

# 学習・自己啓発・訓練の内容例示

学習・自己啓発・訓練の種類	内容例示	国家試験・資格の例
1 英語	英語 英会話 英語検定	
2 英語以外の外国語	フランス語 ドイツ語 中国語 スペイン語 ロシア語 ハングル	
3 パソコンなどの情報処理	パソコンソフトの使用法 プログラミング パソコンによる資料作成方法	ITパスポート 基本情報技術者
4 商業実務・ビジネス関係	商業実務 経理実務 マーケティング実務 簿記 秘書 経営実務 速記 ホテル観光 珠算 編集広報 ビジネス英語	税理士 中小企業診断士 経営士 通訳案内士 マンション管理士
5 介護関係	在宅介護 訪問介護	介護福祉士 介護支援専門員 (ケアマネージャー)
6 家政・家事	家庭経営学 食物学 住居学 児童学 和洋裁 料理 アートフラワー 着付 作法 リビングアート	
7 人文・社会・自然科学	文学 言語学 歴史学 人文地理学 考古学 哲学 心理学 宗教学 図書館情報学 法学 政治学 行政学 経営学 会計学 経済学 社会学 社会福祉学 文化人類学 社会心理学 都市計画 数学 情報科学 物理学 天文学 化学 生物学 地質学 気象学 農学 林学 森林工学 獣医学 酪農学 海洋資源学 工学 医学関係	学芸員(補) 司法書士 行政書士 不動産鑑定士 宅地建物取引士 公認会計士 通関士 気象予報士 普及指導員 総合無線通信士 自動車整備士 電気主任技術者 一(二)級建築士 視能訓練士
8 芸術・文化	絵画 彫刻 手工芸 アニメーション グラフィックデザイン 音楽 舞踏 映像芸術 写真 書道	
9 その他	調理 理容 美容 親の在り方 教育学関係 社会福祉関係 一般教養 自動車の運転技能 時事問題関係(地球環境問題 福祉問題 雇用問題 青少年問題 国際政治 遺伝子問題 「いじめ」問題)	

# ボランティア活動の内容例示

ボランティア活動の種類	内容例示	
1 健康や医療サービスに関係した活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>献血, 献血活動への呼びかけ</li> <li>巡回医療・診療</li> <li>健康相談</li> <li>薬に関するデータ提供</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>病院における活動(利用者サービスの向上のための協力, 環境整備のための活動, 入院患者の生きがいつくりのための活動)</li> </ul>	
2 高齢者を対象とした活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>高齢者と若者(子供)との交流の場づくり</li> <li>高齢者へのレクリエーション指導および相手</li> <li>生きがいつくりのための技能指導</li> <li>ひとり暮らしの高齢者を家庭に招待</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>高齢者の見守り活動や散歩相手, 話し相手</li> <li>寝たきりやひとり暮らしの高齢者への給食サービス</li> <li>介護サービス</li> </ul>	
3 障害者を対象とした活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>盲児・身体不自由者の学校などへの誘導</li> <li>障害者の学習指導</li> <li>障害者へのレクリエーションまたは技能指導</li> <li>在宅障害者への友愛訪問, 訪問介助サービス</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>障害者の社会参加協力(車イスの提供など)</li> <li>点訳・朗読・レコーディング・手話などの奉仕</li> <li>難病者への支援</li> </ul>	
4 子供を対象とした活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>赤ちゃん相談, 子育てサロン</li> <li>児童遊園地などでのレクリエーション指導</li> <li>子供会や子育て団体の援助・指導</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>児童の学習指導</li> <li>児童保育</li> <li>学校行事の手伝い</li> </ul>	
5 スポーツ・文化・芸術・学術に関係した活動	スポーツ	<ul style="list-style-type: none"> <li>スポーツ教室における指導</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>スポーツ会場の警備</li> </ul>
	社会教育	<ul style="list-style-type: none"> <li>各種講習会の開催</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>社会人大学の講師</li> </ul>
	文化・芸術	<ul style="list-style-type: none"> <li>音楽家・芸術家の育成支援</li> <li>市民劇団の開催 演劇の鑑賞会の企画</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>伝統文化の継承と普及</li> <li>郷土の歴史研究</li> </ul>
	学術	<ul style="list-style-type: none"> <li>調査研究, 情報収集および提供</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>学会・研究会・勉強会の支援</li> </ul>
6 まちづくりのための活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>道路に花を植える 道路・公園などの清掃</li> <li>駅の自転車置き場の整理</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>都市と農村の交流</li> <li>地域団体のリーダーとしての活動 村おこし・地域おこしの活動</li> </ul>	
7 安全な生活のための活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域の危険場所点検のための巡回</li> <li>通学路の安全確保活動</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>交通安全運動</li> <li>「火の用心」の巡回</li> </ul>	
8 自然や環境を守るための活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>廃油を使った石鹸作りの指導</li> <li>海浜美化活動(ゴミ集め)</li> <li>環境教育の活動</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>野鳥の観察・保護</li> <li>砂漠の緑化活動(または植林活動)</li> </ul>	
9 災害に関係した活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>救援物資の確保・輸送</li> <li>災害復旧のための資金の募集・現地での労力奉仕</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>炊き出しなどの災害時の救援</li> <li>災害後の被災者への救援</li> </ul>	
10 国際協力に関係した活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>国際交流・国際親善</li> <li>海外技術協力</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>海外への食料援助</li> <li>留学生支援</li> </ul>	
11 その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>人権相談</li> <li>情報システム技術の提供</li> <li>上記に挙げる活動を行う団体の運営または活動に関する連絡, 助言, または援助の活動</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>生活保護者の支援</li> <li>消費者相談</li> </ul>	

