

PGF生命、 「2021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3,026万円、還暦人の4人に1人が100万円未満
 還暦人が考える“なりたい自分像”1位「のんびりと自由に過ごす“悠々自適シニア”」
 人生100年時代 還暦人の1割強が「100歳を超えても生きたい」と回答

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、2021年4月26日（月）～4月28日（水）の3日間、今年還暦を迎える1961年生まれの男女を対象に「2021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

- 「還暦の実感がわからない」今年の還暦人の4人に3人
- 心はまだ40代！ 還暦人の精神年齢は平均47歳、肉体年齢は平均56歳
- 還暦人の8割強が「最近、体力の衰えを感じる」、7割強が「最近、記憶力の衰えを感じる」
- コロナ禍で会いたくても会えない？ 「最近、人付き合いが減った」7割半が実感
- 贈られて嬉しい還暦祝い 催し1位「一緒に旅行」、プレゼント1位「旅行券」 NGな還暦祝いとは？
- 還暦に見えない！容姿が若いと思う同年代の有名人 1位「賀来千香子さん」
- 友達になりたいと思う同年代の有名人 1位「中井貴一さん」

第2章：還暦人の仕事・マネー・生活

- まだまだ現役でいたい！ 働く還暦人の3割強が「70歳以降も働きたい」と回答
- 還暦人の貯蓄額は平均3,026万円、還暦人の4人に1人が100万円未満
- 還暦人にはスマホが不可欠？ 「日常生活ではテレビよりスマホが欠かせない」還暦人の2人に1人
- 非接触決済の利用が主流に？ 「現金決済よりキャッシュレス決済が多い」還暦人の約7割

第3章：還暦人の人生振り返り

- 人生をやり直せるなら何歳に戻りたい？ 戻りたい年齢は「15～19歳」に集中、平均は20.3歳
- 20歳の自分に会えたら伝えたい言葉 1位「勉強しなさい」2位「頑張って」3位「貯蓄しなさい」、
 「親に心配をかけるな」「逃げるな、告白しろ」「スキンケアはしっかり」などの回答も
- 還暦人が経験した、“バブル時代”のエピソード
 「就職面接の最初の質問が『内定出してもいいですか？』」「ボーナスが1,000万円」
 「披露宴には400人招待」「毎日のようにディスコ」「クルーザー遊び」など
- 還暦人が絶対に“忘れたくない”思い出 1位「子どもの誕生」2位「結婚」3位「親との死別」
- 自身の今までの60年を漢字1文字で表すと？ 男性回答1位「忍」、女性回答1位「楽」
- 還暦人が選ぶ、“好きなNHK連続テレビ小説” 1位「あまちゃん」2位「ゲゲゲの女房」

第4章：還暦人の展望と不安

- 人生100年時代 還暦人の1割強が「100歳を超えても生きたい」と回答
- セカンドライフはパートナーと共に！パートナーがいない還暦人の2人に1人が結婚・再婚に意欲的
- どんな相手に魅力を感じる？ 「優しさ・思いやりがある」がダントツ
 男性回答2位は「清潔感がある」、女性回答2位は「収入が安定している」
- 還暦人が考える“なりたい自分像” 1位「のんびりと自由に過ごす“悠々自適シニア”」
 男性回答2位は「趣味を楽しむ“趣味人シニア”」、女性回答2位は「若く見える“若見えシニア”」
- 還暦人がこれからの人生で抱く不安 1位「収入の減少」2位「身体能力の低下」
- 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」、今後行いたいことの1位は「体力づくり」
- 還暦人がこれからやりたいこと TOP3「旅行をする」「健康に過ごす」「のんびり過ごす」

■■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 1961 年生まれの男女は、149 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。P G F 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。

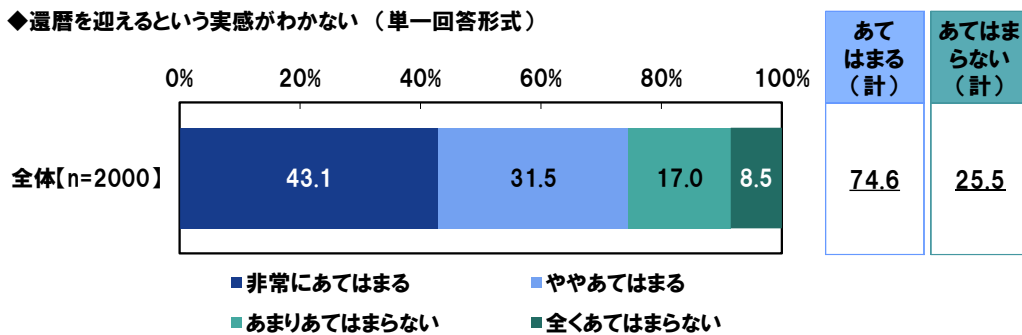
※出典：総務省統計局「出生年別 丑（うし）年生まれの人口」より 参考：<https://www.stat.go.jp/data/jinsui/topics/topi1271.html>

第 1 章：還暦人の価値観

- 「還暦の実感がわからない」今年の還暦人の 4 人に 3 人
- 心はまだ 40 代！ 還暦人の精神年齢は平均 47 歳、肉体年齢は平均 56 歳

今年還暦を迎える 1961 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」は 43.1%、「ややあてはまる」は 31.5%で、合計した「あてはまる」は 74.6%、「全くあてはまらない」は 8.5%、「あまりあてはまらない」は 17.0%で、合計した「あてはまらない」は 25.5%となりました。還暦人の多くは、自身が還暦を迎えるという実感をまだ持っていないようです。

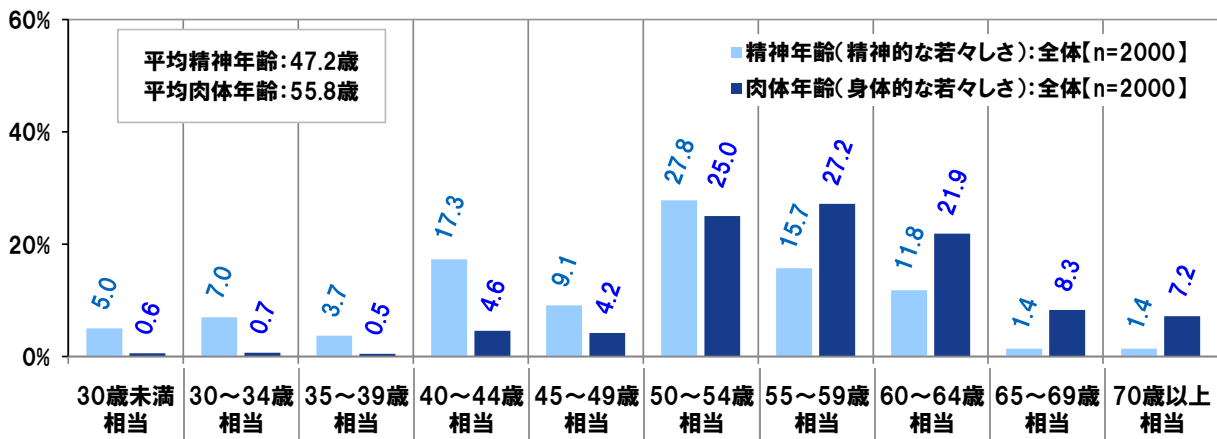


また、自分の心や体の年齢が何歳くらいに相当すると感じているかを聞いたところ、自身の精神年齢（精神的な若々しさ）の実感では、「50～54 歳相当」（27.8%）に最も多くの回答が集まったほか、「40～44 歳相当」（17.3%）にも回答が集まり、平均年齢は 47.2 歳でした。

他方、肉体年齢（身体的な若々しさ）の実感をみると、「50～54 歳相当」（25.0%）や「55～59 歳相当」（27.2%）に多くの回答が集まり、平均年齢は 55.8 歳でした。

回答時の実年齢の平均である 59.3 歳と比較すると、精神年齢は 12.1 歳、肉体年齢は 3.5 歳若い結果となっており、心の若々しさに自信を持っている還暦人が多いとわかりました。

◆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）」

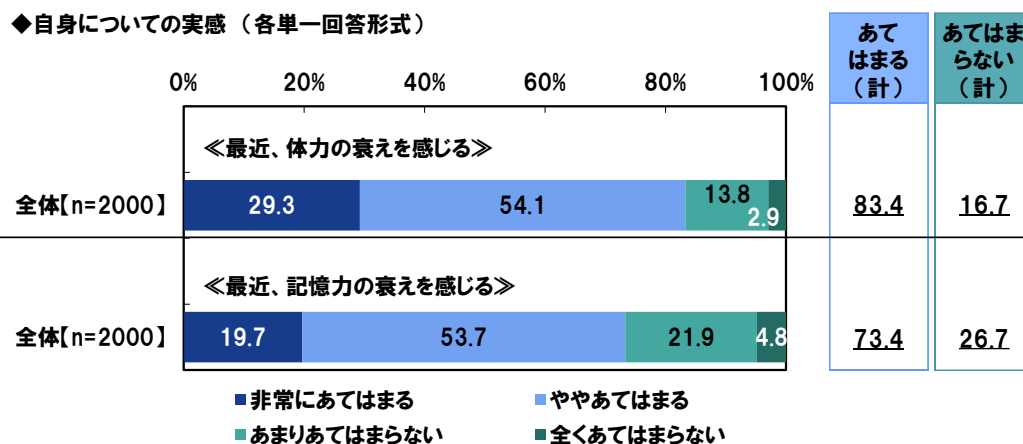


- 還暦人の8割強が「最近、体力の衰えを感じる」、7割強が「最近、記憶力の衰えを感じる」
- コロナ禍で会いたくても会えない? 「最近、人付き合いが減った」7割半が実感

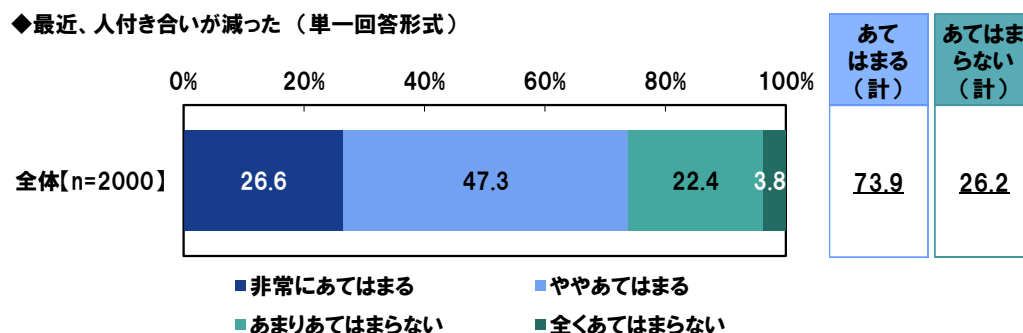
次に、全回答者（2,000名）に、最近の自分自身の体力や記憶力に対する実感について聞きました。

最近、体力の衰えを感じるかを聞いたところ、「あてはまる」は83.4%、「あてはまらない」は16.7%となりました。普段の生活で体力の低下を感じる場面が増えているという人が多いようです。

また、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73.4%、「あてはまらない」は26.7%となりました。日常生活において、大事なことを忘れるようになったと感じている人や、物覚えが悪くなったと感じている人が多いようです。



さらに、最近、人付き合いが減ったかを聞いたところ、「あてはまる」は73.9%、「あてはまらない」は26.2%となりました。コロナ禍で対面コミュニケーションの機会が減り、退屈さや寂しさを感じている人が多いのかもしれませんが。



