

“本業以外の活動”が誰かを助けている

労働供給制約社会を迎える日本。あらゆる職種、あらゆる地域で担い手が足りなくなるのだから、解決策となる打ち手には、単なる「人の移動」や「余っているところから足りないところへ移し替える」だけではない、発想の転換が必要になる。

その発想の転換の一つの例になるのが、本章で紹介する「ワーキッシュアクト (Workish act)」である。これは、コミュニティ活動や趣味、娯楽といった本業の仕事以外の活動のうち、「誰かの何かを助けているかもしれない活動」を指す。

私たちはみな、他者の労働を消費している。そのことを、「共生」と呼んだり、「互酬」と言ったり、「人はみな生かされている」と感じてみたりする。しかし、単なる建前や信条ではなく、そのありがたさを本当に実感する社会がすぐそこに迫っている。労働供給制約が生活を破綻させてしまうかもしれない未来を回避するために、解決策の一つとして検証するのが、「ワーキッシュアクト」だ。

それは、「1人の人間がいろんな場面で活躍する社会へのパラダイムシフトが起こるのではないか」という仮説に基づいている。

私たちが構造的な担い手不足について取材や調査を進めていた際に、この社会には本業の労働・仕事として担う人に限らない、当初想定していた以上に多様な担い手が存在していること

に気がついた。例を挙げよう。

○スマホのアプリゲームで、地域のマンホールや電柱などを撮影し、位置情報に紐づけることで地域のインフラの状態が網羅・一覧化される。すでに大手電力会社が電柱のデータを初期点検に活かしはじめている

○旅先で旅気分を味わいながら誰かの困りごとを手伝う。知らない地域に行きたいと考えている旅行者と、誰かに手伝ってほしいと思っている人とながらつながることで、誰かの困りごとが、誰かの旅先での「アクティビティ」になる。

○ランニングやウォーキングをしながら地域を見守る「パトラン」が全国に広がっている。警察や自治体だけで地域の見守りを担うことが難しくなるなか、出勤途中や仕事の合間、健康のための習慣としてなど、参加者がそれぞれ無理のない範囲で続けられる活動としておこなわれている。

○介護現場には、利用者のレクリエーションの企画や準備・運営、利用者との雑談、施設のホームページの作成・運用など、必ずしも介護福祉士がしなくてもいい業務がたくさんある。



こういった業務を、介護に関心がある人に少しずつ担ってもらう。

動機は「楽しいから」「得をするから」

こうした本業の労働・仕事以外の活動には、「誰かの困りごとや手助けしてほしいというニーズ」(労働需要)に力を貸している性質がある。また、家事などのシャドーワークのように義務的ではなく、何らかの報酬(金銭報酬・心理報酬・社会的報酬など)があるという特徴を持つ。こうした本業の労働・仕事以外で何らかの報酬を得るために、誰かの何かを担う性質がある活動のことを「ワーキッシュアクト」(Workish act)と名づけた。

Workish act は、2つの言葉で表現される。

- Workish : 何か社会に対して機能・作用をしているっぽい
- act : (本業の仕事以外の)さまざまな活動

この場合の「ワーキッシュ」は単に「仕事っぽい」という意味ではなく、「機能する、作用

する」といった英語の意味を採用している。「アクト」は言葉のとおり「活動」であるが、「舞台で演じる役」という意味もある。今後の社会で人が仕事だけでなく、さまざまな「役を演じる」可能性があることも含めて表現した

こうしたワーキッシュアクトには、ゆるやかに共通する特徴がある

とくに大きなポイントになるのが、すべての参加者が崇高な社会理念や意識を持って実施しているわけではないという点だ。「自分が楽しいからやる」「自分が得をするからやる」という当たり前のきっかけが、人々がおこなう動機になっている。ただ、結果としては確実に、誰かの困りごとや手助けしてほしいというニーズを満たしている。

また、報酬のあり方もさまざまな。ワーキッシュアクトに対して支払われる対価はいろいろで、十分な金銭的リターンがあるもの、地域ポイントなどが得られるもの、社会的な報酬や心理的な報酬があるもの、あるいはその組み合わせ、がある。

私たちが提唱するワーキッシュアクトは、これまでは「慈善活動」や「ボランティア」「コミュニティ活動」「副業」「趣味」、はたまた「娯楽」などと呼ばれてきた活動のうち、結果として誰かの困りごとを助けているものの集合体である。

労働供給制社会において、右記のような活動を単に慈善活動や娯楽としてだけ捉えてよいものだろうか。その価値をもっと前向きに受け止めるべきではないか。「本人が自分のために

やっているに過ぎない」ことでも、結果として誰かを助けているのだ。

先述したワーキッシュアクトの4つの例は、いずれも実際におこなわれている活動だ。日本社会には、じつはこうした労働供給制約社会を乗り切るための「芽」がポツリ、ポツリと吹きはじめている。

