

人生 100 年時代の生活に関する意識と実態

株式会社明治安田生活福祉研究所（社長 木島 正博）は、2018 年 6 月に全国の 40～64 歳の男女 12,000 人を対象として、「人生 100 年時代に向けた意識調査」を実施しました。

「人生 100 年時代」を目前に控えた今日、健康や長いセカンドライフのための暮らし向きへの心配もあり、また、自己の能力開発に対する意識も変化していることでしょうか。さらに、親や自分自身の介護についても考える機会が増えているのではないのでしょうか。本リリースでは、これらの問題意識をもとに老後の生活資金、学び直し、介護と終末期などの意識と実態について調査で明らかになった最新の状況をご紹介します。

< 主 な 内 容 >

5
ページ

今後、長い人生を
生きていくうえでの不安
(人生 100 年時代の不安)

	男性	女性
老後の 生活資金の確保	6 割	6～7 割
健康の維持	4～6 割	5～7 割

6
ページ

老後に必要と思う
生活資金
(40～59 歳の夫婦世帯)

世帯年収	生活資金額
700 万円 以上	5000 万円～1 億円 3 割
	3000～5000 万円 2～3 割

10
ページ

学び直しの意欲

希望する 定年後や 65 歳以降の 働き方	学び直したい		
	男性	女性	
	正社員	7 割	8 割
	非正社員	6 割	7 割
	自営業・自由業	7 割	8 割

15
ページ

介護のため転職・離職等
した経験がある

	親の介護をした ことがある男女
子どもがいる 既婚者	2 割
子どもがいない 既婚者	3 割
未婚者	4 割

16
ページ

終末期を迎えたい場所や延命治療について
親と相談したか？

存命中の親がいる 50～64 歳	50 代前半		60 代前半	
	男性	女性	男性	女性
両方または一方を 相談済み	1 割	2 割	2 割	3 割
両方相談の 予定なし	5 割	3 割	5 割	4 割

17
ページ

自分が認知症になること
への不安

	不安あり	
	男性	女性
介護が必要な親が いる (いた)	7 割	8 割
介護が必要な親が いない (いなかった)	5 割	7 割

19
ページ

自分が介護サービスを利用せず、日常を特に
制限なく生活できると
思う年齢

男性・ 女性	75 歳以上 5～6 割
-----------	-----------------

23
ページ

自分の終末期を
自宅で迎えたい

男性	6～7 割
女性	5 割

ご照会先

㈱明治安田生活福祉研究所
生活設計研究部
力石 (チカライシ)・上條・関口

本調査内容の引用・転載をご希望の場合は、下記までご連絡いただきますようお願いいたします。

電 話：03(6261)6411 FAX：03(3511)3200

Eメール：chikaraishi@myilw.co.jp

ma-kamijyou@myilw.co.jp

hiroshi.sekiguchi@myilw.co.jp

＜ 調査の概要 ＞

- (1) 調査対象： 全国の 40～64 歳の男女。
ただし、質問により対象の年齢層が異なる場合があります。
- (2) 調査方法： WEB アンケート調査（株式会社クロスマーケティング登録モニター対象）
- (3) 調査時期： 2018 年 6 月 9 日～6 月 10 日
- (4) 回 収 数： 12,000 人
- (5) サンプルの属性

		現在、配偶者がいる人		現在、配偶者がいない人		計
				結婚経験なし	離婚・死別	
		子どもあり	子どもなし	子どもなし	経験あり (注)	
40～44 歳	男性	300	300	300	300	1,200
	女性	300	300	300	300	1,200
45～49 歳	男性	300	300	300	300	1,200
	女性	300	300	300	300	1,200
50～54 歳	男性	300	300	300	300	1,200
	女性	300	300	300	300	1,200
55～59 歳	男性	300	300	300	300	1,200
	女性	300	300	300	300	1,200
60～64 歳	男性	300	300	300	300	1,200
	女性	300	300	300	300	1,200
計		3,000	3,000	3,000	3,000	12,000

(注) 離婚・死別経験がある人を本文中では「離別者等」と表記しています。

(6) サンプル数について

この調査では、上記の属性ごとに相当数のサンプルを収集して分析を行なうことを目的としています。そのため、当資料では人口比などによる補正は行なっておりません。

<目 次>

I. 老後の生活資金

1. 人生 100 年時代の不安 5 ページ
 - ◎ 人生 100 年時代の不安は「老後の生活資金の確保」と「健康の維持」
2. 老後に必要と思う生活資金額 6 ページ
 - ◎ 老後に夫婦で必要と思う生活資金のトップは
 - ・世帯年収 700 万円以上で「5000 万円以上 1 億円未満」
 - ・世帯年収 700 万円未満で「3000 万円以上 5000 万円未満」
3. 老後に向けた貯蓄額 9 ページ
 - ◎ 2000 万円以上の貯蓄がある世帯は、配偶者がいる世帯年収 700 万円以上で 4 ～ 5 割
 - ・700 万円未満で 2 割

II. 学び直し

1. 学び直しの意欲 10 ページ
 - ◎ 希望する定年後の働き方別にみた、学び直したい意欲が高いのは、
 - ・正社員と自営業・自由業は男性 7 割・女性 8 割
 - ・非正社員は男性 6 割・女性 7 割
 - ◎ 希望する定年後の働き方別にみた、学び直したい動機は、
 - ・正社員の男女は「より長く働き続けるため」
 - ・非正社員と自営業・自由業の男女は「個人的な興味・趣味のため」
 - ◎ 学び直す主な手段は、希望する働き方にかかわらず「資格取得の勉強を通じて」

III. 介護と終末期

1. 親の介護経験と終末期について 13 ページ
 - ◎ 親に介護が必要になった場合、未婚者は男女ともに 7 割が自分で親を介護
 - ◎ 親の介護をしたとき、未婚者は男女ともに 4 割が仕事を変更
 - ◎ 親と終末期または延命治療の相談をした割合は、60 代前半の男性 2 割・女性 3 割
2. 自分が認知症になることへの不安 17 ページ
 - ◎ 介護が必要な親がいる女性の 8 割が、自分が認知症になることへの不安あり
 - ◎ 自分が認知症になったときに介護してくれると思う家族・親族について、未婚者のうち、男性 6 割・女性 5 割が「だれもいない」

3. 自分が介護を受ける場所について19 ページ

- ◎ 男女ともに5～6割が、「健康寿命」を超えても日常を特に制限なく生活できると考えている
- ◎ 配偶者がいない人のうち、自分が介護される場所を親族に相談するつもりがないのは、
男性7割・女性5割
- ◎ 自宅で介護を受けたい人は、男性4～5割・女性3～4割

4. 自分の終末期に向けての意識22 ページ

- ◎ 平均寿命以上、生きられると思う人は男性4～6割・女性2～3割
- ◎ 自分の終末期を自宅で迎えたい人は男性6～7割・女性5割

I. 老後の生活資金

1. 人生 100 年時代の不安

◎ 人生 100 年時代の不安は「老後の生活資金の確保」と「健康の維持」

➤ 今後、長い人生を生きていくうえでの最も強い不安は「老後の生活資金の確保」

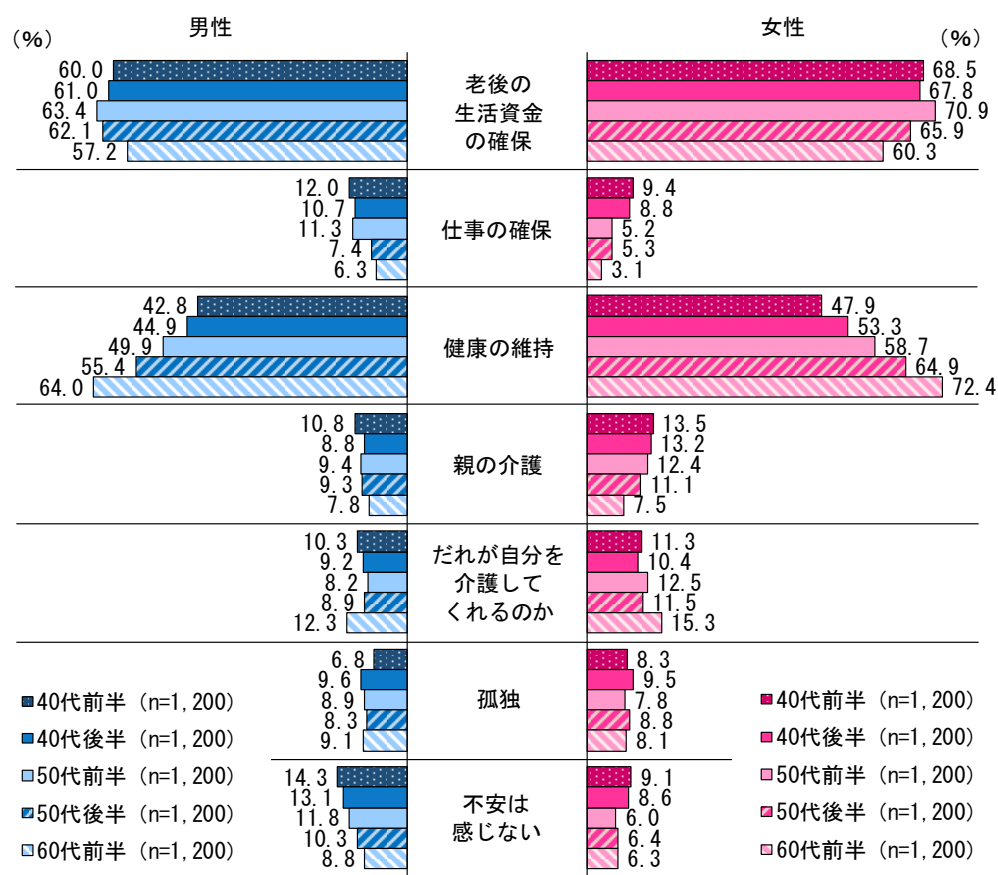
40～64 歳の男女に、今後、長い人生を生きていくうえでの不安をたずねたところ、「老後の生活資金の確保」と「健康の維持」に強い不安を感じているようです。

