

# 令和3年社会生活基本調査報告書

—生活時間に関する結果の概要（鳥取県）—

令和5年3月

鳥取県令和新時代創造本部統計課

# 目 次

## 概要

1	1日の生活時間	1
2	1次活動	
(1)	睡眠時間	2
(2)	食事時間	3
3	2次活動	
(1)	仕事時間(有業者)	4
(2)	家事関連時間	5
(3)	家事関連時間(子供のいる夫婦の世帯)	6
4	3次活動	
(1)	休養等自由時間活動	7
(2)	積極的自由時間活動	8
5	主な活動の平均時刻	9
(1)	起床・就寝時刻、朝食・夕食開始時刻	9
(2)	出勤・帰宅時刻	9

## 用語の解説

### － 主な用語 －

- 1次活動：睡眠、食事など生理的に必要な活動（3項目）  
「睡眠」、「身の回りの用事」、「食事」
- 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（7項目）  
「通勤・通学」、「仕事」、「学業」、「家事」、「介護・看護」、「育児」、「買い物」
- 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（10項目）  
「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」
- 家事関連時間：2次活動のうち、「家事」、「介護・看護」、「育児」及び「買い物」
- 休養等自由時間活動：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」
- 積極的自由時間活動：3次活動のうち、「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」

### －その他の注意点－

- ・ 表中の数字は、表章単位未満の位で四捨五入していること、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は必ずしも一致しません。
- ・ この結果の概要では、該当する種類の行動をしなかった人を含む全員の平均時間による「総平均時間」の数値を記載しています。

### （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す。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ります。

# 概要

## 1 1日の生活時間

前回（H28）に比べ1次活動時間が増加し、2次活動時間及び3次活動時間が減少した。

- 1日の生活時間（週全体の平均、以下「週平均」という。）を1次活動時間・2次活動時間・3次活動時間に区分すると、1次活動時間は11時間2分、2次活動時間は6時間35分、3次活動時間は6時間23分となった  
 前回（H28）と比べると、1次活動時間は20分増加し、2次活動時間は18分、3次活動時間は2分減少した。  
 全国平均と比べると、1次活動時間は5分、3次活動時間は7分長く、2次活動時間は12分短かった。
- 男女別にみると、男性は1次活動時間が10時間58分、2次活動時間が6時間20分、3次活動時間が6時間42分、女性は1活動時間が11時間5分、2次活動時間が6時間50分、3次活動時間が6時間5分となった。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かった。  
 前回と比べると、男性は1次活動時間が19分増加、2次活動時間が22分減少、3次活動時間が3分増加しており、女性は1次活動時間が20分増加、2次活動時間が12分、3次活動時間が8分減少した。

表1-1 男女別、行動の種類別生活時間－週全体－（平成28年、令和3年）全国、鳥取県

（単位：時間、分）

		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
鳥取県	1次活動	10:42	11:02	0:20	10:39	10:58	0:19	10:45	11:05	0:20	-0:07
	2次活動	6:53	6:35	-0:18	6:42	6:20	-0:22	7:02	6:50	-0:12	-0:30
	3次活動	6:25	6:23	-0:02	6:39	6:42	0:03	6:13	6:05	-0:08	0:37
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

表1-2 男女別、行動の種類別生活時間－週全体－（平成28年、令和3年）鳥取県

（単位：時間、分）

	総数			男			女		
	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
<b>1次活動</b>	<b>10:42</b>	<b>11:02</b>	<b>0:20</b>	<b>10:39</b>	<b>10:58</b>	<b>0:19</b>	<b>10:45</b>	<b>11:05</b>	<b>0:20</b>
睡眠	7:45	8:00	0:15	7:53	8:10	0:17	7:39	7:50	0:11
身の回りの用事	1:22	1:27	0:05	1:12	1:17	0:05	1:30	1:37	0:07
食事	1:35	1:35	0:00	1:34	1:31	-0:03	1:36	1:39	0:03
<b>2次活動</b>	<b>6:53</b>	<b>6:35</b>	<b>-0:18</b>	<b>6:42</b>	<b>6:20</b>	<b>-0:22</b>	<b>7:02</b>	<b>6:50</b>	<b>-0:12</b>
通勤・通学	0:26	0:24	-0:02	0:31	0:29	-0:02	0:20	0:20	0:00
仕事	3:46	3:33	-0:13	4:52	4:24	-0:28	2:46	2:45	-0:01
学業	0:37	0:37	0:00	0:39	0:39	0:00	0:36	0:36	0:00
家事	1:23	1:24	0:01	0:18	0:24	0:06	2:22	2:20	-0:02
介護・看護	0:04	0:03	-0:01	0:02	0:02	0:00	0:05	0:04	-0:01
育児	0:15	0:09	-0:06	0:05	0:05	0:00	0:24	0:13	-0:11
買い物	0:22	0:24	0:02	0:14	0:17	0:03	0:29	0:31	0:02
<b>3次活動</b>	<b>6:25</b>	<b>6:23</b>	<b>-0:02</b>	<b>6:39</b>	<b>6:42</b>	<b>0:03</b>	<b>6:13</b>	<b>6:05</b>	<b>-0:08</b>
移動(通勤・通学を除く)	0:23	0:20	-0:03	0:24	0:18	-0:06	0:23	0:22	-0:01
テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2:34	2:26	-0:08	2:38	2:34	-0:04	2:29	2:19	-0:10
休養・くつろぎ	1:36	1:59	0:23	1:35	2:02	0:27	1:37	1:55	0:18
学習・自己啓発・訓練(学業以外)	0:10	0:09	-0:01	0:08	0:09	0:01	0:11	0:10	-0:01
趣味・娯楽	0:40	0:41	0:01	0:50	0:49	-0:01	0:30	0:33	0:03
スポーツ	0:12	0:14	0:02	0:15	0:19	0:04	0:08	0:10	0:02
ボランティア活動・社会参加活動	0:04	0:03	-0:01	0:05	0:04	-0:01	0:04	0:02	-0:02
交際・付き合い	0:14	0:09	-0:05	0:14	0:08	-0:06	0:15	0:10	-0:05
受診・療養	0:06	0:06	0:00	0:06	0:07	0:01	0:07	0:05	-0:02
その他	0:27	0:15	-0:12	0:24	0:12	-0:12	0:29	0:18	-0:11
(再掲)									
家事関連	2:04	2:00	-0:04	0:39	0:48	0:09	3:20	3:08	-0:12
休養等自由時間活動	4:10	4:25	0:15	4:13	4:36	0:23	4:06	4:14	0:08
積極的自由時間活動	1:06	1:07	0:01	1:18	1:21	0:03	0:53	0:55	0:02

