

第 1 生活時間

1 1日の生活時間の配分

(1) 行動の種類(3区分)別生活時間

三重県に住んでいる15歳以上の人について、週全体を平均をした1日の生活時間を見ると、1次活動(睡眠、食事など生理的に必要な活動)の時間が10時間34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)の時間が7時間20分、3次活動(余暇活動など、各人の自由に使える時間に行う活動)の時間が6時間6分となっています。

また、男女別にみると、1次、2次活動は女性の方が長く、3次活動は男性の方が長くなっています。(表1-1-1)

表1-1-1

1日の生活時間(15歳以上)一週全体
(時間:分)

| | 総数 | 男 | 女 |
|------|-------|-------|-------|
| 1次活動 | 10:34 | 10:28 | 10:39 |
| 2次活動 | 7:20 | 7:06 | 7:34 |
| 3次活動 | 6:06 | 6:26 | 5:48 |

(2) 生活時間の動向

① 2次活動時間は減少、1次及び3次活動時間は増加

15歳以上の人について、この10年間の生活時間の変化をみると、1次活動時間は男性が8分増加し10時間28分、女性が13分増加し10時間39分となっています。2次活動時間は、男性が29分減少し7時間6分、女性が37分減少し7時間34分となっています。3次活動時間は、男性が16分増加し6時間26分、女性が24分増加し5時間48分となっています。(表1-1-2)

また、曜日別にみると、土曜日の2次活動時間は男女とも1時間15分減と大幅に減少しています。(表1-1-3)

② 2次及び3次活動時間の男女差は縮小

昭和61年と平成8年の生活時間における男女差をみると、1次活動時間は10分差から11分差へとほぼ横ばいだったものの、2次活動時間は女性の時間減少が男性の時間減少を上回り36分差から28分差へ、また3次活動時間は女性の時間増加が男性の時間増加を上回り46分差から38分差へと男女差がそれぞれ縮小しています。(表1-1-2)

しかし、曜日別にみると、日曜日は義務的な性格の強い2次活動時間が2時間11分も女性が長く、自由に使える時間に行う3次活動時間が2時間17分も男性が長いなど、依然大きな男女差があります。(表1-1-3)

表1-1-2 行動の種類別生活時間の推移(15歳以上)一週全体

(時間:分)

