

ランキングで見る神奈川県民の生活時間

◆睡眠時間

【全国】7時間54分 ※長い順

順位	都道府県	時間
1	青森県	8時間08分
2	秋田県	8時間06分
3	鹿児島県	8時間05分
4	宮城県・高知県	8時間04分
43	兵庫県・岡山県	7時間50分
45	静岡県	7時間49分
46	東京都・神奈川県	7時間48分

※10歳以上・週全体平均

◆通勤・通学時間

【全国】1時間19分 ※長い順

順位	都道府県	時間
1	神奈川県	1時間40分
2	千葉県・東京都	1時間35分
4	埼玉県	1時間34分
5	奈良県	1時間28分
41	秋田県・新潟県・石川県	1時間00分
44	鳥取県	59分
45	愛媛県	57分
46	山形県・宮崎県	56分

※10歳以上の「通勤・通学」をしている人・平日平均

◆就寝時刻

【全国】23:04 ※遅い順

順位	都道府県	時刻
1	東京都	23:39
2	大阪府	23:17
3	神奈川県	23:14
4	京都府	23:11
5	福岡県	23:09
43	山形県・宮崎県	22:41
45	岩手県	22:35
46	秋田県	22:31
47	青森県	22:29

※10歳以上・平日平均

◆仕事からの帰宅時刻

【全国】18:34 ※早い順

順位	都道府県	時刻
1	愛媛県	17:54
2	高知県・鹿児島県	17:56
4	香川県・宮崎県	17:57
42	埼玉県・大阪府	18:41
44	愛知県	18:42
45	千葉県	18:55
46	神奈川県	19:00
47	東京都	19:15

※有業者・平日平均

◆家事関連時間

【全国】2時間10分 ※長い順

順位	都道府県	時間
1	奈良県	2時間26分
2	京都府	2時間19分
3	滋賀県	2時間18分
4	埼玉県・三重県・和歌山県	2時間17分
14	神奈川県・兵庫県・沖縄県	2時間12分
43	富山県・鳥取県	2時間00分
45	福島県・島根県	1時間59分
47	石川県	1時間57分

※家事、介護・看護、育児及び買い物の計

※10歳以上・週全体平均

◆積極的自由活動時間

【全国】1時間16分 ※長い順

順位	都道府県	時間
1	東京都	1時間28分
2	大阪府	1時間23分
3	神奈川県	1時間22分
4	埼玉県	1時間20分
5	奈良県	1時間19分
41	秋田県・福井県・山梨県	1時間05分
44	島根県	1時間03分
45	岩手県・山形県	1時間01分
47	青森県	58分

※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・社会参加活動の計

※10歳以上・週全体平均