

【敬老の日に関する意識・実態調査 2024】

## 「敬老の日」の当事者意識は薄れ、5割以上が「普通の連休」と回答 お祝いされたい気持ちは低下傾向。「夫婦で祝う日」と捉える兆しも

女性誌販売部数 No.1<sup>(※1)</sup> 雑誌「ハルメク」などのマーケティングやリサーチのコンサルティングを通じて、50代以上のインサイトを日々探求する、ハルメク 生きかた上手研究所は、50～88歳のハルトモの女性584名を対象に「敬老の日に関する意識・実態調査」をWEBアンケートにて実施しました。

(※1) 日本ABC協会発行社レポート (2023年7月～12月)

### 【 調査結果のポイント 】

- 初めて敬老の日を祝われた年齢は平均63.1歳。一方、対象年齢のイメージは平均73.7歳で10歳のギャップ。いずれも3年前より2～3歳アップ。
- シニア・高齢者のイメージは平均72.7歳（以上）で敬老の日の対象年齢イメージとほぼ一致。生きたい年齢は平均寿命に近い。
- 敬老の日＝普段の日と考える人が53.3%。「お祝いされたくない」は43.3%で3年前より3.3ポイントアップ。主な理由は自分が対象と思えないから。
- 敬老の日はプレゼントを贈ったり、一緒に食事をしたりする日。  
12.4%は、「パートナーや配偶者と祝いたい」と考えている。

### 【調査背景】

ハルメク 生きかた上手研究所は、シニアのインサイトについて調査・分析を行っています。高齢化社会の中で「シニア・高齢者」「敬老の日」に対するとらえ方はどのように変化しているのでしょうか。今回は50代から80代における「敬老の日」の意識や実態を2021年の調査と比較しながら分析します。

### 【調査概要】

調査方法：WEB アンケート

調査対象・有効回答者数：50～88歳の全国のハルトモ（ハルメクのモニター組織）の女性・584名

調査実施日：2024年7月26日（金）～7月29日（月）

調査主体：株式会社ハルメク・エイジマーケティング ハルメク 生きかた上手研究所

※ 調査結果のパーセンテージは、小数点以下第2位を四捨五入したため、総数と内訳の合計が一致しないことがあります。

※ 2021年調査：7月、50～84歳300名 全国のハルトモ（ハルメクのモニター組織）の女性対象

※ 本リリース内容を掲載いただく際は、出典「ハルメク 生きかた上手研究所調べ」と明記をお願いいたします。

※ 調査主体の「ハルメク 生きかた上手研究所」所長への取材、コメント提供も可能です。

初めて敬老の日を祝われた年齢は平均 63.1 歳、対象イメージは 73.7 歳で 10 歳のギャップ。いずれも 3 年前より 2~3 歳アップ。

シニア・高齢者のイメージは 72.7 歳（以上）で敬老の日の対象年齢イメージとほぼ一致。生きたい年齢は平均寿命に近い。

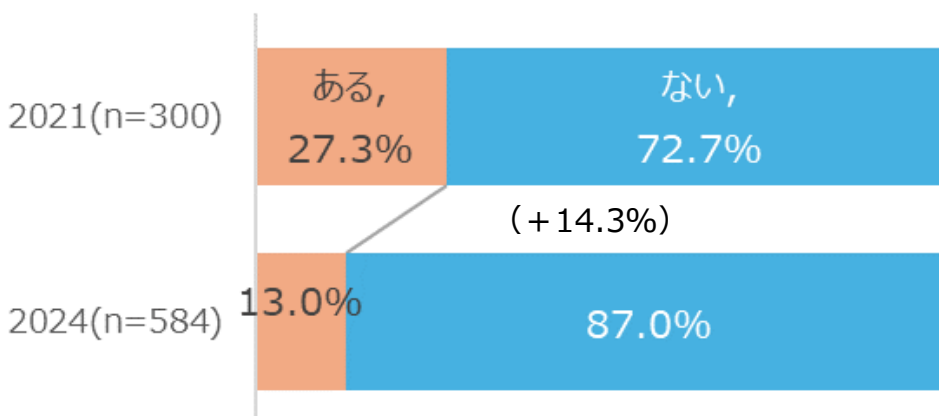
- ・ 初めて敬老の日を祝われた年齢の平均は 63.1 歳で前回（2021 年）調査時より 2~3 歳アップ。なお、祝われた経験があるのは 13.0%と少数派。
- ・ また、敬老の日を祝われる対象年齢イメージの平均は 73.7 歳で実際に祝われている年齢より 10 歳以上高く、前回調査時より 3.0 歳アップしている。
- ・ 「シニア・高齢者」は何歳以上を指すかを平均すると 72.7 歳で、「敬老の日を祝われる対象年齢イメージ」の平均 73.7 歳と近似している。
- ・ 「何歳くらいまで生きたいと思うか」は平均すると 85.7 歳で、女性の平均寿命（87.1 歳）に近い。（※2）

