

# 平成23年社会生活基本調査 「生活時間の配分に関する結果」 — 岩手県の概要 —

平成24年10月12日  
岩手県政策地域部

## 調査の概要

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、国民の社会生活の実態を明らかにすることにより、各種行政施策の基礎資料を得ることを目的として、昭和51年以来5年ごとに総務省が実施しています。

平成23年に行われた調査は、平成23年10月20日を調査日として、平成17年国勢調査の調査区から選定された96調査区内の約6,000人(生活時間・時間帯)、約3,000人(平均時刻)(全国では約6,500調査区、各約350,000人、約180,000人)を調査の対象としました。

この資料は、総務省が平成24年9月26日に公表した生活時間の配分に関する調査結果から、岩手県に  
関係する部分を概要としてまとめたものです。

なお、過去1年間の生活行動に関する調査結果は、本年7月30日に公表しています。

## ◎調査結果の概略

### 1 1日の生活時間の配分(P3)

(1)1次活動(睡眠、食事など生理的に必要な活動)	: 10時間50分
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)	: 6時間59分
3次活動(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)	: 6時間11分

(2)平成18年と比べて、1次活動時間は横ばい、2次活動時間は2分減少、3次活動時間は2分増加。

### 2 1次活動

#### (1)睡眠(P8)

- 睡眠時間は7時間52分(男性7時間59分、女性7時間46分)で、平成18年と比べ8分減少。25歳以上35歳未満を除くすべての年齢階級で減少。
- 全国の総平均時間は7時間42分。全国と比較すると、本県は10分長く、長い方からの順位は全国第6位(平成18年第4位)。

#### (2)身の回りの用事(ex.入浴、着替え、化粧等)(P10)

- 身の回りの用事の時間は1時間18分(男性1時間9分、女性1時間27分)で、平成18年と比べ6分増加。男女共に65歳以上の年齢階級で最も長い。
- 全国の総平均時間は1時間19分。全国と比較すると、本県は1分短く、長い方からの順位は全国第26位(平成18年第40位)。

#### (3)食事(P12)

- 食事時間は1時間40分(男性1時間38分、女性1時間42分)で、平成18年と比べ2分増加。45歳未満のすべての年齢階級で減少。
- 全国の総平均時間は1時間39分。全国と比較すると本県は1分長く、長い方からの順位は全国第8位(平成18年第21位)。

「調査結果の概略」は裏面へ続きます →

### 3 2次活動

#### (1) 仕事(P13)

- 有業者の1日の仕事時間は6時間9分(男性7時間6分、女性5時間6分)で、平成18年と比べ23分減少。男性は35歳以上45歳未満、女性は45歳以上55歳未満の年齢階級で最も長くなっている。
- 全国の総平均時間は6時間2分。全国と比較すると本県は7分長く、長い方からの順位は全国第16位(平成18年第3位)。

#### (2) 家事関連(ex.家事、介護、育児等)(P15)

- 家事関連時間は2時間6分(男性43分、女性3時間19分)で、平成18年と比べ5分増加。女性の35歳以上45歳未満の年齢階級で4時間41分と最も長い。
- 全国の総平均時間は2時間10分。全国と比較すると本県は4分短く、長い方からの順位は31位(平成18年第40位)。

### 4 3次活動

#### (1) 休養等自由時間活動(ex.休養、テレビ・新聞等)(P17)

- 休養等自由時間活動の時間は3時間58分(男性4時間9分、女性3時間47分)で、平成18年と比べると2分減少。テレビ・ラジオ・新聞・雑誌に費やす時間は2時間25分となっている。
- 全国の総平均時間は3時間58分。本県は全国と同じ。長い方からの順位は全国第29位(平成18年第9位)。

#### (2) 積極的自由時間活動(ex.趣味・娯楽、スポーツ、ボランティア活動等)(P18)

- 積極的自由時間活動の時間は1時間3分(男性1時間11分、女性56分)で、平成18年と比べ5分増加。ボランティア活動・社会参加活動が2分増加。
- 全国の総平均時間は1時間14分。全国と比較すると本県は11分短く、長い方からの順位は全国第46位(平成18年第46位)。

#### (3) 交際・付き合い(P19)

- 交際・付き合いの時間は16分(男性17分、女性16分)で、平成18年と比べ3分減少。25歳以上35歳未満の年齢階級で15分と大きく減少。
- 全国の総平均時間は19分。全国と比較すると本県は3分短く、長い方からの順位は全国第43位(平成18年第37位)。

# 1 1日の生活時間の配分

## (1) 概観

### ① 2次活動時間は減少、3次活動時間は増加

岩手県に住んでいる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<sup>1)</sup>時間が10時間50分、2次活動<sup>2)</sup>時間が6時間59分、3次活動<sup>3)</sup>時間が6時間11分となっている。

平成18年と比べると、1次活動時間は横ばい、2次活動時間は2分の減少、3次活動時間は2分の増加となっている。（表1-1）

### ② 1次活動時間、2次活動時間、3次活動時間の男女差は拡大

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46分、2次活動時間が6時間50分、3次活動時間が6時間24分、女性は1次活動時間が10時間54分、2次活動時間が7時間7分、3次活動時間が5時間59分となっており、1次及び2次活動時間は女性が長く、3次活動時間は男性が長くなっている。

平成18年と比べると、男性は1次活動時間が1分の減少、2次活動時間が6分の減少、3次活動時間が8分の増加、女性は1次活動時間が1分の増加、2次活動時間が2分の増加、3次活動時間が2分の減少となっている。

生活時間の男女差を平成18年と比べると、1次活動時間は6分差が8分差に、2次活動時間は9分差が17分差に、3次活動時間は15分差が25分差になっており、すべての活動で差が拡大している。（表1-1）

### ③ 2次活動時間が減少、土曜日及び日曜日で3次活動時間が増加

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41分、2次活動時間が7時間45分、3次活動時間が5時間33分、土曜日は1次活動時間が11時間3分、2次活動時間が5時間33分、3次活動時間が7時間23分、日曜日は1次活動時間が11時間23分、2次活動時間が4時間31分、3次活動時間が8時間6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くなっている。

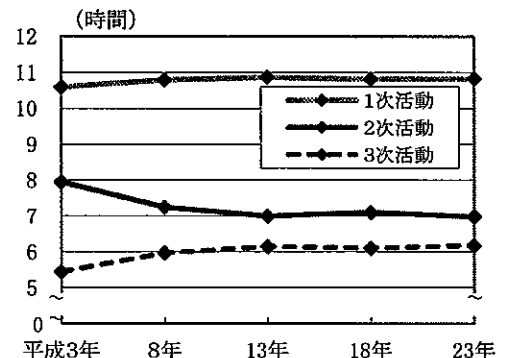
平成18年と比べると、平日は2次活動時間が減少している。土曜日は1次及び3次活動時間が増加、2次活動時間が減少している。日曜日は1次及び2次活動時間が減少、3次活動時間が増加している。（表1-2）

### ④ 平成18年に増加に転じた2次活動時間が再び減少

過去20年間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次及び3次活動時間は平成8年から増加が続いていたが、18年は減少に転じ、23年度は再び増加に転じた。2次活動時間は8年から減少が続いていたが、18年は増加に転じ、23年は再び減少に転じた。

（図1-1、表1-3）

図1-1 行動の種類別生活時間の推移  
（平成3年～平成23年）－週全体、15歳以上



- 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性格の強い活動
- 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

表1-1 男女、行動の種類別生活時間（平成18年，23年）一週全体

	(時間.分)								
	総数			男			女		
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減
1次活動	10.50	10.50	0.00	10.47	10.46	-0.01	10.53	10.54	0.01
睡眠	8.00	7.52	-0.08	8.09	7.59	-0.10	7.53	7.46	-0.07
身の回りの用事	1.12	1.18	0.06	1.02	1.09	0.07	1.21	1.27	0.06
食事	1.38	1.40	0.02	1.37	1.38	0.01	1.39	1.42	0.03
2次活動	7.01	6.59	-0.02	6.56	6.50	-0.06	7.05	7.07	0.02
通勤・通学	0.24	0.23	-0.01	0.30	0.29	-0.01	0.18	0.18	0.00
仕事	4.03	3.47	-0.16	5.12	4.53	-0.19	3.00	2.47	-0.13
学業	0.33	0.44	0.11	0.35	0.45	0.10	0.31	0.43	0.12
家事	1.27	1.25	-0.02	0.20	0.20	0.00	2.28	2.23	-0.05
介護・看護	0.02	0.03	0.01	0.01	0.01	0.00	0.04	0.04	0.00
育児	0.11	0.13	0.02	0.04	0.04	0.00	0.17	0.22	0.05
買い物	0.21	0.25	0.04	0.14	0.18	0.04	0.28	0.30	0.02
3次活動	6.09	6.11	0.02	6.16	6.24	0.08	6.01	5.59	-0.02
移動(通勤・通学を除く)	0.24	0.27	0.03	0.24	0.26	0.02	0.25	0.27	0.02
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.26	2.25	-0.01	2.32	2.36	0.04	2.20	2.15	-0.05
休養・くつろぎ	1.34	1.33	-0.01	1.32	1.33	0.01	1.36	1.32	-0.04
学習・自己啓発・訓練(学業以外)	0.08	0.11	0.03	0.07	0.09	0.02	0.08	0.12	0.04
趣味・娯楽	0.35	0.36	0.01	0.42	0.41	-0.01	0.29	0.32	0.03
スポーツ	0.12	0.11	-0.01	0.17	0.16	-0.01	0.09	0.07	-0.02
ボランティア活動・社会参加活動	0.03	0.05	0.02	0.03	0.05	0.02	0.03	0.05	0.02
交際・付き合い	0.19	0.16	-0.03	0.18	0.17	-0.01	0.20	0.16	-0.04
受診・療養	0.09	0.11	0.02	0.07	0.08	0.01	0.11	0.13	0.02
その他	0.18	0.17	-0.01	0.15	0.14	-0.01	0.21	0.21	0.00
(再掲)									
家事関連 1)	2.01	2.06	0.05	0.39	0.43	0.04	3.17	3.19	0.02
休養等自由時間活動 2)	4.00	3.58	-0.02	4.04	4.09	0.05	3.56	3.47	-0.09
積極的自由時間活動 3)	0.58	1.03	0.05	1.09	1.11	0.02	0.49	0.56	0.07

