

# 夫婦の“幸せ感”を探る

## — 当研究所「30～50 歳代の夫婦に関する意識調査」結果より(2) —

“幸せな夫婦、とはどのような姿なのだろうか。

当研究所が 09 年 3 月に実施した「30～50 歳代の夫婦に関する意識調査」については、本誌前号で調査結果の概要を紹介した。

今号では“幸せな夫婦”をテーマに設定し、調査結果の中からまず、配偶者に対する意識や暮らしの満足度と、夫婦の“幸せ感”の関係を分析する。次に、夫婦のライフステージの変化につれて“幸せ感”がどう変わるのか、また、その要因は何かを探っていくことにする。

いうまでもなく夫婦の“幸せ”のかたちは夫婦の数だけ存在する。それをあえて類型化するのが本稿の狙いではない。意識調査結果の中に、多くの夫婦に共通する“幸せ”の要因を少しでも見出すことができれば、と考えている。

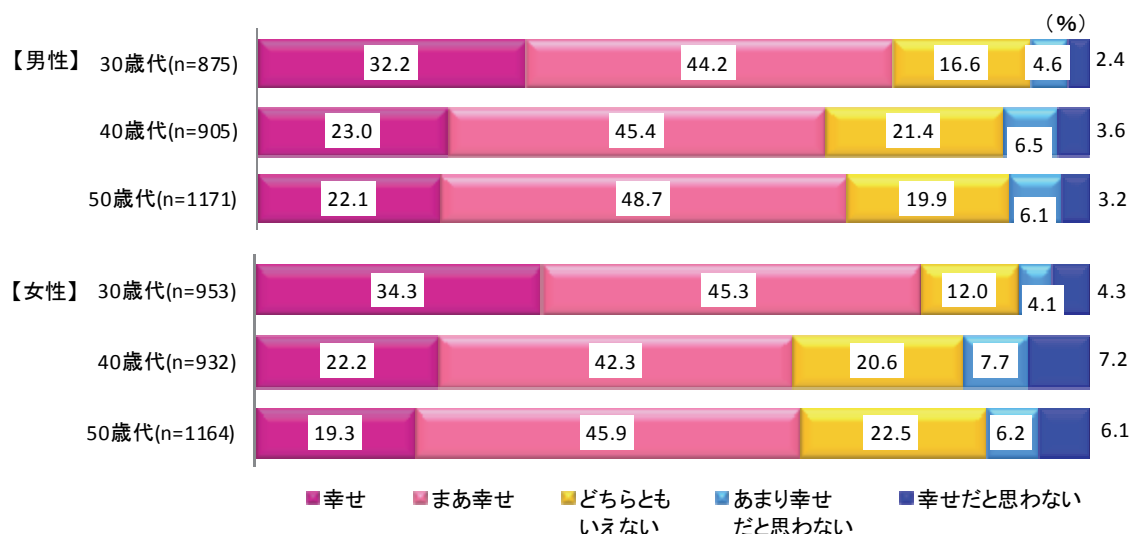
### I 夫婦の“幸せ感”と配偶者に対する意識、暮らしの満足度

#### 1 男女別・年齢層別に見た“幸せ感”

本調査では「自分たち夫婦を幸せだと思うか」について 5 段階評価（「幸せ」～「幸せだと思わない」）で尋ねた。男女別・年齢層別に見ると、30 歳代では“幸せ派”（「幸せ」と「まあ幸せ」）の割合が男女ともに 75%を超えている。4 人のうち 3 人が自分は幸せだと感じているわけである。しかし、この割合は 40・50 歳代になると男性は 70%前後、女性では 65%前後に低下する。

“幸せ”と意識する割合は 30 歳代のほうが 40・50 歳代よりも高く、また、概ね男性のほうが女性よりも高いという傾向が見られた。

図表 1 「自分たち夫婦は幸せだと思うか」に対する回答



## 2 配偶者に対する意識と“幸せ感”

“幸せ派”（「幸せ」と「まあ幸せ」）と“不幸せ派”（「あまり幸せだと思わない」と「幸せだと思わない」）に分けて、両者の配偶者に対する意識を比較した。設けた質問は、「信頼しているか」「尊敬しているか」「思いやりがあるか」「頼りがいがあるか」「考え方や価値観が自分と合っているか」「一緒にいて楽しいか」「一緒にいて安らぎを感じるか」の7項目である。

図表2の数値は、これら7項目に対して肯定的評価（「そう思う」と「まあそう思う」）をした人の割合を示している。

“幸せ派”と“不幸せ派”では、配偶者に対して肯定的な評価をしている人の割合に著しい差があることが一見してわかる。

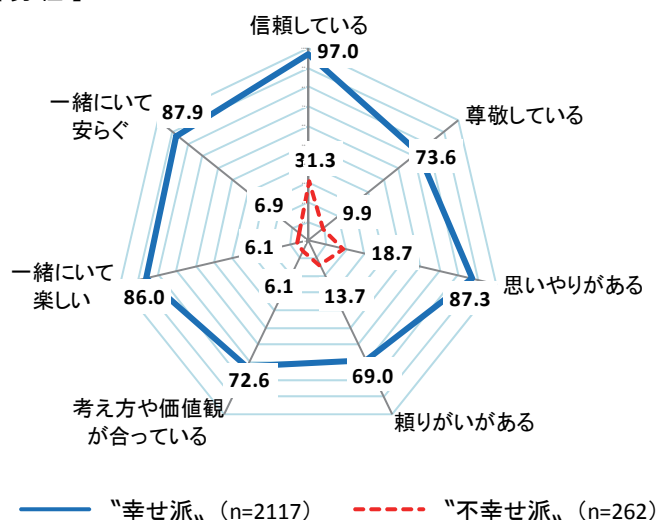
男女ともに“幸せ派”は上記の7項目に対して、ほぼ7割～9割台の人が肯定的な評価をしている。とくに「信頼している」は男女とも95%超の人が肯定しており、「信頼」は幸せな夫婦のキーワードと言えそう。

