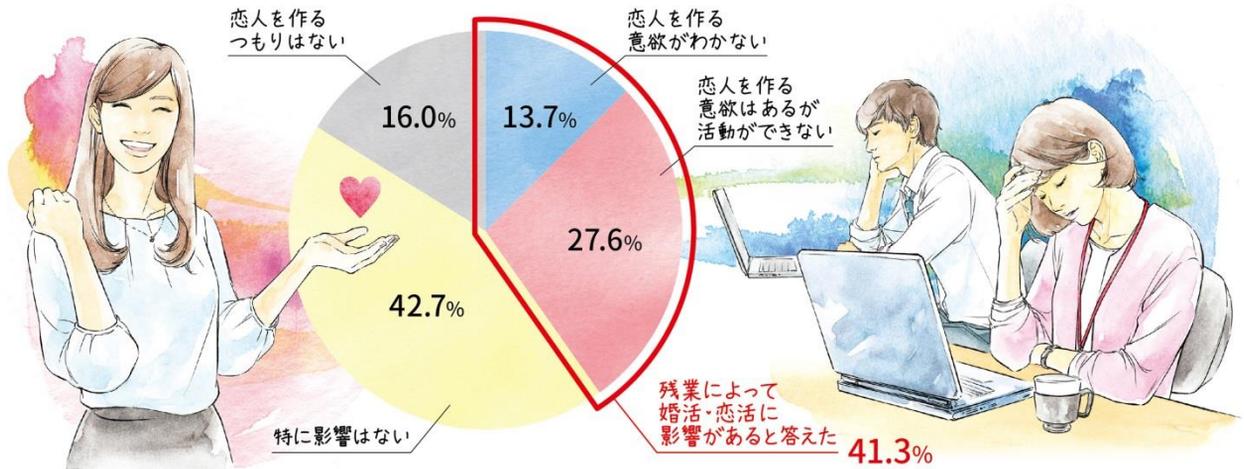


【ランスタッド・ワークインサイト: 残業とプライベートに関する調査】

# 残業をしている未婚者の4割超が 「残業が婚活・恋活に影響する」と感じていることが明らかに ～ 残業時間が80時間以上になると、家族やパートナーとの関係に影響も ～

ランスタッド株式会社(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:猿谷哲)の「働く」と「働く人」の環境にフォーカスした研究機関であるランスタッド・リサーチインスティテュート(RRI)は、日本国内の労働者意識調査「ランスタッド・ワークインサイト」において「残業とプライベートに関する調査」を実施しました。本調査により、残業をしている未婚者の41.3%が残業によって「恋人を作る意欲がわからない」もしくは「恋人を作る意欲はあるが活動できない」と回答しました。また、残業がパートナー・家族との関係に与える影響についての実態も明らかになりました。

Q. 残業があることで恋人を作る意欲や活動にどのような影響がありますか？



## TOPICS

① 残業によって婚活・恋活に対してネガティブな影響があると答えた割合は41.3%。

⇒ 日常的に残業をしている未婚男女のうち、13.7%が「恋人を作る意欲がわからない」、27.6%が「恋人を作る意欲はあるが活動できない」と回答。残業が婚活・恋活に影響を与えると答えた割合は41.3%で、「特に影響はない」と答えた42.7%とほぼ同じ割合に。

