

ビジネスパーソンの「退社後の時間の使い方」に関する調査2017

～若年層ほど残業や会社の付き合いが多く、退社後も大忙し?!～

2016年9月、内閣官房に「働き方改革実現推進室」が設置され、長時間労働や非正規と正社員の格差是正、高齢者の就労促進など、「働き方」について様々な対策が講じられようとしています。そんな中、今回の調査ではビジネスパーソンが「退社後の時間をどう使っているか？」に注目。「働き方」に紐づく課題や需要、また消費行動の傾向がみえてきました。ビジネスパーソン1,000人のアンケートから、その実態に迫ります。

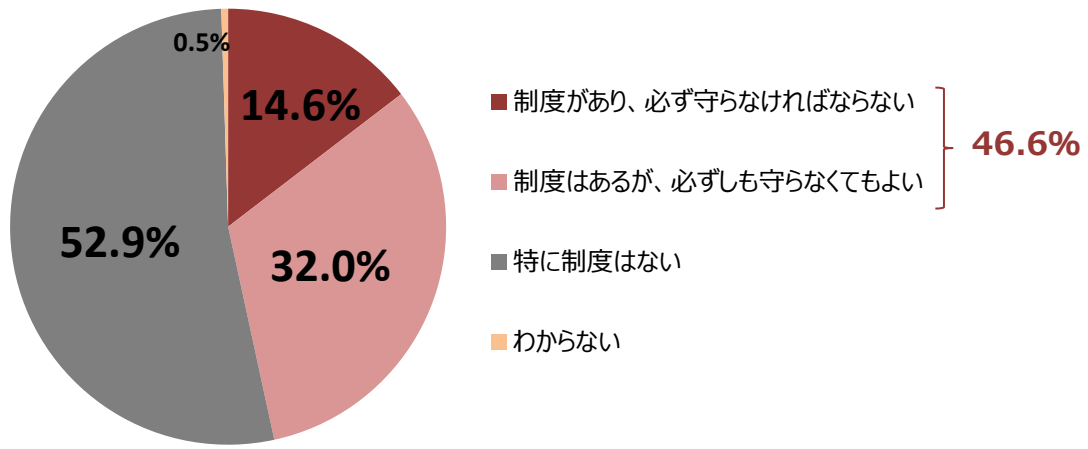
【調査結果】

全体で46.6%の人が、「退社時間を定める制度がある」 「退社時間を定める制度がある」人ほど、退社後に予定がある傾向

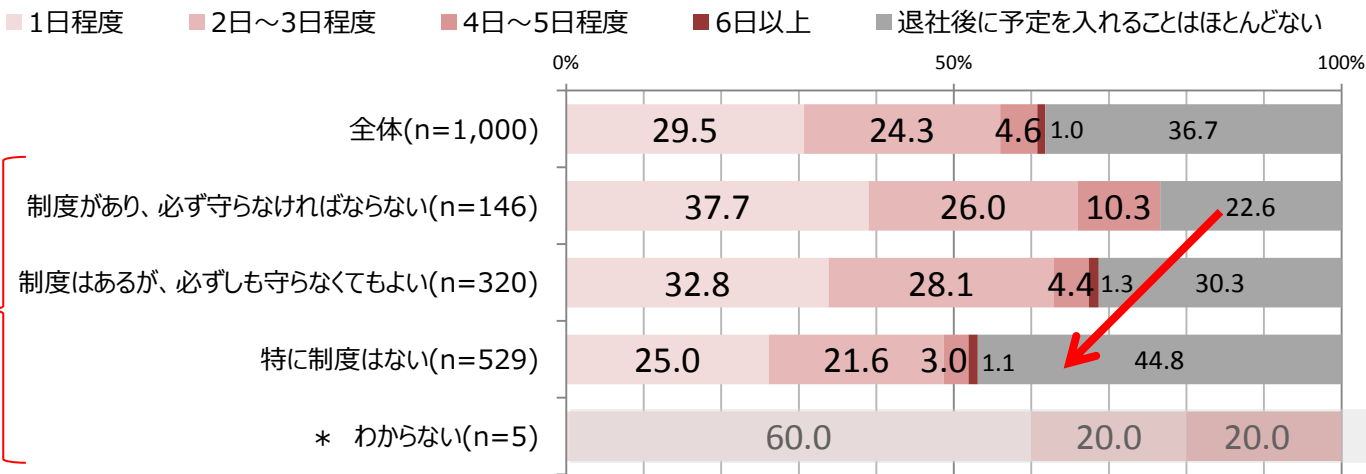
「退社時間を定める制度」について、「制度があり、必ず守らなければならない」14.6%、「制度はあるが、必ずしも守らなくてもよい」32.0%、合わせて46.6%となった。