これに対して“不幸せ派”の配偶者に対する肯定的評価はきわめて低い割合にとどまっている。男女ともにとくに「一緒にいて安らぎを感じる」「一緒にいて楽しい」「考え方や価値観が自分と合っている」といった生活の楽しさや夫婦の相性に関する項目の低さが目につく。

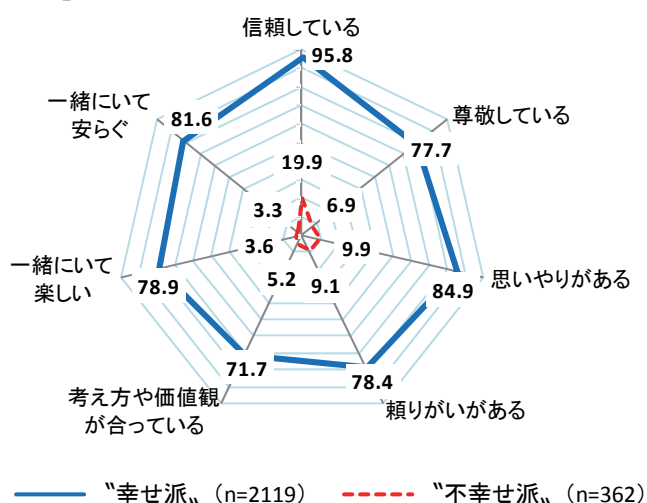
“幸せ感”を形成する要素は多岐にわたるが、配偶者に対してどのような気持ちを持っているかが強く関係していることは間違いないようである。

図表2 配偶者に対する意識と“幸せ感”  
(数値は肯定的回答の割合：%)

【男性】



【女性】



### 3 “幸せ感”と日常生活の満足度

前項と同様に“幸せ派”と“不幸せ派”に分けて、日常生活に関する満足度を比較した。

日常生活の満足度を測るために尋ねた項目は、「家族との休日の過ごし方に満足しているか」「夫婦の役割分担に満足しているか」「配偶者の家事に満足しているか」「夫婦と自分の親との関係に満足しているか」「夫婦と配偶者の親との関係に満足しているか」の5項目である。

図表3の数値は、これらの各項目について“満足している”（「満足」と「まあ満足」）人の割合を示している。

ここでも“幸せ派”と“不幸せ派”では、“満足している”割合に著しい差があることがわかる。

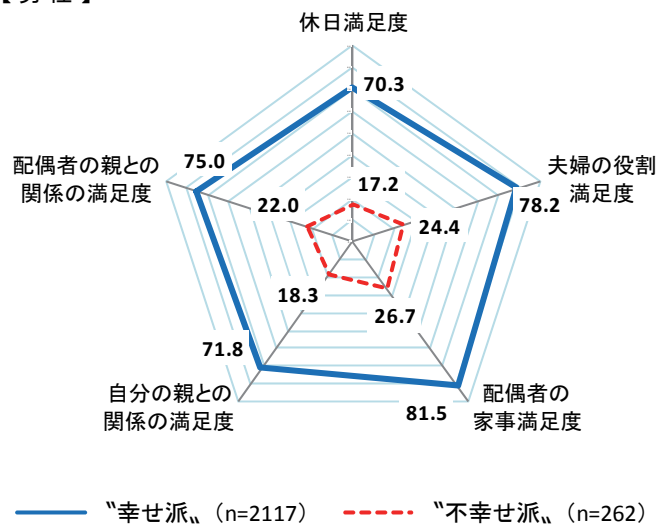
“幸せ派”の男性は、5項目すべてについて7割超の人が“満足している”と回答しており、グラフは正五角形に近い形を呈している。

一方、女性の場合、“幸せ派”の“満足している”人の割合が際立って高い点は同様だが、五角形の形は男性に比べてややいびつになった。“幸せ派”の妻でも「配偶者の家事の満足度」は57.0%にとどまっており、4割強は夫の家事協力には満足していないという結果であった。また、「配偶者の親との関係」に“満足している”割合は64.8%で、男性の“幸せ派”と比べて10.2ポイント低い。幸せと感じている妻でも、夫の親との関係には満足していない人が少なくないことをうかがわせる。

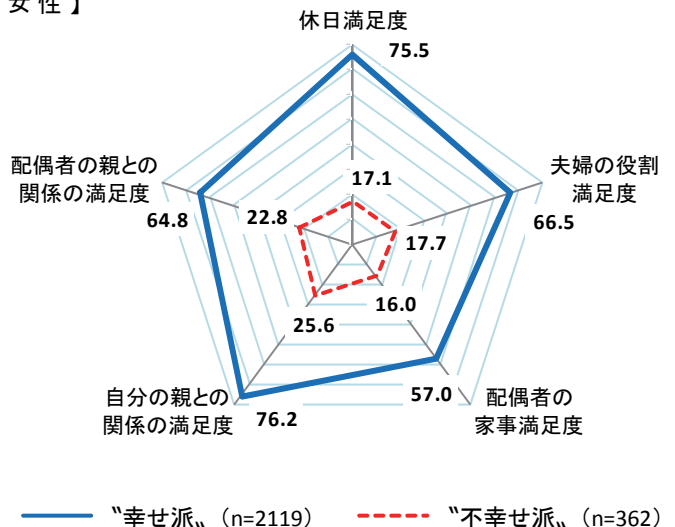
なお、満足度に関する質問項目間のクロス分析を試みたところ、自分あるいは配偶者の親との関係に関する満足度が高い人は、夫婦の役割分担に関

図表3 暮らしに関する満足度と“幸せ感”  
(数値は“満足している”の回答割合：%)

【男性】



【女性】



する満足度も高いという傾向が見られた(図表は割愛)。夫婦の役割の中には、親に対する息子、娘あるいは嫁、娘婿としての役割も重要な位置を占めている。「幸せ派」の夫婦は、配偶者の親との関わりについてもお互いに役割をしっかりと果たしているケースが多く、そのため夫婦として親との関係に関する満足度も高いものと推察される。

