日本総研
The Japan Research Institute, Limited

実態把握編

身じまいに関する実態把握調査2026
調査レポート
–頼りたい相手がいる60代以上の約6人に1人に、「頼める人がいない」支援が存在–

2026.11

株式会社日本総合研究所
創発戦略センター

目次

調査概要

調査の背景	2
調査の概要・調査項目	7

調査結果

1　頼りたい相手がいても、頼めない支援がある高齢者の実態	12
2　年代・配偶者・子どもの有無からみる身じまいの備えと支援ニーズ	20
3　身じまいの取り組み状況と行動のきっかけ	27

Appendix

1　単純集計結果	38
2　頼りたい相手と実際に頼める相手の詳細	66
3　年代・配偶者・子どもの有無からみる頼める相手と身じまいの備えの詳細	74
4　身じまいの取り組み段階・課題・きっかけの詳細	88
5　身じまいに関する意向と今後の暮らしへの希望・不安の詳細	97

補足資料

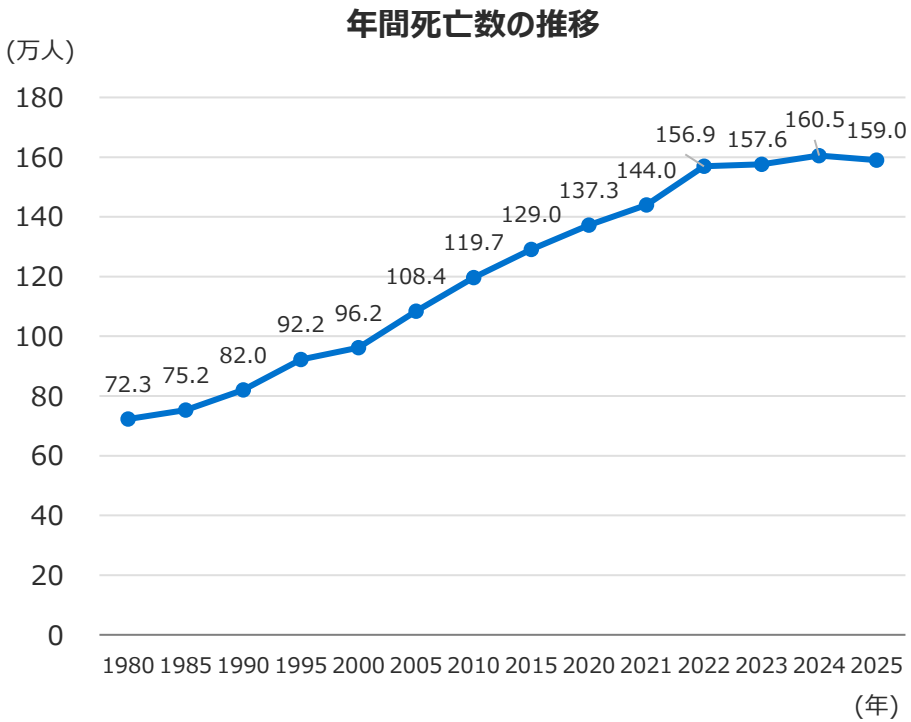
全国の40～80代への人口換算方法と留意点	103

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

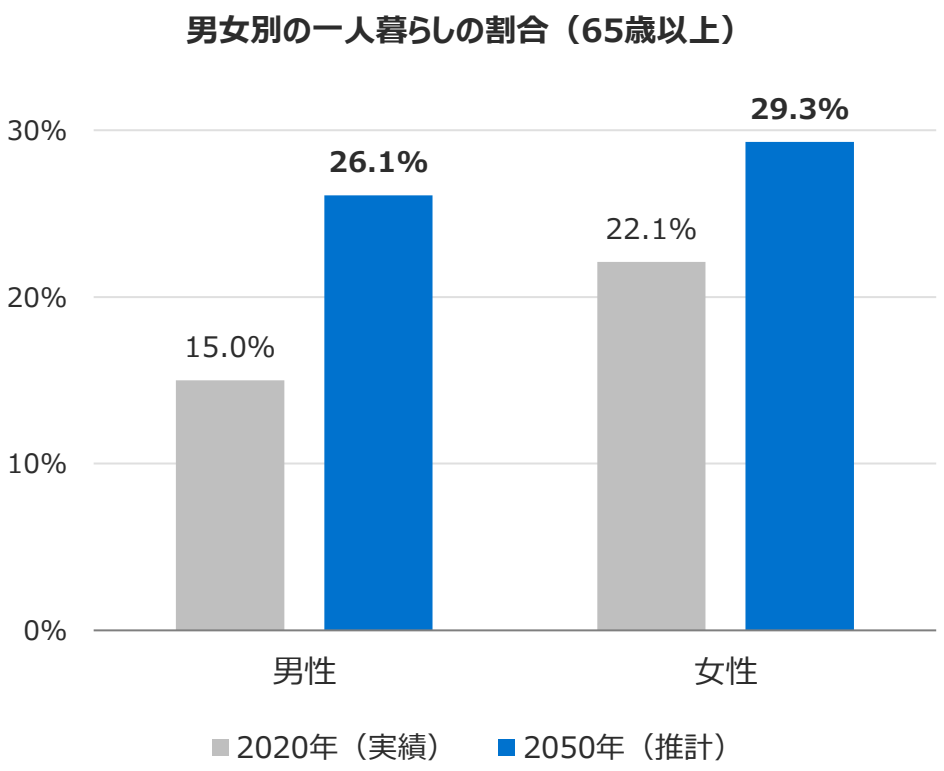
調査実施の背景｜①多死社会が進み、一人暮らしの高齢者が増える

- 年間死亡者数は年々増加傾向にある。65歳以上の一人暮らしの割合は約30%へ増加する見込みであり、単身高齢者の身じまいに関する課題は、これまでよりも大きくなることが予測される。

年間死亡数は約159万人



65歳以上の一人暮らしの割合は今後上昇する見込み



出所：【左】厚生労働省「令和7（2025）年人口動態統計（確定数）の概況」より日本総研作成
【右】内閣府「令和8年版高齢社会白書」図1-1-9「65歳以上の一人暮らしの者の動向」より日本総研作成

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

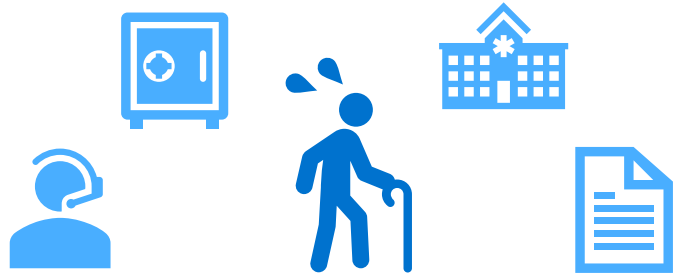
調査実施の背景｜②家族・親族だけに頼らない「身じまい」支援が求められる

- 高齢者の一人暮らしも増加が見込まれる中、高齢期の日常生活から死後までを社会として支える必要性が高まっている。
- 家族・親族がいても身近に頼れる人がいない場合があり、家族・親族だけによる対応を前提とせず、必要な支援を安心して利用できる環境の整備が求められる。

日常生活から死後まで、家族・親族に代わる支援の必要性

ガイドラインが示す支援の必要性
〔本文より抜粋〕

高齢化の進展や核家族化等に伴い、高齢者の単独世帯が増加してきている。特に高齢期には、医療機関への入退院や施設への入退所などの重大なライフイベントに直面することも多い。その際に、**身寄りがない、家族がいても身近に頼れる人がいない状況にある高齢者等の意思決定等を支援する仕組みが求められている。**



家族・親族に代わる支援と利用者保護
〔主なポイントを要約〕

- **病院への入院や介護施設等への入所の手続、日用品の買物などの日常生活の支援、葬儀や死後の財産処分など**、家族・親族に代わって幅広い支援を提供する事業者が増加している。
- こうした事業は、死後のサービスを含み、契約期間も長期にわたるため、利用者保護の必要性が高い。ガイドラインは、適正な事業運営と利用者の安心の確保に向け、契約内容の説明、サービス提供記録の作成・報告、前払金の区分管理などの留意事項を示している。
- また、サービスの提供に当たっては、利用者の尊厳と自己決定を尊重し、**本人の価値観に基づく意思決定に配慮すること**が重要とされている。

出所：【左】内閣官房・厚生労働省ほか関係省庁「高齢者等終身サポート事業者ガイドライン」（2024年6月）p4より抜粋。太字は日本総研による
【右】内閣官房・厚生労働省ほか関係省庁「高齢者等終身サポート事業者ガイドライン（主なポイント）」（2024年6月）を基に日本総研作成

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

調査実施の背景｜③「身じまい」支援をめぐる政策の動き

- 身じまいを社会として支える必要性が高まる中、**身寄りのない高齢者への支援体制の整備が、政策提言でも重要な課題**として位置づけられている。
- 自民党の「幸齢社会」の実現に向けた提言では、地域の支援体制に加え、高齢者等終身サポート事業の適正な発展や、官民の連携による支援の充実を掲げている。

誰もが安心して歳を重ねることができる「幸齢社会」の実現に向けて
～「幸せな身じまい」を実現できる社会の構築に向けて～

自民党社会保障制度調査会
幸齢社会ＰＴ

○　社会構造の変化に伴い、単独世帯が急増し、2050年に約44％（推計）となり、「身寄りのない高齢者等」（親族がいない、いても頼れない等）の増加も見込まれる中、高齢期への「備え」の観点が重要になってくる。
○　身寄りのない高齢者等への支援について、民間事業者での取組や社会福祉法や民法の改正法案の国会提出など着実に取組が進んでいる一方、団塊の世代が75歳を過ぎ、これまで以上にスピード感を持った対応が求められる。
○　このため、令和７年提言を深堀りするとともに、有識者等からのヒアリングにおける議論も踏まえ、政府に対し、身寄りのない高齢者等に対する支援の更なる強化に向けて提言を行う。

特に重点を置いて取り組むべき事項

【身寄りのない高齢者等を地域で支えるための体制整備】
・新しい第二種社会福祉事業を着実に実施する体制を整備するため、**社会福祉協議会の体制確保のための必要な支援**の実施や、幅広い主体の参入を図る観点からの、**事業の実施に当たって必要な要件の整理**。

【高齢者等終身サポート事業者における質の確保】
・終身サポートサービスを必要とする国民が質の確保された事業者を安心して選択できるよう、様々な業種を巻き込みつつ、国の関与・支援のもと事業者団体による認定の仕組みの創設を検討。その際、遺贈寄附された金銭を低所得者支援に充てているかの確認を含め、**業界内部での透明性や公正性を確保するための体制構築**を推進し、早期の備えに対する国民意識の向上の状況を見ながら、**将来的な課題として事業者等が利用できる基金等の検討**。

【金融機関における取組の促進】
・事業者団体における優良事業者認定の仕組みや新しい第二種社会福祉事業の創設などについて、**金融機関へ周知・情報提供**。
・金融サービス提供事業者や利用が見込まれる者への情報提供など、**民間保険や信託の活用の推進**。

【キャッシュレス対応の促進】
・買い物費用の立替え等の場で現金を授受することに起因する金融トラブルから身寄りのない高齢者等を守るための、**キャッシュレス対応の促進**。

【緊急連絡先等の情報登録・連携の仕組みの検討】
・**緊急連絡先等の情報登録・連携の仕組み**について、将来的に全国的なスキームとすることを見据えつつ、まずは、取組を始める地方自治体の参考に供する観点からの、**個人情報の取扱い等を整理したガイドラインの策定**。

【新たな成年後見制度の施行に当たってのきめ細やかな対応】
・新たな成年後見制度では、包括的代理権を有する成年後見人が存在しなくなり、**個々の法律行為ごとに制度の利用の必要性を確認して審判を受けるなど、利用者等に新たな対応が生じ得ることへのきめ細かな対応**の実施。

【地域の居住支援体制の構築に向けた支援等】
・居住支援法人の数は増えている一方、入居中の見守り等に対応できていない法人もあることから、**実態把握**を行い**地域の居住支援体制の構築に向け支援**。見守り等には**ICT機器等テクノロジーを活用**し、**駆け付け対応の人材確保**にも配意。**居住支援法人による残置物処理**の推進。身元保証を求める慣行の見直しを図るため**公営住宅ガイドラインを再周知**。

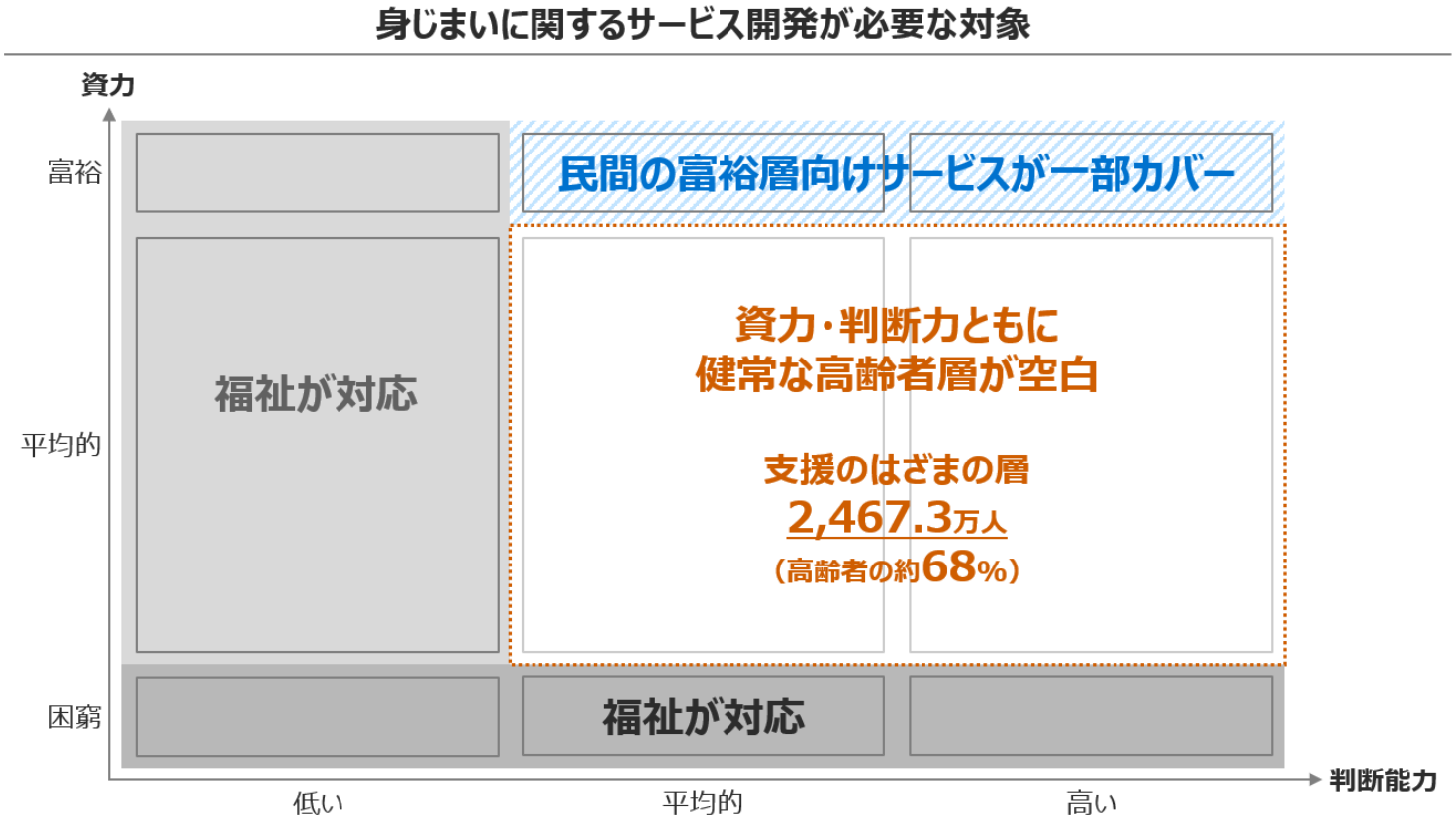
✓これまで身寄りのない高齢者等をどのように支えていくかという視点に立ち議論を行い、今後も取組の深化に向けて後押ししていく。
✓「多死社会」が進行していく中、国民一人ひとりが「幸せな身じまい」を実現できる社会を目指し、引き続き法的措置も含め、スピード感を持って取り組むとともに、政府において、府省庁横断的な課題に取り組むための司令塔機能の充実が図られるよう働きかけていく。

出所：自民党社会保障制度調査会幸齢社会PT 誰もが安心して歳を重ねることのできる「幸齢社会」の実現に向けて

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

調査実施の背景｜④「支援のはざま」を埋めるサービスの必要性

- 高齢期には、日常生活の支援から財産管理、医療に関する意思決定、死後の手続きまで、本人や周囲が判断・対応する事柄が幅広く存在する。
- 一方、公的支援と富裕層向けの民間サービスの間には、**判断力に問題がなく、資力が平均的な高齢者が利用できる支援が限られる「支援のはざま」**がある。
- こうした層が必要な支援を利用できるよう、**「支援のはざま」を埋めるサービスの拡充**が求められる。

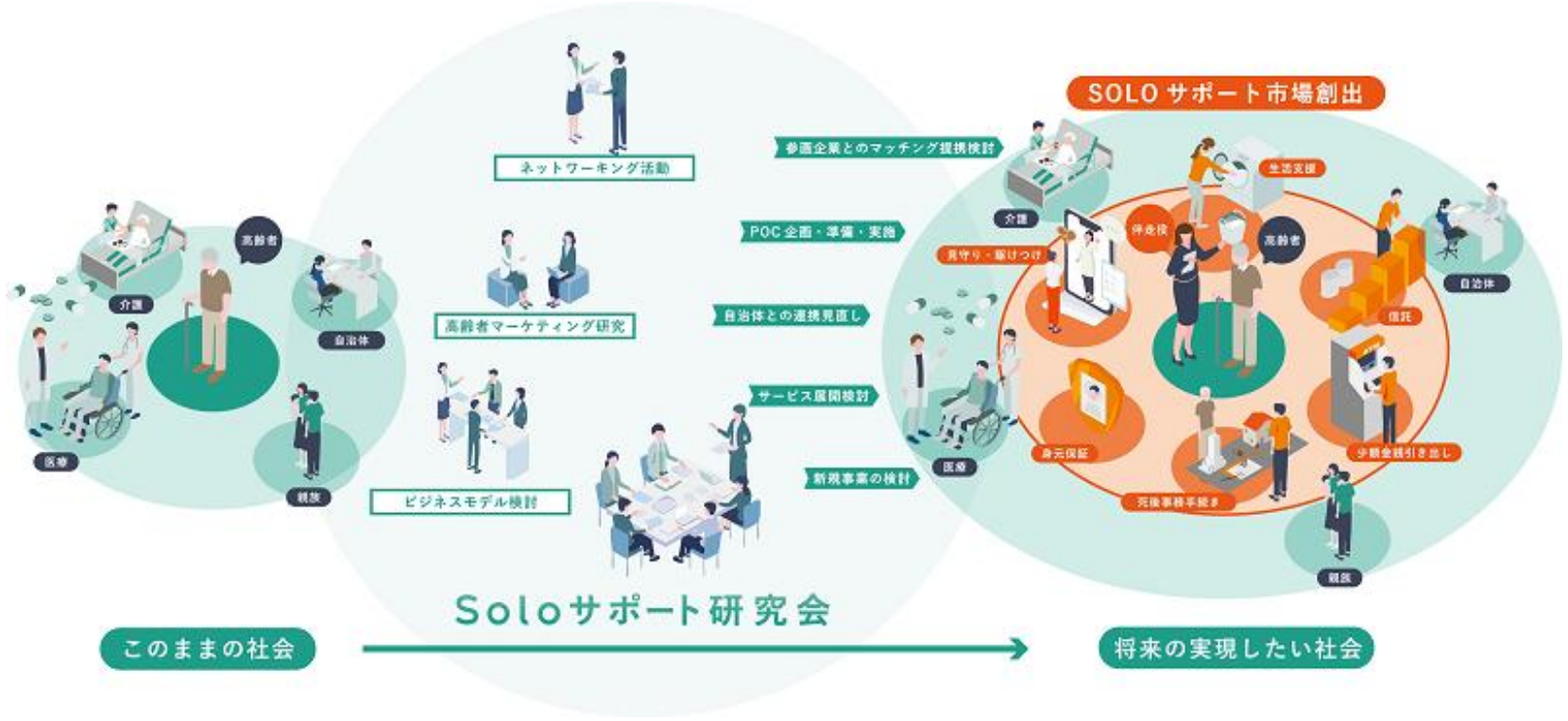


出所:（日本総研レポート）高齢おひとりさまの「支援のはざま」－生前から死後までの伴走支援から取り残される247万人－を基に日本総研作成

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

調査実施の背景｜⑤「身じまい」支援市場の創出に向けた日本総研の取り組み

- 日本総研は、**「支援のはざま」を埋めるサービスの拡充と市場創出**を目指し、「SOLOサポート研究会」などを通じて、必要な支援を選び、提供するサービスの在り方を検討してきた。
- こうした検討を具体化するには、誰がどのような支援を必要とし、備えを進める上で何に困っているのかを、本人の実態に即して捉える必要がある。



出所：SOLOサポート研究会HP

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

調査概要｜支援の具体化に向けて本調査で明らかにしたいこと

- 身じまい支援を具体化するには、頼りたい相手と実際に頼める相手の状況や備えの状況に加え、本人と親族を支える側の課題・サービスへの意向を把握する必要がある。
- 本調査では、次の4つの疑問を明らかにし、支援が必要な人への働きかけ方と、サービスに求められる要件を検討する。

誰が、どの支援で 頼れずにいるのか？	• 家族・親族の有無だけでは、必要な場面で誰に何を頼めるかを判断できない。 • 本人が頼りたい相手と、支援内容ごとに実際に頼める相手の状況を把握し、**どのような人が、どの支援で「頼める人はいない」のか**を明らかにする。
誰に、どのように 働きかければよいのか？	• 高齢者全体の平均や準備率だけでは、対象に合った働きかけを具体化しにくい。 • 年代・配偶者・子どもの有無別の備えの違いに加え、**取り組み段階別の困難や、身じまいを考え始めたきっかけ**を把握し、働きかけの対象・時期・方法を検討する。
どんなサービスなら 使いたいと思うのか？	• 支援の必要性だけでは、サービスを使うかどうかは判断できない。 • 本人のサービス利用意向と重視する点を把握し、サービスに求められる要件を整理する。
支える側は、 何に困っているのか？	• 本人だけでなく、支援する側の困りごとや意向も、サービスの在り方を考える前提になる。 • 支援中・支援予定の人が、**支援に際して困っていることや、親族にサービス利用を勧める意向**を把握し、求められるサービスの役割を検討する。

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

調査概要｜調査の目的・対象者・手法

- 支援の必要性や備えの状況を幅広く捉えるため、家族・親族の有無や現在の支援の有無で対象を限定せず、全国の40～80代の男女10,000人を対象に調査を実施した。
- 高齢期に入る前の備えや意向も含め、頼りたい相手と、支援内容ごとに実際に頼める相手、身じまいへの取り組み状況、支援サービスへのニーズを把握した。

調査目的	• 高齢期前の世代も含め、「身寄り力」や身じまいへの取り組み状況を把握し、年代・配偶者・子どもの有無等による違いを踏まえ、**取り組みを妨げる要因と行動のきっかけ**、**潜在的な支援ニーズ**を明らかにする。 • これらを踏まえ、**高齢者が利用しやすい支援サービスの要件**を整理し、拡充と市場創出につなげる。
調査対象者	全国の40～80代の男女 ※ 支援の必要性や備えの状況を幅広く捉えるため、現在の支援の有無や家族・親族の有無等で対象を限定していない。 また、高齢期に入る前の備えや意向を把握し、早期からの働きかけを検討するため、40～50代も対象とした。
回答者数・割付	10,000人 性別・年代別に以下のとおり割付。 • 40代・50代・60代・70代：各年代2,400人（男女各1,200人） • 80代：400人（男女各200人） ※ 80代は、調査モニターの登録状況を踏まえて割付数を設定。
設問数	属性情報14問 / 本調査35問
調査手法	インターネットによるアンケート調査
調査項目	調査項目（次頁）参照
調査時期	2026年7月3日～6日
調査結果の公表	本調査の結果は、「実態把握編」と「支援・サービス検討編」の2編で報告する。

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

調査概要｜調査項目（概要）

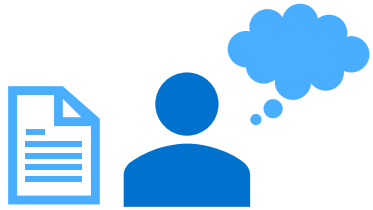
- 本調査では、回答者の属性や暮らしの状況に加え、頼りたい相手と実際に頼める相手、身じまいへの意識・取り組み状況、準備上の困難、サービス利用意向を把握した。
- また、親族の身じまいを支援している人・今後支援する予定の人には、支援に際しての課題や、親族にサービス利用を勧める意向も尋ねた。

1 属性

- 基本属性（年齢、性別、同居者、婚姻状況、子の有無、居住地域の規模）
- 暮らしの状況（住居種別、就業状況、経済的・時間的余裕、決定権者かどうか、収入、資産、将来の備えの目途、財産の使い道）
- 心身の状態（健康状態、介護・介助の必要性、判断能力）
- 社会とのつながり（友人との関係）
- 人生への価値観（人生への満足度、これからの人生の望み、将来への不安）
- 身じまい支援の経験

2 支援者としての考え方（身じまい支援中・支援予定の方のみ回答）

- 支援対象者との同居有無
- 支援に際して困っていること、親族にサービス利用を勧める意向



3 身じまいに関する状況

- 頼れる人の状況（頼りたい相手、支援内容ごと※に実際に頼める相手）
- 身じまいの取り組み状況（理解度、準備状況、具体的な準備状況、（取組済の方のみ）きっかけ）

※5つの支援領域の具体的な内容
1.日常生活の支援：日常生活のお手伝い、病院の送り迎え等
2.買い物・支払い代行等：少額のお金を預けた買い物や光熱水費の支払い代行等
3.入院時等の支援：入院時の緊急連絡先や身元保証人、いざというときのお金の援助
4.死後の手続き：死亡届の提出等の公的な手続きや葬儀・家の始末等
5.身じまいの相談：身じまいに関する相談

4 身じまいへの価値観

- 誰が対応すべきか、いつ取り組むべきか、誰に相談したいか

5 身じまい関連サービスの利用についての考え方

- 身じまいの準備を進める上で難しい点
- サービス利用意向、重視する点

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

本レポートの位置づけと分析の視点

- 本調査のうち、本レポート「実態把握編」では、頼りたい相手と、支援内容ごとに実際に頼める相手、身じまいの備えの状況を、年代・配偶者・子どもの有無や取り組み段階に着目して分析する。
- 本編は以下の3章で構成し、支援を必要とする人の実態と、備えを進める上での課題を整理する。

1 頼りたい相手がいても、頼めない支援がある高齢者の実態

- 60代以上を対象に、頼りたい相手と、日常生活・買い物や支払い代行・入院時等の支援・死後の手続き・身じまいの相談の5つの支援領域で実際に頼める相手の有無を把握する。
- 少なくとも1つの支援で「頼める人はいない」と回答した人の配偶者・子どもの有無と同居状況を分析する。

2 年代・配偶者・子どもの有無からみる身じまいの備えと支援ニーズ

- 40～80代の回答者を、年代と配偶者・子どもの有無による5群に分け、支援内容ごとに実際に頼める相手の状況を比較する。
- あわせて、身じまいへの関心、情報収集・準備への着手状況、支援領域ごとの具体的な備えの違いを捉える。

3 身じまいの取り組み状況と行動のきっかけ

- 関心の有無や情報収集・準備の状況に応じた取り組み段階別に、該当する人の割合と、準備を進める上での困難を整理する。
- また、未着手者の今後の取り組み意向と、検討等に進んだ人が挙げたきっかけを確認し、備えを始める機会を考える手掛かりを整理する。

別冊「支援・サービス検討編」（2026年12月発表予定）で扱う内容

本人のサービス利用意向・重視点と、親族を支える側の課題・サービス利用を勧める意向を分析し、サービスに求められる要件を検討する。

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

調査サマリ：実態把握編の主な結果

約6人に1人は、頼りたい相手がいても「頼めない」支援がある

- **頼りたい相手がいる60代以上の16.2%は、日常生活から死後の手続きまでの5つの支援領域のうち、少なくとも1つで「頼める人はいない」**と回答した。

頼める相手の不足は、死後の手続きより日常生活で多い

- 60代以上で「頼める人はいない」と回答した割合は、買い物・支払い代行等で17.2%、日常生活の支援で16.0%となり、死後の手続きの10.1%を上回った。

頼める相手の不足は、高齢期に入る前からみられる

- **配偶者・子どもがいない40～50代では、支援領域ごとに42.6～50.9%が「頼める人はいない」**と回答した。

関心があっても未着手の人が半数以上。その約半数は「きっかけがあれば始める」

- 40～80代の回答者の53.1%が「関心はあるが、まだ何も始めていない」と回答した。この層の約半数は、今後について「きっかけがあれば始めるつもり」と回答した。

関心があっても、自分に合う選択肢の判断に難しさがある

- 準備を進める上での困難は「どれが自分に最適かわからない」が、関心はあるが未着手の層で47.0%、情報収集を始めた層でも36.2%と、それぞれ最も多かった。

注：各数値は調査回答者の集計値。集計対象は項目により異なる。

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

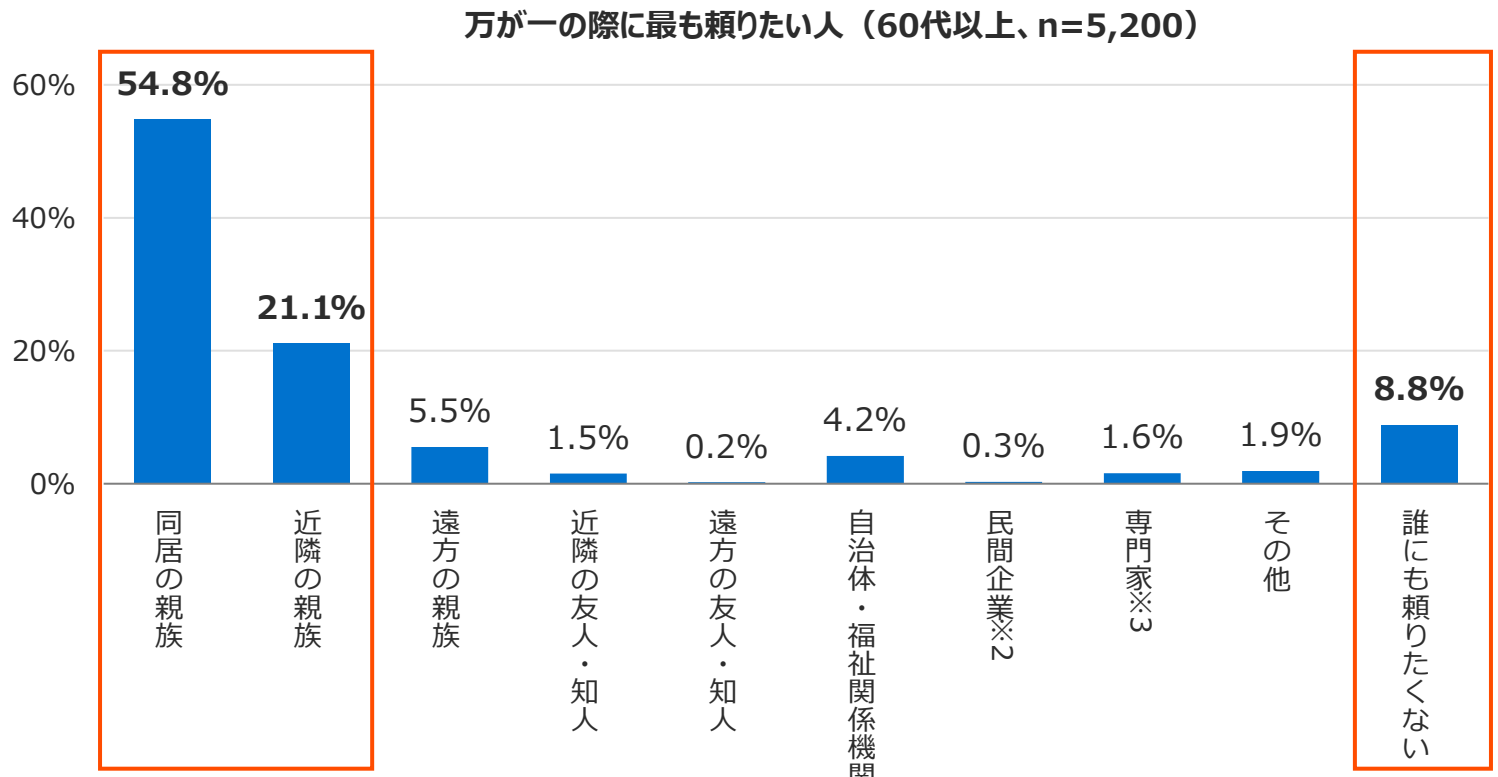
調査結果1　頼りたい相手がいても、頼めない支援がある高齢者の実態

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

高齢者が頼りたいのは、「同居の親族」

- 60代以上の回答者が万が一の際に最も頼りたい相手は、**「同居の親族」が54.8%で最も多い。**
  「近隣の親族」（21.1%）と合わせると、**約4分の3が身近な親族**であった。
- 一方、**「誰にも頼りたくない」と回答した人も8.8%**であった。

