

## 6 地域別にみた生活時間

### (1) 1次活動時間

睡眠時間が長い「東北」

睡眠時間（週全体）を14地域別にみると、「東北」が7時間59分と最も長く、次いで、「山陰」（7時間55分）、「南九州」（7時間54分）の順となっている。

一方、睡眠時間が最も短いのは「関東」（7時間38分）で、最も長い「東北」との差は21分となっている。

男女別にみると、どの地域も男性が10分以上長くなっている。（表6-1）

早寝早起型は都市規模が小さい市町村

15歳以上の人について平日の朝の「睡眠」の行動者率が50%未満となった時間帯を都市階級別にみると、男性は、「町村」、「小都市B」、「小都市A」及び「中都市」が午前6時30分～45分、「大都市」が6時45分～7時、女性は、「町村」及び「小都市B」が6時15分～30分、「小都市A」、「中都市」及び「大都市」が6時30分～45分となっており、男女とも、都市規模が小さいほど早い時間に起きている人が多くなっている。

一方、夜に「睡眠」の行動者率が50%を超えた時間帯をみると、男女とも、「町村」、「小都市B」及び「小都市A」が午後11時～11時15分、「中都市」が11時15分～30分、「大都市」が11時30分～45分となっており、都市規模が小さい方が、早い時間に寝ている人が多い傾向となっている。（図6-1）

図6-1 都市階級、時間帯別「睡眠」の行動者率（15歳以上）-平日

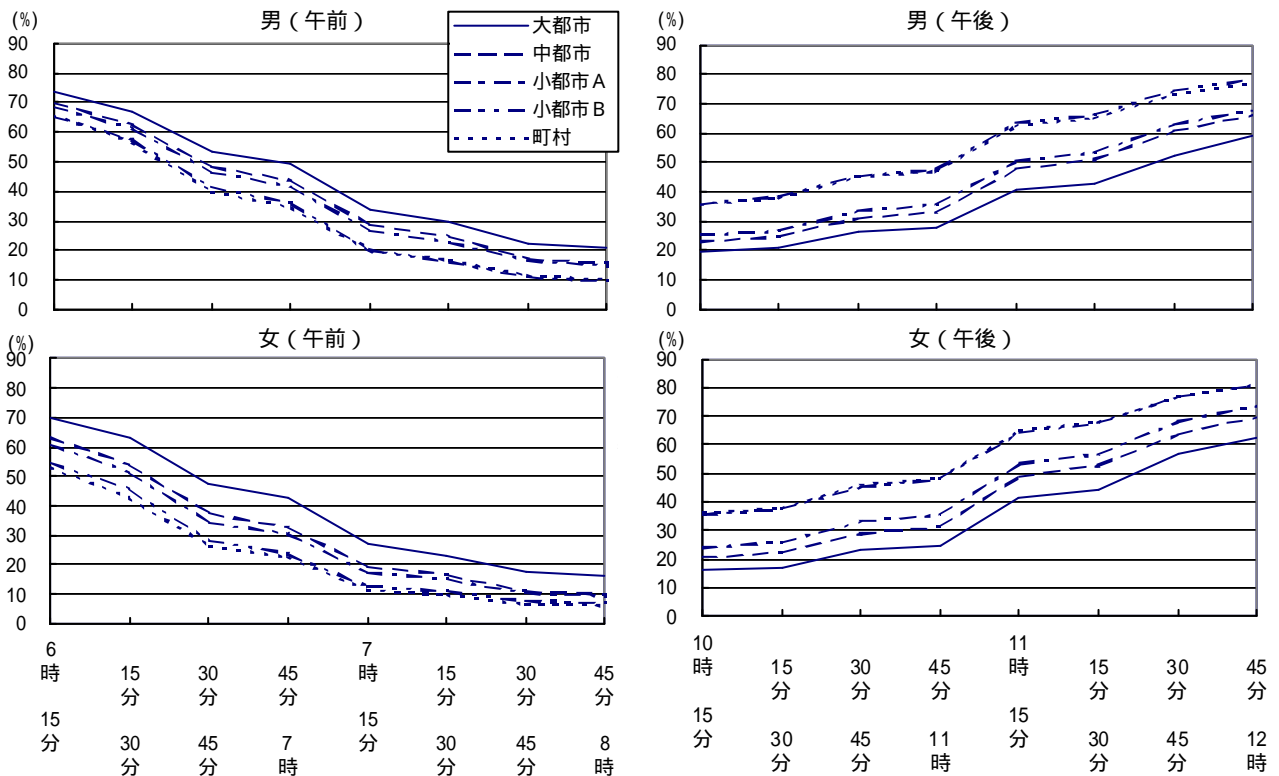


表 6 - 1 地域別生活時間 - 週全体

(時間・分)

