

第1 生活時間の配分に関する結果

1 1日の生活時間の配分

(1) 前回調査と比較し、1次活動時間は増加、2次及び3次活動時間は減少

10歳以上の人について、行動の種類別に週全体平均（以下「週全体」という。）による1日の生活時間をみると、1次活動（睡眠、食事など生理的に必要な活動）の時間が10時間55分、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）の時間が6時間48分、3次活動（余暇活動など）の時間が6時間17分となっている。

男女別にみると、1次活動時間はほぼ同じくらいの長さとなっているが、2次活動時間は、女性が男性より長く、3次活動時間は男性が女性より長くなっている。

平成28年と比較すると、1次活動時間は、総数、男性、女性ともに増加し、逆に2次・3次活動時間は減少している。

また、全国と比較すると、総数では、1次・2次・3次活動時間ともほぼ同じくらいの長さとなっているが、2次活動時間が男性では全国より短く、女性では全国より長くなっている。

（表1）

表1 行動の種類別生活時間の推移（10歳以上） 一週全体 （時間、分）

| | 総数 | | 三重県 | | 女 | | 全 国 | | |
|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | 令和3年 | | 平成28年 | | 令和3年 | | 令和3年 | | |
| | 令和3年 | 平成28年 | 令和3年 | 平成28年 | 令和3年 | 平成28年 | 総数 | 男 | 女 |
| 1次活動 | 10.55 | 10.38 | 10.54 | 10.33 | 10.56 | 10.42 | 10.57 | 10.50 | 11.03 |
| 睡眠 | 7.57 | 7.40 | 8.08 | 7.48 | 7.46 | 7.32 | 7.54 | 7.58 | 7.49 |
| 身の回りの用事 | 1.20 | 1.22 | 1.10 | 1.12 | 1.30 | 1.31 | 1.24 | 1.14 | 1.32 |
| 食事 | 1.38 | 1.36 | 1.36 | 1.34 | 1.39 | 1.38 | 1.39 | 1.37 | 1.41 |
| 2次活動 | 6.48 | 6.55 | 6.29 | 6.37 | 7.06 | 7.11 | 6.47 | 6.36 | 6.57 |
| 通勤・通学 | 0.29 | 0.31 | 0.37 | 0.39 | 0.23 | 0.24 | 0.31 | 0.38 | 0.24 |
| 仕事 | 3.23 | 3.34 | 4.23 | 4.39 | 2.25 | 2.31 | 3.28 | 4.27 | 2.32 |
| 学業 | 0.38 | 0.37 | 0.39 | 0.39 | 0.37 | 0.36 | 0.38 | 0.40 | 0.37 |
| 家事 | 1.31 | 1.31 | 0.25 | 0.18 | 2.36 | 2.40 | 1.27 | 0.25 | 2.26 |
| 介護・看護 | 0.03 | 0.03 | 0.01 | 0.02 | 0.05 | 0.05 | 0.03 | 0.02 | 0.04 |
| 育児 | 0.17 | 0.14 | 0.06 | 0.05 | 0.28 | 0.22 | 0.14 | 0.06 | 0.21 |
| 買い物 | 0.26 | 0.25 | 0.18 | 0.16 | 0.33 | 0.33 | 0.26 | 0.18 | 0.33 |
| 3次活動 | 6.17 | 6.28 | 6.37 | 6.50 | 5.59 | 6.07 | 6.16 | 6.34 | 6.00 |
| 移動（通勤・通学を除く） | 0.20 | 0.31 | 0.19 | 0.31 | 0.21 | 0.31 | 0.22 | 0.21 | 0.23 |
| テレビ・ラジオ・新聞・雑誌 | 2.09 | 2.20 | 2.10 | 2.27 | 2.09 | 2.13 | 2.08 | 2.11 | 2.05 |
| 休養・くつろぎ | 2.00 | 1.38 | 2.05 | 1.41 | 1.56 | 1.35 | 1.57 | 1.59 | 1.56 |
| 学習・自己啓発・訓練 | 0.11 | 0.13 | 0.10 | 0.12 | 0.11 | 0.13 | 0.13 | 0.13 | 0.12 |
| 趣味・娯楽 | 0.46 | 0.47 | 0.58 | 0.58 | 0.33 | 0.36 | 0.48 | 1.00 | 0.37 |
| スポーツ | 0.15 | 0.16 | 0.19 | 0.20 | 0.10 | 0.13 | 0.13 | 0.16 | 0.10 |
| ボランティア活動・社会参加活動 | 0.02 | 0.04 | 0.03 | 0.04 | 0.02 | 0.04 | 0.02 | 0.02 | 0.02 |
| 交際・付き合い | 0.09 | 0.14 | 0.07 | 0.13 | 0.10 | 0.15 | 0.10 | 0.08 | 0.12 |
| 受診・療養 | 0.08 | 0.06 | 0.08 | 0.05 | 0.09 | 0.07 | 0.07 | 0.06 | 0.08 |
| その他 | 0.17 | 0.19 | 0.17 | 0.17 | 0.18 | 0.21 | 0.16 | 0.15 | 0.17 |
| （再掲） | | | | | | | | | |
| 家事関連時間 | 2.17 | 2.13 | 0.50 | 0.41 | 3.42 | 3.40 | 2.10 | 0.51 | 3.24 |

