

# 終活意識全国調査

2021年2月12日（金）

NPO法人 ら・し・さ

（終活アドバイザー協会）

<https://www.ra-shi-sa.jp>

本調査資料の利用を希望される方は『NPO法人ら・し・さ』までご連絡ください

# 調査の概要



## 1. 調査の目的

超高齢社会を歩んでいるわが国は、今後どのような方向に向かうのか。ライフプランに基づいたエンディングノートを2004年に開発したNPO法人ら・し・さが、人生後半期の暮らしとマネーに関する意識変容を促進することを目的として、終活に関する意識を調査しました。

## 2. 調査概要

- ①調査方法：インターネットリサーチ
- ②調査対象：全国の20歳以上の男女（マクロミルモニター会員）
- ③調査人数：3,096名
- ④調査期間：2020年11月25日（水）～2020年11月27日（金）
- ⑤調査委託先：株式会社マクロミル

# 対象者について



## ■年代別

	回答者数	構成比
20才～24才	200	6.5%
25才～29才	312	10.1%
30才～34才	233	7.5%
35才～39才	279	9.0%
40才～44才	240	7.8%
45才～49才	272	8.8%
50才～54才	262	8.5%
55才～59才	250	8.1%
60才以上	1,048	33.9%
全体	3,096	100.0%

## ■性別

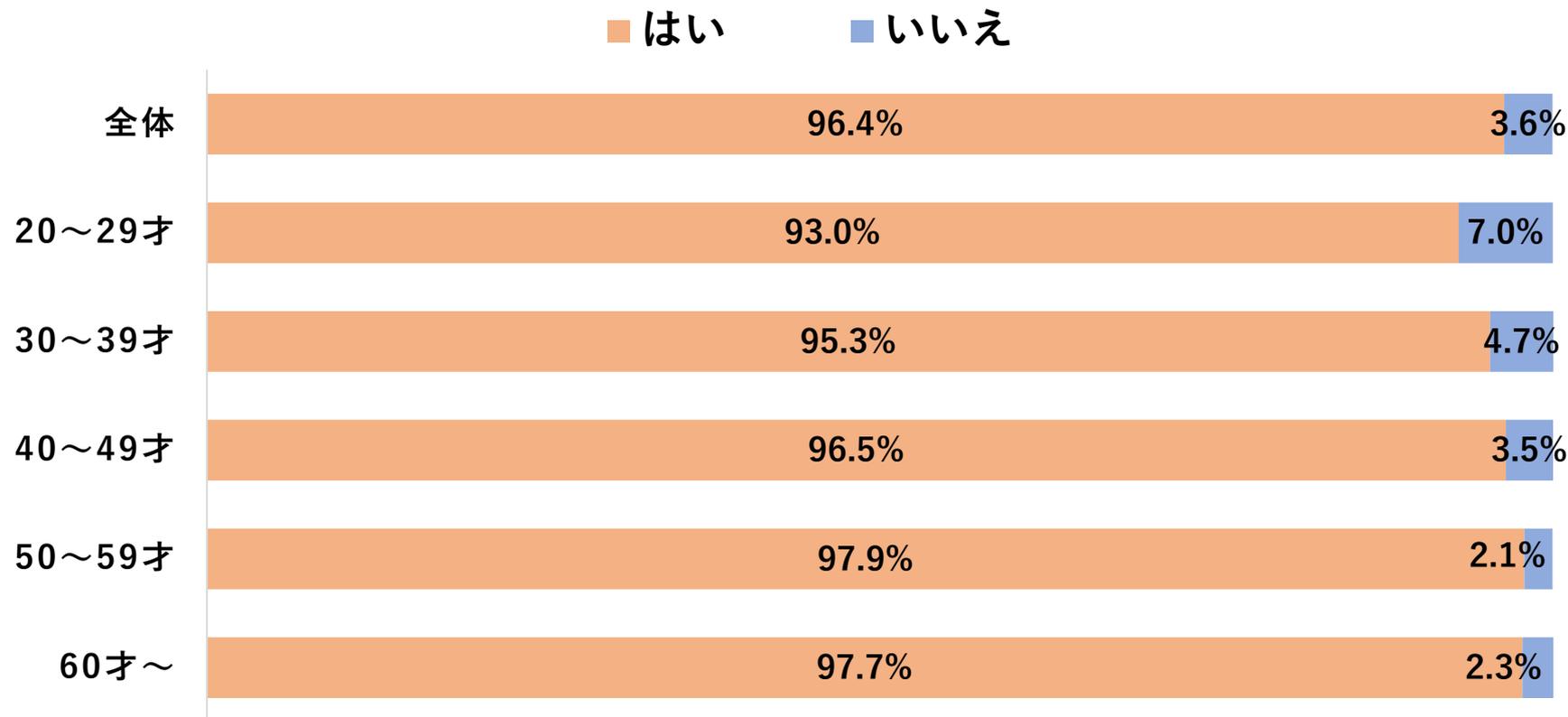
	回答者数	構成比
男性	1,552	50.1%
女性	1,544	49.9%
全体	3,096	100.0%

## ■地域別

	回答者数	構成比
北海道	387	12.5%
東北地方	387	12.5%
関東地方	387	12.5%
中部地方	387	12.5%
近畿地方	387	12.5%
中国地方	387	12.5%
四国地方	387	12.5%
九州地方	387	12.5%
全体	3,096	100.0%

# Q1. あなたは、「終活」という言葉を知っていますか？

【年代別】

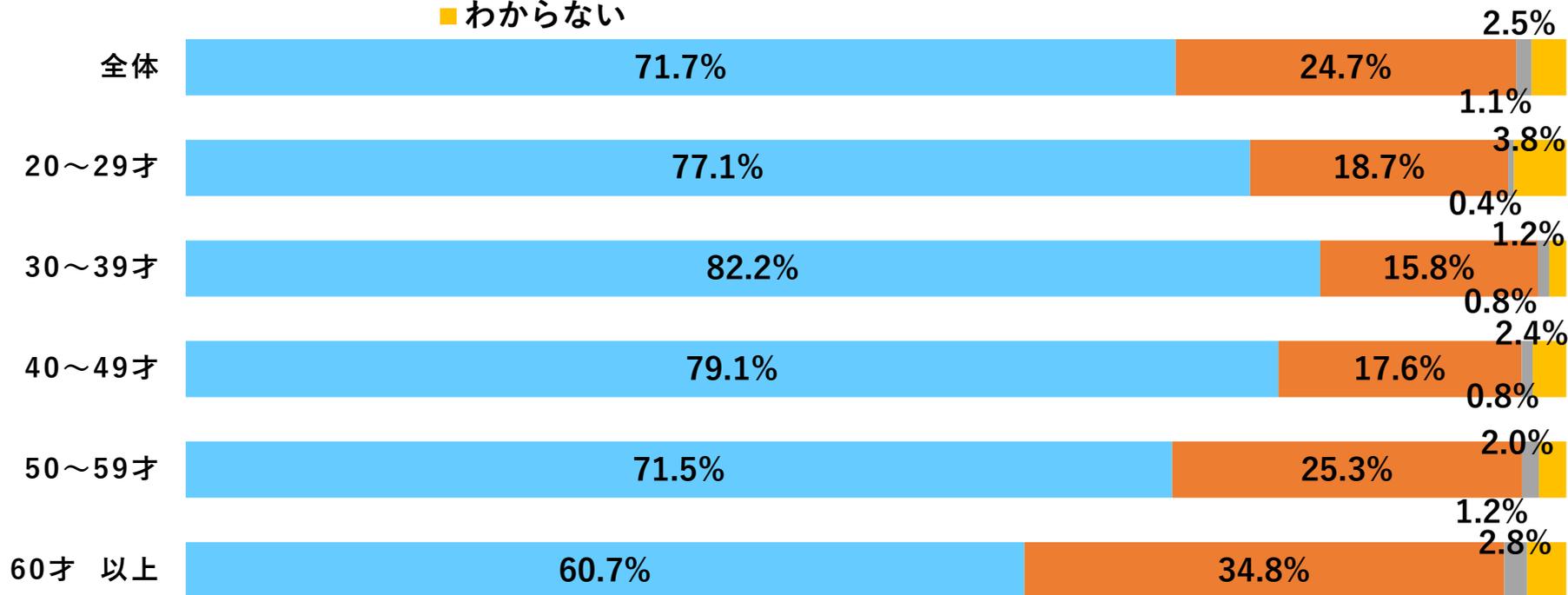


全体の96.4%が「終活」という言葉を知っていると回答。年代が高いほど認知度は上がるが、20代でも認知度は高い。2009年に初めて登場したとされる「終活」という言葉は、今や完全に社会に浸透したといえる。

