

平成 28 年社会生活基本調査 生活時間に関する結果 要約

● 社会生活基本調査とは

社会生活基本調査は、国民の生活時間の配分及び自由時間における主な活動について調査し、各種行政施策の基礎資料を得ることを目的とし、昭和 51 年の第 1 回調査以来 5 年ごとに実施している。

平成 28 年社会生活基本調査は、全国の 10 歳以上の約 20 万人を対象に、平成 28 年 10 月 20 日現在で実施した。

今回公表する結果は、生活時間の配分に関する結果である。

なお、詳細な行動分類による生活時間の結果は、平成 29 年 12 月に公表する予定である。

● ホームページ

<http://www.stat.go.jp/data/shakai/2016/index.htm>

1 夫と妻の家事関連時間

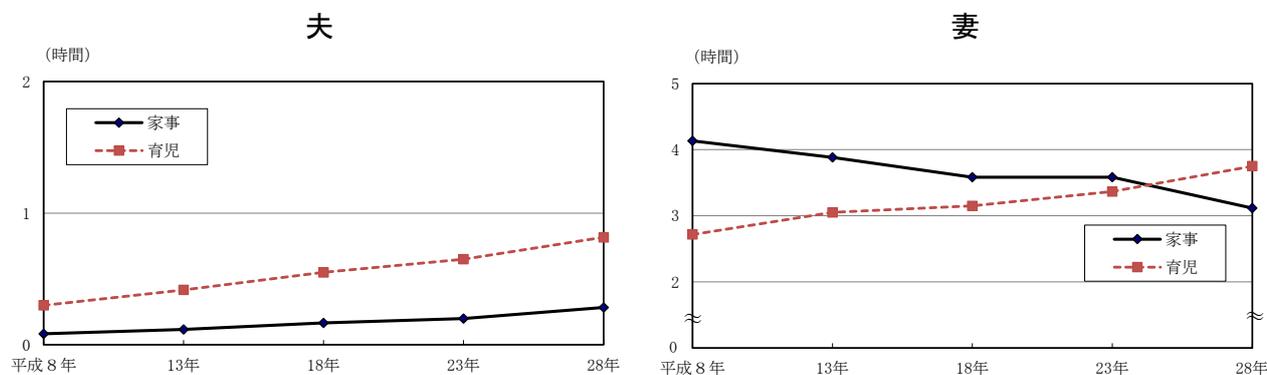
○ 6 歳未満の子供を持つ世帯の妻は、過去 20 年間で家事時間が 1 時間 1 分減少する一方、育児時間が 1 時間 2 分増加

表 1 6 歳未満の子供を持つ夫・妻の家事関連時間の推移（平成 8 年～28 年）
一週全体、夫婦と子供の世帯

(時間.分)

	夫					妻				
	平成 8 年	平成 13 年	平成 18 年	平成 23 年	平成 28 年	平成 8 年	平成 13 年	平成 18 年	平成 23 年	平成 28 年
家事関連	0.38	0.48	1.00	1.07	1.23	7.38	7.41	7.27	7.41	7.34
家事	0.05	0.07	0.10	0.12	0.17	4.08	3.53	3.35	3.35	3.07
介護・看護	0.01	0.01	0.01	0.00	0.01	0.03	0.03	0.03	0.03	0.06
育児	0.18	0.25	0.33	0.39	0.49	2.43	3.03	3.09	3.22	3.45
買い物	0.14	0.15	0.16	0.16	0.16	0.44	0.42	0.40	0.41	0.36

