

(案)

総務省 統計局／社会生活基本調査 調査票A

秘

基幹統計調査

この調査は、統計法に基づき政府が実施する統計調査です。
秘密の保護には万全を期していますので、ありのままを記入してください。

01



令和8年社会生活基本調査

令和8年10月20日

調査票 A

- 総務省統計局では、ご都合の良い時間に回答いただけるインターネット回答をおすすめしております。
- インターネット回答には、同封の「インターネット回答ログイン情報」に記載されているログイン情報が必要になります。

スマホ・PC
などのイラスト

「25 生活時間について（5～9ページ）」は

日（

曜日）と

日（

曜日）の2日間を記入します

ご記入に当たってのお願い

- 10歳以上の人が、一人1冊ずつ 記入してください。
- 世帯主は、最終ページの「世帯について」および「10歳未満の世帯員について」も記入してください。
- 必ず黒の鉛筆またはシャープペンシルを使用し、まちがえた場合は消しゴムできれいに消してください。（ボールペン不可）
- この調査票は機械にかかけますので、よごしたり、ぬらしたり、テープなどをはったりしないでください。
- 答えを記入する欄が ○ の場合は、当てはまる ○ を ● のようにぬりつぶしてください。
- 記入に当たっては、別にお配りした「調査票の記入のしかた」と「生活時間についての記入のポイント」もごらんください。

数字の
記入例

数字は右づめに

4

たて線1本

すきまをあける

とじる

1234567890

はねない 上につきぬける 角をつける

調査員記入欄

調査区符号

世帯番号

都道府県
記入欄

f

y

○

○

総務省統計局

電話番号
(わからないことがあった場合 問合せに利用いたします)

1 氏名・男女の別
(氏名) 男 女

2 世帯主との続き柄
・世帯主が単身赴任などのため 3か月以上不在の場合は 世帯員の中から代表者を一人選び 世帯主としてください
・世帯主の配偶者(夫または妻)の祖父母・兄弟姉妹は それぞれ祖父母・兄弟姉妹 に含めます
・孫の配偶者は孫に 兄弟姉妹の配偶者は兄弟姉妹に含めます
世帯主 世帯主の配偶者 子の配偶者 孫 世帯主の父母 世帯主の配偶者の父母 祖父母 兄弟姉妹 その他

3 出生の年月
・該当する元号または西暦に記入した上で 年・月を記入してください
・年を西暦で記入する場合は 西暦年の4ケタを記入してください
明治 大正 昭和 平成 西暦 年 月

4 配偶者の有無
・届出の有無に関係なく記入してください
未婚 配偶者あり 死別・離別

5 教育 (1) 就学状況
・現在 学校に在学しているかどうかについて記入してください
在学中 卒業 在学したことがない (6欄へ)
(2) 学校区分
・「在学中」の人はその学校 「卒業」の人は最終卒業学校(中途退学した人はその前の学校)について記入してください
小 中 高校・旧制中 専門学校(修業年限) 短大・高専 大学 大学院
1年2年以上未 2年4年以上未 4年以上

6 ふだんの健康状態
・ふだんの生活への影響の有無などにより もっとも当てはまるものを記入してください
良 い ま あ 良 い ふ つ う あ ま り 良 く ない 良 く ない

10~14歳の人 15歳以上の人
4ページ 21欄へ 右段 7欄へ

「調査票の記入のしかた」を参照して
ご記入ください 02

7 慢性的な病気や長期的な健康問題
・慢性的・長期的とは 6か月以上続いているまたは続くと予想されることをいいます
慢性的な病気や長期的な健康問題
あ る な い
(「ある」「ない」にかかわらず 8欄に記入してください)

8 日常生活への支障の程度
・心身の状態を原因とする支障に限定して記入してください
・もっとも当てはまるものを記入してください
日常生活に 日常生活に 日常生活に
非常に支障がある ある程度支障がある 支障はない
支障は 支障は 支障は
6か月以上 6か月以上 6か月以上
継続している 継続していない 継続している 継続していない

9 ふだん介護を受けていますか
・介護とは 日常生活における入浴・着がえ・トイレ・移動・食事などの際の手助けや洗濯・掃除などの家事援助などを行うことをいいます
・介護には 介護保険法における要介護認定や 障害者総合支援法における障害支援区分の認定を受けていない人に対する介護も含めます
・一時的な病気などに対する介護は除きます
(当てはまるものすべてに記入してください)
自宅に住んでいる 自宅外に住んでいる人から受けている 介護を 受けていない
人から受けている (親族 訪問介護・デイサービスなど)
月に 週に1日 週に2日 週に3日 週に 週に
3日以内 3日以内 4~5日 6日以上

