

2022年6月7日

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

PGF生命、 「2022年の還暦人(かんれきびと)に関する調査」を実施

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、2022年4月7日(木)～4月11日(月)の5日間、今年還暦を迎える1962年生まれの男女、「還暦人(かんれきびと)」を対象に「2022年の還暦人に関する調査」をインターネットリサーチで実施し、有効サンプル2,000名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)

今年還暦を迎える1962年生まれの男女は、153万人※にのぼります。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(とら)年生まれの人口」より 参考: <https://www.stat.go.jp/data/jinsui/topics/topi1301.html>

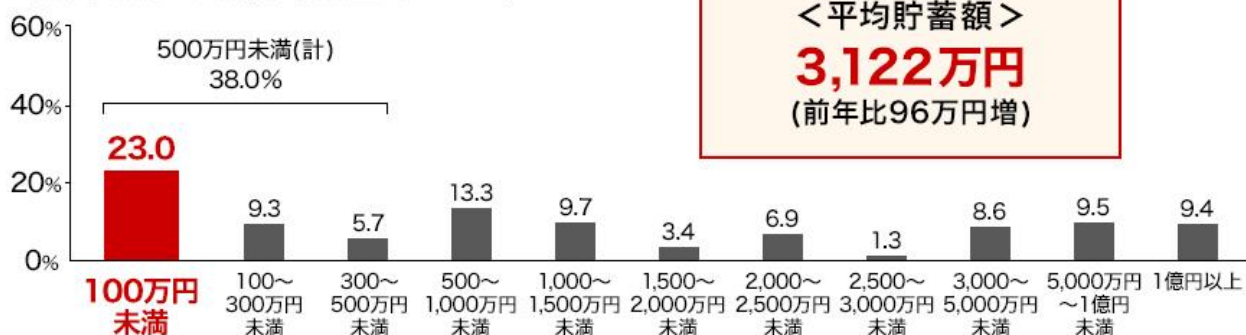


トピックス1: 貯蓄額の平均は昨年の還暦人と比較して増えた? 減った? 変わりゆく還暦人の懐事情

2018年の調査以降、還暦人の貯蓄金額の平均は増加している結果に。2020年には平均額が3,000万円台まで増加し、今年2022年は過去最高の3,122万円(前年比96万円増)となりました。**コロナ禍による将来不安**などを受けて、**家計の貯蓄性向が高まっている**からかもしれません。

また、貯蓄額が増加傾向にある一方で、最も多かった回答は「**貯蓄額100万円未満**」でした。

◆ 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)



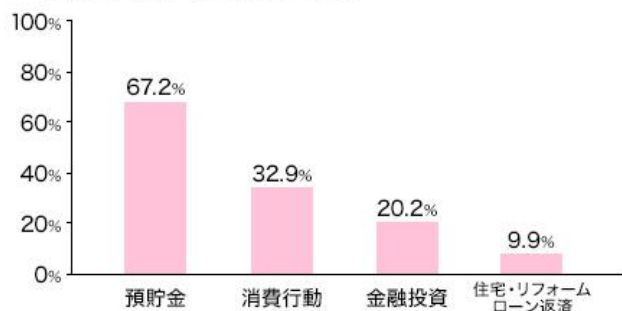
トピックス2: やっぱ貯金だけじゃなくて、消費もしたい！還暦人の退職金の使い道は？！

59歳時点で就労をしている・していた還暦人で、退職金を受け取る予定がある人の67.2%が回答した使い道は「**預貯金**」。20.2%が「**金融投資**」と回答しました。将来のことも見据えた、**資産形成への意識の高さ**が伺えます。しかし同時に、**退職金を消費に充てたい意向**も調査結果から見えてきました。

消費行動は「**国内旅行**」「**住宅リフォーム**」といった、働いている間にはなかなか時間や手間をかけられないことに退職金を使いたい人が多いようです。

◆退職金をどのようなことに使おうと思うか(複数回答形式)

対象: 59歳時点で就労をしている・していた人で、
退職金を受け取る予定がある人



【消費行動の内訳】

1	国内旅行 (50.4%)
2	住宅リフォーム (34.0%)
3	配偶者・パートナーへのプレゼント (26.2%)
4	自動車購入 (22.7%)
5	海外旅行 (21.9%)

トピックス3: 還暦に見えない！容姿が若いと思う同年代の有名人は？

還暦に見えないくらい容姿が若いと思う1962年生まれの有名人の1位は、女性が「松田聖子さん」、男性が「藤井フミヤさん」でした。トップアイドルとして絶大な人気を誇り、今もなお若々しく、第一線で活躍されているお二人が、還暦人にとっては常に憧れの存在なんですね。

◆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(複数回答形式) ※上位10位までを表示

女性		男性	
2022年度		2022年度	
1 松田 聖子 (832名)	6 長野 智子 (134名)	1 藤井 フミヤ (606名)	6 豊川 悦司 (263名)
2 高木 美保 (241名)	7 小川 菜摘 (134名)	2 風間 トオル (364名)	7 布袋 寅泰 (261名)
3 麻木 久仁子 (209名)	8 日高 のり子 (123名)	3 久保田 利伸 (353名)	8 ダイヤモンドユカイ (251名)
4 山咲 千里 (186名)	9 竹内 都子 (84名)	4 柳沢 慎吾 (288名)	9 寺脇 康文 (244名)
5 岡村 孝子 (172名)	10 俵 万智 (67名)	5 風見 しんご (267名)	10 川平 慈英 (236名)

◆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(複数回答形式) ※上位10位までを表示

2022年度(1962年生まれ)	
1 松田 聖子 (832名)	5 柳沢 慎吾 (288名)
2 藤井 フミヤ (606名)	6 風見 しんご (267名)
3 風間 トオル (364名)	7 豊川 悦司 (263名)
4 久保田 利伸 (353名)	8 布袋 寅泰 (261名)
	9 ダイヤモンドユカイ (251名)
	10 寺脇 康文 (244名)

次頁には、トピックスには収まりきれなかった調査内容項目をハイライトで公開！さらに、4頁目からは、調査の結果詳細を図解解説しています。今年の還暦人の意識をチェックしてみてください。

<調査結果ハイライト>

第1章：還暦人の意識

- 「還暦の実感がわからない」8割、2018年調査以降緩やかな上昇傾向
- 心も身体もまだまだ若い！ 実感年齢 精神年齢は平均47歳、肉体年齢は平均55歳
- 物忘れ増加や記憶力低下が心配？ 「最近、記憶力の衰えを感じる」3人に2人
- “嬉しい”と感じる還暦祝い 催しの1位は「一緒に旅行」、プレゼントの1位は「現金」！
- 還暦に見えない！ 容姿が若いと思う同年代の有名人は、やっぱりこの人だった！
男性有名人1位は「藤井フミヤさん」、女性有名人1位は「松田 聖子さん」
- ライフスタイルなどをお手本にしたい同年代の有名人 1位「木梨 憲武さん」

第2章：還暦人の人生振り返り

- 自身の今までの60年を表す漢字1文字 男性回答・女性回答ともに「楽」が1位に
- “忘れられない”お金に関する思い出とは？「初任給で両親に贈り物をした」「株で大損した」など
- 青春ソングランキング 選んだ理由には「当時の恋人との思い出」が多数
男性のTOP3は「木綿のハンカチーフ」「青春時代」「青い珊瑚礁」
女性のTOP3は「赤いスイートピー」「卒業写真」「なごり雪」

第3章：還暦人の仕事・マネー

- 現役志向が強い傾向 「65歳以降も働きたい」働く還暦人の8割
- 退職金の使い道 消費の矛先は「旅行」「住宅リフォーム」「プレゼント」「自動車購入」へ
- 貯蓄額平均は昨年比96万円増で3,122万円、一方、約4割が「500万円未満」と貯蓄格差が顕著に
- 生活費として最低限必要だと思う金額 平均は18万7千円/月、昨年比1万1千円減少
- “ゆとりのある生活”を送るために必要だと思う金額 平均は27万3千円/月、3年連続減少傾向
- 子どもへの住宅購入資金援助 「意向あり」4割、援助した・したいと思う金額は平均1,561万円
- 孫への教育資金援助 「意向あり」4割強、援助した・したいと思う金額は平均1,239万円
- キャッシュレス派が大多数 「買い物では現金決済よりキャッシュレス決済が多い」7割
- 家計管理は近いうちにスマホが主流？ 「お金の管理をアプリで行いたい」3割
- 大切にしている“一生モノ”
男性のTOP3は「時計」「家」「車」、女性のTOP3は「指輪」「時計」「ネックレス・ペンダント」

第4章：還暦人の展望と不安

- 叶えたい夢や目標 TOP3は「旅行をする」「健康に過ごす・健康になる」「働く・現役でいる」
- コロナ収束後に行きたいリベンジ消費はやっぱり「旅行」！2位「食事」3位「ライブ・コンサート」
旅行にかけるお金は、なんと平均24万7千円！
- 「今後、住み替えをしたい」2割強、住み替え派の“住み替え目標年齢”は平均67歳
- これからの人生で抱く不安 1位「収入の減少」、判断能力の低下は4割が不安
- 女性の約6割が「エンディングノート・遺言書の作成」に前向き、男性では約4割にとどまる結果に
- 3割半がすでに認知症予防を開始！ 一方で男性の4割強は認知症予防をするつもりがないと回答
- 認知症予防のための取り組み 1位「脳トレ」2位「運動」3位「パズル」
- 人生100年時代への備え 現在行っていることの1位は「貯蓄・資産運用」
- リカレント教育で習得したい知識・スキル 「語学」がダントツ、2位「パソコン」

■■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。

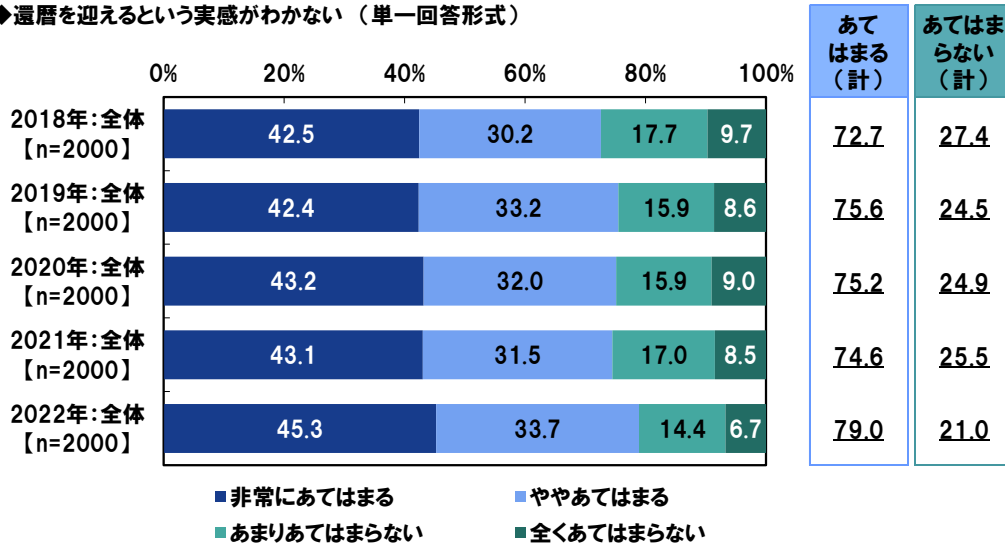
第1章：還暦人の意識

■「還暦の実感がわからない」8割、2018年調査以降緩やかな上昇傾向

今年還暦を迎える1962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を聞いたところ、「非常にあてはまる」と「ややあてはまる」と回答した人は、合計して79.0%。また、「全くあてはまらない」と「あまりあてはまらない」と回答した人は、合計して21.0%でした。過去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が、2018年の調査（72.7%）より6.3ポイント高くなり、上昇傾向が見られました。今年の還暦人の大半が、還暦を迎えることに対して、実感がわからないと感じているようです。

◆還暦を迎えるという実感がわからない（単一回答形式）



- 心も身体もまだまだ若い！ 実感年齢 精神年齢は平均 47 歳、肉体年齢は平均 55 歳
- 物忘れ増加や記憶力低下が心配？ 「最近、記憶力の衰えを感じる」3 人に 2 人

