

第 18 表 都道府県別、

週全体
女

総平均時間 (分)											
睡 眠		身の回りの用事		食 事		通勤・通学		仕 事		学 業	
全 国	455	全 国	91	全 国	103	全 国	25	全 国	149	全 国	41
1 秋 田 県	477	1 岡 山 県	98	1 東 京 都	107	1 東 京 都	32	1 山 形 県	177	1 沖 縄 県	49
2 青 森 県	472	2 徳 島 県	97	2 秋 田 県	106	神 奈 川 県	32	2 福 島 県	175	2 広 島 県	48
3 岩 手 県	471	愛 媛 県	97	栃 木 県	106	3 千 葉 県	30	3 長 野 県	174	3 京 都 府	46
山 形 県	471	4 京 都 府	96	山 梨 県	106	4 埼 玉 県	29	佐 賀 県	174	4 埼 玉 県	45
5 宮 崎 県	469	5 茨 城 県	95	長 野 県	106	5 大 阪 府	28	5 青 森 県	173	岐 阜 県	45
6 北 海 道	467	神 奈 川 県	95	6 群 馬 県	105	6 京 都 府	27	新 潟 県	173	6 群 馬 県	44
7 高 知 県	466	奈 良 県	95	埼 玉 県	105	7 茨 城 県	26	富 山 県	173	静 岡 県	44
8 島 根 県	465	高 知 県	95	鹿 児 島 県	105	沖 縄 県	26	福 井 県	173	愛 知 県	44
9 福 島 県	464	10 岩 手 県	94	10 千 葉 県	104	10 愛 知 県	25	熊 本 県	173	岡 山 県	44
10 宮 城 県	463	東 京 都	94	京 都 府	104	滋 賀 県	25	10 岩 手 県	169	香 川 県	44
長 野 県	463	福 井 県	94	兵 庫 県	104	兵 庫 県	25	宮 崎 県	169	11 栃 木 県	43
12 新 潟 県	461	香 川 県	94	広 島 県	104	13 群 馬 県	24	沖 縄 県	169	福 岡 県	43
13 鹿 児 島 県	460	14 埼 玉 県	93	14 宮 城 県	103	岐 阜 県	24	13 鳥 取 県	166	佐 賀 県	43
14 福 井 県	459	滋 賀 県	93	福 島 県	103	三 重 県	24	島 根 県	166	14 富 山 県	42
滋 賀 県	459	兵 庫 県	93	大 阪 府	103	福 岡 県	24	15 山 梨 県	164	石 川 県	42
鳥 取 県	459	広 島 県	93	17 岩 手 県	102	17 新 潟 県	23	16 鹿 児 島 県	163	長 崎 県	42
17 山 梨 県	458	18 青 森 県	92	茨 城 県	102	富 山 県	23	17 石 川 県	162	熊 本 県	42
和 歌 山 県	458	群 馬 県	92	神 奈 川 県	102	岡 山 県	23	18 長 崎 県	158	18 宮 城 県	41
熊 本 県	458	大 阪 府	92	愛 知 県	102	広 島 県	23	19 高 知 県	157	茨 城 県	41
大 分 県	458	山 口 県	92	徳 島 県	102	熊 本 県	23	20 東 京 都	156	神 奈 川 県	41
21 栃 木 県	457	佐 賀 県	92	熊 本 県	102	22 宮 城 県	22	21 岐 阜 県	155	福 井 県	41
群 馬 県	457	23 佐 賀 県	91	宮 崎 県	102	福 島 県	22	23 群 馬 県	154	山 梨 県	41
23 佐 賀 県	456	千 葉 県	91	24 青 森 県	101	石 川 県	22	24 秋 田 県	153	大 阪 府	41
24 富 山 県	455	静 岡 県	91	福 井 県	101	福 井 県	22	25 滋 賀 県	152	兵 庫 県	41
岡 山 県	455	三 重 県	91	滋 賀 県	101	静 岡 県	22	京 都 府	152	大 分 県	41
広 島 県	455	福 岡 県	91	島 根 県	101	佐 賀 県	22	27 三 重 県	151	26 千 葉 県	39
