

# 満足度・生活の質に関する調査報告書2022

## ～我が国のWell-beingの動向～

### (概要)

#### <本報告書の背景・目的>

我が国の経済社会状況について、GDPだけでなく、満足度・生活の質に関する幅広い視点から「見える化」することが重要である。こうした観点から、主観的指標である「満足度」（生活に満足しているかを0点～10点で自己申告するもの）や、関連する生活実態（友人との交流、WLB等）の動向を把握するため「満足度・生活の質に関する調査」を2019年2月に開始した。

今般、第4回調査（2022年2月実施）の調査結果を分析し、報告書を取りまとめる。

2022年7月

内閣府 政策統括官（経済社会システム担当）

# 満足度・生活の質に関する調査について

○約10,000人へのインターネット調査（うち約3,300人は前回調査からの継続サンプルであるパネル調査）。  
○総合的な生活満足度、13分野別の満足度、分野別の質問等により、主観・客観の両面からWell-beingを多角的に把握。

（総合的な満足度）  
**生活満足度**

## 13分野別満足度

- 家計と資産の満足度
- 雇用環境と賃金の満足度
- 住宅の満足度
- 仕事と生活の満足度
- 健康状態の満足度
- 自身の教育水準・教育環境の満足度
- 社会とのつながりの満足度
- 政治・行政・裁判所の満足度
- 自然環境の満足度
- 身の回りの安全の満足度
- 子育てのしやすさの満足度
- 介護のしやすさ・されやすさの満足度
- 生活の楽しさ・面白さの満足度

## 基本属性に関する質問（例）

- 性別 ○年齢 ○居住地 ○世帯構成 ○子供の年齢 等

## 13分野別の関連質問（例）

- 各分野の満足や不満に大きく影響するものについての認識
- 各分野に対する将来不安

- あなた自身の健康状態（「よい」「わるい」等の主観的な認識）
- 健康状態の将来不安
- 健康のために実践していること（バランスのとれた食事、適度な運動等）

- 子育ての感想（「楽しい」「どちらかというと楽しい」等の主観的な認識）
- 子育てを気軽にお願いできる人の有無（家族、親族、友人等）
- 育休の取得状況

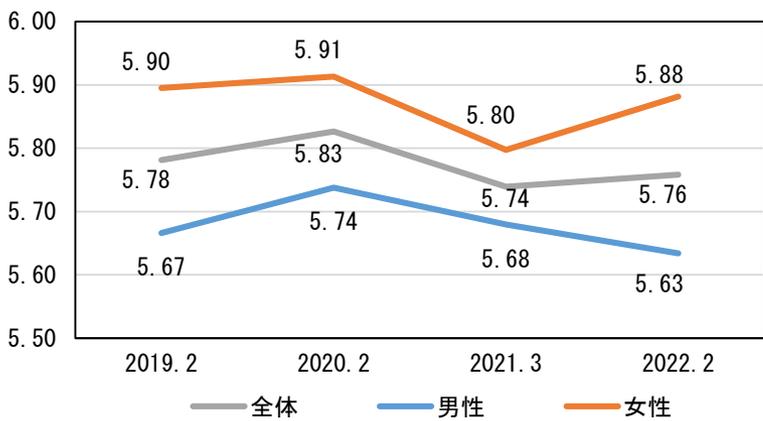
## その他（例）

- 1年間で経験したこと（結婚した、失業した等）
- 最近の生活について（孤独を感じる、気分が沈み気が晴れない等）

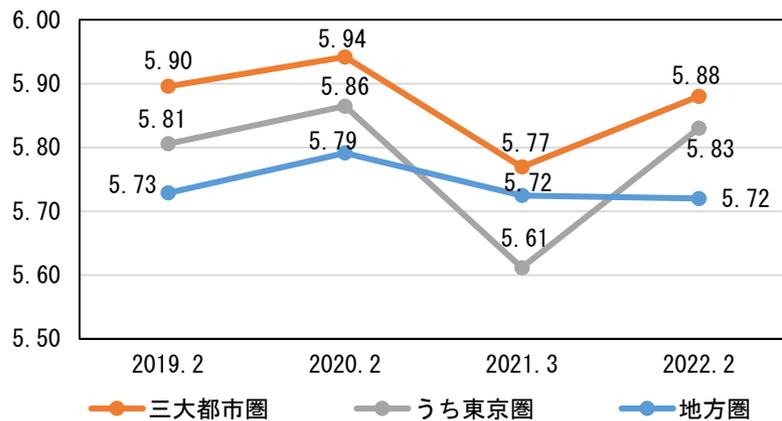
# ①生活満足度の動向（男女別・年齢別・地域別）

○生活満足度は、男性に比べて女性は高い水準で推移し、昨年度に比べて上昇。（図表1-1）年齢階層別では、40-64歳の層で上昇。（図表1-2）地域別では東京圏で上昇幅が大きい。（図表1-3）  
 ○男女別をさらに年齢階層で分けて確認すると、男性では65歳以上の層の低下が、女性では40-64歳の層での満足度の上昇寄与が大きい。（図表1-4）