自身の年齢を何歳に相当すると感じているか、精神年齢と肉体年齢それぞれで調査しました。

□精神年齢

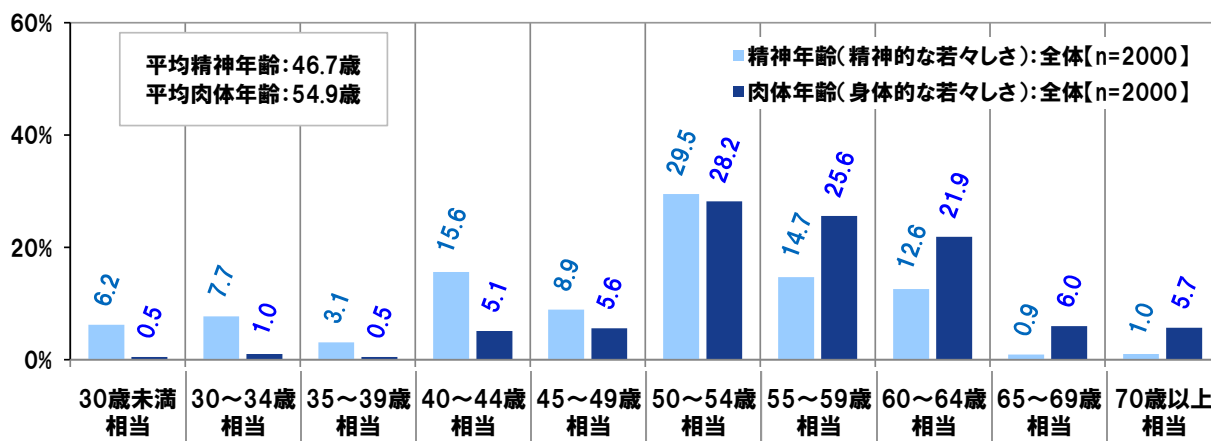
「精神的な若々しさ」の実感は、「50～54 歳相当」(29.5%) に最も多くの回答が集まりました。また、「40～44 歳相当」(15.6%) にも回答がみられ、平均年齢は 46.7 歳でした。

□肉体年齢

「身体的な若々しさ」の実感でも、「50～54 歳相当」(28.2%) が最も多く、次いで「55～59 歳相当」(25.6%) が多く、平均年齢は 54.9 歳でした。

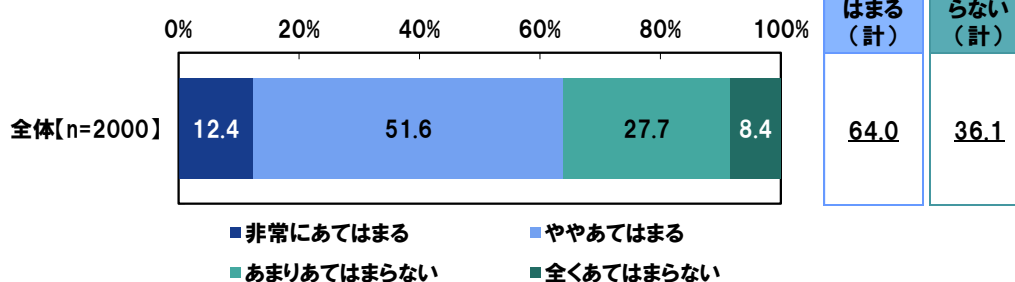
60 歳に対し、精神年齢は 13.3 歳、肉体年齢は 5.1 歳若い結果となり、自分より年齢が若い人にもまだまだ負けないという自負心が表れました。多くの還暦人が抱く「還暦の実感がわからない」という共通の感覚は、特に心の若々しさへの自信に起因するところが大きいのではないのでしょうか。

◆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)」



一方で、最近、記憶力の衰えを感じるかを聞いたところ、「あてはまる」は 64.0%、「あてはまらない」は 36.1%となりました。還暦人の 3 人に 2 人が、物忘れの機会が増えたり、記憶力低下に不安を覚えたりしているようです。

◆最近、記憶力の衰えを感じる（単一回答形式）

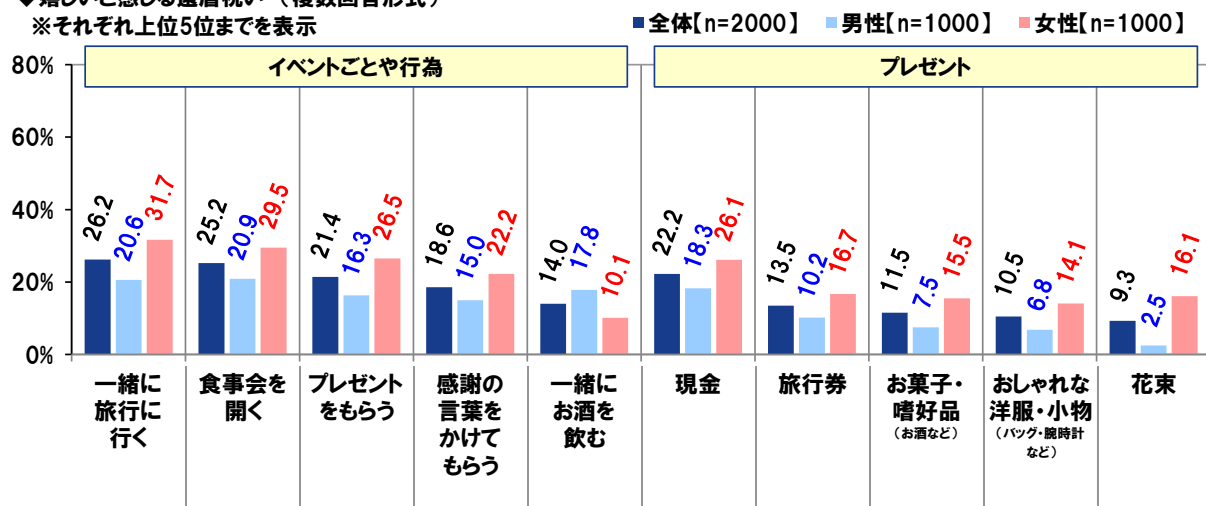


- “嬉しい” と感じる還暦祝い 催しの1位は「一緒に旅行」、プレゼントの1位は「現金」！
- 還暦女性が“遠慮したい” と感じる還暦祝い 催しでは「赤いちゃんちゃんこを着る」がダントツ、プレゼントではペア腕時計などの「夫婦ペアグッズ」や、似顔絵・置き時計などの「記念品」が突出

続いて、全回答者（2,000名）に、還暦のお祝いについて質問しました。

嬉し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1位「一緒に旅行に行く」（26.2%）、2位「食事会を開く」（25.2%）、3位「プレゼントをもらう」（21.4%）。プレゼントでは、1位「現金」（22.2%）、2位「旅行券」（13.5%）、3位「お菓子・嗜好品（お酒など）」（11.5%）でした。

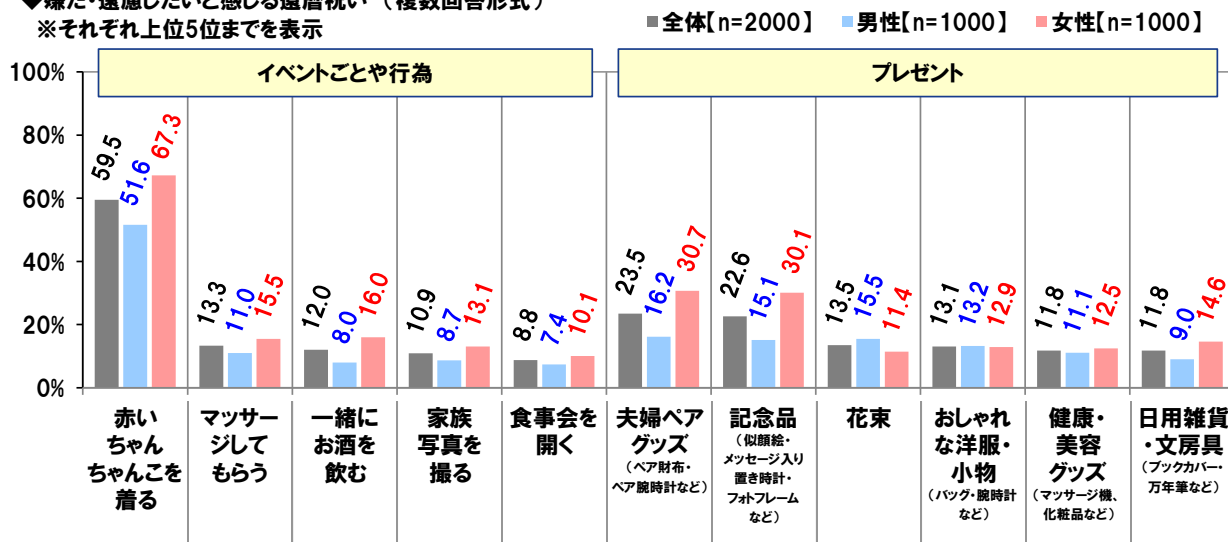
◆嬉しいと感じる還暦祝い（複数回答形式）
※それぞれ上位5位までを表示



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」（59.5%）がダントツ、2位「マッサージしてもらう」（13.3%）、3位「一緒にお酒を飲む」（12.0%）。プレゼントは1位「夫婦ペアグッズ（ペア財布・ペア腕時計など）」（23.5%）、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）」（22.6%）、3位「花束」（13.5%）でした。

男女別に嫌だ・遠慮したいと感じるプレゼントをみると、女性では、「夫婦ペアグッズ（ペア財布・ペア腕時計など）」（30.7%）と「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）」（30.1%）が高くなりました。趣味嗜好に合わないグッズや、実年齢を日常的に強く意識させる記念品を嫌う女性が多いのではないのでしょうか。

◆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



■還暦に見えない！ 容姿が若いと思う同年代の有名人は、やっぱりこの人だった！

男性有名人1位は「藤井フミヤさん」、女性有名人1位は「松田 聖子さん」

■影響を受けた同年代の有名人 TOP3は「松田 聖子さん」「藤井フミヤさん」「久保田 利伸さん」

■ライフスタイルなどをお手本にしたい同年代の有名人 1位「木梨 憲武さん」

全回答者（2,000名）に、今年の還暦人と同年代の1962年生まれの有名人について聞きました。

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、トップアイドルとして絶大な人気を誇った「松田 聖子さん」が1位でした。以降、2位「藤井フミヤさん」、3位「風間 トオルさん」が続きました。

男女別にランキングをみると、男性有名人では1位「藤井フミヤさん」、2位「風間 トオルさん」、3位「久保田 利伸さん」。女性有名人は、1位「松田 聖子さん」、2位「高木 美保さん」、3位「麻木 久仁子さん」でした。

◆還暦に見えないくらい容姿が若いと思う同年代(1962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]

全体			男性有名人			女性有名人		
順位	名	名	順位	名	名	順位	名	名
1位	松田 聖子	832	1位	藤井 フミヤ	606	1位	松田 聖子	832
2位	藤井 フミヤ	606	2位	風間 トオル	364	2位	高木 美保	241
3位	風間 トオル	364	3位	久保田 利伸	353	3位	麻木 久仁子	209
4位	久保田 利伸	353	4位	柳沢 慎吾	288	4位	山咲 千里	186
5位	柳沢 慎吾	288	5位	風見 しんご	267	5位	岡村 孝子	172
6位	風見 しんご	267	6位	豊川 悦司	263	6位	長野 智子	134
7位	豊川 悦司	263	7位	布袋 寅泰	261	7位	小川 菜摘	134
8位	布袋 寅泰	261	8位	ダイヤモンド☆ユカイ	251	8位	日高 のり子	123
9位	ダイヤモンド☆ユカイ	251	9位	寺脇 康文	244	9位	竹内 都子	84
10位	寺脇 康文	244	10位	川平 慈英	236	10位	俵 万智	67

また、自身が影響を受けたと思う同年代の有名人も、「松田 聖子さん」がダントツでした。社会現象になった“聖子ちゃんカット”を一度は経験したという女性が多いのではないのでしょうか。次いで、2位「藤井フミヤさん」、3位「久保田 利伸さん」となり、男性アーティストが続きました。

さらに、ライフスタイルなどをお手本にしたいと思う同年代の有名人を聞いたところ、音楽・スポーツ・アート・お笑いなど多彩な活動で注目を集め続ける「木梨 憲武さん」が1位となり、2位「松田 聖子さん」、3位「藤井フミヤさん」が続きました。

