

## PGF生命、 「2020年の還暦人(かんれきびと)に関する調査」を実施

還暦人の貯蓄額は平均3,078万円、還暦人の65%が2,000万円未満

還暦人にも“テレビ離れ”じわり？「テレビよりスマホ」48%、昨年調査から10ポイント上昇

コロナ禍で“人の役に立ちたい”気持ち高まる？生まれ変わるなら就きたいと思う職業 1位「医師」

PGF生命（プルデンシャル ジブラルタ ファイナンシャル生命保険株式会社、代表取締役社長 兼 CEO 阪本 浩明）は、2020年6月25日（木）～6月30日（火）の6日間、今年還暦を迎える1960年生まれの男女を対象に「2020年の還暦人（かんれきびと）に関する調査」をインターネットリサーチで実施し、2,000名の有効サンプルの集計結果を公開しました。（調査協力会社：ネットエイジア株式会社）

### <調査結果ハイライト>

#### 第1章：還暦人の価値観

- 7割半が「還暦の実感がわからない」、心はまだ40代？還暦人の精神年齢は平均48歳
- 還暦祝いに「赤いちゃんちゃんこ」「夫婦ペアグッズ」はNG！嬉しいのは「旅行」関係
- 本当に還暦人？容姿が若いと思う同年代の有名人 「黒木瞳さん」がダントツ
- 好感が持てる同年代の有名人 女性回答1位は「佐藤 浩市さん」、男性回答1位は？

#### 第2章：還暦人の仕事・マネー・生活

- 大多数が現役続行を希望！ 「60歳を過ぎても働きたい」働く還暦人の9割弱
- 還暦人の貯蓄額は平均3,078万円、還暦人の65%が2,000万円未満
- 自由に使えるお金と今後の生活費は？還暦人が考える“ゆとりある生活”には月平均28万8千円必要
- 還暦人の消費 「健康維持」には月平均1万4千円、「趣味」には月平均1万8千円
- 還暦人にも“テレビ離れ”じわり？ 「テレビよりスマホ」48%、昨年調査から10ポイント上昇
- 還暦人が外出自粛期間中に行ったこと 1位「家の片付け」2位「ネットショッピング」  
 男性回答では「リモート飲み会」、女性回答では「マスク作り」が上位にランクイン

#### 第3章：還暦人の人生振り返り

- 還暦人が遊びに夢中だった年齢は平均26歳、仕事に夢中だった年齢は平均34歳
- 今なら大問題！？ 還暦人が新入社員だった頃の職場の光景や働き方 1位「デスクでタバコ」、  
 そのほか「休日返上」「徹夜」「休日に参加強制の行事」といった回答も
- 還暦人がハマったトレンドドラマ 1位「男女7人夏物語」、2位「東京ラブストーリー」
- 還暦人の人生を変えた言葉 1位はあのトレンドドラマの名台詞
- 自身の今までの60年を表す漢字 男性回答1位「忍」、女性回答1位「楽」
- コロナ禍で“人の役に立ちたい”気持ち高まる？生まれ変わるなら就きたいと思う職業 1位「医師」

#### 第4章：還暦人の展望と不安

- コロナ禍で明るい見通しを持ってず？「日本の将来は明るいと思う」還暦人は2割に満たない結果に
- 還暦人の約6割が「第二の人生について考える機会が増えた」と実感
- 「まだまだやりたいこと（叶えたい夢や目標）がある」還暦人の約7割
- 還暦以降の人生に抱く不安 1位「身体能力の低下」2位「判断能力の低下」3位「自分の介護」
- 人生100年時代への備え TOP3「体力づくり」「健康診断受診」「貯蓄・資産運用」

## ■■会社概要■■

会社名 : プルデンシャル ジブラルタ ファイナンシャル生命保険株式会社  
代表者名 : 代表取締役社長 兼 CEO 阪本 浩明  
創業 : 2010年4月1日  
本社所在地 : 東京都千代田区永田町 2-13-10  
業務内容 : 生命保険業  
(営業種目 : 個人保険、個人年金保険、団体保険、団体年金保険)

## ■■報道関係の皆様へ■■

本ニュースリリースの内容の転載にあたりましては、  
「PGF生命調べ」と付記のうえご使用いただきますようお願い申し上げます。

## アンケート調査結果

今年還暦を迎える 1960 年生まれの男女は、151 万人※にのびります。今年の還暦人に、還暦を迎えることへの意識やこれまでの思い出、ライフスタイル、そして今後の人生への期待や不安を聞いたところ、多様な人生観が垣間見える結果となりました。PGF 生命は、還暦を迎える方々が安心して末永くいきいきとした生活をおくれるよう、生命保険ビジネスを通じて応援しています。

※出典：総務省統計局「出生年別子（ね）年生まれの人口」より 参考：https://www.stat.go.jp/data/jinsui/topics/topi1221.html

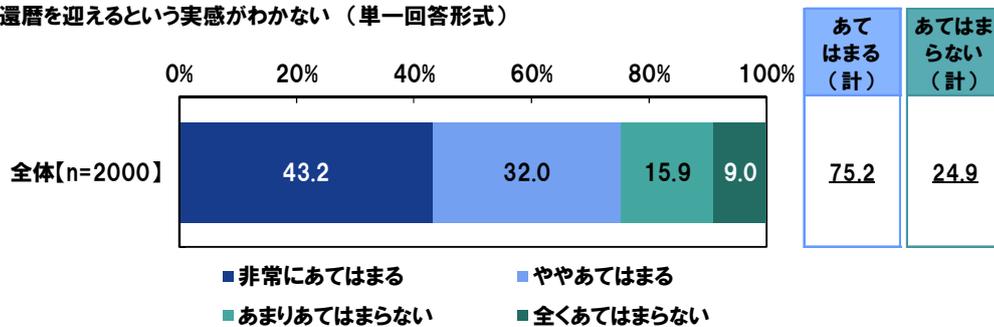
### 第 1 章：還暦人の価値観

■7 割半が「還暦の実感がわからない」、心はまだ 40 代？ 還暦人の精神年齢は平均 48 歳

今年還暦を迎える 1960 年生まれの人（以下、還暦人「かんれきびと」）2,000 名（全回答者）に、還暦の実感について質問しました。

まず、全回答者（2,000 名）に、還暦を迎えるという実感がわからないか聞いたところ、「非常にあてはまる」は 43.2%、「ややあてはまる」は 32.0%で、合計した「あてはまる」は 75.2%、「あまりあてはまらない」は 15.9%、「全くあてはまらない」は 9.0%で、合計した「あてはまらない」は 24.9%となりました。還暦人の大半が還暦を迎えるという実感を持っていないようです。

◆還暦を迎えるという実感がわからない（単一回答形式）

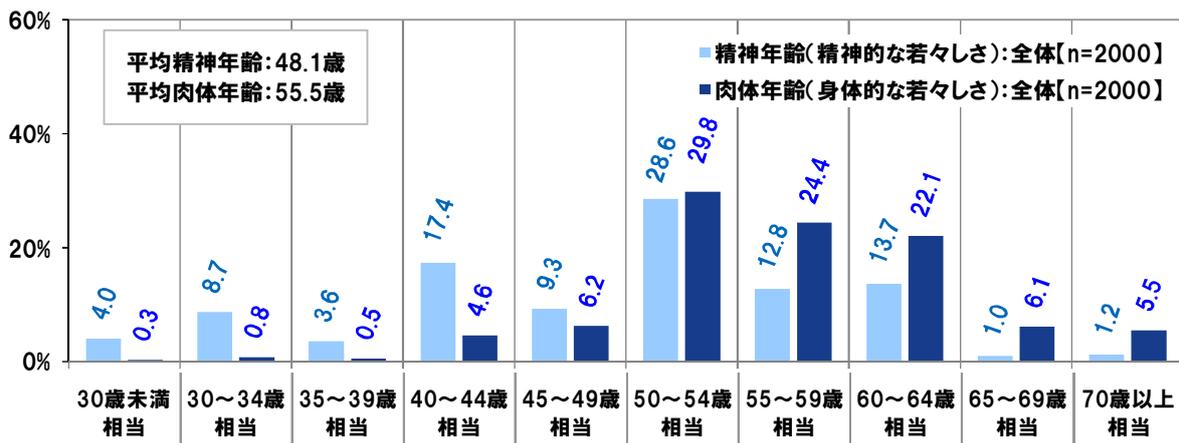


また、自分の心や体の年齢が何歳くらいに相当すると感じているか聞いたところ、自身の精神年齢（精神的な若々しさ）の実感では、「50～54 歳相当」（28.6%）や「40～44 歳相当」（17.4%）に回答が集まり、平均年齢は 48.1 歳でした。

他方、肉体年齢（身体的な若々しさ）の実感では、「50～54 歳相当」（29.8%）や「55～59 歳相当」（24.4%）に回答が集まり、平均年齢は 55.5 歳でした。

