

## 研究ノート

### 時間使用調査における生活行動の分類 —「時間消費の心理学」に向けて(3)—

佐々木 土師 二

## An Overview of Classification Methods of Daily Behaviors in Surveys of Time Use Toward the Psychology of Time-consumption (3)

Toshiji SASAKI

#### Abstract

“Time-consumption” is defined as “the discretionary use of time”. A fundamental problem of approach to time-consumption is the classification of daily activities of time-consumers. In this paper, the classification systems of daily behaviors in representative time-budget surveys are examined and several cases of the categorization of discretionary behavior in leisure time and free time are compared. Analysis of the degree of discretion in daily behaviors is discussed for developing the psychology of time-consumption.

Keywords: time consumption, discretionary use of time, time budget, free time, leisure time, daily behavior.

#### 抄 録

「時間消費」は「自由裁量的に生活時間を使うこと」を意味しているので、その分析の基礎に、「生活行動」における「自由裁量性」をとらえることがあるが、そのためには生活行動を「分類」することが必要である。本ノートでは、わが国での主要なタイム・バジェット調査の行動分類体系を検討し、また、レジャー行動や自由時間行動の調査で設けられている行動カテゴリーを通覧した。さらに、自由裁量的行動のとりえ方を検討し、生活行動の性質をふまえた「時間消費」の分析のあり方を考察した。

キーワード：時間消費、自由裁量的な時間使用、タイム・バジェット調査、自由時間、レジャー時間、生活行動。

## 序 日常生活における「自由時間」の増加

2000年（平成12年）実施の「NHK 国民生活時間調査」の報告書にあたる『日本人の生活時間・2000：NHK 国民生活時間調査』（NHK 放送文化研究所, 2002.）は、1960～2000年の40年間の日本人の生活時間の変化について「日本人の生活は“拘束時間の減少、自由時間の増加”という方向で変化を遂げてきている。年によって、あるいは曜日によって変化が足踏みすることもあったが、大きな流れとしてはこの40年、とどまることがない」（p. 152）と述べ、さらに「拘束時間の減少分だけでは足りずに（生きていくうえで欠かせず裁量の余地のないはずの必需行動の時間である）睡眠時間を削ってまでも、自由時間を拡大している」（p. 152）と説明している。

この「NHK 国民生活時間調査」では、日本人の生活時間を測るために、その時間内に行われる生活行動の性質にもとづいて3段階の分類システムを構成しているが、もっとも大きな分類単位（大分類）を次の3カテゴリーとしている：

必需時間＝個体を維持向上させるための必要不可欠性の高い行動に要する時間。

拘束時間＝家庭や社会を維持向上させるための行動に使う義務性・拘束性の高い時間。

自由時間＝人間性を維持向上させるための自由裁量性の高い行動を楽しむ時間。

これら3タイプに分けた生活時間量に関して、1960年～2000年の間に5年間隔の9回の調査で蓄積されたデータを「生活時間という物差しからみて、日本人の生活がどう変化したか」（p. 2）という視点から分析し、上記のような「自由時間の増加」という特徴を見て、「時間に関する自由裁量性の拡大」と総括しているのである（p. 152）。

他方で、総務庁（現：総務省）統計局が1956年（昭和31年）に第1回調査を実施してから5年ごとに行っている「社会生活基本調査」にも生活時間調査が含まれており、1日24時間が20種類の生活行動に配分される時間量を調べているが、それらの生活行動を集約して次の3タイプを構成している（総務庁統計局, 1998. p. 6）：

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うえで義務的な活動。

3次活動＝（上記以外の活動で）各人が自由に使える時間における活動。

そして、1996年（平成8年）に施行された第5回調査の結果の概要を述べている太田（1998）は、前回の平成3年調査の結果と比較すると「3次活動時間（＝自由に使える時間）の増加」が目立っていることを報告している（p. 56）。

ここに引用した二つの生活時間調査は、ともに日本人のタイム・バジェット (time budget 生活時間配分) を包括的にとらえる代表的な調査として継続的に実施されているものであるが、いずれも日本人の「自由時間」あるいは「自由裁量時間」の増加を明らかにしている。

このことは、現代の日本人の「時間消費」のトレンドを示すものであるが、同時に、佐々木 (2001, 2002) が「自由裁量的に生活時間を使う (過ごす) こと」と考えている「時間消費」の問題をますます重視しなければならないということにもなろう。したがって「時間消費」の実質に関する行動的内容をより明確にし、その実証的データを得る手段について検討することがさらに強く求められるだろう。

ところで、「時間消費」に関する実証的論議を進める際には、「どのような行動で生活時間を使うことが自由裁量的であるのか」ということが明らかにされる必要がある。そのためには「生活時間を使う行動 (生活行動) をどのようにカテゴライズ (分類) するか」という問題に取り組まなければならないが、さきに引用した「NHK 国民生活時間調査」における「自由時間」や「社会生活基本調査」における「3 次活動時間」は、それぞれ、その問題意識に応える形で構成されている時間概念とみることができる。

したがって、本稿では、生活時間調査に用いられている「生活行動の分類」に関する主要な知見に触れることにし、それらの分類を通して、「時間消費」の内実を表す「自由時間 (あるいは、自由裁量時間)」に対応する生活行動の具体的形態を理解したいと考える。

## I 生活行動の包括的分類

### I-1 わが国のタイム・バジェット研究 (生活時間調査) における行動分類

#### (1) NHK 調査と総務庁 (現: 総務省) 調査

タイム・バジェット研究は、1 日の生活時間内で行われる生活行動を網羅的に把握するための行動分類システムを持っており、生活時間配分の量的側面を把握している。

冒頭で引用した『日本人の生活時間・2000: NHK 国民生活時間調査』でも、「自由時間」「拘束時間」および「必需行動の時間 (= 必需時間)」という生活時間の分類につながる生活行動分類システムを有しており、表 1-1 に示すように、下位カテゴリーである中～小分類のレベルには多様な具体的行動が設定されている。

したがって、この「NHK 国民生活時間調査」<sup>1)</sup>における「自由時間」つまり「自由裁量性の高い行動を楽しむ時間」を成り立たせている生活行動は、表 1-1 のなかの中分類の 4

表1-1 NHK 国民生活時間調査（2000年）の生活行動分類システム

大分類	中分類	小分類	具体例
必需行動	睡眠	睡眠	30分以上連続した睡眠、仮眠、昼寝
	食事	食事	朝食、昼食、夕食、夜食、給食
	身のまわりの用事	身のまわりの用事	洗顔、トイレ、入浴、着替え、化粧、散髪
	療養・静養	療養・静養	医者に行く、治療を受ける、入院、療養中
拘束行動	仕事関連	仕事	何らかの収入を得る行動、準備・片づけ・移動なども含む
		仕事のつきあい	上司・同僚・部下との仕事上のつきあい、送別会
	学業	授業・学内の活動	授業、朝礼、掃除、学校行事、部活動、クラブ活動
		学校外の学習	自宅や学習塾での学習、宿題
	家事	炊事・掃除・洗濯	食事の支度・後片づけ、掃除、洗濯・アイロンかけ
		買い物	食料品・衣料品・生活用品などの買い物
		子どもの世話	授乳、子どもの相手、勉強をみる、送り迎え
		家庭雑事	整理・片づけ、銀行・役所に行く、病人や老人の介護
	通勤	通勤	自宅と職場・仕事場（田畑など）の往復
	通学	通学	自宅と学校の往復
	社会参加	社会参加	PTA、地域の行事・会合への参加、冠婚葬祭、奉仕活動
自由行動	会話・交際	会話・交際	家族・友人・知人・親戚とのつきあい、おしゃべり、電話、電子メール
	レジャー活動	スポーツ	体操、運動、各種スポーツ、ボール遊び
		行楽・散策	行楽地・繁華街へ行く、街をぶらぶら歩く、散歩、釣り
		趣味・娯楽・教養	趣味・けいこごと・習いごと、鑑賞、観戦、遊び、ゲーム 仕事以外のパソコン・インターネット
	マスメディア接触	テレビ	BS、CS、CATVの視聴を含める
		ラジオ	
		新聞	朝刊・夕刊・業界紙・広報紙を読む
		雑誌・マンガ本	週刊誌・月刊誌など、マンガ・カタログを読む
		CD・テープ	CD・MD・テープ・レコードなどラジオ以外で音楽を聴く
		ビデオ	ビデオ・ビデオディスク・DVDを見る、ビデオ録画は含めない
	休息	休息	休憩、おやつ、お茶、特に何もしていない状態
その他	その他・不明	その他	上記のどれにもあてはまらない行動
		不明	無記入

カテゴリー（会話・交際、レジャー活動、マスメディア接触、休息）であり、小分類では12項目（会話・交際、スポーツ、行楽・散策、趣味・娯楽・教養、テレビ、ラジオ、新聞、雑誌・マンガ、本、CD・テープ、ビデオ、休息）が該当することになる。

他方、総務庁統計局（現：総務省統計局）の「社会生活基本調査」<sup>2)</sup>の1996年（平成8年）調査における生活行動分類は表1-2の通りであり、1日の行動を20タイプに分類するようになっているが、これらを前記した「1次活動」～「3次活動」に区分すると、次のようになる：

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・研究（学業以外）；15.趣味・娯楽；16.スポーツ；17.社会的活動；18.交際・付き合い；19.受診・療養；20.その他。

これらの生活行動分類システムにおける「自由行動」（NHK調査）と「3次活動」（総務庁調査）の行動項目を比較すると、おおむね対応しているが、一部では取り扱いが異なるところがある：

①NHK調査で拘束行動とされる「社会参加」は、総務庁調査では3次活動の「社会的活動」や「交際・付き合い」に含まれる。

②総務庁調査で3次活動とされる「19.受診・療養」は、NHK調査では必需行動のなか

---

1) NHK 国民生活時間調査について

1960年に行われた第1回調査では13分類項目（睡眠、食事、身の回りの用事、労働、勉強、家事、外出、交際、休養、趣味、新聞・雑誌、ラジオ、テレビ）を設定していたが（NHK放送文化研究所，1963. p. 36）、これを基本形としながらも、その後の調査で種々の変更・修正が加えられ（田村，1974；鈴木，1990；NHK放送文化研究所，2002. p. 40などを参照のこと）、2000年実施の第9回調査では、表1-1に示したような大―中―小分類の体系になっている。行動時間量の計測にあたって、二つの行動が同じ時間内に並行可能な場合には「同時行動」（あるいは「ながら行動」）として二つとも認められるので、1日の生活時間の合計が24時間を越える場合がある。このうち「自由時間」は、上記の通り、K 会話・交際、L レジャー活動、M マスメディア接触、N 休息などの自由行動に当てられる時間を指している。

2) 総務庁統計局（現：総務省統計局）の社会生活基本調査

1976年から5年間隔で行われており、NHK国民生活時間調査に比べると、サンプル数が多く、世帯全員を調査し、特定日の生活行動時間だけでなく、一部の行動では年間の行動頻度や細目的行動形態などもとらえている。行動分類では、その行動目的を反映させる傾向が強く、また、20項目の行動は3区分され、表1-3における1睡眠～3身の回りの用事を生理的に必要な活動である「1次活動」、4通勤・通学～10買い物で社会生活を営むうえで義務的な性格の強い「2次活動」、これら以外（11移動～20その他）を各人が自由に使える時間での活動として「3次活動」と呼んでいる。時間量の計測では、1日を24時間にするために「並行行動（ながら行動）」を認めず、二つ以上の行動を同時に行っている場合の分類に独自の区分法を取り入れている。

表 1-2 社会生活基本調査 (1996 年) における生活行動分類システム

行動の種類	内容例示	備考
1 睡眠	夜間の睡眠、昼寝、仮眠	・就寝から起床までの時間をいう。 ・うたたねは「13 休養・くつろぎ」とした。
2 身の回りの用事	洗顔、入浴、トイレ、身じたく、着替え、化粧、髪型、ひげそり、理・美容院でのパーマ・カット	・自分のための用事をいう。 ・単身者が行う炊事、掃除、洗濯は「7 家事」とした。
3 食事	家庭での食事・飲食、外食店等での食事、飲食、学校給食	・交際のための食事・飲酒は「18 交際・付き合い」とした。 ・開食（おやつ）は「13 休養・くつろぎ」とした。
4 通勤・通学	自宅と職場・仕事場との行き帰り 自宅と学校（各種学校、専修学校を含む）との行き帰り	・途中で寄り道をした場合も、移動中の時間は含む。
5 仕事	通常の仕事、仕事の準備・後片付け、残業、自宅に持ち帰ってする仕事、アルバイト、内職、自家営業の手伝い	・本人又は自家の取入を伴う仕事をいう。 ・休憩時間などのために仕事をしない時間は除く。
6 学業	学校（小学・中学・高校・高等・短大・大学・大学院・予備校等）の授業や学習・復習、宿題、校内清掃、ホームルーム、必修科目として行うクラブ活動・部活動	・必修科目として行うものでないクラブ活動・部活動は、その内容により「15 趣味・娯楽」又は「16 スポーツ」などとした。 ・学習塾での勉強を含む。
7 家事	炊事、食後の後片付け、掃除、ゴミ捨て、洗濯、アイロンかけ、つくりもの、ふとん干し、衣類の整理・片付け、家族の身の回りの世話、家計簿の記入、銀行・市役所等の用事、車の手入れ、家具の修繕	・通勤・通学者などの送迎を含む。
8 介護・看護	家族あるいは他の世帯に居る親族 トイレ・屋内の移動、食事等の動作のし助け	・「家族」とは、同一世帯に居住している親族のほか、実質的に扶養している親族をいう。 人でも、家計の面倒をみている場合や、みる義務のある場合は、ここである「家族」に含む。 ・一時的に病氣などで寝ている家族・親族に対する介護・看護を含む。 ・家族以外の人に対する無報酬の介護・看護は「17 社会的活動」とした。
9 育児	乳児のおむつの取り替え、乳幼児の世話、子供のつきそい、子供の勉強の相手、授業参観、子供の遊び相手、運動会の応援	・子供の教育に関する行動を含む。 ・就学後の子供の身の回りの世話は「7 家事」とした。 ・運動会に参加した場合は「16 スポーツ」とした。
行動の種類	内容例示	備考
10 買い物	食料品・日用品・耐久消費財・レジャー用品等各種の買い物	・オンラインショッピングを含む。
11 移動（通勤・通学を除く）	電車やバスに乗っている時間・待ち時間・乗り換え時間、自動車に乗っている時間、歩いている時間	・「4 通勤・通学」以外の移動で、出発地から目的地までの時間をいう。
12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	テレビ・ラジオの視聴、新聞・雑誌の購読	・テレビから録画したビデオの視聴を含む。 ・テレビ（録画を含む）・ラジオ（録音を含む）・新聞・雑誌による学習・研究は「14 学習・研究」とした。 ・映画・レンタル等によるビデオの視聴は「14 学習・研究」又は「15 趣味・娯楽」などとした。
13 休養・くつろぎ	家族との団らん、仕事場又は学校の休憩時間、おやつ・お茶の時間、うたたね、食休み、一人で飲酒	・テレビ・ラジオ等を視聴しながらくつろいだ時間は、「12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」とした。
14 学習・研究（学業以外）	各種学校・専修学校、学級・講座、教室・社会通信教育、テレビ・ラジオによる学習・研究、自動車教習	・個人の自由時間に行う学習・研究をいう。 ・職場で命じられて受けた研修は「15 仕事」とした。 ・学校の宿題の「自由研究」は「6 学業」とした。
15 趣味・娯楽	映画・美術・スポーツ等の観覧・鑑賞、楽器の演奏、手芸、華道、庭いじり、ペット等の飼育、麻雀、読書、ドライブ、観光地の見物、テレビゲーム	
16 スポーツ	各種競技会、全身運動を伴う遊び、家庭での美容体操、運動会	・運動としての散歩を含む。
17 社会的活動	地域の道路や公園の清掃、施設の点検・点訳・手話奉仕、災害地等への救護物資の調達、福祉のつどい、バザーの開催、献血、独り暮らしの老人への手助け、民生委員活動、婦人活動、青少年活動、労働運動、政治活動、宗教活動、子供会の活動	・自分の所属する町内会・PTA・同業者団体のために行う世話を含む。 ・自分の所属する地域・団体で行うバザー・参加は「10 買い物」・「15 趣味・娯楽」・「16 スポーツ」などとした。
18 交際・付き合い	訪問、来客の接待、会話、会食、知人との飲食、冠婚葬祭・送別会・同窓会への出席及び準備、年始のあいさつ回り、見舞い、友人との電話、手紙のやりとり	・交際のための趣味・娯楽、スポーツはそれぞれ「15 趣味・娯楽」・「16 スポーツ」とした。
19 受診・救済	病院での受診・治療、健康診断、自宅での療養	
20 その他	求職活動、給付、調査票の記入	

