

平成 28 年社会生活基本調査 生活時間に関する結果 要約

● 社会生活基本調査とは

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、各種行政施策の基礎資料を得ることを目的とし、昭和 51 年の第 1 回調査以来 5 年ごとに実施している。

平成 28 年社会生活基本調査は、全国の 10 歳以上の約 20 万人を対象に、平成 28 年 10 月 20 日現在で実施した。

今回公表する結果は、生活時間の配分に関する結果である。

なお、詳細な行動分類による生活時間の結果は、平成 29 年 12 月に公表する予定である。

● ホームページ

<http://www.stat.go.jp/data/shakai/2016/index.htm>

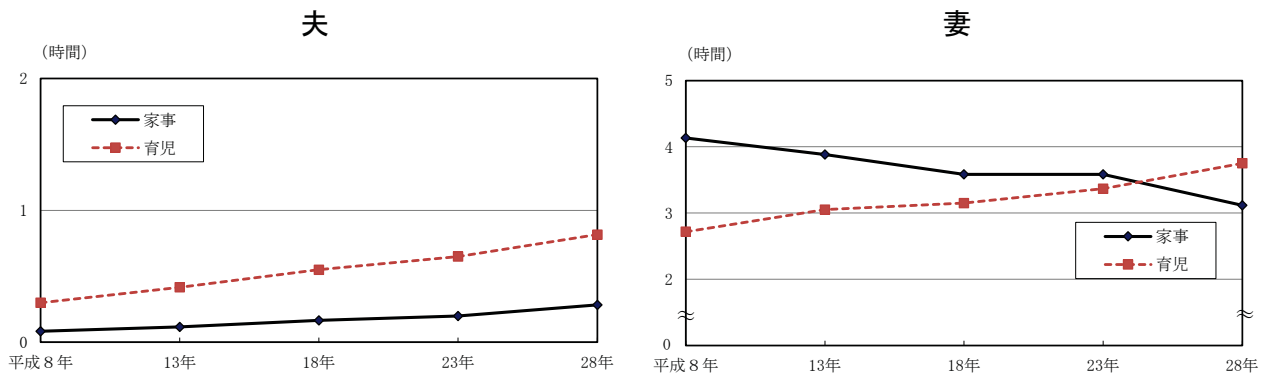
1 夫と妻の家事関連時間

○ 6 歳未満の子供を持つ世帯の妻は、過去 20 年間で家事時間が 1 時間 1 分減少する一方、育児時間が 1 時間 2 分増加

表 1 6 歳未満の子供を持つ夫・妻の家事関連時間の推移（平成 8 年～28 年）
一週全体、夫婦と子供の世帯

	夫					妻				
	平成 8 年	平成 13 年	平成 18 年	平成 23 年	平成 28 年	平成 8 年	平成 13 年	平成 18 年	平成 23 年	平成 28 年
家事関連	0.38	0.48	1.00	1.07	1.23	7.38	7.41	7.27	7.41	7.34
家事	0.05	0.07	0.10	0.12	0.17	4.08	3.53	3.35	3.35	3.07
介護・看護	0.01	0.01	0.01	0.00	0.01	0.03	0.03	0.03	0.03	0.06
育児	0.18	0.25	0.33	0.39	0.49	2.43	3.03	3.09	3.22	3.45
買い物	0.14	0.15	0.16	0.16	0.16	0.44	0.42	0.40	0.41	0.36

図 1 6 歳未満の子供を持つ夫・妻の家事時間、育児時間の推移（平成 8 年～28 年）
一週全体、夫婦と子供の世帯

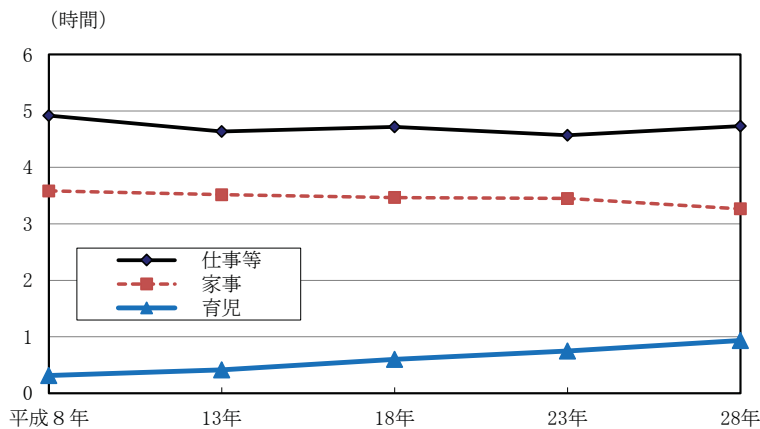


○ 共働き世帯の妻の生活時間は、仕事等¹⁾が横ばい、家事が減少する一方、育児は過去20年間で37分の増加

表2 共働きか否か、行動の種類別生活時間の推移（平成8年～28年）
一週全体、夫婦と子供の世帯の夫・妻

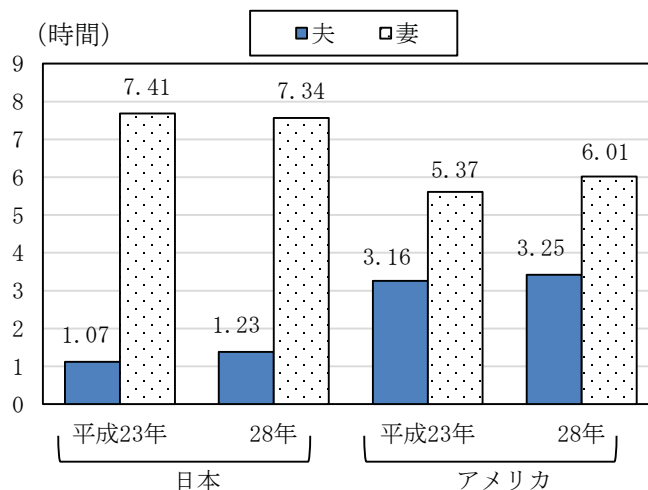
		共働き世帯					夫が有業で妻が無業の世帯				
		平成8年	平成13年	平成18年	平成23年	平成28年	平成8年	平成13年	平成18年	平成23年	平成28年
夫	仕事等	8.14	8.02	8.22	8.30	8.31	8.12	8.11	8.19	8.22	8.16
	家事関連	0.20	0.26	0.33	0.39	0.46	0.27	0.35	0.42	0.46	0.50
	うち家事	0.07	0.09	0.11	0.12	0.15	0.05	0.07	0.08	0.09	0.10
	育児	0.03	0.05	0.08	0.12	0.16	0.08	0.13	0.17	0.19	0.21
妻	仕事等	4.55	4.38	4.43	4.34	4.44	0.03	0.04	0.02	0.04	0.06
	家事関連	4.33	4.37	4.45	4.53	4.54	7.30	7.34	7.34	7.43	7.56
	うち家事	3.35	3.31	3.28	3.27	3.16	5.02	4.49	4.42	4.43	4.35
	育児	0.19	0.25	0.36	0.45	0.56	1.30	1.48	1.57	2.01	2.24

図2 行動の種類別生活時間の推移（平成8年～28年）一週全体、共働き世帯の妻



(参考) 家事関連時間の日米比較

図3 6歳未満の子供のいる夫・妻の家事関連時間（日本、アメリカ）（平成23年、28年）
一週全体、15歳以上



出典：日本は「平成28年社会生活基本調査 生活時間に関する結果」

※ 家事関連時間：「家事」、「介護・看護」、「育児」及び「買い物」の時間（週全体）

アメリカはU.S. Bureau of Labor Statistics (BLS), "American Time Use Survey - 2016 Results"

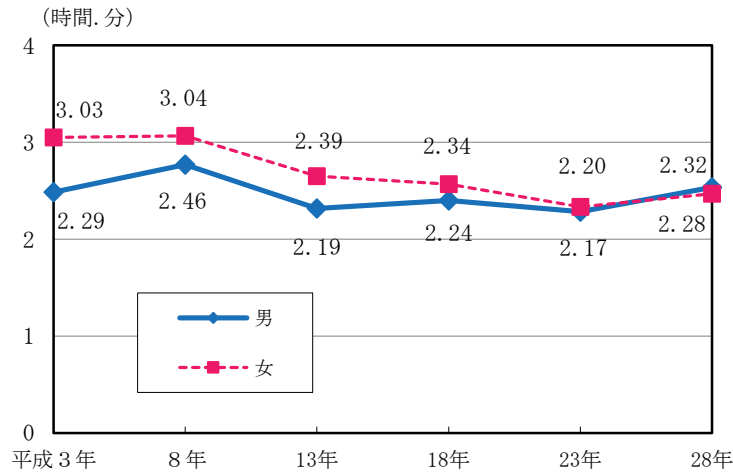
※ 家事関連時間：「家事」、「買い物（物・サービス）」及び「家族のケア（育児を含む）」

1) 「通勤・通学」、「仕事」及び「学業」

2 介護・看護時間

○ 介護者¹⁾における介護・看護時間は、男性はおおむね横ばい、女性はおおむね減少傾向で推移。平成28年は男性が2時間32分、女性が2時間28分と初めて男性が女性を上回る

図4 介護者の介護・看護の行動者平均時間の推移（平成3年～28年）一週全体、15歳以上



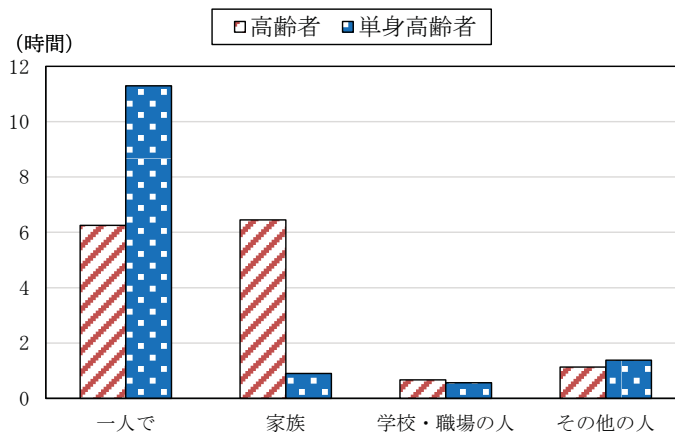
3 高齢者の生活時間

○ 単身高齢者は、一人でいた時間が11時間18分と1日の大半を占めている

表3 一緒にいた人²⁾別睡眠を除く生活時間（平成23年、28年）一週全体、65歳以上

	高齢者			うち単身高齢者		
	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減
睡眠を除く生活時間	15.40	15.52	0.12	15.41	15.56	0.15
一人で	6.38	6.15	-0.23	12.00	11.18	-0.42
家族 ³⁾	6.46	6.27	-0.19	1.00	0.54	-0.06
学校・職場の人	0.32	0.40	0.08	0.27	0.34	0.07
その他の人	1.13	1.08	-0.05	1.31	1.23	-0.08

図5 一緒にいた人別睡眠を除く生活時間（平成28年）一週全体、65歳以上



1) 15歳以上でふだん家族を介護している人

2) 複数回答あり。

3) 世帯外の家族を含む。

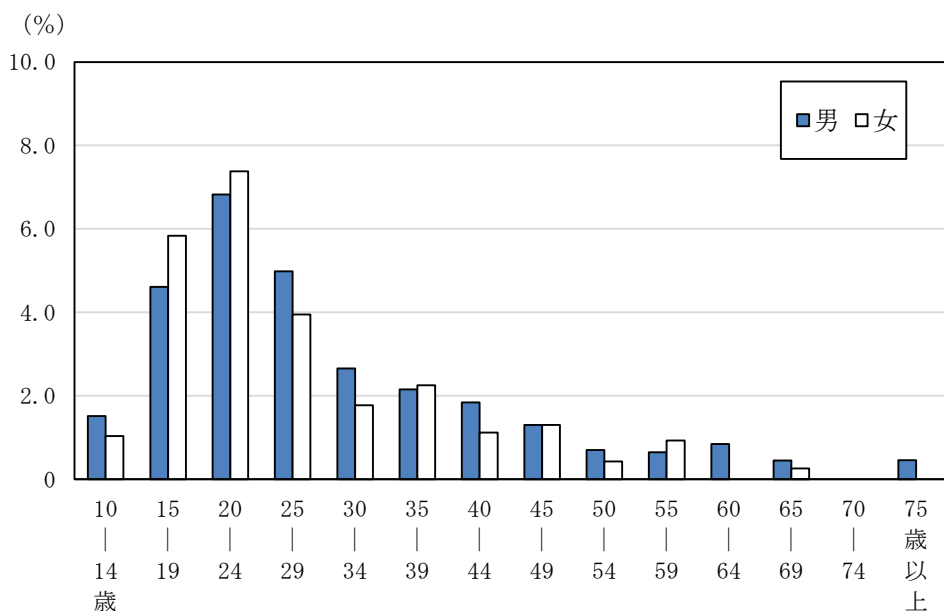
4 スマートフォン・パソコンなどの使用状況

○ スマートフォン・パソコンなどを使用した人のうち、使用時間が12時間以上の人は153万2千人で全体の2.3%。20～24歳では7.1%が使用時間12時間以上

表4 スマートフォン・パソコンなどを12時間以上使用した人の人数及び割合（平成28年）
—男女、年齢階級別、週全体

	(千人)			(%)		
	総数	男	女	総数	男	女
総数	1532	801	731	2.3	2.4	2.2
10－14歳	41	25	16	1.3	1.5	1.0
15－19歳	270	122	147	5.2	4.6	5.8
20－24歳	384	185	198	7.1	6.8	7.4
25－29歳	246	137	109	4.5	5.0	3.9
30－34歳	137	82	55	2.2	2.7	1.8
35－39歳	149	72	76	2.2	2.1	2.2
40－44歳	114	70	44	1.5	1.8	1.1
45－49歳	90	45	45	1.3	1.3	1.3
50－54歳	29	18	12	0.5	0.7	0.4
55－59歳	35	14	21	0.8	0.6	0.9
60－64歳	18	15	...	0.5	0.8	...
65－69歳	12	8	4	0.4	0.5	0.3
70－74歳	3	0.2
75歳以上	5	4	...	0.3	0.5	...

