

現代における学生と主婦の生活時間および エネルギー消費と栄養調査について

(第 2 報)

——— 主婦の生活時間を中心として ———

古 元 千鶴子

吉 田 繁 子

I 緒 言

家政学における生活時間の研究は、1955年から稲葉¹⁾らにより始められ一日の平均生活時間量の分析、対比、家族員相互のかかわりの状況分析等が行なわれ、家庭経営的視点から、それぞれ生活時間研究課題が展開されている。家族のひとりひとりが持つ資源としての一日の生活時間がどのように構成されて配分されているのか実態の把握を、第1報²⁾では本学の学生群について分析検討し、本報ではその学生の母である主婦群を更に専業主婦と就労主婦に分類し、生活時間の諸要素を解明するため生活時間調査を行ない生活時間の変化に伴うエネルギー消費の実態を調べ、生活時間構造の質的考察を試みたので報告する。

II 研究対象と方法

1. 調査対象

調査対象は、本学食物科2年次生100名のうち休学、病気を除き調査回収後集計に使用した人数は95名でありその母である主婦群の年齢は39～59才で40代が大半をしめ、平均体重は52.1kgであった。調査時期は1981年8月中の任意の平日と休日に実施した。調査対象の家庭状況および家庭の職業分類は既報²⁾のとおりである。主婦群の職業別²⁾は、再調査の結果、無記名の3名とパートタイムの1名が専業主婦に加わり50名、就労主婦45名である。主婦の約半数が職場で活躍していた。

2. 調査方法

調査方法は被調査記録法とし、調査日は主婦群の正確なる記録を期するため学生の夏休暇中の平日と休日とした。更に専業主婦と就労主婦に分類分析を試みた。生活時間の分類、生活時間調査表、エネルギー算出方法は、何れも既報²⁾のとおりである。

3. クラスター分析法

分析はクラスター分析を用いた。それは1939年代か

ら研究され広く注目されたのは、1960年代からでコンピューターの進歩により普及し、その分析は似たもの同志を集める手法で、主観を交えず一定の算法(アルゴリズム)に従って分類し、データーをみやすいように要約して各項目間の関係をとらえることが出来る。コンピューターを用いるとデーターを短時間に処理し、デンドログラム(樹形図)を図示する。今回は研究室のパーソナル・コンピューターにより各項目間の相関行列をもとに、

1. 最短距離法
2. 最長距離法
3. メジアン法
4. 重心法
5. 群平均法
6. ウォード法

の6法を用いて分析をした。

III 結果と考察

1. 主婦の生活時間調査結果と考察

主婦の生活時間調査結果を総括したのが表1-a.である。

(1) 生理的生活時間における主婦の就寝時間は、平日7時間16分、休日8時間1分と45分多い。主婦の起床時刻を時刻ごとにみると、平日は朝6時に76.8%の主婦が起床し、7時には全員起床する。早朝4時30分に1人、5時迄には8人、5時30分迄26人の起床状況であった。主婦の平日の就寝時刻を午後10時の時刻にとってみると、20.0%の主婦が就寝し、従って多くの主婦は起きており、10時30分には47.4%就寝し、11時に71.6%の主婦が眠りにつき、最も遅い主婦が午前1時の3人であった。休日の起床時刻は平日より遅く、6時迄に起床する主婦は42.1%、6時30分迄で62.1%、7時には82.0%と大方の主婦が起床し、最も遅い主婦は10時であった。休日の就寝時刻は平日同様10時に就寝する主婦は25.3%で、10時30分には50.5%、11時迄に72.6%の主婦が就寝する。最も遅い主婦が零時30分であった。8月であるため起床時刻は、平日、休日とも早目で、就寝時刻は両日ともに遅く宵っぱりである。食事時間は平日の平均値は1時間16分、休日1時間23分で大差はない。平日

表1 1981年8月 主婦の生活時間およびエネルギー消費量調査結果総括表

曜 日		a 主婦の生活時間						b 主婦のエネルギー消費量					
		平 日			休 日			平 日			休 日		
		平均値	標準偏差	変動係数	平均値	標準偏差	変動係数	エネルギー消費量 平均値	標準偏差	変動係数	エネルギー消費量 平均値	標準偏差	変動係数
生活時間内容		(分)	(%)	(%)	(分)	(%)	(%)	(kcal)	(%)	(%)	(kcal)	(%)	(%)
生理的 生活時間	睡眠	436	47	10.8	481	80	16.6	350.2	38.9	11.1	384.9	64.0	16.6
	食事	76	26	34.2	83	31	37.3	98.5	36.5	37.1	111.3	52.7	47.3
	身の回り	68	44	64.7	66	27	40.9	99.2	65.3	65.8	94.5	44.2	46.8
	医療	6	27	450.0	1	9	900.0	9.6	40.1	417.7	2.5	15.8	632.0
	小計	586	72	12.3	631	96	15.2	557.5	101.5	18.2	593.2	105.5	17.8
収入生活時間	勤務	216	234	108.3	58	150	258.6	480.1	592.2	123.3	164.7	416.0	252.6
	パートタイム	23	73	317.4	10	56	560.0	68.3	187.9	275.1	16.8	121.7	724.4
	通勤	18	32	177.8	4	15	375.0	45.8	84.7	184.9	9.7	39.1	403.1
	内職	20	78	390.0	19	90	473.7	28.8	104.4	362.5	17.5	82.7	472.6
	小計(1)	277	240	86.6	91	185	203.3	623.0	960.8	154.2	208.7	476.3	228.2
家事的 生活時間	炊事	132	63	47.7	152	64	42.1	249.1	126.1	50.6	283.7	126.3	44.5
	洗濯	44	37	84.1	52	38	73.1	99.4	98.6	99.2	119.3	92.1	77.2
	掃除	42	37	88.1	68	57	83.8	115.7	101.2	87.5	191.2	165.1	86.3
	裁縫(つくりもの)	10	28	280.0	9	25	277.8	14.0	39.2	280.0	12.6	35.3	280.2
	買物	29	29	100.0	59	70	118.6	68.5	73.2	106.9	140.6	188.1	133.8
	家庭事務	5	9	180.0	6	15	250.0	10.7	22.2	207.5	12.1	38.8	320.7
	その他	33	47	142.4	43	55	127.9	74.0	110.2	148.9	104.3	150.4	144.2
	育児・教育	3	15	500.0	1	9	900.0	5.1	28.6	560.8	2.2	13.8	627.3
小計(2)		298	150	50.3	390	138	35.4	636.5	334.1	52.5	866.0	366.4	42.3
全労働時間(1)+(2)		575	147	25.6	481	133	27.7	1,259.5	465.9	37.0	1,074.7	377.1	35.1
社会的・文化的 生活時間	読書	10	25	250.0	11	25	227.3	11.7	28.6	244.4	13.5	30.8	228.1
	勉強	0	0	0	1	1	100.0	0.3	2.6	866.7	0.2	1.3	650.0
	新聞	19	17	89.5	22	23	104.5	25.3	28.3	111.9	26.8	27.7	103.4
	テレビ・ラジオ	105	71	67.6	125	84	67.2	128.0	95.8	74.8	153.0	101.9	66.6
	みる・観る	2	13	650.0	5	32	640.0	2.3	15.9	691.3	2.0	19.8	990.0
	自分でする娯楽	1	4	400.0	2	7	350.0	1.0	7.9	790.0	2.8	13.5	482.1
	運動・散歩	7	15	214.3	5	13	260.0	21.0	50.6	241.0	11.5	37.1	322.6
	裁縫・編物	22	54	245.5	21	53	252.4	28.5	71.9	252.3	28.9	74.7	258.5
	趣味	13	36	276.9	17	45	264.7	19.1	55.0	288.0	30.2	90.6	300.0
	交際	12	29	241.7	19	37	194.7	12.2	28.8	236.1	24.8	59.2	238.7
	休息・雑談	75	58	77.3	82	68	82.9	91.1	69.9	76.7	99.4	83.4	83.9
	社会的活動	5	31	620.0	5	19	380.0	6.7	40.9	610.4	10.4	41.3	397.1
	その他	8	19	237.5	13	39	300.0	10.4	27.0	259.6	19.6	59.2	302.0
小計		279	139	49.8	328	128	39.0	357.6	193.4	54.1	423.1	222.6	52.6
合 計		1,440			1,440			2,174.6	443.3	20.4	2,091.0	376.9	18.0
調査対象人員		95			95			95			95		

