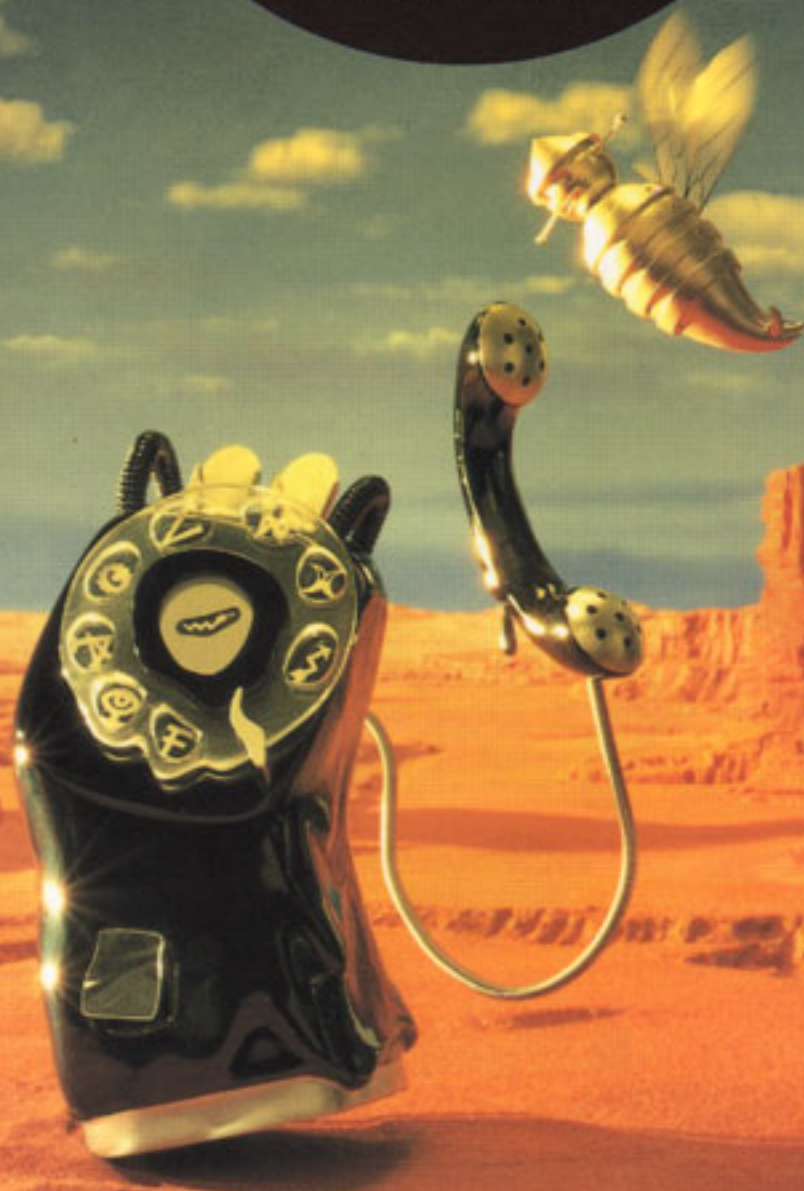


# 東京人の タイムテーブル

首都圏生活者の  
OFF TIME調査

J-WAVE 編







## CONTENTS

「快適」に編成される生活時間 J-WAVE 編成部	6
調査概要	18
<b>第1編 自宅内の時間</b>	<b>21</b>
起床時間	22
就寝時間	24
帰宅時間	26
土・日曜日の在宅時間	28
自宅起床時間	30
自宅起床時間量	32
自宅で一緒にいる人	34
遅い帰宅後の行動	36
<b>第2編 自宅外の時間</b>	<b>39</b>
退社時間	40
夜の街時間	42
休日の街時間	44
クルマ時間	46
外で一緒に過ごした人	48
通勤・通学の手段と時間	50
通勤・通学中の行動	52
仕事・授業終了後の行動	54
終電車利用と行動	56
<b>第3編 個別行動</b>	<b>59</b>
個人的つき合い	60
見物・鑑賞	62
けいこごと・趣味・技能	64
スポーツ	66
家事	68
日用品の買い物	70
休息・団らん	72
平日の家での夕食回数	74
メディア行動	76