回答時の実年齢の平均である 59.5 歳と比較すると、精神年齢は 11.4 歳、肉体年齢は 4.0 歳若いという結果でした。今年の還暦人には精神的な若々しさや肉体的な若々しさに自信を持っている人が多いようです。

◆自身は何歳相当だと実感しているか（各自由回答形式：数値 / \_\_\_\_ 歳相当）  
「精神年齢（＝精神的な若々しさ）」と「肉体年齢（＝身体的な若々しさ）」



■還暦祝いに「赤いちゃんちゃんこ」「夫婦ペアグッズ」はNG！嬉しいのは「旅行」関係

次に、還暦祝いについて質問しました。

全回答者（2,000名）に、嬉しいと感じる還暦祝いを聞いたところ、嬉しいと感じるイベントごとや行為では1位「一緒に旅行に行く」（30.2%）、2位「食事会を開く」（29.3%）、3位「プレゼントをもらう」（28.6%）となりました。

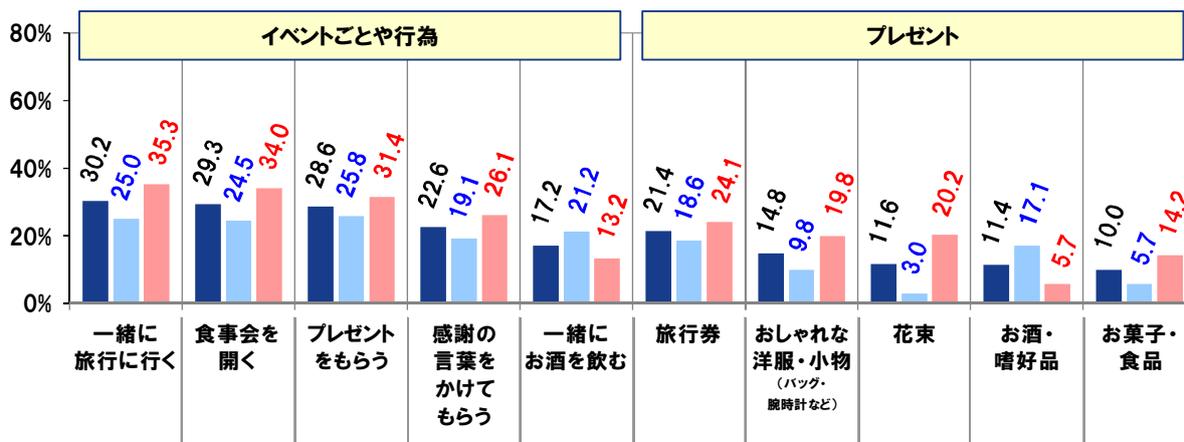
嬉しいと感じるプレゼントでは1位「旅行券」（21.4%）、2位「おしゃれな洋服・小物（バッグ・腕時計など）」（14.8%）、3位「花束」（11.6%）となりました。

コロナ禍で旅行に行く機会が著しく減っている環境下、還暦人の多くが、安心して旅行を楽しめる日の到来を待ち望んでいるのではないのでしょうか。

◆嬉しいと感じる還暦祝い（複数回答形式）

※それぞれ上位5位までを表示

■全体[n=2000] ■男性[n=1000] ■女性[n=1000]



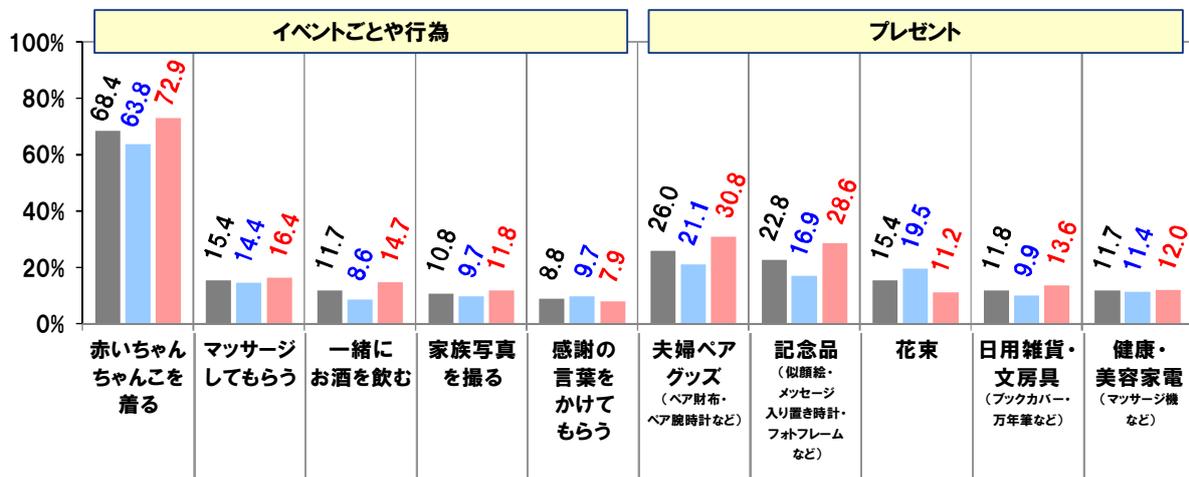
反対に、嫌だ・遠慮したいと感じる還暦祝いを聞いたところ、イベントごとや行為では「赤いちゃんちゃんこを着る」（68.4%）がダントツ、次いで、「マッサージしてもらう」（15.4%）、「一緒にお酒を飲む」（11.7%）となりました。

嫌だ・遠慮したいと感じるプレゼントでは1位「夫婦ペアグッズ（ペア財布・ペア腕時計など）」（26.0%）となりました。お揃いのものを身につけることに気恥ずかしさを感じる人が多いのかもしれませんが、以降、2位「記念品（似顔絵・メッセージ入り置き時計・フォトフレームなど）」（22.8%）、3位「花束」（15.4%）が続きました。

◆嫌だ・遠慮したいと感じる還暦祝い（複数回答形式）

※それぞれ上位5位までを表示

■全体[n=2000] ■男性[n=1000] ■女性[n=1000]



- 本当に還暦人？ 容姿が若いと思う同年代の有名人 「黒木 瞳さん」がダントツ
- 好感が持てる同年代の有名人 女性回答1位は「佐藤 浩市さん」、男性回答1位は？

続いて、1960年生まれの同年代の有名人について聞きました。

全回答者（2,000名）に、還暦に見えないくらい容姿が若いと思う同年代の有名人を聞いたところ、宝塚歌劇団出身で華やかな印象の「黒木 瞳さん」がダントツとなりました。以降、2位「浅野 ゆう子さん」、3位「真田 広之さん」が続きました。

男性回答では2位「真田 広之さん」、3位「浅野 ゆう子さん」、女性回答では2位「浅野 ゆう子さん」、3位「涼風 真世さん」となりました。

◆還暦に見えないくらい容姿が若いと思う同年代(1960年生まれ)の有名人（複数回答形式）※上位10位までを表示

全体[n=2000]			男性[n=1000]			女性[n=1000]		
順位	有名人	件数	順位	有名人	件数	順位	有名人	件数
1位	黒木 瞳	980	1位	黒木 瞳	434	1位	黒木 瞳	546
2位	浅野 ゆう子	520	2位	真田 広之	291	2位	浅野 ゆう子	296
3位	真田 広之	477	3位	浅野 ゆう子	224	3位	涼風 真世	229
4位	石田 えり	362	4位	佐藤 浩市	199	4位	東 ちづる	194
5位	涼風 真世	344	5位	石田 えり	195	5位	真田 広之	186
6位	東 ちづる	335	6位	氷室 京介	166	6位	熊谷 真実	174
7位	佐藤 浩市	301	7位	大場 久美子	162	7位	石田 えり	167
8位	大場 久美子	295	8位	東 ちづる	141	8位	大場 久美子	133
9位	氷室 京介	262	9位	美保 純	128	9位	美保 純	129
10位	美保 純	257	10位	涼風 真世	115	10位	岸本 加世子	127

また、好感が持てる同年代の有名人を聞いたところ、1位「黒木 瞳さん」、2位「佐藤 浩市さん」、3位「浅野 ゆう子さん」となりました。

男性回答では1位「黒木 瞳さん」、女性回答では1位「佐藤 浩市さん」となりました。大人の魅力が漂う俳優・女優に好印象を持っている還暦人が多いようです。

◆好感が持てる同年代(1960年生まれ)の有名人（複数回答形式）※上位10位までを表示

全体[n=2000]			男性[n=1000]			女性[n=1000]		
順位	有名人	件数	順位	有名人	件数	順位	有名人	件数
1位	黒木 瞳	491	1位	黒木 瞳	274	1位	佐藤 浩市	232
2位	佐藤 浩市	449	2位	佐藤 浩市	217	2位	浅野 ゆう子	225
3位	浅野 ゆう子	373	3位	真田 広之	173	3位	黒木 瞳	217
4位	真田 広之	305	4位	生瀬 勝久	158	4位	清水 ミチコ	185
5位	清水 ミチコ	301	5位	コロッケ	149	5位	岸本 加世子	161
6位	生瀬 勝久	299	6位	浅野 ゆう子	148	6位	生瀬 勝久	141
7位	コロッケ	264	7位	石田 えり	147	7位	真田 広之	132
8位	石田 えり	263	8位	東 ちづる	125	8位	東 ちづる	117
9位	岸本 加世子	258	9位	清水 ミチコ	116	9位	石田 えり	116
10位	東 ちづる	242	10位	西村 まさ彦	112	10位	コロッケ	115

