



終活意識全国調査

調査結果報告書

令和3年（2021年）3月
NPO法人 ら・し・さ
(終活アドバイザー協会)
<https://www.ra-shi-sa.jp>

ごあいさつ

当法人は平成15年（2003年）10月に、人生後半期の暮らしとマネーに関する情報提供を目的として、ファイナンシャル・プランナーを中心に発足しました。その根底には、我が国の高齢社会の進展と年齢別人口構成の偏りがもたらす社会問題を捉え、国民一人ひとりが自分らしさを活かして、健康で経済的にも安心の生活を送るという問題提起がありました。

法人発足後の翌年には、そのツールとしてライフプランに根ざしたエンディングノート（現行名、ら・し・さノート®）を発刊し、これまでのエンディングノートの暗いイメージを払拭しました。その内容は、生き生きと過ごすため「ライフプランのページ」、「資産のページ」、「終末のラストプランのページ」の3部構成で、今日、それがエンディングノートのコンセプトとなり、幅広く利用されていますことは大変喜ばしく思っております。

エンディングノートの書き方セミナーや「おひとりさまカレッジ」の開講などによって10年以上にわたる暮らしとマネーの啓発活動は、会員の能力開発を促し、終活の専門家集団となりました。やがて、そこで培ったノウハウや知識を「終活」という概念で体系化し、平成28年（2016年）からに終活アドバイザー検定試験を実施するとともに、終活アドバイザー協会を発足させるに至っています。

世界各国の先頭をきって超高齢社会を歩んでいるわが国は課題先進国といわれいますが、人生後半期を生き生きと過ごすための「終活のすすめ」は必ずしも国民に浸透しているとはいえないません。私どもは、終活の始まりはエンディングノート（ら・し・さノート®）を紐解くことにあると説き、それは日本が生んだソフト文化であり、この浸透を図ることによって、不透明な老後を見える化し、安心をもたらすとみています。

これまでNPO法人として、17年間にわたる社会教育活動を実践してまいりましたが、この運動はメディアや行政をとおして全国的に推進しなければ効果の発現が期待できないとも感じています。今回の全国的な終活意識調査は、国民に訴える点に意義があり、そのためにも調査内容は終活に関する基本的な項目（事柄、課題）を直截的に問い合わせ、分かりやすい結果となっています。

多くの国民に、事前の準備としての終活の重要性が理解され、広まることを望んでおり、その啓発運動が私たちに与えられた社会貢献活動と考えています。本調査結果が広く利用され、国民の安心の暮らしに寄与しますことを祈願してご挨拶とさせていただきます。

令和3年（2021年）3月31日

特定非営利活動法人 ら・し・さ

理事長 若色信悟

I 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. 調査方法

インターネットリサーチ

3. 調査対象

全国の20歳以上の男女

4. 調査人数

3,096名

5. 調査期間

2020年11月25日（水）～2020年11月27日（金）

6. 調査委託先

株式会社マクロミル

7. 調査結果の表示方法

回答の比率（%）は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。

II 調査対象者

■年代別

	回答者数	構成比
20歳～24歳	200	6.5%
25歳～29歳	312	10.1%
30歳～34歳	233	7.5%
35歳～39歳	279	9.0%
40歳～44歳	240	7.8%
45歳～49歳	272	8.8%
50歳～54歳	262	8.5%
55歳～59歳	250	8.1%
60歳以上	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%

I 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こそ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. 調査方法

インターネットリサーチ

3. 調査対象

全国の20歳以上の男女

4. 調査人数

3,096名

5. 調査期間

2020年11月25日（水）～2020年11月27日（金）

6. 調査委託先

株式会社マクロミル

7. 調査結果の表示方法

回答の比率（%）は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。

III調査結果

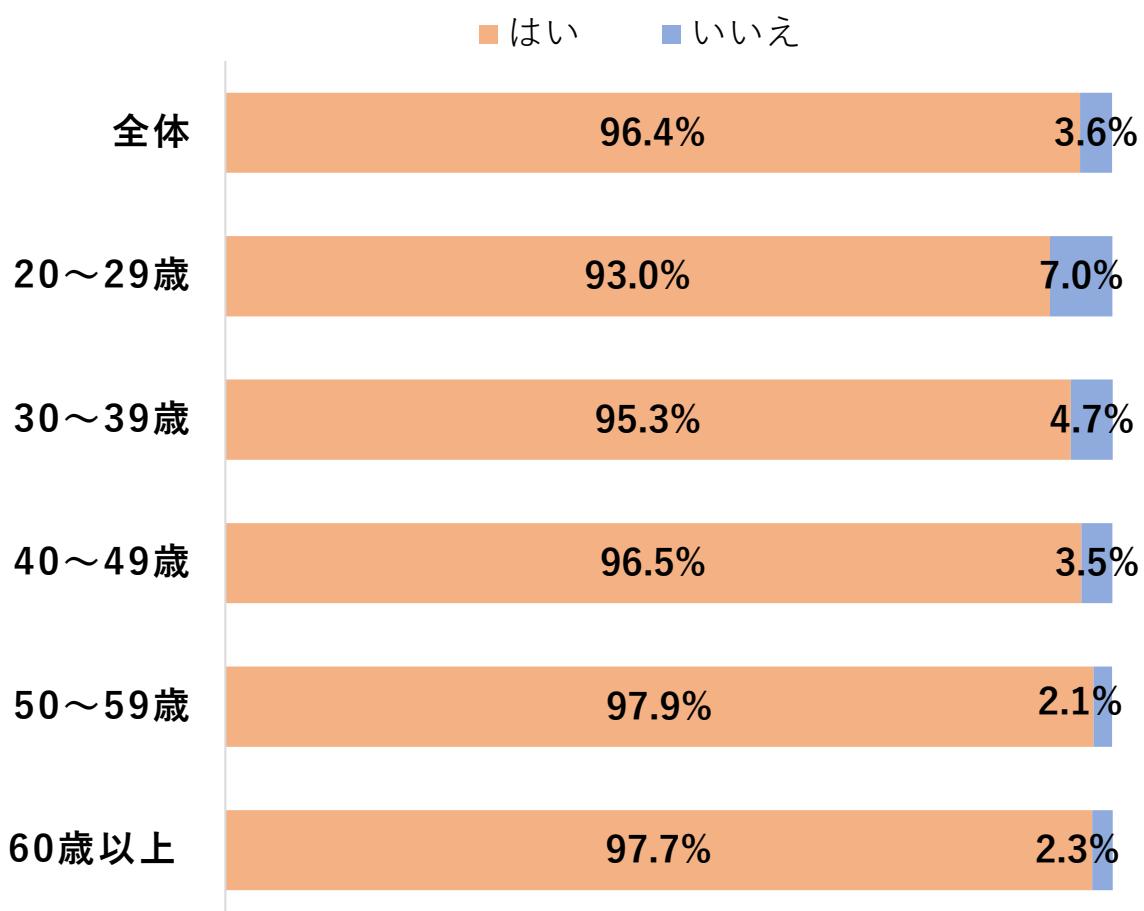
◇ 「終活」の認知度と理解

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しています。認知度は年代が高くなるほど徐々に上がりますが、20代でも93.0%の人が知っていると回答しており、全世代で高い結果となりました。もともと「終活」という言葉は21世紀に入ってから生まれた新しい言葉ですが、超高齢社会を背景に急速に社会に浸透してきたと言えます。

