

【シルニアス調査レポート】

株式会社野村総合研究所

高齢者の不安と生活満足度

～家族構成・居住形態で見る格差と実態～

1. はじめに：調査の背景と特徴

NRI 社会情報システム株式会社は、高齢者の多様化するインサイト（深層心理や本音）を把握するため、独自調査基盤「シルニアスパネル」を用いた自主調査を実施しました。本調査は、一般的なインターネット調査では捕捉が困難な「デジタルデバイス非利用者」を含む広範な高齢者を対象とするため、郵送法を採用している点が特徴です。本レポートでは、2024 年 10 月から 11 月にかけて実施した調査データを基に、高齢者の不安や悩み、生活満足度が「家族構成」や「居住形態」によってどのように異なるのか、その実態を報告します。

2. 調査概要

- ・ 調査名： 「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」
- ・ 調査期間： 2024 年 10 月 5 日～2024 年 11 月 5 日
- ・ 調査対象者： 全国 42 地点のシルニアスパネル（シルバー人材センター会員）65 歳以上の男女
- ・ 調査方法： 郵送法（紙調査票）
- ・ 有効回答数： 1,009 名
 - 性別・年代構成： 男女別、および 65 歳から 80 歳以上の各年齢層で均等に配分（詳細は図 1 参照）。
 - 回答者属性の特徴： 婚姻状況、世帯形態、居住形態の詳細は図 2 を参照。

図 1 回答者の基本属性（性別・年代・居住地域・居住都市規模）

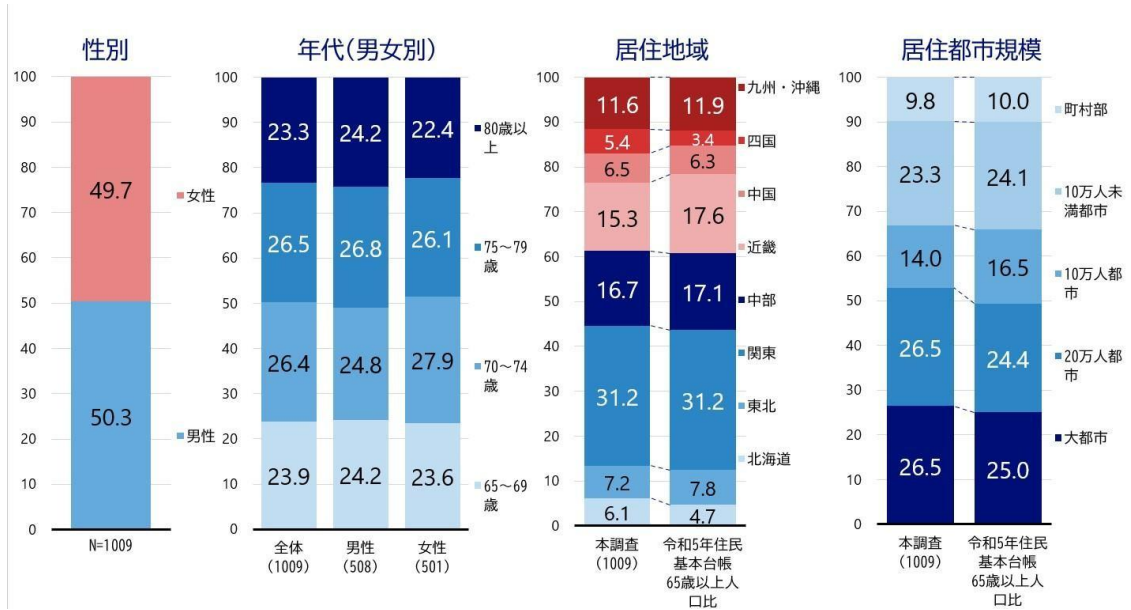
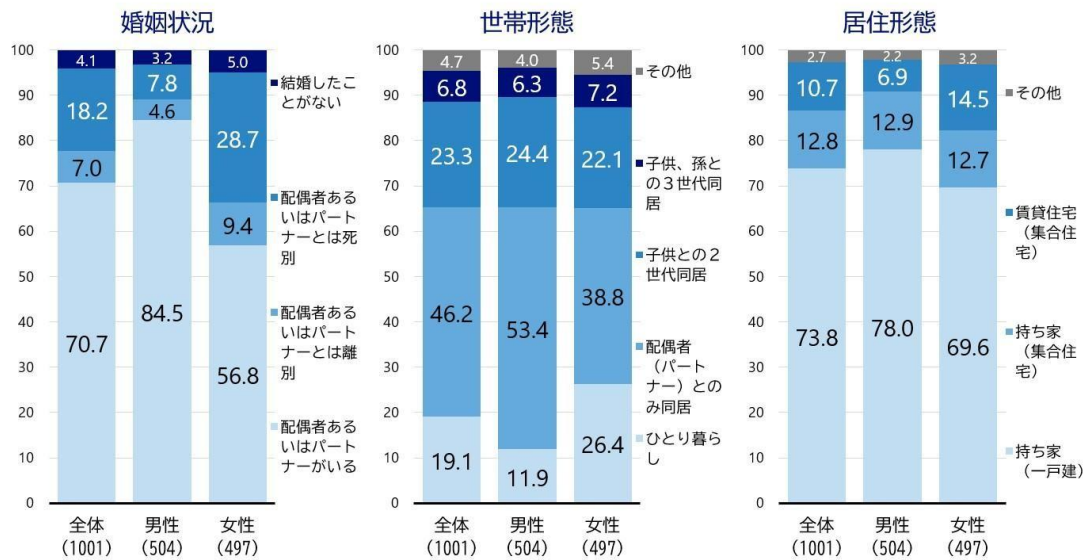


