

## 平成23年社会生活基本調査 山形県に係る結果の要約

### ○社会生活基本調査とは

社会生活基本調査は、国民の生活時間の配分及び自由時間における主な活動について調査し、各種行政施策の基礎資料を得ることを目的として、昭和51年の第1回調査以来5年ごとに実施している。

平成23年社会生活基本調査は、全国の世帯から無作為に選定した約8万3千世帯に居住する10歳以上の世帯員約20万人を対象に、本県においては1,488世帯、4,161人を対象に、平成23年10月20日現在で実施し、第8回目となる。

この資料は、総務省統計局で公表された調査結果から、山形県について主なものを取りまとめた。

### 目 次

《 生活時間 》	1	1日の生活時間の配分	・・・	1
	2	1次活動時間	・・・	3
	3	2次活動時間	・・・	5
	4	3次活動時間	・・・	7
	5	主な活動の平均時刻	・・・	9
《 生活行動 》	1	学習・自己啓発・訓練	・・・	10
	2	ボランティア活動	・・・	12
	3	スポーツ	・・・	14
	4	趣味・娯楽	・・・	16
	5	旅行・行楽	・・・	18

### ○ 主な用語

- ・平均時間・・・一人1日当たりの平均行動時間数  
   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についての平均  
   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
- ・1次活動・・・睡眠、食事など生理的に必要な活動
- ・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
- ・3次活動・・・1次活動、2次活動以外の各人が自由に使える時間における活動
- ・家事関連時間・・・「家事」「介護・看護」「育児」「買い物」の合計時間
- ・休養等自由時間活動・・・「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」「休養・くつろぎ」の合計時間
- ・積極的自由時間活動・・・「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」の合計時間
- ・行動者数・・・過去1年間に該当する種類の行動を行った人(10歳以上)の数
- ・行動者率・・・10歳以上人口に占める行動者数の割合(%)
- ・行動の種類別行動者率・・・過去1年間に行った行動の種類を全て選ぶ複数回答による行動者率

### ○ 注意事項

- ・特に断りがない限り、表、図は総平均時間で表示している
- ・表章単位未満で四捨五入していること、総数に「分類不能」、「不詳」を含むため、「総数」と内訳を合計した数値とは必ずしも一致しない

# 《生活時間》

## 1 1日の生活時間の配分

### (1) 概観

#### ○ 3次活動時間は増加、1次活動時間及び2次活動時間は減少

10歳以上の人について1日の生活時間（週全体平均。以下「週全体」という。）をみると、1次活動時間が10時間50分、2次活動時間が6時間46分、3次活動時間が6時間25分となっている。

平成18年と比べると、1次活動時間は2分の減少、2次活動時間は7分の減少、3次活動時間は10分の増加となっている。

全国平均と比べると、1次活動時間は10分長く、2次活動時間は7分短く、3次活動時間は2分短くなっている。

#### ○ 1次活動時間、2次活動時間及び3次活動時間の男女の差は縮小

男女別にみると、男性は1次活動時間が10時間49分、2次活動時間が6時間39分、3次活動時間が6時間32分、女性は1次活動時間が10時間50分、2次活動時間が6時間51分、3次活動時間が6時間18分となっており、1次活動時間及び2次活動時間は女性が長く、3次活動時間は男性が長くなっている。

平成18年と比べると、男性は1次活動時間が7分の減少、2次活動時間が1分の減少、3次活動時間が7分の増加、女性は1次活動時間が1分の増加、2次活動時間が14分の減少、3次活動時間が12分の増加となっている。男女の差を平成18年と比べると、1次活動時間は7分差が1分差に、2次活動時間は25分差が12分差に、3次活動時間は19分差が14分差にと全ての活動時間で差が縮小している。

表1 男女、行動の種類別生活時間(平成18年、23年) — 週全体

(時間、分)

	総数			男			女			
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	
<b>全国</b>	<b>1次活動</b>	10.37	10.40	0.03	10.31	10.33	0.02	10.42	10.46	0.04
	<b>2次活動</b>	7.00	6.53	-0.07	6.58	6.49	-0.09	7.03	6.57	-0.06
	<b>3次活動</b>	6.23	6.27	0.04	6.31	6.38	0.07	6.15	6.16	0.01
<b>山形県</b>	<b>1次活動</b>	<b>10.52</b>	<b>10.50</b>	<b>-0.02</b>	<b>10.56</b>	<b>10.49</b>	<b>-0.07</b>	<b>10.49</b>	<b>10.50</b>	<b>0.01</b>
	睡眠	8.05	7.57	-0.08	8.17	8.05	-0.12	7.55	7.50	-0.05
	身の回りの用事	1.11	1.15	0.04	1.04	1.07	0.03	1.17	1.22	0.05
	食事	1.36	1.37	0.01	1.35	1.37	0.02	1.38	1.38	0.00
	<b>2次活動</b>	<b>6.53</b>	<b>6.46</b>	<b>-0.07</b>	<b>6.40</b>	<b>6.39</b>	<b>-0.01</b>	<b>7.05</b>	<b>6.51</b>	<b>-0.14</b>
	通勤・通学	0.21	0.23	0.02	0.25	0.29	0.04	0.18	0.18	0.00
	仕事	3.52	3.44	-0.08	4.52	4.44	-0.08	2.57	2.48	-0.09
	家業	0.40	0.37	-0.03	0.43	0.43	0.00	0.37	0.31	-0.06
	家事	1.22	1.20	-0.02	0.18	0.19	0.01	2.20	2.16	-0.04
	介護・看護	0.04	0.03	-0.01	0.02	0.01	-0.01	0.06	0.04	-0.02
	育児	0.13	0.15	0.02	0.05	0.06	0.01	0.20	0.23	0.03
	買い物	0.21	0.23	0.02	0.15	0.16	0.01	0.27	0.30	0.03
	<b>3次活動</b>	<b>6.15</b>	<b>6.25</b>	<b>0.10</b>	<b>6.25</b>	<b>6.32</b>	<b>0.07</b>	<b>6.06</b>	<b>6.18</b>	<b>0.12</b>
	移動(通勤・通学を除く)	0.26	0.26	0.00	0.26	0.25	-0.01	0.26	0.26	0.00
	テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.22	2.33	0.11	2.25	2.38	0.13	2.20	2.30	0.10
	休養・くつろぎ	1.30	1.31	0.01	1.28	1.28	0.00	1.32	1.35	0.03
	学習・自己啓発・訓練(学業以外) 1)	0.08	0.09	0.01	0.08	0.09	0.01	0.09	0.09	0.00
	趣味・娯楽	0.39	0.38	-0.01	0.50	0.46	-0.04	0.29	0.31	0.02
	スポーツ	0.12	0.13	0.01	0.16	0.17	0.01	0.08	0.10	0.02
	ボランティア活動・社会参加活動	0.04	0.04	0.00	0.05	0.05	0.00	0.03	0.03	0.00
	交際・付き合い	0.23	0.22	-0.01	0.22	0.21	-0.01	0.25	0.23	-0.02
	受診・療養	0.13	0.10	-0.03	0.09	0.08	-0.01	0.16	0.13	-0.03
	その他	0.17	0.17	0.00	0.16	0.16	0.00	0.18	0.19	0.01
	(再掲)									
	家事関連時間 2)	2.00	2.01	0.01	0.40	0.42	0.02	3.13	3.13	0.00
	休養等自由時間活動 3)	3.52	4.04	0.12	3.53	4.06	0.13	3.52	4.05	0.13
	積極的自由時間活動 4)	1.03	1.04	0.01	1.19	1.17	-0.02	0.49	0.53	0.04

(注)

1) 平成18年の調査項目名は「学習・研究(学業以外)」

2) 「家事」「介護・看護」「育児」「買い物」の合計時間

3) 「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」「休養・くつろぎ」の合計時間

4) 「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」の合計時間

## (2) 年齢階級別にみる生活時間

### ○ 2次活動時間は、男女とも35～44歳が最も長い

年齢階級別にみると、1次活動時間は、男性は15～24歳(9時間59分)、女性は45～54歳(9時間43分)が最も短く、男女とも10～14歳及び65歳以上で11時間を超えている。

2次活動時間は、男女とも35～44歳(男性8時間46分、女性9時間23分)で最も長く、これより年齢階級が低くなるほど及び高くなるほど短くなる傾向になっている。

3次活動時間は、男女とも35～44歳(男性5時間12分、女性4時間25分)で最も短く、これより年齢階級が低くなるほど及び高くなるほど長くなる傾向になっている。

平成18年と比べると、男性は25～34歳で2次活動時間が大幅に増加し(42分)、1次活動時間が36分、3次活動時間が5分減少、女性は65～74歳で2次活動時間が大幅に減少し(46分)、1次活動時間が7分減少、3次活動時間が53分増加している。

表2 男女、年齢階級別行動の種類別生活時間一週全体

(時間.分)

	男			女		
	1次活動	2次活動	3次活動	1次活動	2次活動	3次活動
10～14歳	11.07 ( 0.25 )	5.45 ( -0.21 )	7.07 ( -0.05 )	11.09 ( 0.18 )	6.02 ( -0.24 )	6.49 ( 0.05 )
15～24歳	9.59 ( -0.29 )	7.33 ( -0.03 )	6.28 ( 0.32 )	10.31 ( 0.21 )	7.16 ( -0.20 )	6.13 ( 0.00 )
25～34歳	10.09 ( -0.36 )	8.28 ( 0.42 )	5.24 ( -0.05 )	10.29 ( -0.20 )	8.49 ( 0.21 )	4.42 ( -0.01 )
35～44歳	10.03 ( -0.18 )	8.46 ( 0.30 )	5.12 ( -0.11 )	10.11 ( 0.15 )	9.23 ( 0.13 )	4.25 ( -0.29 )
45～54歳	10.11 ( 0.03 )	8.15 ( -0.04 )	5.33 ( 0.00 )	9.43 ( -0.07 )	9.08 ( -0.01 )	5.09 ( 0.07 )
55～64歳	10.48 ( -0.08 )	7.04 ( -0.11 )	6.08 ( 0.19 )	10.20 ( -0.08 )	7.43 ( -0.04 )	5.57 ( 0.13 )
65～74歳	11.39 ( 0.00 )	3.58 ( -0.10 )	8.23 ( 0.10 )	11.13 ( -0.07 )	5.11 ( -0.46 )	7.36 ( 0.53 )
75歳以上	12.46 ( -0.03 )	2.27 ( 0.16 )	8.47 ( -0.13 )	12.33 ( -0.03 )	2.49 ( -0.03 )	8.38 ( 0.06 )