図 1 6 歳未満の子供を持つ夫・妻の家事時間、育児時間の推移（平成 8 年～28 年）
一週全体、夫婦と子供の世帯

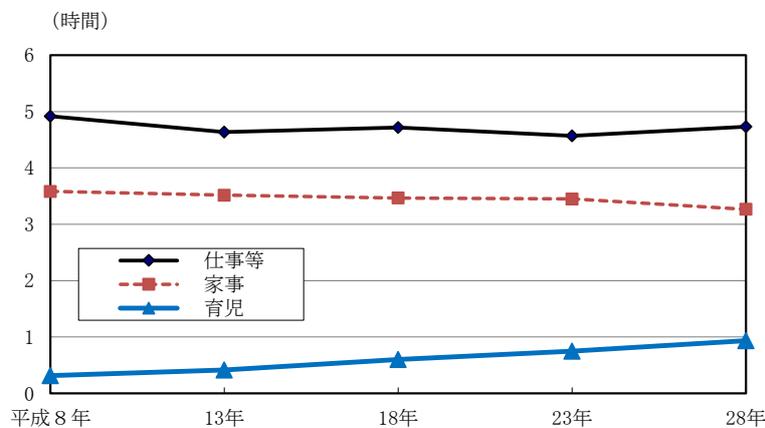


○ 共働き世帯の妻の生活時間は、仕事等¹⁾が横ばい、家事が減少する一方、育児は過去20年間で37分の増加

表2 共働きか否か、行動の種類別生活時間の推移（平成8年～28年）
一週全体、夫婦と子供の世帯の夫・妻

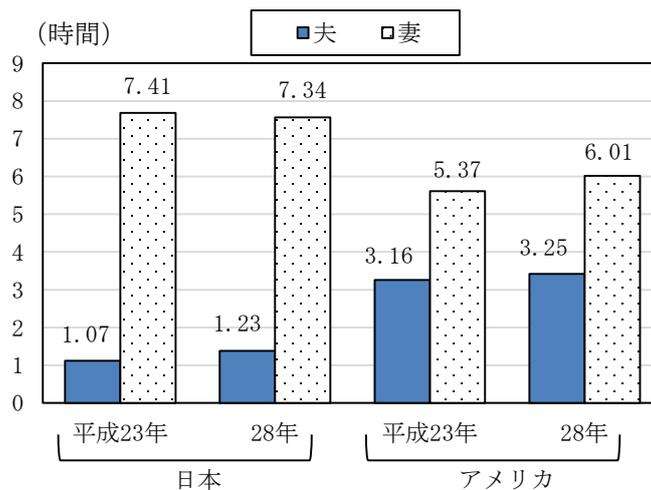
		共働き世帯					夫が有業で妻が無業の世帯				
		平成8年	平成13年	平成18年	平成23年	平成28年	平成8年	平成13年	平成18年	平成23年	平成28年
夫	仕事等	8.14	8.02	8.22	8.30	8.31	8.12	8.11	8.19	8.22	8.16
	家事関連	0.20	0.26	0.33	0.39	0.46	0.27	0.35	0.42	0.46	0.50
	うち家事	0.07	0.09	0.11	0.12	0.15	0.05	0.07	0.08	0.09	0.10
	育児	0.03	0.05	0.08	0.12	0.16	0.08	0.13	0.17	0.19	0.21
妻	仕事等	4.55	4.38	4.43	4.34	4.44	0.03	0.04	0.02	0.04	0.06
	家事関連	4.33	4.37	4.45	4.53	4.54	7.30	7.34	7.34	7.43	7.56
	うち家事	3.35	3.31	3.28	3.27	3.16	5.02	4.49	4.42	4.43	4.35
	育児	0.19	0.25	0.36	0.45	0.56	1.30	1.48	1.57	2.01	2.24

図2 行動の種類別生活時間の推移（平成8年～28年）一週全体、共働き世帯の妻



(参考) 家事関連時間の日米比較

図3 6歳未満の子供のいる夫・妻の家事関連時間（日本、アメリカ）（平成23年、28年）
一週全体、15歳以上



出典：日本は「平成28年社会生活基本調査 生活時間に関する結果」

※ 家事関連時間：「家事」、「介護・看護」、「育児」及び「買い物」の時間（週全体）

アメリカはU.S. Bureau of Labor Statistics (BLS), "American Time Use Survey - 2016 Results"

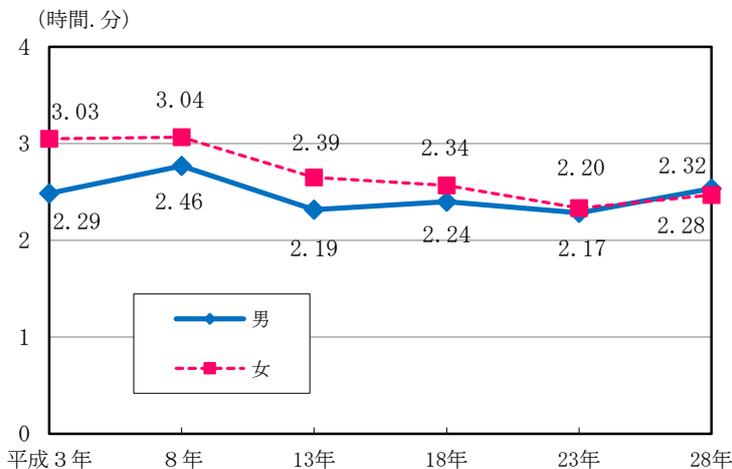
※ 家事関連時間：「家事」、「買い物（物・サービス）」及び「家族のケア（育児を含む）」

1) 「通勤・通学」、「仕事」及び「学業」

2 介護・看護時間

○ 介護者¹⁾における介護・看護時間は、男性はおおむね横ばい、女性はおおむね減少傾向で推移。平成28年は男性が2時間32分、女性が2時間28分と初めて男性が女性を上回る

