

2018年12月26日 全10頁

# 休日が増えると本当に休める？

男性は休息・趣味の時間、女性は家事などの義務的な時間が増加

経済調査部  
主任研究員 溝端 幹雄

## [要約]

- 2019年は、働き方・休み方改革により4月から有給休暇の取得義務化等が実施される。さらに、4月・5月の新天皇陛下御即位の時期を挟む10連休や、10月の即位礼正殿の儀でも休日がある。政府は、大人と子どもが一緒にまとまった休日を過ごす機会を創出する「キッズウィーク」の推進や、2020年までに有給休暇取得率70%という目標も掲げている。
- しかし、日本の有給休暇取得率は依然低く、産業間・地域間の差も大きい。もっとも、日本の祝日は国際比較をするとかなり多く、有給休暇の取得日数も過去最高レベルまで達している。
- 有給休暇が増えた場合の効果を分析すると、どちらかと言えば、男性は選択的な時間、女性は義務的な時間が増えやすいという特徴があり、今回の有給休暇の取得義務化によって、休日の生活時間の使い方には男女差が発生することが予想される。また、地方よりも都市の方が比較的自由な時間を得やすい傾向にある。
- 仮に有給休暇の取得義務化によって選択的な時間が増えたとしても、近年はインターネット、ゲーム、映画鑑賞に費やす人々が急増している。さらに、人々の間で所得の増加が予想できなければ、旅行・行楽などの時間や消費は増えても、他の生活時間や消費が抑えられるだろう。よって、年間で見るとマクロ経済へのインパクトは小さいと考えられる。

## 1. はじめに

元気な高齢者の増加や働き方・休み方改革の機運の高まりで、社会全体で余暇時間の拡大が注目されている。2018年6月にアベノミクスの成長戦略の大きな柱の一つである働き方改革関連法案が可決され、2019年4月から残業時間の上限規制（大企業のみ）や有給休暇の取得義務化等が実施されることになった。また、2017年7月より休み方改革へ向けた取組として、政府内に「大人と子供が向き合い休み方改革を進めるための『キッズウィーク』総合推進会議」（以下、「キッズウィーク」総合推進会議）が設置されており、国民の休暇取得の実効性を高めるための施策が行われている。こうした休暇取得の促進は、心身を休めたり、家族でレジャーを楽しむ時間や消費を増やすだけでなく、地域行事の参加促進による地域活性化や、知見の拡大による労働生産性の向上も期待されている。さらに、2019年には新天皇陛下が即位される5月1日（水）を挟んで10連休が実現し、同年10月22日（火）は即位礼正殿の儀でも休日、そして2020年には東京オリンピック・パラリンピックが実施される夏にも連休が増えることになる<sup>1</sup>。

こうした動向を踏まえつつ、本稿では働き方・休み方改革により勤労世帯の休日の生活時間がどのような影響を受けるのか、地域の視点も交えながら考察する。

## 2. 休暇と働き方・休み方改革

### （1）働き方改革の概要

今回の関連法で、「時間外労働の罰則付き上限規制」「年次有給休暇の取得義務化」「勤務間インターバル制度」の他に、「高度プロフェッショナル制度（以下、高プロ）」「同一労働同一賃金」などの実施や普及が促されることになる。

「時間外労働の罰則付き上限規制」とは、時間外労働時間の上限を月45時間、年360時間を原則とし、臨時的な特別な事情がある場合でも年720時間、単月100時間未満（休日労働含む）、複数月平均80時間（休日労働含む）を限度に設定するもので、罰則を設けてこれまでのような残業時間の青天井を認めないものだ（大企業では2019年4月、中小企業では2020年4月から施行（一部職種で適用猶予期間あり））。

「年次有給休暇の取得義務化」では、10日以上の子次休暇を持つ労働者は事業主から5日の時季指定を受ける。これまでのように労働者側に委ねると、周囲に気を使って休暇取得が進まなかったため、今回から5日分の休暇は事業者側から指定することにより、強制的に労働者に取得を促すことを盛り込んだ。

さらに今回の改革では、事業者は前日の終業時刻と翌日の始業時刻の間に一定時間の休息の確保に努めなければならないとする「勤務間インターバル制度」の普及促進も注目される。こ

<sup>1</sup> 2020年7月23日（木）は海の日、開会式当日の翌24日（金）はスポーツの日（体育の日から名称変更、1年限りで日程を変更）で4連休となり、閉会式翌日の同年8月10日（月）は山の日（1年限りで日程を変更）で3連休となる。

