
家族の生活時間

そのバランスとリズム

調査報告書

旭化成ホームズ株式会社 住生活総合研究所
共働き家族研究所

はじめに

共働き家族研究所は1989年に設立し、女性の社会進出が進む中で共働き家族に関する生活実態調査や意識調査などを行い、共働き家族のあり方やそれをサポートするための住まいのあり方について提案を行ってきました。途中に一時活動を中断した時期もありましたが、今回久々に発表の機会を設けさせていただきました。

本格的な少子・高齢化時代を迎え、家族のありようも大きく変わりつつあるようです。家族が少人数化し、共働き家族が当たり前になり、また親子同居に対する考え方も少しずつ変化しています。また、家電の普及による家事の合理化の進展やコンビニのみならずスーパーなどの営業時間延長による生活の夜型化など、ライフスタイルの変化も見られるようになってきました。

そのような中、家族の生活実態が現在どうなっているか興味のあるところです。

今回の調査では、特に少子化対策が模索される中、子育て期を中心として家族の生活時間のバランスやリズムがどのようになっているのか、子供の年齢や共働きかどうか、親同居との関係などを探ってみました。その結果、家族の集いの実態、夫の家事参加がどの程度進んでいるのか、親のサポートの実態とその効果、など興味深い差が浮き彫りになりました。住宅のロングライフ化が求められる時代になり、このようにライフステージが変化し、生活スタイルが変わっても住み続けられる住まいとはどうあるべきかを考えるためのヒントとなりそうです。

今回の調査にご回答いただいた多数の方々、共同研究でご指導をいただいた首都大学東京伊藤史子先生、松本真澄先生、横浜国立大学 藤岡泰寛先生、シトラス 橘田洋子氏に感謝するとともに、今後の家族と住まいのあり方を考える資料として、この調査結果をご利用いただければ幸いです。

2009年5月

旭化成ホームズ株式会社 住生活総合研究所
共働き家族研究所

目次

はじめに	2
調査結果の要約	5

第一章：生活時間の調査方法

1-1. 社会背景	11
1-2. 調査の目的	13
1-3. 生活バランス調査の概要	15
1-4. 生活リズム調査の概要	17
1-5. 居住地の分類	19
1-6. 就業形態による世帯分類・親世帯との距離の分類	21
1-7. 調査分析の全体構成	23

第二章：子の成長による生活時間の変化

2-1. 子育て期の生活バランス	27
2-2. 夫の帰宅時間	29
2-3. 幼児期の生活リズム	31
2-4. 学齢期の生活リズム	33
2-5. リタイア後の生活リズム	35
2-6. 就寝時間に見る生活リズム	37

第三章：共働き家族の生活時間

3-1. 共働き家族の生活バランス	41
3-2. 出勤と帰宅の時間	43
3-3. 家族の帰宅と夕食	45
3-4. 移動の手段	47
3-5. 家事の合理化	49
3-6. 共働きの実例	51

第四章：親のサポートでかわる生活時間

4-1. 同居・近居と生活バランス	55
4-2. 親世帯との距離	57
4-3. 家族の帰宅と夕食	59
4-4. 親融合同居による生活リズムの変化	61
4-5. 親同居家族の実例	63

第五章：生活時間を変える住まい

5-1. リビングダイニングの生活行為	67
5-2. キッチンを使う家族	69
5-3. キッチンのオープン/クローズと手伝い	71
5-4. 夜の物干し場所	73
5-5. 昼の物干し場所	75

本調査の意義

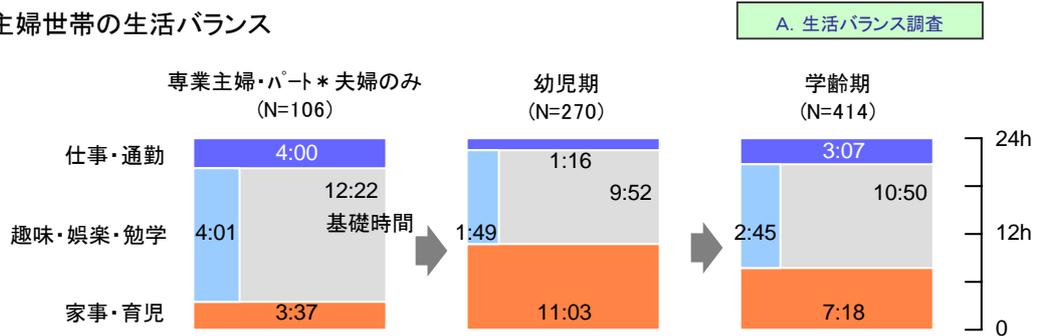
首都大学東京 伊藤史子准教授	78
----------------	----

調査結果の要約 - 1

1. 子育て期に生活時間のバランスは大きく変化

専業主婦世帯においては、長子出産時に家事育児時間が急増し、幼児期には11時間以上を占め、他の時間を圧迫します。学齢期（小学生・中学生）になると家事育児時間は次第に減少し、仕事や趣味等の時間に配分されていきます。

■ 専業主婦世帯の生活バランス

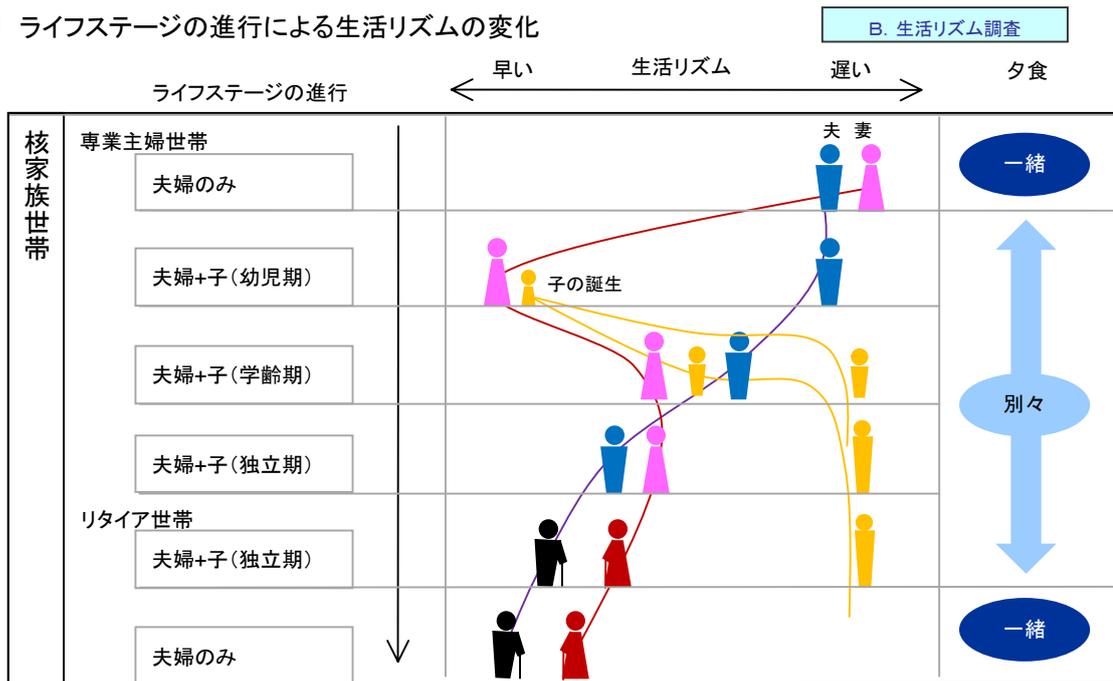


2. 生活リズムは幼児期に早まり、生活リズムのずれが夕食時間を分散させる

専業主婦世帯においては、幼児期（未就学児）に急激に生活リズムが早まり、19時以前に夕食をとる世帯が7割を超えます。この時期は夫の帰りが21時以降となることがある世帯が半数を超え、最も遅い時期であるため、夕食が分散してとられる世帯が8割に達しています。

学齢期（小中高生）になると夫の帰りは次第に早くなりますが、子の塾や習い事からの帰宅が遅くなり夕食が分散する傾向は続きます。夕食の時間はリタイア期には再び早まり、夕食の分散傾向は独立期の子が家を出て夫婦のみとなると解消します。

■ ライフステージの進行による生活リズムの変化



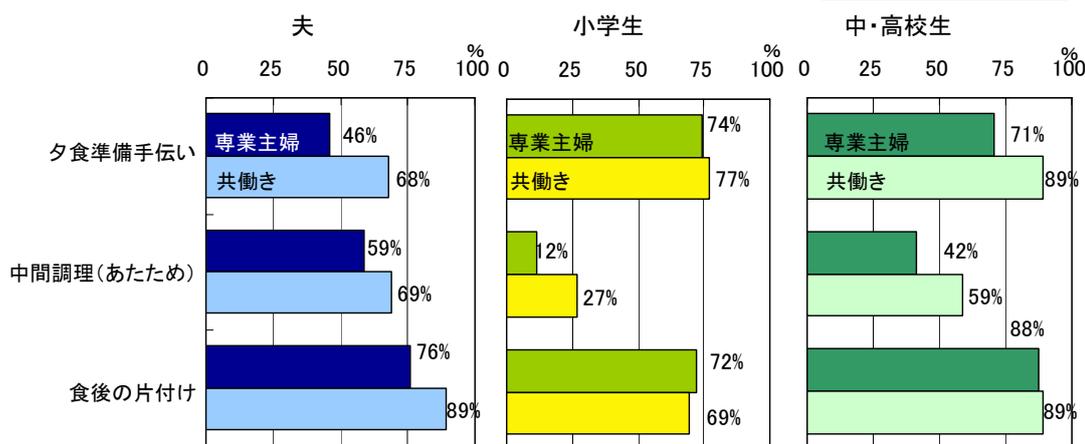
3. LDは生活リズムのずれた家族が集まり、キッチンが家族共用の空間に

家族が同時に夕食の食卓を囲むことは少なくても、夜のLDKは家族が多様な行為をして集まっている場となっています。学齢期には8割が別々に夕食をとっていますが、そのような分散夕食時でも59%は「家族がLDKにほとんど居る」と回答しています。また、その過ごし方は家事、勉強、TV、ゲームなど、多様な行為が夕食と並行して行われています。

夫や中高生の夕食関係の家事への参加では、共働き世帯は専業主婦世帯に比べて若干多い傾向が見られます。小学生では大きな差はなく、共に約7割が手伝いや片付けに参加しています。妻以外の家族がキッチンを使う機会は多く、もはやキッチンは主婦の域ではなく家族共用の空間と言えます。また、手元が見えるオープンキッチンの方が子が手伝う比率が高く、LDK空間の在り方が家族の協力と関係している可能性を示しています。

■ 夕食関係の家事への参加

B. 生活リズム調査

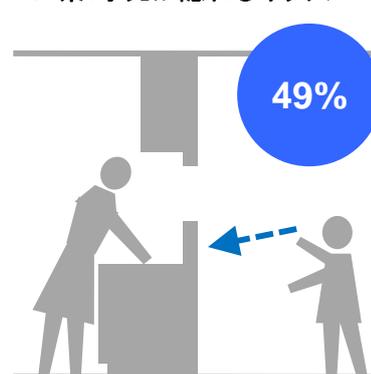
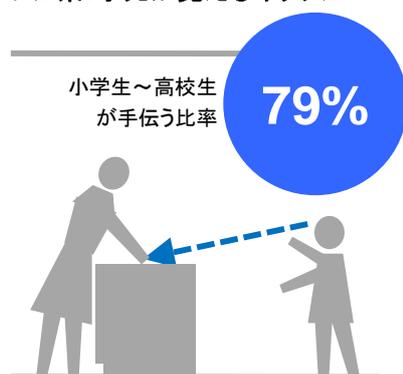


■ 夕食準備手伝いとキッチンタイプ

B. 生活リズム調査

オープン系:手元が見えるキッチン

クローズ系:手元が隠れるキッチン

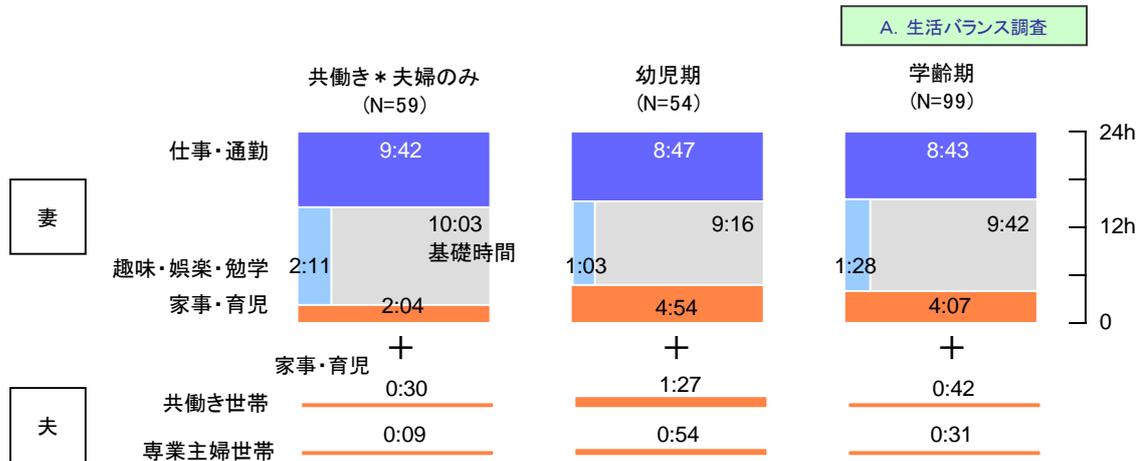


調査結果の要約 - 2

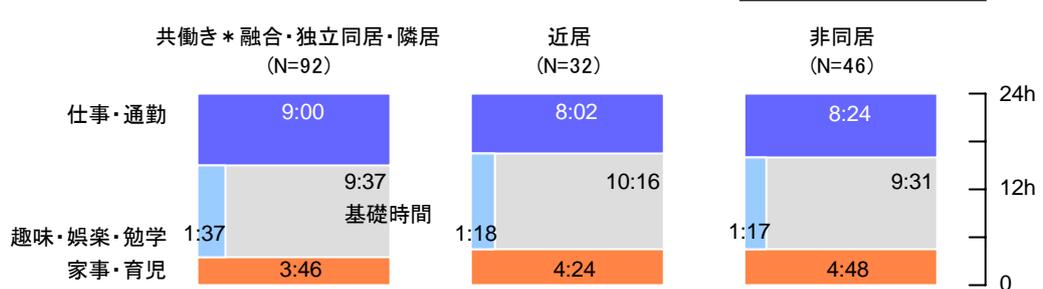
4. 共働き世帯は妻の家事育児時間が限られ、夫や親がサポート

共働き世帯の妻の生活バランスをみると、仕事・通勤に時間を割かれて家事育児時間が限られており、幼児期は専業主婦世帯の約11時間に対し、半分以下の約5時間となっています。また、夫の家事育児時間はライフステージ全般に共働き世帯では専業主婦世帯に比べて長く、幼児期には33分の差になっています。親との居住距離が近いほど、妻の家事・育児時間は短い傾向が見られ、妻が働いている比率が高まるなど、夫や親のサポートを感じさせる結果となりました。

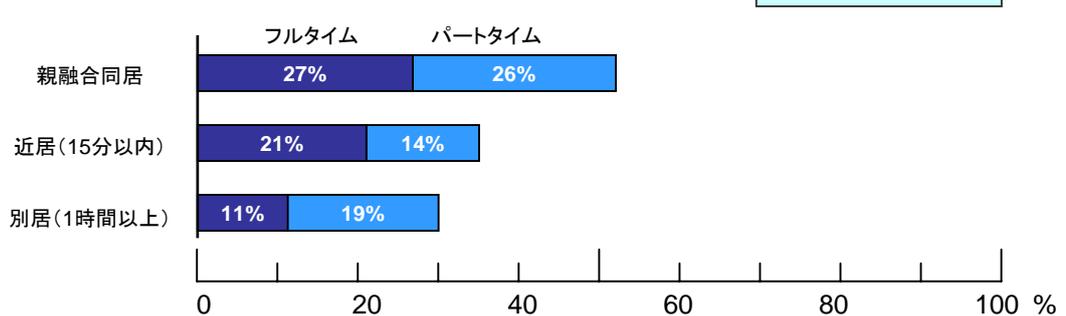
■共働き世帯・妻の生活バランスと夫の家事・育児時間（子の誕生・成長に伴う変化）



■共働き世帯・妻の生活バランス（子が2人以上居る場合、親との距離別）



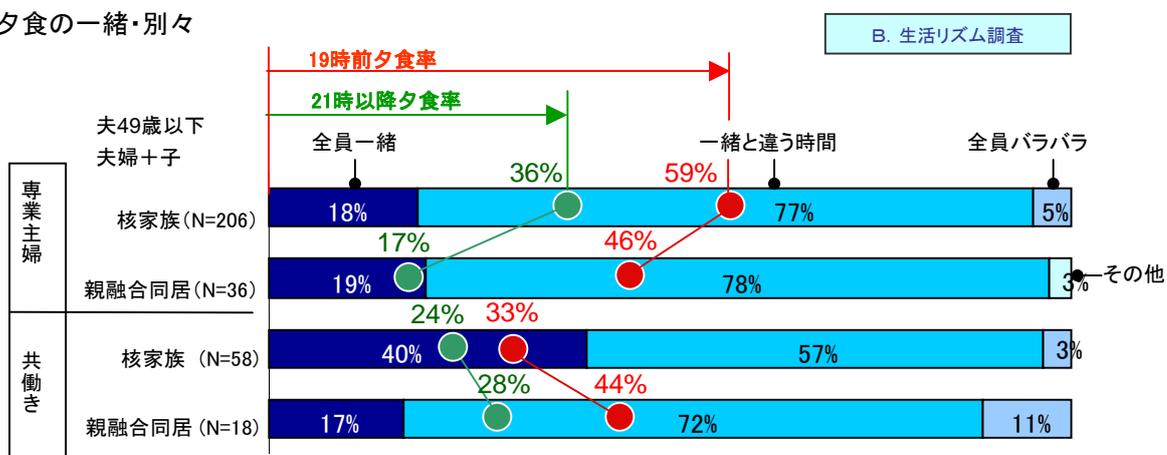
■子世帯妻の就業状況（親世帯との距離別）



5. 共働き世帯の核家族は家族の生活リズムのずれが少ない

核家族の場合、共働き世帯は専業主婦世帯と比べて子の生活リズムが遅く、夫の帰宅が規則的なため夕食が家族一緒の割合が4割と他の倍以上あり、家族の生活リズムのずれが少ない傾向があります。親融合同居の場合、共働き世帯は親が専業主婦役を務めるため専業主婦世帯の生活リズムに近づき、逆に専業主婦世帯では子世帯妻のパート勤務が増えて共働き世帯の生活リズムに近づきます。

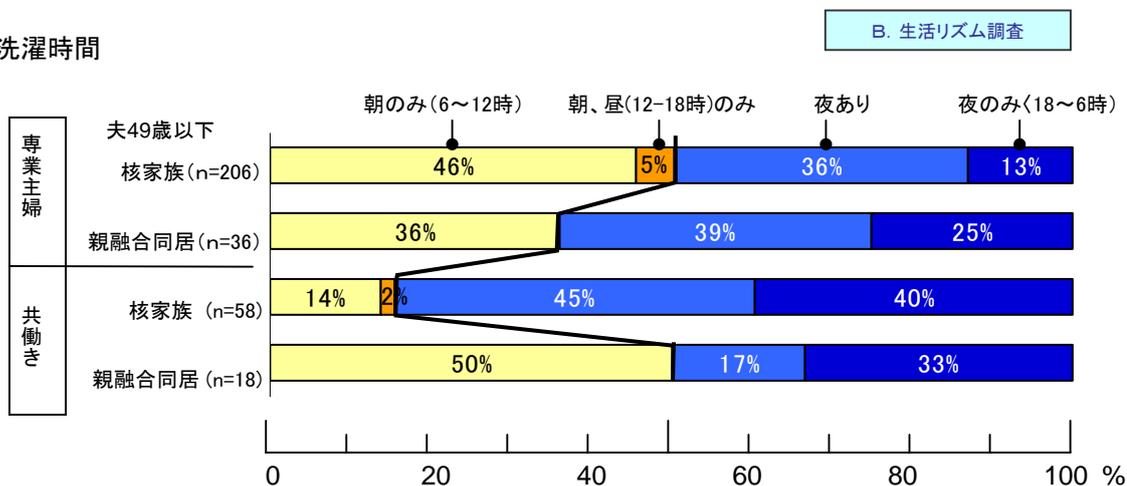
■夕食の一緒・別々



6. 夜洗濯が一般化し、室内干しスペースを確保

核家族の場合、夜洗濯は専業主婦世帯で約5割、共働き世帯では約8割が行っています。親融合同居の場合は夕食の生活リズムの傾向と同様に、親のサポートにより共働き世帯は夜洗濯が減り、専業主婦世帯は洗濯時間の重なりを避けて増える傾向があります。夜洗濯の増加に伴い室内干しも一般化し、専用のコーナーを設けるケースも見られるようになりました。

■洗濯時間



第一章

生活時間の調査方法

1-1. 社会背景

家事合理化の限界×夜間生活の多様化

●「家事の合理化」の限界

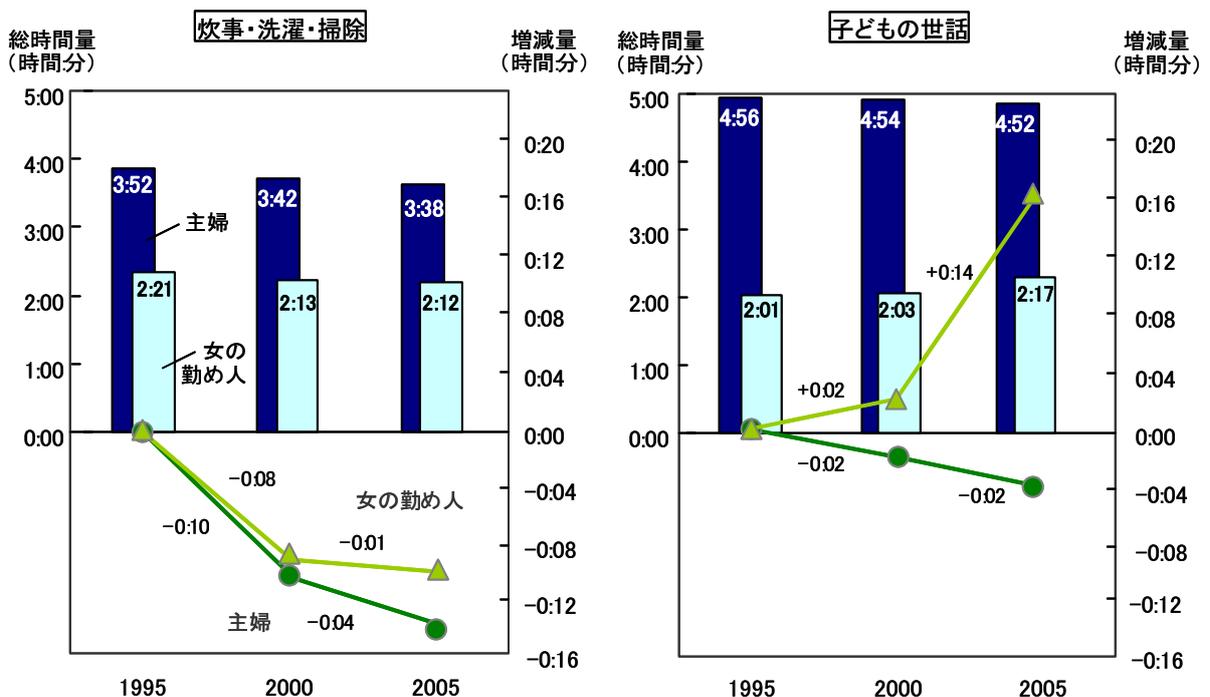
これまでの住まいづくりの中で「家事の合理化」は大きなテーマの1つでした。その現状はどのようなものなのでしょうか。

NHK国民生活時間調査（1995年、2000年、2005年）における家事・育児関連項目の平均時間の変化を見ると、炊事・掃除・洗濯では下げ止まって来ています。食洗機、全自動洗濯機なども普及が進み、普及率の向上による合理化はもはや難しいのでしょうか。

一方、子どもの世話にかかる時間は、平日は仕事に時間を取られる「女の勤め人」において増加傾向が顕著です。近年、学校や塾から、子育てへの親のより積極的な関与が求められることから、子どもに接する時間の重要性は増しているのではないのでしょうか。

■平日における主婦と女の勤め人の家事の平均時間

(NHK国民生活時間調査より作成)



注) 増減量(折れ線グラフ)は、1995年を原点とし、5年ごとに増減した時間(分)を+、-で表す。

● ライフスタイルの夜型化・多様化

平成12年6月に大規模小売店舗立地法が施行されて以降、それまで深夜営業といえばコンビニエンスストアでしたが、スーパーも営業時間を夜間・深夜まで延長するところが増えました。同様に、ブックストア、レンタルショップ、大型量販店なども営業時間を延長するようになり、家族で買い物に出かけるのは、平日の夜間というのも今では珍しくありません。

買い物に限らず、家族での外食、塾やお稽古事に通う子供、スポーツクラブに通う大人など、夜は家で過ごすもの、という旧来の常識が通用しなくなってきています。

■ 営業時間の延長で生活時間帯が多様化



■ 夜間の都市生活の多様化



1-2. 調査の目的

家族の生活時間を調査し、 住ニーズの変化を探る

この調査は、家事・育児を中心とした家族の生活時間に注目し、どのくらいの時間が割かれているのか（バランス）と、いつ行われているか（リズム）を調査し、それらが家族内で一緒なのか別々なのか（リズムのずれ）に注目して分析したものです。

従来の住宅設計においては、暗黙のうちに「家族が揃って食卓を囲む」「キッチンが主婦の城である」「洗濯は朝するもの」といった旧来の常識に捉われてきたように思います。少子化問題により子育てへの支援が注目される中で、設備機器による家事の合理化が限界に近づき、深夜スーパーや塾、スポーツクラブのような夜型化した多様なライフスタイルが住まいの外に存在する今、「生活時間」という観点でもう一度住まいに求められるものを見直してみることが求められているのではないのでしょうか。

このような社会背景を反映して、自由設計の注文住宅であるヘーベルハウスには、家族の多様な住ニーズが反映されたユニークな工夫が近年見られるようになってきています。ロングライフ住宅として将来の家族の変化に対応していくためには、それらの住ニーズがどのように変化していくのかについてのノウハウが必要です。

本調査報告書では、そのために生活時間を「子の誕生・成長」、「共働き」、「親の同居・近居」といった家族とその変化を軸に分析し、それらが生み出した住ニーズの変化について考察します。そのために、次の3つの調査を実施しています。

A.生活バランス調査

子育て期を中心とした家族が家事育児等にかけている時間（バランス）については、「女性のライフスタイルと住生活研究会」において過去の研究成果を参照しながら、検討を行いました。