注) 四捨五入により内訳と計が一致しない場合がある。

表1-2 男女、行動の種類、曜日別生活時間（平成18年，23年）

		(時間.分)					
		平成18年			平成23年		
		平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	1次活動	10.41	11.02	11.27	10.41	11.03	11.23
	2次活動	7.46	5.42	4.35	7.45	5.33	4.31
	3次活動	5.33	7.16	7.58	5.33	7.23	8.06
男	1次活動	10.37	11.02	11.26	10.39	10.54	11.18
	2次活動	7.53	5.21	3.48	7.45	5.19	3.44
	3次活動	5.30	7.38	8.47	5.36	7.48	8.58
女	1次活動	10.44	11.03	11.28	10.44	11.12	11.28
	2次活動	7.40	6.01	5.19	7.46	5.46	5.13
	3次活動	5.36	6.56	7.13	5.31	7.01	7.19

注) 四捨五入により内訳と計が一致しない場合がある。

表1-3 行動の種類別生活時間の推移（平成3年～23年）一週全体，15歳以上

	(時間.分)		
	1次活動	2次活動	3次活動
平成3年	10.36	7.57	5.27
平成8年	10.48	7.15	5.58
平成13年	10.52	7.00	6.09
平成18年	10.49	7.06	6.06
平成23年	10.50	6.59	6.11

1) 家事、介護・看護、育児及び買い物

2) テレビ・ラジオ・新聞・雑誌及び休養・くつろぎ

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

## (2) 年齢階級別にみる生活時間

### ① 2次活動時間は、男女共に35～44歳で最も長い

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55分）、女性は45～54歳（10時間）が最も短く、男女共に10～14歳及び65歳以上で長くなっている。

2次活動時間は、男女共に35～44歳（男性8時間51分、女性9時間20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25～34歳（4時間54分）、女性は35～44歳（4時間39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る傾向にある。（図1-3）

### ② 主に若年層で2次活動時間が増加

生活時間を平成18年と比べると、1次活動時間は、男性は1分減少、女性は1分増加している。年齢階級別にみると、男性は25～34歳及び45～54歳の年齢階級で増加、それ以外の年齢階級では減少している。女性は25～44歳及び65歳以上の年齢階級で増加、それ以外の年齢階級では減少している。

2次活動時間は、男性は6分減少、女性は2分増加している。年齢階級別にみると、男性は10～34歳及び55～64歳の年齢階級で増加、それ以外の年齢階級では減少している。女性は10～24歳及び35～54歳の年齢階級で増加、それ以外の年齢階級では減少している。

3次活動時間は、男性は8分増加、女性は2分減少している。年齢階級別にみると、男性は15～24歳、35～54歳及び65歳以上の年齢階級で増加、それ以外の年齢階級で減少している。女性は55歳以上の年齢階級で増加、それ以外の年齢階級で減少している。（図1-2、表1-1）

図1-2 男女、年齢階級、行動の種類別生活時間の増減（平成18年～23年）一週全体

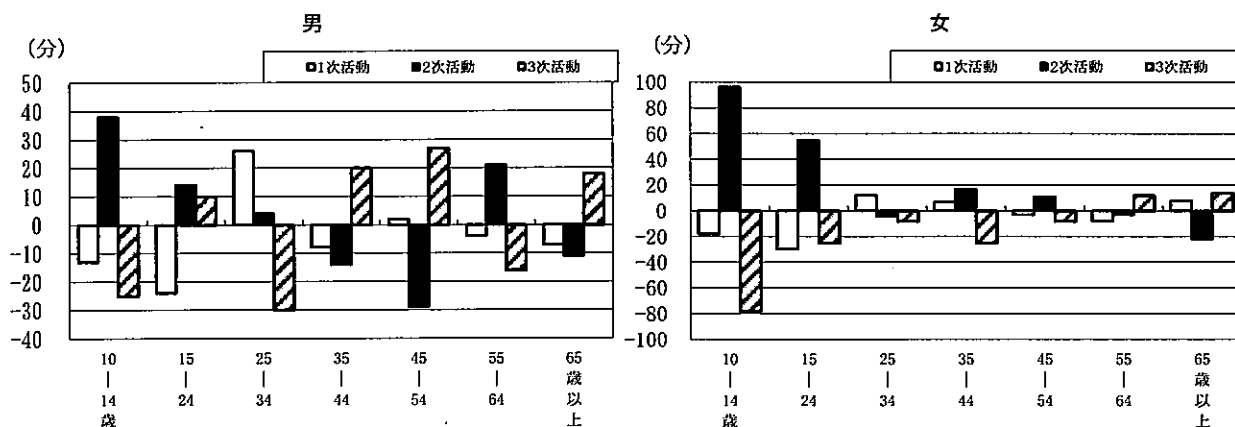
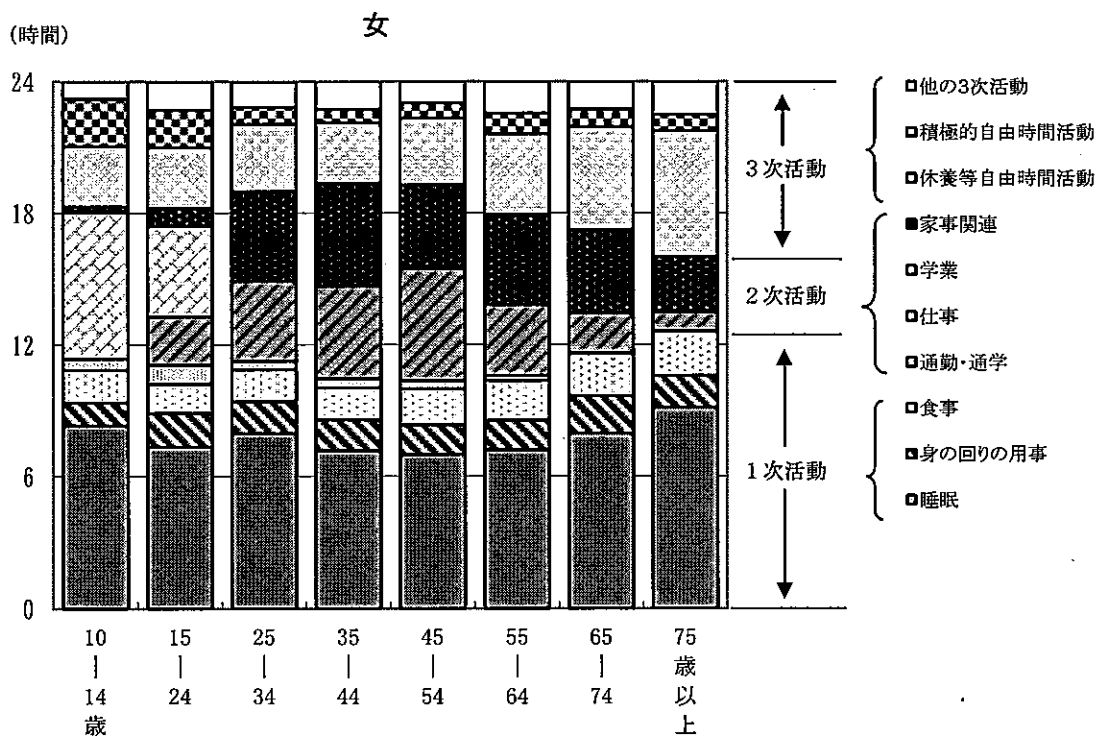
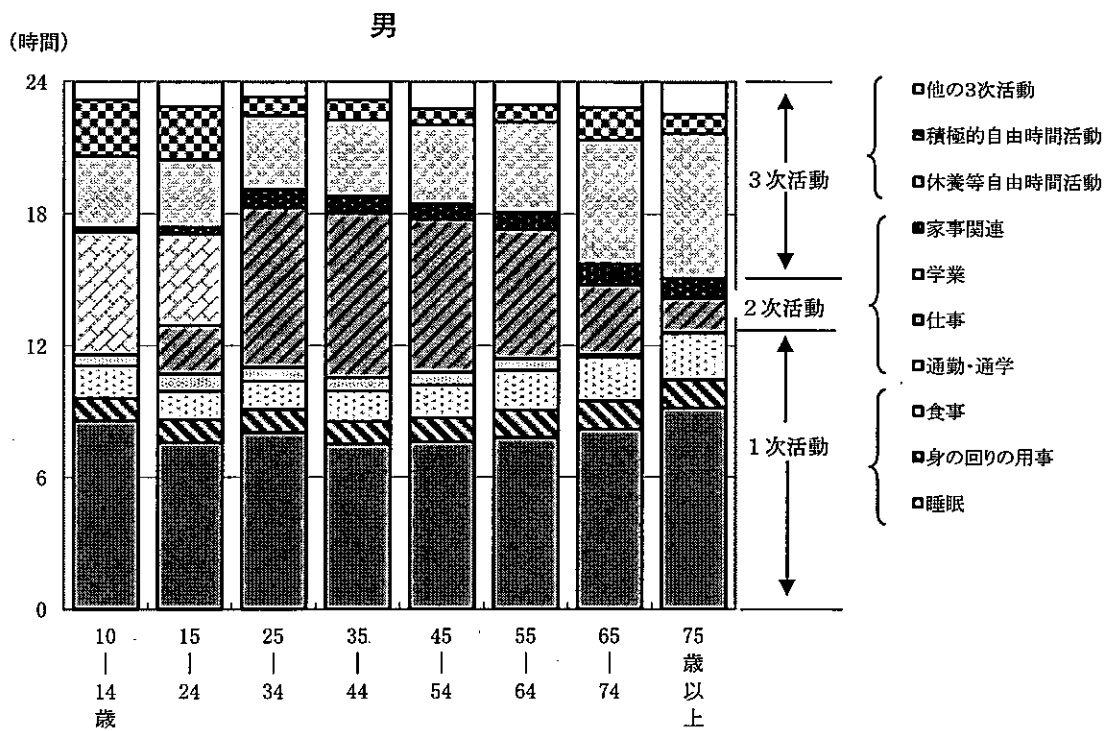


