

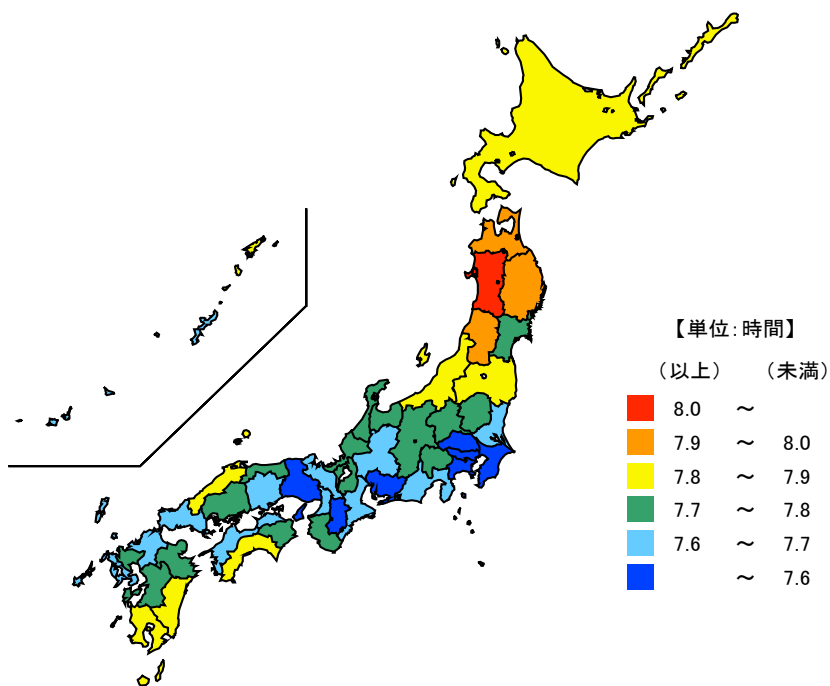
# 120 睡眠及び食事の平均時間

## ● 睡眠の平均時間

平成28年

単位：時間

都道府県	値	順位
全 国	7.67	
秋 田 県	8.03	1
青 森 県	7.98	2
山 形 県	7.93	3
岩 手 県	7.90	4
島 根 県	7.88	5
宮 崎 県	7.88	5
三 重 県	7.67	32
東 京 都	7.58	41
愛 知 県	7.58	41
兵 庫 県	7.58	41
奈 良 県	7.58	41
神 奈 川 県	7.55	45
千 葉 県	7.53	46
埼 玉 県	7.52	47

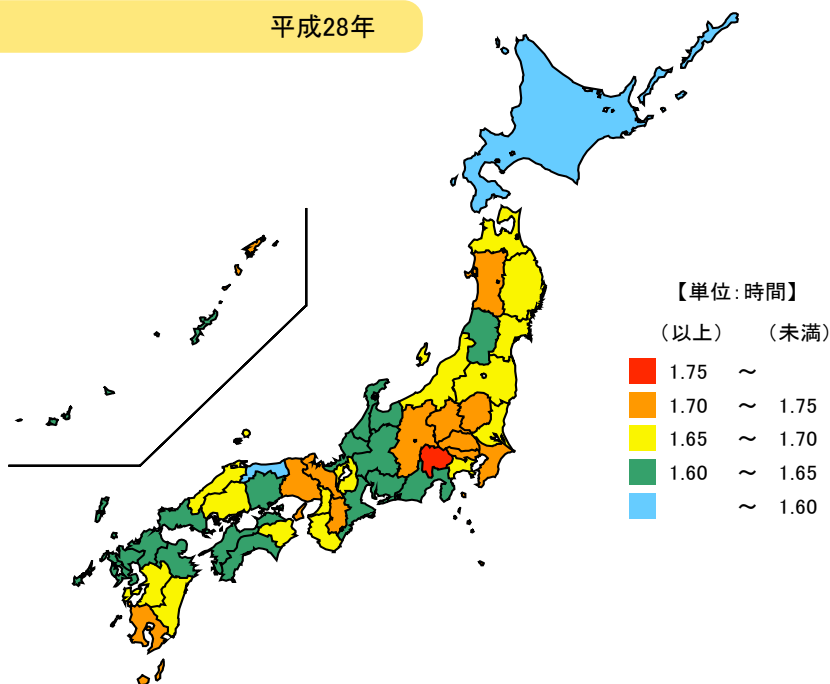


## ● 食事の平均時間

平成28年

単位：時間

都道府県	値	順位
全 国	1.67	
山 梨 県	1.75	1
秋 田 県	1.73	2
埼 玉 県	1.73	2
東 京 都	1.73	2
長 野 県	1.72	5
鹿 児 島 県	1.72	5
三 重 県	1.60	42
岐 阜 県	1.60	42
佐 賀 県	1.60	42
大 分 県	1.60	42
鳥 取 県	1.58	46
北 海 道	1.57	47



