

結果の概要

- 主な用語 -

- 1 次 活 動..... 睡眠, 食事など生理的に必要な活動
- 2 次 活 動..... 仕事, 家事など社会生活を営む上で義務的な性格の強い活動
- 3 次 活 動..... 1次活動, 2次活動以外で各人が自由に使える時間における活動
- 総 平 均 時 間..... 該当する種類の行動をしなかった人を含む全員の平均
- 行動者平均時間..... 該当する種類の行動をした人のみについての平均

- 利用上の注意 -

- ・この結果の概要では、特に断りのない限り、総平均時間の数値を記載している。
- ・統計表中「 - 」は、該当数字のない箇所である。

1 1日の生活時間の配分

(1) 概観

2次活動時間は増加、3次活動時間は減少

我が国に住んでいる10歳以上の人について、1日の生活時間（週全体平均。以下「週全体」という。）をみると、1次活動¹⁾時間が10時間37分、2次活動²⁾時間が7時間、3次活動³⁾時間が6時間23分となっている。

平成13年と比べると、1次活動時間は1分の増加とほぼ横ばい、2次活動時間は4分の増加、3次活動時間は5分の減少となっている。（表1-1）

1次活動時間、2次活動時間、3次活動時間の男女差は縮小

生活時間を男女別にみると、男性は1次活動時間が10時間31分、2次活動時間が6時間58分、3次活動時間が6時間31分、女性は1次活動時間が10時間42分、2次活動時間が7時間3分、3次活動時間が6時間15分となっており、1次及び2次活動時間は女性が長く、3次活動時間は男性が長くなっている。

平成13年と比べると、男性は1次活動時間が1分の増加とほぼ横ばい、2次活動時間が7分の増加、3次活動時間が8分の減少、女性は1次活動時間が横ばい、2次活動時間が2分の増加、3次活動時間が2分の減少となっている。

生活時間の男女差を平成13年と比べると、1次活動時間は12分差が11分差に、2次活動時間は10分差が5分差に、3次活動時間は22分差が16分差になっており、すべての活動で差が縮小している。（表1-1）

平日及び日曜日で2次活動時間が増加、3次活動時間が減少

生活時間を曜日別にみると、平日は1次活動時間が10時間24分、2次活動時間が7時間53分、3次活動時間が5時間43分、土曜日は1次活動時間が10時間55分、2次活動時間が5時間25分、3次活動時間が7時間40分、日曜日は1次活動時間が11時間25分、2次活動時間が4時間10分、3次活動時間が8時間25分となっており、1次及び3次活動時間は日曜日が最も長く、2次活動時間は平日が最も長くなっている。

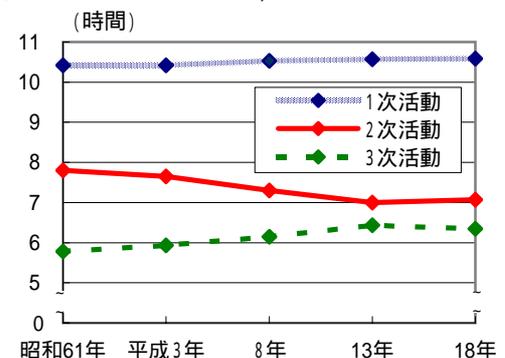
平成13年と比べると、平日及び日曜日は1次活動時間がほぼ横ばい、2次活動時間が増加、3次活動時間が減少している。土曜日は1次及び3次活動時間が増加、2次活動時間が減少している。（表1-2）

減少が続いていた2次活動時間が平成18年は増加

過去20年間の生活時間の推移を、比較可能な年齢区分である15歳以上の人についてみると、1次活動時間は増加傾向、2次活動時間は平成13年まで減少が続いていたが、18年は増加に転じ、3次活動時間は13年まで増加が続いていたが、18年は減少に転じた。

（図1-1、表1-3）

図1-1 行動の種類別生活時間の推移
（昭和61年～平成18年）- 週全体、15歳以上



- 1) 睡眠、食事など生理的に必要な活動
- 2) 仕事、家事など社会生活を営む上で義務的な性格の強い活動
- 3) 1次活動、2次活動以外で各人が自由に使える時間における活動

表1-1 男女，行動の種類別生活時間（平成13年，18年）- 週全体

(時間・分)

	総数			男			女		
	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減
1次活動	10.36	10.37	0.01	10.30	10.31	0.01	10.42	10.42	0.00
睡眠	7.45	7.42	-0.03	7.52	7.49	-0.03	7.38	7.35	-0.03
身の回りの用事	1.13	1.15	0.02	1.02	1.06	0.04	1.23	1.25	0.02
食事	1.38	1.39	0.01	1.36	1.36	0.00	1.41	1.42	0.01
2次活動	6.56	7.00	0.04	6.51	6.58	0.07	7.01	7.03	0.02
通勤・通学	0.31	0.31	0.00	0.41	0.41	0.00	0.22	0.22	0.00
仕事	3.39	3.44	0.05	4.56	4.59	0.03	2.27	2.32	0.05
学業	0.40	0.37	-0.03	0.43	0.40	-0.03	0.37	0.35	-0.02
家事	1.25	1.27	0.02	0.13	0.17	0.04	2.34	2.34	0.00
介護・看護	0.03	0.03	0.00	0.01	0.02	0.01	0.05	0.05	0.00
育児	0.13	0.14	0.01	0.03	0.04	0.01	0.22	0.22	0.00
買い物	0.24	0.24	0.00	0.14	0.15	0.01	0.33	0.34	0.01
3次活動	6.28	6.23	-0.05	6.39	6.31	-0.08	6.17	6.15	-0.02
移動(通勤・通学を除く)	0.32	0.30	-0.02	0.32	0.29	-0.03	0.33	0.32	-0.01
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.32	2.24	-0.08	2.38	2.28	-0.10	2.26	2.21	-0.05
休養・くつろぎ	1.20	1.25	0.05	1.19	1.23	0.04	1.21	1.26	0.05
学習・研究(学業以外)	0.14	0.12	-0.02	0.14	0.13	-0.01	0.13	0.12	-0.01
趣味・娯楽	0.42	0.45	0.03	0.50	0.51	0.01	0.35	0.38	0.03
スポーツ	0.13	0.15	0.02	0.16	0.19	0.03	0.10	0.11	0.01
ボランティア活動・社会参加活動	0.04	0.05	0.01	0.04	0.05	0.01	0.05	0.05	0.00
交際・付き合い	0.26	0.22	-0.04	0.25	0.20	-0.05	0.27	0.24	-0.03
受診・療養	0.08	0.09	0.01	0.07	0.07	0.00	0.10	0.10	0.00
その他	0.16	0.16	0.00	0.14	0.14	0.00	0.18	0.17	-0.01
(再掲)									
家事関連 1)	2.05	2.08	0.03	0.31	0.38	0.07	3.34	3.35	0.01
休養等自由時間活動 2)	3.52	3.49	-0.03	3.57	3.51	-0.06	3.47	3.47	0.00
積極的自由時間活動 3)	1.13	1.17	0.04	1.24	1.28	0.04	1.03	1.06	0.03

表1-2 男女，行動の種類，曜日別生活時間（平成13年，18年）

(時間・分)

		平成13年			平成18年		
		平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	1次活動	10.24	10.50	11.24	10.24	10.55	11.25
	2次活動	7.46	5.41	4.01	7.53	5.25	4.10
	3次活動	5.50	7.29	8.35	5.43	7.40	8.25
男	1次活動	10.17	10.44	11.21	10.17	10.50	11.24
	2次活動	7.55	5.14	3.05	8.06	4.58	3.15
	3次活動	5.48	8.02	9.34	5.36	8.12	9.21
女	1次活動	10.31	10.55	11.26	10.30	11.01	11.26
	2次活動	7.37	6.08	4.55	7.41	5.50	5.02
	3次活動	5.53	6.57	7.39	5.49	7.10	7.32

表1-3 行動の種類別生活時間の推移（昭和61年～平成18年）- 週全体，15歳以上

(時間・分)

	1次活動	2次活動	3次活動
昭和61年	10.25	7.48	5.47
平成3年	10.25	7.39	5.56
平成8年	10.32	7.18	6.09
平成13年	10.34	7.00	6.26
平成18年	10.35	7.04	6.21

1) 家事，介護・看護，育児及び買い物

2) テレビ・ラジオ・新聞・雑誌及び休養・くつろぎ

3) 学習・研究(学業以外)，趣味・娯楽，スポーツ及びボランティア活動・社会参加活動

(2) 年齢階級別にみる生活時間

2次活動時間は40～44歳が最も長い

年齢階級別に生活時間をみると、1次活動時間は、男性は40～44歳（9時間56分）、女性は45～49歳（9時間45分）が最も短く、男女共に10～14歳及び65歳以上で長くなっている。

2次活動時間は、男女共に40～44歳（男性8時間59分、女性8時間50分）が最も長く、これより年齢階級が低い及び高いほど短くなっている。

3次活動時間は、男性は35～39歳（5時間4分）、女性は30～34歳（5時間8分）が最も短く、これより年齢階級が低い及び高いほど長くなっている。（図1-3）

ほとんどの年齢階級で2次活動時間が増加し、3次活動時間が減少

生活時間を平成13年と比べると、1次活動時間は、男性は1分の増加、女性は横ばいとなっている。年齢階級別にみると、男性は10～14歳、25～29歳及び30～34歳で増加、それ以外の年齢階級では減少又は横ばいとなっている。女性は10～14歳及び25歳以上45歳未満の年齢階級で増加、それ以外の年齢階級では減少している。

2次活動時間は、男性は7分、女性は2分増加している。年齢階級別にみると、男性の30～34歳及び65～69歳、女性の60～64歳を除くすべての年齢階級で増加又は横ばいとなっている。

3次活動時間は、男性は8分、女性は2分減少している。年齢階級別にみると、男性の65～69歳、女性の55～59歳、60～64歳及び85歳以上を除くすべての年齢階級で減少している。（図1-2、表1-1）

図1-2 男女、年齢階級、行動の種類別生活時間の増減（平成13年～18年）- 週全体

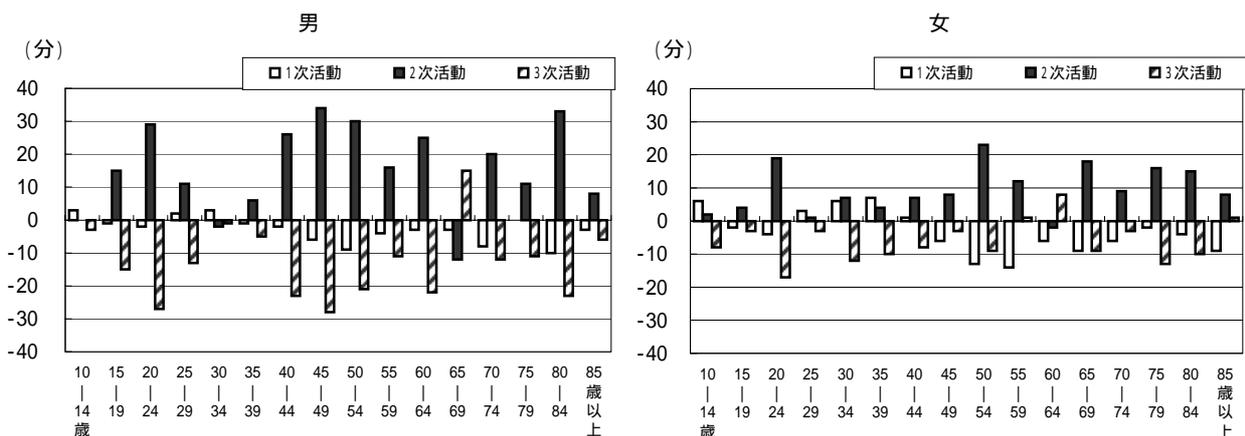
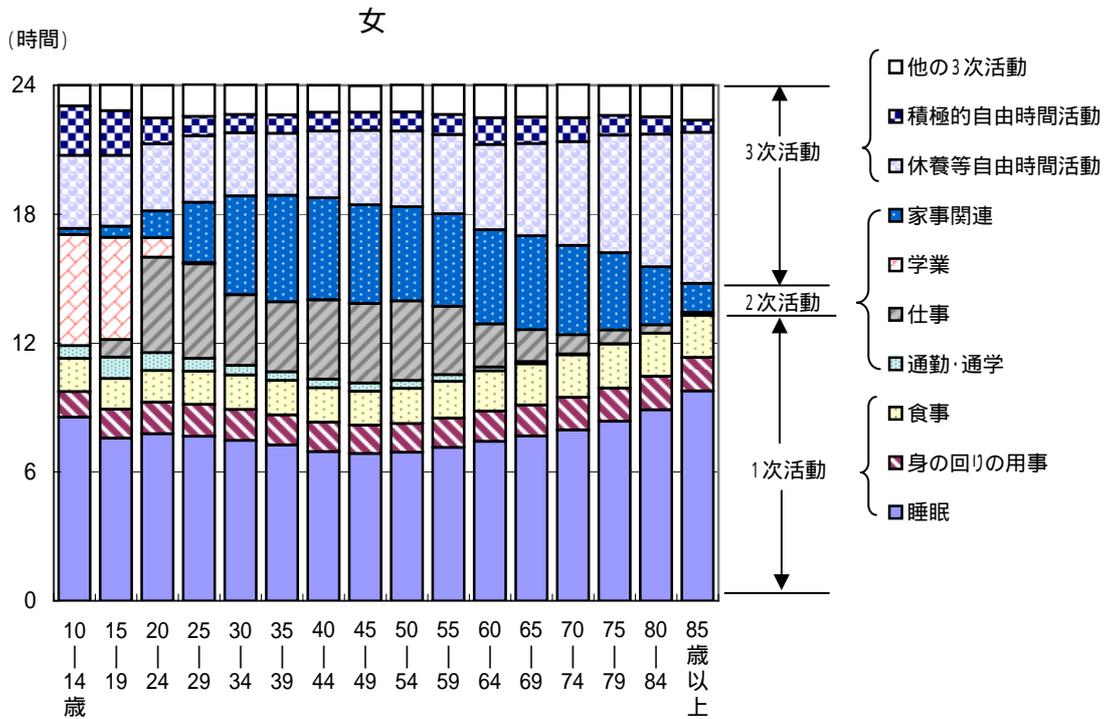
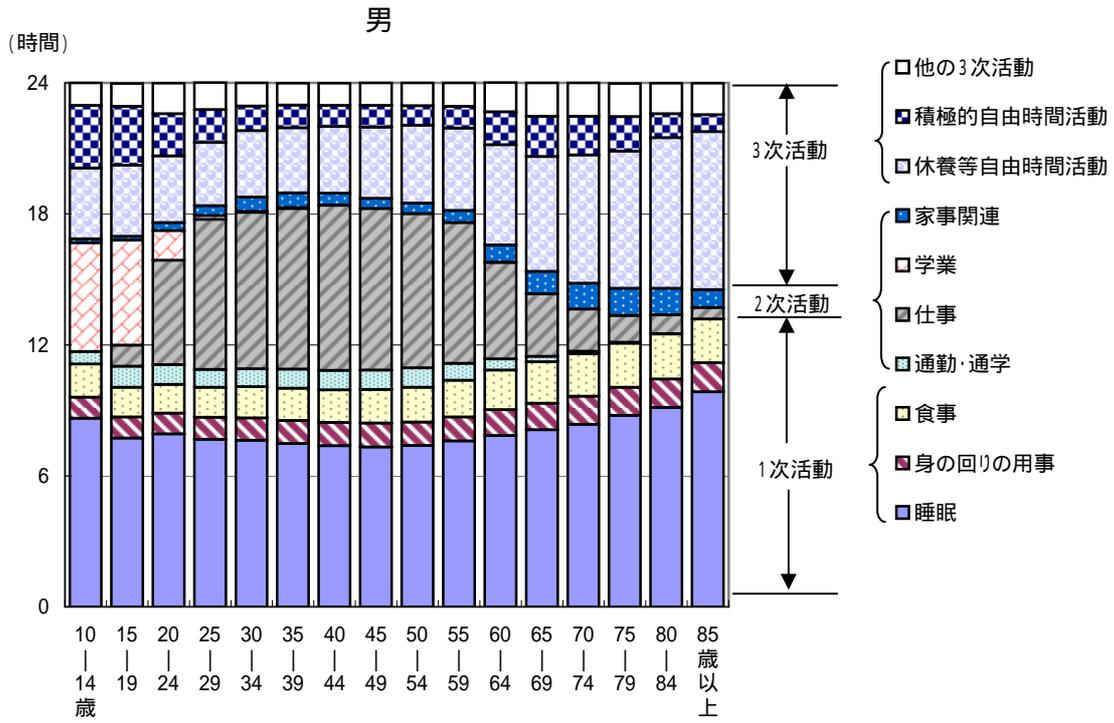


図1 - 3 男女，年齢階級，行動の種類別生活時間 - 週全体

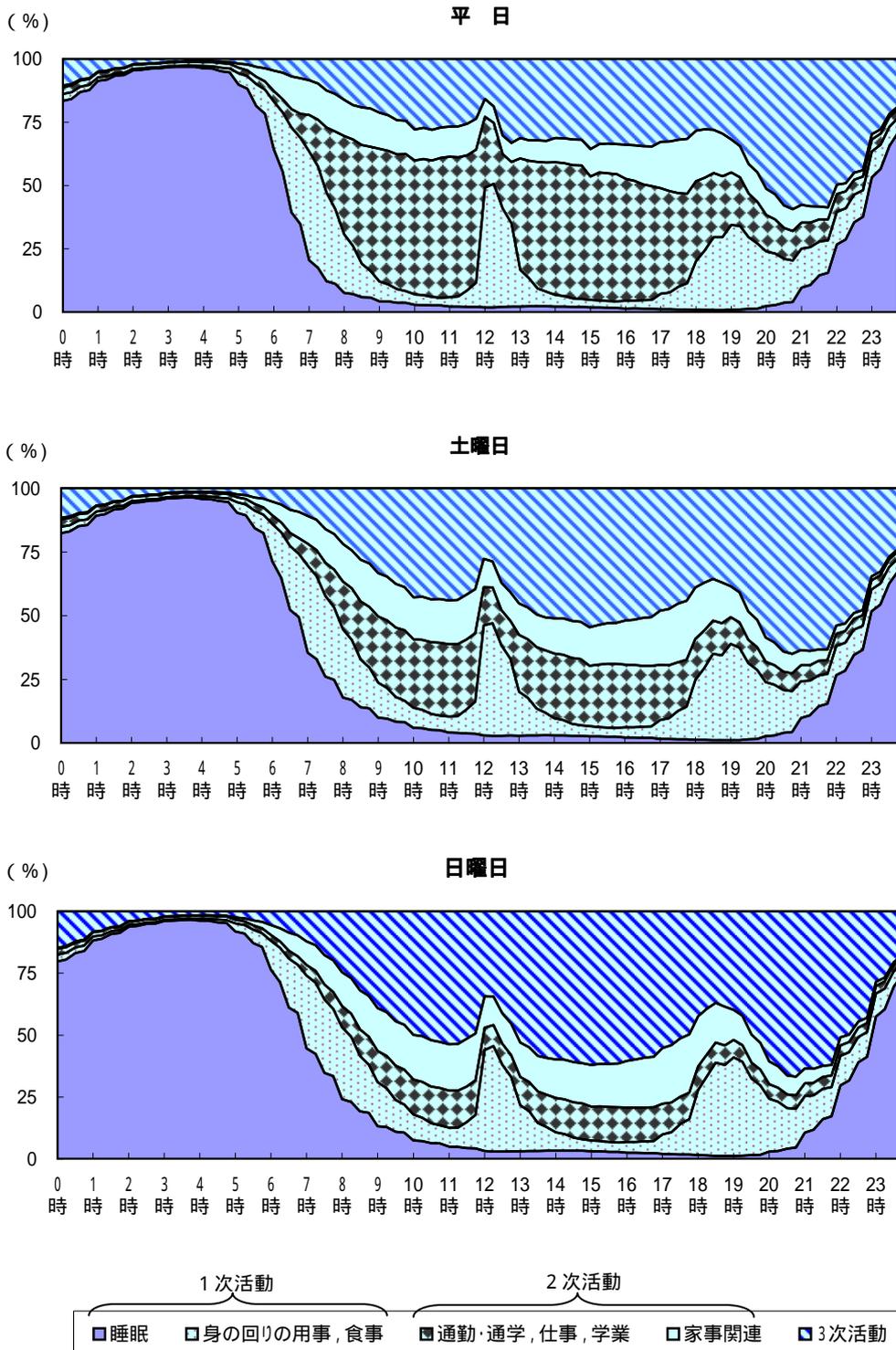


(3) 時間帯別にみる行動者率

平日に3次活動の行動者率が5割を超えるのは20時から22時までの間

行動者率（人口に占める行動者数の割合）を曜日，時間帯別にみると，3次活動の行動者率が5割を超えるのは，平日は20時から22時までの間，土曜日は13時45分から17時までの間及び19時45分から22時30分までの間，日曜日は10時15分から11時45分までの間，13時から17時45分までの間及び19時45分から22時15分までの間となっている。（図1 - 4）

図1 - 4 曜日，行動の種類，時間帯別行動者率



2 1次活動

(1) 睡眠

40歳以上55歳未満で短い睡眠時間

睡眠時間は7時間42分で、男性は7時間49分、女性は7時間35分と男性が14分長くなっている。

年齢階級別にみると、45～49歳が7時間5分と最も短く、次いで40～44歳及び50～54歳が7時間9分などとなっており、85歳以上が9時間47分と最も長くなっている。

これを男女別にみると、すべての年齢階級で男性が長く、特に40歳以上80歳未満の年齢階級で女性より20分以上長くなっている。(図2-1, 表2-1)

ほとんどの年齢階級で睡眠時間は減少

睡眠時間を平成13年と比べると、3分の減少となっている。

年齢階級別にみると、10～14歳、25～29歳及び30～34歳を除くすべての年齢階級で減少している。(図2-2, 表2-1)

図2-1 男女, 年齢階級別睡眠時間 - 週全体

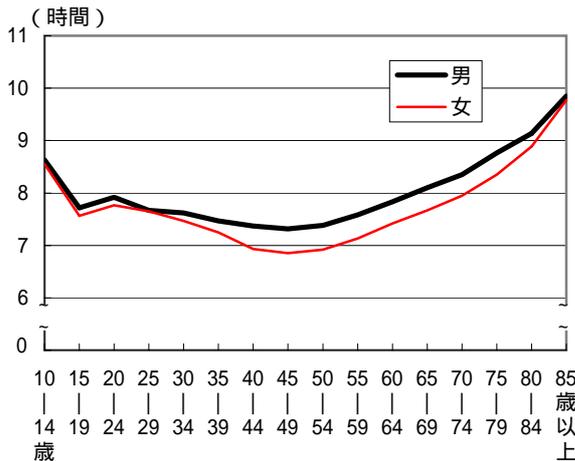


図2-2 年齢階級別睡眠時間(平成13年, 18年) - 週全体

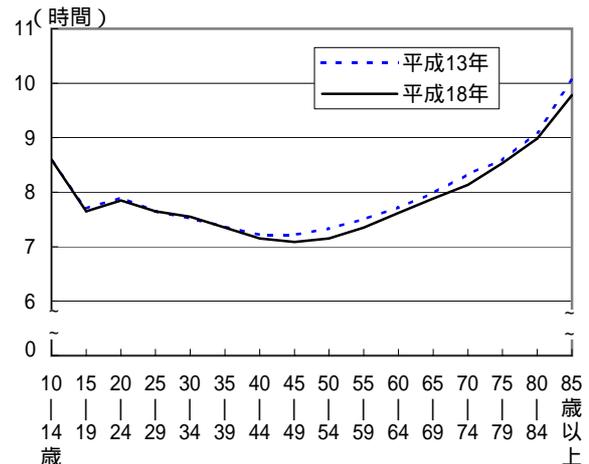


表2-1 男女, 年齢階級別睡眠時間(平成13年, 18年) - 週全体

	総数			男			女			男女差
	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	
総数	7.45	7.42	-0.03	7.52	7.49	-0.03	7.38	7.35	-0.03	0.14
10～14歳	8.34	8.36	0.02	8.38	8.38	0.00	8.31	8.33	0.02	0.05
15～19歳	7.42	7.39	-0.03	7.47	7.43	-0.04	7.37	7.34	-0.03	0.09
20～24歳	7.54	7.51	-0.03	7.58	7.55	-0.03	7.50	7.46	-0.04	0.09
25～29歳	7.39	7.39	0.00	7.39	7.40	0.01	7.39	7.39	0.00	0.01
30～34歳	7.31	7.33	0.02	7.35	7.37	0.02	7.27	7.28	0.01	0.09
35～39歳	7.22	7.21	-0.01	7.30	7.28	-0.02	7.14	7.15	0.01	0.13
40～44歳	7.13	7.09	-0.04	7.25	7.22	-0.03	7.00	6.56	-0.04	0.26
45～49歳	7.13	7.05	-0.08	7.30	7.19	-0.11	6.56	6.51	-0.05	0.28
50～54歳	7.20	7.09	-0.11	7.34	7.23	-0.11	7.06	6.55	-0.11	0.28
55～59歳	7.30	7.21	-0.09	7.42	7.35	-0.07	7.18	7.08	-0.10	0.27
60～64歳	7.43	7.37	-0.06	7.55	7.50	-0.05	7.31	7.25	-0.06	0.25
65～69歳	7.59	7.53	-0.06	8.11	8.06	-0.05	7.49	7.40	-0.09	0.26
70～74歳	8.20	8.08	-0.12	8.33	8.21	-0.12	8.09	7.57	-0.12	0.24
75～79歳	8.35	8.32	-0.03	8.48	8.46	-0.02	8.27	8.21	-0.06	0.25
80～84歳	9.06	8.59	-0.07	9.16	9.08	-0.08	9.01	8.53	-0.08	0.15
85歳以上	10.03	9.47	-0.16	10.03	9.51	-0.12	10.02	9.46	-0.16	0.05

