

2 生活時間に関する結果

(1) 一日の生活時間の配分

1日の生活時間は、1次活動時間が10時間44分、2次活動時間は6時間54分、3次活動時間は6時間21分で、前回調査と比べ、1次活動で5分の増加、2次活動で3分の増加、3次活動で9分の減少となっています。全国平均と比べると、1次活動時間で3分長く、2次活動時間で3分短く、3次活動時間で1分短くなっており、大きな差は無いといえます。

男女別にみると、男性は1次活動時間が10時間36分、2次活動時間が6時間48分、3次活動時間が6時間35分、女性は1次活動時間が10時間51分、2次活動時間が7時間0分、3次活動時間が6時間9分となっており、1次活動時間、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ます。

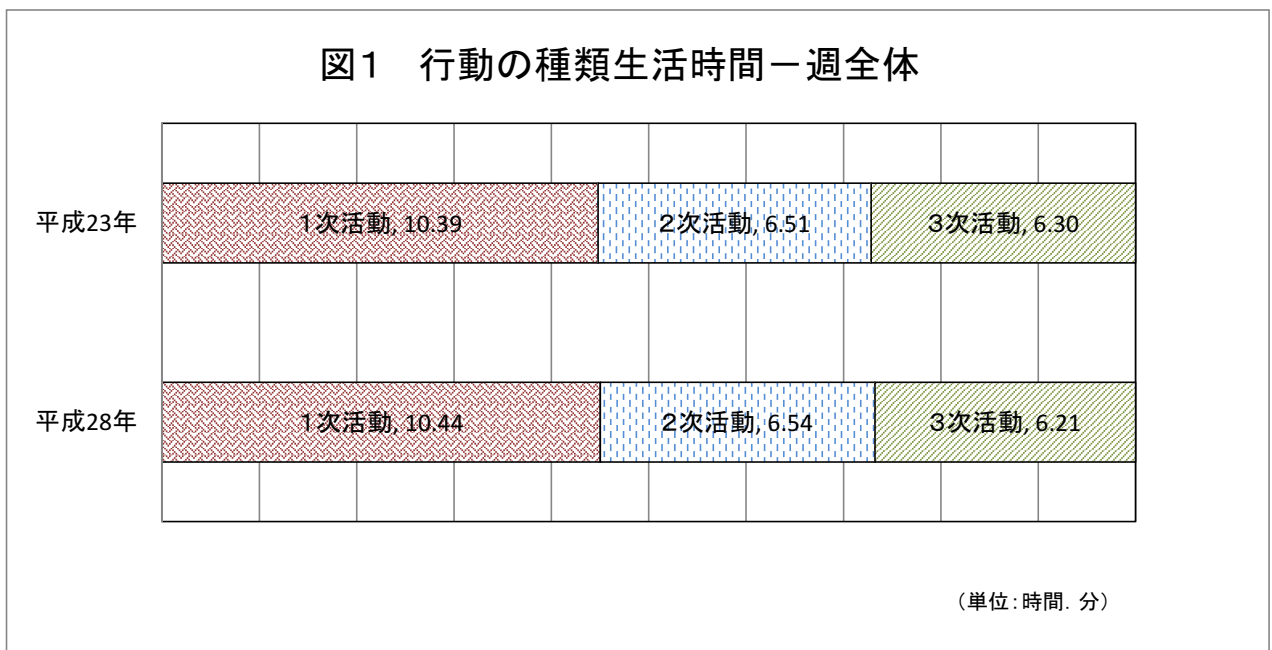
表1 男女・行動の種類別生活時間(平成28年、平成23年)一週全体

(単位:時間.分)

| | | 総 数 | | | 男 | | | 女 | | | 男女差 |
|-----|------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|
| | | 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 | 平成28年 |
| 岡山県 | 1次活動 | 10.44 | 10.39 | 0.05 | 10.36 | 10.34 | 0.02 | 10.51 | 10.43 | 0.08 | 0.15 |
| | 2次活動 | 6.54 | 6.51 | 0.03 | 6.48 | 6.42 | 0.06 | 7.00 | 7.00 | 0.00 | 0.12 |
| | 3次活動 | 6.21 | 6.30 | △ 0.09 | 6.35 | 6.44 | △ 0.09 | 6.09 | 6.17 | △ 0.08 | 0.26 |
| 全 国 | 1次活動 | 10.41 | 10.40 | 0.01 | 10.34 | 10.33 | 0.01 | 10.49 | 10.46 | 0.03 | 0.15 |
| | 2次活動 | 6.57 | 6.53 | 0.04 | 6.50 | 6.49 | 0.01 | 7.03 | 6.57 | 0.06 | 0.13 |
| | 3次活動 | 6.22 | 6.27 | △ 0.05 | 6.36 | 6.38 | △ 0.02 | 6.09 | 6.16 | △ 0.07 | 0.27 |

注) 1次活動:睡眠、食事などの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次活動以外で各人が自由に使える時間における活動。
 男女差:それぞれの時間差を表している。