（※2）厚生労働省「令和 5 年簡易生命表の概況」（2024 年）参照

	2021	2024	差	増減
初めて敬老の日を祝われた年齢	<b>60.8</b> 歳	<b>63.1</b> 歳	+2.3	↑
敬老の日を祝われる対象年齢イメージ	<b>70.7</b> 歳	<b>73.7</b> 歳	+3.0	↑
シニア・高齢者は何歳以上か	-	<b>72.7</b> 歳	-	
何歳くらいまで生きたいと思うか	-	<b>85.7</b> 歳	-	
回答者の年齢	<b>66.1</b> 歳	<b>65.2</b> 歳	-0.9	→

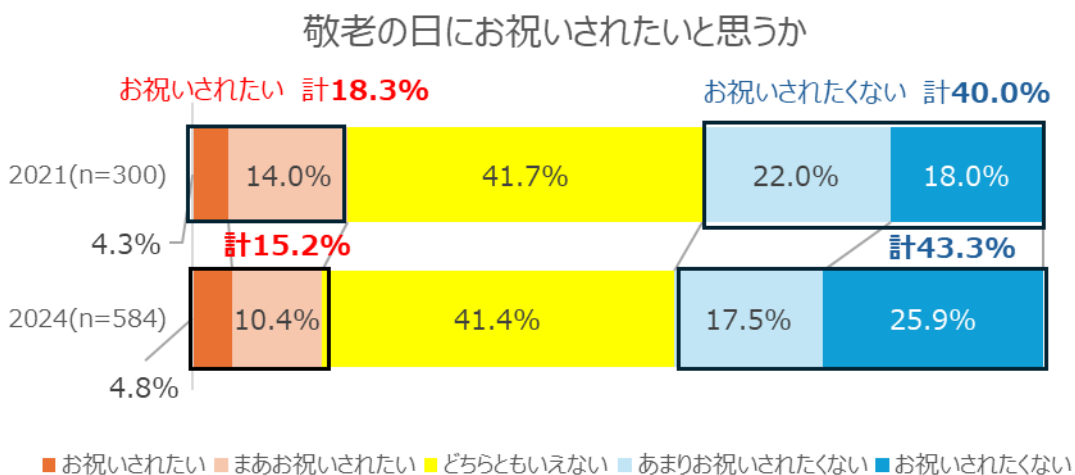
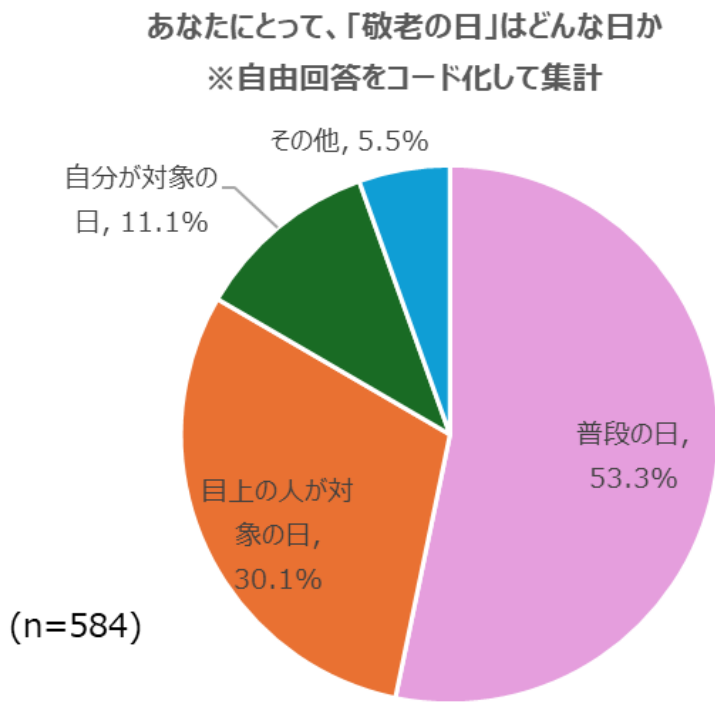
※年齢は2桁の数字で回答してもらい、平均を算出した