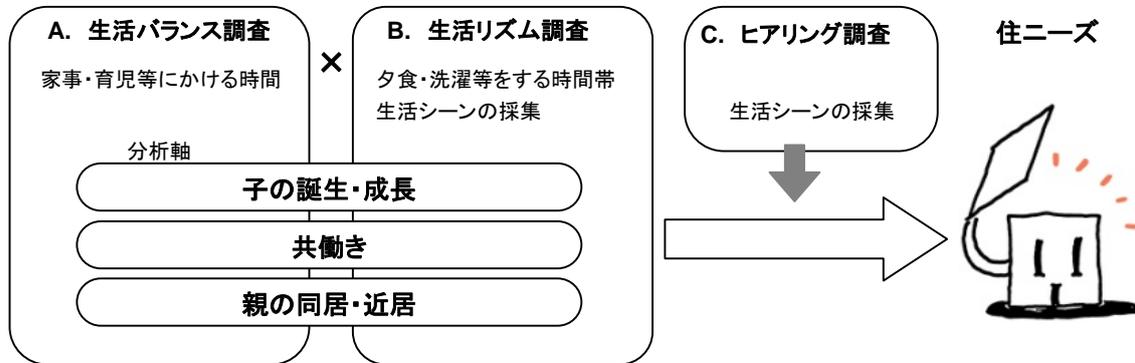
B.生活リズム調査

夕食や洗濯などを行う時間帯（リズム）の調査については、弊社住宅のご入居者を対象としたアンケート調査を実施し、その生活シーンを採集しました。

C.ヒアリング調査

「女性のライフスタイルと住生活研究会」メンバーによる、「生活時間のリズム」調査回答者への訪問調査ともに、有識者へのヒアリングを実施しました。

■本調査の全体構成概念図



■「女性のライフスタイルと住生活研究会」について

● 研究会参加メンバー

首都大学東京 大学院都市環境科学研究科 都市システム科学域	准教授 伊藤史子
首都大学東京 大学院都市環境科学研究科 建築学域	助教 松本真澄
首都大学東京 大学院 建築学専攻 (2009年4月より 価値総合研究所勤務)	研究員 柳澤一希
横浜国立大学 大学院工学研究院	講師 藤岡泰寛
旭化成ホームズ株式会社 住生活総合研究所 共働き家族研究所	主席研究員 松本吉彦
同	主幹研究員 入澤敦子
同	研究員 伊藤香織
シトラス 主宰	研究員 橘田洋子

● 調査名:「女性のライフスタイル変化に伴う住要求に関する調査研究」

● 研究期間: 2008年5月~2009年5月

● 調査研究方法:

「女性のライフスタイルと住生活研究会」の構成員である上記4人の大学研究者が家計経済研究所「消費生活に関するパネル調査」のデータを用いて行った調査研究(A)及び旭化成ホームズ住生活総合研究所における調査研究(B)、他公的調査データ(D)を参照し、「子の成長」、「共働き」、「親同居」といった家族構成とその変化による生活バランスの変化や家事・育児の支援状況を把握し、住要求に与える影響を考察した。
その結果を検証すべく、生活リズム調査対象者の訪問調査及び、見識者のヒアリングを行った(C)。

参照した研究については、P16に示す。

1-3. 生活バランス調査の概要

女性の生活時間を4つに分類し、 そのバランスを分析

■調査目的

子育て期の世帯の生活時間を分類して、家事・育児等がどのくらいの時間をかけて行われているのか、及び子の成長によるライフステージの変化や、共働き、親同居による生活バランスの違いを把握し、それらにより生じる住要求の変化を考察して、長期に渡り住み続けられる住まいの設計に活かすこと。

■調査研究方法

「女性のライフスタイルと住生活研究会」において検討対象とした調査研究のうち、A-1：「女性の居住実態とその変化に関する研究」（東京大学空間情報科学研究センター、CSIS Discussion Paper Series, 95）に掲載された「消費生活に関するパネル調査」（家計経済研究所による調査；16頁に詳細）の25～45歳の女性の生活時間分析結果に基づき、一日の生活時間バランスを、就業状況、ライフステージ、親との同居・非同居による違いなどを検討しました。本報告書に掲載したものは、上記のうち2004年度（パネル12）の結果をもとに、結婚していて、かつ長子が中学生以下の女性です。必要に応じてその前年度のパネルデータを用いた研究を参照して、生活バランスの変化を考察しています。

本報告書では、生活バランスを

- ①仕事・通勤
- ②家事・育児
- ③趣味・娯楽・勉学
- ④基礎時間

の4つに分類し、それらの時間配分（バランス）を正方形のチャートで表現しています。



●「女性のライフスタイルと住生活研究会」において対象とした主な研究

A: 財団法人家計経済研究所「消費生活に関するパネル調査」に基づく調査研究

- 1) 「女性の居住実態とその変化に関する研究」(2009年)
伊藤史子、藤岡泰寛、柳澤一希、松本真澄
東京大学空間情報科学研究センター、CSIS Discussion Paper Series,95

B: 旭化成ホームズ 住生活総合研究所に属する研究所における調査研究

- 1) 「親子同居スタイル多様化の実態」(2007年) 二世帯住宅研究所
- 2) 「ヘーベリアンの生活リズム調査」(今回実施したもの) 共働き家族研究所
- 3) その他の社内調査データ

C: 当研究会において実施したヒアリング調査

- 1) 有識者 2名: 女性、ライフスタイルなどの潮流や実態に詳しい有識者のオピニオン
- 2) 共働き家庭 2邸: 旭化成ヘーベルハウスにお住まいの首都圏のご夫妻

D: そのほかの公的調査

- 1) 平成16年度「消費生活に関するパネル調査」について(第12年度分) 財団法人家計経済研究所
- 2) 平成18年度社会生活基本調査 総務省統計局

- 調査研究Aは、財団法人家計経済研究所が、1993年から毎年実施している、「消費生活に関するパネル調査」のデータをもとにしている。

「消費生活に関するパネル調査」とは・・・

女性を対象とし、特に生活実態の変化に着目し、収入・支出・貯蓄、就業行動、家族関係などの諸側面から、世代の違い、ライフステージの移行過程での変化、特別な出来事に直面しての変化など、生活上の様々な変化や違いの諸要因と問題点を明らかにして国民生活に関わる適切な提言につなげることを目的とした調査。

<http://www.kakeiken.or.jp/ip/jpsc/about.html?pSctitleandcrumbs>

1) 手法

1993年から毎年1回継続して、全国から層化2段無作為抽出法により抽出し、対象者の女性に、留置法により実施されているパネル調査。

2) パネル調査

複数の時点で同一個人に対して追跡調査を行ったパネル調査法を用いている。

1993年に24～34歳の若年層の女性(コーホートA)を全国規模で抽出し、留置回収法で調査を行っている。

1997年からは24～27歳(コーホートB)を、2003年からは24～29歳(コーホートC)を新たに調査対象者として加えている。回答者の欠落も比較的少なく、パネル調査の欠点が相当程度克服している調査である。

3) 調査項目

生活変動や就業形態、家計収入・支出・貯蓄、家計管理タイプ、消費者信用、生活時間、耐久消費財の取得状況、生活意識などが、隔年項目として心理状態が調査票に組み込まれている。

さらに、トピックス項目として減税と趣味娯楽が、価格破壊、民法改正・納税者意識等が組み込まれている年度もある。

1-4. 生活リズム調査の概要

家族の生活リズムをアンケートで把握

■ 正式調査名：「ヘーベリアンの生活リズム調査」

■ 調査目的

ヘーベルハウス居住者の生活リズムを、年齢、居住地、就業形態、親同居の有無を問わず広範囲に調査し、子の成長によるライフステージの変化や、共働き、親同居による生活リズムの違いを把握し、それらにより生じる住ニーズの変化を考察して、長期に渡り住み続けられる住まいの設計に活かすこと。

■ 調査対象と方法

旭化成のヘーベルハウスに居住している、ヘーベリアンネット登録者にEメールでアンケートを依頼し、以下の条件に該当する方にWEB上のアンケートサイト画面でご回答いただきました。

- 1) 同居の配偶者のいる方
- 2) 家族の生活時間と、それに対応した夕食の調理や家事のご様子がわかる方

■ 調査時期

● 第一次調査：2008年3月13日～3月20日

ただし、車社会エリアのサンプル数を確保するため、三大都市圏を除いてアンケート依頼メールの追加送付を行いました。

※三大都市圏：東京、千葉、埼玉、神奈川、静岡、愛知、京都、大阪、兵庫の各都府県

● 第二次調査：2008年7月18日～7月25日

第一次調査の回答者のうち追加調査を受諾いただけた方に、より詳細な家事の状況について再度アンケート調査を行いました。

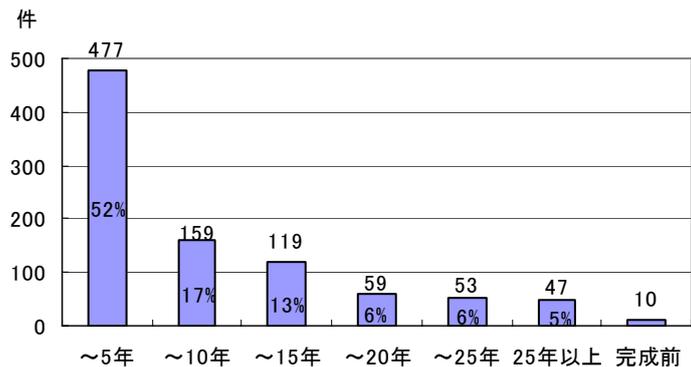
B. 生活リズム調査

■調査対象のエリア別分布(平均築年数・夫の年代)

エリア別	計	平均 築年数	夫の年代					
			29歳以下	30代	40代	50代	60代	70代以上
東京23区	155	8.7		12	42	43	36	22
都下神奈川	150	10.3	1	16	34	34	54	11
	都下	56	0	4	17	16	15	4
	神奈川	94	1	12	17	18	39	7
埼玉千葉	131	8.1	2	28	27	26	41	7
	埼玉	64	2	15	10	13	21	3
	千葉	67	0	13	17	13	20	4
首都圏外周	120	7.4	1	34	38	21	20	6
	静岡	31	0	9	11	4	5	2
	茨城	34	1	6	7	5	11	4
	栃木	18	0	5	7	5	1	0
	群馬	22	0	9	7	4	2	0
	山梨	15	0	5	6	3	1	0
中京圏	116	6.3	4	34	30	24	18	6
	愛知	76	4	23	17	14	12	6
	三重	23		9	7	5	2	0
	岐阜	17		2	6	5	4	0
近畿東部	85	6.7	4	16	22	17	20	6
	京都	20	1	2	3	6	8	0
	滋賀	32	2	7	10	7	5	1
	奈良	26	0	5	7	4	6	4
	和歌山	7	1	2	2	0	1	1
近畿西部	105	8.3	0	21	27	28	22	7
	大阪	64	0	14	13	19	15	3
	兵庫	41	0	7	14	9	7	4
中国北九州	50	5.3	2	19	16	5	6	2
	岡山	11	1	7	2	0	1	0
	広島	17	0	8	5	1	2	1
	福岡	21	1	3	9	4	3	1
	大分	1	0	1	0	0	0	0
不一致※	12	7.5	0	2	3	2	4	1
計	924		14	183	239	200	221	68

注) 現住所と建設地が異なる世帯を「不一致」とした。

■調査対象物件の築年数の分布



1-5. 居住地の分類

鉄道社会と車社会に 車の平均所有台数を基に分類

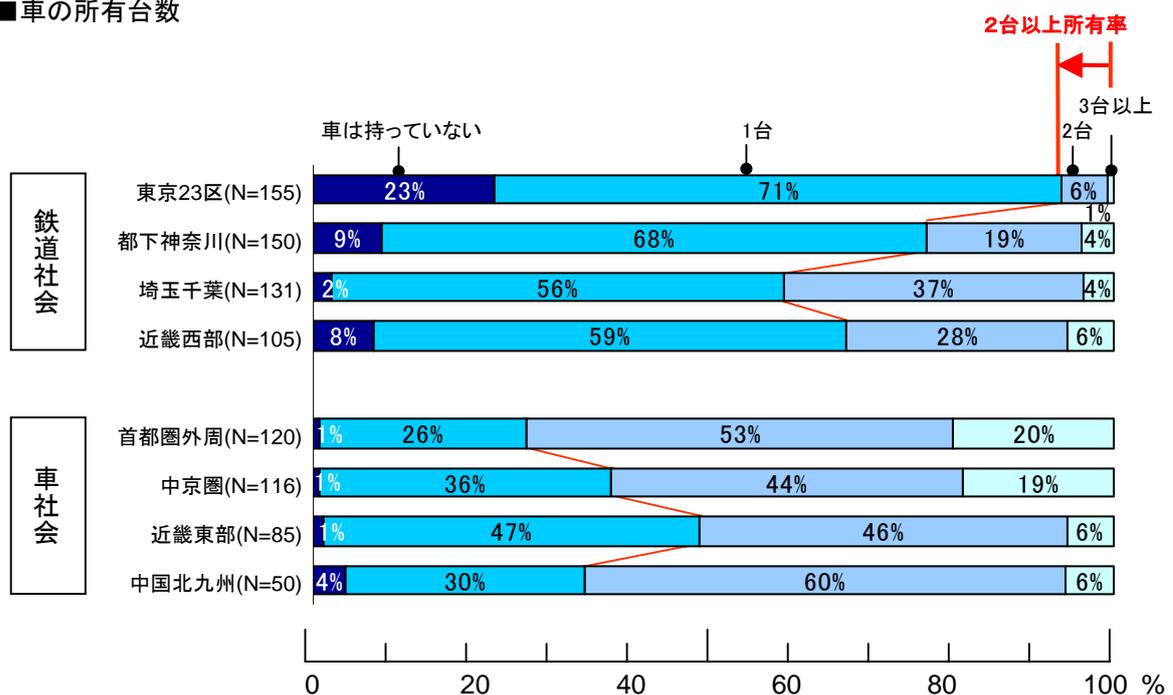
●鉄道社会と車社会に分類

ヘーベルハウス建設エリアを次の8区分に分類しました。さらに、生活リズムに車の利用が与えている影響を分析するために、車を2台以上所有している割合が50%を超えるかどうかを目安に、鉄道社会と車社会に二分しました。

最も車を持っている台数の多い首都圏外周では、2台以上所有率が7割を超えている一方で、最も台数の少ない東京23区では、大半が車1台で、2台以上所有率は1割にも届きません。

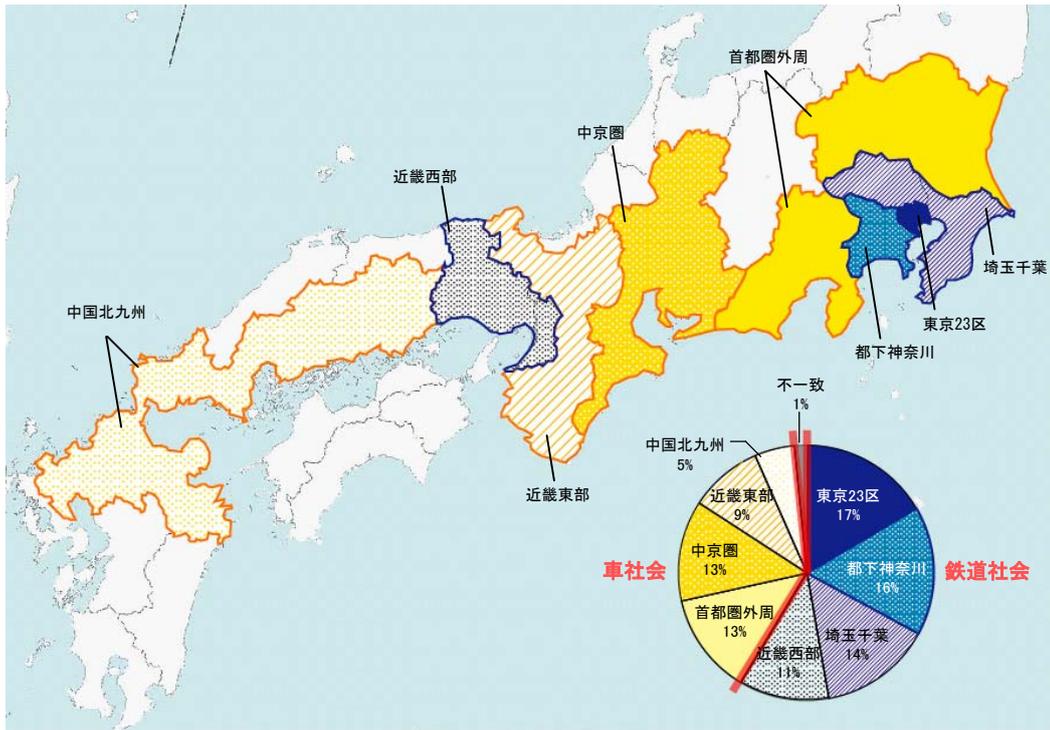
鉄道社会では、最寄り駅からの距離が近く、6割以上が駅から徒歩15分以内にあり、東京23区では約9割が徒歩15分以内に立地しています。

■車の所有台数



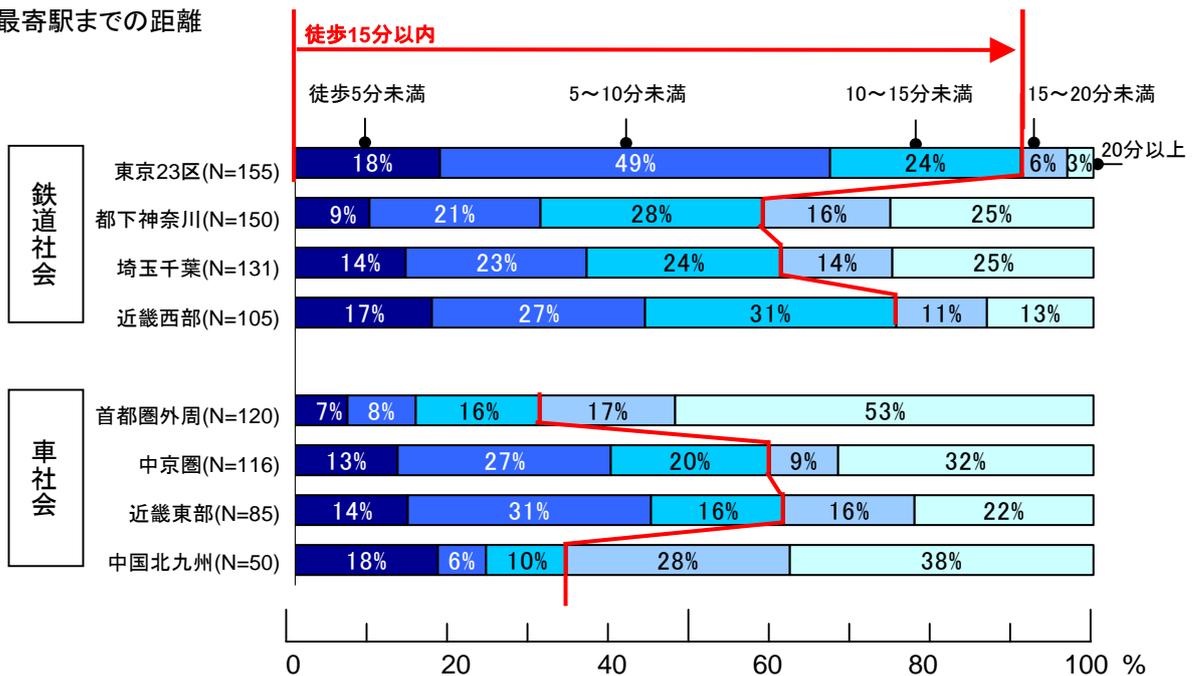
B. 生活リズム調査

■調査対象(エリア別分布)



注) 現住所と建設地が異なる世帯を「不一致」とした。

■最寄駅までの距離



1-6. 就業形態による世帯分類・親世帯との距離の分類

就業形態：専業主婦・共働き・リタイアの3分類 親融合同居は夕食が同じ場所の同居

●就業形態による世帯の分類

生活リズム調査においては就業形態によって、夫妻共にフルタイムで勤務している「共働き世帯」、夫がフルタイムで妻が専業主婦もしくはパートの「専業主婦世帯」、夫妻共に無職もしくはパートの「リタイア世帯」の3つに分類して分析をします。

夫の就業形態は、末子が大学、社会人になると無職やパートタイムが増え、リタイア期に入ると考えられます。

妻の就業形態は、全体では「就業していない」が最も多く57%となっており、パート・アルバイトなどが19%、フルタイムで勤務している人は18%です。子の成長につれて働きに出る割合が高くなり、中高生のいる世帯では35%がパート・アルバイトに、26%がフルタイムで就業しています。子どもが大学生・社会人になると一転して、就業している割合は低くなり、夫と同様にリタイア期に入っていると考えられます。

■就業形態による世帯分類

- ・共働き世帯 : 夫、妻ともにフルタイム勤務
- ・専業主婦世帯: 夫がフルタイム勤務、妻が専業主婦またはパートタイム勤務
- ・リタイア世帯 : 夫、妻ともに無職またはパートタイム勤務

●親世帯との距離の分類

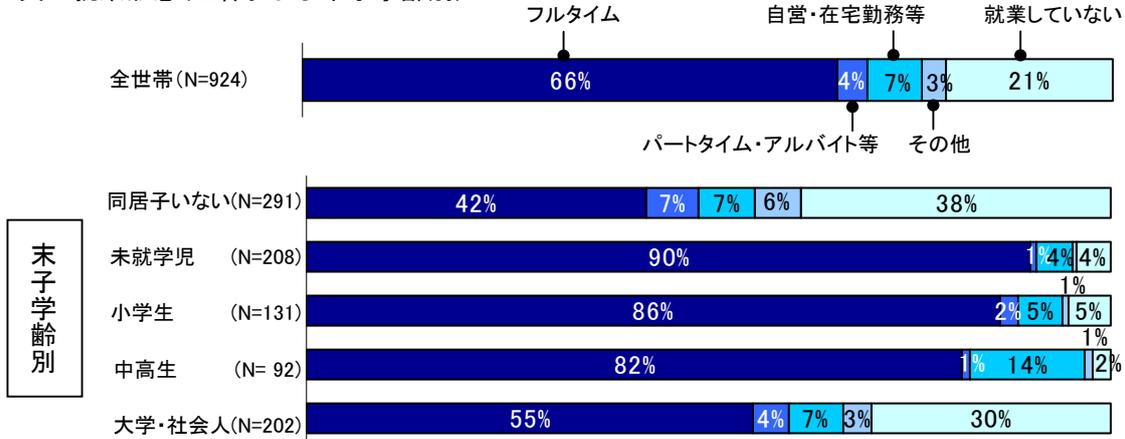
生活リズム調査において、親世帯との距離は、同一建物内の場合は夕食が一緒か別々かによって融合同居、独立同居に分け、別建物の場合はその所要時間に応じて分類します。親世帯との距離は居住地によって異なり、鉄道社会では約3割が同一建物内の同居（融合＋独立）であり、東京23区では半数以上が同居～近居の距離に親が住んでいます。

■親世帯との居住距離の分類

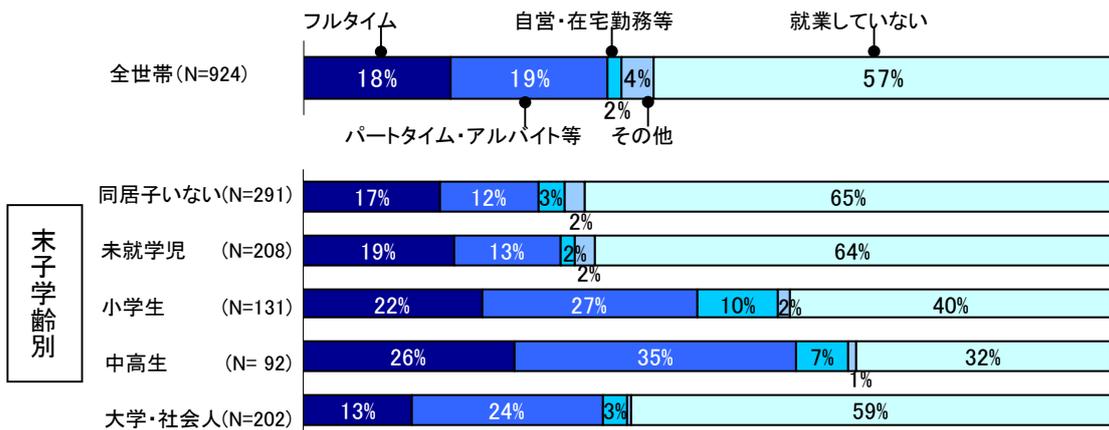
- ・融合同居: 夕食を同じ場所をとる同居
- ・独立同居: 同一建物内で夕食を別々の場所をとる二世帯同居
- ・隣居 : 同一敷地内の別棟
- ・近居 : 徒歩15分以内
- ・別居 : 徒歩15分以上(場合により更に鉄道や車での所要時間が1時間以内・以上で2つに区分した)

B. 生活リズム調査

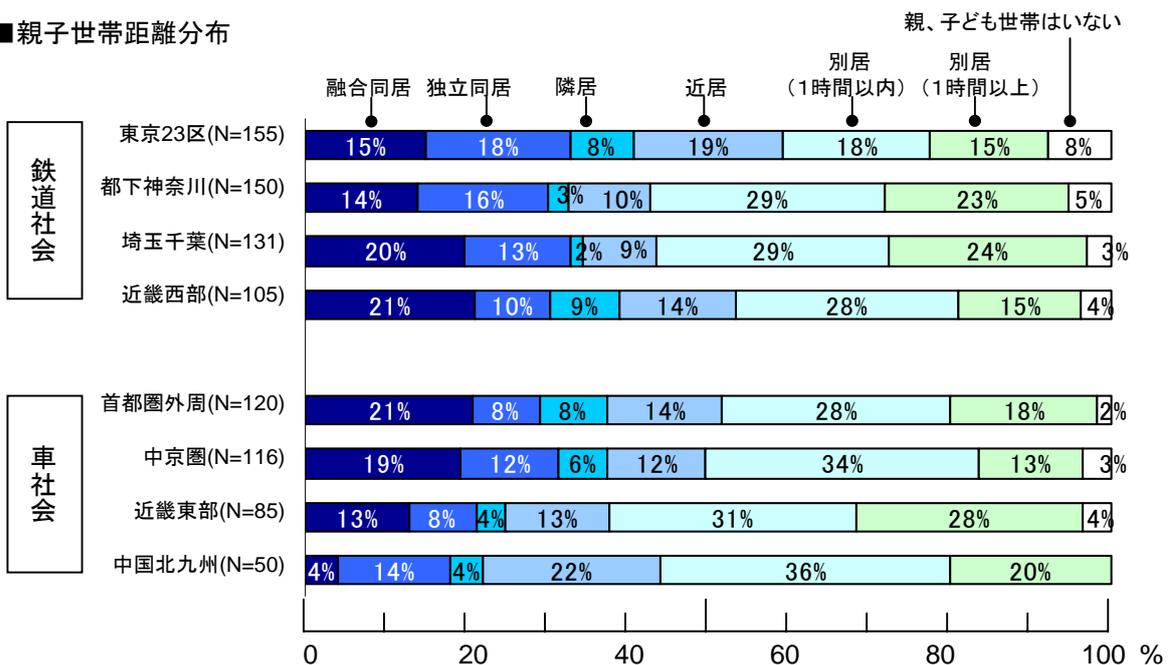
■夫の就業形態(全体および末子学齢別)



