

ポカリスエット イオンウォーター「大人調査」結果発表**「大人になった」実感の平均は約 30 歳！**

**「おとなは甘くない」とリアルな声 7 割超の一方、
「長い」「楽しみ」の声も 6 割弱！**



ポカリスエット イオンウォーター PR 事務局は、2018 年 9 月 29 日（土）から、6 月の公開以降、好評をいただいていたイオンウォーターの TVCM「おとなは、ながい。～野球～」篇を再放映することになみ、全国の 20 歳～69 歳の男女 1,000 人を対象に、「大人」についての価値観や気持ち、実態についての調査を実施いたしました。

本 CM は「おとなは、ながい。」と題し、安藤サクラさんを主演に、「甘くない。引きずらない。もう、青くない。」という、製品特性と人生を掛け合わせたキャッチコピーのもと、ポジティブな姿を描くことで「おとな」という長い時間を生きるすべての人を応援するものです。

今回の調査を通して、日本人が大人になったと意識する平均年齢や、大人の世界についての印象、大人になってからの意識変化などを明らかにしました。主な調査結果は以下の通りです。

● SUMMARY ●**● 「大人になった」と実感した年齢の平均は「約 30 歳」**

「大人になった」と実感した年齢は、平均「29.49 歳」で、約 30 歳となり、現在の「20 歳成人」から約 10 年、民法改正により 2022 年より施行される「18 歳成人」からは約 12 年のギャップがあることが明らかになりました。

● 「大人になってからのポジティブな変化」1 位は「考えの視野が広がった」

大人になってから変化した意識について、「考えの視野が広がり」（79.3%）、それが自身に「良い影響を及ぼしている」との回答が 88.5%、また、「やりたいことができる幅が広がり」（68.9%）それが「良い影響」（84.6%）であると分かりました。

● 大人になって「辛いことが増えた」人が「7 割」以上

大人になってから（「大人になった」と実感したとき以降）それ以前と比べて「辛いことが増えた」と感じている人は 74.1%と、7 割を超す結果となりました。また、「大人になってから辛いことが増えた」と感じている人の方が、「時間がたつのが早くなった」、「素直な気持ちを言いづらくなった」と回答。大人になることで変化した意識のうち、「ネガティブな影響」に分類されるこれら 2 つの意識をより感じやすいことが分かりました。

● 大人の世界は「長い」・「楽しみ」・「期待できる」！

大人の世界のイメージは、「長い」（61.8%）、「期待できる」（57.3%）、「楽しみ」（62.0%）と、ポジティブに捉えている人が多いことが明らかになりました。

● どの世代の大人も、さまざまな「夢・目標がある」が、7 割が「時間が足りない」

今後の人生でやりたいことについては、遊びや余暇に関するもの、自身の成長や変化など、さまざまな夢や目標が寄せられた一方、67.7%が「やりたいことを全て叶えるための時間が足りない」と回答しました。

1. 大人」についての価値観の変化

成人と定義された年齢よりも、「大人になった」と実感した年齢は高く、**30 歳前後**。

20 代は「社会人になったタイミング」を大人と思い、30 代以上は「30 歳前後」が大人と認識。

■ 大人と実感するのは「30 歳頃」

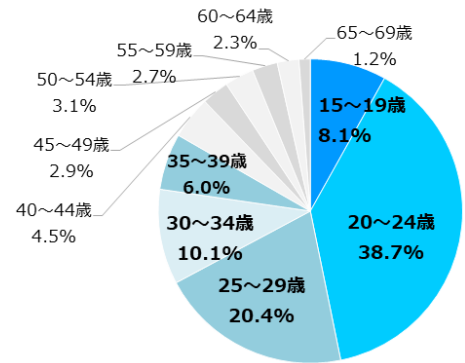
「大人になった」と実感した年齢については、「20～24 歳」（38.7%）、「25～29 歳」（20.4%）で、20 代との回答が合計 59.1%となり、過半数を超えました。【図 1】

また、全体の平均では「29.49 歳」で、多くの人には「30 歳頃」に大人になったと実感していることが分かりました。【図 2】

一方、年代ごとに見てみると、20 代が「23.7 歳」、30 代は「28.5 歳」、40 代は「32.1 歳」、50 代は「32.6 歳」、60 代は「30.5 歳」となりました。20 代は 4 年制大学卒の人の多くが社会に出て 1 年程度たつ頃を回答し、30 代以降はどの年代も「30 歳前後」と回答しています。現在の日本の「20 歳成人」より約 10 年、2022 年より施行される「18 歳成人」より約 12 年のギャップがあり、法的に成人してしばらくたってから「大人になった」と実感する人が多いことが分かりました。

