

平成18年社会生活基本調査 生活時間に関する結果概要

1 1日の生活時間

(1) 概観

埼玉県に住んでいる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35分、2次活動²⁾時間が7時間16分、3次活動³⁾時間が6時間9分となっている。

平成13年と比べると、1次活動時間は3分の増加、2次活動時間は10分の増加、3次活動時間は13分減少した。（表1）

これを男女別にみると、男性は1次活動時間が10時間29分、2次活動時間が7時間20分、3次活動時間が6時間11分、女性は1次活動時間が10時間41分、2次活動時間が7時間12分、3次活動時間が6時間7分となっており、1次活動時間は女性の方が長く、2次及び3次活動時間は男性の方が長くなっている。

表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	10.32	10.35	0.03	10.28	10.29	0.01	10.37	10.41	0.04
睡眠	7.37	7.37	0.00	7.44	7.43	-0.01	7.31	7.30	-0.01
身の回りの用事	1.13	1.15	0.02	1.05	1.06	0.01	1.22	1.25	0.03
食事	1.42	1.43	0.01	1.39	1.40	0.01	1.44	1.46	0.02
2次活動	7.06	7.16	0.10	7.10	7.20	0.10	7.02	7.12	0.10
通勤・通学	0.42	0.42	0.00	0.58	0.56	-0.02	0.26	0.27	0.01
仕事	3.36	3.42	0.06	4.59	5.06	0.07	2.12	2.17	0.05
学業	0.40	0.40	0.00	0.43	0.41	-0.02	0.37	0.38	0.01
家事	1.26	1.27	0.01	0.13	0.14	0.01	2.41	2.41	0.00
介護・看護	0.02	0.03	0.01	0.01	0.02	0.01	0.04	0.04	0.00
育児	0.15	0.16	0.01	0.03	0.04	0.01	0.27	0.28	0.01
買い物	0.24	0.27	0.03	0.13	0.16	0.03	0.35	0.37	0.02
3次活動	6.22	6.09	-0.13	6.22	6.11	-0.11	6.22	6.07	-0.15
移動（通勤・通学を除く）	0.37	0.31	-0.06	0.36	0.30	-0.06	0.38	0.32	-0.06
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.22	2.13	-0.09	2.26	2.14	-0.12	2.17	2.11	-0.06
休養・くつろぎ	1.17	1.22	0.05	1.14	1.19	0.05	1.20	1.25	0.05
学習・研究（学業以外）	0.13	0.15	0.02	0.14	0.16	0.02	0.13	0.15	0.02
趣味・娯楽	0.42	0.46	0.04	0.47	0.51	0.04	0.38	0.41	0.03
スポーツ	0.14	0.15	0.01	0.17	0.18	0.01	0.12	0.12	0.00
ボランティア活動・社会参加	0.04	0.05	0.01	0.04	0.04	0.00	0.05	0.05	0.00
交際・付き合い	0.28	0.19	-0.09	0.26	0.17	-0.09	0.30	0.21	-0.09
受診・診療	0.11	0.08	-0.03	0.08	0.08	0.00	0.13	0.09	-0.04
その他	0.14	0.15	0.01	0.11	0.13	0.02	0.16	0.17	0.01
(再掲)									
家事関連 ⁴⁾	2.07	2.13	0.06	0.30	0.36	0.06	3.47	3.50	0.03
休養等自由時間活動 ⁵⁾	3.39	3.35	-0.04	3.40	3.33	-0.07	3.37	3.36	-0.01
積極的自由時間活動 ⁶⁾	1.13	1.21	0.08	1.22	1.29	0.07	1.08	1.13	0.05

