

第 17 表 都道府県別、

週全体  
男

総平均時間 (分)					
睡眠	身の回りの用事	食 事	通勤・通学	仕 事	学 業
全 国 465	全 国 71	全 国 98	全 国 43	全 国 281	全 国 44
1 青森県 488	1 島根県 82	1 埼玉県 103	1 神奈川県 60	1 福島県 302	1 福岡県 57
秋田県 488	2 秋田県 77	山梨県 103	2 千葉県 56	群馬県 302	2 佐賀県 52
3 島根県 482	高知県 77	3 秋田県 101	3 埼玉県 54	3 新潟県 296	沖縄県 52
4 山形県 481	4 岩手県 76	鹿児島県 101	4 東京都 53	4 福井県 294	4 広島県 50
5 高知県 479	5 群馬県 75	5 岩手県 100	5 奈良県 50	長野県 294	5 岐阜県 49
6 岩手県 478	山形県 75	群馬県 100	6 大阪府 45	6 石川県 293	山梨県 49
宮崎県 478	7 山形県 74	千葉県 100	7 愛知県 44	熊本県 293	宮崎県 49
8 鹿児島県 477	千葉県 74	東京都 100	兵庫県 44	8 神奈川県 292	8 岡山県 48
9 福井県 476	京都府 74	長野県 100	9 滋賀県 42	鳥取県 292	鹿児島県 48
10 北海道 475	10 茨城県 73	滋賀県 100	10 茨城県 41	10 愛知県 289	10 愛知県 47
福島県 475	栃木県 73	兵庫県 100	11 京都府 40	佐賀県 289	大阪府 47
新潟県 475	東京都 73	12 宮城県 99	福岡県 40	12 香川県 287	長崎県 47
徳島県 475	神奈川県 73	京都府 99	13 三重県 39	13 東京都 285	熊本県 47
佐賀県 475	静岡県 73	大阪府 99	14 宮城県 38	14 宮城県 284	14 茨城県 46
15 和歌山県 474	岡山県 73	奈良県 99	15 栃木県 37	福岡県 284	群馬県 46
愛媛県 474	徳島県 73	徳島県 99	岡山県 37	16 北海道 283	千葉県 46
17 富山県 473	鹿児島県 73	17 栃木県 98	広島県 37	栃木県 283	京都府 46
鳥取県 473	18 新潟県 72	和歌山県 98	18 群馬県 36	埼玉県 283	香川県 46
大分県 473	長野県 72	島根県 98	岐阜県 36	富山県 283	愛媛県 46
20 長野県 471	三重県 72	岡山県 98	静岡県 36	山梨県 283	大分県 46
熊本県 471	鳥取県 72	宮崎県 98	21 福島県 35	21 岩手県 281	21 埼玉県 45
22 宮城県 470	香川県 72	22 山形県 97	富山県 35	兵庫県 281	石川県 45
石川県 470	愛媛県 72	福島県 97	沖縄県 35	岡山県 281	滋賀県 45
山梨県 470	宮崎県 72	茨城県 97	24 新潟県 34	24 滋賀県 280	24 奈良県 44
25 岐阜県 469	25 宮城県 71	神奈川県 97	長崎県 34	沖縄県 280	25 東京都 43
沖縄県 469	埼玉県 71	新潟県 97	26 石川県 33	26 岐阜県 279	富山県 43
27 栃木県 468	福井県 71	広島県 97	山梨県 33	三重県 279	27 山形県 42
三重県 468	沖縄県 71	山口県 97	山口県 33	28 茨城県 278	栃木県 42
滋賀県 468	29 北海道 70	熊本県 97	香川県 33	千葉県 278	福井県 42
広島県 468	滋賀県 70	30 青森県 96	熊本県 33	30 大分県 277	30 兵庫県 41
山口県 468	大阪府 70	富山県 96	31 長野県 32	31 山形県 276	31 宮城県 40
香川県 468	兵庫県 70	福井県 96	和歌山県 32	静岡県 276	福島県 40
33 群馬県 467	奈良県 70	静岡県 96	徳島県 32	33 和歌山県 275	神奈川県 40
福岡県 467	広島県 70	高知県 96	高知県 32	長崎県 275	徳島県 40
長崎県 467	佐賀県 70	沖縄県 96	35 北海道 31	35 徳島県 274	35 山梨県 39
36 京都府 466	大分県 70	36 石川県 95	福井県 31	36 愛媛県 273	長野県 39
岡山県 466	37 富山県 69	37 岐阜県 94	鳥取県 31	37 青森県 272	静岡県 39
38 茨城県 464	愛知県 69	愛知県 94	愛媛県 31	38 鹿児島県 270	三重県 39
静岡県 464	和歌山県 69	三重県 94	39 岩手県 30	39 奈良県 268	和歌山県 39
40 大阪府 463	熊本県 69	鳥取県 94	山形県 30	40 広島県 266	鳥取県 39
41 奈良県 462	41 青森県 68	愛媛県 94	佐賀県 30	41 島根県 265	41 岩手県 38
42 愛知県 460	長崎県 68	福岡県 94	42 島根県 29	42 高知県 263	島根県 38
兵庫県 460	43 福島県 67	長崎県 94	43 大分県 29	43 秋田県 261	43 青森県 37
44 東京都 457	44 山梨県 66	44 香川県 93	44 宮崎県 28	44 大阪府 260	高知県 37
神奈川県 457	福岡県 66	佐賀県 93	鹿児島県 28	45 京都府 259	45 北海道 36
46 埼玉県 455	46 岐阜県 64	46 大分県 92	46 青森県 27	46 山口県 256	新潟県 36
47 千葉県 454	47 石川県 63	47 北海道 91	秋田県 27	47 宮崎県 252	47 秋田県 35

