

第3章 集合住宅の建て方および住まい方に関する調査（2）

3.1 集合住宅の建て方および住まい方に関する検討

昨年度実施した集合住宅モデルプラン市場動向調査の結果を基に、暖冷房負荷やエネルギー消費量の計算の与条件となるモデルプランを作成する。また、小規模な賃貸用集合住宅について、モデルプラン設定に資する各種データを整理する。

更に、予測評価に用いる在室者の生活スケジュールについて、近年の家族構成の傾向を考慮し、少人数世帯モデルを作成する。

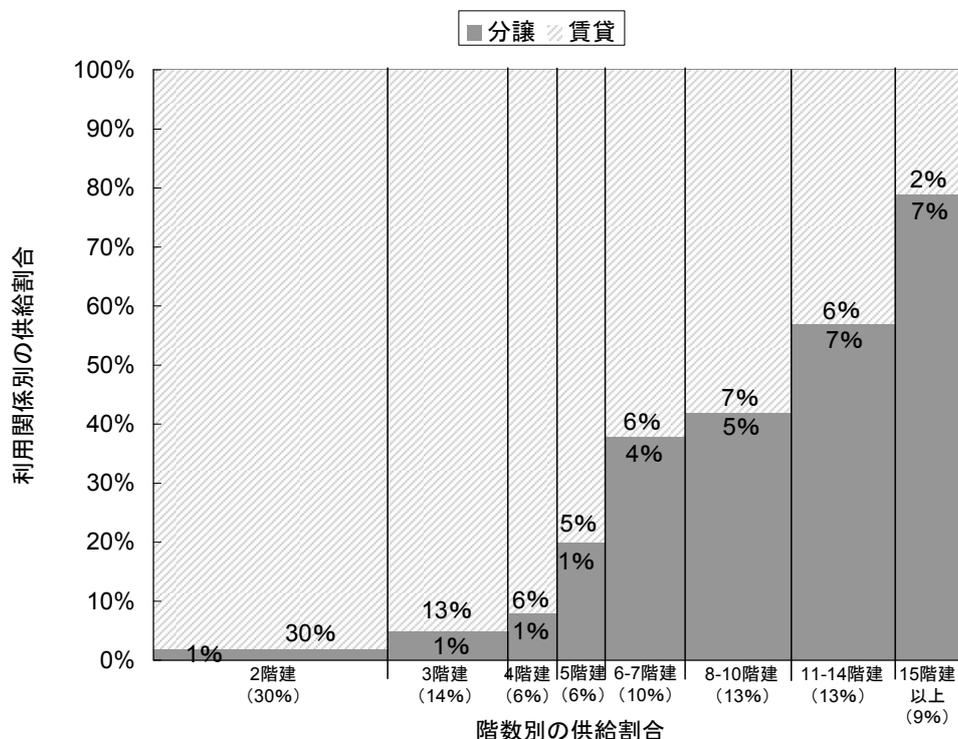
3.1.1 集合住宅の建て方に関する調査

3.1.1.1 集合住宅の供給状況

(1) 利用関係別階数別の供給割合

集合住宅の利用関係別階数別の供給割合を図 3.1.1.1に示す。

階数別では、2～3階建の低層住宅の供給戸数割合が高く（2階建30%、3階建14%）、15階以上の高層住宅の供給戸数の割合は7%、14階建以下の物件が多数を占めている。利用関係別にみると、分譲住宅のうち約9割は階数5階以上の物件で、賃貸住宅は、2～4階建の低層住宅が多い（約65%）。構造別には、分譲及び賃貸住宅ともに非木造（RC造、S造、SRC造）が多く、賃貸住宅の2階建に木造が見られる。



※図中の(%)は、平成18年～平成20年9月に建設された集合住宅総数(1,398.6千戸)に占める供給戸数割合
出所：平成20年住宅・土地統計調査報告 総務省統計局

図 3.1.1.1 集合住宅の供給状況（戸数ベース）

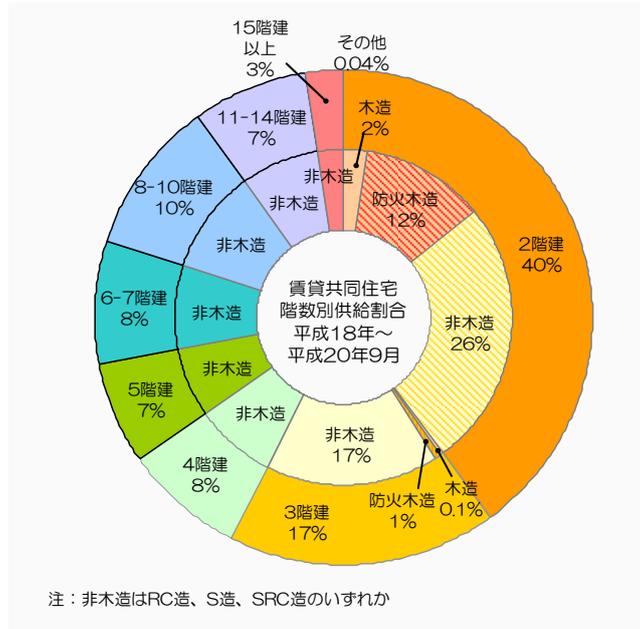
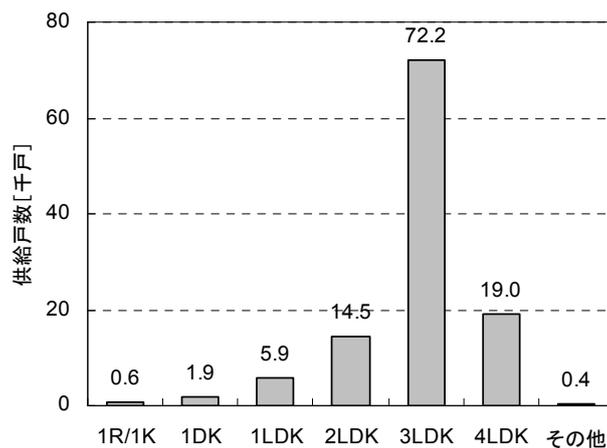


図 3.1.1.2 階数別構造別供給割合

出所：平成20年住宅・土地統計調査報告 総務省統計局

(2) 世帯人員と供給間取り

昨年度の調査結果より、分譲住宅においては2LDK～4LDKが供給されており、うち主力の間取りは3LDKのファミリー（2人以上）向けである。なお、首都圏においては、年間供給戸数の約63%が3LDKを占める（表 3.1.1.8）。賃貸物件は、ワンルーム～3LDKを供給しており（ハウスメーカーの主力の間取りは2LDK）、主に単身、少人数世帯向けである。首都圏においては、年間供給戸数の約55%がワンルーム、1K,1DKを占める（表 3.1.1.9）。



参考図 3.1.1.1 分譲住宅の間取り別供給戸数（1都3県：2007年1月～2009年6月）

出所：MRC「マンションデータマップ首都圏版」

予測評価のための計算モデルプランの想定に当たっては、生活スケジュールを想定した世帯人員を考慮しておく必要がある。プランは多種多様に考えられるが、評価をわかりやすく、簡単にす

るために、代表的なものを検討することにする。表 3.1.1.1に示すとおり、賃貸用では単身用のワンルーム・1K・1DK、分譲用では3LDKが代表モデルとして挙げられる。一方で、世帯人員別に見ると、単身用の狭小住宅モデル、2人世帯以上用の3LDKモデルという区分も可能である。本調査では、世帯人員の過半数が占める2人以上世帯を想定したモデルプランを構築する。

表 3.1.1.1 利用関係別世帯人員

計算条件 (人数)	単身	2人	3人	4人
利用関係別				
賃貸	ワンルーム 1K, 1DK, 1LDK	2DK, 2LDK, 3LDK		3LDK
分譲	3LDK>4LDK, 2LDK			

※「平成21年度国交省基準整備促進補助事業」におけるWEBアンケート調査結果を参考に作成

※太字：世帯人員別の主力間取り

(3) 住棟形式による違い

分譲住宅の住棟形式で最も多いものは、片廊下型である。タワー型の物件には、ポイド型やセンターコア型も見られるが、住宅戸数は少ない。3LDK評価モデルプランは、片廊下型を基本として作成する。

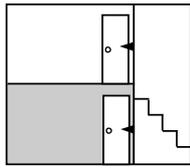
賃貸物件は、分譲住宅に同じく片廊下型が多く、その他、外階段型、テラスハウス型、重層型等が見られる（表 3.1.1.2）。大規模の分譲住宅と異なる点は、2～3階の低層の物件は、2戸1棟～6戸1棟など、1棟当たりの住戸数が少なく、中間住戸の数も少ない。物件によっては、全てが妻側住戸となる場合もあり（隣戸住戸が外気に接する外壁や床、天井を有している場合）、評価モデルプランを検討するに当たっては、計算する住戸位置等により、隣戸条件等も考慮する必要がある。

表 3.1.1.2 住棟形式

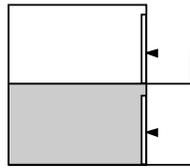
住棟形式	片廊下型	階段室型	重層型	マグネット型	中廊下型	タワー型 (センターコア型、 ポイド型)
利用関係別						
賃貸	◎	○	○	△		
分譲	◎	○ (寒冷地は内階段)			△	△

※「平成21年度国交省基準整備促進補助事業」における事業者ヒアリング調査結果を参考に作成

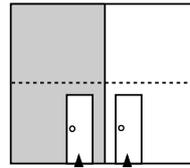
※物件数の多い順に◎>○>△



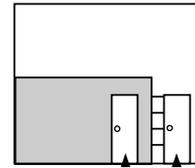
①内階段タイプ
建物内部に階段を設け、2階の各住戸には内階段を使ってアクセスするタイプ



②外廊下タイプ
2階の各住戸には、外廊下を使ってアクセスするタイプ。階段は内階段と外階段がある。



③テラスハウスタイプ
2層で1住戸とし、間仕切り壁を共有するタイプ。各住戸は1階よりアクセスする。



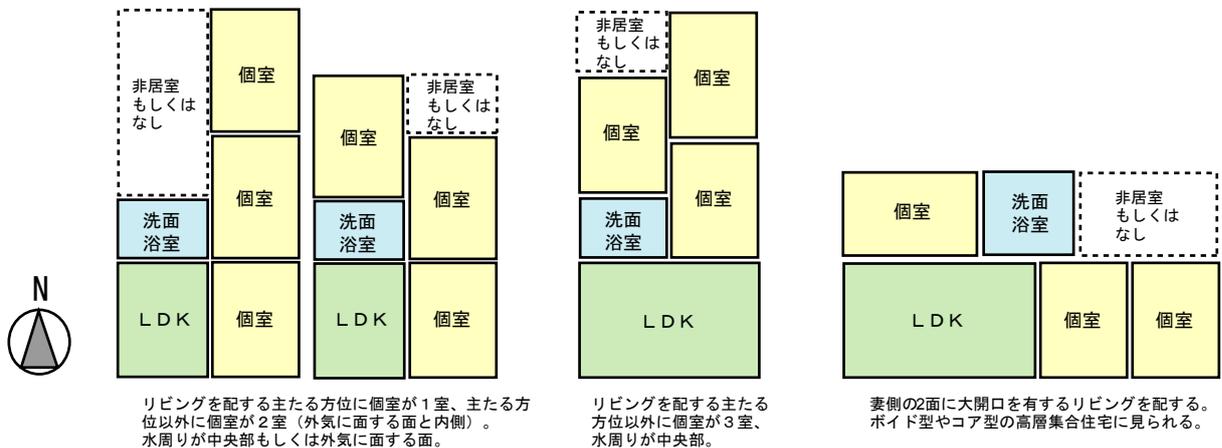
④重層ハウスタイプ
住戸は重層で、各住戸の入口を1階に設けるタイプ。上階へは、戸別の階段でアクセスする。

図 3.1.1.3 低層住宅のタイプ

賃貸住宅の間取り及び外観を参考図 3.1.1.4に示し、分譲及び賃貸住宅の間取りと世帯人員のまとめを、表 3.1.1.8、表 3.1.1.9に示す。

3.1.1.2 予測評価のための集合住宅モデルプランの設定

平成21年度の調査では、分譲集合住宅における市場動向を調査し、主力の3LDKタイプにおける居室配置の状況等を確認した。その結果、居室配置の傾向として多いのは、参考図 3.1.1.2に示す (a) タイプ (以降、「一般型」と称す) で、次いで間口を広く確保できる場合に多い (b) タイプ (以降、「リビング横長」と称す) が主流であった。予測評価に用いる集合住宅モデルプランは、プランの違いによる暖冷房負荷への影響を確認する上で (a) (b) タイプを作成する。また、その他の近年の傾向として、ボイド型やコア型の高層住宅の角住戸に見られる (c) タイプ (以降、「タワー型」と称す) がある。角部に配置されるリビングの2面には、カーテンウォール等の開口部が設置されている場合が多い。(c) タイプについても、暖冷房負荷への影響を確認するため、モデル化を行う。



リビングを配する主たる方位に個室が1室、主たる方位以外に個室が2室（外気に面する面と内側）。水周りが中央部もしくは外気に面する面。

リビングを配する主たる方位以外に個室が3室、水周りが中央部。

妻側の2面に大開口を有するリビングを配する。ボイド型やコア型の高層集合住宅に見られる。

(a) 一般型タイプ (b) リビング横長タイプ (c) タワー型タイプ

参考図 3.1.1.2 3LDKプランの居室の配置例

予測評価のための集合住宅モデルプランの作成に当たっては、設計事務所の協力を経て、市場で販売されているモデルプランを参考に作成を行う。作成するプランは、表 3.1.1.3に定義する3タイプとして、いずれも最上階妻側住戸を基本とする。

表 3.1.1.3 作成モデルプランの概要

	モデルプラン名	特徴
1	3LDK一般モデル	南面にリビング及び個室を配するプラン。
2	3LDKリビング横長モデル	南面にリビングのみを配し、開口部を広く確保したプラン。
3	3LDKタワー型モデル	高層集合住宅に見られる角住居を想定し、リビングの2面に開口部を広く確保したプラン。

3LDK一般モデルについては、住宅性能表示制度（温熱環境）において活用されている特定条件に適合するプランを参考に設計を行う。その他プランについては、市場で供給されているモデルプランを参考として、専有面積70㎡～80㎡程度で計画する。なお、市場で供給されている3LDKプランの専有面積は70㎡～80㎡程度であり、昨年度のWEBアンケート調査結果によれば、過半数を占める世帯人員2～4人世帯が多く居住している。

参考図 3.1.1.3 世帯人員別平均延べ面積（再掲）

		1人	2人	3人	4人	5人		
Web アンケート結 果	集合分譲 (N=1,552)	66.9 m ² (n=232)	76.7 m ² (n=491)	79.1 m ² (n=396)	78.7 m ² (n=339)	83.4 m ² (n=94)		
	集合賃貸 (N=613)	33.0 m ² (n=285)	56.1 m ² (n=166)	56.7 m ² (n=87)	62.5 m ² (n=66)	57.4 m ² (n=9)		
		1人	2人	3人	4人	5人	6人	7人以上
統計値*	普通世帯	32.2 m ²	54.3 m ²	58.9 m ²	62.6 m ²	74.0 m ²	90.1 m ²	100.7 m ²

* 戸建住宅を含む 出所：平成15年住宅・土地統計調査報告 総務省統計局

1) 平面図及び断面図

作成したモデルプランの各部仕様（表 3.1.1.4）及び躯体及び開口部仕様・面積表（表 3.1.1.5～表 3.1.1.7）、①～③に各モデルの平面図・断面図（図 3.1.1.4～図 3.1.1.6）を示す。

表 3.1.1.4 住戸モデルプランの仕様

		3LDK一般モデル	3LDKリビング横長モデル	3LDKタワー型モデル
住棟計画	高さ	中層・高層	中層・高層	高層・超高層
	通路形式	片廊下型	片廊下型	ホール型（ホイト型、片コア型）
	構造形式	RC造	RC造	RC造
	構面の位置	外壁部（インナーフレーム）	外壁部（インナーフレーム）	バルコニー先端部（アウトフレーム）
	階高	2,880mm	2,880mm	3,150mm
	参考：（ ）は事例にみられる階高	(2,800～2,950mm程度)	(2,800～2,950mm程度)	(2,800～2,950mm程度)
住戸計画	形式	フラット	フラット	フラット
	間取り	3LDK・LD縦型配置	3LDK・LD横型配置	3LDK・LDコーナ配置
	住戸専有面積	70.00m ²	74.10m ²	83.38m ²
	参考：（ ）は事例にみられる面積	(70～80m ² 程度)	(70～80m ² 程度)	(80～95m ² 程度)
	間口寸法×奥行寸法	6.15m×11.4m	6.15m×11.4m	10.55m×8.6m
	主開口面の方位	南	南	南・西
	住戸位置	中住戸、妻住戸	中住戸、妻住戸	コーナー住戸
構造仕上げ	外壁	桁行外壁：RC壁135mm 妻壁：RC造215mm	桁行外壁：RC壁135mm 妻壁：RC造215mm	一般部：PCカーテール バルコニー境：乾式壁（PC・ALC板）
	戸境壁	RC壁200mm	RC壁200mm	乾式耐火壁（PB二重・軽鉄下地）
	床スラブ	180mm（水周り） ～280mm（一般部）	180mm（水周り） ～280mm（一般部）	250mm
居住者像		4人家族 （夫婦+子供2人）	4人家族 （夫婦+子供2人）	4人家族 （夫婦+子供2人）