◎【図 1】あなたが「大人になった」と

実感した時の年齢は？（N=1,000）

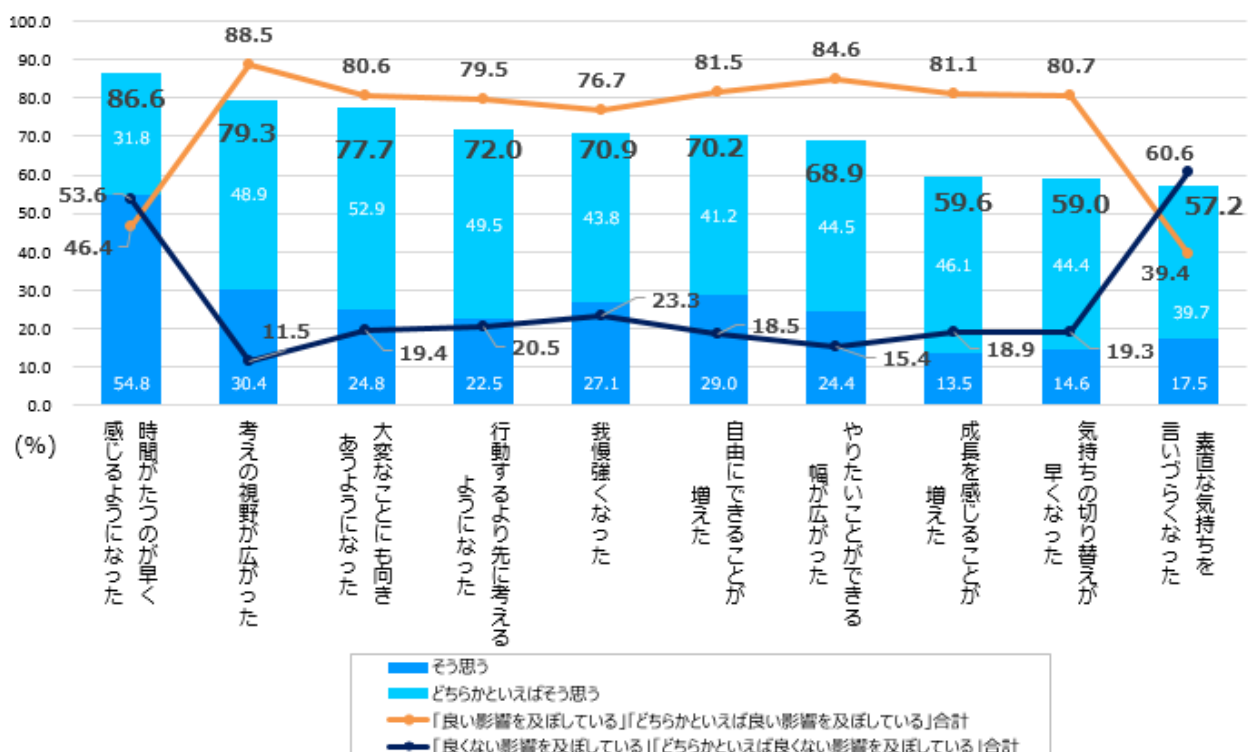


◎【図 2】年代ごとの「大人になったと実感した時の年齢」平均値（N=1,000）

20-29才	30-39才	40-49才	50-59才	60-69才	全体平均
23.72歳	28.50歳	32.08歳	32.63歳	30.50歳	29.49歳

「大人になってから変化した意識」は、おおむね良い影響で、「**大人であること**」をポジティブ評価。一方、「時間の感じ方」と「素直な気持ちを言いづらい」ことは、良くない影響と認識。

◎【図 3】「大人になってから変化した意識」トップ 10 と、「それぞれが自身にどのような影響を及ぼしているか」（N=1,000）



■大人になってから変化した意識 TOP3 は「時間の感じ方」「視野の広さ」「大変なこととの向き合い方」

大人になってから変化した意識は、「時間がたつのが早く感じるようになった」（86.6%）、「考えの視野が広がった」（79.3%）、「大変なことにも向きあうようになった」（77.7%）となりました。【図3】

また、その変化した影響が、自身にどのような影響を及ぼしているかを聞くと、「考えの視野が広がった」（88.5%）、「やりたいことができる幅が広がった」（84.6%）、「自由にできることが増えた」（81.5%）と、大人になってからの意識変化は、おおむねポジティブに捉えられています。

■「時間の感じ方」「素直な気持ちを言いつらい」は、あまり良くない影響・・・

大人になってから変化した意識はおおむねポジティブに捉えられていましたが、「時間がたつのが早く感じるようになった」（良い影響 46.4%、良くない影響 53.6%）と「素直な気持ちを言いつらくなった」（良い影響 39.4%、良くない影響 60.6%）においては、ネガティブな影響と捉えられています。

