

令和3年社会生活基本調査

佐賀県の概要

令和3年10月20日現在で実施した「令和3年社会生活基本調査」の結果が総務省統計局から公表されました。

これは、佐賀県の概要をとりまとめたものです。

●全国の結果はこちら

総務省統計局HP

→ <http://www.stat.go.jp/data/shakai/2021/kekka.html>

目 次

結果の概要

令和3年社会生活基本調査の概要	1
-----------------	---

I 生活行動に関する結果

1 学習・自己啓発・訓練	2
2 ボランティア活動	4
3 スポーツ	6
4 趣味・娯楽	8
5 旅行・行楽	10

II 生活時間に関する結果

1 1日の生活時間	12
2 1次活動	
(1) 睡眠時間	14
(2) 食事時間	15
3 2次活動	
(1) 仕事時間（有業者）	16
(2) 家事関連時間	17
4 3次活動	
(1) 休養等自由時間活動	18
(2) 積極的自由時間活動	19
5 各種属性別にみた生活時間	
(1) 夫と妻の生活時間	20
6 主な行動の平均時刻	
(1) 起床・就寝時刻、朝食・夕食開始時刻	21
(2) 出勤及び仕事からの帰宅時刻	22
7 スマートフォン・パソコンなどの使用状況	
(1) スマートフォン・パソコンなどの使用割合	23
(2) スマートフォン・パソコンなどの使用時間	23

(1日の生活時間の配分の調査時期)

1日の生活時間の配分は、令和3年10月16日から24日までのうち調査区ごとに指定された2日間(生活時間の指定日)について調査した結果である。この時期は、新型コロナウイルス感染症がいわゆる第5波として拡大した後、各地に順次発令されていた「新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言」等が令和3年9月末をもって全ての地域で解除された直後となる。

(1年間の主な生活行動の調査時期)

1年間の主な生活行動は、令和2年10月20日から令和3年10月19日までの過去1年間の自由時間において該当する行動を行った状況について調査した結果である。この時期は、2回の「新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言」を含んだ期間となっていた。

－令和3年社会生活基本調査の概要－

1 調査の目的

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、国民の社会生活の実態を明らかにすることを目的とし、昭和51年の第1回調査以来5年ごとに実施しており、令和3年調査で10回目となる。

なお、平成13年調査から、生活時間についての詳細な結果を得るために「調査票A」及び「調査票B」の2種類の調査票を用いて調査している。

2 調査対象

総務大臣が指定する131調査区（全国では7,576調査区）の中から無作為に選定した約1,600世帯（全国では約91,000世帯）に居住する10歳以上の世帯員を対象とした。

3 調査期日

調査は令和3年10月20日現在で実施した。

ただし、生活時間については、10月16日から10月24日までの9日間のうち、調査区ごとに指定した連続する2日間について調査した。

4 調査事項

(1) 全ての世帯員に関する事項

世帯主との続柄、出生の月日又は年齢、在学・卒業等、教育又は保育の状況

(2) 10歳未満の世帯員に関する事項

育児支援の利用の状況

(3) 10歳以上の世帯員に関する事項

氏名、男女の別、学習・研究活動の状況、ボランティアの活動状況、生活時間の配分など

(4) 15歳以上の世帯員に関する事項

介護の状況、就業状況、勤務形態、年次有給休暇の取得日数、仕事の種類、ふだんの1週間の就業時間など

(5) 世帯に関する事項

世帯の種類、10歳以上の世帯員数、10歳未満の世帯員数、世帯の年間収入、不在者の有無の状況など

5 主な用語の解説

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次活動以外で各人が自由に使える時間における活動

行動者数・・・過去1年間（令和2年10月20日～令和3年10月19日）に該当する種類の活動を行った人（10歳以上）の数

行動者率・・・10歳以上人口に対する行動者数の割合（％）

家事関連活動・・・2次活動のうち、「家事」、「介護・看護」、「育児」及び「買い物」

自由時間活動・・・3次活動のうち、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」及び「休養・くつろぎ」を休養等自由時間活動、「学習・自己啓発・訓練（学業以外）」、「趣味・娯楽」、「スポーツ」及び「ボランティア活動・社会参加活動」を積極的自由時間活動と定義している。

I 生活行動に関する結果

1 学習・自己啓発・訓練

○行動者率は37.2%で5年前より3.5ポイント上昇。全国平均よりも2.4ポイント低くなっている。男性は「パソコンなどの情報処理」の行動者率が最も高く、女性は「家政・家事」の行動者率が最も高い

過去1年間（令和2年10月20日～3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）は26万1千人で、10歳以上人口に占める割合（行動者率。以下同じ。）は37.2%となっている。全国平均（39.6%）と比べると2.4ポイント低くなっており、全国順位は14位となっている。男女別にみると、男性は37.8%、女性は36.7%で、男性が女性より1.1ポイント高くなっている。

行動者率を平成28年（33.7%）と比較すると3.5ポイント上昇している。これを男女別にみると、男性は6.0ポイント、女性は1.3ポイント上昇している。

行動者率を種類別にみると、「パソコンなどの情報処理」が15.5%と最も高く、次いで「家政・家事」が15.0%などとなっている。平成28年と比べると、「パソコンなどの情報処理」及び「家政・家事」でそれぞれ4.4ポイント上昇するなど、「芸術・文化」及び「その他」を除く全ての種類で上昇している。（図1-1）

種類毎に男女別の行動者率をみると、男性は「パソコンなどの情報処理」が18.9%と最も高く、次いで「人文・社会・自然科学」が10.7%となっている。女性は「家政・家事」が19.2%と最も高く、次いで「パソコンなどの情報処理」が12.5%などとなっている。（図1-2）

図1-1 「学習・自己啓発・訓練」の種類別行動者率（令和3年、平成28年）

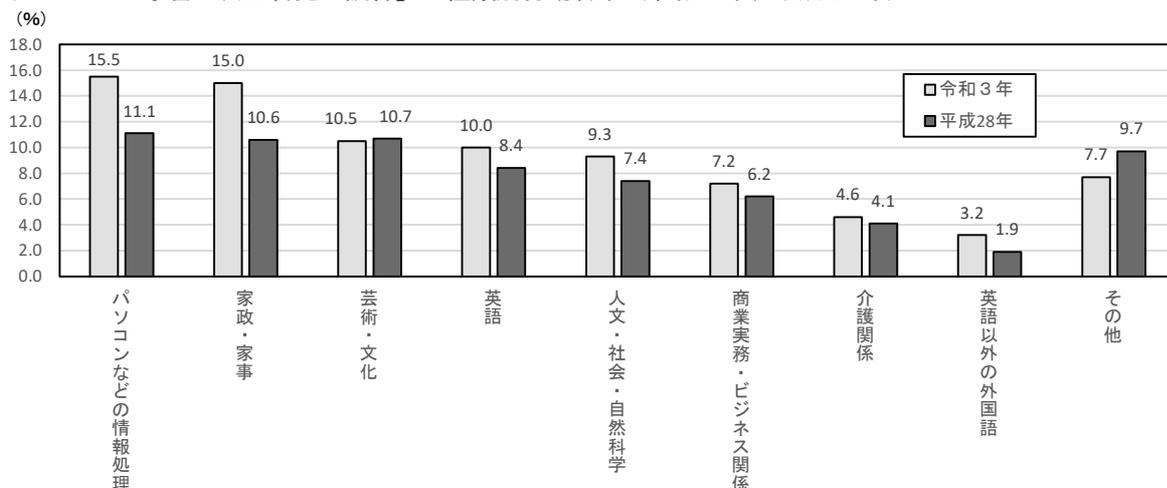
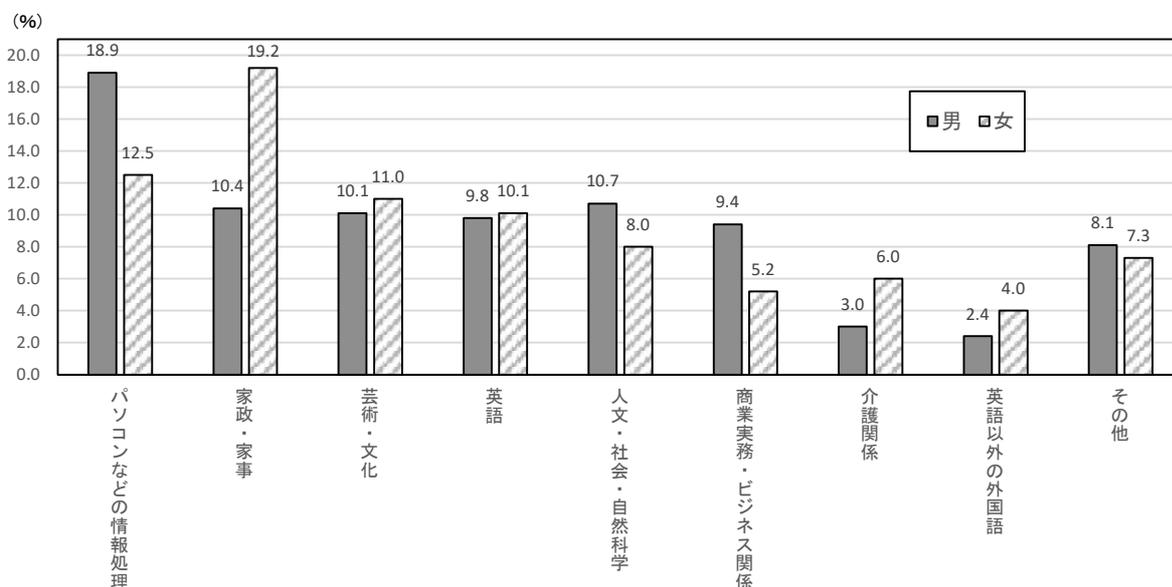


図1-2 「学習・自己啓発・訓練」の種類、男女別行動者率（令和3年）



男女及び年齢階級別にみると、25～34歳で女性の方が9.6ポイント高く男女差が最も大きくなっている。
 (図1-3)

また、種類別にみると、「家政・家事」は10～14歳を除く全ての年齢階級で女性の行動者率が高くなっており、そのほかの年齢階級では、男女で大きな開きがある。(図1-4)

図1-3 「学習・自己啓発・訓練」の男女、年齢階級別行動者率(令和3年)

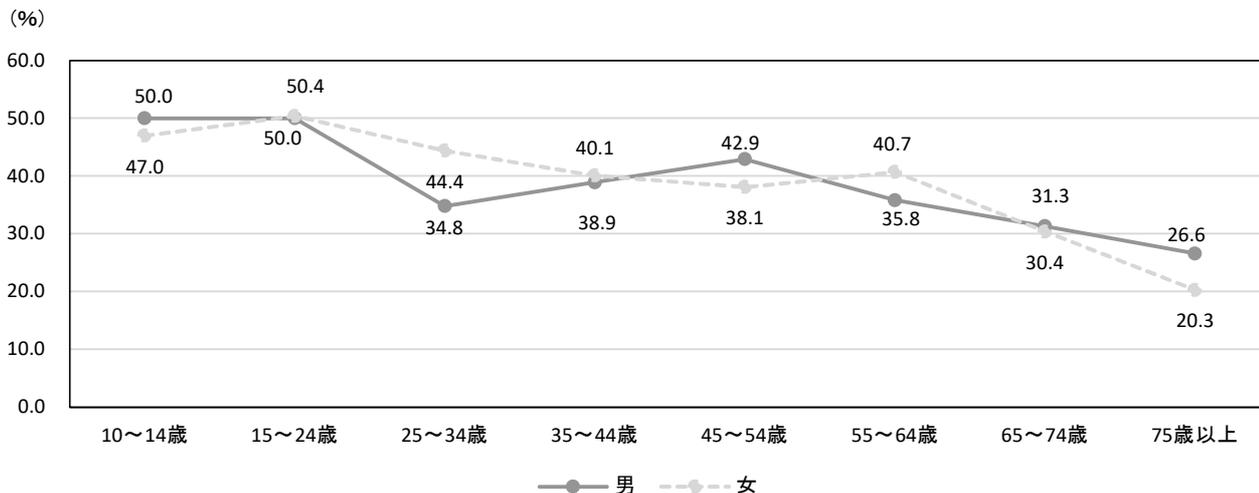
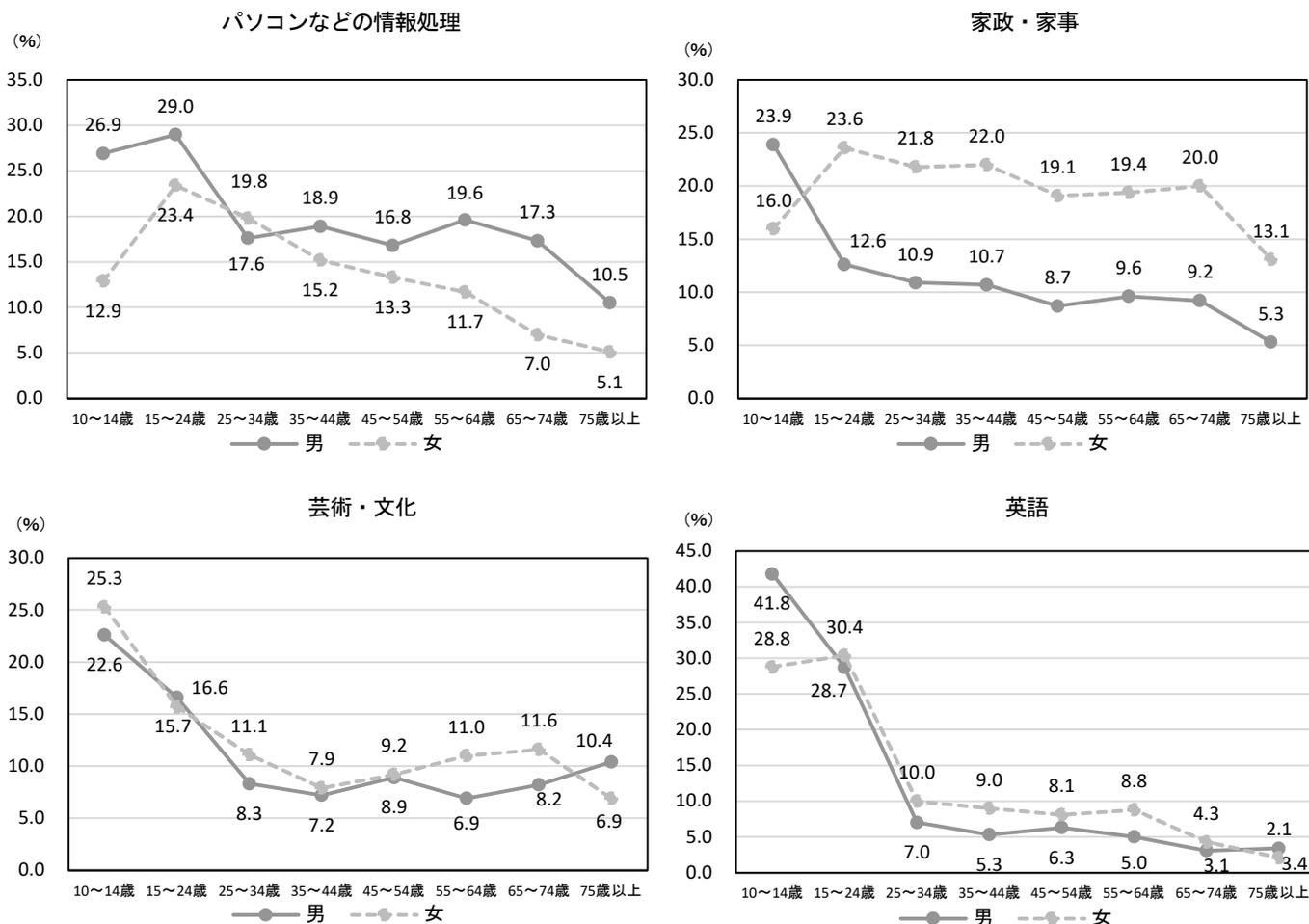