		全国	北海道	東北	関東	関東	北陸	東海	近畿	近畿	山陰	山陽	四国	北九州	南九州	沖縄
総数	1次活動	10.36	10.36	10.47	10.34	10.42	10.36	10.30	10.35	10.36	10.45	10.35	10.42	10.33	10.47	10.32
	睡眠	7.45	7.52	7.59	7.38	7.49	7.52	7.44	7.41	7.46	7.55	7.45	7.53	7.46	7.54	7.51
	身の回りの用事	1.13	1.10	1.11	1.15	1.14	1.09	1.10	1.14	1.12	1.14	1.13	1.13	1.12	1.13	1.07
	食事	1.38	1.33	1.37	1.42	1.40	1.35	1.35	1.40	1.38	1.35	1.37	1.37	1.35	1.40	1.34
	2次活動	6.56	6.34	6.52	7.03	6.59	6.57	7.00	6.58	6.56	6.47	6.55	6.35	6.48	6.47	6.56
	通勤・通学	0.31	0.25	0.25	0.41	0.28	0.24	0.30	0.33	0.33	0.22	0.27	0.21	0.27	0.22	0.25
	仕事	3.39	3.35	3.49	3.37	3.46	3.52	3.47	3.35	3.32	3.44	3.37	3.33	3.31	3.37	3.23
	学業	0.40	0.33	0.41	0.38	0.41	0.37	0.38	0.40	0.43	0.41	0.41	0.38	0.46	0.48	0.51
	家事関連時間	2.05	2.00	1.56	2.07	2.04	2.03	2.05	2.10	2.08	2.00	2.11	2.03	2.03	1.59	2.17
	家事	1.25	1.23	1.20	1.24	1.25	1.25	1.26	1.28	1.29	1.26	1.31	1.25	1.27	1.26	1.32
	介護・看護	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.04	0.04	0.04	0.04	0.04	0.03	0.04	0.04
	育児	0.13	0.11	0.12	0.14	0.14	0.13	0.13	0.12	0.12	0.10	0.12	0.12	0.11	0.09	0.21
	買い物	0.24	0.23	0.21	0.26	0.22	0.22	0.23	0.26	0.23	0.20	0.24	0.22	0.22	0.20	0.20
	3次活動	6.28	6.51	6.22	6.23	6.19	6.27	6.30	6.28	6.29	6.28	6.30	6.43	6.39	6.25	6.33
	移動(通勤・通学を除く)	0.32	0.30	0.29	0.35	0.31	0.30	0.33	0.32	0.32	0.27	0.32	0.30	0.32	0.29	0.28
	テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.32	2.52	2.33	2.23	2.30	2.29	2.33	2.34	2.33	2.32	2.39	2.43	2.43	2.28	2.39
	休養・くつろぎ	1.20	1.27	1.24	1.17	1.20	1.24	1.19	1.17	1.21	1.28	1.17	1.24	1.22	1.29	1.19
	学習・研究(学業以外)	0.14	0.11	0.11	0.16	0.12	0.12	0.13	0.15	0.14	0.12	0.14	0.12	0.13	0.10	0.11
	趣味・娯楽	0.42	0.45	0.38	0.44	0.39	0.40	0.44	0.43	0.42	0.38	0.42	0.46	0.41	0.38	0.35
	スポーツ	0.13	0.12	0.12	0.13	0.14	0.12	0.13	0.12	0.13	0.14	0.12	0.12	0.13	0.15	0.14
	ボランティア活動・社会参加活動	0.04	0.03	0.04	0.04	0.04	0.05	0.05	0.04	0.06	0.06	0.06	0.06	0.05	0.04	0.04
	交際・付き合い	0.26	0.28	0.24	0.27	0.24	0.27	0.25	0.26	0.26	0.25	0.22	0.24	0.27	0.24	0.38
	受診・療養	0.08	0.07	0.08	0.08	0.08	0.09	0.08	0.08	0.08	0.09	0.09	0.11	0.09	0.10	0.09
その他	0.16	0.16	0.19	0.15	0.17	0.18	0.16	0.17	0.15	0.17	0.17	0.16	0.13	0.18	0.17	