## Q2. あなたは、「終活」に対してどのようなイメージをお持ちですか？

### 【年代別】

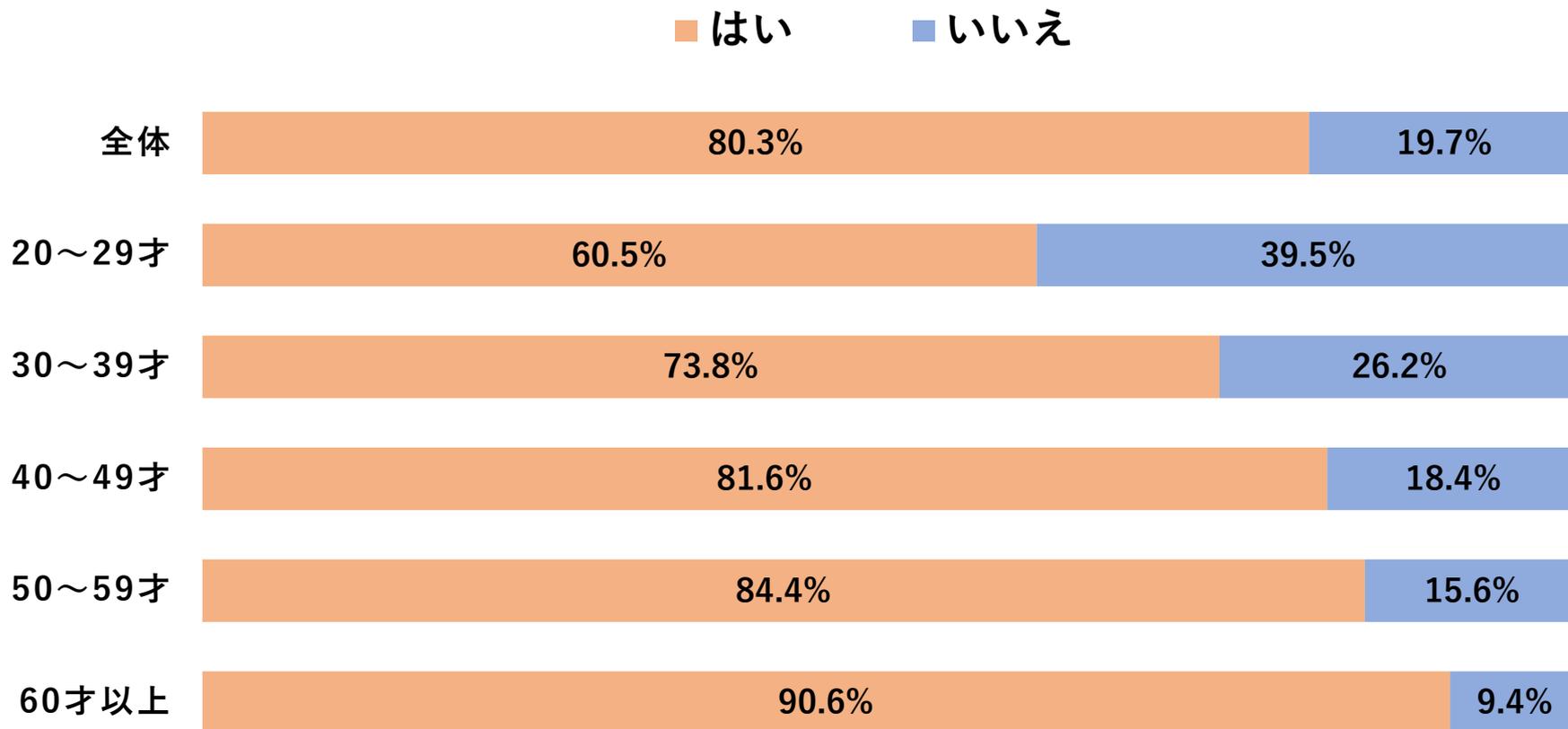
- 亡くなったときのための準備（葬式や墓など）
- 人生の後半期を生き生きと過ごすための準備
- その他
- わからない



全体では人生終末期の準備と回答した人が約7割となっている。ただし年代が高くなるほど前向きに生きることと捉えている人の割合が増え、60歳以上では3人に1人以上となっている。

# Q3. あなたは「エンディングノート」という言葉を聞いたことがありますか？

【年代別】

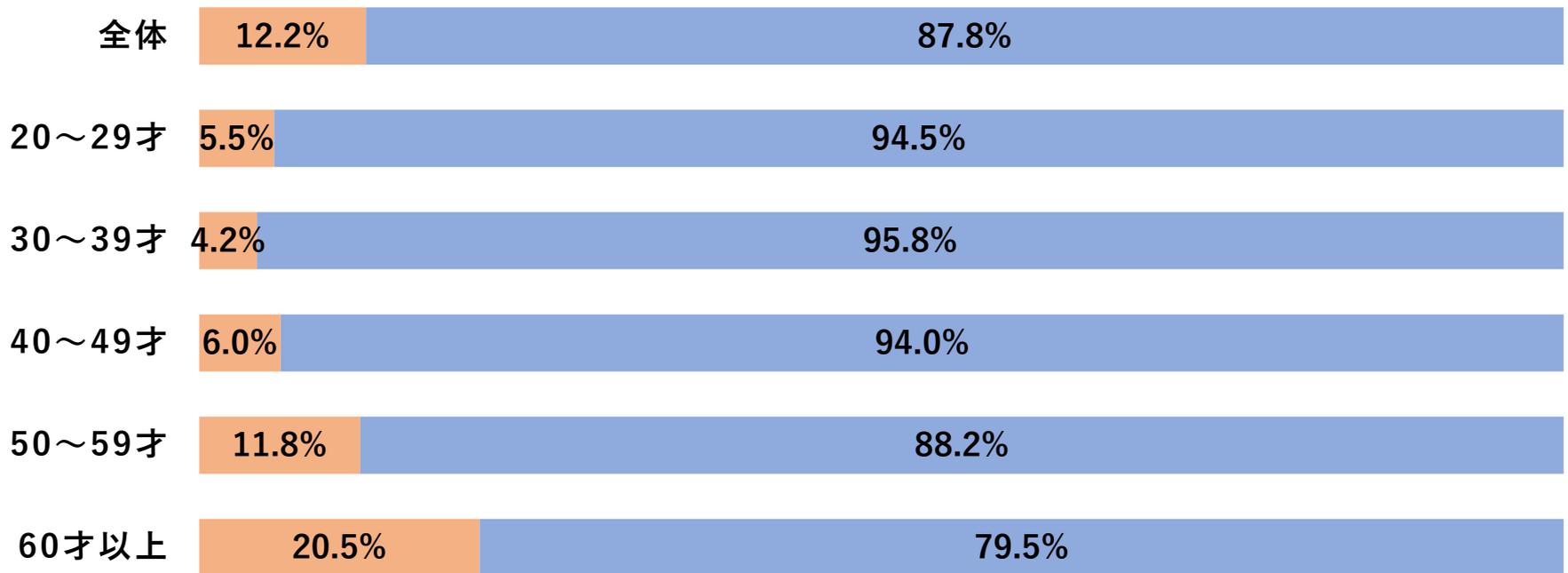


2011年に映画「エンディングノート」が公開されている。全体の約8割が聞いたことがあるという結果は、エンディングノートが普通名詞化していることを示している。なお、60歳以上における認知度は9割を超えた。

