

平成 28 年社会生活基本調査

— 生活時間に関する結果 —

【 静 岡 県 の 概 要 】

静岡県経営管理部情報統計局統計調査課

－ 利用上の主な用語 －

1日の行動を20種類に分類して調査した。20種類の行動を3つの活動にまとめた。本文中の該当用語には、必要に応じて「家事関連^{※5}」等の記載をした。

- ※1 1次活動…睡眠、食事など生理的に必要な活動
- ※2 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 3次活動…上記以外で各人が自由に使える時間における活動
- ※4 仕事等……通勤・通学、仕事、学業
- ※5 家事関連…家事、介護・看護、育児、買い物
- ※6 自由時間(休養等) …テレビ・ラジオ・新聞・雑誌、休養・くつろぎ
- ※7 自由時間(趣味等) …学習・自己啓発・訓練(学業以外)、趣味・娯楽、スポーツ、ボランティア活動・社会参加活動
- ※8 有業者……15歳以上のふだん仕事をしている者(休職者を含む)
- ※9 スマートフォン・パソコンなど…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(今回調査で初めて実施)

－ 利用上の注意 －

この結果の概要では、特断の記載がない限り、10歳以上の週全体の総平均時間(該当する種類の行動をしなかった人を含む全員の平均)を記載している。

目 次

(頁)

第1	一日の生活時間の配分	
1	概 観	1
2	年齢階級別にみる生活時間	3
第2	1次活動	
1	睡 眠	4
2	身の回りの用事	5
3	食 事	6
第3	2次活動	
1	仕 事	7
2	家事関連	8
第4	3次活動	
1	自由時間(休養等)	10
2	自由時間(趣味等)	11
3	交際・付き合い	12
第5	スマートフォン・パソコンなどの使用状況	
1	スマートフォン・パソコンなどを使用した人の割合	14
2	スマートフォン・パソコンなどの使用時間	15
3	スマートフォン・パソコンなどの使用目的別行動率	15
第6	生活時間の全国比較	
1	1次活動時間	16
2	2次活動時間	16
3	3次活動時間	16
4	スマートフォン・パソコンなどの使用割合	17
第7	主な行動の平均時刻	
1	1次活動(起床、朝食開始、夕食開始、就寝)の平均時刻	18
2	2次活動(出勤、帰宅)の平均時刻	18

第1 一日の生活時間の配分

1 概観

(1) 平成23年と比べると1次活動時間は増減なし、2次活動時間は減少、3次活動時間は増加

本県に住んでいる10歳以上の人について、一日の生活時間（週全体平均。以下「週全体」という。）をみると、1次活動^{*1}時間は10時間38分、2次活動^{*2}時間は6時間49分、3次活動^{*3}時間は6時間33分となっている。

平成23年と比べると、1次活動時間は増減なし、2次活動時間は9分の減少、3次活動時間は9分の増加となっている。（表1-1）

(2) 生活時間の男女差は、1次、2次及び3次活動時間とも拡大

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33分、2次活動時間が6時間31分、3次活動時間が6時間56分、女性は1次活動時間が10時間43分、2次活動時間が7時間06分、3次活動時間が6時間11分となっている。1次活動時間の男女差は比較的小さいが、2次活動時間は女性が35分長く、3次活動時間は男性が45分長くなっている。

平成23年と比べると、男性は1次活動時間及び2次活動時間がそれぞれ3分と14分の減少、3次活動時間が17分の増加、女性は1次活動時間が3分増加、2次活動時間が4分減少、3次活動時間が1分増加となっている。

生活時間の男女差を平成23年と比べると、1次活動時間は4分差が10分差に、2次活動時間も25分差が35分差に、3次活動時間も29分差が45分差に拡大している。（表1-1）

(3) 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い

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25分、2次活動時間が7時間43分、3次活動時間が5時間52分、土曜日は1次活動時間が11時間03分、2次活動時間が5時間00分、3次活動時間が7時間57分、日曜日は1次活動時間が11時間19分、2次活動時間が4時間09分、3次活動時間が8時間32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い。

平成23年と比べると、土曜日及び日曜日は大きな変化が見られないが、平日は2次活動時間が12分減少し、3次活動時間が12分増加している。（表1-2）

(4) 1次活動時間は微増、2次活動時間が減少し、3次活動時間は増加

昭和61年以降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次活動時間は微増傾向であり、2次活動時間は平成13年まで減少傾向だったが、18年で一旦増加し、23年からは再び減少している。3次活動時間は13年まで増加傾向だったが、18年で一旦減少し23年からは増加している。（図1-1、表1-3）

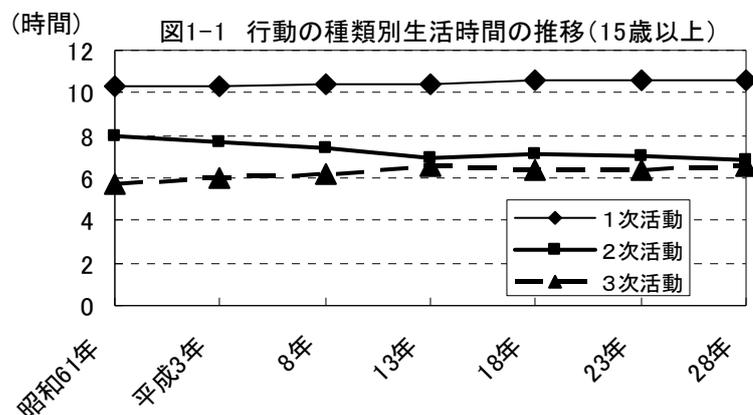


表 1-1 行動の種類別生活時間 週全体

(単位：時間、分)

行動の種類	総数			男			女		
	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減
1次活動	10.38	10.38	0.00	10.36	10.33	-0.03	10.40	10.43	0.03
睡眠	7.42	7.38	-0.04	7.53	7.44	-0.09	7.31	7.32	0.01
身の回りの用事	1.20	1.22	0.02	1.09	1.13	0.04	1.31	1.31	0.00
食事	1.36	1.38	0.02	1.33	1.36	0.03	1.38	1.40	0.02
2次活動	6.58	6.49	-0.09	6.45	6.31	-0.14	7.10	7.06	-0.04
仕事等 ※4	4.43	4.41	-0.02	6.05	5.51	-0.14	3.22	3.34	0.12
通勤・通学	0.26	0.29	0.03	0.32	0.36	0.04	0.19	0.22	0.03
仕事	3.39	3.31	-0.08	4.55	4.36	-0.19	2.26	2.28	0.02
学業	0.38	0.41	0.03	0.38	0.39	0.01	0.37	0.44	0.07
家事関連 ※5	2.15	2.07	-0.08	0.39	0.40	0.01	3.48	3.33	-0.15
家事	1.31	1.23	-0.08	0.17	0.16	-0.01	2.44	2.29	-0.15
介護・看護	0.03	0.03	0.00	0.01	0.02	0.01	0.04	0.05	0.01
育児	0.15	0.17	0.02	0.04	0.06	0.02	0.26	0.27	0.01
買い物	0.26	0.24	-0.02	0.17	0.16	-0.01	0.34	0.32	-0.02
3次活動	6.24	6.33	0.09	6.39	6.56	0.17	6.10	6.11	0.01
移動（通勤・通学を除く）	0.28	0.29	0.01	0.27	0.28	0.01	0.29	0.29	0.00
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.34	2.21	-0.13	2.39	2.25	-0.14	2.29	2.18	-0.11
休養・くつろぎ	1.30	1.36	0.06	1.30	1.40	0.10	1.30	1.33	0.03
学習・自己啓発・訓練（学業以外）	0.09	0.15	0.06	0.09	0.16	0.07	0.09	0.13	0.04
趣味・娯楽	0.43	0.49	0.06	0.52	1.02	0.10	0.33	0.38	0.05
スポーツ	0.14	0.14	0.00	0.19	0.17	-0.02	0.10	0.11	0.01
ボランティア活動・社会参加活動	0.07	0.07	0.00	0.08	0.09	0.01	0.06	0.06	0.00
交際・付き合い	0.18	0.15	-0.03	0.19	0.15	-0.04	0.18	0.16	-0.02
受診・療養	0.06	0.08	0.02	0.05	0.06	0.01	0.07	0.10	0.03
その他	0.15	0.18	0.03	0.12	0.19	0.07	0.19	0.17	-0.02
自由時間（休養等） ※6	4.04	3.57	-0.07	4.09	4.05	-0.04	3.59	3.51	-0.08
自由時間（趣味等） ※7	1.13	1.25	0.12	1.28	1.44	0.16	0.58	1.08	0.10

※6 学習・自己啓発・訓練（学業以外）、趣味・娯楽、スポーツ、ボランティア活動・社会参加活動

※7 通勤・通学、仕事、学業

表 1-2 行動の種類、曜日別生活時間

(単位：時間、分)