より休日が若干増加気味であった。大部分の主婦が一日3回の食事にかける時間の少ないのは、核家族と子供の人数の減少と、食生活の向上および社会化が考えられる。身の回りについては、平日68分、休日66分を費やし、ほぼ同様である。受診した主婦は少なく健康度が高い。生理的生活時間は平日は9時間46分で、休日は平日より45分多く10時間31分であった。

(2) 収入生活時間に要する主婦の平日の平均値は4時間37分、休日は平日の約1/3と激減し1時間31分であった。平日に勤務する主婦は3時間36分で、休日でも58分主婦は仕事をしていた。勤務又はパートタイムの通勤時間の少ないのは、自宅に近い職場を選択し、又内職は和裁、洋裁、機械編物等が多く、平日、休日とも20分内外を費やしていた。

(3) 家事的な生活時間では、平日5時間、休日6時間30分を要し、その内容は炊事の時間が最も多く、平日2時

間12分、休日は2時間32分と20分多い。買物は実用品の買物をする主婦が8割近く、食品などは一週間まとめ買をせず毎日買物する主婦が多くみられ、平日は30分、休日は1時間の時間をかけていた。掃除は平日より約30分休日に多く費やし1時間8分であった。炊事、掃除、洗濯は殆どどの主婦が毎日し、その3行動の中でやや少い洗濯は、平日、休日とも48分内外で大差はなかった。本学学生群²⁾では裁縫(つくりもの)の時間は皆無に近かったが、主婦群は平日、休日とも10分でその差はなく、裁縫の家事労働の軽減志向と相当程度が満される既製被服産業の充実の結果を示し、その他の庭仕事、衣類等の整理、かたづけ、ごみ集めは平日33分、休日は10分多く43分であった。40～50代の主婦の、子供の世話をする時間は過少である。

(4) 全労働時間は、収入生活時間と家事的な生活時間の和で、平日に勤務する主婦は時間に拘束されるため9時

間35分であり、休日は勤務がないので8時間1分と減少している。

(5) 社会的・文化的生活時間は、生活時間の多様化と変容がみられた。読書は平日、休日とも10分内外であり、勉強は皆無である。新聞は平日と休日ほぼ同様20分内外であり、その内容はテレビ番組が一番多く、次に三面記事、家庭欄、社会欄が続く、全面的に読む主婦と読む暇なしと答えた主婦が僅かにいた。テレビ・ラジオの視聴時間量は、平日1時間45分、休日2時間5分と2時間近く視聴し、生活の必需品でもあり、自宅での主婦の余暇行動の大半をしめている。嗜好番組はニュース、天気予報を始め、ホームドラマが圧倒的に多く歌謡番組がこれに次ぐ。ラジオを聞かない主婦が65.3%いたが、仕事をしながら特定の番組でなくFM等、つけばなしで聞く主婦があった。みる娯楽は平日2分、休日5分と僅かで、主に野球、相撲、映画等であり、若い学生をもつ、主婦と子の対話がみられた。自分でする娯楽の時間は、みる娯楽より更に僅少で平日1分、休日2分であった。内容は排球、ソフトボール、ボーリング、ジョギング等であり、近隣との付き合い程度であった。運動・散歩では平日7分、休日5分、全くしない主婦が62.6%であり、する人は散歩からダンス、ゴルフ迄していた。簡単

なものから高級化・多様化していたが、主にテレビ体操、散策、なわとび、サイクリングの順となり、町内会でのソフトボール、ママさんバレーボール等の参加があり、中年主婦の地域での活動とふれあいが見られた。趣味的に取扱っている裁縫・編物は学生群²⁾は、皆無または僅少な時間であったが、主婦は主に洋裁、和裁、編物、手芸、ちぎり絵等を平日、休日とも22分内外の時間を費していた。趣味では平日13分、休日17分で内容は多彩であり多いのが和裁、洋裁の裁縫があげられ、園芸、華道、書道、俳句等がこれに次ぎ、家庭的な身近なものが多い。交際は平日12分、休日17分であり、因に場所をみると自宅が多く52.6%をしめ、友人宅又は近所で12.6%、喫茶店で12.8%であり、多忙なので、デパートで、スーパーマーケットでは各々8.4%をしめ、路上での立話し7.3%であった。一家団楽の休息・雑談では平日75分、休日82分と、テレビ・ラジオの視聴時間に次ぐ時間の消費が大であり、特に休日はゆっくりと、家族共通時間帯の多いのは望ましい事である。社会活動状況は、平日、休日とも5分であり、学生群²⁾に比して大差がみられるが、子女が大学である年輩なのか、婦人会の会長、副会長その他諸役員および町内会の役員、民生委員、消費者の会の理事と社会活動を行っていた。献血した主婦も多

