

1 1日の生活時間の配分

概 観

(1) 1次活動時間及び3次活動時間は増加、2次活動時間は減少。

宮崎県に住んでいる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次活動時間が10時間45分、2次活動時間が6時間56分、3次活動時間が6時間19分となっている。

平成18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4分の減少、3次活動時間は1分の増加となっている。(表1-1)

(2) 1次活動時間は男女ともに増加。3次活動時間は男性が増加、女性が減少。

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42分、2次活動時間が6時間40分、3次活動時間が6時間38分、女性は1次活動時間が10時間48分、2次活動時間が7時間11分、3次活動時間が6時間2分となっており、1次活動時間及び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3分の増加、2次活動時間が7分の減少、3次活動時間が4分の増加、女性は1次活動時間が3分の増加、2次活動時間が増減なし、3次活動時間が2分の減少となっている。

男女ともに仕事の時間の減少が大きくなっている。また男性は、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌が、女性は育児の時間の増加が大きくなっている。(表1-1)

(3) 平日及び土曜日で1次活動時間及び3次活動時間が増加、2次活動時間が減少

生活時間を曜日別にみると、1次活動時間及び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、平日及び土曜日は1次及び3次活動時間が増加、2次活動時間が減少となっている。日曜日は1次及び2次活動時間が増加、3次活動時間が減少となっている。(表1-2)

(4) 25年前と比較すると1、3次活動時間は増加、2次活動時間は減少。

比較可能な年齢区分である15歳以上の人について、25年前と比較すると、1次活動時間は17分増加、2次活動時間は53分減少、3次活動時間は36分増加している。

(図1-1、表1-3)

表 1-1 男女, 行動の種類別生活時間 (平成 18 年, 23 年) - 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	10.42	10.45	0.03	10.39	10.42	0.03	10.45	10.48	0.03
睡眠	7.46	7.47	0.01	7.57	7.57	0.00	7.37	7.39	0.02
身の回りの用事	1.16	1.19	0.03	1.05	1.08	0.03	1.25	1.28	0.03
食事	1.40	1.39	-0.01	1.37	1.37	0.00	1.43	1.40	-0.03
2次活動	7.00	6.56	-0.04	6.47	6.40	-0.07	7.11	7.11	0.00
通勤・通学	0.22	0.20	-0.02	0.27	0.25	-0.02	0.17	0.15	-0.02
仕事	3.53	3.36	-0.17	4.53	4.42	-0.11	3.01	2.38	-0.23
学業	0.42	0.45	0.03	0.46	0.51	0.05	0.39	0.40	0.01
家事	1.29	1.32	0.03	0.24	0.20	-0.04	2.26	2.35	0.09
介護・看護	0.04	0.03	-0.01	0.02	0.01	-0.01	0.05	0.05	0.00
育児	0.09	0.16	0.07	0.03	0.05	0.02	0.14	0.26	0.12
買い物	0.21	0.23	0.02	0.11	0.14	0.03	0.30	0.31	0.01
3次活動	6.18	6.19	0.01	6.34	6.38	0.04	6.04	6.02	-0.02
移動(通勤・通学を除く)	0.31	0.29	-0.02	0.29	0.27	-0.02	0.33	0.30	-0.03
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.23	2.31	0.08	2.29	2.41	0.12	2.18	2.23	0.05
休養・くつろぎ	1.26	1.30	0.04	1.25	1.33	0.08	1.27	1.29	0.02
学習・自己啓発・訓練(学業以外) 1)	0.10	0.09	-0.01	0.12	0.09	-0.03	0.09	0.09	0.00
趣味・娯楽	0.37	0.35	-0.02	0.43	0.46	0.03	0.32	0.26	-0.06
スポーツ	0.19	0.17	-0.02	0.24	0.21	-0.03	0.14	0.14	0.00
ボランティア活動・社会参加活動	0.04	0.04	0.00	0.05	0.04	-0.01	0.04	0.04	0.00
交際・付き合い	0.23	0.19	-0.04	0.26	0.19	-0.07	0.20	0.19	-0.01
受診・療養	0.09	0.08	-0.01	0.07	0.07	0.00	0.10	0.09	-0.01
その他	0.16	0.16	0.00	0.16	0.13	-0.03	0.16	0.18	0.02
(再掲)									
家事関連 2)	2.03	2.14	0.11	0.40	0.40	0.00	3.15	3.37	0.22
休養等自由時間活動 3)	3.49	4.01	0.12	3.54	4.14	0.20	3.45	3.52	0.07
積極的自由時間活動 4)	1.10	1.05	-0.05	1.24	1.20	-0.04	0.59	0.53	-0.06

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			増減(平成23年-平成18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	10.33	10.52	11.17	10.34	11.00	11.22	0.01	0.08	0.05
	2次活動	7.43	5.53	4.29	7.41	5.36	4.33	-0.02	-0.17	0.04
	3次活動	5.43	7.16	8.14	5.45	7.24	8.05	0.02	0.08	-0.09
男	1次活動	10.29	10.49	11.19	10.31	10.58	11.20	0.02	0.09	0.01
	2次活動	7.37	5.38	3.45	7.34	5.04	3.42	-0.03	-0.34	-0.03
	3次活動	5.54	7.33	8.57	5.55	7.58	8.57	0.01	0.25	0.00
女	1次活動	10.37	10.54	11.16	10.38	11.02	11.23	0.01	0.08	0.07
	2次活動	7.49	6.06	5.07	7.46	6.05	5.18	-0.03	-0.01	0.11
	3次活動	5.34	7.00	7.36	5.36	6.54	7.19	0.02	-0.06	-0.17

図 1-1 行動の種類別生活時間の推移 (昭和 61 年~平成 23 年) - 週全体, 15 歳以上

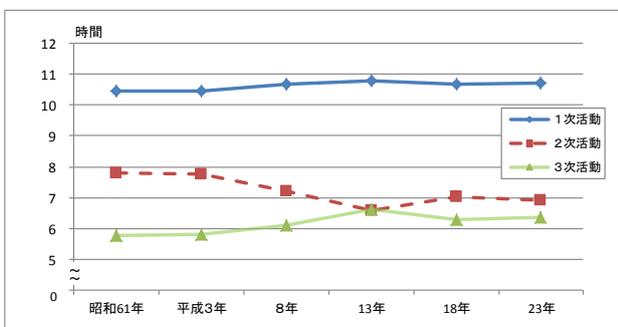


表 1-3 行動の種類別生活時間の推移 (昭和 61 年~平成 23 年) - 週全体, 15 歳以上

(時間.分)

	1次活動	2次活動	3次活動
昭和 61 年	10.27	7.48	5.45
平成 3 年	10.27	7.45	5.48
平成 8 年	10.40	7.13	6.06
平成 13 年	10.48	6.35	6.37
平成 18 年	10.41	7.02	6.16
平成 23 年	10.44	6.55	6.21

- 1) 平成 18 年の調査項目名は「学習・研究 (学業以外)」
- 2) 家事, 介護・看護, 育児及び買い物
- 3) テレビ・ラジオ・新聞・雑誌及び休養・くつろぎ
- 4) 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