平日及び日曜日の睡眠時間が減少

曜日別に睡眠時間をみると、1日(午前0時から起算する24時間)のうち、平日が7時間31分、土曜日が7時間57分、日曜日が8時間21分となっており、平日に比べ日曜日は50分長くなっている。

男女別に平成13年と比べると、男女共に平日及び日曜日は減少している。
(図2-3, 表2-2)

図2-3 男女、曜日別睡眠時間(平成13年, 18年)

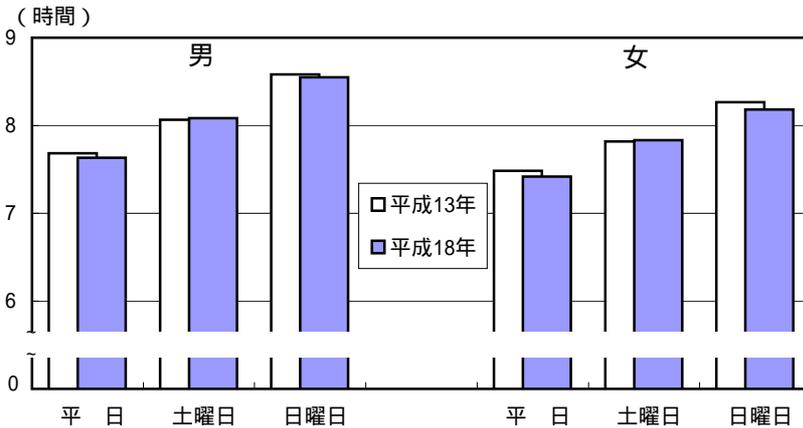


表2-2 男女、曜日別睡眠時間(平成13年, 18年)

(時間・分)

	総数		男		女	
	平成13年	平成18年	平成13年	平成18年	平成13年	平成18年
平日	7.35	7.31	7.41	7.38	7.29	7.25
土曜日	7.56	7.57	8.04	8.05	7.49	7.50
日曜日	8.25	8.21	8.35	8.33	8.16	8.11

過去20年間の推移をみると、男女共に睡眠時間が減少傾向

過去20年間の睡眠時間の推移を、比較可能な年齢区分である15歳以上の人について男女別にみると、男女共に減少傾向となっており、昭和61年と比べると、男性は9分、女性は7分の減少となっている。(図2-4, 表2-3)

図2-4 男女別睡眠時間の推移(昭和61年~平成18年) - 週全体, 15歳以上

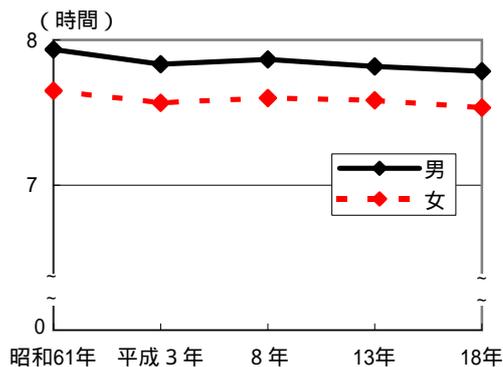


表2-3 男女別睡眠時間の推移(昭和61年~平成18年) - 週全体, 15歳以上

(時間・分)

	男	女
昭和61年	7.56	7.39
平成3年	7.50	7.34
平成8年	7.52	7.36
平成13年	7.49	7.35
平成18年	7.47	7.32

(2) 身の回りの用事

女性は20歳台及び70歳以上で長い身の回りの用事の時間

身の回りの用事の時間は1時間15分で、男性は1時間6分、女性は1時間25分と女性が19分長くなっている。

年齢階級別にみると、10～14歳が1時間4分と最も短く、85歳以上が1時間29分と最も長くなっている。

これを男女別にみると、男性は60歳以上で、女性は20歳台及び70歳以上で、それ以外の年齢階級よりも長くなっている。(図2-5,表2-4)

すべての年齢階級で増加している身の回りの用事の時間

身の回りの用事の時間を平成13年と比べると、2分の増加となっている。

年齢階級別にみると、すべての年齢階級で増加している。(図2-6,表2-4)

図2-5 男女、年齢階級別身の回りの用事の時間 - 週全体

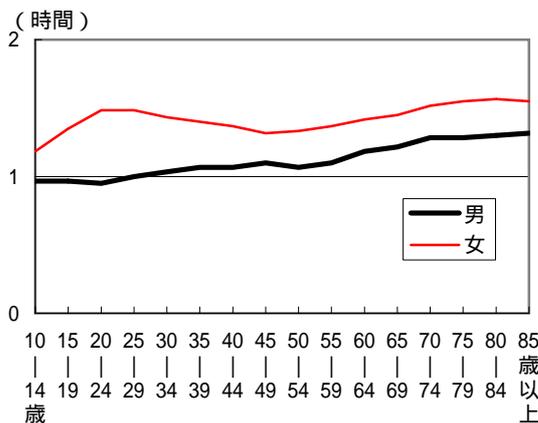


図2-6 年齢階級別身の回りの用事の時間 (平成13年, 18年) - 週全体

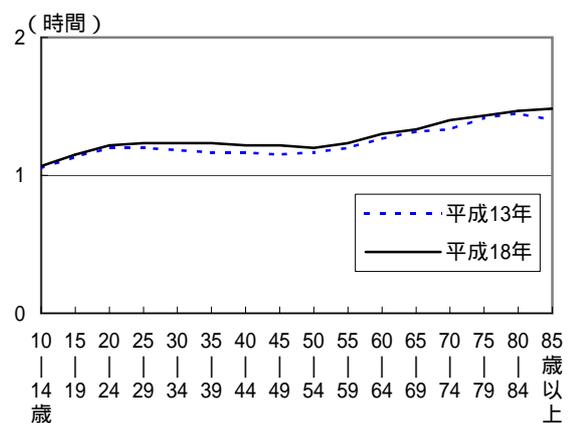


表2-4 男女、年齢階級別身の回りの用事の時間(平成13年, 18年) - 週全体

	総数			男			女			男女差
	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成18年
総数	1.13	1.15	0.02	1.02	1.06	0.04	1.23	1.25	0.02	-0.19
10～14歳	1.03	1.04	0.01	0.57	0.58	0.01	1.09	1.11	0.02	-0.13
15～19歳	1.08	1.09	0.01	0.56	0.58	0.02	1.20	1.21	0.01	-0.23
20～24歳	1.12	1.13	0.01	0.56	0.57	0.01	1.28	1.29	0.01	-0.32
25～29歳	1.12	1.14	0.02	0.59	1.00	0.01	1.26	1.29	0.03	-0.29
30～34歳	1.11	1.14	0.03	1.00	1.02	0.02	1.22	1.26	0.04	-0.24
35～39歳	1.10	1.14	0.04	1.01	1.04	0.03	1.19	1.24	0.05	-0.20
40～44歳	1.10	1.13	0.03	1.01	1.04	0.03	1.19	1.22	0.03	-0.18
45～49歳	1.09	1.13	0.04	0.59	1.06	0.07	1.18	1.19	0.01	-0.13
50～54歳	1.10	1.12	0.02	1.01	1.04	0.03	1.20	1.20	0.00	-0.16
55～59歳	1.12	1.14	0.02	1.02	1.06	0.04	1.22	1.22	0.00	-0.16
60～64歳	1.16	1.18	0.02	1.08	1.11	0.03	1.24	1.25	0.01	-0.14
65～69歳	1.19	1.20	0.01	1.11	1.13	0.02	1.27	1.27	0.00	-0.14
70～74歳	1.20	1.24	0.04	1.12	1.17	0.05	1.27	1.31	0.04	-0.14
75～79歳	1.25	1.26	0.01	1.16	1.17	0.01	1.32	1.33	0.01	-0.16
80～84歳	1.27	1.28	0.01	1.17	1.18	0.01	1.33	1.34	0.01	-0.16
85歳以上	1.24	1.29	0.05	1.13	1.19	0.06	1.29	1.33	0.04	-0.14

男女共に20年間で15分増加した身の回りの用事の時間

過去20年間の身の回りの用事の時間の推移を、比較可能な年齢区分である15歳以上の人について男女別にみると、男女共に増加しており、昭和61年と比べると、男女共に15分の増加となっている。（図2 - 7、表2 - 5）

図2 - 7 男女別身の回りの用事の時間の推移（昭和61年～平成18年） - 週全体，15歳以上

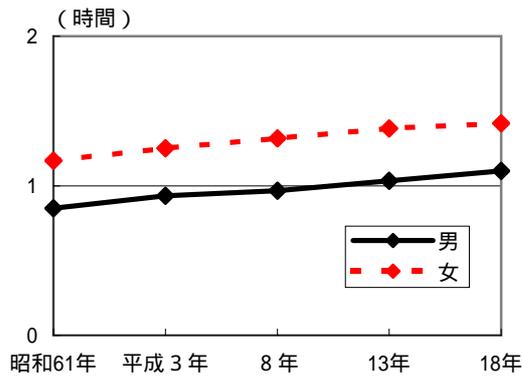


表2 - 5 男女別身の回りの用事の時間の推移（昭和61年～平成18年） - 週全体，15歳以上

	(時間・分)	
	男	女
昭和61年	0.51	1.10
平成3年	0.56	1.15
平成8年	0.58	1.19
平成13年	1.02	1.23
平成18年	1.06	1.25

(3) 食事

高齢層で長い食事時間

食事時間は1時間39分で、男性は1時間36分、女性は1時間42分と女性が6分長くなっている。

年齢階級別にみると、15～19歳及び20～24歳が1時間24分と最も短く、75～79歳が2時間2分と最も長くなっており、15歳以上は年齢階級が高くなるほど長くなる傾向となっている。

これを男女別にみると、80歳以上を除くすべての年齢階級で女性が長く、特に25～29歳及び30～34歳で男性より10分長くなっている。(表2-6)

45歳以上65歳未満で減少している食事時間

食事時間を平成13年と比べると、1分の増加とほぼ横ばいになっている。

年齢階級別にみると、45歳以上65歳未満を除くすべての年齢階級で増加又は横ばいとなっている。(表2-6)

表2-6 男女、年齢階級別食事時間(平成13年, 18年) - 週全体

	総数			男			女			男女差
	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成18年
総数	1.38	1.39	0.01	1.36	1.36	0.00	1.41	1.42	0.01	-0.06
10～14歳	1.30	1.32	0.02	1.29	1.31	0.02	1.31	1.33	0.02	-0.02
15～19歳	1.23	1.24	0.01	1.21	1.22	0.01	1.25	1.26	0.01	-0.04
20～24歳	1.23	1.24	0.01	1.18	1.19	0.01	1.28	1.28	0.00	-0.09
25～29歳	1.28	1.28	0.00	1.23	1.23	0.00	1.33	1.33	0.00	-0.10
30～34歳	1.31	1.31	0.00	1.27	1.26	-0.01	1.35	1.36	0.01	-0.10
35～39歳	1.32	1.32	0.00	1.29	1.28	-0.01	1.35	1.36	0.01	-0.08
40～44歳	1.34	1.34	0.00	1.32	1.30	-0.02	1.35	1.37	0.02	-0.07
45～49歳	1.35	1.34	-0.01	1.34	1.32	-0.02	1.37	1.35	-0.02	-0.03
50～54歳	1.39	1.37	-0.02	1.37	1.36	-0.01	1.41	1.38	-0.03	-0.02
55～59歳	1.45	1.42	-0.03	1.42	1.41	-0.01	1.47	1.43	-0.04	-0.02
60～64歳	1.51	1.50	-0.01	1.50	1.49	-0.01	1.52	1.52	0.00	-0.03
65～69歳	1.55	1.55	0.00	1.54	1.54	0.00	1.55	1.55	0.00	-0.01
70～74歳	1.57	1.58	0.01	1.57	1.57	0.00	1.58	1.59	0.01	-0.02
75～79歳	2.00	2.02	0.02	2.01	2.01	0.00	1.59	2.03	0.04	-0.02
80～84歳	2.01	2.01	0.00	2.06	2.03	-0.03	1.58	2.00	0.02	0.03
85歳以上	1.55	1.59	0.04	1.57	2.01	0.04	1.55	1.58	0.03	0.03

男女共に大きな変化は見られない食事時間

過去20年間の食事時間の推移を、比較可能な年齢区分である15歳以上の人について男女別にみると、男女共に数分の増減はあるものの、大きな変化は見られない。(図2-8, 表2-7)

図2-8 男女別食事時間の推移(昭和61年～平成18年) - 週全体, 15歳以上

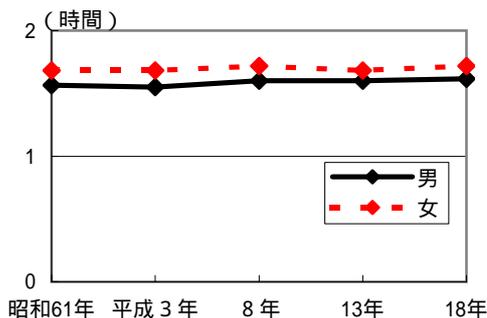


表2-7 男女別食事時間の推移(昭和61年～平成18年) - 週全体, 15歳以上

	(時間・分)	
	男	女
昭和61年	1.34	1.41
平成3年	1.33	1.41
平成8年	1.36	1.43
平成13年	1.36	1.41
平成18年	1.37	1.43

3 2次活動

(1) 仕事

男性は40～44歳，女性は25～29歳で最も長い仕事時間

有業者（15歳以上。以下同じ。）は6817万6千人（有業率（15歳以上人口に占める有業者の割合）63.5%）で，男性は3919万1千人（同75.3%），女性は2898万4千人（同52.4%）となっている。（表3 - 1）

有業者の1日の仕事時間は6時間9分で，男性は7時間，女性は5時間となっている。

男女，年齢階級別にみると，男性は40～44歳が7時間47分と最も長く，女性は25～29歳が5時間51分と最も長くなっている。（図3 - 1，表3 - 2）

男女共にほとんどの年齢階級で仕事時間が増加

有業者の仕事時間を平成13年と比べると，10分の増加となっており，男性は12分，女性は9分の増加となっている。

男女，年齢階級別にみると，男性の65～69歳，女性の15～19歳及び60～64歳を除くすべての年齢階級で増加している。（図3 - 1，表3 - 2）

表3 - 1 男女別有業者数及び有業率
（平成13年，18年）

		平成13年	平成18年	増減
有業者数 (千人)	総数	68522	68176	-346
	男	39672	39191	-481
	女	28849	28984	135
有業率 (%，増減 はポイント)	総数	64.2	63.5	-0.7
	男	76.6	75.3	-1.4
	女	52.6	52.4	-0.1

注) 有業率は，ふだんの就業状態不詳を除き算出。

図3 - 1 男女，年齢階級別仕事時間
（平成13年，18年） - 週全体，有業者

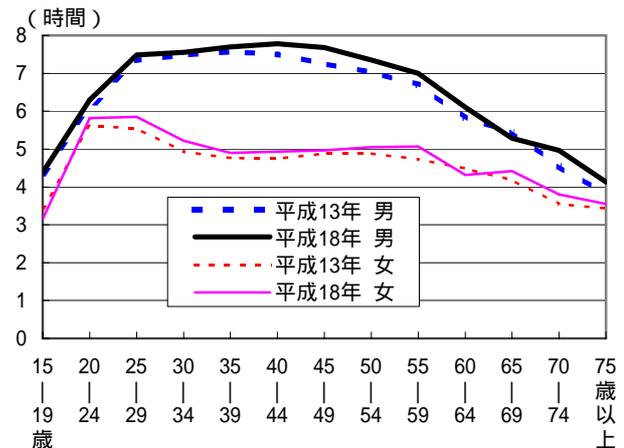


表3 - 2 男女，年齢階級別仕事時間（平成13年，18年） - 週全体，有業者

	(時間・分)								
	総数			男			女		
	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減
総数	5.59	6.09	0.10	6.48	7.00	0.12	4.51	5.00	0.09
15～19歳	3.52	3.44	-0.08	4.21	4.23	0.02	3.26	3.09	-0.17
20～24歳	5.51	6.04	0.13	6.05	6.18	0.13	5.37	5.49	0.12
25～29歳	6.34	6.46	0.12	7.20	7.29	0.09	5.33	5.51	0.18
30～34歳	6.32	6.38	0.06	7.29	7.33	0.04	4.56	5.13	0.17
35～39歳	6.29	6.34	0.05	7.34	7.42	0.08	4.46	4.54	0.08
40～44歳	6.19	6.33	0.14	7.30	7.47	0.17	4.45	4.56	0.11
45～49歳	6.13	6.30	0.17	7.15	7.41	0.26	4.53	4.58	0.05
50～54歳	6.07	6.21	0.14	7.02	7.21	0.19	4.53	5.03	0.10
55～59歳	5.54	6.12	0.18	6.42	7.00	0.18	4.44	5.04	0.20
60～64歳	5.16	5.23	0.07	5.49	6.06	0.17	4.29	4.19	-0.10
65～69歳	4.58	4.56	-0.02	5.27	5.17	-0.10	4.11	4.25	0.14
70～74歳	4.09	4.29	0.20	4.33	4.58	0.25	3.33	3.48	0.15
75歳以上	3.39	3.53	0.14	3.48	4.08	0.20	3.26	3.33	0.07

仕事時間は土曜日で減少，平日及び日曜日で増加

有業者の仕事時間を曜日別にみると，平日は7時間16分，土曜日は4時間15分，日曜日は2時間25分となっている。

平成13年と比べると，土曜日は減少しているが，平日及び日曜日は増加している。

なお，有業者について曜日別に仕事の行動者率をみると，土曜日は平成13年に比べ2.2ポイント低下している。（表3-3）

表3-3 曜日別仕事時間及び仕事の行動者率（平成13年，18年）- 有業者

	時間（時間・分）		行動者率（％）	
	平成13年	平成18年	平成13年	平成18年
平日	7.03	7.16	86.0	86.5
土曜日	4.19	4.15	57.9	55.7
日曜日	2.19	2.25	33.7	34.0

減少が続いていた仕事時間が平成18年は増加

有業者について，過去20年間の仕事時間の推移を男女別にみると，男女共に平成13年まで減少が続いていたが，18年は増加に転じた。（図3-2，表3-4）

図3-2 男女別仕事時間の推移（昭和61年～平成18年）- 週全体，有業者

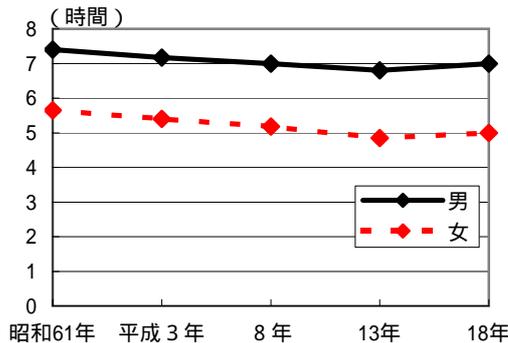


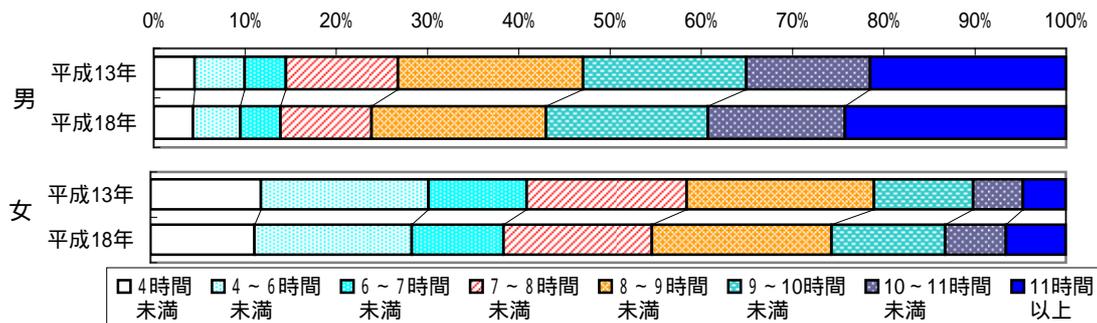
表3-4 男女別仕事時間の推移（昭和61年～平成18年）- 週全体，有業者

	（時間・分）		
	総数	男	女
昭和61年	6.41	7.24	5.39
平成3年	6.26	7.10	5.24
平成8年	6.15	7.00	5.11
平成13年	5.59	6.48	4.51
平成18年	6.09	7.00	5.00

平日の仕事時間は，男性の10時間以上，女性の9時間以上の割合が上昇

平日における有業者の仕事時間階級別行動者割合を平成13年と比べると，男性は10時間未満で低下し，10時間以上で上昇している。一方，女性は9時間未満で低下し，9時間以上で上昇している。（図3-3，表3-5）

図3-3 男女，仕事時間階級別行動者割合（平成13年，18年）- 平日，有業者



注) 調査日に仕事をしなかった人を除く。

表3 - 5 男女，仕事時間階級別行動者割合（平成13年，18年） - 平日，有業者

（%，増減はポイント）

	男			女		
	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減
総数	100.0	100.0		100.0	100.0	
4時間未満	4.5	4.3	-0.2	12.1	11.4	-0.7
4～6時間未満	5.5	5.2	-0.3	18.3	17.2	-1.1
6～7時間未満	4.5	4.4	-0.1	10.7	10.0	-0.7
7～8時間未満	12.3	10.0	-2.3	17.5	16.2	-1.3
8～9時間未満	20.3	19.1	-1.1	20.5	19.6	-0.8
9～10時間未満	17.9	17.8	-0.1	10.8	12.4	1.6
10～11時間未満	13.6	15.0	1.4	5.4	6.6	1.2
11時間以上	21.5	24.2	2.7	4.7	6.5	1.8

注) 調査日に仕事をしなかった人を除く。

正規の職員・従業員，「正規の職員・従業員以外」共に仕事時間が増加

従業上の地位別に仕事時間をみると，雇人のある業主が7時間24分と最も長く，次いで会社などの役員，雇用されている人（会社などの役員を除く。以下同じ。）などとなっている。（図3 - 4，表3 - 6）

雇用されている人の仕事時間を雇用形態別にみると，正規の職員・従業員が7時間11分，「正規の職員・従業員以外」が4時間27分となっている。平成13年と比べると，正規の職員・従業員は15分，「正規の職員・従業員以外」は13分の増加となっている。（図3 - 5，表3 - 7）

仕事時間に当該人口をかけ合わせた仕事時間総量でみると，平成13年に比べ，正規の職員・従業員は減少し，「正規の職員・従業員以外」は増加している。

これを男女別にみると，男性は正規の職員・従業員が減少し，「正規の職員・従業員以外」が増加している。一方，女性はどちらも増加している。（図3 - 6，表3 - 7）

