

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（要約版）

平成28年社会生活基本調査の「生活時間に関する結果」を総務省統計局が平成29年9月15日に公表したので、これを基に静岡県の概要をまとめた。

一日の生活時間は、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次活動時間は増加した。**本県が全国1位、2位の行動**は以下のとおり。

順位	内 容	静岡県	全 国	備 考
1位	平均朝食開始時刻	6時55分	7時7分	平成18年、23年に続き3回連続、28年は男女とも1位
	ボランティア活動・社会参加活動の時間	7分/日	4分/日	平成23年に続き2回連続（香川県と同順位）、28年は男女とも1位
2位	平均起床時刻	6時18分	6時32分	男女とも2位（青森県と同順位）

社会生活基本調査とは

- 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年以来5年ごとに実施
- 対象者は、指定調査区に居住する約88,000世帯（静岡県約1,800世帯）の10歳以上の世帯員
- 今回の「生活時間に関する結果」は、総務省統計局から公表された行動時間の集計結果について、本県分を取りまとめたもの（調査は平成28年10月15日（土）から10月23日（日）までの9日間のうちから調査区ごとに指定された連続する2日間について実施）

【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……上記以外で各人が自由に使える時間における活動

仕事等……通勤・通学、仕事、学業

家事関連……家事、介護・看護、育児、買い物

自由時間(休養等)……テレビ・ラジオ・新聞・雑誌、休養・くつろぎ

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

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）

スマートフォン・パソコンなど…携帯電話、タブレット型端末を含む（今回調査から実施）

【利用上の注意】

この結果の概要では、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。

1 一日の生活時間の配分

- 一日の生活時間は、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（表 1）
- 平成 23 年と比べると、男性の 2 次活動時間の減少と 3 次活動時間の増加が大きい（表 1）

表 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
2 次活動	6.58	6.49	-0.09	6.45	6.31	-0.14	7.10	7.06	-0.04
3 次活動	6.24	6.33	0.09	6.39	6.56	0.17	6.10	6.11	0.01

- 1 次活動時間は、男女とも 45～54 歳が最も短い（図 1-1）
- 2 次活動時間は男女とも 35～44 歳が最も長く、3 次活動時間は男女とも 35～44 歳が最も短い（図 1-1）
- 男性は、平成 23 年と比べると、10～34 歳で 2 次活動時間が減少し、3 次活動時間が増加、一方で、45～64 歳では 2 次活動時間が増加し、1 次活動時間と 3 次活動時間が減少（図 1-2）
- 女性は、平成 23 年と比べると、10～44 歳で、2 次活動時間が増加し、3 次活動時間が減少（図 1-2）

図 1-1 年齢階級別生活時間

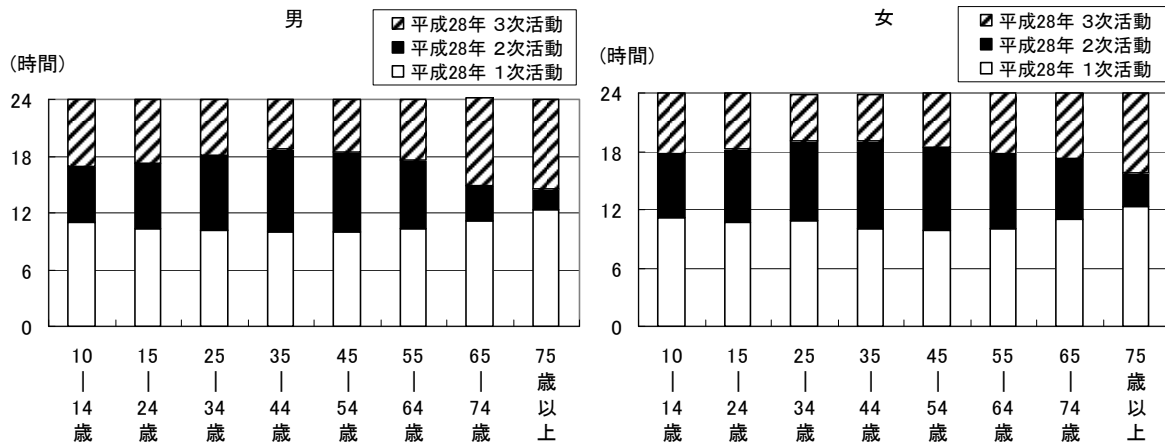
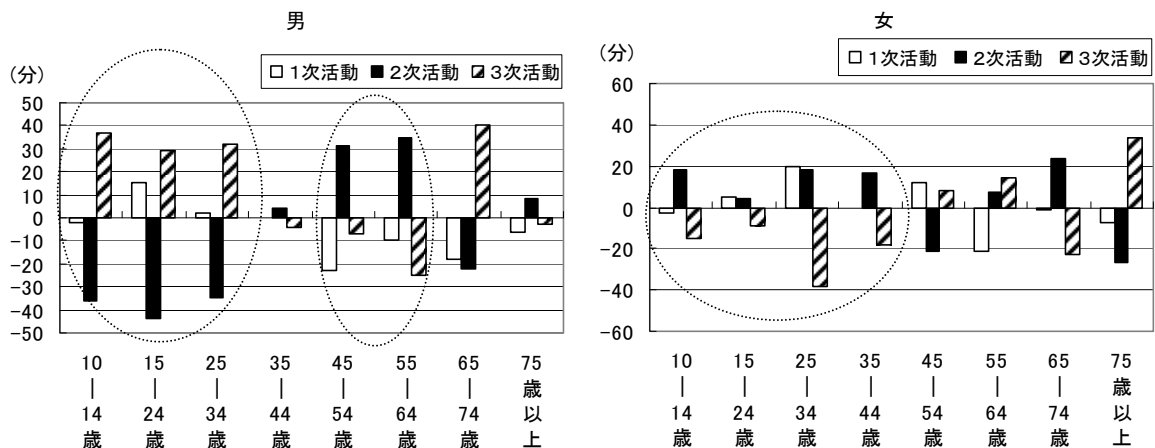


図 1-2 年齢階級別生活時間の増減(平成 23 年、28 年)



2 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割合は57.2%（表2）

表2 スマートフォン・パソコンなどの使用割合 週全体 （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

注：「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。

3 生活時間の全国比較

○ 2次活動の育児の時間は全国順位4位（表3）

○ 3次活動は全国順位8位、活動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年は香川県と同順位）、学習・自己啓発・訓練（学業以外）が3位、趣味・娯楽が7位（表3）

表3 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（時間が長い順）		
	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	4.41	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	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）※1	3.57	4.05	3.51	3.52	3.56	3.47	/	/	/
[再掲] 自由時間（趣味等）※2	1.25	1.44	1.08	1.18	1.32	1.03	/	/	/

注： 数字は、10歳以上の人の平均時間

※1 テレビ・ラジオ・新聞・雑誌、休養・くつろぎ

※2 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

4 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

- 平日における行動の平均時刻では、女性が男性より13分早く起き、男性より13分遅く朝食を開始（表4-1）
- 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）で全国より12分早い。男女別にみても男女とも1位で、全国より男性は13分早く、女性は11分早い（表4-1）

表4-1 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

- 有業者の平日における行動の平均時刻は、男性が女性より1時間6分早く出勤し、1時間40分遅く帰宅（表4-2）
- 男性の平均出勤時刻の全国順位は9位で全国平均より11分早い（表4-2）

表4-2 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

本県に関する詳細は「統計センターしずおか」(<http://toukei.pref.shizuoka.jp/>)に搭載する。

全国の結果は<http://www.stat.go.jp/data/shakai/2016/kekka.htm>に搭載。