

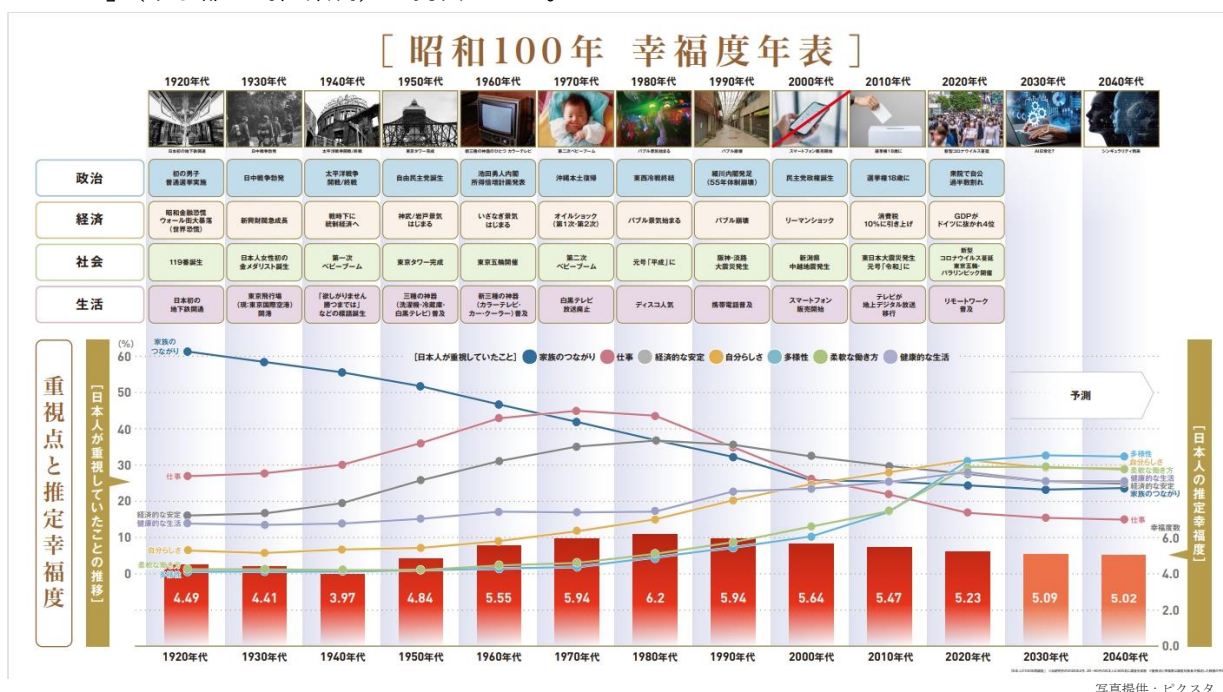
2025 年 4 月 22 日

博報堂 100 年生活者研究所、「昭和 100 年間」の日本人の幸福度や価値観を評価した意識調査を実施
幸福度は 1980 年代から低下との認識。価値観は「家族のつながり」から「多様性」へ
調査結果や社会的出来事を掲載した年表を制作、4 月 23 日より研究拠点のカフェに期間限定で展示

株式会社博報堂（本社：東京都港区、代表取締役社長：名倉健司、博報堂）のシンクタンク「博報堂 100 年生活者研究所」は 4 月 29 日の昭和の日に合わせ、20～80 代の男女 2,800 名を対象に、過去 100 年間の幸福度や価値観への評価についての調査を実施しました。また、この調査結果に基に年表を制作、4 月 23 日より研究所の活動拠点である東京都豊島区巣鴨のカフェ「Sei-katsu-sha Cafe かたりば」に展示いたします。

2025 年は昭和が始まってから 100 年の節目となります。そこで当研究所は、1920～2020 年代の日本人の幸福度や重視していた価値観について調査対象者に評価してもらい、さらに 2030、40 年代についても予想を聴取しました。その結果、日本人の幸福度（推定・10 点満点）は 1950 年代から上昇傾向にあったものの、バブル景気の 80 年代をピークに現在まで低下傾向にあり、今後も同様の傾向が続く、と考えられていることがわかりました。また、日本人の価値観についての評価では、2000 年代までは主に「家族とのつながり」「仕事」「経済的な安定」の三つを重視、2020 年代からは変化し、主に「多様性」「自分らしさ」「柔軟な働き方」を重視するようになったと考えられていることがわかりました。

研究所では上記結果を基に、昭和の始まりから現在に至るまでを振り返りながら、人生 100 年時代におけるこれからの幸せを考えてもらうために、主要な出来事とともに調査結果を掲載した「昭和 100 年幸福度年表」を制作。特別企画として年表パネルをはじめ、AI が作成した 100 年後の日本社会像の映像などを、「Sei-katsu-sha Cafe かたりば」（東京都豊島区巣鴨）で掲出します。