の制度は努力義務なので企業への強制力はないものの、以前よりも政府による政策的な位置づけが格上げされていることや、人手不足下で魅力ある雇用環境を確保するため、自ら積極的に導入する企業も増えていくだろう（「年次有給休暇の取得義務化」「勤務間インターバル制度」は2019年4月より施行）<sup>2</sup>。

## （２）休み方改革の概要

一方、休み方改革関連では、2014年11月に内閣府の経済財政諮問会議の休み方改革ワーキンググループが報告書を公表している。そこでは「休みとは、平日の骨休めではなく、人生を最適化する手段」とし、企業の取組として有給休暇を組み合わせて3日（2日）＋1以上の連休を実施する「プラスワン休暇キャンペーン」、地域の取組として伝統行事・イベントのある市町村を中心に設定する「地域ごとの『ふるさと休日』」を提言している<sup>3</sup>。

それを受けて、国レベルでは先述の「キッズウィーク」総合推進会議が官民による意見交換や調整を行い、地域では地域関係者が協議する場として「地域における休み方協議会」を設けることになっている。休み方改革の方向性として、①学校休業日の分散化、②学校休業日に合わせた有給休暇取得の経済団体・企業等への要請、③休日における多様な活動機会の確保、といった点を官民一体で推進する。具体的には、2018年度から学校休業日（夏休みなど）の分散化により、大人と子どもが一緒にまとまった休日を過ごす機会を創出する「キッズウィーク」を地域ごとに設定する動きがある。さらに政府は、2020年までに有給休暇取得率70%達成という目標も掲げている。

## 3. 日本人の休暇は増えているのか？

年次有給休暇の取得義務化は2019年4月より全企業で実施されることから、本稿では年次有給休暇を含む、日本人の休日の動向をまず確認しておく。

### （１）有給休暇取得率は依然低く、産業間・地域間の差も大きい、祝日はかなり多い

日本の有給休暇取得率（年次有給休暇付与日数に占める取得日数の割合）は、厚生労働省「就労条件総合調査」の足元の数字で51.1%（2017年）と、国際比較の点からは依然低いままだ（図

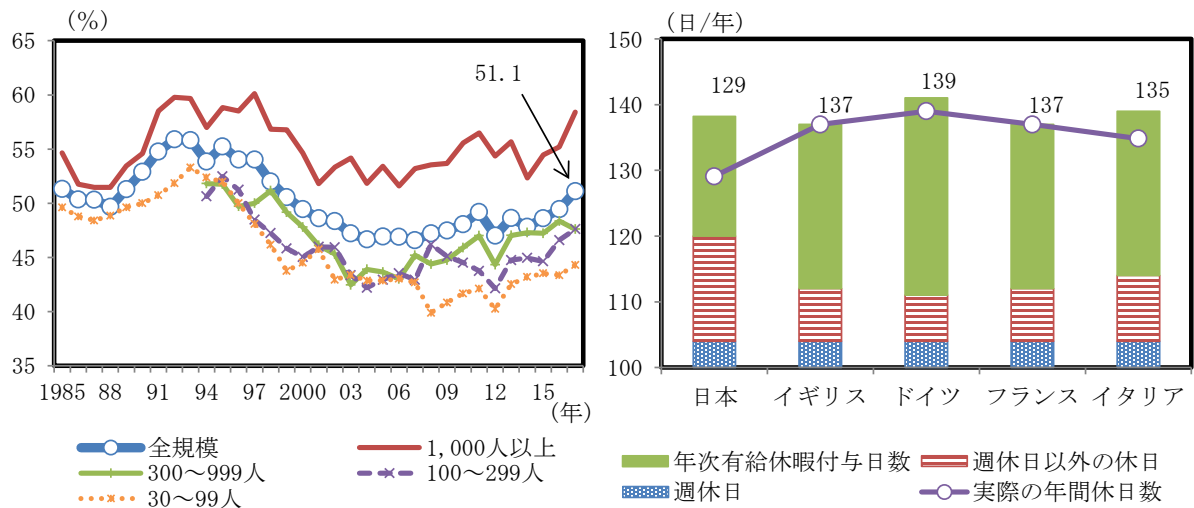
<sup>2</sup> その他の働き方改革について、「高プロ」は、職務範囲が明確で高収入を得ており、かつ、高度の専門知識を持つなど事業主に対して相応の交渉力を持つ労働者に関して、労働時間、休日、深夜の割増賃金等の規定を適用除外とするものである。その場合、複数の健康確保措置を設けることや、本人の意思により高プロの適用や解除を可能とする旨も盛り込まれた（「高プロ」は2019年4月より施行）。また「同一労働同一賃金」は、正規・非正規雇用者の賃金格差を減らすため、職務内容が同じであれば非正規雇用者にも正規雇用者と同様の待遇を求めるものである。もし待遇差がある場合には、その説明義務を事業主に課すことも求められている（大企業では2020年4月、中小企業では2021年4月から施行）。

