

# 目 次

## 第 1 生活時間

<b>1 1日の生活時間の配分</b> .....	<b>1</b>
(1) 行動の種類(3区分)別生活時間	
(2) 生活時間の動向	
① 2次活動時間は減少、1次及び3次活動時間は増加	
② 2次及び3次活動時間の男女差は縮小	
③ 55歳未満の各階層で男女とも3次活動時間が増加	
<b>2 1次活動時間</b> .....	<b>4</b>
(1) 睡眠時間	
① 土曜日の睡眠時間が増加	
② 男女とも35歳～44歳が1番短い睡眠時間	
(2) 食事時間	
① 若年層で短く高齢者層で長い食事時間	
<b>3 2次活動時間</b> .....	<b>5</b>
(1) 仕事時間	
① 土曜日の仕事時間が男女とも大きく減少	
(2) 家事関連時間	
① 依然大きい家事関連時間の男女差	
② 育児時間は女性の25～34歳が最長	
<b>4 3次活動時間</b> .....	<b>6</b>
(1) 在宅型余暇活動時間	
① テレビ・ラジオ・新聞・雑誌に費やす時間の長い在宅型余暇活動時間	
② 高齢者層で大きく減少した在宅型余暇活動時間	
(2) 積極的余暇活動時間	
① 女性がわずかに減少した積極的余暇活動時間	
② 積極的余暇活動時間は男女とも15～24歳の層で最長	

## 第2 生活行動（余暇活動）

### 1 スポーツ..... 8

- (1) 過去1年間に「スポーツ」を行った人は約108万人、行動者率は71.4%
- (2) 行動者率が高い「軽い体操」と「運動としての散歩」
- (3) 男性で盛んな屋外球技と「釣り」、女性は美容・健康関連や手軽なもの

### 2 学習・研究..... 10

- (1) 過去1年間に「学習・研究」を行った人は約42万人、行動者率は28.0%
- (2) 「学習・研究」の行動者率は男女とも平成3年より低下
- (3) 「商業・ビジネス関係」は男性、「家政・家事」は女性が高く、「外国語」は男女とも高い行動率
- (4) 15～24歳の層で男女とも際立って行動者率の高い「外国語」

### 3 社会的活動..... 12

- (1) 過去1年間に「社会的活動」を行った人は約48万人、行動者率は31.8%
- (2) 「社会奉仕活動」を行った人は約46万人、行動者率は30.3%  
行動者率が最も高いのは「地域社会や居住地域の人に対する奉仕」
- (3) 女性の35～44歳の層で最も高い「社会奉仕活動」の行動者率
- (4) 「社会的活動」の行動者率は男女とも上昇

### 4 趣味・娯楽..... 15

- (1) 過去1年間に「趣味・娯楽」を行った人は約136万人、行動率は89.4%
- (2) 行動者率が高い「ドライブ」
- (3) 男女差が大きい「パチンコ」、「日曜大工」、「趣味としての料理・菓子作り」、「編み物・手芸」
- (4) 行動者率が大きく低下した男性の「趣味としての読書」、女性の「趣味としての料理・菓子作り」「和裁・洋裁」

### 5. 旅行・行楽..... 18

- (1) 過去1年間に「旅行・行楽」を行った人は約127万人、行動者率は83.4%
- (2) 7割以上の人が出かける1泊2日以上「旅行」
- (3) 34歳以下の女性のほぼ6人に1人は外国観光旅行
- (4) 伸びの大きい女性の海外への「観光旅行」

### 付1 平成8年社会生活基本調査の概要..... 20

### 付2 用語の解説..... 22

### 付3 統計表..... 25