図1-4 主な「学習・自己啓発・訓練」の種類、男女、年齢階級別行動者率(令和3年)



注)「学習・自己啓発・訓練」は、社会人の職場研修や、児童・生徒・学生が学業(授業、予習、復習)として行うものは除き、クラブ活動や部活動は含む。

2 ボランティア活動

○行動者率は24.8%で5年前より7.8ポイント低下。全国平均より7.0ポイント高く、全国順位では第2位

過去1年間に何らかの「ボランティア活動」を行った人は17万5千人で、行動者率は24.8%となっている。全国平均（17.8%）と比べると7.0ポイント高くなっており、全国順位は2位となっている。男女別にみると、男性は27.9%、女性は22.0%で、男性が女性より5.9ポイント高くなっている。

行動者率を平成28年（32.6%）と比較すると7.8ポイント低下している。これを男女別にみると、男性は4.3ポイント、女性は11.0ポイント低下している。

行動者率を種類別にみると、「まちづくりのための活動」が14.0%と最も高く、次いで「子供を対象とした活動」が5.5%などとなっている。これを平成28年と比べると、「まちづくりのための活動」が4.9ポイント、「子供を対象とした活動」が4.2ポイント低下している。（図2-1）

また、男女別にみると、男女ともに「まちづくりのための活動」が最も高く、次いで男性は「安全な生活のための活動」、女性は「子供を対象とした活動」となっている。「まちづくりのための活動」では男性が女性よりも5.2ポイント高く、「子供を対象とした活動」では、女性が男性よりも1.9ポイント高くなっている。（図2-2）

図2-1 「ボランティア活動」の種類別行動者率（令和3年、平成28年）

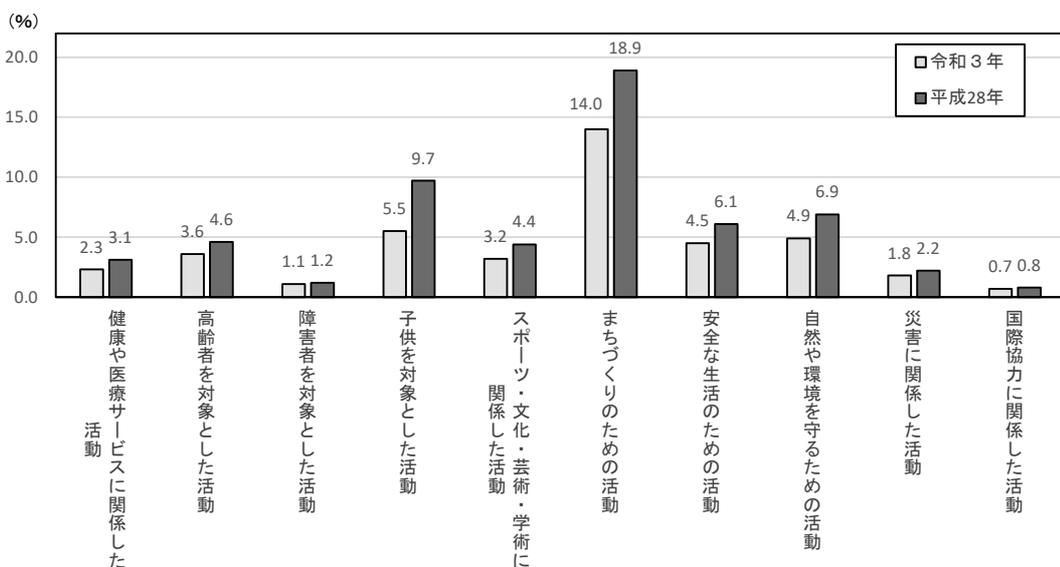
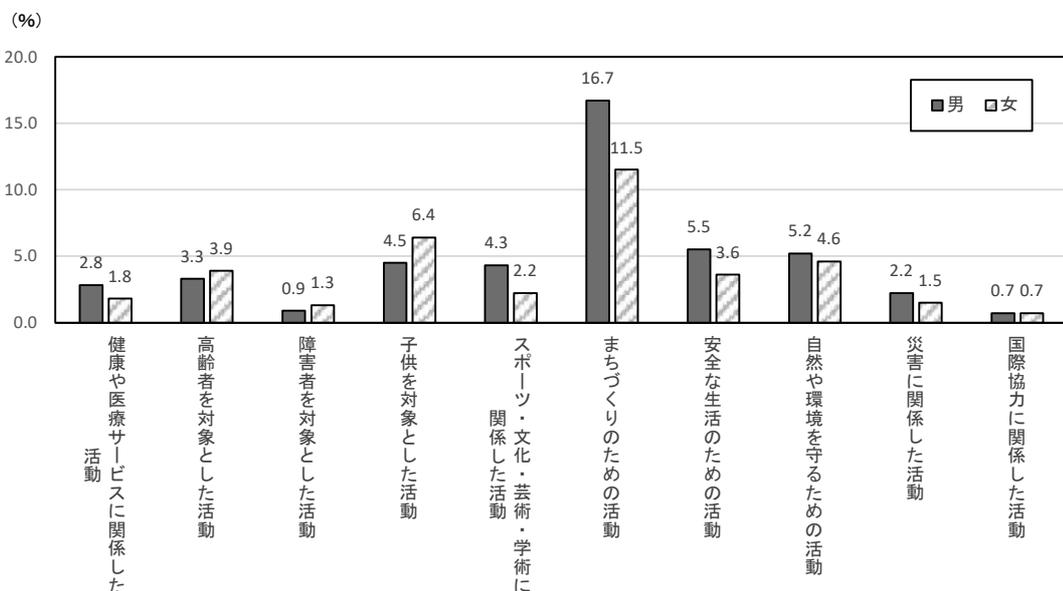


図2-2 「ボランティア活動」の種類、男女別行動者率（令和3年）



行動者率を男女及び年齢階級別にみると、15～24歳以上を除く全ての年齢階級で男性が女性を上回っている。(図2-3)

種類別にみると、「子供を対象とした活動」では15～44歳で女性の行動者率が男性を上回っており、特に35～44歳でその差が大きくなっている。また、「まちづくりのための活動」では、全ての年齢階級で男性が女性を上回っている。(図2-4)

図2-3 「ボランティア活動」の男女、年齢階級別行動者率(令和3年)

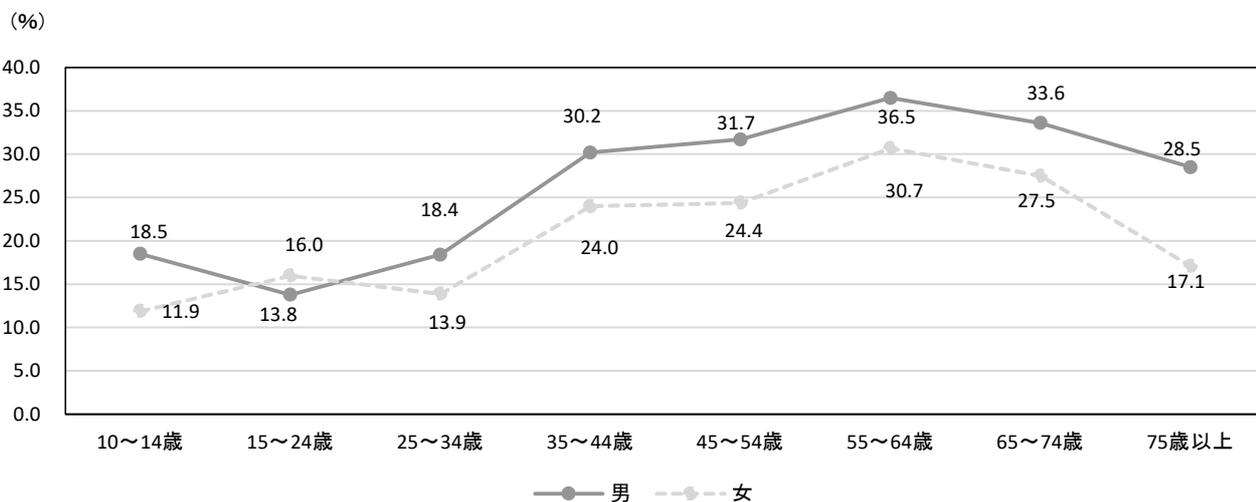
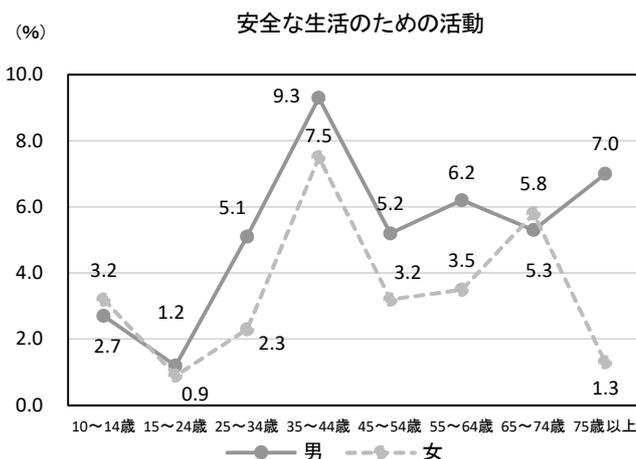
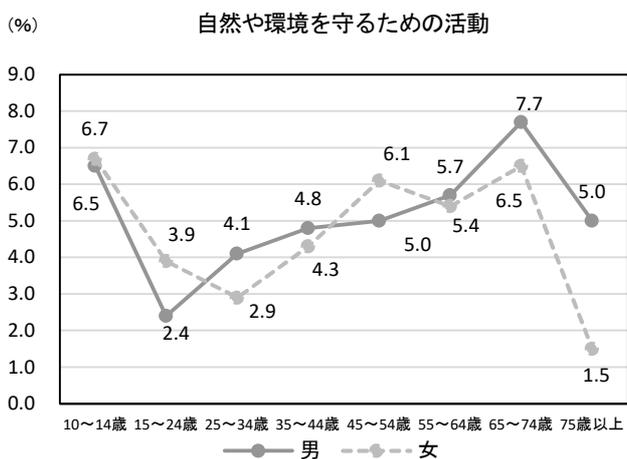
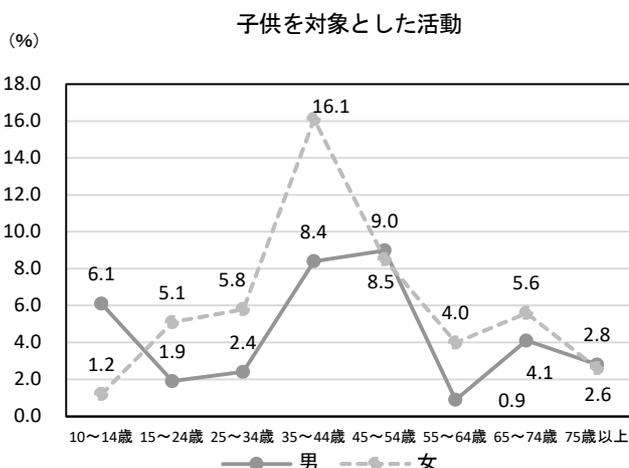
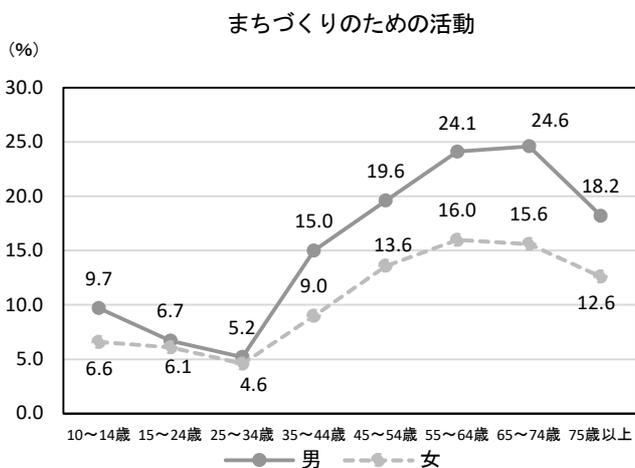