また、退社後に（自宅外での）予定がある日数は、全体で「1日程度」29.5%、「2～3日程度」24.3%、「4～5日程度」4.6%、「6日以上」1.0%、「退社後に予定を入れることはほとんどない」36.7%。退社時間を定める制度の有無別では、「制度がある」人より「特に制度はない」人のほうが、予定がある割合が少ない結果となった。

【「ノー残業デー」など、退社時間を定める制度があるか】(SA) (n=1,000)



【退社後に（自宅外での）予定を入れるのは、1週間で何日ぐらいあるか】(SA)



退社時間制度の有無別

*・・・n=30未満のため参考値

退社後に予定がある日は「ショッピング」をする人が最も多く31.8%

退社後に予定がある日の過ごし方について、全体では「ショッピング」が最も多く31.8%。次いで「恋人・夫婦・家族での食事」19.4%。

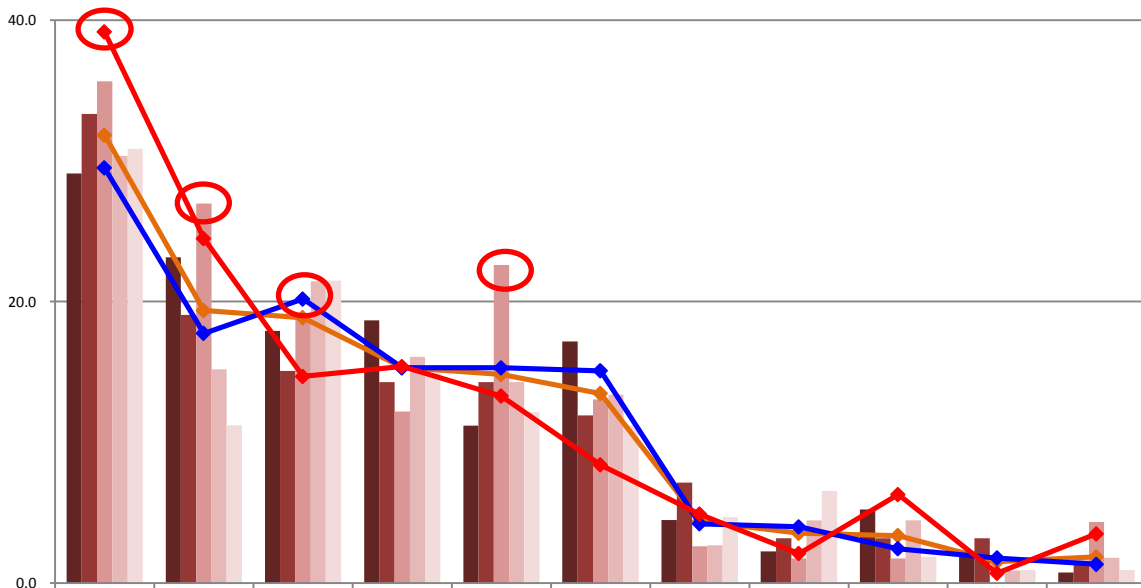
男女別で差が目立つのは「ショッピング」で、女性が39.2%と男性の29.5%を9.7%上回る結果となった。また、「同僚や会社関係者との飲み会、食事会」は男性が20.2%と、女性の14.7%を5.5%上回る結果となった。

年代別で差が目立つのは「恋人・夫婦・家族での食事」で、40代が27%と最も高く、次いで20代が23.1%で、60代以上の11.2%が最も低い。また、「ジムやヨガ、ランニングなどの運動」は、40代が22.6%と最も高い結果となった。

▼予定が“ある日”の過ごし方

【退社後に予定がある日は、何をして過ごすことが多いか“週に1回以上”】(MA)

