

「マイナビ ライフキャリア実態調査 2022 年版(ライフ編)」を発表**Z世代の4人に1人は生涯独身にメリットを感じている****休日に家事・育児を6時間以上行っている人の半分以上が私生活にストレスに**

株式会社マイナビ（本社：東京都千代田区、代表取締役 社長執行役員：土屋芳明）は、全国15歳以上の14,000人を対象に、就業・非就業や雇用形態に関わらず、2021年4月～2022年3月までのキャリアと生活の実態や変化を調査した「マイナビ ライフキャリア実態調査 2022年（ライフ編）」を発表しました。調査結果の概要（一部抜粋）は以下の通りです。

《TOPICS》

- ◆ Z世代の4人に1人は生涯独身であることにメリットが大きいと感じている。メリットの理由は「お金」「時間」「趣味」が高い結果に【図1、2】
- ◆ 働く人の1週間の総家事時間は19.1時間。最も長いのは配偶者+子ども世帯の女性で36.2時間【図3】
- ◆ 休日に家事・育児を6時間以上行った人の半分以上が私生活にストレスを感じている【図4、5-1、5-2】

【調査概要】

未婚者に対して生涯独身であることへの考えを聞いたところ、メリットの方が大きいと思う人は全体で20.0%、デメリットの方が大きいと思うは24.6%となった。世代別で最もメリットを感じているのはZ世代の25.8%で、男女別でみると男性が27.8%、女性が24.1%だった。【図1】

メリットの理由を聞くと、Z世代全体では「お金を自由に使えるから（63.4%）」が最も高く、次いで「時間を自由に使えるから（61.5%）」「趣味や好きなことに集中できるから（59.7%）」が続いた。

また、Z世代の「余計な人付き合いをしなくていいから（39.1%）」は全体よりも低く、Z世代女性では「仕事に集中できるから（31.6%）」が全体比で高くなった。【図2】

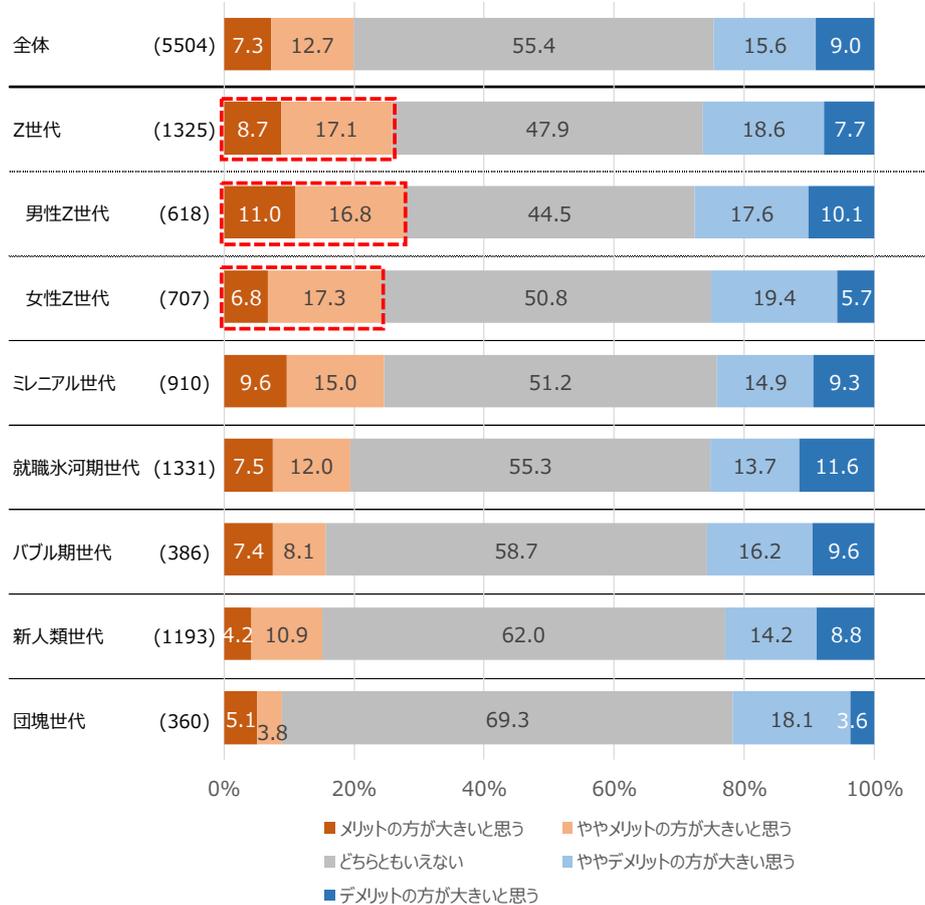
Z世代は、生涯独身にメリットを感じる割合も他世代と比較して高く、自分のリソースを自由に使いたいという意識が強いことがうかがえる。また、女性は仕事を意識して、独身をメリットに感じていることも考えられる。

