

生活時間からみた主婦の余暇行動の分析

—性格、体格による相違について—

大阪体育大学 池田 勝、江藤 明 美

<はじめに>

余暇活動に及ぼす要因としてデモグラフィック特性(性、年齢、ライフステージ等)、社会経済的特性(職業、教育、所得、社会的地位等)、余暇時間(平日、休日の余暇パターン等)、心理的特性(生活態度、性格等)、空間的特性(都市的・村的、家の大きさ等)、モビリティ特性(自動車の所有)などが挙げられこれまでこれらの要因を独立変数として余暇に関する調査研究が多くなされてきているが、体格、性格といった面から余暇行動を分析することは少なかった。そこで今回は、“主婦の持つ性格特性(外向型、内向型)、体格(肥満型、ヤセ型)によって余暇行動に違いがみられるのではないか”という仮定のもとに本研究を進めた。

<方法>

大阪附近一帯に在住する職業婦人でないサラリーマン家庭の主婦80人を対象に、面接調査によって以下に述べる3つの調査表に回答を求めたものである。

性格特性を外向型と内向型2つに分類するために「矢田部・ギルフォード性格検査」、主婦の一日の生活を明確にするために「生活時間調査表」「内職、パートタイムの有無、余暇時間数1か月平均の余暇活動、余暇意識に関する質問調査表」を配布し、面接調査を実施した。

「矢田部・ギルフォード性格検査」によって測定される性格特性は12あり、それらは、①情緒不安定因子(抑鬱性、回帰性傾向、劣等感、

神経質)②社会不適応因子(客観性欠如、協調性欠如、愛想の悪いこと)③活動性因子(愛想の悪いこと、一般的活動性)④衝動性因子(一般的活動性、のんきさ)⑤非内省性因子(のんきさ、思考的外向)⑥主導性因子(支配性、社会的外向)の6つのグループ(因子)に分類できるが、大きくは、①情緒安定性 ②社会適応性 ③④⑤⑥のうちの3グループである。①②の尺度が高次の情緒性、③～⑥が高次の外向性・内向性の諸尺度であるから、これらの組み合わせで、A型、B型、C型、D型、E型の典型が考えられる。

①②③のうち、本研究では外向と内向の区別をするために③④⑤の因子(一般的活動性、のんきさ、思考的外向、支配性、社会的外向)を用いて、外向型(B型、D型)・内向型(C型、E型)に分類した。平均型(A型)はここでは除外した。したがって実際の対象数は67人である。

「生活時間調査表」は10分ごとに1次の行動、2次の行動(並行して行った行動)を記入し、⑦場所又は移動、⑧一緒にいた人、⑨満足度についてはそれぞれの分類表(⑦については1.自宅、2.近隣、親類、知人、友人などの家およびその周辺の街頭等2項目、⑧については、1.一人きり、2.公けの場で一人、3.配偶者と一緒、子供は別等9項目、⑨については、1.非常に楽しかった～5.不快だった、までの5段階)によって番号を記入するようになっている。

「余暇行動質問調査表」は、内職・パートタイムの有無と時間数、余暇時間数を記入、1か

月平均の余暇活動については、映画、音楽会、美術展、ショッピング、スポーツ、ボウリング等13の活動をあげ、それぞれ回数を記入、余暇意識については、身体や心を休める、日常生活から離れて気分転換する等10項目をあげ選択記入するようになっている。

＜結果及び結果の考察＞

性格特性をY-G検査によって大きく外向型と内向型の2つに分類した。それぞれの性格の特徴は次のようになる。図1はY-G検査のプロフィールであるが、実線は外向型、破線は内向型である。情緒の安定、社会的適応に関して両者に違いはみられないが、外向型は、攻撃的、活動的、のんき、支配性大社会的外向といった因子が大きく、総体的にみて、活動的、衝動的、内省的でない、主導権を握る傾向がある。逆に内向型は非活動的非衝動的、内省的、非主導的と言うことができる。

体格についてはローレル指数⁽¹⁾を求め、ローレル指数160以上を肥満型、100以下をヤセ型とした。肥満型とヤセ型のY-G検査のプロフィールは図2であるが、実線は肥満型、破線は内向型である。肥満型はヤセ型に比べて非活動的となっているが、これは太っている為に身体を動かすことが不得手となり、それが次第に非活動的にさせたものと考えられる。今回はサンプル数が少なかったので今後の参考としてまとめておく。

