



## 5月25日(土)は主婦休みの日 主婦の“プチ家出”願望!? たまには“自由に一人になりたい”人が93%!

女性のための生活情報紙「リビング新聞」を発行する株式会社サンケイリビング新聞社(所在地:東京都千代田区、代表取締役社長 内堀真澄、以下弊社)は、読者の声から生まれた「主婦休みの日」の認知度アップに向けた取り組みを行っています。

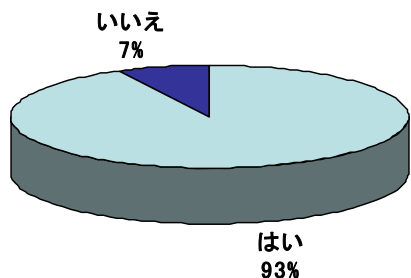
2009年に日本記念日協会に申請、登録された「主婦休みの日」は日ごろ家族のために家事をがんばる主婦がリフレッシュしたり、家事の大切さを家族で分かち合う日。次回5月25日の主婦休みの日は土曜日です。会社が休みの夫も多いでしょうから、この機会に家事を手伝って、妻に主婦休みを取らせてあげませんか? それを前に、「主婦の自由時間についてのアンケート」を実施。その結果をご紹介します。

※アンケートは、リビング新聞公式ウェブサイト「リビングWeb」で実施(2013年3月28日~4月1日実施、有効回答数485)

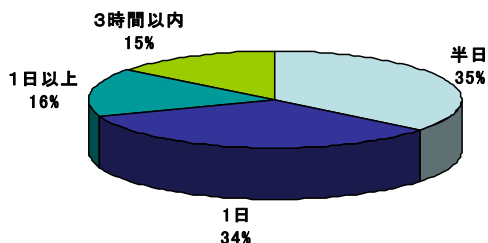
### ◆一人になりたいと思うきっかけは「ストレス」「疲れ」「ケンカ」 一人時間は「半日以上」を希望

「一人で3時間以上自由に過ごせる頻度は?」と聞いたところ、「週に2・3回」と答えた人が最も多く29・5%。しかし、「月に1・2回」か「それ以下」しか自由になる時がない人も約3割! 特に子育てが忙しい30代では「自由になる時間が全くない」が27%と、息つく暇がありません。また、自分の時間があると答えた人も、「半日以上ひとりで自由に過ごせる時間がほしい」と願っています。年に3回の主婦休みの日には、ぜひ夫にも協力してもらって休みをとって欲しいものです。

#### 〈一人で自由に過ごせる時間があればいいと思う?〉



#### 〈一人で自由に過ごせる時間がどれくらい欲しい?〉



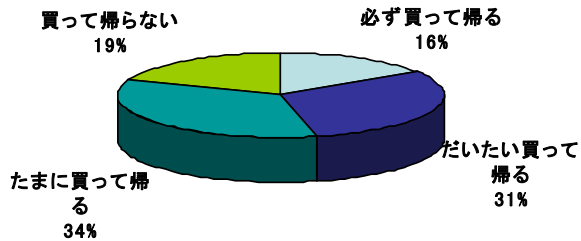
#### 〈どんなときに一人になりたいと思う?〉

- ◆忙しいのに子どもがぐずってまとわりついてくるとき(28歳)
- ◆夫の実家に行ったあと(39歳)
- ◆家事や育児に疲れたとき(34歳)
- ◆子どもと私を置いて、夫が一人で出かけて行くとき(31歳)
- ◆主人がリタイアして、ずっとどこも行かず家にいる時(62歳)
- ◆子どもが長期休み期間でずっと一緒にいる時(46歳)
- ◆ケンカをしたとき(29歳)
- ◆テレビのチャンネルが好きに選べない時や、遅くまで夕飯を待っている時(30歳)
- ◆夫婦や同居の母と考え方の違いから言い争いになり気まずい時(43歳)
- ◆単身赴任で主人がいないので、子供二人と過ごす時間がほとんどです。子どもの学校のこと、町内会のこと、いろいろやることもあり、疲れてきます(40歳)

## ◆一人で出かけることに「罪悪感がある人」は21.6% 8割以上が「出かけた時にはお土産を購入」

一人で外出したことがある人に、「一人で外出することに罪悪感がある？」と聞いたところ、「はい」と回答した人は少数派(21.6%)。ただし外出した時には、家族のために、お菓子や夕食のお惣菜など、いつもよりちょっと豪華なお土産を買って帰って後ろめたさを解消！

〈一人で外出した後はお土産を買って帰る？〉



〈どんなモノを買って帰る？〉

- ◆出かけた先の地域の名物や家族の好みの食べ物を買います(53歳)
- ◆話題の洋菓子(49歳)
- ◆スーパーでは買えないような高級感のあるもの(52歳)
- ◆夕食用のお惣菜。昼間自分の好きなものでおいしいものを食べていることが多いので、家族の夕飯にもおいしいものを買って帰る(56歳)
- ◆子供が喜ぶお菓子。遠出をしたならその地酒を主人へのおみやげに(36歳)

## ◆主婦は一人時間に、こんなことをしている!?

〈特に楽しかった一人時間の思い出は?〉

- 一人でケーキをたくさん購入して**自宅でケーキバイキング**をして楽しみました(30歳)
- 初めて子どもを一時保育に預けられた日、久しぶりすぎる一人の時間にしばらく戸惑いましたが、駅で子どものことを何も考えずに(エレベーターや、乗車場所など)**階段を一人で駆け上った時**に、何とも言えない開放感を感じました(38歳)
- 漫画喫茶で漫画三昧**(38歳)
- コンサートを観に東京まで1人旅**したこと(39歳)
- イケメンモデルのイベントに行き、**オールナイトで遊んだ**こと(41歳)
- 公園の満開の**桜の下で1人お花見**。お酒と和生菓子を楽しんだり、ヨガや昼寝をして思いっきりリラックス(41歳)
- 一日フリーチケットを使って、私鉄を乗り継ぎ**、京都や奈良を巡りました。寺社を歩いたり、地の特産品を購入したり。街の風景を存分に楽しみました(42歳)
- デジタルカメラを持って**さくらの写真を撮りに自転車**でかけた。お天気が良くて綺麗な写真が撮れて気持ちよかったです(46歳)
- 朝が少々早かったが **バスツアーに参加して桜と食事を楽しんだ**こと。6時までには帰ることができ、夕食の支度をする余裕があった(67歳)

### ◆「主婦休みの日」とは?

1月25日、5月25日、9月25日を「主婦休みの日」として2009年4月に日本記念日協会に申請し、登録されました。家事を主に担当する「主婦」が、気兼ねなく家事を休む日。年末年始・ゴールデンウィーク・夏休みの直後の給料日に！という主婦の声で決まりました。

弊社ホームページ「リビングWeb」でも主婦休みに関する特集ページを展開しています。

<http://mrs.living.jp/shufuyasumi/>

〈本件に関するお問い合わせ先〉

サンケイリビング新聞社 リビング編集部:滑川まで

E-mail:[cc@sankeiliving.co.jp](mailto:cc@sankeiliving.co.jp)

twitter@Living\_henshubu

〒102-8515 東京都千代田区紀尾井町3-23 TEL:03-5216-9161 FAX:03-5216-9260