注1:「家事関連時間」は、「家事」、「介護・看護」、「育児」、「買い物」の合計時間

(2) 1次及び3次活動時間は高齢者で長い、2次活動時間は35～54歳の年代で男女ともに長い

年齢階級別に生活時間をみると、1次活動時間は、男女とも45～54歳が最も短く、男性では10時間18分、女性では10時間9分となっている。一方、10～14歳、65歳以上は、男女とも11時間を超えている。

2次活動時間は、男性の45～54歳（8時間40分）、女性の35～44歳（9時間7分）が最も長くなっている。

3次活動時間は、男性では35～44歳（4時間54分）、女性では25～34歳（4時間16分）が最も短くなっている。

また、平成28年と比較すると、1次活動時間は、男性は75歳以上を除く年齢階級、女性はすべての年齢階級で増加している。

2次活動時間は、男性は25～44歳で大幅に減少し、女性は10～44歳で増加している。

3次活動時間は、男性の45～54歳で50分減少、女性の25～34歳で1時間減少している。

(表2)

表2 年齢階級別生活時間 一週全体

(時間.分)

| | 総数 | | | 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 | 1次活動 | 2次活動 | 3次活動 |
| 総数 | 10.55 (0.17) | 6.48 (-0.07) | 6.17 (-0.11) | 10.54 (0.21) | 6.29 (-0.08) | 6.37 (-0.13) | 10.56 (0.14) | 7.06 (-0.05) | 5.59 (-0.08) |
| 10～14歳 | 11.18 (0.13) | 6.29 (0.31) | 6.13 (-0.44) | 11.08 (0.13) | 6.22 (0.20) | 6.30 (-0.33) | 11.28 (0.12) | 6.37 (0.43) | 5.55 (-0.56) |
| 15～24歳 | 10.28 (0.15) | 7.34 (0.04) | 5.57 (-0.19) | 10.24 (0.25) | 7.37 (-0.02) | 5.59 (-0.23) | 10.32 (0.04) | 7.31 (0.09) | 5.56 (-0.15) |
| 25～34歳 | 10.51 (0.26) | 8.09 (-0.05) | 5.01 (-0.20) | 10.35 (0.44) | 7.44 (-0.59) | 5.41 (0.16) | 11.08 (0.08) | 8.36 (0.53) | 4.16 (-1.00) |
| 35～44歳 | 10.38 (0.27) | 8.41 (-0.19) | 4.41 (-0.08) | 10.49 (0.37) | 8.17 (-0.45) | 4.54 (0.09) | 10.26 (0.16) | 9.07 (0.10) | 4.28 (-0.25) |
| 45～54歳 | 10.13 (0.08) | 8.46 (0.14) | 5.00 (-0.23) | 10.18 (0.11) | 8.40 (0.40) | 5.02 (-0.50) | 10.09 (0.07) | 8.53 (-0.12) | 4.59 (0.06) |
| 55～64歳 | 10.24 (0.15) | 7.32 (-0.14) | 6.03 (-0.03) | 10.35 (0.17) | 7.19 (0.00) | 6.06 (-0.17) | 10.14 (0.14) | 7.45 (-0.26) | 6.00 (0.11) |
| 65～74歳 | 11.08 (0.15) | 4.54 (-0.11) | 7.58 (-0.03) | 11.09 (0.16) | 3.45 (-0.06) | 9.05 (-0.12) | 11.06 (0.12) | 5.55 (-0.18) | 6.58 (0.05) |
| 75歳以上 | 12.22 (0.12) | 3.00 (0.01) | 8.37 (-0.14) | 12.27 (-0.01) | 2.06 (0.27) | 9.27 (-0.26) | 12.19 (0.22) | 3.40 (-0.16) | 8.01 (-0.06) |

