

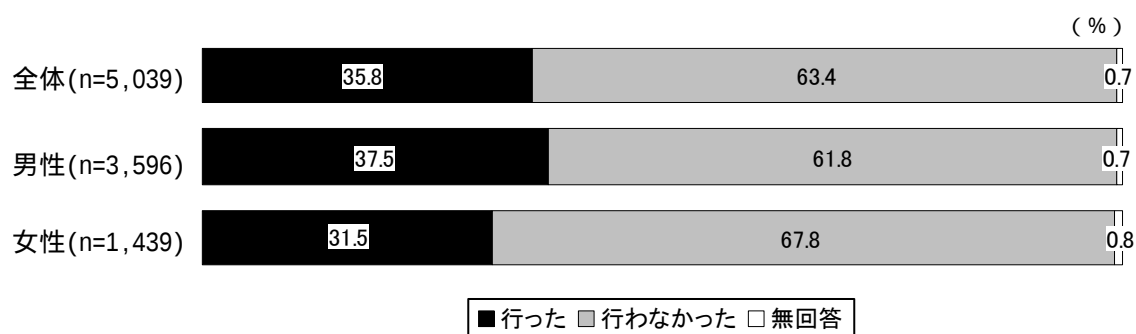
自由時間の使い方

1 学習・自己啓発の傾向

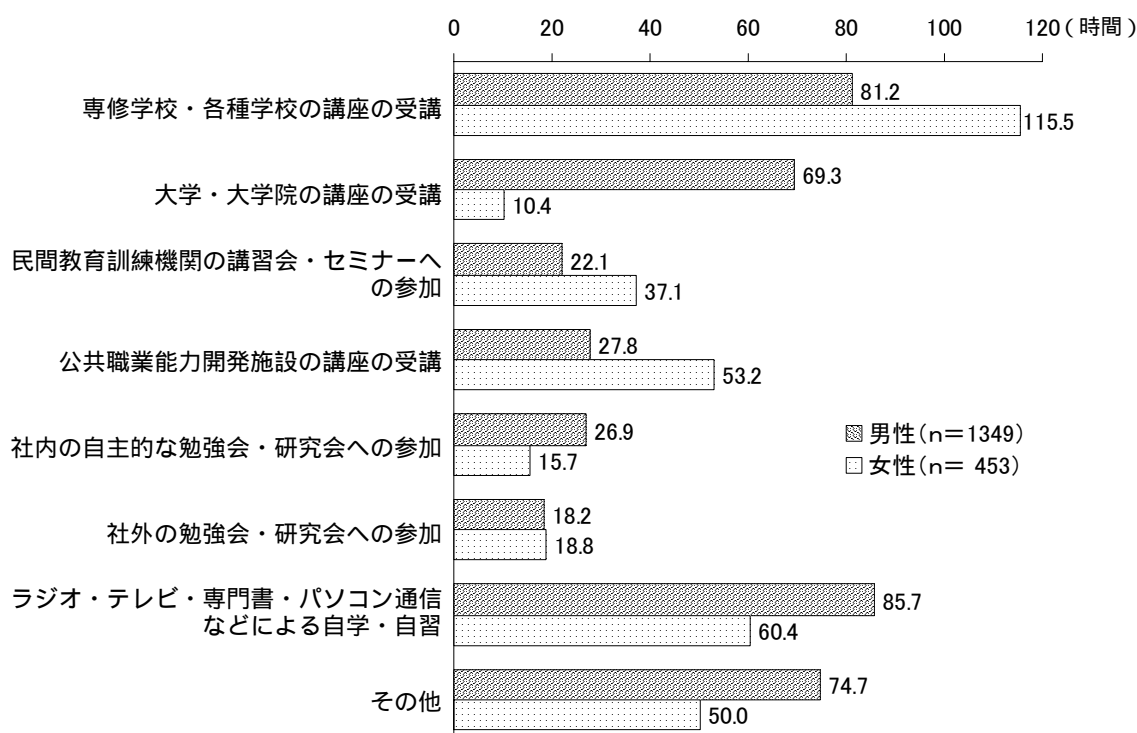
平成15年に自己啓発を行った人の割合は、男性が37.5%と女性（31.5%）よりもやや高くなっている。

実施形態別の平均的な実施時間をみると、女性では「専修学校・各種学校の講座の受講」が最も多いのに対し、男性では「専修学校・各種学校の講座の受講」とともに「ラジオ・テレビ・専門書・パソコン通信などによる自学・自習」も多くなっている。

図表 - 1 - 1 過去1年間の自己啓発実施状況（全国）



図表 - 1 - 2 自己啓発の実施形態別平均実施時間（全国）

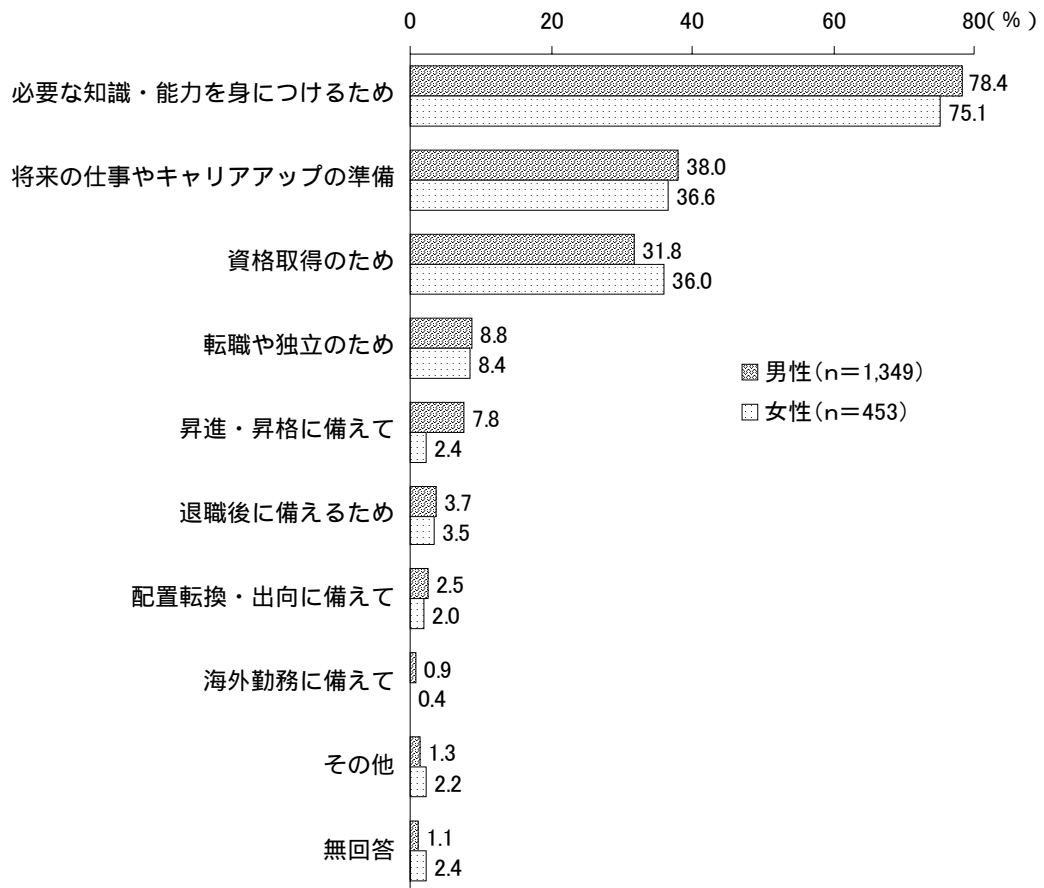


注：過去1年間に自己啓発を「行った」と答えた人に対する質問

資料：厚生労働省「能力開発基本調査」2003（平成15）年

自己啓発を行った目的は、男女ともに「必要な知識・能力を身につけるため」「将来の仕事やキャリアアップの準備」が高くなっている。また、女性が「資格取得のため」で男性より4.2ポイント高いのに対し、男性は「昇進・昇格に備えて」が女性より5.4ポイント高くなっている。