<sup>3</sup> 内閣府「休み方改革ワーキンググループ報告書」（平成26年11月18日）

<https://www5.cao.go.jp/keizai-shimon/kaigi/special/yasumikatawg/index.html>

表1 (左) (右))。欧米の取得率は80~100%であり、さらに日本では有給休暇付与日数も少ないため、実際に取得できた有給休暇日数は他国の3割~4割にすぎない。ただし、日本は祝日や振替休日(週休日以外の休日)が他国よりもかなり多いため、それが不足する有給休暇取得日数の一部を補うという構図になっている。

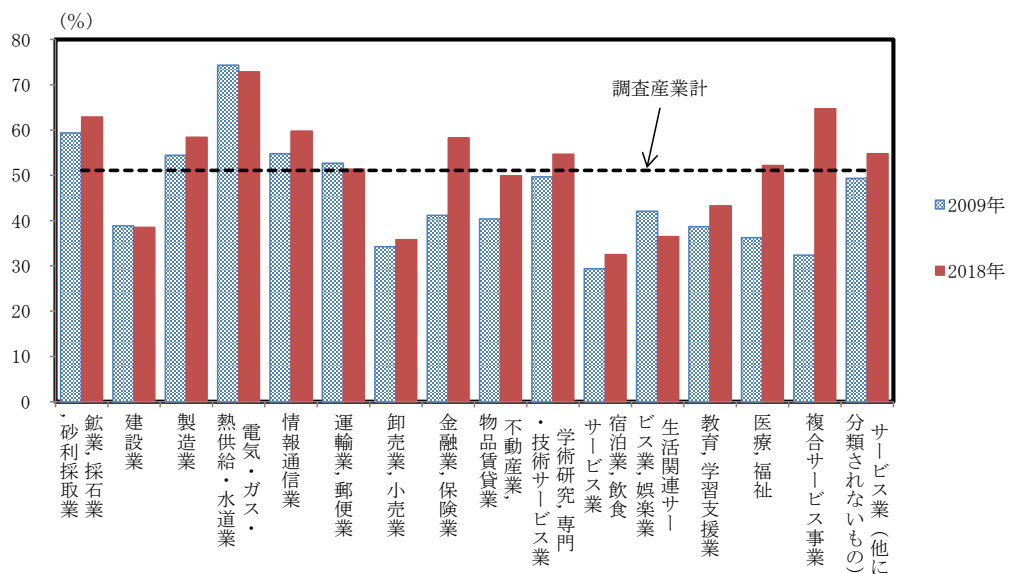
図表1 年次有給休暇取得率の推移(左)、年間休日数の国際比較(右、2016年度)



(注1) 労働者1人平均。  
 (注2) 有給休暇取得率 = (労働者1人平均年次有給休暇の取得日数計/付与日数計) × 100(%)。  
 (出所) 厚生労働省「就労条件総合調査」より大和総研作成

(注1) 数字は実際の年間休日数であり、各国の年次有給休暇取得率を反映したもの。  
 (注2) 週休日とは、「日曜日」「土曜日」などの「会社指定休日」を指し、ここでは完全週休2日制と仮定。週休日以外の休日は、日本は土日に当たる祝日を除き、振替休日を含む。欧州は日曜日の祝日を除く。年次有給休暇は繰越日数を含まない。  
 (出所) 独立行政法人労働政策研究・研修機構「データブック国際労働比較2018」、Expedia Vacation Deprivation Study 2016より大和総研作成