()内は平成28年との差

2 1次活動時間

(1) 睡眠時間

ア 平日、土曜日、日曜日とも前回調査と比較し睡眠時間が増加

10歳以上の人の睡眠時間（週全体）は、総数で7時間57分、男性が8時間8分、女性が7時間46分と、男性が女性より22分長くなっている。

曜日別に総数の睡眠時間をみると、「平日」が7時間45分、「土曜日」が8時間18分、「日曜日」が8時間35分となっており、「平日」に比べ「土曜日」、「日曜日」の睡眠時間が長くなっている。

平成28年と比較すると、総数、男性、女性ともに「平日」、「土曜日」、「日曜日」のすべてで増加している。

（表3）

表3 曜日別睡眠時間（10歳以上）

| | | 総数 | | | 男 | | | 女 | | |
|-----|-----|------|-------|------|------|-------|------|------|-------|------|
| | | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 |
| 三重県 | 週全体 | 7.57 | 7.40 | 0.17 | 8.08 | 7.48 | 0.20 | 7.46 | 7.32 | 0.14 |
| | 平日 | 7.45 | 7.30 | 0.15 | 7.57 | 7.39 | 0.18 | 7.34 | 7.22 | 0.12 |
| | 土曜日 | 8.18 | 7.56 | 0.22 | 8.30 | 8.01 | 0.29 | 8.05 | 7.51 | 0.14 |
| | 日曜日 | 8.35 | 8.11 | 0.24 | 8.45 | 8.20 | 0.25 | 8.24 | 8.04 | 0.20 |
| 全国 | 週全体 | 7.54 | 7.40 | 0.14 | 7.58 | 7.45 | 0.13 | 7.49 | 7.35 | 0.14 |
| | 平日 | 7.42 | 7.29 | 0.13 | 7.46 | 7.33 | 0.13 | 7.39 | 7.25 | 0.14 |
| | 土曜日 | 8.13 | 7.57 | 0.16 | 8.19 | 8.03 | 0.16 | 8.07 | 7.51 | 0.16 |
| | 日曜日 | 8.32 | 8.16 | 0.16 | 8.39 | 8.24 | 0.15 | 8.25 | 8.08 | 0.17 |

イ 女性の睡眠時間は短い

睡眠時間（週全体）を年齢階級別にみると、45～54歳の年齢階級が7時間21分と最も短く、一方、75歳以上が8時間48分と最も長くなっている。

これを男女別にみると、女性の睡眠時間は10～14歳を除くすべての年齢階級で男性より短くなっている。特に、35～44歳は38分、45～54歳は40分、55～64歳は31分と30分以上短くなっている。