# 行動の種類の内容例示

行動の種類	内容例示	備考
1 睡眠	夜間の睡眠 昼寝 仮眠 ベッドで眠りに落ちるのを待つ	・就寝から起床までの時間を記入する。 うたたねは「13 休養・くつろぎ」とする。
2 身の回りの用事	洗顔 入浴 トイレ 身じたく 着替え 化粧 整髪 ひげそり 理美容室でのパーマ・カット エステ 巡回入浴サービスを利用した入浴	・自分のための用事をいう。 ・炊事、掃除、洗濯は「7 家事」とする。 ・介護サービスなどを利用して行う場合もここに含める。
3 食事	家庭での食事・飲食 外食店などでの食事・飲食 学校給食 仕事場での食事・飲食	・交際のための食事・飲食は「18 交際・つきあい」とする。 ・間食（おやつ）は「13 休養・くつろぎ」とする。
4 通勤・通学	自宅と仕事場の行き帰り 自宅と学校（各種学校・専修学校を含む）との行き帰り	・途中で寄り道をした場合も、ふだんの経路を大きくはずれない場合の移動の時間はここに含める。
5 仕事	通常の仕事 仕事の準備・後片付け 残業 自宅に持ち帰ってする仕事 アルバイト 内職 自家営業の手伝い 仕事中の移動	・本人または自家の収入を伴う仕事をいう。 ・休憩時間などのため仕事をしない時間は除く。 ・出張先への行き帰りの移動は「11 移動」とする。
6 学業	学校（小学・中学・高校・高専・短大・大学・大学院・予備校など）の授業や予習・復習・宿題 校内清掃 ホームルーム 家庭教師に習う 学園祭の準備	・必修科目として行うものでないクラブ活動・部活動はその内容により「15 趣味・娯楽」、または「16 スポーツ」などとする。 ・学習塾での勉強はここに含める。
7 家事	炊事 食事の後片付け 掃除 ゴミ捨て 洗濯 アイロンかけ つくろいもの ふとん干し 衣類の整理片付け 家族の身の回りの世話 家計簿の記入 株価のチェック・株式の売買 庭の草とり 銀行・市役所などの用事 車の手入れ 家具の修繕	・通勤・通学者などの送迎はここに含める。 ・自家消費用の作物の栽培などもここに含める。ただし、趣味として行っている場合は「15 趣味・娯楽」とする。 ・インターネットによる株価のチェック・株式の売買もここに含める。
8 介護・看護	家族・他の世帯にいる親族に対する日常生活における入浴・トイレ・移動・食事などの手助け 看病	・一時的な病気などで寝ている家族に対する介護・看護もここに含める。 ・家族以外の人に対する無報酬の介護・看護は「17 ボランティア活動・社会参加活動」とする。
9 育児	乳幼児の世話 子供のつきそい 子供の勉強の相手 子供の遊びの相手 乳幼児の送迎 保護者会に出席	・子供の教育に関する行動を含む。 ・就学後の子供の身の回りの世話は「7 家事」とする。
10 買い物	食料品・日用品・電化製品・レジャー用品など各種の買い物 DVDのレンタル	・ウィンドーショッピング、インターネットによる買い物も含む。