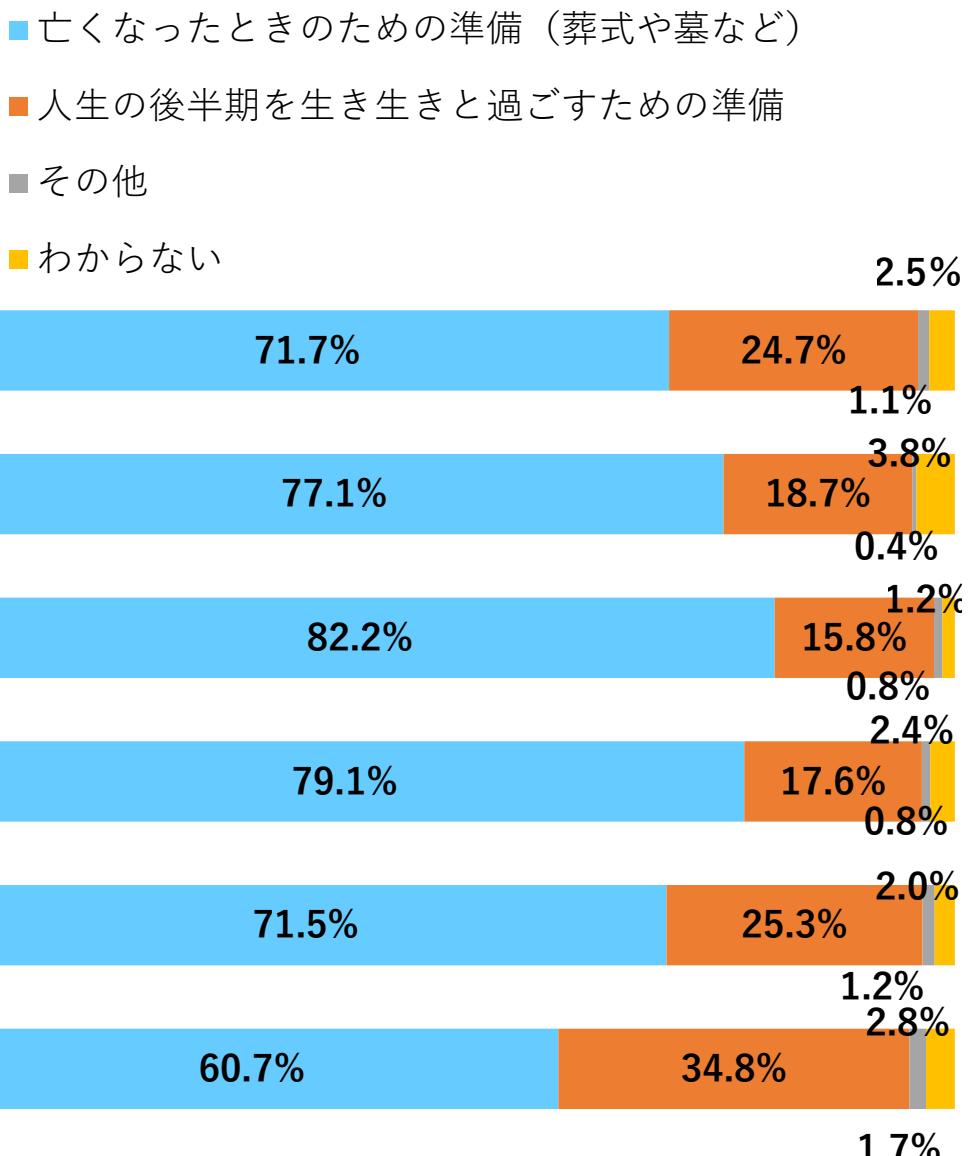


Q 2.

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】

全体では「人生終末期の準備」と回答した人が約7割となっています。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人以上が「人生の後半期をいきいきと過ごすための準備」と回答しています。



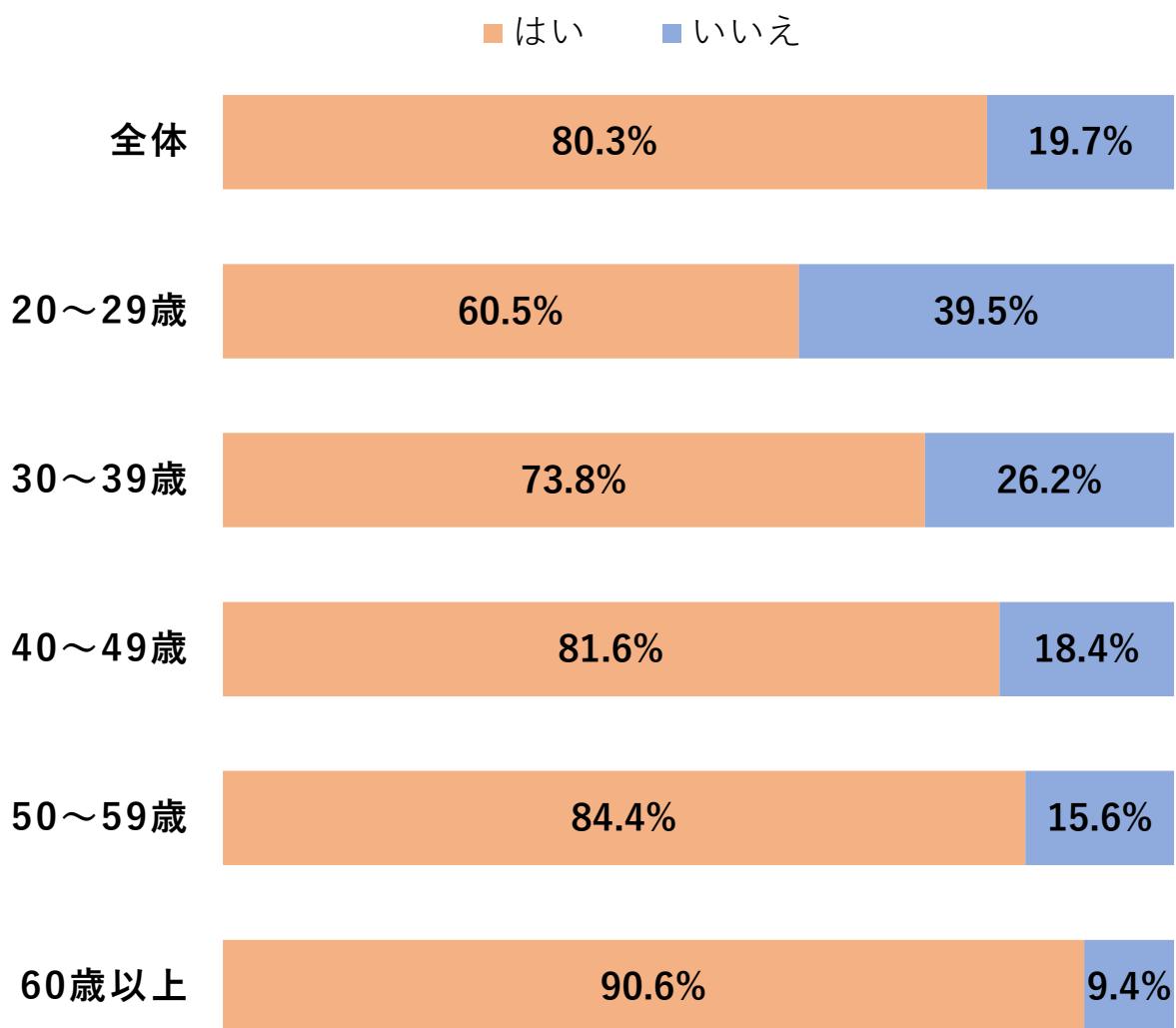
◇ 「エンディングノート」

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】

全体の約8割の人が聞いたことがあるという結果は、エンディングノートも終活と同様に社会的に認知されていることが分かります。特に60歳以上では認知度が9割を超えています。