## 2 1次活動

### (1) 睡眠時間

睡眠時間は、男性が女性より20分長かった。全国平均と比べると、平日及び土曜日で長かった。

- 週全体の睡眠時間は8時間で、男性は8時間10分、女性は7時間50分となっており、男性が女性より20分長かった。  
前回と比べると、全体は15分、男性は17分、女性は11分増加した。  
全国平均と比べると、全体は6分、男性は12分、女性は1分長かった。
- 年齢別にみると、最も長いのは10～14歳の8時間42分、最も短いのは55～59歳の7時間12分で、1時間30分の差があった。  
前回と比べると、70歳以上を除くすべての年齢階級で増加した。
- 男女別にみると、20～24歳及び35～39歳を除くすべての年齢階級で男性が長くなっており、最も男女差のあった40～44歳及び50～54歳では46分長かった。  
男性で最も長いのは75歳以上の8時間45分、最も短いのは55～59歳の7時間25分であった。  
女性で最も長いのは10～14歳の8時間40分、最も短いのは55～59歳の7時間1分であった。  
前回と比べると、男性で最も増加したのは40～44歳の1時間4分、最も減少したのは70～74歳の15分、女性で最も増加したのは35～39歳の40分、最も減少したのは15～19歳の14分であった。
- 曜日別にみると、平日は7時間50分、土曜日は8時間16分、日曜日は8時間30分となっており、平日に比べ日曜日は40分長かった。  
前回と比べると、平日は15分、土曜日は13分、日曜日は13分増加した。  
全国平均と比べると、平日は8分、土曜日は3分長く、日曜日は2分短かった。

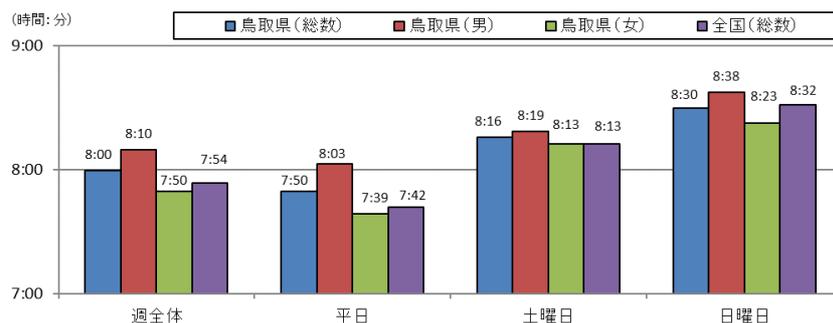
表2-1 男女別、年齢階級別睡眠時間－週全体－(平成28年、令和3年)

	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
総数	7:45	8:00	0:15	7:53	8:10	0:17	7:39	7:50	0:11	0:20
10～14歳	8:38	8:42	0:04	8:49	8:43	-0:06	8:26	8:40	0:14	0:03
15～19歳	8:06	8:08	0:02	8:04	8:22	0:18	8:07	7:53	-0:14	0:29
20～24歳	8:11	8:22	0:11	7:59	8:12	0:13	8:23	8:34	0:11	-0:22
25～29歳	8:01	8:17	0:16	8:11	8:28	0:17	7:51	8:05	0:14	0:23
30～34歳	7:39	8:16	0:37	7:36	8:32	0:56	7:42	8:00	0:18	0:32
35～39歳	7:35	8:05	0:30	7:38	8:00	0:22	7:31	8:11	0:40	-0:11
40～44歳	7:22	8:15	0:53	7:33	8:37	1:04	7:12	7:51	0:39	0:46
45～49歳	7:03	7:39	0:36	7:14	7:53	0:39	6:51	7:25	0:34	0:28
50～54歳	7:07	7:28	0:21	7:17	7:51	0:34	6:57	7:05	0:08	0:46
55～59歳	7:08	7:12	0:04	7:24	7:25	0:01	6:54	7:01	0:07	0:24
60～64歳	7:20	7:22	0:02	7:37	7:37	0:00	7:03	7:09	0:06	0:28
65～69歳	7:27	7:44	0:17	7:40	8:02	0:22	7:14	7:28	0:14	0:34
70～74歳	7:54	7:42	-0:12	8:09	7:54	-0:15	7:41	7:32	-0:09	0:22
75歳以上	8:41	8:37	-0:04	8:53	8:45	-0:08	8:35	8:32	-0:03	0:13
全 国	7:40	7:54	0:14	7:45	7:58	0:13	7:35	7:49	0:14	0:09

表2-2 男女別、曜日別睡眠時間(平成28年、令和3年)全国、鳥取県

		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
鳥取県	週全体	7:45	8:00	0:15	7:53	8:10	0:17	7:39	7:50	0:11	0:20
	平日	7:35	7:50	0:15	7:41	8:03	0:22	7:31	7:39	0:08	0:24
	土曜日	8:03	8:16	0:13	8:16	8:19	0:03	7:52	8:13	0:21	0:06
	日曜日	8:17	8:30	0:13	8:28	8:38	0:10	8:07	8:23	0:16	0:15
全 国	週全体	7:40	7:54	0:14	7:45	7:58	0:13	7:35	7:49	0:14	0:09
	平日	7:29	7:42	0:13	7:33	7:46	0:13	7:25	7:39	0:14	0:07
	土曜日	7:57	8:13	0:16	8:03	8:19	0:16	7:51	8:07	0:16	0:12
	日曜日	8:16	8:32	0:16	8:24	8:39	0:15	8:08	8:25	0:17	0:14

図1-1 男女別、曜日別睡眠時間(令和3年:全国、鳥取県)