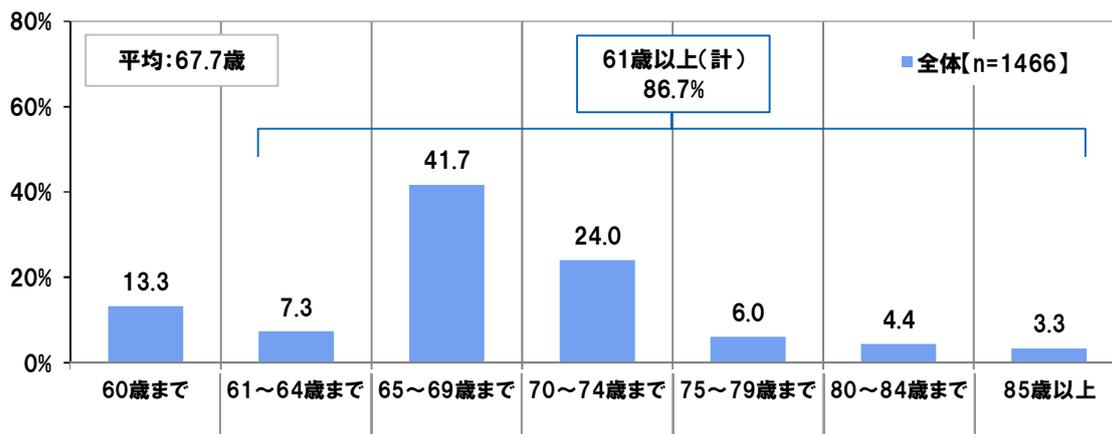
## 第2章：還暦人の仕事・マネー・生活

### ■ 大多数が現役続行を希望！ 「60歳を過ぎても働きたい」働く還暦人の9割弱

今年の還暦人のうち、仕事を続けたいと考えている人はどのくらいいるのでしょうか。

59歳時点で就労をしている・していた人（1,466名）に、還暦（60歳）以降、何歳まで働いていたいと聞いたところ、「60歳まで」は13.3%となったのに対し、61歳以降の年齢を回答した人の割合は86.7%となりました。大多数の人は、仕事から引退せず、還暦以降も引き続き現役で働きたいと考えているようです。最も多くの回答が集まったのは「65～69歳まで」（41.7%）で、平均は67.7歳でした。

◆60歳以降、何歳まで働いていたいか（自由回答形式：数値／\_\_歳まで）  
対象：59歳時点で就労をしている・していた人



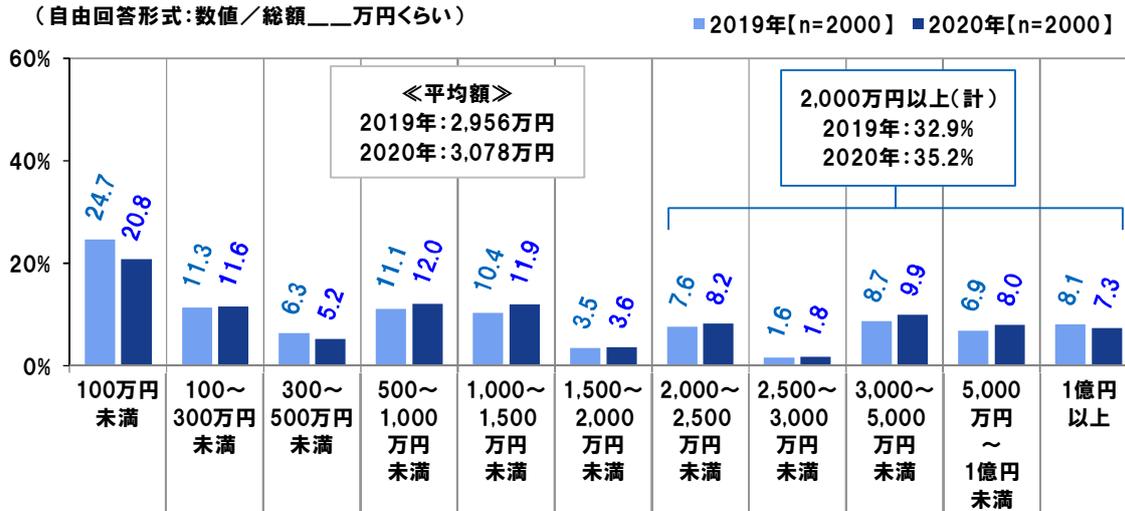
■ 還暦人の貯蓄額は平均 3,078 万円、還暦人の 65%が 2,000 万円未満

次に、貯蓄や生活費について質問しました。

全回答者（2,000 名）に、現段階の貯蓄金額（配偶者がいる場合は夫婦 2 人分）を聞いたところ、昨年と同様、「100 万円未満」（20.8%）に最も多くの回答が集まったほか、「100～300 万円未満」（11.6%）や「500～1,000 万円未満」（12.0%）、「1,000～1,500 万円未満」（11.9%）、「3,000～5,000 万円未満」（9.9%）などに回答が集まり、平均額は 3,078 万円でした。また、昨年話題になった“老後 2,000 万円問題”に関し、貯蓄額が 2,000 万円に満たない還暦人の割合をみると、64.8%でした。

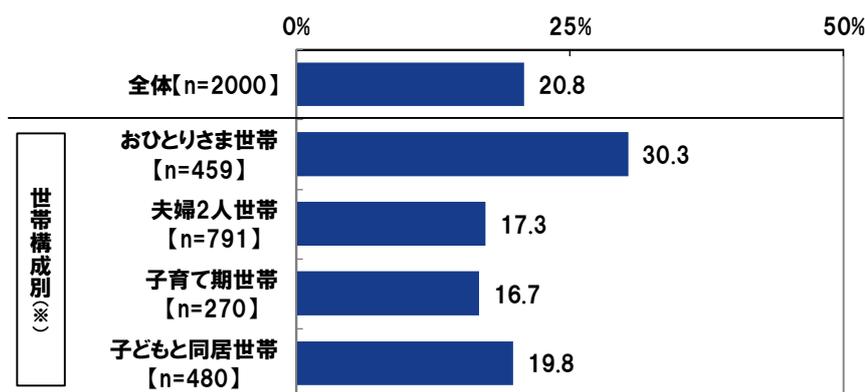
昨年の調査結果と比較すると、平均額は 2019 年 2,956 万円→2020 年 3,078 万円と、122 万円の上昇となりました。

◆ 現段階の貯蓄金額（配偶者がいる場合は夫婦 2 人分）  
（自由回答形式：数値／総額\_\_万円くらい）



世帯構成別にみると、「100 万円未満」と回答した人の割合は、おひとりさま世帯では 30.3%と、他の層と比べて突出して高くなりました。

◆ 現段階の貯蓄金額が「100万円未満」の割合



※世帯構成の分類は以下のとおり。

「おひとりさま世帯」：子どもがいないか子どもと別居しており、配偶者がいない層

「夫婦 2 人世帯」：子どもがいないか子どもと別居しており、配偶者がいる層

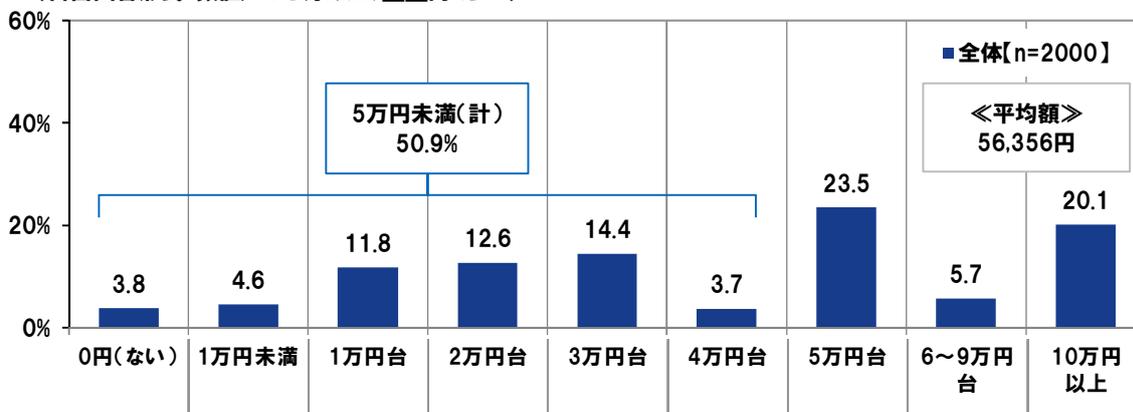
「子育て期世帯」：未成年、または就業していない 20 代の子どもがいる層

「子どもと同居世帯」：就業している 20 代、または 30 歳以上の子どもと同居をしている層

■自由に使えるお金と今後の生活費は？ 還暦人が考える“ゆとりある生活”には月平均 28 万 8 千円必要

全回答者（2,000名）に、生活費を除いて、自由に使えるお金（配偶者がいる場合は夫婦2人分）はひと月あたりいくらくらいあるか聞いたところ、「5万円台」（23.5%）に最も多くの回答が集まり、平均額は56,356円でした。「5万円未満」の割合をみると、50.9%と半数を超えました。