行動の種類	平成23年			28年			平成28年-23年			
	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	1次活動	10.25	11.04	11.18	10.25	11.03	11.19	0.00	-0.01	0.01
	2次活動	7.55	5.01	4.09	7.43	5.00	4.09	-0.12	-0.01	0.00
	3次活動	5.40	7.55	8.34	5.52	7.57	8.32	0.12	0.02	-0.02
男	1次活動	10.22	11.02	11.17	10.19	11.01	11.14	-0.03	-0.01	-0.03
	2次活動	7.57	4.24	3.08	7.39	4.17	3.06	-0.18	-0.07	-0.02
	3次活動	5.41	8.35	9.35	6.01	8.42	9.40	0.20	0.07	0.05
女	1次活動	10.27	11.06	11.18	10.30	11.05	11.25	0.03	-0.01	0.07
	2次活動	7.54	5.36	5.08	7.46	5.42	5.10	-0.08	0.06	0.02
	3次活動	5.39	7.18	7.34	5.43	7.13	7.25	0.04	-0.05	-0.09

表 1-3 行動の種類別生活時間の推移(15歳以上) 週全体

(単位：時間、分)

区分	昭和61年	平成3年	8年	13年	18年	23年	28年
1次活動	10.20	10.20	10.25	10.26	10.35	10.36	10.37
2次活動	7.56	7.43	7.23	6.58	7.06	7.00	6.51
3次活動	5.45	5.58	6.12	6.36	6.20	6.24	6.32

2 年齢階級別にみる生活時間

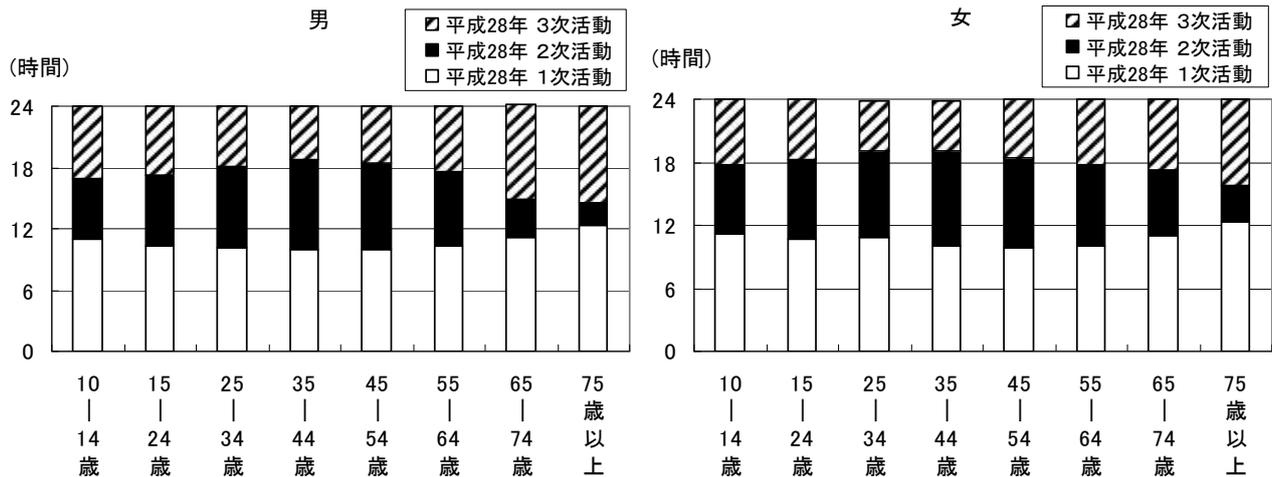
(1) 2次活動時間は男女とも35～44歳が最も長い

生活時間を年齢階級別にみると、1次活動時間は、男女とも45～54歳（男性9時間55分、女性9時間54分）が最も短く、ともに75歳以上が最も長くなっている。

2次活動時間は、男女とも35～44歳（男性8時間41分、女性9時間08分）が最も長くなっている。

3次活動時間は、男女とも35～44歳（男性5時間20分、女性4時間49分）が最も短く、ともに75歳以上が最も長くなっている。（図1-2）

図1-2 年齢階級別生活時間

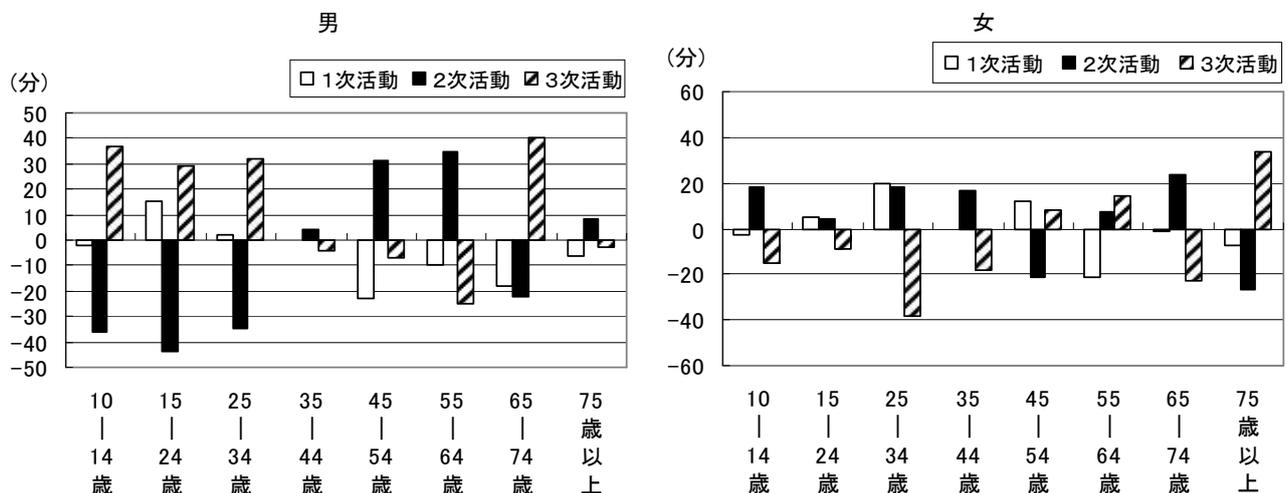


(2) 男性の10～34歳及び65～74歳で2次活動時間の減少と3次活動時間の増加が顕著

生活時間を年齢階級別に平成23年と比べると、男性は、1次活動時間では15～44歳を、2次活動時間では35～64歳及び75歳以上を除く年齢階級で減少し、3次活動時間では35～64歳及び75歳以上を除く年齢階級で増加している。また、10～34歳及び65～74歳で2次活動時間が減少し、3次活動時間が増加している。

女性は、10～14歳及び65～74歳で2次活動時間が増加し1次及び3次活動時間が減少、55～64歳で1次活動時間が減少し2次及び3次活動時間が増加している。2次活動時間は45～54歳及び75歳以上で減少している。また、10～44歳及び65～74歳で2次活動時間が増加し、3次活動時間が減少している。（図1-3）

図1-3 年齢階級別生活時間の増減(平成23年、28年)



第2 1次活動

1 睡眠

(1) 睡眠時間は男性 45～54 歳、女性 55～64 歳が最も短い

睡眠時間は7時間38分で、男性は7時間44分、女性は7時間32分と男性が女性より12分長くなっている。

年齢階級別にみると、男性は45～54歳（7時間15分）、女性は55～64歳（6時間48分）が最も短くなっている。（図2-1、表2-1）

(2) 睡眠時間は25～44歳を除くすべての年齢階級で減少

睡眠時間を平成23年と比べると、4分の減少となっている。これを年齢階級別にみると、25～44歳を除くすべての年齢階級で減少した。また、男女差では、25～34歳を除くすべての年齢階級で同じか男性の方が長い。（図2-2、表2-1）

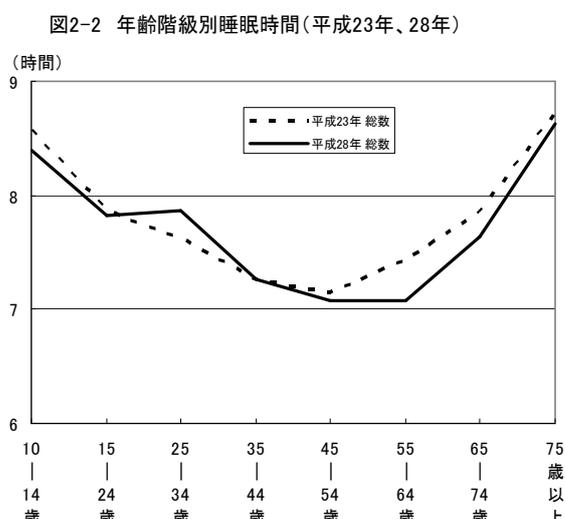
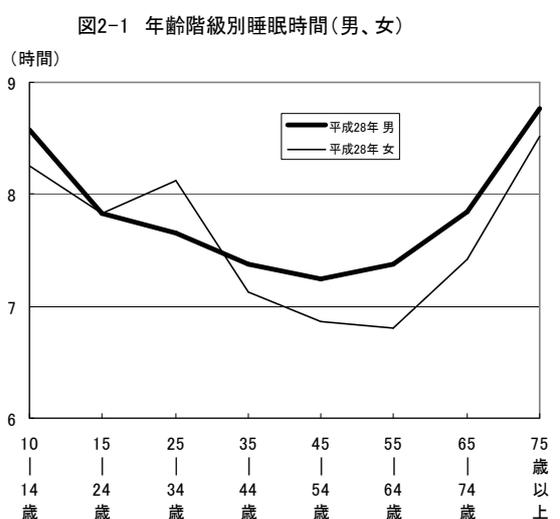