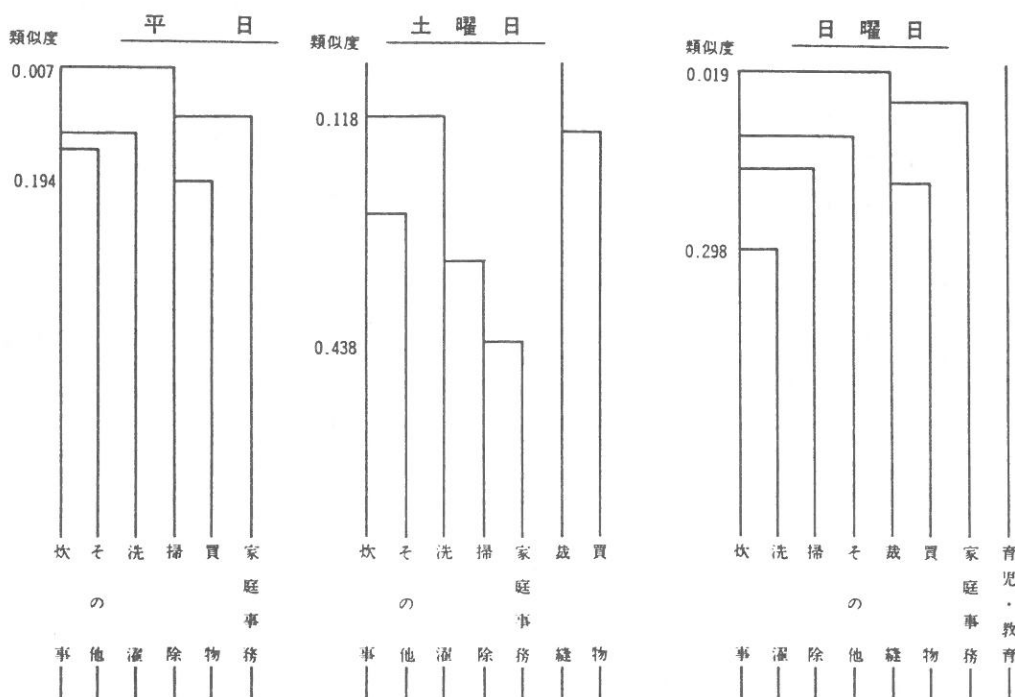


図1 家事的生活時間（学生群）

い。その他は、旧盆を控えての墓参とか宗教的行事に平日8分、休日14分を要していた。主婦群の社会的・文化的生活時間に消費した時間は平日4時間30分であり、休日は5時間28分であった。

2. クラスタ分析結果

クラスタ分析の結果は、既報²⁾の学生群の家事的な生活時間は、図1. のとおりである。主婦群の場合は全労働時間 図2. に示めす。両者を比較すると、平日において学生群は日常の炊事、その他、洗濯のような必要度の高いものと、掃除、買物、家庭事務のように省略しうるものの2群に分類される。主婦群の場合も同様の傾向がみられるが、更に収入生活時間を加えて分析した結果は、家庭外労働と家庭内必需生活活動と、付随的労働とに分れる。例外的なものとして、教育・育児、裁縫等の4群に分類された。学生群の土曜日、日曜日を見ると、裁縫が加わり買物と一群をなし、日曜日には育児・教育が独立し、炊事、洗濯、掃除が一群をなしている。

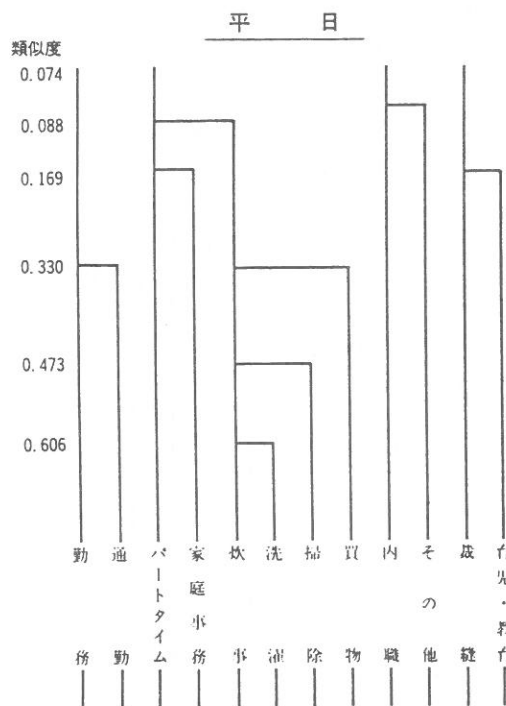


図2 全労働時間 (主婦群)
(収入生活時間+家事的な生活時間)

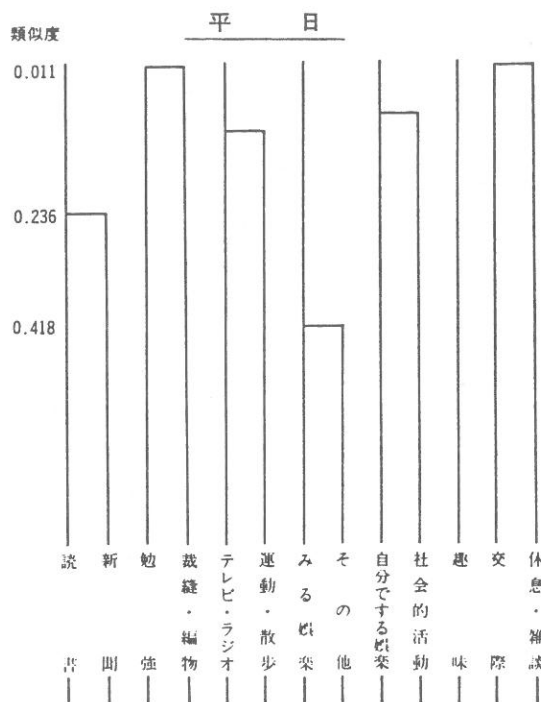


図3 社会的・文化的生活時間 (学生群)

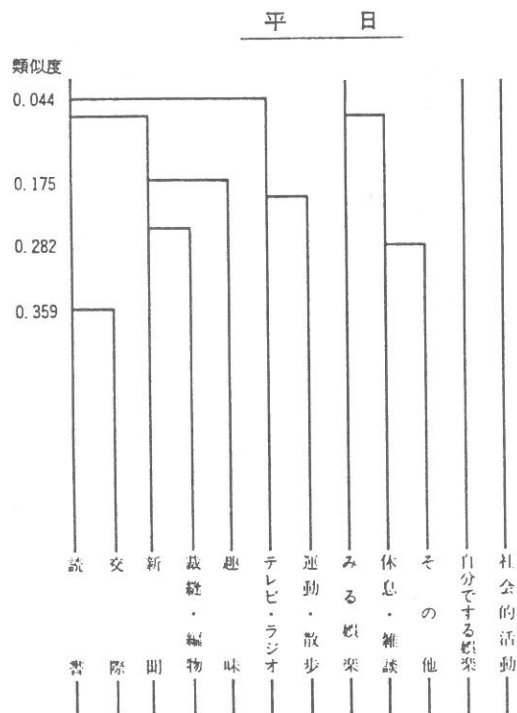


図4 社会的・文化的生活時間 (主婦群)