自由なことが増えることは自身にとって「良い影響」である一方、制限しなければならないことが大人の世界の辛さなのかもしれません。

2. みんな共感？！大人あるある…「大人とは何か？」その実態が浮かび上がる

どのような時に「大人になった」と実感するのか、また、「大人ならではのエピソード」から、厳しさやそれに対応する方法、大人ならではの責任や楽しみ方が明らかに。

■「大人を実感」エピソードは「親離れ」が1位！ 責任が増す厳しさと、自由・余裕を得るのが「大人」

「大人になった」と実感した体験エピソードを自由回答で集めたところ右記ランキングのカテゴリーに分類することができました。
【図4】

最も多く挙げられたカテゴリーは「親離れ」で、具体的には「就職して両親を食事に招待したとき」（20代女性）、「自分の仕事によって生活できるようになったこと」（40代男性）など、親の手を離れ、一人立ちした様子が語られました。

2位の「ステータスチェンジ」は、「結婚・出産を経験して親に感謝の気持ちが持てるようになった」（30代女性）、「結婚して3人の子どもに恵まれ、そして孫が生まれてやっと大人になったような感じ」（60代男性）など、子から親へ、そして祖父母へと変化する中での実感が多く見られました。

3位「心の大人化」は、「相手の立場に立って物事を考えることができるようになった」（30代女性）、「何事にも我慢できること」（40代男性）など、人間関係に関する声が多く挙がりました。

4位「年齢制限からの解放」は、「選挙に行ったこと」（30代男性）、「成人式の後にお酒を飲んだとき」（20代女性）と、成人して得る権利によるものです。

5位「責任」は、「第一子を出産し、その責任の重さを実感したとき」（40代女性）、「仕事でのミスが自身に全て降りかかり責任を取らされる」（50代男性）など、家庭や仕事で増す責任についての声が多く挙がりました。

その他、ランキングに入らなかったカテゴリーには「3ゆう」（＝自由・余裕・回遊のこと）があり、「お給料で好きなことが自由にできるようになった」（40代女性）、「様々な場所（国内・海外問わず）や様々な口けーションに自分から行けるようになったことで、会話をすることや食事の楽しみが増えた。」（30代男性）など、金銭的にも気持ちにも余裕ができて、自由に楽しむ大人の姿が分かりました。

また、「小学生ぐらいの子に『おばさん』と呼ばれた」（40代女性）、「遊び以外の興味関心が増えた。政治経済その他のニュースなどの報道に考えるようになった」（20代男性）といったエピソードも寄せられました。

◎【図4】あなたが「大人になった」と実感したエピソード（カテゴリー別）（N=1,000）

「大人になったと実感したエピソード」 カテゴリー TOP5		
1	親離れ	23.5%
2	ステータスチェンジ	16.0%
3	心の大人化	14.9%
4位	年齢制限からの解放	8.8%
5位	責任	7.2%

■ 日常で「私って大人」だと思う瞬間とは？「冷静さ」「判断力」「人との関わり方」が鍵

自分自身を「大人だな」と感じる瞬間についての自由回答は、右記ランキングのカテゴリーに分類しました。【図 5】

一番多く挙げられたのは「冷静でいられる、怒らない、我慢、感情を表に出さない」でした。具体的には「理不尽なことを素直に受け入れられるようになった」（20 代男性）、「無理な言い争いをしなくなった」（50 代男性）など、感情的にならず、物事に理論的に対処することで大人を実感するようです。

2 位は「物事を自分で判断するようになった、責任を持つようになった」で、「自分で考えて動けと言われた」（20 代女性）、「手続きなどの判断を自分でしなくてははいけない」（30 代男性）など、自己責任で動く必要が出て感じるようです。

3 位「人の意見を聞ける・人のことを考えられる」では、「自己主張せず、臨機応変に他人と意見を合わせられるようになった」（30 代女性）、「自分より人のことが気になり世話をする時」（50 代男性）など、相手を尊重し、気遣うことが「大人」を実感させることが明らかになりました。

4 位は「お酒を飲んだ」で、「上司とお酒を交わして深い話をしている時」（20 代女性）、「辛いことをお酒で紛らわしている時」（40 代男性）など、大人を実感するさまざまな瞬間にお酒がある様子が分かりました。

5 位「子どもと過ごしている時」では、「子どもの喜んだ顔が一番うれしいと思うようになった」（30 代女性）、「子どもに注意する時、注意される側ではなく、する側になったんだと思う」（30 代女性）と、子育て世代の実感のこもった声が寄せられました。

■ 「大人ならではのエピソード」から垣間見える「大人の世界の厳しさ」と「対応力」

大人になってから日頃経験している「大人ならではのエピソード」の自由回答を右記のカテゴリーに分類しました。【図 6】

1 位は「理不尽・我慢をする」で、「悪くないのに謝らないといけない時」（20 代女性）、「仕事で理不尽な出来事に直面しても、自分の力で乗り越えなければならない」（20 代男性）など、たとえ理不尽でも我慢しなくてはならない場面に直面する、大人の厳しさが垣間見える結果となりました。