■妻の就業形態(全体および末子学齢別)



■親子世帯距離分布



1-7. 調査分析の全体構成

子の成長・共働き・親融合同居による変化を分析

生活リズム調査における回答者を、就業形態による世帯分類、親融合同居の有無により、次のように分類し分析を行いました。また、夫の年齢については、49歳までと50歳以上の2つに分類し、末子の学齢と組み合わせて夫婦+子の家族を分類しています。

●子の誕生・成長・独立に伴うライフステージによる変化

核家族の専業主婦世帯のサンプルについては、子の成長による比較を行うため、同居の子の有無および末子の学齢（幼児期・学齢期・独立期）に着目し世帯を分類しています。また、リタイア期の世帯については、独立期の子どもがいる世帯と夫婦のみの世帯の2つを抽出しています。これらを合わせて比較することにより、夫婦のみの生活から子どもが生まれ子育てをし、その後子どもが成長、独立し、夫がリタイアする、というライフステージによる生活時間の変化を分析します。

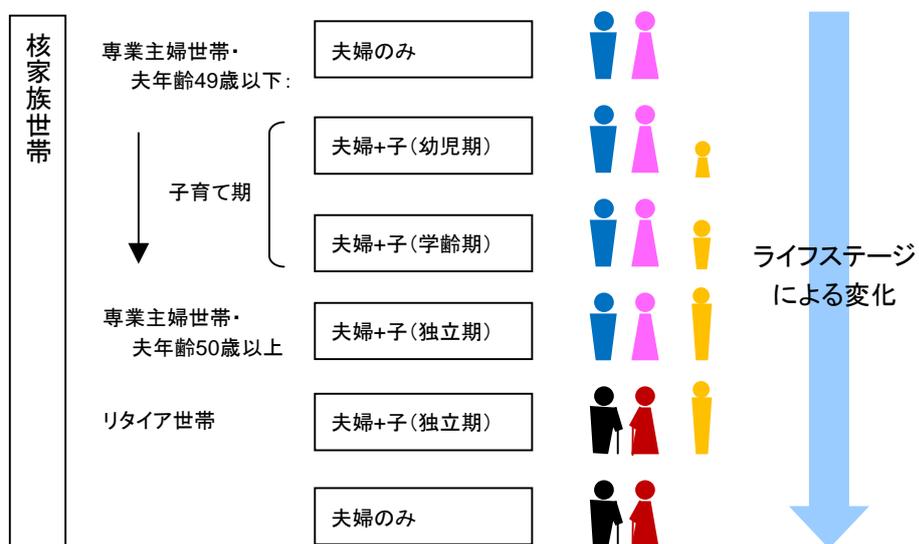
●共働き世帯と専業主婦世帯の比較

夫の年齢が49歳以下の夫婦と子の世帯について、核家族の共働き世帯と専業主婦世帯との生活時間の違いについて分析します。

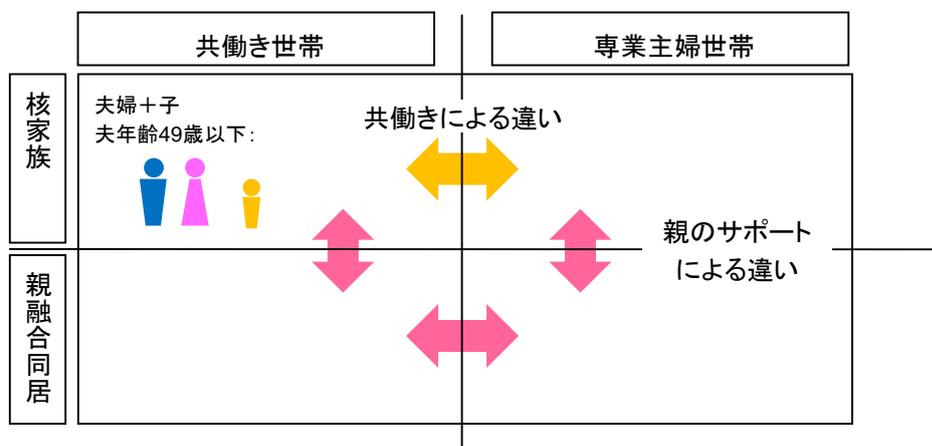
●親融合同居の有無による比較

上記の共働き世帯と専業主婦世帯の比較において、それぞれ核家族と親融合同居の場合を組み合わせて4分類を比較し分析を行います。

■子の誕生・成長・独立に伴うライフステージによる変化

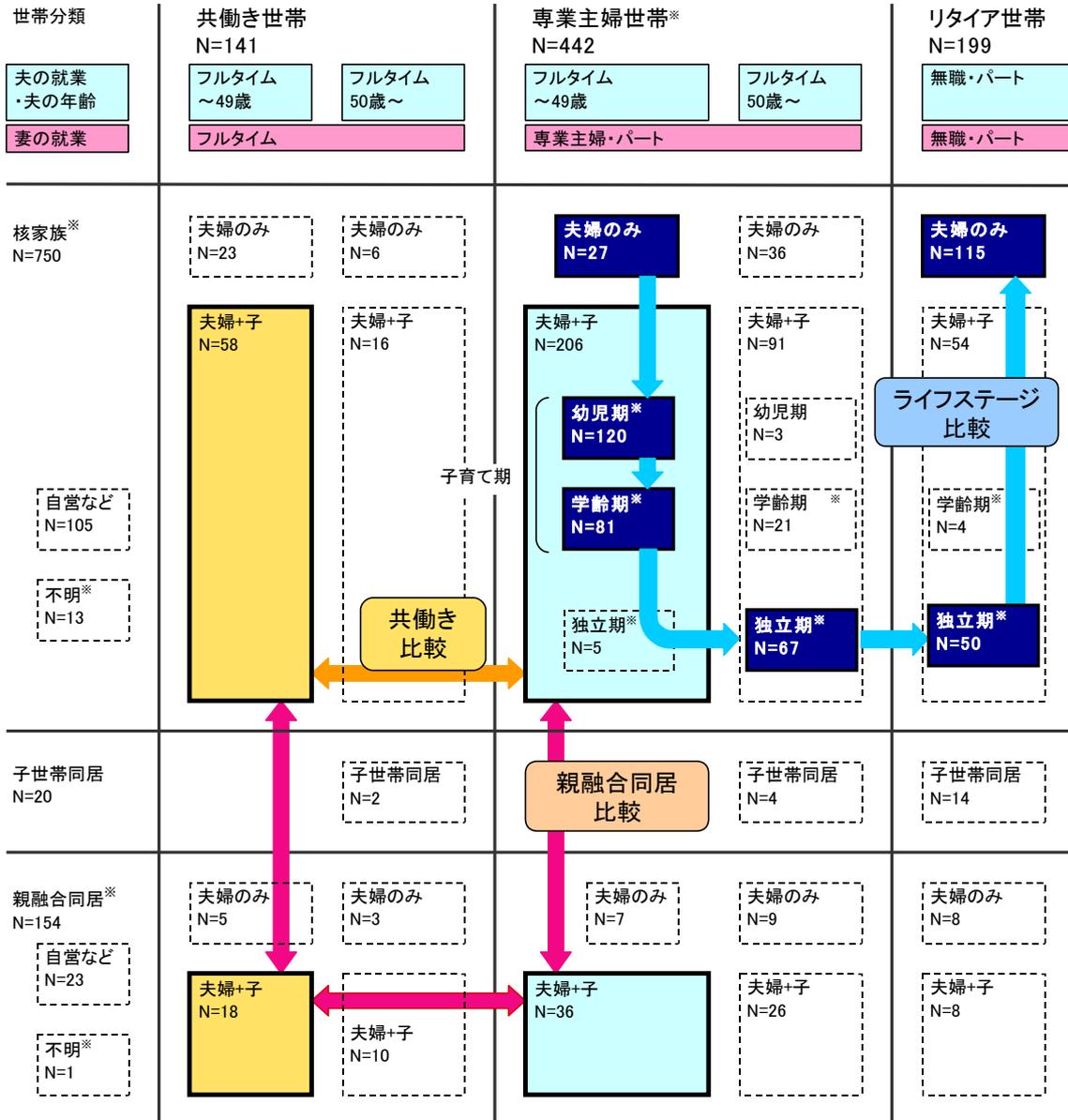


■共働き、親融合同居の有無による比較



B. 生活リズム調査

■ 調査サンプル数の分布と分析に用いた群の構成



注

*専業主婦: 妻がパート・アルバイト等の場合も含む

*ライフステージの区分は、同居子のうち、末子学齢で分類した

*幼児期: 末子が未就学児、

*学齢期: 末子が小学校、中学校、高校生

*独立期: 末子が大学生以上

*親融合同居: 同居の親が夕食を同じ場所とする場合に限定し、食事場所が分かれている二世帯同居は、核家族とした

*不明: 夫、妻の就業形態、出勤帰宅パターンと出勤帰宅時間等の回答が矛盾している場合は、就業形態は「不明」とした

第二章

子の成長による生活時間の変化

— 核家族・専業主婦世帯～リタイア世帯 —

2-1. 子育て期の生活バランス

幼児期に生活バランスが大きく変化

● 家事・育児時間は出産に伴い急増する

生活バランス調査において、家事・育児時間の配分（平均値）を検討します。まずライフステージを長子年齢から6つに分類して、長子の成長に伴う変化を見ていきます。家事・育児時間は夫婦のみから長子0歳への移行、すなわち初子の出産で大幅に増加し、長子1-3歳で最長を迎え、その後は子の成長に伴って減少しています。

逆に、基礎時間は長子0歳で最小となり、睡眠時間等が削られて家事・育児時間にあてられる様子が見えます。

子の成長に伴い、趣味・娯楽・勉強時間が増えていきます。長子が小4-小6になると、それまで専業主婦だった女性がパートとして復職するケースが増えることから、仕事・通勤時間も増えます。

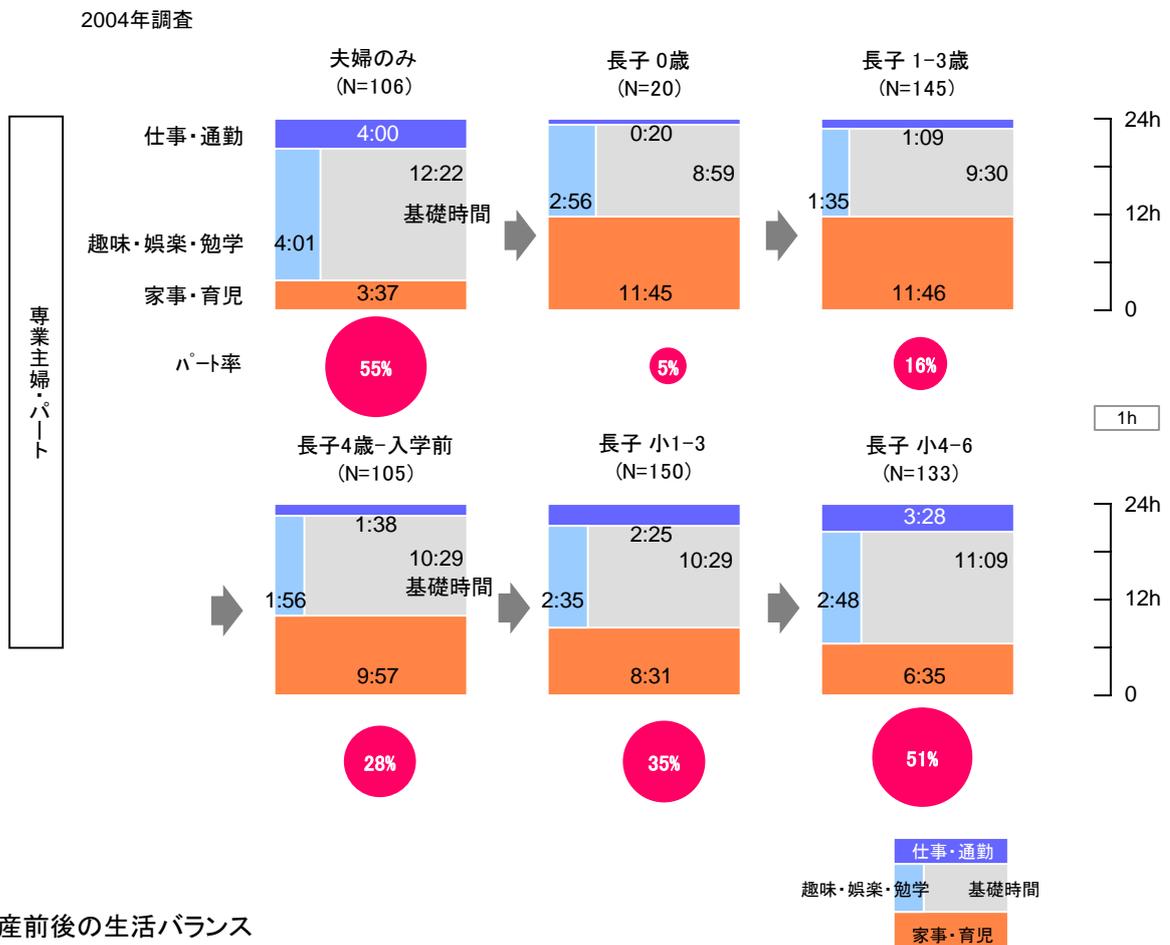
● 出産時の育児時間の増加が、他の生活時間を圧迫

出産前後の変化を比較するために、同じ対象者群を追跡するというパネル調査の特性を活かし、1人の女性が翌年にどのようなライフステージに移っていくのか、それによりどのような生活時間の変化があるのかを見ていきます。

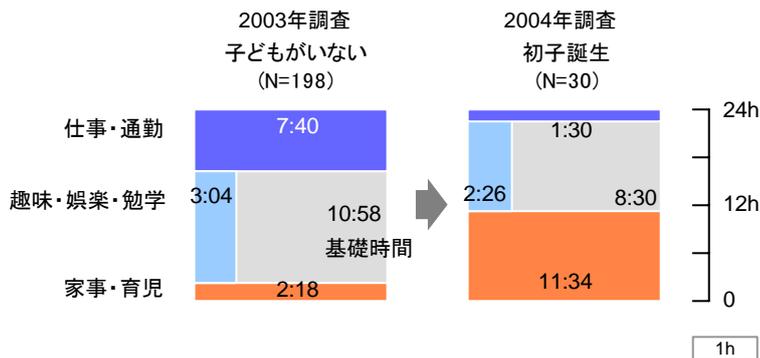
子どもがいない群と、その翌年に初めて出産を経験した群とを比較すると、仕事・通勤時間は家事・育児時間にシフトし、さらに趣味・娯楽・勉強時間や基礎時間も減少して、家事・育児時間にシフトしています。出産により女性の生活時間バランスが激変し、それまでは自分や夫中心で取っていたバランスが、子供中心のバランスに転換しています。

A. 生活バランス調査

■ライフステージによる生活バランス



■出産前後の生活バランス



2-2. 夫の帰宅時間

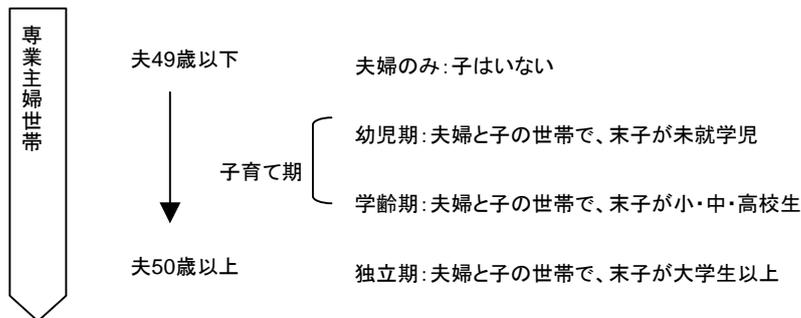
子育て期は夫の帰宅が遅い

● 子育て期は21時以降帰宅の比率が高く、夕食も遅い傾向

子育て期の夫は帰宅時間が遅く、5割前後が「21時以降に帰宅することがある」と回答しています。特に幼児期の子どもがいる夫は21時以降に帰宅することのある割合が最も高く、5割を超えています。また、子育て期の夫の7割超は帰宅時間が不規則です。

結果として、平日の夕食時間は遅く、21時を基準にしてそれ以降の時間帯に夕食をとることがある、ないに区分すると、幼児期では38%が「21時以降に夕食をとることがある」と回答しています。子の成長につれてこの比率は減少し、帰宅や夕食の生活リズムが早まっています。

■ ライフステージの区分

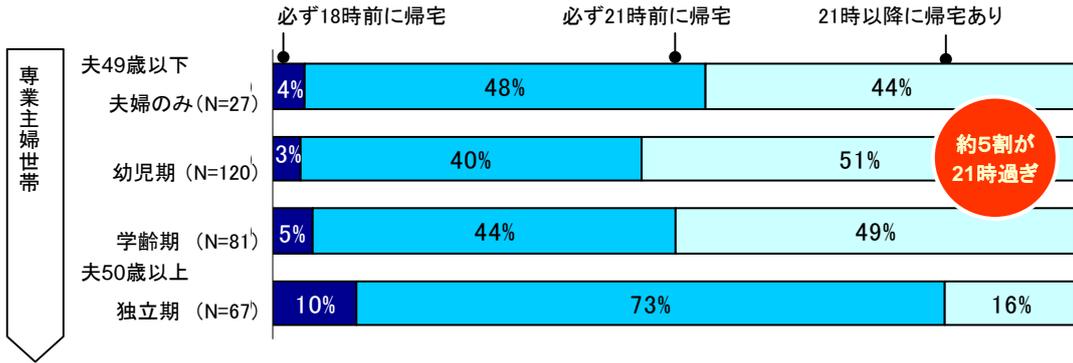


B. 生活リズム調査

核家族 専業主婦世帯

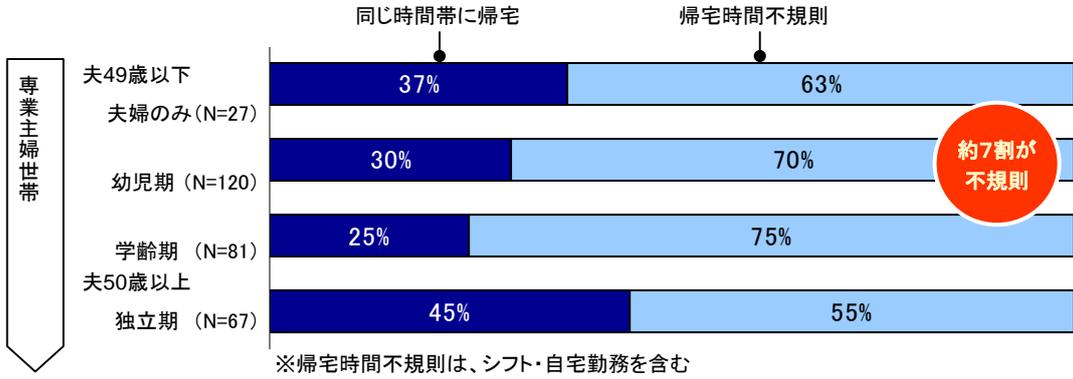
■ 夫の帰宅時間

複数回答された時間帯を整理したもの



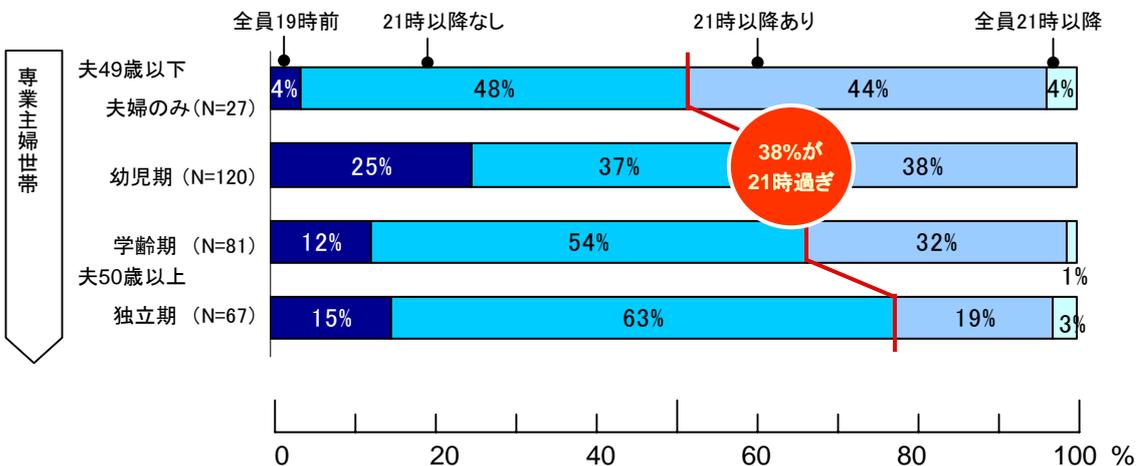
■ 夫の帰宅パターン

複数回答された時間帯を整理したもの



■ 平日の夕食時間

複数回答された時間帯を整理したもの



2-3. 幼児期の生活リズム

妻と子の夕食が早まり、 夕食が別々に

● 幼児期は19時前の夕食が増加

幼児期の子がいる世帯では19時前に夕食をとる割合が7割を超えており、夕食時間が目立って早まります。専業主婦の妻が子どもに合わせて早い時間に夕食をとっていると考えられます。子が成長すると19時前に夕食を取る割合は減少し、独立期（大学生・社会人）では3割を下回ります。

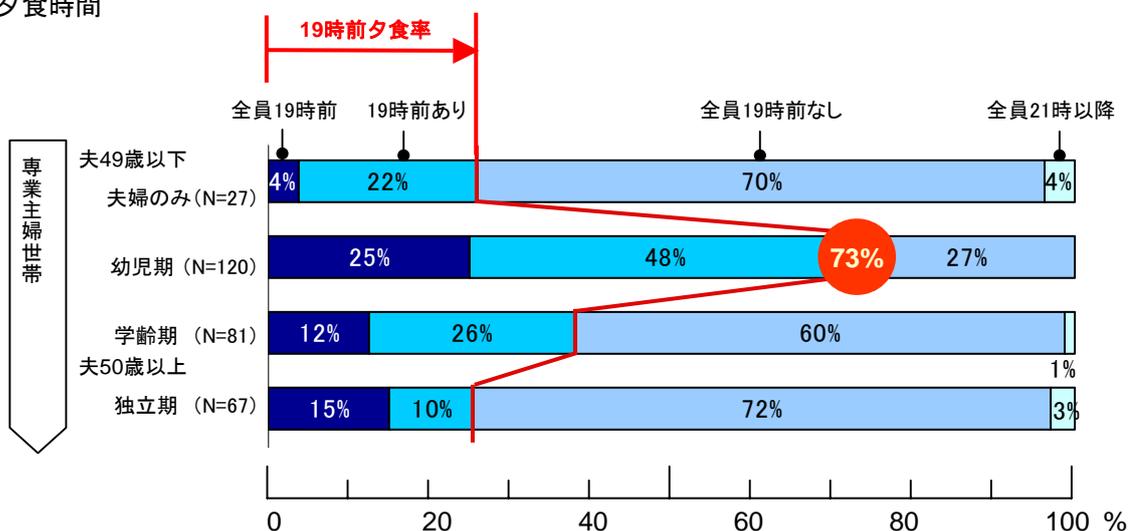
● 夫との生活リズムがずれ、夕食が分散

夫婦のみの頃は約3割に過ぎなかった夕食が別々の時間となるパターンは幼児期に約8割まで増加します。幼児期に妻と子の生活リズムが早まるのに対し、夫は帰宅時間が遅く、夕食も遅いため、夫の夕食が別々になるケースが多いと自由記述から推測されます。夕食分散の率は子が成長しても約8割のまま独立期まで推移します。

● 妻の就寝時間も早まる

幼児期の子がいる妻の就寝時間は際立って早くなり、23時までには就寝する割合が5割を超えています。子どもが学齢期になると就寝時間は再び遅くなり、23時以降に就寝する割合が8割近くになります。

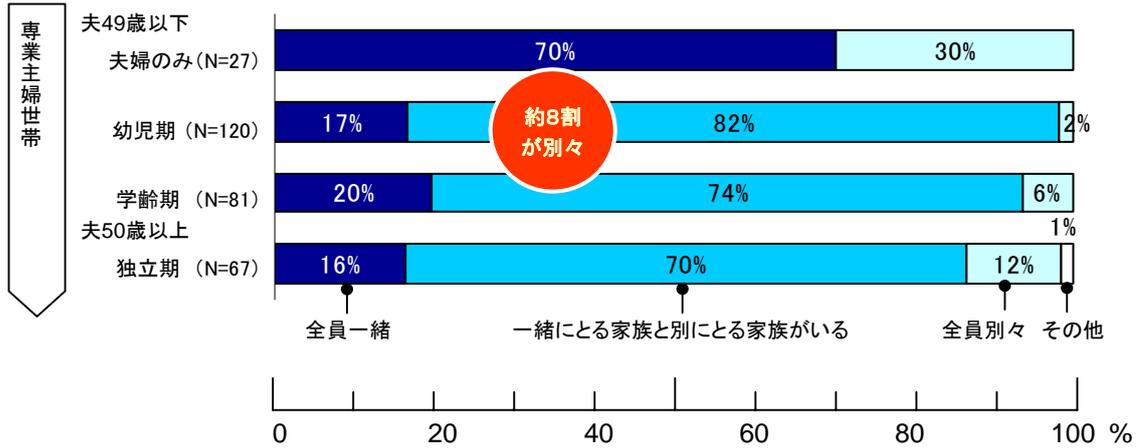
■ 夕食時間



B. 生活リズム調査

核家族 専業主婦世帯

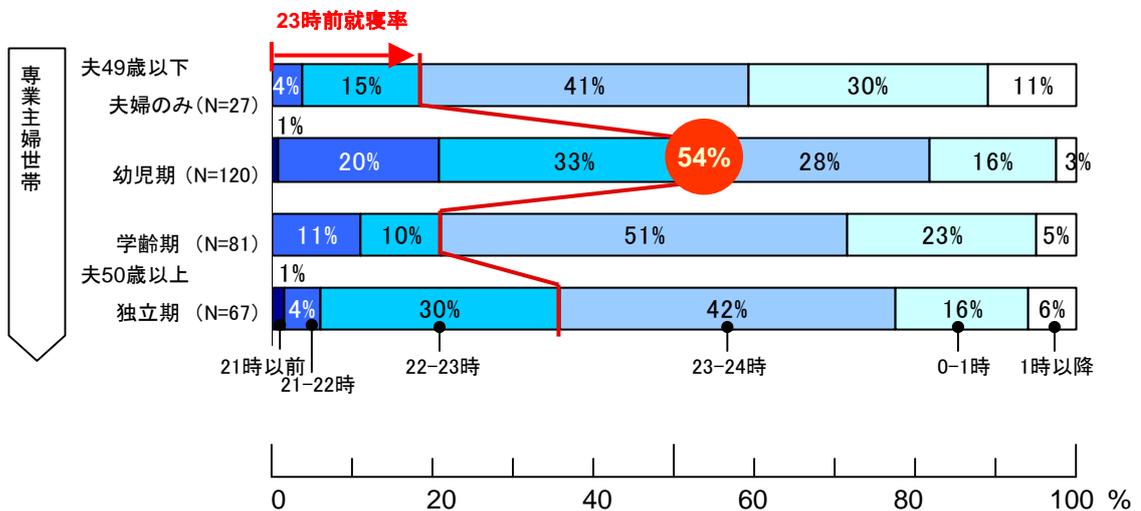
■夕食の一緒・別々



<自由記述の例>

- ・夕食は毎日妻が作る。妻と子ども(小学生・幼稚園)が早い時間に食べ、遅い時間に夫のために妻がおかずを温めなおす。(幼児期の子をもつ40代男性)
- ・妻と子どもが食べる時間(7時ごろ)にまとめて作り、夫が帰る頃に温めなおしをする。(親同居)幼児期の子をもつ30代男性)
- ・食事は妻が調理します。幼稚園の息子が夕方に食べ、妻は一緒に食べるか、もしくは、帰りの遅い夫と一緒に食事をします。(幼児期の子をもつ30代男性)