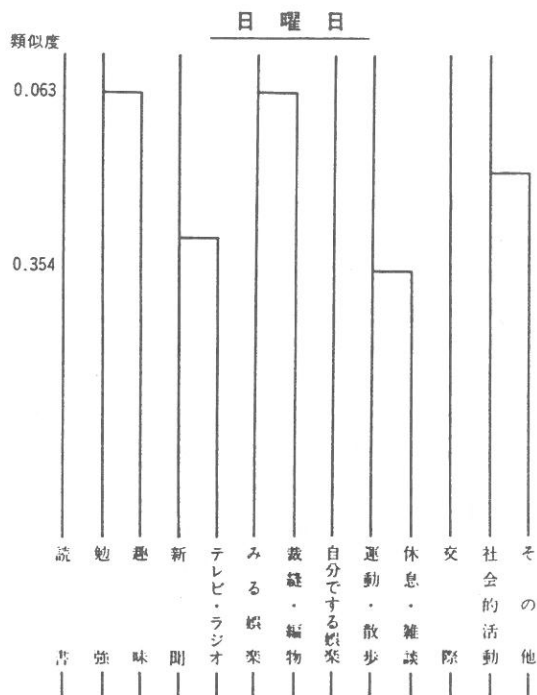


図5 社会的・文化的生活時間（学生群）

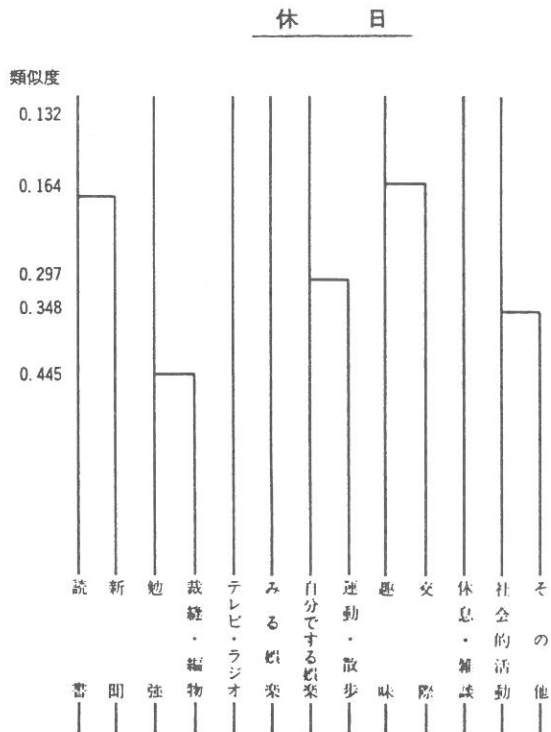


図6 社会的・文化的生活時間（主婦群）

図3. は、学生群の平日の社会的・文化的生活のデンドログラムで、13項目は7群に分かれ、拘束性がなく多様性があるため、更に階層的に分けるのは困難である。それと反対に主婦群は、図4. に示すように4群に分れ、読書と交際と同じように時間を消費し、家庭内生活と、家庭外生活と、余暇的なものと、社会的活動的なものに分類される傾向がみられた。この場合には、あらかじめ主成分分析によってデータの要約即ち小数の主成分を取り出した上で、クラスター分析を行えば分類がよくいく場合もある。今後の分析にまちたい。日曜日の場合は学生群図5. 主婦群図6. とともに多様性がみられ、小数の群に分かれ分類にくい。クラスター分析では、平日は画一的な生活傾向であるが、日曜日にはかなりさまざまな生活がみられた。

3. エネルギー消費量調査結果と考察

生活時間から、エネルギー消費量を算出すると、表1—b. に示すとおりである。平日の一日のエネルギー消費は 2,175 Kcal, 休日は 2,091 Kcal であった。平日と休日でエネルギー消費の増加傾向を示すのは、生理的生活と家事的生活, 社会的・文化的生活であり、収入生活は休日が 623 Kcal から 209 Kcal に激減している。家事的生活のエネルギー消費量は平日より休日が増加し、両者を加えた全労働のエネルギー消費は、平日 1,260 Kcal, 休日は 1,075 Kcal と減少する。平日のエネルギー消費量の大きなのは、主婦の約半数の就労主婦のうち 26.7 % の主婦が、専業農家と兼業農家であり、地域別にみられる農作業の方法、田や畑の条件、露地野菜作り、収穫時のための筋肉労働が比較的多いためであった。内容をみると、1) 生理的生活のための消費エネルギーは、平日 558 Kcal, 休日は 593 Kcal で、休日は平日より 35 Kcal と多く、それは睡眠、食事に消費するエネルギーが増すためである。学生群²⁾ に比して主婦群の食事時間のエネルギー消費は、平日 99 Kcal と平均値が高く、欠食する主婦が少なく、朝食と昼食をぬく主婦が各々 1 名があり、又間食をしない主婦 36.8 %, 夜食をしない主婦 30.8 % をしていた。2) 収入生活のための消費エネルギーは、休日は平日より大方の就労主婦が勤務しないため、消費エネルギーが減少するのは当然で、平日 623 Kcal, 休日は 209 Kcal と減少する。3) 家事的生活のための消費エネルギーは、平日 637 Kcal で、休日は 866 Kcal で 229 Kcal の消費増であった。平日より休日の増加した内容をみると、最も上り幅の大なる頃は掃除 76 Kcal 増で 191 Kcal, 買物 72 Kcal 増で 141 Kcal, 炊事 35 Kcal で 284 Kcal, 次いでその他

の公共的なものに 30 Kcal 増で 104 Kcal, 洗濯 20 Kcal で 119 Kcal の消費エネルギー増を示した。又裁縫では 1.4 Kcal 減で 13 Kcal, 育児・教育 3 Kcal 減のエネルギー消費減であった。主婦の家事的生活は学生群²⁾の平日のエネルギー消費 126 Kcal に対して主婦群は 5.1 倍の 637 Kcal であり, 休日は学生群²⁾ 280 Kcal の 3.1 倍の 866 Kcal であり, 学生群²⁾と主婦群の異なる特徴であり, 主婦群はよく働いている。4) 主婦の全労働は, 平日 1,260 Kcal, 休日は平日より 185 Kcal 減の 1,075 Kcal であった。主婦は一家の“home management”として, その任を果すべくよく行動し活躍している。5) 社会的・文化的生活のための消費エネルギーでは, 平日 358 Kcal, 休日は 65 Kcal 増の 423 Kcal であった。主婦群は学生群²⁾の平日 542 Kcal より 184 Kcal, 休日は 719 Kcal より 296 Kcal に減少傾向を示した。主婦が休養を兼ね余

暇としてあげられるテレビ・ラジオの視聴では, 平日 128 Kcal, 休日 153 Kcal と休日にエネルギーを多く消費し, 休息・雑談では平日 91 Kcal, 休日 99 Kcal と多く, 裁縫・編物は平日, 休日平均して 28.7 Kcal であり, 休日は平日に比して家庭外の社会的活動より, 家庭内での余暇の休養と家庭での行動, 活動のエネルギー消費増が認められた。

4. 専業主婦の生活時間調査結果と考察

調査対象者 95 名の主婦のうち, 専業主婦 50 名, 就労主婦 45 名に分類された。専業主婦の生活時間の調査結果は, 表 2-a. に示す。

(1) 専業主婦の生理的生活時間に要した時間は, 平日は 10 時間 3 分, 休日は平日より 30 分多く 10 時間 33 分であった。就眠時間は平日 7 時間 21 分, 休日は 34 分と多く 7 時間 54 分であった。専業主婦の起床時刻は平日では, 6 時には 76% の主婦が起床し, 6 時 30 分では 96%, 残りの