| | 男 | | | 女 | | | 男一女 | | |
|---------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 昭和61年 | 平成3年 | 平成8年 | 昭和61年 | 平成3年 | 平成8年 | 昭和61年 | 平成3年 | 平成8年 |
| 1次活動 | 10:16 | 10:23 | 10:28 | 10:26 | 10:28 | 10:39 | -0:10 | -0:05 | -0:11 |
| 睡眠 | 7:57 | 7:56 | 7:56 | 7:38 | 7:35 | 7:40 | 0:19 | 0:21 | 0:16 |
| 身の回りの用事 | 0:51 | 0:54 | 0:59 | 1:12 | 1:14 | 1:18 | -0:21 | -0:20 | -0:19 |
| 食事 | 1:28 | 1:33 | 1:33 | 1:36 | 1:38 | 1:40 | -0:08 | -0:05 | -0:07 |
| 2次活動 | 7:35 | 7:16 | 7:06 | 8:11 | 7:54 | 7:34 | -0:36 | -0:38 | -0:28 |
| 通勤・通学 | 0:41 | 0:42 | 0:40 | 0:18 | 0:23 | 0:21 | 0:23 | 0:19 | 0:19 |
| 仕事 | 5:56 | 5:43 | 5:30 | 3:07 | 2:57 | 2:54 | 1:69 | 1:66 | 1:56 |
| 学業 | 0:36 | 0:29 | 0:27 | 0:28 | 0:31 | 0:22 | 0:08 | -0:02 | 0:05 |
| 介護・看護 | 0:11 | 0:10 | 0:11 | 3:15 | 3:03 | 2:56 | -1:84 | -1:73 | -1:65 |
| 育児 | - | 0:01 | 0:03 | - | 0:04 | 0:06 | - | -0:03 | -0:03 |
| 買い物 | 0:04 | 0:03 | 0:02 | 0:34 | 0:23 | 0:22 | -0:30 | -0:20 | -0:20 |
| 3次活動 | 6:10 | 6:21 | 6:26 | 5:24 | 5:38 | 5:48 | 0:46 | 0:43 | 0:38 |
| 移動(通勤・通学を除く) | 0:21 | 0:19 | 0:23 | 0:20 | 0:18 | 0:21 | 0:01 | 0:01 | 0:02 |
| テレビ・ラジオ・新聞・雑誌 | 2:33 | 2:38 | 2:46 | 2:16 | 2:18 | 2:26 | 0:17 | 0:20 | 0:20 |
| 休養・くつろぎ | 1:25 | 1:29 | 1:11 | 1:21 | 1:31 | 1:14 | 0:04 | -0:02 | -0:03 |
| 学習・研究(学業以外) | 0:09 | 0:13 | 0:11 | 0:07 | 0:10 | 0:08 | 0:02 | 0:03 | 0:03 |
| 趣味・娯楽 | 0:39 | 0:41 | 0:42 | 0:27 | 0:30 | 0:27 | 0:12 | 0:11 | 0:15 |
| スポーツ | 0:12 | 0:13 | 0:15 | 0:06 | 0:07 | 0:07 | 0:06 | 0:06 | 0:08 |
| 社会的活動 | 0:02 | 0:05 | 0:04 | 0:01 | 0:02 | 0:03 | 0:01 | 0:03 | 0:01 |
| 交際・つきあい | 0:25 | 0:23 | 0:25 | 0:18 | 0:21 | 0:23 | 0:07 | 0:02 | 0:02 |
| 受診・療養 | 0:11 | 0:09 | 0:07 | 0:09 | 0:11 | 0:12 | 0:02 | -0:02 | -0:05 |
| その他 | 0:14 | 0:09 | 0:22 | 0:18 | 0:10 | 0:26 | -0:04 | -0:01 | -0:04 |
| (再掲) | | | | | | | | | |
| 家事関連時間 | 0:21 | 0:22 | 0:29 | 4:17 | 4:03 | 3:58 | -2:36 | -2:21 | -2:09 |
| 積極的余暇活動 | 1:02 | 1:12 | 1:12 | 0:41 | 0:49 | 0:45 | 0:21 | 0:23 | 0:27 |
| 在宅型余暇活動 | 3:58 | 4:07 | 3:57 | 3:37 | 3:49 | 3:40 | 0:21 | 0:18 | 0:17 |

注1:「介護・看護」は、平成3年調査より行動の種類として区分

注2:「家事関連時間」は、「家事」、「介護」、「育児」、「買い物」

注3:「積極的余暇活動」は、「学習」、「研修」、「趣味・娯楽」、「スポーツ」、「社会的活動」

注4:「在宅余暇活動」は、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」、「休養・くつろぎ」

表1-1-3 曜日別生活時間の推移(15歳以上)

(時間:分)

| 行動の種類 | 昭和61年 | | | 平成3年 | | | 平成8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 |
| 男 | | | | | | | | | |
| 1次活動 | 10:06 | 10:09 | 11:12 | 10:11 | 10:28 | 11:19 | 10:18 | 10:32 | 11:14 |
| 2次活動 | 8:24 | 7:14 | 3:51 | 8:13 | 6:23 | 3:29 | 8:05 | 5:59 | 3:17 |
| 3次活動 | 5:31 | 6:36 | 8:58 | 5:37 | 7:09 | 9:12 | 5:37 | 7:30 | 9:29 |
| 女 | | | | | | | | | |
| 1次活動 | 10:20 | 10:22 | 11:00 | 10:17 | 10:35 | 11:12 | 10:28 | 10:50 | 11:20 |
| 2次活動 | 8:32 | 8:11 | 6:23 | 8:27 | 7:24 | 5:44 | 8:07 | 6:56 | 5:28 |
| 3次活動 | 5:08 | 5:27 | 6:37 | 5:16 | 6:01 | 7:04 | 5:25 | 6:14 | 7:12 |

③ 55歳未満の各階層で男女とも3次活動時間が増加

年齢階層別に生活時間をみると、1次活動時間は、男女とも35～44歳(男性9時間59分、女性9時間55分)の層が最も短くなっています。2次活動時間は、1次活動時間とは対照的に、男女とも35～44歳の層(男性8時間39分、女性9時間7分)が最も長くなっています。3次活動時間は、男性は25～34歳の層(5時間18分)、女性は45～54歳の層(4時間56分)が最も短くなっています。