<b>第4編 主な行動の曜日比較</b>	<b>79</b>
仕事・授業	80
劇場・お店・街のスポット	82
個人的つき合い	84
けいこごと・趣味・技能	86
スポーツ	88
休日行動	90
夏休みの過ごし方	92
<b>第5編 時間帯別の生活行動と場所</b>	<b>95</b>
平日午前7時台	96
平日午前11時台	98
平日午後7時台	100
平日午後9時台	102
土曜日午前11時台	104
土曜日午後3時台	106
土曜日午後7時台	108
土曜日午後9時台	110
日曜日午前11時台	112
日曜日午後3時台	114
日曜日午後7時台	116
日曜日午後9時台	118
近代的時間の成立と余暇時間 角山 榮	120
円環的時間とシミュレーション・ワールド 長澤 均	128
<b>資料編</b>	<b>137</b>
資料編 CONTENTS	138
<1> 生活行動	140
<2> 生活行動場所	154
<3> 個別生活行動	170
<4> 一緒に過ごした人	185
<5> 夜の生活時間	191
付表・生活時間の記入用紙	196



## 夜の街時間

## 10時まで続く金曜日夜の街時間

平日夜の街時間は午後6時台から9時台までが多い。コア・タイムは午後7時～8時台である。

平日でも金曜日は、街時間の比率はずっと高くなる。ピーク時の午後8時台では19%の人が街に出ている。しかも10時台でも12%と高く、平日の6時台と同程度の人出となっている。つまり、金曜日夜の街時間のエンドは他の平日よりも2時間遅いということになる。もっとも、金曜日でも午後11時台になると人出はぐっ

