

平成13年社会生活基本調査 平均時刻等に関する特別集計結果から

太田美音

統計局では平成18年11月20日、「平成13年社会生活基本調査 平均時刻等に関する特別集計」の結果を公表しました。

以下、その集計概要と主な結果を紹介します。

<集計の概要>

1 目的

平成18年社会生活基本調査が今年10月20日現在で実施されたところである。18年調査においては、これまでの集計に加えて、新たに日々の生活パターンを決定する行動の開始（又は終了）時刻別の行動者の分布と平均時刻を集計することとしている。

これは1日の生活時間調査から「日本では何時に起きて、何時に寝るのか?」「平均的な夕食開始時刻は?」「日本の生活は夜型か朝型か、地域や年齢、仕事などにより差があるか?」などを明らかにしようとするものである。

今回の特別集計では平成13年社会生活基本調査の調査票Aのデータを用いて同様の集計を行い、集計上の定義や集計方法について検討し、併せて時系列比較を可能とすることを目的としている。

2 集計内容

「起床」、「朝食開始」、「夕食開始」、「就寝」、「出勤」、「仕事からの帰宅」の6行動について、男女、ふだんの就職状態、都道府県別に行動者率、

行動時刻別の行動者数（構成比）及び平均時刻を集計した。

3 集計方法

平成13年社会生活基本調査の「調査票A」では、1日24時間（午前0時から24時まで）を15分刻みの時間帯に区分し、各時間帯に行った主な行動をあらかじめ示した20の行動に当てはめて記入してもらっている。記入対象の日は調査区ごとに指定した連続する2日間であるが、記入状況等により、全ての調査対象者の2日間データが集計可能とはなっていない。特別集計においては、「就寝」や「仕事からの帰宅」などのように、翌日に及ぶ行動もあることから、調査票Aの時間帯別集計用個別データから、連続する2日間データを有するデータを基に集計を行った。

各行動時刻の集計上の定義は次の「4 行動時刻の集計上の定義」で示すとおりとし、2日間を通して1日目の午前0時からの経過時間で各行動の開始又は終了時刻を決定、行動者の総経過時間数を行動者数で除し、平均時刻を算出した。

推定方法は社会生活基本調査の生活時間編に準じているが、集計に用いた曜日は平日、土曜日、日曜日の3区分とし、各々1日目の曜日を用いている。

4 行動時刻の集計上の定義

各行動の定義は下記のとおりである。なお、特別集計では「起床」、「就寝」、「出勤」、「仕事からの帰宅」については、2種類の定義で集計し、比較検討したが、ここでは、18年調査で採用することとした定義を記し、〈結果から〉もこの定義による結果を紹介する。

(1) 起床

0時以降の60分を超えて続く睡眠の後に、睡眠以外の行動が30分を超えて続く場合、睡眠以外の行動の開始時刻。ただし、最初に現れた睡眠が12時以降の時間帯から始まっている場合は、「起床」なしとする。

(2) 朝食開始

4時以降、11時前に開始される最初の食事開始時刻

(3) 夕食開始

16時以降、24時前に開始される最初の食事開始時刻

(4) 就寝

17時以降28時（翌日の午前4時）前に始まり、60分を超えて続く場合の睡眠の開始時刻。ただし、24時以前に睡眠以外の行動が30分以上続く場合は、その後、28時（翌日の午前4時）前に現れる「睡眠」の開始時刻とする。

(5) 出勤

その日の最初の「仕事」の前にある「通勤・通学」の開始時刻。最初の「仕事」の前後に「通勤・通学」がなく、他の仕事の前後に「通勤・通学」がある場合は最初の「仕事」を前日からの仕事又は持ち帰り仕事とみなし、その次に現れる「仕事」の前の「通勤・通学」の開始時刻とする。他の「仕事」の前後に「通勤・通学」がない場合は最初の「仕事」の開始時刻とする。

(6) 仕事からの帰宅

その日の最後の「仕事」の後にある「通勤・通学」の終了時刻。最後の「仕事」の前後に「通勤・通学」がなく、他の仕事の前後に「通勤・通学」がある場合は最後の「仕事」を持ち帰り仕事とみなし、その前に現れる「仕事」の後の「通勤・通学」の終了時刻とする。他の「仕事」の前後に「通勤・通学」がない場合は最後の「仕事」の終了時刻とする。

なお、「出勤」、「仕事からの帰宅」については、集計に当たって、次の取扱いをした。

- ① 前日から引き続き行われている「仕事」（午前0時から続いている「仕事」）は前日の「仕事」とみなし、当日の「仕事」は0時15分以降、24時前に開始される「仕事」とする。
- ② 「仕事」と「仕事」の間の中断が1時間30分以内の場合はその仕事が続いているとする。
- ③ 「仕事」の直後又は直前90分以内の「通勤・通学」をその仕事の「通勤」とする。なお、「通勤」が2つの「仕事」の間にあって、上記の定義で重複してしまう場合は、先の「仕事」の「通勤」とする。
- ④ 「通勤」と「通勤」の間の寄り道が60分以内の場合は「通勤」が連続しているとみなす。
- ⑤ 該当の「通勤」が午前0時からの場合は、その開始時刻は午前0時とする。