また、平成8年と平成3年を比較すると、男性は15～24歳と75歳以上の層で対称的な変化を見

せています。

一方、女性は仕事、家事、育児等に忙しいと思われる25～54歳の各層で、2次活動時間が減少しています。(図1-1-2)

図1-1-1 年齢階級別生活時間(15歳以上)一週全体

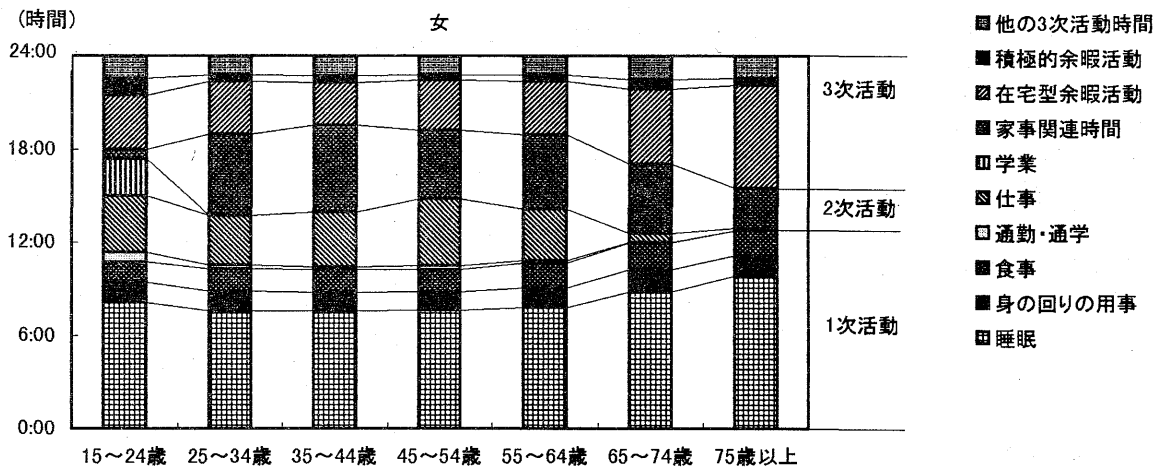
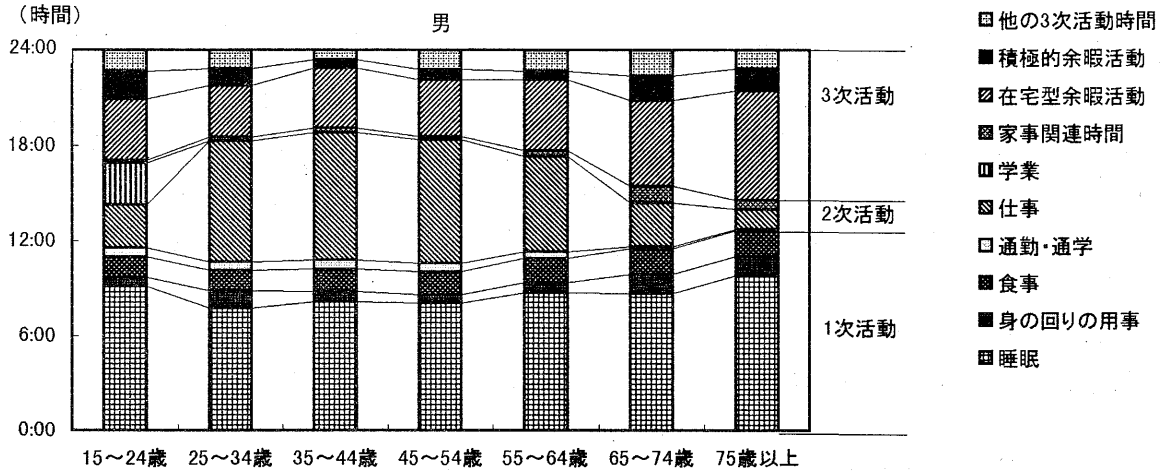
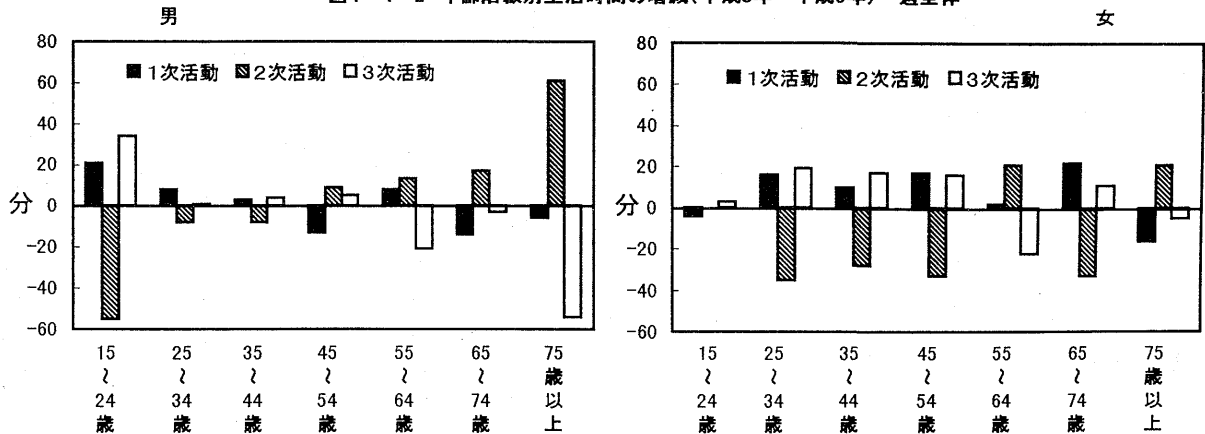