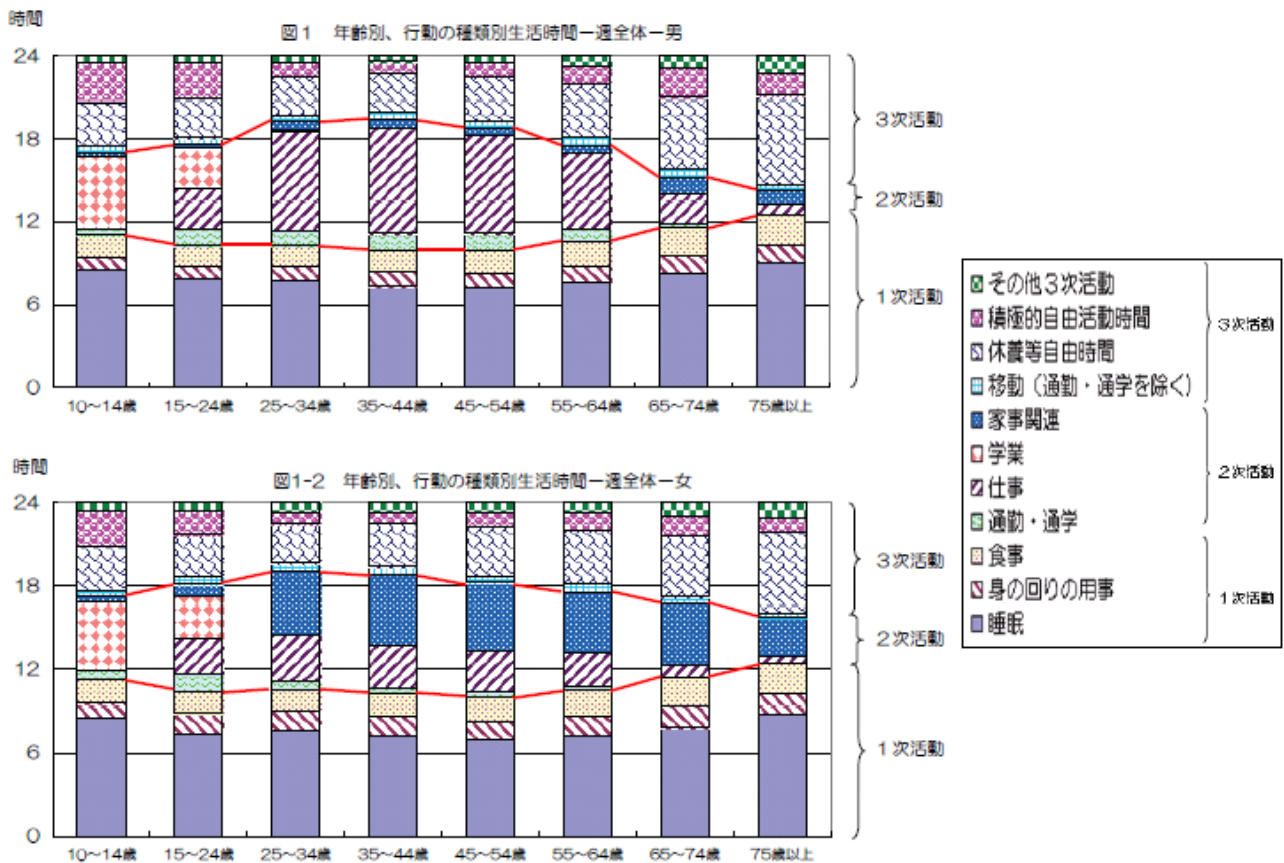
- 1) 睡眠、食事など生理的に必要な活動
- 2) 仕事、家事など社会生活を営む上で義務的な生活の強い活動
- 3) 1次活動、2次活動以外で各人が自由に使える時間における活動
- 4) 家事、介護・看護、育児及び買い物
- 5) テレビ・ラジオ・新聞・雑誌及び休養・くつろぎ
- 6) 学習・研究（学業以外）、趣味・娯楽、スポーツ及びボランティア活動・社会

(2) 年齢階級別の生活時間

年齢階級別に生活時間をみると、1次活動時間は、男性は35～44歳（9時間53分）、女性は45～54歳（10時間）が最も短く、男女共に75歳以上が最も長くなっている。