行動の種類別総平均時間（週全体、男性）

総平均時間（分）					
家事	介護・看護	育児	買い物	移動 (通勤・通学を除く)	テレビ・ラジオ・ 新聞・雑誌
全 国 19	全 国 2	全 国 6	全 国 17	全 国 28	全 国 139
1 宮崎県 27	1 宮城県 4	1 沖縄県 10	1 広島県 21	1 宮城県 33	1 山口県 165
2 岩手県 24	2 奈良県 4	2 東京都 9	2 千葉県 19	2 栃木県 33	2 北海道 162
3 山梨県 23	3 徳島県 4	3 埼玉県 7	3 愛知県 19	3 神奈川県 32	3 宮崎県 160
長野県 23	4 山梨県 3	山口県 7	4 奈良県 19	4 埼玉県 31	4 鳥取県 158
広島県 23	5 岐阜県 3	5 宮城県 6	5 宮城県 18	5 三重県 31	5 高知県 157
徳島県 23	6 大阪府 3	山形県 6	6 栃木県 18	6 東京都 30	6 青森県 156
7 山形県 22	7 兵庫県 3	栃形県 6	7 神奈川県 18	7 京都府 30	7 長崎県 156
新潟県 22	8 和歌山県 3	群馬県 6	8 兵庫県 18	8 岩手県 29	8 沖縄県 154
福井県 22	9 島根県 3	石川県 6	9 岩手県 17	9 千葉県 29	9 大分県 153
大分県 22	10 高知県 3	静岡県 6	福島県 17	10 石川県 29	10 広島県 151
11 群馬県 21	11 長崎県 3	滋賀県 6	茨城県 17	11 岐阜県 29	11 香川県 151
京都府 21	12 北海道 2	京都府 6	埼玉県 17	12 愛知県 29	12 秋田県 150
島根県 21	13 青森県 2	大阪府 6	東京都 17	13 静岡県 28	13 大阪府 150
14 福島県 20	14 岩手県 2	兵庫県 6	富山県 17	14 大阪府 28	14 和歌山県 150
埼玉県 20	15 山形県 2	奈良県 6	滋賀県 17	15 兵庫県 28	15 徳島県 150
千葉県 20	16 茨城県 2	徳島県 6	京都府 17	16 奈良県 28	16 熊本県 150
富山県 20	17 栃木県 2	17 岩手県 5	大阪府 17	17 高知県 28	17 佐賀県 149
岡山県 20	18 埼玉県 2	秋田県 5	島根県 17	18 鹿児島県 28	18 岐阜県 148
山口県 20	19 千葉県 2	千葉県 5	岡山県 17	19 茨城県 27	19 福岡県 148
高知県 20	20 東京都 2	神奈川県 5	山口県 17	20 富山県 27	20 山形県 147
21 北海道 19	21 富山県 2	新潟県 5	21 宮崎県 17	21 長野県 27	21 茨城県 147
青森県 19	22 石川県 2	富山県 5	22 北海道 16	22 滋賀県 27	22 三重県 147
宮城県 19	23 福井県 2	長野県 5	23 青森県 16	23 岡山県 27	23 静岡県 145