# Q4. あなたは、「エンディングノート」を持っていますか？

【年代別】

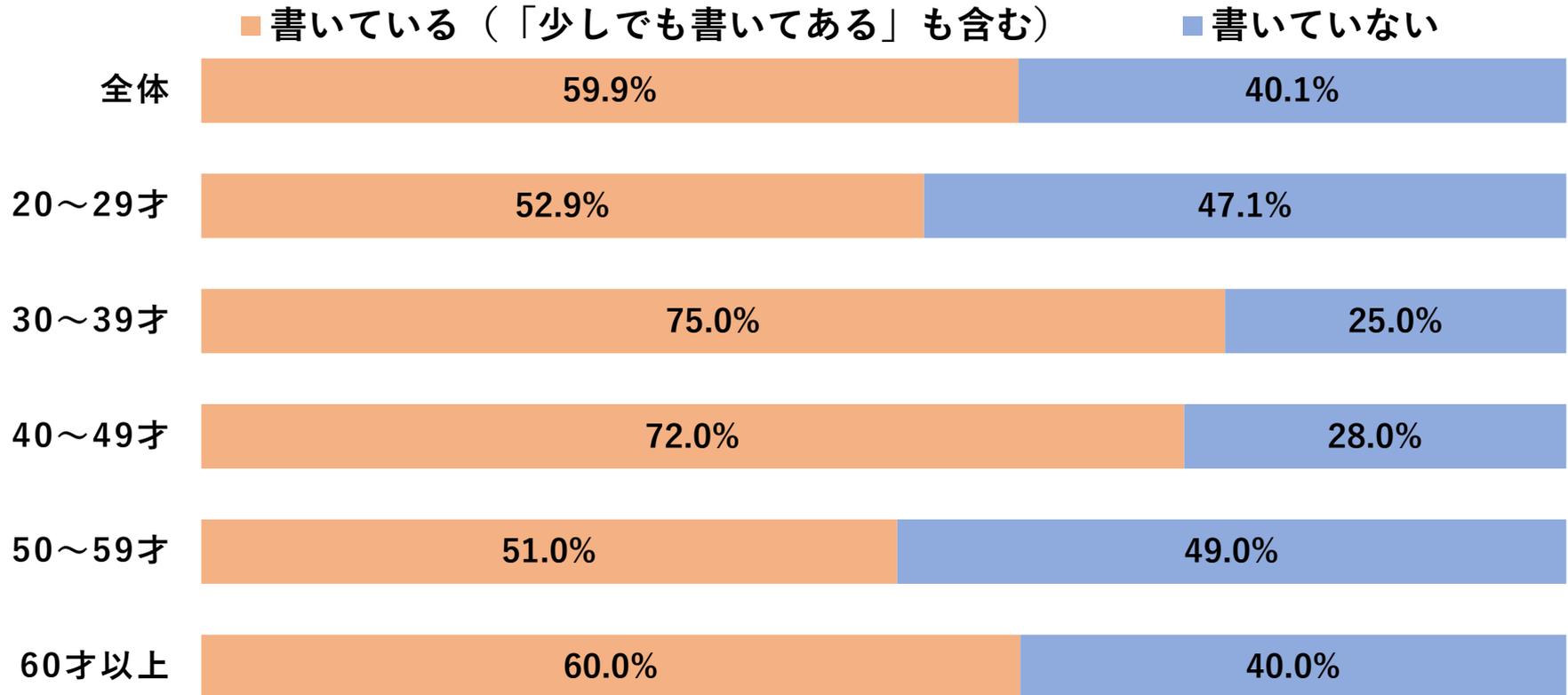
■ 持っている ■ 持っていない



終活を始めるにあたり、エンディングノートは良いきっかけとなるツールであるが、所有率は全体で12.2%と低く、60歳以上でも約2割とそれほど高くない。

## Q5. (Q4で「持っている」と回答した人のうち) あなたは、「エンディングノート」を書いていますか？

### 【年代別】

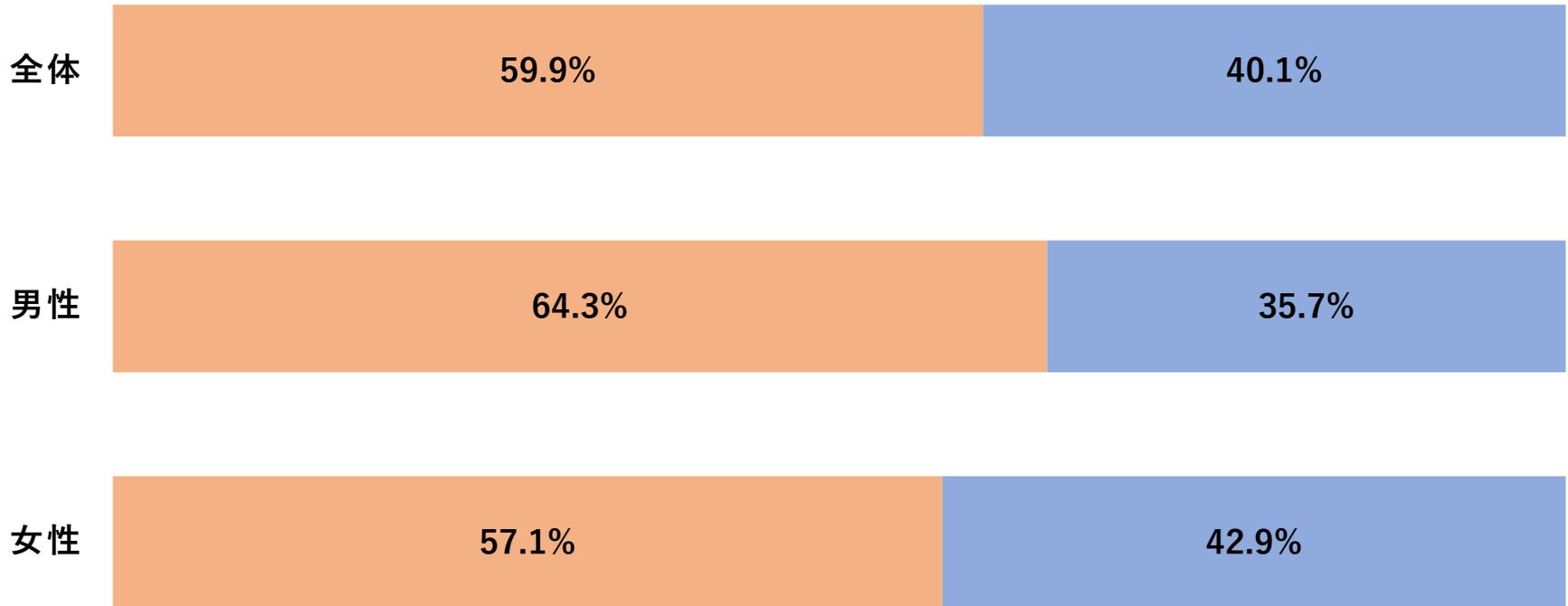


エンディングノートを持っていても、そのうち書いている人は約6割であった。今後、エンディングノート活用の重要性とあわせて、書き方のノウハウも広める必要がある。

## Q5. (Q4で「持っている」と回答した人のうち) あなたは、「エンディングノート」を書いていますか？

【男女別】

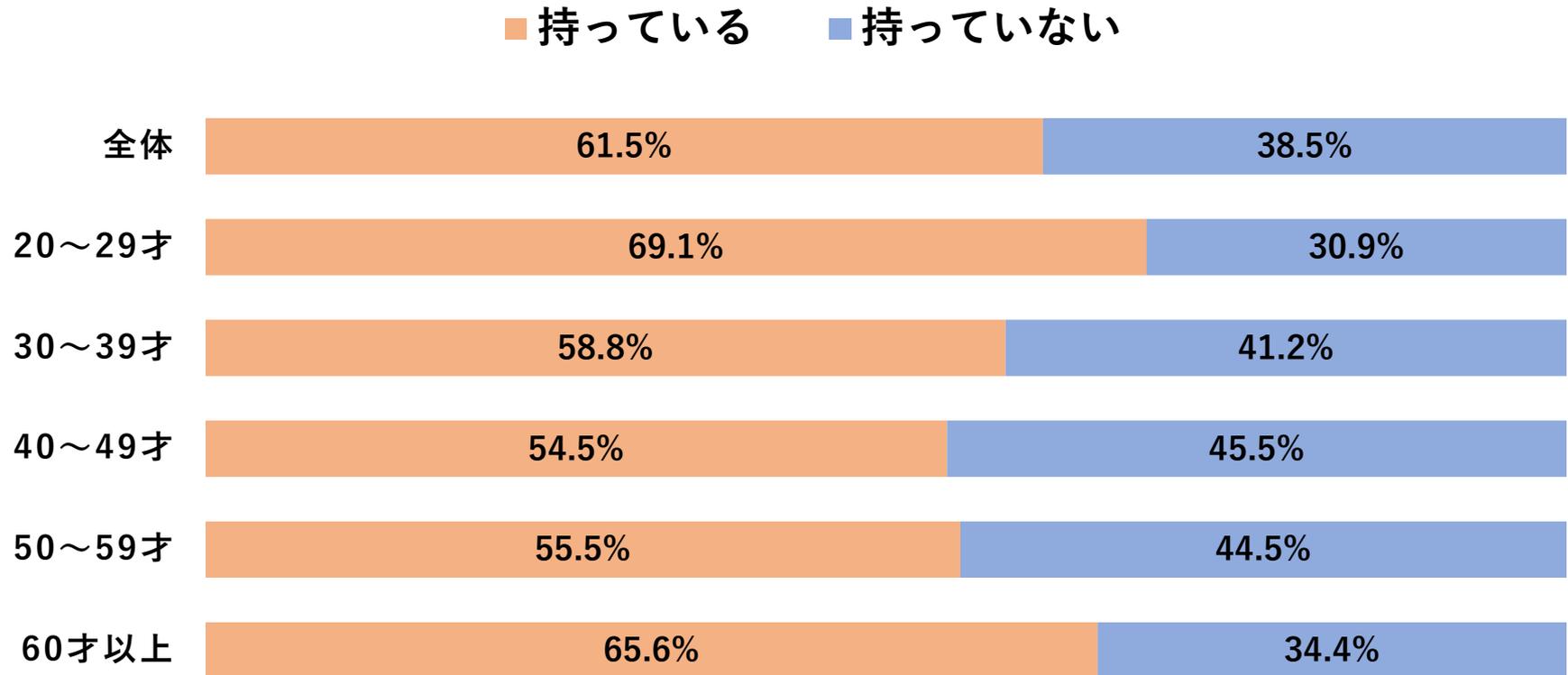
■ 書いている（「少しでも書いてある」も含む） ■ 書いていない



エンディングノートを持っている人の中で書いている人の割合は、女性よりも男性が高い。終活に対する思いや所有資産の違い、ノートの入手方法（購入、無償）などの事情の違いも考えられるが、性別に関わりなくノートを書くことの意味を伝える必要がある。