図1 行動の種類生活時間一週全体



(2) 睡眠時間

10歳以上の週全体の睡眠時間は7時間40分で、平成23年と比べると3分減少しており、15～24歳、25～34歳、35～44歳では増加しています。

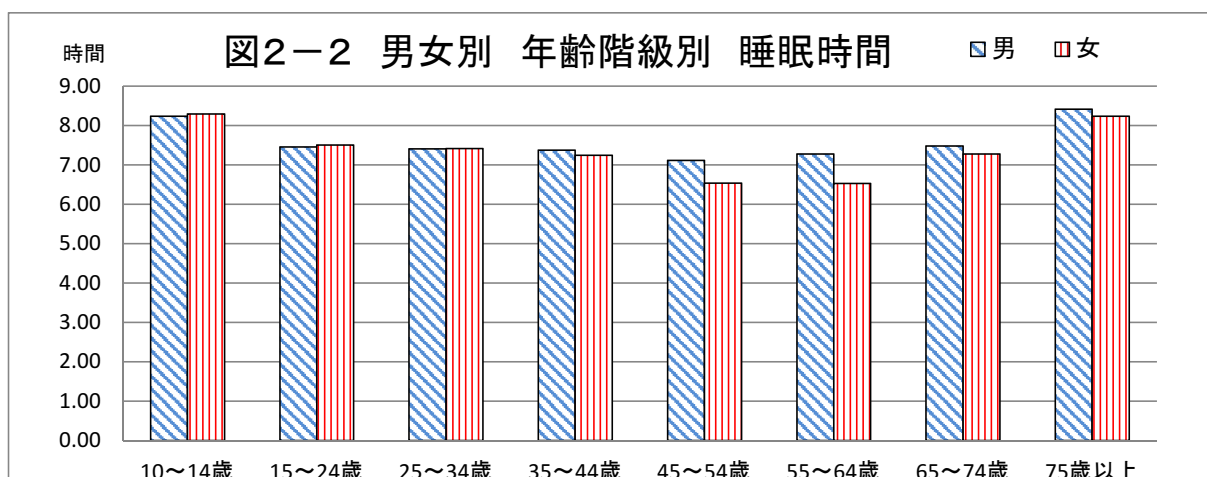
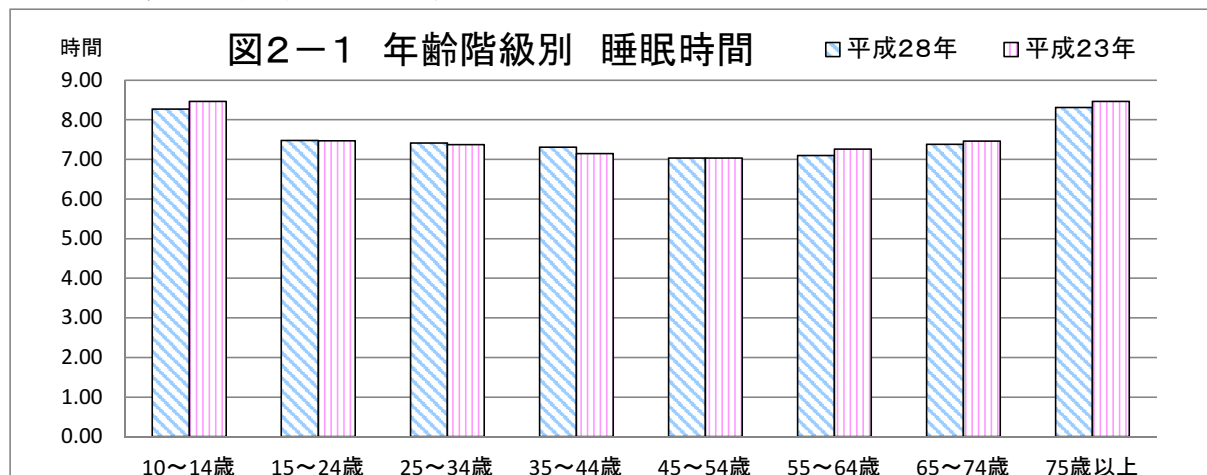
年齢階級別にみると、45～54歳が7時間3分と最も短く、次いで55～64歳が7時間10分となっており、75歳以上が8時間31分と最も長くなっています。これを男女別にみると、男性は7時間46分、女性は7時間35分で、男性が11分長くなっています。また、年齢階級別には、男性は45～54歳、女性は55～64歳が最も短くなっており、10～34歳の区分を除き、男性が長くなっています。また、平成23年と比べると55歳以上で、男女とも短くなっています。

表2 男女、年齢階級別睡眠時間(平成28年、平成23年)-週全体

(単位:時間.分)

| | 総数 | | | 男 | | | 女 | | | 男女差 |
|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|
| | 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 | 平成28年 |
| 総数 | 7.40 | 7.43 | △ 0.03 | 7.46 | 7.52 | △ 0.06 | 7.35 | 7.34 | 0.01 | 0.11 |
| 10～14歳 | 8.27 | 8.46 | △ 0.19 | 8.24 | 9.02 | △ 0.38 | 8.30 | 8.29 | 0.01 | 0.06 |
| 15～24歳 | 7.48 | 7.47 | 0.01 | 7.46 | 7.44 | 0.02 | 7.51 | 7.50 | 0.01 | 0.05 |
| 25～34歳 | 7.41 | 7.37 | 0.04 | 7.41 | 7.41 | 0.00 | 7.42 | 7.33 | 0.09 | 0.01 |
| 35～44歳 | 7.31 | 7.15 | 0.16 | 7.38 | 7.29 | 0.09 | 7.25 | 7.00 | 0.25 | 0.13 |
| 45～54歳 | 7.03 | 7.03 | 0.00 | 7.12 | 7.14 | △ 0.02 | 6.54 | 6.53 | 0.01 | 0.18 |
| 55～64歳 | 7.10 | 7.26 | △ 0.16 | 7.28 | 7.36 | △ 0.08 | 6.53 | 7.17 | △ 0.24 | 0.35 |
| 65～74歳 | 7.38 | 7.46 | △ 0.08 | 7.48 | 8.05 | △ 0.17 | 7.28 | 7.29 | △ 0.01 | 0.20 |
| 75歳以上 | 8.31 | 8.46 | △ 0.15 | 8.42 | 9.06 | △ 0.24 | 8.24 | 8.34 | △ 0.10 | 0.18 |
| 全国 | 7.40 | 7.42 | △ 0.02 | 7.45 | 7.49 | △ 0.04 | 7.35 | 7.36 | △ 0.01 | 0.10 |

注) 男女差:それぞれの時間差を表している。



(3) 仕事時間

15歳以上の有業者の週全体の仕事時間は6時間1分で、男性は7時間1分、女性は4時間48分となっています。

年齢階級別にみると、45～54歳が6時間37分と最も長く、次いで25～34歳が6時間33分となっています。これを男女別にみると、男性は45～54歳が8時間0分と最も長く、女性は25～34歳が5時間29分と最も長くなっています。