### 今までに敬老の日にお祝いされたことがあるか



**敬老の日 = 普段の日と考える人が 53.3%。  
「お祝いされたくない」は 43.3%で 3年前より 3.3 ポイントアップ。  
主な理由は自分が対象と思えないから。**

- ・ 「あなたにとって敬老の日はどんな日か」を自由回答で答えてもらい、コード化して集計した。最も高かったのは「普段の日」で半数以上。次いで「目上の人（父母を含む高齢者）が対象の日」30.1%、「自分が対象の日」は 11.1%だった。
- ・ 「敬老の日にお祝いされたい」（お祝いされたい+まあお祝いされたい）は 2021 年 18.3%、2024 年は 15.2%で 3 ポイント減。逆に「お祝いされたくない」（あまりお祝いされたくない+お祝いされたくない）は 40.0%から 43.3%と 3 ポイント増。
- ・ 「お祝いされたくない（お祝いされたくない+あまりお祝いされたくない+どちらともいえない）」理由は「祝われる年齢ではないと思うから」「老人扱いされているように感じるから」「敬老の日を祝う習慣がないから」が高く、いずれも前回よりやや増。



## 「敬老の日は自分にとってどんな日か」（回答者の自由回答抜粋）

### 普段の日

- ・ 連休（56歳）
- ・ シルバーウィークで旅行する日（66歳）
- ・ 自分が老人とっていないし、息子も思っていないので、自分にはあまり関わりのないこと（71歳）

### 目上の方が対象の日

- ・ 長寿を寿ぐ日。両親（夫の親も）に感謝する日。自分にはまだ当てはまらない（56歳）
- ・ 長生きのお年寄りの数を知ると共に、元気なお年寄りの活躍ぶりを知って良い刺激を頂く日（57歳）

### 自分が対象の日

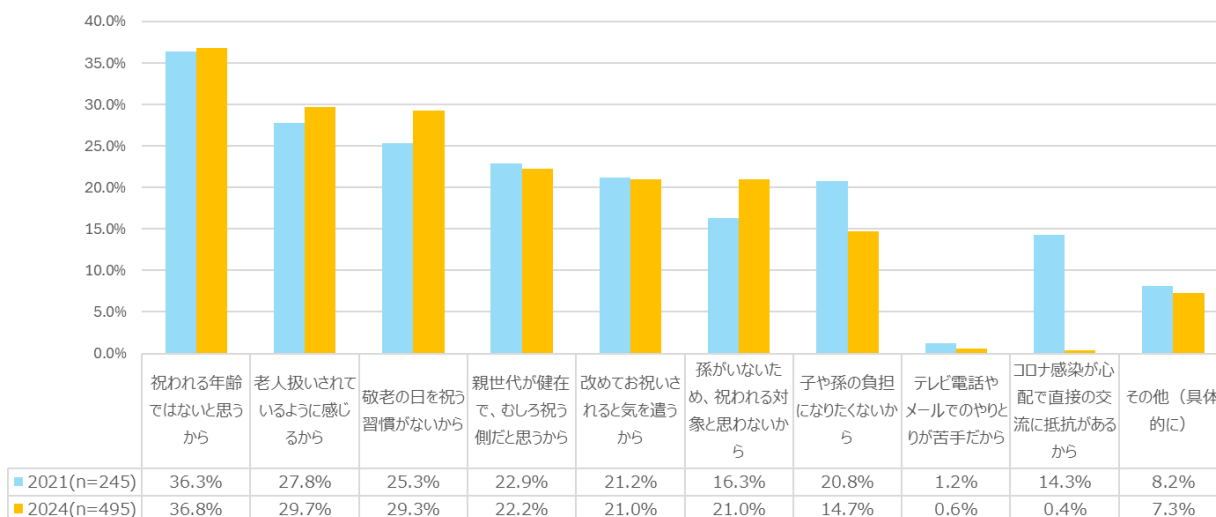
- ・ 長い間、頑張ってきて生きてきました、を確認する日（64歳）
- ・ 身体のメンテナンスを考える日（74歳）

### その他

- ・ 孫が小さいので自分が労られるという事がまだありません。親もみんな亡くなっているので普段と変わらない日ですが、夫婦で美味しい物を食べようという日にしている（65歳）
- ・ お祝いされたくない日（68歳）