「老後の生活資金の確保」の割合は、男性約 6 割・女性 6～7 割となっています。男女ともに 50 代前半が最も高いですが（男性 63.4%・女性 70.9%）、50 代後半以降は年齢が上がるにつれて低下しています（60 代前半男性 57.2%・女性 60.3%）。

次に「健康の維持」で、男女ともに年齢が上がるにつれて「健康の維持」への不安が増加します（男性 40 代前半 42.8%・60 代前半 64.0%、女性 40 代前半 47.9%・60 代前半 72.4%）。

「不安は感じない」の割合は、男性のほうが女性よりもやや高くなっています（図表 1）。

図表 1 今後、長い人生を生きていくうえでの不安（40～64 歳の男女：2 つ以内で回答）



2. 老後に必要と思う生活資金額

◎ 老後に夫婦で必要と思う生活資金のトップは

- ・世帯年収 700 万円以上で「5000 万円以上 1 億円未満」
- ・世帯年収 700 万円未満で「3000 万円以上 5000 万円未満」

➤ 定年後や仕事をやめた後に必要と思う生活資金額

40～59 歳の男女に、定年後や仕事をやめた後、生涯の生活資金として世帯単位で必要になると思う金額（公的年金収入だけでは不足する金額ではなく、支出全体の想定額。以下、「老後の生活資金」とする）をたずねたところ、配偶者がいる男女、および配偶者がいない男性ともに、世帯年収が 700 万円以上では「5000 万円以上 1 億円未満」が約 3 割と最も高く、「3000 万円以上 5000 万円未満」が 2～3 割と続きます。同様に、配偶者がいない世帯年収が 500 万円以上の女性についても、「5000 万円以上 1 億円未満」が約 3 割と最も高く、「3000 万円以上 5000 万円未満」が約 2 割と続きます。

また、配偶者がいて世帯年収が 700 万円未満の男女、配偶者がいない世帯年収が 700 万円未満の男性と 500 万円未満の女性は、「3000 万円以上 5000 万円未満」が約 2 割と最も高くなっています。

なお、当研究所で老後の生活資金の平均額を試算したところ^(注1)、配偶者がいる場合は約 7500 万円、配偶者がいない男性約 3600 万円・女性約 4500 万円となります。さらに、「ゆとりある老後生活資金額」を試算すると^(注2)、配偶者がいる場合で約 1 億円、配偶者がいない男性約 4800 万円・女性約 6000 万円となります。

今回の調査において、平均試算額以上の老後の生活資金を想定している人は、世帯年収 700 万円以上をみると、配偶者がいる男性 22.9%・女性 18.6%、配偶者がいない男性 54.8%、また、配偶者がいない世帯年収 500 万円以上の女性は 48.4%となっています。世帯年収 700 万円未満では、配偶者がいる男性 11.2%・女性 10.1%、配偶者がいない男性 32.3%、配偶者がいない世帯年収 500 万円未満の女性は 23.4%となり、世帯年収が高い世帯のほうが高額な生活資金を必要と考える人が多い傾向です。また、配偶者がいる人よりも配偶者がいない人のほうが、老後の生活資金について平均試算額より高い水準で想定しているようです。

また、配偶者がいる男女と配偶者がいない男性では、世帯年収にかかわらず、ゆとりある老後生活資金額以上を想定している人の割合は、平均試算額より高い水準を想定している割合と大差はありません。一方、配偶者がいない女性では、世帯年収にかかわらず、ゆとりある老後生活資金額以上を想定する人の割合が低くなっています（図表 2）。

（注 1） 老後の生活資金の平均額の試算

総務省「平成 29 年家計調査（家計収支編）」における 65 歳以上世帯の実支出および厚生労働省「平成 29 年簡易生命表」の平均余命をもとに試算（百万円未満切り上げ）。

試算した生活資金額は、いずれのケースも平均余命まで生きると仮定した場合の必要額のため、平均余命よりも長生きする場合や、自分たちの葬儀費用をはじめ、大きな病気・介護にかかる費用、子供の教育費やまとまった資金援助、住宅ローンやその他の残債、賃貸住宅であればそれぞれの住まいに応じた家賃額などについては別途、考慮が必要。

配偶者のいる男女のケース

現在、夫 65 歳・妻 62 歳のケースで試算。

夫婦の生活費は、妻 62～64 歳の期間で 26.4 万円・妻 65 歳以降の期間で 26.0 万円。夫死亡後 15.4 万円。

夫の生活期間は、65歳男性の平均余命（19.57年）をもとに19年、妻の生活期間は、62歳女性の平均余命（27.14年）をもとに27年と設定して試算。

<夫婦2人の期間の生活費>

26.4万円×12ヵ月×3年+26.0万円×12ヵ月×16年=5942.4万円

<妻1人の期間の生活費>

15.4万円×12ヵ月×8年=1478.4万円

<合計>

5942.4万円+1478.4万円=7420.8万円≒7500万円

配偶者がいない男性のケース

現在、未婚者または離別・死別者について65歳のケースで試算。生活費15.4万円、生活期間は65歳の平均余命（19.57年）をもとに19年と設定して試算。

15.4万円×12ヵ月×19年=3511.2万円≒3600万円

配偶者がいない女性のケース

現在、未婚者または離別・死別者について65歳のケースで試算。生活費15.4万円、生活期間は65歳の平均余命（24.43年）をもとに24年と設定して試算。

15.4万円×12ヵ月×24年=4435.2万円≒4500万円

（注2） ゆとりある老後生活資金額の試算

生命保険文化センター「平成28年度 生活保障に関する調査」の「ゆとりある老後生活費」34.9万円と（注1）の「65歳以降の夫婦の生活費26.0万円」との比率を1.34倍として試算（百万円未満切り捨て）