平成28年の三重県の週全体の1日平均睡眠時間は7.67時間（7時間40分）で、全国順位は32位、食事時間は1.60時間（1時間36分）で、全国順位は42位となっています。

### 【資料出所】

総務省「社会生活基本調査」

### 【備考】

平均時間は、我が国に住んでいる10歳以上の人について、該当する種類の行動の1日の行動時間（週全体平均）をみたもの。

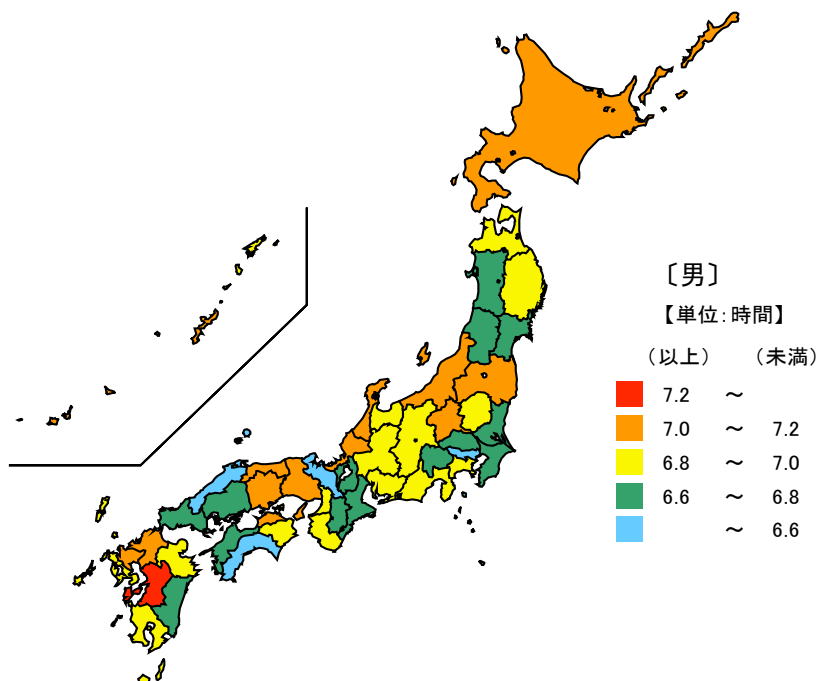
● 仕事の平均時間(15歳以上有業者)

平成28年

男

単位：時間

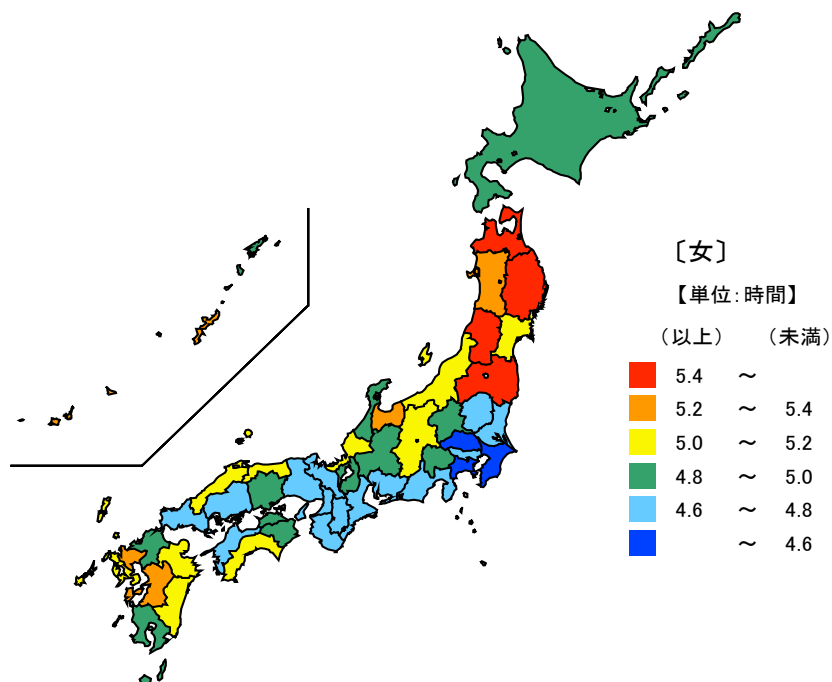
都道府県	値	順位
全 国	6.82	
熊 本 県	7.40	1
北 海 道	7.12	2
石 川 県	7.10	3
福 岡 県	7.08	4
兵 庫 県	7.07	5
沖 縄 県	7.07	5
三 重 県	6.65	38
宮 崎 県	6.62	43
高 知 県	6.52	44
東 京 都	6.48	45
京 都 府	6.48	45
島 根 県	6.32	47