〈結果から〉

1 平均時刻及び行動者率

(1) 起床

各曜日、女性が男性より20分程度早起き

10歳以上の人の平均起床時刻は平日が6時42分、土曜日が7時6分、日曜日が7時27分である。

男女別にみると、各曜日とも、女性が男性より

約20分早い時刻となっている。ふだんの就業状態別では、どの曜日とも男性は有業者が無業者より早い時刻となっているが、女性は逆に無業者の方が早い時刻となっている。

起床行動者率は各曜日とも99.5%、有業者が無業者よりやや低い行動者率となっている。

注：「起床行動」なしは、徹夜等で最初の睡眠が12時以降の時間帯から始まっている場合や全く「睡眠」がない場合である。13年社会生活基本調査生活時間編によれば、「睡眠」の行動者率は平日、土曜日で99.9%、日曜日は100.0%である。従って、「起床行動」なしのほとんどは前者（徹夜し、12時以降に就寝）の場合である。

(2) 朝食開始

起床から朝食開始までの時間は、男性が女性の半分以下

10歳以上の人の平均朝食開始時刻は平日が7時15分、土曜日が7時32分、日曜日が7時50分である。男女別にみると、各曜日とも、女性が男性より数分遅い時刻となっている。ふだんの就業状態別では、男女ともに、平日と土曜日は有業者が無業者より早い時刻であるが、日曜日は無業者が若干早くなっている。

朝食（開始）行動者率は平日が85.0%、土曜日が82.2%、日曜日が81.0%。各曜日とも男性の方が女性より低く、有業者が無業者よりも低くなっている。

平均時刻から算出した起床から朝食開始までの時間²は、男性が女性の半分以下となっている。これを男女・ふだんの就業状態別にみると、最長は無業女性の平日で56分、最短は無業男性の日曜日で9分となっている。

注：両行動を行った者の実際の経過時間を集計したのではなく、各々の行動者の平均時刻から算出している。

(3) 夕食開始

夕食開始が遅い有業男性、平日

10歳以上の平均夕食開始時刻は平日が19時9分、

土曜日が18時55分、日曜日が18時47分。各曜日とも、女性が男性より、無業者が有業者より早い時刻となっている。

男女・ふだんの就業状態別にみると、夕食開始が最も遅くなっているのは有業男性の平日で19時34分、早いのは無業女性の日曜で18時35分である。

夕食（開始）行動者率は平日が91.4%、土曜日が90.5%、日曜日が92.1%と土曜日が平日や日曜日より低くなっている。

注：土曜日の夕食行動者率が他の曜日より低い原因としては、「夕食抜き」、「24時以降に食事を摂っている」場合のほか、「交際・付き合い」（会食等はこの分類としている。）などが他の曜日より多くなっていることが考えられる。

(4) 就寝時刻

有業女性は早起き、遅寝

10歳以上の平均就寝時刻は土曜日が一番遅く23時11分、平日が23時9分、日曜日が23時となっている。

就寝行動者率は平日が97.8%、土曜日が97.5%、日曜日が98.6%。

女性と男性とでは平均時刻にあまり差がないが、行動者率は各曜日とも男性がやや低くなっている。

ふだんの就業状態別では、有業者が無業者より行動者率が低く、就寝時刻も30分程度遅くなっている。

平均時刻から算出した起床から就寝までの時間数を男女・ふだんの就業状態別にみると、有業女性の平日が最も長く16時間53分、最短は無業男性の日曜日で15時間8分となっている（以上、表1参照。）。)

