

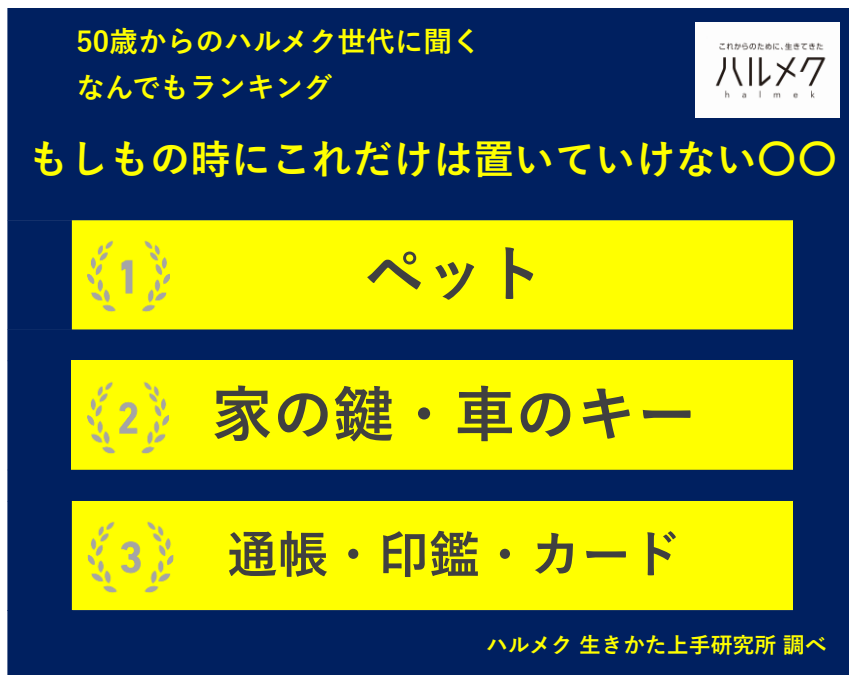
【50 歳からのハルメク世代に聞く なんでもランキング】

50 歳以上の女性が選ぶ「もしもの時にこれだけは置いていけない〇〇」

1 位は愛する「ペット」。鍵や通帳を抑えて、大切な家族が最優先に。

販売部数 No.1 (※1) 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 歳以上の女性（事前調査 429 名、本調査 493 名）へのアンケート結果をもとにした「50 歳からのハルメク世代に聞く なんでもランキング」を公開しました。テーマは「もしもの時に財布・スマホ以外でこれだけは置いていけない〇〇」です。

(※1) 日本 ABC 協会発行社レポート(2024 年 7 月～12 月)



【調査概要】

事前調査と本調査に分けて調査を実施。事前調査では「もしもの時に財布・スマホ以外でこれだけは持ち出そうと決めているもの」を回答者 1 名あたり 3 項目まで自由記述で聴取し、回答が多かった 20 項目を選抜した。本調査では 20 項目についてそれぞれ 7 段階で評価を得た。

調査の方法：WEB アンケート

調査の対象：全国 50～88 歳の女性

調査実施日：事前調査 2025年4月30日（水）～5月2日（金）本調査 2025年5月22日（木）～5月26日（月）

回答者数：事前調査 429 名 本調査 493 名

※本調査は 50 代、60 代、70 代以上が均等になるよう再集計した。本文中の回答者数は再集計後の人数。

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

【集計方法】

各項目の評価（7 段階）に応じて配点し、ウェート平均によりランキングを算出した。なお順位は小数第二位以下の差を含めたものである。（同じ数値表示でも第二位以下で差あり。）

※その項目を持っていない・家がない・いない場合は集計から除外している。

【質問】 以下は「もしもの時に、財布・スマホ以外で、これだけは持ち出そうと決めているもの」として多く挙がったものです。下にあげたものについて、あなたはどの程度持ち出したいですか。

【配点】 とても持ち出したい：100 点、持ち出したい：85 点、まあ持ち出したい：65 点、どちらともいえない：50 点、あまり持ち出したいくない：35 点、持ち出したいくない：15 点、全く持ち出したいくない：0 点

なお、その項目を持っていない・家がない・いないと回答した人は集計から除外している。

※なおリリース中では、1 位の「ペット」に合わせ「これだけは持ち出そうと決めているもの」を、適宜「これだけは置いていけない〇〇」という表現に変更している。

※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。

※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。

【調査サマリ】

1位 ペット

「もしもの時にこれだけは置いていけない〇〇」の1位は「ペット」。50代で1位だった。理由の1位は「大切にしている・愛しているものだから」、2位は「家族に関係するものだから」、3位は「お金では買えないものだから」だった。