の「療養・静養」(中・小分類とも)に含まれる。

- ③総務庁調査で3次活動とされる「移動(通勤・通学を除く)」は、NHK調査では「その他(上記のどれにもあてはまらない行動)」に含められるものと思われる。(1990年調査では「その他の移動」として「通勤」「通学」とともに中分類「移動」の1項目であったが、1995・2000年調査では分類項目がない。)

## (2) 1990年代に行われた主要なタイム・バジェット調査の行動分類の比較

「NHK 国民生活時間調査」と「社会生活基本調査」は、調査の規模や継続性において、それぞれ、わが国の代表的なタイム・バジェット調査であるが、その独自の行動分類システムが国際比較を困難にしているという点から、1990年代には国際比較が可能になることを目指して「NHK 国民生活時間調査の国際比較用分類」<sup>3)</sup>が報告され、また独自のプロジェクトとして「矢野(1995)による松山市調査」<sup>4)</sup>が実施されている。

これら2者を含む4種のタイム・バジェット調査の生活行動分類について、NHK 2000年調査の行動分類システムを基準的な枠組みにして比較対照できる形で示したのが、表1-3である。

われわれの課題である「時間消費」で分析対象となる時間は、これらのタイム・バジェット調査の生活行動分類で「自由時間」「自由活動時間」あるいは「3次活動時間」と呼ばれているものになろう。それらに含まれる行動カテゴリーは、表1-3で太字で示しているが、4種の調査研究の間でかなり高い対応関係にあるとすることができる。つまり、「NHK 国民生活時間調査」の「自由行動」に含まれる中分類は「会話・交際」「レジャー活動」「マスメディア接触」「休息」の4カテゴリーであったが、他の調査でこれらに対応するものには、おおむね「自由裁量的行動」という性格づけをしている。

### 3) 1990年 NHK 国民生活時間調査の国際比較用分類

NHK 国民生活時間調査の行動分類はそのままでは国際比較が困難であるところから、その比較ができるように、1990年 NHK 調査の小分類を組みかえて、国際生活時間アーカイブ(Multinational Time Budget Archive; MTBA)の40項目の分類に可能な限り対応できるように再構成されたものである。(NHK 放送文化研究所世論調査部, 1995, p.10-13; 矢野, 1995, p.208.) 時間量の計測では、1日の生活時間の合計が24時間になるように換算されている。このうち「自由時間活動」は、社会活動、レジャー活動、マスメディア、休息という4活動グループ(カテゴリー)から構成されるものである。

### 4) 矢野(1995)による松山市調査(1991年実施)

Szalai, A.を中心にして1964~66年に世界12ヶ国で行われた国際研究プロジェクトで採用された行動分類方式を導入して経済企画庁国民生活局が松山市(1972年)と神戸市(1974年)で生活時間調査を行ったが(経済企画庁国民生活局生活調査課『生活時間の構造分析』大蔵省印刷局, 1975)、この調査経験を持つ矢野(1995)が松山市で1991年に行った再調査で用いた「ザライ(Szalai)方式」による行動分類で、大分類(12区分)―中分類(33区分)―小分類(95区分)から構成されている。そして、全体を3区分し、大分類での1睡眠~3身のまわりの用事を「生活必需時間」、4仕事~7移動を「社会生活行動時間」、8会話・交際~12その他の自由時間を「自由時間」としている。ちなみにSzalaiらの国際研究プロジェクト(The Multinational Time-Budget Research Project)で用いられた行動分類は、付表1に示しているように、10領域(大分類)に分けられた96項目(小分類)から構成されているが、96項目を37カテゴリー(中分類)に集約した体系も示されている(Szalai, 1972, p.562-566.)。

表 1-3 わが国の主要なタイム・バジェット調査における行動分類の比較対照

NHK 国民生活時間調査 (2000 年実施)		1900 年 NHK 国民 生活時間調 査の国際比 較用分類		社会生活基 本調査 (1996 年 実 施)		矢野(1995)による松山市調査 (1991 年実施)	
中分類	小分類					[大]中分類	小分類
[必需行動]		[生活必需]					
A 睡眠	①睡眠	①睡眠	1 睡眠	[ 1 睡眠]	01 睡眠		
B 食事	②食事	②食事	3 食事	[ 2 食事]	02 自宅での食事 03 自宅での間食 04 自宅外での食事 05 職場での食事		
C 身のまわりの用事	③身のまわりの用事	③身の回りの用事	2 身の回りの用事	[ 3 身のまわりの用事]	06 身の回りの用事(自宅外) 07 健康上の用事(自宅外) 08 身じたく 09 健康上の用事(自宅内)		
D 療養・静養	④療養・静養	(身の回りの用事の一部)	19 受診・療養	(3 身のまわりの用事の一部)			
[拘束行動]		[仕事・学業]					
E 仕事関連	⑤仕事	⑤仕事	5 仕事	[ 4 仕事]	10 自宅外での仕事 11 自宅での仕事 12 残業 13 仕事中の移動 14 仕事中の待機 15 補助的労働 16 勤務時間外に職場にいた時間 17 職場での休息		
	⑥仕事のつきあい	(交際の一部)	<不明>	<不明>			
F 学業	⑦授業・学内の活動	⑦学業	6 学業	[ 5 学業]	18 学業		
	⑧学校外の学習	(学業の一部)	(学業の一部)	<不明>			
G 家事	⑨炊事・掃除・洗濯	[家事] ⑨炊事	7 家事	[ 6 家事]	19 食事の用意 20 食事の後片づけ 21 屋内の掃除 22 屋外での清掃		
		⑩そうじ・洗濯	(家事の一部)	7 掃除	23 洗濯 24 繕いもの		
	⑪買い物	⑪買い物	10 買い物	8 選択・縫い物・編み物 9 買い物	25 日用品の買物 26 その他の買物		
	⑬子どもの世話	⑬子どもの世話	9 育児	10 子供の世話	27 幼児の世話 28 幼児以外の子供の世話 29 子供の教育 30 子供の遊び相手 31 子供の健康に関する世話		



時間使用調査における生活行動の分類―「時間消費の心理学」に向けて(3)― (佐々木)

	⑭家庭雑事	15 家庭雑事 (縫物編物、病人・老人の世話などを含む)	8 介護・看護	11 家庭雑事	32 その他育児 33 日用品の手入れ 34 成人の介護・看護 35 来客の応対 36 成人の世話 37 その他の家事 38 役所などの用事 39 修理などの用事 40 その他の用事 41 調査票の記入 42 待ち時間
H 通勤	⑭通勤	[移動] ⑭通勤・通学	4 通勤・通学	[7 移動] 12 通勤	43 通勤
I 通学	⑮通学	⑮その他の移動	11 移動 (通勤・通学を除く)	13 通学 14 その他の移動	44 通学 45 移動
J 社会参加	⑰社会参加	[社会活動] ⑰社会参加	17 社会的活動	[8 会話・交際] 15 社会参加	46 地域的会合 47 組合・政党活動など 48 ボランティア 49 宗教的活動 50 その他の会合
[自由行動]					
K 会話・交際	⑱会話・交際	⑱交際 (仕事のつき合い、家族との対話など含む)	18 交際・付き合い (冠婚葬祭・送別会・同窓会への出席や準備も含む)	16 個人的つき合い	51 人との待ち合わせ 52 送迎 53 知人宅の訪問 54 知人の来宅 55 喫茶店・バーなど 56 家族以外との談話 57 手紙(個人的) 58 家族との対話
L レジャー活動	⑲スポーツ	[レジャー活動] ⑲スポーツ	16 スポーツ (運動会も含む)	17 家族との対話 [9 教養・余暇活動] 21 スポーツ活動	74 スポーツ
	⑳行楽・散策	⑳行楽・散策	(15 趣味・娯楽の一部)	20 行楽・散策	68 散歩 69 ウインドウショッピング 70 ドライブ 71 サイクリング 72 野外レジャー 73 温泉・サウナ
	㉑趣味・娯楽・教養	㉑趣味 (手紙・稽古ごとなどを含む)	15 趣味・娯楽 (ドライブ・観光地見物、室内遊技、ペット飼育などを含む)	23 稽古ごと・芸術文化活動	77 けいこ事 78 技能的趣味 79 女性の手仕事 80 芸術的創造 81 音楽の演奏
		㉒見物・鑑賞・映画	(15 趣味・娯楽の一部)	19 見物・鑑賞・映画	62 スポーツ見物 63 スポーツ以外の催しの見物

					64 映画	
					65 舞台芸術の鑑賞	
					66 美術館など	
					67 運動会	
				24 その他の趣味	82 庭仕事、ペットの世話	
					83 ペットを連れての散歩	
					84 他の活動的レジャー	
		②③勝負ごと	〈不明〉	22 勝負ごと	75 ギャンブル	
					76 室内遊技(TVゲームを含む)	
	(学校外の学 習に近い)		14 学習・研究 (6 学業以外)	18 学習 (資格の勉強 など)	59 自学自習	
		[マスメディア]		[10 マスメ ディア接触]	60 研修会など	
					61 その他の学習	
M マスメディ ア接触	②④テレビ	②④テレビ・ビ デオ	12 テレビ・ラ ジオ・新聞・ 雑誌 (ビデオ視聴 を含む)	25 テレビ	85 テレビ	
					86 日本シリーズを見る	
	②⑤ビデオ			31 ビデオ	92 ビデオなど	
	②⑥ラジオ	②⑥ラジオ		26 ラジオ	87 ラジオ	
	②⑦新聞	②⑦新聞雑誌		27 新聞	88 新聞を読む	
	②⑧雑誌・マン ガ			28 雑誌	89 雑誌などを読む	
	②⑨本	②⑨本 (マンガを含む)	(15 趣味・娯 楽の一部)	29 本	90 読書	
	③⑩CD・テーブ	③⑩レコード・ CD		30 レコード・CD	91 レコードなど	
		[休息]		[11 休息]		
N 休息	③⑪休息	③⑪休息	13 休養・くつ ろぎ	32 休息	93 仮眠	
					94 休息	
				[12 その他の 自由行動]		
O その他・不 明	③⑫その他		20 その他	33 そ の 他 の 自由行動	95 その他の非活動レジャー	
	③⑬不明(無記入)					

注) 太字で示したカテゴリーあるいは項目は、自由行動、自由時間、自由時間活動あるいは3次活動などと呼ばれ、自由裁量の行動を意味しているものである。

ただ、この4カテゴリーの範囲内でも、細部では一致しないところがある。

「NHK 国民生活時間調査」と「社会生活基本調査」の間で不一致が見られていた「社会参加」(または「社会的活動」)については「NHK 国際比較用分類」と「矢野による松山市調査」ではともに自由裁量的行動とされているほか、これら2調査では「勝負ごと」という新カテゴリーが設定されている。「仕事のつき合い」については、「NHK 国際比較用分類」では「⑩交際」に入れて自由活動時間での行動としているが、「NHK 国民生活時間調査」では小分類として独立し「仕事関連」(中分類)の拘束行動(大分類)に含まれるものとしている。

## 1-2 比較的任意に設定された生活行動カテゴリーに関する時間調査

1日の生活時間配分がタイム・バジェット調査でとらえられる場合には、上記のように生活行動を網羅する分類体系が必要であるが、それとは別に、比較的任意に設定された生活行動に関する時間調査が行われることもある。

たとえば、Hornik (1982, p. 47.) は、Feldman & Hornik (1981) の「時間配分モデル」の区分法にもとづき、表1-4に示したように4領域(=成分)での生活行動を設定している。ただ、ここに示された48項目は、Szalai (1972) を代表者として1964~66年に実施された「時間使用の国際比較研究(The Multinational Time-Budget Research Project)」に関連する研究としてミシガン大学サーベイ・リサーチ・センターが1975~76年に行った時間使用研究(Time Use in Economic and Social Accounts) で用いられた96項目から選出されたものであるが、生活行動が網羅的にカバーされているとは言い難い。

表1-4 Hornik ら (1981, 1982) の生活行動の4領域とその具体的活動内容

生活行動の4領域	具体的活動内容
労働 [4項目]	(01)通常の仕事、(05)副業(セカンドジョブ)、(06)仕事場での食事、 (09)仕事場への移動。
生活必需活動 [5項目]	(32)身の回りの用事(パーソナル・ケア)、(33)医療措置、(44)家庭での食事、 (45)夜間睡眠、(46)うたた寝と休息。
家事活動 [17項目]	(10)食事の準備や掃除、(12-13)屋内や屋外の清掃、(16)家の修理や維持、 (20-29)子供や赤ん坊の世話、(30-32)ショッピング。
余暇活動 [22項目]	(60-62)各種会合への参加、(64)宗教的行事への参加、(65)個人的な宗教行為、 (70)スポーツイベントの観戦、(72-74)映画・演劇・博物館を見に行く、 (75-78)社交、(80-82)活動的スポーツ、(83)ホビー、(87)ゲーム遊び、 (91)テレビ視聴、(93-95)本・雑誌・新聞を読む。

(注) ( )内の項目番号はSzalai(1972)とほぼ一致するが、異なるものもある。

Feldman & Hornik (1981) の「時間配分モデル」では、「労働 (work) と余暇 (leisure)」という伝統的な2区分ではなく、まず「労働 (work) と非労働 (nonwork)」に分けた後、非労働を「生活必需活動 (necessities)、家事活動 (homework)、余暇活動 (leisure)」に3分し、合わせて4成分 (= 領域) が設定されている (佐々木, 2002. p. 29 参照)。これらの各成分は、表1-4に掲げた具体的活動を含むものであるとしている。ただし「余暇活動」については、「時間の構造の4成分のなかで、その規定に関してもっとも議論があり困難なものである」とか「余暇活動の心理学的定義は、自由に選択しうる意味のある活動を通して自己の成長や充実を図ることを強調するものである」と述べている。(Feldman & Hornik, 1981. p. 410.)

同様に、Hawes (1976) が、1週間内での時間使用量を調べるために設定した17項目は、表1-5に示すように、Hornik (1982) による4領域と具体的活動内容との中間のレベルに相当すると思われる。また、表1-3で示した矢野 (1995) のタイム・バジェット調査における生活行動分類システムでの中分類と小分類の両レベルのものが入り交じっている。

わが国では、独自の分類体系のもとに6領域に分けた87項目の生活行動について、その行為率、平均所要時間、重視率などを分析している博報堂生活総合研究所 (1999) の調査

表1-5 Hawes (1976) による17項目の活動と週当たり使用時間量(hr.)

	女性(602人)	男性(512人)
①睡眠、昼寝.....	51.4	51.1
②食事(朝・昼・夕).....	11.7	11.5
③自分の身の世話.....	8.2	6.7
④自分の仕事(有給のものすべて).....	15.6	41.0
⑤仕事への往復.....	1.9	4.6
⑥他の仕事関連活動(会合・読書・研究・自宅作業).....	2.7	3.3
⑦家事、住宅修理、芝生の手入れ.....	22.8	5.7
⑧ショッピング.....	4.2	1.9
⑨子どもと遊ぶ、世話をする.....	10.2	5.0
⑩新聞・雑誌を読む.....	5.1	5.1
⑪テレビをみる.....	15.7	14.3
⑫ホビー、ゲーム、手工芸など.....	5.6	4.1
⑬友人・親戚を訪問.....	6.0	4.7
⑭スポーツ・体育への参加.....	1.3	1.9
⑮スポーツイベントの観戦.....	.7	.9
⑯(スポーツ以外の)家の外での娯楽.....	3.2	3.2
⑰他の主な活動.....	2.2	2.2
合 計.....	168.5	167.2
うち⑩～⑰がレジャー活動.....	39.8	36.4

研究の事例がある。そこで、項目レベルで設定されている生活行動は、次に例示しているように、非常に具体的で限定的であって、各領域の行動をそれらが「代表」しているとは言えないものである：（全 87 項目については付表 2 を参照のこと。）

1. 日常行動（「平日の朝の身づくろいの時間」「朝食を作る時間」など 15 項目）
2. 余暇（「美術館、博物館、展覧会で鑑賞している時間」「趣味としてパソコンを使う時間」など 15 項目）
3. 交際（「友人に手紙を書いている時間」「平日、デートする時間」など 15 項目）
4. 仕事（「休憩時間以外に休んでいる時間」「仕事でコピーをとる時間」など 12 項目）
5. 情報（「平日、家族や友人と電話で会話している時間」「広告を見聞きする時間」など 15 項目）
6. 消費（「スーパーマーケットでの買い物時間」「店で、洋服の良し悪しを吟味している時間」など 15 項目）

また、タイム・バジェット調査における包括的で網羅的な生活行動分類のモデルとされている Szalai (1972) のシステム（付表 1 に示す。）にならって構成された矢野 (1995) の行動分類システムは、表 1-3 の中に示しているように、わが国での主要なタイム・バジェット調査で採用されている行動カテゴリーのなかでもっとも細分化されたレベルを設けているが、これに博報堂生活総合研究所 (1999) による生活行動の 87 項目を対応づけたのが表 1-6 である。