平成23年と比べると6分減少しており、男性は3分増加、女性は14分減少しています。

年齢階級別でみると、55～64歳、65～74歳の年齢階級で増加しています。

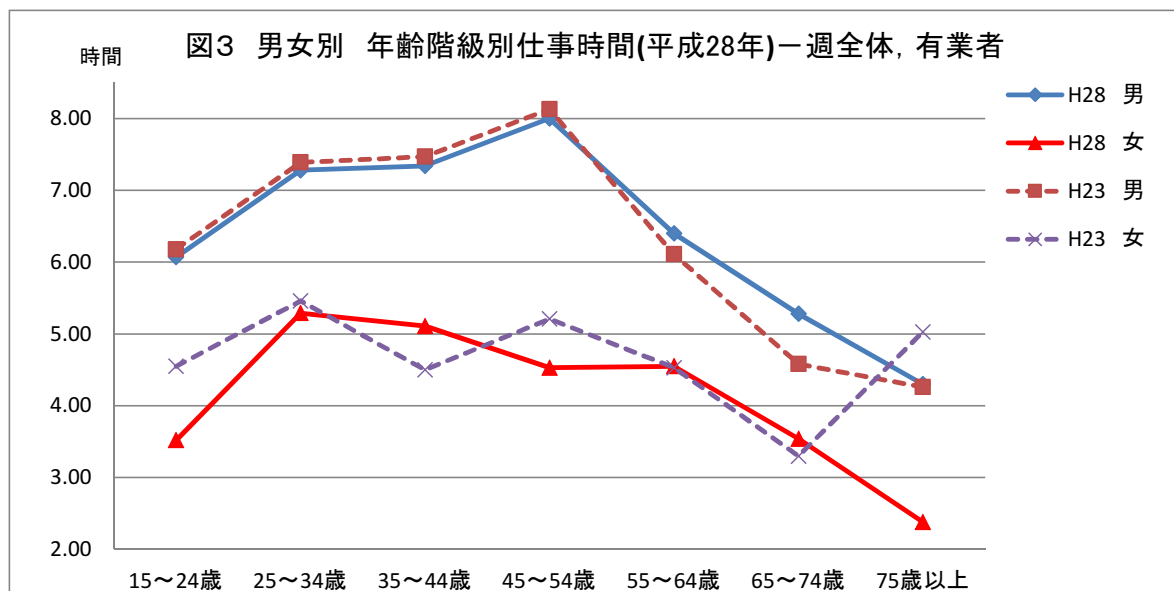
男女別でみると、男性は55歳以上、女性は35～44歳、55～64歳、65～74歳の年齢階級で増加しています。

表3 男女別、年齢階級別仕事時間(平成28年、平成23年)－週全体、有業者(15歳以上)

(単位:時間.分)

| | 総 数 | | | 男 | | | 女 | | | 男女差 |
|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|
| | 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 | 平成28年 |
| 総 数 | 6.01 | 6.07 | △ 0.06 | 7.01 | 6.58 | 0.03 | 4.48 | 5.02 | △ 0.14 | 2.13 |
| 15～24歳 | 4.45 | 5.30 | △ 0.45 | 6.07 | 6.18 | △ 0.11 | 3.52 | 4.55 | △ 1.03 | 2.15 |
| 25～34歳 | 6.33 | 6.48 | △ 0.15 | 7.28 | 7.39 | △ 0.11 | 5.29 | 5.46 | △ 0.17 | 1.59 |
| 35～44歳 | 6.27 | 6.30 | △ 0.03 | 7.34 | 7.47 | △ 0.13 | 5.11 | 4.50 | 0.21 | 2.23 |
| 45～54歳 | 6.37 | 6.54 | △ 0.17 | 8.00 | 8.13 | △ 0.13 | 4.53 | 5.21 | △ 0.28 | 3.07 |
| 55～64歳 | 5.55 | 5.38 | 0.17 | 6.40 | 6.11 | 0.29 | 4.55 | 4.53 | 0.02 | 1.45 |
| 65～74歳 | 4.53 | 4.30 | 0.23 | 5.28 | 4.58 | 0.30 | 3.54 | 3.30 | 0.24 | 1.34 |
| 75歳以上 | 3.49 | 4.31 | △ 0.42 | 4.30 | 4.26 | 0.04 | 2.38 | 5.03 | △ 2.25 | 1.52 |
| 全 国 | 5.55 | 6.02 | △ 0.07 | 6.49 | 6.56 | △ 0.07 | 4.47 | 4.50 | △ 0.03 | 2.02 |

注) 男女差:それぞれの時間差を表している。



(4) 家事関連時間

週全体の家事関連時間(「家事」、「介護・看護」、「育児」及び「買い物」の合計時間)は2時間7分で、男性は42分、女性は3時間26分となっており、女性が2時間44分長くなっています。

全体として、女性が長くなっていますが、特に家事については、前回調査と同様に、依然として大きな差が見られます。

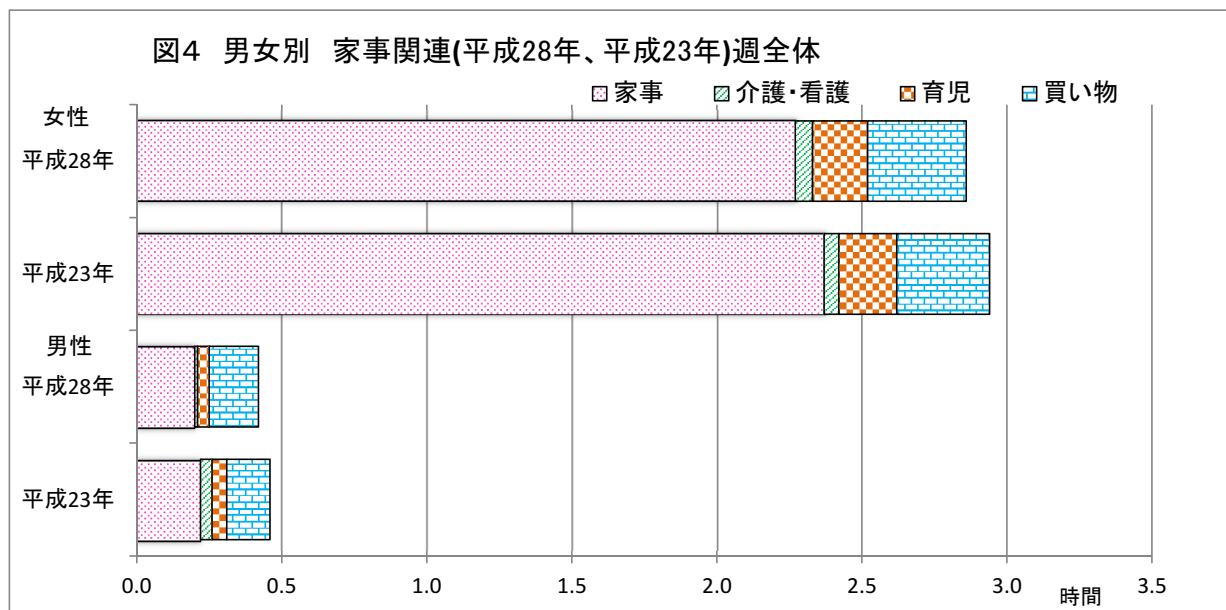
平成23年と比べると6分減少しており、男性は4分減少、女性は8分減少しています。