図2-4 主な「ボランティア活動」の種類、男女、年齢階級別行動者率(令和3年)



3 スポーツ

○行動者率は62.8%で、5年前より0.6ポイント低下。全国平均より3.7ポイント低く、男女ともにウォーキング・軽い体操が最も高い

過去1年間に何らかの「スポーツ」を行った人は44万1千人で、行動者率は62.8%となっている。全国平均(66.5%)と比べると3.7ポイント低くなっており、全国順位は29位となっている。男女別にみると、男性は67.9%、女性は58.2%で、男性が女性より9.7ポイント高くなっている。

行動者率を平成28年(63.4%)と比較すると0.6ポイント低下している。これを男女別にみると、男性は0.1ポイント、女性は1.1ポイント低下している。

行動者率を種類別にみると、「ウォーキング・軽い体操」が38.6%と最も高く、次いで「器具を使ったトレーニング」が13.1%などとなっている。平成28年と比べると、「ウォーキング・軽い体操」で1.9ポイント、「登山・ハイキング」で1.4ポイント、「バスケットボール」で0.2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。(図3-1)

また、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、次いで男性は「釣り」、女性は「器具を使ったトレーニング」などとなっている。(図3-2)

図3-1 「スポーツ」の種類別行動者率(令和3年、平成28年)

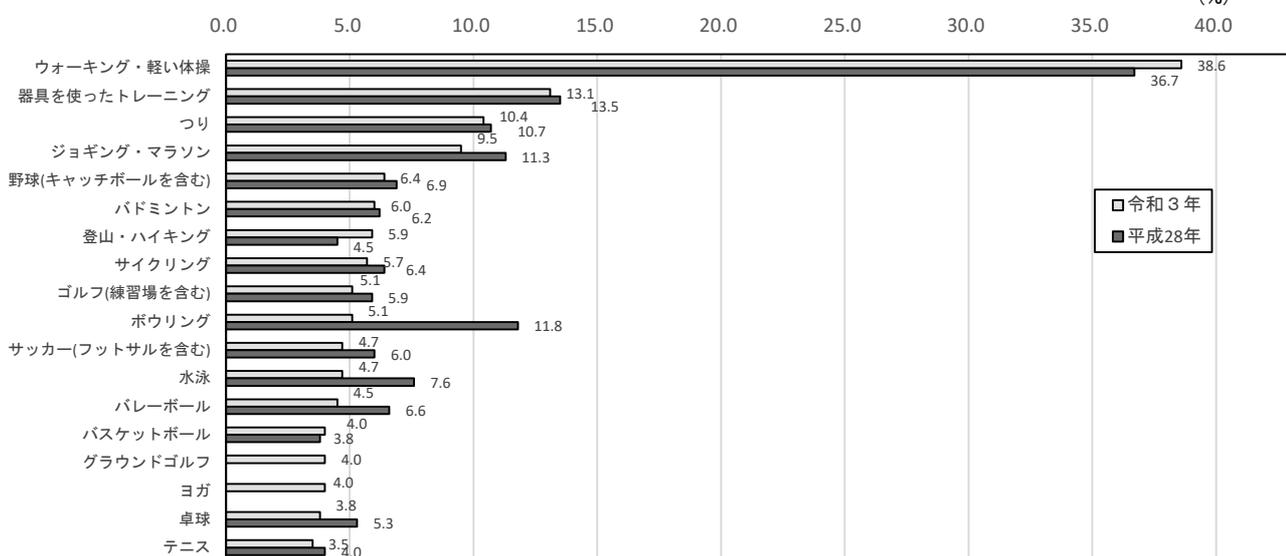
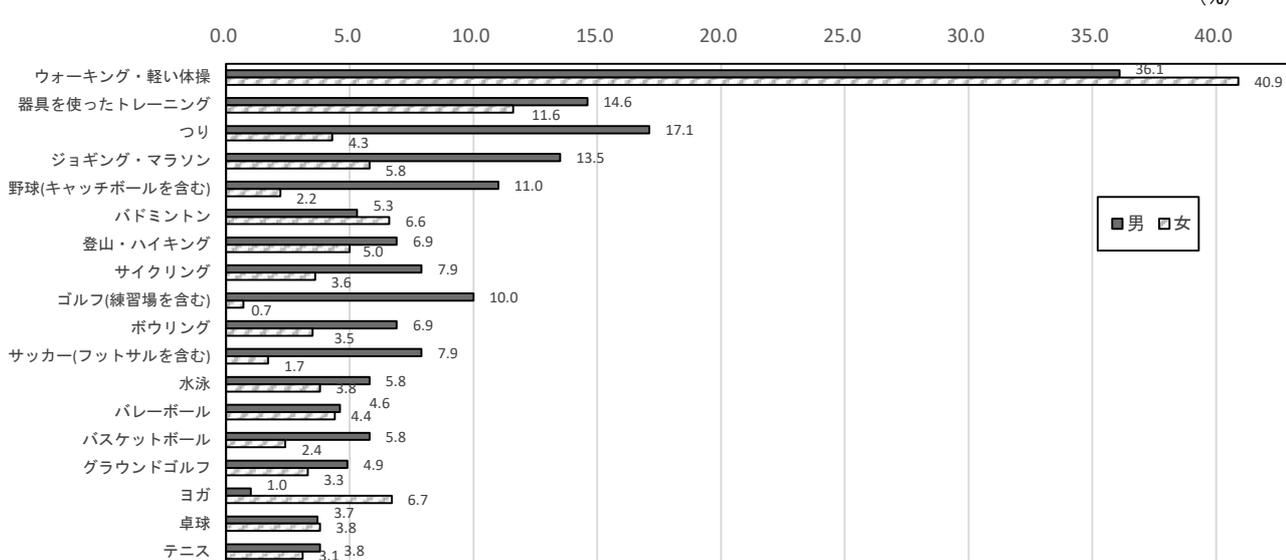


図3-2 「スポーツ」の種類、男女別行動者率(令和3年)



注1)「スポーツ」には、職業スポーツ選手が仕事として行うものや、児童・生徒・学生が体育授業で行うものは除き、クラブ活動や部活動は含む。

注2)「スポーツ」の種類は令和3年の行動者率が3%以上の種類を表章。

注3)「グラウンドゴルフ」、「ヨガ」は令和3年に固定項目に追加。

行動者率を男女及び年齢階級別にみると、全ての年齢階級で男性が女性を上回っている。(図3-3)

また、種類別にみると、「ウォーキング・軽い体操」は10～14歳及び65歳～75歳以上を除く全ての年齢階級で女性の行動者率が男性を上回っているが、一方で、「つり」は全ての年齢階級で、「ジョギング・マラソン」は65歳～74歳を除く全ての年齢階級で男性が女性を上回っている。また、「器具を使ったトレーニング」では、女性の行動者率がほぼ横ばいであるのに対して、男性は年齢が上がるほど、行動者率が下がっている。(図3-4)

図3-3 「スポーツ」の男女、年齢階級別行動者率(令和3年)

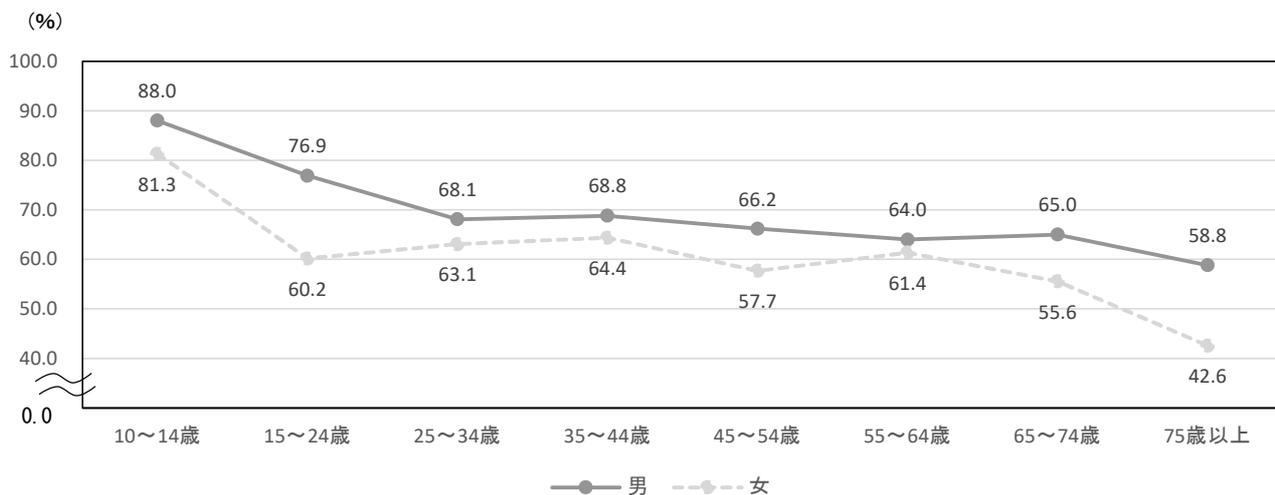
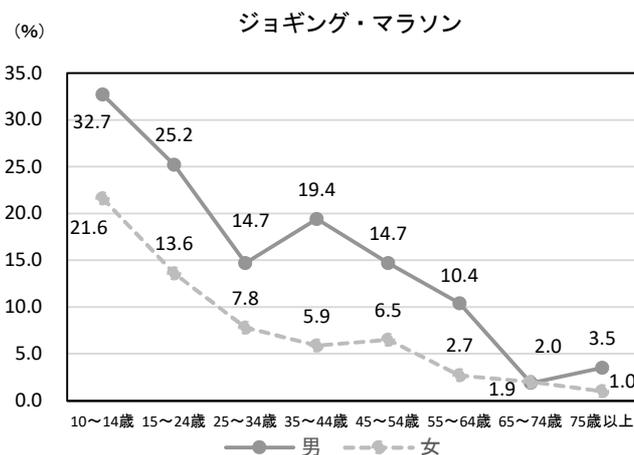
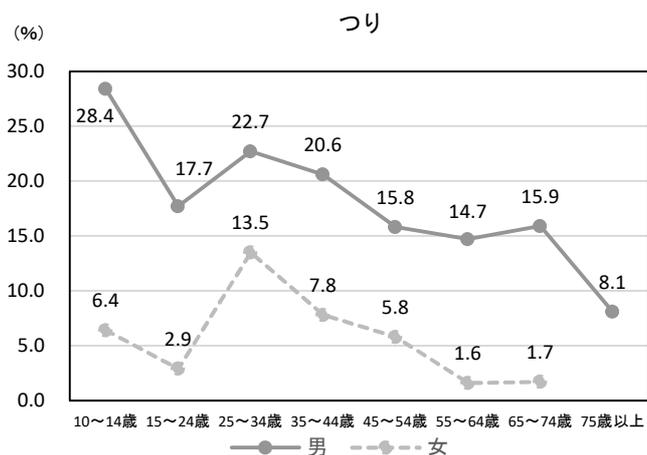
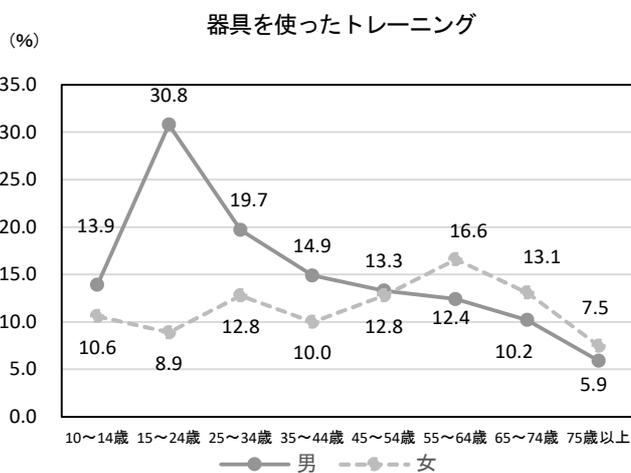
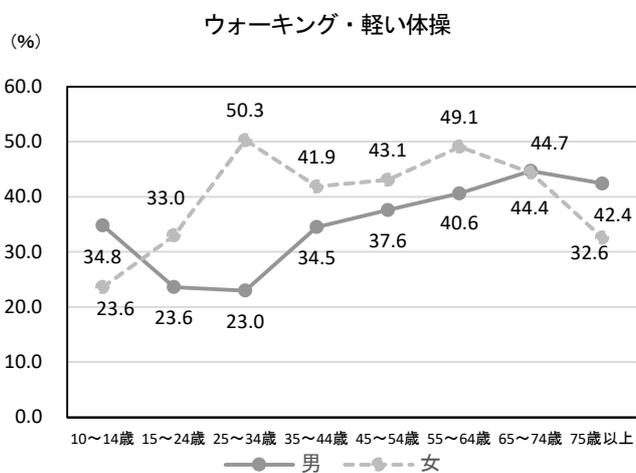


図3-4 主な「スポーツ」の種類、男女、年齢階級別行動者率(令和3年)



注) 女性の75歳以上の「つり」についてはデータがないため、記載していない。

4 趣味・娯楽

○行動者率は82.1%で、5年前より1.0ポイント低下、全国平均よりも4.2ポイント低い

過去1年間に何らかの「趣味・娯楽」を行った人は57万7千人で、行動者率は82.1%となっている。全国平均(86.3%)と比べると4.2ポイント低くなっており、全国順位は37位となっている。男女別にみると、男性は83.4%、女性は81.0%で、男性が女性より2.4ポイント高くなっている。

