

# 基礎研 レポート

## テレワークをするようになって、 残業時間が伸びた独身女性、 時間のゆとりができた独身男性

保険研究部 准主任研究員 岩崎 敬子  
(03)3512-1882 [kiwasaki@nli-research.co.jp](mailto:kiwasaki@nli-research.co.jp)

### 1—はじめに

コロナ禍のテレワークの拡大が生活時間の配分に変化をもたらしたことを実感する人は、多いのではないだろうか。本稿では、ニッセイ基礎研究所が行った独自のWEBアンケート調査をもとに、テレワークの拡大によって残業時間が増えた人の傾向と、時間的なゆとりを感じるようになった人の傾向を分析した結果を紹介する。結果を先取りしてお伝えすれば、テレワークを実施するようになった独身女性は残業時間が増え、テレワークを実施するようになった独身男性は時間のゆとりを感じるようになった人の割合が増えた傾向が確認された。

### 2—調査概要

本分析には、ニッセイ基礎研究所が2019年と、2020年、2021年に行った独自のWEBアンケート調査のデータを用いた<sup>1</sup>。各アンケート調査の回答は、全国の18～64歳の被用者（公務員もしくは会社に雇用されている人）の男女を対象に、全国6地区、性別、年齢階層別（10歳ごと）の分布を、2015年の国勢調査の分布に合わせて収集した。

2019年に実施した調査の回答の回収期間は、2019年3月で回答件数は6,201件、2020年に実施した調査の回答の回収期間は2020年2月～3月で、回答件数は6,485件、2021年に実施した調査の回答の回収期間は2021年2月～3月で、回答件数は5,808件である。2020年の調査では2019年の調査の回答者から優先的に回収し、2021年の調査では、2020年の調査の回答者から優先的に回収した。

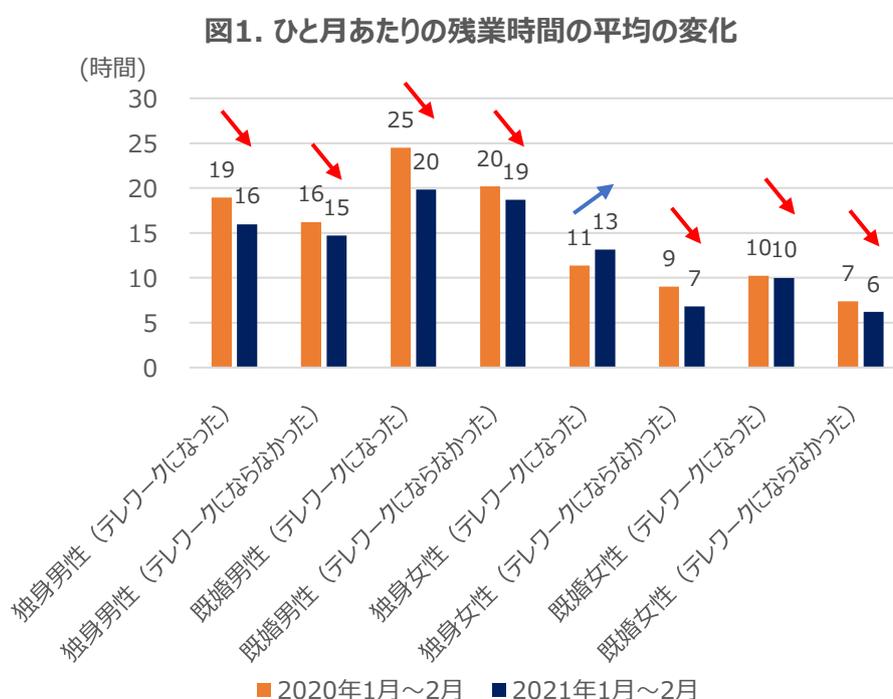
<sup>1</sup> 2019年～2021年の「被用者の働き方と健康に関する調査」

### 3—テレワークによる残業時間の変化

#### 1|ひと月あたりの残業時間の平均の変化

図1は、2020年の1月～2月時点から2021年の1月～2月時点にかけて、ひと月あたりの残業時間の平均時間の変化を、男女/独身既婚者/2021年2月時点での週1回以上のテレワークの有無別に示したものである。2020年から2021年の間でテレワークになった人とならなかった人を比較するため、2020年に週1日以上テレワークを行っていた人は除外して推計した値を示している<sup>2</sup>。