## Q6. あなたは、「夢」や「生きがい」を持っていますか？

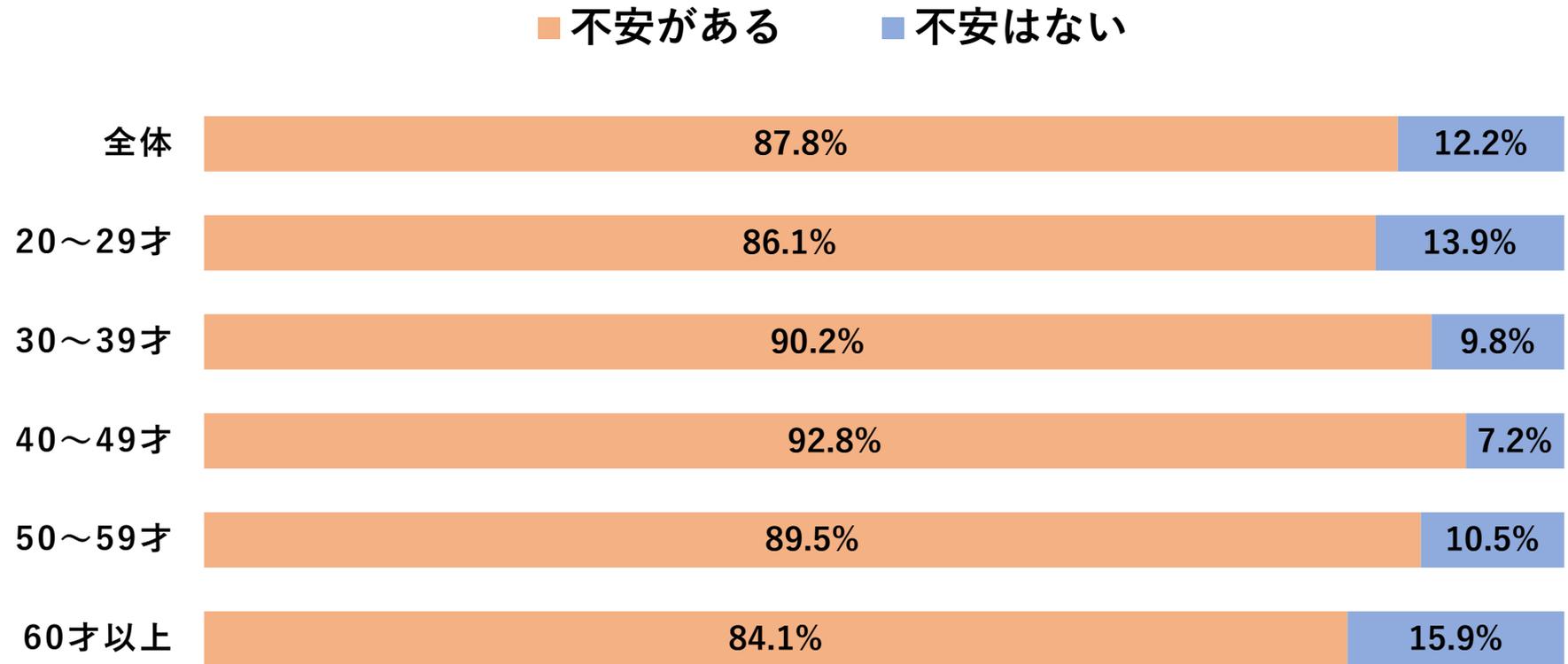
【年代別】



人生100年時代は、それぞれの人々が「夢」や「生きがい」を持って自己実現を目指す生き方が望ましい。持っている人の割合は、20代には約7割あるが、30代から50代にかけて低くなる。働きざかりの年代にとって人生後半期のモチベーションを高めることも課題である。

# Q7. あなたは、 自分の「老後」に不安がありますか？

【年代別】



「老後2,000万円問題」「長生きリスク」が言われている現状に対して、現実に不安として感じているかを問うたが、結果は高い数値となった。具体的な不安点は問うていないが、家計、健康、医療、介護、孤独などが不安の大きな要因といえる。これらの不安の解消も終活のテーマである。

# Q8. あなたは、家族で「老後や相続のこと」を話し合ったことがありますか？

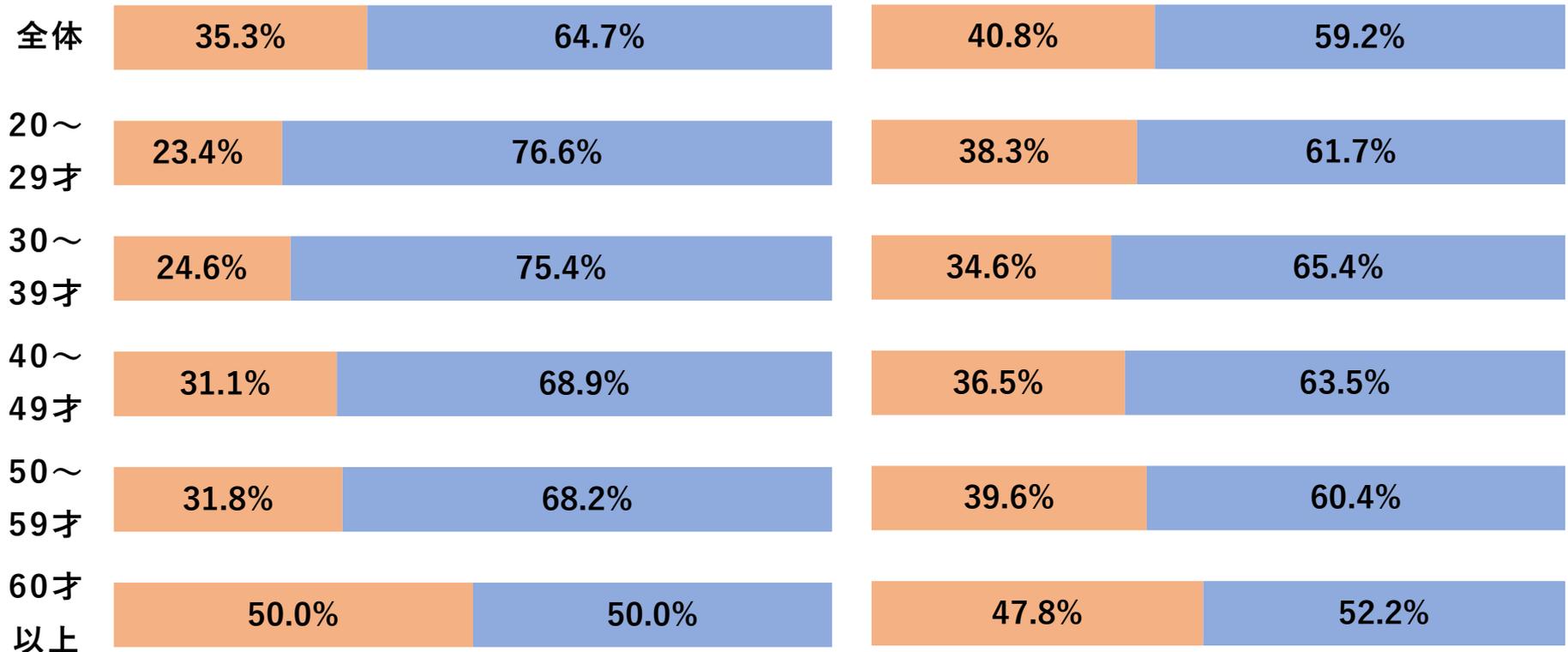
【年代別】

## 8-1 【自分のこと】

■ある ■ない

## 8-2 【家族のこと】

■ある ■ない



約6割もの家族が話し合っていないことは注目すべきである。身上監護、財産管理や相続については老後の大きな問題であり、トラブル防止のためにも家族のコミュニケーションが重要である。

# Q5 × Q8-1

(Q4で「持っている」と回答した人のうち)

あなたは、「エンディングノート」を書いていますか？

×

あなたは、家族で「老後や相続のこと」を話し合ったことがありますか？【自分のこと】

- 話し合ったことがある
- 話し合ったことがない

エンディングノートを書いている  
 (「少しでも」も含む)