女

単位：時間

都道府県	値	順位
全 国	4.78	
岩 手 県	5.60	1
青 森 県	5.58	2
山 形 県	5.48	3
福 島 県	5.48	3
熊 本 県	5.35	5
三 重 県	4.70	35
兵 庫 県	4.62	42
山 口 県	4.62	42
東 京 都	4.60	44
神 奈 川 県	4.55	45
千 葉 県	4.53	46
埼 玉 県	4.40	47



平成28年の三重県の15歳以上有業者の週全体の1日平均仕事時間は男が6.65時間（6時間39分）で、全国順位が38位、女が4.70時間（4時間42分）で、全国順位が35位と男女ともに短くなっています。

## 【資料出所】

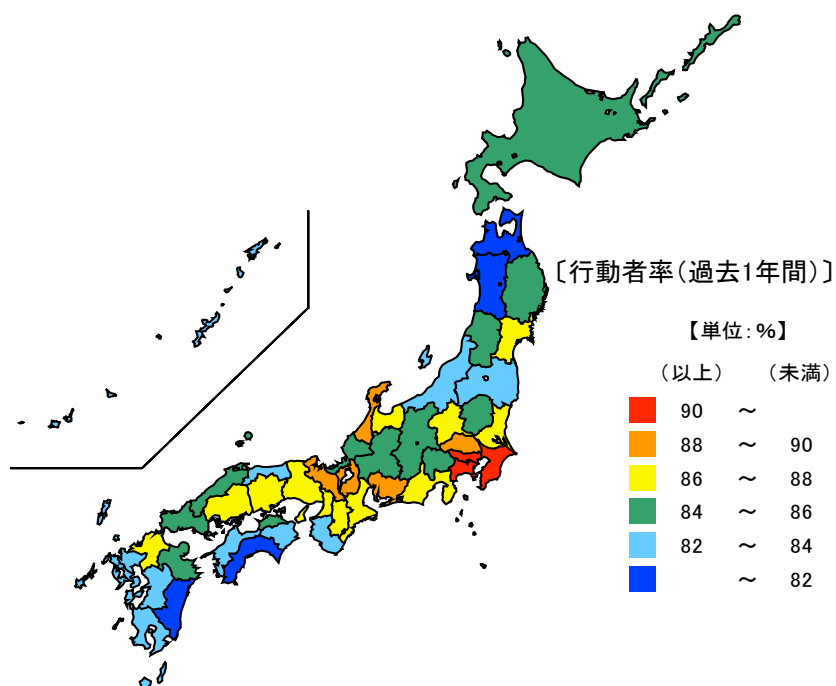
総務省「社会生活基本調査」

## 【備考】

平均時間は、我が国に住んでいる15歳以上の人について、仕事の行動の1日の行動時間(週全体平均)をみたもの。

行動者率 単位：％

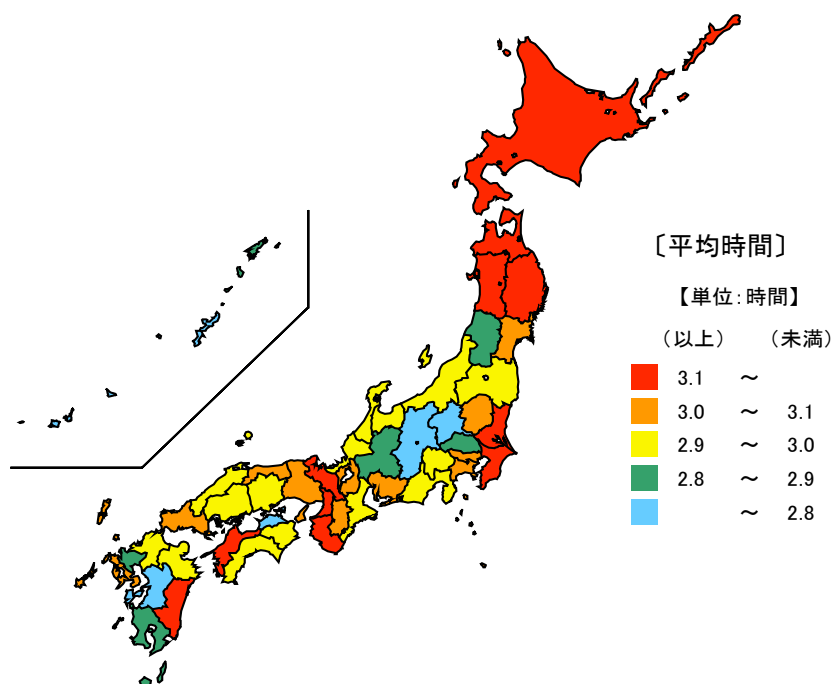
都道府県	値	順位
全 国	87.0	
千葉県	90.6	1
東京都	90.1	2
神奈川県	90.1	2
埼玉県	89.3	4
