

# 休闲

## 日本人的休闲享乐方式

### 日本的度假休闲历史

从20世纪50年代后期开始，日本人开始对度假休闲越来越关心。随着战后的经济复兴，度假休闲成为流行语。全国各地以温泉为代表的观光设施不断完善。

进入60年代，迎来了经济高速增长期，随着汽车的普及、新干线及高速公路等基础设施不断完善，团队旅游及自驾游等家庭旅游增加。并且，随着海外旅行的自由化，到海外旅行的人数增多。还有保龄球场及高尔夫球场等体育设施和游乐园等迅速增建，使度假休闲变得越来越大型化和大众化。

在70年代，体育、游戏中心、文化中心等“价格便宜、距离近、时间短”的度假休闲方式很受欢迎。83年家庭游戏机上市，之后，开发了各种各样种类繁多的游戏机。83年以“东京迪斯尼乐园”开园为契机，全国各地到处都修建了主题公园。80年代后半期，出现了泡沫经济，随之到海外避暑地的旅行者急剧增多。

进入90年代，泡沫经济崩溃，把时间用于学习才艺等个人兴趣爱好的人增多起来。

进入21世纪后，日本人度假休闲的形式变得多样化，人们开始选择符合自己喜好的休闲方式。

### 退休生活的消遣方法

退休后的休闲活动也多种多样。

关心如何增进健康的人打网球、打高尔夫、慢跑、登山、徒步旅行等。同时对学习知识或



假日，为营火做准备的家人

才艺的劲头也十足，他们充分利用地区的文化中心或大学的市民讲座等，就各自关心的主题积极开展活动，活到老学到老。

关于旅行，越来越多的人倾向于有目的的旅行。比如，探访自己感兴趣的名胜古迹；或为增进健康洗泡温泉等。去海外旅行的人也很多，海外旅行者中高龄者的比例正在增加。

另外，参加社会活动的愿望也很高，并成为地区志愿活动等的主力。

### 家庭的休闲方式

经济高速增长期，在岗工作一代人的生活主要以工作为中心，而近年来，更加重视与家人一起度过时光的风气盛行，假日与家人一起休闲的人正在增加。日本有很多連休，如年底年初、4月底到5月初的黄金周、8月份的盂兰盆节等，很多人利用这期间全家旅行。另外，



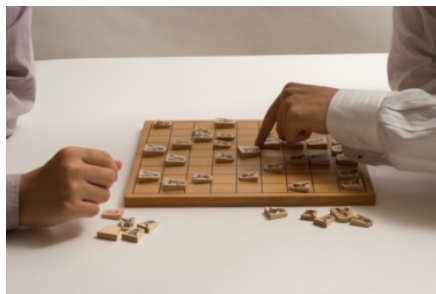
日本全国各地均有可供全家人尽兴的动物园、水族馆、博物馆等设施，每逢节假日，携家带小，场馆内外熙熙攘攘。还有越来越多的人喜欢户外活动，全家去野营、登山的也在增加。对环境问题的关心程度也正在提高，居住在城市的人参加环保旅游团，与孩子们一起体验地区的自然和文化活动；或参加绿色旅游团，到农村体验农业劳动和生活。

一方面，随着设有电影院等大型、郊外型商城的增多，周末举家逛店购物的情形也更为多见。

另一方面，想要充实日常生活的人也很多，有的人从事园艺、还有的人开始周末DIY（自制）家具等。除此以外，把做饭、做点心、研究装潢等作为自己兴趣的人也正在增加。在家里，一些父母教孩子们下将棋或围棋等传统日本棋戏。日本的家庭喜欢在闲暇时间下棋消遣。

## 孩子们如何利用课余时间

日本的孩子们利用每天放学后、周末、暑假等时间进行多种多样的活动。放学后除了在自己家或朋友家玩耍以外，有的还会去公园、广场、地区的图书馆或儿童馆等地方。一个人在家的时候，玩电视游戏机、看电视、看书、看漫画等，此外还有不少孩子学绘画、手工、弹钢琴或吉它等。上了中学以后，开展体育活动等，在学校社团、俱乐部活动中度过的时间



**日本将棋（象棋）**  
将棋在西方人之间常常被称为“日本式国际象棋”。（照片提供单位：Getty Images）

增多。

另外，还有棒球、足球、排球等利用周末开展活动的体育俱乐部和“儿童会”等地区活动。学校也在节假日为孩子们开放校园，让孩子和家人及朋友们可以一起尽兴玩耍。

到了暑假，孩子们离开家长去夏令营等，这样的旅游团很有人气。

面向双职工家庭的小学生，设有学童保育制度，在学童保育所里，可以吃点心、玩耍、做作业等，一直呆到回家的时间。

## 年轻人的休闲方式

现在，随着生活方式的多样化，年轻人的休闲方式也逐渐多样化，没有一种固定的消闲流行方式。然而，许多年轻人热衷时装，所以会在休息的时候逛街购物。此外，和朋友、同事或家人去KTV唱卡拉OK也是一种消闲方式。另外，还有人为自己的未来投资，去学习外语或为取得某种资格而努力。

最近，近郊的主题公园型温泉等也在增多，节假日里也有些年轻人利用。

与同事一起旅行的次数正在减少，离开工作要么与朋友或家人一起，要么一个人旅行的年轻人正在增多。