[1] 平日の生活時間について(表1.図3参照)

(1) 睡眠時間：外向型7時間45分、内向型7時間41分。肥満型7時間40分、ヤセ型7時間42分。外向型-内向型、肥満型-ヤセ型ともほぼ同じ睡眠時間である。

(2) 家事従事時間：外向型5時間31分、内

向型5時間19分である。この家事には、掃除洗濯、炊事はもちろん、主人の世話、子供の世話(一緒に遊ぶを含む)を含んでいる。ここでも両者に差はない。

肥満型4時間32分、ヤセ型5時間37分という結果でヤセ型の方が1時間程家事に従事する時間が長くなっている。

(3) 生活必需時間：睡眠時間は独立させたのでここでは身の廻りのことをさす。

外向型2時間41分、内向型2時間52分とほぼ同じ時間である。

肥満型2時間43分、ヤセ型2時間42分とほとんど同じ時間である。

(4) 自由時間：自由時間の中で内職の占める時間が半分に近いためここでは余暇時間と内職時間に分けることにした。

(i) 余暇時間：外向型4時間36分、内向型4時間16分、外向型がわずかに20分多くなっている。

肥満型4時間21分、ヤセ型4時間34分ヤセ型がわずかに13分だけ余暇に費している時間が多い。

(ii) 内職時間：自由時間のほぼ半分を占めるもので大部分の主婦が、趣味と実益を兼ねた余暇の一つとして行動している。いわゆる昔の生活のための必然のものといった暗いイメージではなく、余暇を有意義に使うための一石二鳥のものとして考えられている傾向がみられる。

外向型3時間20分、内向型3時間53分と内向型が約30分多くなっている。

肥満型4時間43分、ヤセ型3時間24分と肥満型が1時間ほど多く内職に費している。これは(2)家事従事時間とも関係し、肥満型は家事に従事する時間を短縮し、その分を内職に注いでいると考えてよいと思う。

(5) ながら行動について：洗濯機、掃除機、

(1)ローレル指数(R1) $\frac{\text{体重}}{\text{身長}^3} \times 10^5$

炊飯器といった電気製品の普及により主婦の家事時間はかなり短縮されたが、それによって洗濯機をかけながら掃除をする、又テレビの普及によって、テレビを視ながら、あるいはラジオを聞きながら、食事の用意をする、食事をする、編物をする、といった二重行動が多くみられるようになった。いわゆる“ながら族”が主婦の間にも広がりつつあるとあって良いと思う。外向型2時間33分、内向型3時間2分のながら時間があり、内向型の方が30分ほど多くなっている。

肥満型3時間55分、ヤセ型3時間51分ではほぼ同じである。

以上、生活時間を比べてみたが、外向型-内向型、肥満型-ヤセ型について家事従事時間に関しヤセ型の方が肥満型より1時間長くなっていた以外ほとんどその相違はみられなかった。

〔II〕 平日の生活時間の中で占める余暇

利用について(表2.図4参照)

ここでは、余暇を自由時間での活動というだけでなく、“ながら行動での余暇”も含めて捕えた。

外向型の活動は、①テレビの視聴 ②雑誌の購読 ③編物 ④ラジオの聴取 ⑤和裁、洋裁 ⑥新聞の購読 ⑦休息の順に多く、内向型では①テレビの視聴 ②和裁、洋裁 ③ラジオの聴取 ④雑談 ⑤休息 ⑥編物 ⑦観劇となっている。余暇として一番多く費されているのがテレビの視聴で、外向型(3時間50分)内向型(3時間47分)ともその大部分を占め、主婦にとってテレビは生活の中で切り離すことのできないものの一つになっているようである。読書、編物とも外向型、内向型の差はほとんどないが、ラジオの聴取になると外向型18分、内向型50分と内向型が約3倍ほど多くなっている。新聞の購読時間は、ごく短時間で内向型は