図1-1-2 年齢階級別生活時間の増減(平成8年-平成3年)一週全体



2 1次活動時間

(1) 睡眠時間

① 土曜日の睡眠時間が増加

平成8年の15歳以上の人の睡眠時間をみると、男性は7時間56分で昭和61年から1分減少し、女性は7時間40分で昭和61年から2分増加しています。

また、曜日別に昭和61年と比べると、男性は土曜日が9分増加したものの、平日が1分、日曜日が6分減少しています。

一方、女性は、平日が2分、土曜日が4分、日曜日が4分増加しています。(表1-2-1)

表1-2-1 曜日別睡眠時間の推移(15歳以上)

| | 男 | | | 女 | | |
|-----|-------|------|------|-------|------|------|
| | 昭和61年 | 平成3年 | 平成8年 | 昭和61年 | 平成3年 | 平成8年 |
| 週全体 | 7:57 | 7:56 | 7:56 | 7:38 | 7:35 | 7:40 |
| 平日 | 7:49 | 7:48 | 7:48 | 7:32 | 7:28 | 7:34 |
| 土曜日 | 7:51 | 7:56 | 8:00 | 7:39 | 7:38 | 7:43 |
| 日曜日 | 8:39 | 8:39 | 8:33 | 8:06 | 8:09 | 8:10 |

② 男女とも35～44歳が1番短い睡眠時間

年齢階級別に睡眠時間をみると、男女とも35～44歳の層が最も短くなっています。

また、女性の睡眠時間は、75歳以上の層を除く各年齢層で男性を下回っています。

平成3年と比べると男性の65～74歳の層が大きく減少しているのが目立ちます。(表1-2-2)

表1-2-2

年齢階級別睡眠時間の推移(15歳以上)一週全体

| | 男 | | 女 | |
|--------|------|------|------|------|
| | 平成3年 | 平成8年 | 平成3年 | 平成8年 |
| 総数 | 7:56 | 7:56 | 7:35 | 7:40 |
| 15～24歳 | 7:57 | 8:21 | 7:42 | 7:42 |
| 25～34歳 | 7:33 | 7:36 | 7:13 | 7:22 |
| 35～44歳 | 7:41 | 7:34 | 7:01 | 7:09 |
| 45～54歳 | 7:47 | 7:39 | 7:10 | 7:23 |
| 55～64歳 | 7:53 | 8:00 | 7:31 | 7:27 |
| 65～74歳 | 8:40 | 8:09 | 8:08 | 8:08 |
| 75歳以上 | 9:26 | 9:15 | 9:32 | 9:19 |