◆自身が影響を受けたと思う同年代(1962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]

順位	名	名
1位	松田 聖子	364
2位	藤井 フミヤ	114
3位	久保田 利伸	95
4位	木梨 憲武	84
5位	岡村 孝子	68
6位	豊川 悦司	44
7位	布袋 寅泰	43
8位	IKKO	33
9位	風間 トオル	31
10位	柳沢 慎吾	30

◆(ライフスタイルなど)お手本にしたいと思う同年代(1962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]

順位	名	名
1位	木梨 憲武	79
2位	松田 聖子	63
3位	藤井 フミヤ	57
4位	高木 美保	40
5位	IKKO	39
6位	石原 良純	32
7位	岡村 孝子	23
	風間 トオル	23
9位	豊川 悦司	22
10位	六角 精児	21
	久保田 利伸	21

第2章：還暦人の人生振り返り

■自身の今までの60年を表す漢字1文字 男性回答・女性回答ともに「楽」が1位に

これまで歩んできた人生の振り返りについて質問しました。

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「苦」、3位「幸」、4位「忍」、5位「無」でした。男性・女性とも「楽」と回答した人が最も多く、その漢字を選んだ理由を男女別に聞きました。その結果、男性は「辛いことも結局は楽しみにつながったから」や「楽しく暮らすことができたから」、女性は「人生を楽しむことができてから」や「辛いことよりも楽しいことを思い出すから」といった回答がありました。辛いことや苦しいことを経験しても、これまでの60年を総括すると“楽しかった”と感じている人が多いようです。

2位以下をみると、男性では2位「苦」、3位「忍」となりました。「苦」は「苦労の連続だったから」や「お金の苦労が尽きなかったから」、「忍」では「耐え忍ぶ人生だったから」や「我慢することが多かったから」などが回答理由でした。

他方、女性では2位「幸」、3位「苦」でした。「幸」では「幸せを感じるが多かったから」や「健康で家族と平和に暮らせているから」、「苦」では「苦しい時期が多かったから」や「金銭的にずっと苦しかったから」が回答理由でした。

◆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]

	名	名
1位	楽	149
2位	苦	128
3位	幸	102
4位	忍	100
5位	無	68
6位	生	54
7位	早	45
8位	耐	43
9位	波	39
10位	平	37

男性[n=1000]

	名	名	選んだ理由(抜粋)
1位	楽	62	・辛いことも結局は楽しみにつながったから ・楽しく暮らすことができたから
2位	苦	59	・苦労の連続だったから ・お金の苦労が尽きなかったから
3位	忍	49	・耐え忍ぶ人生だったから ・我慢することが多かったから
4位	無	40	・達成感が無いから
5位	幸	32	・幸福な時間を過ごすことができたから
6位	生	29	・生きていてよかったと思えているから
7位	早	26	・あっという間の60年だったから
8位	耐	25	・我慢の連続だったから
9位	運	19	・何かと運に恵まれていたと思うから
10位	悔 乱	18 18	・後悔することが多かったから ・波瀾万丈な人生だったから

女性[n=1000]

	名	名	選んだ理由(抜粋)
1位	楽	87	・人生を楽しむことができてから ・辛いことよりも楽しいことを思い出すから
2位	幸	70	・幸せを感じるが多かったから ・健康で家族と平和に暮らせているから
3位	苦	69	・苦しい時期が多かったから ・金銭的にずっと苦しかったから
4位	忍	51	・忍耐力が必要な人生だったから
5位	波	30	・波乱に満ちていたから
6位	無	28	・何も達成できていないから
7位	生	25	・頑張って生きてきたから
8位	平	23	・平凡に生きてきたから
9位	早	19	・あっという間に還暦になっていたから
10位	耐	18	・苦難によく耐えて乗り切ってきたから

■ “忘れられない” お金に関する思い出とは？「初任給で両親に贈り物をした」「株で大損した」など

お金に関する忘れられない思い出を聞いたところ、「お金がなかったとき、友人が助けてくれた」や「結婚が決まったとき、親が援助してくれた」、「家を建てる際、親が資金援助してくれた」など家族・友人からの援助に関する回答、「学費や通学費をアルバイトと奨学金でやりくりした」や「大学の学費をアルバイトで賄った」など学費に関する回答、「初任給で両親に贈り物をした」や「初めての給料でブランド品を買った」など初任給に関する回答がありました。

また、「タンス預金の150万円を泥棒に盗まれた」や「置き引きに遭い、そのまま現金を引き出された」など盗難に関する回答、「相続問題で裁判をした」や「親の遺産争いに巻き込まれた」など遺産・相続に関する回答、「1,000万円近い借金を返済した」や「結婚後、カードローンの返済に苦労した」など借金・ローンに関する回答がありました。お金で苦い経験をした人も少なくないようです。

そのほか、「株で大損した」や「知人に勧められた投資話にだまされた」など投資に関する回答、「振り込め詐欺に遭った」や「苦労して貯めた1億円ほどの貯金をだましとられた」など詐欺に関する回答、「会社の同僚にお金を貸したら返ってこなかった」や「友人だと思っていた人にお金を貸したら音信不通になった」などお金の貸し借りに関する回答がありました。お金を巡って、落胆する経験をした人や悲しい思いを経験したという人もみられました。

◆お金に関する忘れられない思い出（自由回答形式）※抜粋して表示
全体[n=2000]

～家族・友人からの援助～

- ・お金がなかったとき、友人が助けてくれた(男性)
- ・結婚が決まったとき、親が援助してくれた(女性)
- ・専門学校時代、親が仕送りしてくれた(女性)
- ・家を建てる際、親が資金援助してくれた(女性)

～学費～

- ・学費や通学費をアルバイトと奨学金でやりくりした(女性)
- ・大学の学費をアルバイトで賄った(女性)
- ・親が無理をして学費を工面してくれた(男性)

～初任給～

- ・初任給で両親に贈り物をした(女性)
- ・初任給で外食をした(女性)
- ・初めての給料でブランド品を買った(女性)

～盗難～

- ・海外旅行の際、財布をすられた(女性)
- ・タンス預金の150万円を泥棒に盗まれた(男性)
- ・置き引きに遭い、そのまま現金を引き出された(男性)

～遺産・相続～

- ・相続問題で裁判をした(男性)
- ・親の遺産争いに巻き込まれた(女性)
- ・多額の相続税を支払った(男性)

～借金・ローン～

- ・1,000万円近い借金を返済した(男性)
- ・経済的に苦しいときに母から何度もお金を借りた(女性)
- ・結婚後、カードローンの返済に苦労した(男性)
- ・主人に借金があり、それを返した(女性)

～投資～

- ・株で大損した(女性)
- ・オプション取引で大負けした(男性)
- ・先物取引で1,000万円くらい損した(男性)
- ・知人に勧められた投資話にだまされた(女性)

～詐欺～

- ・振り込め詐欺に遭った(男性)
- ・苦労して貯めた1億円ほどの貯金をだましとられた(女性)
- ・特殊詐欺に遭い、預けた元金をすべて失った(女性)
- ・ネット詐欺に遭った(女性)

～貸し借り～

- ・会社の同僚にお金を貸したら返ってこなかった(女性)
- ・交際相手に貸したお金が返ってこなかった(女性)
- ・友人だと思っていた人にお金を貸したら音信不通になった(女性)
- ・信頼していた人にお金を貸したが返してくれなかった(男性)

■青春ソングランキング 選んだ理由には「当時の恋人との思い出」が多数

男性の TOP3 は「木綿のハンカチーフ」「青春時代」「青い珊瑚礁」

女性の TOP3 は「赤いスイートピー」「卒業写真」「なごり雪」

自身の青春ソングを聞いたところ、1位「赤いスイートピー（松田 聖子）」、2位「なごり雪（イルカ）」、3位「卒業写真（荒井 由実）」「木綿のハンカチーフ（太田 裕美）」、5位「青い珊瑚礁（松田 聖子）」と、松田 聖子さんの曲が TOP5 に2曲ランクインしました。

男女別にみると、男性では1位「木綿のハンカチーフ（太田 裕美）」、2位「青春時代（森田 公一とトップギャラン）」、3位「青い珊瑚礁（松田 聖子）」でした。その曲を選んだ理由をみると、「木綿のハンカチーフ」では「歌詞が響いた曲だから」や「当時の恋人との別れを思い出すから」、「青春時代」では「学生時代に流行っていたから」や「思い出の曲だから」、「青い珊瑚礁」では「青春真っ只中に聴いていた曲だから」や「学生時代、大好きな曲だったから」といった回答がありました。

他方、女性は1位「赤いスイートピー（松田 聖子）」、2位「卒業写真（荒井 由実）」、3位「なごり雪（イルカ）」でした。その曲を選んだ理由をみると、「赤いスイートピー」では「当時の恋人とよく車の中で聴いていたから」や「恋愛をしていたときによく聴いていたから」、「卒業写真」では「歌詞に重なる思い出があるから」や「学生時代を思い出す曲だから」、「なごり雪」では「青春の思い出の曲だから」や「学生時代、友人とよく歌っていたから」といった回答がありました。

◆自身の青春ソング（自由回答形式）※全体は上位10位まで、男女別は上位5位までを表示
全体[n=2000]

	名	名
1位	赤いスイートピー(松田 聖子)	53
2位	なごり雪(イルカ)	32
3位	卒業写真(荒井 由実)	30
	木綿のハンカチーフ(太田 裕美)	30
5位	青い珊瑚礁(松田 聖子)	29
6位	青春時代(森田 公一とトップギャラン)	27
7位	時代(中島 みゆき)	26
8位	いとしのエリー(サザンオールスターズ)	19
9位	22才の別れ(風)	16
10位	神田川(かぐや姫)	14

男性[n=1000]

	名	名	選んだ理由(抜粋)
1位	木綿のハンカチーフ (太田 裕美)	24	・歌詞が響いた曲だから ・当時の恋人との別れを思い出すから
2位	青春時代 (森田 公一とトップギャラン)	22	・学生時代に流行っていたから ・思い出の曲だから
3位	青い珊瑚礁 (松田 聖子)	17	・青春真っ只中に聴いていた曲だから ・学生時代、大好きな曲だったから
4位	なごり雪 (イルカ)	13	・卒業式で歌った思い出の曲だから ・卒業式の帰りに友人と口ずさんだ曲だから
5位	赤いスイートピー (松田 聖子)	12	・ドライブでよく聴いたから ・学生時代の思い出がよみがえるから

女性[n=1000]

	名	名	選んだ理由(抜粋)
1位	赤いスイートピー (松田 聖子)	41	・当時の恋人とよく車の中で聴いていたから ・恋愛をしていたときによく聴いていたから
2位	卒業写真 (荒井 由実)	25	・歌詞に重なる思い出があるから ・学生時代を思い出す曲だから
3位	なごり雪 (イルカ)	19	・青春の思い出の曲だから ・学生時代、友人とよく歌っていたから
4位	時代 (中島 みゆき)	18	・当時、この曲を聴いて救われたから ・勇気をもらった曲だから
5位	いとしのエリー (サザンオールスターズ)	13	・恋人が名前を変えて歌ってくれたから ・高校生のころによく聴いていた曲だから