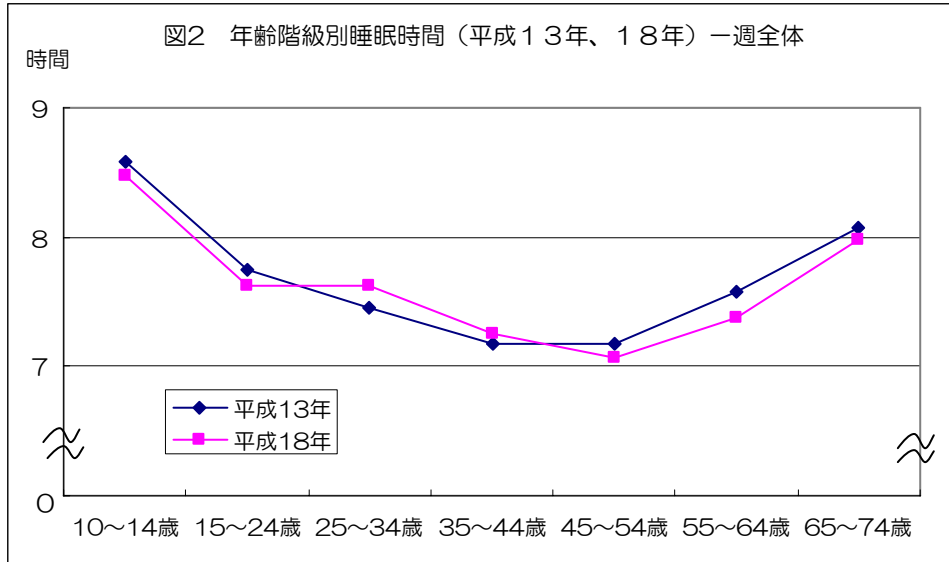
2次活動時間は、男女共に35～44歳（男性9時間32分、女性8時間33分）が最も長く、これより年齢階級が低い及び高いほど短くなっている。

3次活動時間は、男性は35～44歳（4時間35分）、女性は25～34歳（4時間58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）



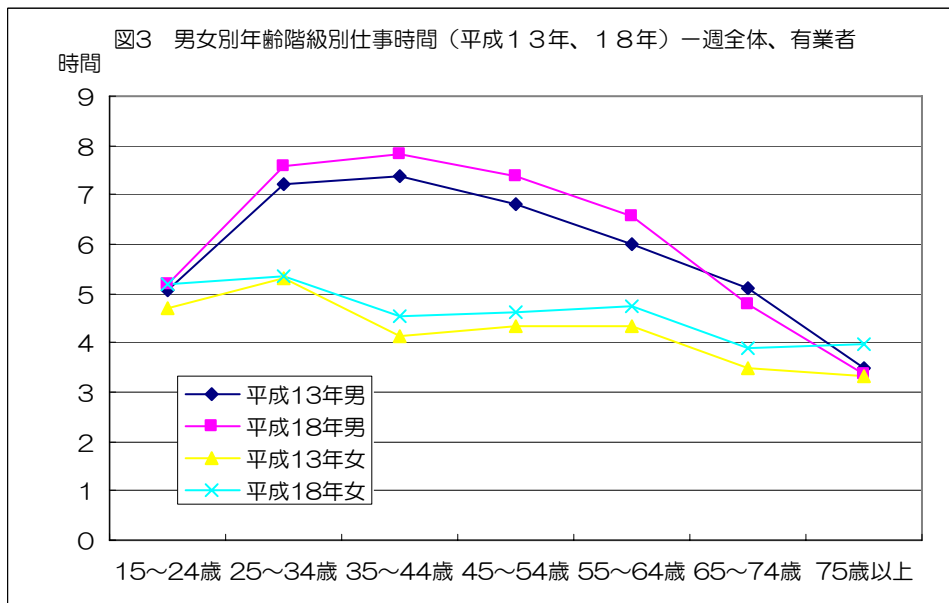
(3) 睡眠

睡眠時間は、7時間37分で、平成13年と変わらない。
 年齢階級別にみると、25～34歳及び35～44歳は増加したが、他の年齢階級では減少した。
 (図2)



(4) 仕事

有業者の仕事時間は男性が6時間55分、女性が4時間48分で、平成13年と比べると、男性が22分、女性が15分増加した。
 男女別年齢階級別にみると、男性の65～74歳及び75歳以上を除くすべての階級で増加し、女性はすべての階級で増加した。(図3)