図 2 回答者の基本属性（婚姻状況・世帯形態・居住形態）



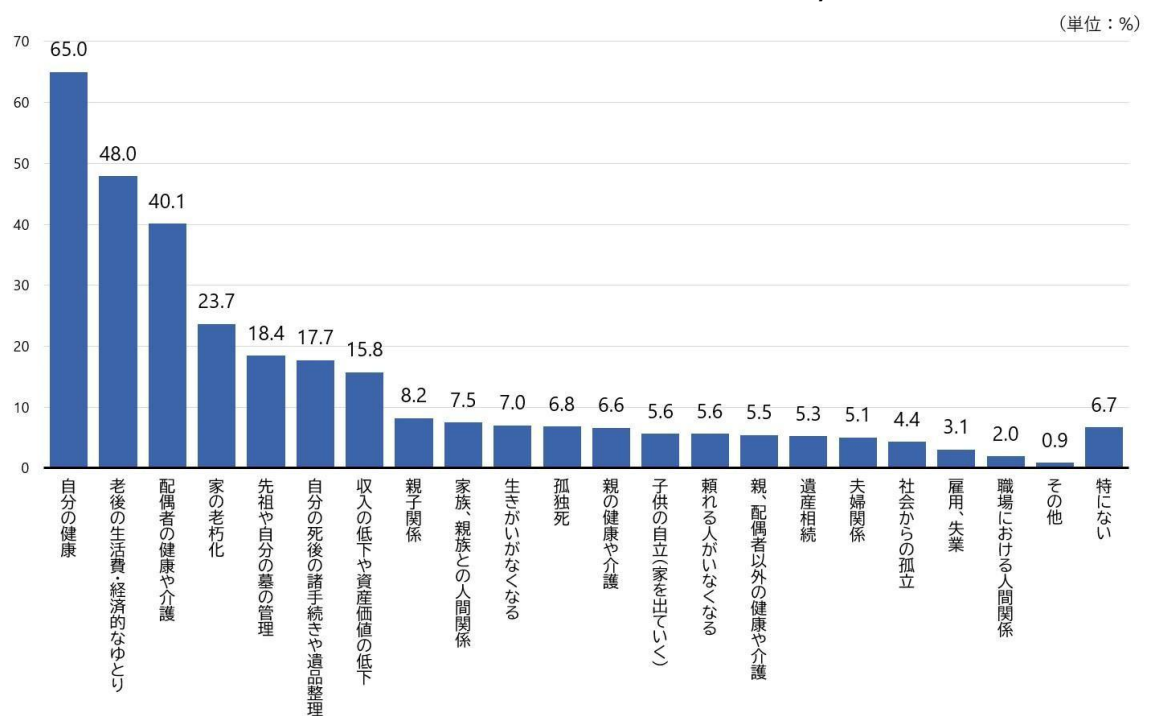
3. 調査結果サマリー

① 高齢者が直面する不安の全体傾向

高齢者が現在直面している不安や悩みを調査した結果、健康への懸念が最も強く、次いで経済的な問題が挙げられました。

- ・ 第1位：「自分の健康」(65.0%)。2位より17ポイント高く、圧倒的多数が不安を感じています。
- ・ 第2位：「老後の生活費・経済的なゆとり」(48.0%)。
- ・ 第3位：「配偶者の健康や介護」(40.1%)。配偶者がいる層に限ると56%に達し、第2位の懸念事項となります。