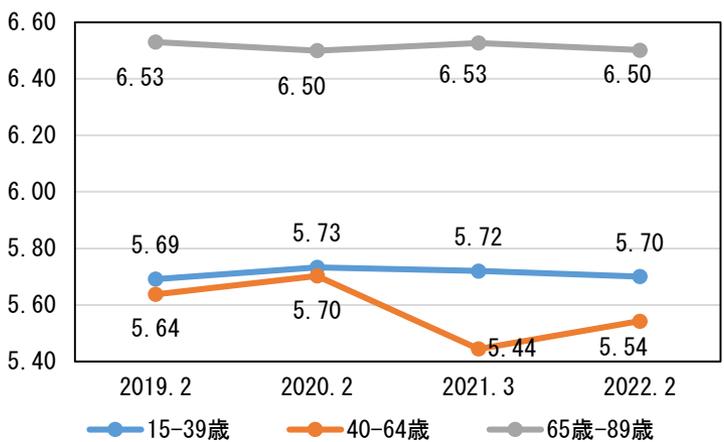
図表1-1 生活満足度の推移（男女別）



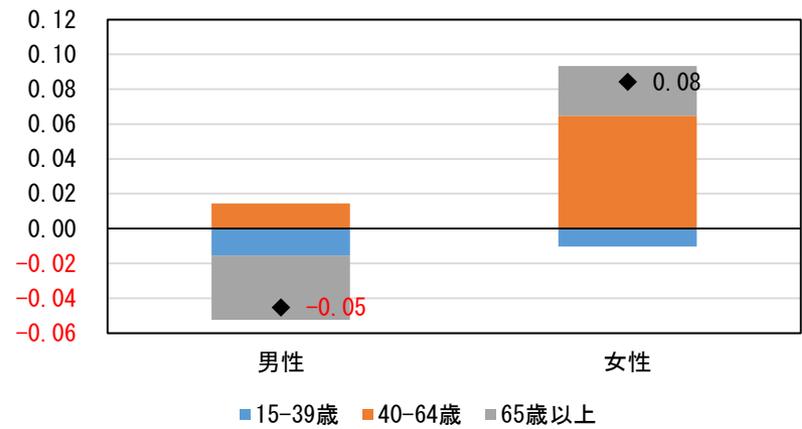
図表1-3 生活満足度の推移（地域別）



図表1-2 生活満足度の推移（年齢階層別）



図表1-4 生活満足度変化の要因分解（男女別）

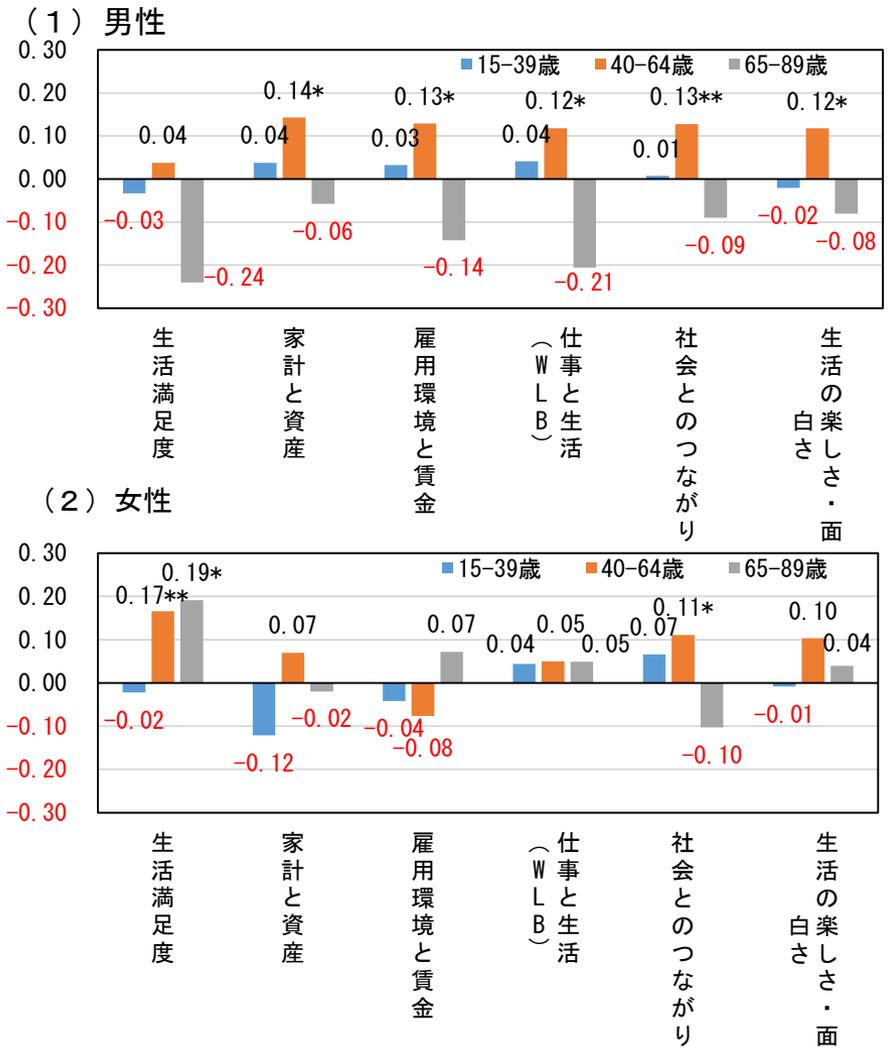


（備考）2021年3月調査と2022年2月調査の平均値による。

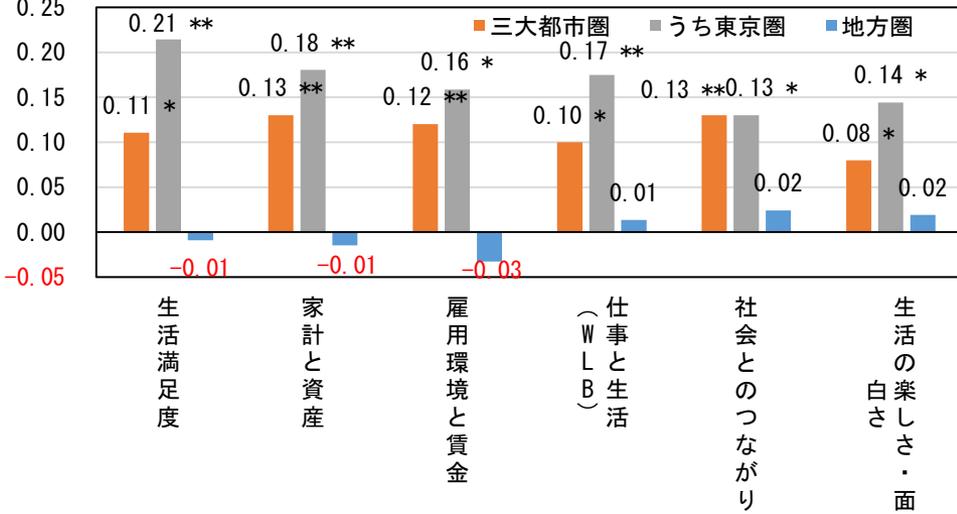
# ②分野別満足度の動向（男女・年齢別、地域別）、分野別満足度と生活満足度の関係

○男性の40-64歳で多くの分野別満足度が、女性の40-64歳で「社会とのつながり」満足度が上昇。（図表2-1）東京圏・三大都市圏で、多くの分野別満足度が上昇。（図表2-2）  
