

(1) 有配偶者調査

有配偶者 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

【 ご協力をお願い 】

- 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。
- アンケート調査票は2部お送りしています。1部はモニターご本人、1部は配偶者の方がお答え下さい（アンケート調査票の内容は同じです）。
- ご意見については、配偶者や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、それぞれ同封の返信用封筒に入れて（返信用封筒はご本人様と配偶者の方の2部同封してあります）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）

- モニターご本人と配偶者の方に、そろってお答えいただいた場合、後日 500 円相当の「クオカード」2枚をお送りします。

ご協力下さいますようお願いいたします。

■ はじめに、あなた自身とご家族の状況についてお聞きします。

【性別】

問1. あなたの性別をお聞きします。当てはまる番号に1つだけ○を付けて下さい。

- 1. 男性
- 2. 女性

【年齢】

問2. あなたの年齢（満年齢）をお聞きします。下の欄に数字をご記入下さい。

満

--

 歳

【居住地】

問3. あなたがお住まいの場所は、下の都道府県のどれに当たりますか。当てはまる番号に1つだけ○を付けて下さい。

- | | | | |
|---------|----------|----------|----------|
| 1. 北海道 | 13. 東京都 | 25. 滋賀県 | 37. 香川県 |
| 2. 青森県 | 14. 神奈川県 | 26. 京都府 | 38. 愛媛県 |
| 3. 岩手県 | 15. 新潟県 | 27. 大阪府 | 39. 高知県 |
| 4. 宮城県 | 16. 富山県 | 28. 兵庫県 | 40. 福岡県 |
| 5. 秋田県 | 17. 石川県 | 29. 奈良県 | 41. 佐賀県 |
| 6. 山形県 | 18. 福井県 | 30. 和歌山県 | 42. 長崎県 |
| 7. 福島県 | 19. 山梨県 | 31. 鳥取県 | 43. 熊本県 |
| 8. 茨城県 | 20. 長野県 | 32. 島根県 | 44. 大分県 |
| 9. 栃木県 | 21. 岐阜県 | 33. 岡山県 | 45. 宮崎県 |
| 10. 群馬県 | 22. 静岡県 | 34. 広島県 | 46. 鹿児島県 |
| 11. 埼玉県 | 23. 愛知県 | 35. 山口県 | 47. 沖縄県 |
| 12. 千葉県 | 24. 三重県 | 36. 徳島県 | 48. その他 |

【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. 配偶者
(夫または妻 あるいは左記にあたる人) | 11. 小学1～2年生 |
| 2. 父(あなた自身の父親) | 12. 小学3～4年生 |
| 3. 母(あなた自身の父親) | 13. 小学5～6年生 |
| 4. 義父(配偶者の父親) | 14. 中学生 |
| 5. 義母(配偶者の母親) | 15. 高校生 |
| 6. 祖父母
(あなた自身または配偶者の祖父母) | 16. 大学・短大・大学院・専門学校生
(大学浪人を含む) |
| 7. 幼稚園や保育園に通っていない小学校
就学前の子ども | 17. 職業に就いている子ども |
| 8. 幼稚園児 | 18. 学生以外で職業に就いていない子ども |
| 9. 保育園児 | 19. その他 |
| 10. 認定こども園に通っている子ども | |

【同居している子どもの人数】

問6.現在、同居しているお子さんは何人いますか。当てはまる番号に1つだけ○を付けて下さい。

- | | |
|------------------|---------|
| 1. 同居している子どもはいない | 4. 3人 |
| 2. 1人 | 5. 4人以上 |
| 3. 2人 | |

【個人収入の増減】

問11. 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12. 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13. 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 |

【勤め先の業種】

問16. 問 14 で「1. 正規の社員、職員」～「6. 家で仕事をしている」を選んだ方にお聞きします。あなたのお勤め先の業種は下記のどれに当たりますか。当てはまる番号に1つだけ○を付けて下さい。複数のお仕事をお持ちの場合は最も主要な仕事についてお答え下さい。

1. 農林漁業
2. 建設業
3. 製造業
4. 電気・ガス・熱供給・水道業
5. 情報通信業
6. 運輸業
7. 卸売業、小売業、飲食店
8. 金融業、保険業、不動産業
9. サービス業
10. 公務
11. その他 ()

