

(2) 無配偶者調査

無配偶者 調査票

2010年10月

各位

公益財団法人 日本生産性本部

仕事と生活の相互作用に関するアンケート調査

【 ご協力 の お 願 い 】

- この調査は、内閣府の委託により、公益財団法人 日本生産性本部が実施いたします。
- このアンケート調査票は、楽天リサーチモニターの方で、事前の調査参加者募集にご応募いただいた方にお送りしています。
- ご意見については、ご家族の方に相談することなく、あなた自身のお考えで回答下さいますようお願いいたします。
- 回答結果は統計的に処理をします。回答内容に関して、お答えいただいた方にご迷惑をおかけすることは一切ございません。
- 個人情報の取り扱いにつきましては、本調査票の最終ページをご参照下さい。
- アンケート用紙は、同封の返信用封筒に入れて、封緘のうえ、

2010年11月9日(火) 必着で

お送り下さいますようお願いいたします(切手不要)

- お答えいただいた全ての方に、後日 500 円相当の「クオカード」をお送りします。

ご協力下さいますようお願いいたします。

【最終学歴】

問4.あなたが最後に卒業した学校は次のうちどれですか。当てはまる番号に1つだけを付けて下さい。中退または在学中の場合は卒業とみなして回答して下さい。

- | | |
|------------|------------|
| 1. 中学校 | 5. 大学 |
| 2. 高等学校 | 6. 大学院 |
| 3. 専門学校 | 7. その他 () |
| 4. 短期大学・高専 | |

【家族構成】

問5.あなたには、現在、同居しているご家族がいますか。当てはまる方にすべてを付けて下さい。

1. 同居の家族はいない（一人暮らし）
2. 父
3. 母
4. 兄・姉
5. 弟・妹
6. 子ども
7. 祖父
8. 祖母
9. その他 ()

【要介護者の有無】

問6.ご家族の中で、日常的に介護を必要とする方はいますか。当てはまる番号にすべてを付けて下さい。

1. 介護を必要とする家族はいない
2. 同居しており、あなたが主に介護をしている家族がいる
3. 同居しており、あなた以外の方が主に介護をしている家族がいる
4. 別居しており、あなたが主に介護をしている家族がいる
5. 別居しており、あなた以外の方が主に介護をしている家族がいる
6. その他 ()

【友人・恋人】

問7.あなたには、現在、下記にあたる人がいますか。当てはまる番号にすべて○を付けて下さい。

1. 同性の友人
2. 異性の友人
3. 恋人
4. 上記にあたる人はいない

【ペットの有無】

問8.あなたのご自宅ではペットを飼っていますか。当てはまる番号に1つだけを付けて下さい。

1. 飼っている
2. 飼っていない

【個人の年収】

問9.昨年度の、あなたご自身の年収(税込み、仕事による収入と仕事外の収入の合計)は、おおよそどのくらいですか。最も近いと思われる番号に1つだけを付けて下さい。

- | | |
|--------------------|-------------------------|
| 1. 自分自身の収入はない | 9. 700万円以上 800万円未満 |
| 2. 100万円 未満 | 10. 800万円以上 900万円未満 |
| 3. 100万円以上 200万円未満 | 11. 900万円以上 1,000万円未満 |
| 4. 200万円以上 300万円未満 | 12. 1,000万円以上 1,200万円未満 |
| 5. 300万円以上 400万円未満 | 13. 1,200万円以上 1,500万円未満 |
| 6. 400万円以上 500万円未満 | 14. 1,500万円以上 |
| 7. 500万円以上 600万円未満 | 15. わからない |
| 8. 600万円以上 700万円未満 | |

【個人収入の増減】

問10. あなたご自身の収入（税込み、仕事による収入と仕事外の収入の合計）は、去年と比べて増えていますか、減っていますか。最も近いと思われる番号に1つだけを付けて下さい。

