

【全体／働き方×末子学齢別】
ワーキングママの実態・意識調査レポート

2017.10

リビング暮らしHOW研究所

【実施日時】 2017年10月13日～10月22日

【調査方法】 あんふあんWeb・ぎゅってWeb・シティリビングWeb・リビングWebでのアンケート

【調査対象】 ワーキングマザー（フルタイムワーク、パート・アルバイト者かつ末子が学生）に該当する501件

※集計は、分析軸（働き方×末子学齢）のサンプル数の偏りが大きい場合、各セグメントのサンプル数を50としてウエイトバック集計を行った

【設問】

＜属性＞年齢／性別／配偶者の有無／働き方／同居している子どもの人数／子どもの学齢

／夫の働き方

Q1. あなたのワークライフバランス実態と理想についてお聞きます。ワーク（仕事）とライフ（家庭・暮らし）の時間配分と、負担感や優先度など精神的な比重（気持ちの上で占める割合）について、近いものを選択してください。

Q2. 平日・休日の起きているライフ（家庭・暮らし）の時間を、①家事のための時間②家族（子ども・夫・親）のための時間③あなた自身のための時間の3つに大きく分けるとします。

それぞれの時間の実態と理想について、だいたい時間配分（1日あたり）を教えてください。

Q3. あなたは平日・休日の起きているライフ（家庭・暮らし）の時間配分に満足していますか？

Q4. 平日・休日にあなたが自分のために使える時間は、主に何時間ですか？（複数回答）

Q5. 家の中で、自分のための時間に、何をすることが多いですか？（複数回答）

Q6. 家で自分の時間にしていて、一番楽しいと感じることを具体的に教えてください。（FA）

Q7. 仕事以外の時間についてお聞きます。ここ3カ月の間に、夫や子どもとは別に、自分の用事で出かけていますか？ お出かけの頻度を教えてください。

Q8. ここ3カ月の間に、夫や子どもとは別に自分の用事で出かけた際の目的を選択してください（複数回答）

Q9. 自分のために使えるお金は、月に平均いくらくらいですか？

Q10. 次の項目について、あなた自身のためにかけるお金は、月に平均いくらくらいですか？

美容（化粧品・美容院・エステなど）／ファッション（洋服・靴・雑貨など）

／エンターテインメント（DVD・本・映画・ライブ・展覧会など）／趣味・習い事・スポーツ

／友達や同僚などとの交際

Q11. 今年、自分のためにお金を使ったもの・ことで、一番高額だったものと、その金額を教えてください。その理由も教えてください。（FA）

Q12. 今後、自分のためにもっとお金を使いたいと思いますか？ 使いたい場合はどんなことに使いたいですか？ その理由も教えてください。（FA）

Q13. あなたは、家事・育児のサポートを受けていますか？

Q14. 家事や育児のサポートをしているのはだれですか？

Q15. あなた（妻）と夫の家事・育児の分担比率はどれくらいですか？

Q16. 働き方について、あなたの考えに近いものを選んでください。

Q17. キャリアアップすることによって達成したい具体的なイメージがありますか？ あなたのイメージに近いものを選んでください。（複数回答）

Q18. 現在も将来も経済的な不安がないとしたら、働き続けたいですか？

Q19. 「はい」と答えた方に。働き続けたい理由を教えてください。（複数回答）

Q20. 「いいえ」と答えた方に。働きたくない理由を教えてください。（複数回答）

Q21. 次の項目について、あなたの実態や考えに近いものを選んでください。

料理メニューのバリエーションや見た目に不満がある／子どもの栄養バランスに不安がある

おやつや食事・お弁当はできるだけ手作りしたい／料理や食事の準備は効率よくできている

掃除や洗濯は効率よくできている／掃除や洗濯はもう少し頻繁にしたい

子どもと過ごす時間が足りない／子どもの教育に十分に関われていない

子どもに気を遣わせてしまっている／子どもと十分にコミュニケーションがとれている

子どもと一緒にいろいろな体験をしたい

子どもにとってよいと思うこと・ものには、お金をかけることを惜しまない

ママである自分を楽しんでいる

育児や子どもとの外出で、周囲に迷惑をかけていると感じることがある

子どもや自分の写真をよく撮る／体力的にしんどい／精神的にしんどい

いいと思うモノや情報があつたら、周りの人に教える／世の中に広く関心があるほうだ

流行に敏感／自分の見た目には気を使っているほうだ／家のインテリアにはこだわるほうだ

季節の行事をきちんと行っている／ストレスを発散できている

SNS（インスタグラムなど）に自分で投稿することを楽しんでいる

SNS（インスタグラムなど）をよく閲覧する

新しい商品・お店は積極的に試すほうだ

商品やサービスを選ぶ際は、安心・安全を重視する／基本的には価格の安いものを選ぶ

多少高くても品質・性能のいいものを選ぶことが多い

同じ銘柄の商品をリピートすることが多い／売上ランキング上位のものを選ぶことが多い

好きなものにかかる時間・お金は惜しまない／あまり人が持っていないものを選ぶほうだ

平日は家事130分、家族113分、自分64分

家事の時間は減らしたい、自分の時間は増やしたい

- 平日のワークとライフの時間配分は、ライフの比率が高い人は47.6%。ワークの比率が高い人は39.0%。理想の時間配分は、ライフの比率が高い人が多く56.8%。
- 平日の家事のための時間は、平均130.5分。理想は平均105分で、時短ニーズが窺える。平日の家族のための時間は、平均113.1分。理想は平均134.8分。平日の自分のための時間は、平均63.6分。理想は平均120.4分で、自分の時間が思うように取れていないことが分かる。
- 休日の家事時間は平均159.3分で、平日より約30分長い。理想は121.8分で、時短ニーズが強い。休日の家族のための時間は平均188.0分。理想は189.8分で、ほぼ理想通りとれている。休日の自分のための時間は、平均97.3分。平日と比べて約30分長いものの、理想は平均165.1分とギャップが大きい。

家で自分の時間は21時以降と早朝、

自分のために使えるお金は月額18870円

- 自分のために使える時間帯は、平日・休日ともに「21時台～23時台」が5割超。平日は「早朝～午前5時台」「24時以降」も各2割超いる。休日は「6時台～8時台」「15時台～17時台」「24時以降」が2割を超える。
- 家で、自分のための時間にすることの上位は「テレビ・DVDを見る」61.7%、「インターネット」60.8%。
- 自分のために使えるお金は、月額平均18870.5円。とはいえ、「1万円未満」が45.3%いる一方で、「3万円以上」が21.1%と、幅が広い。
- ここ3カ月でした、自分のための外出の平均回数は月2.7回。週1回以上の人が25.8%いる一方、「ここ3カ月は出かけていない」14.9%、「3カ月に1～2回」17.2%という人もいる。外出の目的の上位は、「美容」53.7%、「外食・会食・飲み会」47.9%、「ショッピング」44.0%、「友達に会う」38.5%。

家事・育児のサポートを「受けている」が4割

夫婦の分担は、夫：妻＝2.2：7.8

- 家事・育児のサポートを「大いに受けている」「やや受けている」という人が約4割。「まったく受けていない」という人も4割近い。サポート者を聞くと、主に「実父母」66.4%、「義理父母」26.8%。ファミリー・サポートや家事代行、ベビーシッターなどの利用率は非常に少ない。
- 夫婦の家事・育児の分担比率は、妻の分担が「8割以上」という人が7割超。平均で夫：妻＝2.2：7.8。共働きでも、妻の分担比率がかなり大きい。

キャリアアップは「無理なく、できれば」が約半数

昇進より、仕事内容や収入を重視

- 働き方についての考え方を聞くと、キャリアアップに関心がある人は、全体の約4分の3。とはいえ、「無理のない範囲で、できればしたい」という人が約半数。「現在努力中」「いずれは力を入れたい」と意欲的な人は27.3%。
- キャリアアップで達成したいこと上位は「収入アップ」66.6%、「仕事の質アップ」37.6%、「特定のスキルを上げて、エキスパートになりたい」28.1%、「上司や周囲から評価されたい」23.4%。「責任と権限のある仕事」を求める人は1割程度。

料理は手作り志向が約6割、食の内容に不安も

料理や掃除、洗濯を効率よくできている人は4割

- 心身のコンディションについて聞くと、体力的にしんどいと思う「やや思う」が全体の5割超。精神的にしんどいと思う「やや思う」が全体の4割超。ストレスを発散できていると思う「やや思う」が約3割。
- 家事・育児の実態・意識に関する8項目で「そう思う」「ややそう思う」と答えた率が最も高いのは、「おやつや食事・お弁当はできるだけ手作りしたい」60.9%。「料理メニューのバリエーションや見た目に不満がある」「子どもの栄養バランスに不安がある」人が約5割と、食の内容に満足していない人が多い。料理や掃除、洗濯を効率よくできている人は4割台。一方で、掃除や洗濯はもう少し頻繁にしたいという人は5割近くいて、効率化と家事のクオリティーの狭間で悩むママは少なくない。

貴重な親子の時間を、もっと充実させたい

- 育児の実態・意識に関する9項目で、「そう思う」「ややそう思う」と答えた率が最も高いのは「子どもと一緒にいろいろな体験がしたい」82.2%。「子どもにとってよいと思うこと・ものには、お金をかかえることを惜しまない」という人も6割超。「子どもの過ごす時間が足りない」49.9%、「子どもの教育に十分関わっていない」44.2%と、育児にもっと力を入れたい気持ちも見られる。

買い物は、リピート、安心・安全、低価格

いいと思うモノ・情報は周囲に教える

- 消費・情報接触の実態・意識に関する14項目で、「そう思う」「ややそう思う」と答えた率が最も高いのは「同じ銘柄の商品をリピートすることが多い」67.5%。忙しいワーママは、買う際に検討する時間が少なく、新商品などの情報入手の機会も少ないことも、リピートが多い一因か。ほかに、過半数が該当する項目は、「商品やサービスを選ぶ際は、安心・安全を重視する」59.5%、「いいと思うモノや情報があったら、周りの人に教える」57.5%、「基本的には価格の安いものを選ぶ」54.8%、「世の中に広く関心があるほうだ」50.2%。

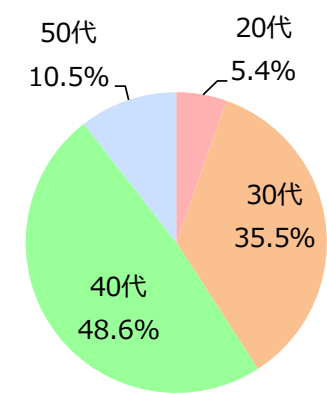
【調査の背景・目的】

ここ数年、女性の労働環境は大きな変革期を迎え、働くママが増加している。「女性活躍推進」「働き方改革」などにより、働くママの支援策が強化。また、インターネットの進化や、家事・育児をサポートする多彩な商品・サービスの登場で、生活環境も向上した。そんな中、働くママの意識や生活行動も大きく変化している。

そこで、イマドキのワーママの特徴を捉え直すため、ワークとライフの実態と理想、消費行動や意識などについてアンケート調査を実施。ワーママの全体的な特徴と、働き方と末子学齢によるクロス集計で見られた特徴を表した。

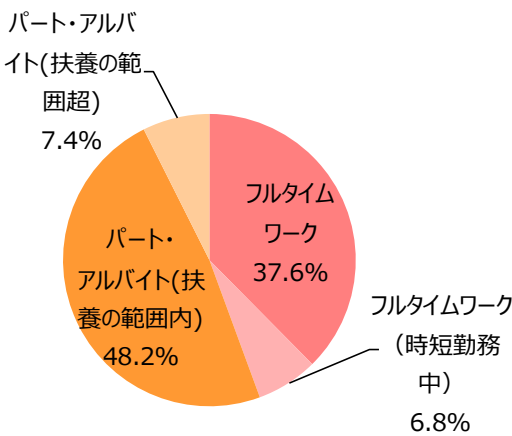
【全体のプロフィール】

年代

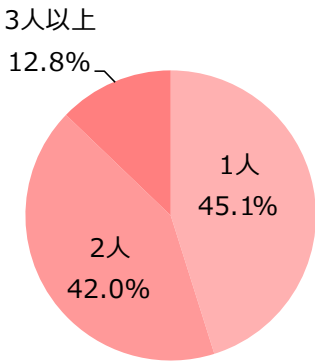


平均 40.1歳

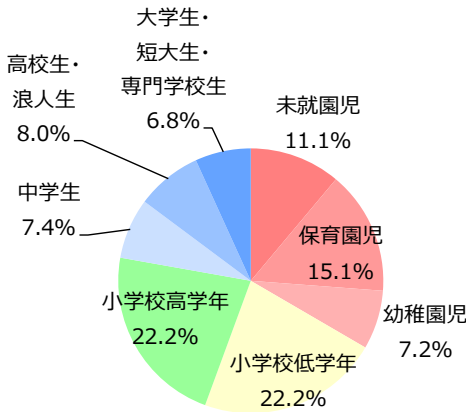
働き方



子どもの人数



末子の学齢



平日の起きている時間のワークとライフの時間配分について聞いた。
ライフの比率が高い（ワークが4以下）の人は、全体の47.6%。
ワークの比率が高い（ワークが6以上）の人は、全体の39.0%。

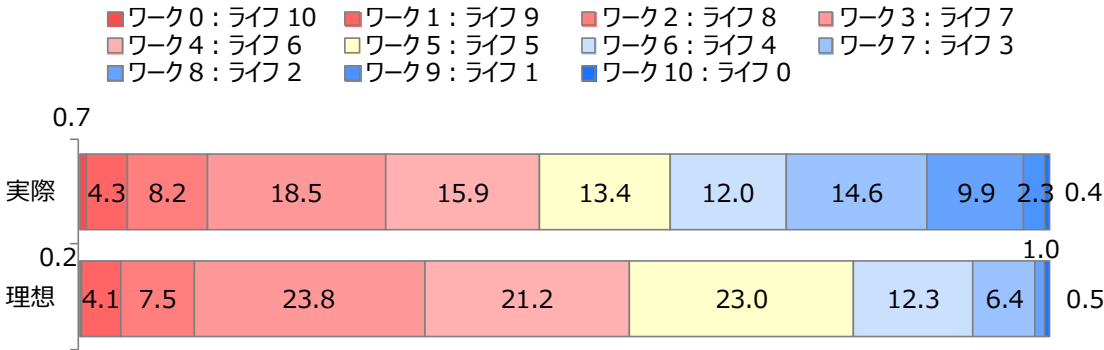
理想の時間配分は、
ライフの比率が高い（ワークが4以下）の人が多く、56.8%。
ワーク：ライフ＝5：5という人も、23.0%いる。

ワークとライフの精神的な比重（負担感や優先度など）は、
ライフの比率が高い（ワークが4以下）の人は、全体の45.3%。
ワークの比率が高い（ワークが6以上）の人は、全体の39.2%。

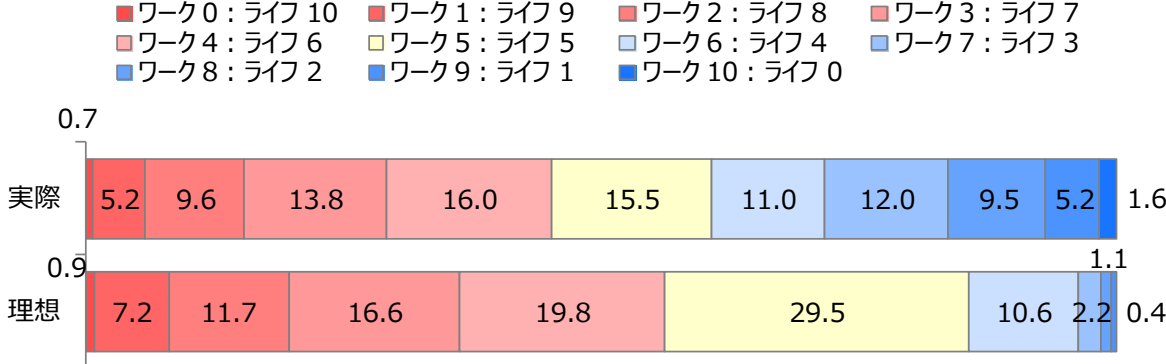
理想の精神的な比重は、
ライフの比率が高い（ワークが4以下）の人が多く、56.2%。
ワーク：ライフ＝5：5という人も、29.5%いる。

※働き方・未子年齢別のデータは、31・32ページ参照。

平日の起きている時間のワークとライフの配分



精神的な比重（負担感や優先度など）



平日のライフ（家事・家族・自分）の時間配分について聞いた。

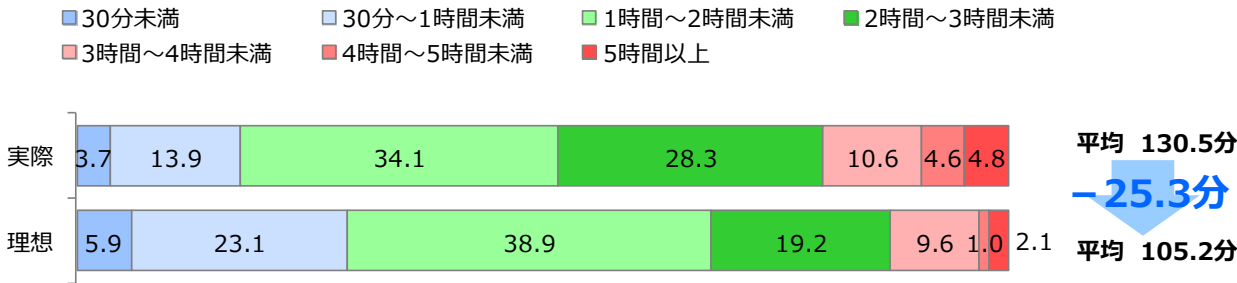
家事のための時間のボリュームゾーンは、「1時間～2時間未満」「2時間～3時間未満」で計62.4%。
実態と理想の平均時間を比べると、理想のほうが25.3分短い。

家族のための時間のボリュームゾーンは、「30分～1時間未満」「1時間～2時間未満」で計60.3%。
実態と理想の平均時間を比べると、理想のほうが21.7分長い。

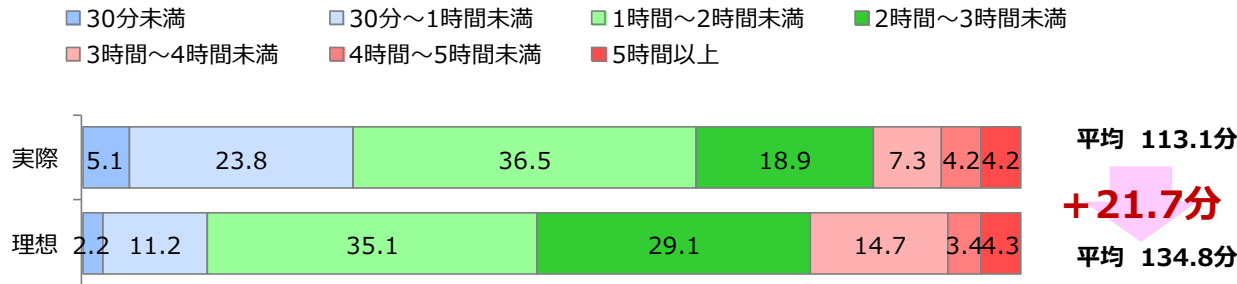
自分のための時間は、「30分未満」「30分～1時間未満」が65.6%を占める。
実態と理想の平均時間を比べると、理想のほうが約1時間長く、最も理想と現実のギャップがある。

※働き方・末子年齢別のデータは33～35ページ参照

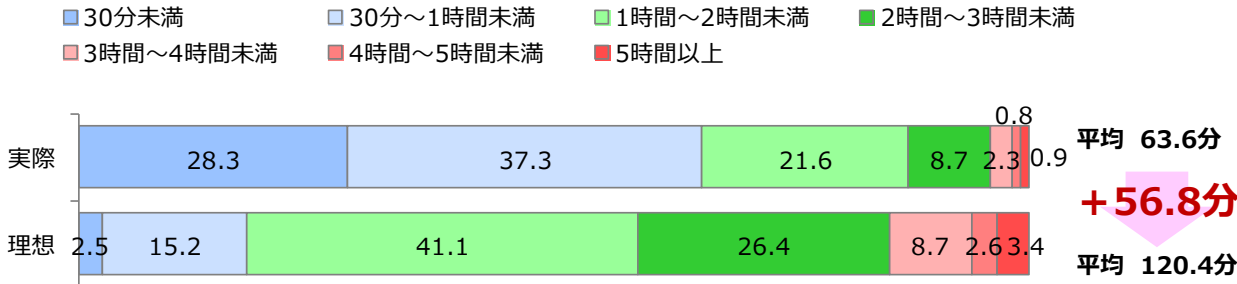
【平日】家事のための時間



【平日】家族のための時間



【平日】自分のための時間



休日のライフ（家事・家族・自分）の時間配分について聞いた。

家事のための時間の平均は約2時間半。

平日（平均130.5分）と比べると約30分長い。

実態と理想の平均時間を比べると、

理想のほうが37.5分短い。

家族のための時間の平均は約3時間。

平日（平均113.1分）と比べて74.9分多い。

「5時間以上」という人も2割超いる。

実態と理想の平均時間の差は少なく、

ほぼ理想通り。

自分のための時間の平均は、約1時間半。

平日（平均63.6分）と比べて、約30分長い。

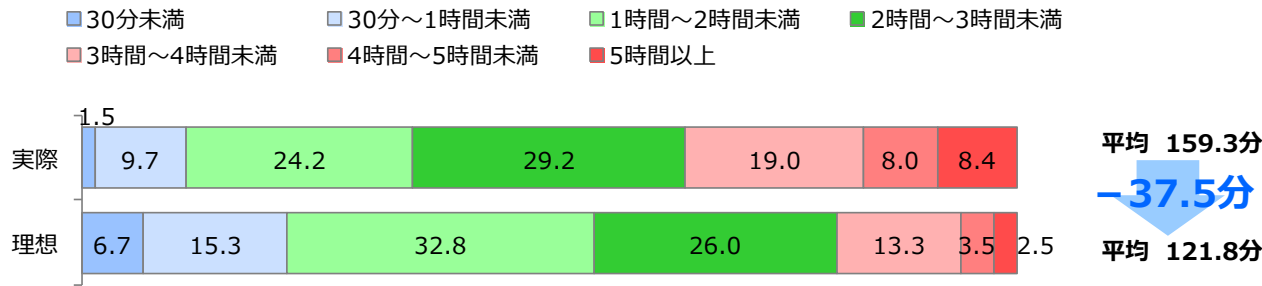
実態と理想の平均時間を比べると、

理想のほうが67.8分長く、

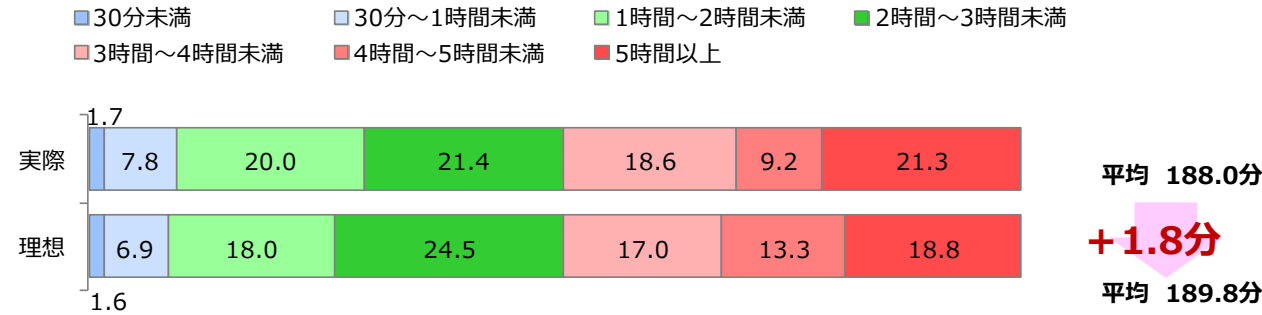
理想と現実のギャップが大きい。

※働き方・末子年齢別のデータは36～38ページ参照

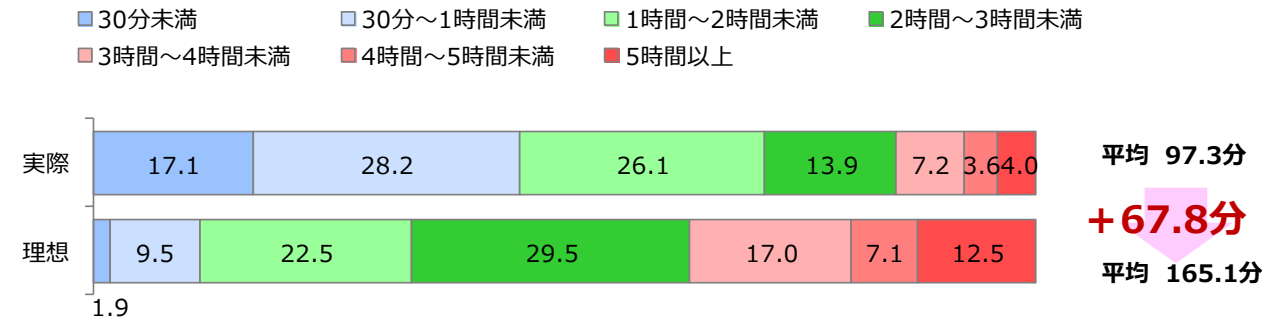
【休日】家事のための時間



【休日】家族のための時間



【休日】自分のための時間



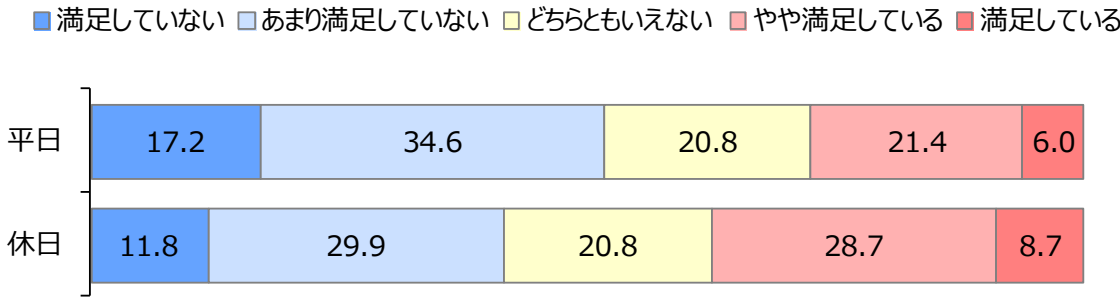
ライフ（家事・家族・自分）の時間配分に、
「満足している」「やや満足している」という人は、
平日が27.4%、休日が37.4%。

「満足していない」「あまり満足していない」という人は、
平日が51.8%、休日が41.7%。

休日のほうが、やや満足度は高いものの、
平日・休日ともに満足していない人のほうが多い。

※働き方・末子年齢別のデータは39ページ参照

ライフ（家事・家族・自分）の時間配分の満足度



自分のために使える時間帯は、
平日・休日ともに21時台～23時台という人が5割超。

平日は、
「早朝～午前5時台」「24時以降」の人も各2割超いる。

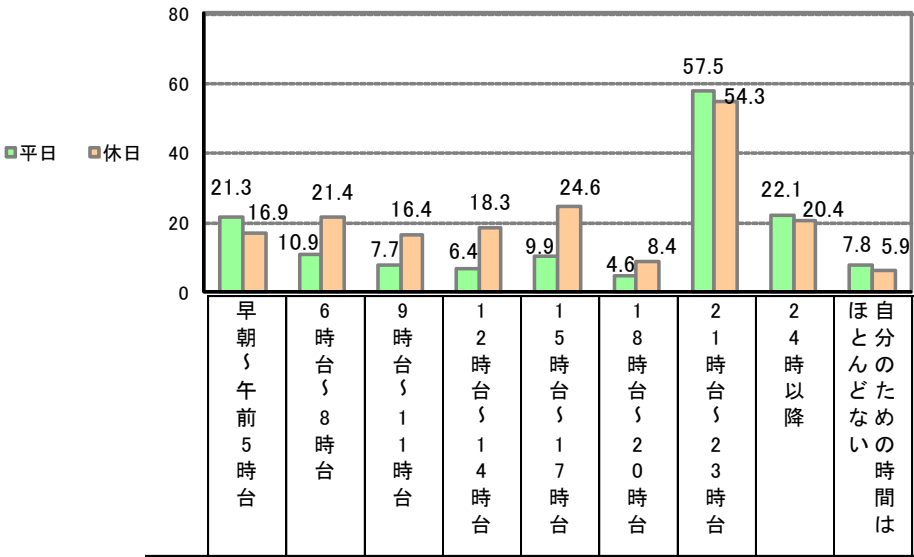
休日は、
「6時～8時台」「15時台～17時台」「24時以降」が2割超。

家で、自分のための時間にするものの上位は
「テレビ・DVDを見る」61.7%、
「インターネット」60.8%。

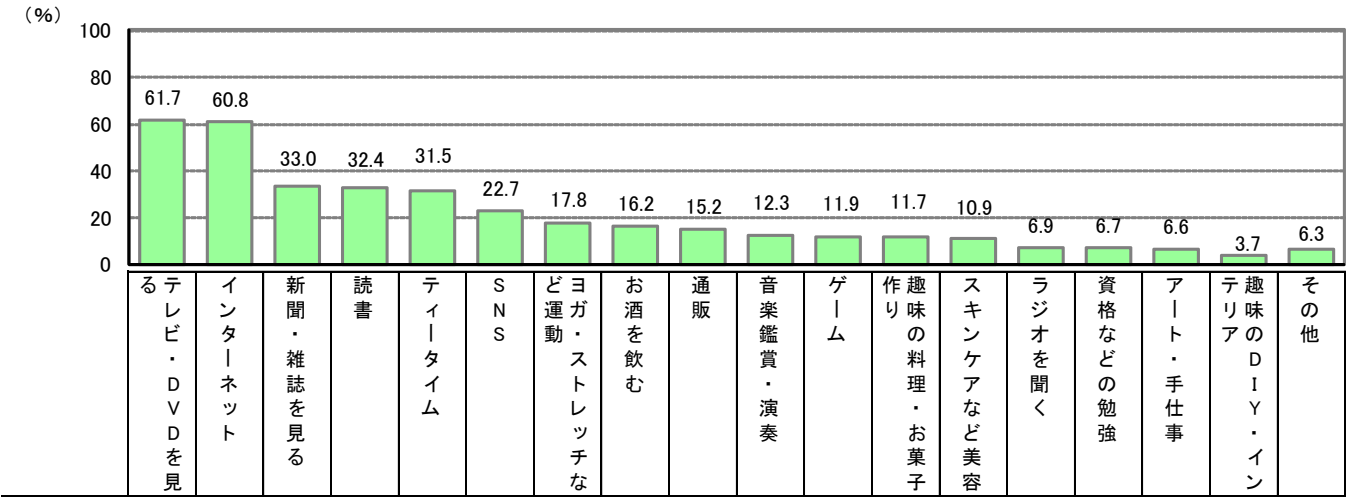
次いで、3割近くの人が行っていることは、
「新聞・雑誌を見る」「読書」「ティータイム」。

※働き方・末子年齢別のデータは40～42ページ参照

自分のために使える時間帯 ※複数回答



家で、自分のための時間にするもの ※複数回答

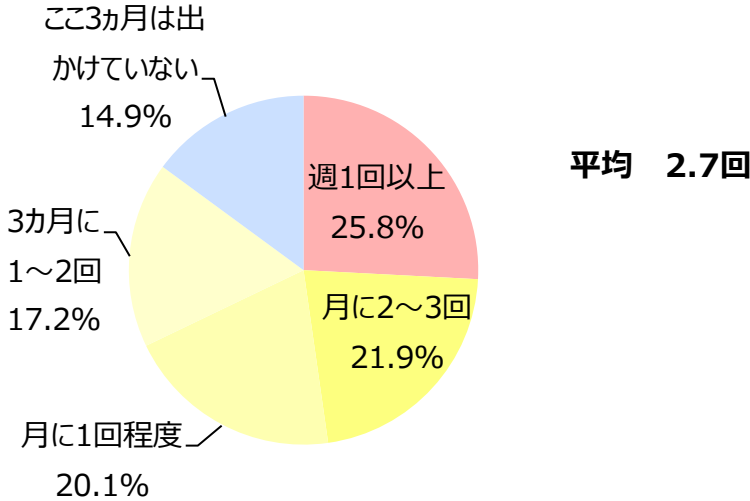


ここ3カ月でした、自分のための外出の回数は、平均2.7回。
週1回以上の人が25.8%いる一方、
「ここ3カ月は出かけていない」14.9%、「3か月に1～2回」
17.2%という人もいる。