以上のように、親との関係や、夫婦の役割分担、休日の過ごし方といった日常生活に関する満足度は、夫婦の「幸せ感」と密接な関係があるようである。

## II 夫婦一緒の行動や、一緒にいる時間と「幸せ感」

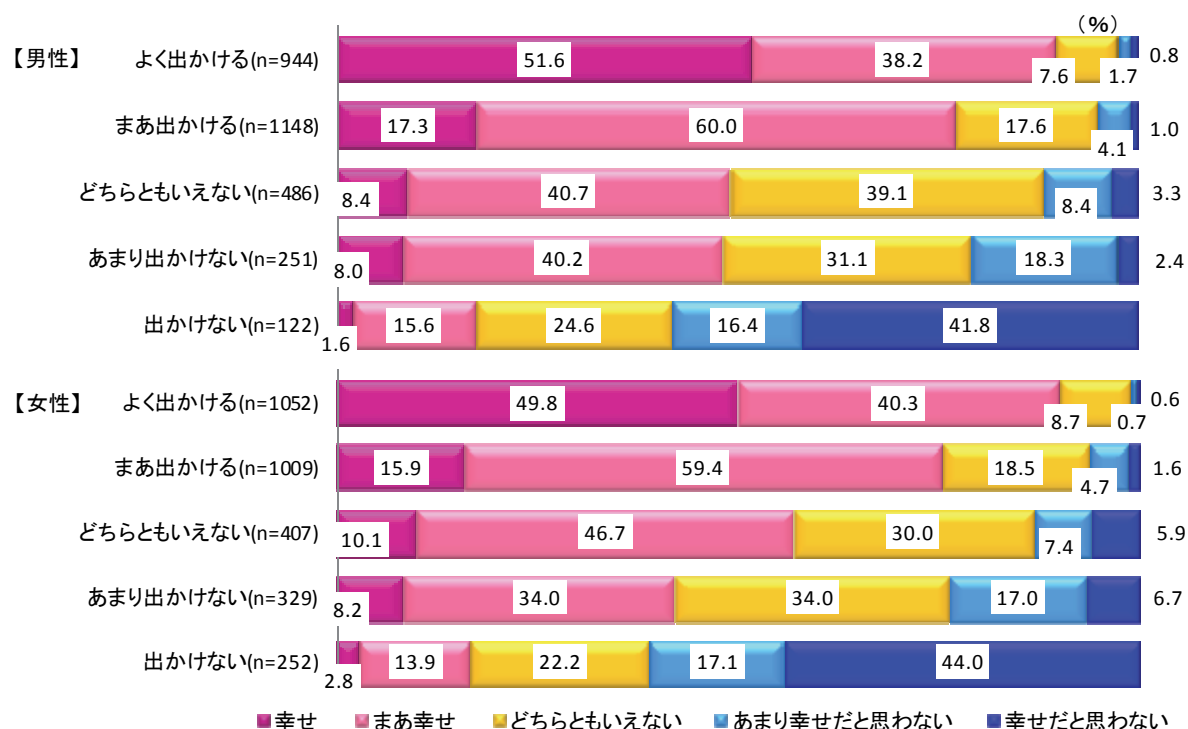
### 1 夫婦一緒の行動と「幸せ感」

「休日の買い物、行楽等に配偶者とよく一緒に出かけるか」に対する回答を5段階(「よく出かける」～「出かけない」)に分け、「幸せ感」との関係を見てみた。

男女とも3人に1人(男性32.0%、女性34.5%)が「よく出かける」と答えているが、そのうち男性の51.6%、女性では49.8%がはっきり「幸せ」と答えている。

ところが、「まあ出かける」の場合、「幸せ」と回答した割合は男性17.3%、女性15.9%へと大幅に低下している。夫婦が一緒に行動する機会の多さと「幸せ感」との関係が見てとれる。

図表4 「休日の買い物、行楽等に配偶者とよく一緒に出かける」と「幸せ感」



## 2 夫婦が一緒にいる時間

### (1) 夫婦が一緒にいる時間と「幸せ感」

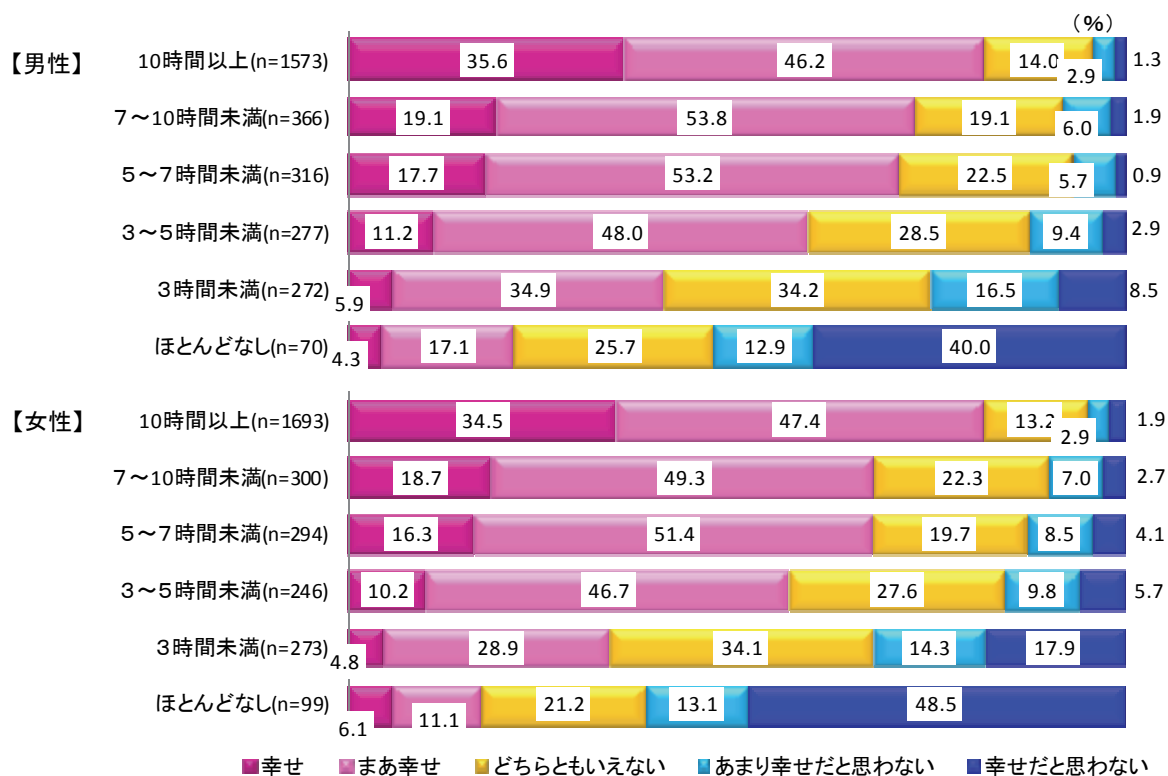
次に、夫婦が一緒に過ごす時間の長さで「幸せ感」にはどのような関係があるのかを探ってみよう。

