「おもに何をしていましたか」、「同時に何か他のことを していましたか」の記入に当たっての注意点

- 子供の世話に関する行動は、その子供の年齢または学校・学年区分がわかるように記入してください。
- ●「園芸」、「裁縫」、「菓子作り」、「大工作業」などは、趣味として行っているのか、家事として行っているのかわかるように、「菓子作り(趣味)」や「菓子作り(家事)」などと記入してください。
- 副業の場合は、それがわかるように「仕事(副業)」などと記入してください。

◎ 身の回りの用事などに関する行動は

「洗顔」、「衣服の着替え」、「入浴」、「薬の用意と服用」、「医者の往診を受けた」、「巡回入浴サービスを利用した 入浴」、「デイサービスを利用した入浴」のように記入してください。

母親がけがをしている子供の着替えを手伝っている場合は、子供は「着替え」、母親は「小学5年生の子供の着替えを手伝う」 などと記入してください。

- (注)「子供(小5)」などのように省略しても構いません。
- ・有料のサービスを受けている場合は「理髪店で散髪」のように有料のサービスを受けていることがわかるように記入してください。 、・デイサービスなどを利用した場合は、「送迎」、「昼食」、「体操」など実際にした行動を記入してください。

◎ 食事に関する行動は

「朝食」、「夕食」、「夜食」、「給食」、「おやつ」、「お茶の時間」のように記入してください。

「・家族が病気の祖父に食事の手助けをしている場合は、祖父は「食事」、食事の手助けをしている家族は「病気の祖父に食事の手助け 、 をする」と記入してください。

◎ 移動に関する行動は

「仕事場へ行く」、「学校から帰る」、「買い物に行く」、「営業の仕事で得意先へ行く」、「5歳の子供を病院に連れて行く」のように記入してください。

√・どのような目的で移動したかがわかるように記入してください。

◎ 仕事に関する行動は

「仕事」、「仕事の準備」、「残業」、「仕事(副業)」、「就職試験」、「ハローワークで仕事を探す」、「求人広告誌を読む」のように記入してください。

🕽 • 出張や研修などは、それがわかるように「出張先への移動」、「研修先への移動」などと記入してください。

◎ ボランティア・社会参加活動に関する行動は

「近所の家の掃除を手伝う」、「隣家の高齢者の食事の手助け」、「隣の家の子の遊び相手をする」、「ボランティア活動で 道の草取りをする」、「選挙の投票」のように記入してください。

「誰に対して」、「どのような手助け」を行ったかがわかるように記入してください。

◎ 交際・つきあいに関する行動は

「友人と電話で話す」、「母に手紙を書く」、「友達とアプリを通じてメッセージのやり取りをする」、「友達とアプリを通じてビデオ通話をする」、「知人と喫茶店でおしゃべりをする」、「職場の同僚の結婚式に参加」のように記入してください。

◎ 学習に関する行動は

「学校の授業」、「ホームルーム」、「校内清掃」、「学校の宿題」、「学習塾での勉強」、 「自動車教習」、「テレビの〇〇講座を見て学習」、「社会通信教育の講座で学習」、「試験のために本を読む」のように記入してください。

- ・どのような内容の学習を行っているかがわかるように記入してください。
- ・クラブ活動・習い事・けいこ事は、具体的な項目や内容を記入してください。
- 職場で命ぜられて受けたものは、「仕事の研修」のように記入してください。

◎ 家事などに関する行動は

「食器を洗う」、「朝食のしたく」、「菓子作り(家事)」、「旅行の荷物をまとめる」、「玄関の掃除」、「ゴミを出す」、「アイロンがけ」、「車の洗車」、「インターネットで食料品を注文する」、「2歳の子供に本を読んであげる」「高齢の母の入浴を介助」、「運転免許の更新」、「野菜の栽培(家事)」、「庭の草取り(家事)」のように記入してください。

🭊 育児の場合は、「公園で遊ぶ3歳の子供を見守る」のように育児の内容を具体的に記入してください。

- ・有料のサービスを受けている場合は、有料のサービスを受けていることがわかるように「ガソリンスタンドで自動車の整備をして もらう」などと記入してください。
- ・農作業などは、仕事として行っているのか、家事として行っているのか、趣味として行っているのか、わかるように「稲刈り (家事)」などと記入してください。

