



보도시점 2026. 6. 25.(목) 12:00 배포 2026. 6. 25.(목) 9:00

대구·경북 지역민의 생활시간 변화

담당 부서	동북지방데이터청 지역통계과	책임자	과 장	정희길 (053-609-6651)
		담당자	팀 장	최진성 (053-609-6671)
		담당자	주무관	손유정 (053-609-6658)

대구 · 경북 지역민의 생활시간 변화

2026. 6.



동북지방데이터청
지 역 통 계 과

일 러 두 기

- 이 보도자료는 대구·경북 지역민의 평균적인 생활양식에 대한 분석으로 삶의 질, 일·가정 양립 및 각종 복지, 문화 정책 수립을 위한 기초자료를 제공하기 위해 작성됨
- 국가데이터처의 2014년, 2024년 생활시간조사 마이크로데이터(MDIS) 중 대구·경북 지역민의 생활시간을 발췌하여 사회적 관심 계층인 청년, 고령자 및 맞벌이 가구의 10년간 생활시간 변화 및 의식을 분석함
 - 생활시간조사는 전국적으로 2014년 약 12,000 표본가구(약 27,000명), 2024년 약 12,750 표본가구(약 25,000명) 내 상주하는 10세 이상 가구원을 대상으로 조사한 결과임
 - * 5년 주기 조사로 1999년 최초 제1회 조사 이후 2024년 제6회 조사 실시
 - * 조사대상 제외자: 만 10세 미만 가구원 / 다른 곳에 살면서 방문한 배우자나 자녀(주말 등) / 군복무, 형이 확정되어 교정시설, 소년원 등에 수용된 가족 / 집단시설(요양원, 실버타운, 정신병원 등)에 거주하는 가족 / 외국 국적자
 - 생활시간조사 자료의 대구·경북 지역 및 세부 항목별 표본 수가 상대적으로 적어, 일부 수치의 경우 표본오차가 클 수 있음. 따라서 개별 수치의 절대적인 값보다는 전반적인 추세를 파악하는 데 참고 바람
 - 본 보도자료의 청년은 만 19세~39세*, 고령자는 만 65세 이상을 기준으로 작성됨
 - * 대구, 경북 청년기본조례 기준 연령
- 통계표의 시간은 초 단위에서 반올림하여 상위분류 값이 하위 분류의 합과 일치하지 않을 수 있음
 - '0:00'(시간:분) 또는 '0.0'(비율, %)은 '단위 미만'을 의미함
 - '-'는 특정 행동을 한 행위자가 없어 시간량(또는 비율)이 0이 되는 것을 의미함

일 러 두 기

□ 용어 정의

○ 필수시간, 의무시간, 여가시간

구분	설명	행동분류(대분류) 기준
필수시간	잠, 식사 등 개인유지를 위해 필요한 필수시간	①개인유지
의무시간	일, 학습, 가사노동, 이동 등 해야 하는 의무가 부여된 시간	②일 ③학습 ④가정관리 ⑤가족 및 가구원 돌보기 ⑨이동
여가시간	개인이 자유롭게 사용이 가능한 시간	⑥자원봉사 및 무급연수 ⑦교제 및 참여활동 ⑧문화 및 여가활동

○ 시간(량) 및 비율

※ 특별한 언급이 없는 한 평균시간은 전체 대상자의 전체 요일에 대한 평균시간을 의미

구분	설명	비고
전체 평균시간	전체 대상자의 평균 시간 *특정 행동을 하지 않은 사람도 포함	$\frac{\text{특정한 행동에 사용된 시간량의 합}}{\text{우리나라 국민 10세 이상}}$
행위자 비율(%)	특정 행동을 10분 이상 한 사람(행위자)의 비율	$\frac{\text{특정 행동을 10분 이상 한 사람}}{\text{우리나라 국민 10세 이상}} \times 100$
행위자 평균시간	행위자들의 평균 시간	$\frac{\text{특정 행동을 10분 이상 한 사람들의 시간량의 합}}{\text{특정 행동을 10분 이상 한 사람}}$

○ 요일

- 요일 평균: 모든 요일의 평균시간
- 평일: 월요일~금요일까지의 평균시간
- 토요일/일요일: 토요일과 일요일에 각각 해당하는 평균시간

□ 본 보도자료는 동북지방데이터청 홈페이지(<http://mods.go.kr/ardb>)에 게시 예정임

목 차

□ 요약	1
------------	---

□ 작성 결과

I. 청년의 생활시간

1. 청년의 시간사용 변화	
가. 대구	5
나. 경북	7
2. 청년의 생활시간 의식 변화	
가. 대구	9
나. 경북	10
3. 청년의 성별 시간사용(2024)	11

II. 고령자의 생활시간

1. 고령자의 시간사용 변화	
가. 대구	12
나. 경북	14
2. 고령자의 생활시간 의식 변화	
가. 대구	16
나. 경북	17
3. 고령자의 성별 시간사용(2024)	18

Ⅲ. 맞벌이 가구의 생활시간

1. 맞벌이 가구의 시간사용 변화	
가. 대구	19
나. 경북	21
2. 함께 사는 맞벌이 가구의 생활시간 의식 변화	
가. 대구	23
나. 경북	24
3. 함께 사는 맞벌이·외벌이 가구의 시간사용(2024)	25
4. 함께 사는 맞벌이·외벌이 가구의 생활시간 의식(2024)	
가. 대구	26
나. 경북	27
5. 함께 사는 맞벌이·외벌이 가구의 가사노동시간(2024)	
가. 대구	28
나. 경북	29

□ 부 록

1. 2024년 생활시간조사 개요	30
2. 2024년 생활시간조사 행동분류표	31

대구·경북 지역민의 생활시간 변화



청년의 생활시간

청년의 시간사용 변화 단위:시간분

대구	2014	경북	2014
11:20		11:25	
11:27	2024	11:34	2024
8:20	2014	8:16	2014
8:02	2024	8:04	2024
4:20	2014	4:19	2014
4:31	2024	4:22	2024

청년의 시간부족 및 피곤함 의식 변화 단위:%

대구	2014	경북	2014
74.4		68.6	
66.3	2024	63.0	2024
85.8	2014	89.6	2014
81.2	2024	86.0	2024

고령자의 생활시간

고령자의 시간사용 변화 단위:시간분

대구	2014	경북	2014
12:10		11:31	
11:43	2024	11:51	2024
4:20	2014	5:29	2014
4:35	2024	5:22	2024
7:30	2014	7:00	2014
7:42	2024	6:47	2024

고령자의 시간부족 및 피곤함 의식 변화 단위:%

대구	2014	경북	2014
10.8		18.7	
17.7	2024	22.9	2024
66.7	2014	70.2	2014
56.6	2024	59.3	2024

맞벌이 가구의 생활시간

맞벌이 가구 남편의 시간사용 변화 단위:시간분

대구	2014	경북	2014
11:12		10:52	
11:15	2024	11:14	2024
8:36	2014	8:48	2014
8:07	2024	8:17	2024
4:12	2014	4:20	2014
4:38	2024	4:29	2024

맞벌이 가구 남편의 가사분담 만족도 변화 단위:%

대구	2014	경북	2014
39.0		35.4	
42.4	2024	47.2	2024

맞벌이 가구 아내의 시간사용 변화 단위:시간분

대구	2014	경북	2014
10:50		10:40	
11:13	2024	11:01	2024
9:42	2014	9:45	2014
9:04	2024	9:21	2024
3:28	2014	3:35	2014
3:43	2024	3:38	2024

맞벌이 가구 아내의 가사분담 만족도 변화 단위:%

대구	2014	경북	2014
24.4		26.2	
31.0	2024	25.4	2024

요약

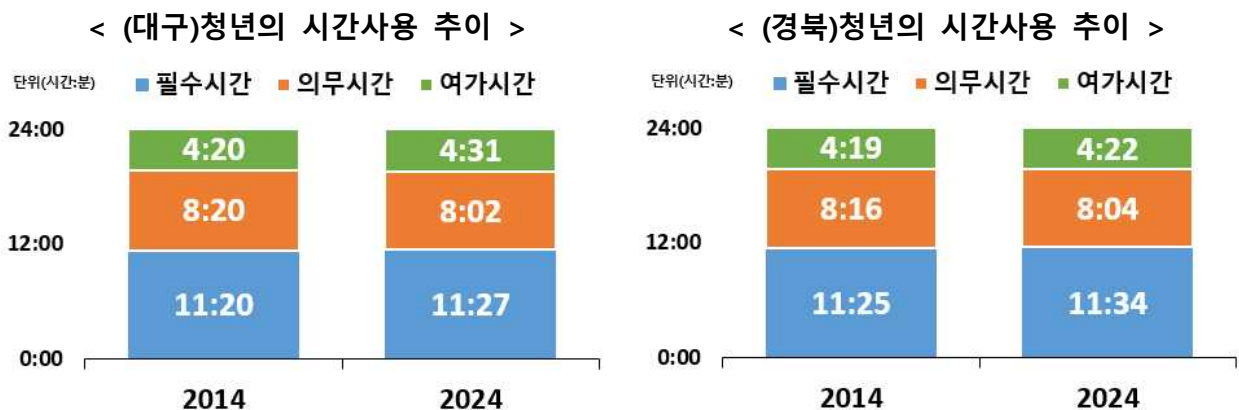
1. 청년의 생활시간

(대구) '24년 청년의 하루 생활시간 중 필수시간은 47.7%(11시간 27분), 의무시간은 33.5%(8시간 2분), 여가시간은 18.8%(4시간 31분) 차지

- '24년 대구 청년의 하루 생활시간에서 10년 전보다 수면 시간이 늘어 필수시간 7분 증가, 가사노동 시간 등이 줄어 의무시간 18분 감소, 미디어 이용 시간 등이 늘어 여가시간 11분 증가함

(경북) '24년 청년의 하루 생활시간 중 필수시간은 48.2%(11시간 34분), 의무시간은 33.6%(8시간 4분), 여가시간은 18.2%(4시간 22분) 차지

- '24년 경북 청년의 하루 생활시간에서 10년 전보다 개인 건강관리 등 기타 개인유지 시간 등이 늘어 필수시간 9분 증가, 학습 시간 등이 줄어 의무시간 12분 감소, 미디어 이용 시간 등이 늘어 여가시간 3분 증가함



'24년 평소 시간이 부족하다고 느끼는 비율은 대구 청년은 66.3%, 경북 청년은 63.0%

- '24년 대구 청년의 66.3%는 평소 시간이 부족하다고 느끼고 있음
 - 줄이고 싶은 일로 '14년, '24년 모두 '직장의 일'을 가장 많이 꼽음
- '24년 경북 청년의 63.0%는 평소 시간이 부족하다고 느끼고 있음
 - 줄이고 싶은 일로 '14년, '24년 모두 '직장의 일'을 가장 많이 꼽음

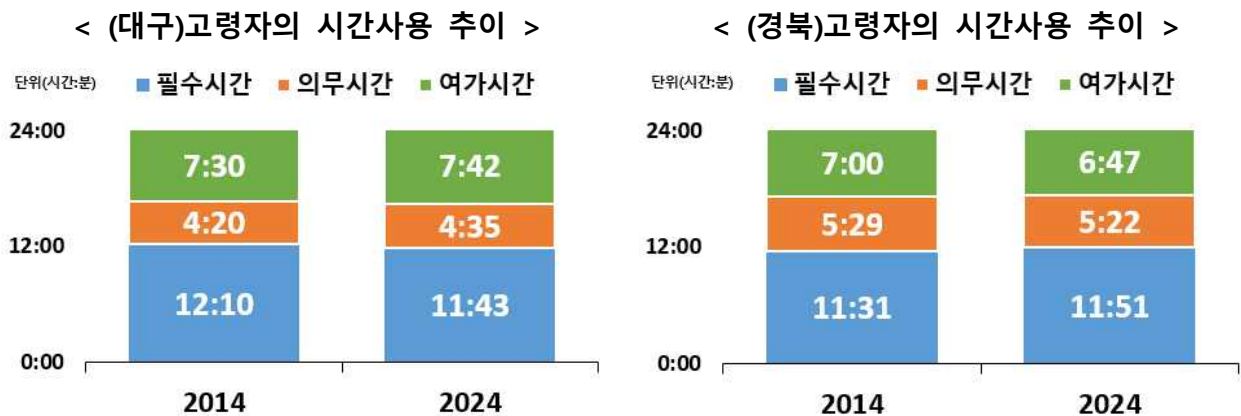
2. 고령자의 생활시간

(대구) '24년 고령자의 하루 생활시간 중 필수시간은 48.8%(11시간 43분), 의무시간은 19.1%(4시간 35분), 여가시간은 32.1%(7시간 42분) 차지

- '24년 대구 고령자의 하루 생활시간에서 10년 전보다 개인 건강관리 등 기타 개인유지 시간 등이 줄어 필수시간 27분 감소, 일 시간 등이 늘어 의무시간 15분 증가, 미디어 이용 시간 등이 늘어 여가시간 12분 증가함