◆生活費を除いて、自由に使えるお金はどのくらいあるか（配偶者がいる場合は夫婦2人分）  
（自由回答形式：数値／ひと月あたり\_\_\_円くらい）

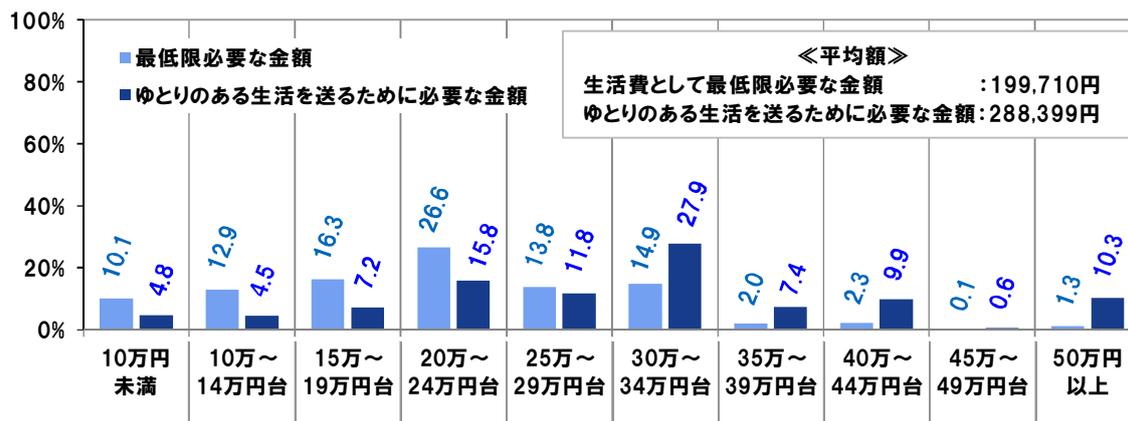


また、これからの人生で、ひと月あたりに必要だと思う金額（配偶者がいる場合は夫婦2人分）について聞きました。

《生活費として最低限必要な金額》では、「20~24万円台」（26.6%）や「15~19万円台」（16.3%）に回答が集まり、平均額は199,710円でした。

他方、《ゆとりのある生活を送るために必要な金額》では、「30~34万円台」（27.9%）に最も多くの回答が集まったほか、「20~24万円台」（15.8%）や「25~29万円台」（11.8%）にも回答が集まり、平均額は288,399円でした。平均額を比較すると、生活費として最低限必要な金額（199,710円）と約9万円の開きがみられました。

◆これからの人生(60歳以降)で、ひと月あたりに必要な金額はどのくらいだと考えているか  
（配偶者がいる場合は夫婦2人分）（各自由回答形式：数値／ひと月あたり\_\_\_円くらい）



■還暦人の消費 「健康維持」には月平均1万4千円、「趣味」には月平均1万8千円

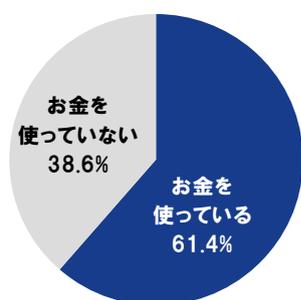
全回答者（2,000名）に、普段の生活でかけているお金について質問しました。

健康維持のためにお金を使っているか聞いたところ、「お金を使っている」という人は61.4%となりました。

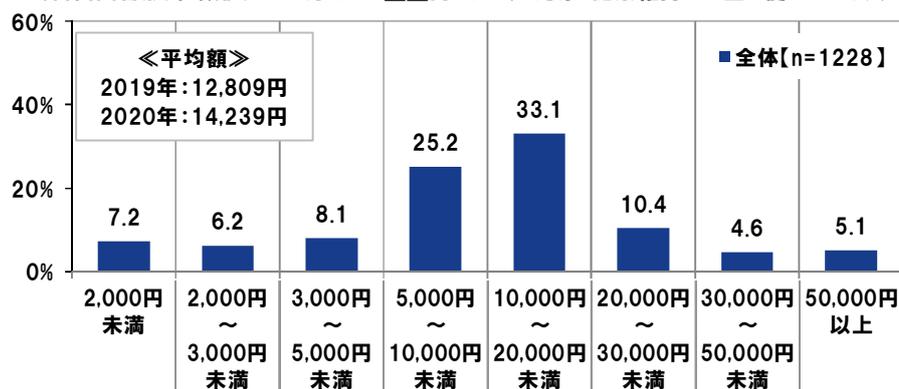
健康維持にお金を使っている人（1,228名）に、ひと月あたり（自身1人分）どのくらいの金額を健康維持に使っているか聞いたところ、「10,000円～20,000円未満」（33.1%）に最も多くの回答が集まり、平均額は14,239円でした。

平均額を昨年の調査結果と比較すると、2019年 12,809円→2020年 14,239円と、1,430円上昇しました。

◆健康維持のために  
お金を使っているか  
全体【n=2000】



◆健康維持のために使っているお金は、ひと月あたりどのくらいか（自身1人分）  
（自由回答形式：数値/ひと月あたり\_\_\_円くらい）対象：健康維持にお金を使っている人

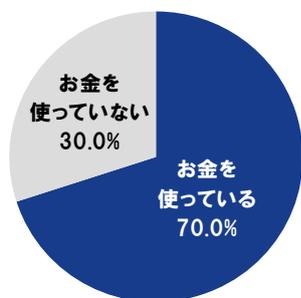


次に、趣味のためにお金を使っているか聞いたところ、「お金を使っている」という人は70.0%となりました。

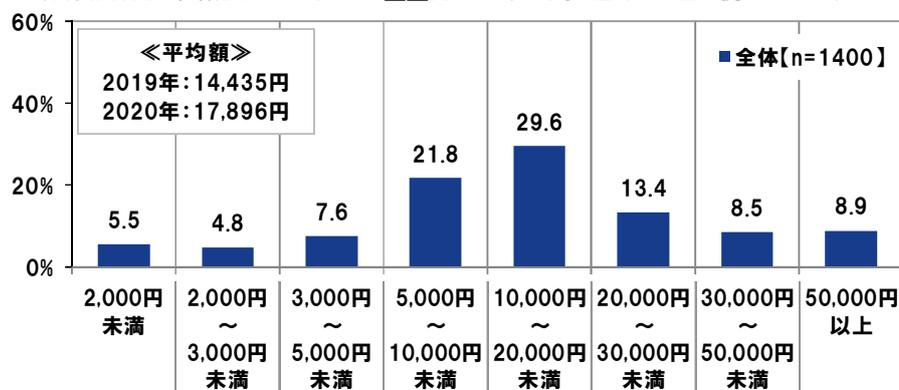
趣味にお金を使っている人（1,400名）に、ひと月あたり（自身1人分）どのくらいの金額を趣味に使っているか聞いたところ、「10,000円～20,000円未満」（29.6%）に最も多くの回答が集まり、平均額は17,896円でした。

平均額を昨年の調査結果と比較すると、2019年 14,435円→2020年 17,896円と、3,461円上昇しました。今年の還暦人には趣味を満喫するためにお金を惜しまない人が多いようです。

◆趣味のために  
お金を使っているか  
全体【n=2000】



◆趣味のために使っているお金は、ひと月あたりどのくらいか（自身1人分）  
（自由回答形式：数値/ひと月あたり\_\_\_円くらい）対象：趣味にお金を使っている人