行動者率を平成28年(83.1%)と比較すると1.0ポイント低下している。これを男女別にみると、男性は1.4ポイント上昇し、女性は3.1ポイント低下している。

行動者率を種類別にみると、「CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞」が46.8%と最も高く、次いで「映画館以外での映画鑑賞(テレビ・DVD・パソコンなど)」が45.0%などとなっている。平成28年と比べると、「スマートフォン・家庭用ゲーム機などによるゲーム」が6.1ポイント、「CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞」が3.8ポイント上昇している。(図4-1)

また、男女別にみると、男性では「映画館以外での映画鑑賞(テレビ・DVD・パソコンなど)」が最も高く、次いで「CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞」となっており、女性では「CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞」が最も高く、次いで「映画館以外での映画鑑賞(テレビ・DVD・パソコンなど)」となっている。

(図4-2)

図4-1 「趣味・娯楽」の種類別行動者率(令和3年、平成28年)

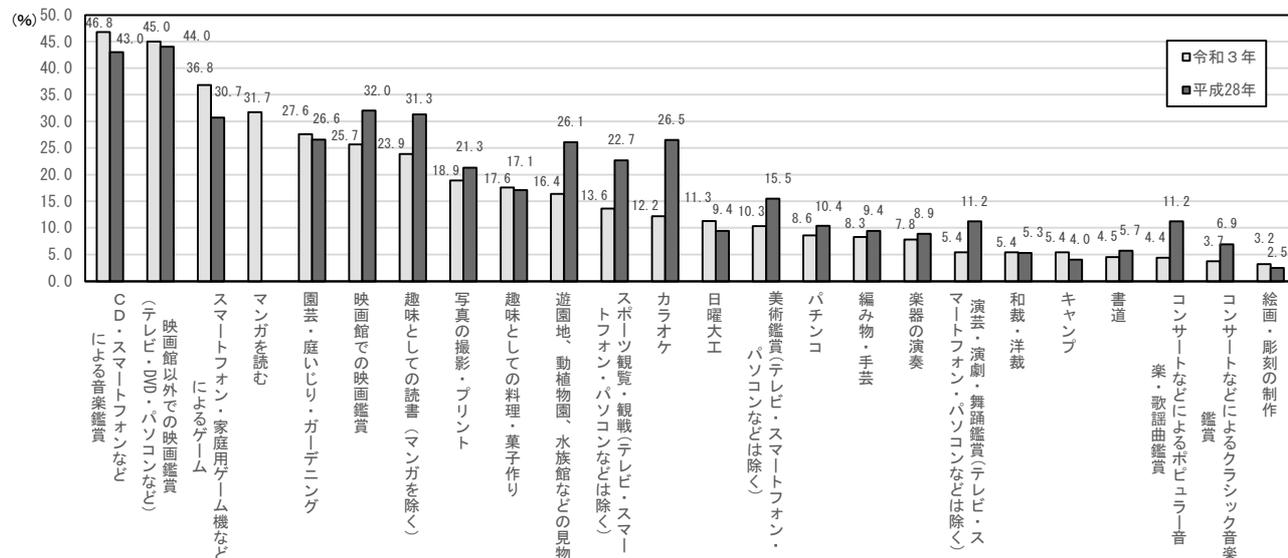
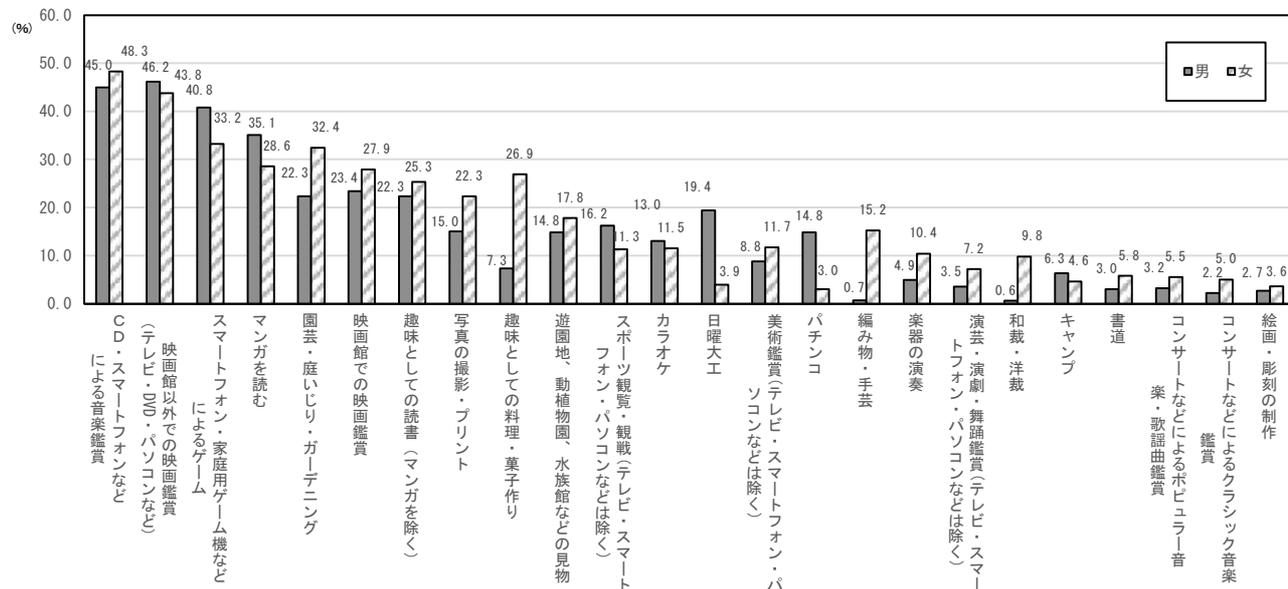


図4-2 「趣味・娯楽」の種類、男女別行動者率(令和3年)



注1) 「趣味としての読書(マンガを除く)」は、平成28年は「趣味としての読書」としてマンガを含めて把握しており、マンガを除いている

令和3年は定義の変更があるため比較には注意を要する。また、「マンガを読む」を令和3年に固定項目に追加している。

注2) 行動率が3%以上の種類を表章。

行動者率を男女及び年齢階級別にみると、10歳～74歳までの年齢階級では男女に大きな差はみられないが、75歳以上では男性が女性を大きく上回っている。(図4-3)

また、種類別にみると、「CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞」及び「スマートフォン・家庭用ゲーム機などによるゲーム」は、おおむね女性が男性を上回っているが、「マンガ」は、おおむね男性が女性を上回っている。(図4-4)

図4-3 「趣味・娯楽」の男女、年齢階級別行動者率(令和3年)

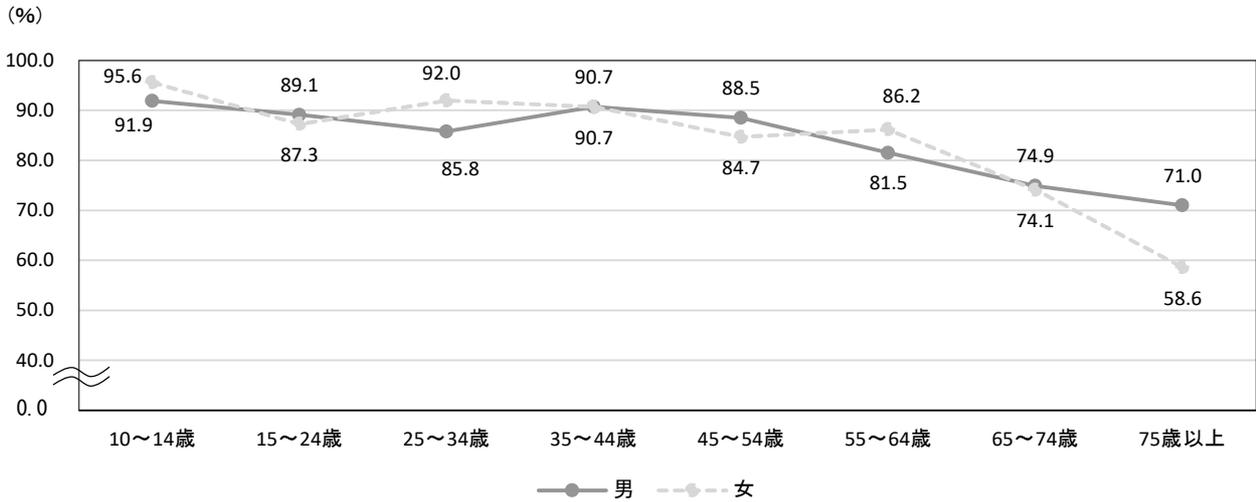
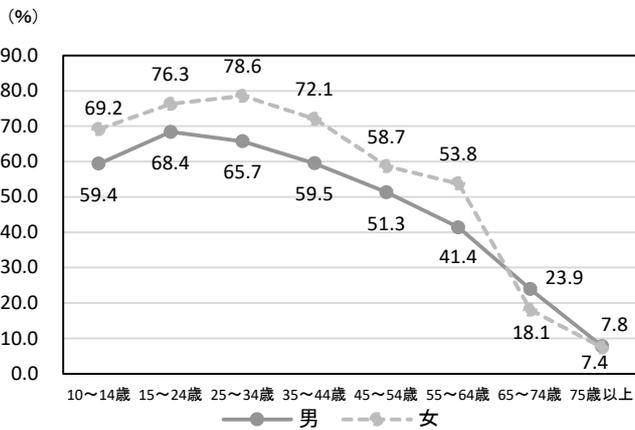
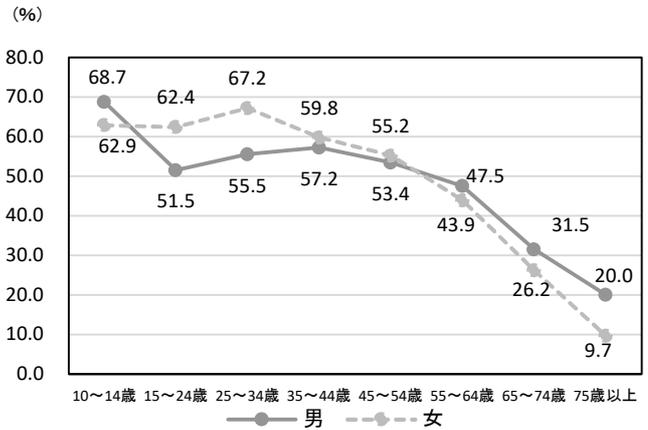


図4-4 主な「趣味・娯楽」の種類、男女、年齢階級別行動者率(令和3年)

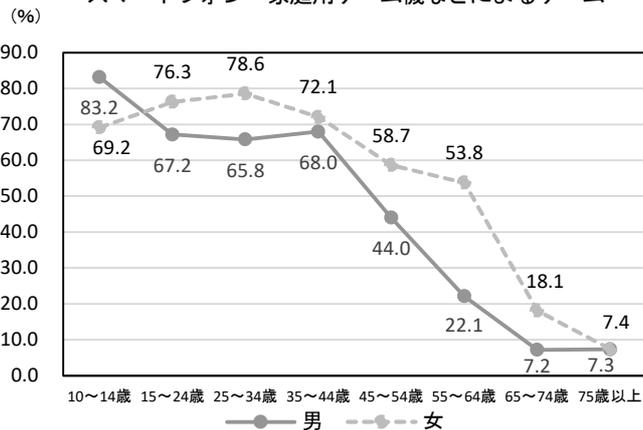
CD・スマートフォンなどによる音楽鑑賞



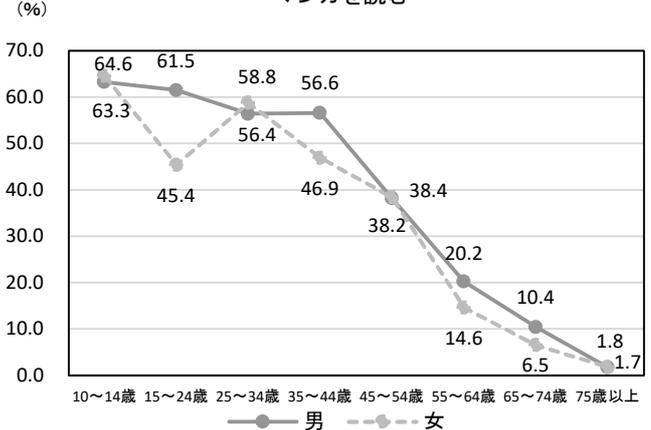
映画館以外での映画鑑賞(テレビ・DVD・パソコンなど)



スマートフォン・家庭用ゲーム機などによるゲーム



マンガを読む



5 旅行・行楽

○行動者率は47.5%で、5年前より21.0ポイント低下し、全国平均よりも2.0ポイント低くなっている

過去1年間に何らかの「旅行・行楽」を行った人は33万4千人で、行動者率は47.5%となっている。全国平均（49.5%）と比べると2.0ポイント低くなっており、全国順位は18位となっている。男女別にみると、男性は47.7%、女性は47.3%で、男性が女性より0.4ポイント高くなっている。

行動者率を平成28年（68.5%）と比較すると21.0ポイント低下している。これを男女別にみると、男性が16.5ポイント、女性は25.1ポイント低下している。

行動者率を種類別にみると、「行楽（日帰り）」が40.5%と最も高く、次いで「観光旅行（国内）」が23.8%などとなっている。これを平成28年と比べると、「観光旅行（国内）」が19.9ポイント、「行楽（日帰り）」が15.2ポイント低下している。（図5-1）