表 1-6 の結果を集約するものとして、矢野の分類システムの大分類カテゴリーでの両者の項目数を比べると、次のように大きな違いはない：

	「生活必需時間」	「社会生活行動時間」	「自由時間」	計
矢野……	9 項目（9 %）	36 項目（38 %）	50 項目（53 %）	95 項目
博報堂…	9 項目（10 %）	34 項目（39 %）	44 項目（51 %）	87 項目

ところが、表 1-6 に明白に表れているように、博報堂の行動項目の設定には大きな片寄りが認められ、きわめて意図的な構成であることが分かる。

つまり、矢野の小分類での「02. 自宅での食事」「10. 自宅外での仕事」「17. 職場での休息」「19. 食事の用意」「25. 日用品の買い物」「26. その他の買い物」「56. 家族以外との談話」「57. 手紙（個人的）」「58. 家族との対話」「69. ウィンドウショッピング」「89. 雑誌などを読む」

表 1-6 矢野（1995）による松山市調査の行動分類に対応づけた博報堂生活総合研究所(1999)の87 カテゴリー

矢野(1995)による松山市調査(1991年実施)		博報堂(1999)の87項目
[大] 中分類	小分類	
生活必需時間		[9項目]
[1 睡眠]	01 睡眠	
[2 食事]	02 自宅での食事	1-2、1-5 朝食を食べる／1-3、1-6 昼食を食べる／ 1-4、1-7 夕食を食べる。
	03 自宅での間食	
	04 自宅外での食事	
	05 職場での食事	3-3 仕事上の人と飲んだり食事をする。
[3 身のまわりの用事]	06 身の回りの用事(自宅外)	
	07 健康上の用事(自宅外)	
	08 身じたく	1-1 朝の身づくろいをする。
	09 健康上の用事(自宅内)	1-13 入浴・シャワー。
社会生活行動時間		[34項目]
[4 仕事]	10 自宅外での仕事	4-4 仕事でコンピュータを使う／4-5 仕事でコピー をとる／4-6 仕事に仕事の電話をする／4-10 朝礼 をする／4-11 社内会議をする／4-12 取引先と打ち 合わせをする。
	11 自宅での仕事	
	12 残業	
	13 仕事移動	
	14 仕事移動の待機	4-2 仕事に身だしなみを整える。
	15 補助的労働	
	16 勤務時間外に職場に いた時間	
	17 職場での休息	4-1 休憩時間以外に休んでいる／4-3 休憩時間以外 に雑談をする／4-7 仕事に私的な電話をする／ 4-8 仕事に雑誌や新聞を読む／4-9 私用でコンピ ュータを使う。
[5 学業]	18 学業	
[6 家事]		
6 炊事	19 食事の用意	1-8 朝食を作る／1-9 昼食を作る／1-11 夕食を作 る／1-10 夕食のメニューを考える。
	20 食事の後片づけ	1-12 夕食の後片付けをする。
7 掃除	21 屋内の掃除	1-15 掃除をする。
	22 屋外での清掃	
8 洗濯・縫い物・編み物	23 洗濯	1-14 洗濯をする。
	24 縫いもの	
9 買い物	25 日用品の買物	6-1 スーパーマーケットでの買い物／6-2 コンビ ニエンスストアでの買い物／6-3 ディスカウントス タでの買い物／6-4 個人商店での買い物／6-8 店 で生鮮食料品の品質の検討／6-9 店で日用品の品質 を吟味している。

時間使用調査における生活行動の分類―「時間消費の心理学」に向けて(3)― (佐々木)

	26 その他の買物	6-5 デパートでの買い物／6-7 通信販売のカタログの検討／6-10 店で洋服の善し悪しを吟味している／6-11 店で本やCDの内容を吟味している／6-12 家具・インテリアを購入するまでの検討／6-13 車を購入するまでの検討／6-14 パソコン・ワープロを購入するまでの検討／6-15 保険・金融商品を購入するまでの検討。
10 子供の世話	27 幼児の世話 28 幼児以外の子供の世話 29 子供の教育 30 子供の遊び相手 31 子供の健康に関する世話 32 その他育児	
11 家庭雑事	33 日用品の手入れ 34 成人の介護・看護 35 来客の応対 36 成人の世話 37 その他の家事 38 役所などの用事 39 修理などの用事 40 その他の用事 41 調査票の記入 42 待ち時間	
[ 7 移動]		
12 通勤	43 通勤	
13 通学	44 通学	
14 その他の移動	45 移動	2-14 仕事や学校の後に寄り道する。
自由時間		[44 項目]
[ 8 会話・交際]		
15 社会参加	46 地域の会合 47 組合・政党活動など 48 ボランティア 49 宗教的活動 50 その他の会合	2-15 ボランティア活動をする。
16 個人的つき合い	51 人との待ち合わせ 52 送迎 53 知人宅の訪問 54 知人の来宅 55 喫茶店・バーなど 56 家族以外との談話  57 手紙(個人的)	3-6、3-7 デートする。  2-7 居酒屋・ビアホール・ディスコなどにいる。 3-4 病院でお見舞いをしている／3-5 近所の人と立ち話をしている／3-8、3-9 友人と話などをしている 3-1 友人に手紙を書いている／3-2 年賀状を書いている／5-1、5-2 家族や友人と電話で会話している／5-3、5-4 通信(Eメールなど)で会話する。
17 家族との対話	58 家族との対話	3-10、3-11 親と話などをしている／3-12、3-13 夫婦で話などをしている／3-14、3-15 子供と話などをしている。
[ 9 教養・余暇活動]		
21 スポーツ活動	74 スポーツ	2-5 友人とスポーツをする。

20 行楽・散策	68 散歩	2-13 家の近所を散歩・ウォーキングする.
	69 ウインドウショッピング	2-9、2-10 盛り場で遊んでいる／6-6 ウィンドーショッピングでの滞在.
	70 ドライブ	
	71 サイクリング	
	72 野外レジャー	
	73 温泉・サウナ	
23 稽古ごと・芸術文化活動	77 けいこ事	
	78 技能的趣味	2-4 趣味としてパソコンを使う.
	79 女性の手仕事	
	80 芸術的創造	
	81 音楽の演奏	
19 見物・鑑賞・	62 スポーツ見物	
	63 スポーツ以外の催しの見物	
	64 映画	
	65 舞台芸術の鑑賞	
	66 美術館など	2-1 美術館・博物館・展覧会で鑑賞している.
	67 運動会	
24 その他の趣味	82 庭仕事、ペットの世話	2-11 ガーデニング・盆栽など植物の世話をする／ 2-12 犬などペットの動物の世話をする.
	83 ペットを連れての散歩	
	84 その他の活動的レジャー	
22 勝負ごと	75 ギャンブル	
	76 室内遊技(TV ゲームを含む)	2-6 パチンコ・ゲームセンター・麻雀屋にいる.
18 学習	59 自学自習	
	60 研修会など	
	61 その他の学習	2-8 会社や大学以外で習い事をする. 5-15 広告を見聞きする.
[10 マスメディア接触]		
25 テレビ	85 テレビ	5-9、5-10 テレビ放送を見ている.
	86 日本シリーズを見る	
31 ビデオ	92 ビデオなど	2-2 自宅でビデオをみている.
26 ラジオ	87 ラジオ	5-11、5-12 ラジオ放送を聴いている.
27 新聞	88 新聞を読む	5-5、5-6 新聞を読んでいる.
28 雑誌	89 雑誌などを読む	2-3 雑誌・本などで行きたいレストランを探す／ 5-7、5-8 雑誌を読んでいる／5-14 マンガを読んでいる.
29 本	90 読書	5-14 書籍を読んでいる.
30 レコード・CD	91 レコードなど	
[11 休息]		
32 休息	93 仮眠	
	94 休息	
[12 その他の自由行動]		
33 その他の自由行動	95 その他の非活動的レジャー	



などに対応する行動項目は非常に多いのに対して、中分類での[1.睡眠][5.学業][10.子供の世話][11.家庭雑事][12.通勤][13.通学][15.社会参加][23.稽古ごと・芸術文化活動][24.見物・鑑賞][32.休息]などに対応するものは皆無か極端に少ないのである。特定領域での生活行動に強い関心を向けている一方で、まったく注目しない生活行動もあることが分かる。

これは、調査の関心が特定の生活行動に向けられていて、必ずしも「包括的」であることや「網羅的」であることを意図していないためであろう。このように、生活時間配分をとらえようとする典型的なタイム・バジェット調査とは異なる視点から、特定の生活時間使用行動に着目する立場もある。その立場につながるものとして、「時間消費」という問題意識からは「自由裁量的行動での時間使用」という側面に特に着目することになる。

## II レジャー時間や自由時間における生活行動

### II-1 タイム・バジェット調査での「レジャー行動」の把握

「時間消費」現象を理解するためには「自由裁量的行動」(あるいは「自由行動」)を把握することが必要であるが、その中核に「レジャー(あるいは、余暇)」があり、その多様な行動の時間量をとらえることはタイム・バジェット調査の重要な課題である。

Szalai (1972) は「レジャー問題は疑いもなくタイム・バジェット研究へ大きな刺激を与えた」(p. 9)と述べ、その問題を最初に扱った Lundberg, Komarovsky & McInwrny (1934) の、アメリカのニューヨーク市郊外のウェストチェスター郡で 1931～1933 年に行ったレジャー活動に関する生活時間調査に対して「レジャーに関する研究のまったく新しい紀元を切り開いた」(p. 7) と、高い評価を与えている。

また Lundberg et al. (1934) につづいて、1935 年に、より包括的なタイム・バジェット調査を行った Sorokin & Berger (1939) は、タイム・バジェット・スケジュール法を用いている研究を 5 タイプに分けて概観しているが、その筆頭に「レジャー時間支出(leisure-time expenditure)に関する研究」を挙げ、Lundberg et al. (1934) の研究内容を紹介するとともに、その方法論的問題を具体的かつ批判的に指摘している (p. 9-14)。

このように「レジャー」は、はやくから、タイム・バジェット調査のテーマであった。ただ、Szalai (1972) が「第 2 次世界大戦後に、社会調査がある程度の発展段階に達している国で実施されたタイム・バジェット研究の中心テーマであった」(p. 8) というように、フランス、ドイツ、アメリカなどでは「レジャー」に焦点を当てたタイム・バジェット調

査が数多く行われたが、ポーランドやハンガリーなどでの取り組みは遅れていた。

こうした事情から、Szalai を代表者とした国際研究プロジェクトの意義についても、単に「国際的協力を実現した」だけでなく、「労働時間を中心にタイム・バジェットを考えてきた社会主義国と、郊外中産者階層、放送、レジャーなどを中心に考えてきた自由主義国とが、かなり明瞭な共通の問題意識のもとで、生活時間の全体的バゼティングに関心をもつことになった」とも言われている（経済企画庁国民生活局国民生活課, 1975. p. 7）。その「共通の問題意識」とは、工業化社会における国民の「生活の質」を把握・評価する方法としてタイム・バジェット調査の役割を強く認識したことであると考えられている。

タイム・バジェット調査では、生活時間を全体的かつ包括的にとらえるために生活行動領域やその下位カテゴリーに当たる具体的行動が網羅的に設定されているので、当然のことながら、その一部分である「特定生活領域の行動に関する時間使用」も取り出すことができる。そこで「特定生活領域を表す具体的行動」をリストアップすることも可能であり、すでに表1-3では、わが国での代表的なタイム・バジェット調査で「自由裁量的行動」とされているもの（「自由行動」「自由時間活動」「3次活動」「自由時間」などと呼称は異なる。）を一覧表示する意味で、それらをゴシック体で強調していた。

この「自由裁量的行動」の一部に「レジャー行動」が含まれているが、それを意味する呼称を分類カテゴリーとして使っているのは次の3調査である：

1. 2000年NHK国民生活時間調査：「自由行動」の下位領域の一つとして「レジャー活動」という中分類があり、そこに「スポーツ」「行楽・散歩」「趣味・娯楽・教養」の3カテゴリーが含まれている。

〔NHKの1970年調査では「余暇的な行動だけをしていた時間」を「自由時間」とも呼び、生活行動分類表のなかの6領域（交際、休養、レジャー活動、新聞・雑誌・本、ラジオ、テレビ）を含む「余暇時間」と同義的に用いている。そして「レジャー活動」は「一般に使われている場合よりも狭義に使い、生活行動分類表での見物・鑑賞、スポーツ、勝負ごと、行楽・散策、けいこごと・趣味、技能資格の勉強、子どもの遊びを包括する」という説明をしているが（NHK放送世論調査所, 1971. p. 13）、この内容は、表1-1の2000年調査の行動分類表の小分類や具体例を見れば、ほぼ対応していると言えよう。〕

2. NHK国際比較用分類：「レジャー活動」は「スポーツ」「行楽・散策」の2カテゴリーに加えて「趣味」「見物・鑑賞・映画」「勝負ごと」の3カテゴリーから構成されているが、これは、

この比較用分類のベースになった 1900 年 NHK 国民生活時間調査における「レジャー活動」に含まれていた「スポーツ」「行楽・散策」「見物・鑑賞」「けいごと・趣味」「勝負ごと」の 5 カテゴリーに、「手紙」(「会話・交際」の 1 カテゴリー)や「映画」(「マスメディア接触」の 1 カテゴリー)を加えたものである。

3. 矢野(1995)による松山市調査: 「教養・余暇活動」という大分類があり、「スポーツ活動」「行楽・散策」「稽古ごと・芸術文化活動」「見物・鑑賞・映画」「その他の趣味」「勝負ごと」「学習」という 7 カテゴリー(中分類)を含んでいる。

これら三つのタイム・バジェット調査では、この「レジャー活動(あるいは「教養・余暇活動」)」を「交際・会話・付き合い」「マスメディア接触」「休息」などとは異なるタイプの自由裁量の行動としているので、これらを含む「余暇活動」とは区別しなければならない場合がある。

他方で、「社会生活基本調査」では「レジャー活動」や「余暇活動」という分類カテゴリーを設けていないが、その調査担当部局(総務庁統計局労働力統計課)の立場から平成 8 年調査の結果の概要を解説している太田(1998)や渡辺(1998)は、次のような「余暇活動」の 2 区分を示している:

在宅型余暇活動……「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」「休養・くつろぎ」の 2 カテゴリーを含む。  
積極的余暇活動……「学習・研究」「趣味・娯楽」「スポーツ」「社会的活動」の 4 カテゴリーを含む。

また、付表 1 に掲げている Szalai (1972) の国際比較研究の行動分類では、「レジャー」は、サブカテゴリー「29. 社交(自宅)~37. 他のレジャー」の 9 カテゴリーに該当し、その具体的行動として、ゴシック体で示した 22 項目(75, 76, 87 は重複.) が設定されている。その行動内容を見ると、サブカテゴリーの「19. 学習」や「22~28. マス・メディア」は含まれていないが、「29. 社交(自宅)」「30. 社交(自宅外)」「31. 会話」「36. 休息」などが含まれていることが分かる。つまり、Szalai (1972) による「レジャー」の行動領域は、太田(1998)や渡辺(1998)によって表されている「社会生活基本調査」の「(在宅型、積極的の 2 タイプを含む)余暇活動」よりも狭いが、他の 3 調査(NHK 国民生活時間調査、NHK 国際比較用分類、矢野による松山市調査)よりも広いと言える。

(注) Szalai (1972) は、サブカテゴリー「29. 社交 (自宅) ~ 37. 他のレジャー」(22 項目が含まれ、付表 2 では、サブカテゴリー名と項目を太字で示す。) から成り立つ「レジャー」に、サブカテゴリー「18. 自由時間の移動・旅行 ~ 28. 映画」(28 項目が含まれ、付表 2 ではサブカテゴリー名のみ太字で示す。) を加えて、「自由時間」はサブカテゴリー 18 ~ 37 で構成されているので、具体的な行動レベルで見ると 50 項目となり、全 96 項目のうちの 52 % に当たる。

このように見てくると、各種のタイム・バジェット調査の行動分類システムによる「レジャー活動」は、それらがカバーする具体的生活行動の範囲にかなり大きい差異があり、概して「余暇活動」よりも範囲が狭いことが分かる。したがって、「レジャー活動」についての操作的な規定として、具体的な行動のリストを一律的に示すことは容易ではない。

## II-2 「レジャー」領域で任意に設定された行動カテゴリー

### (1) 使用時間量を把握するために設定された行動カテゴリー

生活行動を網羅的にとらえようとするタイム・バジェット調査での「レジャー行動」の範囲に差異があるだけでなく、「レジャー行動」そのものを取り上げる調査・研究では、その目的に応じて行動項目が比較的任意に設定されることが多い。

この任意設定タイプの事例として、前節 I-2 で触れた博報堂生活総合研究所 (1999) の 6 領域 (87 項目) の行動分類体系を示すことができる。付表 2 に示した分類カテゴリーのなかの「2. 余暇」の 15 項目で狭義の「レジャー」が表され、さらに、「3. 交際」の 15 項目、「5. 情報」の 15 項目、および「4. 仕事」の一部の項目などから「自由行動」を把握することができる。前述のように、表 1-3 に示されているタイム・バジェット調査のなかで矢野 (1995) の分類システムがもっとも小さい単位の行動カテゴリーを設定しているので、それに博報堂の 87 項目を対応させると表 1-6 の通りになったが、この比較対照表からは、博報堂 (1999) の行動カテゴリーには領域内での濃淡が強く、「自由時間」に該当する 44 項目の時間量を総計しても、矢野 (1995) の分類システムでとらえられる「自由時間」に対応させることができないことも、明らかになる。