Q24.ご自身に万が一のことがあった際、最も頼りたい人は誰ですか。相手の状況にかかわらず、あなたの希望に最も近い方を1人お選びください。（SA）



※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

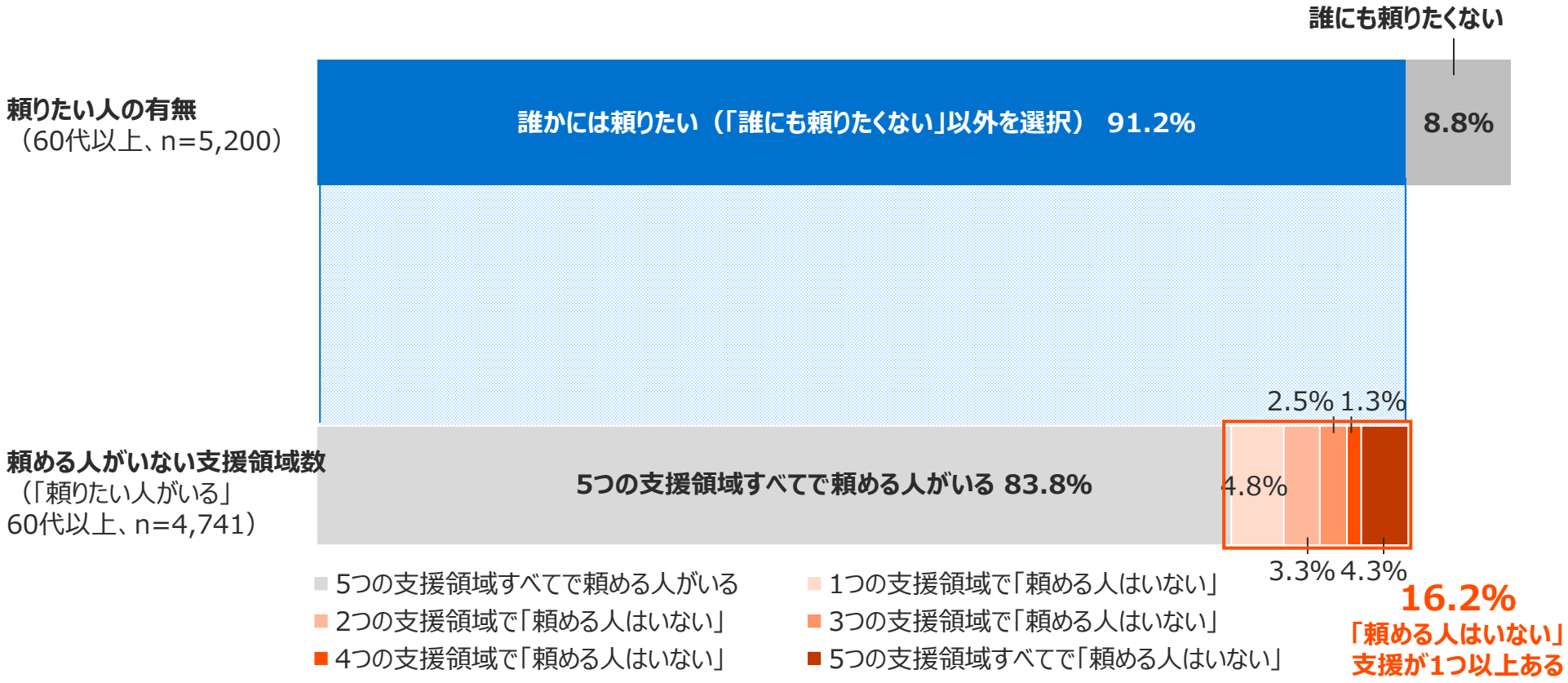
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

頼りたい相手がいる高齢者の6人に1人は、少なくとも1つの支援領域で頼める人がいない

- 頼りたい相手がいる60代以上の回答者の**16.2%は、5つの支援領域のうち少なくとも1つで「頼める人はいない」**と回答した。
- また、**5つの支援領域すべてで「頼める人はいない」と回答した人も4.3%**であった。

Q24.ご自身に万が一のことがあった際、最も頼りたい人は誰ですか。（SA）
Q25.実際に以下のこと（5つの支援領域について回答）を頼める人をすべてお選びください。（MA）

頼りたい人の有無と、頼める人がいない支援領域数（60代以上）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

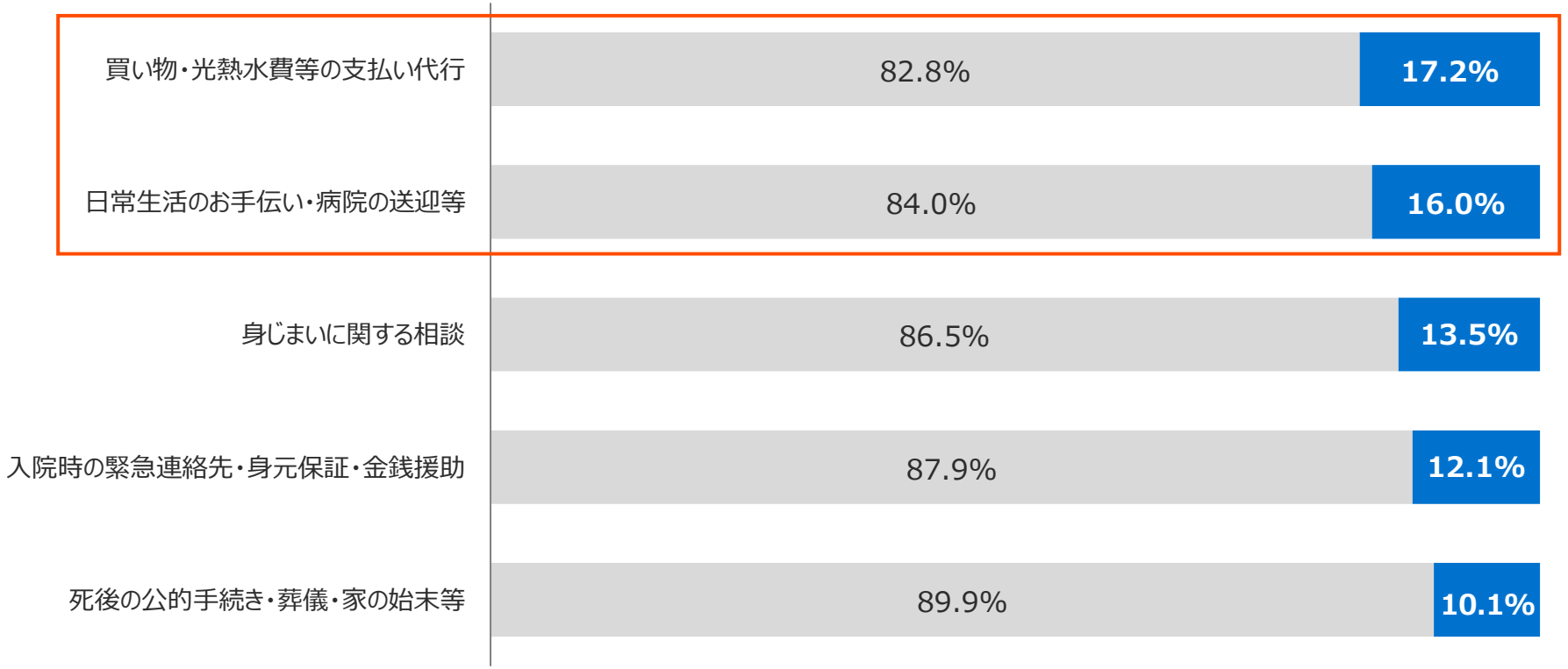
「頼める人はいない」割合は、「死後」より「日々の暮らし」で高い

- 60代以上の回答者で「頼める人はいない」の割合が最も多いのは**「買い物・支払い代行等」（17.2%）**、次いで**「日常生活の支援」（16.0%）**であった。
- これらは、**「死後の手続き」（10.1%）より多く**、死後の手続きよりも、生前の日常生活で「頼める人はいない」割合が高い。

Q25.実際に以下のこと（5つの支援領域について回答）を頼める人をすべてお選びください。（MA）

支援領域別の「頼める人はいない」の割合（60代以上、n=5,200）

生前の日常生活にも支援の不足がある



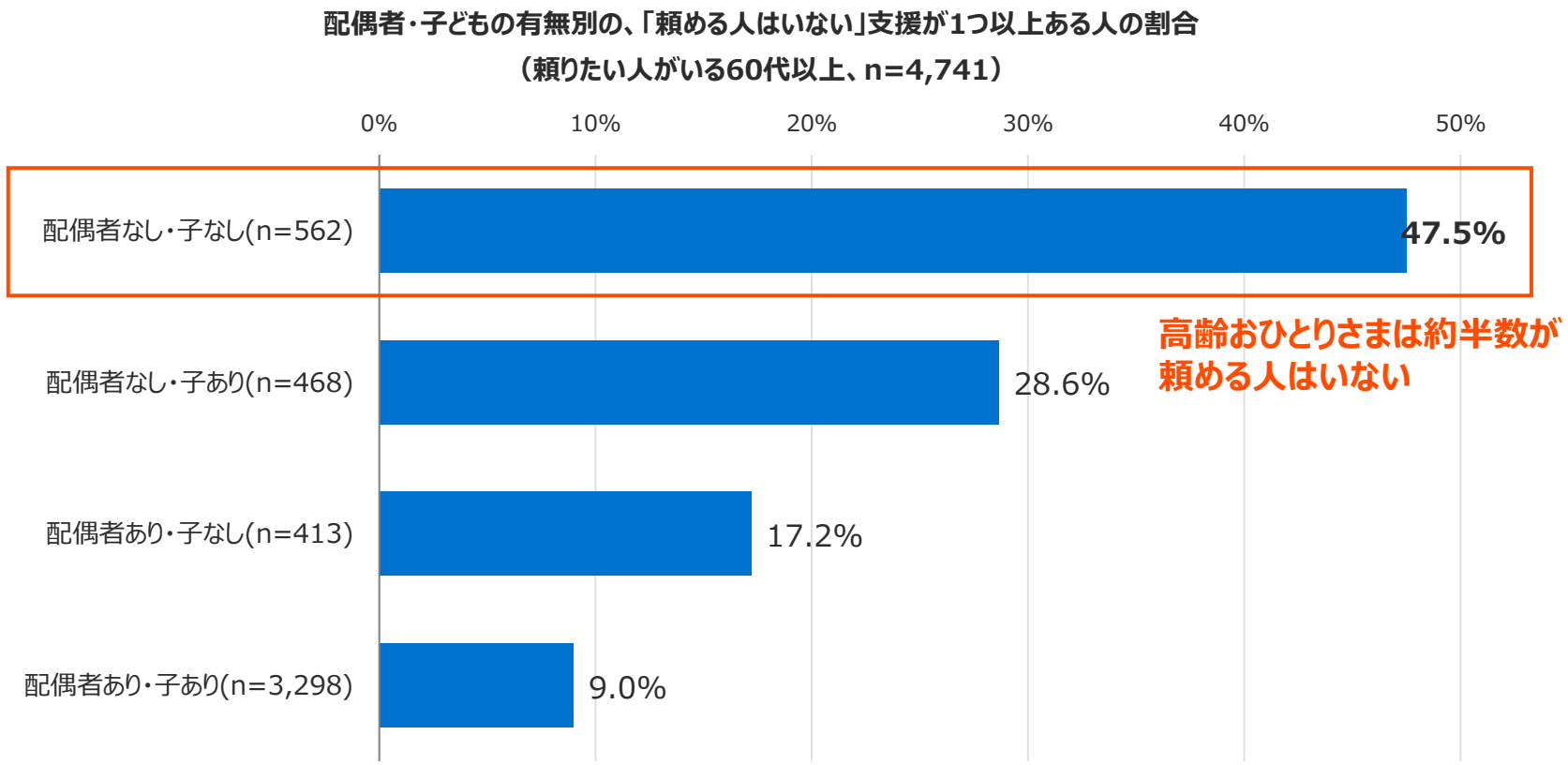
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

頼りたい相手がいる高齢おひとりさま*の約半数は、頼めない支援がある

*配偶者・子どもがいない人と定義

- 頼りたい相手がいる60代以上で、少なくとも1つの支援で「頼める人はいない」と回答した割合は、**配偶者・子どもがともにいない人で47.5%と、4区分の中で最も高く、全体平均（16.2%）の約3倍**であった。
- 一方、配偶者なし・子どもありでは28.6%、配偶者あり・子どもなしでは17.2%、両方いる人でも9.0%となり、配偶者や子どもがいても、頼めない支援がある人がみられた。

Q25.実際に以下のこと（5つの支援領域について回答）を頼める人をすべてお選びください。（MA） ×配偶者・子どもの有無



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

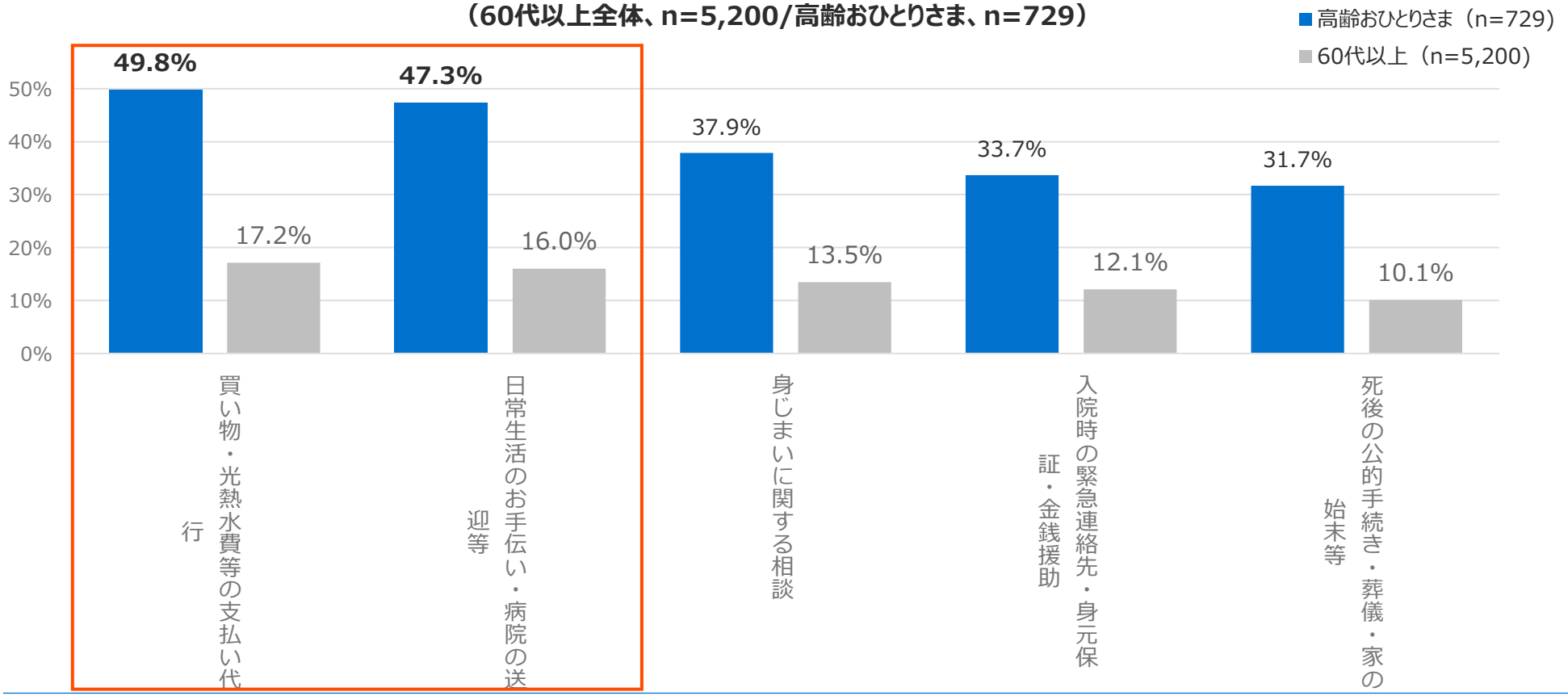
高齢おひとりさまは、日常の支援で約5割が「頼める人はいない」

- 高齢おひとりさまが「頼める人はいない」と回答した割合は、**「買い物・支払い代行等」が49.8%**、**「日常生活の支援」が47.3%**であった。
- 「死後の手続き」の31.7%を上回り、死後への備えに加え、日々の暮らしを支える相手の確保も課題となる。

Q25.実際に以下のこと（5つの支援領域について回答）を頼める人をすべてお選びください。（MA）

支援領域別の「頼める人はいない」の割合

（60代以上全体、n=5,200/高齢おひとりさま、n=729）

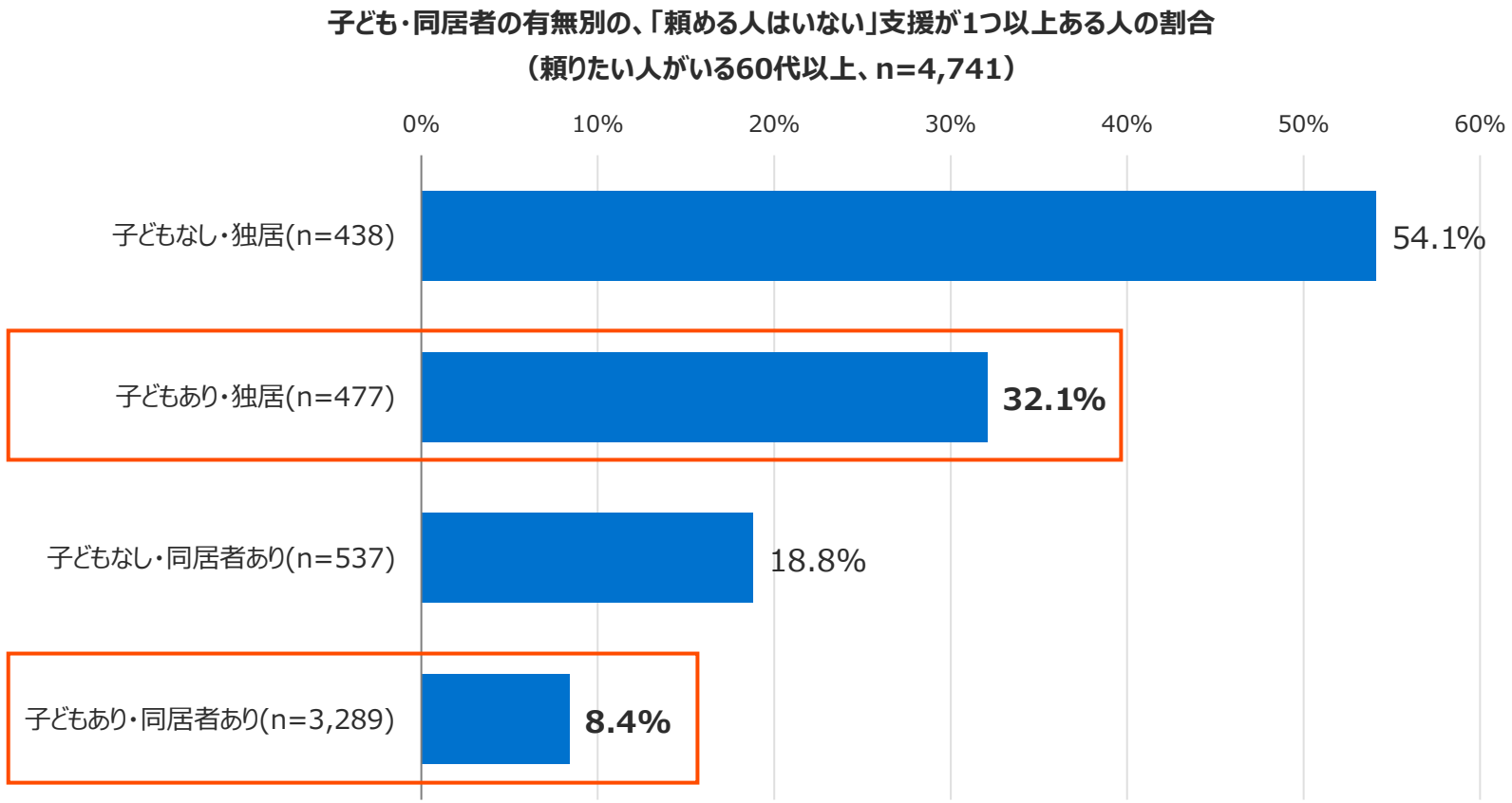


Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

子どもがいても、一人暮らしの約3人に1人は頼めない支援がある

- “頼りたい相手がいる60代以上のうち、子どもがいる人”を同居状況別に分析すると、少なくとも1つの支援で「頼める人はいない」と回答した割合は、独居で32.1%、同居者がいる人で8.4%だった。
- 子どもがいる独居（32.1%）は、子どもがいない同居者あり（18.8%）より、「頼める人はいない」支援がある割合が高い。実際に支援を頼めるかどうかは、子どもの有無よりも同居者の有無で分かれる。

Q25.実際に以下のこと（5つの支援領域について回答）を頼める人をすべてお選びください。（MA）×子ども・同居者の有無



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

＜考察＞家族の有無だけでは捉えきれない高齢者の支援ニーズ

1 頼りたい相手に、すべての支援を頼めるとは限らない

- 60代以上では約4分の3が身近な親族を最も頼りたい相手に挙げる一方、頼りたい相手がいる人の6人に1人(16.2%)は、5つの支援領域のうち少なくとも1つで「頼める人はいない」と回答した。
- 本人が頼りたい相手を挙げていても、それだけで支援を確保できているとは判断せず、希望する相手と実際に頼める相手を分けて確認する必要がある。

2 子がいるかどうかよりも、近くで暮らす人がいるかどうかが重要

- 頼りたい相手がいる60代以上で、頼めない支援がある人は、配偶者も子どももいない層で47.5%に上り、子どもがいる層でも独居では32.1%、同居者ありでは8.4%であった。
- 配偶者・子どもがいない人への支援に加え、配偶者や子どもがいる人についても、居住状況を踏まえて支援の必要性を捉えることが重要である。

3 身じまい＝死への対処ではなく、日常生活をどう保つかに注目すべき

- 60代以上全体では、日常生活の支援等で頼める人がいない割合が死後の手続きを上回り、子どもがいる層でも、日常生活の支援や買い物・支払い代行等で独居と同居者ありの間に約20ポイントの差がみられた。
- 身じまいに関する支援の課題は、死後の対応に限られないことに注意が必要である。もし、生前の日々の暮らしにおいて支援が必要になった場合に、誰に何を頼めるかという視点も重要となる。

頼りたい・頼める相手がいることと、日常生活から死後の手続きに至る支援を頼めることとは別である。
子に「老後の面倒を見てもらう」という曖昧なイメージから、日常生活から死後の手続きを頼める人を、家族以外の選択肢も含めて自ら考える「身じまい」への転換が必要である。

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

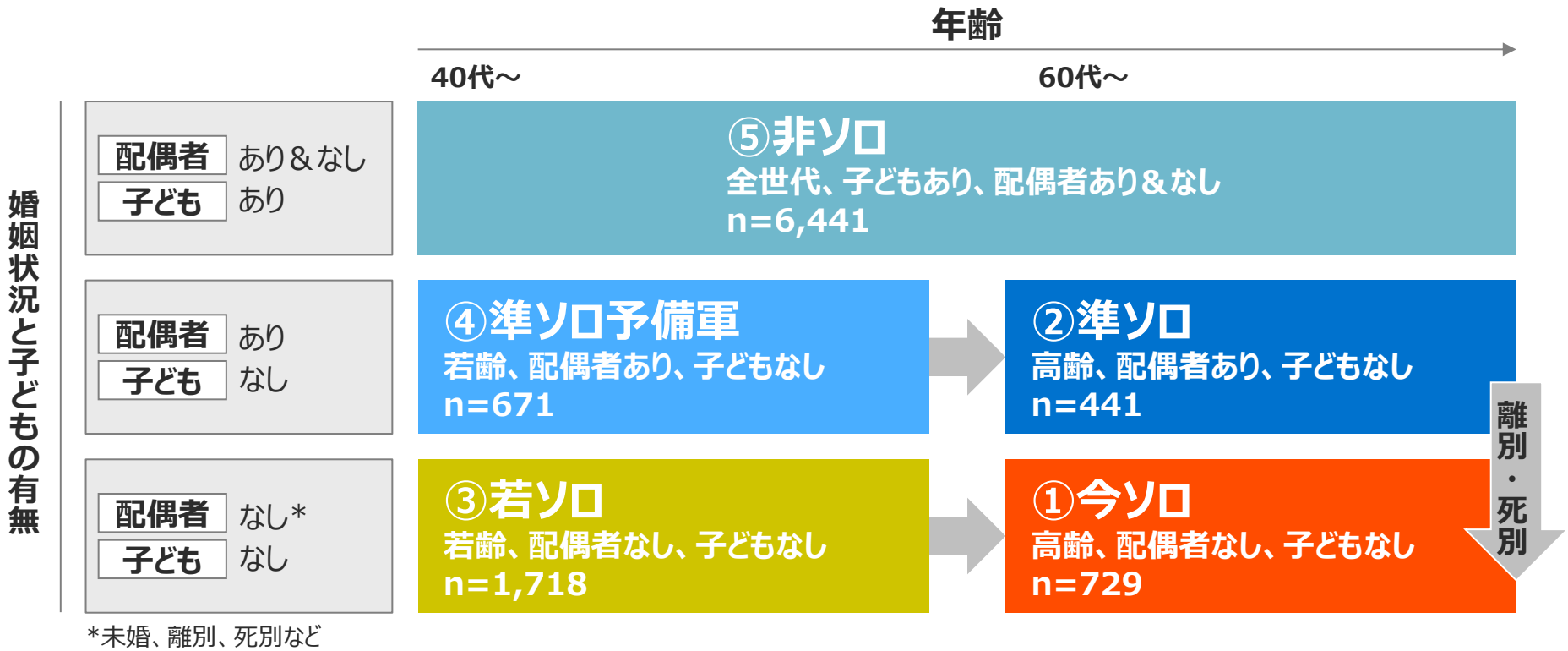
調査結果2　年代・配偶者・子どもの有無からみる身じまいの備えと支援ニーズ

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

年代と配偶者・子どもの有無による5つの分類

- 回答者を年代と配偶者・子どもの有無によって5つの群に分類し、頼りたい相手、支援内容ごとに実際に頼める相手、身じまいへの備えの状況を比較した。
- 子どもがいない人を年代と配偶者の有無で4群に分け、子どもがいる人と比較することで、それぞれの特徴を整理する。

※子どもがいる⑤非ソロは40～80代を含むため、群間の差には年代構成の違いも含まれる。



*未婚、離別、死別など

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

配偶者・子どもがいない層は、「頼める人はいない」割合が多い

- 各支援領域で「頼める人はいない」と回答した割合は、①今ソロで32～50%、③若ソロで43～51%と、他の3群より高かった。特に、緊急連絡先・身元保証等、死亡届等の手続き、身じまいの相談では、③若ソロが①今ソロを約10ポイント上回った。
- 「誰にも頼りたくない」は③若ソロで約3割、①今ソロで約2割と、他の3群より高かった。実際に頼める相手の確保に加え、本人が誰を頼りたいと考えているかを確認することも重要と考えられる。

Q24.ご自身に万が一のことがあった際、最も頼りたい人は誰ですか。（SA）
Q25.実際に以下のこと（5つの支援領域について回答）を頼める人をすべてお選びください。（MA）

年代、配偶者・子どもの有無別の「誰にも頼りたくない」「頼める人はいない」（支援領域別）の回答割合（40～80代、n=10,000）

	万が一のことがあった際に、**「誰にも頼りたくない」**の回答割合	以下のことを頼める人について、**「頼める人はいない」**の回答割合				
		日常生活の支援	買い物・支払い代行等	入院時等の支援	死後の手続き	身じまいの相談
①今ソロ（n=729） 60代以上、配偶者・子どもなし	**19.9%**	**47.3%**	**49.8%**	**33.7%**	**31.7%**	**37.9%**
②準ソロ（n=441） 60代以上、配偶者あり、子どもなし	11.3%	16.6%	18.4%	14.7%	13.8%	18.4%
③若ソロ（n=1,718） 40～50代、配偶者・子どもなし	**29.1%**	**47.2%**	**50.9%**	**43.7%**	**42.6%**	**48.7%**
④準ソロ予備軍（n=671） 40～50代、配偶者あり、子どもなし	15.8%	22.7%	24.4%	23.2%	22.1%	25.2%
⑤非ソロ（n=6,441） 全世代（40～80代）、子どもあり、配偶者の有無は問わない	10.2%	13.6%	14.7%	12.1%	10.2%	12.9%

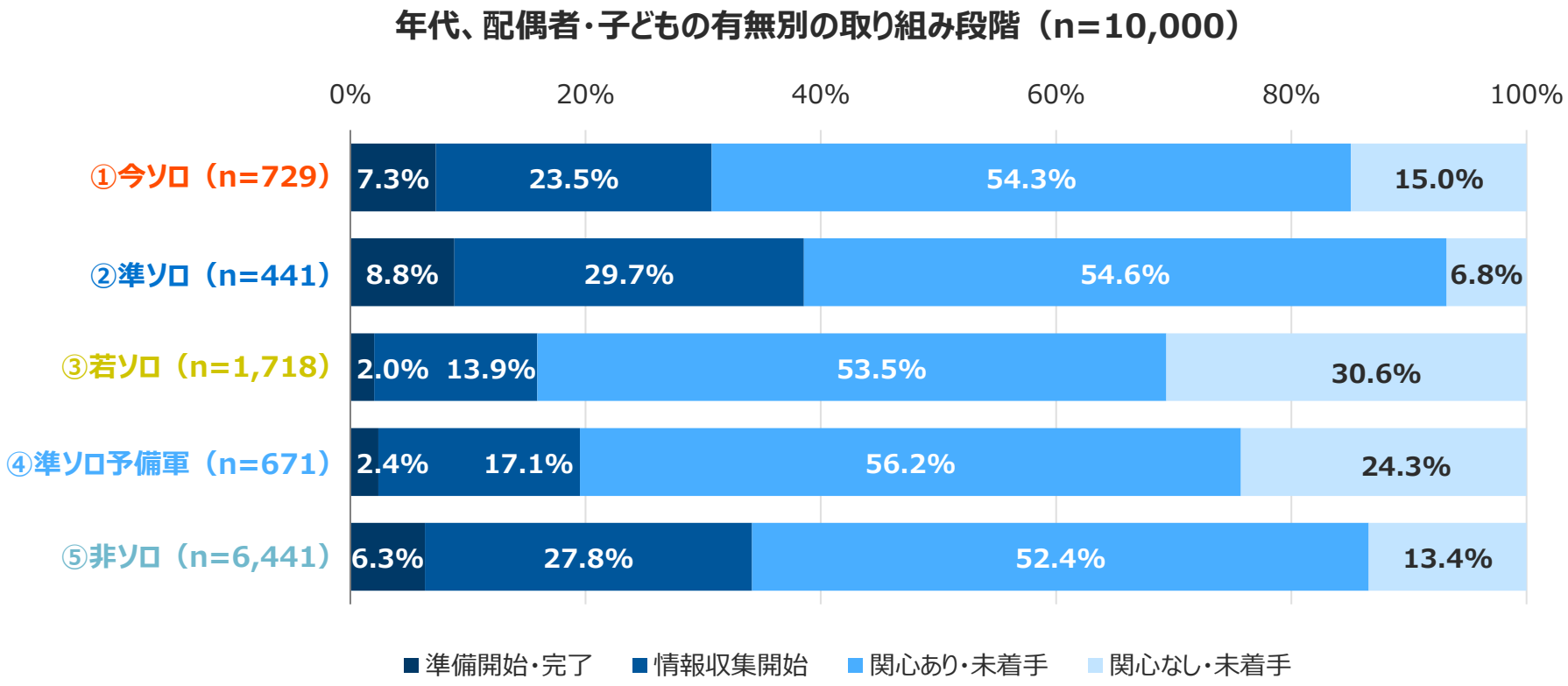
支援の表記は次の選択肢を短くしたもの
日常生活の支援：日常生活のお手伝い、病院の送り迎え等
買い物・支払い代行等：少額のお金を預けた買い物や光熱水費の支払い代行等
入院時等の支援：入院時の緊急連絡先や身元保証人、いざというときのお金の援助
死後の手続き：死亡届の提出等の公的な手続きや葬儀・家の始末等
身じまいの相談：身じまいに関する相談

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

40～50代の子どもがいない層では、情報収集・準備への着手が2割未満

- いずれの群でも「関心はあるが、まだ何も始めていない」が半数以上を占めた。着手率には群間差があるものの、関心が行動に結び付いていない状況は各群に共通している。
- 情報収集・準備への着手は、③若ソロ・④準ソロ予備軍では2割未満にとどまり、他の3群の約3～4割を下回った。③④の2群では、身じまいを自分のこととして考え、取り組みを始めるきっかけづくりが課題と考えられる。

Q27.自身の身じまいについて、現在の状況に最も近いものを1つお選びください。（SA）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

40～50代の子どもがいない層では、5つの項目すべてで半数以上が未検討

- ③若ソロ・④準ソロ予備軍では、5つの項目すべてで半数以上が「考えていない」と回答し、他の3群より高かった。③④の2群では、特定の項目に限らず、備えの検討が進んでいない状況がみられる。
- 日常生活の支援・病院同行は、どの群でも半数以上が未検討で、5つの項目の中で最も高かった。身じまいの備えを考える際には、生前の日常生活を支える相手や方法にも目を向ける必要がある。

Q28. 身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に近いものを1つお選びください。（SA）

年代、配偶者・子どもの有無別の各項目を「考えていない」割合
（40～80代、n=10,000）

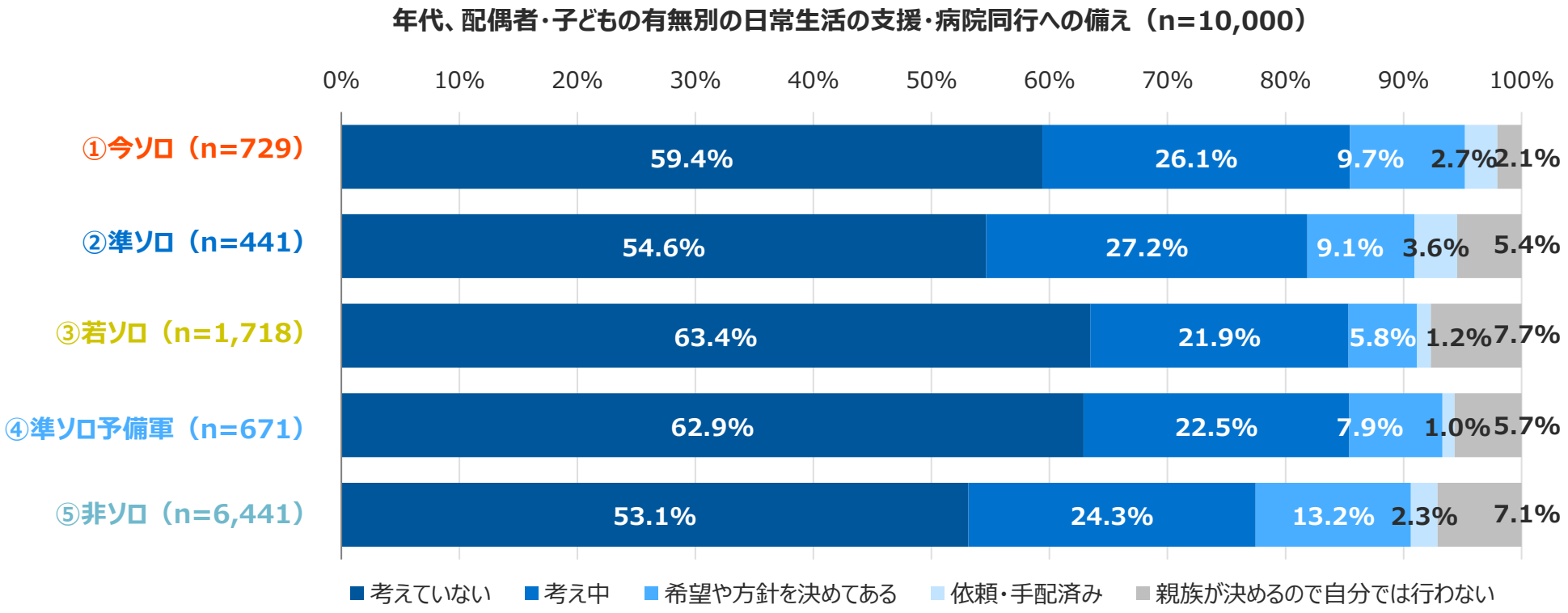
	日常生活の支援・病院同行	家の管理・不用品・データ処分	金銭管理・相続	延命治療の意思・保証人確保	葬儀・納骨の手配
①今ソロ（n=729） 60代以上、配偶者・子どもなし	59.4%	49.5%	46.1%	51.7%	50.6%
②準ソロ（n=441） 60代以上、配偶者あり、子どもなし	54.6%	44.4%	39.9%	44.4%	46.0%
③若ソロ（n=1,718） 40～50代、配偶者・子どもなし	63.4%	59.2%	57.5%	61.7%	62.4%
④準ソロ予備軍（n=671） 40～50代、配偶者あり、子どもなし	62.9%	58.4%	53.7%	57.5%	60.4%
⑤非ソロ（n=6,441） 全世代（40～80代）、子どもあり、配偶者の有無は問わない	53.1%	44.6%	39.1%	44.9%	45.5%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