② 残業時間80時間超で、家族・パートナーとの関係に「特に影響はない」と答えたのは僅か7.3%。

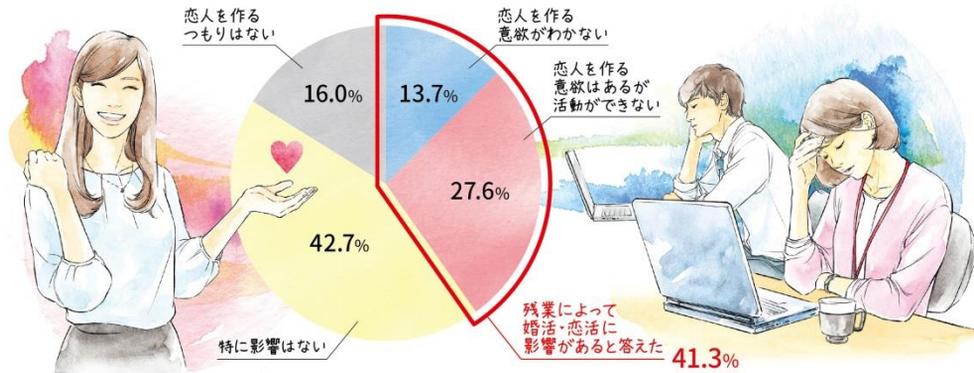
⇒ 残業が家族やパートナーとの関係に「影響がない」と答えた割合は、月の残業時間が40～80時間未満で34.7%であるのに対し、残業時間が80時間以上になると7.3%と顕著に数字が下がることが明らかに。

③ 「仕事よりプライベートを優先したい」と考えている割合は8割以上。

⇒ 仕事とプライベートの優先順位について、83.7%が「仕事よりプライベートを優先したい」と考えており、そのうち「実際にもプライベートを優先している」割合と「実際は仕事を優先している割合」がほぼ同数。

① 残業によって婚活・恋活に対してネガティブな影響があると答えた割合は41.3%。

Q. 残業があることで恋人を作る意欲や活動にどのような影響がありますか？

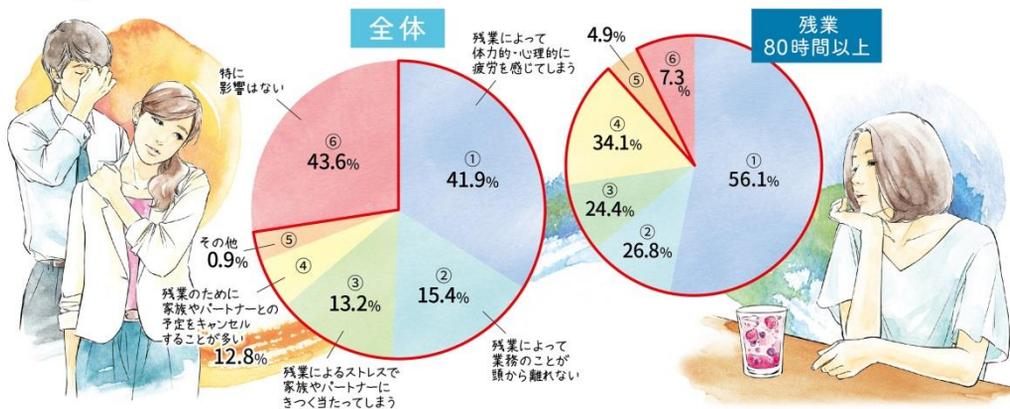


日常的に残業をしている未婚男女に「残業があることで、恋人を作る意欲や活動にどのような影響があるか」を聞いたところ、13.7%が「恋人を作る意欲がわからない」、27.6%が「恋人を作る意欲はあるが活動ができない」と回答しました。残業によって婚活・恋活に何かしらの影響を受けていると考える割合が41.3%となりました。また「残業による影響は特にはない」と答えた割合は、月の残業時間が10時間未満で43.3%、10時間～20時間未満で53.6%、20時間～40時間未満で40.3%なのに対し、40時間以上では31.0%と少ない傾向にあることが分かります。残業が多い人ほど、婚活・恋活に影響が及んでいることが推測されます。

この結果に対し、実際に婚活をしている働く男女を支援してきた株式会社オーネット マーケティング部副部長 長岡正光氏は「実際に、新たな出会いや婚活を成就できるかどうかは時間的な余裕の大小ではなく、いかに自分の成果を明確にして行動できているかどうかという事に由来しており、仕事の質や量と必ずしも相関しない」と述べています。