愛知県	88.8	5
三重県	86.6	16
徳島県	82.1	43
宮崎県	81.0	44
青森県	80.7	45
高知県	80.5	46
秋田県	80.3	47



行動者平均時間

単位：時間

都道府県	値	順位
全 国	3.02	
青森県	3.40	1
京都府	3.18	2
愛媛県	3.17	3
宮崎県	3.17	3
秋田県	3.15	5
茨城県	3.15	5
三重県	2.95	27
香川県	2.77	43
群馬県	2.73	44
長野県	2.70	45
熊本県	2.70	45
沖縄県	2.67	47



平成28年の三重県の趣味・娯楽の行動者率（過去1年間）は86.6%で、全国順位は16位、行動者の週全体の1日平均時間は2.95時間（2時間57分）で、全国順位が27位となっています。

【資料出所】 総務省「社会生活基本調査」

【備考】

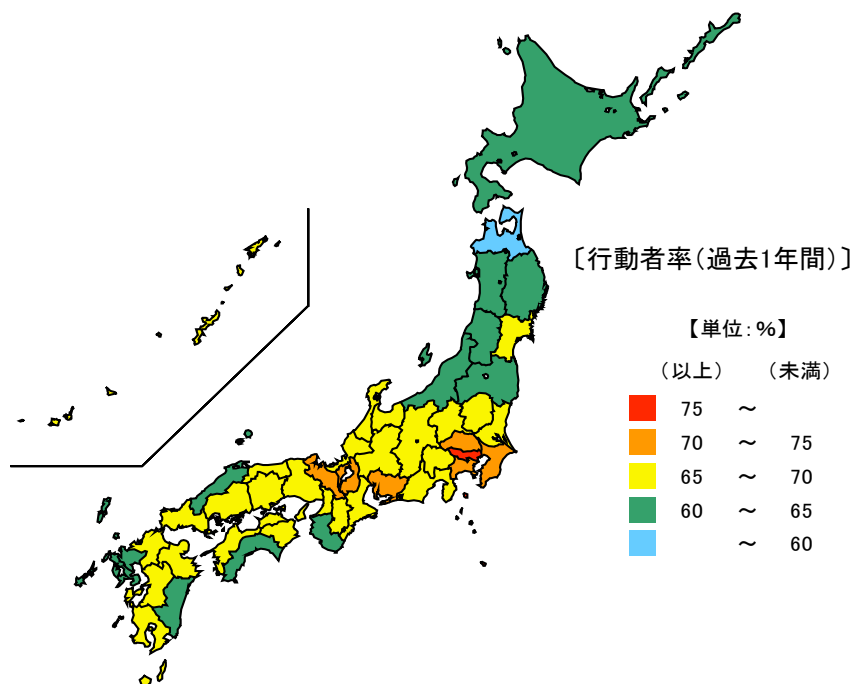
行動者率は、「趣味・娯楽」について、過去1年間（平成27年10月20日～28年10月19日）に何らかの種類の活動を行った人（10歳以上）の10歳以上人口に占める割合。行動者平均時間は、該当する種類の活動をした人のみについて1日の行動時間（週全体平均）をみたもの。