2 位の「責任を問われる」は、「学生時代は翌日のことを考えずに遊べたが、働きだして翌日のことを考えてセーブしている」（30 代女性）、「自分ではそう思っていないくても、会議では自らの立場としての発言をしたり、部下を叱責しなければならない」（50 代男性）など、自身のステータスが変化することで発生する責任を全うする大人の姿が浮かび上がりました。

3 位の「お酒を飲む」は、「みんなで会おうとなった時、『飲み会』が選択肢に入るようになった」（40 代女性）、「家に帰ってからのお酒が一番のご褒美」（40 代男性）など、息抜きや楽しみとしてお酒が重宝されている様子が分かりました。

4 位「落ち着いた対応」では、「若い人が多少モラルやルールを無視していても、子どもがすることだからと見守ることができる」（30 代女性）、「自分に非がないのに先に謝り問題を丸く収めてしまう」（40 代男性）など、自分のことはさておき、一歩引いて冷静に物事を対処するといった声が寄せられました。

5 位「本音と建て前を使い分ける・本音を言わない」は、「世間体を気にすることが増え、子どもの頃のように思うがままに行動することができなくなった」（30 代女性）、「上司や同僚の悪口を言うが、本人の前では良き上司・同僚として対応する二面性がある」（60 代男性）など、世間体を気にしたり、人間関係をなんとかやり過ごすために身についてしまったスキルであるかのような回答が多く寄せられました。

◎【図 5】「私は大人だと思う瞬間」（N=1,000）

「私は大人だと思う瞬間」 カテゴリー TOP5		
1	冷静でいられる、怒らない、我慢、感情を表に出さない	15.7%
2	物事を自分で判断するようになった、責任を持つようになった	10.7%
3	人の意見を聞ける・人のことを考えられる	6.5%
4位	お酒を飲んだ	4.6%
5位	子どもと過ごしているとき	4.4%

◎【図 6】「大人ならではのエピソード」（N=1,000）

「大人ならではのエピソード」 カテゴリー TOP5		
1	理不尽・我慢をする	6.2%
2	責任を問われる	5.1%
3	お酒を飲む	4.2%
4位	落ち着いた対応	4.0%
5位	本音と建て前を使い分ける 本音を言わない	3.9%

3. 大人って辛い？「甘くない」大人の世界

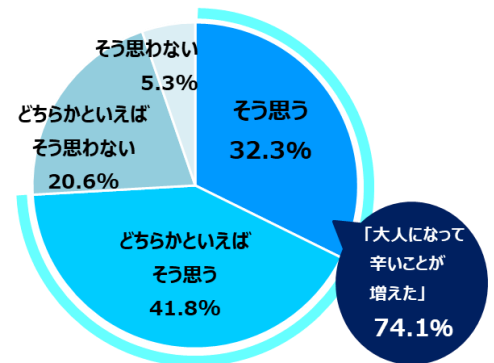
大人になってから変化した意識は、ポジティブな影響を及ぼしているものが多数であった【図 3】一方で、「大人になる前と比べて辛いことは増えた」と 7 割以上が感じており、「大人」の世界の厳しい一面が明らかになった。

■ 7 割以上が「大人になって辛いことが増えた」！

大人になってから（「大人になった」と実感したとき以降）それ以前と比べて「辛いことが増えた」と感じている人は、「そう思う」（32.3%）、「どちらかといえばそう思う」（41.8%）を合わせて 74.1%と、7 割を超す結果となりました。大人になると、子ども時代よりも「辛さ」と向き合う機会が増えるようです。

【図 7】

◎【図 7】大人になる前と比べて辛いことは増えたと思いますか？（N=1,000）



大人になって増える「辛いこと」。「仕事」をはじめ、日常的なさまざまな場面で「ほろ苦さ」を感じるエピソードが寄せられたが、そこから立ち直り、しなやかに生きる大人の姿が感じられる結果となった。

■ 「仕事」・「人間関係」・「失恋」・「理不尽」・「お酒」…大人の辛さは十人十色

大人になってからの「ほろ苦い経験のエピソード」の自由回答は、右記ランキングのカテゴリーに分類することができました。
【図 8】

1 位の「仕事での失敗」は、「責任を持って最後まで仕事ができず、周りに迷惑をかけてしまった」（30 代女性）、「ミスをして会社にもお客様にも迷惑をかけ、自信喪失になってやる気を失った。基本に立ち返り、コツコツと積み重ねることで現在に至っている」（50 代男性）など、仕事の失敗でほろ苦い思いをしつつも立ち直り前進する様子が分かりました。