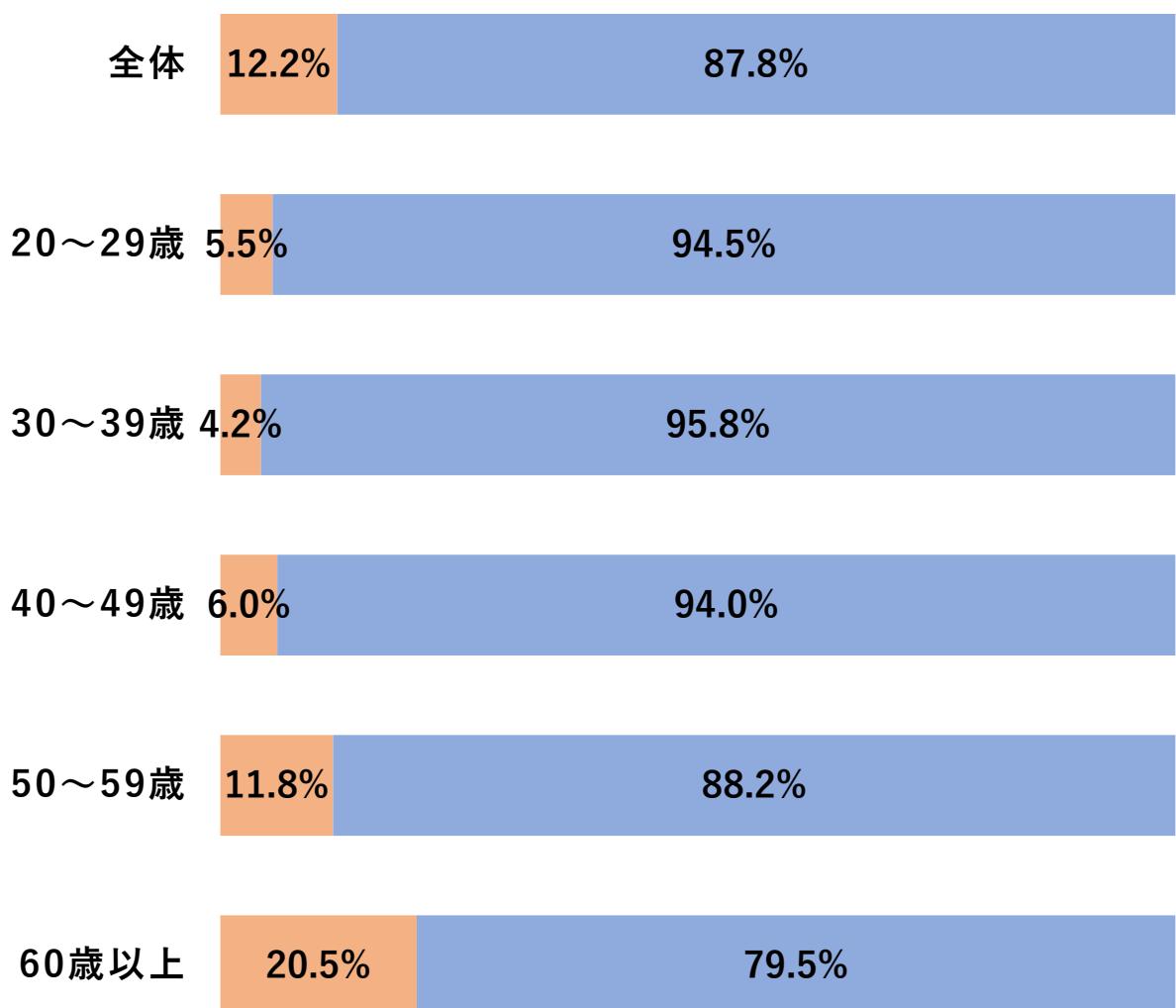


Q4. あなたは、「エンディングノート」を持っていますか？

【年代別】

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すが、所有している人の割合は全体で12.2%でした。60歳以上でも持っていると回答した人は約2割に留まりました。

■持っている ■持っていない



Q5-1. (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？

【年代別】

エンディングノートを持っている人のうち、実際に書いている人の割合は全体で約6割でした。60歳以上で書いている人の割合が6割であるのに対し、30～59歳では7割を超える人がエンディングノートを書いており、60歳以上よりも高い結果となりました。

- 書いている（「少しでも書いてある」も含む）
- 書いていない

全体

59.9%

40.1%

20～29歳

52.9%

47.1%

30～39歳

75.0%

25.0%

40～49歳

72.0%

28.0%

50～59歳

51.0%

49.0%

60歳以上

60.0%

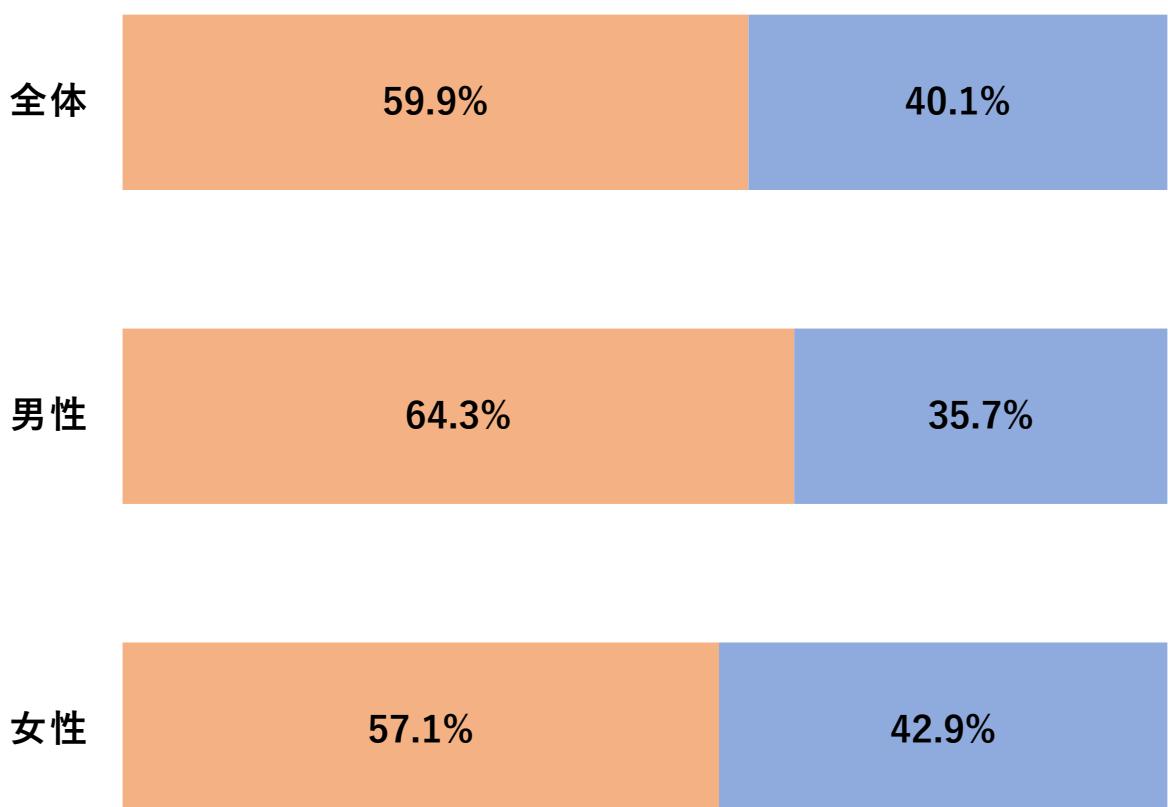
40.0%

Q5-2.
(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】

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、男性が女性よりもやや高い結果となりました。終活に対する思いや所有資産の、ノートの入手方法（購入、無償）などの事情の違いが考えられます。