注： ( )は平成18年からの増減

## 2 1次活動時間

### (1) 睡眠時間

#### ○ 睡眠時間 7時間 57分は全国 4位

睡眠時間は、男性が8時間5分、女性が7時間50分と男性が15分長くなっており、総数の睡眠時間は7時間57分で全国平均と比べて15分長く、全国4位となっている。(平成18年調査は全国1位)

年齢階級別に見ると45～54歳が7時間13分と最も短く、次いで35～44歳の7時間24分などとなっており、75歳以上が9時間28分で最も長くなっている。

男女別にみると、全ての年齢階級で男性が長く、特に45～64歳では女性より30分以上長くなっている。

平成18年と比べると、10～14歳、75歳以上を除く全ての年齢階級で減少となっている。

#### ○ 男女とも土曜日が増加、平日、日曜日が減少

睡眠時間を曜日別にみると、1日(午前0時から起算する24時間)のうち、平日が7時間50分、土曜日が8時間11分、日曜日が8時間21分となり、平日に比べ日曜日が31分長くなっている。

平成18年と比べると、男女ともに土曜日は増加し、平日及び日曜日は減少となっている。

表3 男女、年齢階級別睡眠時間(平成18年、23年)一週全体

(時間.分)

	総数			男			女			男-女
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成23年
全国総数	7.42	7.42	0.00	7.49	7.49	0.00	7.35	7.36	0.01	0.13
山形県総数	8.05	7.57	-0.08	8.17	8.05	-0.12	7.55	7.50	-0.05	0.15
10～14歳	8.25	8.35	0.10	8.27	8.37	0.10	8.24	8.32	0.08	0.05
15～24歳	7.48	7.39	-0.09	8.04	7.40	-0.24	7.31	7.39	0.08	0.01
25～34歳	8.02	7.38	-0.24	8.11	7.42	-0.29	7.52	7.33	-0.19	0.09
35～44歳	7.35	7.24	-0.11	7.55	7.32	-0.23	7.16	7.15	-0.01	0.17
45～54歳	7.25	7.13	-0.12	7.44	7.32	-0.12	7.06	6.54	-0.12	0.38
55～64歳	7.49	7.37	-0.12	8.05	7.55	-0.10	7.32	7.18	-0.14	0.37
65～74歳	8.25	8.12	-0.13	8.39	8.26	-0.13	8.13	8.00	-0.13	0.26
75歳以上	9.27	9.28	0.01	9.40	9.42	0.02	9.19	9.19	0.00	0.23

表4 都道府県別睡眠時間一週全体

(時間.分)

順位	都道府県	睡眠時間	順位	都道府県	睡眠時間
1	秋田県	8.02	44	千葉県	7.34
2	青森県	8.01	44	兵庫県	7.34
3	高知県	8.00	46	奈良県	7.33
4	山形県	7.57	47	神奈川県	7.31
5	福島県	7.55		全国	7.42

表5 男女、曜日別睡眠時間

(時間.分)

	総数			男			女		
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減
平日	8.00	7.50	-0.10	8.13	7.58	-0.15	7.49	7.43	-0.06
土曜日	8.06	8.11	0.05	8.15	8.19	0.04	7.57	8.04	0.07
日曜日	8.29	8.21	-0.08	8.39	8.30	-0.09	8.19	8.13	-0.06

## (2) 食事時間

### ○ 若年層よりも高齢層が長い

食事時間は1時間37分で、男性は1時間37分、女性は1時間38分となり、女性が1分長くなっている。全国平均と比べて総数の食事時間は2分短くなっている。

年齢階級別にみると、25～34歳が1時間23分と最も短く、65～74歳が1時間54分と最も長くなっており、25歳以上は年齢階級が高くなるほど長くなる傾向となっている。

男女別にみると、25～34歳で9分、35～44歳で2分女性が長く、10～24歳、45～54歳、65歳以上では男性の方が長くなっている。

表6 男女、年齢階級別食事時間(平成18年、23年)一週全体

(時間.分)

	総数			男			女			男-女
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成23年
全国総数	1.39	1.39	0.00	1.36	1.36	0.00	1.42	1.42	0.00	-0.06
山形県総数	1.36	1.37	0.01	1.35	1.37	0.02	1.38	1.38	0.00	-0.01
10～14歳	1.24	1.30	0.06	1.24	1.31	0.07	1.25	1.29	0.04	0.02
15～24歳	1.20	1.24	0.04	1.19	1.24	0.05	1.21	1.23	0.02	0.01
25～34歳	1.32	1.23	-0.09	1.30	1.19	-0.11	1.34	1.28	-0.06	-0.09
35～44歳	1.25	1.25	0.00	1.26	1.24	-0.02	1.24	1.26	0.02	-0.02
45～54歳	1.30	1.30	0.00	1.25	1.32	0.07	1.35	1.28	-0.07	0.04
55～64歳	1.45	1.46	0.01	1.47	1.46	-0.01	1.43	1.46	0.03	0.00
65～74歳	1.51	1.54	0.03	1.52	1.56	0.04	1.50	1.53	0.03	0.03
75歳以上	1.52	1.53	0.01	1.52	1.54	0.02	1.52	1.51	-0.01	0.03

### 3 2次活動時間

#### (1) 仕事時間

##### ○ 男性は25～34歳、女性は35～44歳で最も長い

有業者（15歳以上。以下同じ。）は61万1千人（有業率（15歳以上人口に占める有業者の割合）62.3%）で、男性は33万9千人（同72.4%）、女性は27万2千人（同53.1%）となっている。

有業者の仕事時間は6時間15分で、男性は6時間51分、女性は5時間29分となっている。全国平均と比べると総数では13分長く、男性は5分短く、女性は39分長く全国3位となっている。

男女、年齢階級別にみると、男性は25～34歳が7時間41分と最も長く、女性は35～44歳が6時間2分と最も長くなっている。

##### ○ 男性は15～24歳で、女性は65歳以上で大幅に減少

有業者について仕事時間を平成18年と比べると、3分の増加となっており、男性も3分の増加、女性は横ばいとなっている。

年齢階級別にみると、男性は15～24歳で30分、女性は65～74歳で54分それぞれ減少となっている。

##### ○ 仕事時間は土曜日は減少、平日、日曜日は増加

有業者の仕事時間を曜日別にみると、平日は7時間15分、土曜日は4時間31分、日曜日は2時間55分となっており、平成18年と比べると土曜日は18分の減少、平日、日曜日は増加となっている。

表7 男女、年齢階級別仕事時間(平成18年、23年)一週全体、有業者

(時間.分)

	総数			男			女			男-女
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成23年
全国総数	6.09	6.02	-0.07	7.00	6.56	-0.04	5.00	4.50	-0.10	2.06
山形県総数	6.12	6.15	0.03	6.48	6.51	0.03	5.29	5.29	0.00	1.22
15～24歳	6.08	5.45	-0.23	6.21	5.51	-0.30	5.55	5.40	-0.15	0.11
25～34歳	6.27	6.53	0.26	7.05	7.41	0.36	5.41	5.57	0.16	1.44
35～44歳	6.29	6.55	0.26	7.20	7.39	0.19	5.31	6.02	0.31	1.37
45～54歳	6.32	6.29	-0.03	7.15	7.16	0.01	5.42	5.37	-0.05	1.39
55～64歳	6.15	6.09	-0.06	6.51	6.46	-0.05	5.26	5.09	-0.17	1.37
65～74歳	5.01	4.31	-0.30	5.21	5.04	-0.17	4.28	3.34	-0.54	1.30
75歳以上	4.17	4.00	-0.17	4.05	4.08	0.03	4.29	3.52	-0.37	0.16

表8 男女、曜日別仕事時間(平成18年、23年)一週全体、有業者

(時間.分)

	総数			男			女		
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減
平日	7.09	7.15	0.06	7.54	7.59	0.05	6.15	6.21	0.06
土曜日	4.49	4.31	-0.18	5.15	4.59	-0.16	4.18	3.57	-0.21
日曜日	2.52	2.55	0.03	2.53	3.07	0.14	2.50	2.40	-0.10

表9 都道府県別仕事時間一週全体、有業者

(時間.分)

男						女					
順位	都道府県	仕事時間									
1	鹿児島県	7.25	45	高知県	6.38	1	大分県	5.31	44	埼玉県	4.31
2	香川県	7.22	46	愛媛県	6.37	2	沖縄県	5.30	44	京都府	4.31
3	新潟県	7.13	47	山梨県	6.36	3	山形県	5.29	46	大阪府	4.27
	⋮								47	愛知県	4.25
32	山形県	6.51		全国	6.56					全国	4.50

## (2) 家事関連時間

### ○ 家事関連時間は55～64歳の女性が最も長い

家事関連時間は2時間1分で、男性は42分、女性は3時間13分となっており、男女間には2時間31分とまだ大きな差が見られる。全国平均と比べると総数で9分短くなっている。

男女、年齢階級別にみると、男性は65歳以上で1時間を超え長くなっている。女性は25～74歳で3時間以上と長く、特に55～64歳で4時間38分と最も長くなっている。