夫婦ともに休みの日（特別な行事がない休日）に、睡眠時間を除いて夫婦が一緒にいる時間と「幸せ感」の関係を見た。

「10時間以上」一緒にいる夫婦の場合、「幸せ派」（「幸せ」と「まあ幸せ」）の割合が男女ともに8割を上回った。さらに、はっきり「幸せ」と回答した人に限っても、男女とも3割を超えている。しかし「幸せ派」の割合は一緒にいる時間が短くなるとともに低下し、一緒にいる時間が「ほとんどなし」の層では男性21.4%、女性17.2%にまで低下。逆に「幸せだと思わない」とはっきり回答した人の割合が男性40.0%、女性48.5%と大きく上昇している。

このように、休日に一緒にいる時間と夫婦の「幸せ感」には明らかな関係が見られた。ちなみに、当研究所が2008年に熟年夫婦（50・60歳代）を対象に行った調査結果にも、散歩や庭いじりなどに一緒に取り組んでいる夫婦のほうが生活全般の満足度が高いという、本調査と同様の傾向が表れていた（本誌66号、「熟年夫婦の生活観」p.45～48）。

図表5 夫婦一緒にいる時間と「幸せ感」



(注) 夫婦一緒にいる時間には睡眠時間を含まない。

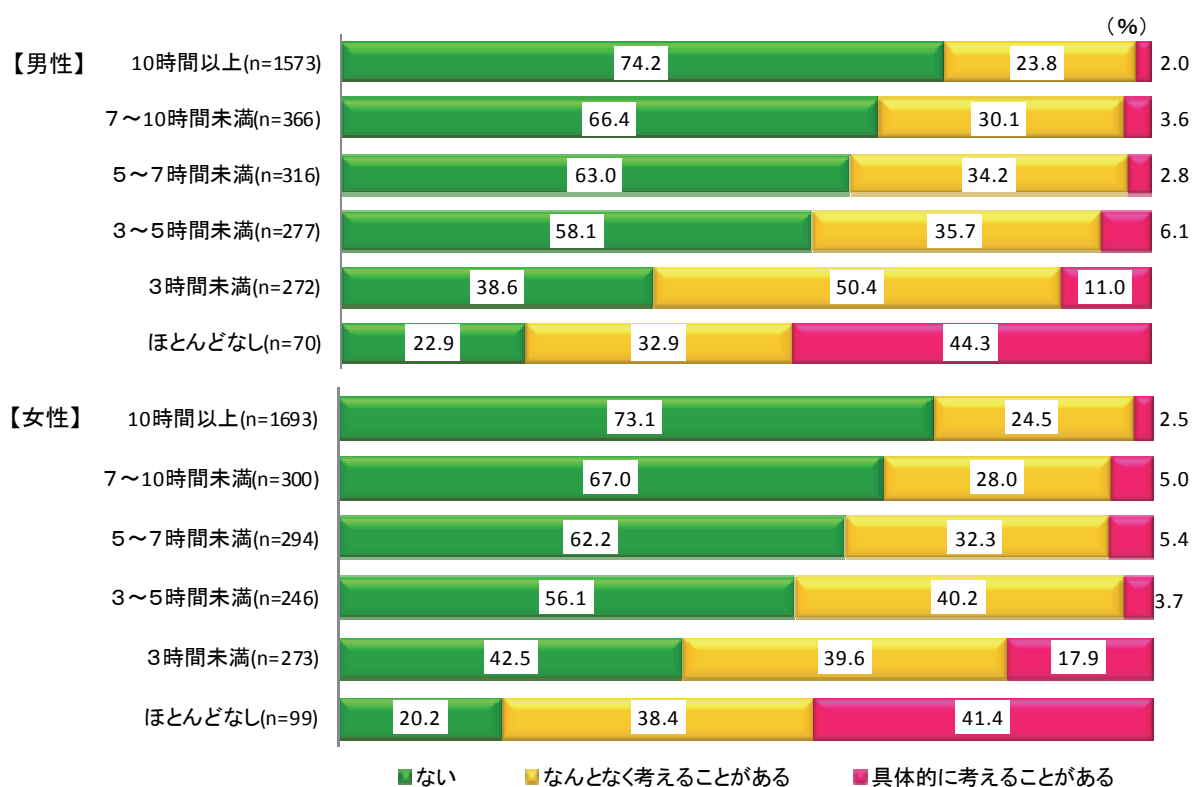
## (2) 夫婦一緒の時間と将来の離婚に対する意識

休日に夫婦が一緒にいる時間の長さ別に、「将来、離婚するかもしれないと考えることがあるか」に対する回答結果を見ると、はっきりとした関係が認められた。一緒にいる時間が「10時間以上」と回答した人は男女ともに、離婚をするかもしれないと考えることは「ない」とする割合が7割を超えている。しかし、この割合は一緒にいる時間が短くなるにしたがって低下していく。

そして、少数派ではあるが一緒にいる時間が「ほとんどない」人では、離婚を考えることが「ない」割合は男女ともに2割ほどにすぎず、逆に「具体的に考えることがある」が4割台に達している。

休日に夫婦が一緒にいる時間の長さは、夫婦関係のバロメータのひとつと見てもよさそうだ。普段の休日に夫婦一緒の時間が短くなり始めたら、夫婦関係に黄色信号が点つたと考える必要があるかもしれない。