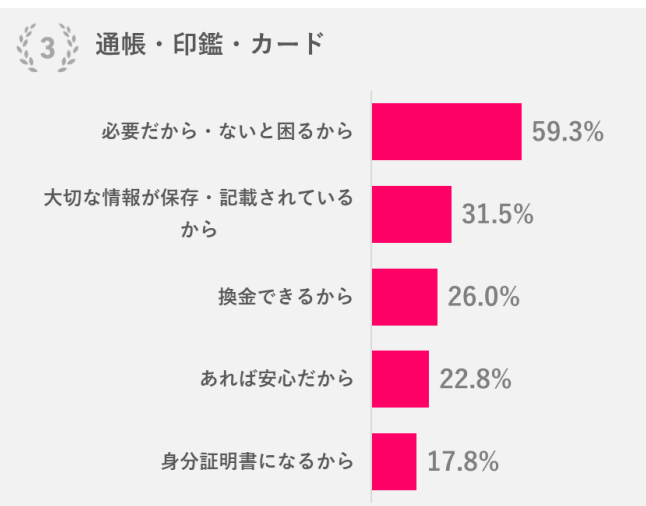
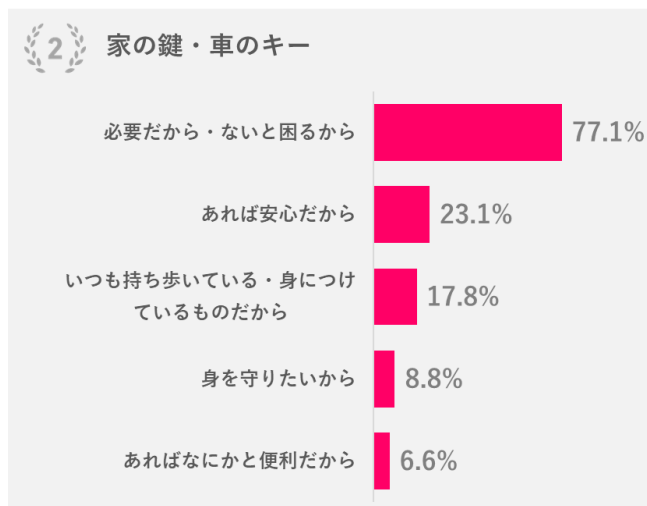
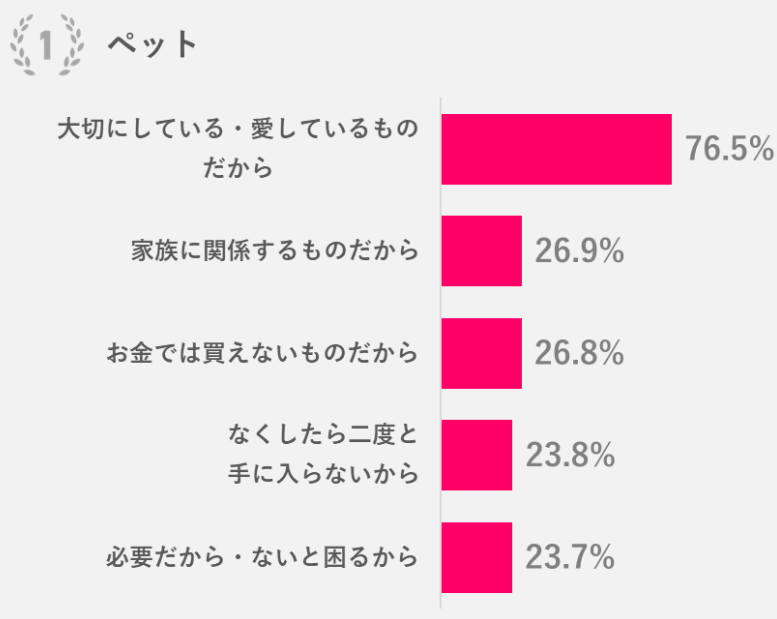
2位 家の鍵・車のキー

2位は「家の鍵・車のキー」。60代以上で1位だった。理由の1位は「必要だから・ないと困るから」、2位は「あれば安心だから」、3位は「いつも持ち歩いている・身につけているものだから」。

3位 通帳・印鑑・カード

3位は「通帳・印鑑・カード」。70代以上では2位だった。理由の1位は「必要だから・ないと困るから」、2位は「大切な情報が保存・記載されているから」、3位は「換金できるから」。