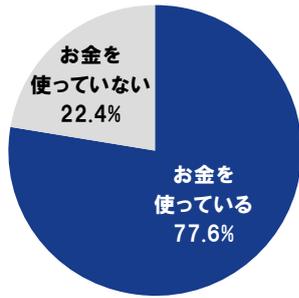


また、美容・ファッション（美容院、化粧品、洋服など）のためにお金を使っているか聞いたところ、「お金を使っている」という人は77.6%となりました。

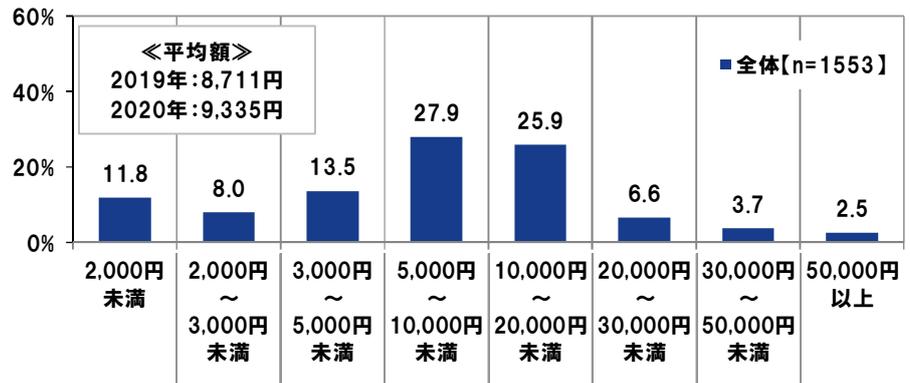
美容・ファッションにお金を使っている人（1,553名）に、ひと月あたり（自身1人分）どのくらいの金額を美容・ファッションに使っているか聞いたところ、「5,000円～10,000円未満」（27.9%）に最も多くの回答が集まり、平均額は9,335円でした。

平均額を昨年の調査結果と比較すると、2019年8,711円→2020年9,335円と、624円上昇しました。

◆美容・ファッションのために  
お金を使っているか  
全体【n=2000】



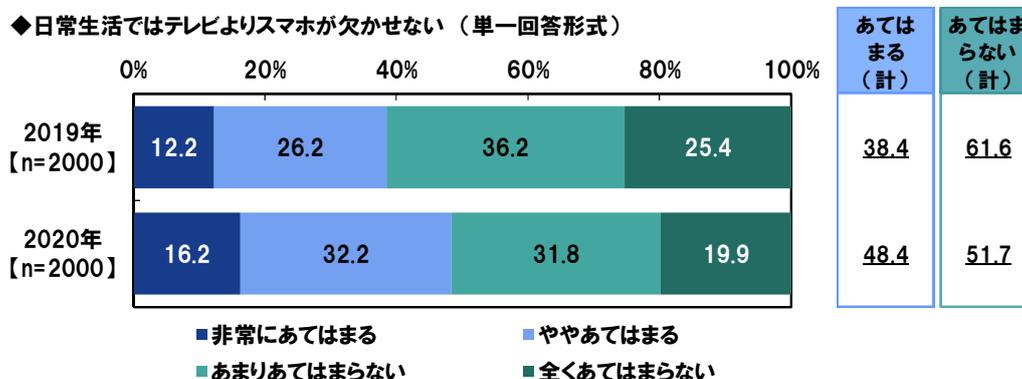
◆美容・ファッションのために使っているお金は、ひと月あたりどのくらいか（自身1人分）  
（自由回答形式：数値／ひと月あたり\_\_\_円くらい）  
対象：美容・ファッションにお金を使っている人



■還暦人にも“テレビ離れ”じわり？ 「テレビよりスマホ」48%、昨年調査から10ポイント上昇

全回答者（2,000名）に、日常生活ではテレビよりスマホが欠かせないか聞いたところ、「あてはまる」は48.4%となりました。

昨年の調査結果と比較すると、「あてはまる」と回答した人の割合は、2019年38.4%→2020年48.4%と、10.0ポイント上昇しました。スマートフォンが必須アイテムとして還暦人の日常生活に浸透している実態が明らかになりました。



■還暦人が外出自粛期間中に行ったこと 1位「家の片付け」2位「ネットショッピング」

男性回答では「リモート飲み会」、女性回答では「マスク作り」が上位にランクイン

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、不要不急の外出を自粛している間、還暦人はどのようなことを行っていたのでしょうか。

全回答者（2,000名）に、外出自粛期間中に行ったことを聞いたところ、1位「家の片付け」（38.2%）となりました。自宅にいる時間を使って、家の片付けに取り組んでいた人が多いようです。以降、2位「ネットショッピング」（34.9%）、3位「読書」（22.2%）、4位「ジョギング・ウォーキング」（20.6%）、5位「在宅勤務」（16.8%）が続きました。

男女別にみると、男性回答では「ネットショッピング」（1位、32.9%）や「在宅勤務」（3位、24.6%）、「動画配信サービスの利用（NetflixやHuluなど）」（6位、14.4%）、「リモート飲み会（オンライン飲み会）」（10位、4.4%）などが上位に挙がりました。オンラインサービスを活用したり、自宅で仕事をしたりしていた男性が多いようです。

他方、女性回答では「室内エクササイズ・ストレッチ」（4位、21.2%）や「マスク作り」（5位、19.7%）などが上位に挙がりました。運動不足にならないよう体を動かしたり、マスク作りに挑戦したりしていた女性が多いことがわかりました。

◆外出自粛期間中に行ったこと（複数回答形式） ※上位10位までを表示

全体 [n=2000]			男性 [n=1000]			女性 [n=1000]		
順位	内容	%	順位	内容	%	順位	内容	%
1位	家の片付け	38.2	1位	ネットショッピング	32.9	1位	家の片付け	46.6
2位	ネットショッピング	34.9	2位	家の片付け	29.8	2位	ネットショッピング	36.9
3位	読書	22.2	3位	在宅勤務	24.6	3位	読書	24.8
4位	ジョギング・ウォーキング	20.6	4位	ジョギング・ウォーキング	22.7	4位	室内エクササイズ・ストレッチ	21.2
5位	在宅勤務	16.8	5位	読書	19.6	5位	マスク作り	19.7
6位	室内エクササイズ・ストレッチ	15.4	6位	動画配信サービスの利用	14.4	6位	ジョギング・ウォーキング	18.5
7位	動画配信サービスの利用	14.5	7位	室内エクササイズ・ストレッチ	9.5	7位	スマホゲーム	15.2
8位	スマホゲーム	12.0	8位	スマホゲーム	8.7	8位	動画配信サービスの利用	14.6
9位	マスク作り	11.0	9位	DIY(日曜大工)	7.0	9位	在宅勤務	9.0
10位	DIY(日曜大工)	5.0	10位	リモート飲み会(オンライン飲み会)	4.4	10位	出前の利用(ウーバーイーツ除く)	5.2

### 第3章：還暦人の人生振り返り

■還暦人が遊びに夢中だった年齢は平均 26 歳、仕事に夢中だった年齢は平均 34 歳

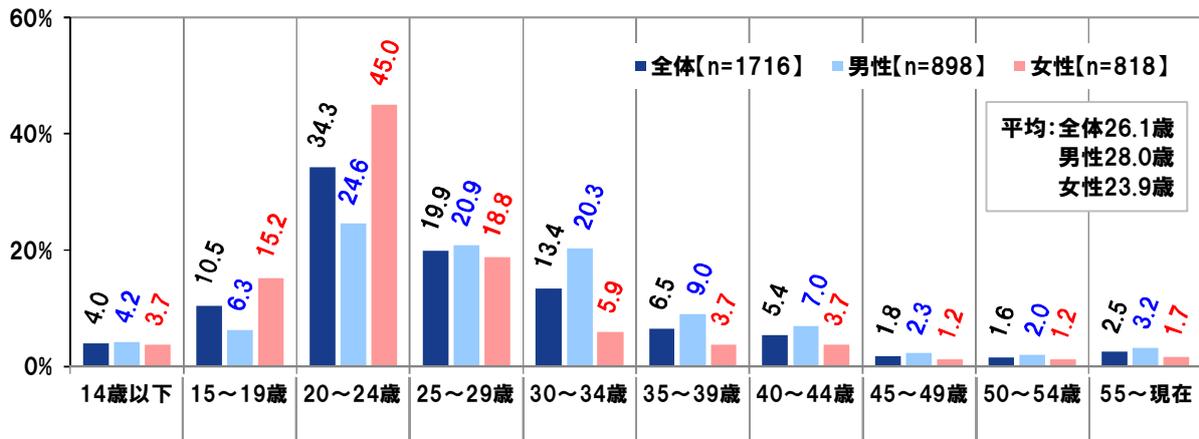
還暦人は、自身が遊び・仕事に夢中だった時期はいつ頃だと感じているのでしょうか。全回答者（2,000 名）に、遊びに夢中だった時期と仕事に夢中だった時期がそれぞれ何歳くらいの頃か聞きました。

遊びに夢中だった時期がある人（1,716 名）の回答をみると、一番遊びに夢中だった年齢は「20～24 歳」（34.3%）や「25～29 歳」（19.9%）に回答が集まり、平均は 26.1 歳でした。