(5) 出勤、仕事からの帰宅

有業者の平日の平均出勤時刻は8時29分、仕事からの帰宅時刻は18時52分。仕事の行動者率は86.1%となっている。

男女別にみると、男性の平均出勤時刻は8時9

分、女性は9時00分、仕事からの帰宅時刻は男性が19時29分、女性が17時55分で、平均時刻から算出した出勤から帰宅までの時間数は男性が女性よ

り2時間半近く長い。女性の場合、パート等の比率が高いためと考えられる（表2参照）。

表1 曜日、男女、ふだんの就業状態別起床、就寝、朝食開始、夕食開始行動者率及び平均行動時刻

就業状態	男女	曜日	標本数(人)	推定人口(千人)	起床		朝食開始		夕食開始		就寝		参考(注)		
					行動者率(%)	平均時刻	行動者率(%)	平均時刻	行動者率(%)	平均時刻	行動者率(%)	平均時刻	起床から就寝までの時間数(時間)	起床から朝食開始までの時間数(分)	夕食開始から就寝までの時間数(時間)
総数(10歳以上)	計	平	68 729	113 095	99.5	6:42	85.0	7:15	91.4	19:09	97.8	23:09	16.5	33	4.0
		土	91 089	113 095	99.5	7:06	82.2	7:32	90.5	18:55	97.5	23:11	16.1	26	4.3
		日	22 768	113 095	99.5	7:27	81.0	7:50	92.1	18:47	98.6	23:00	15.6	23	4.2
	男	平	32 769	55 084	99.3	6:53	81.8	7:11	90.1	19:20	96.7	23:09	16.3	18	3.8
		土	43 145	55 084	99.2	7:17	78.2	7:30	89.3	19:01	96.5	23:11	15.9	13	4.2
		日	10 777	55 084	99.2	7:38	77.5	7:49	91.4	18:50	98.1	22:59	15.4	11	4.2
女	平	35 960	58 011	99.6	6:32	88.0	7:19	92.6	18:58	98.8	23:08	16.6	47	4.2	
	土	47 944	58 011	99.7	6:56	85.9	7:34	91.6	18:49	98.5	23:11	16.3	38	4.4	
	日	11 991	58 011	99.8	7:16	84.3	7:50	92.7	18:44	99.1	23:02	15.8	34	4.3	
有業者(15歳以上)	計	平	41 253	68 762	99.3	6:43	81.2	7:10	89.0	19:25	97.1	23:22	16.7	27	4.0
		土	54 214	68 178	99.3	7:10	78.1	7:31	88.1	19:05	96.9	23:24	16.2	21	4.3
		日	13 585	68 361	99.3	7:31	77.5	7:50	90.3	18:55	98.4	23:10	15.7	19	4.3
	男	平	23 196	39 657	99.2	6:51	79.0	7:06	88.2	19:34	96.2	23:19	16.5	15	3.8
		土	30 310	39 588	99.1	7:17	75.6	7:29	87.6	19:08	96.2	23:20	16.1	12	4.2
		日	7 632	39 832	99.0	7:38	75.0	7:50	90.1	18:55	98.0	23:06	15.5	12	4.2
女	平	18 057	29 105	99.4	6:32	84.3	7:14	90.0	19:13	98.3	23:25	16.9	42	4.2	
	土	23 904	28 591	99.6	7:01	81.6	7:34	88.9	19:01	97.8	23:29	16.5	33	4.5	
	日	5 953	28 529	99.7	7:22	81.0	7:51	90.5	18:53	98.9	23:16	15.9	29	4.4	
無業者(15歳以上)	計	平	23 347	37 883	99.7	6:40	90.2	7:26	95.0	18:44	98.7	22:53	16.2	46	4.2
		土	31 382	38 472	99.7	6:59	87.7	7:36	94.0	18:39	98.4	22:55	15.9	37	4.3
		日	7 706	38 283	99.9	7:16	86.1	7:48	94.7	18:35	98.9	22:48	15.5	32	4.2
	男	平	7 483	12 117	99.7	7:00	87.7	7:26	94.5	18:45	97.5	22:50	15.8	26	4.1
		土	9 996	12 191	99.6	7:21	83.0	7:34	93.5	18:40	96.8	22:53	15.5	13	4.2
		日	2 397	11 939	99.8	7:39	82.6	7:48	94.8	18:36	98.0	22:47	15.1	9	4.2
女	平	15 864	25 766	99.7	6:30	91.3	7:26	95.3	18:44	99.2	22:54	16.4	56	4.2	
	土	21 386	26 281	99.8	6:49	89.9	7:37	94.3	18:38	99.1	22:56	16.1	48	4.3	
	日	5 309	26 344	99.9	7:05	87.6	7:48	94.7	18:35	99.3	22:49	15.7	43	4.2	

注：平均時刻からの算出。

表2 男女別出勤、仕事からの帰宅、起床、朝食開始、夕食開始及び就寝時刻（有業者、平日）

	出勤・帰宅行動者率(%)	平均時刻(時:分)						参考:各行動間の時間数(時間)(注)			
		出勤	仕事からの帰宅	起床	朝食開始	夕食開始	就寝	起床から就寝まで	起床から出勤まで	出勤から帰宅まで	帰宅から就寝まで
男女計	86.1	8:29	18:52	6:43	7:10	19:25	23:22	16.7	1.8	10.4	4.5
男	89.3	8:09	19:29	6:51	7:06	19:34	23:19	16.5	1.3	11.3	3.8
女	81.7	9:00	17:55	6:32	7:14	19:13	23:25	16.9	2.5	8.9	5.5

注：平均時刻からの算出。

2 行動時刻別の行動者数（分布）

行動開始（終了）は30分刻み

社会生活基本調査では15分刻みの時間帯ごとに行動を調べているため、行動時刻は15分刻みとなっている。行動時刻別に行動者の分布をみると、どの行動も各時刻の15分、45分における行動者数が30分、00分の時刻における行動者数に比べ、少なくなっている。

これは、実際の行動開始又は終了時刻が30分刻み、行動の記憶喚起が30分刻みの両方が起因していると考えられる（図1、3、5、7、9、10参照）。

(1) 起床

10歳以上の人の起床が最も多い時刻は平日が6時30分、土曜、日曜日は7時である。

起床した人が全行動者の5割を超える時刻は平

図1 曜日、起床時刻別行動者数（10歳以上）

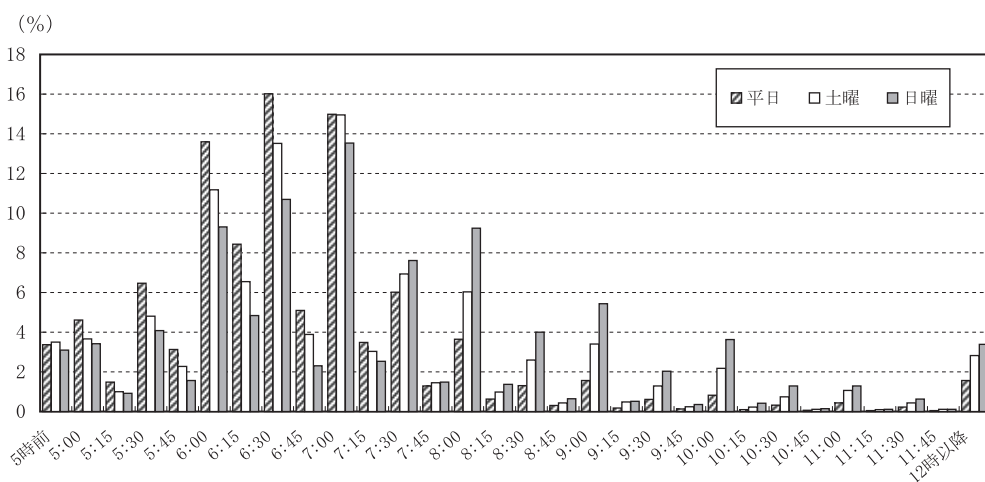
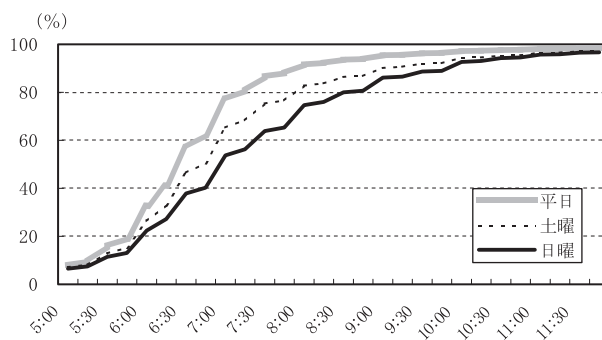