図表6 夫婦一緒の時間と「将来、離婚するかもしれないと考えること」の関係



(注) 夫婦一緒の時間には睡眠時間を含まない。

## (3) 婚姻期間別に見た夫婦一緒の時間

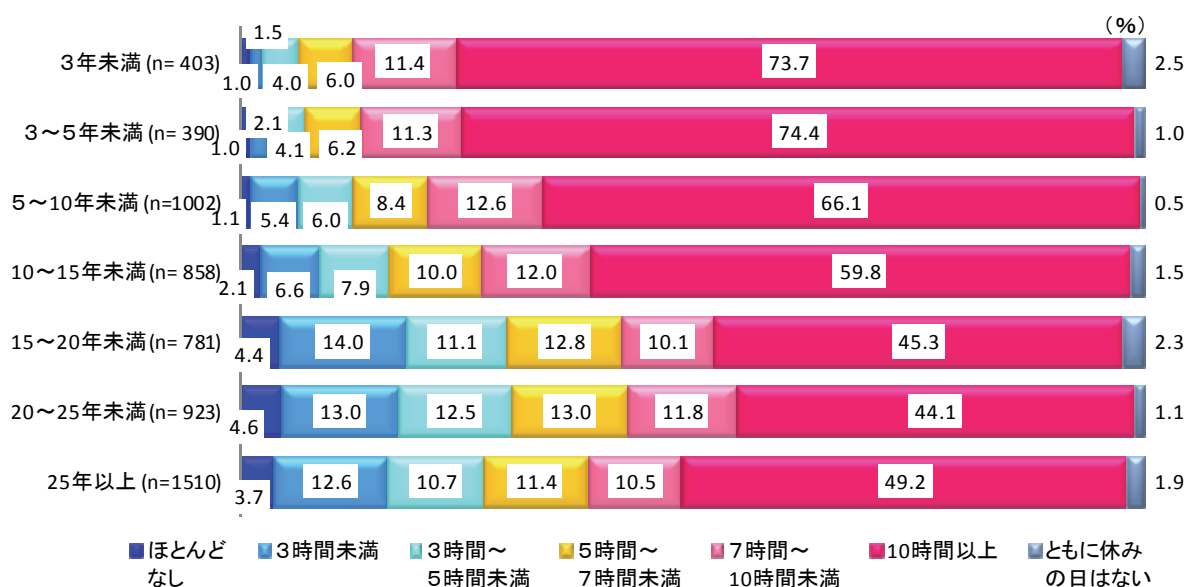
ここで参考までに、普段の休日に夫婦が一緒にいる時間を結婚後の年数別に見てみた。

婚姻期間が「3年未満」と「3～5年未満」の層では、7割を超える夫婦が「10時間以上」

一緒にいると回答している。しかしこの割合は、結婚後の年数が長くなるほど低下し、「15～20年未満」「20～25年未満」の層では45%程度にまで落ちてしまう。ところが「25年以上」になると、この割合は少し上昇している。

こうしてみると、「幸せ感」にも婚姻期間に応じて「一緒にいる時間」と類似した傾向の変化が見られると推察される。そこで次章では、ライフステージと「幸せ感」の変化について分析を進めることにする。