(2) 食事時間

① 若年層で短く高齢者層で長い食事時間

平成8年の15歳以上の人の食事時間は、男性は1時間33分で平成3年と比べ横ばい、女性は1時間40分で平成3年より2分増加しています。

年齢階級別にみると、男女とも15～24歳の層(男性1時間17分、女性1時間20分)が最も短く、高齢になるほど時間が長くなる傾向にあります。

また、75歳以上の層を除き男性よりも女性のほうが食事時間が長くなっています。(表1-2-3)

表1-2-3

年齢階級別食事時間の推移(15歳以上)

一週全体

| | 男 | | 女 | |
|--------|------|------|------|------|
| | 平成3年 | 平成8年 | 平成3年 | 平成8年 |
| 総数 | 1:33 | 1:33 | 1:38 | 1:40 |
| 15～24歳 | 1:19 | 1:17 | 1:23 | 1:20 |
| 25～34歳 | 1:28 | 1:24 | 1:34 | 1:36 |
| 35～44歳 | 1:27 | 1:29 | 1:37 | 1:37 |
| 45～54歳 | 1:37 | 1:35 | 1:39 | 1:39 |
| 55～64歳 | 1:42 | 1:41 | 1:44 | 1:48 |
| 65～74歳 | 1:48 | 1:51 | 1:50 | 1:57 |
| 75歳以上 | 1:54 | 1:51 | 1:54 | 1:48 |

3 2次活動時間

(1) 仕事時間

① 土曜日の仕事時間が男女とも大きく減少

平成8年の有業者の仕事時間^(注)をみると、週全体で男性は6時間53分で昭和61年から25分減少し、女性も5時間9分で昭和61年から35分減少しています。(表1-3-1)

さらに、曜日別にみると、特に土曜日が大きく減少しており、男性は5時間36分で昭和61年から1時間22分減少し、女性は4時間3分で昭和61年から1時間24分減となっています。

また、平成8年の有業者について仕事の行動者率(有業者人口に占める行動した人の割合)を曜日別にみると、土曜日において男性が68.6%と昭和61年から17.1

ポイント低下し、女性も平成8年が62.2%と昭和61年から20.1ポイント低下しています。(図1-3-1)

(注) この項では有業者だけを取り出した仕事時間を見ており、付録の有業者と無業者をあわせて平均した仕事時間とは異なります。

(2) 家事関連時間

① 依然大きい家事関連時間の男女差

平成8年の15歳以上の人の家事関連時間(家事、介護、育児及び買い物の行動時間)は、平成3年と比べると男性が7分増加し29分、女性が5分減少し3時間58分で、依然大きな男女差があります。

年齢階級別にみると女性の24~34歳の層が平成3年と比べると58分と大幅に減少しています。(表1-3-2)

表1-3-1 曜日別仕事時間の推移(15歳以上)－有業者

| | 男 | | | 女 | | |
|-----|-------|------|------|-------|------|------|
| | 昭和61年 | 平成3年 | 平成8年 | 昭和61年 | 平成3年 | 平成8年 |
| 週全体 | 7:18 | 7:14 | 6:53 | 5:44 | 5:21 | 5:09 |
| 平日 | 8:12 | 8:19 | 8:01 | 6:24 | 6:05 | 5:57 |
| 土曜日 | 6:58 | 6:04 | 5:36 | 5:27 | 4:42 | 4:03 |
| 日曜日 | 3:07 | 2:56 | 2:33 | 2:44 | 2:19 | 2:14 |

