

サラリーマンとその妻にとっての生きがいと生活満足度

福山 圭一

年金シニアプラン総合研究機構上席研究員

【記事情報】

掲載誌：年金研究 No.19 pp.100-133 ISSN 2189-969X

オンライン掲載日：2022年3月31日

掲載ホームページ：<https://www.nensoken.or.jp/publication/nenkinkenkyu/>

論文受理日：2022年1月24日 論文採択日：2022年3月1日

DOI：http://doi.org/10.20739/nenkinkenkyu.19.0_100

要旨

第7回サラリーマンの生活と生きがいに関する調査のデータに基づき、生きがい保有が生活満足度とどのように関連しているかといったことなどを探るための分析を行った。生きがいの対象ごとに生きがい保有率を見ると、「社会活動（ボランティアを含む）」を挙げた者の生きがい保有率が高く、「ひとり気ままに過ごすこと」を挙げた者の保有率が低かった。そこで、全般的な生活満足度及び各生活満足度について、本調査のテーマである生きがい保有のほかに、社会参加の程度、生きがいの対象に「ひとりで気ままに過ごすこと」を挙げたかどうかを加え、また、年齢、年収、資産額など本調査で把握可能な回答者の属性を説明変数とする重回帰分析を行った。この結果、生きがい保有の極めて大きい影響力が観測された。充実した生活が満足度の高い生活であるとする、そのために生きがいが必要であることを明確に示すものと言える。また、社会参加の重要性も確認された。年収や資産額は満足度を上昇させる。生きがいの対象に「ひとりで気ままに過ごすこと」を挙げた者の満足度は低下する。年齢が高いほど満足度が高い。サラリーウーマンは男性サラリーマンに比べて満足度が高い。子どもがある世帯の妻は満足度が低い。持ち家があると満足度が高い。定年を経験したか50歳以上で退職を経験した者や完全退職した者は現役に比べ満足度が高い。生きがい保有と各満足度との間では、熱中できる趣味、精神的ゆとり、社会の役に立つこと、家族の理解・愛情、仕事のはりあいといった項目で特に生きがいの保有率が上昇し、逆に、時間的ゆとりでは生きがい保有率が減少する。生きがいを持つことと生活満足度との間に強い関連性があることが明らかになった今回の分析結果は、生きがいを持つことが充実した生活を送るために大切であるとする年金ライフプランセミナーに対し、1つのエビデンスを提供するものと言えるだろう。

1 はじめに

年金シニアプラン総合研究機構（以下「年総研」という。）ではサラリーマンシニアを

対象に、リタイヤ後を見据えた生活設計の支援をするための年金ライフプランセミナーを実施している。その基本的コンセプトは、充実した生活のためには、健康と経済という2つの基盤に立って生きがいを持つことである。

生きがいについては、従来から年総研において5年ごとに「サラリーマンの生活と生きがいに関する調査」が実施され、様々な研究が行われてきた。特に佐藤（2002）は生きがいあり群の生活満足度が有意に高かったことを指摘している。また佐藤（2007）はサラリーマン本人とその配偶者のペアデータを基に、夫及び妻の生活満足度は本人だけでなく配偶者の生きがいの有無も影響を与えているが、本人が女性の場合のみ夫の生きがいの有無に左右されていないという興味深い分析をしている。当時は本人に配偶者用の調査票も回答してもらっていたのでこのような分析が可能だったと考えられる。菅谷（2017）は第1回から第6回までの調査を俯瞰し、生きがいの重心が「仕事」から「家庭」、「自分」へと変化していく中、「生きがい」を見い出せずに、家庭からも自分が思うような生きがいと充足感を得られない傾向となっている、と変化の状況を総括している。丸山（2017）は就業歴の中心が正社員であった高齢者の生きがいの有無について分析を行い、男女とも主観的健康度、熱中できる趣味を持つことが生きがいを持つ方向にプラスに働く一方で、配偶関係や学歴、現在の就業の有無は有意な結果とはならなかったことなどを分析している。

年総研以外の調査として最近注目されたのは内閣府（2019）であり、「趣味や生きがいを持つ人ほど生活の満足度が高いこと」が報道された（2019/5/24 産経新聞）。これは1万人を対象にしたWeb調査を取りまとめたもので、現在の生活について「非常に満足している」10点から「全く満足していない」0点まで11段階で自己評価をした総合主観満足度の平均値は5.89点であったことなどが紹介されている。この調査は以後毎年行われており、回答者の一部はパネル調査の対象になっている。

さて、前回調査から5年を過ぎた2021年に、新たなサラリーマンの生活と生きがいに関する調査が行われ、そのデータが明らかとなった。以下ではこれに基づき、生きがいを巡る状況を概観した上で、生きがい保有が生活満足度とどのように関連しているかといったことなどについて分析を行う。

2 使用するデータ

使用するのは、2021年に実施された第7回サラリーマンの生活と生きがいに関する調査である。調査対象者は、サラリーマン本人である厚生年金の加入者又は受給者と、その被扶養配偶者である第3号被保険者などサラリーマンの妻である。

以下では、図表でサラリーマン本人とその妻を対比する場合、国民年金の被保険者区分に倣い、厚生年金の加入者及び受給者を「第2号」と、その妻を「第3号」と略称する。なお、本調査ではサラリーマン本人と妻は独立して抽出しており、夫婦を標本抽出しているわけではないので、図表で対比される第2号と第3号の間に実際に配偶関係があるわけではない。

本調査には男性2,544人、女性2,454人の計4,998人のデータが収録されている。調査事項は勤務形態を含む生活状況、生きがいの保有状況や生きがいの対象、生活の様々な局

面における満足度、回答者の行動特性や性格などの自己認識、世帯の年収や資産額など多岐にわたる。勤務形態については、就業状況の他、完全退職したかどうかも聞いている。

多くの質問項目のある本アンケート調査に回答いただいた回答者の方々に感謝したい。ただ、分析を進める上で問題があるかもしれないと感じられた回答もあった。

具体的には、サラリーマン本人のうち、現在「正社員・正職員」としながら、「完全退職した」と回答した者が 70 人いるが、これは回答が矛盾すると考えられることから、分析対象から除外した。また、同じくサラリーマン本人のうち、「現在無職で、就業経験はない」と回答した者が 105 人いるが、これは純然たるサラリーマンとは考えにくいことから、これも分析対象から除外した。更に、本稿では生活満足度に関する回答を用いる分析を行う。本調査では様々な角度から 14 項目についてそれぞれ満足度を 5 択で回答してもらっている。これに対し 14 項目全てで同一の回答をした者が 408 人いた（内訳は全て「十分に満たされている」と回答した者が 24 人、全て「まあ満たされている」が 81 人、全て「どちらともいえない」が 277 人、全て「やや欠けている」が 10 人、全て「まったく欠けている」が 16 人）。これらの者は質問の意味を十分に考えないで機械的に回答した可能性があることから、これらの者も除外した。

この結果、本稿では 4,415 人を分析対象とした。第 2 号（サラリーマン本人）・第 3 号（妻）別、年齢層別の分析対象者の内訳は次のとおりである。

表 1 本稿における分析対象者

	35~44歳	45~54歳	55~64歳	65~74歳	総計
第2号 男性	563	606	473	523	2,165
女性	353	380	272	226	1,231
計	916	986	745	749	3,396
第3号 女性	248	272	219	280	1,019
合計	1,164	1,258	964	1,029	4,415

3 生きがいを巡る状況

3.1 生きがいの意味

本調査では生きがいを表すのに適当と回答者が考えるものについて 2 つまでという条件で質問している。その中で最も多いのは「生きる喜びや満足感」であり、単純集計結果では 43.6%がこれを選んでいる。ここから、生きがいを生活満足に関連付けて考えている人の割合が多いことが見て取れる。満足感というのは主観的な受け止め方であり、このようなことを日頃感じられる生活を送ることができれば、充実した生活を送ることにつながることは間違いのないであろう。この観点から、本稿では生活満足度に主な焦点を当て分析することとしたい。

3.2 生きがいの保有状況

本調査では、生きがいの保有状況を聞いている。元々の調査対象である企業年金のある

サラリーマン本人¹について、生きがいを持っているとする者の比率は 1991 年に行われた第 1 回調査では 66.2%であり、1996 年の第 2 回調査では 78.4%に達したが、以後は趨勢的に低下し、2016年に行われた第 6 回調査では 43.6%と初めて過半数を割り込んだ（菅谷（2016））。今回の第 7 回調査において更にこの保有率が 40.5%まで低下した。

3.3 生きがいの対象

生きがいは人それぞれである。本調査では、どのようなことに生きがいを感じるかについて 3 つまでという条件で質問しており、その男女別の結果は表 2 のとおりである。

表 2 男女別に見た生きがいの対象

	男性		女性		合計	
	実数	%	実数	%	実数	%
仕事	445	20.6	295	13.1	740	16.8
趣味	1,055	48.7	838	37.2	1,893	42.9
スポーツ	288	13.3	137	6.1	425	9.6
学習活動	71	3.3	60	2.7	131	3.0
社会活動（ボランティア含む）	103	4.8	66	2.9	169	3.8
自然とのふれあい	211	9.7	176	7.8	387	8.8
配偶者・パートナーとの生活	787	36.4	726	32.3	1,513	34.3
子ども・孫・親などの家族・家庭	625	28.9	992	44.1	1,617	36.6
友人など家族以外の人との交流	166	7.7	352	15.6	518	11.7
自分自身の健康づくり	250	11.5	343	15.2	593	13.4
ひとりで気ままに過ごすこと	448	20.7	638	28.4	1,086	24.6
自分自身の内面の充実	165	7.6	265	11.8	430	9.7
SNSやネットをとおした交流	37	1.7	37	1.6	74	1.7
その他	63	2.9	86	3.8	149	3.4
合計	2,165	100.0	2,250	100.0	4,415	100.0

全体では「趣味」が最多で、次いで、「子ども・孫・親など家族・家庭」、「配偶者・パートナーとの生活」と続き、これらが 30%以上で、他の項目に比べても特に高い。このことから、趣味及び配偶者を含めた家族・家庭が主な生きがいの対象であると言える。

男性では「趣味」を挙げる者が最も多いが、女性では「子ども・孫・親など家族・家庭」が最多である。男性で 2 番目に多いのは「配偶者・パートナーとの生活」であるが、女性でこれを挙げる者の比率は男性より低く、逆に、「友人など家族以外の人との交流」を挙げる者の比率は男性より女性の方がかなり高い。

なお、本調査では生きがいの対象を生きがいの有無にかかわらず全員に聞いている。そ

¹ 本調査は、1991 年の第 1 回から 2006 年の第 4 回までは企業年金基金に依頼した郵送調査であったことから、企業年金のあるサラリーマンを対象としていた。2011 年の第 5 回からインターネット調査に切替わり、企業年金のないサラリーマンも調査対象になった。

ここで、生きがいの対象ごとに、生きがいを感じると回答した者のうち生きがいを「持っている」と回答した者（生きがい保有者）の数及びその回答者全体に対する割合（生きがい保有率）を見ると表 3 のとおりである。同表中「実数」は生きがい保有者数であり、「％」は生きがい保有者数を分子、表 2 の「実数」を分母とする割合のパーセンテージである。

表 3 男女別に見た生きがいの対象ごとの生きがい保有者及び保有率

	男性		女性		合計	
	実数	%	実数	%	実数	%
仕事	250	56.2	153	51.9	403	54.5
趣味	502	47.6	428	51.1	930	49.1
スポーツ	149	51.7	72	52.6	221	52.0
学習活動	32	45.1	35	58.3	67	51.1
社会活動（ボランティア含む）	61	59.2	48	72.7	109	64.5
自然とのふれあい	85	40.3	74	42.0	159	41.1
配偶者・パートナーとの生活	406	51.6	368	50.7	774	51.2
子ども・孫・親などの家族・家庭	308	49.3	482	48.6	790	48.9
友人など家族以外の人との交流	69	41.6	160	45.5	229	44.2
自分自身の健康づくり	112	44.8	134	39.1	246	41.5
ひとりで気ままに過ごすこと	107	23.9	189	29.6	296	27.3
自分自身の内面の充実	65	39.4	120	45.3	185	43.0
SNSやネットをとおした交流	13	35.1	13	35.1	26	35.1
その他	9	14.3	22	25.6	31	20.8
合計	878	40.6	917	40.8	1795	40.7