この芽を読者のみなさんにも、ぜひよく知っていただきたい。それを単なる「はいはい、ボランティアだね」とか「副業でしょ」「よくあるスマホゲームの一つね」といった言葉で片付けてしまえばそれでおしまい、起こっていることの重大さにまったく気が付かずにいるだけだ。

しかし、ワーキッシュアクトという視点から俯瞰して見たときに、これから紹介する新進気鋭の各プレイヤーがおこなっている取り組みは、労働供給制約下でも持続可能な社会をつくるための新たな発想に満ちあふれている。

私がワーキッシュアクトという発想に気が付かされたのは、まさにこれから紹介する取り組みを見つけたためであり、そのときの驚きともワクワクともいえる気持ちを、少しでも感じていただければ幸いである。

【事例①】

アプリゲームで楽しみながら地域のインフラ保全

(NPO法人 Whole Earth Foundation 日本事務所 福田恭子氏)

労働供給制約が進むなか、日々の暮らしに不可欠なインフラを支える人材は圧倒的に不足している。この課題解決に立ち上がったのが、シンガポールに拠点を置くNPO団体「WEF」(Whole Earth Foundation)だ。市民の力で地域インフラに関する情報を集めるエコシステムの構築に奔走する日本事務所の福田恭子氏に、新たなムーブメントの最前線で起きている変化について聞いた。

住民の力で地域のインフラを守る

——なぜマンホールなどの写真を集めるアプリを開発することになったのですか。

「私たちが取り組んでいるのは社会インフラの老朽化の問題です。マンホールの場合、日本では全国1500万基のうち、300万基余が耐用年数を超えているのですが、

(31)以下の所載、肩書は取材当時(2023年3月)のもの。リクルートワークス研究所HP、「ワーキッシュアクトに関するインタビュー」より。

年間10万基しか交換できていません。電柱や道路なども含め、さまざまなインフラがこれから老朽化の課題に直面すると見えています。

WEFの創業者で代表の加藤崇が、2015年にアメリカのシリコンバレーでFracta（フラクタ）という会社を起業しました。水道管の劣化予測のソフトウェアの開発・販売を手掛ける同社のシステムは、アメリカでは現在28州で70社以上の水道事業体に導入（2022年7月末時点）されています。

こうした動きのなか、インフラの老朽化の問題について、インフラ業界の構造的問題を解決し、業界改革を起こすためには市民の声が大事だということに気づいたのがきっかけです。

たとえば、下水道の維持管理を担当する役場の職員は通常、数人程度。その人員で数万〜数十万基ものマンホールのメンテナンスを担うのは無理があります。点検作業は現場を実際に巡回して確認しなければならないので、老朽化に対応しきれなくなるのは必然です。

彼らが本来、労力を割くべき修繕・交換業務に集中できるよう、市民がリソースを提供していくエコシステムをつくることで、効率的に地域インフラを守ることができると考えています。実際、自治体からもそうした要望を聞いています。

私たちが普段、安心して暮らしているのは、生活維持サービスを受けてきている

からです。でも、住民たちはインフラの維持管理は『行政がやってくれるもの』『自分以外の』誰かがやってくれるもの、という意識が根強い。とくに人口減少が顕著な地方自治体は人手も税収も減り、要員確保に相当苦勞されています。

そうしたなか、住民の意識も「自分たちの町は自分たちで守る」という方向へ変わらなければいけないと思います。私たちが開発したゲームアプリの普及を通じて、その役割を担うことができればと考えています」

——そうした考えから、市民が参加する社会貢献型ゲームとして「鉄とコンクリートの守り人」や、その進化版アプリ「TEKKON」を開発されたわけですね。

「いずれもインフラ老朽化の課題に対し、市民が力を合わせて撮影・投稿、レビューし合うことで、インフラの安全を確保するのが目的です。『鉄とコンクリートの守り人』はマンホールのみが対象でしたが、『TEKKON』では電柱も加えています。

『鉄とコンクリートの守り人』のアプリは1年間かけて91万基のデータを収集しました。『TEKKON』は一般公開した2022年9月から3カ月足らずの累計で、すでに50万基近く投稿されて、情報収集の勢いはさらに増しています。これは、ユーザーのみなさまに私たちの社会貢献の取り組みに共感していただいているのが要因の一つだと思います。

ただ、それだけではこれほどのムーブメントは起きないはず。単に『町のためによいことをしよう』というのではなく、『ゲームで楽しく遊んだ結果として町のインフラを保全できる』というセットの魅力が、人気につながっていると思います。

『TEKKON』をリリースしたタイミングで、日常のプレイでもポイントを獲得できるシステムを導入したところ、累計投稿数・レビューが急増しました。このように、『楽しさ』+『やればやるだけリターンが得られる』という2つのインセンティブが相互に作用していると思います。