香 川 県	455	28 新 潟 県	90	香 川 県	101	28 岩 手 県	21	徳 島 県	151	東 京 都	39
28 石 川 県	454	和 歌 山 県	90	福 岡 県	101	山 形 県	21	29 香 川 県	151	徳 島 県	39
岐 阜 県	454	鳥 取 県	90	30 山 形 県	100	栃 木 県	21	30 和 歌 山 県	150	岩 手 県	38
京 都 府	454	31 北 海 道	89	新 潟 県	100	山 梨 県	21	31 茨 城 県	149	滋 賀 県	38
31 東 京 都	453	秋 田 県	89	富 山 県	100	長 野 県	21	福 岡 県	149	島 根 県	38
山 口 県	453	長 野 県	89	石 川 県	100	長 崎 県	21	33 静 岡 県	148	愛 媛 県	38
沖 縄 県	453	長 崎 県	89	静 岡 県	100	34 北 海 道	20	岡 山 県	148	鹿 児 島 県	38
34 静 岡 県	452	35 山 形 県	88	和 歌 山 県	100	青 森 県	20	35 宮 城 県	144	34 青 森 県	37
三 重 県	452	大 分 県	88	愛 媛 県	100	鳥 取 県	20	36 大 阪 府	143	長 野 県	37
徳 島 県	452	37 石 川 県	87	沖 縄 県	100	香 川 県	20	愛 媛 県	143	奈 良 県	37
37 千 葉 県	451	岐 阜 県	87	38 岡 山 県	99	高 知 県	20	38 栃 木 県	142	37 山 形 県	36
愛 知 県	451	39 宮 城 県	86	山 口 県	99	宮 崎 県	20	広 島 県	142	福 島 県	36
大 阪 府	451	富 山 県	86	高 知 県	99	40 和 歌 山 県	19	40 愛 知 県	141	新 三 重 県	36
愛 媛 県	451	愛 知 県	86	長 崎 県	99	徳 島 県	19	兵 庫 県	141	鳥 取 県	36
福 岡 県	451	42 鹿 児 島 県	85	大 分 県	99	愛 媛 県	19	山 口 県	141	山 口 県	36
長 崎 県	451	43 福 島 県	84	43 岐 阜 県	98	大 分 県	19	43 北 海 道	137	43 高 知 県	35
43 茨 城 県	450	44 山 梨 県	83	三 重 県	98	鹿 児 島 県	19	千 葉 県	137	宮 崎 県	35
44 神 奈 川 県	449	宮 崎 県	83	佐 賀 県	98	45 秋 田 県	18	45 埼 玉 県	135	45 秋 田 県	32
兵 庫 県	449	沖 縄 県	83	46 北 海 道	96	島 根 県	18	46 神 奈 川 県	134	和 歌 山 県	32
46 埼 玉 県	448	47 熊 本 県	81	鳥 取 県	96	山 口 県	18	47 奈 良 県	127	47 北 海 道	31
奈 良 県	448										

行動の種類別総平均時間 (週全体、女性)

総平均時間 (分)					
家事	介護・看護	育児	買い物	移動 (通勤・通学を除く)	テレビ・ラジオ・ 新聞・雑誌
全 国 144	全 国 6	全 国 24	全 国 34	全 国 30	全 国 131
1 奈良 161	1 愛媛 9	1 神奈川 34	1 兵庫 37	1 神奈川 35	1 北海道 155
2 三重 160	沖縄 9	2 愛知 32	山口 37	2 埼玉 34	2 山口 150
3 千葉 154	3 福井 8	3 沖縄 30	3 茨城 36	3 茨城 33	愛媛 150
山梨 154	和歌山 8	4 静岡 27	栃木 36	千葉 33	4 鳥取 149
山口 154	高知 8	京都府 27	埼玉 36	5 宮城 32	5 青森 147
6 埼玉 151	長崎 8	広島 27	千葉 36	東京都 32	香川 147
7 岐阜 150	7 東京都 7	7 埼玉 26	奈良 36	愛知 32	高知 147
8 茨城 149	山梨 7	東京都 26	8 宮城 35	8 栃木 31	8 徳島 146