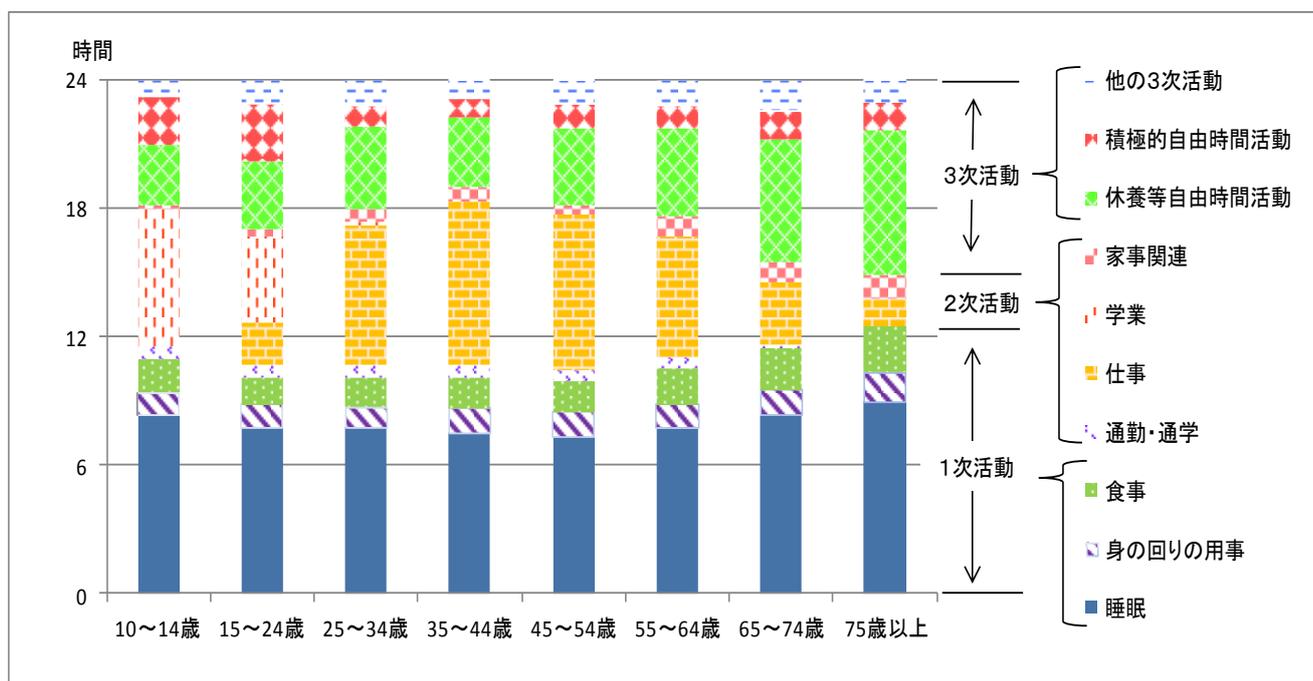
(5) 10～24歳は学業、25～64歳は仕事・家事関連、65歳以上は休養等自由時間活動の時間が長い。

生活時間を年齢階級別、男女ともに10～24歳は学業、25～64歳は仕事・家事関連、65歳以上は休養等自由時間活動の時間が長くなっている。

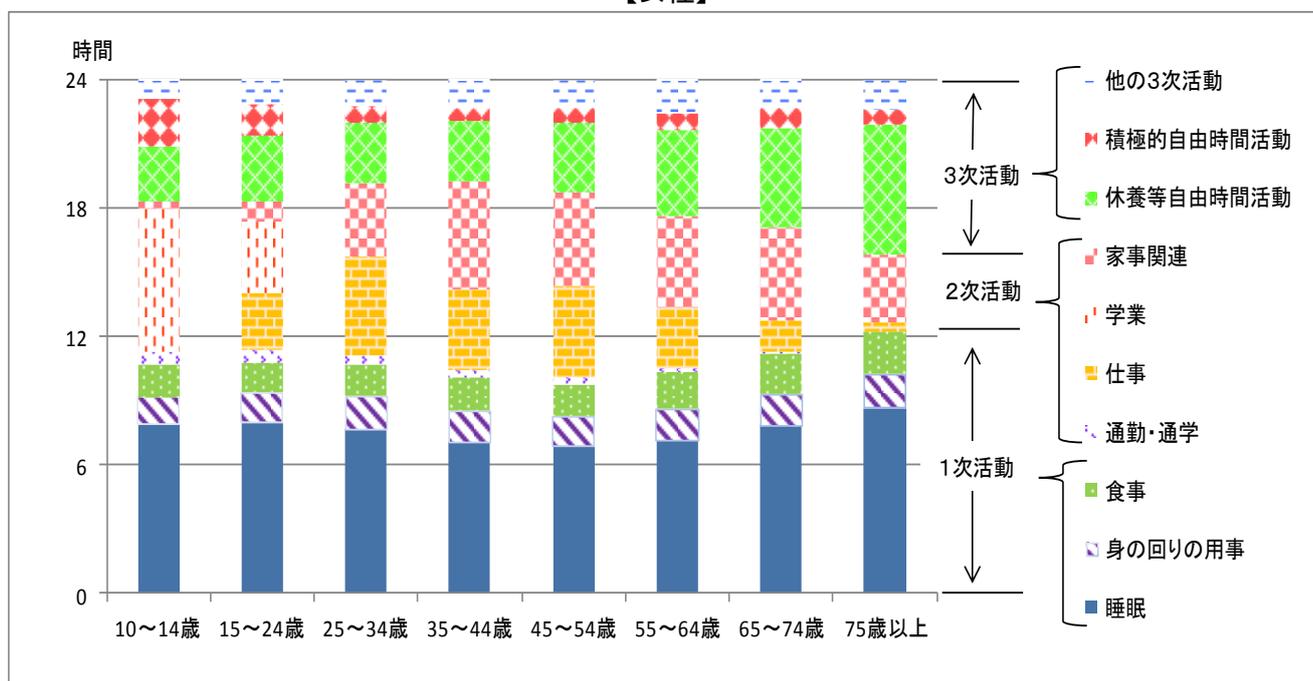
また、25歳以上については男性は仕事の時間が多く、女性は家事関連の時間が長くなっている。(図1-2)

図1-2 男女、年齢階級、行動の種類別生活時間一週全体

【男性】



【女性】



(6) 本県は全国と比べ1、2次活動時間が長く、3次活動時間が短い。

本県と全国を比べると、1次活動時間は5分、2次活動時間は3分長く、3次活動時間は8分短くなっている。また行動種類別にみると、睡眠、学業、家事などの時間が長く、通勤・通学、趣味・娯楽などは短くなっている。

男性を全国と比べると、1次活動時間は9分長く、2次活動時間は9分短く、3次活動時間は同じとなっている。行動種類別にみると、睡眠、学業、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌などの時間が長く、通勤・通学、仕事、趣味・娯楽などは短くなっている。

女性を全国と比べると、1次活動時間は2分長く、2次活動時間は14分長く、3次活動時間は14分短くなっている。行動種類別にみると、仕事などの時間が長く、通勤・通学、趣味・娯楽などは短くなっている。(表1-4)

表1-4 男女、行動の種類別生活時間(宮崎、全国)一週全体

(時間、分)