茨城県 19	24 長野県 2	愛知県 5	24 山形県 16	24 山形県 26	24 愛媛県 144
岐阜県 19	25 静岡県 2	三重県 5	25 新潟県 16	25 広島県 26	25 新潟県 143
兵庫県 19	26 愛知県 2	和歌山県 5	26 石川県 16	26 徳島県 26	26 福島県 142
鹿児島県 19	27 三重県 2	鳥取県 5	27 山梨県 16	27 宮崎県 26	27 鹿児島県 142
28 秋田県 18	28 滋賀県 2	広島県 5	28 岐阜県 16	28 福島県 25	28 埼玉県 139
東京都 18	29 京都府 2	香川県 5	29 静岡県 16	29 福井県 25	29 富山県 139
神奈川県 18	30 鳥取県 2	高知県 5	30 三重県 16	30 山梨県 25	30 兵庫県 139
石川県 18	31 山口県 2	長崎県 5	31 和歌山県 16	31 島根県 25	31 島根県 139
愛知県 18	32 香川県 2	熊本県 5	32 徳島県 16	32 熊本県 25	32 山梨県 138
三重県 18	33 愛媛県 2	鹿児島県 5	33 愛媛県 16	33 大分県 25	33 京都府 138
滋賀県 18	34 福岡県 2	34 北海道 4	34 大分県 16	34 秋田県 24	34 群馬県 136
奈良県 18	35 佐賀県 2	青森県 4	35 秋田県 15	35 群馬県 24	35 長野県 136
鳥取県 18	36 熊本県 2	茨城県 4	36 群馬県 15	36 鳥取県 24	36 奈良県 136
香川県 18	37 大分県 2	福井県 4	37 長野県 15	37 香川県 24	37 栃木県 135
38 栃木県 17	38 秋田県 1	山梨県 4	38 香川県 15	38 沖縄県 24	38 石川県 135
大阪府 17	39 福島県 1	岐阜県 4	39 福島県 15	39 北海道 23	39 愛知県 134
和歌山県 17	40 群馬県 1	島根県 4	40 佐賀県 15	40 青森県 23	40 岩手県 133
愛媛県 17	41 神奈川県 1	岡山県 4	41 長崎県 15	41 新潟県 23	41 宮城県 132
沖縄県 17	42 新潟県 1	福岡県 4	42 熊本県 15	42 山口県 23	42 千葉県 132
43 静岡県 16	43 岡山県 1	佐賀県 4	43 鹿児島県 15	43 愛媛県 23	43 岡山県 131
福岡県 16	44 広島県 1	大分県 4	44 福井県 14	44 福岡県 23	44 福井県 127
佐賀県 16	45 宮崎県 1	宮崎県 4	45 鳥取県 14	45 長崎県 23	45 滋賀県 126
長崎県 16	46 鹿児島県 1	46 福島県 3	46 沖縄県 14	46 佐賀県 22	46 神奈川県 125
47 熊本県 15	47 沖縄県 1	47 愛媛県 3	47 高知県 13	47 和歌山県 21	47 東京都 119