図3 - 4 従業上の地位別仕事時間（平成13年，18年） - 週全体，有業者

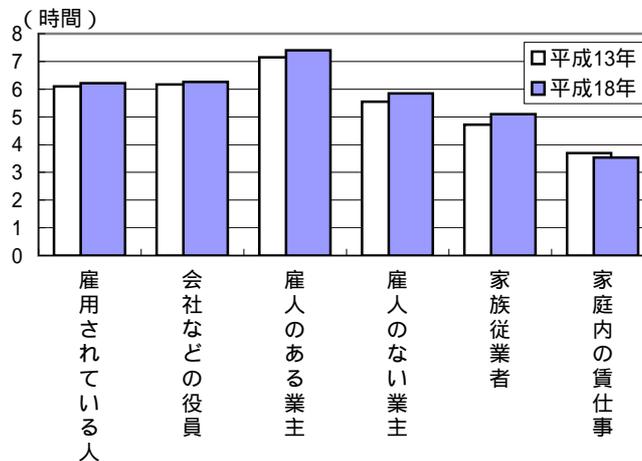


表3 - 6 男女，従業上の地位別仕事時間（平成13年，18年） - 週全体，有業者

（時間・分）

	総数			男			女		
	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減
有業者	5.59	6.09	0.10	6.48	7.00	0.12	4.51	5.00	0.09
雇用されている人	6.06	6.13	0.07	6.54	7.04	0.10	5.02	5.08	0.06
会社などの役員	6.10	6.16	0.06	6.47	6.53	0.06	4.09	4.00	-0.09
雇人のある業主	7.09	7.24	0.15	7.23	7.38	0.15	5.57	6.16	0.19
雇人のない業主	5.33	5.51	0.18	6.02	6.24	0.22	4.03	4.11	0.08
家族従業者	4.43	5.06	0.23	6.07	6.47	0.40	4.20	4.33	0.13
家庭内の賃仕事	3.42	3.32	-0.10	4.44	3.33	-1.11	3.36	3.32	-0.04

図3 - 5 雇用形態別仕事時間（平成13年，18年） - 週全体，雇用されている人

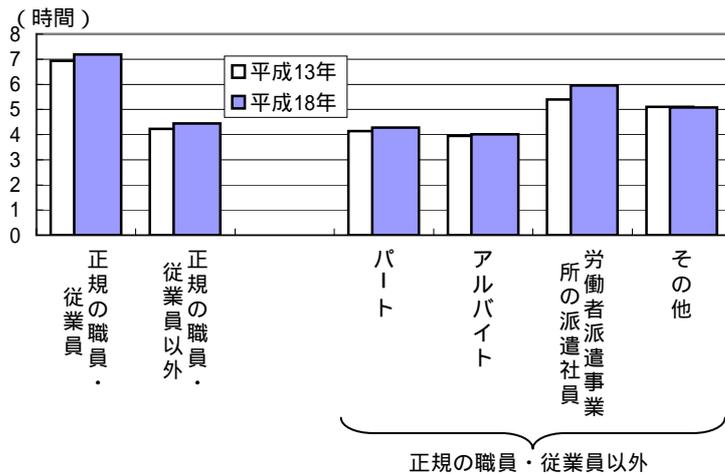


図3 - 6 男女，雇用形態別仕事時間総量（平成13年，18年） - 週全体，雇用されている人

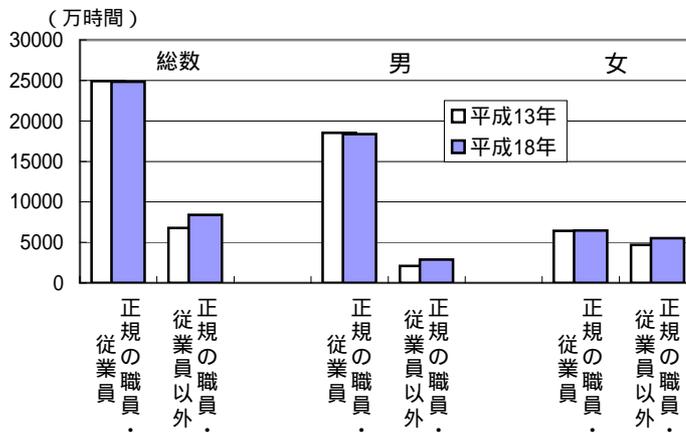


表3 - 7 男女，雇用形態別仕事時間（平成13年，18年） - 週全体，雇用されている人

	平成13年			平成18年			増減			
	人口 (千人)	仕事時間 (時間・分)	仕事時間 総量 (万時間)	人口 (千人)	仕事時間 (時間・分)	仕事時間 総量 (万時間)	人口 (千人)	仕事時間 (時間・分)	仕事時間 総量 (万時間)	
総数	雇用されている人	52041	6.06	31745	53445	6.13	33225	1404	0.07	1480
	正規の職員・従業員	35955	6.56	24929	34567	7.11	24831	-1388	0.15	-98
	正規の職員・従業員以外	16086	4.13	6795	18879	4.27	8395	2793	0.13	1600
	パート	8502	4.08	3514	9696	4.17	4153	1194	0.09	639
	アルバイト	5288	3.57	2089	5550	4.01	2229	262	0.04	140
	労働者派遣事業所の派遣社員	713	5.24	385	1917	5.57	1141	1204	0.33	756
	その他	1583	5.06	807	1716	5.05	872	133	-0.01	65
男	雇用されている人	29886	6.54	20621	30095	7.04	21267	209	0.10	646
	正規の職員・従業員	25477	7.16	18513	24511	7.30	18383	-966	0.14	-130
	正規の職員・従業員以外	4409	4.45	2095	5583	5.10	2885	1174	0.25	790
	パート	671	5.04	340	967	5.00	484	296	-0.04	144
	アルバイト	2625	4.15	1116	2911	4.39	1354	286	0.24	238
	労働者派遣事業所の派遣社員	200	5.56	119	837	6.32	547	637	0.36	428
	その他	913	5.42	520	868	5.46	501	-45	0.04	-20
女	雇用されている人	22155	5.02	11151	23351	5.08	11987	1196	0.06	835
	正規の職員・従業員	10477	6.08	6426	10056	6.25	6453	-421	0.17	27
	正規の職員・従業員以外	11678	4.02	4705	13295	4.09	5507	1617	0.07	801
	パート	7832	4.04	3185	8729	4.12	3666	897	0.08	481
	アルバイト	2663	3.39	972	2638	3.19	875	-25	-0.20	-97
	労働者派遣事業所の派遣社員	513	5.11	266	1080	5.30	594	567	0.19	328
	その他	670	4.13	283	848	4.23	372	178	0.10	89

注) 仕事時間総量 = 人口 × 仕事時間

(2) 家事関連

家事関連時間は35～39歳の女性が最も長い

家事関連時間は2時間8分で、男性は38分、女性は3時間35分と男女の間に大きな差がある。

男女、年齢階級別にみると、男性は65歳以上85歳未満の年齢階級で1時間以上と長くなっている。一方、女性は30歳以上75歳未満の年齢階級で4時間以上と長く、特に35～39歳で4時間57分と最も長くなっている。(図3-7,表3-8)

男性はほとんどの年齢階級で家事関連時間が増加

家事関連時間を男女別に平成13年と比べると、男性は7分の増加、女性は1分の増加とほぼ横ばいとなっている。

男女、年齢階級別にみると、男性は15～19歳を除くすべての年齢階級で増加している。一方、女性は45～49歳、50～54歳及び60歳以上の年齢階級で増加しているが、それ以外の年齢階級では減少しており、特に25～29歳及び30～34歳で20分以上と減少幅が大きくなっている。(図3-7,表3-8)

図3-7 男女、年齢階級別家事関連時間(平成13年,18年) - 週全体

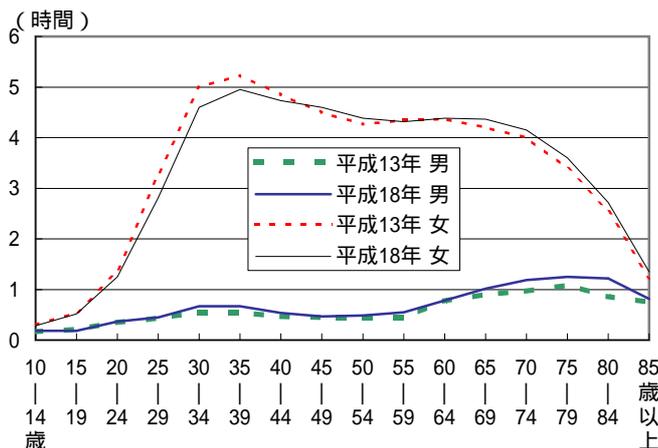


表3-8 男女、年齢階級別家事関連時間(平成13年,18年) - 週全体

	総数			男			女			男女差	
	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年
総数	2.05	2.08	0.03	0.31	0.38	0.07	3.34	3.35	0.01	-3.03	-2.57
10～14歳	0.14	0.14	0.00	0.10	0.11	0.01	0.18	0.17	-0.01	-0.08	-0.06
15～19歳	0.23	0.21	-0.02	0.13	0.11	-0.02	0.32	0.31	-0.01	-0.19	-0.20
20～24歳	0.51	0.49	-0.02	0.21	0.22	0.01	1.21	1.15	-0.06	-1.00	-0.53
25～29歳	1.49	1.37	-0.12	0.26	0.27	0.01	3.16	2.49	-0.27	-2.50	-2.22
30～34歳	2.46	2.36	-0.10	0.33	0.40	0.07	5.00	4.36	-0.24	-4.27	-3.56
35～39歳	2.52	2.48	-0.04	0.33	0.40	0.07	5.14	4.57	-0.17	-4.41	-4.17
40～44歳	2.39	2.36	-0.03	0.28	0.32	0.04	4.51	4.44	-0.07	-4.23	-4.12
45～49歳	2.28	2.32	0.04	0.27	0.28	0.01	4.30	4.36	0.06	-4.03	-4.08
50～54歳	2.22	2.28	0.06	0.27	0.29	0.02	4.16	4.23	0.07	-3.49	-3.54
55～59歳	2.26	2.27	0.01	0.27	0.33	0.06	4.21	4.19	-0.02	-3.54	-3.46
60～64歳	2.38	2.39	0.01	0.46	0.47	0.01	4.22	4.23	0.01	-3.36	-3.36
65～69歳	2.39	2.46	0.07	0.54	1.01	0.07	4.12	4.22	0.10	-3.18	-3.21
70～74歳	2.37	2.48	0.11	0.58	1.11	0.13	4.00	4.09	0.09	-3.02	-2.58
75～79歳	2.28	2.34	0.06	1.05	1.15	0.10	3.24	3.36	0.12	-2.19	-2.21
80～84歳	1.57	2.10	0.13	0.52	1.13	0.21	2.33	2.43	0.10	-1.41	-1.30
85歳以上	1.05	1.12	0.07	0.45	0.49	0.04	1.14	1.21	0.07	-0.29	-0.32

男性はすべての曜日で増加，女性は日曜日のみが増加した家事関連時間

曜日別に家事関連時間をみると，平日が2時間2分，土曜日が2時間20分，日曜日が2時間24分となっており，平日に比べ日曜日は20分以上長くなっている。

男女別に平成13年と比べると，男性はすべての曜日で増加しているのに対し，女性は平日が横ばい，土曜日が減少，日曜日が増加している。（図3-8，表3-9）

図3-8 男女，曜日別家事関連時間
（平成13年，18年）

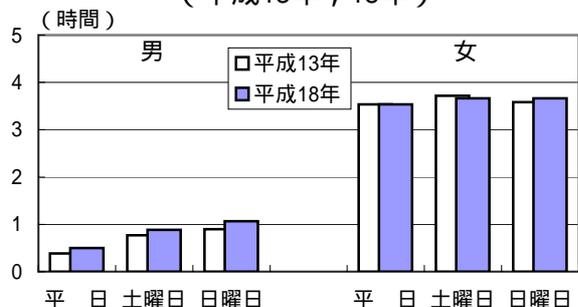


表3-9 男女，曜日別家事関連時間
（平成13年，18年）

	総数		男		女	
	平成13年	平成18年	平成13年	平成18年	平成13年	平成18年
平日	2.00	2.02	0.23	0.30	3.32	3.32
土曜日	2.17	2.20	0.46	0.53	3.43	3.40
日曜日	2.18	2.24	0.54	1.04	3.35	3.40

男女差は，縮小しているが依然として大きい家事関連時間

過去20年間の家事関連時間の推移を，比較可能な年齢区分である15歳以上の人について男女別にみると，男性は増加が続き，昭和61年に比べ21分の増加となっているのに対し，女性は減少が続き，61年に比べ16分の減少となっており，男女差は縮小しているものの依然として大きい。（図3-9，表3-10）

図3-9 男女別家事関連時間の推移（昭和61年～平成18年）- 週全体，15歳以上

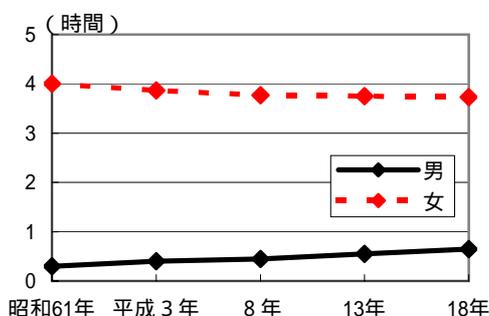


表3-10 男女別家事関連時間の推移（昭和61年～平成18年）- 週全体，15歳以上

	(時間・分)	
	男	女
昭和61年	0.18	4.00
平成3年	0.24	3.52
平成8年	0.27	3.46
平成13年	0.33	3.45
平成18年	0.39	3.44

有配偶女性の家事関連時間は未婚女性より4時間長い

15歳以上の人について，配偶関係別に家事関連時間をみると，有配偶男性は43分，未婚男性は24分と，有配偶男性が19分長くなっている。一方，有配偶女性は5時間3分，未婚女性は1時間3分と，有配偶女性が4時間長くなっている。（図3-10，表3-11）

図3-10 男女，配偶関係別家事関連時間
- 週全体，15歳以上

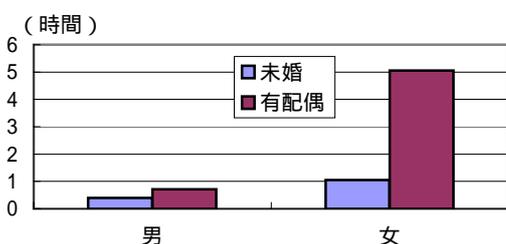


表3-11 男女，配偶関係別家事関連時間
- 週全体，15歳以上

	(時間・分)	
	男	女
未婚	0.24	1.03
有配偶	0.43	5.03

4 3次活動

(1) 休養等自由時間活動

60歳以上85歳未満で男性の休養等自由時間活動の時間が女性より長く、差が大きい

休養等自由時間活動の時間は3時間49分で、このうちテレビ・ラジオ・新聞・雑誌に費やす時間は2時間24分となっている。(表4-1)

男女、年齢階級別にみると、60歳未満では男女に大きな差は見られないが、60歳以上85歳未満の年齢階級では男性が長く、女性と大きな差が見られる。(図4-1, 表4-1)

ほとんどの年齢階級で休養等自由時間活動の時間が減少

休養等自由時間活動の時間を平成13年と比べると、3分の減少となっており、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌に費やす時間は8分と大きく減少している。

年齢階級別にみると、55~59歳を除くすべての年齢階級で減少している。(図4-2, 表4-1)

図4-1 男女、年齢階級別休養等自由時間活動の時間 - 週全体

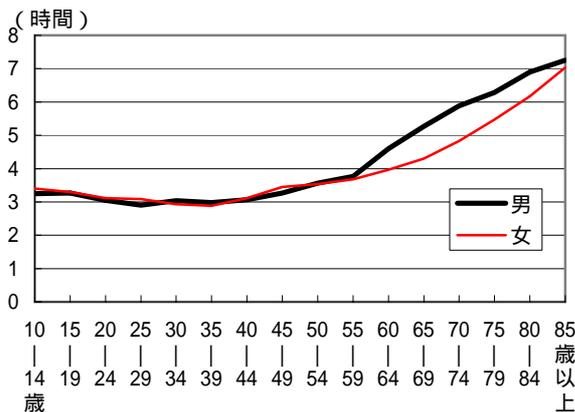


図4-2 年齢階級別休養等自由時間活動の時間(平成13年, 18年) - 週全体

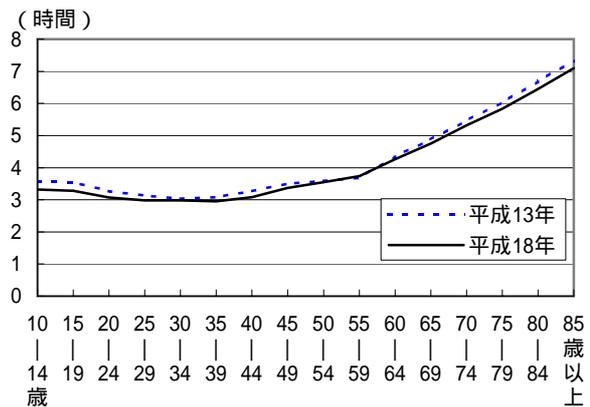


表4-1 男女、年齢階級別休養等自由時間活動の時間(平成13年, 18年) - 週全体 (時間・分)

	総数			男			女			男女差
	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成18年
休養等自由時間活動	3.52	3.49	-0.03	3.57	3.51	-0.06	3.47	3.47	0.00	0.04
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.32	2.24	-0.08	2.38	2.28	-0.10	2.26	2.21	-0.05	0.07
休養・くつろぎ	1.20	1.25	0.05	1.19	1.23	0.04	1.21	1.26	0.05	-0.03
休養等自由時間活動										
10~14歳	3.34	3.19	-0.15	3.31	3.15	-0.16	3.37	3.24	-0.13	-0.09
15~19歳	3.33	3.17	-0.16	3.40	3.16	-0.24	3.25	3.18	-0.07	-0.02
20~24歳	3.16	3.04	-0.12	3.21	3.03	-0.18	3.10	3.07	-0.03	-0.04
25~29歳	3.08	2.59	-0.09	3.07	2.54	-0.13	3.09	3.05	-0.04	-0.11
30~34歳	3.02	2.59	-0.03	3.03	3.02	-0.01	3.02	2.56	-0.06	0.06
35~39歳	3.05	2.57	-0.08	3.10	2.59	-0.11	3.01	2.53	-0.08	0.06
40~44歳	3.16	3.05	-0.11	3.16	3.04	-0.12	3.15	3.07	-0.08	-0.03
45~49歳	3.30	3.22	-0.08	3.33	3.16	-0.17	3.26	3.27	0.01	-0.11
50~54歳	3.35	3.33	-0.02	3.39	3.34	-0.05	3.33	3.32	-0.01	0.02
55~59歳	3.41	3.44	0.03	3.49	3.46	-0.03	3.33	3.41	0.08	0.05
60~64歳	4.21	4.16	-0.05	4.43	4.36	-0.07	3.59	3.58	-0.01	0.38
65~69歳	4.53	4.45	-0.08	5.21	5.16	-0.05	4.27	4.18	-0.09	0.58
70~74歳	5.28	5.19	-0.09	6.09	5.53	-0.16	4.55	4.50	-0.05	1.03
75~79歳	6.02	5.50	-0.12	6.31	6.17	-0.14	5.42	5.28	-0.14	0.49
80~84歳	6.41	6.27	-0.14	7.12	6.54	-0.18	6.23	6.10	-0.13	0.44
85歳以上	7.20	7.06	-0.14	7.30	7.15	-0.15	7.17	7.02	-0.15	0.13

(2) 積極的自由時間活動

積極的自由時間活動の時間は男性が女性より長い

積極的自由時間活動の時間は1時間17分で、このうち趣味・娯楽に費やす時間は45分と最も長く、次いでスポーツ、学習・研究(学業以外)などとなっている。

男女別にみると、男性は1時間28分、女性は1時間6分と男性が22分長くなっている。

これを年齢階級別にみると、男性は40～44歳、50～54歳及び85歳以上、女性は25歳以上60歳未満及び75歳以上の年齢階級で1時間未満と短くなっている。(図4-3, 表4-2)

ほとんどの年齢階級で積極的自由時間活動の時間が増加

積極的自由時間活動の時間を平成13年と比べると、4分の増加となっており、このうち学習・研究(学業以外)以外はすべて増加している。

年齢階級別にみると、40～44歳及び50歳台を除くすべての年齢階級で増加しており、特に15～19歳及び65～69歳で10分以上と大きく増加している。(図4-4, 表4-2)

図4-3 男女、年齢階級別積極的自由時間活動の時間 - 週全体

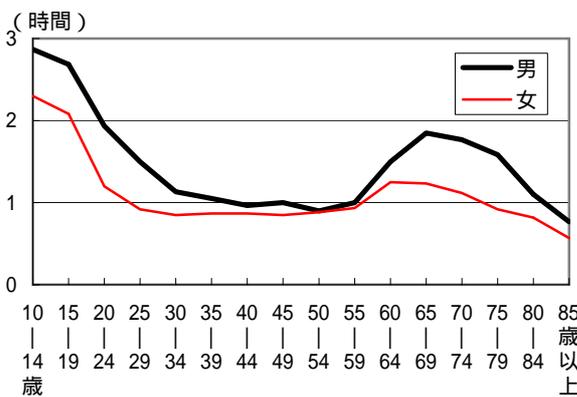


図4-4 年齢階級別積極的自由時間活動の時間(平成13年, 18年) - 週全体

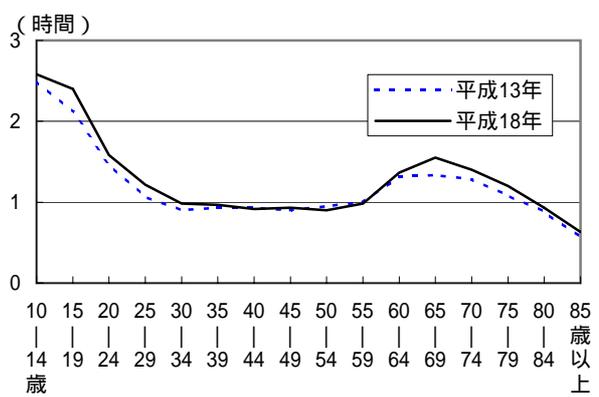


表4-2 男女、年齢階級別積極的自由時間活動の時間(平成13年, 18年) - 週全体 (時間・分)

	総数			男			女			男女差
	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成18年
積極的自由時間活動	1.13	1.17	0.04	1.24	1.28	0.04	1.03	1.06	0.03	0.22
学習・研究(学業以外)	0.14	0.12	-0.02	0.14	0.13	-0.01	0.13	0.12	-0.01	0.01
趣味・娯楽	0.42	0.45	0.03	0.50	0.51	0.01	0.35	0.38	0.03	0.13
スポーツ	0.13	0.15	0.02	0.16	0.19	0.03	0.10	0.11	0.01	0.08
ボランティア活動・社会参加活動	0.04	0.05	0.01	0.04	0.05	0.01	0.05	0.05	0.00	0.00
積極的自由時間活動										
10～14歳	2.30	2.35	0.05	2.45	2.52	0.07	2.15	2.18	0.03	0.34
15～19歳	2.07	2.24	0.17	2.24	2.41	0.17	1.51	2.05	0.14	0.36
20～24歳	1.28	1.35	0.07	1.48	1.56	0.08	1.06	1.12	0.06	0.44
25～29歳	1.04	1.13	0.09	1.18	1.30	0.12	0.49	0.55	0.06	0.35
30～34歳	0.54	0.59	0.05	1.02	1.08	0.06	0.46	0.51	0.05	0.17
35～39歳	0.56	0.58	0.02	0.57	1.03	0.06	0.54	0.52	-0.02	0.11
40～44歳	0.56	0.55	-0.01	1.02	0.58	-0.04	0.50	0.52	0.02	0.06
45～49歳	0.54	0.56	0.02	1.02	1.00	-0.02	0.47	0.51	0.04	0.09
50～54歳	0.57	0.54	-0.03	1.00	0.54	-0.06	0.52	0.53	0.01	0.01
55～59歳	1.00	0.59	-0.01	1.02	1.00	-0.02	1.01	0.56	-0.05	0.04
60～64歳	1.19	1.22	0.03	1.34	1.30	-0.04	1.06	1.15	0.09	0.15
65～69歳	1.20	1.33	0.13	1.33	1.51	0.18	1.07	1.14	0.07	0.37
70～74歳	1.17	1.24	0.07	1.38	1.46	0.08	1.01	1.07	0.06	0.39
75～79歳	1.05	1.12	0.07	1.28	1.35	0.07	0.50	0.55	0.05	0.40
80～84歳	0.53	0.56	0.03	1.08	1.06	-0.02	0.43	0.49	0.06	0.17
85歳以上	0.34	0.38	0.04	0.41	0.46	0.05	0.29	0.34	0.05	0.12