	総数			男			女		
	宮崎県	全国	差	宮崎県	全国	差	宮崎県	全国	差
1次活動	10.45	10.40	0.05	10.42	10.33	0.09	10.48	10.46	0.02
睡眠	7.47	7.42	0.05	7.57	7.49	0.08	7.39	7.36	0.03
身の回りの用事	1.19	1.19	0.00	1.08	1.09	-0.01	1.28	1.29	-0.01
食事	1.39	1.39	0.00	1.37	1.36	0.01	1.40	1.42	-0.02
2次活動	6.56	6.53	0.03	6.40	6.49	-0.09	7.11	6.57	0.14
通勤・通学	0.20	0.31	-0.11	0.25	0.40	-0.15	0.15	0.23	-0.08
仕事	3.36	3.33	0.03	4.42	4.46	-0.04	2.38	2.23	0.15
学業	0.45	0.39	0.06	0.51	0.42	0.09	0.40	0.37	0.03
家事	1.32	1.27	0.05	0.20	0.18	0.02	2.35	2.32	0.03
介護・看護	0.03	0.03	0.00	0.01	0.02	-0.01	0.05	0.05	0.00
育児	0.16	0.14	0.02	0.05	0.05	0.00	0.26	0.23	0.03
買い物	0.23	0.26	-0.03	0.14	0.17	-0.03	0.31	0.35	-0.04
3次活動	6.19	6.27	-0.08	6.38	6.38	0.00	6.02	6.16	-0.14
移動(通勤・通学を除く)	0.29	0.30	-0.01	0.27	0.29	-0.02	0.30	0.30	0.00
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.31	2.27	0.04	2.41	2.31	0.10	2.23	2.24	-0.01
休養・くつろぎ	1.30	1.31	-0.01	1.33	1.31	0.02	1.29	1.31	-0.02
学習・自己啓発・訓練(学業以外)	0.09	0.12	-0.03	0.09	0.13	-0.04	0.09	0.12	-0.03
趣味・娯楽	0.35	0.44	-0.09	0.46	0.53	-0.07	0.26	0.37	-0.11
スポーツ	0.17	0.14	0.03	0.21	0.18	0.03	0.14	0.11	0.03
ボランティア活動・社会参加活動	0.04	0.04	0.00	0.04	0.04	0.00	0.04	0.04	0.00
交際・付き合い	0.19	0.19	0.00	0.19	0.18	0.01	0.19	0.20	-0.01
受診・療養	0.08	0.08	0.00	0.07	0.07	0.00	0.09	0.10	-0.01
その他	0.16	0.17	-0.01	0.13	0.15	-0.02	0.18	0.18	0.00
(再掲)									
家事関連	2.14	2.10	0.04	0.40	0.42	-0.02	3.37	3.35	0.02
休養等自由時間活動	4.01	3.58	0.03	4.14	4.02	0.12	3.52	3.55	-0.03
積極的自由時間活動	1.05	1.14	-0.09	1.20	1.28	-0.08	0.53	1.04	-0.11

2 1次活動

睡眠

(1) 睡眠時間は45～54歳の年齢階級で短い。

睡眠時間は7時間47分で、男性は7時間57分、女性は7時間39分と男性が18分長くなっている。

年齢階級別にみると、45～54歳が7時間8分と最も短くなっている。

平成18年と比べると、15～24歳が23分と大きく増加している。(図2-1)

(2) 15～24歳を除く全ての年齢階級で男性が長い。

男女、年齢階級別にみると、15～24歳を除く全ての年齢階級で男性が長くなっている。特に、55～64歳では男性が34分長くなっている。(図2-2)

図2-1 年齢階級別睡眠時間(平成18年、23年)一週全体、10歳以上

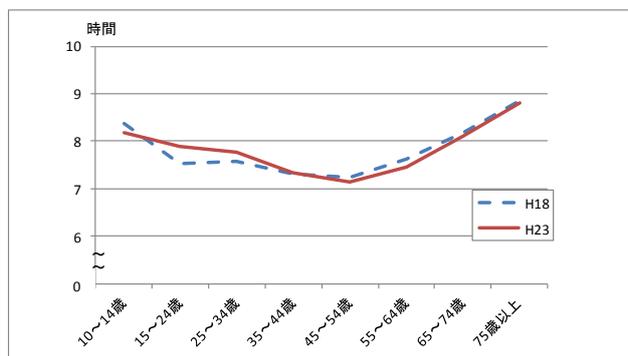
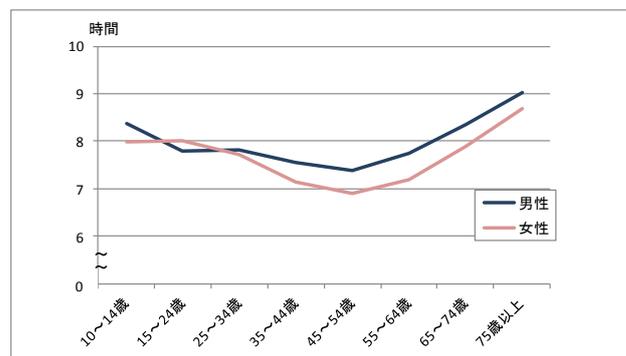


図2-2 男女、年齢階級別睡眠時間一週全体、10歳以上



(3) 全国と比べると、5分長い。

全国と比べると本県は5分長く、47都道府県中第18位となっている。

曜日別にみると、平日で8分、日曜日で1分全国を上回り、土曜日で2分下回っている。(表2-1)

表2-1 本県と全国の曜日別睡眠時間—10歳以上 (時間、分)

	総数		男		女	
	宮崎	全国	宮崎	全国	宮崎	全国
週全体	7.47	7.42	7.57	7.49	7.39	7.36
平日	7.39	7.31	7.48	7.37	7.31	7.26
土曜日	8.00	8.02	8.08	8.10	7.53	7.54
日曜日	8.17	8.16	8.29	8.26	8.06	8.06