20代(n=134) 30代(n=126) 40代(n=115) 50代(n=112)
60代以上(n=107) 全体(n=594) 男性(n=451) 女性(n=143)



		ショッピング	恋人・夫婦・家族での食事	同僚や会社関係者との飲み会、食事会	会、食事会 人・知人との飲み会、食事会	プ ライベートな友人・知人との飲み会、食事会	ランニングなどの運動	ジムやヨガ、ランニングなどの運動	1人で食事（外食）	習いごと	ブ、コンサートなどの娯楽	映画鑑賞、ライブ、美容院	ン、マッサー、エステ、美容院	リラクゼーション、マッサー、エステ、美容院	ビジネススクール、大学院	その他
全体(n=594)		31.8	19.4	18.9	15.3	14.8	13.5	4.4	3.5	3.4	1.5	1.9				
性別	男性(n=451)	29.5	17.7	20.2	15.3	15.3	15.1	4.2	4.0	2.4	1.8	1.3				
	女性(n=143)	39.2	24.5	14.7	15.4	13.3	8.4	4.9	2.1	6.3	0.7	3.5				
年齢	20代(n=134)	29.1	23.1	17.9	18.7	11.2	17.2	4.5	2.2	5.2	2.2	0.7				
	30代(n=126)	33.3	19.0	15.1	14.3	14.3	11.9	7.1	3.2	3.2	3.2	1.6				
	40代(n=115)	35.7	27.0	19.1	12.2	22.6	13.0	2.6	1.7	1.7	0.0	4.3				
	50代(n=112)	30.4	15.2	21.4	16.1	14.3	13.4	2.7	4.5	4.5	0.9	1.8				
	60代以上(n=107)	30.8	11.2	21.5	15.0	12.1	11.2	4.7	6.5	1.9	0.9	0.9				

20代・30代は、予定がない日に寄り道をする頻度が高い傾向 「食事・飲み会」に誰かを誘うのは、20代が最も多く40.0%

予定がない日の過ごし方について、「通勤経路内」で寄り道をして帰るのは、全体で33.1%。男女別では女性が40.9%と、男性を10.3%上回る結果となった。年代別では20代、30代が41.5%と40代以上よりも高かった。

また「通勤経路外」で寄り道して帰るのは、全体で21.0%。男女で差はないが、年代別では60代以上14.0%と他の年代を顕著に下回った。

「食事・飲み会に誰かを誘う」のは全体で33.9%で、男女差はないが年代別では20代が40.0%と最も高く、60代以上を10%上回る結果となった。

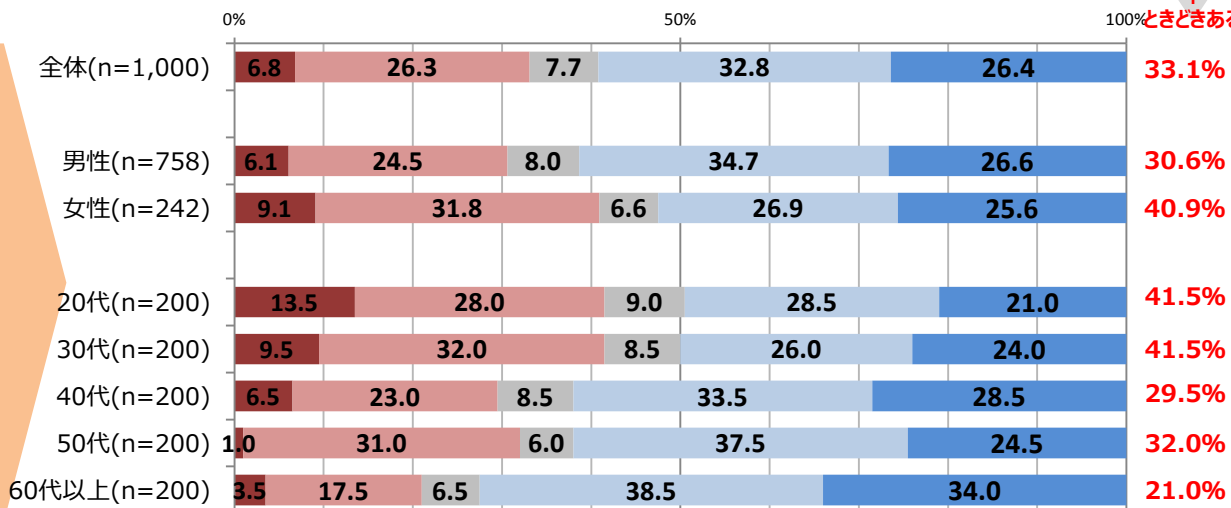
▼予定が“ない日”の過ごし方

【退社後に予定がない日は、どのような行動をとることが多いか】(MA)