図1-3-1 曜日別仕事の行動者率(15歳以上)－有業者

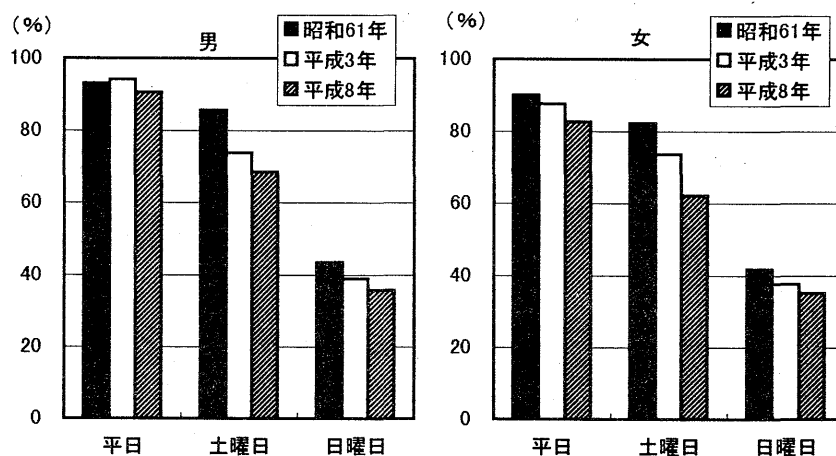


表1-3-2 年齢階級別家事関連時間の推移(15歳以上)－週全体

| | 男 | | 女 | |
|--------|------|------|------|------|
| | 平成3年 | 平成8年 | 平成3年 | 平成8年 |
| 総数 | 0:22 | 0:29 | 4:03 | 3:58 |
| 15~24歳 | 0:08 | 0:16 | 1:08 | 0:56 |
| 25~34歳 | 0:26 | 0:24 | 5:58 | 5:00 |
| 35~44歳 | 0:20 | 0:28 | 5:14 | 5:22 |
| 45~54歳 | 0:22 | 0:20 | 4:26 | 4:21 |
| 55~64歳 | 0:26 | 0:32 | 4:40 | 4:45 |
| 65~74歳 | 0:43 | 1:00 | 3:59 | 4:11 |
| 75歳以上 | 0:30 | 0:53 | 2:20 | 2:41 |

② 育児時間は女性の25～34歳が最長

家事関連時間のうち育児時間をみると、女性の25～34歳の層が最も多く、次いで35～44歳の層になっています。

また、平成3年と比較すると、女性の25～34歳の層は30分間減少し、35～44歳の層が18分増加しています。(表1-3-3)

表1-3-3
年齢階級別育児時間の推移(15歳以上)一週全体
(時間:分)

| | 男 | | 女 | |
|--------|------|------|------|------|
| | 平成3年 | 平成8年 | 平成3年 | 平成8年 |
| 総数 | 0:03 | 0:02 | 0:23 | 0:22 |
| 15～24歳 | 0:00 | 0:01 | 0:07 | 0:06 |
| 25～34歳 | 0:09 | 0:07 | 1:49 | 1:19 |
| 35～44歳 | 0:06 | 0:03 | 0:17 | 0:35 |
| 45～54歳 | 0:01 | 0:01 | 0:06 | 0:08 |
| 55～64歳 | 0:00 | 0:01 | 0:08 | 0:08 |
| 65～74歳 | 0:06 | 0:01 | 0:05 | 0:10 |
| 75歳以上 | 0:01 | 0:05 | 0:01 | 0:01 |

4 3次活動時間

(1) 在宅型余暇活動時間

① テレビ・ラジオ・新聞・雑誌に費やす時間の長い在宅型余暇活動時間

15歳以上の人について在宅型余暇活動時間をみると、男性は3時間57分、女性は3時間40分となっています。

表1-4-1 在宅型余暇活動時間の推移(15歳以上)一週全体

| | 男 | | | 女 | | |
|---------------|-------|------|------|-------|------|------|
| | 昭和61年 | 平成3年 | 平成8年 | 昭和61年 | 平成3年 | 平成8年 |
| 在宅型余暇活動 | 3:58 | 4:07 | 3:57 | 3:37 | 3:49 | 3:40 |
| テレビ・ラジオ・新聞・雑誌 | 2:33 | 2:38 | 2:46 | 2:16 | 2:18 | 2:26 |
| 休養・くつろぎ | 1:25 | 1:29 | 1:11 | 1:21 | 1:31 | 1:14 |

その内訳を見ると「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」に費やす時間は、男性が2時間46分、女性が2時間26分と男女とも約3分の2を占めています。

また、昭和61年と比べると、男性が1分減少、女性が3分増加しました。(表1-4-1)

② 高齢者層で大きく減少した在宅型余暇活動時間

年齢階級別に在宅型余暇活動時間をみると、男性は25～34歳の層が3時間8分、女性は35～44歳の層が2時間59分と最も短く、逆に最も長いのは男女とも75歳以上の層となっています。