これは創業者の加藤の言葉ですが、『社会のために活動する』という善意のパワーを搾取するだけでなく、しっかり対価を与えて還元していくことが大切だと考えています。社会的価値と経済的価値を融合させた『社会経済価値』を市民に還元するシステムが、好循環の背景にあると思います」

市民、インフラ企業、自治体と連携

——アプリを公開してから、ユーザーたちからはどんな反応がありますか。

『TEKKON』のヘビーユーザー、いわゆる「プロユーザー」の中には2カ月で3万基以上を投稿した人もいます。日常生活の一部として習慣化されているのだと思います。

イベント開催時には、自治体が把握しているマンホールの位置情報データと、市民が収集した画像をリンクさせるのですが、自治体の管理から漏れているデータが見つかることもあります。自治体は人手不足のため、市民からの通報や苦情がない限り現場まで行けない状況が続く、マンホールの存在自体、把握できていないこともあるようです。

私たちのアプリ上では、『ビビがあります』『欠けがあります』など画像にレビューを付けて投稿することで劣化を可視化しやすくしており、静岡県三島市ではそのデータを踏まえて実際に4基のマンホールが交換されました。

先日、大阪で開催したユーザーの交流イベントでは、マンホールや電柱に詳しい方々が集まっていました。『あそこのマンホール、見に行きましたか?』『見ました、見ました』といったマニアックな会話が飛び交っていました。道を歩けばマンホールや電柱に目が向いてしまうという方々ばかりで、趣味のレベルを超えた人たちが多かったのが印象的です。

年代はさまざまでしたが、撮影や投稿をしない日があると落ち着かないという人、撮影のために仕事場までの道を遠回りするのが習慣になっている人、毎日夫婦で散歩しながら撮影している人、パートとお子さんを迎えに行く間の隙間時間に撮影・投稿している人、ビジネスモデルに興味を持ち研究テーマにしている学生グループも

いました」

——企業や自治体の関心も高まっているそうですね。

「ゲームイベントを通じてインフラのデータを集めたいと考えている自治体もあれば、インフラ事業に対する市民の関心を高めるのが主眼という自治体もあります。一方で、企業とのコラボの取り組みも進んでいます。電柱に関しては、北陸電力が弊社のアプリゲームの活用によって、実際にどの程度の労働の代替が図れるのか実証実験をはじめています。」

北陸電力がこれまで担ってきた検査業務の項目のほんの一部でも、市民が代替することで作業の効率化が進めば、それだけでも十分価値があると受け止めてくださっています」

【インタビュー】

楽しく参加できる「パトラン」で地域を守る

(認定NPO法人改革プロジェクト代表理事 立花祐平氏)

労働供給制約社会における治安維持や住民サービスの低下をどう防ぐか。この課題を解決するヒントの一つが「パトラン」だ。市民がランニングをしながら地域を見守る防犯ハトリールが福岡から全国に広がっている。立役者の認定NPO法人改革プロジェクト代表理事の立花祐平氏に、本業以外にワーキッシュアクトを担う多様な個のつながりの価値を聞いた。

きっかけはランニングフォーム

——パトランは、どのような経緯ではじまったのですか。

「環境問題といったテーマで活動している人は確実に増えていると思いますが、地域課題に対して本業とは別にライフワークとして携わる人は、まだまだ少ないように感じます。とはいえ、きっかけさえあれば地域の役に立ちたいと考えている人は多いはず。地域と積極的にかかわる人が増えれば、よりよい社会につながると思います。」

パトランをはじめたきっかけは、以前一緒に海岸の清掃活動をしていた女性メンバーが、帰宅途中に不審者から被害を受けたのがきっかけです。『安全だと思っていた地域で、こんなことが起きるんだ』と衝撃を受け、団体の活動として防犯パトリールをはじめました。

当時20代が中心でスタートしましたが、何も起こらない日のほうが多いなか、防犯

活動をするモチベーションの維持は容易ではなく、半年後には私1人になってしまいました。どうしたら活動を継続できるだろうかと考えていたところ、当時はランニングがブームで、ランナーをあちこちで見かけました。それでふと、『ランニングをしながら地域を見守る活動ができるのでは』と考えたのがはじまりです。

連れ去りや車内に取り残された幼児が熱中症で亡くなるなど、なんの罪もない子どもが犠牲になる悲劇が全国で相次いでいます。もし地域にパトランのメンバーがいれば、1人で歩いている女児を見て、無関心に放っておくことはありません。『何かおかしいぞ』というアンテナが働き、遠くからでも見守ったり、声をかけたりするはずです。そのように地域の異変や違和感を察知できる存在、『温かい目で地域を見守る』ことができる人材が少なくなっているのが課題だと思います。

地域には『声にならない声』もあります。DVや虐待の被害に遭っている子どもは、自分からSOSを発信できないことも多い。実際、パトランのメンバーがすれ違ったときに、『目で助けて』と訴えかけてきた子もいたんです。そういう『見守りのセンサー』を持つだけで救える命を増やせると思っています。