■書いている（「少しでも書いてある」も含む） ■書いていない



◇将来への期待と不安

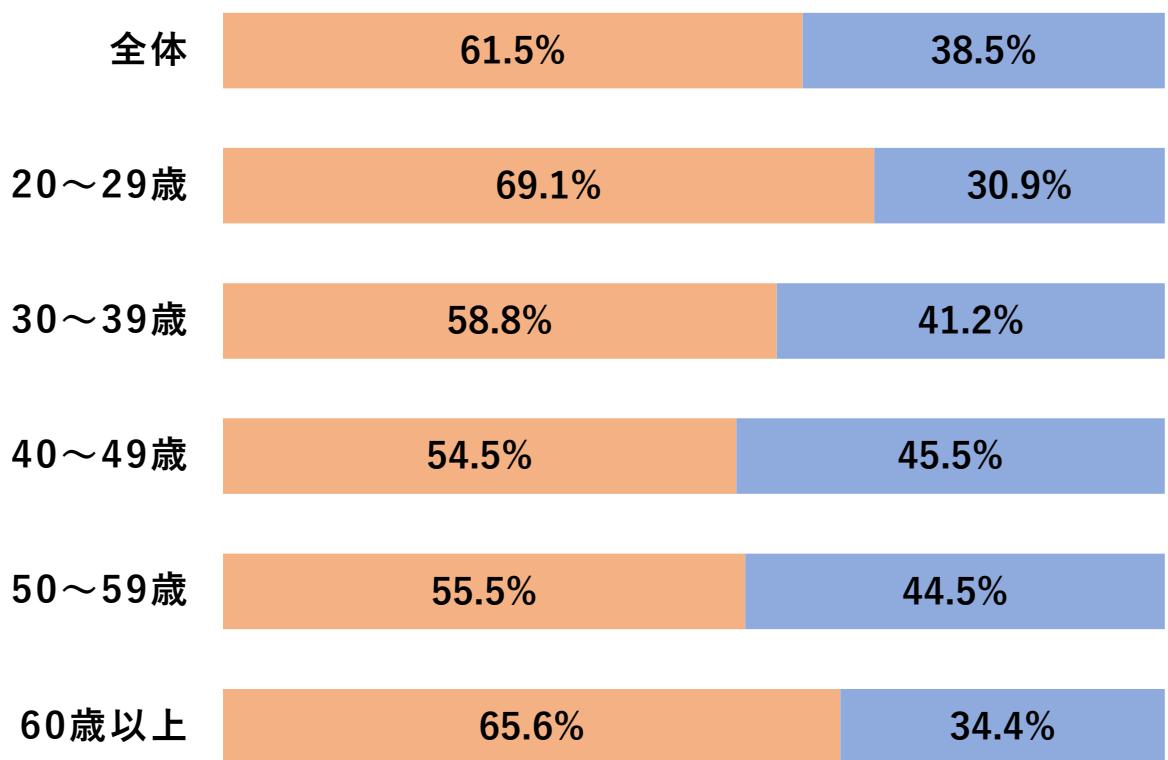
Q6.

あなたは、「夢」や「生きがい」を持っていますか？

【年代別】

人生100年時代といわれる今、将来に向けてそれぞれの人が「夢」や「生きがい」を持っているかについての質問に対し、全体で約6割の人が持っていると回答しました。20代では約7割の人が持っていると回答していますが、30代から50代にかけて割合は低下しています。

■持っている ■持っていない



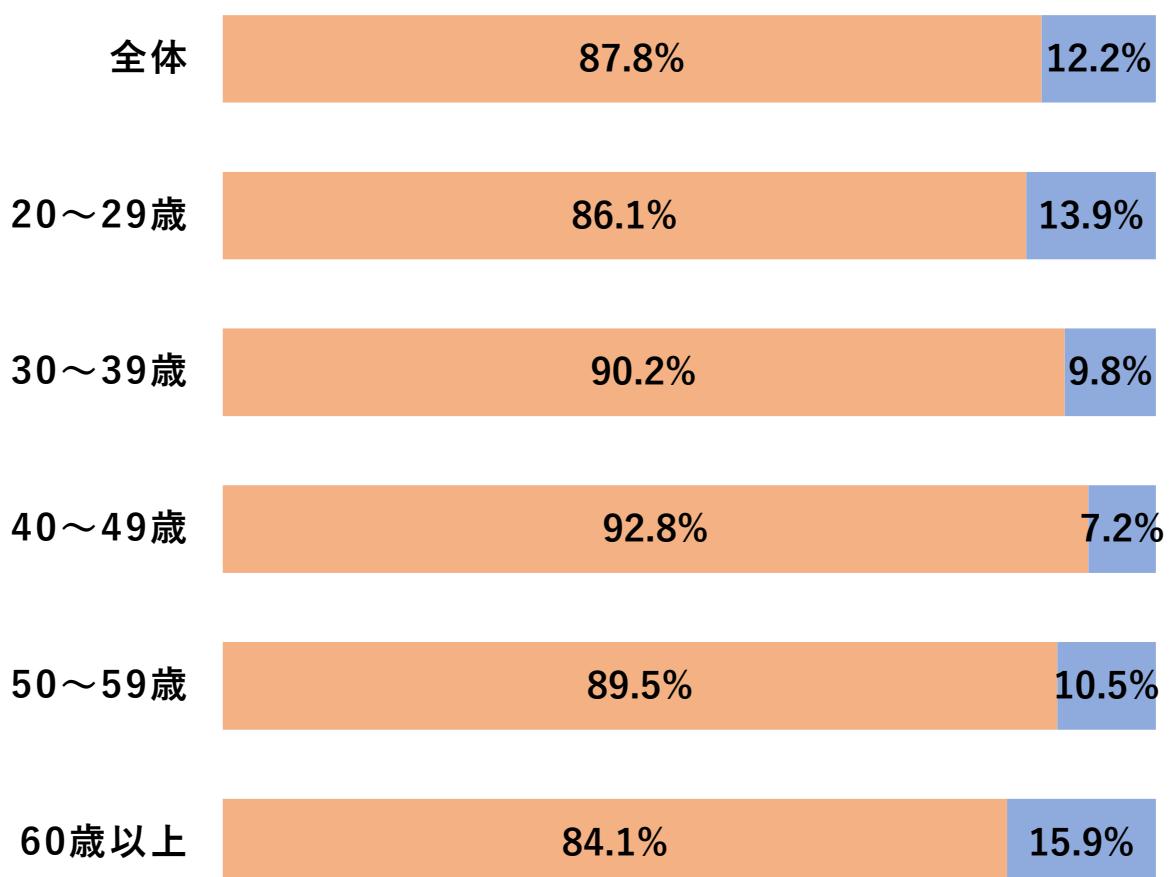
Q7.

あなたは、自分の「老後」に不安がありますか？

【年代別】

老後については、「老後2,000万円問題」「長生きリスク」などが言われていますが、現実に不安を感じているかという質問に対して、不安があると回答した人の割合は全体で87.8%と高い結果となっています。具体的な不安の内容についての質問はありませんが、家計・健康・医療・介護・孤独などが不安の大きな要因と考えられます。また、コロナ禍のなか、30～50代の働き盛りの世代の不安がある人の割合は約9割と平均よりも高くなっています。

■ 不安がある ■ 不安はない



◇コミュニケーション

Q8-1. 8-2.