日常生活の支援は、どの群でも依頼・手配済みが数%にとどまる

- 日常生活の支援・病院同行について、「考えていない」「考え中」を合わせると、各群で約8割を占めた。
- 群を問わず、多くの人が希望や方針を決める前の段階にある。
- 「希望や方針を決めてある」は各群でおおむね1割、「依頼・手配済み」は数%にとどまった。
  本人の意向や必要性に応じて、希望の整理や具体的な依頼先の確認を支えることが重要と考えられる。

Q28. 身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に近いものを1つお選びください。（SA）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

＜考察＞年代、配偶者・子どもの有無による違いを踏まえた、身じまいへの備え

① 配偶者・子どもがいない群（今ソロ・若ソロ）は、「頼める先の確保」が最重要

- 配偶者・子どもがいない人では、「頼める人はいない」が60代以上で約3～5割、40～50代で約4～5割と、配偶者または子どもがいる人より高かった。
- 「誰にも頼りたくない」との回答も、60代以上で約2割、40～50代で約3割みられた。頼める相手の有無と本人の意向を分けて確認し、高齢期に限らず、家族以外の頼める先も含めて選択肢を考える機会が重要と考えられる。

② 40～50代の子どもがいない層では、備えを始めるきっかけが必要

- 情報収集・準備への着手は、40～50代の子どもがいない人では配偶者の有無にかかわらず2割未満にとどまり、60代以上の子どもがいない人や、子どもがいる人の約3～4割を下回った。
- 40～50代の子どもがいない人には、将来必要になる支援を身近な場面から考え、情報収集や準備を始められるような働きかけが重要と考えられる。

③ すべての人が、日常生活の支援への備えを具体的に考えるべき

- 日常生活の支援・病院同行は、すべての群で半数以上が未検討で、依頼・手配済みは数%にとどまった。
- 配偶者や子どもがいる層も含め、支援が必要になったときの頼み先や対応を具体的に考える機会が必要と考えられる。

子がいないことが「頼める人がいない」「手詰まり」とならないよう、制度、地域、民間サービスなど多様な選択肢があることを知らせるような仕掛けが求められる。
身じまい＝高齢期ではなく、「人の助けを必要とすることはいつでも・誰にでもある」ことを前提とし、すべての人が考える雰囲気を醸成すべき。

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

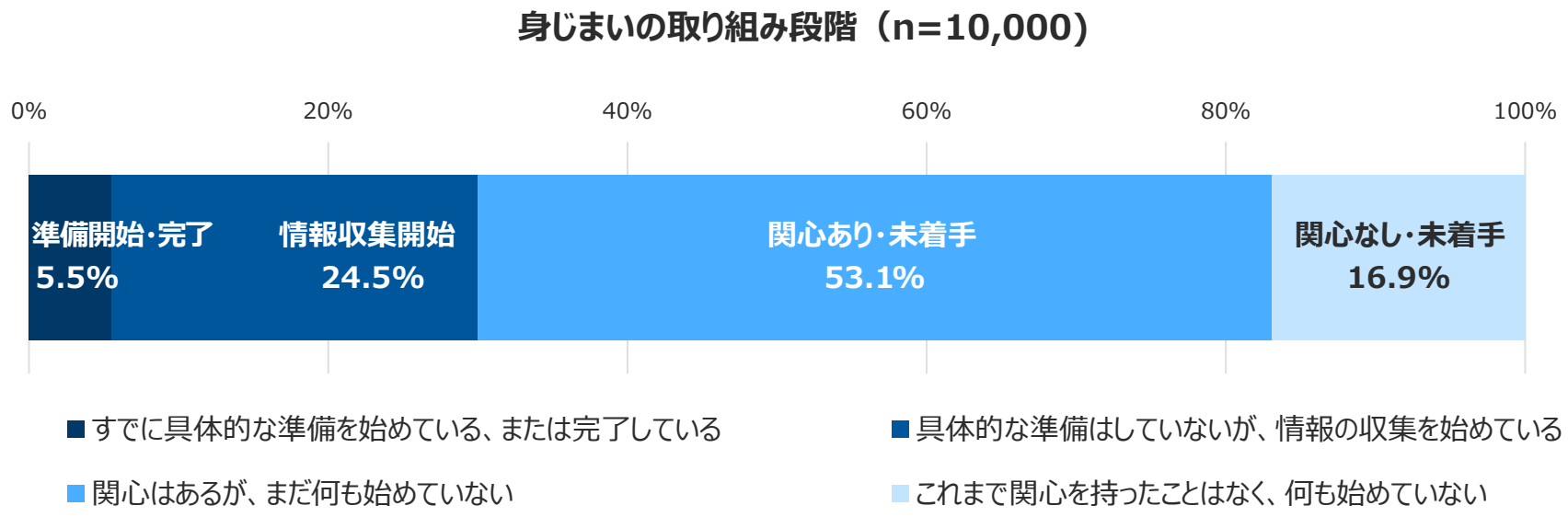
調査結果3　身じまいの取り組み状況と行動のきっかけ

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいに関心があっても未着手の人が半数以上

- 40～80代の回答者の半数以上が、「関心はあるが、まだ何も始めていない」と回答した。
- 情報収集を始めている人は約4人に1人、具体的な準備を開始・完了した人は約6%にとどまった。

Q27.自身の身じまいについて、現在の状況に最も近いものを1つお選びください。（SA）

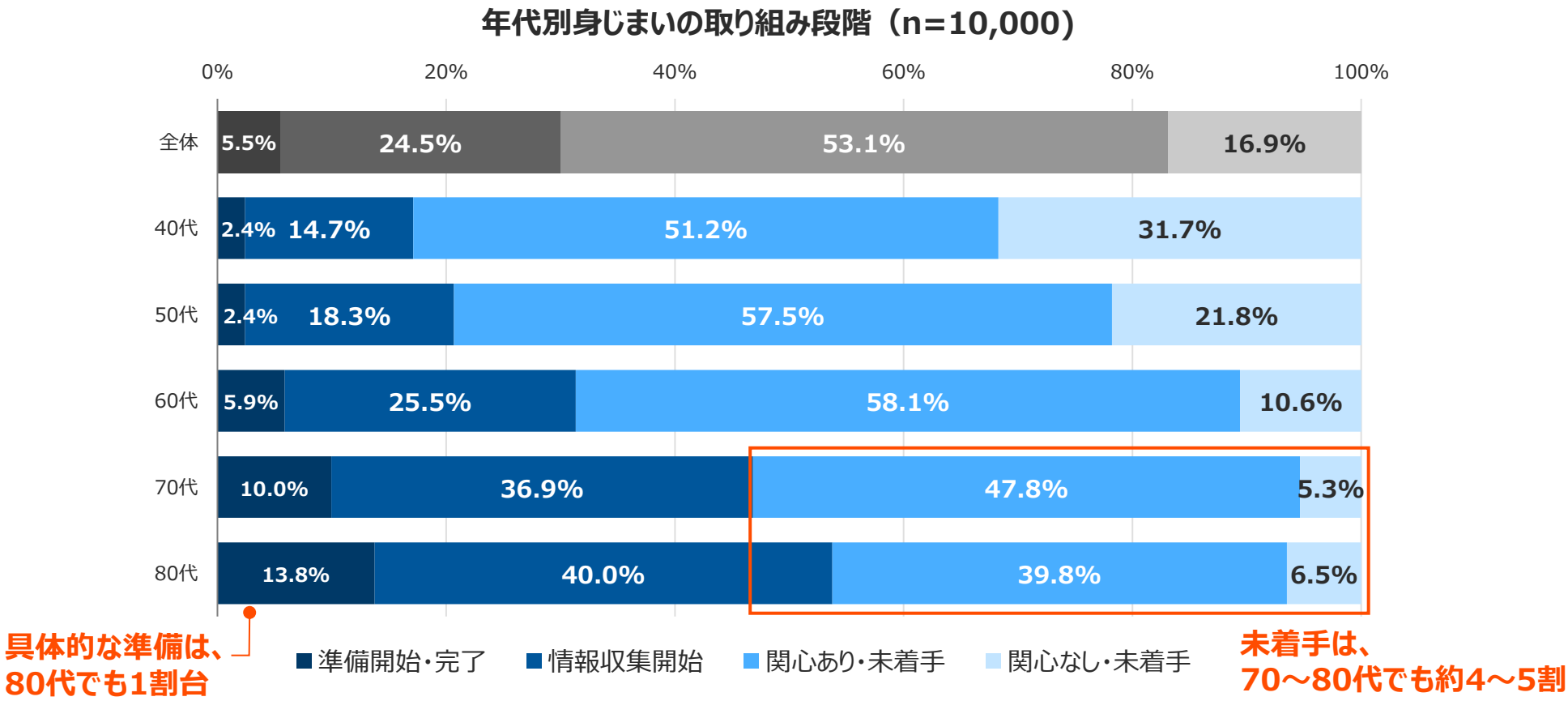


Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

70～80代でも、未着手の人が約4～5割

- 情報収集や具体的な準備に着手している割合は高い年代ほど多く、70代では約半数、80代では半数を超えた。
- 一方、未着手の人は70代で約半数、80代で約4割を占め、具体的な準備を開始・完了した人は80代でも1割台にとどまった。

Q27.自身の身じまいについて、現在の状況に最も近いものを1つお選びください。（SA）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの取り組みを進める上で想定される壁

- 関心なし・未着手の段階では「まだ必要性を感じない」が最多で、関心を持った後では「自分に最適なものが分からない」が最多だった。
- 必要性を感じた後では、自分に合う選択肢の判断や手続きの難しさが、次の一歩を妨げる要因となっている。

Q33.あなたが身じまいの準備を進める上で難しい点をすべてお選びください。（MA）

身じまいが「準備開始・完了」に至っていない人の理由（各段階における主な困りごと、上位6項目）

情報収集開始	
どれが自分に最適かわからない	36.2%
まだ身じまいの必要性を感じない	29.5%
手続きが難しい	25.1%
この中にあてはまるものはない	22.8%
親族に話を切り出しにくい	21.9%
エンディングノートや遺言書などを書くのが面倒	20.3%

選択・手続きを進める壁

情報を集めていても、選択肢の判断や手続きに難しさがあり、具体的な準備につなげにくい可能性。

関心あり・未着手	
どれが自分に最適かわからない	47.0%
まだ身じまいの必要性を感じない	38.1%
なにをしたらいいかわからない	29.8%
エンディングノートや遺言書などを書くのが面倒	28.4%
手続きが難しい	27.7%
サービスの費用が高くて払えない	24.6%

最初の一歩を決める壁

関心はあっても、自分に合う備えや、何から始めるかを決めにくい可能性

関心なし・未着手	
まだ身じまいの必要性を感じない	38.9%
なにをしたらいいかわからない	33.5%
どれが自分に最適かわからない	32.1%
どの会社が信頼できるかわからない	23.9%
エンディングノートや遺言書などを書くのが面倒	22.6%
サービスの費用が高くて払えない	21.4%

必要性を実感する壁

身じまいを自分の課題として捉えにくく、取り組む必要性を感じにくい可能性

※ 壁は回答からの仮説であり、移行・離脱の原因を示すものではない。

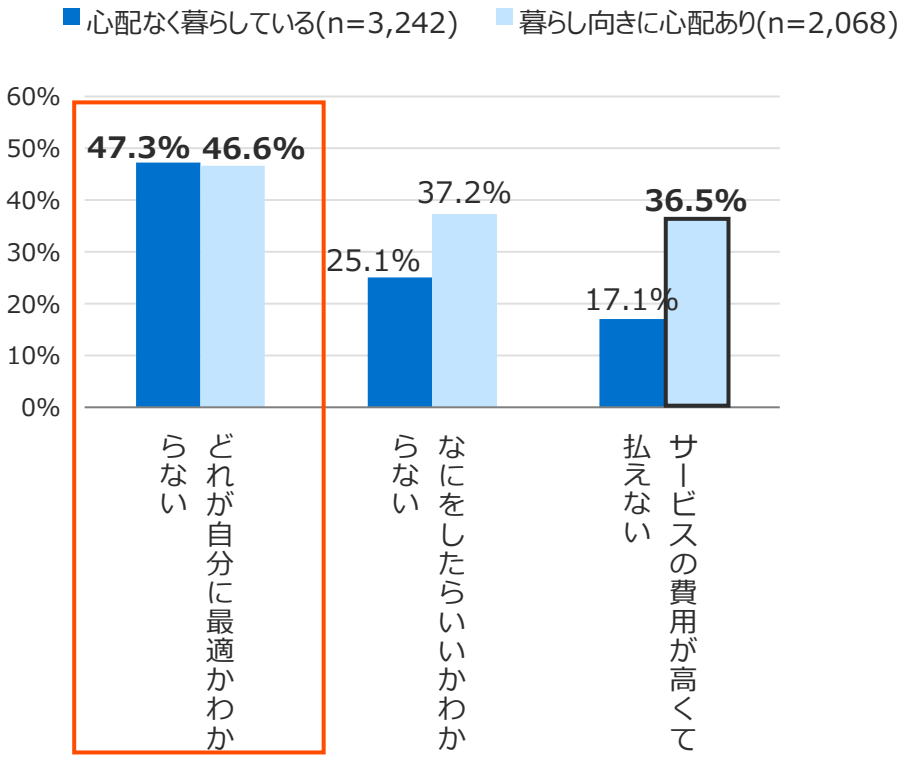
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

関心はあっても未着手の人が感じる困難は、経済状況や頼める相手の状況によって異なる

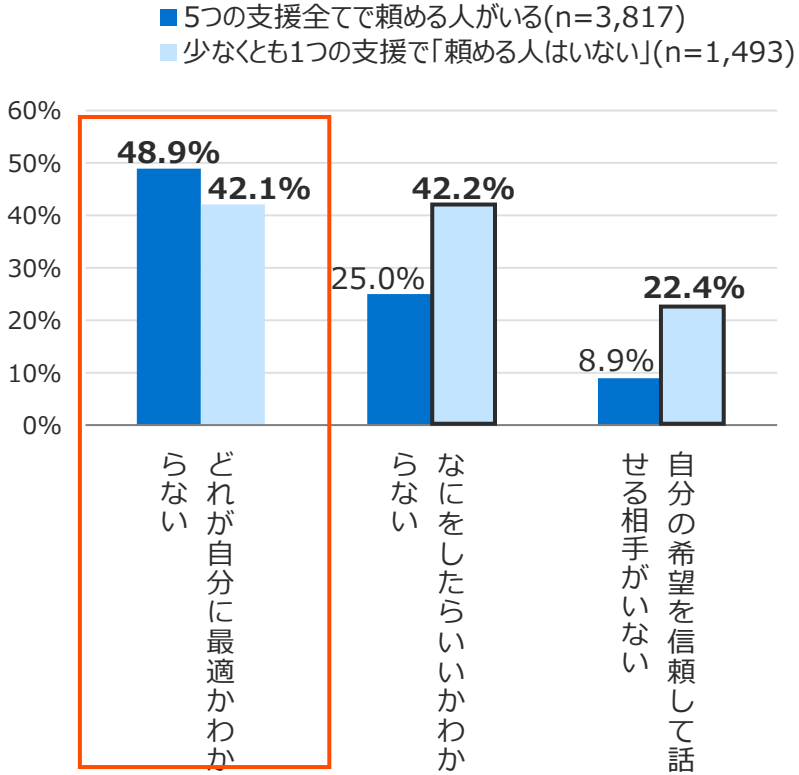
- 「どれが自分に最適かわからない」は、経済状況や頼める相手の状況にかかわらず、約4～5割を占めた。
- 暮らし向きに心配がある人では費用、頼めない支援がある人では始め方や相談相手に関する困難を挙げた割合が高かった。

Q33.あなたが身じまいの準備を進める上で難しい点をすべてお選びください。（MA）

経済状況別の身じまいの準備上の困りごと
（関心あり・未着手、n=5,310）



頼める人の有無別の身じまいの準備上の困りごと
（関心あり・未着手、n=5,310）



※複数の回答の中から抜粋して掲載

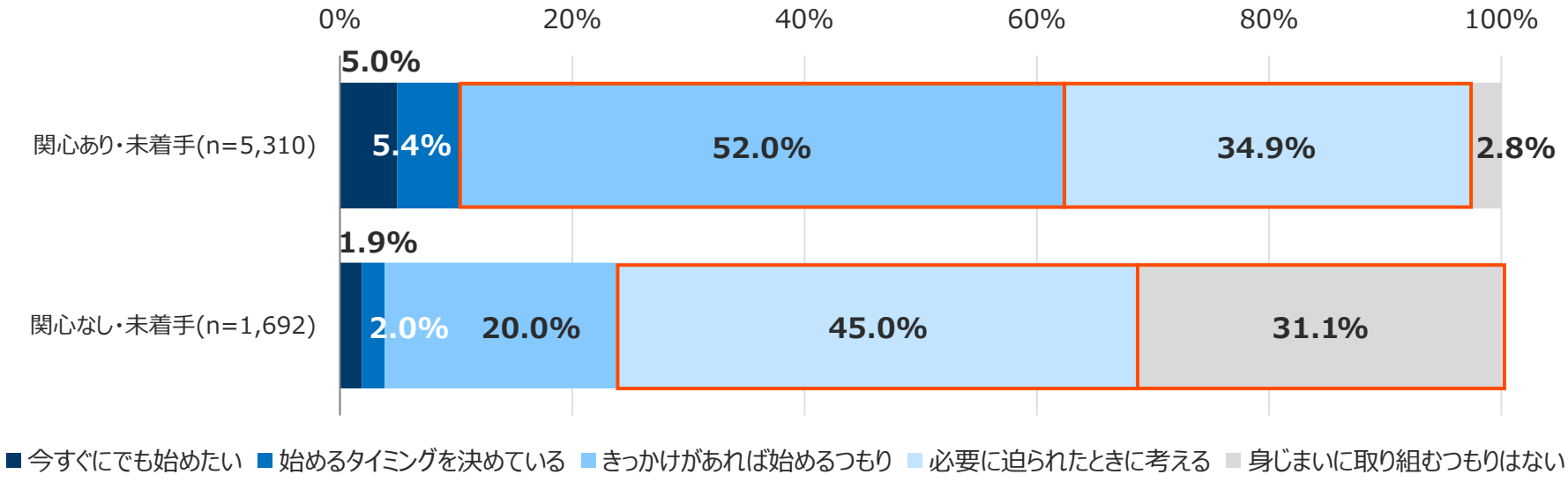
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

関心はあるが未着手の人の約半数が「きっかけがあれば始めるつもり」

- 関心はあるが未着手の人では、「きっかけがあれば始めるつもり」が約半数、「必要に迫られたときに考える」が約3分の1を占めた。
- 関心がない未着手の人では、「必要に迫られたときに考える」が約半数、「取り組むつもりはない」が約3割を占めた。

Q31.人生のどのようなタイミングで本格的に身じまいに取り組もうと考えていますか。（SA）

関心の有無別の身じまいへの今後の取り組み意向（40～80代の未着手者、n=7,002）



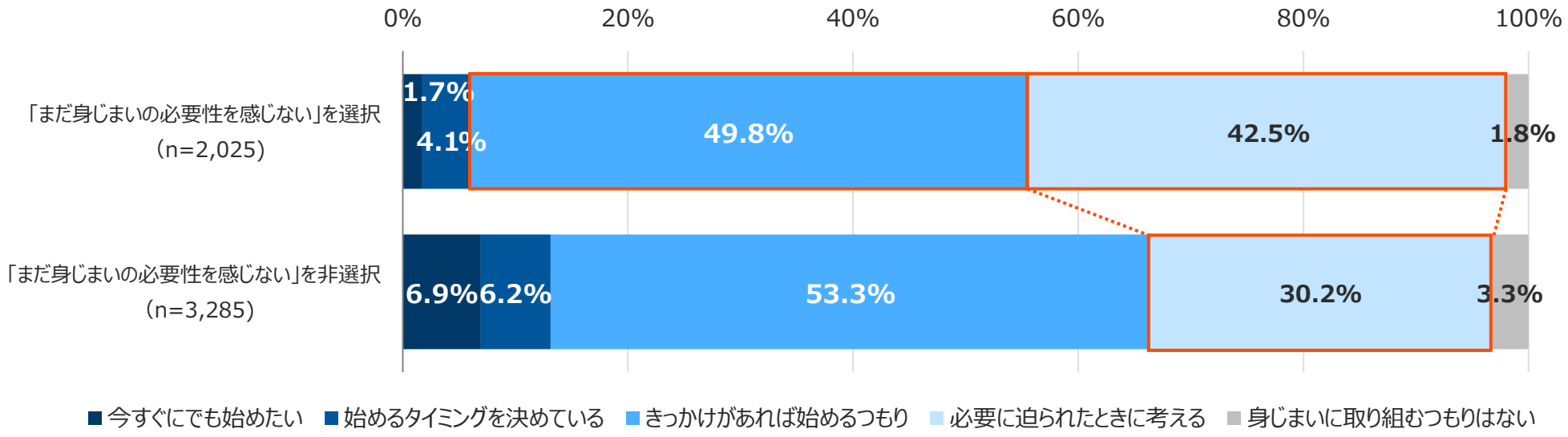
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

「まだ必要性を感じない」人でも、約半数は「きっかけがあれば始める」

- 関心はあるが未着手の人のうち、準備上の困難として「まだ身じまいの必要性を感じない」を選んだ人でも、49.8%が「きっかけがあれば始めるつもり」と回答した。
- 一方、「必要に迫られたときに考える」は42.5%で、選んでいない人の30.2%を12.3ポイント上回った。

Q31.人生のどのようなタイミングで本格的に身じまいに取り組もうと考えていますか。（SA）

「まだ必要性を感じない」の選択有無別の身じまいへの今後の取り組み意向
（関心あり・未着手、n=5,310）



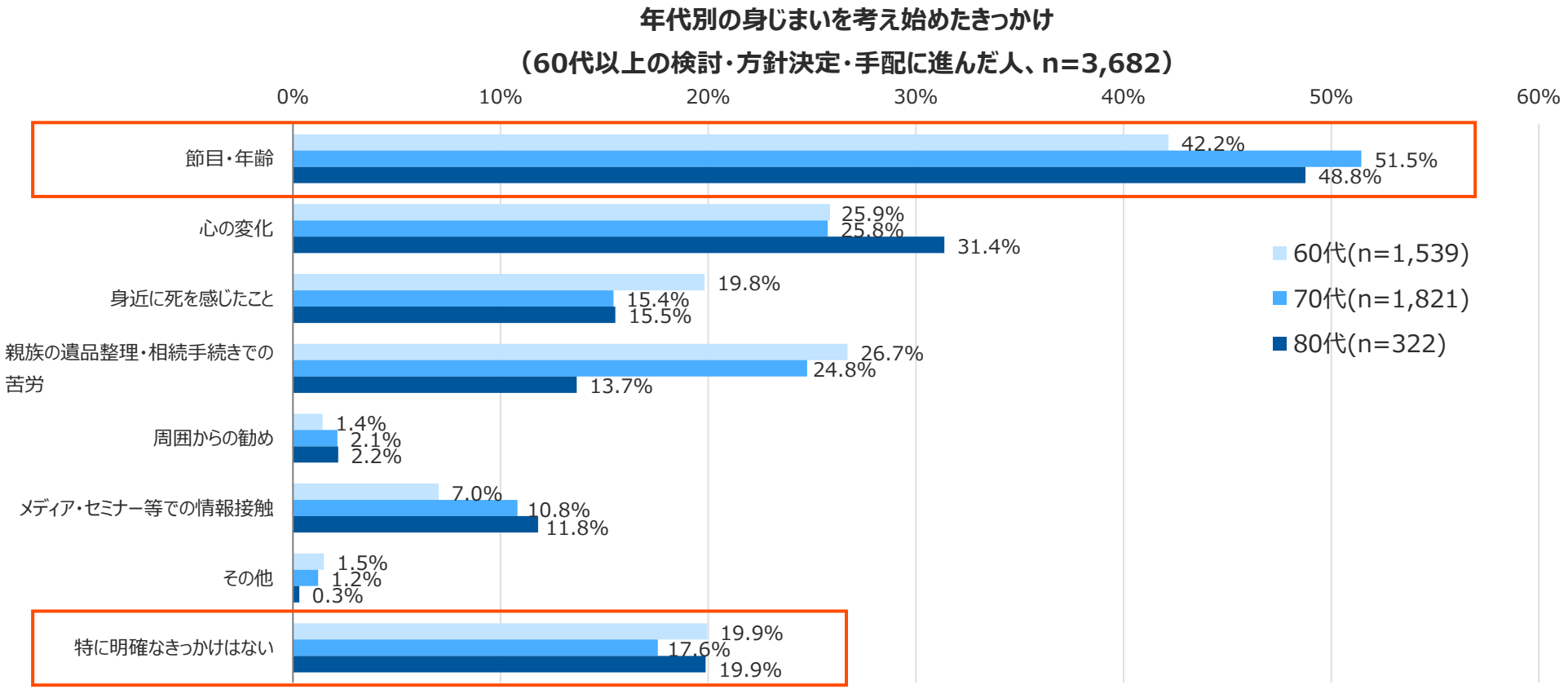
※準備を進める上で難しい点として「まだ身じまいの必要性を感じない」を選択したかどうかで区分。非選択は、必要性を感じていることを意味しない。

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

60～80代では、節目・年齢が身じまいを考え始める主なきっかけ

- 身じまいのいずれかの項目で検討・方針決定・手配に進んでいる60～80代では、「節目・年齢」を挙げた人が各年代で約4～5割と最も多かった。
- 一方、「特に明確なきっかけはない」も各年代で約2割を占め、明確な出来事をきっかけとして挙げない人もみられた。

（身じまいの項目について一つでも「考え中」「希望や方針を決めてある」「依頼・手配済み」を選んだ60代以上n=3,682）
Q29.あなたが、身じまいについて具体的に考え始めたり、行動を起こしたりしたきっかけは何ですか。あてはまるものをすべてお選びください。（MA）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

＜考察＞身じまいへの関心を行動につなげるために

① きっかけの創出【いつ始めるか】	• まだ身じまいの必要性を感じないと回答した人でも、約半数が「きっかけがあれば始めるつもり」と回答した。 • きっかけとして、年齢の節目などを捉えた相談機会が身じまいへの着手を促進する可能性を今後検証することが有用ではないか。
② その人に最適な取り組みの指針を与える【何をするか】	• 関心を持ったり、取り組みを始めた人の感じる難しさは「自分に最適なものが分からない」が最多だった。 • どのような備えが必要なのか、個人の状況に合わせた指針や手順を示すことで、行動を止める要因を減らすことができる。
③ その人の資源（経済状況や頼める相手）に合わせた手段を見出す【どのようにするか】	• 関心あり・未着手のうち、暮らし向きに心配がある人では費用、頼めない支援がある人では始め方や相談相手に関する困難を挙げた割合が、それぞれの比較対象より高かった。 • 情報提供に加え、本人が負担できる費用や頼める相手を確認し、実行可能な備えを一緒に具体化する相談支援が重要と考えられる。

身じまいの備えを進めるには、考え始める機会を設けるとともに、本人の困りごとや生活状況に応じて、選択・手配まで支えることが重要と考えられる。きっかけづくりから、実際の備えを行う流れを整え、検証することが次の課題である。

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

総括｜調査結果から考える身じまい支援の次の一手

- 家族・親族の有無だけでは、必要な支援を確保できているかは分からない。また、身じまいへの関心があっても、着手や具体的な選択に至らない人がいる。
- 実際に頼める相手の有無や本人の意向をとらえた上で、本人に合う備えや支援を特定し、依頼や契約といった具体の行動に結びつける仕組みを整えることが重要である。

誰に

誰が何を支援できるか把握する



- 子どもがいても、独居では頼めない支援がある人が多い。
- 親族の有無だけでなく、**誰が何をどこまで手伝えるかを把握する。**

何を

何を頼むべきかを明らかにする



- 「頼める人はいない」と回答した割合は、死後の手続きより日常生活で高い。
- **生前から死後まで、必要な支援と頼み先を事前に考え、親族以外も含めて確保できるよう支える。**

いつ

「いざというとき」ではない「きっかけ」の設定



- 関心があっても未着手の人が多く、その約半数は「きっかけがあれば始める」と回答している。
- **高齢期に入る前から、本人の意向に応じて自分の状況を確認し、備えを考える機会を設ける。**

どのように

備える行動の個別化と「バリアフリー」化



- 情報収集後も選択の難しさがあり、経済状況や実際に頼める相手の状況によって困難が異なる。
- 情報提供だけで終わらず、本人の状況に応じた相談と具体的な支援につなぐ。

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

提言｜必要な支援につながる社会基盤の整備に向けた4つの提言

- 本人の意思が尊重され、家族・親族の状況にかかわらず必要な備えができ、支援を受けられる社会の実現を目指す。

1 身じまいに関する基本法の制定	• 本人の意思の尊重を基本に、国・自治体・民間等の役割と、安心して支援を利用できるための原則を明確にする。 • 身じまいを社会全体で支える基本法の制定を求める。
2 「身寄り力」を可視化するツールの整備	• 家族・親族の有無で二分せず、親族以外も含め、各場面で「誰に・何を・どこまで頼めるか」を身寄り力※として捉える。 • チェックシートなどのツールを整備・普及し、高齢者だけでなく40～50代も対象に、生活上の節目を機に、頼める相手や必要な備えを考え、確認する機会を広げる。
3 頼める相手や備えの状況を関係者が確認できる仕組みの整備	• 本人の意向、実際に頼める相手、備えの状況を登録・更新し、必要な場面で活用できる仕組みを整える。 • 本人の同意と適切な情報管理の下で、関係者が意向や状況を確認し、支援につなげられるようにする。
4 行政・地域・民間事業者が連携した支援事業の構築	• 親族以外にも頼れる選択肢があることを広く伝え、本人が選べる環境を整える。 • 行政・地域の相談機関・民間事業者等が連携し、相談から生前・死後の具体的な支援の提供までをつなぐ事業を構築する。

※身寄り力：日常生活から死後の手続きまでの各場面で、実際に誰に、何を、どこまで頼めるかを表す考え方。
詳細は、高齢期を支える「身寄り力」への注目を-「身寄りありVS身寄りなし」からの脱却（日本総研オピニオン／2025年12月１日） 参照

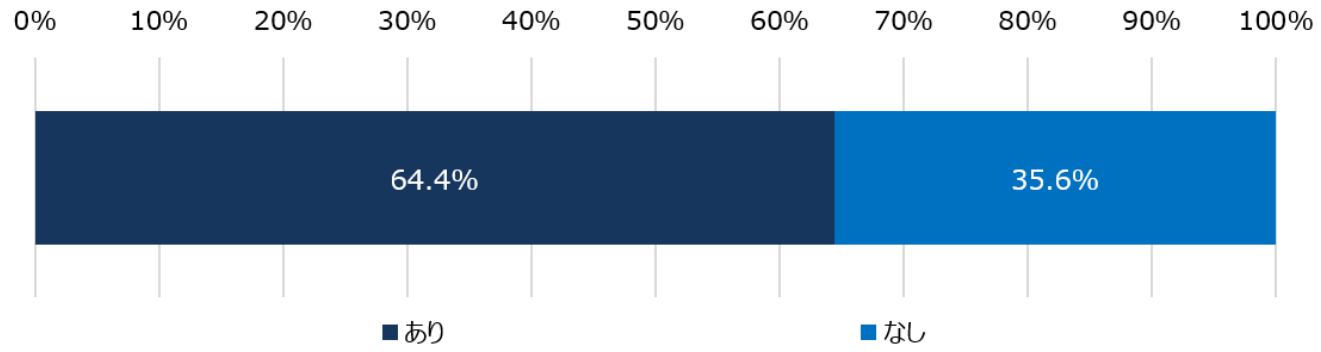
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

Appendix 1 単純集計結果

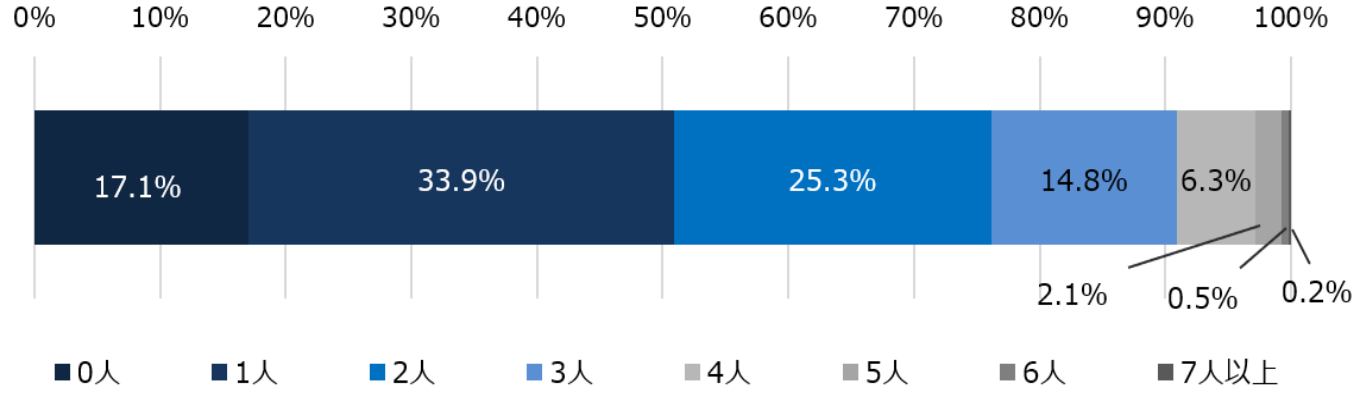
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