■ 問 17～42 は、問 14 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 43 に進んで下さい。

【週当たり勤務日数】

問17. 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18. 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19. 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

【1年前と比べた週当たり実労働時間の増減】

問20. 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、1年前と比べてどのように変化しましたか。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. 変わらない
4. やや減った
5. 減った
6. わからない
7. 1年前は仕事をしていなかった

【片道の通勤時間】

問21. あなたの平均的な通勤時間は片道で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. 通勤時間はない(自営業、フリーランスなど、自宅でお仕事をされている場合など)
2. 15分未満
3. 15分以上 30分未満
4. 30分以上 45分未満
5. 45分以上 1時間未満
6. 1時間以上 1時間30分未満
7. 1時間30分以上 2時間未満
8. 2時間以上

【仕事終了後の行動】

問22. 平日で残業が少ない日、あなたは仕事が終わった後の時間を普段どのように過ごしていますか。日常的な買い物、塾・保育園などの送り迎え、用足しなどは除いて、最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

1. まっすぐ自宅に帰る
2. たまに寄り道をする
3. しばしば寄り道をする
4. その他 ()
5. 仕事場と自宅が近く(自営業など)、仕事が終わった後の寄り道はない

【仕事終了後の時間の過ごし方】

問23. あなたが寄り道をするときには、主に何をしていますか。日常的な買い物、送迎、用足などは除いて、最も多いと思われる番号に3つまで〇を付けて下さい。

1. 個人的な楽しみのための買い物に行く
2. 仕事に関連した飲食・飲酒をする
3. 仕事に関連しない飲食・飲酒をする
4. 娯楽（パチンコ、ゲーム、カラオケなど）を行う
5. 健康づくり・スポーツを行う
6. 映画・音楽・美術鑑賞などを行う
7. 学習・自己啓発を行う
8. 特に目的はなく、ぶらぶらする
9. その他（ ）

【余暇時間】

問24. お仕事のある日について、あなたの平均的な1日当たり余暇時間はどのくらいですか（睡眠・食事・入浴等の時間は除く）。下の欄におおよその数字をご記入下さい。

1日当たり

--	--	--

 時間

--	--	--

 分

【職場の非正規雇用】

問25. あなたの職場では、あなたご自身を含めて、非正規雇用の労働者（パート、アルバイト、契約、嘱託、派遣、請負など）は働いていますか。当てはまる番号に1つだけ〇を付けて下さい。

1. 非正規雇用の労働者が働いている
2. 非正規雇用の労働者は働いていない（正社員・職員のみ）
3. わからない

【職場の特徴】

問26. 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.	終業後も多くの方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27. 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28. 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 28. 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29. 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30. あなた自身の仕事への取り組みについて、最も近いとお感じになる番号に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31. 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32. 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33. 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34. 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

【ワーク・ライフ・バランスに関わる制度の利用状況】

問35. 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、
当てはまる番号に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.	子どもの看護休暇 (9)	1	2	3	4	5
8.	育児休業 (10)	1	2	3	4	5
9.	介護休業 (11)	1	2	3	4	5
10.	短時間勤務 (12)	1	2	3	4	5

問 34～36 の制度については、以下の説明をお読み下さい。

- (1) 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。
- (2) 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。
- (3) 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。
- (4) 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 日以上連続した休日・休暇。
- (5) 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。
- (6) 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。
- (7) 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。
- (8) 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。
- (9) 子どもの看護休暇：労働者の申し出により、小学校就学前の子が1 人であれば年に5 日まで、2 人以上であれば年10 日まで、病気・けがをした子の看護のために、取得できる休暇。「育児・介護休業法」で定められている。
- (10) 育児休業：労働者の申し出により、子どもが1 歳に達するまでの間（一定の場合には1 歳6 ヶ月に達するまで）休業できる制度。「育児・介護休業法」で定められている。
- (11) 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。
- (12) 短時間勤務：労働者の申し出により、3 歳に満たない子どもを養育する労働者の所定労働時間を短縮する制度。「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36. 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. 子どもの看護休暇
8. 育児休業
9. 介護休業
10. 短時間勤務
11. 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37. 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38. 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39. 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 38 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40. 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。最も当てはまる番号に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41. 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42. 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 43 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43. 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）