図表7 婚姻期間別に見た「休日に夫婦が一緒にいる時間」（睡眠時間を除く。男女計）



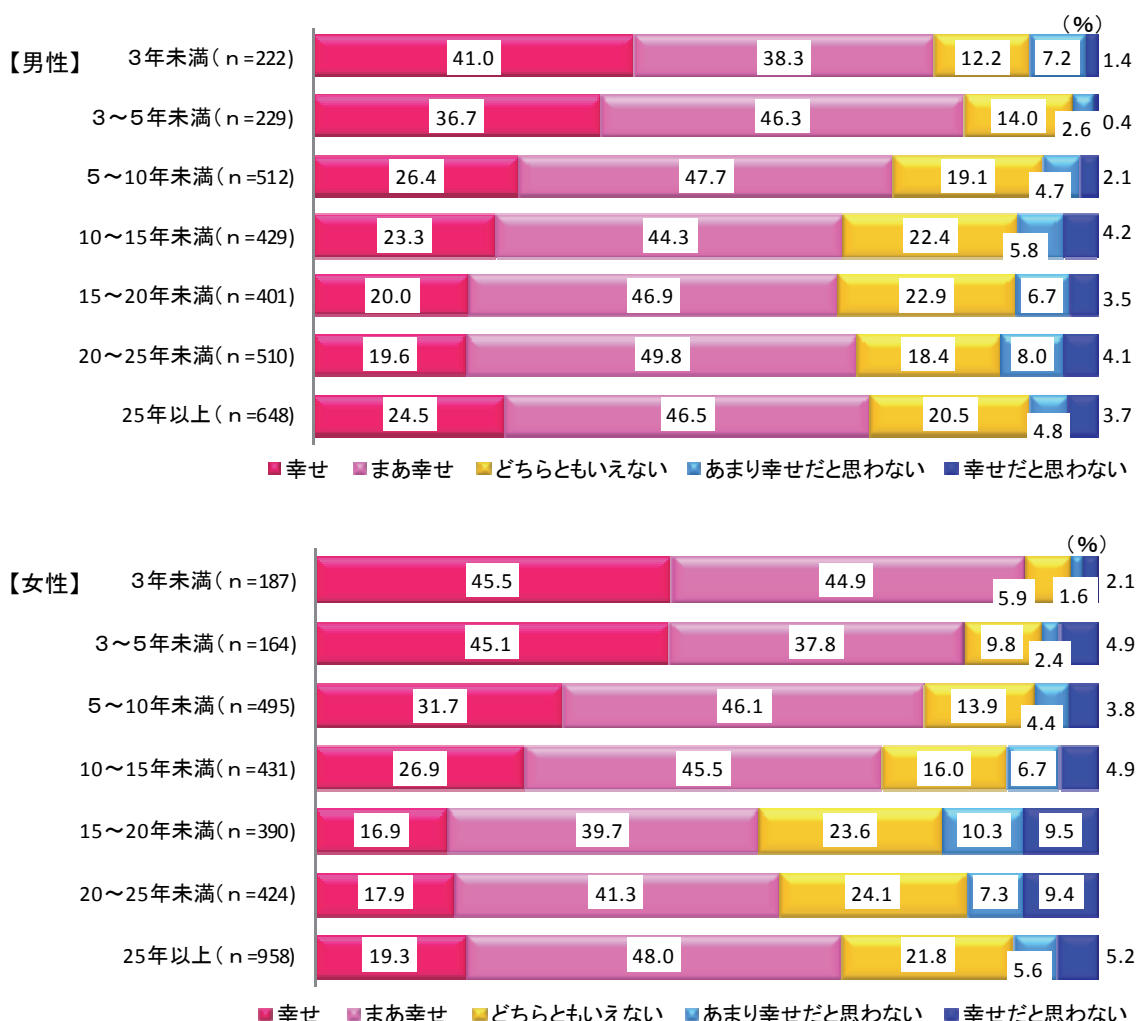
### Ⅲ ライフステージと「幸せ感」の変化

#### 1 婚姻期間と「幸せ感」

結婚後間もない夫婦と、結婚後10年、20年経った夫婦では、自分たち夫婦は幸せだと感じている人の割合に差があることが図表8に表れている。

婚姻期間「3年未満」では「幸せ派」（「幸せ」と「まあ幸せ」）の割合が男性79.3%、女性90.4%と高いが、この割合は男女とも年数を経るにしたがって低下していき、「15～20年未満」で底を打った後、やや回復する。とくに結婚後15年から25年未満の女性の落ち込みは顕著である。

図表8 婚姻期間と「幸せ感」



## 2 子どもの成長と「幸せ感」

「幸せ感」を左右するものにはさまざまなものが考えられるが、ここでは、子どものいる夫婦を対象に、婚姻期間とほぼ対応する子どもの成長と、夫婦の「幸せ感」の関係について分析することとする。

末子の学齢による夫婦の「幸せ感」の違いを分析したところ、男性では「幸せ派」の割合に大きな違いは見られなかった。

一方、女性の場合、末子の学齢と「幸せ感」の間に関係が見られた。「幸せ派」の割合は「就学前」は77.2%だが、「小学生」になる段階で62.4%に大きく低下、その後「中学生」58.7%、「高校生（浪人を含む。以下同じ）」58.1%と末子の成長に伴って徐々に下がり、「大学・大学院生」になると64.9%に上昇している。末子が「高校生」の段階で「幸せ派」の割合が底を打っており、その時期の「幸せ派」の割合は、女性が男性（67.2%）を9.1ポイント下回っている。

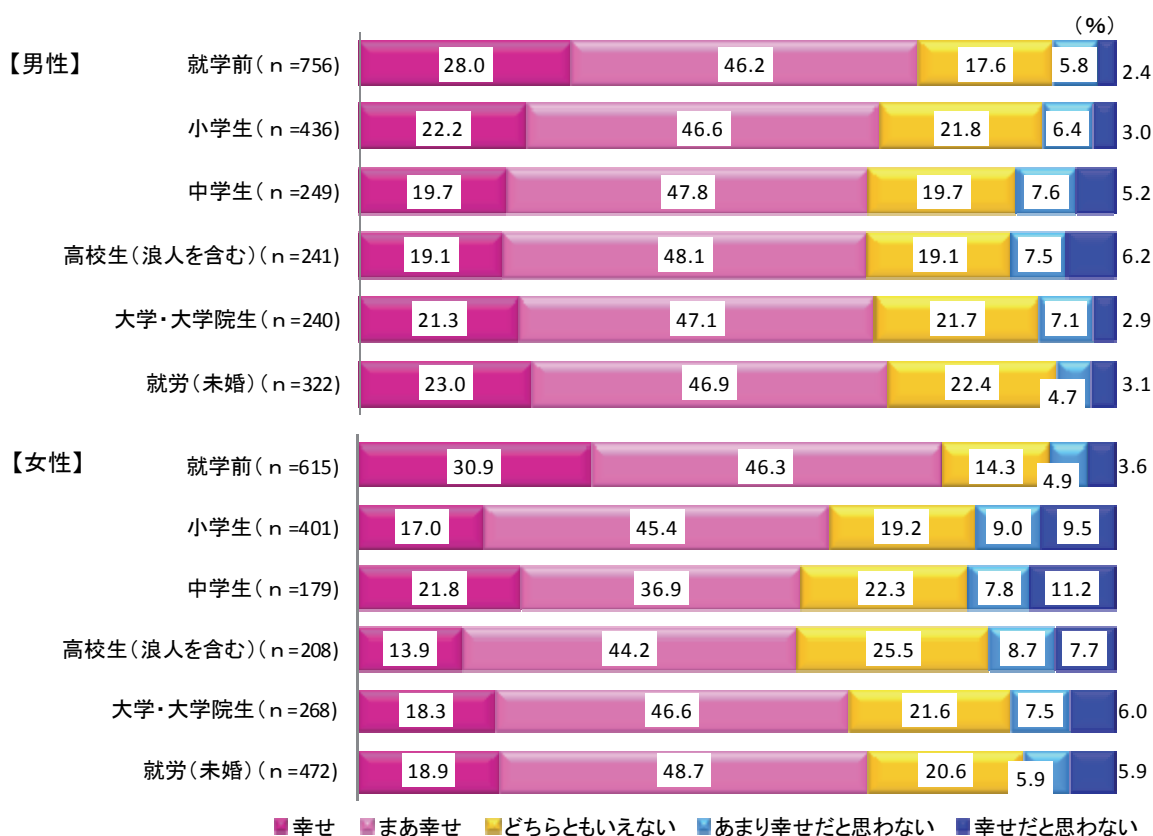


る。

ちなみに、「幸せ感」との関係が見られる「一緒にいて楽しい」「一緒にいて安らぎを感じる」「考え方や価値観が合っている」といった配偶者に対する意識を尋ねた項目でも、末子が中高生の女性は「肯定派」の割合が低いという傾向が見られた（図表は割愛）。