自分のための外出の目的は、
「美容」53.7%、「外食・会食・飲み会」47.9%、
「ショッピング」44.0%、「友達に会う」38.5%が主なところ。

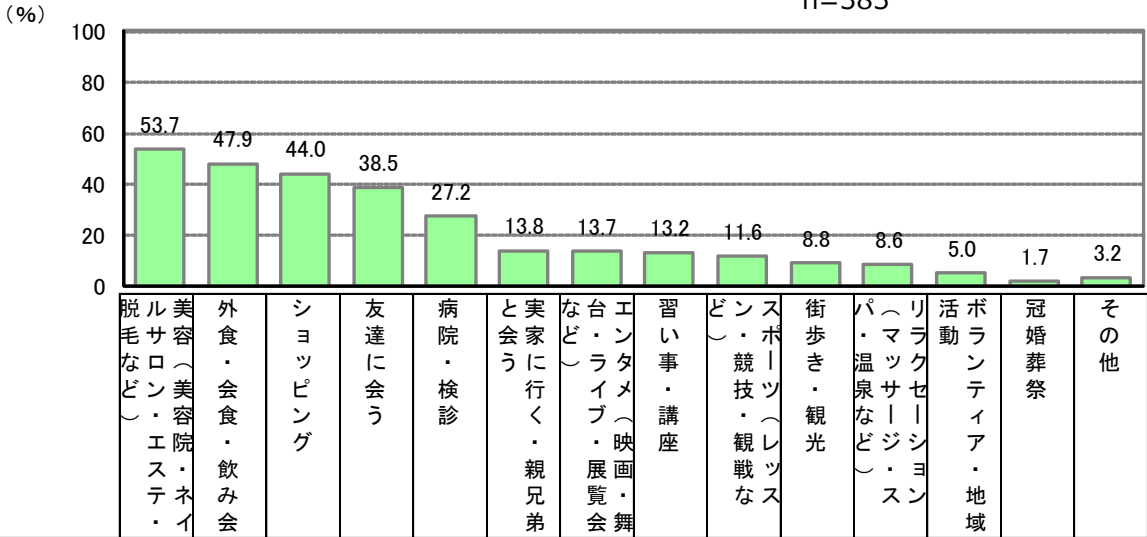
※働き方・末子年齢別のデータは44～46ページ参照

ここ3カ月でした、自分のための外出（夫と子どもを除いて）の回数



ここ3カ月でした、自分のための外出の目的

※複数回答、3カ月以内に、自分のために外出していない人を除く
n=383

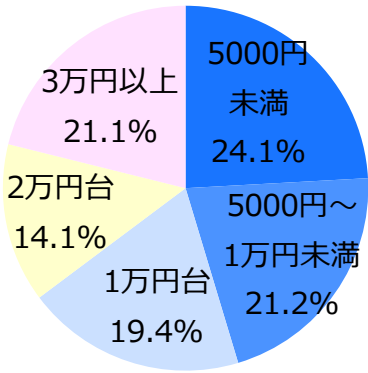


自分のために使えるお金（月額）の平均値は、18870.5円。
とはいえ「1万円未満」が45.3%いる一方で、「3万円以上」が2割超と、幅が広い。

費目別では、5 000円以上かける人が比較的いるのが
「美容」31.3%、
「ファッション」35.6%、
「友達や同僚などとの交際」27.8%。

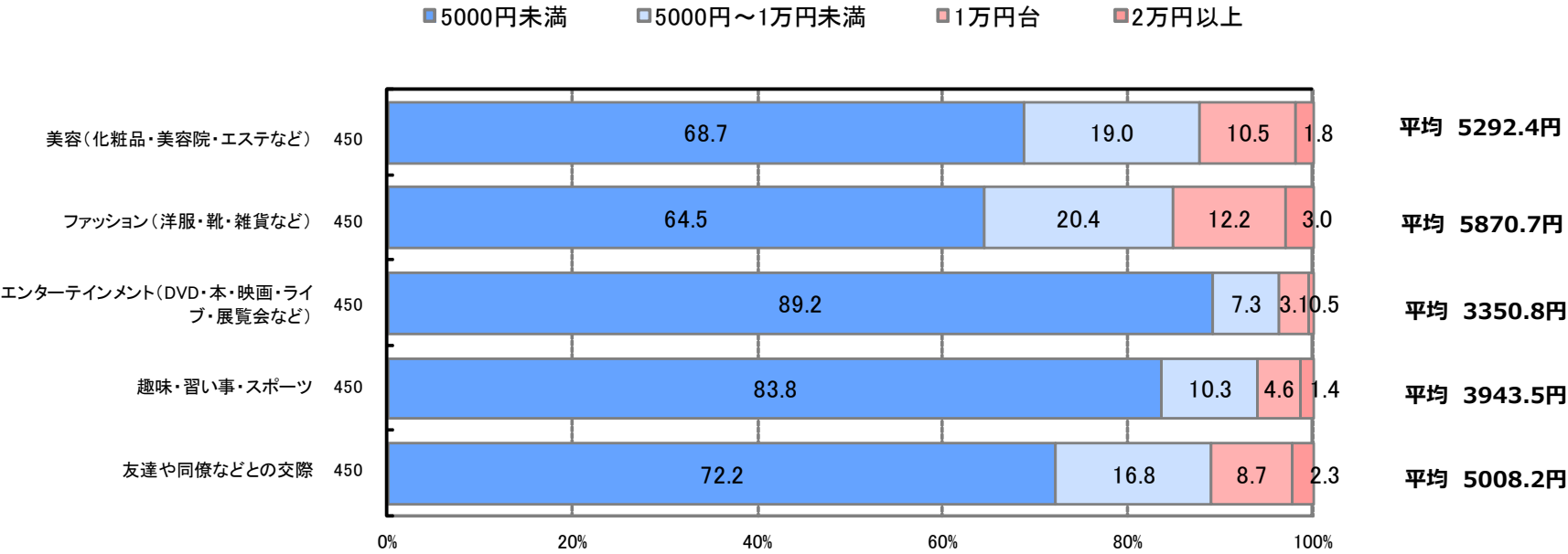
※働き方・末子年齢別のデータは47～50ページ参照

自分のために使えるお金（月額）



平均 18870.5円

費目別 ひと月に使えるお金



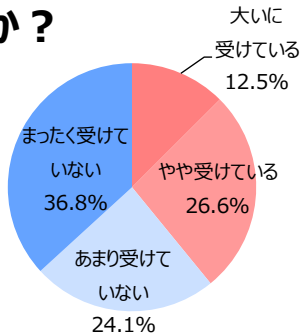
家事・育児のサポートを「大いに受けている」「やや受けている」という人が約4割。
「まったく受けていない」という人も4割近い。

サポート者を聞くと、「実父母」が66.4%と大半。
次いで、「義理父母」26.8%。
ファミリー・サポートや家事代行、ベビーシッターなどの利用率は非常に少ない。

夫婦の家事・育児の分担比率は、妻の分担が8割以上という人が7割超。共働きでも、妻の分担比率がかなり大きい。

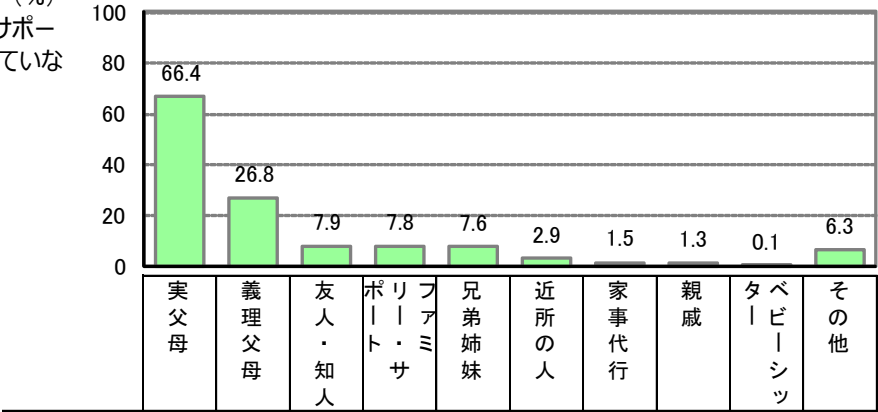
※働き方・末子年齢別のデータは54・55ページ参照

家事・育児のサポートを受けているか？

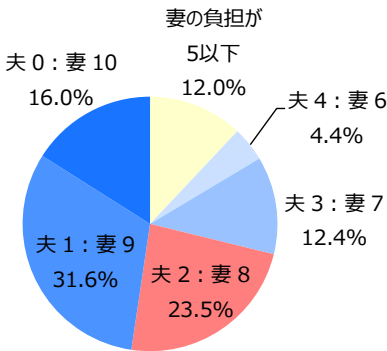


誰のサポートを受けているか？

(%)
※複数回答、サポートをまったく受けていない人を除く
n=285



夫婦の家事・育児の分担比率



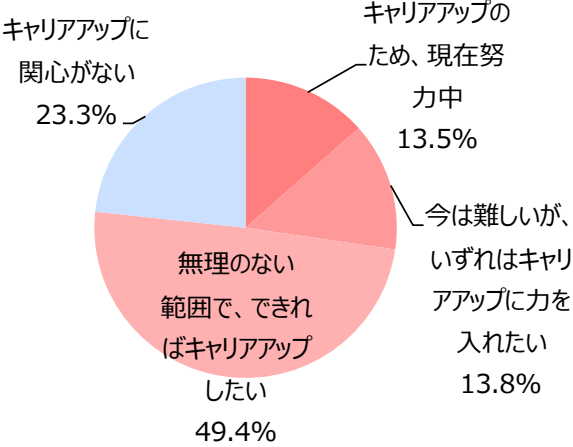
平均 夫 : 妻 = 2.2 : 7.8

キャリア志向（働き方についての考え方）を聞くと、キャリアアップに関心がある人は、全体の4分の3程度と大多数。
とはいえ、「無理のない範囲で、できればしたい」という人が半数。「現在努力中」「いずれは力を入れたい」と、意欲的に考えている人は27.3%。

具体的に、キャリアアップで達成したいことについて聞くと、「責任と権限のある仕事」を求める人は1割程度。
上位は「収入アップ」66.6%、「仕事の質アップ」37.6%、「特定のスキルを上げて、エキスパートになりたい」28.1%、「上司や周囲から評価されたい」23.4%。管理職への昇進よりも、仕事自体の内容と、それに伴う収入を重視している傾向。

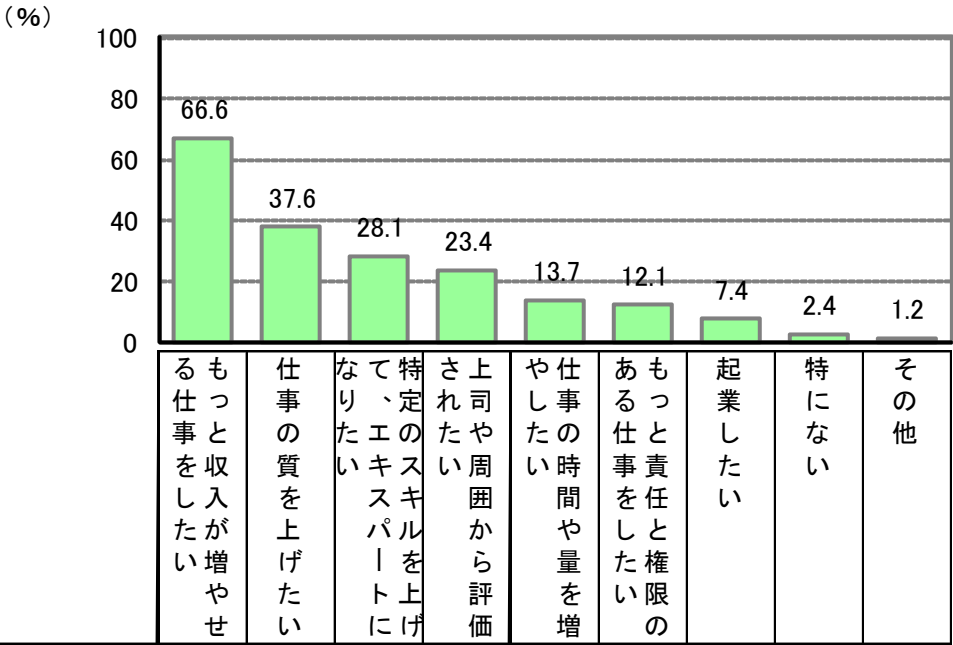
※働き方・末子年齢別のデータは56ページ参照

キャリア志向



キャリアアップで達成したいこと

※複数回答、キャリアアップに関心がない人を除く n=345

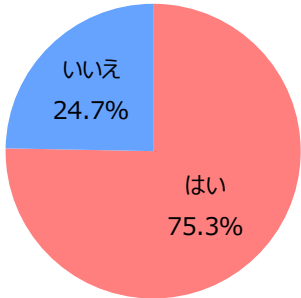


現在も将来も経済的不安がない場合も、働き続けたいという人が全体の約4分の3。

働き続けたい理由の上位は「人との交流」66.4%、「自分の成長」59.5%、「やりがい」51.2%と、自己実現を主としたもの。次いで、「経済的自立」49.9%、「小遣い」46.5%と、金銭的な理由が上がる。働きたくない理由として、2割以上の人を選んだのは、「忙しい思いをしたくない」44.6%、「育児」32.8%、「家事」29.3%、「趣味に専念」24.5%。

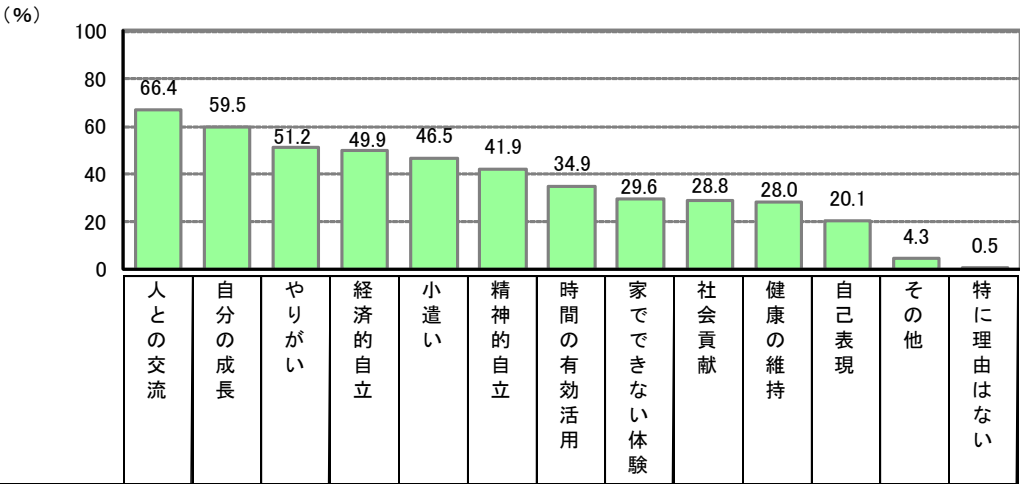
※働き方・未子年齢別のデータは57～59ページ参照

現在も将来も経済的不安がないとしたら、働き続けたいか？



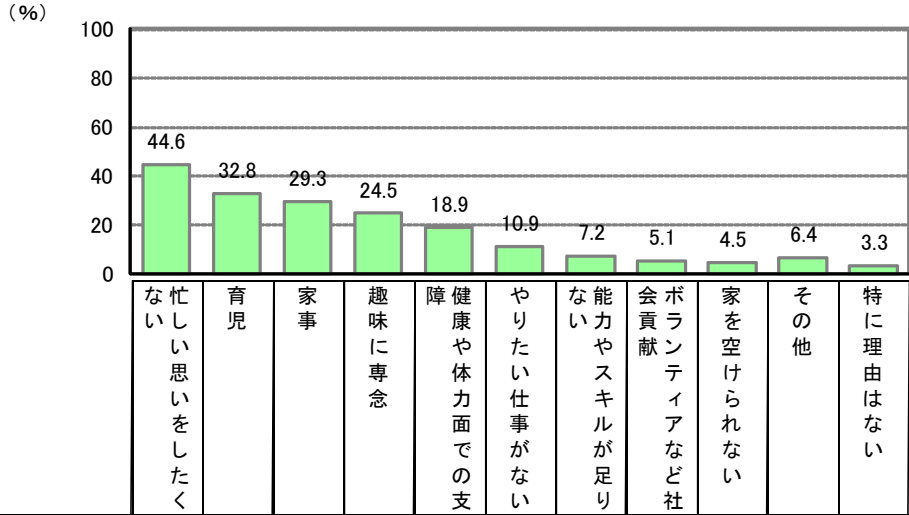
現在も将来も経済的不安がなくても、働き続けたい理由

※複数回答、経済的不安がなくても働きたいという人が回答 n=339



現在も将来も経済的不安がないとしたら、働きたくない理由

※複数回答、経済的不安がなければ、働きたくないという人が回答 n=111



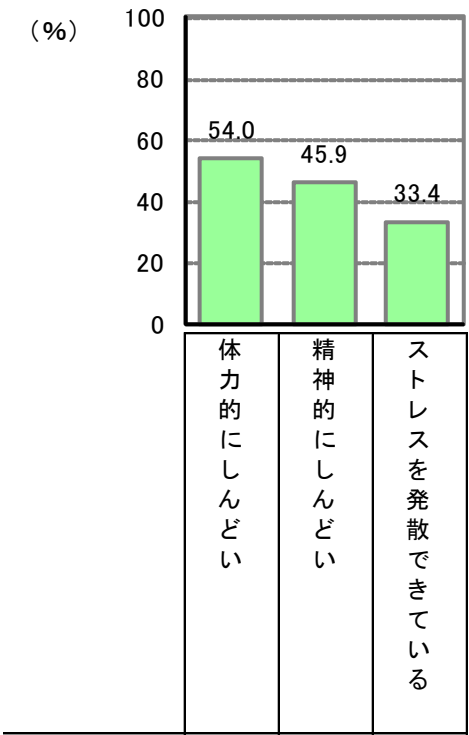
心身のコンディションに関する3項目の設問について、
「そう思う」「ややそう思う」と答えた人の率をグラフ化した。

体力的にしんどいと感じている人が全体の5割超。
精神的にしんどいと感じている人は全体の4割超。
ストレスを発散できている人が全体の約3割。

※働き方・末子年齢別のデータは60ページ参照

心身のコンディションについて

※それぞれの項目で、「そう思う」「ややそう思う」と答えた率の合計



家事に関する実態・意識について、全8項目の設問を用意。
「そう思う」「ややそう思う」と答えた率をグラフ化した。

「おやつや食事・お弁当はできるだけ手作りしたい」と考えている人が、約6割。
忙しくても、なるべく手料理をするよう意識している人が多い。
「料理メニューのバラエティーや見た目に不満がある」「子どもの栄養バランスに不安がある」人が各5割近くいて、食の内容を向上したい人も多い。

料理や掃除、洗濯を効率よくできている人は4割台。
一方で、掃除や洗濯はもう少し頻繁にしたいという人は5割近く、効率化と家事のクオリティーの狭間で悩むママは少なくない。

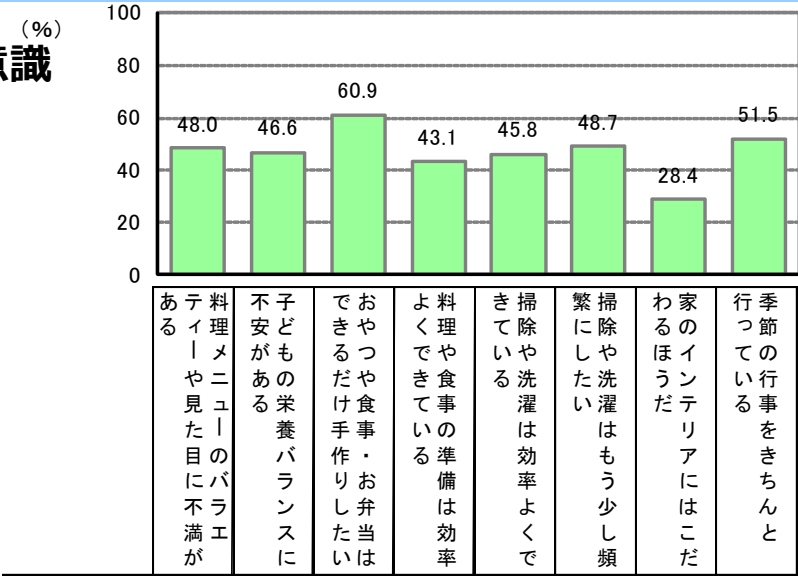
育児に関する実態・意識について、全9項目の設問を用意。
「そう思う」「ややそう思う」と答えた率をグラフ化した。

最もポイントが高いのは、
「子どもと一緒にいろいろな体験がしたい」82.2%。
「子どもにとってよいと思うこと・ものには、お金をかけることを惜しまない」という人も6割超と、多い。

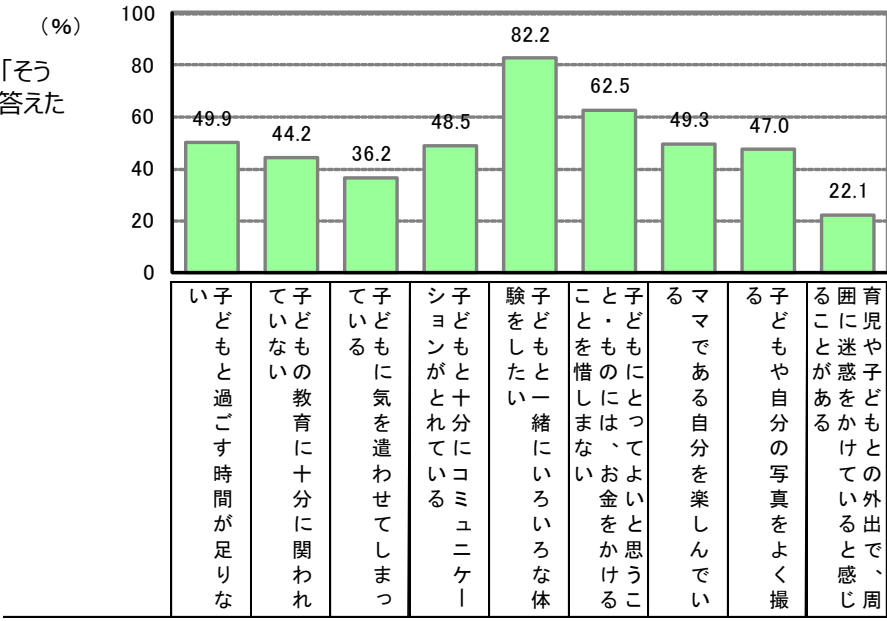
「子どもと過ごす時間が足りない」49.9%、「子どもの教育に十分関わられてない」44.2%と、育児についての悩みも見られる。

※働き方・末子年齢別のデータは61・62ページ参照

家事に関する実態・意識 (％)
※それぞれの項目で、「そう思う」「ややそう思う」と答えた率の合計



育児に関する実態・意識 (％)
※それぞれの項目で、「そう思う」「ややそう思う」と答えた率の合計



消費・情報に関する実態・意識について、全14項目の設問を用意。
「思う」「やや思う」と答えた率をグラフ化した。

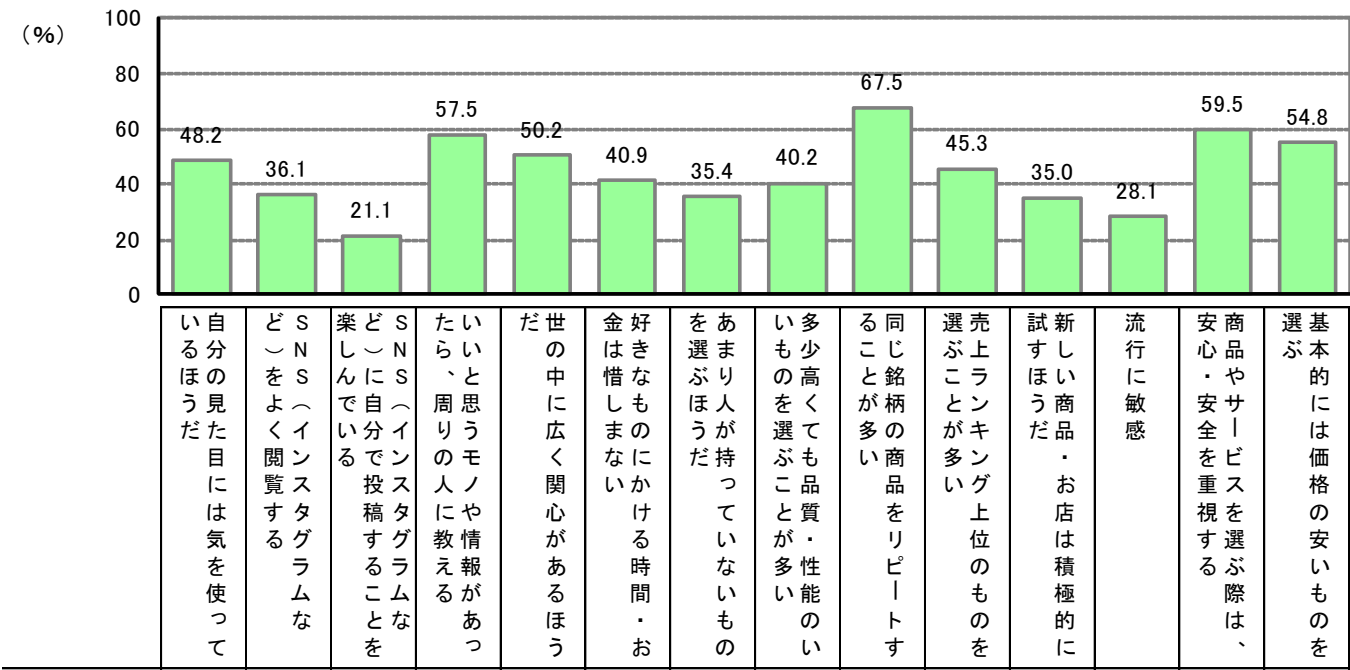
「同じ銘柄の商品をリピートすることが多い」という人が67.5%。忙しいワーママは、買う際にいろいろ検討する時間や、新商品などの情報を入手する機会も少ないことも、なじみの商品をリピートする一因と考えられる。

ほかに過半数が該当する項目は、
「いいと思うモノや情報があったら、周りの人に教える」
「世の中に広く関心があるほうだ」
「商品を選ぶ際は、安心・安全を重視する」
「基本的には価格の安いものを選ぶ」。

※働き方・末子年齢別のデータは63・64ページ参照

消費・情報についての実態・意識

※それぞれの項目で、「思う」「やや思う」と答えた率の合計



子どもに時間とお金をかけたい。自分の時間は少ないが、自分に使えるお金は多い

末子が未就学児なので、平均年齢が35.4歳と比較的若い。親子の時間や体験を重視し、子どもにとってよいものにお金を使う意欲が高い。平日の家族のための時間は平均95.89分だが、理想はあと40分ほど長い。平日の自分時間は約40分だが、理想は約1時間半。平日のライフの時間配分に「満足していない」「あまり満足していない」の割合が67.0%と全属性で最も多い。自分のために使えるお金は、全属性で最も多い。特に、美容とファッションに使う金額はトップ。キャリアアップ志向は比較的強く、「現在努力中」「いずれは力を入れたい」が36.0%。SNSをよく見る人が過半数と比較的多い。

特徴 ※自分や子ども、生活スタイルなどに関する全34項目を挙げ、自身に当てはまるかを聞いた。〈 〉内は全クラスター中の順位

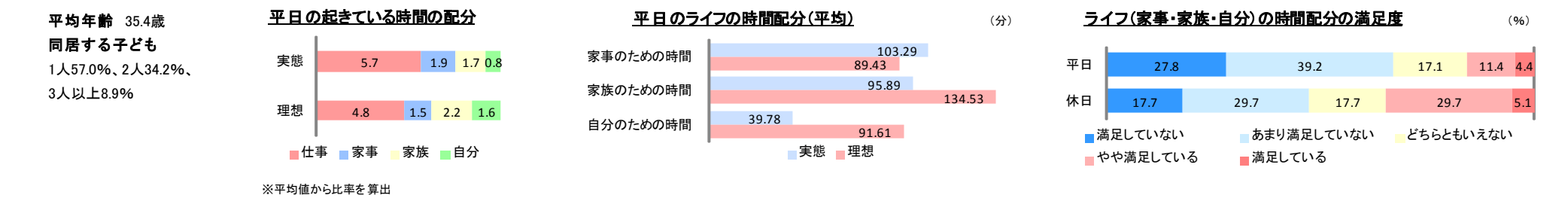
「子どもと一緒にいろいろな体験がしたい」 91.1%〈1位〉

「子どもにとってよいと思うこと・ものにはお金をかけることを惜しまない」 69.0%〈2位〉

「売上ランキング上位のものを選ぶことが多い」 53.8%〈1位〉

「多少高くても品質・性能のいいものを選ぶことが多い」 51.3%〈1位〉

「SNS(インスタグラムなど)をよく閲覧する」 51.9%〈1位〉



自分のために使える時間帯

平日	休日
1位 21時台～23時台 55.1 %	1位 21時台～23時台 62.7 %
2位 早朝～午前5時台 24.1 %	2位 24時以降 26.6 %
3位 24時以降 22.8 %	3位 早朝～午前5時台 22.2 %

自分のための時間にすること

1位 テレビ・DVDを見る 60.8 %
2位 インターネット 58.2 %
3位 SNS 34.2 %

ここ3カ月でした、自分のための外出

平均頻度 月 1.86 回 (週 0.465 回)

外出目的

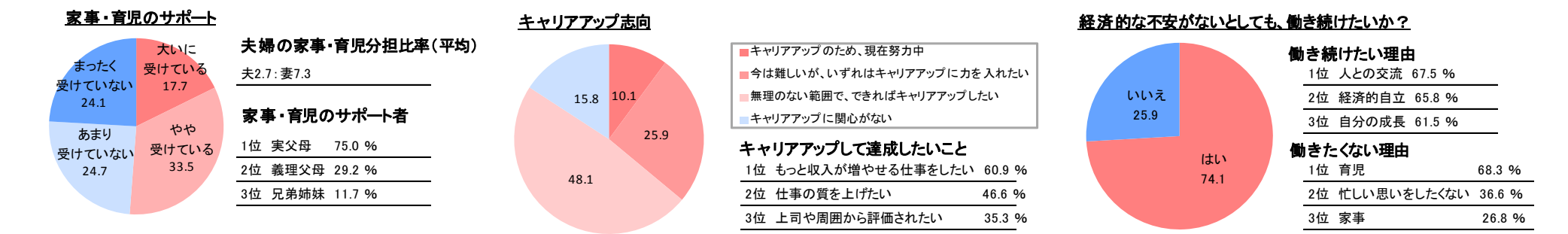
1位 美容 73.3 %
2位 外食・会食・飲み会 44.4 %
3位 ショッピング 29.6 %

自分のために使えるお金 28117 円

自分のためにかけるお金

美 容 7215 円	趣味・習い事・スポーツ 3971 円
ファッション 8607 円	友達や同僚などとの交流 5949 円
エンターテインメント 3338 円	

※金額は月額平均



仕事の比重が高いが、本当は子育てや家事にもっと注力したい

末子が小学低学年で、仕事の比重が全属性で最も高い。キャリアアップのため「現在努力中」20.0%、「いずれ力を入れたい」16.7%という人がいる一方で、キャリアアップに関心がない人も3割いる。平日の家族のための時間は平均80分、理想は平均120.5分。子どもの栄養バランスや料理メニューに不満・不安を感じている人や、子どもの教育に十分に関われていないという人が多く、子育てに関する悩みが大きい。また、家事についても、掃除・洗濯をもう少し頻繁にしたいと感じている人の割合が高い。自分のための時間は平均46.5分、理想は105分。

特徴 ※自分や子ども、生活スタイルなどに関する全34項目を挙げ、自身に当てはまるかを聞いた。〈 〉内は全クラスター中の順位

「子どもの栄養バランスに不安がある」 56.7%〈1位〉

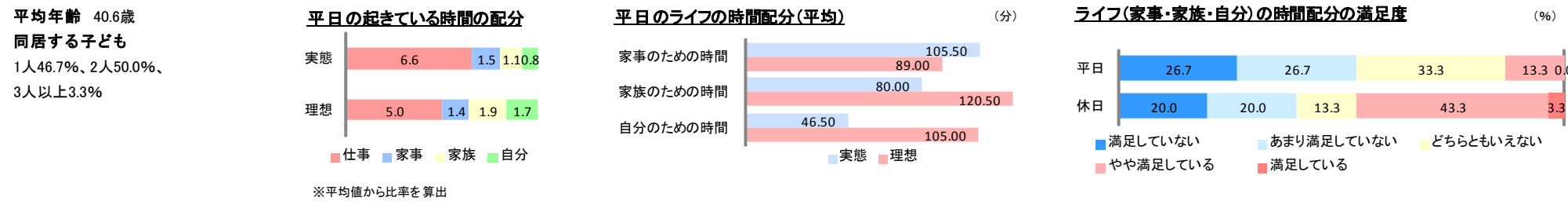
「料理メニューのバリエーションや見た目に不満がある」 53.3%〈2位〉

「掃除や洗濯はもう少し頻繁にしたい」 63.3%〈1位〉

「子どもの教育に十分に関われていない」 66.7%〈1位〉

「子どもと過ごす時間が足りない」 76.7%〈2位〉

「いいと思うモノや情報があったら、周りの人に教える」 73.3%〈1位〉



自分のために使える時間帯

平日	休日
1位 21時台～23時台 56.7 %	1位 21時台～23時台 60.0 %
2位 24時以降 40.0 %	2位 6時台～8時台 26.7 %
3位 早朝～午前5時台 26.7 %	3位 24時以降 26.7 %

