

【用語と分類】

○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（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
- 6 学業
- 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

○生活行動

(1) 行動者率

10歳以上人口に占める行動者数の割合

$$\text{行動者率} = \text{行動者数} \div \text{各属性の10歳以上人口} \times 100 (\%)$$

(2) 学習・自己啓発・訓練

個人の自由時間の中で行う学習、自己啓発や訓練をいい、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みませんが、クラブ活動や部活動は含みます。

「学習・自己啓発・訓練」については、その内容を基に9種類に分類しています。

(3) 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・団体の福祉増進のために行っている活動をいいます。

「ボランティア活動」については、対象や目的を基に11種類に分類しています。

(4) スポーツ

個人の自由時間の中で行う「スポーツ」をいい、職業スポーツ選手が仕事として行うものや、児童・生徒・学生が体育の授業で行うものは含みませんが、クラブ活動や部活動は含みます。

「スポーツ」は、23種類について調査しています。

(5) 趣味・娯楽

仕事、学業、家事などのように義務的に行う行動ではなく、個人の自由時間の中で行うものをいいます。

「趣味・娯楽」は、35種類について調査しています。

(6) 旅行・行楽

旅行は、1泊2日以上にわたって行うすべての旅行をいい、日帰りの旅行は含みません。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、夜行日帰りも含みます。

「旅行・行楽」については、国内・海外及び旅行目的を基に4種類に分類しています。