表4 男女別、年齢階級別家事関連時間(平成28年、平成23年)-週全体

(単位:時間.分)

| | 総数 | | | 男 | | | 女 | | | 男女差 |
|-------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|
| | 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 | 平成28年 |
| 岡山県 | 2.07 | 2.13 | △ 0.06 | 0.42 | 0.46 | △ 0.04 | 3.26 | 3.34 | △ 0.08 | 2.44 |
| 家事 | 1.26 | 1.32 | △ 0.06 | 0.20 | 0.22 | △ 0.02 | 2.27 | 2.37 | △ 0.10 | 2.07 |
| 介護・看護 | 0.03 | 0.04 | △ 0.01 | 0.01 | 0.04 | △ 0.03 | 0.06 | 0.05 | 0.01 | 0.05 |
| 育児 | 0.12 | 0.13 | △ 0.01 | 0.04 | 0.05 | △ 0.01 | 0.19 | 0.20 | △ 0.01 | 0.15 |
| 買い物 | 0.26 | 0.24 | 0.02 | 0.17 | 0.15 | 0.02 | 0.34 | 0.32 | 0.02 | 0.17 |
| 全国 | 2.08 | 2.10 | △ 0.02 | 0.44 | 0.42 | 0.02 | 3.28 | 3.35 | △ 0.07 | 2.44 |
| 家事 | 1.23 | 1.27 | △ 0.04 | 0.19 | 0.18 | 0.01 | 2.24 | 2.32 | △ 0.08 | 2.05 |
| 介護・看護 | 0.04 | 0.03 | 0.01 | 0.02 | 0.02 | 0.00 | 0.06 | 0.05 | 0.01 | 0.04 |
| 育児 | 0.15 | 0.14 | 0.01 | 0.06 | 0.05 | 0.01 | 0.24 | 0.23 | 0.01 | 0.18 |
| 買い物 | 0.26 | 0.26 | 0.00 | 0.17 | 0.17 | 0.00 | 0.34 | 0.35 | △ 0.01 | 0.17 |

注) 男女差:それぞれの時間差を表している。



(5) 主な活動の平均時間

平日の平均起床時刻は6時27分で、土曜日が25分、日曜日が36分それぞれ遅くなっています。全国平均と比較すると、平日が5分、土曜日が9分、日曜日が6分それぞれ早くなっています。

平日の平均就寝時刻は23時01分で、土曜日が4分遅く、日曜日が2分早くなっています。全国平均と比較すると、平日が11分、土曜日が8分、日曜日が2分それぞれ早くなっています。

平日の朝食開始時刻は7時3分で、土曜日が15分、日曜日が29分それぞれ遅くなっています。全国平均と比較すると平日が4分、土曜日が10分、日曜日が5分それぞれ早くなっています。

平日の夕食開始時刻は18時57分で、土曜日が6分、日曜日が18分それぞれ早くなっています。全国平均と比較すると土曜日が2分遅く、平日が8分、日曜日が4分それぞれ早くなっています。

表5 曜日別、起床・就寝及び朝食・夕食開始の平均時刻(総数 10歳以上)

(時:分)

| | | 起床 | 朝食開始 | 夕食開始 | 就寝 |
|-----|-----|------|------|-------|-------|
| 岡山県 | 平日 | 6:27 | 7:03 | 18:57 | 23:01 |
| | 土曜日 | 6:52 | 7:18 | 18:51 | 23:05 |
| | 日曜日 | 7:03 | 7:32 | 18:39 | 22:59 |
| 全国 | 平日 | 6:32 | 7:07 | 19:05 | 23:12 |
| | 土曜日 | 7:01 | 7:28 | 18:49 | 23:13 |
| | 日曜日 | 7:09 | 7:37 | 18:43 | 23:01 |

平日における有業者(15歳以上)の平均出勤時刻は総数では8時17分で、全国平均より7分早くなっています。男女別にみると、男性が7時57分、女性が8時47分で男性が50分早くなっています。

平均帰宅時刻をみると、総数では18時34分で全国平均より19分早く、男女別に見ると、男性が19時10分、女性が17時44分で男性が1時間26分遅くなっています。

表6 平均出勤時刻及び平均帰宅時刻(総数 平日 有業者 15歳以上)

(時:分)

| | 総数 | | 男 | | 女 | |
|-----|------|-------|------|-------|------|-------|
| | 出勤 | 帰宅 | 出勤 | 帰宅 | 出勤 | 帰宅 |
| 岡山県 | 8:17 | 18:34 | 7:57 | 19:10 | 8:47 | 17:44 |
| 全国 | 8:24 | 18:53 | 8:04 | 19:31 | 8:52 | 17:59 |

(6)スマートフォン・パソコンなどの使用状況

○スマートフォン・パソコンなどを使用した人の割合は、男性は20～24歳、女性は30～34歳が最も高い

スマートフォン・パソコンなどを使用した人の割合¹⁾(以下「使用割合」という。)は、男性が58.8%、女性が55.3%となっている。男女、年齢階級別にみると、男性が20～24歳、女性が30～34歳の使用割合が最も高くなっており、25～44歳、55～64歳の年齢階級では、女性の方が使用割合が高くなっている。(図6-1、表6-1)

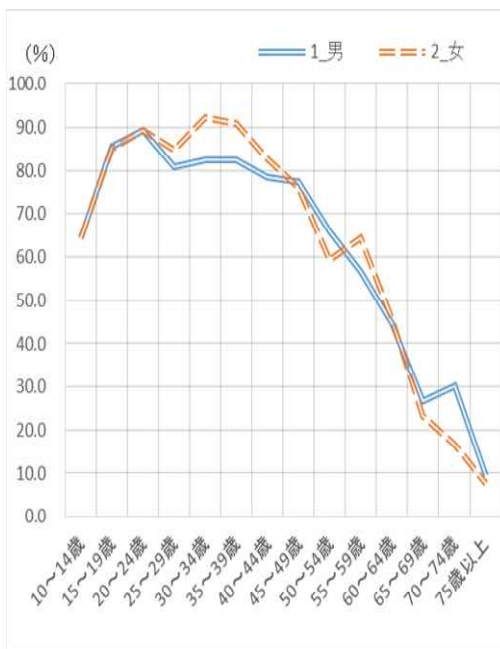
曜日別にみると、男女共に日曜日は平日、土曜日に比べ使用割合が低くなっている。(図6-2、表6-2)