11 移動 (通勤・通学を除く)	電車やバスに乗っている時間・待ち時間・乗換え時間 自動車に乗っている時間 歩いている時間	・「4 通勤・通学」以外の移動で、出発地から目的地までの時間をいう。
12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	テレビ・ラジオの視聴 新聞・雑誌の講読 テレビから録画した番組を見る インターネットでニュースを読む	・テレビ(録画を含む)・ラジオ(録音を含む)・新聞・雑誌による学習は「14 学習・自己啓発・訓練(学業以外)」とする。 ・購入・レンタルなどによるDVDの視聴は「14 学習・自己啓発・訓練(学業以外)」または「15 趣味・娯楽」などとする。
13 休養・くつろぎ	家族との団らん 仕事場または学校の休憩時間 おやつ・お茶の時間 食休み うたたね 家族の見舞い	・テレビ・ラジオなどを視聴しながらくつろいだ時間は「12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」とする。
14 学習・自己啓発・訓練(学業以外)	学級・講座・教室 社会通信教育 テレビ・ラジオによる学習 クラブ活動・部活動で行うパソコン学習など 自動車教習	・個人の自由時間に行う学習をいう。 ・職場で命ぜられて受けた研修は「5 仕事」とする。 ・学校の宿題の「自由研究」は「6 学業」とする。
15 趣味・娯楽	映画・美術・スポーツなどの観覧・鑑賞 観光地の見物 ドライブ ペットの世話 ゲーム機で遊ぶ 趣味としての読書(漫画を含む) クラブ活動・部活動で行う楽器の演奏	・菓子作り・園芸・日曜大工など、趣味として行っている場合はここに含める。
16 スポーツ	各種競技会 全身運動を伴う遊び 家庭での美容体操 クラブ活動・部活動で行う野球など(学生が授業などで行うスポーツを除く) つり	・運動としての散歩を含む。ただし、特別の目的がある移動(職場に歩いて行く)は含めない。
17 ボランティア活動 ・社会参加活動	(ボランティア活動) 道路や公園の清掃 施設の慰問 点訳 手話 災害地などへの援護物資の調達 献血 高齢者の日常生活の手助け 民生委員 子供会の世話 美術館ガイド リサイクル運動 交通安全運動 スポーツ大会の運営 (社会参加活動) 労働運動 政治活動 布教活動 選挙の投票	・自分の所属する町内会・PTA・同業者団体のために行う世話はここに含める。 ・自分の所属する地域・団体で行うバザー、お祭り、運動会などへの単なる参加は「10 買い物」、「15 趣味・娯楽」、「16 スポーツ」などとする。
18 交際・つきあい	知人と飲食 冠婚葬祭 同窓会への出席・準備 あいさつ 回り 友人の見舞い 友達との電話・会話 手紙を書く	・交際のための趣味・娯楽、スポーツはそれぞれ「15 趣味・娯楽」、「16 スポーツ」とする。
19 受診・療養	病院での受診・治療 自宅での療養	
20 その他	求職活動 墓参り 仏壇を拝む 調査票を記入する	