 ○分野別満足度と生活満足度の関係をみると、「生活の楽しさ・面白さ」、「家計と資産」、「WLB」満足度の影響が大きい。（図表2-3）

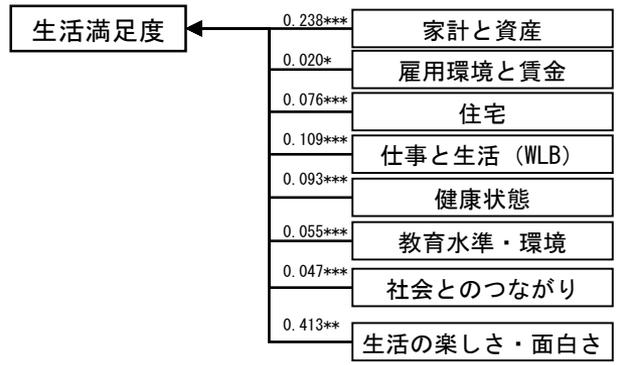
図表2-1 分野別満足度の変化（男女・年齢階層別）



図表2-2 分野別満足度の変化（地域別）



図表2-3 分野別満足度と生活満足度の関係

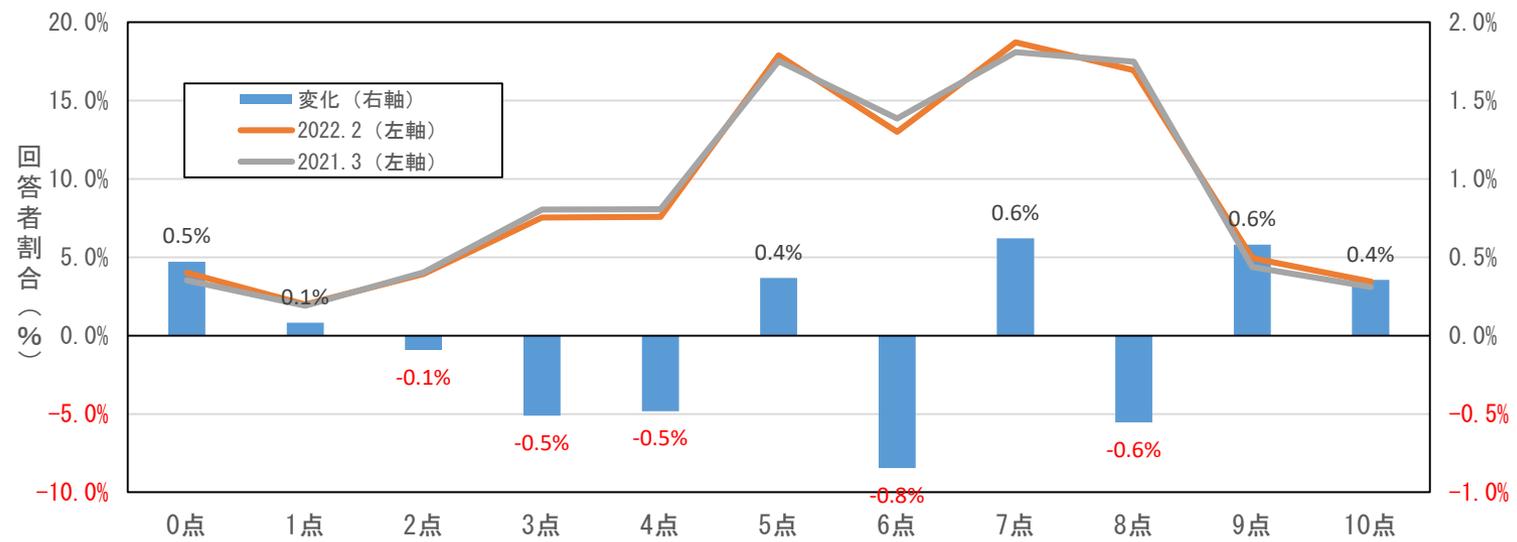


（備考）2021年3月調査と2022年2月調査による。\*\*\*, \*\*, \*はそれぞれ1%、5%、10%水準で統計上有意であることを示す。図表2-3について、政治・行政・裁判所の信頼性、自然環境、身の回りの安全、子育てのしやすさ、介護のされやすさは直接的な効果としては有意な係数が得られなかったため、記載省略。

