

平成 28 年社会生活基本調査 詳細行動分類による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 年調査は、調査票 A 及び調査票 B の 2 種類の調査票を用い、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、約 1 万人を対象とした調査票 B に基づく詳細行動分類による生活時間の配分に関する結果であり、HETUS（EU 統一生活時間調査）の行動分類と比較が可能なものとなっている。

● 用語

- 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時間
- 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時間
- 行動者率……該当する種類の行動をした人の割合（％）
- 同時行動……主にしていた行動のほか同時にしていた行動
- 詳細行動分類……調査票 B の集計においては、行動の種類を大分類 6、中分類 22、小分類 90 に区分している。大分類の内容は以下のとおり。
 - ・ 有償労働……収入を目的とする仕事。副業として行った仕事や通勤を含む。
 - ・ 無償労働……家事、育児、ボランティア活動など収入を目的としない仕事
 - ・ 学業、学習・自己啓発・訓練……学校で行う学業や自由時間に行う学業、学習・自己啓発・訓練。通学を含む。
 - ・ 個人的ケア……睡眠、入浴などの身体的ケア、食事などに関する行動
 - ・ 自由時間……交際、趣味、スポーツ、テレビなど各人が自由に使える時間における行動
 - ・ その他……上記以外の行動

1 同時行動

- 同時行動（主にしていた行動のほか同時にしていた行動）の種類別行動者率をみると、5 年前に比べ、「テレビ」が 4.6 ポイント低下する一方、スマートフォンなどの使用（「コンピュータの使用¹⁾」）が 17.6 ポイント上昇

表 1 同時行動の種類別行動者率（平成 23 年、28 年）一週全体

同時行動の種類	平成23年 (%)	平成28年 (%)	増減 (ポイント)
テレビ	47.5	42.9	-4.6
コンピュータの使用	3.9	21.5	17.6
衣類等の手入れ	11.3	10.0	-1.3
新聞・雑誌	8.3	7.6	-0.7
軽飲食	6.1	6.2	0.1
CD・音声ファイル ²⁾	3.9	5.4	1.5
ラジオ	6.2	5.2	-1.0

※ 平成 28 年の同時行動の行動者率が 5%以上の同時行動（小分類）を掲載

1) 「コンピュータの使用」には、パソコンのほか、スマートフォン、スマートフォン以外の携帯電話、タブレット型端末などによるインターネットの使用等が含まれる。

2) 「CD・音声ファイル」は、平成 23 年は「CD・カセットテープ」として分類している。

○ 昼食時にスマートフォンなどのコンピュータを使用した人の割合は8.0%と5年前より7.4ポイント上昇

表2 主行動、同時行動の種類別行動者率（平成23年、28年）一週全体

主行動の種類	平成28年 (%)					平成23年 (%)				
	同時行動を伴う行動者率	1位		2位		同時行動を伴う行動者率	1位		コンピュータの使用	行動者率
		同時行動の種類	行動者率	同時行動の種類	行動者率		同時行動の種類	行動者率		
総数	69.6	テレビ	42.9	コンピュータの使用	21.5	65.7	テレビ	47.5	コンピュータの使用	3.9
有償労働	10.5	コンピュータの使用	4.3	CD・音声ファイル	1.5	5.7	ラジオ	1.5	コンピュータの使用	0.4
通勤	7.4	コンピュータの使用	4.0	CD・音声ファイル	1.3	3.1	ラジオ	0.9	コンピュータの使用	0.2
無償労働	27.3	テレビ	13.8	衣類等の手入れ	5.4	27.8	テレビ	15.9	コンピュータの使用	0.5
食事の管理	17.2	テレビ	10.1	衣類等の手入れ	3.8	19.6	テレビ	11.7	コンピュータの使用	0.2
住まいの手入れ・整理	7.5	テレビ	2.6	衣類等の手入れ コンピュータの使用	1.3	7.7	テレビ	3.1	コンピュータの使用	0.0
衣類等の手入れ	7.6	テレビ	3.7	住まいの手入れ・整理	0.9	7.3	テレビ	3.8	コンピュータの使用	0.1
個人的ケア	56.0	テレビ	38.6	コンピュータの使用	13.8	51.9	テレビ	42.3	コンピュータの使用	1.1
身の回りの用事(自分 自身や家族等が行うもの)	14.6	テレビ	8.0	衣類等の手入れ	1.9	11.4	テレビ	6.8	コンピュータの使用	0.1
朝食	27.9	テレビ	19.0	コンピュータの使用	3.1	27.2	テレビ	20.7	コンピュータの使用	0.1
昼食	25.2	テレビ	12.6	コンピュータの使用	8.0	19.9	テレビ	14.5	コンピュータの使用	0.6
夕食	31.5	テレビ	24.6	コンピュータの使用	3.8	30.7	テレビ	26.9	コンピュータの使用	0.2
軽飲食	8.9	テレビ	3.9	コンピュータの使用	2.7	7.9	テレビ	4.7	コンピュータの使用	0.2
自由時間	28.8	テレビ	7.5	軽飲食	4.3	28.9	テレビ	8.5	コンピュータの使用	2.4
テレビ	16.8	軽飲食	2.8	新聞・雑誌	2.7	15.9	新聞・雑誌	3.0	コンピュータの使用	1.9
その他	6.5	コンピュータの使用	2.2	テレビ	1.6	4.7	テレビ	1.9	コンピュータの使用	0.1