## ● スポーツの行動者率及び行動者平均時間

平成28年

行動者率 単位：%

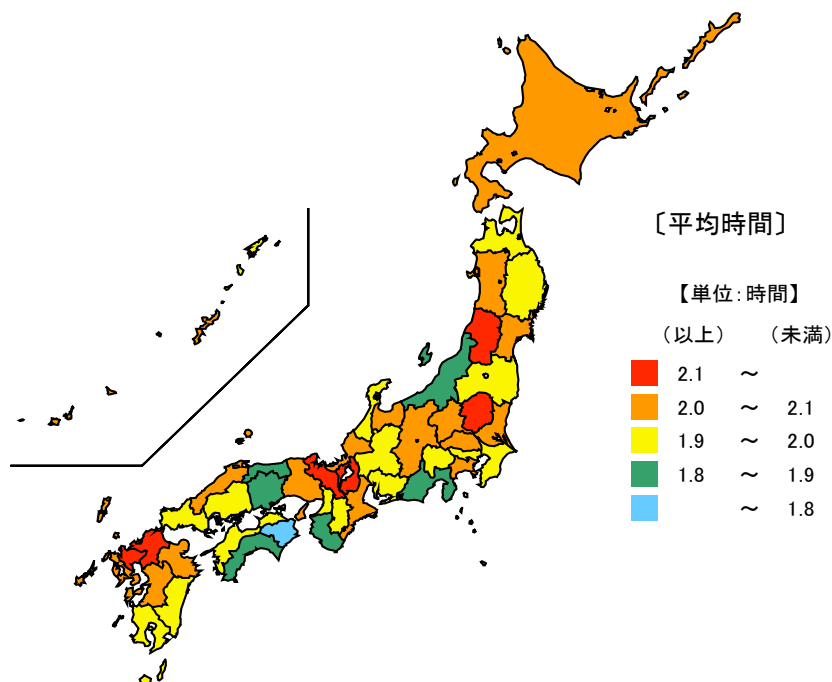
都道府県	値	順位
全 国	68.8	
東京都	75.7	1
埼玉県	72.6	2
神奈川県	72.4	3
千葉県	71.6	4
滋賀県	71.6	4
三重県	66.9	22
新潟県	62.6	43
山形県	61.6	44
岩手県	60.6	45
秋田県	60.6	45
青森県	56.0	47



行動者平均時間

単位：時間

都道府県	値	順位
全 国	2.00	
山形県	2.18	1
滋賀県	2.18	1
佐賀県	2.18	1
京都府	2.17	4
福岡県	2.15	5
三重県	2.03	14
新潟県	1.83	43
鳥取県	1.83	43
岡山県	1.83	43
静岡県	1.80	46
徳島県	1.78	47



平成28年の三重県のスポーツの行動者率（過去1年間）は66.9%で、全国順位は22位です。また、行動者の週全体の1日平均時間は2.03時間（2時間2分）で、全国順位は14位となっています。

【資料出所】 総務省「社会生活基本調査」

【備考】

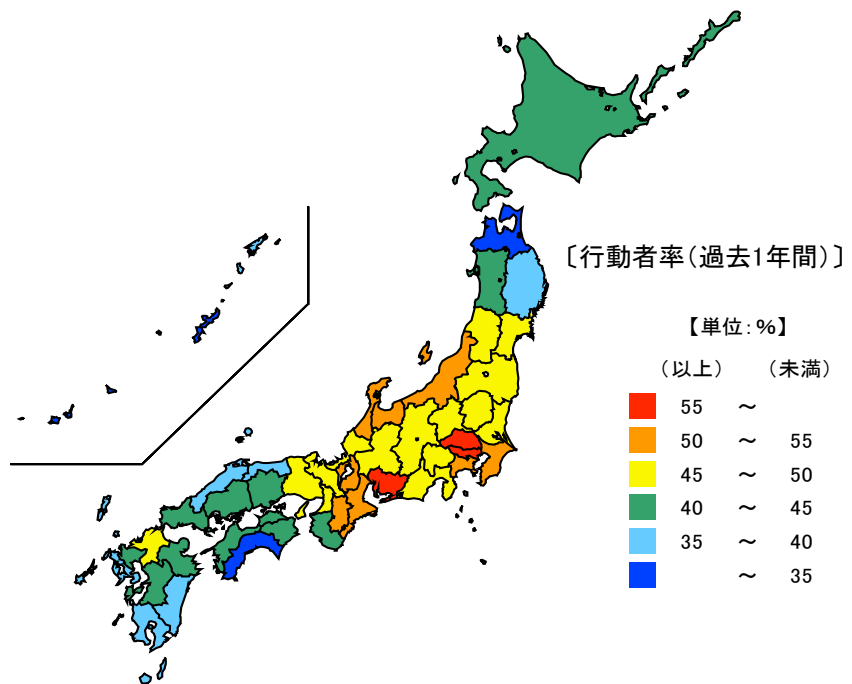
行動者率は、「スポーツ」について、過去1年間(平成27年10月20日～28年10月19日)に何らかの種類の活動を行った人(10歳以上)の10歳以上人口に占める割合。行動者平均時間は、該当する種類の行動をした人のみについて1日の行動時間(週全体平均)をみたもの。