学習・ボランティアの内容例示

行動の種類の内容例示

# 調査票へのご記入ありがとうございました

調査票を提出する前に、記入もれや記入誤りがないか、もう一度、ご確認ください。

調査結果は平成 29 年 7 月から順次公表する予定です

◆ 調査結果は、インターネットなどでどなたでもご利用になれます。

● インターネット

総務省統計局のホームページ <http://www.stat.go.jp/>

政府統計の総合窓口「e-Stat」 <http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/eStatTopPortal.do>

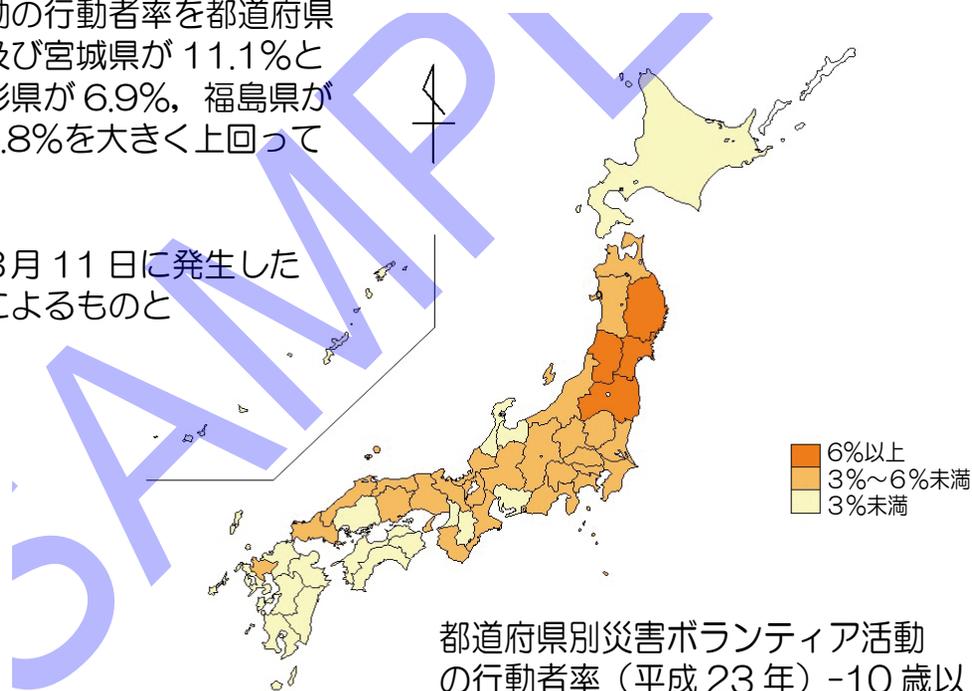
## 社会生活基本調査の結果からわかること

～平成 23 年社会生活基本調査の結果から～

### ボランティア活動による地域社会での助け合いや活性化等の状況

災害ボランティア活動の行動者率を都道府県別にみると、岩手県及び宮城県が 11.1%と最も高く、次いで山形県が 6.9%、福島県が 6.5%と全国平均の 3.8%を大きく上回っています。

これは、平成 23 年 3 月 11 日に発生した東日本大震災の影響によるものと考えられます。



都道府県別災害ボランティア活動の行動者率（平成 23 年）-10 歳以上 -  
資料：平成 23 年社会生活基本調査

## 社会生活基本調査をよそおった「かたり調査」にご注意ください

- ◆ 金銭を要求することや、銀行口座、クレジットカード番号をお聞きすることはありません。
- ◆ 政府の統計調査をよそおった不審な訪問者や、不審な電話・電子メールなどにご注意ください。  
不審に思った際には、回答しないで、速やかにお住まいの都道府県又はコールセンターにお知らせください。
- ◆ 社会生活基本調査の調査員は、都道府県知事の発行する「調査員証」を携帯しています。



調査員証