配偶者のいる男女のケース

7500万円×1.34倍=10050万円≒1億円

配偶者がいない男性のケース

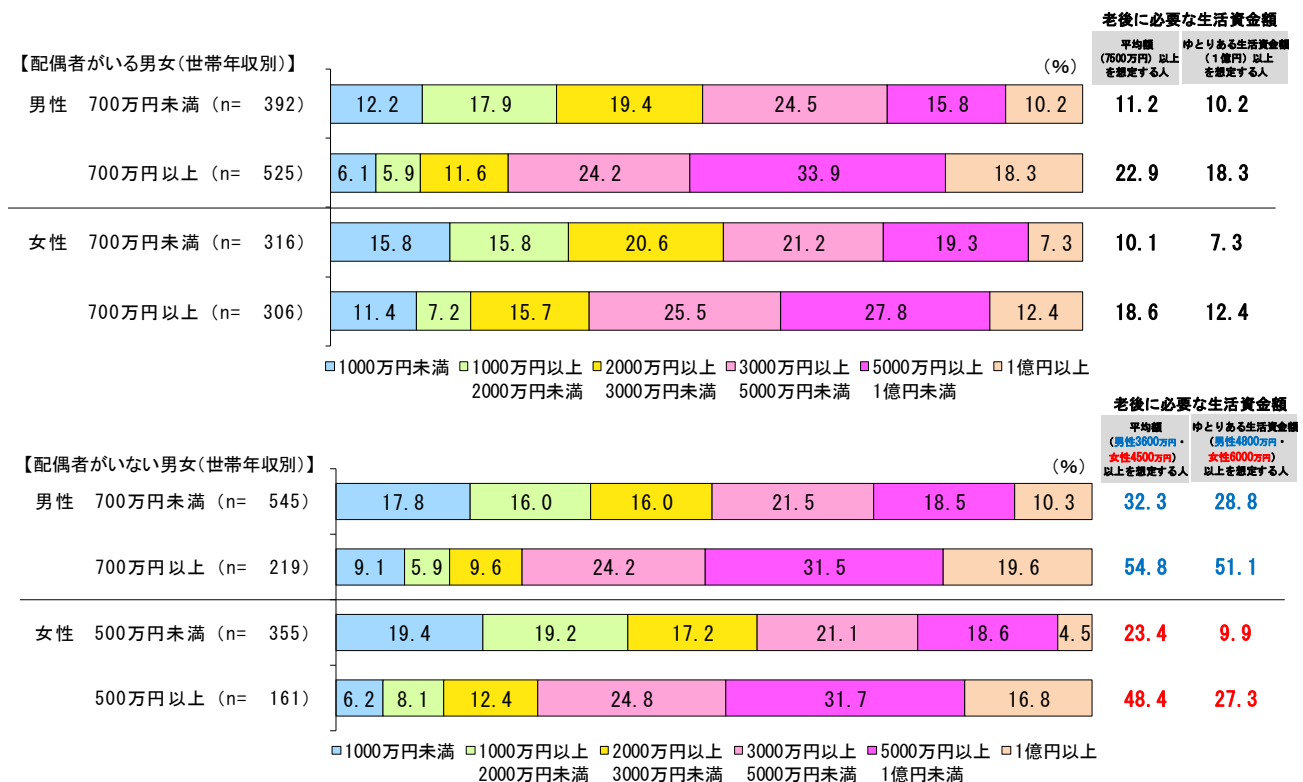
3600万円×1.34倍=4824万円≒4800万円

配偶者がいない女性のケース

4500万円×1.34倍=6030万円≒6000万円

図表2 定年後や仕事をやめた後に必要と思う世帯単位的生活資金額
（40～59歳の男女：配偶者有無別：世帯年収別）（注3）

（注3） 公的年金収入だけでは不足する金額ではなく、老後の生活支出全体の想定額



【再掲】図表2のポイント

【定年後や仕事をやめた後に必要と思う生活資金額上位（世帯年収700万円以上・500万円以上）】

			1位 5000万円以上 1億円未満	2位 3000万円以上 5000万円未満
世帯年収700万円以上	配偶者がいる	男性	33.9%	24.2%
		女性	27.8%	25.5%
世帯年収500万円以上	配偶者がいない	男性	31.5%	24.2%
		女性	31.7%	24.8%

【定年後や仕事をやめた後に必要と思う生活資金額上位（世帯年収700万円未満・500万円未満）】

			1位 3000万円以上 5000万円未満
世帯年収700万円未満	配偶者がいる	男性	24.5%
		女性	21.2%
世帯年収500万円未満	配偶者がいない	男性	21.5%
		女性	21.1%

【老後生活資金について平均額以上を想定している人】

		老後の生活資金	世帯年収700万円以上	世帯年収700万円未満
配偶者がいる	男性	7500万円以上	22.9%	11.2%
	女性		18.6%	10.1%
配偶者がいない	男性	3600万円以上	54.8%	32.3%
	女性	4500万円以上	(世帯年収500万円以上) 48.4%	(世帯年収500万円未満) 23.4%

【ゆとりのある老後生活資金額以上を想定している人】

		老後生活資金	世帯年収700万円以上	世帯年収700万円未満
配偶者がいる	男性	1億円以上	18.3%	10.2%
	女性		12.4%	7.3%
配偶者がいない	男性	4800万円以上	51.1%	28.8%
	女性	6000万円以上	(世帯年収500万円以上) 27.3%	(世帯年収500万円未満) 9.9%

3. 老後に向けた貯蓄額

◎ 2000 万円以上の貯蓄がある世帯は、配偶者がいる世帯年収 700 万円以上で
4 ～ 5 割・700 万円未満で 2 割

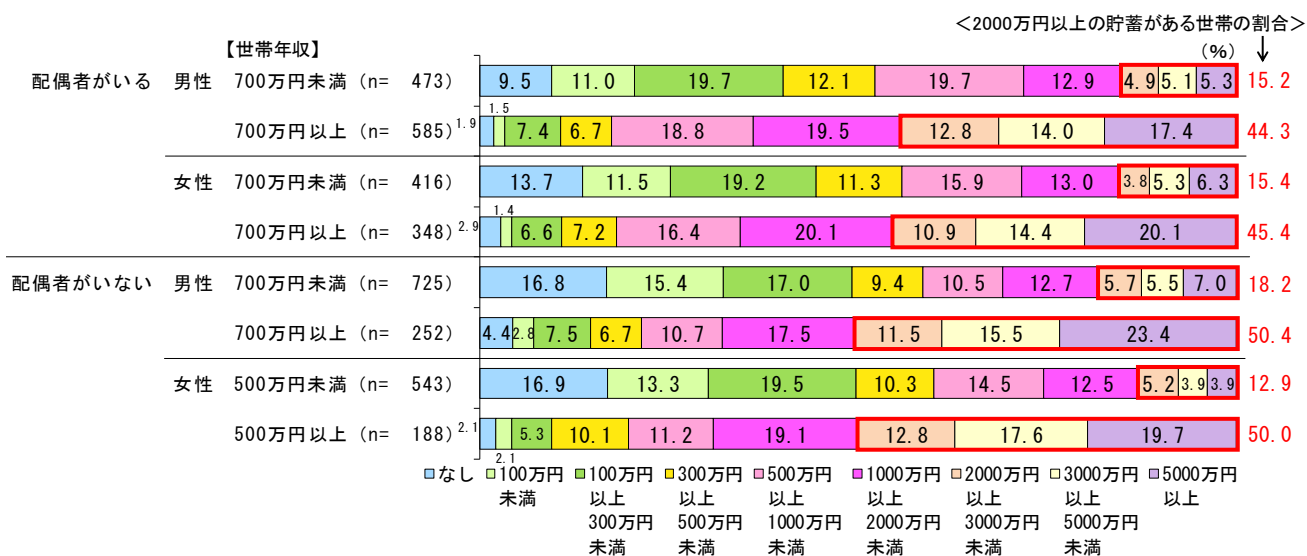
➤ 現在の貯蓄額

老後に必要な生活資金として配偶者がいる男女と配偶者がいない男女それぞれの想定金額をみてきましたが、それでは各世帯ではどのくらい貯蓄しているのでしょうか。

40～59 歳の男女に、世帯の現在の貯蓄額をたずねたところ、配偶者の有無と世帯年収別にみると、それぞれ男女では大差はありません。世帯年収が低いほうが貯蓄額も低い傾向にあります。

例えば、貯蓄額が 2000 万円以上である割合をみると、配偶者がいる世帯年収 700 万円以上の男性 44.3%・女性 45.4%、配偶者がいない世帯年収 700 万円以上の男性 50.4%、配偶者がいない世帯年収 500 万円以上の女性 50.0%となっています。一方、配偶者がいる世帯年収 700 万円未満の男性 15.2%・女性 15.4%、配偶者がいない世帯年収 700 万円未満の男性 18.2%、さらに配偶者がいない世帯年収 500 万円未満の女性 12.9%となっています（図表 3）。

図表 3 世帯の現在の貯蓄額（40～59 歳の男女：配偶者有無別：世帯年収別）



Ⅱ. 学び直し

1. 学び直しの意欲

- ◎ 希望する定年後の働き方別にみた、学び直したい意欲が高いのは、
 - ・ 正社員と自営業・自由業は男性 7 割・女性 8 割
 - ・ 非正社員は男性 6 割・女性 7 割
- ◎ 希望する定年後の働き方別にみた、学び直したい動機は、
 - ・ 正社員の男女は「より長く働き続けるため」
 - ・ 非正社員と自営業・自由業の男女は「個人的な興味・趣味のため」
- ◎ 学び直す主な手段は、希望する働き方にかかわらず「資格取得の勉強を通じて」

現在働いている 40～64 歳の男女に、今後、学び直したいかをたずねたところ、定年後や 65 歳以降も働く意欲を持つ人のほうが、意欲を持たない人よりも、男女ともに学び直したい割合（「ぜひ学び直したい」＋「どちらかと言えば学び直したい」）が高くなっています（働きたい男性 66.6％・働きたくない男性 46.2％、働きたい女性 72.9％・働きたくない女性 54.6％）。

