

40 歳代男性の生活満足感に影響する要因の探索的研究

問題・目的部分の要約

人生の中盤にあたる成人期は、従前より人生の中でも最も安定した時期と考えられてきた。ところが 20 世紀中盤からは、人生の他の時期と同様に変化、変動の多い時期ととらえ直されるようになってきた。成人期の生活は、複数の場、複数の役割で構成されている。そのため、側面ごとに研究の俎上に上がることが多いが、それらは一人の個人の中で総合的に判断され、主観的な生活満足感に影響を与えているといえよう。本研究では、これまでの研究を参考に、主観的な生活満足感に影響を与えると考えられる要因を、健康、家族関係、仕事ストレス、金銭、自由になる時間の 5 つに整理した。そして、一般的に働き盛りといわれる 40 歳代男性の有職者を対象に、その影響について検討しようとするものである。

方 法

調査時期および対象

2019 年 6 月から 7 月にかけて、九州にある 4 つの事業所（製造業 2 社、金融業 1 社、通信業 1 社）の正規雇用従業員に対して調査を実施した。調査は、勤労者の生活感調査として、性別、年齢を問わずに実施したが、本論では 40 歳代男性のデータのみを分析対象とする。

調査内容

年齢、性別、世帯人数などの属性の他、以下の 6 つについてである。

健康 代表的な心身両面に関する総合的健康調査票である改訂版 QoFHMH 調査票日本版（QoFHMH 研究会, 2002a）を用いた。結果はマニュアル（QoFHMH 研究会, 2002b）に基づいて整理した。その得点範囲は、60 点から 120 点までであり、高得点であるほど健康度が高いことを示す。

家族関係 認知された家族の凝集性を測定する尺度である家族凝集性尺度（西，2001a, 2001b）を用いた。教示文，選択肢，得点化も西（2001a）にならった。この尺度は3つの下位因子をもつことが明らかにされているが，19項目の総得点が家族凝集性という概念を代表する点数として適切とされている（西，2001b）。回答は7段階で求めるものであり，得点範囲は19点から133点，凝集性を高く認識しているほど高得点となる。なお1人世帯の場合には，記入を求めている。

仕事ストレス Spence（1990）の作成した職務および職場ストレスを測定する尺度の簡易版（SWSS Short Form; Spence, et al., 1993）を邦訳したものである，塩口・谷脇（1998）の仕事ストレス尺度を用いた。塩口・谷脇にならい，職務ストレスと職場ストレスの合計を仕事ストレス得点とした。得点範囲は10から100であり，高得点であるほどストレスを感じていることを示す。

金銭 おおよその年間世帯所得について自己申告を求めた。回答は，「100万円未満」「100万円以上200万円未満」「200万円以上300万円未満」という100万円を区切りとする選択肢を，「1900万円以上2000万円未満」「2000万円以上」まで設け，あてはまるものを選択することで求めた。なお「2000万円以上」の場合は，自由記述で金額の記入を求めている。各選択肢には，「100万円未満」を1，「2000万円以上」を21とする1から21までの数値を与えた。

自由になる時間 自らの意思で自由に何かをすることができる時間を，1週間にどの程度確保することができるかを，「あなたが自分で自由に使える時は，1週間にどれくらい確保できるでしょうか。その合計時間数をお答えください。ただし，睡眠時間は通常通りに確保するとします」という教示文でたずねた。

主観的生活満足感 安曇（印刷中）が，主観的な生活満足感を測定するために作成した尺度から，「全体的満足感」の因子を構成する7項目を用いた。安曇は，この因子が主観的な生活満足感の中で，中核的な位置にあるものとしている。項目は，「今の自分の生活に満足している」，「自分の今の生活は，望んでいたものとはまったく違っている（逆転項目）」，「家庭についても，仕事についても，自分の生き方についても，特に後悔していることはない」などである。なお，これらの項目は調査票においては家族関係尺度に混入させた。そのため回答は7段階である。

調査手順

改訂版 QoFHMH 調査票日本版，それ以外の設問を1冊の調査冊子にまとめたもの，依頼文，返送用封筒の4種を各事業所の福利厚生関係部署を通して従業員に配付し，郵送により調査用紙を回収した。総計で1,528部を配付し，回収できたのは962部であった（回収率63.0%）。記入漏れのあるものや，後に述べる理由で分析に不適当と考えられるデータを除いた結果，本研究の対象になる，家族をもつ40歳代男性の有効回答は128部であった。

結果と考察

まず，128名の有効回答を得点化し，平均値，標準偏差とともに，最小値，最大値を算出した。さらに各指標間のピアソンの積率相関係数も算出した（Table 1）。なお，主観的生活満足感については α 係数，

