

主な用語の説明

A 生活行動

1. 過去1年間に行った活動

この調査では、自由時間等における主な活動（「インターネット」、「学習・研究」、「スポーツ」、「趣味・娯楽」、「ボランティア活動」および「旅行・行楽」）について、過去1年間の活動状況を、それぞれの種類別に行ったか否か、行った場合には、1年間の活動頻度や目的、共にした人などを調査した。

(1) インターネット

インターネットの利用は、仕事や授業などで利用した場合も含む。また、パソコンのみでなく、携帯電話やPHSなどを使って利用した場合も含む。インターネットの利用については、情報交換、情報収集などの利用形態等をもとに4種類に分類している。

(2) ボランティア活動

報酬を目的としないで、自分の労力、技術、時間を提供して地域社会や個人・団体の福祉のために行っている活動をいう。

ボランティア活動については、対象や目的をもとに9種類に分類している。

(3) 旅行・行楽

旅行とは、1泊2日以上にわたって行うすべての旅行をいい、日帰りの旅行は含まない。

行楽とは、日常生活圏を離れ、半日以上かけて行う日帰りのものをいい、夜行日帰りも含む。旅行については、国内・海外、および旅行目的をもとに5種類に分類している。

(4) 学習・研究

個人の自由時間の中で行う学習や研究をいい、社会人の職場研修や、児童・生徒・学生が学業（授業、予習、復習）として行うものは含まないが、クラブ活動や部活動は含む。

学習・研究については、その内容をもとに8種類に分類している。

(5) スポーツ

余暇活動として行うスポーツをいい、学生が体育の授業で行うものや職業スポーツ選手が仕事として行うものは含まない。スポーツは15種類について調査している。

(6) 趣味・娯楽

仕事、学業、家事などのように義務的に行う活動ではなく、個人の自由時間の中で行うものをいう。趣味・娯楽は19種類について調査している。

2. 行動者数、行動者率、平均行動日数

(1) 行動者数（利用者数）

平成13年10月より過去1年間に、該当する種類の活動（利用）を行った人（10歳以上）の数（母集団における行動者数の推定値）

(2) 行動者率（利用者率）

10歳以上人口に対する行動者（利用者）数の割合（%）

$$\text{行動者率} = \text{行動者数} \div 10 \text{歳以上人口} \times 100$$

(3) 平均行動日数

行動者について平均した過去1年間の行動日数各行動の種類・頻度別の行動者数に基づき、過去1年間の平均行動日数を次の式により算出

なお、「年に200日以上（週に4日以上）」については、中央値を282.5日として計算

B 生活時間

1. 行動の種類

1日の行動を20種類に分類し、時間帯別の行動状況（同時に2種類以上の行動をした場合は主なもの一つ）を調査した。

この20種類の行動は、大きく3区分にまとめられ、睡眠、食事など生理的に必要な活動を「1次活動」、仕事、家事など社会生活を営む上で義務的な性格の強い活動を「2次活動」、これら以外の活動で各人の自由に使える時間における活動を「3次活動」と呼んでいる。一般に「余暇活動」と呼ばれるものは「3次活動」に当たる。

20種類の行動とその3区分は次のとおり。

1次活動

- ①睡眠
- ②身の回りの用事
- ③食事

2次活動

- ④通勤・通学
- ⑤仕事（収入を伴う仕事）
- ⑥学業（学生が学校の授業やそれに関連して行う学習活動）
- ⑦家事
- ⑧介護・看護（入浴・屋内の移動・食事等の手助け）
- ⑨育児
- ⑩買い物

3次活動

- ⑪移動（通勤・通学を除く）
- ⑫テレビ・ラジオ・新聞・雑誌
- ⑬休養・くつろぎ
- ⑭学習・研究（学業以外）
- ⑮趣味・娯楽
- ⑯スポーツ
- ⑰ボランティア活動・社会参加活動
- ⑱交際・付き合い
- ⑲受診・療養
- ⑳その他

また、必要に応じて、次の区分も用いた。

- ・家事関連時間 …………… 「家事」、「介護・看護」「育児」、「買い物」の行動時間の計
- ・休養等自由時間活動…………… 「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」、「休養・くつろぎ」の行動時間の計
- ・積極的自由時間活動…………… 「学習・研究」、「趣味・娯楽」、「スポーツ」、「ボランティア活動・社会参加活動」の行動時間の計

なお、上記の行動について、時間帯別に「一緒にいた人」の状況を4区分（「一人で」、「家族」、「学校・職場の人」、「その他の人」）で調査している。（「睡眠」については「一人で」行う活動として集計）

2. 平均時間

行動の種類別平均時間は、1人1日当たり平均時間で、総平均と行動者平均、曜日別平均と週全体平均とがある。

(1) 総平均

該当する種類の行動をしなかった者を含む全員についての平均

(2) 行動者平均

該当する種類の行動をした者（以下「行動者」という。）のみについての平均

(3) 曜日別平均

調査の曜日ごとに平均値を算出したもので、「平日」、「土曜日」（学校のある日・ない日）、「日曜日」がある。

(4) 週全体平均

次の式により曜日別結果を加重平均したものである。

週全体平均 = (平日平均 × 5 + 土曜日平均 + 日曜日平均) ÷ 7