男	1次活動	10.30	10.31	10.40	10.27	10.38	10.30	10.24	10.26	10.28	10.40	10.30	10.36	10.29	10.44	10.34
	睡眠	7.52	7.59	8.05	7.44	7.57	7.59	7.51	7.47	7.52	8.04	7.54	8.02	7.55	8.03	8.01
	身の回りの用事	1.02	1.01	1.01	1.04	1.04	0.99	1.00	1.01	1.01	1.03	1.02	1.00	1.03	1.03	1.00
	食事	1.36	1.31	1.34	1.39	1.37	1.32	1.33	1.37	1.36	1.33	1.34	1.34	1.32	1.38	1.33
	2次活動	6.51	6.40	6.46	7.06	6.49	6.44	6.53	6.54	6.49	6.28	6.45	6.18	6.31	6.34	6.25
	通勤・通学	0.41	0.32	0.31	0.55	0.37	0.30	0.38	0.44	0.43	0.26	0.35	0.27	0.33	0.28	0.30
	仕事	4.56	5.02	4.56	4.57	4.59	5.02	5.04	4.59	4.46	4.47	4.55	4.40	4.37	4.41	4.25
	学業	0.43	0.35	0.46	0.41	0.42	0.39	0.39	0.42	0.46	0.42	0.42	0.40	0.52	0.54	0.52
	家事関連時間	0.31	0.30	0.32	0.33	0.31	0.32	0.31	0.28	0.34	0.32	0.32	0.32	0.29	0.31	0.38
	家事	0.13	0.13	0.14	0.13	0.14	0.15	0.13	0.10	0.15	0.15	0.14	0.14	0.13	0.16	0.19
	介護・看護	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.02	0.01	0.01	0.02	0.02	0.02	0.01	0.01	0.01
	育児	0.03	0.03	0.04	0.04	0.03	0.03	0.03	0.03	0.04	0.03	0.03	0.04	0.03	0.03	0.07
	買い物	0.14	0.13	0.13	0.15	0.13	0.13	0.13	0.14	0.14	0.12	0.13	0.12	0.12	0.11	0.11
	3次活動	6.39	6.49	6.34	6.27	6.33	6.46	6.43	6.40	6.43	6.52	6.45	7.06	6.59	6.42	7.00
	移動(通勤・通学を除く)	0.32	0.29	0.30	0.34	0.31	0.30	0.33	0.30	0.32	0.26	0.32	0.28	0.32	0.27	0.27
	テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.38	2.55	2.38	2.25	2.37	2.37	2.40	2.42	2.43	2.44	2.45	2.50	2.53	2.34	2.52
	休養・くつろぎ	1.19	1.21	1.22	1.15	1.18	1.25	1.19	1.16	1.19	1.28	1.19	1.26	1.22	1.31	1.19
	学習・研究(学業以外)	0.14	0.11	0.11	0.18	0.13	0.13	0.13	0.14	0.14	0.12	0.14	0.13	0.14	0.10	0.12
	趣味・娯楽	0.50	0.52	0.45	0.51	0.46	0.50	0.51	0.51	0.48	0.44	0.49	0.56	0.49	0.46	0.40
	スポーツ	0.16	0.15	0.16	0.16	0.17	0.16	0.15	0.16	0.16	0.18	0.16	0.15	0.19	0.19	0.18
	ボランティア活動・社会参加活動	0.04	0.03	0.04	0.03	0.04	0.06	0.06	0.04	0.06	0.07	0.06	0.07	0.04	0.04	0.03
	交際・付き合い	0.25	0.26	0.23	0.25	0.25	0.26	0.24	0.25	0.25	0.26	0.22	0.26	0.27	0.25	0.41
	受診・療養	0.07	0.04	0.07	0.07	0.06	0.07	0.07	0.07	0.07	0.10	0.07	0.11	0.07	0.09	0.10
その他	0.14	0.14	0.18	0.13	0.16	0.16	0.15	0.15	0.14	0.17	0.15	0.14	0.12	0.15	0.17	