1. 増えた
2. やや増えた
3. ほぼ変わらない
4. やや減った
5. 減った
6. わからない
7. 去年も今年も収入はない

【世帯年収】

問11. 世帯全体の昨年度の年収（税込み）は、仕事による収入と仕事外の収入を合わせて、おおよそどのくらいですか。最も近いと思われる番号に1つだけを付けて下さい。

- | | |
|--------------------|-------------------------|
| 1. 世帯の収入はない | 9. 700万円以上 800万円未満 |
| 2. 100万円 未満 | 10. 800万円以上 900万円未満 |
| 3. 100万円以上 200万円未満 | 11. 900万円以上 1,000万円未満 |
| 4. 200万円以上 300万円未満 | 12. 1,000万円以上 1,200万円未満 |
| 5. 300万円以上 400万円未満 | 13. 1,200万円以上 1,500万円未満 |
| 6. 400万円以上 500万円未満 | 14. 1,500万円以上 |
| 7. 500万円以上 600万円未満 | 15. わからない |
| 8. 600万円以上 700万円未満 | |

【小遣い額】

問12. 月々の収入の中から、あなたが自由に使えるお金（いわゆる「小遣い」）は、月当たりどのくらいですか。最も近いと思われる番号に1つだけを付けて下さい。

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1. 小遣いは無い | 6. 3万円以上 4万円未満 |
| 2. 5千円未満 | 7. 4万円以上 5万円未満 |
| 3. 5千円以上 1万円未満 | 8. 5万円以上 7万円未満 |
| 4. 1万円以上 2万円未満 | 9. 7万円以上 10万円未満 |
| 5. 2万円以上 3万円未満 | 10. 10万円以上 |

■ 問 16～41 は、問 13 で「1. 正規の社員、職員」～「6. 家で仕事をしている」を選んだ方に、お仕事の状況についてお聞きします。複数のお仕事をお持ちの方は、特に断りがない限り、最も主要なお仕事についてお答え下さい。職業をお持ちでない方は、問 42 に進んで下さい。

【週当たり勤務日数】

問16. あなたの週当たりの平均的な勤務日数は、下記のどれに当たりますか。最も近いと思われる番号に1つだけを付けて下さい。

1. 1日
2. 2日
3. 3日
4. 4日
5. 5日
6. 6日
7. 7日

【勤務形態】

問17. あなたの勤務形態は、勤務日や勤務時間の点から見て、下記のどれに当たりますか。最も近いと思われる番号に1つだけを付けて下さい。

1. 規則的である
2. おおむね規則的である
3. あまり規則的ではない
4. 規則的ではない

【週当たり実労働時間】

問18. あなたの平均的な1週間当たり実労働時間（所定内労働時間と残業時間を足した時間）はどのくらいですか（食事時間や休憩時間は除きます）。最も近いと思われる番号に1つだけを付けて下さい。複数のお仕事をしている方は、全てのお仕事の実労働時間を足した時間をご記入下さい。

1. 15時間未満
2. 15時間以上 20時間未満
3. 20時間以上 30時間未満
4. 30時間以上 40時間未満
5. 40時間以上 50時間未満
6. 50時間以上 60時間未満
7. 60時間以上

【職場の特徴】

問25. あなたの職場の特徴についてお聞きします。各項目について、最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

		ま よ く 当 て は	ま ず ま ず 当 て は ま る	あ ま り 当 て は ま ら な い	全 く 当 て は ま ら な い
1.	グループで仕事をする職場だ	1	2	3	4
2.	代わりに仕事をする人が確保されている	1	2	3	4
3.	一つ一つの仕事の内容が明確になっている	1	2	3	4
4.	仕事の進め方がマニュアル化されている	1	2	3	4
5.	仕事の進め方を見直し改善している	1	2	3	4
6.	必要な情報が共有されている	1	2	3	4
7.	自分の能力・専門性を十分に生かせる	1	2	3	4
8.	職業能力やキャリアを高めるための機会や支援がある	1	2	3	4
9.	職場では、誰もが公平に扱われている	1	2	3	4
10.	賃金・処遇が適切で納得できる	1	2	3	4
11.	適切な健康管理が行われている	1	2	3	4
12.	職場の人間関係が良い	1	2	3	4
13.	終業後も多くの人が職場に残っている	1	2	3	4
14.	上司が残っていると帰りにくい雰囲気がある	1	2	3	4
15.	休暇を取ることを言い出しにくい	1	2	3	4