自分のための時間にすること

1位 テレビ・DVDを見る 56.7 %
2位 インターネット 50.0 %
3位 新聞・雑誌を見る 33.3 %

ここ3カ月でした、自分のための外出

平均頻度 月 2.02 回 (週 0.505 回)

外出目的

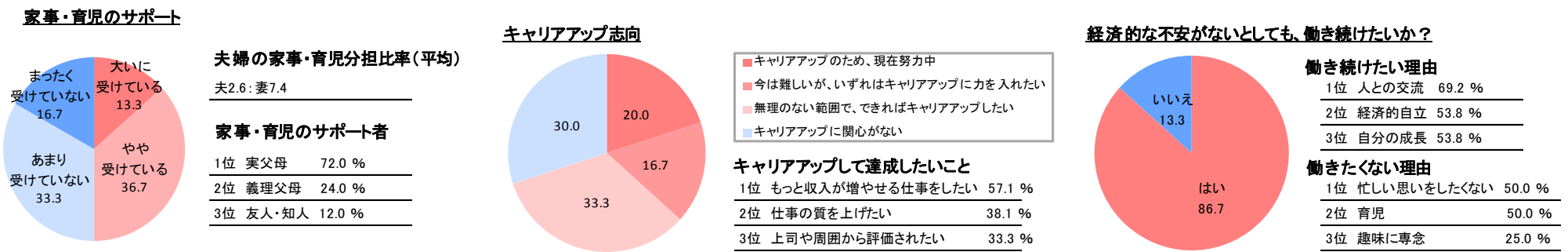
1位 ショッピング 50.0 %
2位 外食・会食・飲み会 46.2 %
3位 美容 38.5 %

自分のために使えるお金 23916 円

自分のためにかけるお金

美容	5166 円	趣味・習い事・スポーツ	4000 円
ファッション	6750 円	友達や同僚などとの交流	6583 円
エンターテインメント	3250 円		

※金額は月額平均



家事の効率に課題あり、子どもとのコミュニケーションを充実したい

キャリアアップのため、現在努力中という人が25.9%と、全属性で最多。平日の家事の時間が、全属性で最も短い。料理や掃除、洗濯が効率よくできていると答えた人も最も少なく、家事の効率は大きな課題。また、家族のための時間は平均約86分だが、理想は約136分。子どもと過ごす時間が足りない、子どもの教育に十分に関われていないと感じている人が多い。子どもにとってよいと思うこと・ものにお金をかけることを惜しまない人が全属性で最も多く、短時間で良質な親子コミュニケーションが図れる商品・サービスへのニーズは強い。平日の自分のための時間の平均は、実態より理想が約1時間長い。

特徴 ※自分や子ども、生活スタイルなどに関する全34項目を挙げ、自身に当てはまるかを聞いた。〈 〉内は全クラスター中の順位

「料理や食事の準備は効率よくできている」 22.2%〈9位〉

「掃除や洗濯は効率よくできている」 33.3%〈9位〉

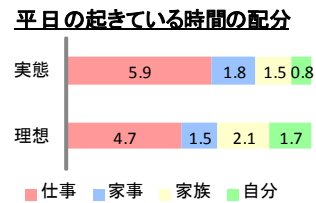
「自分の見た目には気を使っているほうだ」 55.6%〈2位〉

「子どもの教育に十分に関われていない」 63.0%〈2位〉

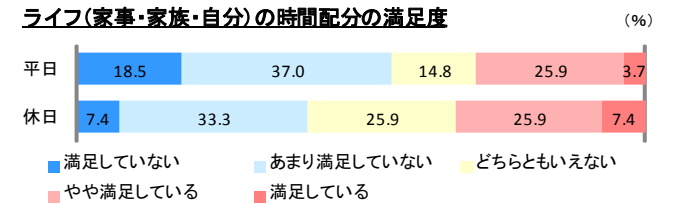
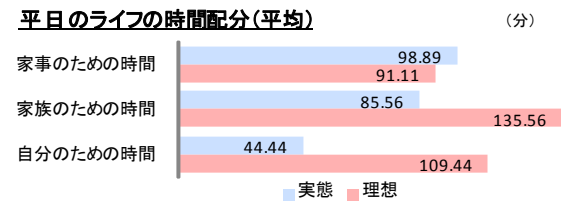
「子どもと過ごす時間が足りない」 77.8%〈1位〉

「子どもにとってよいと思うこと・ものにはお金をかけることを惜しまない」 70.4%〈1位〉

平均年齢 41.6歳
同居する子ども
1人51.9%、2人37.0%、
3人以上11.1%



※平均値から比率を算出



自分のために使える時間帯

平日	休日
1位 21時台～23時台 66.7 %	1位 21時台～23時台 55.6 %
2位 早朝～午前5時台 22.2 %	2位 6時台～8時台 33.3 %
3位 自分の～ない 18.5 %	3位 15時台～17時台 33.3 %

自分のための時間にすること

1位 テレビ・DVDを見る 59.3 %
2位 インターネット 51.9 %
3位 新聞・雑誌を見る 37.0 %

ここ3カ月でした、自分のための外出

平均頻度 月 2.11 回 (週 0.5275 回)

外出目的

1位 外食・会食・飲み会 64.0 %
2位 美容 56.0 %
3位 ショッピング 40.0 %

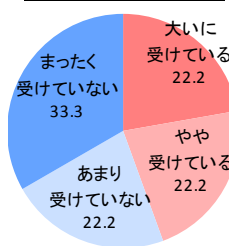
自分のために使えるお金 25092 円

自分のためにかけるお金

美	容	6018 円	趣味・習い事・スポーツ	4537 円
ファッション		6851 円	友達や同僚などとの交流	5740 円
エンターテインメント		3888 円	※金額は月額平均	

※金額は月額平均

家事・育児のサポート



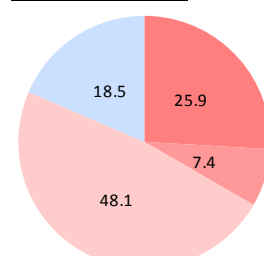
夫婦の家事・育児分担比率(平均)

夫1.9:妻8.1

家事・育児のサポート者

1位 実父母 55.6 %
2位 義理父母 27.8 %
3位 ファミリー・サポート 16.7 %

キャリアアップ志向

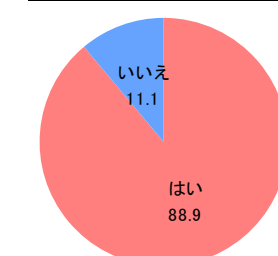


■キャリアアップのため、現在努力中
■今は難しいが、いずれはキャリアアップに力を入れたい
■無理のない範囲で、できればキャリアアップしたい
■キャリアアップに関心がない

キャリアアップして達成したいこと

1位 もっと収入が増やせる仕事をしたい 63.6 %
2位 仕事の質を上げたい 40.9 %
3位 特定の～、エキスパートになりたい 31.8 %

経済的な不安がないとしても、働き続けたいか？



働き続けたい理由

1位 人との交流 66.7 %
2位 自分の成長 66.7 %
3位 経済的自立 58.3 %

働きたくない理由

1位 育児 66.7 %
2位 忙しい思いをしたくない 33.3 %
3位 家事 33.3 %

食への意識が高く、家事は効率よく。自分のための時間もお金も比較的ある

フルタイムワーカーの中では、最も家事に時間をかけている。また、料理や掃除、洗濯を効率よくできているという人の割合が多い。料理は手作り志向が強く、子どもの栄養バランスが気になりなど、食への意識が高い。子どもがある程度大きいため、家族のための時間は比較的少なく、自分のための時間が欲しいという気持ちが高い。フルタイムワーカーの中では自分時間が多く、自分のために使えるお金も全属性で2番目に多い。エンタメや交際にかかる金額は全属性で最多。キャリアアップのため現在努力中の人が約2割いるものの、過半数が「無理のない範囲で、できればキャリアアップしたい」と緩やかに考えている。

特徴 ※自分や子ども、生活スタイルなどに関する全34項目を挙げ、自身に当てはまるかを聞いた。〈 〉内は全クラスター中の順位

「料理や食事の準備は効率よくできている」 56.1%〈2位〉

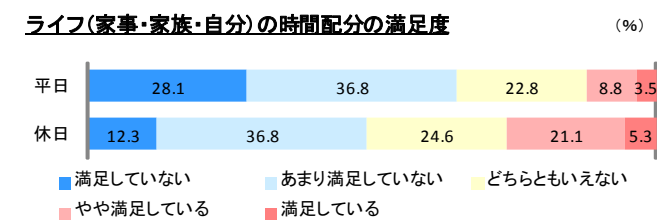
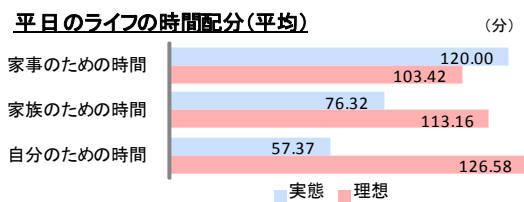
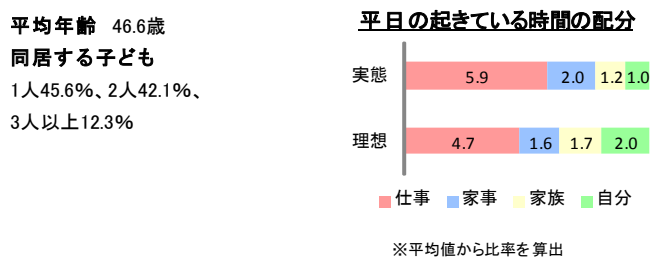
「掃除や洗濯は効率よくできている」 59.6%〈1位〉

「掃除や洗濯はもう少し頻繁にしたい」 54.4%〈2位〉

「子どもの栄養バランスに不安がある」 63.0%〈2位〉

「おやつや食事・お弁当はできるだけ手作りしたい」 70.2%〈1位〉

「自分の見た目には気を使っているほうだ」 61.4%〈1位〉



自分のために使える時間帯

平日	休日
1位 21時台～23時台 59.6 %	1位 21時台～23時台 57.9 %
2位 24時以降 29.8 %	2位 15時台～17時台 45.6 %
3位 早朝～午前5時台 28.1 %	3位 12時台～14時台 35.1 %

自分のための時間にするこ

1位 テレビ・DVDを見る 52.6 %
2位 インターネット 45.6 %
3位 読書 31.6 %

ここ3カ月でした、自分のための外出

平均頻度 月 2.96 回 (週 0.74 回)

外出目的

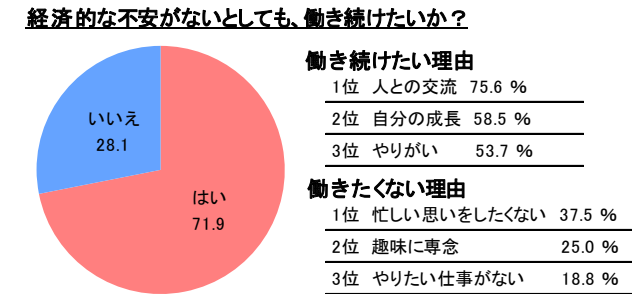
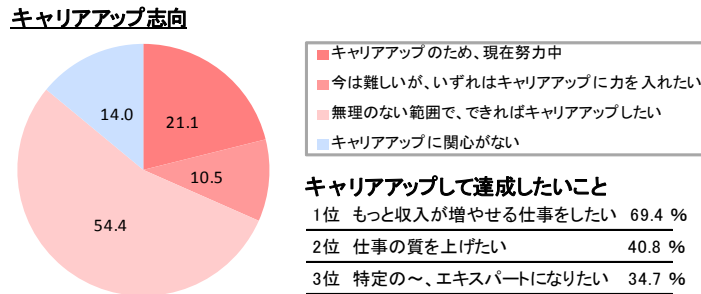
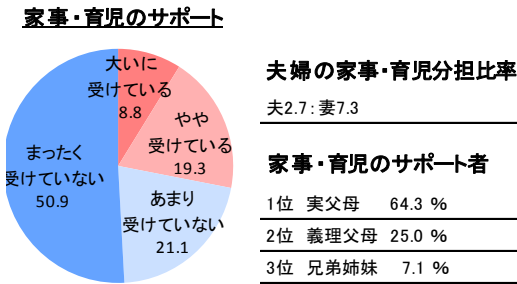
1位 外食・会食・飲み会	60.8 %
2位 友達に会う	56.9 %
3位 美容	52.9 %

自分のために使えるお金 25614 円

自分のためにかけるお金

美容 6842 円	趣味・習い事・スポーツ 4956 円
ファッション 8070 円	友達や同僚などとの交流 8421 円
エンターテインメント 4868 円	

※金額は月額平均



家事や家族のための時間が多い。低価格志向で、安心・安全を重視

末子が末就園児のため、家事や家族のために多くの時間を割いている。季節の行事をきちんと行っている率や、子どもの写真を撮る率が高く、子ども優先のライフスタイル。仕事の比重は、実態より理想のほうが少し高いが、キャリアアップ志向は低めで、「無理のない範囲で、できればしたい」という人が約6割。キャリアアップで達成したいことは「収入アップ」が8割と大多数。自分のために使えるお金は少なく、低価格志向が強いものの、好きな物にかかる時間・お金は惜しまない人が比較的多い。安心・安全を重視する傾向。

特徴 ※自分や子ども、生活スタイルなどに関する全34項目を挙げ、自身に当てはまるかを聞いた。〈 〉内は全クラスター中の順位

「季節の行事をきちんと行っている」 75.0%〈1位〉

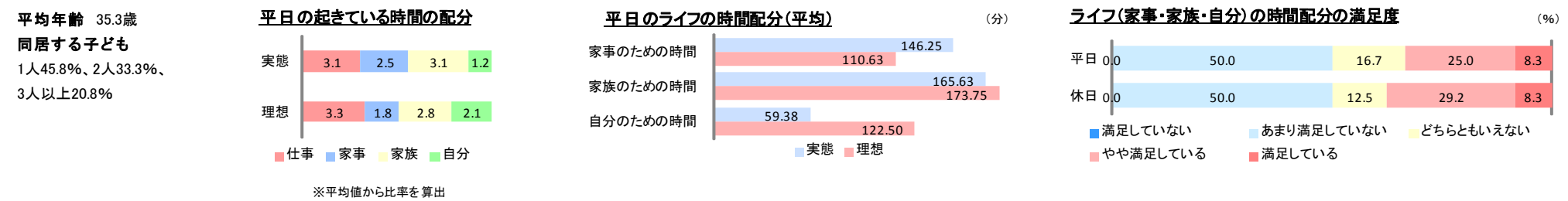
「子どもや自分の写真をよく撮る」 75.0%〈1位〉

「SNS(インスタグラムなど)に自分で投稿することを楽しんでいる」 37.5%〈1位〉

「好きなものにかかる時間・お金は惜しまない」 45.8%〈1位〉

「商品・サービスを選ぶ際は、安心・安全を重視する」 70.8%〈1位〉

「基本的には価格の安いものを選ぶ」 70.8%〈1位〉



自分のために使える時間帯

平日	休日
1位 21時台～23時台 54.2 %	1位 21時台～23時台 45.8 %
2位 早朝～午前5時台 25.0 %	2位 24時以降 20.8 %
3位 24時以降 25.0 %	3位 早朝～午前5時台 16.7 %

自分のための時間にすること

1位 インターネット 70.8 %
2位 テレビ・DVDを見る 62.5 %
3位 新聞・雑誌を見る 33.3 %

ここ3カ月でした、自分のための外出

平均頻度 月 2.67 回 (週 0.6675 回)

外出目的

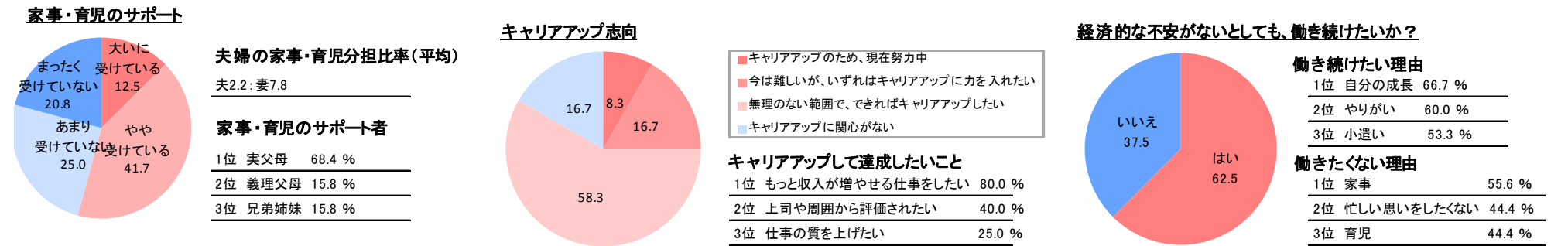
1位 美容 57.9 %
2位 外食・会食・飲み会 42.1 %
3位 友達に会う 31.6 %

自分のために使えるお金 16770 円

自分のためにかけるお金

美容 4791 円	趣味・習い事・スポーツ 5000 円
ファッション 3645 円	友達や同僚などとの交流 4375 円
エンターテインメント 3229 円	

※金額は月額平均



育児にしっかり手をかけている分、負担感も。自分の時間とお金も少ない

末子が末就学児のため、家事や家族のための時間の割合が大きい。季節の行事をきちんと行っている率や、子どもと十分にコミュニケーションがとれている率は比較的高いが、「ママである自分を楽しんでいる」という人は全属性で最も少ない。育児にしっかり手をかけている分、負担感が大きいことが窺える。キャリアアップ志向は弱く、「無理のない範囲でできれば」「関心がない」合わせて8割超。フルタイムワーカーより自分時間は多いものの、パート・アルバイト者の中で比べると、自分のための時間や外出頻度が少ない。自分のために使えるお金は、全属性で最も少ない。低価格志向で、安心・安全を重視する傾向。

特徴 ※自分や子ども、生活スタイルなどに関する全34項目を挙げ、自身に当てはまるかを聞いた。〈 〉内は働き方×末子学齢別タイプ(全9つ)中の順位

「季節の行事をきちんと行っている」 53.5%〈3位〉

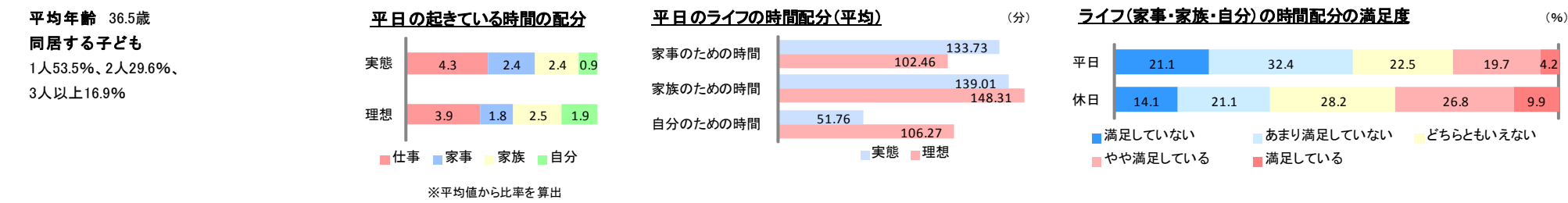
「ママである自分を楽しんでいる」 40.8%〈9位〉

「子どもと十分にコミュニケーションがとれている」 53.5%〈3位〉

「同じ銘柄の商品をリピートすることが多い」 74.6%〈1位〉

「商品・サービスを選ぶ際は、安心・安全を重視する」 64.8%〈2位〉

「基本的には価格の安いものを選ぶ」 66.2%〈2位〉



自分のために使える時間帯

平日	休日
1位 21時台～23時台 54.9 %	1位 21時台～23時台 53.5 %
2位 早朝～午前5時台 21.1 %	2位 6時台～8時台 19.7 %
3位 24時以降 15.5 %	3位 9時台～11時台 15.5 %

自分のための時間にする

1位 テレビ・DVDを見る 63.4 %
2位 インターネット 60.6 %
3位 新聞・雑誌を見る 31.0 %

ここ3カ月でした、自分のための外出

平均頻度 月 1.55 回 (週 0.3875 回)

外出目的

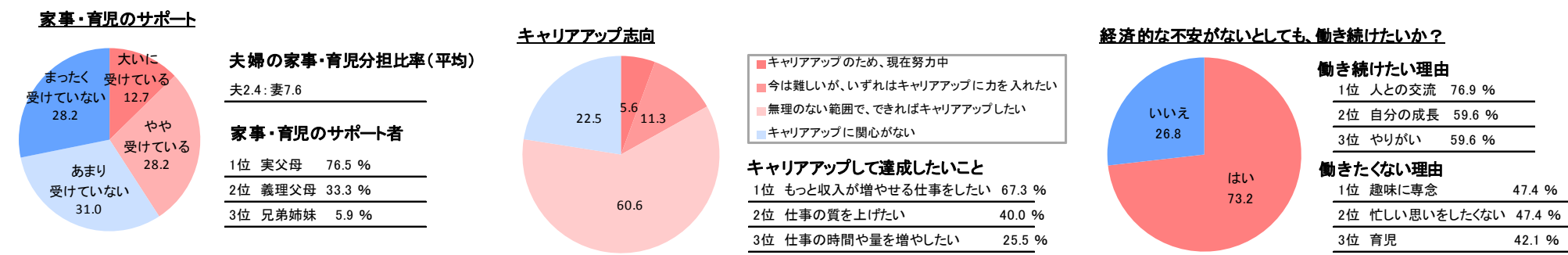
1位 ショッピング 47.3 %
2位 美容 43.6 %
3位 外食・会食・飲み会 38.2 %

自分のために使えるお金 10845 円

自分のためにかけるお金

美容 3802 円	趣味・習い事・スポーツ 3309 円
ファッション 4154 円	友達や同僚などとの交流 3521 円
エンターテインメント 2500 円	

※金額は月額平均



家事は質よく手際よく。家族との時間もほぼ理想どおり

家事の時間は1日平均2時間強。掃除や洗濯はもう少し頻繁にしたいという人が全属性で最も少ない。一方、掃除や洗濯は効率よくできているという人が過半数、料理を効率よくできている人も6割近い。家事の質と効率がバランスよい印象。子どもとのコミュニケーションが取れているという人も全属性で2番目に多く、家族のための時間はほぼ理想通りとれている。キャリアアップのため現在努力中という人が15.4%で、パート・アルバイト者の属性の中では最も多い。自分の時間は1日1時間強あるものの、理想は2時間近い。

特徴

※自分や子ども、生活スタイルなどに関する全34項目を挙げ、自身に当てはまるかを聞いた。〈 〉内は働き方×末子学齢別タイプ（全9つ）中の順位

「料理や食事の準備は効率よくできている」 59.0%〈1位〉

「掃除や洗濯は効率よくできている」 53.8%〈2位〉

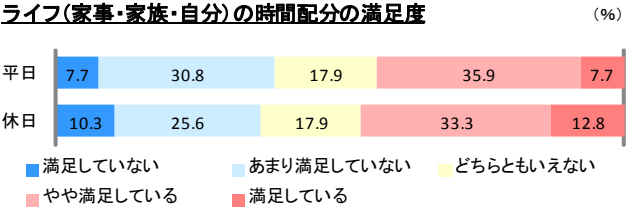
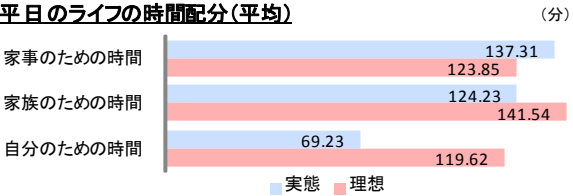
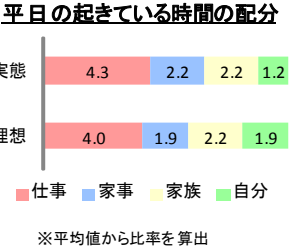
「掃除や洗濯はもう少し頻繁にしたい」 35.9%〈9位〉

「季節の行事をきちんと行っている」 53.5%〈3位〉

「子どもと十分にコミュニケーションがとれている」 59.0%〈2位〉

「自分の見た目には気を使っているほうだ」53.8%〈3位〉

平均年齢 41.5歳
同居する子ども
1人35.9%、2人46.2%、
3人以上17.9%



自分のために使える時間帯

平日	休日
1位 21時台～23時台 59.0 %	1位 21時台～23時台 56.4 %
2位 早朝～午前5時台 25.6 %	2位 6時台～8時台 25.6 %
3位 24時以降 17.9 %	3位 早朝～午前5時台 17.9 %

自分のための時間にすること

1位 インターネット 84.6 %
2位 テレビ・DVDを見る 56.4 %
3位 ティータイム 51.3 %

ここ3カ月でした、自分のための外出

平均頻度 月 2.76 回 (週 0.69 回)

外出目的

1位 美容 60.6 %
2位 ショッピング 60.6 %
3位 外食・会食・飲み会 48.5 %

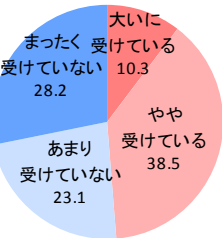
自分のために使えるお金 13525 円

自分のためにかけるお金

美容 5128 円	趣味・習い事・スポーツ 3205 円
ファッション 5576 円	友達や同僚などの交流 3846 円
エンターテインメント 3397 円	

※金額は月額平均

家事・育児のサポート



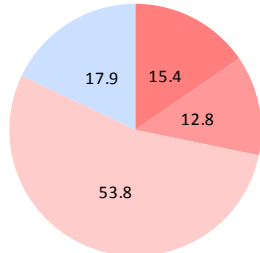
夫婦の家事・育児分担比率(平均)

夫1.8:妻8.2

家事・育児のサポート者

1位 実父母 67.9 %
2位 義理父母 32.1 %
3位 兄弟姉妹 7.1 %

キャリアアップ志向

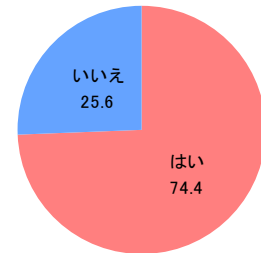


■キャリアアップのため、現在努力中
■今は難しいが、いずれはキャリアアップに力を入れたい
■無理のない範囲で、できればキャリアアップしたい
■キャリアアップに関心がない

キャリアアップして達成したいこと

1位 もっと収入が増やせる仕事をしたい 65.6 %
2位 仕事の時間や量を増やしたい 34.4 %
3位 仕事の質を上げたい 31.3 %

経済的な不安がないとしても、働き続けたいか？



働き続けたい理由

1位 自分の成長 69.0 %
2位 人との交流 58.6 %
3位 やりがい 48.3 %

働きたくない理由

1位 忙しい思いをしたくない 70.0 %
2位 趣味に専念 40.0 %
3位 家事 40.0 %

家事時間が長く、食を重視。自分時間は多く、好きなものにお金をかける

家事のための時間は、全属性で最長。料理は手作り志向が強いが、料理メニューのバラエティーや見た目に不満がある率が高く、内容にこだわる傾向。家族のための時間は、ほぼ理想通りで、ママである自分を楽しんでいる人が6割近い。キャリアアップに関心がない人が4割近くいて、キャリア志向は弱い。自分のための時間は1日平均1時間半ほど、週に1回は自分のための外出をしていて、自由度は高い。自分のために使えるお金は少ないが、好きなものにかかる時間・お金は惜しまない人が比較的多い。

特徴 ※自分や子ども、生活スタイルなどに関する全34項目を挙げ、自身に当てはまるかを聞いた。〈 〉内は働き方×末子学齢別タイプ(全9つ)中の順位

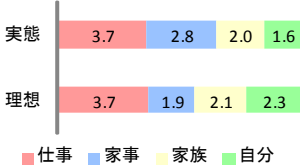
- 「料理メニューのバラエティーや見た目に不満がある」 54.3%〈1位〉
- 「おやつや食事・お弁当はできるだけ手作りしたい」 65.7%〈2位〉
- 「ママである自分を楽しんでいる」 57.1%〈1位〉
- 「好きなものにかかる時間・お金は惜しまない」 45.7%〈2位〉
- 「基本的には価格の安いものを選ぶ」 60.0%〈3位〉

平均年齢 43.6歳

同居する子ども

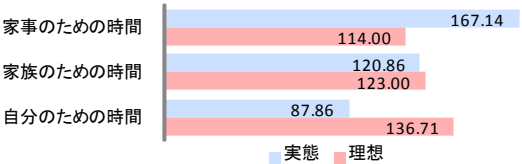
1人31.4%、2人54.3%、
3人以上14.3%

平日の起きている時間の配分



※平均値から比率を算出

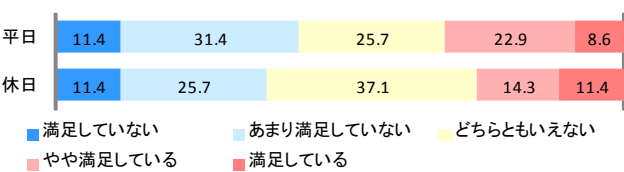
平日のライフの時間配分(平均)



(分)

ライフ(家事・家族・自分)の時間配分の満足

(%)



自分のために使える時間帯

平日	休日
1位 21時台～23時台 51.4 %	1位 21時台～23時台 48.6 %
2位 15時台～17時台 25.7 %	2位 早朝～午前5時台 25.7 %
3位 12時台～14時台 20.0 %	3位 15時台～17時台 25.7 %

自分のための時間にする

1位 テレビ・DVDを見る 77.1 %
2位 インターネット 57.1 %
3位 読書 37.1 %

ここ3カ月でした、自分のための外出

平均頻度 月 4.06 回 (週 1.015 回)

外出目的

1位 美容 43.3 %
2位 ショッピング 43.3 %
3位 友達に会う 43.3 %

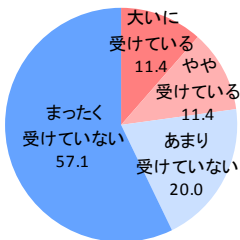
自分のために使えるお金 11785 円

自分のためにかけるお金

美容 3500 円	趣味・習い事・スポーツ 2928 円
ファッション 4428 円	友達や同僚などとの交流 2928 円
エンターテインメント 2642 円	

※金額は月額平均

家事・育児のサポート



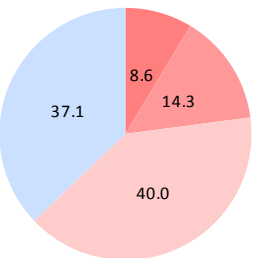
夫婦の家事・育児分担比率(平均)

夫1.7:妻8.3

家事・育児のサポート者

1位 実父母 53.3 %
2位 義理父母 26.7 %
3位 ファミリー・サポート 20.0 %

キャリアアップ志向

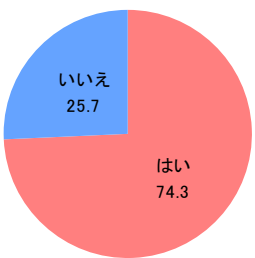


- キャリアアップのため、現在努力中
- 今は難しいが、いずれはキャリアアップに力を入れたい
- 無理のない範囲で、できればキャリアアップしたい
- キャリアアップに関心がない

キャリアアップして達成したいこと

1位 もっと収入が増やせる仕事をしたい 54.5 %
2位 仕事の質を上げたい 50.0 %
3位 特定の～、エキスパートになりたい 31.8 %

経済的な不安がないとしても、働き続けたいか？



働き続けたい理由

1位 小遣い 76.9 %
2位 人との交流 57.7 %
3位 時間の有効活用 53.8 %

働きたくない理由

1位 忙しい思いをしたくない 44.4 %
2位 家事 33.3 %
3位 健康や体力面での支障 22.2 %

家事時間が長く、理想は40分マイナス。自分のための時間も外出回数も多い

家事に時間をかけていて、理想と比べると40分程度も長い。家族との時間は、ほぼ理想通りとれていて、子どもと十分にコミュニケーションが取れている人が45.7%。子どもが中学生以上と大きいこともあり、家事・育児のサポートをまったく受けていない人が7割超。

キャリアアップ志向は弱く、「関心がない」が36.7%。自分のための時間は1日平均2時間ほどで、全属性で最長。自分のための外出の平均頻度は週1回以上で、全属性で最多。自分のために使えるお金は、パート・アルバイト者の中では2番目に多い。

