

女性無酬照顧時間 5 年僅減 9 分鐘：有伴侶者每天 顧家人、做家務達 4.41 小時，是另一半 2.6 倍

2026/01/05 性別•中央通訊社

(中央社) 根據衛福部調查，台灣女性 113 年平均每天無酬照顧時間為 3.03 小時，較 5 年前僅減 0.15 小時，其中婚後或有同居者女性需做家務比率最高，達 93.9%、時長逾 2 小時，比整體女性處理家務時間更長。

台灣近年性別意識抬頭，觀念從小向下扎根，期盼慢慢回過頭向上影響，但家庭內有些「分工標籤」仍未被撕下，尤其是照顧家人、家務事等無酬照顧。參照國際定義的「無酬照顧時間」，是將照顧家人、做家務及志工服務等時間納入統計範疇。

根據衛福部去 (2025) 年公布民國 113 年 15 至 64 歲女性生活狀況調查報告，婦女平均每天無酬照顧時間 3.03 小時，平均每天無酬照顧最耗時的是做家務 1.51 小時，其次為照顧家人、鄰居或朋友 1.47 小時，以及志願服務 0.05 小時。相較於 108 年，平均每天無酬照顧時間減少 0.15 小時。

從這份報告可知，依婚姻狀況觀察，以有配偶或同居伴侶的女性平均每天無酬照顧時間最長，高達 4.41 小時，其配偶或同

居人平均每天無酬照顧時間僅比 5 年前增加 0.24 小時。這群女性每天無酬照顧時間是配偶或同居人的 2.6 倍，以照顧孩子、家務為主要花費時間。

進一步分析女性平均每天無酬照顧最耗時的是做家務，整體而言，86.5%女性需處理家務，每天平均花費 1.75 小時，有配偶或同居人的女性需做家務比率最高，達 93.9%，每天平均花費 2.13 小時。這群女性認為，提升對方參與家務意願最主要的方法是「去除傳統性別角色刻板印象」。

衛福部社家署長周道君昨天告訴《中央社》記者，相信隨著世代交替，台灣女性每天投入無酬照顧時間將持續改善。長期以來，社會普遍期待家務分擔能更加平權，尤其是男性角色參與。相較於過去，年輕世代在這方面的觀念確實逐漸朝向平等發展，但仍有很大的進步空間。

周道君表示，今年在性別與家庭角色議題上，將延續既有推動方向，持續倡議家庭性別平權，透過婦女節、女孩日等重要時點加強宣導，並深化校園推廣，鎖定年輕族群。113 年至 114 年已與劇團合作進入校園，以戲劇引導學生思考家庭性別分工等，今年將持續校園巡迴。