『自分たちが行動しよう』という意識に向かう人は一部で、『警察や自治体ももっとしっかりすべきだ』という議論になりがちです。しかし、警察や自治体だけですべてを担うことは本当に現実的でしょうか。ただ、今の若い人たちの間では、自分たちは

社会的な活動の担い手だという意識が高まっているようにも感じます」

――高のモチベーションはメンバー何人もの交流

――どんな人たちがパトランに参加しているのでしょうか。

「登録メンバーは約2500人。30〜50代がメイン層で、子育てが一段落ついた世代が中核となりパトランの基盤を支えています。仕事の合間に参加している人が多く、パトランしながら職場に出勤する人もいます。

そのほか、親御さんと一緒に参加する小学生もいますし、年輩の方にはウォーキングでゴミ拾いしながら参加してもらうこともあります。それぞれが自分のスタイルで、無理のない範囲で続けられるのがパトランの魅力の一つだと思います」

――活動を長く続けている人のモチベーションは何ですか。

「勤務先の行き帰りなど、習慣に組み込むことができている人は長続きますね。

メンバーのモチベーションを維持する取り組みとしては、一定の活動基準をクリアした人に『認定パトランナー』という称号を与える制度があります。認定証書やアイテムを贈り、名簿をホームページに掲載します。また、パトランの活動を集計する『パトっち』というシステムをつくり、実施回数や時間の記録をランキング表示して

います。

とはいえ、一番のモチベーションはメンバー同士の交流です。コロナ禍で中止を余儀なくされていたメンバー同士の交流や、観光地でのパトランなどのお楽しみ企画も2022年から再開しています。

参加の動機は人それぞれですが、一つは健康です。最近太ってきたとか、お酒を飲みすぎて数値が気になるなど、健康改善のためにはじめたいという人が3割ほどいます。もう一つが、社会的な活動をしたいという人。趣味でやっているランニングが地域の役に立つのであれば、という人が3割。あとは、知人のSNSやマラソン大会でパトランTシャツを着用したメンバーを見かけ、「楽しそうに見えたから」という人たちもいます」

職場以外に自分の居場所を持つこと

「同じような取り組みが全国に広がっていますが、パトランの魅力は何ですか。——自分にもできるかも、というハードルの低さが魅力なのかもしれません。6割はもともと普段からランニングしていたランナーなのですが、残り4割はこれまで走る習慣がなかった人たちです。地域に居場所が欲しい、仲間をつくりたいという動機で参加する人もいます。

『パトランの魅力は何ですか』とアンケートで尋ねると、8割は『パトランナーの仲間との絆』と回答しています。パトランを通じた人とのつながりが一番の魅力のようです。

防犯面の効果をできる限り数値化し、活動が役に立っていることをメンバーにも伝えていますが、実感はわきにくいのだと思います。活動の輪の中で楽しむことで自身が充実した生活を送れるといった、「自分に返ってくるもの」に魅力を感じる人が多いのでしょうか。『社会のために』と意気込むことも大事ですが、「楽しいので参加しています」というぐらい肩の荷を下ろして参加している人のほうが長続きしているかもしれません。

2021年以降、企業の社内メンバーで月2〜3回活動する『パトランクラブチーム』が立ち上がっています。第1号は茨城県の企業で、SDGsやサステナビリティ（持続可能性）の取り組みの一環、社員の健康促進という位置づけではじまりました。2022年度内にさらに複数企業のチームが立ち上がる予定です。

自治体との連携については、愛知県西尾市と包括連携協定を結び、一緒にパトランの輪を広げることになりました。ほかにも、地域に拠点を置くパトランチームが核となり、自治体や警察、NPOと連携する事例は増えつつあります」



——パトランの活動をとおして、どんな社会をつくっていききたいですか。

「犯罪を減らしたいという目的は当然ありますが、それは副産物なのかもしれません。パトランを通じて地域に居場所ができ、生き生きと自分らしく過ごせる人が増えることが、本質的にはより大事なことのように思います。その結果として、地域社会に関心を持つ人を増やせばいい。」

これから圧倒的な人材不足になる地域社会で、職場とは別に自分の居場所を持つことの価値は高まるはず。職場の人間関係しか築いてこなかった人が退職後、いきなり地域活動に入ろうとしてなじめず右往左往するケースは中高年男性に多く見られますが、ビジネスとは逆の発想でプロセスを楽しむ姿勢が求められます。

団体で主催するマラソン大会でイベントのボランティアを募ると、応募が最も多いのは女子高生です。彼女らから社会への関心の高さもうかがえますが、大学の推薦入試に有利という面もどうやらあるようです。

つまるところ、地域社会とかかわる入り口はなんでもよくて、経験して何を感じるかが大事です。こうした動きも含め、今の社会の流れが私たちの活動を後押ししてくれているように感じます。活動をはじめた10年前だとありえなかっただろうなと思います。」