図6 スマートフォン・パソコンなどを12時間以上使用した人の割合（平成28年）
—男女、年齢階級別、週全体



注) ここでいう「スマートフォン・パソコンなど」とは、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。

注) ここでいう「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。

注) 「…」は、サンプルサイズが10未満で、結果精度の観点から表章していない箇所である。

平成 28 年社会生活基本調査

— 生活時間に関する結果 —

結果の概要

平成 29 年 9 月 15 日



総務省 統計局

－ 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、仕事や家庭生活に費やされる時間、地域活動等への関わりなどの実態を明らかにし、各種行政施策の基礎資料を得ることを目的とし、昭和 51 年の第 1 回調査以来 5 年ごとに実施している。

平成 28 年調査は、調査票 A と調査票 B の 2 種類の調査票を用い、平成 28 年 10 月 20 日現在で実施した。調査対象は全国の世帯から無作為に選定した約 8 万 8 千世帯に住んでいる 10 歳以上の世帯員（約 20 万人）である。

今回公表する結果は、調査票 A を用いた調査結果のうち、生活時間の配分に関する結果である。

なお、調査票 B に関する結果は平成 29 年 12 月末日までに公表することとしている。

目 次

結果の概要

- 1 1日の生活時間の配分…………… 2
- 2 家事関連時間…………… 4
 - (1) 家事関連時間は男性が増加傾向。男女差は縮小しているが依然として大きい
 - (2) 女性は10～29歳，35～64歳などで家事関連時間が減少
 - (3) 女性の家事時間が減少
 - (4) 家事時間は35～49歳の女性で約20分の減少
 - (5) 育児時間は30～34歳の女性で約20分の増加
 - (6) 介護・看護時間は30～39歳，55～69歳の女性で増加
 - (7) 介護者における介護・看護時間は，男性が2時間32分，女性が2時間28分と初めて男性が女性を上回る
- 3 仕事時間…………… 8
 - (1) 仕事時間は男女共に減少
 - (2) 「正規の職員・従業員」及び「正規の職員・従業員以外」共に仕事時間が減少
- 4 夫と妻の生活時間…………… 10
 - (1) 子供の成長に伴い，妻の家事関連時間は大きく変化
 - (2) 6歳未満の子供を持つ世帯の妻は，過去20年間で家事時間が1時間1分減少する一方，育児時間が1時間2分増加
 - (3) 共働き世帯の妻の生活時間は，仕事等が横ばい，家事が減少する一方，育児は過去20年間で37分の増加
- 5 高齢者の生活時間…………… 14
 - (1) 高齢者の仕事等の時間が男女共に増加，家事時間は男女共に減少
 - (2) 高齢者の有業者数，有業率が増加
 - (3) 高齢者の介護者数が増加，介護者の介護・看護時間は減少
 - (4) 単身高齢者は，一人でいた時間が11時間18分と1日の大半を占めている
- 6 スマートフォン・パソコンなどの使用状況…………… 16
 - (1) スマートフォン・パソコンなどを使用した人の割合は，20～24歳で最も高い
 - (2) スマートフォン・パソコンなどの使用時間は，20～24歳が長い傾向
 - (3) スマートフォン・パソコンなどを使用した人のうち，使用時間が12時間以上の人
は153万2千人
 - (4) スマートフォン・パソコンなどの使用は，21～24時の時間帯に行動者率が高い
 - (5) 15～24歳では「交際・付き合い・コミュニケーション」の行動者率が最も高い
 - (6) スマートフォン・パソコンなどの使用時間は生活時間の配分と関連がみられる
- 7 地域別にみた生活時間等…………… 21
 - (1) 有業者の仕事時間は，熊本県で最も長い
 - (2) 通勤・通学時間は，関東地方で長い

- (3) テレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間は、北海道で最も長い
- (4) スマートフォン・パソコンなどの使用割合は、関東地方及び近畿地方で高い

(参考) 家事関連時間の日米比較 23

主要統計表

第1表	男女, 年齢, 行動の種類別総平均時間一週全体	26
第2表	男女, ふだんの就業状態, 行動の種類別総平均時間一週全体, 15歳以上	28
第3-1表	従業上の地位・雇用形態・勤務形態・週間就業時間・希望週間就業時間・年次有給休暇の取得日数, 行動の種類別総平均時間一週全体, 有業者, 男(15歳以上)	30
第3-2表	従業上の地位・雇用形態・勤務形態・週間就業時間・希望週間就業時間・年次有給休暇の取得日数, 行動の種類別総平均時間一週全体, 有業者, 女(15歳以上)	32
第4-1表	ライフステージ, 行動の種類別総平均時間一週全体, 男(10歳以上)	34
第4-2表	ライフステージ, 行動の種類別総平均時間一週全体, 女(10歳以上)	36
第5表	男女, 介護の有無, 年齢, 行動の種類別総平均時間一週全体, 15歳以上	38
第6表	世帯の家族類型, 共働きか否か, 行動の種類別総平均時間一週全体, 夫・妻	40
第7-1表	6歳未満の子供の有無・人数・在園状況, 共働きか否か, 行動の種類別総平均時間一週全体, 子供のいる世帯の夫	42
第7-2表	6歳未満の子供の有無・人数・在園状況, 共働きか否か, 行動の種類別総平均時間一週全体, 子供のいる世帯の妻	48
第8-1表	スマートフォン・パソコンなどの使用時間, 年齢, 行動の種類別総平均時間一週全体, 男(10歳以上)	54
第8-2表	スマートフォン・パソコンなどの使用時間, 年齢, 行動の種類別総平均時間一週全体, 女(10歳以上)	60
第9-1表	都道府県, 行動の種類別総平均時間一週全体, 男女総数(10歳以上)	66
第9-2表	都道府県, 行動の種類別総平均時間一週全体, 男(10歳以上)	68
第9-3表	都道府県, 行動の種類別総平均時間一週全体, 女(10歳以上)	70
第10-1表	都道府県, 行動の種類別総平均時間一週全体, 6歳未満の子供がいる世帯の夫(夫婦と子供の世界帯)	72
第10-2表	都道府県, 行動の種類別総平均時間一週全体, 6歳未満の子供がいる世帯の妻(夫婦と子供の世界帯)	74

付 録

付1	平成28年社会生活基本調査の概要	76
付2	用語と分類	80

結果の概要

－ 主な用語 －

- 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
- 行動者平均時間……該当する種類の行動をした人のみについての平均
- 週全体平均……平日、土曜日、日曜日の曜日別結果の平均

－ 利用上の注意 －

- ・ この結果の概要では、特に断りのない限り、総平均時間の数値を記載している。
- ・ 統計表中「－」は、該当数字のない箇所である。
- ・ 統計表中「…」は、サンプルサイズが10未満で、結果精度の観点から表章していない箇所である。

1 1日の生活時間の配分

我が国に住んでいる10歳以上の人について、行動の種類別に週全体平均（以下「週全体」という。）による1日の生活時間をみると、睡眠時間が7時間40分、仕事時間が3時間33分、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間が2時間15分などとなっている。（表1）

生活時間について、平成23年と比べると、休養・くつろぎの時間は6分の増加と最も増加が大きくなっており、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間は12分の減少と最も減少が大きくなっている。また、身の回りの用事、通勤・通学、学業、趣味・娯楽の時間がそれぞれ3分の増加、家事時間が4分の減少などとなっている。（表1）

生活時間について、男女別に平成23年と比べると、男性は休養・くつろぎの時間が6分の増加、趣味・娯楽の時間が4分の増加、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間が12分の減少、仕事時間が5分の減少などとなっている。一方、女性は仕事時間が6分の増加、休養・くつろぎの時間が5分の増加、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間が13分の減少、家事時間が8分の減少などとなっている。（表1）

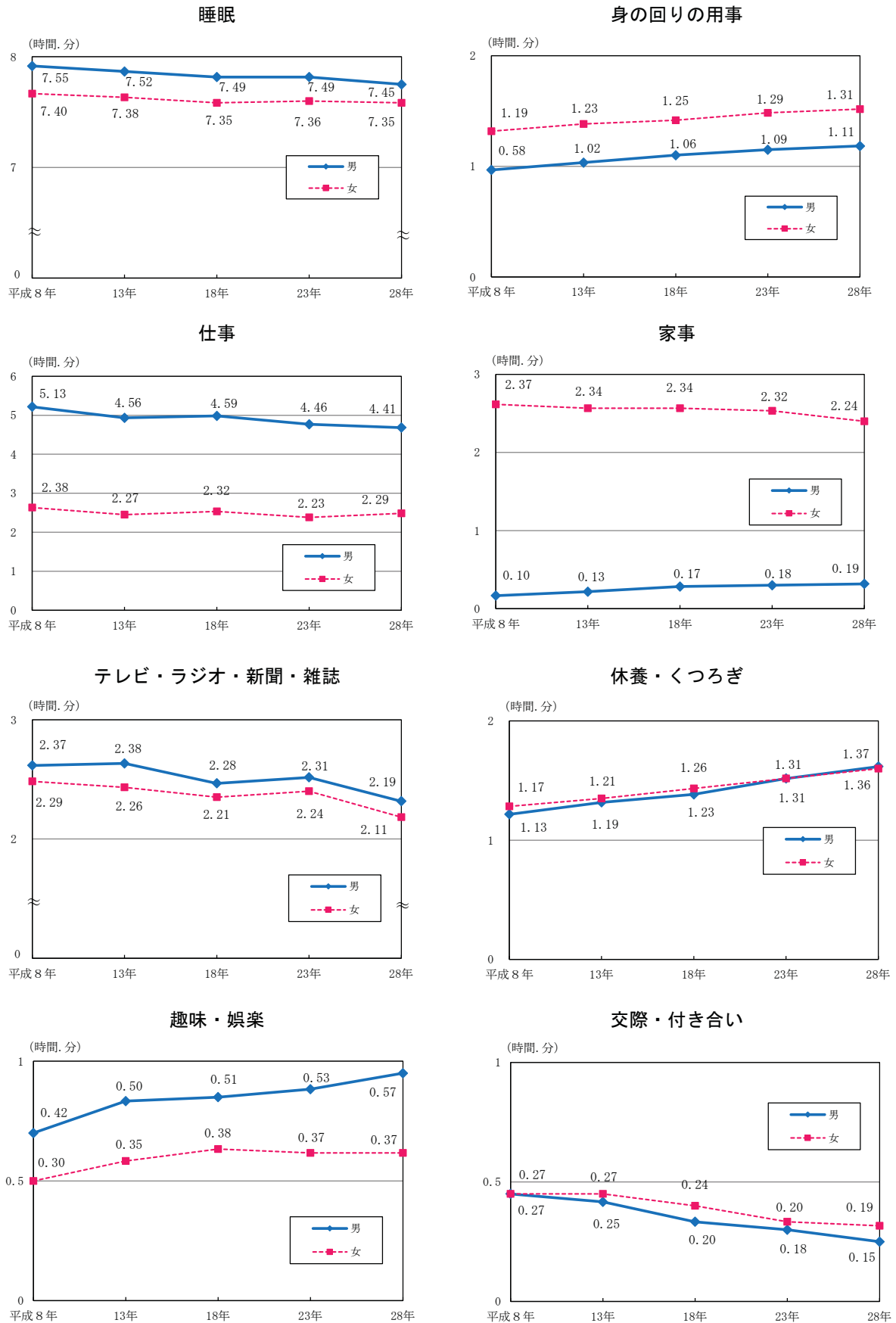
主な行動の種類について、過去20年間の推移をみると、身の回りの用事、休養・くつろぎ、趣味・娯楽などの時間は増加傾向となっている。一方、睡眠、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌、交際・付き合いなどの時間は減少傾向となっている。（図1）