図表2 産業別・年次有給休暇取得率

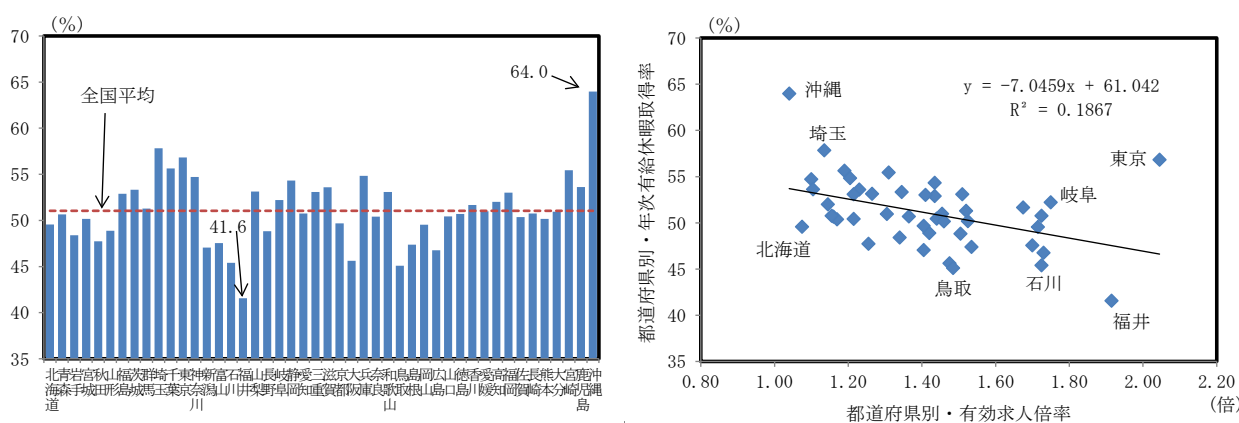


(注) 労働者1人平均。複合サービス事業のみ2015年との比較。  
 (出所) 厚生労働省「就労条件総合調査」より大和総研作成

産業別で比較すると（図表2）、有給休暇取得率が最も高いのは「電気・ガス・熱供給・水道業」であり、既に政府目標の70%を達成している。一方、取得率が30%台と低いのは「宿泊業、飲食サービス業」「卸売業、小売業」「建設業」だ。時系列ではこの10年程で「金融業、保険業」「医療、福祉」で取得率が大きく上昇しており、足元では「複合サービス事業」<sup>4</sup>も上昇している。

さらに、（中小企業の）有給休暇取得率を都道府県別に見たものが図表3（左）である。すると、沖縄の有給休暇取得率が突出して高く、埼玉、東京、千葉などの関東でもかなり高い。一方で、北陸、中国や大阪などは取得率が低く、有給休暇取得率が最高の沖縄と最低の福井の差は22ポイント以上も開きがある。図表3（右）にあるように、有給休暇取得率は有効求人倍率と逆相関しており、人手が不足する地域ほど休みが取りにくいという関係が見られる。このように有給休暇の取得状況は地域差も大きいのが現状だ。

図表3 都道府県別・年次有給休暇取得率（左）と有効求人倍率との比較（右）



（注）2016年～2017年の平均値。都道府県別・年次有給休暇取得率は従業員1人当たりで、従業員数300人以下の事業所を対象としたもの。ただし、栃木を除く。都道府県別・有効求人倍率はパートを含む。

（出所）北海道中小企業団体中央会「中小企業労働事情実態調査報告書」、厚生労働省「一般職業紹介状況」より大和総研作成

## （2）有給休暇の取得日数は過去最高レベルまで上昇

しかし、前掲図表1（左）で見ると、近年は日本の有給休暇の取得率自体は改善しており、特に従業員1,000人以上の大企業において改善が顕著である。データが取れる過去の取得率のピークである1990年代前半よりも水準はまだ低いものの、有給休暇の付与日数が増加しているため、有給休暇の取得日数は過去最高レベルまで上昇している（図表4（右））。

さらに、中小企業を中心に土日祝日などの法定・会社指定の休日日数も緩やかに増えていることに加えて（図表4（左））、祝日法により、祝日に挟まれた平日を休日とする「国民の休日」<sup>5</sup>や、固定日であった国民の祝日を特定週の月曜日に移動する「ハッピーマンデー制度」<sup>6</sup>が実施

<sup>4</sup> 信用事業、保険事業又は共済事業と併せて複数の産業にわたる各種のサービスを提供する事業所。例えば、郵便局や農業協同組合（JA）などがこれに該当する。