これを見ると、生きがいの対象に「社会活動（ボランティアを含む）」を挙げた者の生きがい保有率が最も高くなっている。合計で唯一 60%台であり、女性に限ると 70%台に達している。このように社会活動に生きがいを感じる者は生きがいを持つ割合が高く、実際にこのような活動に参加する社会参加の重要性が指摘できる。

一方、最も低いのは「その他」であるが、これは具体的な記述を求めるものになっている。個々の回答を見るとペットなどの記述も目につくが、多いのは「なし」、「特になし」である。この項目の生きがい保有率が低いのはこのような理由による。

これ以外では、「ひとり気ままに過ごすこと」の低さが注目される。これは調査票に列挙された生きがいの対象の中で唯一消極的な事項であり、内向きの状態を表すと思われる。これを挙げた者の生きがい保有率は 20%台と、「その他」を除く他の事項に比べて低い。そのことから、生きがいについて検討する際には、「ひとり気ままに過ごすこと」を挙げる者について検討することも重要であると考えられる。

なお、合計の生きがい保有率 40.7%は本稿における分析の対象者 4,415 人に対する割合である。他方、第 3.2 節に記載した 40.5%は本稿における分析対象者のうち企業年金のあるサラリーマン本人 1,231 人に対する割合である。

3.4 ライフステージ別に見た生きがいの対象

ライフステージに応じて生きがいの対象は異なると考えられる。そこで年齢層別に生きがいの対象を見ると、表4のとおりとなる。

表4 年齢層別に見た生きがいの対象

	35~44歳		45~54歳		55~64歳		65~74歳	
	実数	%	実数	%	実数	%	実数	%
仕事	223	19.2	238	18.9	177	18.4	102	9.9
趣味	481	41.3	525	41.7	407	42.2	480	46.6
スポーツ	112	9.6	128	10.2	86	8.9	99	9.6
学習活動	49	4.2	38	3.0	22	2.3	22	2.1
社会活動（ボランティア含む）	27	2.3	30	2.4	32	3.3	80	7.8
自然とのふれあい	74	6.4	93	7.4	91	9.4	129	12.5
配偶者・パートナーとの生活	363	31.2	411	32.7	336	34.9	403	39.2
子ども・孫・親などの家族・家庭	464	39.9	428	34.0	324	33.6	401	39.0
友人など家族以外の人との交流	125	10.7	134	10.7	126	13.1	133	12.9
自分自身の健康づくり	98	8.4	127	10.1	128	13.3	240	23.3
ひとりで気ままに過ごすこと	295	25.3	333	26.5	223	23.1	235	22.8
自分自身の内面の充実	94	8.1	119	9.5	93	9.6	124	12.1
SNSやネットをとおした交流	29	2.5	24	1.9	11	1.1	10	1.0
その他	42	3.6	50	4.0	34	3.5	23	2.2
合計	1,164	100.0	1,258	100.0	964	100.0	1,029	100.0

「仕事」は年齢層が進むとともに若干低下するとはいえ 64 歳まではほぼ同水準であるが、65 歳以降でかなり低下する。逆に、「趣味」は年齢層が上がるほど若干だが高くなる。「学習活動」と「社会活動（ボランティアを含む）」は、ともに割合は全般的に低いが、「学習活動」が年齢層とともに低下するのに対し、「社会活動」は上昇する。「自然とのふれあい」、「配偶者・パートナーとの生活」はともに年齢層とともに上昇する。

特徴的なのは「子ども・孫・親などの家族・家庭」であり、45~64 歳で少し低下し、65 歳以降で再度上昇するという特異な変化を見せている。子どもの独立とともに一度低下し、孫の誕生で再上昇するということかもしれない。

「友人など家族以外の人との交流」は 55 歳以上でそれまでより若干高くなる。「自分自身の健康づくり」は年齢層とともに上昇し、65 歳以降でかなり上昇する。「自分自身の内面の充実」も年齢層とともに上昇する。

サラリーマンにとっては、現役中と退職後では、生活が大きく異なることから、その対象にも変化が生じると考えられる。ただし、かつてのサラリーマン諸氏は、月月火水木金金で忙しく働き、定年とともに退職して以後は毎日が日曜日の生活を送るというパターンが多かった。最近でも日本の企業は 60 歳定年制を取るところが多いが、希望者には 65 歳

まで継続雇用を確保するよう企業に義務化され、更に、70歳までの就業確保について企業の努力義務が法定されている。そのようなことから、今日では定年と完全退職は別であり、現役から完全に退職するまで徐々にサラリーマン生活のステージが変化する状況になっている。

そこで、サラリーマン本人 3,396 人について、完全退職したとする者を「完全退職」、完全退職はしていないが、定年又は 50 歳以上の退職を経験した者を「中間層」、それ以外を「現役」として、生きがいの対象を見ると、表 5 のとおりである。

表 5 サラリーマンのステージ別に見た生きがいの対象

	現役		中間層		完全退職	
	実数	%	実数	%	実数	%
仕事	537	22.4	71	26.1	48	6.6
趣味	1,051	43.9	125	46.0	341	46.8
スポーツ	260	10.9	33	12.1	74	10.2
学習活動	82	3.4	8	2.9	19	2.6
社会活動（ボランティア含む）	77	3.2	18	6.6	49	6.7
自然とのふれあい	184	7.7	30	11.0	93	12.8
配偶者・パートナーとの生活	725	30.3	105	38.6	292	40.1
子ども・孫・親などの家族・家庭	782	32.7	89	32.7	257	35.3
友人など家族以外の人との交流	237	9.9	35	12.9	100	13.7
自分自身の健康づくり	237	9.9	35	12.9	157	21.5
ひとりで気ままにすごすこと	597	24.9	62	22.8	165	22.6
自分自身の内面の充実	221	9.2	18	6.6	80	11.0
SNSやネットをとおした交流	40	1.7	3	1.1	10	1.4
その他	82	3.4	5	1.8	22	3.0
合計	2,395	100.0	272	100.0	729	100.0

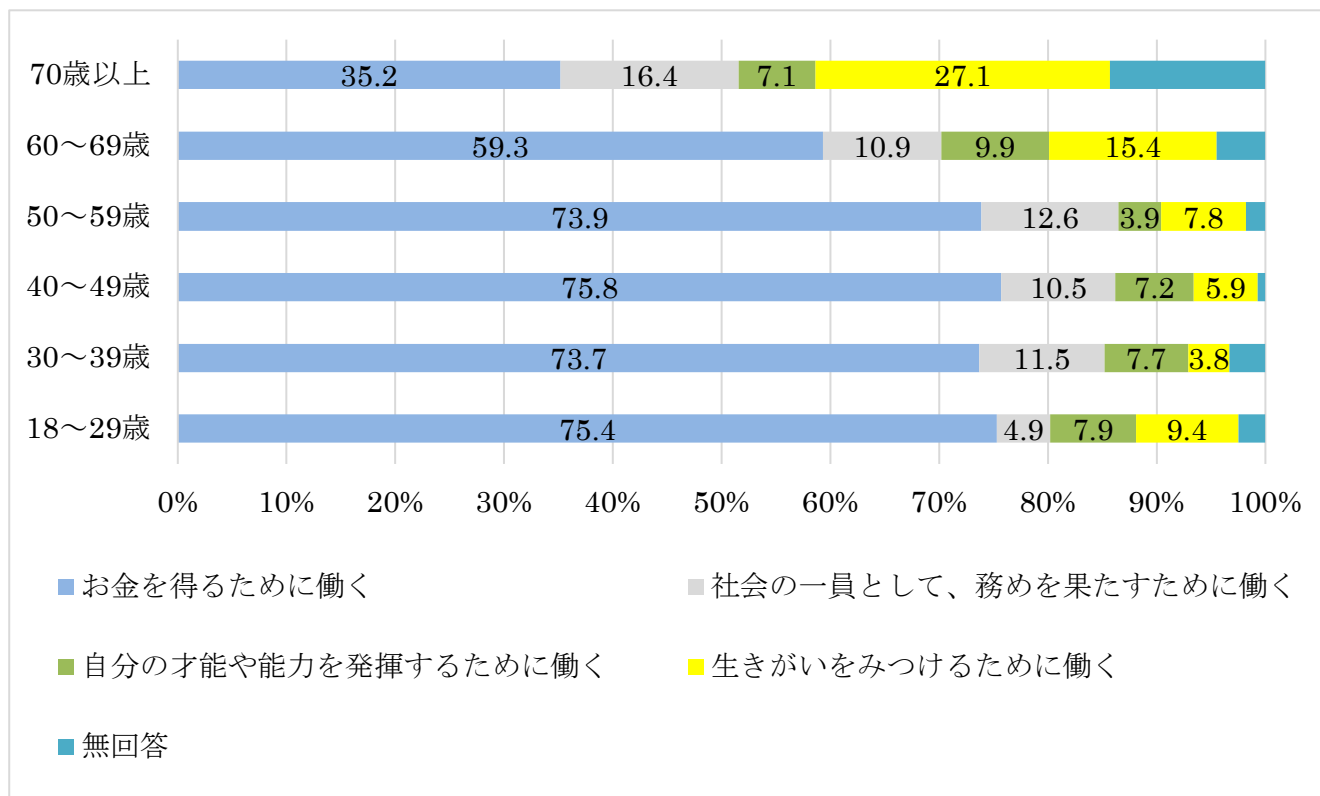
各ステージを通じ、「趣味」を挙げる者が最も多い。現役から中間層になるとある程度増え、完全退職で更に若干ながら増えている。多忙な現役時代に比べ趣味に時間を割きやすくなることを表していると考えられる。

現役で次に多いのは「子ども・孫・親など家族・家庭」である。これに対し、中間層及び完全退職で次に多いのは「配偶者・パートナーとの生活」である。ただし、「子ども・孫・親など家族・家庭」も現役と中間層で率は変わらず、完全退職では増えている。定年や退職に伴って家族に関する関心が増えていくことを示している。

特徴的なのは「仕事」である。現役より中間層で上昇している。日本人の働く目的については、年齢が高くなるほど金銭目的が減り、社会目的や生きがい目的が増える傾向にある。図 1 は内閣府による国民生活に関する世論調査（令和 3 年 9 月調査）の中にある、「働く目的は何か」との質問に対する年齢層別の回答者割合である。これを見ると、「お金を得るために働く」が 60 歳以降かなり減少し、「生きがいを見つけるために働く」が大きく

増大している。働くことについての受け止め方が年齢とともに大きく変化することがここでも明らかになっている。本調査の結果は、このような国民意識と軌を一にするものと言えるだろう。

図1 働く目的は何か²



中間層で増える傾向は「スポーツ」でも見られる。ただし、「仕事」が完全退職後は大幅に低下するのとは異なり、完全退職しても現役とほとんど変わらない。

その他、「社会活動（ボランティア含む）」、「自然とのふれあい」、「友人など家族以外の人との交流」、「自分自身の健康づくり」、「SNSやネットを通じた交流」といった多くの項目でステージが進むとともに割合の上昇が見られる。一方、「学習活動」や「ひとりで気ままに過ごすこと」はステージとともに幾分低下していく。