表 2 1981 年 8 月 専業主婦の生活時間およびエネルギー消費量調査結果

項目		a 専業主婦の生活時間						b 専業主婦のエネルギー消費量					
生活時間内容	曜日	平日			休日			平日			休日		
		平均値	標準偏差	変動係数	平均値	標準偏差	変動係数	エネルギー消費量平均値	標準偏差	変動係数	エネルギー消費量平均値	標準偏差	変動係数
		(分)		(%)	(分)		(%)	(kcal)		(%)	(kcal)		(%)
生理的生活時間	睡眠	441	53	12.0	475	78	16.4	352.7	42.3	12.0	380.2	62.7	16.5
	食事	80	26	32.5	86	28	32.6	102.1	37.0	36.2	115.3	58.5	50.7
	身の回り	75	55	73.3	72	27	37.5	107.8	76.3	70.8	102.0	44.3	43.4
	挨拶	7	26	371.4	△ 0	2	0	11.4	43.9	385.1	0.3	2.3	766.7
小計		603	79	13.1	633	91	14.4	574.0	114.2	19.9	597.8	102.3	17.1
収入生活時間	勤務	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	パートタイム	45	95	211.1	19	76	400.0	101.5	213.7	210.5	51.8	192.5	371.6
	通	5	14	280.0	2	9	450.0	11.9	36.1	303.4	6.9	32.0	463.8
	通勤	28	92	328.6	11	62	563.6	39.1	129.3	330.7	18.2	100.3	551.1
小計		78	131	167.9	32	101	315.6	152.5	256.1	167.9	76.9	234.5	304.9
家事的生活時間	炊事	168	56	33.3	164	54	32.9	310.1	111.5	36.0	298.8	100.3	33.6
	洗濯	61	36	59.0	57	34	59.6	131.0	92.1	70.3	129.2	89.3	69.1
	家掃除	62	37	59.7	79	54	68.4	170.7	101.8	59.6	228.8	166.5	72.7
	裁縫(つくりもの)	15	34	226.7	10	27	270.0	19.9	47.1	236.7	14.2	38.0	267.6
	買物	44	31	70.5	73	81	111.0	99.5	80.5	80.9	164.8	220.2	133.6
	家庭事務	7	11	157.1	5	9	180.0	15.8	26.6	168.4	10.1	15.8	156.4
	その他	42	58	138.1	34	46	135.3	92.9	137.6	148.1	79.4	121.5	153.0
	育児・教育	4	20	500.0	2	11	550.0	7.5	37.7	502.7	2.3	15.9	691.3
	小計	403	124	30.8	424	115	27.1	847.4	293.9	34.7	927.6	338.4	36.5
全労働時間 (1)+(2)		481	126	26.2	456	112	24.6	999.9	282.4	28.2	1,004.5	329.6	32.8
社会的・文化的生活時間	読書	17	32	188.2	14	27	192.9	20.0	36.4	182.0	17.1	33.6	196.5
	勉強	0	0	0	△ 0	2	0	0.5	3.5	700.0	0.4	1.8	450.0
	新聞	26	18	69.2	28	24	85.7	34.3	31.9	93.0	34.0	30.1	88.5
	テレビ・ラジオみる	126	81	64.3	127	78	61.4	153.0	111.8	73.1	150.0	94.7	63.1
	自分でする娯楽	3	17	566.7	3	22	733.3	4.1	21.7	529.3	3.9	27.2	697.4
	△ 0	1	0	0	1	5	500.0	0.4	2.6	650.0	3.0	13.8	460.0
	運動・散歩	10	18	180.0	6	15	250.0	24.0	51.7	215.4	10.7	28.4	265.4
	裁縫・編物	40	68	170.0	31	60	193.5	51.6	91.5	177.3	40.5	84.0	207.4
	趣味	22	46	209.1	18	42	233.3	27.1	59.5	219.6	26.6	72.3	271.8
	交際	17	38	223.5	18	37	205.6	15.8	36.3	229.7	22.2	43.2	194.6
	休息・雑談	84	58	69.0	84	67	79.8	104.8	71.9	68.6	103.5	84.6	81.7
	社会的活動	4	21	525.0	6	20	333.3	5.1	26.2	513.7	12.4	44.7	360.5
	その他	7	20	285.7	15	39	260.0	13.1	29.8	227.5	22.0	63.3	287.7
小計		356	132	37.1	351	117	33.3	453.8	179.2	39.5	446.3	169.1	37.9
合計		1,440			1,440			2,027.7	270.2	13.3	2,048.6	302.3	14.8
調査対象人員		50			50			50			50		

△四捨五入のため

2名も7時で全員起床し、早朝4時30分迄はなく5時迄10%、5時30分迄30%の起床状況であった。就寝時刻10時をみると、18%の主婦が就寝し、10時30分で48%、11時で72%、11時30分迄では86%の主婦が就寝し遅くて零時30分には全員就寝する。休日は6時に46%の主婦が起床し、6時30分では56%、7時には82%であり最も遅く起床した主婦は9時で、早朝4時30分、5時が各々1名であった。就寝時間10時には、36%の主婦が就寝し、10時30分58%、11時では68%、11時30分で86%の主婦が就寝し遅い主婦は零時であり、休日は平日の夜より30分早く就寝していた。食事は平日1時間20分で、休日は僅少であるが6分と多く、身の回りは平日、休日とも73分前後であった。

(2) 収入生活時間では、勤務時間は皆無であるが、平日休日ともに急を要する臨時依頼のパートタイムや内職があり、近隣に届ける時間等が加わり平日1時間18分、休日32分を費やしていた。

(3) 家事的な生活時間では、平日6時間43分、休日は平日より21分多い7時間4分を消費し、その内容をみると炊事は平日、休日とも2時間46分前後であり、充実した食生活をと最大の時間をかけ、間食の手作り等がみられた。掃除は休日79分で平日は17分少ないが、行き届いた掃除の時間が与えられている。買物は休日1時間13分、平日44分で両日とも、慎重な買物の時間を費やし、洗濯は平日、休日を平均して1時間の消費で、家族の被服整理に力を入れるに適当な時間である。その他の平日は、公共サービス機関の利用、ごみ処理、庭の草とり、虫干し、客の対話に平日42分、休日は34分であった。裁縫は家族の縫物に平日15分、休日に10分をかけていた。ここでの育児・教育は孫の世話が主であった。総体的に、女性として与えられた家事労働を十分にこなすだけの時間を専業主婦は満している。全労働時間は、平日8時間1分で、休日は平日より25分と少なく7時間36分であった。

(4) 社会的・文化的な生活時間は、平日、休日とも5時間50分前後であり変らない。その内容をみると、勉強は平日、休日とも皆無で、テレビ・ラジオは平日、休日とも2時間6～7分と視聴時間を費やし、番組も多様化していた。主婦群と同傾向であるが、趣味の園芸、料理番組、時代劇、外国映画、歌舞伎、音楽番組が好まれる。休息・雑談は、平日、休日とも1時間24分と同時間であり、夏休み中で家族の接触時間が多く無理のないゆとりが同えた。裁縫・編物が平日40分、休日31分と、今迄潜めた特徴としてあげられる。実用的な衣生活行動時間とし

て又趣味として生活にうおいをもたらすことは素晴らしい。読書時間は平日、休日とも17分前後費やし、子供が手許より離れての読書、俳句等をひもとく主婦もいた。新聞は平日、休日とも28分であり、テレビ番組は生活必需欄であり、全面くまなく読む主婦が多く、生活欄、地域版、投書欄の順にあげられる。趣味は平日22分、休日18分とやや少ない。多い趣味は和裁、編物、手芸、園芸、和服着付け、木彫、生花などの家庭内で、又個人で楽しむ傾向が多かった。自分でする娯楽は皆無に近く、ママさんバレーボールがみられ、みる娯楽では野球が、する娯楽より僅かに多い。運動・散歩では歩くこと、走ること、ジョギング、テレビ体操があげられた。社会的活動の時間は平日より休日が多く、婦人会々長、副会長、町内会役員、PTA関係、公共施設の清掃等に協力活躍していた。