わずか6分、外向型も内向型の2倍であるが、12分と低くなっている。新聞を実際に読んでいる人は、今回の調査では外向型36%、内向型15%であった。このことから、ほとんどの主婦が新聞を読んでいないということがわかる。これは、主婦がゆっくり落ち着いて新聞に目を通す時間を持ってない、あるいは持とうとしないこととともに、ほとんどの情報(ニュース、料理、ショッピング、育児その他家庭生活に関する知識、健康等)がテレビから吸収できるということにあると考えられる。新聞を読むためには、独自の時間が必要となるが、テレビでは洗濯をしながら掃除をしながらといったように家事に従事しながら目や耳を向ければそれで済むからである。新聞に代わるものをテレビでどの程度吸収しているかを調べてみると(視聴番組の調査)もっとはっきりするであろう。雑誌に関しては、外向型が33分を費しているが、内向型は0分という結果であった。これは、外向型が、社会的外向の性格の故に、テレビやラジオの情報だけで満足できず、他からも広く情報や知識を得ようとしていることを示していると思われる。雑談については、外向型は3分であるのに内向型は36分を費している。外向型は、木彫、日舞、ボウリング、整美体操、トレーニングといった活動を行っているが、内向型ではわずかに押絵と観劇といった活動だけであった。やはりこれは、Y-G検査の比較からわかるように、外向型が内向型より活動的であるためであろう(図1参照)。

次に肥満型とヤセ型をみると、肥満型の活動は①テレビの視聴 ②ラジオの聴取 ③編物 ④休息 ⑤ショッピング ⑥雑談 ⑦押絵 ⑧読書 ⑨新聞の購読 ⑩リボンフラワーの順に多く、ヤセ型では①テレビの視聴 ②ラジオの聴取 ③和裁、洋裁 ④休息 ⑤雑談 ⑥編物 ⑦新聞の購読となっている。肥満型では太って

いるが為にその活動も身体を動かすことの少ないものが選ばれていると考えたが、ショッピングを楽しんだり、休憩時間もヤセ型より少なかったりという結果が出ている。これは肥満型であっても外向型であるか内向型であるかによって違って来るので、今後は肥満-外向型、肥満-内向型、ヤセ-外向型、ヤセ-内向型と分けることも必要である。

【Ⅱ】 1か月平均の余暇活動について

1か月の平均余暇活動についての調査をまとめてみると(表3、図5からわかるように)全体に活動を行っている回数は少ない。

外向型では①ショッピングを毎月行っている人が97.9%と大部分を占めているが、その平均回数は3回 ②訪問66%1.4回 ③読書51.1%3.1回 ④ドライブ36.2%1回 ⑤会合34%0.9回 ⑥料理、編物34%3.7回 ⑦スポーツ23.4%1.2回 ⑧ボウリング17%0.23回 ⑨演劇、寄席12.8%0.15回 ⑩ピクニック12.8%0.15回 ⑪音楽、美術6.4%0.06回、スポーツ観賞6.4%0.06回となり、内向型では①ショッピング75%1.5回 ②読書50%4.5回 ③訪問50%1.55回 ④編物、料理35%3.1回 ⑤演劇、寄席20%0.2回 ⑥会合20%1.75回 ⑦ドライブ20%0.3回 ⑧ボウリング15%0.15回となっている。各活動を静的活動と動的活動に分類すると、静的活動は内向型の方が外向型より多く、動的活動は外向型の方が内向型より多くなっている。このことから外向型は活動的なものを好み、内向型は静的な活動を好む傾向があるということができると思われる。全体を一つの余暇活動とするとやはり外向型の方が内向型より多く活動していることになる。

肥満型では①全主婦がショッピングを毎月行っており、平均回数は3回 ②訪問73.3%

1.53回 ③読書33.3%1.2回 ④寄席、演劇26.7%0.33回、会合26.7%1回 ⑥ドライブ20%0.33回、ピクニック26.6%0.27回 ⑧料理編物13.3%3.33回 スポーツ13.3%0.73回 ⑩映画6.7%0.07回となっている。一方ヤセ型では ①ショッピング88.9%1.4回 ②料理、編物66.7%5回 ③訪問44.4%1回 ドライブ44.4%0.67回 ⑤ボウリング22.2%0.33回 ⑥音楽、美術11.1%0.11回 演劇、寄席11.1%0.11回 会合11.1%0.11回となっている。静的活動と動的活動をみると、静的活動においては、ヤセ型の方が肥満型より多く、逆に動的活動では肥満型の方がヤセ型より多く行なわれている。全体を一つの余暇活動とすると、やはりヤセ型の方が肥満型より多く活動を行なっているということがわかる。これはY-G検査のプロフィール(図2参照)からも明らかのように、ヤセ型が肥満型より活動的なために余暇活動を活発に行なっているからであると考えてよいと思う。ただし、ここで考えなければならないことは、前にも述べたように肥満型で外向型、肥満-内向型、ヤセ-外向型、ヤセ-内向型といった性格面と体格面との組み合わせり方によっても違いがみられると思われるのでこの両面から捕えていくことが必要になってくる。