3 2次活動

仕事

(1) 仕事時間は5年前と比べ、45～54歳を除く全てで減少。

有業者（15歳以上。以下同じ。）の仕事時間は6時間8分で、男性は7時間1分、女性は5時間7分となっている。

年齢階級別にみると、45～54歳が6時間50分と最も長くなっている。

平成18年と比べると、45～54歳を除く全ての年齢階級で減少しており、特に15～24歳は1時間20分と大きく減少している。（図3-1、表3-1）

(2) 男性では35～44歳、女性では25～34歳が最も長い。

有業者について、男女、年齢階級別にみると、男性では35～44歳が7時間52分、女性では25～34歳が5時間48分と最も長くなっている。（図3-2、表3-1）

図3-1 年齢階級別仕事時間(平成18年、23年)一週全体、有業者

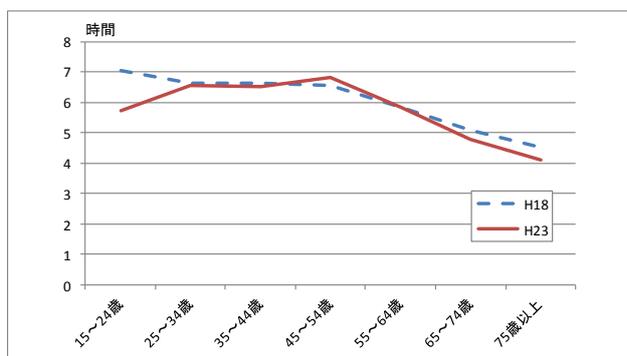


図3-2 男女、年齢階級別仕事時間一週全体、有業者

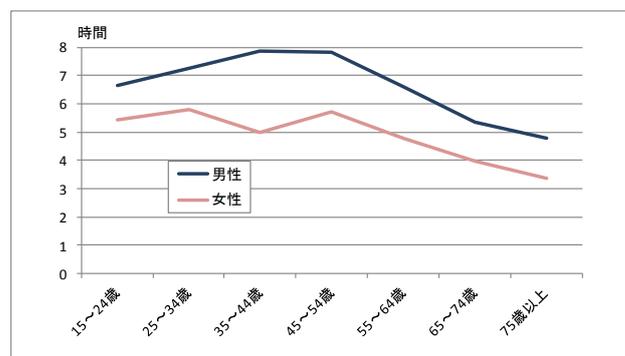


表3-1 男女、年齢階級別仕事時間(平成18年、23年)一週全体、有業者

(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
総数	6.17	6.08	-0.09	7.06	7.01	-0.05	5.24	5.07	-0.17	1.54
15～24歳	7.03	5.43	-1.20	7.48	6.39	-1.09	6.27	5.27	-1.00	1.12
25～34歳	6.39	6.33	-0.06	7.38	7.16	-0.22	5.34	5.48	0.14	1.28
35～44歳	6.37	6.32	-0.05	7.34	7.52	0.18	5.30	4.59	-0.31	2.53
45～54歳	6.34	6.50	0.16	7.34	7.50	0.16	5.32	5.42	0.10	2.08
55～64歳	5.51	5.50	-0.01	6.41	6.36	-0.05	4.53	4.46	-0.07	1.50
65～74歳	5.06	4.47	-0.19	5.14	5.21	0.07	4.58	3.59	-0.59	1.22
75歳以上	4.31	4.07	-0.24	5.04	4.47	-0.17	3.36	3.22	-0.14	1.25

(3) 全国と比べると、6分長い。

有業者について、仕事を時間を全国と比べると本県は6分長く、47都道府県中第19位となっている。

曜日別にみると、平日で10分全国を下回り、土曜日で55分、日曜日で37分上回っている。(図3-3、表3-2)

図3-3 総数、都道府県別仕事時間一週全体、有業者

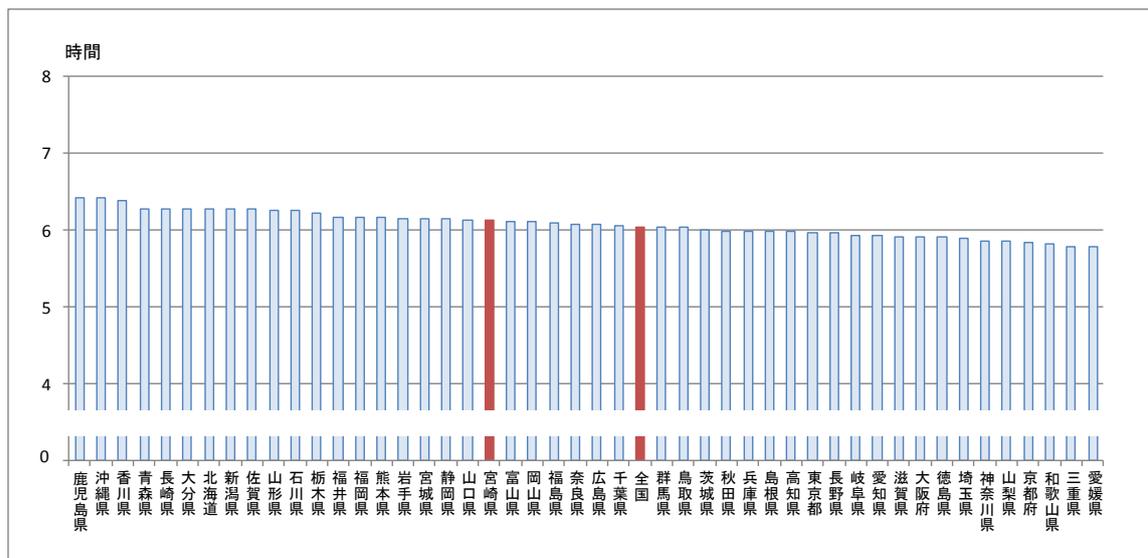


表3-2 本県と全国の曜日別仕事時間一有業者 (時間、分)

	総数		男		女	
	宮崎	全国	宮崎	全国	宮崎	全国
週全体	6.08	6.02	7.01	6.56	5.07	4.50
平日	6.59	7.09	8.02	8.17	5.49	5.41
土曜日	4.56	4.01	5.38	4.35	4.08	3.16
日曜日	3.01	2.24	3.22	2.37	2.37	2.07

(4) 仕事時間は男女共に平成18年で増加したが、23年で再び減少。

有業者について、過去25年間の仕事時間の推移を男女別にみると、男女共に平成13年まで減少が続き、18年は増加に転じたが、23年は再び減少となっている。

(図3-4、表3-3)

図3-4 男女別仕事時間の推移(昭和61年～平成23年)一週全体、有業者

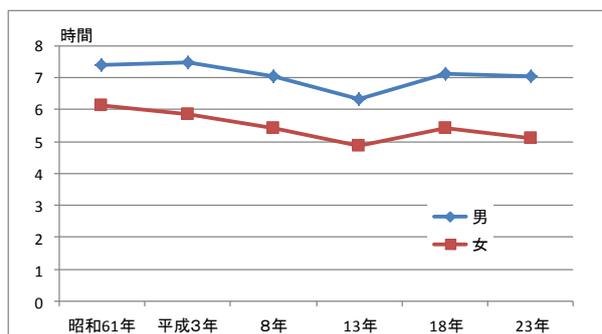


表3-3 男女別仕事時間の推移(昭和61年～平成23年)一週全体、有業者

	総数	男	女
昭和61年	6.49	7.24	6.07
平成3年	6.43	7.28	5.52
平成8年	6.18	7.02	5.25
平成13年	5.39	6.20	4.52
平成18年	6.17	7.06	5.24
平成23年	6.08	7.01	5.07

(時間、分)

家事関連

- (1) 家事関連時間は5年前と比べ、10～14歳、65歳以上を除く全てで増加。
 家事関連時間は2時間14分で、男性は40分、女性は3時間37分となっている。
 年齢階級別にみると、35～44歳が2時間54分と最も長くなっている。
 平成18年と比べると、10～14歳、65歳以上を除く全ての年齢階級で増加しており、
 特に35～44歳は30分増加している。また女性は、育児時間の増加が大きい。
 (図3-5、表3-4、表3-5)

- (2) 全ての年齢階級で女性が長い。
 男女、年齢階級別にみると、全ての年齢階級で女性が長くなっている。特に、35～
 44歳では女性が4時間21分長くなっている。(図3-6、表3-4)

