

平成28年社会生活基本調査
調査結果の概要(千葉県版)

平成30年1月

千葉県総合企画部統計課

目 次

調査の概要	1
利用上の注意、用語・分類の説明	4
生活行動に関する結果	
1 学習・自己啓発・訓練	9
2 スポーツ	11
3 趣味・娯楽	13
4 ボランティア	16
5 旅行・行楽	18
生活時間に関する結果	
1 1日の生活時間	23
2 1次活動	27
(1) 睡眠	27
(2) 食事	28
3 2次活動	30
(1) 仕事	30
(2) 家事関連	31
4 3次活動	33
(1) 自由時間	33
5 属性別の生活時間	35
(1) 在学者	35
(2) 夫と妻	36
(3) 高齢者	38
(4) スマートフォン、パソコンなどの使用状況	38
(5) 主な行動の平均時刻	41
【参考】千葉県ランキング（平成28年）	42

調査の概要

【調査の沿革】

昭和 51 年から 5 年ごとに行われており、平成 28 年は 9 回目の調査になります。

【調査の時期】

平成 28 年 10 月 20 日現在で実施しました。

(生活時間の配分についての調査は、10 月 15 日から 10 月 23 日までの 9 日間のうち、調査区ごとに指定された連続する 2 日間)

【調査の根拠法令】

統計法（平成 19 年法律第 53 号）に基づく基幹統計として、社会生活基本調査規則（昭和 56 年総理府令第 38 号）に基づいて実施されました。

【調査の対象】

平成 27 年国勢調査の調査区のうち、総務大臣の指定する調査区内に居住する世帯の中から抽出した世帯の、10 歳以上の世帯員を対象としています。

(全 国) 約 7,300 調査区、約 88,000 世帯

(千葉県) 219 調査区、約 2,600 世帯

ただし、以下の者は調査の対象から除かれています。

- ア 外国の外交団、領事団（家族、随員及び随員の家族を含む）
- イ 外国軍隊の軍人、軍属の構成員（家族を含む）
- ウ 自衛隊の営舎内又は艦船内の居住者
- エ 刑務所、拘置所の被収容者
- オ 少年院、婦人補導院の在院者
- カ 社会福祉施設の入所者
- キ 病院、療養所等の入院患者
- ク 水上に住居を有する者

【調査の方法】

総務省統計局－都道府県－指導員－調査員－調査世帯の流れで行われ、調査票は、過去1年間のさまざまな活動状況や指定された2日間の時間の過ごし方を調査する『調査票A』と、指定された2日間の時間の過ごし方をできるだけ詳しく、具体的に記入する『調査票B』の2種類があり、それぞれ指定された調査区の調査対象世帯に調査員が配布し、収集しました。

また、インターネットによる回答も可能となりました。

【調査事項】

『調査票A』	『調査票B』
<p>【すべての世帯員に関する事項】</p> <p>ア 世帯主との続柄</p> <p>イ 出生の年月又は年齢</p> <p>ウ 在学、卒業等教育又は保育の状況</p>	
<p>【10歳未満の世帯員に関する事項】</p> <p>育児支援の利用の状況</p>	
<p>【10歳以上の世帯員に関する事項】</p>	
<p>ア 氏名</p> <p>イ 男女の別</p> <p>ウ 配偶の関係</p> <p>エ ふだんの健康状態</p> <p>オ 学習・研究活動の状況</p> <p>カ ボランティア活動の状況</p> <p>キ スポーツ活動の状況</p> <p>ク 趣味・娯楽活動の状況</p> <p>ケ 旅行・行楽の状況</p> <p>コ スマートフォン・パソコンなどの使用状況</p> <p>サ 生活時間の配分及び天候</p>	<p>ア 氏名</p> <p>イ 男女の別</p> <p>ウ 配偶の関係</p> <p>エ ふだんの健康状態</p> <p>オ 生活時間の配分及び天候</p>

『調査票A』	『調査票B』
【 15 歳以上の世帯員に関する事項 】	
ア 介護の状況 イ 就業状態 ウ 就業希望の状況 エ 従業上の地位 オ 勤務形態 カ 年次有給休暇の取得日数 キ 仕事の種類 ク 所属の企業全体の従業者数 ケ ふだんの1週間の就業時間 コ 希望する1週間の就業時間 サ 仕事からの年間収入	ア 介護の状況 イ 就業状態 ウ 従業上の地位 エ 勤務形態 オ 年次有給休暇の取得日数 カ 仕事の種類 キ ふだんの1週間の就業時間 ク 希望する1週間の就業時間 ケ 仕事からの年間収入
【 世帯に関する事項 】 ア 世帯の種類 イ 10歳以上の世帯員数 ウ 10歳未満の世帯員数 エ 住居の種類 オ 自家用車の所有の状況 カ 世帯の年間収入 キ 介護支援の利用の状況 ク 不在者の有無	

【結果の利用】

社会生活基本調査の結果は、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）の推進、男女共同参画社会の形成、子育てや介護の支援などの少子高齢化対策、スポーツや文化振興、ボランティア活動などの推進といった各種行政施策の基礎資料として利用されています。

利用上の注意、用語・分類の説明

1 利用上の注意

- (1) この結果は、総務省統計局から公表された「平成28年社会生活基本調査」の調査結果から千葉県分を抽出し、本県で整理したものです。特に断りのない限り、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）の数値を記載しています。
- (2) 統計表の数字は、表章単位未満の位で四捨五入してあること、また、「総数」に「分類不能」、「不詳」の数を含むことから、「総数」と内訳を合計した数値とは必ずしも一致しません。
- (3) ポイント差は、表章数値から算出しています。
- (4) 統計表中「－」は該当数字のない箇所、「…」はサンプルサイズが10未満で、結果制度の観点から表章していない箇所です。

2 用語・分類の説明

(1) 生活行動

過去1年間（平成27年10月20日～28年10月19日）に行った行動のうち、『学習・自己啓発・訓練』『スポーツ』『趣味・娯楽』『ボランティア活動』『旅行・行楽』について、活動状況を調査したものです。

- ①行動者数・・・10歳以上人口のうち、過去1年間に該当する種類の活動を行った人の数。
- ②行動者率・・・10歳以上人口に占める行動者数の割合（％）。
- ③平均行動日数・・・行動者について平均した過去1年間の行動日数。

(2) 生活時間

1日の行動を20種類に分類し、時間帯（15分単位）別の行動状況を調査したもので、20種類の行動は、『1次活動』『2次活動』『3次活動』に分類されている。

- ①1次活動・・・睡眠、食事など、生理的に必要な活動。

【活動の内容】『睡眠』『身の回りの用事』『食事』

- ②2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。

【活動の内容】『通勤・通学』『仕事』『学業』

『家事』『介護・看護』『育児』『買い物』

③ 3次活動・・・1次、2次活動以外で、各人が自由に使える時間における活動。

【活動の内容】『移動（通勤・通学を除く）』『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』『ボランティア活動・社会参加活動』
『交際・付き合い』『受診・療養』『その他』

④ 週全体・・・平日、土曜日、日曜日の曜日別結果の平均。

⑤ 家事関連・・・2次活動のうちの『家事』『介護・看護』『育児』『買い物』を合計したもの。

⑥ 自由時間・・・3次活動のうちの『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』『ボランティア活動・社会参加活動』を合計したもの。

(3) 有業者

就業状態の分類において、15歳以上の人で、ふだんの状態として、収入を目的とした仕事を続けている人。

なお、以下の場合は有業者で整理されている。

○無給だが自家営業の手伝い（家族従業者）としてふだん継続して仕事をしている場合。

○育児休業や介護休業などで仕事を一時的に休んでいる場合。

○仕事があつたりなかったりする人や、忙しい時だけ家業を手伝う人など、「ふだんの状態」がはっきり決められない場合は、おおむね1年間に30日以上仕事をしている場合。

※就業状態での分類（15歳以上の人）

<u>有業者</u>	{	主に仕事をしている
		家事などのかたわらに仕事をしている
		通学のかたわらに仕事をしている
<u>無業者</u>	{	家事をしている
		通学している
		その他

(4) 平均時刻

連続する2日間の時間帯別の行動の状況から、『起床』『朝食開始』『夕食開始』『就寝』『出勤』『仕事からの帰宅』の各行動者の平均時刻を求めたもの。

生活行動に関する結果

1 学習・自己啓発・訓練

千葉県に住んでいる10歳以上の人のうち、過去1年間に何らかの「学習・自己啓発・訓練」を行った人は230万9千人で、行動者率は41.1%となっている。これは全国平均の36.9%を上回っており、前回調査の平成23年と比べて3.4ポイントの増加となっている。行動者率は女性よりも男性の方が高く、男女とも平成23年より増加している。〔表1〕

表1 「学習・自己啓発・訓練」の行動状況

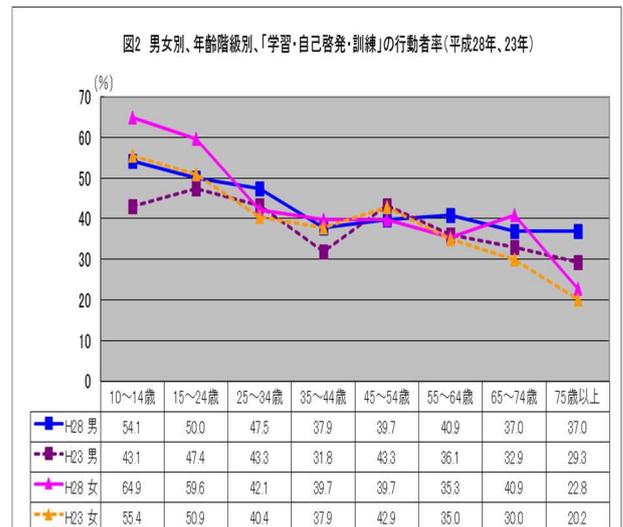
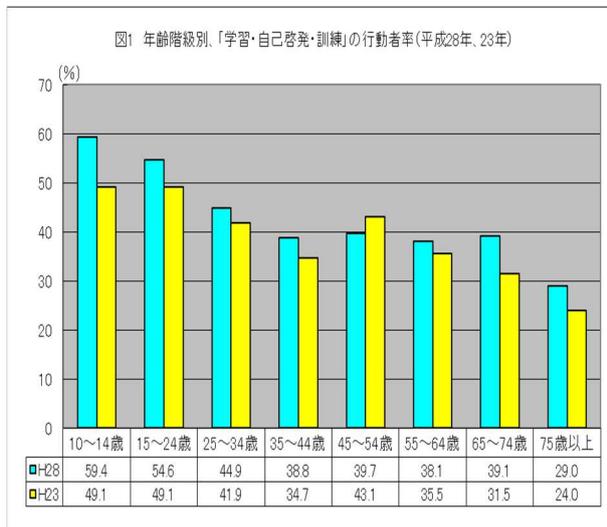
	10歳以上推定人口（千人）			行動者数（千人）			行動者率（%）		
	H28	H23	増減	H28	H23	増減	H28	H23	増減
総数	5,614	5,584	30	2,309	2,108	201	41.1	37.7	3.4
男	2,795	2,783	12	1,165	1,057	108	41.7	38.0	3.7
女	2,819	2,801	18	1,144	1,051	93	40.6	37.5	3.1
男女差	-24	-18	-6	21	6	15	1.1	0.5	0.6

（参考）行動者率の全国順位

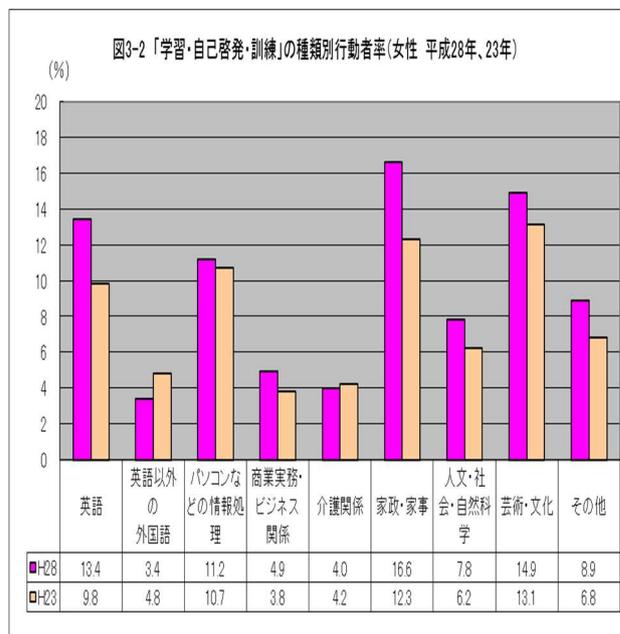
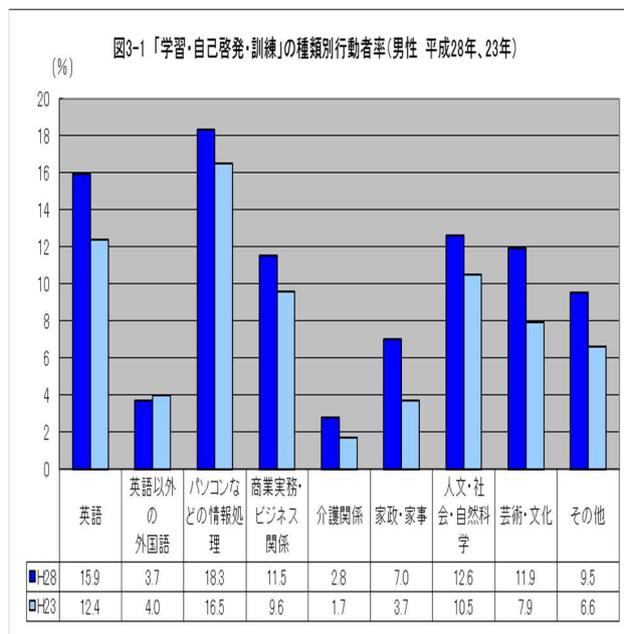
	1位		2位		3位		千葉県の位置		全国平均
平成28年	東京都	46.2%	神奈川県	43.9%	千葉県 京都府	41.1%	3位	41.1%	36.9%
平成23年	東京都	44.7%	神奈川県	42.1%	滋賀県	39.2%	6位	37.7%	35.2%

年齢階級別に「学習・自己啓発・訓練」の行動者率をみると、10～14歳で59.4%と最も高くなっている。平成23年と比較すると、10～14歳で10.3ポイントと最も増加しており、45～54歳で3.4ポイントと最も減少している。〔図1〕

