

## 人生 100 年時代、コロナ禍で健康不安が強まっている!?

「100 歳まで長生きしたいと思わない」65.3%

### 人や社会とのつながりが幸せのカギ?

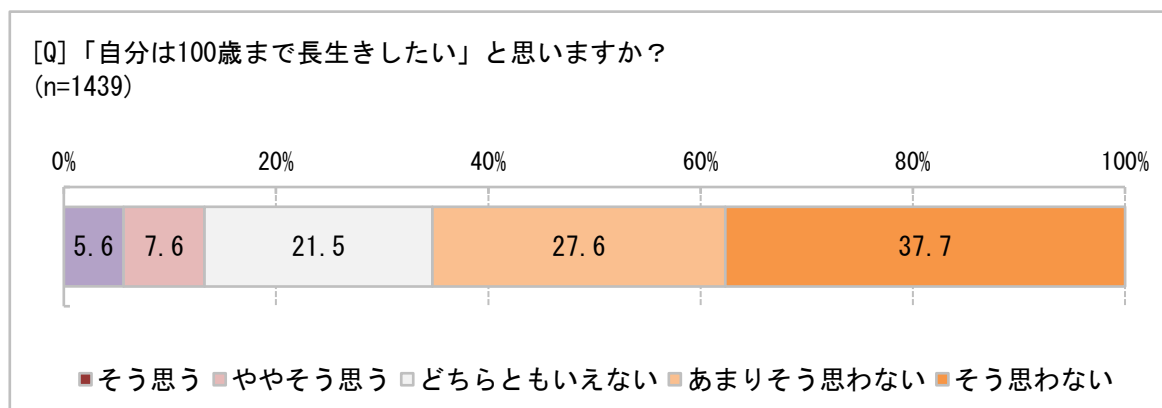
シリーズ「人生 100 年時代」

「人生 100 年時代」の今。明日の暮らしをよりよくするには、何が必要なのでしょうか？ 株式会社オレンジページは、長い人生を良く生きるためのライフデザインメディア「ウェルビーイング 100 by オレンジページ」をオープンするにあたり、「人生 100 年時代」に対する思いやイメージを調査。2017 年に実施した調査との比較も行い、この間のマインドの変化にも迫りました。「長生きするためにはお金が必要」という回答は前回と変わらず一定数ありながら、健康や周囲とのつながりをより重視する傾向が強くなっていることが明らかになりました。