性別・世帯別で22年3月時点で就業していた人の1週間の家事・育児時間について聞いたところ、平日と休日の家事・育児時間を合わせた総家事時間は、全体では19.1時間だった。属性別で最も家事時間が長いのは「配偶者と子どものいる世帯の女性」で36.2時間であった。私生活にストレスを感じている人の割合をみると、全体平均は36.2%であったが、休日1日の平均家事・育児時間別に見ると、家事・育児時間が2時間を超えるとストレスを感じる人の割合は平均を超え、6時間で最も高い結果（53.4%）になった。【図3、4】

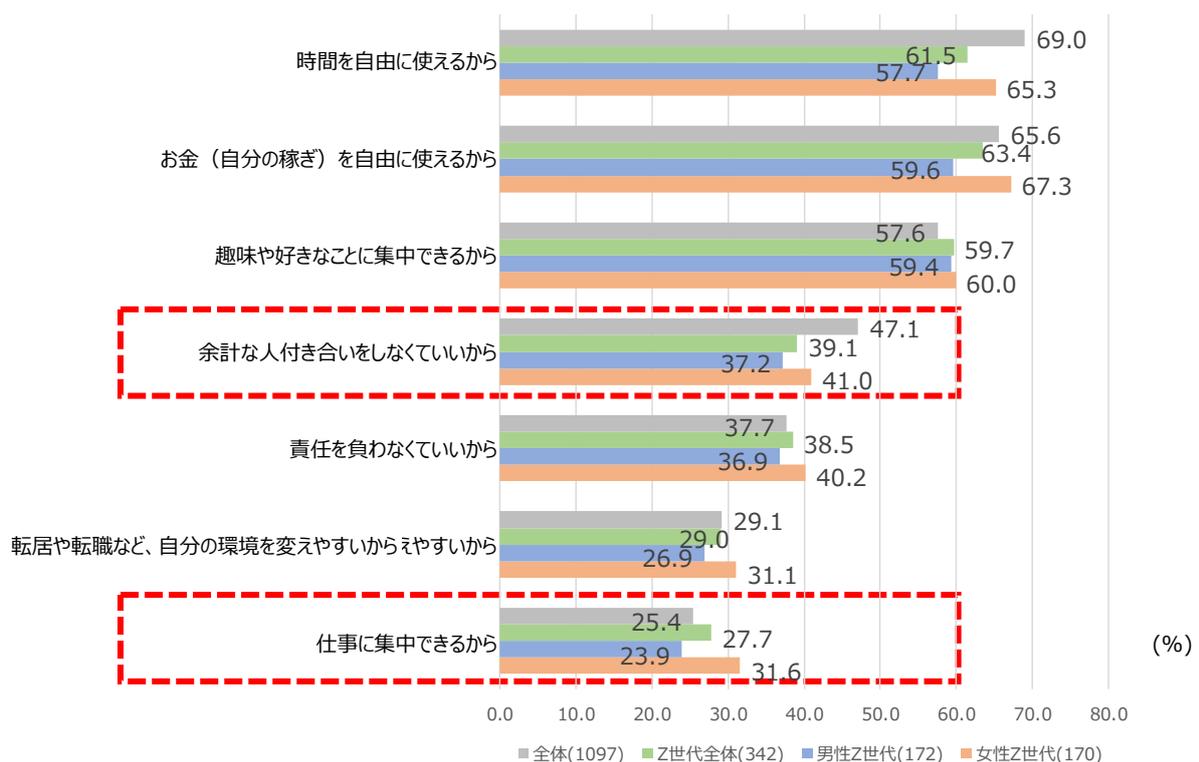
家事・育児時間が比較的長くなる既婚者に、私生活でサポートを得たい人を聞くと、「配偶者（85.6%）」「友人（62.2%）」「医師・カウンセラー（51.5%）」の順となった。また、サポートして欲しい内容を聞くと、配偶者に対しては「共感・同情して欲しい（41.6%）」、友人は「何も聞かずただ話を聞いて欲しい（39.4%）」、医師・カウンセラーでは「アドバイスがほしい（37.0%）」がそれぞれトップとなり、相談相手により求める内容の違いが見られた。【図5-1、5-2】

働き方改革は進んでいるが、既婚で同居者がいる場合は、休日の分業意識を持つことが生活上のストレス軽減につながると考えられる。またパートナーだけでなく様々な人のサポートが重要であることがわかる。