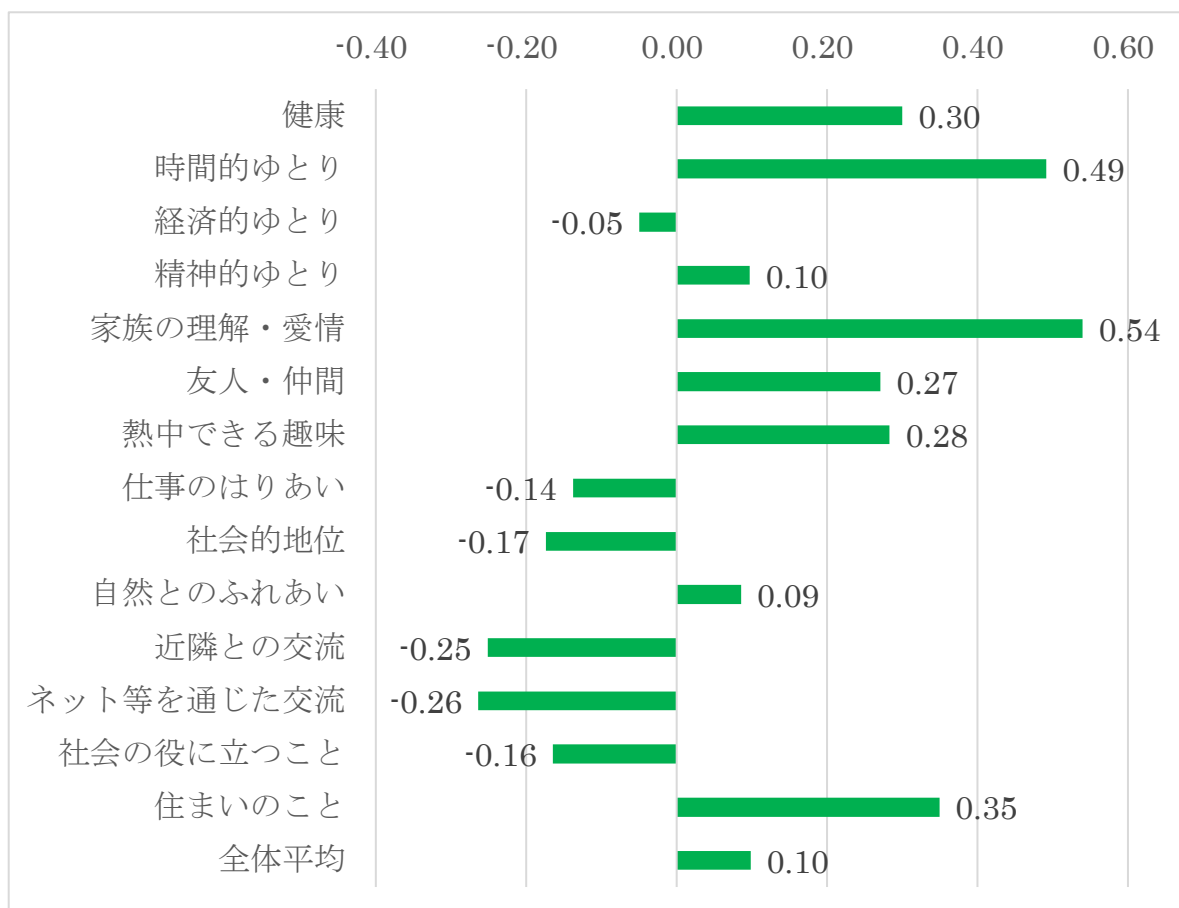
4 全般的な生活満足度

4.1 各種の生活満足度の状況

本調査では生活満足度について様々な角度から 14 項目の質問をしている。回答の選択肢は「十分に満たされている」の 1 から「まったく欠けている」の 5 までの中から 1 つを選んでもらったが、この回答番号を反転・中心化し、「十分に満たされている」を 2、「まあ満たされている」を 1、「どちらともいえない」を 0、「やや欠けている」を -1、「まったく欠けている」を -2 とし、それぞれの項目の平均値を示すと、図 2 のとおりである。なお、全体の平均は 0.10 と幾分プラスであった。

² 「令和 3 年度国民生活に関する世論調査」（内閣府）「3. 生き方、考え方について」（<https://survey.gov-online.go.jp/r03/r03-life/2-3.html>）にある表 24 掲載データを基に筆者作成。

図2 各種生活満足度の状況



生活の各局面のうち家族関係に最も満足感を持つ人が多く、次いで時間的ゆとりである。一方、本調査の対象者層では「インターネット・SNS等を通じた交流」や「近隣との交流」にはあまり満足していないようである。

ちなみに、内閣府（2021）によると、2019年に5.78であった総合的な生活満足度は2020年が5.83、2021年は5.74であった。内閣府の調査は5が中間値である。平均して中間値より若干プラスという点で、本調査との類似性が感じられる。

4.2 生活満足度を規定し得る要因

生活満足度はどのような要因によって規定されているのだろうか。これを探るため、生活満足度について可能性がありうる各種の要因による重回帰分析を行うこととする。これに当たっては、サラリーマン本人と妻とでは生活環境が異なると考えられること、年金ライフプランセミナーは夫婦参加が原則である³ので、本人だけでなく妻についてもまとまった結果を提示することが望ましいことから、サラリーマン本人（第2号・3,396人）と妻（第3号・1,019人）に分けて行う。

目的変数は、反転・中心化した各種の生活満足度を合計した全般的な生活満足度とする。この数値は各回答者によって-26から27までとなっている。各満足度は-2から2までであり、満足度は14項目あるので、その限りでの可能性は-28から28までであるが、第2節に記載したとおり各項目全て同一の回答者は分析対象から除外したので、実際はこのよう

³ 独身者向けのコースも用意されている。

になっている。なお、各満足度も後ほど目的変数として使用する。

説明変数については、本調査のテーマである生きがいの保有のほかに、第 3.3 節で重要性を指摘した社会参加の程度及び生きがいの対象に「ひとりで気ままに過ごすこと」を挙げたかどうかを加える。具体的には次のとおりとする。

- ・ 生きがいの保有について、持っている 1、その他 0。
- ・ 社会参加の程度について、積極的なほど数値が高くなるよう回答を反転させ、「定期的に参加している」4、「ときどき参加している」3、「以前に参加したことがある」2、「参加していない」1。なお、本調査では社会参加について「地域活動やボランティア活動など、何か社会の役に立つ活動」として質問している。
- ・ 生きがいの対象に「ひとりで気ままに過ごすこと」を挙げたかどうかについて、挙げた者 1、その他 0。

これに加え、本調査で把握することができる回答者の客観的属性を用いる。その具体的内容は次のとおりとする。

- ・ 年齢については実数値。
- ・ 年収について、200 万円未満は 1、200～300 万円は 2.5 など 100 万円単位の中央値、ただし、1500 万円以上は 15、「わからない」は、サラリーマン本人については本人中「わからない」以外の者の平均値 6.169731、妻については妻中「わからない」以外の者の平均値 6.046667。なお、本調査では年収を「昨年 1 年間のあなたの世帯の年収（ご夫婦・カップル合わせて）」として質問している。
- ・ 資産額について、なしは 0、100 万円未満は 0.05、100 万円以上～500 万円未満は 0.3 など 1 千万円単位の中央値、ただし、1 億円以上は 10、「わからない」は、サラリーマン本人については本人中「わからない」以外の者の平均値 1.811634、妻については妻中「わからない」以外の者の平均値 1.703585。なお、本調査では資産額を「現在のあなたの世帯（ご夫婦・カップル合わせて）で保有している預貯金株債券などの金融資産」として質問している。
- ・ 婚姻状況について、既婚（配偶者あり）1、その他 0。
- ・ 子どもの有無について、いる 1、いない 0。
- ・ 持ち家状況について、持ち家（一戸建て又は分譲マンション等）1、その他 0。
- ・ 住宅ローンについて、あり 1、なし 0。
- ・ 学歴について、大卒・大学院 1、その他 0。
- ・ これまで中心的な就業形態について、正社員・正職員 1、その他 0。
- ・ 配偶者の現在の就業形態について、正社員・正職員 1、その他 0。なお、サラリーマン本人の場合、配偶者が正社員・正職員であるのは、多くが共働き世帯であることを意味している。妻の場合は、夫の就業形態を意味している。

これらのほかに、第 2 号だけの説明変数として、性別、中間層ダミー及び完全退職ダミーを用いる。第 3 号は全員女性である。中間層ダミー及び完全退職ダミーは表 5 のステージに対応するものであり、現役をベースカテゴリーとする。従って、この 2 つの係数は現役に対してどうかを示す。

- ・ 性別について、男性 1、女性 2。回答番号どおりでありダミー化はしていないが、2 値であるので実質はダミー変数である。

- ・ 中間層について、該当 1、非該当 0。
- ・ 完全退職したかどうかについて、した 1、それ以外 0。

以上について、各変数の基本統計量は表 6 のとおりである。

4.3 全般的な生活満足度に関する重回帰分析の結果

全般的な生活満足度に関する重回帰分析の結果は表 7 のとおりである。変数に D がついているのはダミー変数である。係数の横の***は有意度を表す p 値が 0.1%未満であり強い有意性を示す。**は 1%未満でかなりの有意性、*は 5%未満である程度の有意性、†は 10%未満で弱い有意性をそれぞれ示す。ΔR² は当該変数を加えた場合の決定係数の増分である。説明変数は 2 値や 4 値のカテゴリー変数のほかに、実年齢、金額換算した年収や資産額と様々であり、それらの間で係数値を比較することはできない。類型の異なる変数を相互比較する際によく利用されるのが標準化回帰係数（ベータ）であるが、2 値に標準化されているダミー変数をベータ値で見ることは適切ではない。そこで本稿では ΔR² で説明変数の影響力を評価する。性別、中間層 D 及び完全退職 D は第 3 号には該当しないので、空欄となっている。なお、掲載していないが、全ての変数で VIF 値は 3 を下回っており、多重共線性の心配はない。

以下、分析結果のうち主なものを取り上げ、適宜コメントする。なお、その中には仮説の域を出ないものも多いが、今後の検討課題を示すためにあえて記述する。

4.3.1 生きがい保有の重要性

サラリーマン本人、妻ともに強い有意性を示したのは、生きがい保有 D 及び社会参加であった。重回帰分析の係数は他の説明変数が変わらないという前提で当該説明変数が 1 単位（ダミー変数の場合は 0 から 1 へ）変化した場合の目的変数の変化を示す。全般的満足度は回答者によって -26 から 27 まで 53 段階のいずれかである。係数の符号は正であるので、他の条件が変わらない前提で生きがいを持っていない人が持つことによって、全般的満足度が概ね本人で 6.2 段階、妻では 6.7 段階上昇することを意味する。

ΔR² を見ると、生きがい保有 D が本人、妻とも際だって大きい。生活満足度に対し生きがい保有の影響力が極めて大きいと解釈することができる。充実した生活が満足度の高い生活であるとする、そのために生きがいが必要であることを明確に示すものと言える。

生活満足度と生きがいとの関係は先行研究でも指摘されており、また、第 3.1 節で見たとおり生きがいを生活満足に関連付けて考えている人が多い。これらから、今回の結果は当然であるとはいえ、生きがい保有が生活満足度にこのように強い影響を持つことが確認できた意義は大きいと考えられる。

表 6 各変数の基本統計量

区分		第2号 (標本数：3,396)				第3号 (標本数：1,019)			
変数		平均値	標準偏差	最小	最大	平均値	標準偏差	最小	最大
目的変数と使用	全般的満足度	1.185	8.540	-26	27	2.011	8.160	-26	27
	健康	0.285	0.961	-2	2	0.350	0.970	-2	2
	時間的ゆとり	0.417	1.045	-2	2	0.740	1.020	-2	2
	経済的ゆとり	-0.095	1.119	-2	2	0.099	1.093	-2	2
	精神的ゆとり	0.057	1.063	-2	2	0.231	1.026	-2	2
	家族の理解・愛情	0.483	0.962	-2	2	0.729	0.920	-2	2
	友人・仲間	0.243	0.911	-2	2	0.365	0.914	-2	2
	熱中できる趣味	0.283	0.989	-2	2	0.283	1.017	-2	2
	仕事のはりあい	-0.104	1.014	-2	2	-0.251	1.001	-2	2
	社会的地位	-0.130	0.929	-2	2	-0.318	0.910	-2	2
	自然とのふれあい	0.077	0.934	-2	2	0.114	0.963	-2	2
	近隣との交流	-0.276	0.961	-2	2	-0.170	0.956	-2	2
	ネット等での交流	-0.258	0.985	-2	2	-0.284	1.018	-2	2
	社会の役に立つ	-0.117	0.863	-2	2	-0.322	0.870	-2	2
	住まいのこと	0.321	0.910	-2	2	0.445	0.912	-2	2
説明変数として使用	生きがい保有D	0.403	0.491	0	1	0.417	0.493	0	1
	社会参加	1.562	0.905	1	4	1.504	0.846	1	4
	ひとり気ままD	0.243	0.429	0	1	0.257	0.437	0	1
	年齢	53.358	11.266	35	74	54.719	11.600	35	74
	年収	6.170	3.322	1	15	6.047	2.827	1	15
	資産額	1.812	2.082	0	10	1.704	1.718	0	10
	有配偶D	0.656	0.475	0	1	0.965	0.185	0	1
	子どもありD	0.610	0.488	0	1	0.767	0.423	0	1
	持ち家D	0.730	0.444	0	1	0.784	0.412	0	1
	住宅ローンD	0.241	0.428	0	1	0.265	0.442	0	1
	大卒以上D	0.527	0.499	0	1	0.325	0.469	0	1
	過去正社員D	0.779	0.415	0	1	0.359	0.480	0	1
	配偶者正社員D	0.229	0.420	0	1	0.616	0.487	0	1
	性別	1.362	0.481	1	2	—	—	—	—
	中間層D	0.080	0.271	0	1	—	—	—	—
完全退職D	0.215	0.411	0	1	—	—	—	—	