◎ スポーツ、趣味に関する行動は

「野球」、「サッカー部の活動」、「運動不足解消のための散歩」、「菓子作り(趣味)」、「ガーデニング(趣味)」、「サッカー観戦」、「レンタルしたDVDを見る」のように記入してください。

「・具体的な種目や内容を記入してください。

◎ 休憩・休養に関する行動は

「犬と遊ぶ」、「テレビを見る」、「マンガを読む」のように記入してください。

√・職場や学校の休憩時間に食事、スポーツや軽い運動をした場合は、その行動を記入してください。

- ◆ 令和3年社会生活基本調査に関することは、 統計局ホームページでご覧になれます。
- ◆ 統計局ホームページでは、「生活時間について」 の記入例を複数掲載していますので、こちらも 参考にしてください。





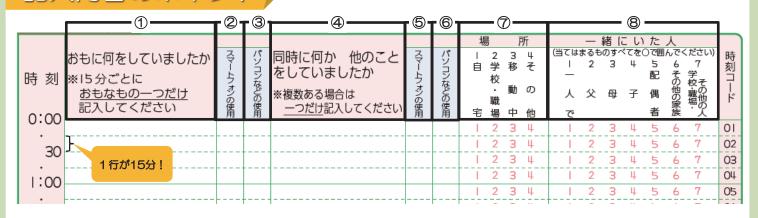
令和3年社会生活基本調查

【調査票B】

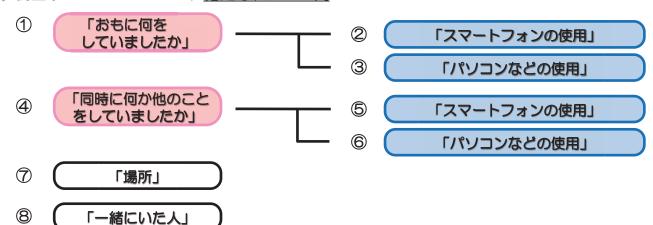
生活時間についての記入のポイント

本書では、調査票4~7ページ部分に関する記入のポイントを説明しています。 (その他の調査事項については、同封の『調査票の記入のしかた』をご覧ください。)

記入内容のポイント



◆ 調査票4~7ページでは、指定された2日間の



の計8点について、その時々の状況を午前0時から15分単位で記入します。

- ◆ 指定された2日間は、調査票の表紙や4ページ及び6ページの上部に記載しています。
- ◆ 1行が15分となっています。

記入方法のポイント

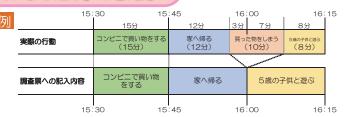
- ◆ ①についてはその時々(15分単位)におもにしていた行動について、④についてはその時々(15分単位)に①に記入した行動と同時にしていた行動がある場合に限り、それぞれ具体的に記入します。
- ◆ ②③については①に記入した行動について、⑤⑥については④に記入した行動について、「スマートフォン」、「パソコンなど」を使用していれば「〇」を記入します(両方使用していた場合には、両方に「〇」を記入します。)。
- ◆ ⑦については区分「1~4」のいずれか1か所、⑧については区分「1~7」の該当する全ての箇所に「○」を記入します。
- ◆ 調査票は機械にかけますので、黒の鉛筆又はシャープペンシルと定規を使って記入してください。



行動等の考え方のポイント

「おもに何をしていましたか」及び 「同時に何か他のことをしていましたか」の考え方

◆ 15分間にいくつかの行動を した場合は、**そのうち最も** 時間が長かったものを記入 します。



- ◆ 何かしながら他の行動もした場合は、<u>「同時に何か他のことをしていましたか」欄にその行動</u> を一つだけ記入してください。例えば、音楽を聴きながら会社へ行った場合は、「おもに何を していましたか」欄に「会社へ行く」、「同時に何か他のことをしていましたか」欄に「音楽 を聴く」と記入します。
- 同じ行動が続く場合は、2行目以降に「↓」を記入してください。
- ◆ 起床、就寝、帰宅など、一時点を表す行動は記入しません。