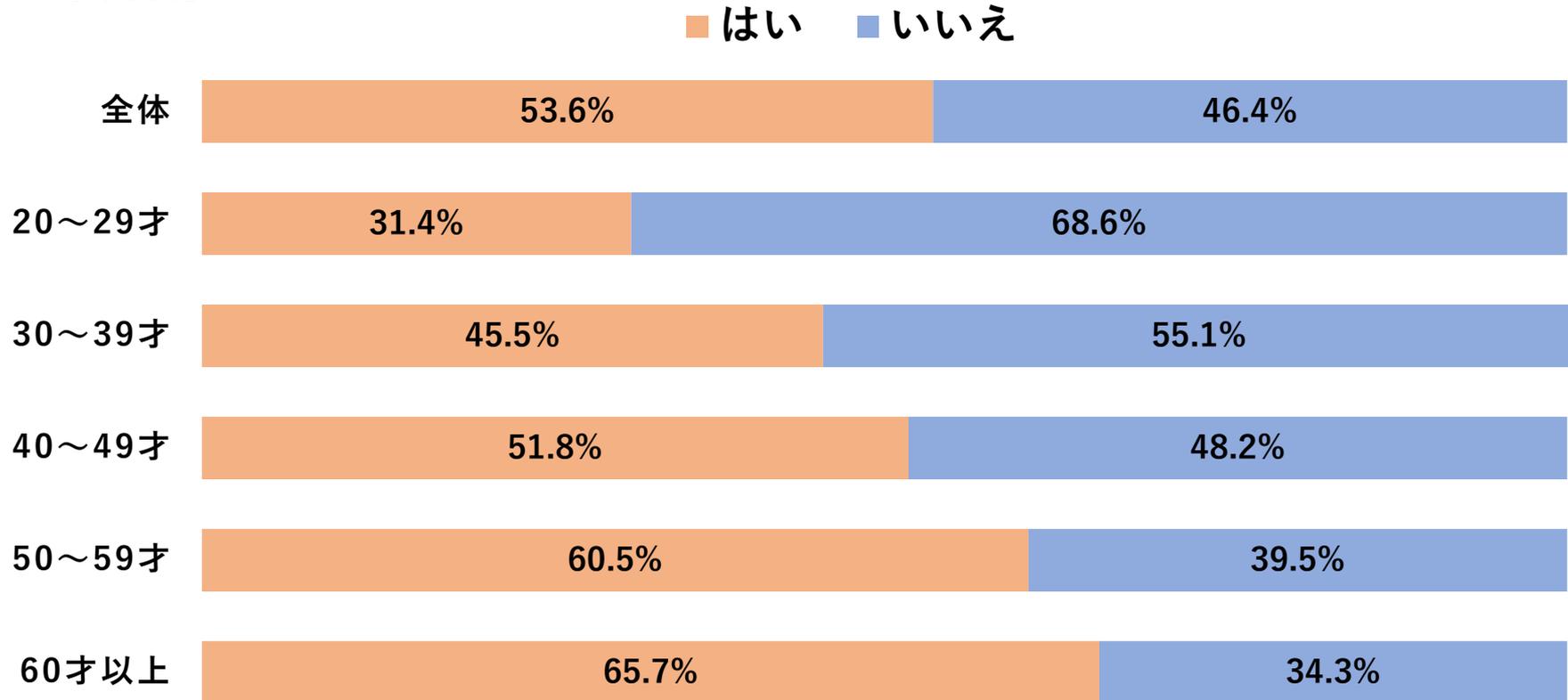
エンディングノートを書いていない



エンディングノートを書いている人は、家族と自分の老後や相続について話し合っている人の割合が8割近くに達する。書いていない人の約5割に対して3割近く高く、ノートを書くことが家族とのコミュニケーションにつながっている可能性がある。

# Q9. あなたは、自分の「老後の住まい」について 考えたことがありますか？

【年代別】

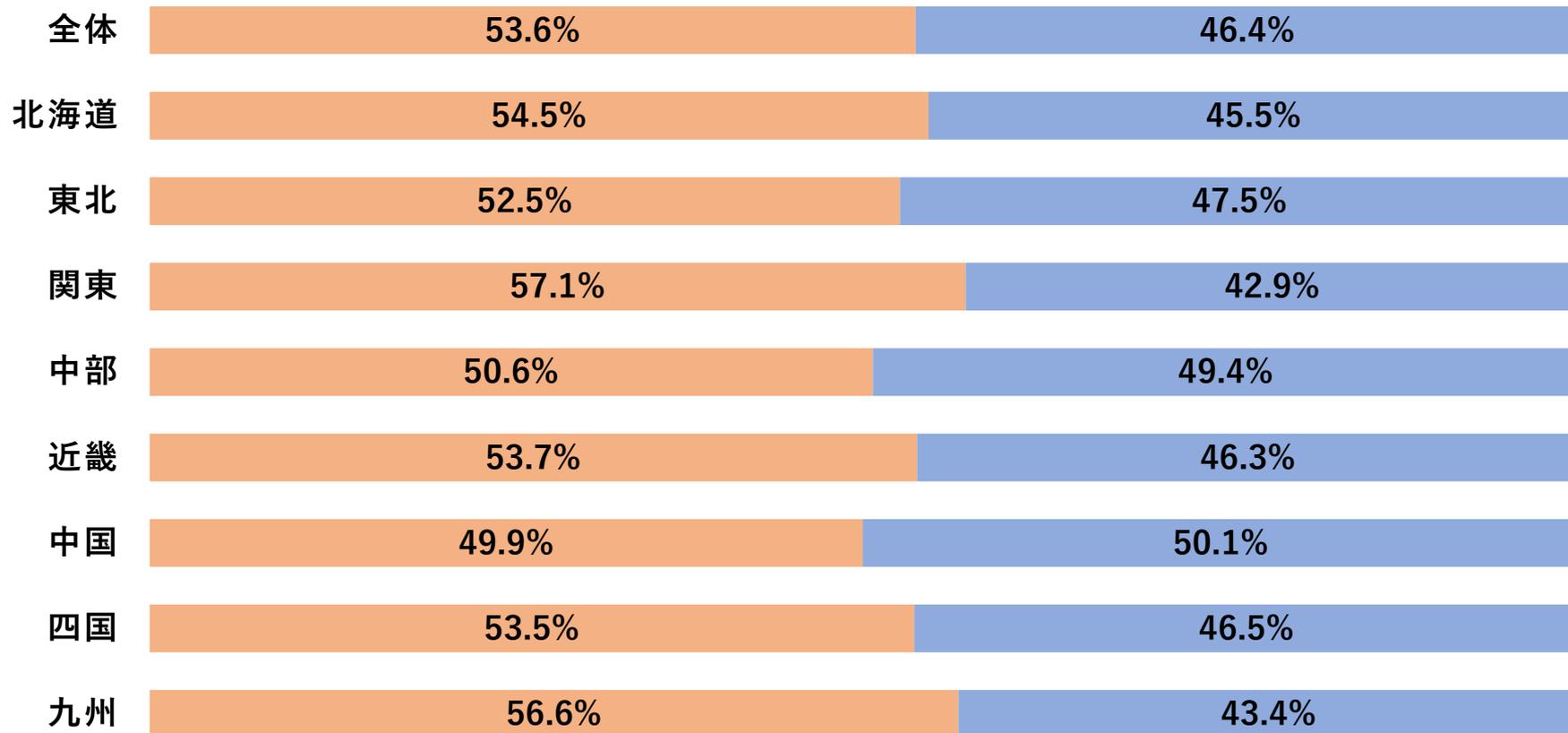


終活におけるライフプランにおいて老後の住まいの問題は切り離せず、事前の知識や準備も必要になる。考えていない人の中には既に解決済みのケースもあると思われるが、「最後はおひとりさま」の現実にとどのように対応するか、より真剣に検討する必要がある。