表1 男女、行動の種類別生活時間（平成23、28年）一週全体

（時間・分）

	総数			男			女		
	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減
1次活動	10.40	10.41	0.01	10.33	10.34	0.01	10.46	10.49	0.03
睡眠	7.42	7.40	-0.02	7.49	7.45	-0.04	7.36	7.35	-0.01
身の回りの用事	1.19	1.22	0.03	1.09	1.11	0.02	1.29	1.31	0.02
食事	1.39	1.40	0.01	1.36	1.38	0.02	1.42	1.43	0.01
2次活動	6.53	6.57	0.04	6.49	6.50	0.01	6.57	7.03	0.06
仕事等	4.43	4.49	0.06	6.08	6.08	0.00	3.23	3.35	0.12
通勤・通学	0.31	0.34	0.03	0.40	0.43	0.03	0.23	0.25	0.02
仕事	3.33	3.33	0.00	4.46	4.41	-0.05	2.23	2.29	0.06
学業	0.39	0.42	0.03	0.42	0.44	0.02	0.37	0.41	0.04
家事関連	2.10	2.08	-0.02	0.42	0.44	0.02	3.35	3.28	-0.07
家事	1.27	1.23	-0.04	0.18	0.19	0.01	2.32	2.24	-0.08
介護・看護	0.03	0.04	0.01	0.02	0.02	0.00	0.05	0.06	0.01
育児	0.14	0.15	0.01	0.05	0.06	0.01	0.23	0.24	0.01
買い物	0.26	0.26	0.00	0.17	0.17	0.00	0.35	0.34	-0.01
3次活動	6.27	6.22	-0.05	6.38	6.36	-0.02	6.16	6.09	-0.07
移動（通勤・通学を除く）	0.30	0.29	-0.01	0.29	0.28	-0.01	0.30	0.30	0.00
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.27	2.15	-0.12	2.31	2.19	-0.12	2.24	2.11	-0.13
休養・くつろぎ	1.31	1.37	0.06	1.31	1.37	0.06	1.31	1.36	0.05
学習・自己啓発・訓練（学業以外）	0.12	0.13	0.01	0.13	0.13	0.00	0.12	0.12	0.00
趣味・娯楽	0.44	0.47	0.03	0.53	0.57	0.04	0.37	0.37	0.00
スポーツ	0.14	0.14	0.00	0.18	0.18	0.00	0.11	0.10	-0.01
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	0.17	-0.02	0.18	0.15	-0.03	0.20	0.19	-0.01
受診・療養	0.08	0.08	0.00	0.07	0.07	0.00	0.10	0.09	-0.01
その他	0.17	0.19	0.02	0.15	0.17	0.02	0.18	0.20	0.02

図1 男女、主な行動の種類別生活時間（平成8年～28年）一週全体



2 家事関連時間

(1) 家事関連時間は男性が増加傾向。男女差は縮小しているが依然として大きい

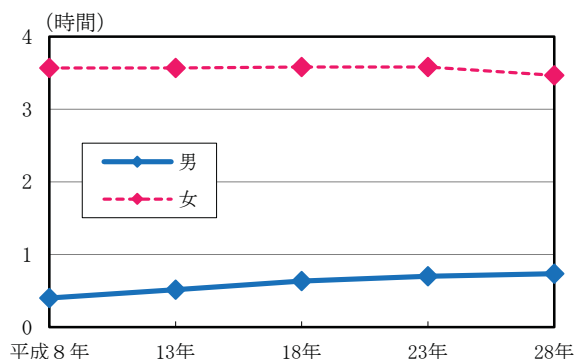
家事関連時間¹⁾を男女別に平成23年と比べると、男性は44分で2分の増加、女性は3時間28分で7分の減少となっている。(表2-1)

過去20年間の家事関連時間の推移をみると、平成8年に比べ、男性は20分の増加、女性は6分の減少となっている。男女の差は2時間44分と平成8年の3時間10分と比べると26分縮小しているが、依然として差は大きい。(表2-1, 図2-1)

表2-1 男女別家事関連時間の推移(平成8年~28年)一週全体

(時間.分)			
	男	女	男女差
平成8年	0.24	3.34	-3.10
平成13年	0.31	3.34	-3.03
平成18年	0.38	3.35	-2.97
平成23年	0.42	3.35	-2.93
平成28年	0.44	3.28	-2.84

図2-1 男女別家事関連時間の推移(平成8年~平成28年)一週全体



(2) 女性は10~29歳, 35~64歳などで家事関連時間が減少

家事関連時間を男女、年齢階級別に平成23年と比べると、男性は25~44歳, 50~64歳などで増加となっている。一方、女性は10~29歳, 35~64歳などで減少となっている。(図2-2)

また、家事関連時間を配偶関係別にみると、有配偶男性は49分で未婚男性に比べ20分長く、有配偶女性は4時間55分で、未婚女性に比べ約4時間長くなっている。(図2-3)

図2-2 男女、年齢階級別家事関連時間(平成23年, 28年)一週全体

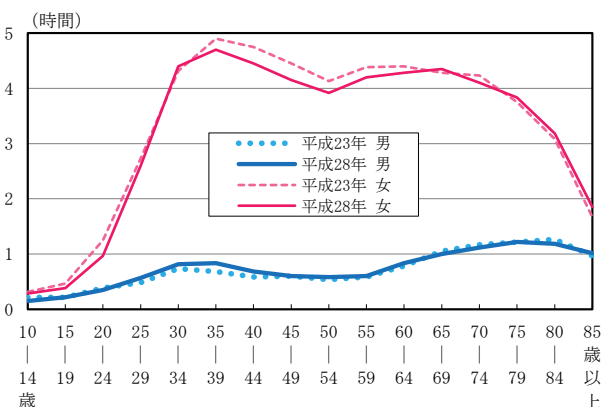
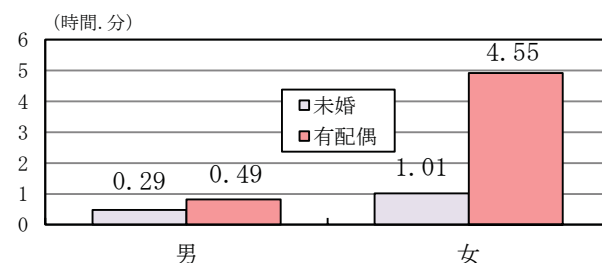


図2-3 男女、配偶関係別家事関連時間(平成28年)一週全体, 15歳以上



1) 「家事」, 「介護・看護」, 「育児」及び「買い物」

(3) 女性の家事時間が減少

家事関連時間の内訳を男女別に平成23年と比べると、男性は家事時間、育児時間がそれぞれ1分の増加となっている。一方、女性は家事時間が8分の減少と大きな減少がみられる。(表2-2)

表2-2 男女別家事関連時間(平成23年, 28年)一週全体

	男			女		
	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減
家事関連	0.42	0.44	0.02	3.35	3.28	-0.07
家事	0.18	0.19	0.01	2.32	2.24	-0.08
介護・看護	0.02	0.02	0.00	0.05	0.06	0.01
育児	0.05	0.06	0.01	0.23	0.24	0.01
買い物	0.17	0.17	0.00	0.35	0.34	-0.01

(4) 家事時間は35~49歳の女性で約20分の減少

家事関連時間のうち家事時間について、男女、年齢階級別に平成23年と比べると、女性は35~49歳で約20分の減少となっている。(図2-4)

過去20年間の家事時間の推移を男女別にみると、男性は増加傾向、女性は減少傾向となっており、男女の差は縮小している。(図2-5)

図2-4 男女、年齢階級別家事時間(平成23年, 28年)一週全体

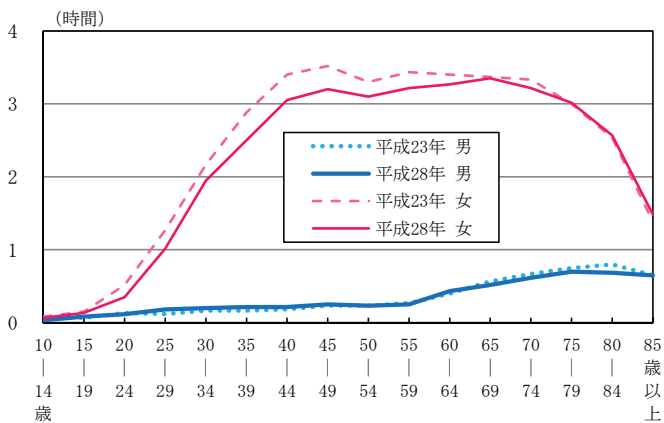
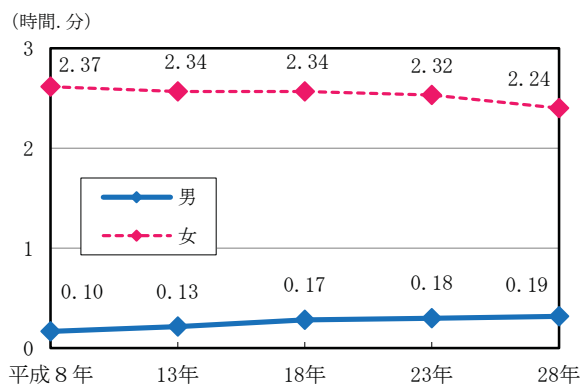


図2-5 男女別家事時間の推移(平成8年~28年)一週全体



(5) 育児時間は30～34歳の女性で約20分の増加

家事関連時間のうち育児時間について、男女、年齢階級別に平成23年と比べると、女性は30～34歳で約20分の増加となっている。一方、男性は30～39歳で5分の増加となっている。(図2-6)

過去20年間の育児時間の推移を男女別にみると、男女共に増加傾向となっている。(図2-7)

図2-6 男女、年齢階級別育児時間(平成23年、28年)一週全体

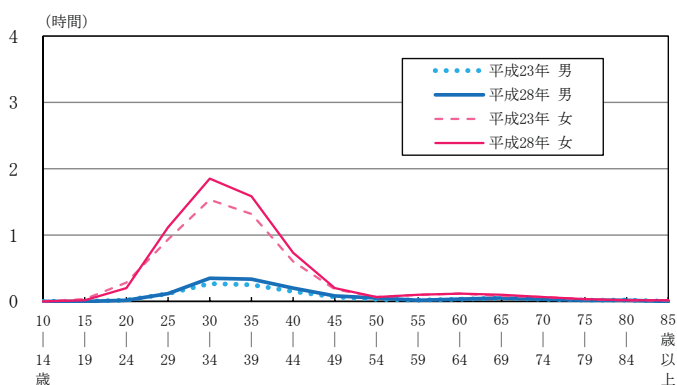
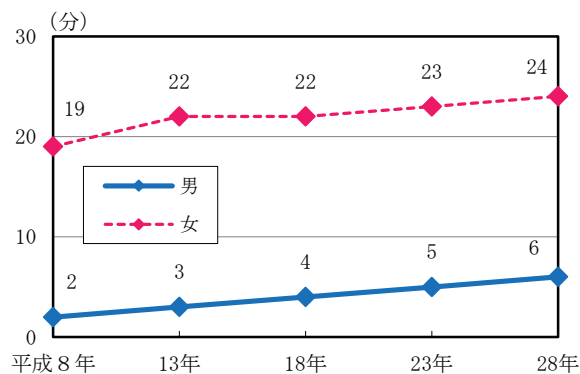


図2-7 男女別育児時間の推移(平成8年～28年)一週全体



(6) 介護・看護時間は30～39歳、55～69歳の女性で増加

家事関連時間のうち介護・看護時間について、男女、年齢階級別に平成23年と比べると、女性は30～39歳、55～69歳などで増加となっている。(図2-8, 図2-9)

図2-8 男女、年齢階級別介護・看護時間(平成23年、28年)一週全体

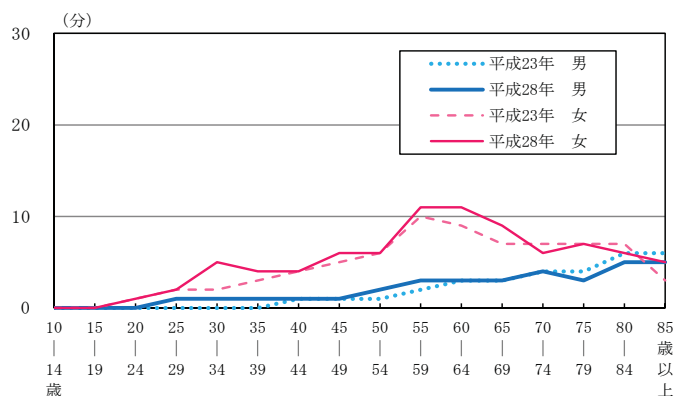
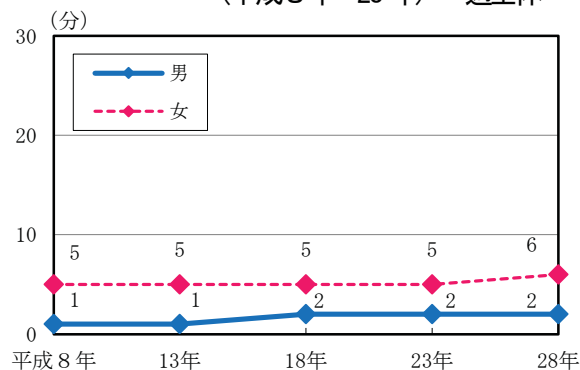


図2-9 男女別介護・看護時間の推移(平成8年～28年)一週全体



(7) 介護者における介護・看護時間は、男性が2時間32分、女性が2時間28分と初めて男性が女性を上回る

15歳以上でふだん家族を介護している人¹⁾（以下「介護者」という。）は698万7千人で、平成23年と比べ15万8千人の増加となっている。男女別にみると、男性が277万6千人、女性が421万1千人となっており、女性が介護者全体の約6割を占めている。年齢階級別にみると、60歳以上で介護者数が41万人の増加となっており、介護者全体の約5割を占めている。（表2-3、図2-10）

介護者のうち、調査当日に実際に介護・看護を行った人の平均時間（行動者平均時間）は、介護・看護時間の把握を開始した平成3年以降、男性はおおむね横ばい、女性はおおむね減少傾向で推移しており、平成28年は男性が2時間32分、女性が2時間28分と、初めて男性が女性の行動者平均時間を上回った。（表2-3、図2-11）