■もしもの時に置いていけない理由（ランキングTOP3の理由5位まで）



■「もしもの時にこれだけは置いていけない○○」ランキング（50歳以上女性：493名）

全体					
1位	ペット	90.8	11位	IDや暗証番号などのメモ	80.0
2位	家の鍵・車のキー	89.3	12位	食料	79.7
3位	通帳・印鑑・カード	87.4	13位	資産関連の書類	78.5
4位	水・飲料	87.3	14位	衣類・下着	78.1
5位	充電器・モバイルバッテリー	86.4	15位	タオル・ハンカチ・ティッシュ	75.6
6位	眼鏡・コンタクトレンズ	85.2	16位	筆記用具	75.6
7位	薬（常備薬・持病の薬）	82.9	17位	化粧品	62.5
8位	保険証	82.9	18位	家族の写真・アルバム	60.5
9位	非常持ち出し袋	82.4	19位	アクセサリー・貴金属	59.7
10位	マイナンバーカード	82.1	20位	位牌・遺影・遺骨	57.8

	50代		60代		70代以上	
1位	ペット	94.0	家の鍵・車のキー	90.5	家の鍵・車のキー	91.7
2位	水・飲料	87.6	ペット	87.7	通帳・印鑑・カード	90.2
3位	眼鏡・コンタクトレンズ	86.8	通帳・印鑑・カード	87.4	ペット	90.2
4位	充電器・モバイルバッテリー	86.5	充電器・モバイルバッテリー	86.4	水・飲料	88.2
5位	家の鍵・車のキー	85.5	水・飲料	86.1	保険証	86.6
6位	通帳・印鑑・カード	84.7	眼鏡・コンタクトレンズ	85.4	充電器・モバイルバッテリー	86.3
7位	非常持ち出し袋	82.4	マイナンバーカード	82.8	マイナンバーカード	85.9
8位	薬（常備薬・持病の薬）	81.3	保険証	82.3	薬（常備薬・持病の薬）	85.7
9位	食料	79.9	薬（常備薬・持病の薬）	81.6	非常持ち出し袋	84.4
10位	保険証	79.5	IDや暗証番号などのメモ	81.3	資産関連の書類	83.9
11位	マイナンバーカード	77.7	非常持ち出し袋	80.4	眼鏡・コンタクトレンズ	83.4
12位	IDや暗証番号などのメモ	76.8	食料	79.9	IDや暗証番号などのメモ	81.7
13位	衣類・下着	75.5	衣類・下着	78.1	衣類・下着	80.5
14位	タオル・ハンカチ・ティッシュ	75.2	資産関連の書類	77.4	食料	79.3
15位	資産関連の書類	74.2	タオル・ハンカチ・ティッシュ	75.3	筆記用具	78.6
16位	筆記用具	73.5	筆記用具	74.6	タオル・ハンカチ・ティッシュ	76.4
17位	家族の写真・アルバム	62.8	化粧品	62.9	化粧品	63.0
18位	化粧品	61.5	家族の写真・アルバム	60.0	アクセサリー・貴金属	61.1
19位	位牌・遺影・遺骨	59.7	アクセサリー・貴金属	59.5	家族の写真・アルバム	58.7
20位	アクセサリー・貴金属	58.4	位牌・遺影・遺骨	56.5	位牌・遺影・遺骨	57.6

※ IDや暗証番号などのメモ：エンディングノート含む

※ 資産関連の書類：保険証券・権利書・株券等

■置いていけない理由（事前調査の自由回答を抜粋）

1位 ペット

- ・猫。家族の一員だから（58歳）
- ・「もしもの時」のシチュエーションにもよるが、「避難」ということなら自分だけ逃げるわけにはいかない。火事なら財布・スマホはどうでもいいので、猫は連れて逃げる（64歳）
- ・飼い猫二匹と手乗り文鳥一羽。家族だから（66歳）

2位 家の鍵・車のキー

- ・帰宅時に入れないと困るから（64歳）
- ・車の鍵。車があれば、色々と便利だと思うから（67歳）
- ・家や貸金庫の鍵。家の鍵がないと困るし、貸金庫には大事なものをしまっている（69歳）

3位 通帳・印鑑・カード

- ・通帳や印鑑などの貴重品。絶対必要になるし再発行が難しそうなので（59歳）
- ・通帳。デビットカード、クレジットカードで現金使う機会が少なくなりましたが、いつもバッグの中にあるし光熱費などの支払いを確認できるから（65歳）
- ・通帳とキャッシュカード。財産がほとんど預金だけなので（70歳）