② 残業時間80時間超で、家族・パートナーとの関係に「特に影響はない」と答えたのは僅か7.3%。

Q. 残業があることで家族やパートナーとの関係にどのような影響がありますか？



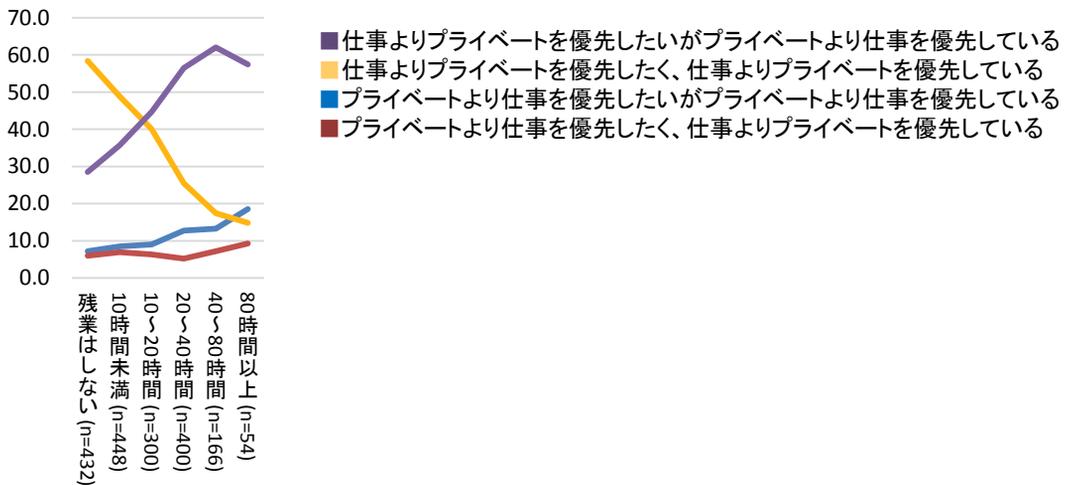
一方で、配偶者・パートナーがいる人に対して、残業によって家族やパートナーとの関係にどのような影響があるか質問したところ、「特に影響はない」と答えたのは男性が46.7%、女性が36.7%と、女性のほうが残業による影響を感じており、女性の約半数となる48.3%が「残業によって体力的、心理的に疲労を感じてしまう」という結果となりました。また、残業時間に比例して家族・パートナーとの関係への影響は強くなる傾向にあり、特に残業時間が80時間を超える層では「特に影響はない」と答えた割合は、僅か7.3%でした。また、働く男女のうち、「配偶者・パートナーがいない」と答えた割合は、男性が21.9%なのに対し、女性が43.8%と、圧倒的に女性のほうが多いことも分かっています。

### ③「仕事よりプライベートを優先したい」と考えている割合は8割以上。

残業時間の長さがプライベートに影響を与える、と感じている実態が明らかになりましたが、大多数の人は「仕事よりプライベートを優先したい」と考えていることが判明しました。日常的に残業をしている人の83.8%が、希望としては「仕事よりもプライベートを優先したい」と回答し、そのうち、51.6%が「実際はプライベートより仕事を優先している」と答え、「実際も仕事よりプライベートを優先している」と答えた48.4%を若干上回る結果となりました。一方、「プライベートより仕事を優先したい」と答えた割合は全体の16.3%と少数でした。が、残業時間が多くなるにつれて増加する傾向があることが分かります。

【希望】仕事を優先	【希望】仕事を優先	【希望】プライベートを優先	【希望】プライベートを優先
-	-	-	-
【現実】仕事を優先	【現実】プライベートを優先	【現実】プライベートを優先	【現実】仕事を優先
9.9	6.3	40.6	43.2

n=1800



### ■ランスタッド株式会社EAP総研所長 川西由美子からのコメント



働き方を改善して、プライベートも仕事も充実させるためには、仕事の処理の標準化や人材面などを調整するマネジメントサイドと、仕事をこなす側の2つの意識改革が必要です。