■妻の就寝時間



2-4. 学齢期の生活リズム

子の生活リズムが遅くなり、 夕食分散傾向が続く

●塾通いや習い事をしている子の帰宅時間は遅い

前ページでは幼児期に早まった生活リズムは子の成長に連れて遅くなっていきますが、夕食の分散傾向は続いていました。これは何故でしょうか。

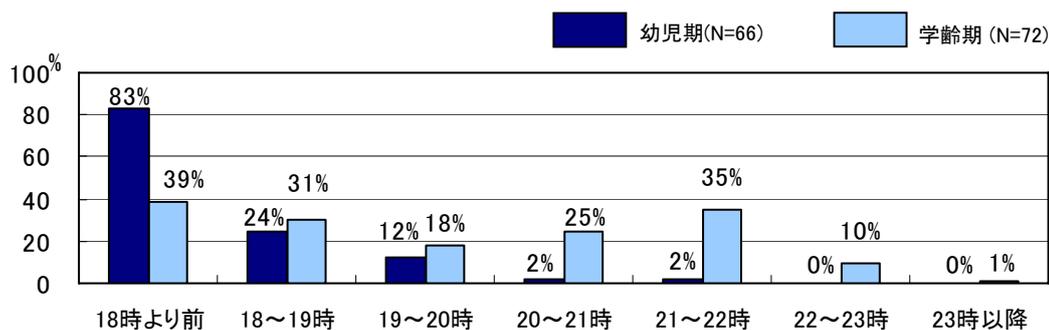
学齢期の子がいる世帯では、87%が塾通いや習い事をしていると回答しています。幼児期と比較して子どもの帰宅時間は遅くなっており、幼児期では大半が18時より前に帰宅していますが、学齢期では21時以降の帰宅も珍しくありません。そのため、学齢期の子は夕食を家族と別々にとることが多くなり、これが夕食分散が続く要因となっています。特に複数の子どもがいる世帯では、夕食の回数が3回以上に分散することもあります。

●家族を送迎する頻度も高まる

学齢期の子のいる世帯の約半数は、19時以降に定期的に（月1～3回程度以上）家族の送迎を行っており、他の世帯に比べ高い割合になっています。このような送迎は妻の役割であることが多く、家事時間に影響を与えていることが推測されます。

■ 塾通いや習い事をしている子の帰宅時間

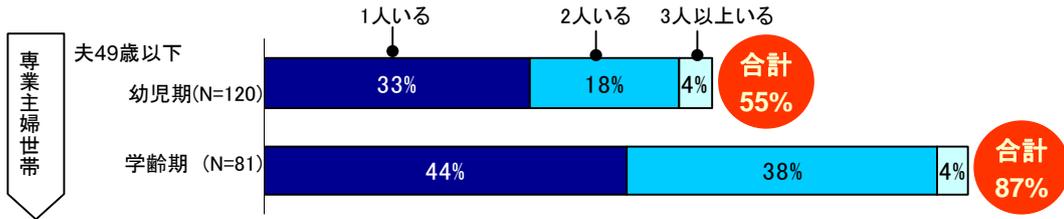
夫49歳以下



B. 生活リズム調査

核家族 専業主婦世帯

■ 塾通い・習い事をしている子がいる

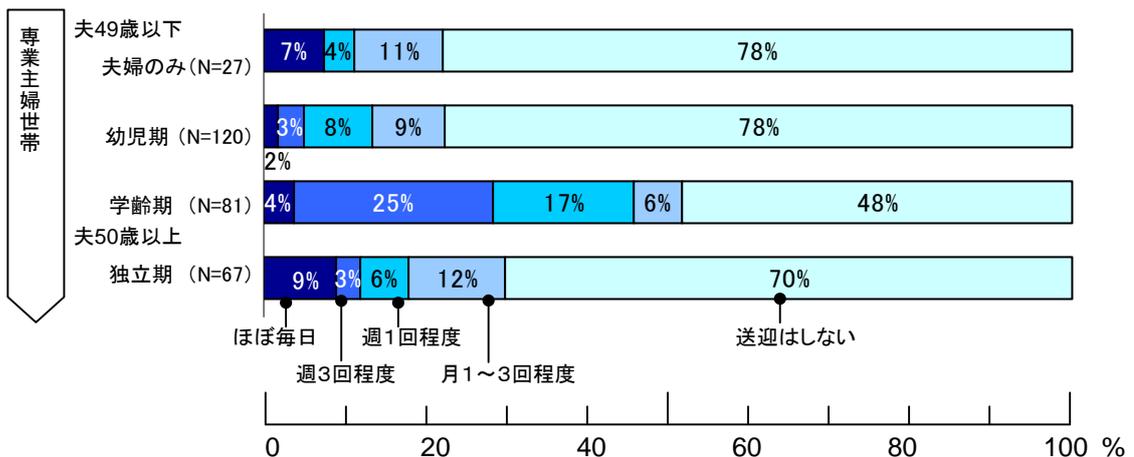


■ 夕食が別々となる要因

<自由記述の例>

- ・ 夕飯の調理は妻がまとめて全員分作る。息子の塾前に軽食(19時)妻と娘の夕食(19:30)息子の夕食(22時)夫の夕食(23時~)となり、最後の2回はそのたびに温めなおす。(学齢期の子をもつ40代女性)
- ・ おかずは妻がまとめて1回にまとめて全員分作る。夫と妻と小学生の娘が早い時間に食べ、遅い時間に食べる長男、長女のために、妻が温めなおしの調理をする。(学齢期の子をもつ40代男性)
- ・ おかずの調理は妻が1回にまとめて全員分作る。妻と高校生の娘が早い時間に食べる。遅い時間に食べるのは高校生の別の娘と夫。夫はいつも遅いが、曜日によってパターンは異なる。(学齢期の子をもつ40代男性)

■ 家族の送迎



<自由記述の例>

- ・ 子供の成長と共に習い事の迎え時間が遅い時間帯になってきた。(学齢期の子どもをもつ40代女性)
- ・ 息子が大学生になり家を出て、娘が高校生になり習い事が少なくなり、夜の送迎は本当に少なくなりました。子供たちが中学生の頃までは毎日のように送迎していました。一日に何度もという事もありました。(学齢期の子どもをもつ40代男性)

2-5. リタイア後の生活リズム

生活リズムが早くなり、 子の独立後は夕食が一緒に

●独立期以降、夕食時間は早まる

独立期に3割を下回った19時前の夕食率は、リタイア世帯になると再び増加します。特に、子が巣立って夫婦のみとなった世帯では64%（約2/3）が19時前にとっており、21時以降にとる人はほとんどいません。リタイア世帯の年代では生活リズムが早まっていることが夕食時間から推測できます。

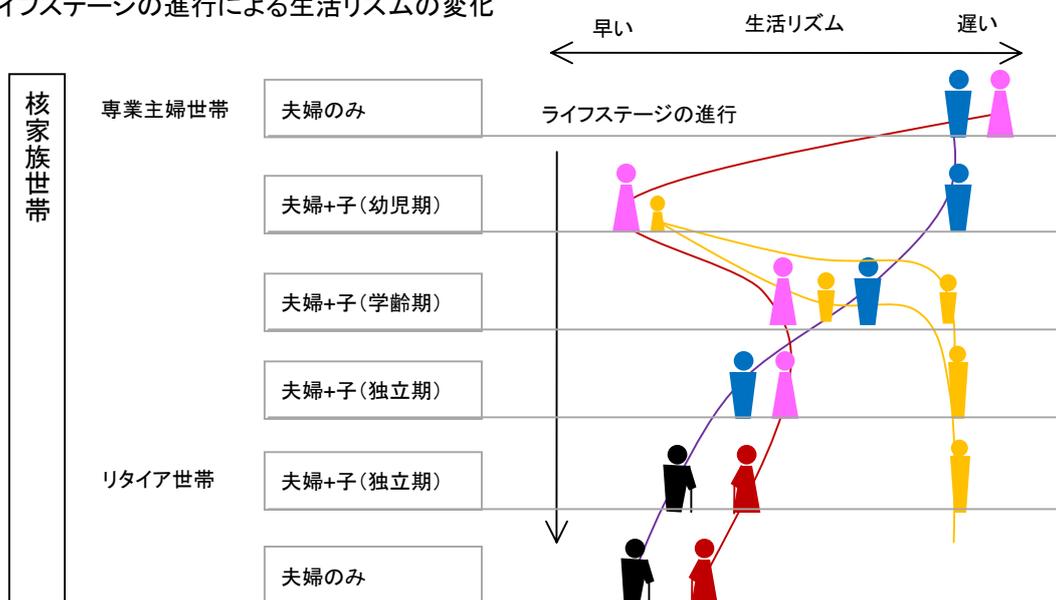
●夕食分散パタンの子の成長による変化

夕食分散パターンと、19時前に夕食をとることがある世帯の率、21時以降に夕食をとることがある世帯の率の3つを一つのグラフにまとめて表現しました。

19時前夕食率は、幼児期に高くなった後、一度減り、リタイア世帯になると再び上昇します。幼児期とリタイア期は生活リズムが比較的近く、リタイアした親世帯で孫の面倒を見ると、お互いの生活リズムはかなり近くなるでしょう。むしろ子世帯内の夫の生活リズムが合わず夕食分散の要因となっています。

21時以降夕食率は、子の成長につれて減っていきませんが、独立期でも3割弱は21時以降に夕食をとっています。夕食分散の傾向が8割前後で続いていることを考えると、独立期の子の夕食が分散しているのだと推測できます。子が巣立ちリタイア期の夫婦のみの世帯では97%が夕食を全員（夫婦）一緒にとると回答しています。

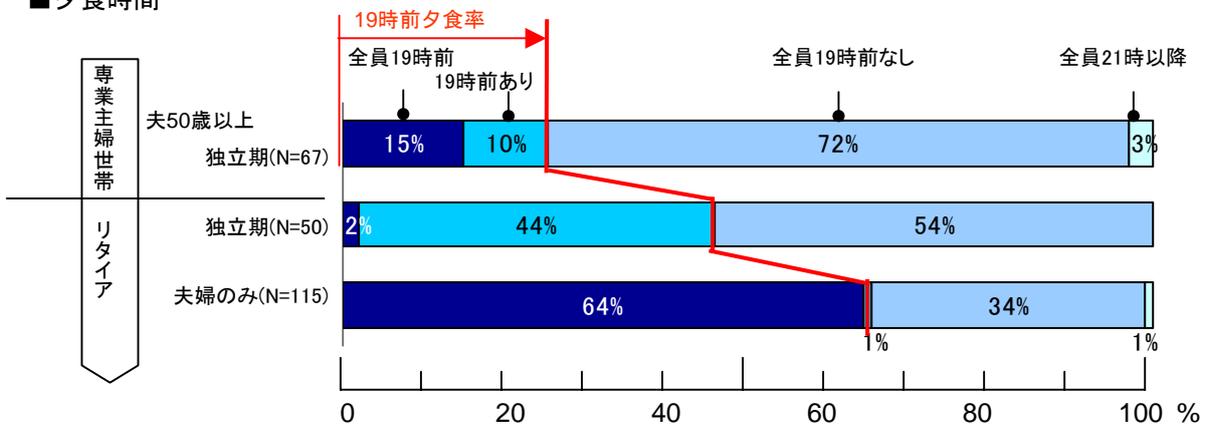
■ライフステージの進行による生活リズムの変化



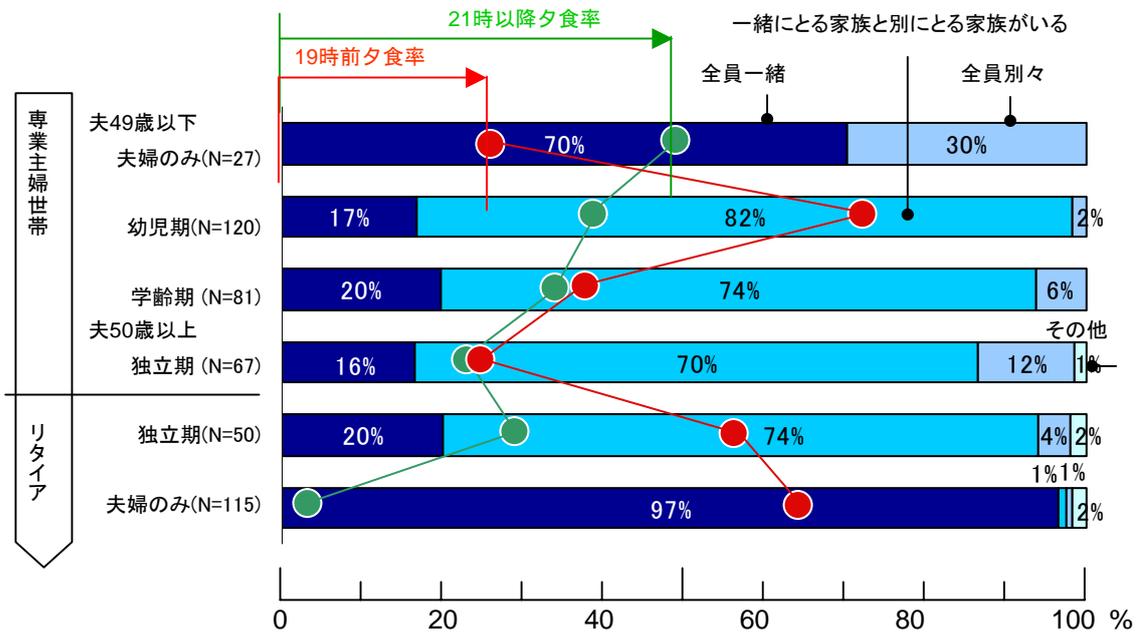
B. 生活リズム調査

核家族 専業主婦世帯～リタイア世帯

■夕食時間



■夕食の一緒・別々



2-6. 就寝時間に見る生活リズム

リズムが揃うのは幼児期4割、 リタイア期でも6割

●夫婦の就寝時間は年代によって変化するが、ずれていることが多い

夫、妻とも年齢が上がるにつれ、早く就寝する傾向が強まります。リタイア世帯（60代以上）の夫は半数以上が23時までに就寝しています。

妻の就寝時間の特徴として、幼児期の子がいる場合に際立って早くなり、学齢期には元に戻ることがあります。幼児期の子がいると、23時までに就寝する割合が5割以上になっています。この時期には、夫の就寝時間もやや早くなる傾向にありますが、妻ほどの変化はありません。そのため、幼児期の子がいる世帯では妻の方が早く寝る割合が高く、5割近くになっています。

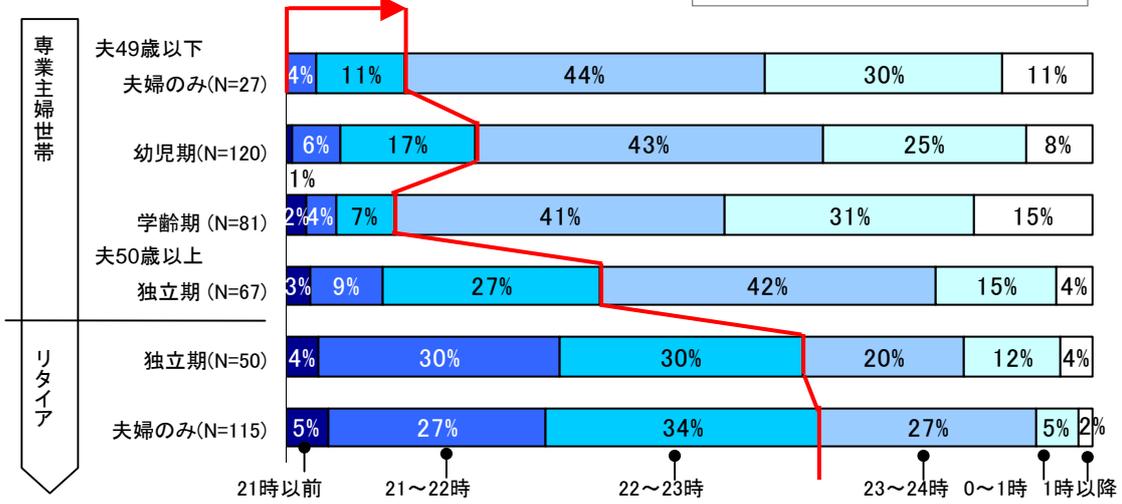
50代以降は一転して、夫の方が早く寝る割合が高くなり、夫が50代以上の独立期の子がいる世帯では、3割強の夫が妻より早く寝ています。リタイア期に入っても同じ時間帯に就寝する夫婦は6割に留まり、これが夫婦別寝室とする理由の一つになっていると推測されます。

夫婦の主寝室はベッドを2つ並べた間取りが今までの常識でしたが、子が誕生した以降は就寝に関しても生活リズムのずれが目立ちます。夫婦の寝室の在り方は、このような実態を踏まえ考え直してみる時期に来ているのかもしれない。

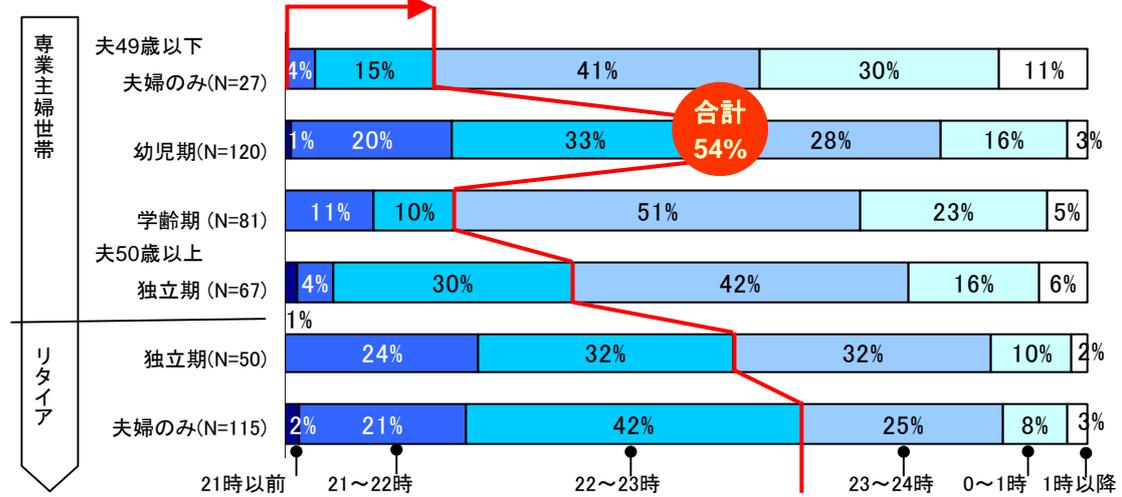
B. 生活リズム調査

核家族 専業主婦世帯～リタイア世帯

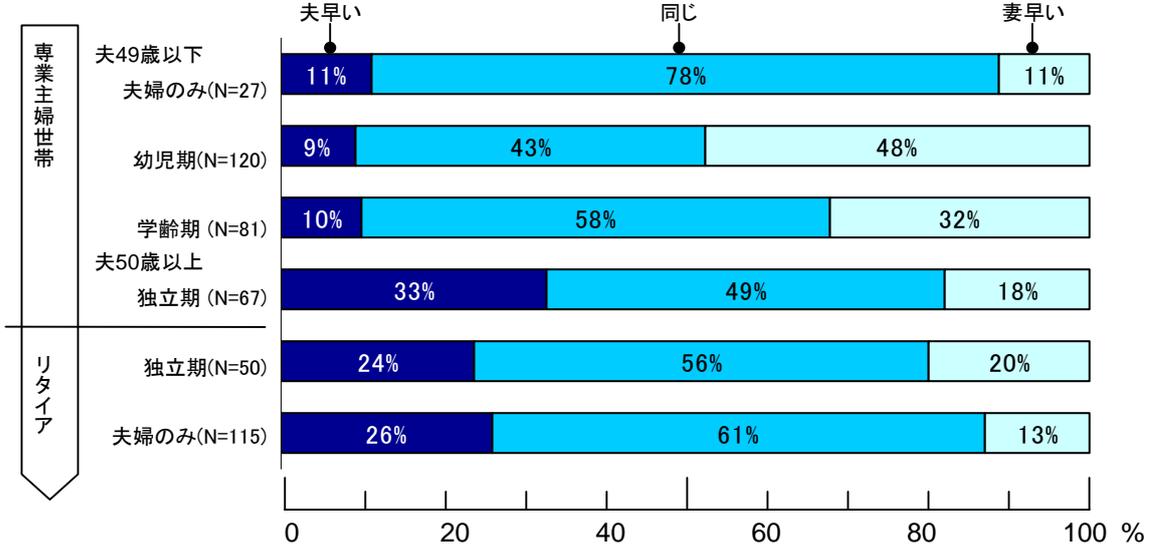
■夫の就寝時間



■妻の就寝時間



■夫婦の就寝時間のずれ



第三章

共働き家族の生活時間

— 核家族・専業主婦世帯と共働き世帯の比較 —

3-1. 共働き家族の生活バランス

幼児期でも妻の家事時間は約5時間、 夫のサポートが多い

● 専業主婦世帯と共働き世帯、それぞれのバランスの取り方

夫婦のみ→幼児期→学齢期といった各ライフステージの生活バランスを、専業主婦世帯と共働き世帯とで比較してみました。

専業主婦世帯においては、幼児期に家事・育児時間が11時間以上を占め、趣味・娯楽・勉強時間等、他の生活時間を圧迫しますが、小学校入学以降の学齢期には家事・育児時間は減少し、趣味・娯楽時間や仕事・通勤時間が増えてきます。

共働き世帯では、幼児期・学齢期共に仕事・通勤時間に9時間近くを割くので、他の生活時間は残った時間の中から配分されることになります。その結果、家事・育児時間は幼児期で5時間、学齢期で4時間となり、趣味・娯楽・勉強の時間も専業主婦世帯の半分程度になります。

● 夫のサポート時間は幼児期に増える

共働き世帯の妻の家事・育児時間が専業主婦世帯に比べ大幅に少ないため、共働き世帯の夫は家事・育児をサポートしています。

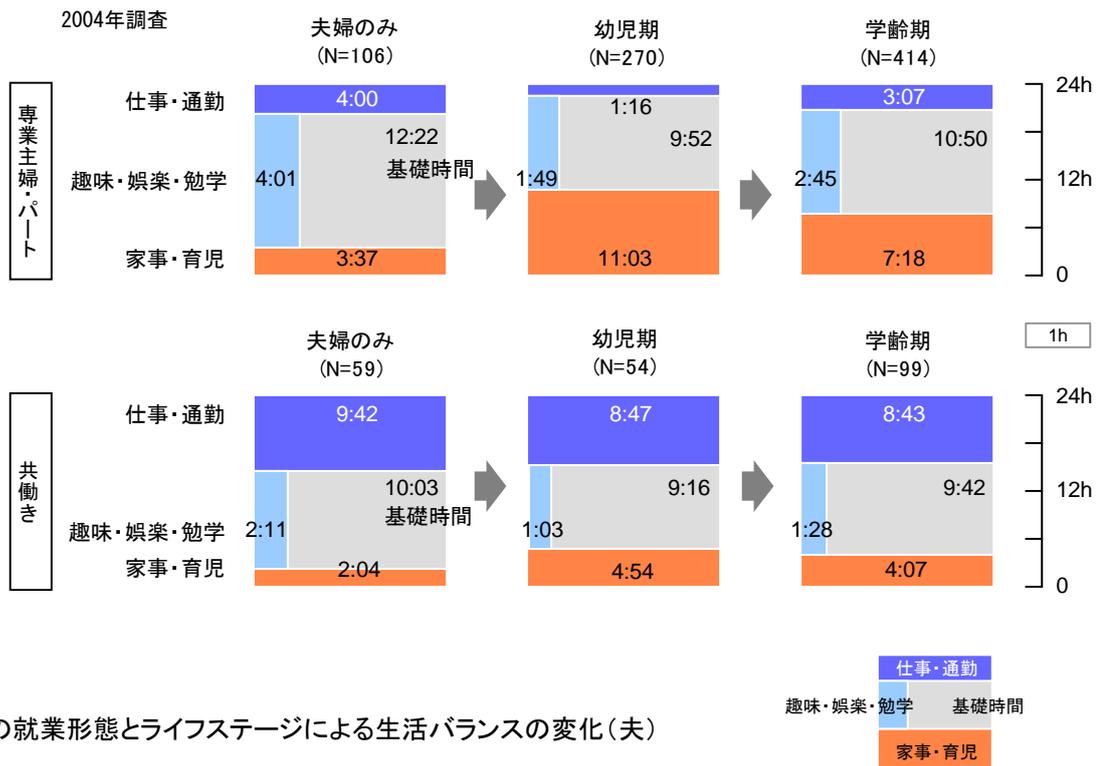
夫の生活時間を見ると、いずれのライフステージでも仕事・通勤時間はほとんど変わりませんが、家事・育児時間は幼児期の共働き世帯では1時間27分と専業主婦世帯に比べて33分多くなっています。夫婦のみや学齢期においても共働き世帯の夫の方が家事育児時間が多く、夫の協力傾向が強いといえます。

■ ライフステージの分類

- ・夫婦のみ：有配偶・子無し
- ・幼児期：長子が0歳～入学前
- ・学齢期：長子が小・中学生

A. 生活バランス調査

■妻の就業形態とライフステージによる生活バランスの変化(妻)



3-2. 出勤と帰宅の時間

出勤の時間帯は集中し、 帰宅時間はバラバラ

●共働きの夫は遅くても規則的な帰宅

専業主婦世帯、共働き世帯に関わらず、夫の出勤時間は規則的で6～9時の間にほとんどが出勤しています。共働き世帯の妻についても同様です。専業主婦（パート）世帯の妻については、やや出勤時間が不規則かつ遅くなりますが、それでも約6割は規則的に出勤しています。