この博報堂 (1999) の場合のように比較的任意に生活行動カテゴリー (領域と具体的な行動を含む。) を設定することは、調査研究の目的に応じて、自由にできる。そして、取り上げられた行動カテゴリーの範囲内では、個別の時間量や他と比べた相対的時間量を把握することができる。

このように、任意の行動カテゴリーを設定し、それぞれの時間量を調べたり、その比較分析をしている実証的事例には、次のようなものがある。それぞれの研究目的や結果を簡単に述べながら、設定されている行動カテゴリーを示すことにしたい：

① Foote (1967) の日記分析による行動カテゴリー

Foote (1967) は、男女各 300 人の 7 日間の日記を分析し、とくに時間使用が大きい活動 (the most time-consuming activities) として 13 カテゴリーを取り出し、それぞれの「1 日当たりの使用時間」を、次のように、女性の使用時間が大きい順に示している。(このリストから「睡眠と仕事」は除外されている。なお、太字で書かれた項目 1、2、3、4、5、8、9、12 はレジャーあるいは自由時間での行動と見ることができる。)

1. テレビを視る (女 142 分、男 115 分)
2. ラジオを聴く (女 95 分、男 39 分)
3. 家族と話し合う (女 85 分、男 79 分)
4. 友人を訪問し話し合う (女 60 分、男 29 分)
5. たばこを吸う (女 44 分、男 38 分)
6. 皿を洗う、乾かす (女 38 分、男 3 分)
7. 調理をする (女 34 分、男 4 分)
8. 新聞を読む (女 32 分、男 30 分)
9. コーヒーを飲む (女 20 分、男 12 分)
10. 掃除をする (女 25 分、男 4 分)
11. 夕食をつくる (女 21 分、男 1 分)
12. ゲームやホビーをする (女 17 分、男 20 分)
13. 寝る準備をする (女 20 分、男 17 分)

さらに Foote (1967) は、この日記分析で取り出された各活動についての「好き～嫌い」の程度をプラス 100 点～マイナス 100 点で評価するという方法で調べ、その評定値 (男女全体) で「好き (プラス)」の高得点を得た 16 項目と「嫌い (マイナス)」の高得点を得た 20 項目の「1 日当たりの使用時間」を報告している。その結果によれば、「好き」で高得点を得た 16 項目の活動は次の通りである (p. 44)：

- a. 友人を訪問し会話する (66 点)

- b. ゲームやホビー (65 点)
- c. 種々のレクリエーション (60 点)
- d. 友人からの電話で話す (60 点)
- e. 親戚との会話 (58 点)
- f. (修繕ではない) 縫い物、編み物 (52 点)
- g. 夫婦間で電話で話す (52 点)
- h. (特別の理由がなく) 自由に電話する (52 点)
- i. 友達に自分から電話する (50 点)
- j. 居眠り (48 点)
- k. とりとめのない話を聞く (47 点)
- l. アルコール飲料を作る・飲む (43 点)
- m. 読書 (43 点)
- n. キスする、挨拶する (43 点)
- o. 特定の料理を食べる (41 点)
- p. 父・母と話す (41 点)

逆に「嫌い」という程度が強い活動を 10 位まで挙げると、次の通りであった (p. 45) :

- q. 雪かき (-42 点)
- r. 医者にかかること (-25 点)
- s. 洗濯 (-24 点)
- t. いろいろな家事 (-16 点)
- u. 生ゴミの処理 (-10 点)
- v. 電気掃除機での掃除 (-8 点)
- w. 洗濯物の乾燥 (-8 点)
- x. 掃除 (-6 点)
- y. ゴミ捨て (-6 点)
- z. アイロンかけ (-6 点)

こうした結果から、Foote (1967) は、「会話 (conversation)」がもっとも好まれている活動タイプで、その時間は「価値のある時間」と考えられているが、「家事 (household care)」は好まれない活動タイプで、投入される時間量も少ないと述べている。

## ② Hawes (1976) による週当たりの使用時間量の調査

Hawes (1976) の男女間比較調査も、あらかじめ任意に設定した活動カテゴリーについての時間量を調べた事例である。Hawes は、世帯の長にあたる女性と男性に別々に同一の質問紙を送付し、一般的な生活時間やレジャー時間に関する種々の質問をしている。その調査内容は主に二つに分けられるが、まず一般的な生活時間を調べるために、17 項目の活動リストを示し「それぞれの活動に、平均して、1 週間 168 時間のうちのどれだけの時間を費やしているか」という質問をしている。その結果を男女別 (男 512 人、女 602 人) に示したのが、前掲の表 1-5 である。この結果では、カテゴリー⑩～⑰が「レジャー活動」を表すとして、その合計時間量も示されているが、包括的なタイム・バジェット調査で設定されている行動カテゴリー (表 1-3 参照) と比べると、欠けているカテゴリーが少なくないことも分かる。

## ③ Hendrix (1980) による「楽しむ人」と「楽しまない人」の時間量比較

同じ行動でも「楽しさ (enjoyment)」の感じ方には個人差があり、それによって使用時間が異なるというデータを Hendrix (1980) が示している。

Hendrix は、時間配分に影響する主観的要因として「知覚的役割 (perceived role)」「時間的指向性 (time orientation)」および「活動の楽しさ (enjoyment corresponding to the activity)」に注目しているが、とくに「楽しさ」と活動時間の長さとの関連についてのデータを示している。ここで「活動の楽しさ」は、全米から抽出された 1500 人が 22 種類の活動を「非常に嫌い(0)～非常に楽しい(10)」の 10 段階尺度で評定したもので、「楽しさ」の順位は次に示す通りであった：

- |                 |                           |
|-----------------|---------------------------|
| 1. 子どもたちと話し合う.  | 2. 子どもたちの世話をする.           |
| 3. 友達と話し合う.     | 4. 子どもたちをいろんな場所へ連れていく.    |
| 5. 小旅行や遠足に出掛ける. | 6. 子どもたちとゲームをする.          |
| 7. 仕事をする.       | 8. 家で楽しむ.                 |
| 9. 本や雑誌を読む.     | 10. 新聞を読む.                |
| 11. 教会に出席する.    | 12. 活動的なスポーツをする.          |
| 13. 家庭用品を作る.    | 14. 映画・演劇・スポーツ行事に出掛ける.    |
| 15. 庭作りをする.     | 16. テレビをみる.               |
| 17. 料理をする.      | 18. (グロッサリー以外の) ショッピングする. |
| 19. 家まわりの修繕をする. | 20. クラブや社会組織で働く.          |

21. グロサリーの買い物をする.      22. 家のなかの掃除をする.

これらの活動の評定では、順位が下位になるほど概して個人差が大きくなったが、特定の活動を楽しんでいる人は、楽しくないと感じている人よりも、その活動で使う時間が長いということが予想される。そこで Hendrix (1980) は、「食事の準備」「食事の後かたづけ」「家のなかの掃除」の3項目では男女別の6ケースで、また「商品やサービスの入手」「社交（社会的エンタテインメント）」「テレビジョン」「読書」の4項目では男女全体で、それぞれで「楽しんでいる人」から「楽しんでいない人」までの3～6グループ（活動によってグループ数は異なる。）の間に「1週間当たりの活動時間（分）」を比較した。その結果、「楽しんでいる人のほうが、楽しんでいない人よりも、活動時間が有意に長い」という結果は、「食事の準備」では男女両方で、「食事の後かたづけ」では男性で見られ、さらに男女全体で見た「商品・サービスの入手」「社交」「テレビジョン」「読書」などでも明瞭に認められた。他方、「食事の後かたづけ」や「家のなかの掃除」では、女性の場合に「楽しさが中程度の人」でもっとも活動時間が長いという結果であった。（したがって、有意差がなかったのは男性の「家のなかの掃除」だけであった。）

この結果から、Hendrix (1980) は、「活動の楽しさ」という情緒的要因がその時間支出の変動を説明できる可能性があると述べている。

（注）「楽しさ」以外の二つの主観的要因について Hendrix (1980) は次のように説明している：

- ・「知覚的役割」は、一つの活動に対する自分の時間投入をなんらかの結果を得るために必要な前提条件であると個人がみなす程度、と規定される。
- ・「時間的指向性」は、強化が遅延される活動に従事できる個人の能力であり、現在指向的な人は即時的強化を必要とする人である。

## (2) レジャー行動の頻度をとらえる調査での行動カテゴリー

「レジャー」「余暇」あるいは「自由行動（または自由裁量的行動）」の領域で行動カテゴリーを任意に設定し、それぞれの行動頻度を中心に、その実行率などをとらえている。

### ① 総理府広報室（2000）の世論調査

身近な事例として、たとえば、総理府広報室（2000）の世論調査「余暇時間の活用と旅行」（月刊世論調査, 第32巻第5号, p. 3-96.）の質問紙で用いている17項目の行動カテゴリーを、表2-1に示している。これらのカテゴリーは、矢野（1995）による松山市調査で



用いられた行動分類体系の「中分類」にほぼ対応するものである。

表 2-1 総理府広報室 (2000) の世論調査による余暇時間の過ごし方

	(A)平日の余暇時間の場合	(B)週末などの休日の場合	(C)3 日以上の連続休暇が増えた場合
	(A)	(B)	(C)
a. テレビ・ラジオ・新聞・雑誌などの見聞き .....	43.5%	31.0%	18.0%
b. 家族とのだんらん .....	32.9	20.4	17.7
c. 飲食・ショッピング .....	27.6	16.1	11.8
d. 何もしないでのんびりする .....	26.6	20.7	21.2
e. 趣味・娯楽(家庭菜園・釣り・マージャン・パチンコなど) .....	24.7	18.2	24.1
f. 友人などとの交際 .....	22.7	16.3	19.8
g. 軽い運動やスポーツ活動(散歩・ジョギング・水泳・テニス・スキーなど) ..	16.9	11.8	17.2
h. 日帰りの行楽(ハイキング・温泉など) .....	16.0	16.7	18.6
i. ドライブ .....	15.7	13.4	10.9
j. 1泊2日の宿泊旅行 .....	6.9	22.2	25.6
k. 地域や社会のための活動(祭り・各種ボランティア活動への参加など) .....	6.8	3.7	5.3
l. 鑑賞・見物(絵画・陶器・祭・神社・仏閣など) .....	5.6	4.0	8.3
m. パソコン・インターネット・テレビゲームなど .....	5.4	3.4	4.2
n. 遊園地・テーマパークなどで遊ぶ .....	5.0	6.8	5.5
o. 家事・帰省のための旅行 .....	2.8	9.1	4.7
q. 学習活動(外国語教室・陶芸教室など) .....	2.8	1.8	6.3
r. 2泊3日以上旅行 .....	2.4	16.8	28.8

(注) 調査は平成 11 年 8～9 月に全国 20 歳以上の男女 3000 人を対象に行われた。

## ② 『レジャー白書・2001』におけるさまざまな行動カテゴリー

『レジャー白書』(財団法人自由時間デザイン協会, 2001) では「自由時間」とか「余暇」に関わる生活行動のカテゴリーを、さまざまな視点から設定している。これらは、いずれも、全国 5 万人以上の都市部に住む 15 歳以上の男女 3000 人を対象として平成 12 年 12 月に実施された世論調査「余暇活動に関する調査」に取り入れられているものである。

もっとも包括的な内容を含むカテゴリーとして、「自由時間」を分類した次の 9 カテゴリーが示されている：(カッコ内には「参加率＝1 年間に 1 回以上行った人の割合(%)」を、男性；女性の順に示す。)

1. 休養やくつろぎのための時間 (62.6；61.9)
2. 気晴らしやストレス解消のための時間 (40.8；46.0)
3. 趣味やスポーツを楽しむ時間 (45.4；31.4)
4. 自然に親しむための時間 (13.8；12.1)

5. 家族と過ごすための時間 (42.6 ; 44.2)
6. 友人・知人と過ごすための時間 (24.9 ; 42.4)
7. 健康の維持や増進のための時間 (19.9 ; 16.1)
8. 自分の能力向上や学習のための時間 (12.2 ; 11.5)
9. 地域活動やボランティアのための時間 (5.2 ; 5.5)

また、余暇活動のなかで地域社会の環境問題、介護問題、文化・学習活動、まちづくりなどに関連するものを「社会性余暇」と呼び、その行動カテゴリーとして表2-2に示した20項目を設定している。(各項目の末尾のカッコ内の数字は「5年間に経験のあること」と「今後も継続・新規参加」の各%である。)

表2-2 自由時間デザイン協会『レジャー白書・2001』での「社会性余暇」のカテゴリー  
カッコ内は(5年間に経験のあること； 今後も継続・新規参加)の各%。

1. スポーツの大会や催しものに参加したり運営を手伝う(31.1 ; 21.3)
2. 祭りに参加したり企画運営などにたずさわる(24.6 ; 17.3)
3. 河川や海辺のゴミ拾いや観察など自然保護活動をする(11.8 ; 14.1)
4. 音楽や美術・手工芸などの文化活動のサークルに参加したり世話したりする(8.7 ; 9.7)
5. フリーマーケットやバザーに出品したり企画・運営などにたずさわる(10.3 ; 12.1)
6. 少年野球やママさんバレーなど、スポーツを教えたり世話したりする(5.2 ; 5.8)
7. まちづくりの勉強会や集まりに参加する(4.9 ; 6.5)
8. パソコン通信やインターネットでいろいろな人と交流する(12.1 ; 21.1)
9. ジョギングやウォーキングの会に参加したり世話したりする(6.1 ; 10.2)
10. 隣近所で行く旅行を企画したり世話したりする(6.0 ; 6.7)
11. 地域の人と園芸や市民農園などを楽しむ(4.1 ; 8.1)
12. 地域に花や緑を増やす活動をする(2.9 ; 8.1)
13. 趣味や仕事の知識・経験を活かし学校や公民館などで教える(2.6 ; 5.7)
14. 植樹や下草刈りなど山林や森を育てる活動をする(1.9 ; 4.1)
15. 留学生・外国人の援助や相談をしたり自宅に受け入れる(1.4 ; 4.0)
16. 自然観察の会に参加したり世話したりする(1.8 ; 6.4)
17. 農山村に滞在し地元の人と交流したり色々な作業の手伝いをする(0.9 ; 3.6)
18. パソコンの知識や技能を活かし、地域の人に教えたり手助けする(1.7 ; 4.3)
19. 美術館・博物館・動植物園などの施設で、案内したり説明したりする(0.6 ; 2.4)
20. 歴史や文化の趣味・知識を活かし、名所・旧跡や観光コースなどを案内する(1.0 ; 3.1)

(注) 調査は平成12年12月に全国の5万人以上居住の都市部に住む15歳以上の男女3000人を対象に行われた。

これらの項目には具体的な場所・施設・人物などが含まれているものが多く、それぞれの行動内容を明瞭に把握することができる。前述(表1-3)の矢野(1995)による生活行

動カテゴリーの小分類よりも特殊性が強く、「細分類」レベルのものと言えよう。

『レジャー白書』では、個別的なレジャー活動を、毎年、定点観測的に調べて「参加率(1年間に1回以上行った人の割合%)」「年間平均活動回数(その活動を行った人の1人当たり年間活動回数の平均)」「年間平均費用(その活動を行った人の1人当たり年間費用の平均)」などの時系列的変化を見ているが、そのために設定されている行動カテゴリーは表2-3に示した4部門90項目に及んでいる:(カッコ内の数字は、平成12年調査での参加率である。)

これら90項目の余暇活動カテゴリーのほか、これからの余暇活動への希望や期待をとらえるために24項目の「新しい余暇活動」のカテゴリーも示しているが、次のように、表2-3に示されている余暇活動カテゴリーと同レベルの、細分化された個別的内容を表すものである:

- |                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| 1. 温浴施設               | 2. マッサージ             |
| 3. エステティック・ホームエステ     | 4. 自宅での器具を使った健康づくり   |
| 5. 自宅での快適入浴           | 6. ウォーキング            |
| 7. 自然食レストラン           | 8. 語学の専門スクール         |
| 9. 資格取得の専門スクール        | 10. 通信教育・放送大学の受講     |
| 11. 機材・教材を用いた自宅学習     | 12. パソコン教室・スクール      |
| 13. 専門家の同行するテーマのある旅行  | 14. 自然や街なみなどの観察      |
| 15. 携帯電話でのやりとり        | 16. 街頭パフォーマンスへの参加・鑑賞 |
| 17. 地域の祭りの企画や参加       | 18. まちづくり活動の企画や参加    |
| 19. フリーマーケット・バザールへの出店 | 20. 観葉植物の栽培・手入れ      |
| 21. ガーデニング            | 22. 貸し農園             |
| 23. ペット               | 24. 電子ペット            |