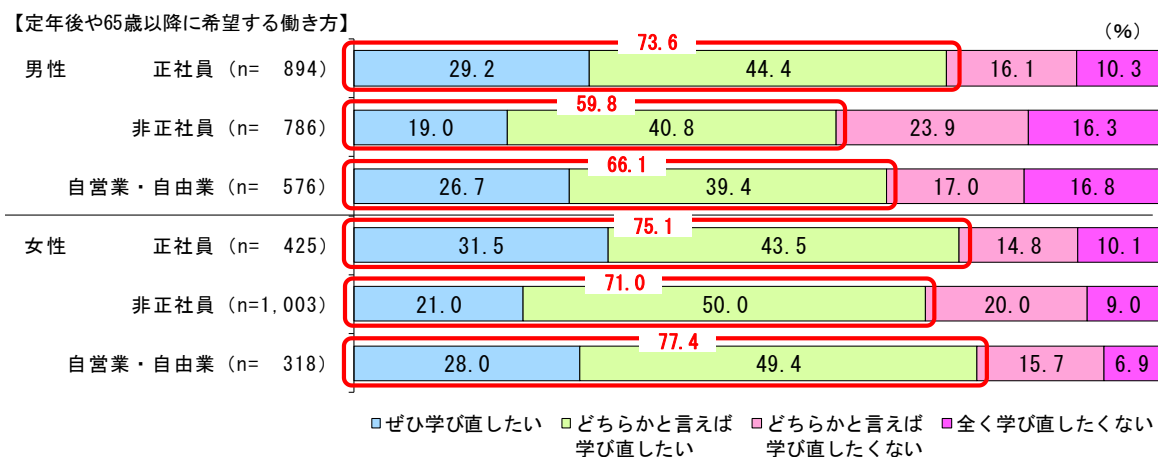
本章では、定年後や 65 歳以降も働きたい人について、希望する働き方別に学び直しの意欲の実態をみていきます。

➤ 希望する働き方にかかわらず、学び直しの意欲は高い

現在働いていて、定年後や 65 歳以降も働きたい人について学び直しの意欲を持つ人の割合（「ぜひ学び直したい」＋「どちらかと言えば学び直したい」）をみると、男性では正社員希望の場合が非正社員希望の場合よりも 13.8 ポイント高くなっています（正社員希望男性 73.6％、非正社員希望男性 59.8％、自営業・自由業希望男性 66.1％）。

女性では正社員希望と自営業・自由業希望の場合が同水準ですが、非正社員希望の場合がやや低くなっています（正社員希望女性 75.1％、非正社員希望女性 71.0％、自営業・自由業希望女性 77.4％）（図表 4）。

図表 4 学び直しの意欲（現在働いていて、定年後や 65 歳以降も働く意欲を持つ 40～64 歳の男女：定年後や 65 歳以降に希望する働き方別）

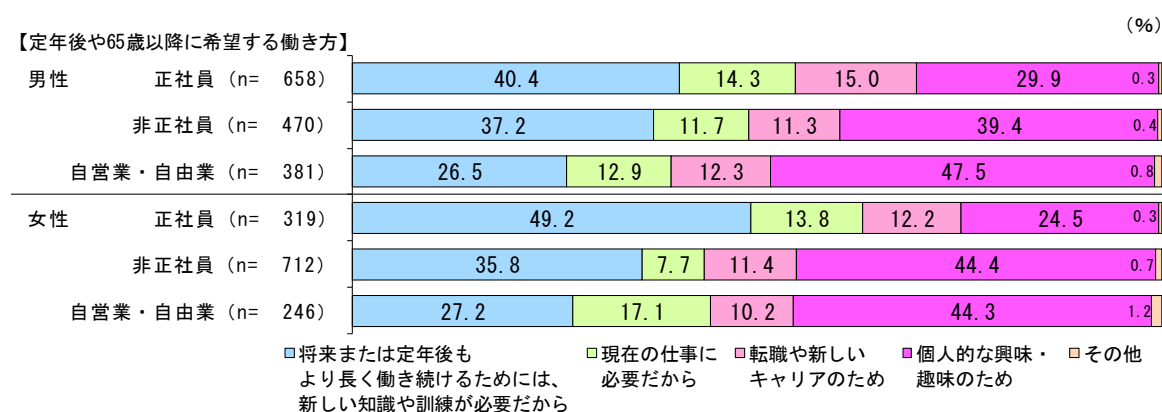


➤ 正社員で働くことを希望する人の学び直したい動機は

「より長く働き続けるためには、新しい知識や訓練が必要だから」

次に、希望する働き方別に学び直したい動機をみると、正社員希望では男女とも「将来または定年後もより長く働き続けるためには、新しい知識や訓練が必要だから」（男性 40.4%・女性 49.2%）が最も高くなっています。非正社員希望では、男性が「将来または定年後もより長く働き続けるためには、新しい知識や訓練が必要だから」（37.2%）と「個人的な興味・趣味のため」（39.4%）が同水準ですが、女性は「個人的な興味・趣味のため」（44.4%）が最も高く、「将来または定年後もより長く働き続けるためには、新しい知識や訓練が必要だから」（35.8%）が続きます。一方、自営業・自由業希望では男女とも、「将来または定年後もより長く働き続けるためには、新しい知識や訓練が必要だから」（男性 26.5%・女性 27.2%）は低く、「個人的な興味・趣味のため」（男性 47.5%・女性 44.3%）が最も高くなっています（図表 5）。

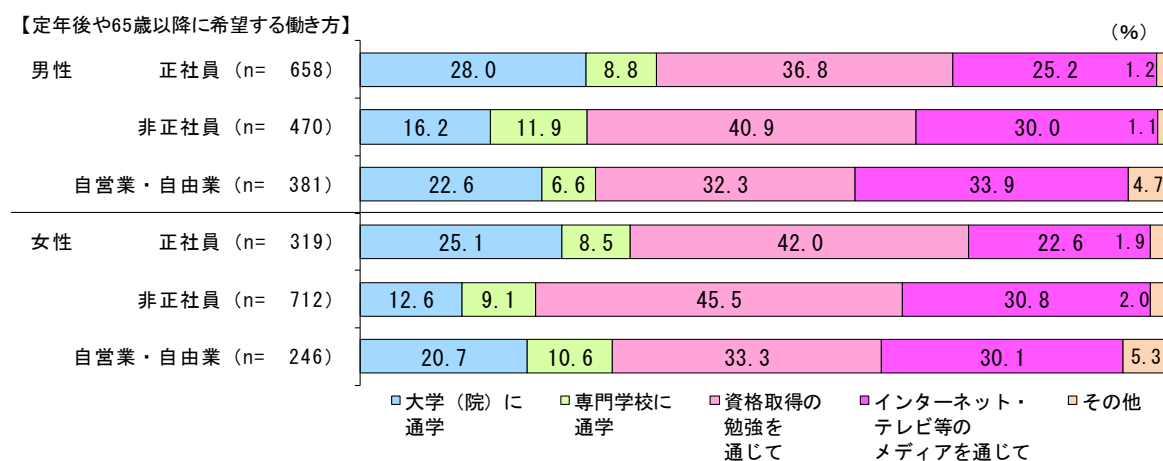
図表 5 学び直したい動機（現在働いていて、定年後や 65 歳以降も働く意欲と学び直しの意欲を持つ 40～64 歳の男女：定年後や 65 歳以降に希望する働き方別）



➤ 学び直す主な手段は、「資格取得の勉強」がトップ

さらに、希望する働き方別に学び直す主な手段をみると、正社員・非正社員希望の男女では「資格取得の勉強を通じて」がそれぞれで最も高くなっています（正社員希望男性 36.8%・女性 42.0%、非正社員希望男性 40.9%・女性 45.5%）。また、正社員希望の男女では、「大学（院）に通学」が約 3 割（正社員希望男性 28.0%・女性 25.1%）、非正社員希望では「インターネット・テレビ等のメディアを通じて」が約 3 割（非正社員希望男性 30.0%・女性 30.8%）で続きます。自営業・自由業希望では、男女とも「資格取得の勉強を通じて」（自営業・自由業希望男性 32.3%・女性 33.3%）と「インターネット・テレビ等のメディアを通じて」（自営業・自由業希望男性 33.9%・女性 30.1%）がそれぞれ約 3 割となっています（図表 6）。

図表 6 学び直す主な手段（現在働いていて、定年後や 65 歳以降も働く意欲と学び直しの意欲を持つ 40～64 歳の男女：定年後や 65 歳以降に希望する働き方別）



Ⅲ. 介護と終末期

1. 親の介護経験と終末期について

- ◎ 親に介護が必要になった場合、未婚者は男女ともに7割が自分で親を介護
- ◎ 親の介護をしたとき、未婚者は男女ともに4割が仕事を変更
- ◎ 親と終末期または延命治療の相談をした割合は、60代前半の男性2割・女性3割