■贈られて嬉しい還暦祝い 催し1位「一緒に旅行」、プレゼント1位「旅行券」 NGな還暦祝いとは？

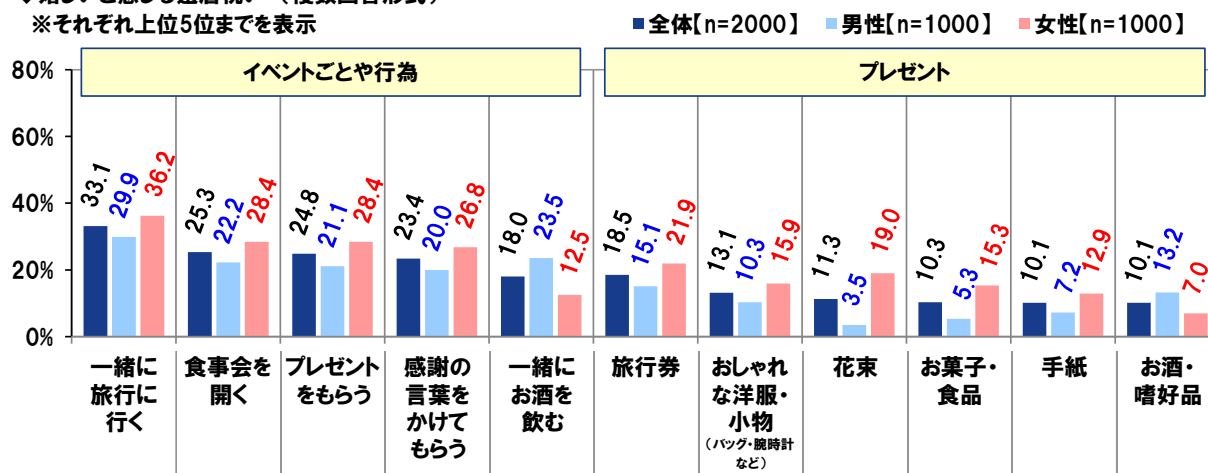
続いて、還暦祝いについて質問しました。

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」（33.1%）、2位「食事会を開く」（25.3%）、3位「プレゼントをもらう」（24.8%）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」（18.5%）、2位「おしゃれな洋服・小物（バッグ・腕時計など）」（13.1%）、3位「花束」（11.3%）となりました。旅行に関する還暦祝いが喜ばれる傾向にあるようです。

◆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

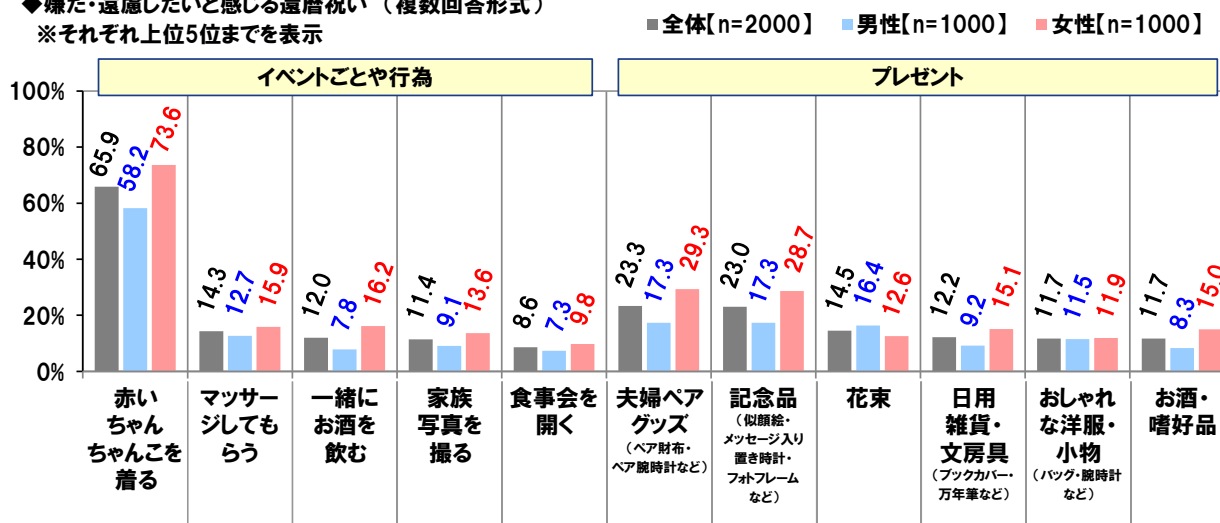


反対に、嫌だ・遠慮したいと感じる還暦祝いを聞いたところ、イベントごとや行為では「赤いちゃんちゃんこを着る」（65.9%）がダントツでした。以降、「マッサージしてもらう」（14.3%）、「一緒にお酒を飲む」（12.0%）が続きました。

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）」（23.3%）、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）」（23.0%）、3位「花束」（14.5%）となりました。

◆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



- 還暦に見えない！容姿が若いと思う同年代の有名人 1位「賀来千香子さん」
- 友達になりたいと思う同年代の有名人 1位「中井貴一さん」

今年の還暦人と同年代の1961年生まれ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、現在も女優として活躍されている「賀来千香子さん」が1位でした。以降、2位「石野真子さん」、3位「浅野温子さん」が続きました。

男性回答では1位「哀川翔さん」、2位「中井貴一さん」、3位「田原俊彦さん」、女性回答では1位「賀来千香子さん」、2位「石野真子さん」、3位「浅野温子さん」でした。

◆還暦に見えないくらい容姿が若いと思う同年代(1961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 | 名 | 票数 | 順位 | 名 | 票数 | 順位 | 名 | 票数 |
| 1位 | 賀来千香子 | 572 | 1位 | 哀川翔 | 250 | 1位 | 賀来千香子 | 408 |
| 2位 | 石野真子 | 461 | 2位 | 中井貴一 | 219 | 2位 | 石野真子 | 297 |
| 3位 | 浅野温子 | 391 | 3位 | 田原俊彦 | 165 | 3位 | 浅野温子 | 258 |
| 4位 | 哀川翔 | 381 | 4位 | 石野真子 | 164 | 4位 | 黒田知永子 | 197 |
| 5位 | 中井貴一 | 357 | | 賀来千香子 | 164 | 5位 | 藤あや子 | 195 |
| 6位 | 杏里 | 339 | 6位 | 杏里 | 152 | 6位 | 杏里 | 187 |
| 7位 | 田原俊彦 | 326 | 7位 | マイケル富岡 | 143 | 7位 | 高橋ひとみ | 185 |
| 8位 | 藤あや子 | 313 | 8位 | 徳永英明 | 136 | 8位 | 田原俊彦 | 161 |
| 9位 | 高橋ひとみ | 310 | 9位 | 石橋貴明 | 134 | 9位 | 岩崎良美 | 144 |
| 10位 | 岩崎良美 | 256 | 10位 | 浅野温子 | 133 | 10位 | 中井貴一 | 138 |

また、友達になりたいと思う同年代の有名人を聞いたところ、1位「中井貴一さん」となりました。中井貴一さんは2011年に放送が始まったNHKの人気番組『サラメシ』では欠かせない存在。還暦人のなかには、番組を通じて中井貴一さんの豊かなユーモアセンスに触れ、親近感や好感を持った人が多いのではないのでしょうか。次いで、2位「石野真子さん」、3位「賀来千香子さん」となりました。

男性回答では1位「中井貴一さん」、2位「遠藤憲一さん」、3位「柳葉敏郎さん」、女性回答では1位「賀来千香子さん」、2位「石野真子さん」、3位「中井貴一さん」でした。

◆友達になりたいと思う同年代(1961年生まれ)の有名人（複数回答形式）※上位10位までを表示

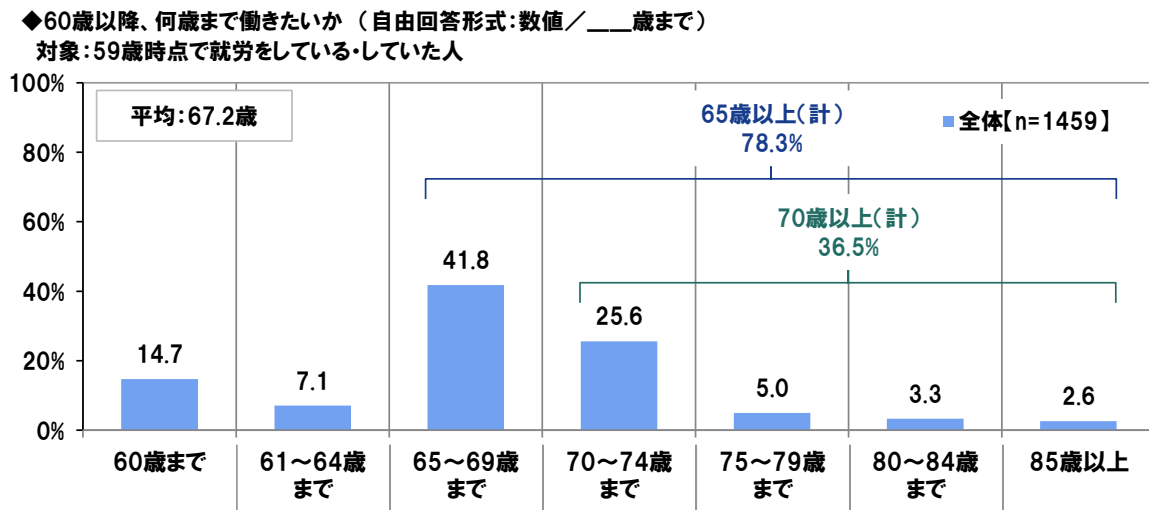
| 全体[n=2000] | | | 男性[n=1000] | | | 女性[n=1000] | | |
|------------|-------|-----|------------|-------|-----|------------|----------|-----|
| 順位 | 名 | 票数 | 順位 | 名 | 票数 | 順位 | 名 | 票数 |
| 1位 | 中井貴一 | 252 | 1位 | 中井貴一 | 147 | 1位 | 賀来千香子 | 131 |
| 2位 | 石野真子 | 214 | 2位 | 遠藤憲一 | 101 | 2位 | 石野真子 | 120 |
| 3位 | 賀来千香子 | 208 | 3位 | 柳葉敏郎 | 99 | 3位 | 中井貴一 | 105 |
| 4位 | 遠藤憲一 | 188 | 4位 | 石野真子 | 94 | 4位 | 遠藤憲一 | 87 |
| 5位 | 柳葉敏郎 | 152 | 5位 | 高橋克実 | 86 | 5位 | 浅野温子 | 79 |
| 6位 | 高橋ひとみ | 151 | 6位 | 哀川翔 | 84 | 6位 | 高橋ひとみ | 75 |
| 7位 | 藤あや子 | 143 | 7位 | 手塚理美 | 83 | 7位 | 藤あや子 | 73 |
| 8位 | 三谷幸喜 | 142 | 8位 | 賀来千香子 | 77 | 8位 | 三谷幸喜 | 69 |
| 9位 | 浅野温子 | 140 | 9位 | 高橋ひとみ | 76 | 9位 | 山寺宏一 | 59 |
| 10位 | 哀川翔 | 136 | 10位 | 三谷幸喜 | 73 | 10位 | ハイヒールリンゴ | 58 |

第2章：還暦人の仕事・マナー・生活

■まだまだ現役でいたい！ 働く還暦人の3割半が「70歳以降も働きたい」と回答

今年の4月から改正高年齢者雇用安定法が施行されたことを受け、対象となる事業者には、65歳までの雇用確保義務に加え、70歳までの就業確保努力義務が課されることとなりました。では、働く還暦人は、何歳くらいまで働きたいと考えているのでしょうか。

59歳時点で就労をしている・していた人（1,459名）に、還暦（60歳）以降、何歳まで働きたいかを聞いたところ、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78.3%、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%となりました。法改正では就業確保努力義務が課される年齢として70歳を区切りとしているものの、70歳以降も引き続き仕事に励んでいきたいと考えている人は少なくないようです。