【ダイジェスト】

**多い or 少ない!? 「100 歳まで長生きしたいと思わない」65.3%**

**コロナ禍で「老後の健康不安」がより強くなっている人生 100 年時代は、人や社会とのつながりが幸せのカギに？**

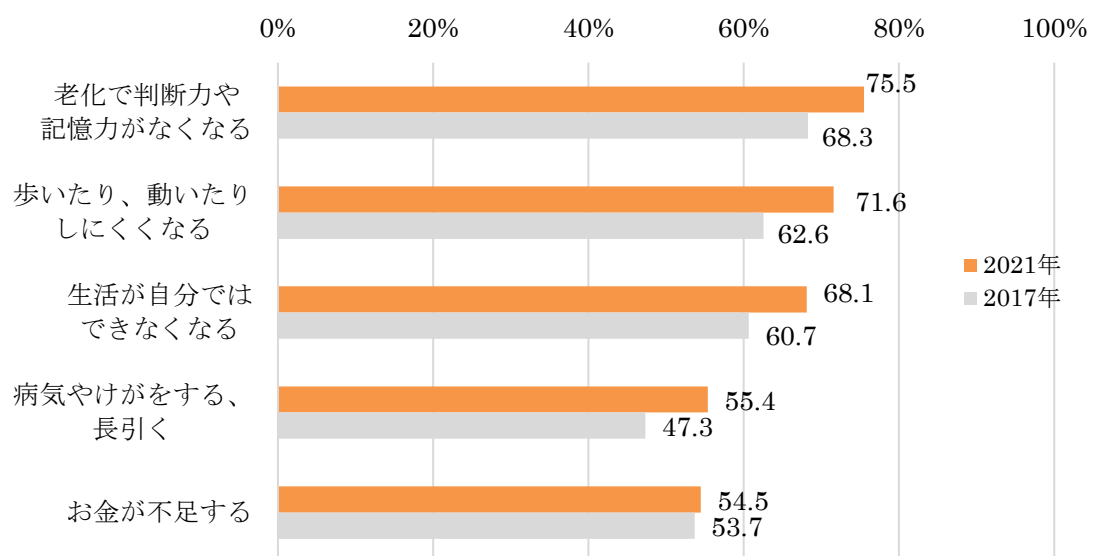


**多い or 少ない!? 「100 歳まで長生きしたいと思わない」65.3%**

「100 歳」はかつて長寿＝めでたいことの象徴でしたが、現在 100 歳の方はそう珍しくありません。にもかかわらず、「100 歳まで長生きしたいと思う」人は 13.2% ばかり。半数を

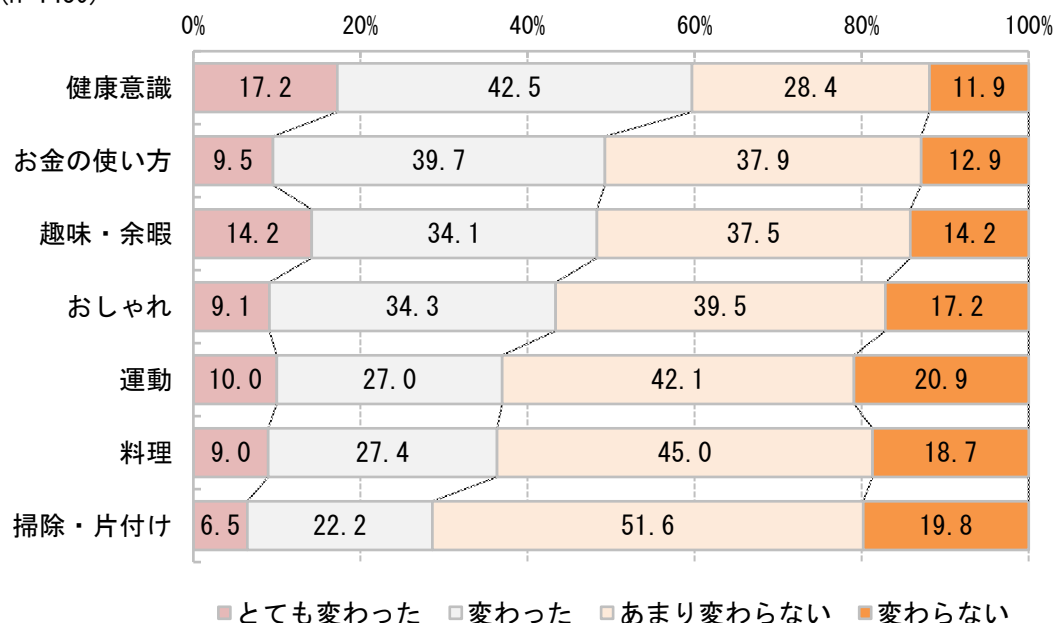
大きく超える 65.3%の人が、「長生きしたいと思わない」と回答しています。この数字は、「人生100年時代」という言葉が注目されはじめた2017年の前回調査とほぼ同じ。長生きしたくない理由としては、「100歳まで健康で長生きできると思っていないから」（20代・専業主婦）、「あまり長生きしても、家族に迷惑をかけそう」（40代・パート）、「お金の不安があるから」（40代・専業主婦）、「そんなに長く生きても何をすればいいかわからない」（40代・パート）などが目立ちます。「人生100年時代」という言葉の認知度は年々広がっているのに、100歳まで生きることにに対する不安はまだまだ払拭されていない模様です。