表 2-1 年齢階級別睡眠時間 週全体

(単位：時間. 分)

年齢階級	総 数			男			女			男一女	
	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年
総数	7.42	7.38	-0.04	7.53	7.44	-0.09	7.31	7.32	0.01	0.22	0.12
10～14歳	8.34	8.24	-0.10	8.37	8.34	-0.03	8.32	8.15	-0.17	0.05	0.19
15～24歳	7.52	7.50	-0.02	7.58	7.50	-0.08	7.46	7.50	0.04	0.12	0.00
25～34歳	7.37	7.52	0.15	7.41	7.39	-0.02	7.32	8.07	0.35	0.09	-0.28
35～44歳	7.16	7.16	0.00	7.30	7.23	-0.07	7.01	7.08	0.07	0.29	0.15
45～54歳	7.09	7.04	-0.05	7.37	7.15	-0.22	6.39	6.52	0.13	0.58	0.23
55～64歳	7.26	7.05	-0.21	7.37	7.23	-0.14	7.15	6.48	-0.27	0.22	0.35
65～74歳	7.51	7.38	-0.13	8.01	7.51	-0.10	7.41	7.25	-0.16	0.20	0.26
75歳以上	8.43	8.37	-0.06	8.59	8.46	-0.13	8.32	8.31	-0.01	0.27	0.15

(3) 土・日曜日は睡眠時間が増加、平日は睡眠時間が減少

曜日別に睡眠時間をみると、一日（午前0時から起算する24時間）のうち、平日が7時間28分、土曜日が7時間57分、日曜日が8時間09分となっており、平日に比べ日曜日は41分長くなっている。

男女別に平成23年と比べると、男女ともに土・日曜日は減少し、平日は男性が減少、女性が増加している。（表2-2）

表 2-2 曜日別睡眠時間

(単位：時間. 分)

曜日別	総 数			男			女			男-女	
	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年
平日	7.31	7.28	-0.03	7.42	7.33	-0.09	7.20	7.24	0.04	0.22	0.09
土曜	8.07	7.57	-0.10	8.17	8.07	-0.10	7.57	7.47	-0.10	0.20	0.20
日曜	8.15	8.09	-0.06	8.26	8.18	-0.08	8.04	8.00	-0.04	0.22	0.18

2 身の回りの用事

(1) 身の回りの用事の時間は、10～14歳が1時間09分と最も短く、75歳以上が1時間40分と最も長い

身の回りの用事の時間は1時間22分で、男性は1時間13分、女性は1時間31分と女性が男性より18分長くなっている。

年齢階級別にみると、10～14歳が1時間09分と最も短く、75歳以上が1時間40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女性が男性より長くなっている。また、男女とも75歳以上（男性1時間31分、女性1時間47分）が最も長くなっている。（図2-3、表2-3）

(2) 身の回りの用事の時間は、35～44歳及び75歳以上を除くすべての年齢階級で増加

身の回りの用事の時間を平成23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、35～44歳及び75歳以上を除くすべての年齢階級で増加している。（図2-4、表2-3）

図2-3 年齢階級別身の回りの用事の時間
(男、女)

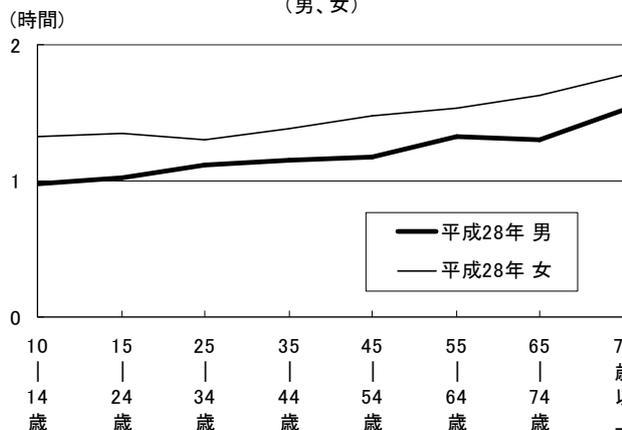


図2-4 年齢階級別身の回りの用事の時間
(平成23年、28年)

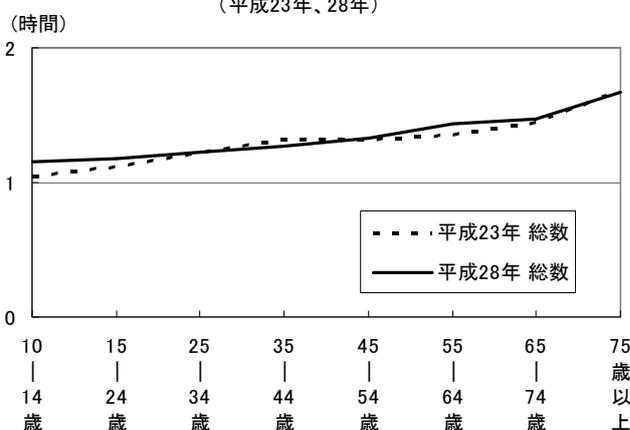


表 2-3 年齢階級別身の回りの用事の時間 週全体

(単位：時間. 分)

年齢階級	総 数			男			女			男-女	
	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年
総数	1.20	1.22	0.02	1.09	1.13	0.04	1.31	1.31	0.00	-0.22	-0.18
10～14歳	1.03	1.09	0.06	0.57	0.59	0.02	1.08	1.20	0.12	-0.11	-0.21
15～24歳	1.07	1.11	0.04	0.49	1.01	0.12	1.26	1.21	-0.05	-0.37	-0.20
25～34歳	1.13	1.13	0.00	0.59	1.07	0.08	1.27	1.18	-0.09	-0.28	-0.11
35～44歳	1.19	1.16	-0.03	1.07	1.09	0.02	1.32	1.23	-0.09	-0.25	-0.14
45～54歳	1.19	1.20	0.01	1.08	1.11	0.03	1.30	1.29	-0.01	-0.22	-0.18
55～64歳	1.21	1.26	0.05	1.15	1.19	0.04	1.27	1.32	0.05	-0.12	-0.13
65～74歳	1.27	1.28	0.01	1.26	1.18	-0.08	1.27	1.38	0.11	-0.01	-0.20
75歳以上	1.41	1.40	-0.01	1.23	1.31	0.08	1.53	1.47	-0.06	-0.30	-0.16

3 食 事

(1) 食事時間は 25～34 歳で最も短い

食事時間は 1 時間 38 分で、男性は 1 時間 36 分、女性は 1 時間 40 分と女性が 4 分長くなっている。

年齢階級別にみると、25～34 歳が 1 時間 20 分と最も短く、75 歳以上が 2 時間と最も長くなっている。これは男女別にみても同様で、男女とも 25～34 歳が最も短く、75 歳以上が最も長くなっている。(表 2-4)

(2) 食事時間は、25～34 歳及び 45～54 歳を除くすべての年齢階級で同じか増加

食事時間は平成 23 年と比べて、2 分増加している。

年齢階級別にみると、25～34 歳及び 45～54 歳を除くすべての年齢階級で同じか増加している。(表 2-4)

表 2-4 年齢階級別食事時間 週全体

(単位：時間. 分)

年齢階級	総 数			男			女			男-女	
	平成 23 年	28 年	増減	平成 23 年	28 年	増減	平成 23 年	28 年	増減	平成 23 年	28 年
総数	1.36	1.38	0.02	1.33	1.36	0.03	1.38	1.40	0.02	-0.05	-0.04
10～14 歳	1.26	1.27	0.01	1.26	1.25	-0.01	1.26	1.29	0.03	0.00	-0.04
15～24 歳	1.18	1.27	0.09	1.14	1.25	0.11	1.23	1.28	0.05	-0.09	-0.03
25～34 歳	1.25	1.20	-0.05	1.21	1.16	-0.05	1.29	1.24	-0.05	-0.08	-0.08
35～44 歳	1.26	1.28	0.02	1.22	1.26	0.04	1.30	1.31	0.01	-0.08	-0.05
45～54 歳	1.32	1.31	-0.01	1.32	1.28	-0.04	1.32	1.33	0.01	0.00	-0.05
55～64 歳	1.37	1.38	0.01	1.37	1.39	0.02	1.37	1.38	0.01	0.00	0.01
65～74 歳	1.54	1.56	0.02	1.55	1.55	0.00	1.53	1.58	0.05	0.02	-0.03
75 歳以上	2.00	2.00	0.00	2.01	2.02	0.01	1.59	1.59	0.00	0.02	0.03