2 位の「人付き合いの苦労」は、「子どものためと思い、幼稚園のママ友との付き合いに積極的に参加したが、疲れてしまった。自然体で付き合いおうと決めたら本当に気の合うママ友ができた」（30 代女性）、「長く付き合っていた友人と喧嘩して会わなくなった。自然と違う友人ができ、今では良かったのか

もしれないと思う」（60 代男性）など、失敗を乗り越えて良い人間関係を築いているといった、前向きな姿勢がうかがえました。

3 位「失恋・離婚」は、「彼氏に依存し、お金を出していた。部屋の断捨離をするようになり、彼氏も断捨離した」（20 代女性）、「同じ会社の人に思い切って告白したが断られ、次の日から会社に行きづらくなった」（30 代男性）といった赤裸々な体験が多く寄せられました。

4 位「悪口を言われる・理不尽な目にあう」は、「自分で努力して出した成果を他人にいいように使われてしまった」（20 代男性）といった悔しい体験談や、「実際は自分のせいではないのに自分のせいであるように報告されてしまったが、周りの同僚が真実を上司に報告してくれた。真面目にやっていたら見てくれる人がいると感じた」（40 代男性）と、理不尽な目にはあったが周囲に助けられたエピソードなどがありました。

同じく 4 位の「お酒の失敗」では、「飲みすぎて記憶がなくなり、知らない駐車場で寝ていた」（30 代女性）といった、まさに「やらかしてしまった」エピソードをはじめ、「酔って帰ったら妻に体臭を非難された」（30 代男性）と、少し切ない失敗談も寄せられました。

◎【図 8】「ほろ苦いエピソード」（N=1,000）

「大人になってからのほろ苦いエピソード」 カテゴリー TOP5		
1	仕事での失敗	5.9%
2	人付き合いの苦労	5.3%
3	失恋・離婚	5.1%
4位	悪口を言われる 理不尽な目にあう	2.8%
4位	お酒の失敗	2.8%

大人になってから辛いことが増えた人は、そうではない人に比べて、より時間の経過を早く感じ、素直な気持ちが伝えられないと感じている。

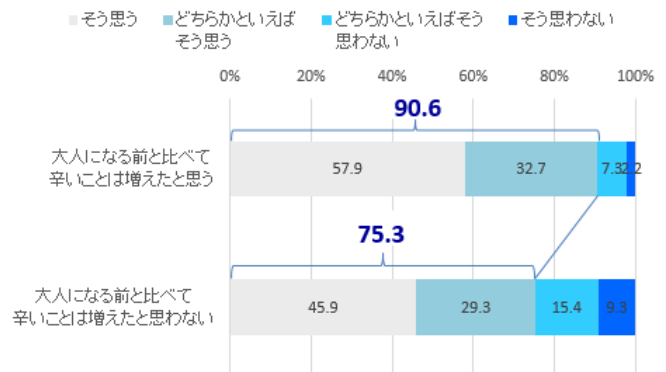
■大人になって「辛いことが増えた」人の方が「時間がたつのが早い」と感じる

前述【図 7】の大人になって「辛いことが増えた」人（74.1%）と「辛いことが増えていない」人（25.9%）の間で、大人になってから変化した意識のうち、自分にとってそれは「良くない影響」だと感じられている「時間の経過を早く感じる」「素直な気持ちが伝えられない」という2つの意識で、比較してみました。

大人になる前と比べて辛いことが「増えた」（90.6%）と回答した人は「増えていない」（75.3%）人に比べて15.3ポイント高く「時間がたつのが早く感じるようになった」と感じていることが分かりました。【図 9】

「時間がたつのが早く感じるようになった」は最も多くの人を感じた変化ですが、大人になって「辛いことが増えた」人のほうがよりその変化を感じているようです。

◎【図 9】大人になってから「時間が経つのが早く感じるようになった」と思うか (N=1,000)



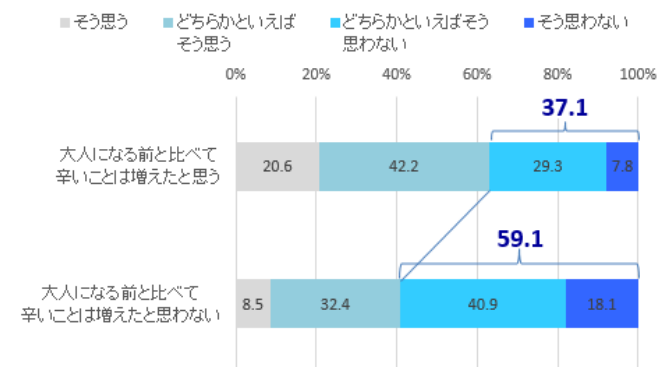
■大人になって「辛いことが増えたと思わない」人は、「素直な気持ち」が言えている

同じく自身にネガティブな影響を及ぼしている変化として挙げられた「素直な気持ちが言いづらくなった」についても比較してみました。「辛いことが増えたと思わない」と回答した人は「素直な気持ちが言いづらくなった」と思わない、すなわち「素直な気持ち」が言えていると回答する割合が高く出ていました。