と減ってくる。「花金」タイムも「11時まで」である。午前0時台に街にいる、つまり終電時刻前後まで街にいる人は3%である。

## 未婚女性の「花金」は午後7時～8時台がピーク

「花金」の街時間は、社会・性別層によって街で過ごすピーク時間が異なっている。

まず、午後6時台は女子学生の割合が最も高く23%。女子学生では、この時刻がすでにピークであり、その後午後7時台以降はどんどん減少

する。

代わって街に出てくるのが未婚女性。午後7時～8時台はいずれも27%で、花金のピークとなる。8時台は未婚男性のピークでもあるが、未婚女性の比率には及ばない。

午後9時台を見ると、未婚男女の比率がほぼ同様となり、出足の遅い未婚男性が、未婚女性と交差しているといえる。

午後10時台になると、未婚男性の比率が未婚女性よりも高くなり、未婚男女の街時間は逆転する。

既婚男性は、午後7時～10時台まで特にピークは見られない。

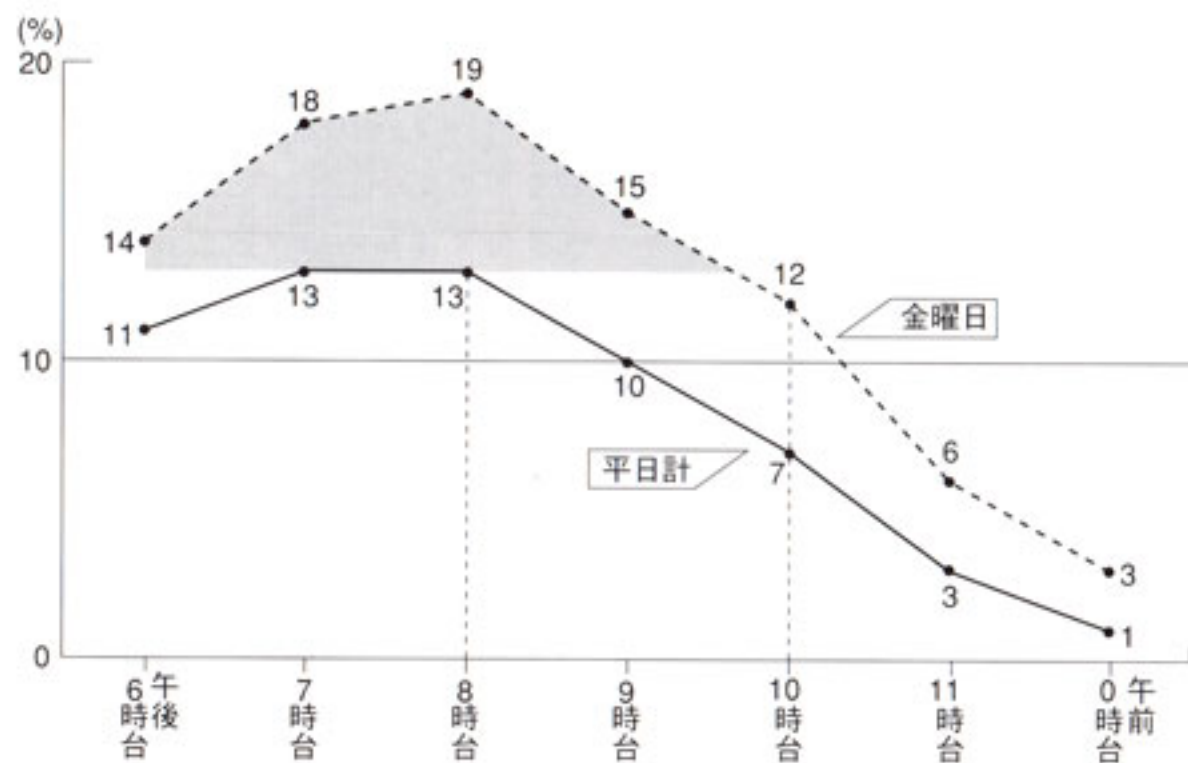


fig.19 夜の街時間〈全体〉

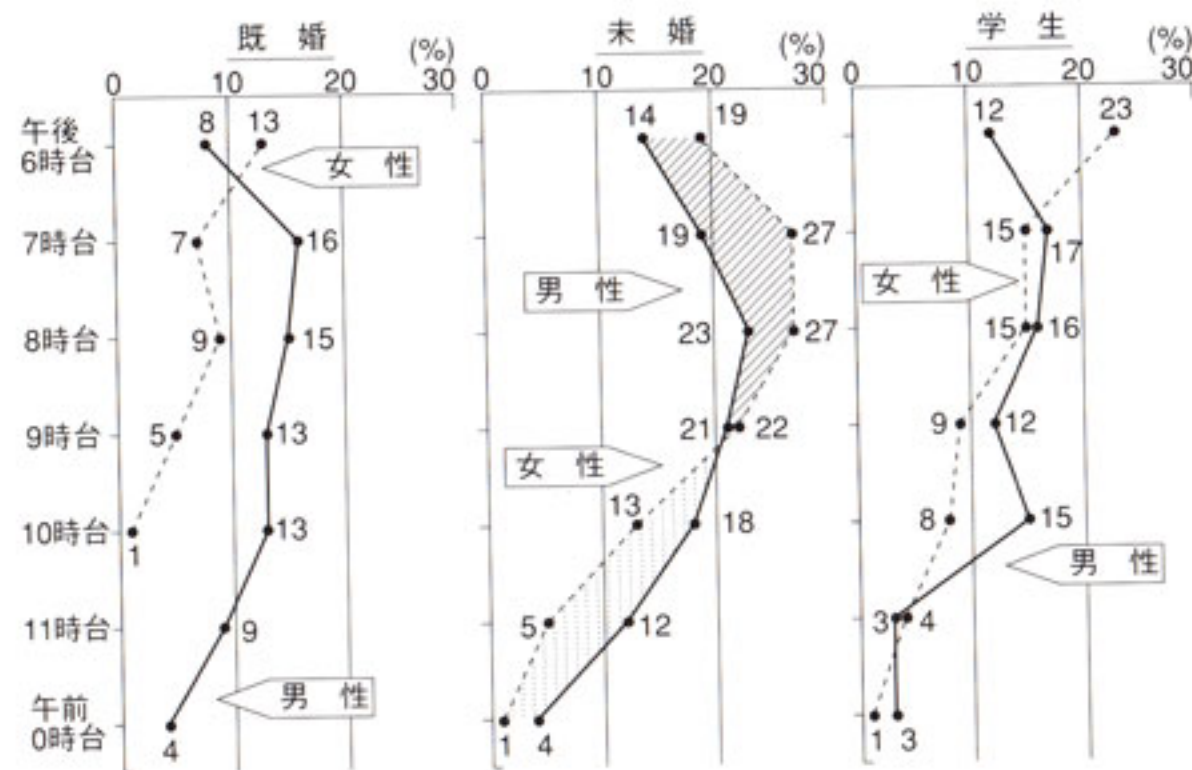


fig.20 金曜日の街時間〈層別〉



## 外で一緒に過ごした人

### 午後6時台、未婚女性は まだ一人で街にいる

お店、劇場など街のスポットを中心とした“外の時間”は誰と過ごしているのだろうか。