図3 現在直面している不安や悩み（複数回答、N=1,009）



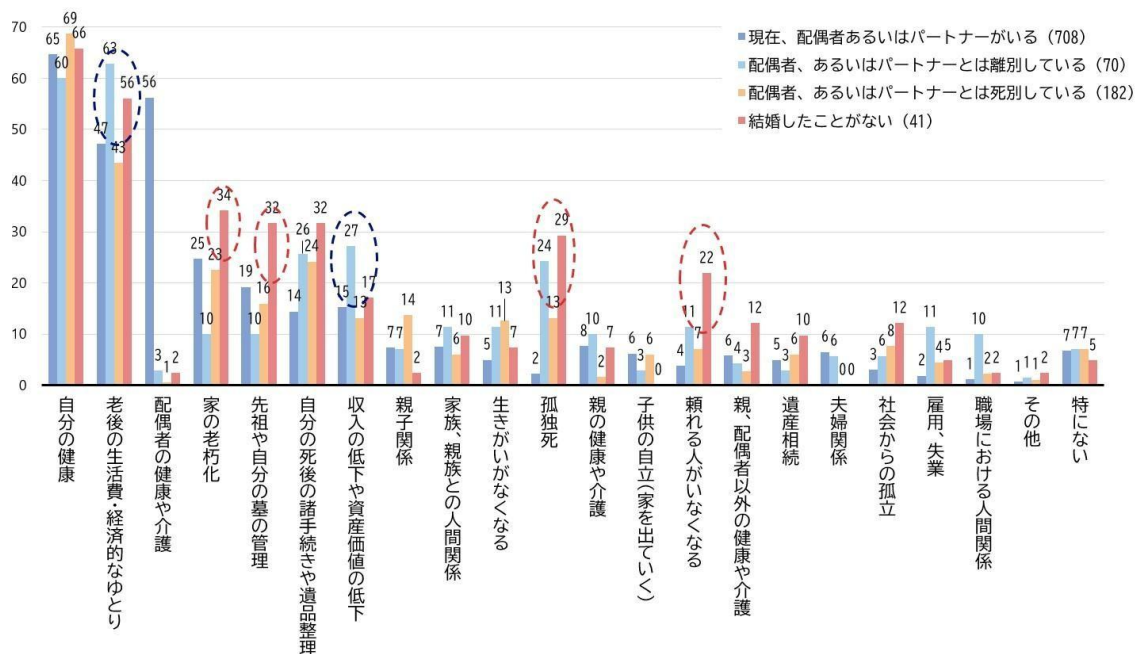
② 婚姻状況による不安の差異

配偶者の有無や離別・死別の状況により、不安の種類に明確な違いが見られました。

- ・ 配偶者あり：「自分の健康」(65%)、「配偶者の健康や介護」(56%) への不安が中心です。
- ・ 配偶者と離別：「老後の生活費・経済的なゆとり」(63%) が最も高く、配偶者がいる層と比較して経済的な不安が顕著です。また、「孤独死」への不安も高い傾向にあります。
- ・ 未婚（結婚したことがない）：離別者と同様に「老後の生活費」や「孤独死」への不安が高く、加えて「頼れる人がいなくなる」ことへの懸念も強く示されました。
- ・ 配偶者と死別：離別者ほど経済的な不安は高くありません（遺族年金や相続等の影響と推察されます）。一方で、「死後の手続き」への不安は離別・未婚者と同様の傾向を示しました。