「辛いことが増えたと思わない」と回答した人のうち59.1%が「素直な気持ち」が言えていると回答し、「辛いことが増えた」と回答した人（37.1%）と比べると22.0ポイント高かったことから、大人になってから辛いと感じていない人の方が素直な気持ちが言えていることが伺えます。【図 10】

大人の辛さは、「時間がたつのが早い」・「素直な気持ちを言いづらい」ことが、大きな要因であるといえそうです。

◎【図 10】大人になってから「素直な気持ちが言いづらくなった」と思うか (N=1,000)



■自分を元気づける方法：「好きな食べ物」が半数以上！「家族」「睡眠」がトップ3

「自分を元気づけるために活用しているもの」は、「好きな食べ物」（53.8%）が1位、続いて2位「家族」（42.8%）、3位「睡眠」（39.4%）となりました。

「大人になると辛いことが増える」と感じる人が7割を超えたり、8割以上が「時間が経つのが早く感じる」など、子どものときとは異なる大人の大変さがうかがえる中、さまざまな方法を活用して自分を元気づけている大人の様子が分かりました。【図 11】

◎【図 11】大人になってから自分を元気づけるために活用しているものはありますか (N=1,000、複数回答)

大人が「自分を元気づけるために活用しているもの」トップ5		
順位	活用しているもの	%
1位	好きな食べ物	53.8%
2位	家族	42.8%
3位	睡眠	39.4%
4位	好きな飲み物	38.0%
5位	映画、テレビなどの映像	35.4%

4. 「大人って長い」、そして「楽しみ」！やりたいことを全部叶える時間は「足りない」

この先ずっと続いていく「大人である期間」の捉え方とは。前述の通り、大変な側面が垣間見えた一方、下記の回答からは「大人の世界」にポジティブなイメージや実感を抱いている人が多いことが明らかになった。

■「大人の世界」については約 6 割が「長い」、「期待できる」、「楽しみ」

大人の世界のイメージについて回答してもらったところ、「長い」か「短い」かでは、「長い」（25.4%）と「やや長い」（36.4%）を合わせて 61.8%と 6 割を超えました。【図 12】

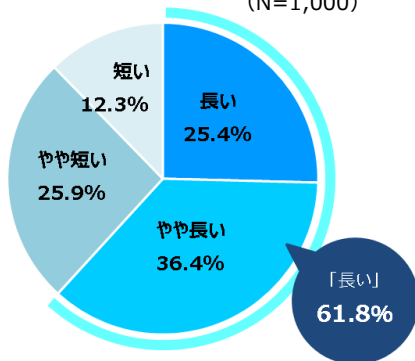
また、「期待できる」か「期待できない」では、「期待できる」（14.5%）、「やや期待できる」（42.8%）を合わせて 57.3%と、約 6 割が「大人の世界は期待できる」と回答しました。【図 13】

さらに、「楽しみ」か「楽しみではない」では、「楽しみ」（17.9%）、「やや楽しみ」（44.1%）で、合わせて 62.0%となり、こちらも 6 割を超える大人が「楽しみ」と感じていることが分かりました。【図 14】

「大人は辛い」と思いつつも、半数以上の人々が「期待できる」、「楽しみ」とポジティブに「大人である時間」を捉えているようです。

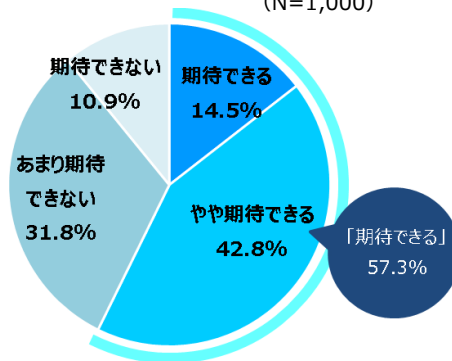
◎【図 12】「長い」or「短い」

(N=1,000)



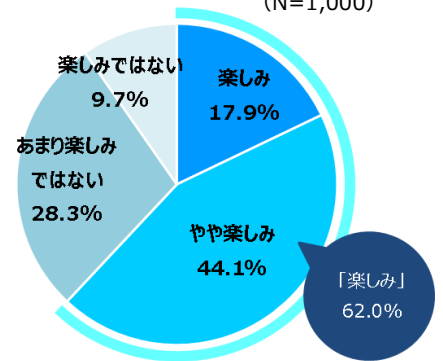
◎【図 13】「期待できる」or「期待できない」

(N=1,000)



◎【図 14】「楽しみ」or「楽しみではない」

(N=1,000)