第3 2次活動

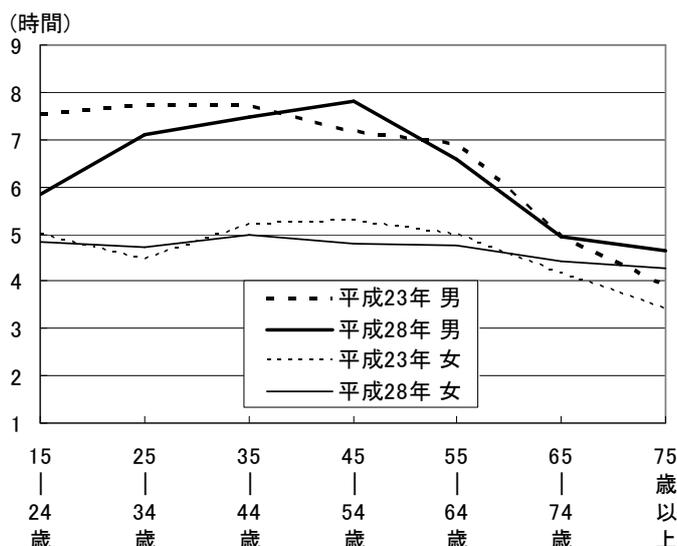
1 仕事

(1) 男性は45～54歳、女性は35～44歳で最も長い仕事時間

有業者^{※8}の一日の仕事時間は5時間56分で、男性6時間51分、女性は4時間46分となっている。

年齢階級別にみると、男性は45～54歳（7時間49分）、女性は35～44歳（4時間59分）が最も長くなっている。（図3-1、表3-1）

図3-1 年齢階級別仕事時間(平成23年、28年)



(2) 15～24歳で仕事時間が大幅に減少

仕事時間を平成23年と比べると、13分の減少、男性も14分、女性も8分の減少となっている。

年齢階級別にみると、男性は、75歳以上（43分）及び45～54歳（38分）で増加した以外はすべての年齢階級で減少しており、特に15～24歳で1時間43分の大幅な減少となっている。女性は、75歳以上（51分）、25～34歳（16分）及び65～74歳（16分）で増加した以外はすべての年齢階級で減少している。（図3-1、表3-1）

通勤・通学、仕事及び学業を合せた仕事等^{※4}の時間は、平成23年と比べると2分減少している。これを男女別にみると、男性は14分の減少、女性は12分の増加となっている。また、男女差は26分縮小した。（表3-1）

表3-1 年齢階級別仕事時間及び仕事等の時間 週全体 (単位：時間・分)

年齢階級	総数			男			女			男-女	
	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年
仕事 (有業者15歳以上)											
総数	6.09	5.56	-0.13	7.05	6.51	-0.14	4.54	4.46	-0.08	2.11	2.05
15～24歳	6.18	5.23	-0.55	7.33	5.50	-1.43	4.58	4.51	-0.07	2.35	0.59
25～34歳	6.33	6.07	-0.26	7.45	7.06	-0.39	4.28	4.44	0.16	3.17	2.22
35～44歳	6.41	6.26	-0.15	7.43	7.28	-0.15	5.12	4.59	-0.13	2.31	2.29
45～54歳	6.20	6.24	0.04	7.11	7.49	0.38	5.17	4.47	-0.30	1.54	3.02
55～64歳	6.04	5.50	-0.14	6.56	6.35	-0.21	5.00	4.46	-0.14	1.56	1.49
65～74歳	4.38	4.42	0.04	4.57	4.56	-0.01	4.10	4.26	0.16	0.47	0.30
75歳以上	3.45	4.27	0.42	3.55	4.38	0.43	3.26	4.17	0.51	0.29	0.21
仕事等 ^{※4} (10歳以上)	4.43	4.41	-0.02	6.05	5.51	-0.14	3.22	3.34	0.12	2.43	2.17

(3) 「正規の職員・従業員」及び「正規の職員・従業員以外」ともに減少

有業者のうち雇用されている人の仕事時間を形態別にみると、「正規の職員・従業員」が7時間07分、「正規の職員・従業員以外」が4時間21分となっている。

平成23年と比べると、「正規の職員・従業員」が6分、「正規の職員・従業員以外」も22分の減少となっている。これを男女別にみると男性は正規、正規以外ともに減少しているが、女性は正規が7分増加している。

また、雇用される人に占める「正規の職員・従業員以外」の割合は41.9%で、平成23年と比べると2.2ポイントの上昇となっている。（表3-2）

表 3-2 男女、雇用形態別仕事時間(平成 23 年、28 年) 週全体 (単位 人口:千人、時間:時間、分)

		平成 23 年		平成 28 年		増減 (28-23)	
		人口	仕事時間	人口	仕事時間	人口	仕事時間
総数	雇用されている人	1,633	6.13	1,557	5.57	-76	-0.16
	正規の職員・従業員	984	7.13	904	7.07	-80	-0.06
	正規の職員・従業員以外	649	4.43	653	4.21	4	-0.22
	うちパート	326	4.28	341	4.08	15	-0.20
	うちアルバイト	130	4.11	121	3.17	-9	-0.54
男	雇用されている人	921	7.10	840	6.55	-81	-0.15
	正規の職員・従業員	709	7.39	646	7.30	-63	-0.09
	正規の職員・従業員以外	212	5.35	194	4.55	-18	-0.40
	うちパート	40	5.22	46	4.32	6	-0.50
	うちアルバイト	48	5.59	56	3.14	8	-2.45
女	雇用されている人	712	4.58	717	4.51	5	-0.07
	正規の職員・従業員	275	6.05	258	6.12	-17	0.07
	正規の職員・従業員以外	437	4.16	459	4.06	22	-0.10
	うちパート	286	4.20	296	4.02	10	-0.18
	うちアルバイト	82	3.17	65	3.01	-17	-0.16

注：数字は 15 歳以上の有業者

2 家事関連

(1) 家事関連時間は、男性は 75 歳以上、女性は 35～44 歳が最も長い

家事関連^{*5}時間は 2 時間 07 分で、男性は 40 分、女性は 3 時間 33 分となっている。

年齢階級別にみると、男性は 75 歳以上（1 時間 11 分）、女性は 35～44 歳（5 時間 01 分）が最も長くなっている。（図 3-2、表 3-3）

(2) 家事関連時間の男女差は平成 23 年より縮小し 2 時間 53 分差

家事関連時間を平成 23 年と比べると、8 分の減少となっており、男性は 1 分の増加、女性は 15 分の減少となっている。

年齢階級別にみると、男性は 10～14 歳及び 55～74 歳以上を除くすべての年齢階級で増加、女性は 15～34 歳、45～54 歳及び 75 歳以上の年齢階級で減少しているが、35～44 歳及び 55～74 歳以上の年齢階級では増加している。

男女差は、平成 23 年よりも 16 分縮小しているが、依然として差は大きく、女性が男性より 2 時間 53 分長くなっている。（図 3-2、表 3-3）

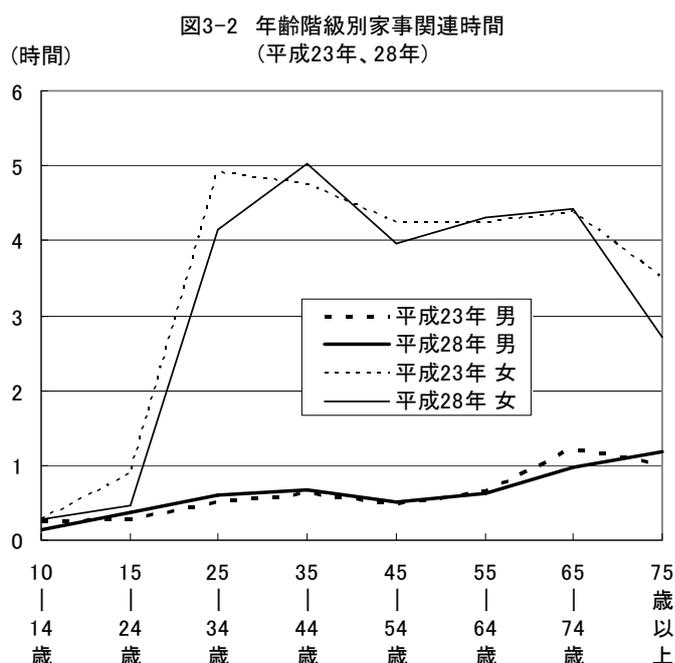


表 3-3 年齢階級別家事関連時間 週全体

(単位：時間、分)

年齢階級	総 数			男			女			男-女	
	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年
総数	2.15	2.07	-0.08	0.39	0.40	0.01	3.48	3.33	-0.15	-3.09	-2.53
家事	1.31	1.23	-0.08	0.17	0.16	-0.01	2.44	2.29	-0.15	-2.27	-2.13
介護・看護	0.03	0.03	0.00	0.01	0.02	0.01	0.04	0.05	0.01	-0.03	-0.03
育児	0.15	0.17	0.02	0.04	0.06	0.02	0.26	0.27	0.01	-0.22	-0.21
買い物	0.26	0.24	-0.02	0.17	0.16	-0.01	0.34	0.32	-0.02	-0.17	-0.16
年齢階級別											
10～14歳	0.16	0.13	-0.03	0.15	0.09	-0.06	0.16	0.16	0.00	-0.01	-0.07
15～24歳	0.34	0.25	-0.09	0.16	0.23	0.07	0.53	0.28	-0.25	-0.37	-0.05
25～34歳	2.38	2.18	-0.20	0.31	0.36	0.05	4.54	4.09	-0.45	-4.23	-3.33
35～44歳	2.39	2.48	0.09	0.38	0.41	0.03	4.45	5.01	0.16	-4.07	-4.20
45～54歳	2.21	2.1	-0.11	0.29	0.30	0.01	4.15	3.57	-0.18	-3.46	-3.27
55～64歳	2.28	2.28	0.00	0.39	0.37	-0.02	4.15	4.19	0.04	-3.36	-3.42
65～74歳	2.53	2.46	-0.07	1.13	0.58	-0.15	4.23	4.26	0.03	-3.10	-3.28
75歳以上	2.32	2.04	-0.28	1.01	1.11	0.10	3.30	2.43	-0.47	-2.29	-1.32