表 3.1.1.5 躯体仕様の概要

	モデルプラン名	床面積 [m ²]	開口面積	開口面積比率 （開口部面積／床面積）
1	3LDK一般モデル	70.00	14.02	20.03%
2	3LDKリビング横長モデル	74.10	15.24	20.57%
3	3LDKタワー型モデル	83.38	23.28	27.92%

表 3.1.1.6 面積表

モデル 室名	3LDK一般モデル [m ²]	3LDKリビング 横長モデル [m ²]	3LDKタワー型 モデル [m ²]
LD	18.42	20.90	22.40
台所	5.81	5.57	6.84
主寝室	11.00	10.70	14.86
子供室1	9.15	11.70	10.00
子供室2	9.60	8.98	9.60
便所	2.42	1.60	2.15
洗面所	4.29	3.58	3.69
浴室	2.87	2.87	3.28
玄関ホール	6.44	8.21	10.56
合計	70.00	74.10	83.38

表 3.1.1.7 開口部仕様

モデル 室名	3LDK一般モデル				3LDKリビング 横長モデル		3LDKタワー型 モデル	
	最上階妻側住戸		中間階中間住戸					
LD	4.52	南	4.52	南	4.80	南	7.56	南
	1.32	西			3.20	南	4.62	西
					0.54	西		
台所	0.54	西						
主寝室	3.24	南	3.24	南	1.32	南	2.94	西
子供室1	1.32	北	1.32	北	0.54	西	3.20	南
					1.76	北		
子供室2	1.32	北	1.32	北	1.32	北	3.20	南
玄関（ドア）	1.76	北	1.76	北	1.76	北	1.76	北
合計	14.02		12.16		15.24		23.28	
開口面積比率	20.03%		17.37%		20.57%		27.92%	

① 3LDK一般モデル

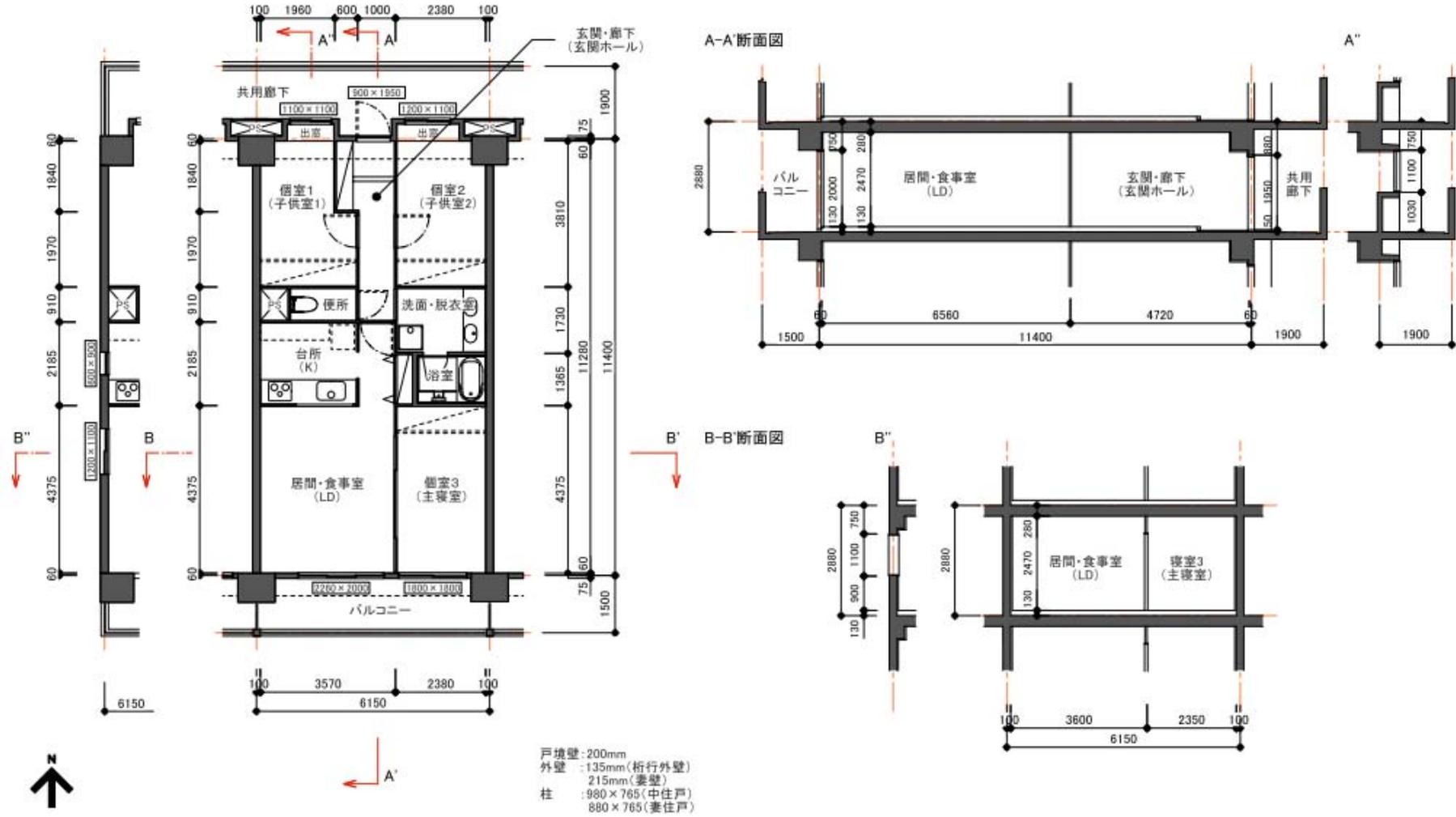


図 3.1.1.4 3LDK一般モデル平面図・断面図

② 3LDKリビング横長モデル

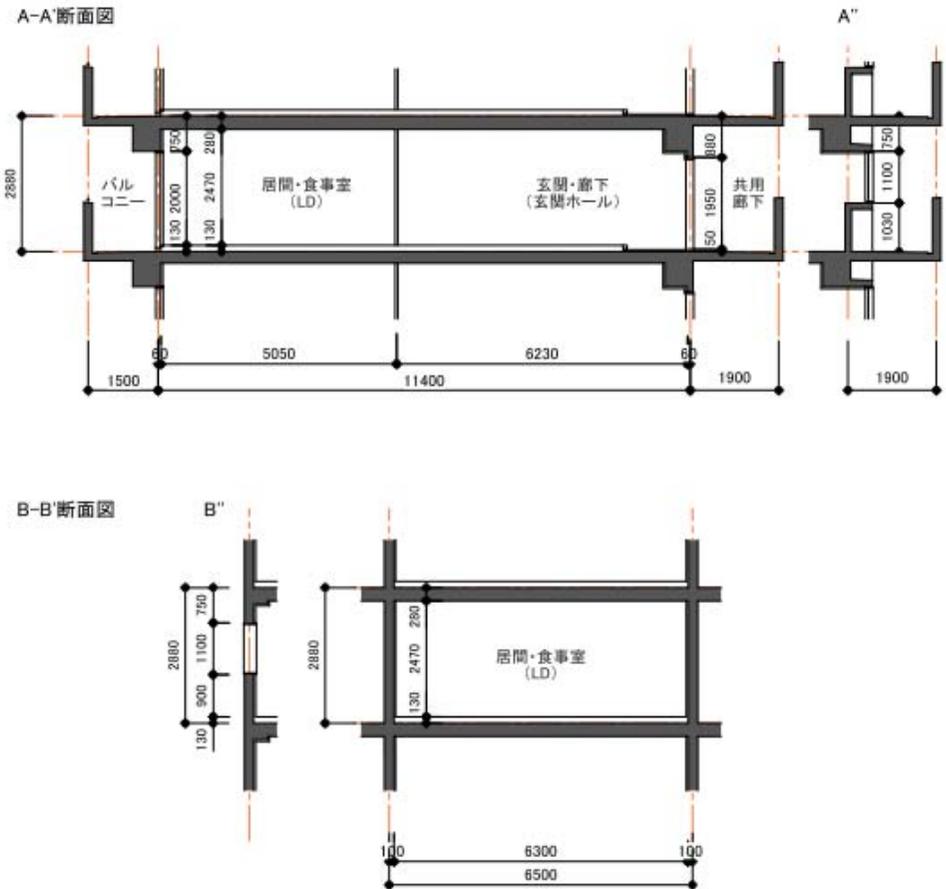
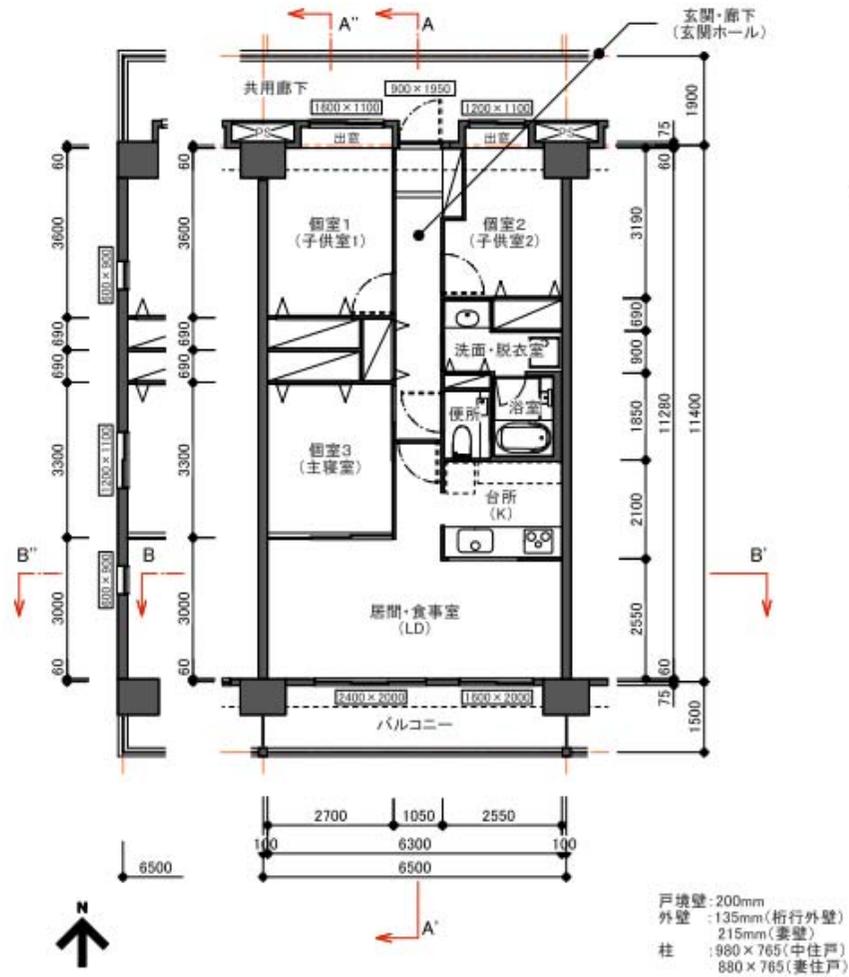
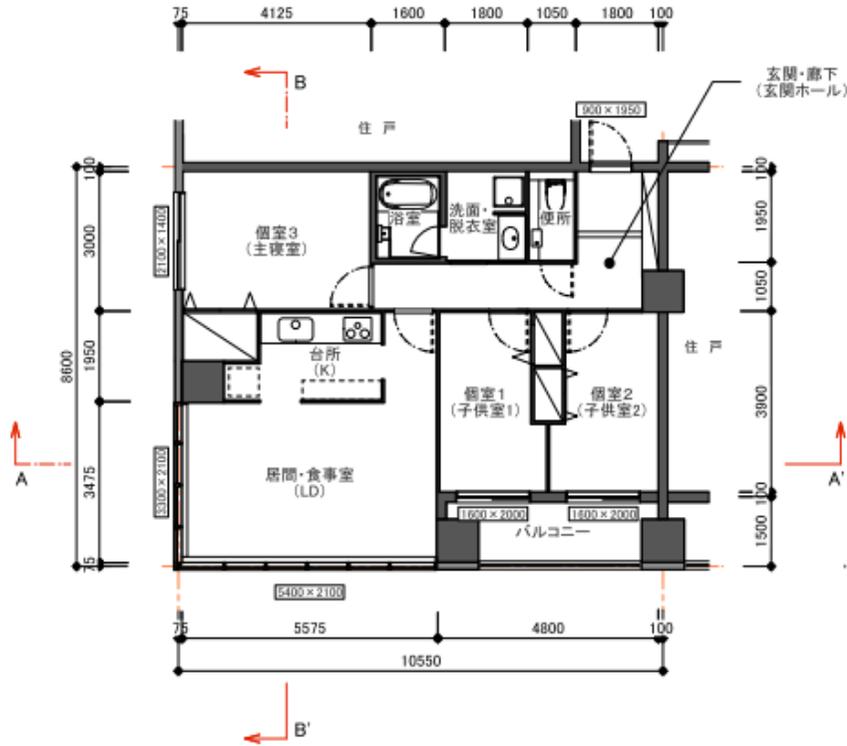
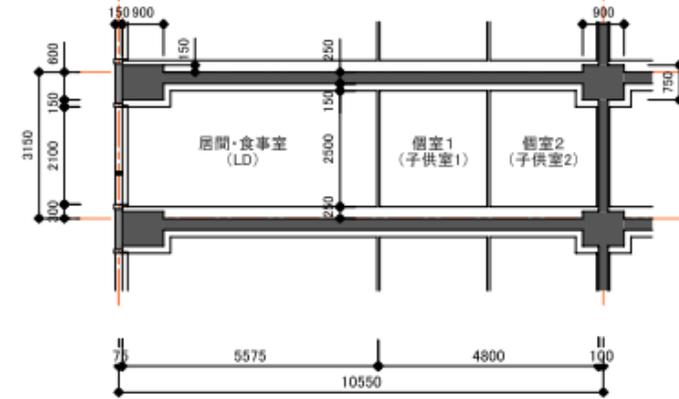


図 3.1.1.5 3LDKリビング横長モデルの平面図・断面図

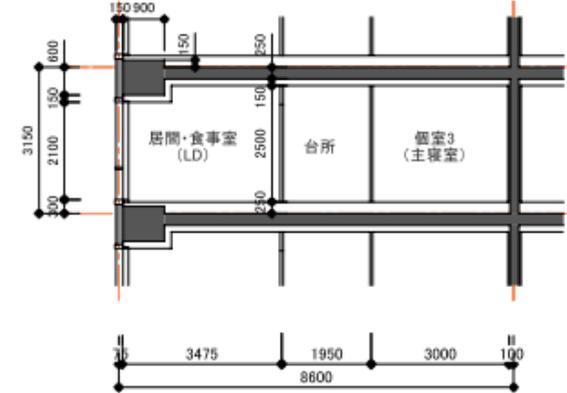
③ 3LDKタワー型モデル



A-A'断面図



B-B'断面図



戸境壁: 乾式耐火壁
 外壁: PCカーテンウォール
 柱: 900×900

図 3.1.1.6 3LDKタワー型モデルの平面図・断面図

表 3.1.1.8 分譲住宅の間取りと世帯人員のまとめ

間取り ★：作成モデル	居住面積 の目安	(参考) 供給割合 ※1	住棟形式				世帯人員※2				備考		
			片廊下型	階段室型 (EV型)	中廊下型	ﾀｰ型	1人	2人	3人	4人			
ワンルーム/1K,1DK	30～40㎡	2%	住棟形式別の間取りの 違いは見られない								供給割合が小さく、賃貸(規模小)モデルを代用して評価		
1LDK/2DK		5%					△						
2LDK/3DK	50～60㎡	13%					○	○	△	△	分譲3LDKモデルを代用して評価		
3LDK★/4DK	70～80㎡	63%					○	○	○	◎		70-80㎡の住宅に2～4人が居住。 3LDK 4人世帯を標準とする。	
4LDK～	75～120㎡	17%							△	○	○	分譲3LDKモデルを代用して評価	
							居住 面積 ※3	調査	66.9	76.7	79.1	78.7	
								最低 水準	25	30	40	50	
								誘導 水準	40	55	75	95	
								平均	32.5	42.5	57.5	72.5	

※1 2007年1月～2009年6月に首都圏（1都3県）において供給された戸数の割合 出所：MRC「マンションデータマップ首都圏版」

※2 「平成21年度国交省基準整備促進補助事業」におけるWEBアンケート調査結果

※3 「調査」：「平成21年度国交省基準整備促進補助事業」におけるWEBアンケート調査結果、「最低水準」：最低居住面積水準、「誘導水準」：誘導居住面積水準、「平均」：最低水準と誘導水準の平均値

