

表 10-3 平日生活時間分配(男性)

Table 10-3 Time Spending on Daily Activities (Male)

單位：小時、分鐘

項 目 別	中華民國 (1)	日本 (2)	美國 (3)	加拿大 (4)	紐西蘭 (5)
	2004年10月	2001年	1985年	1998年	1999年
必要時間	10.38'	10.30'	10.49'	10.20	11.05'
睡眠	8.25'	7.52'	8.52'	8.00	...
身邊瑣事(6)	0.51'	1.02'	0.49'	1.10	...
用膳	1.23'	1.36'	1.08'	1.10	...
約束時間	7.57'	7.09'	...	...	2.45'
通勤或通學時間(7)	0.40'	1.13'	1.14'	0.40	...
從事工作(8)	5.52'	4.56'	3.12'	4.20	6.11'
上學讀書(9)	0.49'	0.43'	0.17'	0.50	0.40'
家事或育兒(10)	0.29'	0.17'	1.57'	1.60	1.35'
購物(11)	0.08'	0.14'	0.17'	0.70	0.25'
自由時間	5.24'	6.21'	...	6.00	5.09'
進修、研習	0.21'	0.14'	...	...	...
參觀、旅遊、影視娛樂(12)	2.25'	0.50'	6.10'	2.60	...
閱讀書報、雜誌(13)	0.18'	2.38'	0.36'	0.40	...
運動健身(14)	0.25'	0.16'	0.38'	0.60	0.33'
訪友、飲宴或應酬(15)	0.34'	0.25'	1.09'	1.90	1.18'
宗教活動與社會服務(16)	0.06'	0.04'	0.20'	...	0.32'
其他(17)	0.40'	1.40'	0.07'	0.70	1.54'

資料來源：我國--行政院主計處2004年10月「臺灣地區社會發展趨勢調查報告--休閒生活與時間運用」，日本--Time Use Survey in Japan，加拿大-General Social Survey，紐西蘭-Time Use Statistics，其他-日本國際勞動比較。

說明：日本於閱讀書報、雜誌包含花費在看電視及聽收音機之時間。

附註：(1)我國係採十五歲以上之民間人口之生活時間分配。(9)即學業。  
 (平日係指週一至週五之平均作息時間)。(10)含炊事打掃洗滌家庭雜事照顧孩子。  
 (2)為10歲以上人口。(11)我國含至機關、行號洽辦事務。  
 (3)為就業者。(12)含看電影電視錄影帶廣播唱KTV。  
 (4)為15歲以上人口，按小時計算。(13)含新聞雜誌書籍。  
 (5)為12歲以上人口。(14)含散步、運動。  
 (6)即身邊事情。(15)即交際。  
 (7)含其他的移動。(16)即參與社會活動。  
 (8)即工作。(17)含看病、療養、休息與其他。

表 10 - 3 平日生活時間分配(女性)(續)

Table 10 - 3 Time Spending on Daily Activities (Female) (Cont.)

單位：小時、分鐘

項 目 別	中華民國 (1) 2004年10月	日 本 (2) 2001年	美 國 (3) 1985年	加 拿 大 (4) 1998年	紐 西 蘭 (5) 1999年
必要時間	10.54'	10.42'	11.06'	10.60	11.25'
睡眠	8.34'	7.38'	9.11'	8.20	...
身邊瑣事(6)	0.55'	1.23'	0.56'	1.40	...
用膳	1.25'	1.41'	0.59'	1.10	...
約束時間	8.15'	7.00'	...	...	4.42'
通勤或通學時間(7)	0.29'	0.55'	1.01'	0.30	...
從事工作(8)	4.19'	2.27'	1.50'	2.50	4.28'
上學讀書(9)	0.42'	0.37'	0.06'	0.60	1.03'
家事或育兒(10)	2.21'	3.01'	3.30'	3.20	2.55'
購物(11)	0.24'	0.33'	0.28'	0.90	0.41'
自由時間	4.52'	6.18'	...	5.60	4.36'
進修、研習	0.19'	0.13'	...	...	...
參觀、旅遊、影視娛樂(12)	2.22'	0.35'	4.43'	2.20	...
閱讀書報、雜誌(13)	0.14'	2.26'	0.41'	0.50	...
運動健身(14)	0.21'	0.10'	0.15'	0.40	0.25'
訪友、飲宴或應酬(15)	0.27'	0.27'	1.32'	2.00	1.28'
宗教活動與社會服務(16)	0.08'	0.05'	0.39'	...	0.37'
其他(17)	0.39'	1.49'	0.05'	0.60	1.36'

說 明：日本於閱讀書報、雜誌包含花費在看電視及聽收音機之時間。

附 註：(1)我國係採十五歲以上之民間人口之生活時間分配。(9)即學業。  
 (平日係指週一至週五之平均作息時間)。(10)含炊事打掃洗滌家庭雜事照顧孩子。  
 (2)為10歲以上人口。(11)我國含至機關、行號洽辦事務。  
 (3)為就業者。(12)含看電影電視錄影帶廣播唱KTV。  
 (4)為15歲以上人口，按小時計算。(13)含新聞雜誌書籍。  
 (5)為12歲以上人口。(14)含散步、運動。  
 (6)即身邊事情。(15)即交際。  
 (7)含其他的移動。(16)即參與社會活動。  
 (8)即工作。(17)含看病、療養、休息與其他。