女	1次活動	10.42	10.40	10.53	10.41	10.47	10.41	10.35	10.43	10.43	10.49	10.39	10.47	10.36	10.50	10.29
	睡眠	7.38	7.46	7.54	7.31	7.40	7.45	7.38	7.35	7.41	7.47	7.36	7.45	7.38	7.46	7.42
	身の回りの用事	1.23	1.19	1.20	1.25	1.23	1.18	1.20	1.26	1.22	1.25	1.23	1.24	1.21	1.21	1.12
	食事	1.41	1.34	1.39	1.45	1.43	1.38	1.38	1.42	1.40	1.38	1.40	1.39	1.37	1.42	1.35
	2次活動	7.01	6.28	6.57	7.00	7.08	7.10	7.08	7.01	7.02	7.04	7.04	6.51	7.02	6.59	7.24
	通勤・通学	0.22	0.19	0.19	0.27	0.20	0.19	0.22	0.22	0.23	0.18	0.20	0.16	0.21	0.18	0.20
	仕事	2.27	2.17	2.46	2.17	2.35	2.47	2.31	2.16	2.23	2.47	2.27	2.34	2.32	2.41	2.23
	学業	0.37	0.31	0.37	0.35	0.41	0.36	0.37	0.38	0.39	0.40	0.40	0.37	0.41	0.43	0.49
	家事関連時間	3.34	3.22	3.14	3.41	3.31	3.28	3.38	3.45	3.37	3.20	3.38	3.23	3.29	3.18	3.53
	家事	2.34	2.27	2.21	2.36	2.33	2.30	2.37	2.41	2.38	2.31	2.40	2.28	2.34	2.28	2.43
	介護・看護	0.05	0.04	0.05	0.04	0.04	0.05	0.05	0.06	0.06	0.06	0.06	0.05	0.06	0.07	0.07
	育児	0.22	0.18	0.20	0.24	0.24	0.23	0.23	0.20	0.21	0.16	0.19	0.19	0.18	0.15	0.34
	買い物	0.33	0.33	0.28	0.37	0.30	0.30	0.33	0.38	0.32	0.27	0.33	0.31	0.31	0.28	0.29
	3次活動	6.17	6.52	6.10	6.19	6.06	6.09	6.17	6.16	6.15	6.07	6.16	6.22	6.22	6.11	6.06
	移動(通勤・通学を除く)	0.33	0.31	0.28	0.36	0.31	0.30	0.34	0.33	0.31	0.28	0.32	0.31	0.33	0.31	0.30
	テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.26	2.50	2.28	2.20	2.23	2.21	2.26	2.26	2.23	2.20	2.33	2.35	2.35	2.23	2.27
	休養・くつろぎ	1.21	1.33	1.26	1.20	1.21	1.23	1.20	1.17	1.22	1.28	1.16	1.22	1.22	1.28	1.18
	学習・研究(学業以外)	0.13	0.10	0.12	0.15	0.12	0.12	0.13	0.15	0.14	0.11	0.13	0.11	0.13	0.10	0.09
	趣味・娯楽	0.35	0.39	0.31	0.37	0.32	0.31	0.37	0.36	0.37	0.32	0.35	0.37	0.34	0.30	0.30
	スポーツ	0.10	0.09	0.08	0.11	0.11	0.08	0.10	0.09	0.10	0.11	0.09	0.09	0.09	0.11	0.09
	ボランティア活動・社会参加活動	0.05	0.03	0.04	0.04	0.04	0.04	0.05	0.05	0.05	0.05	0.06	0.05	0.05	0.04	0.04
	交際・付き合い	0.27	0.30	0.25	0.29	0.24	0.28	0.26	0.28	0.26	0.25	0.23	0.23	0.28	0.24	0.35
	受診・療養	0.10	0.09	0.10	0.10	0.09	0.12	0.09	0.08	0.10	0.09	0.10	0.11	0.10	0.10	0.07
その他	0.18	0.17	0.20	0.17	0.18	0.19	0.18	0.19	0.17	0.18	0.19	0.18	0.14	0.20	0.17	