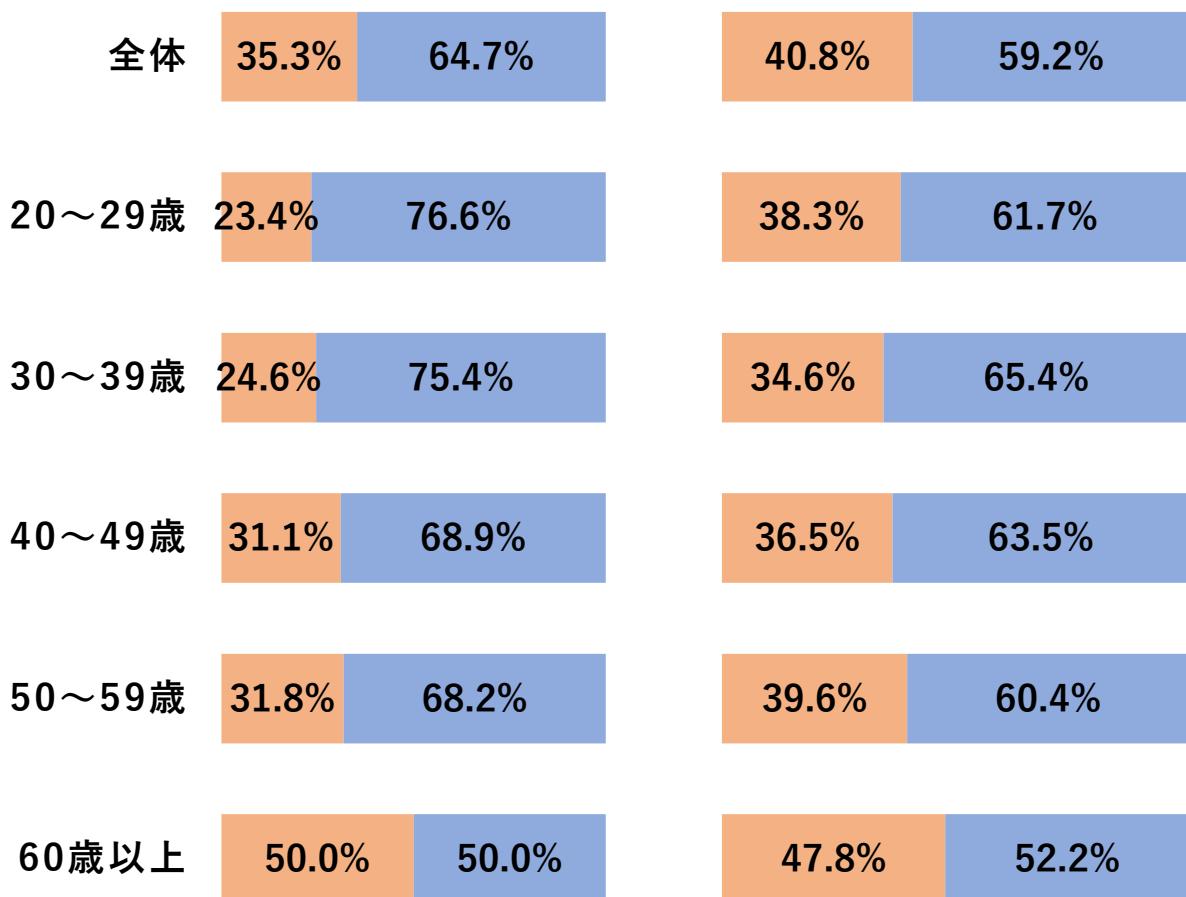
あなたは、家族で「老後や相続のこと」を話し合ったことがありますか？

【年代別】

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、相続後のトラブル防止のためにも家族のコミュニケーションは重要です。しかし、老後や相続については「自分のこと」「家族のこと」共に約6割の家族が話し合っていないと回答しています。

8-1 【自分のこと】

■ある ■ない



8-2 【家族のこと】

Q5 × Q8-1（クロス集計）

(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？
×

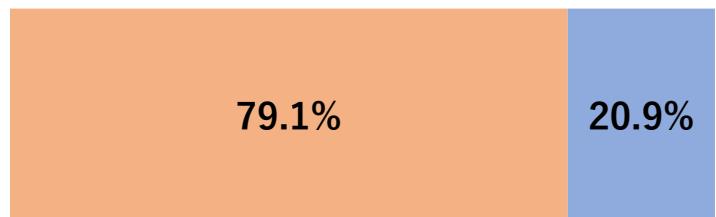
あなたは、家族で「老後や相続のこと」を
話し合ったことがありますか？【自分のこと】

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割近くと、書いていない人の約5割に對して3割近く高い結果となっています。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ります。

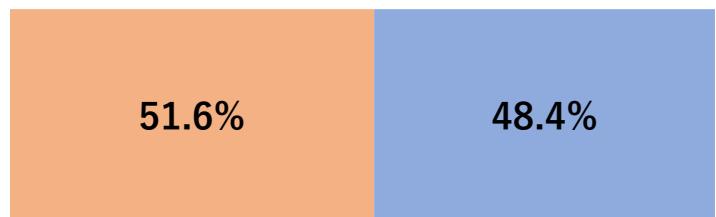
■ 話し合ったことがある

■ 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



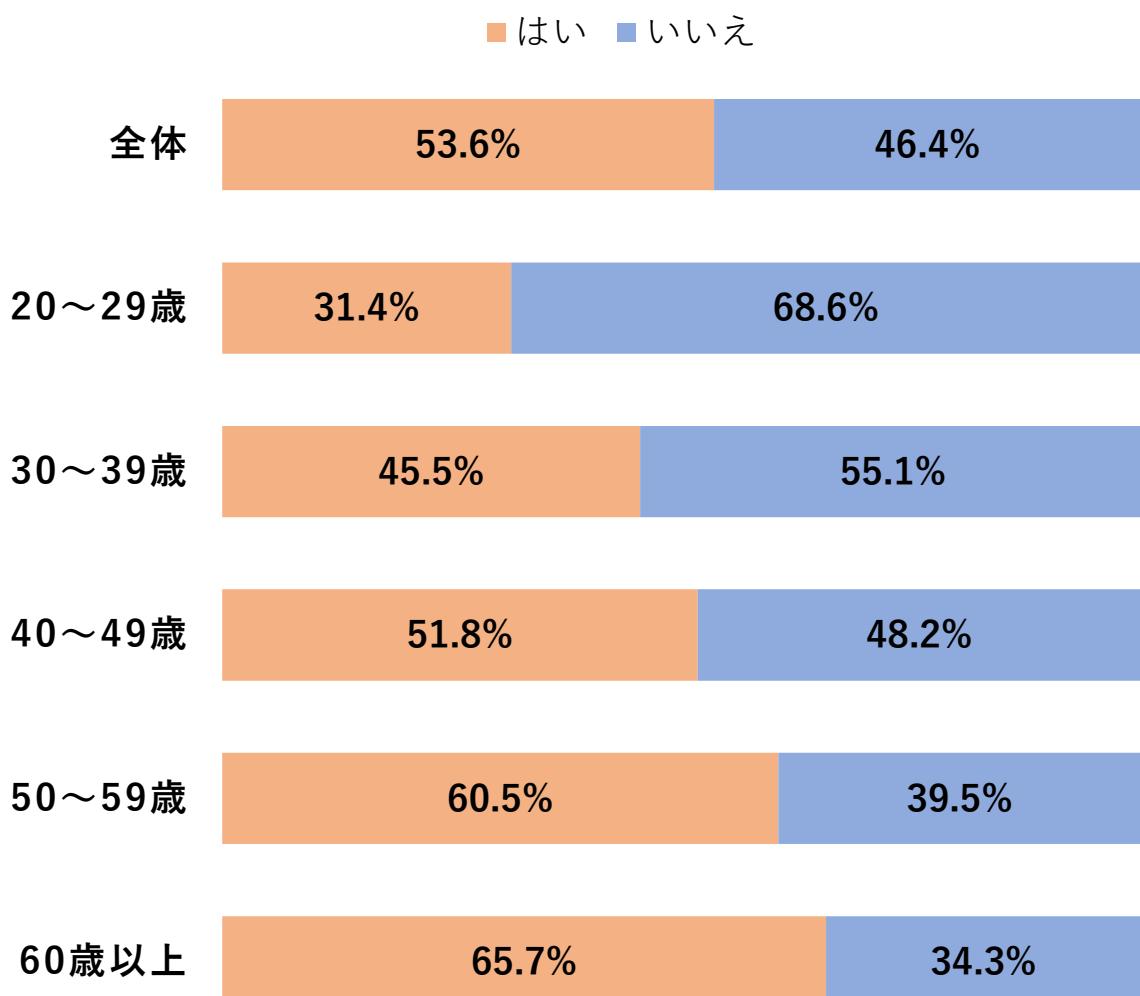
◇住まい

Q9-1.

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ります。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ますが、「最後はおひとりさま」の現実にどのように対応するか、より真剣に検討する必要があるでしょう。