図表 - 1 - 3 自己啓発の目的（全国）（複数回答）



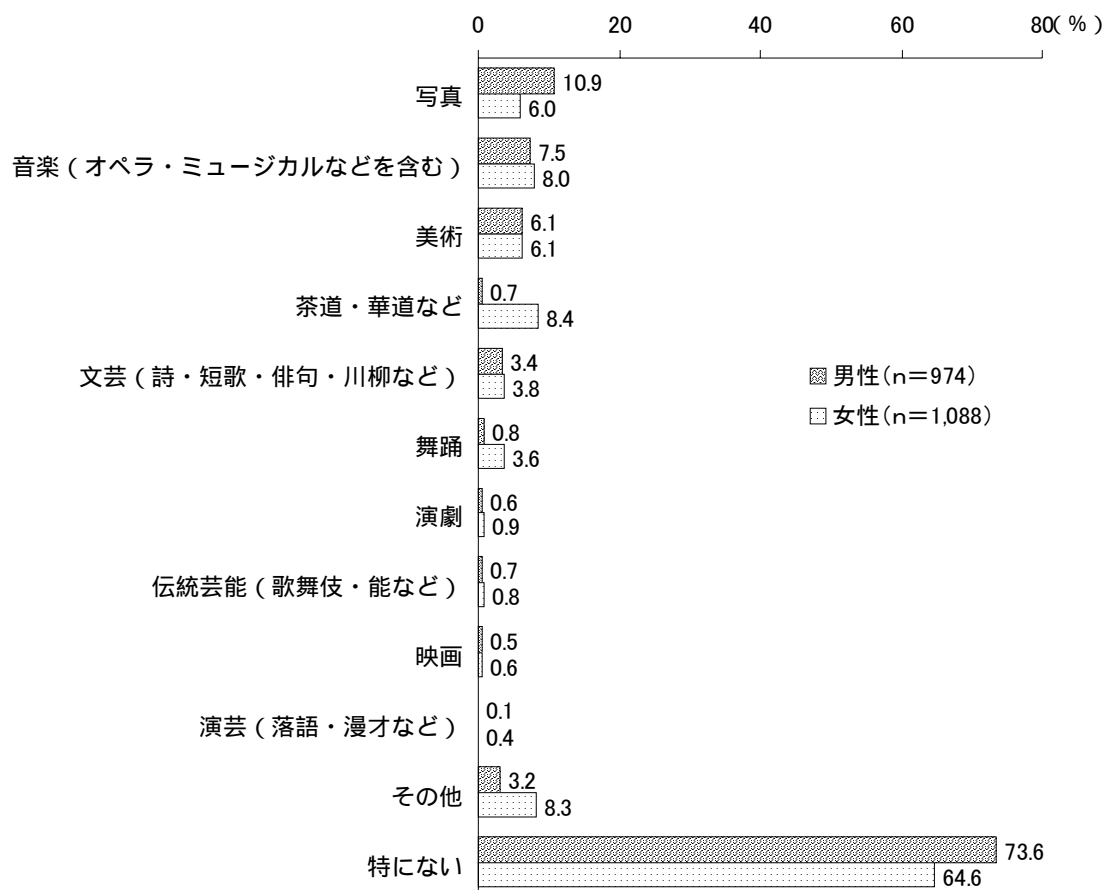
注：過去1年間に自己啓発を「行った」と答えた人に対する質問

資料：厚生労働省「能力開発基本調査」2003（平成15）年

2 趣味・充実感・ゆとり

過去１年の中での文化活動の経験は、男女ともに同じ傾向であり、中でも「特にない」が圧倒的に多い。

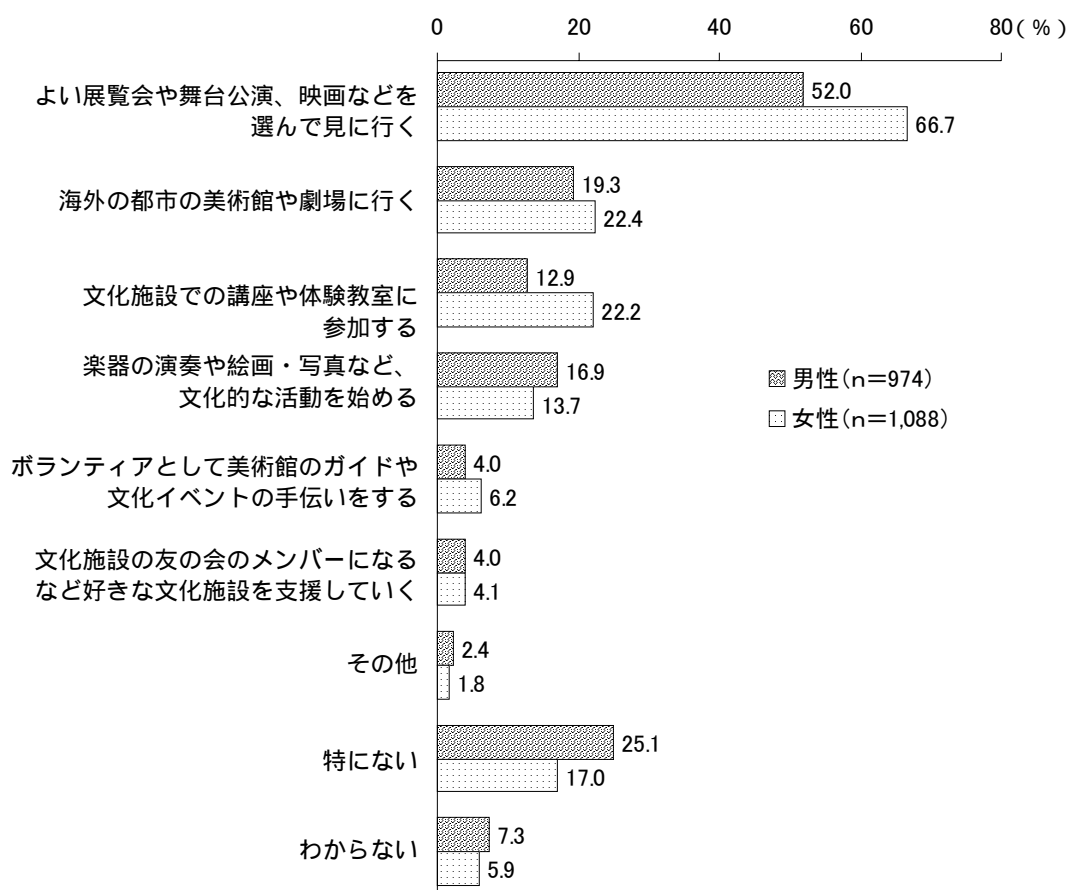
図表 - 2 - 1 過去１年の中での文化活動への参加状況（都）（複数回答）



資料：東京都「文化に関する世論調査」2004（平成16）年

今後の文化活動については、男女とも「よい展覧会や舞台公演、映画などを選んで見に行く」の意向が最も高い。

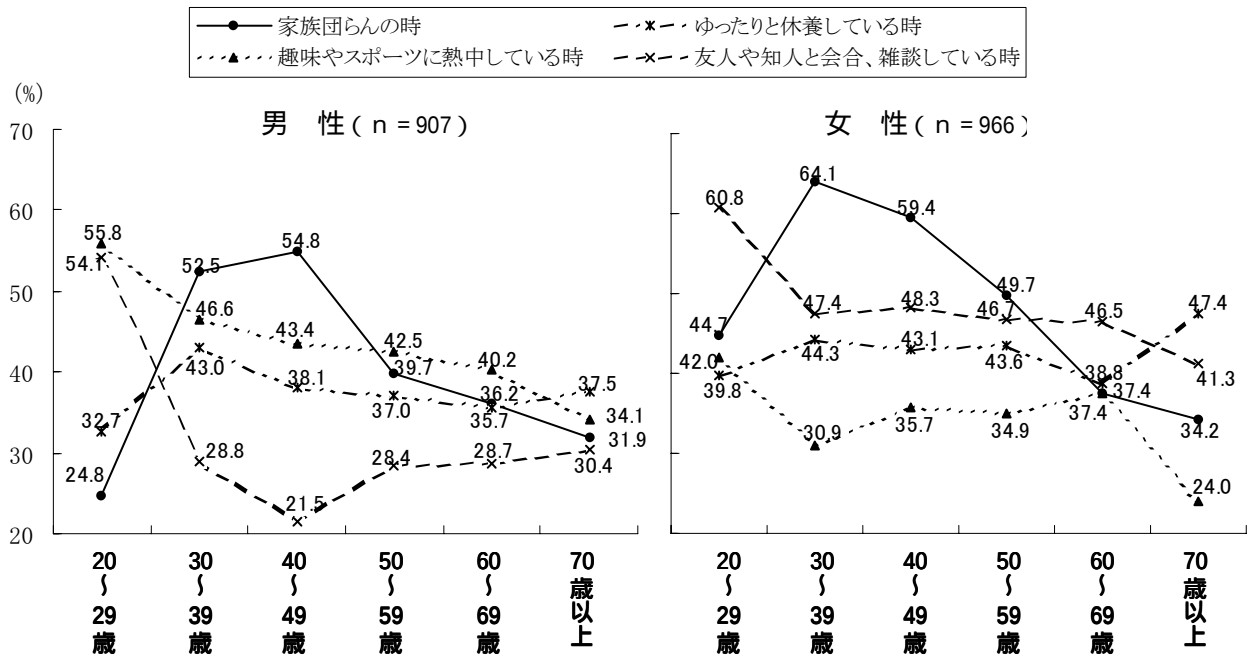
図表 - 2 - 2 今後の文化活動への意向（都）（複数回答）



資料：東京都「文化に関する世論調査」2004（平成16）年