(3) 交際・付き合い

20～24歳で大きく減少した交際・付き合いの時間

交際・付き合いの時間は22分で、男性は20分、女性は24分となっている。

年齢階級別に平成13年と比べると、10～14歳を除くすべての年齢階級で減少又は横ばいとなっており、特に20～24歳は12分と大きく減少している。(図4-5, 表4-3)

図4-5 年齢階級別交際・付き合いの時間(平成13年, 18年) - 週全体

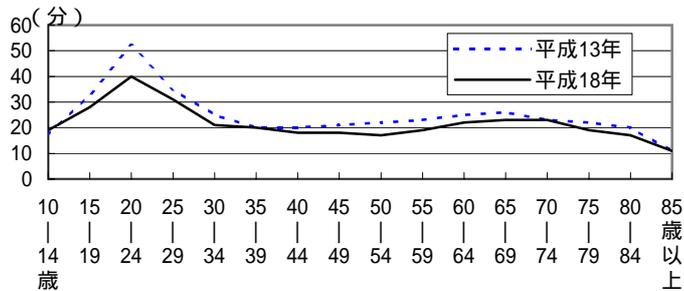


表4-3 男女, 年齢階級別交際・付き合いの時間(平成13年, 18年) - 週全体

	総数			男			女			男女差
	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成13年	平成18年	増減	平成18年
総数	26	22	-4	25	20	-5	27	24	-3	-4
10～14歳	17	19	2	17	20	3	17	18	1	2
15～19歳	33	28	-5	32	27	-5	34	28	-6	-1
20～24歳	52	40	-12	54	40	-14	50	41	-9	-1
25～29歳	35	31	-4	35	29	-6	35	32	-3	-3
30～34歳	25	21	-4	22	18	-4	27	23	-4	-5
35～39歳	20	20	0	19	17	-2	22	24	2	-7
40～44歳	20	18	-2	20	16	-4	20	19	-1	-3
45～49歳	21	18	-3	22	17	-5	21	18	-3	-1
50～54歳	22	17	-5	21	15	-6	24	19	-5	-4
55～59歳	23	19	-4	22	16	-6	24	22	-2	-6
60～64歳	25	22	-3	23	19	-4	27	24	-3	-5
65～69歳	26	23	-3	23	22	-1	29	25	-4	-3
70～74歳	23	23	0	19	20	1	27	25	-2	-5
75～79歳	22	19	-3	19	15	-4	25	21	-4	-6
80～84歳	20	17	-3	16	14	-2	23	19	-4	-5
85歳以上	11	11	0	12	8	-4	11	13	2	-5

(4) 主な行動の種類別3次活動時間の推移

積極的自由時間活動の時間は増加傾向

主な行動の種類別に過去20年間の3次活動時間の推移を、比較可能な年齢区分である15歳以上の人についてみると、休養等自由時間活動の時間は平成13年まで増加していたが、18年はわずかに減少、積極的自由時間活動の時間は増加傾向、交際・付き合いの時間は減少傾向となっている。(図4-6, 表4-4)

図4-6 主な行動の種類別3次活動時間の推移(昭和61年～平成18年) - 週全体, 15歳以上

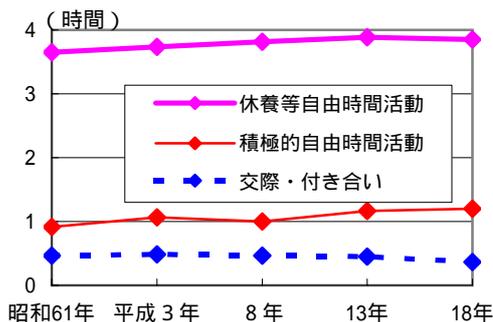


表4-4 主な行動の種類別3次活動時間の推移(昭和61年～平成18年) - 週全体, 15歳以上

	休養等自由時間活動	積極的自由時間活動	交際・付き合い
昭和61年	3.39	0.55	0.28
平成3年	3.44	1.04	0.29
平成8年	3.49	1.00	0.28
平成13年	3.53	1.10	0.27
平成18年	3.51	1.12	0.22

5 各種属性別にみた生活時間

(1) 在学者

1次活動時間が最も短く、2次活動時間が最も長い高校3年生

在学者（10歳以上。以下同じ。）について、在学する学校の種類・学年別に生活時間をみると、1次活動時間は、上級の学校・学年になるほど短くなる傾向となっており、最も短いのは高校3年生の9時間56分で、短大・高専及び大学・大学院でやや長くなっている。

2次活動時間は、最も長いのは高校3年生の7時間30分、最も短いのは小学5年生の5時間27分で、3次活動時間は、最も長いのは中学2年生の7時間11分、最も短いのは短大・高専の6時間20分となっている。

また、2次活動時間と3次活動時間を比べると、2次活動時間が3次活動時間より短いのは小学5年生から高校2年生及び大学・大学院、2次活動時間が3次活動時間より長いのは高校3年生及び短大・高専となっている。（図5-1、表5-1）

図5-1 在学する学校の種類・学年，行動の種類別生活時間 - 週全体，在学者

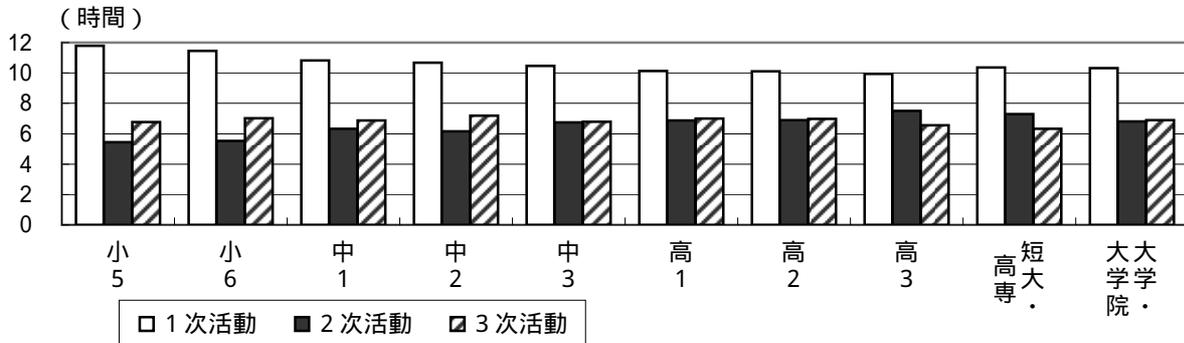


表5-1 行動の種類，在学する学校の種類・学年別生活時間 - 週全体，在学者

	(時間・分)												
	小学 (10歳以上)	うち 5年生	うち 6年生	中学	1年生	2年生	3年生	高校	1年生	2年生	3年生	短大・高専	大学・大学院
1次活動	11.40	11.47	11.27	10.39	10.50	10.40	10.28	10.04	10.08	10.06	9.56	10.22	10.19
睡眠	9.01	9.05	8.51	8.08	8.17	8.09	7.59	7.31	7.32	7.33	7.26	7.41	7.42
身の回りの用事	1.04	1.05	1.03	1.04	1.05	1.03	1.05	1.08	1.10	1.08	1.07	1.19	1.13
食事	1.36	1.37	1.33	1.26	1.28	1.28	1.23	1.25	1.26	1.26	1.23	1.23	1.24
2次活動	5.29	5.27	5.31	6.25	6.19	6.10	6.45	7.06	6.52	6.54	7.30	7.18	6.48
通勤・通学	0.32	0.33	0.31	0.36	0.36	0.37	0.34	1.01	1.04	0.59	1.02	1.17	1.11
仕事	0.00	0.00	-	0.01	0.00	0.00	0.02	0.18	0.13	0.16	0.21	1.06	1.31
学業	4.41	4.38	4.44	5.35	5.29	5.21	5.55	5.27	5.20	5.21	5.53	4.27	3.30
家事関連	0.15	0.15	0.15	0.13	0.12	0.12	0.16	0.18	0.15	0.18	0.14	0.27	0.35
3次活動	6.51	6.46	7.01	6.56	6.52	7.11	6.47	6.50	7.00	6.59	6.33	6.20	6.53
休養等自由時間活動	3.24	3.26	3.22	3.15	3.07	3.13	3.25	3.17	3.17	3.16	3.18	3.11	2.59
積極的自由時間活動	2.18	2.10	2.29	2.48	2.56	3.06	2.27	2.33	2.49	2.41	2.13	1.49	2.17
学習・研究(学業以外)	0.36	0.33	0.41	0.55	0.45	0.50	1.10	0.56	0.51	0.50	1.09	0.32	0.34
趣味・娯楽	0.56	0.52	0.59	0.53	0.48	0.56	0.56	0.55	0.56	0.57	0.51	1.05	1.21
スポーツ	0.42	0.41	0.45	0.58	1.21	1.17	0.19	0.41	1.01	0.52	0.12	0.07	0.18
ボランティア活動・社会参加活動	0.04	0.04	0.04	0.02	0.02	0.03	0.02	0.01	0.01	0.02	0.01	0.05	0.04
交際・付き合い	0.24	0.26	0.23	0.15	0.13	0.14	0.17	0.23	0.21	0.21	0.26	0.33	0.41
他の3次活動	0.45	0.44	0.48	0.37	0.36	0.39	0.38	0.37	0.32	0.40	0.36	0.47	0.56

学業時間は中学3年生が最も長い

在学者の学業時間をみると、中学3年生が5時間55分と最も長く、次いで高校3年生が5時間53分などとなっている。

男女別にみると、男性は4時間52分、女性は4時間56分と女性が4分長くなっている。これを在学する学校の種類・学年別にみると、小学生、中学生及び高校2年生では女性が長く、それ以外では男性が長くなっている。(表5-2)

表5-2 男女、在学する学校の種類・学年別学業時間 - 週全体、在学者

(時間・分)

	総数	小学(10歳以上)			中学	高校			短大・高専	大学・大学院				
		うち5年生	うち6年生	1年生		2年生	3年生							
総数	4.54	4.41	4.38	4.44	5.35	5.29	5.21	5.55	5.27	5.20	5.21	5.53	4.27	3.30
男	4.52	4.38	4.32	4.40	5.25	5.21	5.16	5.38	5.34	5.28	5.14	6.05	4.39	3.41
女	4.56	4.45	4.44	4.47	5.46	5.39	5.25	6.13	5.21	5.14	5.30	5.39	4.20	3.11
男女差	-0.04	-0.07	-0.12	-0.07	-0.21	-0.18	-0.09	-0.35	0.13	0.14	-0.16	0.26	0.19	0.30

学業時間は全体的に増加

在学者について、過去20年間の学業時間の推移を在学する学校の種類別にみると、全体的に減少傾向にあったが、平成18年は短大・高専及び大学・大学院が大きく増加、それ以外も増加又は横ばいとなっている。(図5-2, 表5-3)

図5-2 在学する学校の種類別学業時間の推移(昭和61年~平成18年) - 週全体、在学者

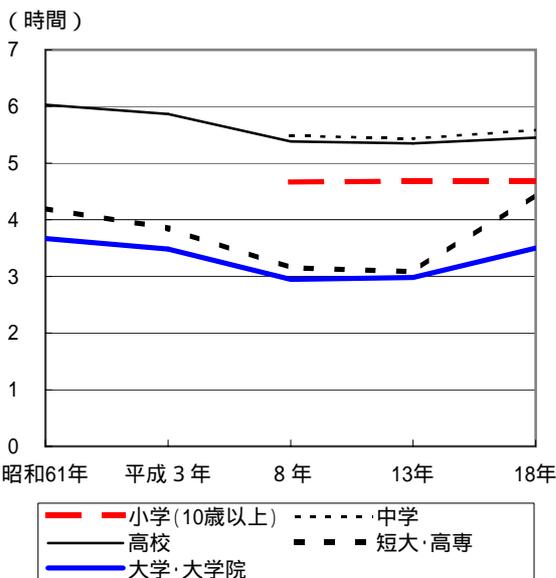


表5-3 在学する学校の種類別学業時間の推移(昭和61年~平成18年) - 週全体、在学者

(時間・分)

	小学(10歳以上)	中学	高校	短大・高専	大学・大学院
昭和61年	-	-	6.02	4.12	3.40
平成3年	-	-	5.52	3.51	3.29
平成8年	4.40	5.29	5.23	3.09	2.57
平成13年	4.41	5.26	5.21	3.05	2.59
平成18年	4.41	5.35	5.27	4.27	3.30

注) 小学生及び15歳未満の中学生は平成8年より調査。昭和61年及び平成3年の高校には、15歳以上の中学生を含む。

注) 小学生及び15歳未満の中学生は平成8年より調査。昭和61年及び平成3年の高校には、15歳以上の中学生を含む。

(2) 夫と妻

子供の成長過程により、妻の家事関連時間と仕事等の時間は大きく変化

同一世帯の夫と妻の生活時間をみると、夫の1次活動時間は10時間35分、2次活動時間は7時間1分、3次活動時間は6時間24分、妻の1次活動時間は10時間25分、2次活動時間は7時間41分、3次活動時間は5時間53分となっており、1次活動時間は10分、3次活動時間は31分夫が長くなっており、2次活動時間は40分妻が長くなっている。

夫と妻の生活時間をライフステージ¹⁾別にみると、2次活動時間は夫も妻も子育て期²⁾(末子が就学前)が最も長く、夫が9時間33分、妻が9時間12分となっている。また、妻の2次活動時間をみると、末子が上級の学校になるほど家事関連時間は短く、仕事等³⁾の時間は長くなっており、子供の成長過程により家事関連時間と仕事等の時間に大きな変化が見られる。(図5-3, 図5-4, 表5-4)

図5-3 ライフステージ、行動の種類別生活時間 - 週全体、夫・妻

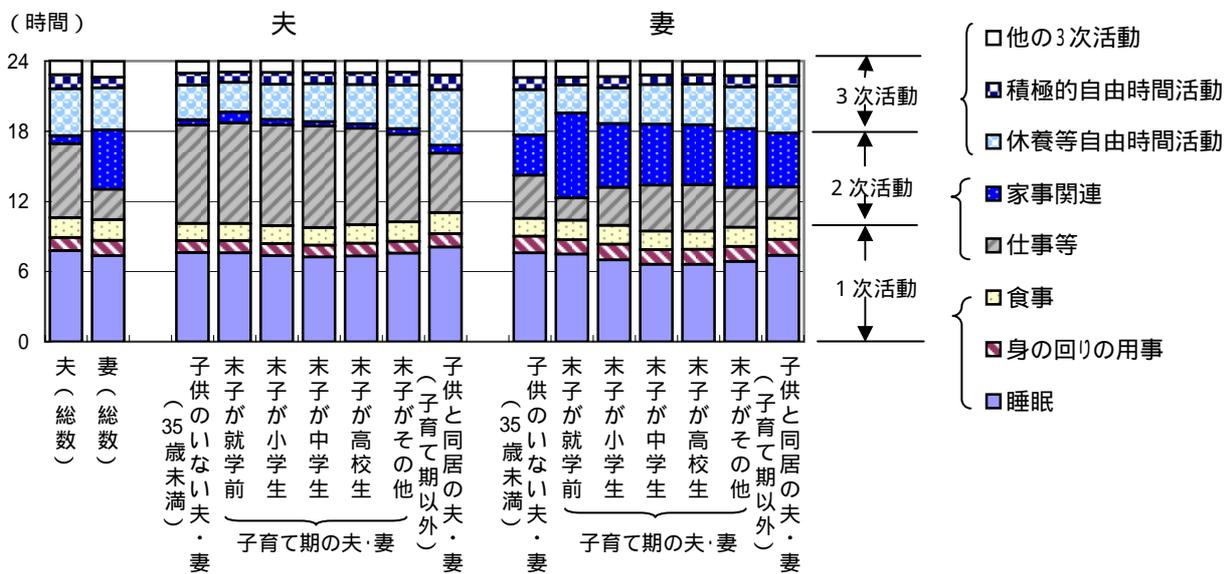
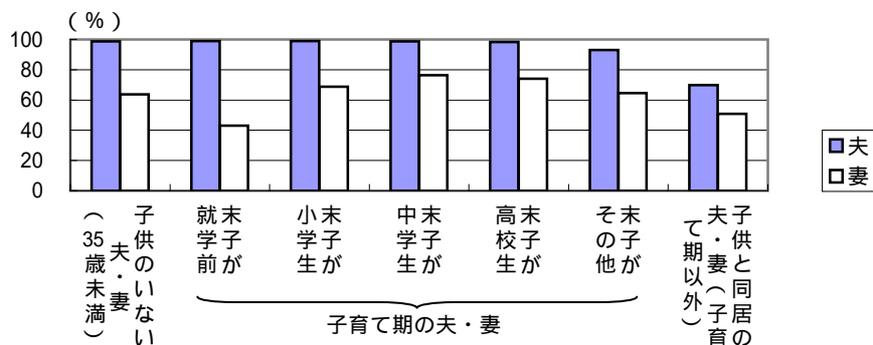


図5-4 ライフステージ別有業率 - 夫・妻



1) 生活時間は、就職や結婚、その後の家族構成の違いなどにより大きく変化すると考えられる。平成18年調査では、それらの違いをみるため、当人の年齢や在学の状態に加え、世帯内に配偶者及び子供がいるか否か、同居の子供の年齢、就学・就業状態等を分類基準として、各個人についてライフステージを設定し、ライフステージ別集計を行った。なお、家族構成が不明な場合はライフステージを不詳とした。

2) 30歳未満の無業の子供と同居している場合をいう。

3) 通勤・通学、仕事及び学業

4) 子供のいない夫・妻は、同一世帯に子供のいない夫・妻をいう。

表5 - 4 行動の種類，ライフステージ別生活時間 - 週全体，夫・妻

	総数	子供のいない夫・妻	うち35歳未満	子育て期の夫・妻						子供と同居の夫・妻(子育て期以外)		
				総数	末子の教育							
					就学前	小学生	中学生	高校生	その他			
人口(千人)	32306	12253	1092	12729	5605	3284	1464	1374	1001	7324		
人口構成比(%)	100.0	37.9	3.4	39.4	17.3	10.2	4.5	4.3	3.1	22.7		
有業率(%)	79.4	65.2	98.8	98.4	98.9	98.9	98.8	98.3	93.0	69.9		
生活時間 (時間・分)												
夫	1次活動	10.35	10.56	10.06	10.00	10.06	9.54	9.45	9.59	10.14	11.02	
	睡眠	7.47	7.57	7.37	7.27	7.35	7.20	7.14	7.19	7.33	8.05	
	身の回りの用事	1.07	1.10	1.00	1.02	1.02	1.03	1.00	1.05	1.02	1.09	
	食事	1.42	1.48	1.29	1.31	1.29	1.31	1.31	1.36	1.39	1.48	
	2次活動	7.01	5.33	8.53	9.09	9.33	9.05	9.04	8.37	7.57	5.46	
	仕事等	6.19	4.47	8.24	8.30	8.36	8.38	8.41	8.14	7.30	5.04	
	家事関連	0.42	0.47	0.28	0.39	0.56	0.28	0.23	0.24	0.28	0.42	
	家事	0.18	0.25	0.08	0.09	0.09	0.09	0.09	0.10	0.12	0.23	
	介護・看護	0.02	0.02	0.00	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.02	0.03	
	育児	0.07	0.02	0.01	0.15	0.31	0.05	0.01	0.01	0.01	0.02	
	買い物	0.15	0.18	0.19	0.14	0.15	0.13	0.12	0.12	0.13	0.14	
	3次活動	6.24	7.31	5.01	4.51	4.22	5.01	5.12	5.23	5.49	7.12	
	休養等自由時間活動	4.00	4.42	2.57	2.56	2.33	3.01	3.14	3.21	3.43	4.44	
	積極的自由時間活動	1.13	1.27	1.03	0.57	0.51	1.00	0.56	1.01	1.08	1.16	
	他の3次活動	1.11	1.21	1.00	0.59	0.58	1.00	1.01	1.02	0.58	1.13	
	妻	人口(千人)	31303	11998	1183	12064	5288	3096	1373	1323	983	7241
		人口構成比(%)	100.0	38.3	3.8	38.5	16.9	9.9	4.4	4.2	3.1	23.1
		有業率(%)	51.7	45.2	63.7	58.6	43.0	68.8	76.3	74.0	64.5	50.8
		生活時間 (時間・分)										
1次活動		10.25	10.47	10.32	10.00	10.21	9.55	9.27	9.27	9.47	10.33	
睡眠		7.20	7.33	7.35	7.06	7.29	6.59	6.37	6.36	6.52	7.22	
身の回りの用事		1.20	1.23	1.25	1.16	1.14	1.21	1.15	1.17	1.16	1.22	
食事		1.45	1.51	1.32	1.37	1.39	1.36	1.35	1.34	1.39	1.49	
2次活動		7.41	6.37	7.07	9.00	9.12	8.44	9.07	9.05	8.26	7.15	
仕事等		2.37	2.20	3.41	2.50	1.55	3.16	3.55	3.57	3.25	2.40	
家事関連		5.04	4.17	3.27	6.09	7.16	5.27	5.13	5.08	5.01	4.36	
家事		3.41	3.24	2.33	3.57	3.33	4.15	4.21	4.18	4.03	3.43	
介護・看護		0.06	0.06	0.01	0.04	0.03	0.05	0.04	0.05	0.08	0.08	
育児		0.37	0.06	0.14	1.27	3.01	0.25	0.05	0.03	0.05	0.06	
買い物		0.40	0.41	0.39	0.41	0.39	0.42	0.43	0.42	0.45	0.39	
3次活動		5.53	6.36	6.21	5.00	4.27	5.20	5.26	5.28	5.47	6.12	
休養等自由時間活動		3.36	4.04	3.52	2.53	2.24	3.04	3.23	3.30	3.34	4.02	
積極的自由時間活動		0.55	1.05	1.02	0.47	0.39	0.56	0.50	0.48	0.57	0.54	
他の3次活動		1.22	1.26	1.26	1.19	1.24	1.21	1.12	1.09	1.15	1.17	

注) 夫と妻の人口が一致しないのは，記入不備等により夫又は妻のどちらかを集計から除外した世帯があるため，また推定に用いた基準人口(ベンチマーク)が男女，年齢階級別人口のために夫と妻で推定乗率が異なるためである。

共働きか否かで、妻の生活時間の差異が大きい

夫婦と子供の世帯のうち、共働き世帯（夫も妻も有業の世帯。以下同じ。）及び夫が有業で妻が無業の世帯について、夫と妻の生活時間をみると、共働き世帯の夫は1次活動時間が10時間3分、2次活動時間が8時間55分、3次活動時間が5時間2分で、夫が有業で妻が無業の世帯の夫に比べ、1次活動時間は3分、2次活動時間は6分短く、3次活動時間は10分長くなっている。

共働き世帯の妻は1次活動時間が9時間53分、2次活動時間が9時間26分、3次活動時間が4時間40分で、夫が有業で妻が無業の世帯の妻に比べ、1次活動時間は17分、3次活動時間は1時間33分短く、2次活動時間は1時間50分長くなっており、妻の生活時間は共働きか否かにより大きな差が見られる。

また、末子の年齢階級別に育児時間をみると、どちらの世帯の夫も妻も、末子の年齢階級が低いほど長くなっている。（表5 - 5）

表5 - 5 末子の年齢階級、共働きか否か別生活時間
- 週全体、夫婦と子供の世帯の夫・妻

(時間・分)

