

全国50歳以上
300名
アンケート調査

実家の お墓問題 白書 2026

親世代の本音が明らかに

子どもへ負担を残したくない。
しかし何から始めればいいのか分からない。
そんな声が全国で多数寄せられました。



65.1%

子どもへ負担を
残したくない

が「思う」と回答

(強く思う34.4%+
やや思う30.7%)



79.8%

何から始めれば
よいか分からない

が「分からない」と回答

(あまり分からない+
全く分からない)



72.9%

お寺へ
相談しにくい

が「相談しにくい」と回答

(やや相談しにくい+
とても相談しにくい)



72.5%

夫婦で十分に
話し合えていない

が「そう思う」と回答

(配偶者がいる回答者の集計)
(あまり話し合っていない+
全く話し合っていない)



目次

1 調査概要

2 調査結果サマリー

3 65.1%が「子どもへお墓問題を残したくない」

4 79.8%が「何から始めればよいか分からない」

5 72.9%が「お寺に相談しにくい」

6 72.5%が「夫婦間で十分に話し合えていない」（配偶者がいる方）

7 生の声——自由記述より

8 行政書士コメント・考察

9 調査票（設問一覧）

10 次回予告・引用転載条件・お問い合わせ

1 調査概要

調査名	実家のお墓問題白書2026
調査主体	AOMA行政書士事務所
調査協力	Freeasy (アイブリッジ株式会社)
調査期間	2026年6月
調査対象	全国50歳以上の男女
有効回答	300名 (うちお墓所有者218名)
調査方法	インターネット調査

【サンプリングについて】本調査はFreeasyパネルを通じて実施。「お墓がある」と回答した218名を主な分析対象とし、配偶者に関するQ8については配偶者がいる149名を対象に集計しています。

2 調査結果サマリー

<p>65.1%</p> <p>子どもへお墓問題を 残したくない</p>	<p>79.8%</p> <p>何から始めればよいか 分からない</p>
<p>72.9%</p> <p>お寺に 相談しにくい</p>	<p>72.5%</p> <p>夫婦間で十分に 話し合えていない (配偶者がいる回答者)</p>

今回の調査で分かったこと

65.1%	約3人に2人が「子どもへお墓問題を残したくない」と回答
79.8%	約8割が「何から始めればよいか分からない」と回答
72.9%	約7割が「お寺へ相談しにくい」と感じている
72.5%	配偶者がいる回答者の約7割が夫婦間で十分に話し合えていない

お墓を持つ親世代の多くが「子どもに負担を残したくない」という強い意識を持ちながらも、具体的な行動に踏み出せていない実態が明らかになりました。情報不足と心理的ハードルという二重の障壁が、意思と行動のギャップを生んでいます。

3 65.1%が「子どもへお墓問題を残したくない」

調査設問

ご自身のお墓の問題を子ども世代へ残したくないと思いますか？

65.1%



考察・背景

約3人に2人（65.1%）が「子ども世代へお墓問題を残したくない」と回答しました。「強く思う」だけでも34.4%に達しており、多くの親世代が自分の代でお墓の問題を解決したいという強い意向を持っています。少子高齢化・核家族化が進む現代において、お墓の承継問題は「子どもへの配慮」という世代間の思いやりを背景とした切実な課題です。

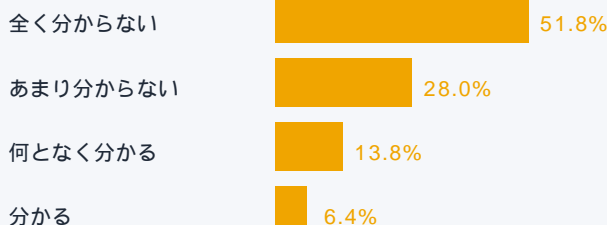
集計対象：実家または先祖代々のお墓があると回答した218名

4 79.8%が「何から始めればよいか分からない」

調査設問

墓じまいについて何から始めればよいか分かりますか？

79.8%



考察・背景

「あまり分からない(28.0%)」「全く分からない(51.8%)」の合算で79.8%。約8割が墓じまいの第一歩を踏み出せずにいます。「分かる」はわずか6.4%でした。墓じまいは改葬許可証の取得・遺骨移転・寺院との協議・石材店の手配など複数の手続きが絡み、「誰に相談すればよいか分からない」という情報アクセスの問題が最大の障壁となっています。