10 ふだん家族の介護をしていますか
・介護している家族が自宅外にいる場合は 介護している家族が住んでいる場所について記入してください
(当てはまるものすべてに記入してください)
65歳以上の家族を介護 その他の家族を介護 介護を していない
自宅内 自宅外 自宅内 自宅外
同じ敷地内 または 近くに住んでいる (徒歩で5分程度) その他 同じ敷地内 または 近くに住んでいる (徒歩で5分程度) その他

11 ふだん仕事をしていますか
・仕事とは 収入を伴う仕事をいい 自家営業(農業や店の仕事など)の手伝いや内職・アルバイトなども含めます
・通学には 予備校・専修学校・各種学校などに通っている場合も含めます
・育児休業や介護休業などのため仕事を一時的に休んでいる場合は 「仕事をしている」とします
仕事をしている人 仕事をしていない人
おもに仕事 家事などの 通学の 家事 通学 その他
かたわらに仕事 かたわらに仕事

12 仕事をしたいと思っていますか
仕事をしたいと思っている 仕事をしたいと 思っていない
仕事を 探している 仕事を 探していない

3ページ 13欄へ 3ページ 20欄へ 4ページ 21欄へ

03

13 勤めか自営かの別

- 業主とは 個人で事業を営んでいる人(農業などを含む)や自由業の人をいいます
- 雇用されている人は 勤め先における呼称について記入してください
- 労働者派遣事業所の派遣社員とは 労働者派遣法に基づいて働いている人をいいます

雇用されている人							会	雇	雇	自	家
正	パ	ア	契	嘱	労働者	そ	社	人	人	家	家
規	バ	ル	約		派遣事	の	な	の	の	営	庭
の	イ	バ	社		業派遣	の	あ	な	の	業	内
職	ト	イ	員	託	所の員	他	る	い	従	族	の
員		ト				員	役	業	手	業	賃
							主	主	業	伝	仕
									者	者	職
									い	い	事
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

下段 16欄へ

14 勤務形態

- ふだんの勤務形態について記入してください
- フルタイムとは 1週間のあらかじめ決められた労働時間が40時間程度の勤務(1日8時間で週5日など)をいいます
- 短時間勤務とは フルタイムの人に比べ 1週間のあらかじめ決められた労働時間が短い勤務(1日6時間 1日8時間で週3日など)をいいます

フルタイム		短時間勤務
始業時間が 固定されている	始業時間が 固定されていない	
☐	☐	☐
	始業時間などを 選択できる (裁量労働 フレックス タイムなど)	始業時間などが 会社の都合で 決められている (交替制勤務など)

15 年次有給休暇の取得日数

- 年次有給休暇がある場合は そのうちこの1年間に取得した年次有給休暇の日数を記入してください
- 病気休暇・忌引きなどは除きます
- 年次有給休暇がない場合は 年次有給休暇がないに記入してください

年次有給休暇がある場合のこの1年間の取得日数							年次有給 休暇が ない
0	1	6	11	16	21	その他	
日	5	10	15	20	以上	(1年間連続 して働いて いないなど)	
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

16 本人の仕事の内容

- 実際にしているおもな仕事の内容を詳しく記入してください
- 記入に当たっては 「調査票の記入のしかた」をごらんください

右段 17欄へ

17 勤め先・業主などの企業全体の従業者数

- 本社・本店・支店・出張所・工場なども含めた企業全体の従業者数について記入してください
- 国営・公営の事業所に雇用されている人は 官公などに記入してください

1	5	10	30	100	300	1000	5000	官
〜	〜	〜	〜	〜	〜	〜	〜	公
4	9	29	99	299	999	4999	人	な
人	人	人	人	人	人	人	以上	ど
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

18 仕事からの1年間の収入または収益(税込み)

- 仕事からのこの1年間の収入について記入してください
- 自家営業の場合は 売上高から必要経費を差し引いた営業利益について記入してください
- ふだん副業をしている場合は それも含めた1年間の合計について記入してください
- 仕事について1年未満の人は 1年間の見積額について記入してください

収入 なし	50 〜 50 万円 未満	50 〜 99 万円	100 〜 149 万円	150 〜 199 万円	200 〜 249 万円	250 〜 299 万円	300 〜 399 万円
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
400 〜 499 万円	500 〜 599 万円	600 〜 699 万円	700 〜 799 万円	800 〜 899 万円	900 〜 999 万円	1000 〜 1499 万円	1500 万円 以上
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