## (2) 食事時間

食事時間は、女性が男性より8分長かった。全国平均と比べると、すべての曜日で短かった。

- ・ 週全体の食事時間は1時間35分で、男性は1時間31分、女性は1時間39分となっており、女性が男性より8分長かった。  
 前回と比べると、全体は同水準、男性は3分減少、女性は3分増加した。  
 全国平均と比べると、全体は4分、男性は6分、女性は2分短かった。
- ・ 年齢別にみると、最も長いのは70～74歳の1時間54分、最も短いのは15～19歳の1時間19分で、35分の差があった。年齢階級が高くなるほど食事時間が長い傾向にある。
- ・ 男女別にみると、最も男女差のあった25～29歳では女性が男性より38分長かった。  
 男性で最も長いのは70～74歳の1時間53分、最も短いのは25～29歳の1時間4分であった。  
 女性で最も長いのは70～74歳の1時間56分、最も短いのは15～19歳の1時間18分であった。  
 前回と比べると、男性で最も増加したのは60～64歳及び70～74歳の11分、最も減少したのは20～24歳の16分、女性で最も増加したのは20～24歳の18分、最も減少したのは65～69歳の8分であった。
- ・ 曜日別にみると、平日は1時間33分、土曜日は1時間39分、日曜日は1時間41分となっており、平日に比べ日曜日は8分長かった。  
 前回と比べると、平日は同水準、土曜日は3分、日曜日は1分増加した。  
 全国平均と比べると、平日は3分、土曜日は6分、日曜日は7分短かった。

表2-3 男女別、年齢階級別食事時間一週全体(平成28年、令和3年)

(単位:時間,分)

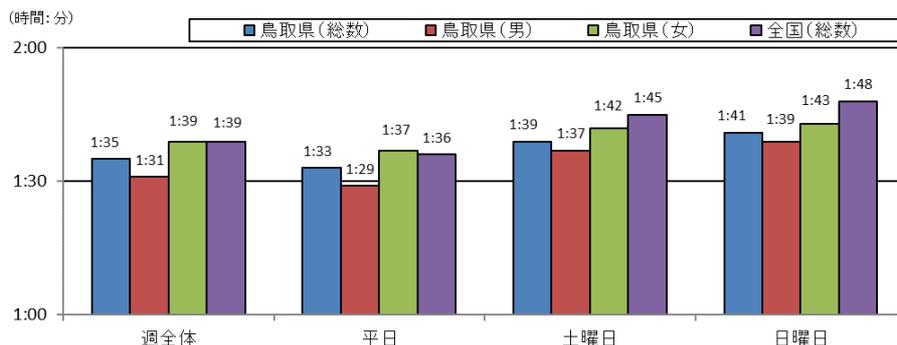
	総数			男			女			男女差
	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	令和3年
総数	1:35	1:35	0:00	1:34	1:31	-0:03	1:36	1:39	0:03	-0:08
10～14歳	1:23	1:25	0:02	1:26	1:24	-0:02	1:19	1:27	0:08	-0:03
15～19歳	1:20	1:19	-0:01	1:20	1:20	0:00	1:20	1:18	-0:02	0:02
20～24歳	1:23	1:24	0:01	1:29	1:13	-0:16	1:18	1:36	0:18	-0:23
25～29歳	1:29	1:23	-0:06	1:17	1:04	-0:13	1:40	1:42	0:02	-0:38
30～34歳	1:24	1:20	-0:04	1:24	1:14	-0:10	1:25	1:26	0:01	-0:12
35～39歳	1:21	1:24	0:03	1:21	1:23	0:02	1:21	1:26	0:05	-0:03
40～44歳	1:26	1:21	-0:05	1:27	1:16	-0:11	1:26	1:26	0:00	-0:10
45～49歳	1:32	1:33	0:01	1:38	1:31	-0:07	1:27	1:36	0:09	-0:05
50～54歳	1:26	1:30	0:04	1:27	1:25	-0:02	1:24	1:35	0:11	-0:10
55～59歳	1:32	1:27	-0:05	1:32	1:27	-0:05	1:33	1:27	-0:06	0:00
60～64歳	1:32	1:40	0:08	1:32	1:43	0:11	1:33	1:39	0:06	0:04
65～69歳	1:50	1:45	-0:05	1:48	1:45	-0:03	1:52	1:44	-0:08	0:01
70～74歳	1:45	1:54	0:09	1:42	1:53	0:11	1:47	1:56	0:09	-0:03
75歳以上	1:57	1:53	-0:04	2:00	1:51	-0:09	1:56	1:55	-0:01	-0:04
全 国	1:40	1:39	-0:01	1:38	1:37	-0:01	1:43	1:41	-0:02	-0:04

表2-4 男女別、曜日別食事時間(平成28年、令和3年)全国、鳥取県

(単位:時間,分)

		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
鳥取県	週全体	1:35	1:35	0:00	1:34	1:31	-0:03	1:36	1:39	0:03	-0:08
	平日	1:33	1:33	0:00	1:33	1:29	-0:04	1:34	1:37	0:03	-0:08
	土曜日	1:36	1:39	0:03	1:33	1:37	0:04	1:39	1:42	0:03	-0:05
	日曜日	1:40	1:41	0:01	1:38	1:39	0:01	1:42	1:43	0:01	-0:04
全 国	週全体	1:40	1:39	-0:01	1:38	1:37	-0:01	1:43	1:41	-0:02	-0:04
	平日	1:38	1:36	-0:02	1:35	1:34	-0:01	1:40	1:38	-0:02	-0:04
	土曜日	1:44	1:45	0:01	1:42	1:43	0:01	1:47	1:47	0:00	-0:04
	日曜日	1:48	1:48	0:00	1:45	1:46	0:01	1:50	1:50	0:00	-0:04

図1-2 男女別、曜日別食事時間(令和3年:全国、鳥取県)