図 4 現在直面している不安や悩み（複数回答、婚姻状態別）

（単位：%）

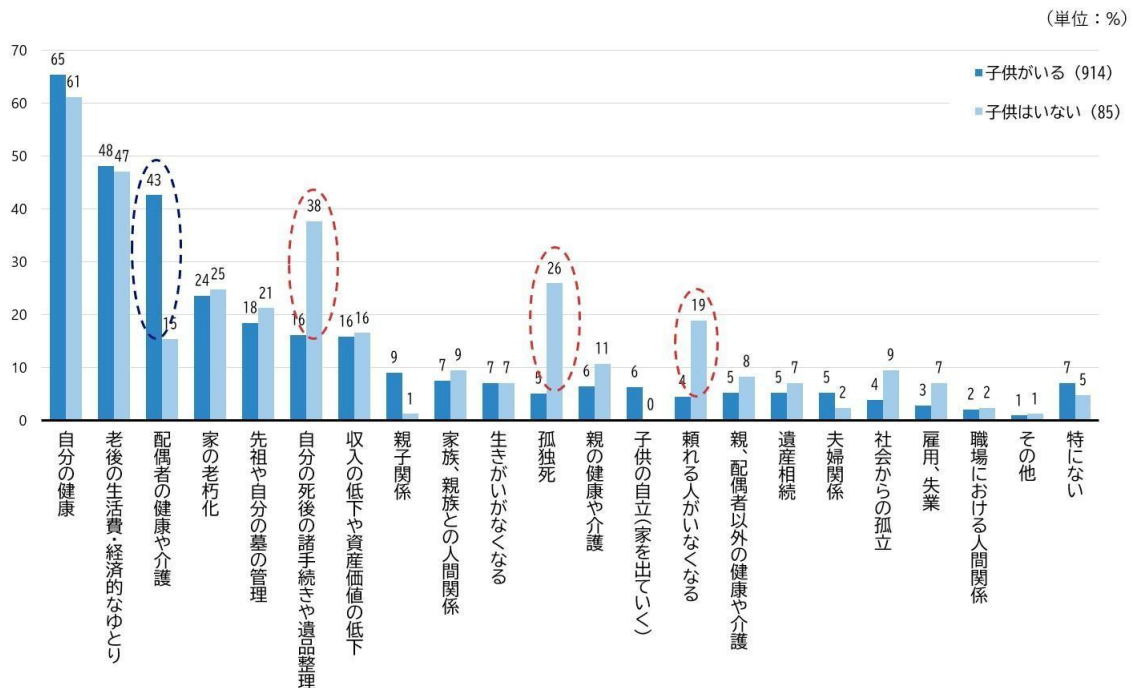


③ 子供の有無と「死後」への意識

子供の存在は、自身の死後や孤独に対する不安感に大きく影響しています。

- ・ **子供がいない場合**：「自分の死後の諸手続きや遺品整理」（38%）、「孤独死」（26%）、「頼れる人がいなくなる」（19%）への不安が、子供がいる層よりいずれも 15 ポイント以上高くなっています。
- ・ **子供がいる場合**：「配偶者の健康や介護」（43%）への不安が高く、子供がいない層より 30 ポイント以上高い結果となりました。子供の存在が、老後のサポートや精神的な支えとして機能していることがうかがえます。