中高生の子どもがいる女性には、「幸せ感」を低下させる何らかの要因があるようだ。

図表9 末子の学齢と「幸せ感」



### 3 子どもの成長と夫婦の期待感・不安感

#### (1) 子どもの成長と子どもの将来への期待・楽しみ

本誌前号 (p. 55~56) で紹介した「今後3~5年ぐらいの間の楽しみ・実現したいこと」のうち子どもに関連する項目について、末子の学齢による違いを見てみた。

##### ①末子が小学生

期待や楽しみとして「子どもの成長、入学・進学」を挙げる割合は、男性65.4%、女性66.3%と高く、多くの夫婦が子どもの成長や進学に期待を寄せていることがわかる。

##### ②末子が中学生

「子どもの成長、入学・進学」は、女性は67.0%で小学生のときと変わらないが、男性はそ

れより 11 ポイントほど低く、子どもの将来に対する夫婦間の温度差が目立つようになる。

### ③末子が高校生

「子どもの成長、入学・進学」を挙げる人が男女とも減り、代わって「子どもの就職・独立」が浮上するが、末子が中学生のときと同様、両項目とも女性のほうが挙げる割合が高い。

### ④末子が大学・大学院生

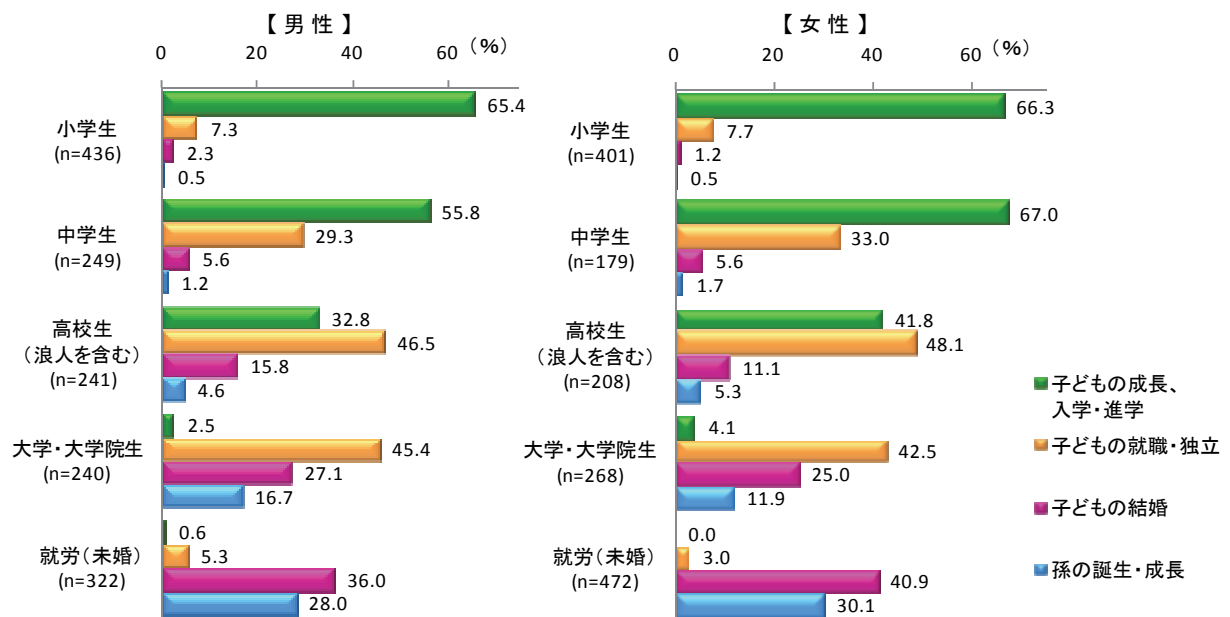
「進学」への期待は達成され、親の関心は「子どもの就職・独立」（男性 45.4%、女性 42.5%）に移る。また、男女とも 4 人に 1 人が「子どもの結婚」を楽しみに思っている。

末子が高校生まではほとんどの項目で女性を下回っていた男性の関心度が、この時期だけ僅かではあるが女性を上回っている点に注目したい。それまで子育てにあまりタッチしてこなかった父親が、子どもが社会に出る頃になると、社会人の先輩として関心を示すようになるケースも少なくないのかもしれない。

### ⑤末子が就労（未婚）

「進学」「就職」は達成され、子どもに関する期待・楽しみは「子どもの結婚」や「孫の誕生・成長」に向けられる。

図表 10 末子の状況と今後の楽しみ（回答は 19 項目から 3 つ以内）



このように、子どもの将来に対する親の期待・楽しみは、学齢の変化につれて項目を移しながら、常にある程度の高いレベルを保っている。ただし、末子が中高生の家庭では、母親のほうが父親よりも「子どもの成長、入学・進学」に関して強い関心や期待を持ち、両者の間に温度差が見られる。妻が夫とは「考え方や価値観」が合わないと感じる要因のひとつと考えられる。

---

## (2) 子どもの成長と子どもの将来への不安

「現在感じている将来の不安」のうち子どもに関する項目を見てみる。

### ①末子が小学生

「子どもの進学」を挙げた割合は男性 30.3%、女性 38.2%で、女性のほうが 7.9 ポイント高い。また「子どもの学校生活(いじめ、非行など)」も女性の 20.9%が挙げており、男性の 12.2%より 8.7 ポイント高い。子どもの将来に関しては、小学生の段階から妻のほうが夫よりも不安感が強いものと理解される。

前項で確認したとおり、小学生の末子を持つ家庭では、両親とも子どもに対する期待感が大きい。一方で、子どもに関する不安は妻のほうが感じがちである。「自分ばかりが心配している」という妻の気持ちが、末子が就学前から小学生にかけて女性の「幸せ感」が大きく減る (p. 55 参照) 原因のひとつになっているのではないだろうか。

### ②末子が中学生

「子どもの進学」を挙げた割合は男女差が大きく、女性の 39.1%に対し男性が 29.3%で、9.8 ポイントの差が見られる。少し先の問題である「子どもの就職」の不安についても、女性は 17.9%で、男性の 11.6%をかなり上回っている。

### ③末子が高校生

「子どもの進学」は男女ともに低下し、両者の差も小さい。代わって「子どもの就職」を不安として挙げる割合が男性 21.6%、女性 29.8%に上昇している。妻の約 3割が子どもの就職に不安を抱き、夫を 8.2 ポイント上回る。