19 ふだんの1週間の就業時間

- ふだん残業や副業をしている場合は それも含めた1週間の合計について記入してください

15 時間 未満	15 〜 29 時間	30 〜 34 時間	35 〜 39 時間	40 〜 48 時間	49 〜 59 時間	60 時間 以上	きま つて い ない
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

20 希望する1週間の就業時間

- 希望する時間だけ働けるとすれば 1週間に何時間ぐらい働きたいかについて記入してください

15 時間 未満	15 〜 29 時間	30 〜 34 時間	35 〜 39 時間	40 〜 48 時間	49 〜 59 時間	60 時間 以上	そ の 他 (就業を希望 しないなど)
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

4ページ 21欄へ

この21欄から9ページの25欄までは全員が記入してください

次の21欄から5ページの24欄までは

・各項目について この1年間（令和7年10月20日～令和8年10月19日）の行動について記入してください

[illegible]

22 ボランティア活動について

・職業として行ったものや、家族などを対象として行ったものは除きます

・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

(1)この1年間に何日ぐらいいましたか
(下の0～8の数字で記入)

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 (週に1日)
6: 100～999日 (週に2～3日)
7: 200日以上 (週に4日以上)
8:何日ぐらいいしたかわからない

(2)1日当たり何分ぐらいいましたか
・1日当たりの平均時間を記入してください

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)

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)

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)

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)

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 美術鑑賞ガイド 講演会・シンポジウム等の開催 など)

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)

安全な生活のための活動
(防災活動 防犯活動 交通安全運動 など)

自然や環境を守るための活動
(野鳥の観察と保護 森林や緑を守る活動 リサイクル運動 ゴミを減らす活動 など)

災害に関係した活動
(災害を受けた人に食べものや着るものを送ること 炊き出し など)

国際協力に関係した活動
(海外支援協力 難民支援 日本にいる外国人への支援活動 など)

その他
(人権を守るための活動 平和のための活動 など) した・しなかったのいずれかを記入

(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)

加入して行っている

目的とするクラブ・ボランティアを

サークル 市民団体など

NPO
(特定非営利活動法人)

地域社会などの
つながりの強い
町内会などの組織

その他の団体

加入しないで行っている

6P
ABCD

午前記入欄
縦横 2 pt

午後記入欄
縦横 2 pt

25 生活時間について（つづき）

記入に当たっては「生活時間についての記入のポイント」をごらんください
指定された日の行動について、15分単位で、定規を使って白線の上に記入してください
いくつかの行動を同時にしていた場合は、主な行動のみ記入してください

指定日は変更せずご回答ください

06

10月 日（ 曜日）【第1日】

①～③のそれぞれについて回答ください

①～③のそれぞれについて回答ください

①～③のそれぞれについて回答ください

①～③のそれぞれについて回答ください

午前		0時	30	1時	30	2時	30	3時	30	4時	30	5時	30	6時	
① 行動の種類	1 睡眠														1
	2 身の回りの用事														2
	3 食事														3
	4 通勤・通学														4
	5 仕事														5
	6 学業														6
	7 家事														7
	8 介護・看護をした														8
	9 育児														9
	10 買い物														10
	11 移動（通勤・通学を除く）														11
	12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌														12
	13 休養・くつろぎ														13
	14 学習・自己啓発・訓練（学業以外）														14
	15 趣味・娯楽														15
	16 スポーツ														16
	17 ボランティア活動・社会参加活動														17
	18 交際・つきあい														18
	19 受診・療養														19
	20 その他														20
② スマートフォン・パソコンなど	ア 使用した イ 使用しなかった														ア イ
③ 一緒にいた人	a 一人で														a
	b 家族														b
	c 学校・職場の人														c
	d その他の人														d

午後		12時	30	13時	30	14時	30	15時	30	16時	30	17時	30	18時	
① 行動の種類	1 睡眠														1
	2 身の回りの用事														2
	3 食事														3
	4 通勤・通学														4
	5 仕事														5
	6 学業														6
	7 家事														7
	8 介護・看護をした														8
	9 育児														9
	10 買い物														10
	11 移動（通勤・通学を除く）														11
	12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌														12
	13 休養・くつろぎ														13
	14 学習・自己啓発・訓練（学業以外）														14
	15 趣味・娯楽														15
	16 スポーツ														16
	17 ボランティア活動・社会参加活動														17
	18 交際・つきあい														18
	19 受診・療養														19
	20 その他														20
② スマートフォン・パソコンなど	ア 使用した イ 使用しなかった														ア イ
③ 一緒にいた人	a 一人で														a
	b 家族														b
	c 学校・職場の人														c
	d その他の人														d