### 3 2次活動

#### (1) 仕事時間（有業者）

仕事時間は、男性が女性より2時間2分長かった。全国平均と比べると、すべての曜日で長かった。

- 15歳以上の有業者の週全体の仕事時間は5時間45分で、男性は6時間22分、女性は5時間2分となっており、男性が女性より1時間20分長かった。  
前回と比べると、全体は22分、男性は41分、女性は1分減少した。  
全国平均と比べると、全体は5分長く、男性は5分短く、女性は20分長かった。
- 年齢別にみると、最も長いのは45～54歳の6時間30分、最も短いのは75歳以上の3時間56分で、2時間34分の差があった。  
前回と比べると、65～74歳を除くすべての年齢階級で減少した。
- 男女別にみると、75歳以上を除くすべての年齢階級で男性が長くなっており、最も男女差のあった45～54歳では2時間2分長かった。  
男性で最も長いのは45～54歳の7時間28分、最も短いのは75歳以上の3時間50分であった。  
女性で最も長いのは45～54歳の5時間26分、最も短いのは65～74歳の4時間6分であった。  
前回と比べると、男性で最も増加したのは65～74歳で25分、最も減少したのは25～34歳で1時間13分、女性で最も増加したのは25～34歳で23分、最も減少したのは15～24歳で15分であった。
- 曜日別にみると、平日は6時間54分、土曜日は3時間36分、日曜日は2時間10分となっており、平日に比べ日曜日は4時間44分短かった。  
前回と比べると、平日は14分、土曜日は49分、日曜日は37分減少した。  
全国平均と比べると、平日は1分、土曜日は21分、日曜日は10分長かった。

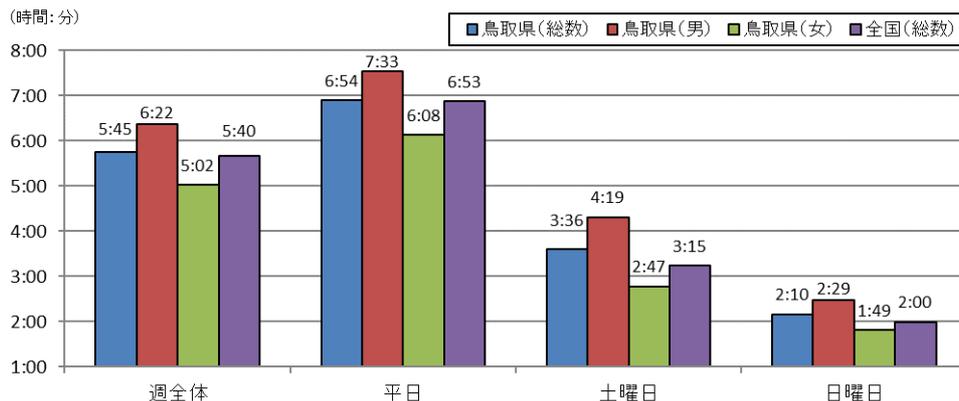
表3-1 男女別、年齢階級別仕事時間一週全体、有業者(15歳以上)－(平成28年、令和3年)

	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	6:07	5:45	-0:22	7:03	6:22	-0:41	5:03	5:02	-0:01	1:20
15～24歳	6:42	5:50	-0:52	7:27	6:15	-1:12	5:36	5:21	-0:15	0:54
25～34歳	6:10	5:42	-0:28	7:30	6:17	-1:13	4:46	5:09	0:23	1:08
35～44歳	6:39	6:18	-0:21	7:55	7:08	-0:47	5:11	5:16	0:05	1:52
45～54歳	6:56	6:30	-0:26	8:02	7:28	-0:34	5:40	5:26	-0:14	2:02
55～64歳	5:54	5:40	-0:14	6:51	6:12	-0:39	4:52	5:05	0:13	1:07
65～74歳	4:33	4:42	0:09	4:48	5:13	0:25	4:13	4:06	-0:07	1:07
75歳以上	4:04	3:56	-0:08	4:00	3:50	-0:10	4:12	4:09	-0:03	-0:19
全 国	5:55	5:40	-0:15	6:49	6:27	-0:22	4:47	4:42	-0:05	1:45

表3-2 男女別、曜日別有業者の仕事時間(15歳以上)－(平成28年、令和3年)全国、鳥取県

		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	
鳥取県	週全体	6:07	5:45	-0:22	7:03	6:22	-0:41	5:03	5:02	-0:01	1:20
	平日	7:08	6:54	-0:14	8:12	7:33	-0:39	5:53	6:08	0:15	1:25
	土曜日	4:25	3:36	-0:49	5:08	4:19	-0:49	3:36	2:47	-0:49	1:32
	日曜日	2:47	2:10	-0:37	3:11	2:29	-0:42	2:19	1:49	-0:30	0:40
全 国	週全体	5:55	5:40	-0:15	6:49	6:27	-0:22	4:47	4:42	-0:05	1:45
	平日	7:05	6:53	-0:12	8:09	7:52	-0:17	5:42	5:42	0:00	2:10
	土曜日	3:46	3:15	-0:31	4:23	3:41	-0:42	3:01	2:43	-0:18	0:58
	日曜日	2:19	2:00	-0:19	2:34	2:12	-0:22	1:59	1:46	-0:13	0:26

図2-1 男女別、曜日別有業者の仕事時間(15歳以上)(令和3年:全国、鳥取県)



(2) 家事関連時間

家事関連時間の男女差は2時間20分で、鳥取県・全国とも依然として大きな差があった。  
 全国平均と比べると、平日及び日曜日で短かった。

- 週全体の家事関連時間は2時間で、男性は48分、女性は3時間8分となっており、女性が男性より2時間20分長く、前回(2時間41分)より縮小したが、鳥取県・全国とも依然として大きな差があった。前回と比べると、全体は4分減少、男性は9分増加、女性は12分減少した。全国平均と比べると、全体は10分、男性は3分、女性は16分短かった。
- 年齢別にみると、最も長いのは70～74歳の2時間52分、最も短いのは10～14歳の11分で、2時間41分の差があった。
- 男女別にみると、すべての年齢階級で女性が長くなっており、最も男女差のあった60～64歳では3時間26分長かった。男性で最も長いのは30～34歳の1時間21分、最も短いのは10～14歳の7分であった。女性で最も長いのは70～74歳の4時間23分、最も短いのは10～14歳の15分であった。前回と比べると、男性で最も増加したのは30～34歳の52分、最も減少したのは40～44歳の11分、女性で最も増加したのは70～74歳の35分、最も減少したのは30～34歳の57分であった。
- 曜日別にみると、平日は1時間51分、土曜日は2時間25分、日曜日は2時間26分となっており、平日に比べ日曜日は35分長かった。前回と比べると、平日は7分減少、土曜日は5分、日曜日は13分増加した。全国平均と比べると、平日は11分短く、土曜日は同水準、日曜日は5分短かった。