図6-1

男女、年齢階級別スマートフォン・パソコンなどの使用割合一週全体

表6-1

男女、年齢階級別スマートフォン・パソコンなどを使用した人の人数及び割合一週全体



| | 男 | | | | 女 | | | |
|--------|------------|-------------------|-----------------|-----------------|------------|-------------------|-----------------|-----------------|
| | 岡山県 | | | 全国 | 岡山県 | | | 全国 |
| | 人口 (千人) | 使用 した人 (千人) | 使用 割合 (%) | 使用 割合 (%) | 人口 (千人) | 使用 した人 (千人) | 使用 割合 (%) | 使用 割合 (%) |
| 総数 | 815 | 479 | 58.8 | 61.9 | 879 | 486 | 55.3 | 58.4 |
| 10～14歳 | 45 | 29 | 64.4 | 59.8 | 42 | 27 | 64.3 | 58.4 |
| 15～19歳 | 49 | 42 | 85.7 | 86.8 | 47 | 40 | 85.1 | 87.2 |
| 20～24歳 | 47 | 42 | 89.4 | 88.4 | 47 | 42 | 89.4 | 91.5 |
| 25～29歳 | 47 | 38 | 80.9 | 86.5 | 46 | 39 | 84.8 | 90.3 |
| 30～34歳 | 51 | 42 | 82.4 | 85.5 | 51 | 47 | 92.2 | 88.4 |
| 35～39歳 | 57 | 47 | 82.5 | 83.7 | 56 | 51 | 91.1 | 85.9 |
| 40～44歳 | 70 | 55 | 78.6 | 79.7 | 69 | 57 | 82.6 | 83.3 |
| 45～49歳 | 62 | 48 | 77.4 | 73.9 | 63 | 48 | 76.2 | 79.7 |
| 50～54歳 | 53 | 35 | 66.0 | 67.9 | 54 | 32 | 59.3 | 74.0 |
| 55～59歳 | 53 | 30 | 56.6 | 60.0 | 56 | 36 | 64.3 | 61.4 |
| 60～64歳 | 58 | 26 | 44.8 | 46.7 | 61 | 28 | 45.9 | 44.7 |
| 65～69歳 | 75 | 20 | 26.7 | 37.8 | 82 | 19 | 23.2 | 31.0 |
| 70～74歳 | 53 | 16 | 30.2 | 29.0 | 60 | 10 | 16.7 | 20.9 |
| 75歳以上 | 96 | 9 | 9.4 | 15.4 | 144 | 11 | 7.6 | 7.7 |

図6-2 男女、曜日別スマートフォン・パソコンなどの使用割合一週全体

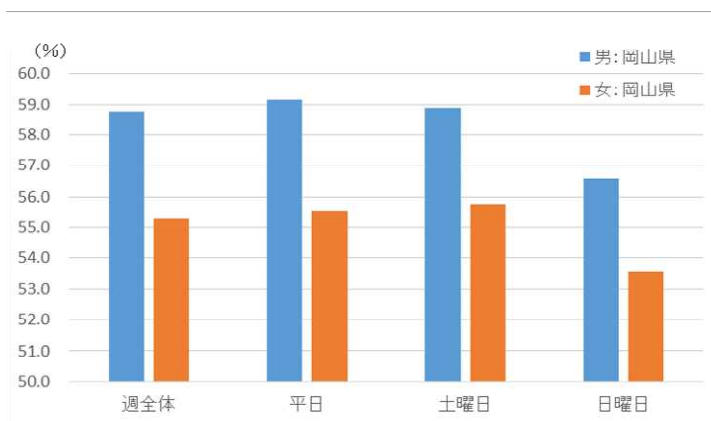


表6-2 男女、曜日別スマートフォン・パソコンなどを使用した人の人数及び割合一週全体

| | 週全体 | | | | 平日 | | | | 土曜日 | | | | 日曜日 | | | |
|----|------------|-------------------|-----------------|-----------------|------------|-------------------|-----------------|-----------------|------------|-------------------|-----------------|-----------------|------------|-------------------|-----------------|-----------------|
| | 岡山県 | | | 全国 | 岡山県 | | | 全国 | 岡山県 | | | 全国 | 岡山県 | | | 全国 |
| | 人口 (千人) | 使用 した人 (千人) | 使用 割合 (%) | 使用 割合 (%) | 人口 (千人) | 使用 した人 (千人) | 使用 割合 (%) | 使用 割合 (%) | 人口 (千人) | 使用 した人 (千人) | 使用 割合 (%) | 使用 割合 (%) | 人口 (千人) | 使用 した人 (千人) | 使用 割合 (%) | 使用 割合 (%) |
| 総数 | 1,694 | 965 | 57.0 | 60.1 | 1,694 | 970 | 57.3 | 60.4 | 1,694 | 969 | 57.2 | 60.4 | 1,694 | 932 | 55.0 | 58.4 |
| 男 | 815 | 479 | 58.8 | 61.9 | 815 | 482 | 59.1 | 62.2 | 815 | 480 | 58.9 | 62.4 | 815 | 461 | 56.6 | 60.2 |
| 女 | 879 | 486 | 55.3 | 58.4 | 879 | 488 | 55.5 | 58.7 | 879 | 490 | 55.7 | 58.4 | 879 | 471 | 53.6 | 56.7 |

注)ここでいう「スマートフォン・パソコンなど」とは、スマートフォン・パソコンのほか、スマートフォン以外の携帯電話、タブレット型端末を含む。

注)ここでいう「スマートフォン・パソコンなどの使用」とは、学業、仕事以外の目的で使用した場合をいう。

1)スマートフォン・パソコンなどの使用割合は、人口に占めるスマートフォン・パソコンなどを使用した人の割合を算出。

○スマートフォン・パソコンなどの使用時間は、15～24 歳が長い傾向

スマートフォン・パソコンなどの使用割合は57%となっており、使用時間別についてみると、1～3 時間未達が39.7%と最も高くなっている。

男女、年齢階級別にみると、男女共15～24 歳で他の階級と比べて6時間以上の割合が高く、使用時間が長い傾向がみられる。(表6-3、図6-3、表6-4)