[Q]100歳まで生きることに不安はありますか？ 下記よりお選びください。  
(n=1439、複数回答のうち上位5つ)



[Q]コロナ禍以降、あなたの生活・くらしは、コロナ前と比べてどの程度変わりましたか。

(n=1439)

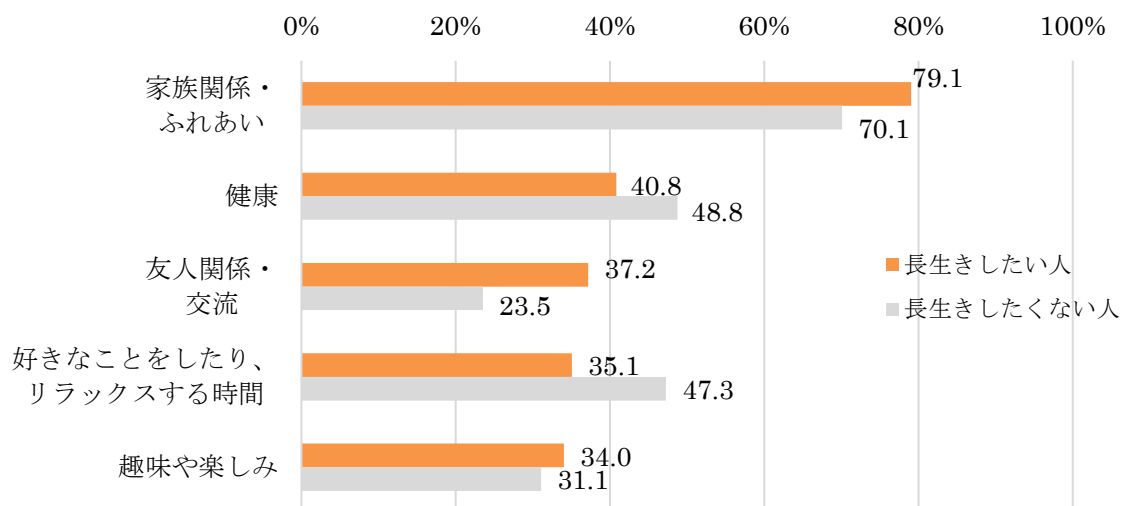


## コロナ禍で「老後の健康不安」がより強くなっている

それでは100歳まで生きることへの不安、それは具体的にどのようなことでしょうか。上位は、「老化で判断力や記憶力がなくなる」75.5%、「歩いたり、動いたりしにくくなる」71.6%、「生活が自分ではできなくなる」68.1%など、健康に関する不安がずらり。しかも、2017年の調査から軒並み5~8ポイント増えています。「お金が不足する」54.5%は2017年とほぼ同数であることから、経済的な不安より健康面の不安をより強く感じている傾向があるようです。背景としては、コロナ禍で「健康意識が変化した」という人が約6割もいることから、コロナ禍をきっかけに老後の健康不安をより強く感じるようになった人が少なくないことが推測されます。また、「みんなが目指す100歳像」の回答では、「自立」「自分でできる」という言葉が頻出。「自分のことは自分でいい、少しでもだれかの役に立てたらいいな」(50代・フルタイム)のように、いくつになっても自ら体を動かし、日常生活を楽しみたいと思っている人が多いと言えるでしょう。

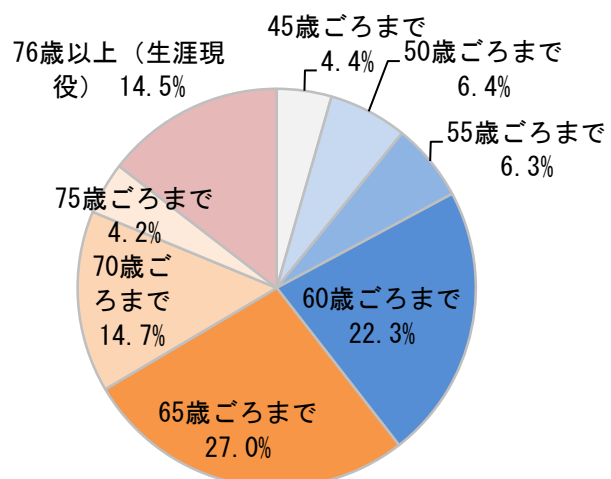
[Q]あなたが幸せを感じるために重視するのは何ですか。

(長生きしたい人n=191、長生きしたくない人n=939、複数回答)