静岡 149	長野 7	滋賀 26	愛知 35	三重 31	大分 146
10 宮城 148	岐阜 7	福岡 26	京都府 35	奈良 31	宮崎 146
香川 148	島根 7	11 千葉 25	大阪府 35	鹿児島 31	11 福島 144
12 石川 147	山口 7	石川 25	12 東京都 34	12 石川 30	新潟 144
島根 147	香川 7	兵庫 25	神奈川 34	長野 30	長崎 144
岡山 147	福岡 7	奈良 25	石川 34	兵庫 30	14 秋田 139
広島 147	鹿児島 7	15 宮城 24	岡山 34	広島 30	和歌山 139
16 秋田 146	16 宮城 6	栃木 24	徳島 34	愛媛 30	16 静岡 138
栃木 146	石川 6	岐阜 24	愛媛 34	高知 30	大阪府 138
長野 146	兵庫 6	鳥取 24	福岡 34	18 山梨 29	広島 138
滋賀 146	岡山 6	19 大阪府 23	佐賀 34	静岡 29	福岡 138
兵庫 146	徳島 6	20 北海道 22	20 北海道 33	大阪府 29	20 熊本 136
福岡 146	大分 6	群馬 22	群馬 33	和歌山 29	鹿児島 136
22 大分 145	宮崎 6	福井 22	岐阜 33	山口 29	22 山形 135
23 北海道 144	23 北海道 5	三重 22	三重 33	徳島 29	佐賀 135
群馬 144	群馬 5	山梨 22	滋賀 33	香川 29	24 茨城 133
神奈川 144	秋田 5	徳島 22	和歌山 33	福岡 29	群馬 133
福井 144	茨城 5	26 茨城 21	広島 33	長崎 29	富山 133
和歌山 144	群馬 5	鹿児島 21	香川 33	27 岐阜 28	三重 133
28 愛知 143	埼玉 5	28 福島 20	28 青森 32	滋賀 28	28 栃木 132
29 富山 142	神奈川 5	島根 20	29 富山 32	京都府 28	29 宮城 131
鳥取 142	新潟 5	佐賀 20	静岡 32	岡山 28	埼玉 131
31 大阪府 141	静岡 5	31 山形 19	長崎 32	大分 28	岐阜 131
徳島 141	愛知 5	富山 19	大分 32	沖縄 28	32 岩手 130
長崎 141	三重 5	長野 19	鹿児島 32	33 岩手 27	石川 130
鹿児島 141	大阪府 5	岡山 19	34 山形 31	福島 27	34 愛知 129
35 高知 139	奈良 5	山口 19	熊本 31	群馬 27	兵庫 129
36 新潟 138	鳥取 5	熊本 19	宮崎 31	佐賀 27	奈良 129
京都府 138	広島 5	大分 19	沖縄 31	宮崎 27	岡山 129
沖縄 138	38 青森 4	38 和歌山 18	38 岩手 30	38 新潟 26	38 島根 128
39 青森 137	山形 4	香川 18	秋田 30	富山 26	39 長野 127
岩手 137	栃木 4	長崎 18	福島 30	福井 26	沖縄 127
佐賀 137	千葉 4	宮崎 18	新潟 30	41 北海道 25	41 山梨 126
熊本 137	富山 4	42 岩手 17	福井 30	秋田 25	42 千葉 125
43 愛媛 136	滋賀 4	愛媛 17	山梨 30	山形 25	43 神奈川 121
44 宮崎 135	京都府 4	高知 17	島根 30	熊本 25	44 京都府 120
45 山形 134	佐賀 4	45 青森 16	45 鳥取 29	45 鳥根 24	45 滋賀 118
東京都 134	熊本 4	秋田 16	46 高知 28	46 鳥取 23	46 福井 116
47 福島 128	47 福島 3	47 新潟 15	47 長野 27	47 青森 22	47 東京都 111

第 18 表 都道府県別、

総平均時間 (分)					
休養・くつろぎ	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	交際・付き合い