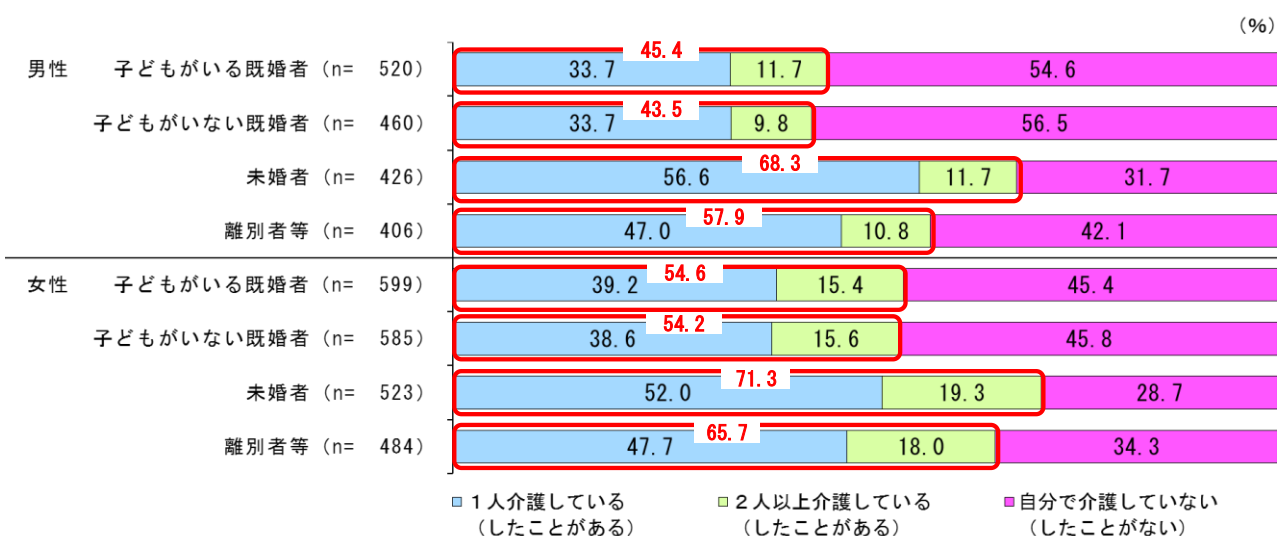
➤ 未婚者は男女ともに7割が自分で親を介護

今までに介護が必要な親がいた40～64歳の男女に、自分自身が主に介護（ここでは入浴や排せつの介助等の身体介助）している（したことがある）親の人数をたずねたところ、男性の場合、介護経験のある人の割合が既婚者では4～5割に対し、未婚者約7割・離別者等約6割と配偶者がいない男性での介護経験割合が高くなっています。

女性も同様で、介護経験のある人が既婚者では約5割に対し、未婚者・離別者等ともに約7割と、配偶者がいない女性のほうが親の介護経験のある割合は高くなっています。

全体的に男性より女性のほうが、自分で親の介護をする人の割合が高くなっています（図表7）。

図表7 自分自身が主に介護（身体介助）している（したことがある）親の人数
（40～64歳の男女：未既婚別：介護が必要な親がいた人のみ）



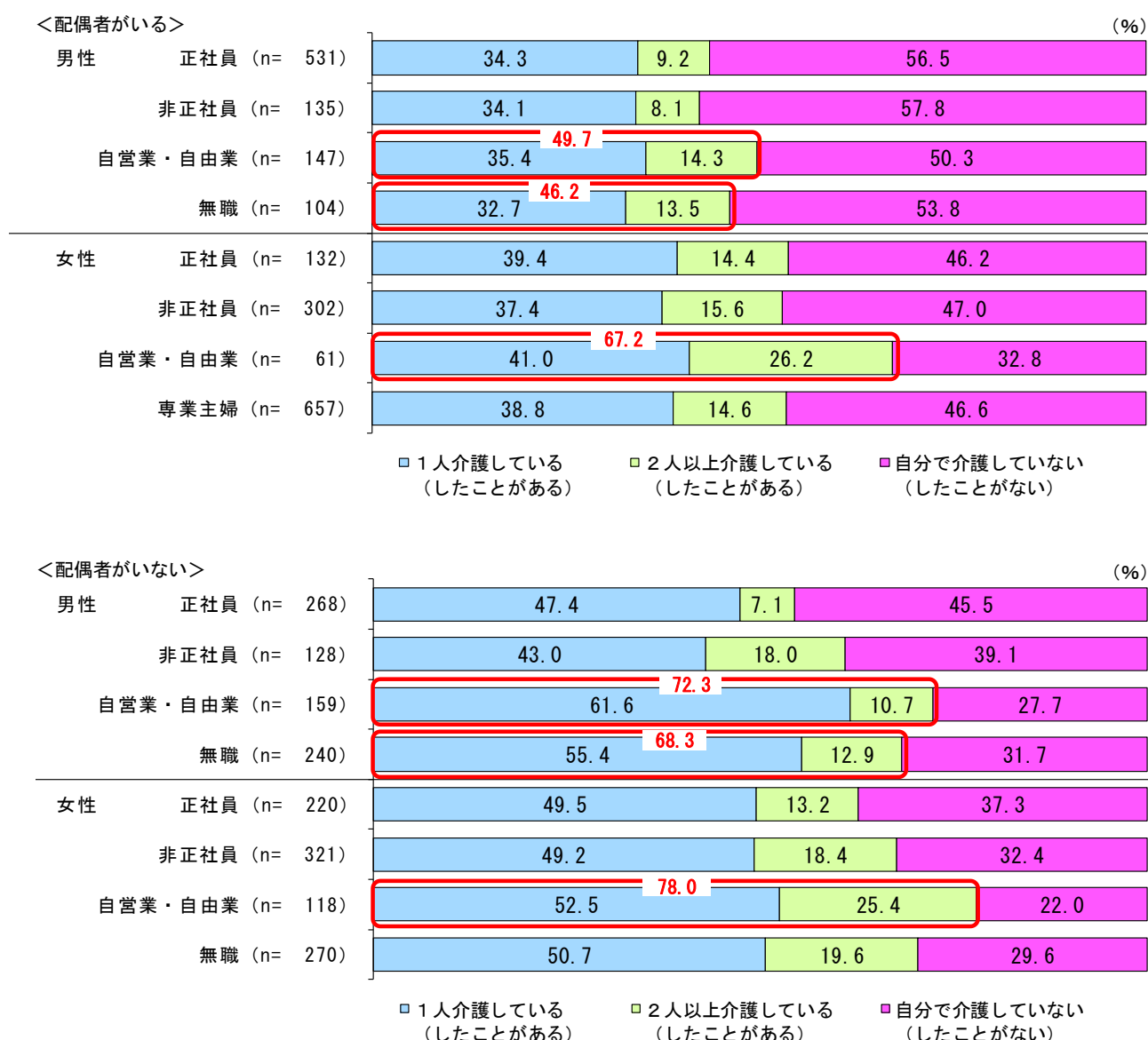
➤ 親の介護の経験率が高いのは自営業・自由業

同様に親の介護（身体介助）経験を配偶者の有無・働き方別にみると、男女ともに介護経験がある人の割合が最も高い働き方は自営業・自由業で、配偶者がいる男性 49.7%・女性 67.2%、配偶者がいない男性 72.3%・女性 78.0%です。

配偶者がいる場合では、女性のほうが男性より介護経験がある人の割合は高く、また、男女ともにそれぞれ自営業・自由業以外の働き方（正社員、非正社員、無職、専業主婦）の間には大差はないようです。

配偶者がいない場合では、いる場合に比べて、介護経験のある人の割合は男女ともに高く、特に男性の自営業・自由業では 22.6 ポイント、無職でも 22.1 ポイント高くなっています（図表 8）。

図表 8 自分自身が主に介護（身体介助）している（したことがある）親の人数
（40～64 歳の男女：働き方別：介護が必要な親がいた人のみ）

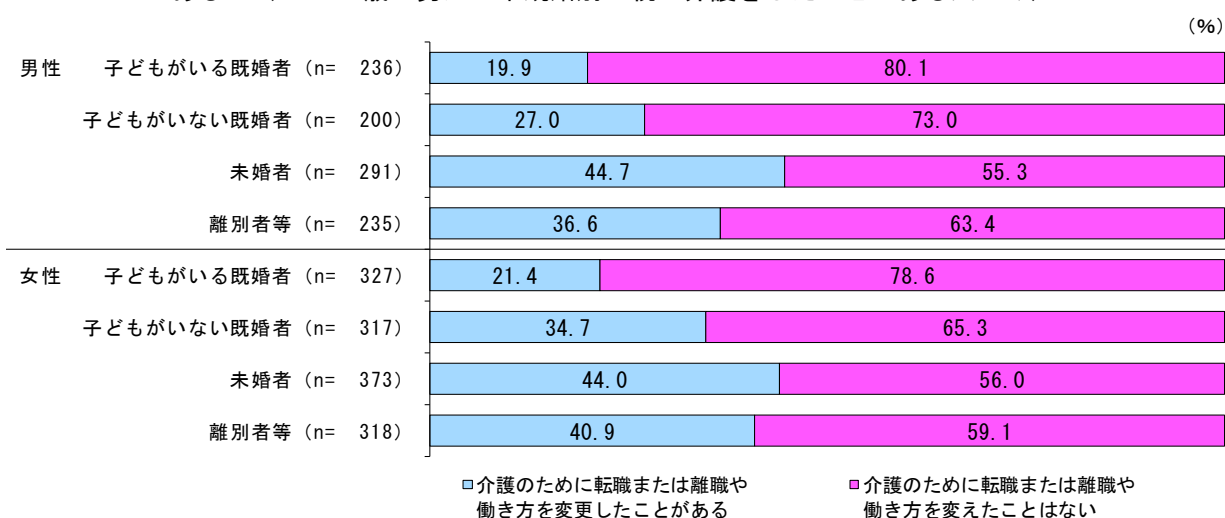


➤ **親の介護の経験がある未婚男女の4割が、介護のために転職・離職や働き方を変更**

今まで親の介護をしたことがある40～64歳の男女に、親の介護（身体介助）をするため、仕事を転職または離職や働き方を変えたりした経験はあるかをたずねたところ、「介護のために転職または離職や働き方を変更したことがある」の割合が最も高いのは未婚者で、男女ともに約4割（未婚男性 44.7%・未婚女性 44.0%）となっています。次に離別者等が男性 36.6%・女性 40.9%、子どもがいない既婚者が男性 27.0%・女性 34.7%と続きます。