表2-3 男女、年齢階級別介護者数、行動者平均時間（平成23、28年）一週全体、15歳以上

	介護者数									行動者平均時間			
	平成23年			平成28年			増減			平成23年 (時間.分)	平成28年 (時間.分)	増減 (時間.分)	
	実数 (千人)	人口比 (%)	構成比 (%)	実数 (千人)	人口比 (%)	構成比 (%)	実数 (千人)	人口比 (ポイント)	構成比 (ポイント)				
総数	6829	6.3	100.0	6987	6.5	100.0	158	0.2	0.0	2.19	2.29	0.10	
40-49歳	925	5.4	13.5	978	5.2	14.0	53	-0.2	0.5	2.00	2.35	0.35	
50-59歳	1989	12.6	29.1	1909	12.5	27.3	-80	-0.1	-1.8	2.07	2.20	0.13	
60-69歳	1821	10.0	26.7	2071	11.4	29.6	250	1.4	2.9	2.14	2.29	0.15	
70歳以上	1208	6.1	17.7	1368	6.2	19.6	160	0.1	1.9	3.01	2.45	-0.16	
男	2675	5.1	39.2	2776	5.3	39.7	101	0.2	0.5	2.17	2.32	0.15	
40-49歳	355	4.1	5.2	363	3.8	5.2	8	-0.3	0.0	1.33	2.49	1.16	
50-59歳	709	9.1	10.4	716	9.4	10.2	7	0.3	-0.2	1.59	2.23	0.24	
60-69歳	778	8.9	11.4	838	9.5	12.0	60	0.6	0.6	2.09	2.24	0.15	
70歳以上	517	6.2	7.6	593	6.4	8.5	76	0.2	0.9	3.01	2.56	-0.05	
女	4154	7.5	60.8	4211	7.6	60.3	57	0.1	-0.5	2.20	2.28	0.08	
40-49歳	570	6.7	8.3	615	6.6	8.8	45	-0.1	0.5	2.05	2.34	0.29	
50-59歳	1279	16.1	18.7	1193	15.6	17.1	-86	-0.5	-1.6	2.08	2.20	0.12	
60-69歳	1043	11.1	15.3	1233	13.3	17.6	190	2.2	2.3	2.17	2.31	0.14	
70歳以上	691	6.0	10.1	775	6.2	11.1	84	0.2	1.0	3.02	2.41	-0.21	

図2-10 男女別介護者数の推移
(平成3年~28年) -15歳以上

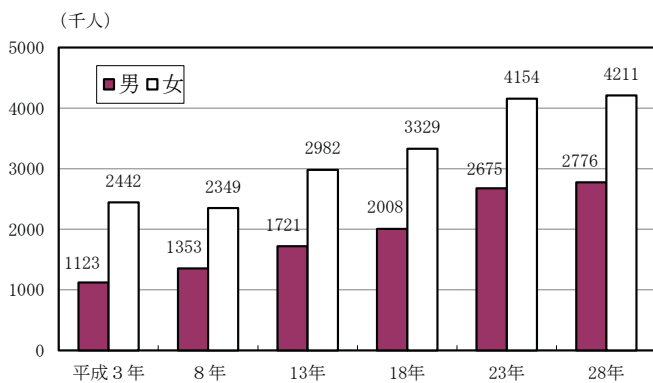
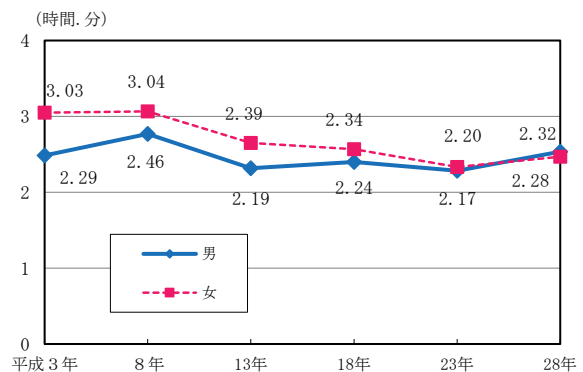


図2-11 介護者の介護・看護の行動者平均時間の推移
(平成3年~28年) 一週全体、15歳以上



1) ふだんの状態がはっきり決められない場合は、1年間に30日以上介護をしていれば「ふだん介護をしている」とした。

3 仕事時間

(1) 仕事時間は男女共に減少

有業者（15歳以上。以下同じ。）についてみると、有業者数は6729万1千人、有業率¹⁾は62.6%となっており、平成23年と比べ、有業者数は62万7千人の増加、有業率は0.9ポイントの上昇となっている。また、女性は全ての年齢階級で有業率が上昇となっている。（表3-1、図3-1）

有業者の仕事時間は、男性が6時間49分、女性が4時間47分と男性が女性に比べ約2時間長くなっており、平成23年と比べると、男性は7分、女性は3分の減少となっている。過去30年間の仕事時間の推移を男女別にみると、昭和61年に比べ、男性は35分の減少、女性は52分の減少となっており、男女共に減少傾向となっている。（表3-1、表3-2）

表3-1 男女、従業上の地位別有業者数、有業率及び仕事時間（平成23年、28年）-15歳以上

		平成23年			平成28年			増減		
		有業者数 (千人)	有業率 (%)	仕事時間 (時間.分)	有業者数 (千人)	有業率 (%)	仕事時間 (時間.分)	有業者数 (千人)	有業率 (ポイント)	仕事時間 (時間.分)
総数	総数	66664	61.7	6.02	67291	62.6	5.55	627	0.9	-0.07
	雇用されている人	53455	-	6.07	55826	-	5.59	2371	-	-0.08
	会社などの役員	2917	-	6.16	2876	-	6.24	-41	-	0.08
	雇人のある業主	1881	-	7.22	1723	-	7.04	-158	-	-0.18
	雇人のない業主	4878	-	5.38	4042	-	5.26	-836	-	-0.12
	自家営業の手伝い(家族従業者) 家庭内の賃仕事(内職)	3085 309	- -	4.23 3.23	2393 233	- -	4.13 3.39	-692 -76	- -	-0.10 0.16
男	総数	37975	72.6	6.56	37590	72.1	6.49	-385	-0.5	-0.07
	雇用されている人	29549	-	7.02	30248	-	6.53	699	-	-0.09
	会社などの役員	2250	-	6.54	2182	-	6.59	-68	-	0.05
	雇人のある業主	1578	-	7.39	1412	-	7.27	-166	-	-0.12
	雇人のない業主	3738	-	6.09	2966	-	5.59	-772	-	-0.10
	自家営業の手伝い(家族従業者) 家庭内の賃仕事(内職)	744 30	- -	5.55 3.52	620 35	- -	5.36 4.01	-124 5	- -	-0.19 0.09
女	総数	28688	51.6	4.50	29701	53.7	4.47	1013	2.1	-0.03
	雇用されている人	23906	-	4.59	25578	-	4.54	1672	-	-0.05
	会社などの役員	667	-	4.11	695	-	4.34	28	-	0.23
	雇人のある業主	303	-	5.48	310	-	5.15	7	-	-0.33
	雇人のない業主	1140	-	3.53	1076	-	3.57	-64	-	0.04
	自家営業の手伝い(家族従業者) 家庭内の賃仕事(内職)	2342 279	- -	3.55 3.18	1773 198	- -	3.43 3.37	-569 -81	- -	-0.12 0.19

図3-1 男女、年齢階級別有業率（平成23年、28年）-15歳以上

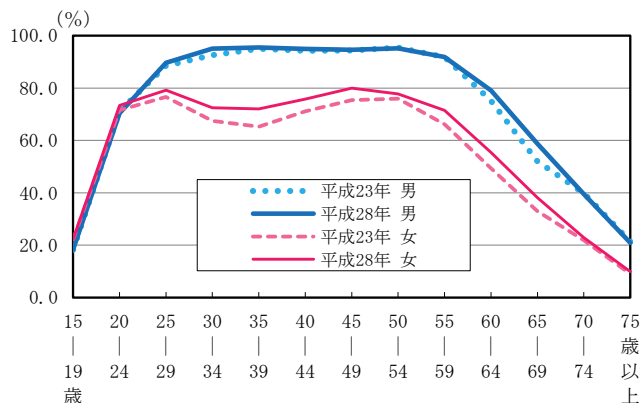


表3-2 男女別仕事時間の推移（昭和61年～平成28年）一週全体、有業者、15歳以上

	(時間.分)		
	総数	男	女
昭和61年	6.41	7.24	5.39
平成3年	6.26	7.10	5.24
平成8年	6.15	7.00	5.11
平成13年	5.59	6.48	4.51
平成18年	6.09	7.00	5.00
平成23年	6.02	6.56	4.50
平成28年	5.55	6.49	4.47

1) 人口に占める有業者の割合（ふだんの就業状態不詳を除き算出）

(2) 「正規の職員・従業員」及び「正規の職員・従業員以外」共に仕事時間が減少

有業者のうち雇用されている人の仕事時間を雇用形態別にみると、「正規の職員・従業員」が7時間9分、「正規の職員・従業員以外」が4時間19分となっている。平成23年と比べると、「正規の職員・従業員」は4分の減少、「正規の職員・従業員以外」は10分の減少となっている。雇用されている人に占める「正規の職員・従業員以外」の割合は41.2%で、平成23年と比べると1ポイント上昇となっている。(図3-2, 図3-3, 表3-3)

仕事時間について、男女、雇用形態別に平成23年と比べると、「正規の職員・従業員」は男女共に2分の減少、「正規の職員・従業員以外」は男性が17分の減少、女性が8分の減少となっており、男女、雇用形態にかかわらず、仕事時間は減少している。(図3-2, 表3-3)

図3-2 雇用形態別仕事時間(平成23年, 28年)
一週全体, 雇用されている人, 15歳以上

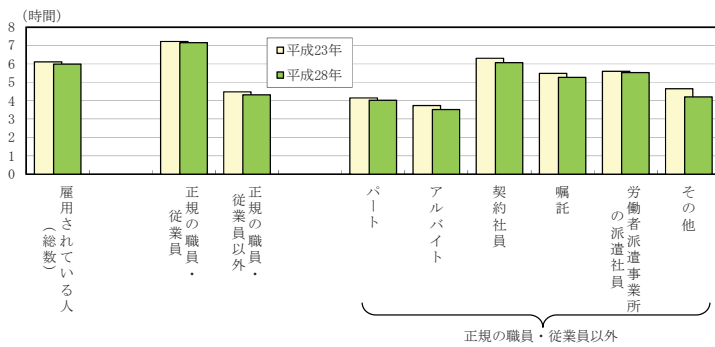


図3-3 雇用形態別構成割合
(平成23年, 28年) -15歳以上

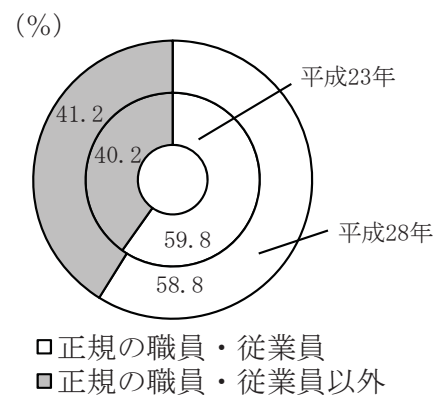


表3-3 男女, 雇用形態別仕事時間(平成23年, 28年)一週全体, 雇用されている人, 15歳以上

	平成23年		平成28年		増減		
	人口(千人)	仕事時間(時間.分)	人口(千人)	仕事時間(時間.分)	人口(千人)	仕事時間(時間.分)	
総数	雇用されている人	53455	6.07	55826	5.59	2371	-0.08
	正規の職員・従業員	31992	7.13	32850	7.09	858	-0.04
	正規の職員・従業員以外	21463	4.29	22977	4.19	1514	-0.10
	パート	9848	4.09	10904	4.01	1056	-0.08
	アルバイト	5434	3.44	5411	3.31	-23	-0.13
	契約社員	2661	6.18	3040	6.04	379	-0.14
	嘱託	1208	5.29	1225	5.16	17	-0.13
	労働者派遣事業所の派遣社員	1104	5.36	1208	5.32	104	-0.04
	その他	1209	4.39	1189	4.12	-20	-0.27
男	雇用されている人	29549	7.02	30248	6.53	699	-0.09
	正規の職員・従業員	22718	7.35	22662	7.33	-56	-0.02
	正規の職員・従業員以外	6831	5.14	7587	4.57	756	-0.17
	パート	977	5.01	1259	4.37	282	-0.24
	アルバイト	2694	4.11	2768	3.54	74	-0.17
	契約社員	1388	6.46	1637	6.21	249	-0.25
	嘱託	778	5.45	742	5.34	-36	-0.11
	労働者派遣事業所の派遣社員	450	6.02	567	6.01	117	-0.01
	その他	544	5.22	613	4.46	69	-0.36
女	雇用されている人	23906	4.59	25578	4.54	1672	-0.05
	正規の職員・従業員	9274	6.18	10188	6.16	914	-0.02
	正規の職員・従業員以外	14633	4.09	15390	4.01	757	-0.08
	パート	8871	4.03	9646	3.56	775	-0.07
	アルバイト	2739	3.18	2643	3.07	-96	-0.11
	契約社員	1274	5.47	1403	5.43	129	-0.04
	嘱託	430	4.59	482	4.48	52	-0.11
	労働者派遣事業所の派遣社員	654	5.18	641	5.06	-13	-0.12
	その他	664	4.03	575	3.35	-89	-0.28

4 夫と妻の生活時間

(1) 子供の成長に伴い、妻の家事関連時間は大きく変化

子供がいる世帯の夫と妻の家事関連時間をみると、妻は子供の成長に伴い、家事時間の増加、育児時間の減少など大きな変化がみられる。一方、夫は末子が6歳未満で育児時間が長くなっているが、末子が6歳以上になると育児時間が減少し、家事関連時間は短くなっている。(表4-1)