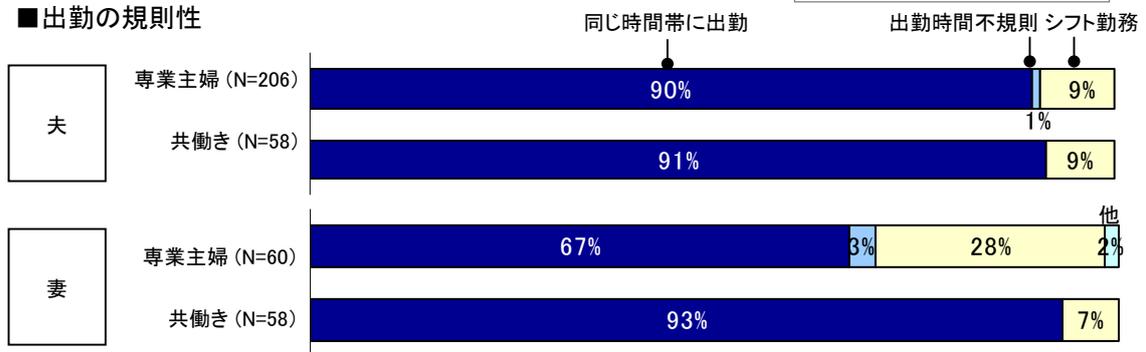
それに対し、帰宅する時間帯はばらつきが大きく、専業主婦の夫では21-22時の時間帯が半数以上あり、63%が帰宅が不規則です。共働きの夫の帰宅時間分布は専業主婦世帯とほとんど変わりませんが、帰宅が不規則なのは50%に留まり、家事育児のような家の中での何らかの役割の縛りがあることが想像されます。妻の帰宅時間の規則性が強いのも、帰宅後の家事の関係ではないでしょうか。

住まいの中の生活シーンを想像してみると、朝は家族全員が規則的に過ごしており、家族が顔を合わせる機会として貴重な時間であると推測されます。夜はバラバラに帰宅する家族が別々に食事をするのが考えられ、家族一緒に食卓を囲むことよりも、食事をしている家族としていない家族がコミュニケーションすることの方が多いのではないかと思います。

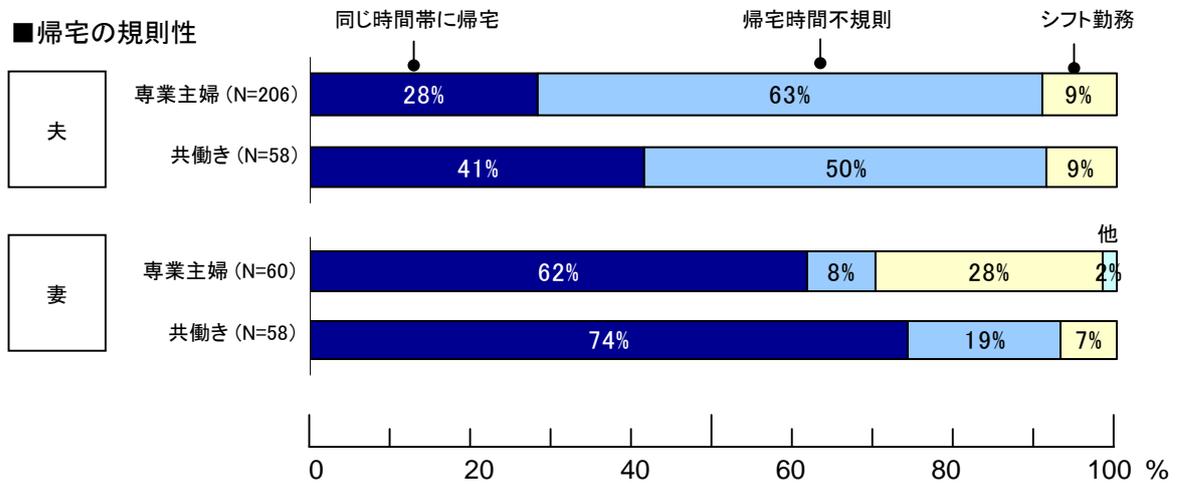
B. 生活リズム調査

核家族 夫婦+子 夫49歳以下

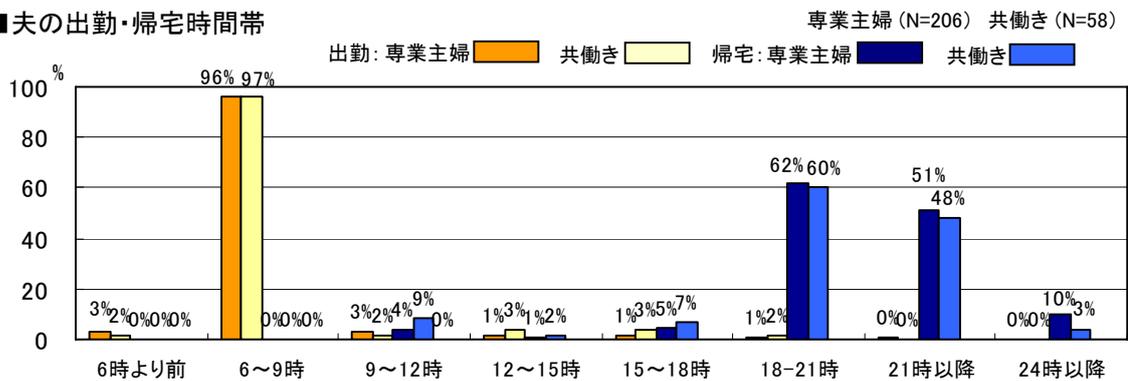
■出勤の規則性



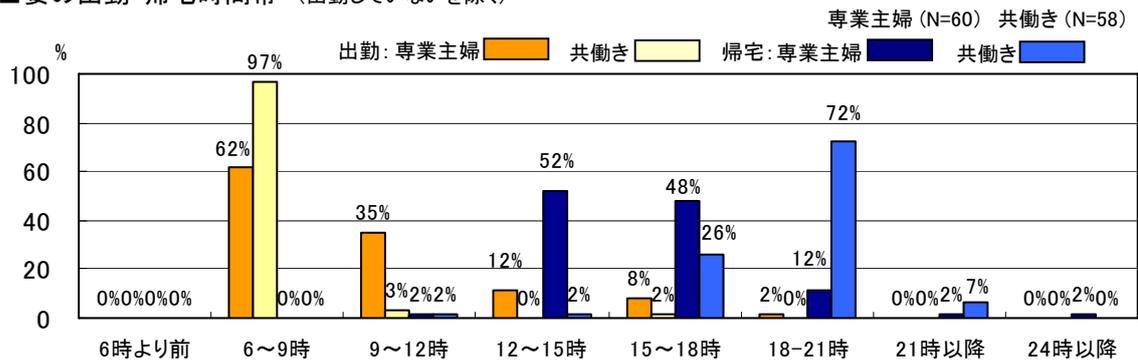
■帰宅の規則性



■夫の出勤・帰宅時間帯



■妻の出勤・帰宅時間帯 (出勤していないを除く)



3-3. 家族の帰宅と夕食

家族の帰宅時間が近く、 夕食一緒の率は専業主婦世帯の倍

● 帰宅時間の近さから夕食が分散しにくい

共働き世帯の夫の帰宅は、専業主婦世帯と比べて若干早めの傾向がありますが、その差は大きくはなく、専業主婦世帯と同様に約5割が「21時以降の帰宅」があると回答しています。

一方共働き世帯の妻の帰宅時間は、9割以上が21時前に帰宅しており、夕食を中心とした家事時間の制約をうかがわせる結果となっています。専業主婦世帯のパート勤務者では、18時以降の帰宅者は1割に満たないのですが、共働き世帯では約8割が18時以降に帰宅しており、夕食までの時間の慌ただしさが推測できます。

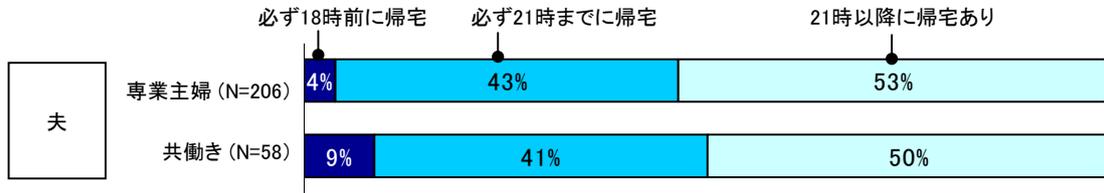
塾通いや習い事をしている子の帰宅時間では共働き世帯の子は専業主婦世帯と比較し18-20時の時間帯が多く、18時以前と20-21時が少ない傾向があり、妻の帰宅と近い時間帯に帰宅しています。

夕食が全員一緒の比率は共働き世帯は専業主婦世帯の倍以上の4割と高く、帰宅時間の近さが全員一緒の夕食につながっていると考えられます。幼児期には専業主婦世帯で19時前の夕食比率が高まる傾向があったのですが、共働き世帯では妻の帰宅時間が18時以降となることが多く専業主婦世帯の幼児期のように夕食時間が早くならないため夫の食事が分散してしまうケースが少ないと思われること、学齢期の子は20時までの帰宅が多いため、子が夕食分散となるケースも少ないことが複合してこのような結果を生んでいると考えられます。

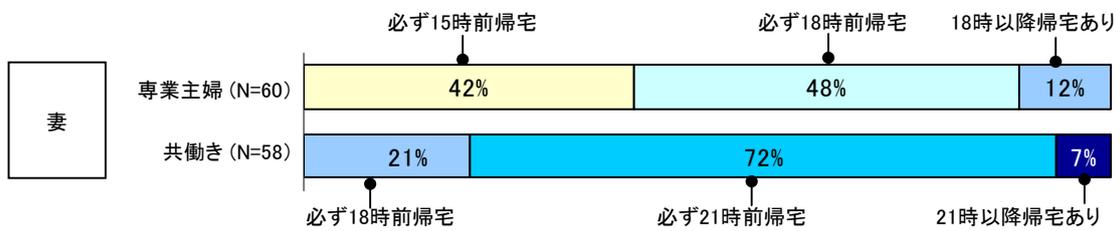
B. 生活リズム調査

核家族 夫婦+子 夫49歳以下

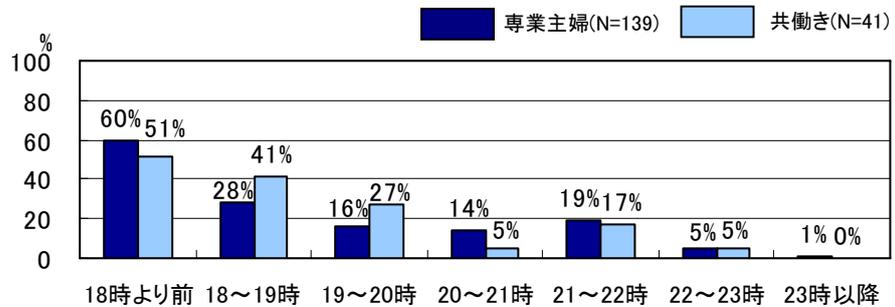
■ 夫の帰宅時間



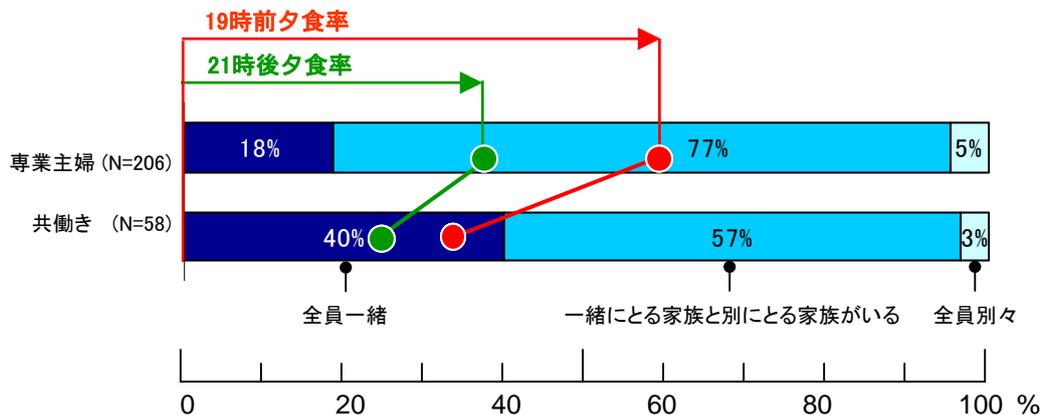
■ 妻の帰宅時間 (専業主婦はパート・アルバイトを対象)



■ 塾通い・習い事をしている子の帰宅時間 (塾や習い事をしていない子どもは除く)



■ 夕食分散パタン



3-4. 移動の手段

車2台以上が多く、 妻の方が車通勤が多い

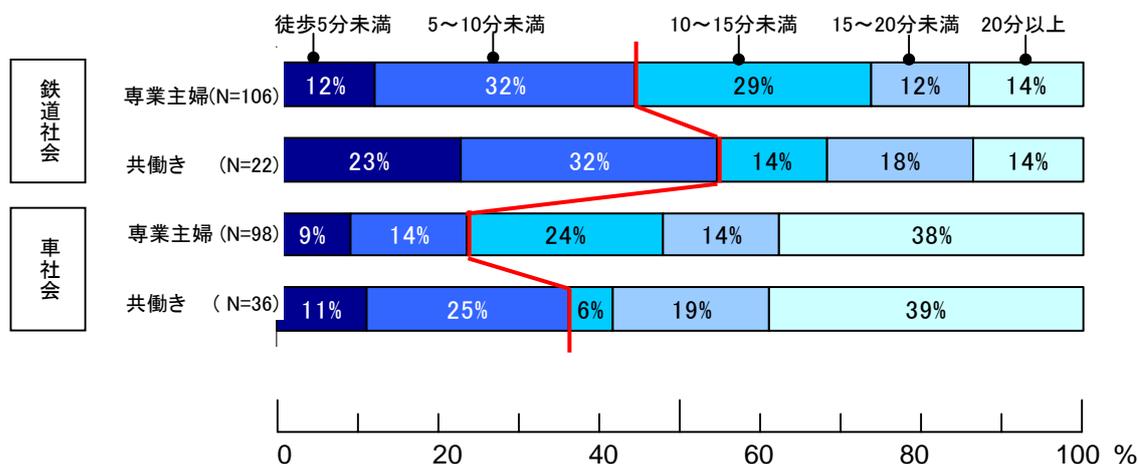
● 鉄道社会の共働き世帯は駅まで近く、車の2台以上保有の割合も高い

鉄道社会の共働き世帯は、駅徒歩5分未満の居住者が23%と専業主婦世帯の倍近くあり、駅に近い便利な場所に居住する傾向があります。一方で車を2台以上所有する率も共働き世帯の方が高くなっています。通勤手段として車を使う比率は夫より妻の方が多く、東京23区以外では妻の通勤手段が電車/バスといった公共交通機関である比率は半分以下であり、埼玉千葉エリアでは車が妻の通勤手段となる場合が半分近いなど、鉄道社会に分類した大都市通勤圏においても働く女性にとって自家用車が移動手段としてよく利用されていることを示しています。

● 車社会の共働き世帯は、車を2台以上保有している割合が高い

車社会においては車2台以上の比率が専業主婦世帯で約6割、共働き世帯では約8割に達し、共働き世帯では3台以上の場合も14%あるなど、共働き世帯が車をより多く保有している傾向は変わりません。夫の通勤手段が車である率が67%と際立って高い中京圏を除けば夫より妻の方が多く通勤手段として車を利用している傾向も鉄道社会と同様です。

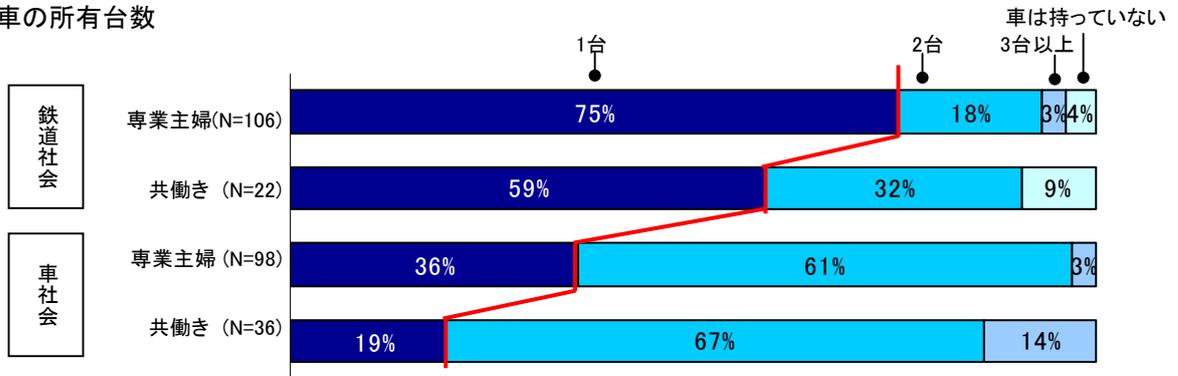
■ 最寄駅までの距離



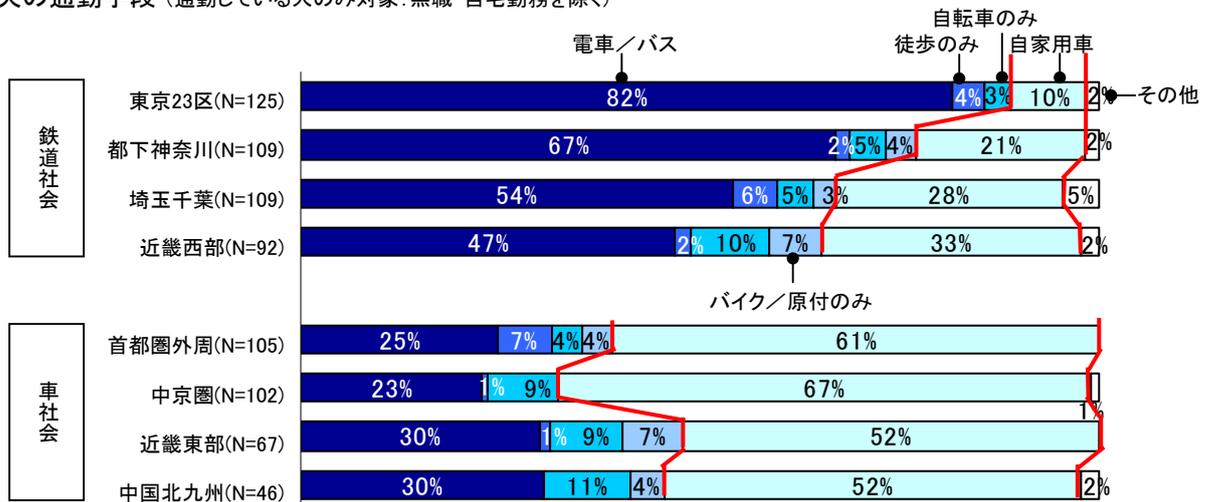
B. 生活リズム調査

核家族 夫婦+子 夫49歳以下

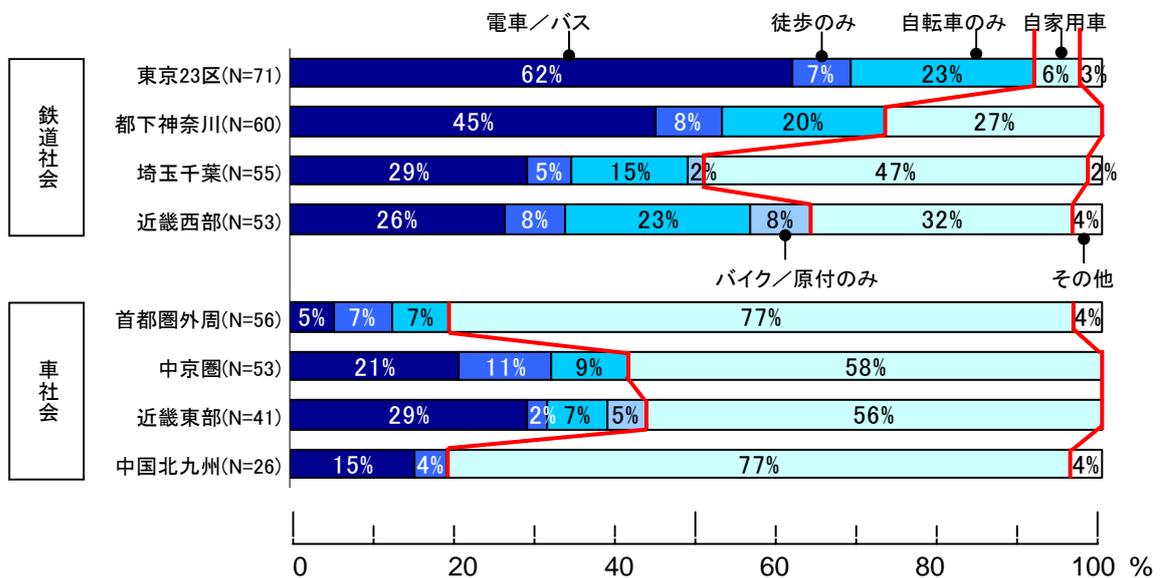
■車の所有台数



■夫の通勤手段 (通勤している人のみ対象:無職・自宅勤務を除く)



■妻の通勤手段 (通勤している人のみ対象:無職・自宅勤務を除く)



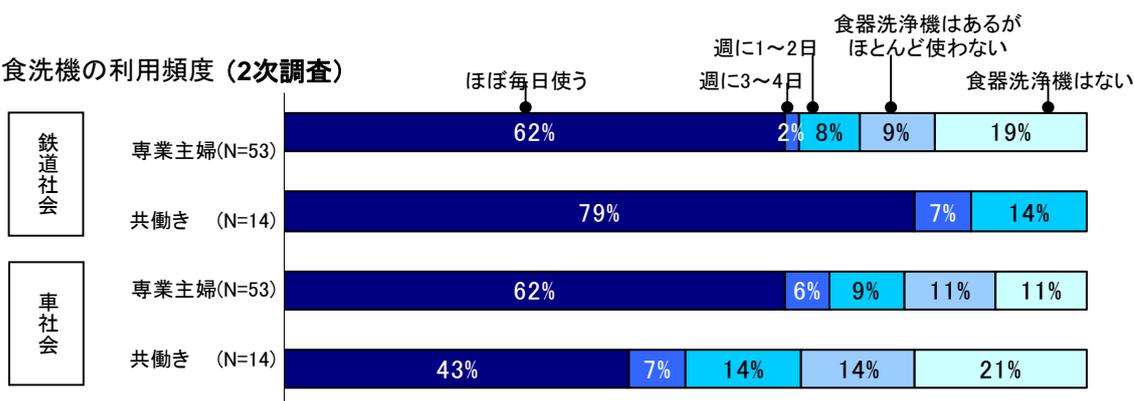
3-5. 家事の合理化

鉄道社会では食洗機利用やつくりおき 車社会では夜間の買い物

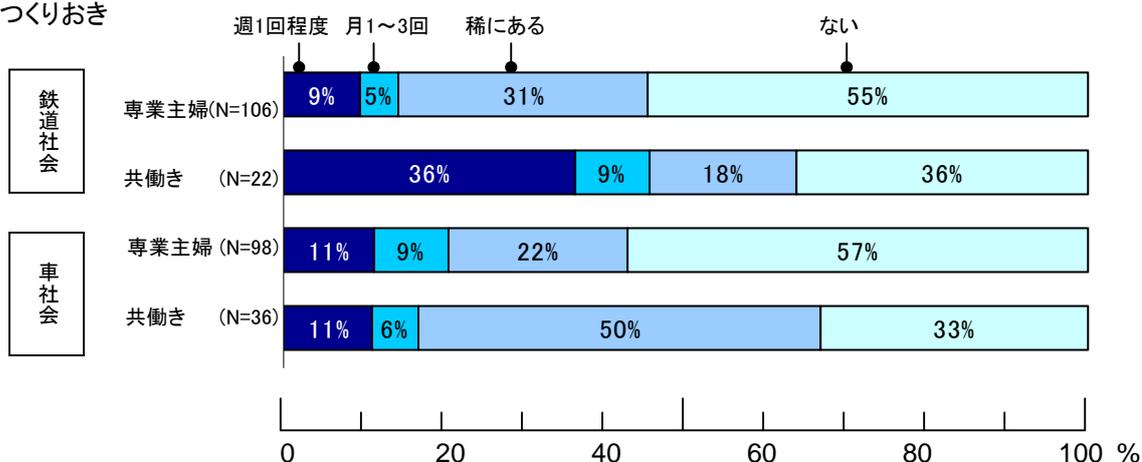
● 鉄道社会では、食洗機や食事のつくりおきにより、平日の家事負担を軽減

家事の合理化では鉄道社会と車社会で異なった傾向が見られました。
食器洗浄機の利用は専業主婦世帯では鉄道社会、車社会ともに約6割がほぼ毎日使用しています。鉄道社会の共働き世帯においては専業主婦世帯より食洗機利用頻度が高まる傾向が見られ、車社会の共働き世帯では逆に減少しています。週1回以上の食事のつくりおきも鉄道社会の共働きに特徴的に多く見られます。

■ 食洗機の利用頻度（2次調査）



■ つくりおき



<自由記述の例>

- ・全員分の食器をわたしと夫がシンクまで運ぶ。時々子供たちも手伝う。全員分の食器を一気に食洗機に入れて終了。仕事が忙しく、疲れているときは以上の行程が朝に回ることもあり。(共働き(鉄道社会)幼児期の子をもつ30代女性)
- ・食材や作り置き料理をもっと格納できるように大きな冷蔵庫が必要だと感じた。宅配されたものを保管する場所があった方がよかった。(共働き(鉄道社会)幼児期の子をもつ40代男性)