図1-3 男女、年齢階級、行動の種類別生活時間一週全体

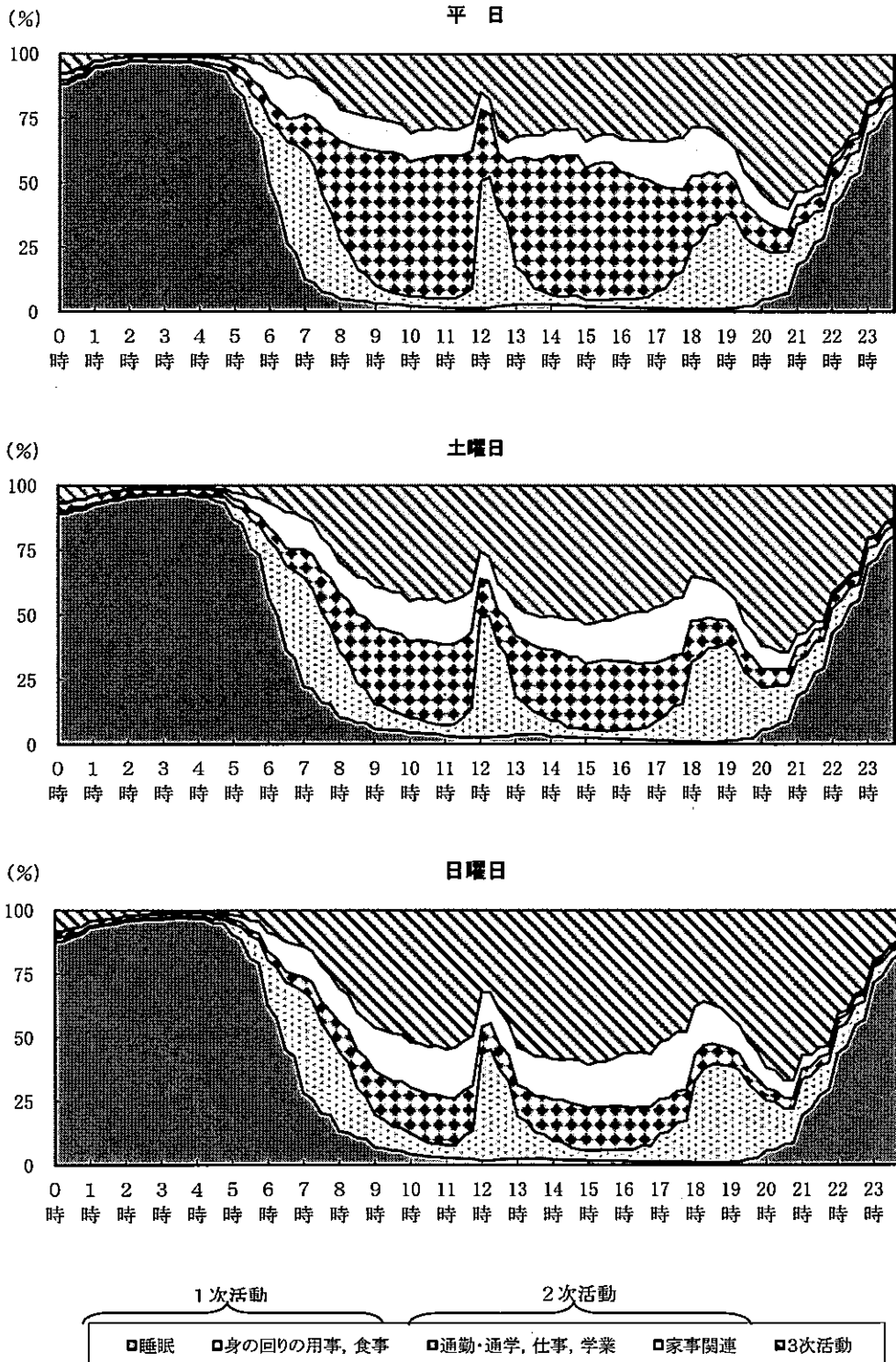


(3) 時間帯別にみる行動者率

平日に3次活動の行動者率が5割を超えるのは20時から22時までの間

行動者率（人口に占める行動者数の割合）を曜日、時間帯別にみると、3次活動の行動者率が5割を超えるのは、平日は20時から22時までの間、土曜日は13時45分から16時15分までの間及び19時30分から22時までの間、日曜日は10時から11時45分までの間、13時から17時30分までの間及び19時30分から22時までの間となっている。（図1-4）

図1-4 曜日、行動の種類、時間帯別行動者率



## 2 1次活動

### (1) 睡眠

#### ①35～54歳の年齢階級で短い睡眠時間

睡眠時間は7時間52分で、男性は7時間59分、女性は7時間46分と男性が13分長くなっている。

年齢階級別にみると、45～54歳が7時間18分と最も短く、次いで35～44歳が7時間20分などとなっており、65歳以上が8時間38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男性が女性より長くなっている。(図2-1, 表2-1)

#### ②25～34歳を除くすべての年齢階級で睡眠時間は減少

睡眠時間を平成18年と比べると、8分の減少となっている。

年齢階級別にみると、25歳～34歳を除くすべての年齢階級で減少している。(図2-2, 表2-1)

図2-1 男女、年齢階級別睡眠時間  
一週全体

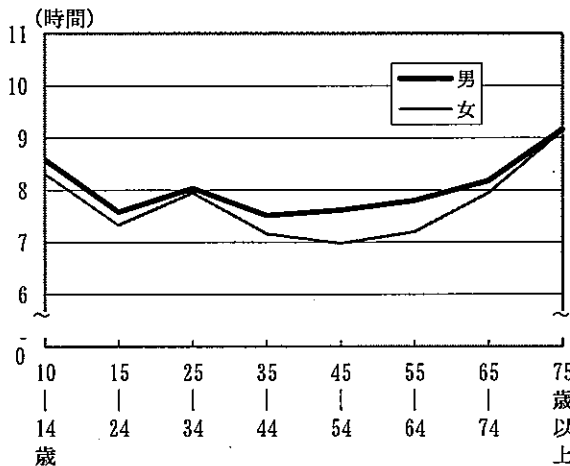


図2-2 年齢階級別睡眠時間 (平成18年, 23年) 一週全体

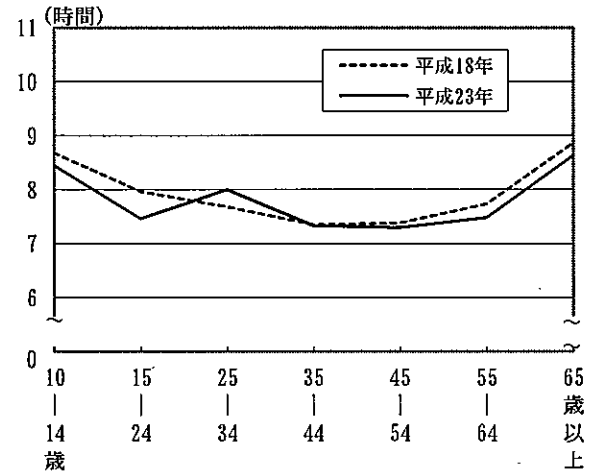


表2-1 男女、年齢階級別睡眠時間 (平成18年, 23年) 一週全体

	総数			男			女			男女差
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成23年
総数	8.00	7.52	-0.08	8.09	7.59	-0.10	7.53	7.46	-0.07	0.13
10~14歳	8.41	8.27	-0.14	8.49	8.35	-0.14	8.33	8.19	-0.14	0.16
15~24歳	7.58	7.28	-0.30	7.56	7.35	-0.21	8.01	7.20	-0.41	0.15
25~34歳	7.41	8.00	0.19	7.40	8.02	0.22	7.42	7.57	0.15	0.05
35~44歳	7.21	7.20	-0.01	7.38	7.31	-0.07	7.04	7.10	0.06	0.21
45~54歳	7.23	7.18	-0.05	7.36	7.37	0.01	7.09	6.59	-0.10	0.38
55~64歳	7.44	7.29	-0.15	8.03	7.48	-0.15	7.26	7.12	-0.14	0.36
65歳以上	8.52	8.38	-0.14	9.07	8.40	-0.27	8.42	8.36	-0.06	0.04