過去20年間の夫と妻の家事関連時間の推移を末子の年齢階級別にみると、平成8年に比べ、末子が6歳未満の夫が1時間23分で45分の増加と、最も増加が大きくなっている。一方、末子が6歳未満の妻は7時間34分で4分の減少となっている(表4-2、図4-1)

表4-1 末子の年齢階級別夫・妻の家事関連時間(平成28年)一週全体、夫婦と子供の世帯

(時間.分)

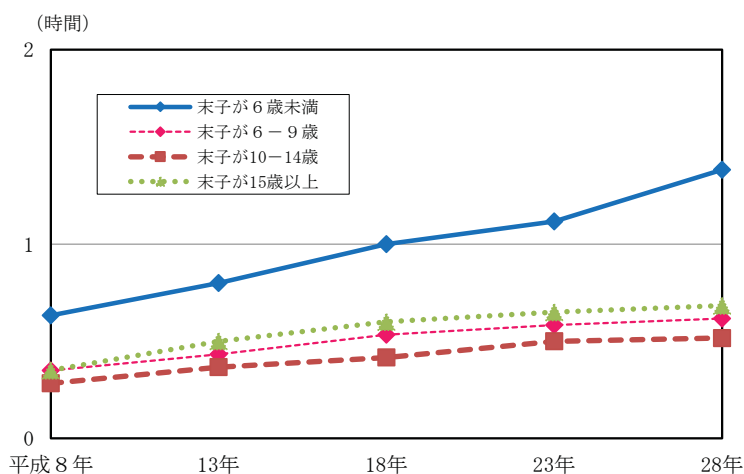
末子の年齢階級	夫					妻				
	家事関連	家事	介護・看護	育児	買い物	家事関連	家事	介護・看護	育児	買い物
6歳未満	1.23	0.17	0.01	0.49	0.16	7.34	3.07	0.06	3.45	0.36
6-9歳	0.37	0.12	0.01	0.09	0.15	5.39	3.58	0.06	0.54	0.41
10-14歳	0.31	0.13	0.01	0.02	0.15	5.19	4.20	0.04	0.11	0.44
15歳以上	0.41	0.20	0.02	0.01	0.18	4.45	3.50	0.08	0.03	0.44

表4-2 末子の年齢階級別夫・妻の家事関連時間の推移(平成8年~28年)一週全体、夫婦と子供の世帯

(時間.分)

末子の年齢階級	夫					妻				
	平成8年	平成13年	平成18年	平成23年	平成28年	平成8年	平成13年	平成18年	平成23年	平成28年
6歳未満	0.38	0.48	1.00	1.07	1.23	7.38	7.41	7.27	7.41	7.34
6-9歳	0.21	0.26	0.32	0.35	0.37	5.50	5.38	5.38	5.45	5.39
10-14歳	0.17	0.22	0.25	0.30	0.31	5.24	5.25	5.25	5.17	5.19
15歳以上	0.21	0.30	0.36	0.39	0.41	4.56	4.51	4.58	4.57	4.45

図4-1 末子の年齢階級別夫の家事関連時間の推移(平成8年~28年)一週全体、夫婦と子供の世帯



(2) 6歳未満の子供を持つ世帯の妻は、過去20年間で家事時間が1時間1分減少する一方、育児時間が1時間2分増加

子供がいる世帯のうち、6歳未満の子供がいる世帯について、過去20年間の夫と妻の家事関連時間の内訳の推移をみると、平成8年に比べ、夫の家事時間は17分で12分増加、育児時間は49分で31分増加している。一方、妻の家事時間は3時間7分で1時間1分の減少、育児時間は3時間45分で1時間2分の増加となっている。(表4-3、図4-2、図4-3)

表4-3 6歳未満の子供を持つ夫・妻の家事関連時間の推移(平成8年~28年)
一週全体、夫婦と子供の世帯

	夫					妻				
	平成8年	平成13年	平成18年	平成23年	平成28年	平成8年	平成13年	平成18年	平成23年	平成28年
家事関連	0.38	0.48	1.00	1.07	1.23	7.38	7.41	7.27	7.41	7.34
家事	0.05	0.07	0.10	0.12	0.17	4.08	3.53	3.35	3.35	3.07
介護・看護	0.01	0.01	0.01	0.00	0.01	0.03	0.03	0.03	0.03	0.06
育児	0.18	0.25	0.33	0.39	0.49	2.43	3.03	3.09	3.22	3.45
買い物	0.14	0.15	0.16	0.16	0.16	0.44	0.42	0.40	0.41	0.36

図4-2 6歳未満の子供を持つ夫・妻の家事関連時間の推移(平成8年~28年)
一週全体、夫婦と子供の世帯

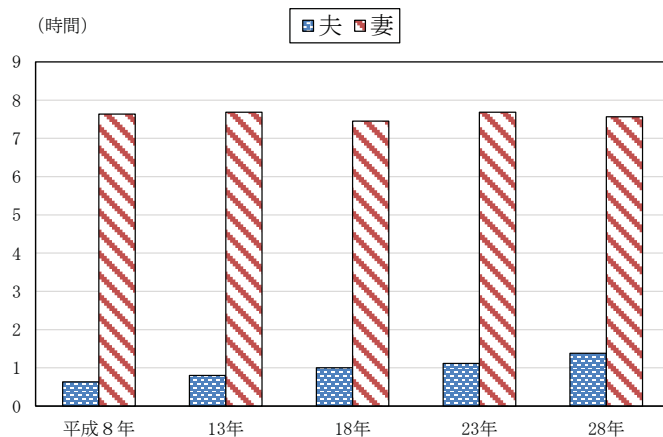
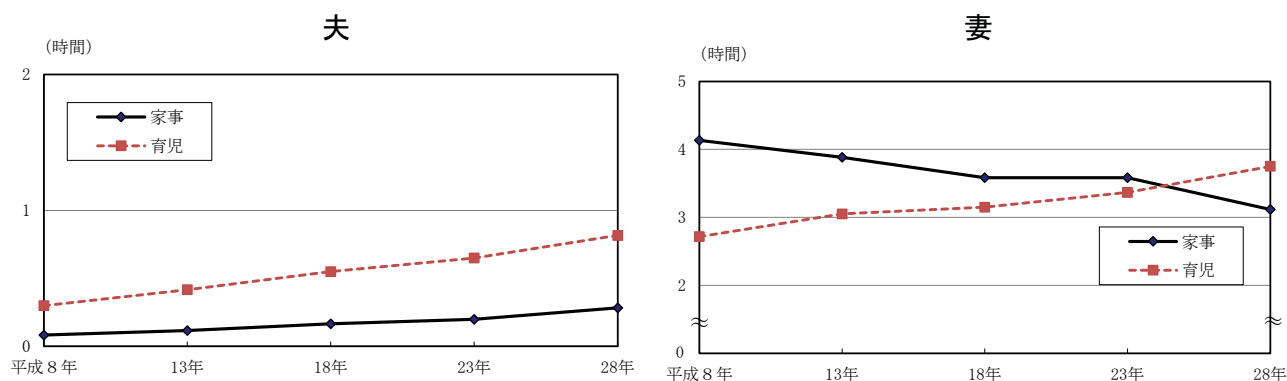


図4-3 6歳未満の子供を持つ夫・妻の家事時間、育児時間の推移(平成8年~28年)
一週全体、夫婦と子供の世帯



(3) 共働き世帯の妻の生活時間は、仕事等が横ばい、家事が減少する一方、育児は過去 20 年間で 37 分の増加

子供がいる世帯のうち、「共働き世帯」及び「夫が有業で妻が無業の世帯」について、過去 20 年間の夫と妻の生活時間の推移をみると、平成 8 年に比べ、夫の家事時間は「共働き世帯」で 8 分の増加、「夫が有業で妻が無業の世帯」で 5 分の増加となっている。一方、妻の家事時間は「共働き世帯」で 19 分の減少、「夫が有業で妻が無業の世帯」で 27 分の減少となっており、家事時間は、共働きか否かにかかわらず、夫が増加傾向、妻は減少傾向となっている。(表 4-4、図 4-5)

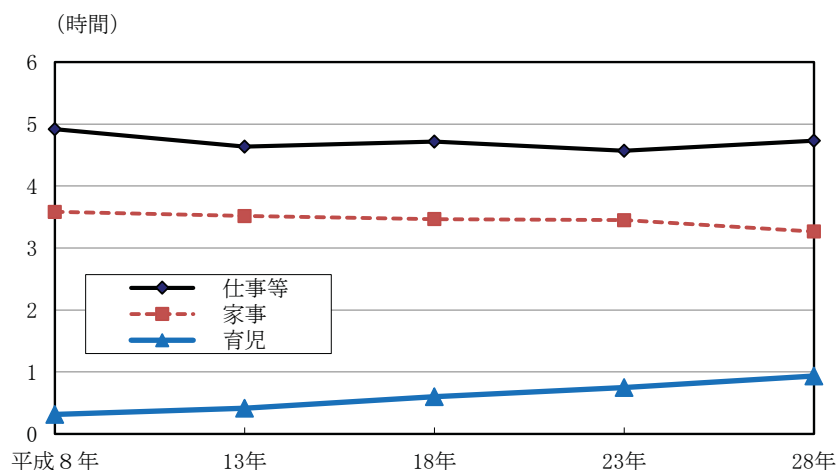
夫の育児時間は、平成 8 年に比べ、「共働き世帯」、「夫が有業で妻が無業の世帯」共に 13 分の増加となっている。一方、妻の育児時間は、「共働き世帯」で 37 分の増加、「夫が有業で妻が無業の世帯」で 54 分の増加となっており、育児時間は、共働きか否かにかかわらず、夫妻共に増加傾向となっている。(表 4-4、図 4-5)

「共働き世帯」の妻の生活時間は、平成 8 年に比べ、仕事等¹⁾が横ばい、家事が減少する一方、育児については 37 分の増加となっている。(表 4-4、図 4-4)

表 4-4 共働きか否か、行動の種類別生活時間の推移 (平成 8 年~28 年)
一週全体、夫婦と子供の世帯の夫・妻

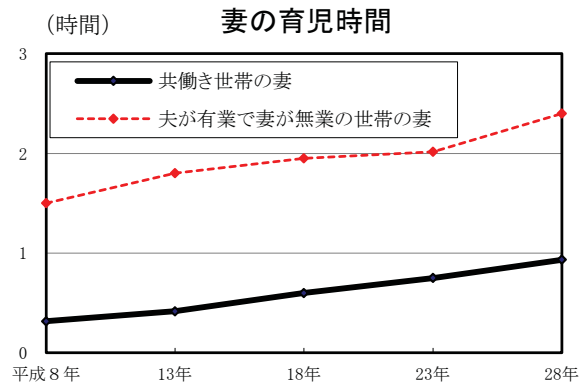
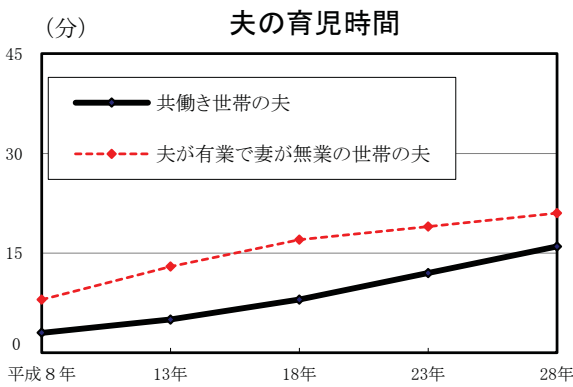
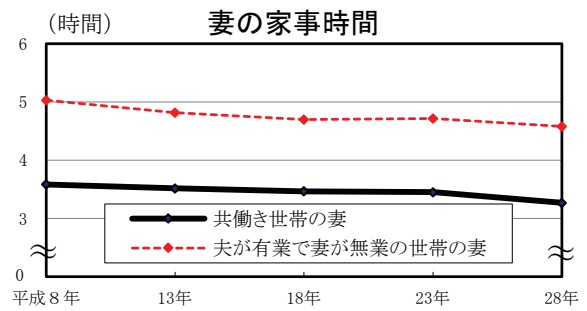
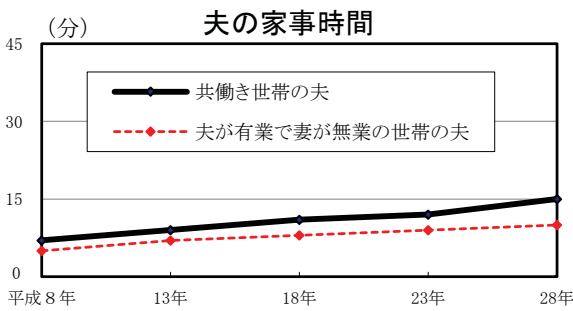
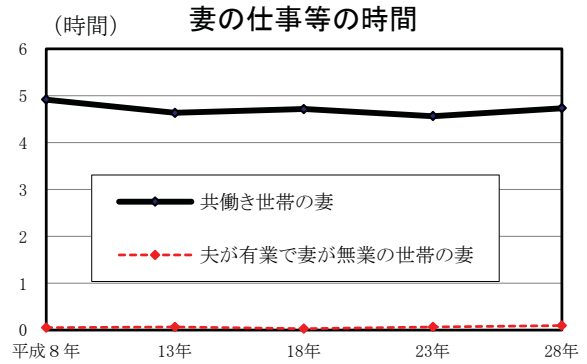
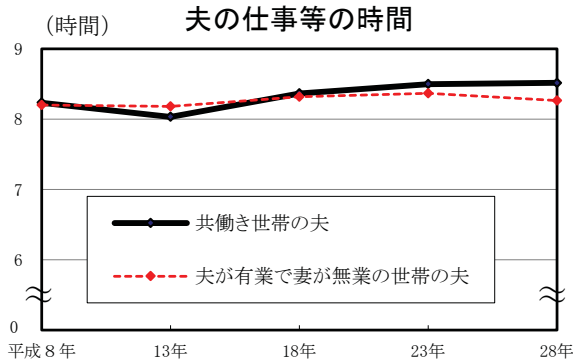
		共働き世帯					夫が有業で妻が無業の世帯				
		平成 8 年	平成 13 年	平成 18 年	平成 23 年	平成 28 年	平成 8 年	平成 13 年	平成 18 年	平成 23 年	平成 28 年
夫	仕事等	8.14	8.02	8.22	8.30	8.31	8.12	8.11	8.19	8.22	8.16
	家事関連	0.20	0.26	0.33	0.39	0.46	0.27	0.35	0.42	0.46	0.50
	うち家事	0.07	0.09	0.11	0.12	0.15	0.05	0.07	0.08	0.09	0.10
	育児	0.03	0.05	0.08	0.12	0.16	0.08	0.13	0.17	0.19	0.21
妻	仕事等	4.55	4.38	4.43	4.34	4.44	0.03	0.04	0.02	0.04	0.06
	家事関連	4.33	4.37	4.45	4.53	4.54	7.30	7.34	7.34	7.43	7.56
	うち家事	3.35	3.31	3.28	3.27	3.16	5.02	4.49	4.42	4.43	4.35
	育児	0.19	0.25	0.36	0.45	0.56	1.30	1.48	1.57	2.01	2.24