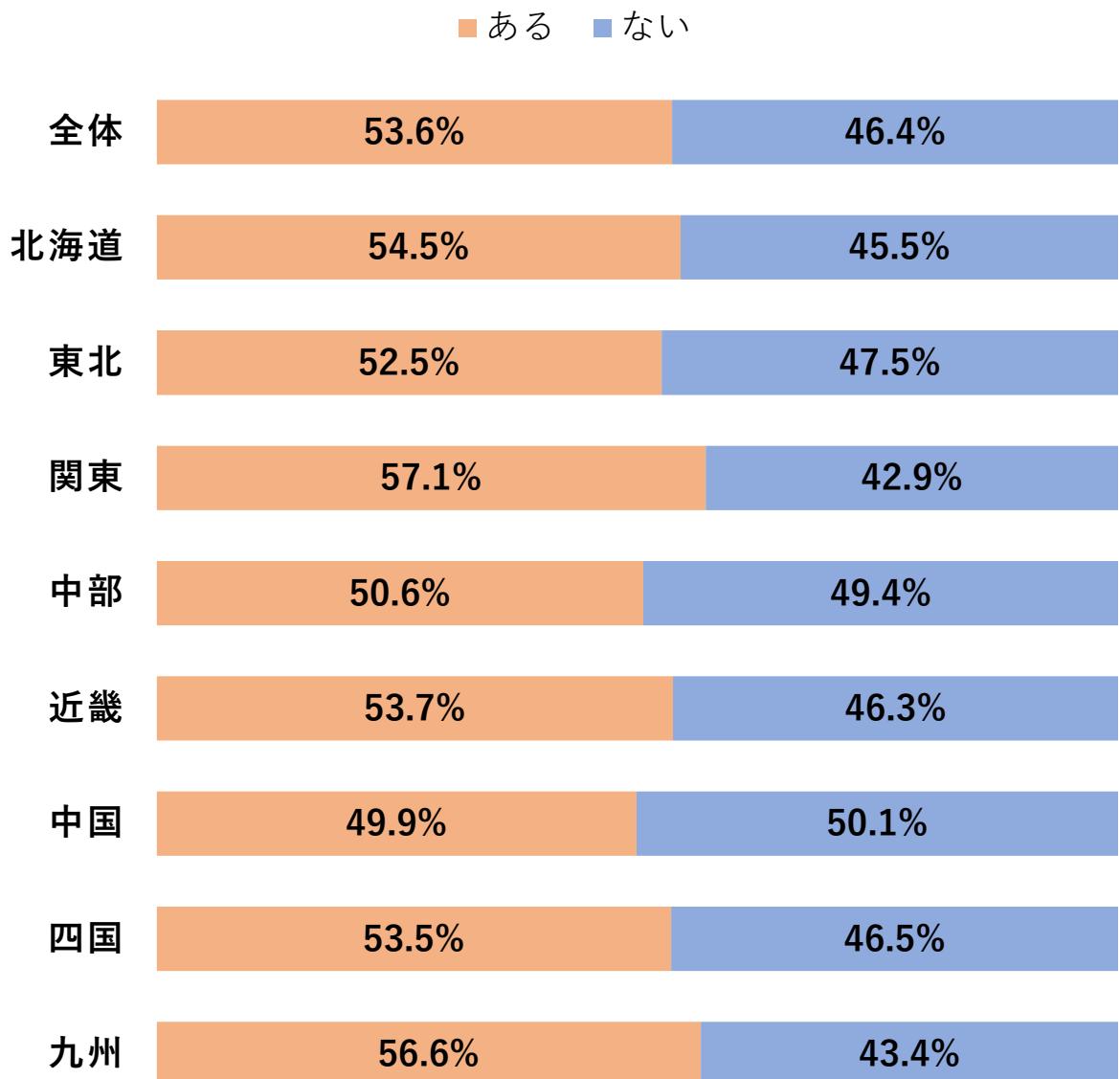


Q9-2.

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】

地域により若干の差が生じています。相対的に関東と九州が高く、中
国と中部が低くなっています。



◇介護

Q10-1. 10-2.

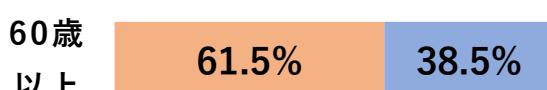
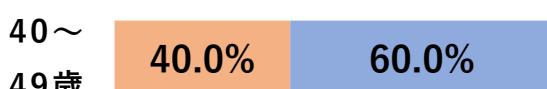
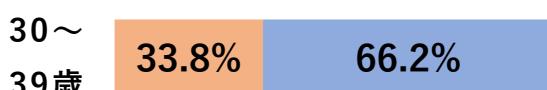
あなたは、「介護」について考えたことがありますか？

【年代別】

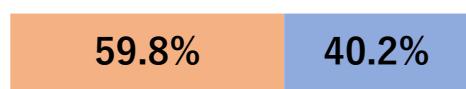
自分の介護については、年代が高くなるほど考えたことのある人の割合も高くなっています。家族の介護について意識している人の割合は、どの世代でも6割前後となっています。

10-1 【自分のこと】

■ ある ■ ない



10-2 【家族のこと】



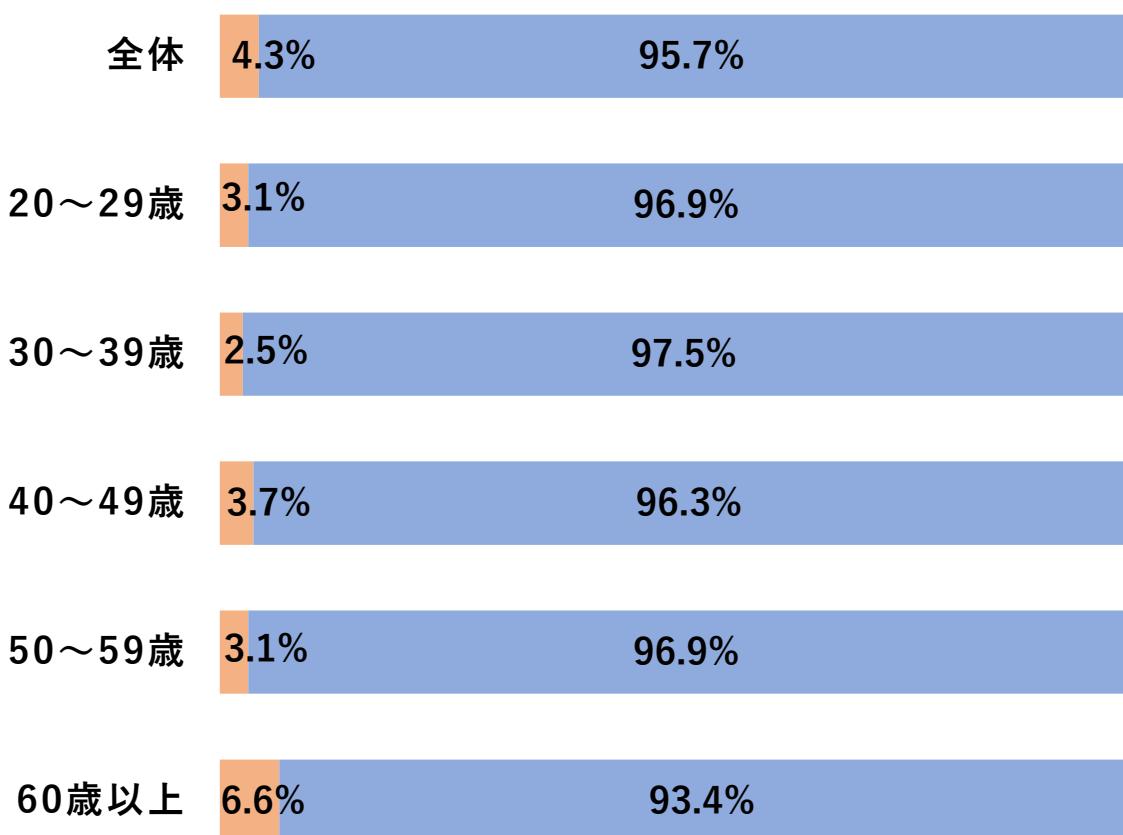
◇遺言

Q11. あなたは、「遺言」を書いていますか？

【年代別】

遺言は円滑な遺産分割のために効果があるとされていますが、実際に遺言を書いている人の割合は、60代以上の回答でも6.6%と低い結果となっています。2019年から2020年にかけて、自筆証書遺言の作成方法および保管についての改正があり、以前よりも遺言が作成しやすくなったため、今後遺言を書く人の増加が期待されます。なお、今回調査においては、法的効力のある遺言と限定していないため、「遺書」という解釈での回答もあると推測されます。