(경북) '24년 고령자의 하루 생활시간 중 필수시간은 49.4%(11시간 51분), 의무시간은 22.4%(5시간 22분), 여가시간은 28.2%(6시간 47분) 차지

- '24년 경북 고령자의 하루 생활시간에서 10년 전보다 개인 건강관리 등 기타 개인유지 시간 등이 늘어 필수시간 20분 증가, 가사노동 시간이 줄어 의무시간 7분 감소, 교제 및 참여 시간 등이 줄어 여가시간 13분 감소함



'24년 평소 피곤함을 느끼는 비율은 대구 고령자는 56.6%, 경북 고령자는 59.3%

- '24년 대구 고령자의 56.6%는 평소 하루 일과가 끝난 후에 피곤함을 느끼고 있음
 - 피곤함의 주된 이유로 '14년, '24년 모두 '건강상태'를 가장 많이 꼽음
- '24년 경북 고령자의 59.3%는 평소 하루 일과가 끝난 후에 피곤함을 느끼고 있음
 - 피곤함의 주된 이유로 '14년, '24년 모두 '건강상태'를 가장 많이 꼽음

3. 맞벌이 가구의 생활시간

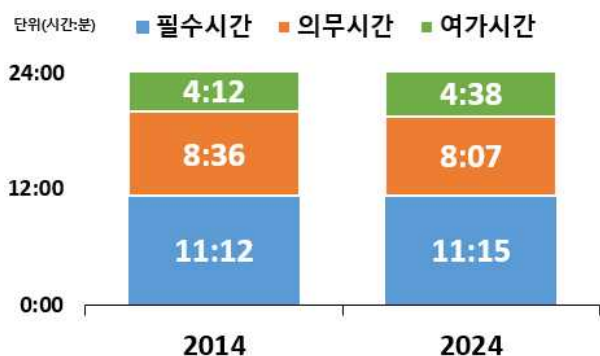
(대구) '24년 맞벌이 가구 중 남편의 하루 생활시간 중 필수시간은 46.9%(11시간 15분), 의무시간은 33.8%(8시간 7분), 여가시간은 19.3%(4시간 38분) 차지

- '24년 대구 맞벌이 가구 중 남편의 하루 생활시간에서 10년 전보다 수면 시간 등이 늘어 필수시간 3분 증가, 일 시간 등이 줄어 의무시간 29분 감소, 미디어 이용 시간 등이 늘어 여가시간 26분 증가함

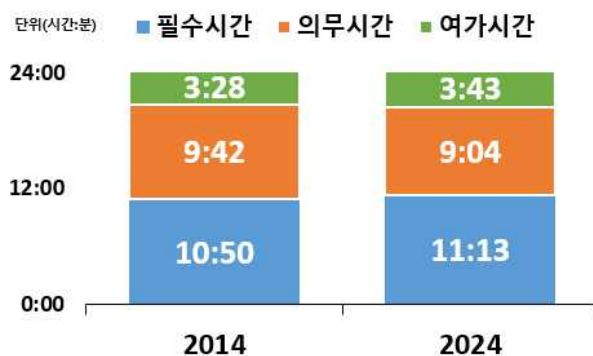
(대구) '24년 맞벌이 가구 중 아내의 하루 생활시간 중 필수시간은 46.7%(11시간 13분), 의무시간은 37.8%(9시간 4분), 여가시간은 15.5%(3시간 43분) 차지

- '24년 대구 맞벌이 가구 중 아내의 하루 생활시간에서 10년 전보다 수면 시간이 늘어 필수시간 23분 증가, 가사노동 시간 등이 줄어 의무시간 38분 감소, 미디어 이용 시간 등이 늘어 여가시간 15분 증가함

< (대구)맞벌이 가구 남편의 시간사용 추이 >



< (대구)맞벌이 가구 아내의 시간사용 추이 >



(대구) '24년 맞벌이 가구의 가사분담에 대해 남편의 42.4%, 아내의 31.0%가 만족함

- '24년 대구 맞벌이 가구의 가사분담에 대해 남편은 만족(42.4%)이 불만족(7.1%)보다 35.3%p 높으며, 만족의 경우 10년 전(39.0%) 대비 3.4%p 증가함
- '24년 대구 맞벌이 가구의 가사분담에 대해 아내는 만족(31.0%)이 불만족(32.6%)보다 1.6%p 낮으며, 만족의 경우 10년 전(24.4%) 대비 6.6%p 증가함

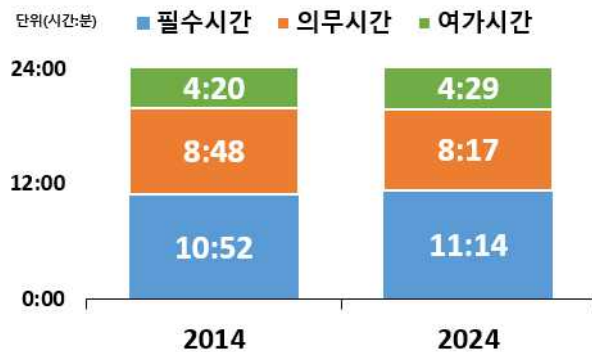
(경북) '24년 맞벌이 가구 중 남편의 하루 생활시간 중 필수시간은 46.8%(11시간 14분), 의무시간은 34.5%(8시간 17분), 여가시간은 18.7%(4시간 29분) 차지

- '24년 경북 맞벌이 가구 중 남편의 하루 생활시간에서 10년 전보다 개인 건강관리 등 기타 개인유지 시간 등이 늘어 필수시간 22분 증가, 일 시간 등이 줄어 의무시간 31분 감소, 미디어 이용 시간 등이 늘어 여가시간 9분 증가함

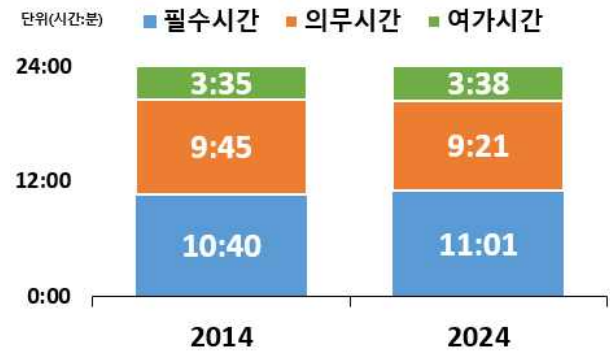
(경북) '24년 맞벌이 가구 중 아내의 하루 생활시간 중 필수시간은 45.9%(11시간 1분), 의무시간은 39.0%(9시간 21분), 여가시간은 15.1%(3시간 38분) 차지

- '24년 경북 맞벌이 가구 중 아내의 하루 생활시간에서 10년 전보다 개인 건강관리 등 기타 개인유지 시간 등이 늘어 필수시간 21분 증가, 가사노동 시간 등이 줄어 의무시간 24분 감소, 스포츠 및 레포츠 시간 등이 늘어 여가시간 3분 증가함

< (경북)맞벌이 가구 남편의 시간사용 추이 >



< (경북)맞벌이 가구 아내의 시간사용 추이 >



(경북) '24년 맞벌이 가구의 가사분담에 대해 남편의 47.2%, 아내의 25.4%가 만족함

- '24년 경북 맞벌이 가구의 가사분담에 대해 남편은 만족(47.2%)이 불만족(41%)보다 43.1%p 높으며, 만족의 경우 10년 전(35.4%) 대비 11.8%p 증가함
- '24년 경북 맞벌이 가구의 가사분담에 대해 아내는 만족(25.4%)이 불만족(31.5%)보다 6.1%p 낮으며, 만족의 경우 10년 전(26.2%) 대비 0.8%p 감소함

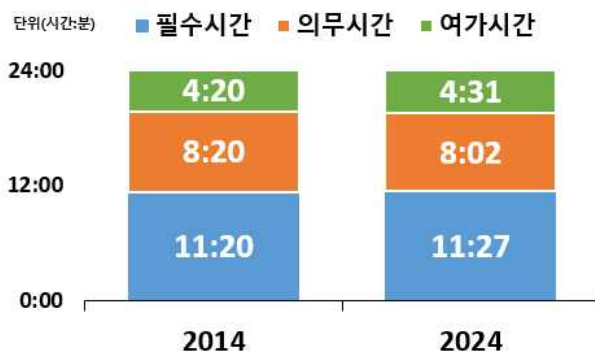
I. 청년의 생활시간

1. 청년의 시간사용 변화

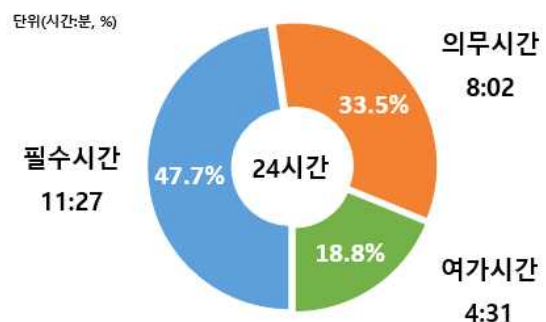
가. 대구

- (필수시간) '24년 대구 청년이 필수활동에 사용하는 시간은 11시간 27분으로 하루 생활시간 중 47.7% 차지
 - 10년 전보다 식사 및 간식에서 10분, 기타 개인유지에서 6분 줄었지만, 수면에서 23분 늘어 10년 전 대비 필수시간은 7분 증가함
- (의무시간) '24년 대구 청년이 의무활동에 사용하는 시간은 8시간 2분으로 하루 생활시간 중 33.5% 차지
 - 10년 전보다 학습에서 6분 늘었지만, 가사노동에서 12분, 이동에서 9분, 일에서 3분 줄어 10년 전 대비 의무시간은 18분 감소함
- (여가시간) '24년 대구 청년이 여가활동에 사용하는 시간은 4시간 31분으로 하루 생활시간 중 18.8% 차지
 - 10년 전보다 교제 및 참여에서 19분, 문화 및 관광에서 5분 줄었지만, 미디어 이용에서 26분, 기타 여가에서 5분, 스포츠 및 레포츠에서 3분 늘어 10년 전 대비 여가시간은 11분 증가함

<그림 1> (대구)청년의 시간사용 추이



<그림 2> (대구)청년의 시간사용(2024)



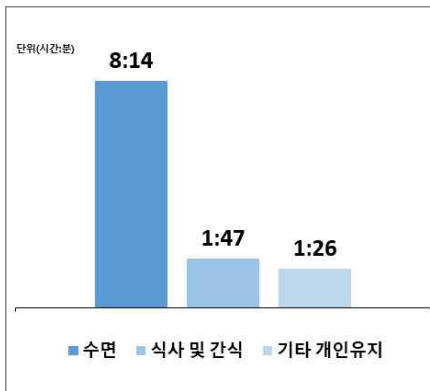
<표 1> (대구)청년의 시간사용 추이

	단위(시간:분)					
	2014 (A)		2024 (B)		10년 전 (B-A)	
	전국	대구	전국	대구	전국	대구
□ 필수시간	11:14	11:20	11:28	11:27	0:14	0:07
수면	8:04	7:51	8:13	8:14	0:09	0:23
식사 및 간식	1:53	1:57	1:47	1:47	-0:06	-0:10
기타 개인유지 ¹	1:17	1:32	1:29	1:26	0:12	-0:06
□ 의무시간	8:39	8:20	8:04	8:02	-0:35	-0:18
일(구직활동 포함)	3:48	3:23	3:49	3:20	0:01	-0:03
학습	0:59	1:08	0:56	1:14	-0:03	0:06
가사노동 ²	2:01	2:04	1:38	1:52	-0:23	-0:12
이동	1:52	1:45	1:42	1:36	-0:10	-0:09
□ 여가시간	4:07	4:20	4:28	4:31	0:21	0:11
교제 및 참여	1:07	1:17	0:53	0:58	-0:14	-0:19
문화 및 관광	0:06	0:08	0:04	0:03	-0:02	-0:05
미디어 이용	1:51	1:49	2:04	2:15	0:13	0:26
스포츠 및 레포츠	0:20	0:22	0:26	0:25	0:06	0:03
기타 ³	0:42	0:45	1:01	0:50	0:19	0:05

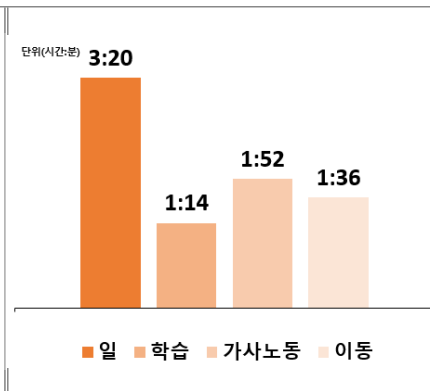
출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 개인 건강관리, 개인위생 및 외모관리 2. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기 3. 게임 및 놀이, 개인 취미활동, 자원봉사 등