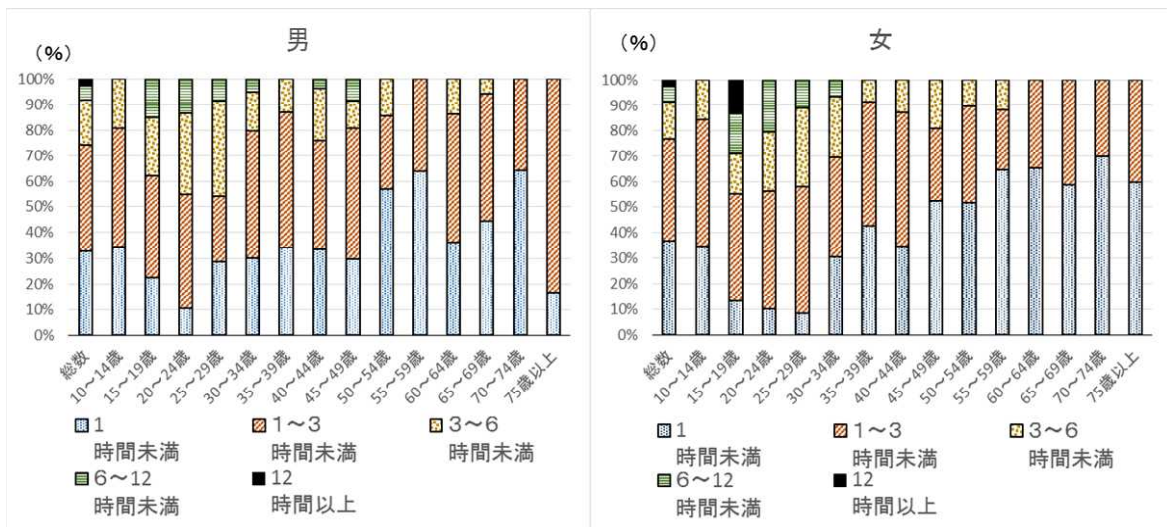
表6-3

男女、スマートフォン・パソコンなどの使用の有無、使用時間別の人数及び構成一週全体

| | 総数 (人) | 使用しなかった | | 使用した | | 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 | |
|----|-----------|---------|------|------|------|---------------|------|-----------------|------|-----------------|------|------------------|-----|------------|-----|
| | | (人) | (%) | (人) | (%) | (人) | (%) | (人) | (%) | (人) | (%) | (人) | (%) | (人) | (%) |
| 総数 | 1,694 | 729 | 43.0 | 965 | 57.0 | 326 | 33.8 | 383 | 39.7 | 151 | 15.6 | 54 | 5.6 | 23 | 2.4 |
| 男 | 815 | 336 | 41.2 | 479 | 58.8 | 153 | 31.9 | 194 | 40.5 | 82 | 17.1 | 26 | 5.4 | 12 | 2.5 |
| 女 | 879 | 393 | 44.7 | 486 | 55.3 | 173 | 35.6 | 189 | 38.9 | 69 | 14.2 | 28 | 5.8 | 12 | 2.5 |

図6-3

男女、年齢階級別スマートフォン・パソコンなどの使用時間構成一週全体、スマートフォン・パソコンなどを使用した人



注)使用時間別の構成一週全体については、使用した人における割合(使用時間不詳を除く)