【職場での支援】

問26. あなたの周りの方々についてうかがいます。最も当てはまるものに1つだけ○を付けてください。

		非常に	かなり	多少	全くない	該当しない(上司・同僚・部下はいない)
次の人たちとはどのくらい気軽に話ができますか。						
1.	直属の上司	1	2	3	4	5
2.	職場の同僚・部下	1	2	3	4	5
あなたが困った時、次の人たちはどのくらい頼りになりますか。						
3.	直属の上司	1	2	3	4	5
4.	職場の同僚・部下	1	2	3	4	5
あなたの個人的な問題を相談したら、次の人たちはどのくらいきいてくれますか。						
5.	直属の上司	1	2	3	4	5
6.	職場の同僚・部下	1	2	3	4	5

【仕事に関する要求と裁量度】

問27. あなたの仕事についてうかがいます。最も当てはまるものに1つだけ○を付けてください。

		そうだ	まあそうだ	ややちがう	ちがう
1.	非常にたくさんの仕事をしなければならない	1	2	3	4
2.	時間内に仕事が処理しきれない	1	2	3	4
3.	一生懸命働かなければならない	1	2	3	4
4.	かなり注意を集中する必要がある	1	2	3	4
5.	高度の知識や技術が必要なむずかしい仕事だ	1	2	3	4
6.	勤務時間中はいつも仕事のことを考えていなければならない	1	2	3	4

	(問 27. 続き)	そ う だ	ま あ そ う だ	や や ち が う	ち が う
7.	からだを大変よく使う仕事だ	1	2	3	4
8.	自分のペースで仕事ができる	1	2	3	4
9.	自分で仕事の順番・やり方を決めることができる	1	2	3	4
10.	職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる	1	2	3	4
11.	自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない	1	2	3	4
12.	私の部署内で意見のくい違いがある	1	2	3	4
13.	私の部署と他の部署とはうまく合わない	1	2	3	4
14.	私の職場の雰囲気は友好的である	1	2	3	4
15.	私の職場の作業環境（騒音、照明、温度、換気など）はよくない	1	2	3	4
16.	仕事の内容は自分にあっている	1	2	3	4
17.	働きがいのある仕事だ	1	2	3	4
18.	きちんとこなしていれば、昇格・昇進が期待できる仕事だ	1	2	3	4
19.	私は職場で必要とされていると感じる	1	2	3	4

【あなたの仕事の進め方】

問28. あなたの自身の仕事の進め方について、最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

		ま る よ く 当 て は	て は ま る ま ず ま ず 当	は ま ら な い あ ま り 当 て	ま ら な い 全 く 当 て は
1.	仕事の優先順位をいつも考えている	1	2	3	4
2.	仕事中は集中している	1	2	3	4
3.	時間内に仕事を終えるように心がけている	1	2	3	4
4.	仕事を一人で抱え込まない方だ	1	2	3	4

【仕事への取り組み】

問29. あなた自身の仕事への取り組みについて、最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

		はい	いいえ
1.	より重い責任を負って仕事をしたい	1	2
2.	たとえ少数意見であっても自分の考えを堂々と発表できる	1	2
3.	多少の危険はあっても新しいことをするのが好きだ	1	2
4.	何か大きな仕事をやってみたい	1	2
5.	新しい仕事に挑戦したい	1	2
6.	むずかしいことでも解決するまで色々工夫する	1	2

【仕事の出来具合】

問30. 過去4週間のあなたの全般的な仕事の出来具合は何点で表せますか。

あなたの仕事を他の誰かがやって最悪だったときの出来を0点、一番仕事ができる人がやった場合を10点とした時、あなたの出来は何点で表せますか。最も当てはまる番号に1つだけ○を付けて下さい。