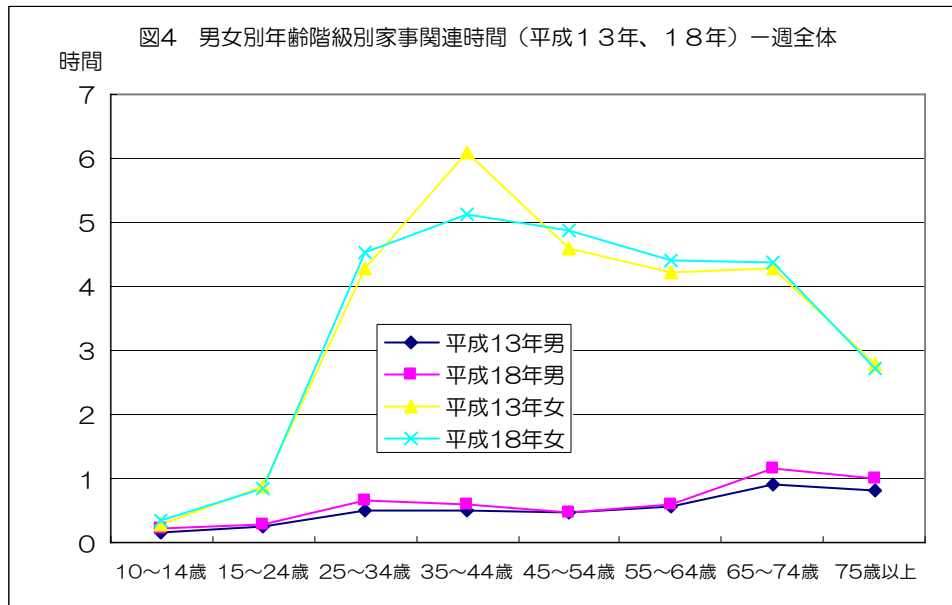


(5) 家事関連

家事関連時間は、2時間13分で、平成13年に比べると6分増加した。

男女別の家事関連時間は、男性が36分、女性が3時間50分で、男女の間に大きな差がある。

男女別年齢階級別にみると、男性は45～54歳を除くすべての年齢階級で増加、女性は15～24歳、35～44歳及び75歳以上で減少、特に35～44歳は大きく減少した。(図4)



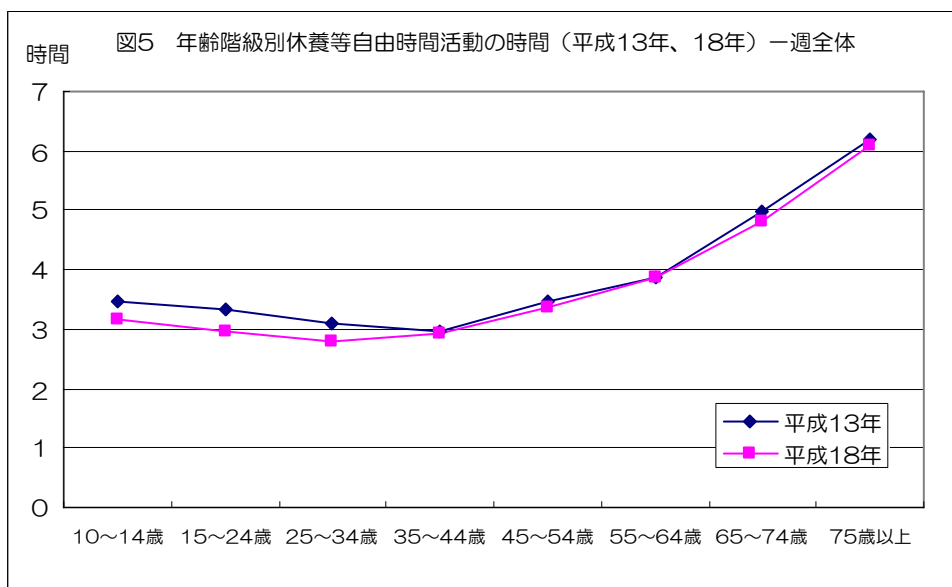
(6) 自由活動時間

ア 休養等自由時間活動

休養等自由時間活動の時間は、3時間35分で、平成13年に比べると4分減少した。

このうち、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌に費やす時間は2時間13分で、平成13年と比べると9分減少した。

年齢階級別にみると55～64歳を除くすべての年齢階級で減少した。(図5)