平成18年と比べると、男性は2分の増加、女性は横ばいとなっている。年齢階級別では、男性は25～34歳で16分、女性は55～64歳で17分増加した。

### ○ 男性は全ての曜日で増加、女性は平日のみ増加

家事関連時間を曜日別にみると、平日が1時間54分、土曜日が2時間14分、日曜日が2時間20分となっており、平日に比べ日曜日は26分長くなっている。

平成18年と比べると、男性は全ての曜日で増加となっているのに対し、女性は平日が増加、土曜日、日曜日が減少となっている。

表10 男女、年齢階級別家事関連時間一週全体

(時間.分)

	総数			男			女			男-女	
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年
全国総数	2.08	2.10	0.02	0.38	0.42	0.04	3.35	3.35	0.00	-2.57	-2.53
山形県総数	2.00	2.01	0.01	0.40	0.42	0.02	3.13	3.13	0.00	-2.33	-2.31
10～14歳	0.11	0.15	0.04	0.09	0.09	0.00	0.15	0.20	0.05	-0.06	-0.11
15～24歳	0.32	0.36	0.04	0.13	0.12	-0.01	0.50	1.01	0.11	-0.37	-0.49
25～34歳	1.54	2.06	0.12	0.34	0.50	0.16	3.16	3.26	0.10	-2.42	-2.36
35～44歳	2.29	2.23	-0.06	0.43	0.42	-0.01	4.13	4.02	-0.11	-3.30	-3.20
45～54歳	2.20	2.10	-0.10	0.39	0.32	-0.07	3.57	3.47	-0.10	-3.18	-3.15
55～64歳	2.29	2.41	0.12	0.38	0.49	0.11	4.21	4.38	0.17	-3.43	-3.49
65～74歳	2.52	2.34	-0.18	1.02	1.03	0.01	4.23	3.53	-0.30	-3.21	-2.50
75歳以上	1.47	1.49	0.02	1.08	1.01	-0.07	2.13	2.19	0.06	-1.05	-1.18

(注) 家事関連時間は、「家事」「介護・看護」「育児」「買い物」の合計時間

表11 男女、曜日別家事関連時間(平成18年、23年)

(時間.分)

	総数		男		女		男-女
	平成18年	平成23年	平成18年	平成23年	平成18年	平成23年	平成23年
平日	1.53	1.54	0.33	0.35	3.05	3.08	-2.33
土曜日	2.16	2.14	0.53	0.58	3.32	3.24	-2.26
日曜日	2.20	2.20	0.59	1.04	3.34	3.29	-2.25

#### 4 3次活動時間

##### (1) 休養等自由時間活動の時間

###### ○ 休養等自由時間活動の時間は4時間4分で12分の増加

休養等自由時間活動の時間は4時間4分で、このうち「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」の時間が2時間33分となっている。全国平均と比べると6分長くなっている。

男女、年齢階級別にみると、男性は25～34歳、女性は35～44歳が最も短くなっており、これより年齢階級が高くなるほど長くなっており、45～74歳で男性が女性より20分以上長く、大きな差が見られる。

休養等自由時間活動の時間を平成18年と比べると、12分の増加となっており、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」の時間、「休養・くつろぎ」の時間ともに増加している。

表12 男女、年齢階級別休養等自由時間活動の時間(平成18年、23年)一週全体

(時間.分)

		総数			男			女			男-女
		平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成23年
全国	休養等自由時間活動	3.49	3.58	0.09	3.51	4.02	0.11	3.47	3.55	0.08	0.07
山形県	休養等自由時間活動	3.52	4.04	0.12	3.53	4.06	0.13	3.52	4.05	0.13	0.01
	テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.22	2.33	0.11	2.25	2.38	0.13	2.20	2.30	0.10	0.08
	休養・くつろぎ	1.30	1.31	0.01	1.28	1.28	0.00	1.32	1.35	0.03	-0.07

	総数			男			女			男-女
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成23年
10～14歳	3.33	3.30	-0.03	3.32	3.21	-0.11	3.36	3.39	0.03	-0.18
15～24歳	3.12	3.19	0.07	3.01	3.21	0.20	3.23	3.18	-0.05	0.03
25～34歳	2.51	3.00	0.09	2.53	3.01	0.08	2.48	2.58	0.10	0.03
35～44歳	3.09	2.56	-0.13	3.20	3.04	-0.16	2.56	2.47	-0.09	0.17
45～54歳	3.22	3.23	0.01	3.29	3.39	0.10	3.14	3.07	-0.07	0.32
55～64歳	3.31	3.57	0.26	3.34	4.07	0.33	3.29	3.47	0.18	0.20
65～74歳	4.50	4.53	0.03	5.20	5.07	-0.13	4.25	4.42	0.17	0.25
75歳以上	6.11	6.36	0.25	6.14	6.39	0.25	6.09	6.33	0.24	0.06

## (2) 積極的自由時間活動の時間

### ○ 積極的自由時間活動の時間は男性が女性より長い

積極的自由時間活動の時間は1時間4分で、このうち「趣味・娯楽」の時間が38分で最も長く、次いで「スポーツ」13分「学習・自己啓発・訓練(学業以外)」9分となっている。全国平均と比べると10分短くなっている。

男女別にみると、男性が1時間17分、女性が53分と男性が24分長くなっている。

年齢階級別にみると、全ての年齢階級で男性が女性より長くなっている。男性は45～54歳、女性は35～44歳が最も短くなっており、これより年齢階級が低くなるほど長くなっている。また、男性は45歳未満及び65～74歳で、女性は25歳未満で1時間以上となっている。

表13 男女、年齢階級別積極的自由時間活動の時間(平成18年、23年)一週全体

(時間.分)

		総数			男			女			男-女
		平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成23年
全国	積極的自由時間活動	1.17	1.14	-0.03	1.28	1.28	0.00	1.06	1.04	-0.02	0.24
山形県	積極的自由時間活動	1.03	1.04	0.01	1.19	1.17	-0.02	0.49	0.53	0.04	0.24
	学習・自己啓発・訓練 (学業以外)	0.08	0.09	0.01	0.08	0.09	0.01	0.09	0.09	0.00	0.00
	趣味・娯楽	0.39	0.38	-0.01	0.50	0.46	-0.04	0.29	0.31	0.02	0.15
	スポーツ	0.12	0.13	0.01	0.16	0.17	0.01	0.08	0.10	0.02	0.07
	ボランティア活動・ 社会参加活動	0.04	0.04	0.00	0.05	0.05	0.00	0.03	0.03	0.00	0.02

	総数			男			女			男-女
	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成18年	平成23年	増減	平成23年
10～14歳	2.32	2.20	-0.12	2.47	2.36	-0.11	2.17	2.06	-0.11	0.30
15～24歳	1.37	2.02	0.25	1.51	2.11	0.20	1.24	1.52	0.28	0.19
25～34歳	1.02	1.00	-0.02	1.31	1.19	-0.12	0.34	0.40	0.06	0.39
35～44歳	0.52	0.47	-0.05	1.09	1.02	-0.07	0.37	0.30	-0.07	0.32
45～54歳	0.45	0.45	0.00	1.00	0.45	-0.15	0.33	0.45	0.12	0.00
55～64歳	0.48	0.51	0.03	0.52	0.56	0.04	0.43	0.47	0.04	0.09
65～74歳	1.02	1.17	0.15	1.16	1.41	0.25	0.50	0.57	0.07	0.44
75歳以上	0.47	0.42	-0.05	1.03	0.50	-0.13	0.38	0.40	0.02	0.10

## 5 主な行動の平均時刻

### ○ 就寝時刻は22時43分で全国3番目に早い

主な行動について平日の平均時刻をみると、起床時刻は6時27分（全国10位）、朝食開始時刻は7時12分、夕食開始時刻は18時56分、就寝時刻は22時43分となっている。

平成18年と比べると、夕食開始時刻は変わらず、起床時刻、朝食開始時刻、就寝時刻は早くなっている。

全国平均時刻と比べると、朝食開始時刻は遅く、起床時刻、夕食開始時刻、就寝時刻は早くなっている。

有業者（15歳以上）について平均出勤時刻と平均帰宅時刻をみると、出勤時刻は8時15分、帰宅時刻は18時20分と全国平均時刻よりもいずれも早くなっている。

表14 主な行動の平均時刻（行動者平均）－平日

(時:分)

	山形県				全国		
	H18総数	総数	男	女	総数	男	女
起床時刻	6:38	6:27	6:36	6:18	6:37	6:46	6:28
朝食開始時刻	7:18	7:12	7:07	7:16	7:10	7:05	7:15
夕食開始時刻	18:56	18:56	19:03	18:49	19:06	19:17	18:55
就寝時刻	22:46	22:43	22:44	22:42	23:15	23:19	23:11

表15 都道府県別主な行動の平均時刻（行動者平均）－平日

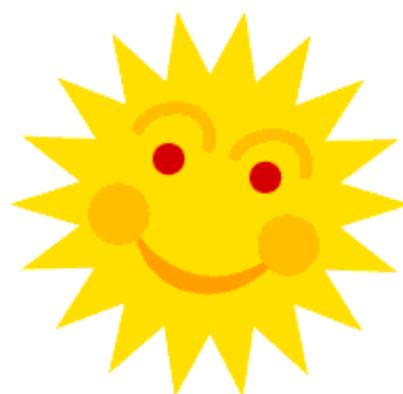
(時:分)

順位	都道府県	起床時刻	順位	都道府県	就寝時刻
1	青森県	6:19	1	青森県	22:35
2	岩手県	6:22	1	秋田県	22:35
2	新潟県	6:22	3	山形県	22:43
2	島根県	6:22	4	岩手県	22:45
45	大阪府	6:49	45	大阪府	23:32
46	京都府	6:51	46	神奈川県	23:36
47	東京都	6:52	47	東京都	23:41
	全国	6:37		全国	23:15

表16 主な行動の平均時刻（行動者平均）－平日、有業者

(時:分)