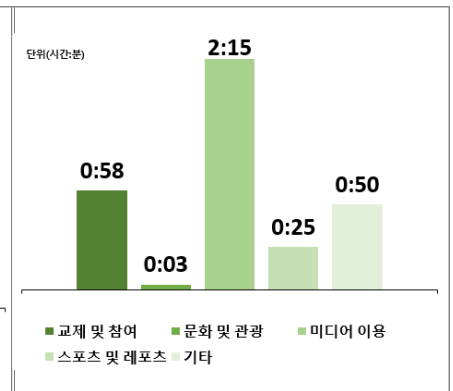
<그림 3> (대구)청년의 필수시간(2024)



<그림 4> (대구)청년의 의무시간(2024)



<그림 5> (대구)청년의 여가시간(2024)



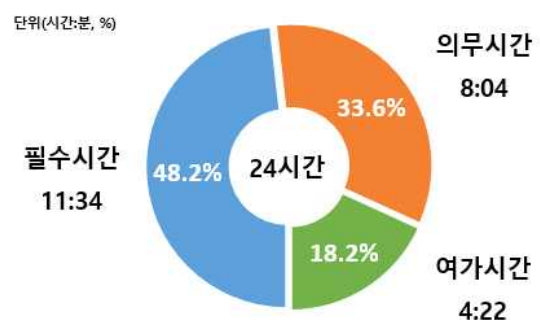
나. 경북

- **(필수시간)** '24년 경북 청년이 필수활동에 사용하는 시간은 11시간 34분으로 하루 생활시간 중 48.2% 차지
 - 10년 전보다 식사 및 간식에서 11분 줄었지만, 기타 개인유지에서 18분, 수면에서 2분 늘어 10년 전 대비 필수시간은 9분 증가함
- **(의무시간)** '24년 경북 청년이 의무활동에 사용하는 시간은 8시간 4분으로 하루 생활시간 중 33.6% 차지
 - 10년 전보다 가사노동에서 3분 늘었지만, 학습에서 10분, 이동에서 3분, 일에서 1분 줄어 10년 전 대비 의무시간은 12분 감소함
- **(여가시간)** '24년 경북 청년이 여가활동에 사용하는 시간은 4시간 22분으로 하루 생활시간 중 18.2% 차지
 - 10년 전보다 교제 및 참여에서 10분, 문화 및 관광에서 3분 줄었지만, 기타 여가에서 13분, 미디어 이용에서 4분 늘어 10년 전 대비 여가시간은 3분 증가함

<그림 6> (경북)청년의 시간사용 추이



<그림 7> (경북)청년의 시간사용(2024)



<표 2> (경북)청년의 시간사용 추이

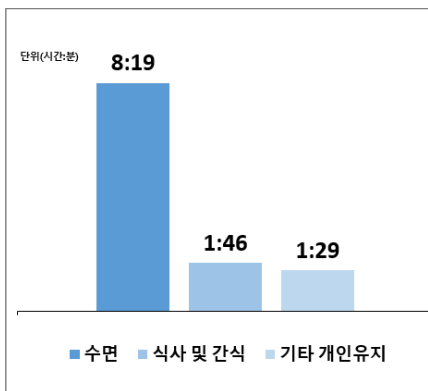
단위(시간:분)

	2014 (A)		2024 (B)		10년 전 (B-A)	
	전국	경북	전국	경북	전국	경북
□ 필수시간	11:14	11:25	11:28	11:34	0:14	0:09
수면	8:04	8:17	8:13	8:19	0:09	0:02
식사 및 간식	1:53	1:57	1:47	1:46	-0:06	-0:11
기타 개인유지 ¹	1:17	1:11	1:29	1:29	0:12	0:18
□ 의무시간	8:39	8:16	8:04	8:04	-0:35	-0:12
일(구직활동 포함)	3:48	4:10	3:49	4:09	0:01	-0:01
학습	0:59	0:36	0:56	0:26	-0:03	-0:10
가사노동 ²	2:01	2:02	1:38	2:05	-0:23	0:03
이동	1:52	1:27	1:42	1:24	-0:10	-0:03
□ 여가시간	4:07	4:19	4:28	4:22	0:21	0:03
교제 및 참여	1:07	1:08	0:53	0:58	-0:14	-0:10
문화 및 관광	0:06	0:05	0:04	0:02	-0:02	-0:03
미디어 이용	1:51	1:59	2:04	2:03	0:13	0:04
스포츠 및 레포츠	0:20	0:20	0:26	0:20	0:06	0:00
기타 ³	0:42	0:46	1:01	0:59	0:19	0:13

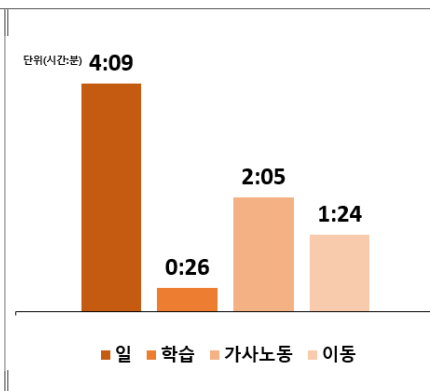
출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 개인 건강관리, 개인위생 및 외모관리 2. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기 3. 게임 및 놀이, 개인 취미활동, 자원봉사 등

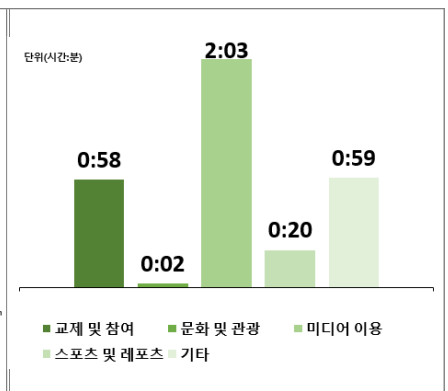
<그림 8> (경북)청년의 필수시간(2024)



<그림 9> (경북)청년의 의무시간(2024)



<그림 10> (경북)청년의 여가시간(2024)



2. 청년의 생활시간 인식 변화

가. 대구

- '24년 대구 청년의 66.3%는 평소 시간이 부족하다고 느끼고 있으며, 10년 전(74.4%) 대비 8.1%p 감소함
- 줄이고 싶은 일로 '14년, '24년 모두 '직장의 일'을 가장 많이 꼽음
- '24년 대구 청년의 81.2%는 평소 하루 일과가 끝난 후에 피곤함을 느끼고 있으며, 10년 전(85.8%) 대비 4.6%p 감소함
- 피곤함의 주된 이유로 '14년, '24년 모두 '직장의 일'을 가장 많이 꼽음

<표 3> (대구)청년의 생활시간에 대한 인식 변화

단위(%)

		2014			2024		
		청년	남자	여자	청년	남자	여자
시간 압박 및 줄이고 싶은 일	• 부족	74.4	73.8	75.0	66.3	66.0	66.5
	• 줄이고 싶은 일	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장 일	56.4	75.2	40.7	47.2	51.5	43.6
	- 자기학습	17.8	16.1	19.2	15.1	17.8	12.8
	- (손)자녀양육및가사	16.9	2.0	29.4	14.7	4.0	23.9
	- 이동	0.6	0.7	0.6	11.0	15.8	6.8
	- 기타 ¹	8.3	6.0	10.2	11.9	10.9	12.8
피곤함 및 주된 이유	• 피곤함 느낌	85.8	83.7	87.7	81.2	79.7	82.4
	• 주된 이유	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장 일	56.9	72.8	44.0	55.4	63.9	48.3
	- 자기학습	14.9	15.4	14.5	16.9	19.7	14.5
	- (손)자녀양육및가사	17.8	1.2	31.4	15.7	5.7	24.1
	- 건강상태	3.2	3.0	3.4	5.6	4.1	6.9
	- 기타 ²	7.2	7.7	6.8	6.4	6.6	6.2
삶의 만족도	• 만족	37.0	35.6	38.1	38.9	41.2	36.9
	• 보통	45.7	44.6	46.6	44.7	41.8	47.2
	• 불만족	17.4	19.8	15.3	16.4	17.0	15.9
여가 (시간활용) 만족도	• 만족	27.1	25.7	28.2	33.1	34.0	32.4
	• 보통	54.3	57.7	51.5	42.0	42.5	41.5
	• 불만족	18.6	16.6	20.3	24.9	23.5	26.1
가사 분담 만족도	• 만족	24.7	26.7	22.9	37.4	39.9	35.2
	• 보통	53.7	59.9	48.3	39.2	41.2	37.5
	• 불만족	13.5	4.0	21.6	10.3	5.2	14.8
	• 해당없음(1인가구 등)	8.2	9.4	7.2	13.1	13.7	12.5
남녀 성역할 ³	• 찬성	26.3	37.1	17.0	18.8	26.1	12.5
	• 반대	73.7	62.9	83.1	81.2	73.9	87.5

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 교제와 사회활동 등 2. 인간관계, 주변 환경 등 3. '남자는 일, 여자는 가정'이라는 설문 문항에 대한 결과

나. 경북

□ '24년 경북 청년의 63.0%는 평소 시간이 부족하다고 느끼고 있으며, 10년 전(68.6%) 대비 5.6%p 감소함

○ 줄이고 싶은 일로 '14년, '24년 모두 '직장의 일'을 가장 많이 꼽음

□ '24년 경북 청년의 86.0%는 평소 하루 일과가 끝난 후에 피곤함을 느끼고 있으며, 10년 전(89.6%) 대비 3.6%p 감소함

○ 피곤함의 주된 이유로 '14년, '24년 모두 '직장의 일'을 가장 많이 꼽음

<표 4> (경북)청년의 생활시간에 대한 인식 변화

단위(%)

		2014			2024		
		청년	남자	여자	청년	남자	여자
시간 압박 및 줄이고 싶은 일	• 부족	68.6	68.2	69.0	63.0	65.5	60.5
	• 줄이고 싶은 일	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장 일	57.5	69.9	45.9	58.8	67.1	50.0
	- 자기학습	12.3	9.7	14.7	7.4	7.9	6.9
	- (손)자녀양육및가사	20.3	3.9	35.8	16.2	9.2	23.6
	- 이동	1.9	2.9	0.9	8.8	6.6	11.1
	- 기타 ¹	8.0	13.6	2.8	8.8	9.2	8.3
피곤함 및 주된 이유	• 피곤함 느낌	89.6	87.4	91.8	86.0	83.6	88.2
	• 주된 이유	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장 일	57.0	70.5	44.8	61.9	77.3	47.6
	- 자기 학습	9.0	8.3	9.7	9.9	8.3	11.4
	- (손)자녀양육및가사	20.2	3.8	35.2	13.9	4.2	22.8
	- 건강상태	6.1	5.3	6.9	8.4	5.2	11.4
	- 기타 ²	7.6	12.1	3.4	5.9	5.1	6.7
삶의 만족도	• 만족	34.3	29.8	38.6	45.5	42.2	48.7
	• 보통	42.1	45.7	38.6	42.1	44.8	39.5
	• 불만족	23.6	24.5	22.8	12.3	12.9	11.8
여가 (시간활용) 만족도	• 만족	26.5	27.8	25.3	39.2	34.5	43.7
	• 보통	54.9	53.6	56.0	38.3	39.7	37.0
	• 불만족	18.6	18.5	18.7	22.6	25.9	19.3
가사 분담 만족도	• 만족	31.7	31.1	32.3	41.3	47.4	35.3
	• 보통	41.4	49.0	34.2	32.3	25.9	38.7
	• 불만족	15.9	7.3	24.1	7.7	2.6	12.6
	• 해당없음(1인가구 등)	11.0	12.6	9.5	18.7	24.1	13.5
남녀 성역할 ³	• 찬성	31.4	45.0	18.4	19.2	25.9	12.6
	• 반대	68.6	55.0	81.7	80.9	74.1	87.4

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 교제와 사회활동 등 2. 인간관계, 주변 환경 등 3. '남자는 일, 여자는 가정'이라는 설문 문항에 대한 결과

3. 청년의 성별 시간사용(2024)

- (필수시간) 대구는 남자(11시간 21분)가 여자(11시간 32분)보다 11분 더 적고, 경북은 남자(11시간 24분)가 여자(11시간 46분)보다 22분 더 적음
- (의무시간) 대구는 남자(7시간 59분)가 여자(8시간 6분)보다 7분 더 적고, 경북은 남자(8시간 9분)가 여자(7시간 58분)보다 11분 더 많음
- (여가시간) 대구는 남자(4시간 40분)가 여자(4시간 22분)보다 18분 더 많고, 경북은 남자(4시간 27분)가 여자(4시간 16분)보다 11분 더 많음

<표 5> 청년의 성별 시간사용(2024)