③男性はすべての曜日、女性は平日及び日曜日の睡眠時間が減少

曜日別に睡眠時間をみると、1日(午前0時から起算する24時間)のうち、平日が7時間44分、土曜日が8時間6分、日曜日が8時間18分となっており、平日に比べ日曜日は34分長くなっている。

男女別に平成18年と比べると、男性はすべての曜日で、女性は平日及び日曜日で減少している。(図2-3、表2-2)

図2-3 男女、曜日別睡眠時間(平成18年, 23年)

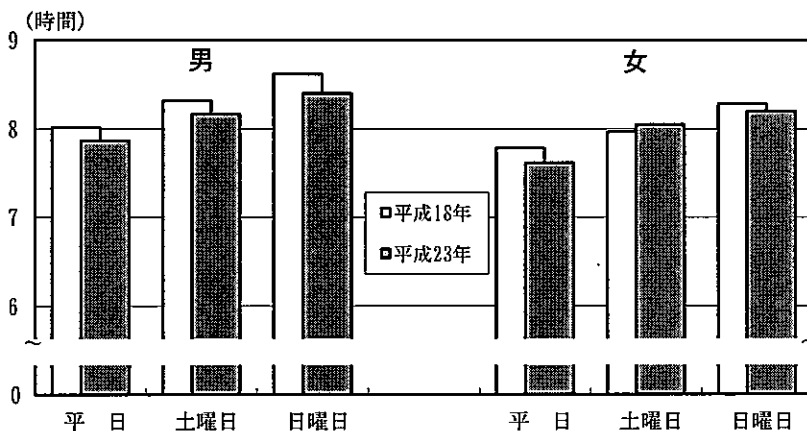


表2-2 男女、曜日別睡眠時間(平成18年, 23年)

	総数		男		女	
	平成18年	平成23年	平成18年	平成23年	平成18年	平成23年
平日	7.53	7.44	8.01	7.54	7.47	7.37
土曜日	8.08	8.06	8.19	8.10	7.58	8.03
日曜日	8.27	8.18	8.37	8.24	8.17	8.12

④増加傾向が続いていた睡眠時間が平成18年からは減少

過去20年間の睡眠時間の推移を、比較可能な年齢区分である15歳以上の人について男女別にみると、男女共に増加傾向であったが、平成18年からは減少に転じている。(図2-4、表2-3)

図2-4 男女別睡眠時間の推移(平成3年~23年)一週全体, 15歳以上

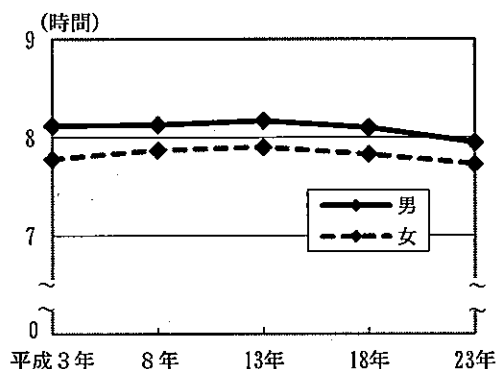


表2-3 男女別睡眠時間の推移(平成3年~23年)一週全体, 15歳以上

	男	女
平成3年	8.07	7.47
平成8年	8.08	7.52
平成13年	8.10	7.54
平成18年	8.06	7.50
平成23年	7.57	7.44

(2) 身の回りの用事

①男女共に65歳以上で最も長い身の回りの用事の時間

身の回りの用事の時間は1時間18分で、男性は1時間9分、女性は1時間27分と女性が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2分と最も短く、65歳以上が1時間27分と最も長くなっている。

これを男女別にみると、男女共に65歳以上で、それ以外の年齢階級よりも長くなっている。(図2-5, 表2-4)

②多くの年齢階級で増加している身の回りの用事の時間

身の回りの用事の時間を平成18年と比べると、6分の増加となっている。

年齢階級別にみると、10～14歳の年齢階級以外で増加している。(図2-6, 表2-4)

図2-5 男女、年齢階級別身の回りの用事の時間一週全体

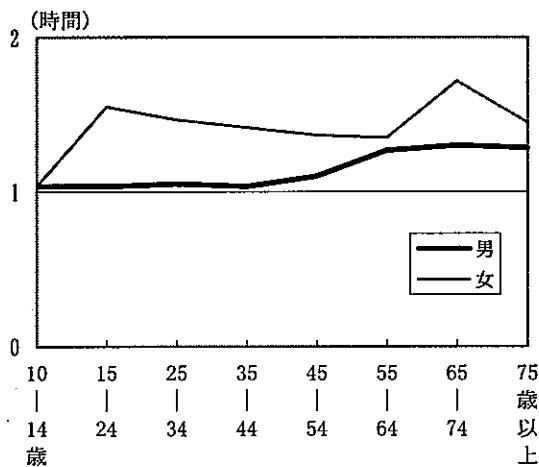


図2-6 年齢階級別身の回りの用事の時間(平成18年, 23年)一週全体

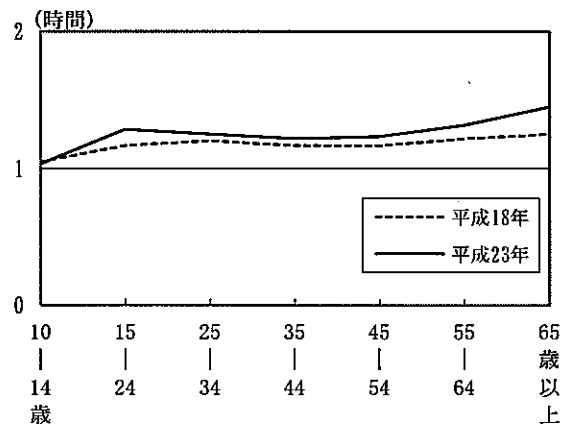


表2-4 男女、年齢階級別身の回りの用事の時間(平成18年, 23年)一週全体

	総数			男			女			男女差
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成23年
総数	1.12	1.18	0.06	1.02	1.09	0.07	1.21	1.27	0.06	-0.18
10～14歳	1.03	1.02	-0.01	1.01	1.02	0.01	1.06	1.02	-0.04	0.00
15～24歳	1.10	1.17	0.07	1.01	1.02	0.01	1.19	1.33	0.14	-0.31
25～34歳	1.12	1.15	0.03	0.55	1.03	0.08	1.29	1.28	-0.01	-0.25
35～44歳	1.10	1.13	0.03	0.58	1.02	0.04	1.22	1.25	0.03	-0.23
45～54歳	1.10	1.14	0.04	0.57	1.06	0.09	1.22	1.22	0.00	-0.16
55～64歳	1.13	1.19	0.06	1.10	1.16	0.06	1.17	1.21	0.04	-0.05
65歳以上	1.15	1.27	0.12	1.05	1.18	0.13	1.23	1.34	0.11	-0.16

### ③男女共に20年間で10分以上増加した身の回りの用事の時間

過去20年間の身の回りの用事の時間の推移を、比較可能な年齢区分である15歳以上の人について男女別にみると、男女共に増加しており、平成3年と比べると、男性は14分、女性は17分の増加となっている。（図2-7、表2-5）

図2-7 男女別身の回りの用事の時間の推移（平成3年～平成23年）－週全体、15歳以上

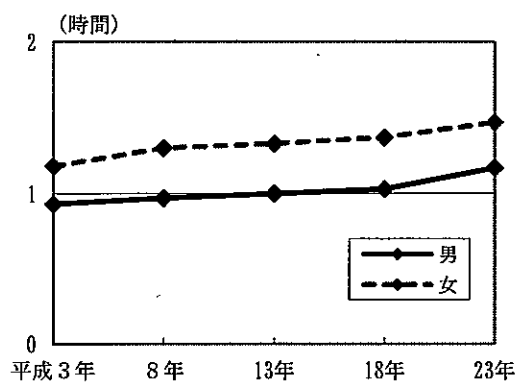


表2-5 男女別身の回りの用事の時間の推移（平成3年～平成23年）－週全体、15歳以上

	(時間. 分)	
	男	女
平成3年	0.56	1.11
平成8年	0.58	1.18
平成13年	1.00	1.20
平成18年	1.02	1.22
平成23年	1.10	1.28