また、男女別にみると、大きな差はない。（図5-2）

図5-1 「旅行・行楽」の種類別行動者率（令和3年、平成28年）

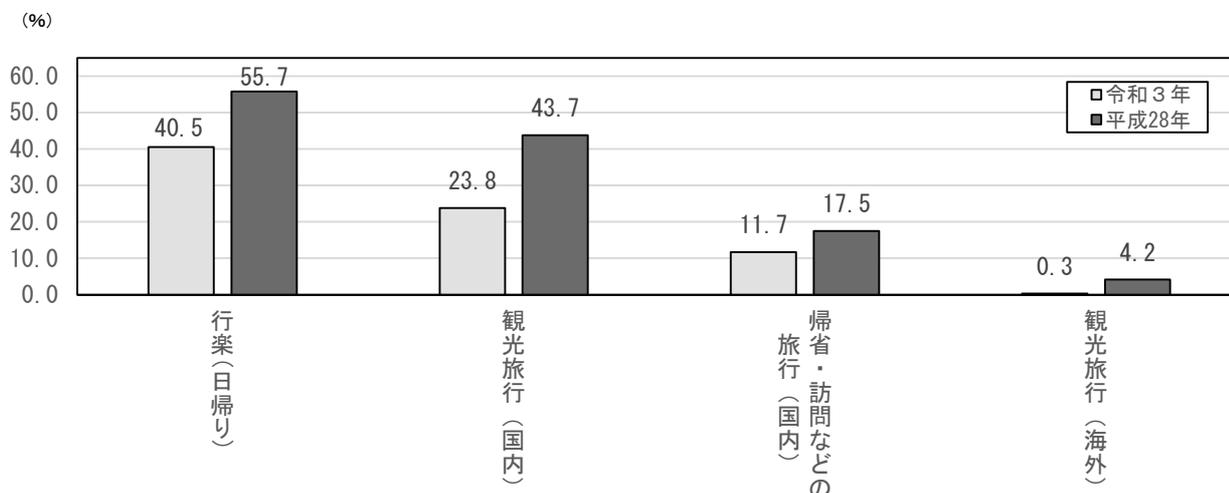
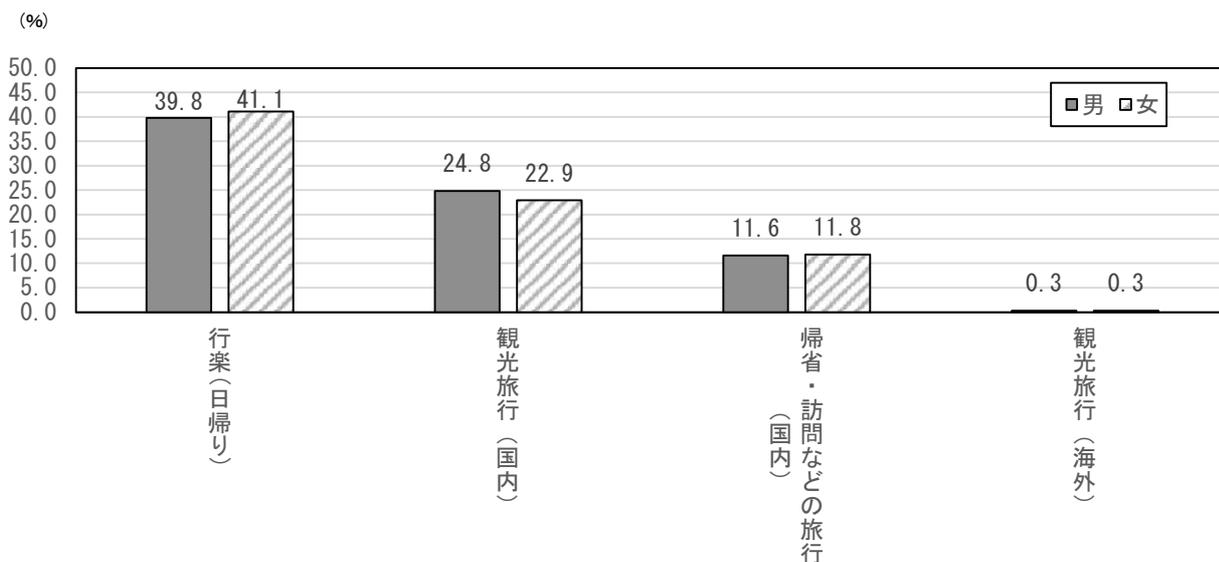


図5-2 「旅行・行楽」の種類、男女別行動者率（令和3年）



注) 旅行とは、1泊2日以上にわたって行う全ての旅行をいう。行楽とは、日常生活圏を離れ宿泊を伴わず半日以上かけて行うものをいう。

また、夜行日帰りを含む。

行動者率を男女及び年齢階級別にみると、25歳～34歳の年齢階級で女性が男性を大きく上回っている。
 (図5-3)

また、種類別にみると、行楽(日帰り)は45歳～54歳及び75歳以上を除く全ての年齢階級で女性が男性を上回っている。(図5-4)

図5-3 「旅行・行楽」の男女、年齢階級別行動者率(令和3年)

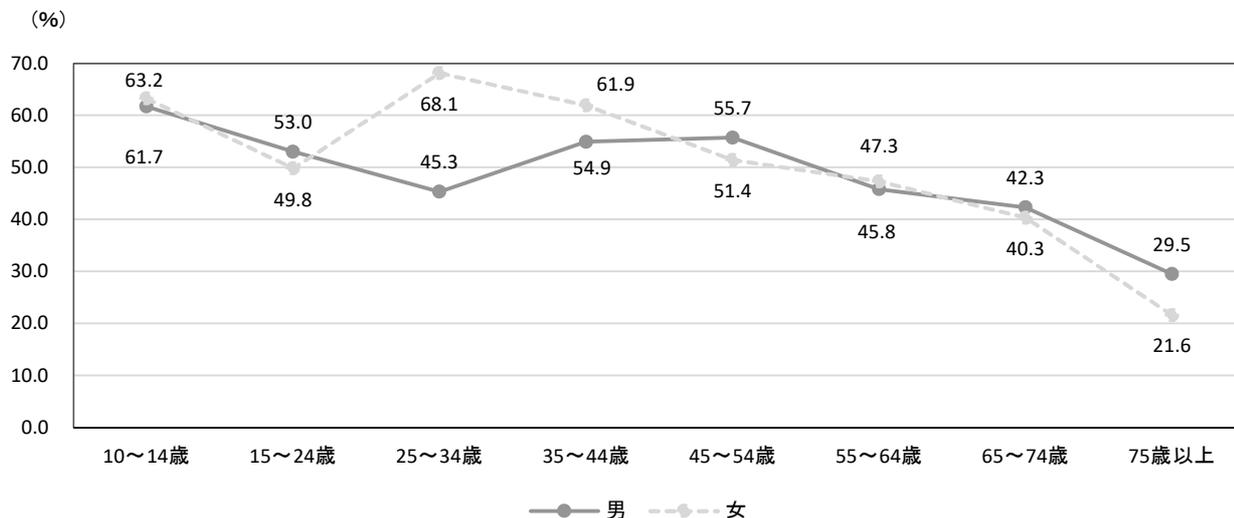
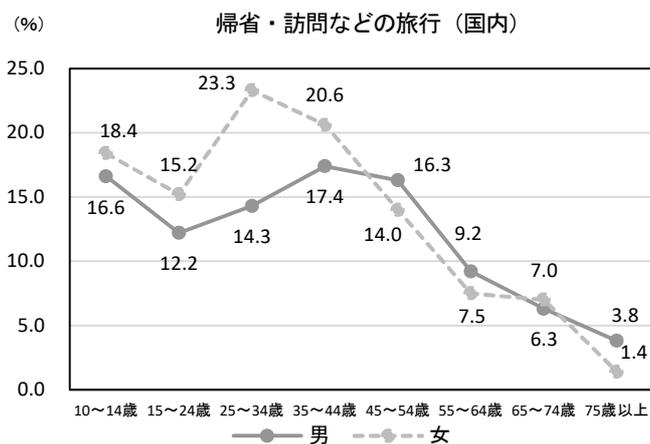
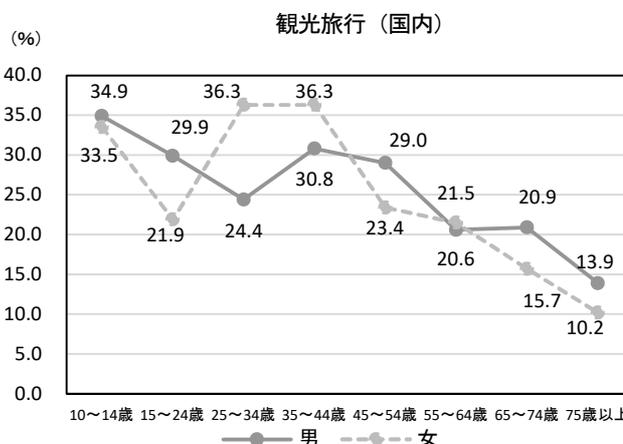
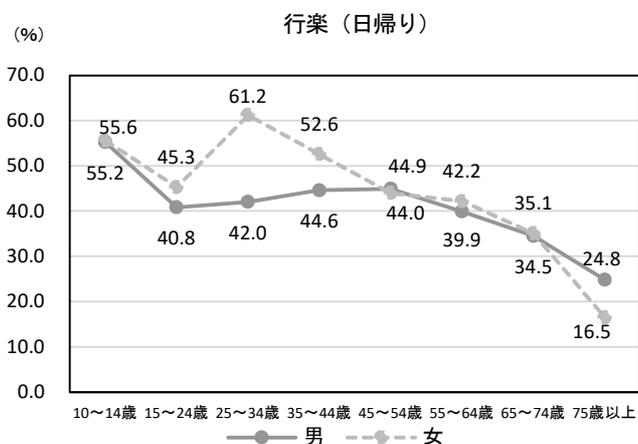


図5-4 主な「旅行・行楽」の種類、男女、年齢階級別行動者率(令和3年)



II 生活時間に関する結果

1 1日の生活時間

○睡眠や食事などの1次活動時間は増加、仕事や家事などの2次活動及び時間休養・くつろぎ、趣味・娯楽などの3次活動時間は減少

佐賀県に住んでいる10歳以上の人について、1日の生活時間（週全体平均。以下「週全体」という。）をみると、1次活動時間が11時間ちょうどで、2次活動時間が6時間58分、3次活動時間が6時間2分となっている。

平成28年と比べると、1次活動時間は17分増加し、2次活動時間は3分、3次活動時間は14分減少している。

これを男女別にみると、男性は、1次活動時間は20分増加し、2次活動時間は6分、3次活動時間は16分減少している。また、女性は、1次活動時間は13分増加し、2次活動時間は増減がなく、3次活動時間は13分減少している。

なお、男女差は、1次活動時間は1分、2次活動時間は31分女性が長く、3次活動時間は31分男性が長くなっている。

全国と比べると、1次活動時間は3分、2次活動時間は11分長く、3次活動時間は14分短くなっている。

これを男女別にみると、男性は、全国よりも1次活動時間が9分、2次活動時間は6分長く、3次活動時間は、16分短くなっている。また、女性は、全国と比べ、1次活動時間は3分、3次活動時間は13分短く、2次活動時間は16分長くなっている。（表1-1、表1-2）

表1-1 男女、行動の種類別生活時間(10歳以上) (平成28年、令和3年) 一週全体

佐賀県	総数			男			女			男女差
	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	(令和3年)
1次活動	10.43	11.00	0.17	10.39	10.59	0.20	10.47	11.00	0.13	-0.01
2次活動	7.01	6.58	-0.03	6.48	6.42	-0.06	7.13	7.13	0.00	-0.31
3次活動	6.16	6.02	-0.14	6.34	6.18	-0.16	6.00	5.47	-0.13	0.31
全国										
1次活動	10.41	10.57	0.16	10.34	10.50	0.16	10.49	11.03	0.14	-0.13
2次活動	6.57	6.47	-0.10	6.50	6.36	-0.14	7.03	6.57	-0.06	-0.21
3次活動	6.22	6.16	-0.06	6.36	6.34	-0.02	6.09	6.00	-0.09	0.34

注)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、家事等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。

表 1-2 男女、行動の種類別(24 区分)生活時間(平成 28 年、令和 3 年)一週全体

(時間、分)

佐賀県	総数			男			女			男女差 (令和 3 年)
	平成28年	令和 3 年	増減	平成28年	令和 3 年	増減	平成28年	令和 3 年	増減	
1次活動	10.43	11.00	0.17	10.39	10.59	0.20	10.47	11.00	0.13	-0.01
睡眠	7.45	7.58	0.13	7.55	8.07	0.12	7.36	7.50	0.14	0.17
身の回りの用事	1.22	1.26	0.04	1.10	1.18	0.08	1.32	1.34	0.02	-0.16
食事	1.36	1.35	-0.01	1.33	1.34	0.01	1.38	1.36	-0.02	-0.02
2次活動	7.01	6.58	-0.03	6.48	6.42	-0.06	7.13	7.13	0.00	-0.31
通勤・通学	0.26	0.28	0.02	0.30	0.33	0.03	0.22	0.24	0.02	0.09
仕事	3.48	3.43	-0.05	4.49	4.38	-0.11	2.54	2.54	0.00	1.44
学業	0.47	0.47	0.00	0.52	0.45	-0.07	0.43	0.48	0.05	-0.03
家事	1.20	1.23	0.03	0.16	0.23	0.07	2.17	2.17	0.00	-1.54
介護・看護	0.03	0.03	0.00	0.02	0.02	0.00	0.04	0.03	-0.01	-0.01
育児	0.12	0.12	0.00	0.04	0.06	0.02	0.20	0.18	-0.02	-0.12
買い物	0.25	0.23	-0.02	0.15	0.16	0.01	0.34	0.29	-0.05	-0.13
3次活動	6.16	6.02	-0.14	6.34	6.18	-0.16	6.00	5.47	-0.13	0.31
移動(通勤・通学を除く)	0.24	0.20	-0.04	0.22	0.19	-0.03	0.27	0.21	-0.06	-0.02
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.22	2.08	-0.14	2.29	2.13	-0.16	2.15	2.05	-0.10	0.08
休養・くつろぎ	1.40	1.51	0.11	1.41	1.52	0.11	1.40	1.50	0.10	0.02
学習・自己啓発・訓練(学業以外)	0.10	0.09	-0.01	0.10	0.10	0.00	0.11	0.08	-0.03	0.02
趣味・娯楽	0.37	0.41	0.04	0.47	0.51	0.04	0.28	0.33	0.05	0.18
スポーツ	0.15	0.14	-0.01	0.20	0.19	-0.01	0.10	0.10	0.00	0.09
ボランティア活動・社会参加活動	0.05	0.04	-0.01	0.03	0.06	0.03	0.06	0.03	-0.03	0.03
交際・付き合い	0.15	0.11	-0.04	0.14	0.09	-0.05	0.15	0.14	-0.01	-0.05
受診・療養	0.10	0.07	-0.03	0.10	0.05	-0.05	0.09	0.09	0.00	-0.04
その他	0.18	0.16	-0.02	0.18	0.16	-0.02	0.19	0.16	-0.03	0.00
(再掲)										
家事関連時間 1)	2.00	2.01	0.01	0.37	0.47	0.10	3.15	3.07	-0.08	-2.20
休養等自由時間活動 2)	4.02	3.59	-0.03	4.10	4.05	-0.05	3.55	3.55	0.00	0.10
積極的自由時間活動 3)	1.07	1.08	0.01	1.20	1.26	0.06	0.55	0.54	-0.01	0.32