なお、子どもがいる既婚者の割合は男性 19.9%・女性 21.4%と未婚者の約半分で、配偶者や子どもがいる世帯ほど、介護のためにそれまでの仕事を変えないケースが多いようです（図表9）。

図表9 親の介護（身体介助）をするため、仕事を転職または離職や働き方を変えたりした経験はあるか（40～64歳の男女：未既婚別：親の介護をしたことがある人のみ）

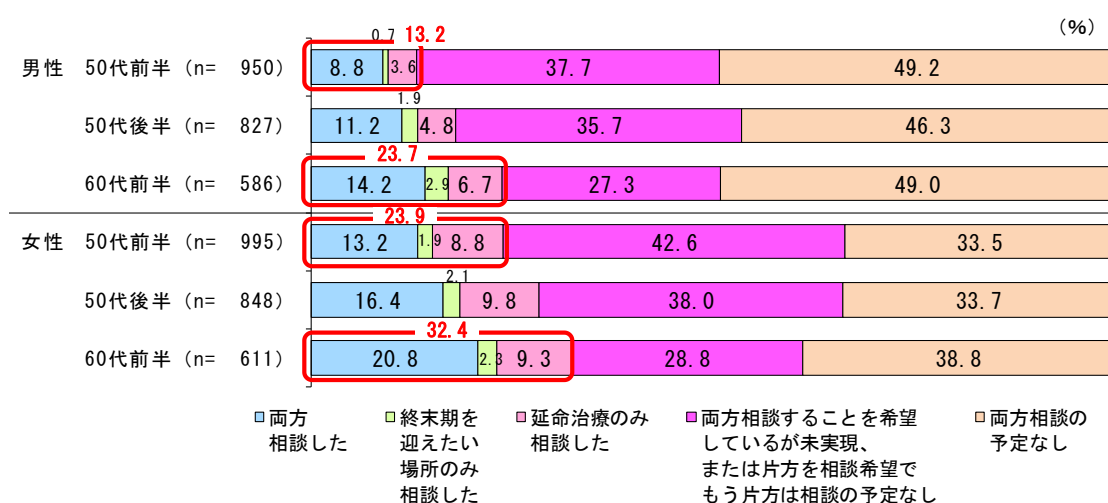


➤ 終末期を迎えたい場所や延命治療について親と相談をした割合

存命中の親がいる 50～64 歳の男女に、親が終末期を迎えたい場所や延命治療について、親と相談したことがあるかをたずねたところ、終末期の場所、延命治療の両方または片方についてすでに相談した人の割合は、男性では 50 代前半 13.2%・60 代前半 23.7%、女性では 50 代前半 23.9%・60 代前半 32.4%と、年齢が上がるにつれて親と相談した人の割合が高くなり、特に女性のほうが男性より高いことがわかります。

また、終末期を迎えたい場所と延命治療について「両方相談の予定なし」の割合は、男性で約 5 割、女性で 3～4 割となっています（図表 10）。

図表 10 親が終末期を迎えたい場所や延命治療について、親と相談したか
（存命中の親がいる 50～64 歳の男女）



2. 自分が認知症になることへの不安

- ◎ 介護が必要な親がいる女性の8割が、自分が認知症になることへの不安あり
- ◎ 自分が認知症になったときに介護してくれると思う家族・親族について、未婚者のうち、男性6割・女性5割が「だれもいない」

➤ 介護が必要な親がいるほうが、自分の認知症への不安が強い

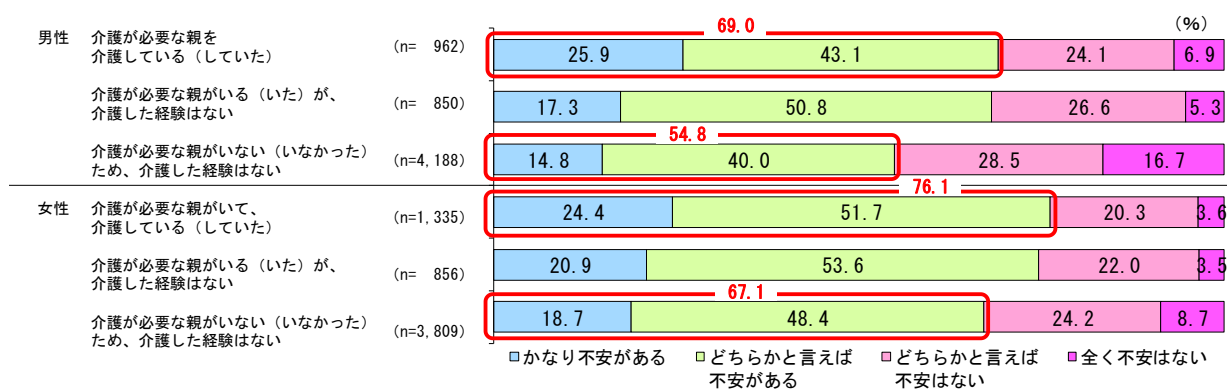
40～64歳の男女に、自分が認知症になる不安がどの程度あるかを親への介護経験^(注1)の有無別にたずねたところ、介護経験の有無に関係なく、女性のほうが男性より不安に思う割合（「かなり不安がある」＋「どちらかと言えば不安がある」）は高くなっています。

その不安に思う割合は「介護が必要な親を介護している（していた）」が男性69.0%・女性76.1%で、「介護が必要な親がいる（いた）が、介護した経験はない」の場合と男女ともに同水準となっており、介護が必要な親がいる場合には介護経験による差はほとんどありません。

一方、「介護が必要な親がいない（いなかった）ため、介護した経験はない」では男性54.8%・女性67.1%であり、介護が必要な親がいる（いた）場合のほうが、いない（いなかった）場合よりも不安を感じることがわかります（図表11）。

（注1）本調査では、自分自身が主に身体介助している（したことがある）経験としています。

図表11 自分が認知症になることへの不安がどの程度あるか（40～64歳の男女：介護経験の有無別）



➤ 自分が認知症になったときにだれが介護してくれるか

40～64歳の男女に、自分が認知症になった場合、家族・親族のうちでだれが自分を介護してくれると思うかをたずねたところ、既婚者では、男女ともに「配偶者」が最も高くなっています（子どもがいる既婚男性 65.3%・女性 50.3%、子どもがいない既婚男性 72.5%・女性 64.2%）。また、子どもの有無にかかわらず、男性のほうが女性より「配偶者」からの介護を期待する割合が高く、既婚女性では、子どもがいない場合（64.2%）のほうが子どもがいる場合（50.3%）よりも「配偶者」を頼りにしている傾向が顕著です。