表 7 全般的な生活満足度についての重回帰分析

目的変数：全般 説明変数：	第2号				第3号			
	係数	標準誤差	ΔR2		係数	標準誤差	ΔR2	
生きがい保有D	6.177 ***	0.263	0.114		6.737 ***	0.448	0.154	
社会参加	1.946 ***	0.142	0.039		1.478 ***	0.265	0.021	
ひとり気ままD	-1.141 ***	0.301	0.003		-1.567 **	0.497	0.007	
年齢	0.044 *	0.017	0.001		0.113 ***	0.029	0.010	
年収	0.253 ***	0.047	0.006		0.291 **	0.089	0.007	
資産額	0.224 ***	0.068	0.002		0.269 †	0.139	0.003	
有配偶D	0.824 *	0.383	0.001		0.644	1.208	0.000	
子どもありD	-0.160	0.335	0.000		-1.313 *	0.529	0.004	
持ち家D	0.664 *	0.313	0.001		1.594 *	0.618	0.005	
住宅ローンD	-0.182	0.338	0.000		-0.097	0.605	0.000	
大卒以上D	0.089	0.267	0.000		0.163	0.475	0.000	
過去正社員D	0.491	0.320	0.001		-0.010	0.453	0.000	
配偶者正社員D	0.202	0.368	0.000		0.407	0.663	0.000	
性別	0.989 ***	0.297	0.002					
中間層D	1.005 †	0.530	0.001					
完全退職D	1.434 **	0.452	0.002					
定数項	-11.455 ***	1.039	0.000		-12.151 ***	2.213	0.000	
調整済み決定係数	0.296				0.306			

4.3.2 社会参加の重要性

生活満足度の観点からも社会参加が重要であることが確認できた。ΔR2を見ると生きがい保有Dに次いで大きい。係数の符号は正であるので、社会参加の程度が増えるほど生活満足度が上昇する。生活の充実のために社会参加も大いに有意義であることを示すものと言える。

ただし、表2を見ると、生きがいの対象として社会活動を挙げる人は多くない。本稿における分析対象者4,415人の社会参加の程度の状況は、「定期的に参加している」5.1%、「ときどき参加している」12.0%、「以前に参加したことがある」15.5%、「参加していない」が67.4%である。定期的とときどきを合わせた参加率は17.1%であり、必ずしも高いとは言えない。これをいかに高めていくかが課題であろう。

4.3.3 生きがいの対象に「ひとりで気ままに過ごすこと」を挙げた者について

生きがいの対象に「ひとりで気ままに過ごすこと」を挙げた者の生活満足度は、サラリーマン本人で強く有意に、妻でもある程度有意に低下する。ひとりで気ままというのは消極的な生活態度であり、生活満足度も低くなることが確認された。

第3.3節で見たとおり、生きがいの対象にこれを挙げた者の生きがい保有率は低い。従

って、生きがいの観点から問題のある集団であることは間違いない。ただし、ひとりで気ままな生活スタイルを好むのは、生来の性格とも言うべきものであり、これ自体を変えることは難しいであろう。

生きがいの保有率が低いとはいえ、生きがいを持つ人も少なからずいる。従って、年金ライフプランセミナーなどで生きがいを持つ意義を説明することは、この層に対しても全く無意味ではないだろう。

生活満足度の背後には様々な要因が複雑に絡み合っているものと思われる。また、第4.3.1節で述べたことを強調した上であるが、生きがいだけが生活満足度を高める方途ではない。第3.2節で見たとおり、今日では生きがいを持たない人が約6割である。これらの中でも満足度の高い生活を送っている人は多い。

今回の分析で問題があることは明らかになった。しかし、どのような対策が有効かまでは今回の分析では分からない。心理的、社会的その他の専門的観点も含め、更に検討していくことが課題であろう。

4.3.4 年収及び資産額

年収が高いと生活満足度がサラリーマン本人は強く有意に、妻もかなり有意に上昇する。資産額も本人については強く有意に、妻についても弱い有意性ながら満足度を上昇させる。年収と資産額は家計経済の基盤である。経済的な基盤が強いと満足度は上昇する。これは常識にかなった結果であろう。

なお、係数を見ると、本人でも妻でも年収の方が資産額より幾分大きい。ΔR²も年収が資産額をかなり上回っている。本分析において、年収の1単位は100万円、資産額の1単位は1千万円である。年収が100万円増える方が、資産額が1千万円増えるより満足度が高まるようである。

4.3.5 年齢及び性別

年齢が高いほど、妻で強く有意に、サラリーマン本人でもある程度有意に、満足度が高い。年齢を重ねることは経験知が蓄積されていくことを意味する。それに伴って生活の各部分に対する理解が進み、満足度が高まるという面があるのではないかと考えられる。

性別は本人だけが該当する項目である。サラリーウーマンは男性サラリーマンに比べて生活満足度が強く有意に高い。ただし、満足度はあくまで主観的なものであり、客観的な条件とは必ずしも一致しないことには留意する必要がある。

4.3.6 子ども及び持ち家の有無

子どもがある世帯の妻は生活満足度がある程度有意に低い。本人は有意ではない。サラリーマンの妻は専業主婦であることが多いだろう。専業主婦世帯では、子育てや子どもの世話が妻だけに集中していることを示唆するものとも言えるかもしれない。

持ち家があると、本人も妻も生活満足度がある程度有意に高い。生活の本拠が確保された状況では満足度が高くなるということであろう。

4.3.7 中間層及び完全退職者

中間層は現役に比べ弱い有意性ながら満足度が高い。現役に比べ、仕事のストレスは軽減され、時間的ゆとりも増えるであろう。

また、完全退職した者はかなり有意に満足度が高い。仕事のストレスからは解放され、時間的余裕は十分である。また、年金のほかに退職一時金その他現役時代に蓄積した資産もあり、経済的ゆとりもある。本調査で見ると、リタイヤ後の生活は現役より充実している模様である。

5 各生活満足度の状況

以上、全般的な生活満足度の状況を見た。本調査では 14 項目にわたって生活の様々な局面に関する生活満足度を聞いている。全般的な生活満足度はこれらを合計した合成値なので、全体状況を見るには適しているが、その分抽象的であり、個別の生活満足度の特色は薄められる。そこで、以下ではそれぞれの生活満足度について重回帰分析を行い検討する。

図 2 で各生活満足度の状況を見た。改めてこれをサラリーマン本人（第 2 号）と妻（第 3 号）に分けると、図 3 のとおりとなる。

これを見ると、総じて妻の生活満足度が本人のそれを上回っている。妻は全ての項目がプラスであるが、本人は近隣との交流をはじめ 6 項目でマイナスになっている。全体平均でも本人が 0.08 に対し妻は 0.14 である。

ところで、冒頭に記したように年金ライフプランセミナーは健康・経済・生きがいが基本コンセプトだが、これからの生き方を展望する「暮らしの基本方針」作成では、これらに加え、仕事、地域、余暇、家族の各側面から生活のあり方を考えている。そこで、以下では、これらに対応する生活満足度として、①健康、②経済的ゆとり、③精神的ゆとり、④仕事のやりがい、⑤近隣との交流、⑥熱中できる趣味、⑦家族の理解・愛情、を取り上げ、個別に検討する。

なお、説明変数は全般的な生活満足度と同じである。また、第 4.3 節の分析結果の見方に関する記述は VIF 値に関するものも含め以下の分析結果にも該当する。

5.1 健康

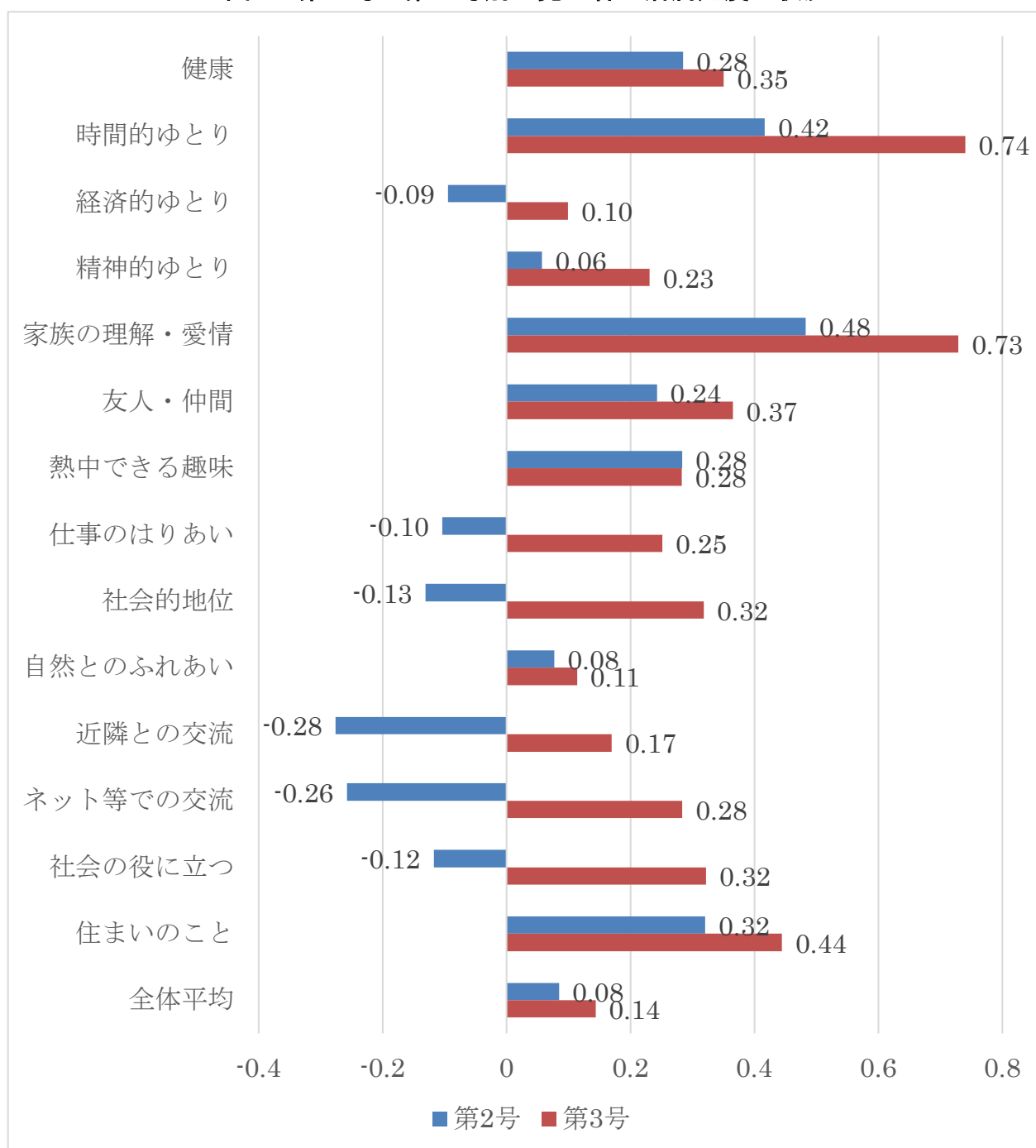
健康に関する重回帰分析の結果は表 8 のとおりである。

サラリーマン本人、妻とも強い有意性を示したのは生きがい保有 D だけであり、 ΔR^2 も最大である。生きがいと健康満足度と強い関連性があることが明らかになった。生きがいを持ち積極的な気持で生活を送っている人は、メンタル面も含め、自分の健康についてポジティブな受け止め方をすることが多いことがうかがわれる。