また、男性が55歳以上、女性が65歳以上の層では4時間を超えています。

平成3年と比較すると、65歳以上の層で男性が1時間以上、女性が30分以上減少しています。(表1-4-2)

表1-4-2
年齢階級別在宅型余暇活動時間の推移(15歳以上)一週全体
(時間:分)

| | 男 | | | 女 | | |
|--------|------|------|-------|------|------|-------|
| | 平成3年 | 平成8年 | 増減 | 平成3年 | 平成8年 | 増減 |
| 総数 | 4:07 | 3:57 | -0:10 | 3:49 | 3:40 | -0:09 |
| 15～24歳 | 3:29 | 3:45 | 0:16 | 3:35 | 3:17 | -0:18 |
| 25～34歳 | 3:15 | 3:08 | -0:07 | 3:08 | 3:20 | 0:12 |
| 35～44歳 | 3:24 | 3:37 | 0:13 | 3:03 | 2:59 | -0:04 |
| 45～54歳 | 3:47 | 3:29 | -0:18 | 3:09 | 3:05 | -0:04 |
| 55～64歳 | 4:38 | 4:11 | -0:27 | 3:43 | 3:23 | -0:20 |
| 65～74歳 | 6:09 | 5:04 | -0:65 | 5:11 | 4:41 | -0:30 |
| 75歳以上 | 7:49 | 6:41 | -0:68 | 6:57 | 6:17 | -0:40 |

※ 増減は平成3年との時間差

(2) 積極的余暇活動時間

① 女性がわずかに減少した積極的余暇活動時間

15歳以上の人について、積極型余暇活動時間を見ると、男性は1時間12分、女性は45分となっています。

その内訳をみると、男女とも「趣味・娯楽」に費やす時間が最も長く、次いで男性が「スポーツ」、女性が「学習・研究（学業以外）」となっています。（表1-4-3）

表1-4-3 積極的余暇活動時間の推移(15歳以上)一週全体

| | 男 | | | 女 | | |
|-------------|-------|------|------|-------|------|------|
| | 昭和61年 | 平成3年 | 平成8年 | 昭和61年 | 平成3年 | 平成8年 |
| 積極的余暇活動 | 1:02 | 1:12 | 1:12 | 0:41 | 0:49 | 0:45 |
| 学習・研究(学業以外) | 0:09 | 0:13 | 0:11 | 0:07 | 0:10 | 0:08 |
| 趣味・娯楽 | 0:39 | 0:41 | 0:42 | 0:27 | 0:30 | 0:27 |
| スポーツ | 0:12 | 0:13 | 0:15 | 0:06 | 0:07 | 0:07 |
| 社会的活動 | 0:02 | 0:05 | 0:04 | 0:01 | 0:02 | 0:03 |

② 積極的余暇活動時間は男女とも15～24歳の層で最長

年齢階級別に積極的余暇活動時間を見ると、男女とも15～24歳の層で、男性は1時間58分、女性は1時間3分と最も長くなっています。

逆に最も短いのは、男性が35～44歳の層で47分、女性が45～54歳の層が33分となっています。（表1-4-3）

表1-4-4

年齢階級別積極的余暇活動時間の推移(15歳以上)一週全体

| | 男 | | | 女 | | |
|--------|------|------|-------|------|------|-------|
| | 平成3年 | 平成8年 | 増減 | 平成3年 | 平成8年 | 増減 |
| 総数 | 1:12 | 1:12 | 0:00 | 0:49 | 0:45 | -0:04 |
| 15～24歳 | 1:50 | 1:58 | 0:08 | 1:13 | 1:03 | -0:10 |
| 25～34歳 | 1:08 | 1:00 | -0:08 | 0:43 | 0:42 | -0:01 |
| 35～44歳 | 1:01 | 0:47 | -0:14 | 0:40 | 0:42 | 0:02 |
| 45～54歳 | 0:53 | 0:57 | 0:04 | 0:40 | 0:33 | -0:07 |
| 55～64歳 | 1:06 | 0:47 | -0:19 | 0:53 | 0:38 | -0:15 |
| 65～74歳 | 1:15 | 1:42 | 0:27 | 0:56 | 0:56 | 0:00 |
| 75歳以上 | 1:25 | 1:31 | 0:06 | 0:31 | 0:44 | 0:13 |

※ 増減は平成3年との時間差