子どもの有無・同居家族の人数 ※インターネット調査会社にて別途収集済の回答データより

子どもの有無（SA、n=10,000）



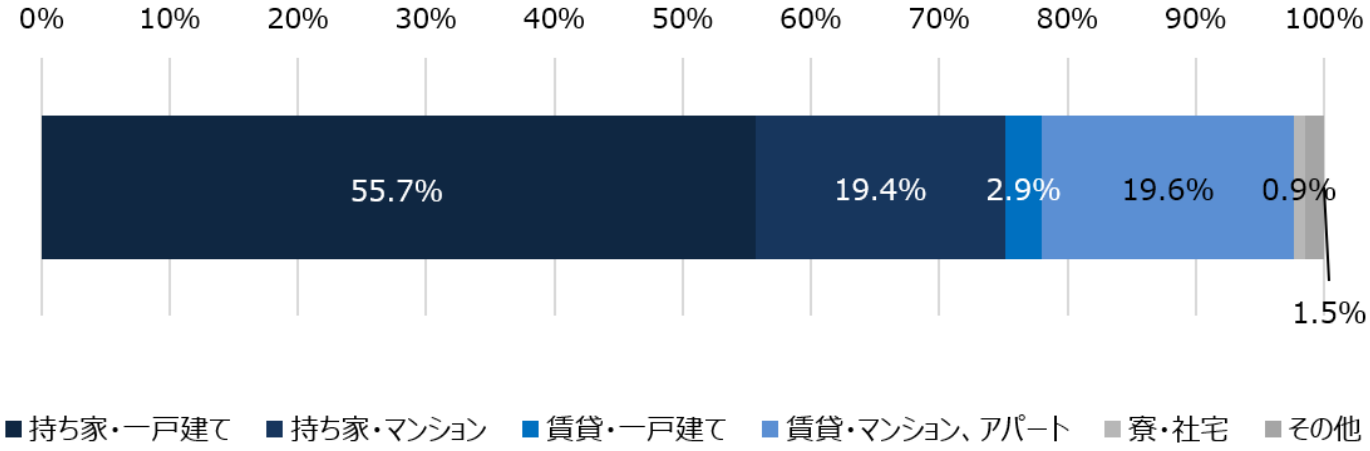
同居家族の人数（SA、n=10,000）



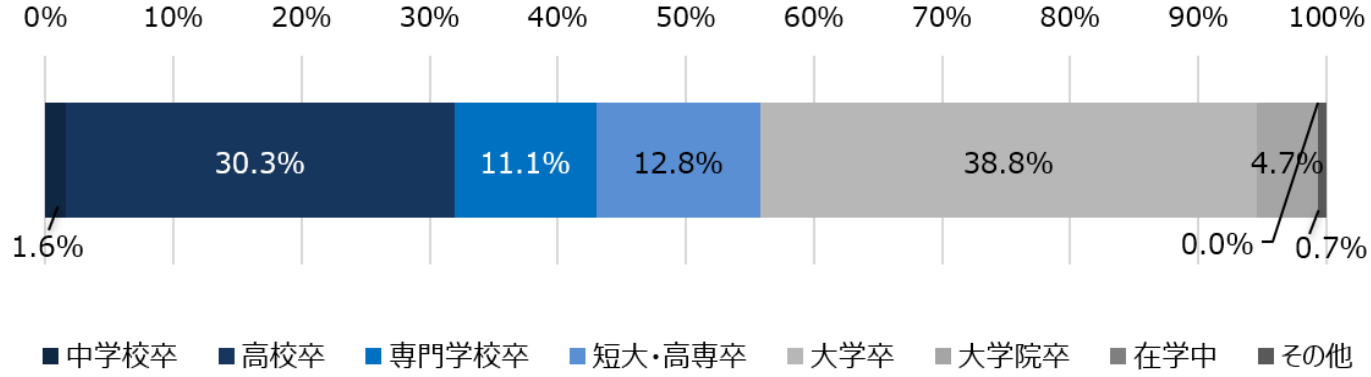
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

住居形態・最終学歴　※インターネット調査会社にて別途収集済の回答データより

住居形態（SA、n=10,000）



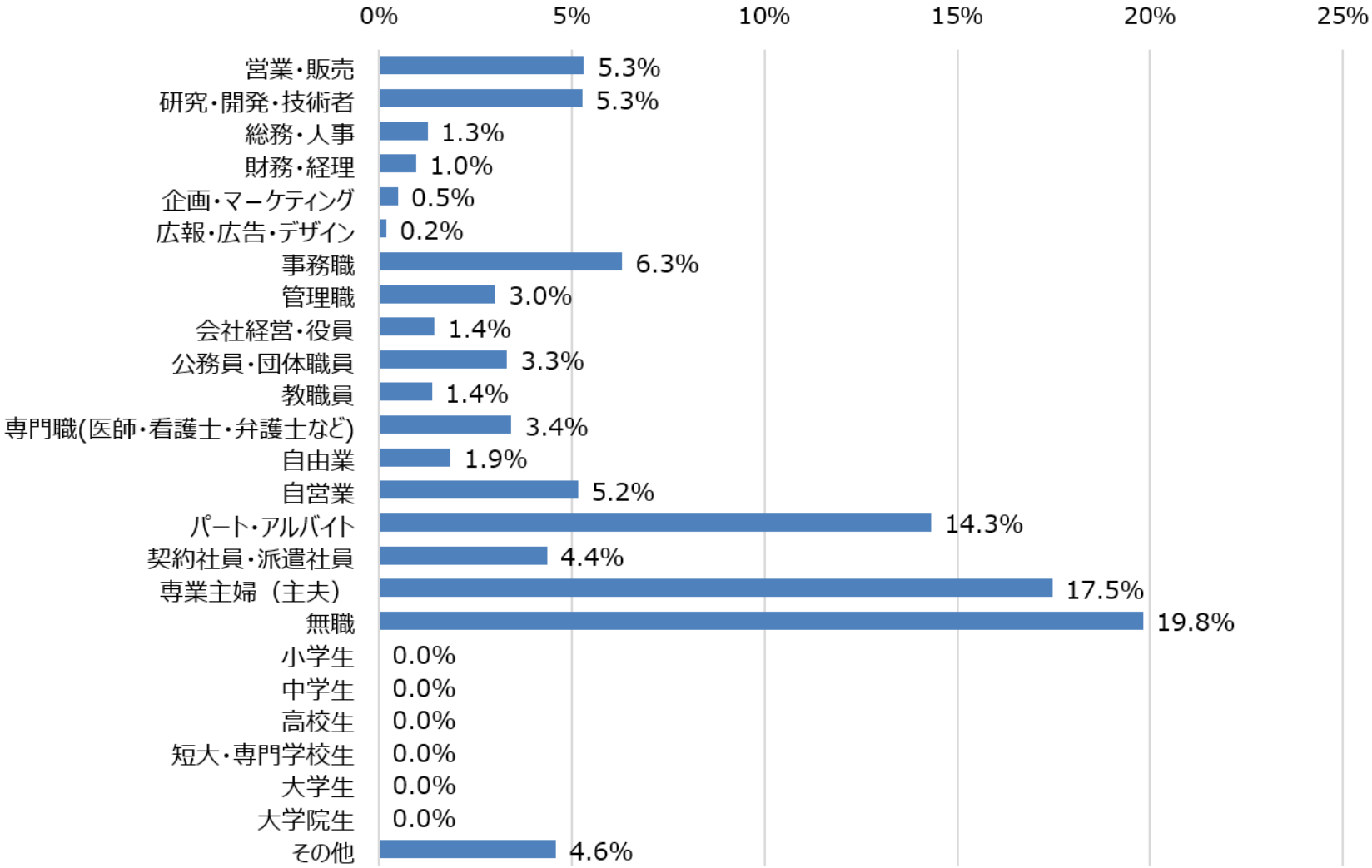
最終学歴（SA、n=10,000）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

職種　※インターネット調査会社にて別途収集済の回答データより

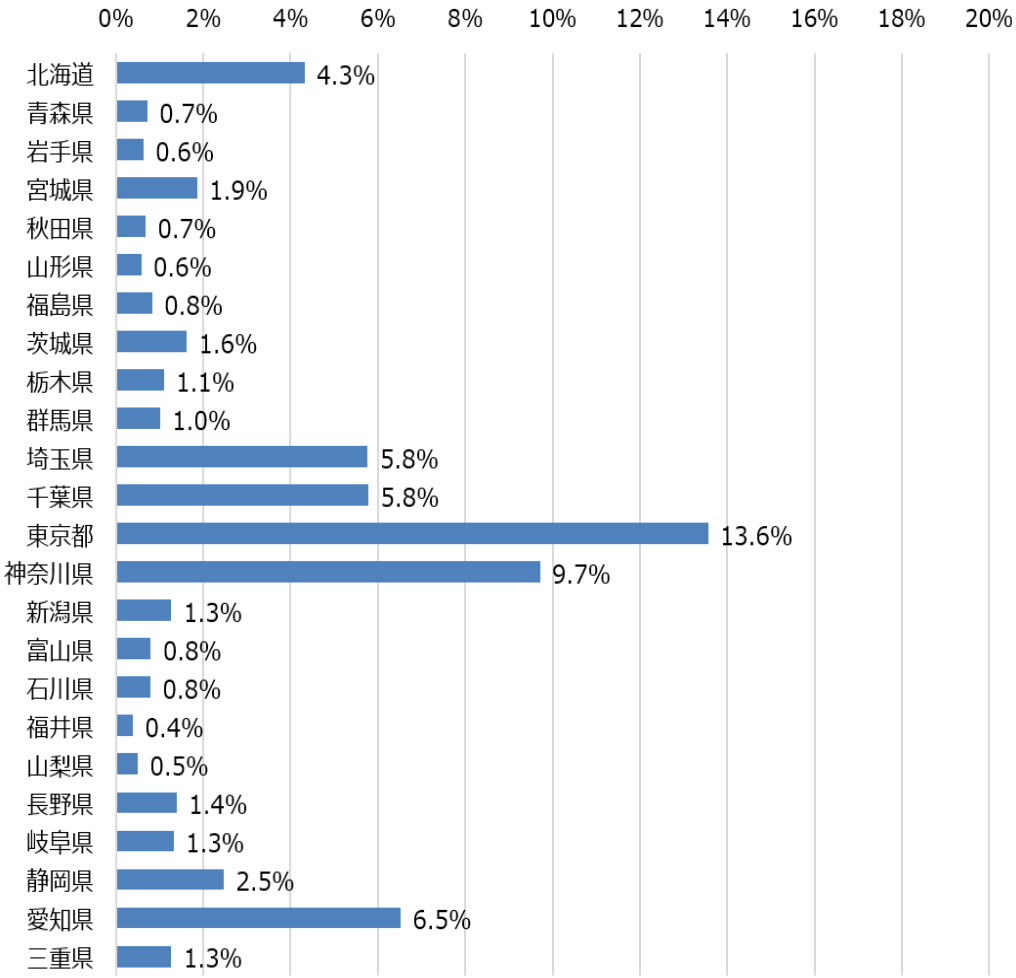
職種（SA、n=10,000）

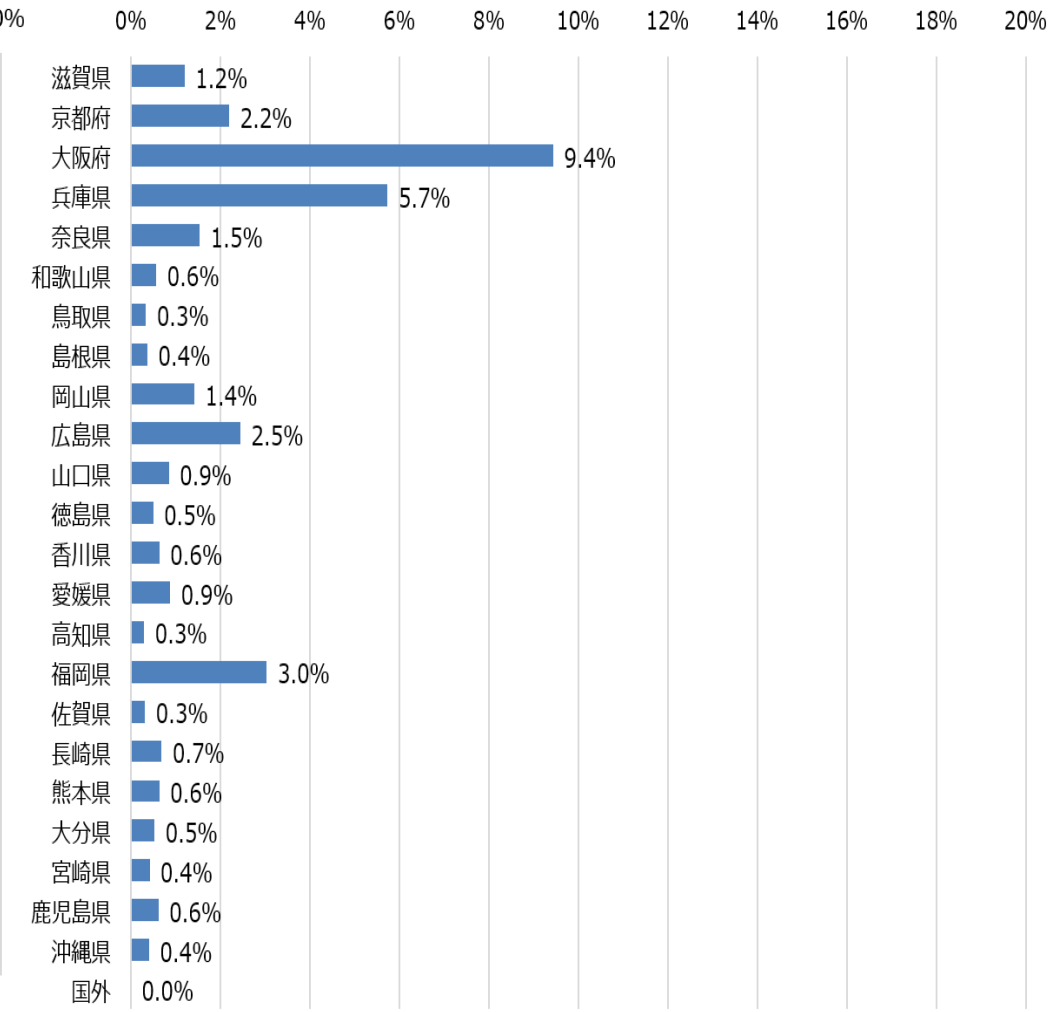


Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

居住都道府県　※インターネット調査会社にて別途収集済の回答データより

居住都道府県（SA、n=10,000）

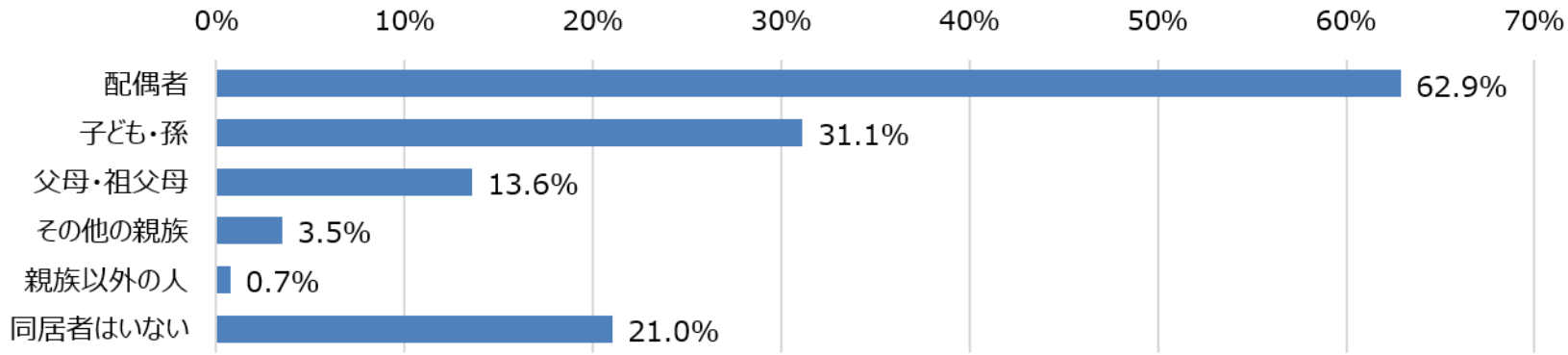




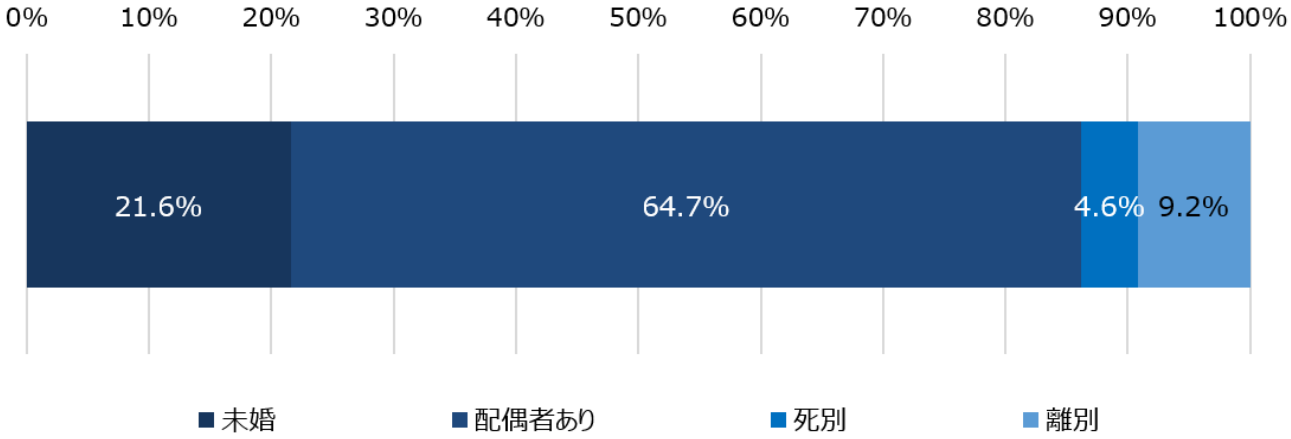
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

居住形態・婚姻状況

Q1.現在どなたと一緒に暮らしていますか。（MA、n=10,000）



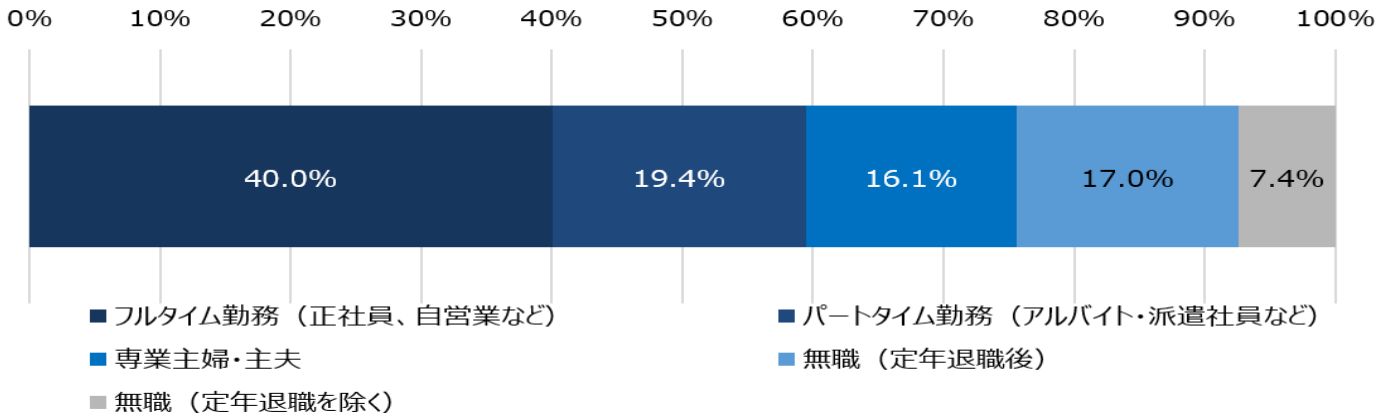
Q2.あなたの婚姻状況について、次の中からあてはまるものをお選びください。（SA、n=10,000）



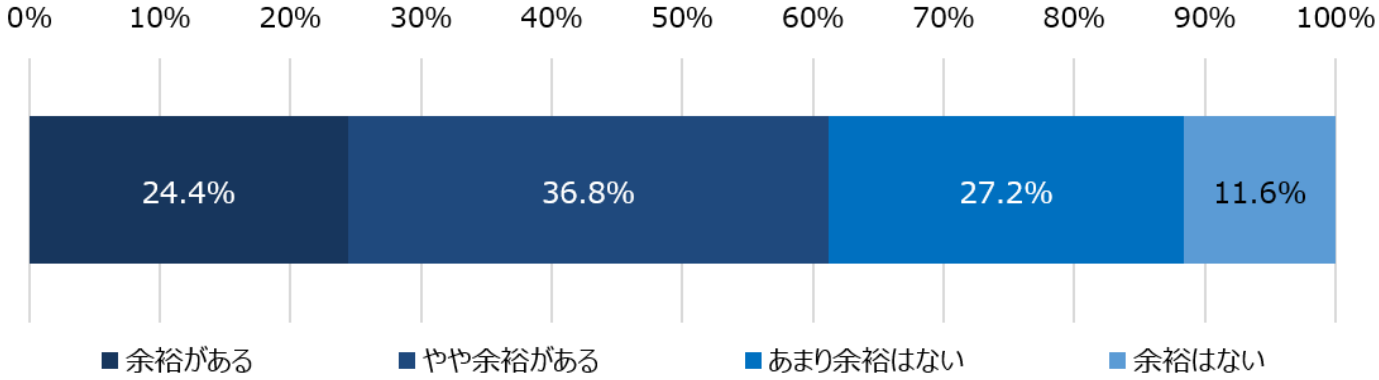
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

就労状況・時間的な余裕

Q5.あなたの現在の就労状況について、次の中からあてはまるものを1つお選びください。（SA、n=10,000）



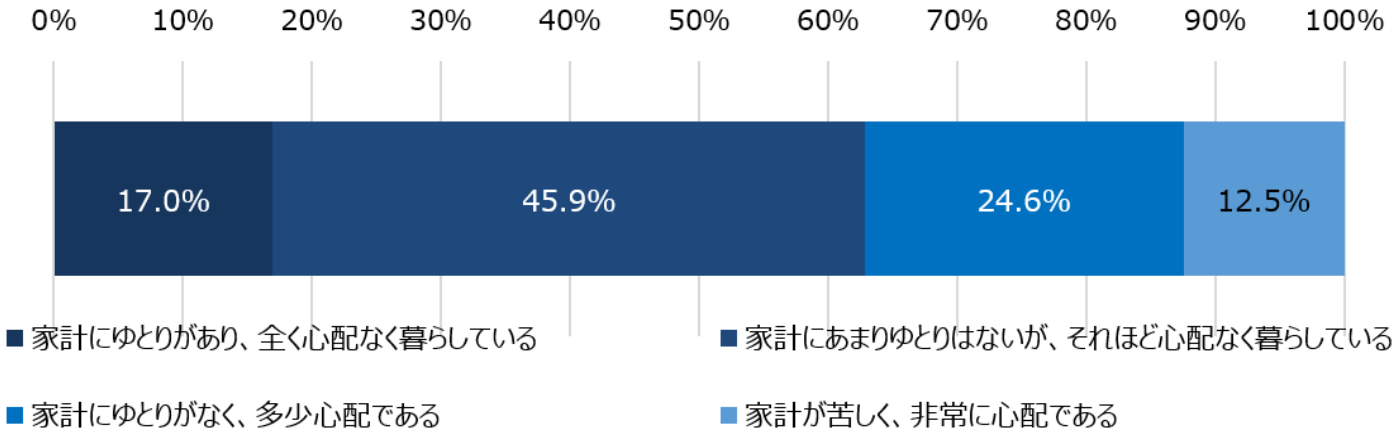
Q6.あなたは、現在の生活について時間的な余裕があると感じていますか。（SA、n=10,000）



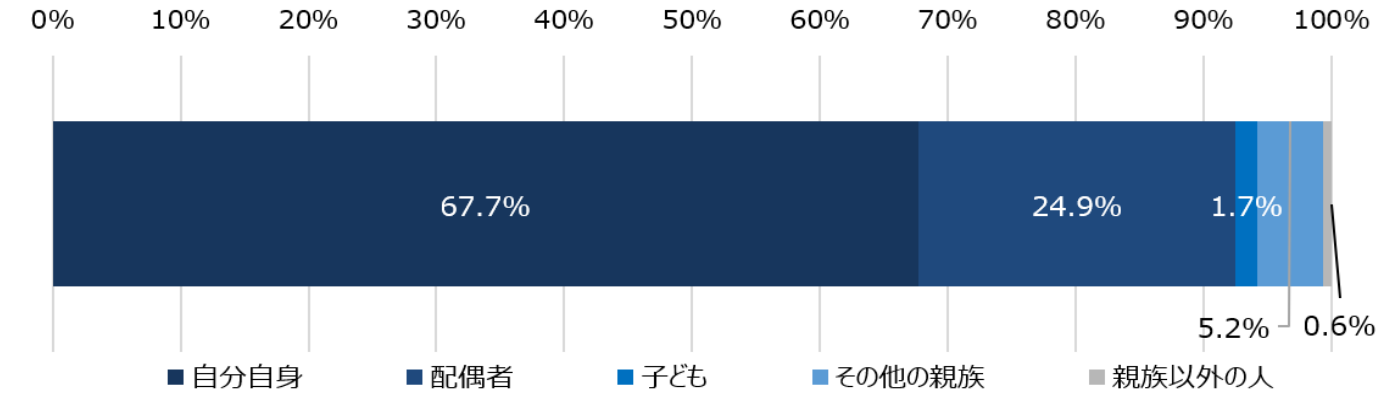
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

経済的暮らし向き・最終決定者

Q7.あなたの世帯において、現在の経済的な暮らし向きについてどのようにお考えですか。（SA、n=10,000）



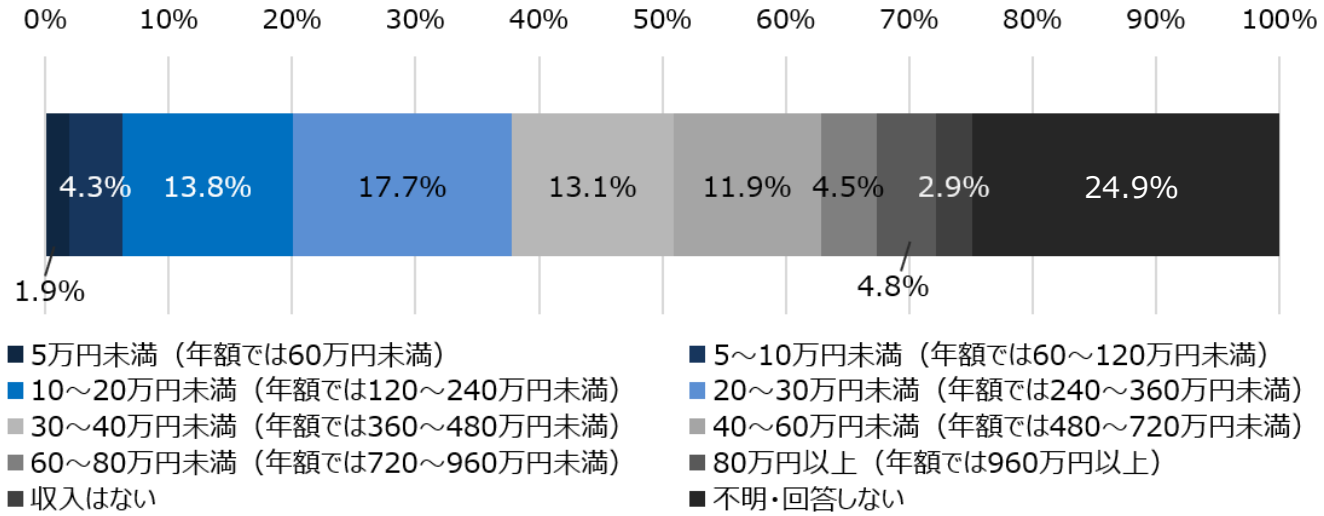
Q8.あなたの世帯において、高額な出費（車やリフォーム等）の契約をする際に、最終的に誰が決めることが多いですか。（SA、n=10,000）



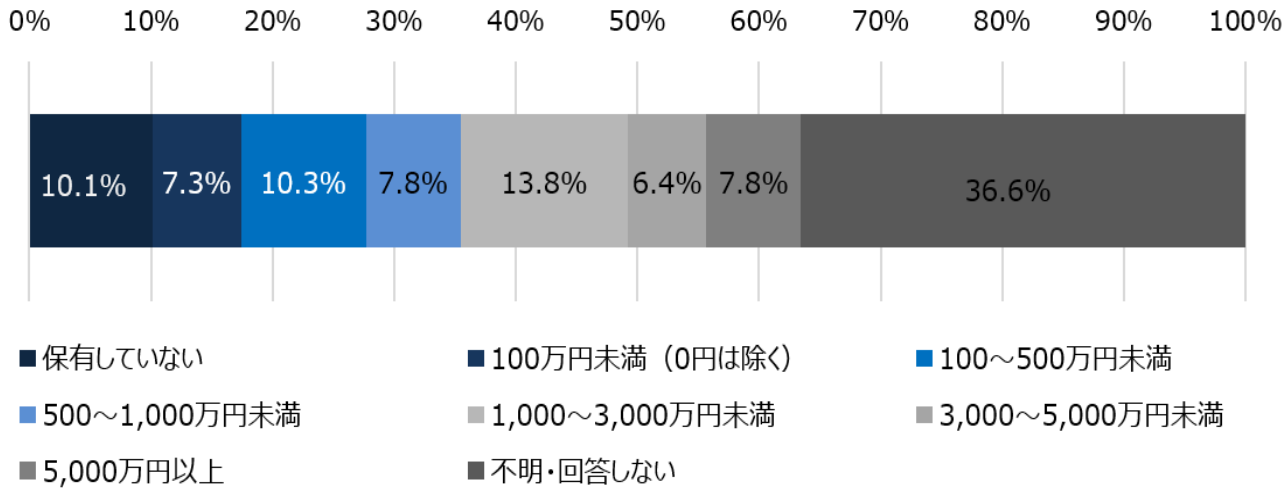
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

世帯収入・金融資産

Q9.あなたの世帯の平均的な月々の手取り収入はどのくらいですか。（SA、n=10,000）



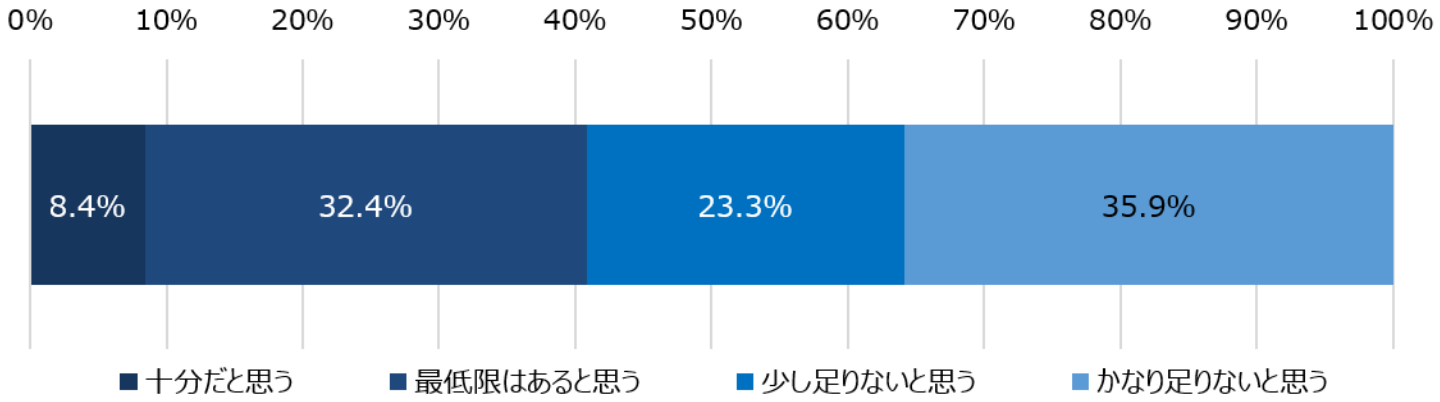
Q10.あなたの世帯が現在保有している金融資産（預貯金、株式、保険など）の合計額はどのくらいですか。（SA、n=10,000）



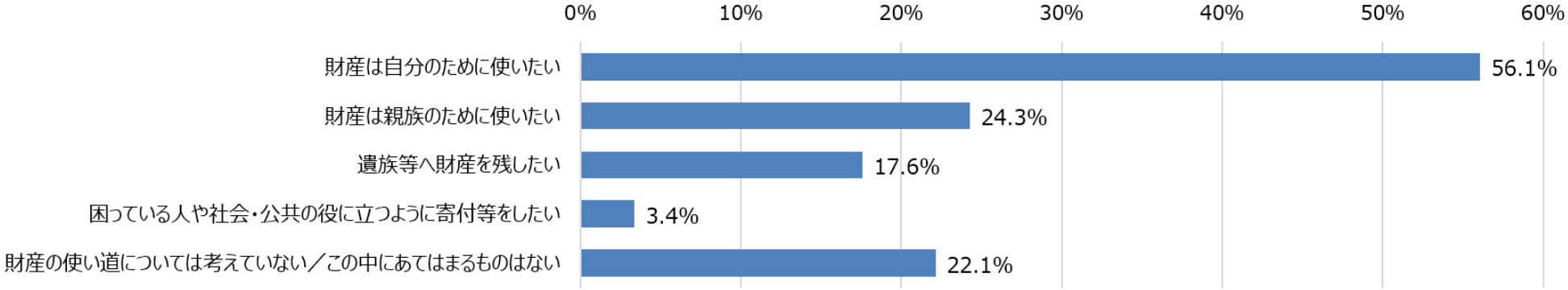
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

貯蓄の十分性・財産の使い道

Q11.あなたの世帯の現在の貯蓄の額は、今後の生活の備えとして十分だとお考えですか。（SA、n=10,000）



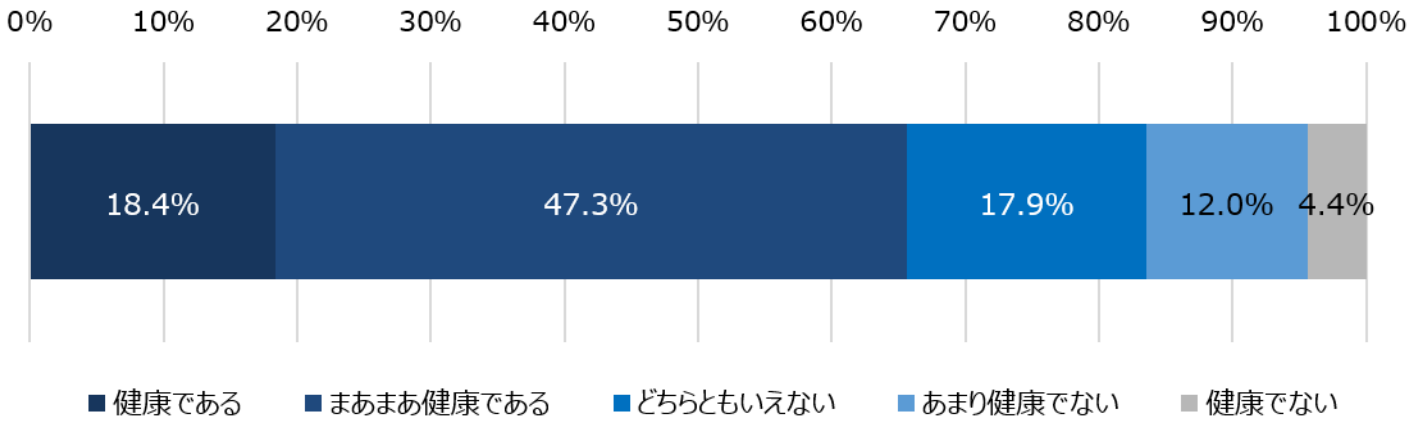
Q12.あなたは将来的な財産の使い道について、どのようにお考えですか。あてはまるものをすべてお選びください。（MA、n=10,000）