【配偶者の収入と時間のバランス】

問44. 配偶者の方の収入と生活時間のバランスについて、あなたは下記のどれを希望しますか。最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

1. 配偶者の収入が今より少なくなっても、仕事を減らして欲しい
2. 配偶者の生活の時間は減るが、仕事を増やして欲しい
3. 今のままでいい
4. 配偶者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45. 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、配偶者の勤務日を平日として回答して下さい。

		平日について			
		日 ほぼ 毎	1 週 に 4 日 3	2 週 に 2 日 1	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46. 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（育児の時間は除きます）、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47. 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、配偶者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	い全くしない
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48. 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（育児の時間は除く）、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 | |

【育児の頻度】

問49. 小学生以下のお子さんと同居している方にお聞きします。あなたは、普段次のような育児をどのくらい行っていますか。それぞれについて、最も近いと思われる番号に1つだけ○を付けて下さい。

		ほぼ毎日	日週に三〜四	休日のみ	全くしない
1.	お子さんの身の回りの世話	1	2	3	4
2.	お子さんと遊ぶ	1	2	3	4
3.	習い事や勉強の手伝い	1	2	3	4

【育児を手助けしてくれる人】

問50. 小学生以下のお子さんと同居している方にお聞きします。あなたは(1)～(3)の面で、育児を手助けしてくれる人がいますか。当てはまる番号にいくつでも○を付けて下さい。

		(1) て、手助けをし てくれる	(2) やり方を教えた り、アドバイス をしてくれる	(3) 私の気持ちを気 にかけ、精神的 に支えてくれる
1.	配偶者	1	1	1
2.	父母または義父・義母	2	2	2
3.	兄弟・姉妹や親戚	3	3	3
4.	近所の人（家族・親族を除く）	4	4	4
5.	幼稚園や保育園の人	5	5	5

【この1年間の生活時間の变化】

問54. 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55. 「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56. 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;"> 当てはまる ない 当てはまらない </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57. あなたは、ご自分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58. あなたはご自分が育児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。

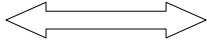
		← →				
		当てはまる				当てはまらない
1.	育児のやり方はよく分からない	1	2	3	4	5
2.	自分が育児することを考えると気が重い	1	2	3	4	5
3.	育児は完璧にしないと気が済まない	1	2	3	4	5
4.	ベビーシッターなどのサービスを利用しても構わない	1	2	3	4	5

【育児について】

問59. 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60. あなたは、ご自分がご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。

						
		当てはまる				当てはまらない
1.	介護のやり方はよく分からない	1	2	3	4	5
2.	自分が家族を介護する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61. あなたは、ご自分がご家族を介護することについて、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 62 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62. 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					ない 子供は はい
		1	2	3	4	5	
1.	ご夫婦のふれ合い	1	2	3	4	5	/
2.	お子さんとのふれ合い	1	2	3	4	5	6
3.	交友関係	1	2	3	4	5	/
4.	時間的なゆとり	1	2	3	4	5	/
5.	経済的なゆとり	1	2	3	4	5	/
6.	健康状態	1	2	3	4	5	/
7.	趣味・娯楽	1	2	3	4	5	/

【全体的な生活満足感】

問63. 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64. 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	まずまずリラ	あまりリラッ	きない	ない
		リラックスで	ックスできる	クスできない	リラックスで	本間に該当し
1.	職場に居るとき	1	2	3	4	5
2.	自宅で、家族と一緒に居るとき	1	2	3	4	/
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65. 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

【配偶者が失業する可能性】

問66. あなたは近い将来、配偶者の方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. 配偶者は、現在仕事をしていない

【人的ネットワークの状況】

問67. 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					いない 該当者が
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.	配偶者	1	2	3	4	5	
4.	父親・母親	1	2	3	4	5	
5.	祖父母	1	2	3	4	5	
6.	子供	1	2	3	4	5	
7.	孫	1	2	3	4	5	
8.	その他の親戚	1	2	3	4	5	
9.	プライベートの知人・友人	1	2	3	4	5	
10.	自宅の近所の知り合い	1	2	3	4	5	

■ 問 68 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68. 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。