(3) 曜日別にみると男性は平日及び土曜日、女性は土曜日に家事関連時間が増加

曜日別に家事関連時間をみると、平日が2時間03分、土曜日が2時間25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21分長くなっている。

男女別に平成23年と比べると、男性は平日及び土曜日で増加、特に土曜日には7分増加している。女性は平日で22分、日曜日では3分減少しているが、土曜日は6分増加している。

男女差は平日で23分縮小し、女性が男性より2時間57分長くなっている。(表3-4)

表 3-4 曜日別家事関連時間

(単位：時間、分)

曜日別	総 数			男			女			男-女	
	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年
平日	2.12	2.03	-0.09	0.31	0.32	0.01	3.51	3.29	-0.22	-3.20	-2.57
土曜	2.18	2.25	0.07	0.53	1.00	0.07	3.40	3.46	0.06	-2.47	-2.46
日曜	2.26	2.24	-0.02	1.05	1.04	-0.01	3.46	3.43	-0.03	-2.41	-2.39

第4 3次活動

1 自由時間（休養等）

(1) 自由時間（休養等）の時間は男女とも75歳以上が最も長い

自由時間（休養等）※⁶の時間は3時間57分で、男女別にみると、男性は4時間05分、女性は3時間51分となっている。これを種類別にみるとテレビ・ラジオ・新聞・雑誌が2時間21分、休養・くつろぎが1時間36分となっている。

年齢階級別にみると、男女とも75歳以上（男性は6時間40分、女性は6時間01分）が最も長くなっている。また、男女差は、14分となっており、特に65～74歳では男性の方が1時間23分長くなっている。（図4-1、表4-1）

(2) 平成23年に比べ65～74歳を除くすべての年齢階級で減少

自由時間（休養等）の時間を平成23年と比べると7分の減少であり、男性は4分、女性は8分の減少となっている。

年齢階級別にみると、65～74歳を除くすべての年齢階級で減少している。これを男女別にみると、男性は10～14歳及び65～74歳を除く年齢階級で減少している。女性についても65歳以上を除くすべての年齢階級で減少している。

男女差は、平成23年より4分拡大しており、特に65～74歳では34分、男女差が拡大している。（図4-2、表4-1）

図4-1 年齢階級別自由時間活動（休養等）の時間
（男、女）

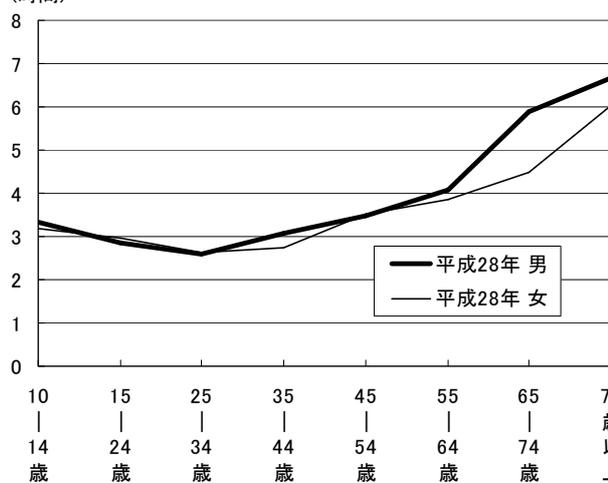


図4-2 年齢階級別自由時間活動（休養等）の時間
（平成23年、28年）

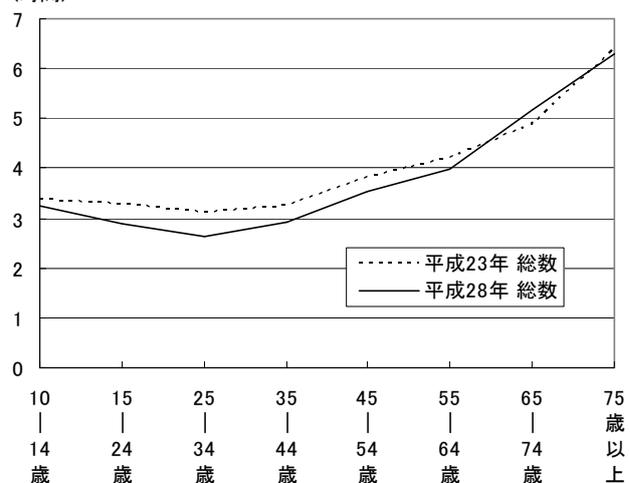


表4-1 年齢階級別自由時間（休養等）の時間 週全体 （単位：時間、分）

年齢階級	総数			男			女			男一女	
	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年
総数	4.04	3.57	-0.07	4.09	4.05	-0.04	3.59	3.51	-0.08	0.10	0.14
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.34	2.21	-0.13	2.39	2.25	-0.14	2.29	2.18	-0.11	0.10	0.07
休養・くつろぎ	1.30	1.36	0.06	1.30	1.40	0.10	1.30	1.33	0.03	0.00	0.07
年齢階級別											
10～14歳	3.23	3.15	-0.08	3.07	3.19	0.12	3.42	3.10	-0.32	-0.35	0.09
15～24歳	3.17	2.54	-0.23	3.21	2.52	-0.29	3.12	2.57	-0.15	0.09	-0.05
25～34歳	3.06	2.37	-0.29	2.57	2.36	-0.21	3.15	2.37	-0.38	-0.18	-0.01
35～44歳	3.15	2.55	-0.20	3.18	3.04	-0.14	3.12	2.45	-0.27	0.06	0.19
45～54歳	3.50	3.31	-0.19	3.58	3.30	-0.28	3.43	3.32	-0.11	0.15	-0.02
55～64歳	4.12	3.58	-0.14	4.26	4.04	-0.22	3.57	3.51	-0.06	0.29	0.13
65～74歳	4.52	5.10	0.18	5.17	5.53	0.36	4.28	4.30	0.02	0.49	1.23
75歳以上	6.23	6.17	-0.06	7.05	6.40	-0.25	5.56	6.01	0.05	1.09	0.39

(3) 平成 23 年に比べ男女ともすべての曜日で自由時間（休養等）の時間が同じか減少

曜日別に自由時間（休養等）の時間をみると、平日が 3 時間 44 分、土曜日が 4 時間 19 分、日曜日が 4 時間 43 分となっており、平日に比べ日曜日は 59 分長くなっている。

平成 23 年と比べるとすべての曜日で減少している。これを男女別にみると男性の日曜日が同じなほかはすべての曜日で減少している。（表 4-2）

表 4-2 曜日別自由時間(休養等)の時間

(単位：時間、分)

曜日別	総数			男			女			男-女	
	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年
平日	3.47	3.44	-0.03	3.46	3.44	-0.02	3.47	3.44	-0.03	-0.01	0.00
土曜	4.47	4.19	-0.28	5.04	4.33	-0.31	4.30	4.05	-0.25	0.34	0.28
日曜	4.50	4.43	-0.07	5.14	5.14	0.00	4.26	4.13	-0.13	0.48	1.01

2 自由時間（趣味等）

(1) 自由時間（趣味等）の時間は、すべての年齢階級で男性が女性より長い

自由時間（趣味等）^{*7}の時間は 1 時間 25 分で、男性は 1 時間 44 分、女性は 1 時間 08 分となっている。このうち、趣味・娯楽に費やす時間は 49 分と最も長くなっている。

年齢階級別にみると、すべての年齢階級で男性が女性より長く、男女とも 10～14 歳（男性 2 時間 54 分、女性 2 時間 13 分）が最も長くなっている。

男女差は 36 分で、特に 15～24 歳は 1 時間 03 分、25～34 歳は 1 時間 09 分と男性が女性より長くなっている。（図 4-3、表 4-3）

(2) 自由時間（趣味等）の時間は、平成 23 年より男女とも増加

自由時間（趣味等）の時間を平成 23 年と比べると、12 分の増加となっており、男女別にみても男性は 16 分、女性は 10 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同じか増加しており、特に 10～34 歳及び 75 歳以上の年齢階級で増加が大きくなっている。これを男女別にみると、男性は 55～64 歳を除くすべての年齢階級で増加、女性も 65～74 歳を除くすべての年齢階級で増加している。

男女差は、6 分拡大し、年齢階級別にみると 15～24 歳及び 25～34 歳などでそれぞれ男女差が 39 分、35 分拡大している。一方で、35 歳～64 歳で男女差が縮小している。

（図 4-4、表 4-3）

図4-3 年齢階級別自由時間(趣味等)の時間
(男、女)

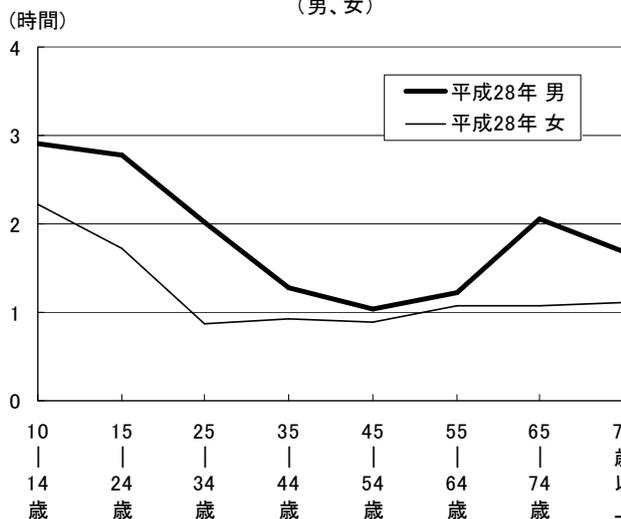


図4-4 年齢階級別自由時間(趣味等)の時間
(平成23年、28年)