まず、独身男性、既婚男性、既婚女性については、テレワークの有無にかかわらず、2020年から2021年の間で、ひと月あたりの残業時間の平均値は低下していることがわかる。一方で、テレワークにならなかった独身女性の残業時間の平均値が低下したのに対して、テレワークになった独身女性の残業時間の平均値は高まった傾向が見られる。テレワークになった人の残業時間の変化のトレンドが、テレワークにならなかった場合には、テレワークにならなかった人と同じであると仮定すると、この結果は、テレワークによって、独身女性の残業時間が伸びた可能性を示唆する<sup>3</sup>。



注) 矢印は2020年から2021年にかけての増加/減少を示す。

<sup>2</sup> それぞれのカテゴリのサンプルサイズ(n)と標準偏差(sd)は以下の通り。

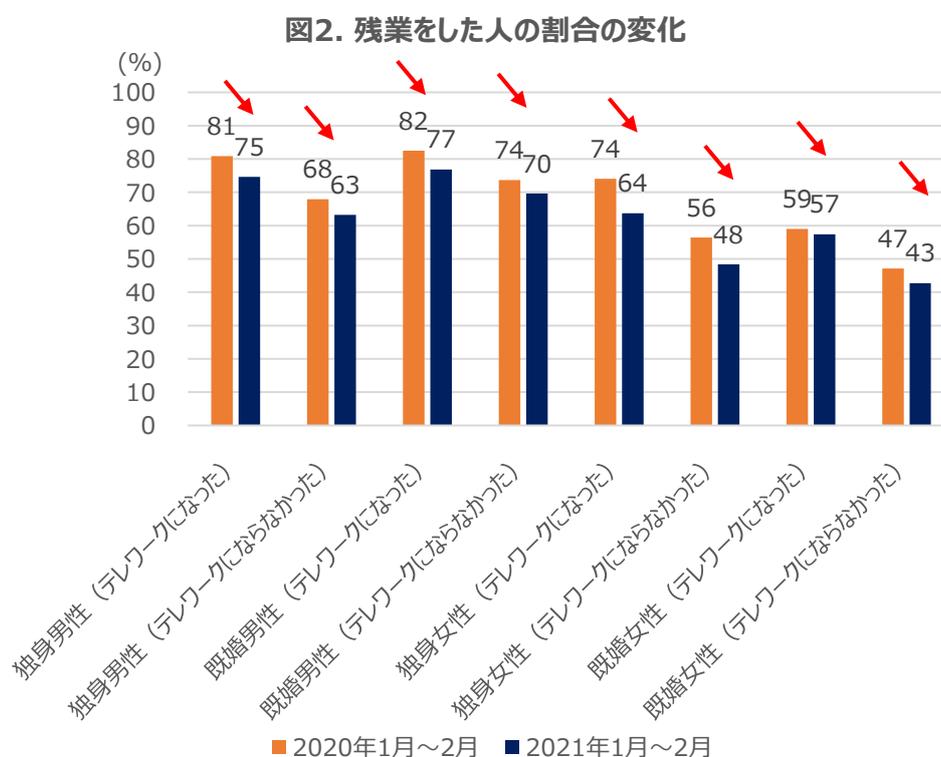
独身男性 (テレワークになった) 2020 (n=162, sd=25.54)、独身男性 (テレワークになった) 2021(n=225, sd=21.01)、 独身男性 (テレワークにならなかった) 2020 (n=902, sd=24.75)、独身男性 (テレワークにならなかった) 2021(n=1230, sd=24.36)、既婚男性 (テレワークになった) 2020 (n=314, sd=32.52)、既婚男性 (テレワークになった) 2021 (n=380, sd=23.36)、既婚男性 (テレワークにならなかった) 2020 (n=1015, sd=33.28)、既婚男性 (テレワークにならなかった) 2021 (n=1222, sd=29.20)、独身女性 (テレワークになった) 2020 (n=189, sd=14.67)、独身女性 (テレワークになった) 2021(n=245, sd=37.94)、 独身女性 (テレワークにならなかった) 2020 (n=878, sd=18.10)、独身女性 (テレワークにならなかった) 2021(n=1133, sd=15.29)、既婚女性 (テレワークになった) 2020 (n=83, sd=14.26)、既婚女性 (テレワークになった) 2021 (n=108, sd=20.24)、既婚女性 (テレワークにならなかった) 2020 (n=439, sd=23.01)、既婚女性 (テレワークにならなかった) 2021 (n=562, sd=15.28)。