社会参加が本人で強い有意性、妻である程度の有意性を示した。社会参加をすることは健康のためにもよい。ただし、健康だから社会参加できるという側面もあるだろう。

年収も本人で強い有意性、妻である程度の有意性を示した。年収が高いと、運動や食事など健康によりよい生活習慣を続けやすいだろう。また、健康を害すると、働くことも困難となり、年収も下がるであろう。

図3 第2号・第3号別に見た各生活満足度の状況



サラリーマン本人が有配偶だとかなり有意に満足度が高い。勤労者は結婚するとより健康であると自覚するようである。身を固めると生活習慣がより適正になるのではないかと考えられる。ただし、妻は有意ではない。逆に、夫が正社員の妻はある程度有意に満足度が低い。忙しい夫の世話が妻の健康意識に負の影響を与えているようである。

サラリーウーマンの健康満足度が男性サラリーマンよりかなり有意に高い。健康と美容は表裏一体であり、女性の方が健康に気をつける結果、満足度も高いのかもしれない。一方、飲酒や喫煙、不規則な生活ぶりなどを男性の方がより強く自覚しているのかもしれない。

表 8 健康満足度についての重回帰分析

目的変数：健康 説明変数：	第2号				第3号			
	係数	標準誤差	Δ R2		係数	標準誤差	Δ R2	
生きがい保有D	0.458 ***	0.033	0.050		0.445 ***	0.061	0.048	
社会参加	0.111 ***	0.018	0.010		0.083 *	0.036	0.005	
ひとり気ままD	-0.062	0.038	0.001		0.015	0.068	0.000	
年齢	-0.004 †	0.002	0.001		-0.005	0.004	0.001	
年収	0.023 ***	0.006	0.004		0.026 *	0.012	0.004	
資産額	0.009	0.009	0.000		0.022	0.019	0.001	
有配偶D	0.150 **	0.049	0.003		-0.124	0.165	0.001	
子どもありD	0.011	0.043	0.000		-0.033	0.072	0.000	
持ち家D	-0.014	0.040	0.000		0.190 *	0.084	0.005	
住宅ローンD	-0.020	0.043	0.000		-0.121	0.083	0.002	
大卒以上D	-0.023	0.034	0.000		0.056	0.065	0.001	
過去正社員D	0.006	0.041	0.000		0.087	0.062	0.002	
配偶者正社員D	-0.029	0.047	0.000		-0.179 *	0.091	0.004	
性別	0.112 **	0.038	0.002					
中間層D	0.067	0.067	0.000					
完全退職D	0.033	0.058	0.000					
定数項	-0.246 ***	0.132	0.000		0.176 ***	0.302	0.000	
調整済み決定係数	0.102				0.083			

持ち家がある妻の健康満足度がある程度有意に高い。一般に持ち家の方が賃貸住宅などより生活環境としては良好だろう。それが健康満足度という形で妻に表れていると考えられる。ただし、本人は有意ではない。自宅外で勤務する本人はそのようなことをあまり自覚していないようである。

一般に年齢が高くなるほど健康上の問題が出てくる。本人で弱い有意性ながら負の影響が観察された。なお、サラリーマンのステージ別では健康満足度で有意な差は見られなかった。

5.2 経済的ゆとり

表 9 は経済的ゆとりに関する重回帰分析の結果である。

生きがい保有 D のほかに、年収及び資産額もサラリーマン本人、妻とも強い有意性を示した。経済的ゆとりに関して年収と資産額が重要であることは、論を俟たないだろう。

表9 経済的ゆとりの満足度についての重回帰分析

目的変数：経済 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	ΔR2	係数	標準誤差	ΔR2
生きがい保有D	0.429 ***	0.036	0.032	0.550 ***	0.062	0.057
社会参加	0.127 ***	0.019	0.010	0.012	0.037	0.000
ひとり気ままD	-0.070 †	0.041	0.001	-0.091	0.069	0.001
年齢	0.003	0.002	0.000	0.015 ***	0.004	0.010
年収	0.058 ***	0.006	0.018	0.077 ***	0.012	0.028
資産額	0.125 ***	0.009	0.041	0.113 ***	0.019	0.025
有配偶D	0.065	0.052	0.000	0.148	0.168	0.001
子どもありD	-0.038	0.045	0.000	-0.222 **	0.073	0.007
持ち家D	0.055	0.042	0.000	0.397 ***	0.086	0.016
住宅ローンD	-0.163 ***	0.046	0.003	-0.326 ***	0.084	0.011
大卒以上D	0.081 *	0.036	0.001	0.066	0.066	0.001
過去正社員D	0.132 **	0.043	0.002	0.130 *	0.063	0.003
配偶者正社員D	0.060	0.050	0.000	0.124	0.092	0.001
性別	0.191 ***	0.040	0.005			
中間層D	0.109	0.072	0.001			
完全退職D	0.300 ***	0.061	0.005			
定数項	-1.693 ***	0.141	0.000	-1.946 ***	0.307	0.000
調整済み決定係数	0.247			0.256		

ΔR2を見ると、サラリーマン本人では資産額の値が最も大きく、生きがい保有Dを上回った。また、年収と資産額をΔR2で比較すると、本人では資産額が、妻では年収の方が高い。働いて収入を得るサラリーマン本人は、その額よりもむしろ、積み上がったストックに経済的ゆとりに感じる。これに対し、自らの収入がないか少ない妻は、世帯に資産があることはもとよりであるものの、収入があることの方により満足感を得ているようである。

経済的ゆとりに関しては年収と資産額が基本であるとは言え、生きがい保有もやはり重要である。満足度はあくまで主観的なものであり、実際の資産額や年収だけで自動的に決まるものではない。欲望だけに支配されると、幾ら資産額や年収が上がっても不満感が拭えないだろう。生きがいがあるからこそ、世帯の経済状態を含めて現状を肯定的に受け止め、経済的な満足感にもつながるのではないかと考えられる。

社会参加はサラリーマン本人では強い有意性を示したが、妻では有意にならなかった。社会参加と経済的ゆとりの関係については、社会参加することによって経済的ゆとりが生まれるというよりも、経済的ゆとりがあるから社会参加が可能になるという面が強いらろう。その場合、自らが働くサラリーマン本人は社会参加しやすいのに対し、夫の収入に依存する妻は社会参加しにくい、ということを示唆するものかもしれない。

年齢については、妻は強く有意に満足度が高まる。これに対しサラリーマン本人は有意

ではない。この理由は判然としないが、子どもの独立や夫の退職などに伴う家計支出の減少について家計を預かる妻の方がよく認識するからかもしれない。

子どもがいると妻の満足度がかなり有意に低下する。サラリーマン本人は有意ではない。子育てその他子どもの世話にかかる費用は世帯で負担することが普通だと思われるが、その場合、サラリーマン本人、妻を通じて共通の負担である。しかし、負担感は妻だけに顕在化している。全般的な生活満足でも指摘した、専業主婦世帯では子育てや子どもの世話が妻だけに集中していることを、経済的な負担感という観点からも示唆するものかもしれない。

持ち家があると、妻の満足度が強く有意に上昇する。サラリーマン本人は有意ではない。夫婦の場合、持ち家は本人、妻で同じである。しかし、妻だけに経済的なゆとり感が生じている。この理由は判然としないが、自ら働いて収入がある者とそうでない者で家賃支出がないことの受け止め方に違いが生じているのかもしれない。

他方で、住宅ローンがあると、サラリーマン本人も妻も強く有意に満足度が低下する。住宅ローンは本人の収入から差し引いて返済されることが多いと思われるので、本人の負担感が高まることは当然の結果であろう。しかし、妻の係数値の絶対値は本人の倍であり、妻の負担感の方が強い。家計をやりくりする立場からこのような感覚になることが考えられる。ただし、持ち家 D と比較すると、持ち家 D の係数の絶対値も $\Delta R2$ も、住宅ローン D のそれを上回っている。妻にとっては、住宅ローンがあっても、持ち家があることによる経済的ゆとり感の方が上回る傾向にあるようである。

サラリーウーマンは男性サラリーマンより強く有意に満足度が高い。しかし、回帰分析の対象者であるサラリーマン本人の平均資産額を本調査結果から算出すると、男性 1 千 833 万円、女性は 1 千 805 万円である。平均年収は男性 632 万円、女性 576 万円である。資産額は男性が高いとはいえほぼ同じだが、年収は明らかに男性が高い。しかし、主観的な満足度では、逆の結果になっている。この点からも、客観的な金額と主観的な満足度の違いが見て取れよう。この背景として、男性本人は、世帯主として世帯の収入確保に責任を感じる人が多く、その分要求水準が高いことが考えられる。

サラリーマンのステージ別では、中間層は有意ではないが、完全退職者は強く有意に満足度が高い。完全退職すると収入も減少すると思われるが、このような結果になった。そこで、回帰分析の対象者である本人の平均資産額を本調査結果から算出すると、現役 1 千 575 万円に対し、中間層 2 千 193 万円、完全退職者は 2 千 448 万円と、完全退職者が最も高い。この背景の 1 つに退職一時金の存在があると考えられる。この慣行は残っているとは言え、金額は近時低下傾向にある⁴。平均的には、より早く定年・退職を経験した完全退職者の退職一時金の金額の方が最近定年・退職を経験した中間層より高かったことが、中間層と完全退職者との間の資産額の差に表れていることが考えられる。年収は現役 667

⁴ 退職給付（一時金・年金）の支給実態については厚生労働省・就労条件総合調査において 5 年ごとに調査が行われている。これによる定年退職者 1 人平均退職給付額（常用労働者 30 人以上である会社組織の民間企業で複合サービス業を含まないベース）は、大学・大学院卒（管理・事務・技術職）で、平成 20 年調査 2,280 万円、平成 25 年調査 1,941 万円、平成 30 年調査 1,788 万円、高卒（管理・事務・技術職）で、平成 20 年調査 1,970 万円、平成 25 年調査 1,673 万円、平成 30 年調査で 1,396 万円、高卒（現業職）で、平成 20 年調査 1,493 万円、平成 25 年調査 1,128 万円、平成 30 年調査 1,155 万円である。高卒（現業職）は平成 30 年調査で若干上昇しているが、水準は低い。なお、これらの金額は一時金だけでなく年金も含むが、年金があればその分貯蓄の取崩しが少なくてすむので、資産額の確保に寄与する。

万円、中間層 585 万円、完全退職者 463 万円とステージが進むごとに減少するが、先ほど見たとおりサラリーマン本人にとっては年収より資産額が重要である。完全退職者の経済的ゆとり満足度が有意に高い背景にはこのような事情があると思われる。

一方、中間層の資産額も現役と比べるとかなり高い。資産額から見ると中間層の満足度も有意に高くなってもおかしくないが、実際はそうっていない。中間層はまだ老後に対する経済的な不安感が払拭されていないことから、満足度は現役と変わらない結果になったことが考えられる。

これまで正社員・正職員が中心的な就業形態であった者の満足度は、サラリーマン本人でかなり有意に、妻もある程度有意に高い。また、大卒以上のサラリーマン本人の満足度もある程度有意に高い。金額は省略するが、これらの者の平均年収、平均資産額は、それ以外の者より高いことから、客観的条件とも合致するものとして、首肯できる結果である。