第 17 表 都道府県別、

総平均時間 (分)					
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
全 国 97	全 国 13	全 国 57	全 国 18	全 国 4	全 国 15
1 鹿児島県 115	1 大阪府 18	1 京都府 65	1 富山県 23	1 静岡県 9	1 京都府 21
2 島根県 111	2 東京都 16	2 東京都 64	京都府 23	香川県 9	2 東京都 19
3 秋田県 110	神奈川県 16	愛媛県 64	3 栃木県 22	3 京都府 7	3 山梨県 18
長崎県 110	静岡県 16	4 千葉県 62	沖縄県 22	4 富山県 6	大分県 18
5 福島県 107	5 奈良県 15	石川県 62	5 滋賀県 21	石川県 6	沖縄県 18
6 北海道 105	6 滋賀県 14	静岡県 62	熊本県 21	福井県 6	6 山形県 17
青森県 105	京都府 14	愛知県 62	7 茨城県 20	滋賀県 6	神奈川県 17
和歌山県 105	8 埼玉県 13	8 青森県 61	石川県 20	岡山県 6	大阪府 17
岡山県 105	千葉県 13	栃木県 61	三重県 20	愛媛県 6	9 富山県 16
10 岩手県 104	石川県 13	10 北海道 60	兵庫県 20	長崎県 6	岐阜県 16
山口県 104	兵庫県 13	宮城県 60	香川県 20	大分県 6	愛知県 16
徳島県 104	岡山県 13	12 神奈川県 58	福岡県 20	福岡県 20	和歌山県 16
愛媛県 104	広島県 13	三重県 58	佐賀県 20	12 岩手県 5	愛媛県 16
宮崎県 104	宮崎県 13	大阪府 58	14 群馬県 19	長野県 5	宮崎県 16
15 滋賀県 103	15 福井県 12	山口県 58	埼玉県 19	岐阜県 5	15 宮城県 15
16 福井県 102	愛知県 12	高知県 58	千葉県 19	兵庫県 5	茨城県 15
高知県 102	三重県 12	17 山梨県 57	福井県 19	島根県 5	千葉県 15
18 岐阜県 101	和歌山県 12	滋賀県 57	山梨県 19	広島県 5	石川県 15
三重県 101	福岡県 12	19 秋田県 56	長野県 19	福岡県 5	福井県 15
佐賀県 101	20 北海道 11	新潟県 56	岐阜県 19	鹿児島県 5	静岡県 15
21 山形県 100	岩手県 11	和歌山県 56	山口県 19	21 青森県 4	兵庫県 15
富山県 100	群馬県 11	22 富山県 55	愛媛県 19	福島県 4	奈良県 15
石川県 100	富山県 11	奈良県 55	大分県 19	栃木県 4	高根県 15
山梨県 100	長野県 11	25 岩手県 54	24 宮城県 18	群馬県 4	高崎県 15
静岡県 100	岐阜県 11	茨城県 54	秋田県 18	千葉県 4	長崎県 15
兵庫県 100	山口県 11	埼玉県 54	東京都 18	東京都 4	鹿児島県 15
大分県 100	高知県 11	埼玉県 54	愛知県 18	山梨県 4	27 北海道 14
28 新潟県 99	熊本県 11	福井県 54	大阪府 18	愛知県 4	秋田県 14
奈良県 99	沖縄県 11	兵庫県 54	奈良県 18	三重県 4	福島県 14
30 茨城県 98	30 宮城県 10	岡山県 54	島根県 18	大阪府 4	新潟県 14
愛知県 98	茨城県 10	長崎県 54	広島県 18	和歌山県 4	長野県 14
広島県 98	山梨県 10	32 岐阜県 53	長崎県 18	山口県 4	鳥取県 14
33 長野県 97	島根県 10	宮崎県 53	33 山形県 17	徳島県 4	岡山県 14
香川県 97	香川県 10	34 徳島県 52	神奈川県 17	高知県 4	徳島県 14
熊本県 97	佐賀県 10	35 山形県 51	静岡県 17	熊本県 4	福岡県 14
36 栃木県 96	36 秋田県 9	広島県 51	徳島県 17	宮崎県 4	佐賀県 14
沖縄県 96	徳島県 9	福岡県 51	宮崎県 17	37 北海道 3	37 青森県 13
38 宮城県 95	愛媛県 9	38 長野県 50	鹿児島県 17	宮城県 3	栃木県 13
鳥取県 95	大分県 9	鳥取県 50	39 北海道 16	秋田県 3	三重県 13
40 東京都 94	鹿児島県 9	香川県 50	和歌山県 16	山形県 3	滋賀県 13
京都府 94	41 福島県 8	大分県 50	岡山県 16	茨城県 3	山口県 13
福岡県 94	栃木県 8	42 福島県 48	高知県 16	埼玉県 3	香川県 13
43 大阪府 93	鳥取県 8	群馬県 48	43 鳥取県 15	神奈川県 3	熊本県 13
44 千葉県 92	長崎県 8	44 佐賀県 47	44 青森県 14	新潟県 3	45 埼玉県 12
神奈川県 92	45 新潟県 7	45 熊本県 46	岩手県 14	奈良県 3	広島県 12
46 群馬県 91	46 青森県 6	46 鹿児島県 44	福島県 14	佐賀県 3	47 岩手県 10
47 埼玉県 89	山形県 6	47 沖縄県 42	47 新潟県 13	沖縄県 3	