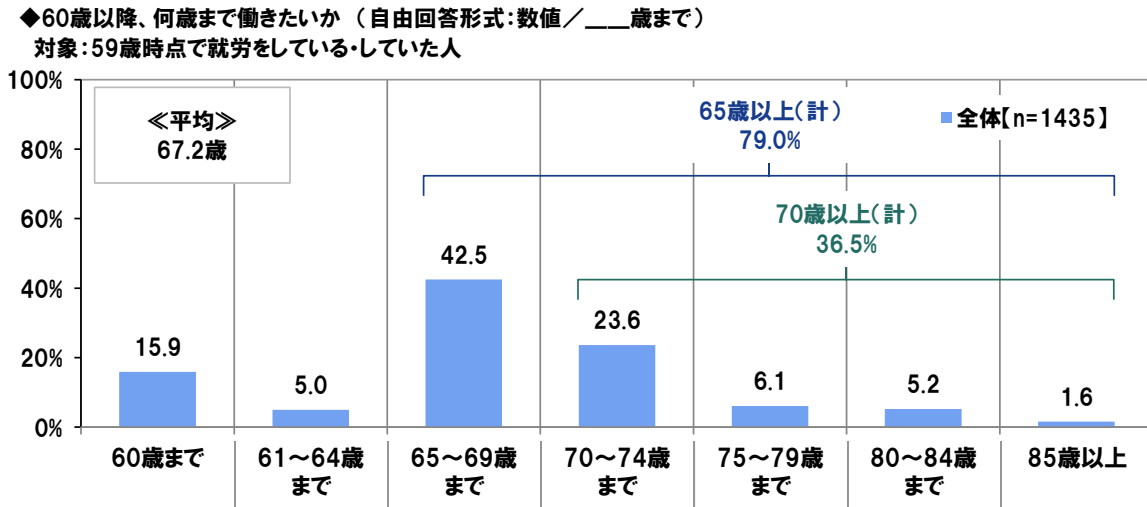
第3章：還暦人の仕事・マネー

■現役志向が強い傾向 「65歳以降も働きたい」働く還暦人の8割

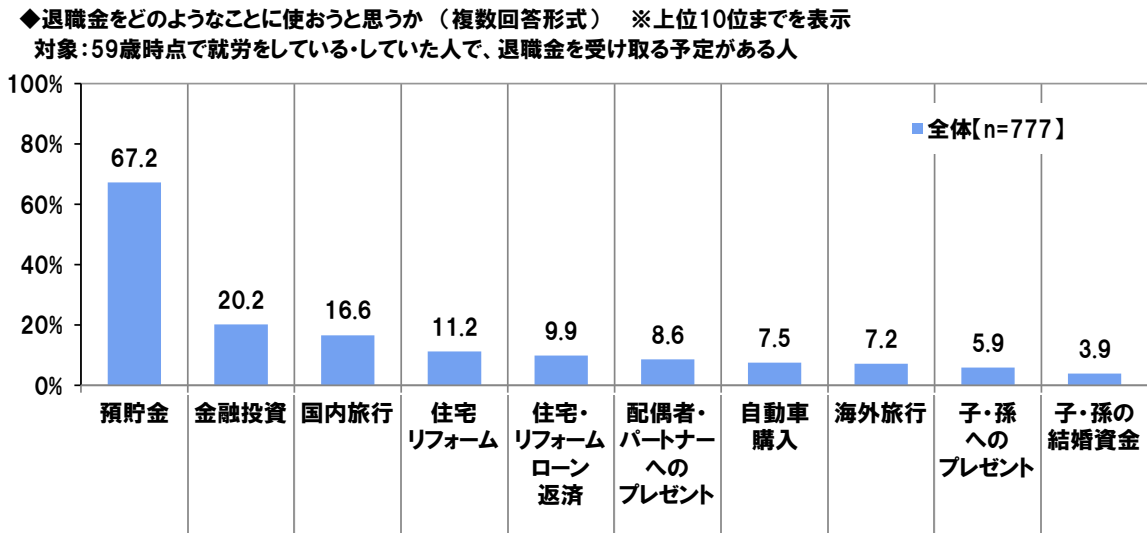
■退職金の使い道 消費の矛先は「旅行」「住宅リフォーム」「プレゼント」「自動車購入」へ

59歳時点で就労をしている・していた人（1,435名）に、還暦以降の就労意向や退職金の使い道について質問しました。

60歳以降、何歳まで働きたいかについてみると、65歳以降も働きたいと思う人（65歳以降の年齢を回答した人）の割合は79.0%、70歳以降も働きたいと思う人（70歳以降の年齢を回答した人）の割合は36.5%でした。2021年4月の改正高齢者雇用安定法施行で、対象となる事業者には、65歳までの雇用確保義務と70歳までの就業確保努力義務が課されます。還暦以降も就労者の現役志向は強く、70歳で引退せず、働きたいと考える人も少なくないようです。



また、59歳時点で就労をしている・していた人で、退職金を受け取る予定がある人（777名）に、退職金をどのようなことに使おうと思うかを聞いたところ、「預貯金」（67.2%）が突出して高くなりました。次いで高くなったのは、「金融投資」（20.2%）、「国内旅行」（16.6%）、「住宅リフォーム」（11.2%）、「住宅・リフォームローン返済」（9.9%）、「配偶者・パートナーへのプレゼント」（8.6%）、「自動車購入」（7.5%）、「海外旅行」（7.2%）、「子・孫へのプレゼント」（5.9%）でした。

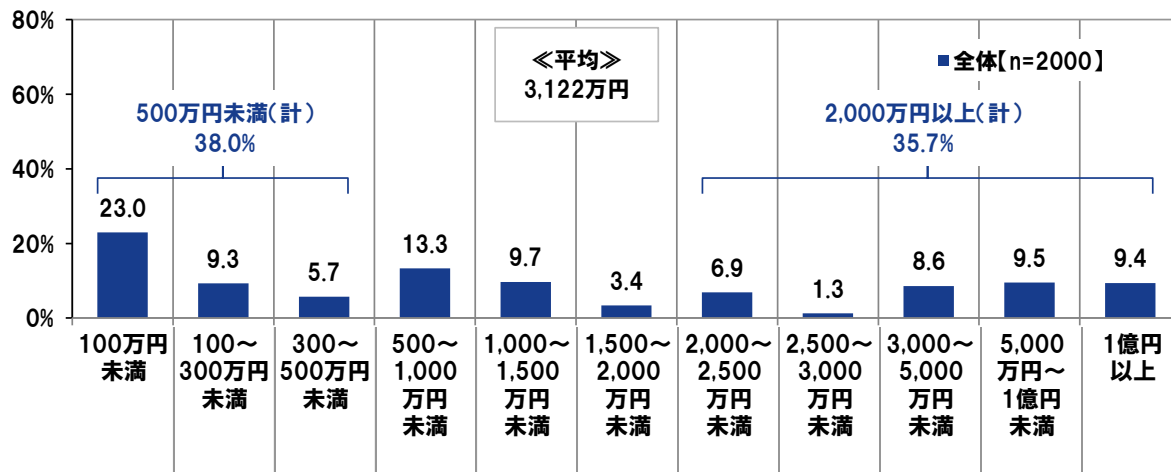


■貯蓄額平均は昨年比 96 万円増で 3,122 万円、一方、約 4 割が「500 万円未満」と貯蓄格差が顕著に

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、「100 万円未満」（23.0%）に最も多くの回答が集まったほか、「100～300 万円未満」（9.3%）や「500～1,000 万円未満」（13.3%）、「1,000～1,500 万円未満」（9.7%）、「3,000～5,000 万円未満」（8.6%）、「5,000 万円～1 億円未満」（9.5%）、「1 億円以上」（9.4%）などに回答が分散し、平均は 3,122 万円でした。

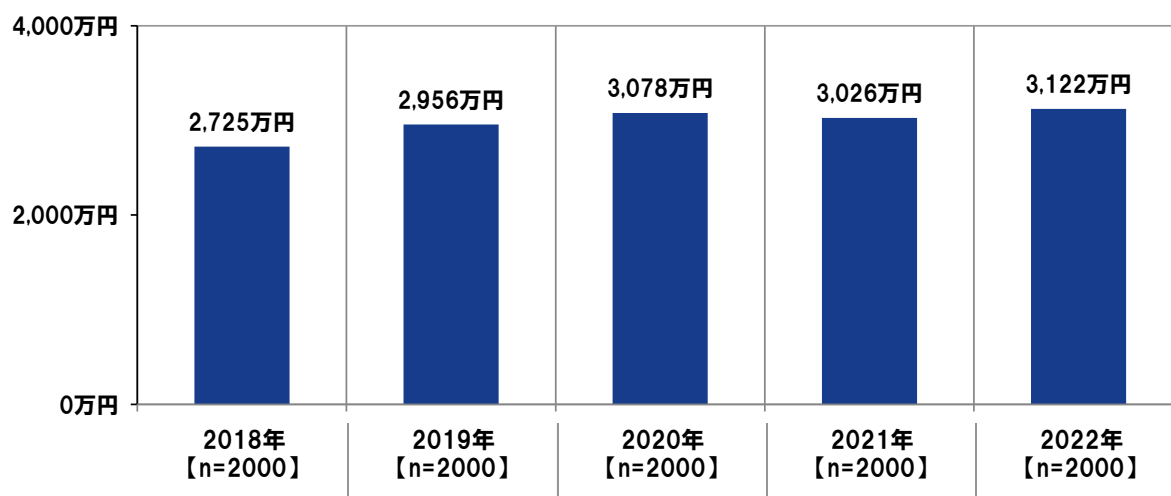
2,000 万円以上と回答した人は 35.7%である一方、「500 万円未満（計）」の割合は 38.0%となり、還暦人における貯蓄格差が顕著となりました。

◆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）



過去の調査結果と比較すると、貯蓄金額の平均は、2018 年の調査以降、着実な増加傾向がみられ、2020 年の調査以降は 3,000 万円台を推移している状況が続いています。2019 年に話題となった「老後 2,000 万円問題」やコロナ禍による将来不安や経済の先行き不透明感などを受けて、家計の貯蓄性向の高まりが続いていると考えられます。また、2021 年の調査からの変化をみると、2021 年 3,026 万円→2022 年 3,122 万円と、96 万円の増加（前年比 3.2%増加）となりました。

◆現段階の貯蓄金額の平均

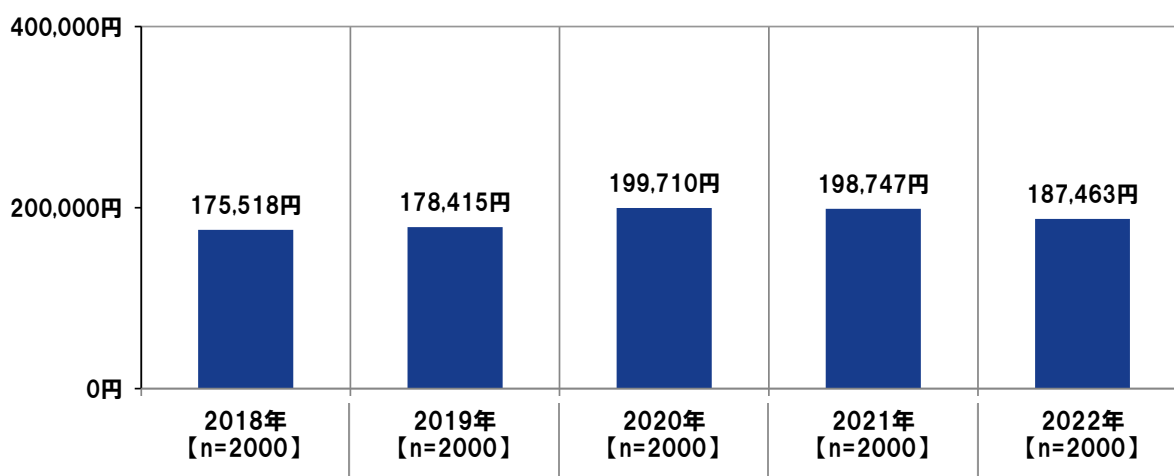


- 生活費として最低限必要だと思う金額 平均は18万7千円/月、昨年比1万1千円減少
- “ゆとりのある生活”を送るために必要だと思う金額 平均は27万3千円/月、3年連続減少傾向