ω 係数を算出したところ、 $\alpha=.82$ 、 $\omega=.88$ であり、十分な信頼性を有していることが確認できた。また金銭に関しては、400万円未満の回答はなかったが、1400万円以上は数ケースあり、その中には非常に大きい値が含まれていた。これらは分析において結果を歪める可能性があるため、1400万円以上のケースについては分析の対象外とした。

Table 1
各測定値の基礎統計量と相関係数

	平均値	標準偏差	最小値	最大値	健康	家族関係	仕事 ストレス	金銭	自由になる 時間
健康	89.97	8.09	68	118	1.00				
家族関係	87.53	7.93	67	108	.21 *	1.00			
仕事ストレス	65.38	8.58	46	88	-.23 **	-.26 **	1.00		
金銭	8.75	2.29	5	14	-.04	-.03	.13	1.00	
自由になる時間	25.44	6.76	6	41	.25 **	-.29 **	-.37 **	.16	1.00
主観的生活満足感	30.62	6.09	17	48	.38 **	.38 **	-.43 **	.20 *	.43 **

* $p<.05$, ** $p<.01$

それぞれの指標の平均値から、本調査対象の特徴を検討すると、まず改訂版 QoFHMH の平均値は、マニュアル (QoFHMH 研究会, 2002b) によると、平均的な健康水準の範囲内にあった。家族関係得点は、ほぼ西 (2001b) の調査における得点と同等であった。なお、西 (2001b) の研究では、中学生、高校生の子どもをもつ父親 (32 歳から 60 歳) をまとめて平均点を算出したものである。また仕事ストレス尺度の平均得点は、標準化を行った塩口・谷脇 (1998) を参照すると、今回の対象者の平均値は 55 パーセントイル付近に位置し、ストレスはやや高めといえるだろう。金銭に関しては、平均値は 8.75 であったが、最頻値は 7、すなわち「600 万円以上 700 万円未満」であり、中央値は 9 (800 万円以上 900 万円未満) であった。その分布を家計調査等にみられる分布と比較すると、本研究の調査対象者の多くは中位の層に属するといえるが、下位層を含まない点に留意する必要がある。自由になる時間に関しては、「りばてい」誌が行った調査 (りばてい, 2010) が類似している。そこではサラリーマンの 1 日あたりの平均として 3.2 時間という結果が報告されている。この結果からすると 1 週間では 22 時間程度と推測され、今回の結果における平均値 25.44 の方がやや長いものの、大きく異なっているとはいえないだろう。主観的生活満足感、安曇 (印刷中) の研究における壮年期 (40 ~ 59 歳) の男性の平均値とほぼ同等であった。以上の結果から、本調査対象者は、所得の面で下位層を含んでいないことが特徴であり、仕事ストレスが平均よりもやや高い傾向にあるものの、ほぼ従前の調査等と同様の傾向をもっているといえよう。

次に、主観的生活満足感を従属変数、その他の変数を独立変数とする重回帰分析を行った。Table 1 に示された独立変数間の相関係数は中程度以下であり、また VIF 値も 1.09 から 1.65 の間にあるため多重共線性の問題はないと考えられる。なお、変数は強制投入とした。

重回帰分析の結果、自由度調整済み重決定係数は .49 であり、1%水準で有意な値であった。それぞれの独立変数から従属変数への偏回帰係数、標準誤差および標準偏回帰係数は、Table 2 に示す通りである。

Table 2
重回帰分析結果

	<i>B</i>	<i>se</i>	β
健康	0.11	0.05	.15 *
家族関係	0.35	0.06	.45 **
仕事ストレス	-0.10	0.05	-.14
金銭	0.44	0.18	.17 *
自由になる時間	0.40	0.07	.45 **

* $p < .05$, ** $p < .01$

Table 2 に示されるように、健康と金銭から主観的生活満足感への標準偏回帰係数は 5%、家族関係、自由になる時間は 1% 水準で有意な正の係数であった。標準偏回帰係数の大きさから、家族関係と自由になる時間は主観的生活満足感の大きな規定因となっているといえよう。また従前の研究では主観的な生活満足感に影響を与えると位置づけられていた仕事ストレスは、重回帰分析の結果においては有意な影響を与えるものとは認められなかった。

本研究における独立変数の選択は、従前の研究において主観的生活満足感と関連が認められた変数であることを条件とした。Table 1 に示されるように、いずれの独立変数も主観的生活満足感と有意な相関関係にあり、この点では、従来の研究知見に沿った結果が確認できたものといえる。しかし、重回帰分析の結果では、仕事ストレスは有意な関連を持たず、また健康や金銭も家族関係や自由になる時間に比べると低い標準偏回帰係数に留まった。このような結果は、これまで個別に研究されてきた主観的生活満足感の影響因について包括的に検討する必要性を示唆するものといえよう。

(以下、略)