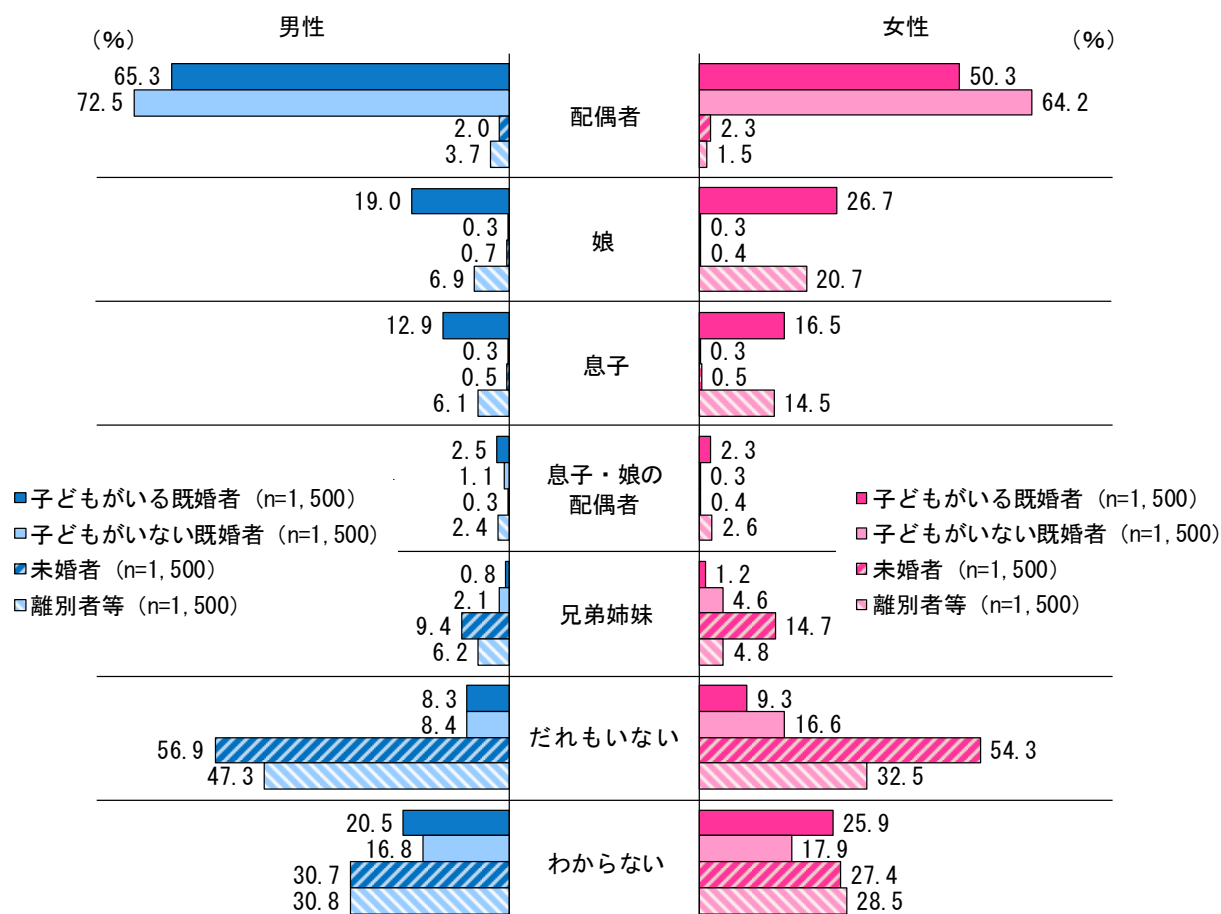
次に、子どもがいる既婚者では「娘」（男性 19.0%・女性 26.7%）、「息子」（男性 12.9%・女性 16.5%）が続き、女性のほうが男性より子ども（特に娘）に介護を期待する人の割合が高くなっています。

また、既婚者でも、自分を介護してくれる人が「だれもいない」1～2割・「わからない」2～3割となっています。

未婚者や離別者等では「だれもいない」の割合が最も高く、未婚の男性 56.9%・女性 54.3%、離別者等の男性 47.3%・女性 32.5%となっています。また、未婚者、離別者等では、男女ともに「わからない」が約3割で続きます。未婚者は、自分を介護してしてくれる家族・親族について、具体的なイメージを持ってないことがわかります（図表 12）。

図表 12 自分が認知症になった場合、家族・親族のうちでだれが自分を介護してくれると思うか
（40～64歳の男女：未既婚別：回答数制限なし）（注2）

（注2）現在独身や子どもがいない場合は、将来結婚したり、子どもを持った場合も想定して回答



3. 自分が介護を受ける場所について

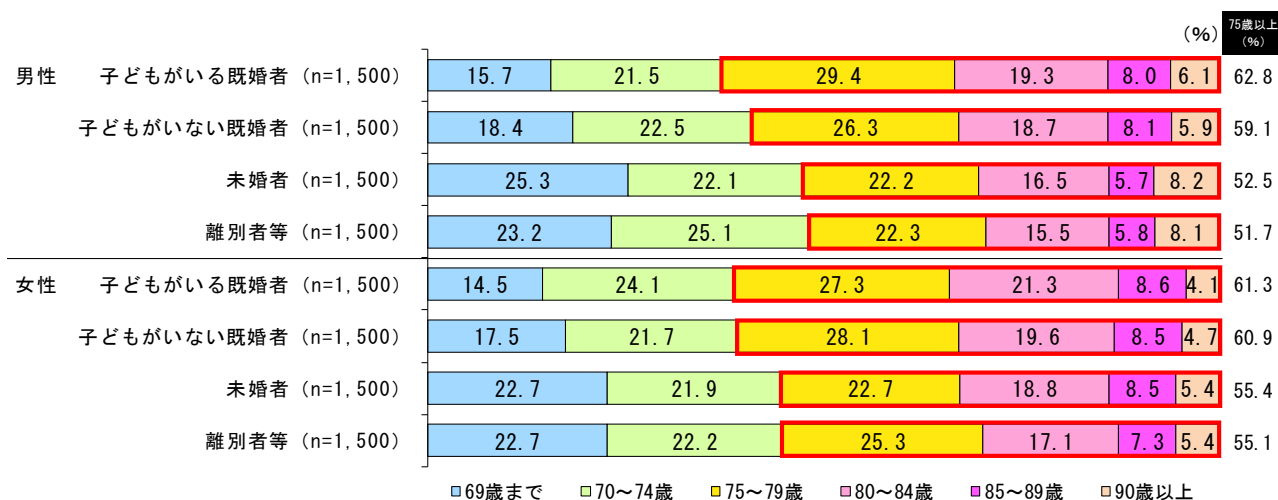
- ◎ 男女ともに5～6割が、「健康寿命」を超えても日常を特に制限なく生活できると考えている
- ◎ 配偶者がいない人のうち、自分が介護される場所を親族に相談するつもりがないのは、男性7割・女性5割
- ◎ 自宅で介護を受けたい人は、男性4～5割・女性3～4割

➤ 自分は何歳まで介護サービスを利用せず、日常を特に制限なく生活できると思うか

40～64歳の男女に、何歳まで介護サービスを利用せず、日常を特に制限なく生活できると思うかをたずねたところ、配偶者がいる人は男女ともに「75～79歳」の割合が最も高く、約3割を占めています。配偶者がいない人は男女ともに「69歳まで」「70～74歳」「75～79歳」が同水準でそれぞれ2～3割となっており、「69歳まで」の割合が配偶者がいる人よりも高く、「75～79歳」の割合が逆に低くなっています。

なお、2018年3月に厚生労働省から発表された「健康寿命」（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）は、男性72.14年・女性74.79年でしたが、今回の当研究所の調査によれば、5～6割の人が75歳以上でも制限なく生活できていると考えているようです（図表13）。

図表13 何歳まで介護サービスを利用せず、日常を特に制限なく生活できると思うか
（40～64歳の男女：未既婚別）



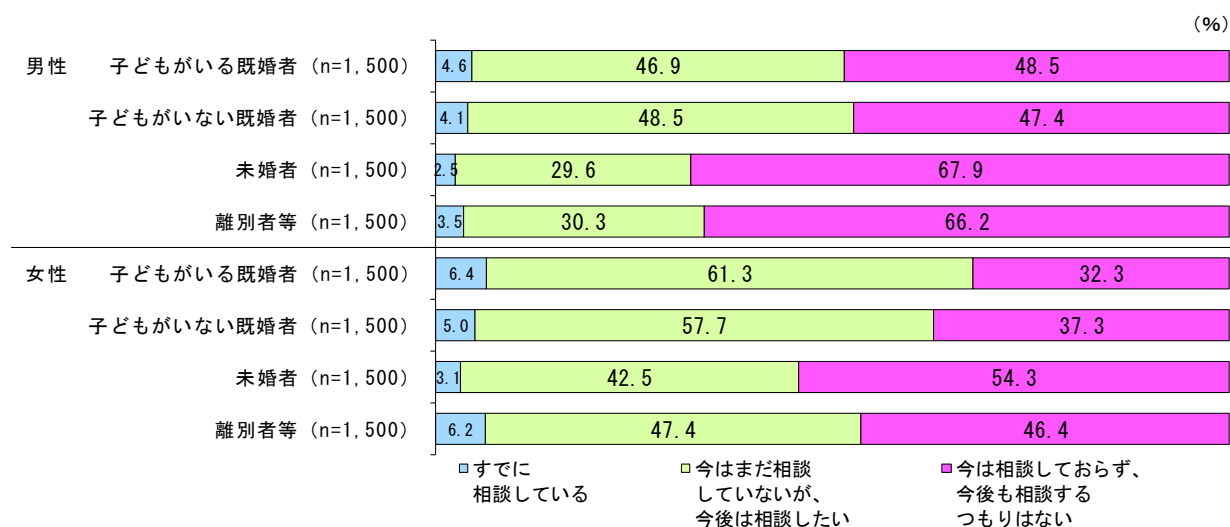
➤ **配偶者がいない人のうち、自分が介護される場所を親族に相談するつもりがない割合は、男性 7 割・女性 5 割**

