

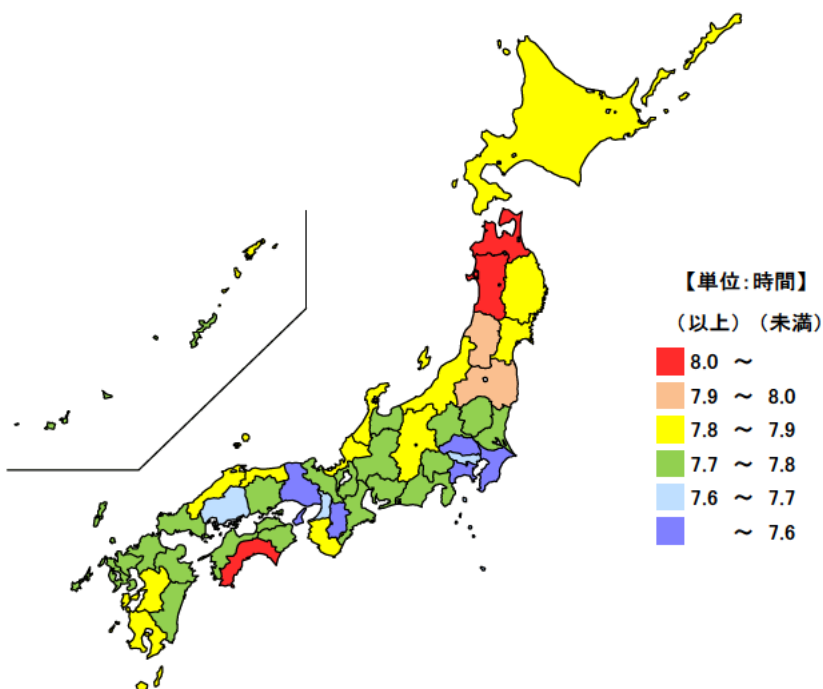
# 120 睡眠及び食事の平均時間

## ● 睡眠の平均時間

平成23年

単位：時間

都道府県	値	順位
全 国	7.70	
秋 田 県	8.03	1
青 森 県	8.02	2
高 知 県	8.00	3
山 形 県	7.95	4
福 島 県	7.92	5
三 重 県	7.73	30
埼 玉 県	7.58	43
千 葉 県	7.57	44
兵 庫 県	7.57	44
奈 良 県	7.55	46
神 奈 川 県	7.52	47

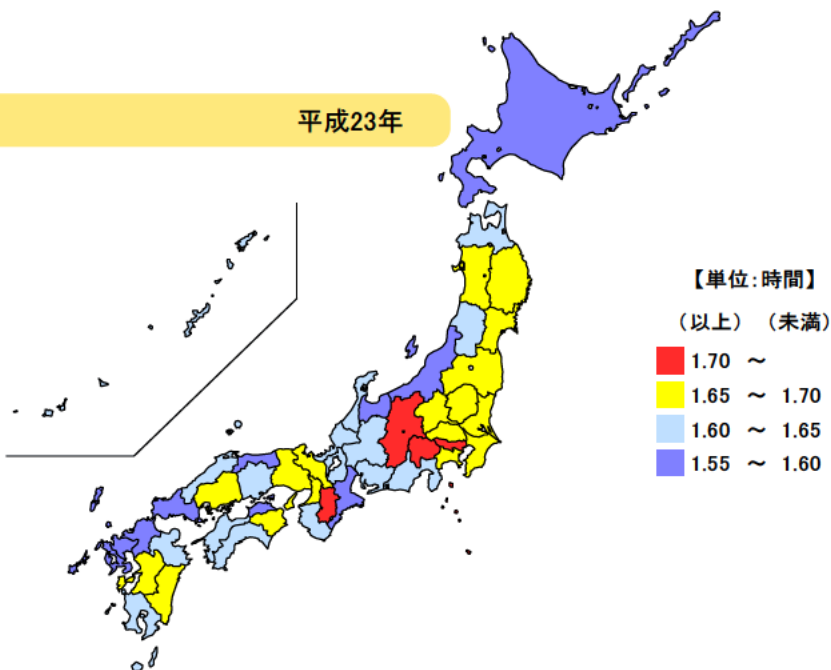


## ● 食事の平均時間

平成23年

単位：時間

都道府県	値	順位
全 国	1.65	
山 梨 県	1.77	1
東 京 都	1.72	2
長 野 県	1.72	2
奈 良 県	1.70	4
秋田県他2	1.68	5
三 重 県	1.58	38
富 山 県	1.57	44
北 海 道	1.55	45
鳥 取 県	1.55	45
佐 賀 県	1.55	45



平成23年の三重県の週全体の1日平均睡眠時間は7.73時間（7時間44分）で、全国順位は30位、食事時間は1.58時間（1時間35分）で、全国順位は38位となっています。

### 【資料出所】

総務省「社会生活基本調査」

### 【備考】

平均時間は、我が国に住んでいる10歳以上の人について、該当する種類の行動の1日の行動時間（週全体平均）をみたもの。