

【用語と分類】

1 行動の種類

1日の行動を20種類に分類し、時間帯（15分単位）別の行動状況（同時に2種類以上の行動をした場合は、主なものの一つ）を調査しました。この20種類の行動は、大きく3つの活動にまとめられ、1次活動（睡眠、食事など生理的に必要な活動）、2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）及び3次活動（1次活動、2次活動以外で各人が自由に使える時間における活動）としました。

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
- 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・自己啓発・訓練（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、次の区分も用いています。

- ・仕事等……………「通勤・通学」、「仕事」及び「学業」
- ・家事関連……………「家事」、「介護・看護」、「育児」及び「買い物」

2 平均時間

行動の種類別平均時間は、一人1日当たり平均行動時間数で、総平均と行動者平均、曜日別平均と週全体平均とがあります。

(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」、「日曜日」があります。

(4) 週全体平均

次の式により曜日別結果を加重平均して算出したものです。

週全体平均＝（平日平均×5＋土曜日平均＋日曜日平均）÷7