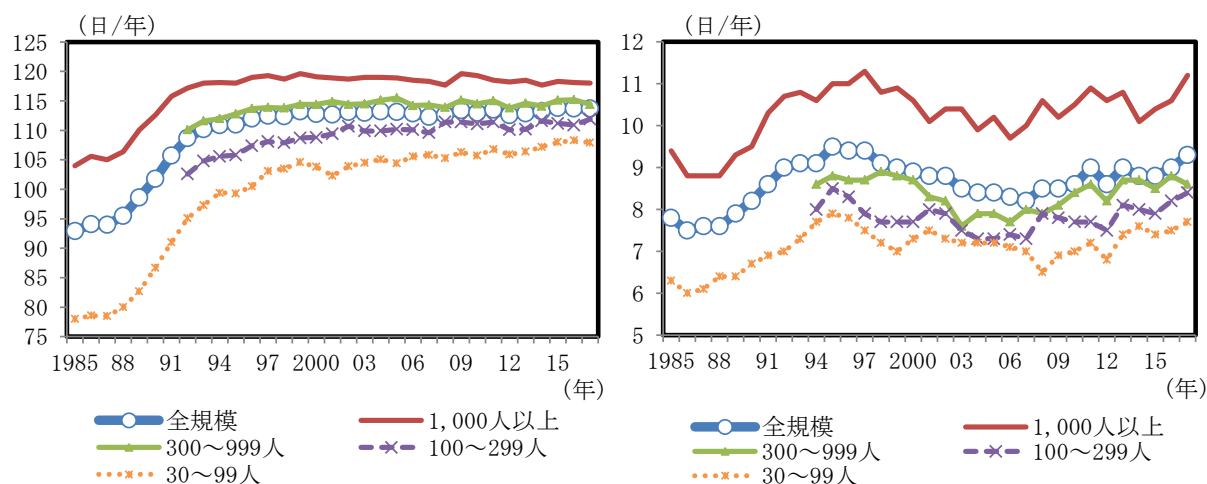
<sup>5</sup> 1985年の祝日法改正により、祝日に挟まれる5月4日が「国民の休日」（現在は「みどりの日」で国民の祝日）となった。

<sup>6</sup> 1998年の祝日法改正で、「成人の日」が1月第2月曜日、「体育の日」が10月第2月曜日に、2001年の法改正で「海の日」が7月第3月曜日、「敬老の日」が9月第3月曜日に移動した。



されるようになり、休暇日数および連休の回数が増加している。以上から、日本ではかつてと比べてまとまった休みが取りやすい環境になりつつあると言える。

図表4 企業規模別・年間休暇日数の推移（左：年間休日総数、右：年次有給休暇取得日数）



（注）いずれも労働者1人平均。左のグラフの年間休日総数は、日曜日、土曜日などの会社指定の休日及び国民の祝日・休日、年末年始、夏季休暇、会社記念日などで会社の休日とされている日の合計。ただし、年間休日総数には、年次有給休暇分や雇用調整、生産調整のための休業分は含まれない。

（出所）厚生労働省「就労条件総合調査」より大和総研作成

#### 4. 働き方・休み方改革で休日の生活時間はどう変わるのか

2019年4月より順次実施される労働時間の削減では、平日の余暇時間（アフター5）の増加が予想されるが、年次有給休暇の取得義務化ではよりまとまった形で余暇時間が増えるものと思われる。そこで次に、働き方・休み方改革が休日の生活時間に与える影響を考える。

##### （1）休日になると、男性は選択的な時間、女性は義務的な時間を増やす

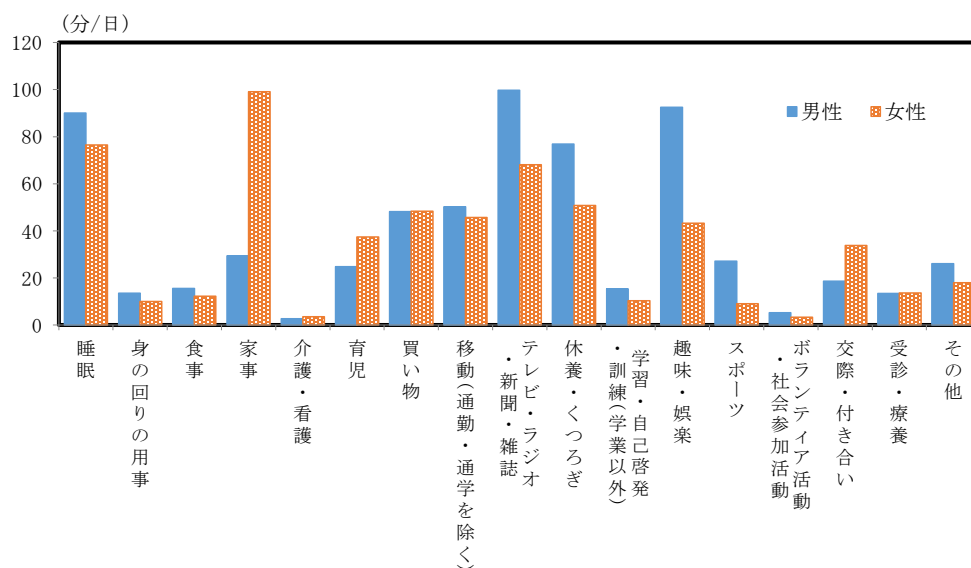
有給休暇取得によりどのような生活時間が増えるのかを見るため、ここでは有業者の平日と休日（土曜日・日曜日）の生活時間の配分を調べる。