40～64 歳の男女に、自分に介護が必要となった場合の介護場所について、親族と相談しているかをたずねたところ、配偶者がいる男性は「今はまだ相談していないが、今後は相談したい」、「今は相談しておらず、今後も相談するつもりはない」がそれぞれ約 5 割となっています。配偶者がいない男性は「今はまだ相談していないが、今後は相談したい」が約 3 割、「今は相談しておらず、今後も相談するつもりはない」が約 7 割と、配偶者がいない男性は配偶者がいる男性に比べて、親族と相談する人の割合が低くなっています。

配偶者がいる女性は「今はまだ相談していないが、今後は相談したい」が約 6 割、「今は相談しておらず、今後も相談するつもりはない」が 3～4 割と、配偶者がいる男性に比べて、親族と今後相談する意向を持つ人の割合が高くなっています。配偶者がいない女性は「今はまだ相談していないが、今後は相談したい」が 4～5 割、「今は相談しておらず、今後も相談するつもりはない」が約 5 割と、今後相談したい人の割合は配偶者がいる女性より低いですが、配偶者がいない男性よりは高くなっています。

一方、「すでに相談している」人は数パーセントにとどまります（図表 14）。

図表 14 自分に介護が必要となった場合の介護場所について、親族と相談しているか
(40～64 歳の男女：未既婚別)



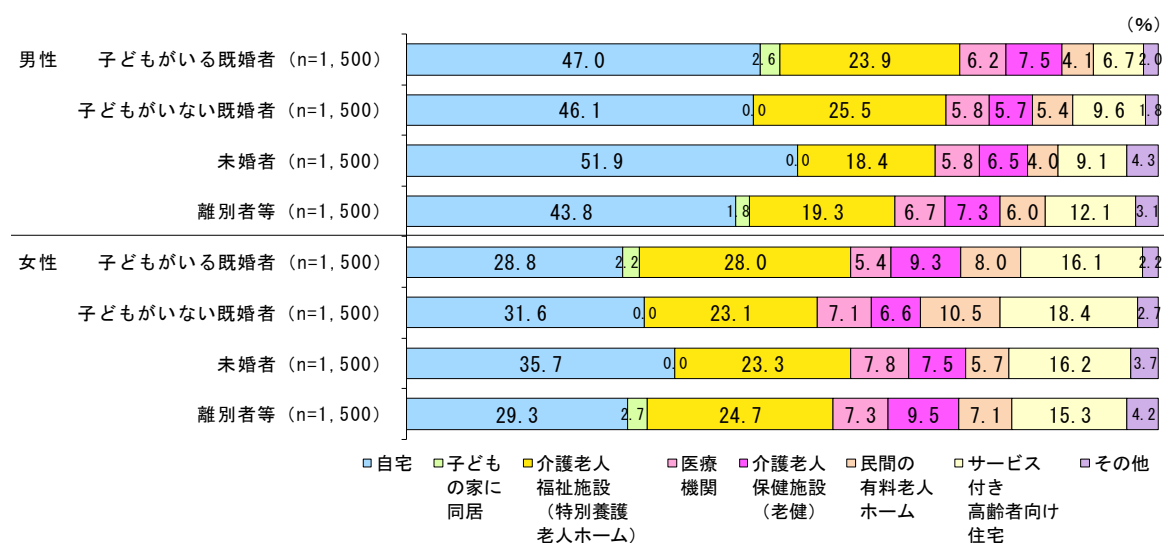
➤ 男性は女性より自宅での介護を希望

40～64歳の男女に、自分に介護が必要となった場合、どこで介護を受けたいかをたずねたところ、男性では「自宅」の割合が4～5割と最も高く、次に「介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）」が2～3割、「サービス付き高齢者向け住宅」が約1割と続きます。

女性も上位3項目は男性と同様ですが、最も割合が高い「自宅」は3～4割にとどまります。一方で、「介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）」は2～3割、「サービス付き高齢者向け住宅」は約2割と、男性に比べて高い傾向にあります。

なお、「自宅」を希望する人の割合は、未婚者が男性51.9%・女性35.7%と男女とも最も高くなっています（図表15）。

図表15 自分に介護が必要となった場合、どこで介護を受けたいか（40～64歳の男女：未既婚別）



4. 自分の終末期に向けての意識

- ◎ 平均寿命以上、生きられると思う人は男性 4～6 割・女性 2～3 割
- ◎ 自分の終末期を自宅で迎えたい人は男性 6～7 割・女性 5 割

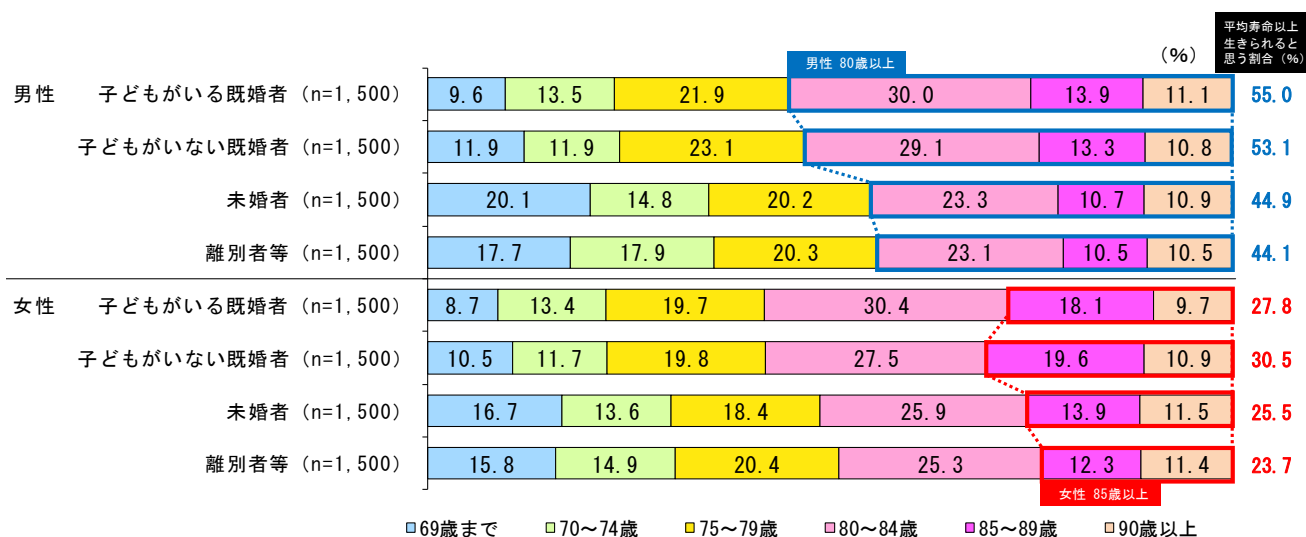
➤ 自分は何歳まで生きられると思うか

40～64 歳の男女に、自分は何歳まで生きられると思うかをたずねたところ、男性は平均寿命^(注1)が含まれる「80～84 歳」の割合が 2～3 割と最も高く、女性は平均寿命より前の「80～84 歳」の割合が約 3 割と最も高くなっています。平均寿命以上生きられると思う割合^(注2)は男性 4～6 割・女性 2～3 割となっています（図表 16）。

（注 1）厚生労働省「平成 29 年 簡易生命表」によれば、平均寿命は、男性 81.09 年・女性 87.26 年

（注 2）本調査の図表においては便宜上、男性 80 歳以上・女性 85 歳以上の割合とします

図表 16 自分は何歳まで生きられると思うか（40～64 歳の男女：未既婚別）



➤ 自分の終末期を自宅で迎えたい人は男性6～7割・女性5割

厚生労働省の「平成29年 人口動態統計」によると、実際に終末期を迎えている場所として、医療機関（「病院」＋「診療所」）が74.8%を占めていますが、40～64歳の男女に、自分の終末期をどこで迎えたいかをたずねたところ、男女ともに「自宅」を希望する人の割合が最も高くなっています。男女別では、男性は6～7割に対し女性は約5割と、男性のほうが「自宅」で終末期を迎えたいと望んでいることがうかがえます。特に男女ともに「介護が必要な親がいない（いなかった）ため、介護した経験はない」人のほうが、介護の必要な親がいる場合よりも「自宅」を希望する割合が高くなっており、これは介護の必要な親がいないために自宅で終末期を迎える際の家族等の負担が想像しにくいのではないのでしょうか。

次に割合が高いのは男女ともに「医療機関」で、「介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）」「サービス付き高齢者向け住宅」と続きます（図表17）。

図表17 自分の終末期をどこで迎えたいか（40～64歳の男女：介護経験有無別）