B. 生活リズム調査

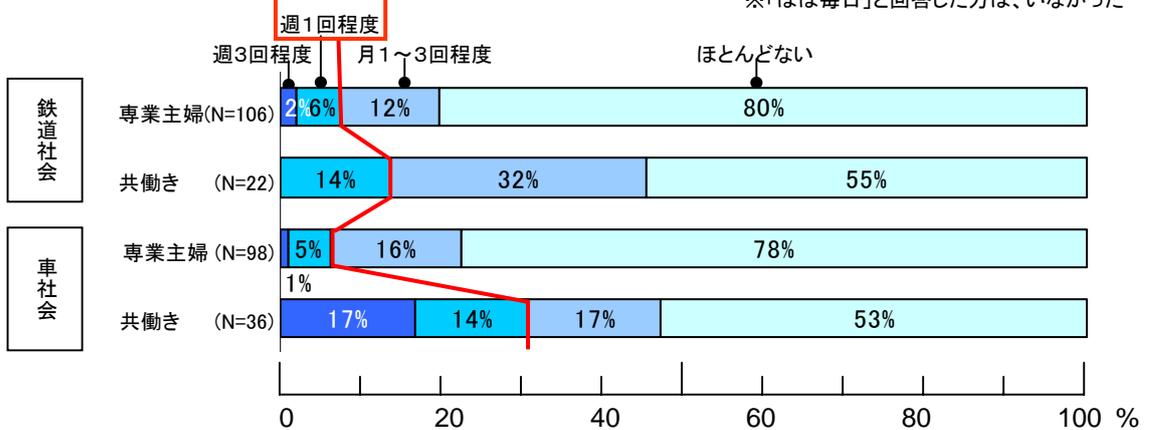
核家族 夫婦+子 夫49歳以下

●車社会の共働き世帯は夜間に買い物

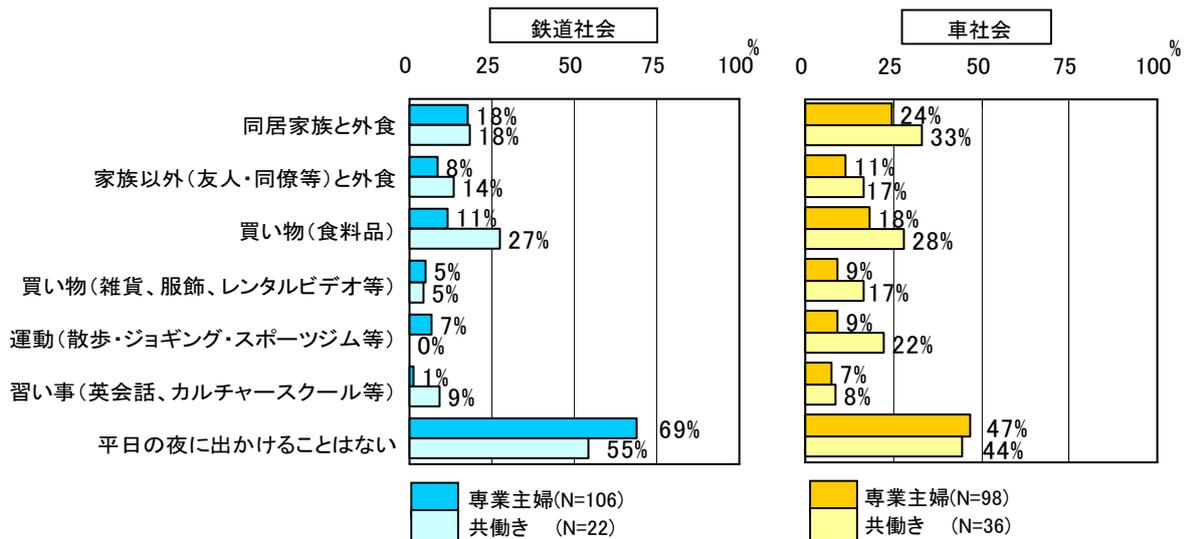
車社会の共働き世帯においては食器洗浄機の利用頻度や、週1回以上の食事の作りおきが増える傾向は見られず、代わって夜間の食料品の買い物の頻度が高くなっています。また、夜の夕食や運動も車社会の共働き世帯に多く見られます。夜でも時間に関係なく移動が可能な車社会の特性と、郊外型の営業時間の長い大型店を使い、夜間に買い物をする生活リズムが生まれていると考えられます。

■19時以降の食料品購入のための外出

※「ほぼ毎日」と回答した方は、いなかった



■平日19時以降に外出することがある場所



<自由記述の例>

- ・保育園の迎えが7時なので、それから後食料品を買いに行くことはある。(共働き (車社会) 幼児期の子をもつ40代女性)
- ・子供の習い事の送迎や店舗の営業時間の延長などで、遅い時間の外出が、増えてきた。(共働き (車社会) 学齢期の子をもつ40代男性)

3-6. 共働き家族の実例

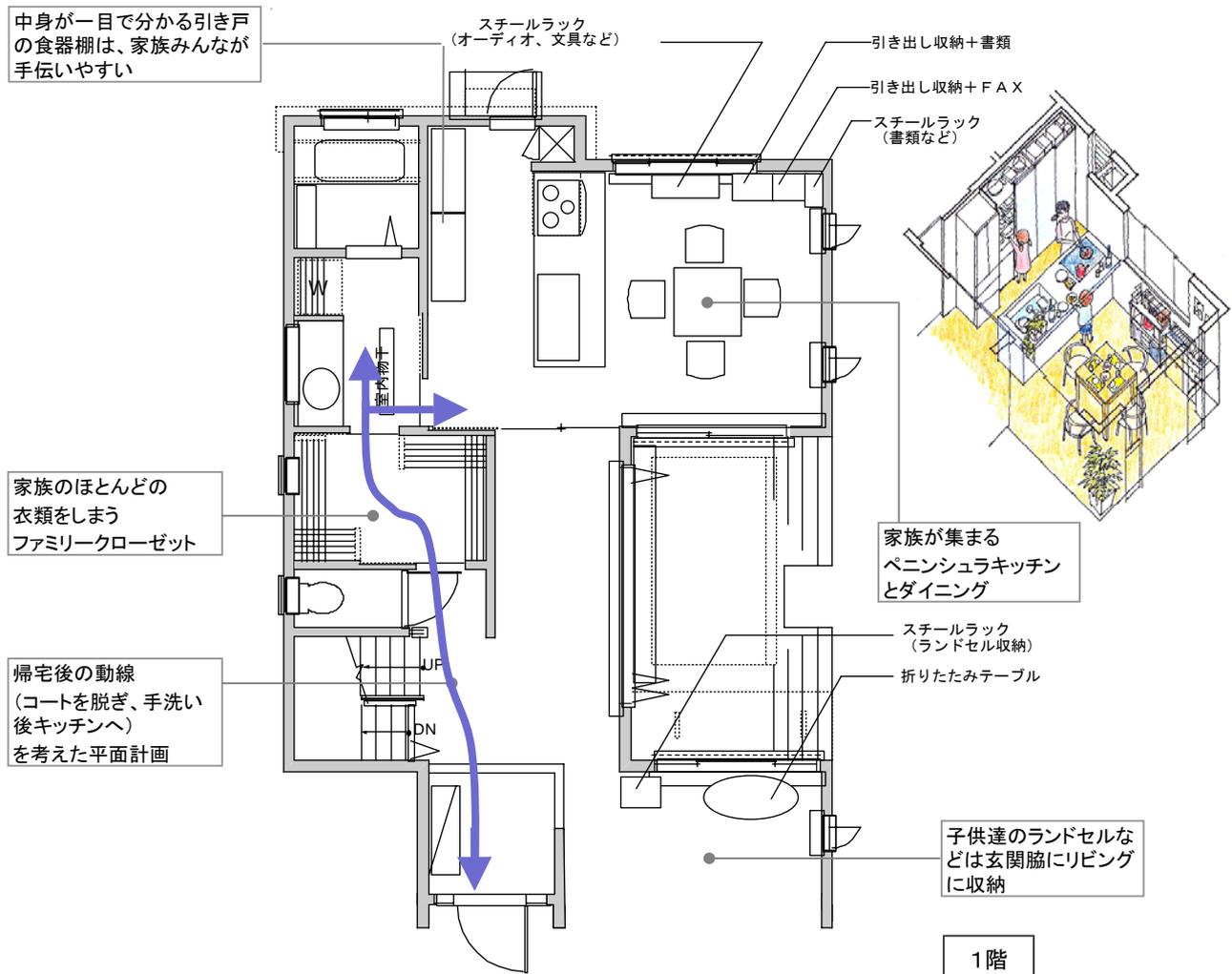
夫や子が家事を手伝い、 作りおきや食洗機を活用

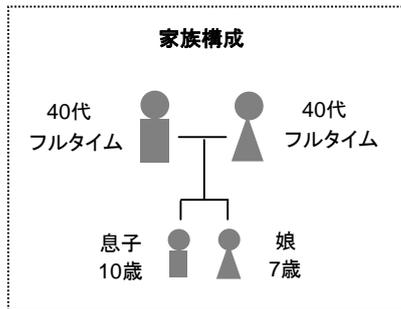
●限られた時間を上手に使いながら、家族みんなで家事をする

共働きの夫婦＋小学生の子2人の家族のお宅に訪問し、暮らし方のヒアリングを行いました。

平日は分刻みの時間をこなす、キャリア夫婦なので、家族が分担して家事をしています。妻は調理・洗濯を中心に、夫は洗濯・子供の世話・ゴミ出し中心で行います。また、子供達は毎朝食洗機から出して並べるのが日課です。ご夫婦の手の空いている方・気になった方が、自然に家事をしています。

妻は朝食の準備と一緒に、子供達のおやつとしておにぎりを作り、夕食の作りおきをします。





●子供達だけの時はファミリホールで過ごし、家族が揃えばダイニングに集まる

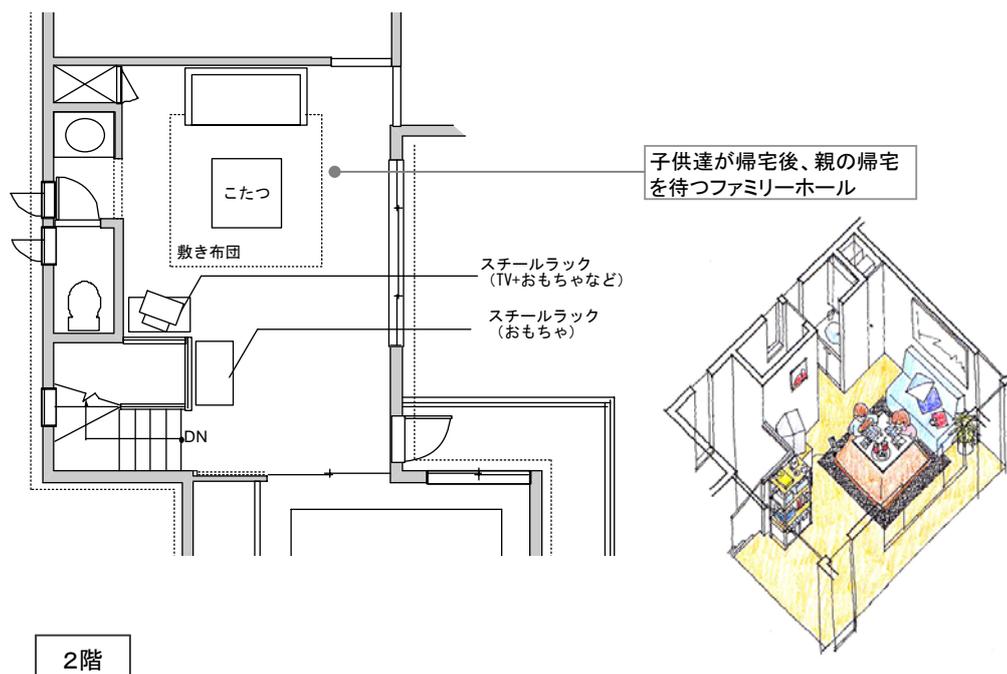
放課後の子供達の世話は、学童保育、塾、行政の人的サービスに加えて、ご近所の方も気にかけてくれるので、夫婦は仕事に専念できます。

子供達の帰宅後は、すべての気配が伝わる、大好きなファミリーホール（2階階段上）で、夫婦が帰るまで過ごします。そこは、TVがある、ゲームがある、こたつがある...場所です。

夕食は、夫か妻、先に帰った方が朝、妻が準備した夕食をパッと温め子供達と食べます。朝作りおきしておいたおかげで子を待たせずに食事が取れるのです。

後から帰った方が食べる時は、食事後の3人が一緒のこともあれば、子供達を寝かした後に食べることもあります。

夕食後～寝るまでは、皆がダイニングで過ごします。ダイニングにはTVがありませんが、家族4人が集まるのはいつもダイニングです。



第四章

親のサポートでかわる生活時間

— 核家族と親融合同居の比較 —

4-1. 同居・近居と生活バランス

親の同居・近居により家事・育児時間が減る

●親同居で専業主婦女性はパートに出て、共働き女性の家事・育児時間は短く

子育て期に最も頼りになるのは、一番近くにいる夫ですが、仕事が忙しいので必ずしも頼ることはできません。そこで育児サポートをしてくれるのは、妻の親、夫の親です。親との居住状況を同居、近居、非同居の3つに分類し、人的サポートがより求められる子供が2人以上の世帯を取り上げて生活バランスを分析をしました。

家事・育児時間は、専業主婦世帯、共働き世帯共に、非同居に比べて近居、同居の順に少なくなり、親のサポート効果が表れた結果となっています。

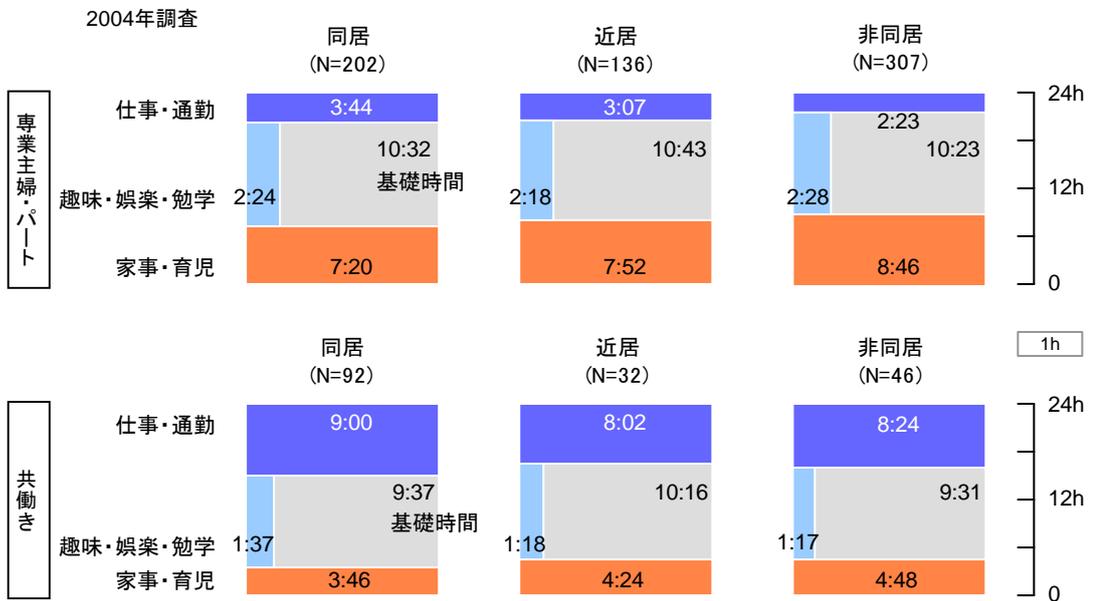
また、専業主婦世帯で親が同居・近居の仕事・通勤時間が多くなり、妻がパートに出やすい状況がうかがえます。共働き世帯では、近居と同居の差が大きく、家事・育児時間が38分減り、仕事・通勤の時間が58分増えています。親が家において、家事・育児のサポートをしてくれるという安心感が妻の共働きを支えていると考えられます。

■同居・近居・非同居の分類

- ・同居 : 親世帯と同一建物、または同一敷地内の別の建物に居住
- ・近居 : 親世帯と同一町内または1km以内に居住
- ・非同居 : 同居・近居に該当しないもの

A. 生活バランス調査

■ 親同居と生活バランス(子が2人以上の世帯)



4-2. 親世帯との距離

約5割が同居～近居 近いほど交流が多く、妻の就業比率が高い

● 親が近くにいるほど共働きやパートタイム勤務が多い

サンプル全体での親世帯との距離は、親融合同居、独立同居の合計で約3割、近居までの合計では約半分を占めています。

夕食が一緒の場所である親融合同居を除いて、独立した生活を営む親子両世帯の交流頻度をみると、親世帯との距離が近いほど増え、独立同居では一日一回以上の交流が約6割、近居では週1回以上の交流が約半分となっています。

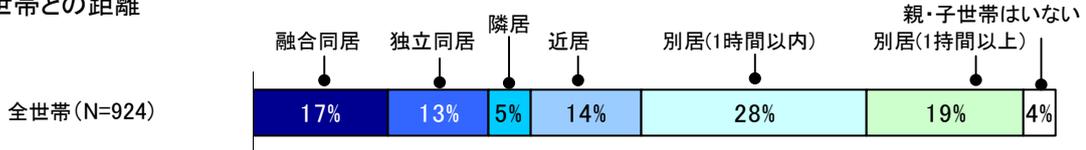
また、妻の就業形態について、親世帯との距離が近いほど共働きやパートタイム勤務が増える傾向があり、親の存在が共働きのサポートとなっていることがうかがえます。

■ 親世帯との居住距離の分類

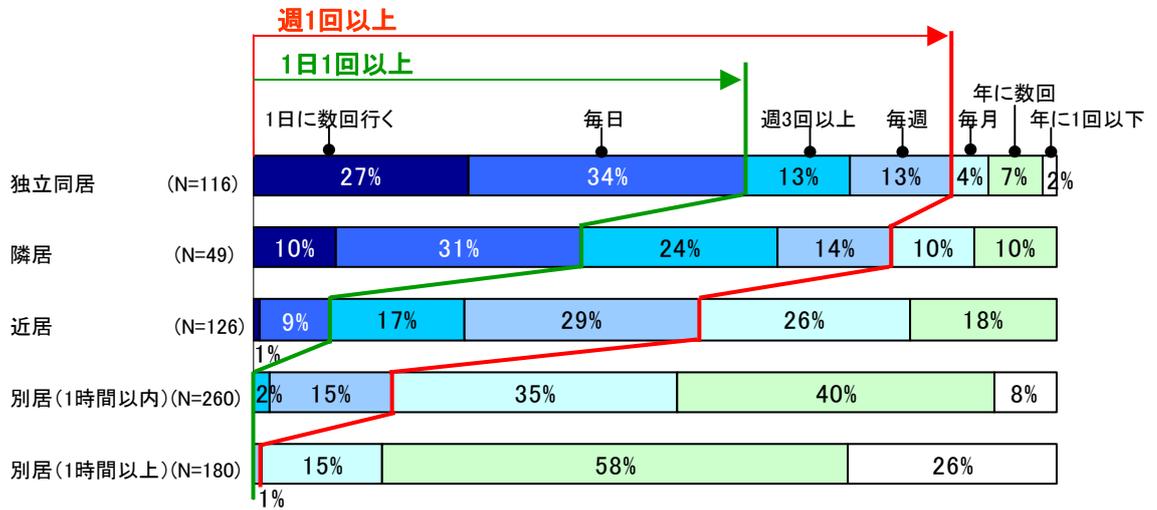
- ・親融合同居：夕食を同じ場所でとる同居(夕食融合)
- ・独立同居：夕食を別々の場所でとる二世帯同居(夕食独立)
- ・隣居：同一敷地内の別棟
- ・近居：徒歩15分以内
- ・別居：徒歩15分以上の場合を鉄道や車での所要時間が1時間以内・以上で2つに区分した

B. 生活リズム調査

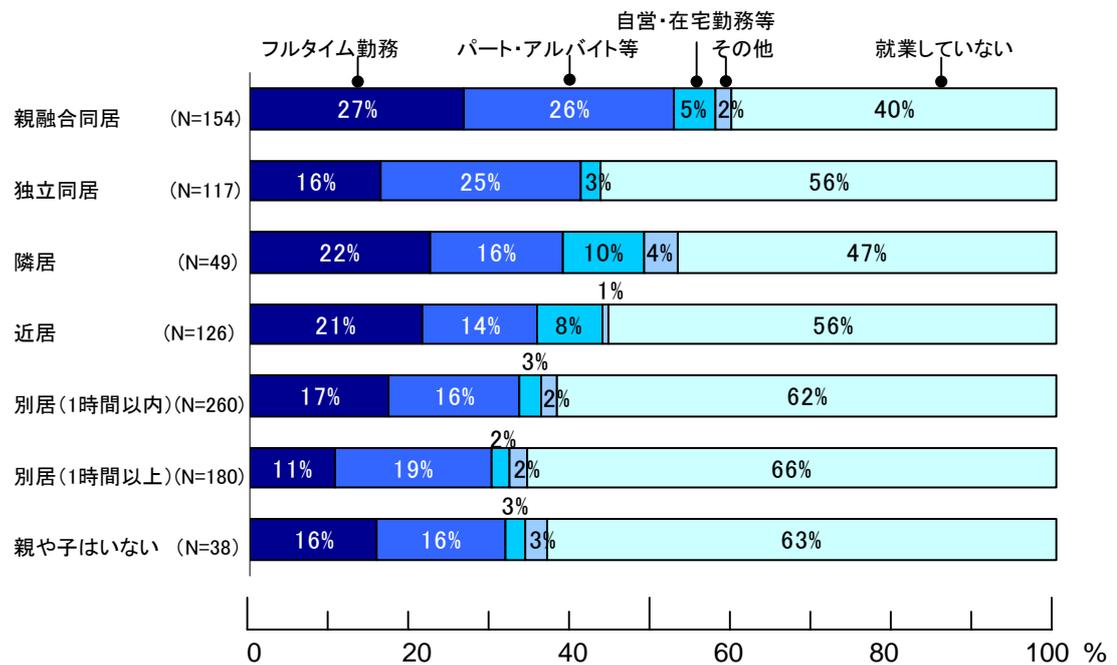
■親世帯との距離



■親世帯との交流頻度 (親・子世帯がないを除く)



■妻の就業形態



4-3. 家族の帰宅と夕食

母親が専業主婦となり、 妻は働き手に

●同居の親は専業主婦の役割を演じる

専業主婦世帯は親が近くに居るほどパートからの15時以降の帰宅比率が増え、親同居、近居が夕方遅くまでの勤務を可能にしていると言えます。

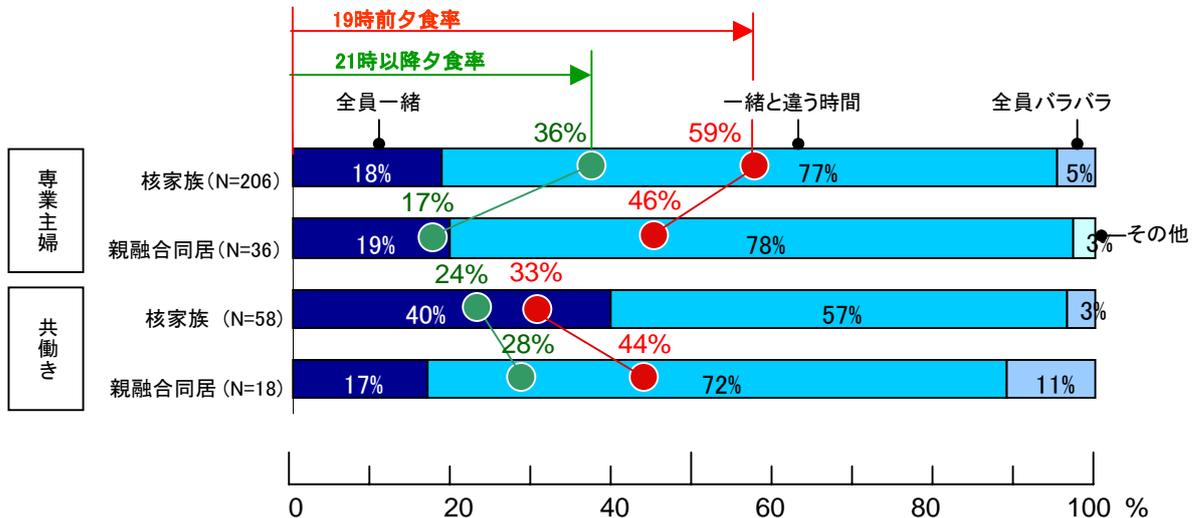
共働き世帯の場合は、妻は18-21時の間にほとんどが仕事から帰宅しているものの、親融合同居は帰宅が不規則である率が高くなっており、帰宅時間の制約が緩くなる傾向が見られます。

子の帰宅時間は専業主婦世帯では親融合同居の方が18時以前が少なく18-21時の帰宅が増えており、遅めの傾向があるのに対し、共働き世帯では核家族の方が18-21時の比率が高まり遅めの傾向があります。

夕食については、専業主婦世帯では約8割が分散していますが、核家族の共働き世帯のみが夕食が一緒の率が40%と比較的高くなっています。

専業主婦世帯については、親融合同居によってパートの勤務時間を延ばすことができ、より共働き世帯の生活リズムに近づくのに対し、共働き世帯では、親が専業主婦の役割を果たすために生活リズムから共働き世帯の特徴が薄まる傾向がある、といえます。

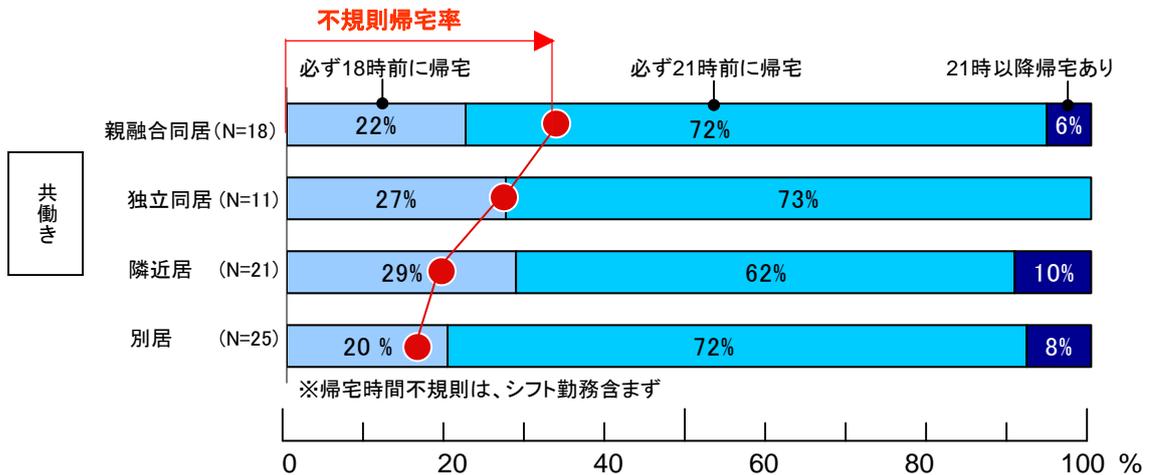
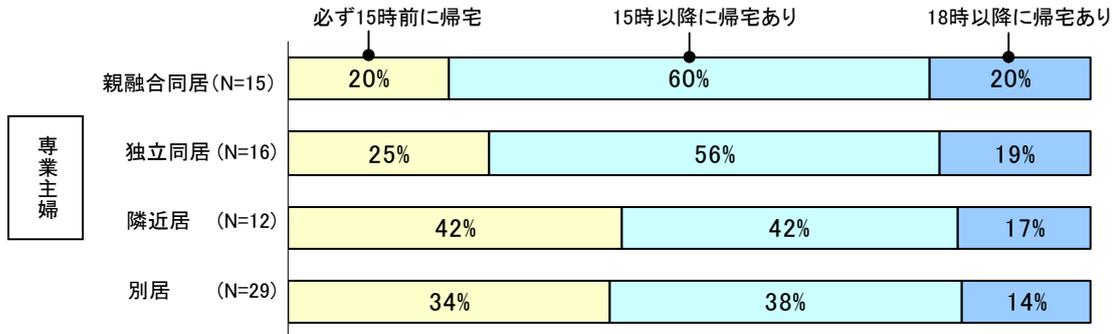
■夕食の一緒・別々