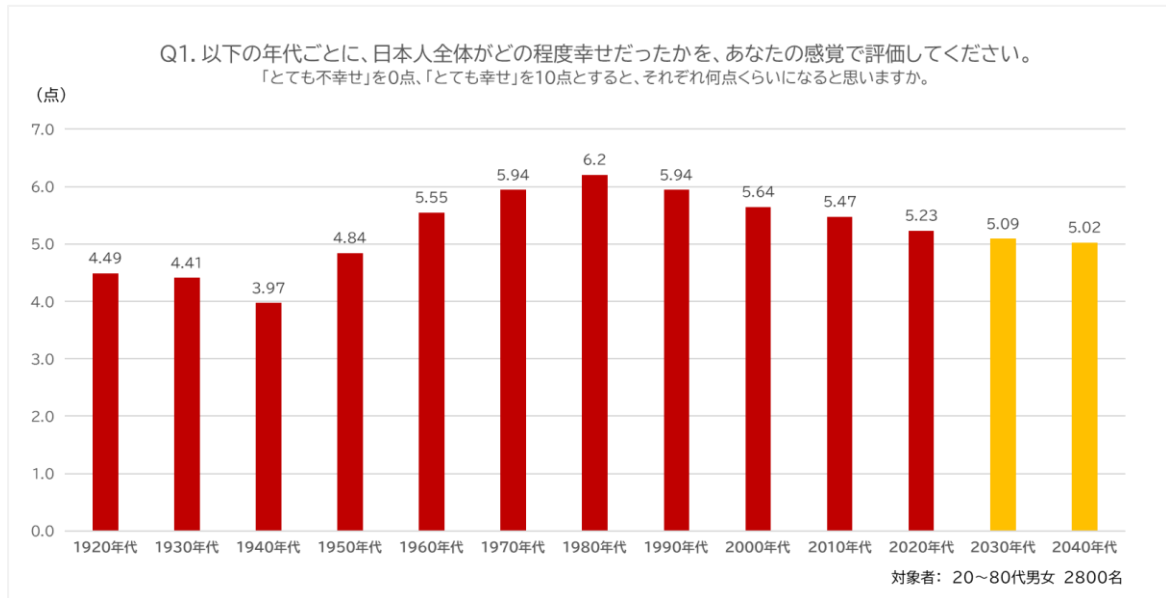
昭和 100 年幸福度年表

100 年間の幸福度・重要視価値観の評価 調査結果紹介

Q1. 年代ごとに、日本人がどの程度幸せだったか（幸せになるか）を、あなたの感覚で評価してください。「とても不幸せ」を 0 点、「とても幸せ」を 10 点とすると、それぞれ何点くらいになると思いますか

ー 推定幸福度の最低は 1940 年代で、その後は 1980 年代をピークに減少傾向にある

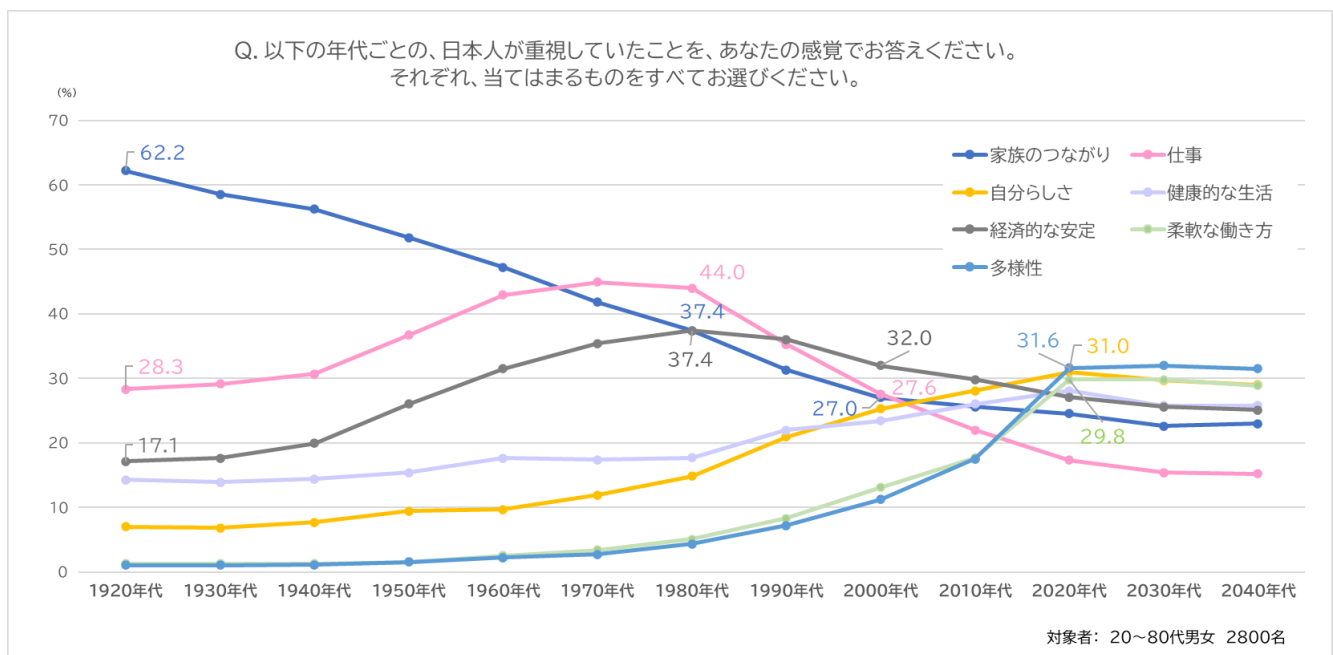
1920～2040 年代の日本人の幸福度を 10 点満点で評価してもらったところ、最も幸福度が高いと考えられたのはバブル景気が始まった 1980 年代で 6.2 点、最も低いと考えられたのは太平洋戦争のあった 1940 年代で 3.97 点でした。幸福度は 1980 年代をピークに 2020 年の現在まで低下し、2040 年代まで低下傾向が続くと考えられていることがわかりました。