特徴 ※自分や子ども、生活スタイルなどに関する全34項目を挙げ、自身に当てはまるかを聞いた。〈 〉内は働き方×末子学齢別タイプ(全9つ)中の順位

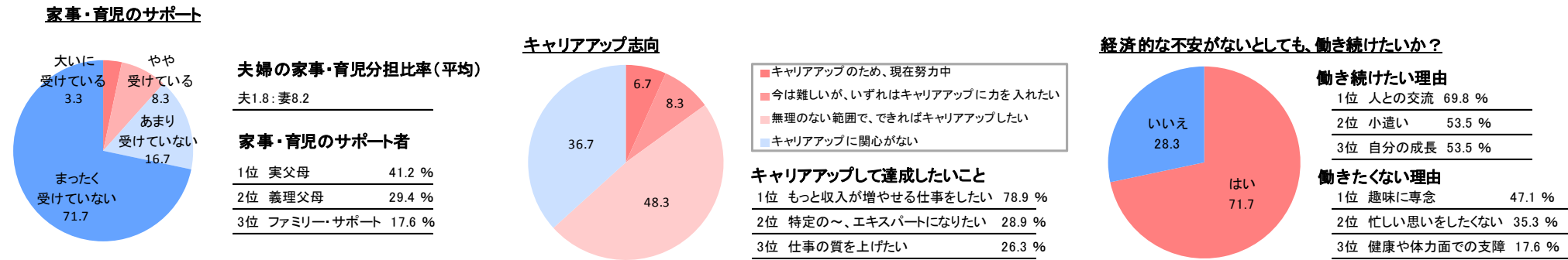
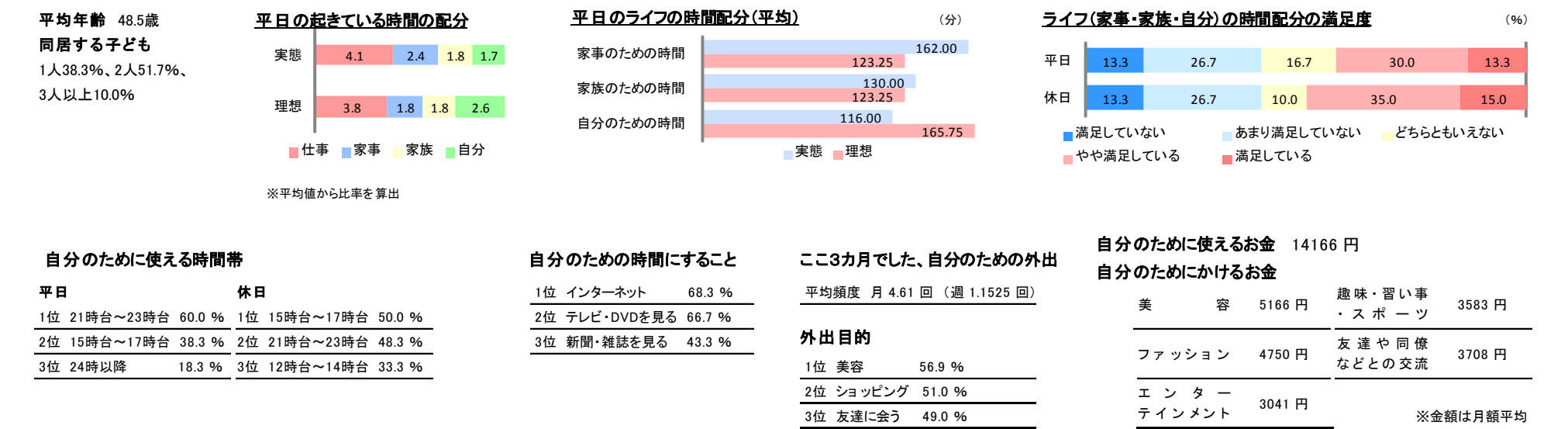
「料理メニューのバリエーションや見た目に不満がある」 35.0%〈9位〉

「おやつや食事・お弁当はできるだけ手作りしたい」63.3%〈3位〉

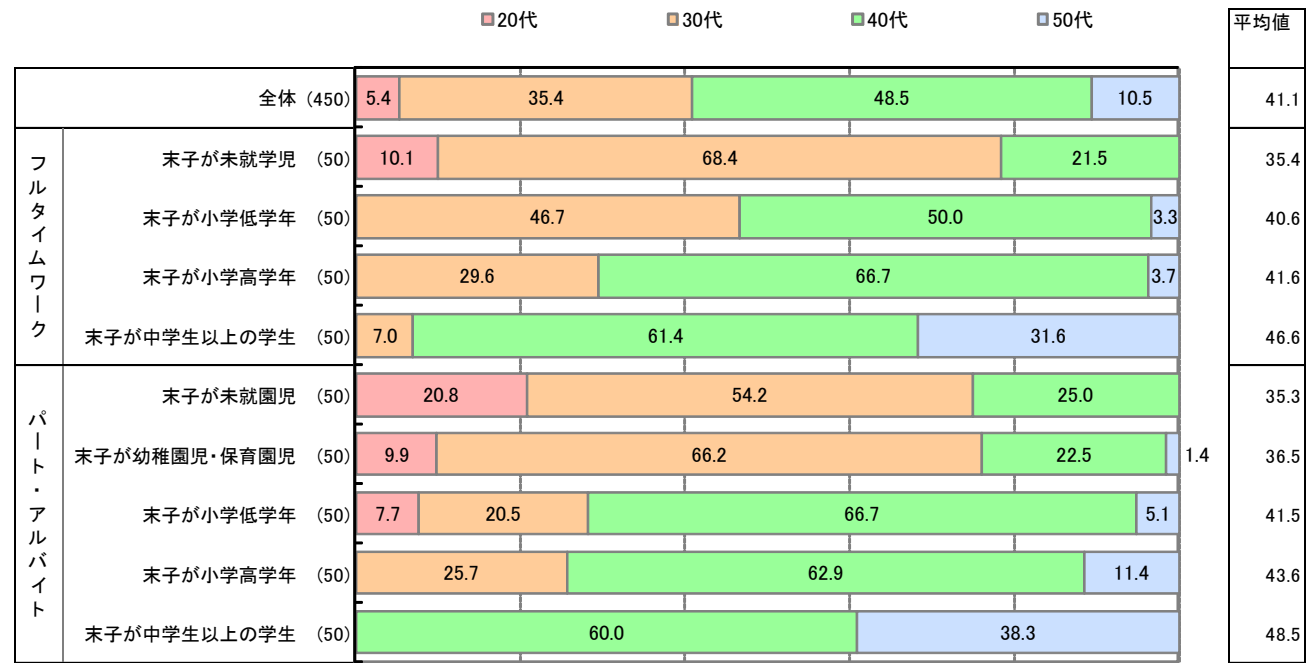
「料理や食事の準備は効率よくできている」 50.0%〈3位〉

「子どもと十分にコミュニケーションがとれている」 45.7%〈2位〉

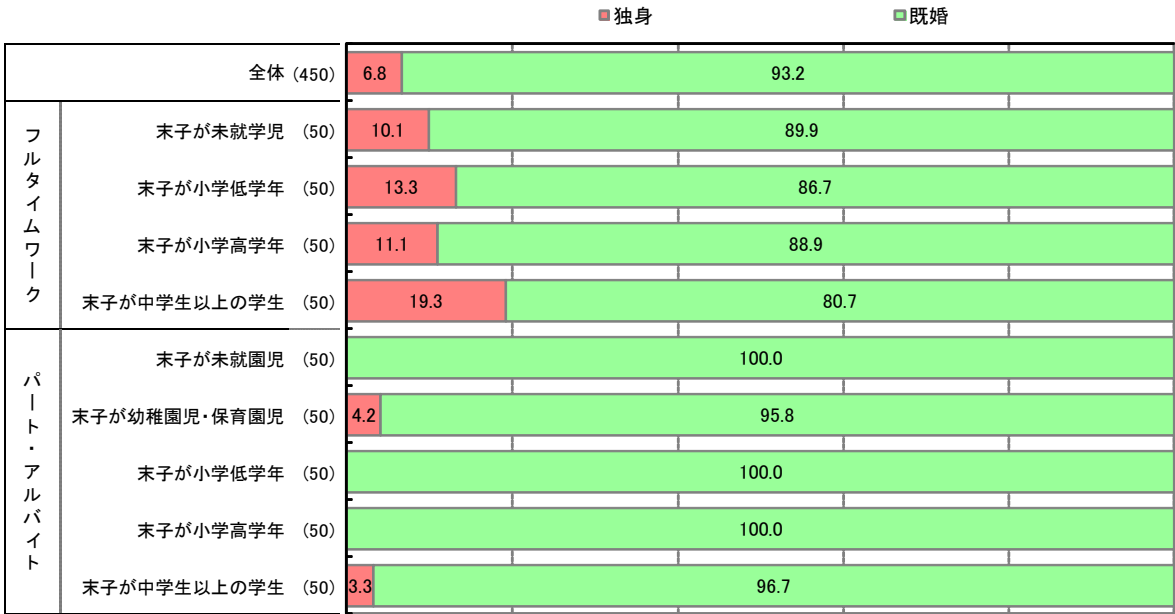
「基本的には価格の安いものを選ぶ」 60.0%〈3位〉



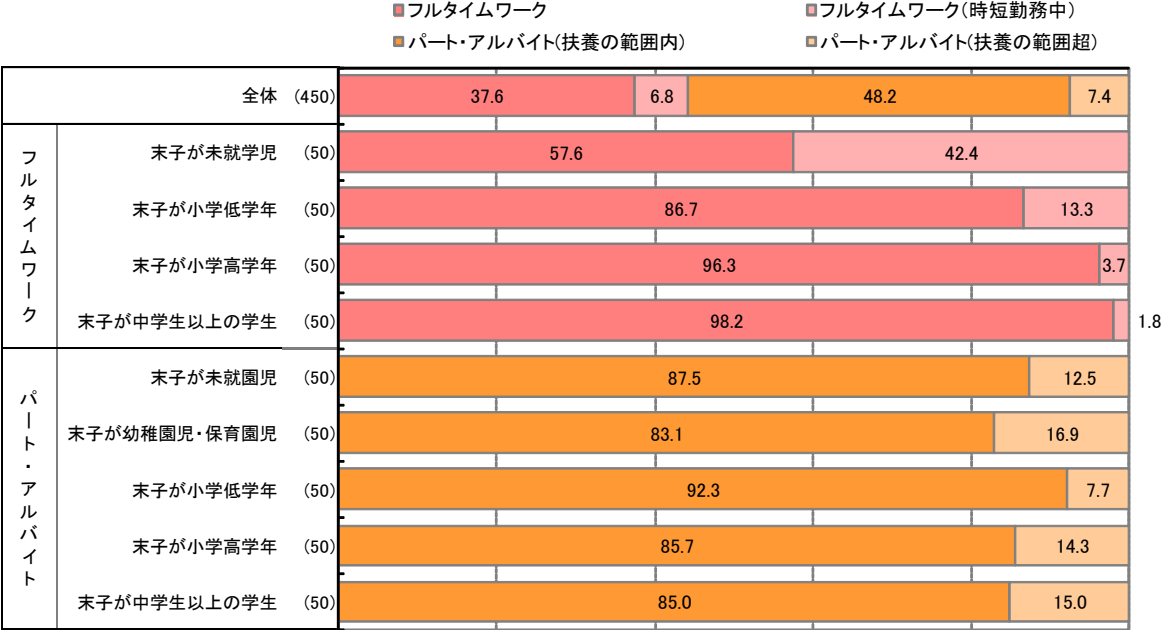
年代



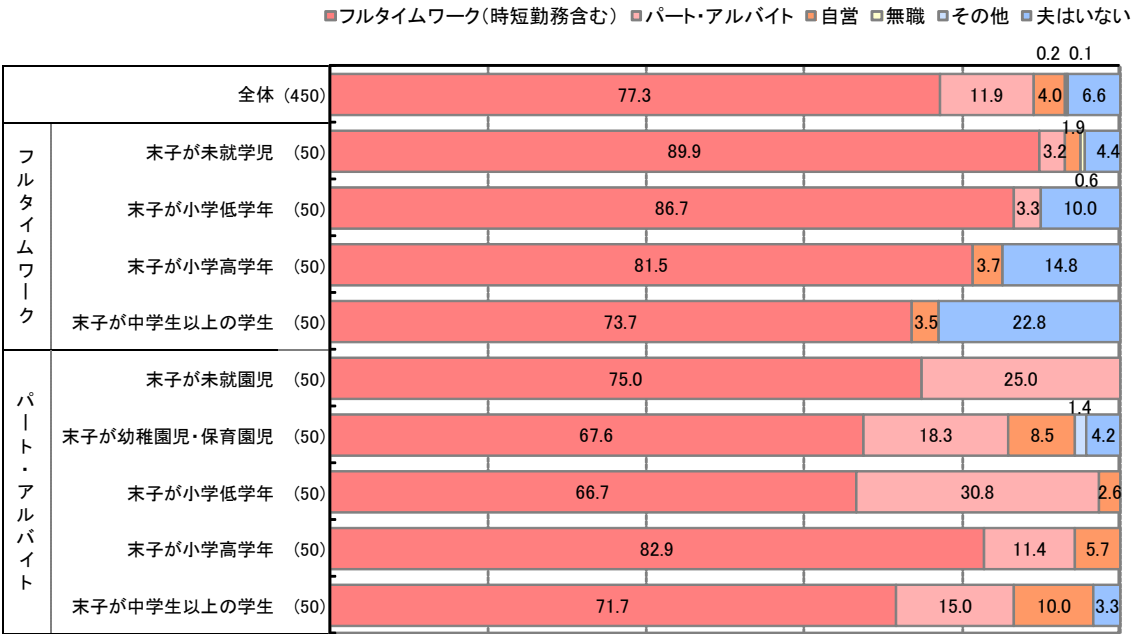
婚姻状況



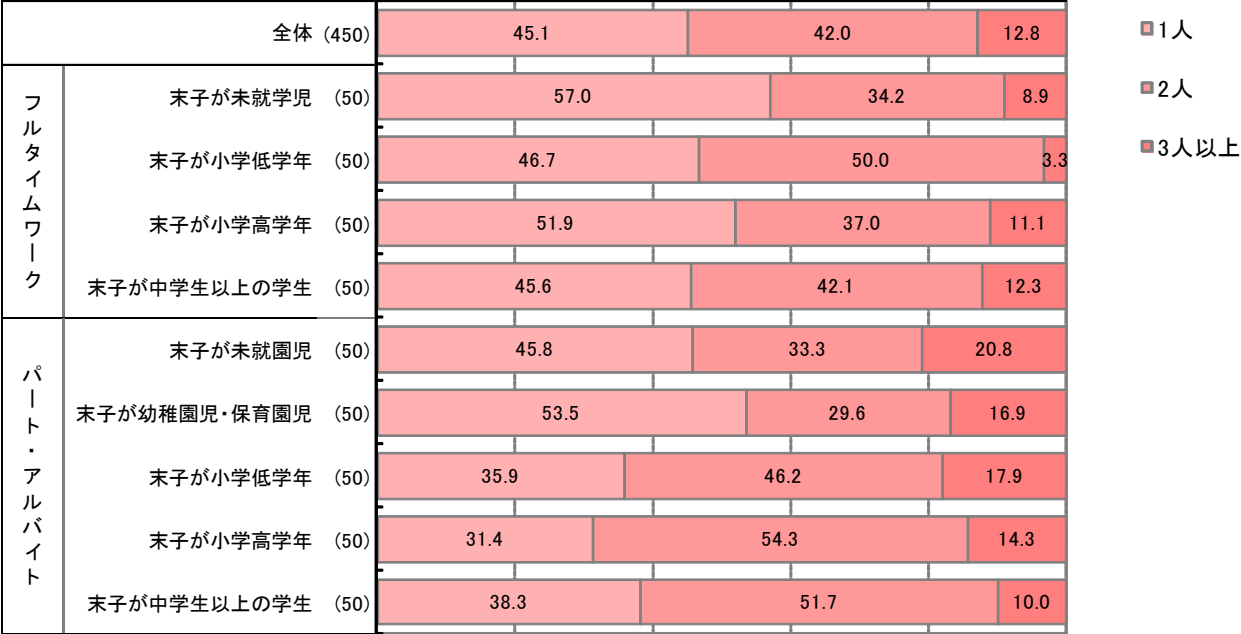
自分の働き方



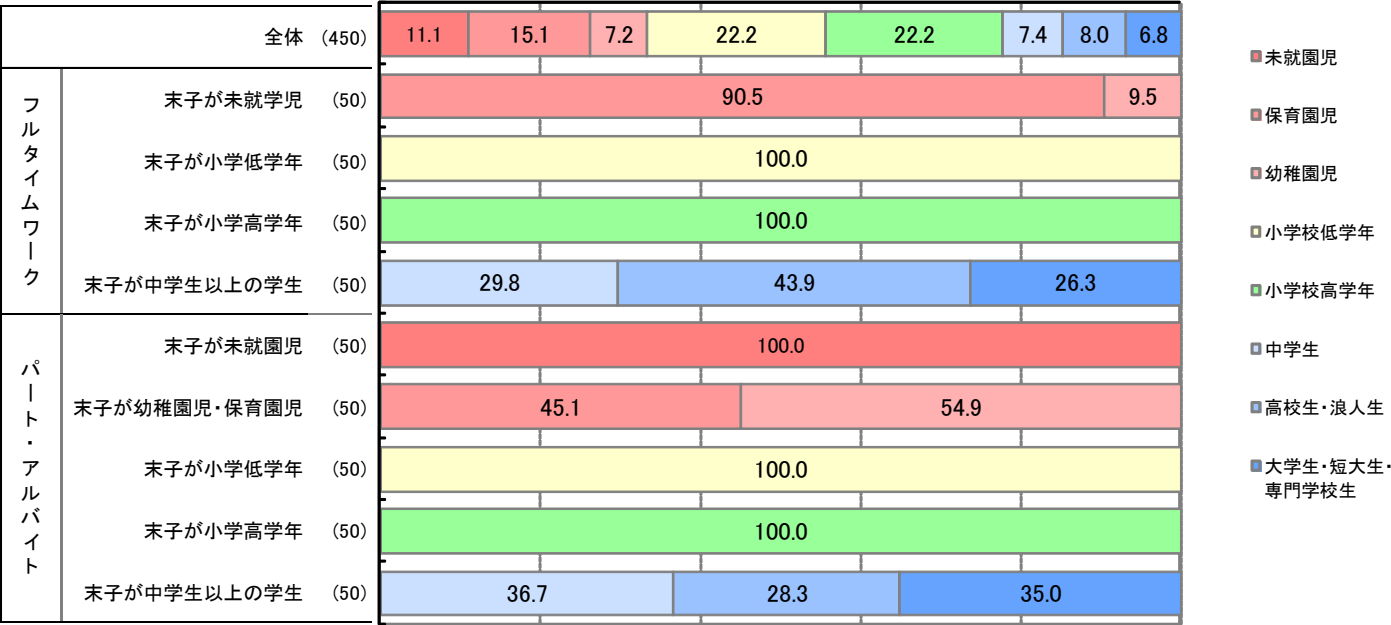
夫の働き方



同居する子どもの人数



末子の学齢



平日のワークとライフの時間配分の実態をみると、フルタイムワーク者は、ワークのほうが比率が高い人が多い。

ワークの比率が6以上の人が最も多いのは、「末子が小学校低学年」76.7%。

パート・アルバイト者は、ライフのほうが比率が高い人が多い。

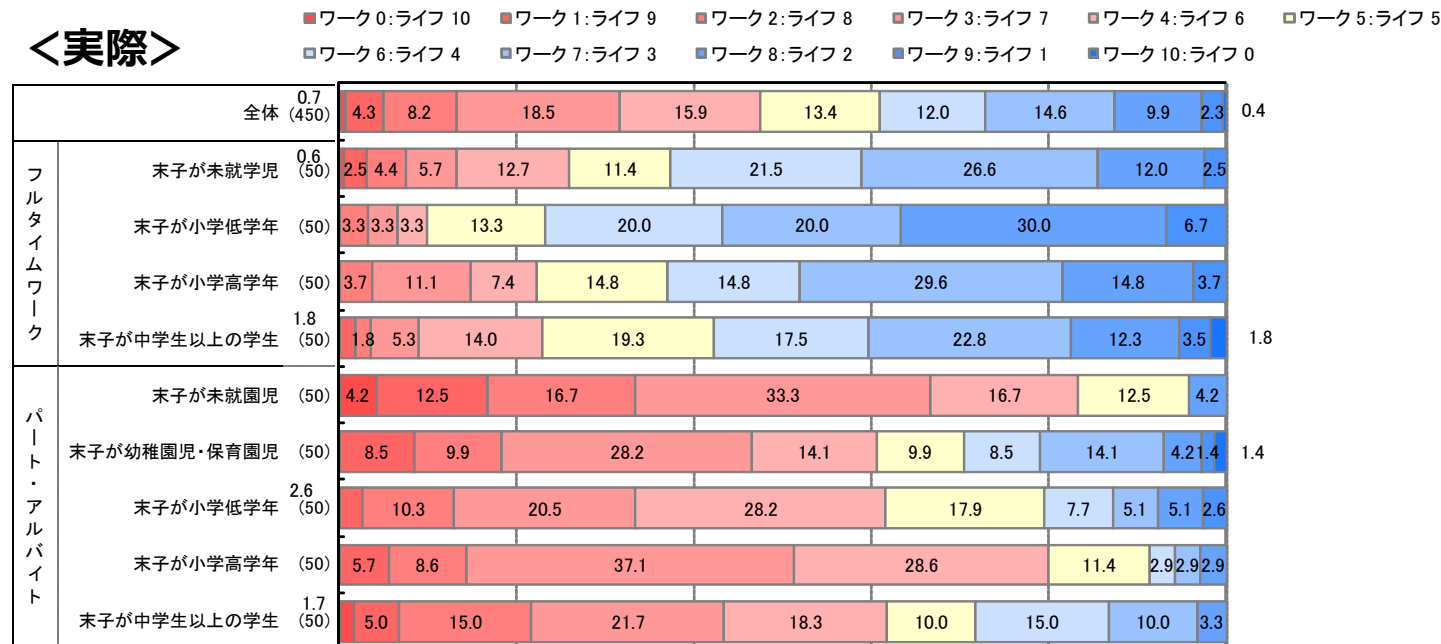
ライフの比率が6以上の人が最も多いのは、「末子が未就園児」83.4%。

理想の時間配分は、フルタイムワーク者では、ワークの比率を5以下に抑えたい人が多い。実態よりは、仕事の時間をセーブしたい傾向。

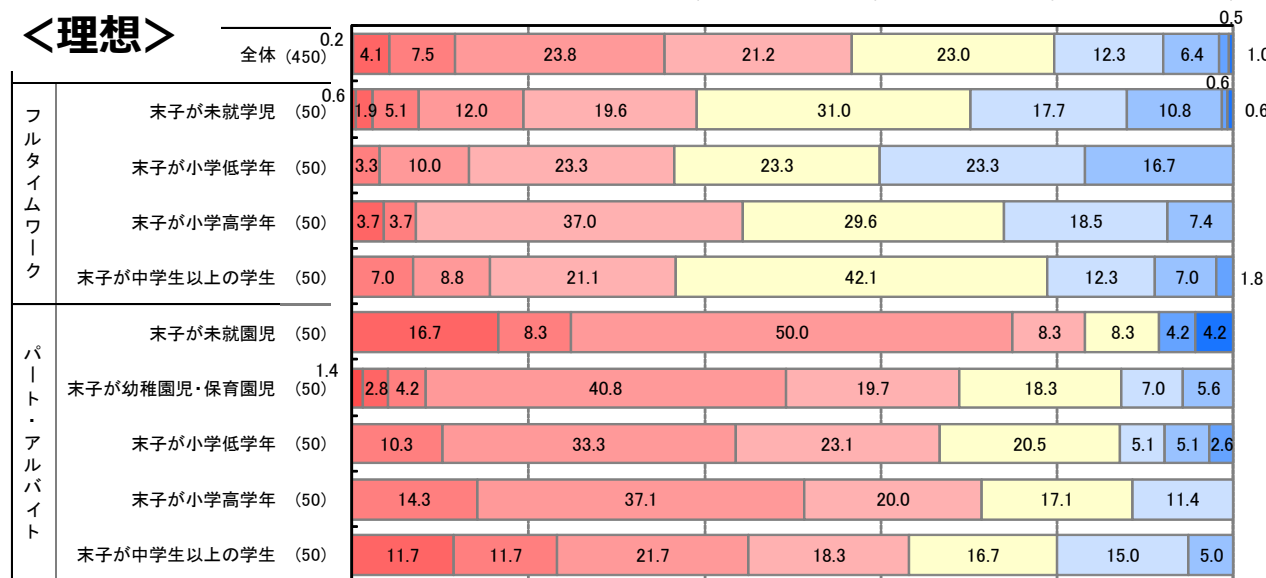
パート・アルバイト者は、理想と実態の差が比較的小さい。

平日の起きている時間のワークとライフの配分

<実際>



<理想>



平日のワークとライフの精神的な比重の実態をみると、フルタイムワーク者は、ワークのほうが比重が大きい人が多い。

ワークの比率が6以上の人が最も多いのは、「末子が小学校高学年」62.9%。

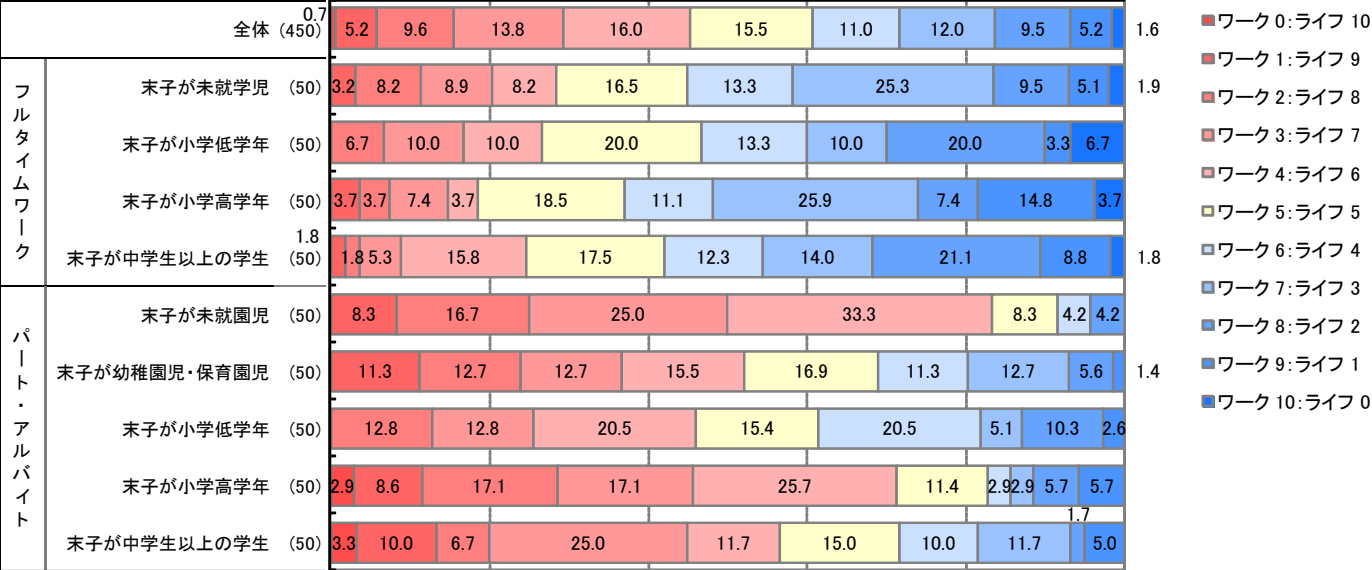
パート・アルバイト者は、ライフのほうが比重が高い人が多い。

ライフの比率が6以上の人が最も多いのは、「末子が未就園児」83.3%。

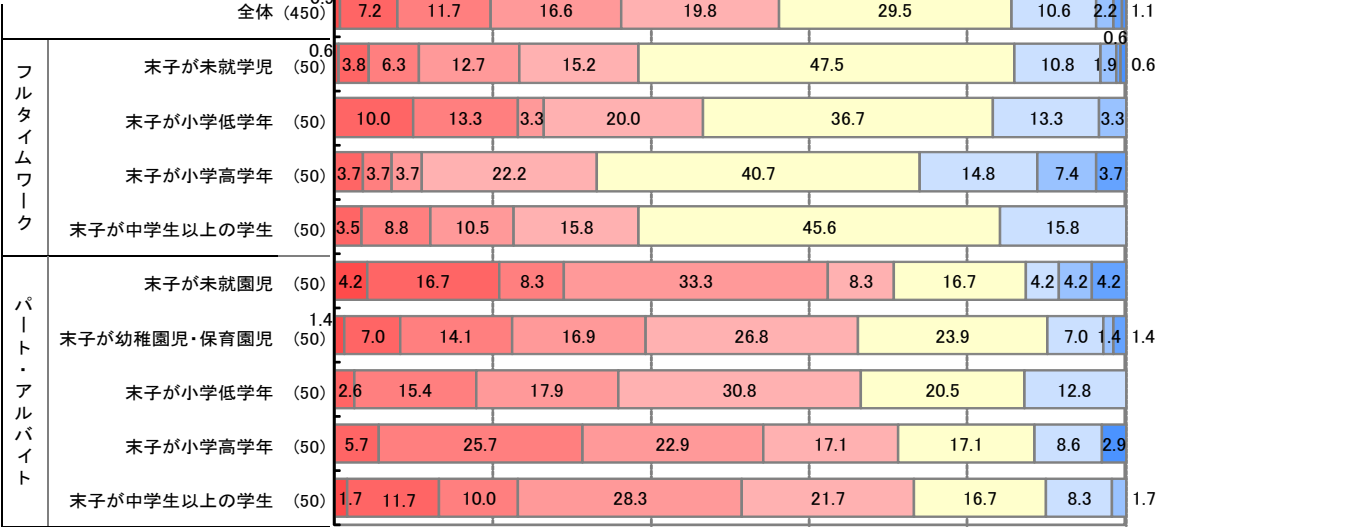
理想と実態を比べると、理想はワークの比重を軽くしたい人の割合が、どの属性でも大きくなっている。
特にフルタイムワーク者のほうがギャップが大きい。

精神的な比重（負担感や優先度など）

＜実際＞



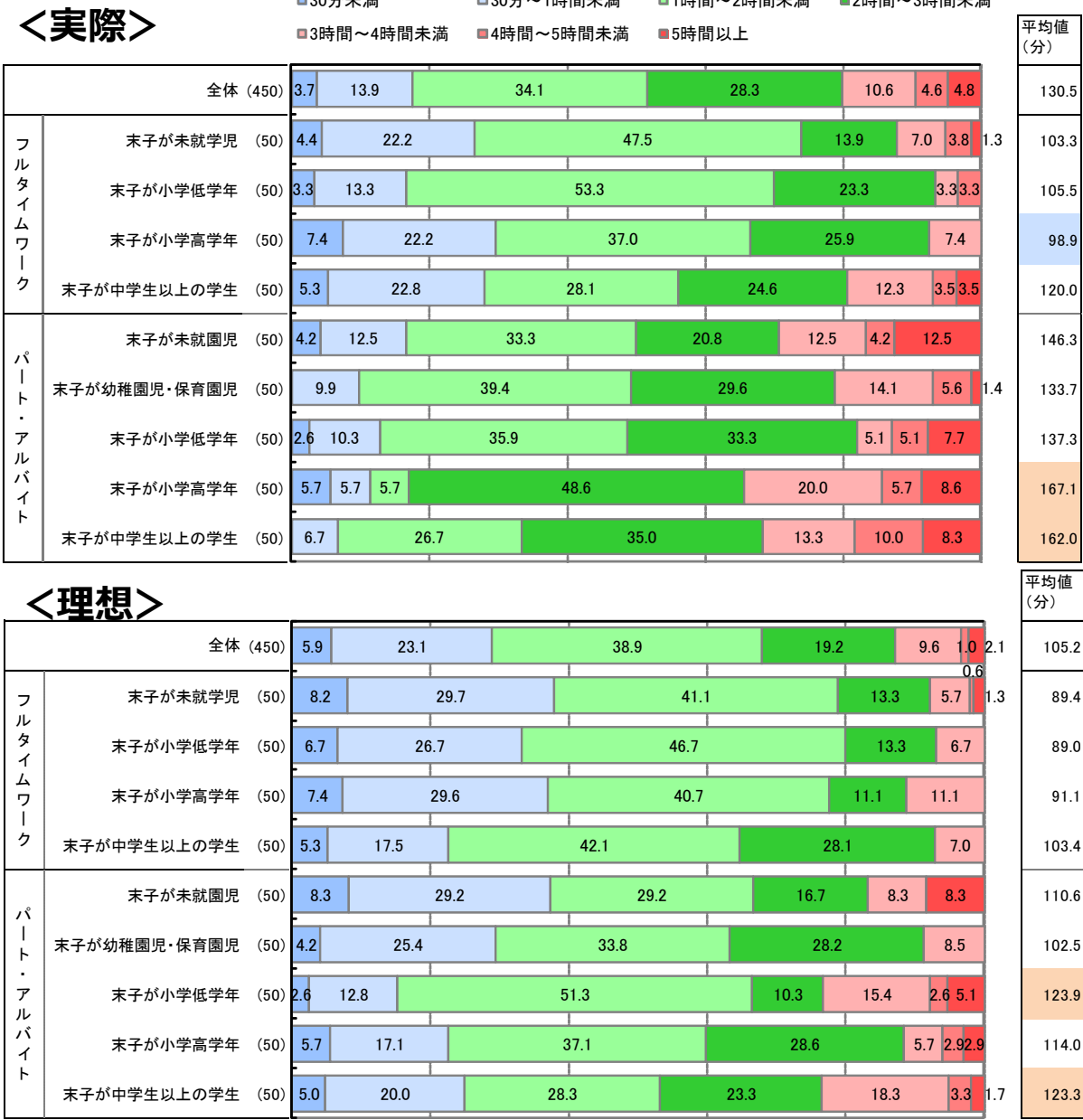
＜理想＞



平均時間をみると、パート・アルバイト者のほうが、家事時間が長い。
特に、「パート・アルバイト×末子が小学校高学年」「パート・アルバイト×末子が中学生以上」で、1日3時間弱と多くの時間をかけている。
最短は、「フルタイムワーク×末子が小学校高学年」で1日96.9分。