### (3) 食事

#### ①高年齢層で長い食事時間

食事時間は1時間40分で、男性は1時間38分、女性は1時間42分と女性が4分長くなっている。

年齢階級別にみると、15～24歳が1時間20分と最も短く、65歳以上が2時間1分と最も長くなっており、15歳以上は年齢階級が高くなるほど長くなる傾向となっている。

これを男女別にみると、55歳以上の年齢階級で男性が女性より長くなっている。(表2-6)

#### ②45歳以上を除くすべての年齢階級で減少している食事時間

食事時間を平成18年と比べると、2分の増加とほぼ横ばいになっている。年齢階級別にみると、45歳以上を除くすべての年齢階級で減少している。(表2-6)

表2-6 男女、年齢階級別食事時間(平成18年、23年) - 週全体

	総数			男			女			男女差
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成23年
総数	1.38	1.40	0.02	1.37	1.38	0.01	1.39	1.42	0.03	-0.04
10～14歳	1.30	1.29	-0.01	1.29	1.29	0.00	1.30	1.30	0.00	-0.01
15～24歳	1.24	1.20	-0.04	1.24	1.19	-0.05	1.24	1.20	-0.04	-0.01
25～34歳	1.26	1.23	-0.03	1.22	1.18	-0.04	1.30	1.27	-0.03	-0.09
35～44歳	1.27	1.25	-0.02	1.27	1.23	-0.04	1.27	1.27	0.00	-0.04
45～54歳	1.34	1.34	0.00	1.37	1.30	-0.07	1.31	1.39	0.08	-0.09
55～64歳	1.45	1.48	0.03	1.44	1.49	0.05	1.46	1.48	0.02	0.01
65歳以上	1.56	2.01	0.05	1.56	2.03	0.07	1.56	1.59	0.03	0.04

#### ③男女共に大きな変化は見られない食事時間

過去20年間の食事時間の推移を、比較可能な年齢区分である15歳以上の人について男女別にみると、男女共に数分の増減はあるものの、大きな変化は見られない。

(図2-8、表2-7)

図2-8 男女別食事時間の推移(平成3年～23年) - 週全体, 15歳以上

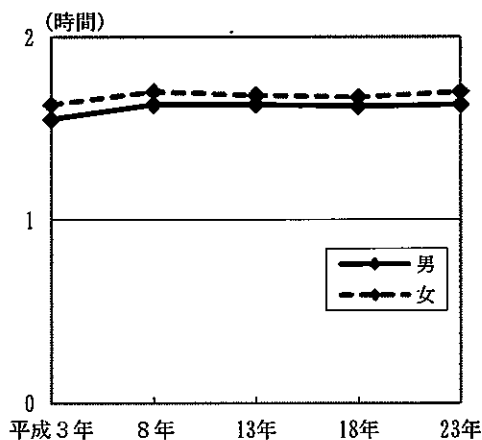


表2-7 男女別食事時間の推移(平成3年～23年) - 週全体, 15歳以上

	(時間. 分)	
	男	女
平成3年	1.33	1.38
平成8年	1.38	1.42
平成13年	1.38	1.41
平成18年	1.37	1.40
平成23年	1.38	1.42

### 3 2次活動

#### (1) 仕事

##### ①男性は35～44歳、女性は45～54歳で最も長い仕事時間

有業者（15歳以上、以下同じ。）は71万4千人（有業率（15歳以上人口に占める有業者の割合）64.2%）で、男性は38万3千人（同72.5%）、女性は33万1千人（同56.6%）となっている。（表3-1）

有業者の1日の仕事時間は6時間9分で、男性は7時間6分、女性は5時間6分となっている。

男女、年齢階級別にみると、男性は35～44歳が8時間17分と最も長く、女性は45～54歳が5時間51分と最も長くなっている。（図3-1、表3-2）

##### ②男女共に15～34歳の年齢階級で仕事時間が大幅に減少

有業者の仕事時間を平成18年と比べると、23分の減少となっており、男性は8分の減少、女性は32分の減少となっている。

男女、年齢階級別にみると、15～34歳の年齢階級で男女とも大幅に減少している。（図3-1、表3-2）

表3-1 男女別有業者数及び有業率  
(平成18年, 23年)

		平成18年	平成23年	増減
有業者数 (千人)	総数	737	714	-23
	男	412	383	-29
	女	325	331	6
有業率 (%, 増減 はポイント)	総数	63.8	64.2	0.4
	男	75.0	72.5	-2.5
	女	53.5	56.6	3.1

注) 有業率は、ふだんの就業状態不詳を除き算出。

図3-1 男女、年齢階級別仕事時間  
(平成18年, 23年) 一週全体, 有業者

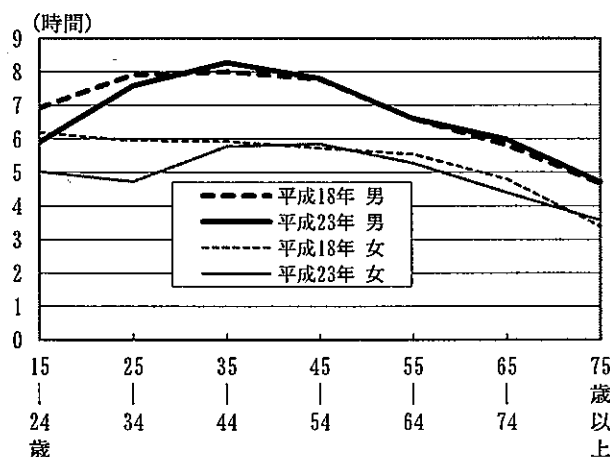


表3-2 男女、年齢階級別仕事時間 (平成18年, 23年) 一週全体, 有業者

	総数			男			女		
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減
総数	6.32	6.09	-0.23	7.14	7.06	-0.08	5.38	5.06	-0.32
15～24歳	6.35	5.05	-1.30	6.55	5.54	-1.01	6.11	5.01	-1.10
25～34歳	7.05	6.21	-0.44	7.55	7.35	-0.20	5.57	4.44	-1.13
35～44歳	7.06	7.10	0.04	8.00	8.17	0.17	5.56	5.46	-0.10
45～54歳	6.51	6.51	0.00	7.47	7.48	0.01	5.44	5.51	0.07
55～64歳	6.09	6.05	-0.04	6.36	6.36	0.00	5.33	5.17	-0.16
65～74歳	5.22	5.12	-0.10	5.49	5.59	0.10	4.48	4.24	-0.24
75歳以上	3.58	4.04	0.06	4.40	4.43	0.03	3.24	3.34	0.10

### ③仕事時間はすべての曜日で減少

有業者の仕事時間を曜日別にみると、平日は7時間7分、土曜日は4時間39分、日曜日は2時間52分となっている。

平成18年と比べると、すべての曜日で減少している。

なお、有業者について曜日別に仕事の行動者率をみると、土曜日は平成18年に比べ3.9ポイント低下している。(表3-3)

表3-3 曜日別仕事時間及び仕事の行動者率(平成18年, 23年) - 有業者

	時間(時間.分)		行動者率(%)	
	平成18年	平成23年	平成18年	平成23年
平日	7.33	7.07	89.5	85.8
土曜日	4.56	4.39	64.9	61.0
日曜日	3.01	2.52	43.7	40.8

### ④男性は増加, 女性は減少している仕事時間

有業者について、過去15年間の仕事時間の推移を男女別にみると、男性は増加し、女性は減少している。(図3-2, 表3-4)

図3-2 男女別仕事時間の推移(平成8年~平成23年) - 週全体, 有業者

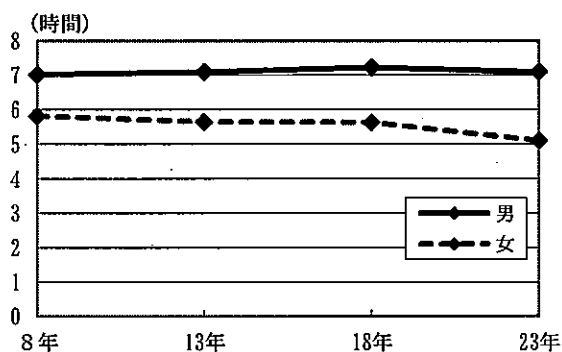


表3-4 男女別仕事時間の推移(平成8年~平成23年) - 週全体, 有業者

	(時間.分)		
	総数	男	女
平成8年	6.29	7.01	5.49
平成13年	6.27	7.06	5.39
平成18年	6.32	7.14	5.38
平成23年	6.09	7.06	5.06

## (2) 家事関連

### ①家事関連時間は35～44歳の女性が最も長い

家事関連時間は2時間6分で、男性は43分、女性は3時間19分と男女の間に大きな差がある。

男女、年齢階級別にみると、男性は概ね年齢が高くなるにつれて長くなっている。一方、女性は25歳以上の年齢階級で3時間以上と長く、特に35～44歳で4時間41分と最も長くなっている。(図3-3、表3-5)