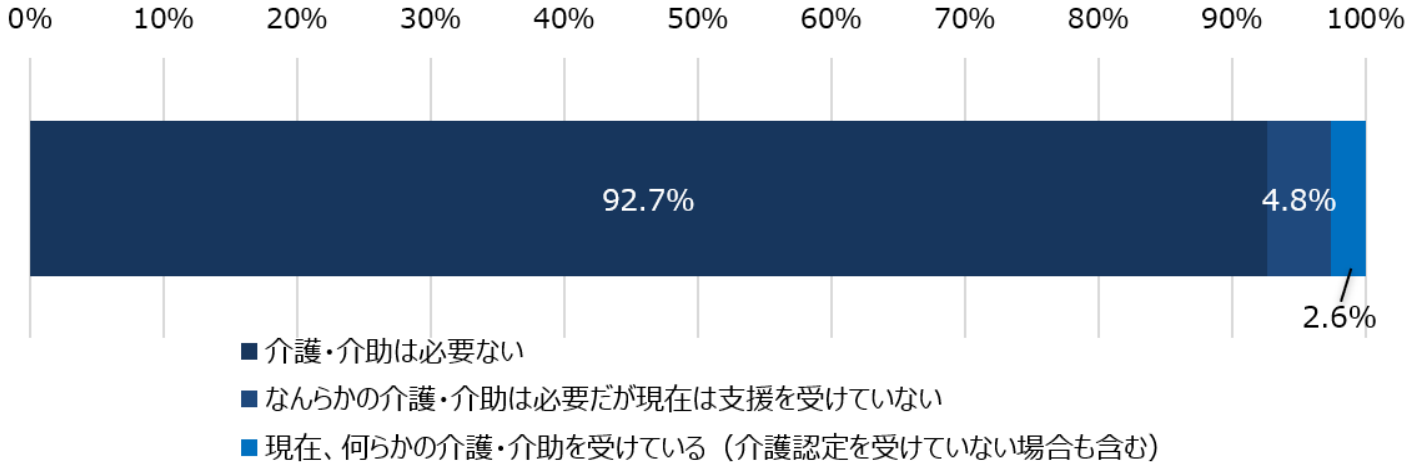
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

健康状態・支援の必要性

Q13.ご自身の現在の健康状態はいかがですか。（SA、n=10,000）



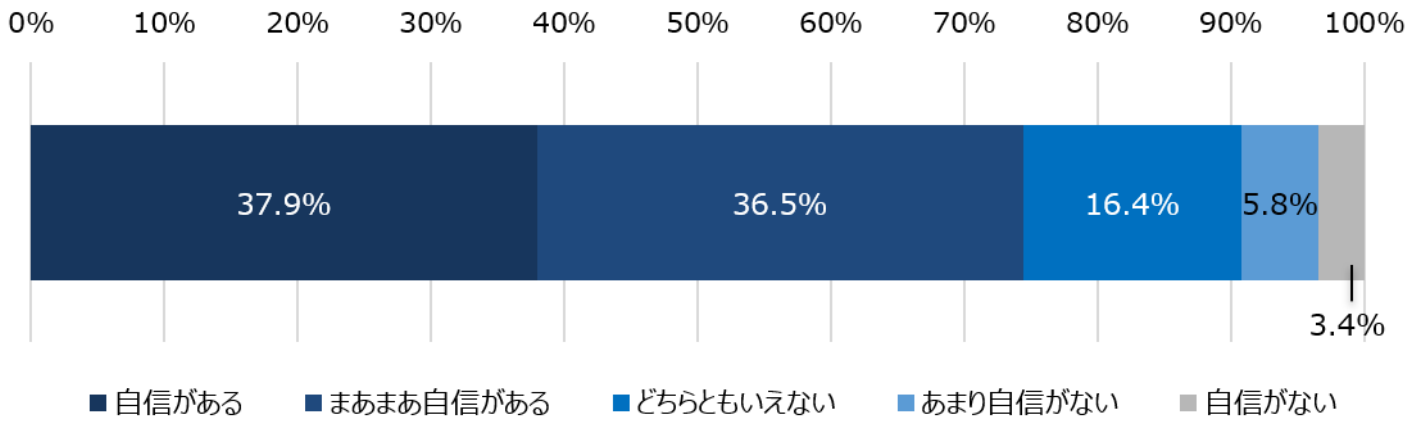
Q14.ご自身の現在の生活における支援（介護、介助）の必要性について、最もあてはまるものを1つお選びください。（SA、n=10,000）



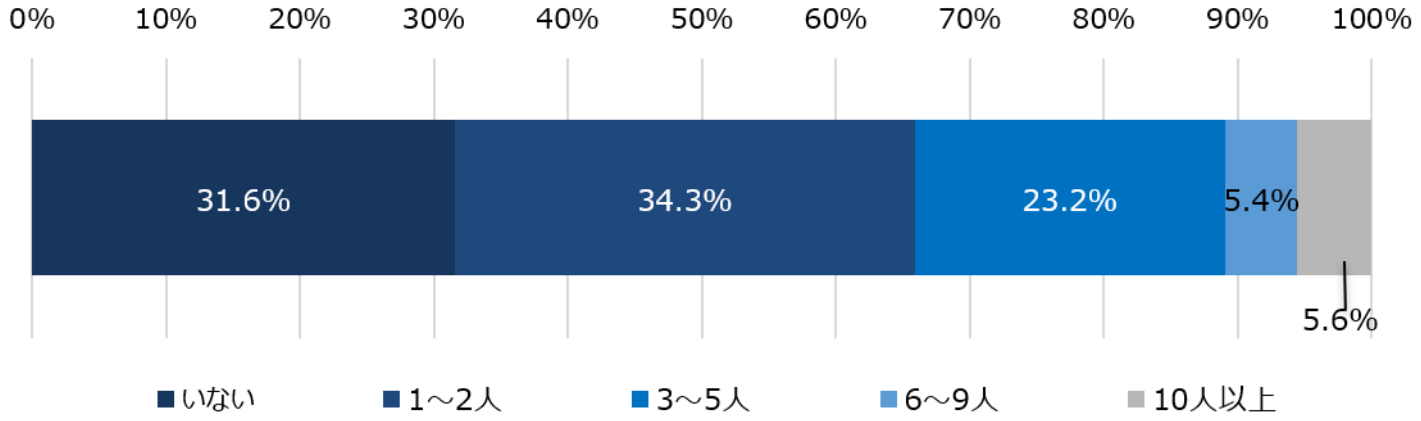
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

手続きへの自信・友人との交流

Q15.役所の手続きや公共料金等の契約にご自身で対応できる自信はどの程度ありますか。（SA、n=10,000）



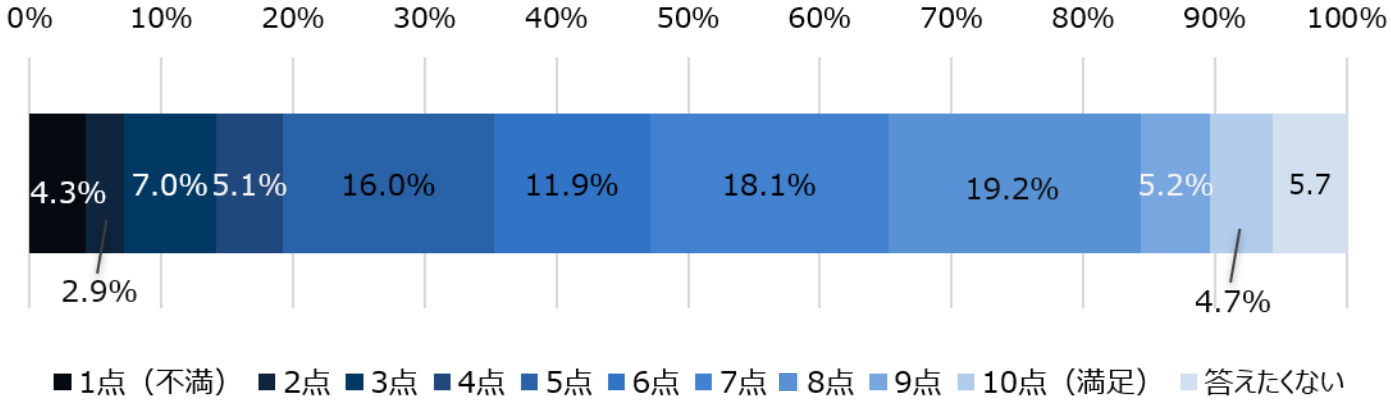
Q16.SNS・電話や対面での交流を含め、月1回以上個人的に連絡を取る友人はおおよそ何人いますか。（SA、n=10,000）



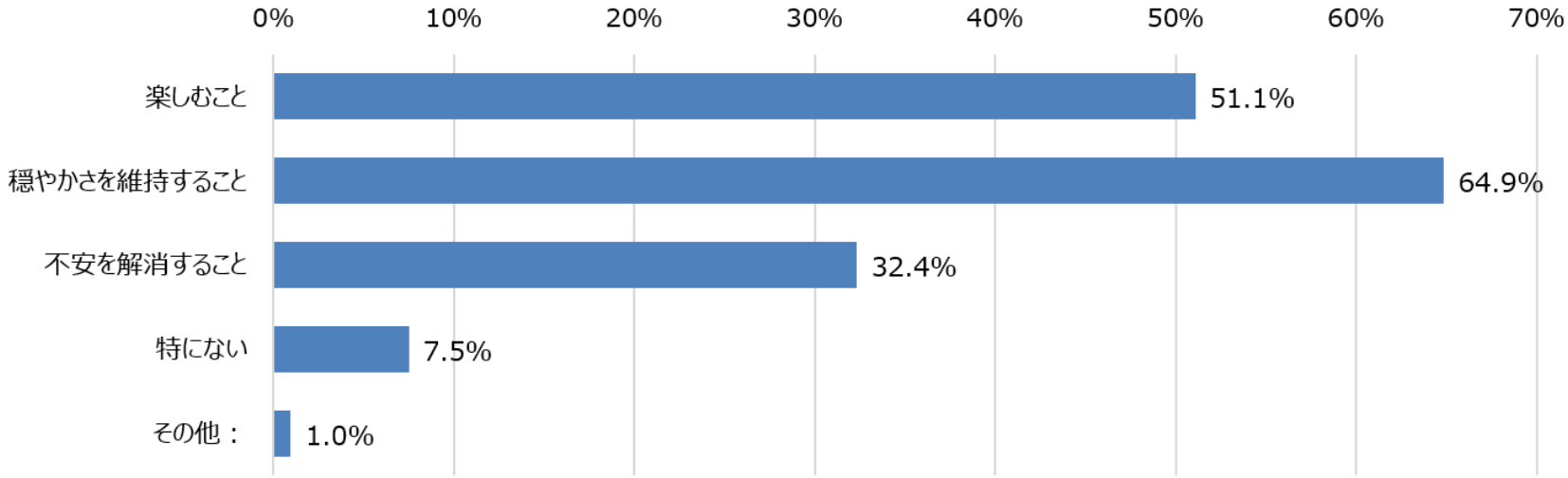
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

人生の満足度・これからの人生への希望

Q17.これまでの人生や現在の生活を振り返り、人生全体の満足度に点数を付けるとしたら何点ですか。1点を不満、10点を満足とした場合の、現在のあなたのお気持ちに最も近い点数を1つお選びください。（SA、n=10,000）



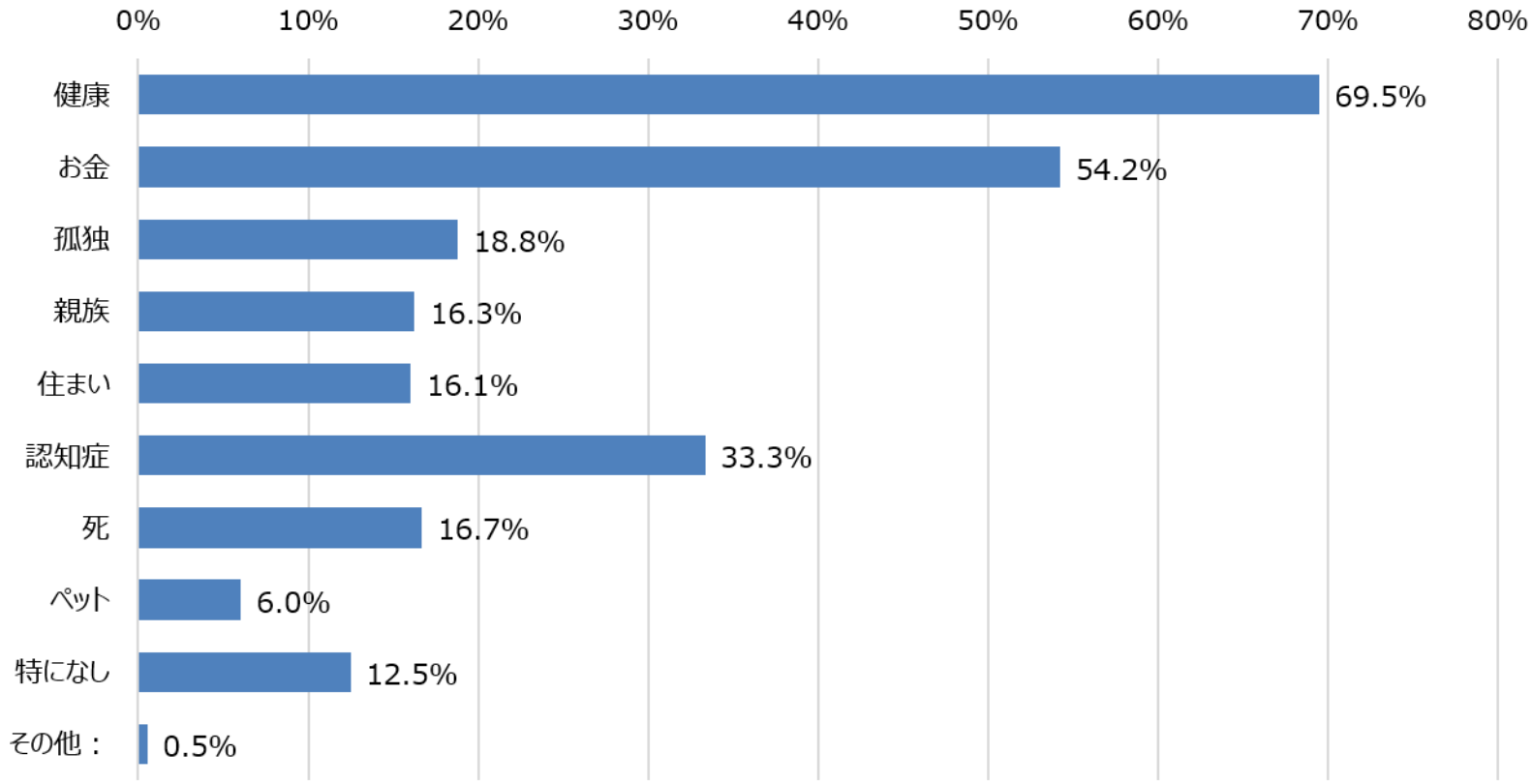
Q18.これからの人生にどのようなことを望みますか。あてはまるものをすべてお選びください。（MA、n=10,000）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

将来の不安

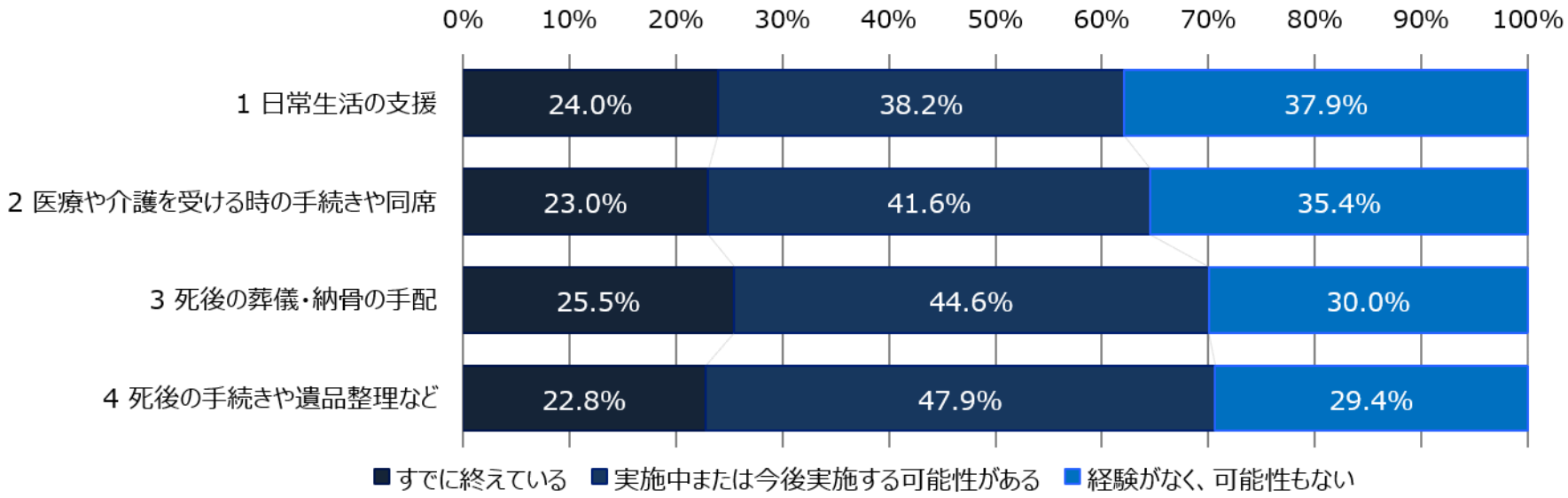
Q19.ご自身の将来について、不安に感じることはありますか。あてはまるものをすべてお選びください。（MA、n=10,000）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

高齢の親族へのサポート

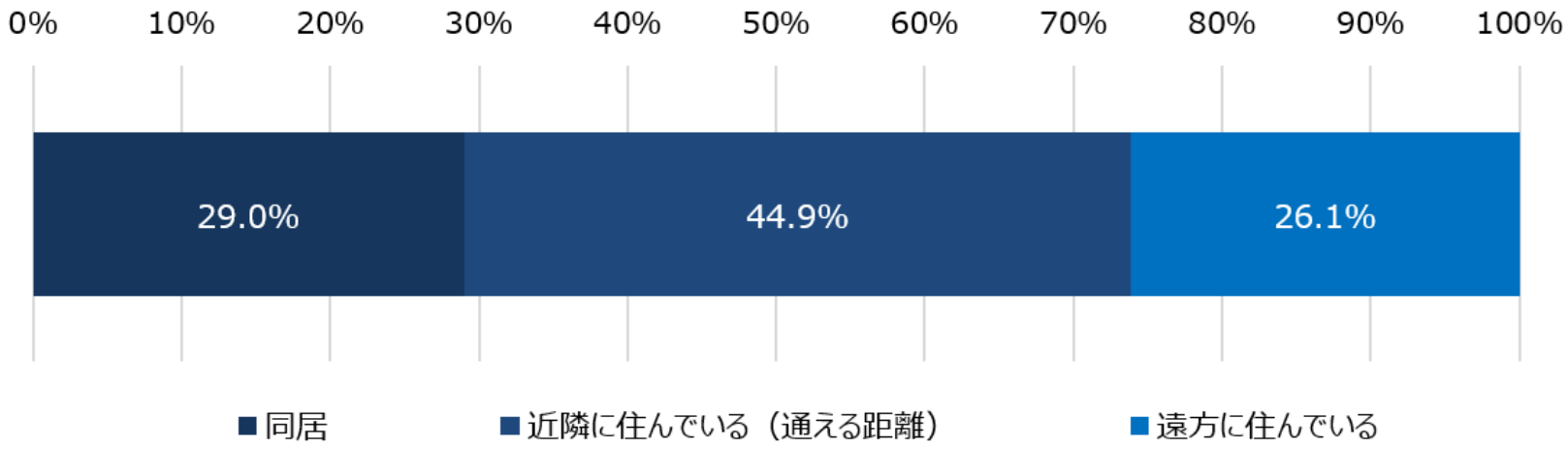
Q20.あなたは高齢の親族に対して以下のサポートを行った経験、もしくは今後行う予定はありますか。※今後実施する可能性がある方は、選択肢２「実施中または今後実施する可能性がある」をお答えください。（SA、n=10,000）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

支援する親族との距離【回答者：身じまいの経験・予定がある人】

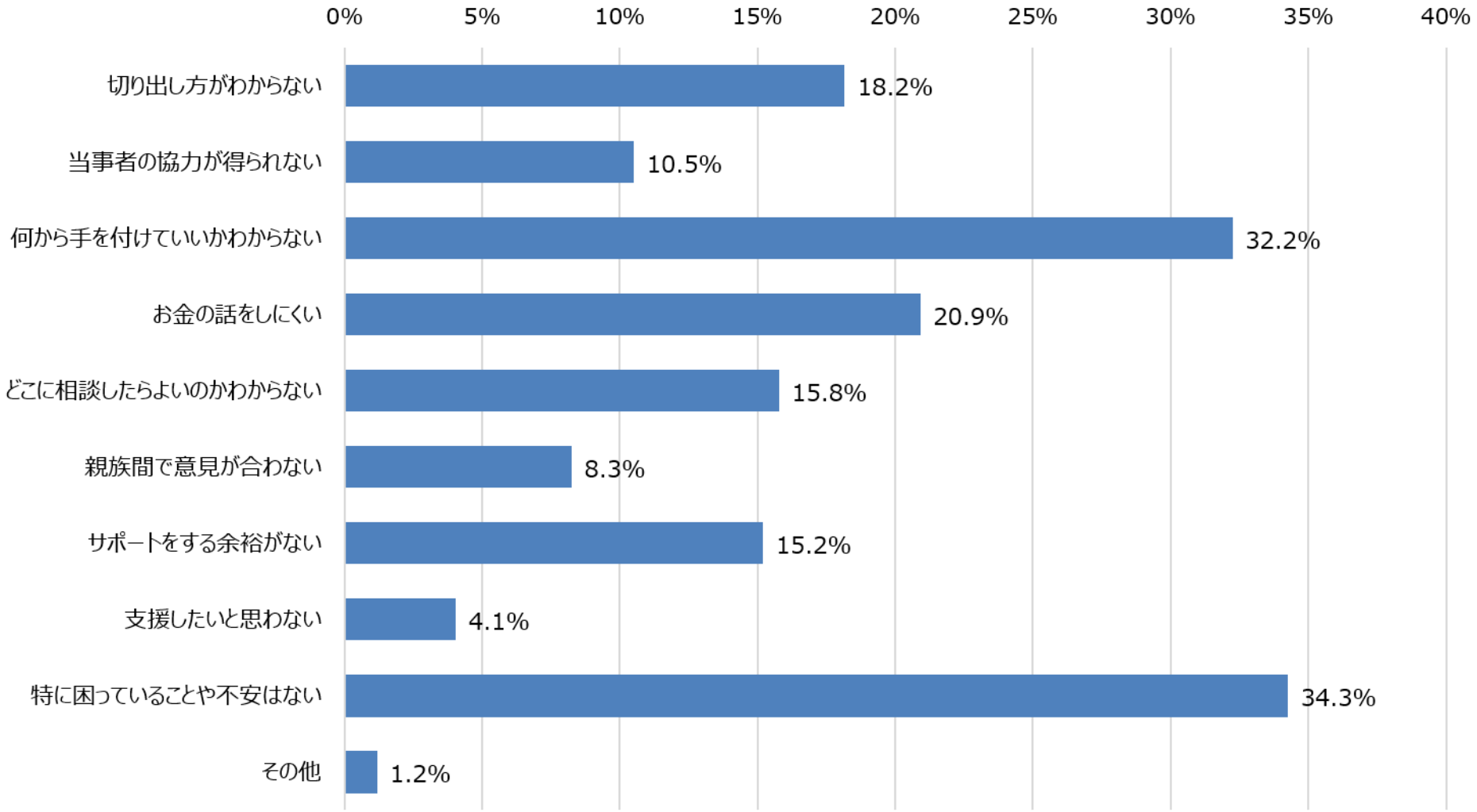
Q21.その方との同居の有無や、お住まいの近さについて、最も近いものを1つお選びください。（SA、n=5,306、Q20. 身じまい支援の経験にて、1 項目でも「2 実施中または今後実施する可能性がある」を選んだ回答者）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

支援の難しさ【回答者：身じまいの経験・予定がある人】

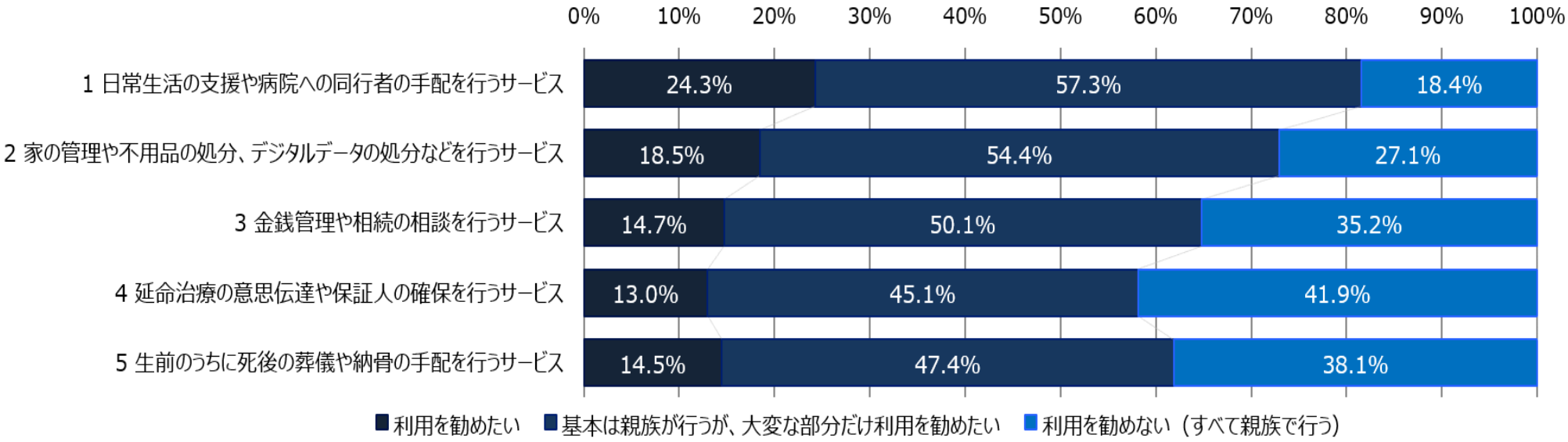
Q22.その方の身じまいの支援を行う上で、難しいと感じていることをすべてお選びください。（MA、n=5,306、Q20. 身じまい支援の経験にて、１項目でも「２実施中または今後実施する可能性がある」を選んだ回答者）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

親族へのサービス利用の推奨【回答者：身じまいの経験・予定がある人】

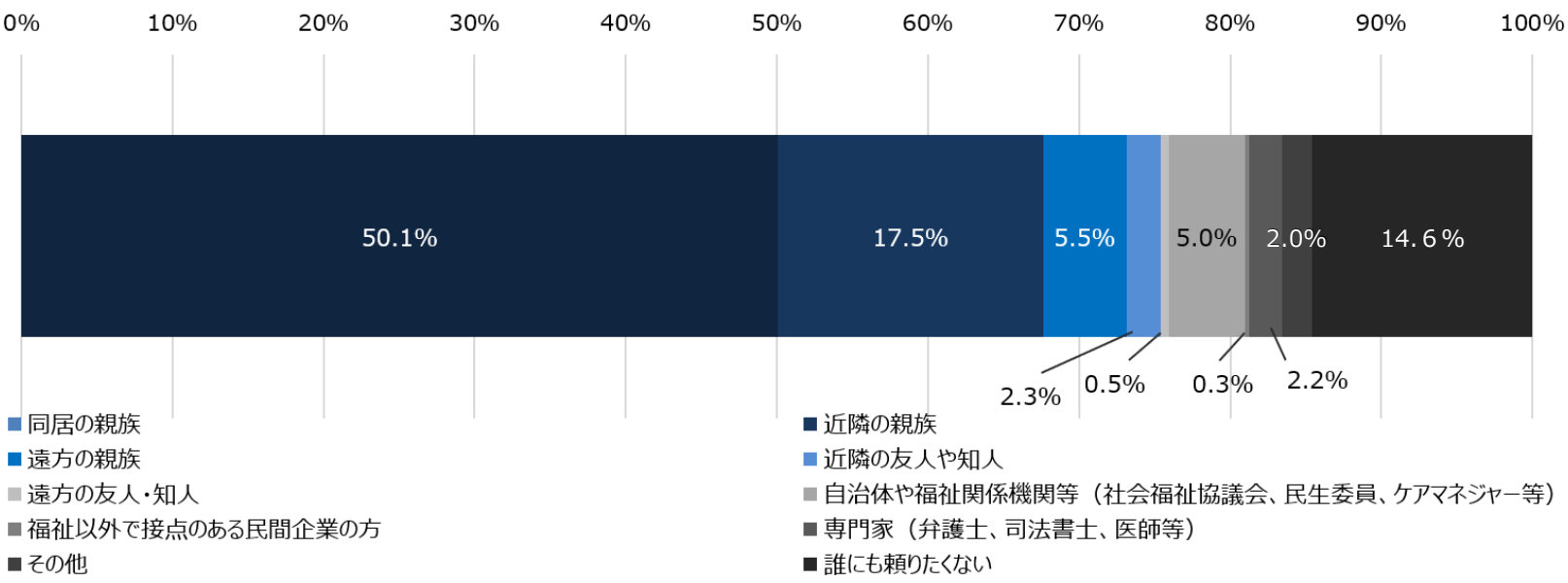
Q23.高齢期の暮らしや手続きを代行・サポートするサービスがある場合、あなたはその方の身じまいの際に利用を勧めたいと思いますか。
（SA、n=5,306、Q20. 身じまい支援の経験にて、1 項目でも「2 実施中または今後実施する可能性がある」を選んだ回答者）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

頼りたい相手

Q24.ご自身に万が一のことがあった際、最も頼りたい人は誰ですか。相手の状況にかかわらず、あなたの希望に最も近い方を1人お選びください。
（SA、n=10,000）

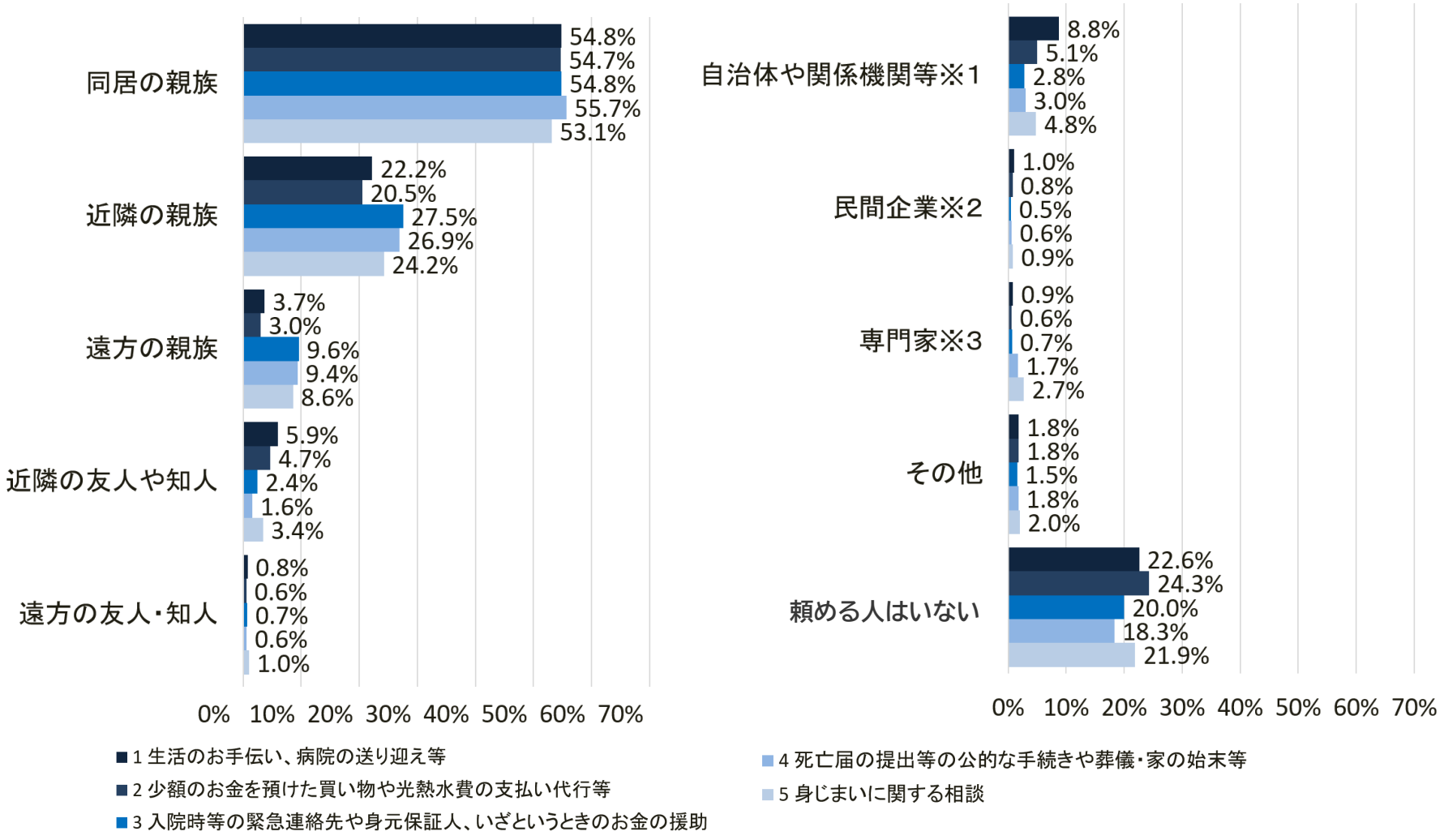


※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

実際に頼める人

Q25.実際に以下のことを頼める人をすべてお選びください。（MA、n=10,000）

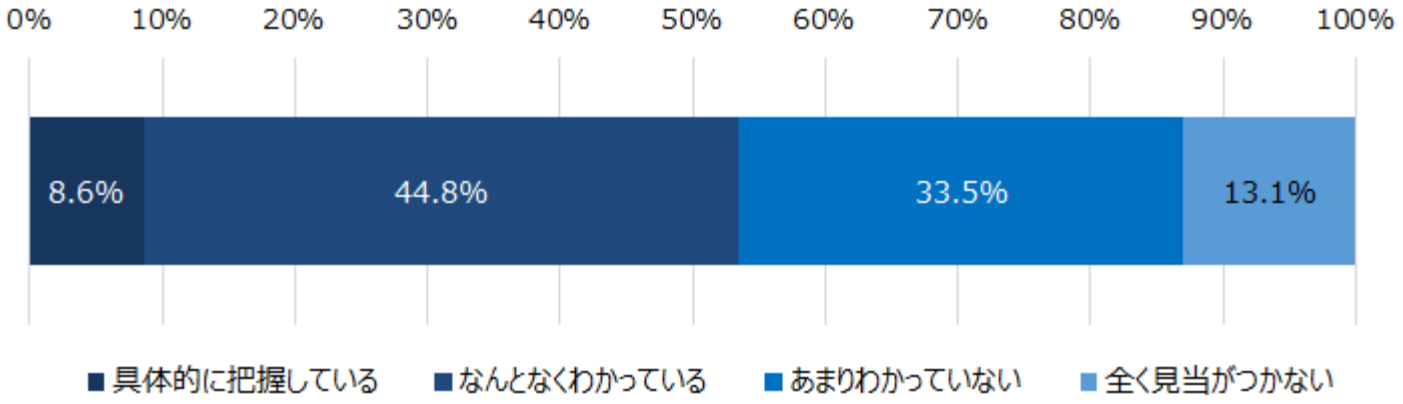


※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）※2 福祉以外で接点のある民間企業 ※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