	山形県				全国		
	H18総数	総数	男	女	総数	男	女
出勤時刻	8:25	8:15	8:00	8:35	8:26	8:06	8:55
帰宅時刻	18:37	18:20	18:49	17:41	18:56	19:37	17:56



## 《生活行動》

### 1 学習・自己啓発・訓練

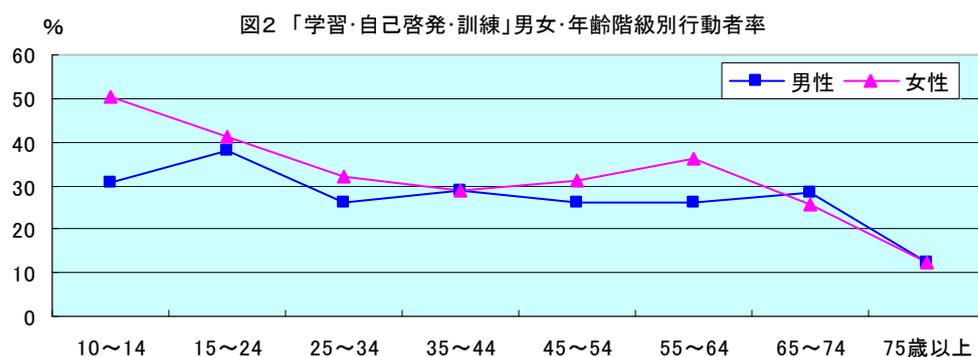
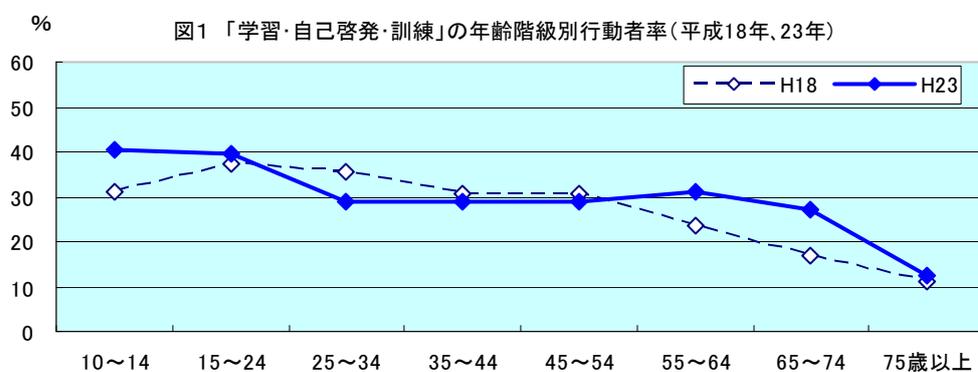
#### ○ 行動者率は28.0%で5年前より1.6ポイント上昇、女性で3.3ポイント上昇

過去1年間(平成22年10月20日～23年10月19日。以下同じ。)に何らかの「学習・自己啓発・訓練」を行った人(10歳以上)の数(行動者数。以下同じ。)は、29万人で、10歳以上人口に占める割合(行動者率。以下同じ。)は28.0%となっている。

男女別にみると、男性13万2千人、女性15万8千人となっており、行動者率は男性26.6%、女性29.4%で女性が男性より2.8ポイント高くなっている。

平成18年と比べると、総数で1.6ポイント、女性が3.3ポイント上昇し、男性が0.3ポイント低下している。

年齢階級別にみると、25歳未満、55歳以上で上昇しており、特に65～74歳で10.0ポイントと特に上昇している。男女別では65歳以上を除いて女性の方が高くなっている。



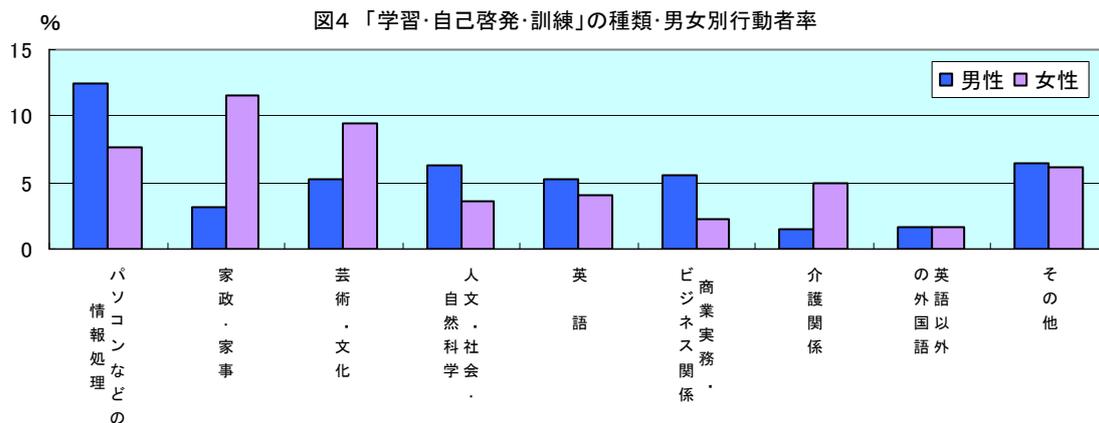
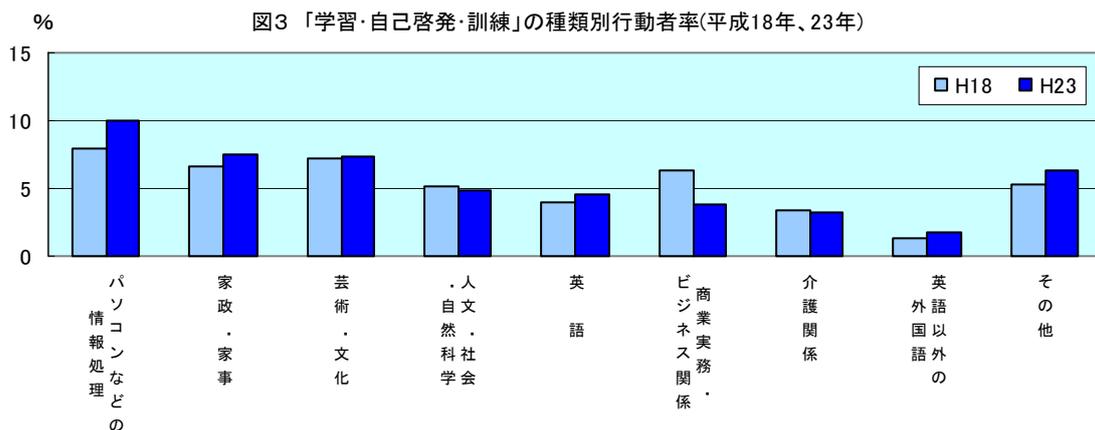
#### ※ 学習・自己啓発・訓練

個人の自由時間の中で行う学習・自己啓発・訓練で、社会人が仕事として行うものや、学生が学業として行うものは除く。

○ 男性は「パソコンなどの情報処理」、女性は「家政・家事」が最も高い

行動の種類別でみると「パソコンなどの情報処理」が 10.0%と最も高く、次いで「家政・家事」が 7.5%となっている。平成 18 年と比べると、「パソコンなどの情報処理」が 2.0 ポイント上昇、「商業実務・ビジネス関係」が 2.5 ポイント低下などとなっている。

男女別にみると、男性は「パソコンなどの情報処理」が 12.5%で最も高く、女性は「家政・家事」が 11.5%で最も高くなっている。



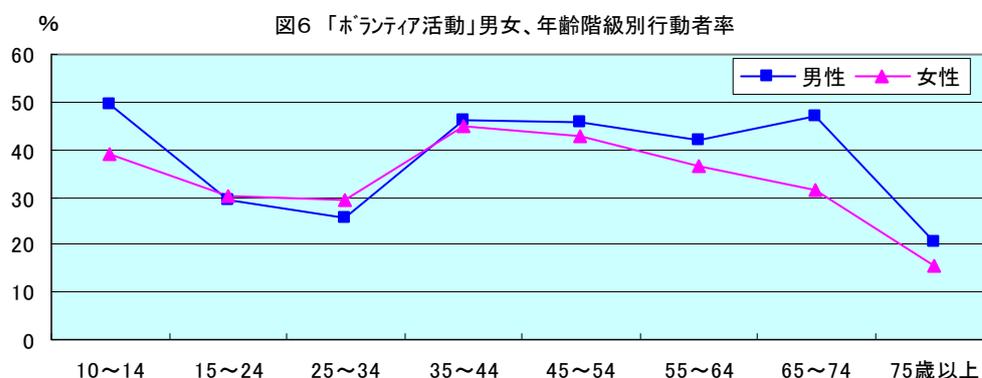
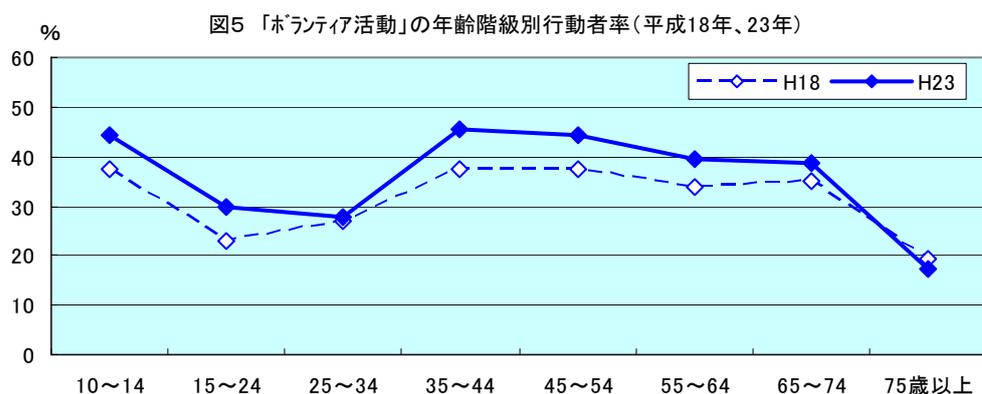
## 2 ボランティア活動

