



「早起きニッポン」計画

標準時の見直しとその効果

(株)時有人社 清水宏一

日本標準時の現状

- 日本標準時 (JST)
 - 明石 (統計135度, 子午線)
 - 明治19年初制定 (文部科学省所管)
- 日本と同じ標準時
 - 韓国・北朝鮮、パラオ、インドネシア東部など
- 時差 (±1)
 - 経度が15度違うごとに1時間の差
 - 明石は日本全土から見ればかなり西寄り
最西端 沖縄県与那国島 122.5° 最東端 東京都南鳥島 153

各国の標準時の現状

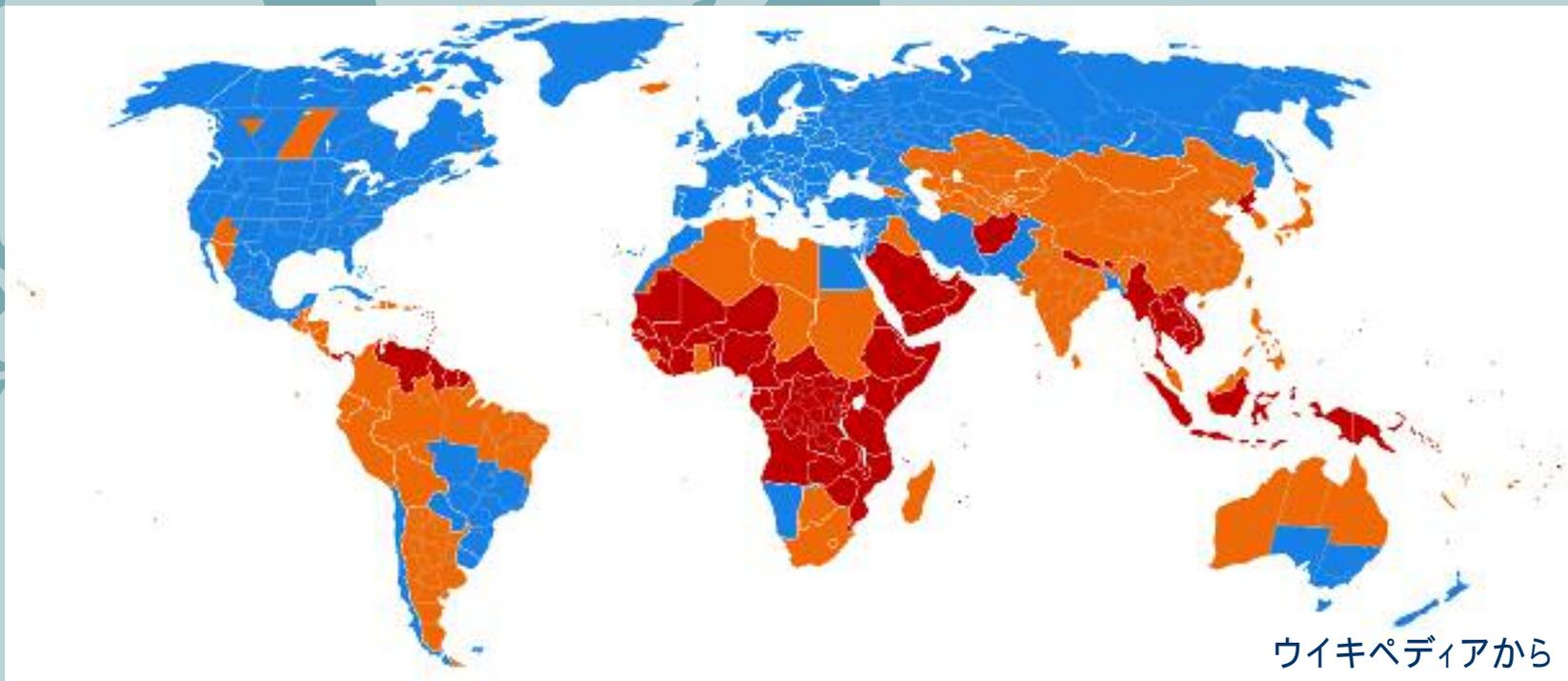
- 経度差に応じて国内に時差を設定
 - アメリカ合衆国本土 4地域に分割(各1時間)
 - ロシア 11地域に分割
 - オーストラリア 3つの地域に分割
- ヨーロッパ諸国、中国は単一(時差なし)
 - フランス、スペインは朝が早い(約1時間差)
 - 中国は北京中心で、全体的に朝が早い(約3時間差)
- 時差単位(±0.5)
 - ほとんどの国が整数だが、30分差、15分差もある
インド、イラン、アフガニスタン、ミャンマー(±0.5)、ネパール(±0.25)