表 3.1.1.9 賃貸住宅の間取りと世帯人員のまとめ

間取り ★：作成モデル ☆：要検討	居住面積 の目安	(参考) 供給割合 ※1	住棟形式 (モデル想定案)				世帯人員※2				モデル案		
			片廊下型	外階段型	重層型	メゾネット型	1人	2人	3人	4人			
ワンルーム/1K,1DK★	30~40㎡	55%	◎					○				モデルA (片廊下・規模小)	
1LDK/2DK★		24%	◎		○			△	△				
2LDK/3DK★	50~60㎡	15%	○	◎	○				○	○		モデルB (外階段・規模中)	
3LDK/4DK☆	70~80㎡	6%	○	○		◎				△	○	モデルC (メゾネット・規模大) (供給割合も小さく、分譲3LDKモデルで代用して評価できるという考え方もある)	
4LDK~	75~120㎡	1%	○	○		○				△	○	供給割合が小さく、分譲3LDKモデルで代用して評価	
							居住面積※3	調査	33	56.1	56.7	62.5	
								最低水準	25	30	40	50	
								誘導水準	40	55	75	95	
								平均	32.5	42.5	57.5	72.5	

※1 2009年7月~2010年6月に住宅・不動産情報ポータルサイト『HOME'S』(<http://www.homes.co.jp/>)に掲載されている首都圏(1都3県)賃貸物件(マンション・アパート)

出所：株式会社ネクスト「HOME'Sマーケットレポート(賃貸マンスリーレポート)」

「マンション」：鉄骨鉄筋コンクリート造、鉄筋コンクリート造、プレキャストコンクリート工法等の耐火構造の共同住宅

「アパート」：軽量鉄骨造、木造の共同住宅

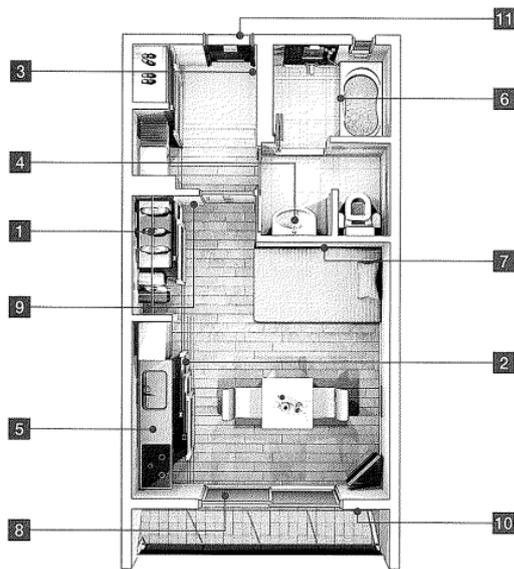
※2 「平成21年度国交省基準整備促進補助事業」におけるWEBアンケート調査結果

※3 「調査」：「平成21年度国交省基準整備促進補助事業」におけるWEBアンケート調査結果、「最低水準」：最低居住面積水準、「誘導水準」：誘導居住面積水準、「平均」：最低水準と誘導水準の平均値

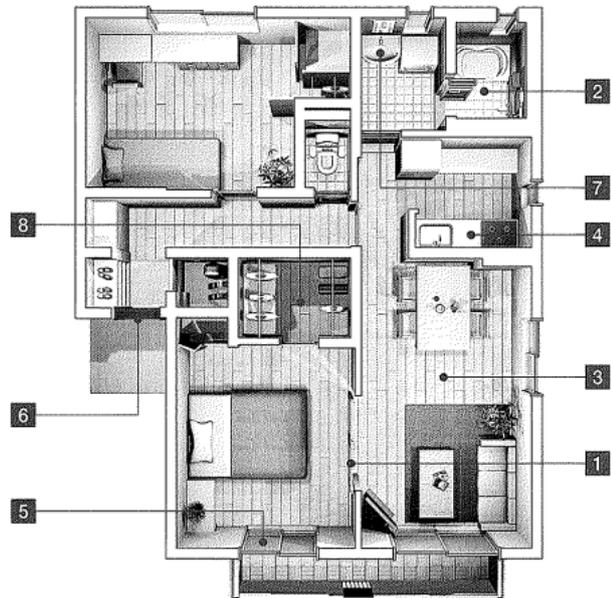
参考図 3.1.1.4 賃貸住宅の住棟形式及び間取り

①温暖地タイプ I

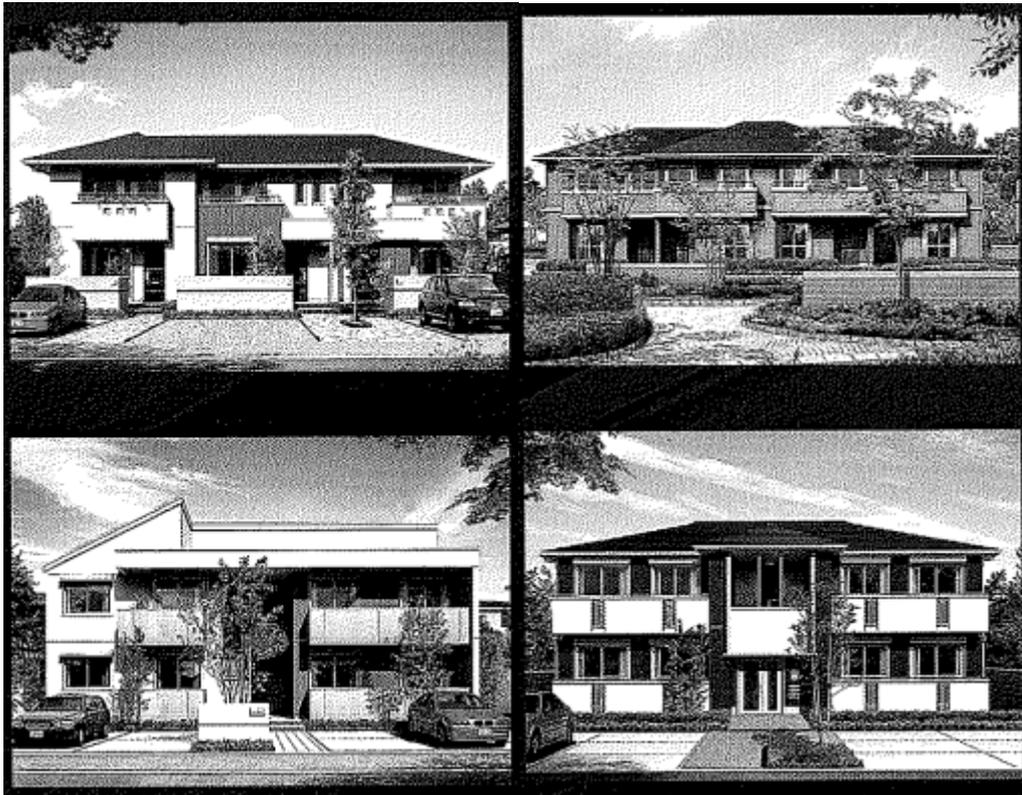
出所：積水ハウスパンフレットより



(a) ワンルームタイプ



(b) 2LDKタイプ



外観（2階建て）

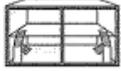


外観（3,4階建て）

②セキスイハイムⅡ

出所：セキスイハイムパンフレットより

<p>1世帯床面積:57.90㎡</p>	<p>1世帯床面積:47.77㎡</p>	<p>1世帯床面積:33.75㎡</p>
<p>Letoit Patio レトアパティオ</p> <p>プライバシーが保てる ゆとりあるプラン</p> <p>中階段から各世帯へアクセスする住戸形式。プライバシーを確保し、かつ効率のよい室内レイアウトにより広々とした居室スペースが実現します。明るく開放的なLDKとゆったりとした個室がファ</p>	<p>Letoit Linear レトアリニア</p> <p>限られた敷地を最大限に、 効率よく活かす</p> <p>片側に廊下を設ける住戸形式。限られた敷地でも効率のよい住戸配置が可能です。ファミリー、カップルからシングルまで、あらゆる入居者層に対応したプランをそろえています。</p>	<p>Letoit FC レトアエフシー</p> <p>可動収納により空間を 自由にレイアウト</p> <p>オープンなワンルームを可動収納により自由にレイアウトできる斬新な賃貸住宅プラン。デザインと暮らし方にこだわりのある若い世代のシングル層に最適です。</p>



1・2階に1世帯が入居し
賃貸ながら戸建て感覚で暮らせるプラン

Letoit Maisonnette

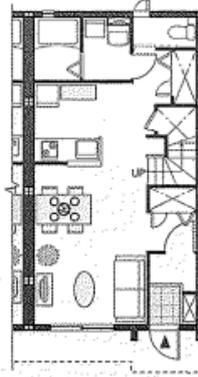
レトアメゾンネット

ゆったりとした専用庭のある

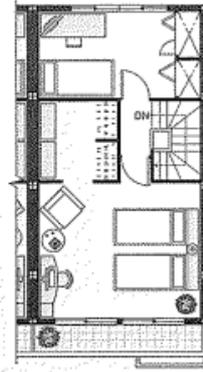
戸建て感覚の暮らし。

1・2階で1世帯が暮らす戸建て感覚の住戸形式。1階に広々としたLDKと水周り設備、2階にはゆったりとした個室。さらには充実の収納スペース、南に面した専用庭など暮らしにこだわりをもつファミリー、カップルに人気のプランです。

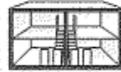
1F



2F



1世帯床面積:79.67㎡



各戸の玄関を1階に設置し、
2階世帯へは内階段を使って上がるスタイル

Letoit Duet

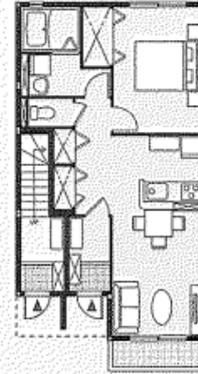
レトデュエット

敷地の有効活用と

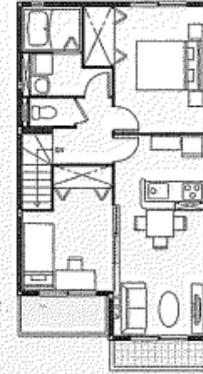
戸建て感覚の暮らしを両立。

1・2階の世帯とも玄関を1階に設け、2階世帯へは屋内階段で上がる住戸形式。屋外の共有部を削減し各住戸にスペースを充てられるため、効率のよい敷地活用が可能です。戸建て感覚の外観がファミリー、カップルに最適です。

1F

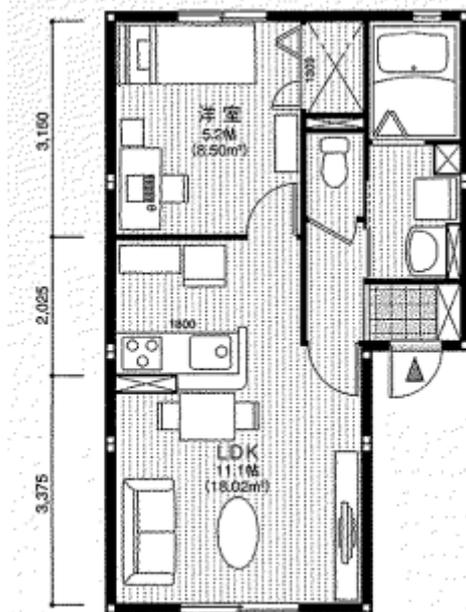


2F

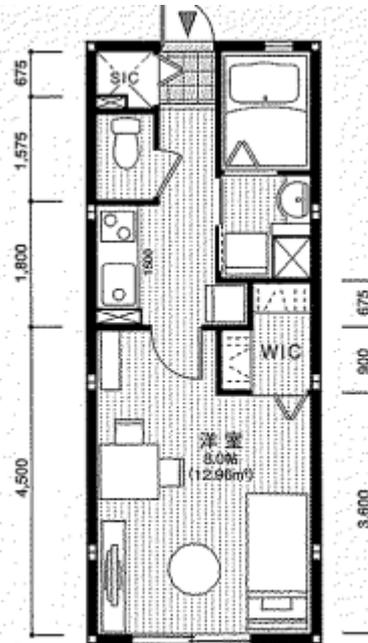


1階世帯床面積:45.77㎡

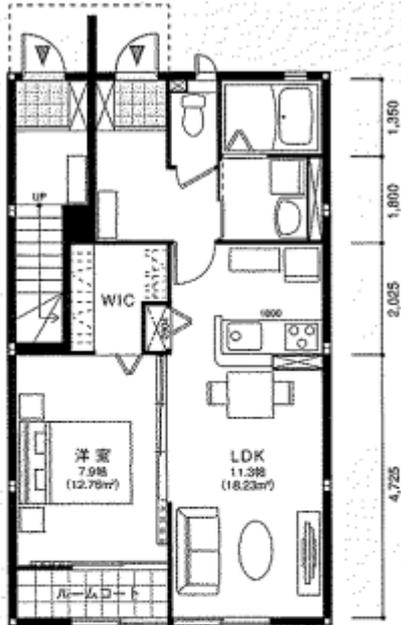
2階世帯床面積:54.90㎡



【シングル向け 1LDK】 38.71㎡

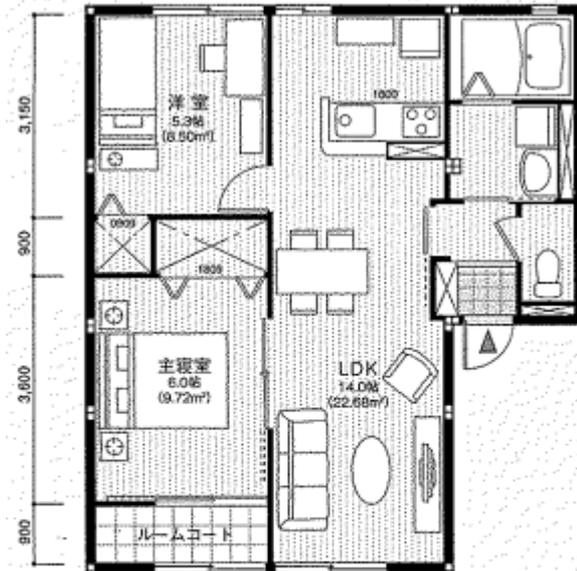


【シングル向け 1K】 28.28㎡



【カップル向け】 48.18㎡

スライディングウォールを開けるとLDKと洋室が、ひと続きの大きな空間となります。また南面のルームコートは部屋干しが可能。共働き夫婦の家事支援となります。



【ファミリー向け 2LDK】 57.30㎡

バルコニーに続くルームコートがあれば、梅雨どきの洗濯物も安心。人気の対話型キッチンで家族同士のコミュニケーションもはかれる暮らしやすい間取りです。



JX (Linear)



JX (Patio)



FC



LX



Letoit Maisonnette



Letoit Duet



WR



Life Planning Heim

3.2 予測評価のための生活スケジュールの設定

3.2.1 はじめに（参照データについて）

- ・ 世帯の構成員は、総務省「平成 17 年国勢調査」を基に決定する。
- ・ 生活スケジュールは NHK 放送文化研究所「国民生活時間調査 2005」を基に作成する。「国民生活時間調査 2005」は、4 人世帯の生活スケジュール作成に用いた「国民生活時間調査 2000 年」の結果と比較し、生活時間に 30 分程度の差がある行動がやや見られる。しかし、今回は総務省「平成 17 年国勢調査」とのデータ参照年の整合性を取る必要があり、また「国民生活時間調査 2000」ではインターネット利用の使用時間が明らかにできないことにより、「国民生活時間調査 2005」のデータを用いることとする。
- ・ 入浴時間は「国民生活時間調査2005」の身の回りの時間に合わせ、他の既存文献¹も参考にした。

3.2.2 新たに作成する生活スケジュールパターン

- ・ 単身世帯：若中年・勤め人、高齢者・無職の 2 パターン
- ・ 2 人世帯：高齢夫婦・若年夫婦（共働き）・若年夫婦（勤め夫+家庭主婦）の 3 パターン

3.2.3 単身世帯の生活スケジュール

- ・ 単身世帯の年齢は 20 代が最も多く(23.3%)、次いで 30 代(16.2%)となっている。また、65 歳以上の高齢者は全体の 26.7%を占める。〈図 3.2.3.1〉
- ・ 65 歳未満の単身者の平均年齢は 38 歳である。
- ・ 65 歳以上の単身高齢者の平均年齢は 75 歳である。
- ・ 単身世帯の男女比率は、65 歳未満の世帯は女性(27.5%)より男性(45.7%)の割合が高く、65 歳以上の高齢世帯では女性(19.5%)の方が男性(7.3%)の割合より高い。〈図 3.2.3.2〉
- ・ 65 歳未満では就業者、65 歳以上では非就業者の割合が高い。〈図 3.2.3.3〉

【単身世帯の構成員】

若中年単身者の勤め人は、構成比の大きい20代については、学生と勤め人が混在するため、既存統計より20代学生、または勤め人の代表的なスケジュールを設定することが困難である。また、既存統計の平均年齢が38歳であることより、若中年単身者を30代勤め人と設定する。

また、高齢単身者は、既存統計の平均年齢が75歳で非就業者の割合が高いため、70代無職と設定する。

¹ 前真之他：日変動と短時間出湯を考慮した実験用給湯消費モード 修正M1の設定とガス瞬間式給湯器の効率評価に関する実験的検討 住宅のための省エネルギー手法の実験的評価に関する研究 その3 日本建築学会環境系論文集 第659号, 49-57, 2011年1月