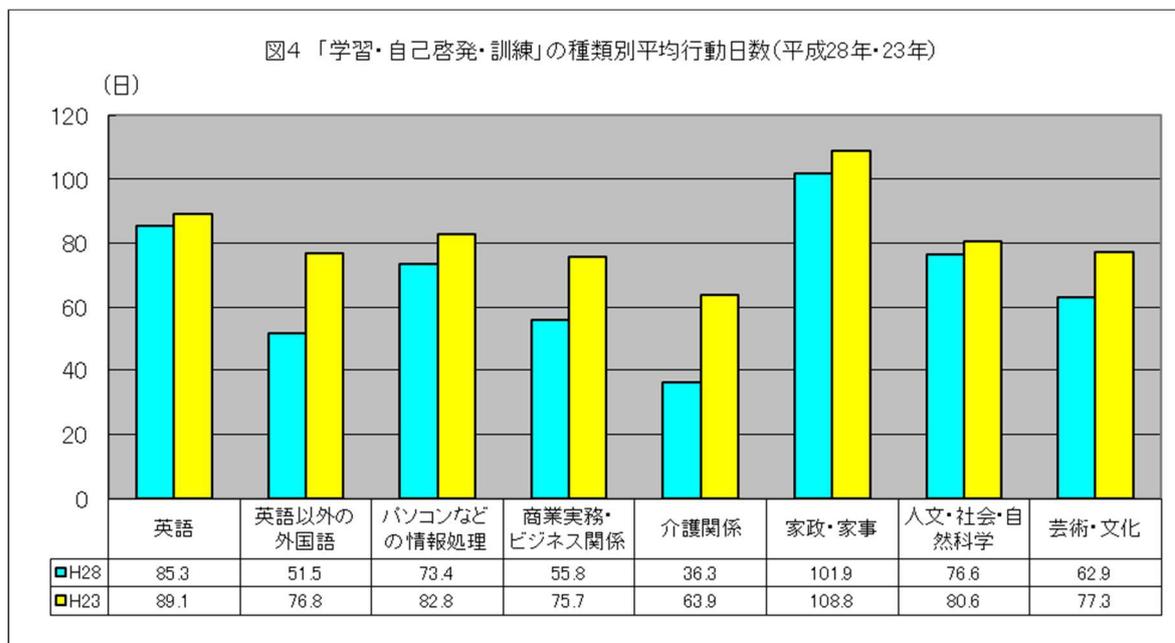
これを男女別にみると、最も割合が高いのは、男女とも10～14歳（男性54.1%、女性64.9%）であり、最も低いのは、男性が65～74歳及び75歳以上の37.0%、女性が75歳以上の22.8%であった。平成23年と比較すると、最も増加しているのは男性が10～14歳の11.0ポイント、女性が65～74歳の10.9ポイントであり、最も減少しているのは、男女とも45～54歳（男性3.6ポイント、女性3.2ポイント）であった。〔図2〕



「学習・自己啓発・訓練」の種類別の行動者率を男女別にみると、男性では平成 23 年と同じく「パソコンなどの情報処理」が最も高い(18.3%)が、女性では平成 23 年に最も高かった「芸術・文化」の 14.9%に対し、「家政・家事」が 16.6%と最も高くなっている。〔図 3-1・3-2〕



「学習・自己啓発・訓練」の種類別の1年間の平均行動日数をみると、「家政・家事」が 101.9 日と最も多い。平成 23 年と比較すると、全ての種類で平均日数が減少しているが、中でも「介護関係」は 27.6 日と最も減少している。〔図4〕



2 スポーツ

過去1年間に何らかの「スポーツ」を行った人は 402 万1千人で、行動者率は 71.6%となっている。これは全国平均の 68.8%を上回っており、平成 23 年と比べて 5.6 ポイントの増加となっている。行動者率は女性よりも男性の方が高く、男女とも平成 23 年より増加しており、男性の増加率が大きいことから男女差は拡大している。〔表2〕

表2 「スポーツ」の行動状況

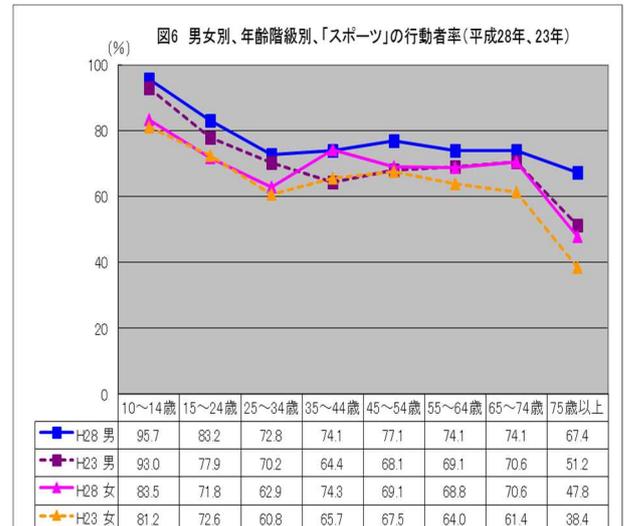
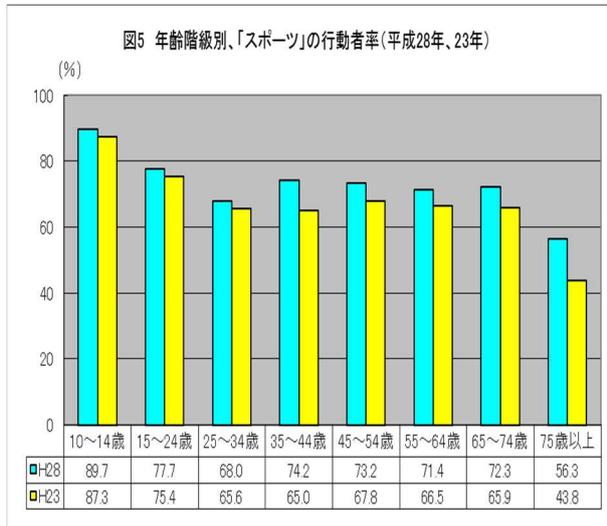
	10歳以上推定人口（千人）			行動者数（千人）			行動者率（%）		
	H28	H23	増減	H28	H23	増減	H28	H23	増減
総数	5,614	5,584	30	4,021	3,687	334	71.6	66.0	5.6
男	2,795	2,783	12	2,119	1,927	192	75.8	69.2	6.6
女	2,819	2,801	18	1,903	1,760	143	67.5	62.8	4.7
男女差	-24	-18	-6	216	167	49	8.3	6.4	1.9

（参考）行動者率の全国順位

	1位		2位		3位		千葉県の位置		全国平均
平成 28 年	東京都	75.7%	埼玉県	72.6%	神奈川県	72.4%	4位	71.6%	68.8%
平成 23 年	東京都	68.6%	滋賀県	67.9%	埼玉県	66.9%	5位	66.0%	63.0%

年齢階級別に「スポーツ」の行動者率をみると、10～14 歳が 89.7%と最も高くなっている。平成 23 年と比較すると、全ての年代で行動者率が増加しており、特に 75 歳以上で 12.5 ポイントと最も増加している。〔図5〕

これを男女別にみると、男女とも 10～14 歳が最も割合が高く（男性 95.7%、女性 83.5%）、ほとんどの年代で男性の行動者率が女性を上回っているが、35～44 歳では唯一女性が男性を上回っている（男性 74.1%、女性 74.3%）。平成 23 年と比べると、最も増加しているのは、男女とも 75 歳以上（男性 16.2 ポイント、女性 9.4 ポイント）であり、減少しているのは、女性の 15～24 歳の 0.8 ポイントのみとなっている。〔図6〕



「スポーツ」の種類別の行動者率を男女別にみると、男女とも「ウォーキング・軽い体操」が最も高く、上位3位を平成23年と比較すると、全種類において行動者率が増加している。

また、年齢階級別にみると、10～14歳では「水泳」、15～24歳では「ボウリング」、25歳以上では、「ウォーキング・軽い体操」が最も高くなっており、さらに男女別にみると男性の10～14歳の「サッカー」、15～24歳の「ボウリング」、女性の10～14歳の「水泳」以外はすべて「ウォーキング・軽い体操」が最も高くなっている。〔表3〕

表3 男女別、年齢階級別「スポーツ」の種類別行動者率の順位(平成28年) ※「その他」を除く

		1位		2位		3位	
総数	総数	ウォーキング・軽い体操	43.9% H23:39.0% 1位	器具を使ったトレーニング	15.3% H23:10.5% 4位	ジョギング・マラソン	14.2% H23:10.4% 5位
	10～14歳	水泳	47.4%	ジョギング・マラソン	39.1%	サッカー	33.4%
	15～24歳	ボウリング	34.2%	ウォーキング・軽い体操	30.9%	ジョギング・マラソン	25.7%
	25～34歳	ウォーキング・軽い体操	37.6%	ボウリング	21.2%	ジョギング・マラソン	20.2%
	35～44歳	ウォーキング・軽い体操	40.7%	水泳	17.8%	ボウリング	17.6%
	45～54歳	ウォーキング・軽い体操	44.3%	器具を使ったトレーニング	17.7%	ジョギング・マラソン	14.0%
	55～64歳	ウォーキング・軽い体操	52.9%	器具を使ったトレーニング	16.9%	ゴルフ	13.6%
	65～74歳	ウォーキング・軽い体操	56.8%	登山・ハイキング	14.3%	ゴルフ 器具を使ったトレーニング	12.7%
	75歳以上	ウォーキング・軽い体操	44.7%	器具を使ったトレーニング	9.7%	ゴルフ	8.1%
男	総数	ウォーキング・軽い体操	39.8% H23:34.5% 1位	ジョギング・マラソン	18.4% H23:13.8% 4位	ゴルフ 器具を使ったトレーニング	17.0% 「ゴルフ」 H23:15.9% 2位 「器具」 H23:11.0% 9位
	10～14歳	サッカー	51.5%	水泳	49.0%	ジョギング・マラソン	42.1%
	15～24歳	ボウリング	40.6%	ジョギング・マラソン	29.6%	野球	25.9%
	25～34歳	ウォーキング・軽い体操	32.9%	ジョギング・マラソン	26.3%	ボウリング	24.9%
	35～44歳	ウォーキング・軽い体操	32.1%	ジョギング・マラソン	19.9%	ボウリング	18.5%
	45～54歳	ウォーキング・軽い体操	39.0%	器具を使ったトレーニング	19.8%	ゴルフ ジョギング・マラソン	19.2%
	55～64歳	ウォーキング・軽い体操	49.7%	ゴルフ	22.6%	器具を使ったトレーニング	15.4%
	65～74歳	ウォーキング・軽い体操	55.3%	ゴルフ	22.2%	登山・ハイキング	14.5%
	75歳以上	ウォーキング・軽い体操	49.4%	ゴルフ	15.9%	器具を使ったトレーニング	11.9%

		1 位		2 位		3 位	
女	総数	ウォーキング・ 軽い体操	48.0% H23:43.5% 1位	器具を使った トレーニング	13.6% H23:10.1% 3位	水泳	11.3% H23:10.4% 2位
	10～14歳	水泳	45.7%	ジョギング・マ ラソン	35.9%	ウォーキング・ 軽い体操	35.7%
	15～24歳	ウォーキング・ 軽い体操	36.9%	ボウリング	27.2%	ジョギング・マ ラソン	21.5%
	25～34歳	ウォーキング・ 軽い体操	42.6%	ボウリング	17.2%	ジョギング・マ ラソン	13.8%
	35～44歳	ウォーキング・ 軽い体操	49.6%	水泳	17.2%	ボウリング	16.6%
	45～54歳	ウォーキング・ 軽い体操	49.9%	器具を使った トレーニング	15.4%	登山・ハイキ ング	12.1%
	55～64歳	ウォーキング・ 軽い体操	56.1%	器具を使った トレーニング	18.3%	登山・ハイキ ング	11.7%
	65～74歳	ウォーキング・ 軽い体操	58.2%	登山・ハイキ ング	14.1%	器具を使った トレーニング	11.8%
	75歳以上	ウォーキング・ 軽い体操	41.1%	器具を使った トレーニング	7.9%	登山・ハイキ ング	3.7%

3 趣味・娯楽

過去1年間に何らかの「趣味・娯楽」を行った人は 508 万7千人で、行動者率は 90.6%となり、全国平均の 87.0%を上回り全国1位となった。平成 23 年と比べると 4.4 ポイントの増加となっている。行動者率は男性が平成 23 年より 4.5 ポイント増加した結果、女性よりも男性の方が高くなっている。〔表4〕

表4 「趣味・娯楽」の行動状況

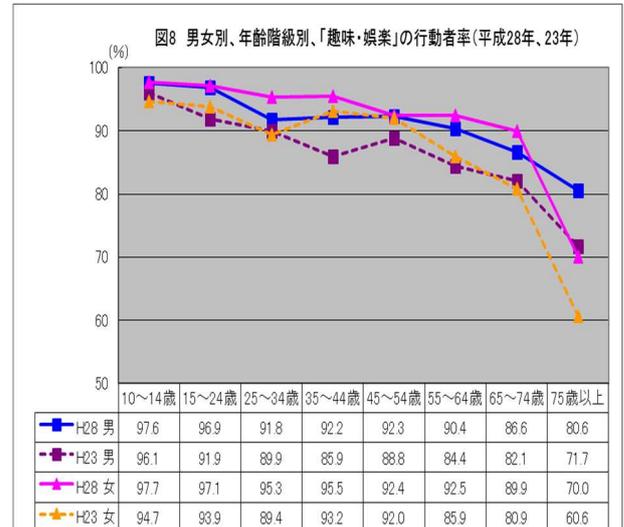
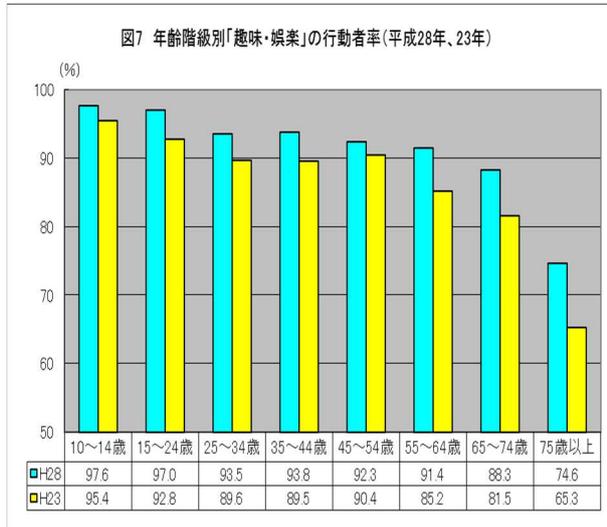
	10歳以上推定人口（千人）			行動者数（千人）			行動者率（%）		
	H28	H23	増減	H28	H23	増減	H28	H23	増減
総数	5,614	5,584	30	5,087	4,812	275	90.6	86.2	4.4
男	2,795	2,783	12	2,534	2,398	136	90.7	86.2	4.5
女	2,819	2,801	18	2,553	2,413	140	90.6	86.2	4.4
男女差	-24	-18	-6	-19	-15	-4	0.1	0	0.1

（参考）行動者率の全国順位

	1位		2位		3位		千葉県の位置		全国平均
平成 28 年	千葉県	90.6%	東京都 神奈川県	90.1%			1位	90.6%	87.0%
平成 23 年	神奈川県	88.7%	東京都	88.5%	埼玉県	87.9%	8位	86.2%	84.8%

年齢階級別に「趣味・娯楽」の行動者率をみると、10～14歳が97.6%と最も高くなっている。平成 23 年と比較すると、全ての年代で行動者率が増加しており、特に 75 歳以上で 9.3 ポイントと最も増加している。〔図7〕

これを男女別にみると、全体の行動者率と同様に男女とも10～14歳が最も割合が高くなっている(男性97.6%、女性97.7%)。平成23年と比較すると、男女とも全ての年代で増加しており、最も増加しているのは、ともに75歳以上(男性8.9ポイント、女性9.4ポイント)となっている。〔図8〕



男女別に「趣味・娯楽」の種類別の行動者率をみると、男女とも「映画館以外での映画鑑賞」の割合が最も高く、上位3位を平成23年と比較すると、項目にさほど大きな変化はないが、行動者率はそれぞれ上がっている。

また、年齢階級別にみると、10～14歳では「テレビゲーム・パソコンゲーム」、15～44歳では「CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞」、45～64歳では「映画館以外での映画鑑賞」、65歳以上では、「園芸・庭いじり・ガーデニング」が最も高くなっている。〔表5〕