70歳以降も働きたい人（532名）について、70歳以降も働きたい理由をみると、男性では「70歳くらいまでは健康な身体を維持できていると思うから」や「70歳以降の生活費を十分残したいから」、「社会とつながって役に立ちたいと思うから」、「死ぬまで現役でいたいと思っているから」といった回答がありました。

他方、女性では「まだまだ社会と関わっていたいから」や「楽しく充実しているから」、「社会に出て人と接しているほうが元気でいられると思うから」、「100歳でも元気な人を見ているから」、「永遠に引退したくないから」といった回答がみられました。社会とのつながりや生きがいが、働きたい理由になっている還暦人も多いようです。

◆70歳以降も働きたい理由（自由回答形式）※抜粋して表示(括弧内は回答として挙げた年齢)
対象：59歳時点で就労をしている・していた人で、70歳以降も働きたい人[n=532]

男性[n=318]

- ・70歳くらいまでは健康な身体を維持できていると思うから(70歳)
- ・70歳以降の生活費を十分残したいから(70歳)
- ・後継者育成と事業承継のために働きたいから(70歳)
- ・いつまでも社会に貢献したいと思うから(75歳)
- ・社会とつながって役に立ちたいと思うから(75歳)
- ・年金だけでは不安だから(75歳)
- ・働けるうちはずっと働きたいから(80歳)
- ・両親が80歳以上でも働いていたから(80歳)
- ・足腰の丈夫なうちは働きたいから(80歳)
- ・同じ職業の人がこの年齢で現役だから(85歳)
- ・死ぬまで現役でいたいと思っているから(100歳)

女性[n=214]

- ・まだまだ社会と関わっていたいから(70歳)
- ・楽しく充実しているから(70歳)
- ・70歳までは気力と体力が続くそうだから(70歳)
- ・年金だけでは生活が苦しいから(75歳)
- ・社会に出て人と接しているほうが元気でいられると思うから(80歳)
- ・生活と生きがいのために働きたいから(80歳)
- ・年齢に関係なくできる仕事に就いているから(80歳)
- ・生きているうちは働きたいから(90歳)
- ・働き続けられる限り働きたいから(90歳)
- ・100歳でも元気な人を見ているから(100歳)
- ・永遠に引退したくないから(100歳)

■還暦人の貯蓄額は平均 3,026 万円、還暦人の 4 人に 1 人が 100 万円未満

次に、貯蓄について質問しました。

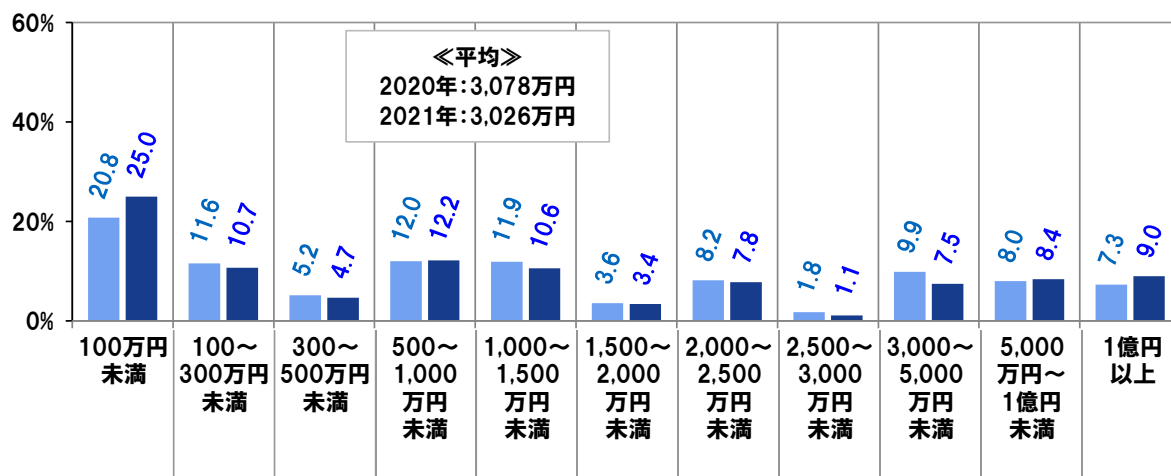
全回答者（2,000 名）に、現段階の貯蓄金額（配偶者がいる場合は夫婦 2 人分）を聞いたところ、「100 万円未満」（25.0%）に最も多くの回答が集まりました。そのほか、「100～300 万円未満」（10.7%）、「500～1,000 万円未満」（12.2%）、「1,000～1,500 万円未満」（10.6%）、「2,000～2,500 万円未満」（7.8%）、「3,000～5,000 万円未満」（7.5%）、「5,000 万円～1 億円未満」（8.4%）、「1 億円以上」（9.0%）などに回答が集まり、平均は 3,026 万円でした。

昨年の調査結果と比較すると、貯蓄額の平均は 2020 年 3,078 万円→2021 年 3,026 万円と、52 万円の減少、「100 万円未満」と回答した割合は 2020 年 20.8%→25.0%と、4.2 ポイント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）

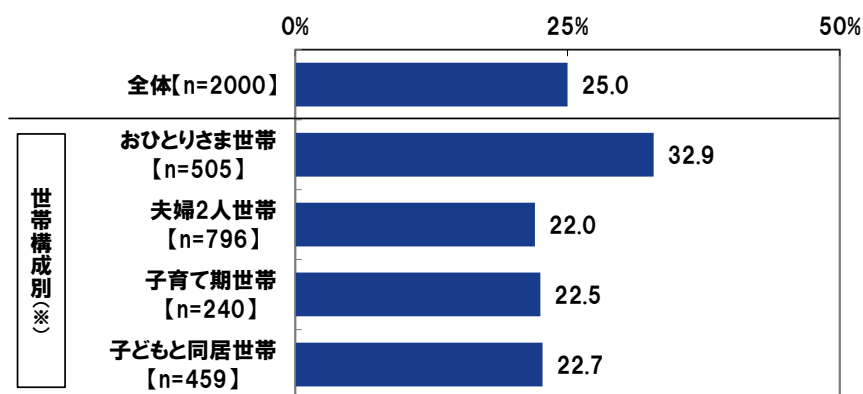
（自由回答形式：数値／総額___万円くらい）

■ 2020年【n=2000】 ■ 2021年【n=2000】



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 32.9%と、他の層と比べて特に高くなりました。

◆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

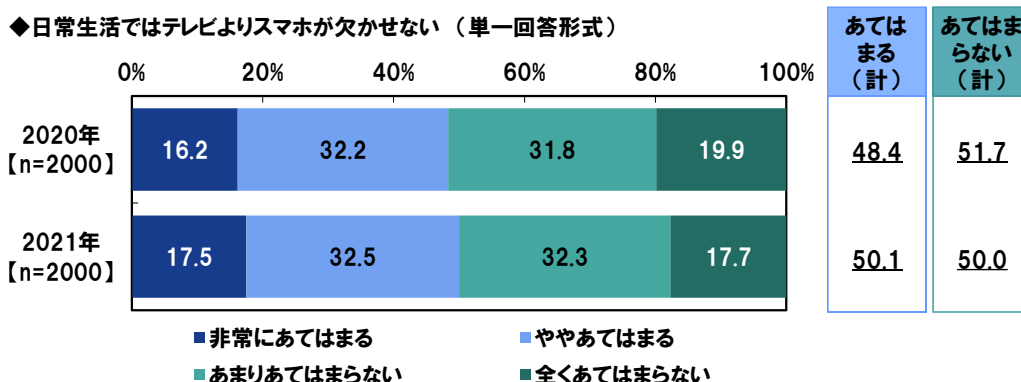
「子どもと同居世帯」：就業している 20 代、または 30 歳以上の子どもと同居をしている層

- 還暦人にはスマホが不可欠？ 「日常生活ではテレビよりスマホが欠かせない」 還暦人の2人に1人
- 非接触決済の利用が主流に？ 「現金決済よりキャッシュレス決済が多い」 還暦人の約7割

還暦人の、スマホ利用やキャッシュレス決済の利用状況について質問しました。

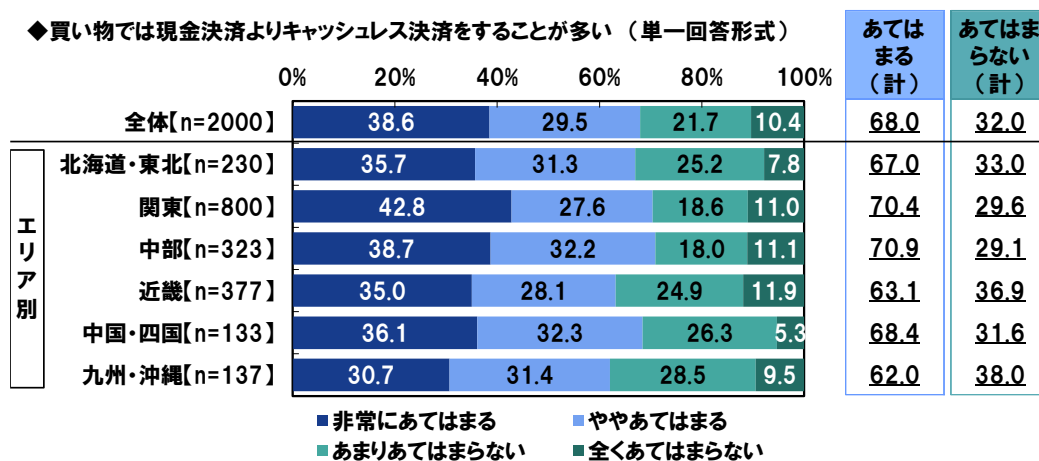
全回答者（2,000名）に、日常生活ではテレビよりスマホが欠かせないかを聞いたところ、「あてはまる」は50.1%となりました。コロナ禍で家にいる時間が増えた中で、動画の視聴もできるスマホの需要が高まっているようです。

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、2020年48.4%→2021年50.1%とわずかに上昇しました。



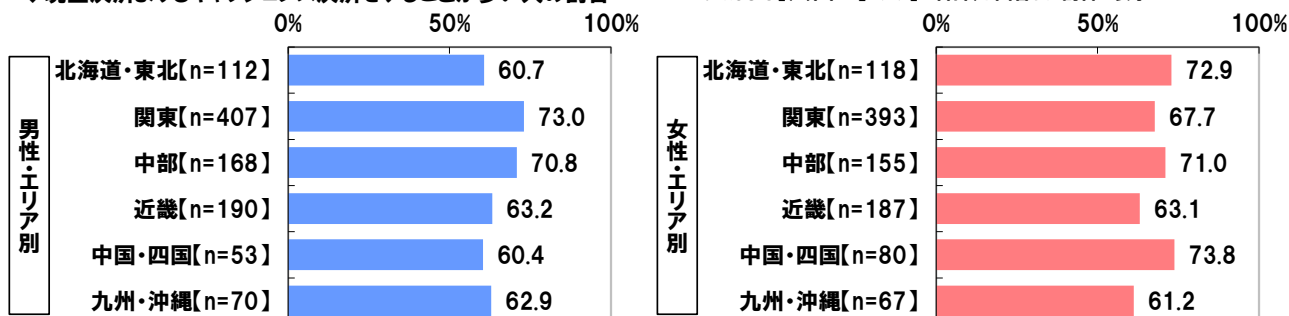
また、キャッシュレス決済に関して、買い物では現金決済よりキャッシュレス決済をすることが多いかを聞いたところ、「あてはまる」は68.0%となりました。キャッシュレス決済の利便性を実感している人や、コロナ禍を機に非接触式の決済手段を使うようになった人が増えたのではないのでしょうか。

エリア別にみると、キャッシュレス決済をすることが多い人の割合は、関東（70.4%）と中部（70.9%）が他のエリアと比べて高く、7割を超えました。男女・エリア別にみると、男性では関東（73.0%）、女性では中国・四国（73.8%）が最も高くなりました。