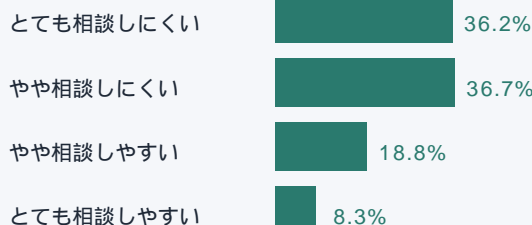
集計対象：実家または先祖代々のお墓があると回答した218名

5 72.9%が「お寺に相談しにくい」

調査設問

お寺に墓じまいの相談をしやすいと思いますか？

72.9%



考察・背景

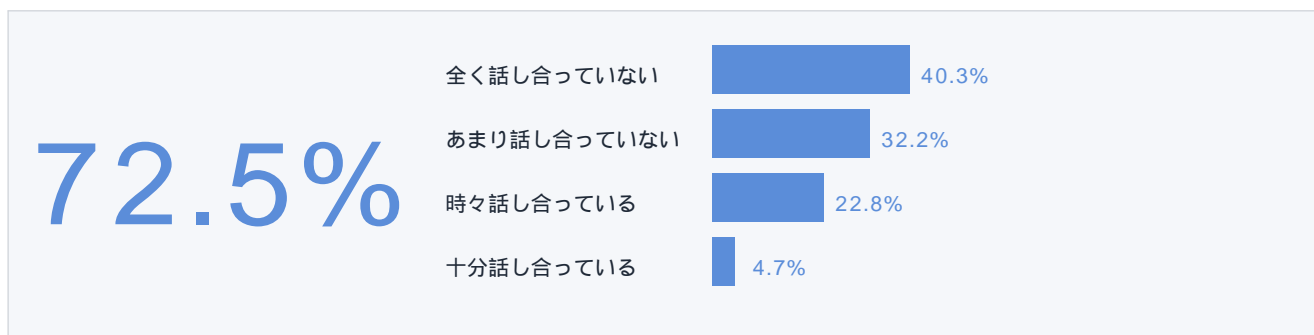
「やや相談しにくい（36.7%）」、「とても相談しにくい（36.2%）」の合算で72.9%。約7割がお寺への相談に心理的ハードルを感じています。費用への不安やお寺との関係性、何を伝えれば良いか分からないことが背景にあります。一方、多くのお寺は「事前に相談がなかった」というケースに困っており、お寺と檀家の間に立つ第三者による橋渡しの需要が高いことを示しています。

集計対象：実家または先祖代々のお墓があると回答した218名

6

配偶者がいる回答者の72.5%が夫婦間で話し合えていない

調査設問 お墓の問題について配偶者と話し合っていますか？



考察・背景

配偶者がいる回答者149名を対象に集計したところ、「あまり」「全く」話し合っていないの合算で72.5%。お墓問題は相続・遺産分割・介護とも密接に関わるテーマであるにもかかわらず、夫婦間でも十分に共有されていない実態が浮き彫りになりました。「話し合うきっかけがない」「どう切り出せば良いか分からない」という状況が多く、元気なうちから家族で話し合うことの重要性が改めて示されています。

集計対象：配偶者がいると回答した149名。「配偶者はいない」を選択した方は除外

7 生の声——自由記述より

「実家のお墓について現在最も困っていることを教えてください」という自由記述設問（Q10）に寄せられた回答の中から、代表的な声を紹介します。数字では伝わりにくい「当事者のリアル」をご覧ください。

承継者不在・子どもがいない

「結婚していないので子供がいない。なので、継承する人がいないから自分の代で終わる。墓をなくした場合に遺骨がどうなるのかがわからないし、墓がない場合、自分が死んだ時にどうなるのかがすごく心配。」

東京都・男性・55歳

何から始めればよいか分からない

「どういう形で誰にまず話したらいいのか、どう始めればいいのか全くわからない。」

長野県・男性・68歳

遠方・管理の困難

「遠方で交通の便が悪い所にあるので行くのが困難。」

東京都・女性・63歳

親族間の意見調整

「兄と仲が悪いので、話し合いが進まない。」

静岡県・女性・55歳

高齢化による管理困難

「急坂を登ったところに墓場があり、年をとって足腰が弱くなったら墓参りをすること自体が大変。」

福島県・男性・51歳

子どもが遠方

「子どもが遠方に住んでいるので、今後どうしたらいいかわからない。」

広島県・女性・64歳

上記は自由記述回答の一部を原文に近い形で掲載しています。個人が特定される情報は編集しています。

8 行政書士コメント・考察



伊藤 昌陸（いとう まさたか）
AOMA行政書士事務所 代表

行政書士。墓じまい・改葬・終活・相続・おひとり様支援を専門とする。宅地建物取引士・公認不動産コンサルティングマスター資格も保有。所在地：東京都八王子市東町5-5 ハルズ八王子3階