未婚女性の平日の夜は、「知人・友人と3人以上」で過ごす人が多い。この3人以上で過ごすグループの時間は、午後7時台に15%とピークになる。しかしエンドも早く、9時台には9%と大きく減少する。同じグループ時間でも未婚男性は8時台がピークで10時台がエンドと、約1時

間遅い。

未婚女性の“外時間”でグループ時間以外では、まず6時台は「1人」でいる人が多い。オフィスを出て、ちょっとしたショッピングの時間と考えられる。この1人の時間は、7時台以降は減少する。

代わって7時～8時台は、「同性と2人」でいる。すなわち“女性2人”の時間となる。この時間も9時台にはエンドとなる。

8時～9時台は、男性とのカップルの時間である。そして、9時～11

時台まではカップルで過ごす人の方が、女性2人で過ごす人よりも多い。

### 土曜日の午後は家族と街へ出る

既婚者の“外の時間”は、家族と一緒に過ごすのが中心である。既婚男性の土曜日では、午後1時から4時までは20%以上が家族と外で過ごしている。

既婚女性は、家族と出かけるのは午後3時台に21%とピークになるが、4時台は急に減少する。代わって、この4時台には「知人・友人と3人以上」がピークとなる。

時間量でいえば、友人より家族と過ごす時間が長い。その中で時間帯を見ると、土曜日の午後1時～3時台までは“家族”との外出が多く、3時～4時台以降は“友人”とのつき合いが多くなる。