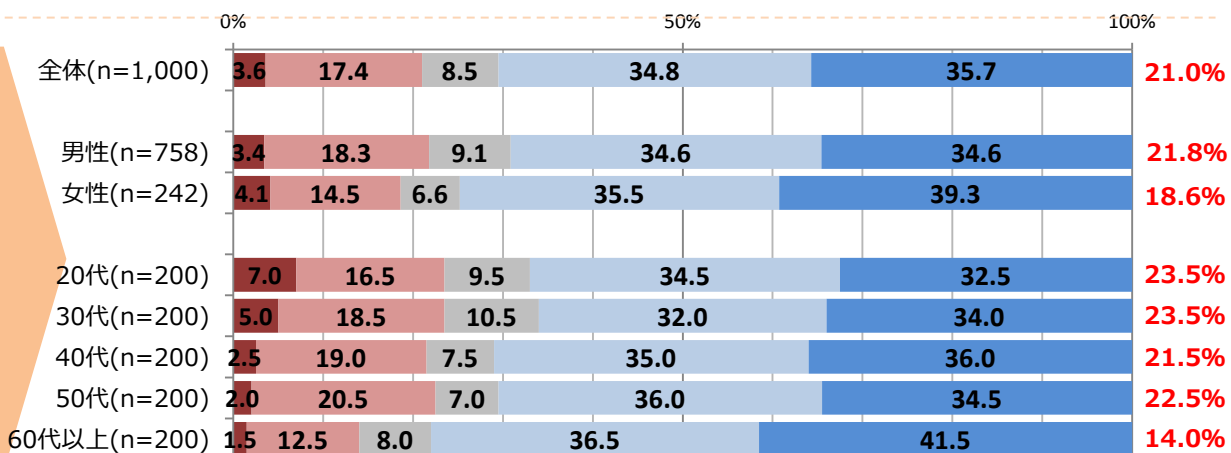
■よくある ■ときどきある ■わからない ■あまりない ■まったくない

よくある +
ときどきある

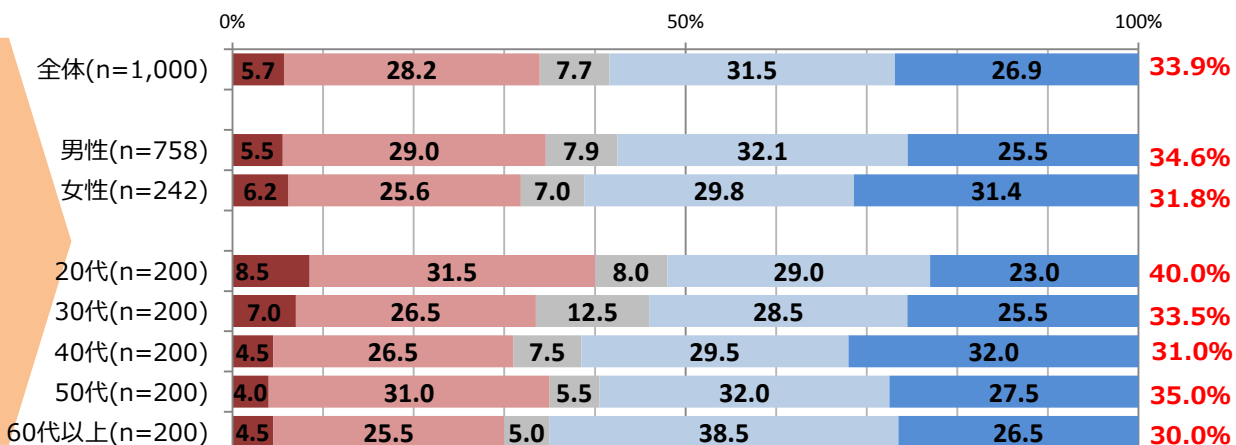
「通勤経路内」で予定がない寄り道をして帰る



「通勤経路外」で予定がない寄り道をして帰る

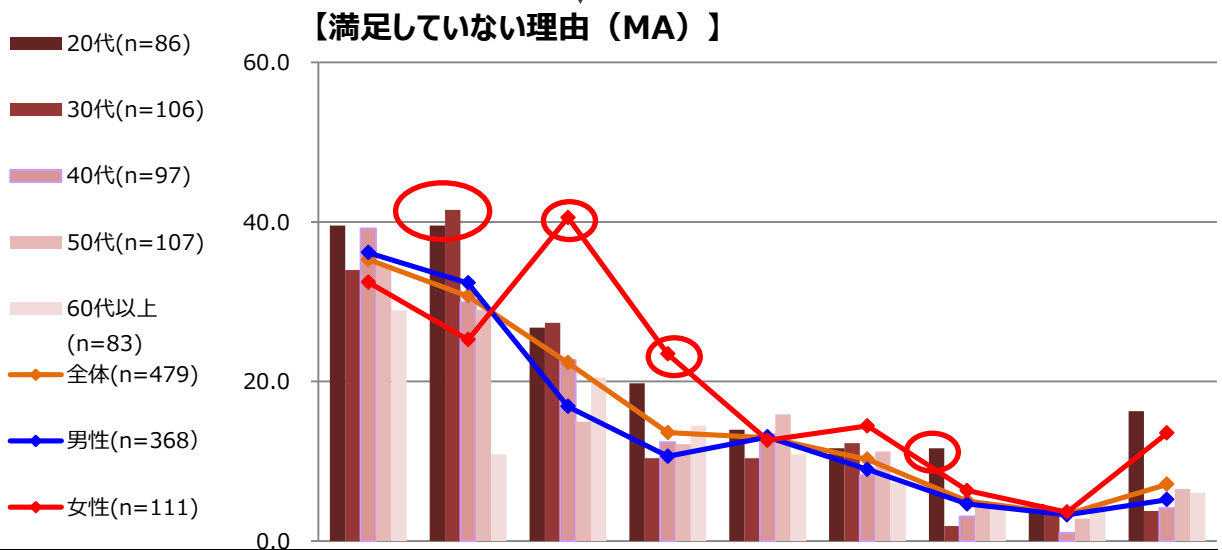
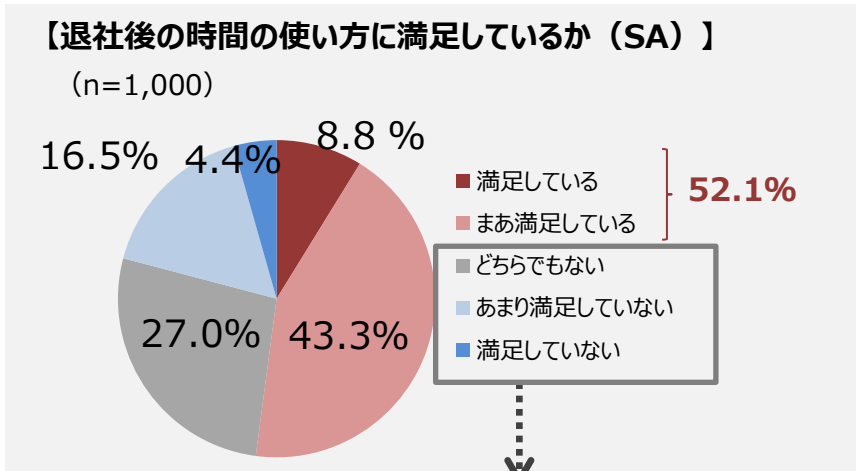


「食事・飲み会」に誰かを誘う



退社後の時間の使い方に満足している人は52.1% 満足していない人の35.3%が「自由に使えるお金がない」

退社後の時間の使い方の満足度については、全体で8.8%が「満足している」、43.3%が「まあ満足している」、合わせて52.1%となった。満足していない理由は、全体では「自由に使えるお金がない」が35.3%と最も多く、次いで「残業が多い」30.7%。男女別で差が目立つのは「家事など、家でやらなければならないことがある」で、女性が40.5%と男性より23.7%高い。同様に、「友人・知人と時間が合わない」も女性が23.4%と男性を12.8%上回る。年代別で差が目立つのは「残業が多い」で、特に20代が39.5%、30代が41.5%と40代以上を顕著に上回る。また、「仕事の飲み会・会食等が多い」も20代が11.6%と、最も高い結果となっている。