図 4-4 行動の種類別生活時間の推移 (平成 8 年~28 年) 一週全体、共働き世帯の妻



1) 「通勤・通学」、「仕事」及び「学業」

図4-5 共働きか否か，行動の種類別生活時間の推移（平成8年～28年）
一週全体，夫婦と子供の世帯の夫・妻



5 高齢者の生活時間

(1) 高齢者の仕事等の時間が男女共に増加，家事時間は男女共に減少

65歳以上の高齢者の生活時間について、男女別に平成23年と比べると、男性は仕事等¹⁾の時間が2時間7分で12分の増加、女性は55分で7分の増加となっている。家事時間は、男性が36分で4分の減少、女性は2時間52分で1分の減少となっている。(表5-1)

表5-1 男女，主な行動の種類別生活時間（平成23年，28年）一週全体，65歳以上
(時間.分)

	総数			男			女		
	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減
仕事等	1.16	1.28	0.12	1.55	2.07	0.12	0.48	0.55	0.07
家事関連	2.31	2.31	0.00	1.08	1.05	-0.03	3.37	3.39	0.02
家事	1.55	1.52	-0.03	0.40	0.36	-0.04	2.53	2.52	-0.01
介護・看護	0.05	0.05	0.00	0.04	0.04	0.00	0.06	0.07	0.01
育児	0.02	0.03	0.01	0.02	0.02	0.00	0.03	0.03	0.00
買い物	0.29	0.31	0.02	0.22	0.23	0.01	0.35	0.37	0.02

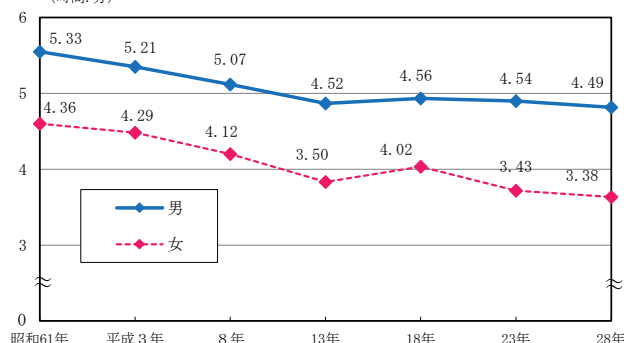
(2) 高齢者の有業者数，有業率が増加

65歳以上の高齢者の有業者数は907万1千人で、平成23年と比べると、198万6千人の増加となっており、有業率²⁾は2.8ポイントの上昇となっている。男女別に平成23年と比べると、男性が535万人で110万8千人の増加、女性が372万1千人で87万8千人の増加となっている。また、仕事時間について、過去30年間の推移を男女別にみると、男女とも減少傾向となっている。(表5-2，図5-1)

表5-2 男女別有業数，有業率（平成23年，28年）一週全体，65歳以上有業者

		平成23年	平成28年	増減
有業者数 (千人)	総数	7085	9071	1986
	男	4242	5350	1108
	女	2843	3721	878
有業率 (%，増減は ポイント)	総数	25.8	28.7	2.8
	男	35.6	38.3	2.7
	女	18.3	21.0	2.7

図5-1 男女別仕事時間の推移（昭和61年～平成28年）一週全体，65歳以上有業者
(時間.分)



(3) 高齢者の介護者数が増加，介護者の介護・看護時間は減少

65歳以上の高齢者のうち介護者は238万3千人で、平成23年と比べると57万4千人の増加、人口比では0.9ポイントの上昇となっている。また、介護者のうち、調査当日に実際に介護・看護を行った人の平均時間（行動者平均時間）は、2時間40分で、平成23年に比べ8分の減少となっている。(表5-3)

1) 「通勤・通学」，「仕事」及び「学業」

2) 人口に占める有業者の割合（ふだんの就業状態不詳を除き算出）

表5-3 男女別介護者数, 行動者平均時間 (平成23年, 28年) 一週全体, 65歳以上

	介護者数 (千人)			人口比(%, 増減はポイント)			行動者平均時間 (時.分)		
	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減
総数	1809	2383	574	6.6	7.5	0.9	2.48	2.40	-0.08
男	770	1026	256	6.4	7.2	0.8	2.45	2.44	-0.01
女	1039	1358	319	6.7	7.6	0.9	2.51	2.38	-0.13

(4) 単身高齢者は, 一人でいた時間が11時間18分と1日の大半を占めている

65歳以上の高齢者について, 睡眠を除く生活時間を一緒にいた人¹⁾ 別にみると, 家族²⁾ と一緒にいた時間が6時間27分と最も長く, 次いで, 一人でいた時間が6時間15分となっている。一方, 高齢者のうち, 単身高齢者についてみると, 一人でいた時間が11時間18分と1日の大半を占めている。(表5-4, 表5-5, 図5-2)

男女別にみると, 男性は女性に比べ一人でいた時間が1時間10分短く, 学校・職場の人といた時間が35分長くなっている。一方, 高齢者のうち, 単身高齢者についてみると, 男性は女性に比べ一人でいた時間が24分短く, 学校・職場の人といた時間が25分長くなっている。(表5-4, 表5-5)

平成23年と比べると, 男女, 単身か否かに関わらず, 一人でいた時間, 家族といた時間などが減少し, 学校・職場の人といた時間が長くなっている。(表5-4, 表5-5)

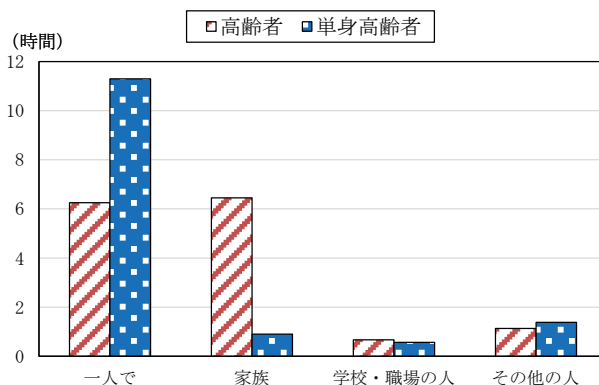
表5-4 男女, 一緒にいた人別睡眠を除く生活時間 (平成23年, 28年) 一週全体, 65歳以上

	総数			男			女		
	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減
睡眠を除く生活時間	15.40	15.52	0.12	15.32	15.44	0.12	15.47	15.59	0.12
一人で	6.38	6.15	-0.23	5.50	5.36	-0.14	7.14	6.46	-0.28
家族	6.46	6.27	-0.19	7.14	6.45	-0.29	6.24	6.12	-0.12
学校・職場の人	0.32	0.40	0.08	0.50	0.59	0.09	0.19	0.24	0.05
その他の人	1.13	1.08	-0.05	1.07	1.02	-0.05	1.18	1.13	-0.05

表5-5 男女, 一緒にいた人別睡眠を除く生活時間 (平成23年, 28年) 一週全体, 65歳以上単身世帯

	総数			男			女		
	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減	平成23年	平成28年	増減
睡眠を除く生活時間	15.41	15.56	0.15	15.31	15.56	0.25	15.45	15.56	0.11
一人で	12.00	11.18	-0.42	11.38	11.01	-0.37	12.08	11.25	-0.43
家族	1.00	0.54	-0.06	1.01	0.44	-0.17	1.00	0.59	-0.01
学校・職場の人	0.27	0.34	0.07	0.40	0.51	0.11	0.21	0.26	0.05
その他の人	1.31	1.23	-0.08	1.10	1.04	-0.06	1.39	1.30	-0.09

図5-2 一緒にいた人別睡眠を除く生活時間 (平成28年) 一週全体, 65歳以上



1) 複数回答あり。

2) 世帯外の家族を含む。

6 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は、20～24歳で最も高い

スマートフォン・パソコンなどを使用した人の割合¹⁾(以下「使用割合」という。)は、男性が61.9%、女性が58.4%となっている。男女、年齢階級別にみると、男女共に20～24歳の使用割合が最も高くなっており、15～59歳の年齢階級では、女性の方が使用割合が高くなっているが、60歳以上では男性の方が使用割合が高くなっている。(図6-1、表6-1)

曜日別にみると、男女共に日曜日は平日、土曜日に比べ使用割合が低くなっている。(図6-2、表6-2)

図6-1 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 (平成28年) 一週全体

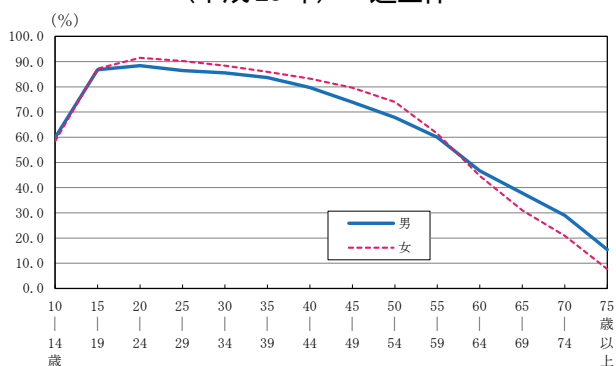


表6-1 男女、年齢階級別スマートフォン・パソコンなどを使用した人の人数及び割合 (平成28年) 一週全体

	男			女		
	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	55207	34193	61.9	58093	33924	58.4
10-14歳	2812	1682	59.8	2682	1566	58.4
15-19歳	3082	2676	86.8	2926	2552	87.2
20-24歳	3121	2759	88.4	2976	2724	91.5
25-29歳	3233	2796	86.5	3112	2809	90.3
30-34歳	3650	3122	85.5	3553	3140	88.4
35-39歳	4079	3413	83.7	3979	3419	85.9
40-44歳	4868	3881	79.7	4765	3967	83.3
45-49歳	4635	3427	73.9	4570	3641	79.7
50-54歳	3914	2656	67.9	3903	2889	74.0
55-59歳	3706	2222	60.0	3753	2304	61.4
60-64歳	3930	1836	46.7	4084	1824	44.7
65-69歳	4853	1836	37.8	5221	1617	31.0
70-74歳	3321	962	29.0	3833	802	20.9
75歳以上	6003	926	15.4	8735	672	7.7

図6-2 男女、曜日別スマートフォン・パソコンなどの使用割合 (平成28年) 一週全体

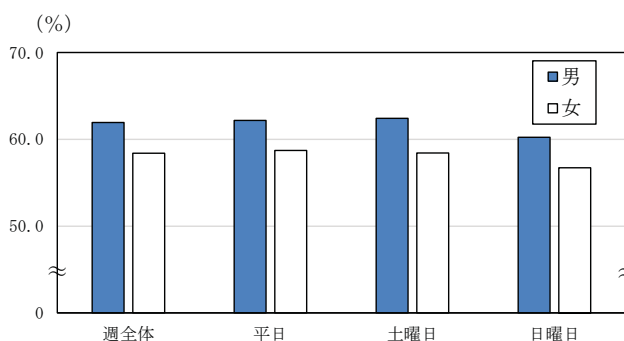


表6-2 男女、曜日別スマートフォン・パソコンなどを使用した人の人数及び割合 (平成28年) 一週全体

	週全体			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 (%)	人口 (千人)	使用した人 (千人)	使用割合 (%)
総数	113300	68117	60.1	113300	68444	60.4	113300	68396	60.4	113300	66205	58.4
男	55207	34193	61.9	55207	34328	62.2	55207	34457	62.4	55207	33255	60.2
女	58093	33924	58.4	58093	34116	58.7	58093	33939	58.4	58093	32950	56.7

注) ここでいう「スマートフォン・パソコンなど」とは、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。