【Ⅳ】 「余暇をどういう気持ちで過しているか」

外向型では①身体や心を休める ②日常生活から離れて気分転換する、③別に目的はないがそのこと自体を楽しむ。④家族とのつながりを深める、人との交際を広める、⑤順で余暇時間を過ごしており、内向型では①身体や心を休める。②別に目的はないがそのこと自体を楽しむ ③家族とのつながりを深める ④色々な知識や情報を得る ⑤日常生活から離れて気分転換する、

人との交際を広める、となっている。

肥満型では①身体や心を休める ②別に目的はないがそのこと自体を楽しむ ③人との交際を広める ④日常生活から離れて気分転換する、ヤセ型では①身体や心を休める ②別に目的はないがそのこと自体を楽しむ、③家族とのつながりを深めるの順に余暇時間を過ごしている。

意識の面でも外向型、内向型とも身体や心を休める、が最も多く、両者の間に差はみられない。肥満型、ヤセ型に於ても同様である。

余暇時間を身体や心を休めるという気持ちで過ごしている主婦が多いのは、余暇活動としてテレビの視聴が大部分を占めていることからみても明らかである。

〈まとめ〉

以上の結果からもわかるように本調査研究においては外向型と内向型との間に、余暇に関して明確な相違はみられなかった。しかし、この調査の結果から、外向型は動的な活動を、内向型は静的な活動を好む傾向がうかがえる。又、外向型は活動的である為に、テレビの視聴、ラジオの聴取、編物といったものの他に、じっと休息しているよりも木彫、日舞といったいわゆる趣味活動と、整備体操、トレーニング、ボーリングといった活動に余暇を費すという積極的な姿勢がうかがえる。

肥満型とヤセ型では、全体的にみると、ヤセ型の方が肥満型より多く活動を行っている。ここで注目されるのは、肥満型の方が身体的条件が不利であることから静的な活動が多く、逆にヤセ型が動的活動が多いであろうと予想されるが今回の結果では反対であった、ということである。

家庭製品の電化、便利化に伴い、主婦のながら行動が増え、積極的にながら行動をすることによってますます家事が合理化し、従事時間を

短縮できれば、それだけ主婦の自由時間が増える。その増えた自由時間を自分の余暇として有意義に過ごすことができれば、満足のいく充実した余暇生活が送れるのではないかと考える。しかし、現状をみると、努力して生み出した自由時間も、その使い方がわからない為、あるいは社会、経済的理由によって、内職、二次の家事（実益を兼ねた編物、裁縫等）に費し、いわゆる発展的な余暇（読書、新聞の購読、教養のための勉強、各種スポーツ、趣味活動、交際等）にとび込むということができていないように思われる。もちろん余暇の過し方は個人の選択にまかされるべきものであるが、「無駄にすごした」という悔いが残らない、目的をもった時間として充実させることができるためにも、これからは、主婦にとって取り組みやすい余暇活動（例えば、外向型の人には、ママさんバレー等の各種スポーツ教室、奉仕グループでの活動、内向型の人には一人で楽しむことのできる各種手芸教室、編物、料理教室といった各型にふさわしい活動）をまず提供し、それらの中から主婦が自分に合った活動を選択して、取り入れていくことが出来るような方向づけが必要であると思われる。それによって、生活を高めるために役立つ、あるいは人としての生甲斐を感じることで出来る時間としての余暇の充実がはかれるのではないかと考える。

本研究では、外向型・内向型、肥満型、ヤセ型と別個に分類したわけであるが、結果の考察の中でも述べたように、肥満型の中で、外向であるか内向であるか、ヤセ型の中で、外向であるか内向であるかということによって捕え方が異なってくる。今後はその両面考慮して研究を続けていくことが必要であろう。