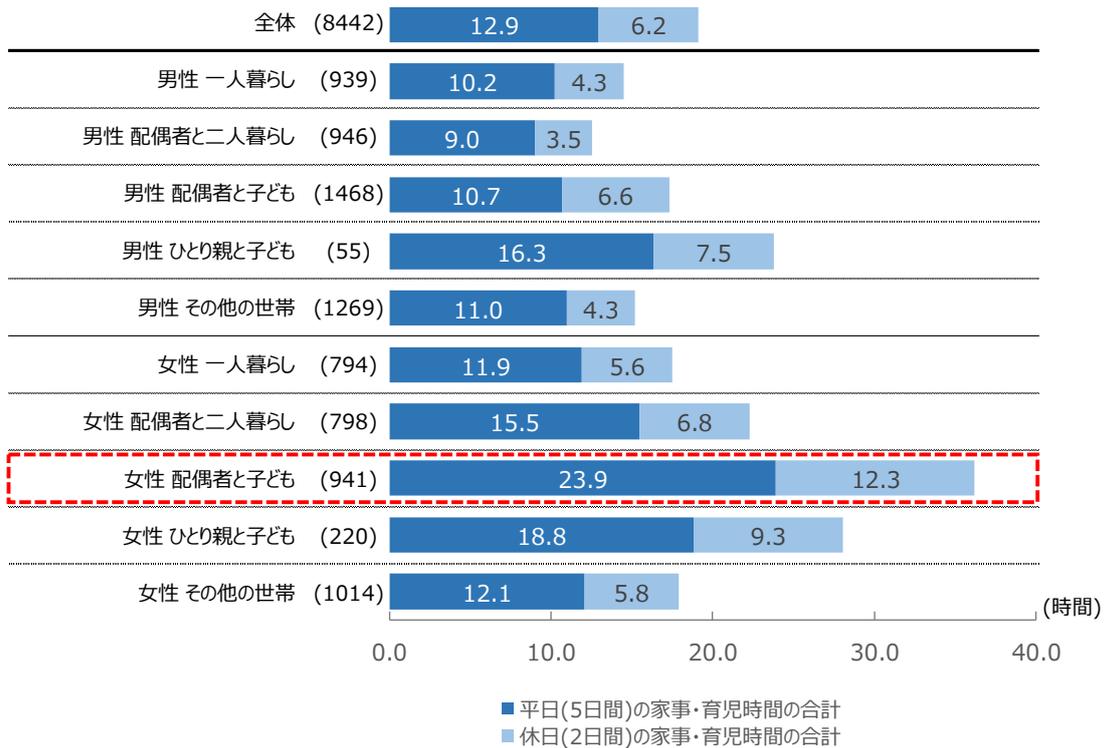
【図1】未婚者の「生涯独身」に関する考え方



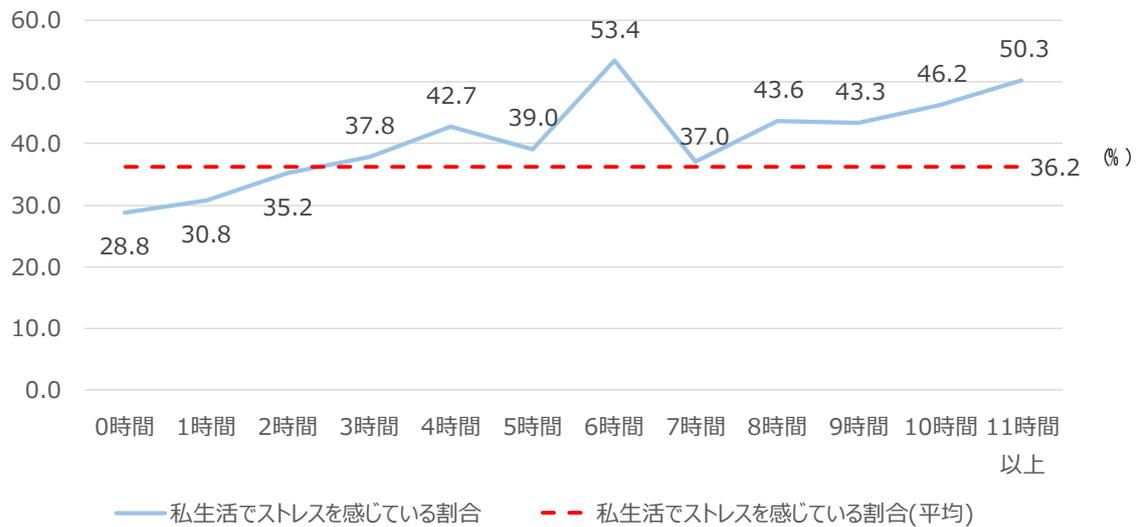
【図2】メリットに感じる理由上位7項目（生涯独身にメリットを感じる人ベース）



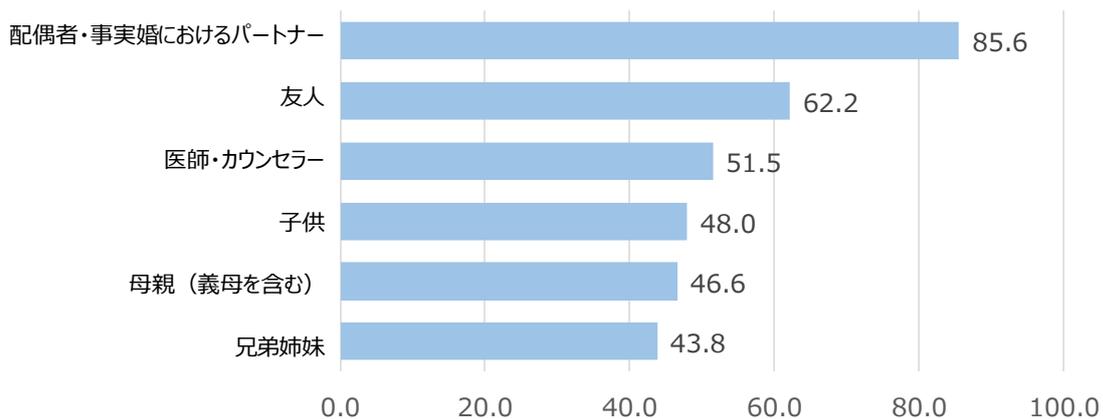
【図3】性別世帯別 1週間の家事・育児時間（22年3月時点就業者ベース）



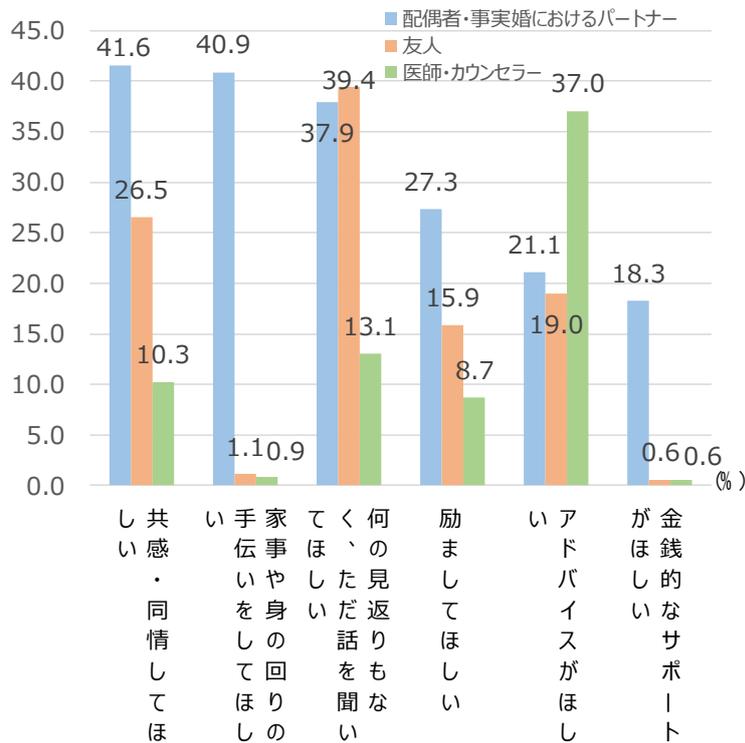
【図4】休日1日の平均家事・育児時間別の私生活でストレスを感じている割合



【図5-1】私生活でサポートして欲しい相手（既婚者ベース n=8,284） ※上位抜粋



【図 5-2】 私生活でサポートして欲しい相手+サポート内容(既婚者ベース n=8,284)



【調査概要】「マイナビ ライフキャリア実態調査 2022 年（ライフ編）」

- 調査期間／2022 年 4 月 6 日（水）～2022 年 4 月 11 日（月）
- 調査方法／インターネット調査
- 調査対象／全国 15 歳以上の男女
- 有効回答数：14,000 名（男性：6,750 名、女性：7,250 名）
- ※調査結果は、端数四捨五入の関係で合計が 100%にならない場合があります。

※調査結果の詳細は会社 HP のニュースリリース (<https://www.mynavi.jp/news/>) からご確認いただけます。

【本件に関するお問い合わせ先】
 株式会社マイナビ
 キャリアリサーチラボ 研究員 荒木
 Email : myrm@mynavi.jp

【当社に関するお問い合わせ先】
 株式会社マイナビ
 社長室 広報部 木場
 Email : koho@mynavi.jp