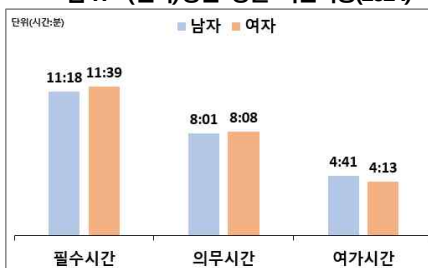
단위(시간:분), 차이=남자-여자

	전국			대구			경북		
	남자	여자	차이	남자	여자	차이	남자	여자	차이
□ 필수시간	11:18	11:39	-0:21	11:21	11:32	-0:11	11:24	11:46	-0:22
수면	8:08	8:18	-0:10	8:14	8:14	0:00	8:11	8:28	-0:17
식사 및 간식	1:47	1:47	0:00	1:48	1:46	0:02	1:47	1:46	0:01
기타 개인유지 ¹	1:24	1:34	-0:10	1:20	1:31	-0:11	1:27	1:32	-0:05
□ 의무시간	8:01	8:08	-0:07	7:59	8:06	-0:07	8:09	7:58	0:11
일(구직활동 포함)	4:18	3:18	1:00	3:40	3:01	0:39	5:23	2:45	2:38
학습	0:59	0:53	0:06	1:33	0:55	0:38	0:21	0:33	-0:12
가사노동 ²	0:57	2:21	-1:24	1:05	2:37	-1:32	1:00	3:17	-2:17
이동	1:46	1:37	0:09	1:40	1:33	0:07	1:25	1:23	0:02
□ 여가시간	4:41	4:13	0:28	4:40	4:22	0:18	4:27	4:16	0:11
교제 및 참여	0:44	1:02	-0:18	0:44	1:11	-0:27	0:43	1:13	-0:30
문화 및 관광	0:03	0:06	-0:03	0:01	0:05	-0:04	0:00	0:04	-0:04
미디어 이용	1:57	2:10	-0:13	2:16	2:14	0:02	2:01	2:06	-0:05
스포츠 및 레포츠	0:30	0:22	0:08	0:29	0:21	0:08	0:20	0:20	0:00
기타 ³	1:26	0:34	0:52	1:09	0:31	0:38	1:22	0:32	0:50

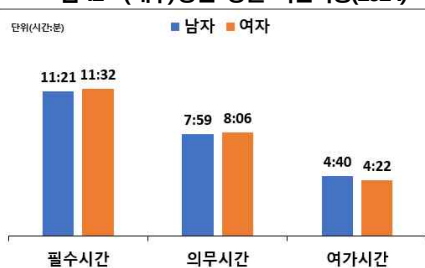
출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 개인 건강관리, 개인위생 및 외모관리 2. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기 3. 게임 및 놀이, 개인 취미활동, 자원봉사 등

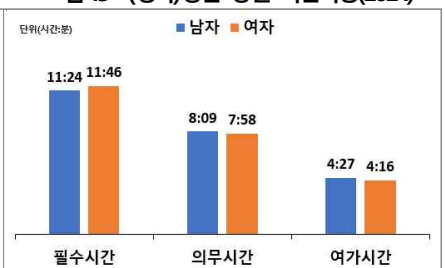
<그림 11> (전국)청년 성별 시간사용(2024)



<그림 12> (대구)청년 성별 시간사용(2024)



<그림 13> (경북)청년 성별 시간사용(2024)



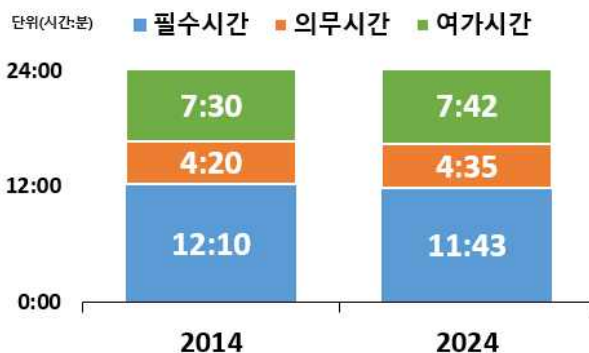
II. 고령자의 생활시간

1. 고령자의 시간사용 변화

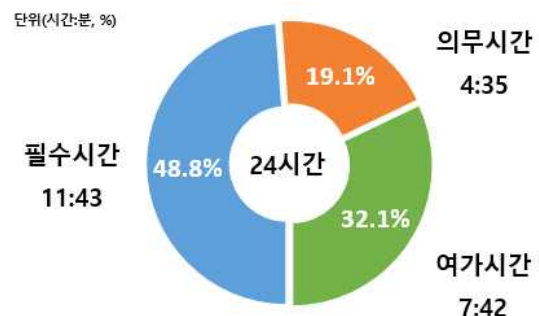
가. 대구

- (필수시간) '24년 대구 고령자가 필수활동에 사용하는 시간은 11시간 43분으로 하루 생활시간 중 48.8% 차지
 - 10년 전보다 기타 개인유지에서 12분, 수면에서 7분, 식사 및 간식에서 7분 줄어 10년 전 대비 필수시간은 27분 감소함
- (의무시간) '24년 대구 고령자가 의무활동에 사용하는 시간은 4시간 35분으로 하루 생활시간 중 19.1% 차지
 - 10년 전보다 가사노동에서 11분 줄었지만, 일에서 17분, 이동에서 6분, 학습에서 3분 늘어 10년 전 대비 의무시간은 15분 증가함
- (여가시간) '24년 대구 고령자가 여가활동에 사용하는 시간은 7시간 42분으로 하루 생활시간 중 32.1% 차지
 - 10년 전보다 교제 및 참여에서 26분, 기타 여가에서 16분, 문화 및 관광에서 2분 줄었지만, 미디어 이용에서 47분, 스포츠 및 레포츠에서 8분 늘어 10년 전 대비 여가시간은 12분 증가함

<그림 14> (대구)고령자의 시간사용 추이



<그림 15> (대구)고령자의 시간사용(2024)



<표 6> (대구)고령자의 시간사용 추이

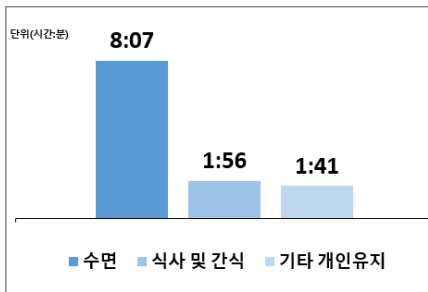
단위(시간:분)

	2014 (A)		2024 (B)		10년 전 (B-A)	
	전국	대구	전국	대구	전국	대구
□ 필수시간	11:46	12:10	11:59	11:43	0:13	-0:27
수면	8:22	8:14	8:14	8:07	-0:08	-0:07
식사 및 간식	1:58	2:03	1:58	1:56	0:00	-0:07
기타 개인유지 ¹	1:25	1:53	1:47	1:41	0:22	-0:12
□ 의무시간	4:58	4:20	4:58	4:35	0:00	0:15
일(구직활동 포함)	1:26	0:55	1:33	1:12	0:07	0:17
학습	0:01	0:00	0:02	0:03	0:01	0:03
가사노동 ²	2:23	2:24	2:12	2:13	-0:11	-0:11
이동	1:08	1:01	1:10	1:07	0:02	0:06
□ 여가시간	7:16	7:30	7:03	7:42	-0:13	0:12
교제 및 참여	1:32	1:44	1:18	1:18	-0:14	-0:26
문화 및 관광	0:02	0:03	0:01	0:01	-0:01	-0:02
미디어 이용	4:04	3:50	4:06	4:37	0:02	0:47
스포츠 및 레포츠	0:49	0:54	0:54	1:02	0:05	0:08
기타 ³	0:49	0:59	0:44	0:43	-0:05	-0:16

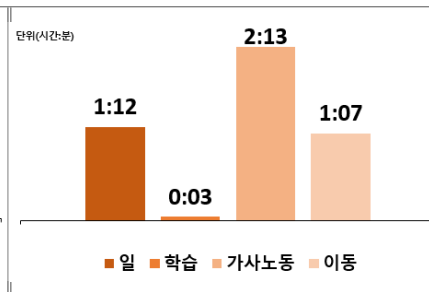
출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 개인 건강관리, 개인위생 및 외모관리 2. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기 3. 게임 및 놀이, 개인 취미활동, 자원봉사 등

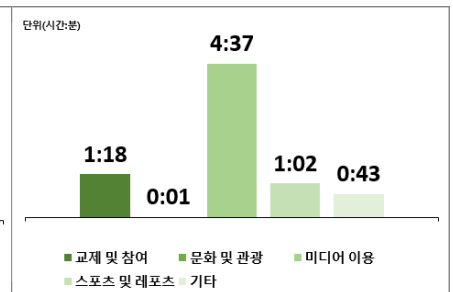
<그림 16> (대구)고령자의 필수시간(2024)



<그림 17> (대구)고령자의 의무시간(2024)



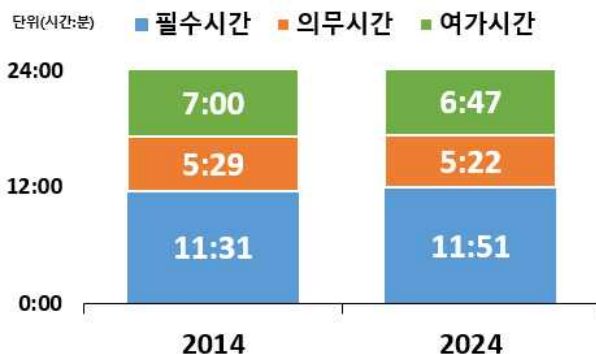
<그림 18> (대구)고령자의 여가시간(2024)



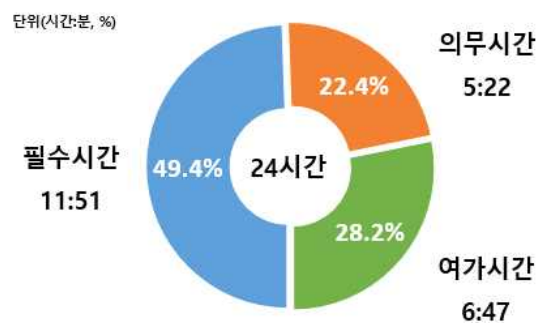
나. 경북

- **(필수시간)** '24년 경북 고령자가 필수활동에 사용하는 시간은 11시간 51분으로 하루 생활시간 중 49.4% 차지
 - 10년 전보다 식사 및 간식에서 2분 줄었지만, 기타 개인유지에서 19분, 수면에서 3분 늘어 10년 전 대비 필수시간은 20분 증가함
- **(의무시간)** '24년 경북 고령자가 의무활동에 사용하는 시간은 5시간 22분으로 하루 생활시간 중 22.4% 차지
 - 10년 전보다 일에서 6분, 이동에서 2분, 학습에서 1분 늘었지만, 가사노동에서 16분 줄어 10년 전 대비 의무시간은 7분 감소함
- **(여가시간)** '24년 경북 고령자가 여가활동에 사용하는 시간은 6시간 47분으로 하루 생활시간 중 28.2% 차지
 - 10년 전보다 스포츠 및 레포츠에서 15분 늘었지만, 교제 및 참여에서 17분, 미디어 이용에서 13분, 기타 여가에서 1분 줄어 10년 전 대비 여가시간은 13분 감소함

<그림 19> (경북)고령자의 시간사용 추이



<그림 20> (경북)고령자의 시간사용(2024)



<표 7> (경북)고령자의 시간사용 추이

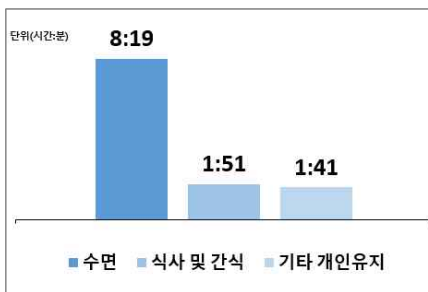
단위(시간:분)

	2014 (A)		2024 (B)		10년 전 (B-A)	
	전국	경북	전국	경북	전국	경북
□ 필수시간	11:46	11:31	11:59	11:51	0:13	0:20
수면	8:22	8:16	8:14	8:19	-0:08	0:03
식사 및 간식	1:58	1:53	1:58	1:51	0:00	-0:02
기타 개인유지 ¹	1:25	1:22	1:47	1:41	0:22	0:19
□ 의무시간	4:58	5:29	4:58	5:22	0:00	-0:07
일(구직활동 포함)	1:26	1:58	1:33	2:04	0:07	0:06
학습	0:01	0:00	0:02	0:01	0:01	0:01
가사노동 ²	2:23	2:30	2:12	2:14	-0:11	-0:16
이동	1:08	1:01	1:10	1:03	0:02	0:02
□ 여가시간	7:16	7:00	7:03	6:47	-0:13	-0:13
교제 및 참여	1:32	1:41	1:18	1:24	-0:14	-0:17
문화 및 관광	0:02	0:01	0:01	0:01	-0:01	0:00
미디어 이용	4:04	3:43	4:06	3:30	0:02	-0:13
스포츠 및 레포츠	0:49	0:33	0:54	0:48	0:05	0:15
기타 ³	0:49	1:02	0:44	1:03	-0:05	0:01

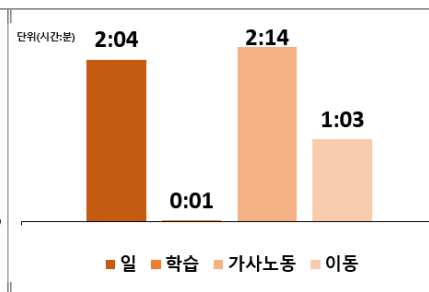
출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 개인 건강관리, 개인위생 및 외모관리 2. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기 3. 게임 및 놀이, 개인 취미활동, 자원봉사 등