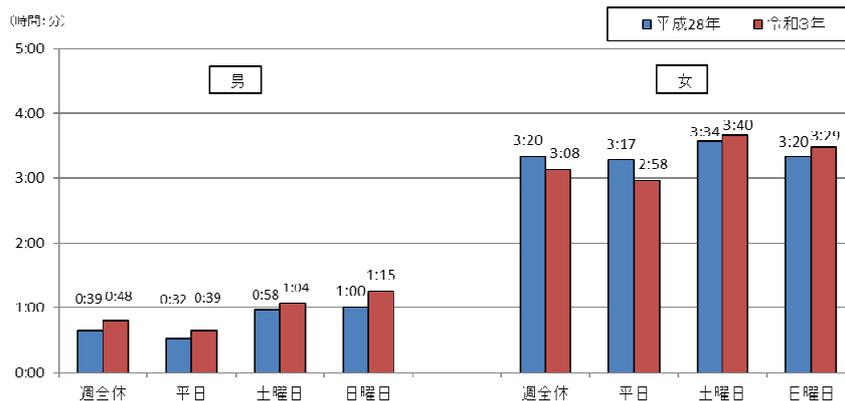
表3-3 男女別、年齢階級別家事関連時間一週全体(平成28年、令和3年)

	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
総数	2:04	2:00	-0:04	0:39	0:48	0:09	3:20	3:08	-0:12	-2:20
10～14歳	0:14	0:11	-0:03	0:09	0:07	-0:02	0:20	0:15	-0:05	-0:08
15～19歳	0:21	0:20	-0:01	0:13	0:10	-0:03	0:31	0:30	-0:01	-0:20
20～24歳	0:45	0:40	-0:05	0:11	0:30	0:19	1:20	0:49	-0:31	-0:19
25～29歳	1:29	1:37	0:08	0:28	0:26	-0:02	2:30	2:49	0:19	-2:23
30～34歳	2:21	2:20	-0:01	0:29	1:21	0:52	4:16	3:19	-0:57	-1:58
35～39歳	2:47	2:14	-0:33	0:55	0:46	-0:09	4:39	3:46	-0:53	-3:00
40～44歳	2:24	2:06	-0:18	0:55	0:44	-0:11	3:52	3:31	-0:21	-2:47
45～49歳	2:17	1:45	-0:32	0:31	0:31	0:00	4:01	3:01	-1:00	-2:30
50～54歳	2:14	2:17	0:03	0:26	0:40	0:14	3:56	3:50	-0:06	-3:10
55～59歳	2:14	2:12	-0:02	0:24	0:55	0:31	3:57	3:24	-0:33	-2:29
60～64歳	2:31	2:44	0:13	0:44	0:56	0:12	4:14	4:22	0:08	-3:26
65～69歳	2:44	2:42	-0:02	1:05	1:13	0:08	4:17	4:07	-0:10	-2:54
70～74歳	2:29	2:52	0:23	0:58	1:13	0:15	3:48	4:23	0:35	-3:10
75歳以上	2:10	2:10	0:00	0:58	0:59	0:01	2:52	2:56	0:04	-1:57
全 国	2:08	2:10	0:02	0:44	0:51	0:07	3:28	3:24	-0:04	-2:33

表3-4 男女別、曜日別家事関連時間一週全体(平成28年、令和3年)

		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
鳥取県	週全体	2:04	2:00	-0:04	0:39	0:48	0:09	3:20	3:08	-0:12	-2:20
	平日	1:58	1:51	-0:07	0:32	0:39	0:07	3:17	2:58	-0:19	-2:19
	土曜日	2:20	2:25	0:05	0:58	1:04	0:06	3:34	3:40	0:06	-2:36
	日曜日	2:13	2:26	0:13	1:00	1:15	0:15	3:20	3:29	0:09	-2:14
全 国	週全体	2:08	2:10	0:02	0:44	0:51	0:07	3:28	3:24	-0:04	-2:33
	平日	2:02	2:02	0:00	0:34	0:40	0:06	3:25	3:19	-0:06	-2:39
	土曜日	2:20	2:25	0:05	1:02	1:14	0:12	3:35	3:34	-0:01	-2:20
	日曜日	2:27	2:31	0:04	1:11	1:21	0:10	3:37	3:37	0:00	-2:16

図2-2 男女別、曜日別家事関連時間(平成28年、令和3年)鳥取県



(3) 家事関連時間（子供のいる夫婦の世帯）

夫と妻の家事関連時間の差は、「共働き世帯」、「夫が有業で妻が無業の世帯」とも前回より縮小した。

- 子供のいる夫婦の世帯のうち、「共働き世帯」（夫婦とも有業の世帯。以下同じ。）の家事関連時間をみると、夫は1時間1分、妻は4時間33分、「夫が有業で妻が無業の世帯」の夫は1時間7分、妻は7時間44分となった。

前回と比べると、「共働き世帯」は夫が19分、妻が8分増加、「夫が有業で妻が無業の世帯」は夫が24分増加、妻が15分減少した。

夫と妻の家事関連時間の差をみると、「共働き世帯」は3時間32分で、前回の差(3時間43分)より11分縮小、「夫が有業で妻が無業の世帯」は6時間37分で、前回の差(7時間16分)より39分縮小した。

夫婦の家事関連時間をみると、「共働き世帯」が5時間34分、「夫が有業で妻が無業の世帯」が8時間51分で、3時間17分の差となっており、前回の差(3時間35分)より18分縮小した。

- 曜日別にみると、「共働き世帯」では、夫は日曜日の1時間53分、妻は土曜日の5時間31分が最も長く、「夫が有業で妻が無業の世帯」では、夫は日曜日の2時間56分、妻は土曜日の8時間が最も長かった。

夫と妻の家事関連時間の差をみると、「共働き世帯」では、平日は3時間27分、土曜日は4時間6分、日曜日は3時間24分で、平日に比べ土曜日は39分長く、日曜日は3分短くなっており、「夫が有業で妻が無業の世帯」では、平日は7時間15分、土曜日は6時間11分、日曜日は3時間41分で、平日に比べ土曜日は1時間4分、日曜日は3時間34分短かった。