成功事例に学ぶ3つのポイント

本業の仕事以外で誰かの何かを助けているかもしれない活動、「ワーキッシュアクト」の事例として、実際におこなわれている取り組みの仕掛け人たちの話を紹介した。

話を整理すると、こうした活動が持続的なかたちで広がっているポイントは、①「結果的に」誰かの何かを助けていること、②何らかの「報酬」があること、そして③片手間でできることだ。

①「結果的に」誰かの何かを助けていることについては、立花氏が「入り口は何だつていい」と話しているように、社会正義を持ち、意識高くはじめる人だけではない。はじめる理由は「ギフト券が欲しい」でも「楽しそうだから」でも「誰かに誘われた」でも「大学入試で有利になるから」でもかまわないのだ。

その活動が結果として誰かの何かを助けているのであれば、労働供給制約社会においてそれは100%大切なものである。この「はじめた理由」については、データでもさまざまな入り口があることがわかっており、後述する。

また、②何らかの「報酬」があることも重要だ。持続的な取り組みになるために、仕掛け人たちはさまざまな報酬や対価を考えていた。それは金銭や地域通貨、ポイントといった経済的な対価が設定されている場合もあれば、活動している人が地域で賞賛されたり、コミュニ

図15：ワーキッシュアクトの実施率（実施者に占める割合）

町内会・自治会・マンション管理組合などの地域活動	23.1%
収入をとまなう副業・兼業	21.3%
趣味・娯楽などを通じたコミュニティへの参加	20.1%
子どもの教育活動や運営の手伝い・参画 (学校運営のサポート、PTA、子ども会など)	11.6%
農作業や自然保全などの活動	9.1%
道路沿いや公園など公共空間の清掃活動・掃除	9.1%
周囲に住む隣人の生活の手助け（雪かきや草刈り、送迎など）	9.1%
スポーツの指導や楽団員などのスポーツ・芸術活動への参加	8.1%
消防団、防犯活動、交通安全活動などの 地域の安全に関する活動	5.3%
収入をとまなわない副業・兼業	5.1%
町づくりや町おこしの活動	4.0%
自身の家族以外の高齢者や介助が必要な方の 生活などの手伝い	3.9%
自分が詳しい何かを他人に教える活動 (〇〇塾・〇〇教室など。オンラインで実施しているものも含む)	2.5%
プロボノ ^(※) 活動 (職業上保有する知識・スキルを活かしたボランティア)	2.4%
自身の家族以外の子どもの子育てや育児の手伝い	2.5%
民生委員や児童委員など、地域の人々の相談にのる活動	2.4%
災害からの復旧・復興の支援	2.4%
介護・医療施設の活動補助や運営の手伝い・参画	1.9%
上記に挙がったもの以外のボランティア活動	10.2%

※仕事で培った専門性を活かしたボランティア活動のこと

出典：リクルートワークス研究所 2023、「未来予測2040」より。

以下、とくに注記のないものは同様

ティで楽しく過ごすことができたりという社会的・心理的な対価まで、さまざまな報酬設計の組み合わせが試行錯誤されている。

重要なのは、単なる「やりがい搾取」「善意の搾取」にしてはいけないと語られていることで、正當なさまざまな対価が持続可能な活動にとって必須なのだ。誰かの善意が搾取される仕組みでは、長くは続かない。

3つめの、⑤片手間でもできることも重要だ。本業の仕事以外にプラスアルファでおこなえる活動を、誰かの何かを助けるために「転換」するのだ。そして、本業の仕事でしっかりと収入を得ている人がワーキッシュアクトをすることで、本業の仕事で得られないものを獲得する発想である。

「パトラン」のように、人の習慣や普通に毎日やっていることを転換するというアプローチは、その好例だろう。

ジムのルームランナーを走っていることと「パトラン」のTシャツを着て地域を走ることは、運動上の効果は同一である。しかし、労働供給制約社会における関与度合いは歴然と異なる。その違いを生み出すのは「人がすごい活動をしたから」ではなく、単に「仕組みの問題」である。

この「片手間」でできる、すでに人がしていることを転換する仕組みづくりには、今はまだ誰も着想していないようなさまざまな発想がありうるだろう。

4人に1人がワーキッシュアクトをしている

さて、私たちはワーキッシュアクトの現状を把握するための調査も実施した。20～69歳の日本に在住する人を対象に、ワーキッシュアクトについて、その実施理由や形態を問わず、他者の労働需要を満たすことが想定される本業以外の活動をしているかを質問した。

現在、何らかのワーキッシュアクトを実施している人は回答者のうち25・6%、これは日本の人口に置き換えれば約1966万人の規模である。そのほか、ワーキッシュアクトを実施したいが今できていない回答者が24・2%、実施している人と今後実施したい人を合わせて、日本の人口に置き換えると約3824万人であった。