■ はい ■ いいえ



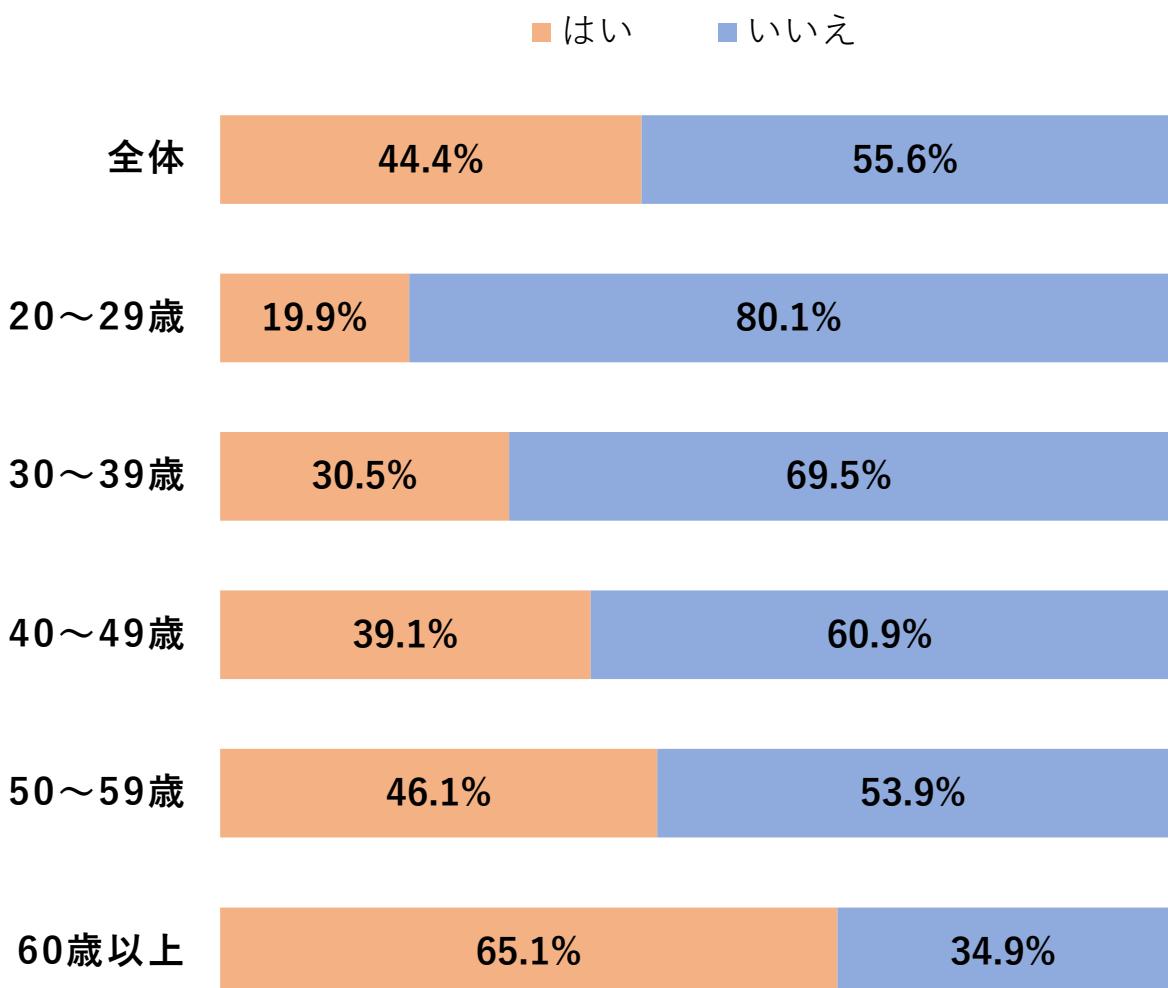
◇葬式

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】

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くなっています。近年は葬式の簡素化が進み、直葬も増えています。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ます。



◇地域包括支援センター

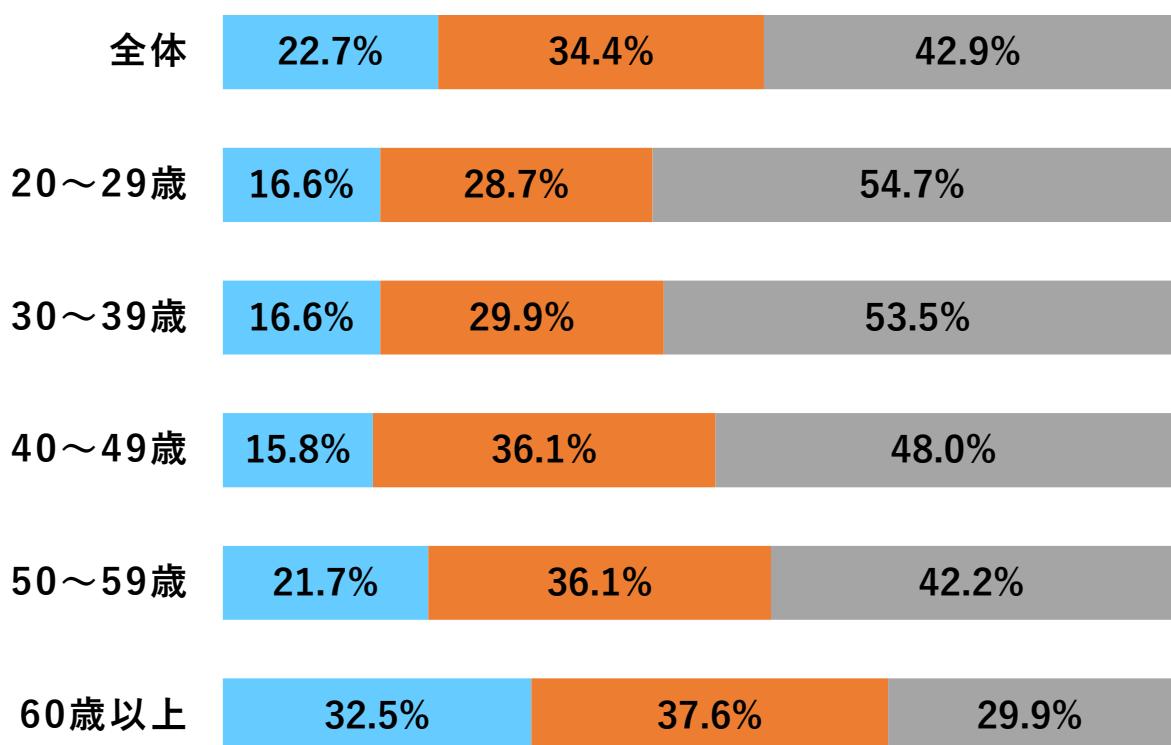
Q13-1.

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】

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ます。しかし創設以来15年が経過した時点で、内容も知っている人の割合は22.7%と低い割合に留まっています。

- 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



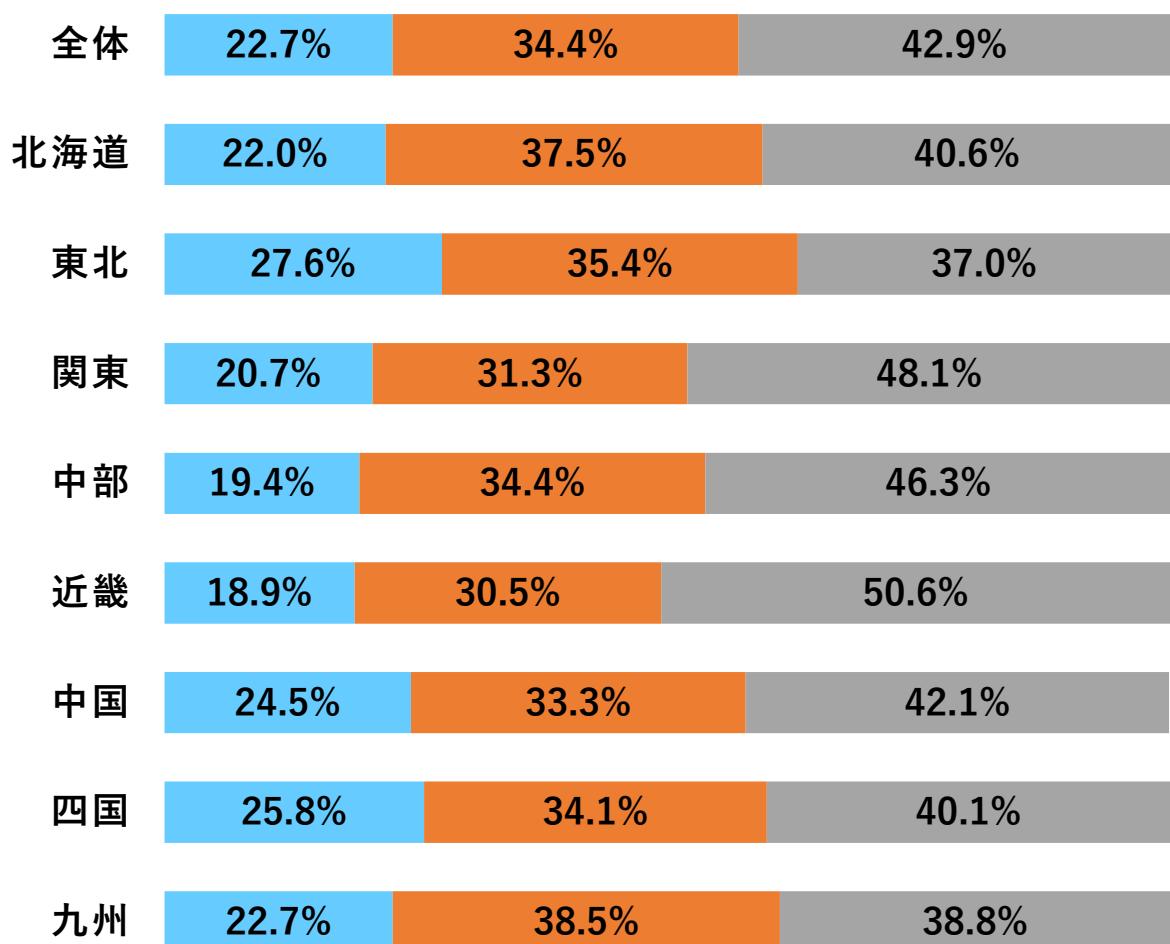
Q13-2.