平成28年と比較すると、総数、女性はすべての年齢階級、男性は75歳以上を除くすべての年齢階級で増加している。

（表4）

表4 年齢階級別睡眠時間(10歳以上) 一週全体 (時間.分)

| | 総数 | | | 男 | | | 女 | | |
|--------|------|-------|------|------|-------|------|------|-------|------|
| | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 |
| 総数 | 7.57 | 7.40 | 0.17 | 8.08 | 7.48 | 0.20 | 7.46 | 7.32 | 0.14 |
| 10～14歳 | 8.45 | 8.32 | 0.13 | 8.45 | 8.28 | 0.17 | 8.45 | 8.37 | 0.08 |
| 15～24歳 | 7.59 | 7.37 | 0.22 | 8.10 | 7.42 | 0.28 | 7.47 | 7.31 | 0.16 |
| 25～34歳 | 8.05 | 7.39 | 0.26 | 8.10 | 7.26 | 0.44 | 8.00 | 7.52 | 0.08 |
| 35～44歳 | 8.02 | 7.28 | 0.34 | 8.20 | 7.38 | 0.42 | 7.42 | 7.17 | 0.25 |
| 45～54歳 | 7.21 | 7.06 | 0.15 | 7.41 | 7.22 | 0.19 | 7.01 | 6.49 | 0.12 |
| 55～64歳 | 7.25 | 7.13 | 0.12 | 7.41 | 7.27 | 0.14 | 7.10 | 7.00 | 0.10 |
| 65～74歳 | 7.46 | 7.40 | 0.06 | 7.56 | 7.53 | 0.03 | 7.38 | 7.28 | 0.10 |
| 75歳以上 | 8.48 | 8.39 | 0.09 | 8.59 | 8.59 | 0.00 | 8.40 | 8.24 | 0.16 |

3 2次活動時間

(1) 仕事時間

ア 前回調査と比較し、すべての曜日で仕事時間が減少

15歳以上の人のうち、有業者の仕事時間(週全体)は総数5時間34分で、男性は6時間21分、女性は4時間35分と、男性が1時間46分長くなっている。

総数を曜日別に平成28年と比較すると、「平日」が3分、「土曜日」が54分、「日曜日」が29分減少している。

(表5)

表5 曜日別仕事時間(有業者、15歳以上) (時間.分)

| | 総数 | | | 男 | | | 女 | | |
|-----|------|-------|-------|------|-------|-------|------|-------|-------|
| | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 |
| 週全体 | 5.34 | 5.48 | -0.14 | 6.21 | 6.39 | -0.18 | 4.35 | 4.42 | -0.07 |
| 平日 | 6.47 | 6.50 | -0.03 | 7.47 | 7.51 | -0.04 | 5.32 | 5.33 | -0.01 |
| 土曜日 | 3.02 | 3.56 | -0.54 | 3.23 | 4.38 | -1.15 | 2.35 | 3.01 | -0.26 |
| 日曜日 | 2.00 | 2.29 | -0.29 | 2.11 | 2.42 | -0.31 | 1.47 | 2.13 | -0.26 |

イ 男性は25～34歳、女性は45～54歳で最も仕事時間が長い

15歳以上の人のうち、有業者の仕事時間(週全体)を年齢階級別にみると、総数では45～54歳の年齢階級が6時間18分と最も長くなっている。

男女別にみると、男性は25～34歳が7時間10分と最も長く、女性は45～54歳が

5時間22分と最も長くなっている。

平成28年と比較すると、男性は、35～44歳が56分減少している。一方、女性は65～74歳が1時間32分減少している。(75歳以上については、有業者サンプル数が一定数に達していないため参考とする。)

(表6)