図1 矢田部ギルフォード性格検査プロフィール

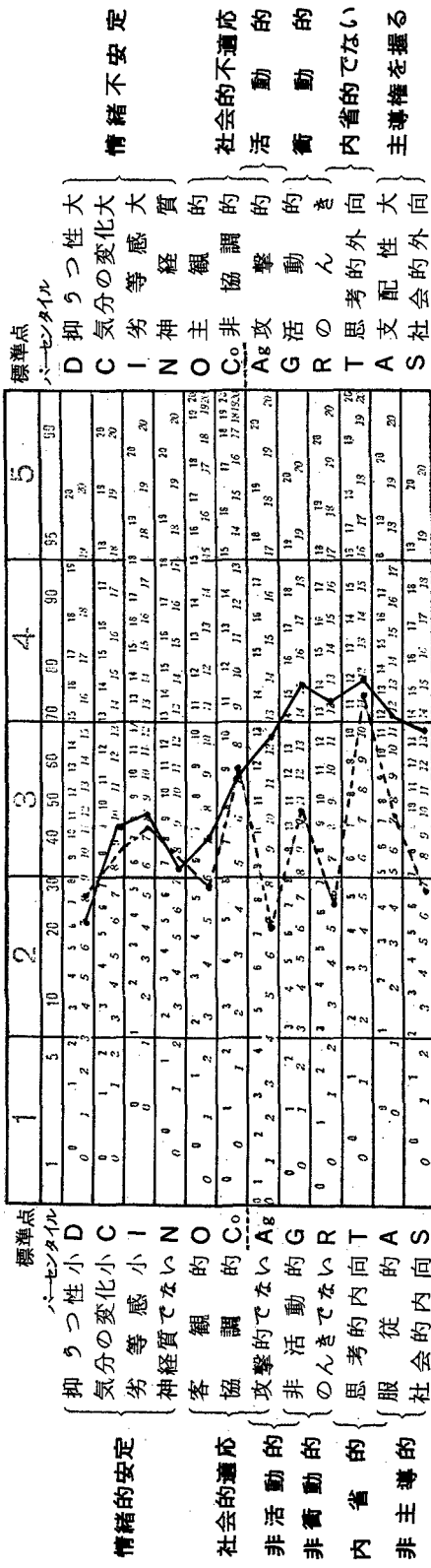


図2 矢田部ギルフォード性格検査プロフィール

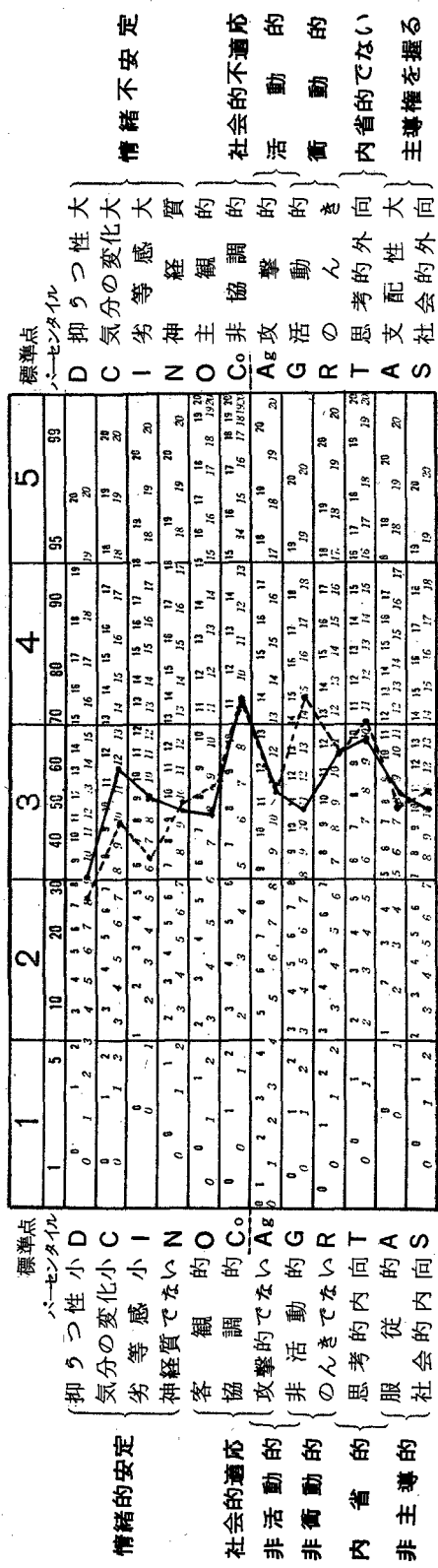


図3 平日の生活時間

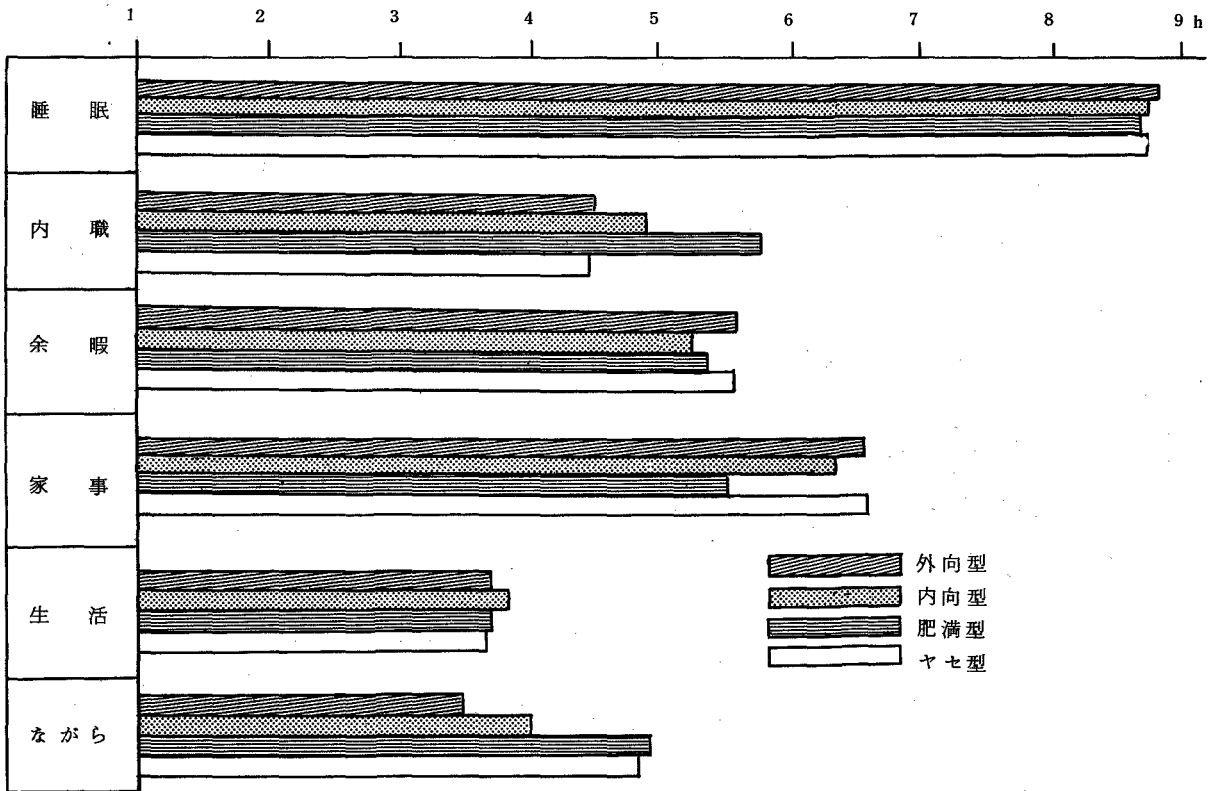


表1 平日の生活時間

	外向型	内向型	肥満型	ヤセ型
	47人	20人	15人	9人
睡眠時間	7時間45分	7時間41分	7時間40分	7時間42分
内職従事時間	3. 27	3. 53	4. 43	3. 24
余暇時間	4. 36	4. 16	4. 21	4. 34
家事従事時間	5. 31	5. 19	4. 32	5. 37
生活必需時間	2. 41	2. 52	2. 43	2. 42
ながら時間	2. 33	3. 02	3. 55	3. 51