表3-5 共働きか否か、家事関連時間(平成28年、令和3年)全国、鳥取県  
一週全体、子供のいる夫婦の世帯の夫・妻

		共働き世帯(a)			夫が有業で妻が無業の世帯(b)			(a)-(b)
		平成28年	令和3年	増減	平成28年	令和3年	増減	令和3年
夫	家事関連	0:42	1:01	0:19	0:43	1:07	0:24	-0:06
	家事	0:15	0:23	0:08	0:06	0:25	0:19	-0:02
	介護・看護	0:03	0:02	-0:01	0:00	0:03	0:03	-0:01
	育児	0:13	0:17	0:04	0:20	0:17	-0:03	0:00
	買い物	0:11	0:19	0:08	0:17	0:22	0:05	-0:03
妻	家事関連	4:25	4:33	0:08	7:59	7:44	-0:15	-3:11
	家事	2:44	3:04	0:20	4:47	5:13	0:26	-2:09
	介護・看護	0:05	0:06	0:01	0:03	0:15	0:12	-0:09
	育児	1:04	0:43	-0:21	2:19	1:24	-0:55	-0:41
	買い物	0:32	0:40	0:08	0:50	0:52	0:02	-0:12
夫婦の家事関連時間		5:07	5:34	0:27	8:42	8:51	0:09	-3:17

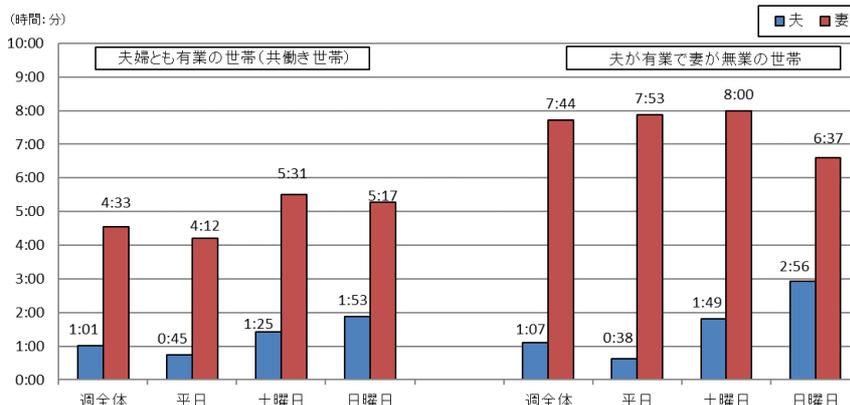
注) 子供のいる夫婦の世帯とは、「夫婦と子供の世帯」、「夫婦、子供と両親の世帯」及び「夫婦、子供とひとり親の世帯」。

表3-6 夫婦別、曜日別、家事関連時間(子供のいる夫婦の世帯)(令和3年)

		夫		妻		夫婦差	
		共働き世帯(a)	夫が有業で妻が無業の世帯(b)	共働き世帯(a)	夫が有業で妻が無業の世帯(b)	(a)	(b)
鳥取県	週全体	1:01	1:07	4:33	7:44	-3:32	-6:37
	平日	0:45	0:38	4:12	7:53	-3:27	-7:15
	土曜日	1:25	1:49	5:31	8:00	-4:06	-6:11
	日曜日	1:53	2:56	5:17	6:37	-3:24	-3:41

注) 子供のいる夫婦の世帯とは、「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」。

図2-3 曜日別、共働きか否か別家事関連時間(子供のいる夫婦の世帯)令和3年、鳥取県



#### 4 3次活動

##### (1) 休養等自由時間活動

全国平均と比べると、全体は20分長かった。このうち「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」の時間は2時間26分で、全国5位となった。

- 週全体の休養等自由時間活動の時間は4時間25分で、男性は4時間36分、女性は4時間14分となっており、男性が女性より22分長かった。  
前回と比べると、全体は15分、男性は23分、女性は8分増加した。  
全国平均と比べると、全体は20分、男性は26分、女性は13分長かった。このうち「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」の時間は2時間26分で、全国5位となった。
- 日曜日の休養等自由時間活動の時間は5時間30分で、男性は5時間50分、女性は5時間10分となっており、男性が40分長かった。このうち「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」の時間は2時間55分で、男性は3時間7分、女性は2時間43分となっており、男性が24分長かった。  
年齢別にみると、最も長いのは75歳以上の7時間14分、最も短いのは25～29歳及び40～44歳の3時間47分で、3時間27分の差があった。  
男女別にみると、最も男女差のあった35～39歳では男性が女性より2時間9分長かった。男性で最も長いのは70～74歳の7時間53分、最も短いのは40～44歳の3時間40分であった。女性で最も長いのは75歳以上の6時間56分、最も短いのは35～39歳の3時間3分であった。  
前回と比べると、男性で最も増加したのは70～74歳の1時間31分、最も減少したのは40～44歳の1時間5分、女性で最も増加したのは65～69歳の1時間24分、最も減少したのは10～14歳の1時間であった。
- 曜日別にみると、平日は4時間6分、土曜日は4時間55分、日曜日は5時間30分となっており、平日に比べ日曜日は1時間24分長かった。  
前回と比べると、平日は14分、土曜日は21分、日曜日は20分増加した。  
全国平均と比べると、平日は21分、土曜日は12分、日曜日は19分長かった。

表4-1 男女別、曜日別、休養等自由時間活動(平成28年、令和3年)全国、鳥取県

		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
鳥取県	週全体	4:10	4:25	0:15	4:13	4:36	0:23	4:06	4:14	0:08	0:22
	うち テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2:34	2:26	-0:08	2:38	2:34	-0:04	2:29	2:19	-0:10	0:15
	平日	3:52	4:06	0:14	3:53	4:13	0:20	3:52	3:59	0:07	0:14
	土曜日	4:34	4:55	0:21	4:41	5:17	0:36	4:27	4:34	0:07	0:43
	日曜日	5:10	5:30	0:20	5:25	5:50	0:25	4:57	5:10	0:13	0:40
全国	週全体	3:52	4:05	0:13	3:56	4:10	0:14	3:47	4:01	0:14	0:09
	うち テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	2:15	2:08	-0:07	2:19	2:11	-0:08	2:11	2:05	-0:06	0:06
	平日	3:35	3:45	0:10	3:34	3:45	0:11	3:36	3:46	0:10	-0:01
	土曜日	4:22	4:43	0:21	4:36	4:56	0:20	4:09	4:31	0:22	0:25
	日曜日	4:46	5:11	0:25	5:11	5:34	0:23	4:23	4:49	0:26	0:45