これからの人生（60歳～）で必要だと思う金額について聞いたところ、【生活費として最低限必要だと思う金額（ひと月あたり）】は平均187,463円でした。

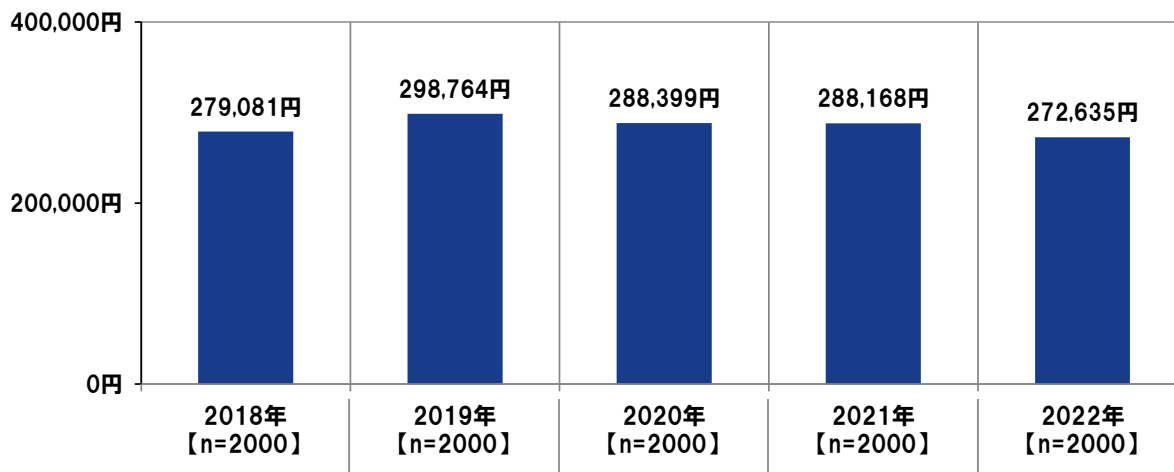
過去の調査結果と比較すると、生活費として最低限必要だと思う金額の平均は、2020年（199,710円）を頂点にそれ以降、緩やかな減少傾向が見られます。コロナ禍による生活不安の高まりから最低限必要な生活費を一時的に高く見積もったコロナ初期。しかし、コロナ禍の長期化による生活様式の変化で、被服費や交通費などの生活費が低く抑えられたと考えられます。結果、コロナ禍で節約志向が徐々に高まっているように見受けられます。また、2021年の調査からの変化をみると、2021年198,747円→2022年187,463円と、11,284円減少しました。

◆これからの人生(60歳～)で、生活費として最低限必要だと思う金額の平均(ひと月あたり)



他方、【ゆとりのある生活を送るために必要だと思う金額（ひと月あたり）】は平均272,635円でした。過去の調査結果と比較すると、ゆとりのある生活を送るために必要だと思う金額の平均は、2019年から緩やかな減少傾向が続いています。コロナ禍以降、旅行費や交際費を要する機会が減ったことが、心理的に大きく影響しているのではないのでしょうか。

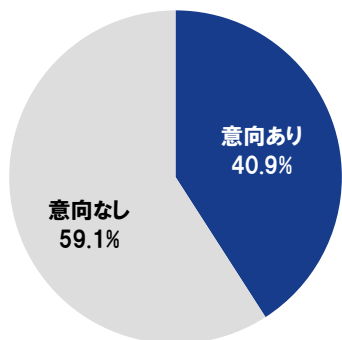
◆これからの人生(60歳～)で、ゆとりのある生活を送るために必要だと思う金額の平均(ひと月あたり)



- 子どもへの住宅購入資金援助 「意向あり」4割、援助した・したいと思う金額は平均1,561万円
- 孫への教育資金援助 「意向あり」4割強、援助した・したいと思う金額は平均1,239万円

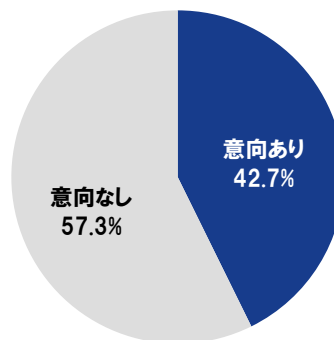
子どもや孫への資金援助の意向について聞いたところ、【子どもの住宅購入資金】は「意向あり」40.9%、「意向なし」59.1%でした。【孫の教育資金】は「意向あり」42.7%、「意向なし」57.3%でした。

◆子どもの住宅購入資金の援助意向
全体【n=2000】



*これから援助をする場合は退職金を受け取ることも想定。

◆孫の教育資金の援助意向
全体【n=2000】

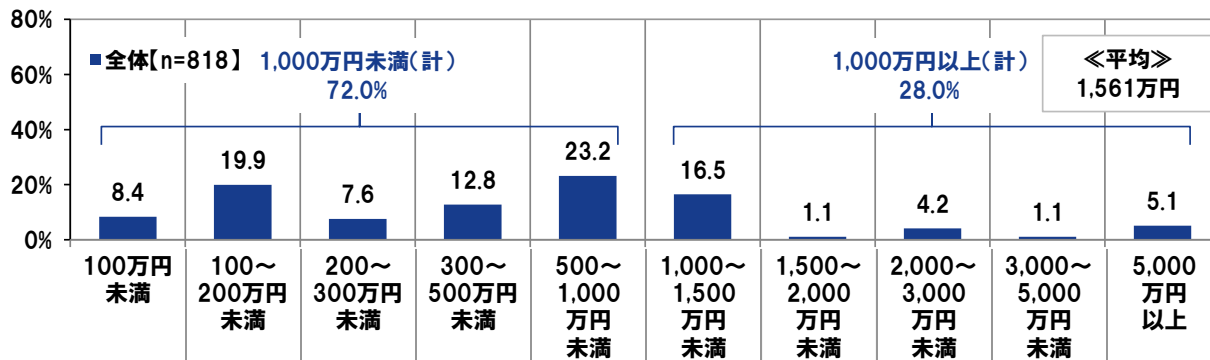


*これから援助をする場合は退職金を受け取ることも想定。

援助の意向がある人（子どもの住宅購入資金 818名、孫の教育資金 855名）に、援助意向額を聞いたところ、【子どもの住宅購入資金】は「500～1,000万円未満」（23.2%）に最も多く回答が集まりました。1,000万円以上と回答したのは28.0%、平均は1,561万円でした。

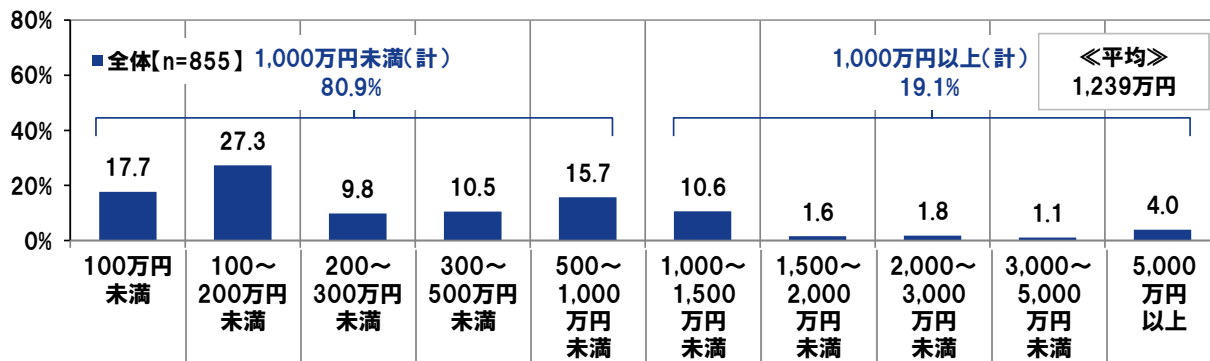
他方、【孫の教育資金】は「100～200万円未満」（27.3%）に最も多く回答が集まりました。1,000万円未満と回答したのは80.9%であった一方、4.0%が「5,000万円以上」と回答し、平均は1,239万円でした。

◆子どもの住宅購入資金の援助意向額（自由回答形式：数値／___万円くらい）対象：援助の意向がある人



*これから援助をする場合は退職金を受け取ることも想定。子どもが複数いる場合は総額での金額。

◆孫の教育資金の援助意向額（自由回答形式：数値／___万円くらい）対象：援助の意向がある人

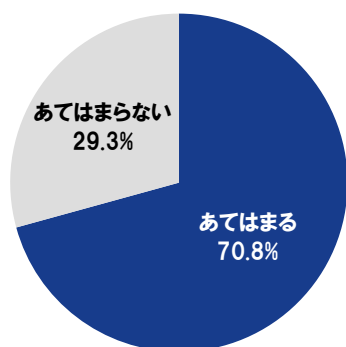


*これから援助をする場合は退職金を受け取ることも想定。孫が複数いる場合は総額での金額。

- キャッシュレス派が大多数 「買い物では現金決済よりキャッシュレス決済が多い」7割
- 家計管理は近いうちにスマホが主流? 「お金の管理をアプリで行いたい」3割

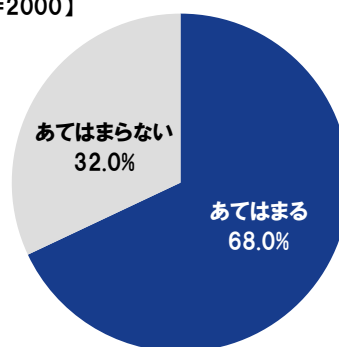
買い物では現金決済よりキャッシュレス決済をすることが多いかを聞いたところ、「あてはまる」は70.8%となりました。昨年の調査結果と比較すると、「あてはまる」と回答した人の割合は、2021年68.0%→2022年70.8%と上昇しました。コロナ禍以降、キャッシュレス決済の利点に注目し、普段の生活で利用するようになった人が増えているのではないのでしょうか。

◆買い物では現金決済よりキャッシュレス決済をすることが多い(単一回答形式)
全体【n=2000】



*あてはまる:「非常に」「やや」の合計
あてはまらない:「全く」「あまり」の合計

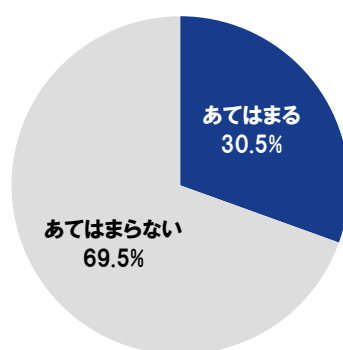
《2021年調査》
◆買い物では現金決済よりキャッシュレス決済をすることが多い(単一回答形式)
全体【n=2000】



*あてはまる:「非常に」「やや」の合計
あてはまらない:「全く」「あまり」の合計

スマホの利用に関して、お金の管理をアプリ(銀行アプリ、家計簿アプリなど)で行いたいかを聞いたところ、「あてはまる」は30.5%となりました。アプリを活用することで、銀行口座や家計簿の管理を効率良く行いたいと考えている人は少なくないようです。

◆お金の管理をアプリ(銀行アプリ、家計簿アプリなど)で行いたい(単一回答形式)
全体【n=2000】

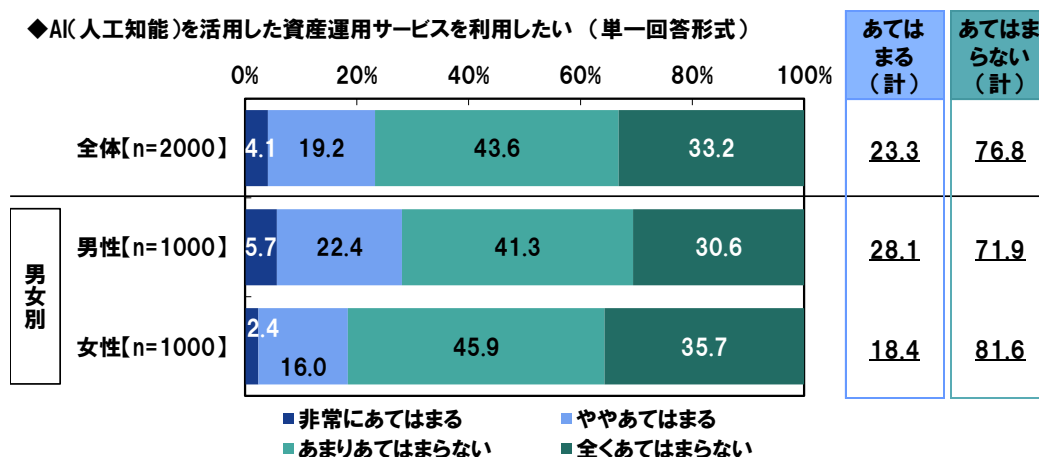


*あてはまる:「非常に」「やや」の合計
あてはまらない:「全く」「あまり」の合計

■「AI（人工知能）を活用した資産運用サービスを利用したい」2割強、男性では約3割、お金の管理をアプリで行いたい人では約5割、退職金を金融投資に回す予定の人では4割半