表5 男女別、年齢階級別「趣味・娯楽」の種類別行動者率の順位(平成28年) ※「その他」を除く

		1 位		2 位		3 位	
総数	総数	映画館以外での映画鑑賞	57.9% H23:41.4% 3位	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	53.3% H23:48.9% 1位	映画館での映画鑑賞	45.1% H23:38.5% 4位
	10～14歳	テレビゲーム・パソコンゲーム	79.8%	映画館での映画鑑賞	79.1%	映画館以外での映画鑑賞	71.1%
	15～24歳	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	85.4%	映画館での映画鑑賞	76.7%	映画館以外での映画鑑賞	73.1%
	25～34歳	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	74.8%	映画館以外での映画鑑賞	66.6%	テレビゲーム・パソコンゲーム	61.8%
	35～44歳	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	69.0%	映画館以外での映画鑑賞	66.8%	テレビゲーム・パソコンゲーム	55.0%
	45～54歳	映画館以外での映画鑑賞	63.4%	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	59.7%	映画館での映画鑑賞	45.7%
	55～64歳	映画館以外での映画鑑賞	54.4%	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	46.5%	趣味としての読書	44.6%

		1 位		2 位		3 位	
総数	65～74歳	園芸・庭いじり・ガーデニング	51.1%	映画館以外での映画鑑賞	47.6%	趣味としての読書	44.7%
	75歳以上	園芸・庭いじり・ガーデニング	38.1%	趣味としての読書	30.5%	映画館以外での映画鑑賞	28.6%
男	総数	映画館以外での映画鑑賞	57.8% H23: 40.0% 2 位	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	53.7% H23: 46.0% 1 位	テレビゲーム・パソコンゲーム	43.0% H23: 39.6% 3 位
	10～14歳	テレビゲーム・パソコンゲーム	84.5%	映画館での映画鑑賞	77.9%	映画館以外での映画鑑賞	73.6%
	15～24歳	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	82.2%	テレビゲーム・パソコンゲーム	73.3%	映画館での映画鑑賞	72.9%
	25～34歳	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	74.0%	テレビゲーム・パソコンゲーム	67.9%	映画館以外での映画鑑賞	61.7%
	35～44歳	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	65.5%	映画館以外での映画鑑賞	62.9%	テレビゲーム・パソコンゲーム	58.3%
	45～54歳	映画館以外での映画鑑賞	61.2%	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	58.6%	趣味としての読書	40.0%
	55～64歳	映画館以外での映画鑑賞	57.3%	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	47.8%	趣味としての読書	40.1%
	65～74歳	映画館以外での映画鑑賞	49.5%	園芸・庭いじり・ガーデニング	43.8%	趣味としての読書	42.4%
	75歳以上	趣味としての読書	35.3%	園芸・庭いじり・ガーデニング	34.4%	映画館以外での映画鑑賞	33.0%
	総数	映画館以外での映画鑑賞	58.0% H23: 42.7% 3 位	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	52.9% H23: 51.7% 1 位	映画館での映画鑑賞	48.4% H23: 42.7% 3 位
女	10～14歳	映画館での映画鑑賞	80.4%	テレビゲーム・パソコンゲーム	74.8%	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	69.8%
	15～24歳	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	88.9%	映画館での映画鑑賞	80.8%	映画館以外での映画鑑賞	77.0%
	25～34歳	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	75.7%	映画館以外での映画鑑賞	71.8%	遊園地、動植物園、水族館などの見物	66.7%
	35～44歳	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	72.8%	映画館以外での映画鑑賞	70.9%	映画館での映画鑑賞	60.4%
	45～54歳	映画館以外での映画鑑賞	65.7%	CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞	60.9%	映画館での映画鑑賞	52.3%
	55～64歳	映画館以外での映画鑑賞	51.4%	園芸・庭いじり・ガーデニング	51.1%	趣味としての読書	49.0%
	65～74歳	園芸・庭いじり・ガーデニング	57.8%	趣味としての読書	46.9%	映画館以外での映画鑑賞	45.8%
	75歳以上	園芸・庭いじり・ガーデニング	40.9%	趣味としての読書	26.9%	映画館以外での映画鑑賞	25.2%

4 ボランティア

過去1年間に何らかの「ボランティア」を行った人は 141 万4千人で、行動者率は 25.2%となっている。これは全国平均の 26.0%を下回っており、平成 23 年と比べて 0.8 ポイント減少している。行動者率は男性よりも女性の方が高いが、男性は平成 23 年より増加しており、男女差は縮小している。〔表6〕

表6 「ボランティア」の行動状況

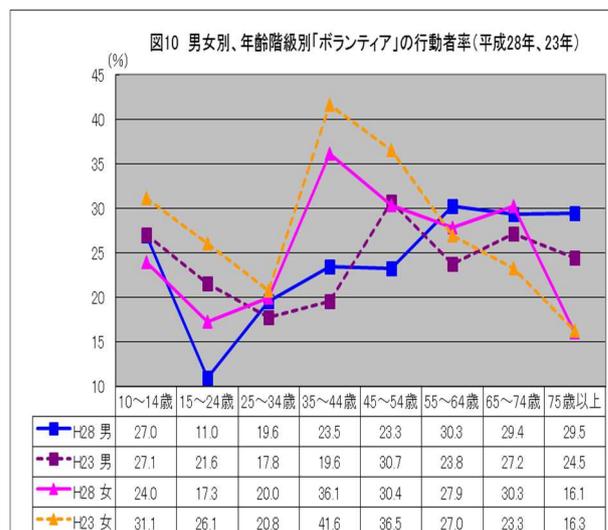
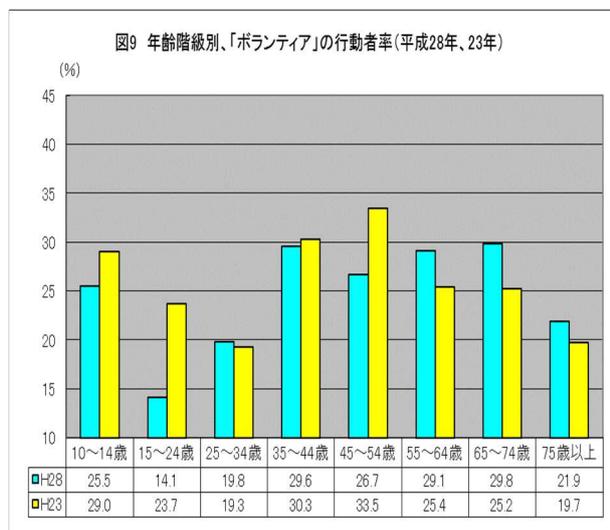
	10歳以上推定人口（千人）			行動者数（千人）			行動者率（%）		
	H28	H23	増減	H28	H23	増減	H28	H23	増減
総数	5,614	5,584	30	1,414	1,449	-35	25.2	26.0	-0.8
男	2,795	2,783	12	676	656	20	24.2	23.6	0.6
女	2,819	2,801	18	738	793	-55	26.2	28.3	-2.1
男女差	-24	-18	-6	-62	-137	75	-2.0	-4.7	2.7

（参考）行動者率の全国順位

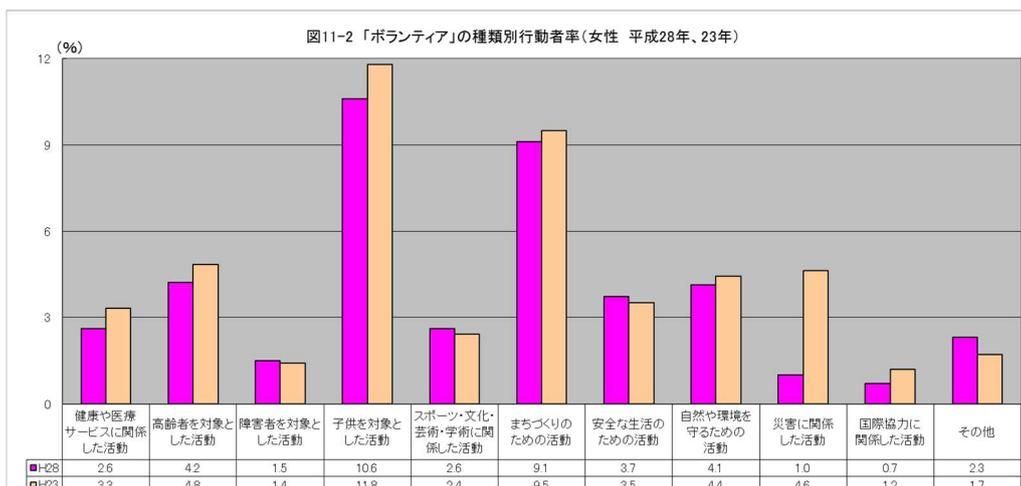
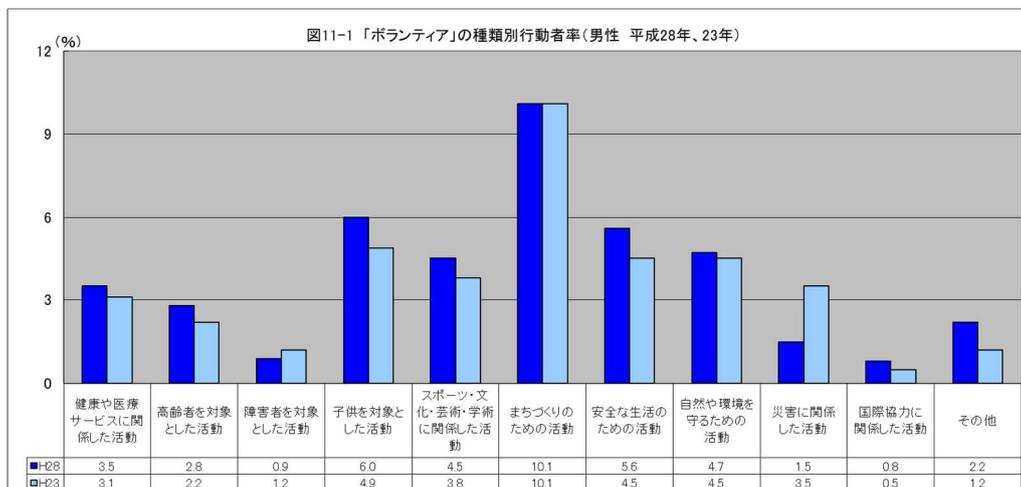
	1位		2位		3位		千葉県の位置		全国平均
平成 28 年	滋賀県	33.9%	岐阜県	33.4%	島根県	33.1%	36位	25.2%	26.0%
平成 23 年	山形県	35.3%	島根県	34.8%	鹿児島県	34.4%	32位	26.0%	26.3%

年齢階級別に「ボランティア」の行動者率をみると、65～74歳が29.8%と最も高くなっている。平成23年と比較すると、10～14歳、15～24歳、35～44歳及び45～54歳で減少しており、特に15～24歳が9.6ポイントと最も減少している。〔図9〕

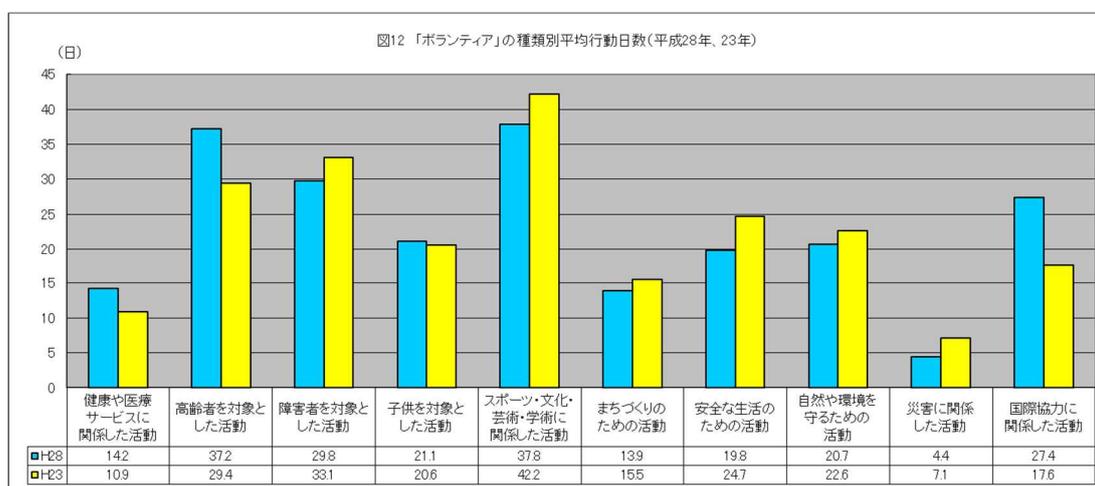
これを男女別にみると、男性では55～64歳の30.3%、女性では35～44歳の36.1%が最も高くなっている。平成23年と比較すると、最も増加しているのは、男性が55～64歳の6.5ポイント、女性が65～74歳の7.0ポイントとなっており、最も減少しているのは、男女とも15～24歳（男性10.6ポイント、女性8.8ポイント）となっている。〔図10〕



男女別に「ボランティア」の種類別の行動者率をみると、男性では「まちづくりのための活動」が 10.1%で最も高く、女性では「子供を対象とした活動」が 10.6%で最も高い。平成 23 年と比較すると、男女とも「災害に関係した活動」が最も減少(男性 2.0ポイント、女性 3.6ポイント)している。〔図 11-1・11-2〕



「ボランティア」の種類別の平均行動日数をみると、「スポーツ・文化・芸術・学術に関係した活動」が 37.8 日と最も多く、平成 23 年と比較すると、「国際協力に関係した活動」が 9.8 日と最も増加している。〔図 12〕



5 旅行・行楽

過去1年間に何らかの「旅行・行楽」を行った人は 434 万3千人で、行動者率は 77.4%となっている。これは全国平均の 73.5%を上回り、平成 23 年と比べて 3.2 ポイントの増加となっている。行動者率は男性よりも女性の方が高く、男女とも平成 23 年より増加しており男女差にほとんど変化はなかった。〔表7〕

表7 「旅行・行楽」の行動状況

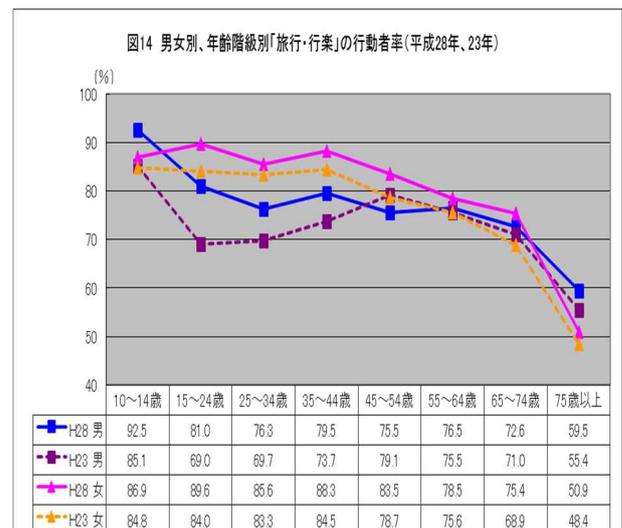
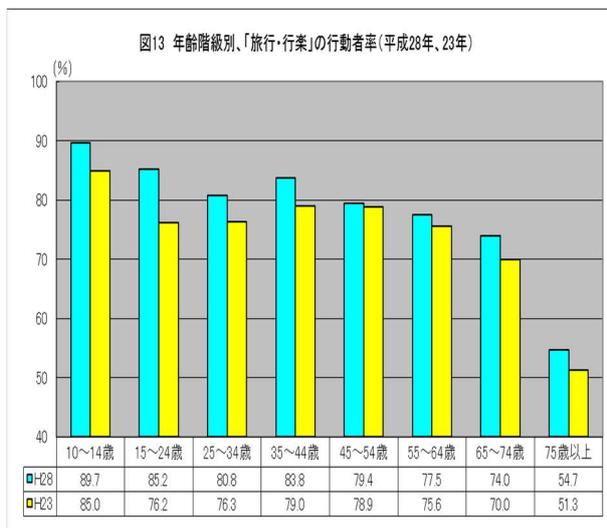
	10歳以上推定人口（千人）			行動者数（千人）			行動者率（%）		
	H28	H23	増減	H28	H23	増減	H28	H23	増減
総数	5,614	5,584	30	4,343	4,142	201	77.4	74.2	3.2
男	2,795	2,783	12	2,117	2,016	101	75.7	72.4	3.3
女	2,819	2,801	18	2,226	2,126	100	78.9	75.9	3.0
男女差	-24	-18	-6	-109	-110	1	-3.2	-3.5	0.3