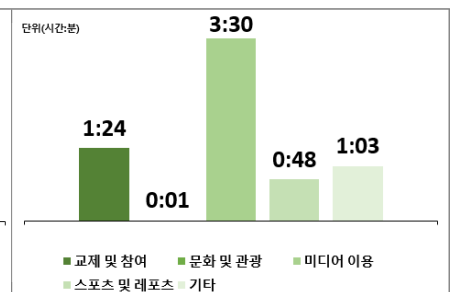
<그림 21> (경북)고령자의 필수시간(2024)



<그림 22> (경북)고령자의 의무시간(2024)



<그림 23> (경북)고령자의 여가시간(2024)



2. 고령자의 생활시간 의식 변화

가. 대구

- '24년 대구 고령자의 82.3%가 평소 시간이 여유 있다고 느끼고 있으며, 10년 전(89.2%) 대비 6.9%p 감소함
- '24년 대구 고령자의 56.6%는 평소 하루 일과가 끝난 후에 피곤함을 느끼고 있으며, 10년 전(66.7%) 대비 10.1%p 감소함
 - 피곤함의 주된 이유로 '14년, '24년 모두 '건강상태'를 가장 많이 꼽음
- '24년 대구 고령자의 31.9%는 평소 자신의 삶에 대해 만족하고 있으며, 만족이 불만족(18.5%)보다 13.4%p 높음
- '24년 대구 고령자의 39.1%는 평소 여가시간에 대해 만족하고 있으며, 만족이 불만족(11.8%)보다 27.3%p 높음

<표 8> (대구)고령자의 생활시간에 대한 의식 변화

단위(%)

		2014			2024		
		고령자	남자	여자	고령자	남자	여자
시간 압박	• 부족	10.8	8.3	12.6	17.7	17.9	17.6
	• 여유	89.2	91.7	87.4	82.3	82.1	82.4
피곤함 및 주된 이유	• 피곤함 느낌	66.7	58.3	72.6	56.6	53.6	59.0
	• 주된 이유	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장 일	11.0	16.1	8.2	24.6	38.9	14.0
	- (손)자녀양육및가사	7.1	0.0	11.2	13.7	2.2	22.3
	- 건강상태	73.4	73.2	73.5	51.2	46.7	54.5
	- 기타 ¹	8.4	10.7	7.1	10.4	12.2	9.1
삶의 만족도	• 만족	26.4	22.9	28.9	31.9	29.8	33.7
	• 보통	55.0	60.4	51.1	49.6	48.2	50.7
	• 불만족	18.6	16.7	20.0	18.5	22.0	15.6
여가 (시간활용) 만족도	• 만족	23.2	26.6	20.7	39.1	36.3	41.5
	• 보통	64.5	62.0	66.3	49.1	51.2	47.3
	• 불만족	12.3	11.5	13.0	11.8	12.5	11.2
남녀 성역할 ²	• 찬성	46.8	60.4	37.0	46.9	58.9	37.1
	• 반대	53.3	39.6	63.0	53.1	41.1	62.9

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 자기학습, 인간관계, 주변 환경 등 2. '남자는 일, 여자는 가정'이라는 설문 문항에 대한 결과

나. 경북

- '24년 경북 고령자의 77.1%가 평소 시간이 여유 있다고 느끼고 있으며, 10년 전(81.3%) 대비 4.2%p 감소함
- '24년 경북 고령자의 59.3%는 평소 하루 일과가 끝난 후에 피곤함을 느끼고 있으며, 10년 전(70.2%) 대비 10.9%p 감소함
 - 피곤함의 주된 이유로 '14년, '24년 모두 '건강상태'를 가장 많이 꼽음
 - '24년 남자의 경우 피곤함의 주된 이유로 '직장의 일'을 가장 많이 꼽음
- '24년 경북 고령자의 30.3%는 평소 자신의 삶에 대해 만족하고 있으며, 만족이 불만족(19.3%)보다 11.0%p 높음
- '24년 경북 고령자의 38.0%는 평소 여가시간에 대해 만족하고 있으며, 만족이 불만족(19.1%)보다 18.9%p 높음

<표 9> (경북)고령자의 생활시간에 대한 의식 변화

단위(%)

		2014			2024		
		고령자	남자	여자	고령자	남자	여자
시간 압박	• 부족	18.7	19.2	18.4	22.9	22.3	23.4
	• 여유	81.3	80.8	81.6	77.1	77.7	76.6
피곤함 및 주된 이유	• 피곤함 느낌	70.2	66.4	72.5	59.3	57.3	61.1
	• 주된 이유	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장 일	22.3	34.9	15.3	32.6	44.9	22.6
	- (손)자녀양육및가사	8.2	2.4	11.3	11.0	4.2	16.4
	- 건강상태	65.7	60.2	68.7	50.0	43.2	55.5
	- 기타 ¹	3.9	2.4	4.7	6.4	7.6	5.5
삶의 만족도	• 만족	23.2	25.6	21.7	30.3	34.0	27.2
	• 보통	53.0	53.6	52.7	50.3	51.9	49.0
	• 불만족	23.8	20.8	25.6	19.3	14.1	23.9
여가 (시간활용) 만족도	• 만족	27.6	27.6	27.5	38.0	40.3	36.0
	• 보통	63.3	60.4	65.0	42.9	45.2	41.0
	• 불만족	9.2	12.0	7.5	19.1	14.6	23.0
남녀 성역할 ²	• 찬성	52.7	63.2	46.4	43.8	52.4	36.4
	• 반대	47.3	36.8	53.6	56.2	47.6	63.6

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 자기학습, 인간관계, 주변 환경 등 2. '남자는 일, 여자는 가정'이라는 설문 문항에 대한 결과

3. 고령자의 성별 시간사용(2024)

- (필수시간) 대구는 남자(11시간 46분)가 여자(11시간 41분)보다 5분 더 많고, 경북은 남자(11시간 48분)가 여자(11시간 53분)보다 5분 더 적음
- (의무시간) 대구는 남자(4시간 15분)가 여자(4시간 50분)보다 35분 더 적고, 경북은 남자(5시간 8분)가 여자(5시간 34분)보다 26분 더 적음
- (여가시간) 대구는 남자(7시간 58분)가 여자(7시간 29분)보다 29분 더 많고, 경북은 남자(7시간 4분)가 여자(6시간 32분)보다 32분 더 많음

<표 10> 고령자의 성별 시간사용(2024)

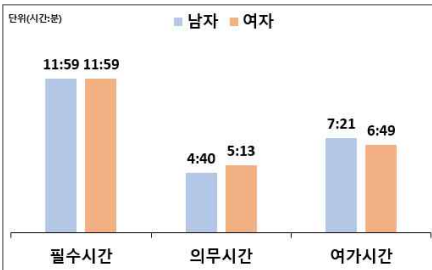
단위(시간:분), 차이=남자-여자

	전국			대구			경북		
	남자	여자	차이	남자	여자	차이	남자	여자	차이
□ 필수시간	11:59	11:59	0:00	11:46	11:41	0:05	11:48	11:53	-0:05
수면	8:14	8:14	0:00	8:05	8:09	-0:04	8:19	8:19	0:00
식사 및 간식	2:01	1:55	0:06	2:00	1:52	0:08	1:53	1:50	0:03
기타 개인유지 ¹	1:44	1:50	-0:06	1:42	1:40	0:02	1:37	1:45	-0:08
□ 의무시간	4:40	5:13	-0:33	4:15	4:50	-0:35	5:08	5:34	-0:26
일(구직활동 포함)	2:08	1:06	1:02	1:51	0:42	1:09	2:48	1:27	1:21
학습	0:03	0:01	0:02	0:02	0:04	-0:02	0:01	0:01	0:00
가사노동 ²	1:11	3:00	-1:49	1:07	3:04	-1:57	1:11	3:07	-1:56
이동	1:17	1:05	0:12	1:16	1:00	0:16	1:08	0:59	0:09
□ 여가시간	7:21	6:49	0:32	7:58	7:29	0:29	7:04	6:32	0:32
교제 및 참여	1:02	1:31	-0:29	1:06	1:28	-0:22	1:07	1:38	-0:31
문화 및 관광	0:02	0:01	0:01	0:01	0:01	0:00	0:02	0:01	0:01
미디어 이용	4:26	3:49	0:37	4:47	4:30	0:17	3:54	3:09	0:45
스포츠 및 레포츠	1:08	0:42	0:26	1:19	0:49	0:30	1:02	0:37	0:25
기타 ³	0:44	0:44	0:00	0:45	0:41	0:04	0:58	1:07	-0:09

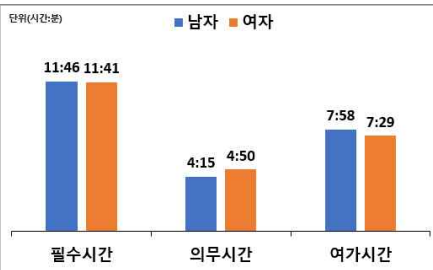
출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 개인 건강관리, 개인위생 및 외모관리 2. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기 3. 게임 및 놀이, 개인 취미활동, 자원봉사 등

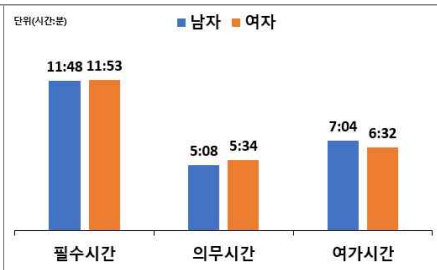
<그림 24> (전국)고령자 성별 시간사용(2024)



<그림 25> (대구)고령자 성별 시간사용(2024)



<그림 26> (경북)고령자 성별 시간사용(2024)



III. 맞벌이 가구의 생활시간

1. 맞벌이 가구의 시간사용 변화

가. 대구

□ (필수시간)

- '24년 대구 맞벌이 가구 중 남편이 필수활동에 사용하는 시간은 11시간 15분으로 하루 생활시간 중 46.9% 차지, 10년 전 대비 3분 증가함
- '24년 대구 맞벌이 가구 중 아내가 필수활동에 사용하는 시간은 11시간 13분으로 하루 생활시간 중 46.7% 차지, 10년 전 대비 23분 증가함

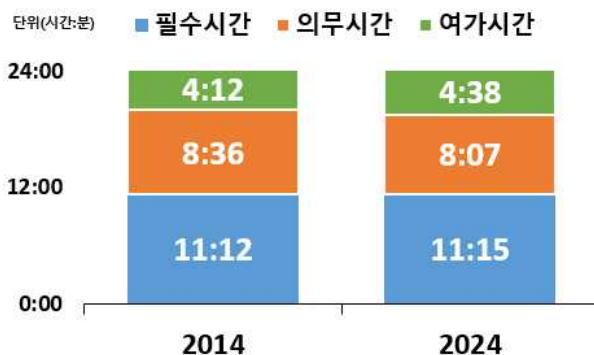
□ (의무시간)

- '24년 대구 맞벌이 가구 중 남편이 의무활동에 사용하는 시간은 8시간 7분으로 하루 생활시간 중 33.8% 차지, 10년 전 대비 29분 감소함
- '24년 대구 맞벌이 가구 중 아내가 의무활동에 사용하는 시간은 9시간 4분으로 하루 생활시간 중 37.8% 차지, 10년 전 대비 38분 감소함

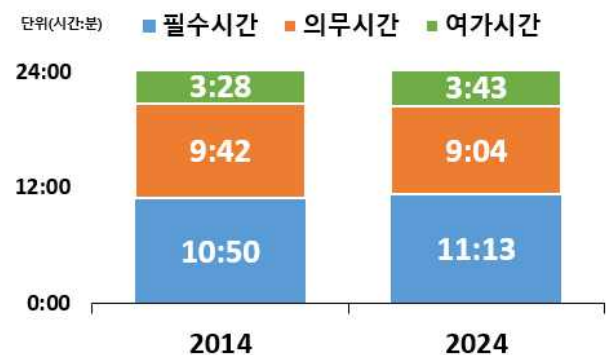
□ (여가시간)

- '24년 대구 맞벌이 가구 중 남편이 여가활동에 사용하는 시간은 4시간 38분으로 하루 생활시간 중 19.3% 차지, 10년 전 대비 26분 증가함
- '24년 대구 맞벌이 가구 중 아내가 여가활동에 사용하는 시간은 3시간 43분으로 하루 생활시간 중 15.5% 차지, 10년 전 대비 15분 증가함

<그림 27> (대구)맞벌이 가구 남편의 시간사용 추이



<그림 28> (대구)맞벌이 가구 아내의 시간사용 추이



<표 11> (대구)맞벌이 가구 남편의 시간사용 추이

단위(시간:분)