図2 起床時刻別行動者数（10歳以上）（行動者積み上げ）



日が6時30分、土曜日が6時45分、日曜日が7時、8割を超える時刻は平日が7時15分、土曜日が8時、日曜日が8時45分となっている（図1、2参照）。

(2) 朝食開始

10歳以上の人朝食開始時刻で最も多いのは平日、土曜が7時、日曜日は8時であるが、日曜日は7時、7時30分、8時がそれぞれ行動者の12.5%前後で大きな差はなく、分散している。

朝食開始済みの人が行動者の5割を超える時刻は平日が7時、土曜日が7時30分、日曜日が7時45分、8割を超える時刻は平日が8時、土曜日が8時15分、日曜日が8時45分となっている（図3、4参照）。

(3) 夕食開始

夕食開始時刻で最も多いのは平日、土曜、日曜日ともに19時である。

夕食開始済みの人が行動者の5割を超える時刻

図3 曜日、朝食開始時刻別行動者数（10歳以上）

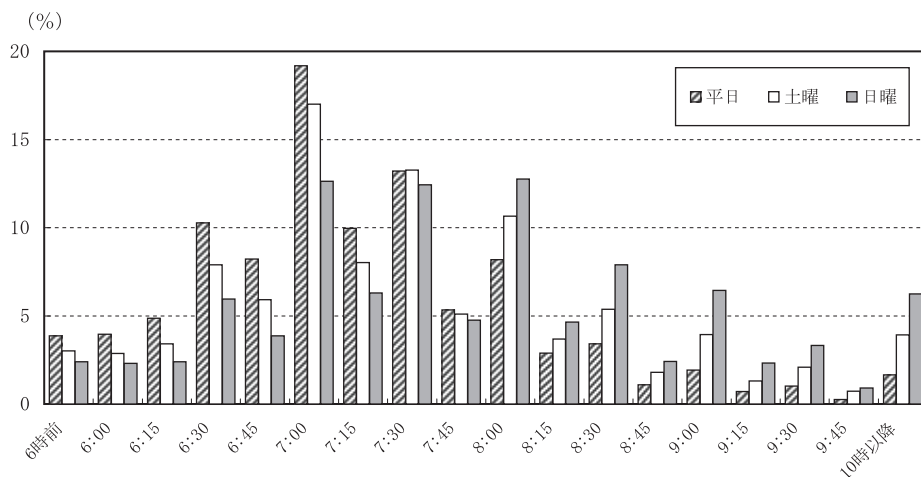
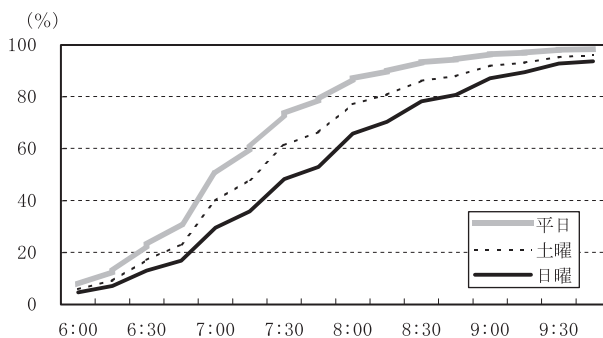


図4 朝食開始時刻別行動者数（10歳以上）（行動者積み上げ）



は日曜日が18時30分、土曜日が18時45分、平日が19時、8割を超える時刻は土曜と日曜が19時30分、平日が20時となっている（図5、6参照）。

(4) 就寝

10歳以上の人々の就寝時刻は、曜日による差があまりなく、どの曜日でも最も就寝者が多い時刻は23時、就寝した人が5割を超える時刻も23時、同じく8割を超える時刻は24時である（図7、8参