※ 平成28年の同時行動を伴う主行動の行動者率が5%以上の主行動（大分類及び小分類）を掲載

2 スマートフォン・パソコンなどの使用

○ 家事時間及び育児時間にスマートフォン・パソコンなどを使用した人の割合は女性が男性よりも高いが、使用した時間は男性の方が女性よりも長い

表3 男女、行動の種類別スマートフォン・パソコンなどの使用の行動者率及び行動者平均時間（平成28年）一週全体

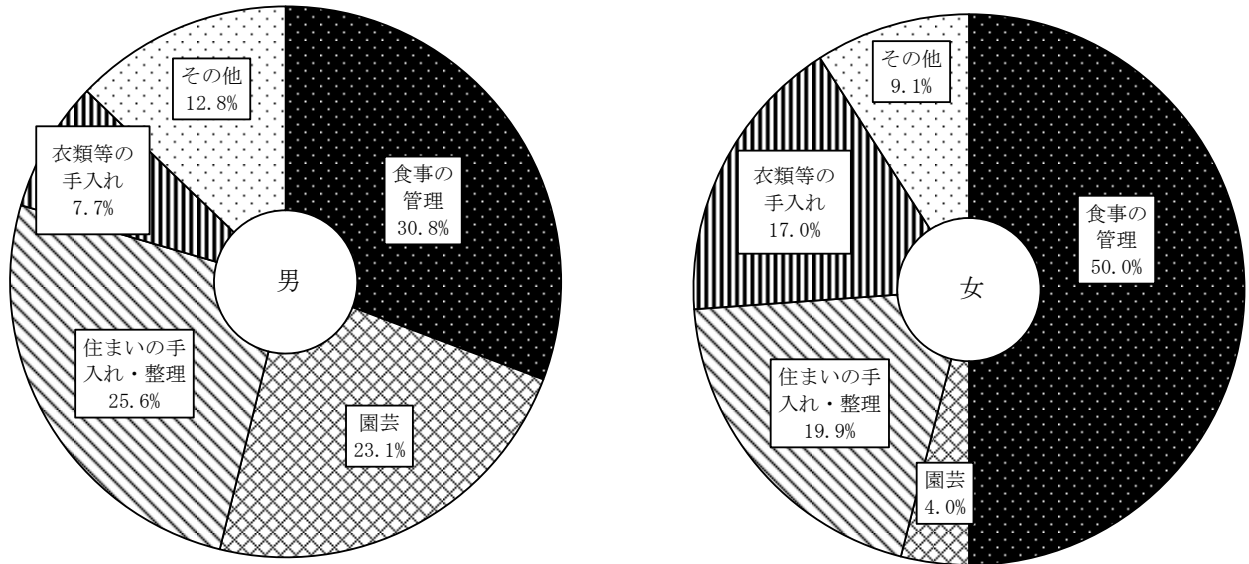
スマートフォン・パソコン などを使用した行動の種類	行動者率 (%)			行動者平均時間 (時間. 分)		
	総数	男	女	総数	男	女
総数	50.4	53.8	47.2	3.35	4.12	2.54
有償労働	13.1	18.2	8.4	4.59	5.12	4.32
無償労働	6.2	4.1	8.1	0.44	0.54	0.39
家事	3.7	2.0	5.4	0.38	1.07	0.32
育児	1.0	0.5	1.4	0.38	1.01	0.30
買い物・サービスの利用	1.9	1.5	2.2	0.33	0.33	0.33
学業, 学習・自己啓発・訓練	2.0	2.0	1.9	2.01	2.22	1.49
個人的ケア	11.0	10.2	11.8	0.33	0.30	0.35
自由時間	45.0	47.1	43.0	2.11	2.27	1.55
交際	8.1	6.4	9.8	0.56	1.05	0.49
教養・趣味・娯楽	34.5	37.5	31.7	1.46	1.58	1.31
マスメディア利用	21.5	21.6	21.3	1.22	1.33	1.12
その他	1.6	1.3	1.9	0.48	0.47	0.47