実際と理想の平均値を比べると、どの属性でも家事時間を減らしたいという結果に。
とはいえ、フルタイムワーク者は実態とのギャップは小さい。
実際と理想のギャップが最も大きいのは「パート・アルバイト×末子が小学校高学年」で、理想のほうが53.1分少ない。

【平日】家事のための時間



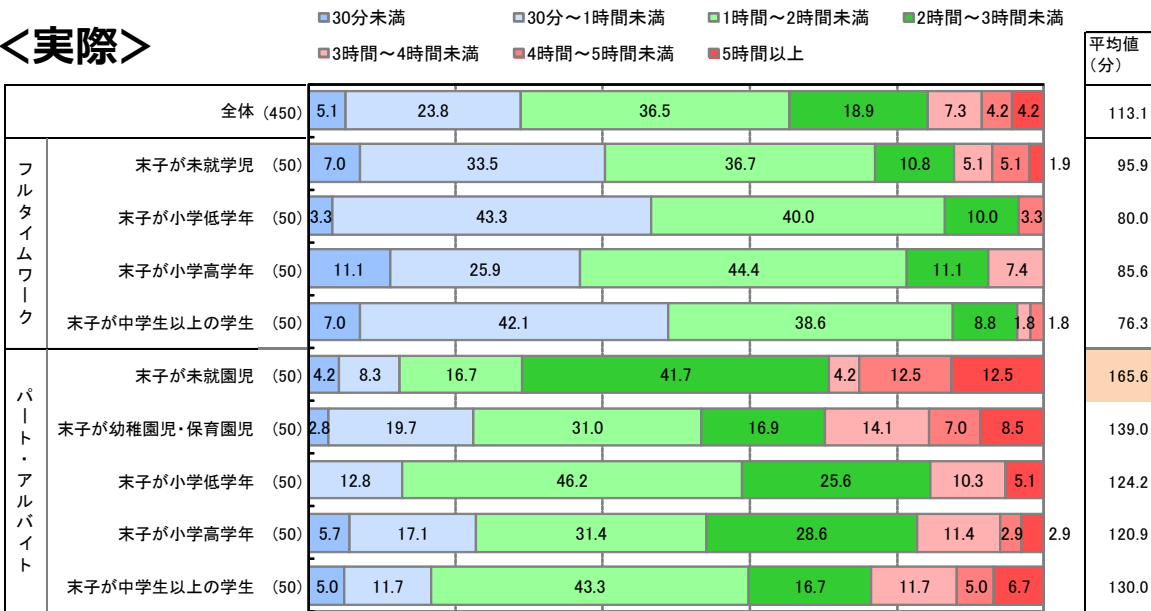
平日の家族のための時間の平均値をみると、フルタイムワーク者は、1日1時間～1時間半ほど。パート・アルバイト者は、1日2時間超。

理想の家族のための時間の長さは、フルタイムワーク者では1日2時間程度。最も理想とギャップが大きいのは「フルタイムワーク×末子が小学校高学年」で、平均50分ほど増やしたい。

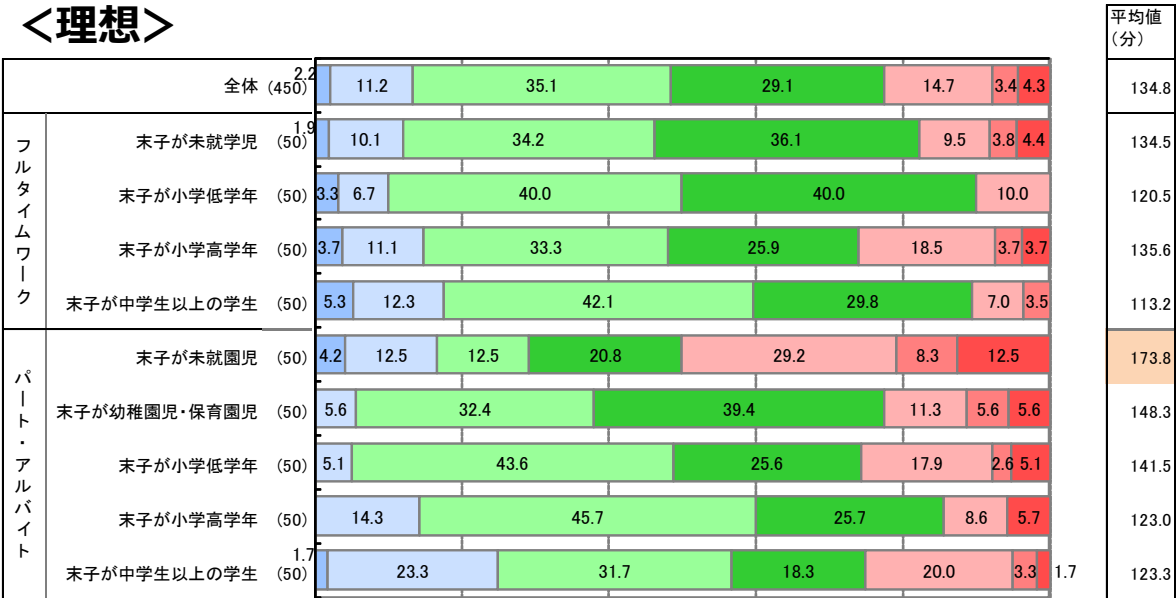
パート・アルバイト者は実際と理想の差が小さく、ほぼ理想通りにとれている。

【平日】家族のための時間

＜実際＞

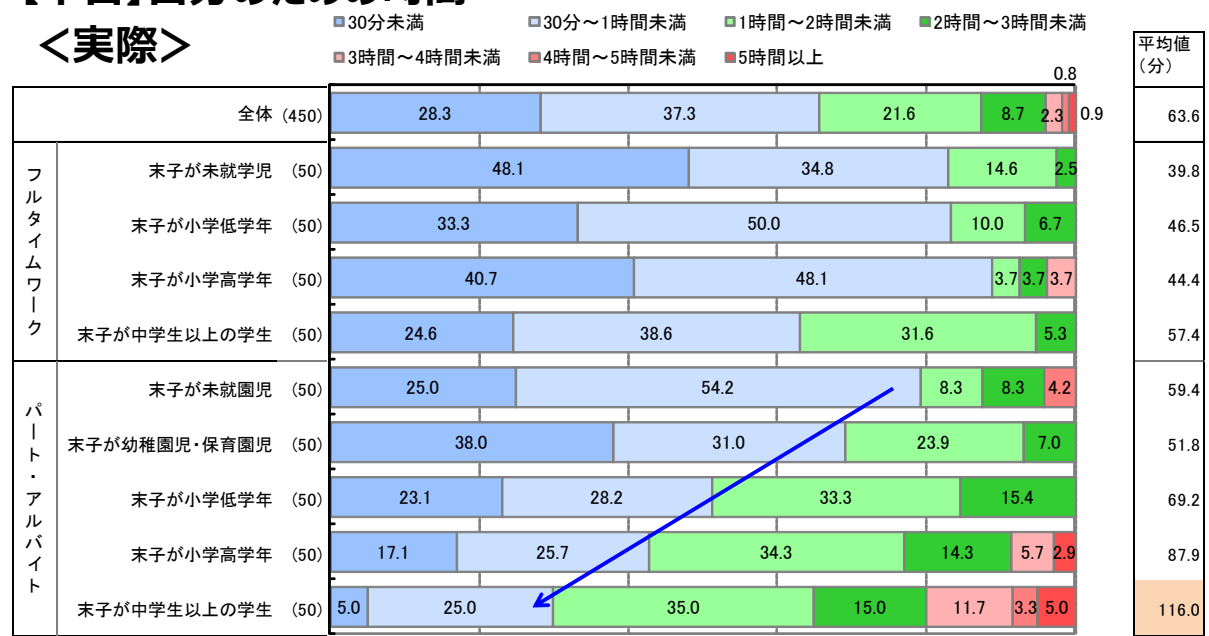


＜理想＞

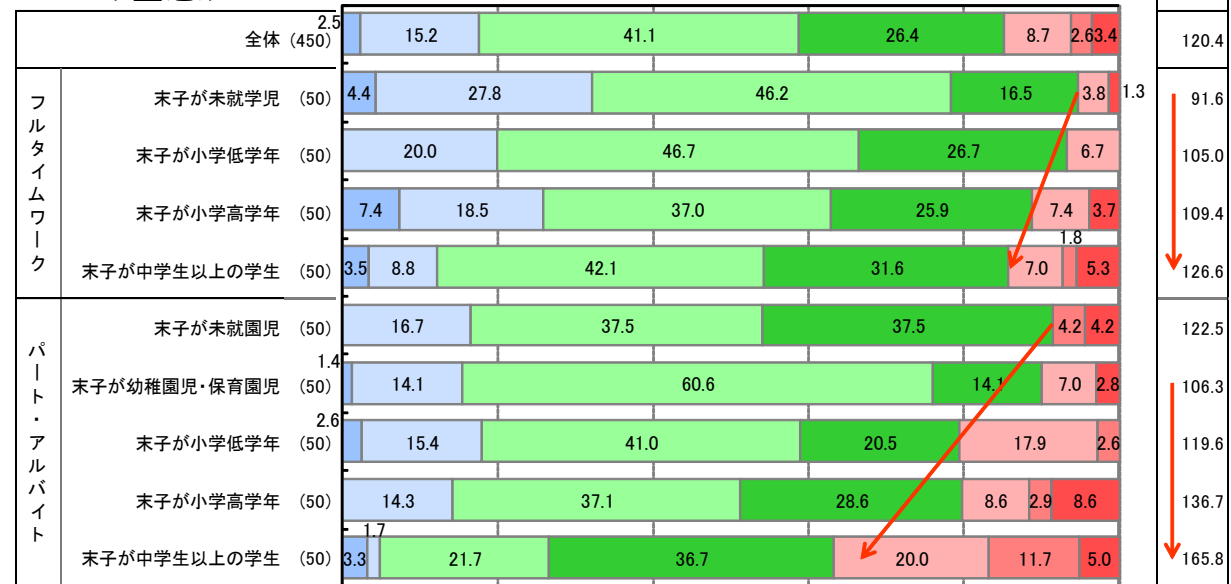


【平日】自分のための時間

＜実際＞



＜理想＞



平日の自分のための時間の平均値を比較すると、フルタイムワーク者よりはパート・アルバイト者のほうが自分の時間がとれている。

特にパート・アルバイト者では、末子が大きくなるほど自分の時間が取れている。

理想の自分時間も、末子が大きくなるほど長くなる。

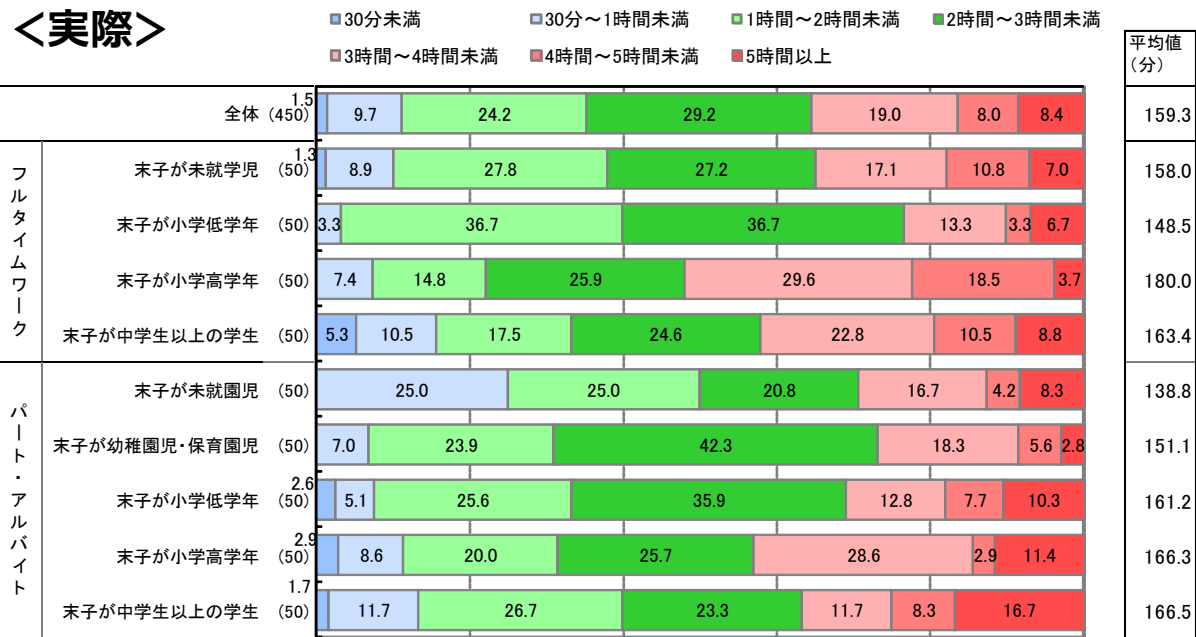
平均値をみると、
フルタイムワーク者はどの属性も、
パート・アルバイト者は、末子が幼稚園児・保育園児～小学生の場合は、平日よりも家事時間が長い。
特に「フルタイムワーク×末子が小学校高学年」では、平日98.9分→休日180.0分と倍近い。

そして、平日よりも、フルタイムワーク者とパート・アルバイト者の家事時間の長さの差は小さい。

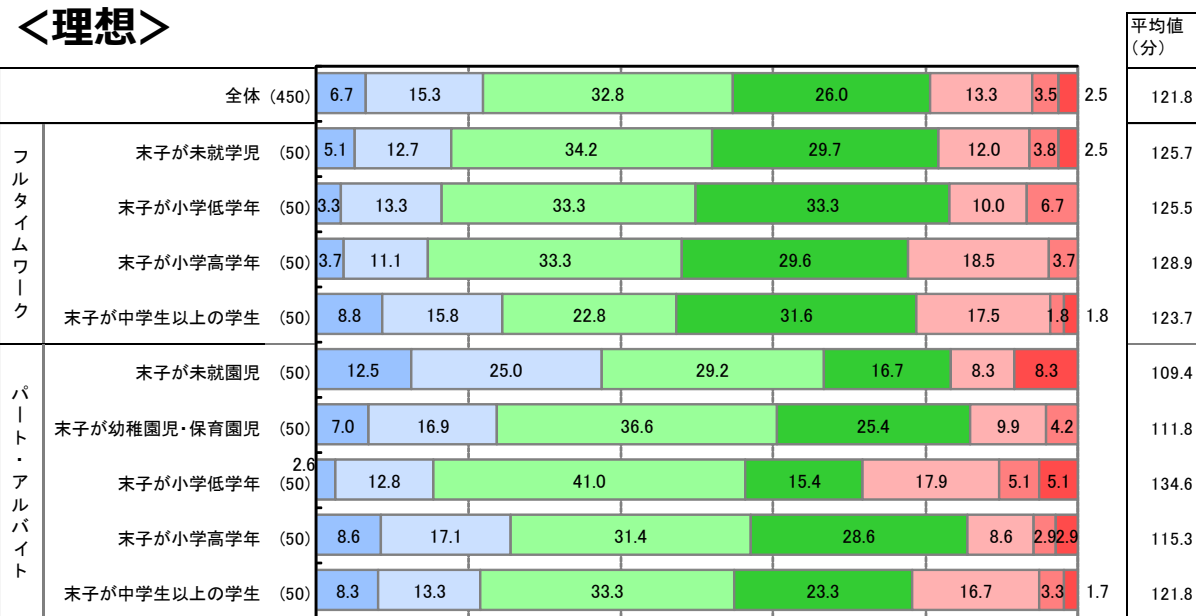
休日の、理想の家事時間は、どの属性でも2時間程度。

【休日】家事のための時間

＜実際＞



＜理想＞



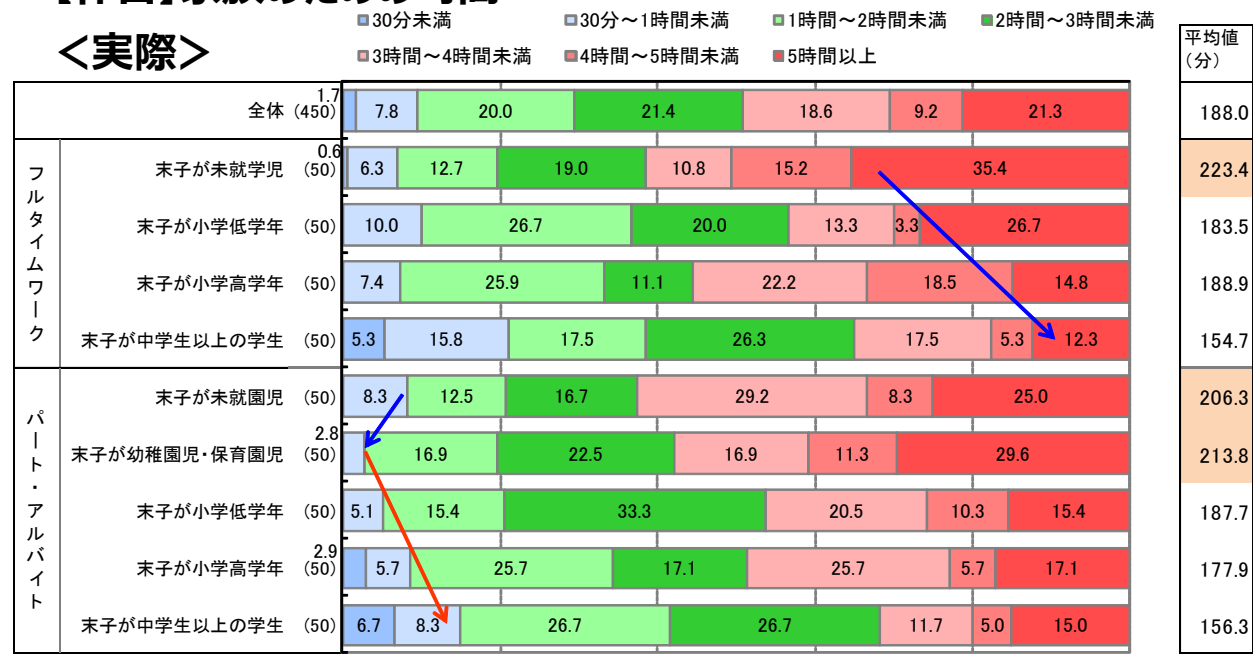
実際の平均値をみると、家族のための時間が1日200分を超えるのは、末子が末就学児の場合。
末子が小学生だと、1日180分程度。
末子が中学生以上の学生の場合、1日150分台。

最長は「フルタイムワーク×末子が末就学児」223.4分。

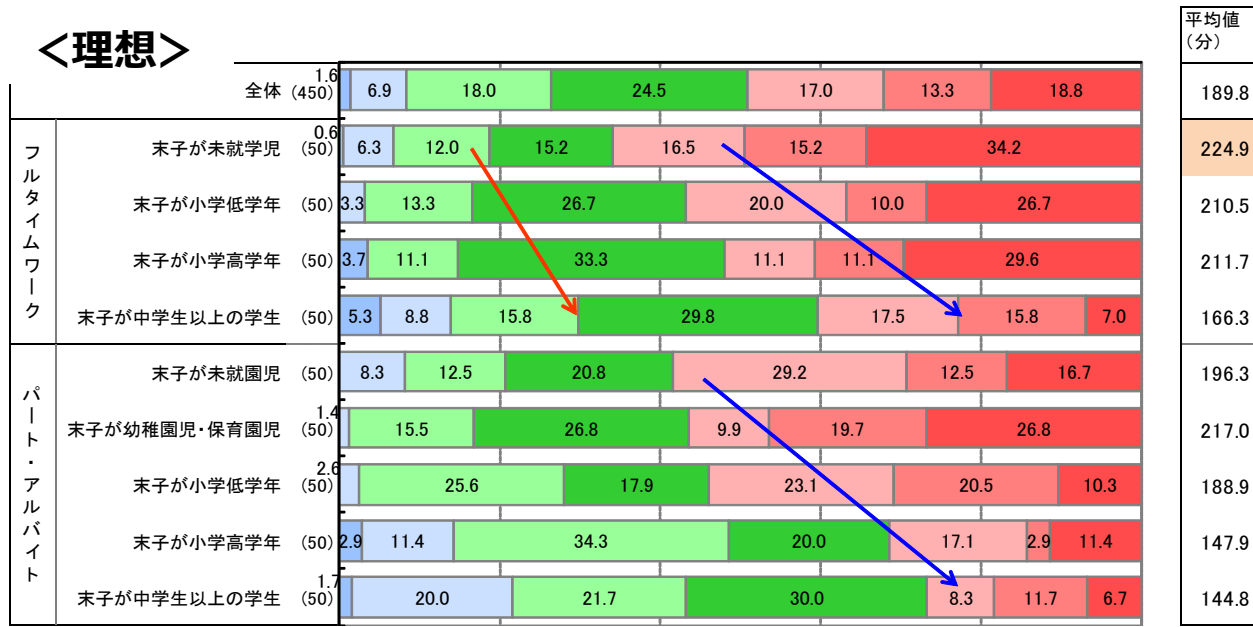
理想の平均値も、末子が小さいほど長い。

【休日】家族のための時間

＜実際＞

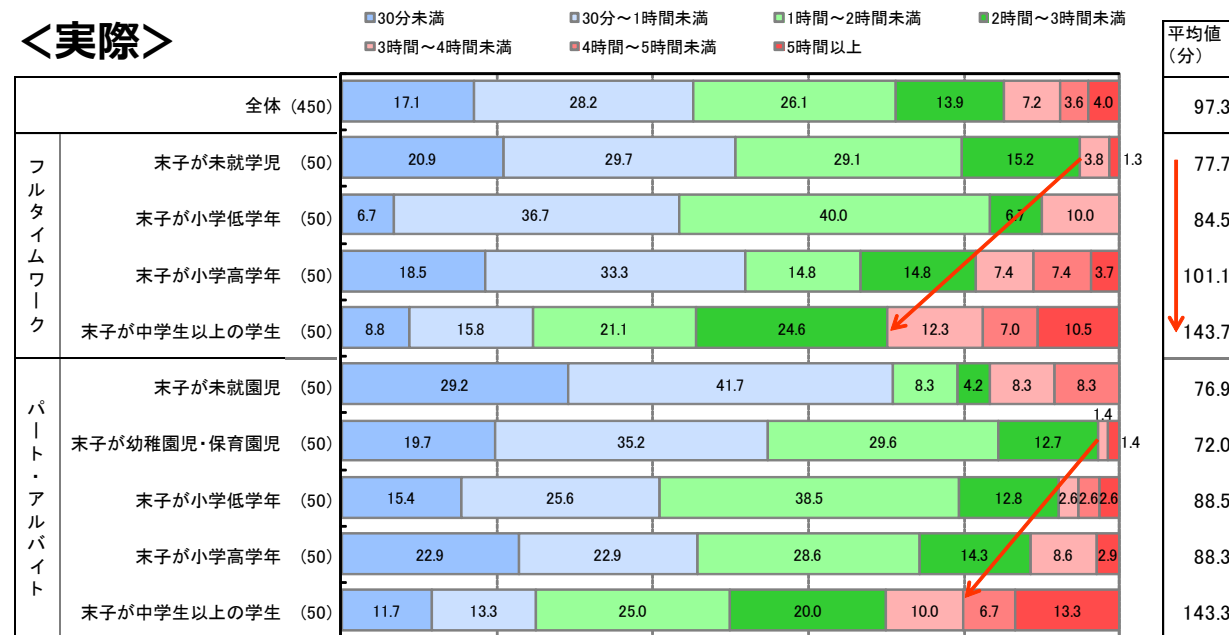


＜理想＞



【休日】自分のための時間

＜実際＞



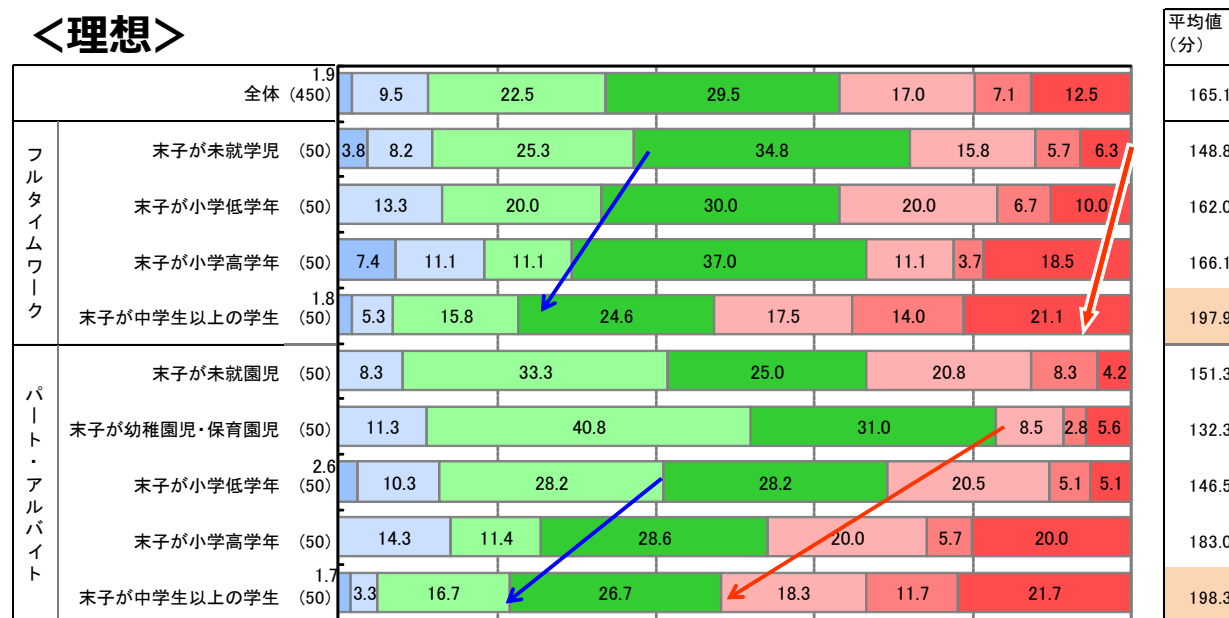
休日に自分のための時間を長くとれている人が多いのは、「末子が中学生以上の学生」の場合で、フルタイムワーク者、パート・アルバイト者ともに1日平均143分台。

末子が大きくなるほど、自分のための時間が多い。

実際と理想の平均値を比べると、どの属性も理想のほうが大幅に長い。

末子が大きくなるほど、理想の自分時間が長くなっている。

＜理想＞



平日のライフ（家事・家族・自分）の時間配分について、満足度が比較的高いのは「パート・アルバイト×末子が小学低学年」「パート・アルバイト×末子が中学生以上の学生」で、4割超が満足している。

フルタイムワーク者のすべての属性と、「パート・アルバイト×末子が未就園児」「パート・アルバイト×末子が幼稚園児・保育園児」では、満足していない人の割合が5割以上。

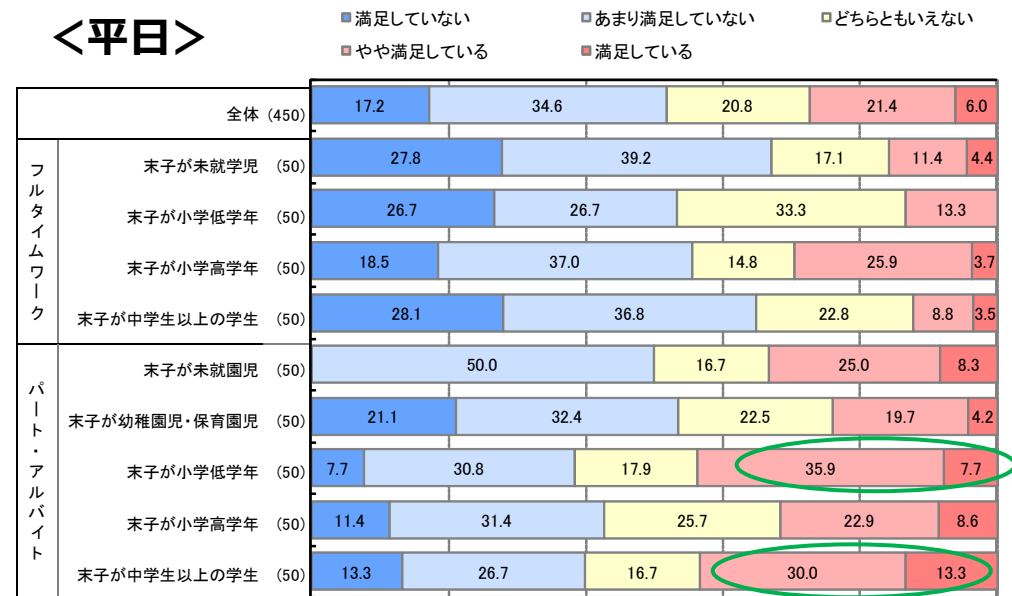
休日のライフの時間配分は、フルタイムワーク者、パート・アルバイト者ともに、「末子が小学校低学年」という人は、満足している率が高い（5割近く）。最も満足度が高いのは「パート・アルバイト×末子が中学生以上の学生」で5割が満足している。

平日と休日で満足度を比較すると、どの属性も休日のほうが満足度は高い。

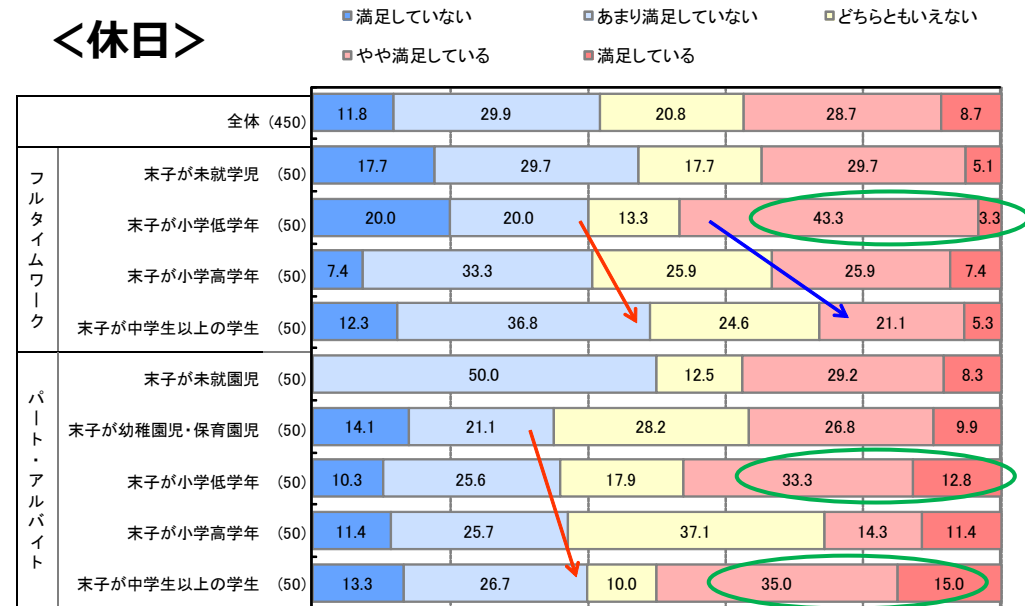
ただし、「パート・アルバイト×末子が小学校高学年」は、休日の満足度のほうが低い（25.7%）。他の属性と比べても、休日の満足度が最も低い。