1)家事、介護・看護、育児及び買い物

2)テレビ・ラジオ・新聞・雑誌及び休養・くつろぎ

3)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

年齢階級別にみると、1次活動時間は、男性は45～54歳(10時間31分)、女性は55～64歳(10時間13分)が最も短く、男女ともに75歳以上(男性：12時間20分、女性：12時間30分)で最も長くなっている。

2次活動時間は、男女ともに75歳以上(男性：2時間14分、女性：3時間30分)が最も短く、男性は45～54歳(8時間35分)、女性は35～44歳(9時間5分)が最も長くなっている。

3次活動時間は、男女ともに35歳～44歳(男性：4時間39分、女性：4時間10分)が最も短く、男女ともに75歳以上(男性：9時間25分、女性：8時間)が最も長くなっている。(図1-1、図1-2)

図1-1 年齢階級、行動の種類別生活時間
(令和3年)一週全体、男

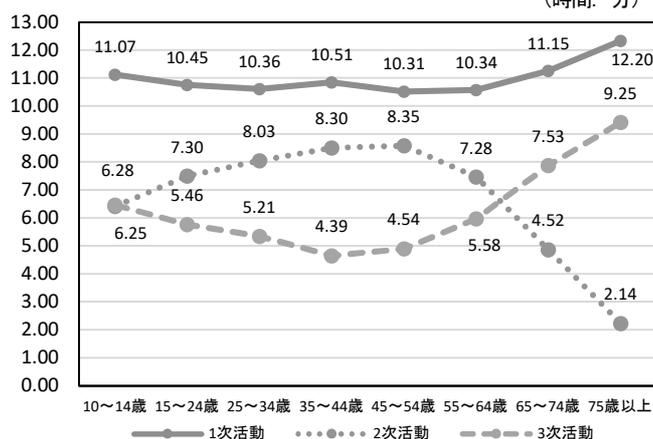
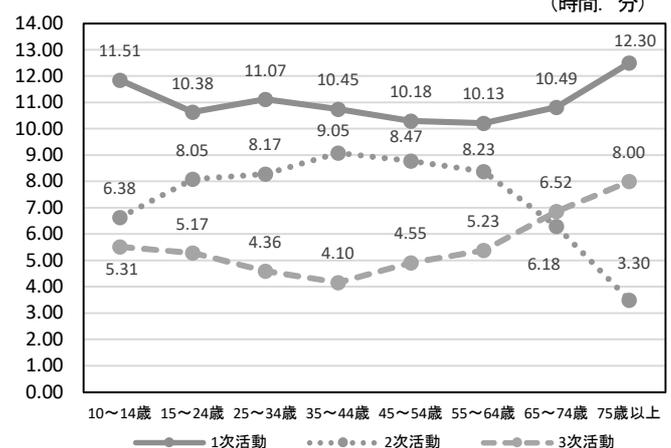


図1-2 年齢階級、行動の種類別生活時間
(令和3年)一週全体、女



2 1次活動

(1) 睡眠時間

○睡眠時間は男性が女性よりも17分長く、男性は55～64歳、女性は45～54歳で最も短い

週全体の睡眠時間は7時間58分で、平成28年と比べ、13分増加している。

これを男女別にみると、男性は8時間7分、女性は7時間50分で、平成28年に比べ、男性は12分、女性は14分増加している。

年齢階級別にみると、55～64歳が最も短く7時間23分となっており、75歳以上が8時間55分と最も長くなっている。

これを男女別にみると、男性は55～64歳が7時間33分、女性は45～54歳が7時間8分と最も短くなっており、平成28年と比べ増減が大きいのは、15～24歳の男性が34分、次いで45～54歳の女性が28分増加している。

全国と比べると、4分長くなっており、男女別にみると、男性は9分、女性は1分長くなっている。

(表2-1、図2-1)

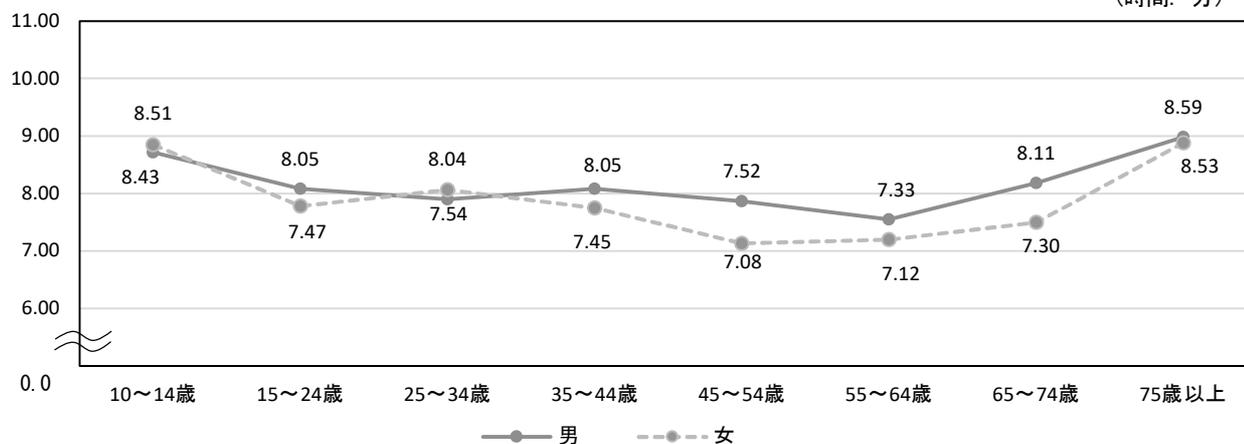
表2-1 男女、年齢階級別睡眠時間(平成28年、令和3年)一週全体

(時間.分)

佐賀県	総数			男			女			男女差 (令和3年)
	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	
総数	7.45	7.58	0.13	7.55	8.07	0.12	7.36	7.50	0.14	0.17
10～14歳	8.33	8.47	0.14	8.31	8.43	0.12	8.34	8.51	0.17	-0.08
15～24歳	7.41	7.56	0.15	7.31	8.05	0.34	7.52	7.47	-0.05	0.18
25～34歳	7.42	7.59	0.17	7.42	7.54	0.12	7.42	8.04	0.22	-0.10
35～44歳	7.28	7.55	0.27	7.37	8.05	0.28	7.19	7.45	0.26	0.20
45～54歳	7.08	7.30	0.22	7.38	7.52	0.14	6.40	7.08	0.28	0.44
55～64歳	7.22	7.23	0.01	7.41	7.33	-0.08	7.05	7.12	0.07	0.21
65～74歳	7.44	7.49	0.05	8.08	8.11	0.03	7.23	7.30	0.07	0.41
75歳以上	8.52	8.55	0.03	9.02	8.59	-0.03	8.45	8.53	0.08	0.06
全国	7.40	7.54	0.14	7.45	7.58	0.13	7.35	7.49	0.14	0.09

図2-1 男女、年齢階級別睡眠時間(令和3年)一週全体

(時間.分)



(2) 食事時間

○食事時間は15～34歳で最も短く、高齢層で長い

週全体の食事時間は1時間35分で、平成28年と比べ1分減少している。

これを男女別にみると、男性は1時間34分、女性は1時間36分で、平成28年と比べ、男性は1分増加し、女性は2分減少している。

年齢階級別にみると、75歳以上が1時間56分と最も長く、次いで、65～74歳が1時間46分となっており、平成28年と比べ、75歳以上は6分、65～74歳は3分減少している。

また、15歳～24歳及び25～34歳が1時間23分と最も短く、平成28年と比べ、15歳～24歳は増減がなく、25歳～34歳は2分長くなっている。

男女差をみると、女性が男性よりも2分長くなっており、特に、45～54歳では女性が男性よりも8分長くなっている。(表2-2、図2-2)

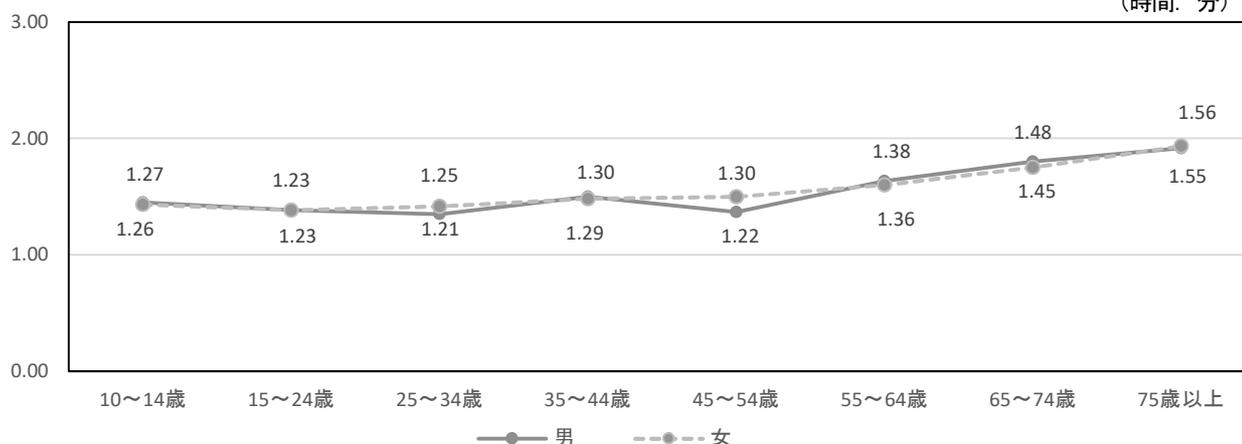
表2-2 男女、年齢階級別食事時間(平成28年、令和3年)一週全体

(時間. 分)

佐賀県	総数			男			女			男女差 (令和3年)
	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	
総数	1.36	1.35	-0.01	1.33	1.34	0.01	1.38	1.36	-0.02	-0.02
10～14歳	1.30	1.26	-0.04	1.32	1.27	-0.05	1.27	1.26	-0.01	0.01
15～24歳	1.23	1.23	0.00	1.25	1.23	-0.02	1.20	1.23	0.03	0.00
25～34歳	1.21	1.23	0.02	1.16	1.21	0.05	1.27	1.25	-0.02	-0.04
35～44歳	1.24	1.29	0.05	1.21	1.30	0.09	1.26	1.29	0.03	0.01
45～54歳	1.29	1.26	-0.03	1.28	1.22	-0.06	1.29	1.30	0.01	-0.08
55～64歳	1.38	1.37	-0.01	1.37	1.38	0.01	1.39	1.36	-0.03	0.02
65～74歳	1.49	1.46	-0.03	1.45	1.48	0.03	1.52	1.45	-0.07	0.03
75歳以上	2.02	1.56	-0.06	2.01	1.55	-0.06	2.03	1.56	-0.07	-0.01
全国	1.40	1.39	-0.01	1.38	1.37	-0.01	1.43	1.41	-0.02	-0.04

図2-2 男女、年齢階級別食事時間(令和3年)一週全体

(時間. 分)



3 2次活動

(1) 仕事時間（有業者）

○仕事時間は男性が26分、女性は7分減少し、男女ともに45～54歳で最も長くなっている

有業者（15歳以上、以下同じ）の週全体の仕事時間は5時間57分で、平成28年と比べ17分減少している。これを男女別にみると、男性は6時間37分、女性は5時間10分で、平成28年と比べ、男性は26分、女性は7分減少している。

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19分となっており、平成28年と比べ、45～54歳は20分長く、25～34歳は59分短くなっている。

これを男女別にみると、男女ともに45～54歳が最も長く、男性が7時間26分、女性が5時間41分となっており、平成28年と比べ、男性は25分、女性は13分増加している。

また、75歳以上が3時間27分と最も短く、15～24歳が5時間24分となっており、平成28年と比べ、75歳以上は36分、15～24歳は47分減少している。

これを男女別にみると、男女ともに、75歳以上が最も短く、男性が4時間1分、女性が3時間16分となっており、平成28年と比べ、男性は21分、女性は27分減少している。

