

▼ここでいう「学習・自己啓発・訓練」とは

個人の自由時間を活用して、知識・教養を高めるため、転職・就職のため、あるいは現在の仕事に役立てるためなどの目的で行うものをいいます。単に趣味・娯楽としてのお茶、お花、絵画、写真、俳句、楽器演奏、料理、読書などは「学習・自己啓発・訓練」に含めません。

★「学習・自己啓発・訓練」の内容は、22ページの「内容例示」を参考にしてください。

▼ここで除く「学業」とは

調査事項の「5 教育」でいう「学校」に通学している在学者の学業をいいます。

▼ここで除く「職場研修」には

職場内研修のみならず、大学等各種施設・機関への職員派遣などの職場外研修も含めます。

(1) この1年間に何日ぐらいしましたか

この1年間に1日もしなかった場合を含め、0から8の数字から選びます。必ずすべての内容について記入してください。

(2) どのような目的でしましたか

- ◆仕事につくため  
……転職・就職のためにした場合をいいます。
- ◆現在の仕事に役立てるため  
……仕事に役立てるためや現在の仕事に必要な技術・資格取得のため(仕事として行うものや職場研修は除く。)にした場合をいいます。

19 学習・自己啓発・訓練について	(1) この1年間に何日ぐらいしましたか (下の0~8の数字で記入)	(2) どのような目的でしましたか (当てはまるものすべてに記入してください)	(3) どのような方法でしましたか (当てはまるものすべてに記入してください)
・仕事・学業として行うものを除き知識・教養を高めるため 仕事に役立てる(技術・資格取得を含む)ことなどを目的としたものを記入してください ・児童・生徒・学生が授業・予習・復習として行うものや社会人の職場研修は除きます ・クラブ活動や部活動は含めません	0: まったくしなかった 1: 1~4日 2: 5~9日 3: 10~19日 (月に1日) 4: 20~29日 (月に2~3日) 5: 30~39日 (月に2~3日) 6: 40~49日 (月に4日) 7: 100~199日 (月に4日以上) 8: 200日以上 (月に4日以上) 何日ぐらいしたかわからない	自分の教養を高めるため 仕事につくため 現在の仕事に役立てるため その他	学級・講座・教室など 民間が行うもの 市町村等が行うもの 講演会など 通信教育 テレビ・ラジオ 職場での時間外 各種学校・専修学校 ハローワークを通じた職業訓練など その他
英語	6		
英語以外の外国語	0		
パソコンなどの情報処理	0		
商業実務・ビジネス関係	5		
介護関係	0		
家政・家事 (料理・裁縫・家庭経営 など)	0		
人文・社会・自然科学 (歴史・経済・数学・生物 など)	0		
芸術・文化	0		
その他 (したしなかったのいずれかを記入)	○ ●		

この1年間にまったくしなかった場合は、0を記入してください。

(1)で1~8を記入した場合は、(2), (3)の当てはまるものすべてに記入してください。

(3) どのような方法でしましたか

- ◆通信教育……ここでいう「通信教育」からは、高校・大学等の教育課程のものを除きます。
- ◆各種学校・専修学校……英会話学校などの各種学校、専修学校をいいます。ただし、高等学校、短期大学、大学などの卒業に相当する資格が得られるものを除きます。
- ◆ハローワークを通じた職業訓練など……ハローワークを通じて申し込む公的な職業訓練をいいます。また、訓練を行った場所が公的な場所でもなくとも、ハローワークを通じて申し込んだものはここに含めます。
- ◆その他……いずれにも当てはまらない場合で、例えば、個人教授の先生につく場合などをいいます。

# 「20 ボランティア活動について」

## ▼ここでいう「ボランティア活動」とは

以下の要件を満たすものをいいます。

- ① **自発性**……自らの意思に基づく行動
- ② **貢献性**……他の人々や社会の福利の向上を目的とした行動
- ③ **無償性**……労働の対価（報酬、賃金など）を目的としない行動