（参考）行動者率の全国順位

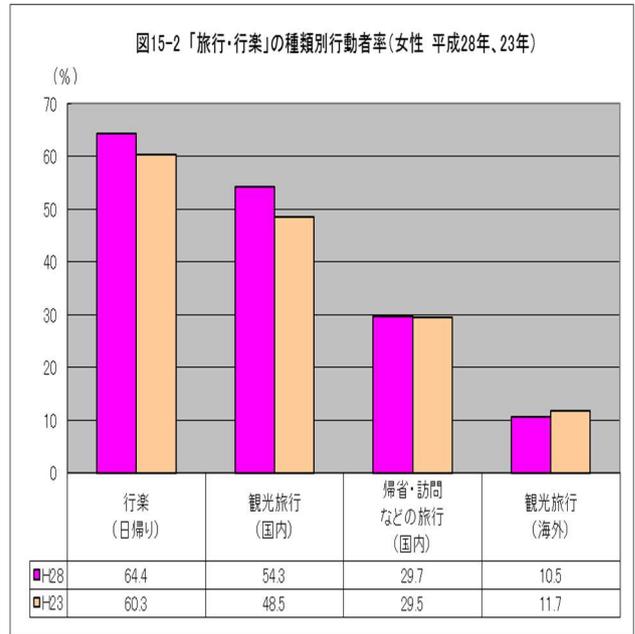
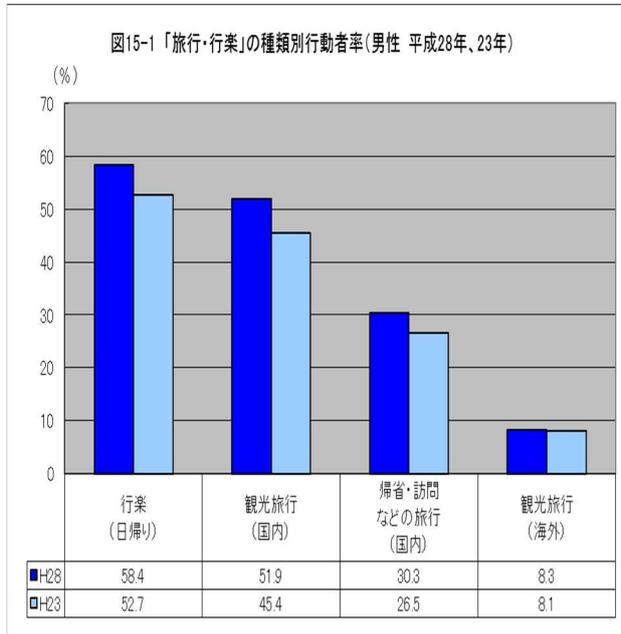
	1位		2位		3位		千葉県の位置		全国平均
平成 28 年	東京都 愛知県	78.5%			神奈川県	78.0%	6位	77.4%	73.5%
平成 23 年	滋賀県	79.0%	神奈川県	78.3%	愛知県	77.6%	15位	74.2%	73.2%

年齢階級別に「旅行・行楽」の行動者率をみると、10～14歳が89.7%と最も高くなっている。平成 23 年と比較すると、全ての年代で増加しており、特に 15～24 歳で 9.0 ポイントと最も増加している。〔図 13〕

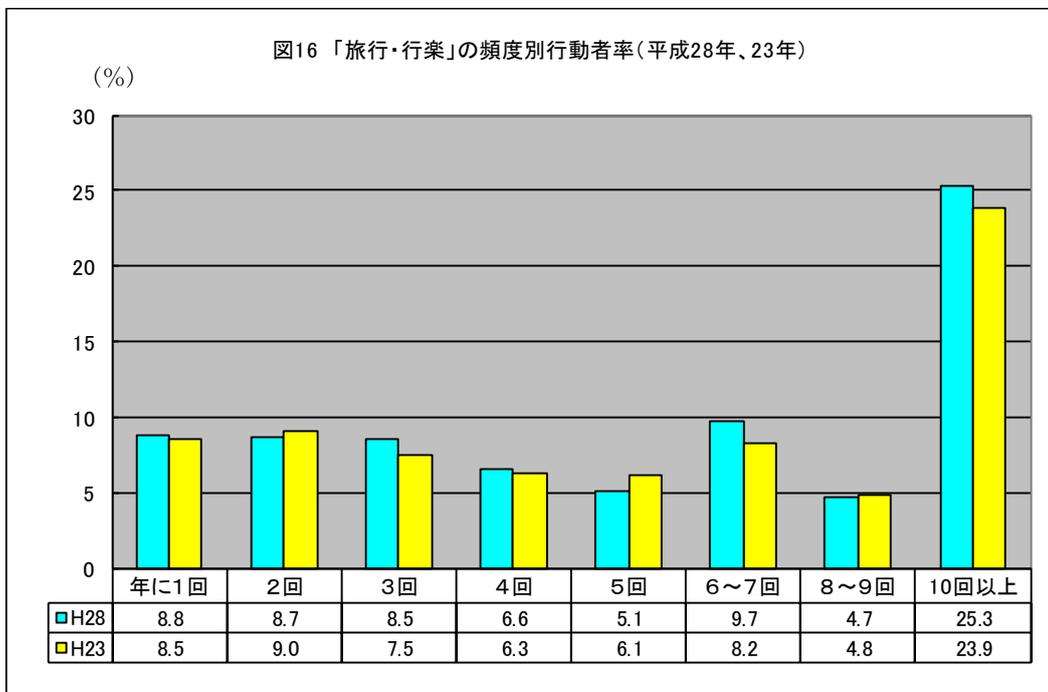
これを男女別にみると、男性では 10～14 歳の 92.5%、女性では 15～24 歳の 89.6%が最も高くなっている。平成 23 年と比較すると、最も増加しているのは、男性が 15～24 歳の 12.0 ポイント、女性が 65～74 歳の 6.5 ポイントとなっており、減少しているのは、男性の 45～54 歳の 3.6 ポイントのみとなっている。〔図 14〕



男女別に「旅行・行楽」の種類別の行動者率をみると、男女とも「行楽(日帰り)」が最も高く(男性 58.4%、女性 64.4%)、「帰省・訪問などの旅行」以外では男性よりも女性の割合が高い。平成 23 年と比較すると、女性の「観光旅行(海外)」を除いて増加している。〔図 15-1・15-2〕



「旅行・行楽」の頻度別に行動者率をみると、「年 10 回以上」が 25.3%と最も高く、平成 23 年と比較すると、「年2回」「年5回」「年8～9回」以外で増加している。〔図 16〕



生活時間に関する結果

1 1日の生活時間

千葉県に住んでいる10歳以上の人について、1日の生活時間(週全体の平均時間)を活動別にみると、1次活動時間が10時間37分、2次活動時間が7時間6分、3次活動時間が6時間17分となっている。前回調査の平成23年と比較すると、1次活動時間は4分の増加、2次活動時間は6分の増加、3次活動時間は10分の減少となっている。これを全国平均と比較すると、1次活動時間は4分短く、2次活動時間は9分長く、3次活動時間は5分短かった。

男女別にみると、男性は、平成23年と比較して1次活動時間が4分、2次活動時間が6分それぞれ長くなり、3次活動時間が9分短くなっている。女性は、1次活動時間及び2次活動時間がそれぞれ5分長くなり、3次活動時間が10分短くなっている。

男女差をみると、1次活動時間は男性よりも女性の方が19分長く、平成23年の18分から拡大している。2次活動時間は女性よりも男性の方が1分長く、平成23年より差が開き、3次活動時間は女性よりも男性の方が18分長く、平成23年の17分から拡大している。〔表1〕

表1 男女別、活動の種類別生活時間(平成28年・23年)―週全体―

(単位:時間.分)

		千葉県 ①			全国 ②			差 ①-②	
		平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年
総数	1次活動	10.37	10.33	0.04	10.41	10.40	0.01	-0.04	-0.07
	2次活動	7.06	7.00	0.06	6.57	6.53	0.04	0.09	0.07
	3次活動	6.17	6.27	-0.10	6.22	6.27	-0.05	-0.05	0.00
男	1次活動	10.28	10.24	0.04	10.34	10.33	0.01	-0.06	-0.09
	2次活動	7.06	7.00	0.06	6.50	6.49	0.01	0.16	0.11
	3次活動	6.26	6.35	-0.09	6.36	6.38	-0.02	-0.10	-0.03
女	1次活動	10.47	10.42	0.05	10.49	10.46	0.03	-0.02	-0.04
	2次活動	7.05	7.00	0.05	7.03	6.57	0.06	0.02	0.03
	3次活動	6.08	6.18	-0.10	6.09	6.16	-0.07	-0.01	0.02
男女差	1次活動	-0.19	-0.18	-0.01	-0.15	-0.13	-0.02	-0.04	-0.05
	2次活動	0.01	0.00	0.01	-0.13	-0.08	-0.05	0.14	0.08
	3次活動	0.18	0.17	0.01	0.27	0.22	0.05	-0.09	-0.05

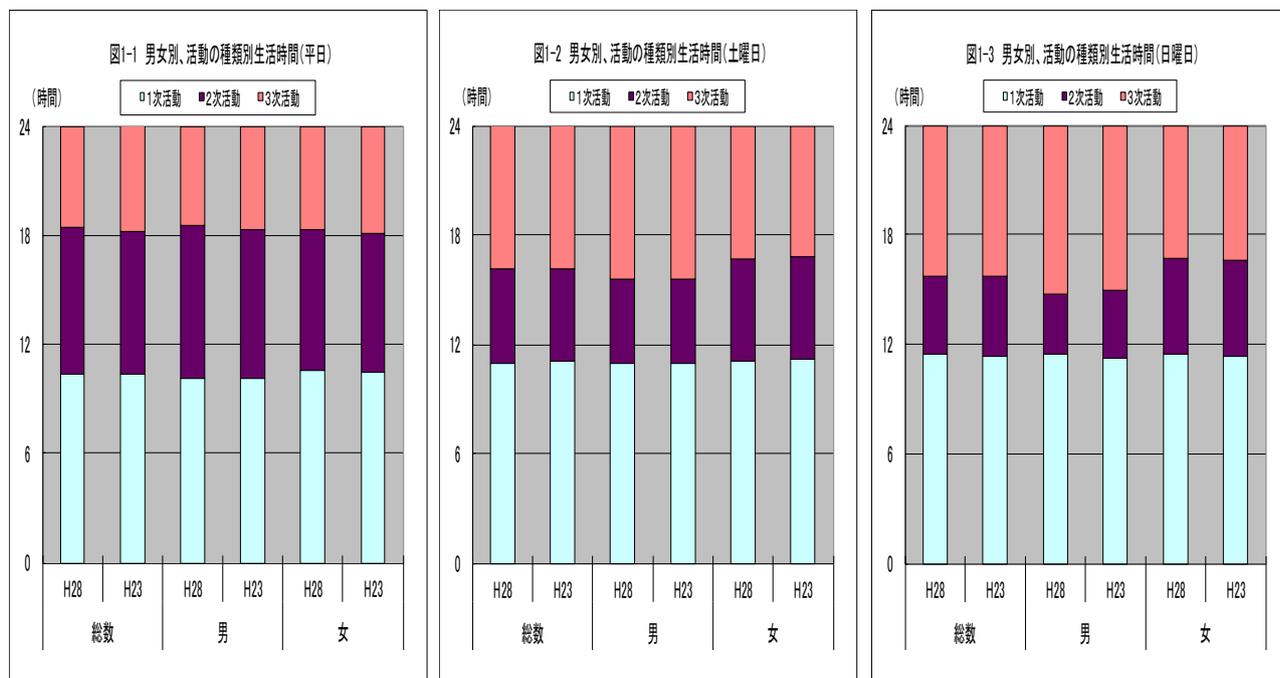
※千葉県の各活動の詳細は表2を参照

表2 男女別、行動の種類別生活時間(平成28年・23年)―週全体―

(単位:時間、分)

	総数			男			女		
	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年	増減
1次活動	10.37	10.33	0.04	10.28	10.24	0.04	10.47	10.42	0.05
睡眠	7.32	7.34	-0.02	7.34	7.39	-0.05	7.31	7.30	0.01
身の回りの用事	1.23	1.18	0.05	1.14	1.09	0.05	1.31	1.27	0.04
食事	1.42	1.41	0.01	1.40	1.37	0.03	1.44	1.46	-0.02
2次活動	7.06	7.00	0.06	7.06	7.00	0.06	7.05	7.00	0.05
通勤・通学	0.43	0.39	0.04	0.56	0.51	0.05	0.30	0.27	0.03
仕事	3.27	3.25	0.02	4.38	4.45	-0.07	2.17	2.06	0.11
学業	0.43	0.39	0.04	0.46	0.42	0.04	0.39	0.36	0.03
家事関連	2.13	2.17	-0.04	0.46	0.42	0.04	3.39	3.51	-0.12
家事	1.27	1.29	-0.02	0.20	0.18	0.02	2.34	2.39	-0.05
介護・看護	0.03	0.02	0.01	0.02	0.01	0.01	0.04	0.04	0.00
育児	0.15	0.17	-0.02	0.05	0.05	0.00	0.25	0.28	-0.03
買い物	0.28	0.29	-0.01	0.19	0.18	0.01	0.36	0.40	-0.04
3次活動	6.17	6.27	-0.10	6.26	6.35	-0.09	6.08	6.18	-0.10
移動(通勤・通学を除く)	0.31	0.31	0.00	0.29	0.29	0.00	0.33	0.33	0.00
自由時間	5.04	5.14	-0.10	5.22	5.31	-0.09	4.48	4.57	-0.09
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.08	2.24	-0.16	2.12	2.26	-0.14	2.05	2.22	-0.17
休養・くつろぎ	1.33	1.30	0.03	1.32	1.30	0.02	1.35	1.30	0.05
学習・自己啓発・訓練	0.14	0.16	-0.02	0.13	0.18	-0.05	0.15	0.14	0.01
趣味・娯楽	0.50	0.46	0.04	1.02	0.56	0.06	0.38	0.37	0.01
スポーツ	0.15	0.15	0.00	0.19	0.18	0.01	0.11	0.11	0.00
ボランティア・社会参加活動	0.04	0.03	0.01	0.04	0.03	0.01	0.04	0.03	0.01
交際・付き合い	0.16	0.17	-0.01	0.15	0.15	0.00	0.18	0.19	-0.01
受診・療養	0.07	0.08	-0.01	0.05	0.05	0.00	0.09	0.11	-0.02
その他	0.18	0.16	0.02	0.15	0.14	0.01	0.21	0.18	0.03