前項で見たように、この時期は女性の 5割近くが「子どもの就職・独立」を楽しみに思うと同時に、約 3割が「就職」に不安を抱いている。この時期の妻は、進学問題に加えて、就職に対する期待と不安が交錯している。ところが、夫の関心は妻ほど高くはなく、これが妻の「幸せ感」を低下させる要因のひとつになっていると考えられる。

### ④末子が大学・大学院生

進学不安が解消したこの時期は、「就職」に関する不安が高いが(男性 26.3%、女性 27.6%)、男女差は小さい。また、「子どもの結婚」を不安に挙げる割合が男女ともに上昇している(男性 15.4%、女性 14.2%)。

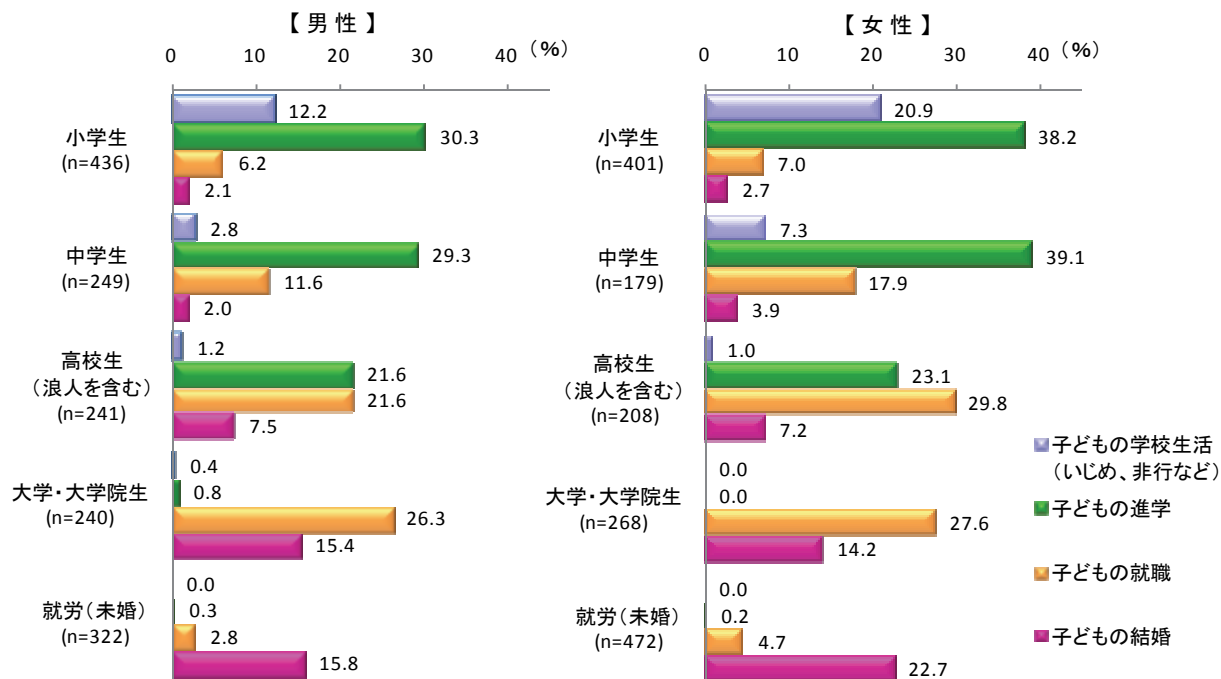
しかし、これらの問題は多くの場合、進学問題ほど親の関与は大きくない。親としての最低限の責任は終えて肩の荷が軽くなる時期でもあることから、「幸せ感」も回復するのではないだろうか。

### ⑤末子が就労(未婚)

それまで不安のタネとなっていた学校生活、進学、就職の問題はなくなっているが、「子どもの結婚」の不安が残る(男性 15.8%、女性 22.7%)。夫婦の期待・楽しみは常に子どもに向け

られていたが、子どもに対する不安もまた長く続くようである。

図表 11 末子の状況と将来の不安（回答は 21 項目から 3 つ以内）



以上見てきたように、中高生の子どもがいる家庭では、妻から見れば「子どものことを自分ばかりが心配し、気にかけていて、夫は私に任せっきりだ」という不満を持ちがちだと推察される。

この結果、「夫婦の役割分担」満足度や、「配偶者と考え方や価値観が合っている」等を肯定する意識も低下し、「一緒にいても楽しくない」というように「幸せ感」と関連する意識がネガティブな方向に向かっていくのかもしれない。

#### 4 ライフステージと夫婦の「幸せ感」

子どもの将来以外にも、「老後の生活資金」、「親の健康・介助」など、ライフステージの推移に伴って変化する不安要因がいくつか挙げられている。本稿では詳細な紹介は割愛するが、これらについても、子どもの将来に対する不安と同様、女性のほうが男性より不安と感じる人の割合が高いという傾向が見られた。こうした点も夫婦の「考え方や価値観」の不一致の要因のひとつとなるだろう。

本稿では子どもの成長にスポットをあてた分析を試みたところ、親として進学や就職問題に悩みがちな世代の夫婦間の温度差と、それに伴う「幸せ感」のギャップが浮き彫りになった。子どもに関する問題を夫婦でしっかり共有できていないことが、妻の「幸せ感」を低下させて

---

しまう一因と考えられる。

中高生の子どもを持つ父親はこの時期、責任の重い仕事を担う人も多く、どうしても仕事ばかりに目が向きがちになることは容易に推測される。しかし、子どもが夫婦にとって真の生きがいとなり、夫婦が共に子どもの成長の喜びを分かちあえるためには、夫がもう少し子育てや教育に関心を持つことが望まれよう。

日常生活でのいろいろな楽しみや将来への期待、また、家事や子どもの教育、親との関係などといった負担や苦勞を、夫婦で分かちあっているという気持ちを持ち続けることが、幸せを感じながら人生を送るためにとても大切なのではないだろうか。

(柴田重信、奥野 哲、森 義博)