◆現金決済よりもキャッシュレス決済をすることが多い人の割合

※「あてはまる」(「非常に」「やや」の合計)と回答した割合を表示



第3章：還暦人の人生振り返り

■人生をやり直せるなら何歳に戻りたい？ 戻りたい年齢は「15～19歳」に集中、平均は20.3歳

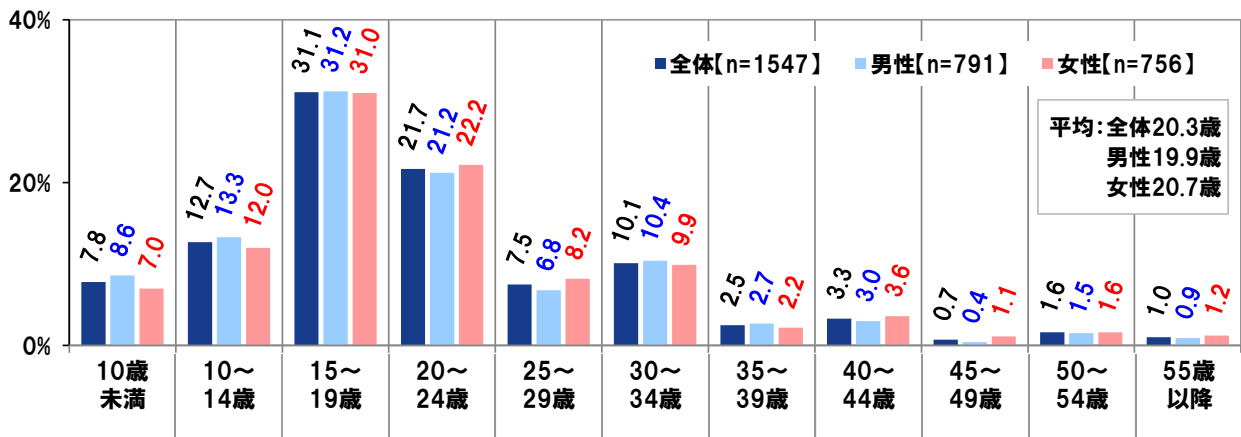
全回答者（2,000名）に、人生をやり直せるなら何歳に戻りたいと思うか、また、なぜその年齢に戻りたいと思うかを聞きました。

戻りたい時期がある人（1,547名）に、戻りたい年齢を聞いたところ、「15～19歳」（31.1%）に最も多くの回答が集まったほか、「10～14歳」（12.7%）や「20～24歳」（21.7%）にも回答が集まり、平均は20.3歳でした。

男女別にみると、男女とも「15～19歳」（男性31.2%、女性31.0%）に最も多くの回答が集まり、平均は男性19.9歳、女性20.7歳でした。

◆人生をやり直せるなら何歳に戻りたいと思うか（自由回答形式：数値／__歳）

対象：戻りたい時期がある人



「15～19歳」と回答した理由をみると、男性では、「高校受験をやり直したいから」や「大学受験をやり直したいから」、「就職先を考え直したいから」など、進路に関する回答が多く挙げられました。また、「青春をやり直したいから」や「高校時代に未練があるから」、「一番生き生きしていたから」、「大学生活からやり直してみたいから」など、10代後半を満喫していたことや、後悔を残していることがうかがえる回答もみられました。そのほか、「好きだった同級生に告白したいから」といった甘酸っぱい思い出を振り返った回答も挙げられました。

他方、女性では、「将来について考え直したいから」や「(女子校だったので) 共学の高校に行ってみようから」、「大学受験を怠けずにもっと頑張ればよかったと思うから」など、男性と同様に進路に関する回答が多くみられました。また、「この頃が一番楽しかったから」や「自由で一番楽しかった時期だから」など、充実した毎日を送っていたことがうかがえる回答のほか、「もう一度女子高生をしてみたいから」や「親孝行できなかったから」といった回答もみられました。

◆人生をやり直せるとしたら「15～19歳」に戻りたいと思う理由（自由回答形式）※抜粋して表示(括弧内は回答として挙げた年齢) 対象：人生をやり直せるとしたら戻りたいと思う年齢で15～19歳を回答した人【n=481】

男性【n=247】

- ・高校受験をやり直したいから(15歳)
- ・もっと勉強をしておけばよかったと思うから(15歳)
- ・自分の人生のターニングポイントだったから(15歳)
- ・青春をやり直したいから(16歳)
- ・高校生活が楽しかったから(16歳)
- ・高校時代に未練があるから(17歳)
- ・好きだった同級生に告白したいから(18歳)
- ・就職先を考え直したいから(18歳)
- ・一番生き生きしていたから(18歳)
- ・大学受験をやり直したいから(18歳)
- ・大学生活からやり直してみたいから(19歳)
- ・成人前で楽しかったから(19歳)

女性【n=234】

- ・いろいろな可能性に挑戦できると思うから(15歳)
- ・青春を感じたいから(15歳)
- ・(女子校だったので)共学の高校に行ってみようから(15歳)
- ・もう一度女子高生をしてみたいから(15歳)
- ・この頃が一番楽しかったから(16歳)
- ・青春時代をもう一度味わいたいから(17歳)
- ・親孝行できなかったから(17歳)
- ・将来について考え直したいから(17歳)
- ・専門的な勉強をやり直したいから(18歳)
- ・大学受験を怠けずにもっと頑張ればよかったと思うから(18歳)
- ・自由で一番楽しかった時期だから(19歳)
- ・大学生活をやり直したいから(19歳)

■20歳の自分に会えたら伝えたい言葉 1位「勉強しなさい」2位「頑張って」3位「貯蓄しなさい」、
「親に心配をかけるな」「逃げるな、告白しろ」「スキンケアはしっかり」などの回答も

成人したばかりの20歳の自分にもし出会うことができたなら、どのようなことを伝えたいと思うのでしょうか。

全回答者（2,000名）に、20歳の自分に会えたら、どのような言葉を伝えたいと思うかを聞いたところ、1位は「勉強しなさい」でした。勉学に励むことが大切だと感じている人や、しっかりと勉強をしておくべきだったと後悔を感じている人が多いのではないのでしょうか。以降、2位「頑張って」、3位「貯蓄しなさい」、4位「やりたいことをしなさい」、5位「人生を楽しみなさい」が続きました。

男女別にみると、男性では「毎日を大切に過ごせ」や「時間は貴重だから無駄にするな」、「今やるべきことをきっちりやれ」など、今すべきことにしっかりと取り組むことを諭すような言葉が挙げられました。また、「人に優しくしなさい」など人に対して優しさを持って接することの大切さを伝える言葉のほか、「お前の妻は最高だぞ」や「逃げるな、告白しろ」といった言葉もみられました。

他方、女性では「自分を大切にしなさい」や「家族を大切にしなさい」、「親に心配をかけるな」など、自分自身や家族を大切にすべきと訴えかける言葉が多くみられました。そのほか、「幸せな人生が待ってるよ」や「8年後に運命の人に出会うよ」、「大切なのは中身だ」、「スキンケアはしっかりしなさい」といった言葉が挙げられました。

◆20歳の自分に会えたら、伝えたいと思う言葉（自由回答形式）※上位10位までを表示

全体[n=2000]

| | | 名 |
|-----|--------------|-----|
| 1位 | 勉強しなさい | 104 |
| 2位 | 頑張って | 82 |
| 3位 | 貯蓄しなさい | 56 |
| 4位 | やりたいことをしなさい | 39 |
| 5位 | 人生を楽しみなさい | 35 |
| 6位 | もっと遊びなさい | 33 |
| 7位 | よく考えなさい | 29 |
| 8位 | 資格を取りなさい | 22 |
| | 将来を考えて行動しなさい | 22 |
| 10位 | そのままがいいよ | 20 |

<その他の回答(抜粋)>

男性[n=1000]

- ・毎日を大切に過ごせ
- ・時間は貴重だから無駄にするな
- ・今やるべきことをきっちりやれ
- ・多くの経験をしておけ
- ・これからすごく大変だぞ
- ・これからの人生は早いぞ
- ・人に優しくしなさい
- ・お金を大切にしなさい
- ・お前の妻は最高だぞ
- ・逃げるな、告白しろ
- ・大学入学がゴールじゃないぞ

女性[n=1000]

- ・幸せな人生が待ってるよ
- ・自分を大切にしなさい
- ・家族を大切にしなさい
- ・その瞬間は二度とないからためらうな
- ・30歳までは頑張って仕事に打ち込め
- ・親に心配をかけるな
- ・英語の勉強をしなさい
- ・8年後に運命の人に出会うよ
- ・ごだわりは捨てろ
- ・大切なのは中身だ
- ・スキンケアはしっかりしなさい

■還暦人が経験した、“バブル時代ならではの”のエピソード

「就職面接の最初の質問が『内定出してもいいですか?』」「ボーナスが1,000万円」
「披露宴には400人招待」「毎日のようにディスコ」「クルーザー遊び」など

バブル経済の真っ只中だった1980年代末から90年代初頭に、今年の還暦人はどのような経験をしていたのでしょか。バブル時代の経験について質問しました。

全回答者(2,000名)に、自身が経験した“バブル時代ならではの”と思えるようなエピソードを聞いたところ、<仕事に関する事>では「就活の面接での最初の質問が『内定を出してもいいですか?』だった」や「転職先が選び放題だった」など、現在の就職環境を考えると想像できないようなエピソードが挙げられました。そのほか、「お金はあっても仕事が忙しく使う暇がなかった」や「残業時間が月200時間を超え、ボーナスよりも月給のほうが多かった」、「残業代が基本給よりも多かった」など仕事の忙しさ・残業代に関する回答、「海外出張でビジネスクラスに乗っていた」や「2年間の海外出張の手当だけで2,000万円以上もらった」、「会社の社長の誕生日に海外アーティストを呼んでパーティーをした」、「高級料亭で接待された」、「会社持ちで銀座の高級クラブに行った」、「交際費が使い放題だった」、「社員旅行がお小遣い付きの海外旅行だった」など経費の使い方や催しに関する回答が挙げられました。

◆自身が経験した“バブル時代ならではの”のエピソード（自由回答形式）※抜粋して表示

<仕事に関する事>

～就職～

- ・就活の面接での最初の質問が「内定を出してもいいですか?」だった(男性)
- ・面接に行っただけで交通費をたくさんもらった(女性)
- ・転職先が選び放題だった(男性)

～繁忙・残業～

- ・お金はあっても仕事が忙しく使う暇がなかった(女性)
- ・ほとんど寝る間もなく働いていた(男性)
- ・忙しすぎて遊ぶ暇がなかった(女性)
- ・仕事が忙しく朝帰りが多かった(女性)
- ・残業時間が月200時間を超え、ボーナスよりも月給のほうが多かった(男性)
- ・残業代が基本給よりも多かった(男性)

～出張～

- ・海外出張でビジネスクラスに乗っていた(男性)
- ・2年間の海外出張の手当だけで2,000万円以上もらった(男性)

～宴会～

- ・会社の社長の誕生日に海外アーティストを呼んでパーティーをした(男性)
- ・会社主催の忘年会は料亭で開かれた(女性)

～接待～

- ・接待で5～6軒をはしごし、30万円くらいずつ使った(男性)
- ・就職して間もなく、フグ料理の接待を受けた(女性)
- ・高級料亭で接待された(女性)

～経費～

- ・会社持ちで銀座の高級クラブに行った(女性)
- ・交際費が使い放題だった(男性)
- ・会社のおつかいでタクシー券をバンバン使えた(女性)
- ・仕事の帰りに毎日タクシーを使っていた(女性)

～社員旅行～

- ・社員旅行がお小遣い付きの海外旅行だった(男性)
- ・社員旅行がハワイで、参加した従業員200人分の費用がすべて会社持ちだった(女性)