日頃の生活の中で充実感を感じる時については、30代～40代では男女ともに「家族団らんの時」が高くなる。20代と50代・60代では、男性は「趣味やスポーツに熱中している時」が、女性は「友人や知人と会合、雑談している時」が高くなっている。また、30代以降、男性は「友人や知人と会合、雑談している時」が低く推移し、女性は「趣味やスポーツに熱中している時」が低いままとなっている。

図表 - 2 - 3 充実感を感じる時（全国）（複数回答）

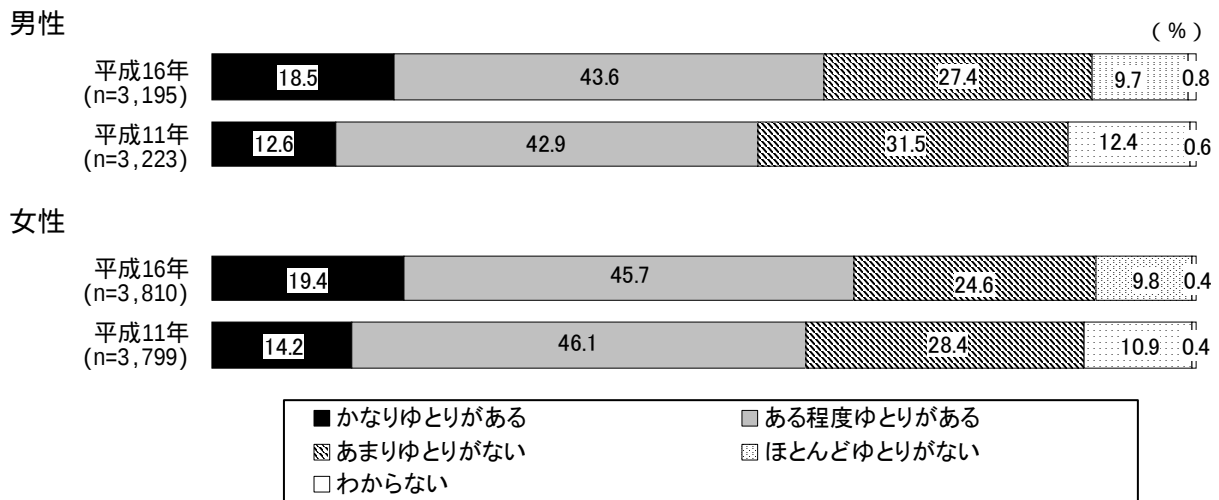


注：充実感を「十分充実感を感じている」、「まあ充実感を感じている」、「あまり充実感を感じていない」、「どちらともいえない」と答えた者に対する質問

資料：内閣府「国民生活に関する世論調査」2004（平成16）年

日頃の生活の中で、休んだり、好きなことをしたりする時間のゆとりがあるかについては、男女とも「ゆとりがある」とする人の割合が過半数を占め、その割合は平成11年と比較して上昇している。