ただし、以下の活動は、ここでいう「ボランティア活動」に含みません。

〔宗教活動、政治活動、消費者運動、市民運動、権利主張や政策提言型の運動〕

- ・活動のために交通費など、実費程度の金額の支払いを受けても報酬とみなさず、その活動はボランティア活動に含めます。
- ・ボランティア団体が開催する催物などへの単なる参加は、個人の楽しみとしての「趣味・娯楽」、「スポーツ」などに当たり、「ボランティア活動」には含めません。

★「ボランティア活動」の内容は、22 ページの「内容例示」を参考にしてください。

20 ボランティア活動について	(1) この1年間に何日ぐらいしましたか (下の0～8の数字で記入)	(2) 1日当たり何分ぐらい しましたか ・1日当たりの平均時間を 記入してください	(3) 団体などに加入して行っていますか (当てはまるものすべてに記入してください)
職業として行っているものは除きます 行っている活動の目的が 複数の活動に当てはまる場合は 当てはまる活動それぞれについて この1年間にした ものとして記入してください	0: まったくしなかった 1: 1～4日 2: 5～9日 3: 10～19日 (月に1日) 4: 20～39日 (月に2～3日) 5: 40～99日 (月に2～3日) 6: 100～199日 (月に4日以上) 7: 200日以上 (月に4日以上) 8: 何日ぐらいしたかわからない		加入して行っている 加入しないで行っている
健康や医療サービスに関係した活動 (献血 入院患者の話し相手 安全な食品を広めること など)	0	00分	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
高齢者を対象とした活動 (高齢者の日常生活の手助け 高齢者とのレクリエーション など)	3	45分	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
障害者を対象とした活動 (手話 点訳 朗読 障害者の社会参加の協力 など)	0	00分	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
子供を対象とした活動 (子供会の世話 子育て支援ボランティア 学校行事の手伝い など)	0	00分	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
スポーツ・文化・芸術・学術に関係した活動 (スポーツを教えること 日本古来の文化を広めること 美術館ガイド 講演会・シンポジウム等の開催 など)	5	240分	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
まちづくりのための活動 (道路や公園等の清掃 花いっぱい運動 まちおこし など)	0	00分	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
安全な	0	00分	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	0	00分	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	4	180分	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	0	00分	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

この1年間にまったくしなかった場合は、0を記入してください。

(1) で1～8を記入した場合は、(2) 以降も記入してください。  
なお、(3) については、当てはまるものすべてに記入してください。

## (1) この1年間に何日ぐらいしましたか

この1年間に1日もしなかった場合を含め、0から8の数字から選びます。  
必ずすべての活動について記入してください。

## (2) 1日当たり何分ぐらいしましたか

平均時間を右づめで記入してください。  
平均時間がわからない場合は、直近に行った際の時間を記入してください。

調査票 4ページ

## (3) 団体などに加入して行っていますか

- ◇ **ボランティアを目的とするクラブ・サークル、市民団体など**  
..... 日赤奉仕団（自治会、町内会と一体の機能を持っている場合を除く。）、ライオンズクラブ、大学のボランティアサークルなどをいいます。
- ◇ **地域社会とのつながりの強い町内会などの組織**  
..... 町内会、老人クラブ、青年団、自治会、婦人会など地域社会とのつながりの強い団体で、ボランティアを主たる目的としない団体をいいます。
- ◇ **その他の団体**..... ボランティアを主たる目的としない団体で、PTAなどをいいます。
- ◇ **加入しないで行っている**  
..... 団体などに加入せず個人で行っている場合や国から民生委員、児童委員、保護司、行政相談委員などに委嘱されている場合は「加入しないで行っている」とします。