Q2. 年代ごとに、日本人が重視していたこと（重視するであろうこと）を、あなたの感覚でお答えください

ー 2000 年代までは「家族のつながり」「仕事」、2020 年代以降は「自分らしさ」などが目立った

年代ごとに日本人が重視していたこと／重視するであろうことの推移をみると、最も幸福度の高かったと考えられている 1980 年代は「仕事 (44.0%)」「家族とのつながり (37.4%)」「経済的な安定 (37.4%)」がトップ 3 で、この傾向は 2000 年代まで続いています。しかし 1980 年以降、「仕事」の重視度は急激に低下しています。また、コロナ禍を経験した 2020 年代に、日本人の重視することは大きく変わり、「多様性 (31.6%)」「自分らしさ (31.0%)」「柔軟な働き方 (29.8%)」がトップ 3 となりました。



調査概要

日本人の 100 年間調査

- ・ 調査目的：過去 100 年間の日本人の価値観変化を把握する
- ・ 調査手法：インターネットモニター調査
- ・ 調査期間：2025 年 2 月
- ・ 調査対象者：20～80 代の男女 2,800 名

昭和 100 年特別企画「これからのしあわせ これまでのしあわせ展」概要

当研究所は、主要な出来事とともに今回の調査結果を載せた「昭和 100 年幸福度年表」を制作しました。期間限定の特別企画として年表パネルをはじめ、AI が作成した 100 年後の日本社会像の映像、1920～45 年生まれの日本人女性を撮り続けてきた写真家、エドワード・ホールさんの撮り下ろし作品を、研究所が活動拠点とするカフェで展示。また、特別企画の一環として新メニュー「しあわせの昭和プリンパフェ」（税込 1,000 円）の提供も開始します。

【特別企画概要】

- 企画名：昭和 100 年特別企画 これまでのしあわせ これからのしあわせ展
- 公開日：2025 年 4 月 23 日（水）から 6 月 27 日（金）まで
- 場所：Sei-katsu-sha Cafe かたりば（東京都豊島区巣鴨 3-34-3 西村商店第 2 ビル 3F）
- 内容：①100 年間の日本人の幸福度推移や価値観変化、社会事象をまとめた「昭和 100 年幸福度年表」
②AI が予想する 100 年後の日本社会像（映像）
③写真家のエドワード・ホールさんのポートレート作品 2 点

博報堂 100 年生活者研究所について

博報堂 100 年生活者研究所は「長くなる人生を、前向きに生きていく人を増やす」、それにより「日本を、前向きな 100 年生活者の社会にする」ことを目指して、活動しています。これまでの研究結果は、当研究所のホームページ（下記 URL）よりご覧いただけます。

また、私たちは巣鴨に Sei-katsu-sha Cafe かたりばを運営しています。お店に来られる多様な価値観のお客様との対話を通じて、より生活の現場に近い場所から、研究活動を進めています。

- 組織名：博報堂 100 年生活者研究所
- URL：https://hakuodo-rdc.com/100years_lab/
- 所在地：東京都豊島区巣鴨 3-34-3 西村商店第二ビル 3 階
- 代表者：大高 香世
- 設立：2023 年 3 月 20 日



【本件に関するお問い合わせ】

株式会社博報堂 広報室 三矢・高橋 koho.mail@hakuodo.co.jp