ライフ（家事・家族・自分）の時間配分の満足度

<平日>



<休日>



自分のために使える時間帯は、どの属性でも平日・休日ともに「21～23時台」という人が多い。

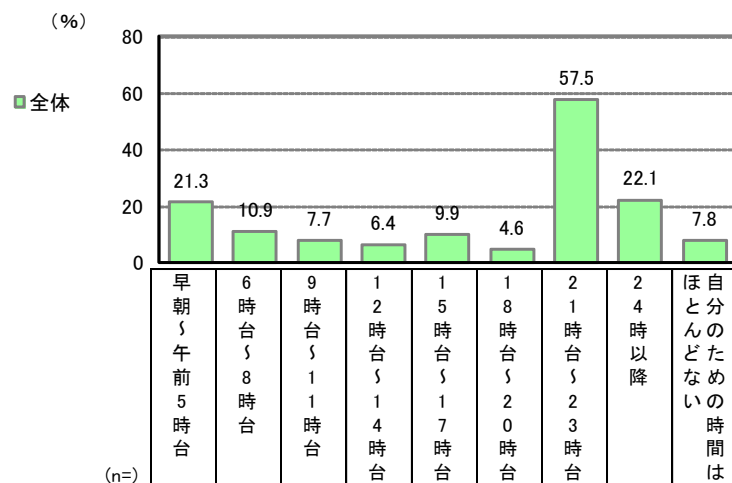
平日の「早朝～午前5時台」でポイントが2割を超えるのは、フルタイムワーク者の全属性と、パート・アルバイト者で末子が小学低学年以下の人。

平日の日中に自分の時間が比較的あるのは、「パート・アルバイト×末子が小学高学年」「パート・アルバイト×末子が中学生以上の学生」。

休日は、末子が小学高学年以上の人、日中に自分の時間を取れている場合が比較的多い。

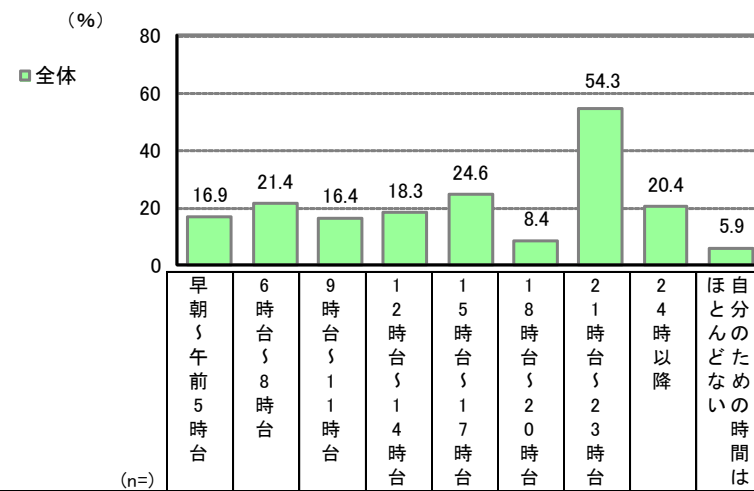
自分のために使える時間帯 ※複数回答

<平日>



	(n=)	全体 (450)	21.3	10.9	7.7	6.4	9.9	4.6	57.5	22.1	7.8
フルタイムワーク×末子が未就学児	(50)	24.1	13.9	0.6	1.3	5.1	1.9	55.1	22.8	15.8	
フルタイムワーク×末子が小学低学年	(50)	26.7	10.0	3.3	-	-	3.3	56.7	40.0	3.3	
フルタイムワーク×末子が小学高学年	(50)	22.2	14.8	-	-	-	-	66.7	14.8	18.5	
フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生	(50)	28.1	1.8	1.8	1.8	-	7.0	59.6	29.8	14.0	
パート・アルバイト×末子が未就学児	(50)	25.0	16.7	12.5	8.3	8.3	8.3	54.2	25.0	-	
パート・アルバイト×末子が幼稚園・保育園児	(50)	21.1	9.9	12.7	8.5	1.4	8.5	54.9	15.5	7.0	
パート・アルバイト×末子が小学低学年	(50)	25.6	12.8	10.3	7.7	10.3	-	59.0	17.9	2.6	
パート・アルバイト×末子が小学高学年	(50)	14.3	2.9	11.4	20.0	25.7	5.7	51.4	14.3	5.7	
パート・アルバイト×末子が中学生以上の学生	(50)	5.0	15.0	16.7	10.0	38.3	6.7	60.0	18.3	3.3	

<休日>



全体 (450)	16.9	21.4	16.4	18.3	24.6	8.4	54.3	20.4	5.9
フルタイムワーク×末子が未就学児 (50)	22.2	22.2	10.1	11.4	12.7	5.7	62.7	26.6	5.1
フルタイムワーク×末子が小学低学年 (50)	10.0	26.7	10.0	10.0	13.3	6.7	60.0	26.7	6.7
フルタイムワーク×末子が小学高学年 (50)	14.8	33.3	14.8	22.2	33.3	11.1	55.6	14.8	-
フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生 (50)	21.1	22.8	28.1	35.1	45.6	15.8	57.9	21.1	5.3
パート・アルバイト×末子が未就学児 (50)	16.7	16.7	8.3	4.2	8.3	8.3	45.8	20.8	4.2
パート・アルバイト×末子が幼稚園児・保育園児 (50)	14.1	19.7	15.5	12.7	14.1	7.0	53.5	14.1	11.3
パート・アルバイト×末子が小学低学年 (50)	17.9	25.6	12.8	12.8	17.9	5.1	56.4	15.4	5.1
パート・アルバイト×末子が小学高学年 (50)	25.7	8.6	20.0	22.9	25.7	5.7	48.6	22.9	8.6
パート・アルバイト×末子が中学生以上の学生 (50)	10.0	16.7	28.3	33.3	50.0	10.0	48.3	21.7	6.7

家の中で、自分の時間にすることは、どの属性も「テレビ・DVDを見る」「インターネット」の割合が高い。

SNSをしている率が高いのは、「フルタイムワーク×末子が未就学児」34.2%。

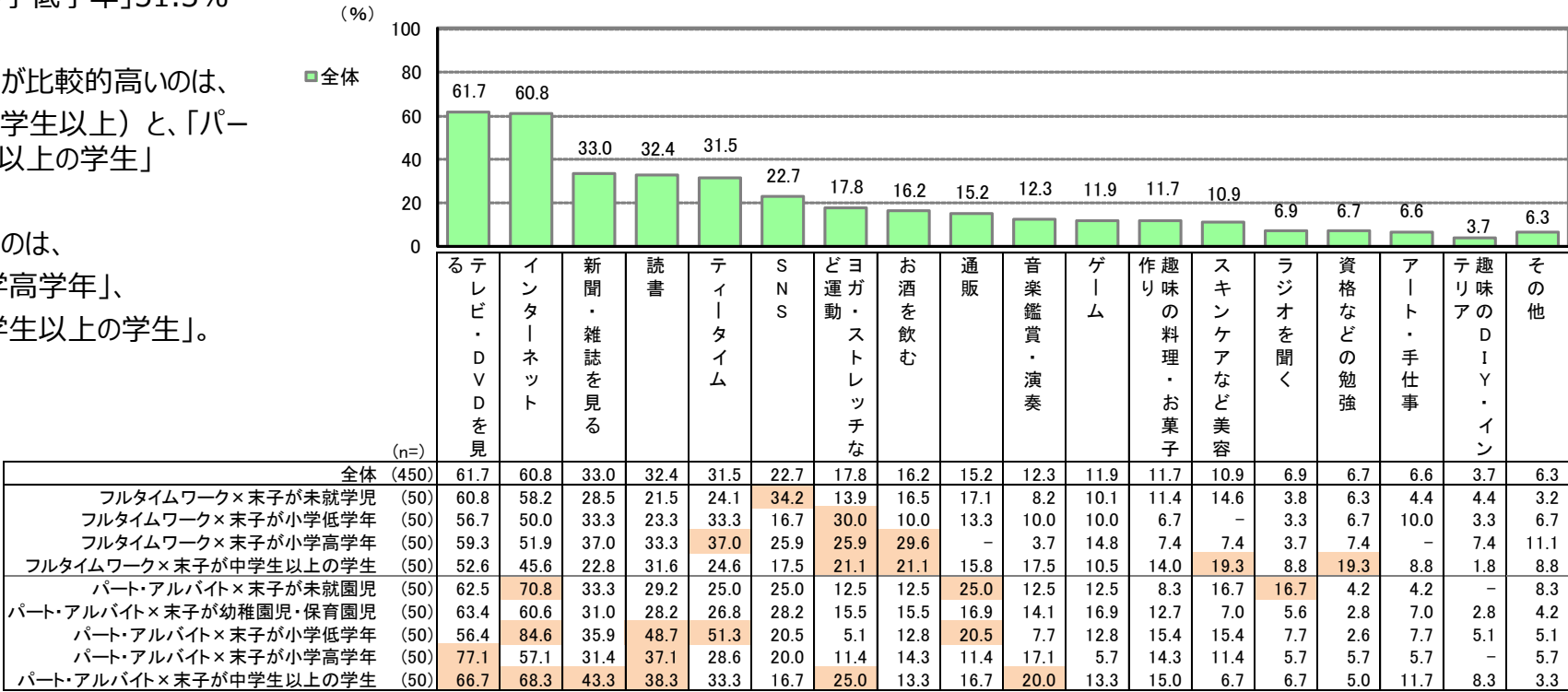
読書率が高いのは、パート・アルバイト者で、末子が小学生以上。

ティータイムをしている率が高いのは、「パート・アルバイト×末子が小学低学年」51.3%

「ヨガ・ストレッチなど運動」の率が比較的高いのは、フルタイムワーク者（末子が小学生以上）と、「パート・アルバイト×末子が中学生以上の学生」

飲酒している率が2割を超えるのは、「フルタイムワーク×末子が小学高学年」、「フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生」。

家の中で、自分の時間にすること ※複数回答



家の中で、自分の時間にすること（上位5項目）

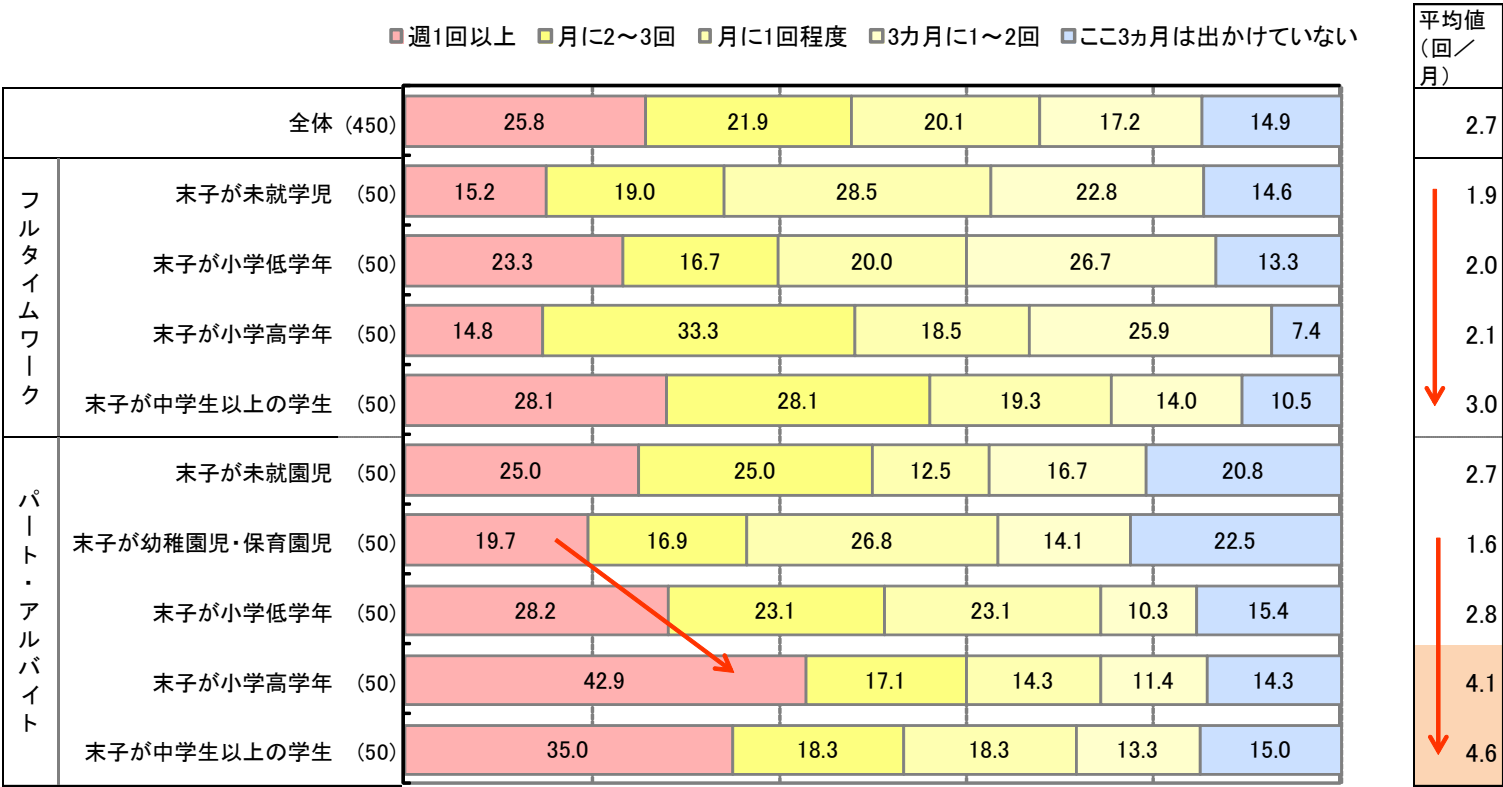
※複数回答

	1位	2位	3位	4位	5位
フルタイムワーク×末子が 未就学児	テレビ・DVDを見る 60.8%	インターネット 58.2%	SNS 34.2%	新聞・雑誌を見る 28.5%	ティータイム 24.1%
フルタイムワーク×末子が 小学低学年	テレビ・DVDを見る 56.7%	インターネット 50.0%	新聞・雑誌を見る 33.3% 読書 33.3%		ヨガ・ストレッチなど運動 30.0%
フルタイムワーク×末子が 小学高学年	テレビ・DVDを見る 59.3%	インターネット 51.9%	新聞・雑誌を見る 37.0% ティータイム 37.0%		読書 33.3%
フルタイムワーク×末子が 中学生以上の学生	テレビ・DVDを見る 52.6%	インターネット 45.6%	読書 31.6%	ティータイム 24.6%	新聞・雑誌を見る 22.8%
パート・アルバイト×末子が 未就園児	インターネット 70.8%	テレビ・DVDを見る 62.5%	新聞・雑誌を見る 33.3%	読書 29.2%	ティータイム 25.0% SNS 25.0% 通販 25.0%
パート・アルバイト×末子が 幼稚園児・保育園児	テレビ・DVDを見る 63.4%	インターネット 60.6%	新聞・雑誌を見る 31.0%	SNS 28.2% 読書 28.2%	
パート・アルバイト×末子が 小学低学年	インターネット 84.6%	テレビ・DVDを見る 56.4%	ティータイム 51.3%	読書 48.7%	新聞・雑誌を見る 35.9%
パート・アルバイト×末子が 小学高学年	テレビ・DVDを見る 77.1%	インターネット 57.1%	読書 37.1%	新聞・雑誌を見る 31.4%	ティータイム 28.6%
パート・アルバイト×末子が 中学生以上の学生	インターネット 68.3%	テレビ・DVDを見る 66.7%	新聞・雑誌を見る 43.3%	読書 38.3%	ティータイム 33.3%

働き方	末子の学齢	年齢	都道府県	未既婚	家で自分の時間にしていて、一番楽しいと感じること
フルタイムワーク	保育園児	36	京都府	既婚	収納を整えて、家事を楽にする工夫をすること。今はほとんどできてないが、裁縫やガーデニングなどの趣味
		38	東京都	既婚	自分のというより、夫婦の時間ですが、テレビドラマを鑑賞しているときに一番楽しいです。
		40	愛媛県	独身	家事をすべて終え、子どもとおもちゃなどで遊ぶとき。
		35	東京都	既婚	美容雑誌やファッション雑誌を見て、これ欲しい！と感じた物をそのままネット購入した時！
		30	埼玉県	既婚	育児やイベントの情報を得るためにサイトをチェックしたり、SNSを見たりすること。自分の好きな芸能人の出ている番組などを見ること
		45	埼玉県	既婚	週末、一人でお風呂に入れることくらい。あとはたまに子供たちと旦那が外出していて、一人で家にいる時間。何もなくても、静かなのがいい。
		30	神奈川県	既婚	ピアノを弾くこと。集中してる間は嫌なことを忘れられ、弾き終わったあとはスッキリする。
	小学校低学年	33	東京都	既婚	絵を描いている時。実益を兼ねてコンペに出すことも。
		36	愛知県	既婚	時間に追われず、自分のタイミングでご飯や家事、趣味ができる事。
		41	広島県	既婚	みんなが寝静まったあとおつまみ食べながらお酒を飲むこと
		37	大阪府	既婚	ストレッチしながら、韓国ドラマ見ること。
	小学校高学年	40	大阪府	既婚	布団の中でゴロゴロしながらスマホゲームしてる時
		37	鹿児島県	既婚	ただぐたーしたり、家族と喋れること
	中学生以上の学生	40	愛知県	既婚	コーヒー&おやつでゆっくり映画やビデオ鑑賞
		45	兵庫県	既婚	丁寧に入れたコーヒーとスイーツでお茶すること。愛犬と遊ぶこと。イベントの計画や旅行の予定を立てること。
		46	兵庫県	既婚	家に1人っきりで、自分の好きなことをしているとき
パート・アルバイト	未就園児	34	千葉県	既婚	今は自分の時間がとれること自体が楽しい。
		32	鹿児島県	既婚	お気に入りのコーヒーや紅茶を飲みながら、ネイルの勉強しているとき☆
	幼稚園児	30	京都府	既婚	ネットでショッピング♪なかなか外に買い物に行けないので。
		44	福岡県	既婚	子どもの喜びそうなお菓子や料理、洋服を作っているとき
	小学校低学年	38	兵庫県	既婚	買い物、通販です。ゆっくり選べる時間を大切にします。無駄に買わなくてすむので節約にもなってます。
		36	京都府	既婚	結局、家族のために手の込んだお菓子や料理、服やかばんなどを作っているときに楽しい
		48	岡山県	既婚	趣味の旅行やキャンプの本やブログを見ている時
	小学校高学年	40	兵庫県	既婚	最近では、子どもとピアノの発表会で連弾する時の練習が楽しかった。
		37	静岡県	既婚	読書。子供のアレルギー体質を治したくて、体質改善の本を色々読んで献立を考えるのが楽しいです。主人と娘のおやつレシピを考えたり調べる。
	中学生以上の学生	45	兵庫県	既婚	手芸などの物作りにはまっている時
		50	愛知県	既婚	掃除した後のきれいな部屋でゆっくりしている時
		49	神奈川県	既婚	好きなお茶を飲みながらスマホをいじりながら録画しておいた韓国ドラマを見るとき
		55	大阪府	既婚	好きなアーティストのライブ映像やイベントのDVDを見る

ここ3カ月でした、自分のための外出の平均回数は、末子が大きいほど多い。
週1回以上という人が最も多いのは、「パート・アルバイト×末子が小学校高学年」42.9%。

ここ3カ月でした、自分のための外出（夫と子どもを除いて）の回数



ここ3カ月でした、自分のための外出の目的のうち、
「美容」の割合が高いのは、
「フルタイムワーク×末子が未就学児」73.3%、
「パート・アルバイト×末子が小学低学年」60.6%。

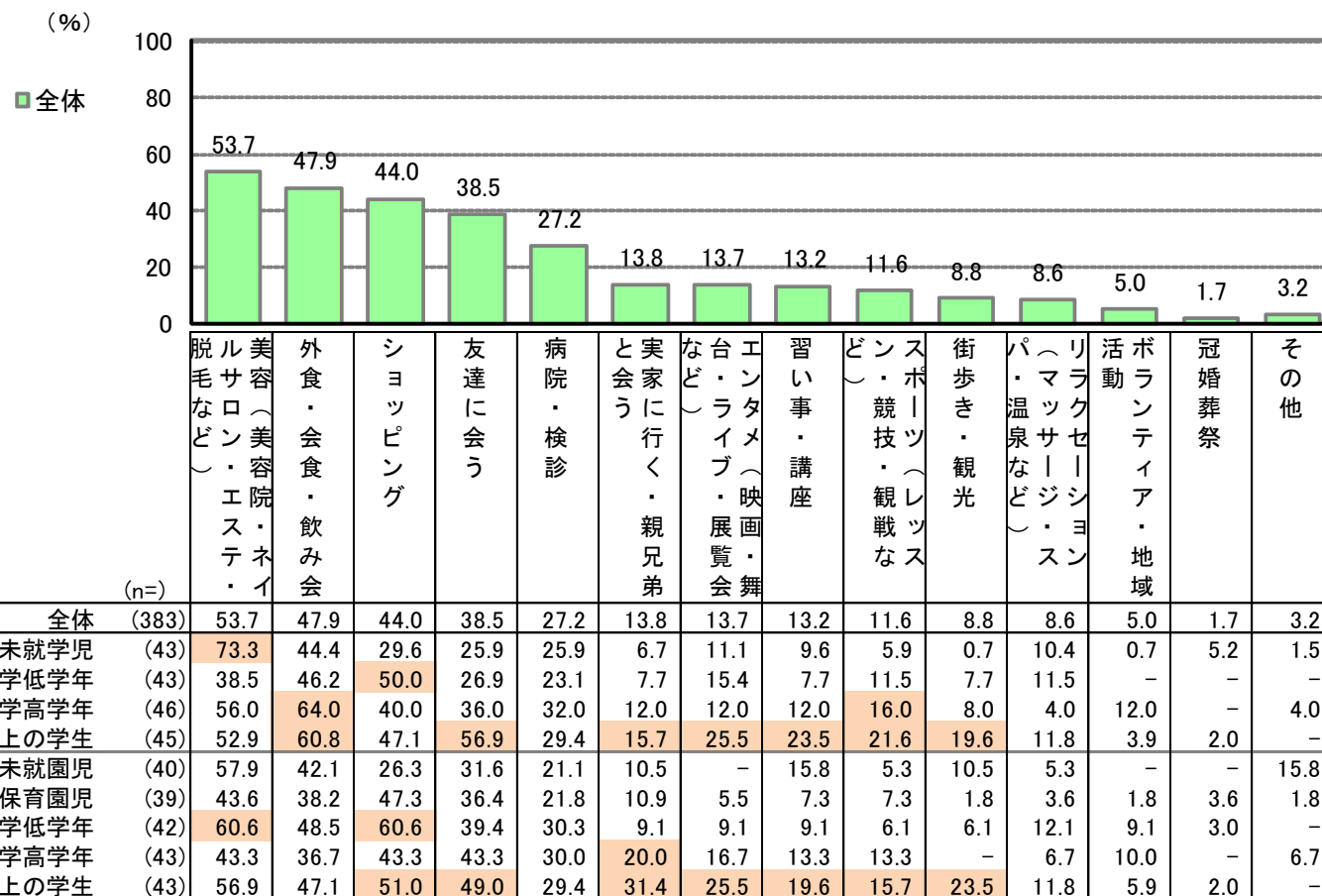
「外食・会食・飲み会」の割合が高いのは、
「フルタイムワーク×末子が小学高学年」64.0%、
「フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生」60.8%。

「ショッピング」の割合が高いのは、
「パート・アルバイト×末子が小学低学年」60.0%。

「友達に会う」割合が高いのは、
「フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生」56.9%、
「パート・アルバイト×末子が中学生以上の学生」49.0%。

ここ3カ月でした、自分のための外出の目的

※複数回答、3カ月以内に、自分のために外出していない人を除く

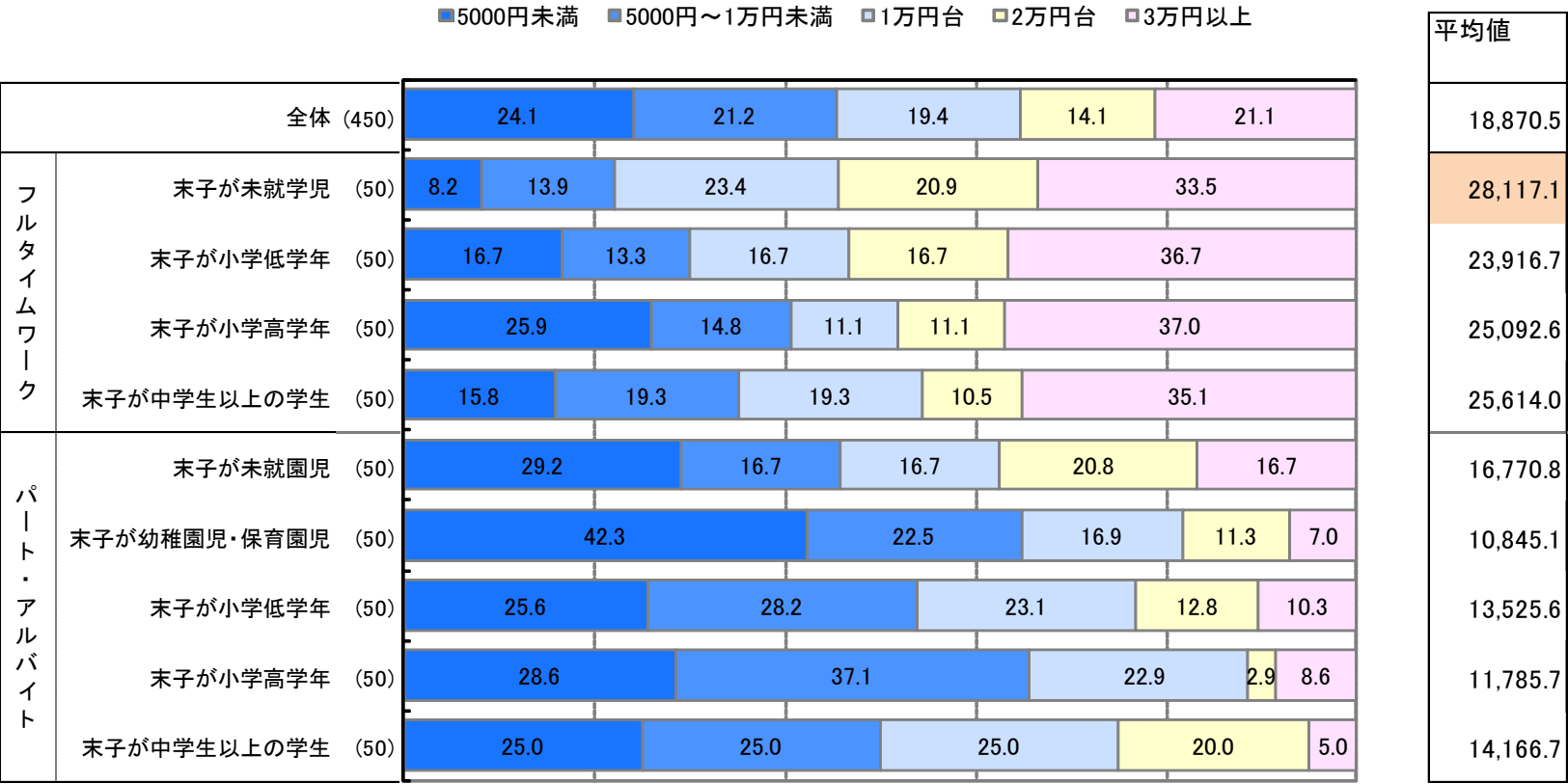


ここ3カ月でした、自分のための外出の目的（上位5項目）

	1位	2位	3位	4位	5位
フルタイムワーク×末子が 未就学児	美容 73.3%	外食・会食・飲み会 44.4%	ショッピング 29.6%	友達に会う 25.9%	病院・検診 25.9%
フルタイムワーク×末子が 小学低学年	ショッピング 50.0%	外食・会食・飲み会 46.2%	美容 38.5%	友達に会う 26.9%	病院・検診 23.1%
フルタイムワーク×末子が 小学高学年	外食・会食・飲み会 64.0%	美容 56.0%	ショッピング 40.0%	友達に会う 36.0%	病院・検診 32.0%
フルタイムワーク×末子が 中学生以上の学生	外食・会食・飲み会 60.8%	友達に会う 56.9%	美容 52.9%	ショッピング 47.1%	病院・検診 29.4%
パート・アルバイト×末子が 未就園児	美容 57.9%	外食・会食・飲み会 42.1%	友達に会う 31.6%	ショッピング 26.3%	病院・検診 21.1%
パート・アルバイト×末子が 幼稚園児・保育園児	ショッピング 47.3%	美容 43.6%	外食・会食・飲み会 38.2%	友達に会う 36.4%	病院・検診 21.8%
パート・アルバイト×末子が 小学低学年	美容 60.6% ショッピング 60.6%		外食・会食・飲み会 48.5%	友達に会う 39.4%	病院・検診 30.3%
パート・アルバイト×末子が 小学高学年	美容 43.3% ショッピング 43.3% 友達に会う 43.3%			外食・会食・飲み会 36.7%	病院・検診 30.0%
パート・アルバイト×末子が 中学生以上の学生	美容 56.9%	ショッピング 51.0%	友達に会う 49.0%	外食・会食・飲み会 47.1%	実家に行く・親兄弟と会う 31.4%

自分のために使えるお金（月額）の平均値は、フルタイムワーク者とパート・アルバイト者で1万円以上の差がある。
最も平均額が高いのは、「フルタイムワーク×末子が未就学児」で約28117円。
最も平均額が低いのは、「パート・アルバイト×末子が幼稚園児・保育園児」で約10845円。

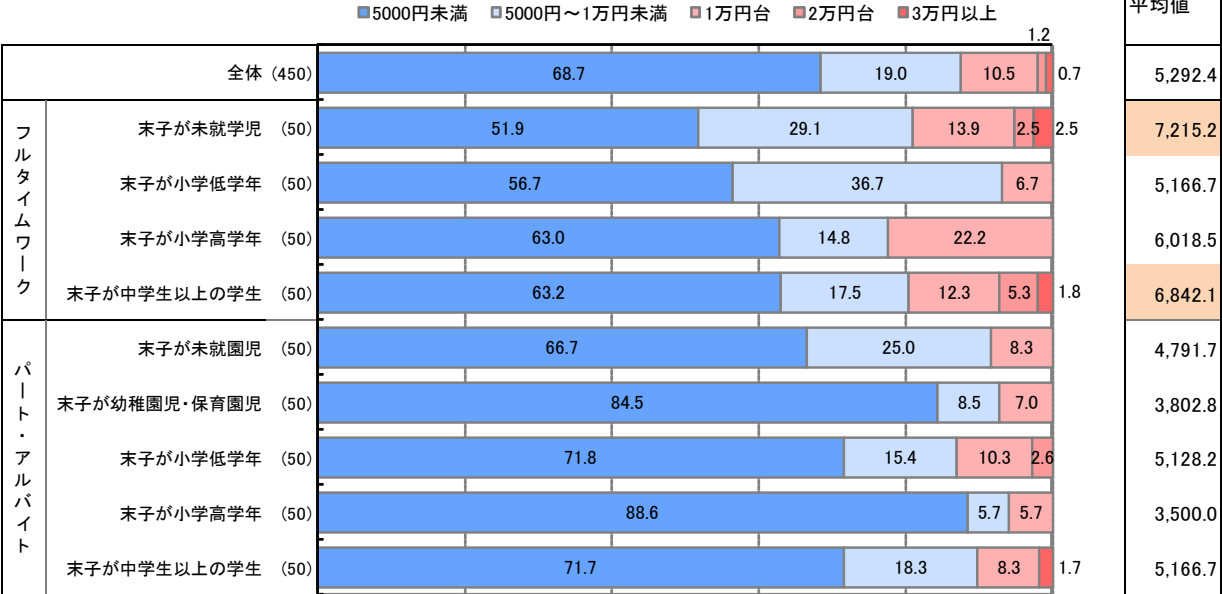
自分のために使えるお金（月額）



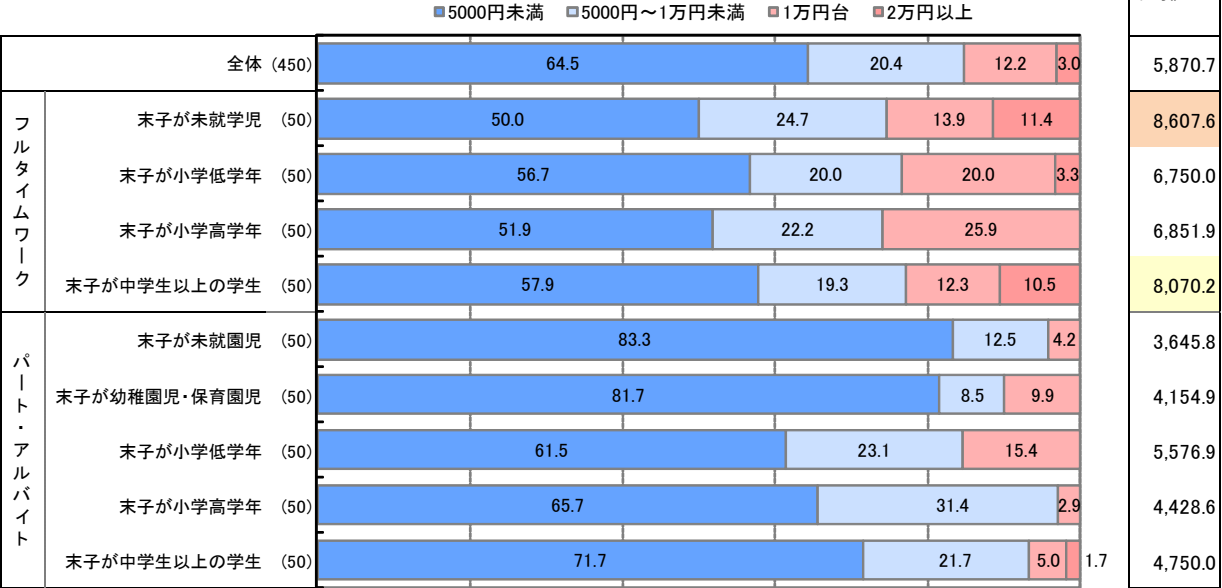
費目別の平均値（月額）の多さをみると、美容・ファッションともに、
1位は「フルタイムワーク×末子が未就学児」、
2位は「フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生」。