ワーキッシュアクトをする理由へスト3

続けて、こうしたワーキッシュアクトをなぜはじめたのかを聞いてみた。その結果を186ページの図16に整理した。

ワーキッシュアクトの実施理由の上位3つは、以下になる。

○さまざまな人とながり、交友関係が広げられるため(29・1%)
○楽しい時間が過ごせるため(25・2%)

○家族や友人、知り合いなどに頼まれたため(22・0%)

結果からは、こうした活動をしている人の多くは、社会に対する意識が高いわけではなく「社会貢献したいため」を実施理由とする人は19・1%に過ぎない。「自分の得になる」と感じていたり、「誰かに誘われた」りしたために取り組んでいるという実情が浮かび上がっている。

しかし、その結果として誰かの労働需要を満たしている可能性がある活動をし、誰かの何かを助けているわけだから、どんな理由であれ、労働供給制約社会においてその価値は高まっていく。

(32) リクルートワークス研究所、2022、「労働代替活動調査」。サンプルサイズ 5482。居住地・性別・年代を人口動態と合わせて割り付けし実施。以下、本章の図はとくに注記なき限り本調査を出典とする。

(33) 総務省統計局「人口推計」より2021年10月時点における20～69歳人口を算出し推定した。

図16：ワーキッシュアクトの実施理由（実施者/複数回答）

さまざまな人とつながり、交友関係が広げられるため	29.1%
楽しい時間が過ごせるため	25.2%
家族や友人、知り合いなどに頼まれたため	22.0%
自身の成長につながる経験ができるため	21.2%
社会貢献したいため	19.1%
時間にゆとりがあるため	17.8%
新しい知識や技術、経験が得られるため	16.4%
これまでお世話になったことの恩返しをしたいため	15.2%
生活を維持する最低限の費用以外に、 貯蓄や自由に使えるお金を確保するため	15.2%
生計を維持する（生活費や学費を稼ぐ）ため	14.8%
将来自分もお世話になるかもしれないから、 できることはしたいと思うため	12.9%
自分の知識や能力を試してみたいため	12.8%
とくに理由はない・何となく	9.9%
成果がすぐに確認できたり、相手の反応がわかるなど 直接の手応えを感じることができると	7.3%
将来その活動を本格的にやってみたいため	6.9%
その他	5.8%

地方のほうがワーキッシュアクトが盛ん

それでは、どんな人がワーキッシュアクトをしているのだろうか。調査をもとに、多く実施していた人、（多くはないが）実施していた人、そして実施していなかった人の3つに分けて見てみよう。

まずワーキッシュアクトをしている人が多いのは、大都市圏居住者よりも地方居住者であった。大都市圏では「活動あり」が19・0%、「活動多い」が4・5%なのに対して、地方では「活動あり」が23・8%、「活動多い」が5・5%である（図17）。

年齢別の月の平均実施時間を図18にまとめた。興味深いU字型[※]になっており、U字の底は40代である。20代、30代は高く、また、本業の労働時間が短くなっている60代も高い。

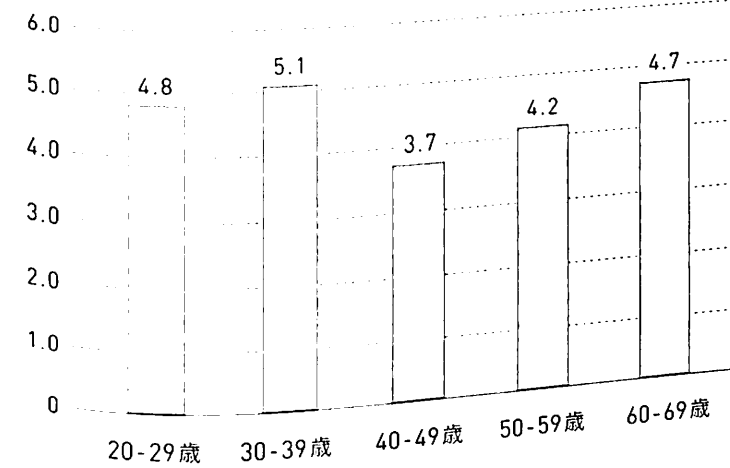
こう見ると、とくに若い世代においてはパレルワーク、パレルキャリアなどという言葉も一般化したように「同時にいろいろな活動をする」ことに違和感がなくなってきたという背景もあるのだろう。ワーキッシュアクトは、いろいろな場面でさまざまな自分を演じる（act）ことであり、若い世代を起点に広まっていくことが期待される。

（34）「多い」とは、月25・0時間以上実施している人であり、出現率は実施している人のうち上位約20%であった。
（35）首都圏（東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県、愛知県、阪神圏（大阪府、京都府、兵庫県）の東名阪エリア。また、都市圏は政令指定都市が存在する都道府県。地方はそれ以外とした。