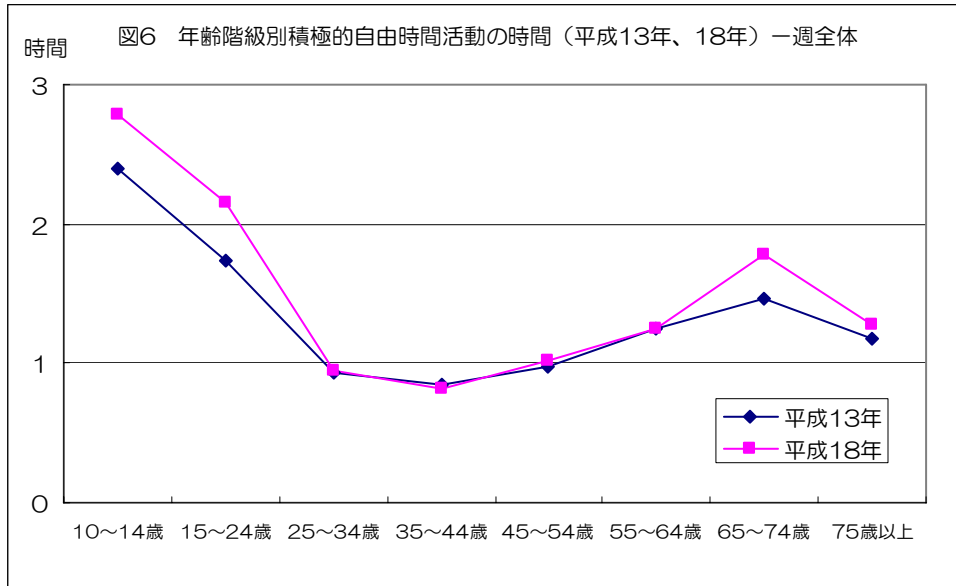
イ 積極的自由時間活動

積極的自由時間活動の時間は1時間21分で平成13年に比べると8分増加した。

このうち趣味・娯楽に費やす時間は46分で、平成13年に比べると4分増加した。

年齢階級別にみると、35～44歳及び55～64歳を除きすべての年齢階級で増加した。

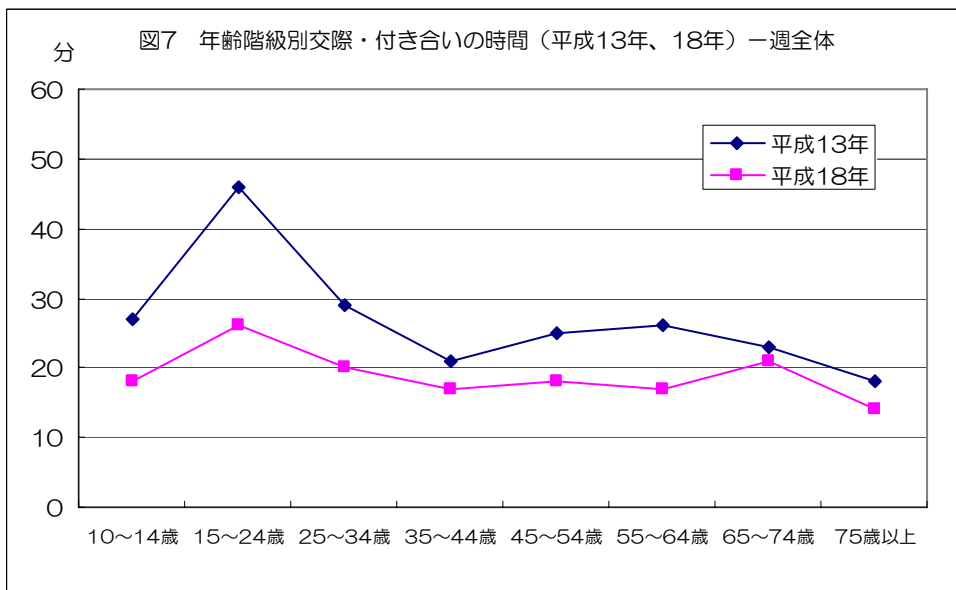
(図6)



ウ 交際・付き合い

交際・付き合いの時間は19分で平成13年に比べると9分減少した。

年齢階級別にみると、すべての年齢階級で減少、特に15～24歳は20分と大きく減少した。(図7)