表4-2 男女別、年齢階級別休養等自由時間活動の時間-日曜日-(平成28年、令和3年)

		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
鳥取県	休養等自由時間活動	5:10	5:30	0:20	5:25	5:50	0:25	4:57	5:10	0:13	0:40
	テレビ・ラジオ・新聞・雑誌	3:11	2:55	-0:16	3:25	3:07	-0:18	2:59	2:43	-0:16	0:24
	休養・くつろぎ	1:59	2:35	0:36	2:00	2:43	0:43	1:58	2:27	0:29	0:16
全 国		4:46	5:11	0:25	5:11	5:34	0:23	4:23	4:49	0:26	0:45
鳥取県	10～14歳	5:29	4:46	-0:43	5:23	4:57	-0:26	5:35	4:35	-1:00	0:22
	15～19歳	3:52	5:04	1:12	3:03	4:19	1:16	4:45	5:53	1:08	-1:34
	20～24歳	3:43	3:54	0:11	3:14	3:51	0:37	4:15	3:57	-0:18	-0:06
	25～29歳	3:54	3:47	-0:07	4:08	4:03	-0:05	3:40	3:33	-0:07	0:30
	30～34歳	3:25	4:03	0:38	3:41	4:13	0:32	3:09	3:53	0:44	0:20
	35～39歳	4:08	4:09	0:01	4:28	5:12	0:44	3:46	3:03	-0:43	2:09
	40～44歳	4:41	3:47	-0:54	4:45	3:40	-1:05	4:39	3:54	-0:45	-0:14
	45～49歳	5:18	5:23	0:05	5:40	5:44	0:04	4:56	5:02	0:06	0:42
	50～54歳	5:06	5:25	0:19	5:45	6:12	0:27	4:28	4:39	0:11	1:33
	55～59歳	4:37	5:28	0:51	5:01	6:10	1:09	4:15	4:49	0:34	1:21
	60～64歳	5:49	5:38	-0:11	6:09	6:03	-0:06	5:29	5:14	-0:15	0:49
65～69歳	5:38	6:33	0:55	6:53	7:20	0:27	4:25	5:49	1:24	1:31	
70～74歳	5:36	6:48	1:12	6:22	7:53	1:31	4:55	5:50	0:55	2:03	
75歳以上	7:08	7:14	0:06	7:37	7:42	0:05	6:50	6:56	0:06	0:46	

(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26分長かった。  
 全国平均と比べると、すべての曜日で9分短かった。

- ・ 週全体の積極的自由時間活動の時間は1時間7分で、男性は1時間21分、女性は55分となっており、男性が女性より26分長かった。  
 前回と比べると、全体は1分、男性は3分、女性は2分増加した。  
 全国平均と比べると、全体は9分、男性は10分、女性は6分短かった。
- ・ 日曜日の積極的自由時間活動の時間は1時間40分で、男性は2時間11分、女性は1時間12分となっており、男性が59分長かった。このうち「趣味・娯楽」の時間は1時間4分で、男性は1時間25分、女性は45分となっており、男性が40分長かった。  
 年齢別にみると、最も長いのは15～19歳の3時間49分、最も短いのは45～49歳の42分で、3時間7分の差があった。  
 男女別にみると、すべての年齢階級で男性が長くなっており、最も男女差のあった20～24歳では3時間6分長かった。  
 男性で最も長いのは15～19歳の4時間56分、最も短いのは45～49歳の1時間1分であった。  
 女性で最も長いのは10～14歳の3時間18分、最も短いのは45～49歳の21分であった。  
 前回と比べると、男性で最も増加したのは20～24歳の41分、最も減少したのは15～19歳の1時間6分、女性で最も増加したのは25～29歳の48分、最も減少したのは45～49歳の37分であった。
- ・ 曜日別にみると、平日は55分、土曜日は1時間34分、日曜日は1時間40分となっており、平日に比べ日曜日は45分長かった。  
 前回と比べると、平日は同水準、土曜日は14分増加、日曜日は4分減少した。  
 全国平均と比べると、すべての曜日で9分短かった。

表4-3 男女別、曜日別積極的自由時間活動(平成28年、令和3年)全国、鳥取県

(単位:時間,分)

		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
鳥取県	週全体	1:06	1:07	0:01	1:18	1:21	0:03	0:53	0:55	0:02	0:26
	平日	0:55	0:55	0:00	1:01	1:04	0:03	0:50	0:49	-0:01	0:15
	土曜日	1:20	1:34	0:14	1:48	1:58	0:10	0:58	1:11	0:13	0:47
	日曜日	1:44	1:40	-0:04	2:15	2:11	-0:04	1:12	1:12	0:00	0:59
全国	週全体	1:18	1:16	-0:02	1:32	1:31	-0:01	1:03	1:01	-0:02	0:30
	平日	1:05	1:04	-0:01	1:14	1:16	0:02	0:55	0:53	-0:02	0:23
	土曜日	1:43	1:43	0:00	2:08	2:11	0:03	1:20	1:15	-0:05	0:56
	日曜日	1:55	1:49	-0:06	2:27	2:18	-0:09	1:26	1:19	-0:07	0:59

表4-4 男女別、年齢階級別積極的自由時間活動の時間-日曜日-(平成28年、令和3年)

(単位:時間,分)