# Q9. あなたは、自分の「老後の住まい」について考えたことがありますか？

## 【地域別】

■ ある ■ ない



地域別で回答の差が生じた設問である。相対的に関東と九州が高く、中国と中部が低いが、具体的には都道府県による差が大きい。

# Q10. あなたは、「介護」について考えたことがありますか？

【年代別】

10-1【自分のこと】

10-2【家族のこと】

■ある ■ない

■ある ■ない

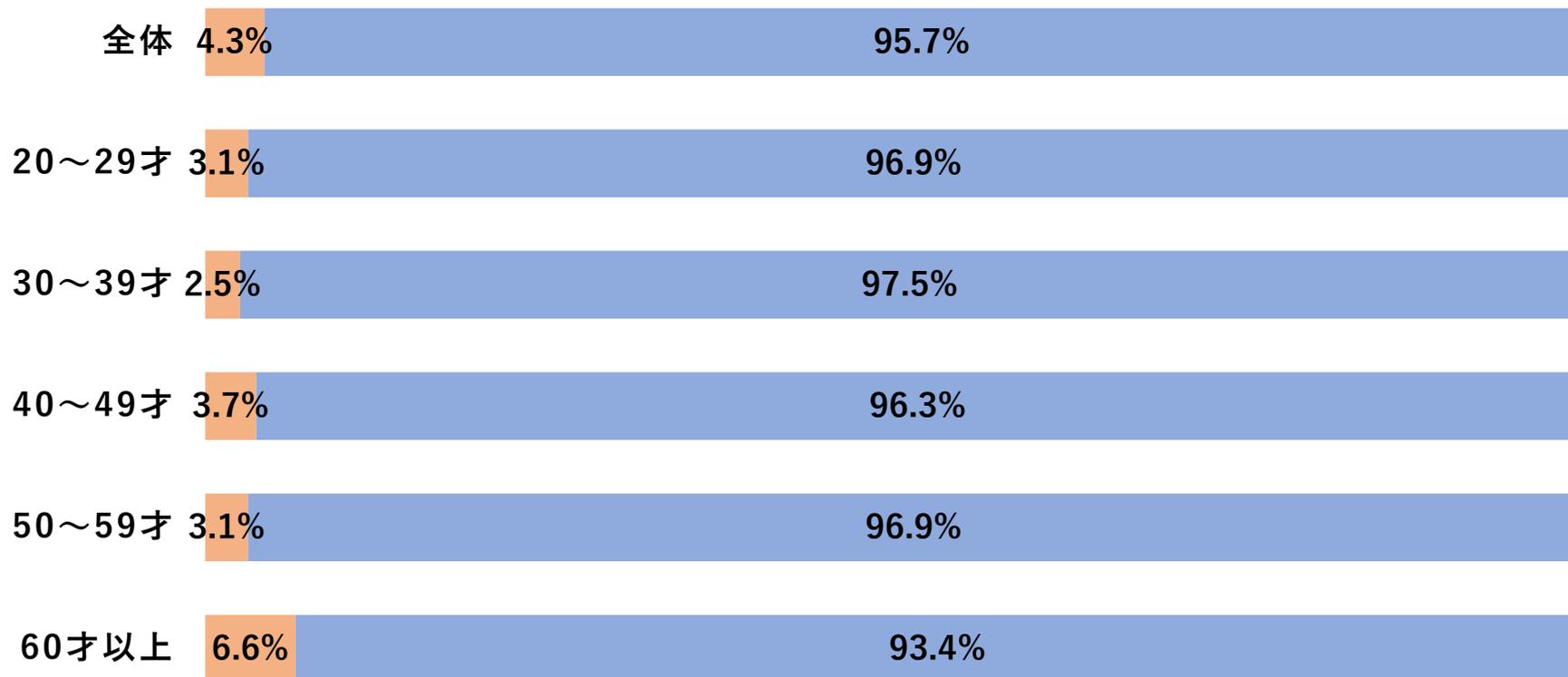


家族の介護について意識している人の割合は、どの世代でも6割前後となっている。介護はいきなり起こるものであり実際に携わらなければ理解しがたいものであるため、引き続き啓発していく必要がある。

# Q11. あなたは、「遺言」を書いていますか？

## 【年代別】

■ はい ■ いいえ

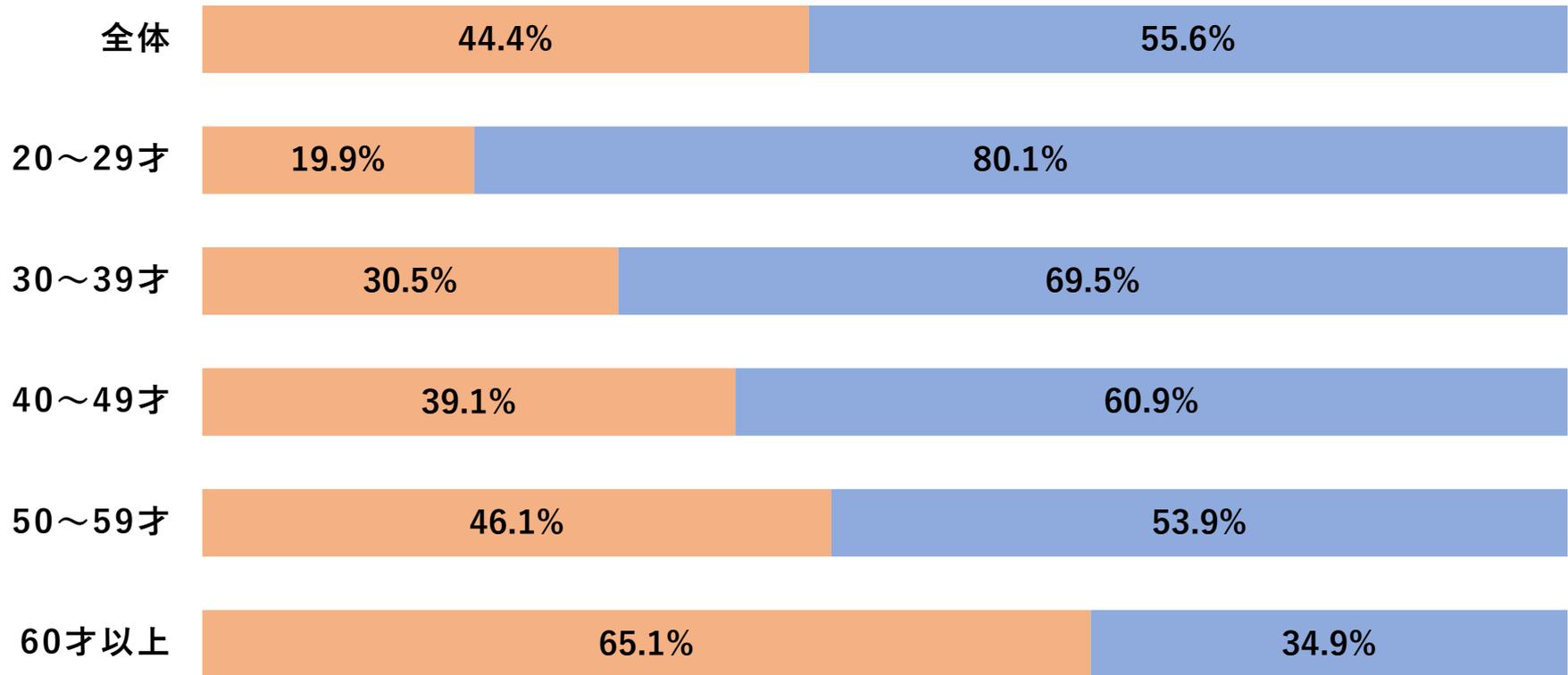


遺言を書いている人の割合はまだ低い。遺言作成は終活の中でも重要な位置を占めるが、家族とのコミュニケーションを欠いた遺言は、かえって相続トラブルの元になることもある。効果なき遺言とならないように、もめないための遺言の書き方を啓発していく必要がある。

## Q12. あなたは、自分の「葬式」について考えたことがありますか？

【年代別】

■ はい ■ いいえ

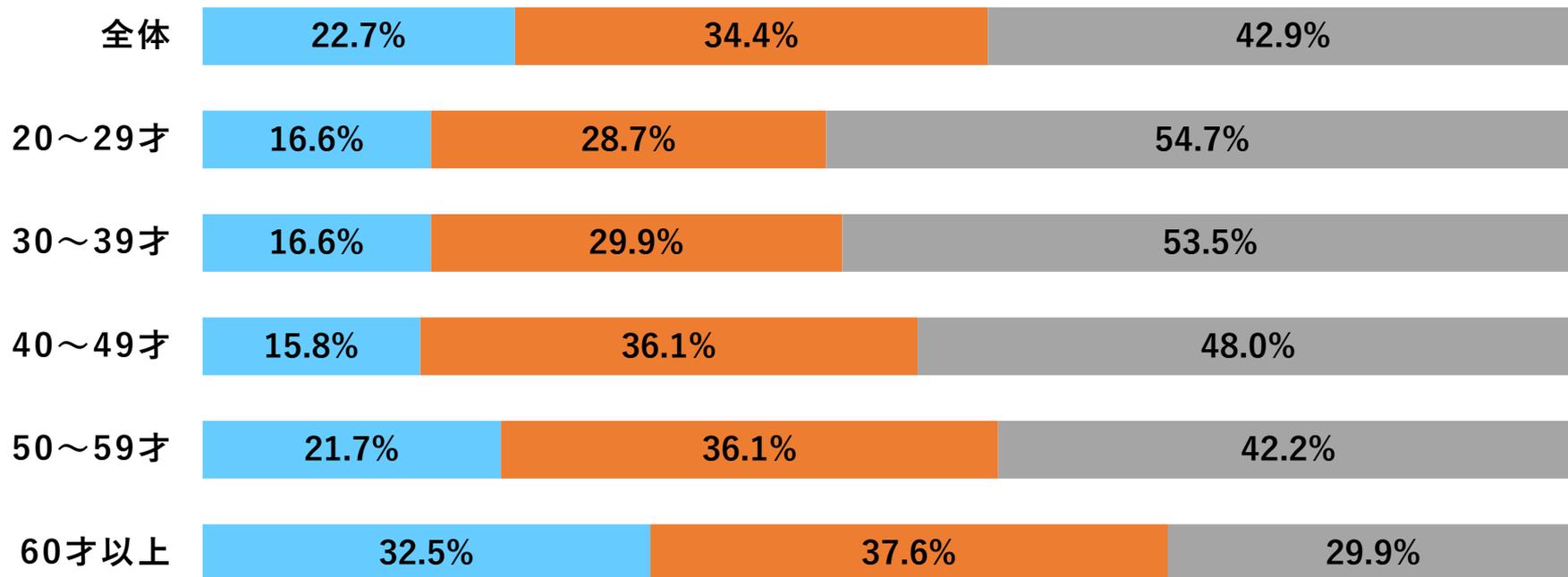


世代が高くなるほど自らの葬式について意識する割合が高い。しかし、近年は葬式の簡素化が進み、直葬も増えている。そのため、働きざかりの世代でも自らの葬式について意識する人が増えていると思われる。