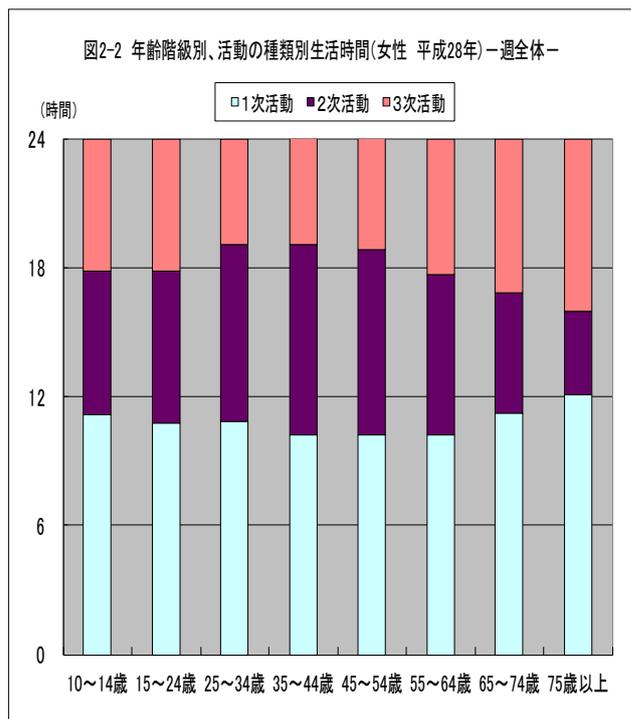
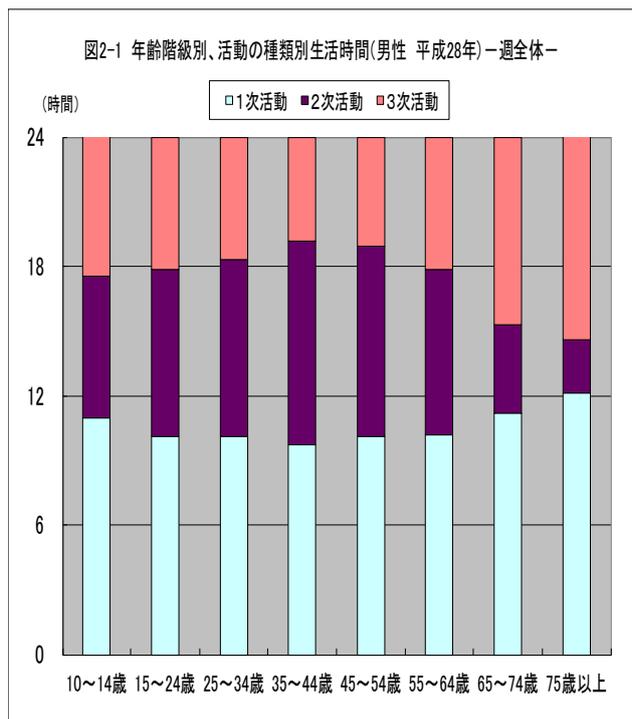
曜日別にみると、1次活動時間及び3次活動時間は日曜日が最も長く、2次活動時間は平日が最も長くなっている。男女別にみると、週を通して1次活動時間が男性よりも女性の方が長く、平成23年と比較すると、日曜日の2次活動時間(男性が18分減、女性が増減なし)及び3次活動時間(男性が9分増、女性が8分減)を除いて、幅は異なるが男女で増加と減少が同じように表れている。〔図1-1～1-3〕



(単位:時間.分)

		平成28年 ①			平成23年 ②			増減 ①-②		
		平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	1次活動	10.23	11.00	11.28	10.18	11.06	11.19	0.05	-0.06	0.09
	2次活動	8.02	5.11	4.18	7.54	5.05	4.27	0.08	0.06	-0.09
	3次活動	5.35	7.50	8.14	5.49	7.50	8.14	-0.14	0.00	0.00
男	1次活動	10.10	10.57	11.26	10.07	10.59	11.17	0.03	-0.02	0.09
	2次活動	8.21	4.39	3.21	8.09	4.37	3.39	0.12	0.02	-0.18
	3次活動	5.29	8.24	9.13	5.44	8.24	9.04	-0.15	0.00	0.09
女	1次活動	10.35	11.02	11.30	10.28	11.13	11.22	0.07	-0.11	0.08
	2次活動	7.44	5.42	5.15	7.38	5.32	5.15	0.06	0.10	0.00
	3次活動	5.41	7.15	7.15	5.53	7.15	7.23	-0.12	0.00	-0.08
男女差	1次活動	-0.25	-0.05	-0.04	-0.21	-0.14	-0.05	-0.04	0.09	0.01
	2次活動	0.37	-1.03	-1.54	0.31	-0.55	-1.36	0.06	-0.08	-0.18
	3次活動	-0.12	1.09	1.58	-0.09	1.09	1.41	-0.03	0.00	0.17

年齢階級別にみると、1次活動時間は、最も長かったのは男女とも75歳以上(男性12時間7分、女性12時間5分)で、最も短かったのは男性が35～44歳の9時間43分、女性が55～64歳の10時間11分であった。2次活動時間は、男女とも35～44歳が最も長く(男性9時間27分、女性8時間51分)、75歳以上が最も短かった(男性2時間27分、女性3時間55分)。3次活動時間は、男女とも75歳以上が、最も長く(男性9時間27分、女性8時間)、最も短かったのは男性が35～44歳の4時間50分、女性が25～34歳の4時間55分であった。また、65歳以上の2次活動時間及び3次活動時間で男女差が大きい。〔図2-1・2-2〕



(単位:時間.分)

		10～14歳	15～24歳	25～34歳	35～44歳	45～54歳	55～64歳	65～74歳	75歳以上
男	1次活動	10.55	10.04	10.05	9.43	10.07	10.13	11.09	12.07
	2次活動	6.35	7.49	8.14	9.27	8.51	7.38	4.09	2.27
	3次活動	6.31	6.07	5.41	4.50	5.01	6.09	8.42	9.27
女	1次活動	11.07	10.44	10.51	10.12	10.12	10.11	11.12	12.05
	2次活動	6.42	7.05	8.14	8.51	8.38	7.29	5.35	3.55
	3次活動	6.10	6.10	4.55	4.58	5.11	6.20	7.13	8.00
差	1次活動	-0.12	-0.40	-0.46	-0.29	-0.05	0.02	-0.03	0.02
	2次活動	-0.07	0.44	0.00	0.36	0.13	0.09	-1.26	-1.28
	3次活動	0.21	-0.03	0.46	-0.08	-0.10	-0.11	1.29	1.27

2 1次活動

(1) 睡眠

千葉県に住んでいる10歳以上の人の「睡眠時間」は7時間32分で、男性は7時間34分、女性は7時間31分と男性が3分長くなっている。平成23年と比較すると男性は5分短く、女性は1分長くなっており、全国平均と比べると、男性が11分、女性が4分短くなっている。〔表3〕

表3 男女別、睡眠時間(平成28年・23年)－週全体－

(単位:時間.分)

	千葉県 ①			全国 ②			差 ①－②	
	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年
総数	7.32	7.34	-0.02	7.40	7.42	-0.02	-0.08	-0.08
男	7.34	7.39	-0.05	7.45	7.49	-0.04	-0.11	-0.10
女	7.31	7.30	0.01	7.35	7.36	-0.01	-0.04	-0.06
男女差	0.03	0.09	-0.06	0.10	0.13	-0.03	-0.07	-0.04

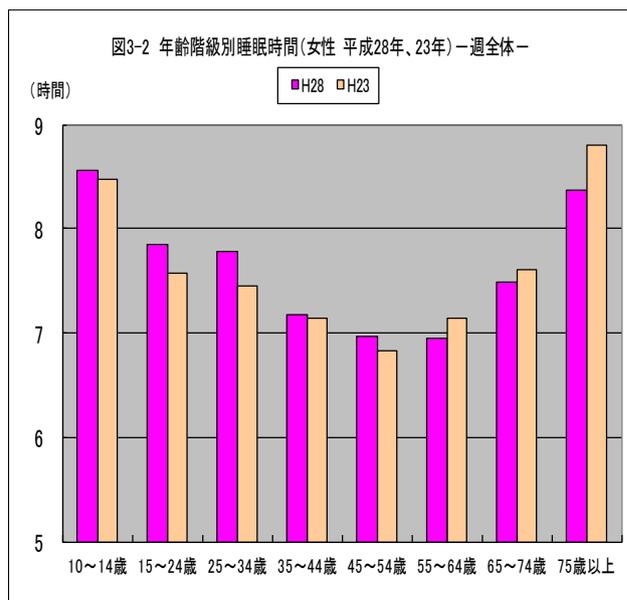
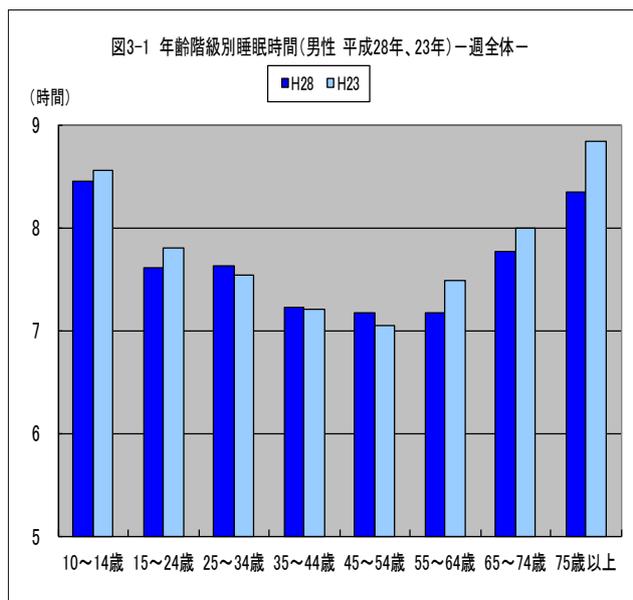
曜日別にみると、日曜日が8時間12分で最も長く、平日が7時間20分で最も短くなっている。男女別にみると、平日以外は女性よりも男性の方が長く、平成23年と比較すると、男性は週を通して減少し、女性は平日と日曜日で増加し土曜日で減少しており、男女差は週を通して縮小している。〔表4〕

表4 男女別、曜日別睡眠時間(平成28年・23年)

(単位:時間.分)

	平成28年 ①			平成23年 ②			増減 ①－②		
	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	7.20	7.54	8.12	7.21	8.01	8.11	-0.01	-0.07	0.01
男	7.20	7.59	8.17	7.24	8.08	8.21	-0.04	-0.09	-0.04
女	7.21	7.50	8.07	7.18	7.54	8.01	0.03	-0.04	0.06
男女差	-0.01	0.09	0.10	0.06	0.14	0.20	-0.07	-0.05	-0.10

年齢階級別にみると、男女とも10歳～14歳が最も長く(男性8時間27分、女性8時間33分)、男性は45～54歳及び55～64歳、女性は55～64歳で最も短くなっている(男性7時間10分、女性6時間57分)。また、平成23年と比較すると、男性は45～54歳(7分)、女性は25～34歳(20分)が最も増加しており、男女とも75歳以上が最も減少している(男性29分、女性26分)。〔図3-1、3-2〕



(単位:時間.分)

		10~14歳	15~24歳	25~34歳	35~44歳	45~54歳	55~64歳	65~74歳	75歳以上
男	H28	8.27	7.36	7.37	7.13	7.10	7.10	7.46	8.21
	H23	8.33	7.48	7.32	7.12	7.03	7.29	7.59	8.50
	増減	-0.06	-0.12	0.05	0.01	0.07	-0.19	-0.13	-0.29
女	H28	8.33	7.51	7.47	7.10	6.58	6.57	7.29	8.22
	H23	8.28	7.34	7.27	7.08	6.50	7.08	7.36	8.48
	増減	0.05	0.17	0.20	0.02	0.08	-0.11	-0.07	-0.26

(2) 食事

千葉県に住んでいる10歳以上の人の「食事時間」は1時間42分で、男性は1時間40分、女性は1時間44分と女性が4分長くなっている。平成23年と比較すると男性は3分長く、女性は2分短くなっており、全国平均と比べると、男女とも長くなっている(男性2分、女性1分)。(表5)

表5 男女別、食事時間(平成28年・23年)一週全体-

(単位:時間.分)

	千葉県 ①			全国 ②			差 ①-②	
	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年
総数	1.42	1.41	0.01	1.40	1.39	0.01	0.02	0.02
男	1.40	1.37	0.03	1.38	1.36	0.02	0.02	0.01
女	1.44	1.46	-0.02	1.43	1.42	0.01	0.01	0.04
男女差	-0.04	-0.09	0.05	-0.05	-0.06	0.01	0.01	-0.03

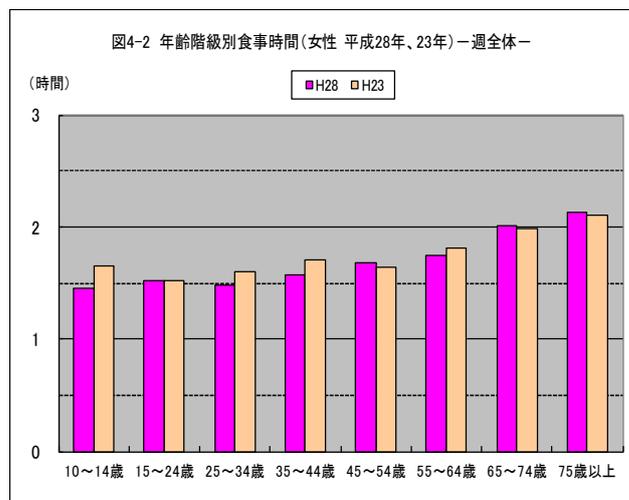
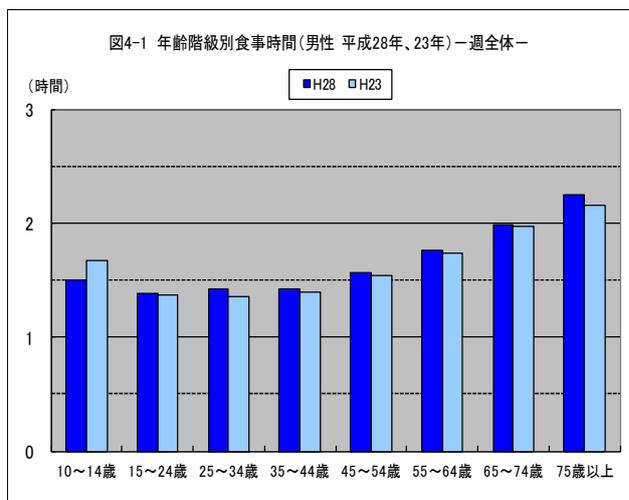
曜日別にみると、日曜日が1時間 50 分で最も長く、平日が1時間 40 分で最も短くなっており、男女別にみると、週を通して男性よりも女性の方が長くなっている。平成 23 年と比較すると男性は週を通して長くなっており、女性はほぼ変わりはなく、男女差は週を通して縮小している。〔表6〕

表6 男女別、曜日別、食事時間(平成28年・23年)

(単位:時間.分)

	平成28年 ①			平成23年 ②			増減 ①-②		
	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	1.40	1.45	1.50	1.40	1.43	1.48	0.00	0.02	0.02
男	1.37	1.43	1.48	1.35	1.39	1.45	0.02	0.04	0.03
女	1.42	1.47	1.51	1.44	1.47	1.51	-0.02	0.00	0.00
男女差	-0.05	-0.04	-0.03	-0.09	-0.08	-0.06	0.04	0.04	0.03