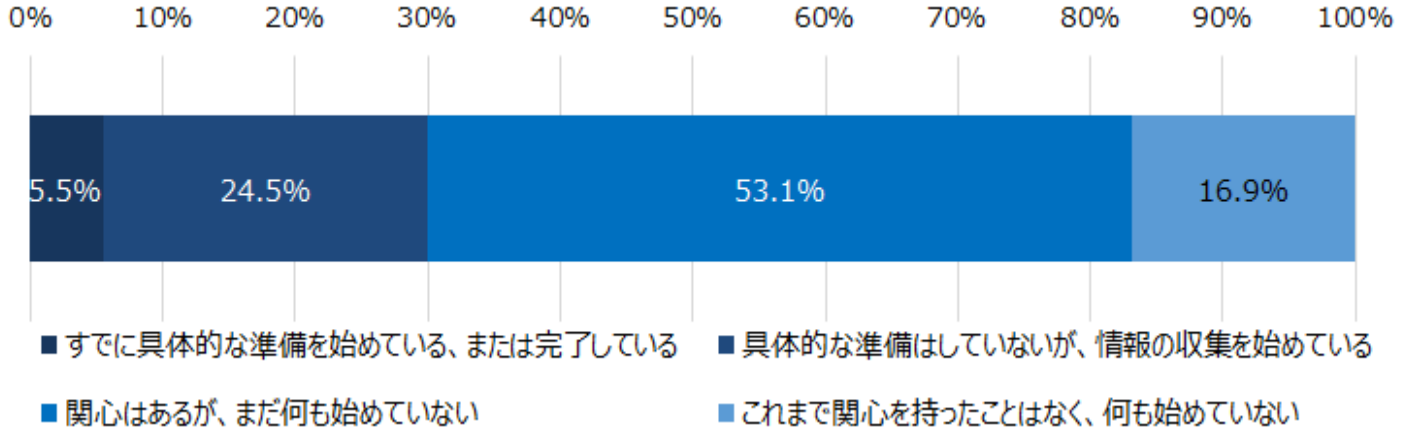
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

必要な備えの理解・身じまいの取り組み段階

Q26.これからの生活や万が一の備えについて、自分に必要なことの全体像や優先順位がどのくらい分かっていますか。（SA、n=10,000）



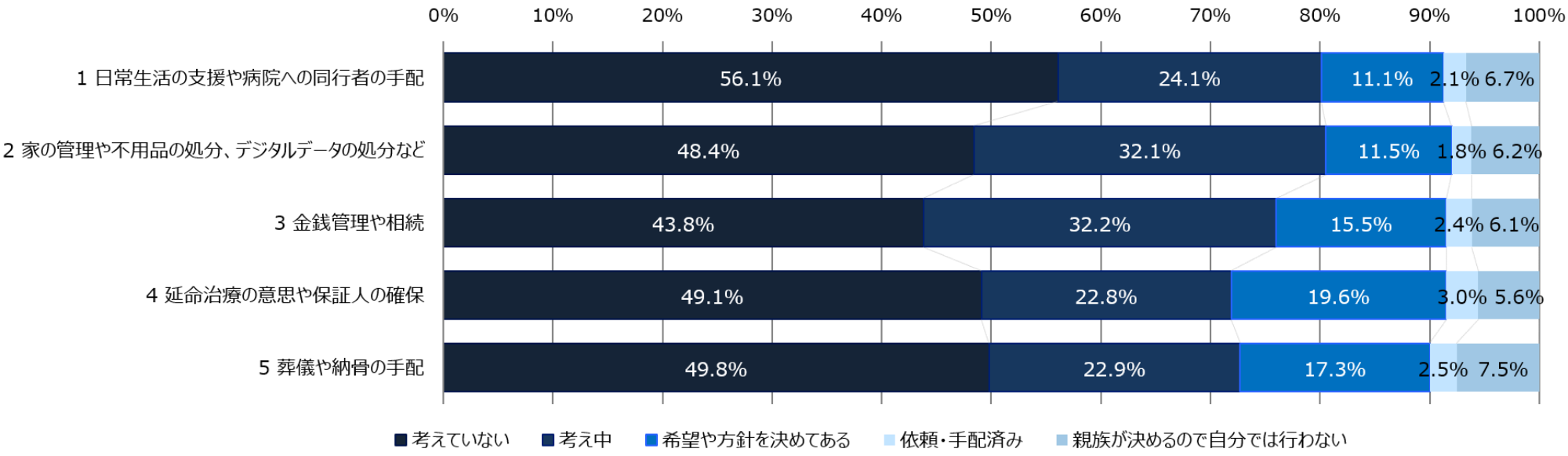
Q27.自身の身じまいについて、現在の状況に最も近いものを1つお選びください。（SA、n=10,000）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの領域別の備え

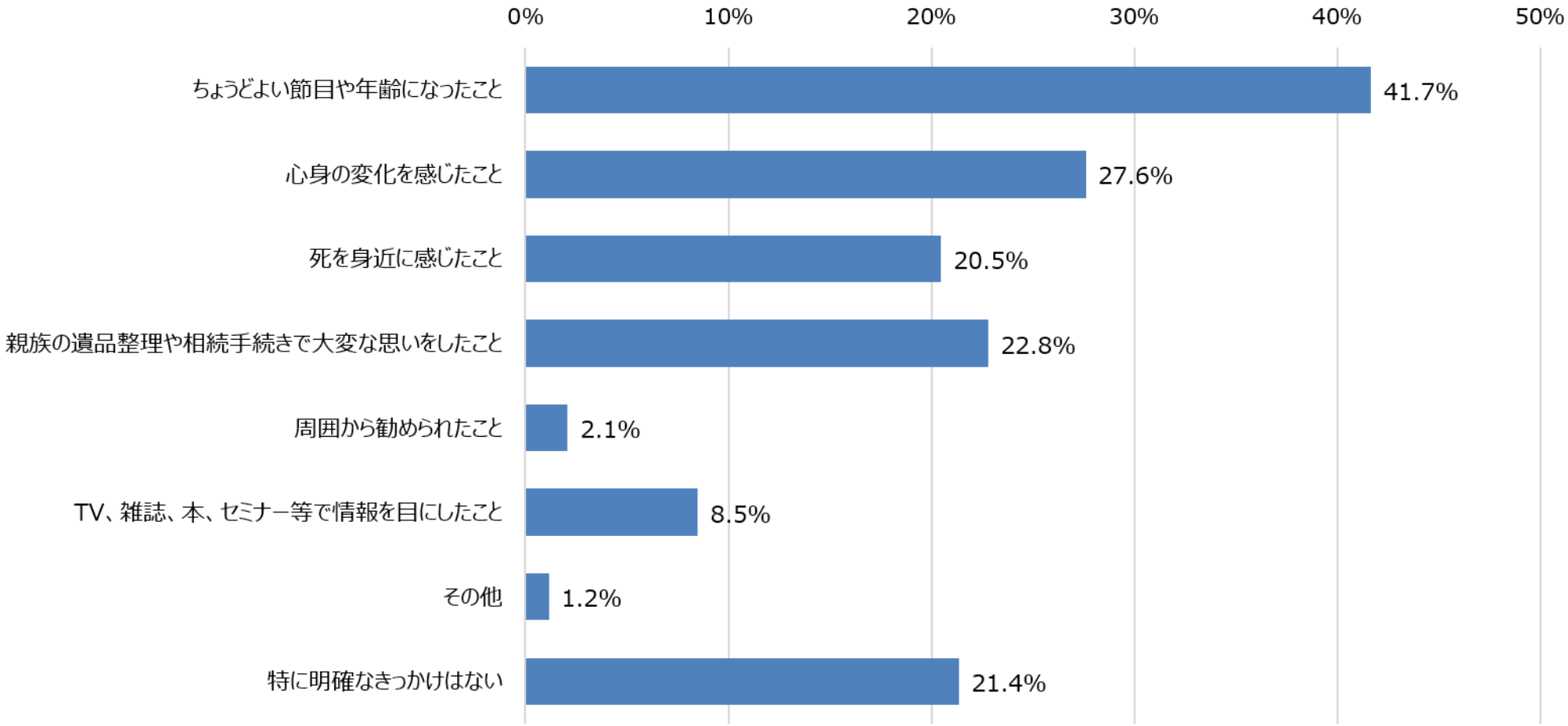
Q28.身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に最も近いものを1つお選びください。（SA、n=10,000）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

取り組みのきっかけ

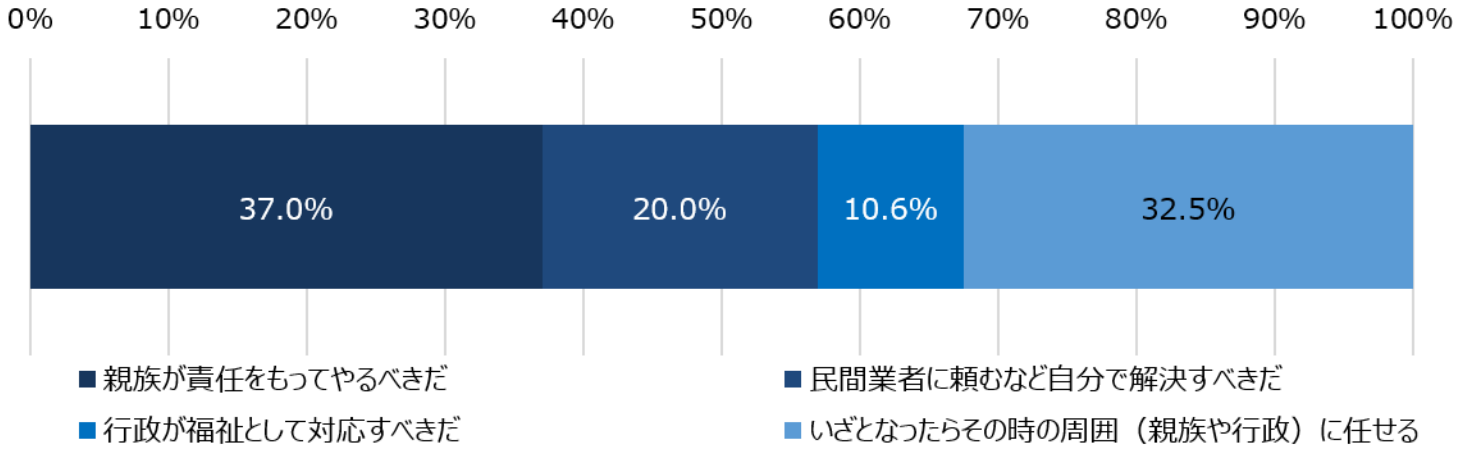
Q29.あなたが、身じまいについて具体的に考え始めたり、行動を起こしたりしたきっかけは何ですか。あてはまるものをすべてお選びください。
（MA、n=5,994）



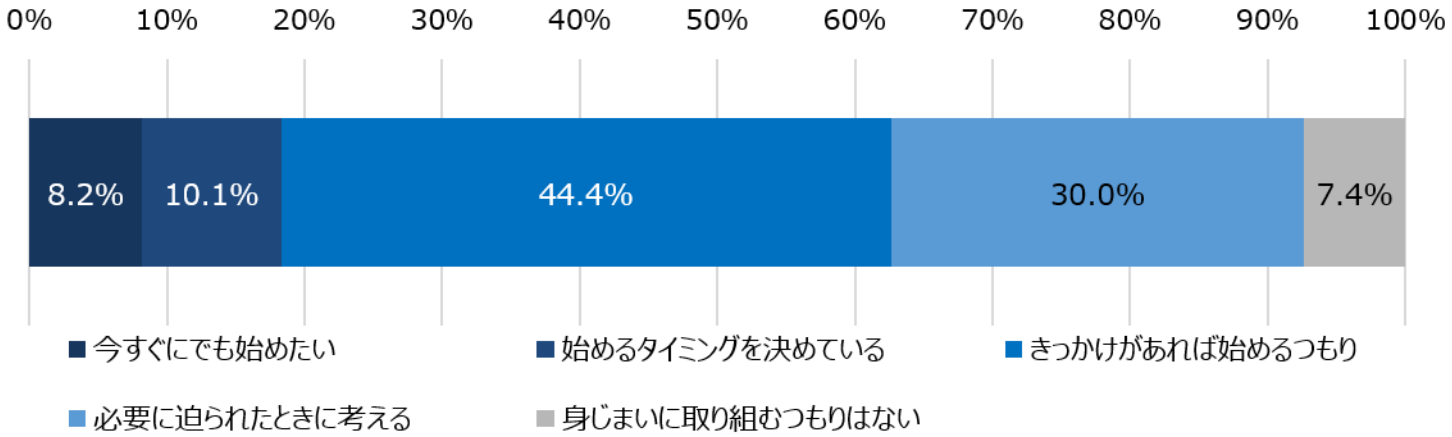
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの手続きの担い手・取り組む時期

Q30.高齢期の身じまいの手続きや手配は、本来どのような形で解決されるべきだと思いますか。※あなたのお気持ちに近いものをお答えください。（SA、n=10,000）



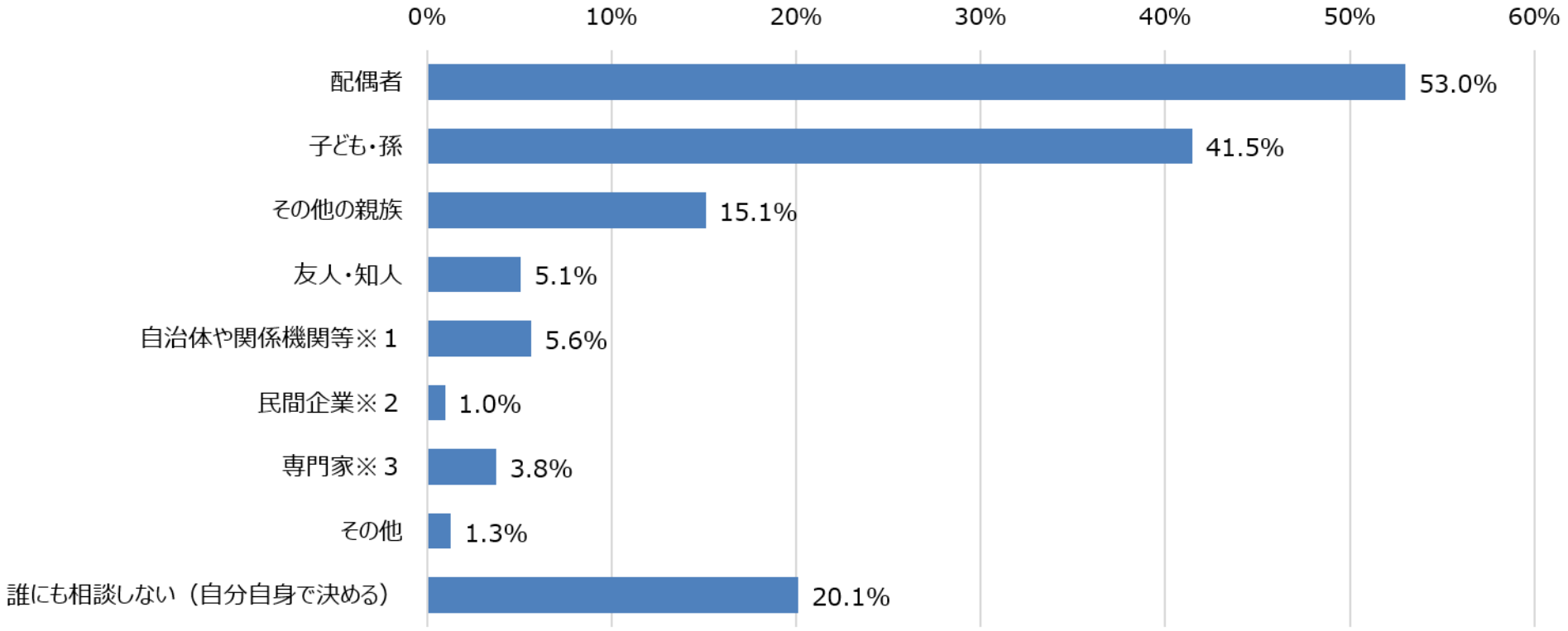
Q31.人生のどのようなタイミングで本格的に身じまいに取り組もうと考えていますか。（SA、n=10,000）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの相談相手

Q32.ご自身の身じまいに関する意思決定を行うとき、事前にどなたに相談して決めたいですか。（MA、n=10,000）

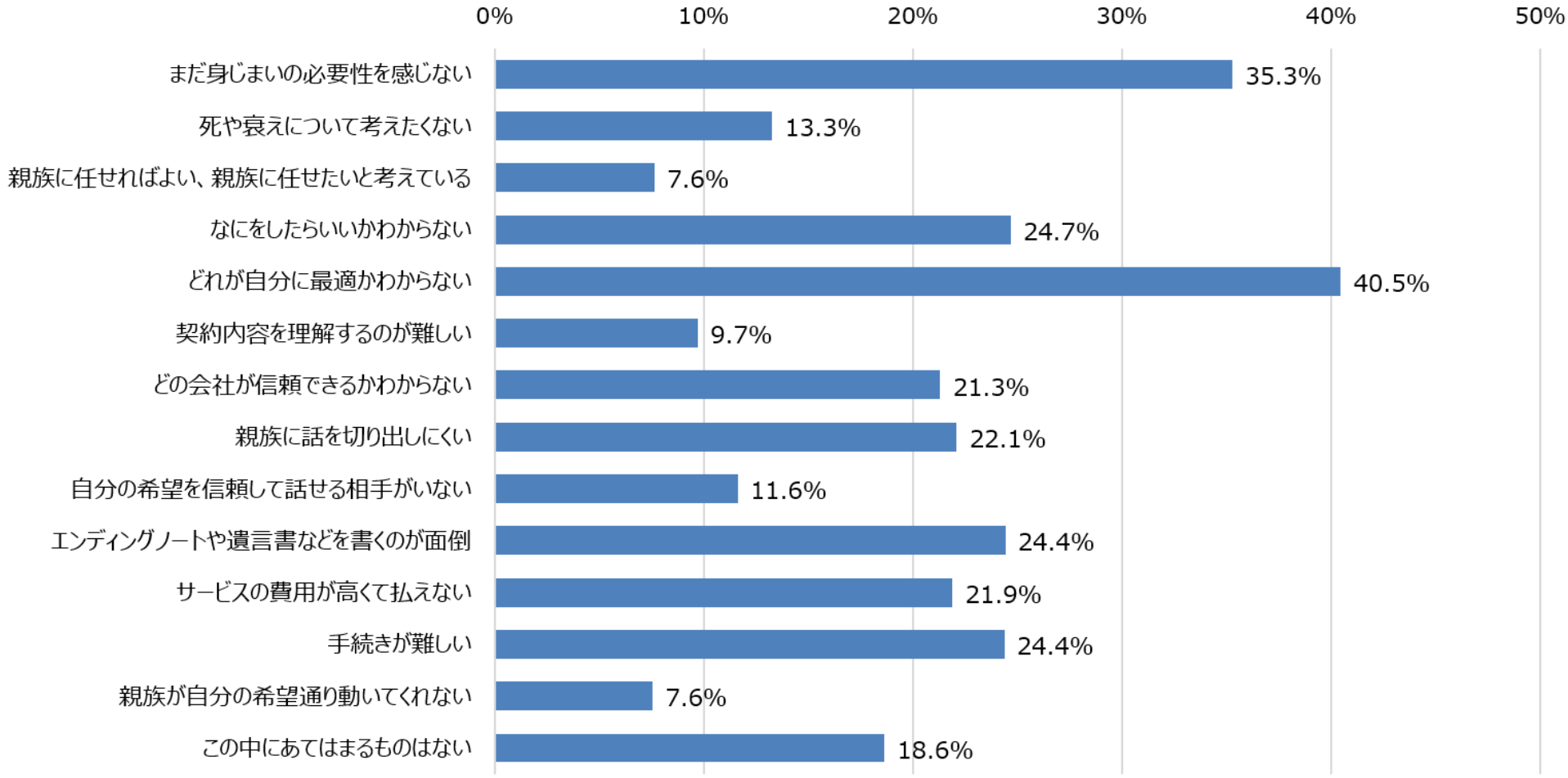


※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

準備を進める上で難しい点

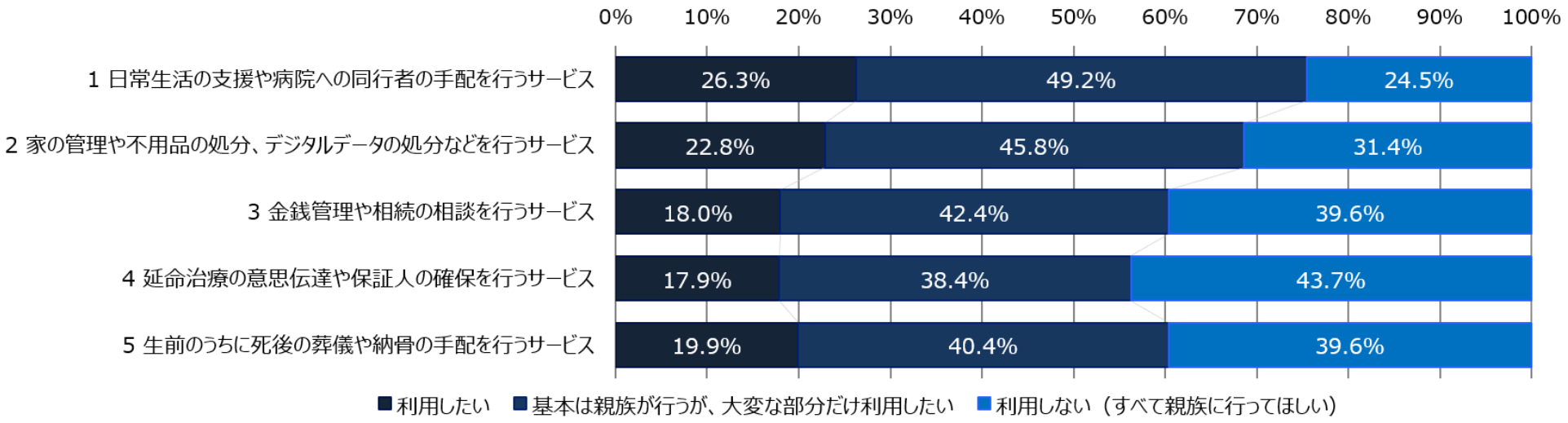
Q33.あなたが身じまいの準備を進める上で難しい点をすべてお選びください。（MA、n=10,000）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまい支援サービスの利用意向

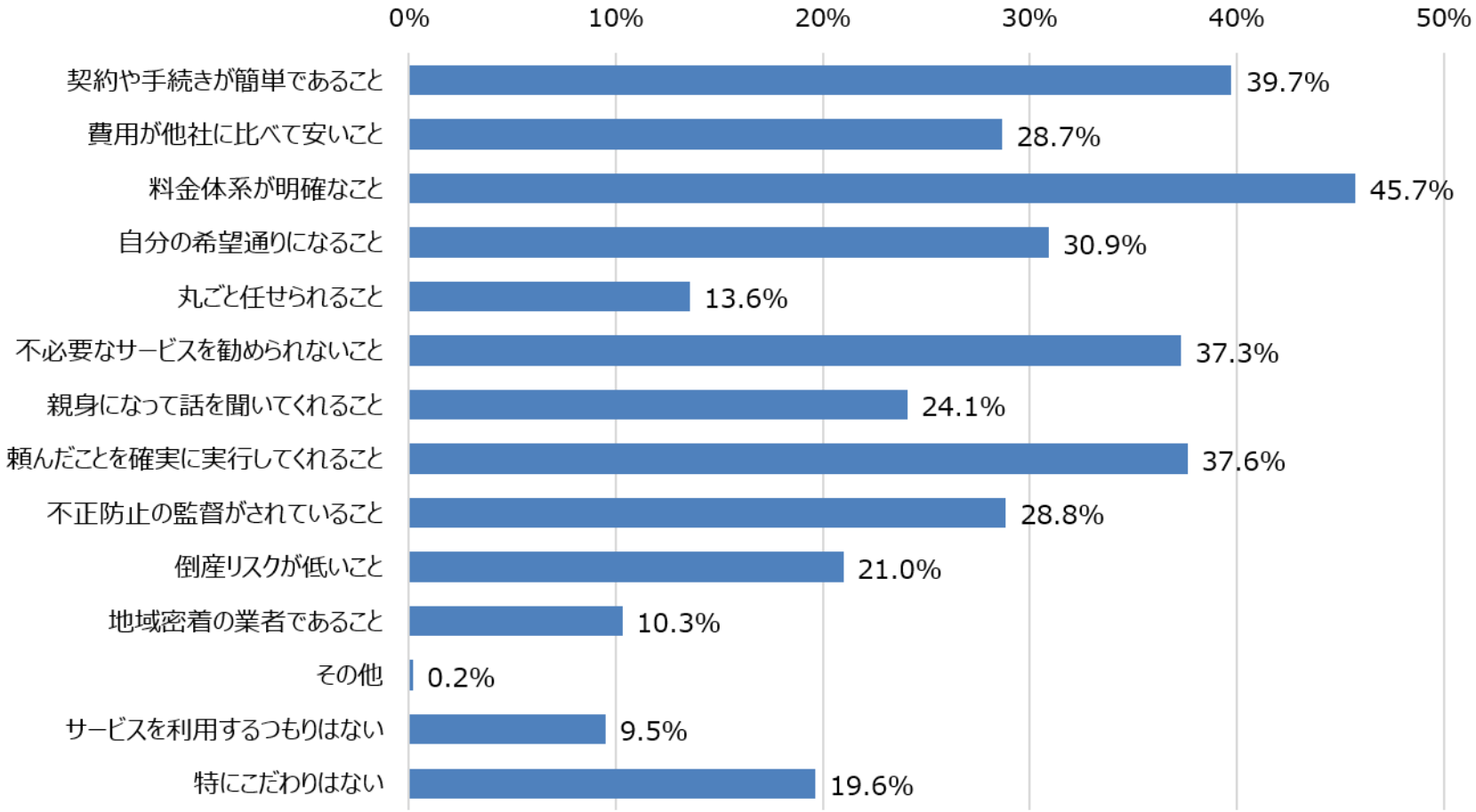
Q34.高齢期の暮らしや死後の手続きなどを代行・サポートするサービスがある場合、あなたご自身の身じまいの際に利用したいと思いますか。
（SA、n=10,000）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまい支援サービスの選択で重視する点

Q35.身じまいを支援するサービスを利用する場合に重視する点をすべてお選びください。（MA、n=10,000）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

Appendix 2　頼りたい相手と実際に頼める人の詳細【60代以上】

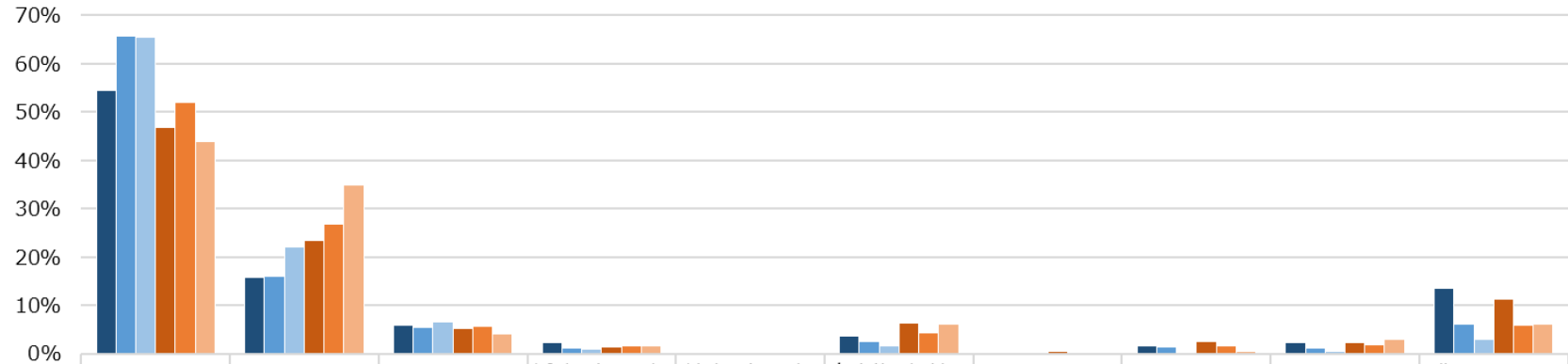
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

最も頼りたい相手【60代以上・男女・年代別】

- 最も頼りたい相手として「同居の親族」を選んだ割合は男性は54.5~65.8%、女性44.0~52.0%と男性の方が高い一方、「近隣の親族」は男性15.8~22.0%、女性23.3~35.0%で女性の方が高かった。

Q24.ご自身に万が一のことがあった際、最も頼りたい人は誰ですか。
相手の状況にかかわらず、あなたの希望に最も近い方を1人お選びください。（SA）

最も頼りたい相手（60代以上、n=5,200）



	同居の親族	近隣の親族	遠方の親族	近隣の友人や知人	遠方の友人・知人	自治体や福祉関係機関等※1	民間企業※2	専門家※3	その他	誰にも頼りたくない
男性60代	54.5%	15.8%	5.9%	2.2%	0.3%	3.7%	0.3%	1.5%	2.3%	13.5%
男性70代	65.8%	16.1%	5.4%	1.2%	0.2%	2.5%	0.2%	1.3%	1.3%	6.2%
男性80代以上	65.5%	22.0%	6.5%	1.0%	0.0%	1.5%	0.0%	0.0%	0.5%	3.0%
女性60代	46.9%	23.3%	5.2%	1.4%	0.3%	6.4%	0.5%	2.4%	2.3%	11.3%
女性70代	52.0%	26.8%	5.7%	1.5%	0.2%	4.3%	0.3%	1.6%	1.8%	5.8%
女性80代以上	44.0%	35.0%	4.0%	1.5%	0.0%	6.0%	0.0%	0.5%	3.0%	6.0%

※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

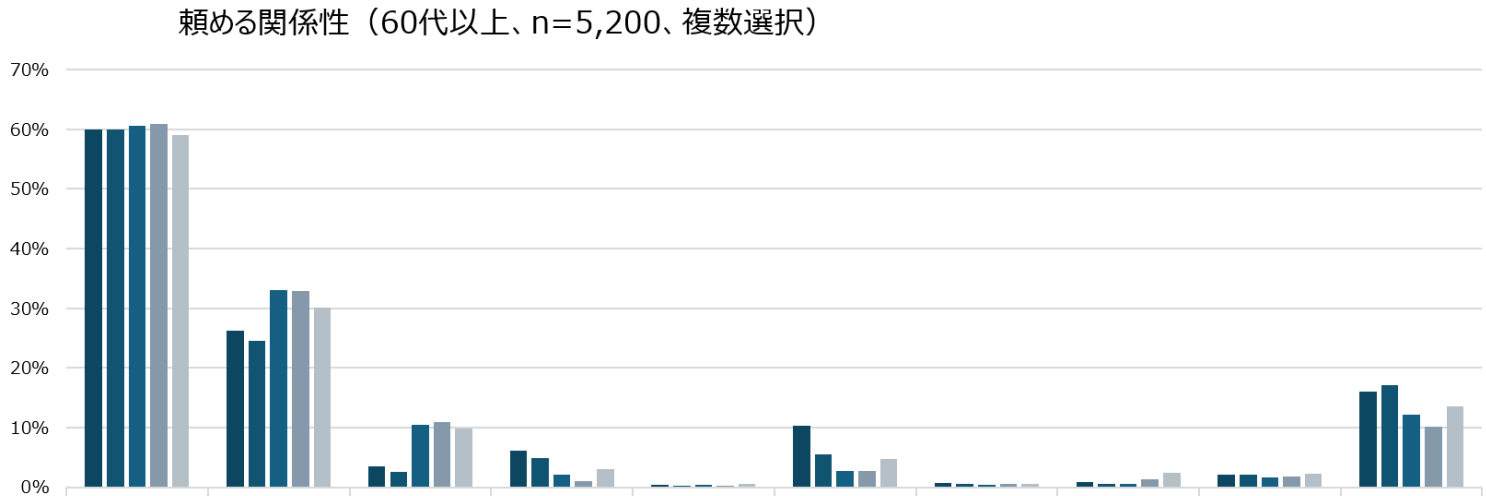
集計対象：60～80代の回答者（男性n＝2,600、女性n＝2,600）。割合は男女別に算出。

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

実際に頼める人【60代以上・支援領域別】

- 5つの支援領域すべてで「同居の親族」を頼める相手に挙げる割合が最も高い一方、「頼める人はいない」と回答した割合は10.1～17.2%であった。

Q25.実際に以下のこと（5つの支援領域について回答）を頼める人をすべてお選びください。（MA）



	同居の親族	近隣の親族	遠方の親族	近隣の友人や知人	遠方の友人・知人	自治体や福祉関係機関等※1	民間企業※2	専門家※3	その他	頼める人はいない
日常生活のお手伝い・病院の送り迎え等	60.0%	26.3%	3.4%	6.1%	0.4%	10.3%	0.7%	0.8%	2.1%	16.0%
少額のお金を預けた買い物や光熱水費の支払い代行等	60.0%	24.6%	2.6%	4.8%	0.3%	5.5%	0.5%	0.5%	2.1%	17.2%
入院時の緊急連絡先や身元保証人、いざというときのお金の援助	60.6%	33.0%	10.4%	2.1%	0.4%	2.7%	0.3%	0.6%	1.7%	12.1%
死亡届の提出等の公的手続きや葬儀・家の始末等	60.9%	33.0%	10.9%	1.0%	0.3%	2.7%	0.6%	1.4%	1.9%	10.1%
身じまいに関する相談	59.0%	30.0%	9.8%	3.1%	0.6%	4.8%	0.5%	2.4%	2.2%	13.5%