図表 - 2 - 4 時間のゆとりの有無（全国）

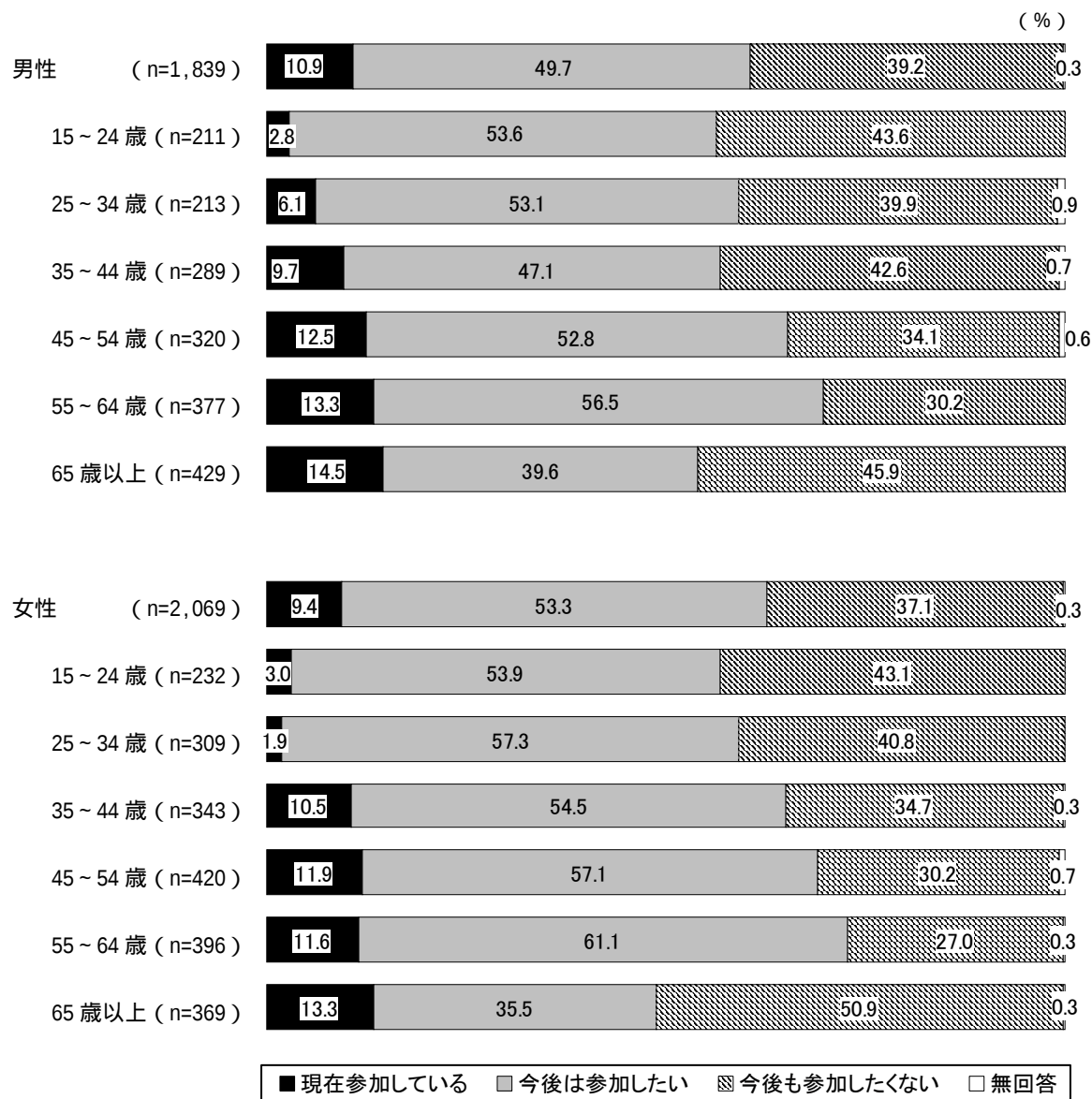


資料：内閣府「国民生活世論調査」2004（平成16）年、1999（平成11）年

3 地域活動参加状況

NPOやボランティア、地域の活動などへの現在・今後を合わせた参加状況は、男女とも55～64歳で最も高くなっている。

図表 - 3 - 1 性・年齢別NPOやボランティア、地域の活動などへの参加状況（全国）

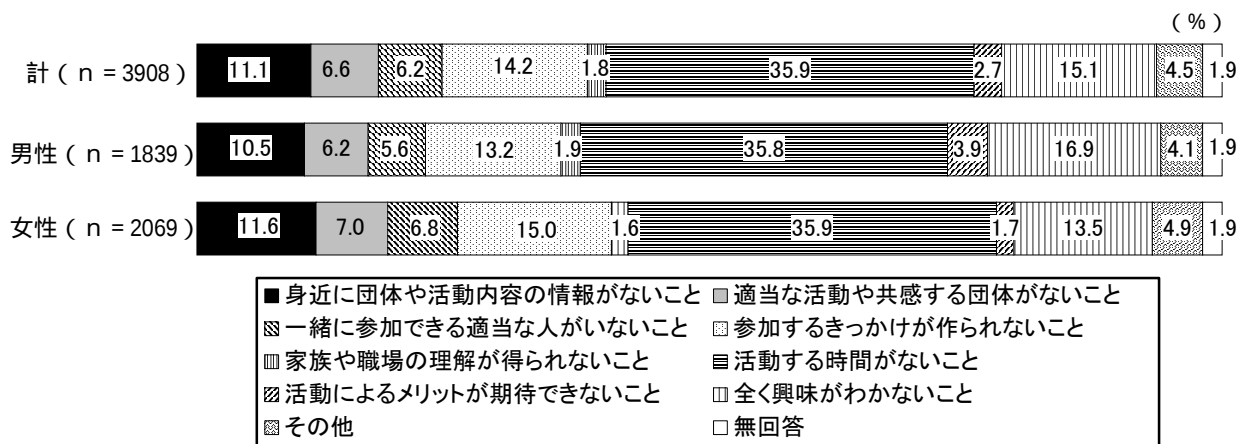


注)「現在参加している」は、「現在、積極的に参加している」または「現在、お付き合いで参加している」と回答した人の合計の割合。「今後は参加したい」は、「過去に参加したことがあり、また参加したい」または「これまで参加したことはないが、機会があれば参加してみたい」と回答した人の合計の割合。「今後も参加したくない」は、「過去に参加したことがあるが、もう参加したくない」、「これまで参加したことはなく、今後も参加したいとは思わない」と回答した人の合計の割合。

資料：内閣府「国民生活選好度調査」2003（平成15）年

地域の活動に参加する際に苦勞すること、または参加できない要因では、男女ともに「活動する時間がないこと」が最も多くなっている。

図表 - 3 - 2 NPOやボランティアで、地域の活動に参加する際に苦勞すること、または参加できない要因(全国)