表6-4

男女、年齢階級別スマートフォン・パソコンなどの使用時間構成一週全体、スマートフォン・パソコンなどを使用した人

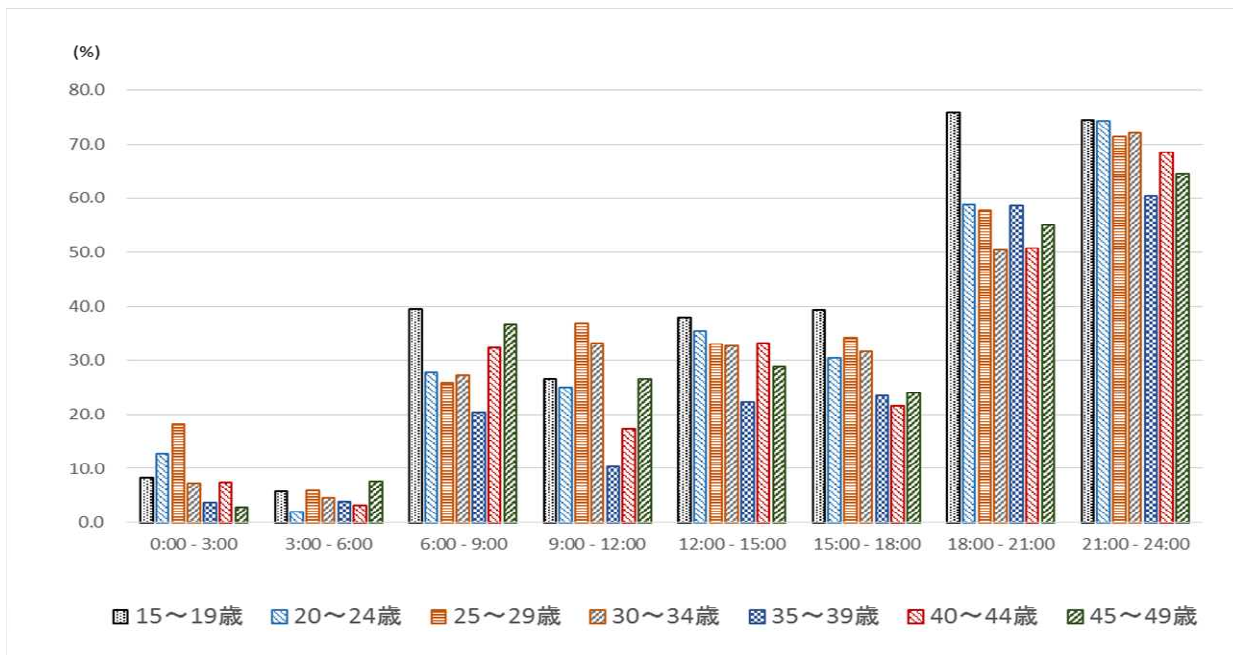
| | 男 (%) | | | | | 女 (%) | | | | |
|--------|---------------|-----------------|-----------------|------------------|------------|---------------|-----------------|-----------------|------------------|------------|
| | 1 時間未 満 | 1～3 時間未 満 | 3～6 時間未 満 | 6～12 時間未 満 | 12 時間以上 | 1 時間未 満 | 1～3 時間未 満 | 3～6 時間未 満 | 6～12 時間未 満 | 12 時間以上 |
| 総数 | 31.9 | 40.5 | 17.1 | 5.4 | 2.5 | 35.6 | 38.9 | 14.2 | 5.8 | 2.5 |
| 10～14歳 | 31.0 | 41.4 | 17.2 | ... | ... | 33.3 | 48.1 | 14.8 | ... | ... |
| 15～19歳 | 21.4 | 38.1 | 21.4 | 14.3 | ... | 12.5 | 40.0 | 15.0 | 15.0 | 12.5 |
| 20～24歳 | 9.5 | 40.5 | 28.6 | 11.9 | ... | 9.5 | 42.9 | 21.4 | 19.0 | ... |
| 25～29歳 | 26.3 | 23.7 | 34.2 | 7.9 | ... | 7.7 | 46.2 | 28.2 | 10.3 | ... |
| 30～34歳 | 28.6 | 47.6 | 14.3 | 4.8 | ... | 29.8 | 38.3 | 23.4 | 6.4 | ... |
| 35～39歳 | 34.0 | 53.2 | 12.8 | ... | ... | 39.2 | 45.1 | 7.8 | ... | ... |
| 40～44歳 | 32.7 | 41.8 | 20.0 | 3.6 | ... | 33.3 | 50.9 | 12.3 | ... | ... |
| 45～49歳 | 29.2 | 50.0 | 10.4 | 8.3 | ... | 45.8 | 25.0 | 16.7 | ... | ... |
| 50～54歳 | 57.1 | 28.6 | 14.3 | ... | ... | 46.9 | 34.4 | 9.4 | ... | ... |
| 55～59歳 | 53.3 | 30.0 | ... | ... | ... | 61.1 | 22.2 | 11.1 | ... | ... |
| 60～64歳 | 30.8 | 42.3 | 11.5 | ... | ... | 60.7 | 32.1 | ... | ... | ... |
| 65～69歳 | 40.0 | 45.0 | 5.0 | ... | ... | 52.6 | 36.8 | ... | ... | ... |
| 70～74歳 | 56.3 | 31.3 | ... | ... | ... | 70.0 | 30.0 | ... | ... | ... |
| 75歳以上 | 16.7 | 83.3 | ... | ... | ... | 54.5 | 36.4 | ... | ... | ... |

注)表中の「-」は、該当数字のない箇所。「...」は、サンプルサイズが10未満で、結果精度の観点から表章していない箇所である。

○スマートフォン・パソコンなどの使用は、21～24 時の時間帯に行動者率が高い

スマートフォン・パソコンなどを使用した人のうち、使用割合が男女共に7割を超えている15～49 歳について、年齢階級別に使用した時間帯別の行動者率¹⁾をみると、21～24 時の時間帯で行動者率が高く、特に15～34 歳では7割を超えている。(図6-5)

図6-5 年齢階級、スマートフォン・パソコンなどの使用時間帯別行動者率—平日、15～49歳

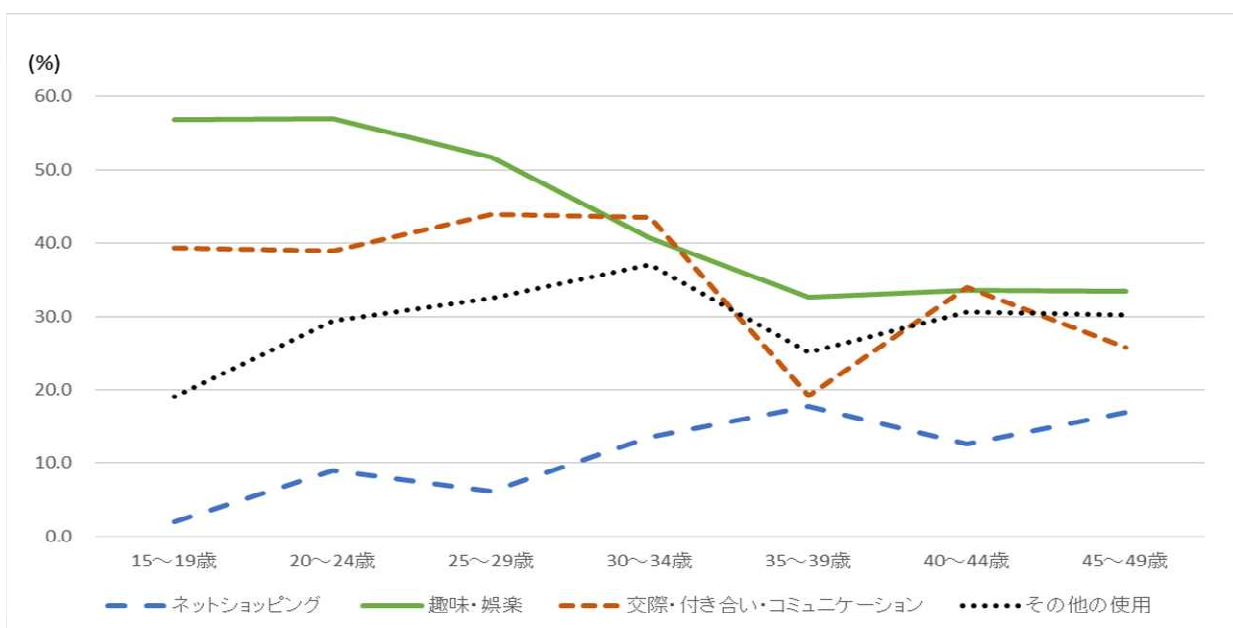


○「趣味・娯楽」の行動者率が高い

スマートフォン・パソコンなどを使用した時間帯別の行動者率が最も高い21～24 時について、年齢階級、使用目的²⁾別にみると、ほとんどの年齢階級で「趣味・娯楽」の行動者率が高く、30～34 歳、40～44 歳では「交際・付き合い・コミュニケーション」の行動者率が最も高くなっている。(図6-6)