敬老の日にお祝いされたくない理由※複数回答

<敬老の日にお祝いされたいか、について「どちらともいえない」～「お祝いされたくない」と回答した人>



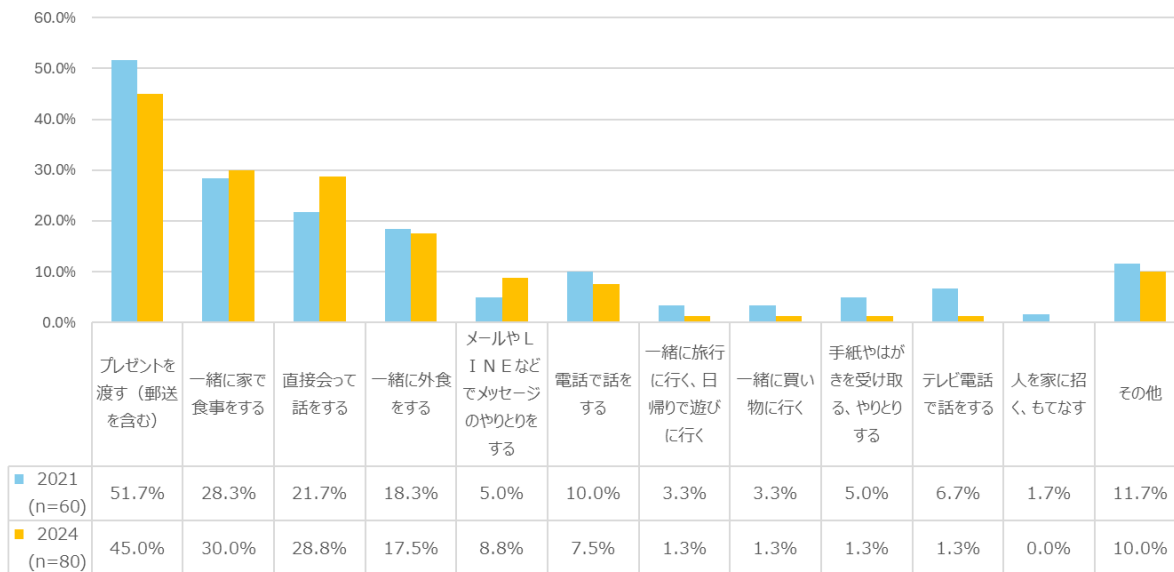
## 敬老の日はプレゼントを贈ったり、一緒に食事をしたりする日

### 12.4%は、「パートナーや配偶者と祝いたい」と考えている

- ・ 「今年の敬老の日にお祝いをする予定がある」（2021年は「昨年お祝いした人」も含む）と答えた人に内容を聞いたところ、最も高いのは「プレゼントを渡す（郵送を含む）」。次いで「一緒に家で食事をする」「直接会って話をする」など。
- ・ 「一緒に家で食事をする」「直接会って話をする」は前回と比べて増。一方、「プレゼントを渡す（郵送を含む）」の他、「テレビ電話で話をする」は前回より5ポイント以上減少しており、全体として「直接会ってお祝いする」傾向が前回より高まっている。
- ・ 「敬老を祝われたい」相手は「息子」「娘」「孫」が高く、「配偶者・パートナー」も12.4%いた。

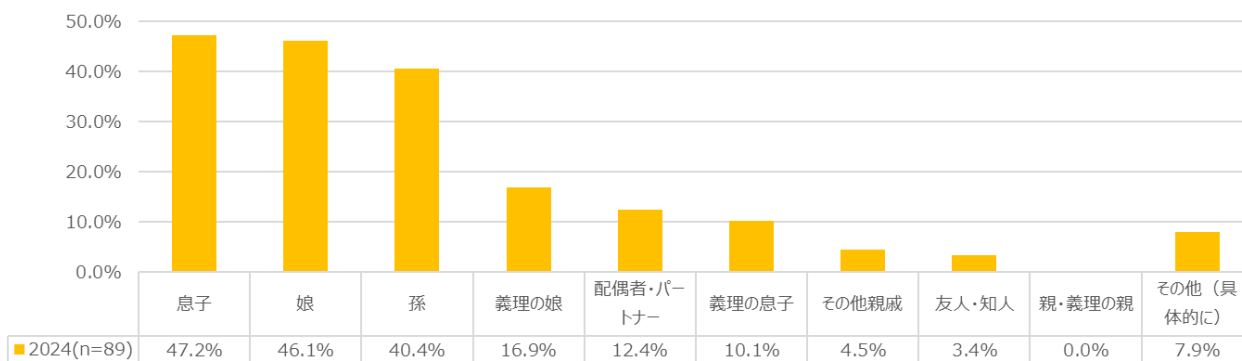
### 敬老の日はどうにお祝いするか※複数回答

<「敬老の日にお祝いをする予定がある、もしくは昨年お祝いをした」と回答した人>



### 敬老の日に誰からお祝いされたいか※複数回答

<「敬老の日にお祝いされたい」と回答した人>



### 「これから先、どのような生き方をしたいと思うか」

(回答者の自由回答から、配偶者・パートナーに関する内容を抜粋)