最低	←										最高
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

【お勤め先の業績】

問31. 民間企業にお勤めの方にお聞きします。お勤め先の会社の業績は、去年と比べていかがですか。もっとも近いと思われる番号に1つだけ を付けて下さい。

1. 伸びている
2. やや伸びている
3. 変わらない
4. やや悪くなっている
5. 悪くなっている
6. わからない

【仕事に関わる満足感】

問32. あなたはご自身の仕事の様々な側面について、どのくらい満足を感じていますか。
それぞれの側面について、最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

		満 足					不 満 足
1.	給与（賃金、賞与、手当など）	1	2	3	4	5	
2.	勤め先の社会的イメージ	1	2	3	4	5	
3.	人事評価の方法	1	2	3	4	5	
4.	会社の施策や経営方針	1	2	3	4	5	
5.	労働時間の長さ	1	2	3	4	5	
6.	社内での地位	1	2	3	4	5	
7.	仕事を通じての自分自身の成長	1	2	3	4	5	
8.	仕事の内容	1	2	3	4	5	
9.	仕事上の責任の重さ	1	2	3	4	5	
10.	仕事を通じてのこれまでの人生	1	2	3	4	5	
11.	これまでの仕事キャリア	1	2	3	4	5	
12.	上司との関係	1	2	3	4	5	
13.	上司からの信任	1	2	3	4	5	
14.	勤め先での人間関係	1	2	3	4	5	
15.	仕事の環境や作業条件	1	2	3	4	5	

【ワーク・ライフ・バランスに関わる制度の有無】

問33. あなたの職場には下記のような制度がありますか (1)。それぞれの制度について、
当てはまる番号に1つだけ○を付けて下さい。

		制度がある（就業規則や労使協定などで定められている）	制度はないが、実態として利用が認められている	制度がなく、実態としても利用は認められていない	わからない
1.	フレックスタイム (2)	1	2	3	4
2.	ノー残業デー (3)	1	2	3	4
3.	連続休暇 (4)	1	2	3	4
4.	リフレッシュ休暇 (5)	1	2	3	4
5.	ファミリーフレンドリー休暇 (6)	1	2	3	4
6.	在宅勤務 (7)、サテライトオフィス勤務 (8)	1	2	3	4
7.	介護休業 (9)	1	2	3	4

【ワーク・ライフ・バランスに関わる制度の利用状況】

問34. あなた自身は、下記の制度を利用したことがありますか。それぞれについて、該当する番号に1つだけ○を付けて下さい。

		何度も利用している	たまに利用する（したことがある）	利用したことはない	利用できない（制度がないため又は制度の適用対象外のため）	わからない
1.	フレックスタイム	1	2	3	4	5
2.	ノー残業デー	1	2	3	4	5
3.	連続休暇	1	2	3	4	5
4.	リフレッシュ休暇	1	2	3	4	5
5.	ファミリーフレンドリー休暇	1	2	3	4	5
6.	在宅勤務・サテライトオフィス勤務	1	2	3	4	5
7.	介護休業	1	2	3	4	5

問 33～35 の制度については、以下の説明をお読み下さい。

- (13) 制度がある：就業規則、労使協定、次世代育成支援対策推進法に基づく一般事業主行動計画などで、制度が明文化されていること。
- (14) フレックスタイム：1 日の労働時間帯を、必ず勤務すべき時間帯（コアタイム）と、その時間帯の中であればいつ出社または退社してもよい時間帯（フレキシブルタイム）とに分け、出社、退社の時刻を労働者の決定に委ねるもの。
- (15) ノー残業デー：事業所単位などで、特定の日には残業をせず定時（所定労働時間）で退社するようにすること。
- (16) 連続休暇：週休日（土曜日・日曜日など）、特別休日（国民の休日・会社の特別休日など）、年次有給休暇の計画的付与による休暇や、これらの組合せによる3日以上の連続した休日・休暇。
- (17) リフレッシュ休暇：労働者への慰労、モラルアップなどを目的に、入社後一定年月経過などの節目に、まとまった日数の連続休暇を与える制度。
- (18) ファミリーフレンドリー休暇：子供の学校行事や、本人または家族の記念日などに、特別に有給休暇を付与する制度。
- (19) 在宅勤務：事業主と雇用関係にある労働者が、労働時間の全部または一部について、自宅で業務に従事する勤務形態。仕事を自宅に持ち帰り勤務時間後に行う、いわゆる“持ち帰り残業”は除く。
- (20) サテライトオフィス勤務：本社・支社などの主たる事業所ではなく、郊外の住宅地に近接した地域にある小規模なオフィス等で業務に従事すること。
- (21) 介護休業：労働者の申し出により、対象家族1人につき、常時介護を必要とする状態に至るごとに1回、通算して93日まで、介護休業ができる制度。「育児・介護休業法」で定められている。