仕事をこなす側の意識改革は、仕事をこなす技術を向上し、“遊び方改革”をするのが良いでしょう。“遊び方改革”とは、仕事の後や週末に予定を入れるなどプライベートを充実させることです。遊び方改革が進むと、仕事時間にメリハリをつけることができ、効率的に仕事をこなすことができます。遊びを楽しむために頭を切り替えようとすると、副作用として仕事にも良い影響があります。遊び方改革こそ、仕事に追われ、疲れきっている生活の悪循環から逃れる近道です。

## ■ランスタッド・リサーチインスティテュート(RRI) 所長 中山悟朗からのコメント



今回の調査では、長時間残業が、家族やパートナーとの関わり、恋活・婚活に与える負の影響について関連性があることが分かりました。しかしその一方で、前出の(株)オーネットの長岡氏が「婚活の成功と時間的余裕は関係ない」と述べているように、「残業＝プライベートがおろそか」というものでもなさそうです。

注目すべきは、「プライベートを優先したい」と考える層が労働者全体の8割以上であるのに対し、そのうちの半数超が、「実際には仕事を優先させている」という結果です。「プライベートを優先させたいのに出来ない」という労働者のフラストレーションがうかがえます。

ここ数年で、求職者の口からワークライフバランスを重視する声を聞くことが格段に増えました。就業形態や職位、はたまた性別に関係なく起きている現象です。しかし「ワークライフバランス＝残業なし」という意味なののでしょうか？納期が迫っていれば就業時間内に終わらないこともあるでしょうし、集中して企画を練りたい、という時もあるでしょう。しかしその分、趣味や子どものために変則的な勤務が可能であれば、労働者はワークとライフのバランスが取れていると実感できるでしょう。真の「ワークライフバランス」は、ワークとプライベートを自分の状況や意思で柔軟にコントロールできること。雇用者側の制度の見直しはもちろん、労働者側もマインドセットし直すことで、労働者の満足度の向上が期待できそうです。

## ランスタッド・ワークインサイト(Randstad Work Insight)について

ランスタッド・ワークインサイトは、2017年6月のランスタッド・リサーチインスティテュート(RRI)の設立に伴いスタートしました。国内の労働者を対象に年4回実施され、日本国内の景況感に関する定点調査と、時期やトレンドに合わせたトピックに関する調査を通して、労働市場が抱える問題の提起や、回答から導き出される糸口を独自の洞察を交えて発表します。

### 【労働時間と余暇の実態に関する調査 概要】

- 調査目的 : 有職者の労働時間の実態と余暇の過ごし方について把握する。
- 調査対象 : 20歳から69歳までの一般企業に勤務する方(正社員・契約社員)および公務員・団体職員
- 調査エリア : 日本全国
- サンプル数 : 1,800名
- 調査期間 : 2018年5月11日(金)～5月13日(日)
- 調査方法 : インターネットによるWebアンケート形式

※各データの詳細及び調査報告書をご希望の方は、下記の広報担当までお問い合わせください。

### ○ランスタッド株式会社 会社概要

- [社名] ランスタッド株式会社
- [設立] 1980年8月
- [代表] 代表取締役会長兼CEOカイエタン・スローニナ、代表取締役社長兼COO 猿谷哲
- [所在地] 東京都千代田区紀尾井町4-1ニューオータニガーデンコート21F
- [拠点数] 93拠点(内インハウス拠点数30)
- [TEL] 03-5275-1871(代)
- [資本金] 1億円
- [事業内容] 人材派遣サービス/紹介予定派遣サービス/人材紹介サービス/就職支援サービス  
アウトソーシング
- [URL] <https://www.randstad.co.jp/>