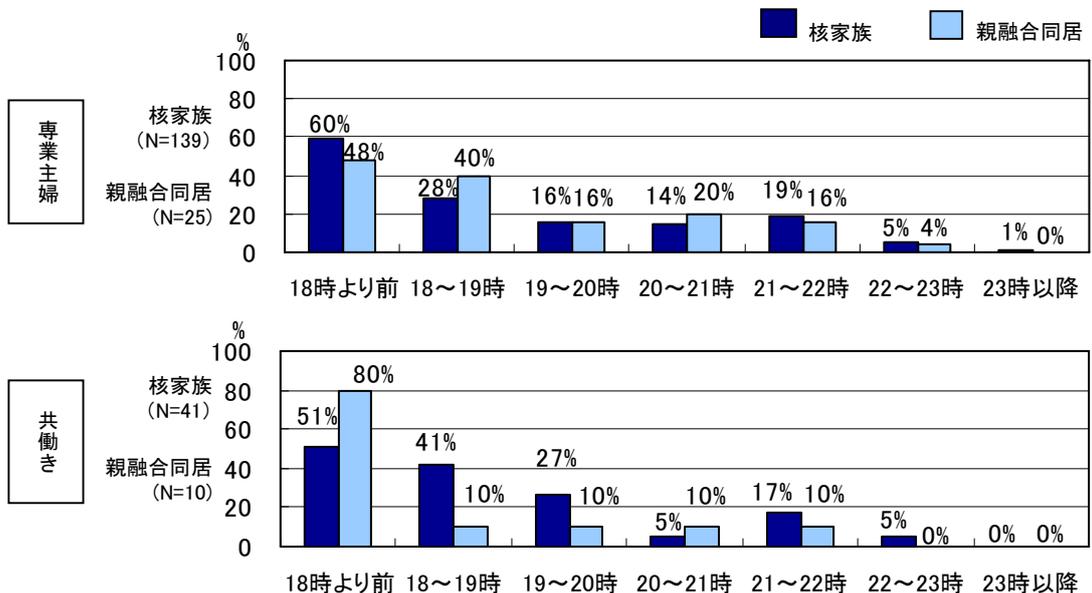
B. 生活リズム調査

夫婦+子 夫49歳以下

■ 妻の帰宅時間 (親・子世帯がないを除く、専業主婦世帯には、パート・アルバイト勤務者含む)



■ 塾通い・習い事をしている子の帰宅時間 (塾通い・習い事をしていない子を除く)



4-4. 親融合同居による生活リズムの変化

親のサポートで家事時間に余裕が生まれる

●同居の母親が夕食をつくることが多く、共働きの場合は妻に代わって主婦に

平日、夕食の献立を考えて調理する人を、複数回答ですべて答えていただきました。専業主婦の場合は100%の妻が夕食を作っていますが、共働きの場合は61%にとどまり、代わりに約8割の世帯で同居の母が夕食を作っています。同居の親が調理者となるケースは夫の母、妻の母ともに見られます。また、夫がつくる場合も核家族の共働き世帯では2割あり、専業主婦世帯に比べ多くなっていますが、親融合同居の場合は親に頼ってしまうためか共働きでも夫が夕食を作るケースはありませんでした。

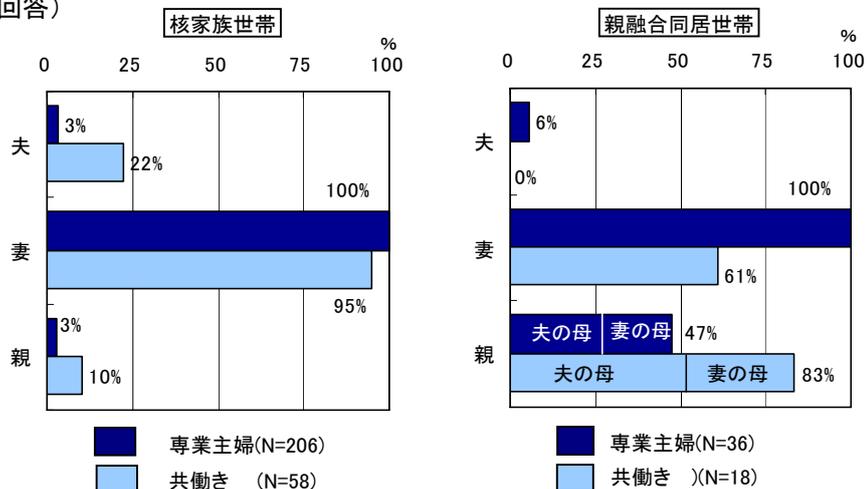
●親融合同居により専業主婦世帯は夜洗濯が増え、共働き世帯は減る

専業主婦世帯の場合は、親融合同居によって夜洗濯の割合が増え、パートからの帰宅時間が遅くなって共働きの生活リズムに近づいたことの影響とともに、同居親と洗濯時間の競合を避けていることが推測されます。共働き世帯の場合は核家族世帯で多かった夜洗濯が大幅に減り、代わりに朝のみ洗濯が約5割を占めています。これは同居の母親が子世帯も含め洗濯を引き受けているためではないでしょうか。

●親融合同居により夜の外出は増え、寝る時間は早くなる

親融合同居によって、専業主婦世帯、共働き世帯共通で、平日夜の外出が増え、就寝時間が早くなっています。特に共働き世帯では23時前就寝率が計40%から56%へ増え、生活リズムへの影響が大きいことがわかります。

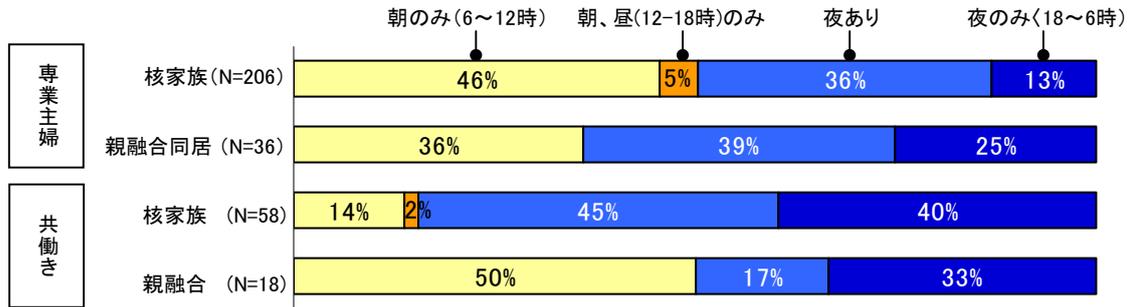
■夕食を作る人(複数回答)



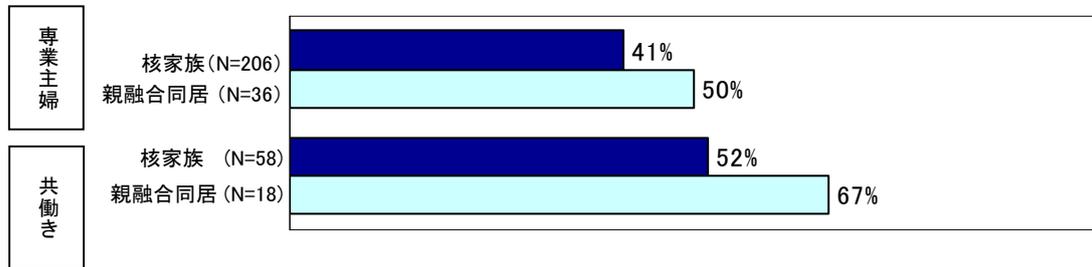
B. 生活リズム調査

夫49歳以下

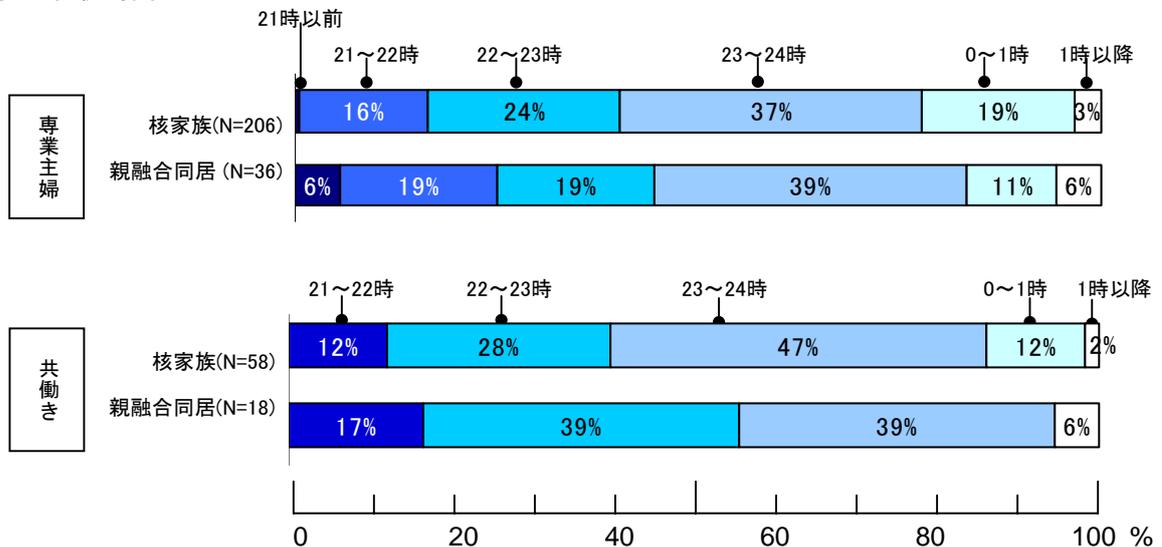
■洗濯時間



■平日夜19時以降に外出することがある



■妻の就寝時間



4-5. 親同居家族の実例

妻の母親が調理と物干しをサポート

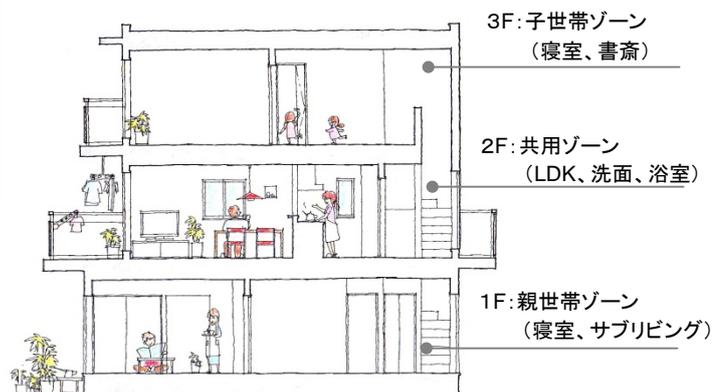
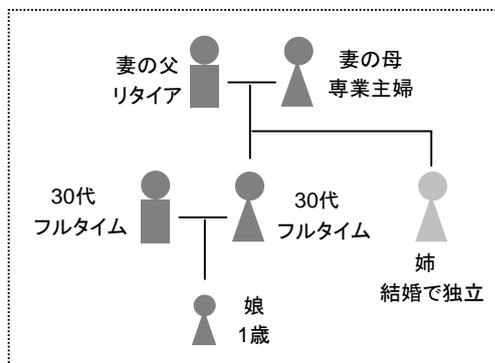
●フルタイムで働く娘夫婦をサポートする両親

フルタイムのご夫婦を力強くサポートする妻の両親と同居されているご家族です。平日は、妻と父・母の連携プレーで家事と保育園の送り迎えをこなしています。家にいる時は、家族が皆、ほぼLDKで過ごしています。それぞれ好きなことをしつつ、TVもここで集まって見えています。

妻と、妻の母の具体的な家事分担を見ていきましょう。

- 調理・片付け：調理は妻の母が担当して、献立は妻が考えることもあります。食器は食洗機を使っていますが、入れるのは妻の担当です。
- 洗濯：お子さんが小さいので洗濯物が非常に多く、毎日2～3回（多い時は4回）は洗濯機を回し、かつ使う洗剤が違うので、大人の洗濯物と子供の洗濯物を分けて洗っています。深夜電力をうまく活用し、朝起きた時に1回目が終わるよう、妻が寝る前にタイマーをセットしています。朝洗い上がったものを干すところから妻の母にバトタッチします。ベランダに物干し金物が2組あるので、かなりの量が干せます。それでも干す場所が足りない場合、畳コーナーにある室内物干し金物を使います。
- 掃除：2階までは妻の母の担当で、3階の子世帯ゾーンは休日に夫が掃除機をかけることが多いです。

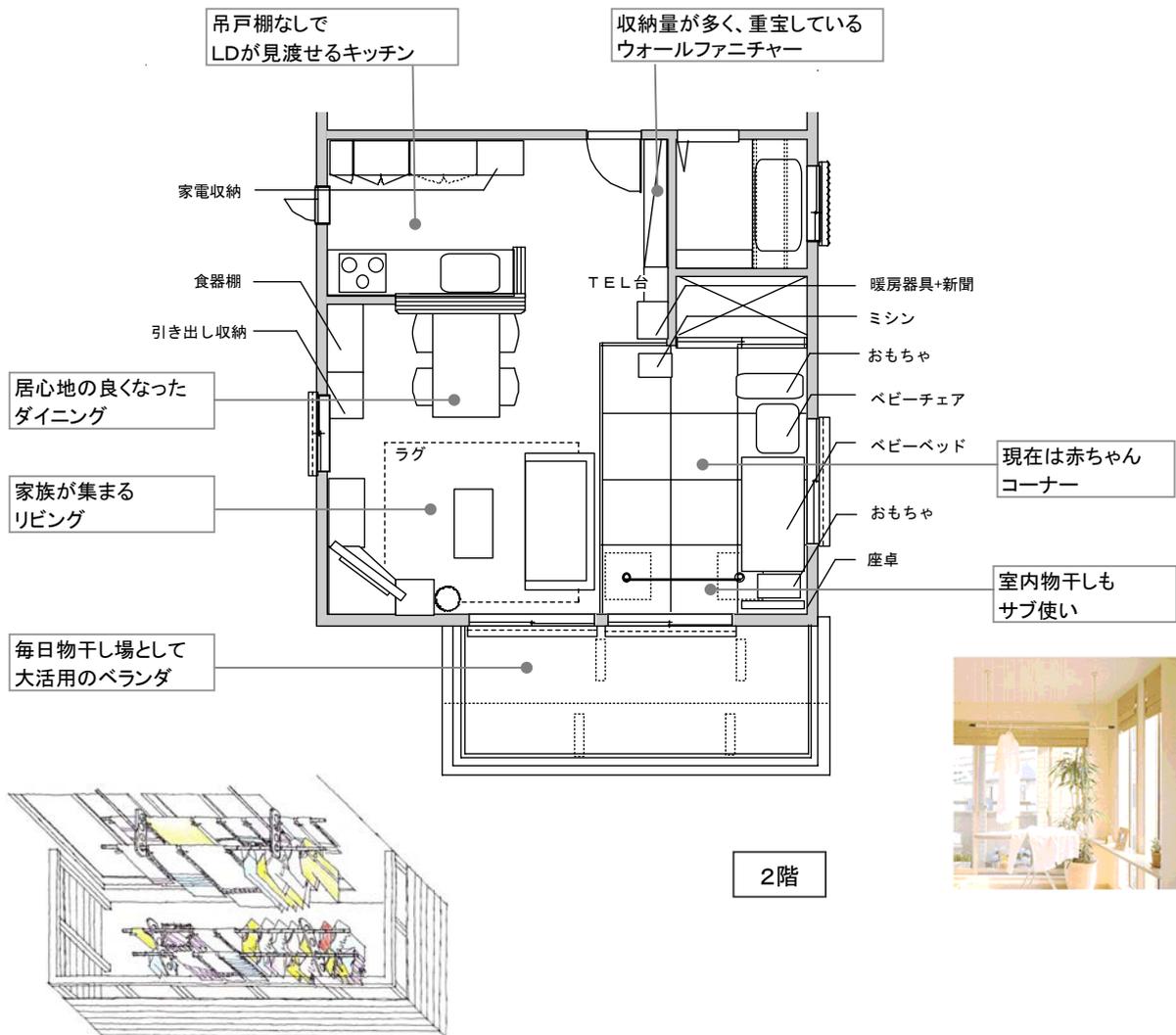
■家族構成と世帯のゾーニング



●オープンなLDKがすべての中心。家族が集まり、皆でくつろぐ空間

LDは、親戚が集まることが前提だったので、広く使えるよう、畳コーナーを設けました。普段家族が過ごすのは、ほとんどがソファまわりで、TVを見たり、新聞を読んだりしています。たまに妻の父が違う番組を見たい時には、1階のサビリビングに行くこともあります。ダイニングテーブルセットを買い替えてから、椅子の座り心地が良くなって、以前よりも座る機会が多くなったそうで、特に妻の母はパッチワークやお裁縫をしています。

3階に娘夫婦の書斎がありますが、そこでは夫と妻がそれぞれインターネットをする程度で、滞在する時間はごく短く、2階に自然に集まり、くつろいでいます。



第五章

生活時間が変わる住まい

— 核家族 子育て期の住ニーズ —

5-1. リビングダイニングの生活行為

リビングダイニングは 生活リズムのずれた家族が集まる場に

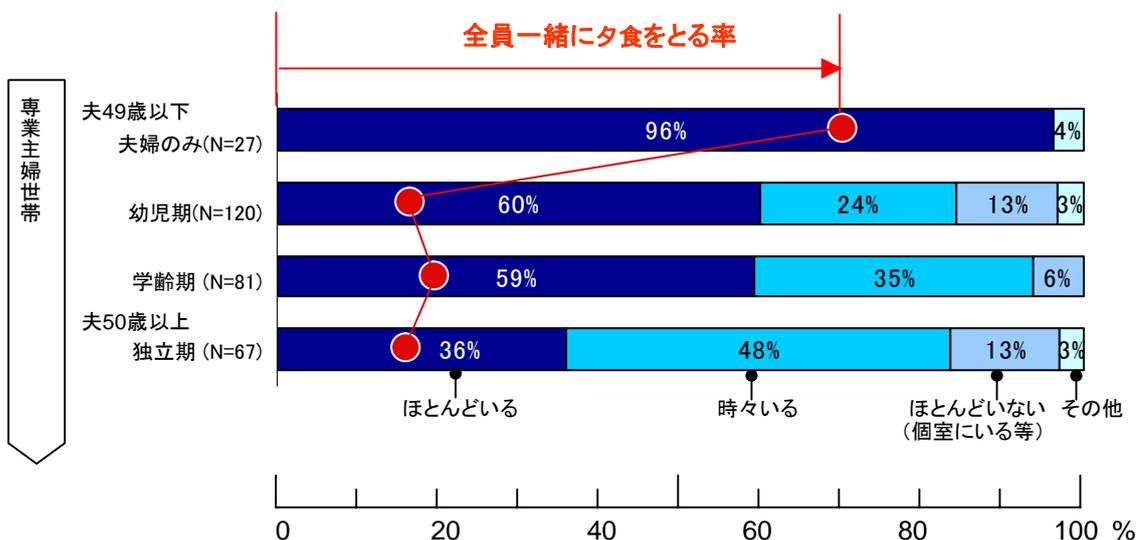
● 食事時間がバラバラでも、家族は集まっている

子育て期には、家族全員が一緒に夕食をとる割合は2割程度で多くは分散していますが、食事が分かれた場合でも、「ほとんどいる」「時々いる」を合わせ8割以上の家族がLDKで一緒に過ごしています。

具体的なLDKでの行為を尋ねると、TVや読書といった団らんに関するもの以外にも、家事や書き物、仕事など多様な行為が、子どもの年代に関わらず行われています。中でも学齢期では半数近くがLDKで子が勉強や宿題をしていることが特徴的で、自由回答の例に見るように、LDKでは家族のそれぞれが多様な行為を行いながら一緒に過ごしている実態が示されています。また、共働き世帯では、専業主婦世帯と比べ、TVや読書の割合が低く、アイロン・洗濯物をたたむ、仕事といった行為の割合が高くなっているのが特徴的です。

このようにLDKは単なる食事、だんらんの場というだけでなく、家事や仕事、勉強など様々な行為が同時に行われる場となっており、家族がともに過ごす場所となっています。

■ 不規則夕食時に家族はLDKにいるか

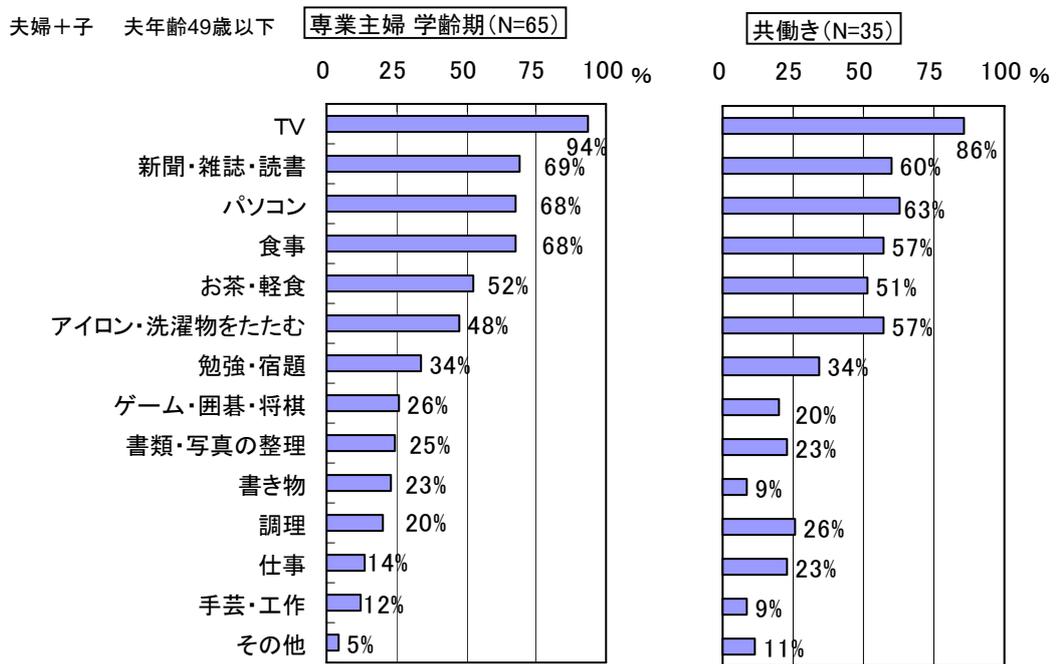


B. 生活リズム調査

核家族

■21時以降のLDKでの家族の過ごし方

(食事のとり方が「一緒の時間と違う人がある」と「全員違う時間」のみ対象)



■食事が別々の時のLDKでの家族の過ごし方

<自由記述の例>

- ・子供達と一緒におもちゃの片付けなど等寝る準備、洗濯、調理後片づけなどをしながら、食事をしている人と会話をしている。(専業主婦世帯 幼児期の子をもつ30代女性)
- ・配偶者:テーブルでお茶。子ども:掘りごたつで勉強、もしくはおもちゃで遊ぶ、もしくは読書。(共働き世帯 幼児期の子をもつ30代男性)
- ・子どもたちは、テレビを見ているか、ゲームをやっていることが多い。学校の宿題や補助学習をしていることもある。まだ小学生なので、自分の部屋に学習机があるのだが、勉強のほとんどをダイニングテーブルやリビングの床で済ませている。母はテレビを見たり、読書をしていることが多い。(専業主婦世帯 親融合同居 学齢期の子をもつ40代女性)
- ・テレビ鑑賞・宿題・手芸・パソコン・家事(アイロンなど)、お話ししながらティータイム。(専業主婦世帯 親融合同居 学齢期の子をもつ40代女性)
- ・夕食時、家にいる家族は一緒に済みます。調理時子供は調理を手伝い、勉強、携帯、テレビ、漫画(専業主婦世帯 学齢期の子をもつ50代男性)

5-2. キッチンを使う家族

キッチン は 家族共用の場に

●夕食を主につくるのは妻、しかし夫や子の参加も多い

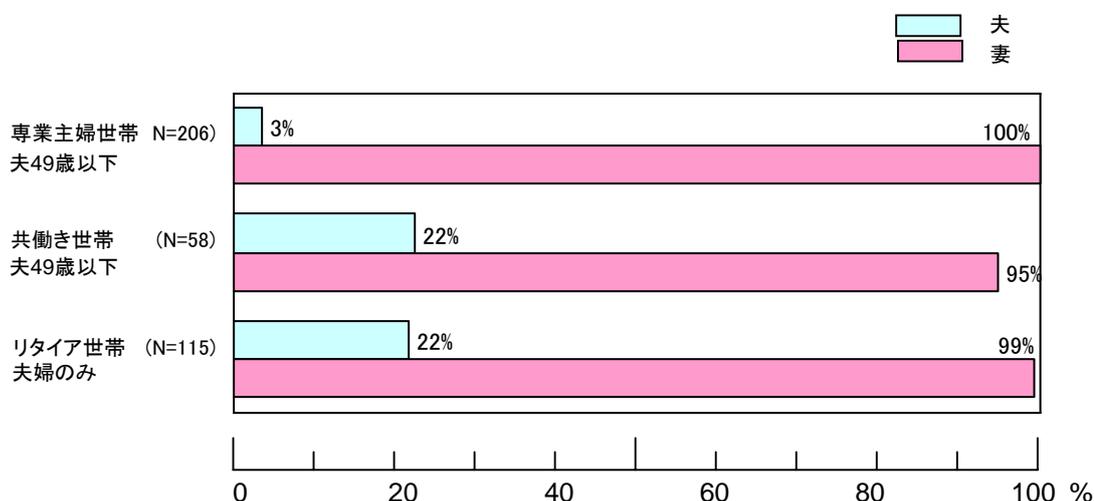
核家族世帯では、95%以上の妻が夕食を作っています。しかし、共働き世帯の夫やリタイア期の夫の2割強は夕食を作ることがある、と回答しています。

夕食の調理はほとんどしない専業主婦世帯の夫も、夕食準備の手伝いや、あたため、片付けといったことには、半数以上が参加しています。特に片付けは76%と参加率が高くなっています。自分の食べたものは自分で片付けていると言えます。

また、夕食の準備や片付けに、子どもが参加する割合も高くなっています。夕食の準備や片付けは小学生、中高生とも7割以上が手伝っています。あたためについては、小学生と中高生で差が見られ、中高生の方が割合が高くなっています。中高生になると帰宅時間が遅くなり、別に食べる場合には自分であたためをしてくれるでしょう。

共働き世帯においては、夫、子どもの参加率が専業主婦世帯より高くなっています。自由記述の例に見るように、家事の効率を上げるため、お互いの役割が明確になっているようです。

■ 夕食を作る人(複数回答)