5. 専業主婦のエネルギー消費量調査結果

専業主婦の生活時間からエネルギー消費量を算出したのが、表2-b.である。専業主婦の平日の一日のエネルギー消費は、2,028 Kcalで、休日は平日より21 Kcal多く、2,049 Kcalであった。平日から休日と増加傾向を示したのは、生理的生活と家事的生活であり、収入生活と社会的・文化的生活は減となった。全労働は、休日は平日より5 Kcal増であった。1) 生理的生活のための消費エネルギーは、平日574 Kcal、休日は平日より24 Kcal多く、睡眠・食事に消費するエネルギーが増していた。2) 収入生活のための消費エネルギーは、平日153 Kcalで、休日は77 Kcalであった。それは休日に任意にパートタイム・内職の仕事をした主婦のエネルギー消費であり、パートタイム・内職とも休日は平日の1/2のエネルギー消費であった。3) 家事的生活のための消費エネルギーは、平日847 Kcalであり、休日は81 Kcalと多く928 Kcalであるが、それには消費エネルギーの増減がみられた。平日より休日に消費エネルギー増となったのは、買物の平日100 Kcalから65 Kcal、掃除171 Kcalから58 Kcal増で、平日より休日に消費減となるのは、その他93 Kcalが14 Kcal、炊事310 Kcalが11 Kcal、家庭事務16 Kcalが6 Kcal、裁縫(つくりもの)20 Kcalが6 Kcal、洗濯131 Kcalが2 Kcalとそれぞれ減少した。専業主婦は勤務をもたないため、平日の家事行動が標準化された時間で仕事を進めているため、休日には気分的に、家事労働の短縮化がみられ、炊事、洗濯、裁縫、家庭事務は軽作業の行動をする傾向であり、休日には掃除、買物のエネルギー消費が大であった。4) 全労働では、専業主婦の平日の平均値

は 1,000 Kcal で、休日は平日より 5 Kcal 多く 1,005 Kcal であまり大差はない。5) 社会的・文化的生活のための消費エネルギーは、平日 454 Kcal から、休日 8 Kcal 減の 446 Kcal であった。平日より休日のエネルギーが増すのは、8月の宗教的行事の多いその他 10 Kcal と、婦人会活動、町内会の世話役等の社会的活動 8 Kcal、交際 6 Kcal の消費エネルギー増であり、他の項目は何れも平日より休日が減少傾向であった。

6. 就労主婦の生活時間調査結果と考察

就労主婦の生活時間調査結果は表 3-a. に示す。

(1) 生理的生活時間における就労主婦の就寝時間は、平日 7 時間 10 分で、休日は平日より 58 分多く 8 時間 8 分であった。就労主婦の平日の起床時刻の 6 時をとってみると、80% の主婦が起床し、6 時 30 分では全員起床する。4 時 30 分に起床した主婦は、ぶどう、桃、野菜の出荷のためである。就寝時刻を 10 時にとると、26.7% の主婦が就寝し、早い主婦は 9 時に、10 時 30 分には 46.7%、

11 時迄には 71.1%、11 時 30 分迄 88.9% 就寝し、零時 30 分には全員就寝した。就労主婦の休日の起床時刻を平日同様に 6 時にとると、44.4% の主婦が起床し、6 時 30 分では 68.9%、7 時迄では大半の 84.4% が起床した。遅い主婦は 9 時、10 時に各 1 名であった。就寝時刻は早い主婦は 9 時に、10 時には 33.3%、10 時 30 分迄では 60%、11 時迄 82.2% で零時には全員の主婦が就寝した。つまり平日の起床は 6 時 30 分迄に全員起床し、零時 30 分には全員就寝する。休日は平日より 1 時間遅く 7 時 30 分迄には大半起床し、平日より 30 分早く就寝する。食事は平日 1 時間 11 分、休日は平日より 10 分多く、就労主婦の朝食は米飯食よりパン食がやや多く、昼食に弁当持参 18 名、付設食堂利用者 17 名、自宅に帰宅し食事をする主婦 3 名、外食者 2 名、調理パン利用者 4 名、欠食者 1 名であり、主に米飯食を好み、夕食は殆んど米飯食で夜食はあまりとっていない。身の回りの時間は平日、休日とも 60 分であり、医療にかかる時間は僅少で、健康な主婦が多い。

表 3 1981 年 8 月 就労主婦の生活時間およびエネルギー消費量調査結果

曜 日		a 就労主婦の生活時間						b 就労主婦のエネルギー消費量					
生活時間内容	曜 日	平 日			休 日			平 日			休 日		
		平均値	標準偏差	変動係数	平均値	標準偏差	変動係数	エネルギー消費量 平均値	標準偏差	変動係数	エネルギー消費量 平均値	標準偏差	変動係数
		(分)	(%)	(%)	(分)	(%)	(%)	(kcal)	(%)	(%)	(kcal)	(%)	(%)
生理的生活時間	睡眠	430	40	9.3	488	81	16.6	347.3	34.4	9.9	390.1	65.0	16.7
	食事	71	25	35.2	81	33	40.7	94.5	25.6	27.1	106.8	44.9	42.0
	身の回り	60	23	38.3	60	26	43.3	89.6	48.5	54.1	86.1	42.5	49.4
	医療	6	28	466.7	3	13	433.3	7.7	35.2	457.1	4.8	22.7	472.9
	小計	567	59	10.4	632	100	15.8	539.1	81.2	15.1	587.8	108.8	18.5
収入生活時間	勤	456	76	16.7	122	200	163.9	1,051.3	389.7	37.1	325.7	551.6	169.4
	パートタイム	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	通勤	33	40	121.2	5	19	380.0	88.1	104.2	118.3	12.8	45.5	355.5
	暇	11	56	509.1	27	112	414.8	12.7	59.6	469.3	52.2	265.7	509.0
	小計 (1)	500	90	18.0	154	231	150.0	1,152.1	395.4	34.3	390.7	605.0	154.9
家事的生活時間	炊事	93	46	49.5	139	70	50.4	181.3	105.0	57.9	266.9	148.2	55.5
	洗濯	25	28	112.0	47	40	85.1	64.3	93.6	145.6	108.3	93.8	86.6
	掃除	19	19	100.0	56	58	103.6	54.6	55.0	100.7	149.4	153.2	102.5
	裁縫(つくりもの)	5	18	360.0	8	23	287.5	7.5	26.5	353.3	10.8	32.0	296.3
	買物	13	14	107.7	44	49	113.4	34.0	43.2	127.1	113.6	139.5	122.8
	家庭事務	3	7	233.3	6	20	333.3	5.0	14.1	282.0	14.3	53.8	376.2
	その他	23	27	117.4	54	62	114.8	53.0	61.4	115.8	132.0	172.8	130.9
	育児・教育	1	6	600.0	1	5	500.0	2.3	11.7	508.7	2.1	10.9	519.0
	小計 (2)	182	67	36.8	355	152	42.8	402.0	187.8	46.7	797.4	383.8	48.1
	全労働時間(1)+(2)	682	79	11.6	509	158	31.0	1,554.1	459.9	29.6	1,188.1	452.4	38.1
社会的・文化的生活時間	読書	2	7	350.0	7	21	300.0	2.4	9.2	383.3	9.5	26.7	281.1
	勉強	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	新聞	11	12	109.1	15	19	126.7	15.2	19.1	125.7	18.8	22.3	118.6
	テレビ・ラジオ	82	48	58.5	123	90	73.2	100.2	63.5	63.4	156.3	109.2	69.9
	みる	△0	1	0	6	40	666.7	0.3	1.7	566.7	0	0	0
	自分でする娯楽	1	6	600.0	2	9	450.0	1.7	11.1	652.9	2.7	13.1	485.2
	運動・散歩	5	11	220.0	3	10	333.3	17.6	49.1	279.0	12.4	44.9	362.1
	裁縫・編物	2	12	600.0	11	40	363.6	2.8	18.5	660.7	16.0	60.1	375.6
	趣味	4	13	325.0	17	49	288.2	10.2	48.1	471.6	34.2	107.2	313.5
	交際	7	13	185.7	19	37	194.7	8.2	16.1	196.3	27.7	72.9	263.2
	休息・雑談	65	58	89.2	80	69	86.3	75.8	64.3	84.8	94.9	81.9	86.3
	社会的活動	6	40	666.7	4	17	425.0	8.4	52.6	626.2	8.2	37.0	451.2
	その他	6	17	283.3	12	38	316.7	7.5	23.2	309.3	17.0	54.1	318.2
	小計	191	79	41.4	299	135	45.2	250.3	146.5	58.5	397.7	267.7	67.3
合 計		1,440			1,440			2,343.5	532.6	22.7	2,173.6	435.9	20.1
調査対象人数		45			45			45			45		