<sup>3</sup> 平行トレンドの仮定。この仮定に基づき、差分の差分法のモデルで2020年と2021年のデータを使った分析でも、独身女性の間でテレワークが有意に残業時間を増やしている傾向が確認された。一方で、残業時間については、2019年の調査項目に含まれておらず、平行トレンドの仮定を確認できていない。よって、テレワークになった独身女性がかつもとテレワークにならなかった独身女性とは異なるトレンドを持っていたり、他の要因によって、残業時間が増加した可能性は否定できないことに注意が必要である。

## 2| 残業をした人の割合の変化

図1に示した残業時間の平均値は、残業を全くしなかった人（つまり残業時間が0の人）を含めて計算したものである。そのため、この図だけではテレワークをするようになった独身女性の残業時間の平均値が高まったのは、残業をする独身女性が増えたからなのか、残業時間が伸びたからなのかはわからない。そこでまず、残業をした人の割合の変化を確認したのが図2である<sup>4</sup>。

図1では他のカテゴリーと異なる傾向を示していたテレワークになった独身女性についても、図2に示された残業をした人の割合については、他のカテゴリーと同じように2020年から2021年の間で低下していることがわかる。この結果は、テレワークをするようになった独身女性の残業時間の平均値の高まりが、残業を行うようになった人の割合の増加によるものではなく、残業をした人の間で残業時間が伸びたことによるものであることを示唆する。



注) 矢印は2020年から2021年にかけての増加/減少を示す。

<sup>4</sup> それぞれのカテゴリーのサンプルサイズ(n)と標準偏差(sd)は以下の通り。

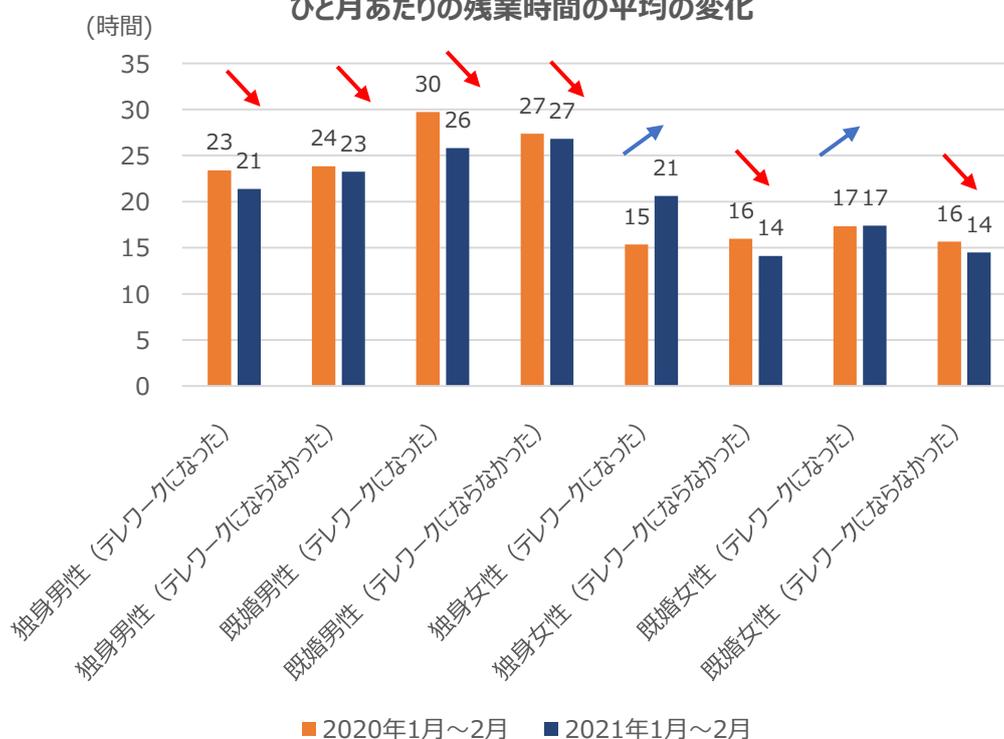
独身男性 (テレワークになった) 2020 (n=162, sd=39.5)、独身男性 (テレワークになった) 2021 (n=225, sd=43.6)、独身男性 (テレワークにならなかった) 2020 (n=902, sd=46.7)、独身男性 (テレワークにならなかった) 2021 (n=1230, sd=48.2)、既婚男性 (テレワークになった) 2020 (n=314, sd=38.1)、既婚男性 (テレワークになった) 2021 (n=380, sd=42.2)、既婚男性 (テレワークにならなかった) 2020 (n=1015, sd=44.1)、既婚男性 (テレワークにならなかった) 2021 (n=1222, sd=46.0)、独身女性 (テレワークになった) 2020 (n=189, sd=43.9)、独身女性 (テレワークになった) 2021 (n=245, sd=48.2)、独身女性 (テレワークにならなかった) 2020 (n=878, sd=49.6)、独身女性 (テレワークにならなかった) 2021 (n=1133, sd=50.0)、既婚女性 (テレワークになった) 2020 (n=83, sd=49.5)、既婚女性 (テレワークになった) 2021 (n=108, sd=49.7)、既婚女性 (テレワークにならなかった) 2020 (n=439, sd=50.0)、既婚女性 (テレワークにならなかった) 2021 (n=562, sd=49.5)。