### ②男性は25～64歳の年齢階級で家事関連時間が増加

家事関連時間を男女別に平成18年と比べると、男性は4分、女性は2分の増加となっている。

男女、年齢階級別にみると、男性は25～64歳の年齢階級で増加している。一方、女性は15～24歳、45～54歳及び65歳以上の年齢階級で減少しているが、それ以外の年齢階級では増加している。(図3-3、表3-5)

図3-3 男女、年齢階級別家事関連時間(平成18年、23年)一週全体

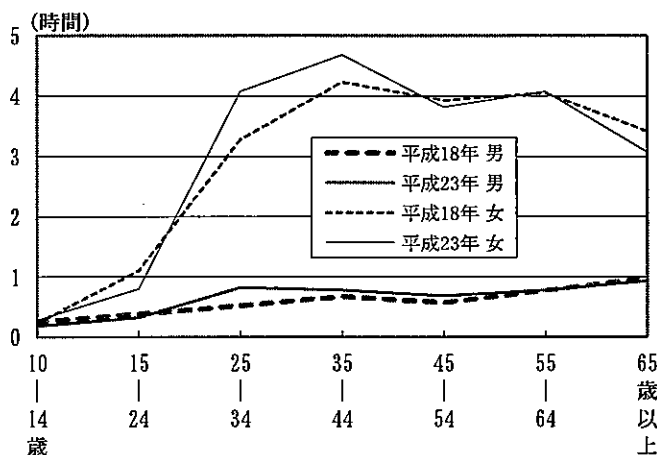


表3-5 男女、年齢階級別家事関連時間(平成18年、23年)一週全体

	総数			男			女			男女差	
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年
総数	2.01	2.06	0.05	0.39	0.43	0.04	3.17	3.19	0.02	-2.38	-2.36
10～14歳	0.15	0.15	0.00	0.15	0.11	-0.04	0.14	0.17	0.03	0.01	-0.06
15～24歳	0.45	0.33	-0.12	0.23	0.19	-0.04	1.06	0.48	-0.18	-0.43	-0.29
25～34歳	1.54	2.26	0.32	0.31	0.49	0.18	3.17	4.05	0.48	-2.46	-3.16
35～44歳	2.27	2.43	0.16	0.40	0.47	0.07	4.14	4.41	0.27	-3.34	-3.54
45～54歳	2.14	2.14	0.00	0.34	0.41	0.07	3.56	3.49	-0.07	-3.22	-3.08
55～64歳	2.26	2.27	0.01	0.46	0.47	0.01	4.03	4.05	0.02	-3.17	-3.18
65歳以上	2.24	2.12	-0.12	0.59	0.56	-0.03	3.25	3.05	-0.20	-2.26	-2.09

③男性の日曜日以外はすべて増加した家事関連時間

曜日別に家事関連時間をみると、平日が1時間59分、土曜日が2時間13分、日曜日が2時間28分となっており、平日に比べ日曜日は29分長くなっている。

男女別に平成18年と比べると、男性の日曜日が減少となった以外はすべて増加している。(図3-4、表3-6)

図3-4 男女、曜日別家事関連時間 (平成18年, 23年)

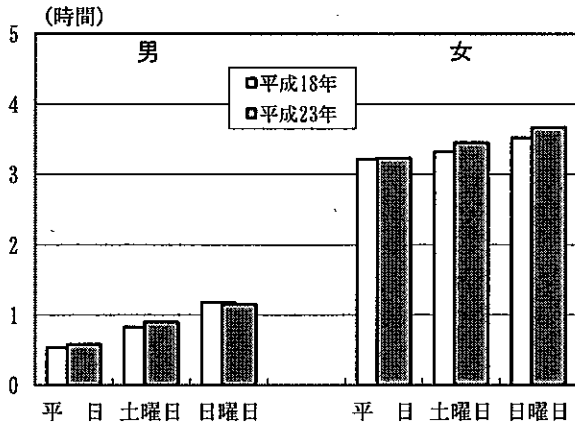


表3-6 男女、曜日別家事関連時間 (平成18年, 23年)

	総数		男		女	
	平成18年	平成23年	平成18年	平成23年	平成18年	平成23年
平日	1.55	1.59	0.32	0.35	3.13	3.14
土曜日	2.08	2.13	0.50	0.54	3.19	3.27
日曜日	2.25	2.28	1.11	1.09	3.31	3.40

④男女差は縮小しているが、その差は依然として大きい家事関連時間

過去20年間の家事関連時間の推移を、比較可能な年齢区分である15歳以上の人について男女別にみると、男性は増加が続き、平成3年に比べ19分の増加となっている。これに対し、女性は平成8年に減少したあと平成13年から増加しているものの、平成3年に比べると4分の減少となっている。このように男女差は縮小しているものの、その差は依然として大きい。(図3-5、表3-7)

図3-5 男女別家事関連時間の推移 (平成3年~平成23年) 一週全体, 15歳以上

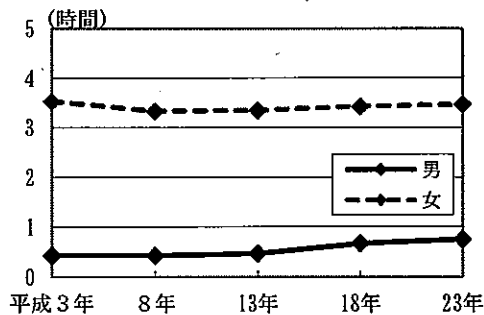


表3-7 男女別家事関連時間の推移 (平成3年~平成23年) 一週全体, 15歳以上

	(時間, 分)	
	男	女
平成3年	0.26	3.32
平成8年	0.26	3.20
平成13年	0.28	3.21
平成18年	0.40	3.26
平成23年	0.45	3.28



## 4 3次活動

### (1) 休養等自由時間活動

#### ①すべての年齢階級で男性が長い

休養等自由時間活動の時間は3時間58分で、このうちテレビ・ラジオ・新聞・雑誌に費やす時間は2時間25分となっている。(表4-1)

男女、年齢階級別にみると、すべての年齢階級で男性が長くなっている。(図4-1、表4-1)

#### ②45歳未満の年齢階級で休養等自由時間活動の時間が減少

休養等自由時間活動の時間を平成18年と比べると、2分の減少となっており、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌に費やす時間で1分、休養・くつろぎで1分減少している。

年齢階級別にみると、45歳未満で減少し、45歳以上で増加している。(図4-2、表4-1)

図4-1 男女、年齢階級別休養等自由時間活動の時間－週全体

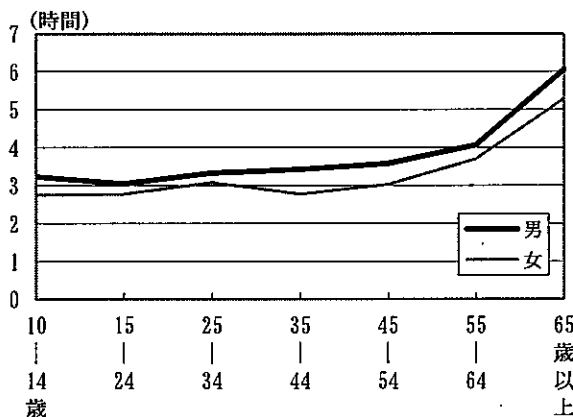


図4-2 年齢階級別休養等自由時間活動の時間(平成18年、23年)－週全体

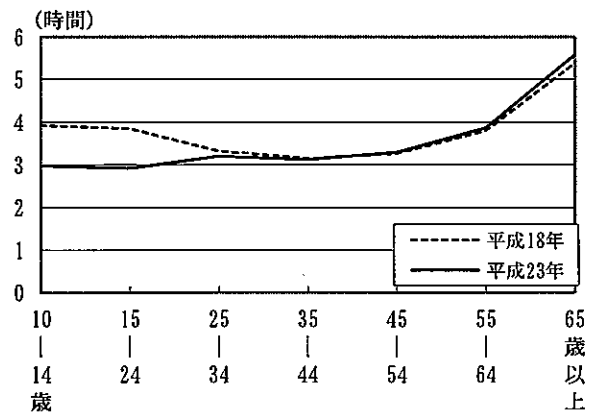


表4-1 男女、年齢階級別休養等自由時間活動の時間(平成18年、23年)－週全体 (時間、分)

	総数			男			女			男女差
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成23年
休養等自由時間活動	4.00	3.58	-0.02	4.04	4.09	0.05	3.56	3.47	-0.09	0.22
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.26	2.25	-0.01	2.32	2.36	0.04	2.20	2.15	-0.05	0.21
休養・くつろぎ	1.34	1.33	-0.01	1.32	1.33	0.01	1.36	1.32	-0.04	0.01
休養等自由時間活動										
10~14歳	3.55	2.59	-0.56	3.51	3.14	-0.37	3.59	2.45	-1.14	0.29
15~24歳	3.51	2.55	-0.56	3.45	3.03	-0.42	3.57	2.47	-1.10	0.16
25~34歳	3.19	3.12	-0.07	3.21	3.20	-0.01	3.16	3.05	-0.11	0.15
35~44歳	3.09	3.07	-0.02	3.10	3.26	0.16	3.08	2.47	-0.21	0.39
45~54歳	3.16	3.18	0.02	3.22	3.35	0.13	3.09	3.02	-0.07	0.33
55~64歳	3.48	3.52	0.04	4.02	4.04	0.02	3.35	3.42	0.07	0.22
65歳以上	5.23	5.35	0.12	5.46	6.03	0.17	5.06	5.17	0.11	0.46