「スマートフォンの使用」及び「パソコンなどの使用」の考え方

- ◆記入した行動のためにスマートフォンを使用した場合は「スマートフォンの 使用」欄、パソコンなどを使用した場合は「パソコンなどの使用」欄にそれ ぞれ「O」を記入してください。
- ◆ 例えば、会社へ行く時にスマートフォンを使って音楽を聴いた場合など、 記入した行動のために使用したものでない場合は、「スマートフォンの 使用」欄及び「パソコンなどの使用」欄に記入しません(この例の場合は、 「同時に何か他のことをしていましたか」欄の方に「音楽を聴く」と記入し、 「スマートフォンの使用」欄に「〇」を記入します。)。
- ◆ 3行以上の記入が続く場合は、始まりと終わりの時刻に「○」を記入し、 その間を線でつなぎます。
- ◆ パソコンや携帯電話、タブレット型端末などスマートフォン以外の機器を 使用した場合は、「パソコンなどの使用」欄に「O」を記入します。なお、 ゲーム機や携帯音楽プレイヤーは「パソコンなど」には含めません。

「場所」の考え方

- ◆3行以上の記入が続く場合は、始まりと終わりを「○」で囲み、その間を線でつなぎます。
- ◆「1自宅」とは、<u>ふだん住んでいる場所</u>をいいます。なお、庭などの自宅の敷地内は 「1 自宅」に含めます。
- ▶ 「3 移動中」には、駅のホームやバス停で電車やバスを待っている場合も含めます。

「一緒にいた人」の考え方

- <u>◆ 3行以上の記入が続く場合は、始まりと終わりを「○」で囲み、その間を線でつなぎます</u>。
- ◆ 「一緒にいた人」とは、<u>会話をしようと思えばその人と普通に話ができる程度の距離に</u> いる人をいいます。例えば、スマートフォン、パソコンなどを使用しなければ会話が できる人がいない場合(電話やリモート通話)には、「1 一人で」に記入します。
- ◆ 通勤や買い物などで、群衆の中にいる場合や近くに知っている人がいない場合は、 **「1 一人で」**としてください。
- ◆睡眠中に関しては必ず<u>「1 -人で」</u>としてください。
- ●同居していない家族も家族に含みます。

3

3

0

0

0

(1)

0 6

(5)

6

0

0

O O

Ø (3)

行動例における記入のポイント(1)

0:00~ 0:30

テレビを見ながら、最新ニュースをスマート フォンで検索しました。

◆ テレビを見ていましたが、同時にスマート フォンでニュースを見ていたため、「同時 他のことをしていましたか」欄にも 記入します。

また、ニュースはスマートフォンで見て いたため、「スマートフォンの使用」欄に 記入します。



0:30~ 6:15

家族と同じ部屋で就寝しました。 ◆ 家族もいましたが、睡眠中は、「1 一人で」 に記入します。

6:30~ 7:00

ウォーキングをしました。

◆ 一緒にいた人は該当する全ての区分に記入 するため、「4子」、「5配偶者」及び 「**7 学校・職場・その他の人**」の3か所 に記入します。

8:00~ 8:30

通勤中にタブレット型端末で新聞を読み、 途中でスマートフォンを使いアプリのゲーム をしました。

◆ スマートフォン以外の機器を使用した場合 は、「パソコンなどの使用」欄に記入しま

8:30~12:00

10分間の朝礼のあと、パソコンで仕事をし ました。休憩時間にはお茶を飲んでいました。 ◆ 仕事の途中に休憩時間や昼休みがあった

- 場合には、単に「仕事」とだけ記入せずに 「休憩時間に〇〇をした」のように実際に 行った行動を記入してください。
- 🍑 別々に仕事をしていても、会話をしようと 思えばその人と普通に会話ができるような 場合は、「7学校・職場・その他の人」 に記入します。