△四捨五入のため

(2) 収入生活時間では、平日 8 時間 20 分を要し、休日は概ね勤務を休むため 2 時間 34 分であった。就労主婦の勤務の平均値は 7 時間 36 分であり、帰宅後も内職をする主婦もあり、割合に近い職場に勤務し通勤時間は 33 分であった。休日にも勤務に伴う仕事を 2 時間行ない、休日にも内職する主婦があるが、する人とならない人のバラつきが大きい。

(3) 家事的労働時間では、就労主婦の平日では 3 時間 2 分、休日は 5 時間 55 分であった。炊事は平日 1 時間 33 分であり、休日は最大の 2 時間 19 分で平日より 46 分多く、休日にはその家庭でなければならないような献立で時間を多く消費していた。掃除は、平素充分に手の届かない場所の掃除に時間をかけ、平日は 19 分休日は 56 分をかけていた。洗濯は平日勤務があるため 25 分であったが、休日は平日の 2 倍の時間を費していた。その他は、休日ではなければ手のまわらない庭仕事、ふとん干し、衣類整理、家庭内の不用品集め、インテリア等に平日 23 分、休日は平日より 31 分と多く 54 分を要していた。又買物は平日 13 分であるが、慎重買とまとめ買も兼ね休日に時間をかける傾向があり、休日は 44 分と多い。つくろいものの裁縫の時間は、学生群²⁾より多く平日 5 分、休日 8 分であった。家庭事務は平日、休日平均して 5 分内外である。

(4) 収入生活時間と家事的労働時間を加えた全労働時間では、平日 11 時間 22 分で、休日には勤務がないため 8 時間 29 分と減少する。

(5) 社会的・文化的な生活時間では、平日は 3 時間 11 分で休日は平日より 1 時間 48 分多く、5 時間であった。その内容の特徴は、テレビ・ラジオの視聴時間であり、平日は平均値 1 時間 22 分が休日 41 分多くなり 2 時間 3 分であった。嗜好番組は最も生活に必要な天気予報、ニュース番組、ホームドラマ、歌謡番組が多く、見ない、見る暇がない主婦が各々 2 名いた。ラジオは内職をする主婦が特定番組でなく、つけばなしで聞いていた。休息・雑談では平日は 1 時間 5 分、休日は平日より 15 分多く、勤務しているため務めて家族員とのふれあいを大切にしていた。勉強は皆無であり、みる娯楽、自分でする娯楽は皆無又は皆無に等しいが、休日になるとみる娯楽は高校大学に通学する子供と共に、野球、相撲、映画等があり、する娯楽に排球がある。多忙なので食べること、昼寝をすることとあげた主婦が 2 名いた。運動・散歩は、平日、休日とも 5 分内外で、テレビ体操、歩くこと、散歩があげられている。趣味は平日 4 分、休日 17 分で、園芸と家庭菜園が最も多く、料理、裁縫、絵画がこれに次ぐ。また働くこと、趣味にこる暇がない主婦も各々 1 名いた。

新聞は平日、休日とも約 30 分読んでいる。テレビ番組、三面記事、トップ記事、婦人欄、消費者主婦向け記事の順に多く、全く読む暇なしの主婦 1 名があった。読書は平日 17 分、休日 7 分内外であるが、主に園芸、新刊書等を多く読んでいた。裁縫・編物は休日に主に簡易洋裁、手芸が多くみられた。交際は多忙なので、多くは電話ですます主婦があり、休日 17 分のお付き合いである。社会的活動は献血、募金、施設でのお手伝いがあり、専業主婦より婦人会、町内会の役職はかなり少ない。その他は、専業主婦と同様に旧盆のために要する時間の消費があった。

7. 就労主婦のエネルギー消費量調査結果と考察

就労主婦の生活時間から、エネルギー消費量を算出すると、表 3-b. に示すとおりである。平日のエネルギーの消費は、最大の 2,344 Kcal であり、休日は 2,174 Kcal であった。平日から休日にかけてエネルギー消費の増加傾向を示したのは、生理的生活と家事的な生活、社会的・文化生活であり、収入生活は休日であるため 1,152 Kcal から 391 Kcal に激減している。家事的な生活のエネルギー消費量は、平日から休日にかけて増加しているが、両者を加えた全労働のエネルギー消費は、平日 1,554 Kcal、休日 1,188 Kcal と減少する。内容をみると、

1) 生理的生活のための消費エネルギーは、平日 539 Kcal で、休日は平日より 49 Kcal と多く、それは睡眠、食事に消費するエネルギーが増すためである。

2) 収入生活のための消費エネルギーは 1,152 Kcal と最大であり、特に消費量の多いのは、酪農家庭で搾乳や、牛の給飼作業の主婦と、専業農家の主婦が酷暑に水田除草作業と、ぶどうや桃、野菜の出荷のための筋肉労働が比較的多いためであった。休日には就労主婦の勤務が休みとなるため、エネルギーが減少するが、勤務に準ずる仕事で 326 Kcal、休日の内職を含めて 391 Kcal となり、結果的に 761 Kcal 休日が減少する。3) 家事的な生活のための消費エネルギーは、就労主婦は平日 402 Kcal、休日 797 Kcal と消費増を示した。行き届いた掃除に休日は、平日 55 Kcal より 95 Kcal 休日に多く、炊事 181 Kcal は 86 Kcal と、買物 34 Kcal は 80 Kcal、その他の 53 Kcal では 79 Kcal、洗濯 64 Kcal が 44 Kcal、裁縫 8 Kcal は 3 Kcal と、それぞれ休日にエネルギーの消費増となっている。4) 全労働生活では、平日 1,554 Kcal であり、休日は 1,188 Kcal となった。5) 社会的・文化的な生活のための消費エネルギーは、平日 250 Kcal で、休日は 398 Kcal であった。その内容をみると、消費エネルギーの多いのは、テレビ・ラジオ