午後

12時 30 13時 30 14時 30 15時

①

ア使用した
イ使用しなかった

③一緒に
いた人

a 一人
で
b 家
族
c 学校・職場の人
d その他の人

【線の引き方】

定規を用いて白線のところに
まっすぐ記入してください

07

【第1日】

午前

6時 30 7時 30 8時 30 9時 30 10時 30 11時 30 12時

1 睡眠

2 身の回りの用事

3 食事

4 通勤・通学

5 仕事

6 学業

7 家事

8 介護・看護をした

9 育児

10 買い物

11 移動(通勤・通学を除く)

12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌

13 休養・くつろぎ

14 学習・自己啓発・訓練(学業以外)

15 趣味・娯楽

16 スポーツ

17 ボランティア活動・社会参加活動

18 交際・つきあい

19 受診・療養

20 その他

ア使用した
イ使用しなかった

スマートフォン・
パソコンなどの使用

a 一人で

b 家族

c 学校・職場の人

d その他の人

一緒に
いた人

午後

18時 30 19時 30 20時 30 21時 30 22時 30 23時 30 24時

1 睡眠

2 身の回りの用事

3 食事

4 通勤・通学

5 仕事

6 学業

7 家事

8 介護・看護をした

9 育児

10 買い物

11 移動(通勤・通学を除く)

12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌

13 休養・くつろぎ

14 学習・自己啓発・訓練(学業以外)

15 趣味・娯楽

16 スポーツ

17 ボランティア活動・社会参加活動

18 交際・つきあい

19 受診・療養

20 その他

ア使用した
イ使用しなかった

スマートフォン・
パソコンなどの使用

a 一人で

b 家族

c 学校・職場の人

d その他の人

一緒に
いた人

25 生活時間について（つづき）

記入に当たっては「生活時間についての記入のポイント」をごらんください
指定された日の行動について、15分単位で、定規を使って白線の上に記入してください
いくつかの行動を同時にしていた場合は、主な行動のみ記入してください

指定日は変更せずご回答ください

10月 日（ 曜日）【第2日】

午前

0時 30 1時 30 2時 30 3時 30 4時 30 5時 30 6時

①～③のそれぞれについて15分単位で記入してください

①行動の種類

1 睡眠

2 身の回りの用事

3 食事

4 通勤・通学

5 仕事

6 学業

7 家事

8 介護・看護をした

9 育児

10 買い物

11 移動(通勤・通学を除く)

12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌

13 休養・くつろぎ

14 学習・自己啓発・訓練(学業以外)

15 趣味・娯楽

16 スポーツ

17 ボランティア活動・社会参加活動

18 交際・つきあい

19 受診・療養

20 その他

②スマートフォン・パソコンなど

ア 使用した

イ 使用しなかった

③一緒にいた人

a 一人で

b 家族

c 学校・職場の人

d その他の人

午後

12時 30 13時 30 14時 30 15時 30 16時 30 17時 30 18時

①～③のそれぞれについて15分単位で記入してください

①行動の種類

1 睡眠

2 身の回りの用事

3 食事

4 通勤・通学

5 仕事

6 学業

7 家事

8 介護・看護をした

9 育児

10 買い物

11 移動(通勤・通学を除く)

12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌

13 休養・くつろぎ

14 学習・自己啓発・訓練(学業以外)

15 趣味・娯楽

16 スポーツ

17 ボランティア活動・社会参加活動

18 交際・つきあい

19 受診・療養

20 その他

②スマートフォン・パソコンなど

ア 使用した

イ 使用しなかった

③一緒にいた人

a 一人で

b 家族

c 学校・職場の人

d その他の人

8

ap2071

午後
1 睡
2 身の回りの用事
3 食
4 通勤・通学
5 仕事
6 学業
7 家事
8 介護・看護をした人
9 育児
10 買い物
11 移動(通勤・通学を除く)
12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌
13 休養・くつろぎ
14 学習・自己啓発・訓練(学業以外)
15 趣味・娯楽
16 スポーツ
17 ボランティア活動・社会参加活動
18 交際・つきあい
19 受診・療養
20 その他
ア 使用した
イ 使用しなかった
a 一人で
b 家族
c 学校・職場の人
d その他の人