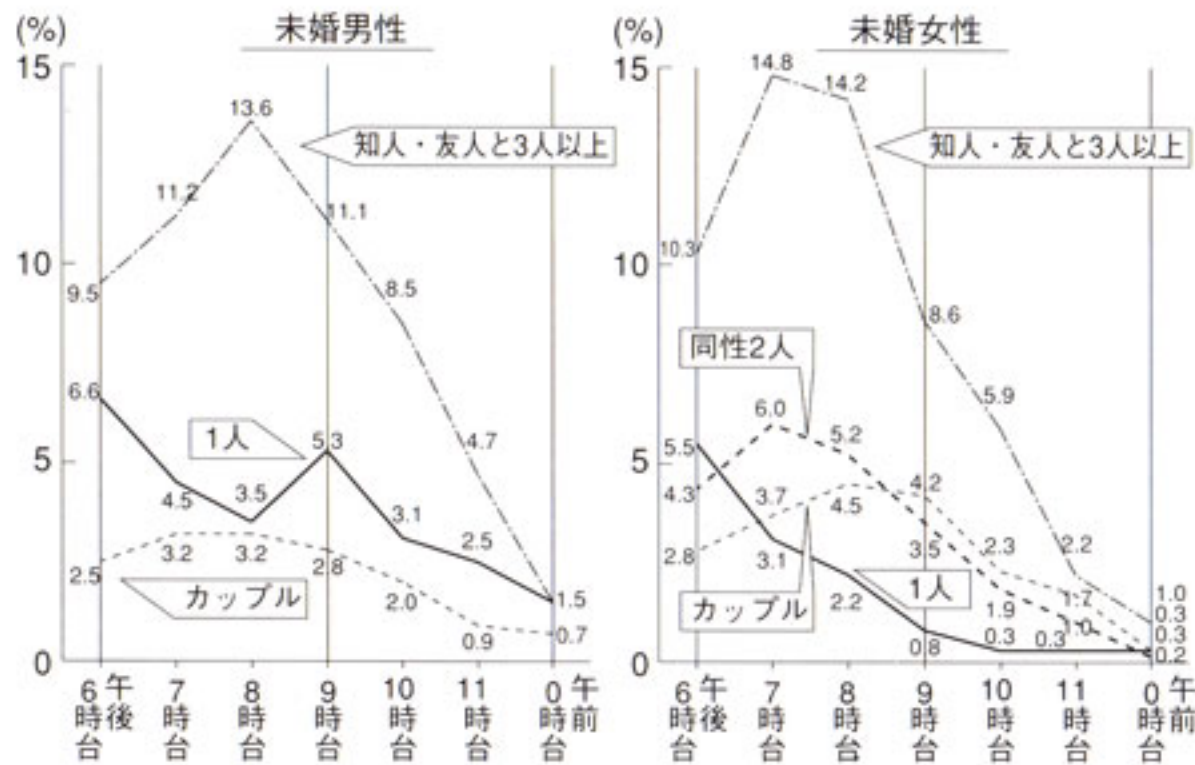


fig.25 外で一緒に過ごした人——未婚男女（平日）〈層別〉

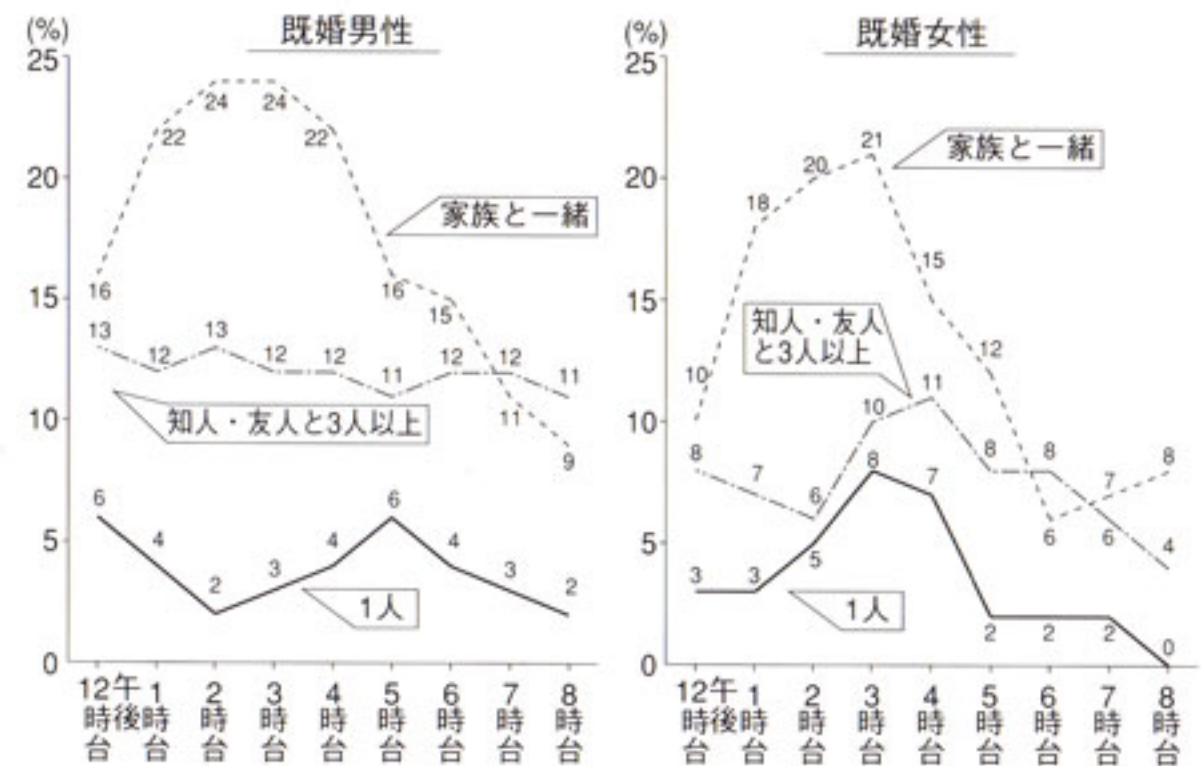


fig.26 外で一緒に過ごした人——既婚男女（土曜日）〈層別〉



## 劇場・お店・街のスポット

### 街のスポットは

#### 午後7時～8時台がピーク

最近の街はアミューズメント空間である。レストラン、カラオケ、スポーツ、ムービー、ショップ、ライブハウス、クラブやバー、ホテルなど都市の様々な施設を自由に編成して街を楽しみ、使いこなすことができる。アフター5に人々が最もこれらの施設を使うのは、一週間の中でやはり金曜日であり、休日では土曜日である。

平日と休日の夜の遊び方の違いは

平日では午後7時～8時台が多いのに対して、休日は午後6時台がピークで、その後減少していく点にある。金曜日は午後10時台でも比率が高く、盛り上がる金曜日をうかがわせている。

日曜日は、新しい週のはじまりを翌日に控えているため、午後6時台には比率が高いが、その後の帰宅は早いようである。

#### 未婚女性は水・金曜日に遊ぶ

全体に比べ未婚女性の「劇場・お店・街のスポット」行動は大きく異

なる。平日・休日を問わず、いずれの曜日・時間帯でも未婚女性は比率が高く、よく街の施設を使っている。

全体で見ると平日の街遊びのピークは金曜日1回であったのに対して、未婚女性の街遊びのピークは2回ある。1回目は水曜日であり、2回目は金曜日である。未婚女性は水曜日に少し遊んで、金曜日に盛り上がるという遊びのパターンができ上がっているといえる。