### ③ Havighurst (1961) による「気に入っている自由活動」の分類

「レジャー」に関する調査研究を比較的早い時期に行っている Havighurst (1961) は、カンサス・シティでの40~70歳の男女235名に対する面接調査で、「気に入っている(favorite)レジャー活動あるいは自由時間活動」についての自由回答を、理論的根拠はないと断りながら、次の11カテゴリーに分けている(p. 315):

表2-3 自由時間デザイン協会『レジャー白書・2001』で参加状況を調べた余暇活動カテゴリー  
(カッコ内の数字は平成12年の参加率%)

**スポーツ部門**

1. ジョギング・マラソン(24.8)
2. 体操(器具を使わないもの)(30.8)
3. トレーニング(14.7)
4. エアロビクス・ジャズダンス(5.7)
5. 卓球(12.9)
6. バドミントン(10.2)
7. キャッチボール・野球(15.9)
8. ソフトボール(7.2)
9. サイクリング・サイクルスポーツ(14.5)
10. アイススケート(3.8)
11. ボウリング(30.6)
12. サッカー(6.4)
13. バレーボール(7.4)
14. バスケットボール(4.5)
15. 水泳(プールでの)(22.0)
16. 柔道・剣道・空手などの武道(3.2)
17. ゲートボール(1.1)
18. ゴルフ(コース)(11.9)
19. ゴルフ(練習場)(12.8)
20. テニス(7.5)
21. 乗馬(0.5)
22. スキー(10.7)
23. スノーボード(4.2)
24. 釣り(15.5)
25. スキンダイビング・スキューバダイビング(1.4)
26. サーフィン・ウィンドサーフィン(0.9)
27. ヨット・モーターボート(1.0)
28. ハングライダー・パラグライダー(0.3)

**趣味・創作部門**

1. 文芸の創作(小説・詩・和歌・俳句など)(4.9)
2. 写真の制作(9.1)
3. ビデオの制作・編集(5.2)
4. ビデオの鑑賞(レンタルを含む)(42.6)
5. コーラス(2.8)
6. 洋楽器の演奏(6.2)
7. 邦楽・民謡(6.2)
8. 絵を描く、彫刻する(8.5)
9. 陶芸(2.6)
10. 趣味工芸(組みひも・ペーパークラフト・革細工など)(4.3)
11. 模型づくり(3.1)
12. 日曜大工(12.4)
13. 園芸・庭いじり(36.7)
14. 編み物・織物・手芸(13.8)
15. 洋裁・和裁(9.5)
16. 料理(日常的なものを除く)(8.4)
17. スポーツ観戦(テレビは除く)(17.8)
18. 映画(テレビは除く)(31.8)

19. 観劇(テレビは除く)(12.6)
20. 演芸鑑賞(テレビは除く)(4.6)
21. 音楽会・コンサートなど(23.6)
22. 音楽鑑賞(CD・レコード・テープなど)(14.1)
23. 美術鑑賞(テレビは除く)(14.1)
24. 書道(4.8)
25. お茶(2.7)
26. お花(4.0)
27. おどり(日舞など)(1.2)
28. 洋舞・社交ダンス(1.8)
29. パソコン(ゲーム・趣味・通信など)(31.4)
30. 学習・調べもの(15.6)

**娯楽部門**

1. 囲碁(4.2)
2. 将棋(9.4)
3. トランプ・オセロ・カルタ・花など(26.7)
4. カラオケ(48.7)
5. テレビゲーム(家庭での)(27.7)
6. ゲームセンター・ゲームコーナー(20.5)
7. 麻雀(10.4)
8. ビリヤード(6.9)
9. パチンコ(18.6)
10. 宝くじ(35.6)
11. 中央競馬(9.8)
12. 地方競馬(2.6)
13. 競輪(1.8)
14. 競艇(1.1)
15. オートレース(0.5)
16. 外食(日常的なものを除く)(69.6)
17. バー・スナック・パブ・飲み屋(37.9)
18. クラブ・キャバレー(3.1)
19. ディスコ(0.5)
20. サウナ(8.7)

**観光・行楽部門**

1. 遊園地(32.7)
2. ドライブ(55.8)
3. ピクニック・ハイキング・野外散歩(31.8)
4. 登山(8.6)
5. オートキャンプ(7.3)
6. フィールドアスレチック(3.8)
7. 海水浴(22.5)
8. 動物園・植物園・水族館・博物館(38.6)
9. 催し物・博覧会(21.6)
10. 帰省旅行(21.8)
11. 国内観光旅行(避暑・避寒・温泉など)(55.2)
12. 海外旅行(13.1)

(注) 調査の概要は表2-2と同じ。

1. フォーマル・グループへの参加……社交クラブ、同窓会、教会グループ、討論グループ、生涯教育教室などへの参加.
2. インフォーマル・グループへの参加……メンバー間の付き合いを強調し、規則や組織がなく、開催回数も随時の会合で、カード遊び、近隣付き合い、旅行などをするグループへの参加.
3. 純粋に楽しむための旅行.
4. スポーツ参加.
5. スポーツ観戦（テレビ観戦は除く）.
6. テレビ、ラジオ.
7. 魚釣り、狩猟.
8. ガーデニング……花、野菜、造園.
9. 手工芸活動……女性の縫い物やハンドワーク、男性の DIY 大工作業・住宅修理・木工細工など.
10. 読書や想像的活動……主に読書だが、音楽や美術理解の活動も含む.
11. 親戚・友人の訪問……旅行することもあるが、主目的は訪問.

#### ④ de Grazia (1961) が紹介している「昨日行ったレジャー活動」調査の 21 項目

他方、de Grazia (1961) は、15 歳以上の全国サンプルを対象者とし、21 項目のレジャー活動リストを示して該当項目を選ばせるという方法で「昨日行ったレジャー活動」を調べた Opinion Research Corporation の 1957 年実施の調査を紹介しているが、そのレジャー活動の項目は次の通りである。その実行率は「テレビを見る」の 57 % から「演劇・コンサート・オペラに行く」や「講義や成人学級に行く」の 1 % までの幅があった：

1. テレビを見る (57 %)
4. 雑誌を読む (27 %)
5. 本を読む (18 %)
7. レコードを聴く (14 %)
3. 裏庭や庭園で作業する (33 %)
9. 特別のホビー（木工細工、編み物など）をする (10 %)
12. カード遊びやチェッカーなどをする (7 %)
15. 歌ったり楽器演奏をする (6 %)
2. 友達や親戚を訪問する (38 %)
8. 会合に出掛けたり社会活動をする (11 %)

- 21. 講義や成人学級に行く (1%)
- 6. ドライブを楽しむ (17%)
- 11. スポーツをする (8%)
- 19. ダンスに行く (2%)
- 16. スポーツイベントを見に行く (4%)
- 17. 映画館に映画を見に行く (3%)
- 18. ドライブイン映画を見る (2%)
- 20. 演劇・コンサート・オペラに行く (1%)
- 10. 食事に出掛ける (8%)
- 14. ドラッグストアなどで時間を過ごす (6%)
- 13. なにもしない (7%)

(注) 行頭の数字は実行率 (%) の順位を示す。

#### ⑤ Hawes (1976) による自由行動の35項目のリスト

また Hawes (1976) は、「1日」と「1週」の2段階で、「自由時間の過ごし方」に関する希望を、表2-4に示した活動項目について調べている。つまり「1日にもう2〜3時間の自由時間あれば…」および「毎週3日間の週末があれば…」という設定で、それぞれ「どんな活動をして過ごそうと思うか」という質問に対して該当項目を選ぶ複数回答の結果を男女間で比較している。「2〜3時間の自由時間」については34項目を設け、それに「週末旅行をする。いつも見たいと思っている所を訪問する」という1項目を追加して「週末の3日間」の35項目を構成している。

表2-4には、各活動項目の希望率の順位を男女別に示しているが、Hawes (1976) は、10位以内の項目のなかに、「1日」では7項目、「1週」では9項目が男女共通である点に注目している。

#### ⑥ Holbrook & Lehmann (1981) の自由裁量的行動の補完関係の分析

Holbrook & Lehmann (1981) は、表2-5に示すように、7セットに分けた50種類の具体的な自由裁量的行動（「なにか別の目的を満たすための手段になるのではなく、また、習慣的な家事責任を果たすためでもなく、それ自体のために遂行される活動」と定義されている。）について、「過去12ヶ月間での回数」を「0」〜「52回以上」の7段階に分けたデータで分析している。

表2-5の各セットは、時間配分に関する先行研究から生まれた理論によって構成された

表 2-4 Hawes(1976)の調査による「1 日にもう 2～3 時間の自由時間があれば」および「毎週 3 日間の週末があれば」という場合の過ごし方の希望率の順位の男女比較：

	2～3 時間		週末の 3 日間	
	女	男	女	男
1. 家の用事を急いでする .....	1	4	7	7
2. 読書、学習 .....	2	6	14	18
3. 休息、リラックス、ぶらぶらする、眠る .....	3	1	8	8
4. 家族と時間を過ごす、子どもと遊ぶ .....	3	2	3	3
5. 屋内ホビーで時間を過ごす .....	5	14	15	20
6. 創造的な活動をして時間を過ごす .....	6	21	13	19
7. 音楽・レコード・テープを聴く .....	7	8	18	16
8. 社交、友人を訪問 .....	7	6	2	5
9. ショッピングで時間を過ごす .....	9	24	18	30
10. ガーデニング、緑化をする .....	9	8	10	9
11. テレビをみる .....	11	3	20	15
12. 自分の個人的用事で時間を過ごす .....	12	11	25	22
13. 屋外ホビーで時間を過ごす .....	13	10	6	2
14. 散歩、ウインドーショッピング .....	14	24	20	28
15. 映画、演劇、コンサートに行く .....	14	15	11	17
16. 学校に入り、職業的なことや新知識を学ぶ .....	16	21	27	27
17. 奉仕団体・地域組織・慈善団体で働く .....	17	26	26	32
18. 教会関係の活動をする .....	17	23	24	24
19. 個人的な体育活動や身体訓練をする .....	17	15	22	12
20. 親戚を訪問 .....	17	18	5	9
21. ドライブ、景色を見に行く .....	21	15	4	4
22. 家の修理作業をする .....	22	4	12	6
23. アートギャラリーや美術館に行く .....	23	30	17	26
24. ボールゲームや他のスポーツ活動に行く .....	24	20	22	12
25. 学校関係の会合や PTA の活動を活発にする .....	24	32	34	35
26. フィッシングやハンティングに行く .....	24	11	15	20
27. 自分の仕事・職業で超過勤務をする .....	27	19	30	23
28. 社交クラブに参加する .....	27	32	26	24
29. 政党活動を活発に行う .....	29	31	34	33
30. キャンプ、ハイキング、バックパッキング .....	30	27	9	11
31. なにかの体育チームに加わる .....	31	27	33	24
32. 若者グループの活動に積極的になる .....	31	27	28	30
33. 車、自動二輪車など動力車を使って仕事する .....	33	13	30	14
34. 内職、副業をする .....	34	32	30	28
35. 週末旅行、見たい所を訪問 .....	—	—	1	1

(注) Hawes (1976) の Table 4 & 5 から作成.

項目 35 は「毎週 3 日間の週末」にのみ設定されている項目である.

表2-5 Holbrook & Lehmann (1981) による自由裁量的行動のリスト

1. 聴衆としての活動

- |                      |                    |
|----------------------|--------------------|
| 1-1 ポップやロックのコンサートへ行く | 1-2 クラシック・コンサートへ行く |
| 1-3 テレビのスポーツ番組を見る    | 1-4 映画を見に行く        |
| 1-5 成人映画を見に行く        | 1-6 スポーツ試合を見に行く    |
| 1-7 自動車レースを見に行く      | 1-8 ギャラリーや美術館に行く   |

2. 屋外活動

- |                 |               |
|-----------------|---------------|
| 2-1 スキーに行く      | 2-2 ジョギングをする  |
| 2-3 水泳をする       | 2-4 ハイキングをする  |
| 2-5 バックパッキングをする | 2-6 ハンティングをする |
| 2-7 散歩する        | 2-8 ボート漕ぎをする  |
| 2-9 キャンプをする     |               |

3. ゲーム

- |                            |              |
|----------------------------|--------------|
| 3-1 ゲーム(モノポリー、ビンゴ、チェス等)をする | 3-2 カードをする   |
| 3-3 競馬に賭ける                 | 3-4 ボーリングをする |
| 3-5 テニスをする                 | 3-6 ゴルフをする   |

4. 家族活動と社会的活動

- |                 |                    |
|-----------------|--------------------|
| 4-1 クラブの会合へ行く   | 4-2 教会へ行く          |
| 4-3 親戚を訪問する     | 4-4 長距離電話をする       |
| 4-5 友人や親戚に手紙を書く | 4-6 自分の家で人をもてなす    |
| 4-7 ボランティア活動をする | 4-8 地域のプロジェクトに参加する |

5. ホビー

- |                           |             |
|---------------------------|-------------|
| 5-1 家具を作り直す               | 5-2 楽器を演奏する |
| 5-3 コレクションをする(切手、コイン、石など) | 5-4 白黒写真を撮る |
| 5-5 カラー写真を撮る              | 5-6 映画を撮る   |
| 5-7 家の内外でDIYの仕事をする        |             |

6. 食事

- |                         |                     |
|-------------------------|---------------------|
| 6-1 カクテルを飲む、夕食前のドリンクを飲む | 6-2 戸外で調理する         |
| 6-3 食事パーティを行う、参加する      | 6-4 レストランに食事に行く     |
| 6-5 ピクニックに行く            | 6-6 朝食を家でする代わりに外でする |

7. 学芸的な活動

- |             |                  |
|-------------|------------------|
| 7-1 本を読む    | 7-2 講演する         |
| 7-3 学校に行く   | 7-4 図書館に行く       |
| 7-5 講義に出席する | 7-6 クロスワードパズルをする |



ものでなく、補完関係が比較的強いのではないかとと思われる行動を各セットほぼ同数になるようにアプリアリにグループ分けしたものであるが、分析では、セット内の行動の間で補完関係 (complementality) と代替関係 (substitutability) のどちらが強いかを相関分析によって検討している。相関がプラスであれば補完関係を、マイナスであれば代替関係を意味するとして、単純相関と偏相関のそれぞれで行動間相関行列 (50 x 50) を構成し、全体的には、セット内行動の間にはセット外行動との間でよりも強い補完関係があることを見出している。さらに、偏相関データを多次元尺度分析して取り出した 2 次元が「教養性の高 vs. 低」と「活動性の高 vs. 低」を意味しており、その 2 次元空間内での各行動の位置関係を見ると、「屋外活動」「ゲーム」「家族活動と社会的活動」の各セットは比較的コンパクトな構造を示しているが、「聴衆としての活動」や「学芸的な活動」のセットはまとまりがよいことを明らかにしている。

### II-3 生活行動の機能的多義性をふまえた分類

前項に引用した種々の調査研究でリストアップされている自由裁量の行動やレジャー行動は、おおむね矢野の「小分類」レベルに相当する内容のものである。そこで、前掲の表 1-6 と同じように、比較的多くの行動カテゴリーを設定している 6 ケース (Hendrix (1980) の「楽しい活動」の 22 項目、総理府広報室 (2000) の「余暇時間の過ごし方」の 17 項目、自由時間デザイン協会 (2001) の「社会的余暇」の 20 項目、de Grazia (1961) が紹介している「レジャー活動」の 21 項目、Hawes (1976) の「自由行動」の 35 項目、Holbrook & Lehmann (1981) の「自由裁量の行動」の 50 項目) を、それぞれ、矢野 (1995) が松山市調査で用いた小分類の行動カテゴリー 95 項目と対応づけ、それを大分類の 3 カテゴリー別に整理してみた。その結果、それぞれの調査研究で用いられた項目は次の数に区分された：

矢野 (1995) による大分類の 3 カテゴリー			
	生活必需時間	社会生活行動時間	自由時間
① Hendrix (1980) の 22 項目 .....	0	10	12
②総理府広報室 (2000) の 17 項目 .....	0	2	15
③自由時間デザイン協会 (2001) の 20 項目 .....	0	0	20
④ de Grazia (1961) の 21 項目 .....	1	1	19
⑤ Hawes (1976) の 35 項目 .....	1	6 (+1)	27 (+1)
⑥ Holbrook & Lehmann (1981) の 50 項目 .....	3	4	43

(注) (+1) は同一項目が両方にに入れられることを示す。

これら6ケースのなかで、Hendrix (1980) のケースは「楽しい活動」であるため、矢野 (1995) の大分類の「自由時間」行動だけでなく「社会生活行動」のなかの中分類である「炊事」「掃除」「買い物」「子供の世話」などにカテゴライズされる行動が多く含まれていた。他の5ケースでは「レジャー活動」「余暇活動」「自由行動」などに関するものとして設定されているため、多くの項目が矢野の「自由行動」に該当している。しかし、Hawes (1976) では35項目中8項目 (うち項目4は「社会生活行動時間」と「自由時間」の両方に該当する.)、Holbrook & Lehmann (1981) では50項目中7項目が、それぞれ「生活必需時間」あるいは「社会生活行動時間」の種々のカテゴリーに含められるものであった。