表6 年齢階級別仕事時間(有業者、15歳以上) 一週全体 (時間.分)

| | 総数 | | | 男 | | | 女 | | |
|-----------|------|-------|-------|------|-------|-------|------|-------|-------|
| | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 |
| 総数 | 5.34 | 5.48 | -0.14 | 6.21 | 6.39 | -0.18 | 4.35 | 4.42 | -0.07 |
| 15～24歳 | 5.01 | 5.32 | -0.31 | 5.16 | 6.25 | -1.09 | 4.39 | 4.34 | 0.05 |
| 25～34歳 | 5.45 | 6.05 | -0.20 | 7.10 | 7.08 | 0.02 | 4.13 | 4.46 | -0.33 |
| 35～44歳 | 5.55 | 6.24 | -0.29 | 6.57 | 7.53 | -0.56 | 4.34 | 4.30 | 0.04 |
| 45～54歳 | 6.18 | 5.59 | 0.19 | 7.04 | 6.44 | 0.20 | 5.22 | 5.03 | 0.19 |
| 55～64歳 | 5.45 | 5.38 | 0.07 | 6.39 | 6.30 | 0.09 | 4.40 | 4.34 | 0.06 |
| 65～74歳 | 3.57 | 4.42 | -0.45 | 4.31 | 4.38 | -0.07 | 3.11 | 4.43 | -1.32 |
| 75歳以上(参考) | 3.18 | 4.09 | -0.51 | 3.06 | 2.29 | 0.37 | 3.42 | 5.44 | -2.02 |

(2) 家事関連時間

ア 男女間に大きな差

10歳以上の人の家事関連時間(「家事」、「介護・看護」、「育児」、「買い物」の合計時間)【週全体】は、総数で2時間17分、男性が50分、女性が3時間42分と男女の間に大きな差がある。

曜日別にみると、男性は、「平日」が41分、「土曜日」が1時間9分、「日曜日」が1時間19分と平日で短く、土・日曜日で長くなっている。女性は、「平日」が3時間39分、「土曜日」が3時間45分、「日曜日」が3時間49分と曜日による変化は少ない。

(表7)

表7 曜日別家事関連時間(10歳以上) (時間.分)

| | 総数 | | | 男 | | | 女 | | |
|-----|------|-------|------|------|-------|------|------|-------|-------|
| | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 |
| 週全体 | 2.17 | 2.13 | 0.04 | 0.50 | 0.41 | 0.09 | 3.42 | 3.40 | 0.02 |
| 平日 | 2.12 | 2.06 | 0.06 | 0.41 | 0.32 | 0.09 | 3.39 | 3.35 | 0.04 |
| 土曜日 | 2.29 | 2.28 | 0.01 | 1.09 | 0.57 | 0.12 | 3.45 | 3.56 | -0.11 |
| 日曜日 | 2.35 | 2.30 | 0.05 | 1.19 | 1.09 | 0.10 | 3.49 | 3.49 | 0.00 |

イ 男性の家事時間は増加、女性の家事時間は減少

10歳以上の人の家事時間(週全体)を年齢階級別にみると、65～74歳が総数で2時間24分と最も長くなっている。男女別にみても65～74歳が、男性48分、女性3時間52分と最も長くなっている。

平成28年と比較すると、総数では男性が7分増加、女性が4分減少している。これを年齢階級別にみると、男性は15～24歳、55～64歳、75歳以上を除く年齢階級で増加しており、女性は10～14歳、35～44歳、65～74歳を除く年齢階級で減少している。

(表8)

表8 年齢階級別家事時間(10歳以上) 一週全体

(時間.分)

| | 総数 | | | 男 | | | 女 | | |
|--------|------|-------|-------|------|-------|-------|------|-------|-------|
| | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 |
| 総数 | 1.31 | 1.31 | 0.00 | 0.25 | 0.18 | 0.07 | 2.36 | 2.40 | -0.04 |
| 10～14歳 | 0.02 | 0.02 | 0.00 | 0.02 | 0.01 | 0.01 | 0.03 | 0.02 | 0.01 |
| 15～24歳 | 0.07 | 0.08 | -0.01 | 0.04 | 0.04 | 0.00 | 0.09 | 0.13 | -0.04 |
| 25～34歳 | 0.46 | 0.46 | 0.00 | 0.13 | 0.10 | 0.03 | 1.24 | 1.25 | -0.01 |
| 35～44歳 | 1.44 | 1.39 | 0.05 | 0.19 | 0.09 | 0.10 | 3.14 | 3.13 | 0.01 |
| 45～54歳 | 1.47 | 1.56 | -0.07 | 0.27 | 0.15 | 0.12 | 3.10 | 3.37 | -0.27 |
| 55～64歳 | 1.49 | 2.01 | -0.12 | 0.20 | 0.20 | 0.00 | 3.15 | 3.38 | -0.23 |
| 65～74歳 | 2.24 | 2.05 | 0.19 | 0.48 | 0.27 | 0.21 | 3.52 | 3.34 | 0.18 |
| 75歳以上 | 1.49 | 1.55 | -0.06 | 0.41 | 0.44 | -0.03 | 2.38 | 2.45 | -0.07 |