### ○ 行動者率は35.3%で5年前より4.1ポイント上昇し全国1位

「ボランティア活動」の行動者数は36万5千人で、行動者率は35.3%(全国1位)となっている。男女別にみると、行動者数は男性が18万9千人、女性が17万6千人となっており、行動者率は男性が38.2%(全国2位)、女性が32.6%(全国6位)で男性が女性より5.6ポイント高くなっている。

年齢階級別にみると、35～44歳が45.6%で最も高く、75歳以上が17.4%で最も低くなっている。平成18年と比べると、75歳未満の全ての年齢階級で上昇している。

男女別にみると、15～34歳では女性の方が高く、それ以外では男性の方が高くなっており、特に65～74歳では15.3ポイントの差がある。



### ※ ボランティア活動

報酬を目的としないで自分の労力、技術、時間を提供して地域社会や個人・団体の福祉増進のために行う活動で、職業として行っているものは除く。

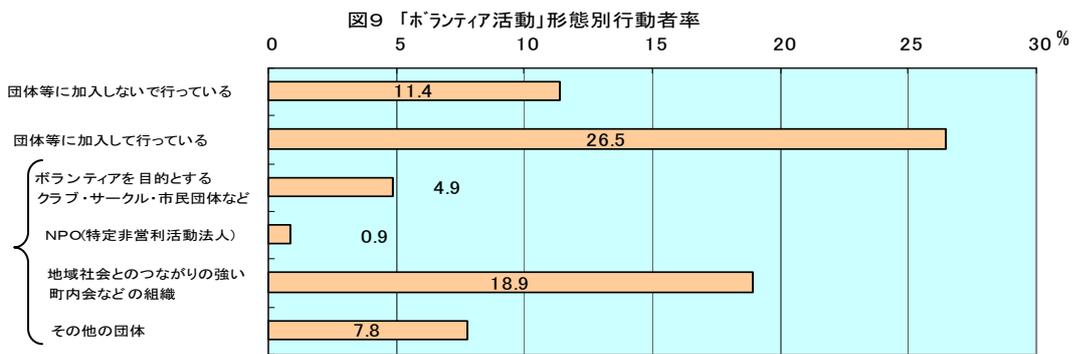
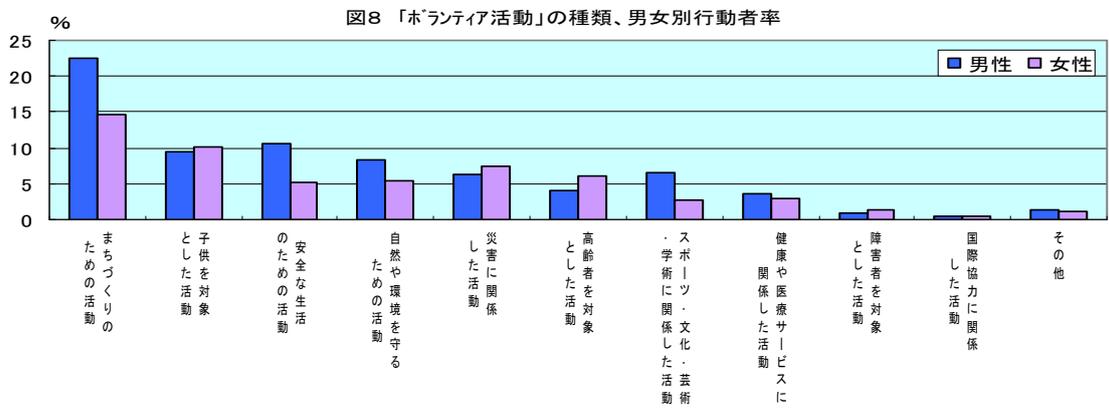
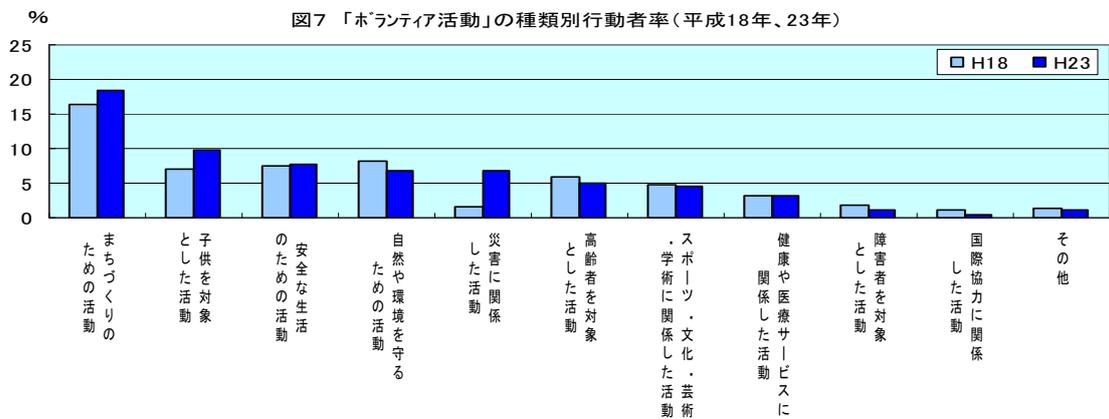
○ 行動者率は「まちづくりのための活動」が高い、「災害に関係した活動」が最も上昇

行動の種類別でみると、「まちづくりのための活動」が18.4%で最も高く、次いで「子供を対象とした活動」が9.8%などとなっている。

平成18年と比べると、「災害に関係した活動」が5.4ポイントと最も上昇し、次いで「子供を対象とした活動」が2.7ポイント上昇している。

男女別にみると、男女とも「まちづくりのための活動」（男性22.5%、女性14.6%）が最も高く、次いで男性は「安全な生活のための活動」10.5%、女性は「子供を対象とした活動」10.2%などとなっている。

形態別行動者率をみると、団体等に参加して行っている活動が参加しないで行っている活動よりも高くなっている。参加して行っている活動を形態別にみると「地域社会とのつながりの強い町内会などの組織」に参加して行っている活動が18.9%で最も高くなっている。



※複数回答あり

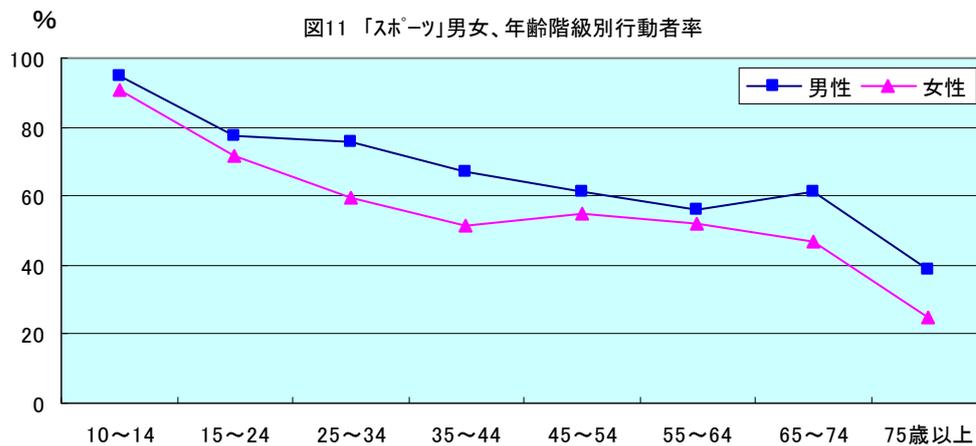
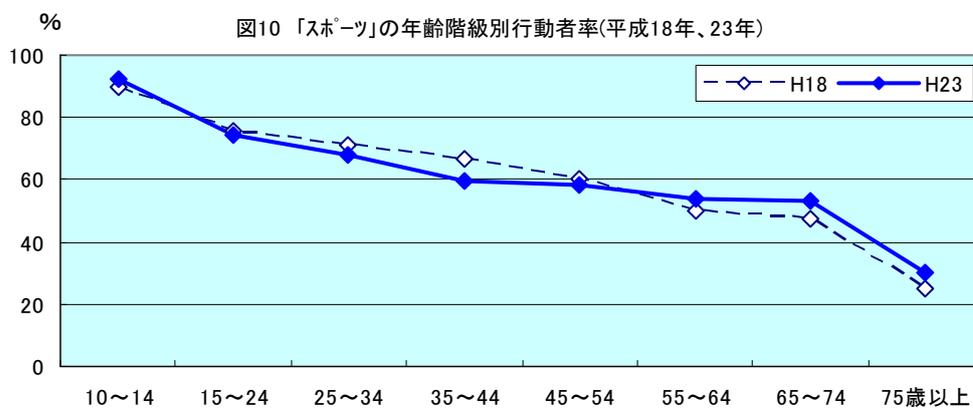
### 3 スポーツ

#### ○ 行動者率は57.0%で5年前より0.6ポイント低下

「スポーツ」の行動者数は、59万人で、行動者率は57.0%となっている。男女別にみると、行動者数は男性が31万5千人、女性が27万5千人となっており、行動者率は男性が63.5%、女性が51.0%で男性が女性より12.5ポイント高くなっている。

年齢階級別にみると、10～14歳が92.6%と最も高く、年齢が高くなるにつれて低下している。平成18年と比べると、15～54歳は低下、それ以外の年齢階級では上昇しており、65～74歳では5.8ポイントと最も上昇した。