注) ここでいう「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。

1) スマートフォン・パソコンなどの使用割合は、人口に占めるスマートフォン・パソコンなどを使用した人の割合を算出

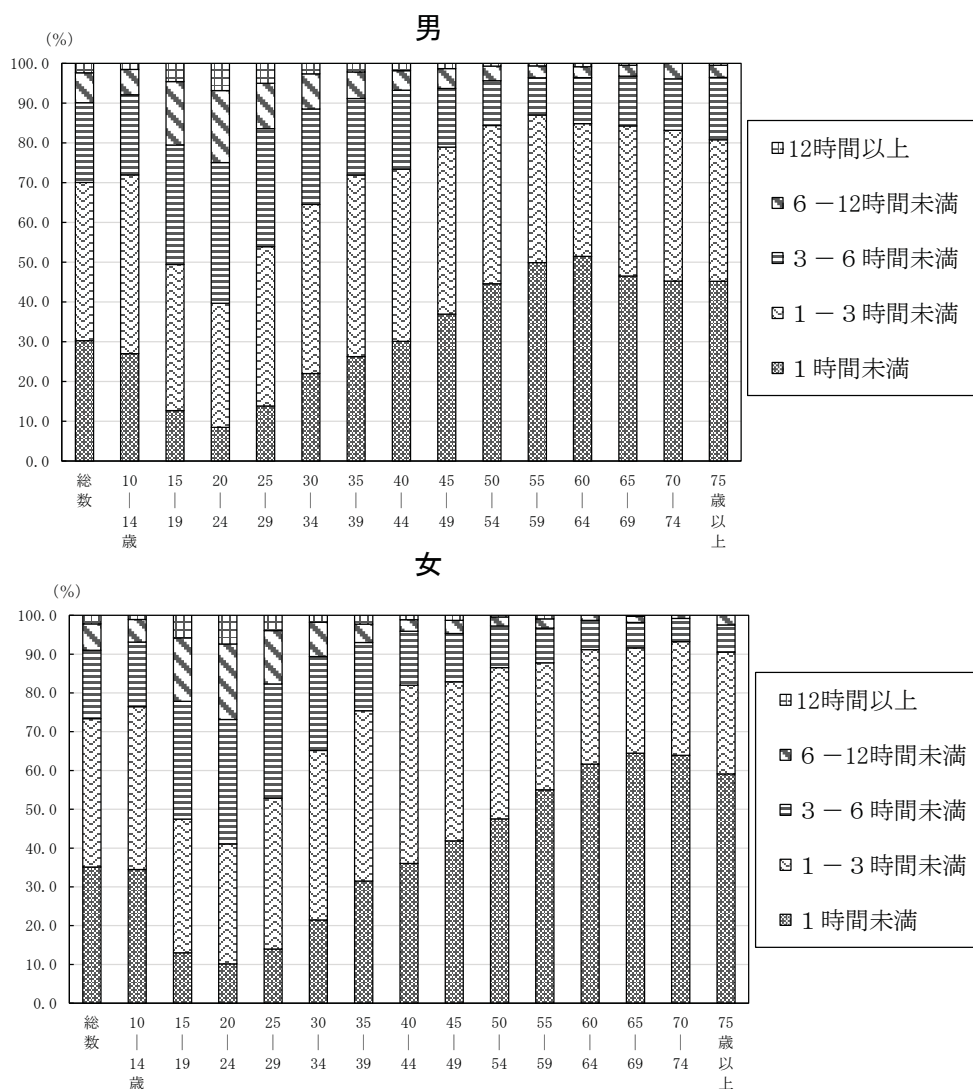
(2) スマートフォン・パソコンなどの使用時間は、20～24 歳が長い傾向

スマートフォン・パソコンなどの使用割合は約6割となっており、使用時間別についてみると、1～3時間未満が39.0%と最も高くなっている。男女、年齢階級別にみると、20～24歳では、男女共に6時間以上が約25%と、使用時間が長い傾向がみられる。(表6-3、図6-3、表6-4)

表6-3 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(平成28年)一週全体

		(千人)							
	総数	使用しなかった	使用した	使用時間別					12時間以上
				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	113,300	45182	68117	21848	26077	12603	4775	1532	
男	55,207	21014	34193	10144	13333	6732	2509	801	
女	58,093	24169	33924	11704	12743	5871	2266	731	
		(%)							
	総数	使用しなかった	使用した	使用時間別					12時間以上
				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	39.9	60.1	32.7	39.0	18.9	7.1	2.3	
男	100.0	38.1	61.9	30.3	39.8	20.1	7.5	2.4	
女	100.0	41.6	58.4	35.1	38.3	17.6	6.8	2.2	

図6-3 男女、年齢階級別スマートフォン・パソコンなどの使用時間構成比(平成28年)一週全体、スマートフォン・パソコンなどを使用した人



注) 使用時間別の構成比については、使用した人における割合(使用時間不詳を除く)

表6-4 男女、年齢階級別スマートフォン・パソコンなどの使用時間構成比（平成28年）
 一週全体、スマートフォン・パソコンなどを使用した人

	男 (%)					女 (%)					
	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	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	30.3	39.8	20.1	7.5	2.4	35.1	38.3	17.6	6.8	2.2	
10-14歳	27.0	45.0	20.2	6.4	1.5	34.5	41.9	16.7	5.8	1.0	
15-19歳	12.7	36.7	30.1	15.9	4.6	13.0	34.5	30.4	16.3	5.8	
20-24歳	8.5	31.2	35.4	18.1	6.8	10.1	30.9	32.1	19.5	7.4	
25-29歳	13.8	40.1	29.7	11.5	5.0	14.0	38.8	29.5	13.8	3.9	
30-34歳	22.0	42.5	24.0	8.8	2.7	21.5	43.7	24.2	8.8	1.8	
35-39歳	26.2	45.7	19.3	6.7	2.1	31.5	43.9	17.6	4.8	2.2	
40-44歳	30.1	43.2	19.9	4.9	1.8	36.0	46.0	13.9	3.0	1.1	
45-49歳	36.9	42.0	14.8	5.0	1.3	41.9	41.0	12.5	3.4	1.3	
50-54歳	44.6	39.8	11.3	3.7	0.7	50-54歳	47.5	39.0	10.7	2.3	0.4
55-59歳	49.9	37.1	9.4	3.0	0.6	55-59歳	55.0	32.7	9.0	2.3	0.9
60-64歳	51.5	33.3	11.6	2.7	0.8	60-64歳	61.7	29.5	7.5	1.3	...
65-69歳	46.5	37.7	12.5	2.8	0.5	65-69歳	64.4	27.2	6.6	1.5	0.3
70-74歳	45.3	37.9	12.9	3.9	...	70-74歳	63.9	29.3	6.0	0.8	...
75歳以上	45.2	35.6	15.7	3.1	0.5	75歳以上	59.2	31.4	7.0	2.5	...

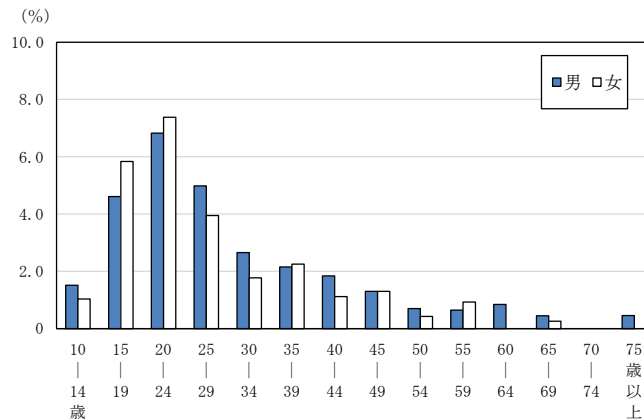
(3) スマートフォン・パソコンなどを使用した人のうち、使用時間が12時間以上の人は153万2千人

スマートフォン・パソコンなどの使用時間が12時間以上の人は153万2千人で、使用した人のうち2.3%となっている。20~24歳では使用時間12時間以上が使用した人のうち7.1%と割合が高くなっている。（表6-5、図6-4）

表6-5 スマートフォン・パソコンなどを12時間以上使用した人の人数及び割合（平成28年）
 一男女、年齢階級別、週全体

	(千人)			(%)		
	総数	男	女	総数	男	女
総数	1532	801	731	2.3	2.4	2.2
10-14歳	41	25	16	1.3	1.5	1.0
15-19歳	270	122	147	5.2	4.6	5.8
20-24歳	384	185	198	7.1	6.8	7.4
25-29歳	246	137	109	4.5	5.0	3.9
30-34歳	137	82	55	2.2	2.7	1.8
35-39歳	149	72	76	2.2	2.1	2.2
40-44歳	114	70	44	1.5	1.8	1.1
45-49歳	90	45	45	1.3	1.3	1.3
50-54歳	29	18	12	0.5	0.7	0.4
55-59歳	35	14	21	0.8	0.6	0.9
60-64歳	18	15	...	0.5	0.8	...
65-69歳	12	8	4	0.4	0.5	0.3
70-74歳	3	0.2
75歳以上	5	4	...	0.3	0.5	...

図6-4 スマートフォン・パソコンなどを12時間以上使用した人の割合（平成28年）
 一男女、年齢階級別、週全体

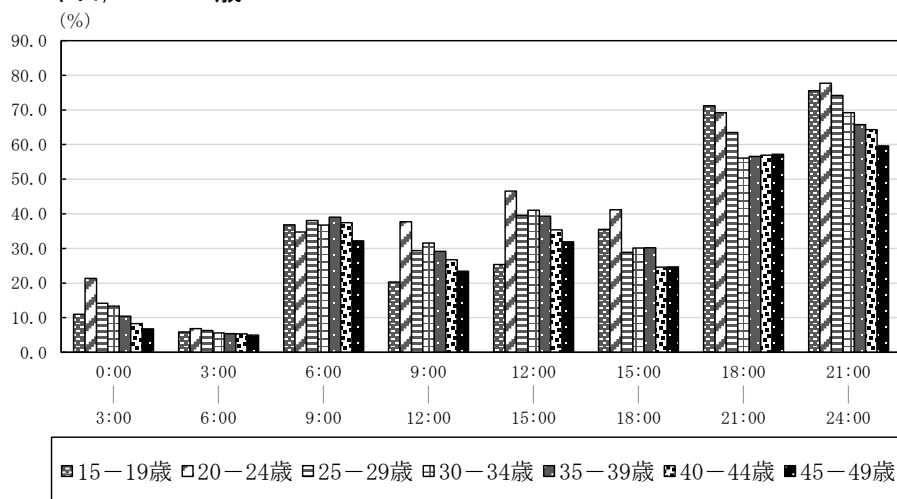


注) 使用時間別の構成比については、使用した人における割合（使用時間不詳を除く）

(4) スマートフォン・パソコンなどの使用は、21～24時の時間帯に行動者率が高い

スマートフォン・パソコンなどを使用した人のうち、使用割合が男女共に7割を超えている15～49歳について、年齢階級別に使用した時間帯別の行動者率¹⁾をみると、21～24時の時間帯で行動者率が高く、15～29歳では7割を超えている。(図6-5)

図6-5 年齢階級、スマートフォン・パソコンなどの使用時間帯別行動者率(平成28年)
—平日, 15～49歳

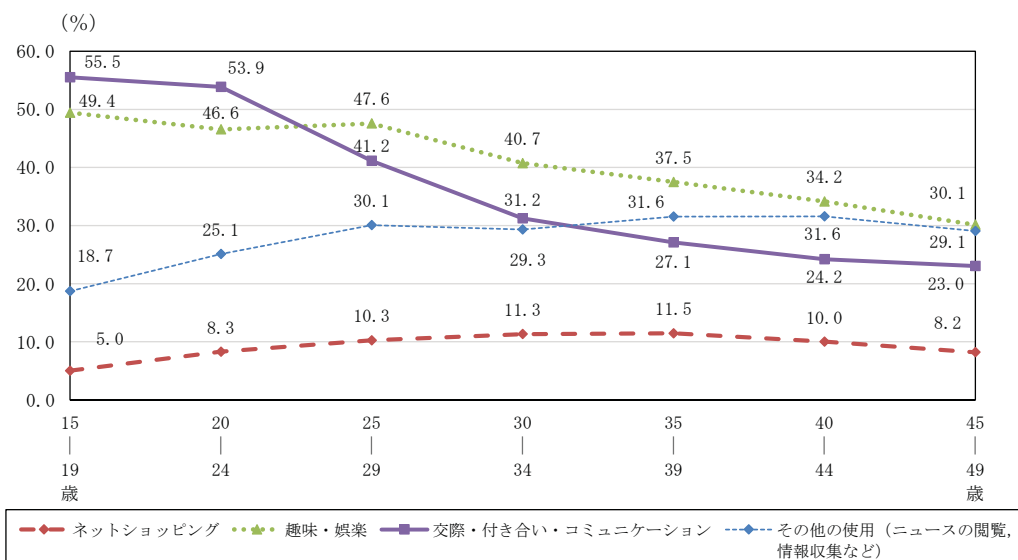


(5) 15～24歳では「交際・付き合い・コミュニケーション」の行動者率が最も高い

スマートフォン・パソコンなどを使用した時間帯別の行動者率が最も高い21～24時について、年齢階級、使用目的²⁾別にみると、15～24歳では「交際・付き合い・コミュニケーション」の行動者率が最も高く、25～29歳では「趣味・娯楽」の行動者が最も高くなっており、それぞれ年齢が高くなるにつれ行動者率が低くなっている。

また、「ネットショッピング」については、35～39歳をピークに、年齢が高くなるにつれ行動者率が低くなっている。(図6-6)

図6-6 年齢階級、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 21:00～24:00, 15～49歳



1) スマートフォン・パソコンなどを使用した人の人口に占める割合

2) 複数回答あり

(6) スマートフォン・パソコンなどの使用時間は生活時間の配分と関連がみられる

スマートフォン・パソコンなどの使用時間と生活時間の関連を男女、年齢別にみると、15～19歳でスマートフォン・パソコンなどの使用時間が長い人は、学習時間が短く、自由時間¹⁾の配分が長い傾向がみられる。また、25～29歳で、スマートフォン・パソコンなどの使用時間が長い人は、仕事時間の配分が短く、自由時間の配分が長い傾向がみられ、女性では家事時間の配分も短い傾向がみられる。(図6-7, 図6-8)