<マネーに関する事>では、「預金したら数年後には倍になっていた」や「銀行に預けておいて付いた利息だけで旅行資金を準備できた」、「週単位で預金の利率が上がった」など、利率の高さに関するエピソードが多く挙げられました。お金を預けているだけで資産が増える経験をしたという人が多いようです。そのほか、「給料が5、6年で倍になった」や「月給袋が立つほどの収入だった」、「ボーナスで1,000万円もらった」など収入・ボーナスに関する回答、「結婚してすぐ買った2,500万円のマンションの時価が数年後1億円に上がった」や「株で3ヶ月の間に600万円の利益が出た」、「株の儲けで海外旅行に行った」など不動産・投資に関する回答、「新車を3年置きに購入していた」や「現金一括で高級腕時計を買った」、「お金のことを気にせず爆買いしていた」など消費に関する回答が挙げられました。

◆自身が経験した“バブル時代ならではの”のエピソード（自由回答形式）※抜粋して表示

<マネーに関する事>

～高金利～

- ・預金したら数年後には倍になっていた(女性)
- ・銀行に預けておいて付いた利息だけで旅行資金を準備できた(女性)
- ・週単位で預金の利率が上がった(女性)

～収入～

- ・給料が5、6年で倍になった(男性)
- ・人生の最高報酬額を獲得した(男性)
- ・月給袋が立つほどの収入だった(女性)
- ・チップとして1万円もらった(女性)

～ボーナス～

- ・ボーナスが年3回支給された(男性)
- ・ボーナスで1,000万円もらった(男性)
- ・公務員だった父よりもボーナスが多かった(女性)

～不動産～

- ・結婚してすぐ買った2,500万円のマンションの時価が数年後1億円に上がった(女性)
- ・当時住んでいた古いマンションの価格が数年で2倍になった(女性)

～投資～

- ・株で3ヶ月の間に600万円の利益が出た(男性)
- ・株の儲けで海外旅行に行った(女性)

～消費～

- ・しょっちゅう銀座で豪遊していた(男性)
- ・新車を3年置きに購入していた(女性)
- ・現金一括で高級腕時計を買った(女性)
- ・お金のことを気にせず爆買いしていた(女性)

<恋愛に関すること>では、「理由はわからないがとにかくモテた」や「25歳のころは今では考えられないくらいモテた」、「モテ期には同時に10人の女性と付き合っていた」など、モテ期に関するエピソードが多く挙げられました。バブル時代に“恋愛の黄金期”を経験していた還暦人は多いようです。そのほか、「どこに行ってもごちそうしてもらえた」や「半ドンの日には彼氏が派手なスポーツカーで迎えに来ていた」などデートに関する回答、「当時は携帯電話がなく、彼から自宅に電話がかかってきて話すときは親が耳をすませていたため話しづらかった」や「遠距離恋愛をしていたため、文通でのやり取りが主流だった」など連絡手段に関する回答、「記念日には高級ホテルでディナーが定番だった」や「誕生日には両手に抱えきれないほどのプレゼントをもらっていた」、「プレゼントが高額になり出費がかさんだ」など記念日・プレゼントに関する回答、「嫁入りや結婚式の費用は親がすべて出すのが当たり前だった」や「披露宴には400人呼んだ」、「公務員は給料が安いという理由で彼女の親に結婚を反対された」など結婚に関する回答が挙げられました。

◆自身が経験した“バブル時代ならではの”のエピソード（自由回答形式）※抜粋して表示

<恋愛に関すること>

～出会い～

- ・理由はわからないがとにかくモテた(男性)
- ・25歳のころは今では考えられないくらいモテた(女性)
- ・22歳のとき、3、4人の男性からプロポーズされた(女性)
- ・スキーや合コンなど出会いの機会がたくさんあった(男性)
- ・モテ期には同時に10人の女性と付き合っていた(男性)
- ・3高でないとモテないと思っていた(男性)

～デート～

- ・どこに行ってもごちそうしてもらえた(女性)
- ・どこに行くにも女性がお金を出すことはなく、プレゼントはいつもブランドものだった(女性)
- ・半ドンの土曜日には
彼氏が派手なスポーツカーで迎えに来ていた(女性)

～連絡手段～

- ・当時は携帯電話がなく、彼から自宅に電話がかかってきて話すときは親が耳をすませていたため話しづらかった(女性)
- ・遠距離恋愛をしていたため、文通でのやり取りが主流だった(男性)

～記念日・プレゼント～

- ・記念日には高級ホテルでディナーが定番だった(女性)
- ・誕生日には両手に抱えきれないほどのプレゼントをもらっていた(女性)
- ・プレゼントが高額になり出費がかさんだ(男性)

～結婚～

- ・嫁入りや結婚式の費用は親がすべて出すのが当たり前だった(女性)
- ・披露宴には400人呼んだ(女性)
- ・公務員は給料が安いという理由で彼女の親に結婚を反対された(男性)

<遊び・トレンドに関すること>では、「毎日のようにディスコに行っていた」や「“金曜日の夜はディスコ”というのが当たり前だった」など当時流行っていたディスコに関するエピソードが多く挙げられたほか、「金曜日は花金で飲み会をし、そのまま週末は旅行を楽しんでいた」や「金曜日の仕事終わりに成田へ行き、週末は旅行していた」など金曜日の夜から遊びが始まっていたことがうかがえる回答もみられました。また、「長期休暇には海外旅行に行くという人がかなりいた」や「クルーザー遊びが流行っていた」など優雅なレジャーを楽しんでいたという回答、「ホテルで食事することが当たり前だった」や「友達と夜ごはんを食べるためだけに香港に行っていた」など贅を尽くして食事を楽しんでいたという回答も挙げられました。そのほか、「肩パッドの入った服が多かった」や「ワンレングスのヘアスタイル・ボディコンの服が流行っていた」などファッションに関する回答も挙げられました。

◆自身が経験した“バブル時代ならではの”のエピソード（自由回答形式）※抜粋して表示

<遊び・トレンドに関すること>

～遊び方～

- ・毎日のようにディスコに行っていた(女性)
- ・“金曜日の夜はディスコ”というのが当たり前だった(男性)
- ・金曜日は花金で飲み会をし、そのまま週末は旅行を楽しんでいた(女性)
- ・金曜日の仕事終わりに成田へ行き、週末は旅行していた(女性)
- ・オールナイトで遊んでそのまま出勤していた(男性)

～レジャー・スポーツ～

- ・長期休暇には海外旅行に行くという人がかなりいた(女性)
- ・クルーザー遊びが流行っていた(男性)
- ・ガンソリ代を気にせずドライブばかりしていた(女性)
- ・ゴルフ三昧だった(男性)
- ・夏はテニス、冬はスキーが定番スポーツだった(女性)

～食事～

- ・ホテルで食事することが当たり前だった(女性)
- ・ウォーターフロントのおしゃれなレストランでフルコースの食事をするのが流行っていた(男性)
- ・友達と夜ごはんを食べるためだけに香港に行っていた(女性)

～ファッション～

- ・デザイナーズブランドが全盛期で、全身ブランドの服を着て遊び歩いていた(女性)
- ・肩パッドの入った服が多かった(女性)
- ・ワンレングスのヘアスタイル・ボディコンの服が流行っていた(女性)

～車～

- ・クルーザーや外車を持っている友達が多かった(女性)
- ・高級車を乗り回している人が多かった(女性)

■還暦人が絶対に“忘れたくない”思い出 1位「子どもの誕生」2位「結婚」3位「親との死別」

自身の実感について、今年の還暦人の7割強が「記憶力の衰えを感じる」と回答しました（第1章：還暦人の価値観 参照）。では、60年間に経験したことで、絶対に忘れたくないことというのはどのようなことなのでしょうか。

全回答者（2,000名）に、絶対に忘れたくない思い出を聞いたところ、1位「子どもの誕生」、2位「結婚」、3位「親との死別」、4位「家族旅行」、5位「病気・怪我」「旅行（家族旅行・配偶者との旅行除く）」となりました。

男女別にみると、男性では1位「結婚」、2位「子どもの誕生」、3位「親との死別」、4位「病気・怪我」、5位「妻との出会い」となりました。

他方、女性では「子どもの誕生」がダントツでした。子どもを授かったことに心の底から感動した人が多いのではないのでしょうか。以降、2位「結婚」、3位「親との死別」、4位「家族旅行」、5位「旅行（家族旅行・配偶者との旅行除く）」が続きました。

◆絶対に忘れたくない思い出（自由回答形式）※上位10位までを表示

全体[n=2000]

| | | 名 |
|-----|------------------------------------|-----|
| 1位 | 子どもの誕生 | 174 |
| 2位 | 結婚 | 98 |
| 3位 | 親との死別 | 66 |
| 4位 | 家族旅行 | 38 |
| 5位 | 病気・怪我 | 34 |
| | 旅行 <small>（家族旅行・配偶者との旅行除く）</small> | 34 |
| 7位 | 夫・妻との出会い | 32 |
| 8位 | 受験 | 28 |
| | 片思い・失恋 | 28 |
| 10位 | 海外生活 | 26 |

男性[n=1000]

| | | 名 |
|-----|------------------------------------|----|
| 1位 | 結婚 | 63 |
| 2位 | 子どもの誕生 | 47 |
| 3位 | 親との死別 | 34 |
| 4位 | 病気・怪我 | 22 |
| 5位 | 妻との出会い | 19 |
| 6位 | 片思い・失恋 | 18 |
| 7位 | 受験 | 14 |
| | 初恋 | 14 |
| 9位 | 離婚 | 13 |
| | 海外生活 | 11 |
| 10位 | 旅行 <small>（家族旅行・配偶者との旅行除く）</small> | 11 |

女性[n=1000]

| | | 名 |
|-----|------------------------------------|-----|
| 1位 | 子どもの誕生 | 127 |
| 2位 | 結婚 | 35 |
| 3位 | 親との死別 | 32 |
| 4位 | 家族旅行 | 30 |
| 5位 | 旅行 <small>（家族旅行・配偶者との旅行除く）</small> | 23 |
| 6位 | 海外生活 | 15 |
| 7位 | 受験 | 14 |
| 8位 | 夫との出会い | 13 |
| 9位 | 病気・怪我 | 12 |
| 10位 | 子どもの成長 | 11 |

テーマごとの具体的な回答をみると、＜子ども時代・学生時代に関すること＞では「小学校のリレーでいつも一番だった」や「高校3年生に進級時、トップクラスの成績から転落した」、「全国大会を目前にまさかの敗北を喫した」、「中学受験で合格し、母と飛び上がって喜んだ」、＜生活に関すること＞では「ヨーロッパへ放浪の旅をした」や「何も持たずに海外に飛び出した」、「闘病で入退院を繰り返し、頑張った末に職場復帰できた」といった思い出が挙げられました。

また、＜恋愛・結婚に関すること＞では「幼稚園のときの初恋」や「20歳前後のモテ期」、「結婚を約束した相手から突然別れを告げられた」、「後に妻になる人と最初の社員旅行で出会った」、「結婚式前日に家族がお祝いの会を開いてくれた」、「今の夫と結婚できた」といった回答がありました。

＜家族に関すること＞では「夢の実現のために母が全力でサポートしてくれた」や「子どもが生まれた日のこと」、「子どもに初めて“ママ”と呼ばれた日」、「家族で行ったハワイ旅行」、「初孫ができた」など心温まる思い出のほか、「妻が若くして亡くなった」や「闘病中だった母が結婚式の翌々日に亡くなった」、「母が亡くなったとき、そばにいてあげられなかった」といったつらい経験がありました。

そのほか、＜仕事に関すること＞では「勉強を頑張り公務員試験に合格し、県庁に就職できた」や「自分が開発した製品が世に出た」、「公私ともに関係を築ける先輩と出会った」、「長い間勤めた会社の退社」といった経験が挙げられました。