▼ここでいう「スポーツ」とは

個人の自由時間の中で行うものをいいます。

- ・スポーツを職業とする人（いわゆるプロスポーツ選手）は、自分の職業とは関係がない種目のスポーツを行った場合のみ含めます。
- 例えば、プロ野球の選手がゴルフを行った場合は、ゴルフを「した」に含めます。

○この1年間に1日もしなかったについて、必ず0～8の数字を記入してください

- 0：まったくしなかった
- 1：1～4日
- 3：10～19日(月に1日)
- 4：20～39日(月に2～3日)
- 6：100～199日(週に2～3日)
- 7：200日以上(週に4日以上)

▼ここでいう「趣味・娯楽」とは

個人の自由時間の中で行うものをいいます。

- ・「スポーツ観覧」、「美術鑑賞」、「演芸・演劇・舞踊鑑賞」、「映画館での映画鑑賞」、「音楽会などによるクラシック音楽鑑賞」および「音楽会などによるポピュラー音楽・歌謡曲鑑賞」は、競技場・劇場などへ出かけて観覧・鑑賞した場合に「した」とします。
- ・「スポーツ観覧」および「〇〇鑑賞」とあるもの以外は、単に見たり、聴いたりするのではなく自分で行った場合に「した」とします。

21 スポーツ 趣味・娯楽について

スポーツ 趣味・娯楽をこの1年間に何日ぐらいしましたか(しなかった場合を含め、右の0～8の数字から選んで記入してください)

<スポーツ>	野球 (キャッチボールを含む)	0	テニス	0
	単に見物している場合や授業・研修として行うものは除きます		バドミントン	0
	・クラブ活動や部活動は含めます		ゴルフ (練習場を含む)	0
	・この1年間に1日もしなかった場合を含め、すべての種目に記入してください		柔道	0
			剣道	0
			ゲートボール	0
			卓球	0
<趣味・娯楽>	スポーツ観覧 (テレビ・スマートフォン・パソコンなどは除く)	1	邦楽 (民謡・日本古来の音楽を含む)	0
	授業・仕事および家事として行うものは除きます		コーラス・声楽	0
	・クラブ活動や部活動は含めます		カラオケ	0
	・この1年間に1日もしなかった場合を含め、すべての種目に記入してください		邦舞・おどり	0
			洋舞・社交ダンス	0
			書道	0
			華道	0
			茶道	0
			楽器の演奏	0
			和裁・洋裁	0

●ここでいう「旅行・行楽」には、業務出張・研修、修学旅行、ボランティア活動に参加するための旅行は含みません。また、これらのついでに観光旅行をした場合も含みません。

▼「旅行」とは

1泊2日以上にわたるすべての旅行をいいます。したがって、日帰りの旅行は含みません。

- ◇観光旅行…名所・旧跡などの見物・見学旅行、職場やサークルの旅行、つり、ぶどう狩り、登山、ハイキング、スキー、海水浴のための旅行や湯治などの、見物、見学、休養、慰安、親睦、スポーツなどを目的とした1泊2日以上旅行をいいます。
- ◇帰省・訪問などの旅行  
………ついでに観光旅行をした場合も含めます。

▼「行楽」とは

日常生活圏を離れ、見物、見学、休養、慰安、親睦、スポーツなどを目的として半日以上かけて行うものをいい、夜行日帰りも含めます。

22 旅行・行楽について

(1)どのような旅行・行楽をこの1年間に何回ぐらいしましたか

・19～21欄に記入した行動でも旅行・行楽として行った場合は記入してください

・回数を書き込んで記入してください

・旅行・行楽をしていない場合は「0」と記入してください

・10回以上の場合は「10」と記入してください

行楽 (半日以上の日帰りをいい、夜行日帰りも含む)	4
国内	2
- 観光旅行 (レクリエーション・スポーツなどのための旅行を含む)	2
- 帰省・訪問などの旅行	0
海外	0
- 観光旅行 (レクリエーション・スポーツなどのための旅行を含む)	0