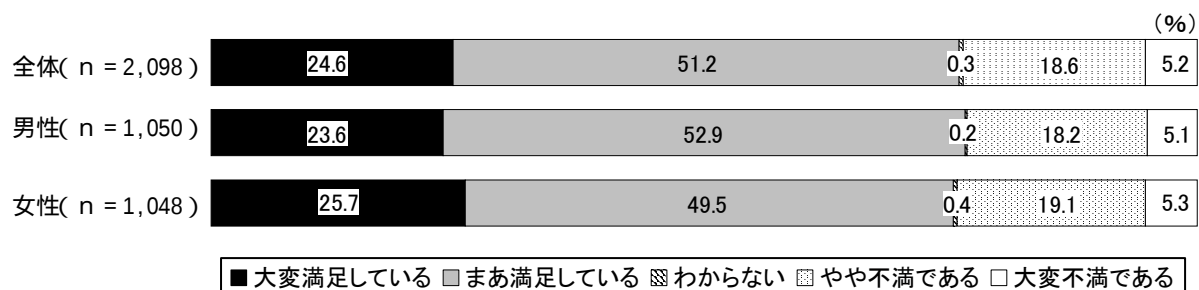


資料：内閣府「国民生活選好度調査」2003（平成15）年

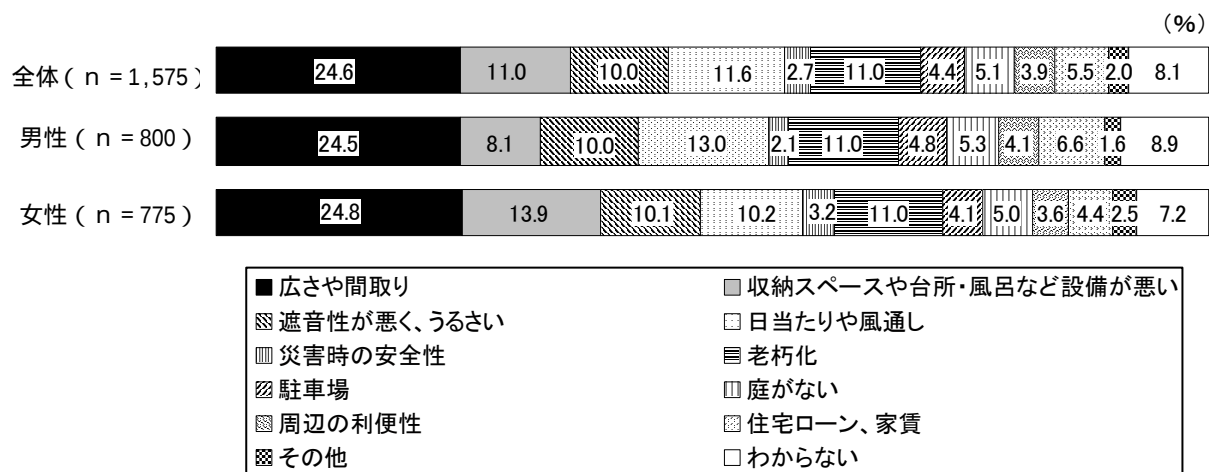
4 住宅環境の状況

住まいの満足度については、男女ともに 満足している 人が圧倒的に多く、性別による違いもみられない。
 住まいに「まあ満足している」「やや不満である」「大変不満である」と答えた人の不満な点は、男女とも「広さや間取り」が最も多く、4人に1人があげている。

図表 - 4 - 1 住まいの満足度（都）



図表 - 4 - 2 住まいの不満な点（都）

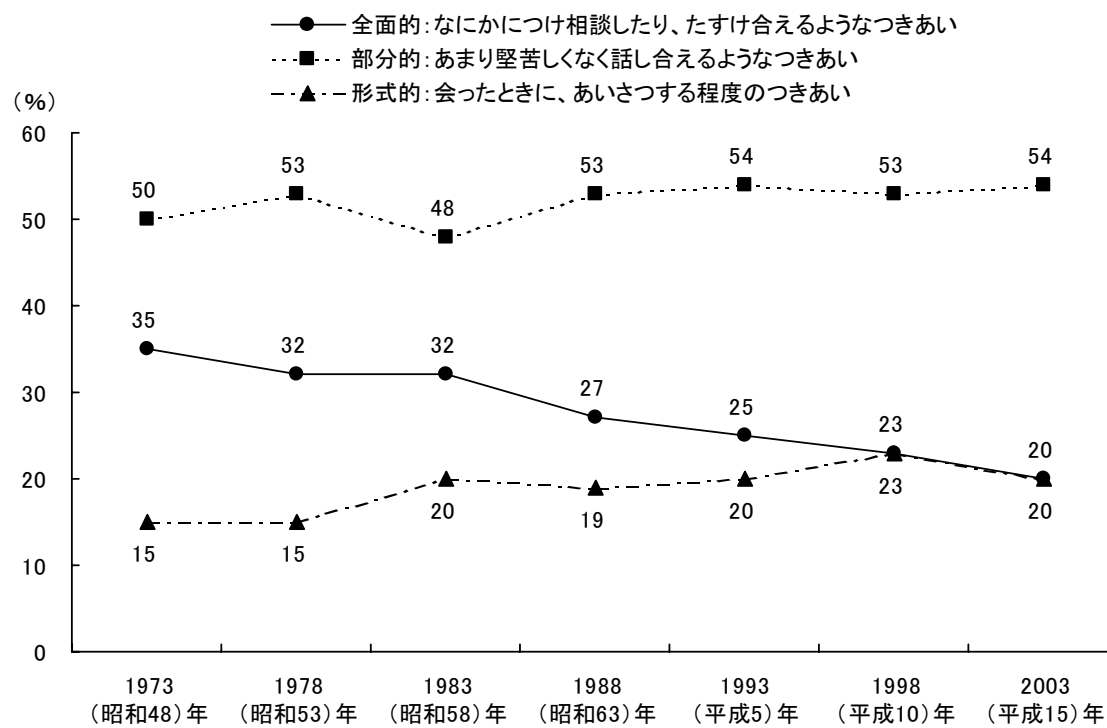


資料：東京都「住宅に関する世論調査」2003（平成15）年

5 交際・付き合い・コミュニケーション

近隣における望ましい付き合い方については、「全面的」なつきあいが減少し続けており、一方で「部分的」なつきあいが主流となっている。

図表 - 5 - 1 近隣における望ましい付き合い方（全国）

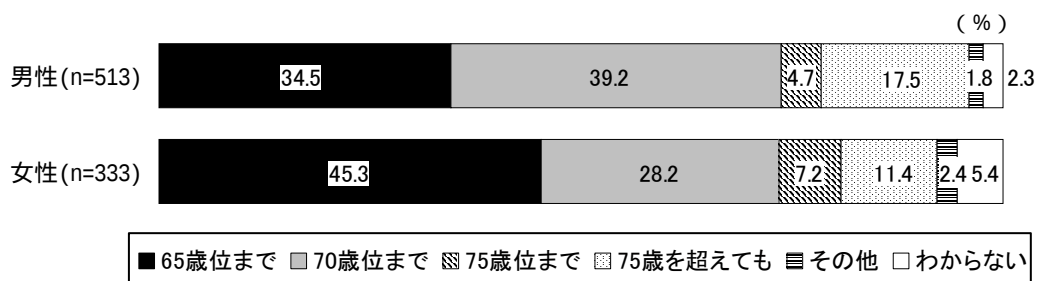


資料：NHK放送文化研究所「放送研究と調査」2004（平成16）年

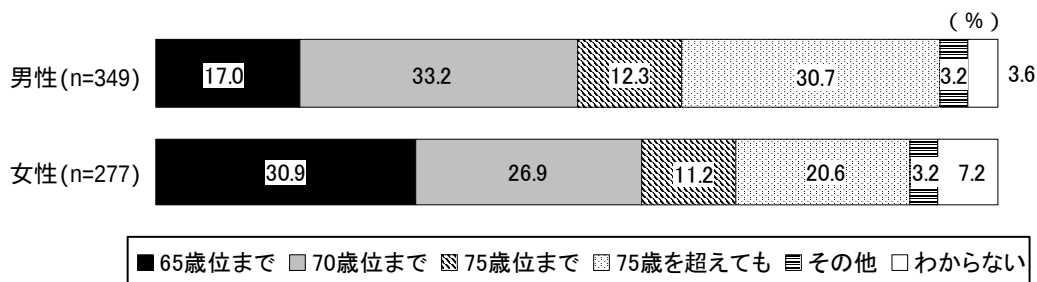
6 定年後の働き方・暮らし方

健康であるとしたら何歳ぐらいまで働きたいかについては、女性は「65歳位まで」、男性は「70歳位まで」が多い。また、男女ともに「勤め以外の人」の方が「勤め人」よりも長く働きたいとの意向が強い。