2 主な属性別にみた生活時間

(1) 在学者

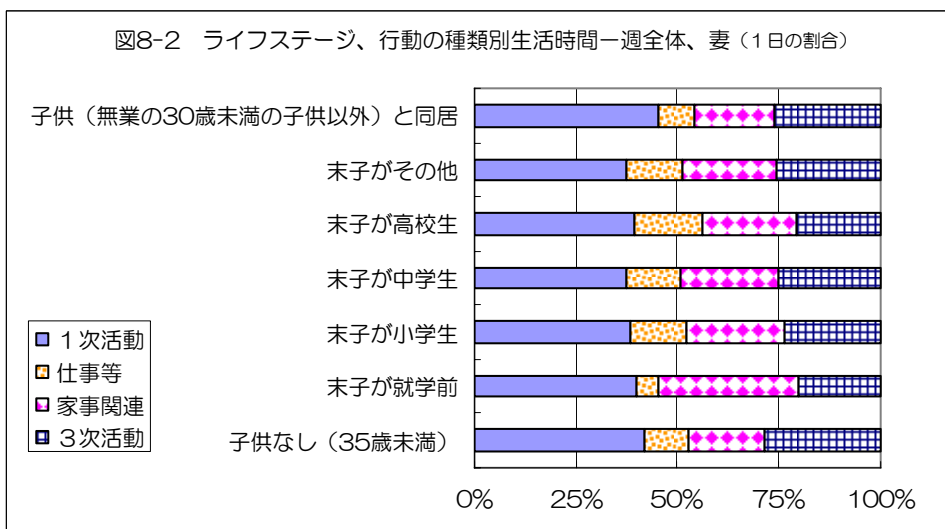
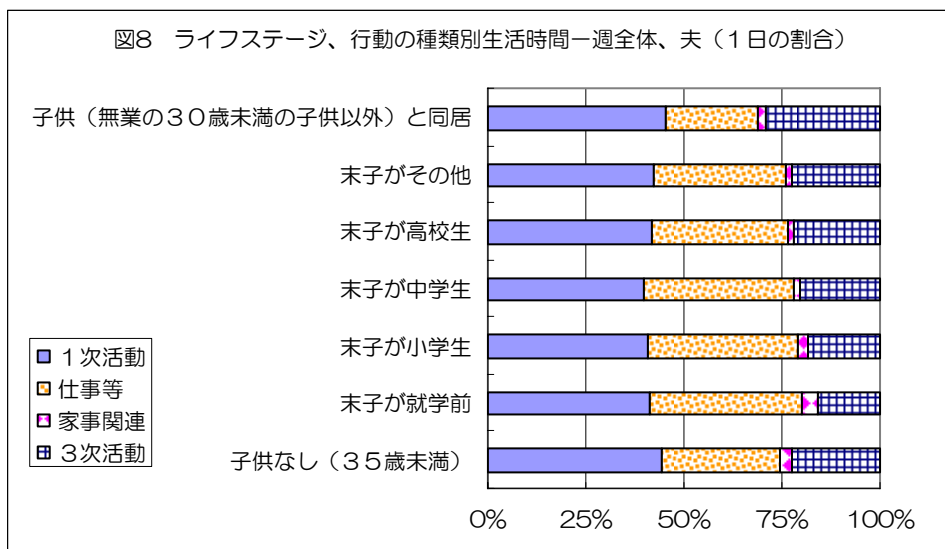
学習時間は、高校生の男子が最も長い。

表2 男女、在学する学校の種類別学習時間一週全体、在学者

	総数	男	女
総数	4:55	4:54	4:57
小学生	4:44	4:51	4:35
中学生	5:42	5:39	5:43
高校生	5:37	5:47	5:27
その他の在学者	3:40	3:29	3:49

(2) 夫と妻

妻の2次活動時間は、末子が就学前と就学後では家事関連時間に大きな差がある。就学後は上級の学校になるほど2次活動にしめる仕事等の時間が長くなる傾向がみられる。(図8)



注) 仕事等…通勤・通学、仕事及び学業

3 主な行動の平均時間

表3 主な行動の平均時刻及び順位—都道府県

(時：分)