男女別にみると、全ての年齢階級で男性の方が高くなっており、25～44歳、65歳以上で特に差が大きくなっている。



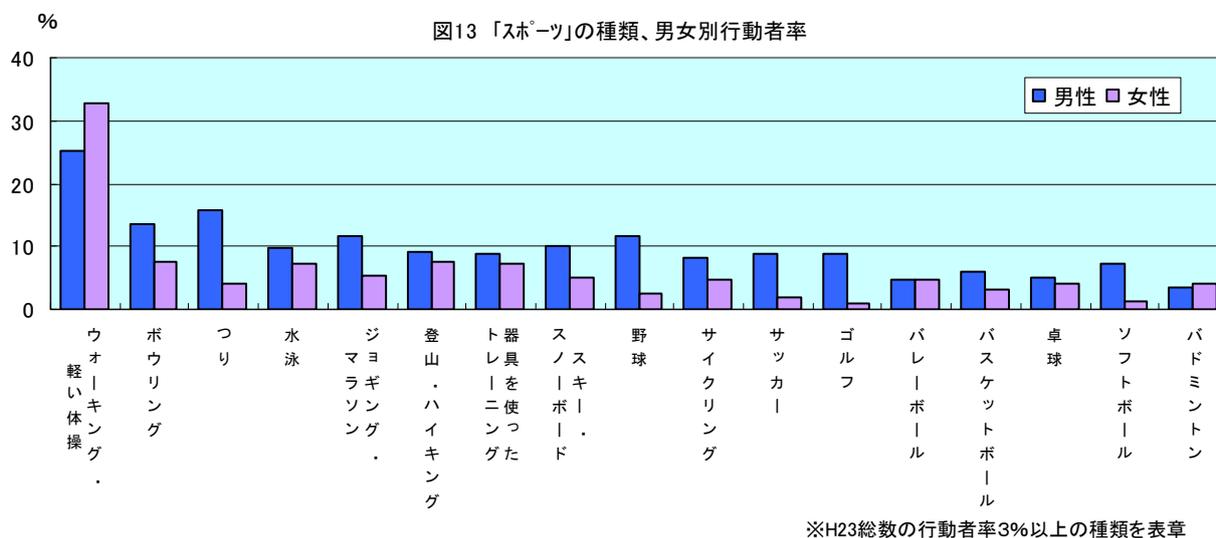
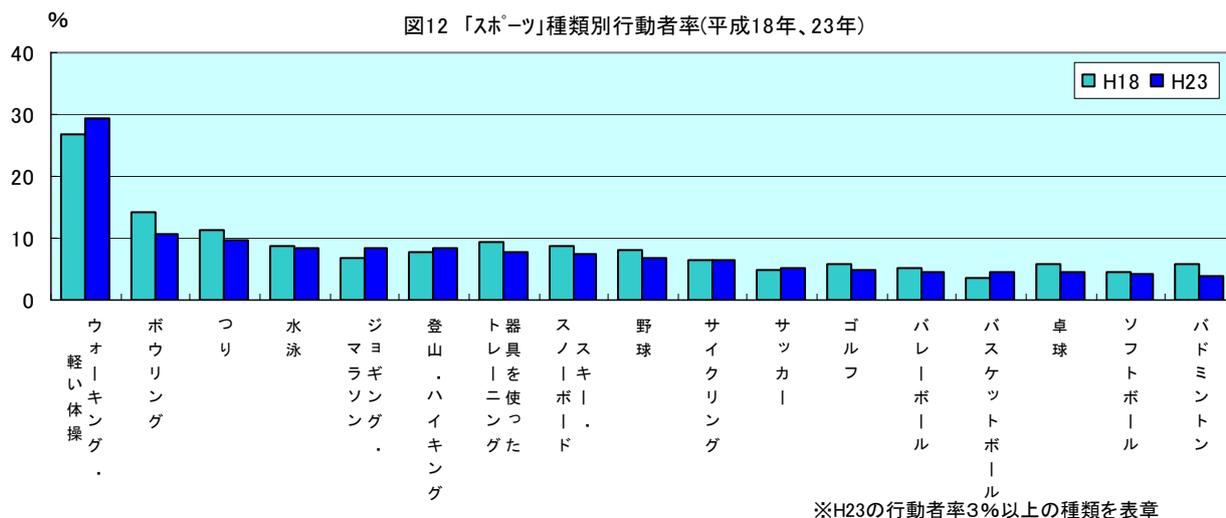
#### ※ スポーツ

個人の自由時間の中で行うスポーツで、学生が体育の授業で行うもの、職業スポーツ選手が仕事として行うものを除く。(クラブ活動や部活動は含む)

○ 行動者率は「ウォーキング・軽い体操」が最も高い、ほとんどの種類で低下

「スポーツ」の行動者率を種類別にみると、「ウォーキング・軽い体操」が29.2%と最も高く、次いで「ボウリング」が10.5%などとなっている。平成18年と比べると、「ウォーキング・軽い体操」が2.5ポイント、「ジョギング・マラソン」が1.7ポイント上昇しているが、ほとんどの種類で低下している。

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、次いで男性が「つり」「ボウリング」、女性が「登山・ハイキング」「ボウリング」となっている。



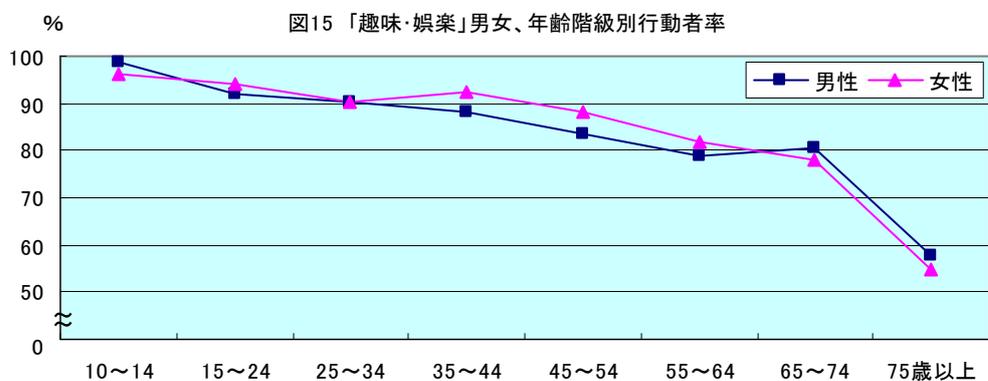
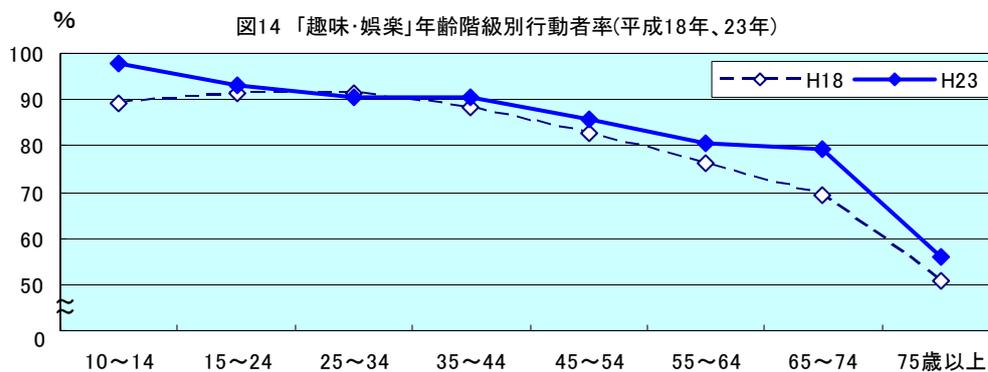
#### 4 趣味・娯楽

##### ○ 行動者率は81.7%で5年前より3.0ポイント上昇

「趣味・娯楽」の行動者数は84万6千人で、行動者率は81.7%となっている。男女別にみると、行動者数は男性が40万8千人、女性が43万8千人となっており、行動者率は男性が82.3%、女性が81.2%となっている。

年齢階級別にみると、10～14歳が97.7%で最も高く、年齢階級が高くなるにつれて低下している。平成18年と比べると、25～34歳で0.9ポイント低下しているが、他の年齢階級では上昇している。

男女別にみると、15～24歳、35～64歳では女性の方が高く、それ以外の年齢階級では男性の方が高くなっている。



##### ※ 趣味・娯楽

個人の自由時間の中で行うもので、授業、仕事及び家事で行うものは除く。

## ○ 行動者率はほとんどの種類で低下傾向

行動者率を種類別にみると、「CDなどによる音楽鑑賞」が40.7%で最も高く、次いで「DVDなどによる映画鑑賞」36.9%「趣味としての読書」32.8%となっている。これを平成18年と比べると、「遊園地・動植物園、水族館などの見物」が2.8ポイント低下、「CDなどによる音楽鑑賞」が2.4ポイント低下など、ほとんどの種類で低下している。一方、「テレビゲーム、パソコンゲーム」(2.0ポイント)、「映画鑑賞」(1.0ポイント)などが上昇している。

男女別にみると、男女とも「CDなどによる音楽鑑賞」が最も高く(男性38.7%、女性42.5%)、次いで男性は「DVDなどによる映画鑑賞」38.5%、女性は「趣味としての読書」38.0%などとなっている。