		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
鳥取県	休養等自由時間活動	1:44	1:40	-0:04	2:15	2:11	-0:04	1:12	1:12	0:00	0:59
	学習・自己啓発・訓練(学業以外)	0:10	0:13	0:03	0:10	0:14	0:04	0:10	0:13	0:03	0:01
	趣味・娯楽	1:02	1:04	0:02	1:24	1:25	0:01	0:41	0:45	0:04	0:40
	スポーツ	0:19	0:16	-0:03	0:26	0:23	-0:03	0:11	0:09	-0:02	0:14
	ボランティア活動・社会参加活動	0:13	0:07	-0:06	0:15	0:09	-0:06	0:10	0:05	-0:05	0:04
全 国		1:55	1:49	-0:06	2:27	2:18	-0:09	1:26	1:19	-0:07	0:59
鳥取県	10～14歳	3:33	3:47	0:14	3:49	4:17	0:28	3:17	3:18	0:01	0:59
	15～19歳	4:11	3:49	-0:22	6:02	4:56	-1:06	2:13	2:36	0:23	2:20
	20～24歳	2:42	3:12	0:30	4:00	4:41	0:41	1:15	1:35	0:20	3:06
	25～29歳	2:13	2:54	0:41	2:45	3:21	0:36	1:39	2:27	0:48	0:54
	30～34歳	1:26	1:26	0:00	1:54	1:32	-0:22	0:58	1:19	0:21	0:13
	35～39歳	1:18	1:33	0:15	1:21	1:58	0:37	1:13	1:07	-0:06	0:51
	40～44歳	1:38	1:41	0:03	2:00	2:06	0:06	1:15	1:15	0:00	0:51
	45～49歳	1:22	0:42	-0:40	1:47	1:01	-0:46	0:58	0:21	-0:37	0:40
	50～54歳	1:36	1:15	-0:21	2:22	1:32	-0:50	0:50	0:58	0:08	0:34
	55～59歳	1:27	1:22	-0:05	1:43	2:04	0:21	1:10	0:42	-0:28	1:22
	60～64歳	1:17	1:12	-0:05	1:34	1:38	0:04	1:00	0:48	-0:12	0:50
	65～69歳	1:36	1:26	-0:10	2:11	1:41	-0:30	1:02	1:12	0:10	0:29
70～74歳	1:26	1:31	0:05	1:43	2:04	0:21	1:12	0:59	-0:13	1:05	
75歳以上	0:57	0:54	-0:03	1:08	1:06	-0:02	0:50	0:48	-0:02	0:18	

## 5 主な行動の平均時刻

「起床・就寝時刻」及び「朝食・夕食開始時刻」は、すべての曜日で全国平均より早かった。  
「出勤・帰宅時刻」は、土曜日の出勤時刻を除いて全国平均より早かった。

### (1) 起床・就寝時刻、朝食・夕食開始時刻

- 平均起床時刻を曜日別にみると、平日は6時29分、土曜日は7時3分、日曜日は7時16分となっており、平日に比べ土曜日は34分、日曜日は47分遅かった。  
全国平均と比べると、平日は9分、土曜日は4分、日曜日は4分早かった。  
男女別にみると、平日は27分、土曜日は18分、日曜日は36分女性が早かった。
- 平均就寝時刻を曜日別にみると、平日は22時51分、土曜日は22時56分、日曜日は22時38分となっており、平日に比べ土曜日は5分遅く、日曜日は13分早かった。  
全国平均と比べると、平日は13分、土曜日は8分、日曜日は18分早かった。  
男女別にみると、平日は17分、土曜日は10分女性が早く、日曜日は2分男性が早かった。
- 平均朝食開始時刻を曜日別にみると、平日は7時4分、土曜日は7時28分、日曜日は7時36分となっており、平日に比べ土曜日は24分、日曜日は32分遅かった。  
全国平均と比べると、平日は7分、土曜日は5分、日曜日は8分早かった。  
男女別にみると、平日は3分、土曜日は4分男性が早く、日曜日は6分女性が早かった。
- 平均夕食開始時刻を曜日別にみると、平日は18時53分、土曜日は18時37分、日曜日は18時31分となっており、平日に比べ土曜日は16分、日曜日は22分早かった。  
全国平均と比べると、平日は5分、土曜日は4分、日曜日は6分早かった。  
男女別にみると、平日は7分、土曜日は11分女性が早く、日曜日は4分男性が早かった。

表5-1 男女別、曜日別起床・就寝及び朝食・夕食開始の平均時刻(10歳以上)－(令和3年)

(単位:時間,分)

			起 床	就 寝	朝食開始	夕食開始
鳥 取 県	総数	平 日	6:29	22:51	7:04	18:53
		土曜日	7:03	22:56	7:28	18:37
		日曜日	7:16	22:38	7:36	18:31
	男	平 日	6:43	23:00	7:02	18:56
		土曜日	7:12	23:01	7:26	18:43
		日曜日	7:35	22:37	7:39	18:29
	女	平 日	6:16	22:43	7:05	18:49
		土曜日	6:54	22:51	7:30	18:32
		日曜日	6:59	22:39	7:33	18:33
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・帰宅時刻

- 15歳以上有業者の平均出勤時刻を曜日別にみると、平日は8時15分、土曜日は8時55分、日曜日は8時52分となっており、平日に比べ土曜日は40分、日曜日は37分遅かった。  
全国平均と比べると、平日は5分早く、土曜日は2分遅く、日曜日は40分早かった。  
男女別にみると、平日は17分、土曜日は51分、日曜日は49分男性が早かった。
- 15歳以上有業者の仕事からの平均帰宅時刻を曜日別にみると、平日は18時15分、土曜日は17時46分、日曜日は17時40分となっており、平日に比べ土曜日は29分、日曜日は35分早かった。  
全国平均と比べると、平日は19分、土曜日は15分、日曜日は45分早かった。  
男女別にみると、平日は1時間25分、土曜日は1時間7分女性が早く、日曜日は40分男性が早かった。

表5-2 男女別、曜日別平均出勤時刻及び仕事からの平均帰宅時刻  
有業者(15歳以上)全国、鳥取県－(令和3年)

(単位:時間,分)

		総数		男		女	
		出勤	帰宅	出勤	帰宅	出勤	帰宅
鳥 取 県	平 日	8:15	18:15	8:07	18:52	8:24	17:27
	土曜日	8:55	17:46	8:34	18:14	9:25	17:07
	日曜日	8:52	17:40	8:31	17:23	9:20	18:03
全 国	平 日	8:20	18:34	8:02	19:08	8:44	17:47
	土曜日	8:53	18:01	8:38	18:27	9:13	17:26
	日曜日	9:32	18:25	9:24	18:45	9:42	17:58

本書に関するお問い合わせ先

鳥取県令和新时代創造本部統計課人口統計担当

〒680-8570 鳥取市東町1丁目220

電話:0857-26-7567 / FAX:0857-23-5033

E-mail: [toukei@pref.tottori.lg.jp](mailto:toukei@pref.tottori.lg.jp)

URL <https://www.pref.tottori.lg.jp/9028.htm>