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。

3 無償労働

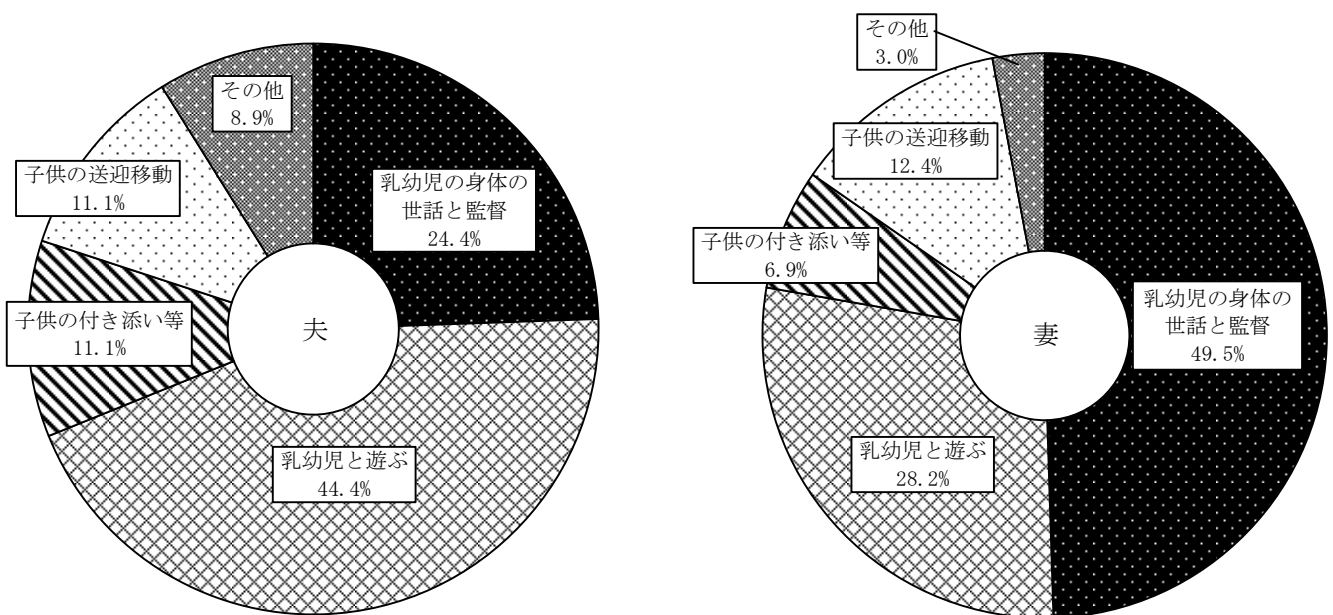
○ 家事時間は男女共に「食事の管理」が最も長く、女性では家事時間の50.0%を占める

図1 男女別家事時間の構成比（平成28年）一週全体



○ 6歳未満の子供を持つ夫・妻について、夫の育児時間は「乳幼児と遊ぶ」が約4割、妻の育児時間は「乳幼児の身体の手入れと監督」が約半分を占める

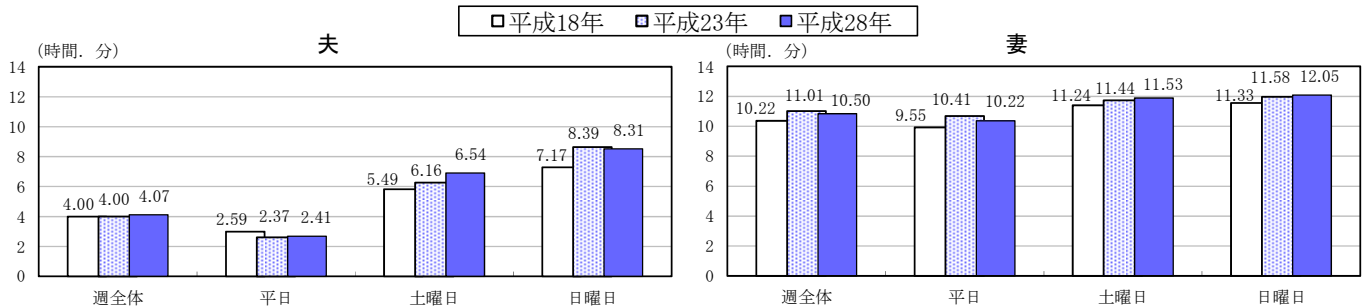
図2 6歳未満の子供を持つ夫・妻の育児時間の構成比（平成28年）一週全体、夫婦と子供の世帯