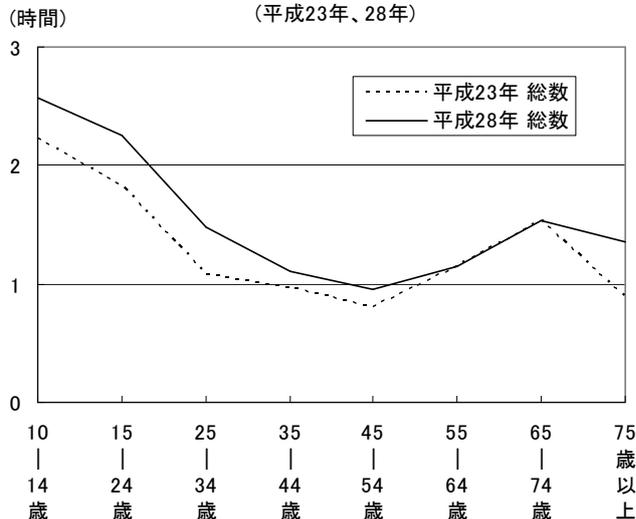


表 4-3 年齢階級別自由時間(趣味等)の時間 週全体 (単位：時間、分)

区 分	総 数			男			女			男-女	
	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年
総数	1.13	1.25	0.12	1.28	1.44	0.16	0.58	1.08	0.10	0.30	0.36
学習・自己啓発・訓練 (学業以外)	0.09	0.15	0.06	0.09	0.16	0.07	0.09	0.13	0.04	0.00	0.03
趣味・娯楽	0.43	0.49	0.06	0.52	1.02	0.10	0.33	0.38	0.05	0.19	0.24
スポーツ	0.14	0.14	0.00	0.19	0.17	-0.02	0.10	0.11	0.01	0.09	0.06
ボランティア活動・社 会参加活動	0.07	0.07	0.00	0.08	0.09	0.01	0.06	0.06	0.00	0.02	0.03
年齢階級											
10～14 歳	2.14	2.34	0.20	2.29	2.54	0.25	1.58	2.13	0.15	0.31	0.41
15～24 歳	1.50	2.15	0.25	2.03	2.46	0.43	1.39	1.43	0.04	0.24	1.03
25～34 歳	1.05	1.29	0.24	1.22	2.01	0.39	0.48	0.52	0.04	0.34	1.09
35～44 歳	0.58	1.06	0.08	1.14	1.17	0.03	0.42	0.56	0.14	0.32	0.21
45～54 歳	0.48	0.57	0.09	0.56	1.02	0.06	0.41	0.53	0.12	0.15	0.09
55～64 歳	1.09	1.09	0.00	1.25	1.14	-0.11	0.53	1.05	0.12	0.32	0.09
65～74 歳	1.32	1.32	0.00	1.49	2.03	0.14	1.16	1.05	-0.11	0.33	0.58
75 歳以上	0.53	1.21	0.28	1.08	1.41	0.33	0.41	1.07	0.26	0.27	0.34

(3) 自由時間(趣味等)は男女ともすべての曜日で増加

曜日別に自由時間(趣味等)の時間をみると、平日が1時間10分、土曜日が1時間58分、日曜日が2時間09分となっており、平日に比べ日曜日は59分長くなっている。

男女別に平成23年と比べると、男女ともすべての曜日で増加している。また、男女差もすべての曜日で増加している。(表4-4)

表 4-4 曜日別自由時間(趣味等)の時間 (単位：時間、分)

曜日別	総 数			男			女			男-女	
	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年
平日	0.57	1.10	0.13	1.05	1.22	0.17	0.49	0.59	0.10	0.16	0.23
土曜	1.40	1.58	0.18	2.07	2.29	0.22	1.16	1.27	0.11	0.51	1.02
日曜	2.04	2.09	0.05	2.39	2.47	0.08	1.26	1.33	0.07	1.13	1.14

3 交際・付き合い

(1) 交際・付き合いの時間は男女とも25～34歳が最も長い

交際・付き合いの時間は男性が15分、女性が16分となっている。

年齢階級別にみると、男女とも25～34歳(男性29分、女性21分)が最も長くなっている。(図4-5、表4-5)

(2) 交際・付き合いの時間は平成23年に比べ減少

交際・付き合いの時間を平成23年と比べると3分減少し、男女とも(男性4分、女性2分)減少している。

年齢階級別にみると、45～54歳で同じ、75歳以上が増加しているのを除いてすべての年齢階級で減少となっている。これを男女別にみると、男性は25～44歳及び75歳以上を除いたすべての年齢階級で減少、女性は45～64歳及び75歳以上を除いたすべての年齢階級で減少となっている。(図4-6、表4-5)

図4-5 年齢階級別交際・付き合いの時間
(男、女)

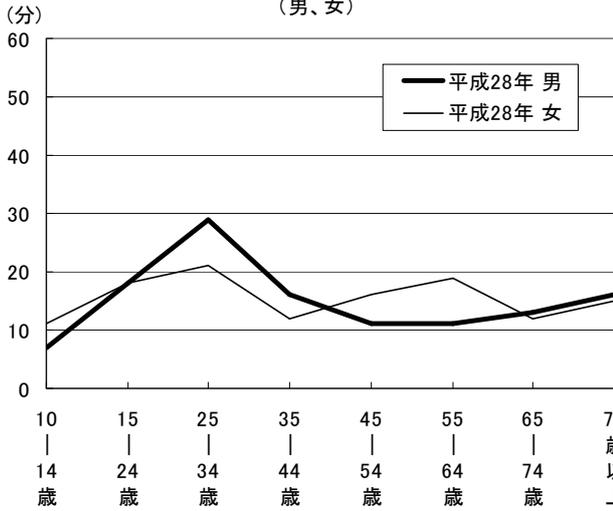


図4-6 年齢階級別交際・付き合いの時間
(平成23年、28年)

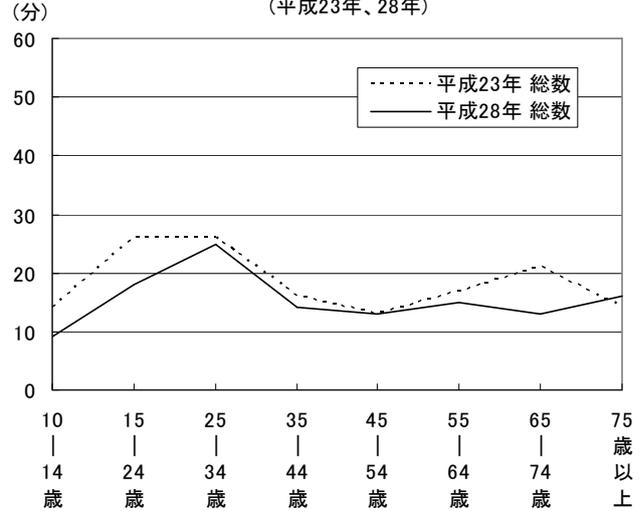


表 4-5 年齢階級別交際・付き合いの時間 週全体

(単位：分)

年齢階級	総 数			男			女			男一女	
	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年	増減	平成23年	28年
総数	18	15	-3	19	15	-4	18	16	-2	1	-1
10~14歳	14	9	-5	16	7	-9	13	11	-2	3	-4
15~24歳	26	18	-8	24	18	-6	28	18	-10	-4	0
25~34歳	26	25	-1	26	29	3	26	21	-5	0	8
35~44歳	16	14	-2	15	16	1	17	12	-5	-2	4
45~54歳	13	13	0	15	11	-4	12	16	4	3	-5
55~64歳	17	15	-2	19	11	-8	14	19	5	5	-8
65~74歳	21	13	-8	22	13	-9	21	12	-9	1	1
75歳以上	14	16	2	15	16	1	14	15	1	1	1

第5 スマートフォン・パソコンなどの使用状況

1 スマートフォン・パソコンなどを使用した人の割合

(1) スマートフォン・パソコンなどを使用した人の割合は57.2%

スマートフォン・パソコンなど^{※9}を使用した割合は、57.2%となっている。これを男女別にみると男性が59.2%、女性が55.3%となっている。また、年齢別にみると、30～34歳が88.0%で最も高い。

男女別にみると、男性は15～19歳が87.8%で最も高く、15～54歳までは70、80%台の使用割合となっている。女性は20～24歳が94.2%で最も高く、15～54歳までは70～90%台の使用割合となっている。