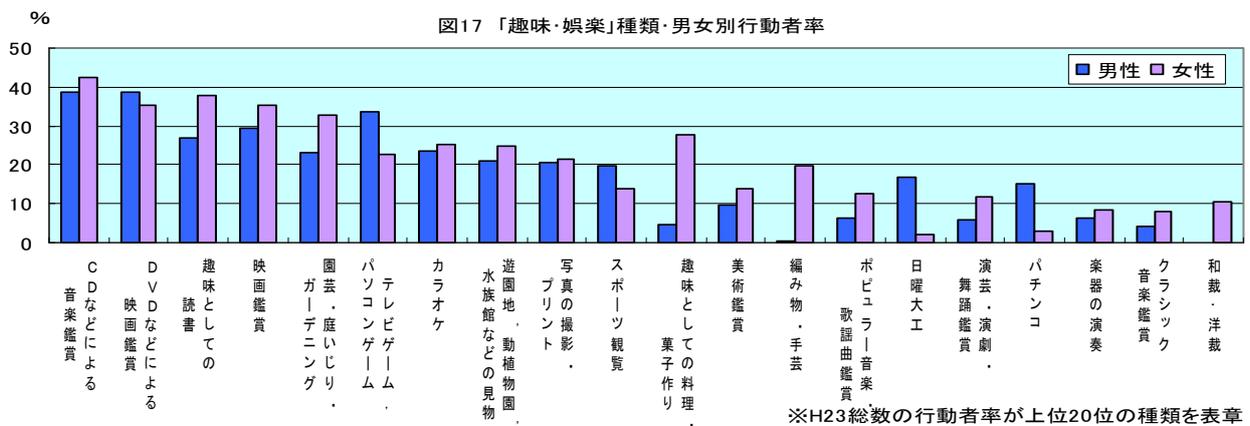
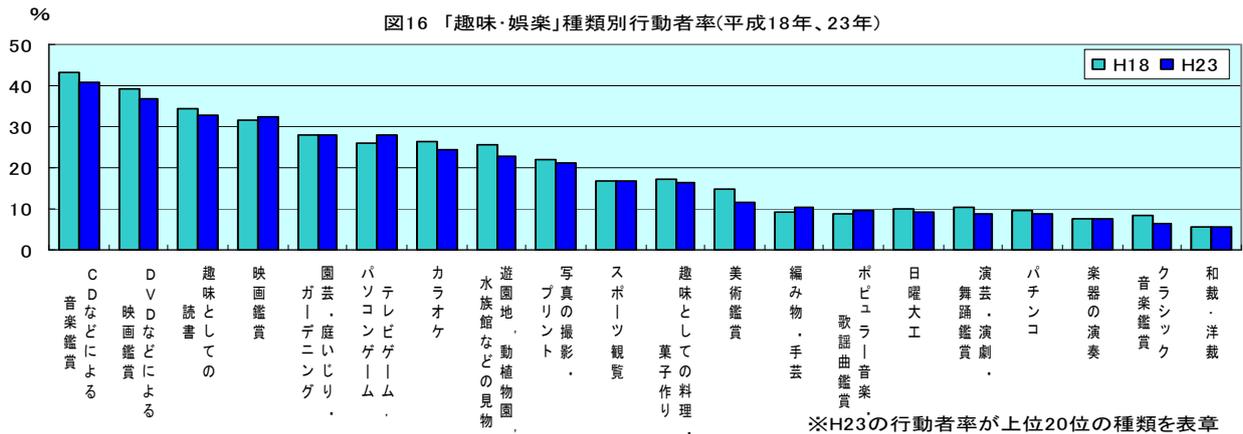


表16 年齢階級別、「趣味・娯楽」の種類別行動者率の順位

	1位 (%)	2位 (%)	3位 (%)
10～14歳	テレビゲーム・パソコンゲーム(家庭で行うもの、携帯用を含む) 83.6	DVD・ビデオなどによる映画鑑賞(テレビからの録画は除く) 65.4	CD・テープ・レコードなどによる音楽鑑賞 60.4
15～24歳	CD・テープ・レコードなどによる音楽鑑賞 69.2	テレビゲーム・パソコンゲーム(家庭で行うもの、携帯用を含む) 62.8	DVD・ビデオなどによる映画鑑賞(テレビからの録画は除く) 60.6
25～34歳	DVD・ビデオなどによる映画鑑賞(テレビからの録画は除く) 63.7	CD・テープ・レコードなどによる音楽鑑賞 63.5	テレビゲーム・パソコンゲーム(家庭で行うもの、携帯用を含む) 54.6
35～44歳	DVD・ビデオなどによる映画鑑賞(テレビからの録画は除く) 61.4	CD・テープ・レコードなどによる音楽鑑賞 59.3	映画鑑賞(テレビ・ビデオ・DVDなどは除く) 41.5
45～54歳	CD・テープ・レコードなどによる音楽鑑賞 50.5	DVD・ビデオなどによる映画鑑賞(テレビからの録画は除く) 47.6	映画鑑賞(テレビ・ビデオ・DVDなどは除く) 40.1
55～64歳	園芸・庭いじり・ガーデニング 44.1	映画鑑賞(テレビ・ビデオ・DVDなどは除く) 28.4	趣味としての読書 26.1
65～74歳	園芸・庭いじり・ガーデニング 48.9	趣味としての読書 29.0	CD・テープ・レコードなどによる音楽鑑賞 20.8
75歳以上	園芸・庭いじり・ガーデニング 30.6	趣味としての読書 17.3	編み物・手芸 10.2
総数	CD・テープ・レコードなどによる音楽鑑賞 40.7	DVD・ビデオなどによる映画鑑賞(テレビからの録画は除く) 36.9	趣味としての読書 32.8

## 5 旅行・行楽

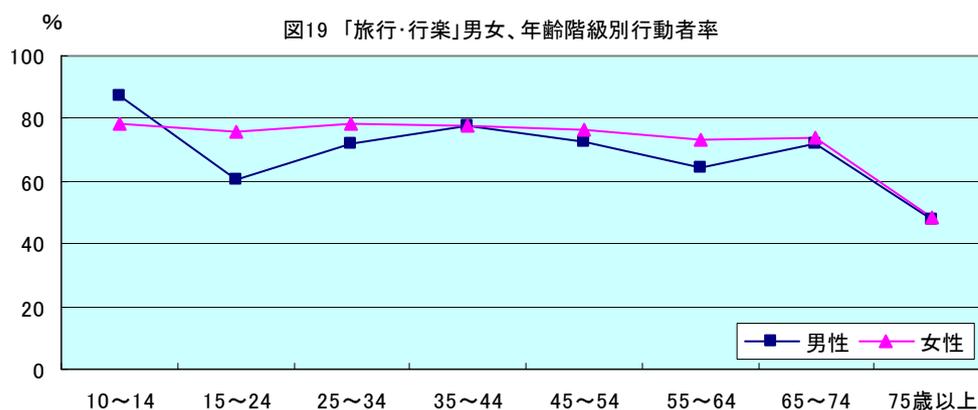
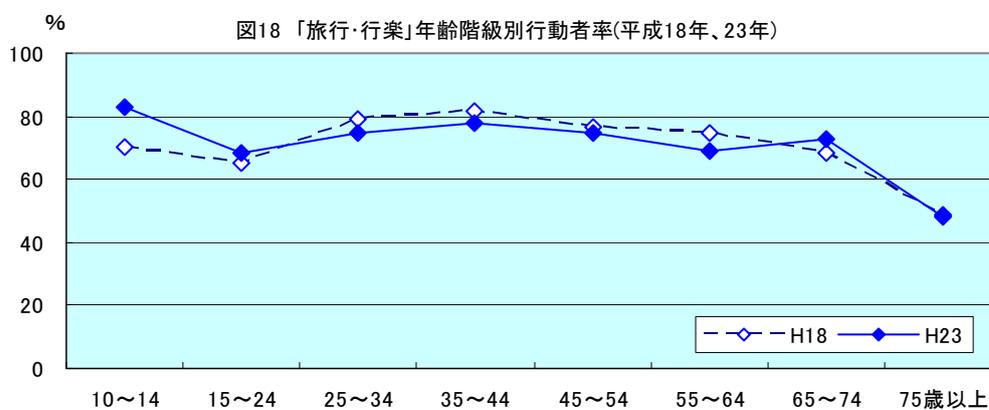
### ○ 行動者率は 69.5% で 5 年前より 1.3 ポイント低下

「旅行・行楽」の行動者数は 71 万 9 千人で、行動者率は 69.5% となっている。男女別にみると、行動者数は男性が 33 万 8 千人、女性が 38 万 1 千人となっており、行動者率は男性が 68.1%、女性が 70.7% となっている。

平成 18 年と比べると、1.3 ポイント低下しており、男女別にみると男性は 1.9 ポイント低下、女性は 0.7 ポイント低下している。

年齢階級別にみると、10～14 歳が 83.0% で最も高く、次いで 35～44 歳が 77.7% などとなっている。

男女別にみると、10～14 歳を除く全ての年齢階級で女性の方が高くなっている。



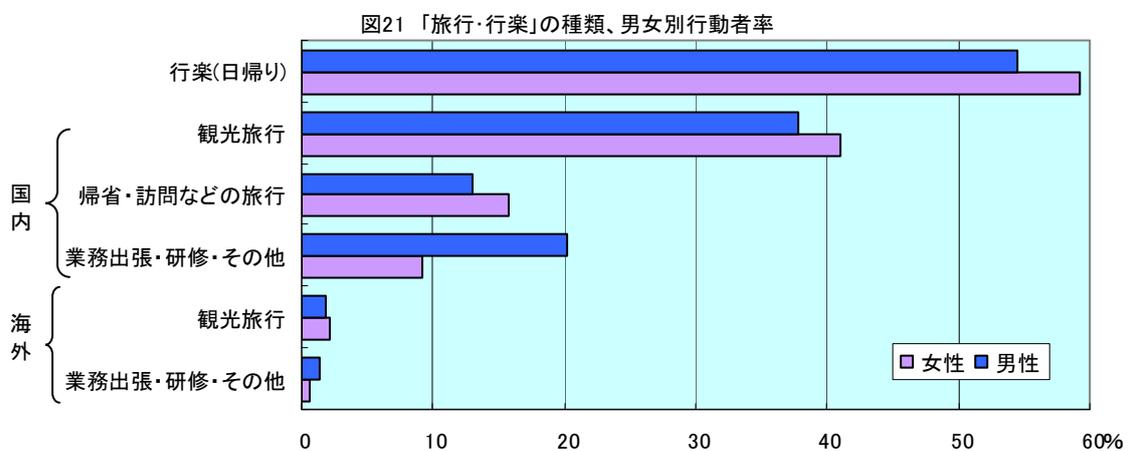
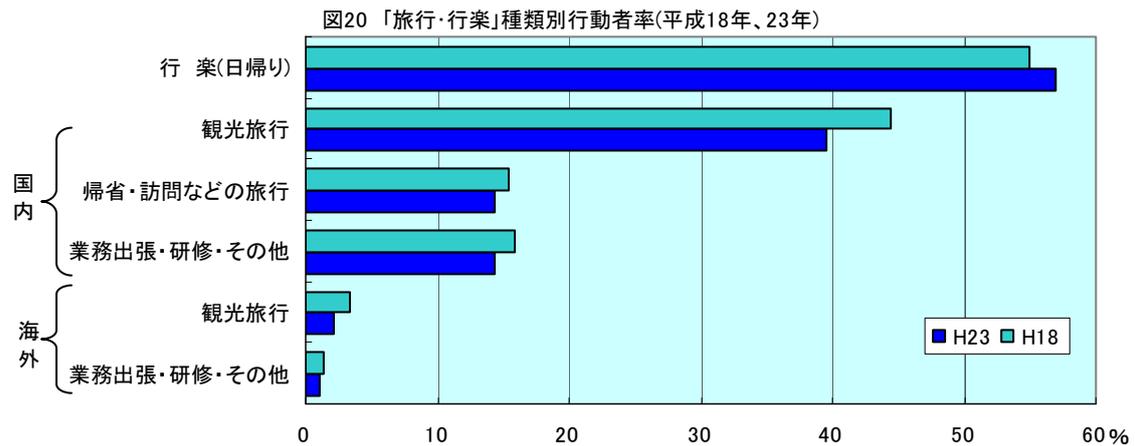
### ※ 旅行・行楽