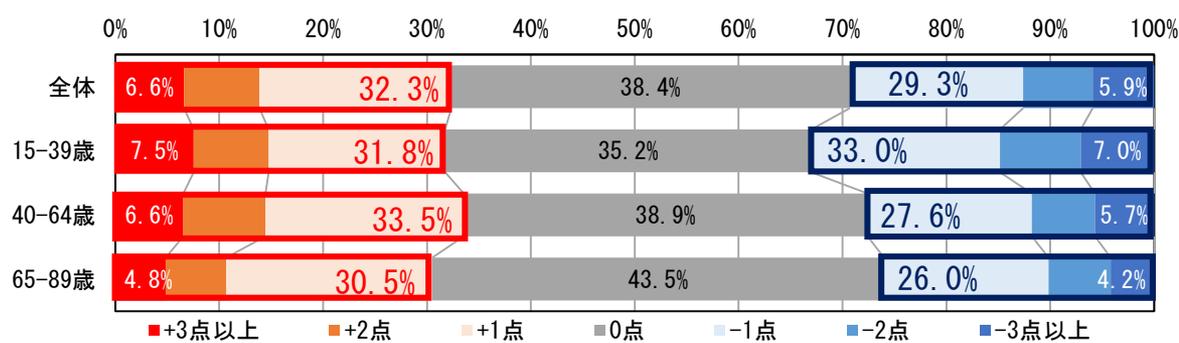
### ③生活満足度の分布

○生活満足度の分布形状は大きく変わらず、7点が最頻値である。満足度が高い人（7以上）の割合がやや大きくなった。（図表3-1）  
 ○3割近く（29.3%）の人の生活満足度が低下したが、上昇した人の割合（32.3%）の方が大きい。（図表3-2）

図表3-1 生活満足度（点数）別の回答者割合



図表3-2 生活満足度の変化別の回答者割合(※)

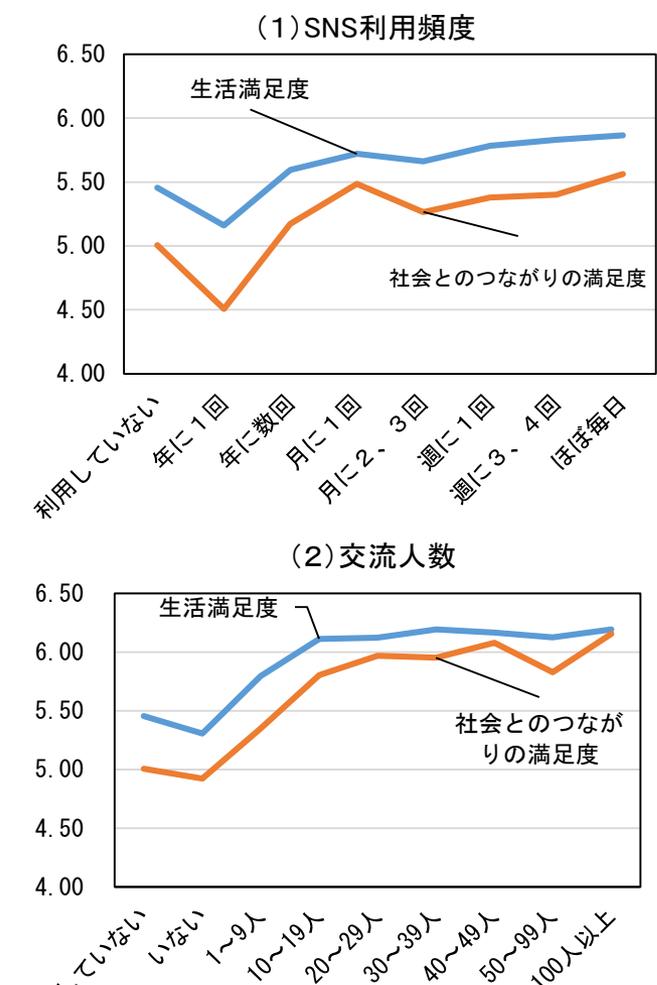


(備考) 図表3-1は、2021年3月調査、2022年2月調査のサンプル（それぞれ約5000、10000）分布の比較、図表3-2は、2021年3月調査、2022年2月調査ともに回答したサンプル（3300人）