	2014 (A)		2024 (B)		10년 전 (B-A)	
	전국	대구	전국	대구	전국	대구
□ 필수시간	10:59	11:12	11:11	11:15	0:12	0:03
수면	7:45	7:42	7:48	7:48	0:03	0:06
식사 및 간식	2:03	2:02	1:58	2:04	-0:05	0:02
기타 개인유지 ¹	1:11	1:28	1:25	1:23	0:14	-0:05
□ 의무시간	8:53	8:36	8:33	8:07	-0:20	-0:29
일(구직활동 포함)	6:11	5:58	5:34	5:14	-0:37	-0:44
학습	0:02	0:03	0:04	0:06	0:02	0:03
가사노동 ²	0:41	0:40	0:59	0:58	0:18	0:18
이동	1:59	1:55	1:56	1:49	-0:03	-0:06
□ 여가시간	4:09	4:12	4:16	4:38	0:07	0:26
교제 및 참여	0:57	0:59	0:43	0:42	-0:14	-0:17
문화 및 관광	0:03	0:04	0:02	0:01	-0:01	-0:03
미디어 이용	2:10	2:03	2:26	2:42	0:16	0:39
스포츠 및 레포츠	0:29	0:31	0:33	0:38	0:04	0:07
기타 ³	0:30	0:35	0:32	0:34	0:02	-0:01

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 개인 건강관리, 개인위생 및 외모관리 2. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기 3. 게임 및 놀이, 개인 취미활동, 자원봉사 등

<표 12> (대구)맞벌이 가구 아내의 시간사용 추이

단위(시간:분)

	2014 (A)		2024 (B)		10년 전 (B-A)	
	전국	대구	전국	대구	전국	대구
□ 필수시간	10:51	10:50	11:14	11:13	0:23	0:23
수면	7:38	7:21	7:47	7:47	0:09	0:26
식사 및 간식	1:55	1:56	1:52	1:55	-0:03	-0:01
기타 개인유지 ¹	1:17	1:33	1:35	1:31	0:18	-0:02
□ 의무시간	9:42	9:42	9:08	9:04	-0:34	-0:38
일(구직활동 포함)	4:52	4:45	4:37	4:30	-0:15	-0:15
학습	0:02	0:01	0:04	0:07	0:02	0:06
가사노동 ²	3:13	3:22	2:51	2:52	-0:22	-0:30
이동	1:35	1:33	1:37	1:35	0:02	0:02
□ 여가시간	3:27	3:28	3:38	3:43	0:11	0:15
교제 및 참여	1:08	1:15	0:56	0:56	-0:12	-0:19
문화 및 관광	0:03	0:03	0:02	0:02	-0:01	-0:01
미디어 이용	1:40	1:25	1:57	2:03	0:17	0:38
스포츠 및 레포츠	0:18	0:20	0:23	0:24	0:05	0:04
기타 ³	0:18	0:24	0:20	0:18	0:02	-0:06

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 개인 건강관리, 개인위생 및 외모관리 2. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기 3. 게임 및 놀이, 개인 취미활동, 자원봉사 등

나. 경북

□ (필수시간)

- '24년 경북 맞벌이 가구 중 남편이 필수활동에 사용하는 시간은 11시간 14분으로 하루 생활시간 중 46.8% 차지, 10년 전 대비 22분 증가함
- '24년 경북 맞벌이 가구 중 아내가 필수활동에 사용하는 시간은 11시간 1분으로 하루 생활시간 중 45.9% 차지, 10년 전 대비 21분 증가함

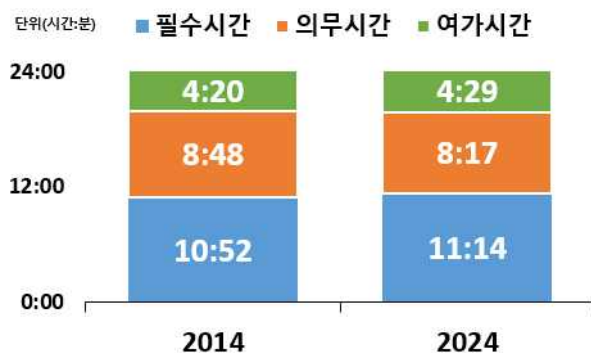
□ (의무시간)

- '24년 경북 맞벌이 가구 중 남편이 의무활동에 사용하는 시간은 8시간 17분으로 하루 생활시간 중 34.5% 차지, 10년 전 대비 31분 감소함
- '24년 경북 맞벌이 가구 중 아내가 의무활동에 사용하는 시간은 9시간 21분으로 하루 생활시간 중 39.0% 차지, 10년 전 대비 24분 감소함

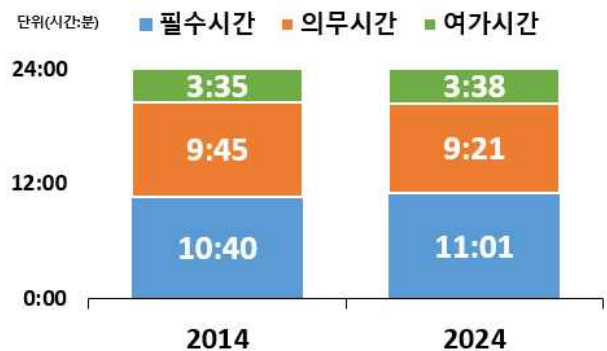
□ (여가시간)

- '24년 경북 맞벌이 가구 중 남편이 여가활동에 사용하는 시간은 4시간 29분으로 하루 생활시간 중 18.7% 차지, 10년 전 대비 9분 증가함
- '24년 경북 맞벌이 가구 중 아내가 여가활동에 사용하는 시간은 3시간 38분으로 하루 생활시간 중 15.1% 차지, 10년 전 대비 3분 증가함

<그림 29> (경북)맞벌이 가구 남편의 시간사용 추이



<그림 30> (경북)맞벌이 가구 아내의 시간사용 추이



<표 13> (경북)맞벌이 가구 남편의 시간사용 추이

단위(시간:분)

	2014 (A)		2024 (B)		10년 전 (B-A)	
	전국	경북	전국	경북	전국	경북
□ 필수시간	10:59	10:52	11:11	11:14	0:12	0:22
수면	7:45	7:37	7:48	7:53	0:03	0:16
식사 및 간식	2:03	2:05	1:58	1:54	-0:05	-0:11
기타 개인유지 ¹	1:11	1:10	1:25	1:27	0:14	0:17
□ 의무시간	8:53	8:48	8:33	8:17	-0:20	-0:31
일(구직활동 포함)	6:11	6:14	5:34	5:41	-0:37	-0:33
학습	0:02	0:04	0:04	0:03	0:02	-0:01
가사노동 ²	0:41	0:46	0:59	0:54	0:18	0:08
이동	1:59	1:44	1:56	1:39	-0:03	-0:05
□ 여가시간	4:09	4:20	4:16	4:29	0:07	0:09
교제 및 참여	0:57	1:03	0:43	0:45	-0:14	-0:18
문화 및 관광	0:03	0:02	0:02	0:02	-0:01	0:00
미디어 이용	2:10	2:08	2:26	2:30	0:16	0:22
스포츠 및 레포츠	0:29	0:29	0:33	0:34	0:04	0:05
기타 ³	0:30	0:38	0:32	0:38	0:02	0:00

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 개인 건강관리, 개인위생 및 외모관리 2. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기 3. 게임 및 놀이, 개인 취미활동, 자원봉사 등

<표 14> (경북)맞벌이 가구 아내의 시간사용 추이

단위(시간:분)

	2014 (A)		2024 (B)		10년 전 (B-A)	
	전국	경북	전국	경북	전국	경북
□ 필수시간	10:51	10:40	11:14	11:01	0:23	0:21
수면	7:38	7:36	7:47	7:45	0:09	0:09
식사 및 간식	1:55	1:54	1:52	1:48	-0:03	-0:06
기타 개인유지 ¹	1:17	1:10	1:35	1:28	0:18	0:18
□ 의무시간	9:42	9:45	9:08	9:21	-0:34	-0:24
일(구직활동 포함)	4:52	5:02	4:37	4:50	-0:15	-0:12
학습	0:02	0:02	0:04	0:01	0:02	-0:01
가사노동 ²	3:13	3:22	2:51	3:01	-0:22	-0:21
이동	1:35	1:20	1:37	1:29	0:02	0:09
□ 여가시간	3:27	3:35	3:38	3:38	0:11	0:03
교제 및 참여	1:08	1:13	0:56	0:58	-0:12	-0:15
문화 및 관광	0:03	0:02	0:02	0:03	-0:01	0:01
미디어 이용	1:40	1:37	1:57	1:43	0:17	0:06
스포츠 및 레포츠	0:18	0:15	0:23	0:22	0:05	0:07
기타 ³	0:18	0:29	0:20	0:31	0:02	0:02

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 개인 건강관리, 개인위생 및 외모관리 2. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기 3. 게임 및 놀이, 개인 취미활동, 자원봉사 등

2. 함께 사는 맞벌이 가구의 생활시간 의식 변화

가. 대구

- '24년 대구 맞벌이 가구의 가사분담에 대해 남편은 만족(42.4%)이 불만족(7.1%)보다 35.3%p 높으며, 만족의 경우 10년 전(39.0%) 대비 3.4%p 증가함
- '24년 대구 맞벌이 가구의 가사분담에 대해 아내는 만족(31.0%)이 불만족(32.6%)보다 1.6%p 낮으며, 만족의 경우 10년 전(24.4%) 대비 6.6%p 증가함
- '24년 대구 맞벌이 가구의 '남자는 일, 여자는 가정'이라는 남녀 성 역할에 대한 찬성 의견은 남편(34.2%)이 아내(16.3%)보다 17.9%p 높음

<표 15> (대구)맞벌이 가구의 생활시간에 대한 의식 변화

단위(%)

		2014		2024	
		남편	아내	남편	아내
시간압박 및 줄이고 싶은 일	• 부족	68.6	77.3	63.6	71.7
	▶ 줄이고 싶은 일	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장 일	88.1	66.2	79.5	62.1
	- 자기학습	3.4	0.8	7.7	3.8
	- (손)자녀양육및가사	3.4	30.1	3.4	26.5
	- 이동	0.0	0.8	6.0	3.0
	- 기타 ¹	5.1	2.3	3.4	4.5
피곤함 및 주된 이유	• 피곤함 느낌	88.4	91.3	87.0	86.4
	▶ 주된 이유	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장 일	88.8	68.2	81.9	69.2
	- 자기학습	0.7	1.9	3.7	1.3
	- (손)자녀양육및가사	2.0	19.7	5.0	21.4
	- 건강상태	5.9	8.9	5.0	3.8
	- 기타 ²	2.6	1.3	4.4	4.4
삶의 만족도	• 만족	34.9	38.4	38.0	41.3
	• 보통	48.3	42.4	46.2	43.5
	• 불만족	16.9	19.2	15.8	15.2
여가 (시간활용) 만족도	• 만족	31.7	32.0	32.6	24.5
	• 보통	56.4	56.7	41.9	40.8
	• 불만족	11.9	11.3	25.5	34.8
가사 분담 만족도	• 만족	39.0	24.4	42.4	31.0
	• 보통	54.7	41.3	50.5	36.4
	• 불만족	6.4	34.3	7.1	32.6
남녀 성역할 ³	• 찬성	45.9	20.4	34.2	16.3
	• 반대	54.1	79.7	65.8	83.7

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 교제와 사회활동 등 2. 인간관계, 주변 환경 등 3. '남자는 일, 여자는 가정'이라는 설문 문항에 대한 결과

나. 경북

- '24년 경북 맞벌이 가구의 가사분담에 대해 남편은 만족(47.2%)이 불만족(4.1%)보다 43.1%p 높으며, 만족의 경우 10년 전(35.4%) 대비 11.8%p 증가함
- '24년 경북 맞벌이 가구의 가사분담에 대해 아내는 만족(25.4%)이 불만족(31.5%)보다 6.1%p 낮으며, 만족의 경우 10년 전(26.2%) 대비 0.8%p 감소함
- '24년 경북 맞벌이 가구의 '남자는 일, 여자는 가정'이라는 남녀 성 역할에 대한 찬성 의견은 남편(43.7%)이 아내(20.3%)보다 23.4%p 높음

<표 16> (경북)맞벌이 가구의 생활시간에 대한 의식 변화

단위(%)

		2014		2024	
		남편	아내	남편	아내
시간압박 및 줄이고 싶은 일	• 부족	72.9	75.2	59.9	63.5
	• 줄이고 싶은 일	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장 일	87.4	69.4	78.0	65.6
	- 자기학습	1.8	4.0	2.5	3.2
	- (손)자녀양육및가사	2.4	21.4	6.8	22.4
	- 이동	1.2	0.0	1.7	4.0
	- 기타 ¹	7.2	5.2	11.0	4.8
피곤함 및 주된 이유	• 피곤함 느낌	87.8	92.6	85.3	84.3
	• 주된 이유	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장 일	84.6	70.4	80.4	67.5
	- 자기학습	0.5	0.5	0.6	0.6
	- (손)자녀양육및가사	2.5	16.4	4.8	18.1
	- 건강상태	7.0	9.4	9.5	8.4
	- 기타 ²	5.5	3.3	4.8	5.4
삶의 만족도	• 만족	33.2	32.2	41.6	35.5
	• 보통	50.7	47.8	47.2	52.8
	• 불만족	16.2	20.0	11.2	11.7
여가 (시간활용) 만족도	• 만족	33.2	29.6	32.0	28.4
	• 보통	52.0	55.7	44.7	43.7
	• 불만족	14.9	14.8	23.4	27.9
가사 분담 만족도	• 만족	35.4	26.2	47.2	25.4
	• 보통	55.5	38.9	48.7	43.2
	• 불만족	9.2	34.9	4.1	31.5
남녀 성역할 ³	• 찬성	49.8	30.0	43.7	20.3
	• 반대	50.2	70.0	56.4	79.7