## (2) 積極的自由時間活動

### ①積極的自由時間活動の時間は男性が女性より長い

積極的自由時間活動の時間は1時間3分で、このうち趣味・娯楽に費やす時間は36分と最も長く、次いでスポーツ、学習・自己啓発・訓練（学業以外）、ボランティア活動・社会参加活動などとなっている。

男女別にみると、男性は1時間11分、女性は56分と男性が15分長くなっている。

これを年齢階級別にみると、男性は25～64歳、女性は25歳以上の年齢階級で1時間未満と短くなっている。（図4-3、表4-2）

### ②25～34歳及び55～64歳の年齢階級で積極的自由時間活動の時間が減少

積極的自由時間活動の時間を平成18年と比べると、5分の増加となっており、このうち学習・自己啓発・訓練（学業以外）が3分の増加となっている。

年齢階級別にみると、25～34歳及び55～64歳の年齢階級で減少し、それ以外の年齢階級で増加している。（図4-4、表4-2）

図4-3 男女、年齢階級別積極的自由時間活動の時間－週全体

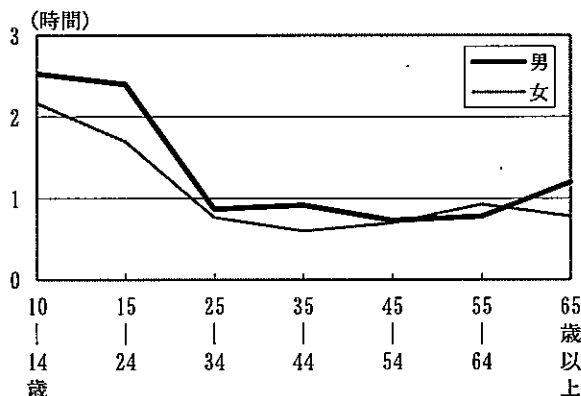


図4-4 年齢階級別積極的自由時間活動の時間（平成18年、23年）－週全体

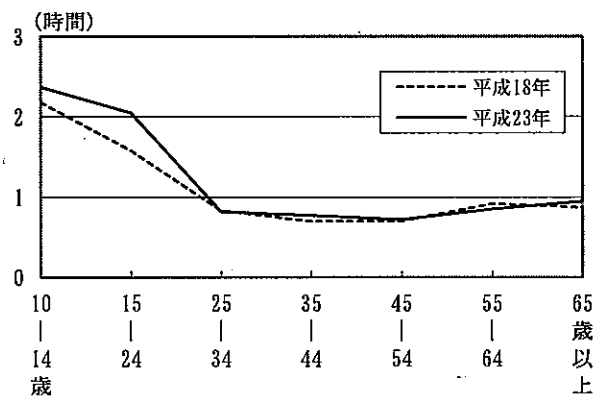


表4-2 男女、年齢階級別積極的自由時間活動の時間（平成18年、23年）－週全体

	総数			男			女			男女差
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成23年
積極的自由時間活動	0.58	1.03	0.05	1.09	1.11	0.02	0.49	0.56	0.07	0.15
学習・自己啓発・訓練(学業以外)	0.08	0.11	0.03	0.07	0.09	0.02	0.08	0.12	0.04	-0.03
趣味・娯楽	0.35	0.36	0.01	0.42	0.41	-0.01	0.29	0.32	0.03	0.09
スポーツ	0.12	0.11	-0.01	0.17	0.16	-0.01	0.09	0.07	-0.02	0.09
ボランティア活動・社会参加活動	0.03	0.05	0.02	0.03	0.05	0.02	0.03	0.05	0.02	0.00
積極的自由時間活動										
10～14歳	2.11	2.22	0.11	2.28	2.32	0.04	1.55	2.10	0.15	0.22
15～24歳	1.35	2.03	0.28	1.53	2.24	0.31	1.16	1.42	0.26	0.42
25～34歳	0.50	0.49	-0.01	0.59	0.52	-0.07	0.41	0.46	0.05	0.06
35～44歳	0.42	0.46	0.04	0.45	0.55	0.10	0.41	0.36	-0.05	0.19
45～54歳	0.42	0.43	0.01	0.49	0.44	-0.05	0.35	0.42	0.07	0.02
55～64歳	0.55	0.51	-0.04	1.02	0.47	-0.15	0.51	0.56	0.05	-0.09
65歳以上	0.52	0.57	0.05	1.07	1.12	0.05	0.41	0.47	0.06	0.25

(3) 交際・付き合い

25～34歳で大きく減少した交際・付き合いの時間

交際・付き合いの時間は16分で、男性は17分、女性は16分となっている。  
 年齢階級別に平成18年と比べると、25～34歳が15分と大きく減少している。(図4-5, 表4-3)

図4-5 年齢階級別交際・付き合いの時間(平成18年, 23年)一週全体

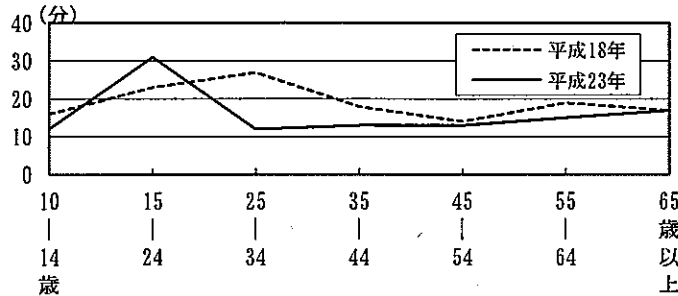


表4-3 男女, 年齢階級別交際・付き合いの時間(平成18年, 23年)一週全体 (分)

	総数			男			女			男女差 平成23年
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	
総数	19	16	-3	18	17	-1	20	16	-4	1
10～14歳	16	12	-4	17	12	-5	16	12	-4	0
15～24歳	23	31	8	20	30	10	27	31	4	-1
25～34歳	27	12	-15	28	12	-16	27	11	-16	1
35～44歳	18	13	-5	18	12	-6	18	14	-4	-2
45～54歳	14	13	-1	9	20	11	18	7	-11	13
55～64歳	19	15	-4	19	13	-6	19	18	-1	-5
65歳以上	17	17	0	15	18	3	17	17	0	1

(4) 主な行動の種類別3次活動時間の推移

休養等自由時間活動は増加傾向

主な行動の種類別に過去20年間の3次活動時間の推移を、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、休養等自由時間活動の時間は増加傾向、積極的自由時間活動の時間はほぼ横ばい、交際・付き合いの時間は減少傾向となっている。(図4-6, 表4-4)

図4-6 主な行動の種類別3次活動時間の推移(平成3年～平成23年)一週全体, 15歳以上

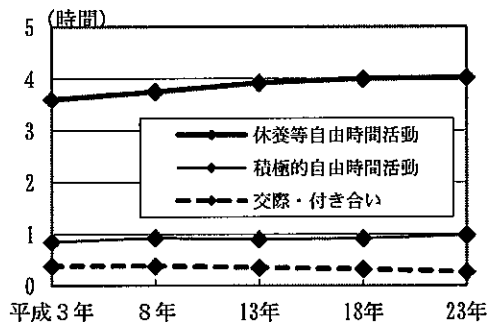


表4-4 主な行動の種類別3次活動時間の推移(平成3年～平成23年)一週全体, 15歳以上

	(時間, 分)		
	休養等自由時間活動	積極的自由時間活動	交際・付き合い
平成3年	3.36	0.51	0.23
平成8年	3.45	0.56	0.23
平成13年	3.55	0.54	0.21
平成18年	4.00	0.55	0.19
平成23年	4.01	0.59	0.16

## 5 主な行動の平均時刻

### (1) 起床

平均起床時刻はすべての曜日で女性が男性より早い

平均起床時刻<sup>1)</sup>を曜日別にみると、平日が6時22分、土曜日が6時41分、日曜日が6時40分となっており、平日に比べ土曜日は19分、日曜日は18分遅くなっている。  
男女別にみると、すべての曜日で女性が早くなっている。

1) 12時前に始まり、60分を超えて続く最初の睡眠の終了時刻

### (2) 朝食開始

平均朝食開始時刻はすべての曜日で男性が女性より早い

平均朝食開始時刻<sup>1)</sup>を曜日別にみると、平日が7時6分、土曜日が7時19分、日曜日が7時23分となっており、平日に比べ土曜日は13分、日曜日は17分遅くなっている。  
男女別にみると、すべての曜日で男性が早くなっている。

1) 4時以降、11時前に始まる最初の食事開始時刻

### (3) 夕食開始

平均夕食開始時刻はすべての曜日で女性が男性より早い

平均夕食開始時刻<sup>1)</sup>を曜日別にみると、平日が18時54分、土曜日が18時39分、日曜日が18時44分となっており、平日に比べ土曜日は15分、日曜日は10分早くなっている。  
男女別にみると、すべての曜日で女性が早くなっている。