「今後の人生でやりたいこと」では、年代別の特徴は見られたが、どの年代もさまざまな夢や希望を持っていることが分かった。一方、「やりたいことを叶えるための時間が足りない」との回答は約 7 割にも上った。

■20 代は自身の変化を望み、30 代はさらなる成長。年代が上がるほど「自分らしく生きたい」

「今後の人生でやりたいこと」も自由回答で聞き、下記グラフのカテゴリーに分類することができました。【図 15】

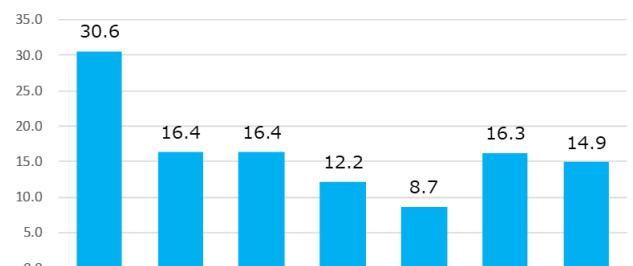
最も多かったカテゴリーは「遊び・余暇」（30.6%）に關するもので、続いて 2 位「さらなる成長」（16.4%）、同じく 2 位「ゆとりのある暮らし」（16.4%）、4 位「ステータスチェンジ」（12.2%）、5 位「自分らしく生きる」（8.7%）となりました。

年代の特徴を見ると、20 代は「ステータスチェンジ」（26.0%）が全体より 13.8pt 高く、30 代は「さらなる成長」（22.5%）で全体より 6.1pt 高くなっています。40 代は「特にこれ」という傾向はありませんでしたが、50 代になると、「ゆとりのある暮らし」（22.0%）が全体より 5.6pt 高く、60 代になると「自分らしく生きる」（16.0%）が全体より 7.3pt 高く出ています。

年齢によって今後やりたいことは異なるようです。

◎【図 15】「今後の人生でやりたいこと」

(N=1,000)



	全体 N=1,000	遊び・ 余暇	さらなる 成長	ゆとりの ある暮らし	ステータス チェンジ	自分らしく 生きる	その他	特になし
全体 N=1,000		30.6	16.4	16.4	12.2	8.7	14.9	16.3
20代 n=200	29.0	18.0	16.0	26.0	3.0	13.5	18.0	
30代 n=200	30.5	22.5	12.0	20.5	6.0	13.5	17.0	
40代 n=200	29.5	15.0	17.5	8.5	8.5	14.5	17.0	
50代 n=200	29.5	15.0	22.0	4.0	10.0	18.5	12.0	
60代 n=200	34.5	11.5	14.5	2.0	16.0	14.5	17.5	

■夫婦の夢、自分自身の目標など、「大人」には夢がいっぱい！

「今後の人生でやりたいこと」【図 15】の自由回答では、さまざまな夢や日常的な望みを聞くことができました。

1 位「遊び・余暇」については、「たまには子ども抜きで、夫婦でデートがしたい」（20 代女性）、「子どもが独立したら、夫婦でゆっくりと旅行がしたい」（40 代男性）、といった家庭のことや、「趣味のカラオケで友人を増やしたい」（60 代男性）など、趣味に関する希望などがありました。

2 位「さらなる成長」には、「結婚して働き続けるが、もっとスキルアップしたい」（20 代女性）、「世界中の困っている人たちの手助けをできるようになりたい」（20 代男性）といった若い世代の目標から、「70 歳からビジネスを始める予定で準備している。海外のマラソン大会にも出たいと考えている」（60 代男性）といったパワフルな 60 代の声まで、さまざまな夢が寄せられました。

同じく 2 位の「ゆとりのある暮らし」では、「子育てがひと段落したら旅行に行きたい。野菜づくりをしてゆっくり暮らしたい」（40 代女性）、「犬を飼って、できれば田舎でのんびり過ごしたい」（40 代男性）、「地元に戻り晴耕雨読の生活を送りたい」（50 代男性）など、心身ともにゆとりのある生活への憧れを感じる回答が多くありました。

4 位の「ステータスチェンジ」については、「2 人目を出産し落ち着いたら仕事復帰し、お金を貯めて一軒家を購入したい」（20 代女性）など、変化のさなかにある若い世代の声や、対照的に「地方に古民家を買って自分でリフォームし、スローライフを送りたい」（50 代男性）と、第二の人生としてのステータスチェンジを望む声が寄せられました。

5 位の「自分らしく生きる」は、「何にも縛られず、やりたいことを即実践！というスタイルを持ち続けたい」（30 代女性）のように、すでに自分らしさを大切に生きている人の声と、「小さくてもよいので海辺の家に住み、犬を飼いたい。ずっと寝たきりにならずに自力で動きたい」（50 代女性）、「死ぬまで悔いのない人生を送りたい」（50 代男性）といった、自分の力で動き、意思を持った元気で自由な老後を願う声が寄せられました。