ウ 子育て世代で大きい育児時間の男女差

10歳以上の人の育児時間(週全体)を年齢階級別にみると、25～34歳が総数で1時間7分と最も長くなっている。男女別にみると、男性は35～44歳が21分、女性は25～34歳が2時間11分と最も長くなっている。

平成28年と比較すると、総数では男性が1分、女性が6分増加している。これを年齢階級別にみると、男性は10～34歳、55～64歳を除く年齢階級で増加しており、女性は55～74歳、75歳以上の年齢階級を除いて増加している。特に女性の25～34歳が54分と大幅に増加している。

(表9)

表9 年齢階級別育児時間(10歳以上) 一週全体

(時間.分)

| | 総数 | | | 男 | | | 女 | | |
|--------|------|-------|-------|------|-------|-------|------|-------|-------|
| | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 |
| 総数 | 0.17 | 0.14 | 0.03 | 0.06 | 0.05 | 0.01 | 0.28 | 0.22 | 0.06 |
| 10～14歳 | 0.01 | 0.00 | 0.01 | - | - | 0.00 | 0.01 | 0.00 | 0.01 |
| 15～24歳 | 0.06 | 0.03 | 0.03 | 0.00 | 0.01 | -0.01 | 0.13 | 0.06 | 0.07 |
| 25～34歳 | 1.07 | 0.49 | 0.18 | 0.10 | 0.22 | -0.12 | 2.11 | 1.17 | 0.54 |
| 35～44歳 | 0.50 | 0.38 | 0.12 | 0.21 | 0.09 | 0.12 | 1.21 | 1.08 | 0.13 |
| 45～54歳 | 0.10 | 0.05 | 0.05 | 0.06 | 0.05 | 0.01 | 0.14 | 0.06 | 0.08 |
| 55～64歳 | 0.03 | 0.06 | -0.03 | 0.01 | 0.01 | 0.00 | 0.05 | 0.11 | -0.06 |
| 65～74歳 | 0.03 | 0.04 | -0.01 | 0.04 | 0.02 | 0.02 | 0.02 | 0.06 | -0.04 |
| 75歳以上 | 0.02 | 0.01 | 0.01 | 0.01 | 0.00 | 0.01 | 0.02 | 0.02 | 0.00 |

4 3次活動時間

(1) テレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間

ア ほとんどの年齢階級で減少しているテレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間

10歳以上の人のテレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間（週全体）は、総数で2時間9分となっている。年齢階級別にみると、75歳以上が総数で4時間23分、男性5時間、女性3時間56分と最も長くなっている。