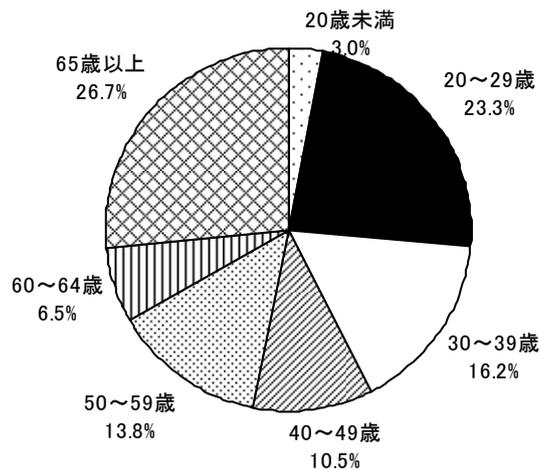


図 3.2.3.1 単身者年齢

出所：総務省「平成17年国勢調査」

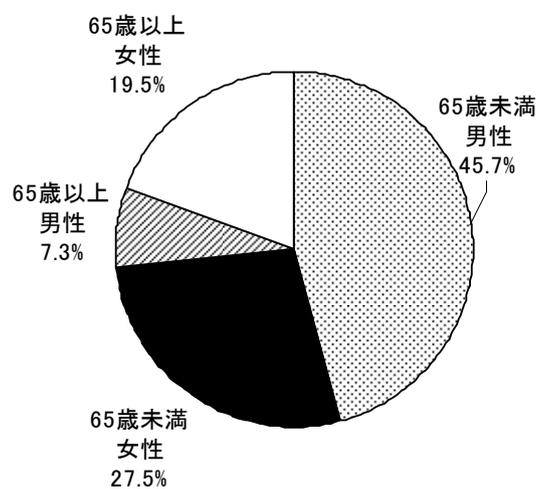


図 3.2.3.2 単身世帯男女比率

出所：総務省「平成17年国勢調査」

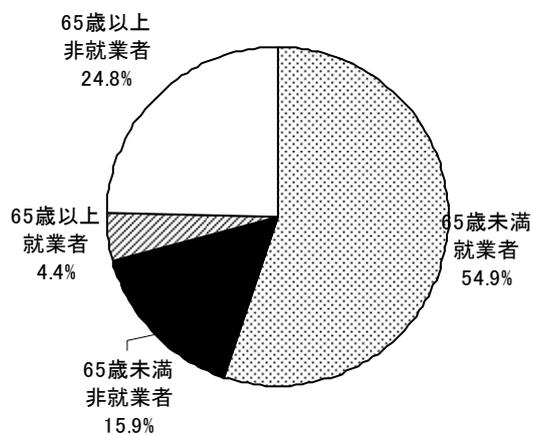


図 3.2.3.3 単身世帯就業率

出所：総務省「平成17年国勢調査」

3.2.3.1 30代 勤め人

※30代勤め人のスケジュールは、NHK「国民生活時間調査2005」より男30代勤め人のデータを主に参照する。また、時刻別行為者率は30代男のデータを参照する。

※休日は、外出時間が短時間の在宅モードと、長時間の外出モードの2ケースを設定する。

<平日>

◆在宅時間

男30代勤め人の在宅時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日11時間8分、15分単位で11時間15分とする。図 3.2.3.4の30代男性の在宅率を参考に、20：30～7：45に在宅するものとする。

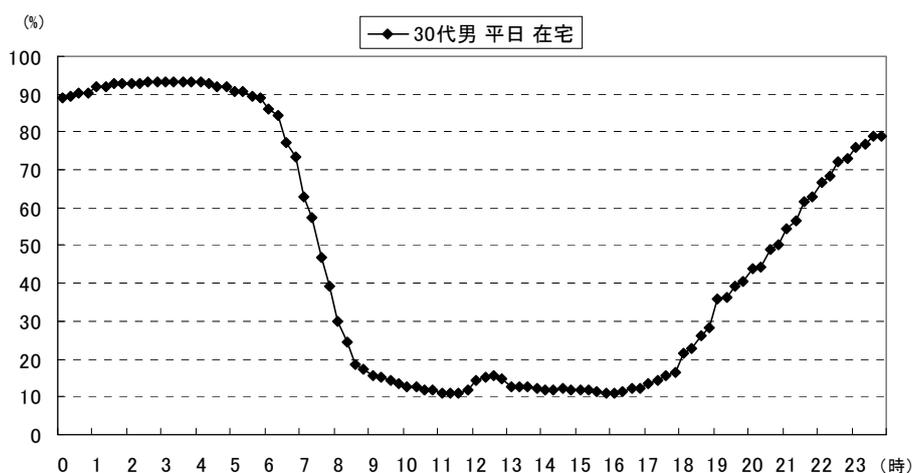


図 3.2.3.4 30代男 在宅率 (平日)

◆睡眠時間

男30代勤め人の睡眠時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日6時間59分、15分単位で7時間とする。

図 3.2.3.5の睡眠率より睡眠時間を0：00～7：00とする。

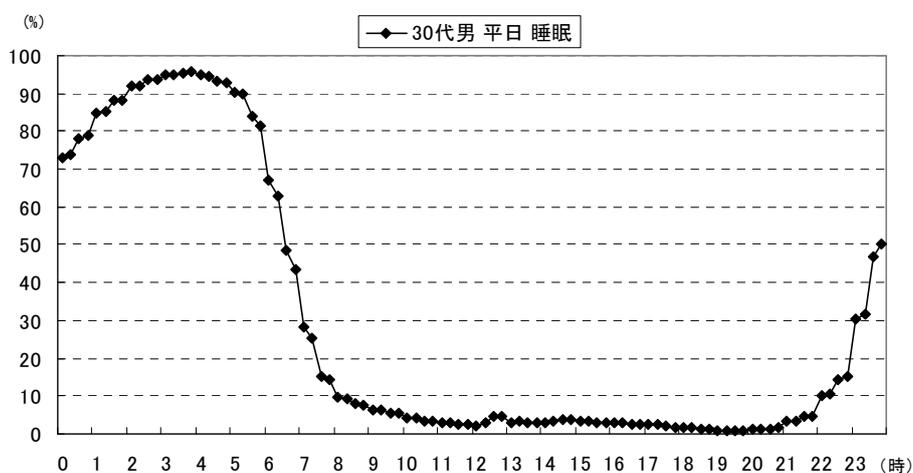


図 3.2.3.5 30代男 睡眠率 (平日)

◆食事

男30代勤め人の食事時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間23分である。15分単位で1時間15分とする。朝食15分（7：15～7：30）、昼食30分（12：00～12：30）、夕食30分（20：30～21：00）とする。

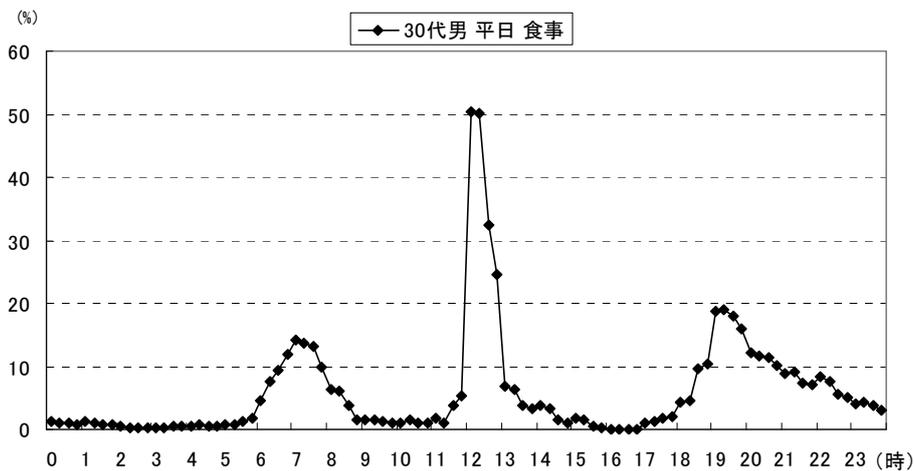


図 3.2.3.6 30代男 食事率 (平日)

◆通勤・仕事

男30代勤め人の通勤時間および勤務時間は、NHK「国民生活時間調査2005」よりそれぞれ1時間23分、10時間17分で、15分単位で通勤時間1時間30分、勤務時間10時間15分とする。なお、通勤時間は往路、復路とも45分とする。図 3.2.3.7の通勤・仕事率を参考に通勤時間を7：45～8：30、19：45～20：30、仕事を8：30～19：45（ただし昼食・休息时间含む）と設定する。

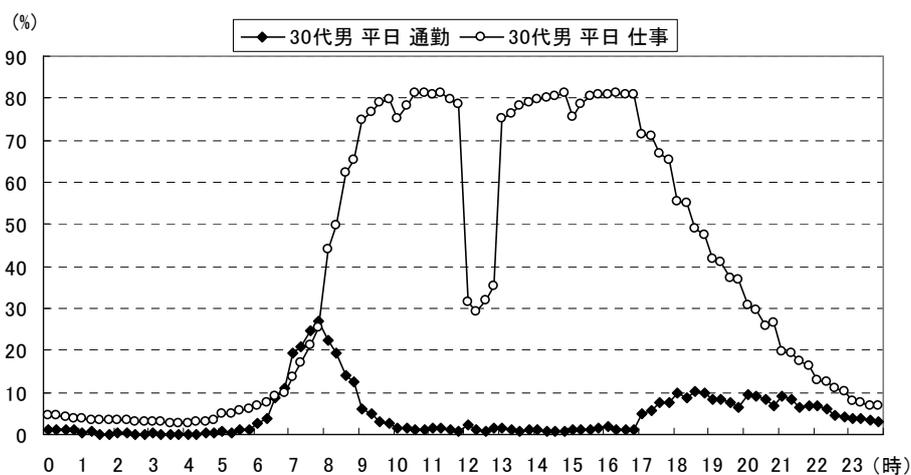


図 3.2.3.7 30代男 通勤・仕事率 (平日)

◆身の回りの用事

男30代勤め人の身の回りの用事（洗面・入浴・着替えなど）は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日0時間58分である。15分単位で1時間とし、朝の洗面に15分（7：00～7：15）、朝食後の身支度に15分（7：30～7：45）、夜間の入浴（夜洗顔含む）に30分（23：30～24：00）とする。

◆テレビ・パソコン・新聞

男30代勤め人のテレビ視聴時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日2時間26分となっている。この視聴時間には他の行為を行いながらテレビを視聴する時間も含まれる。

また、テレビの他に行為率の高いネット利用を含む趣味の時間は平日1時間52分となっている。

新聞の閲読時間は平日34分である。ここでは、7：15～7：30の朝食時と夜間の21：00～21：15に新聞を閲読するものと設定する。

上記の時間を考慮し、21：00～23：00の2時間と就寝前の23：30～0：00をテレビの視聴時間と想定し、21：00～21：15を新聞またはテレビの時間、21：45～23：30をテレビ、またはパソコンの使用時間とする。

<休日：在宅モード>

◆睡眠時間

男30代勤め人の睡眠時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜7時間22分、日曜8時間16分となっているが、これは土日に働く人も含まれるため、次の推定式により睡眠時間を決定する。

Y：ある1日の平均睡眠時間（平日419分、土曜442分、日曜496分）

A：働いていた人の平均睡眠時間

B：休日だった人の平均睡眠時間

R1～3：平日、土曜日、日曜日に働いていた人の割合（平日93.7%、土曜56.3%、日曜31.4%）

$$Y_n = R_n \times A + (1 - R_n) \times B$$

<重回帰式>

$$Y = R_n \times 405.4 + (1 - R_n) \times 524.1$$

$$R^2 = 0.999$$

上記の推計より、休日の睡眠時間を15分単位で8時間45分とする。

図 3.2.3.8の睡眠率より睡眠時間を23：00～7：45とする。

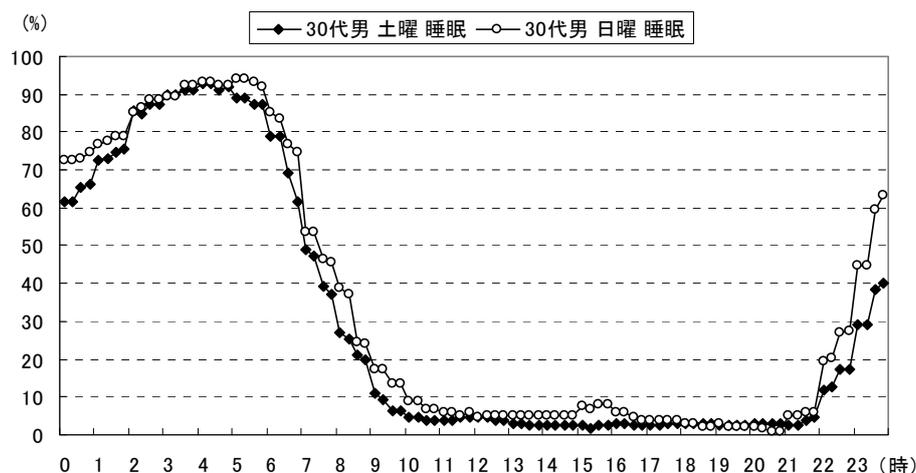


図 3.2.3.8 30代男 睡眠率（休日）

◆在宅時間

Y：ある1日の平均在宅時間（平日668分、土曜823分、日曜942分）

A：働いていた人の平均在宅時間

B：休日だった人の平均在宅時間

R1～3：平日、土曜日、日曜日に働いていた人の割合（平日93.7%、土曜56.3%、日曜31.4%）

$$Y_n = R_n \times A + (1 - R_n) \times B$$

<重回帰式>

$$Y = R_n \times 641.2 + (1 - R_n) \times 1081$$

$$R^2 = 0.999$$

上記の推計式より、午前（10：00～12：00）の外出以外は在宅とする。

◆食事

男30代勤め人の食事時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜1時間40分、日曜1時間32分である。15分単位で1時間30分とする。朝食15分、昼食30分、夕食45分とする。なお、在宅時に食事を行う場合、食事の前後に15分の炊事（準備、洗物）を考慮する。

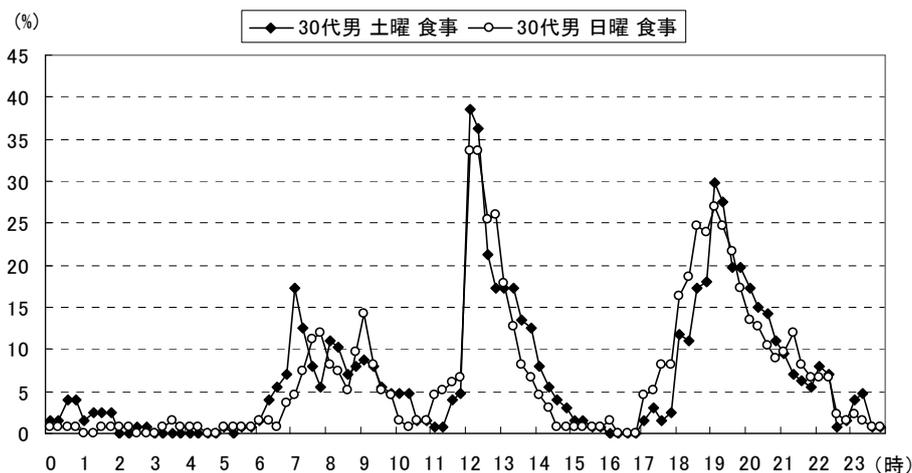


図 3.2.3.9 30代男 食事率（日曜）

◆身の回りの用事

男30代勤め人の身の回りの用事（洗面・入浴・着替えなど）は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜1時間、日曜0時間59分である。15分単位で1時間とし、朝の洗面に15分、外出準備に15分、夜間の入浴に30分（夜洗顔含む）とする。

◆趣味

男30代勤め人のネット利用を除く休日の趣味の時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜3時間32分、日曜4時間48分である。ここでは、在宅パターンにおいて、13：00～17：45の4時間45分を趣味の時間と設定する。

◆テレビ・パソコン・新聞

男30代勤め人のテレビ視聴時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜3時間8分、日曜3時間59分となっている。この視聴時間には他の行為を行いながらテレビを視聴する時間も含まれる。

また、テレビの他に行為率の高いパソコン使用時間は土曜3時間31分、日曜2時間50分となっている。

新聞の閲読時間は、土曜45分、日曜36分となっており、朝食時の15分、夕食後の15分を新聞の閲読に費やすものとする。

上記の使用時間を考慮し、在宅パターンでは、17：45～19：15をテレビの時間、20：30～20：

45をテレビまたは新聞の時間、20：45～22：30をテレビまたはパソコンの時間とする。外出パターンでは、20：00～20：15をテレビまたは新聞の時間、20：15～21：00をテレビ単独視聴の時間、21：00～22：30をテレビまたはパソコンの時間とする。

<休日：外出モード>

休日における外出モードでは、10：00～20：00の長時間外出を想定する。20：00の帰宅以降は、テレビ、新聞、PC閲覧などを行い、22：30の入浴以降のスケジュールは在宅モードと同様である。

3.2.3.2 70代 無職

※NHK「国民生活時間調査2005」では、70歳以上の高齢者のスケジュールに関し、男70歳以上と女70歳以上のデータが存在する。両データを比較すると、男性の炊事・洗濯に費やす時間が女性と比較し1時間ほど短く、また時間帯別の行為率も女性と比較しいずれの時間帯も低くなっている。これは、夫婦世帯において、これらの行動を主に妻が行う実態が考えられるが、高齢単身者においては、男女問わず家事・炊事・洗濯を行うことが予想される。また、他の行為については、女性の在宅時間が炊事洗濯に時間を費やす分やや短いものの、男70歳以上と女70歳以上のデータで大きな差は見られない。