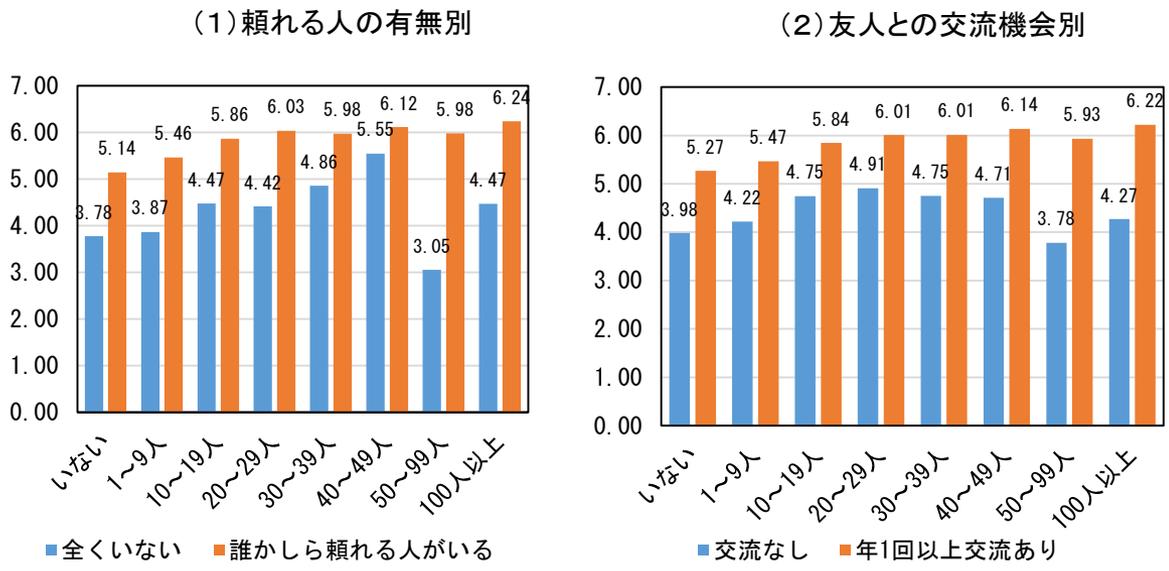
# ④ デジタル化と交流の変化

○ SNSの利用頻度、交流人数が多くなっても満足度は比例的には高まらず(図表4-1)、実際に頼れる人がいない、友人との直接の交流がない場合に「社会とのつながり」満足度は低い。(図表4-2)  
 ○ 様々なリスクを感じる割合は女性の方が男性より大きく、女性では、ネットリスクを感じる割合は感染症を不安に感じる割合の次に大きい。(図表4-3)

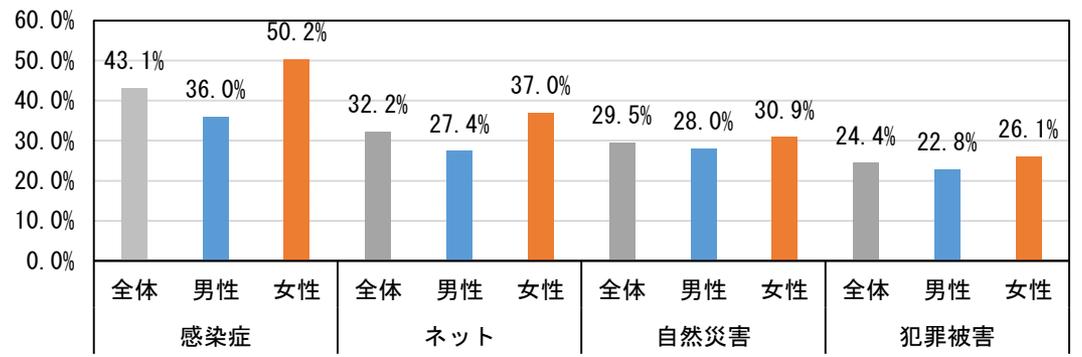
図表4-1 SNSの利用頻度・交流人数と満足度



図表4-2 SNS上の交流人数と社会とのつながり満足度



図表4-3 様々なリスクを不安に感じる割合

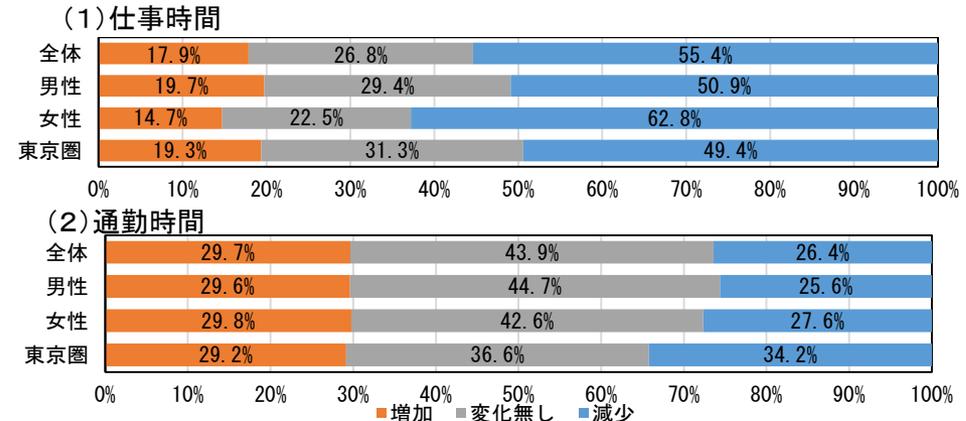


(備考) 2022年2月調査による。図表4-3の「ネット」については、「身の周りの安全」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものとして、「個人情報の漏洩・流出、フィッシング詐欺などインターネットを取り巻く環境に関するリスク」を掲げている割合。

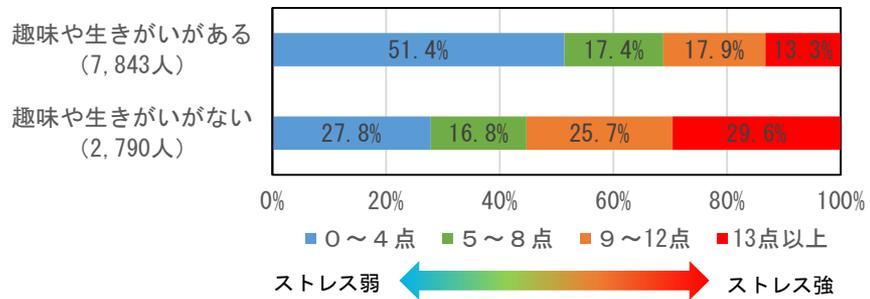
# ⑤働き方の変化とWLB、心の健康

○コロナ禍前と比べて、仕事時間が減少した割合は増加した割合を上回る。東京圏では通勤時間が減少した割合が大きく(図表5-1)、男性で仕事時間が減少した人は「健康状態」や「WLB」満足度が上昇。(図表5-2)  
 ○趣味や生きがいがある人では精神的なストレスを受けない割合が高く(図表5-3) ストレスを受けていない人は生活満足度が高く、ストレスを強く受けている人は、生活満足度が低い傾向にある(図表5-4)。