都道府県	平均起床時刻	順位	平均朝食開始時刻	順位	平均出勤時刻	順位	平均帰宅時刻	順位	平均夕食開始時刻	順位	平均就寝時刻	順位
全国	6.39	—	7.12	—	8.28	—	18.58	—	19.09	—	23.16	—
北海道	6.38	35	7.16	40	8.35	39	18.49	28	18.46	1	23.04	17
青森県	6.22	1	7.04	4	8.05	2	18.31	7	18.49	3	22.32	1
岩手県	6.22	1	7.08	15	8.20	12	18.33	8	18.52	5	22.37	2
宮城県	6.43	40	7.16	40	8.29	26	19.00	36	19.02	19	23.10	34
秋田県	6.29	9	7.12	28	8.24	20	18.45	25	18.48	2	22.42	3
山形県	6.38	35	7.18	43	8.25	21	18.37	10	18.56	9	22.46	4
福島県	6.24	3	7.05	8	8.23	16	18.42	20	18.59	14	22.50	5
茨城県	6.28	7	7.06	11	8.21	15	18.44	22	19.11	36	23.05	21
栃木県	6.36	29	7.07	13	8.33	35	18.56	35	19.08	29	23.10	34
群馬県	6.39	37	7.13	32	8.26	23	18.41	19	19.10	32	23.07	29
埼玉県	6.40	39	7.09	20	8.23	16	19.22	45	19.18	43	23.22	38
千葉県	6.33	17	7.07	13	8.18	6	19.09	40	19.16	41	23.18	36
東京都	6.52	47	7.24	47	8.41	44	19.18	44	19.18	43	23.40	47
神奈川県	6.39	37	7.13	32	8.20	12	19.28	47	19.25	46	23.32	45
新潟県	6.24	3	7.04	4	8.09	3	18.23	4	19.00	16	22.51	6
富山県	6.24	3	7.04	4	8.18	6	18.38	12	19.05	24	22.55	9
石川県	6.27	6	7.12	28	8.19	9	18.49	28	19.10	32	23.05	21
福井県	6.28	7	7.03	3	8.18	6	18.38	12	19.05	24	22.59	13
山梨県	6.36	29	7.13	32	8.32	33	18.51	31	19.03	20	23.04	17
長野県	6.30	11	7.08	15	8.20	12	18.42	20	19.07	28	23.02	16
岐阜県	6.30	11	7.05	8	8.04	1	18.45	25	19.03	20	23.09	32
静岡県	6.31	13	7.02	1	8.26	23	18.48	27	18.53	6	23.08	31
愛知県	6.37	32	7.10	23	8.34	37	19.09	40	19.10	32	23.24	40
三重県	6.34	21	7.09	20	8.23	16	18.50	30	19.03	20	23.07	29
滋賀県	6.45	41	7.13	32	8.33	35	19.04	37	19.13	37	23.25	41
京都府	6.51	46	7.21	46	8.52	46	19.05	38	19.10	32	23.37	46
大阪府	6.48	44	7.20	44	8.30	30	18.54	34	19.13	37	23.31	44
兵庫県	6.47	43	7.12	28	8.44	45	19.17	43	19.09	30	23.26	42
奈良県	6.37	32	7.12	28	8.29	26	19.22	45	19.17	42	23.20	37
和歌山県	6.33	17	7.10	23	8.13	4	18.16	2	18.54	7	23.01	15
鳥取県	6.36	29	7.13	32	8.37	41	18.39	15	19.06	26	23.06	25
島根県	6.32	15	7.06	11	8.32	33	18.37	10	19.04	23	22.53	8
岡山県	6.37	32	7.08	15	8.26	23	18.39	15	19.06	26	23.09	32
広島県	6.33	17	7.04	4	8.19	9	18.38	12	19.14	39	23.05	21
山口県	6.34	21	7.02	1	8.38	43	18.52	33	18.59	14	23.04	17
徳島県	6.35	25	7.11	25	8.29	26	18.39	15	18.55	8	23.06	25
香川県	6.33	17	7.08	15	8.30	30	18.44	22	18.58	11	23.06	25
愛媛県	6.35	25	7.11	25	8.34	37	18.27	6	18.51	4	23.04	17
高知県	6.31	13	7.14	38	8.25	21	18.15	1	18.58	11	22.55	9
福岡県	6.45	41	7.16	40	8.37	41	19.11	42	19.18	43	23.30	43
佐賀県	6.34	21	7.11	25	8.19	9	18.39	15	19.09	30	23.05	21
長崎県	6.34	21	7.13	32	8.29	26	18.51	31	19.00	16	23.06	25
熊本県	6.35	25	7.14	38	8.15	5	18.25	5	18.58	11	22.58	11
大分県	6.35	25	7.08	15	8.36	40	18.33	8	18.57	10	22.58	11
宮崎県	6.29	9	7.05	8	8.23	16	18.22	3	19.01	18	22.52	7
鹿児島県	6.32	15	7.09	20	8.30	30	18.44	22	19.14	39	22.59	13
沖縄県	6.50	45	7.20	44	8.58	47	19.05	38	19.29	47	23.22	38