図6-7 男女、スマートフォン・パソコンなどの使用時間別生活時間（平成28年）一週全体、15～19歳

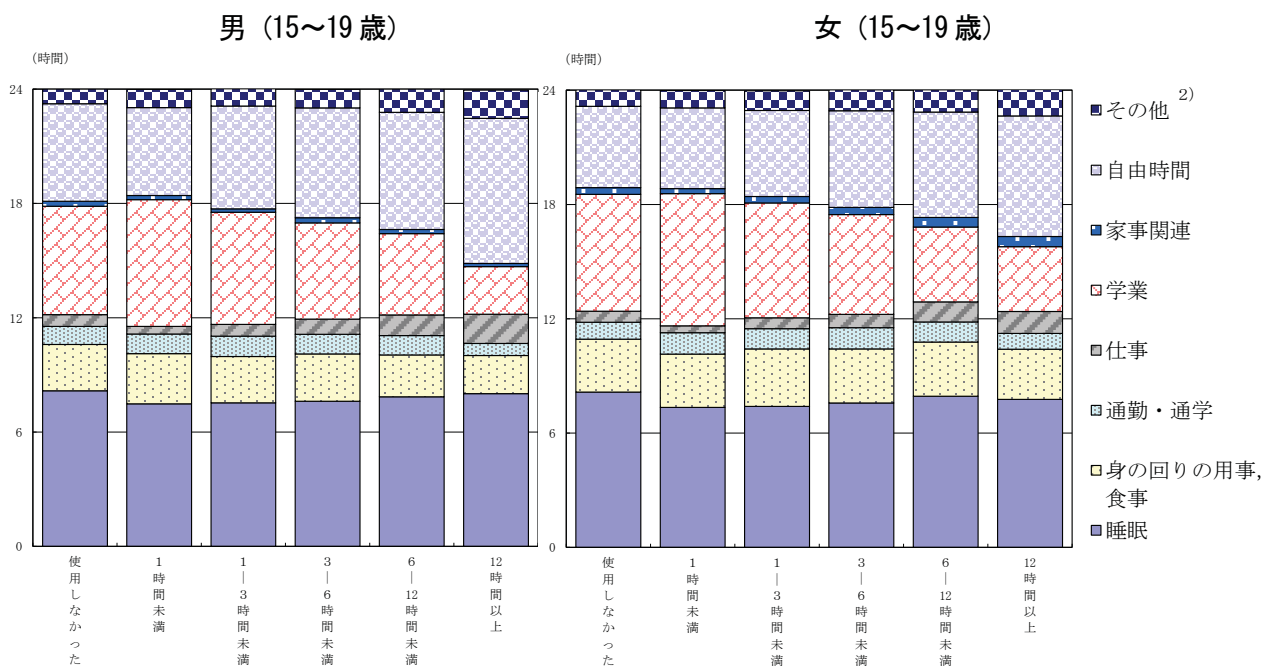
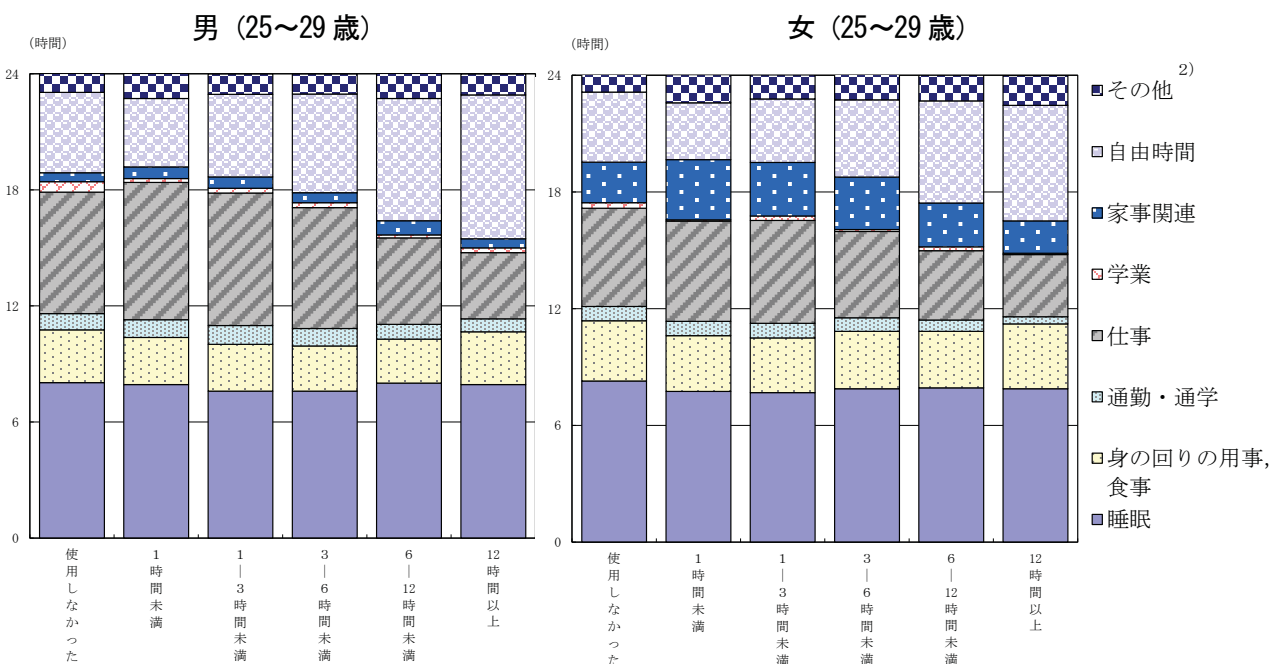


図6-8 男女、スマートフォン・パソコンなどの使用時間別生活時間（平成28年）一週全体、25～29歳



1) 「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」, 「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」及び「ボランティア活動・社会参加活動」

2) 「移動(通勤・通学を除く)」, 「交際・付き合い」, 「受診・療養」及び「その他」

7 地域別にみた生活時間等

(1) 有業者の仕事時間は、熊本県で最も長い

有業者について、仕事時間を都道府県別にみると、熊本県が6時間26分と最も長く、次いで福島県、岩手県などとなっている。一方、東京都が5時間39分と最も短く、次いで京都府及び山口県などとなっている。(表7-1)

表7-1 都道府県別仕事時間(平成28年)一週全体、有業者

順位	都道府県	仕事時間 (時間.分)
	全国	5.55
1	熊本県	6.26
2	福島県	6.22
3	岩手県	6.20
4	青森県	6.18
5	佐賀県	6.14
6	沖縄県	6.13
7	新潟県	6.11
8	群馬県	6.09
9	山形県	6.08
9	福井県	6.08
9	長野県	6.08
43	島根県	5.45
44	埼玉県	5.43
45	京都府	5.42
45	山口県	5.42
47	東京都	5.39

(2) 通勤・通学時間は、関東地方で長い

平日に通勤・通学を行った人について、通勤・通学時間(行動者平均時間)を都道府県別にみると、神奈川県が1時間45分と最も長く、次いで千葉県、埼玉県などとなっており、関東地方で長くなっている。一方、大分県が57分と最も短く、次いで青森県、秋田県、島根県及び鹿児島県などとなっている。(表7-2)

表7-2 都道府県別通勤・通学の行動者平均時間(平成28年)一平日

順位	都道府県	通勤・通学時間 (時間.分)
	全国	1.19
1	神奈川県	1.45
2	千葉県	1.42
3	埼玉県	1.36
4	東京都	1.34
5	奈良県	1.33
6	大阪府	1.25
7	兵庫県	1.21
8	京都府	1.20
9	茨城県	1.19
9	愛知県	1.19
43	青森県	0.58
43	秋田県	0.58
43	島根県	0.58
43	鹿児島県	0.58
47	大分県	0.57

(3) テレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間は、北海道で最も長い

テレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間を都道府県別にみると、北海道が2時間38分と最も長く、次いで山口県、鳥取県などとなっている。一方、東京都が1時間55分と最も短く、次いで福井県及び滋賀県などとなっている。(表7-3)

表7-3 都道府県別テレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間(平成28年)一週全体

順位	都道府県	テレビ・ラジオ・ 新聞・雑誌時間 (時間、分)
	全国	2.15
1	北海道	2.38
2	山口県	2.37
3	鳥取県	2.34
4	高知県	2.32
4	宮崎県	2.32
6	青森県	2.31
7	長崎県	2.30
8	香川県	2.29
8	大分県	2.29
10	徳島県	2.28
42	千葉県	2.08
42	京都府	2.08
44	神奈川県	2.03
45	福井県	2.02
45	滋賀県	2.02
47	東京都	1.55

(4) スマートフォン・パソコンなどの使用割合は、関東地方及び近畿地方で高い

スマートフォン・パソコンなどの使用割合を都道府県別にみると、東京都が70.7%と最も高く、次いで神奈川県、千葉県などとなっており、関東地方及び近畿地方で割合が高くなっている。(表7-4)

表7-4 都道府県別スマートフォン・パソコンなどを使用した人の人数及び割合(平成28年)一週全体

順位	都道府県	使用割合 (%)	人口 (千人)	使用した人 (千人)
	全国	60.1	113300	68117
1	東京都	70.7	12346	8734
2	神奈川県	69.3	8216	5697
3	千葉県	65.0	5614	3648
4	埼玉県	64.4	6555	4224
5	京都府	63.6	2338	1487
6	滋賀県	63.4	1253	794
7	大阪府	62.6	7923	4958
8	愛知県	61.3	6687	4101
8	兵庫県	61.3	4935	3023
10	三重県	60.0	1614	969

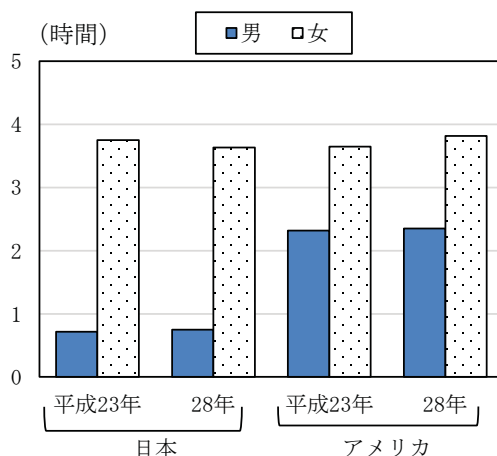
(参考) 家事関連時間の日米比較

家事関連時間（日本、アメリカ）（平成23年、28年）一週全体、15歳以上

(時間、分)

	平成23年				平成28年			
	日本		アメリカ		日本		アメリカ	
	男	女	男	女	男	女	男	女
家事関連時間	0.43	3.45	2.19	3.39	0.45	3.38	2.21	3.49
うち育児	0.05	0.24	0.14	0.32	0.06	0.26	0.16	0.32
調査年月	2011.10		2011.1~2011.12		2016.10		2016.1~2016.12	

家事関連時間

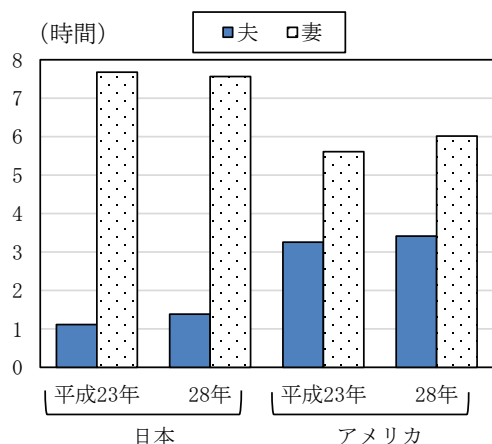


6歳未満の子供のいる夫・妻の家事関連時間（日本、アメリカ）（平成23年、28年）一週全体、15歳以上

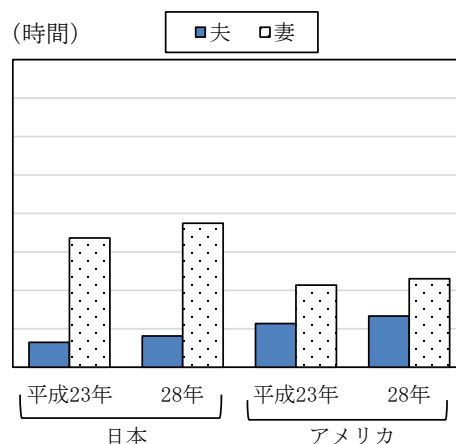
(時間、分)

	平成23年				平成28年			
	日本		アメリカ		日本		アメリカ	
	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻
家事関連時間	1.07	7.41	3.16	5.37	1.23	7.34	3.25	6.01
うち育児	0.39	3.22	1.08	2.08	0.49	3.45	1.20	2.18
調査年月	2011.10		2011.1~2011.12		2016.10		2016.1~2016.12	

家事関連時間



育児時間



出典：日本は「平成28年社会生活基本調査 生活時間に関する結果」

※ 家事関連時間：夫婦と子供の世帯（末子が6歳未満）の「家事」、「介護・看護」、「育児」及び「買い物」の時間（週全体）
アメリカはU.S. Bureau of Labor Statistics (BLS), "American Time Use Survey - 2016 Results"

※ 家事関連時間：「家事」、「買い物（物・サービス）」及び「家族のケア（育児を含む）」