# Q13. あなたは、「地域包括支援センター」を知っていますか？

## 【年代別】

- 名前も何をしているところかも知っている
- 名前は聞いたことがあるが、何をしているところかは知らない
- 知らない

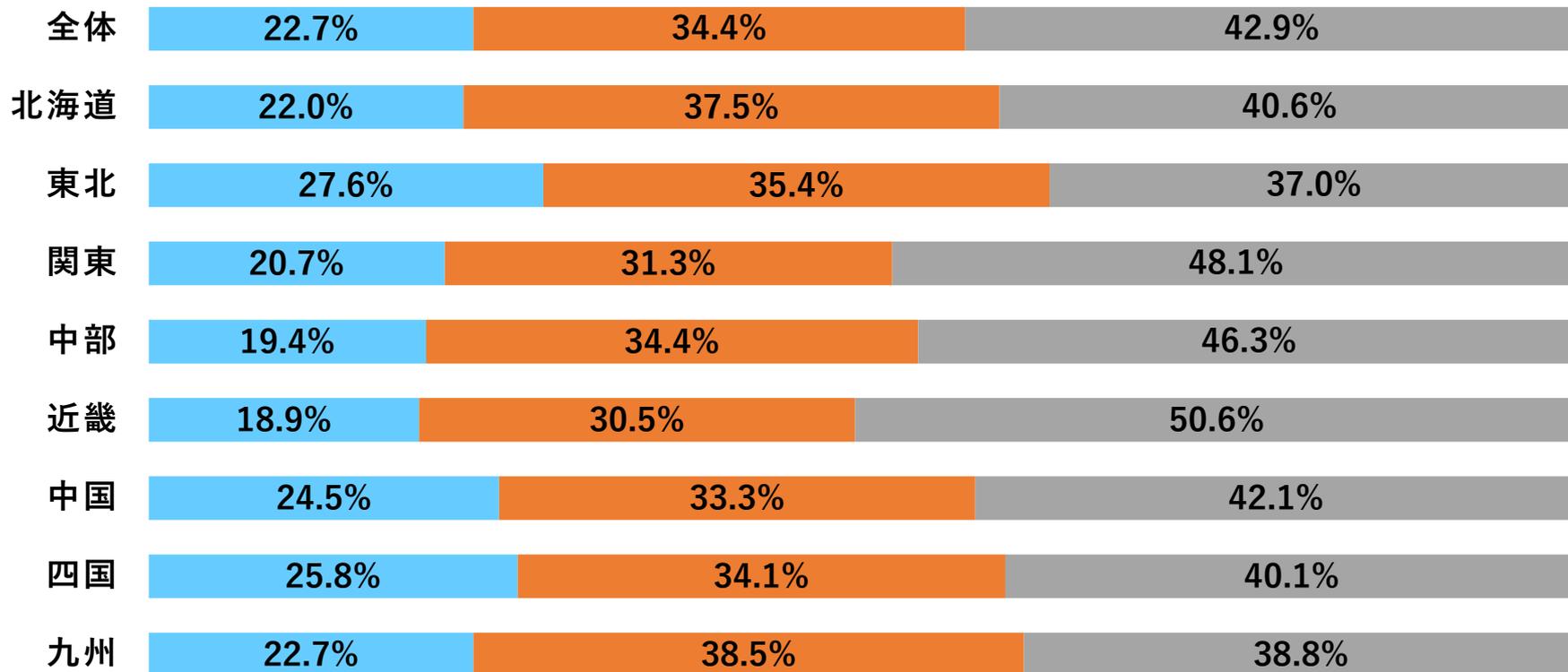


2005年の介護保険法改正により創設された「地域包括支援センター」は今や高齢者の地域情報集中機能を果たしているが、創設以来15年経過した時点で、内容も知っている人の割合は22.7%と低いと判断せざるを得ない。Q14の「2025年問題」と同様、更なる浸透を図る必要がある。

# Q13. あなたは、「地域包括支援センター」を知っていますか？

## 【地域別】

- 名前も何をしているところかも知っている
- 名前は聞いたことがあるが、何をしているところかは知らない
- 知らない

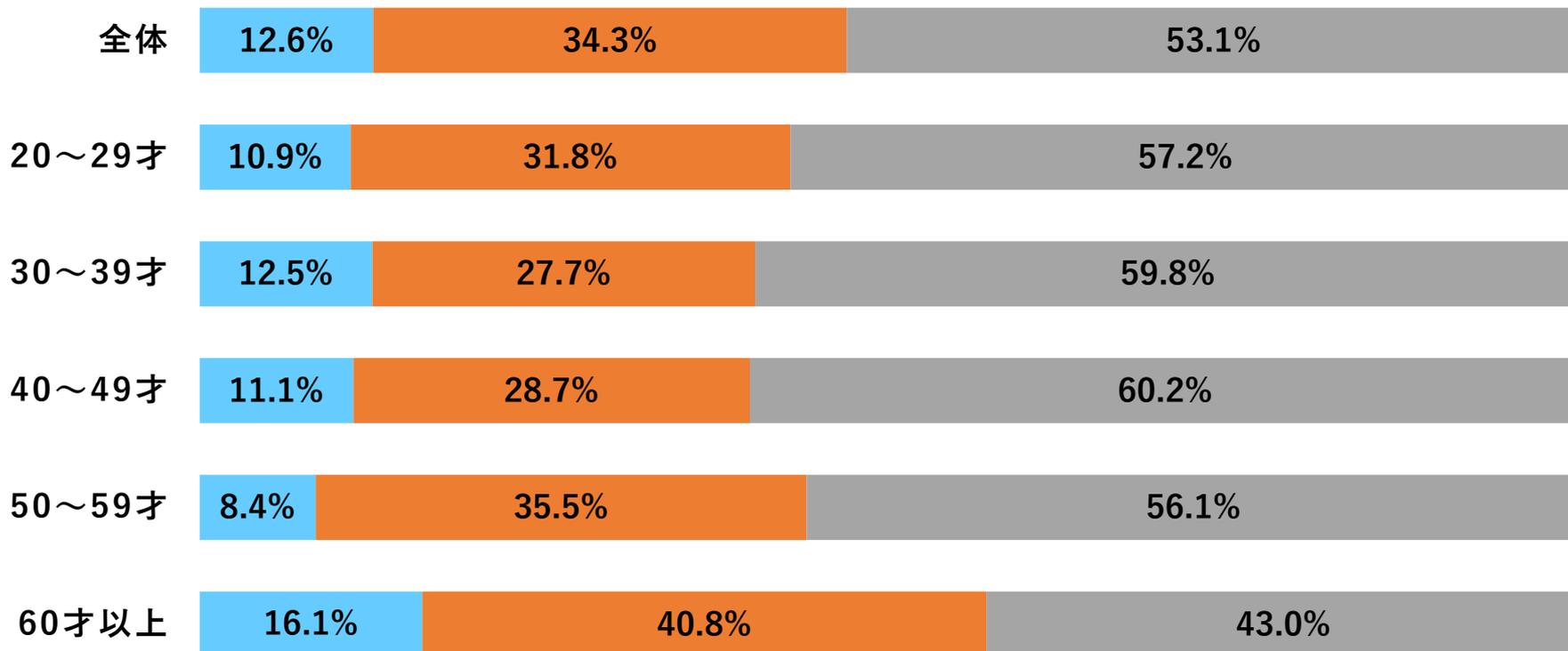


「知っている」「名前を聞いたことがある」を合わせると、全体で57.1%で、東北（63.0%）、九州（61.2%）が6割を超える。関東・中部・近畿の三大都市圏が含まれる地域では認知度がやや低い。