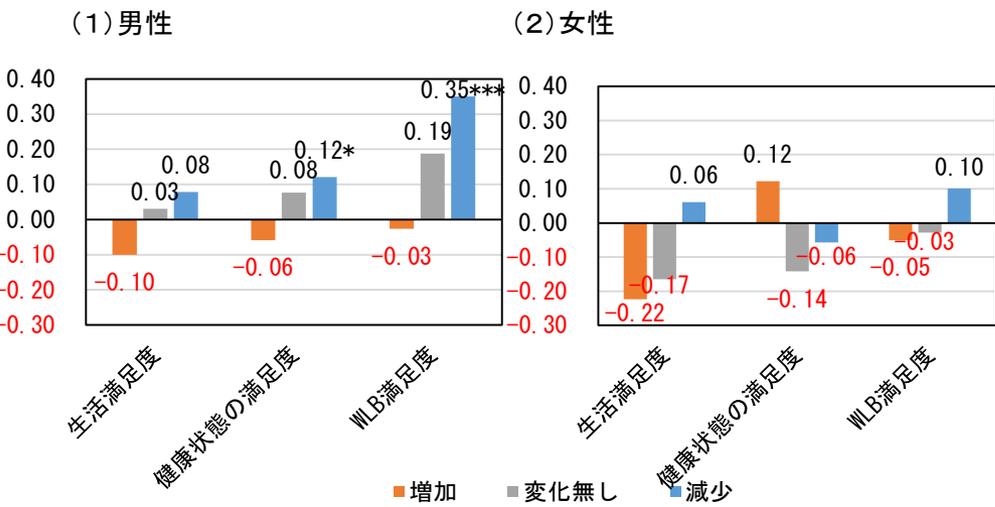
図表5-1 仕事時間・通勤時間変化(コロナ禍前との比較)



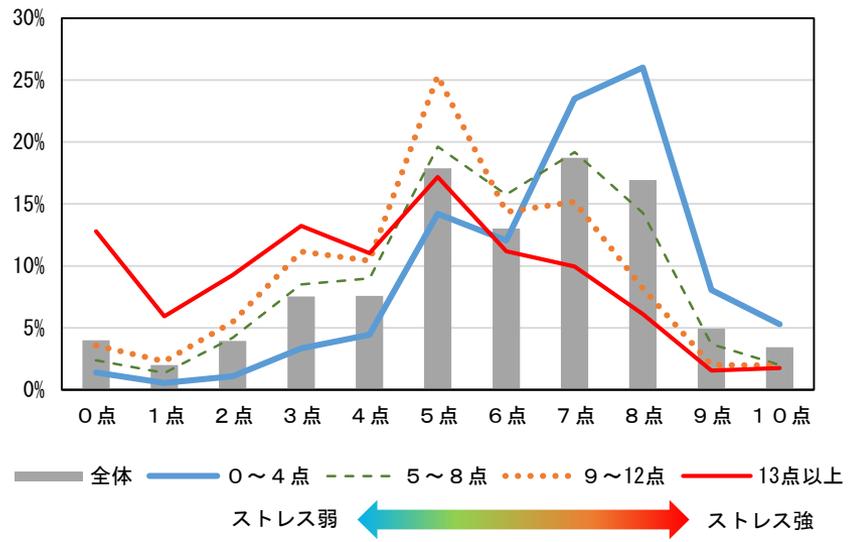
図表5-3 生きがいとK6(心の健康状態)の分布



図表5-2 仕事時間変化と満足度



図表5-4 K6(心の健康状態)と生活満足度の分布

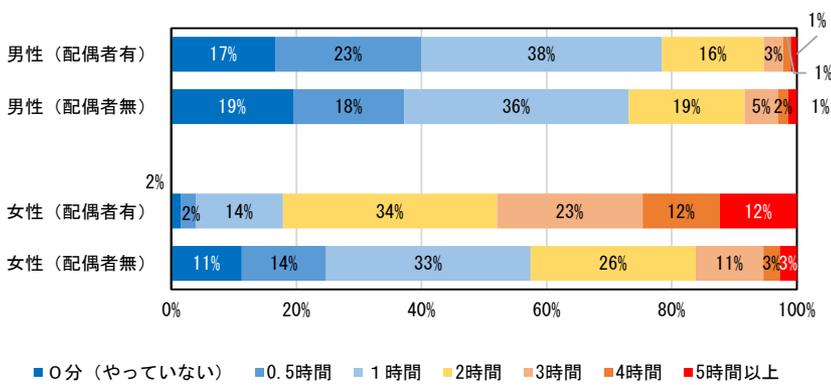


(備考) 図表5-1、2は、2019年2月調査(第1回調査)と2022年2月調査に回答したサンプルのうちの就業者(約2500人)。\*\*\*、\*は、それぞれ統計的に1%、10%水準で有意であることを示す。図表5-3、4は2022年2月調査サンプル。K6とは、精神疾患リスクを計測するために開発された心の健康状態を測る指標のひとつ。6つの項目を5段階で点数化し、合計点数が高いほど精神的ストレスが強く、心の健康が損なわれている可能性が示唆される。

