、階層要因が関わっており、階層の高い妻たちは二重労働による過重負担による睡眠・健康度・幸福度へのダメージを受けにくいことが明らかになった。

4 結論

本研究の結果は、二重労働の過重負担を改善しない場合、女性の労働市場への参加が健康の悪化、さらに幸福度の低下につながる可能性を示す。一方で、階層が妻の睡眠時間や幸福度に影響するという結果は、二重労働の過剰負担の緩和については、資源の格差に着目したきめ細かな対策が必要であることを示唆する。本研究の貢献は、これまで分析があまり行われていなかった睡眠時間、健康および幸福度の関連について、社会的要因にもとづく説明を試みたことである。

文献

Taylor, Brian. 1993. "Unconsciousness and Society: The Sociology of Sleep." *International Journal of Politics, Culture, and Society* 6 (3): 463–71.