図3-5 年齢階級別家事関連時間
 (平成18年、23年)一週全体、10歳以上

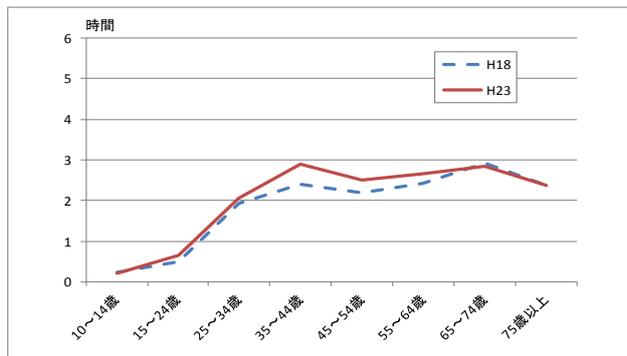


図3-6 男女、年齢階級別家事関連時間
 一週全体、10歳以上

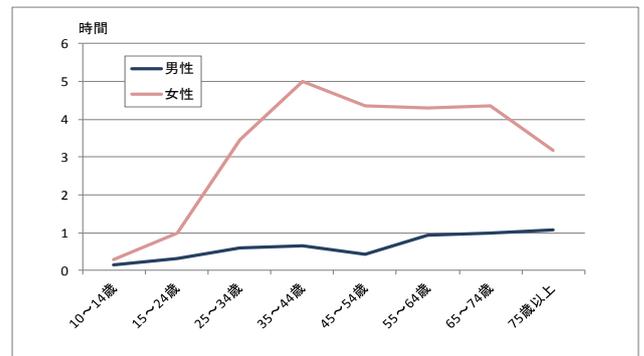


表3-4 男女、年齢階級別家事関連時間 (平成18年、23年)一週全体 (時間、分)

	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
総数	2.03	2.14	0.11	0.40	0.40	0.00	3.15	3.37	0.22	-2.57
10～14歳	0.14	0.13	-0.01	0.08	0.08	0.00	0.21	0.17	-0.04	-0.09
15～24歳	0.29	0.39	0.10	0.17	0.19	0.02	0.41	0.59	0.18	-0.40
25～34歳	1.56	2.04	0.08	0.35	0.36	0.01	3.14	3.27	0.13	-2.51
35～44歳	2.24	2.54	0.30	0.32	0.39	0.07	4.05	5.00	0.55	-4.21
45～54歳	2.12	2.30	0.18	0.23	0.25	0.02	3.55	4.22	0.27	-3.57
55～64歳	2.26	2.40	0.14	0.44	0.56	0.12	4.01	4.18	0.17	-3.22
65～74歳	2.56	2.51	-0.05	1.27	1.00	-0.27	4.11	4.22	0.11	-3.22
75歳以上	2.23	2.22	-0.01	1.13	1.04	-0.09	3.06	3.11	0.05	-2.07

表3-5 男女別、家事関連時間内訳 (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
家事	1.29	1.32	0.03	0.24	0.20	-0.04	2.26	2.35	0.09
介護・看護	0.04	0.03	-0.01	0.02	0.01	-0.01	0.05	0.05	0.00
育児	0.09	0.16	0.07	0.03	0.05	0.02	0.14	0.26	0.12
買い物	0.21	0.23	0.02	0.11	0.14	0.03	0.30	0.31	0.01

(3) 育児時間は 47 都道府県中第 5 位。

家事関連時間について全国と比べると本県は 4 分長く、47 都道府県中第 11 位となっている。家事関連時間の中身をみると、家事は 47 都道府県中第 7 位、介護・看護は 20 位、育児は 5 位、買い物は 32 位となっている。

曜日別にみると、平日で 9 分全国を上回り、土曜日で 5 分、日曜日で 2 分下回っている。

図 3-7 総数、都道府県別家事関連時間一週全体、10 歳以上

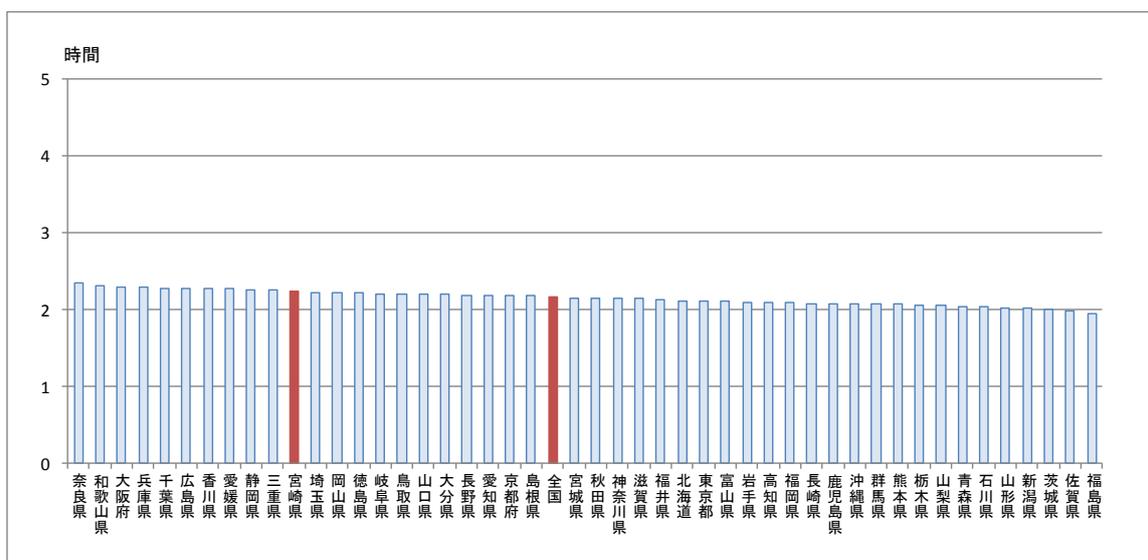


表 3-6 本県と全国の曜日別家事関連時間一週全体、10 歳以上 (時間、分)

	総数		男		女	
	宮崎	全国	宮崎	全国	宮崎	全国
週全体	2.14	2.10	0.40	0.42	3.37	3.35
平日	2.13	2.04	0.37	0.33	3.38	3.32
土曜日	2.14	2.19	0.46	0.56	3.31	3.36
日曜日	2.25	2.27	0.59	1.08	3.41	3.43

(4) 家事関連時間は男性は増加傾向、女性は 18 年に減少したが、23 年再び増加。

比較可能な年齢区分である 15 歳以上の人について、過去 25 年間の家事関連時間の推移を男女別にみると、男性は増加傾向、女性は 18 年に最も低くなったが、23 年は再び増加している。(図 3-8、表 3-7)

図 3-8 男女別家事関連時間の推移 (昭和 61 年 ~平成 23 年) 一週全体、15 歳以上

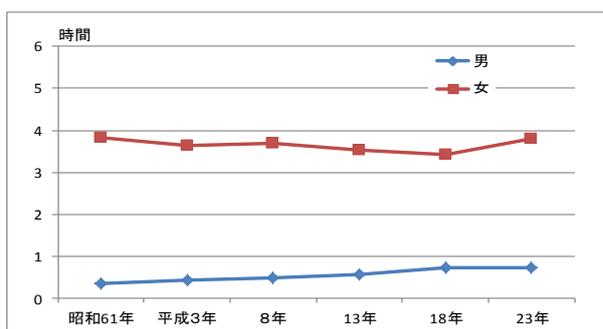


表 3-7 男女別家事関連時間の推移 (昭和 61 年 ~平成 23 年) 一週全体、15 歳以上 (時間、分)