注意したいのは、有業者の平日と休日を単純に比較するだけでは、それが休日における生活時間の変化とは言えないことである。通常、有業者のデータにはサービス業など休日に仕事をしている人々も含まれることや、パートタイム労働者など非正規雇用者も含まれている。また、平日と休日の行動パターンが無業者を含む全ての人々でそもそも異なる可能性もある。さらに、有業者と無業者を比較するだけでは、有給休暇取得の影響も抽出できない。なぜならば、無業者のデータには通学する学生も含まれており、休校になる土曜日・日曜日には有業者と同じような行動パターンを示すためである。

そこで、有業者は週間就業時間35時間以上の正規雇用者を対象として、平日は仕事のある日、土曜日・日曜日は仕事のない日を取っている。また、無業者は通学（学生）を除いている。そ

の上で、平日と休日でもそもそも人々の行動パターンが異なる可能性を排除するため、有業者（処置群）および無業者（対照群）の平日と土曜日・日曜日の生活時間の変化をそれぞれ比較した上で、さらに両者の差を取って、仕事がない場合に起こる生活時間の変化（DD分析（difference-in-differences analysis）による平均処置効果（ATE: Average Treatment Effect））を抽出している。その結果を示したのが図表5だ。

図表5 男女別・有給休暇取得による生活時間の変化



(注1)生活時間の変化は、仕事の有無だけでなく、平日と土曜日・日曜日の違いにより影響を受ける可能性がある。そのため、有業者(処置群)および無業者(対照群)の平日と土曜日・日曜日の生活時間の変化をそれぞれ比較した上で、さらに両者の差を取り、曜日による行動差を除去している(DD分析)。但し、変化がマイナスとなる「通勤・通学」「仕事」「学業」は省略した。(注2)データは2011年と2016年の平均値。有業者は正規の職員・従業員のうち週間就業時間35時間以上で、平日は仕事のある日、土曜日・日曜日は仕事のない日。無業者は通学を除く。(出所)総務省「社会生活基本調査」より大和総研作成

すると、有給休暇取得による生活時間の変化は、男女で差が見られる。例えば、男性では「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」（以下、「テレビ等」）「趣味・娯楽」「睡眠」「休養・くつろぎ」が大幅に増えており、相対的に「スポーツ」も増える傾向にある。

一方、女性で最も増えるのは「家事」だ。続いて、「睡眠」「テレビ等」「休養・くつろぎ」となっており、男性と比べて「育児」「交際・付き合い」も増えやすいと言える。

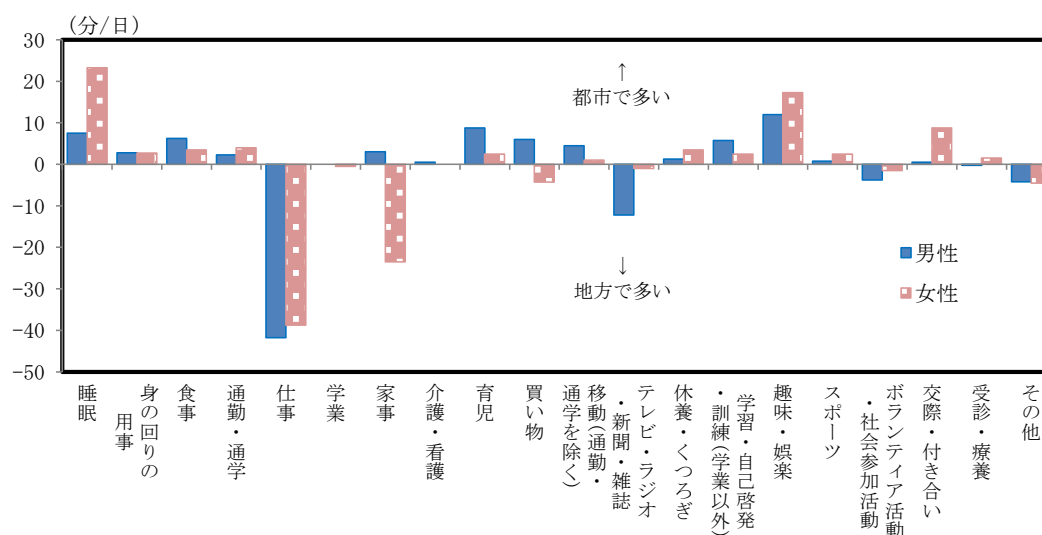
このように有給休暇が増えると、男女共に似たような生活時間が増える傾向にあるが、どちらかと言えば、男性は選択的な時間、女性は義務的な時間が増えやすいという特徴がある。