全 国 96	全 国 12	全 国 37	全 国 10	全 国 4	全 国 19
1 福 島 県 104	1 京 都 府 16	1 北 海 道 45	1 滋 賀 県 14	1 静 岡 県 6	1 東 京 都 23
和 歌 山 県 104	2 千 葉 県 15	2 大 阪 府 41	2 三 重 県 13	滋 賀 県 6	2 神 奈 川 県 21
3 北 海 道 103	東 京 都 15	和 歌 山 県 41	3 群 馬 県 12	大 阪 府 6	愛 知 県 21
秋 田 県 103	兵 庫 県 15	4 東 京 都 40	沖 縄 県 12	佐 賀 県 6	大 阪 府 21
奈 良 県 103	5 神 奈 川 県 14	愛 知 県 40	5 栃 木 県 11	5 岩 手 県 5	沖 縄 県 21
鹿 児 島 県 103	大 阪 府 14	滋 賀 県 40	埼 玉 県 11	神 奈 川 県 5	6 京 都 府 20
7 新 潟 県 102	奈 良 県 14	愛 媛 県 40	千 葉 県 11	福 井 県 5	福 岡 県 20
島 根 県 102	8 埼 玉 県 13	8 神 奈 川 県 39	東 京 都 11	兵 庫 県 5	熊 本 県 20
9 栃 木 県 101	静 岡 県 13	京 都 府 39	福 井 県 11	奈 良 県 5	9 宮 城 県 19
愛 知 県 101	愛 知 県 13	10 千 葉 県 38	山 梨 県 11	愛 媛 県 5	群 馬 県 19
滋 賀 県 101	三 重 県 13	静 岡 県 38	長 野 県 11	11 宮 城 県 4	新 潟 県 19
岡 山 県 101	12 岩 手 県 12	兵 庫 県 38	静 岡 県 11	栃 木 県 4	岐 阜 県 19
熊 本 県 101	栃 木 県 12	13 石 川 県 37	京 都 府 11	群 馬 県 4	兵 庫 県 19
大 分 県 101	福 井 県 12	山 梨 県 37	徳 島 県 11	千 葉 県 4	和 歌 山 県 19
宮 崎 県 101	滋 賀 県 12	奈 良 県 37	高 知 県 11	東 京 都 4	山 口 県 19
16 愛 媛 県 100	徳 島 県 12	徳 島 県 37	長 崎 県 11	富 山 県 4	16 山 形 県 18
佐 賀 県 100	長 崎 県 12	17 岩 手 県 36	大 分 県 11	石 川 県 4	埼 玉 県 18
18 宮 城 県 99	沖 縄 県 12	秋 田 県 36	鹿 児 島 県 11	長 野 県 4	千 葉 県 18
高 知 県 99	19 茨 城 県 11	埼 玉 県 36	19 山 形 県 10	岐 阜 県 4	富 山 県 18
長 崎 県 99	富 山 県 11	富 山 県 36	福 島 県 10	三 重 県 4	石 川 県 18
21 岐 阜 県 98	石 川 県 11	福 井 県 36	茨 城 県 10	京 都 府 4	福 井 県 18
22 茨 城 県 97	鳥 取 県 11	三 重 県 36	神 奈 川 県 10	鳥 取 県 4	島 根 県 18
富 山 県 97	島 根 県 11	23 青 森 県 35	富 山 県 10	島 根 県 4	岡 山 県 18
兵 庫 県 97	岡 山 県 11	茨 城 県 35	石 川 県 10	岡 山 県 4	高 知 県 18
鳥 取 県 97	広 島 県 11	栃 木 県 35	岐 阜 県 10	広 島 県 4	25 北 海 道 17
26 東 京 都 96	山 口 県 11	群 馬 県 35	愛 知 県 10	山 口 県 4	岩 手 県 17
山 口 県 96	愛 媛 県 11	岡 山 県 35	兵 庫 県 10	徳 島 県 4	茨 城 県 17
福 岡 県 96	高 知 県 11	広 島 県 35	奈 良 県 10	香 川 県 4	山 梨 県 17
29 山 形 県 95	福 岡 県 11	長 崎 県 35	和 歌 山 県 10	福 岡 県 4	奈 良 県 17
千 葉 県 95	佐 賀 県 11	30 長 野 県 34	広 島 県 10	長 崎 県 4	徳 島 県 17