### 3| 残業をひと月1時間以上した人の間でのひと月あたりの残業時間の平均の変化

テレワークをするようになった独身女性の残業時間の平均値の増加が、残業をした人の中で残業時間が伸びたことによるものであることを確認するために、残業時間が月1時間以上あった人に限って、2020年から2021年の間の残業時間の変化を確認したのが、図3である<sup>5</sup>。

図3からは、独身男性と既婚男性の間では、テレワークになったかどうかにかかわらず、残業時間の平均値が下がっていることが確認できる。一方、独身女性と既婚女性の間では、テレワークにならなかった人の残業時間の平均値は低下した一方で、テレワークになった人の平均値は高まった。特に独身女性ではその傾向が顕著にみられる。より詳細な確認のために行った差分の差分法のモデルの推計では、残業をひと月に1時間以上行った独身女性の残業時間は、テレワークになると統計的に有意に長くなることが確認された。

図3. 残業をひと月1時間以上した人の間でのひと月あたりの残業時間の平均の変化



注) 矢印は2020年から2021年にかけての増加/減少を示す。

<sup>5</sup> それぞれのカテゴリのサンプルサイズ(n)と標準偏差(sd)は以下の通り。  
 独身男性 (テレワークになった) 2020 (n=131, sd=26.5)、独身男性 (テレワークになった) 2021(n=168, sd=21.8)、独身男性 (テレワークにならなかった) 2020 (n=613, sd=26.8)、独身男性 (テレワークにならなかった) 2021(n=778, sd=27.2)、既婚男性 (テレワークになった) 2020 (n=259, sd=36.1)、既婚男性 (テレワークになった) 2021 (n=292, sd=23.6)、既婚男性 (テレワークにならなかった) 2020 (n=748, sd=33.28)、既婚男性 (テレワークにならなかった) 2021 (n=851, sd=31.7)、独身女性 (テレワークになった) 2020 (n=140, sd=15.2)、独身女性 (テレワークになった) 2021(n=156, sd=45.9)、独身女性 (テレワークにならなかった) 2020 (n=495, sd=21.7)、独身女性 (テレワークにならなかった) 2021(n=548, sd=19.5)、既婚女性 (テレワークになった) 2020 (n=49, sd=14.9)、既婚女性 (テレワークになった) 2021 (n=62, sd=24.2)、既婚女性 (テレワークにならなかった) 2020 (n=207, sd=31.5)、既婚女性 (テレワークにならなかった) 2021 (n=240, sd=20.7)。

加えて、残業を月1時間以上行った独身女性について、テレワークになることで残業が増えることで、家事の時間や時間的なゆとりの感じ方に変化があるかどうかを確認した詳細分析を行った。この結果、テレワークで残業を行うようになった独身女性の残業時間は伸びているものの、家事・育児の時間や時間的なゆとりに感じる人が少なくなる傾向は確認されなかった。そのため、残業時間は家事・育児の時間や時間的なゆとりを削って配分されたものではなく、テレワークによって削減された通勤時間や身支度の時間が充てられている可能性が示唆される。