男女別にみると、男女とも「20～24 歳」（男性 24.6%、女性 45.0%）に最も多くの回答が集まりました。

◆一番遊びに夢中だったのは何歳くらいの頃か（自由回答形式:数値/\_\_\_歳くらいの頃）

対象:遊びに夢中だった時期がある人

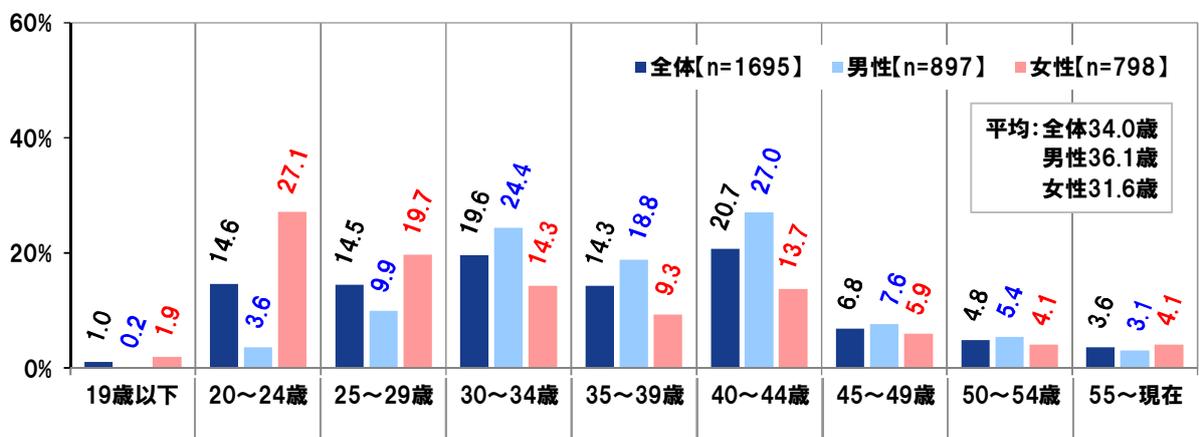


また、仕事に夢中だった時期がある人（1,695 名）の回答をみると、一番仕事に夢中だった年齢は「40～44 歳」（20.7%）や「30～34 歳」（19.6%）などに回答が分かれ、平均は 34.0 歳でした。

男女別にみると、男性では「40～44 歳」（27.0%）、女性では「20～24 歳」（27.1%）にそれぞれ最も多くの回答が集まっており、男女の回答傾向が大きく異なりました。今年の還暦人が社会に出始めた頃は、最近とは異なり、女性が結婚に伴い会社を辞めるという“寿退社”をするケースが多かった時代です。そのような職場の風潮や時代の背景のため、男女の回答において、大きな年齢差が生じているのだろうと推察されます。

◆一番仕事に夢中だったのは何歳くらいの頃か（自由回答形式:数値/\_\_\_歳くらいの頃）

対象:仕事に夢中だった時期がある人



■今なら大問題！？ 還暦人が新入社員だった頃の職場の光景や働き方 1位「デスクでタバコ」、そのほか「休日返上」「徹夜」「休日に参加強制の行事」といった回答も

還暦人が社会人としてデビューしたときの職場の光景や働き方は、今とはどのように違っていたのでしょうか。

全回答者（2,000名）に、今の若い人が聞いたら驚くと思う、自身が新入社員だった頃の職場の光景を聞いたところ、1位「デスクでタバコを吸う人がいた」（72.2%）、2位「デスクにパソコンはなかった」（71.6%）となりました。現在は、屋内は原則禁煙となっており、デスクでタバコを吸う人はみられませんが、今年の還暦人が新入社員として働き始めた当時はそのようなルールは確立されていなかったため、多くの人が仕事をする屋内でタバコを吸う姿は珍しくありませんでした。また、デスクにパソコンがあるという、現在では自然に感じる光景も、当時はみられませんでした。以降、3位「女性社員がお茶くみをしていた」（51.7%）、4位「土曜日の午前中は仕事だった」（47.4%）、5位「手書きで企画書を作成していた」（42.7%）となりました。そのほか、「家族より仕事を優先する人がほとんどだった」（40.5%）や「徹夜をする人が当たり前のようにいた」（26.2%）といった回答が上位に挙がりました。

また、自由回答で得られた結果をみると、「休みを返上して働くのは当たり前だった」や「ハラスメントは日常茶飯事だった」、「携帯電話もインターネットもなかった」、「結婚したら辞めるのが当然だった」、「ボーナスは現金支給で、7ヶ月分出ていた」、「毎週日曜日とは何かしらのイベントがあり、すべて強制参加だった」など、現在では考えられない職場の空気や実態・風景、その当時の働き方や報酬が挙げられました。

◆今の若い人が聞いたら驚くと思う、自身が新入社員だった頃の職場の光景  
（複数回答形式）※上位10位までを表示

全体[n=2000]

		％
1位	デスクでタバコを吸う人がいた	72.2
2位	デスクにパソコンはなかった	71.6
3位	女性社員がお茶くみをしていた	51.7
4位	土曜日の午前中は仕事だった	47.4
5位	手書きで企画書を作成していた	42.7
6位	家族より仕事を優先する人がほとんどだった	40.5
7位	残業時間に上限は設けられていなかった	39.8
8位	給料が現金で手渡しだった	37.0
9位	徹夜をする人が当たり前のようにいた	26.2
10位	共働きしている人は少なかった	23.2

<その他の回答(自由回答より抜粋)>

- ・休みを返上して働くのは当たり前だった(女性)
- ・公務員でも休日は月に2日しかなかった(女性)
- ・朝のデスクの拭き掃除は女性社員の仕事だった(女性)
- ・ハラスメントは日常茶飯事だった(男性)
- ・携帯電話もインターネットもなかった(男性)
- ・結婚したら辞めるのが当然だった(女性)
- ・計算はすべて手書きで行っていた(女性)
- ・基本給より残業手当のほうが多かった(男性)
- ・ボーナスは現金支給で、7ヶ月分出ていた(男性)
- ・一般社員でもタクシー代と食事が会社から出していた(女性)
- ・毎週日曜日とは何かしらのイベントがあり、すべて強制参加だった(女性)

■還暦人がハマったトレンドドラマ 1位「男女7人夏物語」2位「東京ラブストーリー」

今年の還暦人が20代～30代の頃は、社会現象を巻き起こすような、高視聴率のドラマが多数放送されていました。還暦人の中には、それらのヒットドラマを毎回欠かさず観ていたという人が多いのではないのでしょうか。

全回答者（2,000名）に、自身が20代～30代の頃にハマったトレンドドラマを聞いたところ、明石家さんまさんと大竹しのぶさんが出会うきっかけとなった恋愛ドラマである「男女7人夏物語」が1位となりました。次いで、令和になってリメイク版が放送され話題となった「東京ラブストーリー」が2位となりました。以降、3位「101回目のプロポーズ」、4位「男女7人秋物語」、5位「金曜日の妻たちへⅢ 恋におちて」が続きました。

◆自身が20代～30代の頃にハマったトレンドドラマ  
（複数回答形式）※上位10位までを表示

全体[n=2000]

		件数
1位	男女7人夏物語	776
2位	東京ラブストーリー	705
3位	101回目のプロポーズ	622
4位	男女7人秋物語	606
5位	金曜日の妻たちへⅢ 恋におちて	585
6位	抱きしめたい！	318
7位	愛という名のもとに	305
8位	29歳のクリスマス	297
9位	あすなろ白書	280
10位	素顔のまま	228

■還暦人の人生を変えた言葉 1位はあのトレンドドラマの名台詞

全回答者（2,000名）に、自身の人生を変えた言葉を聞いたところ、1991年に放送されたドラマ『101回目のプロポーズ』の劇中の台詞である「僕は死にません」が1位となりました。恋人を失うことを怖れている女性を演じる浅野温子さんに対し、恋愛に不器用な男性を演じる武田鉄矢さんが自身のひたむきな愛の気持ちを伝えたシーンの台詞で、その年の新語・流行語大賞を受賞しました。以降、2位「継続は力なり」「神様は乗り越えられない試練は与えない」、4位「なるようになる・ケセラセラ」、5位「楽あれば苦あり、苦あれば楽あり」が続きました。成功に向けて続けることの大切さを説く言葉や苦しいときでも前向きな気持ちになれるような言葉が上位に挙げられました。

◆自身の人生を変えた言葉（自由回答形式）※上位10位までを表示

全体[n=2000]

		件数
1位	僕は死にません	22
2位	継続は力なり	12
	神様は乗り越えられない試練は与えない	12
4位	なるようになる・ケセラセラ	11
5位	楽あれば苦あり、苦あれば楽あり	10
6位	為せば成る	9
	生きてるだけで丸もうけ	9
	明日は明日の風が吹く	9
	あきらめたらそこで試合終了ですよ	8
9位	ありのままがいい	8
	他人と過去は変えられないが自分と未来は変えられる	8

■自身の今までの60年を表す漢字 男性回答1位「忍」、女性回答1位「楽」

今年の還暦人は、自身が今まで過ごしてきた60年をどのようにとらえているのでしょうか。

全回答者（2,000名）に、自身の“今までの60年”を表す漢字（1字）を聞いたところ、1位「楽」、2位「忍」、3位「苦」、4位「幸」、5位「生」となりました。

男女別にみると、男性回答では1位「忍」、2位「楽」、3位「苦」となりました。その漢字を挙げた理由をみると、「忍」では「耐え忍ぶ人生だったから」「何事も耐えることが肝心だから」など、辛抱強く60年間を生きてきた様子がうかがえました。「楽」では「振り返ると、楽しいことが多かったから」、「苦」では「苦しいことの連続だったから」といった理由が挙げられました。