石 川 県 95	熊 本 県 11	山 口 県 34	香 川 県 10	熊 本 県 4	香 川 県 17
福 井 県 95	大 分 県 11	福 岡 県 34	愛 媛 県 10	宮 崎 県 4	愛 媛 県 17
山 梨 県 95	33 群 馬 県 10	33 岐 阜 県 33	佐 賀 県 10	沖 縄 県 4	大 分 県 17
三 重 県 95	長 野 県 10	香 川 県 33	34 北 海 道 9	34 北 海 道 3	宮 崎 県 17
35 徳 島 県 94	岐 阜 県 10	35 宮 城 県 32	宮 城 県 9	青 森 県 3	鹿 児 島 県 17
36 青 森 県 93	和 歌 山 県 10	山 形 県 32	新 潟 県 9	秋 田 県 3	36 秋 田 県 16
岩 手 県 93	香 川 県 10	大 分 県 32	大 阪 府 9	山 形 県 3	福 島 県 16
神 奈 川 県 93	38 北 海 道 9	38 福 島 県 31	岡 山 県 9	福 島 県 3	長 野 県 16
静 岡 県 93	宮 城 県 9	新 潟 県 31	山 口 県 9	茨 城 県 3	長 崎 県 16
広 島 県 93	秋 田 県 9	40 鳥 取 県 30	福 岡 県 9	埼 玉 県 3	37 長 崎 県 16
41 京 都 府 92	山 形 県 9	鹿 児 島 県 30	熊 本 県 9	山 梨 県 3	41 青 森 県 15
42 群 馬 県 91	福 島 県 9	42 高 知 県 29	宮 崎 県 9	愛 知 県 3	三 重 県 15
埼 玉 県 91	山 梨 県 9	宮 崎 県 29	43 岩 手 県 8	和 歌 山 県 3	滋 賀 県 15
香 川 県 91	宮 崎 県 9	沖 縄 県 29	秋 田 県 8	高 知 県 3	鳥 取 県 15
45 長 野 県 90	鹿 児 島 県 9	45 島 根 県 28	鳥 取 県 8	大 分 県 3	佐 賀 県 15
沖 縄 県 90	46 新 潟 県 7	佐 賀 県 28	島 根 県 8	鹿 児 島 県 3	46 栃 木 県 14
47 大 阪 府 89	47 青 森 県 6	47 熊 本 県 27	47 青 森 県 7	47 新 潟 県 2	広 島 県 14

行動の種類別総平均時間（週全体、女性）（続き）

総平均時間（分）				
受診・療養	その他	1次活動	2次活動	3次活動
全 国 9	全 国 20	全 国 649	全 国 423	全 国 369
1 熊 本 県 12	1 鳥 取 県 29	1 秋 田 県 672	1 沖 縄 県 452	1 北 海 道 396
2 神 奈 川 県 11	2 宮 城 県 25	2 岩 手 県 667	2 福 井 県 439	2 愛 媛 県 395
長 崎 県 11	和 歌 山 県 25	3 青 森 県 664	3 石 川 県 438	3 和 歌 山 県 387
4 北 海 道 10	岡 山 県 25	4 島 根 県 660	山 梨 県 438	4 山 口 県 384
栃 木 県 10	5 岩 手 県 23	5 山 形 県 659	岐 阜 県 438	5 長 崎 県 380
石 川 県 10	山 形 県 23	高 知 県 659	6 富 山 県 435	6 大 阪 府 378
山 梨 県 10	長 野 県 23	7 長 野 県 658	7 佐 賀 県 433	7 徳 島 県 377
静 岡 県 10	大 阪 府 23	8 東 京 都 655	8 長 野 県 432	高 知 県 377
兵 庫 県 10	愛 媛 県 23	9 栃 木 県 654	9 三 重 県 431	大 分 県 377
山 口 県 10	熊 本 県 23	群 馬 県 654	10 熊 本 県 430	10 愛 知 県 376
宮 崎 県 10	11 山 口 県 22	福 井 県 654	11 京 都 府 429	奈 良 県 376
12 青 森 県 9	12 福 島 県 21	京 都 府 654	福 岡 県 429	12 福 島 県 375
宮 城 県 9	千 葉 県 21	宮 崎 県 654	13 茨 城 県 428	13 兵 庫 県 373