図4 平日の生活時間からみた余暇の平均

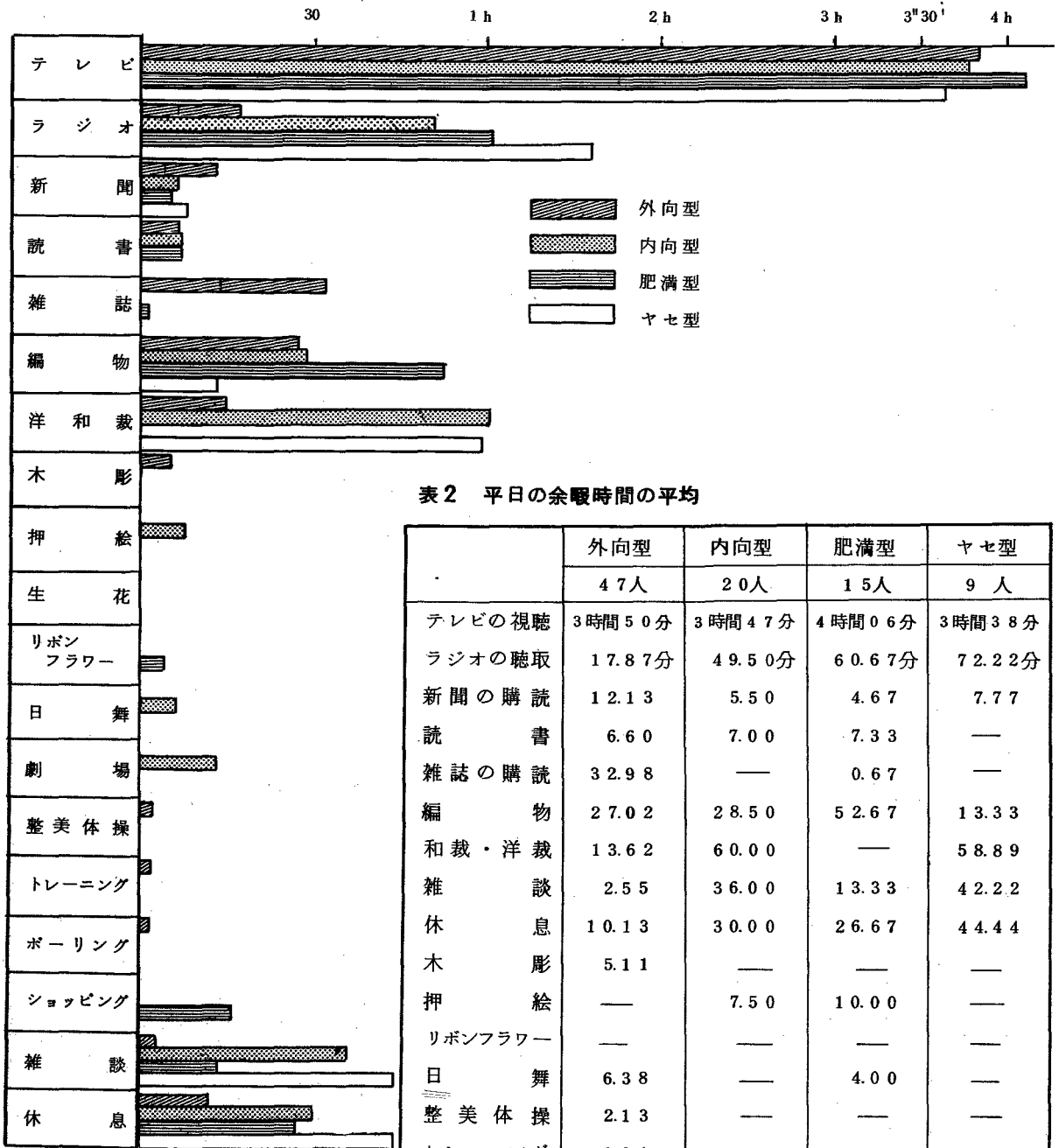


表2 平日の余暇時間の平均

	外向型	内向型	肥満型	ヤセ型
	47人	20人	15人	9人
テレビの視聴	3時間50分	3時間47分	4時間06分	3時間38分
ラジオの聴取	17.87分	49.50分	60.67分	72.22分
新聞の購読	12.13	5.50	4.67	7.77
読書	6.60	7.00	7.33	—
雑誌の購読	32.98	—	0.67	—
編物	27.02	28.50	52.67	13.33
和裁・洋裁	13.62	60.00	—	58.89
雑談	2.55	36.00	13.33	42.22
休息	10.13	30.00	26.67	44.44
木彫	5.11	—	—	—
押絵	—	7.50	10.00	—
リボンフラワー	—	—	—	—
日舞	6.38	—	4.00	—
整美体操	2.13	—	—	—
トレーニング	1.91	—	—	—
ボーリング	1.91	—	—	—
劇場	—	13.50	—	—
ショッピング	—	—	16.00	—