サマータイムの現状

- 先進国を中心に導入(約80カ国)
 - 日本でも1958年から4年間実施
- メリット
 - 省エネ効果(涼しいうちに通勤、早めに退社)
 - 自由時間の増加と個人消費の拡大
- デメリット
 - 生活時間の乱れ(バイオリズム)
 - 機器に組み込まれた時計機能の修正
 - 家庭の電気量の増加

サマータイムの現状

- 夏時間を実施している国・地域
- 過去に夏時間を実施したが現在は行っていない国・地域
- 夏時間を実施していない国・地域



日本の日の出・日の入り

- 日本列島は北東－南西に長い

- 東ほど日の出・日の入りの時刻が早い
- 北ほど夏の日照が長く、冬の日照は短い

- 夏至の日の出と日の入り

- 札幌 日の出 3:55 日の入り 19:17 日照 15時間22分
- 東京 日の出 4:25 日の入り 19:00 日照 14時間45分
- 福岡 日の出 5:08 日の入り 19:32 日照 14時間24分

- 冬至の日の出と日の入り

- 札幌 日の出 7:01 日の入り 16:04 日照 9時間03分
- 東京 日の出 6:47 日の入り 16:31 日照 9時間44分
- 福岡 日の出 7:17 日の入り 17:15 日照 9時間58分

日本の始業時間・終業時間

● 夏季の問題点

- 札幌(東日本)では午前中に大きな空き時間
- 福岡(西日本)では午後が暑い

● 冬季の問題点

- 札幌(北日本)では早くから真っ暗(学校に支障)
- 福岡(南日本)でも日暮れは早い

● 日本標準時が西に偏っている

- 関東集中の経済構造下では大きな無駄
- 標準時を東端に合わせるほうが得

日本の標準時を繰り上げ

- サマータイムは有効だが弊害も多い
 - 実施してから廃止した国が多い
- 標準時の切り上げならデメリットが少ない
 - 時間帯が固定するので生活リズムが同じ
 - 時計操作は一度で足りる
- 先進国の多くが国土の東に標準時
 - 中国は北京中心で西部では3時間も早い
 - ヨーロッパ諸国も(ドイツ、イタリア、フランス、スペインなど)朝が早い
 - オーストラリア(日本と同経度)も東部で早い

「早起きニッポン」計画

- 朝日を拝んで一日を始める
 - 夏はまだ涼しい時間帯での通勤
 - 冬は朝日とともに出勤、通学(全国ほぼ同じ)
- 昼の時間の有効活用
 - 時間帯が固定するので生活リズムが同じ
 - 時計操作は一度で足りる
- 夜の時間の家族団らん
 - 中国は北京中心で西部では3時間も早い
 - 冬はまだ明るいうちに帰宅の途(家族団らん)

昼食休憩時間の1時間繰り下げ

- 昼食休憩時間を今のままの時間帯に
 - 生活のリズムが今と変わらない
 - 学校の時間割が楽になる
- 午前の勤務と午後の勤務が同じ時間に
 - 午前、午後の勤務ローテーションが楽に
 - 株式などの取引の時間帯も変わらない
- 午後の勤務や学習の負担軽減
 - 午前、午後に2時間に1度ずつの休憩
 - 夜更かしが減る

「早起きニッポン」の経済効果

- 「省エネ」効果

- CO2 25%削減の原動力
- 冷暖房費などの節減による経費圧縮

- 「消費活動」効果

- 午後の余暇活用で消費を刺激
- 社会体制の変化による新時代の心理的效果

- 「安全安心」効果

- 児童生徒の安全登下校と校外活動の余裕
- 絶えて久しい「家族団らん」を促進

「早起きニッポン」研究会

- 国家戦略局の重要課題

- CO2 25%削減による「省エネ社会」の実現
- 国内消費の活性化による経済刺激
- 安心安全な新ニッポン国家の実現
- 他国に先立つ戦略性

- 「早起きニッポン」研究会の設置

- 基礎となる経済効果数字データの算出
- 国会議員、官僚、有識者による研究会の発足
- 標準時や戦略に関する研究の深化