秋 田 県 9	福 井 県 21	14 北 海 道 653	埼 玉 県 428	鳥 取 県 373
山 形 県 9	三 重 県 21	宮 城 県 653	15 東 京 都 427	15 宮 崎 県 372
福 島 県 9	滋 賀 県 21	16 滋 賀 県 652	島 根 県 427	16 静 岡 県 371
茨 城 県 9	奈 良 県 21	広 島 県 652	17 群 馬 県 426	17 栃 木 県 370
埼 玉 県 9	高 知 県 21	18 福 島 県 651	静 岡 県 426	鹿 児 島 県 370
千 葉 県 9	沖 縄 県 21	新 潟 県 651	愛 知 県 426	19 神 奈 川 県 369
富 山 県 9	20 北 海 道 20	岡 山 県 651	広 島 県 426	岡 山 県 369
岐 阜 県 9	栃 木 県 20	徳 島 県 651	21 千 葉 県 425	香 川 県 369
京 都 府 9	埼 玉 県 20	22 鹿 児 島 県 650	神 奈 川 県 425	22 千 葉 県 368
奈 良 県 9	富 山 県 20	23 香 川 県 649	滋 賀 県 425	新 潟 県 368
島 根 県 9	岐 阜 県 20	24 茨 城 県 648	24 山 形 県 422	福 岡 県 368
岡 山 県 9	島 根 県 20	山 梨 県 648	鳥 取 県 422	熊 本 県 368
広 島 県 9	26 青 森 県 19	奈 良 県 648	26 新 潟 県 421	26 宮 城 県 367
徳 島 県 9	秋 田 県 19	和 歌 山 県 648	兵 庫 県 421	秋 田 県 367
愛 媛 県 9	群 馬 県 19	愛 媛 県 648	香 川 県 421	埼 玉 県 367
福 岡 県 9	神 奈 川 県 19	29 千 葉 県 647	29 宮 城 県 420	三 重 県 367
佐 賀 県 9	新 潟 県 19	神 奈 川 県 647	岡 山 県 420	30 富 山 県 365
大 分 県 9	愛 知 県 19	佐 賀 県 647	長 崎 県 420	31 茨 城 県 364
鹿 児 島 県 9	兵 庫 県 19	32 大 阪 府 646	鹿 児 島 県 420	32 岐 阜 県 363
33 群 馬 県 8	広 島 県 19	兵 庫 県 646	33 青 森 県 419	33 石 川 県 362
東 京 都 8	香 川 県 19	34 埼 玉 県 645	34 大 分 県 418	滋 賀 県 362
新 潟 県 8	福 岡 県 19	鳥 取 県 645	35 奈 良 県 417	広 島 県 362
愛 知 県 8	佐 賀 県 19	大 分 県 645	36 岩 手 県 416	36 群 馬 県 360
滋 賀 県 8	長 崎 県 19	37 山 口 県 644	栃 木 県 416	佐 賀 県 360
大 阪 府 8	大 分 県 19	38 静 岡 県 643	大 阪 府 416	38 山 形 県 359
和 歌 山 県 8	宮 崎 県 19	福 岡 県 643	39 宮 崎 県 414	39 東 京 都 358
高 知 県 8	鹿 児 島 県 19	40 三 重 県 642	40 福 島 県 413	京 都 府 358
沖 縄 県 8	41 茨 城 県 18	熊 本 県 642	41 山 口 県 412	41 青 森 県 357
42 岩 手 県 7	山 梨 県 18	42 富 山 県 641	徳 島 県 412	岩 手 県 357
長 野 県 7	京 都 府 18	43 石 川 県 640	43 和 歌 山 県 405	43 山 梨 県 354
三 重 県 7	44 東 京 都 17	長 崎 県 640	44 高 知 県 404	44 島 根 県 353
鳥 取 県 7	石 川 県 17	45 岐 阜 県 639	45 秋 田 県 401	45 長 野 県 351
香 川 県 7	静 岡 県 17	46 愛 知 県 638	46 愛 媛 県 397	沖 縄 県 351
47 福 井 県 6	徳 島 県 17	47 沖 縄 県 636	47 北 海 道 391	47 福 井 県 347