【ワーク・ライフ・バランスに関わる制度の利用希望】

問35. 下記のワーク・ライフ・バランスに関わる諸制度のうち、より利用しやすくして欲しいと思うものにいくつでも○を付けて下さい。

- 1. フレックスタイム
- 2. ノー残業デー
- 3. 連続休暇
- 4. リフレッシュ休暇
- 5. ファミリーフレンドリー休暇
- 6. 在宅勤務・サテライトオフィス勤務
- 7. 介護休業
- 8. 特に利用しやすくして欲しいものはない

【仕事と生活の調和がはかりやすい職場】

問36. あなたの職場は、あなた自身が希望すれば仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）がはかりやすい職場ですか。最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

1. かなり調和がはかりやすい職場だ
2. まずまず調和がはかりやすい職場だ
3. あまり調和がはかりやすい職場ではない
4. まったく調和がはかりやすい職場ではない
5. わからない

【ワーク・ライフ・バランスの現状】

問37. 現在のあなた自身の仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）については、どのように感じていますか。最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

1. かなり仕事に重点がある
2. やや仕事に重点がある
3. 仕事と生活の比重は同じくらいだ
4. やや生活に重点がある
5. かなり生活に重点がある

【ワーク・ライフ・バランスの現状への満足感】

問38. あなた自身の仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）について、問 37 のような現状をどのように感じていますか。最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

1. 満足している
2. まずまず満足している
3. あまり満足していない
4. 満足していない

【仕事と私生活との関連】

問39. あなたの仕事と私生活との関連についてうかがいます。下記のことはどのくらいの頻度でありますか。最もあてはまる番号に1つだけ○を付けてください。

		全くない	たまにある	時々ある	よくある	いつもある
1.	仕事のことを考えているため私生活をなかなか充実させられない	1	2	3	4	5
2.	仕事のことをいつも考えているため私生活を十分楽しめない	1	2	3	4	5
3.	仕事のスケジュールのために私生活を充実させられない	1	2	3	4	5
4.	プライベートな時間を過ごしているときでも仕事でやらなければならないことを考えている	1	2	3	4	5
5.	就業後、気分良く家に帰ることができ、それは私生活にも良い影響を与えている	1	2	3	4	5
6.	仕事を終えた後、私生活を楽しめる	1	2	3	4	5
7.	仕事で学んだことの結果として私生活がより充実する	1	2	3	4	5
8.	仕事でたくさんのエネルギーをもらい、私生活がより充実する	1	2	3	4	5
9.	私生活のことを考えているため、仕事をほとんど楽しめない	1	2	3	4	5
10.	私生活のことで頭がいっぱいで、仕事になかなか集中できない	1	2	3	4	5
11.	プライベートなことに時間を取られるため、仕事をうまくこなせない	1	2	3	4	5
12.	私生活を充実させるため職務をないがしろにしている	1	2	3	4	5
13.	プライベートな時間を過ごした後は、仕事をより楽しめる	1	2	3	4	5
14.	私生活を楽しく過ごした後は、その気分が仕事にも良い影響を与えている	1	2	3	4	5
15.	私生活でやるべきことをきちんとやっているので仕事でもよりうまく義務を果たしている	1	2	3	4	5
16.	プライベートな時間にリラックスしエネルギーを充電しているため、仕事をより楽しむことができる	1	2	3	4	5