- ・ 事実婚のパートナーと仲良く、ゆったり暮らしたい。たまに旅行に行ったり、おいしいものを食べたりしたい (55 歳)
- ・ 足腰を鍛えて、自分の事は自分でなるべくできるようにしたい。主人と共に病気をせず仲良く暮らしたい (57 歳)
- ・ 夫婦共に来年 70 歳、再来年結婚 45 周年、それぞれの記念に海外旅行計画中。アンテナ高く、情報色々取って週末お出かけするのを楽しみにしている夫婦です (68 歳)
- ・ 夫婦仲良く過ごしたい。住みたい街を見つけて、元気に過ごしたいです (72 歳)
- ・ 夫婦のどちらかが倒れた時から老後が始まると考えている (74 歳)

## 【専門家の見解】

ハルメク 生きかた上手研究所 所長 梅津 順江（うめづ ゆきえ）

2016年3月から現職。主に年間約900人のシニアを対象にインタビューや取材、ワークショップを実施。



### 「敬老の日」の新たな消費は、夫婦・パートナー単位で費やす？

50歳以上の女性に「敬老の日の意識と実態調査」を3年ぶりに行いました。【回答者の平均年齢】は66.1歳→65.2歳（-0.9歳）とほぼ変わらなかったものの、他の平均実年齢や比率は軒並み上がりました。【初めて祝われた平均年齢】60.8歳→63.1歳（+2.3歳）、【祝われる対象年齢イメージ】70.7歳→73.7歳（+3.0歳）、【お祝いされたことがない】72.7%→87.0%（+14.3pt）、【お祝いされたくない】40.0%→43.3%（+3.3pt）です。なお、お祝いされたくない理由TOP3は「祝われる年齢ではない」「老人扱いされているように感じる」「祝う習慣がない」で、前回と変わりません。今回【シニア・高齢者は何歳以上か】という質問もしました。平均72.7歳で【敬老の日に祝われる対象年齢】と近い数字です。これは「73歳まで自分はシニア・高齢者でも、敬老の日に祝われる対象でもない」と思っていることを示しています。61歳女性は「自分より高齢の人が大勢いて、まだ高齢になれない。両親が死んだら高齢者になれる気がする」と記しています。相対的にまだ若いということなのでしょう。そして【何歳まで生きたいか】の平均年齢は85.7歳。「60歳代は80歳までが目標だった。70代になったら90歳までが目標になった。あと3年で80歳。目標は100歳になりそう」と77歳の先輩は言います。その時々で「あと少し生きてみよう」と思うものなのかもしれません。

さて【敬老の日はどんな日】なのでしょう。「普段と変わらない」が半数（53.3%）を占め、中には「連休」「シルバーウィークで旅行する日」という記述も。次いで「目上の人（親含め）が対象の日」30.1%、「自分が対象の日」11.1%、「その他」5.5%です。自身は祝うより祝う側として、目上の人にお花やお菓子を贈っています。他方、【お祝いされたい人】は「子」「孫」が中心。見逃せないのは、「夫・パートナー」（12.4%）です。「夫と旅行の思い出を作りたい」「パートナーと仲良く暮らしたい」などの記述がありました。夫婦・パートナー単位でエンタメや生活に消費する新たな兆しが見えました。

### ■女性誌販売部数 No.1！ 50代からの生きかた・暮らしかた応援雑誌「ハルメク」

50代からの女性が前向きに明るく生きるための価値ある情報をお届けしています。健康、料理、おしゃれ、お金、著名人のインタビューなど、幅広い情報が満載です。また、雑誌「ハルメク」の定期購読者には、本誌とともに提供するカタログと、オンラインでの通信販売を行っています。販売している商材は、ファッション・インナー・コスメ・美容・健康など多岐にわたり、独自のシンクタンクである「ハルメク 生きかた上手研究所」を通じて利用者の声を徹底的に調査、反映した商品開発で、多くの女性から支持を得ています。

### ■ハルメク 生きかた上手研究所のシニアリサーチデータは、[「ハルメク シニアマーケティング LAB」](#)で掲載しています。

「ハルメク シニアマーケティング LAB」は、ハルメク世代（シニア）を顧客とする企業にとって有益な情報をお届けしている情報サイトです。ハルメクグループが提供する定期購読誌や通販等を通じて得たマーケティングデータや記事、シンクタンク「ハルメク 生きかた上手研究所」の調査レポートなど豊富な情報が満載です。