末子の年齢階級	共働き世帯						夫が有業で妻が無業の世帯					
	1次活動	2次活動	仕事等	家事関連	うち育児	3次活動	1次活動	2次活動	仕事等	家事関連	うち育児	3次活動
夫												
総数	10.03	8.55	8.22	0.33	0.08	5.02	10.06	9.01	8.19	0.42	0.17	4.52
0歳	9.52	9.46	8.28	1.18	0.49	4.22	10.07	9.46	8.24	1.22	0.48	4.06
1～2歳	10.02	9.53	8.44	1.09	0.39	4.05	10.03	9.37	8.37	0.59	0.39	4.21
3～5歳	10.06	9.29	8.42	0.47	0.19	4.25	10.05	9.39	9.00	0.38	0.16	4.16
6～8歳	9.55	9.27	8.57	0.30	0.07	4.38	9.48	9.41	9.11	0.30	0.06	4.31
9～11歳	9.48	9.12	8.48	0.24	0.03	5.00	9.51	9.13	8.38	0.35	0.04	4.56
12～14歳	9.43	9.08	8.42	0.26	0.02	5.09	9.38	9.20	8.59	0.20	0.03	5.02
15歳以上	10.14	8.17	7.53	0.25	0.01	5.29	10.22	7.46	7.21	0.26	0.01	5.52
妻												
総数	9.53	9.26	4.43	4.45	0.36	4.40	10.10	7.36	0.02	7.34	1.57	6.13
0歳	9.59	10.36	1.35	9.01	4.59	3.25	9.51	10.08	0.01	10.07	5.45	4.01
1～2歳	10.22	10.17	4.34	5.43	2.28	3.21	10.36	8.40	0.02	8.39	3.57	4.44
3～5歳	10.18	9.28	4.41	4.47	1.13	4.14	10.24	7.41	0.02	7.39	2.17	5.55
6～8歳	9.59	9.13	4.15	4.58	0.37	4.47	10.31	6.57	0.01	6.55	0.59	6.33
9～11歳	9.46	9.25	4.33	4.53	0.13	4.49	10.00	7.03	0.01	7.02	0.34	6.57
12～14歳	9.27	9.39	4.54	4.45	0.05	4.54	9.36	6.57	0.02	6.55	0.14	7.26
15歳以上	9.48	9.12	5.00	4.11	0.02	5.00	9.58	6.25	0.05	6.20	0.04	7.37

共働き世帯の2次活動分担割合は妻が夫より高いが、低下が続く

夫婦と子供の世帯のうち、共働き世帯及び夫が有業で妻が無業の世帯について、夫と妻の2次活動合計時間をみると、共働き世帯の方が1時間44分長い、2次活動のうち家事関連合計時間は2時間58分短くなっている。

2次活動合計時間について、夫と妻の分担割合¹⁾をみると、共働き世帯では妻の分担割合が高く、夫が有業で妻が無業の世帯では夫の分担割合が高くなっている。

末子の年齢階級別に家事関連合計時間の夫の分担割合をみると、共働き世帯では末子の年齢階級が1～2歳で最も高く、夫が有業で妻が無業の世帯では末子の年齢階級が0歳で最も高くなっている。（表5 - 6）

また、過去20年間の2次活動合計時間の妻の分担割合の推移をみると、共働き世帯の妻の分担割合は夫より高いが、低下が続いている。（表5 - 7）

1) 夫と妻の合計時間に占める各々の時間の割合

表5 - 6 末子の年齢階級，共働きか否か別2次活動合計時間及び分担割合
- 週全体，夫婦と子供の世帯の夫・妻

末子の年齢階級	共働き世帯				夫が有業で妻が無業の世帯			
	2次活動	仕事等	家事関連	うち育児	2次活動	仕事等	家事関連	うち育児
夫と妻の合計時間 (時間・分)								
総数	18.21	13.05	5.18	0.44	16.37	8.21	8.16	2.14
0歳	20.22	10.03	10.19	5.48	19.54	8.25	11.29	6.33
1～2歳	20.10	13.18	6.52	3.07	18.17	8.39	9.38	4.36
3～5歳	18.57	13.23	5.34	1.32	17.20	9.02	8.17	2.33
6～8歳	18.40	13.12	5.28	0.44	16.38	9.12	7.25	1.05
9～11歳	18.37	13.21	5.17	0.16	16.16	8.39	7.37	0.38
12～14歳	18.47	13.36	5.11	0.07	16.17	9.01	7.15	0.17
15歳以上	17.29	12.53	4.36	0.03	14.11	7.26	6.46	0.05
夫の分担割合 (%)								
総数	48.6	63.9	10.4	18.2	54.3	99.6	8.5	12.7
0歳	48.0	84.2	12.6	14.1	49.1	99.8	11.9	12.2
1～2歳	49.0	65.7	16.7	20.9	52.6	99.6	10.2	14.1
3～5歳	50.0	65.0	14.1	20.7	55.7	99.6	7.6	10.5
6～8歳	50.6	67.8	9.1	15.9	58.2	99.8	6.7	9.2
9～11歳	49.4	65.9	7.6	18.8	56.7	99.8	7.7	10.5
12～14歳	48.6	64.0	8.4	28.6	57.3	99.6	4.6	17.6
15歳以上	47.4	61.2	9.1	33.3	54.8	98.9	6.4	20.0
妻の分担割合 (%)								
総数	51.4	36.1	89.6	81.8	45.7	0.4	91.5	87.3
0歳	52.0	15.8	87.4	85.9	50.9	0.2	88.1	87.8
1～2歳	51.0	34.3	83.3	79.1	47.4	0.4	89.8	85.9
3～5歳	50.0	35.0	85.9	79.3	44.3	0.4	92.4	89.5
6～8歳	49.4	32.2	90.9	84.1	41.8	0.2	93.3	90.8
9～11歳	50.6	34.1	92.4	81.3	43.3	0.2	92.3	89.5
12～14歳	51.4	36.0	91.6	71.4	42.7	0.4	95.4	82.4
15歳以上	52.6	38.8	90.9	66.7	45.2	1.1	93.6	80.0

注) 分担割合=100×(夫又は妻の時間)/(夫と妻の合計時間)

表5 - 7 共働きか否か別生活時間の推移(昭和61年～平成18年)
- 週全体，夫婦と子供の世帯の夫・妻

		共働き世帯					夫が有業で妻が無業の世帯				
		昭和61年	平成3年	平成8年	平成13年	平成18年	昭和61年	平成3年	平成8年	平成13年	平成18年
夫	1次活動	10.08	10.04	10.09	10.06	10.03	10.06	10.07	10.08	10.06	10.06
	2次活動	8.47	8.46	8.34	8.28	8.55	8.43	8.39	8.39	8.47	9.01
	仕事等	8.32	8.27	8.14	8.02	8.22	8.25	8.14	8.12	8.11	8.19
	家事関連	0.15	0.19	0.20	0.26	0.33	0.17	0.25	0.27	0.35	0.42
	3次活動	5.05	5.11	5.17	5.26	5.02	5.11	5.15	5.13	5.07	4.52
妻	1次活動	9.54	9.50	9.58	9.53	9.53	10.10	10.06	10.14	10.08	10.10
	2次活動	10.02	9.52	9.28	9.13	9.26	7.48	7.46	7.34	7.38	7.36
	仕事等	5.32	5.14	4.55	4.38	4.43	0.07	0.03	0.03	0.04	0.02
	家事関連	4.30	4.39	4.33	4.37	4.45	7.41	7.42	7.30	7.34	7.34
	3次活動	4.03	4.18	4.34	4.54	4.40	6.02	6.09	6.12	6.14	6.13
妻の分担割合 (%)											
	2次活動	53.3	53.0	52.5	52.1	51.4	47.2	47.3	46.7	46.5	45.7
	仕事等	39.3	38.2	37.4	36.6	36.1	1.4	0.6	0.6	0.8	0.4
	家事関連	94.7	93.6	93.2	91.4	89.6	96.4	94.9	94.3	92.8	91.5

注) 分担割合 = 100 × (妻の時間) / (夫と妻の合計時間)

(3) 高齢者

男女共に高齢者の睡眠時間は減少，家事関連時間は増加が続く

65歳以上の高齢者について，生活時間を男女別にみると，男性は1次活動時間が11時間46分，2次活動時間が3時間8分，3次活動時間が9時間6分，女性は1次活動時間が11時間48分，2次活動時間が4時間27分，3次活動時間が7時間46分となっている。

過去20年間の生活時間の推移をみると，1次活動のうち睡眠時間は，男女共に減少が続き，身の回りの用事時間は男女共に増加が続いている。

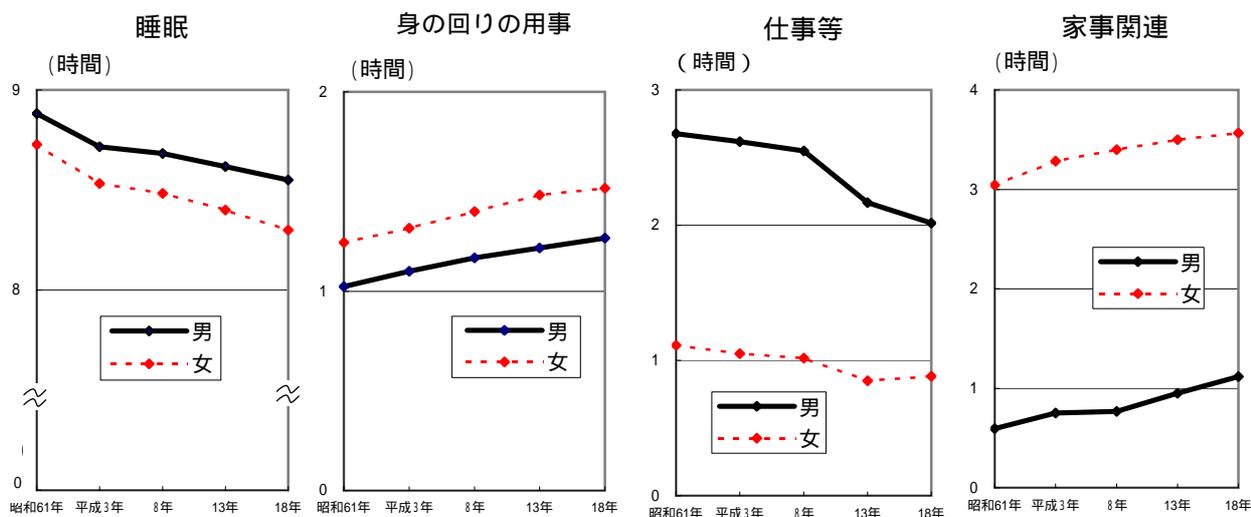
2次活動のうち仕事等の時間は，男性は減少が続き，女性は平成13年まで減少が続いていたが，18年は増加に転じた。家事関連時間は，男女共に増加が続いている。

3次活動時間は，男女共に平成8年まで減少が続いていたが，13年で増加に転じ，18年は男性は横ばい，女性はやや減少している。（図5-5，表5-8）

表5-8 男女，行動の種類別生活時間の推移（昭和61年～平成18年） - 週全体，65歳以上
（時間・分）

	男					女				
	昭和61年	平成3年	平成8年	平成13年	平成18年	昭和61年	平成3年	平成8年	平成13年	平成18年
1次活動	11.47	11.44	11.49	11.48	11.46	11.50	11.47	11.52	11.50	11.48
睡眠	8.53	8.43	8.41	8.37	8.33	8.44	8.32	8.29	8.24	8.18
身の回りの用事	1.01	1.06	1.10	1.13	1.16	1.15	1.19	1.24	1.29	1.31
食事	1.52	1.54	1.58	1.58	1.58	1.52	1.56	1.59	1.57	1.59
2次活動	3.16	3.21	3.20	3.06	3.08	4.09	4.22	4.25	4.21	4.27
仕事等	2.41	2.37	2.33	2.10	2.01	1.07	1.03	1.01	0.51	0.53
家事関連	0.36	0.45	0.46	0.57	1.07	3.03	3.17	3.24	3.30	3.34
3次活動	8.57	8.55	8.51	9.06	9.06	8.01	7.51	7.43	7.49	7.46
休養等自由時間活動	6.08	6.08	6.03	6.06	5.59	5.46	5.42	5.28	5.21	5.16
積極的自由時間活動	1.19	1.28	1.22	1.29	1.38	0.46	0.52	0.49	0.56	1.00
他の3次活動	1.30	1.20	1.26	1.33	1.30	1.30	1.19	1.25	1.33	1.30

図5-5 男女，主な行動の種類別生活時間の推移（昭和61年～平成18年）
- 週全体，65歳以上



高齢者のうち，3次活動時間は「子供のいない夫・妻」の夫が最も長い

高齢者の生活時間をライフステージ別にみると¹⁾，1次活動時間が最も長いのは男女共に子供と同居のひとり親（子育て期以外）で，男性が12時間20分，女性が12時間23分となっている。

2次活動時間が最も長いのは，男女共に「子供と同居の夫・妻（子育て期以外）」で，男性が3時間22分，女性が5時間37分となっている。また，2次活動のうち家事関連時間が最も長いのは，男性が独身期で1時間49分，女性が「子供のいない夫・妻」で4時間31分となっている。仕事等の時間が最も長いのは，男女共に「子供と同居の夫・妻（子育て期以外）」で，男性が2時間24分，女性が1時間21分となっている。

3次活動時間が最も長いのは，男性が「子供のいない夫・妻」で9時間21分，女性が子供と同居のひとり親（子育て期以外）で8時間40分となっている。

（図5 - 6，図5 - 7，図5 - 8，表5 - 9）

図5 - 6 男女，ライフステージ別生活時間 - 週全体，65歳以上

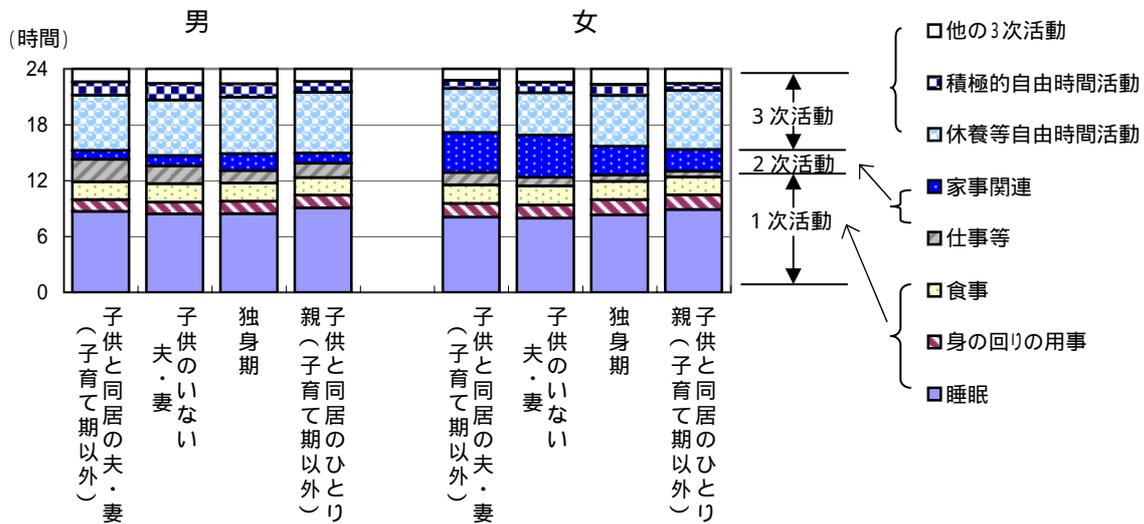


図5 - 7 男女，ライフステージ別人口 - 65歳以上

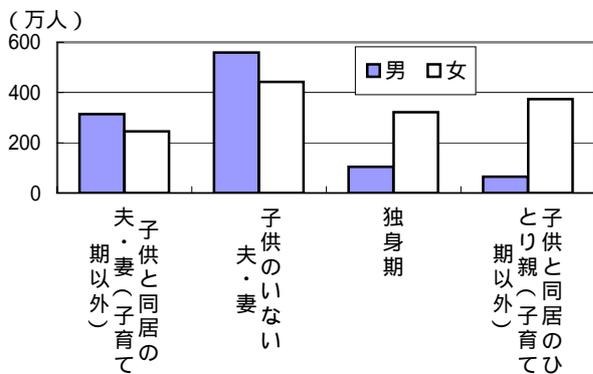
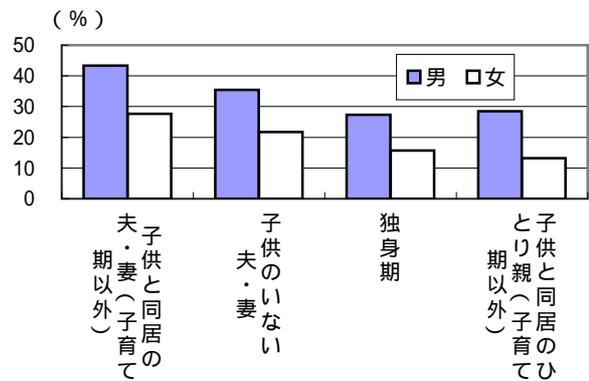


図5 - 8 男女，ライフステージ別有業率 - 65歳以上



1) 高齢者人口が少ない子育て期 (30歳未満の無業の子供と同居) を除く。

表5 - 9 男女，ライフステージ別生活時間 - 週全体，65歳以上

	総数	子供と同居 の夫・妻 (子育て期 以外)	子供のいな い夫・妻	独身期	うち 単身世帯	子供と同居 のひとり親 (子育て期 以外)
人口(千人)	10704	3146	5587	1037	953	651
人口構成比(%)	100.0	29.4	52.2	9.7	8.9	6.1
有業率(%)	36.9	43.3	35.4	27.3	27.2	28.4
	生活時間 (時間・分)					
1次活動	11.46	11.52	11.40	11.43	11.45	12.20
睡眠	8.33	8.41	8.25	8.26	8.26	9.04
身の回りの用事	1.16	1.15	1.16	1.20	1.21	1.21
食事	1.58	1.56	1.59	1.58	1.59	1.54
2次活動	3.08	3.22	2.59	3.09	3.08	2.38
仕事等	2.01	2.24	1.55	1.20	1.19	1.33
家事関連	1.07	0.58	1.05	1.49	1.49	1.05
3次活動	9.06	8.46	9.21	9.08	9.07	9.03
移動(通勤・通学を除く)	0.29	0.25	0.31	0.32	0.34	0.23
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	4.16	4.10	4.17	4.31	4.29	4.26
休養・くつろぎ	1.43	1.46	1.41	1.32	1.28	2.05
学習・研究(学業以外)	0.09	0.06	0.10	0.08	0.08	0.04
趣味・娯楽	0.57	0.54	1.01	0.50	0.50	0.49
スポーツ	0.24	0.19	0.28	0.23	0.24	0.12
ボランティア活動・社会参加活動	0.08	0.07	0.09	0.07	0.07	0.04
交際・付き合い	0.18	0.17	0.19	0.20	0.21	0.16
受診・療養	0.20	0.20	0.20	0.20	0.20	0.21
その他	0.23	0.22	0.24	0.25	0.26	0.22
(再掲)						
休養等自由時間活動	5.59	5.56	5.58	6.03	5.57	6.31
積極的自由時間活動	1.38	1.26	1.48	1.28	1.29	1.09
人口(千人)	14048	2456	4419	3210	2966	3733
人口構成比(%)	100.0	17.5	31.5	22.9	21.1	26.6
有業率(%)	19.2	27.7	21.8	15.7	15.4	13.2
	生活時間 (時間・分)					
1次活動	11.48	11.30	11.25	11.53	11.53	12.23
睡眠	8.18	8.04	7.58	8.18	8.18	8.52
身の回りの用事	1.31	1.28	1.24	1.38	1.38	1.35
食事	1.59	1.59	2.03	1.57	1.57	1.55
2次活動	4.27	5.37	5.28	3.48	3.48	2.57
仕事等	0.53	1.21	0.56	0.43	0.43	0.38
家事関連	3.34	4.17	4.31	3.05	3.05	2.19
3次活動	7.46	6.53	7.07	8.19	8.19	8.40
移動(通勤・通学を除く)	0.24	0.20	0.28	0.27	0.27	0.17
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	3.28	3.07	3.12	3.40	3.38	3.52
休養・くつろぎ	1.48	1.37	1.21	1.47	1.46	2.29
学習・研究(学業以外)	0.04	0.03	0.06	0.06	0.06	0.03
趣味・娯楽	0.39	0.36	0.43	0.45	0.47	0.32
スポーツ	0.11	0.09	0.14	0.11	0.11	0.07
ボランティア活動・社会参加活動	0.06	0.05	0.06	0.09	0.10	0.03
交際・付き合い	0.22	0.18	0.22	0.27	0.28	0.19
受診・療養	0.23	0.20	0.17	0.25	0.25	0.32
その他	0.21	0.17	0.17	0.23	0.22	0.26
(再掲)						
休養等自由時間活動	5.16	4.44	4.33	5.27	5.24	6.21
積極的自由時間活動	1.00	0.53	1.09	1.11	1.14	0.45

注) ライフステージの総数には，子育て期の夫・妻，子育て期のひとり親及びライフステージ不詳を含む。

1日の大半を一人で過ごす単身高齢者

高齢者の生活時間（睡眠時間を除く。以下同じ。）を一緒にいた人別にみると、家族¹⁾と一緒にいた時間は6時間47分（睡眠を除く生活時間の43.5%）、一人でいた時間は6時間33分（同42.0%）となっている。

高齢者のうち、単身高齢者（一人暮らしの人）についてみると、一人でいた時間が12時間2分（同76.8%）と1日の大半を占めている。

単身高齢者について、子の有無・居住地別に生活時間をみると、子供が近くに住んでいるほど、一人でいる時間が短く、家族と一緒にいた時間が長くなっている。

（図5 - 9、図5 - 10、表5 - 10）

表5 - 10 子の有無・居住地，一緒にいた人別睡眠を除く生活時間及び割合 - 週全体，65歳以上

	時間（時間・分）					睡眠を除く生活時間に占める割合（%）			
	総数	一人で	家族	学校・職場の人	その他の人	一人で	家族	学校・職場の人	その他の人
65歳以上	15.36	6.33	6.47	0.31	1.17	42.0	43.5	3.3	8.2
うち単身世帯 （子の有無・居住地）	15.40	12.02	0.50	0.25	1.42	76.8	5.3	2.7	10.9
子はいない	15.53	12.47	0.09	0.19	2.00	80.5	0.9	2.0	12.6
子がいる	15.37	11.50	1.01	0.27	1.38	75.8	6.5	2.9	10.5
同一敷地内	15.20	10.28	2.28	0.30	1.28	68.3	16.1	3.3	9.6
近所	15.38	11.36	1.19	0.32	1.19	74.2	8.4	3.4	8.4
同一市町村	15.41	12.08	0.50	0.29	1.38	77.4	5.3	3.1	10.4
他の地域	15.39	12.15	0.34	0.22	1.45	78.3	3.6	2.3	11.2

注) 一緒にいた人の総数には、一緒にいた人不詳の時間を含む。

一緒にいた人は複数回答あり

図5 - 9 睡眠を除く生活時間に占める一人でいた時間の割合 - 週全体

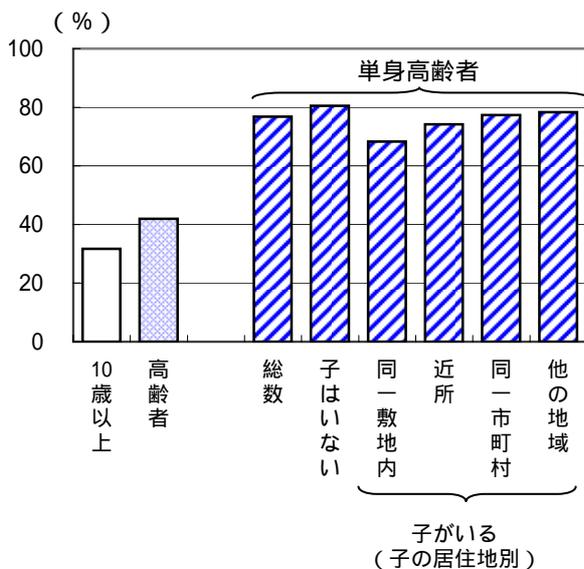
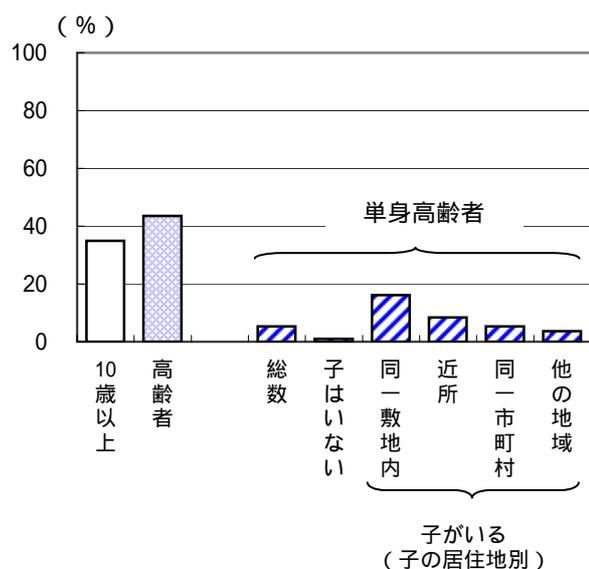