照）。

(5) 出勤及び仕事からの帰宅

平日、有業者の出勤時刻で最も行動者が多いのは男性が7時30分、女性が8時である。

出勤時刻のピークは見られるものの、男女共に午後からの出勤も多い。

仕事からの帰宅のピーク時は、男性が18時であるが、女性の場合、17時より前が全体の4分の1

図5 曜日、夕食開始時刻別行動者数（10歳以上）

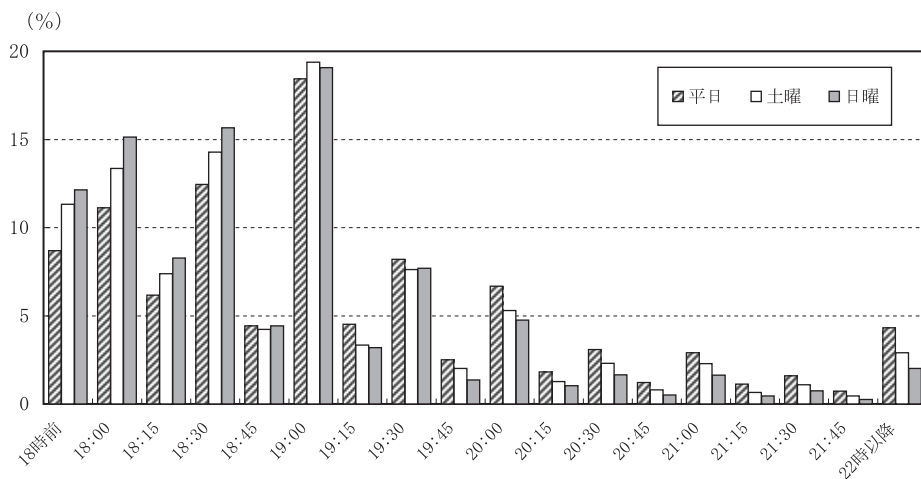
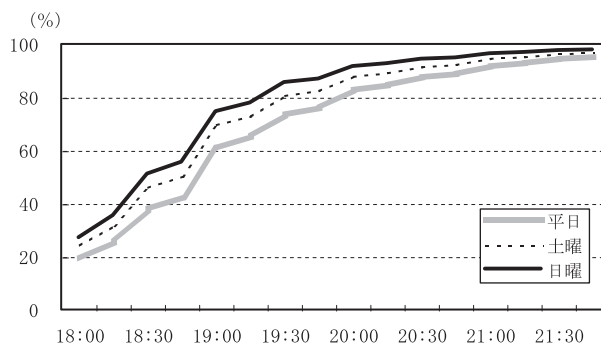


図6 夕食開始時刻別行動者数（10歳以上）（行動者積み上げ）



を超えており、この結果からはピーク時が特定できない。また、男女共に帰宅時刻については、ばらつきが多い（図9、10参照）。

3 都道府県別比較

(1) 起床と就寝（10歳以上）

10歳以上の人の平日の平均起床時刻を都道府県別に比較すると、最も早い県は青森県で6時20分、

次いで早い県は秋田県、富山県、岩手県の順となっている。他方、最も遅いのは京都府で7時2分、青森県との差は42分である。次いで遅いのは東京都、福岡県、大阪府の順となっている。

同様に、平均就寝時刻についてみると、最も早い県が青森県で22時28分、次いで岩手県、秋田県、山形県の順となっている。最も遅いのは東京都で23時36分、青森県との差は1時間8分である。次

図7 曜日、就寝時刻別行動者数（10歳以上）

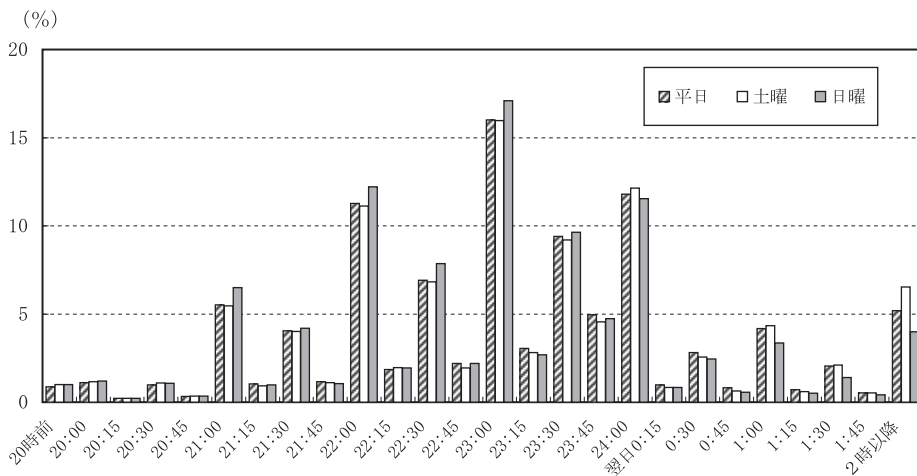
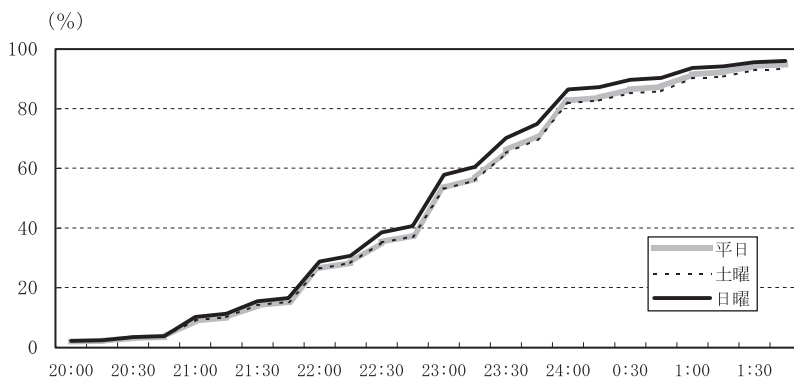


図8 就寝時刻別行動者数（10歳以上）（行動者積み上げ）



いで遅いのは大阪府、京都府及び神奈川県となっている。

平均時刻から算出した起床から就寝までの時間数をみると、最も短い県は岩手県で16時間3分、最も長い県は神奈川県で16時間38分、その差は35分である（表3参照）。

(2) 出勤と仕事からの帰宅（有業者、男性）

有業者男性について、平日の平均出勤時刻を都

道府県別に比較すると、最も早い県は青森県で7時29分、次いで早い県は宮城県、千葉県、島根県の順となっている。他方、最も遅いのは福岡県で8時30分、次いで、大阪府、三重県の順となっている。