図表 - 6 - 1 何歳位まで働きたいか〔勤め人〕(都)



図表 - 6 - 2 何歳位まで働きたいか〔勤め以外の人〕(都)

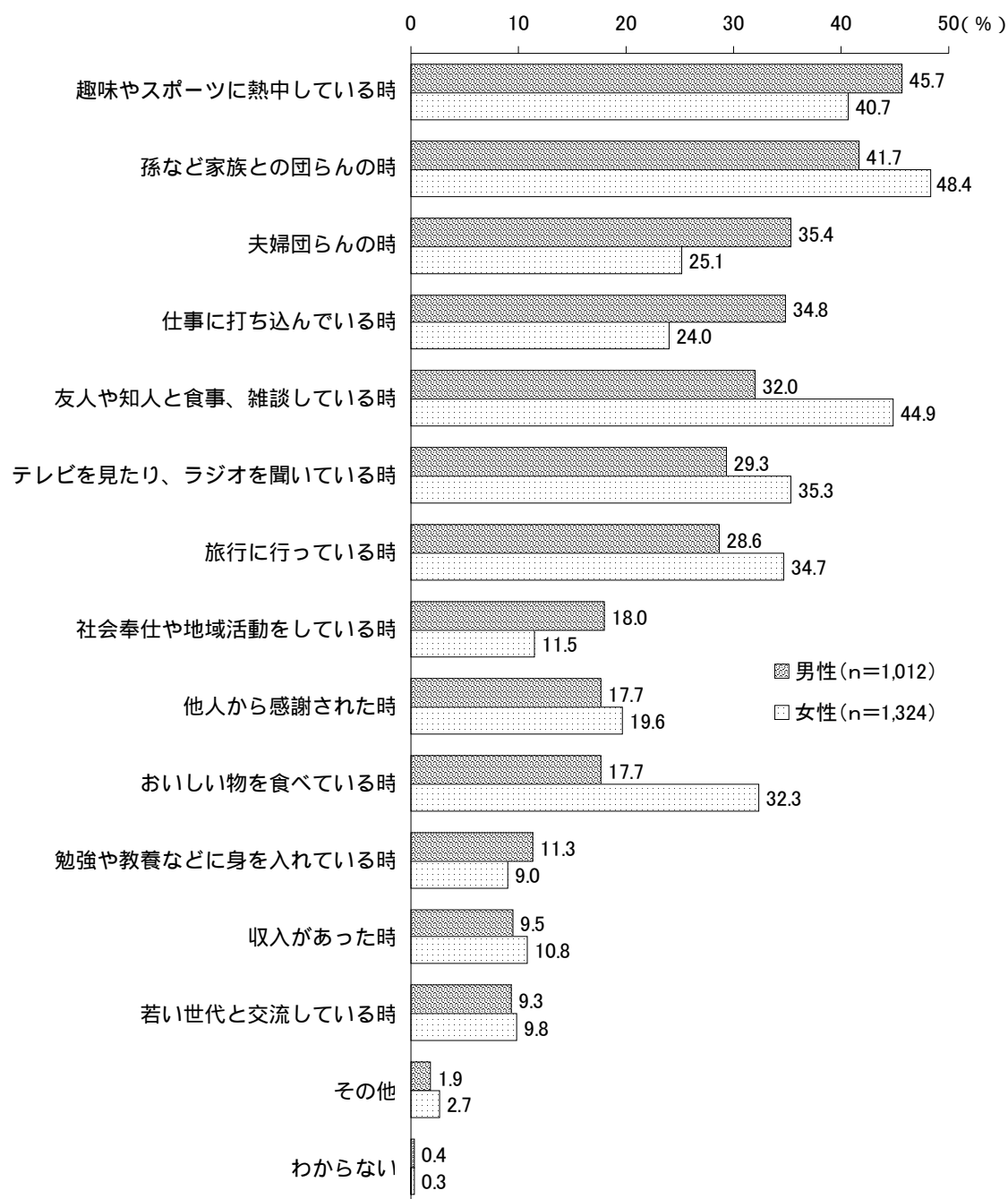


注：勤め人は「正社員」「パートタイム労働（パートタイマー、アルバイト）」「派遣労働（派遣社員）」「契約労働（契約社員）」、勤め以外の方は「自営業主」「家族従業（家業手伝い）」「主婦」「学生」「無職」
定年退職後（勤め以外の方は60代以降）も『働く』と答えた人に対する質問。

資料：東京都「労働に関する世論調査」2001（平成13）年

生きがい（喜びや楽しみ）を感じるときは、男性では「趣味やスポーツに熱中している時」と「孫など家族との団らんの時」が多いのに対し、女性では「孫など家族との団らんの時」と「友人や知人と食事、雑談している時」が多くなっている。