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 교제와 사회활동 등 2. 인간관계, 주변 환경 등 3. '남자는 일, 여자는 가정'이라는 설문 문항에 대한 결과

3. 함께 사는 맞벌이 · 외벌이 가구의 시간사용(2024)

□ (맞벌이 가구)

- 대구는 의무시간이 남편(8시간 7분)보다 아내(9시간 1분)가 더 많으며, 그중 아내의 가사노동 시간이 남편보다 1시간 56분 더 많음
- 경북은 의무시간이 남편(8시간 18분)보다 아내(9시간 17분)가 더 많으며, 그중 아내의 가사노동 시간이 남편보다 2시간 13분 더 많음

□ (남편 외벌이 가구)

- 대구는 의무시간이 남편(8시간 8분)보다 아내(6시간 35분)가 더 적으며, 그중 아내의 가사노동 시간이 남편보다 4시간 더 많음
- 경북은 의무시간이 남편(8시간 26분)보다 아내(6시간 39분)가 더 적으며, 그중 아내의 가사노동 시간이 남편보다 4시간 15분 더 많음

□ (아내 외벌이 가구)

- 대구는 의무시간이 남편(3시간 42분)보다 아내(9시간 6분)가 더 많으며, 그중 아내의 가사노동 시간이 남편보다 22분 더 많음
- 경북은 의무시간이 남편(3시간 10분)보다 아내(7시간 50분)가 더 많으며, 그중 아내의 가사노동 시간이 남편보다 44분 더 많음

<표 19> 맞벌이·외벌이 가구의 시간사용(2024)

단위(시간:분)

	맞벌이 가구				남편 외벌이 가구				아내 외벌이 가구			
	대구		경북		대구		경북		대구		경북	
	남편	아내	남편	아내	남편	아내	남편	아내	남편	아내	남편	아내
□ 필수시간	11:15	11:13	11:13	11:02	11:24	11:21	11:15	11:47	11:36	11:09	11:51	11:47
수면	7:49	7:48	7:53	7:48	8:03	8:00	7:54	8:15	8:02	7:49	8:16	8:14
식사 및 간식	2:03	1:56	1:55	1:47	1:58	1:57	1:55	1:57	1:51	1:49	1:43	1:37
기타 개인유지 ¹	1:23	1:29	1:25	1:27	1:24	1:25	1:27	1:34	1:43	1:32	1:51	1:56
□ 의무시간	8:07	9:01	8:18	9:17	8:08	6:35	8:26	6:39	3:42	9:06	3:10	7:50
일(구직활동 포함)	5:12	4:32	5:46	4:44	5:23	0:04	5:56	0:11	0:11	5:02	0:23	4:10
학습	0:06	0:05	0:03	0:02	0:01	0:09	0:03	0:02	0:06	0:07	0:08	0:02
가사노동 ²	0:59	2:55	0:52	3:05	1:03	5:03	0:56	5:11	2:15	2:37	1:43	2:27
이동	1:49	1:30	1:37	1:26	1:41	1:18	1:31	1:15	1:10	1:20	0:56	1:11
□ 여가시간	4:38	3:45	4:29	3:41	4:28	6:05	4:19	5:35	8:41	3:45	8:59	4:23
교제 및 참여	0:41	0:57	0:45	0:59	0:41	1:10	0:50	1:38	0:55	0:48	1:05	1:13
문화 및 관광	0:01	0:02	0:02	0:03	0:01	0:01	0:02	0:03	0:03	0:03	0:03	0:03
미디어 이용	2:43	2:06	2:30	1:45	2:36	3:31	2:08	2:38	5:08	2:05	5:10	2:08
스포츠 및 레포츠	0:38	0:23	0:34	0:22	0:39	0:52	0:31	0:35	1:41	0:31	1:25	0:19
기타 ³	0:34	0:18	0:38	0:32	0:30	0:30	0:48	0:39	0:54	0:17	1:16	0:40

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 개인 건강관리, 개인위생 및 외모관리 2. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기 3. 게임 및 놀이, 개인 취미활동, 자원봉사 등

4. 함께 사는 맞벌이 · 외벌이 가구의 생활시간 인식(2024)

가. 대구

- 대구 맞벌이 가구 중 남편의 63.6%와 아내의 71.7%는 평소 시간이 부족하다고 느끼고, 시간이 부족한 경우 남편과 아내 모두 '직장의 일'을 가장 줄이고 싶어 함
 - 가사분담에 대한 만족은 남편(42.4%)이 아내(31.0%)보다 11.4%p 높음
- 대구 맞벌이 가구(아내)의 71.7%와 대구 아내 외벌이 가구(아내)의 59.0%는 평소 시간이 부족하다고 느끼고, '직장의 일' 다음으로 '(손)자녀양육 및 가사'를 줄이고 싶어 함
 - 가사분담에 대해 대구 맞벌이 가구(아내)와 대구 아내 외벌이 가구 (아내) 모두 불만족이 만족보다 더 높음

<표 17> (대구)맞벌이·외벌이 가구의 생활시간에 대한 인식(2024)

단위(%)

		맞벌이 가구		남편 외벌이 가구		아내 외벌이 가구	
		남편	아내	남편	아내	남편	아내
시간 압박 및 줄이고 싶은 일	• 부족	63.6	71.7	56.6	32.1	16.2	59.0
	• 줄이고 싶은 일	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장 일	79.5	62.1	80.5	2.3	0.0	73.9
	- 자기 학습	7.7	3.8	5.2	2.3	16.6	0.0
	- (손)자녀양육및가사	3.4	26.5	2.6	72.1	50.0	13.0
	- 이동	6.0	3.0	5.2	2.3	16.6	8.7
	- 기타 ¹	3.4	4.5	6.5	20.9	16.6	4.3
피곤함과 주된 이유	• 피곤함 느낌	87.0	86.4	75.7	62.7	54.1	82.1
	• 주된 이유	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장일	81.9	69.2	83.5	2.4	0.0	78.1
	- 자기학습	3.7	1.3	1.0	4.8	5.0	0.0
	- (손)자녀양육및가사	5.0	21.4	5.8	58.3	25.0	9.4
	- 건강상태	5.0	3.8	6.8	27.4	70.0	6.3
	- 기타 ²	4.4	4.4	2.9	7.1	0.0	6.3
삶의 만족도	• 만족	38.0	41.3	49.3	50.0	18.9	15.4
	• 보통	46.2	43.5	35.3	39.6	54.1	61.5
	• 불만족	15.8	15.2	15.4	10.5	27.0	23.1
여가 만족도	• 만족	32.6	24.5	39.7	44.0	16.2	25.6
	• 보통	41.9	40.8	36.0	42.5	73.0	48.7
	• 불만족	25.5	34.8	24.3	13.4	10.8	25.6
가사분담 만족도	• 만족	42.4	31.0	52.2	30.6	29.7	18.0
	• 보통	50.5	36.4	42.7	49.3	64.9	51.3
	• 불만족	7.1	32.6	5.2	20.2	5.4	30.8
남녀 성 역할 ³	• 찬성	34.2	16.3	48.5	21.6	35.1	25.6
	• 반대	65.8	83.7	51.5	78.4	64.9	74.4

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 교제와 사회활동 등 2. 인간관계, 주변 환경 등 3. '남자는 일, 여자는 가정'이라는 설문 문항에 대한 결과

나. 경북

- 경북 맞벌이 가구 중 남편의 59.9%와 아내의 63.5%는 평소 시간이 부족하다고 느끼고, 시간이 부족한 경우 남편과 아내 모두 '직장의 일'을 가장 줄이고 싶어 함
- 가사분담에 대한 만족은 남편(47.2%)이 아내(25.4%)보다 21.8%p 높음
- 경북 맞벌이 가구(아내)의 63.5%와 경북 아내 외벌이 가구(아내)의 58.1%는 평소 시간이 부족하다고 느끼고, '직장의 일' 다음으로 '(손)자녀양육 및 가사'를 줄이고 싶어 함
- 가사분담에 대해 경북 맞벌이 가구(아내)와 경북 아내 외벌이 가구(아내) 모두 불만족이 만족보다 더 높음

<표 18> (경북)맞벌이·외벌이 가구의 생활시간에 대한 인식(2024)

단위(%)

		맞벌이 가구		남편 외벌이 가구		아내 외벌이 가구	
		남편	아내	남편	아내	남편	아내
시간 압박 및 줄이고 싶은 일	• 부족	59.9	63.5	58.8	26.0	10.3	58.1
	▫ 줄이고 싶은 일	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장 일	78.0	65.6	79.2	6.0	33.4	77.8
	- 자기 학습	2.5	3.2	2.6	0.0	0.0	5.6
	- (손)자녀양육및가사	6.8	22.4	6.5	78.8	0.0	11.1
	- 이동	1.7	4.0	7.8	9.1	33.4	0.0
	- 기타 ¹	11.0	4.8	3.9	6.0	33.4	5.6
피곤함과 주된 이유	• 피곤함 느낌	85.3	84.3	78.6	62.2	37.9	74.2
	▫ 주된 이유	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)
	- 직장일	80.4	67.5	79.6	1.3	9.1	91.3
	- 자기학습	0.6	0.6	1.9	1.3	0.0	0.0
	- (손)자녀양육및가사	4.8	18.1	4.9	58.2	18.2	0.0
	- 건강상태	9.5	8.4	10.7	30.4	72.7	4.4
	- 기타 ²	4.8	5.4	2.9	8.9	0.0	4.4
삶의 만족도	• 만족	41.6	35.5	46.6	48.8	37.9	38.7
	• 보통	47.2	52.8	43.5	37.8	48.3	45.2
	• 불만족	11.2	11.7	9.9	13.4	13.8	16.1
여가 만족도	• 만족	32.0	28.4	41.2	40.9	37.9	48.4
	• 보통	44.7	43.7	42.0	43.3	48.3	38.7
	• 불만족	23.4	27.9	16.8	15.8	13.8	12.9
가사분담 만족도	• 만족	47.2	25.4	55.7	33.9	37.9	19.4
	• 보통	48.7	43.2	42.8	44.1	58.6	51.6
	• 불만족	4.1	31.5	1.5	22.1	3.5	29.0
남녀 성 역할 ³	• 찬성	43.7	20.3	49.6	26.0	34.5	9.7
	• 반대	56.4	79.7	50.4	74.0	65.5	90.3

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 교제와 사회활동 등 2. 인간관계, 주변 환경 등 3. '남자는 일, 여자는 가정'이라는 설문 문항에 대한 결과

5. 함께 사는 맞벌이 · 외벌이 가구의 가사노동시간(2024)

가. 대구

□ (평일)

- 평일 가사노동시간은 남편 외벌이 가구의 아내가 5시간 11분으로 가장 많고, 맞벌이 가구의 아내(2시간 37분), 아내 외벌이 가구의 아내(2시간 28분) 순으로 많음
- 남편의 경우 아내 외벌이 가구의 남편이 2시간 20분으로 가장 많고, 남편 외벌이 가구의 남편(53분), 맞벌이 가구의 남편(44분) 순으로 많음

□ (주말)

- 주말 가사노동시간은 남편 외벌이 가구의 아내가 4시간 44분으로 가장 많고, 맞벌이 가구의 아내(3시간 33분), 아내 외벌이 가구의 아내(3시간 14분) 순으로 많음
- 남편의 경우 아내 외벌이 가구의 남편이 1시간 53분으로 가장 많고, 맞벌이 가구의 남편(1시간 32분), 남편 외벌이 가구의 남편(1시간 25분) 순으로 많음

<표 20> (대구)맞벌이·외벌이 가구의 가사노동시간¹(2024)

단위(시간:분, %)

		요일 평균			평일			주말		
		평균 시간	행위자 비율	행위자 평균시간	평균 시간	행위자 비율	행위자 평균시간	평균 시간	행위자 비율	행위자 평균시간
맞벌이 가구	남편	0:59	65.9	1:30	0:44	60.4	1:12	1:32	77.7	1:58
	아내	2:55	96.5	3:01	2:37	95.8	2:44	3:33	98.1	3:37
남편 외벌이 가구	남편	1:03	61.0	1:43	0:53	58.7	1:31	1:25	66.6	2:08
	아내	5:03	98.1	5:09	5:11	97.3	5:20	4:44	100.0	4:44
아내 외벌이 가구	남편	2:14	83.7	2:40	2:20	87.2	2:41	1:53	71.8	2:38
	아내	2:37	99.3	2:38	2:28	99.1	2:29	3:14	100.0	3:14

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기

나. 경북

□ (평일)