#### 4—テレワークによる時間的なゆとりの変化

前節では、テレワークによる残業時間の変化を確認したが、テレワークは時間的なゆとりの感じ方へも影響を与えているだろうか。図4は、2020年1月～2月時点から2021年1月～2月時点にかけて時間的なゆとりに感じる人の割合<sup>6</sup>の変化を、男女/独身既婚者/2021年2月時点でのテレワークの有無別に示したものである。残業時間の分析の際と同様で、テレワークになった人とならなかった人を比較するため、2020年2月時点で週1日以上テレワークを行っていた人は除外して推計した値を示している<sup>7</sup>。

まず、独身女性と既婚女性については、テレワークの有無にかかわらず、2020年から2021年の間で、時間的なゆとりに感じる人の割合が増加していることがわかる。そして、独身男性の間でも、テレワークの有無にかかわらず、時間的なゆとりに感じる人の割合は増加しているが、テレワークになった人の間で特に増加傾向が大きいことがわかる。より詳細な確認のために行った差分の差分法のモデルの推計では、独身男性がテレワークになると統計的に有意に時間的なゆとりに感じるようになる傾向が確認された。テレワークになった人の経済的なゆとりの変化のトレンドが、テレワークにならなかった場合には、テレワークにならなかった人と同じであると仮定すると、この結果は、テレワークによって、独身男性の時間的なゆとりが増加した可能性を示唆する<sup>8</sup>。

また、テレワークにならなかった既婚男性は、その他のカテゴリーの人々と同じように、時間のゆとりに感じる人の割合が若干増加したのに対して、テレワークになった既婚男性は、残業時間の平均

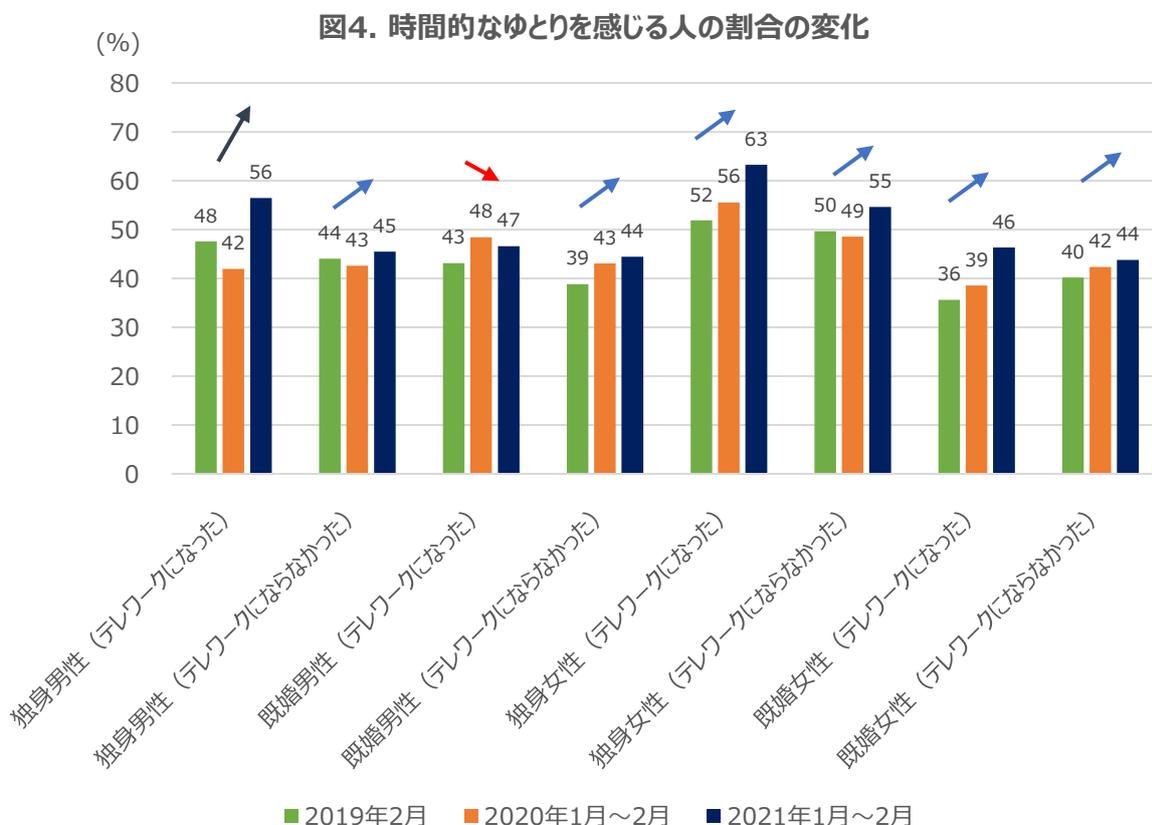
<sup>6</sup> 時間的なゆとりは、「あなたの現在の暮らしの時間のゆとりについてお聞かせください。」という質問で訪ねている。この質問の回答の選択肢は、時間的なゆとりにない方だ、どちらかと言えば時間的なゆとりにない方だ、どちらかと言えば時間的なゆとりのある方だ、時間的なゆとりのある方だ、の4つである。図4ではこのうち、どちらかと言えば時間的なゆとりのある方だ、もしくは、時間的なゆとりのある方だと回答した人の割合を示している。