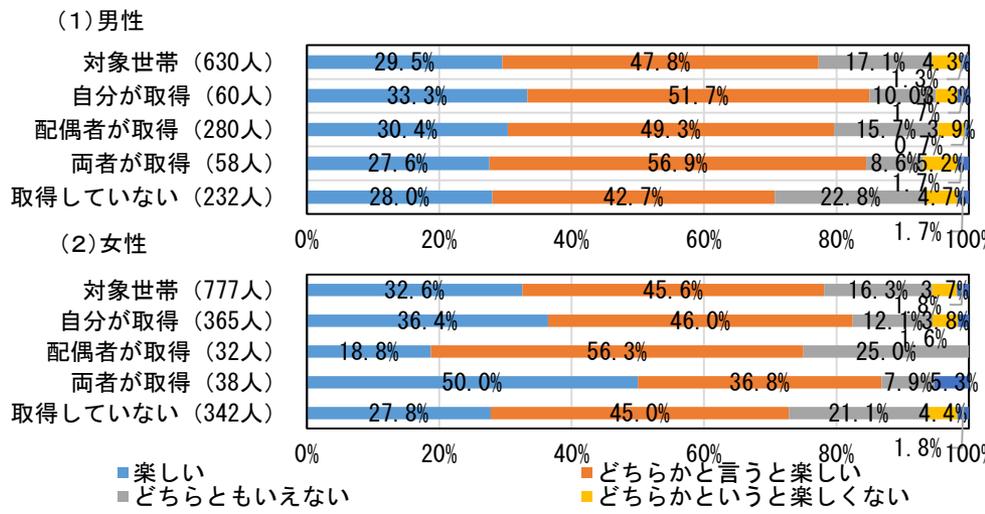
# ⑥家事・育児と満足度

○女性で配偶者がいる場合、家事時間が長い人の割合が大きい。(図表6-1)  
 ○家事時間が長くなるにつれ、正規雇用者の「WLB」満足度は低下。(図表6-2)  
 ○夫婦ともに育児休業を取得した場合、特に女性で楽しさを感じる割合は高く、「WLB」満足度も高い。(図表6-3、4)

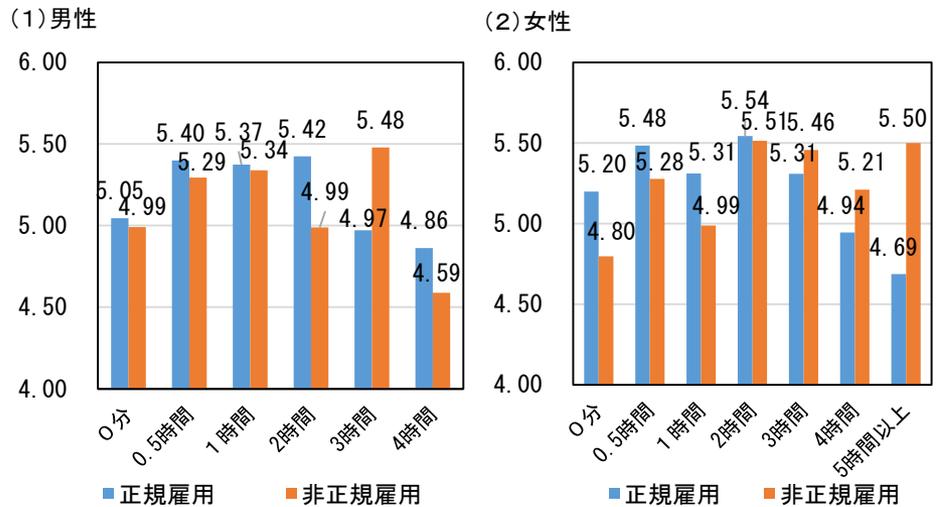
図表6-1 男女別・配偶者の有無別家事時間



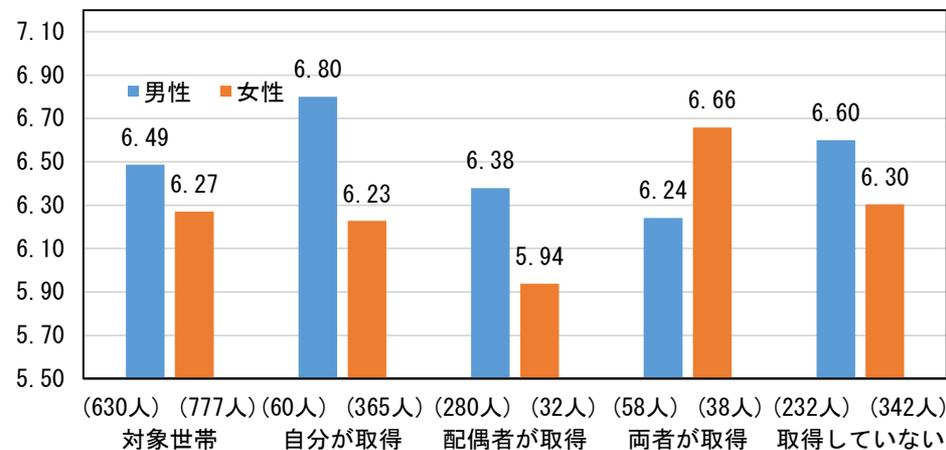
図表6-3 育休取得と子育ての楽しさ



図表6-2 雇用形態別家事時間とWLB満足度



図表6-4 育休取得とWLB満足度

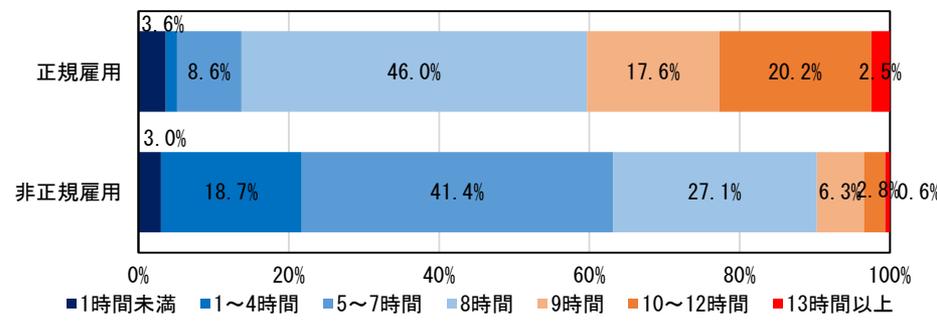


(備考) 図表6-1~4は、2022年2月調査サンプル。図表6-2について、男性で5時間以上家事をするサンプルは少なかったため除く。  
 図表6-3、4の対象世帯とは、未就学児がいる世帯。