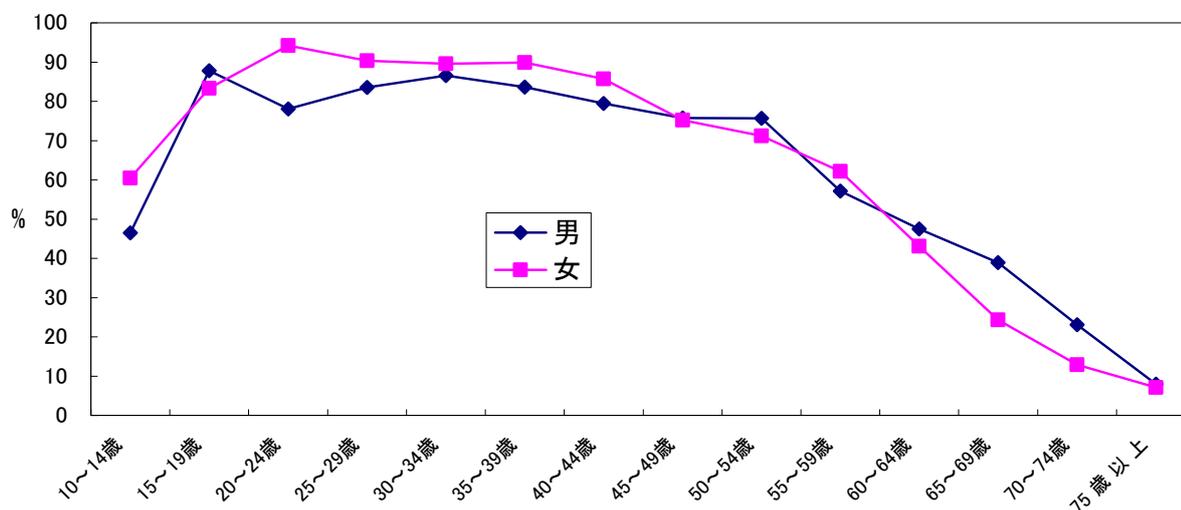
使用割合の男女差は、20～24歳で女性の方が16.1ポイント高く、65～69歳で男性の方が14.6%高い。(図5-1、表5-1)

※「スマートフォン・パソコンなどを使用」とは、学業、仕事以外の目的で使用した場合をいう。(以下同じ)

表5-1 男女、年齢階級別スマートフォン・パソコンなどを使用した人の人数及び割合 週全体

年齢階級	総数			男			女			男-女		
	人口 (千人)	使用した人 (千人)	使用割合 (%)									
総数	3,294	1,885	57.2	1,624	961	59.2	1,670	924	55.3	-46	37	3.8
10～14歳	167	89	53.3	86	40	46.5	81	49	60.5	5	-9	-14.0
15～19歳	174	149	85.6	90	79	87.8	84	70	83.3	6	9	4.4
20～24歳	142	122	85.9	73	57	78.1	69	65	94.2	4	-8	-16.1
25～29歳	174	151	86.8	91	76	83.5	83	75	90.4	8	1	-6.8
30～34歳	200	176	88.0	104	90	86.5	96	86	89.6	8	4	-3.0
35～39歳	225	195	86.7	116	97	83.6	109	98	89.9	7	-1	-6.3
40～44歳	274	226	82.5	141	112	79.4	133	114	85.7	8	-2	-6.3
45～49歳	265	200	75.5	136	103	75.7	129	97	75.2	7	6	0.5
50～54歳	225	166	73.8	115	87	75.7	111	79	71.2	4	8	4.5
55～59歳	224	133	59.4	112	64	57.1	111	69	62.2	1	-5	-5.0
60～64歳	243	110	45.3	120	57	47.5	123	53	43.1	-3	4	4.4
65～69歳	305	96	31.5	149	58	38.9	156	38	24.4	-7	20	14.6
70～74歳	220	39	17.7	104	24	23.1	116	15	12.9	-12	9	10.1
75歳以上	457	33	7.2	188	15	8.0	268	19	7.1	-80	-4	0.9

図5-1 男女、年齢階級別スマートフォン・パソコンなどの使用割合



(2) 男女とも日曜日は、平日、土曜日に比べ使用割合が低くなっている。

曜日別にみると、平日が最も高く、次いで土曜日、日曜日となっている。

これを男女別にみても男女とも日曜日は、平日、土曜日に比べ使用割合が低くなっている。(表 5-2)

表 5-2 男女、曜日別スマートフォン・パソコンなどを使用した人の人数及び割合

	平日			土曜日			日曜日		
	人口 (千人)	使用した人 (千人)	使用割合 (%)	人口 (千人)	使用した人 (千人)	使用割合 (%)	人口 (千人)	使用した人 (千人)	使用割合 (%)
総数	3,294	1,903	57.8	3,294	1,892	57.4	3,294	1,785	54.2
男	1,624	968	59.6	1,624	961	59.2	1,624	923	56.8
女	1,670	935	56.0	1,670	932	55.8	1,670	862	51.6

2 スマートフォン・パソコンなどの使用時間

(1) 使用した人を使用時間別にみると、1～3時間未満の人が38.9%で最も高い

スマートフォン・パソコンなどを使用した人を使用時間別にみると、1～3時間未満の人が38.9%で最も高い。

男女別にみると、男性は1～3時間未満の人が40.4%、女性は1時間未満が37.6%で最も高い。(表 5-3)

表 5-3 男女、スマートフォン・パソコンなどの使用の有無、使用時間別の人数及び構成比 週全体

[人数]

(単位：千人)

	総数	使用しなかった	使用した	使用時間別				
				1時間未満	1-3時間未満	3-6時間未満	6-12時間未満	12時間以上
総数	3,294	1,409	1,885	641	724	342	123	33
男	1,624	663	961	299	385	181	70	17
女	1,670	746	924	342	339	160	53	16

[構成比]

(単位：%)

	総数	使用しなかった	使用した	使用時間別				
				1時間未満	1-3時間未満	3-6時間未満	6-12時間未満	12時間以上
総数	100.0	42.8	57.2	34.4	38.9	18.4	6.6	1.8
男	100.0	40.8	59.2	31.4	40.4	19.0	7.4	1.8
女	100.0	44.7	55.3	37.6	37.3	17.6	5.8	1.8

3 スマートフォン・パソコンなどの使用目的別行動者率

(1) 平日の使用目的別の行動者率は、18～21時の交際・付き合い・コミュニケーションが35.66%で最も高い

平日のスマートフォン・パソコンなどを使用した人の行動者率が最も高い時間帯は、21～24時の58.18%となっている。

使用目的別では、18～21時の交際・付き合い・コミュニケーションが35.66%で最も高い。(表 5-4)

表 5-4 スマートフォン・パソコンなどの使用目的別行動者率(平成 28 年) 平日

(単位：%)

	時刻区分							
	0:00 - 3:00	3:00 - 6:00	6:00 - 9:00	9:00 - 12:00	12:00 - 15:00	15:00 - 18:00	18:00 - 21:00	21:00 - 24:00
総数(使用目的別)	7.56	5.04	29.88	24.25	30.93	26.79	57.69	58.18
ネットショッピング	1.25	0.36	1.04	1.93	2.13	1.57	3.97	5.45
趣味・娯楽	4.49	1.85	9.42	7.53	9.45	8.57	24.16	33.39
交際・付き合い・コミュニケーション	2.97	1.31	12.56	11.48	16.12	16.04	35.66	27.63
その他の使用	3.37	2.47	15.31	10.89	14.06	8.87	19.24	23.42

第6 生活時間の全国比較

1 1次活動時間

(1) 女性の1次活動時間の全国順位は38位、全国平均より6分短い

本県の1次活動時間の全国順位（時間の長い順、以下同じ）は37位で、全国平均と比べて3分短くなっている。男女別にみると、男性は33位で全国と比べて1分短く、女性は38位で全国と比べて6分短くなっている。

種類別にみると、身の回りの用事の時間は18位、食事の時間は28位、睡眠は37位となっている。（図6-1、表6-1）

(2) 睡眠時間、身の回りの用事と食事の時間は全国とほぼ同じ

睡眠時間は、全国平均と比べて2分短くなっており、男女別でも男女とも（男性1分、女性3分）短くなっている。

身の回りの用事の時間は全国平均と同じである。男女別にみると、男性は全国と比べて2分長く、女性は全国と同じである。

食事時間は、全国と比べて2分短くなっている。男女別でも男女とも（男性2分、女性3分）短くなっている。（図6-1、表6-1）

2 2次活動時間

(1) 育児時間は全国順位4位

本県の2次活動時間の全国順位は31位、全国平均と比べ8分短くなっている。

種類別にみると、育児時間が4位などとなっている。

男女別にみると、男性では育児時間が5位、介護・看護時間が12位、女性では育児時間が4位、学習時間が6位、家事時間が8位などとなっている。（図6-1、表6-1）

(2) 女性の家事の時間は全国平均より5分長い

仕事時間は、全国平均と比べて2分短くなっている。男女別にみると、男性は5分、女性は1分短くなっている。

家事時間は、全国平均と同じである。男女別にみると、男性は3分短いですが女性は5分長くなっている。（図6-1、表6-1）

仕事等^{*4}は全国平均と比べて、男性が17分、女性が1分短くなっている。また、家事関連^{*5}は全国平均と比べて、男性は4分短く、女性は5分長い。（表6-1）

3 3次活動時間

(1) 3次活動時間の全国順位は8位、男性は2位、女性は16位

本県の3次活動時間の全国順位は8位となっている。

男女別にみると、男性は2位で全国平均と比べて20分、女性は16位で2分長くなっている。

テレビ・ラジオ・雑誌などの自由時間（休養等）^{*6}と趣味・娯楽などの自由時間（趣味等）^{*7}は、全国平均と比べていずれも男女ともに長い。（図6-1、表6-1）