この分類結果については、「自由行動」や「自由裁量的行動」が内包する意味合いに関する社会・文化的条件も考慮しなければならないだろうが、わが国のタイム・バジェット調査の間でも「社会参加」の位置づけに差異があるように (表1-3参照)、一種の「外面的形態」でカテゴライズした行動の生活心理的機能が一義的でなく、その意味づけ (= 解釈) も多義的であることを示唆している。

自由時間デザイン協会『レジャー白書・2001』は、個々人の生活時間行動の意味づけが多様化する状況を指摘しているが、この白書で注目している「社会性余暇」に関して次のように述べて、「仕事と余暇の中間的な位置」にあると見ている (p. 121) :

「社会性余暇」のように、参加者の動機は遊び (自由行動) であっても、現象としてみれば介護や環境保全、まちづくりなど、従来の分類で言えば「拘束行動」に分類される活動がふえている。実際、社会性余暇に参加する人々の動機で最も多いのは、平成10年の調査結果では「自分の好きなことで面白そうだったから」(42.8%)であり、「何か社会のために役立ちたい」といった使命感は13.8%程度と高くない。

そのうえで、この白書は、生活時間にも、これまでのような「必需」「拘束」「自由」といった古典的な時間区分では捉えきれないグレーゾーンが増加している、と述べているが (p. 121)、そのグレーゾーンにある行動には、従来の意味合いからみれば「必需行動」や「拘束行動」に含められる外面的形態を持つ行動が「自由裁量的に行われる」という場合があると見られる。

### III 生活行動の「自由裁量性」へのアプローチ

#### III-1 タイム・バジェット調査からの発想

##### (1) NHK 国民生活時間調査における生活行動の意味づけ

タイム・バジェット調査で設定されている生活行動カテゴリーは、その行動の「外面的形態」にもとづいて分類するものであるが、そうした行動分類体系が、タイム・バジェット調査で採用されている理由を探るために「NHK 国民生活時間調査」の場合を見ると、その第1回調査結果の解説編である『日本人の生活時間』（NHK 放送文化研究所, 1963）に次のような説明がある（p. 154-5）：

〔生活行動は実に多様であるが〕その行動の主体である個人の側からみると、生理的必要、社会的必要、心理的必要という三つの要因に関係づけて整理できるであろう。

たとえば、すい眠や純粹の意味での食事、激しい作業の後の休息などは、ほとんど完全に生理的必要に基づいて起こる行動だといってよいであろう。また、洗面や入浴のようなものは、純粹に生理的必要に基づくものではなく、文明社会の人間にふさわしい身づくりをするという社会的必要の要素が強いが、直接には、清潔への要求に基づくという意味で、すい眠や食事に近い性格をもっている。これに対して、職場での作業や家庭での家事労働、子どもたちが学校や自宅でする勉強などは、むしろ社会的必要に基づく、つまりその行動が社会的に義務づけられており、それを避けることができないという理由で行われる傾向が強いといえよう。他方、キャッチ・ボールをしたり、映画をみたり、友人と酒を飲むといった行動は生理的な必要に迫られたり、社会的に義務づけられるというよりは、むしろ本人がしたいからする行動、つまり心理的必要に基づく行動といってよいであろう。

もちろんこれはずいぶんあらっぱい言い方で、ひとりひとりの具体的行動について、それがどういう状況のもとで、どういう目的のために行われたかを考えれば、話はそれほど簡単ではない。たとえば、食事といえば必ずただ腹を満たすだけのものであるとはいいい得ない、食物の味を楽しみ、食べながらの談笑を楽しみ、その間のくつろぎを楽しむとき、それは、生理的必要よりもむしろ心理的必要を満たすものというべきであろう。同様にたからみれば苦しい、あるいは退屈な作業であっても、またそれが本人にとって唯一の生計のてだてであっても、彼自身にとっては、その作業が同時に一つの慰みであるということもあるだろう。

このように、ある行動をすぐにこれは生理的必要に基づくもの、これは社会的必要に基づくもの

と決めてかかることは危険であり、注意を要するが、それにもかかわらず、その要因のどれが一般に優越するかを目安にして生活行動の一応の分類を試みることは許されるだろう。わたしたちが生活必需行動、拘束行動、余暇行動という3分類をあえて用いたのはこのような考えの上に立っているのである<sup>(注)</sup>。[太字は筆者による。]

「NHK 国民生活時間調査」では、その第1回(1960年)調査における観点、つまり、上の引用文の最終部分で太字で示している「特定の生活行動において一般に優越する要因(生理的、社会的、心理的)にもとづいて分類する」という考え方は、その後も踏襲されていると思われる。しかし、言うまでもなく、「一般に優越する要因」をひとつに特定化することが妥当かという問題があり、むしろ、それは、ますます困難になってきていると言わねばならないだろう。

生活行動の要因の特定化が難しくなっている状況をふまえてのことであろうが、最近の「NHK 国民生活時間調査」の報告書では、大分類の3カテゴリーについて「生活行動の普遍性の程度」という現象的観点からの説明が次のように行われている(NHK 放送文化研究所, 1996, 2002)。

「必需時間」について、2000年調査の報告書『日本人の生活時間・2000』では「基本的には、動物としての人間から発した、身体的・生理的時間であり、療養・静養を除けば、毎日100%の人々が、これらの時間を過ごしている」(p. 25)ととらえ、1995年調査の報告書『日本人の生活時間・1995』でも同様の説明をしている(p. 8)。また「拘束時間」については、1995年調査報告書では「仕事は有職者で、学業は学生で、家事は家庭婦人で、それぞれ行為率が高いといったように、万人に普遍的に行われている行動となっていないことが基本的な特色である」(p. 25)と述べて「必需時

注) この3分類に関して「余暇時間というのは、全生活時間から、睡眠、食事、身の回りの用事などを行うための時間(かりに生活必需時間と呼んでおこう)および、労働、勉強、家事、外出などのための時間(かりに拘束時間と呼んでおこう)を引いた残りの時間である。余暇ということばはいろいろ誤解を招きやすいが、他に適当なことばがないので、一応これを用いたのである」(p. 95)と述べている。つまり、第1回調査(1960年)では、余暇時間は「残りの時間」を意味し、とくに積極的な意味合いで用いられたのではないことが語られている。

その後、第3回(1970年)調査では、家事や余暇行動を細分化して行動カテゴリーが増やされたが、その調査報告書に当たる『日本人の生活時間1970』(NHK 放送世論調査所, 1971, p. 13)では「余暇時間(あるいは、余暇行動の時間)」は「交際、休養、レジャー活動、新聞・雑誌・本、ラジオ、テレビのいずれかをしていた時間」であり、「自由時間」と同義であることを説明するとともに、「レジャー活動」という用語が一般に使われている場合よりも狭義であることを付記している。

この行動分類は第6回(1985年)調査まで続けられたが、第7回(1990年)調査では、家庭用ビデオやCDなど新しいメディアの普及に合わせてマスメディアを中心に行動カテゴリーを増やし、また第8回(1995年)調査以降は、被調査者自身が行動分類をするブリコード法の採用に伴い行動カテゴリーを大幅に整理して第9回(2000年)調査に至っているが、第3回調査以降「余暇時間=自由時間」の行動の内容を中分類レベルで見ると「会話・交際」「レジャー活動」「マスメディア接触」「休養」であり、基本的な変化はない。(参考: NHK 放送文化研究所, 2002, p. 40-1)

間」に比べて普遍性が低いことに注目している。2000年調査報告書でも「多くの人々は、それぞれの立場で、1日のうち、8～10時間を、仕事に、家事に、学業に拘束されている。……そして、この拘束時間が人々の生活の軸となって、他の時間を左右している」(p. 10)と述べて特定の集団・階層に強く関連する生活時間行動であるにとらえている。さらに「自由時間」については、2000年調査報告書では「長い拘束時間から解放された時間」(p. 19)と述べているだけであるが、1995年調査報告書では「必需時間と異なる点は、個々の行動については、テレビを除くと普遍性に欠けるものが多いこと、また、拘束時間と異なる点は、仕事＝有職者、学業＝学生に見られるような行う行動と行う主体との間の密接な関連性がないこと」(p. 43)と説明されている。

この「普遍性」に関する説明は、調査結果が示す「1日の行為者率」のデータに対応したものであるが(参考：NHK 放送文化研究所, 2002. p. 166)、「自由時間」の説明における「普遍性に欠ける」や「行う行動と行う主体との間の密接な関連がない」ということは、少なくとも「個人差が大きい」ことを意味しており、そこに「個人の自由裁量性の働き」をかいま見ることができるように思われる。

## (2) 生活行動の「自由裁量度」の把握

われわれは「時間消費」を「自由裁量的に生活時間を使うこと」と考えているので、時間消費現象を理解するためには、人々の動機や意思決定過程などの内面的・主観的な性質としての「自由裁量性」が時間使用行動にどのように関与しているかを明らかにする必要がある。

その際にとりうる考え方のひとつに、「自由行動に分類したものは、すべて自由裁量的である」あるいは「自由裁量的と考えられるものは、すべて自由行動とする」という解釈にもとづく一義的な関連づけがあるが、これは、すでに見てきたタイム・バジェット調査の行動分類で行われている方式である。

他方で、生活行動の個々のカテゴリーについて「自由裁量的に行うことができるか否か」「どの程度自由裁量的であるか」を計量するという方法もありうる。この「生活行動に含まれる自由裁量度」には、当然、個人差がある。また個人内の問題としても、同じカテゴリーの行動でも時と場合によって「自由裁量性」の関与の程度が異なるという複雑さがある。今日、人々のたいていの生活行動には「自由裁量性」がさまざまな程度で関わっているものと思われる。そうした「自由裁量度」を多種多様な生活行動カテゴリーについて把握することは、実証的な裏付けを必要とするだけに、生活行動の領域やカテゴリーを限定

しない限り、大層膨大な作業になる。

現実的な方法は「NHK 国民生活時間調査」の大分類の3カテゴリーの設定にあたって採用されている考え方にならない、タイム・バジェット調査で採用されているレベルの生活行動カテゴリーのそれぞれに関して、「その生活行動において『一般に』どの程度の自由裁量性が関わっているか」という観点から、実証的な測定にもとづく「自由裁量度の代表値」を求めることであろう。この方式は、言うまでもなく、「一般に」という限定付きのとらえ方であって、個々の場面での具体的行動での自由裁量度にはさまざまな差異があることを忘れたものではない。

### III-2 生活行動の動機を分析した Sorokin & Berger (1939) の調査研究

#### (1) タイム・バジェット調査における行動と動機の関連分析

行動分類システムの作成とともに、そのなかの個々の生活行動の心理的意味（動機）を調べた分析が、タイム・バジェット研究のきわめて初期の段階で行われていたことに注目すべきであろう。

それは Sorokin & Berger (1939) が 1935 年に行った調査研究であり、その成果は、時間使用行動に関する先駆的で体系的な分析として *Time-budgets of Human Behavior* (Harvard University Press, 1939) に叙述されている。

Sorokin & Berger (1939) は、ボストン市民 103 人（うち女性が 81 人；17～29 歳が 72 人；多数が単身者、白人、高校卒。）が、4 週間にわたって、5 分以上行った行動の内容を毎日のスケジュール表に自由記述的に記録したデータにもとづいて、生活行動の外面的あるいは社会的な意味にもとづく包括的な行動リストを表 3-1 [左側] に示した 55 項目、8 カテゴリーの体系で作成した (p. 27-33)。そして、それぞれの生活行動に関して時間使用の側面からの詳細な分析を行っているが (p. 34-86)、その内容は、タイム・バジェットに関する体系的研究にきわめて重要な貢献をしたと評価されている（たとえば、Converse, 1968. p. 43; Szalai, 1972. p. 7; 矢野, 1995. p. 19; Ammassari, 2000. p. 3165.）。ここで特に注目されるのは、それぞれの行動の動機について調査対象者によって記された自由記述データの分析を行い、生活行動と動機との関連をアプローチした点である (p. 85-125)。

つまり、調査期間のうちの 2 週間においては、調査対象者の 103 人に、それぞれの生活行動の記録とともにその行動の動機と思うこと（複数も可とする。）を自由に書いてもらう方法で「動機記録 (motivational record)」を作成したのである。

そして、この「自叙伝風動機 (autobiographical motive)」を統計的に分析するために、

相互に関連すると思われる具体的動機をまとめた動機カテゴリーを次のように構成した：

1. 社会的動機：その行動が、他者のため、あるいは、社会その他から生じる要請あるいは道理のために行われることを示す：
  - 1-a. 社会的（主に愛他的・他利的）動機.
  - 1-b. 風習.
  - 1-c. 道徳的・司法的・宗教的な義務.
2. 個人的動機：その行動が、その人自身のために、主に功利的あるいは快楽的な目的で行われることを示す：
  - 2-a. 身体的：基本的に身体的・生理的な欲求を充足するための動機.
  - 2-b. 個人的快適：種々の種類の個人的快適感を獲得・維持・増加するための動機.
  - 2-c. 経済的動機.
  - 2-d. 好奇動機.
  - 2-e. 時間をつぶすため、いろいろなことのため.
  - 2-f. 習慣（個人的な）.
3. 種々の目的のための手段的動機（準備のため、仕上げのため）.
4. 外部状況の力によって強いられて.
5. 不明のもの、分類不能のもの.

このように個々の生活行動における動機をとらえた Sorokin & Berger (1939) の分析結果には、次に要約するような内容が見られる (p. 95-125)：

**a) モチベーションの多面性と多様性：**

同じ外面的活動でも個人によって動機が異なる。また、同じ動機でも人が異なれば別の外面的活動に通じることもある。ケースごとに慎重な検討を加えない限り、特定の活動から所定の動機を推論することはできず、その逆も成り立つ。生活行動と動機との関係はかなり緩やか (loose) である。(p. 95-6)

**b) 同一人のなかでのモチベーションの変容：**

同じ外面的活動でも個人によって動機が異なるだけでなく、同一日に行われる同一人の同じ活動でも動機が異なることがかなり多くある。また、同じ動機が同一人に異なる活動をさせることもかなり多い。(p. 96)

c) 上記2命題から推論されること：

外面的活動をただ行動現象的に見ただけでは、一般に、その活動の動機について明確なことは言えない。外面的活動が明確に識別できることは、モチベーションを識別できることを必ずしも意味していない。単に外面的な表れ方で活動を分類することは、その内面(=モチベーション)で違いのある別の活動群に入れてしまうこともありうる。(p. 97)

特定活動の動機を調べても、その動機がその活動に顕在化されると推論することはできない。同じ動機が、同一人のなかでも、異なる活動形態として表出されうる。そこで、動機だけで人間活動を分類すれば、相互に異なる外面的活動の一つにまとめてしまうことがある。他方、外面的活動だけで分類すれば、基本的に同じ動機から成る活動を分化してしまうことがある。(p. 98)

要するに、人間活動の研究で「純粋に外部現象的である」とか「純粋に内部心理的である」とするのは、一面的で不十分であって、人間活動を適切に描き出すことにはならない。人間活動を適切に描くためには両方の側面が考慮されなければならない。(p. 98)

多くの理論は、動機と外面的活動の間の関係を緊密で、明確で、特定化されたものと仮定しているが、実際は、その関係はかなり緩やかで、特定化されておらず、明確さを欠いたものである。(p. 99)

d) 生活行動における主要動機と副次的動機：

しかし、外面的活動のなかには動機との関連が強いものもある。ただ、その関連は、ある活動のなかで特定の動機が優勢だということで、それだけが唯一のものではなく、他の動機が皆無というのではない。また、外面的活動のなかには特定の動機が欠けていて全然認められないということもある。このような優勢と欠落が認められることは、特定の動機と活動との間には結合関係あるいは適合関係があることを示唆している。(p. 100)

(2) 生活行動と動機との多面的な関連

Sorokin & Berger (1939) の分析にもとづいて、生活行動とそれに関連する動機を整理して示したのが表3-1である。この表では、50項目の外面的行動に関する「優勢な動機」を示しているが、一つだけの動機に関連している行動は一つもなく、また、一つだけの行動に結びついている動機もない。ただ、一つの動機が絶対的に優勢な行動から、多くの動機が優勢度に差がなく並列している行動まで、段階的にとらえることができる。

しかし、外面的に表出された生活行動から内部的要因を推論しようとする場合、「とくに優勢な動機は何か」「その動機の優勢度はどれほどか」を問題にすることはできる。特定の



動機が絶対的に優勢な場合を Sorokin & Berger (1939; p. 110) の基準にならって「優勢度 63 以上」とすると、表 3-1 によれば、次の 14 項目の行動が該当する。これによれば、絶対的に優勢な動機には「個人的快適」(14 中 11 ケース) が特に多い：

- 1-1 睡眠→(身体的要求)。
- 1-4 体操→(習慣)。
- 1-5 パーソナル・ケア→(個人的快適)。
- 3-9 電話→(社会的)。
- 5-1 レクチャー・コンサート出席→(個人的快適)。
- 6-2 劇場へ行く→(個人的快適)。
- 6-3 音楽活動→(個人的快適)。
- 7-2 ダンス→(個人的快適)。
- 8-2 ドライブを楽しむ→(個人的快適)。
- 8-6 ゲーム観戦→(個人的快適)。
- 8-12 インドア・ゲーム→(個人的快適)。
- 8-13 組織的なインドア・スポーツ→(個人的快適)。
- 8-14 組織的なアウトドア・スポーツ→(個人的快適)。
- 8-15 非組織的なアウトドア・スポーツ→(個人的快適)。

さらに「一つの動機が優勢度 50 以上」の場合までを取り上げると、次の 15 項目の行動が加わる：

- 1-2 食事→(身体的要求)。
- 2-3 移動→(準備のため)。
- 2-7 家事→(社会的・愛他的)。
- 3-1 他人の世話→(社会的・愛他的)。
- 3-2 子供と遊んだり一緒に過ごす→(社会的)。
- 3-7 カード遊び→(個人的快適)。
- 3-11 社会的活動→(個人的快適)。
- 5-3 学習→(準備のため)。
- 5-7 ラジオ聴取→(個人的快適)。

表3-1 Sorokin & Berger (1939) による時間使用行動の分類と各行動に関連する主要動機

時間使用行動（「不明」を除く。）は55項目に分類され、それらが8カテゴリーに整理されている。各行動で、→に続いて、自己記述内容を11カテゴリーに分類された動機が、優勢度の順に示されている。優勢度の数値は（ ）内に示されているが、一つの動機だけが関連している場合には100になる。

1. 生理的欲求を満たす活動(Activities directly satisfying physiological needs) :

- 1-1. 睡眠→①身体的要求(82.9) ; ②外部の力(3.3) ; ③個人的快適(2.9) .
- 1-2. 食事→①身体的要求(58.9) ; ②習慣(27.3) .
- 1-3. 健康→①身体的要求(47.1) ; ②外部の力(19.6) .
- 1-4. 体操→①習慣(69.2) ; ②身体的要求(30.8) .
- 1-5. パーソナル・ケア(身づくろい、など)→①個人的快適(63.4) ; ②習慣(18.7) .