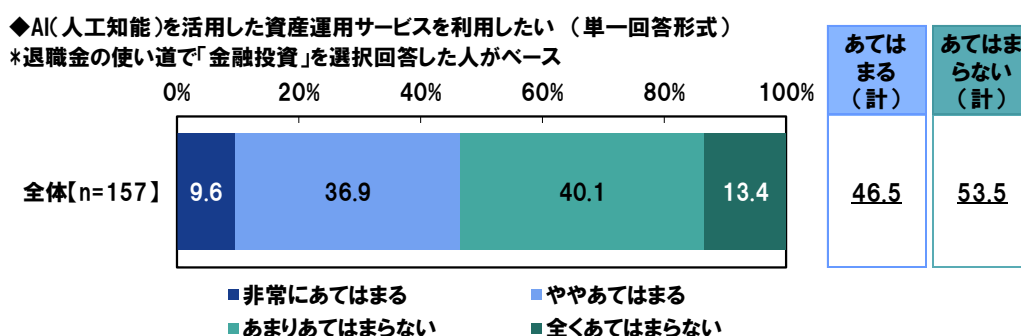
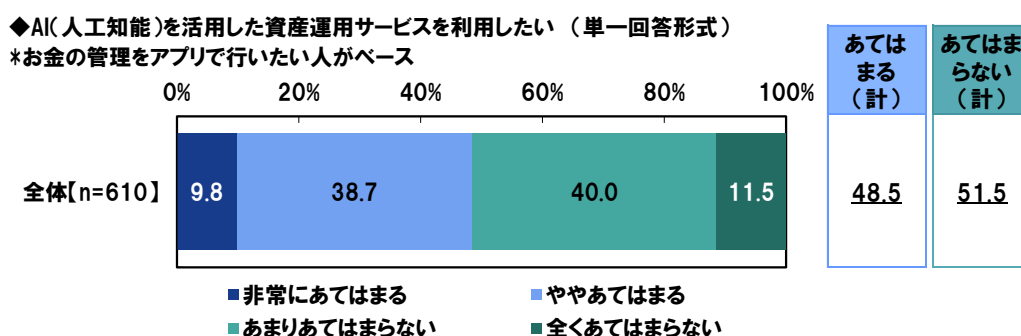
AI（人工知能）を活用した資産運用サービス（資産配分や金融商品の選定などを自動で行ってくれるサービス。ロボアドバイザーなど）を利用したいか聞いたところ、「あてはまる」は23.3%となりました。膨大なデータを分析し金融商品の選定やポートフォリオの作成をAIが自動で行ってくれるサービスに対し、魅力を感じている人は少なくないようです。

「あてはまる」と回答した人の割合を男女別にみると、男性は28.1%と、女性の18.4%と比べて9.7ポイント高くなりました。



お金の管理をアプリで行いたい人（610名）についてみると、「あてはまる」と回答した人の割合は48.5%でした。お金の管理をアプリで行うこととあわせて、AIを活用した資産運用サービスもアプリで利用することができたら、先進的な資産管理や資産運用が実現できるだろうと期待している人が多いのではないのでしょうか。

また、退職金の使い道で“金融投資”を選択回答した人（157名）についてみると、「あてはまる」と回答した人の割合は46.5%でした。退職金を投資に回す際には、AIを活用した資産運用サービスを利用することで、世界分散投資や資産運用の自動化のメリットを享受したいと考えている人が多いのではないのでしょうか。



■大切にしている“一生モノ”

男性のTOP3は「時計」「家」「車」、女性のTOP3は「指輪」「時計」「ネックレス・ペンダント」

還暦人が考える“一生モノ”（長く愛用していききたいもの、長く大切にしていきたいもの、長く使える高価なもの・希少価値のあるもの）とはどのようなものなのでしょうか。

大切にしている“一生モノ”を聞いたところ、1位「時計」、2位「家」「指輪」、4位「ネックレス・ペンダント」、5位「車」となりました。

男女別にみると、男性では「時計」が1位でした。頑張った自分へのご褒美として、ずっと欲しかった時計を買ったという人もいるのではないのでしょうか。次いで、2位「家」、3位「車」、4位「ギター」、5位「バイク」となりました。

他方、女性では1位「指輪」が1位でした。パートナーからのプレゼントや、親から譲り受けた指輪をずっと大切にしたいと思っている人がいるのではないのでしょうか。2位「時計」、3位「ネックレス・ペンダント」、4位「バッグ」「家」と続きました。

◆大切にしている“一生モノ”（自由回答形式）※上位10位までを表示

全体[n=2000]

		名
1位	時計	120
2位	家	59
	指輪	59
4位	ネックレス・ペンダント	39
5位	車	36
6位	バッグ	28
7位	ピアノ	23
8位	ギター	18
9位	財布	17
10位	写真・アルバム	16
	着物	16

男性[n=1000]

		名
1位	時計	73
2位	家	35
3位	車	27
4位	ギター	16
5位	バイク	11
6位	本	8
7位	カメラ	7
	財布	7
9位	金	6
	印鑑	6

女性[n=1000]

		名
1位	指輪	57
2位	時計	47
3位	ネックレス・ペンダント	37
4位	バッグ	24
	家	24
6位	ピアノ	21
7位	着物	15
8位	写真・アルバム	14
9位	財布	10
	洋服	10

第4章：還暦人の展望と不安

■叶えたい夢や目標 TOP3は「旅行をする」「健康に過ごす・健康になる」「働く・現役でいる」

今年の還暦人は、セカンドライフでどのようなことを楽しんだり挑戦したりしたいと考えているのでしょうか。

これからやりたいこと（叶えたい夢・目標）を聞いたところ、「旅行をする（日本一周・世界一周除く）」がダントツでした。旅行先でしか経験できないことや味わえないグルメなどを堪能することで、セカンドライフを満喫したいと考えている人が多いようです。2位は「健康に過ごす・健康になる」、3位は「働く・現役でいる」、4位は「日本一周・世界一周をする」、5位は「歌を歌う・楽器を演奏する」でした。

男女別にみると、男女とも1位「旅行をする」、2位「健康に過ごす・健康になる」となり、男性では3位「日本一周・世界一周をする」、4位「働く・現役でいる」、5位「投資をする」、女性では3位「歌を歌う・楽器を演奏する」、4位「働く・現役でいる」、5位「穏やかに過ごす」が続きました。コロナ禍で健康の大切さを改めて実感している還暦人、いつまでも現役で働けることの価値や好きなことに没頭できる幸せを見出している還暦人が多いようです。

◆これからやりたいこと(叶えたい夢や目標) (自由回答形式) ※上位10位までを表示

全体[n=2000]

		名
1位	旅行をする(日本一周・世界一周除く)	251
2位	健康に過ごす・健康になる	120
3位	働く・現役でいる	48
4位	日本一周・世界一周をする	42
5位	歌を歌う・楽器を演奏する	40
6位	穏やかに過ごす	37
7位	趣味を楽しむ	26
	孫の世話をする・孫の顔を見る	26
9位	長生きする	24
10位	投資をする	23

男性[n=1000]

		名
1位	旅行をする(日本一周・世界一周除く)	103
2位	健康に過ごす・健康になる	38
3位	日本一周・世界一周をする	26
4位	働く・現役でいる	25
5位	投資をする	18
6位	穏やかに過ごす	16
	趣味を楽しむ	16
8位	お金持ちになる・資産形成をする	15
9位	歌を歌う・楽器を演奏する	14
	長生きする	14
	悠々自適・のんびり過ごす	14

女性[n=1000]

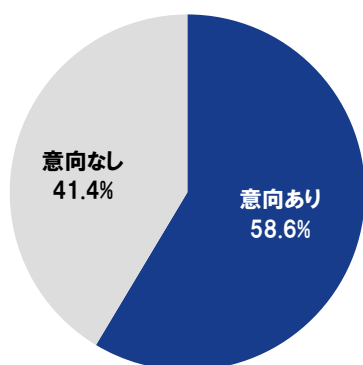
		名
1位	旅行をする(日本一周・世界一周除く)	148
2位	健康に過ごす・健康になる	82
3位	歌を歌う・楽器を演奏する	26
4位	働く・現役でいる	23
5位	穏やかに過ごす	21
6位	孫の世話をする・孫の顔を見る	19
7位	日本一周・世界一周をする	16
8位	ピンピンコロリ・穏やかな最期を迎える	14
	語学を習得する	14
10位	海外に移住する	13
	不用品の処分・片付けをする	13

■コロナ収束後に行いたいリベンジ消費はやっぱり「旅行」！2位「食事」3位「ライブ・コンサート」
旅行にかけるお金は、なんと平均24万7千円！

次に、コロナ禍で抑制していた消費意欲が爆発するかのように行う消費で、大きな反動消費を意味する“リベンジ消費”について質問しました。

リベンジ消費の意向を聞いたところ、「意向あり」は58.6%、「意向なし」は41.4%となりました。
リベンジ消費の意向がある人（1,171名）に、リベンジ消費として最も行いたいことを聞いたところ、「旅行」がダントツ、2位「食事（飲み会・会食含む）」、3位「ライブ・コンサート」となりました。

◆リベンジ消費の意向
全体【n=2000】



◆リベンジ消費として最も行いたいこと（自由回答形式）
対象：リベンジ消費の意向がある人 ※上位3位までを表示

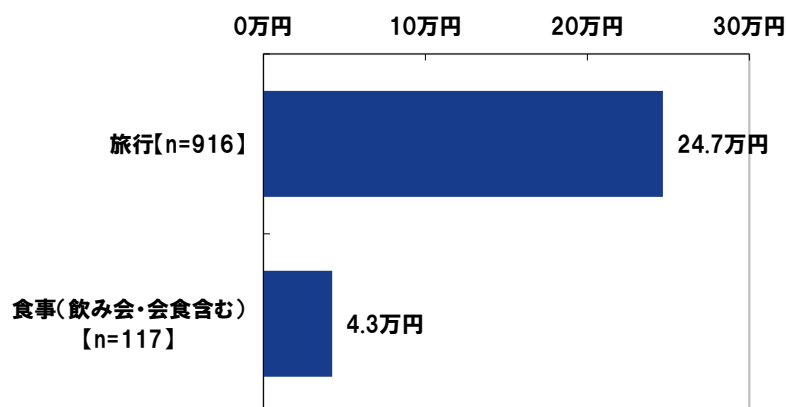
全体【n=1171】

順位	項目	名
1位	旅行	916
2位	食事(飲み会・会食含む)	117
3位	ライブ・コンサート	11

では、リベンジ消費にいくらかいかけたいと思っているのでしょうか。

リベンジ消費として行いたいこと上位2つに挙げたのが【旅行】【食事（飲み会・会食含む）】。この2つに対してリベンジ消費の意向を示した人に、リベンジ消費にかかけたいと思う金額を聞いたところ、【旅行】は平均24.7万円、【食事（飲み会・会食含む）】は平均4.3万円でした。新型コロナウイルス感染症対策における行動制限の影響で、旅行や食事を楽しむ機会が激減したためか、コロナ禍が落ち着いた際には奮発して旅行や食事を満喫したいと考えている人が多いのではないのでしょうか。

◆リベンジ消費にかかけたいと思う金額の平均
対象：それぞれのリベンジ消費の意向がある人

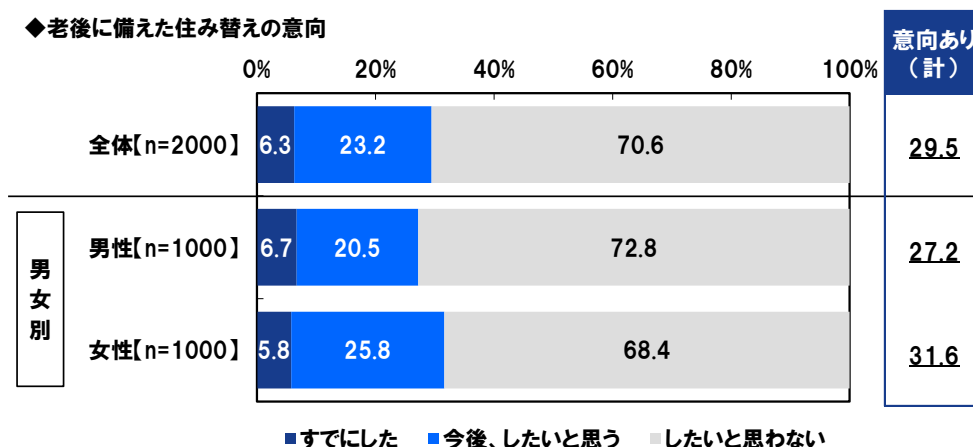


■「今後、住み替えをしたい」2割強、住み替え派の“住み替え目標年齢”は平均 67 歳

次に、老後の住み替えについて質問しました。

老後に備えた住み替えの意向を聞いたところ、「すでにした」は 6.3%、「今後、したいと思う」は 23.2%で、合計した「意向あり」は 29.5%、「したいと思わない」は 70.6%となりました。