同様に仕事からの帰宅時刻についてみると、最も早い県は高知県で18時22分、次いで島根県、熊本県の順、最も遅いのは東京都で20時16分、次い

図9 出勤時刻別行動者数（平日、有業者）

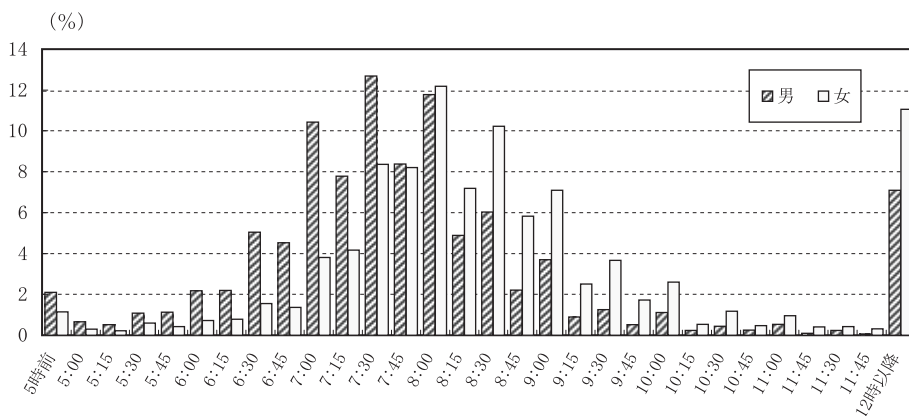


図10 仕事からの帰宅時刻別行動者数（平日、有業者）

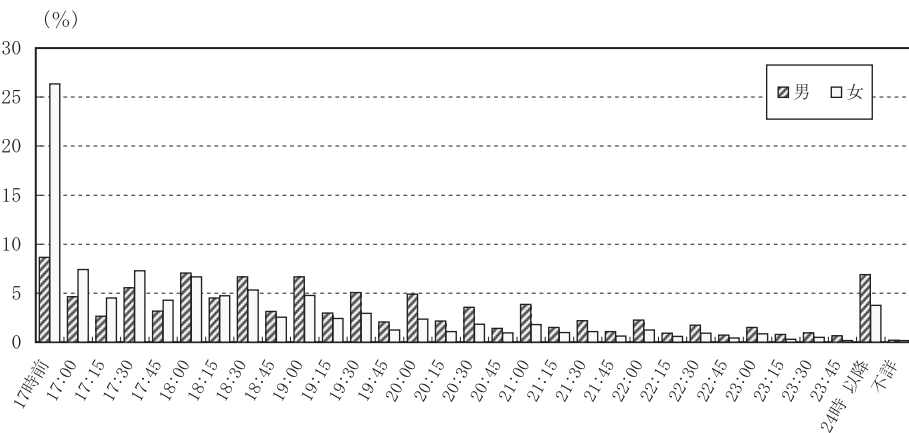


表3 都道府県別行動平均時刻及び行動者率（平日、10歳以上）

起床時刻順	都道府県	起床		朝食開始		夕食開始		就寝		参考(注)		
		平均時刻(時:分)	行動者率(%)	平均時刻(時:分)	行動者率(%)	平均時刻(時:分)	行動者率(%)	平均時刻(時:分)	行動者率(%)	起床から就寝までの時間数(時間)	起床から朝食開始までの時間数(分)	夕食開始から就寝までの時間数(時間)
1	全国	6:42	99.5	7:15	85.0	19:09	91.4	23:09	97.8	16.5	33	4.0
2	青森県	6:20	99.5	7:01	85.6	18:44	92.9	22:28	98.7	16.1	41	3.7
3	富山県	6:24	99.6	7:12	88.2	18:48	92.9	22:31	98.8	16.1	48	3.7
4	富山県	6:26	99.8	7:09	85.5	19:01	92.5	22:49	97.9	16.4	43	3.8
5	富山県	6:27	99.3	7:11	90.0	18:52	94.2	22:30	98.8	16.1	44	3.6
6	福井県	6:28	99.3	7:08	88.1	18:54	91.9	22:38	98.9	16.2	40	3.7
7	福井県	6:28	99.3	7:08	86.0	18:55	94.6	22:53	98.4	16.4	40	4.0
8	鳥根県	6:29	99.4	7:09	89.9	19:02	93.8	22:48	99.1	16.3	40	3.8
9	長野県	6:30	99.9	7:09	90.4	19:02	91.2	22:51	99.0	16.4	39	3.8
10	静岡県	6:30	99.6	7:04	88.2	18:56	93.6	22:56	98.5	16.4	34	4.0
11	山形県	6:32	99.6	7:14	88.3	18:52	91.6	22:36	98.7	16.1	42	3.7
12	新潟県	6:32	99.9	7:12	88.7	18:54	92.4	22:45	98.2	16.2	40	3.9
13	新潟県	6:32	99.6	7:06	88.6	19:01	91.6	22:55	98.6	16.4	34	3.9
14	鹿児島県	6:32	99.4	7:12	88.7	19:08	93.3	22:48	98.6	16.3	40	3.7
15	千葉県	6:33	99.7	7:09	83.6	19:23	88.9	23:11	98.4	16.6	36	3.8
16	石川県	6:33	99.5	7:11	85.1	19:06	91.7	22:55	98.1	16.4	38	3.8
17	岐阜県	6:34	99.5	7:10	89.8	19:00	94.4	23:01	99.3	16.5	36	4.0
18	宮城県	6:35	98.8	7:17	87.7	19:04	89.5	22:54	97.4	16.3	42	3.8
19	栃木県	6:35	99.5	7:13	85.5	19:08	92.7	22:57	98.2	16.4	38	3.8
20	愛媛県	6:35	99.6	7:13	85.6	18:48	94.5	23:00	98.5	16.4	38	4.2
21	熊本県	6:35	99.6	7:11	84.2	18:58	93.2	22:51	98.4	16.3	36	3.9