◆絶対に忘れたくない思い出（自由回答形式）※抜粋して表示

＜子ども時代・学生時代に関すること＞

～学生生活（部活・学校行事など）～

- ・小学校のリレーでいつも一番だった(女性)
- ・学校で表彰された(女性)
- ・体育祭で使うアーチをデザインし、賞をもらった(女性)
- ・高校時代の修学旅行(女性)
- ・高校3年生に進級時、トップクラスの成績から転落した(男性)
- ・バンド活動に熱中していた(男性)
- ・国体に出場し、優勝できた(男性)
- ・全国大会を目前にまさかの敗北を喫した(男性)
- ・初めての一人暮らしを始めた大学時代(女性)

～受験～

- ・中学受験で合格し、母と飛び上がって喜んだ(女性)
- ・志望大学に合格できた(男性)
- ・無理を承知で受験した大学に合格できた(女性)

＜生活に関すること＞

～レジャー・趣味～

- ・初めての海外旅行(女性)
- ・中学生のときにに行った外国人タレントの来日ライブ(女性)
- ・ヨーロッパへ放浪の旅をした(女性)
- ・バイクで日本一周をした(男性)

～海外生活～

- ・アメリカにホームステイに行った(女性)
- ・何も持たずに海外に飛び出した(女性)

～病氣・怪我～

- ・闘病で入退院を繰り返し、頑張った末に職場復帰できた(女性)
- ・成人式の前日に入院してしまい出席できなかった(男性)

＜恋愛・結婚に関すること＞

～初恋～

- ・小学校6年生のときのクラスメートへの初恋(男性)
- ・幼稚園のときの初恋(女性)

～恋愛（片思い・失恋など）～

- ・当時付き合っていた彼氏と一緒に見た朝焼け(女性)
- ・大学時代にした大恋愛(女性)
- ・20歳前後のモテ期(女性)
- ・結婚を約束した相手から突然別れを告げられた(男性)
- ・大恋愛の後にした大失恋(男性)

～夫・妻との出会い～

- ・後に妻になる人と最初の社員旅行で出会った(男性)
- ・今の夫との出会い(女性)

～結婚・結婚式～

- ・結婚式前日に家族がお祝いの会を開いてくれた(女性)
- ・今の夫と結婚できた(女性)
- ・今の妻と結婚した(男性)

＜家族に関すること＞

～親とのくらし～

- ・夢の実現のために母が全力でサポートしてくれた(女性)
- ・母が手作りの服を着せてくれた(女性)
- ・両親と過ごした普段の生活すべて(女性)

～子どもの誕生～

- ・子どもが生まれた日のこと(男性)
- ・出産に立ち会えた(男性)
- ・子どもが生まれたと同時に母親になれた(女性)

～子どもの成長（幼少期以降の成長）～

- ・子どもに初めて“ママ”と呼ばれた日(女性)
- ・子どもがまだ幼かったときに見せてくれた笑顔(女性)
- ・子どもから感謝の言葉を聞いた(女性)
- ・長男が京都大学に合格した日(女性)
- ・子どもが結婚相手を紹介してくれた日(女性)
- ・子どもの結婚式(男性)

～家族との時間（過ごした時間・旅行など）～

- ・子どもの頃に家族と過ごした楽しい時間(男性)
- ・家族で行ったハワイ旅行(男性)
- ・祖母や両親といった温泉旅行(女性)

～孫（誕生・くらしなど）～

- ・初孫ができた(女性)
- ・孫娘が生まれた(女性)
- ・孫と遊園地に行った(女性)

～別れ（親との死別・配偶者との死別など）～

- ・妻が若くして亡くなった(男性)
- ・早くに夫を亡くした(女性)
- ・闘病中だった母が結婚式の翌々日に亡くなった(女性)
- ・中学生のときに父が急に亡くなってしまい、何も親孝行できなかった(女性)
- ・母が亡くなったとき、そばにいてあげられなかった(女性)
- ・長男を2歳で亡くした(男性)

＜仕事に関すること＞

～就職～

- ・勉強を頑張り公務員試験に合格し、県庁に就職できた(男性)
- ・自衛隊に入隊できた(男性)

～仕事での頑張り・出会い～

- ・初めて給料をもらった(男性)
- ・創業後1年で、全国規模でお店を展開できた(男性)
- ・外資系の会社で、外国人副社長に気に入られたことでキャリアを切り開くことができた(男性)
- ・自分が開発した製品が世に出た(女性)
- ・公私ともに関係を築ける先輩と出会った(男性)

～退職～

- ・長い間勤めた会社の退社(男性)
- ・家族がしてくれた退職祝い(男性)

■自身の今までの60年を漢字1文字で表すと？ 男性回答1位「忍」、女性回答1位「楽」

自身が今まで過ごしてきた60年を漢字で表すとしたら、どの漢字をイメージする人が多いのでしょうか。

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、男性では1位「忍」、2位「楽」、3位「苦」となりました。その漢字を選んだ理由をみると、「忍」では「辛抱や忍耐の連続だったから」や「耐え忍んだ60年だったから」、「楽」では「楽しい出来事がたくさんあったから」や「楽しいことばかり優先してきたから」、「苦」では「社会人になってから苦勞の連続だったから」や「病気や事故などで大変苦勞したから」といった回答がありました。

他方、女性では1位「楽」、2位「苦」「忍」となりました。その漢字を選んだ理由をみると、「楽」では「何事も楽しくとらえて生きてきたから」や「楽に生きて、楽しく過ごすことができたから」、「苦」では「ずっと辛く苦しい人生だったから」や「60年間、苦勞しかなかった気がするから」、「忍」では「我慢することが多い人生だったから」や「忍耐と根気の人生だったから」といった回答がありました。

◆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]

| | 名 | 名 |
|-----|---|-----|
| 1位 | 楽 | 146 |
| 2位 | 忍 | 139 |
| 3位 | 苦 | 129 |
| 4位 | 幸 | 87 |
| 5位 | 生 | 44 |
| 6位 | 平 | 37 |
| 7位 | 耐 | 35 |
| | 波 | 35 |
| 9位 | 並 | 32 |
| 10位 | 運 | 30 |
| | 悔 | 30 |

男性[n=1000]

| | 名 | 名 | 選んだ理由(抜粋) |
|-----|---|----|---|
| 1位 | 忍 | 76 | ・辛抱や忍耐の連続だったから ・耐え忍んだ60年だったから |
| 2位 | 楽 | 74 | ・楽しい出来事がたくさんあったから ・楽しいことばかり優先してきたから |
| 3位 | 苦 | 66 | ・社会人になってから苦勞の連続だったから ・病気や事故などで大変苦勞したから |
| 4位 | 幸 | 29 | ・幸せな人生だと感じているから |
| 5位 | 生 | 24 | ・一生懸命生きてきたから |
| 6位 | 運 | 21 | ・行き当たりばったりでも成功できているから |
| 7位 | 凡 | 18 | ・平々凡々な人生だったから |
| | 無 | 18 | ・特に何もやってきた感じがしないから |
| 9位 | 悔 | 16 | ・後悔だらけの人生だったから |
| 10位 | 早 | 13 | ・あっという間の60年だったから |
| | 平 | 13 | ・平凡な人生だった気がするから |
| | 並 | 13 | ・“可もなく不可もなく”な60年だったから |

女性[n=1000]

| | 名 | 名 | 選んだ理由(抜粋) |
|-----|---|----|---|
| 1位 | 楽 | 72 | ・何事も楽しくとらえて生きてきたから ・楽に生きて、楽しく過ごすことができたから |
| 2位 | 苦 | 63 | ・ずっと辛く苦しい人生だったから ・60年間、苦勞しかなかった気がするから |
| | 忍 | 63 | ・我慢することが多い人生だったから ・忍耐と根気の人生だったから |
| 4位 | 幸 | 58 | ・幸運に包まれた60年だったから |
| 5位 | 耐 | 25 | ・辛いことが多く耐える人生だったから |
| 6位 | 波 | 24 | ・波乱万丈な人生だったから |
| 6位 | 平 | 24 | ・平穩、平凡、平均的な人生だったから |
| 8位 | 生 | 20 | ・大病を経験したが生きられているから |
| 9位 | 並 | 19 | ・人並みに生きてこられたと思うから |
| 10位 | 恵 | 16 | ・仕事にも健康にも恵まれてきたから |

■還暦人が選ぶ、“好きなNHK連続テレビ小説” 1位「あまちゃん」2位「ゲゲゲの女房」

今年の還暦人が生まれた1961年に、“朝ドラ”の愛称で親しまれてきたNHK連続テレビ小説の放送が開始されました。

全回答者(2,000名)に、自身が好きなNHK連続テレビ小説(朝ドラ)を聞いたところ、1位「あまちゃん」、2位「ゲゲゲの女房」、3位「あさが来た」、4位「エール」で、いずれも2010年代以降に放送されたドラマがTOP4を占めました。1位の「あまちゃん」は、北三陸で海女として生活していた主人公・天野アキが地元アイドルとして活躍していく姿を描いたドラマで、オープニングテーマ曲が夏の甲子園で演奏されたことや、“じえじえじえ”という言葉が2013年の新語・流行語大賞の年間大賞を受賞したことで話題となりました。次いで、2000年代に放送されたドラマで、沖縄県が舞台となった「ちゅらさん」が5位に挙がりました。

放送年代別の1位は、1980年代に放送されたドラマでは「おしん」、1990年代に放送されたドラマでは「ふたりっ子」、2000年代に放送されたドラマでは「ちゅらさん」、2010年代以降に放送されたドラマでは「あまちゃん」となりました。

◆自身が好きなNHK連続テレビ小説(朝ドラ)(複数回答形式)
※上位10位までを表示

全体[n=2000]

| | | 名 |
|-----|--------|-----|
| 1位 | あまちゃん | 406 |
| 2位 | ゲゲゲの女房 | 377 |
| 3位 | あさが来た | 318 |
| 4位 | エール | 278 |
| 5位 | ちゅらさん | 259 |
| 6位 | おしん | 251 |
| 7位 | ひよっこ | 245 |
| 8位 | 花子とアン | 242 |
| 9位 | マッサン | 227 |
| 10位 | 半分、青い。 | 213 |

◆自身が好きなNHK連続テレビ小説(朝ドラ)(複数回答形式)
※放送年代別に各上位5位までを表示

【1980年代】

| | | 名 |
|----|-----------|-----|
| 1位 | おしん | 251 |
| 2位 | 滞つくし | 135 |
| 3位 | はね駒 | 72 |
| 4位 | なっちゃんの写真館 | 68 |
| 5位 | 純ちゃんの応援歌 | 50 |

【1990年代】

| | | 名 |
|----|-------|-----|
| 1位 | ふたりっ子 | 177 |
| 2位 | あぐり | 152 |
| 3位 | ひらり | 71 |
| 4位 | 君の名は | 45 |
| 5位 | ええによぼ | 27 |

【2000年代】

| | | 名 |
|----|--------|-----|
| 1位 | ちゅらさん | 259 |
| 2位 | てるてる家族 | 99 |
| 3位 | 純情きらり | 66 |
| 4位 | どんと晴れ | 60 |
| 5位 | まんてん | 54 |

【2010年代以降】

| | | 名 |
|----|--------|-----|
| 1位 | あまちゃん | 406 |
| 2位 | ゲゲゲの女房 | 377 |
| 3位 | あさが来た | 318 |
| 4位 | エール | 278 |
| 5位 | ひよっこ | 245 |