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】

「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割を超えていきます。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結果となっています。

- 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



◇高齢社会の問題意識

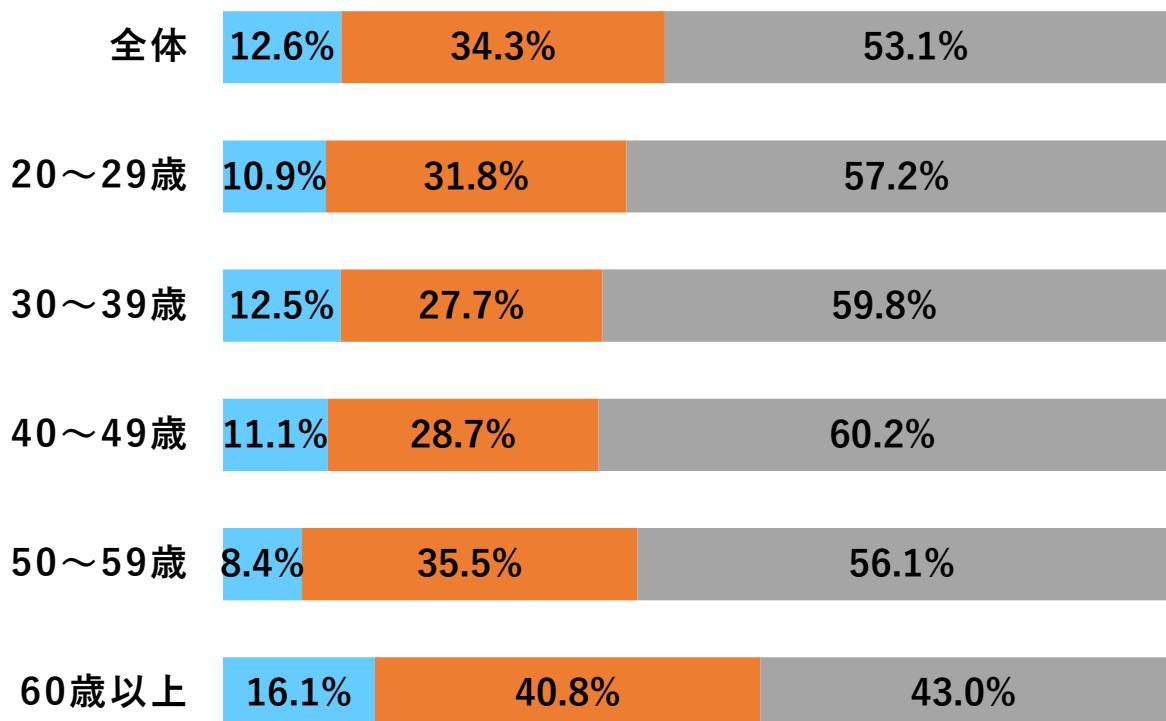
Q14.

あなたは、「2025年問題」について知っていますか？

【年代別】

2025年には、団塊の世代（1947年～1949年生まれ）全ての人が75歳以上（後期高齢者）になります。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ています。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結果となっています。

- 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



◇コロナ禍の影響

Q15-1.

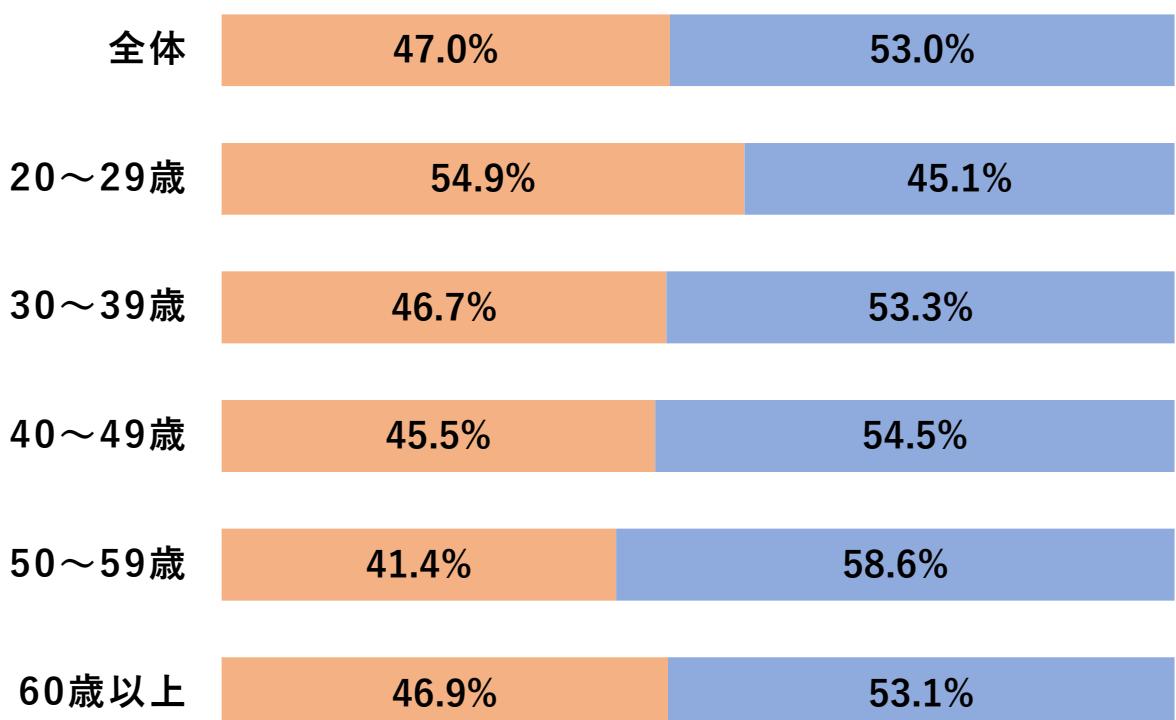
あなたは、コロナ禍で、人生に対する
向き合い方が変わりましたか？

【年代別】

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りました。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ります。

このような急激な社会の変化の中で、半数近くの人が人生に対する向き合い方が変わってきたと回答しています。

- 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）



Q15-2.

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】

コロナ禍の中で人生に対する向き合い方が変わったと回答した割合は、女性が54.0%に対し男性は40.1%と差が生じています。特に50代以上では、女性は男性よりも約2割も高く顕著な差が表れています。

【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）

全体	40.1%	59.9%
----	-------	-------

54.0%	46.0%
-------	-------

20～29才	50.8%	49.2%
--------	-------	-------

59.0%	41.0%
-------	-------

30～39才	43.0%	57.0%
--------	-------	-------

50.4%	49.6%
-------	-------

40～49才	39.8%	60.2%
--------	-------	-------

51.2%	48.8%
-------	-------

50～59才	31.3%	68.8%
--------	-------	-------

51.6%	48.4%
-------	-------

60才以上	37.9%	62.1%
-------	-------	-------

56.0%	44.0%
-------	-------

『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、N P O 法人としての
社会貢献活動を行います。



終活アドバイザー®

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