図5 - 10 睡眠を除く生活時間に占める家族と一緒にいた時間の割合 - 週全体



1) 世帯外の家族を含む。

(4) ふだん家族を介護している人

介護者の約3割が50歳台

15歳以上でふだん家族を介護している人¹⁾(以下「介護者」という。)は533万6千人で、男性が200万8千人、女性が332万9千人と女性が多くなっている。年齢階級別にみると、50歳台が最も多く、介護者全体の約3割を占めており、特に女性は50歳台全体の1割以上の人がふだん家族の介護をしている。

介護者について、調査当日に実際に介護・看護を行った人の割合(行動者率)は32.2%となっている。また、介護者の介護・看護時間をみると、介護者全体の平均時間(総平均時間)は49分、調査当日に実際に介護・看護を行った人の平均時間(行動者平均時間)は2時間32分となっている。

これを男女別にみると、行動者率、総平均時間、行動者平均時間のいずれも女性が男性を上回っており、介護者の介護・看護時間総量でみると、約8割を女性が担っている。

(表5-11)

表5-11 男女、年齢階級別介護者数、介護者の介護・看護の行動者率、総平均時間、行動者平均時間及び時間総量 - 週全体、15歳以上

	介護者数			行動者率 (%)	総平均 時間 (時間・分)	行動者 平均時間 (時間・分)	時間総量	
	実数 (千人)	人口比 (%)	構成比 (%)				(万時間)	構成比 (%)
総数	5336	5.0	100.0	32.2	0.49	2.32	436	100.0
30歳未満	347	1.6	6.5	8.7	0.11	1.57	6	1.5
30～39歳	412	2.2	7.7	24.7	0.40	2.34	27	6.3
40～49歳	744	4.8	13.9	27.4	0.31	1.53	38	8.8
50～59歳	1794	9.4	33.6	31.4	0.42	2.15	126	28.8
60～69歳	1175	7.6	22.0	35.5	0.58	2.43	114	26.1
70歳以上	863	5.0	16.2	46.3	1.25	3.04	122	28.1
男	2008	3.8	37.6	21.4	0.31	2.24	104	23.8
30歳未満	155	1.4	2.9	1.7	0.02	1.57	1	0.1
30～39歳	151	1.6	2.8	8.7	0.15	2.44	4	0.9
40～49歳	238	3.1	4.5	17.1	0.15	1.26	6	1.4
50～59歳	651	6.9	12.2	18.1	0.26	2.26	28	6.5
60～69歳	450	6.1	8.4	25.5	0.37	2.22	28	6.4
70歳以上	363	5.1	6.8	38.9	1.03	2.41	38	8.7
女	3329	6.0	62.4	38.6	1.00	2.34	333	76.4
30歳未満	192	1.8	3.6	14.4	0.18	1.59	6	1.3
30～39歳	262	2.8	4.9	33.9	0.54	2.31	24	5.4
40～49歳	506	6.5	9.5	32.2	0.38	2.01	32	7.4
50～59歳	1143	11.9	21.4	38.9	0.52	2.13	99	22.7
60～69歳	725	9.0	13.6	41.7	1.12	2.52	87	20.0
70歳以上	500	4.9	9.4	51.7	1.41	3.17	84	19.3

注) 時間総量 = 介護者数 × 総平均時間

1) ふだんの状態がはっきり決められない場合は、1年間に30日以上介護をしていれば「ふだん介護をしている」とした。

介護者数及び介護・看護時間総量は増加，一人当たり介護・看護時間は減少が続く

過去15年間の介護者数及び介護者の介護・看護時間の推移をみると，介護者数及び介護者の介護・看護時間総量は増加が続いているが，一人当たり介護・看護時間は減少している。（図5-11，図5-12，表5-12，表5-13）

図5-11 男女別介護者数の推移
（平成3年～18年）-15歳以上

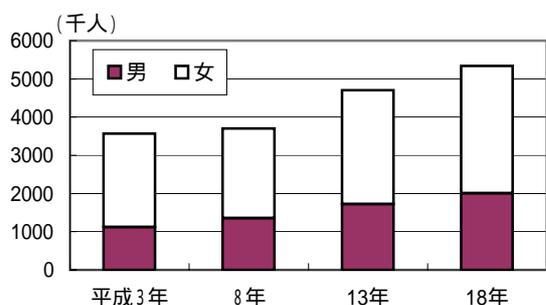


図5-12 介護者の介護・看護時間の推移
（平成3年～18年）-週全体，15歳以上

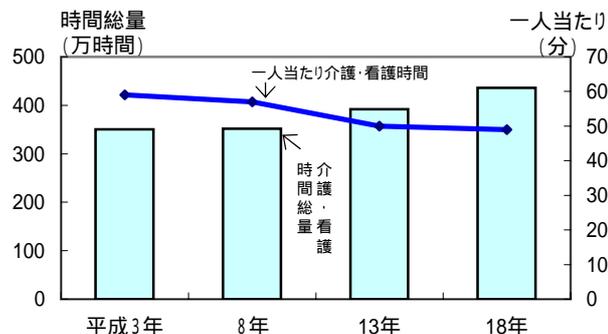


表5-12 男女別介護者数の推移
（平成3年～18年）-15歳以上

	(千人)	
	男	女
平成3年	1123	2442
平成8年	1353	2349
平成13年	1721	2982
平成18年	2008	3329

表5-13 介護者の介護・看護時間の推移
（平成3年～18年）-週全体，15歳以上

	時間総量 (万時間)	一人当たり時間 (分)
平成3年	351	59
平成8年	352	57
平成13年	392	50
平成18年	436	49

介護支援の利用は大幅に増加

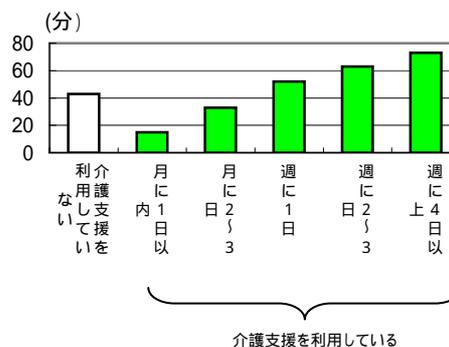
介護者のうち，介護支援を利用している人は163万8千人で，介護者の3割を超えている。平成13年と比べると，介護支援を利用している介護者は40万7千人の増加，増加率は33.1%と大幅な増加となっている。（表5-14）

また，介護支援の利用の状況別に介護・看護時間をみると，利用頻度が多くなるほど，介護・看護時間は長くなっている。（図5-13）

表5-14 介護支援の利用の状況別介護者数

	実数				構成比	
	平成13年 (千人)	平成18年 (千人)	増加数 (千人)	増加率 (%)	平成13年 (%)	平成18年 (%)
総数	4702	5336	634	13.5	100.0	100.0
介護支援を利用していない	3472	3699	227	6.5	73.8	69.3
介護支援を利用している	1231	1638	407	33.1	26.2	30.7
(利用頻度)						
月に1日以内	16	34	18	112.5	0.3	0.6
月に2～3日	86	96	10	11.6	1.8	1.8
週に1日	186	249	63	33.9	4.0	4.7
週に2～3日	519	714	195	37.6	11.0	13.4
週に4日以上	424	546	122	28.8	9.0	10.2

図5-13 介護支援の利用の状況別
介護者の介護・看護時間
-週全体



6 地域別にみた生活時間

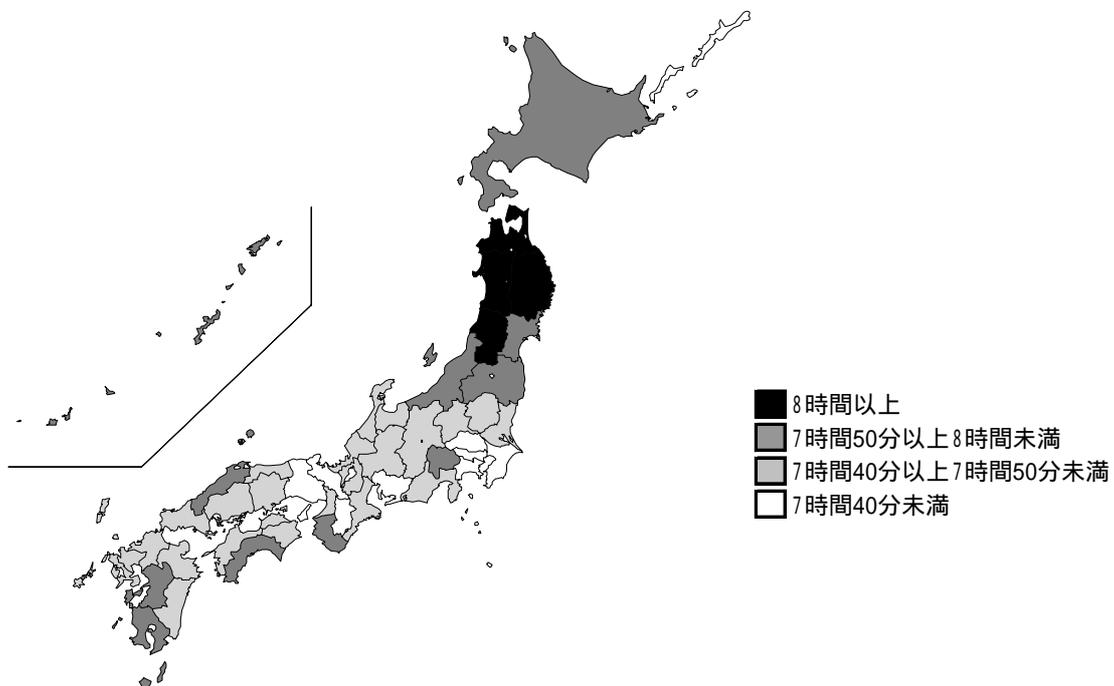
(1) 1次活動

睡眠時間が長い東北地方

睡眠時間を都道府県別にみると、秋田県及び山形県が8時間5分と最も長く、次いで青森県が8時間2分、岩手県が8時間などとなっており、東北地方で長くなっている。

一方、睡眠時間が最も短いのは、神奈川県で7時間31分、次いで千葉県が7時間33分、東京都及び奈良県が7時間36分などとなっている。(図6-1)

図6-1 都道府県別睡眠時間 - 週全体



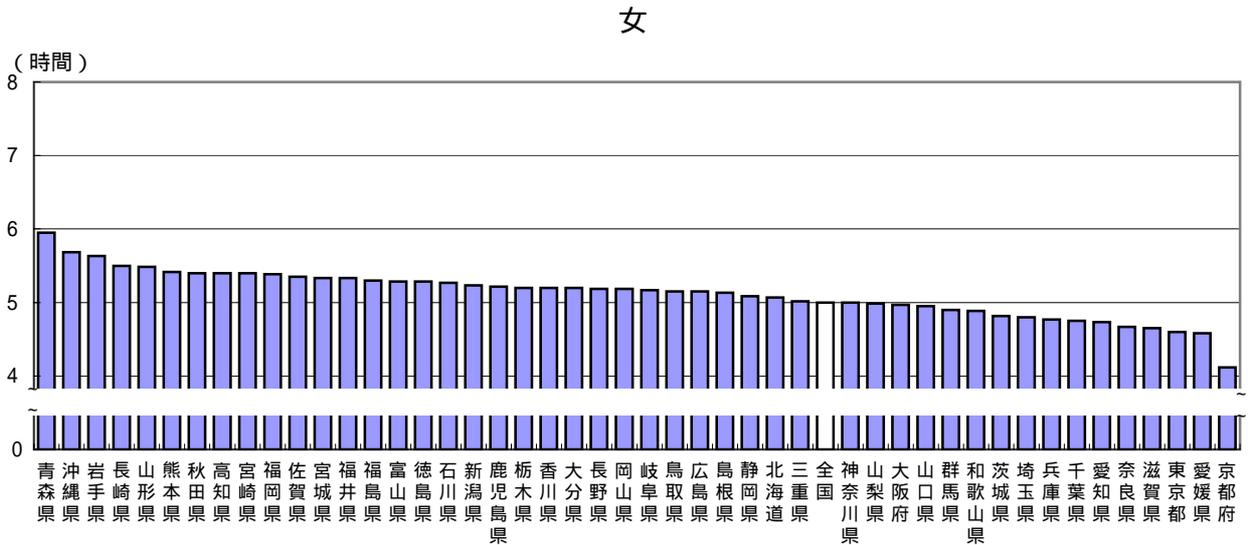
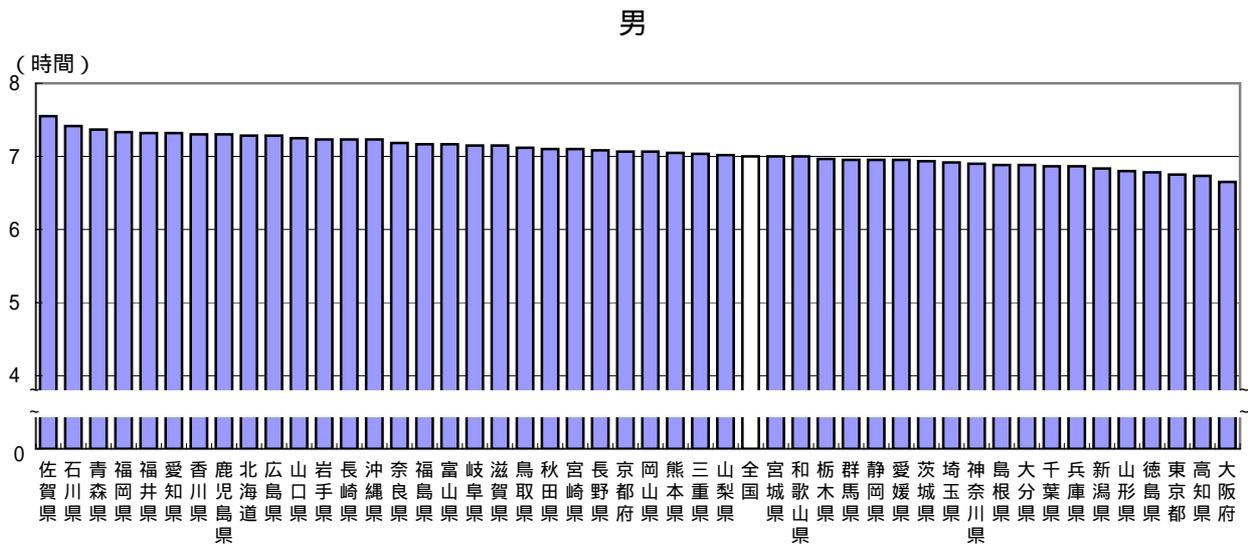
(2) 2次活動

有業者の仕事時間が長いのは、男性は佐賀県、女性は青森県

有業者の仕事時間を都道府県別にみると、男性は佐賀県が7時間33分と最も長く、次いで石川県が7時間25分、青森県が7時間22分などとなっている。女性は青森県が5時間57分と最も長く、次いで沖縄県が5時間41分、岩手県が5時間38分などとなっている。

一方、仕事時間が短いのは、男性は大阪府が6時間39分と最も短く、次いで高知県が6時間44分、東京都が6時間45分などとなっている。女性は京都府が4時間7分と最も短く、次いで愛媛県が4時間35分、東京都が4時間36分などとなっている。(図6-2)

図6 - 2 男女，都道府県別仕事時間 - 週全体，有業者



通勤・通学時間が長い関東大都市圏

平日における雇用されている人の通勤・通学時間を男女，8大都市圏・8大都市圏以外別にみると，男女共に関東大都市圏（男性1時間32分，女性1時間3分）が最も長く，次いで京阪神大都市圏（男性1時間16分，女性57分）などとなっている。一方，最も短いのは男女共に8大都市圏以外（男性52分，女性40分）となっている。（図6 - 3，表6 - 1）

図6 - 3 男女，8大都市圏・8大都市圏以外別通勤・通学時間 - 平日，雇用されている人

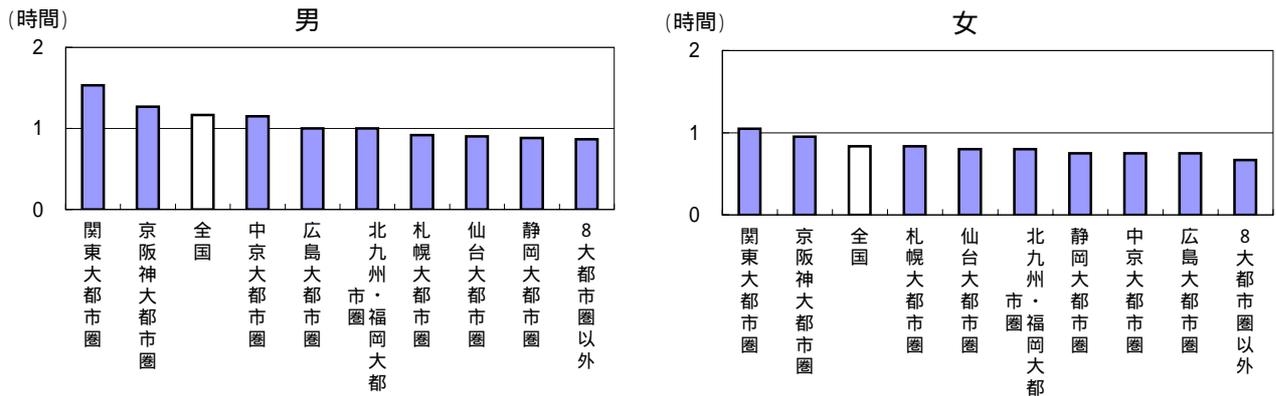


表6 - 1 男女，8大都市圏・8大都市圏以外別通勤・通学時間 - 平日，雇用されている人

	全国	札幌	仙台	関東	静岡	中京	京阪神	広島	北九州・福岡	8大都市圏以外
男	1.10	0.55	0.54	1.32	0.53	1.09	1.16	1.00	1.00	0.52
女	0.50	0.50	0.48	1.03	0.45	0.45	0.57	0.45	0.48	0.40

(3) 3次活動

大都市は休養等自由時間活動の時間は短く，積極的自由時間活動の時間は長い

3次活動時間について都市階級別にみると，休養等自由時間活動の時間は，小都市Bが3時間59分と最も長く，大都市が3時間42分と最も短くなっている。積極的自由時間活動の時間は，大都市が1時間20分と最も長く，町村が1時間7分と最も短くなっている。

(図6 - 4，表6 - 2)

図6 - 4 都市階級，主な行動の種類別3次活動時間 - 週全体

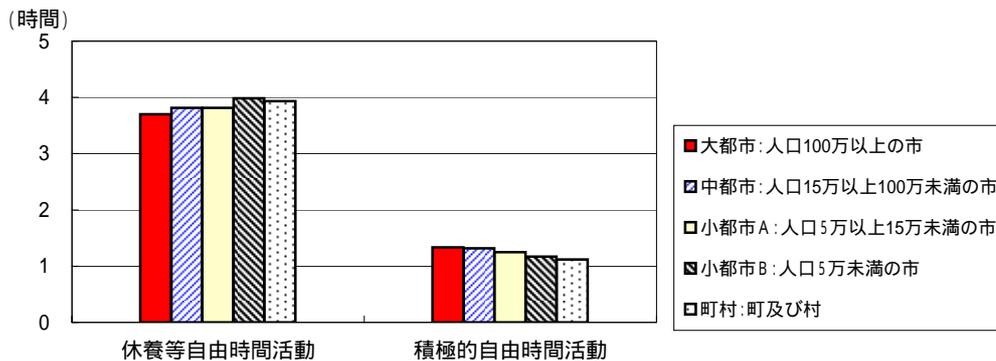


表6 - 2 主な行動の種類，都市階級別3次活動時間 - 週全体 (時間・分)

	大都市	中都市	小都市A	小都市B	町村
休養等自由時間活動	3.42	3.49	3.49	3.59	3.56
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.21	2.24	2.24	2.30	2.28
休養・くつろぎ	1.21	1.25	1.25	1.29	1.28
積極的自由時間活動	1.20	1.19	1.15	1.10	1.07
学習・研究(学業以外)	0.15	0.12	0.11	0.11	0.09
趣味・娯楽	0.47	0.47	0.44	0.39	0.39
スポーツ	0.14	0.15	0.15	0.15	0.14
ボランティア活動・社会参加活動	0.04	0.05	0.05	0.05	0.05

7 主な行動の平均時刻

(1) 起床

すべての曜日で女性が男性より早起き

平均起床時刻¹⁾を曜日別にみると、平日が6時39分、土曜日が7時7分、日曜日が7時23分となっており、平日に比べ土曜日は28分、日曜日は44分遅くなっている。

男女別にみると、すべての曜日で女性が早くなっている。

年齢階級別にみると、男女共にすべての曜日で20～24歳が最も遅くなっている。

また、15歳以上の人についてふだんの就業状態別にみると、男性は平日で有業者が無業者より早く、土曜日及び日曜日では無業者が早くなっている。女性はすべての曜日で無業者が早くなっている。

平均起床時刻を平成13年と比べると、男女共に平日及び日曜日で早くなっている。

(表7-1, 表7-2)

表7-1 男女, ふだんの就業状態, 曜日別平均起床時刻及び起床行動者率(平成13年, 18年)

		平成13年						平成18年					
		平均時刻(時:分)			行動者率(%)			平均時刻(時:分)			行動者率(%)		
		平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	総数	6:42	7:06	7:27	99.5	99.5	99.5	6:39	7:07	7:23	99.5	99.3	99.4
	男	6:53	7:17	7:38	99.3	99.2	99.2	6:47	7:17	7:32	99.3	99.0	99.2
	女	6:32	6:56	7:16	99.6	99.7	99.8	6:30	6:57	7:14	99.7	99.6	99.6
有業者	総数	6:43	7:10	7:31	99.3	99.3	99.3	6:39	7:10	7:29	99.3	99.0	99.2
	男	6:51	7:17	7:38	99.2	99.1	99.0	6:45	7:18	7:34	99.1	98.7	99.0
	女	6:32	7:01	7:22	99.4	99.6	99.7	6:31	7:00	7:22	99.6	99.4	99.4
無業者	総数	6:40	6:59	7:16	99.7	99.7	99.9	6:37	6:57	7:07	99.8	99.8	99.7
	男	7:00	7:21	7:39	99.7	99.6	99.8	6:53	7:13	7:24	99.7	99.8	99.7
	女	6:30	6:49	7:05	99.7	99.8	99.9	6:28	6:50	7:00	99.9	99.8	99.6

注) 有業者及び無業者は15歳未満を除く。

平成13年の数値は、「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」による。

表7-2 男女, 年齢階級, 曜日別平均起床時刻及び起床行動者率

	平均時刻(時:分)						行動者率(%)					
	男			女			男			女		
	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	6:47	7:17	7:32	6:30	6:57	7:14	99.3	99.0	99.2	99.7	99.6	99.6
10～14歳	6:45	7:27	7:40	6:43	7:38	8:06	100.0	100.0	100.0	99.9	100.0	100.0
15～19歳	7:06	8:22	8:54	6:56	8:09	8:35	99.7	99.2	99.9	99.4	99.7	99.5
20～24歳	8:07	9:02	9:03	7:40	8:28	8:38	98.3	96.9	98.5	98.7	99.2	99.7
25～29歳	7:32	8:16	8:37	7:08	7:58	8:30	98.9	98.3	97.7	99.6	99.1	99.5
30～34歳	7:13	8:00	8:17	6:46	7:22	7:45	99.0	98.8	98.6	99.7	99.6	99.3
35～39歳	6:53	7:27	7:54	6:26	7:01	7:18	99.0	99.1	98.6	99.8	99.2	99.1
40～44歳	6:45	7:18	7:38	6:11	6:45	7:09	99.2	98.8	99.6	99.7	99.5	99.5
45～49歳	6:35	7:07	7:22	6:12	6:37	7:01	99.1	98.9	98.9	99.7	99.7	99.7
50～54歳	6:28	6:53	7:06	6:08	6:30	6:53	98.7	98.4	99.2	99.9	99.8	99.6
55～59歳	6:22	6:40	6:54	6:11	6:26	6:41	99.3	99.1	99.8	99.8	99.6	99.1
60～64歳	6:19	6:28	6:37	6:13	6:23	6:29	99.7	99.5	99.4	99.9	99.7	99.7
65～69歳	6:16	6:20	6:32	6:12	6:16	6:19	99.9	99.7	99.6	99.7	99.8	99.9
70～74歳	6:15	6:23	6:23	6:12	6:19	6:21	99.7	100.0	100.0	99.8	99.9	100.0
75歳以上	6:27	6:27	6:31	6:27	6:28	6:34	99.9	100.0	99.4	99.9	100.0	99.6