他方、女性回答では1位「楽」、2位「幸」「忍」となりました。その漢字を挙げた理由をみると、「楽」では「人生を楽しみながら過ごしてきたから」「楽しい思い出がたくさんあるから」など、これまでの人生を満喫できたという還暦女性が多いことがわかりました。「幸」では「苦労はあっても今が幸せだから」、「忍」では「自由に生きられなかったから」といった回答がみられました。

◆自身の“今までの60年”を表す漢字(1字) (自由回答形式) ※上位10位までを表示

全体[n=2000]

		件数
1位	楽	152
2位	忍	149
3位	苦	96
4位	幸	89
5位	生	53
6位	耐	52
7位	無	37
8位	平	36
9位	運	33
10位	悔	32

男性[n=1000]

		件数	選んだ理由(抜粋)
1位	忍	85	・耐え忍ぶ人生だったから ・何事も耐えることが肝心だから
2位	楽	65	・“楽”でもあり“楽”しくもあったから ・振り返ると、楽しいことが多かったから
3位	苦	50	・苦しいことの連続だったから ・バブル崩壊以降、生活が苦しいから
4位	生	26	・60歳を無事に迎えられたから
5位	幸	25	・妻と娘二人に恵まれて幸せだから
	耐	25	・守りが主の人生だったから
7位	運	22	・運良く生きてこれたから
	無	22	・何も成し遂げていないから
9位	平	17	・平凡で平和な60年だったから
	乱	17	・山あり谷ありの人生だったから

女性[n=1000]

		件数	選んだ理由(抜粋)
1位	楽	87	・人生を楽しみながら過ごしてきたから ・楽しい思い出がたくさんあるから
2位	幸	64	・苦労はあっても今が幸せだから ・孫の顔を見ることができたから
	忍	64	・辛抱強く頑張ってきたから ・自由に生きられなかったから
4位	苦	46	・努力が報われず苦労ばかりだったから
5位	生	27	・病気をせずに生きてこられたから
	耐	27	・姑の嫌味にずっと耐えてきたから
7位	愛	21	・一番好きな人と一緒にいられたから
8位	波	19	・波乱万丈の人生だったから
	平	19	・平穏な人生だったから
10位	悔	17	・やり直したいことばかりだから

■コロナ禍で“人の役に立ちたい”気持ち高まる？生まれ変わるなら就きたいと思う職業 1位「医師」

“還暦”には“生まれ変わり”という意味があります。今年の還暦人は、もし生まれ変わったらどのように生きていきたいと考えているのでしょうか。生まれ変わったときに就いてみたいと思う職業について質問しました。

全回答者（2,000名）に、生まれ変わるなら、どのような職業に就きたいと思うか聞いたところ、1位「医師」、2位「公務員」、3位「研究者」となりました。

男女別にみると、男女とも1位は「医師」でした。その職業を挙げた理由をみると、「人の役に立ちたいから（男性）」や「人の命を救いたいから（男性）」、「病気で苦しむ人を助けたいから（女性）」など、人の役に立ちたいという還暦人の思いが垣間見える結果となりました。現在、多くの医師が新型コロナウイルスと最前線で戦っています。還暦人の中には、自身も同じように、人を助けたいと感じている人が多いのではないのでしょうか。

男性回答では2位「公務員」、3位「研究者」となりました。その職業を挙げた理由については、「公務員」では「安定しているから」、「研究者」では「学問を探究したいから」といった回答が挙げられました。

他方、女性回答では2位「キャビンアテンダント」、3位「研究者」となりました。その職業を挙げた理由をみると、「キャビンアテンダント」では「子どもの頃から憧れていたから」のように、憧れを持っていたという回答が多くみられました。近年、子どもが将来なりたい職業のランキングでキャビンアテンダントが上位にランクインするケースは少ないようです。“生まれ変わったときに就いてみたい職業”についての考えを通して、今年の還暦人との世代間ギャップが垣間見える結果となりました。

◆生まれ変わるなら、どのような職業に就きたいと思うか（自由回答形式）※上位10位までを表示

全体[n=2000]

		件数
1位	医師	139
2位	公務員	85
3位	研究者	75
4位	教師	49
5位	パイロット	45
	俳優・女優	45
7位	音楽家・ミュージシャン	43
8位	職人	42
9位	キャビンアテンダント	41
10位	スポーツ選手 / 芸術家	各38

男性[n=1000]

		件数	選んだ理由(抜粋)
1位	医師	70	・人の役に立ちたいから ・人の命を救いたいから
2位	公務員	61	・国民に貢献したいから ・安定しているから
3位	研究者	45	・学問を探究したいから ・世の中のためになるから
4位	パイロット	43	・世界中を見たいから
5位	スポーツ選手	30	・子どもの頃の夢だったから
6位	教師	25	・素敵な恩師のようになりたいから
7位	音楽家・ミュージシャン	22	・音楽で人を感動させたいから
	会社員	22	・平凡がいいから
9位	政治家	20	・世の中を変えたいから
10位	芸術家	19	・感性で仕事をしてみたいから
	職人	19	・物作りを極めたいから

女性[n=1000]

		件数	選んだ理由(抜粋)
1位	医師	69	・病気で苦しむ人を助けたいから ・人のために尽くしたいから
2位	キャビンアテンダント	41	・子どもの頃から憧れていたから ・世界を飛び回りたいから
3位	研究者	30	・発明で世の中にも貢献したいから ・必要とされていると思うから
4位	看護師	29	・人を助ける仕事に就きたいから
	女優	29	・いろいろな人生を演じられるから
6位	教師	24	・学ぶことの楽しさを教えたいから
	公務員	24	・いろいろな活躍の道があるから
	専業主婦	24	・家族のために尽くしたいから
9位	職人	23	・一生続けられるから
	薬剤師	23	・手に職をつけたいから

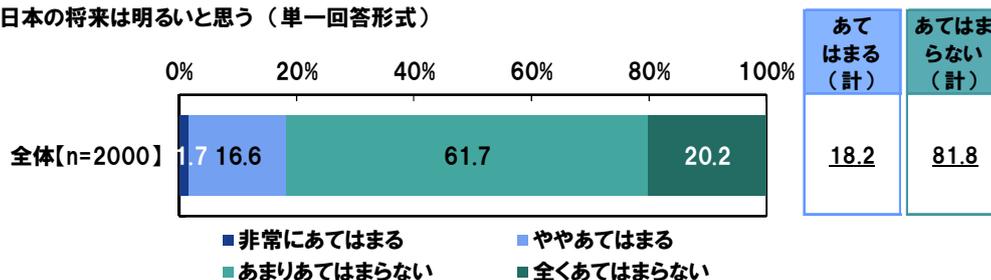
## 第4章：還暦人の展望と不安

- コロナ禍で明るい見通しを持たず？「日本の将来は明るいと思う」還暦人は2割に満たない結果に
- 還暦人の約6割が「第二の人生について考える機会が増えた」と実感
- 「まだまだやりたいこと（叶えたい夢や目標）がある」還暦人の約7割

還暦人が今後の人生に対して抱いている展望や不安について質問しました。

まず、全回答者（2,000名）に、日本の将来は明るいと思うか聞いたところ、「あてはまる」は18.2%、「あてはまらない」は81.8%となりました。コロナ禍をはじめ、景気に対する不安や自然災害に対する不安など、日本の将来について、明るい見通しを持たず悲観的にとらえている人が多いのではないのでしょうか。

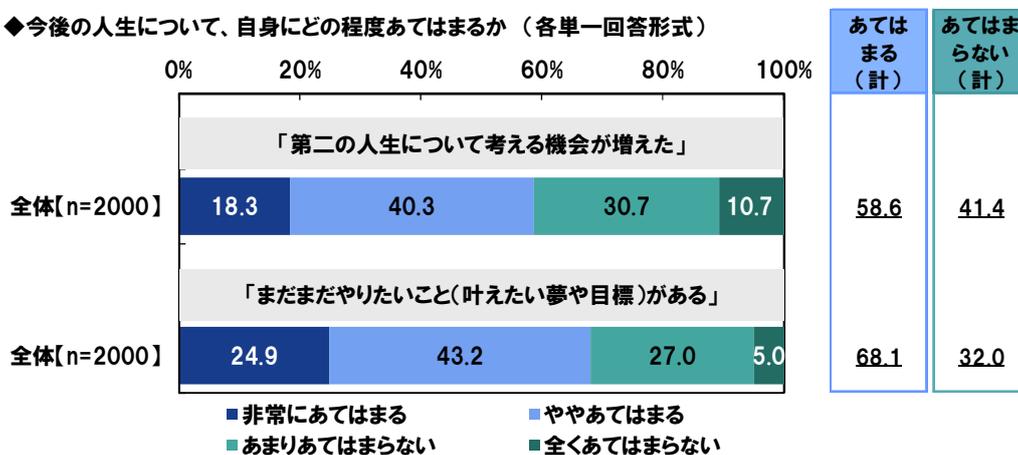
◆日本の将来は明るいと思う（単一回答形式）



また、還暦以降の自身の人生についてどのような実感や展望を持っているか聞いたところ、【第二の人生について考える機会が増えた】では「あてはまる」は58.6%となりました。“人生100年時代”といわれる時代を過ごすにあたり、これからどのような人生を送るべきか考えるようになったと実感している人が多いようです。