2. 経済的および仕事の活動(Activities of economic and chore nature)

- 2-1. 労働→①外部の力(65.5) ; ②経済的(10.8) ; ③習慣(4.7) .
- 2-2. 補助的作業→記載なし .
- 2-3. 移動→①準備のため(52.7) ; ②外部の力(14.8) ; ③社会的(8.0) .
- 2-4. 徒歩(目的地到着のため)→①準備のため(40.6) ; ②外部の力(11.6) ; ③身体的要求(10.5) .
- 2-5. ショッピング→①準備のため(28.5) ; ②強いられて(19.4) ; ③社会的(11.9) ; ④個人的快適(5.6) .
- 2-6. 所用→①社会的(36.0) ; ②外部の力(18.4) ; ③準備のため(7.4) .
- 2-7. 家事(主に女性による身体的作業)→①社会的・愛他的(52.6) ; ②個人的快適(11.5) ; ③習慣(10.9) .
- 2-8. 男性の家事→①個人的快適(23.4) ; ②強いられて(21.3) ; ③社会的(14.9) ; ④身体的要求(12.8) .
- 2-9. 女性の屋内活動→①強いられて(36.7) ; ②個人的快適(21.5) ; ③準備のため(16.5) .

3. 社会的活動(Societal activities)

- 3-1. 他人の世話(個人的世帯活動)→①社会的・愛他的(61.1) ; ②身体的要求(7.1) ; ③準備のため(8.8) .
- 3-2. 子供と遊んだり一緒に過ごす→①社会的(51.1) ; ②習慣(21.3) ; ③個人的快適(19.1) .
- 3-3. 家族と過ごす→①個人的快適(50.0) / 時間つぶし(50.0) .
- 3-4. セレモニー→①社会的(31.3) ; ②風習(12.5) ; ③習慣(6.3) .
- 3-5. 訪問→①社会的(47.6) ; ②個人的快適(20.0) ; ③時間つぶし(5.8) .
- 3-6. エンタティニング→①社会的(37.1) ; ②個人的快適(22.6) ; ③時間つぶし(6.5) .
- 3-7. カード遊び→①個人的快適(57.7) ; ②時間つぶし(16.5) ; ③社会的(15.7) .
- 3-8. 個人の通信→①社会的(40.7) ; ②外部の力(17.3) ; ③個人的快適(11.1) .
- 3-9. 電話→①社会的(64.4) ; ②準備のため(5.6) .
- 3-10. 市民・政治活動→記載なし .
- 3-11. 社会的活動→①個人的快適(50.0) ; ②社会的(23.5) .
- 3-12. 会話→①時間つぶし(31.7) ; ②社会的(25.5) ; ③個人的快適(21.0) .

4. 宗教的活動(Religious activities)→①道徳的・宗教的(42.4) ; ②習慣(33.3) ; ③個人的快適(5.0) .

5. 知的活動(Intellectual activities)

- 5-1. レクチャー・コンサート出席→①個人的快適(70.0) ; ②社会的(5.0) .

- 5-2. 学校→①個人的快適(33.3)／好奇心(33.3).
- 5-3. 学習→①準備のため(50.0)；②個人的快適(22.5)；③道徳的義務(12.5)；④好奇心(10.0).
- 5-4. 読書Ⅰ(図書)→①個人的快適(57.7)；②時間つぶし(17.8)；③身体的要求(10.8).
- 5-5. 読書Ⅱ(雑誌・新聞)→①好奇心(39.9)；②個人的快適(28.2)；③時間つぶし(16.4).
- 5-6. 読書Ⅲ(不特定)→記載なし.
- 5-7. ラジオ聴取→①個人的快適(59.1)；②時間つぶし(24.0)；③好奇心(7.3).

#### 6. 芸術的活動(Artistic activities)

- 6-1. 能動的参加・制作→①個人的快適(35.7)；②準備のため(14.3)；③社会的(7.1)／時間つぶし(7.1).
- 6-2. 劇場へ行く→①個人的快適(67.1)；②時間つぶし(7.2).
- 6-3. 音楽活動→①個人的快適(64.4)；②強いられて(13.3).

#### 7. 愛情関連の活動(Love and courtship activities)

- 7-1. 恋愛行為→①個人的快適(34.8)；②時間つぶし(13.0)／習慣(13.0)；③社会的(10.9).
- 7-2. ダンス→①個人的快適(86.5)；②社会的(5.8).

#### 8. 種々の楽しみごと(Miscellaneous pleasurable activities)

- 8-1. アミューズメント→記載なし.
- 8-2. ドライブを楽しむ→①個人的快適(65.7)；②身体的要求(8.4).
- 8-3. のんびり過ごす→①身体的要求(52.4)；②変化を求め(8.8)；③個人的快適(8.1)；④強いられて(6.5).
- 8-4. 喫煙→①個人的快適(40.0)；②時間つぶし(28.5)；③身体的要求(13.9).
- 8-5. 遊び・レクリエーション→①個人的快適(56.8)；②身体的要求(17.3).
- 8-6. ゲーム観戦→①個人的快適(68.9)；②時間つぶし(6.8).
- 8-7. 散歩を楽しむ→①身体的要求(52.1)；②個人的快適(21.1)；時間つぶし(8.6).
- 8-8. ピクニック→①個人的快適(50.0)；②社会的(16.7)／変化を求め(16.7).
- 8-9. リフレッシュメント→①身体的要求(52.6)；②個人的快適(20.7)；③社会的(6.0).
- 8-10. ホビー→①身体的要求(61.2)；②個人的快適(14.3)；③外部の力(10.2).
- 8-11. ガーデニング→①個人的快適(33.9)；②身体的要求(32.1)；③外部の力(12.5).
- 8-12. インドア・ゲーム(カード遊び(3-7)を除く。)→①個人的快適(64.0)；②変化を求め(16.0).
- 8-13. 組織的なインドア・スポーツ→①個人的快適(75.0)；②社会的(25.0).
- 8-14. 組織的なアウトドア・スポーツ→①個人的快適(64.3)；②身体的要求(30.4).
- 8-15. 非組織的なアウトドア・スポーツ→①個人的快適(73.3)；②身体的要求(26.7).

#### 9. 不明(Unknown)→記載なし.

(注) この表は、Sorokin & Berger (1939) の Part II および Part III にもとづいて作成した。  
「記載なし」は Sorokin & Berger (1939) が関連する動機を示していないもの。

- 8-3 のんびり過ごす→(身体的要求).
- 8-5 遊び・レクリエーション→(個人的快適).
- 8-7 散歩を楽しむ→(身体的要求).
- 8-8 ピクニック→(個人的快適).
- 8-9 リフレッシュメント→(身体的要求).
- 8-10 ホビー→(身体的要求).

これら2段階でとらえた29ケースの「生活行動→優勢な動機」関係は、外面的行動からその動機を推察できる可能性が高い場合と言えるだろう。

そこで「動機」別に生活行動を整理すれば、次の通りになる：

**A. 個人的快適 (16 ケース)：**

- 1-5 パーソナル・ケア； 3-7 カード遊び； 3-11 社会的活動；
- 5-1 レクチャー・コンサート出席； 5-7 ラジオ聴取； 6-2 劇場へ行く；
- 6-3 音楽活動； 7-2 ダンス； 8-2 ドライブを楽しむ；
- 8-5 遊び・レクリエーション； 8-6 ゲーム観戦； 8-8 ピクニック；
- 8-12 インドア・ゲーム； 8-13 組織的なインドア・スポーツ；
- 8-14 組織的なアウトドア・スポーツ； 8-15 非組織的なアウトドア・スポーツ。

**B. 身体的要求 (6 ケース)：**

- 1-1 睡眠； 1-2 食事； 8-3 のんびり過ごす； 8-7 散歩を楽しむ；
- 8-9 リフレッシュメント； 8-10 ホビー。

**C. 社会的／社会的・愛他的 (4 ケース)：**

- 2-7 家事； 3-1 他人の世話； 3-2 子供と遊んだり一緒に過ごす；
- 3-9 電話。

**D. 準備のため (2 ケース)：**

- 2-3 移動； 5-3 学習。

**E. 習慣 (1 ケース)：**

- 1-4 体操。

このような Sorokin & Berger (1939) の先駆的な業績は非常に示唆的であり、その発想を「自由裁量性」に関しても発展的に導入することができる。

その第一歩は、タイム・バジェット調査に用いられている小分類（あるいは細分類）レベルのカテゴリの生活行動における「一般的な自由裁量度」を把握することであろう。その「一般的な」というとらえ方には種々の問題が含まれているが、そうした「問題」の前に立ちつくすよりも、まずは実現可能な方法で「前進」していくことが重要である。

### III-3 3段階の「生活行動」での「自由裁量度」

わが国のタイム・バジェット調査の行動分類の比較対照をした表1-3に示しているように、もっとも細分化されたカテゴリを設定しているのは、Szalai (1972) らの国際研究プロジェクトの分類方式を導入している矢野 (1995) による松山市調査 (1991 年実施) で用いられたものである。その小分類レベルには 95 カテゴリが設けられているが、それらの生活行動における「一般的な自由裁量度」を把握することが当面の課題になる。

ここで「生活行動における自由裁量度」を「行為者自身の意志や感情にもとづいて（特定の）生活行動を行うこと、あるいは、行わないことを決定できる程度」と理解しておくとともに、その「生活行動」の意味は、上記の矢野 (1995) の小分類レベルのカテゴリで表現されている内容としておきたい。というのは、「生活行動」の意味をさらに具体的・限定的にとらえることもできるからである。

つまり、「自由裁量度」は次のように「生活行動」の3段階（行動形態～行動様式～行動方法）で問題になりうる：

- (1) 上記したような矢野 (1995) の分類体系の小分類レベルを「行動形態」と呼べば、まず、この行動形態レベルでの自由裁量度が問題になる。たとえば「74 スポーツを行う（あるいは、行わない）」ことについても「75 ギャンブルを行う」ことについてもそれぞれ自由裁量度があり、行動形態によって「一般的な自由裁量度」は異なるだろう。
- (2) たとえばスポーツのなかにもいろいろな種目があり、種目によって自由裁量度は異なる。スポーツ種目のレベルを「行動様式」と呼べば、それは、表2-3で余暇活動に関して示されているような細目的カテゴリになり、それらの自由裁量度には相当の差があるだろう。
- (3) 特定の「行動様式」に関しても、それをどのように行うかという「行動方法」がいろいろ考えられる。つまり、生活行動の「仕方（やり方）」に関する自由裁量度であって、その内容には、実行のための空間的（場所・施設など）、時間的（時機・期間など）、社会的（関係者・組織など）、経済的（費用・代償など）、その他の諸条件が含まれる。しかし、これらの諸側面についての自由裁量度は、もはや「一般的」ではなくて「具体的」

というべきだろう。

生活行動に関する(1)～(3)のどの段階に着目するかは「時間消費」行動へのアプローチの「マクロ的～ミクロ的」という性格に関連すると思われる。生活行動総体のレベルで「時間消費」現象を考えるか、具体的・個別的な生活行動における「時間消費」現象を問題にするかによって、取り上げる「生活行動の段階」に違いが生じるだろう。

#### IV むすび

「自由裁量的に生活時間を使う(過ごす)こと」を「時間消費」と概念化しているため、「生活時間を使うこと」である「生活行動」のなかに「自由裁量的な部分」がどの程度あるのかをとらえることが「時間消費」の実質的な内容を理解することであると考えられる。そこで、まず、包括的かつ網羅的に生活行動をカテゴライズしているタイム・バジェット調査に代表される生活時間使用調査における行動分類体系を概観した。また、レジャー時間や自由時間に関連する生活行動には「自由裁量度」が大きいと考えられるので、それらの行動に関する任意的な項目設定の事例にも目を通した。

タイム・バジェット調査をベースにした発想からは、どうしても、1日24時間のなかで自由裁量的に使うことができる時間が全部でどれくらいあるかという「時間消費量」を把握したいという意向が強くなるように思われる。本稿のIII-1では、その観点からのアプローチとして「行動形態ごとの一般的な自由裁量度」の把握に向けた考えを述べている。この観点は、冒頭の「序」で述べたように、今日、日常生活における「自由時間」の増加が認められるというトレンドを知るとき、生活資源の一つである「時間」の消費動向に関するマクロ心理学的な理解を深める必要があるという問題認識に対応するものである。しかし、その問題への具体的な取り組みでは、現在のタイム・バジェット調査で把握されている形の「自由時間」の意味を問い直し、また「自由時間」以外の行動カテゴリーをも含めて、個々の生活行動における「自由裁量度」をとらえるための膨大な実証的作業を予定しなければならないだろう。

他方で、よりミクロ心理学的な観点から、特定の生活行動に関する自由裁量度を規定する要因を分析し、限られた範囲での「時間消費」現象の仕組みを理解するという方向もある。それは、前節III-3で述べた3段階のうちの「行動方法」を主に取り扱うアプローチになるだろうが、心理学的に興味を引く具体的課題が山積していることは確かである。そ

の際にも、生活行動に関する包括的な分類体系をふまえて、個別行動の位置づけを行い、行動相互間の関連性（補完関係、代替関係、随伴関係など）も知ることが重要であろう。

マクロ的であれミクロ的であれ、「時間消費」現象は「生活行動」現象と一体化して成り立つものであり、「時間消費」を理解するためには「生活行動分類」が不可欠の問題になる。

付表1 Szalai, A. らが1964-66年に実施した国際的タイム・バジェット研究での活動カテゴリー：  
もとの96項目とそれを縮減した37カテゴリーとの対応