こうした事情を踏まえ、70代無職のスケジュールは女70歳以上のデータを参照する。

※平日、休日とも時刻別行為者率に大きな違いは見られないため、同じスケジュールを設定する。また、外出時間が短時間の在宅モードと、長時間の外出モードをそれぞれ設定する。

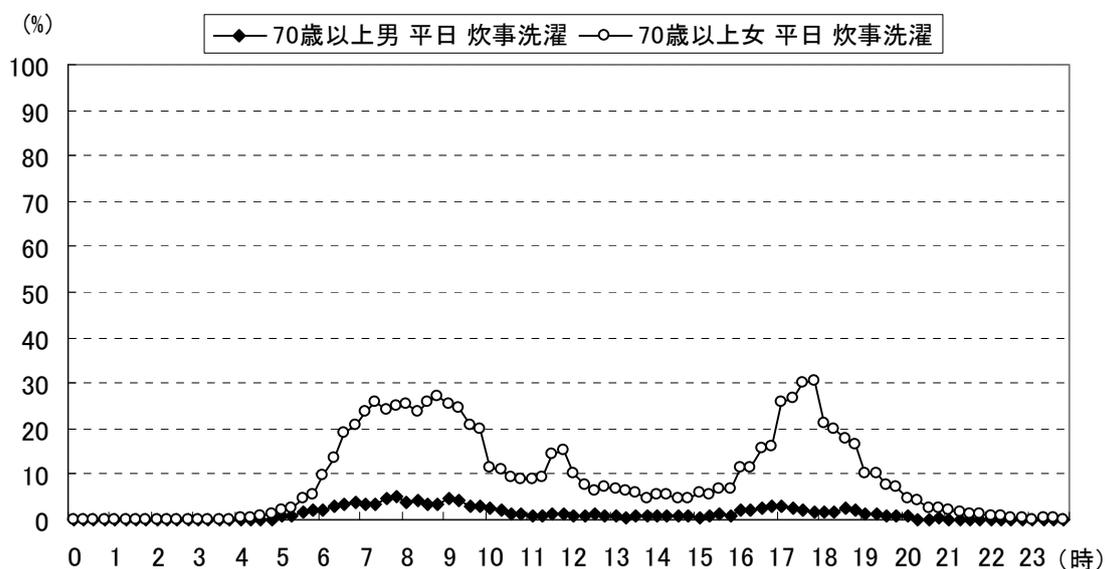


図 3.2.3.10 男70歳以上、女70歳以上の炊事洗濯率

表 3.2.3.1 男70歳以上、女70歳以上の行為別行動時間

	女70以上			男70以上		
	平日	土曜	日曜	平日	土曜	日曜
在宅	20:43	20:57	21:17	19:23	19:39	20:16
睡眠時間	8:11	8:11	8:29	8:19	8:24	8:36
食事	1:55	1:56	1:55	1:54	1:52	1:51
テレビ（自宅内）	5:40	5:57	6:01	5:29	5:56	6:46
炊事・洗濯	2:34	2:25	2:26	1:18	1:07	1:35
買い物	1:21	1:32	1:23	1:30	1:17	1:29
家庭雑事	1:59	2:03	1:56	1:59	2:06	2:13

<在宅モード>

◆在宅時間

女70歳以上の在宅時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日20時間43分、土曜20時間57分、日曜21時間17分である。15分単位で平日、休日とも21時間とする。図 3.2.3.11の在宅率を参考に、16：00～10：00、12：00～15：00とする。

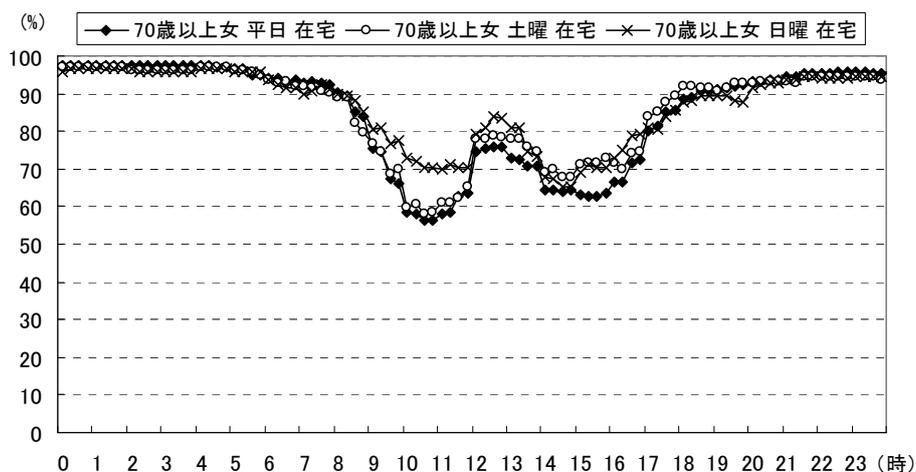


図 3.2.3.11 70歳以上女 在宅率

◆睡眠時間

女70歳以上の睡眠時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日8時間11分、土曜8時間11分、日曜8時間29分である。15分単位で平日、休日とも8時間15分とする。図 3.2.3.11の睡眠率を参考に、22：00～6：15とする。

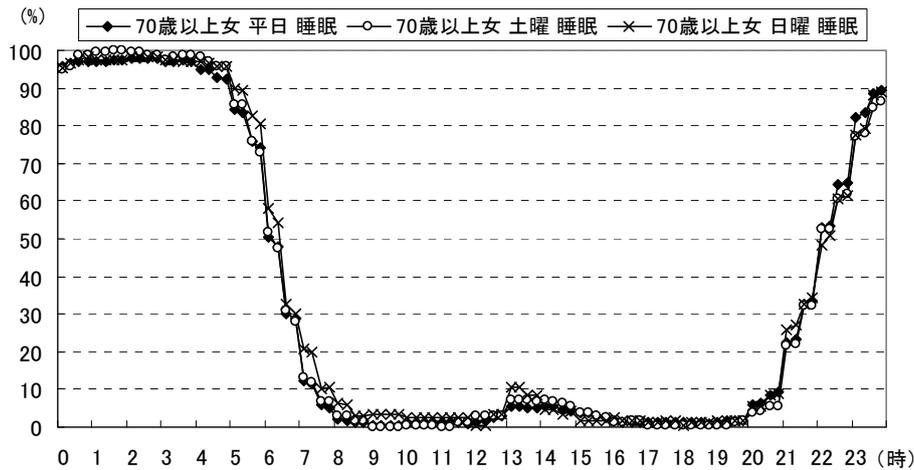


図 3.2.3.12 70歳以上女 睡眠率

◆食事

女70歳以上の食事時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間55分、土曜1時間56分、日曜1時間55分である。15分単位で2時間とし、朝食30分（6：45～7：15）、昼食45分（12：15～13：00）、夕食45分（18：15～19：00）とする。

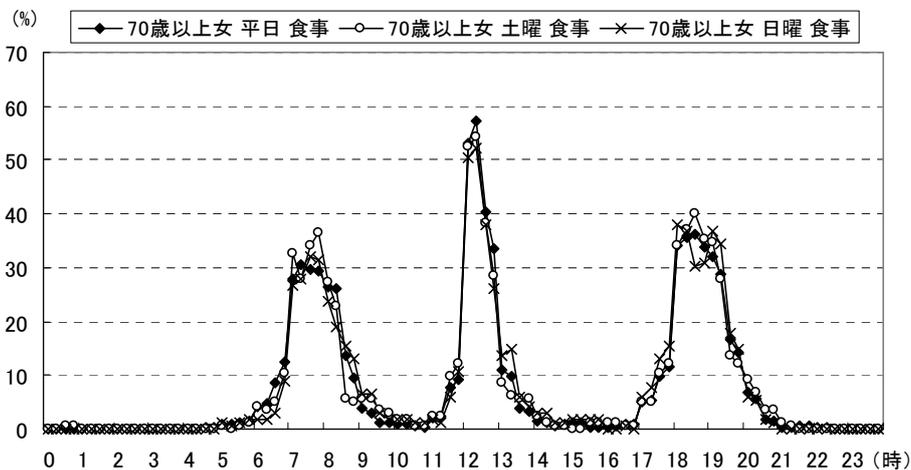


図 3.2.3.13 70歳以上女 食事率

◆炊事・掃除・洗濯

女70歳以上の炊事・掃除・洗濯時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日2時間34分、土曜2時間25分、日曜2時間26分である。炊事は朝食・昼食の前後に15分、夕食前に30分、夕食後に15分行うものとする。掃除・洗濯は、行為率の高い午前にそれぞれ30分行うものとする。

◆身の回りの用事

女70歳以上の身の回りの用事（洗面・入浴・着替えなど）は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間18分、土曜1時間04分、日曜1時間13分である。15分単位で平日・休日とも1時間15分とし、朝の洗面に15分、外出準備に30分、夜間の入浴に30分とする。

◆テレビ

女70歳以上のテレビ視聴時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日5時間40分、土曜5時間57分、日曜6時間01分である。この時間には他の行為を行いながらテレビを視聴する時間も含まれる。ここではテレビ単独の視聴時間は、9：00～9：30、13：15～15：00、19：15～21：00、21：30～22：00に設定する。

<外出モード>

9：30までの在宅時における行動は、在宅モードと同様とする。9：30～10：00は外出準備に費やし、10：00～17：45の長時間外出を設定する。帰宅以降の行動は在宅モードと同様の行為を設定する。

	単身世帯		
	30代勤め人	30代勤め人	30代勤め人
	平日	休日(在宅)	休日(外出)
0:00			
0:15			
0:30			
0:45			
1:00			
1:15			
1:30			
1:45			
2:00			
2:15			
2:30			
2:45			
3:00			
3:15			
3:30	睡眠	睡眠	睡眠
3:45			
4:00			
4:15			
4:30			
4:45			
5:00			
5:15			
5:30			
5:45			
6:00			
6:15			
6:30			
6:45			
7:00	洗面		
7:15	朝食/新聞		
7:30	外出準備		
7:45		洗面	洗面
8:00	通勤	炊事(準備)	炊事(準備)
8:15		朝食/新聞	朝食/新聞
8:30		炊事(洗物)	炊事(洗物)
8:45		洗濯	洗濯
9:00			
9:15		掃除	掃除
9:30			
9:45		外出準備	外出準備
10:00			
10:15		外出	
10:30			
10:45			
11:00			
11:15			
11:30			
11:45			
12:00		炊事(準備)	
12:15		昼食	
12:30			
12:45		炊事(洗物)	
13:00			
13:15			
13:30	仕事		
13:45		趣味	外出
14:00			
14:15			
14:30			
14:45			
15:00			
15:15			
15:30			
15:45			
16:00			
16:15			
16:30			
16:45			
17:00			
17:15			
17:30			
17:45			
18:00		TV/PC	
18:15			
18:30			
18:45			
19:00			
19:15		炊事(準備)	
19:30		夕食	
19:45	通勤		TV/新聞
20:00		炊事(洗物)	
20:15		TV/新聞	TV
20:30	夕食		
20:45			
21:00	TV/新聞		
21:15	TV	TV/PC	TV/PC
21:30			
21:45			
22:00			
22:15	TV/PC	入浴	入浴
22:30		洗面	洗面
22:45			
23:00		睡眠	睡眠
23:15			
23:30	入浴		
23:45	洗面		

	単身世帯		
	70代無職	70代無職	70代無職
	平日	休日	休日(外出)
0:00			
0:15			
0:30			
0:45			
1:00			
1:15			
1:30			
1:45			
2:00			
2:15			
2:30			
2:45			
3:00	睡眠	睡眠	睡眠
3:15			
3:30			
3:45			
4:00			
4:15			
4:30			
4:45			
5:00			
5:15			
5:30			
5:45			
6:00			
6:15	洗面	洗面	洗面
6:30	炊事(準備)	炊事(準備)	炊事(準備)
6:45	朝食/新聞	朝食/新聞	朝食/新聞
7:00			
7:15	新聞	新聞	新聞
7:30			
7:45	炊事(洗物)	炊事(洗物)	炊事(洗物)
8:00			
8:15	洗濯	洗濯	洗濯
8:30			
8:45	掃除	掃除	掃除
9:00			
9:15	TV	TV	TV
9:30			外出準備
9:45			
10:00	家事・趣味娯楽	家事・趣味娯楽	
10:15			
10:30			
10:45			
11:00			
11:15			
11:30			
11:45	炊事(準備)	炊事(準備)	
12:00			
12:15	昼食	昼食	
12:30			
12:45	炊事(洗物)	炊事(洗物)	
13:00			
13:15	外出準備	外出準備	
13:30			外出
13:45			
14:00	外出	外出	
14:15			
14:30			
14:45			
15:00			
15:15			
15:30			
15:45			
16:00			
16:15			
16:30			
16:45			
17:00	趣味娯楽	趣味娯楽	
17:15			
17:30			
17:45	炊事(準備)	炊事(準備)	炊事(準備)
18:00			
18:15	夕食	夕食	夕食
18:30			
18:45			
19:00	炊事(洗物)	炊事(洗物)	炊事(洗物)
19:15			
19:30			
19:45			
20:00	TV	TV	TV
20:15			
20:30			
20:45			
21:00			
21:15	入浴	入浴	入浴
21:30			
21:45	洗面	洗面	洗面
22:00			
22:15			
22:30	睡眠	睡眠	睡眠
22:45			
23:00			
23:15			
23:30			
23:45			

3.2.4 夫婦のみ世帯の生活スケジュール

- ・ 夫婦のみ世帯の世帯主年齢は 65 歳以上の高齢者の占める割合が 47.1%と最も高い。〈図 3.2.4.1〉
- ・ 夫婦のみ世帯の平均世帯主年齢は、65 歳未満の世帯は 49 歳、65 歳以上の高齢者世帯は 73 歳である。
- ・ 夫婦の平均年齢差は 2.7 歳である。
- ・ 夫婦の就労状態は、共働き、夫就業者妻主婦、共に非就業の割合が 3 割前後となっている。共に非就業の世帯は高齢世帯と思われる。〈図 3.2.4.2〉

【夫婦のみ世帯の構成員】

- ①夫40代勤め人、妻40代主婦
- ②夫40代勤め人、妻40代勤め人
- ③夫70代無職、妻70代無職

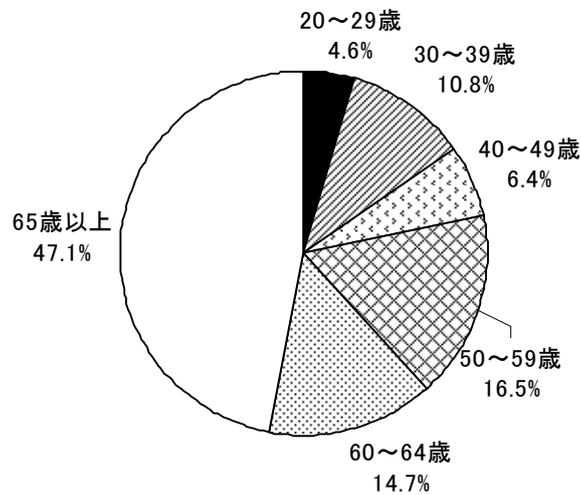


図 3.2.4.1 夫婦のみ世帯の世帯主年齢

出所：総務省「平成17年国勢調査」

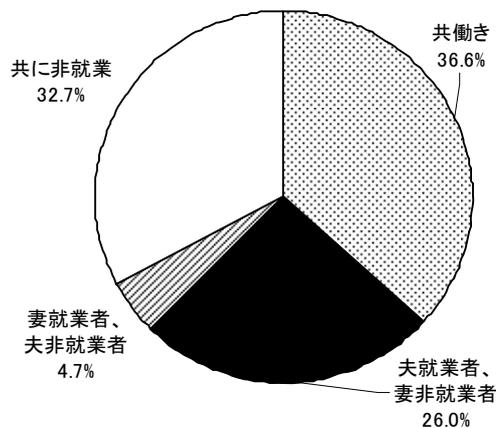


図 3.2.4.2 夫婦の就労状態

出所：総務省「平成17年国勢調査」

3.2.4.1 夫40代勤め人、妻40代主婦

※夫40代勤め人は男40代勤め人のデータを参照する。時刻別行為率は40代男のデータを参照する。

※妻40代主婦は、主婦のデータを参照する。時刻別行為率についても主婦のデータを参照する。

※休日においては、外出時間が短時間の在宅モードと、外出時間が長時間の外出モードをそれぞれ設定する。

<平日>

1. 夫40代勤め人

◆在宅時間

男40代勤め人の在宅時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日11時間21分、15分単位で11時間15分とする。図 3.2.3.4の30代男性の在宅率を参考に、20：00～7：15に在宅するものとする。