【まだまだやりたいこと（叶えたい夢や目標）がある】では「あてはまる」は68.1%と、約7割の還暦人が今後の人生に夢や目標を持っているという前向きな結果となりました。

◆今後の人生について、自身にどの程度あてはまるか（各単一回答形式）



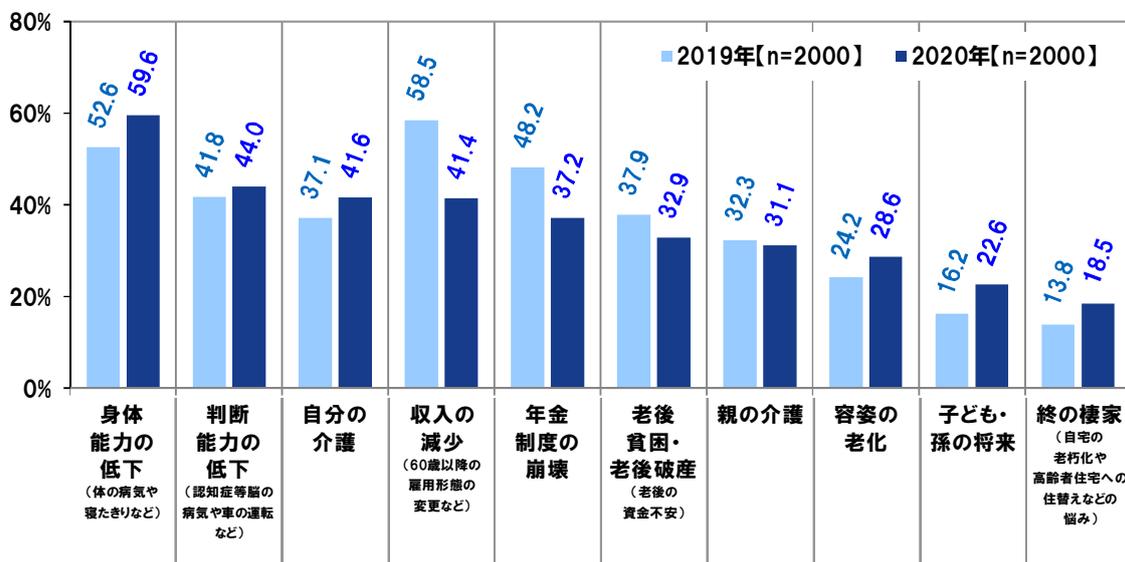
■還暦以降の人生に抱く不安 1位「身体能力の低下」2位「判断能力の低下」3位「自分の介護」

還暦人は、これからの人生について、どのようなことに不安を感じているのでしょうか。

全回答者（2,000名）に、還暦以降（60歳以降）の人生で不安に思うことを聞いたところ、1位「身体能力の低下（体の病気や寝たきりなど）」（59.6%）、2位「判断能力の低下（認知症等脳の病気や車の運転など）」（44.0%）、3位「自分の介護」（41.6%）となりました。自身の健康面を心配している人が多いようです。以降、4位「収入の減少（60歳以降の雇用形態の変更など）」（41.4%）、5位「年金制度の崩壊」（37.2%）、6位「老後貧困・老後破産（老後の資金不安）」（32.9%）となりました。

昨年の調査結果と比較すると、「収入の減少（60歳以降の雇用形態の変更など）」は2019年58.5%→2020年41.4%と17.1ポイント下降しており、順位も2019年1位→2020年4位と3つ下がる結果となりました。昨年の還暦人と比べ、今年の還暦人のほうが、収入面での不安を感じる人は少ないようです。そのほか、「年金制度の崩壊」は2019年48.2%→2020年37.2%と、11.0ポイント下降しました。他方、「身体能力の低下（体の病気や寝たきりなど）」は2019年52.6%→2020年59.6%、「子ども・孫の将来」は2019年16.2%→2020年22.6%で、それぞれ5ポイント以上上昇しました。

◆還暦以降(60歳以降)の人生で不安に思うこと（複数回答形式）※2020年調査の上位10位までを表示



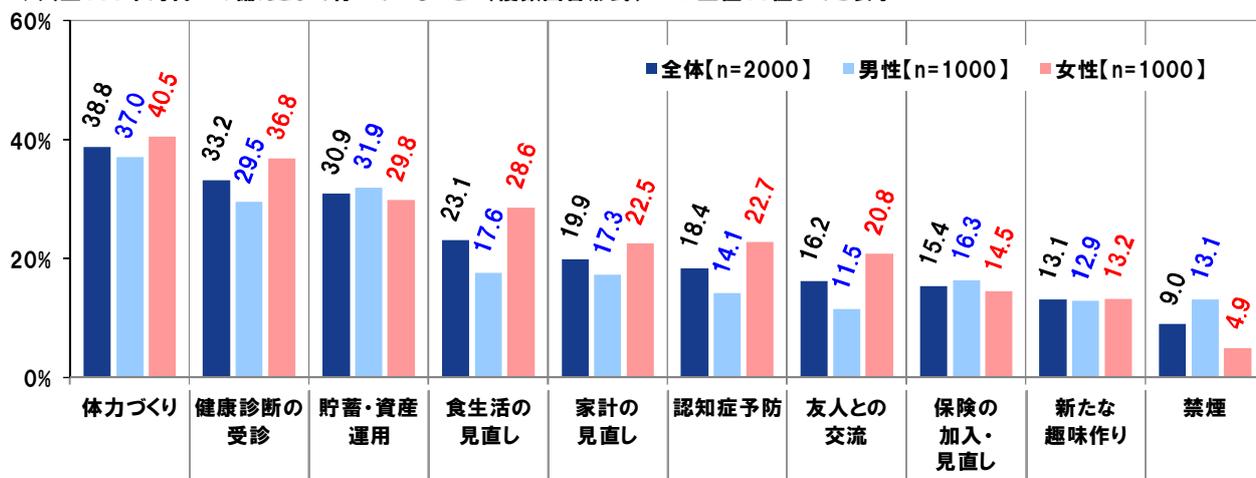
■人生 100 年時代への備え TOP3 「体力づくり」「健康診断受診」「貯蓄・資産運用」

では、還暦人は、これからの人生のために、普段の生活でどのような備えをしているのでしょうか。

最後に、全回答者（2,000 名）に、人生 100 年時代への備えとして行っていることを聞いたところ、「体力づくり」（38.8%）と「健康診断の受診」（33.2%）が高くなりました。人生 100 年時代に少しでも長く健康的な日常生活を送れるよう、健康寿命を延ばすことを意識しているという人が多いのではないのでしょうか。以降、「貯蓄・資産運用」（30.9%）、「食生活の見直し」（23.1%）、「家計の見直し」（19.9%）が続きました。貯蓄・資産運用のほか、食生活や家計の見直しを行うことで、セカンドライフを楽しみたいと考えている人も多いことがわかりました。

男女別にみると、「食生活の見直し」は女性では 28.6%と、男性（17.6%）と比べて 11.0 ポイント高くなりました。女性には、普段の食事や食習慣を見直すことで、人生 100 年時代をより健康的に過ごしたいと考えている人が多いようです。

◆人生100年時代への備えとして行っていること（複数回答形式） ※上位10位までを表示



注：本調査レポートの百分率表示は小数点第2位で四捨五入しているため、  
合計しても100%とならない場合がございます。  
また、属性別集計において抜粋して表示している場合は、n数を合計しても全体と一致しない場合がございます。

- ◆調査タイトル：2020年の還暦人（かんれきびと）に関する調査
- ◆調査対象：ネットエイジアリサーチのモニター会員を母集団とする  
1960年生まれの男女
- ◆調査期間：2020年6月25日～6月30日
- ◆調査方法：インターネット調査
- ◆調査地域：全国
- ◆有効回答数：2,000サンプル ※有効回答から抽出  
(内訳) 男性1,000名、女性1,000名
- ◆調査協力会社：ネットエイジア株式会社

## ■■会社概要■■

- 会社名：プルデンシャル ジブラルタ ファイナンシャル生命保険株式会社
- 代表者名：代表取締役社長 兼 CEO 阪本 浩明
- 創業：2010年4月1日
- 本社所在地：東京都千代田区永田町 2-13-10
- 業務内容：生命保険業  
(営業種目：個人保険、個人年金保険、団体保険、団体年金保険)

## ■■報道関係の皆様へ■■

本ニュースリリースの内容の転載にあたりましては、  
「PGF生命調べ」と付記のうえご使用いただきますようお願い申し上げます。