【ワーク・ライフ・バランスのイメージ】

問40. 仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）について、あなたはどんなイメージを持っていますか。下の欄に自由にお書き下さい。

【ワーク・ライフ・バランス推進の問題点】

問41. あなたの職場で、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）を推進するためには何が問題になっていると思いますか。下の欄に自由にお書き下さい。

■ 問 42 以降は、すべての方に生活時間や生活行動についてお聞きします。

【あなた自身の収入と時間のバランス】

問42. あなた自身の収入と生活時間のバランスの希望について、下記のどれがあなたのお考えに近いですか。最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

1. 自分の収入が今より少なくなっても、仕事を減らしたい
2. 自分の生活の時間が減っても、仕事を増やしたい
3. 今のままでいい
4. 自分は収入を伴う仕事をしていない（学生、専業主婦、無職など）

【平日における家事の頻度】

問43. あなたは、普段の平日、次のような家事をどのくらい行っていますか。それぞれの家事について、最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。あなたご自身がお仕事をしていない場合は、世帯主の勤務日を平日として回答して下さい。

		平日について			
		ほぼ毎日	週に3〜4日	週に1〜2日	全くしない
1.	朝食の準備・料理	1	2	3	4
2.	朝食の片づけ	1	2	3	4
3.	昼食の準備・料理	1	2	3	4
4.	昼食の片づけ	1	2	3	4
5.	夕食の準備・料理	1	2	3	4
6.	夕食の片づけ	1	2	3	4
7.	洗濯	1	2	3	4
8.	掃除・片づけ、補修	1	2	3	4
9.	風呂の掃除	1	2	3	4
10.	食料品や日用品の買い物	1	2	3	4
11.	ゴミ出し	1	2	3	4

【平日の家事時間】

問44. あなたが普段の平日、上記の家事に使う時間を合計すると、1日当たりでどのくらいの時間になりますか。最も近いと思われる番号に1つだけを付けて下さい。

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1. まったくしない | 7. 3時間以上 4時間未満 |
| 2. 1分以上 15分未満 | 8. 4時間以上 5時間未満 |
| 3. 15分以上 30分未満 | 9. 5時間以上 6時間未満 |
| 4. 30分以上 1時間未満 | 10. 6時間以上 7時間未満 |
| 5. 1時間以上 2時間未満 | 11. 7時間以上 |
| 6. 2時間以上 3時間未満 | |

【休日における家事の頻度】

問45. あなたは、普段の休日、次のような家事をどのくらい行っていますか。それぞれの家事について、最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。あなたご自身がお仕事をしていない場合は、世帯主の勤務が無い日を休日として回答して下さい。

		休日について			
		ほぼ毎回	半分程度	たまに	全くしない
1.	朝食の準備・料理	1	2	3	4
2.	朝食の片づけ	1	2	3	4
3.	昼食の準備・料理	1	2	3	4
4.	昼食の片づけ	1	2	3	4
5.	夕食の準備・料理	1	2	3	4
6.	夕食の片づけ	1	2	3	4
7.	洗濯	1	2	3	4
8.	掃除・片づけ、補修	1	2	3	4
9.	風呂の掃除	1	2	3	4
10.	食料品や日用品の買い物	1	2	3	4
11.	ゴミ出し	1	2	3	4

【休日の家事時間】

問46. あなたが普段の休日、上記の家事に使う時間を合計すると、1日当たりでどのくらいの時間になりますか。最も近いと思われる番号に1つだけを付けて下さい。

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1. まったくしない | 7. 3時間以上 4時間未満 |
| 2. 1分以上 15分未満 | 8. 4時間以上 5時間未満 |
| 3. 15分以上 30分未満 | 9. 5時間以上 6時間未満 |
| 4. 30分以上 1時間未満 | 10. 6時間以上 7時間未満 |
| 5. 1時間以上 2時間未満 | 11. 7時間以上 |
| 6. 2時間以上 3時間未満 | |