1) 16時以降、24時(翌日0時)前に始まる最初の食事開始時刻

### (4) 就寝

平均就寝時刻はすべての曜日で女性が男性より早い

平均就寝時刻<sup>1)</sup>を曜日別にみると、平日が22時45分、土曜日が22時42分、日曜日が22時39分となっており、平日に比べ土曜日は3分、日曜日は6分早くなっている。  
男女別にみると、すべての曜日で女性が男性より早くなっている。

1) 17時以降、36時(翌日12時)前に始まり、60分を超えて続く睡眠の開始時刻

(資料) 平成23年社会生活基本調査結果(行動の種類別総平均時間一週全体)

単位:分

睡眠		身の回りの用事		食事		仕事		家事関連		休養等自由時間活動						
順位	都道府県	順位	都道府県	順位	都道府県	順位	都道府県	順位	都道府県	順位	都道府県					
	総平均時間		総平均時間		総平均時間		総平均時間		総平均時間		総平均時間					
1	秋田県	482	1	高知県	85	1	山梨県	106	1	鹿児島県	385	1	北海道	266		
2	青森県	481	2	広島県	83	2	東京都	103	1	沖縄県	385	2	青森県	260		
3	高知県	480	3	宮城県	82	2	長野県	103	3	香川県	383	3	福島県	256		
4	山形県	477	3	東京都	82	2	奈良県	102	4	青森県	377	3	兵庫県	256		
5	福島県	475	3	神奈川県	82	5	秋田県	101	4	長崎県	377	5	千葉県	254		
6	岩手県	472	3	和歌山県	82	5	埼玉県	101	4	大分県	377	5	広島県	254		
6	新潟県	472	3	山口県	82	5	千葉県	101	7	北海道	376	5	香川県	254		
6	島根県	472	8	秋田県	81	8	岩手県	100	7	新潟県	376	5	愛媛県	252		
9	長野県	471	8	茨城県	81	8	茨城県	100	7	佐賀県	376	9	静岡県	251		
9	熊本県	471	8	兵庫県	81	8	栃木県	100	10	山形県	375	9	三重県	251		
9	鹿児島県	471	8	奈良県	81	8	神奈川県	100	10	石川県	375	11	宮崎県	249		
12	和歌山県	470	8	鳥取県	81	8	京都府	100	12	栃木県	373	12	埼玉県	248		
13	宮城県	469	8	徳島県	81	8	大阪府	100	13	福井県	370	12	岡山県	246		
13	石川県	469	14	福島県	80	8	徳島県	100	13	福岡県	370	12	徳島県	246		
15	北海道	468	14	群馬県	80	全国	99	13	熊本県	370	15	岐阜県	245			
15	福井県	468	14	山梨県	80	15	宮城県	99	16	岩手県	369	15	鳥取県	245		
15	鳥取県	468	14	静岡県	80	15	福島県	99	16	宮城県	369	15	山口県	244		
18	山口県	467	14	京都府	80	15	群馬県	99	16	静岡県	369	15	大分県	244		
18	佐賀県	467	14	愛媛県	80	15	兵庫県	99	19	山口県	368	19	長野県	243		
18	宮崎県	467	14	佐賀県	80	15	広島県	99	19	宮崎県	368	19	愛知県	243		
21	茨城県	466	全国	79	15	熊本県	99	21	富山県	367	19	京都府	242			
21	富山県	466	21	岡山県	79	15	宮崎県	99	21	岡山県	367	19	島根県	241		
21	徳島県	466	21	香川県	79	22	青森県	98	23	福島県	366	全国	130	21	兵庫県	241
21	福岡県	466	21	福岡県	79	22	福井県	98	24	奈良県	364	23	宮城県	241		
25	栃木県	465	21	大分県	79	22	鹿児島県	98	24	広島県	364	23	秋田県	241		
25	山梨県	465	21	宮崎県	79	25	山形県	97	26	千葉県	363	23	神奈川県	241		
25	香川県	465	26	青森県	78	25	滋賀県	97	全国	362	23	滋賀県	239			
25	愛媛県	465	26	岩手県	78	25	和歌山県	97	27	群馬県	362	27	福井県	239		
25	大分県	465	26	栃木県	78	25	岡山県	97	27	鳥取県	362	28	北海道	238		
30	群馬県	464	26	千葉県	78	25	愛媛県	97	29	茨城県	360	28	東京都	237		
30	三重県	464	26	新潟県	78	25	高知県	97	30	秋田県	359	28	富山県	236		
30	京都府	464	26	福井県	78	25	沖縄県	97	30	兵庫県	359	31	岩手県	236		
30	長崎県	464	26	長野県	78	32	石川県	96	30	島根県	359	31	高知県	236		
34	岐阜県	463	26	大阪府	78	32	岐阜県	96	30	高知県	359	31	福岡県	236		
全国	462	26	熊本県	78	32	静岡県	96	34	東京都	358	34	長崎県	236			
35	静岡県	462	35	埼玉県	77	32	愛知県	96	34	長野県	358	34	鹿児島県	235		
35	愛知県	462	35	三重県	77	32	島根県	96	36	岐阜県	356	34	沖縄県	234		
35	滋賀県	462	35	滋賀県	77	32	大分県	96	36	愛知県	356	37	群馬県	233		
35	岡山県	462	35	島根県	77	38	新潟県	95	38	滋賀県	355	37	熊本県	233		
35	沖縄県	462	35	鹿児島県	77	38	三重県	95	38	大阪府	355	39	栃木県	232		
40	大阪府	460	40	岐阜県	76	38	山口県	95	38	徳島県	355	39	山梨県	231		
41	東京都	457	40	愛知県	76	38	香川県	95	41	埼玉県	354	41	青森県	230		
42	広島県	456	42	北海道	75	38	福岡県	95	42	神奈川県	351	41	石川県	230		
43	埼玉県	455	42	山形県	75	38	長崎県	95	42	山梨県	351	43	山形県	228		
44	千葉県	454	42	富山県	75	44	富山県	94	44	京都府	350	43	新潟県	227		
44	兵庫県	454	42	長崎県	75	45	北海道	93	45	和歌山県	349	45	茨城県	226		
46	奈良県	453	42	沖縄県	75	45	鳥取県	93	46	三重県	347	46	佐賀県	225		
47	神奈川県	451	47	石川県	73	45	佐賀県	93	46	愛媛県	347	47	福島県	216		

※「仕事」は有業者のみの総平均時間、他は総数の総平均時間

単位:分

積極的自由時間活動			交際・付き合い		
順位	都道府県	総平均時間	順位	都道府県	総平均時間
1	神奈川県	83	1	沖縄県	27
2	東京都	82	2	東京都	23
3	千葉県	80	3	山形県	22
3	滋賀県	80	3	石川県	22
3	兵庫県	80	3	山梨県	22
6	岡山県	78	6	富山県	21
7	山梨県	77	6	京都府	21
7	愛知県	77	6	大阪府	21
7	京都府	77	6	山口県	21
7	奈良県	77	6	福岡県	21
11	北海道	76	11	神奈川県	20
12	埼玉県	75	11	新潟県	20
12	三重県	75	11	島根県	20
	全国	74	11	佐賀県	20
14	富山県	74		全国	19
14	長野県	74	15	北海道	19
14	大阪府	74	15	秋田県	19
14	山口県	74	15	群馬県	19
14	大分県	74	15	埼玉県	19
19	群馬県	73	15	岐阜県	19
19	福井県	73	15	愛知県	19
19	岐阜県	73	15	滋賀県	19
19	静岡県	73	15	和歌山県	19
19	広島県	73	15	岡山県	19
19	愛媛県	73	15	熊本県	19
25	茨城県	72	15	大分県	19
25	石川県	72	15	宮崎県	19
25	和歌山県	72	27	茨城県	18
25	島根県	72	27	長野県	18
25	徳島県	72	27	静岡県	18
25	福岡県	72	27	三重県	18
25	沖縄県	72	27	兵庫県	18
32	長崎県	71	27	奈良県	18
32	熊本県	71	27	鳥取県	18
34	栃木県	70	27	愛媛県	18
34	香川県	70	35	宮城県	17
34	佐賀県	70	35	福島県	17
37	鳥取県	69	35	栃木県	17
37	鹿児島県	69	35	千葉県	17
39	宮城県	67	35	福井県	17
40	秋田県	66	35	広島県	17
40	高知県	66	35	長崎県	17
42	宮崎県	65	35	鹿児島県	17
43	山形県	64	43	岩手県	16
43	福島県	64	43	香川県	16
43	新潟県	64	45	徳島県	15
46	岩手県	63	45	高知県	15
47	青森県	62	47	青森県	14

【問い合わせ先】 〒020-8570 岩手県盛岡市内丸10番1号  
 岩手県政策地域部調査統計課 生活統計担当  
 TEL 019-629-5303 FAX 019-629-5309  
 E-mail AA0003@pref.iwate.jp  
<http://www3.pref.iwate.jp/webdb/view/outside/s14Tokei/top.html>