平均額が最も少ないのは、
美容は「パート・アルバイト×末子が小学高学年」で3500円、
ファッションは「パート・アルバイト×末子が未就園児」で3645.8円。

美容のために使えるお金（月額）



ファッションに使えるお金（月額）



エンターテインメントのために使えるお金（月額）

全体の約9割が、エンターテインメントに使えるお金は月5000円未満。

フルタイムワーク者では、末子が大いほど、エンターテインメントにお金を使う人が増える。

5000円以上使える人が2割を超えるのは、

「フルタイムワーク×末子が小学高学年」

「フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生」。

趣味・習い事・スポーツに使えるお金は、月5000円未満という人が、全体の8割超。

5000円以上使える人が2割を超えるのは、

「フルタイムワーク×末子が小学高学年」

「フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生」

「パート・アルバイト×末子が未就学児」。



趣味・習い事・スポーツに使えるお金（月額）

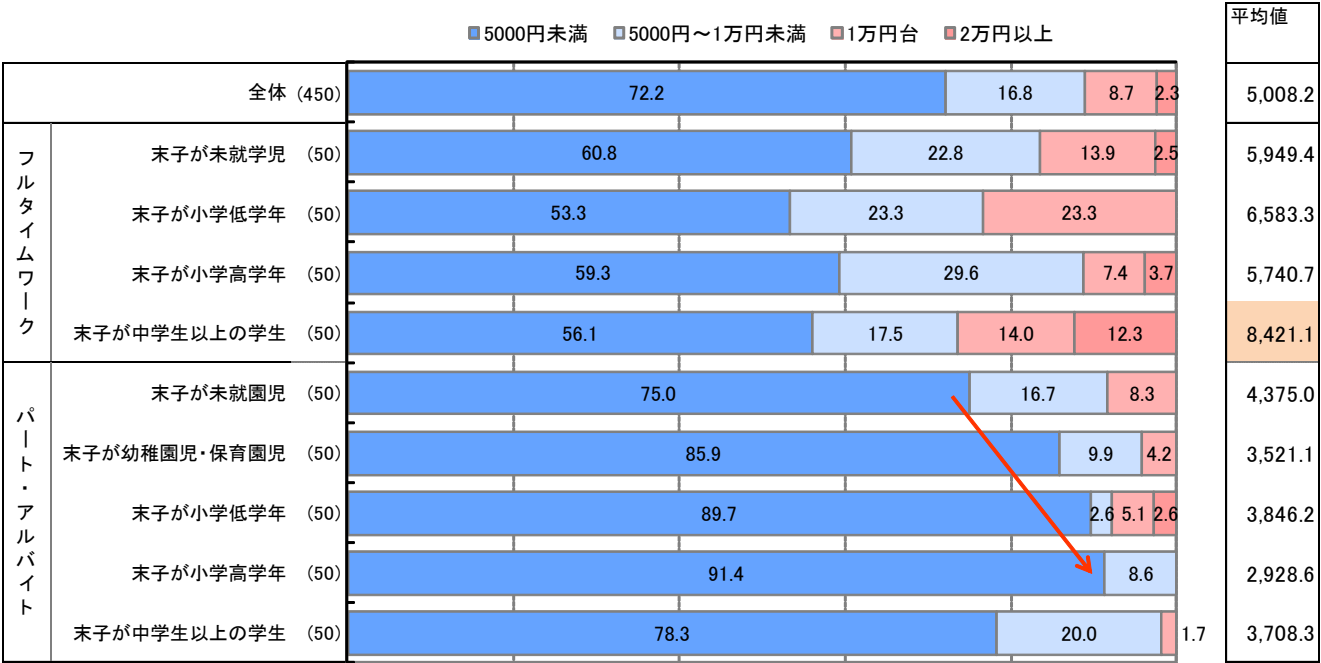


友達や同僚などとの交際費は月5000円未満という人が、フルタイムワーク者では5～6割、パート・アルバイト者では7割～9割。

最もお金をかけるのは、「フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生」で平均月額8421.1円。月に1万円以上という人が26.3%いる。

パート・アルバイト者では、末子が大きくなるほど「月5000円未満」の割合が増え、「末子が小学高学年」で9割を超え、ピークに。

友達や同僚などとの交際に使えるお金（月額）



働き方	末子の学齢	年齢	都道府県	未既婚	今年、自分のためにお金を使ったもの・ことで、一番高額だったもの。購入した理由
フルタイムワーク	保育園児	33	大阪府	既婚	なかなか映画にいけないので、大きい画面のテレビを購入。20万円。
		29	千葉県	既婚	掃除機を3万円で購入。以前使っていたものが吸引力が落ちてきて、掃除の時短やストレスの為に少し高機能な掃除機を買いました。
		31	東京都	既婚	空気清浄機。3万円。洗濯物の生乾きの匂いや、部屋の空気が気になるから。
		33	埼玉県	既婚	基礎化粧品とエステサロンで使用するパックセットを年間で計30万円以上購入。エステに定期的に通いながら、気分転換を図っている。
		34	東京都	既婚	寝具。マットレス8万円、羽毛布団の打ち直し3万円。眠りが深くなって快適です！
		33	神奈川県	既婚	自宅でゆっくりするために、欲しかった椅子を購入。(Yチェアを約10万円)で夜しか一人の時間が取れないので、自宅でゆっくりできるお気に入りのものを購入しました。
	小学校低学年	43	大阪府	既婚	ブラーバジェットを買いました。床掃除が自動になったので、その分他に時間を使えるようになった。
		37	福岡県	既婚	ブルガリの時計 60万 前から欲しかったので自分へのご褒美。
		46	福岡県	既婚	好きなメーカーのウィンドブレーカー兼レインコートを買った。3万円。子どもの試合で雨が降った時に活躍しよう！
		42	福岡県	既婚	美顔器に30万 エステに行くより安いから。
	小学校高学年	38	東京都	既婚	全身の脱毛35万！
		39	静岡県	既婚	スーツ 40000円 自分に合うように思い切ってオーダーしてみました。仕事のモチベーションにもなり、着こごちもよく、自分だけの贅沢になりました。
	中学生以上の学生	36	東京都	既婚	久しぶりに大好きな海外旅行にいった際のバリ島旅費15万円くらい。バリではエステやグルメ、現地でのダンスや寺院巡りなど思いっきりバリ島を満喫しました。
		41	北海道	既婚	通信大学の費用50万円。三年生に編入した現役女子大生！
		45	宮城県	独身	オフロードバイク購入20万円
パート・アルバイト	未就園児	29	岐阜県	既婚	アガットの一粒ダイヤのネックレス。3万円。結婚当初からずっとほしくて。子供を抱っこしながら、仕事をしていて、はじめての給料で買いました！ 少し頑張って働くか。という意気込みで
		27	沖縄県	既婚	全部で4千円するいい匂いするボディークリームとボディーソープを買いました。匂いで少しでも、癒されたいので。
		32	鹿児島県	既婚	ネイル検定三級の資格勉強。いずれ、自宅開業を目標に個人レッスンしています。来年夏までには2級まで取るつもりで先行投資で頑張っています。
	幼稚園児	32	宮城県	既婚	脱毛(脇、ハイジナ)契約で15万 以前からしたいと思っていて、子供たちが預けられる年齢になり少し自分の時間が持てるようになったので。
		35	東京都	既婚	アグのムートンブーツ。昨年まで履いていたものは傷んで処分したので先日アウトレットに行った時に18000円で購入。今年から仕事を始めて頑張ったご褒美に。
	小学校低学年	29	千葉県	既婚	高級中華料理店で北京ダック他フルコースを食べました。一人1万円です。友人と久々に会って会食をしたためです。
		48	千葉県	既婚	料理教室との契約を更新しました。20万円
		45	茨城県	既婚	テント。五万円で購入。目的は家族で一緒に！ですが、私が欲しいのを購入して大満足です。
		42	大阪府	既婚	家事の負担減と自分の時間を増やすためロボット掃除機購入。8万円。
	小学校高学年	41	東京都	既婚	電子書籍代 約二万円 続きが見たくて次々に課金してしまった結果。
		35	埼玉県	既婚	息子と2人旅をするための航空券17万円。冬休みにLAのディズニーランドに行きたいと思い立った。
		45	滋賀県	既婚	財布を数年ぶりに買い替え。9万円。本で長財布の方がお金が貯まると聞いたのと、先輩ママ友が、子どもの成長とともにフォーマルな場で人前で財布を出す機会が増えるので、ポロポロでは恥ずかしいという話を聞いたので。
	中学生以上の学生	55	大阪府	既婚	好きなアーティストのBDパーティーに8万円を出して出席。普段ほとんど自分にお金をかけられないし日ごろたまつたストレスを発散させるため
		52	福岡県	既婚	健康機器 32万円 自宅でも筋トレ出来るように購入した。

働き方	末子の学齢	年齢	都道府県	未婚既婚	今後、自分のためにもっとお金を使いたいと思う理由
フルタイムワーク	保育園児	38	京都府	既婚	自分のために使いたい。自分が自分に自信を持てるようになるために使いたい。
		33	大阪府	既婚	家族とのゆとりの時間を楽しみたいので、家事代行サービスを使ってみたい。
		41	大阪府	既婚	温泉旅行に行って、美味しいものを食べてエステも受けられたら、最高です。
		35	東京都	既婚	使いたいです。美容です。やっぱり、ママになったからこそ綺麗でいたい。ずっと女性らしくキラキラしていたいから。
		35	福岡県	既婚	資格を取るためなど。今の仕事にもっと使えるものを取りたいです
		29	千葉県	既婚	旅行です。仕事でストレスたまるので、のんびり癒される場所に行きたいです。
	小学校低学年	34	神奈川県	既婚	使ってみたい。仕事のスキルアップの講座に通って学んだり、仲間を作りたい。出産から行けなくなってしまった趣味のゴルフを復活させたい。(ゴルフ仲間と会いたい)
		37	鳥取県	既婚	洋服やバッグにお金を使いたい。今、プチプラファッションばかりしかできていないので、おもしろいおしゃれを楽しみたい。
	小学校高学年	42	福岡県	既婚	スポーツジムに通いたい。ストレス解消にもなるし、ダイエットにもなるから。
		39	静岡県	既婚	ファイナンシャルプランナーの資格を取得したい。お金のことについての無料セミナーにも参加して興味があるため。不動産収入も考えているから。
パート・アルバイト	未就園児	42	京都府	既婚	文化的教養を身に着けたい(茶道、華道、着付けなど)、そのためにお金が使えればいいと思う
		50	千葉県	既婚	語学を勉強し、学生時代にできなかった海外の大学へ留学してみたい。
	中学生以上の学生	45	兵庫県	既婚	子どもに手がかからなくなり、拘束時間が減ったのでジムに通うなどして健康維持をしたい。太ってしまって病気になりそうだし、洋服が入らなくなって憂鬱だから。
	未就園児	33	宮城県	既婚	好きなインテリアの勉強を兼ねてセミナーに参加したり、美術館で芸術センスを磨きたい。
		29	岐阜県	既婚	思います。旦那は月に数回友達と飲みに行くのに、私は子供が生まれてから1度も子供なしで、友達と遊んだことがないから。交際費に当てたい。
	保育園児	33	神奈川県	既婚	洋服や日用品など永く使える良いものを買いたいです。今はバタバタしたいをやっつけて安いものを買ってしまっていて後悔。
		36	東京都	既婚	ヨガに通いたい。健康的な暮らしをしたいので。独身の頃は通っていたのでまたやりたい。
	幼稚園児	39	愛知県	既婚	料理教室に通って美味しい料理を家族に作りたいです
		38	愛知県	既婚	ヨガやジョギングなどのスポーツ用品をそろえたりジムに通うお金。
	小学校低学年	50	兵庫県	既婚	私が健康であれば家の中の事が回るので、健康に投資したいです。
		48	千葉県	既婚	将来、個人経営のパン教室を開講したい為、その準備金。
		47	神奈川県	既婚	ダイエットのためにスポーツクラブに通いたいです。
	小学校高学年	41	東京都	既婚	リビングの模様替え。様々なものが古くなってきたため、新しくしていきたい。
		45	滋賀県	既婚	まずは収入を増やすことが前提ですが、増えた後は自分に投資したいです。(英語のブラッシュアップ、仕事関係のスキル習得など)
	中学生以上の学生	48	神奈川県	既婚	子供の手が離れてきたので友人との海外旅行。
		54	宮城県	既婚	好きなアーティストのコンサートに参加する
		48	京都府	既婚	アンチエイジングや健康を維持するためのサプリなど。寄る年波には勝てないなと最近痛感してきているので。

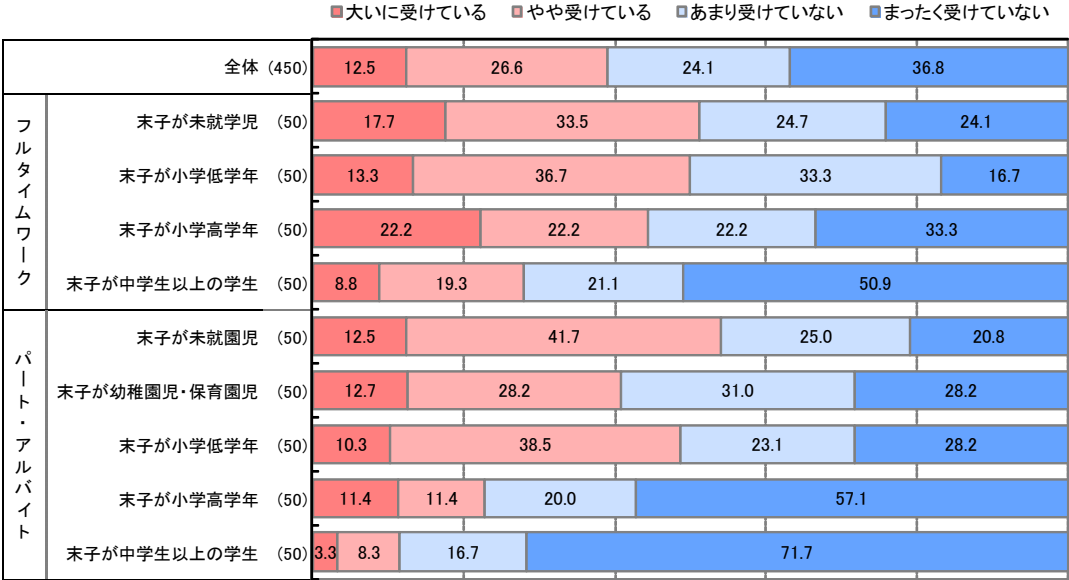
働き方	末子の学齢	年齢	都道府県	未婚	今後、自分のためにもっとお金を使いたいと思わない理由
フルタイムワーク	保育園児	37	福岡県	既婚	使いたいとも思わないが、使いたいときに使える余裕はもっておきたい
		40	神奈川県	既婚	子供の教育資金がたまってないので 物欲はなくなりました。
		36	東京都	既婚	毎月ネイルやマッサージにいらっているので割りと満足しています
		40	東京都	既婚	自分の物を増やすよりは、家族で旅行して思い出を増やすことのほうに興味がある。
	小学校低学年	49	兵庫県	既婚	自分のためというよりは、家族での思い出に残るようなことをしたい
	小学校高学年	38	大阪府	既婚	自分のお金は老後の施設入所代金に子供たちが困らないように使う。
	中学生以上の学生	42	愛知県	既婚	思わない。今で十分つかえてるので、これからはむしろ貯金に回したい。
パート・アルバイト	幼稚園児	32	宮城県	既婚	将来の教育費など明確に分からない金額もあるので、なるべく控えて子供たちの為に残したい
	小学校低学年	46	北海道	既婚	本音としては使いたい(洋服、靴、バッグ、アクセサリなど)が、そのお金を子どもの習い事や歯の矯正に回したい。
	中学生以上の学生	46	兵庫県	既婚	今は学費が大変なので使いたくない

家事・育児のサポートを「大いに受けている」「やや受けている」率は、末子が小さいと高い。

フルタイムワーク者は、子どもが中学生以上でも3割近い人が「大いに」「やや」サポートを受けている。
パート・アルバイト者は、末子が小学校高学年だとサポートを「大いに」「やや」受けている率は2割ほど、末子が中学生以上だと1割ほどと少ない。

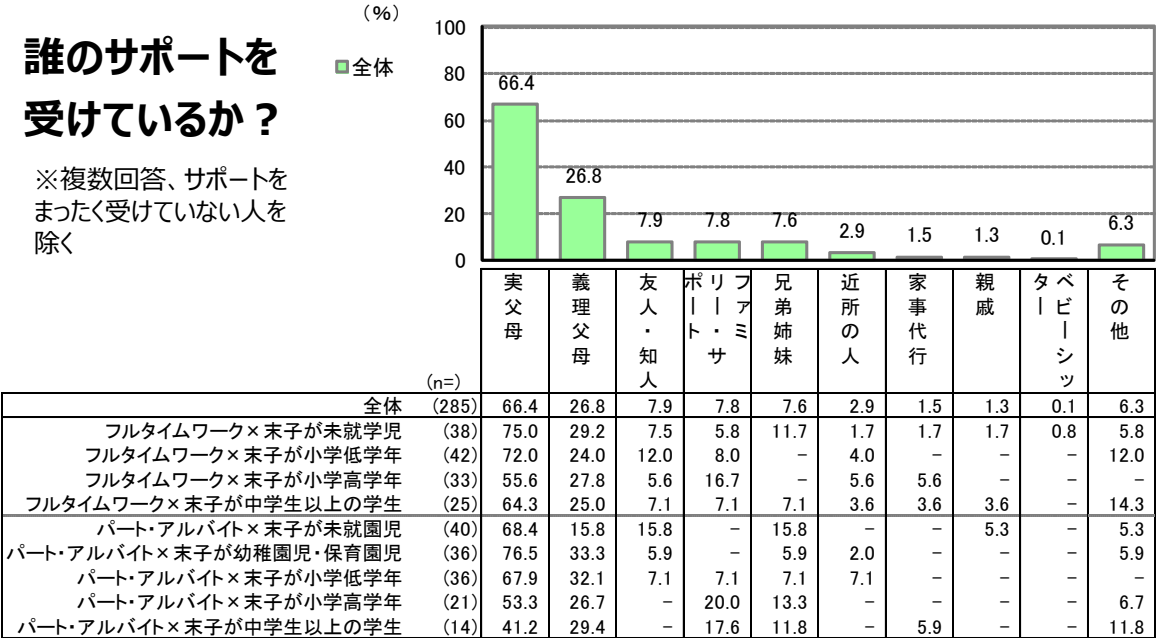
サポート者を聞くと、「実父母」が66.4%と大半。
次いで、「義理父母」26.8%。
ファミリー・サポートや家事代行、ベビーシッターなどの利用率は非常に少ない。

家事・育児のサポートを受けているか？



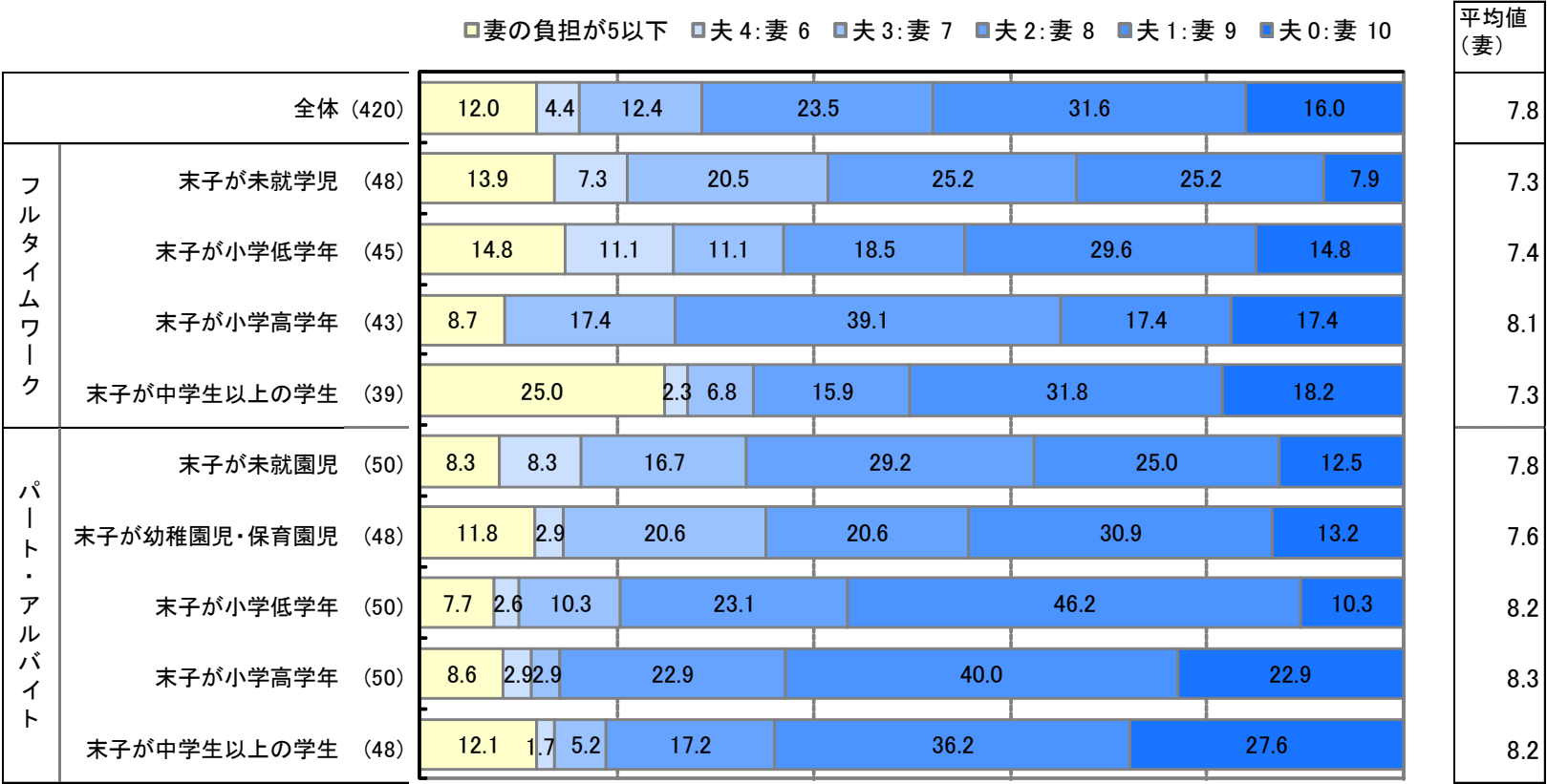
誰のサポートを受けているか？

※複数回答、サポートをまったく受けていない人を除く



夫婦の家事・育児分担比率は、全体の平均は夫：妻＝2.2：7.8。
最も夫の分担が多いのは、「フルタイムワーク×末子が未就学児」「フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生」だが、それでも夫の分担比率は2.7と低い。
夫の分担率が5以上という人の割合は、「フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生」25.0%が最も高い。

夫婦の家事・育児の分担比率

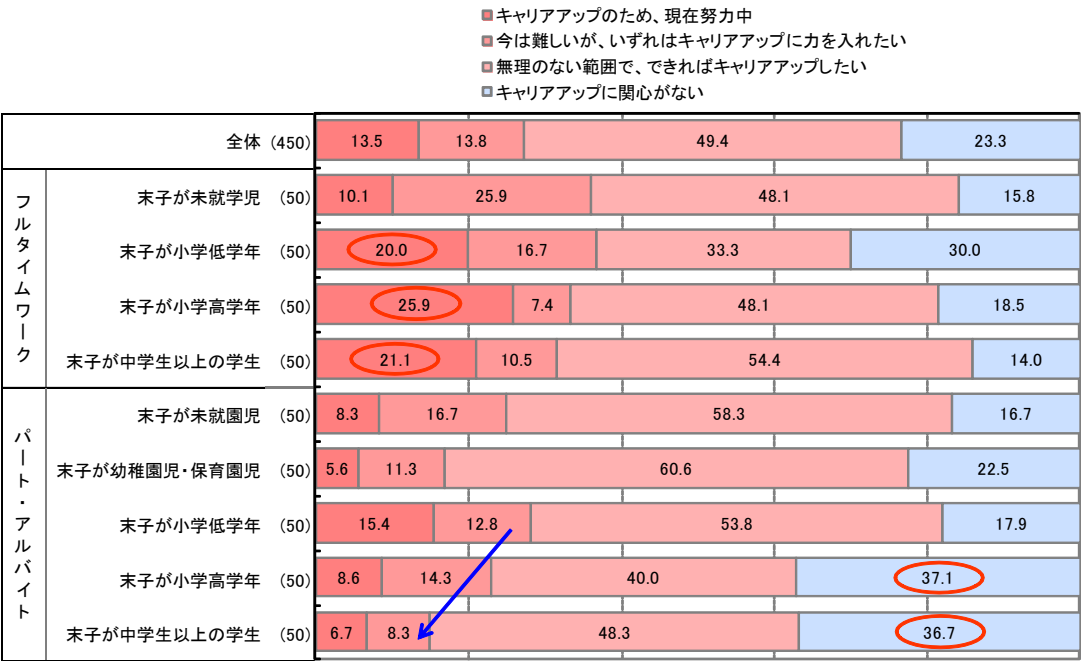


キャリア志向（働き方についての考え方）を聞くと、どの属性も「無理のない範囲で、できればキャリアアップしたい」が最も多い。

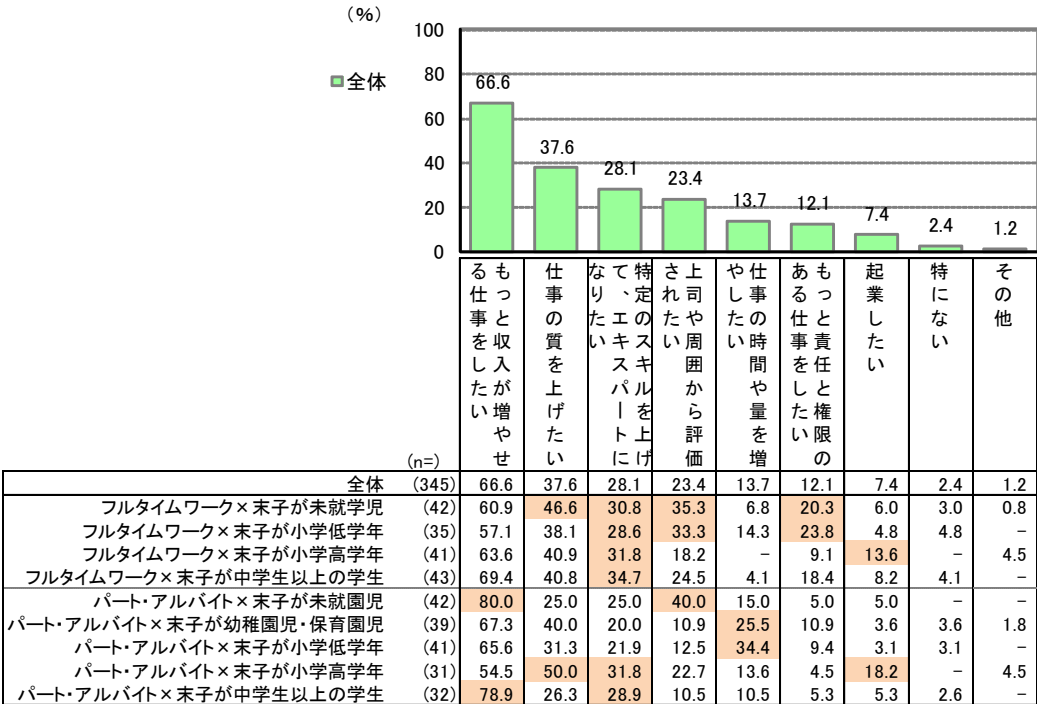
パート・アルバイト者は、末子が小学高学年以上の場合、「キャリアアップに関心がない」という人が3分の1を超える。
フルタイムワーク者で、末子が小学低学年以上の人「キャリアアップのため、現在努力中」が2割以上いる。

具体的に、キャリアアップで達成したいことについて聞くと、
「責任と権限のある仕事」を求める人は全体の1割程度と少ないが、
比較的ポイントが高いのは、「フルタイムワーク×末子が未就学児」20.3%、「フルタイムワーク×末子が小学低学年」23.8%。
仕事の時間や量を増やしたい人が比較的多いのは「パート・アルバイト×末子が幼稚園児・保育園児」25.5%、「パート・アルバイト×末子が小学低学年」34.4%。