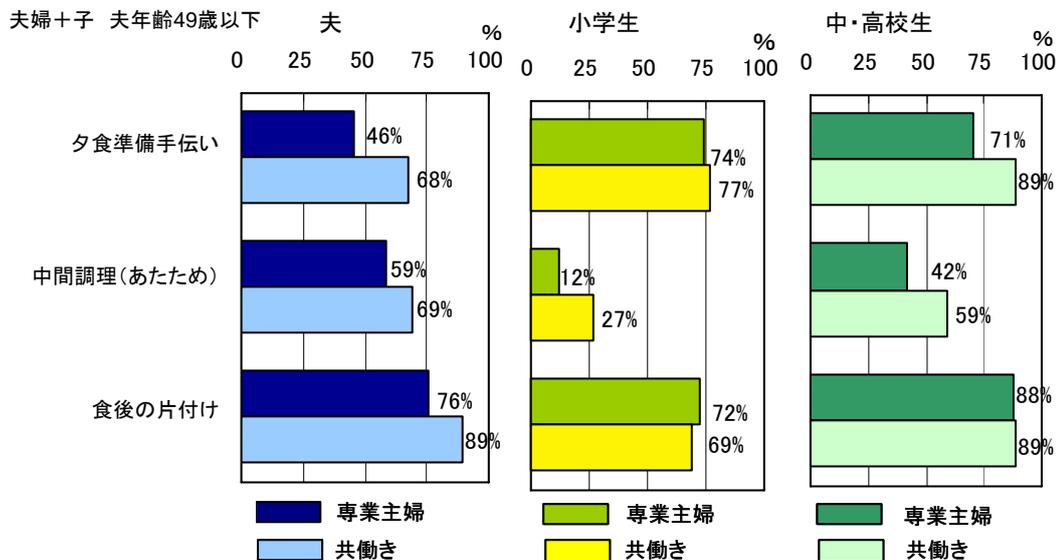


■ 専業主婦世帯における家事協力

<自由記述の例>

- 夕食準備の手伝い
 - ・小学生の娘に、調理の準備や下ごしらえや調理を、教えながら準備し、小学生の息子2人が、配膳やお茶の準備をします。(専業主婦世帯 学齢期の子をもつ40代男性)
- 中間調理・食後の片付け
 - ・夕方、妻と息子2人が食事を取って、その後3人分の食器を洗っている。帰宅後に夫が食事してからは、夫が食器を洗う。(専業主婦世帯 幼児期の子をもつ40代男性)
 - ・初めに高校生の娘以外が夕食をとった後、妻がまとめて片付ける。その後、帰宅した高校生の娘が1人で食事をして自分で片付ける。(専業主婦世帯 学齢期の子をもつ40代男性)

■ 夕食関係の家事への参加 (2次調査データ含む)



■ 共働き世帯における家事協力

<自由記述の例>

- ・平日は子供がご飯を炊いてくれる。私の帰宅が20:30と遅いので…箸を並べたり、お茶を入れたり子供役目。妻は調理を手早く行う。休日は家族みんなでゆっくり共同作業で調理する。特に切る役目は子供にしている。(共働き世帯 30代女性)
- ・私が料理から片づけまで全てします。共働きのため、たまには妻を休ませないといけないので料理しています。ビールや飲み物は各自自分で取りに行くことを徹底します。家の中はお店ではないので、自分のことは自分でやることを心がけています。(共働き世帯 40代男性)

5-3. キッチンのオープン/クローズと手伝い

オープンキッチンでは子の手伝う率が高い

●オープンキッチンは子の参加を促す

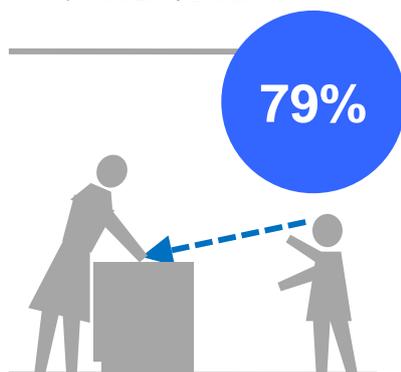
専業主婦世帯における夕食準備を手伝う比率がキッチンタイプによって異なるのかについて、「キッチンの手元が見えるかどうか」という視点でオープン系とクローズ系の2群に分けて分析しました。

夫の手伝う率はキッチンタイプに関係ありませんでしたが、子どもについては差が見られ、オープン系キッチンでは8割弱、クローズ系キッチンだと5割弱と、オープン系の方が手伝う率が高いことが分かりました。

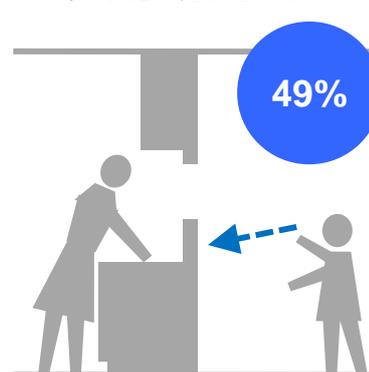
キッチンの手元が見え親の目が届くことで、小学生などの小さい子どもでも手伝いをさせやすくなることが推測されます。

■夕食準備手伝いとキッチンタイプ

オープン系:手元が見えるキッチン



クローズ系:手元が隠れるキッチン

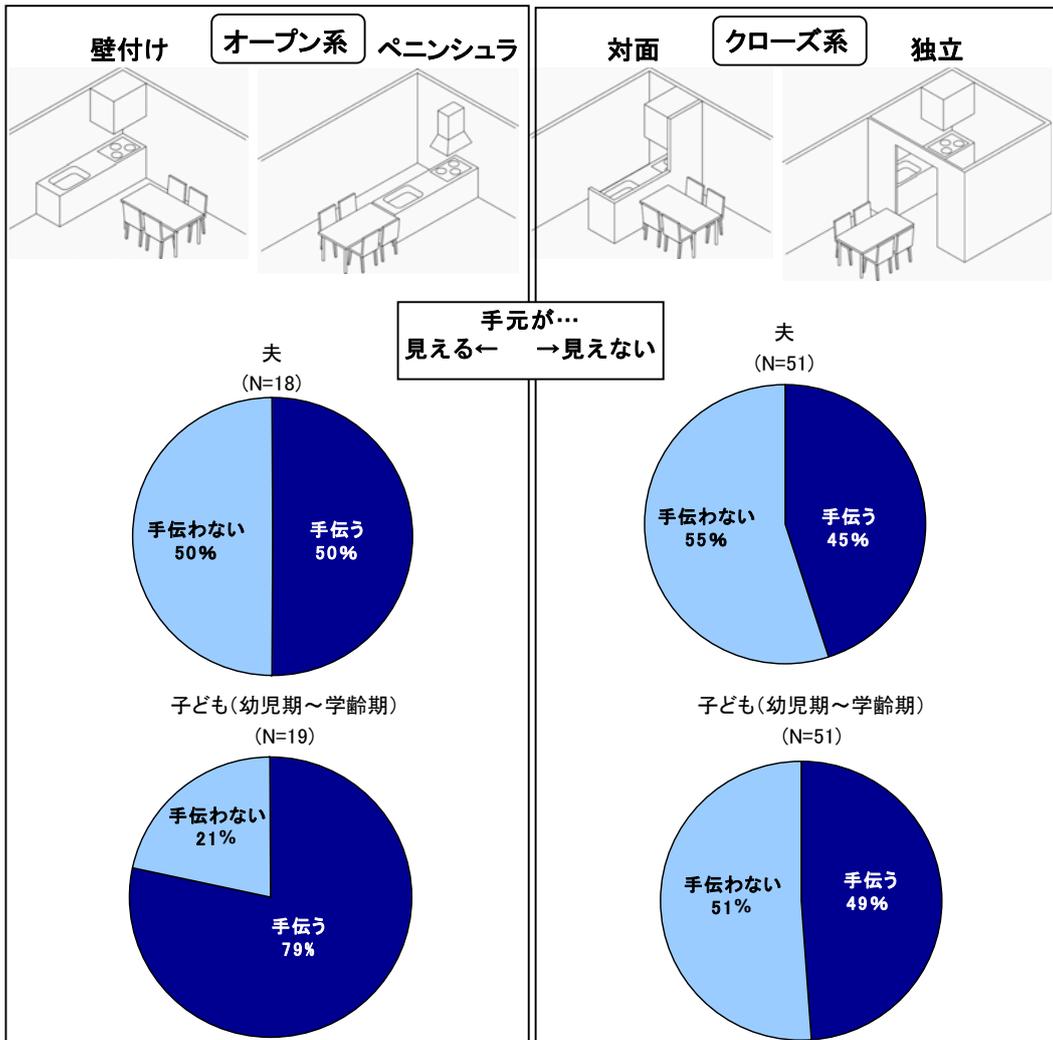


小学生～高校生
が手伝う比率

B. 生活リズム調査

核家族 夫婦+子 夫49歳以下

■ 準備の手伝いとプランの関係 (オープンキッチンが仕様化された0407仕様以降のタイプについて分析)



<自由記述の例>

- ・小学生の娘は、ご飯やお味噌汁をよそったりしてくれます。幼稚園の娘は、お箸を並べたり、取り皿を分けたりしてくれます。時間がずれて食べる主人は、自分でご飯やお味噌汁をよそって、食べてくれます。(オープン系 幼児期の子をもつ30代女性)
- ・我が家は、長男が少し調理に興味があるので野菜のみじん切りを中心にしています。(オープン系 学齢期の子をもつ30代男性)
- ・私がおかずの調理を行い、幼稚園児の娘が卵をわったり、野菜を切ったり、主に下ごしらえの手伝いをしています。また、私がよそったご飯やおみそ汁などを子供たちが配膳をしたり、飲み物を冷蔵庫からしたりもします。(オープン系 幼児期の子をもつ30代女性)

5-4. 夜の物干し場所

子育て期は 夜洗濯を想定したプランに

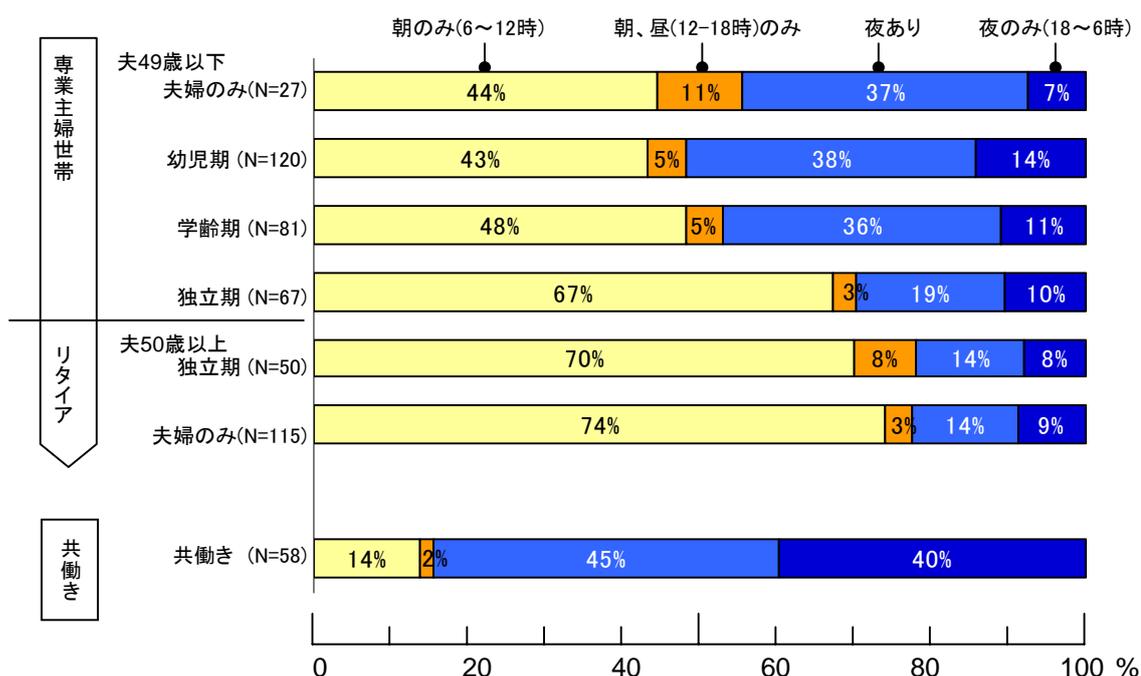
●子育て期の専業主婦世帯の半数、共働き世帯の約8割は夜洗濯

洗濯をすることがある時間帯について複数回答で尋ねたところ、夜に洗濯をする世帯は子育て期の専業主婦世帯で幼児期、学齢期では「夜のみ」「夜あり」を合わせ、約半数に達しています。夜に洗濯をすることは今や当たり前になっていると言えるでしょう。

共働き世帯においては、その割合はさらに高くなっています。夜にしか洗濯をしない人が4割おり、夜にすることがある人を含めると8割以上が夜洗濯を行っています。日中に在宅しないため、夜間に洗濯をしておくことが必須になっているようです。

夜の物干し場所について見ると、LDK及びその続き間とともに、屋外に干す人も多いようです。自由記述を見ると、室内の湿気を嫌うとともに、夜でも外に干したほうが、風や朝日に当たりよく乾くと認識されています。夜に干すことはない、という回答は専業主婦世帯でも3割を下回り、これからの子育て期の住まいでは夜の物干し場所の計画は必須となりそうです。

■洗濯することのある時間帯

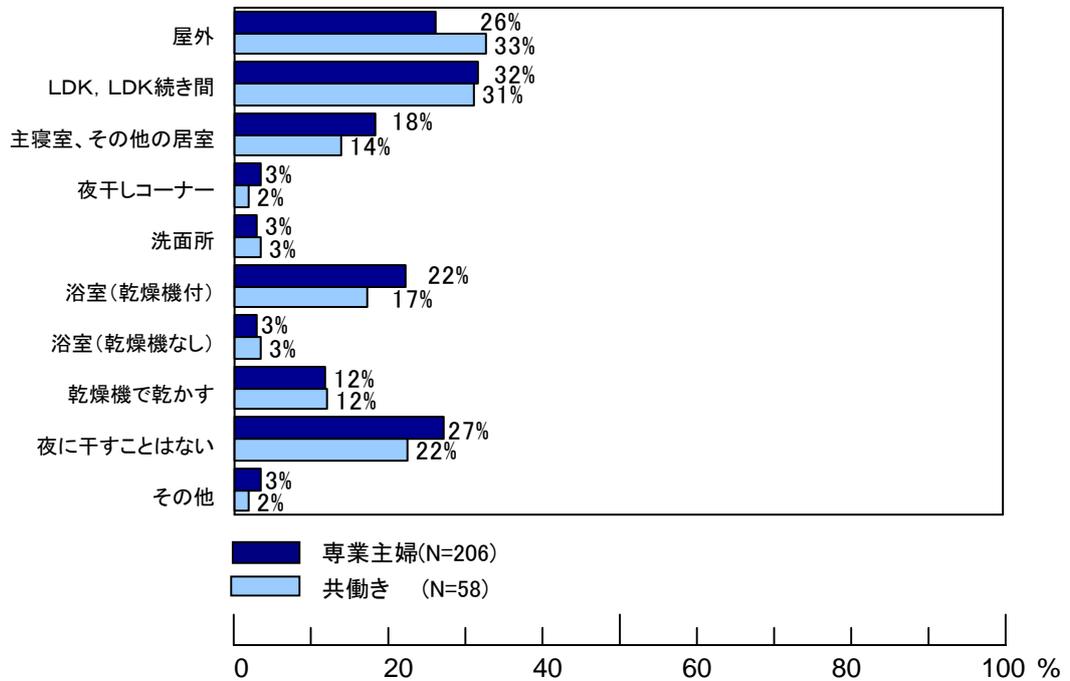


B. 生活リズム調査

核家族

■夜の物干し場所

夫婦＋子 夫49歳以下



■夜間に外に干す理由

<自由記述の例>

●朝日に当てる・風に当てる

・外に干した方が、風があるので早く乾くから。なるべく浴室乾燥は使いたくないから。(専業主婦世帯 幼児期の子をもつ30代男性)

・中学生の子どもの部活のユニホームを翌日すぐに返却しなければいけないときなど、夕方から夜にかけて急ぎで洗濯した物は、夜から朝にかけてよく乾くように外に干す。(専業主婦世帯 学齢期の子をもつ40代女性)

・外に干した方が、風や太陽に当たるので、洗濯物が気持ちいいし、1階部分だと盗まれる心配があるので。(専業主婦世帯 幼児期の子をもつ30代男性)

●室内に湿気・においがこもらないように

・室内に干すと湿気が部屋にこもって嫌だから。屋根有り部分のベランダに干し物が作ってあり、雨が降っても、ぬれることがないから。(共働き世帯 学齢期の子をもつ40代女性)

・共働きの為、日中は室内に入れるが、せめて朝日には当てたいから。室内に干すと湿気が部屋にこもって嫌だから。(共働き世帯 幼児期の子をもつ30代男性)

5-5. 昼の物干し場所

室内干しスペースの計画が重要に

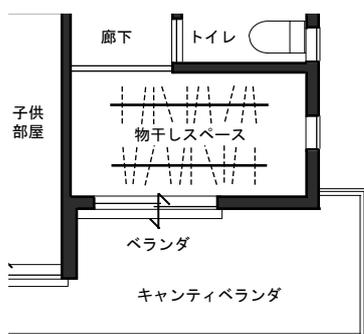
●昼でも室内干し

昼の物干し場所を複数回答で選択してもらったところ、屋外の他に、室内干しも多くの世帯で行われていました。専業主婦世帯では浴室乾燥機の利用が多く、共働き世帯ではLDK・LDKの続き間の利用が多いようです。共働き世帯は洗濯時間と入浴時間が重なるため浴室乾燥機は使いにくい面があること、反面LDには昼間誰もいないので物干し場所としても気にならないことが理由でしょうか。

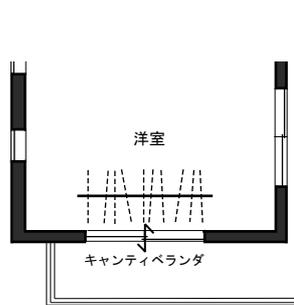
自由記述の例に見るように、室内干しの理由は雨や花粉等の天気への心配のほか、日当たりのいい室内干しスペースがあれば、屋外より室内の方が便利という考え方も出てきているようです。室内干しスペースを設けたプランを集めてみると、ベランダに面した日当たりの良い窓の前や、洗濯機の近くの便利な場所にありました。これからのプランでは室内に適切な物干し場所を確保することが重要な要件になってくるでしょう。

■物干しコーナー事例

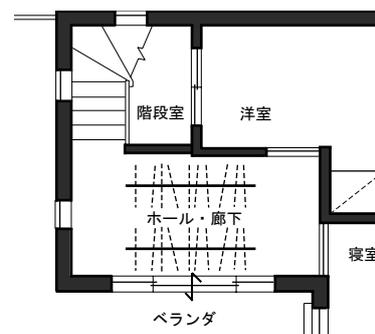
●ベランダに面する物干し室



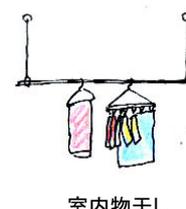
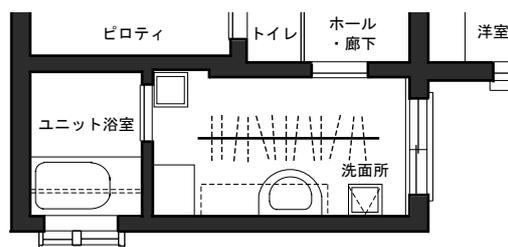
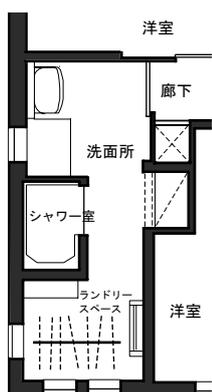
●ベランダに面する洋室



●ホール・廊下



●洗面所内 (ランドリースペース) ●洗面所内 (室内昇降物干し)

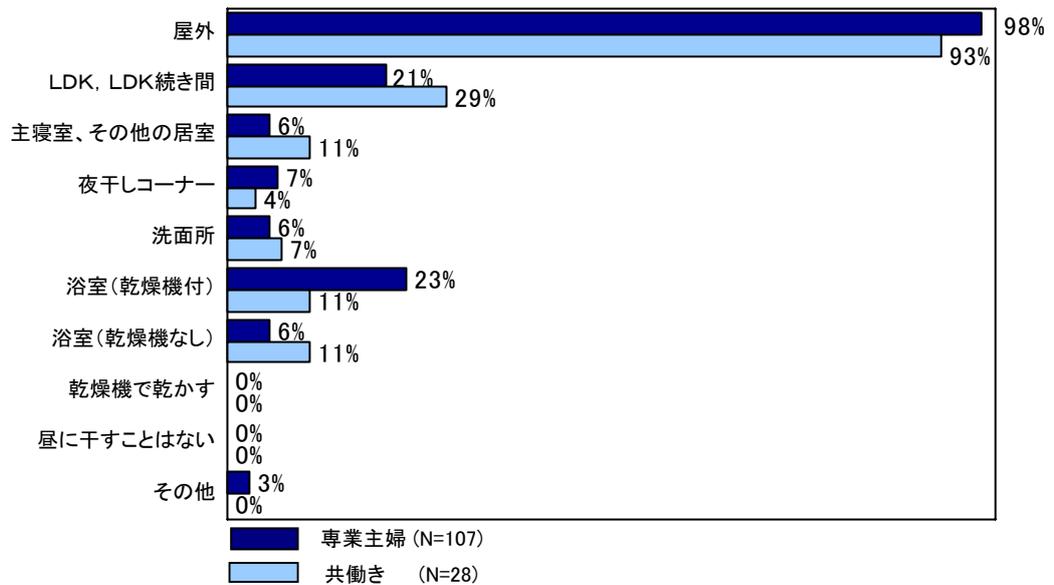


B. 生活リズム調査

核家族

■ 昼の物干し場所 (2次調査)

夫婦+子 夫49歳以下



■ 昼に室内に干す理由

<自由記述の例>

● 雨や花粉などの心配

・ベランダに軒があまり出ていないので、雨の時は洗濯物が全て濡れる。そのため、雨が降りそうな時や降っている時は、ベランダのある部屋の隣部屋に干す。(共働き世帯 学齢期の子をもつ40代女性)

・基本的に洗濯物はウッドデッキに干すのですが、出かける時で雨が降りそうな時など、リビング内に干したり、梅雨の時期は乾燥機・浴室乾燥を利用します。(専業主婦世帯 幼児期の子をもつ 30代男性)

・花粉の飛ぶ時期や、エアコンを使用し乾燥する冬季には室内の湿気を保つために干すことがある。(専業主婦世帯 学齢期の子をもつ 40代男性)

● 室内に干す空間があるため

・二階に作ってもらった洗濯物を干すスペースの使い勝手がとてもよいので、わざわざ外に干す気にならない。(共働き世帯 幼児期の子をもつ30代男性)

・厚地の物は浴室の乾燥機である程度乾かしてから室内で干したりする。(専業主婦世帯 夫婦のみ 40代女性)

本調査の意義

首都大学東京 大学院都市環境科学研究科 都市システム科学域
准教授 伊藤史子

はじめに

「生活時間分析」の重要性

この調査研究は、現代の共働き家族の生活について、さまざまな生活行為の「時間配分」＝「バランス」と、それらを「いつやっているか」＝「リズム」を分析したものです。このような調査研究方法は「生活時間分析」と呼ばれている調査研究方法で、生活科学（以前は家政学と呼ばれていました）から始まったといわれているオーソドックスな分析手法です。建築学においても1960年代から多用されるようになりました。これは団地開発やニュータウン開発の時期と重なり、まとまった量の規格化された住宅を供給するために、人々の平均的な生活実態に合った住居のあり方を探る調査研究が盛んだった時代背景を物語っています。その後この手法による研究例は徐々に減ってきましたが、近年また少し増加しています。画一的な住宅供給の時代が終わり、多様なライフスタイルに合わせて人々が住まい方を選ぶ時代になったといわれていますが、さてではどのような住まい方を人々は求めているのだろうか？多様なライフスタイルとは具体的にどのようなものなのだろうか？ライフスタイルはライフステージに応じて変わるのではないだろうか？という様々な問いに対し、これらの答えを探すのに適した分析手法が生活時間分析です。

本調査分析の意義— 1

充実した確かなデータに基づく分析

この調査研究では、私ども大学研究者が行ってきた生活時間バランス分析研究（主に家計経済研究所の「消費生活に関するパネル調査」を用いた生活時間分析）と、旭化成ホームズの住生活総合研究所による生活リズム調査研究（旭化成のヘーベルハウスを購入した方を対象とした生活時間調査分析）を持ち寄って議論しながら考察を深めました。また、関連研究レビューや共働き家庭へのヒアリング調査を行って上記の分析結果を確かめていきました。

バランス分析に用いた家計経済研究所のデータは、全国から約2000人の女性へ調査したもので、わが国の(女性の)生活がまんべんなく抽出されており、ライフステージ別の分析ができます。一方、リズム分析のデータはヘーベルハウスを購入した約1000世帯へ調査したもので、日常の生活行為の時間や家事についての質問に答えていただいているものです。いずれもとても貴重なデータです。

本調査分析の意義—2

現代の共働き家族における生活時間のバランス・リズムの特徴が明らかに

このようにして今回の調査研究では、共働き夫婦の生活時間のバランス・リズムについて、これまでわかっていなかったことも含め、様々なことが定量的に明らかになりました。意義ある成果が得られたと一同自負しております。いくつかの特徴的な結果をもう一度まとめてみましょう。

- 専業主婦の家事育児時間は出産により急増（10時間超）し、そのあと子供の成長に従ってゆるやかに減少する。
- 共働き世帯の妻も長子幼児期に家事育児時間が増え（約5時間）、そのぶん基礎時間や趣味娯楽勉学の時間が削られる。夫も、子供が小さい頃は積極的に家事育児時間を作っており（平均30分増）、子供も学齢期から家事に参加している様子が見える。
- ライフステージに応じて生活リズムは変化する。家族間のリズムのずれは夕食時間に最もよく表れている。
- 一方で、各自が別の行為をしつつLDという一つの空間に集うことにより家族の時間を共有している様子が見える。
- 家族の就寝時間のリズムのずれかたもライフステージによって大きく異なる。
- 専業主婦・共働き主婦ともに、核家族では夜洗濯+室内干しが一般的になっている。等々。

最後に

本研究から得られる「住まい提案への問い」

分析結果からこれからの住まいについて考えたい多くのポイントが浮かび上がりました。

- ライフステージの変遷にあわせた趣味スペース・くつろぎスペースの確保はできるか？
- 大勢がにぎやかに参加する家事分担を受け入れる楽しい台所スペースはどんなかたち？
- お互いに気兼ねせず夜更かし早起きできる眠りスペースの工夫ができないか？
- あたらしい夜洗濯のような家事リズムに対応した家事スペースをどう生み出すか？
等々。

この問いに対して、どのような住宅が応えてくれるのでしょうか。今回の調査研究で一緒に旭化成ホームズ諸氏が、住まいのプロとしてこれらをズバリ解決の提案をきっとしてくれるであろう、と、ひとりの「共働き家庭」当事者としても、わくわく期待したいと思います。

調査報告書執筆:

旭化成ホームズ株式会社 住生活総合研究所 共働き家族研究所
所長 熊野 勲

旭化成ホームズ株式会社 住生活総合研究所 共働き家族研究所
主席研究員 松本 吉彦

旭化成ホームズ株式会社 住生活総合研究所 共働き家族研究所
主幹研究員 入澤 敦子

旭化成ホームズ株式会社 住生活総合研究所 共働き家族研究所
研究員 伊藤 香織

本調査の意義 執筆:

首都大学東京 大学院都市環境科学研究科 都市システム科学域
准教授 伊藤 史子

家族の生活時間 そのバランスとリズム

調査報告書

発行 2009年5月25日
発行所 旭化成ホームズ株式会社 住生活総合研究所
共働き家族研究所

〒160-8345 東京都新宿区西新宿1-2-4-1
エステック情報ビル
電話03-3344-7096