なお、共働き世帯が多いと思われる配偶者が正社員のサラリーマン本人については、有意にならなかった。回帰分析の対象者である本人の平均資産額を本調査結果から算出すると、配偶者が正社員の場合 1 千 853 万円、それ以外の場合 1 千 799 万円とそれほど差はない。しかし、年収については、配偶者が正社員 818 万円、それ以外 557 万円と差は歴然としている。それでもなお、主観的な経済的ゆとり満足度につながっていない。共働き世帯の場合、夫婦で経済的にかなり独立し、夫婦合わせた世帯の資産額や収入ではなく、自身だけの資産額や収入で経済的ゆとりを判断している場合が多いのかもしれない。

5.3 精神的ゆとり

表 10 は精神的ゆとりに関する重回帰分析の結果である。

サラリーマン本人、妻とも強い有意性を示したのは生きがい保有 D と年齢である。生きがい保有 D の ΔR^2 が圧倒的であり、生きがいを持つ人は精神的ゆとりの満足度が大いに高いことを示している。この点でも生きがいの重要性が確認できる。

年齢と精神的ゆとりとの関係も注目される。年齢を重ねるに伴って、精神的なゆとりが高まる。これは経験知が蓄積されるに伴って、人生に対する不安が薄らいでゆく、ということかもしれない。また、子どもが独立し、子育てなどに伴うストレスが減少するためであるとも考えられる。

社会参加は、経済的ゆとり同様、サラリーマン本人だけで強い有意性を示した。本人と妻との違いは勤務の有無であろう。社会参加は収入には結びつかなくとも、社会的な関わり合いという意味では勤労に近い性格がある。サラリーマン本人は勤務の延長線上の感覚で社会参加しやすく、収入目的ではない活動であることが精神的ゆとりにつながるという側面があるのではないだろうか。これに対し、妻は無職が多い。勤務をしていない妻は、精神的ゆとりを求めて社会参加するという機会や動機が相対的に少ないものと思われる。

サラリーマン本人では資産額が、妻では年収が強い有意性を示した。経済的基盤が精神的ゆとりに影響を与えることは理解できる。なお、本人は年収でも弱い有意性を示したものの、資産額による影響が大きい。これに対し、妻は年収だけに影響される結果になっている。

子どもがあると妻だけで精神的ゆとりが強く有意に低下する。本人は有意ではない。一般的な満足度や経済的ゆとりで指摘した、専業主婦世帯では子育てや子どもの世話が妻だ

けに集中していることを、ここでも示唆するものかもしれない。

表 10 精神的ゆとりの満足度についての重回帰分析

目的変数：精神 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	ΔR2	係数	標準誤差	ΔR2
生きがい保有D	0.633 ***	0.034	0.077	0.724 ***	0.060	0.113
社会参加	0.120 ***	0.019	0.010	0.046	0.036	0.001
ひとり気ままD	-0.054	0.039	0.000	0.071	0.067	0.001
年齢	0.012 ***	0.002	0.007	0.020 ***	0.004	0.022
年収	0.011 †	0.006	0.001	0.042 ***	0.012	0.010
資産額	0.039 ***	0.009	0.005	0.026	0.019	0.002
有配偶D	0.096 †	0.050	0.001	0.050	0.162	0.000
子どもありD	-0.049	0.044	0.000	-0.254 ***	0.071	0.010
持ち家D	-0.054	0.041	0.000	0.048	0.083	0.000
住宅ローンD	-0.028	0.044	0.000	-0.080	0.081	0.001
大卒以上D	-0.015	0.035	0.000	0.050	0.064	0.001
過去正社員D	0.028	0.042	0.000	0.107 †	0.061	0.002
配偶者正社員D	0.103 *	0.048	0.001	0.050	0.089	0.000
性別	0.005	0.039	0.000			
中間層D	0.236 ***	0.069	0.003			
完全退職D	0.369 ***	0.059	0.009			
定数項	-1.302 ***	0.135	0.000	-1.530 ***	0.297	0.000
調整済み決定係数	0.227			0.210		

サラリーマンのステージ別では、中間層も完全退職者も現役に比べ強く有意に満足度が高い。現役に比べ仕事のストレスが減少することを反映したものであろう。係数を見ると、中間層より完全退職が約 1.5 倍高い。ΔR2 は 3 倍である。中間層で仕事のストレスが軽減し、完全退職で同ストレスから解放されるということであろう。

配偶者が正社員であるサラリーマン本人はある程度有意に満足度が高い。共働き世帯では配偶者との距離感が保て、ストレスが相対的に少ないのであろう。また、共働きによる経済的ゆとりが、経済的ゆとりの満足度ではなく精神的ゆとりの満足度に表れているのかもしれない。

弱い有意性ながら、有配偶のサラリーマン本人の満足度が高い。家庭を持つことで精神的に安定することがうかがわれる。過去に正社員・正職員が主な就業形態であった妻も弱く有意に満足度が上昇する。忙しい時代よりストレスの少ない生活を送っているケースが多いものと思われる。

5.4 仕事のはりあい

表 11 は仕事のはりあいに関する重回帰分析の結果である。

表 11 仕事のほりあい満足度についての重回帰分析

目的変数：仕事 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	Δ R2	係数	標準誤差	Δ R2
生きがい保有D	0.549 ***	0.034	0.064	0.480 ***	0.063	0.052
社会参加	0.115 ***	0.019	0.010	0.109 **	0.037	0.008
ひとり気ままD	-0.154 ***	0.039	0.004	-0.226 **	0.070	0.009
年齢	0.006 **	0.002	0.002	0.006	0.004	0.002
年収	0.030 ***	0.006	0.006	0.013	0.013	0.001
資産額	-0.006	0.009	0.000	0.011	0.019	0.000
有配偶D	-0.021	0.050	0.000	0.025	0.169	0.000
子どもありD	0.069	0.044	0.001	0.013	0.074	0.000
持ち家D	-0.053	0.041	0.000	-0.074	0.087	0.001
住宅ローンD	0.070	0.044	0.001	0.215 *	0.085	0.006
大卒以上D	0.036	0.035	0.000	-0.088	0.067	0.002
過去正社員D	-0.069	0.042	0.001	-0.167 **	0.063	0.006
配偶者正社員D	0.026	0.048	0.000	0.130	0.093	0.002
性別	0.068 †	0.039	0.001			
中間層D	0.105	0.069	0.001			
完全退職D	-0.431 ***	0.059	0.013			
定数項	-0.961 ***	0.135	0.000	-0.985 ***	0.310	0.000
調整済み決定係数	0.150			0.093		

ここでもサラリーマン本人、妻とも強い有意性を示したのは生きがい保有 D だけであり、 ΔR^2 も格段に大きい。勤労者に関しては、仕事が生きがいという人がいることは理解できる。他方、妻は、回帰分析の対象者 1,019 人中 3 分の 2 以上 (697 人) が現在無職と答えている。約 4 分の 1 (249 人) はパート・アルバイトである。そのような状況でもなお、生きがいを持っている妻は仕事にはりあいを感じる度合いが高い。

社会参加しているほど本人は強く有意に、妻もかなり有意に、仕事のほりあいを感じている。本調査では社会参加について「地域活動やボランティアなど」として聞いている。これらは収入を伴わないという点で仕事ではないが、ある程度責任を伴うという点では仕事に近いものと言うこともできるだろう。社会参加を仕事に準ずるものとして捉え、それにはりあいを感じるという面もあるのではないかと推察される。

生きがいの対象に「ひとり気ままに過ごすこと」を挙げた者の仕事のほりあい満足度が、サラリーマン本人では強く有意に、妻でもかなり有意に低下する。ひとり気ままに過ごすのは、仕事をするのとは正反対の生活態度である。これを選好する人は仕事のほりあいを感じる事が少ないことは、相応の結果と言えよう。

年齢が高くなるほどサラリーマン本人はかなり有意に仕事のほりあい満足度が高くなる。第 3.4 節で見たとおり、日本人の働く目的については、年齢が高くなるほど金銭目的が減り、社会目的や生きがい目的が増える傾向にある。金銭目的であっても相応にはりあいは

感じられるであろうが、社会目的や生きがい目的になるとより一層はりあいが感じられるであろう。

サラリーマン本人の年収が強く有意に満足度を高める。仕事について金銭的見返りが大きいほどはりあいが高まるのは当然であろう。

過去に主に正社員・正職員であった妻は、かなり有意に仕事のはりあい満足度が低下する。先に見たとおり、現在は妻の大半が無職又はパート・アルバイトである。正社員・正職員だったときに感じていたはりあいが今は感じられないということであろう。

住宅ローンがあると妻の仕事のはりあい満足度がある程度有意に上昇する。妻なりに、ローン返済のために仕事を頑張ろうとする姿勢の表れかもしれない。一方、サラリーマンは有意ではない。元々仕事がある勤労者にとっては、住宅ローンがあるからといって仕事の受け止め方が変わるわけではないということであろう。

サラリーマンのステージ別では、中間層は有意ではない。第 3.4 節で見たように中間層は現役より仕事が生きがいと考える者の割合が高い。しかし、仕事のはりあい満足度は現役と有意には違わない。生きがいの対象として仕事をイメージすることと、仕事にはりあいを感ずることとは、似て非なる関係にあるということであろう。一方、完全退職者は強く有意に仕事のはりあい満足度が低い。仕事をしなくなるのだからこれは当然であろう。

5.5 近隣との交流

表 12 は近隣との交流に関する重回帰分析の結果である。

サラリーマン本人、妻とも強い有意性を示したのは、生きがい保有 D、社会参加、生きがいの対象が「ひとりで気ままにすごすこと」及び持ち家である。

この項目では社会参加の ΔR^2 が最大である。本調査では社会参加を「地域活動やボランティア活動など、何か社会の役に立つ活動」として質問している。まさに近隣での活動であり、これに参加しているほど満足度が高いことは納得できる。

生きがいを持っていると近隣との交流も積極的な気持で進めることができるようである。生きがいが交流を結びつけている場合もあるであろう。

生きがいの対象に「ひとり気ままにすごすこと」を挙げた者はサラリーマン本人も妻も強く有意に満足度が低下する。ひとり気ままとは、他人との関わり合いを持たないということであるから、これは理解できる結果である。

持ち家があるということはその地域に定住するケースが多いと思われる。その場合、近隣との交流にも積極的になることは理解できる。ただし、弱い有意性ながら、住宅ローンがある本人の満足度は低下する。ローンがあるということは居住し始めてまだ期間が経っておらず、交流も深まっていないためであると思われる。

年齢が妻でかなり有意に満足度を高める。近所づきあいが長くなるほど満足度が高まることを示している。一方、勤労者であるサラリーマン本人はそのようなことはないようである。

表 12 近隣との交流満足度についての重回帰分析

目的変数：近隣 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	Δ R2	係数	標準誤差	Δ R2
生きがい保有D	0.312 ***	0.032	0.023	0.329 ***	0.058	0.027
社会参加	0.291 ***	0.017	0.068	0.232 ***	0.034	0.038
ひとり気ままD	-0.138 ***	0.037	0.004	-0.231 ***	0.064	0.011
年齢	-0.001	0.002	0.000	0.011 **	0.004	0.007
年収	0.012 *	0.006	0.001	-0.014	0.012	0.001
資産額	-0.020 *	0.008	0.002	0.005	0.018	0.000
有配偶D	0.117 *	0.047	0.002	0.194	0.156	0.001
子どもありD	0.043	0.041	0.000	0.093	0.068	0.002
持ち家D	0.234 ***	0.038	0.009	0.276 ***	0.080	0.010
住宅ローンD	-0.069 †	0.041	0.001	-0.003	0.078	0.000
大卒以上D	-0.057 †	0.032	0.001	0.037	0.061	0.000
過去正社員D	0.031	0.039	0.000	-0.014	0.058	0.000
配偶者正社員D	0.012	0.045	0.000	0.081	0.086	0.001
性別	0.061 †	0.036	0.001			
中間層D	0.075	0.064	0.000			
完全退職D	0.172 **	0.055	0.002			
定数項	-1.166 ***	0.126	0.000	-1.640 ***	0.286	0.000
調整済み決定係数	0.180			0.156		