男女別にみると、「今後、したいと思う」と回答した人の割合は、女性では 25.8%と、男性（20.5%）と比べて 5.3 ポイント高くなりました。

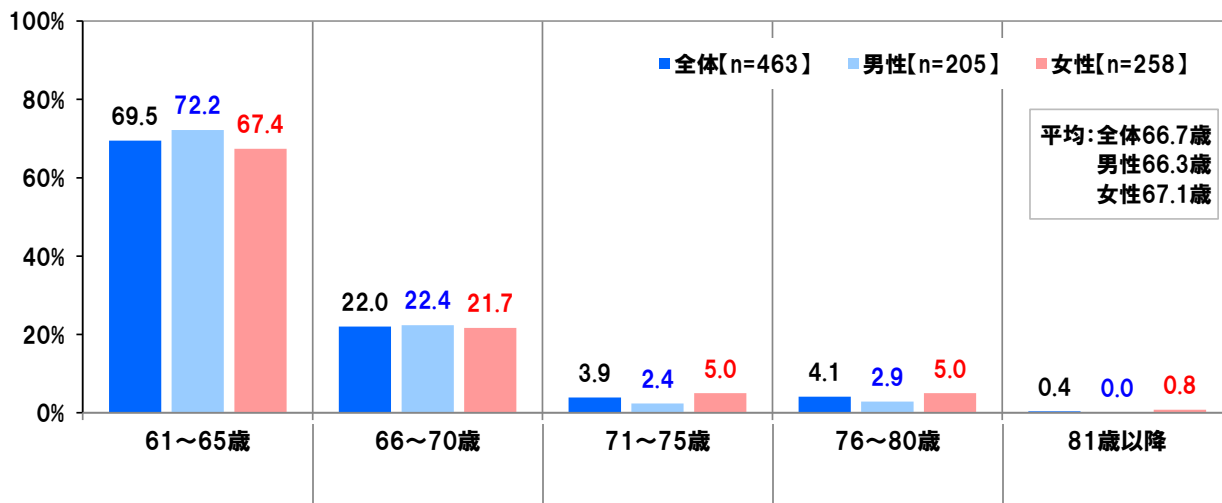


今後、老後に備えて住み替えをしたいと思う人（463 名）に、何歳までに住み替えをしたいと思うかを聞いたところ、「61～65 歳」（69.5%）に最も多くの回答が集まったほか、「66～70 歳」（22.0%）にも回答がみられ、平均は 66.7 歳でした。

男女別にみると、この年齢までに住み替えをしたいと思う年齢は、男性では平均 66.3 歳、女性では平均 67.1 歳でした。還暦以降、これからのライフスタイルに合わせて住み替えを行い、セカンドライフは新しい居住環境で楽しみたいと考えている人が多いのではないのでしょうか。

◆老後に備えて何歳までに住み替えをしたいと思うか（自由回答形式: 数値 / ____ 歳）

対象: 今後、老後に備えて住み替えをしたいと思う人



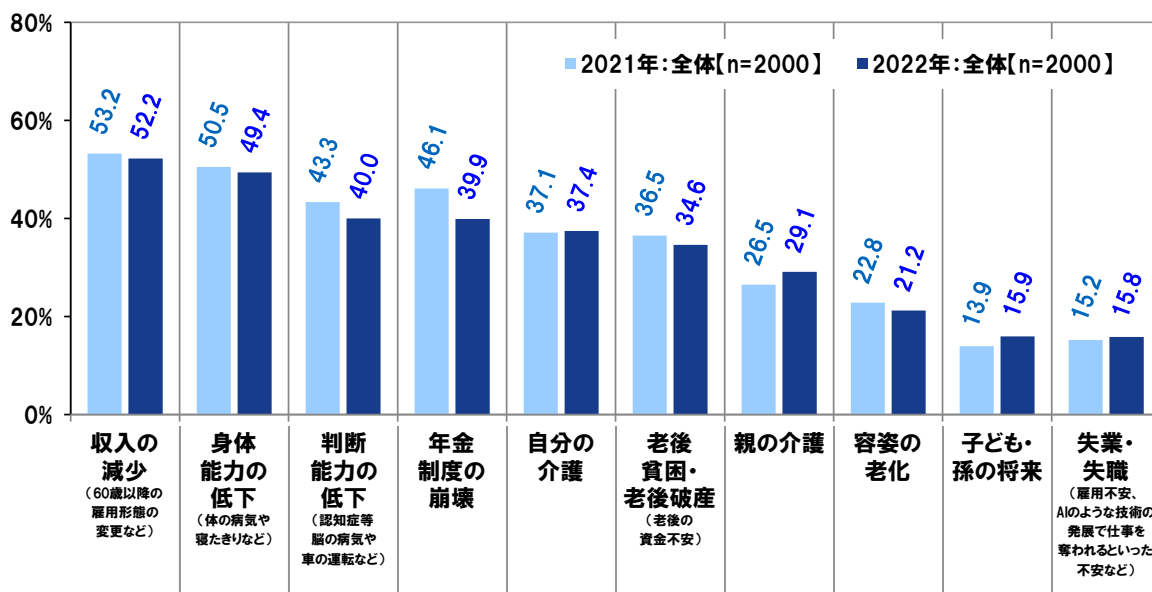
■これからの人生で抱く不安 1位「収入の減少」、「判断能力の低下」は4割が不安

これからの人生に対し、どのような不安を感じている人が多いのでしょうか。

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「収入の減少（60歳以降の雇用形態の変更など）」（52.2%）、2位「身体能力の低下（体の病気や寝たきりなど）」（49.4%）、3位「判断能力の低下（認知症等脳の病気や車の運転など）」（40.0%）、4位「年金制度の崩壊」（39.9%）、5位「自分の介護」（37.4%）でした。

昨年の調査結果と比較すると、「収入の減少」（2021年53.2%、2022年52.2%）が2年連続1位、「身体能力の低下」（2021年50.5%、2022年49.4%）が2年連続2位でした。セカンドライフを送るにあたって、収入面や健康面での不安を感じている人が依然として多いようです。

◆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）※2022年調査の上位10位までを表示



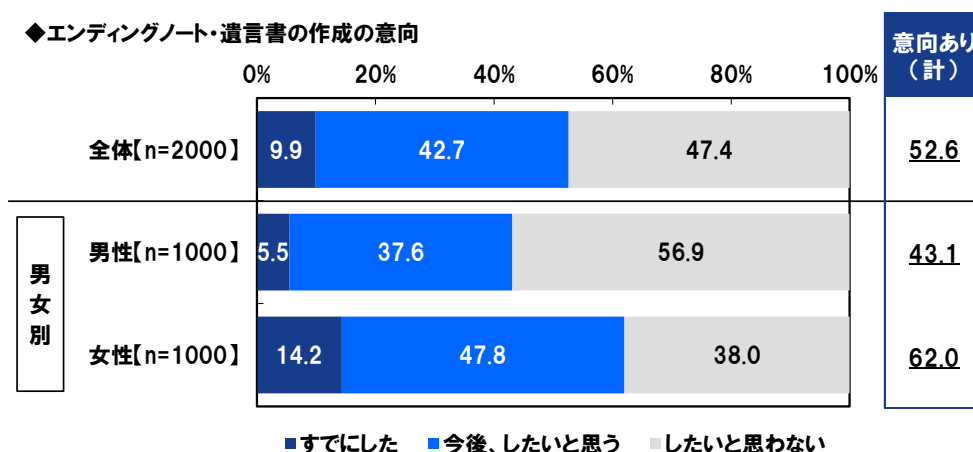
■女性の約6割が「エンディングノート・遺言書の作成」に前向き、男性では約4割にとどまる結果に

老後の備えのうち、エンディングノート・遺言書の作成と認知症予防について質問しました。

エンディングノートとは、自分に万が一のことが起こった場合に備え、自分の終末期や死後の取扱いに関する希望や、財産に関する事など、家族や周囲の人に伝えたい事を書き残すノートです。遺言書には法的な効力がある一方、エンディングノートには法的な効力はありませんが、両者の主要な目的は共通しています。

エンディングノート・遺言書の作成の意向を聞いたところ、「すでにした」と「今後、したいと思う」と回答した人は、合計で52.6%。「したいと思わない」は47.4%となりました。

男女別にみると、「今後、したいと思う」と回答した人の割合は、女性では47.8%と、男性の37.6%と比べて10.2ポイント高くなりました。また、「意向あり」は、女性で62.0%と、男性の43.1%と比べて18.9ポイント高くなりました。女性は、男性に比べてエンディングノートや遺言書の作成を前向きにとらえている人が多いようです。

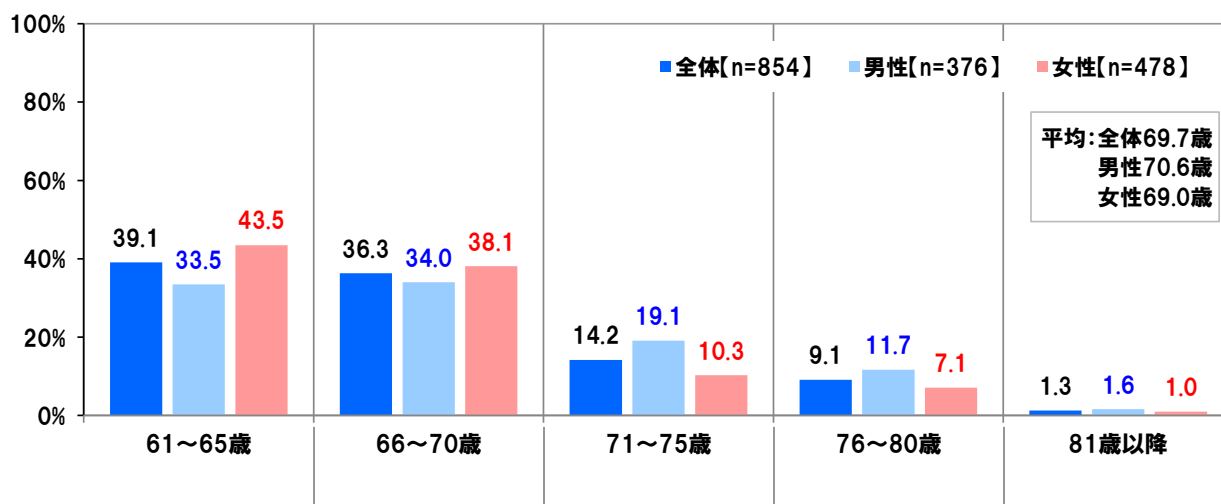


今後、エンディングノート・遺言書の作成をしたいと思う人(854名)に、何歳までに作成したいと思うかを聞いたところ、「61~65歳」(39.1%)と「66~70歳」(36.3%)に多くの回答が集まり、平均は69.7歳でした。

男女別にみると、男性では平均70.6歳、女性では平均69.0歳でした。

◆何歳までにエンディングノート・遺言書を作成したいと思うか(自由回答形式:数値/___歳)

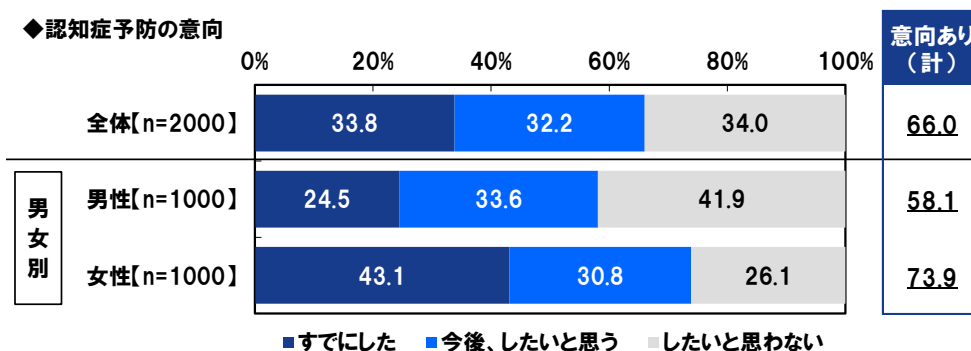
対象:今後、エンディングノート・遺言書の作成をしたいと思う人



- 3割半がすでに認知症予防を開始！ 一方で男性の4割強は認知症予防をするつもりがないと回答
- 認知症予防のための取り組み 1位「脳トレ」2位「運動」3位「パズル」