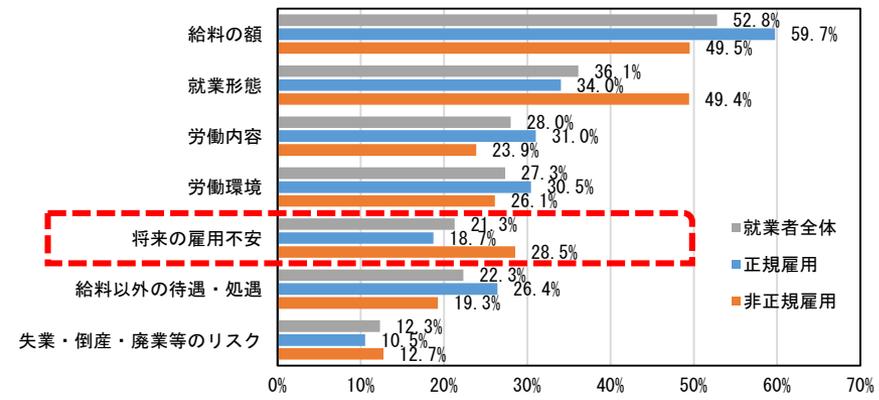
# ⑦雇用不安と所得環境

- 正規雇用者は非正規雇用者と比べて労働時間が長い人の割合が大きい。(図表7-1)
- 雇用形態に関わらず、労働時間が長いほど雇用・賃金満足度が低下。(図表7-2)
- 将来の雇用不安は非正規雇用者の方が高い。(図表7-3)
- 「雇用賃金」満足度の分布は、製造業で変化はないが、教育学習支援業で低い点数にシフト。(図表7-4)

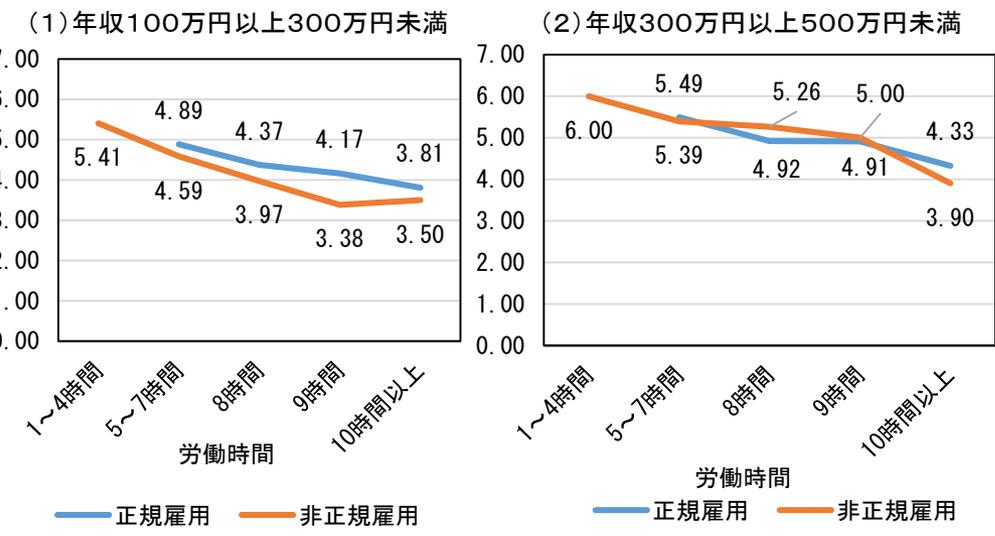
図表7-1 雇用形態と労働時間



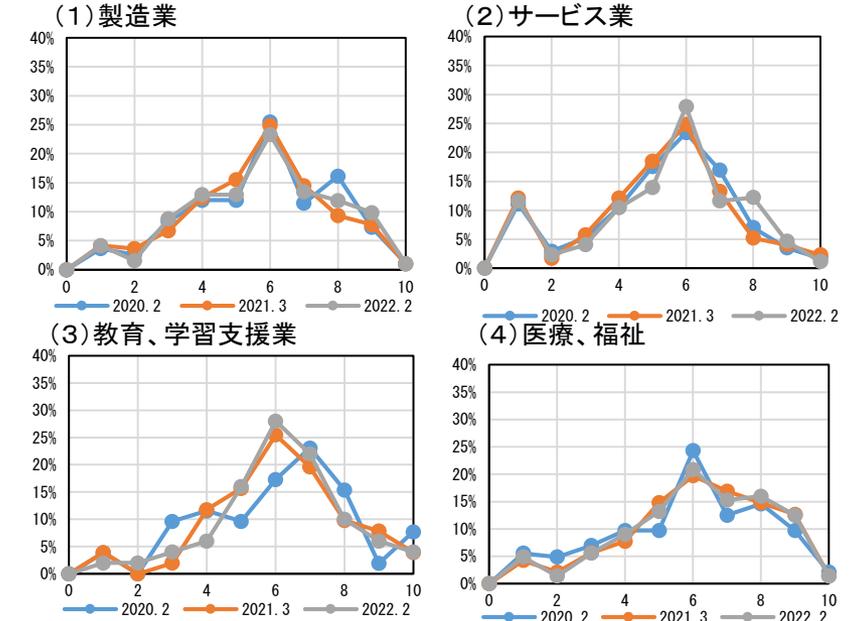
図表7-3 雇用形態と不安



図表7-2 所得水準・労働時間と雇用・賃金満足度



図表7-4 産業と雇用・賃金満足度(点数)別の回答者割合



(備考) 2022年2月調査サンプル。  
図表7-2について、サンプルが少ないため、正規雇用の1~4時間勤務者は除く。