年収がサラリーマン本人の満足度がある程度高める。冠婚葬祭その他近隣との交流では多少の支出を伴うことが間々ある。収入が高いと近隣との間でゆとりを持って交流ができるということであろう。ただし、資産額は本人にある程度有意に負の影響を及ぼす。多くの資産を保有していると、他人から羨まれたり、融通を頼まれないかといった心配が生じたりし、これが近隣との交流にマイナスに働いている可能性が考えられる。なお、妻については、近隣との交流で経済的側面はあまり関係がないようである。

有配偶だとサラリーマン本人の満足度がある程度有意に高まる。单身よりも夫婦あるいは家族ぐるみの方が近隣との交流が進みやすいことであろう。

大卒以上のサラリーマン本人は弱く有意にだが満足度が低い。高学歴の者はプライドも高く、これが近隣との交流にマイナスに働いているのかもしれない。本人の性別では、女性の方が弱く有意に近隣との交流で満足感を得やすい。女性の方が近所づきあいは得意のようである。

サラリーマンのステージ別では、完全退職者はかなり有意に満足度が高い。人間関係が職場から地域へ中心が移り、上下関係から対等な関係に変化することに伴うものではないかと考えられる。

5.6 熱中できる趣味

表 13 は熱中できる趣味に関する重回帰分析の結果である。

表 13 熱中できる趣味の満足度についての重回帰分析

目的変数：趣味 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	Δ R2	係数	標準誤差	Δ R2
生きがい保有D	0.634 ***	0.034	0.090	0.707 ***	0.061	0.109
社会参加	0.088 ***	0.018	0.006	0.069 †	0.036	0.003
ひとり気ままD	-0.079 *	0.038	0.001	-0.111 †	0.067	0.002
年齢	0.006 *	0.002	0.002	0.012 **	0.004	0.008
年収	0.005	0.006	0.000	0.011	0.012	0.001
資産額	0.005	0.009	0.000	0.022	0.019	0.001
有配偶D	-0.143 **	0.049	0.002	0.066	0.163	0.000
子どもありD	-0.095 *	0.043	0.001	-0.172 *	0.071	0.005
持ち家D	0.039	0.040	0.000	0.034	0.083	0.000
住宅ローンD	-0.010	0.043	0.000	-0.103	0.082	0.001
大卒以上D	0.021	0.034	0.000	0.080	0.064	0.001
過去正社員D	0.075 †	0.041	0.001	-0.102 †	0.061	0.002
配偶者正社員D	0.059	0.047	0.000	-0.002	0.090	0.000
性別	-0.061	0.038	0.001			
中間層D	0.021	0.068	0.000			
完全退職D	0.183 **	0.058	0.003			
定数項	-0.352 ***	0.133	0.000	-0.789 ***	0.299	0.000
調整済み決定係数	0.141			0.185		

サラリーマン本人、妻とも強い有意性を示したのは生きがい保有 D であり、ΔR2 も他の変数を圧倒している。表 2 で見たとおり、「趣味」は生きがいの対象として男性では第 1 位、女性では第 2 位である。このように生きがいと趣味の間には強い関連性があることからすると、この結果は当然であろう。

社会参加するほど本人で強く有意に、妻は弱く有意にだが満足が高くなる。ただし、この経路は必ずしも判然としない。表 2 を見ても「社会活動（ボランティアを含む）」を生きがいの対象に挙げる人の比率はかなり低い。趣味が社会活動という人もいるだろうが、普通は趣味の対象と社会参加する対象は別であろう。結局、熱中できる趣味を持っている人は何事にも前向きであり、社会参加にも積極的に取り組む傾向がある、ということではないかと考えられる。

年齢が上がると、サラリーマン本人はある程度有意に、妻はかなり有意に満足度が上昇する。表 4 を見ても年齢層が上がるほど趣味が生きがいの対象であると回答する者の割合が高まっており、これと整合的である。

サラリーマン本人で有配偶だと、かなり有意に満足度が低下する。また、子どもがいる

と本人も妻もある程度有意にやはり満足度が低下する。これらは、家族のために時間を取ったり、気遣いをする必要が生じる分、趣味に熱中しにくくなることを意味するものであろう。

生きがいの対象に「ひとり気ままに過ごすこと」を挙げたサラリーマン本人はある程度有意に、妻も弱く有意に満足度が低下する。気ままに過ごすことは、趣味に熱中することとは異なる。この違いの表れであろう。

過去に正社員であったサラリーマン本人は弱く有意に満足度が上昇する。雇用や収入が安定していた正社員時代に始めた趣味が現在も継続することがあることを示すものかもしれない。ただし、妻は逆に、弱く有意に満足度が低下する。家庭に入り、自らの収入がないか低い妻は、正社員時代の趣味を継続することが難しいのかもしれない。

サラリーマンのステージ別では、完全退職した者の満足度がかなり有意に高い。完全退職すると趣味に没頭しやすくなることは理解できる。

5.7 家族の理解・愛情

表 14 は家族の理解・愛情に関する重回帰分析の結果である。

サラリーマン本人、妻とも強い有意性を示したのは生きがい保有 D であり、 ΔR^2 も格段に大きい。表 2 で見たとおり、生きがいの対象は、「趣味」が最多だが、次いで、「子ども・孫・親など家族・家庭」、「配偶者・パートナーとの生活」と続き、これらが 30% 以上で、他の項目に比べても特に高い。特に、女性では「子ども・孫・親など家族・家庭」が最多である。このように生きがいと家族は強い関連性があることから、この結果も当然であろう。

社会参加がサラリーマン本人で強い有意性を示した。社会活動に積極的に取り組む人は、家族の理解・愛情も得やすいということであろう。

生きがいの対象に「ひとり気ままに過ごすこと」を挙げた本人の満足度が強く有意に低下し、妻も弱い有意性ながら低下する。「ひとり」とは家族との関わりもなく、という意味でもあることから、この結果は理解できる。

年収が妻の満足度をある程度有意に上昇させる。また、弱い有意性ながら、資産額はサラリーマン本人の満足度を上昇させる。経済的基盤が強いと家族の理解・愛情も高まることを示している。

サラリーマン本人は有配偶であると強く有意に満足度が高まる。配偶者は家族の中で最も重要な存在と言っても過言ではない。本人についてのこのような結果は納得できる。これに対し、妻については有意ではない。第 3.3 節で述べたとおり、生きがいの対象に「配偶者・パートナーとの生活」を挙げる者の比率は女性が男性より低く、逆に、「友人など家族以外の人との交流」を挙げる者の比率は男性より女性の方がかなり高い。このようなことを反映した結果かもしれない。

表 14 家族の理解・愛情満足度についての重回帰分析

目的変数：家族 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	Δ R2	係数	標準誤差	Δ R2
生きがい保有D	0.462 ***	0.032	0.050	0.587 ***	0.057	0.092
社会参加	0.068 ***	0.018	0.004	0.037	0.034	0.001
ひとり気ままD	-0.224 ***	0.037	0.009	-0.143 *	0.063	0.004
年齢	0.001	0.002	0.000	0.002	0.004	0.000
年収	0.009	0.006	0.001	0.023 *	0.011	0.004
資産額	0.015 †	0.008	0.001	0.021	0.018	0.001
有配偶D	0.347 ***	0.047	0.013	0.020	0.153	0.000
子どもありD	-0.033	0.041	0.000	-0.124 †	0.067	0.003
持ち家D	0.044	0.039	0.000	0.032	0.078	0.000
住宅ローンD	-0.048	0.042	0.000	-0.117	0.077	0.002
大卒以上D	-0.011	0.033	0.000	-0.054	0.060	0.001
過去正社員D	0.081 *	0.039	0.001	0.053	0.057	0.001
配偶者正社員D	-0.059	0.045	0.000	0.110	0.084	0.002
性別	0.181 ***	0.037	0.006			
中間層D	0.122 †	0.065	0.001			
完全退職D	0.176 **	0.056	0.003			
定数項	-0.445 ***	0.128	0.000	0.200 ***	0.281	0.000
調整済み決定係数	0.158			0.121		

サラリーマン本人で性別が強い有意性を示したことも注目される。符号が正なので女性の満足度が高い、即ち、男性の不満感が女性より高い。この背景として、男性本人は、世帯主として世帯の収入確保に責任を感じる人が多く、その分家族の理解・愛情に対する要求水準が高いこと、あるいは、妻が子どもの世話を注力する結果、夫が妻から顧みられないと感じることが多いことなどが考えられる。

また、弱い有意性ながら、子どものある妻の満足度は低い。サラリーマン本人は有意ではない。専業主婦世帯で子育てその他の負担が妻に集中している状況を示すものかもしれない。

サラリーマン本人が過去に主に正社員であれば、ある程度有意に満足度が上昇する。安定した雇用環境や収入の下で家族を形成できたことが現在の満足度につながっている可能性が考えられる。

サラリーマンのステージ別では、中間層は弱く有意に、完全退職者はかなり有意に満足度が高い。退職に伴って人間関係が職場中心から家族中心に変化することがよく指摘される。これはそのような状況を反映するものであろう。

5.8 その他の生活満足度

以上の他、本調査で把握できる次の事項の生活満足度に関する重回帰分析の結果（説明

変数はサラリーマン本人又は妻について何らかの有意性を示したものに限定) を巻末に参考資料として掲載する。

- ・ 時間的ゆとり
- ・ 友人、仲間
- ・ 社会的地位
- ・ 自然とのふれあい
- ・ インターネット・SNS等を通じた交流
- ・ 社会の役に立つこと
- ・ 住まいのこと

これらについて細かなコメントは省略するが、これら全てでサラリーマン本人、妻とも生きがい保有 D が強い有意性を示している。ΔR²については、生きがい保有 D が本人、妻とも最大のものが多い。ただし、社会の役に立つことに関しては本人、妻とも社会参加が、また、インターネット・SNS等を通じた交流に関しては本人で社会参加が、それぞれ生きがい保有 D のΔR²を上回っている。

6 生きがい保有と各生活満足度との関連性

以上のとおり、生きがい保有と各生活満足度との間に強い関連性が見られた。そこで、生きがい保有 D を目的変数とし、各満足度を説明変数とするロジスティック回帰を行う。

ロジスティック回帰では目的変数と説明変数のオッズ比が表示される。これは他の説明変数が変わらないという条件で、説明変数が 1 単位変化した場合の目的変数のオッズの変化率を表す。オッズはある比率 r について「 $r/(1-r)$ 」で定義される。生きがい保有のオッズは「生きがいを持っている者の比率÷それ以外の者の比率」である。表示されるのはオッズの比であるので 1 が中立であり、1 を上回ると増加、下回ると減少を意味する。なお、この回帰は生きがい保有と各生活満足度との関連性を見るためであり、また、サンプル数が多い方が望ましいので、サラリーマン本人と妻を合わせて行う。その結果は表 15 のとおりである(疑似決定係数⁵は 0.202)。

強い有意性を持って生きがい保有のオッズが最も大きく上昇するのは熱中できる趣味であり、次いで、精神的ゆとり、社会の役に立つこと、家族の理解・愛情、仕事のほりあいである。また、かなりの有意性を持って、自然とのふれあい、友人・仲間及び健康が、そして、ある程度の有意性を持って、住まいのことが続く。係数値の大きさもこの順番である。

時間的ゆとりはある程度有意に生きがい保有のオッズを減少させる。単に時間にゆとりがあるだけでは、かえって生きがいを持たない方に傾きがちになる。

逆に、経済的ゆとり、社会的地位、近隣との交流及びネット等を通じた交流は有意にならなかった。経済的なゆとりや社会的地位があってもそれだけで生きがいを持つことにはならない。とりわけ経済的ゆとりについては、年収や資産額が増えるとサラリーマン本人で強い有意性を持って、妻についても一定の有意性を持って、全般的な生活満足度が上昇し、多くの個別の生活満足度でも有意に上昇する関係を示したことと対比すると、意外である。年収や資産額は客観的な金額であるのに対し、経済的ゆとりは主観的な満足度であり、両者はあくまで別物であることの表れと見るべきであろう。