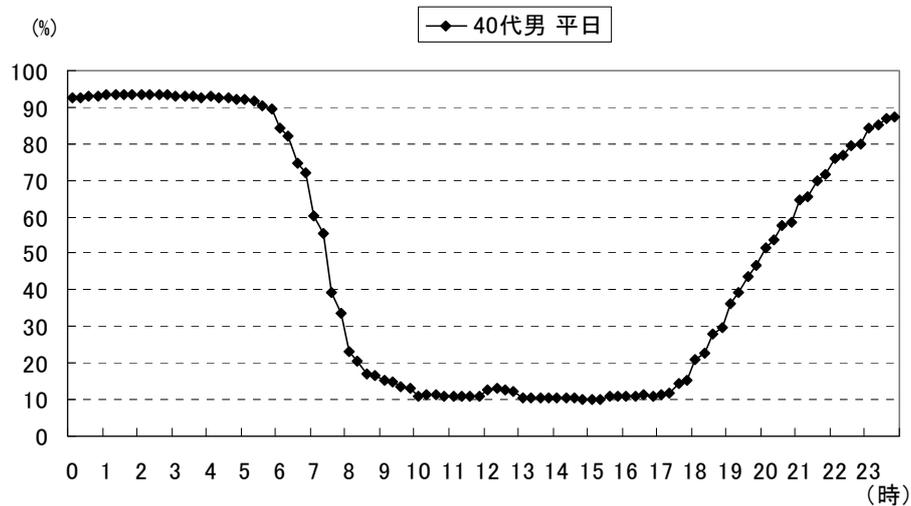


図 3.2.4.3 40代男 在宅率 (平日)

◆睡眠時間

男40代勤め人の睡眠時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日7時間5分、15分単位で7時間とする。図 3.2.3.5の睡眠率より睡眠時間を23：15～6：15とする。

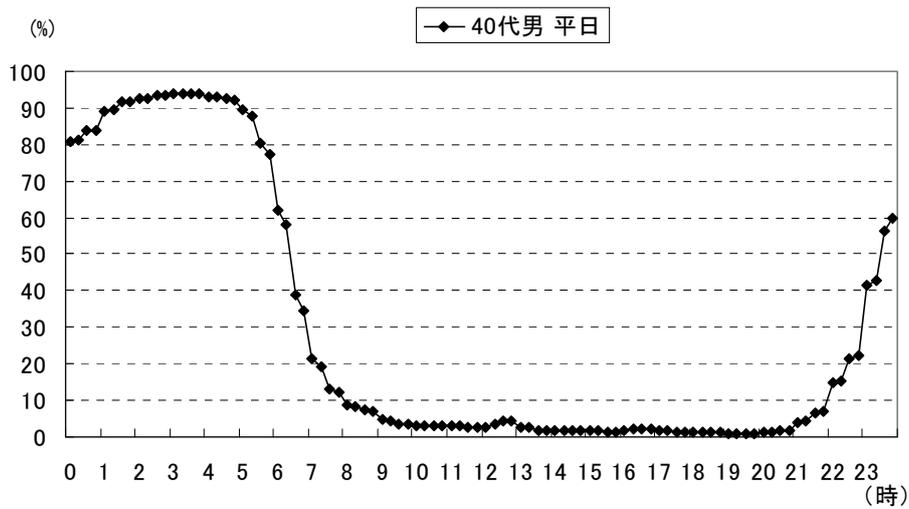


図 3.2.4.4 40代男 睡眠率 (平日)

◆食事

男40代勤め人の食事時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間25分である。15分単位で1時間30分とする。朝食15分、昼食30分、夕食45分とする。

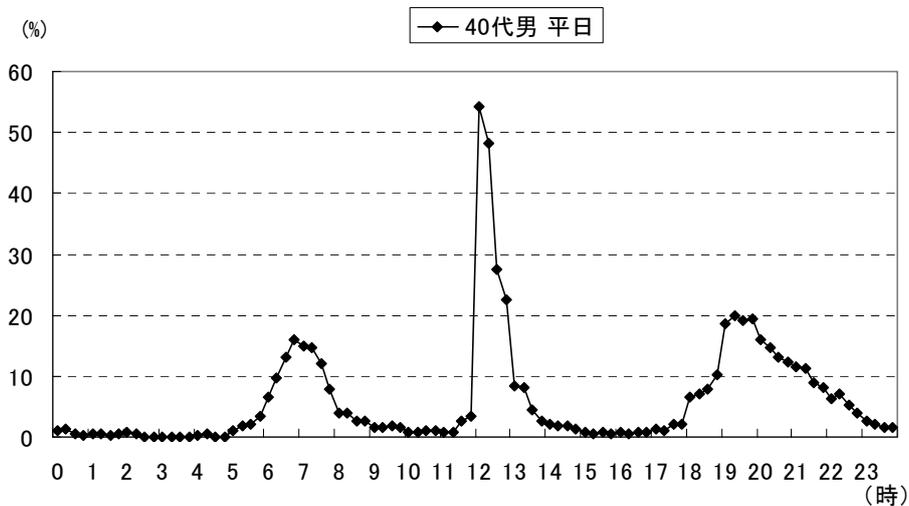


図 3.2.4.5 40代男 食事率 (平日)

◆通勤・仕事

男40代勤め人の通勤時間および勤務時間は、NHK「国民生活時間調査2005」よりそれぞれ1時間27分、9時間52分で、15分単位で通勤時間1時間30分、勤務時間10時間とする。なお、通勤時間は往路、復路とも45分とする。図 3.2.3.7の通勤・仕事率を参考に通勤時間を7:15~8:00、19:00~19:45、仕事時間を8:00~19:00 (ただし昼食・休息时间含む) と設定する。

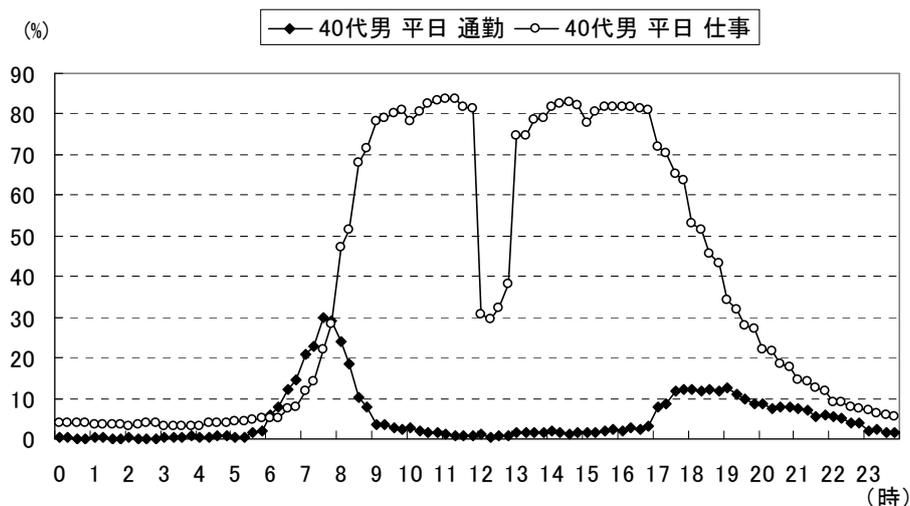


図 3.2.4.6 40代男 通勤・仕事率（平日）

◆身の回りの用事

男40代勤め人の身の回りの用事（洗面・入浴・着替えなど）は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間00分である。15分単位で1時間とし、朝の洗面に15分、外出準備に15分、夜間の入浴（夜洗顔含む）に30分とする。

◆テレビ・パソコン・新聞

男40代勤め人のテレビ視聴時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日2時間39分となっている。この視聴時間には他の行為を行いながらテレビを視聴する時間も含まれる。

また、テレビの他に行為率の高いネット利用を含む趣味の時間は平日1時間18分となっている。ここでは、20：30～22：15をテレビ単独の視聴時間と想定し、22：45～23：15をテレビ、またはパソコンの使用時間とする。

新聞の閲読時間は、平日34分となっている。ここでは朝食時の15分と朝食後の15分を新聞の閲読に費やすものとする。

2. 妻 40代主婦

◆在宅時間

主婦の在宅時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日20時間10分である。15分単位で20時間とする。図 3.2.3.11の在宅率を参考に、16：00～10：00、12：00～14：00とする。

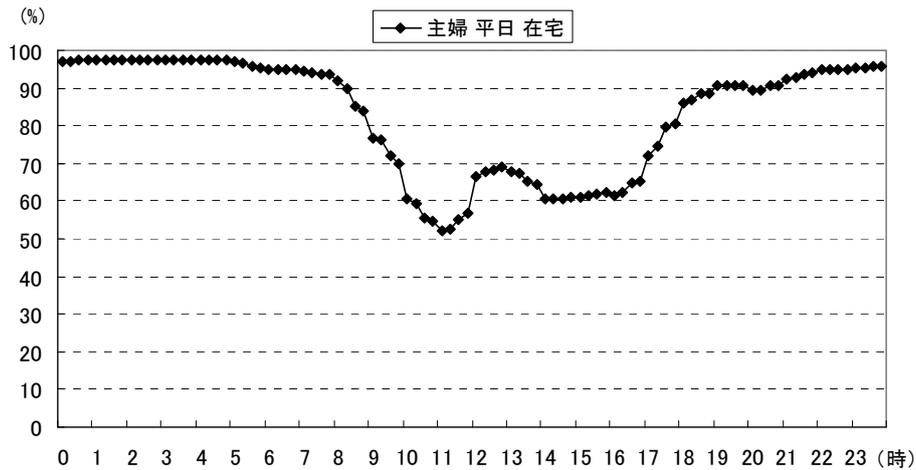


図 3.2.4.7 主婦 在宅率

◆睡眠時間

主婦の睡眠時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日7時間13分である。ここでは、夫のスケジュールに合わせ15分単位で7時間00分とし、睡眠時間帯を23：00～6：00とする。

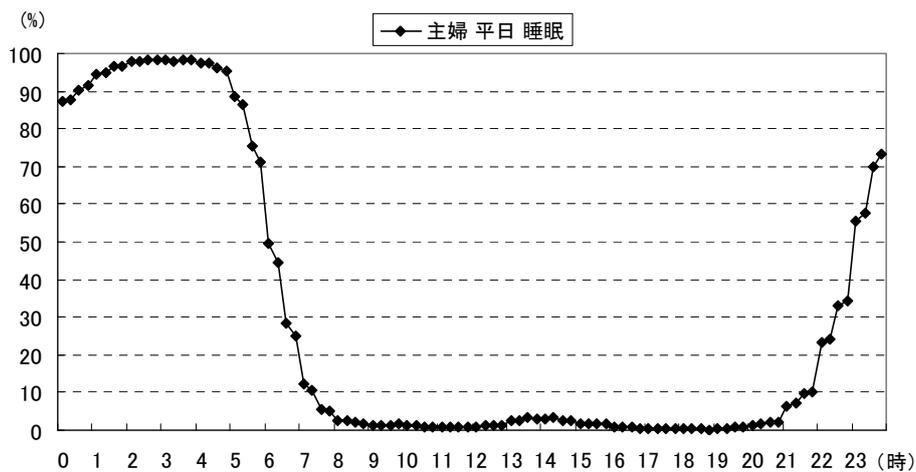


図 3.2.4.8 主婦 睡眠率

◆食事

主婦の食事時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間46分である。15分単位で1時間45分とし、朝食15分、昼食45分、夕食45分とする。

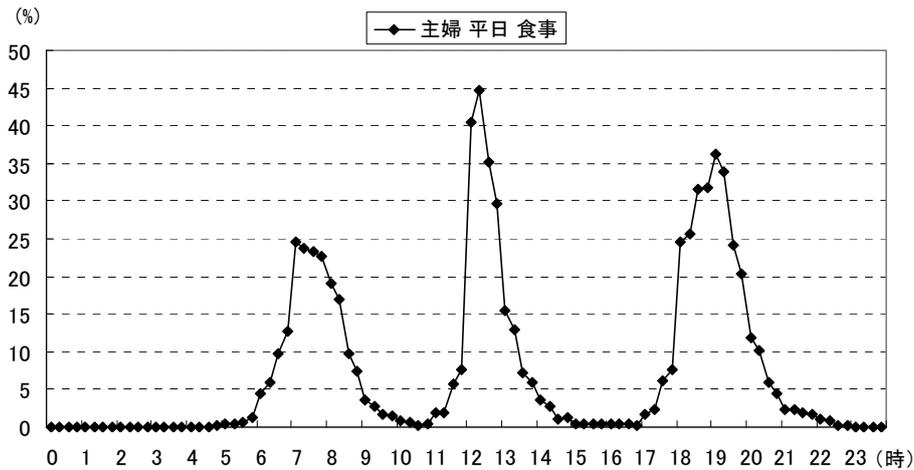


図 3.2.4.9 主婦 食事率

◆炊事・掃除・洗濯

主婦の炊事・掃除・洗濯時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日3時間38分である。炊事は朝食・昼食の前後に15分、夕食前に1時間、夕食後に15分行うものとする。掃除・洗濯は、行為率の高い午前にそれぞれ30分行うものとする。

◆家事（片付け物、用事など）

主婦の家事に費やす時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日2時間9分である。ここでは、炊事の後などに家事を行うものとして、7：00～7：15、8：45～9：30、13：15～14：00を家事の時間とする。

◆身の回りの用事

主婦の身の回りの用事（洗面・入浴・着替えなど）は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間13分である。15分単位で1時間15分とし、朝の洗面に15分、外出準備に30分、夜間の入浴に30分とする。

◆その他

主婦のその他の行動として、テレビ視聴（他の行動を行いながら視聴する時間を含む）を3時間15分、趣味の時間を2時間45分設定する。

<休日：在宅モード>

1. 夫 40 代勤め人

◆睡眠時間

男40代勤め人の睡眠時間は、次の推定式により決定する。

Y：ある1日の平均睡眠時間（平日425分、土曜450分、日曜504分）

A：働いていた人の平均睡眠時間

B：休日だった人の平均睡眠時間

R1~3：平日、土曜日、日曜日に働いていた人の割合（平日93.5%、土曜60.2%、日曜24.2%）

$$Y_n = R_n \times A + (1 - R_n) \times B$$

<重回帰式>

$$Y = R_n \times 413.1 + (1 - R_n) \times 527.6$$

$$R^2 = 1.000$$

上記の推計より、休日の睡眠時間を15分単位で8時間45分とする。

図 3.2.3.8の睡眠率より睡眠時間を23：00～7：45とする。

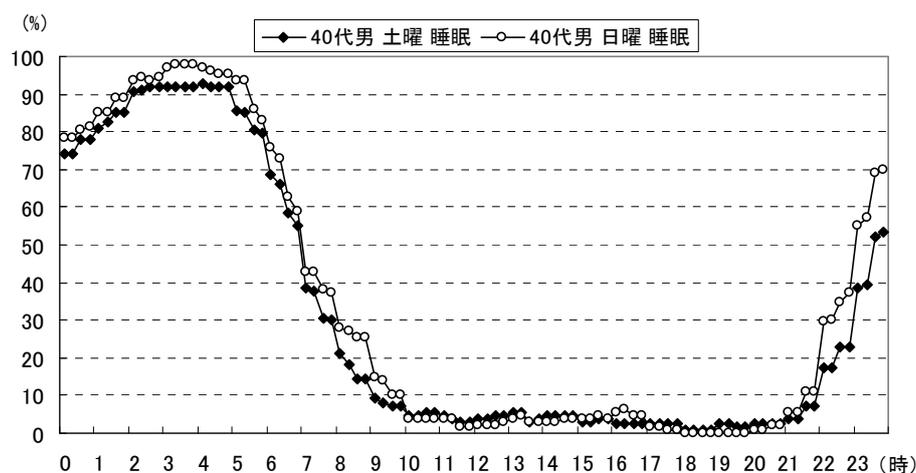


図 3.2.4.10 40代男 睡眠率 (休日)

◆在宅時間

Y：ある1日の平均在宅時間（平日681分、土曜887分、日曜1013分）

A：働いていた人の平均在宅時間

B：休日だった人の平均在宅時間

R1~3：平日、土曜日、日曜日に働いていた人の割合（平日93.5%、土曜60.2%、日曜24.2%）

$$Y_n = R_n \times A + (1 - R_n) \times B$$

<重回帰式>

$$Y = R_n \times 666.1 + (1 - R_n) \times 1143$$

$$R^2 = 0.999$$

◆食事

男40代勤め人の食事時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜1時間45分、日曜1時間49分である。15分単位で1時間45分とする。朝食15分、昼食45分、夕食45分とする。

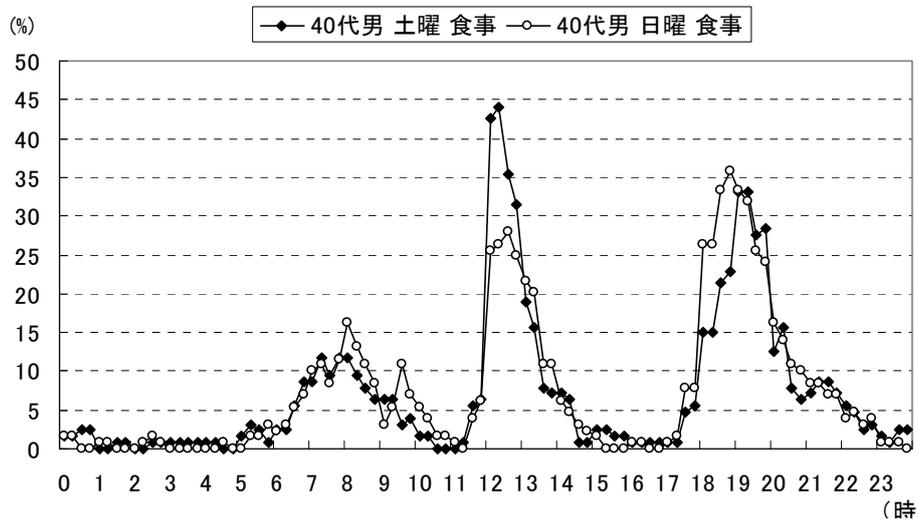


図 3.2.4.11 40代男 食事率 (日曜)