年齢階級別にみると、男女とも75歳以上が最も長く(男性2時間15分、女性2時間8分)、男性は15～24歳が1時間23分、女性は10～14歳が1時間27分で最も短くなっている。平成23年と比較すると、男性の75歳以上が6分、女性の45～54歳が3分と最も増加し、男女とも10～14歳(男性10分、女性12分)が最も減少している。〔図4-1、4-2〕



(単位:時間.分)

		10～14歳	15～24歳	25～34歳	35～44歳	45～54歳	55～64歳	65～74歳	75歳以上
男	H28	1.30	1.23	1.25	1.25	1.34	1.46	1.59	2.15
	H23	1.40	1.22	1.21	1.24	1.32	1.44	1.58	2.09
	増減	-0.10	0.01	0.04	0.01	0.02	0.02	0.01	0.06
女	H28	1.27	1.31	1.29	1.34	1.41	1.45	2.01	2.08
	H23	1.39	1.31	1.36	1.42	1.38	1.49	1.59	2.06
	増減	-0.12	0.00	-0.07	-0.08	0.03	-0.04	0.02	0.02

3 2次活動

(1) 仕事

千葉県に住んでいる有業者(15歳以上。以下同じ。)の「仕事時間」は5時間 48 分で、男性が6時間 44 分、女性が4時間 32 分であった。平成 23 年と比較すると男性は 15 分、女性は7分減少しており、全国平均と比べると、男性が5分、女性が 15 分短くなっている。
〔表7〕

(参考)男女別有業者数 一週全体一

	平成 28 年	平成 23 年
男	1,912 千人	1,897 千人
女	1,400 千人	1,258 千人
計	3,312 千人	3,154 千人

表7 男女別、仕事時間(平成28年・23年)一週全体一

(単位:時間.分)

	千葉県 ①			全国 ②			差 ①-②	
	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年
総数	5.48	6.03	-0.15	5.55	6.02	-0.07	-0.07	0.01
男	6.44	6.59	-0.15	6.49	6.56	-0.07	-0.05	0.03
女	4.32	4.39	-0.07	4.47	4.50	-0.03	-0.15	-0.11
男女差	2.12	2.20	-0.08	2.02	2.06	-0.04	0.10	0.14

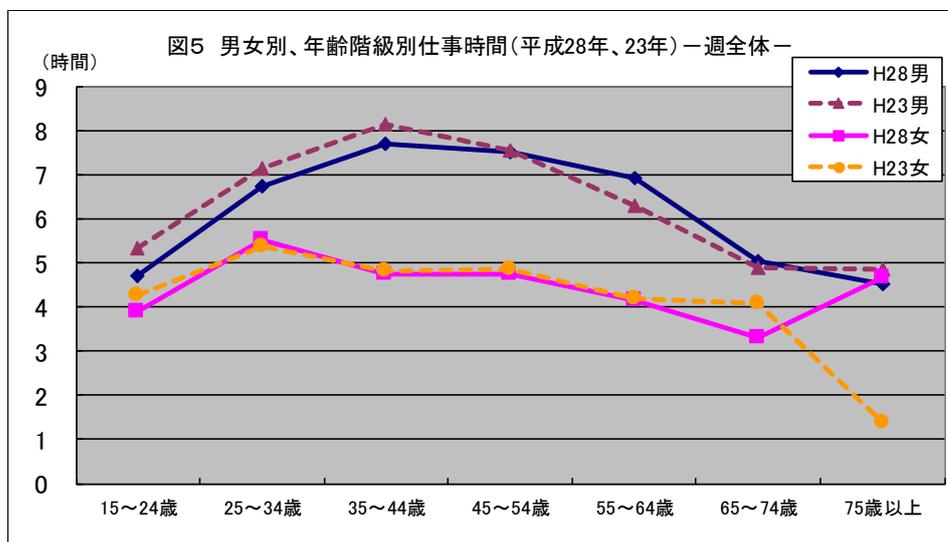
曜日別にみると、平日が7時間1分で最も長く、日曜日が2時間 13 分で最も短くなっている。平成 23 年と比較すると、平日では男性が 10 分、女性が2分減少しており、男女とも週を通して減少している。また、男女差は平成 23 年より平日及び日曜日で縮小し、土曜日で拡大している。〔表8〕

表8 男女別、曜日別、仕事時間(平成28年・23年)

(単位:時間.分)

	平成28年 ①			平成23年 ②			増減 ①-②		
	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	7.01	3.22	2.13	7.11	3.51	2.33	-0.10	-0.29	-0.20
男	8.10	3.57	2.22	8.20	4.19	2.53	-0.10	-0.22	-0.31
女	5.26	2.33	1.59	5.28	3.09	2.04	-0.02	-0.36	-0.05
男女差	2.44	1.24	0.23	2.52	1.10	0.49	-0.08	0.14	-0.26

年齢階級別にみると、男性は 35～44 歳の7時間 42 分、女性は 25～34 歳の5時間 30 分が最も長い。また、平成 23 年と比較すると、男性は 15～24 歳が 38 分、女性は 65～74 歳が 45 分で最も減少している。〔図5〕



(単位:時間.分)

		15～24歳	25～34歳	35～44歳	45～54歳	55～64歳	65～74歳	75歳以上
男	H28	4.42	6.45	7.42	7.31	6.54	5.03	4.32
	H23	5.20	7.08	8.08	7.32	6.18	4.54	4.51
	増減	-0.38	-0.23	-0.26	-0.01	0.36	0.09	-0.19
女	H28	3.53	5.30	4.44	4.44	4.08	3.19	4.39
	H23	4.16	5.22	4.49	4.50	4.12	4.04	1.24
	増減	-0.23	0.08	-0.05	-0.06	-0.04	-0.45	3.15

(2) 家事関連

千葉県に住んでいる10歳以上の人の「家事関連時間」は2時間13分で、男性は46分、女性は3時間39分であった。平成23年と比較すると、男性は4分増加、女性は12分減少しており、全国平均と比べると、男性が2分、女性が11分長くなっている。〔表9〕

表9 男女別、家事関連時間(平成28年・23年)一週全体

(単位:時間.分)

	千葉県 ①			全国 ②			差 ①-②	
	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年
総数	2.13	2.17	-0.04	2.08	2.10	-0.02	0.05	0.07
男	0.46	0.42	0.04	0.44	0.42	0.02	0.02	0.00
女	3.39	3.51	-0.12	3.28	3.35	-0.07	0.11	0.16
男女差	-2.53	-3.09	0.16	-2.44	-2.53	0.09	-0.09	-0.16

曜日別にみると、日曜日が2時間 35 分で最も長く、平日が2時間5分で最も短くなっている。平成23年と比較すると、男性は週を通して増加しており、女性は土曜日で17分増加し、平日と日曜日で減少している。また、男女差は平日と日曜日で縮小し、土曜日で拡大している。〔表10〕

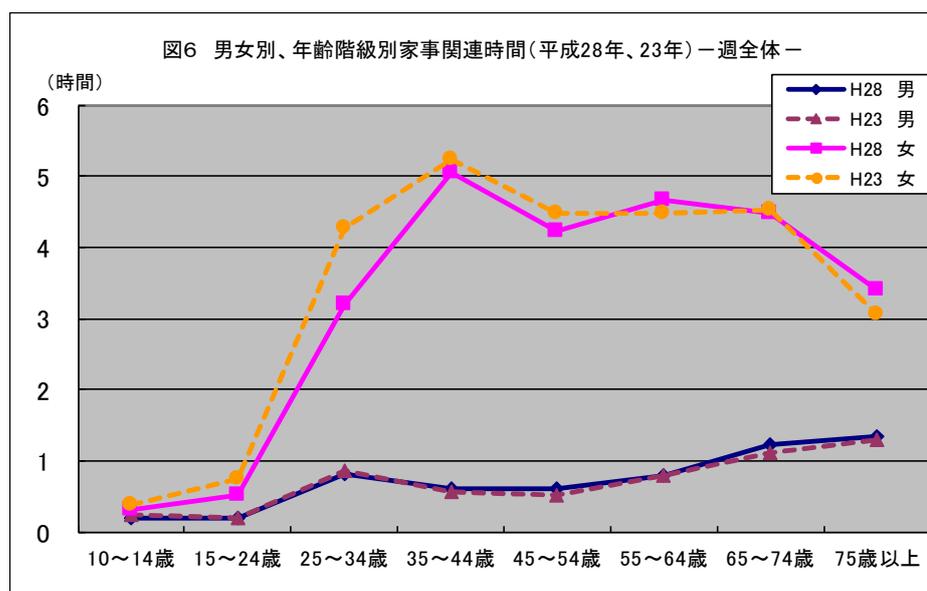
表10 男女別、曜日別家事関連時間(平成28年・23年)

(単位:時間.分)

	平成28年 ①			平成23年 ②			増減 ①-②		
	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	2.05	2.30	2.35	2.14	2.17	2.34	-0.09	0.13	0.01
男	0.35	1.07	1.16	0.34	1.00	1.10	0.01	0.07	0.06
女	3.34	3.52	3.51	3.52	3.35	3.57	-0.18	0.17	-0.06
男女差	-2.59	-2.45	-2.35	-3.18	-2.35	-2.47	0.19	-0.10	0.12

年齢階級別にみると、男性は75歳以上の1時間20分、女性は35～44歳の5時間3分が最も長くなっている。平成23年と比較すると、男性は65～74歳が7分、女性は75歳以上が21分で最も増加し、男性は10～14歳が3分、女性は25～34歳が1時間5分で最も減少している。

〔図6〕



(単位:時間.分)

		10～14歳	15～24歳	25～34歳	35～44歳	45～54歳	55～64歳	65～74歳	75歳以上
男	H28	0.11	0.12	0.49	0.37	0.36	0.47	1.13	1.20
	H23	0.14	0.12	0.51	0.33	0.31	0.47	1.06	1.17
	増減	-0.03	0.00	-0.02	0.04	0.05	0.00	0.07	0.03
女	H28	0.19	0.31	3.11	5.03	4.13	4.40	4.28	3.24
	H23	0.23	0.44	4.16	5.14	4.28	4.28	4.31	3.03
	増減	-0.04	-0.13	-1.05	-0.11	-0.15	0.12	-0.03	0.21

4 3次活動

(1) 自由時間

千葉県に住んでいる10歳以上の人の「自由時間」は5時間4分で、男性は5時間22分、女性は4時間48分と男性が34分長くなっている。平成23年と比較すると、男女ともに9分短くなっており、全国平均と比べても、男性が6分、女性が2分短くなっている。〔表11〕

表11 男女別、自由時間(平成28年・23年)一週全体一

(単位:時間.分)

	千葉県 ①			全国 ②			差 ①-②	
	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年	増減	平成28年	平成23年
総数	5.04	5.14	-0.10	5.10	5.12	-0.02	-0.06	0.02
男	5.22	5.31	-0.09	5.28	5.30	-0.02	-0.06	0.01
女	4.48	4.57	-0.09	4.50	4.59	-0.09	-0.02	-0.02
男女差	0.34	0.34	0.00	0.38	0.31	0.07	-0.04	0.03

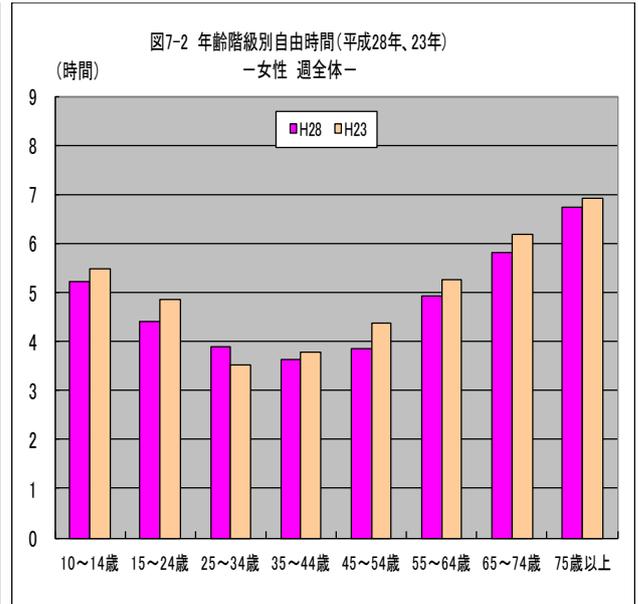
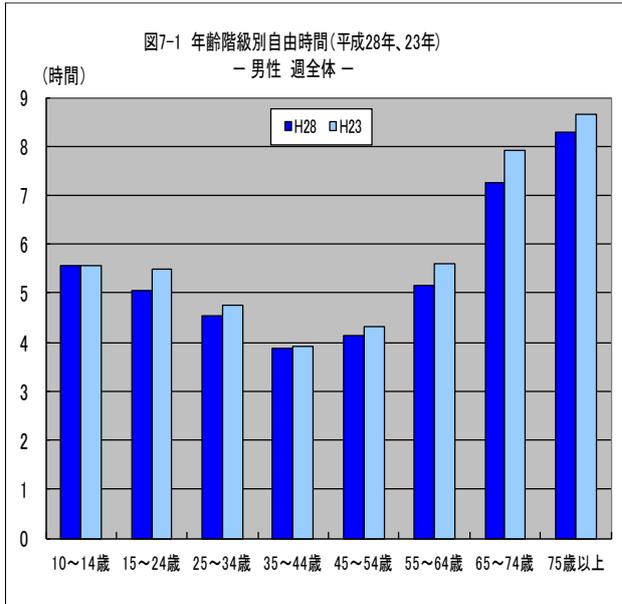
曜日別にみると、日曜日が6時間32分で最も長く、平日が4時間35分で最も短くなっている。男女別にみると、平成23年と比べて男女とも週を通して減少しており、特に女性では土曜日に20分の減となっている。また、男女差は平成23年より平日で縮小しており、土曜日と日曜日で拡大している。〔表12〕

表12 男女別、曜日別自由時間(平成28年・23年)

(単位:時間.分)

	平成28年 ①			平成23年 ②			増減 ①-②		
	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日	平日	土曜日	日曜日
総数	4.35	6.03	6.32	4.43	6.19	6.42	-0.08	-0.16	-0.10
男	4.38	6.48	7.34	4.51	6.57	7.36	-0.13	-0.09	-0.02
女	4.33	5.21	5.33	4.37	5.41	5.48	-0.04	-0.20	-0.15
男女差	0.05	1.27	2.01	0.14	1.16	1.48	-0.09	0.11	0.13

年齢階級別にみると、男女とも75歳以上が最も長く(男性8時間17分、女性6時間43分)、35～44歳が最も短くなっている(男性3時間52分、女性3時間38分)。平成23年と比較すると、男性が10～14歳で1分、女性が25～34歳で22分と最も増加しており、男性が65～74歳で39分、女性が45～54歳で31分と最も減少している。〔図7-1、7-2〕



(単位:時間.分)

		10~14歳	15~24歳	25~34歳	35~44歳	45~54歳	55~64歳	65~74歳	75歳以上
男	H28	5.34	5.03	4.33	3.52	4.09	5.10	7.15	8.17
	H23	5.33	5.30	4.45	3.54	4.20	5.36	7.54	8.39
	増減	0.01	-0.27	-0.12	-0.02	-0.11	-0.26	-0.39	-0.22
女	H28	5.13	4.24	3.54	3.38	3.52	4.56	5.48	6.43
	H23	5.29	4.50	3.32	3.47	4.23	5.15	6.11	6.56
	増減	-0.16	-0.26	0.22	-0.09	-0.31	-0.19	-0.23	-0.13