行動の種類別総平均時間（週全体、男性）（続き）

総平均時間（分）				
受診・療養	その他	1次活動	2次活動	3次活動
全 国 7	全 国 17	全 国 634	全 国 410	全 国 396
1 青森県 10	1 鳥取県 24	1 秋田県 666	1 神奈川県 434	1 山口県 418
福岡県 10	岡山県 24	2 島根県 662	2 群馬県 427	2 静岡県 416
佐賀県 10	3 岩手県 23	3 岩手県 654	埼玉県 427	3 高知県 415
鹿児島県 10	和歌山県 23	4 高知県 653	4 千葉県 426	長崎県 415
5 福井県 9	5 山梨県 22	5 青森県 652	5 東京都 425	5 北海道 414
岐阜県 9	愛媛県 22	山形県 652	6 愛知県 423	大阪府 414
和歌山県 9	7 新潟県 21	7 鹿児島県 650	7 福島県 418	宮崎県 414
8 宮城県 8	奈良県 21	8 徳島県 648	福岡県 418	8 愛媛県 413
群馬県 8	広島県 21	宮崎県 648	9 石川県 413	9 秋田県 412
埼玉県 8	香川県 21	10 新潟県 644	10 兵庫県 412	和歌山県 412
山梨県 8	11 青森県 20	長野県 644	11 長野県 411	11 青森県 411
滋賀県 8	秋田県 20	12 福井県 643	滋賀県 411	京都府 411
大阪府 8	山形県 20	13 群馬県 642	13 新潟県 410	13 三重県 410
徳島県 8	長野県 20	14 和歌山県 641	熊本県 410	14 岐阜県 408
熊本県 8	大阪府 20	15 宮城県 640	15 宮城県 409	15 大分県 407
大分県 8	沖縄県 20	栃木県 640	福井県 409	16 鹿児島県 403
17 北海道 7	17 福井県 19	京都府 640	奈良県 409	17 山梨県 401
神奈川県 7	静岡県 19	山口県 640	沖縄県 409	島根県 401
奈良県 7	大分県 19	19 福島県 639	19 岡山県 408	広島県 401
長崎県 7	20 福島県 18	山梨県 639	香川県 408	20 香川県 400
21 岩手県 6	富山県 18	鳥取県 639	佐賀県 408	21 石川県 399
秋田県 6	岐阜県 18	愛媛県 639	22 茨城県 407	鳥取県 399
山形県 6	滋賀県 18	佐賀県 639	23 富山県 406	23 茨城県 398
茨城県 6	島根県 18	24 富山県 638	24 岐阜県 405	奈良県 398
栃木県 6	高知県 18	25 滋賀県 637	25 栃木県 404	徳島県 398
新潟県 6	佐賀県 18	熊本県 637	広島県 404	26 富山県 397
石川県 6	長崎県 18	27 岡山県 636	27 鳥取県 402	兵庫県 397
長野県 6	熊本県 18	28 北海道 635	28 山梨県 400	28 栃木県 396
静岡県 6	鹿児島県 18	広島県 635	29 大分県 398	沖縄県 396
兵庫県 6	30 宮城県 17	大分県 635	30 岩手県 397	30 山形県 395
鳥取県 6	茨城県 17	沖縄県 635	三重県 397	岡山県 395
岡山県 6	栃木県 17	32 茨城県 634	32 長崎県 396	福岡県 395
山口県 6	群馬県 17	33 静岡県 633	33 山形県 394	33 愛知県 394
香川県 6	埼玉県 17	三重県 633	大阪府 394	佐賀県 394
高知県 6	東京都 17	35 大阪府 632	徳島県 394	35 熊本県 393
宮崎県 6	三重県 17	奈良県 632	36 北海道 391	36 滋賀県 392
沖縄県 6	兵庫県 17	香川県 632	静岡県 391	37 宮城県 391
38 福島県 5	福岡県 17	38 兵庫県 631	38 京都府 389	38 岩手県 389
千葉県 5	39 愛知県 16	39 東京都 630	39 愛媛県 388	39 福井県 388
東京都 5	京都府 16	40 埼玉県 629	40 和歌山県 387	40 千葉県 386
愛知県 5	41 千葉県 15	長崎県 629	鹿児島県 387	長野県 386
三重県 5	石川県 15	42 千葉県 628	42 山口県 383	42 埼玉県 385
島根県 5	徳島県 15	石川県 628	43 宮崎県 378	東京都 385
広島県 5	宮崎県 15	44 神奈川県 627	44 青森県 377	新潟県 385
愛媛県 5	45 北海道 14	岐阜県 627	島根県 377	45 福島県 383
46 富山県 4	山口県 14	福岡県 627	46 高知県 372	46 神奈川県 379
京都府 4	47 神奈川県 13	47 愛知県 623	47 秋田県 363	47 群馬県 371