

表1：受訪者的個人背景資料

		頻數	百分比
性別	男	501	50.0
	女	501	50.0
	總計	1002	100.0
年齡	18 至 29 歲	142	14.4
	30 至 44 歲	395	40.0
	45 至 54 歲	331	33.5
	55 歲或以上	119	12.1
	總計	987	100.0
婚姻狀況	未婚	263	26.5
	已婚	677	68.3
	其他：再婚、同居、離婚或分居、喪偶	51	5.1
	總計	991	100.0
教育程度	初中或以下	240	24.2
	高中/預科	372	37.5
	大專/大學	379	38.2
	總計	991	100.0
職業	行政及專業人員	335	34.6
	文員及服務人員	406	41.9
	工人	228	23.5
	總計	969	100.0
家庭月收入	一萬以下	60	6.4
	一萬至三萬以下	377	40.5
	三萬或以上	401	43.0
	不知道/不定	94	10.1
	總計	932	100.0
18 歲以下子女	有	365	50.1
	沒有	363	49.9
	總計	728	100.0

表 2：過去七天平均每天工時（包括交通時間、在家工作時間）

	頻數	百分比
10 小時或以下	593	59.2
10 小時以上-13 小時（輕微超時）	326	32.5
14 小時或以上（嚴重超時）	74	7.4
不知道/很難說	9	0.9
總計	1002	100.0
均值	10.47 (10 小時 28 分鐘)	
標準差	1.970	

注：計算均值時，「不知道／很難說」被視為缺值。

表 3：過去七天平均每天進行與工作有關的進修和培訓時數（包括交通和複習時間）

	頻數	百分比	百分比 (有進修和培訓者)
0 小時（沒有）	713	71.2	—
3 小時以下	219	21.9	83.9
3 小時或以上	42	4.2	16.1
不知道/很難說	28	2.8	—
總計	1002	100.0	100.0
均值	1.68 (1 小時 41 分鐘)		
標準差	0.986		

注：計算均值時，「0 小時／沒有」和「不知道／很難說」被視為缺值。

表 4：過去七天平均每天處理家庭事務時數（例如做家務、看子女做功課）

	頻數	百分比	百分比 (有處理家務者)
0 小時（沒有）	173	17.3	—
3 小時以下	576	57.5	70.7
3 小時或以上	239	23.9	29.3
不知道/很難說	14	1.4	—
總計	1002	100.0	100.0
均值	1.73 (1 小時 44 分鐘)		
標準差	1.397		

注：計算均值時，「不知道／很難說」被視為缺值。

表 5：過去七天平均每天休息和睡覺時數

	頻數	百分比
少於 6 小時	69	6.9
6-7 小時	474	47.3
7 小時以上	454	45.3
不知道/很難說	5	0.5
總計	1002	100.0
均值	7.43 (7 小時 26 分鐘)	
標準差	1.551	

注：計算均值時，「不知道／很難說」被視為缺值。

表 6：工作家庭促進(%)

	非常 同意	同意	普通	不同意	非常 不同意	不知道/ 很難說	(樣本數)
<u>工作促進家庭：</u>							
『工作令你更加珍惜在家裡的時間』	18.9	57.4	14.1	7.3	0.2	2.2	(1002)
『當你下班回家後，通常心情都不錯，令 你家裡的氣氛都變得好』	9.5	55.5	24.0	9.0	0.5	1.6	(1002)
<u>家庭促進工作：</u>							
『你的家庭生活令你更加投入工作』	6.9	55.0	21.6	13.0	0.3	3.3	(1002)
『你的家庭活動令你工作時都有好的心 情，令你工作的氣氛都變得好』	9.4	58.4	20.1	8.7	0.6	2.9	(1002)

表 7：工作家庭衝突(%)

	非常 同意	同意	普通	不同意	非常 不同意	不知道/ 很難說	(樣本數)
<u>工作影響家庭：</u>							
『下班回到家後已經很累，很多本來想做 的事情都無法做』	18.7	39.0	25.8	13.4	2.0	1.1	(1002)
『我的工作用了我本來想跟家人一起度 過的時間』	11.1	39.4	22.9	22.6	1.0	3.1	(1002)
<u>家庭影響工作：</u>							
『你在家裡要做很多事，讓你經常在工作 時感到很累』	7.7	25.2	22.3	41.5	2.3	1.0	(1002)
『你的家庭生活用了你本來想工作的時 間』	2.3	20.4	13.7	57.1	4.0	2.6	(1002)

表 8：與家人一起進行消閒活動的頻率(%)

	少過三個 月一次	最少三個 月一次	最少一個 月一次	最少一星 期一次	最少一日 一次	不知道/ 很難說	(樣本數)
吃飯	1.3	1.7	5.0	36.9	55.1	0.0	(1002)
家內活動（例如看電視、打麻將）	6.4	2.6	7.8	33.4	48.8	1.0	(1002)
家外活動（例如逛街、飲茶）	6.4	7.9	25.8	55.2	3.5	1.2	(1002)
社交性活動（例如探親）	29.3	19.8	35.2	12.8	0.3	2.6	(1002)

表 9：對消閒活動的評價(%)

	非常 有幫助	有幫助	普通	沒有 幫助	完全沒有 幫助	不知道/ 很難說	(樣本數)
消閒活動對增進與家人的溝通	33.1	52.7	10.3	2.1	0.4	1.4	(1002)

表 10：過去一個月的精神健康狀況(%)

	非常好	幾好	普通	幾差	非常差	不知道/ 很難說	(樣本數)
精神健康	7.1	39.1	41.5	10.6	1.4	0.3	(1002)