次に、全回答者（2,000名）に、認知症予防の意向を聞いたところ、「すでにした」は33.8%、「今後、したいと思う」は32.2%で、合計した「意向あり」は66.0%、「したいと思わない」は34.0%となりました。還暦以降（60歳以降）の人生で不安に思うことでは4割の人が「判断能力の低下（認知症等脳の病気や車の運転など）」を挙げていたものの、3割半の人は認知症予防に対し消極的であることがわかりました。

男女別にみると、「意向あり」と回答した人の割合は、女性では73.9%と、男性の58.1%と比べて15.8ポイント高くなりました。他方、「したいと思わない」は男性では41.9%と、女性の26.1%と比べて15.8ポイント高くなりました。

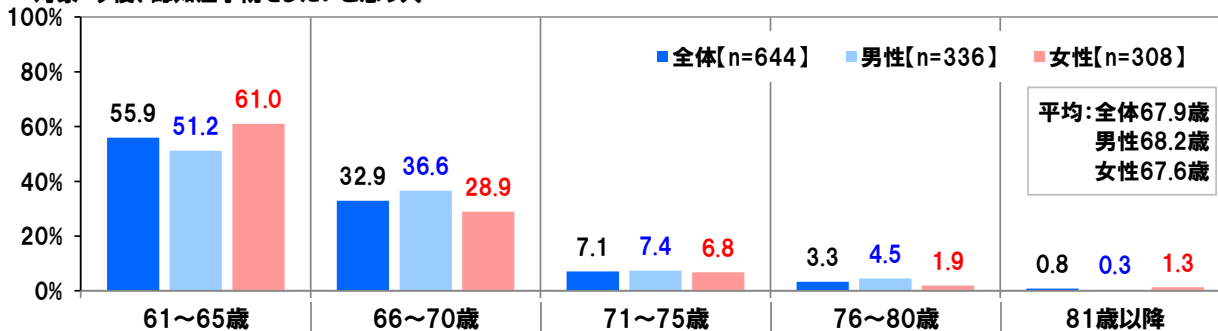


今後、認知症予防をしたいと思う人（644名）に、何歳から予防をしたいと思うかを聞いたところ、「61～65歳」（55.9%）に最も多くの回答が集まったほか、「66～70歳」（32.9%）にも回答がみられ、平均は67.9歳でした。

男女別にみると、予防をしたいと思う年齢は、男性では平均68.2歳、女性では平均67.6歳でした。

◆ 何歳から認知症予防をしたいと思うか（自由回答形式：数値/___歳）

対象：今後、認知症予防をしたいと思う人



全回答者（2,000名）に、認知症予防としてしたいこと・現在行っていることを聞いたところ、記憶力や思考力を鍛える「脳トレ」が1位となり、2位「運動」、3位「パズル」、4位「サプリメント摂取」、5位「仕事」と続きました。

◆ 認知症予防としてしたいこと・現在行っていること（自由回答形式）※上位10位までを表示

全体[n=2000]			男性[n=1000]			女性[n=1000]		
順位	名前	名	順位	名前	名	順位	名前	名
1位	脳トレ	170	1位	脳トレ	56	1位	脳トレ	114
2位	運動	124	2位	運動	47	2位	運動	77
3位	パズル	55	3位	サプリメント摂取	26	3位	パズル	37
4位	サプリメント摂取	52	4位	頭を使う	21	4位	仕事	36
5位	仕事	50	5位	パズル	18	5位	頭を使う	27
6位	頭を使う	48	6位	散歩・ウォーキング	14	6位	サプリメント摂取	26
7位	散歩・ウォーキング	38	7位	仕事	14	7位	散歩・ウォーキング	24
8位	食事に気を付ける	35	8位	ゲーム	12	8位	食事に気を付ける	24
9位	読書	31	9位	読書	12	9位	読書	19
10位	ゲーム	25	10位	計算・暗算	11	10位	人との交流・コミュニケーション	16
	人との交流・コミュニケーション	25		食事に気を付ける	11			

■人生 100 年時代への備え 現在行っていることの 1 位は「貯蓄・資産運用」

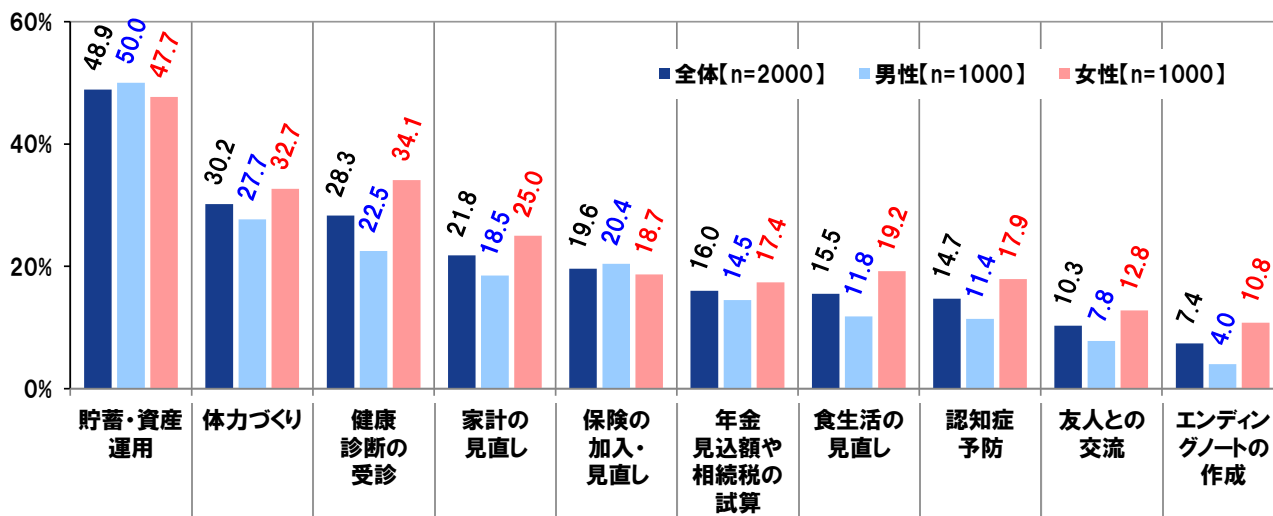
■万が一への備えとして今後行いたいこと 1 位「貯蓄・資産運用」、「認知症予防」は 3 位

人生 100 年時代への備えや万が一への備えについて質問しました。

人生 100 年時代への備えとして現在行っていることを聞いたところ、「貯蓄・資産運用」(48.9%) が最も高くなりました。老後資金の不足や枯渇に備えて、資産づくりに対し積極的な姿勢の人が多くはないのでしょうか。次いで高くなったのは、「体力づくり」(30.2%)、「健康診断の受診」(28.3%)、「家計の見直し」(21.8%)、「保険の加入・見直し」(19.6%) でした。

男女別にみると、女性では「健康診断の受診」は 34.1%と、3 人に 1 人の割合となりました。

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

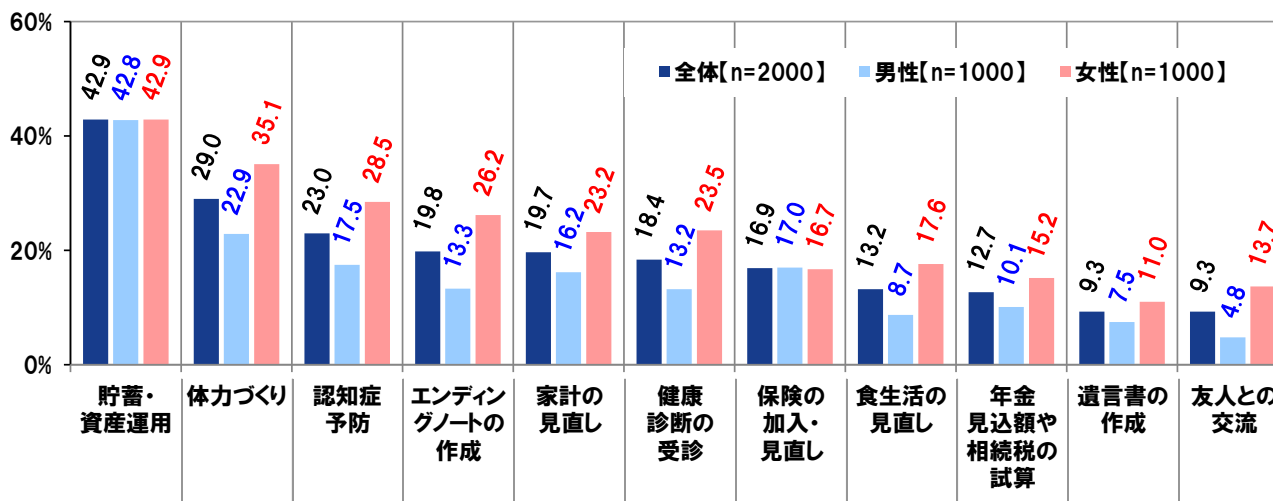


また、万が一への備えとして今後行いたいことを聞いたところ、「貯蓄・資産運用」(42.9%) が最も高くなり、「体力づくり」(29.0%)、「認知症予防」(23.0%)、「エンディングノートの作成」(19.8%)、「家計の見直し」(19.7%) が続きました。

男女別にみると、女性では「体力づくり」は 35.1%、「認知症予防」は 28.5%、「エンディングノートの作成」は 26.2%、「健康診断の受診」は 23.5%と、男性（順に 22.9%、17.5%、13.3%、13.2%）と比べて 10 ポイント以上高くなりました。

還暦女性には、これからのシニアライフを健康を保ちながら過ごすために、体力増進や認知症予防トレーニングなどの取り組みを効果的に実践したいと考えている人が多いのではないのでしょうか。

◆万が一への備えとして今後行いたいこと（複数回答形式） ※上位10位までを表示



■リカレント教育で習得したい知識・スキル 「語学」がダントツ、2位「パソコン」

今年の選暦人は、学び直しをしたらどのようなことを習得したいと考え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、リカレント教育（学び直し）で習得したい知識やスキルを聞いたところ、「語学」がダントツでした。“リカレント教育”とは、社会人になった後も、仕事で求められる能力の向上やキャリア探索などを目的として、教育機関や社会人向け講座で学び直すことをいいます。語学を学び直すことで、グローバル事業やグローバル企業における就業チャンスを広げたり、将来の活動や活躍の範囲、業務知識の幅を広げたりしたいと考えている人が多いのではないのでしょうか。次いで、2位「パソコン」、3位「歴史」、4位「投資・資産運用」、5位「音楽・楽器」「心理学」となりました。

男女別にみると、男女とも1位は「語学」で、男性では2位「歴史」、3位「パソコン」、4位「投資・資産運用」、5位「音楽・楽器」、女性では2位「パソコン」、3位「心理学」、4位「歴史」、5位「投資・資産運用」となりました。

◆人生100年時代への備えとして、リカレント教育(学び直し)で習得したい知識やスキル（自由回答形式）
※上位10位までを表示

全体[n=2000]

		名
1位	語学	315
2位	パソコン	49
3位	歴史	38
4位	投資・資産運用	25
5位	音楽・楽器	20
	心理学	20
7位	経済	14
8位	プログラミング	13
	簿記・会計	13
10位	ピアノ	12
	法律	12

男性[n=1000]

		名
1位	語学	142
2位	歴史	24
3位	パソコン	20
4位	投資・資産運用	13
5位	音楽・楽器	11
6位	プログラミング	10
7位	金融	9
	経済	9
9位	法律	7
10位	ファイナンシャルプランナー	6
	数学	6

女性[n=1000]

		名
1位	語学	173
2位	パソコン	29
3位	心理学	16
4位	歴史	14
5位	投資・資産運用	12
6位	ピアノ	10
	書道	10
8位	音楽・楽器	9
	手話	9
10位	簿記・会計	8

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：2022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
1962年生まれの男女
- ◆調査期間：2022年4月7日～4月11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
(有効回答から性別区分が均等になるように抽出)

(内訳)	男性	女性
	1,000	1,000

- ◆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。