## (2) 都市の方が比較的自由な時間を得やすい

さらに図表6は、男女別・有業者の休日の過ごし方について、人口100万人以上の大都市と人口が少ない町村で比較したものだ。グラフの見方は、睡眠などの各生活時間が大都市の方が長いとプラスとなり、町村の方が長いとマイナスとなる。こちらはデータの制約上、サービス

業など土日に業務をする人々も含むために、「仕事」「通勤・通学」の時間も表示されていることに注意されたい。

図表6 男女別・休日における生活時間の配分の地域差（有業者、大都市・町村）



(注)データは2011年と2016年の平均値。有業者は雇用されている人・週間就業時間35時間以上。いずれも土日平均。大都市は人口100万人以上の市を指す。

(出所)総務省「社会生活基本調査」より大和総研作成

すると、大都市ほど男女とも、「趣味・娯楽」の時間が長く、男性では大都市ほど「育児」「睡眠」「買い物」「食事」「学習・自己啓発・訓練（学業以外）」の時間がやや長くなる。女性では「睡眠」「交際・付き合い」などが大都市で長くなっている。一方の地方では、男女共に土日も「仕事」をしており、男性は「テレビ等」、女性は「家事」の時間も長くなる傾向にある。つまり、休日の過ごし方としては、都市の方が比較的自由的な時間を得やすい環境にある。

### (3) 国内旅行は増加、しかしインターネット、ゲーム、映画鑑賞に費やす人々も急増

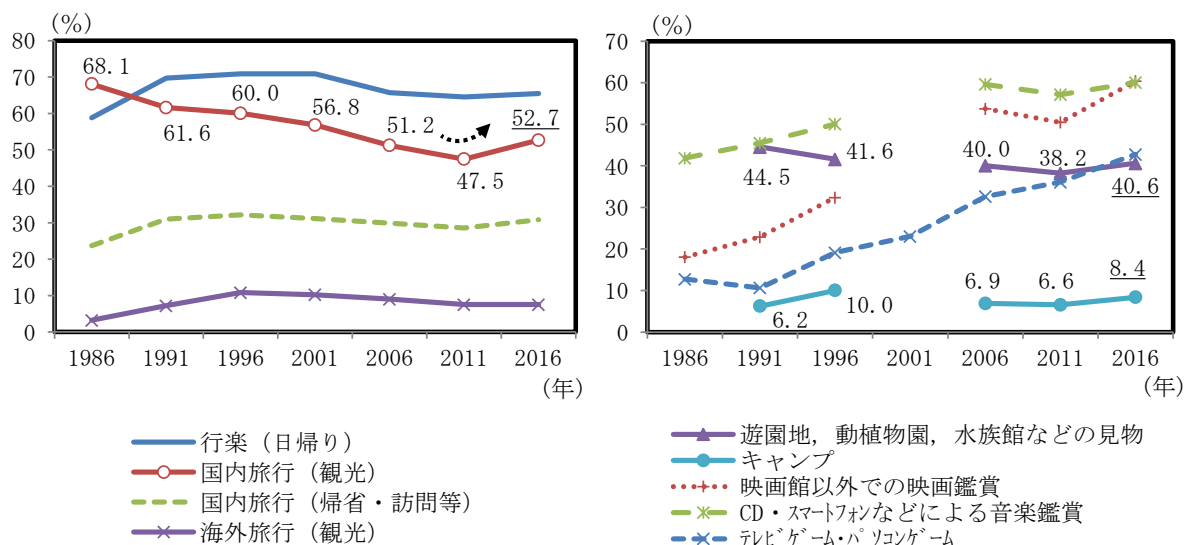
有給休暇の取得義務化は、男性では「テレビ等」や「趣味・娯楽」、女性では「家事」を増やす可能性が高いが、もし土日や祝日とつなげて連休が増えると、旅行や行楽に出かける人々が増える可能性もある。そこで、より詳細なデータが把握できる趣味・娯楽や旅行・行楽について、過去1年間にそれらを実施した人の割合（行動者率）を、ファミリー層と考えられる30～59歳の年齢層に絞ってその推移を見たのが、図表7（左）である。