※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

集計対象：60～80代の回答者（n＝5,200、複数回答）

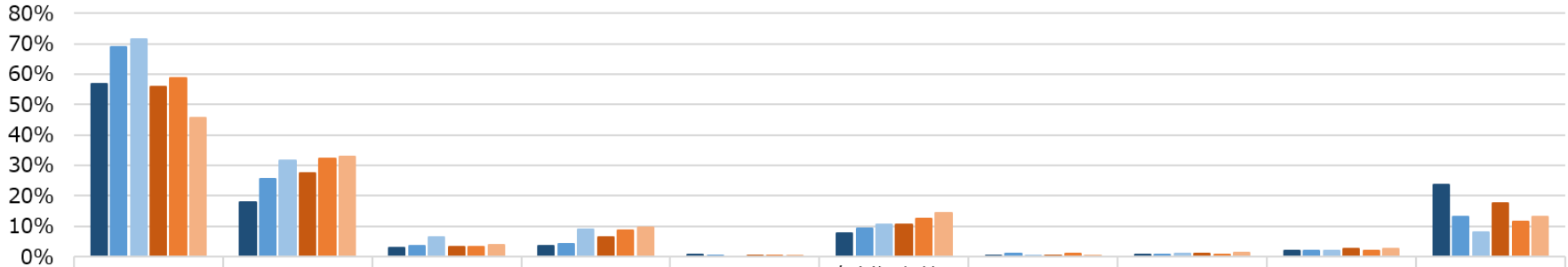
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

実際に頼める人：日常生活の支援【60代以上・男女・年代別】

- 日常生活の支援について「頼める人はいない」と回答した割合は、男女・年代別の6区分の中で男性60代が23.6%と最も高かった。

Q25.実際に以下のこと（「日常生活のお手伝い・病院の送り迎え等」について回答）を頼める人をすべてお選びください。（MA）

「日常生活のお手伝い・病院の送り迎え等」における頼める関係性
（60代以上、n=5,200、複数選択）



	同居の親族	近隣の親族	遠方の親族	近隣の友人や知人	遠方の友人・知人	自治体や福祉関係機関等※1	民間企業※2	専門家※3	その他	頼める人はいない
男性60代	56.8%	17.8%	3.0%	3.7%	0.7%	7.8%	0.5%	0.6%	1.8%	23.6%
男性70代	69.0%	25.4%	3.6%	4.3%	0.4%	9.2%	1.0%	0.8%	1.8%	13.1%
男性80代以上	71.5%	31.5%	6.5%	9.0%	0.0%	10.5%	0.5%	1.0%	2.0%	8.0%
女性60代	55.9%	27.6%	3.4%	6.4%	0.3%	10.8%	0.5%	1.0%	2.5%	17.6%
女性70代	58.7%	32.2%	3.2%	8.8%	0.3%	12.5%	1.0%	0.8%	2.0%	11.6%
女性80代以上	45.5%	33.0%	4.0%	9.5%	0.5%	14.5%	0.5%	1.5%	2.5%	13.0%

※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

集計対象：60～80代の回答者。男女それぞれ60代・70代は各n＝1,200、80代はn＝200（複数回答）。割合は各区分内で算出。

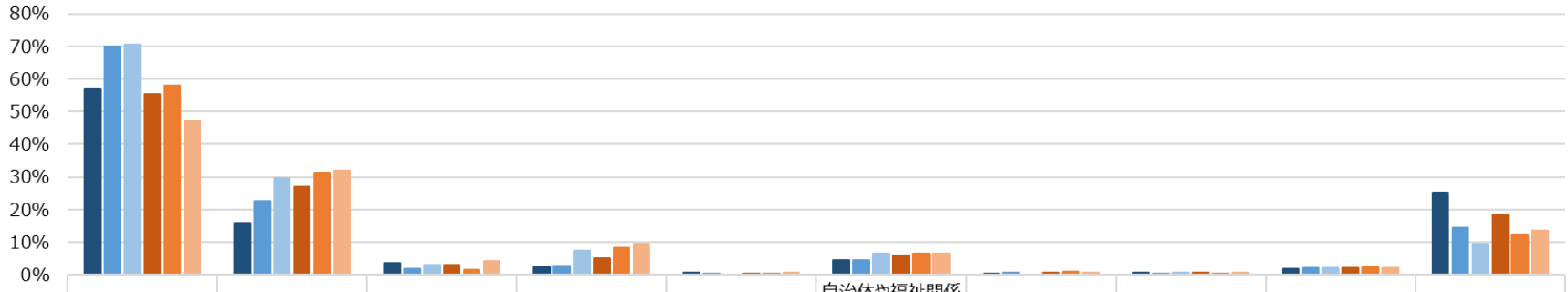
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

実際に頼める人：買い物・支払い代行等【60代以上、男女・年代別】

- 買い物・支払い代行等について「頼める人はいない」と回答した割合は、男性60代で25.3%、女性60代で18.5%となり、男女とも60代で最も高かった。

Q25.実際に以下のこと（「少額のお金を預けた買い物や光熱水費の支払い代行等」について回答）を頼める人をすべてお選びください。（MA）

「少額のお金を預けた買い物や光熱水費の支払い代行等」における頼める関係性
（60代以上、n=5,200、複数選択）



	同居の親族	近隣の親族	遠方の親族	近隣の友人や知人	遠方の友人・知人	自治体や福祉関係機関等※1	民間企業※2	専門家※3	その他	頼める人はいない
男性60代	57.2%	15.9%	3.7%	2.3%	0.7%	4.5%	0.3%	0.7%	1.8%	25.3%
男性70代	69.9%	22.5%	1.8%	2.7%	0.3%	4.4%	0.5%	0.4%	2.1%	14.3%
男性80代以上	70.5%	29.5%	3.0%	7.5%	0.0%	6.5%	0.0%	0.5%	2.0%	9.5%
女性60代	55.2%	26.9%	2.9%	5.0%	0.2%	6.0%	0.5%	0.6%	2.2%	18.5%
女性70代	58.0%	31.0%	1.6%	8.3%	0.1%	6.6%	0.8%	0.3%	2.3%	12.4%
女性80代以上	47.0%	32.0%	4.0%	9.5%	0.5%	6.5%	0.5%	0.5%	2.0%	13.5%

※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

集計対象：60～80代の回答者。男女それぞれ60代・70代は各n＝1,200、80代はn＝200（複数回答）。割合は各区分内で算出。

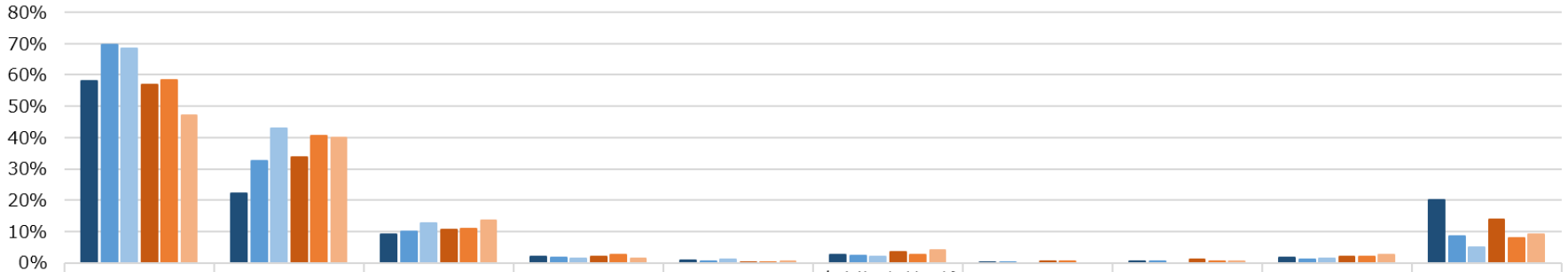
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

実際に頼める人：緊急連絡先・身元保証等【60代以上、男女・年代別】

- 緊急連絡先・身元保証等について「頼める人はいない」と回答した割合は、男性60代で20.1%、女性60代で13.8%となり、男女とも60代で最も高かった。

Q25.実際に以下のこと（「入院時の緊急連絡先や身元保証人、いざというときのお金の援助」について回答）を頼める人をすべてお選びください。（MA）

「入院時等の緊急連絡先や身元保証人、いざというときのお金の援助」における頼める関係性
（60代以上、n=5,200、複数選択）



	同居の親族	近隣の親族	遠方の親族	近隣の友人や知人	遠方の友人・知人	自治体や福祉関係機関等※1	民間企業※2	専門家※3	その他	頼める人はいない
男性60代	58.2%	22.1%	9.1%	2.1%	0.8%	2.4%	0.2%	0.4%	1.8%	20.1%
男性70代	69.8%	32.7%	10.1%	1.8%	0.5%	2.3%	0.3%	0.5%	1.1%	8.6%
男性80代以上	68.5%	43.0%	12.5%	1.5%	1.0%	2.0%	0.0%	0.0%	1.5%	5.0%
女性60代	57.0%	33.7%	10.6%	2.1%	0.2%	3.3%	0.6%	1.2%	2.0%	13.8%
女性70代	58.3%	40.7%	11.0%	2.6%	0.3%	2.7%	0.5%	0.3%	1.8%	7.8%
女性80代以上	47.0%	40.0%	13.5%	1.5%	0.5%	4.0%	0.0%	0.5%	2.5%	9.0%

※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

集計対象：60～80代の回答者。男女それぞれ60代・70代は各n＝1,200、80代はn＝200（複数回答）。割合は各区分内で算出。

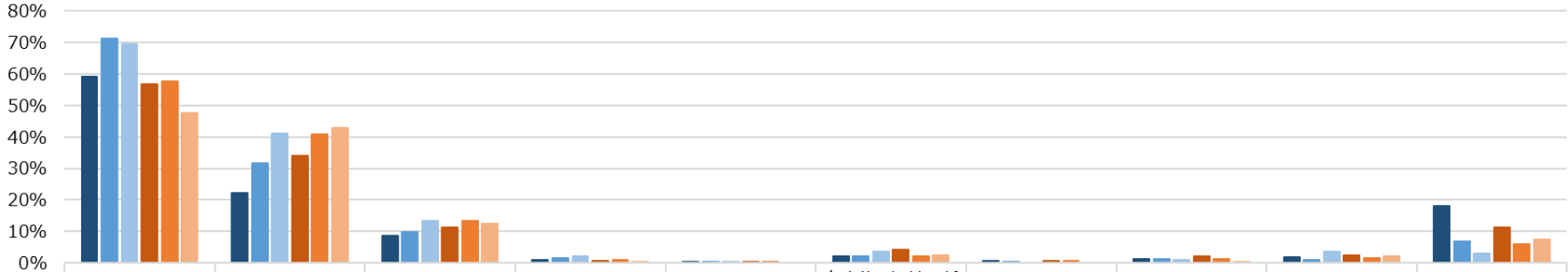
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

実際に頼める人：死後の手続き等【60代以上、男女・年代別】

- 死後の手続き等を「近隣の親族」に頼めると回答した割合は、男性60代22.3%・70代31.6%・80代以上41.0%、女性60代34.0%・70代40.9%・80代以上43.0%と、年代が高い区分ほど高かった。

Q25.実際に以下のこと（「死亡届の提出等の公的な手続きや葬儀・家の始末等」について回答）を頼める人をすべてお選びください。（MA）

「死亡届の提出等の公的な手続きや葬儀・家の始末等」における頼める関係性
（60代以上、n=5,200、複数選択）



	同居の親族	近隣の親族	遠方の親族	近隣の友人や知人	遠方の友人・知人	自治体や福祉関係機関等※1	民間企業※2	専門家※3	その他	頼める人はいない
男性60代	59.0%	22.3%	8.5%	1.0%	0.5%	2.1%	0.6%	1.2%	1.9%	18.0%
男性70代	71.3%	31.6%	9.8%	1.5%	0.3%	2.3%	0.4%	1.2%	1.1%	7.0%
男性80代以上	69.5%	41.0%	13.5%	2.0%	0.5%	3.5%	0.0%	1.0%	3.5%	3.0%
女性60代	56.7%	34.0%	11.3%	0.8%	0.2%	4.3%	0.7%	2.2%	2.5%	11.2%
女性70代	57.5%	40.9%	13.3%	0.8%	0.1%	2.1%	0.8%	1.2%	1.7%	5.9%
女性80代以上	47.5%	43.0%	12.5%	0.5%	0.0%	2.5%	0.0%	0.5%	2.0%	7.5%

※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

集計対象：60～80代の回答者。男女それぞれ60代・70代は各n＝1,200、80代はn＝200（複数回答）。割合は各区分内で算出。

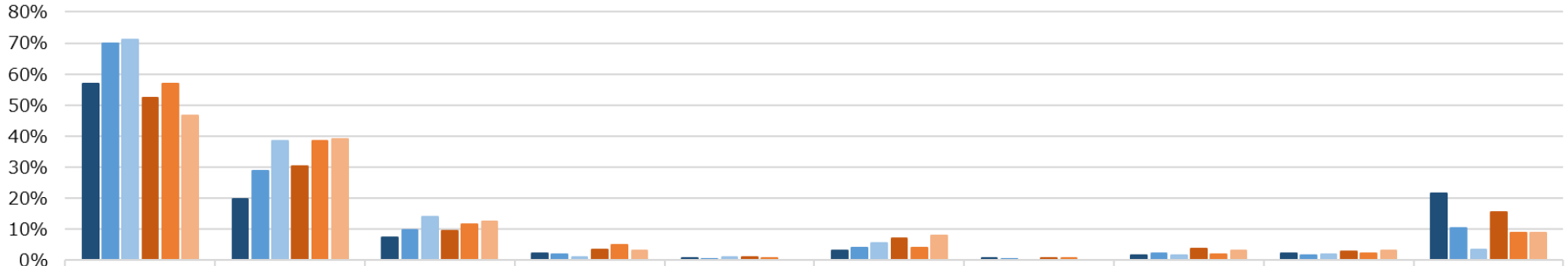
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

実際に頼める人：身じまいに関する相談【 60代以上、男女・年代別】

- 身じまいに関する相談について「同居の親族」に頼めると回答した割合は、80代以上では男性71.0%、女性46.5%で、男女差が24.5ポイントみられた。

Q25.実際に以下のこと（「身じまいに関する相談」について回答）を頼める人をすべてお選びください。（MA）

「身じまいに関する相談」における頼める関係性
（60代以上、n=5,200、複数選択）



	同居の親族	近隣の親族	遠方の親族	近隣の友人や知人	遠方の友人・知人	自治体や福祉関係機関等	民間企業の方	専門家	その他	頼める人はいない
男性60代	57.0%	19.8%	7.4%	2.3%	0.6%	3.2%	0.7%	1.8%	2.1%	21.6%
男性70代	69.9%	28.8%	9.7%	2.0%	0.4%	4.2%	0.3%	2.3%	1.8%	10.5%
男性80代以上	71.0%	38.5%	14.0%	1.0%	1.0%	5.5%	0.0%	1.5%	2.0%	3.5%
女性60代	52.3%	30.2%	9.5%	3.5%	1.0%	6.9%	0.6%	3.6%	2.8%	15.4%
女性70代	56.8%	38.5%	11.6%	4.8%	0.6%	4.1%	0.7%	2.0%	2.1%	8.8%
女性80代以上	46.5%	39.0%	12.5%	3.0%	0.0%	8.0%	0.0%	3.0%	3.0%	9.0%

※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

集計対象：60～80代の回答者。男女それぞれ60代・70代は各n＝1,200、80代はn＝200（複数回答）。割合は各区分内で算出。

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

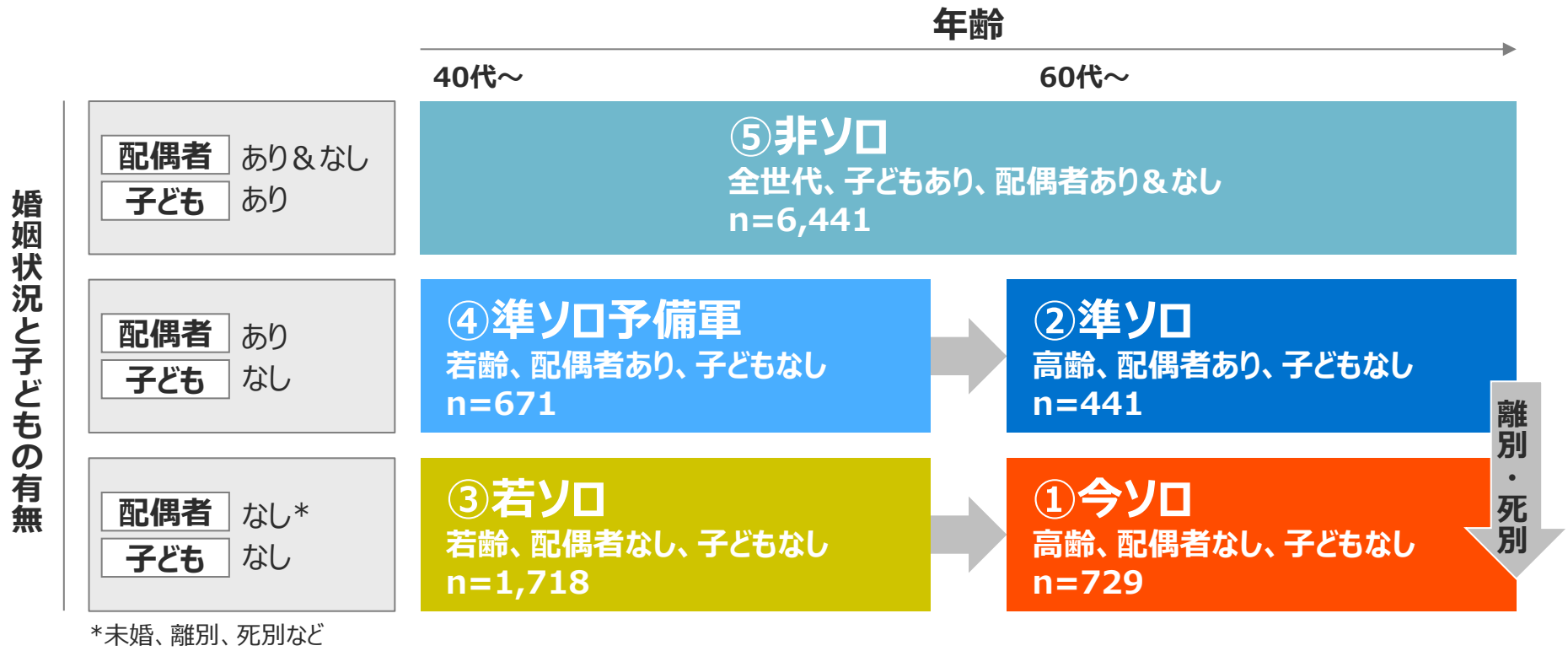
Appendix 3　年代、配偶者・子どもの有無からみる頼める相手と身じまいの備えの詳細【40代以上】

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

（再掲）年代と配偶者・子どもの有無による5つの分類

- 回答者を年代と配偶者・子どもの有無によって5つの群に分類し、頼りたい相手、支援内容ごとに実際に頼める相手、身じまいへの備えの状況を比較した。
- 子どもがいない人を年代と配偶者の有無で4群に分け、子どもがいる人と比較することで、それぞれの特徴を整理する。

※子どもがいる⑤非ソロは40～80代を含むため、群間の差には年代構成の違いも含まれる。

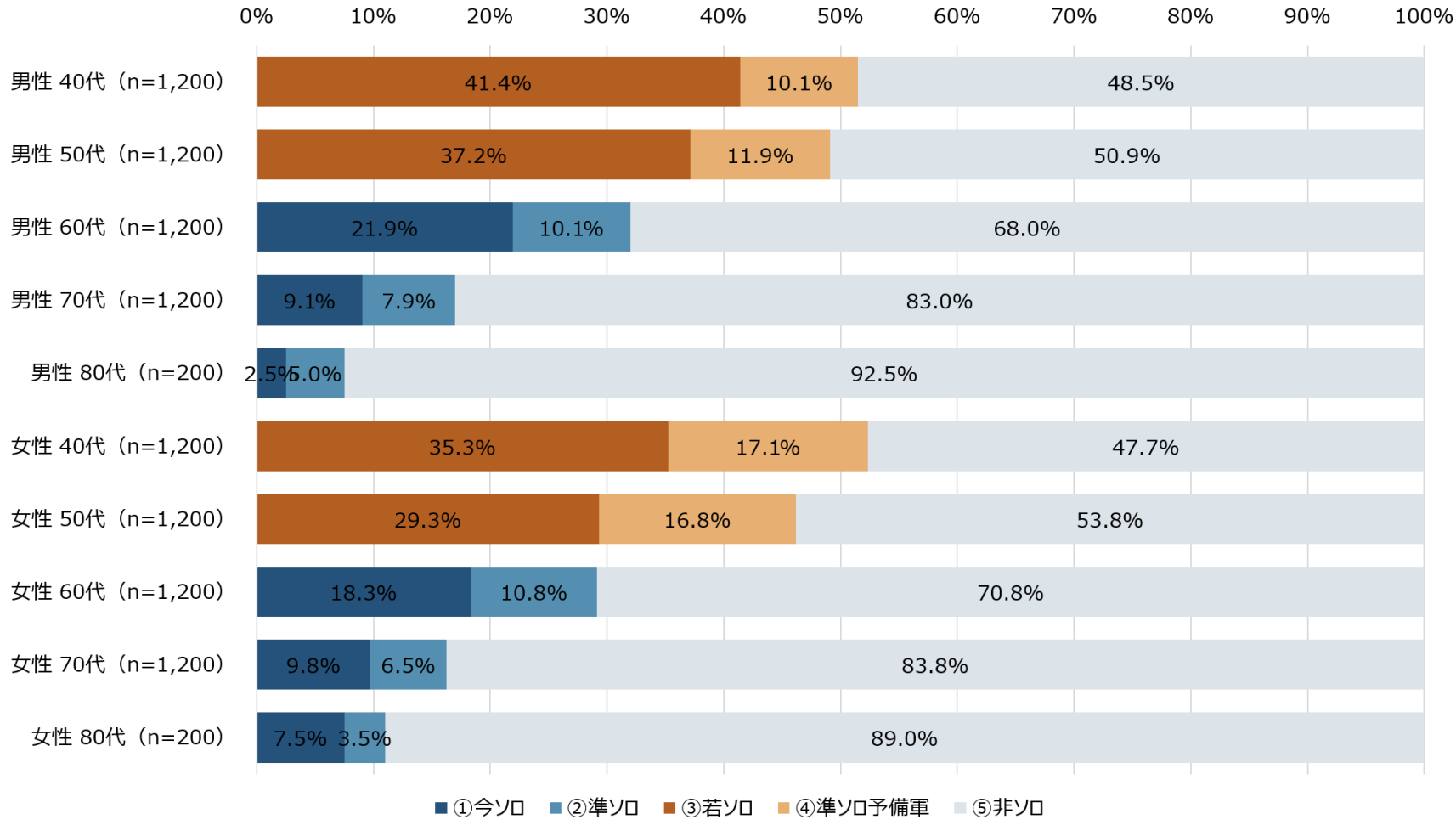


*未婚、離別、死別など

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

年代、配偶者・子どもの有無による5分類の割合【40代以上、男女・年代別】

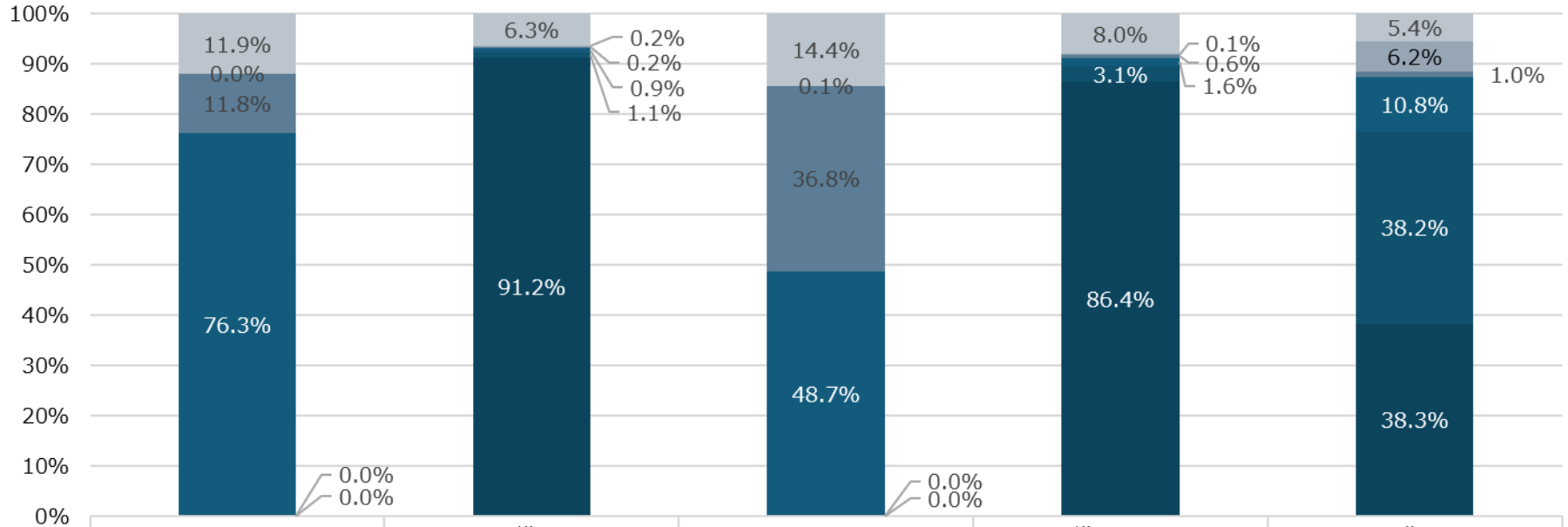
- ①今ソロは60代で約2割、70代で約1割、80代では1割未満となり、年齢とともに縮小する。②準ソロは1割程度存在し、年齢とともに縮小する。
- ③若ソロは40～50代の3～4割を占め、④準ソロ予備軍も1～2割程度みられる。
- ⑤非ソロは年齢とともに増え、70代以降は8割を超える。



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

年代、配偶者・子どもの有無による5分類の同居者の状況【40代以上】

- 独居の割合は①今ソロで76.3%、③若ソロで48.7%であり、③若ソロでは父母・祖父母のみと同居する割合が36.8%であった。



	①今ソロ	②準ソロ	③若ソロ	④準ソロ予備軍	⑤非ソロ
その他の同居形態	11.9%	6.3%	14.4%	8.0%	5.4%
子ども・孫のみ	0.0%	0.2%	0.1%	0.1%	6.2%
父母・祖父母のみ	11.8%	0.2%	36.8%	0.6%	1.0%
独居	76.3%	0.9%	48.7%	1.6%	10.8%
配偶者＋こども・孫	0.0%	1.1%	0.0%	3.1%	38.2%
配偶者のみ	0.0%	91.2%	0.0%	86.4%	38.3%

■配偶者のみ ■配偶者＋こども・孫 ■独居 ■父母・祖父母のみ ■子ども・孫のみ ■その他の同居形態

※その他の同居形態：同居者の複数選択パターンのうち、上記以外を指す

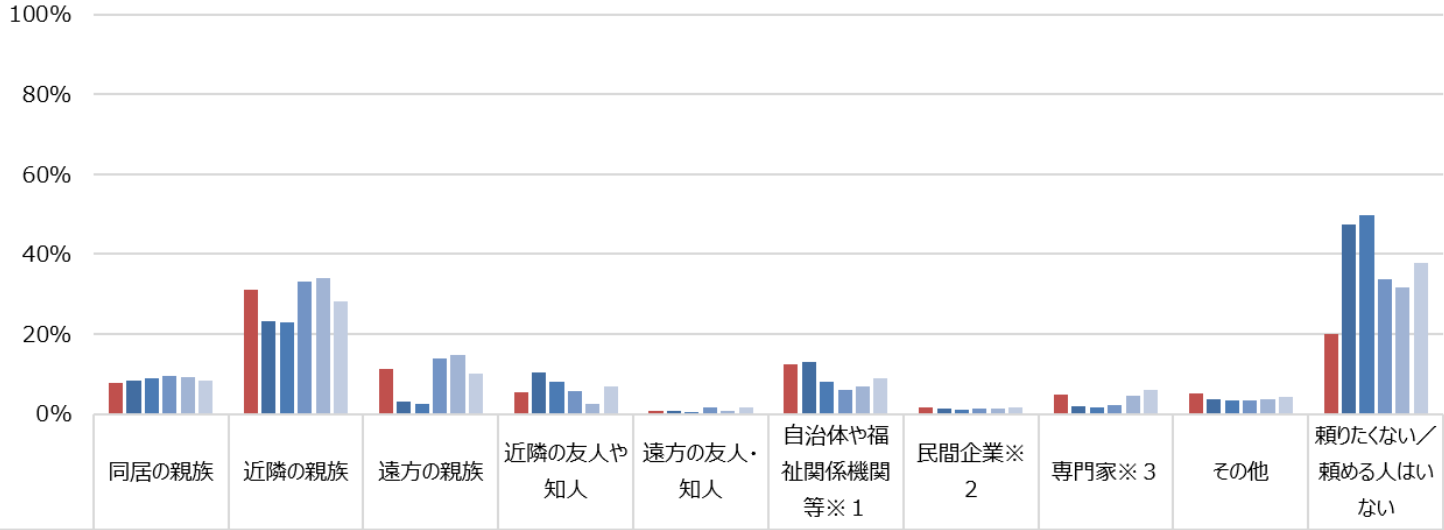
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

頼りたい人と実際に頼める人：①今ソロ

- 最も頼りたい相手は「近隣の親族」が31.0%で最も多い。
- 実際に頼める人としても、「近隣の親族」を選んだ割合は各支援領域で22.9～34.0%と比較的多い。一方、「頼める人はいない」と回答した割合は31.7～49.8%と最も多い。

①今ソロ(n=729人)

配偶者：なし
子ども：なし
年代：60代以上



	同居の親族	近隣の親族	遠方の親族	近隣の友人や知人	遠方の友人・知人	自治体や福祉関係機関等※1	民間企業※2	専門家※3	その他	頼りたくない／頼める人はいない
頼りたい人	7.8%	31.0%	11.2%	5.3%	0.7%	12.5%	1.5%	4.8%	5.2%	19.9%
1 日常生活のお手伝い、病院の送り迎え等	8.4%	23.0%	3.2%	10.4%	0.7%	12.9%	1.4%	1.9%	3.7%	47.3%
2 少額のお金を預けた買い物や光熱水費の支払い代行等	8.8%	22.9%	2.5%	8.0%	0.5%	8.1%	1.0%	1.5%	3.4%	49.8%
3 入院時等の緊急連絡先や身元保証人、いざというときのお金の援助	9.6%	33.2%	14.0%	5.6%	1.5%	5.9%	1.2%	2.1%	3.4%	33.7%
4 死亡届の提出等の公的な手続きや葬儀・家の始末等	9.1%	34.0%	14.7%	2.6%	0.7%	6.7%	1.4%	4.5%	3.7%	31.7%
5 身じまいに関する相談	8.4%	28.3%	10.0%	6.9%	1.5%	8.9%	1.5%	6.0%	4.3%	37.9%

※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

集計対象：今ソロの回答者729名。
設問：
Q24「ご自身に万が一のことがあった際、最も頼りたい人は誰ですか。相手の状況にかかわらず、あなたの希望に最も近い方を1人お選びください。(SA)」（頼りたい人）は単一選択
Q25「実際に以下のことを頼める人をすべてお選びください。（MA）」（１～５）は複数選択。

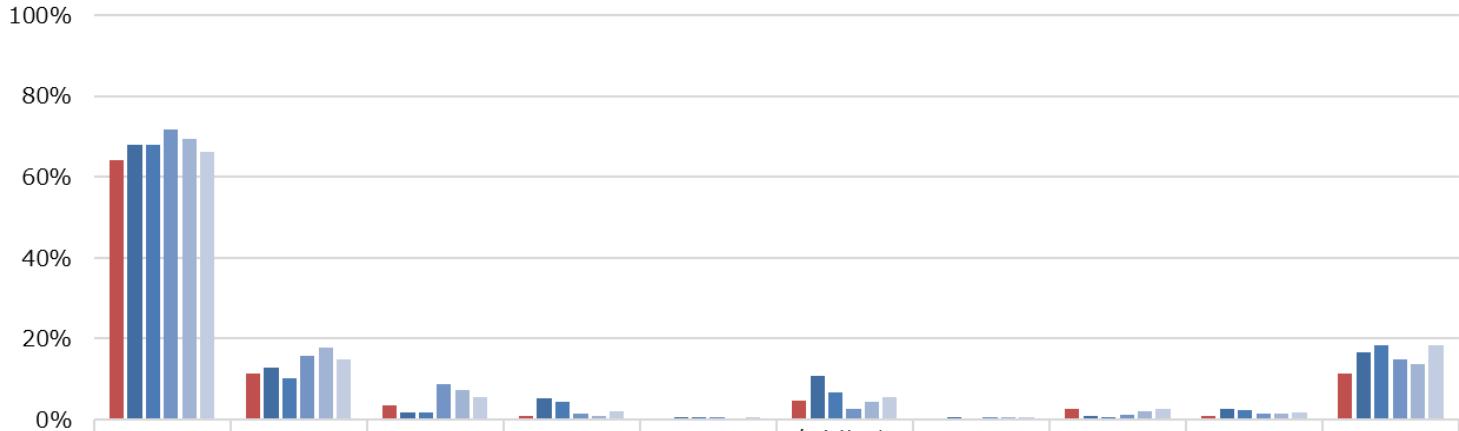
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

頼りたい人と実際に頼める人：②準ソロ

- 最も頼りたい人は「同居の親族」が64.2%で最も多い。
- 実際に頼める人としても、「同居の親族」を選んだ割合も各支援領域で66.2～71.7%と最も多い。

②準ソロ(n=441人)

配偶者：あり
子ども：なし
年代：60代以上



	同居の親族	近隣の親族	遠方の親族	近隣の友人や知人	遠方の友人・知人	自治体や福祉関係機関等※1	民間企業※2	専門家※3	その他	頼りたくない／頼める人はいない
頼りたい人	64.2%	11.3%	3.6%	0.9%	0.2%	4.8%	0.0%	2.7%	0.9%	11.3%
1 日常生活のお手伝い、病院の送り迎え等	68.0%	12.9%	1.8%	5.2%	0.5%	10.7%	0.5%	0.9%	2.7%	16.6%
2 少額のお金を預けた買い物や光熱水費の支払い代行等	68.0%	10.2%	1.8%	4.3%	0.5%	6.6%	0.2%	0.7%	2.3%	18.4%
3 入院時等の緊急連絡先や身元保証人、いざというときのお金の援助	71.7%	15.6%	8.8%	1.4%	0.5%	2.5%	0.5%	1.1%	1.4%	14.7%
4 死亡届の提出等の公的な手続きや葬儀・家の始末等	69.4%	17.7%	7.3%	0.9%	0.2%	4.3%	0.7%	2.0%	1.6%	13.8%
5 身じまいに関する相談	66.2%	14.7%	5.4%	2.0%	0.7%	5.7%	0.7%	2.5%	1.8%	18.4%

※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

集計対象：準ソロの回答者441名。
設問：
Q24「ご自身に万が一のことがあった際、最も頼りたい人は誰ですか。相手の状況にかかわらず、あなたの希望に最も近い方を1人お選びください。(SA)」（頼りたい人）は単一選択
Q25「実際に以下のことを頼める人をすべてお選びください。（MA）」（１～５）は複数選択。