また、土日もよく遊んでおり、午後6時台から8時台までほとんど

比率は減少していない。ハナコ、あるいはおやじギャルといわれる未婚女性は確かに街でよく遊んでいる。

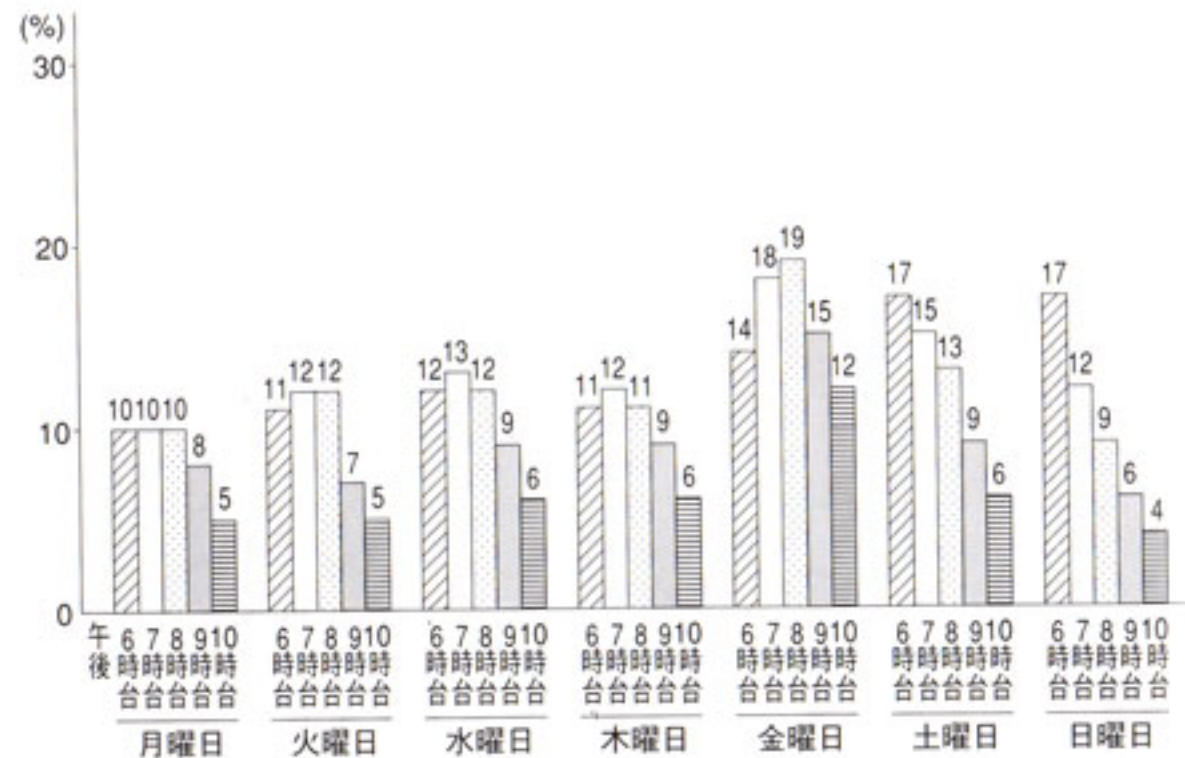


fig.55 劇場・お店・街のスポット〈全体〉

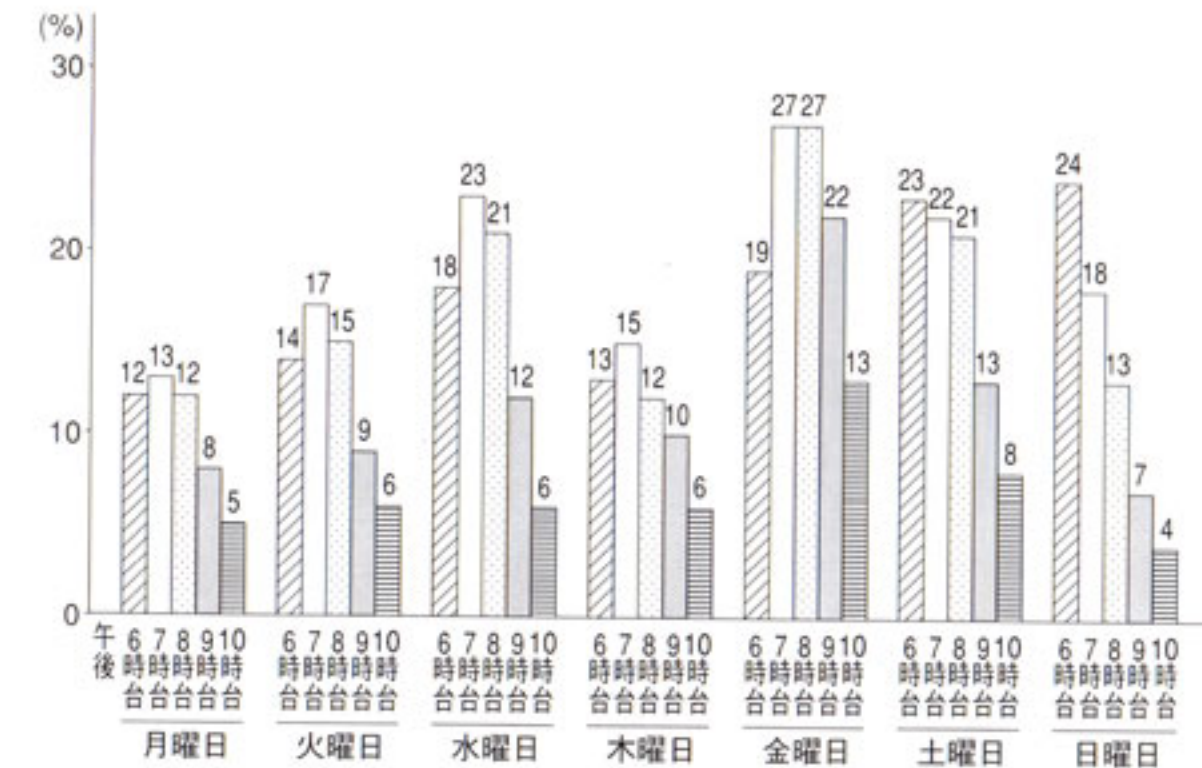


fig.56 未婚女性の劇場・お店・街のスポット〈層別〉



# 調査概要

調査方法：留置法

対象者：学 生／18歳以上の大学及び専門・専修学校、各種学校等の学生  
 社会人／18歳～35歳までの社会人（勤労者）で、  
 週休2日が月1回以上あり、日曜日が休みの人