- 평일 가사노동시간은 남편 외벌이 가구의 아내가 5시간 24분으로 가장 많고, 맞벌이 가구의 아내(2시간 57분), 아내 외벌이 가구의 아내(2시간 7분) 순으로 많음
- 남편의 경우 아내 외벌이 가구의 남편이 1시간 58분으로 가장 많고, 맞벌이 가구의 남편과 남편 외벌이 가구의 남편 모두 가사노동에서 44분 사용함

□ (주말)

- 주말 가사노동시간은 남편 외벌이 가구의 아내가 4시간 30분으로 가장 많고, 아내 외벌이 가구의 아내(3시간 29분), 맞벌이 가구의 아내(3시간 27분) 순으로 많음
- 남편의 경우 남편 외벌이 가구의 남편이 1시간 32분으로 가장 많고, 맞벌이 가구의 남편(1시간 14분), 아내 외벌이 가구의 남편(51분) 순으로 많음

<표 21> (경북)맞벌이·외벌이 가구의 가사노동시간¹(2024)

단위(시간:분, %)

		요일 평균			평일			주말		
		평균 시간	행위자 비율	행위자 평균시간	평균 시간	행위자 비율	행위자 평균시간	평균 시간	행위자 비율	행위자 평균시간
맞벌이 가구	남편	0:52	66.8	1:18	0:44	63.8	1:09	1:14	75.4	1:38
	아내	3:05	98.6	3:07	2:57	98.3	3:00	3:27	99.3	3:28
남편 외벌이 가구	남편	0:56	59.1	1:35	0:44	55.8	1:20	1:32	69.4	2:13
	아내	5:11	99.4	5:13	5:24	99.2	5:27	4:30	100.0	4:30
아내 외벌이 가구	남편	1:43	84.9	2:01	1:58	92.2	2:08	0:51	59.1	1:26
	아내	2:27	96.7	2:32	2:07	95.7	2:13	3:29	100.0	3:29

출처: 국가데이터처 「생활시간조사」

주) 1. 가정관리, 가족 및 가구원 돌보기

부록

부록 1 2024년 생활시간조사 개요

□ 조사목적

- 국민의 하루 24시간에 대한 시간사용 형태를 파악하여 국민의 생활양식과 삶의 질을 측정할 수 있는 기초자료 제공
- 노동, 복지, 문화, 교통 등 관련 정책 수립이나 학문 연구의 기초자료 제공

□ 조사연혁(5년 주기)

제1회 조사 1999년	제2회 조사 2004년	제3회 조사 2009년	제4회 조사 2014년	제5회 조사 2019년	제6회 조사 2024년
9월	9월	3월·9월	7월·9월·12월	7월·9월·12월	3월·7월·9월·12월

□ 조사기간 : 차수별 각 10일 총 40일

1차(3월)	2차(7월)	3차(9월)	4차(12월)
'24. 3.15~3.24	'24. 7.19~7.28	'24. 9.20~9.29	'24.11.29~12.8

□ 조사방법: 면접 및 스마트조사(CASI, SASI) 방법 병행

- 가구, 개인 관련 항목: 응답자가 면접 또는 스마트조사 중 선택
- 시간일지: 응답자가 종이조사표 또는 스마트조사 중 선택하여 직접 작성
* 응답자가 자신이 한 행동을 10분 단위로 2일 동안 작성하는 방식

□ 표본규모

- 전국 12,750 표본가구 내에 상주하는 10세 이상 가구원
- 유효수 : 12,718가구 내 25,097명

□ 조사항목

부문	조 사 문 항 (38개)
가구관련 (12)	①성명 ②가구주와 관계 ③성별 ④생년월일 ⑤혼인상태 ⑥돌봄 필요사유 ⑦재학·재학 ⑧오후 돌봄 ⑨분거가구여부 및 사유 ⑩거처종류 및 주거용 연면적 ⑪점유형태 ⑫가구소득
개인관련 (14)	①시간부족 정도 및 이유 ②일과 후 피곤함 정도 및 이유 ③삶 만족도 ④여가 만족도 ⑤가사 분담 만족도 ⑥성 역할에 대한 인식 ⑦교육수준 ⑧경제활동여부 및 일하지 않는 이유 ⑨산업 및 사업 체 형태 ⑩직업 ⑪중상상 지위 및 취업형태 ⑫주업 및 부업 시간 ⑬정기 휴일 ⑭개인소득
시간일지 (12)	①전날 잠든 시각 ②주행동 ③주행동시 ICT기기 이용 ④동시행동 ⑤동시행동시 ICT기기 이용 ⑥행위장소 또는 이동수단 ⑦함께있던 사람 ⑧기분상태 ⑨건강상태 ⑩근무(등교)일 여부 ⑪시간일지 작성일의 방문자 ⑫시간일지 작성자

□ 행동분류: 대분류 9, 중분류 45, 소분류 153

부록 2 2024년 생활시간조사 행동분류표

1 개인유지

중분류	소분류	분류명
11	수면	
	111	수면
	112	잠 못 이룸
12	식사 및 간식 섭취	
	121	식사하기
	122	간식 및 음료 섭취
13	개인건강관리	
	131	자기 건강관리
	132	아파서 쉬
	133	의료서비스 받기
14	개인위생 및 외모관리	
	141	개인위생
	142	외모관리
	143	이미용 관련 서비스 받기
	149	기타 개인유지 및 외모관리

2 일

21	법인, 정부기관, 비영리단체 등의 일
210	법인, 정부기관, 비영리단체 등의 일
22	가계비법인기업의 일
221	농림어업 관련 가계비법인기업 일
222	제조업 관련 가계비법인기업 일
223	서비스업 관련 가계비법인기업 일
229	기타 가계비법인기업 일
23	무급가족 일
231	농림어업 관련 무급가족 일
232	제조업 관련 무급가족 일
233	서비스업 관련 무급가족 일
239	기타 무급가족 일
24	일 관련 활동
241	일 중 휴식
242	일 관련 연수
249	기타 일 관련 활동
25	구직 및 창업활동
251	구직활동
252	창업활동
26	자가소비를 위한 일
261	자가소비를 위한 농림어업 일
262	자가소비를 위한 재화생산 일
263	자가소비를 위한 주택건설 및 수리, 수도 및 연료 공급활동

3 학습

31	학교활동
311	학교 수업
312	학교 수업 간 휴식
313	학교 자율학습
314	학교 행사
319	기타 학교활동
32	학교 활동 외 학습
321	학원 수강
322	방송·온라인 강의 수강
323	학교 외 자율학습
329	기타 학교 활동 외 학습

4 가정관리

41	음식준비
411	식사준비
412	간식·비일상적 음식만들기
413	설거지·식후정리
42	의류 관리
421	세탁하기
422	세탁물 건조(빨래 널기, 건기 포함)
423	다림질 및 옷정리
424	의류 수선 및 손질(구두닦이 포함)
43	청소 및 정리
431	청소
432	정리
433	쓰레기 분리 및 버리기
44	주거 및 가정용품 관리
441	주거 관리
442	가정용품 관리
443	주거 및 가정용품 관련 서비스 받기
45	차량 관리 및 유지
451	차량 관리하기
452	차량 관련 서비스 받기
46	반려 동물 및 식물 돌보기
461	반려 동물 돌보기
462	식물 돌보기
463	반려 동물 및 식물 서비스 받기
47	상품 및 서비스 구입
471	상품 매장 쇼핑
472	상품 온라인 쇼핑
473	서비스 현장 구입
474	서비스 온라인 구입
479	기타 쇼핑 관련행동
49	기타 가정관리
491	가계 예산, 가정 계획 수립 활동
492	금융기관 이용
493	관공서 등 이용
499	기타 가정관리 관련 행동

5 가족 및 가구원 돌보기

51	만 10세 미만 아이 돌보기
511	만 10세 미만 아이 신체적 돌보기
512	만 10세 미만 아이 간호하기
513	만 10세 미만 아이 훈육 및 공부 가르치기(봐주기)
514	만 10세 미만 아이 책 읽어주기, 대화하기
515	만 10세 미만 아이와 놀아주기, 스포츠활동 하기
516	만 10세 미만 아이 선생님과 상담 및 학교 등 방문
519	만 10세 미만 아이 기타 돌보기
52	만 10세 이상 미성년자 돌보기
521	만 10세 이상 미성년자 신체적 돌보기
522	만 10세 이상 미성년자 간호하기
523	만 10세 이상 미성년자 훈육 및 공부 가르치기(봐주기)
524	만 10세 이상 미성년자 책 읽어주기, 대화하기
525	만 10세 이상 미성년자와 놀아주기, 스포츠활동 하기
526	만 10세 이상 미성년자 선생님과 상담 및 학교 등 방문
529	만 10세 이상 미성년자 기타 돌보기
53	장기 돌봄 필요 성인 돌보기
531	장기 돌봄 필요 성인 신체적 돌봄 및 일상생활 돕기
532	장기 돌봄 필요 성인 간호하기
539	장기 돌봄 필요 성인 기타 돌보기
54	독립적인 성인 돌보기
541	독립적인 성인 신체 돌보기(일시적인 질병 등)
549	독립적인 성인 기타 돌보기

6 자원봉사 및 무급연수

61	비조직 기반(직접) 자원봉사
611	가족이 아닌 다른 가구의 가사활동 돕기
612	미성년자 돌보기(가족 및 가구원 제외, 비조직 기반)
613	성인 돕기 및 돌보기(가족 및 가구원 제외, 비조직 기반)
614	소득관련 활동 돕기(가족 및 가구원 제외, 비조직 기반)
619	기타 비조직 기반(직접) 자원봉사
62	조직 및 공동체 기반 자원 봉사
621	국가·지역 행사 관련 자원봉사
622	소외계층 및 재해주민 관련 자원봉사
629	기타 조직 및 공동체기반 자원봉사
63	무급 연수 및 관련 활동
630	무급 연수 및 관련 활동

7 교제 및 참여활동

71	교제활동
711	대면교제
712	화상·음성교제
713	문자·편지·이메일교제
714	사회관계망을 통한 교제
719	기타 교제 관련 활동
72	참여활동
721	의무적 참여
722	자녀교육 관련 참여
723	공동체 문화, 사회 행사 참여
724	생활시간조사 조사표 기입
729	기타 참여활동
73	종교활동
731	개인적 종교활동
732	종교 집회·모임 참가
739	기타 종교 관련 활동
74	의례활동
740	관혼상제 등 의례

8 문화 및 여가활동

81	문화 및 관광활동
811	영화 관람
812	연극·콘서트 등 공연 관람
813	전시관·박물관 관람
814	스포츠 경기관람
815	관광·드라이브
819	기타 문화 및 관광활동
82	미디어를 이용한 여가활동
821	책 읽기
822	신문 보기
823	잡지 보기
824	실시간 방송 시청
825	동영상 시청
826	실시간 라디오 방송 듣기
827	음원·음반 듣기
828	인터넷 정보검색
829	기타 미디어 관련 여가활동
83	스포츠 및 레포츠
831	걷기·산책
832	달리기·조깅
833	등산
834	자전거·인라인
835	개인 운동
836	구기 운동
837	낚시·사냥
839	기타 스포츠·레포츠

84	게임 및 놀이
841	집단게임 및 놀이
842	PC 게임
843	모바일 게임
849	기타 게임 및 놀이
85	휴식 관련 행동
851	아무것도 안하고 쉼
852	담배 피우기
89	기타 여가활동
891	개인 취미활동
892	여가교양 학습
893	유흥
899	기타 여가 관련 활동

9 이동

91	개인유지 관련 이동	
910	대분류1	개인유지 관련 이동
92	일 관련 이동	
921	중분류21~25	출근
922	중분류21~25	퇴근
923	중분류21~25	출장 및 기타 일 관련 이동
924	중분류26	자가소비 일 관련 이동
93	학습 관련 이동	
930	대분류3	학습 관련 이동
94	가정관리 관련 이동	
940	대분류4	가정관리 관련 이동
95	가족 및 가구원 돌보기 관련 이동	
951	중분류51	만10세 미만 아이 돌보기 관련 이동
952	중분류52	만10세 이상 미성년자 돌보기 관련 이동
953	중분류53	장기 돌봄 필요 성인 돌보기 관련 이동
954	중분류54	독립적인 성인 돌보기 관련 이동
96	자원봉사 및 무급연수 관련 이동	
960	대분류6	자원봉사 및 무급연수 관련 이동
97	교제 및 참여활동 관련 이동	
970	대분류7	교제 및 참여활동 관련 이동
98	문화 및 여가활동 관련 이동	
980	대분류8	문화 및 여가활동 관련 이동

장소 또는 이동수단

1	자기 집	7	도보
2	직장	8	버스
3	학교	9	지하철·철도
4	남의 집	10	택시
5	기타(실내)	11	승용차
6	기타(실외)	12	자전거
		13	기타 교통

함께 있던 사람

1	혼자
2	배우자
3	만 10세 미만 (손)자녀
4	만 10세 이상 (손)자녀
5	부모(배우자 쪽 포함)
6	형제자매, 기타 가족
9	기타 아는 사람

ICT 기기

1	사용
2	사용 안함