図 5 現在直面している不安や悩み（複数回答、子供の有無別）

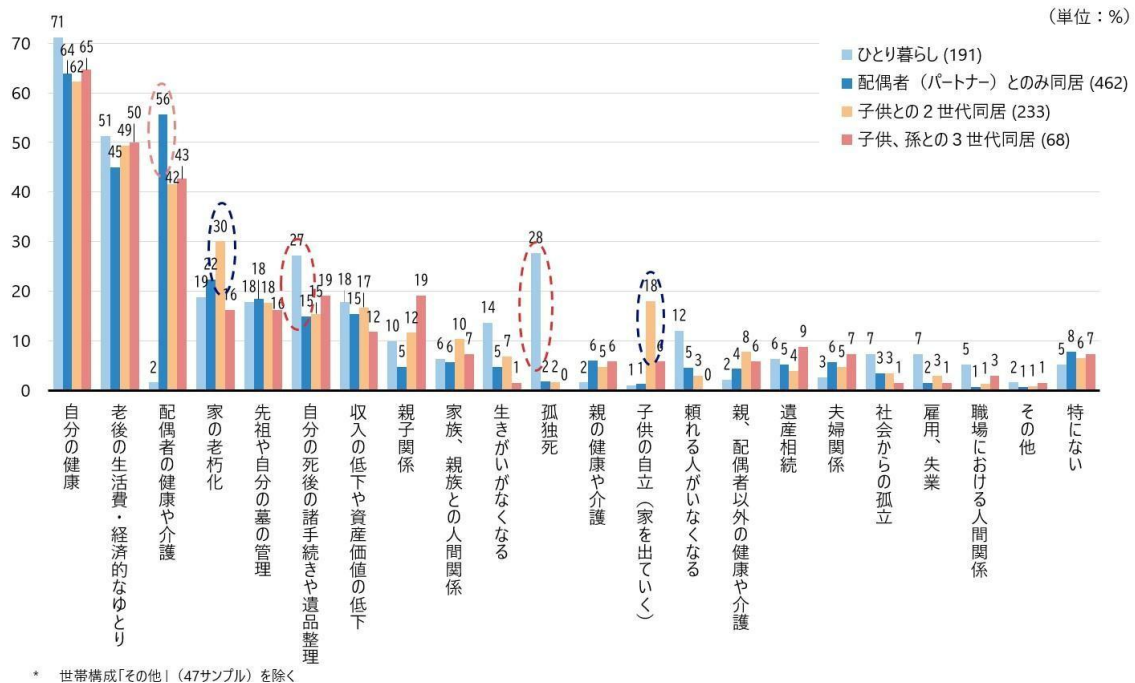


④ 世帯形態別の特徴（ひとり暮らし・2 世代・3 世代） 誰と同居しているかによって、直面する課題が異なります。

- ・ **ひとり暮らし**：全体では 11 位の「孤独死」（28%）が 3 位に、全体 6 位の「死後の手続き」（27%）が 4 位に上昇し、孤立への不安が顕著です。
- ・ **子供との 2 世代同居**：持ち家比率が高いことも影響し、「家の老朽化」（30%）への不安が相対的に高いのが特徴です。
- ・ **子供・孫との 3 世代同居**：「孤独死」や「孤立」への不安は極めて低い一方、「親子関係」

(19%)の悩みが他の世帯形態より高い傾向にあります。

図 6 現在直面している不安や悩み（複数回答、世帯形態別*）

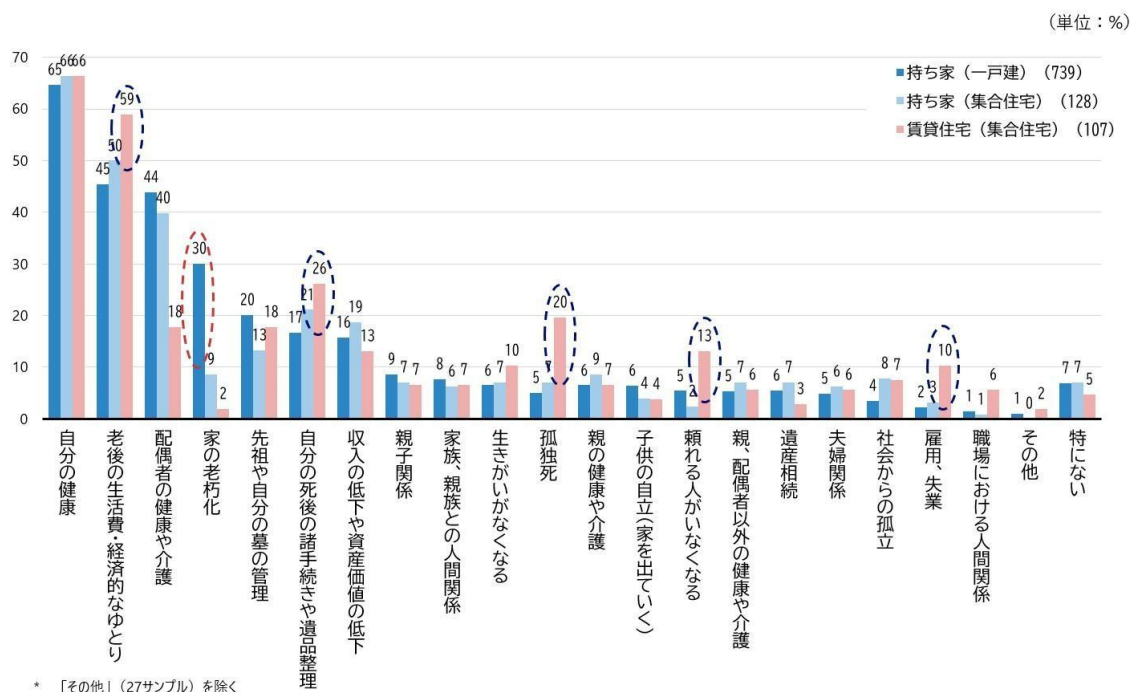


⑤ 居住形態による経済的不安

持ち家が賃貸かという居住形態は、経済的な安心感に直結しています。

- ・ 賃貸住宅（集合住宅）：「老後の生活費・経済的なゆとり」（59%）への不安が突出しており、持ち家層と比較して大きな差があります。継続的な家賃負担や、高齢期の住み替え困難リスクが背景にあると考えられます。
- ・ 持ち家（一戸建て）：経済的不安は比較的低いものの、「家の老朽化」（30%）が悩みの上位に挙がっています。