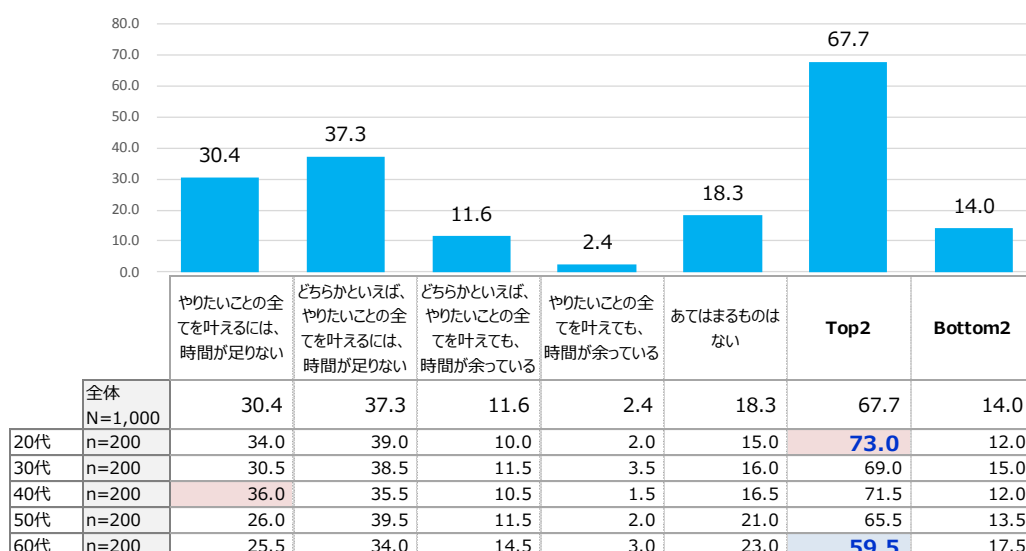
■若い世代ほど「やりたいことを全て叶えるには、時間が足りない」！

「大人の世界は長い」との回答が 6 割を超えた【図 12】一方で、「やりたいことを全て叶えるための時間」としては、「時間が足りない」（30.4%）、「どちらかといえば足りない」（37.3%）を合わせると 67.7%となり、大人の約 7 割が「やりたいことを全て叶えるための時間が足りない」と感じていることが分かりました。

年代別で見ると、20 代は「時間が足りない」と感じている人は 73.0%と全体より 5.3pt 高く、全年代で最も高い割合であったのに対し、60 代は 59.5%と全体より 8.2pt 低いことが分かりました。

この先長い時間を生きるであろう 20 代が最も「時間が足りない」と感じていることが明らかになった一方で、60 代では「やりたいことは全て叶えた」と考える人が多いことがうかがえる結果となりました。

◎【図 16】「人生のプランにおいて、大人の時間の長さはどのように感じるか」（N=1,000）



【イオンウォーターCM「おとなは、ながい。～野球～」篇】

ご好評にお答えして、2018年9月29日からTVCM再放映！

<https://www.youtube.com/watch?v=gPpx0OaxBj8>

■ポカリスエット イオンウォーターCM「「おとなは、ながい。～野球～」篇（30秒）ストーリー

「おとなは、ながい。～野球～」篇の始まりは、主人公の働く女性（安藤サクラさん）が脱いだヒールから。彼女は少年野球チームに知り合いがいることから、外回りの営業途中に少年野球の練習試合に参加し、審判を頼まれてやっています。上着は脱いで、しかも裸足の主人公。「おとなのフリなんてそんな難しくなくてさ…」と、ボソッとキャッチャーに語りかけます。ここでピッチャーは一塁にけん制。さらに、「周りに合わせちゃえばいいだけだから。」「逆におとなの世界で、ガキのまんま続ける方がよっぽど大変。」と続けながらも「ボール！」と審判も抜かりはありません。場面は切り替わって、象徴的に誰もいないグラウンドで1人、カメラ目線で「おとなって・・・。」と一言。

場面は戻り、「いつまでそういう自分でいられるのか、むしろそこが勝負。」と、おとなをどう生きていくのか示唆します。キャッチャーミットにビシッと決まり、「ストライク!!」と大げさにコールする主人公。「おとなって、ながいよ〜。」と締めます。ハイヒールを履き直し、野球少年からありがとうございました！と御礼される主人公は、「オッケーじゃあね！」と前向きな気持ちで営業に戻るのです。



【調査概要】

- ・調査方法： インターネットリサーチ
 - ・実施期間： 2018年8月23日～8月24日
 - ・調査対象： 20代～60代の男女各100人ずつ計1000人
 - ・調査地域： 全国
- ※スコアは小数第2位以下を四捨五入しているため、合計して100%にならない場合もございます。