1) 12時前に始まり、60分を超えて続く最初の睡眠の終了時刻(平均時刻に関する集計上の定義の詳細は「用語と分類」104, 105頁参照)

起床した人の割合が最も高い時刻は、平日が6時30分

起床した人について曜日，起床時刻別に行動者割合をみると，最も高い時刻は平日が6時30分，土曜日及び日曜日が7時となっている。（図7-1）

また，起床した人が5割を超える時刻は平日が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30分となっている。（図7-2）

図7-1 曜日，起床時刻別行動者割合

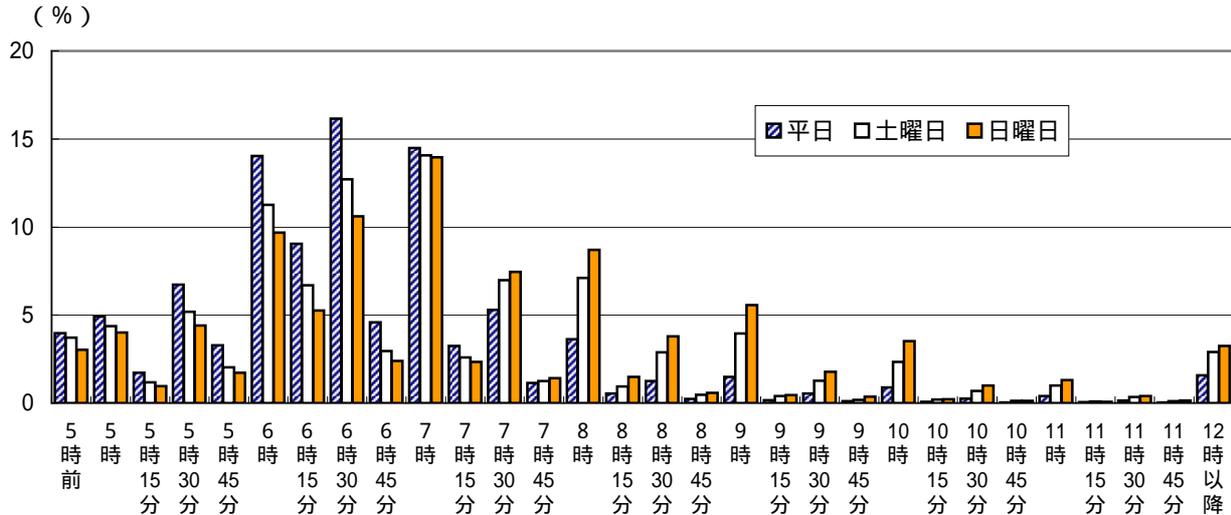
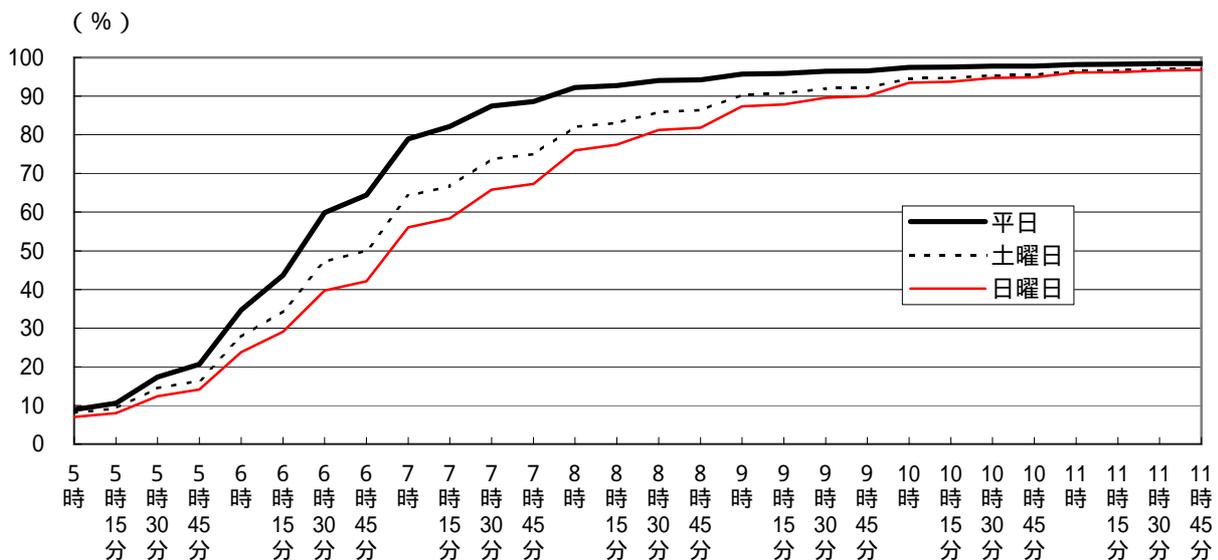


図7-2 曜日，起床時刻別累積行動者割合



(2) 朝食開始

平均朝食開始時刻はすべての曜日で男性が女性より早い

平均朝食開始時刻¹⁾を曜日別にみると、平日が7時12分、土曜日が7時33分、日曜日が7時46分となっており、平日に比べ土曜日は21分、日曜日は34分遅くなっている。

男女別にみると、すべての曜日で男性が早くなっている。

年齢階級別にみると、男女共にすべての曜日で20～24歳が最も遅くなっている。

また、15歳以上の人についてふだんの就業状態別にみると、男女共に平日及び土曜日では無業者が無業者より早く、日曜日では無業者が早くなっている。

なお、朝食を開始した人の割合（行動者率）は平日が85.1%、土曜日が82.4%、日曜日が81.9%となっており、平日に比べ土曜日及び日曜日が低くなっている。

平均朝食開始時刻を平成13年と比べると、男女共に平日及び日曜日で早くなっている。

（表7-3、表7-4）

表7-3 男女、ふだんの就業状態、曜日別平均朝食開始時刻及び朝食開始行動者率（平成13年、18年）

		平成13年						平成18年					
		平均時刻（時：分）			行動者率（％）			平均時刻（時：分）			行動者率（％）		
		平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	総数	7:15	7:32	7:50	85.0	82.2	81.0	7:12	7:33	7:46	85.1	82.4	81.9
	男	7:11	7:30	7:49	81.8	78.2	77.5	7:07	7:30	7:44	81.8	78.9	79.2
	女	7:19	7:34	7:50	88.0	85.9	84.3	7:17	7:35	7:48	88.2	85.7	84.5
有業者	総数	7:10	7:31	7:50	81.2	78.1	77.5	7:07	7:30	7:47	80.9	78.1	78.2
	男	7:06	7:29	7:50	79.0	75.6	75.0	7:01	7:28	7:45	78.2	75.6	76.5
	女	7:14	7:34	7:51	84.3	81.6	81.0	7:13	7:33	7:50	84.5	81.6	80.6
無業者	総数	7:26	7:36	7:48	90.2	87.7	86.1	7:23	7:35	7:42	90.8	88.8	87.3
	男	7:26	7:34	7:48	87.7	83.0	82.6	7:23	7:34	7:41	89.3	86.6	85.4
	女	7:26	7:37	7:48	91.3	89.9	87.6	7:23	7:36	7:43	91.5	89.8	88.2

注) 有業者及び無業者は15歳未満を除く。

平成13年の数値は、「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」による。

表7-4 男女、年齢階級、曜日別平均朝食開始時刻及び朝食開始行動者率

	平均時刻（時：分）						行動者率（％）					
	男			女			男			女		
	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	7:07	7:30	7:44	7:17	7:35	7:48	81.8	78.9	79.2	88.2	85.7	84.5
10～14歳	6:58	7:38	7:45	6:56	7:49	8:12	95.9	89.2	88.7	95.9	88.4	88.3
15～19歳	7:06	7:51	8:19	7:07	7:54	8:12	84.5	68.8	68.0	85.8	72.7	67.0
20～24歳	7:42	7:56	8:20	7:36	8:03	8:19	67.4	55.6	52.9	71.4	65.9	64.0
25～29歳	7:15	7:48	8:00	7:32	7:58	8:17	65.8	59.2	51.9	78.3	69.1	63.8
30～34歳	7:12	7:51	8:08	7:26	7:55	8:14	64.2	63.2	69.8	82.9	80.7	79.4
35～39歳	7:04	7:40	8:03	7:20	7:45	7:58	71.4	72.0	74.7	86.1	83.0	82.7
40～44歳	7:00	7:35	7:53	7:14	7:37	7:53	75.9	76.5	77.5	87.7	86.2	84.4
45～49歳	6:57	7:28	7:43	7:12	7:31	7:51	80.5	79.7	78.9	85.6	84.8	84.9
50～54歳	6:56	7:22	7:44	7:09	7:25	7:45	84.6	83.3	83.4	88.6	88.7	87.4
55～59歳	6:55	7:17	7:31	7:10	7:24	7:33	86.7	86.7	89.4	89.8	90.5	89.6
60～64歳	7:01	7:16	7:24	7:12	7:22	7:23	93.4	91.1	91.0	92.2	93.3	93.0
65～69歳	7:09	7:13	7:24	7:15	7:18	7:26	94.2	94.2	93.9	93.6	94.7	95.0
70～74歳	7:11	7:20	7:19	7:17	7:22	7:28	96.0	95.7	96.2	95.4	95.2	96.7
75歳以上	7:18	7:20	7:20	7:26	7:25	7:31	96.3	96.0	95.6	96.8	95.5	95.4

1) 4時以降、11時前に始まる最初の食事開始時刻

朝食を開始した人の割合が最も高い時刻は、すべての曜日で7時

朝食を開始した人について曜日、朝食開始時刻別に行動者割合をみると、最も高い時刻はすべての曜日で7時となっている。(図7-3)

また、朝食を開始した人が5割を超える時刻は平日が7時、土曜日及び日曜日が7時30分、8割を超える時刻は平日が8時、土曜日が8時30分、日曜日が8時45分となっている。(図7-4)

図7-3 曜日、朝食開始時刻別行動者割合

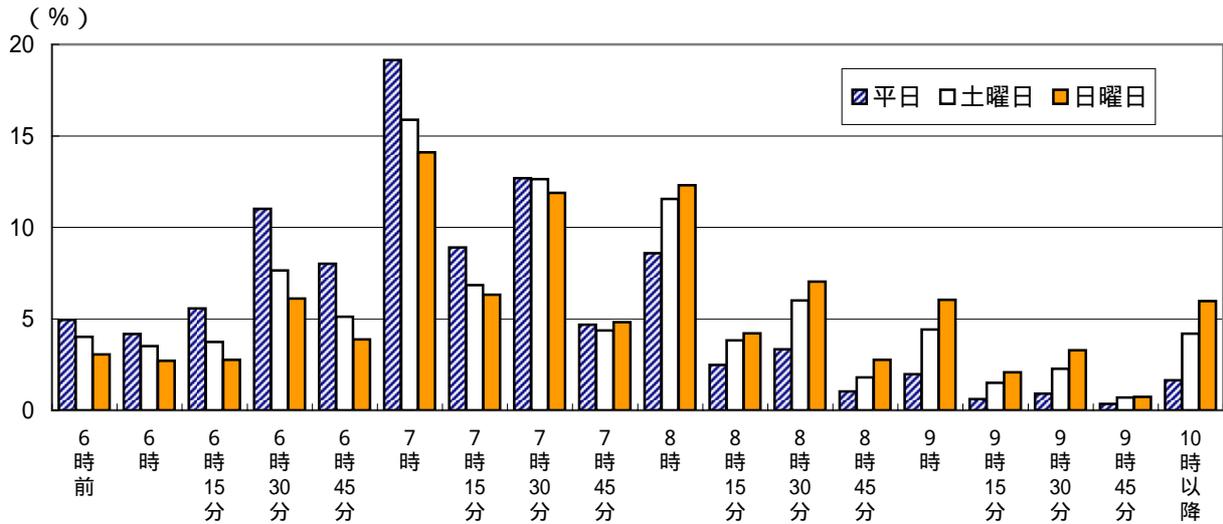
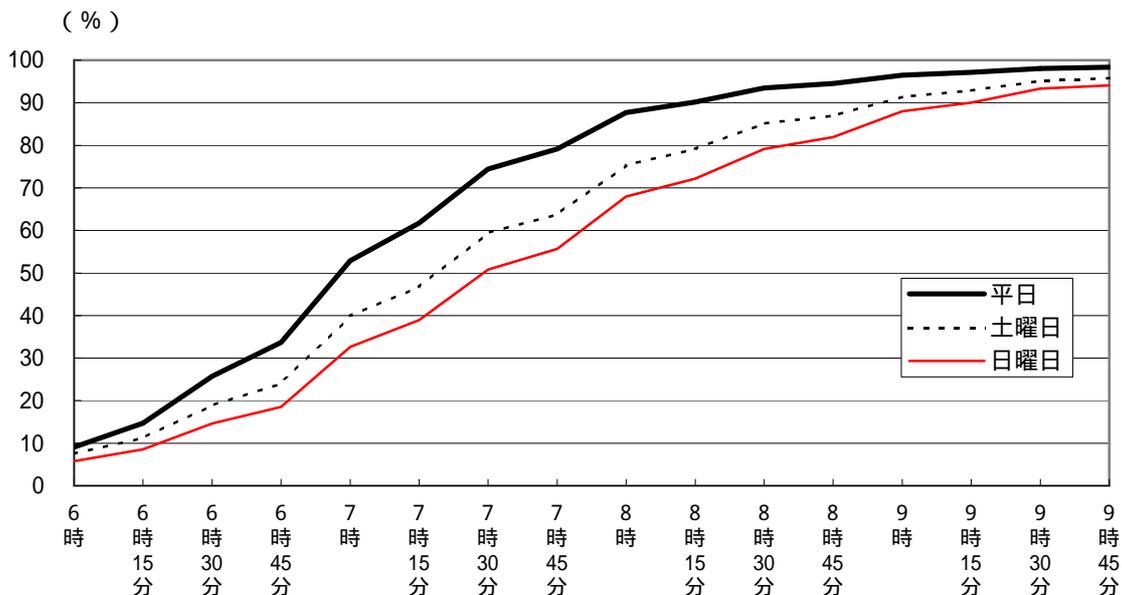


図7-4 曜日、朝食開始時刻別累積行動者割合



(3) 夕食開始

平均夕食開始時刻はすべての曜日で女性が男性より早い

平均夕食開始時刻¹⁾を曜日別にみると、平日が19時9分、土曜日が18時53分、日曜日が18時46分となっており、平日に比べ土曜日は16分、日曜日は23分早くなっている。

男女別にみると、すべての曜日で女性が早くなっている。

年齢階級別にみると、男性は平日が40～44歳、土曜日及び日曜日が20～24歳、女性は平日及び土曜日が20～24歳、日曜日が15～19歳で最も遅くなっている。

また、15歳以上の人についてふだんの就業状態別にみると、男女共にすべての曜日で無業者が有業者より早くなっている。

なお、夕食を開始した人の割合（行動者率）は平日が90.9%、土曜日が90.2%、日曜日が92.4%となっており、平日に比べ土曜日で低く、日曜日で高くなっている。

平均夕食開始時刻を平成13年と比べると、男女共にすべての曜日でほぼ横ばいとなっている。（表7-5、表7-6）

表7-5 男女、ふだんの就業状態、曜日別平均夕食開始時刻及び夕食開始行動者率（平成13年、18年）

		平成13年						平成18年					
		平均時刻（時：分）			行動者率（%）			平均時刻（時：分）			行動者率（%）		
		平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	総数	19:09	18:55	18:47	91.4	90.5	92.1	19:09	18:53	18:46	90.9	90.2	92.4
	男	19:20	19:01	18:50	90.1	89.3	91.4	19:21	18:59	18:50	89.8	89.3	91.4
	女	18:58	18:49	18:44	92.6	91.6	92.7	18:58	18:48	18:42	92.0	91.1	93.3
有業者	総数	19:25	19:05	18:55	89.0	88.1	90.3	19:28	19:05	18:55	88.2	87.5	90.7
	男	19:34	19:08	18:55	88.2	87.6	90.1	19:37	19:08	18:57	87.7	87.2	90.2
	女	19:13	19:01	18:53	90.0	88.9	90.5	19:16	19:01	18:51	88.8	87.9	91.4
無業者	総数	18:44	18:39	18:35	95.0	94.0	94.7	18:40	18:35	18:32	95.0	94.3	94.7
	男	18:45	18:40	18:36	94.5	93.5	94.8	18:42	18:36	18:33	94.4	94.6	94.3
	女	18:44	18:38	18:35	95.3	94.3	94.7	18:39	18:35	18:32	95.3	94.2	95.0

注）有業者及び無業者は15歳未満を除く。

平成13年の数値は、「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」による。

表7-6 男女、年齢階級、曜日別平均夕食開始時刻及び夕食開始行動者率

	平均時刻（時：分）						行動者率（%）					
	男			女			男			女		
	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	19:21	18:59	18:50	18:58	18:48	18:42	89.8	89.3	91.4	92.0	91.1	93.3
10～14歳	18:56	18:49	18:39	18:59	18:47	18:42	95.5	94.6	95.6	95.0	94.2	96.0
15～19歳	19:29	19:12	18:56	19:19	19:06	19:01	92.7	91.5	91.6	89.7	88.2	87.0
20～24歳	19:47	19:24	19:31	19:33	19:20	18:59	86.6	80.6	84.8	85.5	82.1	86.5
25～29歳	19:45	19:22	19:25	19:25	19:07	18:56	84.9	82.3	87.8	87.0	83.4	92.4
30～34歳	19:51	19:17	19:02	19:07	18:58	18:48	86.2	87.0	89.2	90.0	89.8	92.5
35～39歳	19:55	19:17	18:54	19:09	18:53	18:45	85.9	87.0	90.9	90.2	90.0	91.2
40～44歳	19:57	19:11	18:56	19:12	18:56	18:47	89.2	87.6	92.1	91.9	91.1	94.7
45～49歳	19:49	19:08	18:59	19:12	18:57	18:52	87.4	88.6	93.5	92.5	91.7	93.0
50～54歳	19:39	19:07	18:48	19:12	18:59	18:49	86.4	89.5	90.6	91.6	91.0	94.8
55～59歳	19:18	18:58	18:48	18:59	18:47	18:43	89.1	89.6	91.0	91.5	92.3	94.4
60～64歳	18:51	18:44	18:38	18:41	18:36	18:39	92.6	91.3	91.8	93.6	94.2	94.7
65～69歳	18:37	18:32	18:31	18:31	18:30	18:29	92.7	92.0	93.1	93.9	93.6	94.7
70～74歳	18:26	18:28	18:24	18:24	18:24	18:22	96.0	95.7	94.8	96.5	94.2	93.6
75歳以上	18:17	18:16	18:13	18:22	18:20	18:15	96.3	95.7	95.5	96.9	95.8	96.9

1) 16時以降、24時(翌日0時)前に始まる最初の食事開始時刻

夕食を開始した人の割合が最も高い時刻は、すべての曜日で19時

夕食を開始した人について曜日、夕食開始時刻別に行動者割合をみると、最も高い時刻はすべての曜日で19時となっている。(図7-5)

また、夕食を開始した人が5割を超える時刻は平日が19時、土曜日が18時45分、日曜日が18時30分、8割を超える時刻は平日が20時、土曜日及び日曜日が19時30分となっている。(図7-6)

図7-5 曜日、夕食開始時刻別行動者割合

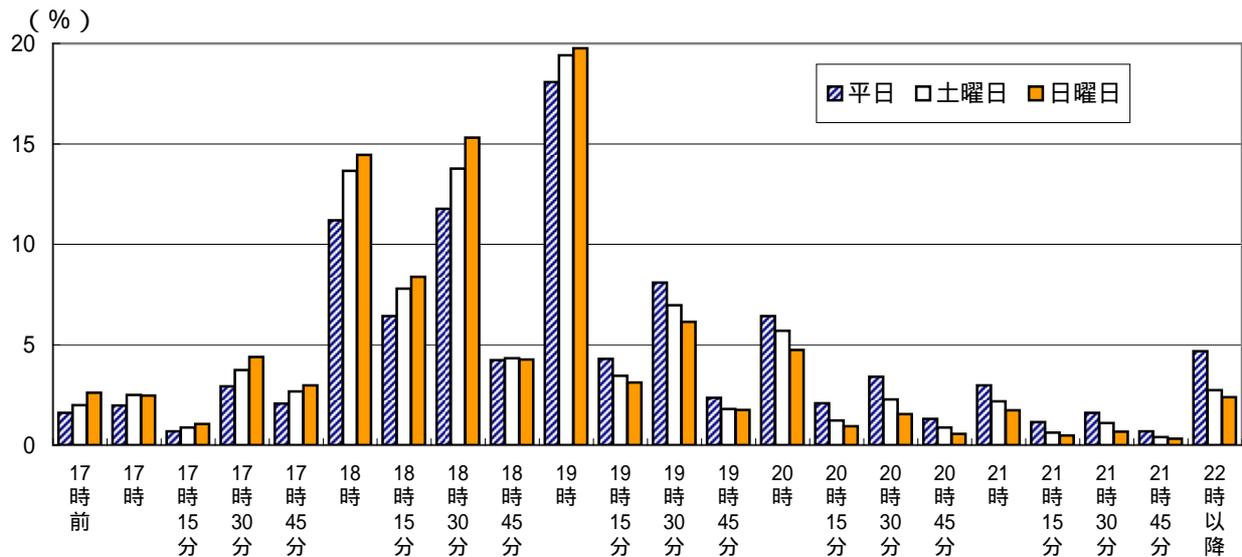
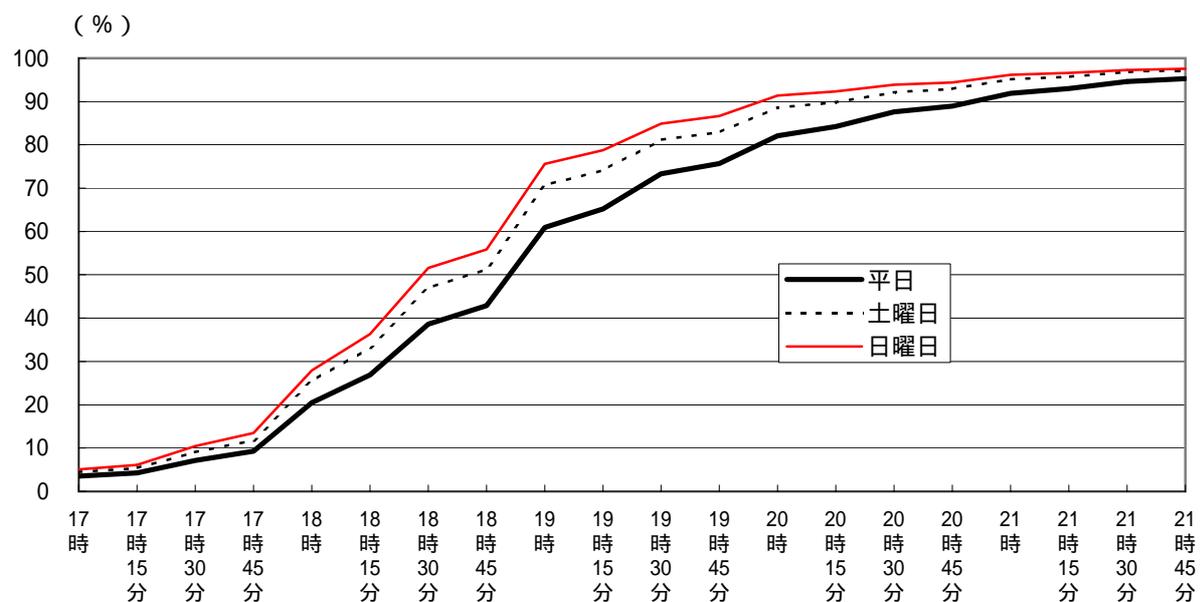