◆身の回りの用事

男40代勤め人の身の回りの用事（洗面・入浴・着替えなど）は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜1時間、日曜1時間3分である。15分単位で1時間とし、朝の洗面に15分、外出準備に15分、夜間の入浴に30分とする。

◆その他

その他の行動として、家事を2時間、テレビ視聴（他の行動を行いながら視聴する時間を含む）を3時間15分、趣味の時間を1時間30分、パソコンの時間を30分設定する。

2. 妻 40代主婦

◆睡眠時間

主婦の睡眠時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜7時間30分、日曜7時間54分である。15分単位で7時間45分とし、睡眠時間帯を23：00～6：45とする。

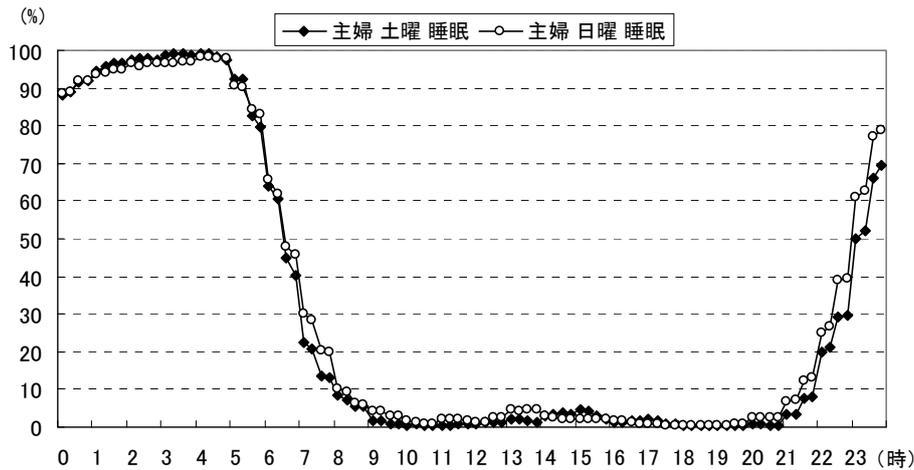


図 3.2.4.12 主婦 睡眠率

◆在宅時間

夫のスケジュールに合わせ、13:15~17:15は買い物のため外出とし、他の時間は在宅するものとする。

◆食事

主婦の食事時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜1時間58分、日曜1時間55分である。夫のスケジュールに合わせ、朝食15分、昼食45分、夕食45分とする。

◆炊事・掃除・洗濯

主婦の炊事・掃除・洗濯時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜3時間12分、日曜3時間5分である。炊事は朝食・昼食の前後に15分、夕食前に1時間、夕食後に15分行うものとする。掃除・洗濯は、行為率の高い午前にそれぞれ30分行うものとする。

◆家事（片付け物、用事など）

主婦の家事に費やす時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜2時間7分、日曜2時間である。ここでは、炊事後や帰宅後などに家事を行うものとする。

◆身の回りの用事

主婦の身の回りの用事（洗面・入浴・着替えなど）は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜1時間9分、日曜1時間21分である。15分単位で1時間15分とし、朝の洗面に15分、外出準備に30分、夜間の入浴に30分とする。

◆その他

その他の行動として、テレビ視聴（他の行動を行いながら視聴する時間を含む）を2時間30分、趣味の時間を45分、パソコンの時間を30分設定する。

<休日：外出モード>

夫婦共に9：30～20：00までの長時間外出を想定する。帰宅以降の行動については在宅モードと同様とする。

3.2.4.2 夫40代勤め人、妻40代勤め人

※夫40代勤め人は男40代勤め人のデータを参照する。時刻別行為率は40代男のデータを参照する。

※妻40代勤め人は40代女勤め人のデータを参照する。時刻別行為率は女性勤め人のデータを参照する。

※休日は短時間外出の在宅モードと長時間外出の外出モードを設定する。

<平日>

1. 夫40代勤め人

3.2.4.1にて設定した夫40代勤め人のスケジュールを採用する。

2. 妻40代勤め人

◆在宅時間

40代女勤め人の在宅時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日14時間24分であるが、15分単位で14時間30分とする。なお、15：30～8：00に在宅するものとする。

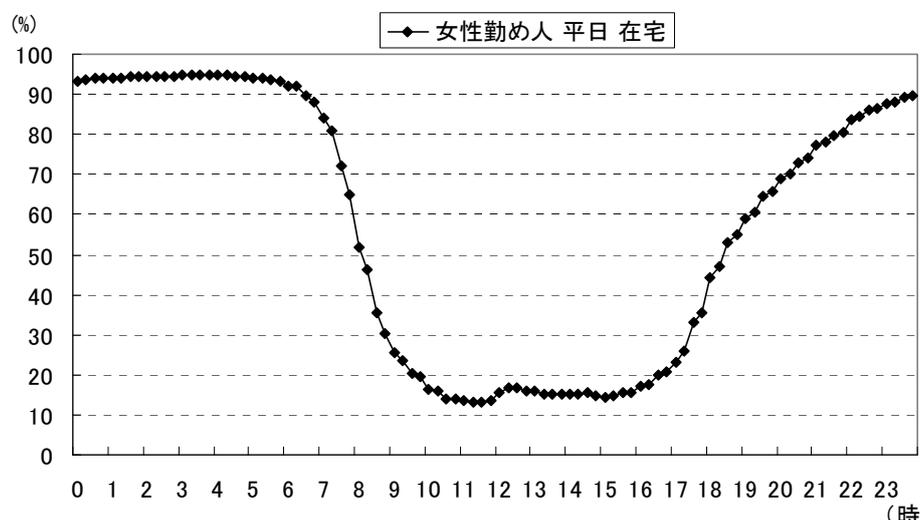


図 3.2.4.13 女性勤め人 在宅率 (平日)

◆睡眠時間

40代女勤め人の睡眠時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日7時間05分であり、15分単位で7時間とする。なお、睡眠時間帯は23：15～6：15とする。

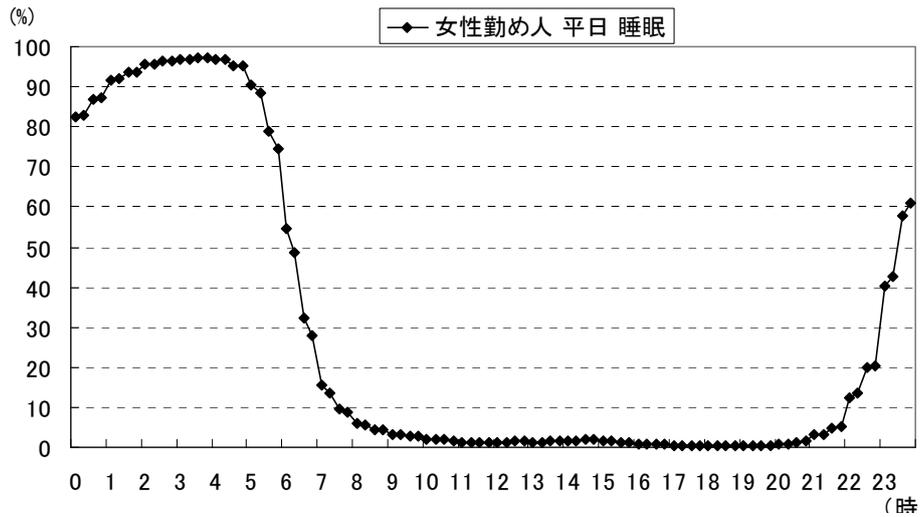


図 3.2.4.14 女性勤め人 睡眠率 (平日)

◆食事

40代女勤め人の食事時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間28分である。15分単位で1時間30分とする。朝食15分、昼食30分、夕食45分とする。

◆通勤・仕事

40代女勤め人の通勤時間および勤務時間は、NHK「国民生活時間調査2005」よりそれぞれ0時間56分、7時間13分で、15分単位で通勤時間1時間、勤務時間7時間とする。なお、通勤時間は往路、復路とも30分とする。通勤時間を8：00～8：30、18：30～19：00、仕事時間を8：30～16：30（ただし昼食・休息时间含む）と設定する。

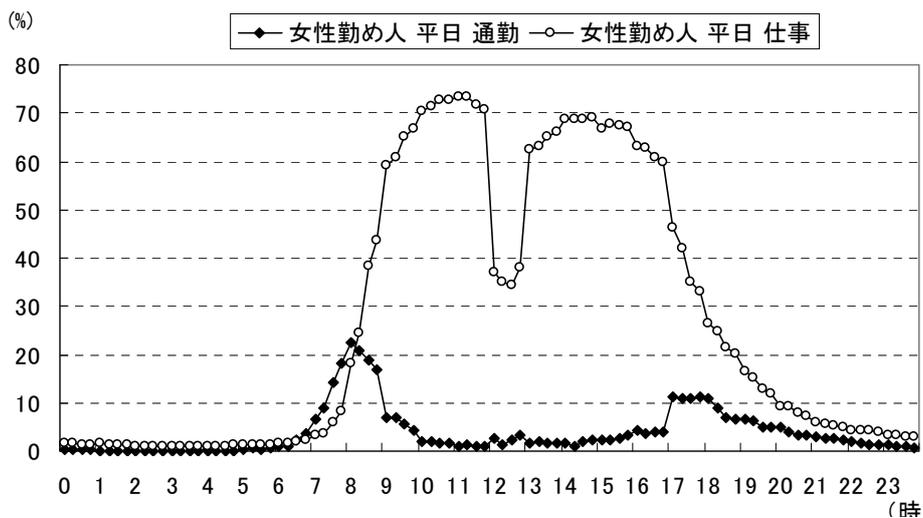


図 3.2.4.15 女性勤め人 通勤・仕事率 (平日)

◆身の回りの用事

40代女勤め人の身の回りの用事（洗面・入浴・着替えなど）は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間である。15分単位で1時間とし、朝の洗面に15分、外出準備に15分、夜間の入浴（夜洗顔含む）に30分とする。

◆炊事・掃除・洗濯

40代女勤め人の炊事・掃除・洗濯時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日2時間35分である。炊事は朝食の前後に15分、夕食前に45分、夕食後に15分行うものとする。掃除・洗濯は、行為率の高い午前に30分行うものとする。

◆買い物

40代女勤め人の買い物に費やす時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日55分である。ここでは仕事の後に移動に要する時間を含め2時間買い物に費やすものと設定する。

◆家事（片付け物、用事など）

40代女勤め人の家事に費やす時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間24分である。15分単位で1時間30分とし、17：30～19：00を家事の時間とする。

◆テレビ・パソコン・新聞

40代女勤め人のテレビ視聴時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日3時間22分となっている。この視聴時間には他の行為を行いながらテレビを視聴する時間も含まれる。

ここでは、20：45～22：45の2時間をテレビの視聴時間と想定する。

<休日：在宅モード>

1. 夫 40代勤め人

3.2.4.1にて設定した夫40代勤め人のスケジュールを採用する。

2. 妻 40代勤め人

◆睡眠時間

40代女勤め人の睡眠時間は、次の推定式により決定する。

Y：ある1日の平均睡眠時間（平日400分、土曜446分、日曜468分）

A：働いていた人の平均睡眠時間

B：休日だった人の平均睡眠時間

R1～3：平日、土曜日、日曜日に働いていた人の割合（平日86.3%、土曜39.6%、日曜27.1%）

$Y_n = R_n \times A + (1 - R_n) \times B$

<重回帰式>

$$Y=Rn \times 383.9+(1-Rn) \times 494.3$$

$$R^2=0.999$$

上記の推計及び夫の睡眠時間を考慮し、休日の睡眠時間を15分単位で8時間30分とする。

睡眠時間は23：00～7：30とする。

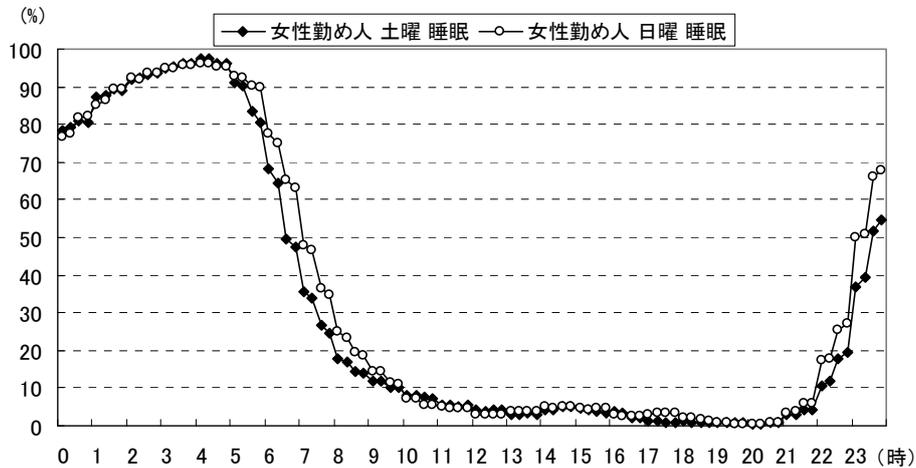


図 3.2.4.16 女勤め人 睡眠率（休日）

◆在宅時間

夫のスケジュールに合わせ、13：15～17：15は買い物のため外出とし、他の時間は在宅するものとする。

◆食事

40代女勤め人の食事時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜1時間42分、日曜1時間40分である。15分単位で1時間45分とし、朝食15分、昼食45分、夕食45分とする。

◆炊事・掃除・洗濯

40代女勤め人の炊事・掃除・洗濯時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜2時間56分、日曜3時間9分である。炊事は朝食・昼食の前後に15分、夕食前に1時間、夕食後に15分行うものとする。掃除・洗濯は、行為率の高い午前にそれぞれ30分行うものとする。

◆家事（片付け物、用事など）

40代女勤め人の家事に費やす時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜1時間52分、日曜1時間42分である。ここでは、炊事の前夜や帰宅後などに家事を行うものとする。

◆身の回りの用事

40代女勤め人の身の回りの用事（洗面・入浴・着替えなど）は、NHK「国民生活時間調査2005」より土曜1時間19分、日曜1時間10分である。15分単位で1時間15分とし、朝の洗面に15分、外出準備に30分、夜間の入浴に30分とする。

◆その他

その他の行動として、テレビ視聴（他の行動を行いながら視聴する時間を含む）を2時間30分、趣味の時間を45分、パソコンの時間を30分設定する。

<休日：外出モード>

9：30～20：00の長時間外出を想定する。帰宅後の行動は在宅モードと同様とする。

3.2.4.3 夫70代無職、妻70代無職

※平日、休日とも時刻別行為者率に大きな違いは見られないため、同じスケジュールを設定する。

※短時間の外出を想定した在宅モードと、長時間の外出を想定した外出モードをそれぞれ設定する。

<在宅モード>

1. 夫70代無職

◆在宅時間

男70歳以上の在宅時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日19時間23分、土曜19時間39分、日曜20時間16分である。15分単位で平日、休日とも19時間45分とする。図 3.2.3.11の在宅率を参考に、16：00～9：30、11：45～14：00とする。

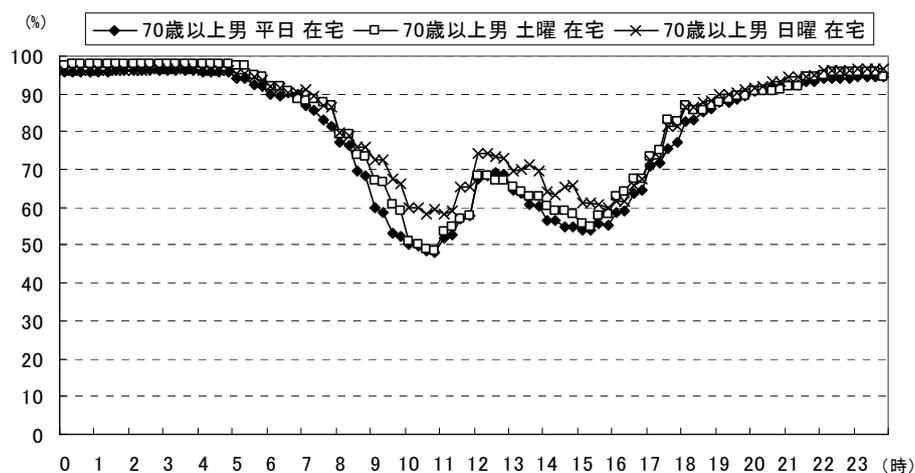


図 3.2.4.17 70歳以上男 在宅率

◆睡眠時間

男70歳以上の睡眠時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日8時間19分、土曜8時間24分、日曜8時間36分である。15分単位で平日、休日とも8時間30分とする。図 3.2.3.11の睡眠率を参考に、22：00～6：30とする。