	総数	男	女
昭和 61 年	2.13	0.21	3.50
平成 3 年	2.09	0.26	3.38
平成 8 年	2.12	0.29	3.41
平成 13 年	2.09	0.34	3.31
平成 18 年	2.09	0.44	3.25
平成 23 年	2.21	0.43	3.48

4 3次活動

休養等自由時間活動

(1) 休養等自由時間活動の時間は5年前と比べ、10～24歳を除く全てで増加。

休養等自由時間活動の時間は4時間1分で、男性は4時間14分、女性は3時間52分となっている。

平成18年と比べると、10～24歳を除く全ての年齢階級で増加しており、特に55歳以上の各年齢階級では20分以上増加している。(図4-1、表4-1、表4-2)

(2) 全ての年齢階級で男性が長い。

男女、年齢階級別にみると、全ての年齢階級で男性が長くなっている。特に、25～34歳と65～74歳では男性が1時間以上長くなっている。(図4-2、表4-1)

図4-1 年齢階級別休養等自由時間活動
(平成18年、23年)一週全体、10歳以上

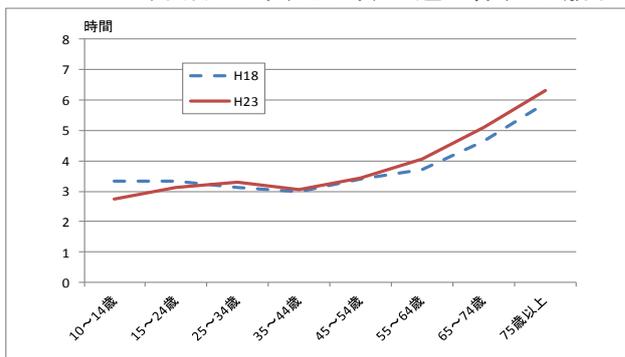


図4-2 男女、年齢階級別休養等自由時間活動
一週全体、10歳以上

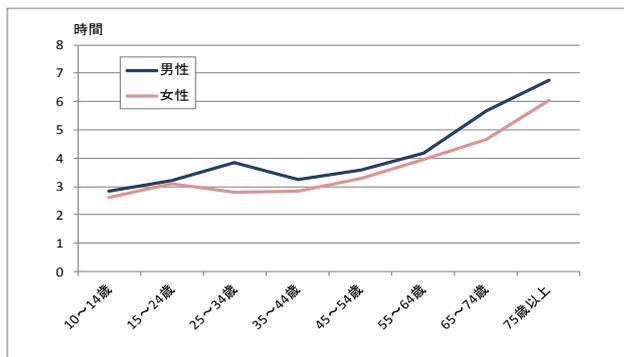


表4-1 男女、年齢階級別休養等自由時間活動 (平成18年、23年)一週全体 (時間、分)

	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
総数	3.49	4.01	0.12	3.54	4.14	0.20	3.45	3.52	0.07	0.22
10～14歳	3.19	2.45	-0.34	3.23	2.51	-0.32	3.13	2.38	-0.35	0.13
15～24歳	3.19	3.08	-0.11	3.22	3.12	-0.10	3.16	3.05	-0.11	0.07
25～34歳	3.08	3.18	0.10	3.02	3.51	0.49	3.13	2.48	-0.25	1.03
35～44歳	3.00	3.03	0.03	3.01	3.16	0.15	2.59	2.50	-0.09	0.26
45～54歳	3.24	3.26	0.02	3.37	3.36	-0.01	3.12	3.17	0.05	0.19
55～64歳	3.43	4.04	0.21	3.59	4.10	0.11	3.29	3.58	0.29	0.12
65～74歳	4.39	5.06	0.27	5.00	5.41	0.41	4.22	4.39	0.17	1.02
75歳以上	5.54	6.19	0.25	6.03	6.46	0.43	5.50	6.02	0.12	0.44

表4-2 男女別、休養等自由時間活動内訳 (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
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.23	2.31	0.08	2.29	2.41	0.12	2.18	2.23	0.05
休養・くつろぎ	1.26	1.30	0.04	1.25	1.33	0.08	1.27	1.29	0.02

(3) 平日は全国より長い、土、日曜日は全国より短い。

休養等自由時間活動の時間について全国と比べると本県は3分長く、47都道府県中第21位となっている。休養等自由時間活動の中身をみると、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌は47都道府県中第18位、休養・くつろぎは29位となっている。

曜日別にみると、平日で9分全国を上回り、土曜日で10分、日曜日で11分下回っている。(図4-3、表4-3)

図4-3 総数、都道府県別休養等自由時間活動一週全体、10歳以上

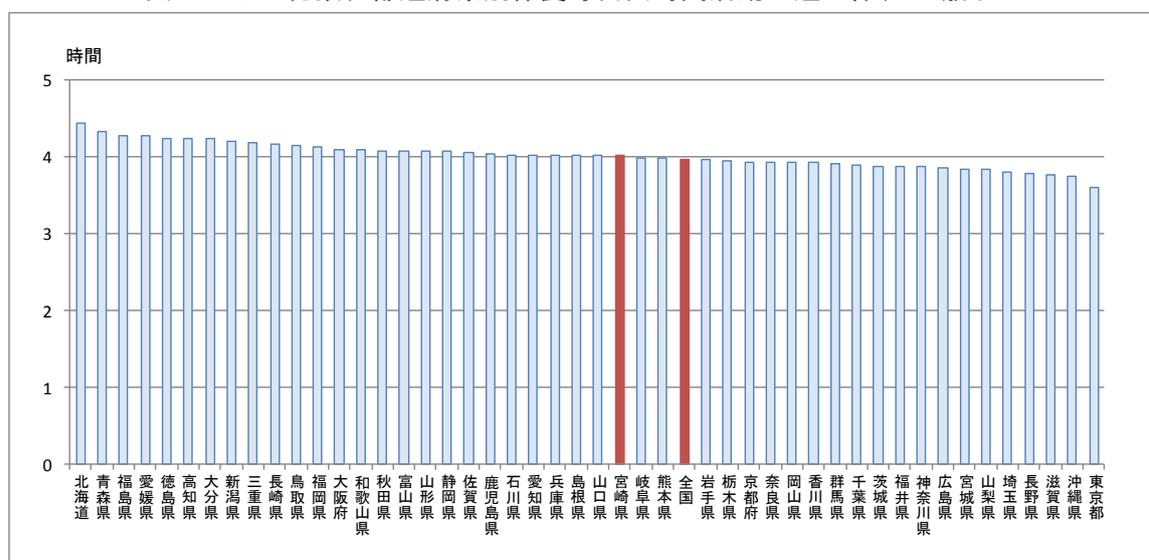


表4-3 本県と全国の曜日別休養等自由時間活動-10歳以上 (時間、分)

	総数		男		女	
	宮崎	全国	宮崎	全国	宮崎	全国
週全体	4.01	3.58	4.14	4.02	3.52	3.55
平日	3.49	3.40	3.58	3.37	3.41	3.43
土曜日	4.25	4.35	4.38	4.49	4.14	4.21
日曜日	4.40	4.51	5.03	5.17	4.19	4.28

(4) 男女共に18年は減少したが、23年は過去25年間で最も長い。

比較可能な年齢区分である15歳以上の人について、過去25年間の休養等自由時間活動の時間の推移を男女別にみると、男女共に18年は減少したが、23年は過去25年間で最も長くなっている。(図4-4、表4-4)