# Q14. あなたは、「2025年問題」について 知っていますか？

## 【年代別】

■ 内容まで知っている ■ 言葉は聞いたことがあるが、内容までは知らない ■ 知らない

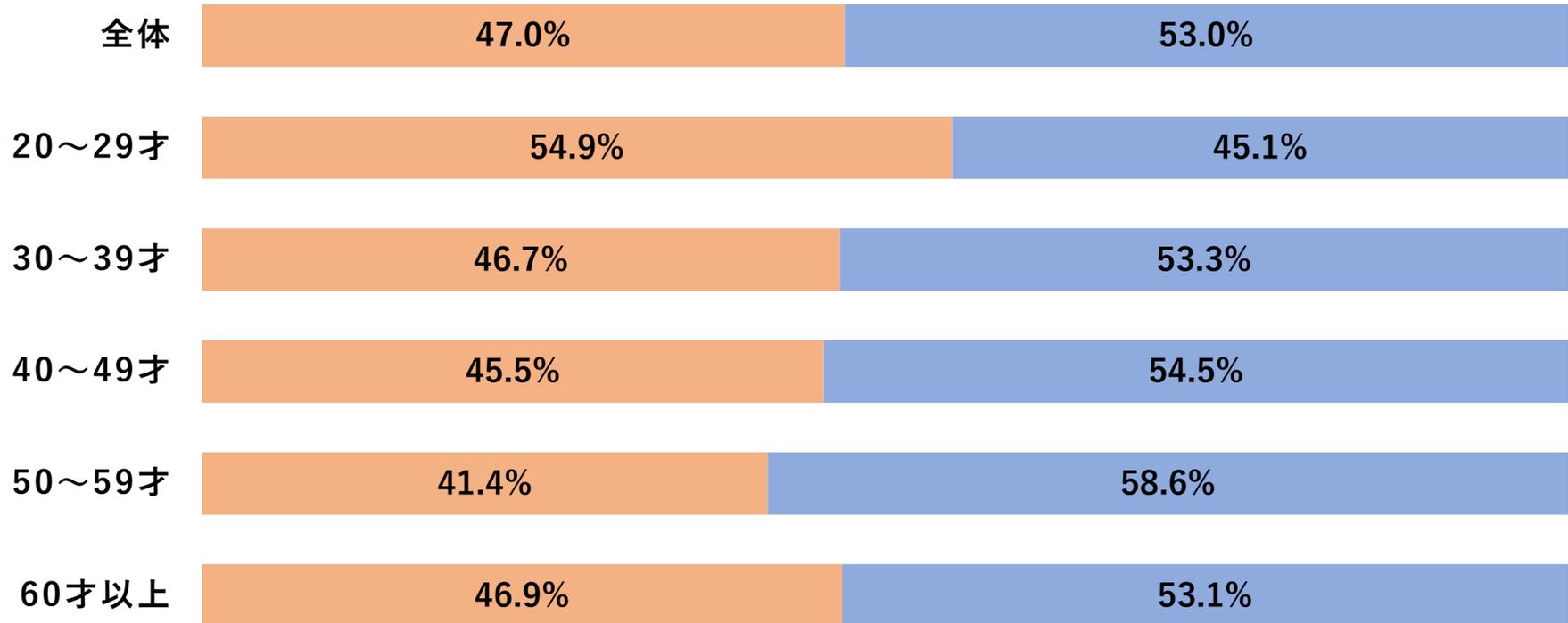


2025年には、団塊の世代（1947年～1949年生まれ）の人が、全て75歳以上（後期高齢者）になる。この年は、高齢化率も30%に達すると予測されており、社会保障費の益々の増加が懸念される。しかし、認知度は、全体で46.9%と半数に満たず、特に負担が増加する現役世代の認知度は低い。

# Q15. あなたは、コロナ禍で、人生に対する向き合い方が変わりましたか？

【年代別】

- 変わった（「考えるようになった」も含む）
- 変わらない（「考えていない」も含む）

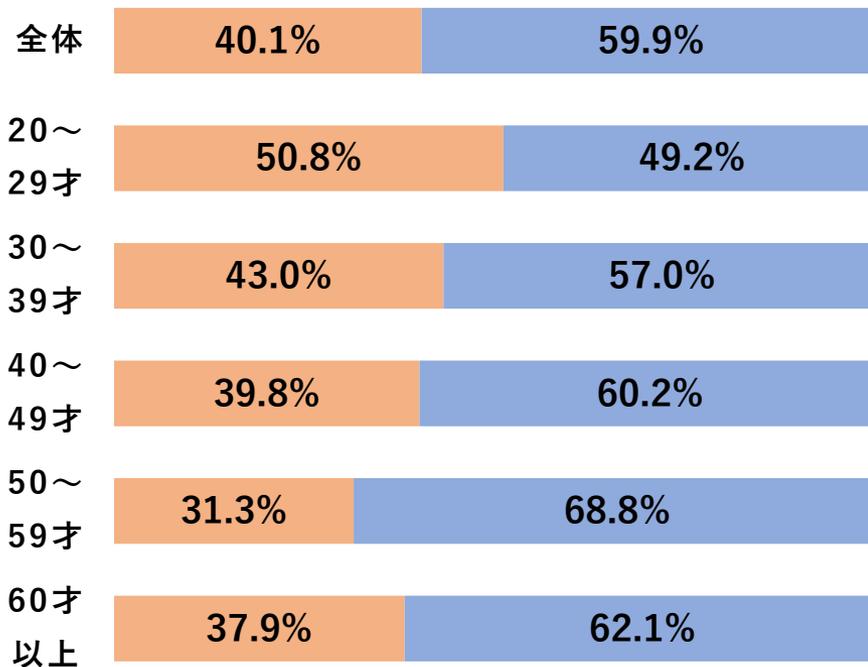


コロナ禍のもと、半数近くの人が人生に対する向き合い方が変わっている。新型コロナウイルス感染症により身近に感じていた芸能人が亡くなるなど、死が他人ごとでなくなった。また、リモートワークなどの働き方や生活スタイルが変わりつつある。

# Q15. あなたは、コロナ禍で、人生に対する向き合い方が変わりましたか？【男女別×年代別】

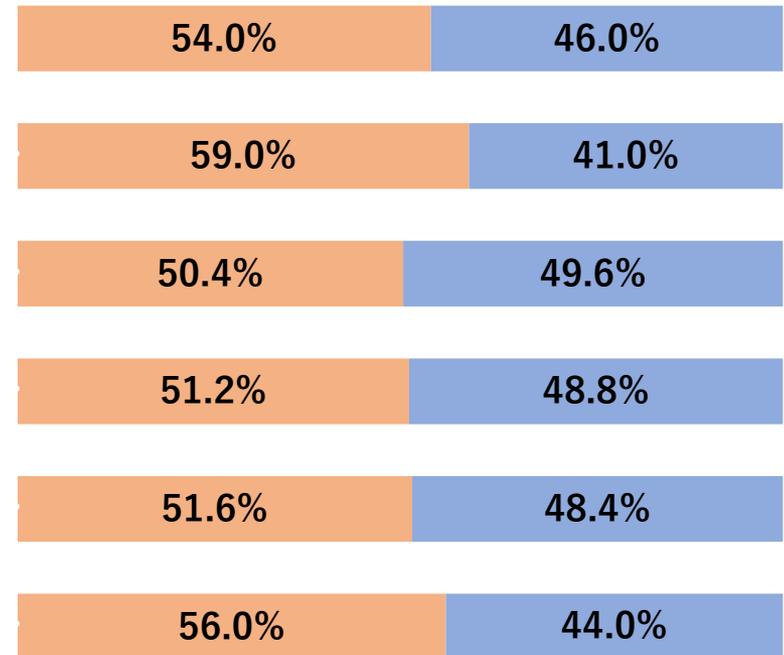
## 【男性・年代別】

- 変わった（「考えるようになった」も含む）
- 変わらない（「考えていない」も含む）



## 【女性・年代別】

- 変わった（「考えるようになった」も含む）
- 変わらない（「考えていない」も含む）



コロナ禍の中で人生に対する向き合い方が変わった割合は、女性が54.0%に対し男性は40.1%とかなりの差があった。特に50代以上では、女性は男性よりも約2割も高く顕著であった。

## 『NPO法人ら・し・さ』とは？

人生後半期を「その人らしく」過ごすためのお手伝いを行う、  
終活の専門家集団であり、終活アドバイザー協会を運営しています。

<ら・し・さ®の理念>

1. 私たちは、人生後半期の「自分らしさ」を求める方に、終活に関するさまざまな情報とノウハウを提供します。
2. 私たちは、会員の交流を通じて、ライフプランの専門家としてのスキルアップと日々の成長を図ります。
3. 私たちは、組織の健全な経営基盤を確立しつつ、NPO法人としての社会貢献活動を行います。



NPO法人ら・し・さ（終活アドバイザー協会）

〒104-0031 東京都中央区京橋2-6-10 宝照ビル3F

TEL：03-6264-4655 FAX：03-6264-4656

公式サイト <https://ra-shi-sa.jp> E-mail [kanri@ra-shi-sa.jp](mailto:kanri@ra-shi-sa.jp)