仕事や学業などを含めた旅行・行楽で、旅行とは 1 泊 2 日以上にわたるもの、行楽とは日常生活圏を離れて宿泊を伴わず半日以上かけて行うもの。

○ 行動者率は「行楽(日帰り)」が最も高く2.0ポイント上昇、「行楽(日帰り)」以外は低下

行動者率を種類別にみると、「行楽(日帰り)」が57.0%、観光旅行では国内が39.5%、海外が2.1%となっている。平成18年とくらべると、「行楽(日帰り)」が2.0ポイント上昇しているが、「観光旅行(国内)」が5.0ポイント低下など「行楽(日帰り)」以外は低下している。

男女別にみると、国内及び海外の「業務出張・研修・その他」を除き全ての種類で女性の方が高くなっている。



生活行動データ表

図1、2

「学習・自己啓発・訓練」年齢階級別行動者率 (%)

	総数	男	女
H18総数	26.4	26.9	26.1
H23総数	28.0	26.6	29.4
10～14	40.4	30.9	50.3
15～24	39.6	38.0	41.3
25～34	29.0	26.2	32.0
35～44	29.0	29.0	29.0
45～54	28.7	26.2	31.2
55～64	30.9	26.0	36.0
65～74	26.9	28.4	25.6
75歳以上	12.4	12.5	12.3

図3、4

「学習・自己啓発・訓練」の種類別行動者率 (%)

	パソコンなどの情報処理	家政・家事	芸術・文化	人文・社会・自然科学	英語	商業実務・ビジネス関係	介護関係	英語以外の外国語	その他
H18総数	8.0	6.6	7.2	5.1	4.0	6.3	3.4	1.3	5.3
H23総数	10.0	7.5	7.4	4.9	4.6	3.8	3.3	1.7	6.3
男	12.5	3.1	5.2	6.3	5.3	5.5	1.5	1.6	6.4
女	7.6	11.5	9.5	3.6	4.0	2.3	4.9	1.7	6.2

図5、6

「ボランティア活動」年齢階級別行動者率 (%)

	総数	男	女
H18総数	31.2	35.2	27.6
H23総数	35.3	38.2	32.6
10～14	44.3	49.5	38.9
15～24	29.9	29.4	30.4
25～34	27.6	25.8	29.5
35～44	45.6	46.1	45.1
45～54	44.2	45.8	42.7
55～64	39.3	42.0	36.6
65～74	38.6	46.8	31.5
75歳以上	17.4	20.6	15.4

図7、8

「ボランティア活動」の種類別行動者率 (%)

	まちづくりのための活動	子供を対象とした活動	安全な生活のための活動	自然や環境を守るための活動	災害に関係した活動	高齢者を対象とした活動	スポーツ・文化・芸術・学術に関係した活動	健康や医療サービスに関係した活動	障害者を対象とした活動	国際協力に関係した活動	その他
H18総数	16.3	7.1	7.5	8.2	1.5	5.9	4.8	3.2	1.8	1.1	1.4
H23総数	18.4	9.8	7.7	6.9	6.9	5.1	4.6	3.2	1.1	0.5	1.2
男	22.5	9.4	10.5	8.4	6.3	4.1	6.6	3.5	0.9	0.5	1.3
女	14.6	10.2	5.1	5.5	7.5	6.0	2.7	3.0	1.3	0.5	1.2

図10、11

「スポーツ」年齢階級別行動者率 (%)

	総数	男	女
H18総数	57.6	63.9	51.8
H23総数	57.0	63.5	51.0
10～14	92.6	94.6	90.5
15～24	74.5	77.3	71.7
25～34	67.7	75.6	59.6
35～44	59.5	67.2	51.7
45～54	58.1	61.4	54.9
55～64	54.0	56.1	51.8
65～74	53.3	61.0	46.6
75歳以上	30.0	38.6	24.7

図12、13

「スポーツ」の種類別行動者率 (%)

	ウォーキング・軽い体操	ボウリング	つり	水泳	ジョギング・マラソン	登山・ハイキング	器具を使ったトレーニング	スキー・スノーボード	野球 (キャッチボールを含む)
H18総数	26.7	14.3	11.4	8.8	6.8	7.8	9.2	8.7	8.0
H23総数	29.2	10.5	9.7	8.5	8.5	8.4	7.9	7.4	6.8
男	25.2	13.6	15.8	9.7	11.8	9.1	8.8	10.2	11.5
女	32.8	7.6	4.1	7.3	5.4	7.7	7.1	4.9	2.5

	サイクリング	サッカー (フットサルを含む)	ゴルフ (練習場を含む)	バレーボール	バスケットボール	卓球	ソフトボール	バドミントン
H18総数	6.4	4.8	5.8	5.3	3.6	5.8	4.6	5.8
H23総数	6.5	5.3	4.7	4.6	4.6	4.5	4.2	3.9
男	8.3	8.9	8.7	4.6	5.9	4.9	7.3	3.6
女	4.7	2.0	1.0	4.6	3.3	4.2	1.4	4.2

図14、15

「趣味・娯楽」年齢階級別行動者率

(%)

	総数	男	女
H18総数	78.7	80.3	77.2
H23総数	81.7	82.3	81.2
10～14	97.7	98.8	96.4
15～24	93.0	92.0	94.1
25～34	90.4	90.4	90.3
35～44	90.3	88.2	92.6
45～54	85.8	83.6	88.1
55～64	80.5	79.0	81.9
65～74	79.3	80.7	78.1
75歳以上	55.8	57.7	54.7

図16、17

「趣味・娯楽」の種類別行動者率

(%)

	CD などによる 音楽鑑賞	DVD などによる 映画鑑賞	趣味 としての 読書	映画鑑賞	園芸・ 庭いじり・ ガーデニング	テレビゲーム・ パソコンゲーム	カラオケ	遊園地、 動植物園、 水族館などの 見物	写真の撮影・ プリント	スポーツ観覧
H18総数	43.1	39.2	34.4	31.5	28.0	25.9	26.6	25.8	22.0	16.7
H23総数	40.7	36.9	32.8	32.5	28.1	27.9	24.3	23.0	21.1	16.7
男	38.7	38.5	27.1	29.4	23.0	33.6	23.4	20.8	20.7	19.6
女	42.5	35.5	38.0	35.4	32.7	22.7	25.1	25.0	21.5	14.0

	趣味としての 料理・ 菓子作り	美術鑑賞	編み物・ 手芸	ポピュラー音 楽・歌謡曲鑑 賞	日曜大工	演芸・演劇・ 舞踊鑑賞	パチンコ	楽器の演奏	クラシック 音楽鑑賞	和裁・洋裁
H18総数	17.3	14.9	9.1	9.0	9.9	10.5	9.8	7.8	8.3	5.7
H23総数	16.6	11.8	10.5	9.6	9.1	8.9	8.7	7.5	6.3	5.6
男	4.7	9.5	0.4	6.1	17.0	5.8	15.0	6.3	4.4	0.2
女	27.7	14.0	19.8	12.8	1.9	11.7	2.9	8.6	8.1	10.6

図18、19

「旅行・行楽」年齢階級別行動者率

(%)

	総数	男	女
H18総数	70.8	70.0	71.4
H23総数	69.5	68.1	70.7
10～14	83.0	87.3	78.5
15～24	68.1	60.3	76.0
25～34	75.0	71.8	78.4
35～44	77.7	77.6	77.9
45～54	74.7	72.9	76.6
55～64	68.8	64.5	73.2
65～74	73.0	72.1	73.9
75歳以上	48.0	47.6	48.3

図20、21

「旅行・行楽」の種類別行動者率

(%)

	行 楽 (日帰り)	旅行(1泊2日以上)				
		国内			海外	
		観光旅行	帰省・訪問 などの旅行	業務出張・ 研修・その他	観光旅行	業務出張・ 研修・その他
H18総数	55.0	44.5	15.4	15.9	3.4	1.3
H23総数	57.0	39.5	14.4	14.4	2.1	1.0
男	54.5	37.8	13.0	20.2	1.9	1.4
女	59.2	41.0	15.8	9.2	2.2	0.6

問い合わせ先

〒990-8570 山形市松波二丁目 8-1

山形県企画振興部統計企画課 生活統計担当

TEL 023-630-2187

FAX 023-630-2185