図6-6

年齢階級、スマートフォン・パソコンなどの使用目的別行動者率—平日21:00～24:00、15～49歳



1) スマートフォン・パソコンなどを使用した人の人口に占める割合

2) 複数回答あり

○スマートフォン・パソコンなどの使用時間は生活時間の配分と関連がみられる

スマートフォン・パソコンなどの使用時間と生活時間の関連を男女、年齢別にみると、15～19歳女性でスマートフォン・パソコンなどの使用時間が長い人は、学習時間が短く、自由時間¹⁾の配分が長い傾向がみられる。また、25～29歳でスマートフォン・パソコンなどの使用時間が長い人のうち男性は、仕事時間の配分が短く、自由時間の配分が長い傾向がみられる。(図6-7、図6-8)

図6-7 男女、スマートフォン・パソコンなどの使用時間別生活時間一週全体、15～19歳

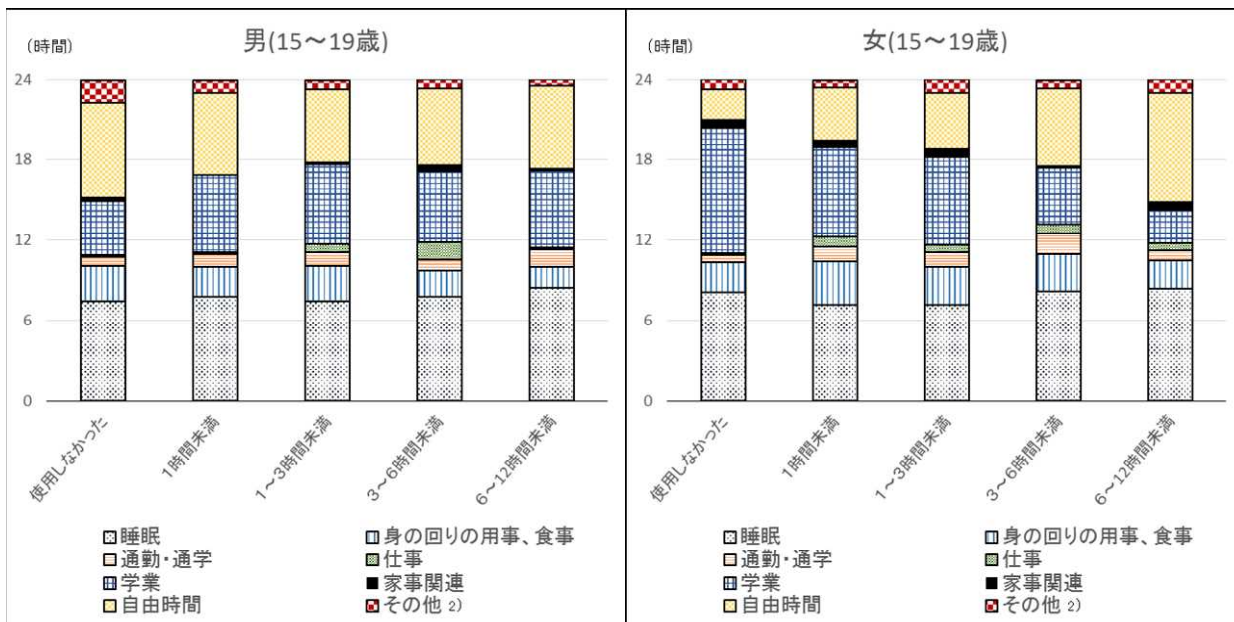
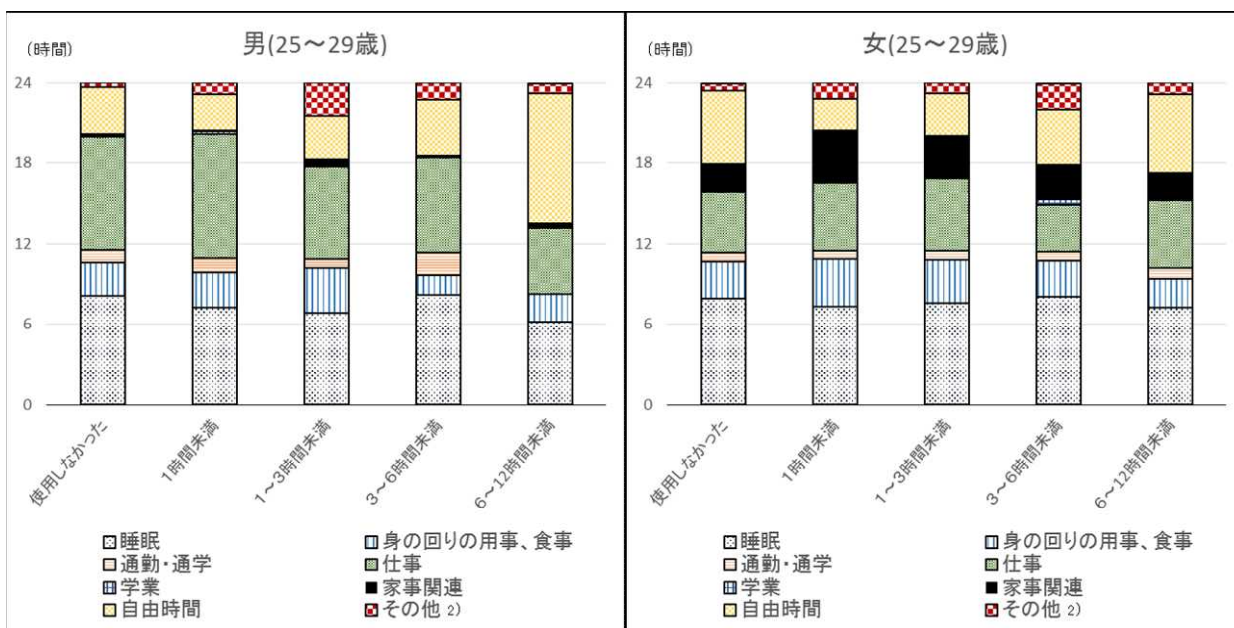


図6-8 男女、スマートフォン・パソコンなどの使用時間別生活時間一週全体、25～29歳



1)「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」及び「ボランティア活動・社会参加活動」
2)「移動(通勤・通学を除く)」、「交際・付き合い」、「受診・療養」及び「その他」