図7-6 曜日、夕食開始時刻別累積行動者割合



(4) 就寝

平均就寝時刻は平日及び土曜日は女性が早く、日曜日は男性が早い

平均就寝時刻¹⁾を曜日別にみると、平日が23時16分、土曜日が23時20分、日曜日が23時4分となっており、平日に比べ土曜日は4分遅く、日曜日は12分早くなっている。

男女別にみると、平日及び土曜日は女性が男性より早く、日曜日は男性が早くなっている。

年齢階級別にみると、男女共にすべての曜日で20～24歳が最も遅くなっており、これより年齢階級が低い及び高いほど早くなる傾向となっている。

また、15歳以上の人についてふだんの就業状態別にみると、男女共にすべての曜日で無業者が有業者より早くなっている。(表7-7, 表7-8)

表7-7 男女, ふだんの就業状態, 曜日別平均就寝時刻及び就寝行動者率(平成13年, 18年)

		平成13年(参考)						平成18年					
		平均時刻(時:分)			行動者率(%)			平均時刻(時:分)			行動者率(%)		
		平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	総数	23:09	23:11	23:00	97.8	97.5	98.6	23:16	23:20	23:04	99.5	99.5	99.5
	男	23:09	23:11	22:59	96.7	96.5	98.1	23:19	23:23	23:03	99.2	99.4	99.4
	女	23:08	23:11	23:02	98.8	98.5	99.1	23:13	23:18	23:05	99.7	99.6	99.7
有業者	総数	23:22	23:24	23:10	97.1	96.9	98.4	23:33	23:38	23:16	99.2	99.3	99.4
	男	23:19	23:20	23:06	96.2	96.2	98.0	23:33	23:37	23:12	99.0	99.2	99.3
	女	23:25	23:29	23:16	98.3	97.8	98.9	23:34	23:39	23:21	99.5	99.4	99.5
無業者	総数	22:53	22:55	22:48	98.7	98.4	98.9	22:53	22:58	22:50	99.8	99.8	99.8
	男	22:50	22:53	22:47	97.5	96.8	98.0	22:50	22:53	22:46	99.6	99.7	99.7
	女	22:54	22:56	22:49	99.2	99.1	99.3	22:55	23:00	22:53	99.9	99.9	99.9

注) 有業者及び無業者は15歳未満を除く。

平成13年の数値は、「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」による。なお、集計上の定義が平成18年と一部異なるため、比較する際は注意を要する。(詳細は「用語と分類」104頁参照)

表7-8 男女, 年齢階級, 曜日別平均就寝時刻及び就寝行動者率

	平均時刻(時:分)						行動者率(%)					
	男			女			男			女		
	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	23:19	23:23	23:03	23:13	23:18	23:05	99.2	99.4	99.4	99.7	99.6	99.7
10～14歳	22:27	22:30	22:10	22:33	22:41	22:30	100.0	99.8	99.4	100.0	100.0	99.7
15～19歳	23:56	24:16	23:53	24:01	24:05	23:42	99.4	99.1	99.7	99.9	99.4	99.7
20～24歳	24:42	24:59	24:26	24:20	24:30	24:02	98.6	98.6	99.2	99.2	98.2	99.1
25～29歳	24:19	24:28	23:59	23:52	24:11	23:41	98.1	99.0	98.8	99.1	99.3	98.8
30～34歳	24:04	24:10	23:40	23:46	23:50	23:25	98.2	98.9	98.8	99.9	99.5	99.8
35～39歳	23:54	23:56	23:27	23:35	23:37	23:16	99.1	99.4	99.5	99.2	99.6	99.9
40～44歳	23:48	23:37	23:09	23:43	23:37	23:24	99.3	99.2	99.0	99.9	99.8	99.7
45～49歳	23:38	23:32	23:08	23:36	23:37	23:24	99.2	99.5	99.7	99.6	99.8	99.8
50～54歳	23:23	23:20	22:57	23:27	23:34	23:26	99.1	98.8	99.4	99.8	99.9	100.0
55～59歳	23:04	23:04	22:52	23:13	23:19	23:05	99.5	99.7	99.8	99.7	99.7	99.9
60～64歳	22:40	22:42	22:30	22:57	23:00	23:12	99.7	99.8	98.5	99.9	99.8	100.0
65～69歳	22:22	22:29	22:22	22:38	22:45	22:34	100.0	99.9	100.0	99.7	100.0	99.7
70～74歳	22:04	22:13	22:06	22:23	22:30	22:19	99.8	100.0	99.9	100.0	99.9	99.9
75歳以上	21:38	21:43	21:38	21:50	21:50	21:53	99.7	99.8	99.6	99.9	99.9	99.7

1) 17時以降, 36時(翌日12時)前に始まり, 60分を超えて続く睡眠の開始時刻

就寝した人の割合が最も高い時刻は、すべての曜日で23時

就寝した人について曜日、就寝時刻別に行動者割合をみると、最も高い時刻はすべての曜日で23時となっている。(図7-7)

また、就寝した人が5割を超える時刻は、すべての曜日で23時となっており、8割を超える時刻は平日及び日曜日が翌日の0時、土曜日が翌日の0時15分となっている。

(図7-8)

図7-7 曜日、就寝時刻別行動者割合

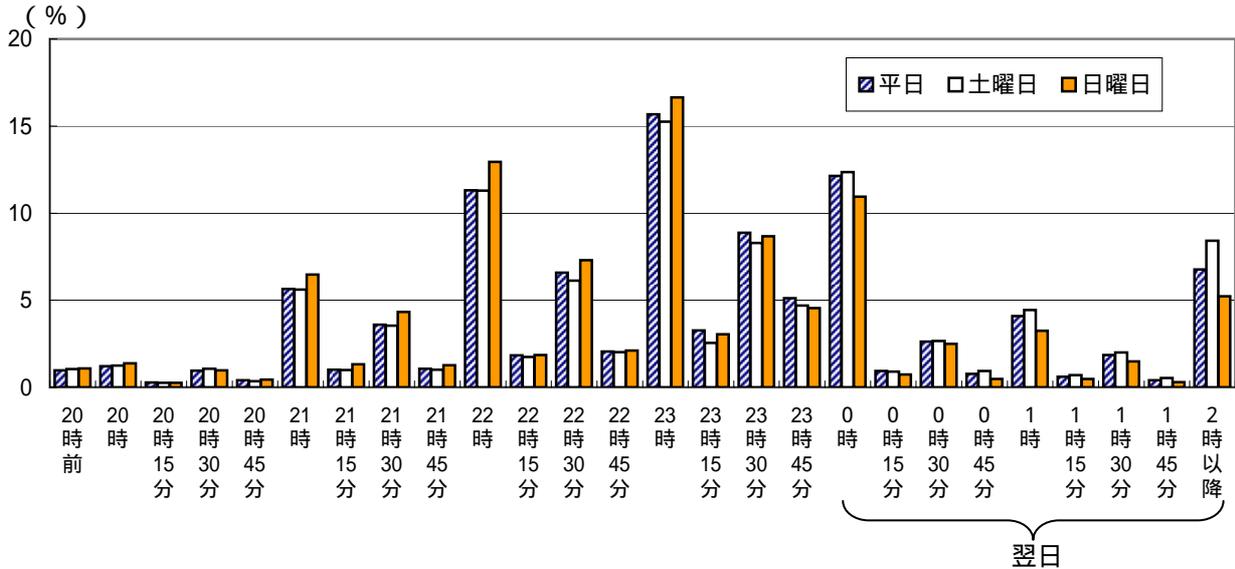
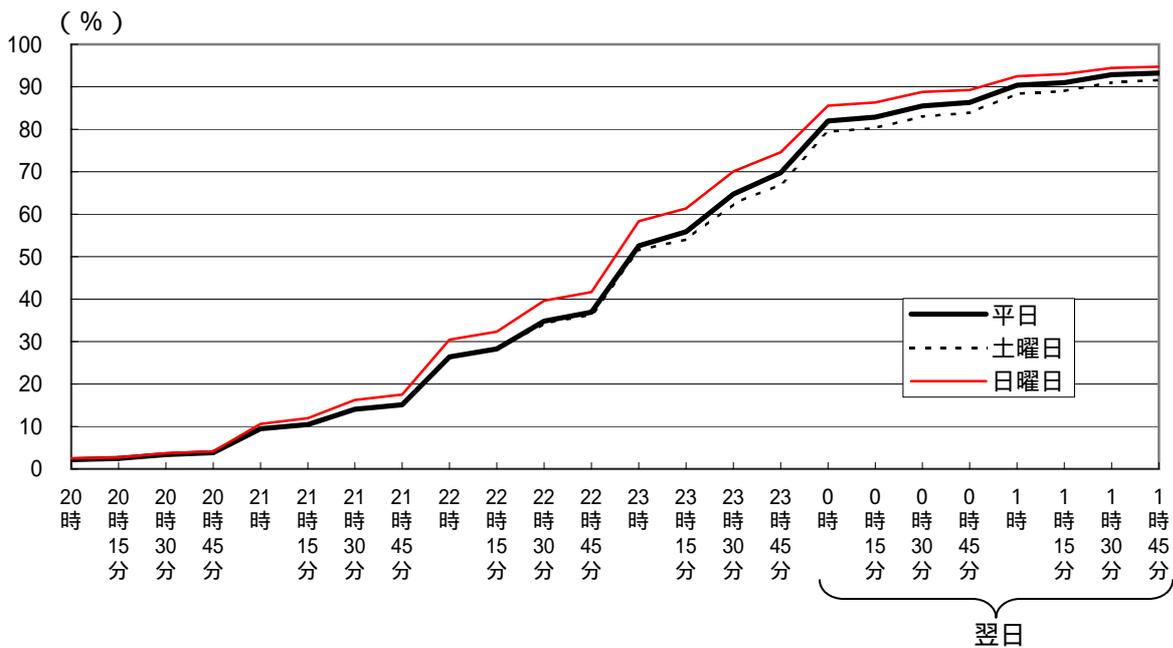


図7-8 曜日、就寝時刻別累積行動者割合



(5) 出勤及び仕事からの帰宅

平日の有業者の平均出勤時刻は8時28分

平日における有業者の平均出勤時刻¹⁾は8時28分で、男性は8時9分、女性は8時57分と男性が女性より早くなっている。

従業上の地位、雇用形態別にみると、男女共に正規の職員・従業員が最も早く、アルバイトが最も遅くなっている。

職業別にみると、最も早いのは男女共に運輸・通信従事者で、最も遅いのは男性が「保安職業、サービス職業従事者」、女性が管理的職業従事者となっている。(表7-9)

平日の有業者の仕事からの平均帰宅時刻は18時58分

平日における有業者の仕事からの平均帰宅時刻²⁾は18時58分で、男性は19時37分、女性は18時3分と女性が男性より早くなっている。

従業上の地位、雇用形態別にみると、最も早いのは男女共にパートで、最も遅いのは男性が労働者派遣事業所の派遣社員、女性が雇人のある業主となっている。

職業別にみると、最も早いのは男女共に農林漁業作業員で、最も遅いのは男性が「保安職業、サービス職業従事者」、女性が専門的・技術的職業従事者となっている。(表7-9)

表7-9 男女、従業上の地位、雇用形態・職業別平均出勤時刻、仕事からの平均帰宅時刻及び出勤・帰宅行動者率 - 平日、有業者

	平均出勤時刻 (時:分)			仕事からの平均帰宅時刻 (時:分)			行動者率(%)		
	総数	男	女	総数	男	女	総数	男	女
総数	8:28	8:09	8:57	18:58	19:37	18:03	86.6	90.3	81.6
(従業上の地位、雇用形態)									
雇用されている人	8:23	8:06	8:47	19:08	19:53	18:06	86.5	90.0	82.1
正規の職員・従業員	7:56	7:49	8:12	19:44	20:00	19:06	91.8	93.0	88.9
パート	8:56	8:32	8:58	16:46	17:39	16:39	81.3	83.0	81.1
アルバイト	10:59	10:44	11:18	19:21	19:51	18:41	63.6	68.9	57.8
労働者派遣事業所の派遣社員	8:35	8:48	8:23	19:26	20:17	18:45	88.7	89.7	88.0
その他	8:39	8:03	9:14	18:11	18:30	17:53	82.0	84.1	80.0
会社などの役員	8:25	8:06	9:42	18:36	18:50	17:37	90.1	93.6	78.4
雇人のある業主	8:43	8:24	10:27	19:42	19:32	20:36	93.8	94.4	90.3
雇人のない業主	8:48	8:24	10:14	18:14	18:18	18:00	86.3	89.3	77.0
家族従業者	9:03	8:19	9:18	17:40	18:26	17:24	82.2	88.6	80.3
家庭内の賃仕事(内職)	9:43	9:03	9:47	17:37	17:51	17:36	78.0	66.7	79.2
(職業)									
専門的・技術的職業従事者	8:28	8:10	8:52	19:29	19:55	18:56	86.8	91.0	81.8
管理的職業従事者	8:12	8:05	9:52	18:57	18:58	18:51	91.7	93.9	69.6
事務従事者	8:22	7:57	8:39	18:39	19:36	18:01	87.3	90.4	85.3
販売従事者	8:49	8:18	9:40	19:30	19:59	18:41	84.1	90.2	75.5
保安職業、サービス職業従事者	9:36	9:17	9:50	19:27	20:47	18:24	77.3	81.3	74.4
農林漁業作業員	8:09	7:53	8:32	17:03	17:19	16:40	87.1	90.1	83.1
運輸・通信従事者	7:37	7:36	7:46	19:59	20:05	17:51	87.6	87.9	80.9
生産工程・労務作業員	8:04	7:57	8:23	18:38	19:19	16:57	90.7	92.3	87.1

1) 0時15分以降、24時(翌日0時)前に始まる最初の仕事の前にある通勤・通学の開始時刻

2) 0時15分以降、24時(翌日0時)前に始まる最後の仕事の後にある通勤・通学の終了時刻

仕事からの帰宅時刻は広い時間帯に分散

有業者のうち雇用されている人について、雇用形態、平日の出勤時刻別行動者割合をみると、正規の職員・従業員は7時台（45%）が最も高く、次いで8時台（24%）などとなっている。パートは8時台（39%）が最も高くなっており、正規の職員・従業員よりも遅くなっている。アルバイトは7時台及び8時台が17%と最も高くなってはいるが、午後からの出勤も含め、広い時間帯に分散している。労働者派遣事業所の派遣社員は、正規の職員・従業員と同様に7時台が42%と最も高くなってはいるが、19時以降の出勤が3%あり、正規の職員・従業員（1%）より高くなってはいる。（図7-9）

同様に、仕事からの帰宅時刻別にみると、正規の職員・従業員及び労働者派遣事業所の派遣社員は18時台（正規の職員・従業員22%、労働者派遣事業所の派遣社員26%）、パート及びアルバイトは17時台（パート22%、アルバイト14%）が最も高くなってはいるが、いずれの雇用形態も出勤時刻に比べ、広い時間帯に分散している。（図7-10）

図7-9 主な雇用形態，出勤時刻別行動者割合 - 平日，雇用されている人

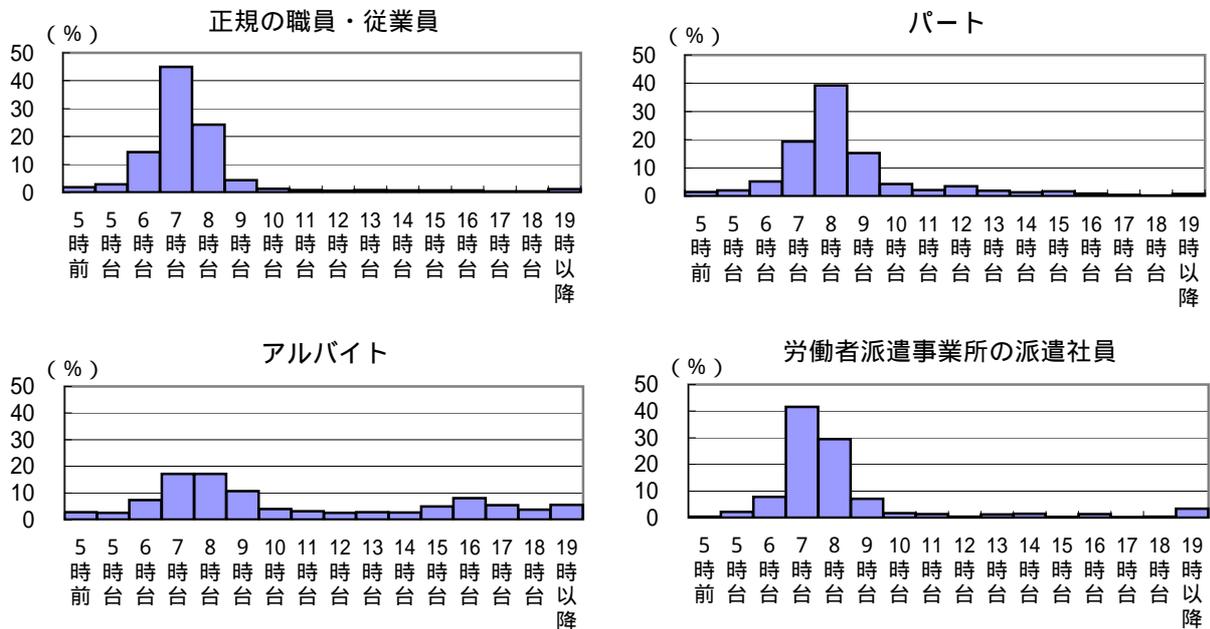
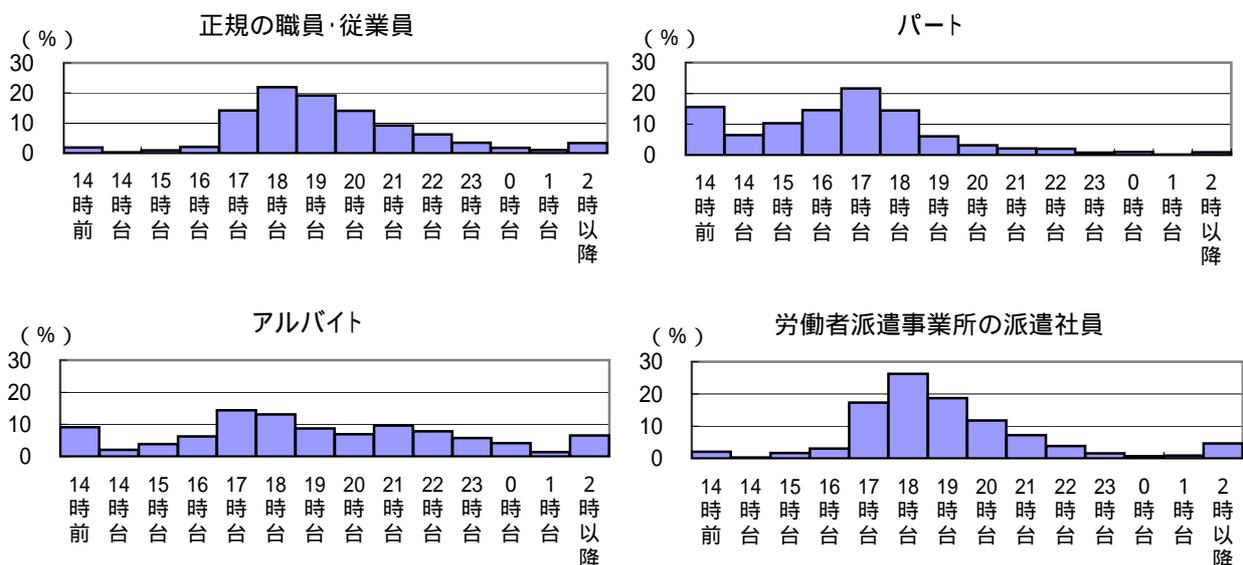


図7-10 主な雇用形態，仕事からの帰宅時刻別行動者割合 - 平日，雇用されている人



(6) 地域別にみた主な行動の平均時刻

平日の就寝時刻が最も早いのは青森県で、最も遅い東京都との差は1時間8分

平日における主な行動の平均時刻を都道府県別にみると、起床時刻は、青森県及び岩手県が6時22分と最も早く、最も遅い東京都の6時52分との差は30分となっている。

朝食開始時刻は、静岡県及び山口県が7時2分と最も早く、最も遅い東京都の7時24分との差は22分となっている。

夕食開始時刻は、北海道が18時46分と最も早く、最も遅い沖縄県の19時29分との差は43分となっている。

就寝時刻は、青森県が22時32分と最も早く、最も遅い東京都の23時40分との差は1時間8分となっている。(表7-10)

平日の仕事からの帰宅時刻が最も遅いのは神奈川県で、最も早い高知県との差は1時間13分

平日における有業者の平均出勤時刻及び仕事からの平均帰宅時刻を都道府県別にみると、出勤時刻は、岐阜県が8時4分と最も早く、最も遅い沖縄県の8時58分との差は54分となっている。

仕事からの帰宅時刻は、高知県が18時15分と最も早く、最も遅い神奈川県の19時28分との差は1時間13分となっている。(表7-11)

表7-10 都道府県別主な行動の平均時刻及び行動者率 - 平日

起床				朝食開始			
順位	都道府県	平均時刻 (時:分)	行動者率 (%)	順位	都道府県	平均時刻 (時:分)	行動者率 (%)
	全国	6:39	99.5		全国	7:12	85.1
1	青森県	6:22	99.5	1	静岡県	7:02	88.3
1	岩手県	6:22	99.5	1	山口県	7:02	85.5
3	福島県	6:24	99.9	3	福井県	7:03	86.8
3	新潟県	6:24	99.8	4	青森県	7:04	84.1
3	富山県	6:24	99.5	4	新潟県	7:04	88.6
43	兵庫県	6:47	99.4	4	富山県	7:04	88.2
44	大阪府	6:48	99.6	4	広島県	7:04	88.5
45	沖縄県	6:50	99.7	43	山形県	7:18	88.4
46	京都府	6:51	99.6	44	大阪府	7:20	85.3
47	東京都	6:52	99.4	44	沖縄県	7:20	79.9
				46	京都府	7:21	86.5
				47	東京都	7:24	81.7

夕食開始				就寝			
順位	都道府県	平均時刻 (時:分)	行動者率 (%)	順位	都道府県	平均時刻 (時:分)	行動者率 (%)
	全国	19:09	90.9		全国	23:16	99.5
1	北海道	18:46	90.2	1	青森県	22:32	99.6
2	秋田県	18:48	94.1	2	岩手県	22:37	99.5
3	青森県	18:49	91.9	3	秋田県	22:42	100.0
4	愛媛県	18:51	91.8	4	山形県	22:46	99.8
5	岩手県	18:52	93.4	5	福島県	22:50	99.7
43	埼玉県	19:18	90.8	43	福岡県	23:30	99.4
43	東京都	19:18	87.3	44	大阪府	23:31	99.7
43	福岡県	19:18	91.7	45	神奈川県	23:32	99.4
46	神奈川県	19:25	89.3	46	京都府	23:37	99.9
47	沖縄県	19:29	86.9	47	東京都	23:40	99.0

表7-11 都道府県別主な行動の平均時刻及び行動者率 - 平日、有業者

出勤			
順位	都道府県	平均時刻 (時:分)	行動者率 (%)
	全国	8:28	86.6
1	岐阜県	8:04	89.0
2	青森県	8:05	87.9
3	新潟県	8:09	88.5
4	和歌山県	8:13	87.9
5	熊本県	8:15	87.4
43	山口県	8:38	87.3
44	東京都	8:41	85.2
45	兵庫県	8:44	85.0
46	京都府	8:52	83.9
47	沖縄県	8:58	91.1

仕事からの帰宅			
順位	都道府県	平均時刻 (時:分)	行動者率 (%)
	全国	18:58	86.6
1	高知県	18:15	86.6
2	和歌山県	18:16	87.9
3	宮崎県	18:22	88.3
4	新潟県	18:23	88.5
5	熊本県	18:25	87.4
43	兵庫県	19:17	85.0
44	東京都	19:18	85.2
45	埼玉県	19:22	85.7
45	奈良県	19:22	85.3
47	神奈川県	19:28	84.8