【打ち込める趣味について】

問47. あなたには、現在、仕事以外のことで心から打ち込めるもの（趣味、社会活動、家庭生活など）がありますか。最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

1. ある
2. ない
3. わからない

【平日の自由時間の過ごし方】

問48. 平日に自由な時間ができたとき、あなたは普段どのように過ごしていますか。お一人ですること、ご家族とすること、知人・友人とすること、それぞれについて、当てはまる番号にいくつでも を付けて下さい。あなたご自身がお仕事をしていない場合は、世帯主の勤務日を平日として回答して下さい。

平日について	(1) 一人で	(2) 家族と	(3) 知人・友人と
のんびり過ごす	1	1	1
おしゃべりをする		2	2
買い物や外食をする	3	3	3
散歩をする	4	4	4
ゲームやパチンコなどをする	5	5	5
パソコンや携帯電話などを使う	6	6	6
テレビ、DVD、音楽・映画鑑賞などをする	7	7	7
健康づくりやスポーツをする	8	8	8
本や新聞・雑誌を読む	9	9	9
趣味やボランティアなどのサークルに参加する	10	10	10
上記以外の趣味に取り組む	11	11	11
学習や自己啓発を行う	12	12	12
仕事や、仕事の準備をする	13	13	13
ペットと過ごす	14	14	14
その他（ ）	15	15	15
特に上記1～15に当てはまることはしていない	16	16	16

【この1年間の生活時間の变化】

問50. 1年前と比べて、あなたの生活ごとの時間はどう変わりましたか。項目ごとに、最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

		増えた	やや増えた	変わらない	やや減った	減った
1.	家族のために行う家事、育児、介護・看護等	1	2	3	4	5
2.	家族団らん等の家庭生活	1	2	3	4	5
3.	学習や趣味・娯楽	1	2	3	4	5
4.	町内会、NPO活動等の地域・社会活動	1	2	3	4	5
5.	健康づくり、休養	1	2	3	4	5

【男女の役割について】

問51. 「夫は外で働き、妻は家庭を守るべきだ」という考えについてどのように思いますか。あなたのお考えに最も近いと思われる番号に1つだけ を付けて下さい。

1. 賛成
2. どちらかといえば賛成
3. どちらかといえば反対
4. 反対

【家事に対する考え】

問52. あなたはご自分が家事をすることについて、どのようにお考えですか。それぞれの項目について、最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

		<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: space-between;"> る 当 て は ま ↔ ら 当 て は ま ない </div>				
1.	家事のやり方はよく分からない	1	2	3	4	5
2.	自分が家事をすることを考えると気が重い	1	2	3	4	5
3.	家事は完璧にしないと気が済まない	1	2	3	4	5
4.	家事代行業などのサービスを利用しても構わない	1	2	3	4	5

【家事について】

問53. あなたは、あなた自身が家事をすることについて、どのような気持ちをお持ちですか。下の欄に自由にお書き下さい。

【育児に対する考え】

問54. あなたはご自分が育児することについて、どのようにお考えですか。それぞれの項目について、最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

		<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: space-between;"> る 当 て は ま ←————→ ら 当 な て い は ま </div>				
1.	育児のやり方はよく分からない	1	2	3	4	5
2.	自分が育児をすることを考えると気が重い	1	2	3	4	5
3.	育児は完璧にしないと気が済まない	1	2	3	4	5
4.	ベビーシッターなどのサービスを利用しても構わない	1	2	3	4	5

【育児について】

問55. あなたは、ご自分が育児をすることについて、どのような気持ちをお持ちですか。下の欄に自由にお書き下さい。

【介護に対する考え】

問56. あなたはご自分が家族を介護することについて、どのようにお考えですか。それぞれの項目について、最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

						
		1	2	3	4	5
1.	介護のやり方はよく分からない	1	2	3	4	5
2.	介護のことを考えると気が重い	1	2	3	4	5
3.	介護は完璧にしないと気が済まない	1	2	3	4	5
4.	介護サービスを利用しても構わない	1	2	3	4	5