【線の引き方】

定規を用いて白線のところに
まっすぐ記入してください

09

【第2日】

6時 30 7時 30 8時 30 9時 30 10時 30 11時 30 12時

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
ア
イ
a
b
c
d

1 睡 眠
2 身の回りの用事
3 食 事
4 通勤・通学
5 仕 事
6 学 業
7 家 事
8 介護・看護をした
9 育 児
10 買 い 物
11 移動(通勤・通学を除く)
12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌
13 休 養・くつろぎ
14 学習・自己啓発・訓練(学業以外)
15 趣 味・娯 楽
16 ス ポ ー ツ
17 ボランティア活動・社会参加活動
18 交 際・つきあい
19 受 診・療 養
20 そ の 他
ア 使用した
イ 使用しなかった
a 一 人 で
b 家 族
c 学校・職場の人
d そ の 他 の 人

6時 30 7時 30 8時 30 9時 30 10時 30 11時 30 12時

18時 30 19時 30 20時 30 21時 30 22時 30 23時 30 24時

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
ア
イ
a
b
c
d

1 睡 眠
2 身の回りの用事
3 食 事
4 通勤・通学
5 仕 事
6 学 業
7 家 事
8 介護・看護をした
9 育 児
10 買 い 物
11 移動(通勤・通学を除く)
12 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌
13 休 養・くつろぎ
14 学習・自己啓発・訓練(学業以外)
15 趣 味・娯 楽
16 ス ポ ー ツ
17 ボランティア活動・社会参加活動
18 交 際・つきあい
19 受 診・療 養
20 そ の 他
ア 使用した
イ 使用しなかった
a 一 人 で
b 家 族
c 学校・職場の人
d そ の 他 の 人

18時 30 19時 30 20時 30 21時 30 22時 30 23時 30 24時

世帯主は 最後のページも記入してください

9

ap2071

記入に当たっては「調査票の記入のしかた」をごらんください

このページは 世帯主のみ 記入してください

世帯について															
26 世帯の年間収入（税込み）				100万円未満 100～199万円 200～299万円 300～399万円 400～499万円 500～599万円											
•世帯全体のこの1年間の収入について記入してください				☐											
•収入には 仕事からの収入や収益だけでなく 年金・恩給などの給付金 配当金 仕送り金なども含めます				☐											
•ただし 不動産や証券などの財産の売却収入 相続や贈与に伴う収入 退職金などの経常的でない収入は含めません				600～699万円 700～799万円 800～899万円 900～999万円 1000～1499万円 1500万円以上											
				☐											
27 不在者はいますか				(世帯主からみた続き柄で記入してください)											
•単身赴任 出稼ぎのため3か月以上(見込みも含む) 住居を離れている人 および入院のため調査日(10月20日) 現在住居を離れている人すべてについて記入してください				いない いる											
				配偶者 父母または配偶者の父母 子または子の配偶者 その他											
単身赴任者または出稼ぎ者の有無				☐											
入院している者の有無				☐											
28 世帯員数について				10月20日現在、病院に入院している人や社会福祉施設に入所している人などであっても、その期間が3か月未満の場合は世帯員数に含めて記入してください。											
•10歳以上の世帯員数(あなたを含む)及び10歳未満の世帯員数を記入してください。				10歳以上の世帯員数 10歳未満の世帯員数											
•10歳未満の世帯員がない場合は、「10歳未満の世帯員数」欄に「0」と記入してください。															
29 単身赴任をしていますか				単身赴任 その他											
•世帯員が世帯主1人の場合は、「単身赴任」か「その他」のいずれかに記入してください。				☐											
10歳未満の世帯員について															
一連番号	30 世帯主との続き柄			31 年齢	32 在学・在園の状況				33 ふだん世帯員以外の人から育児の手助けを受けていますか						
	子	孫	弟・妹	その他	満年齢を記入してください	•延長保育 預かり保育などを利用している場合は それも含めた1日の合計時間について記入してください				•32欄に示すもの以外に 受けているものすべてに記入してください					
						保育所(園) 幼稚園 認定こども園などに在園				小学校に在学 在学・在園していない					
						学童保育などを利用している 学童保育などを利用していない				受けている 受けていない					
						4時間以下 5～7時間 8～10時間 11時間以上				親族(祖父母など)から 近隣の知人(友人など)から その他(ベビーシッター保育ママなど)から					
1	☐	☐	☐	☐	歳	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2	☐	☐	☐	☐	歳	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3	☐	☐	☐	☐	歳	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4	☐	☐	☐	☐	歳	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5	☐	☐	☐	☐	歳	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

ご記入ありがとうございました