4 一緒にいた人

○ 6歳未満の子供がいる夫・妻が子供と一緒にいた時間について、過去10年間の推移をみると、夫・妻共に土曜日及び日曜日の子供と一緒にいた時間が増加傾向

図3 曜日別6歳未満の子供を持つ夫・妻の子供と一緒にいた時間（平成18年～28年）
—子供がいる世帯の夫・妻



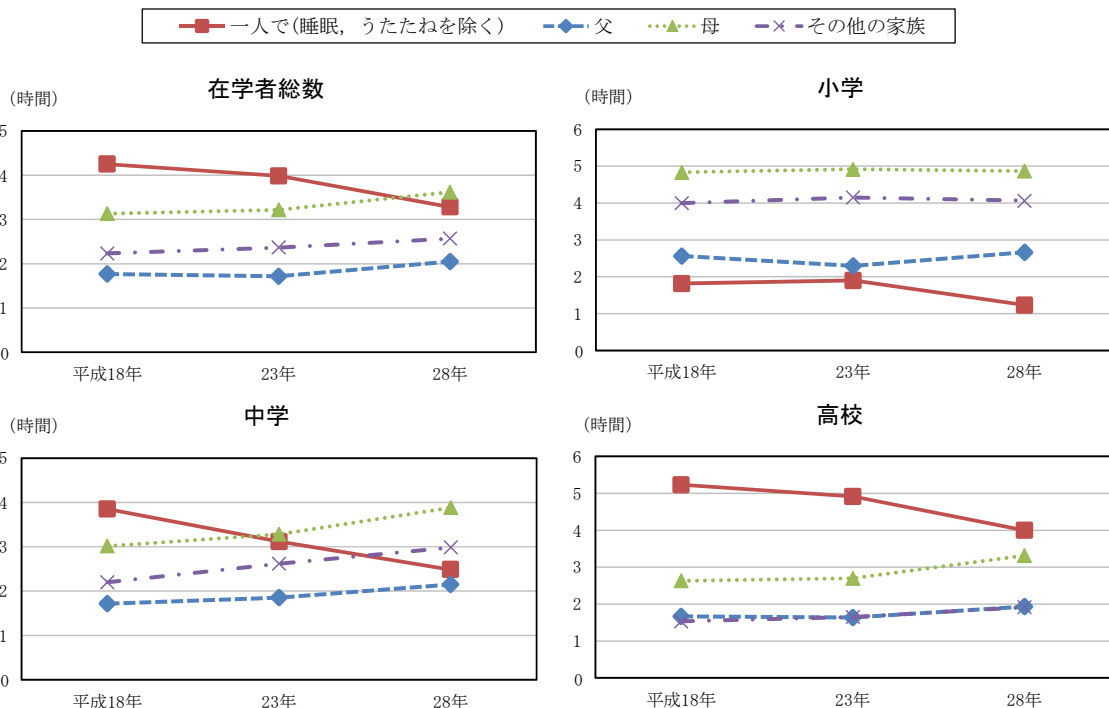
○ 過去10年間で在学者¹⁾（10歳以上）が家族と一緒にいた時間は増加しており、特に母と一緒にいた時間が増加。一方、一人でいた時間は減少

表4 一緒にいた人、学校の種類別生活時間（平成18年～28年）—週全体、子供のうち在学者（10歳以上）

	在学者総数				小学				中学				高校			
	平成18年	平成23年	平成28年	増減	平成18年	平成23年	平成28年	増減	平成18年	平成23年	平成28年	増減	平成18年	平成23年	平成28年	増減
父	1.46	1.43	2.03	0.17	2.34	2.18	2.40	0.06	1.43	1.51	2.09	0.26	1.40	1.38	1.56	0.16
母	3.08	3.13	3.37	0.29	4.50	4.55	4.52	0.02	3.01	3.17	3.53	0.52	2.38	2.42	3.19	0.41
その他の家族	2.14	2.22	2.34	0.20	4.00	4.09	4.04	0.04	2.12	2.37	2.59	0.47	1.32	1.39	1.55	0.23
学校・職場・その他の人	7.46	7.40	7.52	0.06	7.31	6.56	7.50	0.19	8.02	8.18	8.16	0.14	7.51	7.43	8.01	0.10
一人で(睡眠, うたたねを除く)	4.15	3.59	3.17	-0.58	1.49	1.54	1.14	-0.35	3.51	3.07	2.29	-1.22	5.14	4.55	4.00	-1.14

※ 「増減」欄は平成18年からの増減

図4 一緒にいた人、学校の種類別生活時間（平成18年～28年）—週全体、子供のうち在学者（10歳以上）



注) 一緒にいた人は複数回答あり

1) 「小学」、「中学」、「高校」、「短大・高専」、「大学」、「大学院」、「専門学校」などの学校に在学している者