図4-4 男女別休養等自由時間活動の推移 (昭和61年~平成23年) 一週全体、15歳以上

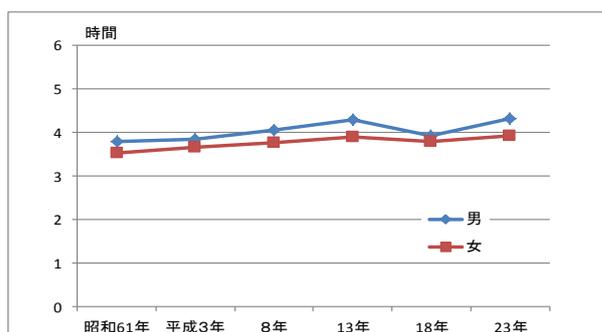


表4-4 男女別休養等自由時間活動の推移 (昭和61年~平成23年) 一週全体、15歳以上

	総数	男	女
昭和61年	3.39	3.48	3.32
平成3年	3.44	3.51	3.40
平成8年	3.53	4.03	3.45
平成13年	4.05	4.17	3.54
平成18年	3.50	3.55	3.47
平成23年	4.06	4.19	3.55

積極的自由時間活動

(1) 積極的自由時間活動の時間は5年前と比べ、15～24歳を除く全てで減少。

積極的自由時間活動の時間は1時間5分で、男性は1時間20分、女性は53分となっている。

年齢階級別にみると、10～14歳が2時間14分と最も長くなっている。

平成18年と比べると、15～24歳を除く全ての年齢階級で減少している。

(図4-5、表4-5、表4-6)

(2) 10～14歳を除き全ての年齢階級で男性が長い。

男女、年齢階級別にみると、10～14歳を除く全ての年齢階級で男性が長くなっている。特に、15～24歳では男性が1時間以上長くなっている。(図4-6、表4-5)

図4-5 年齢階級別積極的自由時間活動
(平成18年、23年)一週全体、10歳以上

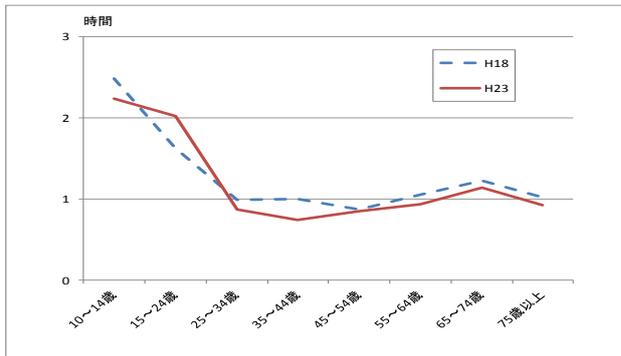


図4-6 男女、年齢階級別積極的自由時間活動
一週全体、10歳以上

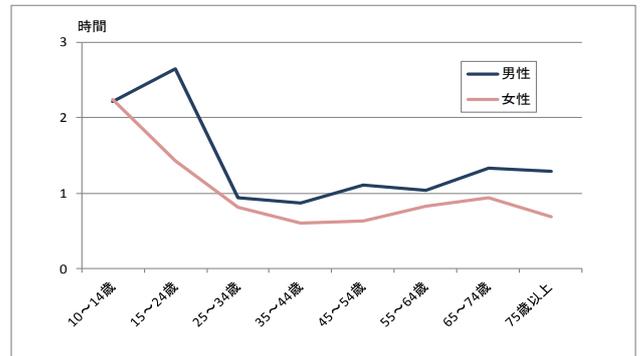


表4-5 男女、年齢階級別積極的自由時間活動 (平成18年、23年)一週全体 (時間、分)

	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
総数	1.10	1.05	-0.05	1.24	1.20	-0.04	0.59	0.53	-0.06	0.27
10～14歳	2.29	2.14	-0.15	2.39	2.13	-0.26	2.16	2.14	-0.02	-0.01
15～24歳	1.37	2.01	0.24	1.43	2.39	0.56	1.30	1.26	-0.04	1.13
25～34歳	0.59	0.52	-0.07	1.19	0.56	-0.23	0.43	0.49	0.06	0.07
35～44歳	1.00	0.44	-0.16	1.10	0.52	-0.18	0.51	0.36	-0.15	0.16
45～54歳	0.52	0.51	-0.01	1.04	1.06	0.02	0.39	0.38	-0.01	0.28
55～64歳	1.03	0.56	-0.07	1.01	1.02	0.01	1.05	0.50	-0.15	0.12
65～74歳	1.13	1.08	-0.05	1.41	1.20	-0.21	0.50	0.56	0.06	0.24
75歳以上	1.01	0.55	-0.06	1.17	1.17	0.00	0.53	0.41	-0.12	0.36

表4-6 男女別、積極的自由時間活動内訳 (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
学習・自己啓発・訓練(学業以外)	0.10	0.09	-0.01	0.12	0.09	-0.03	0.09	0.09	0.00
趣味・娯楽	0.37	0.35	-0.02	0.43	0.46	0.03	0.32	0.26	-0.06
スポーツ	0.19	0.17	-0.02	0.24	0.21	-0.03	0.14	0.14	0.00
ボランティア活動・社会参加活動	0.04	0.04	0.00	0.05	0.04	-0.01	0.04	0.04	0.00

(3) スポーツの時間は47都道府県中第2位、趣味・娯楽は47位。

積極的自由時間活動の時間について全国と比べると本県は9分短く、47都道府県中第42位となっている。積極的自由時間活動の中身をみると、学習・自己啓発・訓練は47都道府県中40位、趣味・娯楽は47位、スポーツは2位、ボランティア活動・社会参加活動は20位となっている。

曜日別にみると、平日で9分、土曜日で8分、日曜日で9分全国を下回っている。

(図4-7、表4-7)

図4-7 総数、都道府県別積極的自由時間活動一週全体、10歳以上

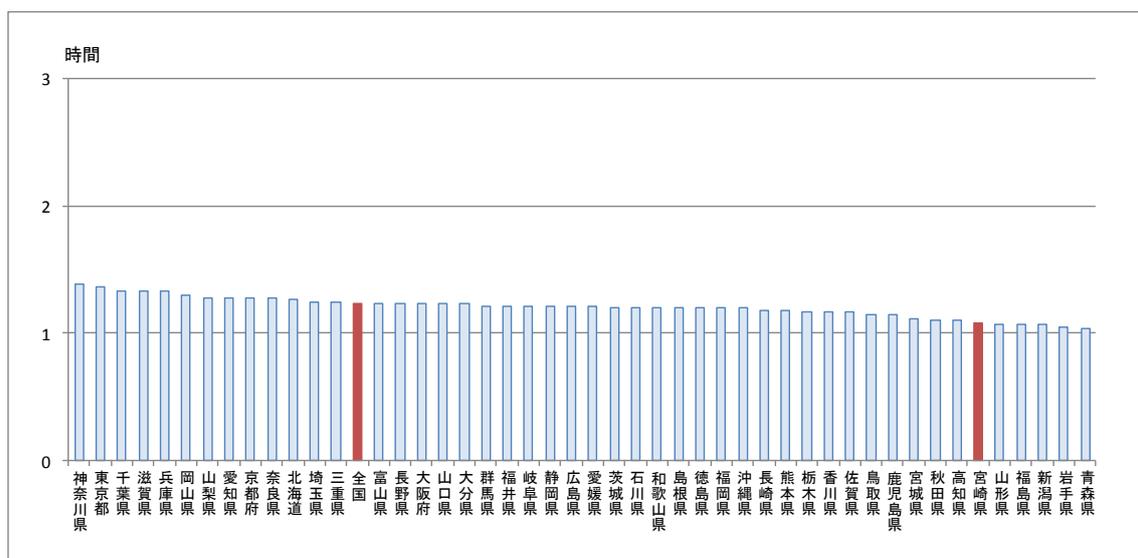


表4-7 本県と全国の曜日別積極的自由時間活動—10歳以上 (時間、分)