(2) 2次活動時間

「東北」、「北陸」は雇用者の仕事時間が最も長い

有業者の週全体の仕事時間を14地域別にみると、「北海道」が6時間19分と最も長く、次いで、「東北」(6時間18分)、「北陸」(6時間9分)の順となっている。

一方、仕事時間が最も短いのは「関東」(5時間49分)で、最も長い「北海道」との差は30分となっている。

従業上の地位別にみて有業者に占める割合が最も高い雇用者について、平日の仕事時間をみると、「東北」及び「北陸」が7時間38分と最も長く、次いで、「北海道」(7時間32分)となっている。

一方、雇用者の仕事時間が最も短いのは「沖縄」(7時間1分)で、最も長い「東北」及び「北陸」との差は37分となっている。

雇用者の仕事時間を男女別にみると、男性は、「北海道」が8時間32分と最も長く、次いで、「北陸」(8時間25分)、「東北」(8時間24分)の順となっている。女性は、「東北」及び「北陸」が6時間37分と最も長く、次いで、「山陰」(6時間31分)、「南九州」(6時間29分)の順となっている。(表6-2)

表6-2 地域別有業者の仕事時間

		(時間.分)														
		全国	北海道	東北	関東	関東	北陸	東海	近畿	近畿	山陰	山陽	四国	北九州	南九州	沖縄
有業者 (週全体)	総数	5.59	6.19	6.18	5.49	5.54	6.09	5.58	5.59	5.57	5.56	6.01	5.51	6.06	6.05	6.03
	男	6.48	7.08	6.58	6.40	6.41	6.53	6.51	6.57	6.46	6.35	6.52	6.34	6.50	6.45	6.41
	女	4.51	5.08	5.26	4.33	4.49	5.11	4.45	4.39	4.51	5.07	4.54	4.57	5.11	5.16	5.10
雇用者 (平日)	総数	7.20	7.32	7.38	7.11	7.24	7.38	7.23	7.14	7.20	7.27	7.19	7.07	7.21	7.23	7.01
	男	8.18	8.32	8.24	8.12	8.22	8.25	8.23	8.16	8.13	8.20	7.59	8.13	8.09	7.49	
	女	6.01	6.07	6.37	5.42	6.04	6.37	6.00	5.42	6.06	6.31	6.01	6.03	6.22	6.29	6.02

通勤・通学時間が長い「関東」の雇用者

雇用者の平日の通勤・通学時間を14地域別にみると、「関東」が1時間18分と最も長く、次いで、「近畿」及び「近畿」が1時間3分となっている。

一方、通勤・通学時間が最も短いのは「山陰」(40分)で、最も長い「関東」との差は38分となっている。

男女別にみると、男性が1時間30分、女性が1時間1分と男女とも「関東」が最も長く、また、いずれの地域においても男性の方が女性よりも長くなっている。(表6-3)