図表 - 6 - 3 高齢者が生きがい（喜びや楽しみ）を感じる時（全国）（複数回答）



注）調査対象者は60歳以上の男女2,860人

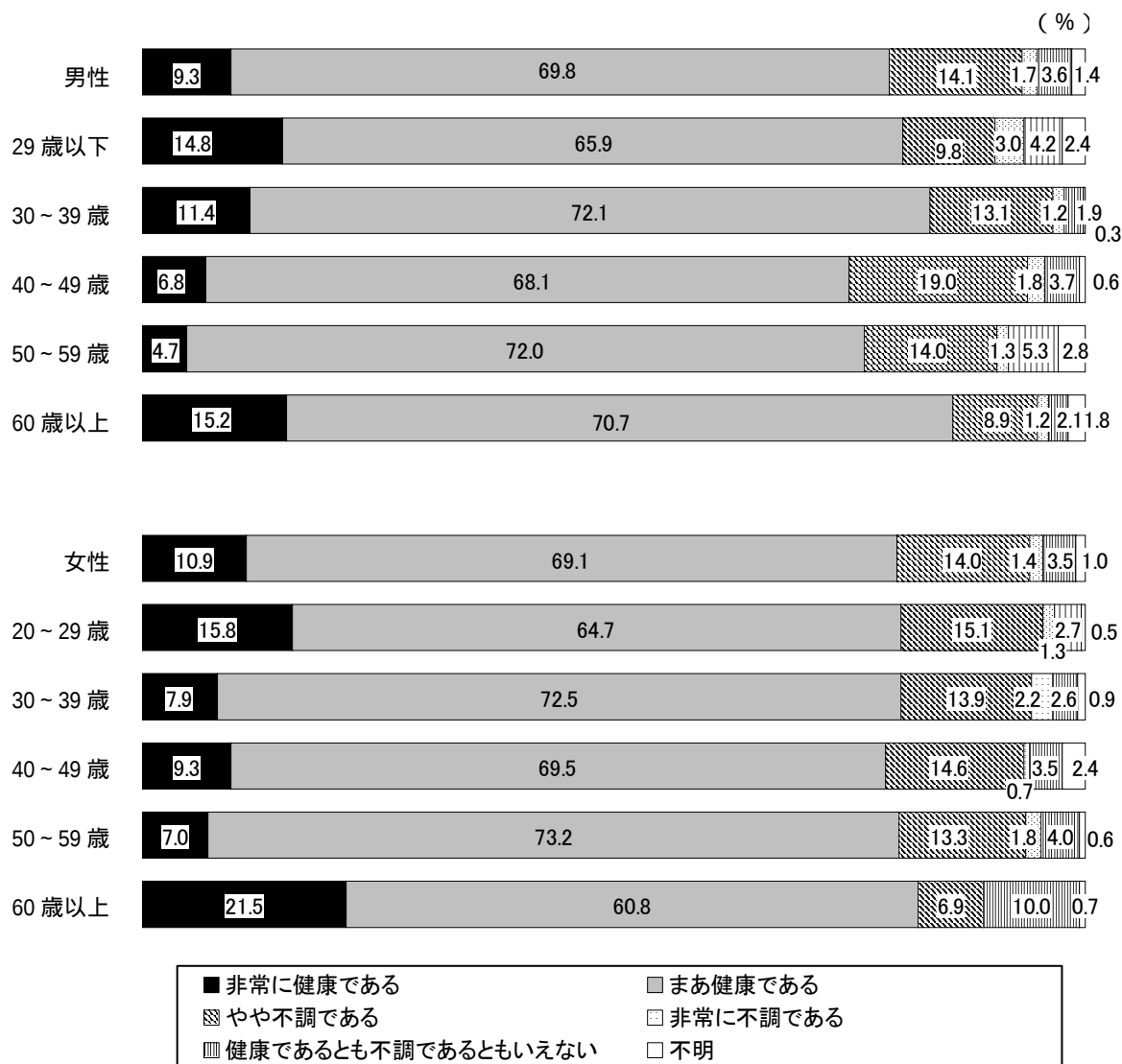
「どの程度生きがい（喜びや楽しみ）を感じているか」の問で「十分感じている」「多少感じている」と答えたものが対象

資料：内閣府「高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」2003（平成15）年

7 健康づくり

労働者の現在の健康状態は、男女ともにおおむね健康であるが、男性の40歳代では他に比べやや不調である割合が高くなっている。

図表 - 7 - 1 現在の健康状態（全国）

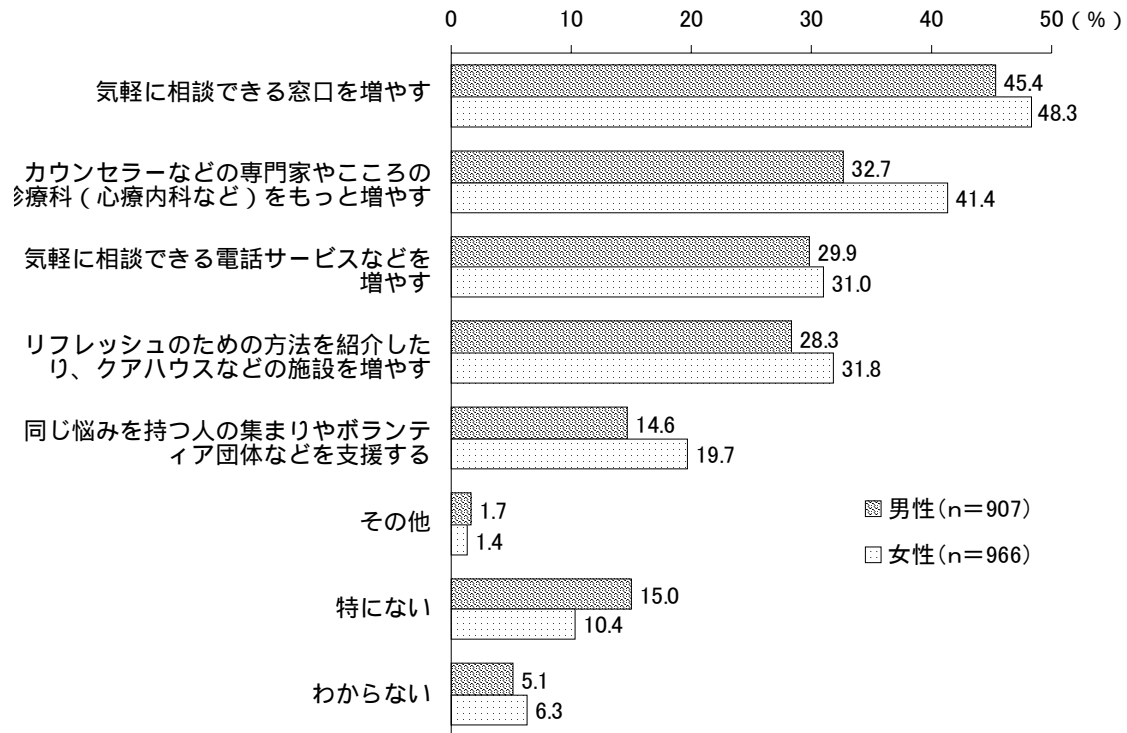


注：対象は、日本標準産業分類に基づく10大産業（林業、鉱業、建設業、製造業、電気・ガス・熱供給・水道業、運輸・通信業、卸売・小売業、飲食店、金融・保険業、不動産業及びサービス業）に属し、常用労働者を10人以上雇用する民営事業所から抽出した約12,000事業所に雇用されている労働者から抽出した約16,000人

資料：厚生労働省「労働者健康状況調査」2002（平成14）年

こころの健康に関する行政などへの要望は、男女とも「気軽に相談できる窓口を増やす」をあげる人が最も多く、これに「カウンセラーなどの専門家やこころの診療科（心療内科など）をもっと増やす」が続く。