	総数		男		女	
	宮崎	全国	宮崎	全国	宮崎	全国
週全体	1.05	1.14	1.20	1.28	0.53	1.04
平日	0.54	1.03	1.02	1.10	0.45	0.55
土曜日	1.28	1.36	1.50	1.58	1.09	1.14
日曜日	1.45	1.54	2.16	2.24	1.17	1.26

(4) 男性は1時間10分前後、女性は50分前後で推移している。

比較可能な年齢区分である15歳以上の人について、過去25年間の積極的自由時間活動の時間の推移を男女別にみると、男性は1時間10分前後で、女性は50分前後で推移している。(図4-8、表4-8)

図4-8 男女別積極的自由時間活動の推移 (昭和61年~平成23年) 一週全体、15歳以上

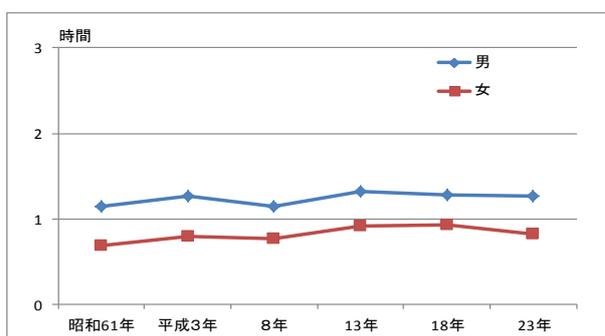


表4-8 男女別積極的自由時間活動の推移 (昭和61年~平成23年) 一週全体、15歳以上

	総数	男	女
昭和61年	0.53	1.09	0.41
平成3年	1.01	1.16	0.48
平成8年	0.57	1.09	0.46
平成13年	1.06	1.19	0.55
平成18年	1.06	1.17	0.56
平成23年	1.02	1.16	0.49

5 平均時刻

有業者の出勤時刻は 47 都道府県中第 44 位、帰宅時刻は 6 位。

平日における主な行動の平均時刻について本県の状況をみると、起床時刻は、6 時 29 分と全国平均より 8 分早く、47 都道府県中第 17 位となっている。

朝食開始時刻は、7 時 1 分と全国平均より 9 分早く、4 位となっている。

出勤時刻は、8 時 41 分と全国平均より 15 分遅く、44 位となっている。

帰宅時刻は、18 時 19 分と全国平均より 37 分早く、6 位となっている。

夕食開始時刻は、18 時 58 分と全国平均より 8 分早く、20 位となっている。

就寝時刻は、22 時 58 分と全国平均より 17 分早く、15 位となっている。(表 5-1)

表 5-1 主な行動の平均時刻の全国ランキング (10 歳以上、総数)

※平均出勤時刻、帰宅時刻については有業者の平均。

平均起床時刻			平均朝食開始時刻			平均出勤時刻
平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日
全国 6:37	全国 7:08	全国 7:17	全国 7:10	全国 7:33	全国 7:41	全国 8:26
1 青森県 6:19	1 青森県 6:38	1 岩手県 6:40	1 静岡県 6:58	1 青森県 7:14	1 青森県 7:22	1 青森県 8:04
2 岩手県 6:22	2 秋田県 6:40	2 秋田県 6:45	2 青森県 7:00	2 島根県 7:18	2 岩手県 7:23	2 静岡県 8:05
2 新潟県 6:22	3 岩手県 6:41	3 石川県 6:48	2 福島県 7:00	3 岩手県 7:19	3 島根県 7:25	3 佐賀県 8:12
2 島根県 6:22	⋮	⋮	⋮	3 富山県 7:19	⋮	⋮
⋮	⋮	⋮	⋮	3 山口県 7:19	⋮	⋮
⋮	⋮	⋮	⋮	3 宮崎県 7:19	⋮	⋮
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮
17 宮崎県 6:29	9 宮崎県 6:50	27 宮崎県 7:09	4 宮崎県 7:01	⋮	8 宮崎県 7:29	⋮
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮
⋮	⋮	⋮	⋮	42 埼玉県 7:40	⋮	⋮
⋮	⋮	44 福岡県 7:35	⋮	42 神奈川県 7:40	⋮	44 高知県 8:41
45 大阪府 6:49	45 京都府 7:21	44 沖縄県 7:35	45 東京都 7:19	42 福岡県 7:40	45 宮城県 7:51	44 福岡県 8:41
46 京都府 6:51	46 大阪府 7:24	46 京都府 7:38	45 大阪府 7:19	46 京都府 7:44	45 神奈川県 7:51	44 宮崎県 8:41
47 東京都 6:52	47 東京都 7:32	47 東京都 7:41	47 沖縄県 7:21	47 東京都 7:52	47 福岡県 7:54	47 京都府 8:43

平均夕食開始時刻			平均就寝時刻			平均帰宅時刻
平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日
全国 19:06	全国 18:51	全国 18:44	全国 23:15	全国 23:17	全国 23:06	全国 18:56
1 青森県 18:39	1 秋田県 18:29	1 北海道 18:20	1 青森県 22:35	1 青森県 22:40	1 秋田県 22:19	1 徳島県 18:02
2 北海道 18:46	2 青森県 18:32	1 秋田県 18:20	1 秋田県 22:35	2 秋田県 22:41	2 青森県 22:32	2 青森県 18:06
2 秋田県 18:46	3 北海道 18:34	3 青森県 18:23	3 山形県 22:43	3 岩手県 22:42	3 岩手県 22:39	3 愛媛県 18:13
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	3 山形県 22:39	⋮
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮
20 宮崎県 18:58	25 宮崎県 18:48	8 宮崎県 18:36	15 宮崎県 22:58	7 宮崎県 22:56	23 宮崎県 22:56	6 宮崎県 18:19
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮
⋮	44 埼玉県 19:01	⋮	⋮	⋮	⋮	⋮
45 神奈川県 19:18	44 福岡県 19:01	45 埼玉県 18:58	45 大阪府 23:32	45 沖縄県 23:33	45 大阪府 23:23	45 千葉県 19:27
46 東京都 19:20	46 鹿児島県 19:02	46 鹿児島県 18:59	46 神奈川県 23:36	46 神奈川県 23:35	46 東京都 23:27	46 神奈川県 19:29
47 沖縄県 19:21	47 沖縄県 19:09	47 沖縄県 19:14	47 東京都 23:41	47 東京都 23:43	47 愛媛県 23:29	47 東京都 19:45