## ● 国内観光旅行(1泊2日以上)の行動者率

平成28年

単位：％

都道府県	値	順位
全 国	48.9	
東 京 都	56.8	1
埼 玉 県	55.2	2
愛 知 県	55.0	3
富 山 県	54.5	4
神 奈 川 県	54.3	5
三 重 県	51.3	9
岩 手 県	37.7	43
長 崎 県	36.4	44
高 知 県	33.0	45
青 森 県	32.9	46
沖 縄 県	28.3	47

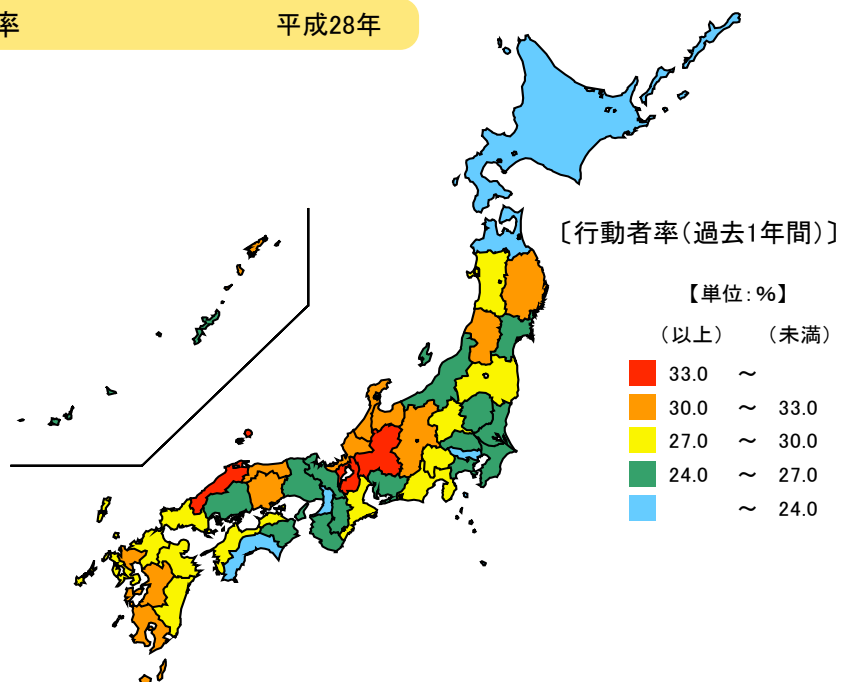


## ● ボランティア活動の行動者率

平成28年

単位：％

都道府県	値	順位
全 国	26.0	
滋 賀 県	33.9	1
岐 阜 県	33.4	2
島 根 県	33.1	3
熊 本 県	32.7	4
佐 賀 県	32.6	5
鹿 児 島 県	32.6	5
三 重 県	29.0	19
北 海 道	22.6	43
高 知 県	22.6	43
青 森 県	22.4	45
東 京 都	21.6	46
大 阪 府	20.6	47



平成28年の三重県の国内観光旅行(1泊2日以上)の行動者率(過去1年間)は51.3%で、全国順位は9位、ボランティア活動の行動者率(過去1年間)は29.0%で、全国順位は19位となっています。

【資料出所】 総務省「社会生活基本調査」

【備考】

行動者率は、該当の行動について、過去1年間(平成27年10月20日～28年10月19日)に何らかの種類の活動を行った人(10歳以上)の10歳以上人口に占める割合。