<その他> ※ランキング外の品目含む

●充電器・モバイルバッテリー

- ・スマホの電池が無くなったら、無用の長物になってしまう（62歳）

●眼鏡・コンタクトレンズ

- ・避難するとき視界がぼんやりしていたら逃げられないから（58歳）
- ・強度の近視で普段はコンタクトレンズを着用。災害時は在庫が無くなったり、取り寄せ不能になったりする可能性大。情報を読み取るためにも必要だと思う（65歳）

●マイナンバーカード

- ・最強だとわかったから（60歳）
- ・身元確認および病院にかかる際に必要（63歳）

●IDや暗証番号などのメモ（エンディングノート含む）

- ・アカウント＆パスワード帳。スマホを持ち出しても「アカウントとパスワードがわからないと何もできなくなる場合がある」ということを海外に移住や旅行をしていた時に痛感したので（66歳）
- ・記録ファイル。終活内容がわかるようにしてある（73歳）

●家族の写真・アルバム

- ・子供のアルバム、写真。津波被害に遭われた方の経験談を聞いたから（56歳）
- ・家族の写真。家族がバラバラになって何かあった時、「この人を知っていますか？」と訊けるため（62歳）

●その他

- ・客室乗務員の時の制服姿の写真。小さい頃からの夢だった職業に就けて、訓練所で撮った記念の写真なので（59歳）
- ・昨年、夫が出演したテレビ番組のDVD。後期高齢者となった夫が、全国2位になった記念の歌コンクールを収めたもので貴重なため（62歳）
- ・亡き主人からの手紙。若い頃は遠距離恋愛で、携帯もなく、彼は独身寮で、たまの電話以外は文通していたから（62歳）
- ・思い出箱（大切なプレゼントや思い出の品を小さな箱に詰めて、すぐに持ち出せるようにしている）。二度と買えない、手に入らない、私にとってとても大切な思い出の品だから（63歳）
- ・子どもの頃から大事にしているぬいぐるみがあります。母が買ってくれたぬいぐるみです。わたしが可愛がりすぎて魂が宿ってしまった気がする（64歳）
- ・お薬手帳。避難所暮らしになった時、検査抜きで処方してもらえると聞いた。混乱時はデジタル情報が上手く機能するか疑問に思っている（65歳）

※事前調査の自由回答において、「もしもの時に、財布・スマホ以外で、これだけは持ち出そうと決めているものは特になし」と回答した人は429名中15名（3.5%）だった。

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 年から現職。年間約 900 人のシニアへの取材やワークショップを通じて、誌面づくりや商品開発、広告制作に役立てている。時代や世代も捉えて、半歩先の未来を予測・創造している。

著書に『消費の主役は 60 代 シニア市場最前線』（同文館出版）など。



何を守るかは、どう生きてきたかの答えだった

もしもの時、財布やスマホ以外で「これだけは置いていけない」と感じているものは何でしょうか。50～88 歳女性の答えは、堂々の 1 位が「ペット」。2 位は「家の鍵・車のキー」、3 位は「通帳・印鑑・カード」でした。持ち出すものの選択は、実用と心情とのせめぎ合いです。

ペットを挙げた人からは「大切な家族だから」という理由が多数。ほかにも「愛犬の遺骨」「亡き夫からの手紙」「両親の遺影」「家族の写真」など、“心の拠り所”が並びます。「夫が歌コンクールに出演して全国 2 位になった時の DVD」「母が買ってくれたぬいぐるみ」「客室乗務員時代の制服姿の記念写真」……いざという時の持ち出し品には、個人の歴史や家族と刻んできた物語がにじみます。非常時のリストは、人の数だけ正解があり、その選択肢には、生きてきた人生が詰まっていました。

年代別の違いも鮮明です。50 代は「水・飲料」「眼鏡・コンタクト」など、まず生活インフラを確保しようとする傾向が顕著。一方、60 代以上は「鍵」「通帳・印鑑」といった物理的資産に繋がるものを「あれば安心」という理由で選びます。“ものは資産”という価値観を身につけてきた世代ならではの守り方と言えるでしょうか。

持ち出すものは、その人が何を大切にしてきたかの縮図。だからこそ、世代や経験によって優先順位は異なります。物理的な必要性和精神的な拠り所…どちらを選ぶかは、それぞれの歩みの答えです。防災マニュアルには載らない世代ならではの価値観が浮かび上がりました。緊急時であっても心の支えを忘れない。それが、“世代らしさ”“その人らしさ”を映す鏡なのかもしれません。

■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。