第4章：還暦人の展望と不安

■人生 100 年時代 還暦人の 1 割強が「100 歳を超えても生きたい」と回答

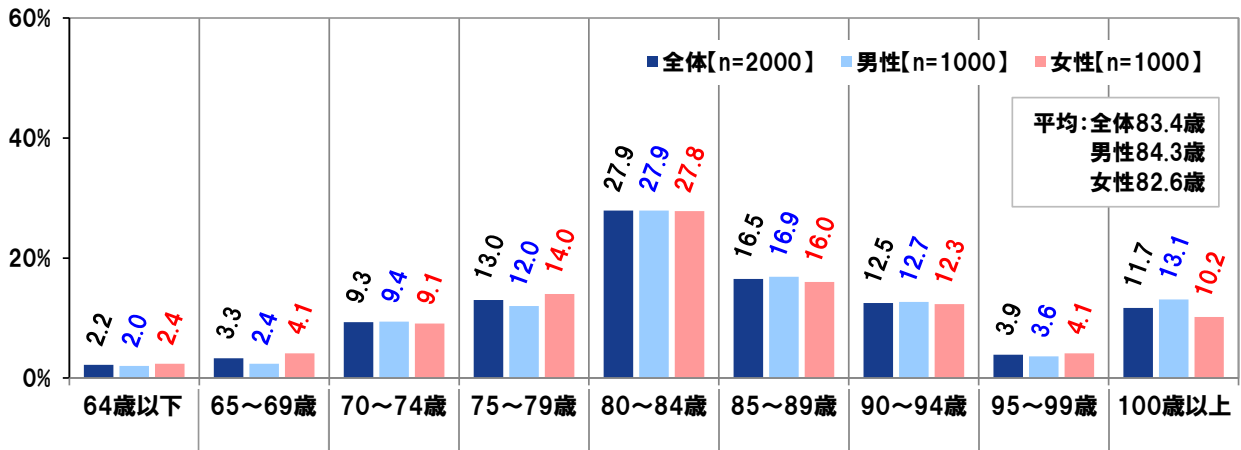
今年の還暦人は、これからの人生に対してどのような展望や不安を抱いているのでしょうか。

まず、全回答者（2,000 名）に、何歳まで生きたいと思うかを聞いたところ、「80～84 歳」（27.9%）に最も多くの回答が集まったほか、「75～79 歳」（13.0%）や「85～89 歳」（16.5%）、「90～94 歳」（12.5%）にも回答が集まり、平均は 83.4 歳でした。また、「100 歳以上」は 11.7%と、3 桁の大台に乗りたいと考えている還暦人も少なくないことがわかりました。健康で長生きし、人生 100 年時代を謳歌したいという還暦人の気持ちが垣間見える結果となりました。

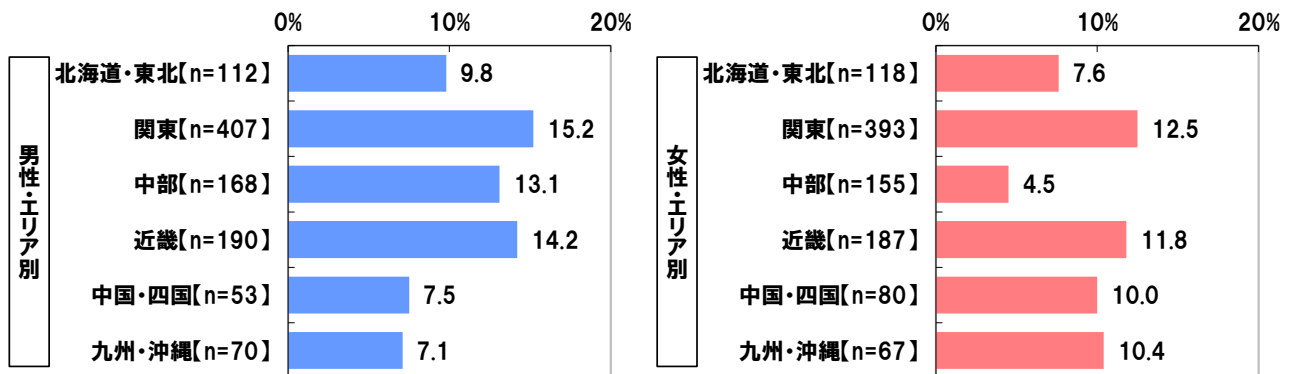
男女別にみると、男女とも「80～84 歳」（男性 27.9%、女性 27.8%）に最も多くの回答が集まり、平均は男性 84.3 歳、女性 82.6 歳でした。

男女・エリア別にみると、「100 歳以上」の割合は、男女とも関東（男性 15.2%、女性 12.5%）が最も高く、次いで、近畿（男性 14.2%、女性 11.8%）が高くなりました。

◆何歳まで生きたいと思うか（自由回答形式：数値／__歳まで）



◆100歳以降も生きたいと回答した人の割合

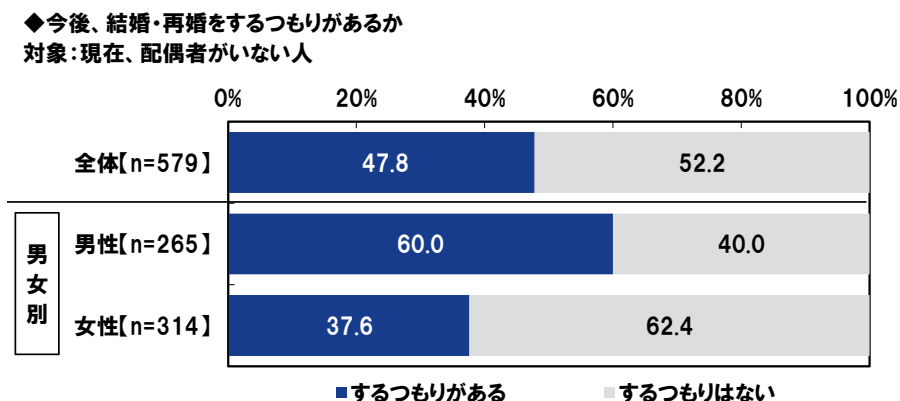


- セカンドライフはパートナーと共に！パートナーがいない還暦人の2人に1人が結婚・再婚に意欲的
- どんな相手に魅力を感じる？ 「優しさ・思いやりがある」がダントツ
男性回答2位は「清潔感がある」、女性回答2位は「収入が安定している」

次に、パートナーについて質問しました。

現在、配偶者がいない人（579名）に、今後の結婚・再婚の予定を聞いたところ、「するつもりがある」は47.8%、「するつもりはない」は52.2%となりました。

男女別にみると、結婚・再婚をするつもりがある人の割合は、男性（60.0%）では半数を超えたのに対し、女性（37.6%）では半数を下回りました。



今後、結婚・再婚をするつもりがある人（277名）に、結婚・再婚をしたら、どのような相手を魅力に感じると思うかを聞いたところ、男女とも1位は「優しさ・思いやりがある」でした。

2位以降をみると、男性では2位「清潔感がある」、3位「容姿が好み」、4位「金銭感覚が合う」、5位「趣味が合う」と、見た目の印象や価値観の一致を重要視しているようです。他方、女性では2位「収入が安定している」、3位「口うるさくない・自由にさせてくれる」、4位「頼りがいがある」、5位「家族を大切にする」となりました。

◆結婚・再婚をしたら、どのような相手を魅力に感じると思うか（複数回答形式）※上位10位までを表示
対象：現在配偶者がいない人で、今後結婚・再婚をするつもりがある人

| 男性【n=159】 | | | 女性【n=118】 | | |
|-----------|-------------------|-----|-----------|-------------------|----|
| 順位 | 魅力を感じる点 | 名 | 順位 | 魅力を感じる点 | 名 |
| 1位 | 優しさ・思いやりがある | 120 | 1位 | 優しさ・思いやりがある | 81 |
| 2位 | 清潔感がある | 65 | 2位 | 収入が安定している | 71 |
| 3位 | 容姿が好み | 64 | 3位 | 口うるさくない・自由にさせてくれる | 68 |
| 4位 | 金銭感覚が合う | 63 | 4位 | 頼りがいがある | 67 |
| 5位 | 趣味が合う | 60 | 5位 | 家族を大切にする | 65 |
| 6位 | 食の好み合う | 56 | 6位 | 食の好み合う | 64 |
| 7位 | 口うるさくない・自由にさせてくれる | 53 | 7位 | 金銭感覚が合う | 61 |
| 8位 | 家事が好き・得意である | 52 | 8位 | 清潔感がある | 60 |
| 9位 | 聞き上手である | 50 | 9位 | 趣味が合う | 53 |
| 10位 | 家族を大切にする | 41 | 10位 | 相談できる | 49 |

■還暦人が考える“なりたい自分像” 1位「のんびりと自由に過ごす“悠々自適シニア”」
 男性回答2位は「趣味を楽しむ“趣味人シニア”」、女性回答2位は「若く見える“若見えシニア”」

今後、どのようなシニアを目指したいという還暦人が多いのでしょうか。

全回答者（2,000名）に、今後、どのような“シニア”になりたいか、なりたい自分像を聞いたところ、1位「悠々自適シニア（のんびりと自由に過ごす）」、2位「趣味人シニア（趣味を楽しむ）」、3位「マイペースシニア（何事もマイペース）」となりました。セカンドライフをゆったりと自分らしく過ごしたり、趣味に没頭したりしたいという人が多いようです。以降、4位「若見えシニア（年齢よりも若く見える）」、5位「ポジティブシニア（何事にも前向き）」が続きました。

男女別にみると、男女とも1位は「悠々自適シニア」でした。2位以降をみると、男性では2位「趣味人シニア」、3位「マイペースシニア」、4位「若見えシニア」、5位「ポジティブシニア」、女性では2位「若見えシニア」、3位「マイペースシニア」、4位「趣味人シニア」、5位「ポジティブシニア」となりました。そのほか上位に挙がった回答をみると、男性では「エネルギーシニア（活発・活動的）」が8位、「博学シニア（知識が豊富）」が10位、女性では「おしゃれシニア（服装や持ち物がおしゃれ）」が8位、「気配りシニア（気配りが上手）」が9位となりました。

◆今後、どのような“シニア”になりたいか（複数回答形式）※上位10位までを表示

全体[n=2000]

| | | 名 |
|-----|----------------------|-----|
| 1位 | 悠々自適シニア(のんびりと自由に過ごす) | 920 |
| 2位 | 趣味人シニア(趣味を楽しむ) | 707 |
| 3位 | マイペースシニア(何事もマイペース) | 651 |
| 4位 | 若見えシニア(年齢よりも若く見える) | 581 |
| 5位 | ポジティブシニア(何事にも前向き) | 523 |
| 6位 | リッチシニア(経済的に豊か) | 381 |
| 7位 | 上品シニア(服装や振る舞いが上品) | 374 |
| 8位 | おしゃれシニア(服装や持ち物がおしゃれ) | 303 |
| 9位 | ユーモアシニア(ユーモアセンスが抜群) | 295 |
| 10位 | 気配りシニア(気配りが上手) | 285 |
| | エネルギーシニア(活発・活動的) | 285 |

男性[n=1000]

| | | 名 |
|-----|----------------------|-----|
| 1位 | 悠々自適シニア(のんびりと自由に過ごす) | 409 |
| 2位 | 趣味人シニア(趣味を楽しむ) | 366 |
| 3位 | マイペースシニア(何事もマイペース) | 292 |
| 4位 | 若見えシニア(年齢よりも若く見える) | 220 |
| 5位 | ポジティブシニア(何事にも前向き) | 192 |
| 6位 | リッチシニア(経済的に豊か) | 170 |
| 7位 | ユーモアシニア(ユーモアセンスが抜群) | 148 |
| 8位 | エネルギーシニア(活発・活動的) | 146 |
| 9位 | 上品シニア(服装や振る舞いが上品) | 134 |
| 10位 | 博学シニア(知識が豊富) | 133 |