37 カテゴリー	もとの96項目： ( )内は略称
[ ] はサブトータル	
1. 主たる仕事	00 家庭の外で行う通常の職業的な仕事 (通常の仕事) 01 家庭内や持ち帰りで行う通常の職業的な仕事 (家庭での仕事) 02 特に00と分離できるオーバータイム (オーバータイム) 03 特に00と分離できる仕事中の移動 (仕事中の移動) 04 仕事と分離できる仕事時間中の待機や中断 (待機、遅延)
2. 副業	05 無申告の、予備的な仕事 (副業)
3. 他の仕事関連	07 仕事の前や後に仕事場で過ごす時間 (仕事での他事) 08 仕事時間中の定期的中断や規定上の非労働期間 (仕事の中断)
4. 仕事への移動	09 仕事場への移動、交通手段を待つことも含む (仕事への移動)
[仕事 (全体)]	00-05、07-09.
5. クッキング	10 食事の準備や調理 (食事準備)
6. 家事	11 皿類の洗いと仕舞い (食事の片づけ) 12 屋内の掃除：掃く、洗う、ベッドづくり (家の掃除) 13 屋外の清掃 (歩道、ゴミ処理)
7. 洗濯	14 洗濯、アイロンかけ (洗濯、アイロンかけ) 15 衣類、靴、下着類の補修や維持 (衣服の維持)
8. 買い物	30 日常の消費財や商品を買う (買い物)
[家事 (全体)]	10-15、30.
9. 庭、動物の世話	17 ガーデニング、動物の世話 (庭づくり、動物の世話)
10. 用事	31 耐久消費財の購入 (ショッピング) 34 管理的サービス、物置・家事室 (管理的サービス) 35 修理などのサービス、洗濯・電気・機械など (修理サービス) 36 商品・サービスの購入のために待つ、列に並ぶ (行列) 37 その他 (他のサービス)
11. 他の住居関係	16 15以外の維持や住居管理 (他の維持) 18 熱・水の供給・維持 (熱、水) 19 その他、勘定書の整理、日常の家族の世話など (他の義務) 42 家事に含まれない大人の世話 (大人の世話)
[他の義務的家事]	16-19、31、34-37、42.
12. 子どもの世話	20 赤ん坊の世話 (赤ん坊の世話) 21 年長の子どもの世話 (子どもの世話) 26 子どもの健康の世話、医者に連れていくなど (子どもの健康)
13. 他の子ども関係	22 学校の勉強や仕事をみる (宿題をみる) 23 子どもに物語したり本を読む、子どもと会話 (子どもと話す) 24 屋内ゲームや手工を教える (屋内の遊び) 25 屋外ゲームや散歩をする (屋外の遊び) 27 その他、ベビーシット (その他、子守)
[子どもの世話 (全体)]	20-27.
14. 身の回りの用事	32 家庭外での身の回りの用事、理髪など (身の回りの配慮) 33 家庭外での医療措置 (医療措置) 40 個人的衛生、身支度、起床・就寝など (個人的衛生)



- 41 家庭での個人的な医療措置 (個人的医療)
- 48 記述されていない個人的活動、その他 (個人的、その他)
- 15. 食事
  - 06 仕事場での食事 (仕事中の食事)
  - 43 家庭での食事やスナック (食事、スナック)
  - 44 家庭外や食堂での食事 (レストランでの食事)
- 16. 睡眠
  - 45 基本的な夜間睡眠 (夜間睡眠)
  - 46 偶発的な昼間睡眠 (昼間睡眠)
- [個人的欲求 (全体)] 06、32-33、40-41、43-46、48.
- 17. 個人的移動
  - 29 子ども同伴の移動、交通手段を待つことも含む (子ども同伴の移動)
  - 39 活動 30-37 に関連する移動、交通手段を待つことも含む (移動、サービ  
ス)
  - 49 活動 40-48 に関連する移動、交通手段を待つことも含む (移動、個人的)
- 18. 自由時間の移動・旅行
  - 59 活動 50-56 に関連する移動、交通手段を待つことも含む (移動、学習)
  - 69 活動 60-68 に関連する移動、交通手段を待つことも含む (移動、組織)
  - 79 活動 70-78 に関連する移動、交通手段を待つことも含む (移動、社会)
  - 89 活動 80-89 に関連する移動、交通手段を待つことも含む (移動、娯楽)
  - 99 活動 90-98 に関連する移動、交通手段を待つことも含む (移動、レジャー)
- [仕事以外での移動 (全体)] 29、39、49、59、69、79、89、99.
- 19. 学習
  - 50 クラスに常時出席、学習が主活動 (学校へ出席)
  - 51 職業的または特殊訓練コースの短縮プログラム、工場や企業が組織して  
いる就業後クラスを含む (他のクラス)
  - 52 臨時的なクラスへの出席 (特殊講義)
  - 53 政党や労組の訓練コースのプログラム (政治的コース)
  - 54 種々のコースや講義の準備のための家庭学習、関連する研究業務や自己  
啓発を含む (家庭学習)
  - 55 個人的啓発のために科学的概論書を読む (学習目的の読書)
  - 56 その他の学習 (その他の学習)
- 20. 宗教
  - 64 宗教組織に参加する (宗教組織)
  - 65 宗教行為および宗教的祭事に参加する (宗教行為)
- 21. 組織
  - 60 政党または労組のメンバーとして参加する (労組、政治)
  - 61 社会的・政治的組織の選出役員としてボランティア活動 (役員としての  
仕事)
  - 62 上記 60-61 以外の会合に参加する (他への参加)
  - 63 無給の団体的な市民活動 (市民活動)
  - 66 工場での種々の会合や会議に参加する (工場の会議)
  - 67 家族・親子・軍隊など他の会合へ参加する (種々の組織)
  - 68 その他 (他の組織)
- [学習と参加] 50-56、60-68.
- 22. ラジオ
  - 90 ラジオを聴く (ラジオ)
- 23. TV (自宅)
  - 91 テレビを自宅でみる (TV)
- 24. TV (自宅外)
  - 91 テレビを自宅以外でみる (TV)
- 25. 新聞を読む
  - 95 新聞を読む (新聞を読む)
- 26. 雑誌を読む
  - 94 評論・雑誌・パンフレットなどを読む (雑誌を読む)
- 27. 図書を読む
  - 93 図書を読む (図書を読む)
- 28. 映画
  - 72 映画 (映画)
- [マス・メディア (全体)] 72、90-91、93-95.

- |              |  |
|--------------|--|
| 29. 社交（自宅）   | 75 友人の訪問を受ける、訪れる（友人と訪問）                            |
|              | 76 友人に食事をしたり、されたりするパーティやレセプション（パーティ、食事）            |
|              | 87 社交ゲーム（パーラーゲーム）                                  |
| 30. 社交（自宅以外） | 75 友人の訪問を受ける、訪れる（友人と訪問）                            |
|              | 76 友人に食事をしたり、されたりするパーティやレセプション（パーティ、食事）            |
|              | 77 軽食堂・バー・喫茶店（カフェ、パブ）                              |
|              | 78 上記以外のレセプションに出席する（他の社交）                          |
|              | 87 社交ゲーム（パーラーゲーム）                                  |
| 31. 会話       | 96 会話、電話会話を含む（会話）                                  |
| 32. 活動的スポーツ  | 80 スポーツや身体的訓練をする（活動的スポーツ）                          |
| 33. アウトドア    | 81 行楽、ハンティング、フィッシング（フィッシング、ハイキング）                  |
|              | 82 散歩（散歩する）  |
| 34. 楽しみ      | 70 スポーツイベントに参加する（スポーツイベント）                         |
|              | 71 サーカス、ミュージックホール、ショー、ナイトクラブ、居酒屋での飲み食いも含む（マスカルチャー） |
| 35. 文化的イベント  | 73 劇場、コンサート、オペラ（劇場）                                |
|              | 74 博物館、展示会（博物館）                                    |
| 36. 休息       | 47 うたた寝や休息（休息）                                     |
|              | 98 リラックスする、考える、計画する、何もしない、外面的活動をしな（リラックス、考える）      |
| 37. 他のレジャー   | 83 技術的ホビー、蒐集（ホビー）                                  |
|              | 84 菓子づくり、針仕事、裁縫、編み物（女性の手仕事）                        |
|              | 85 美術創作、彫刻、絵画、陶器作り、執筆など（美術）                        |
|              | 86 楽器演奏、歌唱（音楽）                                     |
|              | 88 社交ゲーム（他の娯楽）                                     |
|              | 92 レコードを聴く（レコードをかける）                               |
|              | 97 私的な通信文を書く（手紙、私的）                                |

[レジャー（全体）] 47、70-71、73-78、80-88、92、96-98.

[自由時間（全体）] （カテゴリー:18-37）項目 47、50-56、59、60-69、70-79、80-89、90-99.

[移動・旅行] 03、09、29、39、49、59、69、79、89、99.

（注） もとの分類には1～99の項目番号があるが、そのうち38、57、58の3項目は空白であるため、実質的には96項目である。

付表2 博報堂生活総合研究所(1999)による生活時間調査の行動リスト

1. 日常行動

- 1-1 平日の朝の身づくろいの時間
- 1-2 平日の朝食を食べる時間
- 1-3 平日の昼食を食べる時間
- 1-4 平日の夕食を食べる時間
- 1-5 休日の朝食を食べる時間
- 1-6 休日の昼食を食べる時間
- 1-7 休日の夕食を食べる時間
- 1-8 朝食を作る時間
- 1-9 昼食を作る時間
- 1-10 夕食のメニューを考える時間
- 1-11 夕食を作る時間
- 1-12 夕食の後片付けをする時間
- 1-13 入浴・シャワーの時間
- 1-14 洗濯をする時間
- 1-15 掃除をする時間

2. 余暇

- 2-1 美術館、博物館、展覧会で鑑賞している時間
- 2-2 自宅でビデオをみている時間
- 2-3 雑誌、本などで行きたいレストランを探す時間
- 2-4 趣味としてパソコンを使う時間
- 2-5 友人とスポーツをする時間
- 2-6 パチンコ、ゲームセンター、麻雀屋にいる時間
- 2-7 居酒屋、ビアホール、ディスコなどにいる時間
- 2-8 会社や大学以外で、習い事をする時間
- 2-9 休日、盛り場で遊んでいる時間
- 2-10 平日、盛り場で遊んでいる時間
- 2-11 ガーデニング、盆栽など植物の世話をする時間
- 2-12 犬などペットの動物の世話をする時間
- 2-13 家の近所を散歩、ウォーキングする時間
- 2-14 仕事や学校の後に、寄り道する時間
- 2-15 ボランティア活動をする時間

3. 交際

- 3-1 友人に手紙を書いている時間
- 3-2 年賀状を書いている時間
- 3-3 仕事上の人と飲んだり食事をしたりする時間
- 3-4 病院でお見舞いをしている時間
- 3-5 近所の人と立ち話をしている時間
- 3-6 平日、デートする時間
- 3-7 休日、デートする時間
- 3-8 平日、友人と話などしている時間
- 3-9 休日、友人と話などしている時間
- 3-10 平日、親と話などしている時間
- 3-11 休日、親と話などしている時間
- 3-12 平日、夫婦で話などしている時間
- 3-13 休日、夫婦で話などしている時間
- 3-14 平日、子供と話などしている時間
- 3-15 休日、子供と話などしている時間

4. 仕事

- 4-1 休憩時間以外に休んでいる時間
- 4-2 仕事中に身だしなみを整える時間
- 4-3 休憩時間以外に雑談をする時間
- 4-4 仕事でコンピュータを使う時間
- 4-5 仕事でコピーをとる時間
- 4-6 仕事中に仕事の電話をする時間
- 4-7 仕事中に私的な電話をする時間
- 4-8 仕事中に雑誌や新聞を読む時間
- 4-9 私用でコンピュータを使う時間
- 4-10 朝礼の時間
- 4-11 社内会議をする時間
- 4-12 取引先と打ち合わせをする時間

5. 情報

- 5-1 平日、家族や友人と電話で会話している時間
- 5-2 休日、家族や友人と電話で会話している時間
- 5-3 平日、通信(Eメールなど)で会話する時間
- 5-4 休日、通信(Eメールなど)で会話する時間
- 5-5 平日、新聞を読んでいる時間
- 5-6 休日、新聞を読んでいる時間
- 5-7 平日、雑誌を読んでいる時間
- 5-8 休日、雑誌を読んでいる時間
- 5-9 平日、テレビ放送をみている時間
- 5-10 休日、テレビ放送をみている時間
- 5-11 平日、ラジオ放送を聴いている時間
- 5-12 休日、ラジオ放送を聴いている時間
- 5-13 マンガを読んでいる時間
- 5-14 書籍を読んでいる時間
- 5-15 広告を見聞きする時間

6. 消費

- 6-1 スーパーマーケットでの買い物時間
- 6-2 コンビニエンスストアでの買い物時間
- 6-3 ディスカウントストアでの買い物時間
- 6-4 個人商店での買い物時間
- 6-5 デパートでの買い物時間
- 6-6 ウィンドーショッピングでの滞在時間
- 6-7 通信販売のカatalogの検討時間
- 6-8 店で、生鮮食料品の品質を吟味している時間
- 6-9 店で、日用品の品質を吟味している時間
- 6-10 店で、洋服の良し悪しを吟味している時間
- 6-11 店で、本やCDの内容を吟味している時間
- 6-12 家具、インテリアを購入するまでの検討日数
- 6-13 車を購入するまでの検討日数
- 6-14 パソコン、ワープロを購入するまでの検討日数
- 6-15 保険、金融商品を購入するまでの検討日数

文献

- Ammassari, E.K. (2000) Time use research. In Borgatta, E.F. & Montgomery, R.J.V. (eds.) *Encyclopedia of Sociology*, 2nd ed., Vol. 5. Macmillan Reference USA. 3153-65.
- Converse, P.E. (1968) Time Budgets. In Sills, D.L. (ed.) *International Encyclopedia of the Social Sciences*, Vol. 16. Macmillan Company & Free Press. 42-47.
- de Grazia, S. (1961) The uses of time. In Kleemeier, R.W. (ed.) *Aging and Leisure*. Oxford University Press, Inc. 113-153; (Reprint edition: Arno Press. 1979.)
- Feldman, L.P. & Hornik, J. (1981) The use of time: An integrated conceptual model. *Journal of Consumer Research*, 7 (March.). 407-419.
- Foote, N.N. (1967) The time dimension and consumer behavior. In Newman, J.W. (ed.) *On Knowing the Consumer*. John Wiley & Sons, Inc. 23-46.
- 博報堂生活総合研究所 (1999) 時間 (博報堂調査年報).
- Havighurst, R.J. (1961) The nature and values of meaningful free-time activity. In Kleemeier, R.W. (ed.) *Aging and Leisure*. Oxford University Press, Inc. 309-344. (Reprint edition: Arno Press. 1979.)
- Hawes, D.K. (1976) Time budgets and consumer leisure-time behavior. *Advances in Consumer Research*, 4. 221-9.
- Hendrix, P.E. (1980) Subjective elements in the examination of time expenditures. *Advances in Consumer Research*, 7. 437-441.
- Holbrook, M.B. & Lehmann, D.R. (1981) Allocating discretionary time: Complementarity among activities. *Journal of Consumer Research*, 7 (March). 395-406.
- Hornik, J. (1982) Situational effects on the consumption of time. *Journal of Marketing*, 46 (Fall). 44-55.
- 働自由時間デザイン協会 (2001) レジャー白書・2001: 余暇の意味変化と新たな市場.
- 経済企画庁国民生活局国民生活課 (1975) 生活時間の構造分析: 時間の使われ方と生活の質. 大蔵省印刷局.
- Lundberg, G.A., Komarovsky, M. & McInwry, A.M. (1934) *Leisure: A Suburban Study*. Columbia University Press. [Sorokin & Berger, 1939 から引用]
- NHK 放送文化研究所 (1963) 日本人の生活時間: 国民生活時間調査 [解説編]. 日本放送出版協会.
- NHK 放送文化研究所 (1996) 日本人の生活時間・1995: NHK 国民生活時間調査. 日本放送出版協会.
- NHK 放送文化研究所 (2002) 日本人の生活時間・2000: NHK 国民生活時間調査. 日本放送出版協会.
- NHK 放送文化研究所世論調査部 (1995) 生活時間の国際比較. 大空社.
- NHK 放送世論調査所 (1971) 日本人の生活時間・1970. 日本放送出版協会.
- 太田美音 (1998) 余暇活動 (平成8年社会生活基本調査結果の概略③). 統計, 49 (3). 56-62.
- 佐々木士郎二 (2001) 心理学における時間研究の展開: 「時間消費の心理学」に向けて(1). 関西大学社会学部紀要, 33(1). 135-162.
- 佐々木士郎二 (2002) 消費者行動研究における時間の問題: 「時間消費の心理学」に向けて(2). 関西大学社会学部紀要, 33(3). 1-50.
- 総務庁統計局 (1998) 平成8年社会生活基本調査報告, 第1巻 (全国生活時間編、その1) .
- 総理府広報室 (2000) 余暇時間の活用と旅行. 月刊世論調査, 平成12年5月号. 2-21.

- Sorokin, P.A. & Berger, C.Q. (1939) *Time-Budgets of Human Behavior*. Harvard University Press.
- Szalai, A. (1968) Trends in contemporary time budget research. In *The Social Sciences : Problems and Orientation*. Mouton & Co. / Unesco. 242-251.
- Szalai, A. (1972) *The Use of Time : Daily Activities of Urban and Suburban Populations in Twelve Countries*. Mouton.
- 鈴木泰 (1990) 生活時間調査概論. NHK 放送文化調査研究年報, 第 35 集. 53-100.
- 田村穰生 (1974) 生活行動の分類について. 文研月報, 昭和 49 年 7 月号. 17-23.
- 渡辺健夫 (1998) 平成 8 年社会生活基本調査からみた国民のライフスタイル. 統計, 49(5). 58-9.
- 矢野真和 (1995) *生活時間の社会学 : 社会の時間・個人の時間*. 東京大学出版会.

以上

—2002.11.11.受稿—