図17：ワーキッシュアクトをしている人

	活動なし	活動あり	活動多い
男性	76.5%	19.0%	4.5%
女性	71.8%	22.3%	5.9%
両性	70.6%	23.8%	5.5%

図18：ワーキッシュアクト実施時間の平均（時間／月）



リモートワークの本当の価値

また、労働環境面で注目すべきこととして、会社による制度との関係性が見られた（図19）。たとえば、リモートワーク機会があることとワーキッシュアクトの実施には強い関係があった。「リモートワーク機会が月1、2回以上ある」人の場合は、「活動なし」の人が15・7%のところが、「活動あり」の人は22・9%、「活動多い」人では34・0%に達している。

これはワーキッシュアクトを考えるうえで極めて大きなファクターである。リモートワークによる通勤時間の縮減はその人の可処分時間を増やす。そう考えたときに、リモートワークを導入している企業は、従業員の可処分時間を直接的に増やしていることになり、それはじつは労働供給制約社会において重大な社会貢献となっている可能性がある。

2023年現在、産前産後のリモートワーク適用が議論されているが、それだけではなく企業の社会貢献として社会全体でインセンティブを提供し、評価すべきかもしれない。

なお、日本人の通勤時間の全国平均は1時間19分である。関東地方で長く、全国最長は神奈

（36）総務省統計局、平成28年「社会生活基本調査結果」

図19：所属する会社の制度とワークシユアクトの関係
(制度などが「ある」割合)

	活動なし	活動あり	活動多い
リモートワーク機会が 月1、2回以上ある	15.7%	22.9%	34.0%
ボランティア活動を 支援する制度	5.6%	12.5%	14.8%
部活動やサークルなど 社員間の交流を促す制度	5.9%	7.6%	9.1%
会社として目的を問わない 長期の休暇制度 (リフレッシュ休暇、サバティカル休暇など)	11.4%	18.3%	17.7%
副業・兼業を可能とする規定	9.1%	17.5%	24.4%

川県の1時間45分。東京都も長く、1時間34分であった。他方で、最も短いのは大分県の57分である。先述した大都市部のワークシユアクト実質率の低さは、じつは通勤時間問題が原因の可能性もある。通勤時間が短い地域は、今後の日本社会を変える潜在力が高いと言えるかもしれない。

ほかにも社員のボランティア支援制度や、社員間交流の支援制度、目的を問わない長期休暇制度、副業・兼業を認める規定など、会社が制度を整えている場合にワークシユアクトに取り組みやすいことが示唆される。企業は個人のこうした活動をサポートすることが可能なのだ。企業が労働供給制約社会でできることのうち一つの具体的な手は、働き手を職場で独占しないことであろう。

こういった「労働供給制約社会で企業ができること」が見えてきており、まとめて第9章で取り上げる。

個人の仕事スタイルや認識、家事育児や経済見通しについても調査をしている(図20、21)。仕事スタイルや認識について特徴的だったのは、「同時に二つのことに取り組んでも、その両方で全力を出すことは可能だ」「場面によってどのような自分を見せるか使い分けたい」という回答者がワークシユアクトを実施する人に多かったことだ。

ワークシユアクトを実施したことで、そうした気持ちが強くなってきたのかもしれないし、

図20：個人の仕事のスタイル・認識
(以下の質問に「あてはまる」と答えた%)

	活動なし	活動あり	活動多い
同時に二つのことに取り組んでもその両方で全力を出すことは可能だ	26.5%	37.6%	50.6%
職場、家、趣味の場など、場面によってどのような自分を見せるか使い分けたい	41.6%	52.5%	55.7%
今の会社で、定年・引退まで働き続けたい	39.6%	42.1%	38.8%

図21：家事・育児・介護時間、経済見通し

	活動なし	活動あり	活動多い
家事育児介護時間 (働いていた日)	2.26 時間	2.54 時間	2.48 時間
家事育児介護時間 (休日)	2.84 時間	3.26 時間	2.97 時間
5年後の世帯の経済見通し 「楽になる」	11.7%	19.8%	22.4%
5年後の世帯の経済見通し 「厳しくなる」	36.1%	34.9%	38.0%

※下の2つは「楽になる／今と変わらない／厳しくなる」と質問。「楽になる」「厳しくなる」と回答した人における割合。

逆にそうした気持ちがあったから活動に参加したのかもしれない。いずれにしても、さまざまな場面で豊かに活躍できるのではないかと、という気持ちとリンクしていることがわかる。ただ、ワーキッシュユアクトをしているからといって今の本業に不満があるわけではないように、今の会社で、定年・引退まで働き続けたい」という回答率とは関係が見られない（活動があるうがなかろうが、定年・引退まで働き続けたい人は40%前後であった）。

生活面ではどうだろうか。家事・育児・介護といった家庭内労働時間が長いとワーキッシュユアクトは難しいのではないかと考えられたが、家事・育児・介護時間は「活動なし」の人が最も少なく、単純な関係は見られない（図21）。