22	茨城県	6:36	99.8	7:10	84.8	19:07	88.9	23:00	98.1	16.4	34	3.9
23	鳥取県	6:36	99.4	7:12	85.8	19:03	91.1	22:54	98.2	16.3	36	3.9
24	山口県	6:36	99.3	7:09	85.5	18:55	93.1	22:51	97.5	16.3	33	3.9
25	香川県	6:36	99.3	7:12	87.8	18:54	91.9	22:56	98.3	16.3	36	4.0
26	宮崎県	6:36	99.7	7:12	86.5	18:57	92.4	22:51	98.4	16.3	36	3.9
27	広島県	6:38	99.1	7:08	85.2	19:16	92.1	23:10	98.1	16.5	30	3.9
28	高知県	6:38	99.3	7:17	85.9	18:49	93.7	22:49	99.2	16.2	39	4.0
29	岡山県	6:39	99.5	7:12	84.7	19:09	91.6	23:01	97.5	16.4	33	3.9
30	長崎県	6:39	99.5	7:11	84.7	18:56	91.0	22:59	98.0	16.3	32	4.1
31	群馬県	6:40	99.7	7:16	86.9	19:07	91.4	23:03	98.2	16.4	36	3.9
32	三重県	6:40	99.6	7:11	86.2	18:52	91.4	22:59	97.8	16.3	31	4.1
33	佐賀県	6:40	99.6	7:14	84.9	18:58	89.9	23:02	98.2	16.4	34	4.1
34	北海道	6:41	99.6	7:19	84.8	18:48	92.3	22:57	98.0	16.3	38	4.2
35	山梨県	6:41	99.3	7:10	87.4	18:59	89.5	23:00	98.2	16.3	29	4.0
36	徳島県	6:41	99.9	7:17	86.2	18:57	93.2	23:04	98.8	16.4	36	4.1
37	和歌山県	6:42	99.6	7:14	86.1	18:51	92.7	22:59	98.6	16.3	32	4.1
38	埼玉県	6:43	99.6	7:10	85.4	19:21	91.8	23:18	97.5	16.6	27	4.0
39	愛知県	6:43	99.3	7:12	85.3	19:07	92.9	23:11	97.6	16.5	29	4.1
40	兵庫県	6:43	99.6	7:17	86.0	19:13	92.4	23:18	98.5	16.6	34	4.1
41	神奈川県	6:47	99.3	7:17	83.3	19:25	89.1	23:25	97.7	16.6	30	4.0
42	滋賀県	6:47	99.4	7:15	86.7	19:12	92.8	23:11	98.2	16.4	28	4.0
43	奈良県	6:47	99.4	7:15	84.5	19:14	93.4	23:24	98.4	16.6	28	4.2
44	沖縄県	6:47	99.6	7:23	80.0	19:27	85.4	23:14	97.2	16.5	36	3.8
45	大阪府	6:54	99.1	7:22	85.3	19:18	91.2	23:27	97.1	16.6	28	4.2
46	福岡県	6:55	99.8	7:26	83.8	19:11	92.5	23:22	97.4	16.5	31	4.2
47	東京都	7:00	99.2	7:25	78.6	19:22	88.3	23:36	95.9	16.6	25	4.2
48	東京都	7:02	99.5	7:30	83.5	19:19	93.3	23:25	96.4	16.4	28	4.1