1回以上した場合は、(2)にも記入してください。

なお、(2)については、当てはまるものすべてに記入してください。

場合を含め、すべての種目記入してください。

2: 5~9日  
 3: 2~3日 5: 40~99日(週に1日)  
 4: 4日以上 8: 何日ぐらいたかわからない

2: 5~9日  
 3: 2~3日 5: 40~99日(週に1日)  
 4: 4日以上 8: 何日ぐらいたかわからない

ボウリング	1	ジョギング・マラソン	0
釣り	0	ウォーキング・軽い体操	0
水泳	0	器具を使ったトレーニング	6
スキー・スノーボード	2	その他のスポーツ(した場合) (おもな種目名を一つ記入してください)	
登山・ハイキング	0	合気道	
クライミング	0	囲碁	0
編み物・手芸	0	将棋	0
趣味としての料理・菓子作り	3	パチンコ	0
芸・庭いじり・ガーデニング	0	テレビゲーム・パソコンゲーム (家庭で行うもの携帯用を含む)	6
日曜大工	0	遊園地・動植物園・水族館などの見物	1
絵画・彫刻の制作	0	キャンプ	0
陶芸・工芸	0	その他の趣味・娯楽(した場合) (おもな種目名を一つ記入してください)	
写真の撮影・プリント	0	ジグソーパズル	
詩・和歌・俳句・小説などの創作	0		
趣味としての読書	7		

(2)どのような人となりましたか  
 (当てはまるものすべてに記入してください)

0	家族と	学校・職場の人と	地域の人と	友人・知人、その他の人と	一人で
1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- ◇野球.....キャッチボール、バッティングセンターでのバッティングも含めます。
- ◇バレーボール.....コートを使わない場合も含めます。
- ◇バスケットボール...少人数で行う場合(スリーオンスリーなど)も含めます。
- ◇サッカー.....少人数で行う場合(フットサルなど)も含めます。
- ◇テニス.....コートを使わない場合(壁打ちなど)も含めます。
- ◇ゴルフ.....ゴルフ練習場で行った場合も含めます。
- ◇水泳.....海水浴などで、まったく泳がなかった場合は除きます。
- ◇ウォーキング・軽い体操.....本人が運動として意識して行っている場合をいいます。本人が運動として意識して行っていれば、犬との散歩やラジオ体操も含めます。
- ◇器具を使ったトレーニング.....なわとび、ダンベルなどの器具を使って行う場合をいいます。
- ◇その他のスポーツ...この1年間に調査票の種目以外でしたものがある場合は、おもな種目名を一つ記入してください。

- ◇音楽会などによるポピュラー音楽・歌謡曲鑑賞.....歌手などのコンサートやライブに行った場合も含めます。
- ◇楽器の演奏.....曲の和・洋を問わず、楽器の演奏をした場合をいいます。ただし、日本古来の楽器の演奏は「邦楽」とします。
- ◇洋舞・社交ダンス...フラダンス、フォークダンス、ジャズダンス、バレエも含めます。
- ◇詩・和歌・俳句・小説などの創作.....日記(インターネットを利用して行うものを含む)も含めます。
- ◇趣味としての読書...漫画・コミックも含めます。
- ◇囲碁 ◇将棋.....パソコンやインターネットを利用して行うものも含めます。
- ◇テレビゲーム・パソコンゲーム.....家庭で行うもののほか、スマートフォンなどで行うゲームも含めます。
- ◇その他の趣味・娯楽.....この1年間に調査票の種目以外でしたものがある場合は、おもな種目名を一つ記入してください。

調査票 5ページ

▼この1年間に行った回数が1~9回の場合は記入枠に、それぞれの回数を記入します。  
 (例) 3回した場合は「3」と記入します。  
 6回した場合は「6」と記入します。

▼この1年間に行った回数が10回以上の場合は一律に「10」と記入します。  
 (例) 15回した場合は「10」と記入します。

○回数は右づめで記入してください。