図5 1か月平均の余暇活動

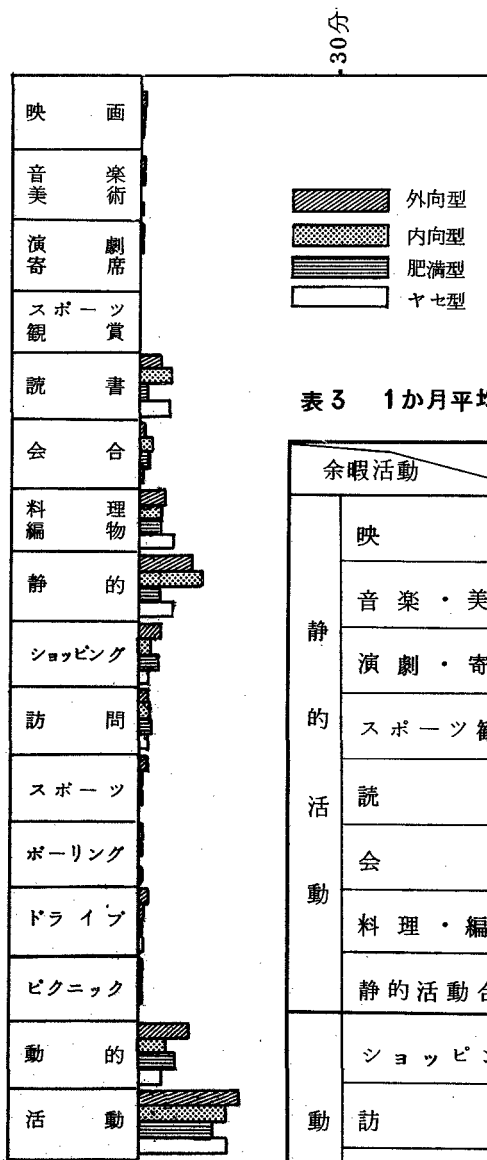


表3 1か月平均の余暇活動と各活動の実施者のパーセント

余暇活動		外向型	内向型	肥満型	ヤセ型	
静 的 活 動	映 画	0.06回 6.4%	0.1回 10.0%	0.07回 6.7%	0回 —%	
	音 楽・美 術	0.06 6.4	0.05 5.0	0 —	0.11 1.1	
	演 劇・寄 席	0.15 12.8	0.2 20.0	0.33 6.7	0.11 11.0	
	ス ポ ー ツ 観 賞	0.06 6.4	0.05 5.0	0 —	0 —	
	読 書	3.12 51.1	4.5 50.0	1.20 33.3	4.56 33.3	
	会 合	0.89 34.0	1.75 20.0	1.0 26.7	0.11 11.1	
	料 理・編 物	3.77 34.0	3.1 35.0	3.33 13.3	5.0 66.7	
	静 的 活 動 合 計	8.15 —	9.75 —	5.93 —	9.89 —	
	動 的 活 動	シ ョ ッ ピ ン グ	2.96 97.9	1.5 75.0	3.0 100.0	1.44 88.9
		訪 問	1.43 66.0	1.55 50.0	1.53 73.3	1.0 44.4
ス ポ ー ツ		1.15 23.4	0.15 5.0	0.73 13.3	0 —	
ボ ウ リ ン グ		0.23 17.0	0.15 15.0	0 —	0.33 22.2	
ド ラ イ ブ		1.23 36.2	0.3 20.0	0.33 20.0	0.67 44.4	
ピ ク ニ ッ ク		0.15 12.8	0.05 5.0	0.27 20.0	0 —	
動 的 活 動 合 計		7.15 —	3.7 —	5.87 —	3.44 —	
余暇活動の合計		15.26 —	13.45 —	11.8 —	13.33 —	