男女差をみると、男性が女性よりも1時間27分長くなっており、特に、35～44歳では男性が女性よりも2時間11分長くなっている。（表3-1、図3-1）

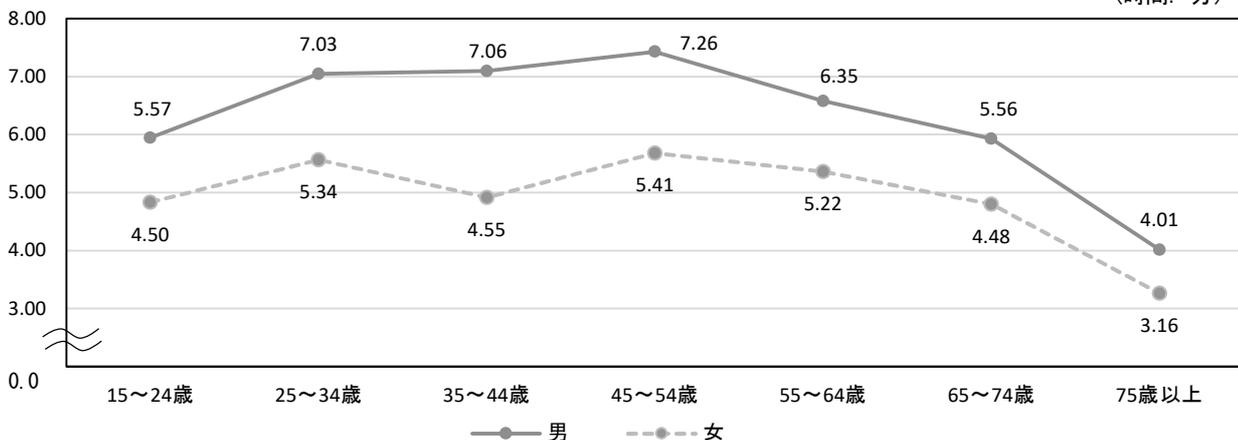
表3-1 男女、年齢階級別仕事時間(平成28年、令和3年) 一週全体、有業者(15歳以上)

(時間、分)

佐賀県	総数			男			女			男女差 (令和3年)
	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	
総数	6.14	5.57	-0.17	7.03	6.37	-0.26	5.17	5.10	-0.07	1.27
15～24歳	6.11	5.24	-0.47	6.59	5.57	-1.02	5.21	4.50	-0.31	1.07
25～34歳	7.18	6.19	-0.59	8.21	7.03	-1.18	6.09	5.34	-0.35	1.29
35～44歳	6.30	6.02	-0.28	7.47	7.06	-0.41	5.02	4.55	-0.07	2.11
45～54歳	6.17	6.37	0.20	7.01	7.26	0.25	5.28	5.41	0.13	1.45
55～64歳	6.02	6.02	0.00	6.44	6.35	-0.09	5.17	5.22	0.05	1.13
65～74歳	5.20	5.25	0.05	5.54	5.56	0.02	4.34	4.48	0.14	1.08
75歳以上	4.03	3.27	-0.36	4.22	4.01	-0.21	3.43	3.16	-0.27	0.45
全国	5.55	5.40	-0.15	6.49	6.27	-0.22	4.47	4.42	-0.05	1.45

図3-1 男女、年齢階級別仕事時間(令和3年) 一週全体、有業者(15歳以上)

(時間、分)



(2) 家事関連時間

○家事関連時間は男性が47分、女性は3時間7分と男女の間に依然として大きな差がみられる

週全体の家事関連時間は2時間1分で、平成28年と比べ1分増加している。

これを男女別にみると、男性は47分、女性は3時間7分で、平成28年と比べ、男性は10分増加し、女性は8分減少している。

年齢階級別にみると、65～74歳が2時間31分と最も長く、次いで、35～44歳及び55～64歳が2時間28分となっており、平成28年と比べ、65～74歳は増減がなく、35～44歳は8分減少し、55～64歳は3分増加している。

男女差をみると、平成28年よりも差は18分縮小しているものの、女性が男性よりも2時間20分長くなっている。特に、男女差が最も大きい55～64歳では、平成28年に比べ、男性は1分増加したものの、女性も3分増加しており、男女の間に依然として大きな差がある。

全国と比べると、9分短くなっており、男性は4分、女性は17分短くなっている。(表3-2、図3-2)

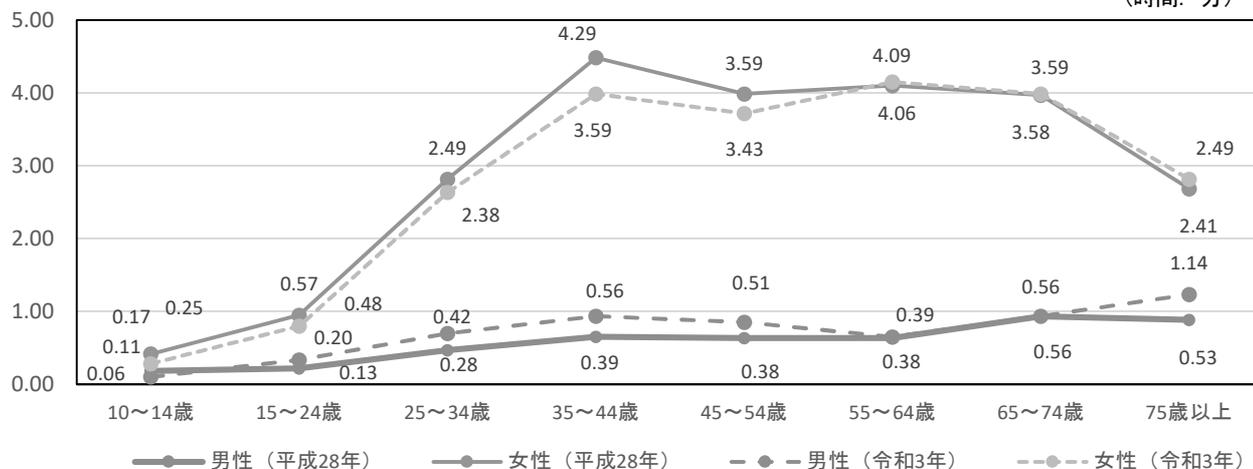
表3-2 男女、年齢階級別家事関連時間(平成28年、令和3年)一週全体

(時間、分)

佐賀県	総数			男			女			男女差 (平成28年)	男女差 (令和3年)
	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減		
総数	2.00	2.01	0.01	0.37	0.47	0.10	3.15	3.07	-0.08	-2.38	-2.20
10～14歳	0.19	0.12	-0.07	0.11	0.06	-0.05	0.25	0.17	-0.08	-0.14	-0.11
15～24歳	0.35	0.33	-0.02	0.13	0.20	0.07	0.57	0.48	-0.09	-0.44	-0.28
25～34歳	1.40	1.40	0.00	0.28	0.42	0.14	2.49	2.38	-0.11	-2.21	-1.56
35～44歳	2.36	2.28	-0.08	0.39	0.56	0.17	4.29	3.59	-0.30	-3.50	-3.03
45～54歳	2.22	2.18	-0.04	0.38	0.51	0.13	3.59	3.43	-0.16	-3.21	-2.52
55～64歳	2.25	2.28	0.03	0.38	0.39	0.01	4.06	4.09	0.03	-3.28	-3.30
65～74歳	2.31	2.31	0.00	0.56	0.56	0.00	3.58	3.59	0.01	-3.02	-3.03
75歳以上	2.01	2.11	0.10	0.53	1.14	0.21	2.41	2.49	0.08	-1.48	-1.35
全国	2.08	2.10	0.02	0.44	0.51	0.07	3.28	3.24	-0.04	-2.44	-2.33

図3-2 男女、年齢階級別家事関連時間(令和3年)一週全体

(時間、分)



4 3次活動

(1) 休養等自由時間活動

○休養等自由時間活動の時間は男女ともに75歳以上が最も長くなっている

週全体の休養等自由時間活動の時間は3時間59分で、平成28年と比べ3分減少している。

これを男女別にみると、男性は4時間5分、女性は3時間55分で、平成28年と比べ、男性は5分減少し、女性は横ばいとなっている。

年齢階級別にみると、75歳以上が6時間12分と最も長く、次いで、65～74歳が5時間4分となっており、平成28年と比べ、75歳以上は8分減少し、65～74歳は4分増加している。

男女差をみると、男性が女性よりも10分長くなっており、年齢階級別では、45～54歳を除いて男性が女性を上回っている。

種類別にみると、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」が2時間8分、「休養・くつろぎ」の時間が1時間51分となっており、平成28年と比べ、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」は14分減少し、「休養・くつろぎ」は11分増加している。

全国と比べると、6分短くなっており、男性は5分、女性は6分短くなっている。（表4-1、図4-1）

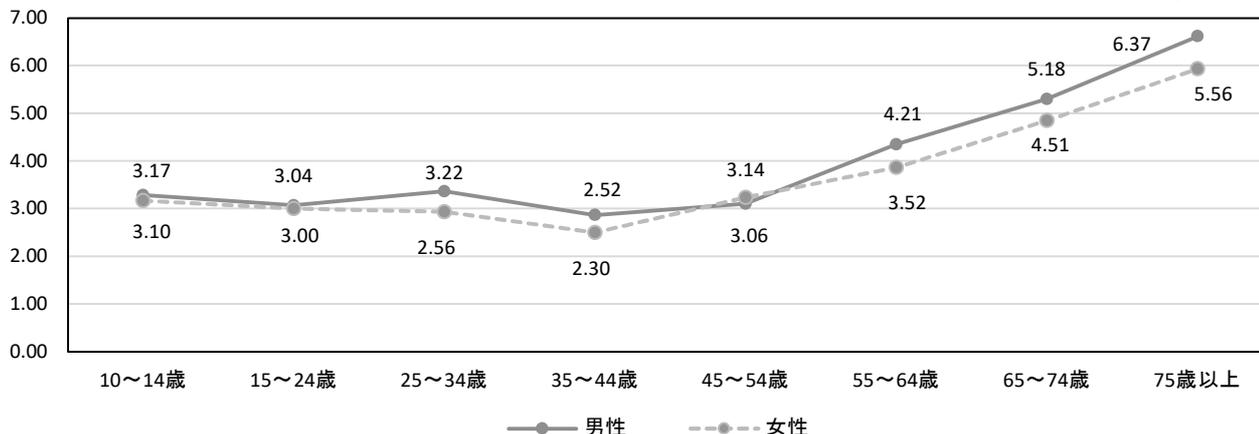
表4-1 男女、年齢階級別休養等自由時間活動（平成28年、令和3年）一週全体

(時間、分)

佐賀県	総数			男			女			男女差 (令和3年)
	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	
休養等自由時間活動(佐賀県)	4.02	3.59	-0.03	4.10	4.05	-0.05	3.55	3.55	0.00	0.10
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2.22	2.08	-0.14	2.29	2.13	-0.16	2.15	2.05	-0.10	0.08
休養・くつろぎ	1.40	1.51	0.11	1.41	1.52	0.11	1.40	1.50	0.10	0.02
10～14歳	3.18	3.13	-0.05	3.13	3.17	0.04	3.22	3.10	-0.12	0.07
15～24歳	3.00	3.02	0.02	2.51	3.04	0.13	3.08	3.00	-0.08	0.04
25～34歳	2.42	3.09	0.27	2.30	3.22	0.52	2.52	2.56	0.04	0.26
35～44歳	3.05	2.40	-0.25	3.19	2.52	-0.27	2.52	2.30	-0.22	0.22
45～54歳	3.50	3.10	-0.40	4.08	3.06	-1.02	3.33	3.14	-0.19	-0.08
55～64歳	4.02	4.05	0.03	4.35	4.21	-0.14	3.32	3.52	0.20	0.29
65～74歳	5.00	5.04	0.04	5.25	5.18	-0.07	4.37	4.51	0.14	0.27
75歳以上	6.20	6.12	-0.08	6.38	6.37	-0.01	6.09	5.56	-0.13	0.41
全国	3.52	4.05	0.13	3.56	4.10	0.14	3.47	4.01	0.14	0.09

図4-1 男女、年齢階級別休養等自由時間活動（令和3年）一週全体

(時間、分)



(2) 積極的自由時間活動

○積極的自由時間活動の時間は、男性が女性よりも32分長くなっている

週全体の積極的自由時間活動の時間は1時間8分で、平成28年と比べ1分増加している。

これを男女別にみると、男性は1時間26分、女性は54分で、平成28年と比べ男性は6分増加し、女性は1分減少している。

年齢階級別にみると、10～14歳が2時間7分と最も長く、次いで15～24歳が1時間41分となっており、平成28年と比べ、10～14歳は5分、15～24歳は26分減少している。

これを男女別にみると、男女とも10～14歳が最も長く、男性が2時間26分、女性が1時間48分となっており、平成28年と比べ、10～14歳の男性は18分増加し、女性は26分減少している。

種類別にみると、「趣味・娯楽」が41分と最も長くなっており、次いで、「スポーツ」が14分となっている。

男女差をみると、男性が女性よりも32分長くなっており、「趣味・娯楽」で18分、「スポーツ」で9分、それぞれ男性が女性を上回っている。(表4-2、図4-2)

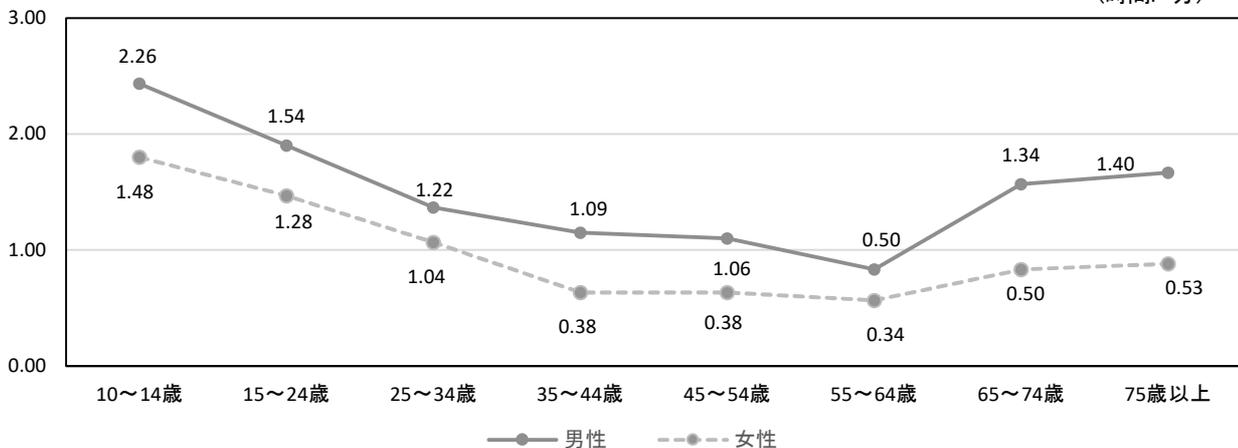
表4-2 男女、年齢階級別積極的自由時間活動(平成28年、令和3年)一週全体

(時間、分)

