



余暇時間について

☐ 余暇時間はどのように過ごしていますか？

☐ どこで余暇を過ごすことが多いですか？

☐ 誰と一緒に余暇の時間を過ごすことが多いですか？

☐ 余暇時間で、大人になってから始めたことはありますか？

☐ 余暇時間を一番とりやすいタイミングはいつですか？

☐ 今、余暇時間は一日にどのくらいありますか？



余暇時間について

☐ 余暇は家で過ごすことが多いですか？外出しますか？

家で過ごす ・ 外出する

☐ 映画鑑賞か読書なら、どちらが好きですか？

映画鑑賞 ・ 読書 ・ 両方 ・ どちらでもない

☐ 計画的に余暇を使いますか？その時の気分ですか？

計画的 ・ その時の気分

☐ 余暇は平日にとることが多いですか？週末ですか？

平日 ・ 週末

☐ 一人で過ごす方が好きですか？他人と過ごしたいですか？

一人で過ごす ・ 他人と過ごす ・ その他

☐ 運動する方が好きですか？静かに過ごしたいですか？

運動する ・ 静かに過ごす



余暇時間について

☐ 趣味のために余暇時間を使っていますか？

はい ・ いいえ

☐ 余暇時間にスマホやSNSをよく使いますか？

はい ・ いいえ

☐ 余暇時間をもっと増やしたいですか？

はい ・ いいえ

☐ 余暇時間を楽しめていますか？

はい ・ いいえ

☐ 余暇時間は外出することが多いですか？

はい ・ いいえ

☐ 10年前と比べて、余暇時間の過ごし方に変化はありますか？

はい ・ いいえ

☐ 余暇時間は一人で過ごすことが多いですか？

はい ・ いいえ



余暇時間について

☐ 余暇時間の過ごし方について聞く

☐ 余暇時間をとりやすいタイミングについて聞く

☐ 余暇時間を過ごす場所について聞く

☐ 余暇時間で楽しかったエピソードを聞く

☐ 忙しい時、余暇時間の確保方法について聞く

☐ 理想の余暇時間の過ごし方について聞く