自由時間の内訳をみると、男女とも「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」の時間が最も長く(男性2時間12分、女性2時間5分)、「ボランティア活動・社会参加活動」の時間が4分で最も短くなっている。平成23年と比較すると、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」の時間が男女とも10分以上減少しており、他の項目より増減幅が大きい。〔表13〕

表13 男女別、自由時間内訳(平成28年・23年) - 週全体 -

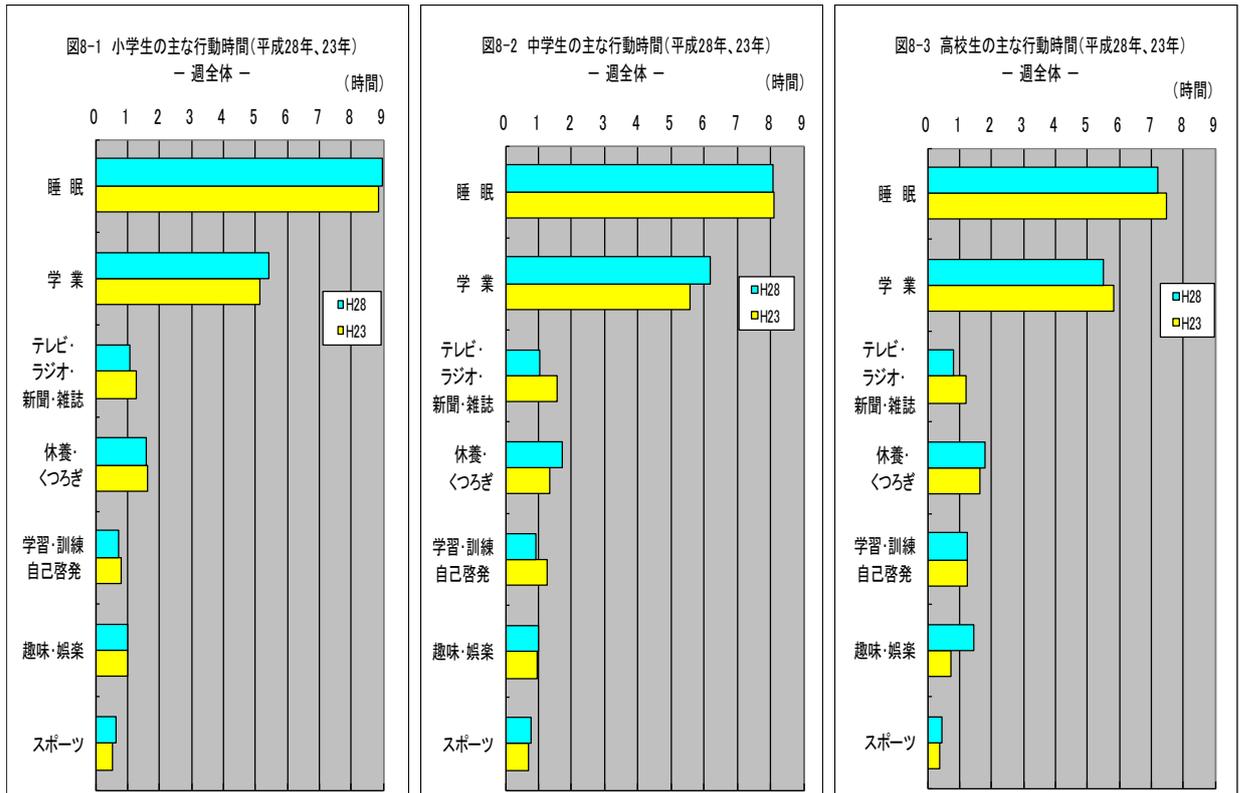
(単位:時間.分)

		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	ボランティア活動・社会参加活動
男	H28	2.12	1.32	0.13	1.02	0.19	0.04
	H23	2.26	1.30	0.18	0.56	0.18	0.03
	増減	-0.14	0.02	-0.05	0.06	0.01	0.01
女	H28	2.05	1.35	0.15	0.38	0.11	0.04
	H23	2.22	1.30	0.14	0.37	0.11	0.03
	増減	-0.17	0.05	0.01	0.01	0.00	0.01

5 属性別の生活時間

(1) 在学者

小学生、中学生、高校生の主な行動時間を平成23年と比較すると、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」の時間が、小学生で13分、中学生で31分、高校生で24分と最も減少している。一方、小学生、中学生では「学業」が(小学生18分、中学生36分)、高校生では「趣味・娯楽」が41分と最も増加している。〔図8-1～8-3〕



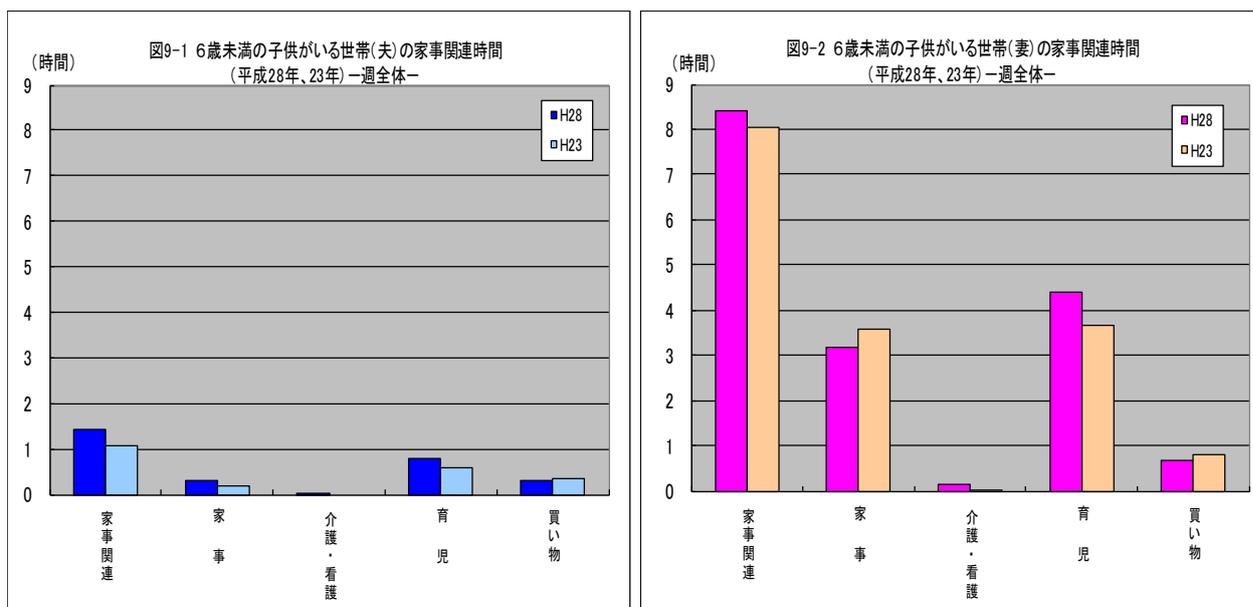
(単位: 時間・分)

		睡眠	学業	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
小学生	H28	8.59	5.26	1.05	1.37	0.43	1.01	0.40
	H23	8.52	5.08	1.18	1.39	0.48	1.01	0.32
	増減	0.07	0.18	-0.13	-0.02	-0.05	0.00	0.08
中学生	H28	8.04	6.10	1.03	1.43	0.55	1.01	0.47
	H23	8.06	5.34	1.34	1.20	1.17	0.58	0.43
	増減	-0.02	0.36	-0.31	0.23	-0.22	0.03	0.04
高校生	H28	7.12	5.31	0.49	1.48	1.15	1.26	0.27
	H23	7.29	5.50	1.13	1.38	1.15	0.45	0.22
	増減	-0.17	-0.19	-0.24	0.10	0.00	0.41	0.05

(2) 夫と妻

ア 6歳未満の子供を持つ世帯

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、夫と妻の家事関連時間を平成23年と比較すると、夫が21分、妻が22分増加している。その内訳をみると、夫は「買い物」の時間が減少し、「家事」、「育児」の時間が増加しており、妻は「家事」、「買い物」の時間が減少し、「育児」の時間が増加している。〔図9-1、9-2〕



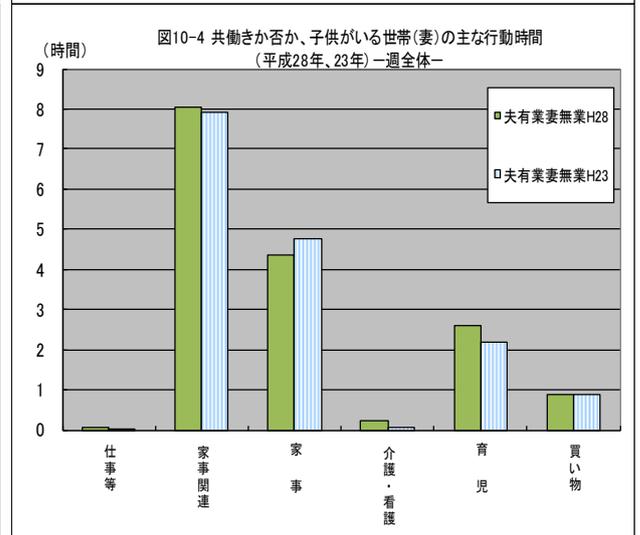
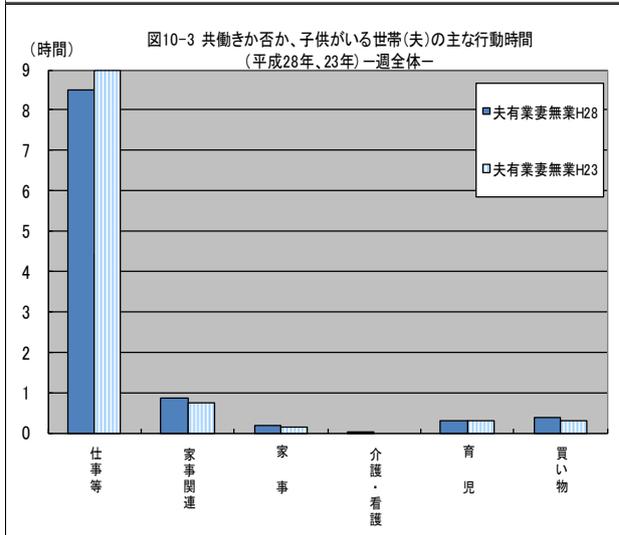
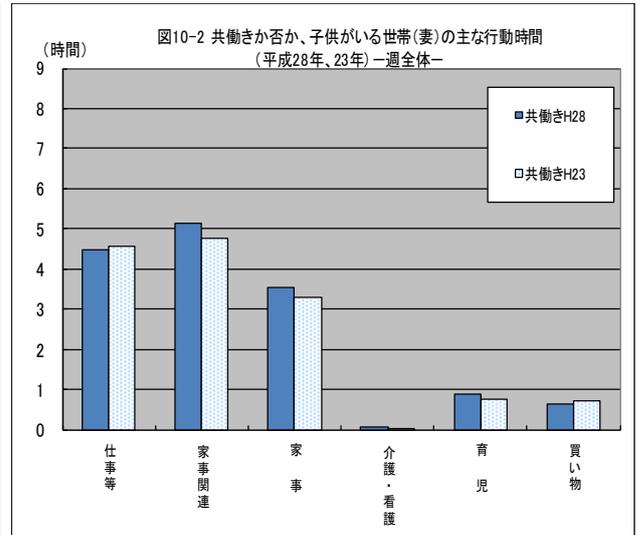
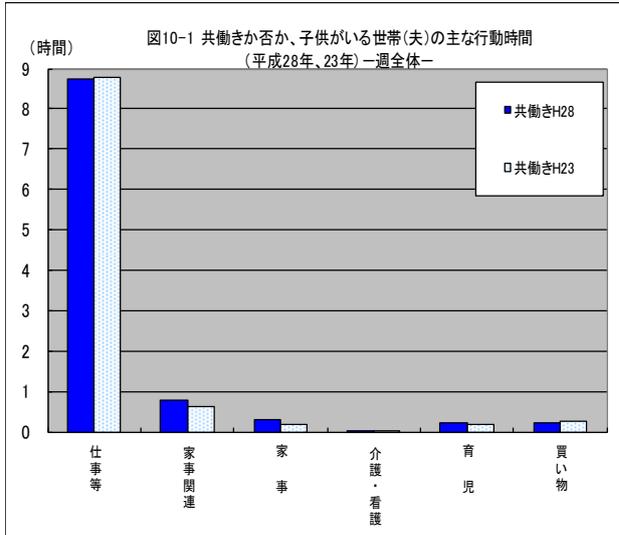
(単位: 時間. 分)

		家事関連				
		家事	介護・看護	育児	買い物	
夫	H28	1.26	0.19	0.02	0.48	0.17
	H23	1.05	0.10	0.00	0.34	0.21
	増減	0.21	0.09	0.02	0.14	-0.04
妻	H28	8.24	3.10	0.08	4.25	0.41
	H23	8.02	3.34	0.01	3.40	0.47
	増減	0.22	-0.24	0.07	0.45	-0.06

イ 共働き世帯と妻が無業の世帯

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、夫と妻の生活時間を平成23年と比較すると、仕事等(「通勤・通学」、「仕事」及び「学業」の合計)では「共働き世帯」の夫、妻及び「夫が有業で妻が無業の世帯」の夫が減少し、家事関連では両世帯の夫、妻ともに増加している。家事関連の内訳をみると、「共働き世帯」では夫、妻ともに「買い物」の時間が減少し、「家事」、「育児」の時間が増加して

おり、「夫が有業で妻が無業の世帯」では妻は「家事」の時間が減少し、「育児」の時間が増加している。〔図 10-1～10-4〕

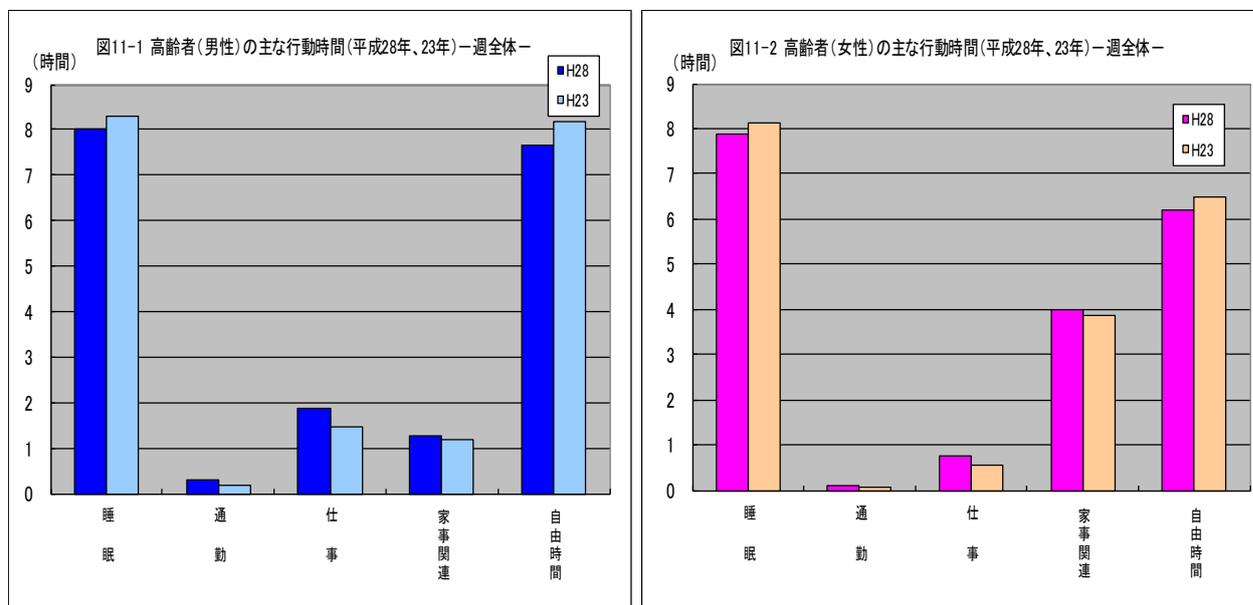


(単位: 時間. 分)