(2) ボランティア活動・社会参加活動の時間の全国順位は1位

種類別にみると、ボランティア活動・社会参加活動の時間は全国1位（平成23年に続き2回連続、28年は男女とも1位で香川県と同順位）で全国平均と比べて3分長くなっている。また、学習・自己啓発・訓練（学業以外）が3位（男性2位、女性8位）、趣味・娯楽が7位（男性4位、女性10位）となっている。（図6-1、表6-1）

図6-1 生活時間の全国との比較

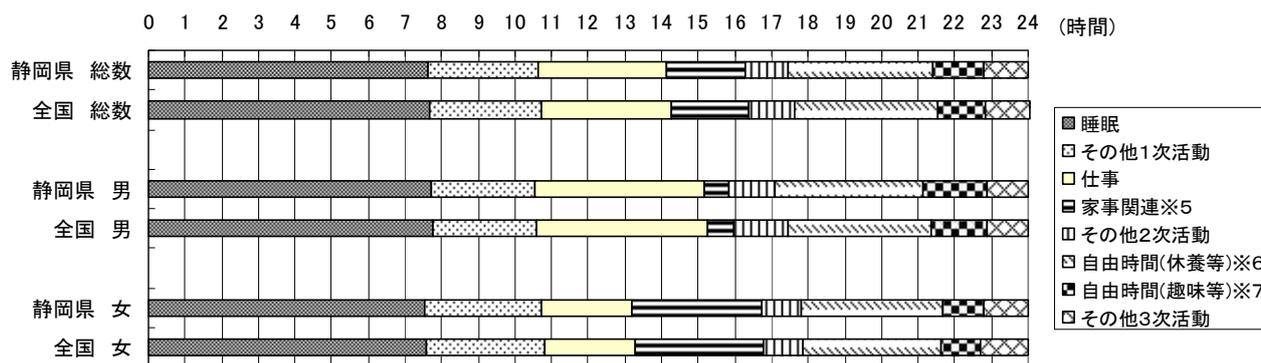


表 6-1 生活時間の全国比較表 週全体

(単位：時間・分)

行動の種類	静岡県			全国平均			全国順位 (時間の長い順)		
	総数	男	女	総数	男	女	総数	男	女
1次活動	10.38	10.33	10.43	10.41	10.34	10.49	37	33	38
睡眠	7.38	7.44	7.32	7.40	7.45	7.35	37	38	34
身の回りの用事	1.22	1.13	1.31	1.22	1.11	1.31	18	10	23
食事	1.38	1.36	1.40	1.40	1.38	1.43	28	30	30
2次活動	6.49	6.31	7.06	6.57	6.50	7.03	31	36	17
仕事等 ※4	4.41	5.51	3.34	4.49	6.08	3.35	/	/	/
通学・通勤	0.29	0.36	0.22	0.34	0.43	0.25	19	18	22
仕事	3.31	4.36	2.28	3.33	4.41	2.29	32	31	33
学業	0.41	0.39	0.44	0.42	0.44	0.41	27	35	6
家事関連 ※5	2.07	0.40	3.33	2.08	0.44	3.28	/	/	/
家事	1.23	0.16	2.29	1.23	0.19	2.24	26	43	8
介護・看護	0.03	0.02	0.05	0.04	0.02	0.06	28	12	23
育児	0.17	0.06	0.27	0.15	0.06	0.24	4	5	4
買い物	0.24	0.16	0.32	0.26	0.17	0.34	29	22	28
3次活動	6.33	6.56	6.11	6.22	6.36	6.09	8	2	16
移動 (通勤・通学を除く)	0.29	0.28	0.29	0.29	0.28	0.30	12	13	18
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.21	2.25	2.18	2.15	2.19	2.11	21	23	16
休養・くつろぎ	1.36	1.40	1.33	1.37	1.37	1.36	34	21	36
学習・自己啓発・訓練 (学業以外)	0.15	0.16	0.13	0.13	0.13	0.12	3	2	8
趣味・娯楽	0.49	1.02	0.38	0.47	0.57	0.37	7	4	10
スポーツ	0.14	0.17	0.11	0.14	0.18	0.10	22	33	5
ボランティア活動・社会参加活動	0.07	0.09	0.06	0.04	0.04	0.04	1	1	1
交際・付き合い	0.15	0.15	0.16	0.17	0.15	0.19	33	15	36
受診・療養	0.08	0.06	0.10	0.08	0.07	0.09	13	21	4
その他	0.18	0.19	0.17	0.19	0.17	0.20	31	17	44
[再掲] 自由時間 (休養等) ※6	3.57	4.05	3.51	3.52	3.56	3.47	/	/	/
[再掲] 自由時間 (趣味等) ※7	1.25	1.44	1.08	1.18	1.32	1.03	/	/	/

4 スマートフォン・パソコンなどの使用割合

(1) 全国 (60.1%) に比べると、2.9ポイント低くなっている

本県のスマートフォン・パソコンなどの使用割合は 57.2% で、全国順位は 17 位となっている。全国 (60.1%) に比べると、2.9ポイント低くなっている。(表 6-2)

表 6-2 スマートフォン・パソコンなどの使用割合の全国比較

(単位：%)

	静岡県			全国平均			全国順位		
	総数	男	女	総数	男	女	総数	男	女
使用割合	57.2	59.2	55.3	60.1	61.9	58.4	17	18	18

第7 主な行動の平均時刻

1 1次活動（起床、朝食開始、夕食開始、就寝）の平均時刻

(1) 女性は男性より早起き、男性は女性より早く朝食を開始

平日における行動の平均時刻（以下同じ。）をみると、平均起床時刻は6時18分で、男性は6時24分、女性は6時11分と女性が13分早くなっている。

平均朝食開始時刻は6時55分で、男性は6時48分、女性は7時01分と男性が13分早くなっている。（表7-1）

(2) 女性は男性より早く夕食を開始、女性が早く就寝

平均夕食開始時刻は18時48分で、男性は18時58分、女性は18時39分と女性が19分早くなっている。

平均就寝時刻は23時01分で、男性は23時03分、女性は23時00分と女性が3分早くなっている。（表7-1）

(3) 平均朝食開始時刻の全国順位は1位、全国と比べて12分早い

1次活動の平均時刻を全国と比較すると、平均起床時刻の全国順位は2位となっている。男女別にみても男女ともに2位で、男性は全国平均と比べて16分、女性は13分早くなっている。

平均朝食開始時刻の全国順位は1位（平成18年、23年に続き3回連続）で、全国と比べて12分早くなっている。男女別にみても男女ともに1位で、男性は全国と比べて13分、女性は11分早くなっている。

平均夕食開始時刻の全国順位は5位で全国と比べ17分早くなっている。男女別にみると、男性は全国と比べて19分、女性は16分早くなっている。

平均就寝時刻の全国順位は20位となっている。男女別にみると、男性は全国と比べて13分、女性は8分早くなっている。（表7-1）

表7-1 主な1次活動の行動時刻の全国比較表 平日

1次活動	静岡県（時：分）			全国（時：分）			全国順位			静岡県－全国(分)		
	総数	男	女	総数	男	女	総数	男	女	総数	男	女
平均起床時刻	6:18	6:24	6:11	6:32	6:40	6:24	2	2	2	-14	-16	-13
平均朝食開始時刻	6:55	6:48	7:01	7:07	7:01	7:12	1	1	1	-12	-13	-11
平均夕食開始時刻	18:48	18:58	18:39	19:05	19:17	18:55	5	7	3	-17	-19	-16
平均就寝時刻	23:01	23:03	23:00	23:12	23:16	23:08	20	24	21	-11	-13	-8

注：数字は、10歳以上の人の平均時刻

2 2次活動（出勤、帰宅）の平均時刻

(1) 男性は女性より早く出勤、女性は男性より早く帰宅

本県に住んでいる有業者^{*8}の平日における行動の平均時刻（以下同じ。）をみると、平均出勤時刻は8時21分で、男性は7時53分、女性は8時59分と男性が1時間6分早くなっている。

平均帰宅時刻は18時39分で、男性は19時21分、女性は17時41分で女性が1時間40分早くなっている。（表7-2）

(2) 男性の平均出勤時刻の全国順位は9位、全国と比べて11分早い

2次活動の平均時刻を全国と比較すると、平均出勤時刻の全国順位は22位で全国平均と比べて3分早くなっている。男女別にみると、男性は9位で全国と比べて11分早く、女性は32位で7分遅くなっている。

平均帰宅時刻の全国順位は27位で、全国と比べて14分早くなっている。男女別にみると、男性は10分、女性は18分早くなっている。(表7-2)

表7-2 主な2次活動の行動時刻の全国比較表 平日

2次活動	静岡県 (時:分)			全国 (時:分)			全国順位			静岡県-全国(分)		
	総数	男	女	総数	男	女	総数	男	女	総数	男	女
平均出勤時刻	8:21	7:53	8:59	8:24	8:04	8:52	22	9	32	-3	-11	7
平均帰宅時刻	18:39	19:21	17:41	18:53	19:31	17:59	27	29	14	-14	-10	-18

注：数字は、15歳以上の有業者の平均時刻