図 7 現在、直面している不安や悩み（複数回答、居住形態別*）



⑥ 生活満足度と属性の相関属性による不安の差異は、生活満足度（11 段階評価）にも反映されています。全体の平均点は

6.1 点ですが、属性によってスコアに開きが見られました。

・満足度が高い属性：○「配偶者とのみ同居」（6.4 点）

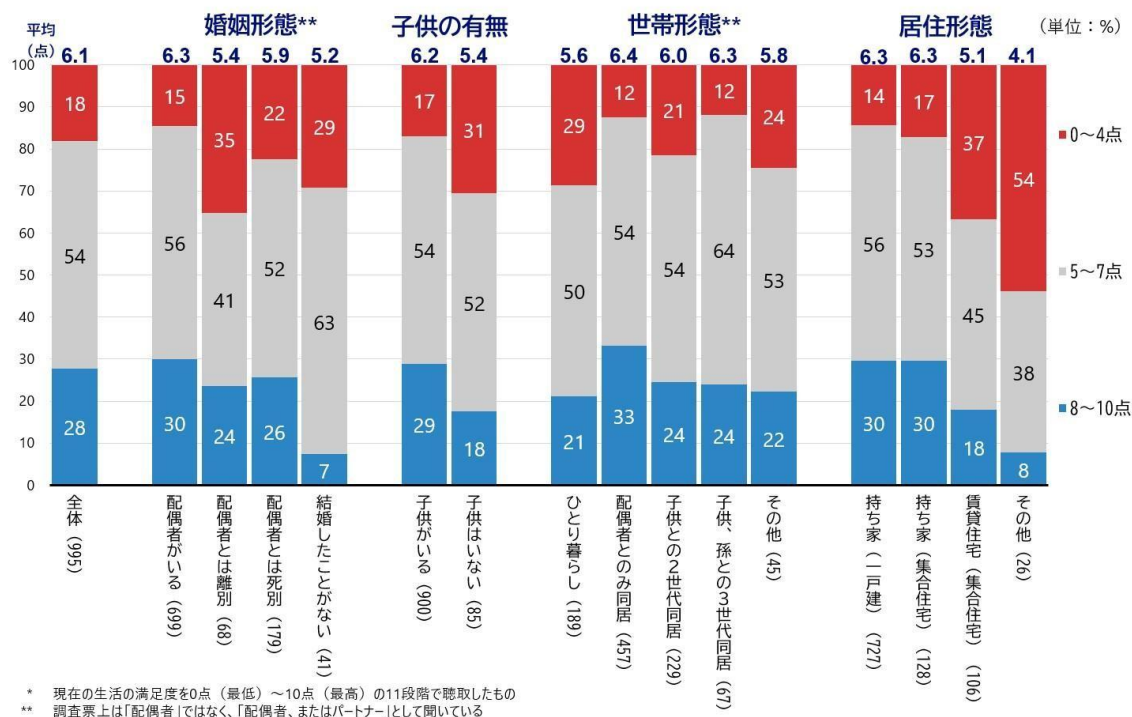
○「持ち家（一戸建て・集合住宅）」（6.3 点）○

「配偶者あり」（6.3 点）

・満足度が低い属性：○「賃貸住宅（集合住宅）」（5.1 点）○「配偶者と離別」（5.4 点）

○「子供がいない」（5.4 点）特に賃貸居住者や離別者は、経済的な不安が生活満足度を押し下げる大きな要因となっていることが示唆されます。

図 8 生活の満足度*（属性別）



4. 結論

本調査により、高齢者の不安や生活満足度は一様ではなく、「家族構成（配偶者・子供の有無）」や「居住形態（持ち家・賃貸）」といった属性によって大きく異なる実態が明らかになりました。シニア層を理解する上では、単に年齢で括るのではなく、こうした属性別のインサイト（経済的不安、孤独への懸念、家族関係の悩みなど）を考慮することが重要です。

本資料に関するお問い合わせ： 株式会社野村総合研究所 社会情報システム事業部

シルニアス担当 sirniors@nri.co.jp