佐賀県	総数			男			女			男女差 (令和3年)
	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	
積極的自由時間活動(佐賀県)	1.07	1.08	0.01	1.20	1.26	0.06	0.55	0.54	-0.01	0.32
学習・自己啓発・訓練(学業以外)	0.10	0.09	-0.01	0.10	0.10	0.00	0.11	0.08	-0.03	0.02
趣味・娯楽	0.37	0.41	0.04	0.47	0.51	0.04	0.28	0.33	0.05	0.18
スポーツ	0.15	0.14	-0.01	0.20	0.19	-0.01	0.10	0.10	0.00	0.09
ボランティア活動・社会参加活動	0.05	0.04	-0.01	0.03	0.06	0.03	0.06	0.03	-0.03	0.03
10～14歳	2.12	2.07	-0.05	2.08	2.26	0.18	2.14	1.48	-0.26	0.38
15～24歳	2.07	1.41	-0.26	2.34	1.54	-0.40	1.41	1.28	-0.13	0.26
25～34歳	0.57	1.12	0.15	1.13	1.22	0.09	0.39	1.04	0.25	0.18
35～44歳	0.46	0.54	0.08	0.54	1.09	0.15	0.39	0.38	-0.01	0.31
45～54歳	0.38	0.51	0.13	0.42	1.06	0.24	0.36	0.38	0.02	0.28
55～64歳	0.51	0.41	-0.10	1.02	0.50	-0.12	0.41	0.34	-0.07	0.16
65～74歳	1.19	1.10	-0.09	1.32	1.34	0.02	1.06	0.50	-0.16	0.44
75歳以上	0.59	1.12	0.13	1.17	1.40	0.23	0.48	0.53	0.05	0.47
全国	1.18	1.16	-0.02	1.32	1.31	-0.01	1.03	1.01	-0.02	0.30

図4-2 男女、年齢階級別積極的自由時間活動(令和3年)一週全体

(時間、分)



5 各種属性別にみた生活時間

(1) 夫と妻の生活時間

○共働きか否かにより、夫と妻の育児時間に大きな差はみられない

夫婦と子供の世帯（「夫婦と子供の世帯」、「夫婦、子供と両親の世帯」及び「夫婦、子供とひとり親の世帯」）のうち、「共働き世帯」（夫も妻も有業の世帯。以下同じ。）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みると、「共働き世帯」の夫は1次活動時間が10時間47分、2次活動時間が8時間56分、3次活動時間が4時間17分で「夫が有業で妻が無業の世帯」の夫に比べ、1次活動時間は17分短く、2次活動時間は2時間15分長く、3次活動時間は1時間58分短くなっている。

「共働き世帯」の妻は1次活動時間が10時間31分、2次活動時間が9時間59分、3次活動時間が3時間31分で、「夫が有業で妻が無業の世帯」の妻に比べ、1次活動時間は15分短く、2次活動時間は3時間36分長く、3次活動は3時間20分短くなっており、夫の2次活動時間及び3次活動時間に比べて、共働きか否かで大きな差がみられる。

また、2次活動時間のうち、育児時間は、「共働き世帯」の夫は17分、「夫が有業で妻が無業の世帯」の夫は21分と、4分の差であるのに対して、「共働き世帯」の妻の育児時間は59分、「夫が有業で妻が無業の世帯」の妻は48分と、11分の差になっている。

さらに、末子の年齢階級別に育児時間をみると、「共働き世帯」の夫は1～2歳で、「共働き世帯」の妻、「夫が有業で妻が無業の世帯」の夫及び妻いずれも0歳が最も長くなっている。末子の年齢階級が0歳の場合、「共働き世帯」では、夫よりも妻が6時間37分長くなっており、「夫が有業で妻が無業の世帯」では、夫よりも妻が5時間28分長くなっている。（表5-1）

表5-1 末子の年齢階級、共働きか否か別生活時間（令和3年）一週全体

（時間、分）

末子の年齢階級	共働き世帯						夫が有業で妻が無業						
	1次活動	2次活動	3次活動			1次活動	2次活動	3次活動					
			仕事等	家事関連	育児			仕事等	家事関連	育児			
夫	総数	10.47	8.56	8.04	0.48	0.17	4.17	11.04	6.41	5.31	1.10	0.21	6.15
	0歳	10.53	11.36	7.49	-	0.56	1.31	12.53	6.54	4.11	-	1.06	4.13
	1～2歳	10.43	9.43	7.21	2.04	1.15	3.34	11.51	8.51	8.17	-	0.28	3.18
	3～5歳	11.13	9.35	8.35	1.00	0.19	3.13	10.58	8.37	7.23	-	0.57	4.25
	6～11歳	10.46	9.26	8.41	0.44	0.11	3.48	10.26	8.50	7.40	-	0.13	4.45
	12～14歳	9.58	9.53	9.26	-	-	4.09
	15～17歳	10.27	7.17	6.59	-	-	6.16	10.06	9.58	9.37	-	-	3.56
	18歳以上	10.54	7.51	7.29	0.20	0.00	5.15	11.00	5.13	4.27	-	0.02	7.47
妻	総数	10.31	9.59	5.22	4.30	0.59	3.31	10.46	6.23	0.06	6.18	0.48	6.51
	0歳	11.18	10.34	0.54	-	7.33	2.08	9.54	10.18	-	-	6.34	3.48
	1～2歳	12.00	9.54	4.41	5.06	2.51	2.06	12.02	6.55	-	-	1.44	5.03
	3～5歳	11.06	10.09	5.52	-	1.40	2.44	11.00	7.59	-	-	3.18	5.01
	6～11歳	10.12	10.33	6.17	4.10	0.22	3.15	11.14	8.57	-	-	0.46	3.49
	12～14歳	9.37	10.23	5.39	4.44	0.16	4.00
	15～17歳	10.09	10.15	6.05	-	0.00	3.36	10.34	7.14	-	-	-	6.11
	18歳以上	10.11	9.06	5.04	3.57	0.04	4.42	10.30	5.43	0.08	-	-	7.47

注) 表中「-」は、該当の行動者が皆無の場合及び同値の人口や標本数が連続するため省略している箇所。

表中「…」は、当該属性の標本数が皆無の場合及び標本数が10未満で、結果精度の観点から表章していない箇所。

6 主な行動の平均時刻

(1) 起床・就寝時刻、朝食・夕食開始時刻

○平均起床時間及び平均夕食開始時間は女性、平均就寝時間及び平均朝食開始時間は男性が早い

平均起床時刻を曜日別にみると、平日が6時35分、土曜日が6時56分、日曜日が7時12分となっており、平日に比べ土曜日は21分、日曜日は37分遅くなっている。全国平均と比べると、平日は3分遅く、土曜日は11分、日曜日は8分早くなっている。男女別にみると、すべての曜日で女性が早くなっている。

平均就寝時刻を曜日別にみると、平日が22時54分、土曜日が22時50分、日曜日が22時41分となっており、平日に比べ土曜日は4分、日曜日は13分早くなっている。全国平均と比べると、平日は10分、土曜日は14分、日曜日は15分早くなっている。男女別にみると、土曜日以外の曜日で男性が早くなっている。

平均朝食開始時刻を曜日別にみると、平日が7時9分、土曜日が7時29分、日曜日が7時41分となっており、平日に比べ土曜日は20分遅く、日曜日は32分遅くなっている。全国平均と比べると、平日は2分、土曜日は4分、日曜日は3分早くなっている。男女別にみると、日曜日以外の曜日で男性が早くなっている。

平均夕食開始時刻を曜日別にみると、平日が18時57分、土曜日が18時38分、日曜日が18時39分となっており、平日に比べ土曜日は19分、日曜日は18分早くなっている。全国平均と比べると、平日は1分、土曜日は3分早く、日曜日は2分遅くなっている。男女別にみると、全ての曜日で女性が早くなっている。(表6-1)

表6-1 男女、曜日別、起床・就寝及び朝食・夕食開始の平均時刻(令和3年)

(時間:分)

佐賀県		起床	就寝	朝食開始	夕食開始
総数	平日	6:35	22:54	7:09	18:57
	土曜日	6:56	22:50	7:29	18:38
	日曜日	7:12	22:41	7:41	18:39
男	平日	6:38	22:53	7:01	19:02
	土曜日	7:02	22:50	7:23	18:42
	日曜日	7:23	22:37	7:41	18:45
女	平日	6:32	22:55	7:16	18:53
	土曜日	6:50	22:49	7:34	18:36
	日曜日	7:02	22:44	7:41	18:34
全国					
総数	平日	6:38	23:04	7:11	18:58
	土曜日	7:07	23:04	7:33	18:41
	日曜日	7:20	22:56	7:44	18:37

(2) 出勤及び仕事からの帰宅時刻

○出勤時間は男性が早く、帰宅時間は女性が早い

15歳以上の有業者の平均出勤時刻を曜日別にみると、平日が8時13分、土曜日が8時37分、日曜日が9時56分となっており、平日に比べ土曜日は24分、日曜日は1時間43分遅くなっている。全国平均と比べると、平日は7分、土曜日は16分早く、日曜日は24分遅くなっている。男女別にみると、すべての曜日で男性が早くなっている。

平均帰宅時刻を曜日別にみると、平日が18時15分、土曜日が17時47分、日曜日が18時36分となっており、平日に比べ土曜日は28分早く、日曜日は21分遅くなっている。全国平均と比べると、平日は19分、土曜日は14分早く、日曜日は11分遅くなっている。男女別にみると、すべての曜日で女性が早くなっている。

(表6-2)

表6-2 男女、曜日別、平均出勤時刻及び仕事からの平均帰宅時刻（令和3年）－有業者 15歳以上
(時間：分)

佐賀県		出勤	帰宅
総数	平日	8:13	18:15
	土曜日	8:37	17:47
	日曜日	9:56	18:36
男	平日	7:54	18:50
	土曜日	8:23	18:10
	日曜日	9:53	18:42
女	平日	8:37	17:32
	土曜日	8:54	17:20
	日曜日	10:00	18:31
全国			
総数	平日	8:20	18:34
	土曜日	8:53	18:01
	日曜日	9:32	18:25

7 スマートフォン・パソコンなどの使用状況

(1) スマートフォン・パソコンなどの使用割合

○スマートフォン・パソコンなどの使用割合は男性は20～24歳及び25～29歳、女性は35～39歳で最も高い

スマートフォン・パソコンなどを使用した人は男性で24万6千人、女性は26万3千人で、人口あたりの使用した人の割合（以下、「使用割合」という）は、男性が73.7%、女性が71.5%となっている。

男女別、年齢階級別にみると、男性では20～24歳及び25～29歳、女性では35～39歳の使用割合が最も高くなっている。（表7-1）

表7-1 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割合（令和3年）一週全体

（単位 %）

佐賀県	佐賀県			全国		
	総数	男	女	総数	男	女
総数	72.3	73.7	71.5	76.1	78.1	74.2
10～14歳	69.2	65.0	73.7	71.5	70.1	72.9
15～19歳	87.2	85.0	84.2	89.7	90.4	89.0
20～24歳	91.4	94.1	83.3	90.7	90.3	91.2
25～29歳	91.2	94.1	88.2	89.3	89.8	88.7
30～34歳	83.8	88.9	78.9	87.3	87.6	86.9
35～39歳	84.4	77.3	91.3	85.1	85.1	85.0
40～44歳	81.6	79.2	88.0	85.5	85.6	85.5
45～49歳	84.9	80.8	88.9	85.7	85.6	85.8
50～54歳	80.0	83.3	76.9	84.6	84.2	84.9
55～59歳	78.7	78.3	76.0	83.7	84.1	83.3
60～64歳	78.8	76.0	77.8	79.3	79.0	79.5
65～69歳	70.7	67.9	70.0	72.6	73.9	71.4
70～74歳	61.3	62.1	60.6	61.5	64.0	59.4
75～79歳	39.5	50.0	36.4	52.9	57.2	49.4
80～84歳	35.5	38.5	36.8	43.6	50.0	38.9
85歳以上	20.6	18.2	22.7	31.1	36.2	28.3

(2) 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は1～3時間未満が一番多い

男女別にスマートフォンやパソコンなどを使用した人の使用時間をみると、男女ともに1～3時間未満が一番高くなっている（男性：27.8%、女性：36.0%）。3～6時間未満が男性では27.3%、女性では22.5%で、2番目に高くなっている。なお、12時間以上使用している人の割合は男性で11.5%、女性では5.4%となっている。（表7-2）

表7-2 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比（令和3年）

一週全体

（単位 %）

	使用しなかった	使用した	使用した人の構成比				
			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	27.7	72.3	13.0	32.0	24.8	21.8	8.4
男	26.7	73.7	9.1	27.8	27.3	24.4	11.5
女	28.8	71.5	16.2	36.0	22.5	19.8	5.4

注1) 使用時間別の構成比については、使用した人における割合（使用時間不詳を除く）。

注2) 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、携帯電話やタブレット型端末を含む。ゲーム機や携帯音楽プレーヤーは含まない。ここでいう「使用」とは、移動中にスマートフォンを使用して音楽を聴いたり、仕事中にパソコンを使ったりするなどの使用をいう。睡眠中など、「操作する、見る、聞く」といった意識をしていない場合は含まない。