全員が記入してください

時 刻 ※15分ごとに

0:00

30

1:00

30

2:00

30

30

3:00

4:00

30

30

6:00

30

30

9:00

30

30

1:00

30

12:00

10:00

8:00 着替之

30 沈原 ウォーキング

洗たく物を干す

休憩時間にお茶を飲む

7:00 単朝食のしたく

5:00

19 生活時間について(つづき)

おもに何をしていましたか

<u>おもなもの一つだけ</u> 記入してください

テレビを見る

すいみん

記入に当たっては「生活時間についての記入のポイント」をごらんください

同時に何か 他のこと

<u>一つだけ</u>記入してください

洗たく機をセットする

アプリのゲームをする 〇

新聞を読む

インターネットでニュースを見る

0

0

をしていましたか

※複数ある場合は

10月 ● 日(● 曜日) 【第1日】

校 ・動の

0

•

3

宝場 中他

— 緒 に い た 人 (当てはまるものすべてを○で囲んでください) 時

4 5配偶 本 6 その他の家 7 学校 職場・ 7 学校 職場・

02

03

(5)

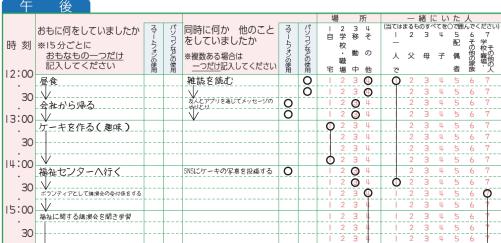
0 0

(b) (c)

0

ではまるもの y 、 、 。 。 I 2 3 4 5 配

記入に当たっては「生活時間についての記入のポイント」をごらんください



テレビを見る

7:00 家<帰る 30 着替之 小学4年生の子供の勉強をみる 18:00 ¥ ⊕とおしゃバり 30 夕食のしたく 煮物を煮ている間にお茶を飲む

9:00 夕食のしたく

夕食

30

美容院へ行く

30 美容院で髪を切る

16:00

30 夕食の片付け 20:00 裁縫(家事) オンラインショップで洋服を購入 30 - リモードで友人とアプリを通じて 21:00

動画を見る 30 学レビを見る 23:00 V 0 30 #1127L

 音楽を聴く 0

00

ここに書かれている日について記入してください。

【第1日】

52

58 59

72

86 87

88

91 92

12:00~12:30

昼食を食べながら、タブレット型端末で雑誌 を読みました。

行動例における記入のポイント②

◆新聞、雑誌、マンガ、文庫本など、どの ような種類の読み物かがわかるように記入 してください。

13:00~14:00

趣味であるケーキ作りをしました。

◆ 家事として行っているのか、趣味として 行っているのかわかるように記入してくだ

> 菓子作り(趣味)、大工作業(家事)、 庭の草取り(家事)、手芸(趣味)、 野菜の栽培(趣味) など

14:00~17:15

福祉センターで福祉の集いに受付係として 参加し、その後職場の人と講演を聞きました。 講演会の後、美容院で髪を切り、夕食のため の買い物をして帰宅しました。

福祉センターへ行く途中、作ったケーキの 写真をSNSに投稿しました。

◆「外出」などの大まかな記入ではなく、 どのような目的で移動したかがわかるよう に記入してください。移動と移動前後の 行動を区別して記入してください。

◆ 単にSNSと記入するのではなく、SNSで 何をしていたのかがわかるように記入して ください。

17:30~18:00

子供の勉強をみました。この時、わからない ことがあったため、スマートフォンで3分 程度、学習用サイトを閲覧しました。

🔷 おもな行動として記入している子供の勉強 をみるために、少しでもスマートフォンを 使用したため、「スマートフォンの使用」 欄に記入します。

20:30~21:30

と会話しました。この時ずっと部屋では一人 でいました

◆ パソコンなどを使わずに話ができる人は 誰もいなかったため、**「1 一人で**」に記入 します。

23:00~23:30

フォンで音楽を聴きました。

おもな行動と同時にしていた行動の両方で スマートフォン、パソコンなどを使用した 場合は、それぞれの使用欄に記入します。



「おもに何をしていましたか」欄、「同時に何か他のことをしていましたか」欄の 記入については、4ページの注意点も確認してください。