女性[n=1000]

| | | 名 |
|-----|----------------------|-----|
| 1位 | 悠々自適シニア(のんびりと自由に過ごす) | 511 |
| 2位 | 若見えシニア(年齢よりも若く見える) | 361 |
| 3位 | マイペースシニア(何事もマイペース) | 359 |
| 4位 | 趣味人シニア(趣味を楽しむ) | 341 |
| 5位 | ポジティブシニア(何事にも前向き) | 331 |
| 6位 | 上品シニア(服装や振る舞いが上品) | 240 |
| 7位 | リッチシニア(経済的に豊か) | 211 |
| 8位 | おしゃれシニア(服装や持ち物がおしゃれ) | 204 |
| 9位 | 気配りシニア(気配りが上手) | 162 |
| 10位 | ユーモアシニア(ユーモアセンスが抜群) | 147 |

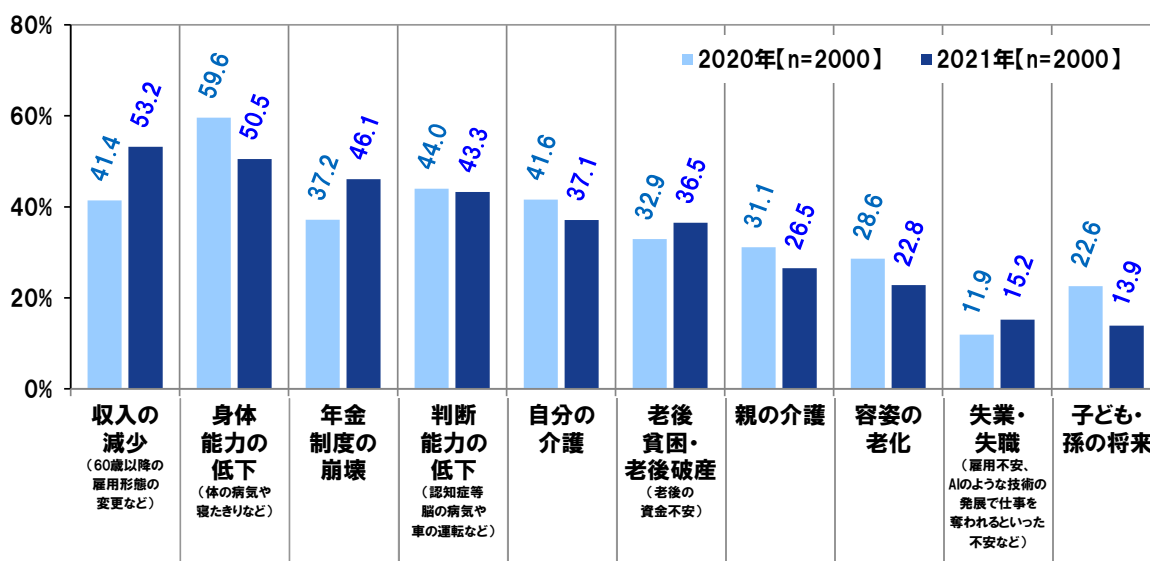
■還暦人がこれからの人生で抱く不安 1位「収入の減少」2位「身体能力の低下」

これからの人生に対して感じる不安について質問しました。

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「収入の減少（60歳以降の雇用形態の変更など）」（53.2%）、2位「身体能力の低下（体の病気や寝たきりなど）」（50.5%）、3位「年金制度の崩壊」（46.1%）、4位「判断能力の低下（認知症等脳の病気や車の運転など）」（43.3%）、5位「自分の介護」（37.1%）となりました。

昨年の調査結果と比較すると、「収入の減少」は2020年41.4%→2021年53.2%と11.8ポイントの大幅上昇となっており、その順位は2020年4位→2021年1位となりました。また、「年金制度の崩壊」は2020年37.2%→2021年46.1%と8.9ポイントの上昇となりました。今年の還暦人には、コロナ禍による経済悪化を受けてなのか、お金にまつわる不安を抱いている人が多いようです。

◆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）※2021年調査の上位10位までを表示



■人生 100 年時代への備え

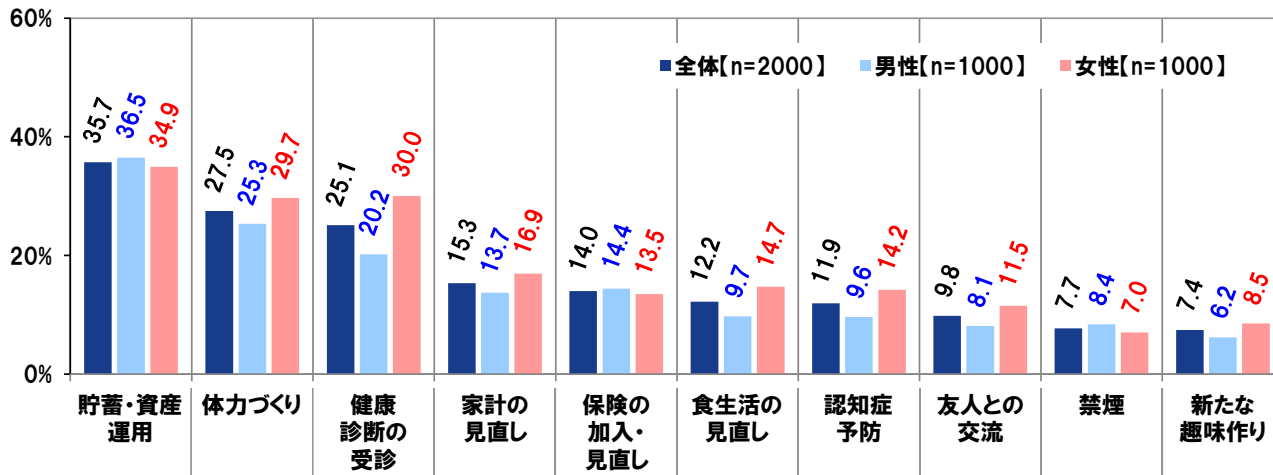
現在行っていることの 1 位は「貯蓄・資産運用」、今後行いたいことの 1 位は「体力づくり」

続いて、人生 100 年時代への備えについて質問しました。

全回答者（2,000 名）に、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」（35.7%）が最も高く、次いで、「体力づくり」（27.5%）、「健康診断の受診」（25.1%）、「家計の見直し」（15.3%）、「保険の加入・見直し」（14.0%）となりました。

男女別にみると、女性では「健康診断の受診」は 30.0%と、男性（20.2%）と比べて 9.8 ポイント高くなりました。還暦女性の健康管理に対する意識の高さがうかがえます。

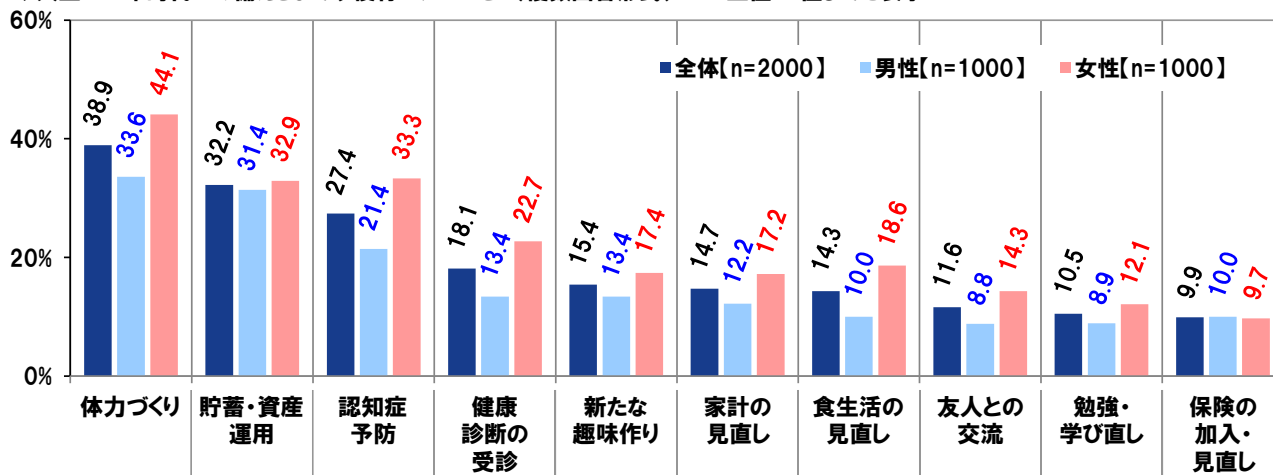
◆人生100年時代への備えとして現在行っていること（複数回答形式） ※上位10位までを表示



また、今後行いたいことを聞いたところ、「体力づくり」（38.9%）が最も高くなりました。人生 100 年時代を生き抜くにあたり、“体が資本”と考えて体力の向上を図ろうと思っている人が多いようです。以降、「貯蓄・資産運用」（32.2%）、「認知症予防」（27.4%）、「健康診断の受診」（18.1%）、「新たな趣味作り」（15.4%）が続きました。

男女別にみると、女性では「体力づくり」は 44.1%、「認知症予防」は 33.3%と、男性（それぞれ 33.6%、21.4%）と比べて 10 ポイント以上高くなりました。女性には、これからの人生を長く楽しく過ごすために、健康増進を目指す取り組みを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。

◆人生100年時代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



■還暦人がこれからやりたいこと TOP3「旅行をする」「健康に過ごす」「のんびり過ごす」

今年の還暦人は、これからの人生に向けてどのようなことを夢や目標として考えているのでしょうか。

最後に、全回答者（2,000名）に、これからやりたいこと（叶えたい夢・目標）を聞いたところ、1位「旅行をする（日本一周・世界一周除く）」、2位「健康に過ごす・健康になる」、3位「悠々自適・のんびり過ごす」、4位「働く・現役でいる」、5位「趣味を楽しむ」となりました。

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」でした。3位以降に挙げた回答をみると、男性では3位「悠々自適・のんびり過ごす」、4位「趣味を楽しむ」、5位「日本一周・世界一周をする」、女性では3位「働く・現役でいる」、4位「穏やかに過ごす」、5位「悠々自適・のんびり過ごす」となりました。ゆったりとした時間を過ごしたり、趣味や仕事に没頭したりして、セカンドライフを満喫したいという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) | 187 |
| 2位 | 健康に過ごす・健康になる | 146 |
| 3位 | 悠々自適・のんびり過ごす | 56 |
| 4位 | 働く・現役でいる | 53 |
| 5位 | 趣味を楽しむ | 43 |
| 6位 | 穏やかに過ごす | 42 |
| 7位 | お金持ちになる・資産形成をする | 36 |
| 8位 | 孫の世話をする・孫の顔を見る | 33 |
| 9位 | マイペース・自由に生きる | 32 |
| 10位 | 日本一周・世界一周をする | 27 |

男性【n=1000】

| | | 名 |
|-----|--------------------|----|
| 1位 | 旅行をする(日本一周・世界一周除く) | 62 |
| 2位 | 健康に過ごす・健康になる | 61 |
| 3位 | 悠々自適・のんびり過ごす | 34 |
| 4位 | 趣味を楽しむ | 25 |
| 5位 | 日本一周・世界一周をする | 22 |
| 6位 | お金持ちになる・資産形成をする | 18 |
| | 働く・現役でいる | 18 |
| 8位 | 長生きする | 17 |
| 9位 | 孫の世話をする・孫の顔を見る | 15 |
| 10位 | マイペース・自由に生きる | 14 |

女性【n=1000】

| | | 名 |
|-----|--------------------|-----|
| 1位 | 旅行をする(日本一周・世界一周除く) | 125 |
| 2位 | 健康に過ごす・健康になる | 85 |
| 3位 | 働く・現役でいる | 35 |
| 4位 | 穏やかに過ごす | 31 |
| 5位 | 悠々自適・のんびり過ごす | 22 |
| 6位 | お金持ちになる・資産形成をする | 18 |
| | マイペース・自由に生きる | 18 |
| | 趣味を楽しむ | 18 |
| | 孫の世話をする・孫の顔を見る | 18 |
| 10位 | 貯蓄をする | 15 |

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：2021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
1961年生まれの男女
- ◆調査期間：2021年4月26日～4月28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。