注：平均時刻からの算出。

表4 都道府県別行動平均時刻等（平日、有業者、男）

帰宅時刻順	都道府県	出勤・帰宅行動者率 (%)	平均時刻 (時:分)						参考：各行動間の時間数 (時間) (注)				
			出勤	仕事からの帰宅	起床	朝食開始	夕食開始	就寝	起床から就寝まで	起床から出勤まで	出勤から帰宅まで	帰宅から就寝まで	帰宅から夕食開始まで
1	全国	89.3	8:09	19:29	6:51	7:06	19:34	23:19	16.5	1.3	11.3	3.8	0.1
2	高知県	90.8	8:01	18:22	6:37	7:05	19:07	22:59	16.4	1.4	10.4	4.6	0.8
3	島根県	85.7	7:52	18:27	6:30	7:02	19:10	22:46	16.3	1.4	10.6	4.3	0.7
4	熊本県	91.9	7:53	18:34	6:34	6:59	19:17	22:58	16.4	1.3	10.7	4.4	0.7
5	大分県	92.1	7:58	18:38	6:29	6:59	19:10	22:55	16.4	1.5	10.7	4.3	0.5
6	福島県	90.4	8:06	18:44	6:35	7:05	19:07	22:44	16.2	1.5	10.6	4.0	0.4
7	青森県	91.6	7:29	18:45	6:18	6:47	18:58	22:33	16.3	1.2	11.3	3.8	0.2
8	愛媛県	84.9	7:56	18:45	6:49	7:09	19:08	23:09	16.3	1.1	10.8	4.4	0.4
9	鹿児島県	89.1	7:53	18:46	6:38	7:04	19:30	22:47	16.2	1.3	10.9	4.0	0.7
10	岩手県	90.4	7:55	18:47	6:44	7:05	19:07	22:41	16.0	1.2	10.9	3.9	0.3
11	宮崎県	87.6	8:16	18:48	6:46	7:05	19:20	22:54	16.1	1.5	10.5	4.1	0.5
12	山形県	92.0	8:02	18:49	6:42	7:05	19:10	22:46	16.1	1.3	10.8	4.0	0.4
13	山口県	88.0	8:17	18:50	6:52	7:01	19:16	22:52	16.0	1.4	10.6	4.0	0.4
14	山梨県	88.6	8:21	18:51	6:50	7:06	19:12	23:07	16.3	1.5	10.5	4.3	0.4
15	長野県	91.4	8:11	18:55	6:41	7:05	19:22	23:04	16.4	1.5	10.7	4.2	0.5
16	秋田県	92.5	7:55	18:56	6:33	7:01	19:07	22:46	16.2	1.4	11.0	3.8	0.2
17	茨城県	84.0	8:11	18:56	6:45	7:06	19:22	23:08	16.4	1.4	10.8	4.2	0.4
18	鳥取県	87.7	8:02	18:57	6:47	7:05	19:16	22:55	16.1	1.3	10.9	4.0	0.3
19	徳島県	90.0	8:12	18:58	6:50	7:13	19:13	23:15	16.4	1.4	10.8	4.3	0.3
20	新潟県	91.3	8:10	19:01	6:42	7:07	19:14	23:00	16.3	1.5	10.9	4.0	0.2
21	香川県	88.8	8:02	19:04	6:40	7:06	19:16	23:04	16.4	1.4	11.0	4.0	0.2
22	和歌山県	90.6	8:01	19:05	6:46	7:02	19:17	23:05	16.3	1.3	11.1	4.0	0.2
23	佐賀県	89.1	8:23	19:05	6:55	7:07	19:14	23:12	16.3	1.5	10.7	4.1	0.2
24	長崎県	89.0	8:06	19:05	6:55	7:06	19:20	23:14	16.3	1.2	11.0	4.2	0.3
25	福井県	91.8	8:16	19:06	6:49	7:06	19:18	23:11	16.4	1.5	10.8	4.1	0.2
26	静岡県	89.2	8:01	19:06	6:41	6:59	19:26	23:09	16.5	1.3	11.1	4.1	0.3
27	富山県	91.8	8:09	19:07	6:41	7:03	19:18	22:58	16.3	1.5	11.0	3.9	0.2
28	沖縄県	92.2	8:19	19:07	7:01	7:14	19:40	23:26	16.4	1.3	10.8	4.3	0.6
29	石川県	92.3	8:00	19:08	6:45	7:04	19:33	23:11	16.4	1.3	11.1	4.1	0.4
30	宮城県	90.7	7:44	19:11	6:32	7:06	19:31	22:59	16.5	1.2	11.5	3.8	0.3
31	群馬県	89.2	8:13	19:14	6:50	7:07	19:24	23:09	16.3	1.4	11.0	3.9	0.2
32	岡山県	91.9	8:08	19:15	6:48	7:00	19:35	23:08	16.3	1.3	11.1	3.9	0.3
33	北海道	90.3	8:12	19:23	6:46	7:06	19:13	23:06	16.3	1.4	11.2	3.7	-0.2
34	栃木県	90.0	8:20	19:26	6:50	7:06	19:28	23:08	16.3	1.5	11.1	3.7	0.0
35	三重県	90.2	8:25	19:27	6:59	7:06	19:12	23:09	16.2	1.4	11.0	3.7	-0.3
36	広島県	89.4	8:14	19:28	6:45	7:01	19:48	23:17	16.5	1.5	11.2	3.8	0.3
37	岐阜県	90.3	8:02	19:30	6:43	7:05	19:29	23:13	16.5	1.3	11.5	3.7	0.0
38	愛知県	90.3	8:06	19:31	6:55	7:07	19:29	23:21	16.4	1.2	11.4	3.8	0.0
39	千葉県	88.0	7:47	19:32	6:34	7:00	19:52	23:18	16.7	1.2	11.8	3.8	0.3
40	福岡県	89.0	8:30	19:37	7:03	7:12	19:34	23:26	16.4	1.5	11.1	3.8	-0.1
41	滋賀県	84.5	8:19	19:41	6:57	7:10	19:36	23:22	16.4	1.4	11.4	3.7	-0.1
42	京都府	88.8	8:16	19:46	7:02	7:16	19:42	23:25	16.4	1.2	11.5	3.7	-0.1
43	奈良県	90.9	8:00	19:46	6:51	7:06	19:50	23:39	16.8	1.2	11.8	3.9	0.1
44	埼玉県	88.1	8:01	19:47	6:50	7:01	19:45	23:26	16.6	1.2	11.8	3.7	0.0
45	兵庫県	89.6	8:10	19:48	6:55	7:07	19:41	23:28	16.6	1.3	11.6	3.7	-0.1
46	大阪府	89.8	8:26	19:59	7:03	7:13	19:49	23:38	16.6	1.4	11.6	3.7	-0.2
47	神奈川県	90.2	8:02	20:05	6:54	7:02	20:01	23:38	16.7	1.1	12.1	3.6	-0.1
48	東京都	87.3	8:22	20:16	7:10	7:15	19:50	23:53	16.7	1.2	11.9	3.6	-0.4

注：平均時刻からの算出。

で神奈川県、大阪府、兵庫県の順となっている。平均時刻から算出した出勤から帰宅までの時間数をみると、最も長い時間となっているのは神奈川県で12時間3分、最も短い県は高知県で10時間21分である。

また、仕事からの帰宅時刻から夕食までの時間数を平均時刻から算出すると、全国の平均では5分、47都道府県中9都道府県では、平均夕食開始時刻より平均帰宅時刻の方が遅くなっている（表4参照）。

<おわりに>

生活時間調査は極めて豊富な情報を有しており、様々な分析が可能である。

今回の特別集計は18年調査の集計に向けての検討を主な目的にしており、分類事項も集計表も限定したものであったが、18年調査においては、今回の結果を参考に、集計時刻区分の範囲の拡大を図るほか、年齢、従業上の地位、雇用形態、職業別などの諸属性別の集計も充実させることとしている。

（おおた みね

総務省統計局統計調査部労働力人口統計室）