の視聴に費やすエネルギーで、平日 100 Kcal、休日 56 Kcal 多く 156 Kcal であり、休息・雑談の平日 76 Kcal では 19 Kcal 増で休日 95 Kcal であった。続いて平日より休日に、エネルギー消費の増加したのは趣味 24 Kcal、交際 20 Kcal、裁縫 13 Kcal、その他 10 Kcal、読書 7 Kcal、新聞 3 Kcal、する娯楽 2 Kcal であり、勉強は皆無である。みる娯楽、運動・散歩、社会的活動は、平日より休日には消費エネルギーは減少した。各項目間をまとめてみると、身近で家庭内でするもの、静的なものに多くエネルギーを消費し、家庭外での動的な行動のエネルギー消費は少ない傾向であった。

8. 専業主婦と就労主婦の比較

専業主婦と就労主婦との生活時間を比較すると、平日の配分では、1) 生理的生活時間では専業主婦 10 時間 3 分、就労主婦は 9 時間 27 分で 36 分減少している。それは睡眠では 11 分、食事 9 分、身の回り 15 分、医療 1 分であり、専業主婦に比して就労主婦の時間は減少している。2) 収入生活時間では、専業主婦 1 時間 18 分、就労主婦 8 時間 20 分を要し、その差は大きく就労主婦が 7 時間 2 分が多い。専業主婦は勤務はしないが、時季的に葡萄、桃等の出荷に急な依頼を受けてのパートタイムと内職の仕事に加え、それに伴う通勤の時間がみられた。就労主婦は、勤務 7 時間 36 分に更に 11 分の内職をする主婦があった。女性の職場進出し活躍もあるが、家業を継ぐための自営業の主婦もあり、教育その他で家計の維持を求める就労主婦が多い。3) 家事的生活時間では、専業主婦は 6 時間 43 分、就労主婦は 3 時間 2 分を消費し、3 時間 41 分の短縮である。各要素項目毎に、就労主婦の短縮の状況を見ると、専業主婦の炊事 2 時間 48 分は、就労主婦 75 分減となり、洗濯 1 時間が 36 分、掃除 62 分が 43 分、その他 42 分が 19 分、裁縫 15 分が 10 分、買物 44 分が 31 分、家庭事務 7 分が 4 分と何れも減となり、家事労働の省力化も限界の時間であり、就労主婦は家事労働の簡易化、合理化を経験的に身につけて、家族の協力、家事労働の役割分担を考慮し、家事労働の社会化を上手に取り入れての生活を余儀無くせざるを得ないと考えられる。減少した時間をテキパキと手早く処理していた。4) 全労働では、専業主婦 8 時間 1 分であり、就労主婦は 11 時間 22 分であった。5) 社会的・文化的生活時間では専業主婦は 5 時間 56 分、就労主婦は 3 時間 11 分を消費し、専業主婦より就労主婦の時間の減少をみせたのは、テレビ・ラジオの視聴時間 2 時間 6 分が 44 分減、裁縫・編物 40 分が 38 分、休息・雑談が 19 分、趣味 18 分、新聞、読書は各々 15 分、交際 10 分、運動・散歩 5 分と何れも減で短縮され、

勉強とみる娯楽は消失している。結果的に就労主婦は、収入生活時間と家事的生活時間に消費した時間を、社会的・文化的生活時間で縮少したといえる。休日における専業主婦と就労主婦の配分をみると、1) 生理的生活時間は、専業主婦、就労主婦の時間は 10 時 35 分と同じであり、睡眠は専業主婦 7 時間 55 分、就労主婦は 8 時間 8 分であり、身の回りは約 66 分内外であった。2) 収入生活時間では専業主婦 32 分、就労主婦は 2 時間 34 分と多く、休日の勤務に準ずる仕事と内職をする主婦と、しない主婦があり変度係数が大であった。3) 家事的生活時間では、専業主婦 7 時間 4 分、就労主婦は 5 時間 55 分を消費し、家事労働の各要素について専業主婦から就労主婦の時間が減少したのは、買物 29 分、炊事 25 分、掃除 23 分、その他 20 分、洗濯 10 分、裁縫 2 分と短縮していた。気分的にくつろいだ休日でも、就労主婦は要領よく行動していることが分る。4) 全労働では専業主婦は 7 時 36 分、就労主婦 8 時間 29 分であり、就労主婦が専業主婦より、よく働いていた。5) 社会的・文化的生活時間では、専業主婦は 5 時間 51 分、就労主婦は 5 時間であり、テレビ・ラジオの視聴時間は、専業主婦、就労主婦とも 2 時間を消費し、休息・雑談 1 時間 20 分と両者同じであり、何れの諸要素とも専業主婦より就労主婦が時間の縮少傾向を示した。勉強は皆無であった。

Ⅳ 要 約

現代における主婦の生活時間構造の解明のため、主婦群の生活時間とエネルギー消費の実態を調査し、専業主婦と就業主婦を比較分析して次の結果を得た。

1) 基本的生活時間である生理的生活時間は個人差が少なく、就労婦人は平日の睡眠と食事の時間を、それぞれ約 10 分短縮して就労し、休日で回復するパターンを示した。

2) 収入生活時間は、主婦の約半数弱が平均 8 時間 20 分就労し、専業主婦においても平日平均 1 時間 18 分、休日には 32 分家計収入増のためパートタイム又は内職に従事している。

3) 家事労働時間では、専業主婦は平日 6 時間 43 分、休日 7 時間 4 分で、就労主婦の勤務時間に近い家事労働を行っていた。

4) 全労働時間では、就労主婦は専業主婦より 3 時間 21 分平日に多く働いている。

5) 従って、社会的・文化的生活時間において就労主婦は時間を短縮せざるを得なくなり、平日において 3 時間 11 分と少ない。

6) エネルギー消費量は、専業主婦は平日 2,028 Kcal 休日はやや増え 2,049 Kcal で、就労主婦は平日 2,344 Kcal と多く、休日は減少して 2,174 Kcal であった。

7) クラスター分析による階層的分類結果は、家事的生活時間の項目間で必須のものとそうでないものに分かれる傾向があり、又収入生活時間を加えた全労働時間や社会的・文化的生活時間の分析を加えて、総合的にみると家庭内の労働と家庭外の労働に群別される構造を示した。

結論として、現代の主婦の生活時間構造は生理的生活時間を、ぎりぎりの最少限に切り詰めて家計を楽にするため、社会的・文化的生活時間を幾らか犠牲にして、収入生活時間へ向けたものといえる。

終りに本研究につきまして、ご助言いただいた東京家政大学大森和子教授並びに、本学出宮一徳教授に深謝します。

なお、本研究の一部は日本家政学会第34回研究発表大会で報告した。

文 献

- 1) 稲葉ナミ：家政誌，6，64，（1955）
- 2) 古元千鶴子，吉田繁子：岡山県立短期大学研究紀要，26，16～29，（1982）
- 3) 日本放送協会，放送世論調査所：日本人の生活時間，1980，日本放送出版協会（1982）
- 4) 沼尻幸吉：労働科学叢書 37 活動エネルギー代謝，（1982）
- 5) 厚生省公衆衛生局栄養課編：昭和54年改訂日本人の栄養所要量，第一出版KK（1979）

昭和58年3月31日 受理