地 域：首都圏30km圏

有効回収数：1000人

	男 性	女 性	合 計
学 生	94	100	194
社会人	412	394	806
社会人未婚	137	288	425
社会人既婚	275	106	381
合 計	506人	494人	1000人

抽出方法：エリアサンプリング

調査月日：1990年9月10日(月)～25日(火)

1週間の行動記録は、9月15日(土)～21日(金)

## 生活行動分類

### A. 生活行動分類

TV、ビデオ、ラジオ、CD・テープ等のAV行動を他の生活行動と同時にした場合、他の生活行動を記入

1. すいみん	：昼寝を含む
2. 食事	
3. 身の周りの用事	：入浴、洗顔、美容院、理髪店、化粧
4. 仕事・授業	：仕事（準備、後片づけ）、アルバイト、内職 ：ホームルーム、授業、クラブ活動、遠足
5. 勉強	：予習、復習、学習塾、仕事の勉強
6. 家事	：炊事、後片づけ、掃除、洗濯、アイロンかけ ：子供の世話、家計簿、クルマの手入れ、草取り
7. 日用品の買い物	：スーパー、コンビニ、魚屋等での買い物
8. 個人的つき合い	：知人のおしゃべり、知人宅の訪問 ：ホームパーティ、知人との飲酒、デート
9. 社会的つき合い	：結婚式、法事、PTA、自治会、同窓会
10. 休息	：家族のおしゃべり、おやつ、うたた寝、一人酒
11. 見物・鑑賞	：映画、演劇、スポーツ観戦、コンサート、ライブハウス
12. 歌・踊り	：カラオケ、ディスコ、ダンスパーティ、合唱、楽器演奏
13. スポーツ	：ジョギング、テニス、水泳、エアロビクス、野球
14. ゲーム・勝負ごと	：パチンコ、麻雀、トランプ、将棋、ファミコン、競馬
15. 行楽・散歩	：散歩、街をぶらつく、ウィンドショッピング、ハイキング、遊園地
16. けいここと・趣味・技能	：お茶、お花、けいここと ：庭いじり、手芸、ピアノ
17. 通勤・通学	
18. その他の移動	：レジャーのための移動、ドライブ
19. 新聞・雑誌・	：スポーツ紙、夕刊紙、雑誌、単行本 本を読む

### B. メディア分類

20. AV行動 (ながら含まず)	：有線放送、衛星放送 ：レンタルビデオ、録音テープ ：FM放送、AM放送、カーラジオ ：ウォークマン、カーステレオ
21. AV行動 (ながら含む)	：有線放送、衛星放送 ：レンタルビデオ、録音テープ ：FM放送、AM放送、カーラジオ ：ウォークマン、カーステレオ

### C. 場所分類

1. 自宅	：自宅、別荘、庭
2. 勤め先、学校	：勤め先 ：仕事上の訪問先
3. 劇場、飲食店	：映画館、ビッグエッグ お店：地下街、百貨店 街のスポット：スーパーマーケット、バー、クラブ ：レストラン、ファーストフード店 ：ゲームセンター、パチンコ店、ホテル
4. 電車、バス	：電車、バス タクシー：タクシー、駅
5. クルマ	：自分・家族・知人の運転する クルマ
6. 公園、遊園地	：公園、遊園地、河、海 海山、ゴルフ場：海岸、山、ゴルフ場 野球場：野球場
7. その他	：道路、友人宅

### D. 人分類

1. 1人	：1人で映画館 ：1人で通勤・通学 ：自分の部屋で
2. 家族	：兄弟 ：夫婦、親子
3. 男女2人	：恋人、男女2人
4. 同性と2人	：会社の同僚、友人 ：同性と2人
5. 知人・友人と	：会社の同僚、友人 3人以上：異性も含めて3人以上