<sup>7</sup> それぞれのカテゴリーのサンプルサイズ(n)と標準偏差(sd)は以下の通り。

独身男性(テレワークになった) 2019 (n=103, sd=50.2)、独身男性(テレワークになった) 2020 (n=162, sd=49.5)、独身男性(テレワークになった) 2021 (n=225, sd=49.7)、独身男性(テレワークにならなかった) 2019 (n=611, sd=49.7)、独身男性(テレワークにならなかった) 2020 (n=902, sd=49.5)、独身男性(テレワークにならなかった) 2021 (n=1230, sd=49.8)、既婚男性(テレワークになった) 2019 (n=239, sd=49.6)、既婚男性(テレワークになった) 2020 (n=314, sd=50.1)、既婚男性(テレワークになった) 2021 (n=380, sd=49.9)、既婚男性(テレワークにならなかった) 2019 (n=757, sd=48.88)、既婚男性(テレワークにならなかった) 2020 (n=1015, sd=49.5)、既婚男性(テレワークにならなかった) 2021 (n=1222, sd=49.7)、独身女性(テレワークになった) 2019 (n=135, sd=50.2)、独身女性(テレワークになった) 2020 (n=189, sd=49.8)、独身女性(テレワークになった) 2021 (n=245, sd=48.3)、独身女性(テレワークにならなかった) 2019 (n=546, sd=50.0)、独身女性(テレワークにならなかった) 2020 (n=878, sd=50.0)、独身女性(テレワークにならなかった) 2021 (n=1133, sd=49.8)、既婚女性(テレワークになった) 2019 (n=59, sd=48.3)、既婚女性(テレワークになった) 2020 (n=83, sd=49.1)、既婚女性(テレワークになった) 2021 (n=296, sd=49.1)、既婚女性(テレワークにならなかった) 2020 (n=439, sd=49.5)、既婚女性(テレワークにならなかった) 2021 (n=562, sd=49.7)。

<sup>8</sup> 平行トレンドの仮定。経済的なゆとりについては、2019年の調査にも含まれているため部分的に平行トレンドの仮定が確認できるものの、あくまでも仮定であるため、テレワークになった独身男性がもともとテレワークにならなかった独身男性とは異なるトレンドを持っていたことや、他の要因によって、経済的なゆとりに感じるようになった可能性は否定できないことに注意が必要である。

値が減少した傾向が見られる。しかし、既婚男性については、差分の差分法のモデルによる推計で、テレワークによる時間的なゆとりの変化については統計的に有意な影響は確認されなかった。



注) 矢印は2020年から2021年にかけての増加/減少を示す。

## 5—おわりに

本稿では、ニッセイ基礎研究所が行った独自のWEBアンケート調査をもとに、テレワークによって、独身女性の残業時間は伸び、独身男性は時間的なゆとりを感じるようになった可能性があるという分析結果を紹介した。テレワークによって独身女性の残業時間が伸びたことで、残業があり、テレワークを行うようになった独身男性と独身女性の残業時間はほとんど同じ程度になった。また、テレワークによって独身男性が時間的なゆとりを感じるようになって、テレワークを行う独身女性と独身男性の間の時間のゆとりの感じ方の男女差は縮まったようだ。一方で、既婚者の間では差が縮まる傾向が見られなかったことも興味深い。これらの要因については今後の検証課題であるが、テレワークの拡大によって柔軟な働き方が可能になることで職場での男女差は無くなってきている一方で、家庭での役割については、伝統的な性別役割分業感が継続している家庭が多いことを反映している可能性が考えられるかもしれない。