社会のなかには、仕事も家事・育児・介護もほかの活動も含めて「いろいろな活動をしている人」がいるが、こうした人ががんばりすぎないようにサポートしたり、助言をしたりする仕組みづくりも必要になってくるだろう。本業の会社での仕事だけが社会とつながる活動ではないのだ。

世帯の経済見通しについては、「楽になる」と答えた人のほうがワーキッシュユアクトの実施率が高くなる傾向がある。「衣食足りて礼節を知る」とよく言われるが、経済的に見通しが立った状態のほうが取り組みやすいのは間違いない。

ワーキッシュュアクトの意外な効果

ワーキッシュュアクトにはどんな効果があるだろうか。左ページの図22をご覧ください。

現在の生活への満足感については、経済状況とリンクするため経済見通しが「楽になる・変わらない」か「厳しくなる」かの回答によって分けて検証したところ、ともにワーキッシュュアクトの実施者が生活に満足している割合が高い（もちろん経済的に厳しい状態から抜け出すこと、そのサポートがまずは必要だ）。

今回の調査からは、生活に満足しているからワーキッシュュアクトをしたのか、ワーキッシュュアクトをしたから生活に満足感がわいてきたのかの因果関係はわからない。しかし、両方の動きがあることが想像できるし、この両輪を回していく好循環を巻き起こすことが重要になるだろう。

人とのつながりについても、「わからないときに人に助けを求めることができる」など、ワーキッシュュアクトの活動をしている人ほど強いことが明らかになっている。孤立、孤独が大きな社会問題となつて久しいが、こうした人とのつながりの実感がもたらされることがワーキッシュュアクトを促進するのではないか。

また、ワーキッシュュアクトをしている人は、「コミュニティに不満がある場合に、提案するなど自ら変えるための行動を起こす」傾向も強いようだ。旧来の共同体が縮小・消滅していく

図22：ワーキッシュュアクトと生活満足度・つながり実感など
(あてはまる・%)

	活動なし	活動あり	活動多い
生活に満足している (5年後の世帯の経済見通し 楽になる・変わらない)	50.7%	63.5%	63.9%
生活に満足している (5年後の世帯の経済見通し 厳しくなる)	31.3%	41.7%	42.3%
わからないときに人に助けを 求めることができる	49.1%	64.5%	64.7%
人の力になりたいと思う	49.7%	68.5%	70.2%
自分が所属するコミュニティ (職場、地域など)のルールや しくみに不満がある場合、 提案するなど自ら変えるための 行動を起こす	18.1%	30.8%	38.0%

日本社会で、そのあり方のアップデートが議論されているなか、こうしたコミュニティを改善しようとする人の広がりも見逃せない効果だろう。

人はワーキッシュアクトをすることで、日々のちよつとした生活に幸せを感じ、助けてくれる誰かが意外とたくさんいることを知り、自分も誰かに何かできると思い、そしてこの社会をいい方向へ変えられる可能性を感じるのかもしれない。

新しい「働き方」の創造

ワーキッシュアクトという人間の活動が、労働供給制約の一つの解決策になると考える。ワーキッシュアクトは、はじめの理由も、金銭対価も、活動しているという意識すら問わない。重要なのは、ただ結果として誰かの「何かしてほしい」という、労働の需要を満たしていることだ。

たとえば、週に何日かジムのルームランナーで走っている人が、同じ運動をする際に少し鮮やかな色のユニフォームを着て外を走ったら、それは警察官や警備員の仕事のある部分が必要とする人の手助けになるのではないか。誰かと話をしたいと思っている人が、介護施設に行つて入所者と話をしたら、介護福祉士の仕事のある部分の手助けになるのではないか。

今後、誰かの労働需要を満たす必要が前例のないほど高まる社会において、ワーキッシュアクトはエンタメと融合したり、より楽しく豊かに実施される可能性が十分にある。別に誰かの需要を満たすことが苦役である必要はない。労働供給制約社会は人間の本質的な社会性、つまり生きていると、なんととはなしに誰かのためになっている性質を強調するのではないか。現在は必要なシステムやプラットフォームが未整備であるために、誰かのつらい労働や善意・共助に頼りきりになってしまっているのではないか。

また、ワーキッシュアクトを調べていて感じるのは、その行為はその人の能力やスキルが高いとか低いとは無関係ということだ。おこなったこと自体に価値があり、感謝される。しかし、いくらでも代わりがきく誰かがおこなうわけではない（担い手の絶対数が不足するわけだから当然だ）。

「誰でもできるが、代わりがきかない」――。

これまでの社会（労働供給が充分な社会）であれば矛盾していた2つの性質が、矛盾なく両立する社会が今、到来しようとしている。

その際に起こるのは、「労働」や「仕事」がこれまでのイメージから大きく変容することだ。

「労働や仕事ではない部分」が変わること、人は労働や仕事に何を求めるようになるだろう。労働供給制約社会の必要性は、人の働き方を新たに創造する潜在性を秘めている。