[Q]収入を得るために自分が働くなら、あなたは何歳まで働きたいですか？  
(n=1439)

60歳を過ぎても働きたい人  
60.5%



## 人生 100 年時代は、人や社会とのつながりが幸せのカギに？

いっぽうで、「100 歳まで長生きしたい」と回答した人が、幸せを感じるために重視していることベスト 3 は、1 位「家族」79.1%、2 位「健康」40.8%、3 位「友人」37.2%。長生きしたくないと回答した人の集計結果と比べ、「家族」は 9 ポイント以上、「友人」は 13 ポイント以上高くなっています。また、60 歳を過ぎても働きたいという人も 60.4%に上り、「76 歳以上(生涯現役)」も 14.5% いました。働きたい理由としては、経済的な安定を求めつつも、「年齢を問わず、同僚と交流していきたい」(40 代・フリーランス)、「保育の仕事の経験を生かして、保育園や幼稚園などで役に立ちたい」(60 代・パート)といった回答が寄せられ、人とのつながりを重視し、誰かの役に立ちたいと感じている声も目立ちました。

コロナが後押しした時代の変化は、人々の意識も確実に変えているようです。理想の 100 歳像としては、「90 歳でトレーナーをしている女性がいたので、そのくらい元気ではつらつとしていられたら最高！」(40 代・フリーランス)、「100 歳になってもバイクを乗り回し、ライダーのギネス記録にチャレンジしたい！」(50 代・専業主婦)といった声が寄せられています。周囲の人や社会とのつながり、健康で自立した生活など、お金というものさしだけでは測れない豊かさこそが、長い人生を支えるモチベーションになるのではないのでしょうか。「100 歳」という数字だけを見ると、つつい不安な気持ちにもなりがち。でも、自分でできることを積み重ね、日々の暮らしのなかで「幸せに気づく力」を獲得することができれば、年を取ることがもっと楽しみになるかもしれません。

### アンケート概要

- 調査対象: オレンジページメンバーズ・国内在住の 20 歳以上の女性(有効回答数 1439 人)
- 調査方法: インターネット調査
- 調査期間: 2021 年 9 月 19 日～24 日

### ●「オレンジページくらし予報」について

読者モニター「オレンジページメンバーズ」には、さまざまなくらし情報・くらし体験によってはぐくまれた“くらしの目利き”たちが数多く所属しています。そんなメンバーたちの声を集めてく次のくらし>を読み解いていくのが「オレンジページくらし予報」です。WEB 上でのアンケート調査、座談会など、ご相談に応じて展開いたします。

### ●「ウェルビーイング 100by オレンジページ」について

長い人生をよく生きるためのライフデザインメディア (<https://www.wellbeing100.jp>)。「ウェルビーイング=心も体も、気分よく過ごす」ためのヒントをユーザーとともに考えていく対話型のサイトです。各界のクリエイター、著名人へのインタビュー「ウェルビーイング 100 大学」、料理をする習慣が生み出す、日々の暮らしの豊かさを伝える「料理とわたしのいい関係」など、さまざまなコンテンツを発信していきます。

●『オレンジページ』について

失敗なくおいしく作れるレシピ情報が支持され、今年創刊 35 周年を迎えた生活情報誌。30～40 代の主婦を中心に幅広い読者層を誇ります。発行部数＝249,627 部(2021 年印刷証明付発行部数)。

この資料に関するお問い合わせ

株式会社オレンジページ

くらしデザイン部

kurashi@orangepage.co.jp Tel. 03-3436-8418