【介護について】

問57. あなたは、あなた自身が家族の介護をすることについて、どのような気持ちをお持ちですか。下の欄に自由にお書き下さい。

■ 問 58 以下は、すべての方に、生活に関する考えについてお聞きします。

【生活に関わる様々な満足感】

問58. あなたはご自身の生活の様々な側面について、どのくらい満足を感じていますか。それぞれの側面について、最も近いと思われる番号に 1つだけ○ を付けて下さい。

		満 足 ←————→ 不 満 足				
1.	ご家族とのふれ合い	1	2	3	4	5
2.	交友関係	1	2	3	4	5
3.	時間的なゆとり	1	2	3	4	5
4.	経済的なゆとり	1	2	3	4	5
5.	健康状態	1	2	3	4	5
6.	趣味・娯楽	1	2	3	4	5

【全体的な生活満足感】

問59. あなたは、生活の様々な側面を考慮して、生活全体について、どのくらい満足を感じていますか。最も近いと思われる番号に 1つだけ○ を付けて下さい。

満 足 ←————→ 不 満 足									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

【リラックスの状態】

問60. あなたは、普段下記のような場面でリラックスできていますか。それぞれの項目について、最も近いと思われる番号に 1つだけ○ を付けて下さい。

		き る	リ ラ ッ ク ス で ま ず ま ず リ ラ ッ ク ス で き る	あ ま り リ ラ ッ ク ス で き な い	リ ラ ッ ク ス で き な い	本 問 に 該 当 し な い
1.	職場に居るとき	1	2	3	4	5
2.	自宅で、家族と一緒にいるとき	1	2	3	4	5
3.	自宅で、一人で居るとき	1	2	3	4	△
4.	ペットと一緒に居るとき	1	2	3	4	5

【自分自身が失業する可能性】

問61. あなたは近い将来、自分自身が失業する可能性をどの程度感じていますか。最も近いと思われる番号に1つだけを付けて下さい。

1. 強く感じる
2. やや感じる
3. あまり感じない
4. ほとんど感じない
5. 自分自身は、現在仕事をしていない

【人的ネットワークの状況】

問62. 最近1週間を振り返って、あなたは下記の人たちと、どのくらい会話や連絡（電話、電子メールなどを含む）をしましたか。当てはまる番号に1つだけを付けて下さい。

		頻繁に ←————→ 全くない				該当者がいない
1.	職場の上司	1	2	3	4	5
2.	職場の同僚・部下	1	2	3	4	5
3.	父親・母親	1	2	3	4	5
4.	祖父母	1	2	3	4	5
5.	その他の親戚	1	2	3	4	5
6.	プライベートの知人・友人	1	2	3	4	5
7.	自宅の近所の知り合い	1	2	3	4	5

■ 問 63 は、すべての方に、心の状態についてお聞きします。

【心の状態】

問63. 最近 1 か月間のあなたの状態についてうかがいます。最も当てはまるものに1つだけ○を付けてください。

		か っ た	ほ と ん ど な	っ た と き ど き あ	っ た し ば し ば あ	っ た も あ っ た	ほ と ん ど い
1.	活気がわいてくる	1	2	3	4		
2.	元気がいっぱいだ	1	2	3	4		
3.	生き生きする	1	2	3	4		
4.	怒りを感じる	1	2	3	4		
5.	内心腹立たしい	1	2	3	4		
6.	イライラしている	1	2	3	4		
7.	ひどく疲れた	1	2	3	4		
8.	へとへとだ	1	2	3	4		
9.	だるい	1	2	3	4		
10.	気がはりつめている	1	2	3	4		
11.	不安だ	1	2	3	4		
12.	落ち着かない	1	2	3	4		
13.	ゆううつだ	1	2	3	4		
14.	何をするのも面倒だ	1	2	3	4		
15.	物事に集中できない	1	2	3	4		
16.	気分が晴れない	1	2	3	4		
17.	仕事が手につかない	1	2	3	4		
18.	悲しいと感じる	1	2	3	4		

■ 質問は以上です。長時間にわたりご協力をいただきありがとうございました。