キャリア志向

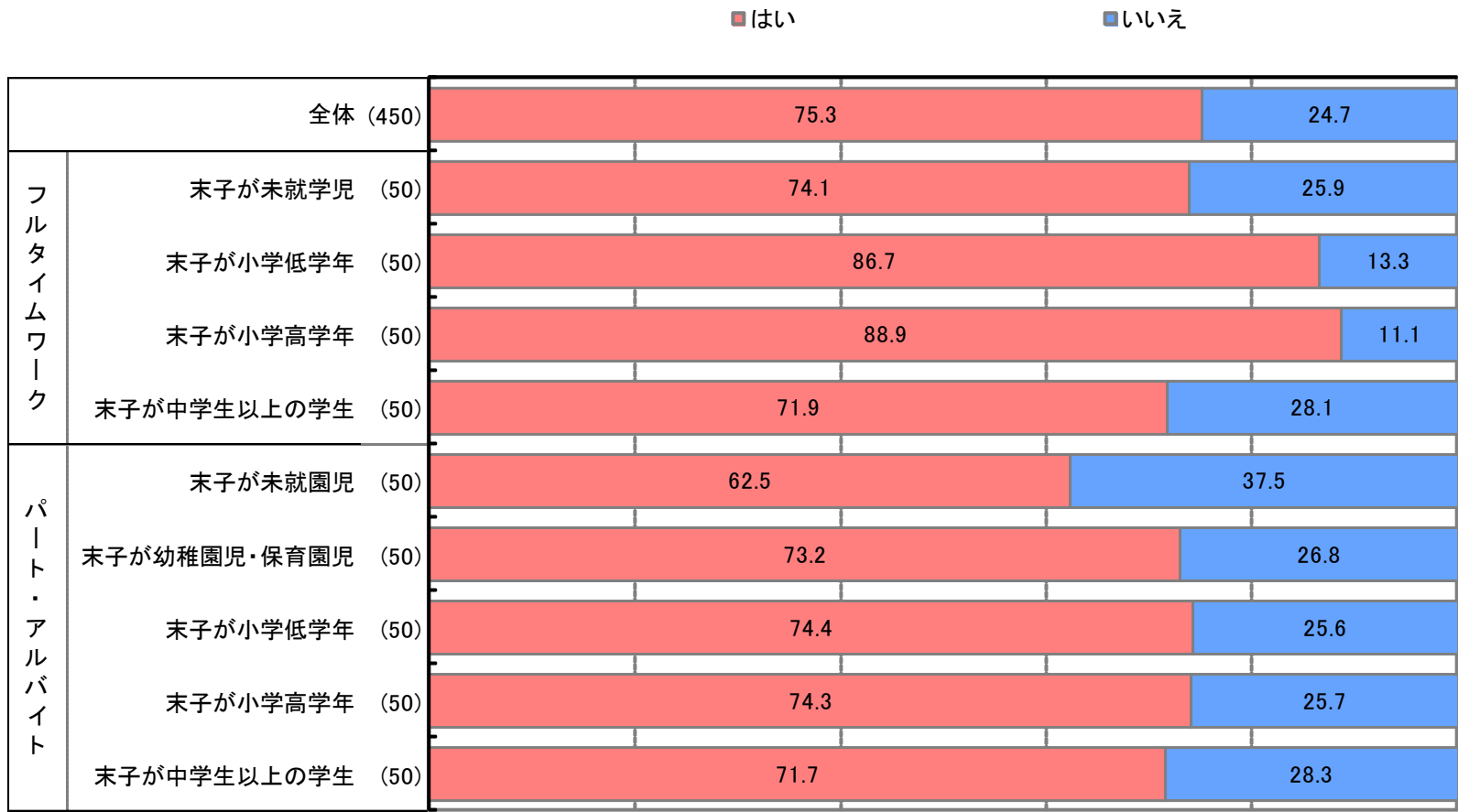


キャリアアップで達成したいこと ※複数回答、キャリアアップに関心がない人を除く



経済的不安がなくても働きたい人は、全体の約4分の3と大多数。
特に、フルタイムワーク者で末子が小学生の人は、9割近くが働き続けたいと回答している。

現在も将来も経済的不安がないとしたら、働き続けたいか？



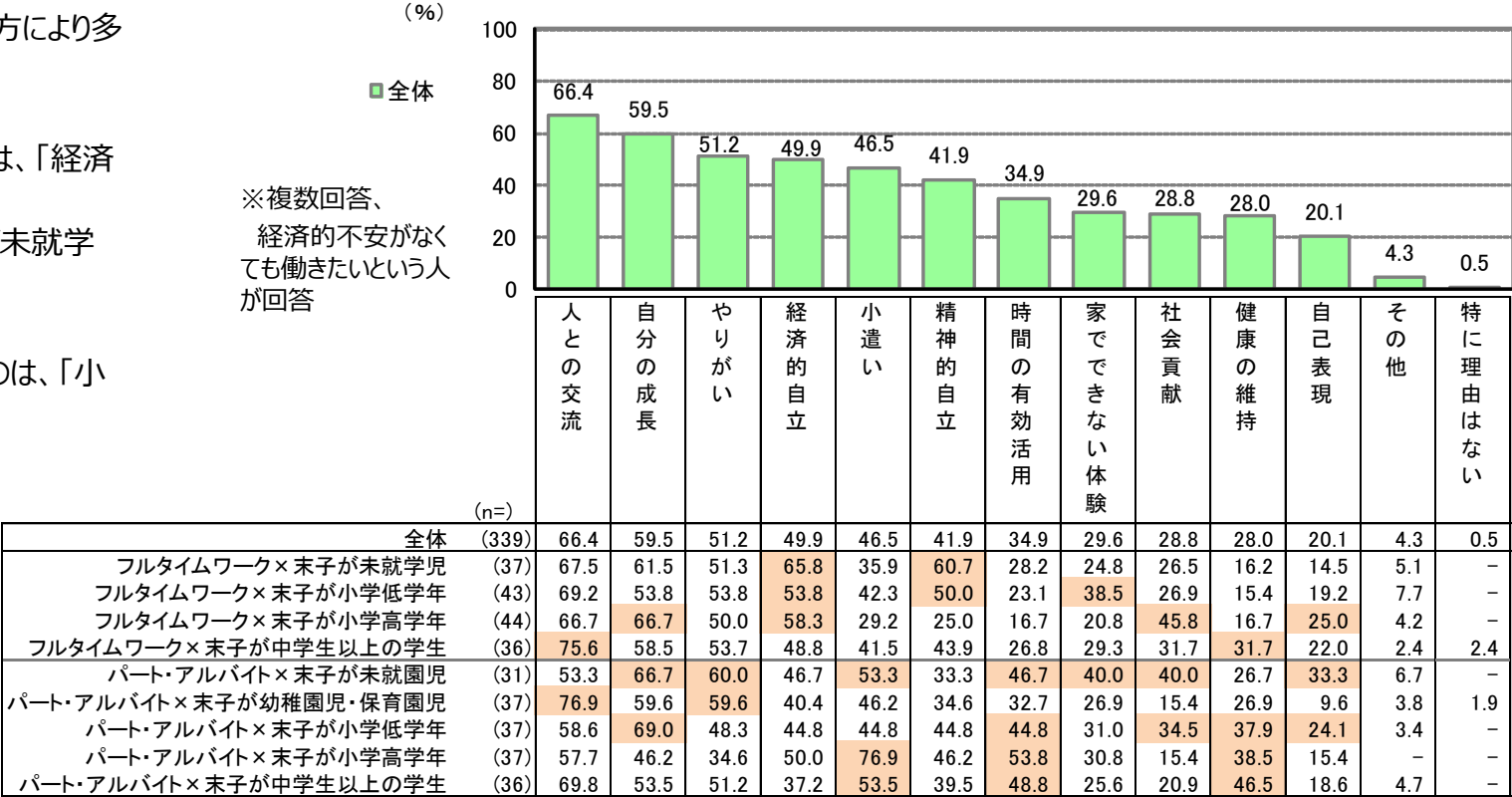
経済的不安がなくても働きたい理由は、働き方により多少違いがみられる。

フルタイムワーク者のポイントが比較的高いのは、「経済的自立」。

「精神的自立」は、「フルタイムワーク×末子が未就学児・小学低学年」でポイントが高い。

パート・アルバイト者のポイントが比較的高いのは、「小遣い」「時間の有効活用」「健康の維持」。

現在も将来も経済的不安がなくても、働きたい理由

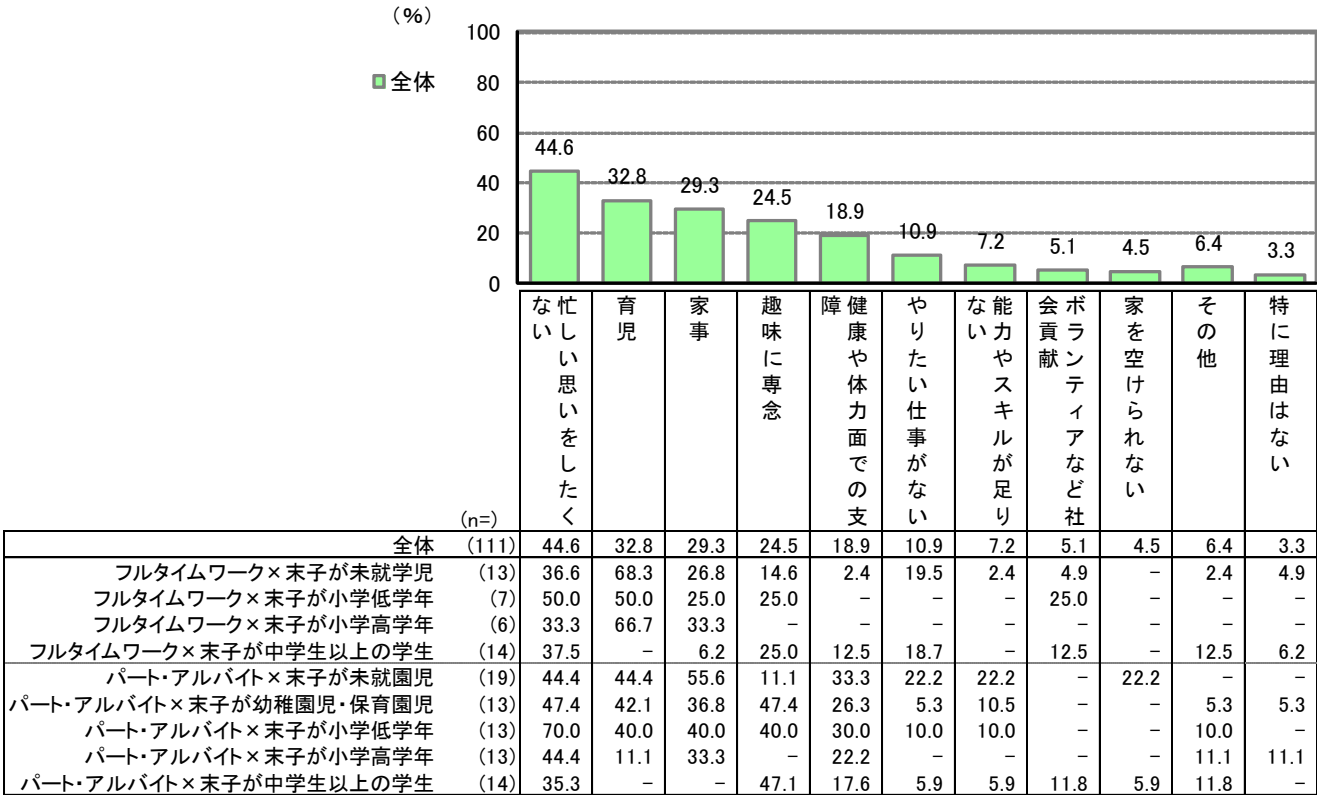


経済的不安がないとしたら、働きたくないと回答した人に、その理由を聞いた。

n数が少ないため参考値になるが、「忙しい思いをしたくない」「育児」「家事」「趣味に専念」などの理由が挙がった。

現在も将来も経済的不安がないとしたら、働きたくない理由

※複数回答
※n数が少ないため、参考値



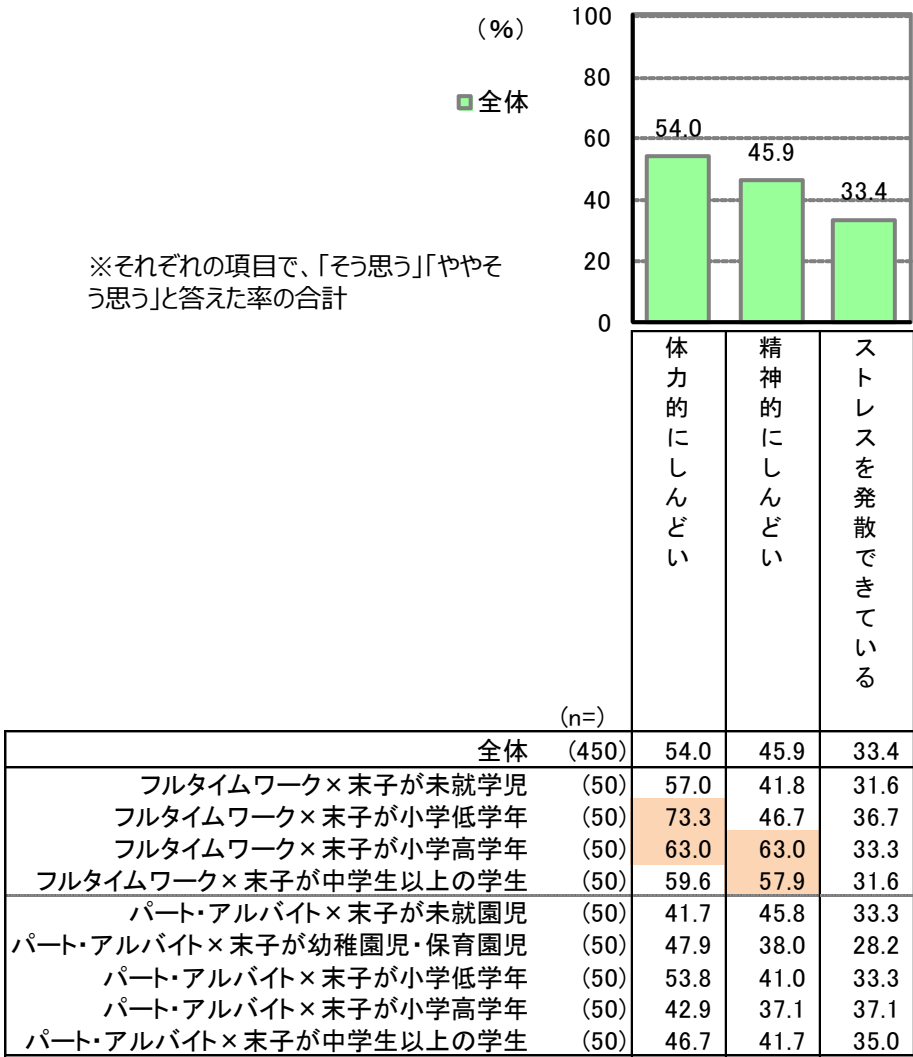
心身のコンディションに関する3項目の設問について、
「そう思う」「ややそう思う」と答えた人の率をグラフ化した。

体力的にしんどいと感じている人が多いのは、
「フルタイムワーク×末子が小学低学年」73.3%、
「フルタイムワーク×末子が小学高学年」63.0%。

精神的にしんどいと感じている人が多いのは、
「フルタイムワーク×末子が小学高学年」63.0%、
「フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生」57.9%。

ストレスが発散できているかどうかは、属性間の差は少ない。

心身のコンディションについて



家事に関する実態・意識について、全8項目の設問を用意。
「そう思う」「ややそう思う」と答えた率をグラフ化した。

フルタイムワーク者でポイントが高い項目は、
「料理メニューのバラエティーや見た目に不満がある」
「子どもの栄養バランスに不安がある」
「掃除や洗濯はもう少し頻繁にしたい」。

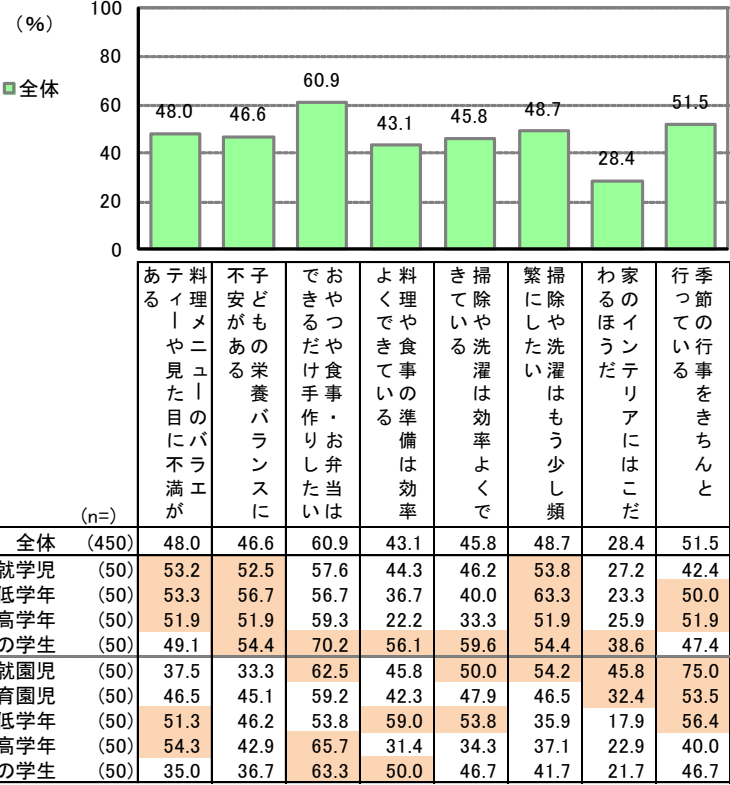
掃除や洗濯を効率よくできているものの、本当はもう少し頻繁にしたいと
思っているのは、「フルタイムワーク×末子が小学低学年」「フルタイムワ
ーク×末子が中学生以上の学生」。

料理や掃除、洗濯を効率よくできていると思っている人が少ないのは、
「フルタイムワーク×末子が小学高学年」。

末子年齢が高いほうが、料理の手作り志向が強い。

家事に関する実態・意識

※それぞれの項目で、「そう思う」
「ややそう思う」と答えた率の合計



	全体 (n=450)	フルタイムワーク×末子が未就学児 (50)	フルタイムワーク×末子が小学低学年 (50)	フルタイムワーク×末子が小学高学年 (50)	フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生 (50)	パート・アルバイト×末子が未就園児 (50)	パート・アルバイト×末子が幼稚園・保育園児 (50)	パート・アルバイト×末子が小学低学年 (50)	パート・アルバイト×末子が小学高学年 (50)	パート・アルバイト×末子が中学生以上の学生 (50)
季節の行事をきちんと行っている	51.5	42.4	50.0	51.9	47.4	75.0	53.5	56.4	40.0	46.7
家のインテリアにはこだわるほうだ	28.4	27.2	23.3	25.9	38.6	45.8	32.4	17.9	22.9	21.7
掃除や洗濯はもう少し頻繁にしたい	48.7	53.8	63.3	51.9	54.4	54.2	46.5	35.9	37.1	41.7
掃除や洗濯は効率よくできている	45.8	46.2	40.0	33.3	59.6	50.0	47.9	53.8	34.3	46.7
料理や食事の準備は効率よくできている	43.1	44.3	36.7	22.2	56.1	45.8	42.3	59.0	65.7	50.0
おやつや食事・お弁当はできるだけ手作りしたい	60.9	57.6	56.7	59.3	70.2	62.5	59.2	53.8	65.7	63.3
子どもの栄養バランスに不安がある	46.6	52.5	56.7	51.9	54.4	33.3	45.1	46.2	42.9	36.7
料理メニューのバラエティーや見た目に不満がある	48.0	53.2	53.3	51.9	49.1	37.5	46.5	51.3	54.3	35.0

家事についての実態・意識 <1位～3位・最下位>

※家事に関する実態・意識について、全8項目の設問を用意。
「そう思う」「ややそう思う」と答えた率の1位～3位と、最下位を表に示した

	1位	2位	3位	最下位
料理メニューのバラエティーや見た目に不満がある	フルタイムワーク 末子が小学高学年 54.3%	フルタイムワーク 末子が小学低学年 53.3%	フルタイムワーク 末子が未就学児 53.2%	フルタイムワーク 末子が中学生以上の学生 35.0%
子どもの栄養バランスに不安がある	フルタイムワーク 末子が小学低学年 56.7%	フルタイムワーク 末子が中学生以上の学生 54.4%	フルタイムワーク 末子が未就学児 52.5%	フルタイムワーク 末子が未就園児 33.3%
おやつや食事・お弁当はできるだけ手作りしたい	フルタイムワーク 末子が中学生以上の学生 70.2%	フルタイムワーク 末子が小学高学年 65.7%	フルタイムワーク 末子が中学生以上の学生 63.3%	フルタイムワーク 末子が小学低学年 53.8%
料理や食事の準備は効率よくできている	フルタイムワーク 末子が小学低学年 59.0%	フルタイムワーク 末子が中学生以上の学生 56.1%	フルタイムワーク 末子が中学生以上の学生 50.0%	フルタイムワーク 末子が小学高学年 22.2%
掃除や洗濯は効率よくできている	フルタイムワーク 末子が中学生以上の学生 59.6%	フルタイムワーク 末子が小学低学年 53.8%	フルタイムワーク 末子が未就園児 50.0%	フルタイムワーク 末子が小学高学年 33.3%
掃除や洗濯はもう少し頻繁にしたい	フルタイムワーク 末子が小学低学年 63.3%	フルタイムワーク 末子が中学生以上の学生 54.4%	フルタイムワーク 末子が未就学児 53.8%	フルタイムワーク 末子が小学低学年 35.9%
家のインテリアにはこだわるほうだ	フルタイムワーク 末子が未就園児 45.8%	フルタイムワーク 末子が中学生以上の学生 38.6%	フルタイムワーク 末子が幼稚園・保育園児 26.8%	フルタイムワーク 末子が中学生以上の学生 21.7%
季節の行事をきちんと行っている	フルタイムワーク 末子が未就園児 75.0%	フルタイムワーク 末子が小学低学年 56.4%	フルタイムワーク 末子が幼稚園・保育園児 50.9%	フルタイムワーク 末子が小学高学年 40.0%

フルタイムワーク フルタイムワーク パート・アルバイト

育児に関する実態・意識について、全9項目の設問を用意。
「そう思う」「ややそう思う」と答えた率をグラフ化した。

フルタイムワーカーのほうが比較的ポイントが高いのは、
「子どもと過ごす時間が足りない」
「子どもの教育に十分に関わっていない」
「子どもにとってよいと思うこと・ものには、お金をかけることを惜しまない」。

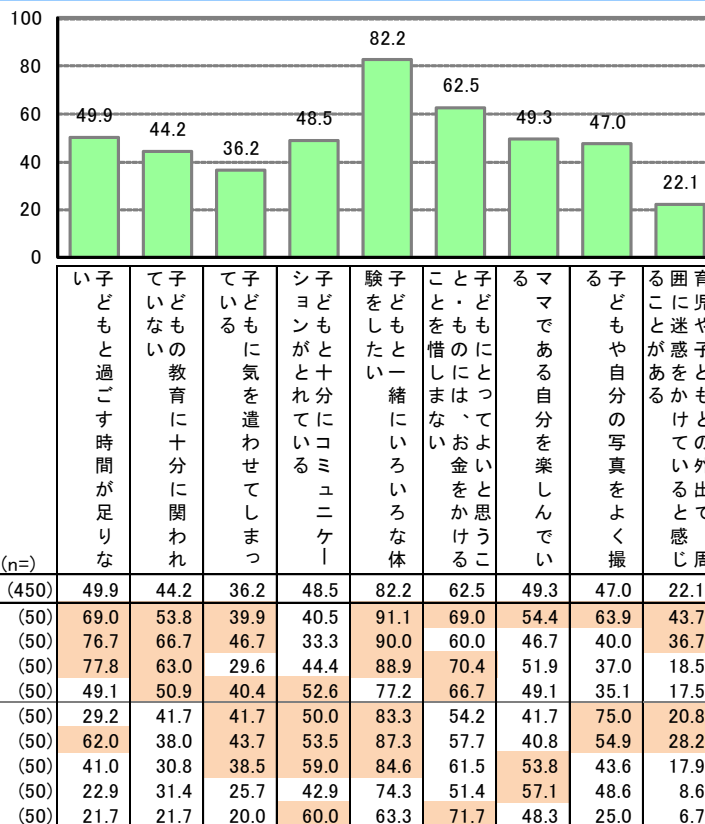
パート・アルバイト者のほうが比較的ポイントが高いのは、
「子どもと十分にコミュニケーションがとれている」。

末子学齢が小学生以下でポイントが高いのは、
「子どもと一緒にいろいろな体験をしたい」。

育児に関する実態・意識 (%)

■ 全体

※それぞれの項目で、「そう思う」
「ややそう思う」と答えた率の合計



	全体 (n=450)	子どもと過ごす時間が足りない	子どもの教育に十分に関わっていない	子どもに気を遣わせてしまっている	子どもと十分にコミュニケーションがとれている	子どもと一緒にいろいろな体験をしたい	子どもにとってよいと思うこと・ものには、お金をかけることを惜しまない	ママである自分を楽しんでいる	子どもや自分の写真をよく撮る	子育てに迷いや困惑を覚える
全体	(450)	49.9	44.2	36.2	48.5	82.2	62.5	49.3	47.0	22.1
フルタイムワーク×末子が未就学児	(50)	69.0	53.8	39.9	40.5	91.1	69.0	54.4	63.9	43.7
フルタイムワーク×末子が小学低学年	(50)	76.7	66.7	46.7	33.3	90.0	60.0	46.7	40.0	36.7
フルタイムワーク×末子が小学高学年	(50)	77.8	63.0	29.6	44.4	88.9	70.4	51.9	37.0	18.5
フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生	(50)	49.1	50.9	40.4	52.6	77.2	66.7	49.1	35.1	17.5
パート・アルバイト×末子が未就園児	(50)	29.2	41.7	41.7	50.0	83.3	54.2	41.7	75.0	20.8
パート・アルバイト×末子が幼稚園児・保育園児	(50)	62.0	38.0	43.7	53.5	87.3	57.7	40.8	54.9	28.2
パート・アルバイト×末子が小学低学年	(50)	41.0	30.8	38.5	59.0	84.6	61.5	53.8	43.6	17.9
パート・アルバイト×末子が小学高学年	(50)	22.9	31.4	25.7	42.9	74.3	51.4	57.1	48.6	8.6
パート・アルバイト×末子が中学生以上の学生	(50)	21.7	21.7	20.0	60.0	63.3	71.7	48.3	25.0	6.7

育児についての実態・意識 <1位～3位・最下位>

※育児に関する実態・意識について、全9項目の設問を用意。
「そう思う」「ややそう思う」と答えた率の1位～3位と、最下位を表に示した

	1位	2位	3位	最下位
子どもと過ごす時間が足りない	フ 末子が小学高学年 77.8%	フ 末子が小学低学年 76.7%	フ 末子が未就学児 69.0%	フ 末子が中学生以上の学生 21.7%
子どもの教育に十分に関わっていない	フ 末子が小学低学年 66.7%	フ 末子が小学高学年 63.0%	フ 末子が未就学児 53.8%	フ 末子が中学生以上の学生 21.7%
子どもに気を遣わせてしまっている	フ 末子が小学低学年 46.7%	パ 末子が幼稚園児・保育園児 43.7%	パ 末子が未就園児 41.7%	フ 末子が中学生以上の学生 20.0%
子どもと十分にコミュニケーションがとれている	フ 末が中学生以上の学生 60.0%	パ 末子が小学低学年 59.0%	パ 末子が幼稚園児・保育園児 53.5%	フ 末子が小学低学年 33.3%
子どもと一緒にいろいろな体験をしたい	フ 末子が未就学児 91.1%	フ 末子が小学低学年 90.0%	フ 末子が小学高学年 88.9%	フ 末が中学生以上の学生 63.3%
子どもにとってよいと思うこと・ものには、お金をかけることを惜しまない	フ 末が中学生以上の学生 71.7%	フ 末子が小学高学年 70.4%	フ 末子が未就学児 69.0%	パ 末子が小学高学年 51.4%
ママである自分を楽しんでいる	パ 末子が小学高学年 57.1%	フ 末子が未就学児 54.4%	パ 末子が小学低学年 53.8%	パ 末子が幼稚園児・保育園児 40.8%
子どもや自分の写真をよく撮る	パ 末子が未就園児 75.0%	フ 末子が未就学児 63.9%	パ 末子が幼稚園児・保育園児 54.9%	フ 末が中学生以上の学生 25.0%
育児や子どもとの外出で、周囲に迷惑をかけていると感じることがある	フ 末子が未就学児 43.7%	フ 末子が小学低学年 36.7%	パ 末が幼稚園児・保育園児 28.2%	フ 末が中学生以上の学生 6.7%

フ = フルタイムワーク パ = パート・アルバイト

消費・情報に関する実態・意識について、全14項目の設問を用意。

「そう思う」「ややそう思う」と答えた率をグラフ化した。

フルタイムワーカーのほうが比較的ポイントが高い項目は、

「自分の見た目には気を使っているほうだ」

「いいと思うモノや情報があったら、周りの人に教える」

「世の中に広く関心があるほうだ」。

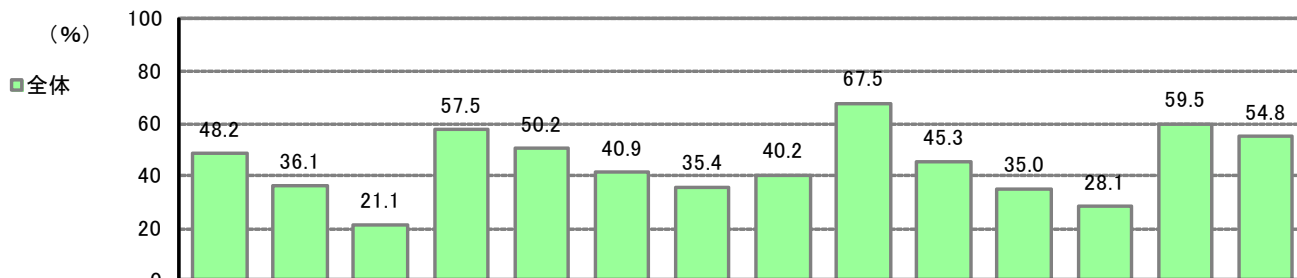
SNSの利用率が比較的高いのは、

「フルタイムワーク×末子が未就学児」

「パート・アルバイト×末子が未就園児」。

消費・情報についての実態・意識

※それぞれの項目で、「そう思う」「ややそう思う」と答えた率の合計



	(n=)	自分の見た目には気を使っているほうだ	SNSをよく閲覧する	SNSで投稿すること	周りのモノや情報があるほう	世の中に広く関心があるほう	好きなものにかける時間・お金は惜しまない	あまり人が持っていないものを選ぶ	多少高くても品質・性能のいいものを選ぶ	同じ銘柄の商品をリピートする	売上ランキング上位のものを売る	新しい商品・お店は積極的に試す	流行に敏感	安心・安全を重視する	基本的には価格の安いものを選ぶ
全体	(450)	48.2	36.1	21.1	57.5	50.2	40.9	35.4	40.2	67.5	45.3	35.0	28.1	59.5	54.8
フルタイムワーク×末子が未就学児	(50)	43.0	51.9	27.2	67.7	45.6	44.9	40.5	51.3	68.4	53.8	36.7	26.6	50.0	46.8
フルタイムワーク×末子が小学低学年	(50)	50.0	30.0	6.7	73.3	66.7	33.3	40.0	40.0	73.3	50.0	43.3	30.0	56.7	53.3
フルタイムワーク×末子が小学高学年	(50)	55.6	40.7	22.2	70.4	59.3	37.0	29.6	33.3	63.0	40.7	25.9	29.6	48.1	51.9
フルタイムワーク×末子が中学生以上の学生	(50)	61.4	35.1	21.1	63.2	59.6	45.6	36.8	49.1	63.2	40.4	42.1	31.6	63.2	49.1
パート・アルバイト×末子が未就園児	(50)	41.7	50.0	37.5	50.0	37.5	45.8	50.0	37.5	66.7	50.0	45.8	33.3	70.8	70.8
パート・アルバイト×末子が幼稚園児・保育園児	(50)	45.1	38.0	23.9	52.1	43.7	38.0	35.2	36.6	74.6	53.5	35.2	29.6	64.8	66.2
パート・アルバイト×末子が小学低学年	(50)	53.8	23.1	12.8	59.0	43.6	41.0	41.0	43.6	71.8	43.6	28.2	28.2	59.0	48.7
パート・アルバイト×末子が小学高学年	(50)	40.0	34.3	20.0	31.4	45.7	45.7	25.7	28.6	62.9	34.3	25.7	17.1	60.0	60.0
パート・アルバイト×末子が中学生以上の学生	(50)	43.3	21.7	18.3	50.0	50.0	36.7	20.0	41.7	63.3	41.7	31.7	26.7	63.3	46.7

消費・情報についての実態・意識 <1位～3位・最下位>

※消費・情報に関する実態・意識について、全14項目の設問を用意。
「そう思う」「ややそう思う」と答えた率の1位～3位と、最下位を表に示した

	1位	2位	3位	最下位
自分の見た目には気を使っているほうだ	フ 末子が中学生以上の学生 61.4%	フ 末子が小学高学年 55.6%	パ 末子が小学低学年 53.8%	パ 末子が小学高学年 40.0%
SNS（Instagramなど）をよく閲覧する	フ 末子が未就学児 51.9%	パ 末子が未就園児 50.0%	フ 末子が小学高学年40.7%	パ 末子が中学生以上の学生 21.7%
SNS（Instagramなど）に自分で投稿することを 楽しんでいる	パ 末子が未就園児 37.5%	フ 末子が未就学児 27.2%	パ 末子が幼稚園児・保育園児 23.9%	フ 末子が小学低学年 6.7%
いいと思うモノや情報があったら、周りの人に教える	フ 末子が小学低学年 73.3%	フ 末子が小学高学年 70.4%	フ 末子が未就学児 67.7%	パ 末子が小学高学年 31.4%
世の中に広く関心があるほうだ	フ 末子が小学低学年 66.7%	フ 末子が中学生以上の学生 59.6%	フ 末子が小学高学年 59.3%	パ 末子が未就園児 37.5%
好きなものにかかる時間・お金は惜しまない	パ 末子が未就園児 45.8%	パ 末子が小学高学年 45.7%	フ 末子が中学生以上の学生 45.6%	フ 末子が小学低学年 33.3%
あまり人が持っていないものを選ぶほうだ	パ 末子が未就園児 50.0%	パ 末子が小学低学年 41.0%	フ 末子が未就学児 40.5%	パ 末子が中学生以上の学生 20.0%
多少高くても品質・性能のいいものを選ぶことが多い	フ 末子が未就学児 51.3%	フ 末子が中学生以上の学生 49.1%	パ 末子が小学低学年 43.6%	パ 末子が小学高学年 28.6%
同じ銘柄の商品をリピートすることが多い	パ 末子が幼稚園児・保育園児 74.6%	フ 末子が小学低学年 73.3%	パ 末子が小学低学年 71.8%	パ 末子が小学高学年 62.9%
売上ランキング上位のものを選ぶことが多い	フ 末子が未就学児 53.8%	パ 末子が幼稚園児・保育園児 53.5%	フ 末子が小学低学年 50.0% パ 末子が未就園児 50.0%	パ 末子が小学高学年 34.3%
新しい商品・お店は積極的に試すほうだ	パ 末子が未就園児 45.8%	フ 末子が小学低学年 43.3%	フ 末が中学生以上の学生 42.1%	パ 末子が小学高学年 25.7%
流行に敏感	パ 末子が未就園児 33.3%	フ 末が中学生以上の学生 31.6%	フ 末子が小学低学年 30.0%	パ 末子が小学高学年 17.1%
商品やサービスを選ぶ際は、安心・安全を重視する	パ 末子が未就園児 70.8%	パ 末子が幼稚園児・保育園児 64.8%	パ 末が中学生以上の学生 63.3%	フ 末子が小学高学年 48.1%
基本的には価格の安いものを選ぶ	パ 末子が未就園児 70.8%	パ 末子が幼稚園児・保育園児 66.2%	パ 末子が小学高学年 60.0%	パ 末が中学生以上の学生 46.7%

フ＝フルタイムワーク パ＝パート・アルバイト