⁵ McFadden の疑似決定係数であり、この値は一般に小さくなる傾向があるとされている。

表 15 生きがい保有と各生活満足度に関するロジスティック回帰

説明変数：	オッズ比	標準誤差
健康	1.158 **	0.051
時間的ゆとり	0.895 *	0.042
経済的ゆとり	1.064	0.045
精神的ゆとり	1.444 ***	0.079
家族の理解・愛情	1.274 ***	0.063
友人・仲間	1.165 **	0.059
熱中できる趣味	1.648 ***	0.072
仕事のはりあい	1.245 ***	0.062
社会的地位	0.950	0.054
自然とのふれあい	1.174 **	0.057
近隣との交流	0.983	0.048
ネット等での交流	0.948	0.040
社会の役に立つ	1.368 ***	0.079
住まいのこと	1.111 *	0.054

回帰分析は関連性を示すが、因果関係を示すものではない。これについては、説明変数と目的変数が直接関係する場合と、両変数を隠れた因子が媒介する間接的な関係である場合があるが、いずれにしても論理的には、説明変数⇒目的変数と、目的変数⇒説明変数の、2つの関係が成り立ちうる。生活満足度が高いと物心いずれか、又は、両面でゆとりや余裕ができ、生きがいを持ちやすいという関係は考えられる。しかし、やはり生きがいを持つことが積極的な生活態度につながり、その結果各種の生活満足度も高くなる、という面が強いのではないだろうか。

7 おわりに

充実した生活を送るためには生きがいが必要であると言われていた。しかし、その意味するところは必ずしも明確ではなかった。今回の回帰分析によって、生きがいを持つことと生活満足度との間に強い関連性があることが明らかになった。

これまでも年総研の年金ライフプランセミナーでは、シニア層に向け、生きがいを持つことが充実した生活を送るために大切であると説明してきた⁶。生きがいが必要であることは感覚的には理解できることであり、受講者から反論されるようなことも特にはなかった。しかし、なぜそうなのか、もし仮に突っ込んで質問されるようなことがあると、生き

⁶ あくまでそのような説明にとどめており、生きがいの具体的内容に踏み込んだり、生きがいを持つよう直接働きかけたりするようなことは行っていない。生きがいは人それぞれであり、セミナー主催者が一方的に教えるようなものではない。セミナーで行っているのは、①健康、②家計経済、③仕事、④地域との人間関係、⑤余暇活動、⑥家族との人間関係、⑦その他、の各局面に着目した将来の生活の展望と、それに基づく暮らしの基本方針の作成である。生きがいについては、そのような生活を展望する中で、受講者各自で考えるよう促している。

がいという概念の曖昧さもあり、これまでは明快な回答をすることが必ずしも容易ではなかったものと思われる。

今回の分析結果はこれに対する有力な回答材料になるであろう。年金ライフプランセミナーに対し、1つのエビデンスを提供するものと言えるだろう。今後必要に応じ、セミナー資料にも分析結果の要点を反映させることを検討したい。

重回帰分析で用いた説明変数のうち客観的な属性は、本人が意図して簡単に換えられるものでは必ずしもない。一方、生きがいを持つことは、社会参加とともに、本人の意図に相当程度よっている。このことから、これらを後押しするようなライフプランセミナーなどの意義が改めて確認できるのではないだろうか。

ただし、気がかりなのは、生きがいを持つ人の割合が趨勢的に低下しており、今回調査で更に低下したことが明らかになったことである。生きがいの保有率が低下するということは、充実した生活を送っていると感じている人が少なくなり、生活の安定感が失われつつあることを示す兆候とも考えられる。今後のわが国の社会的安定性にもかかわる重要な課題と捉えるべきかもしれない。

なお、時間的制約もあり、第6回以前の調査データに基づいた分析作業はできなかった。また、回帰分析の結果について種々のコメントを書いたが、これらの多くは現時点では筆者の仮説に過ぎない。本当にコメントどおりのことが成り立つのか、様々な角度からの検証が必要である。更に、回答者の行動特性や性格などの変数を加えるとどうなるのか、メンタル面の影響はどうか、各年齢層別に見るとどうなのかといったより掘り下げた分析も考えられる。これらは今後の課題としたい。

参考文献

- 石黒格（2014）『改訂 Stata による社会調査データの分析』北大路書房
- 佐藤眞一（2002）「心理的・内面的側面と生きがい」『第3回サラリーマンの生活と生きがいに関する調査～サラリーマンシニアを中心として～』シニアプラン開発機構
- 佐藤眞一（2007）「生活満足度および性格と生きがい」『第4回サラリーマンの生活と生きがいに関する調査～サラリーマンシニアを中心として～』年金シニアプラン総合研究機構
- 菅谷和宏（2016）「サラリーマンの生活と生きがいの変化（団塊の世代を追って）：第1回～第6回『サラリーマンの生活と生きがいに関する調査』の調査結果」『年金研究』No.7
- 内閣府（2019）「「満足度・生活の質に関する調査」に関する第1次報告書」
<https://www5.cao.go.jp/keizai2/wellbeing/manzoku/pdf/report01.pdf>
- 内閣府（2021）「満足度・生活の質に関する調査報告書 2021～我が国の Well-being の動向～」
<https://www5.cao.go.jp/keizai2/wellbeing/manzoku/pdf/report05.pdf>
- 丸山桂（2017）「高齢者世帯の家計と生きがい—正社員経験者の男女比較を中心として—」『年金研究』No.7

参考資料

各生活満足度に関する重回帰分析のうち本文に掲載しなかったもの
(説明変数は何らかの有意性を示したもののみ)

時間的ゆとりについての重回帰分析

目的変数：時間 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	Δ R2	係数	標準誤差	Δ R2
生きがい保有D	0.345 ***	0.035	0.024	0.385 ***	0.063	0.032
社会参加	0.091 ***	0.019	0.006	0.057	0.037	0.002
ひとり気ままD	0.051	0.040	0.000	0.168 *	0.070	0.005
年齢	0.016 ***	0.002	0.011	0.022 ***	0.004	0.026
年収	-0.005	0.006	0.000	0.038 **	0.013	0.008
資産額	0.032 ***	0.009	0.003	0.013	0.019	0.000
子どもありD	-0.083 †	0.044	0.001	-0.352 ***	0.074	0.019
配偶者正社員D	0.087 †	0.049	0.001	0.125	0.093	0.002
中間層D	0.204 **	0.070	0.002			
完全退職D	0.543 ***	0.060	0.020			
定数項	-0.766 ***	0.137	0.000	-0.507 ***	0.311	0.000
調整済み決定係数	0.182			0.122		

友人・仲間についての重回帰分析

目的変数：友人 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	Δ R2	係数	標準誤差	Δ R2
生きがい保有D	0.467 ***	0.031	0.057	0.422 ***	0.056	0.048
社会参加	0.129 ***	0.017	0.015	0.127 ***	0.033	0.013
ひとり気ままD	-0.084 *	0.035	0.001	-0.172 **	0.062	0.007
年齢	0.005 *	0.002	0.001	0.017 ***	0.004	0.018
年収	0.022 ***	0.005	0.004	0.027 *	0.011	0.005
有配偶D	0.086 †	0.045	0.001	0.029	0.151	0.000
過去正社員D	0.073 †	0.038	0.001	0.046	0.057	0.001
性別	0.251 ***	0.035	0.013			
完全退職D	0.125 *	0.053	0.001			
定数項	-0.975 ***	0.122	0.000	-1.108 ***	0.277	0.000
調整済み決定係数	0.150			0.132		

社会的地位についての重回帰分析

目的変数：社地位 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	Δ R2	係数	標準誤差	Δ R2
生きがい保有D	0.412 ***	0.032	0.043	0.450 ***	0.057	0.055
社会参加	0.130 ***	0.017	0.015	0.117 ***	0.034	0.011
ひとり気ままD	-0.100 **	0.036	0.002	-0.168 **	0.063	0.006
年齢	0.004 †	0.002	0.001	0.003	0.004	0.001
年収	0.044 ***	0.006	0.015	0.011	0.011	0.001
過去正社員D	0.064 †	0.039	0.001	-0.087	0.058	0.002
完全退職D	-0.265 ***	0.055	0.006			
定数項	-1.010 ***	0.125	0.000	-1.084 ***	0.282	0.000
調整済み決定係数	0.135			0.090		

自然とのふれあいについての重回帰分析

目的変数：自然 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	Δ R2	係数	標準誤差	Δ R2
生きがい保有D	0.428 ***	0.032	0.046	0.384 ***	0.060	0.036
社会参加	0.163 ***	0.017	0.023	0.118 **	0.036	0.010
ひとり気ままD	-0.066 †	0.037	0.001	-0.253 ***	0.067	0.013
年齢	0.004 †	0.002	0.001	0.006 †	0.004	0.002
有配偶D	0.100 *	0.047	0.001	0.214	0.163	0.002
持ち家D	0.140 ***	0.038	0.004	0.004	0.083	0.000
住宅ローンD	-0.076 †	0.041	0.001	-0.010	0.081	0.000
中間層D	0.118 †	0.064	0.001			
完全退職D	0.137 *	0.055	0.002			
定数項	-0.701 ***	0.126	0.000	-0.741 ***	0.298	0.000
調整済み決定係数	0.133			0.097		

インターネット・SNS等を通じた交流についての重回帰分析

目的変数：ネット 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	ΔR2	係数	標準誤差	ΔR2
生きがい保有D	0.250 ***	0.035	0.014	0.369 ***	0.065	0.030
社会参加	0.166 ***	0.019	0.021	0.159 ***	0.038	0.016
ひとり気ままD	-0.054	0.040	0.001	-0.200 **	0.072	0.007
年齢	-0.009 ***	0.002	0.004	-0.005	0.004	0.001
住宅ローンD	-0.056	0.045	0.000	0.182 *	0.088	0.004
配偶者正社員D	0.092 †	0.049	0.001	-0.072	0.096	0.001
完全退職D	0.105 †	0.061	0.001			
定数項	-0.193 ***	0.139	0.000	-0.510 ***	0.320	0.000
調整済み決定係数	0.050			0.065		

社会の役に立つことについての重回帰分析

目的変数：社役 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	ΔR2	係数	標準誤差	ΔR2
生きがい保有D	0.399 ***	0.029	0.047	0.405 ***	0.052	0.049
社会参加	0.246 ***	0.016	0.060	0.298 ***	0.031	0.076
ひとり気ままD	-0.070 *	0.033	0.001	-0.161 **	0.058	0.006
年収	0.029 ***	0.005	0.008	-0.004	0.010	0.000
子どもありD	0.064 †	0.037	0.001	-0.016	0.061	0.000
大卒以上D	0.079 **	0.029	0.002	0.016	0.055	0.000
過去正社員D	0.036	0.035	0.000	-0.115 *	0.053	0.004
性別	0.056 †	0.032	0.001			
完全退職D	-0.200 ***	0.049	0.004			
定数項	-0.887 ***	0.113	0.000	-1.179 ***	0.257	0.000
調整済み決定係数	0.178			0.177		

住まいのことについての重回帰分析

目的変数：住まい 説明変数：	第2号			第3号		
	係数	標準誤差	Δ R2	係数	標準誤差	Δ R2
生きがい保有D	0.400 ***	0.031	0.042	0.499 ***	0.054	0.068
社会参加	0.104 ***	0.017	0.010	0.015	0.032	0.000
年齢	0.002	0.002	0.000	0.007 †	0.003	0.003
年収	0.003	0.005	0.000	0.032 **	0.011	0.007
資産額	0.035 ***	0.008	0.005	0.023	0.017	0.002
有配偶D	0.078 †	0.044	0.001	-0.220	0.146	0.002
子どもありD	-0.068 †	0.039	0.001	-0.127 *	0.064	0.003
持ち家D	0.345 ***	0.036	0.022	0.537 ***	0.075	0.041
住宅ローンD	0.217 ***	0.039	0.008	0.107	0.073	0.002
過去正社員D	0.079 *	0.037	0.001	0.137 *	0.055	0.005
性別	0.093 **	0.034	0.002			
完全退職D	0.188 ***	0.052	0.003			
定数項	-0.758 ***	0.120	0.000	-0.508 ***	0.267	0.000
調整済み決定係数	0.167			0.190		

【以上】