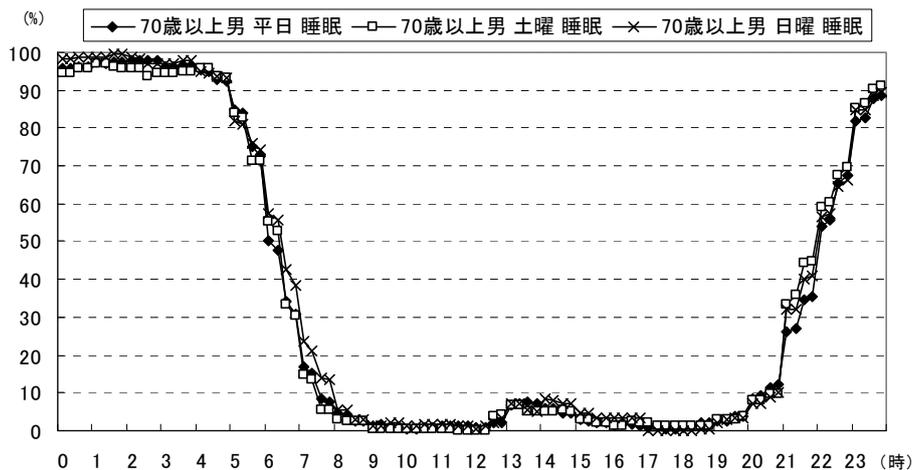


図 3.2.4.18 70歳以上男 睡眠率

◆食事

男70歳以上の食事時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間54分、土曜1時間52分、日曜1時間51分である。15分単位で2時間とし、朝食30分、昼食45分、夕食45分とする。

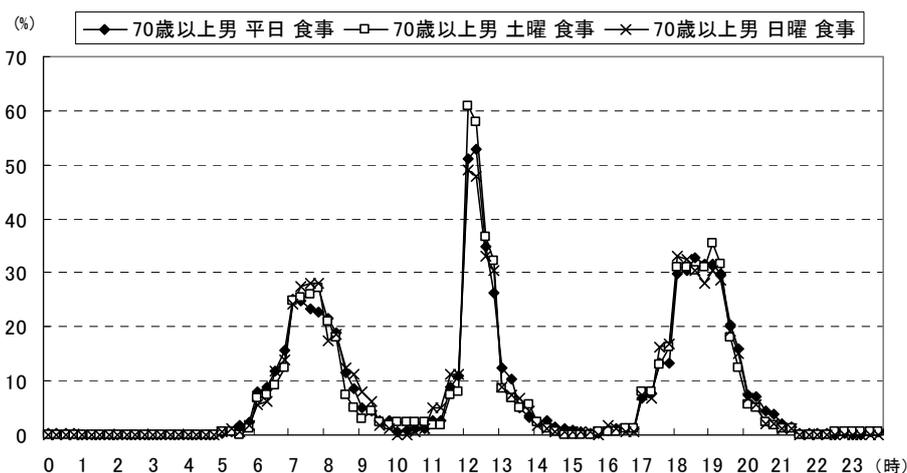


図 3.2.4.19 70歳以上男 食事率

◆身の回りの用事

男70歳以上の身の回りの用事（洗面・入浴・着替えなど）は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間6分、土曜1時間6分、日曜1時間7分である。15分単位で平日・休日とも1時間とし、朝の洗面に15分、外出準備に15分、夜間の入浴に30分とする。

◆家事

男70歳以上の家事（炊事・掃除・洗濯・買い物・家庭雑事など）に費やす時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間59分、土曜2時間6分、日曜2時間13分である。ここでは、平日・休日とも午前中の7：45～9：15を家事に費やすものと設定する。

◆テレビ・新聞

男70歳以上のテレビ視聴時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日5時間29分、土曜5時間56分、日曜6時間46分である。この時間には他の行為を行いながらテレビを視聴する時間も含まれるため、テレビ単独の視聴時間は、11：45～12：15、13：00～14：00、19：00～21：00、21：30～22：00に設定する。

男70歳以上の新聞閲読時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間11分、土曜1時間25分、日曜1時間5分である。ここでは、朝食時の30分、朝食後の30分を新聞の閲読に費やすものと設定する。

2. 妻 70代無職

◆在宅時間

女70歳以上の在宅時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日20時間43分、土曜20時間57分、日曜21時間17分である。15分単位で平日、休日とも21時間とする。図 3.2.3.11の在宅率を参考に、16：00～10：00、12：00～15：00とする。

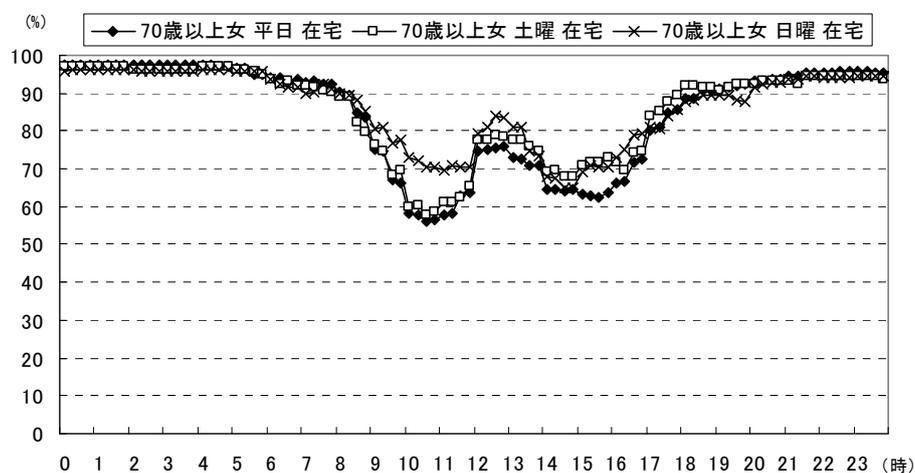


図 3.2.4.20 70歳以上女 在宅率

◆睡眠時間

女70歳以上の睡眠時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日8時間11分、土曜8時間11分、日曜8時間29分である。15分単位で平日、休日とも8時間15分とする。図 3.2.3.11の睡眠率を参考に、22：00～6：15とする。

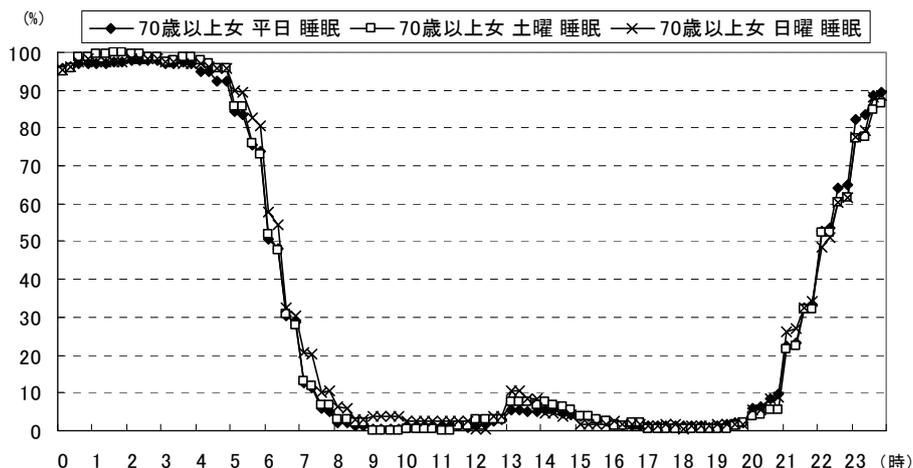


図 3.2.4.21 70歳以上女 睡眠率

◆食事

女70歳以上の食事時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間55分、土曜1時間56分、日曜1時間55分である。15分単位で2時間とし、朝食30分、昼食45分、夕食45分とする。

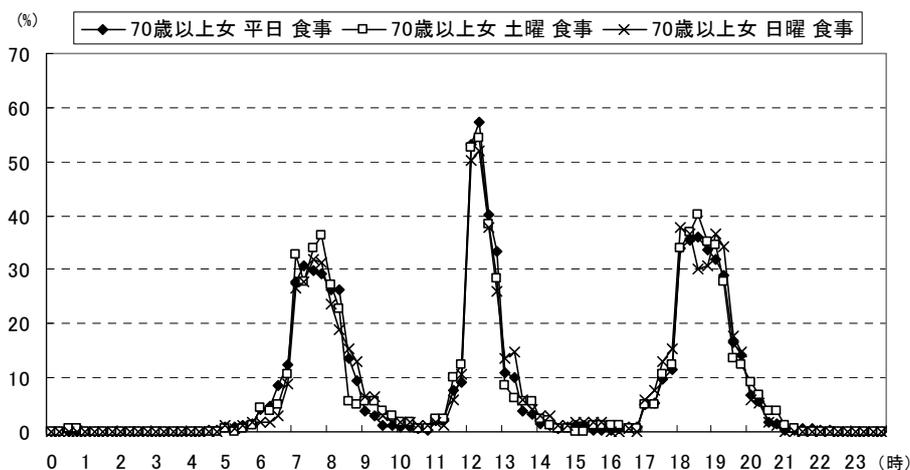


図 3.2.4.22 70歳以上女 食事率

◆炊事・掃除・洗濯

女70歳以上の炊事・掃除・洗濯時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日2時間34分、土曜2時間25分、日曜2時間26分である。炊事は朝食・昼食の前後に15分、夕食前に45分、夕食後に15分行うものとする。掃除・洗濯は、行為率の高い午前にそれぞれ30分行うものとする。

◆身の回りの用事

女70歳以上の身の回りの用事（洗面・入浴・着替えなど）は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日1時間18分、土曜1時間04分、日曜1時間13分である。15分単位で平日・休日とも1時間15分

とし、朝の洗面に15分、外出準備に30分、夜間の入浴に30分とする。

◆テレビ

女70歳以上のテレビ視聴時間は、NHK「国民生活時間調査2005」より平日5時間40分、土曜5時間57分、日曜6時間01分である。この時間には他の行為を行いながらテレビを視聴する時間も含まれるため、テレビ単独の視聴時間は、9：00～9：30、13：15～15：00、19：15～21：30に設定する。

<外出モード>

夫婦ともに10：00～17：30の長時間の外出を想定する。夫については、帰宅以降の17：30～18：15を趣味娯楽に費やし、18：15以降の行動は在宅モードと同様とする。妻は、帰宅以降の行動を在宅モードと同様とする。

2人世帯						
夫40代勤め人	妻40代主婦	夫40代勤め人	妻40代主婦	夫40代勤め人	妻40代主婦	
平日	平日	休日(在宅)	休日(在宅)	休日(外出)	休日(外出)	
0:00						
0:15						
0:30						
0:45						
1:00						
1:15						
1:30						
1:45						
2:00						
2:15						
2:30						
2:45						
3:00						
3:15	睡眠					
3:30	睡眠					
3:45		睡眠				
4:00				睡眠		
4:15						
4:30						
4:45						
5:00						
5:15						
5:30						
5:45						
6:00	洗面	洗面				
6:15	炊事(準備)	炊事(準備)				
6:30	朝食/新聞	朝食				
6:45	新聞	炊事(洗物)		洗面		洗面
7:00	外出準備	家事				
7:15	通勤	洗濯		家事		洗濯
7:30						
7:45		掃除	洗面	炊事(準備)	洗面	炊事(準備)
8:00		掃除	朝食	朝食	朝食	朝食
8:15		PC	新聞	炊事(洗物)	新聞	炊事(洗物)
8:30				洗濯		掃除
8:45		家事/TV	掃除		TV	
9:00				掃除		外出準備
9:15		外出準備		PC		
9:30			家事			
9:45						
10:00		外出(買い物等)	家事	家事		
10:15						
10:30			趣味/TV			
10:45				炊事(準備)		
11:00						
11:15						
11:30						
11:45						
12:00			炊事(準備)			
12:15			昼食	昼食		
12:30						
12:45			TV	炊事(洗物)		
13:00	仕事	炊事(洗物)	外出準備	外出準備		
13:15						
13:30		家事/TV				
13:45						
14:00						
14:15						
14:30		外出			外出	外出
14:45						
15:00		外出				
15:15						
15:30						
15:45						
16:00						
16:15						
16:30						
16:45						
17:00		趣味				
17:15			趣味娯楽	趣味娯楽		
17:30						
17:45						
18:00			TV	炊事(準備)		
18:15						
18:30						
18:45						
19:00	通勤	炊事(準備)	夕食	夕食		
19:15						
19:30				炊事(洗物)		
19:45	夕食	夕食				
20:00						
20:15		炊事(洗物)				
20:30			TV		TV	
20:45						
21:00	TV			TV		TV
21:15						
21:30		TV				
21:45	入浴		入浴		入浴	
22:00	洗面		洗面		洗面	
22:15						
22:30	TV/PC	入浴	PC	入浴	PC	入浴
22:45		洗面		洗面		洗面
23:00						
23:15	睡眠		睡眠		睡眠	睡眠
23:30						
23:45						

2人世帯						
夫40代勤め人	妻40代勤め人	夫40代勤め人	妻40代勤め人	夫40代勤め人	妻40代勤め人	
平日	平日	休日(在宅)	休日(在宅)	休日(外出)	休日(外出)	
0:00						
0:15						
0:30						
0:45						
1:00						
1:15						
1:30						
1:45						
2:00						
2:15						
2:30						
2:45						
3:00	睡眠	睡眠				
3:15						
3:30						
3:45		睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	
4:00						
4:15						
4:30						
4:45						
5:00						
5:15						
5:30						
5:45						
6:00						
6:15	洗面	洗面				
6:30	朝食/新聞	炊事(準備)				
6:45	新聞	朝食				
7:00	外出準備	炊事(洗物)				
7:15						
7:30	通勤	掃除/洗濯	洗面	洗面	洗面	
7:45		外出準備	炊事(準備)	洗面	炊事(準備)	
8:00		通勤	朝食	朝食	朝食	
8:15			新聞	炊事(洗物)	新聞	炊事(洗物)
8:30				洗濯		洗濯
8:45			掃除		掃除	
9:00				掃除		
9:15				外出準備	外出準備	外出準備
9:30				PC		
9:45			家事			
10:00				家事		
10:15						
10:30			趣味/TV			
10:45				炊事(準備)		
11:00						
11:15						
11:30			昼食	昼食		
11:45						
12:00			TV	炊事(洗物)		
12:15		仕事	外出準備	外出準備		
12:30						
12:45						
13:00	仕事					
13:15						
13:30						
13:45						
14:00						
14:15						
14:30					外出	外出
14:45						
15:00						
15:15						
15:30						
15:45						
16:00						
16:15						
16:30						
16:45		買い物				
17:00						
17:15			趣味娯楽	趣味娯楽		
17:30						
17:45						
18:00		家事	TV	炊事(準備)		
18:15						
18:30						
18:45						
19:00	通勤	炊事(準備)	夕食	夕食		
19:15						
19:30				炊事(洗物)		
19:45	夕食	夕食				
20:00						
20:15		炊事(洗物)				
20:30			TV		TV	TV
20:45						
21:00	TV			TV		
21:15						
21:30						
21:45			入浴		入浴	
22:00	入浴		洗面		洗面	PC
22:15	洗面					
22:30		入浴	PC	入浴	PC	入浴
22:45	TV/PC			洗面		洗面
23:00		洗面				
23:15						
23:30	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
23:45						

	2人世帯					
	夫70代無職	妻70代無職	夫70代無職	妻70代無職	夫70代無職	妻70代無職
	平日	平日	休日	休日	休日(外出)	休日(外出)
0:00						
0:15						
0:30						
0:45						
1:00						
1:15						
1:30						
1:45						
2:00						
2:15						
2:30						
2:45						
3:00						
3:15						
3:30						
3:45						
4:00						
4:15						
4:30						
4:45						
5:00						
5:15						
5:30						
5:45						
6:00						
6:15		洗面		洗面		洗面
6:30	洗面	炊事(準備)	洗面	炊事(準備)	洗面	炊事(準備)
6:45	朝食/新聞	朝食	朝食/新聞	朝食	朝食/新聞	朝食
7:00						
7:15	新聞	炊事(洗物)	新聞	炊事(洗物)	新聞	炊事(洗物)
7:30		洗濯		洗濯		洗濯
7:45						
8:00		掃除		掃除		掃除
8:15	家事		家事		家事	
8:30						
8:45		家事		家事		家事
9:00						
9:15				趣味娯楽		
9:30				外出準備		外出準備
9:45						
10:00	家事	家事	家事	家事		
10:15	趣味娯楽	趣味娯楽	趣味娯楽	趣味娯楽		
10:30						
10:45						
11:00						
11:15						
11:30						
11:45	TV	炊事(準備)	TV	炊事(準備)		
12:00						
12:15	昼食	昼食	昼食	昼食		
12:30						
12:45						
13:00	外出準備	炊事(洗物)	外出準備	炊事(洗物)		
13:15					外出	外出
13:30						
13:45						
14:00	外出	TV	外出	TV		
14:15		趣味娯楽		趣味娯楽		
14:30						
14:45						
15:00						
15:15						
15:30		外出準備		外出準備		
15:45						
16:00						
16:15		外出		外出		
16:30						
16:45	趣味娯楽		趣味娯楽			
17:00						
17:15						
17:30						
17:45		炊事(準備)		炊事(準備)	趣味娯楽	炊事(準備)
18:00						
18:15	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食
18:30						
18:45						
19:00		炊事(洗物)		炊事(洗物)		炊事(洗物)
19:15						
19:30	TV		TV		TV	
19:45		TV		TV		TV
20:00						
20:15						
20:30						
20:45	入浴		入浴		入浴	
21:00	洗面		洗面		洗面	
21:15		入浴		入浴		入浴
21:30	TV	洗面	TV	洗面	TV	洗面
21:45						
22:00						
22:15						
22:30						
22:45	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
23:00						
23:15						
23:30						
23:45						