		自由に使えるお金がない	残業が多い	家事など、家でやらなければならないことがある	友人・知人と時間が合わない	気軽に誘える友人・知人がいない	まっすぐ家に帰らなければならない	仕事の飲み会・会食等が多い	プライベートの飲み会・会食等が多い	その他
全体(n=479)		35.3	30.7	22.3	13.6	12.9	10.2	5.0	3.3	7.1
性別	男性(n=368)	36.1	32.3	16.8	10.6	13.0	9.0	4.6	3.3	5.2
	女性(n=111)	32.4	25.2	40.5	23.4	12.6	14.4	6.3	3.6	13.5
年齢	20代(n=86)	39.5	39.5	26.7	19.8	14.0	11.6	11.6	4.7	16.3
	30代(n=106)	34.0	41.5	27.4	10.4	10.4	12.3	1.9	3.8	3.8
	40代(n=97)	39.2	29.9	22.7	12.4	13.4	8.2	3.1	1.0	4.1
	50代(n=107)	34.6	29.0	15.0	12.1	15.9	11.2	4.7	2.8	6.5
	60代以上(n=83)	28.9	10.8	20.5	14.5	10.8	7.2	4.8	4.8	6.0

● 調査結果から



今回の調査で、ビジネスパーソンの「退社後の時間の使い方」は、男女や年代によって異なることが分かりました。

退社後に「予定がある日の過ごし方」では、「ショッピング」「同僚や会社関係者との飲み会、食事会」で男女差が見られました。また、年代別では40代の「ジムやヨガ、ランニングなどの運動」が高く、自身の健康のために時間を使う意識が高い年代だ、ともいえます。

退社後に「予定がない日の過ごし方」では、女性が男性よりも通勤経路「内」で寄り道をしていました。駅ビル等、女性向けの店舗づくりをしている施設の需要と関連があるかもしれません。また、年代別では20～30代の方が通勤経路「内」に寄り道をしており、「食事・飲み会に誰かを誘う」のも20代が最も高い結果となりました。「お金を使わない」「お酒離れ」と言われて久しい若者にも、真っ直ぐ家には帰らず、外食など消費活動を行っている人は多いようです。

また、「退社後の時間の使い方」には、52.1%が満足していました。一方で、満足していない人が思い通りに時間を使えない事情も浮き彫りになりました。特に女性は「家事など、家でやらなければならないことがある」で男性を顕著に上回り、女性の社会進出が進む一方で、まだまだ家事負担も大きい様子が窺えます。また、20～30代は「残業が多い」「仕事の飲み会・会食等が多い」という理由の回答が他の世代よりも高く、業務が忙しい上に、仕事上での付き合いにプライベートの時間を割くことも少なくないようです。

今後、在宅勤務制度の拡大や育児支援、休暇制度の改善など、働き方改革推進にあわせてビジネスパーソンの「退社後の時間の使い方」も変化していくと考えられます。



調査概要

調査方法	インターネットリサーチ
調査地域	首都圏(東京都, 神奈川県, 埼玉県, 千葉県) 東海圏(愛知県, 岐阜県, 三重県) 関西圏(大阪府, 京都府, 兵庫県, 奈良県, 和歌山県)
調査対象	20歳～69歳の男女ビジネスパーソン(マクロミルモニタ会員)
割付方法	エリア(首都圏, 東海圏, 関西圏) × 年代(20, 30, 40, 50, 60代)を均等に回収 / 合計1,000サンプル
調査日時	2017年9月21日(木)～2017年9月22日(金)
調査機関	株式会社ジェイアール東海エージェンシー 株式会社マクロミル

その他調査項目：
 ・平均帰社時間
 ・退社後の家での過ごし方
 ・理想的な退社後の時間の使い方
 ・家族構成

<調査結果の引用・転載、取材などに関するお問い合わせ先>
 株式会社ジェイアール東海エージェンシー コミュニケーションデザイン部 担当：崎山・糟谷
 TEL: 03-6688-5009 e-mail: r-sakiyama@jrta.co.jp