

## (20) 男女別有業者・平日の活動別生活時間

- 2001年から2006年にかけて、各世代とも仕事の時間等が増加し、自由時間活動が減少している。
- 世代間を比較すると、20歳代から40歳代にかけて仕事の時間等が増加し、50歳代以降、睡眠時間や自由時間活動が増加する傾向がある。

### 20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	10.25	9.57	9.71	9.69	10.44	10.14	10.30	10.35
睡眠	7.78	7.37	7.45	7.41	7.59	7.33	7.37	7.40
食事、身の回りの用事	2.47	2.20	2.25	2.30	8.75	2.82	2.93	2.95
2次活動	9.55	10.01	9.57	9.88	9.89	9.64	9.11	9.29
通勤・通学	1.09	1.17	1.01	1.05	1.03	1.17	0.97	1.04
仕事	8.26	8.43	7.97	8.10	6.93	7.14	6.67	6.81
学業	0.10	0.24	0.35	0.45	0.08	0.15	0.24	0.33
家事、介護・看護、育児	0.04	0.08	0.10	0.12	1.55	0.94	0.90	0.82
買い物	0.06	0.09	0.15	0.15	0.29	0.25	0.32	0.29
3次活動	4.20	4.42	4.73	4.42	3.67	4.21	4.59	4.36
移動(通勤・通学を除く)	0.14	0.29	0.42	0.33	0.12	0.29	0.50	0.44
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌、休養、くつろぎ	2.88	2.78	2.72	2.47	2.61	2.60	2.67	2.55
学習・研究(学業以外)	0.20	0.12	0.17	0.20	0.20	0.17	0.16	0.17
趣味・娯楽、スポーツ	0.45	0.56	0.79	0.89	0.35	0.44	0.50	0.57
ボランティア活動・社会参加活動、交際・つきあい	0.40	0.56	0.50	0.37	0.25	0.56	0.55	0.46
受診・療養、その他	0.13	0.11	0.15	0.15	0.14	0.15	0.16	0.17

### 30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	10.33	9.75	9.65	9.64	10.23	9.80	9.98	10.02
睡眠	7.83	7.43	7.24	7.22	7.42	7.12	7.07	7.06
食事、身の回りの用事	2.50	2.32	2.42	2.41	2.82	2.68	2.91	2.97
2次活動	9.75	10.17	10.49	10.68	10.43	10.47	9.89	10.06
通勤・通学	1.07	1.05	1.11	1.11	0.52	0.62	0.74	0.81
仕事	8.57	8.92	9.04	9.17	6.18	5.90	5.93	6.21
学業	0.00	0.00	0.02	0.03	0.00	0.00	0.03	0.00
家事、介護・看護、育児	0.07	0.12	0.20	0.25	3.22	3.52	2.82	2.67
買い物	0.03	0.07	0.10	0.13	0.50	0.43	0.38	0.37
3次活動	3.92	4.08	3.86	3.68	3.35	3.73	4.13	3.92
移動(通勤・通学を除く)	0.13	0.28	0.39	0.32	0.10	0.27	0.43	0.41
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌、休養、くつろぎ	2.77	2.72	2.52	2.41	2.52	2.53	2.54	2.46
学習・研究(学業以外)	0.12	0.12	0.10	0.08	0.10	0.13	0.14	0.10
趣味・娯楽、スポーツ	0.40	0.43	0.48	0.54	0.23	0.32	0.40	0.44
ボランティア活動・社会参加活動、交際・つきあい	0.35	0.43	0.26	0.21	0.22	0.30	0.33	0.26
受診・療養、その他	0.13	0.12	0.13	0.12	0.18	0.20	0.29	0.27

資料出所：総務省統計局「社会生活基本調査」