

男女別有業者・平日の活動別生活時間

40歳台

(単位 時間)

項目	男性				女性			
	1981年	1991年	2001年	2006年	1981年	1991年	2001年	2006年
1次活動	10.42	9.80	9.70	9.56	10.08	9.68	9.58	9.48
睡眠	7.82	7.45	7.24	7.04	7.30	6.95	6.76	6.63
食事、身の回りの用事	2.60	2.35	2.48	2.51	2.78	2.73	2.82	2.84
2次活動	9.60	10.00	10.09	10.75	10.68	10.52	10.09	10.39
通勤・通学	1.03	1.05	1.04	1.12	0.53	0.57	0.60	0.65
仕事	8.45	8.78	8.82	9.38	6.65	6.18	5.71	5.98
学業	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.01	0.00
家事、介護・看護、育児	0.07	0.10	0.15	0.15	2.98	3.25	3.29	3.29
買い物	0.05	0.07	0.09	0.08	0.52	0.53	0.47	0.47
3次活動	3.98	4.20	4.20	3.70	3.23	3.80	4.32	4.15
移動(通勤・通学を除く)	0.15	0.27	0.42	0.36	0.08	0.25	0.42	0.37
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌、休養、くつろぎ	2.88	2.80	2.76	2.45	2.55	2.67	2.82	2.73
学習・研究(学業以外)	0.08	0.08	0.10	0.08	0.07	0.10	0.11	0.09
趣味・娯楽、スポーツ	0.38	0.43	0.43	0.41	0.18	0.32	0.37	0.38
ボランティア活動・社会参加活動、交際・つきあい	0.35	0.47	0.32	0.26	0.18	0.28	0.28	0.26
受診・療養、その他	0.17	0.13	0.17	0.14	0.15	0.18	0.33	0.30

50歳台

(単位 時間)

項目	男性				女性			
	1981年	1991年	2001年	2006年	1981年	1991年	2001年	2006年
1次活動	10.62	10.10	10.01	9.91	10.35	10.05	9.99	9.77
睡眠	7.95	7.60	7.42	7.26	7.53	7.20	7.01	6.85
食事、身の回りの用事	2.67	2.50	2.59	2.65	2.80	2.85	2.96	2.90
2次活動	9.15	9.52	9.47	9.92	10.03	10.05	9.46	9.80
通勤・通学	0.98	1.02	1.03	1.09	0.45	0.55	0.54	0.57
仕事	8.03	8.32	8.20	8.55	6.52	6.22	5.56	5.89
学業	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00
家事、介護・看護、育児	0.08	0.12	0.15	0.18	2.65	2.83	2.87	2.85
買い物	0.03	0.07	0.09	0.10	0.43	0.48	0.48	0.48
3次活動	4.23	4.38	4.53	4.17	3.62	3.90	4.54	4.43
移動(通勤・通学を除く)	0.12	0.23	0.42	0.37	0.08	0.23	0.42	0.42
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌、休養、くつろぎ	3.25	3.07	3.06	2.90	2.90	2.80	2.96	2.93
学習・研究(学業以外)	0.10	0.08	0.09	0.08	0.05	0.08	0.09	0.08
趣味・娯楽、スポーツ	0.32	0.40	0.43	0.42	0.18	0.33	0.45	0.45
ボランティア活動・社会参加活動、交際・つきあい	0.28	0.42	0.31	0.23	0.20	0.28	0.33	0.27
受診・療養、その他	0.17	0.20	0.22	0.19	0.22	0.18	0.32	0.28

資料出所：総務省統計局「社会生活基本調査」