まず時系列で見て、国内の日帰り旅行や宿泊を伴う帰省等、そして海外旅行をする人々の割合には大きな変化は見られない。一方で、1泊2日以上国内観光旅行者の割合は1986年以降低下傾向が続いていたが、足元（2016年）では一転して増加している。

先述の通り、2000年代以降は連休の数が増えており、しかも足元では有給休暇の取得環境が大企業を中心に改善している。その一方で、所得が増えにくいと人々が感じている結果、海外での長期滞在を避けて、比較的短期の宿泊を伴う国内旅行へ向かっている可能性がある。



図表7 ファミリー層の行動者率の推移（左：旅行・行楽、右：レジャー・インターネット・ゲーム等）



（注1）国内旅行はいずれも1泊2日以上。グラフはファミリー層（30～59歳）行動者率で、過去1年間に当該行動を取った人々の割合を指す。30～59歳の人口構成比で加重平均したもの。但し、各行動は互いに排他的ではなく、重複を許すことに留意されたい。

（注2）右図のグラフの一部は、1986年と2001年に調査が行われなかったため、欠損値となっている。

（出所）総務省「社会生活基本調査」「人口推計」より大和総研作成

ただし、旅行・行楽のような活動が今後も増えていくかどうかは、他の趣味・娯楽の時間との兼ね合いも考えないといけない。そこで、図表7（右）は過去1年間に趣味・娯楽のうち旅行・行楽関連の2項目（「遊園地、動植物園、水族館などの見物」「キャンプ」）を行った人の割合と、インターネットやゲームに関連するそれとを比較したものだ。

旅行・行楽関連の行動者率は足元で上昇に転じていることはここでも確認できるが、インターネット、ゲーム、映画鑑賞といった行動をする人々の割合が、年を追うごとに急激に増えているのが分かる。このデータでは、同じ人が複数の行動を取ることは可能なので、インターネットやゲームなどに時間を費やす人々が増えても、必ずしも旅行・行楽が減るわけではない。しかし、人々の趣味・娯楽活動に占めるそうした行動が増えている影響は無視できないだろう。

## 5. まとめと今後の課題

これらを踏まえると、有給休暇の取得義務化が生活時間に与える影響は、男女、都市・地方で異なる可能性がある。都市の男性ほど趣味などの自由な時間を増やして、一方では特に地方を中心に、女性は家事などの義務的な時間を増やす可能性が高い。そして、日頃の長時間労働による疲労を回復させるため、休みの日は睡眠時間も増える。

したがって、有給休暇の取得義務化などで休日が増えて、外出などの消費につながる動きが出るかどうかは、平日に休息が十分に取れているか、育児などの家事時間を減らせるかが一つのポイントであり、特に地方に関してそれが当てはまると言える。加えて、外出関連の消費を考える上では、インターネットやゲーム等に時間を費やす人々が急激に増えている影響も割り

引いて考える必要がある。

さらに重要なのが、旅行・行楽に支出する金銭的な費用だ。溝端・石橋 [2017]<sup>7</sup>が指摘したように、働き方改革で労働時間が減って余暇時間が増えても、賃金が上がらないと消費は増えない可能性が高い。もし有給休暇が取得しやすくなっても、所得が増えなければ、または人々がレジャー関連の費用が相対的に高いと考えるならば、旅行・行楽以外の生活時間や消費が抑えられるため、年間で見たとマクロ経済へのインパクトは小さいと考えられる。

したがって、今回の働き方・休み方改革により経済の好循環が実現するには、将来の所得向上や不確実性の軽減ができるかどうかにかかっているとと言えるだろう。そのためには、まず労働生産性を引き上げることが必要だ。実際、人手不足が激しい地方を中心に企業による省力化投資が加速している。もし省力化投資が進まなければ、サービス産業などで雇用コストの上昇や需要抑制のための価格引き上げにつながる可能性がある。また、社会保障など財政の悪化による税・社会保険料の引き上げが家計の可処分所得を押し下げ、政策の不確実性の高まりが貯蓄を増やすことで、消費を抑制する可能性もある。政府が財政健全化に本格的に取り組めば、政策の不確実性も低下することになり、中長期的には経済の好循環につながることを期待できる。

以上

---

<sup>7</sup> 溝端幹雄・石橋未来 [2017]「長時間労働の是正で消費は増えるのか? : 全体への影響は小さいが、個別ではプラスとマイナスが入り混じる」大和総研 経済構造分析レポート No. 59 (2017年6月6日)。