図4 介護者の介護・看護の行動者平均時間の推移（平成3年～28年）一週全体、15歳以上



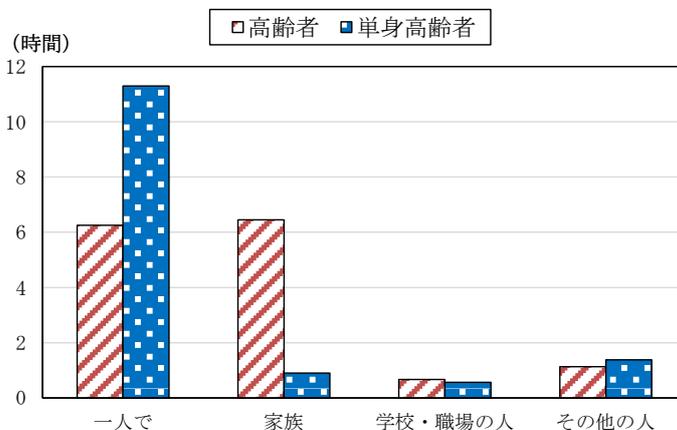
3 高齢者の生活時間

○ 単身高齢者は、一人でいた時間が11時間18分と1日の大半を占めている

表3 一緒にいた人²⁾別睡眠を除く生活時間（平成23年、28年）一週全体、65歳以上

	高齢者			うち単身高齢者		
	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減
睡眠を除く生活時間	15.40	15.52	0.12	15.41	15.56	0.15
一人で	6.38	6.15	-0.23	12.00	11.18	-0.42
家族 ³⁾	6.46	6.27	-0.19	1.00	0.54	-0.06
学校・職場の人	0.32	0.40	0.08	0.27	0.34	0.07
その他の人	1.13	1.08	-0.05	1.31	1.23	-0.08

図5 一緒にいた人別睡眠を除く生活時間（平成28年）一週全体、65歳以上



1) 15歳以上でふだん家族を介護している人

2) 複数回答あり。

3) 世帯外の家族を含む。

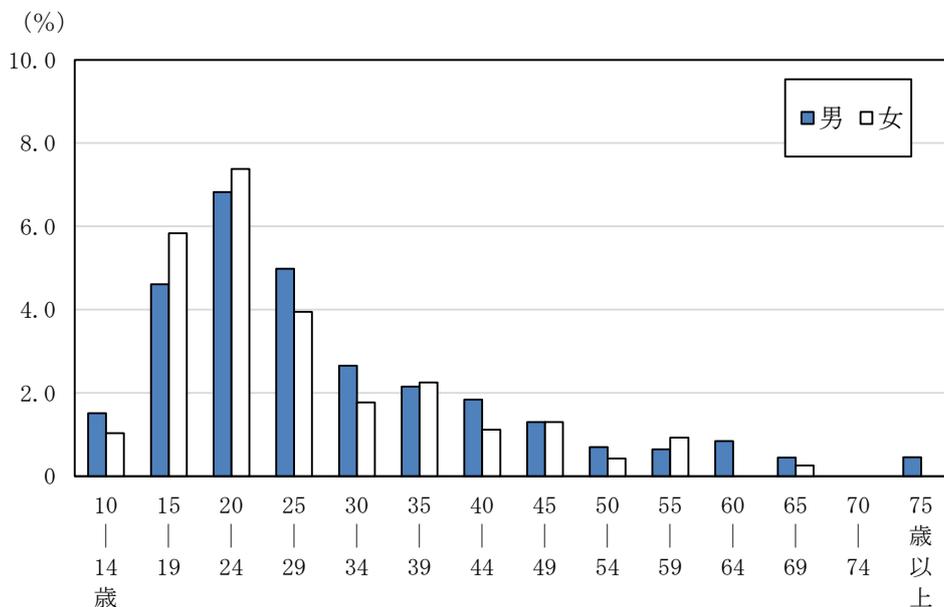
4 スマートフォン・パソコンなどの使用状況

○ スマートフォン・パソコンなどを使用した人のうち、使用時間が12時間以上の人は153万2千人で全体の2.3%。20～24歳では7.1%が使用時間12時間以上

表4 スマートフォン・パソコンなどを12時間以上使用した人の人数及び割合（平成28年）
—男女、年齢階級別、週全体

	(千人)			(%)		
	総数	男	女	総数	男	女
総数	1532	801	731	2.3	2.4	2.2
10-14歳	41	25	16	1.3	1.5	1.0
15-19歳	270	122	147	5.2	4.6	5.8
20-24歳	384	185	198	7.1	6.8	7.4
25-29歳	246	137	109	4.5	5.0	3.9
30-34歳	137	82	55	2.2	2.7	1.8
35-39歳	149	72	76	2.2	2.1	2.2
40-44歳	114	70	44	1.5	1.8	1.1
45-49歳	90	45	45	1.3	1.3	1.3
50-54歳	29	18	12	0.5	0.7	0.4
55-59歳	35	14	21	0.8	0.6	0.9
60-64歳	18	15	...	0.5	0.8	...
65-69歳	12	8	4	0.4	0.5	0.3
70-74歳	3	0.2
75歳以上	5	4	...	0.3	0.5	...

図6 スマートフォン・パソコンなどを12時間以上使用した人の割合（平成28年）
—男女、年齢階級別、週全体



注) ここでいう「スマートフォン・パソコンなど」とは、スマートフォン・パソコンのほか、スマートフォン以外の携帯電話、タブレット型端末を含む。

注) ここでいう「スマートフォン・パソコンなどの使用」とは、学業、仕事以外の目的で使用した場合をいう。

注) 「…」は、サンプルサイズが10未満で、結果精度の観点から表章していない箇所である。