平成28年と比較すると、総数が11分、男性が17分、女性が4分減少している。これを年齢階級別にみると、総数、男性、女性ともに65歳以上を除いて減少している。

（表10）

表10 男女、年齢階級別テレビ・ラジオ・新聞・雑誌の時間（10歳以上） 一週全体

（時間.分）

| | 総数 | | | 男 | | | 女 | | | 男女差 |
|--------|------|-------|-------|------|-------|-------|------|-------|-------|-------|
| | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 |
| 総数 | 2.09 | 2.20 | -0.11 | 2.10 | 2.27 | -0.17 | 2.09 | 2.13 | -0.04 | 0.01 |
| 10～14歳 | 0.47 | 1.09 | -0.22 | 0.53 | 1.03 | -0.10 | 0.42 | 1.15 | -0.33 | 0.11 |
| 15～24歳 | 0.33 | 0.53 | -0.20 | 0.17 | 0.53 | -0.36 | 0.48 | 0.53 | -0.05 | -0.31 |
| 25～34歳 | 0.41 | 1.15 | -0.34 | 0.30 | 1.11 | -0.41 | 0.53 | 1.19 | -0.26 | -0.23 |
| 35～44歳 | 0.52 | 1.20 | -0.28 | 0.53 | 1.25 | -0.30 | 0.51 | 1.15 | -0.24 | 0.02 |
| 45～54歳 | 1.33 | 2.00 | -0.27 | 1.31 | 2.09 | -0.38 | 1.35 | 1.51 | -0.16 | -0.04 |
| 55～64歳 | 2.29 | 2.41 | -0.12 | 2.30 | 2.47 | -0.17 | 2.28 | 2.36 | -0.08 | 0.02 |
| 65～74歳 | 3.51 | 3.42 | 0.09 | 4.17 | 4.09 | 0.08 | 3.28 | 3.18 | 0.10 | 0.49 |
| 75歳以上 | 4.23 | 4.14 | 0.09 | 5.00 | 4.59 | 0.01 | 3.56 | 3.42 | 0.14 | 1.04 |

(2) 休養・くつろぎの時間

ア 15～24歳で大幅に増加している休養・くつろぎの時間

10歳以上の人の休養・くつろぎの時間（週全体）は、総数で2時間、男性は2時間5分、女性は1時間56分となっており、男性が9分長くなっている。

これを年齢階級別にみると、15～24歳が総数で2時間52分、男性3時間10分、女性2時間33分と最も長くなっている。

平成28年と比較すると、総数が22分、男性が24分、女性が21分増加している。

これを年齢階級別にみると、総数、男性、女性ともにすべての年齢階級で増加している。特に男性の15～24歳が1時間20分と大幅に増加している。

（表11）

表11 男女、年齢階級別休養・くつろぎの時間(10歳以上) 一週全体

(時間.分)

| | 総数 | | | 男 | | | 女 | | | 男女差 |
|--------|------|-------|------|------|-------|------|------|-------|------|-------|
| | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 | 平成28年 | 差 | 令和3年 |
| 総数 | 2.00 | 1.38 | 0.22 | 2.05 | 1.41 | 0.24 | 1.56 | 1.35 | 0.21 | 0.09 |
| 10～14歳 | 2.32 | 1.57 | 0.35 | 2.31 | 1.59 | 0.32 | 2.32 | 1.55 | 0.37 | -0.01 |
| 15～24歳 | 2.52 | 1.55 | 0.57 | 3.10 | 1.50 | 1.20 | 2.33 | 2.01 | 0.32 | 0.37 |
| 25～34歳 | 2.02 | 1.49 | 0.13 | 2.10 | 1.46 | 0.24 | 1.53 | 1.52 | 0.01 | 0.17 |
| 35～44歳 | 1.54 | 1.32 | 0.22 | 1.52 | 1.35 | 0.17 | 1.57 | 1.28 | 0.29 | -0.05 |
| 45～54歳 | 1.56 | 1.31 | 0.25 | 1.57 | 1.35 | 0.22 | 1.56 | 1.28 | 0.28 | 0.01 |
| 55～64歳 | 1.48 | 1.17 | 0.31 | 1.51 | 1.25 | 0.26 | 1.45 | 1.10 | 0.35 | 0.06 |
| 65～74歳 | 1.34 | 1.22 | 0.12 | 1.45 | 1.38 | 0.07 | 1.24 | 1.08 | 0.16 | 0.21 |
| 75歳以上 | 2.03 | 2.01 | 0.02 | 2.04 | 2.02 | 0.02 | 2.02 | 2.01 | 0.01 | 0.02 |