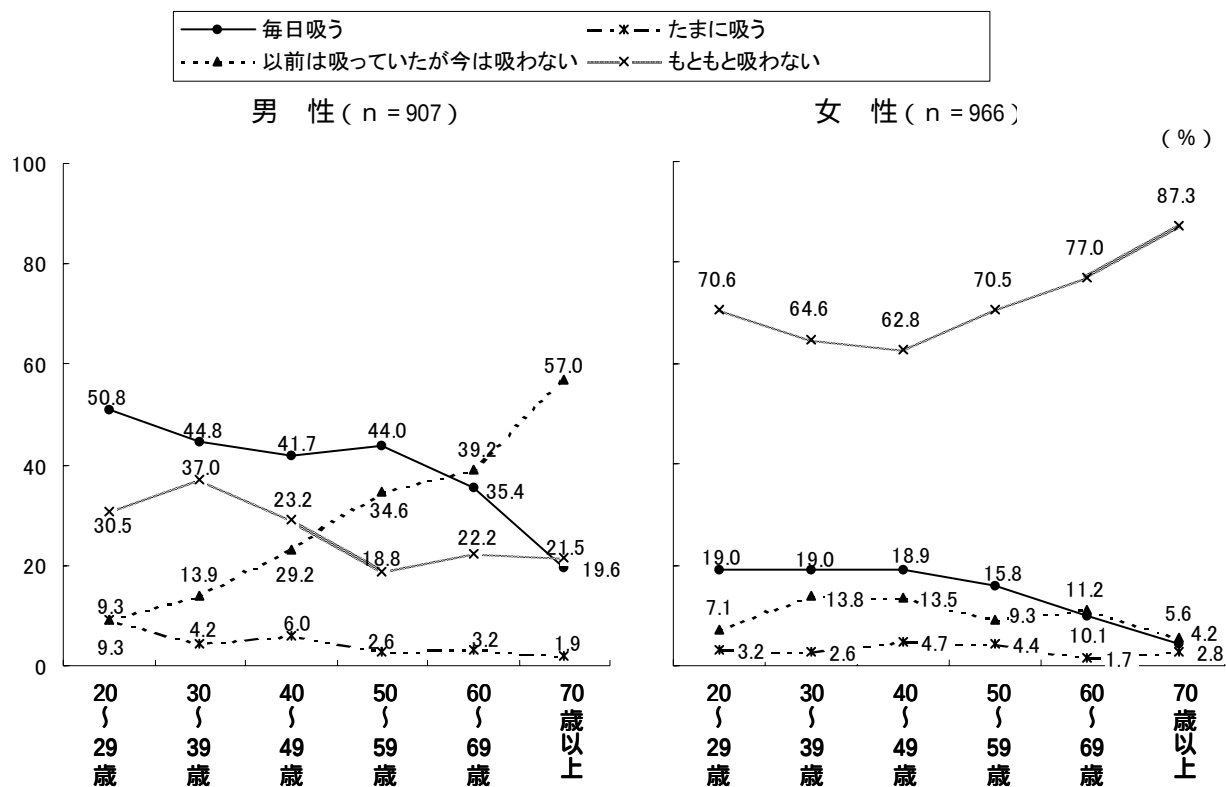
図表 - 7 - 2 こころの健康に関する行政などへの要望（都）（複数回答）



資料：東京都「都民生活に関する世論調査」2003（平成15）年

喫煙習慣は、女性よりも男性の方が多く、男性では「毎日吸う」と「たまに吸う」を合わせた「吸う」人の割合が若年層で多く、特に男性の20代では6割を占めている。

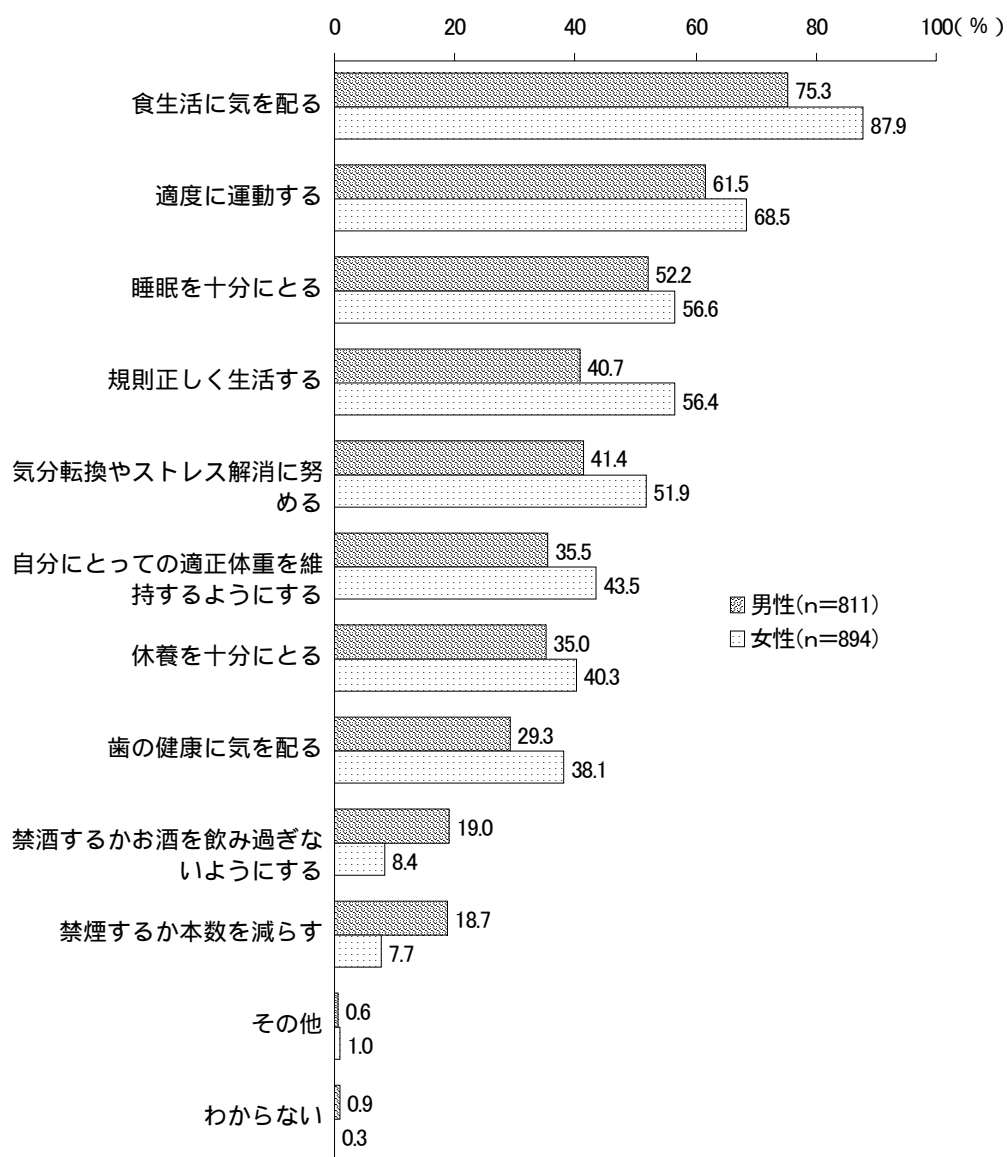
図表 - 7 - 3 年代別喫煙者の割合（都）



資料：東京都「都民生活に関する世論調査」2003（平成15）年

生活習慣病予防のための具体的な取り組みは、全般的に女性の方が男性よりも割合が高くなっている。男女ともに最も割合が高いのは「食生活に気を配る」で、次に「適度に運動する」が続く。

図表 - 7 - 4 生活習慣病予防のための具体的な取り組み（都）（複数回答）



資料：東京都「都民生活に関する世論調査」2003（平成15）年