			仕事等	家事関連	家事	介護・看護	育児	買い物
共働き世帯	夫	H28	8.45	0.47	0.18	0.02	0.13	0.14
		H23	8.47	0.37	0.11	0.01	0.10	0.15
		増減	-0.02	0.10	0.07	0.01	0.03	-0.01
	妻	H28	4.28	5.07	3.32	0.04	0.54	0.37
		H23	4.34	4.47	3.17	0.02	0.45	0.43
		増減	-0.06	0.20	0.15	0.02	0.09	-0.06
夫が有業で妻が無業の世帯	夫	H28	8.31	0.53	0.10	0.02	0.18	0.23
		H23	8.59	0.44	0.08	0.00	0.17	0.19
		増減	-0.28	0.09	0.02	0.02	0.01	0.04
	妻	H28	0.03	8.03	4.21	0.13	2.35	0.54
		H23	0.02	7.56	4.46	0.04	2.12	0.54
		増減	0.01	0.07	-0.25	0.09	0.23	0.00

(3) 高齢者

65歳以上の高齢者の主な行動時間を平成23年と比較すると、男女とも「自由時間」が最も減少しており(男性31分、女性18分)、「仕事」が最も増加している(男性26分、女性13分)。〔図11-1、11-2〕



(単位:時間.分)

		睡眠	通勤	仕事	家事関連	自由時間
男	H28	8.01	0.18	1.53	1.16	7.40
	H23	8.18	0.11	1.27	1.10	8.11
	増減	-0.17	0.07	0.26	0.06	-0.31
女	H28	7.52	0.05	0.45	3.59	6.12
	H23	8.08	0.03	0.32	3.52	6.30
	増減	-0.16	0.02	0.13	0.07	-0.18

(4) スマートフォン、パソコンなどの使用状況

ア スマートフォン・パソコンなどを使用した人の割合

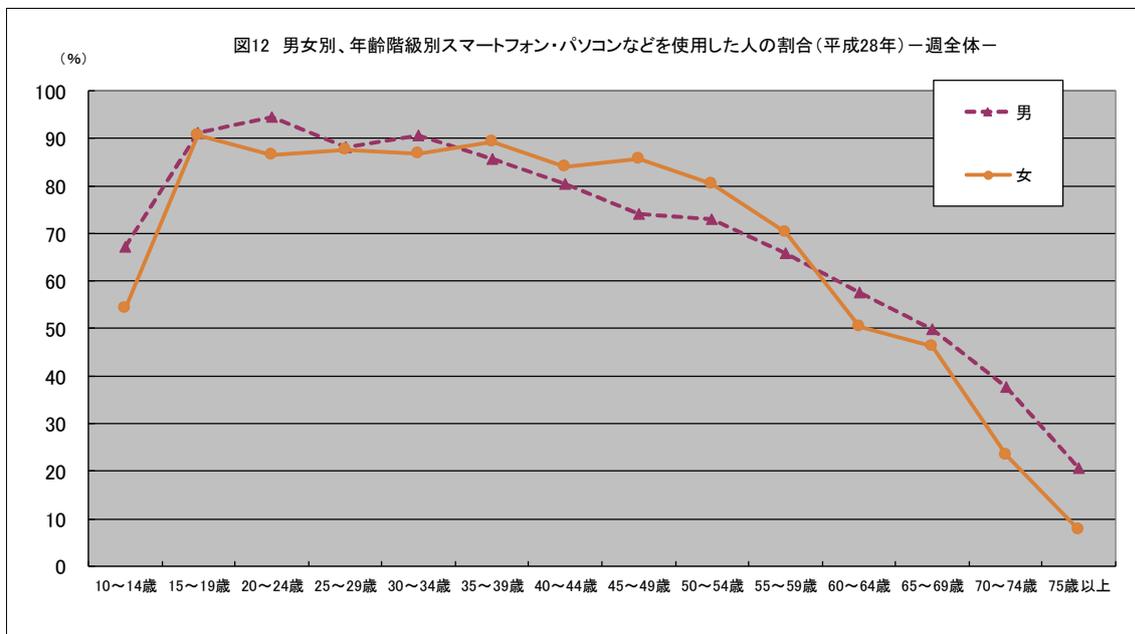
スマートフォン・パソコンなどを学業、仕事以外の目的で使用した人の割合は65.0%(男性67.4%、女性62.5%)となっており、全国平均の60.1%を上回っている。男女差を見ると、女性よりも男性の方が4.9ポイント増加している。〔表14〕

※「スマートフォン・パソコンなど」には、携帯電話、タブレット型端末を含む。

表14 男女別、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)－週全体－

	千葉県			全 国			差 ①－②
	10歳以上 推定人口 (千人)	使用した人 (千人)	使用割合① (%)	10歳以上 推定人口 (千人)	使用した人 (千人)	使用割合② (%)	
総 数	5,614	3,648	65.0	113,300	68,117	60.1	4.9
男	2,795	1,885	67.4	55,207	34,193	61.9	5.5
女	2,819	1,763	62.5	58,093	33,924	58.4	4.1
男女差	-24	122	4.9	-2,886	269	3.5	1.4

年齢階級別にみると、男性は20～24歳の94.4%、女性は15～19歳の90.7%が最も使用割合が高くなっており、男女とも75歳以上が最も低くなっている(男性20.7%、女性7.7%)。〔図12〕



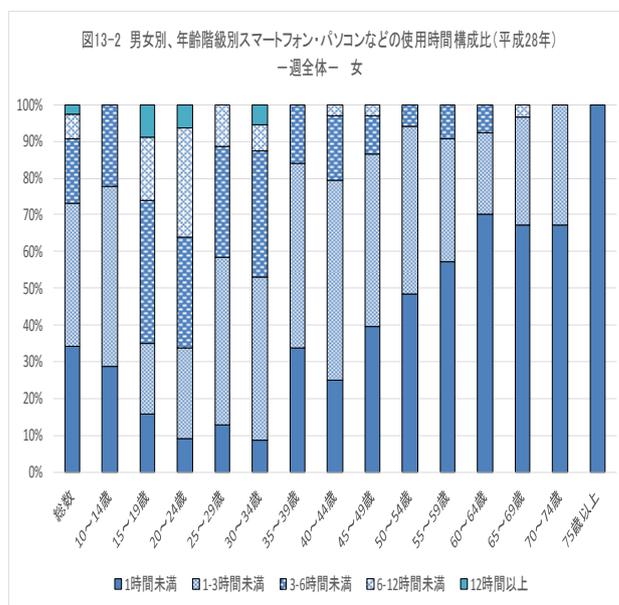
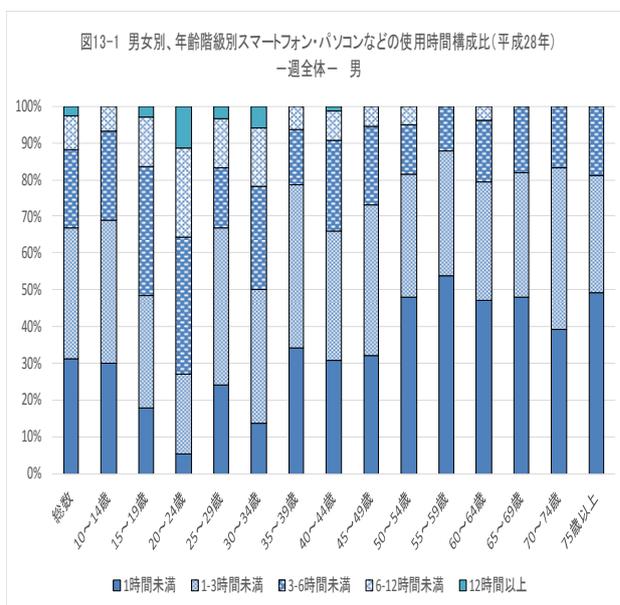
(単位：%)

	男	女		男	女
総数	67.4	62.5	45～49歳	74.2	85.5
10～14歳	67.2	54.2	50～54歳	73.0	80.5
15～19歳	91.3	90.7	55～59歳	65.9	70.1
20～24歳	94.4	86.6	60～64歳	57.6	50.5
25～29歳	88.2	87.5	65～69歳	49.8	46.2
30～34歳	90.7	86.8	70～74歳	37.6	23.5
35～39歳	85.6	89.3	75歳以上	20.7	7.7
40～44歳	80.5	84.0			

イ スマートフォン・パソコンなどの使用時間

スマートフォン・パソコンなどを使用した人の使用時間の構成比をみると、男女とも1-3時間未満が最も高くなっており(男性 35.5%、女性 39.1%)、使用割合が最も高かった男性の20~24歳及び女性の15~19歳では、3-6時間未満が最も高くなっている。

[図 13-1、13-2]



(単位: %)

	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	31.2	35.5	21.7	9.0	2.6	34.1	39.1	17.6	6.8	2.4
10~14歳	30.0	38.9	24.4	6.7	...	28.6	49.2	22.2
15~19歳	17.9	30.6	35.1	13.4	3.0	15.9	19.0	38.9	17.5	8.7
20~24歳	5.4	21.6	37.2	24.3	11.5	8.9	25.0	29.8	29.8	6.5
25~29歳	23.9	42.8	16.7	13.0	3.6	12.8	45.6	30.4	11.2	...
30~34歳	13.4	36.6	28.0	15.9	6.1	8.7	44.3	34.2	7.4	5.4
35~39歳	34.1	44.5	15.0	6.4	...	33.5	50.6	15.9
40~44歳	30.8	35.3	24.4	8.0	1.5	24.7	54.5	17.7	3.0	...
45~49歳	32.0	40.9	21.5	5.5	...	39.6	46.9	10.4	3.1	...
50~54歳	47.8	33.8	13.2	5.1	...	48.3	45.6	6.1
55~59歳	53.7	34.3	12.0	57.3	33.3	9.4	...	-
60~64歳	47.1	32.4	16.7	3.9	...	70.0	22.2	7.8
65~69歳	47.8	33.9	18.3	67.3	29.2	...	3.5	-
70~74歳	39.0	44.1	16.9	...	-	67.4	32.6	-
75歳以上	49.1	32.1	18.9	...	-	100.0	-

(5) 主な行動の平均時刻

平日の平均起床時刻は6時 25 分、平均朝食開始時刻は7時2分で、全国平均よりも起床時刻で7分、朝食時刻で5分早くなっている。平日の平均夕食開始時刻は19時 15 分、平均就寝時刻は23時 15 分で、全国平均よりも夕食時刻で10分、就寝時刻で3分遅くなっており、夕食開始時刻は週を通して全国平均よりも遅くなっている。〔表 15-1〕

起床から就寝までの活動時間を平成 23 年と比較すると、平日では、起床時刻が7分、就寝時刻が2分早まったため5分増加し 16 時間 50 分となり、土曜日では、起床時刻が11分、就寝時刻が9分早まったため2分増加し 16 時間 14 分、最も短い日曜日では、起床時刻が遅くなり、就寝時刻が早くなったことから 10 分減少し 15 時 54 分となっている。

〔表 15-1(再掲)〕

有業者の平日の平均出勤時刻は8時2分、仕事からの平均帰宅時刻は19時9分で、平成 23 年と比較すると、出勤時刻、帰宅時刻ともに平日と土曜日は早く、日曜日は遅くなっている。〔表 15-2〕

表15-1 曜日別、主な行動の平均時刻

(平成28年、23年) (単位:時.分)

		千葉県		全国	
		H28	H23	H28	H23
起床時刻	平日	6:25	6:32	6:32	6:37
	土曜日	6:58	7:09	7:01	7:08
	日曜日	7:09	7:07	7:09	7:17
朝食開始時刻	平日	7:02	7:05	7:07	7:10
	土曜日	7:28	7:38	7:28	7:33
	日曜日	7:39	7:40	7:37	7:41
夕食開始時刻	平日	19:15	19:16	19:05	19:06
	土曜日	18:53	18:57	18:49	18:51
	日曜日	18:51	18:53	18:43	18:44
就寝時刻	平日	23:15	23:17	23:12	23:15
	土曜日	23:12	23:21	23:13	23:17
	日曜日	23:03	23:11	23:01	23:06

表15-1(再掲) 曜日別、起床、就寝の平均時刻

【千葉県】		起床時刻 (時.分)	就寝時刻 (時.分)	起床から就寝までの時間 (時間.分)
平日	H28	6:25	23:15	16:50
	H23	6:32	23:17	16:45
土曜日	H28	6:58	23:12	16:14
	H23	7:09	23:21	16:12
日曜日	H28	7:09	23:03	15:54
	H23	7:07	23:11	16:04

表15-2 曜日別、出勤、仕事からの帰宅の平均時刻

(平成28年、23年) (単位:時.分)

		千葉県		全国	
		H28	H23	H28	H23
出勤時刻	平日	8:02	8:23	8:24	8:26
	土曜日	8:37	8:57	8:48	8:56
	日曜日	9:53	9:23	9:35	9:33
帰宅時刻	平日	19:09	19:27	18:53	18:56
	土曜日	18:11	18:39	18:17	18:26
	日曜日	19:16	18:51	18:47	18:37

【参考】千葉県ランキング(平成 28 年)

仕事時間一週全体、有業者一

順位	都道府県	仕事時間 (時間.分)
	全国	5.55
1位	熊本県	6.26
2位	福島県	6.22
3位	岩手県	6.20
40位	千葉県	5.48

通勤・通学時間(行動者平均時間)一平日一

順位	都道府県	通勤・通学 時間 (時間.分)
	全国	1.19
1位	神奈川県	1.45
2位	千葉県	1.42
3位	埼玉県	1.36

※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

テレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間一週全体一

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位	北海道	2.38
2位	山口県	2.37
3位	鳥取県	2.34
42位	千葉県	2.08

スマートフォン・パソコンなどを使用した人の
人数及び割合一週全体一

順位	都道府県	使用 割合 (%)	推定人口 (千人)	使用した人 (千人)
	全国	60.1	113,300	68,117
1位	東京都	70.7	12,346	8,734
2位	神奈川県	69.3	8,216	5,697
3位	千葉県	65.0	5,614	3,648

平均起床時刻一平日一

順位	都道府県	起床時刻 (時.分)
	全国	6:32
1位	岩手県	6:17
2位	青森県 静岡県	6:18
15位	千葉県	6:25

平均就寝時刻一平日一

順位	都道府県	就寝時刻 (時.分)
	全国	23:12
1位	秋田県	22:33
2位	青森県	22:38
3位	岩手県	22:43
35位	千葉県	23:15

平均出勤時刻一平日、有業者一

順位	都道府県	出勤時刻 (時.分)
	全国	8:24
1位	千葉県	8:02
2位	福島県	8:06
3位	青森県 岩手県 秋田県 滋賀県	8:09

仕事からの平均帰宅時刻一平日、有業者一

順位	都道府県	帰宅時刻 (時.分)
	全国	18:53
1位	高知県	18:09
2位	島根県 宮崎県	18:16
44位	千葉県	19:09