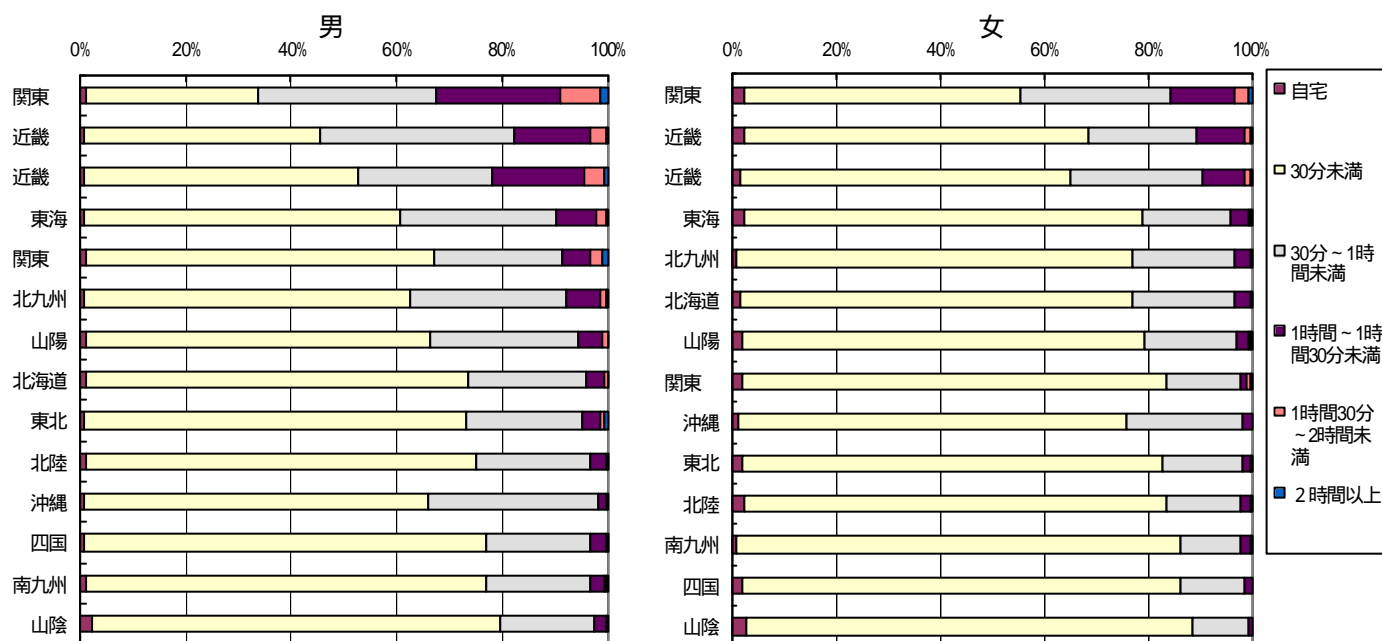
表6-3 地域別雇用者の通勤・通学時間 - 平日

		(時間.分)														
		全国	北海道	東北	関東	関東	北陸	東海	近畿	近畿	山陰	山陽	四国	北九州	南九州	沖縄
総数		1.00	0.47	0.46	1.18	0.53	0.45	0.55	1.03	1.03	0.40	0.50	0.42	0.51	0.43	0.45
男		1.08	0.51	0.51	1.30	1.00	0.49	1.02	1.13	1.10	0.44	0.55	0.47	0.56	0.47	0.48
女		0.49	0.43	0.40	1.01	0.42	0.39	0.46	0.50	0.53	0.35	0.43	0.37	0.46	0.38	0.42

ふだんの片道の通勤時間が1時間以上の割合が最も高い「関東」の雇用者  
 雇用者について、ふだんの片道の通勤時間別の構成比を14地域別にみると、ふだんの片道の通勤時間が1時間以上の人の割合は、「関東」が25.6%と他の地域(1.7~16.9%)に比べて最も高くなっている。

男女別にみると、男性は、1時間以上の人の割合が「関東」で32.6%と他の地域(1.8~21.8%)に比べて最も高く、女性は、どの地域も30分未満が5割を超えており、「関東」を除く各地域では、1時間未満がほぼ9割以上となっている。(図6-2)

図6-2 地域別雇用者の「ふだんの片道の通勤時間」の構成比



地域表章は表6-3の通勤・通学時間が長い順

家事関連時間は「沖縄」が最も長い

家事関連時間(週全体)を14地域別にみると、「沖縄」が2時間17分と最も長く、次いで、「山陽」(2時間11分)、「近畿」(2時間10分)の順となっている。

男女別にみると、男女とも、「沖縄」が最も長く(それぞれ38分、3時間53分)、次いで、男性は、「近畿」(34分)、「関東」(33分)の順、女性は、「近畿」(3時間45分)、「関東」(3時間41分)の順となっている。(表6-1)

(3) 3次活動時間

「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」の時間が最も長い「北海道」

14地域間の3次活動時間(週全体)の差をみると、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」の時間が29分と時間の差が最も大きく、次いで、「交際・付き合い」の時間が16分となっている。

差が最も大きい「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」の時間をみると、「北海道」が2時間52分と最も長く、「関東」が2時間23分と最も短くなっている。

次に差が大きい「交際・付き合い」の時間をみると、「沖縄」が38分と最も長く、「山陽」が22分と最も短くなっている。(表6-1)