行政書士として終活・墓じまいの相談を受ける中で、「手続きが分からない」というよりも、「何から始めればよいか分からない」「誰に相談すればよいか分からない」という声を多く耳にします。今回の調査結果は、まさにその現場の実感と一致しています。

お寺への相談を「しにくい」と感じる方が72.9%にのぼる背景には、費用への不安やお寺との関係を壊したくないという気持ち、そして何を聞けばよいか分からないという情報不足があります。一方、お寺側も「突然お墓を撤去された」というケースに困っており、相談しないことがお互いにとって一番困る結果になることもあります。

お墓問題は「亡くなってから考えるもの」ではなく、「家族が元気なうちに話し合い、必要に応じて専門家へ相談すること」が重要です。墓じまいは供養の終わりではなく、次世代への負担を減らす前向きな選択肢の一つです。

この調査は、お墓問題が「供養」だけの問題ではなく、高齢化・家族関係の変化・情報格差という複合的な社会課題であることを示しています。情報へのアクセスと、話し合いを始めるきっかけが整えば、多くの方が前に進めると確信しています。

9 調査票（設問一覧）

No.	設問	選択肢	分類
Q1	あなたの実家または先祖代々のお墓はありますか？	ある / ない	スクリーニング
Q2	あなたの年齢を教えてください	49歳以下 / 50～59歳 / 60～69歳 / 70～79歳 / 80歳以上	属性
Q3	あなたの性別を教えてください	男性 / 女性	属性
Q4	墓じまいを検討したことがありますか？	実施済み / 現在検討中 / 将来検討したい / 検討していない	現状把握
Q5	墓じまいについて不安なことは何ですか？（複数選択）	費用が分からない / お寺との関係 / 親族との調整 / 手続きが複雑そう / 遺骨の移転先 / お墓が遠方にある / 誰に相談すればよいか分からない / 特になし / その他	課題把握
Q6	墓じまいについて何から始めればよいか分かりますか？	分かる / 何となく分かる / あまり分からない / 全く分からない	白書4章
Q7	お寺に墓じまいの相談をしやすいと思いますか？	とても相談しやすい / やや相談しやすい / やや相談しにくい / とても相談しにくい	白書5章
Q8	お墓の問題について配偶者と話し合っていますか？	十分話し合っている / 時々話し合っている / あまり話し合っていない / 全く話し合っていない / 配偶者はいない	白書6章
Q9	ご自身のお墓の問題を子ども世代へ残したくないと思いますか？	強く思う / やや思う / あまり思わない / 全く思わない	白書3章
Q10	実家のお墓について現在最も困っていることを教えてください	自由記述	白書7章
Q11	実家のお墓について最も相談したい相手は誰ですか？	分からない / 親族 / 自治体 / お寺 / 行政書士 / 石材店 / 不動産会社 / 葬儀社 / その他	相談先志向

10 次回予告・引用転載条件・お問い合わせ

次回公開予定

第2弾 2026年7月公開予定	「実家のお墓で今最も困っていること」—— 自由記述300件から見えた生の声
第3弾 2026年8月公開予定	「墓じまいを相談したい相手ランキング」—— 行政書士・お寺・石材店、選ばれるのは誰？
第4弾 2026年9月公開予定	「墓じまいの不安TOP5」—— 費用・手続き・お寺、何が最大の壁か

「実家のお墓問題白書」は毎年更新予定です。2027年版以降も継続的に調査・発表を行い、お墓問題の社会的変化を追跡してまいります。

引用・転載について

出典明記 引用・転載の際は「実家のお墓問題白書2026（AOMA行政書士事務所調べ）」と出典をご明記ください。グラフ・数値使用も同様です。

商業利用 商業目的での転載・二次利用については、事前にご連絡の上、許可をお取りください。

お問い合わせ先

AOMA行政書士事務所	
所在地	東京都八王子市東町5-5 ハルズ八王子3階
電話	0120-564-257
Web	https://shien-ito.com/
調査結果（note）	https://note.com/aoma_office