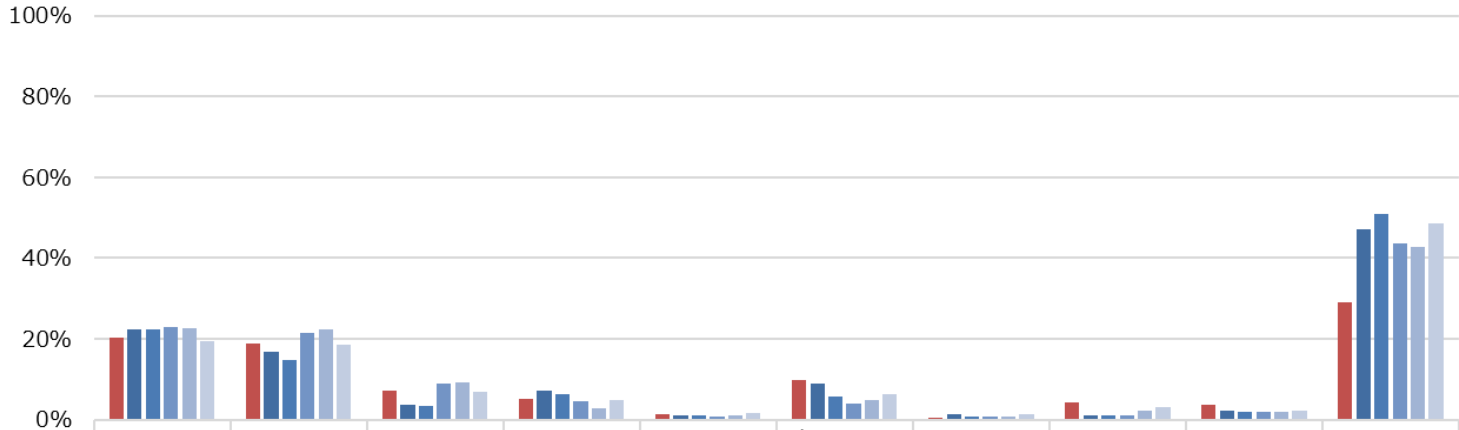
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

頼りたい人と実際に頼める人：③若ソロ

- 「誰にも頼りたくない」と回答した割合が29.1%と最も多い。
- 各支援領域で「頼める人はいない」と回答した割合も42.6～50.9%と最も多い。

③若ソロ(n=1,718人)

配偶者：なし
子ども：なし
年代：40代～50代



	同居の親族	近隣の親族	遠方の親族	近隣の友人や知人	遠方の友人・知人	自治体や福祉関係機関等※1	民間企業※2	専門家※3	その他	頼りたくない／頼める人はいない
頼りたい人	20.3%	19.0%	7.0%	5.2%	1.4%	9.7%	0.5%	4.2%	3.6%	29.1%
1 日常生活のお手伝い、病院の送り迎え等	22.4%	16.9%	3.8%	7.2%	1.2%	8.9%	1.2%	1.0%	2.2%	47.2%
2 少額のお金を預けた買い物や光熱水費の支払い代行等	22.4%	14.9%	3.3%	6.2%	1.2%	5.7%	0.8%	1.0%	2.0%	50.9%
3 入院時等の緊急連絡先や身元保証人、いざというときのお金の援助	23.1%	21.5%	9.0%	4.4%	0.9%	4.1%	0.9%	0.9%	1.9%	43.7%
4 死亡届の提出等の公的な手続きや葬儀・家の始末等	22.6%	22.4%	9.2%	2.8%	1.0%	4.7%	0.8%	2.3%	2.0%	42.6%
5 身じまいに関する相談	19.5%	18.5%	6.9%	4.9%	1.5%	6.2%	1.2%	3.2%	2.2%	48.7%

※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

集計対象：若ソロの回答者1,718名。
設問：
Q24「ご自身に万が一のことがあった際、最も頼りたい人は誰ですか。相手の状況にかかわらず、あなたの希望に最も近い方を1人お選びください。(SA)」（頼りたい人）は単一選択
Q25「実際に以下のことを頼める人をすべてお選びください。（MA）」（１～５）は複数選択。

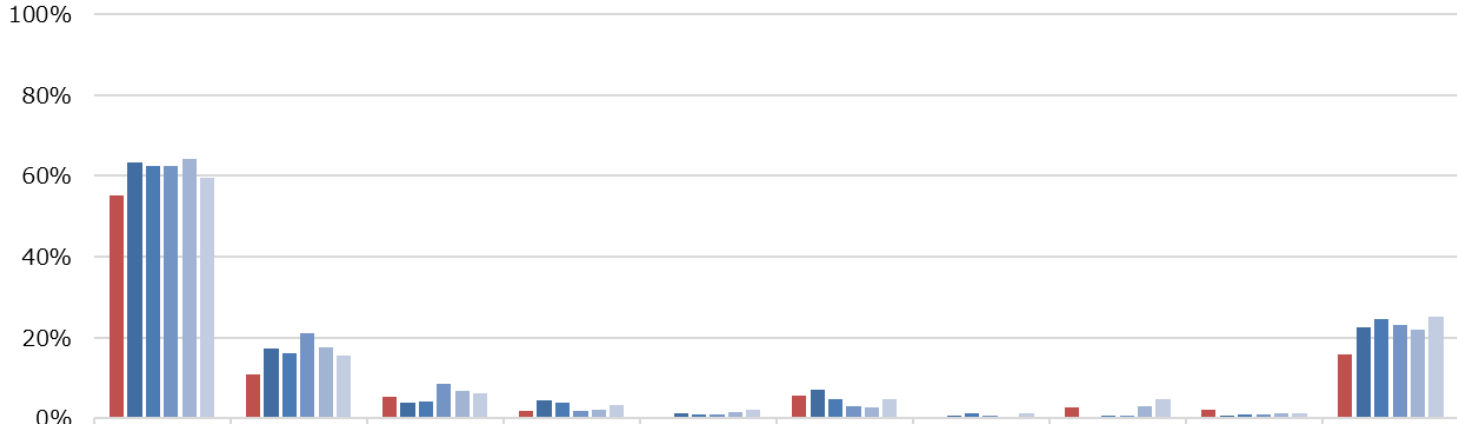
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

頼りたい人と実際に頼める人：④準ソロ予備軍

- 最も頼りたい人は「同居の親族」が55.3%と最も多い。
- 実際に頼める人としても、「同居の親族」を選んだ割合は各支援領域で59.6～64.1%と最も多い。一方、「頼める人はいない」と回答した割合も22.1～25.2%と比較的多い。

④準ソロ予備軍(n=671人)

配偶者：あり
子ども：なし
年代：40代～50代



	同居の親族	近隣の親族	遠方の親族	近隣の友人や知人	遠方の友人・知人	自治体や福祉関係機関等※1	民間企業※2	専門家※3	その他	頼りたくない／頼める人はいない
頼りたい人	55.3%	10.7%	5.2%	1.8%	0.3%	5.7%	0.1%	2.8%	2.2%	15.8%
1 日常生活のお手伝い、病院の送り迎え等	63.3%	17.1%	3.9%	4.3%	1.3%	7.0%	0.7%	0.4%	0.7%	22.7%
2 少額のお金を預けた買い物や光熱水費の支払い代行等	62.6%	16.1%	4.2%	3.7%	0.9%	4.6%	1.3%	0.6%	1.0%	24.4%
3 入院時等の緊急連絡先や身元保証人、いざというときのお金の援助	62.6%	21.2%	8.5%	1.9%	1.0%	3.1%	0.7%	0.7%	1.0%	23.2%
4 死亡届の提出等の公的な手続きや葬儀・家の始末等	64.1%	17.4%	6.7%	2.1%	1.6%	2.7%	0.4%	3.0%	1.3%	22.1%
5 身じまいに関する相談	59.6%	15.6%	6.1%	3.3%	2.1%	4.8%	1.3%	4.6%	1.3%	25.2%

※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

集計対象：準ソロ予備軍の回答者671名。
設問：
Q24「ご自身に万が一のことがあった際、最も頼りたい人は誰ですか。相手の状況にかかわらず、あなたの希望に最も近い方を1人お選びください。(SA)」（頼りたい人）は単一選択
Q25「実際に以下のことを頼める人をすべてお選びください。（MA）」（１～５）は複数選択。

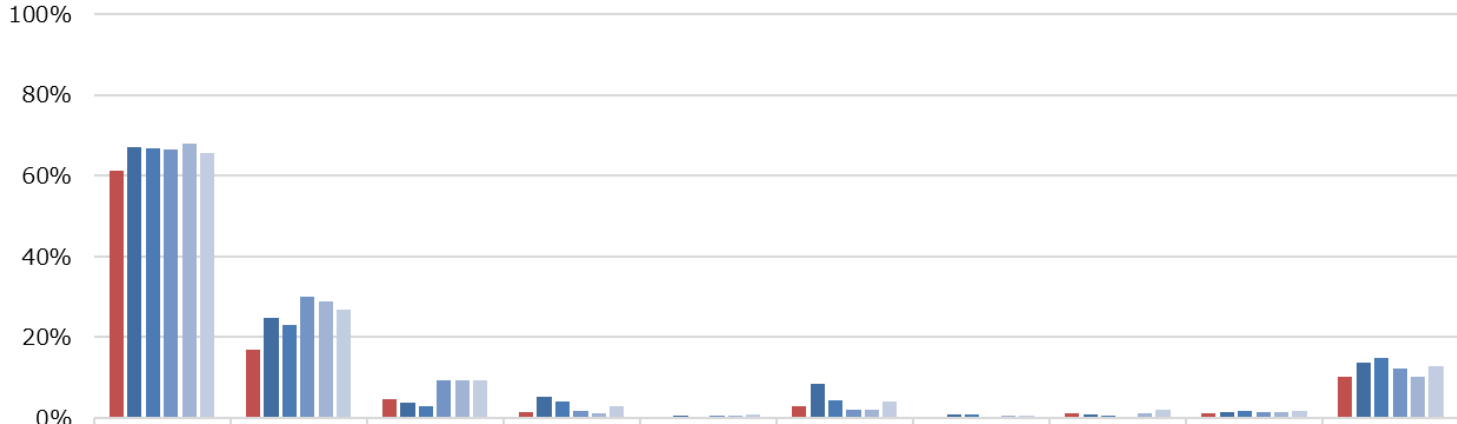
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

頼りたい人と実際に頼める人：⑤非ソロ

- 最も頼りたい人は「同居の親族」が61.3%と最も多い。
- 実際に頼める人としても、「同居の親族」を選んだ割合は各支援領域で65.6～68.0%と最も多く、続いて「近隣の親族」が22.9～30.0%であった。

⑤非ソロ(n=6,441人)

配偶者：あり、なし
子ども：あり
年代：40代～80代



	同居の親族	近隣の親族	遠方の親族	近隣の友人や知人	遠方の友人・知人	自治体や福祉関係機関等※1	民間企業※2	専門家※3	その他	頼りたくない／頼める人はいない
頼りたい人	61.3%	16.8%	4.6%	1.3%	0.3%	2.9%	0.2%	1.2%	1.3%	10.2%
1 日常生活のお手伝い、病院の送り迎え等	66.9%	24.7%	3.9%	5.3%	0.7%	8.4%	1.0%	0.7%	1.5%	13.6%
2 少額のお金を預けた買い物や光熱水費の支払い代行等	66.8%	22.9%	3.0%	4.1%	0.4%	4.5%	0.7%	0.4%	1.6%	14.7%
3 入院時等の緊急連絡先や身元保証人、いざというときのお金の援助	66.5%	30.0%	9.4%	1.7%	0.6%	2.1%	0.3%	0.4%	1.3%	12.1%
4 死亡届の提出等の公的な手続きや葬儀・家の始末等	68.0%	28.9%	9.3%	1.1%	0.5%	2.0%	0.5%	1.1%	1.5%	10.2%
5 身じまいに関する相談	65.6%	26.9%	9.3%	2.7%	0.7%	4.0%	0.7%	2.0%	1.7%	12.9%

※1 福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）
※2 福祉以外で接点のある民間企業
※3 専門家（弁護士、司法書士、医師等）

集計対象：非ソロの回答者6,441名。
設問：
Q24「ご自身に万が一のことがあった際、最も頼りたい人は誰ですか。相手の状況にかかわらず、あなたの希望に最も近い方を1人お選びください。(SA)」（頼りたい人）は単一選択
Q25「実際に以下のことを頼める人をすべてお選びください。（MA）」（１～５）は複数選択。

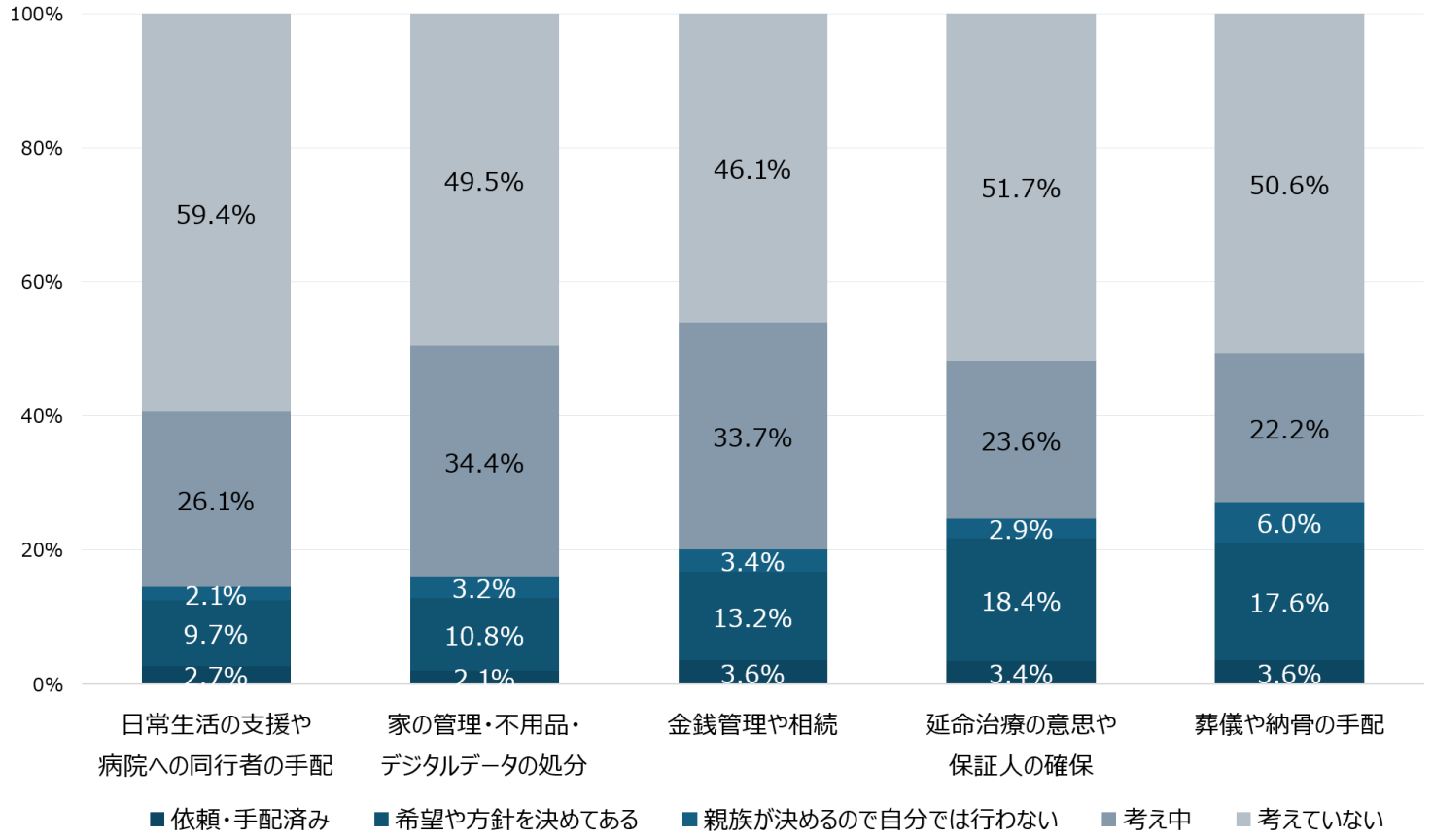
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまい支援領域別の備えの状況：①今ソロ

- 「考えていない」と回答した割合は全支援領域で46.1～59.4%である。
- 特に「日常生活の支援や病院への同行者の手配」の支援では、59.4%が「考えていない」を選択している。

Q28.身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に最も近いものを1つお選びください。（SA）

①今ソロの各身じまい支援領域の備えの状況（n=729）



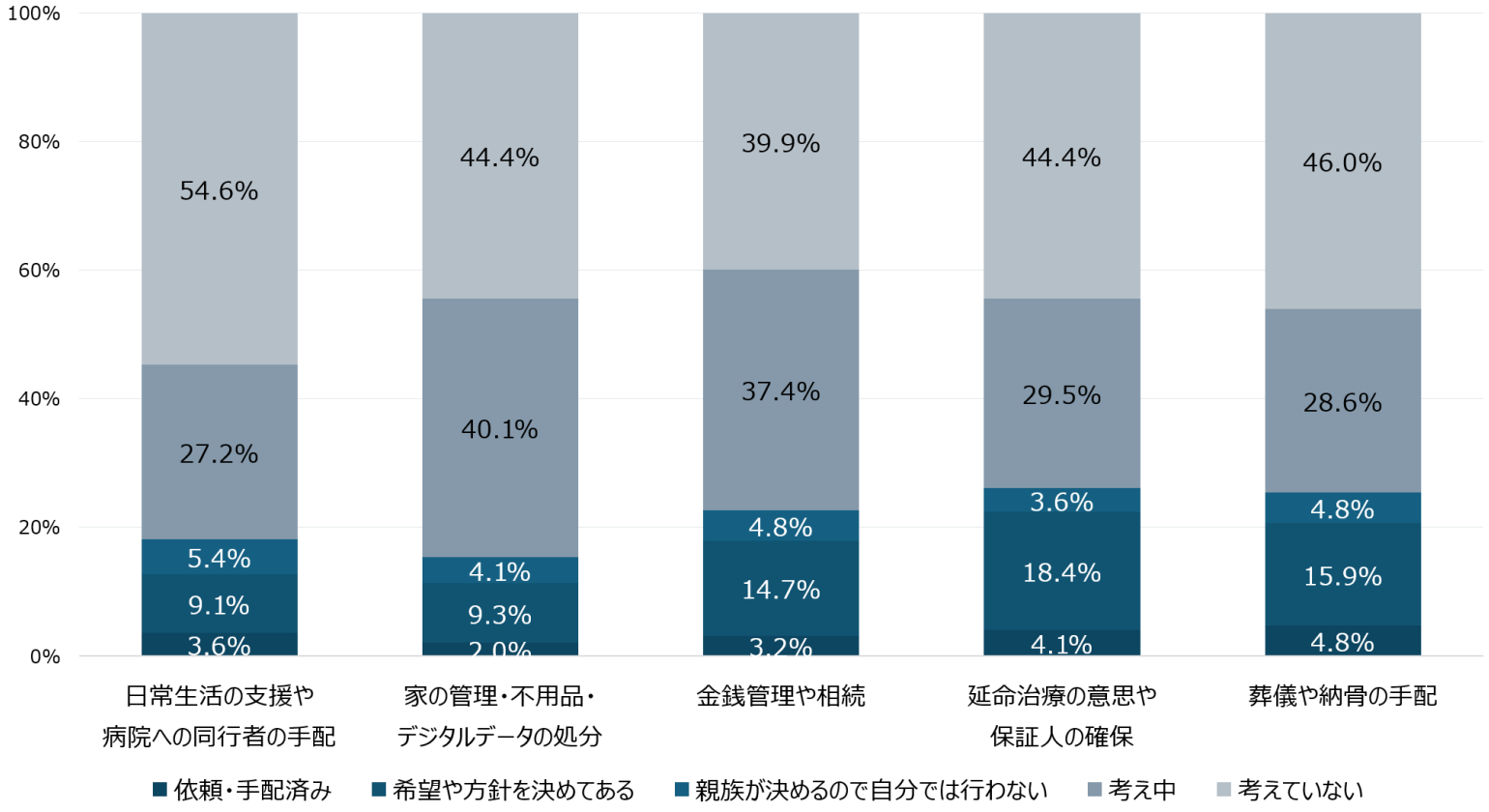
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまい支援領域別の備えの状況：②準ソロ

- 「考えていない」と回答した割合は全支援領域で39.9～54.6%である。
- 特に「日常生活の支援や病院への同行者の手配」の支援では、54.6%が「考えていない」を選択している。

Q28.身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に最も近いものを1つお選びください。（SA）

②準ソロの各身じまい支援領域の備えの状況（n=441）

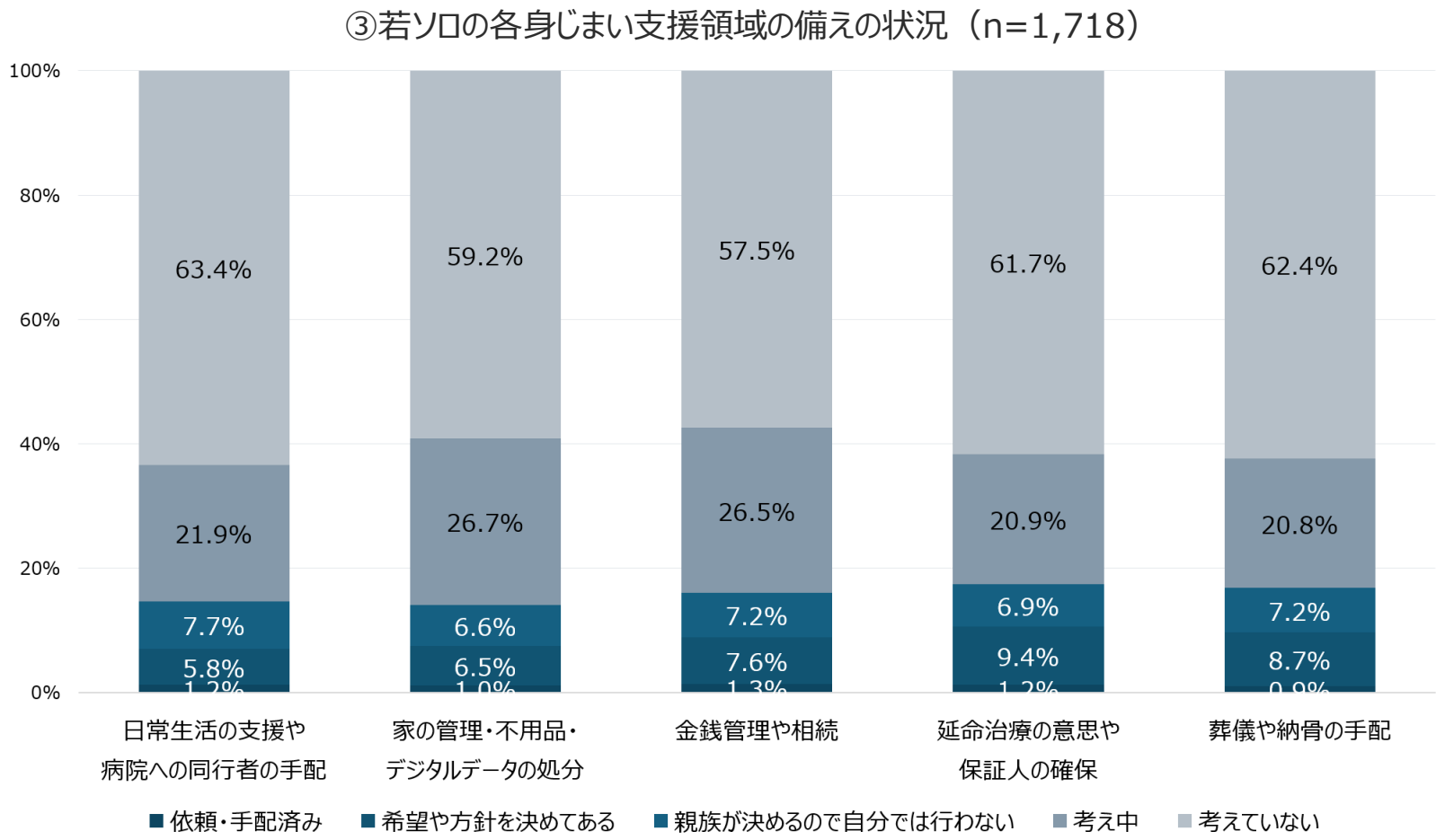


Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまい支援領域別の備えの状況：③若ソロ

- 「考えていない」と回答した割合は、５つの支援領域すべてで半数を超えている。
- 特に「日常生活の支援や病院への同行者の手配」の支援では、63.4%が「考えていない」を選択している。

Q28.身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に最も近いものを1つお選びください。（SA）



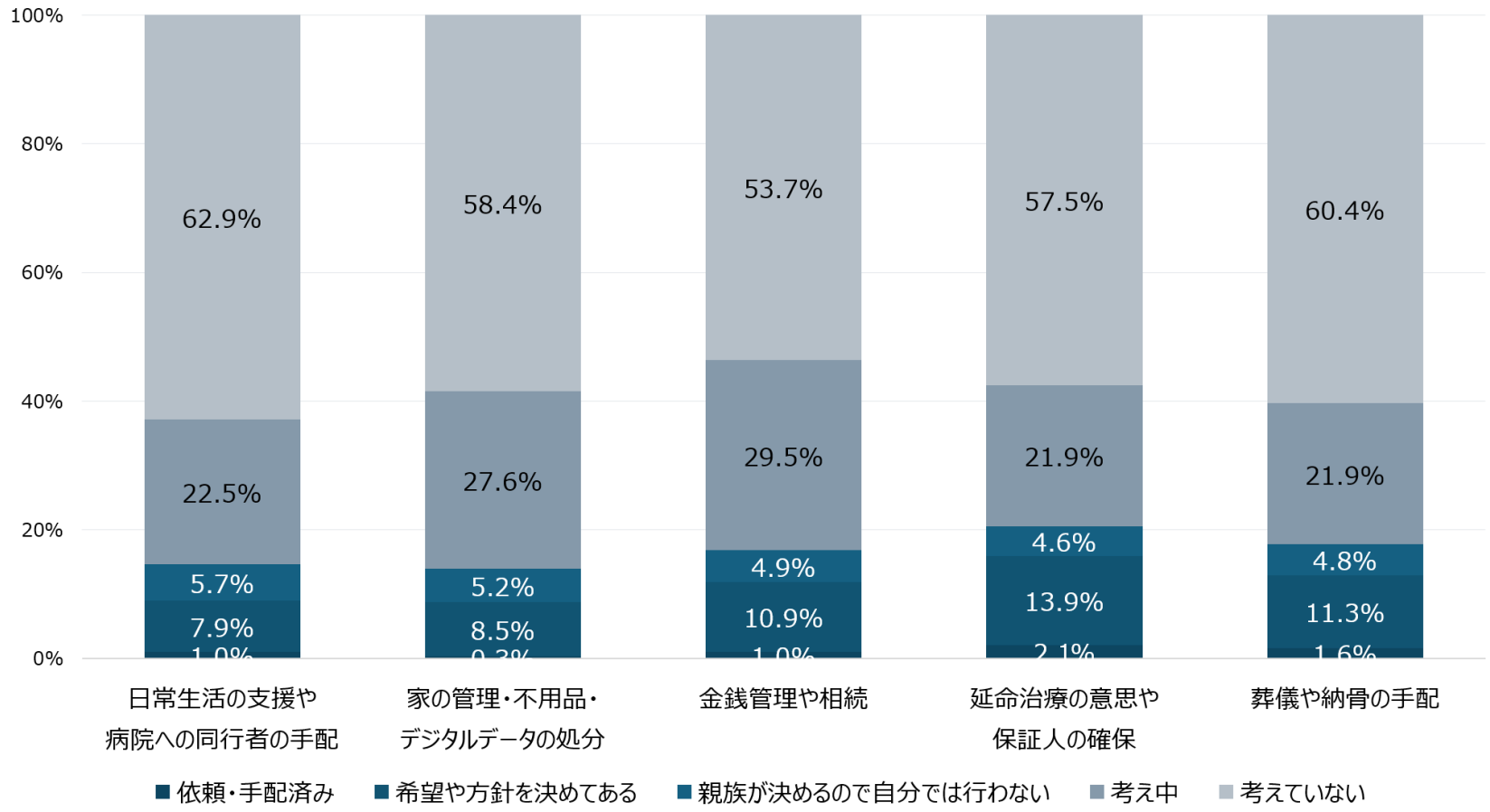
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまい支援領域別の備えの状況：④準ソロ予備軍

- 「考えていない」と回答した割合は、５つの支援領域すべてで半数を超えている。
- 特に「日常生活の支援や病院への同行者の手配」の支援では、62.9%が「考えていない」を選択している。

Q28.身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に最も近いものを1つお選びください。（SA）

④準ソロ予備軍の各身じまい支援領域の備えの状況（n=671）



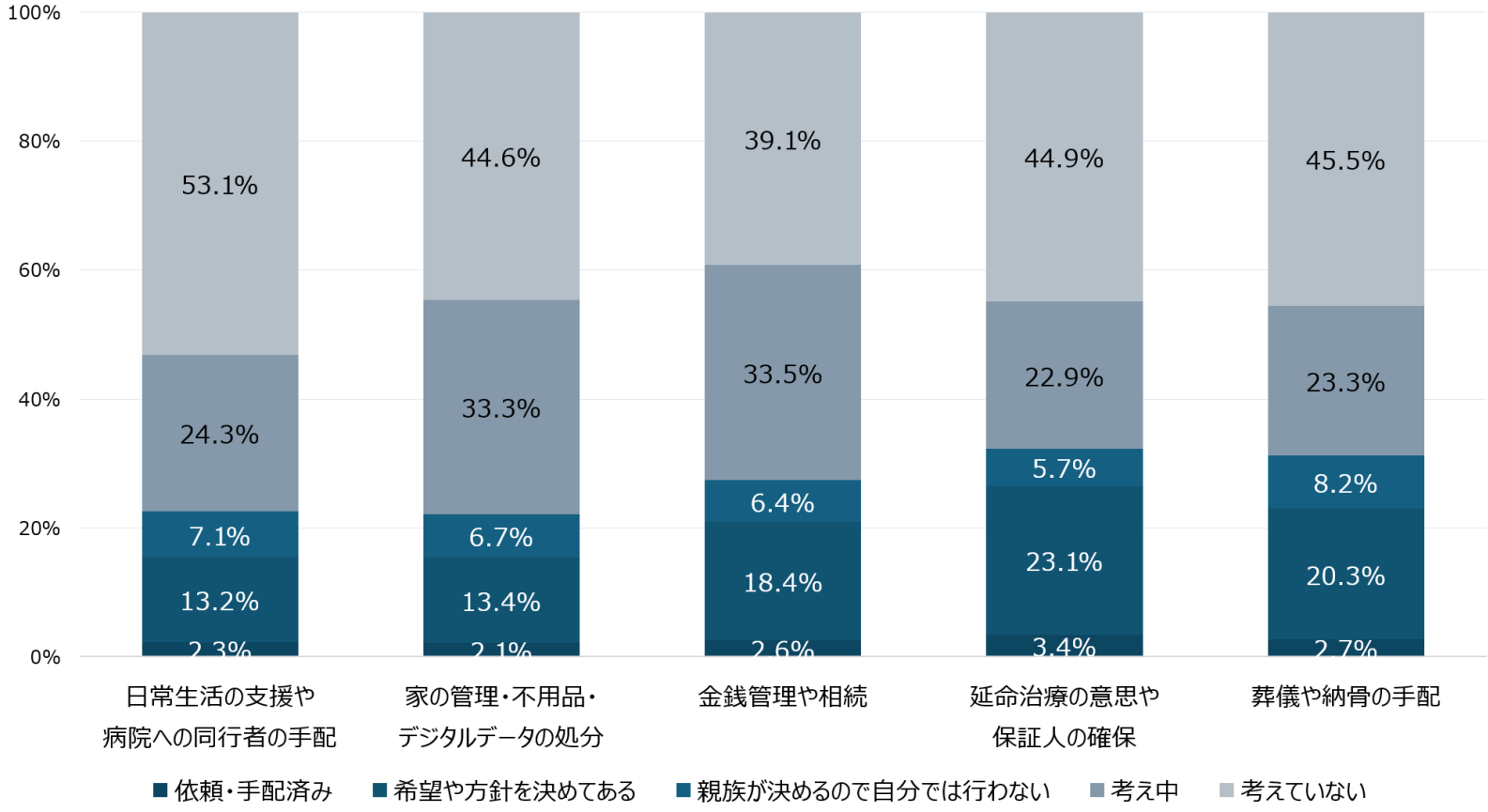
Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまい支援領域別の備えの状況：⑤非ソロ

- 「考えていない」と回答した割合は全支援領域で39.1～53.1%である。
- 「希望や方針を決めてある」と回答した割合が比較的高く、「延命治療の意思や保証人の確保」で23.1%、「葬儀や納骨の手配」で20.3%である。

Q28.身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に最も近いものを1つお選びください。（SA）

⑤非ソロの各身じまい支援領域の備えの状況（n=6,441）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

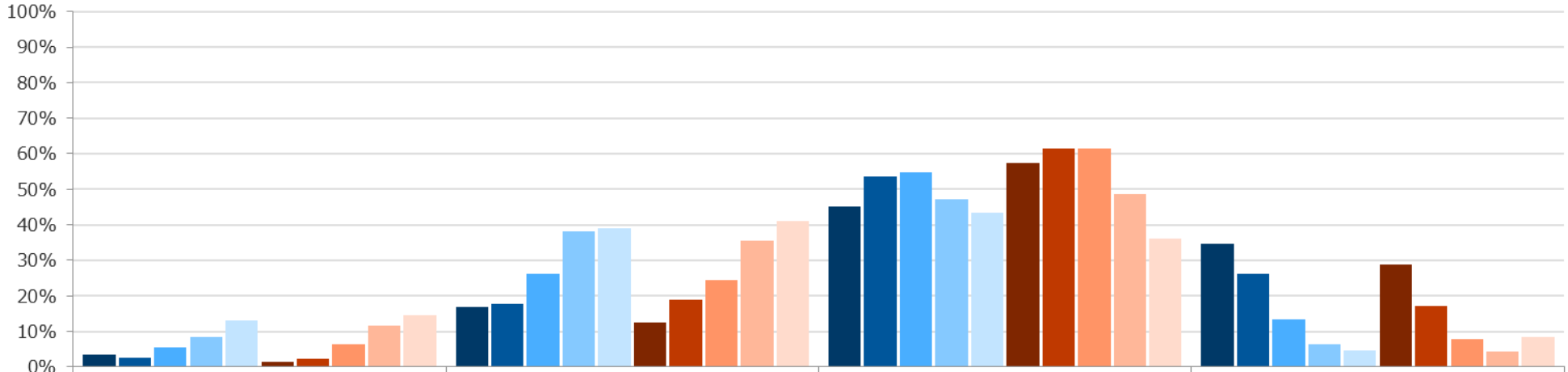
Appendix 4　身じまいの取り組み段階・課題・きっかけの詳細【40代以上】

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの取り組み段階【40代以上、男女・年代別】

- 「関心はあるが、まだ何も始めていない」割合が最も高く、36.0～61.6%である。
- 準備が進んでいる人は年代が高い傾向にあり、まだ何も始めていない人は年代が低い傾向にある。

Q27.自身の身じまいについて、現在の状況に最も近いものを1つお選びください。（SA、n=10,000）



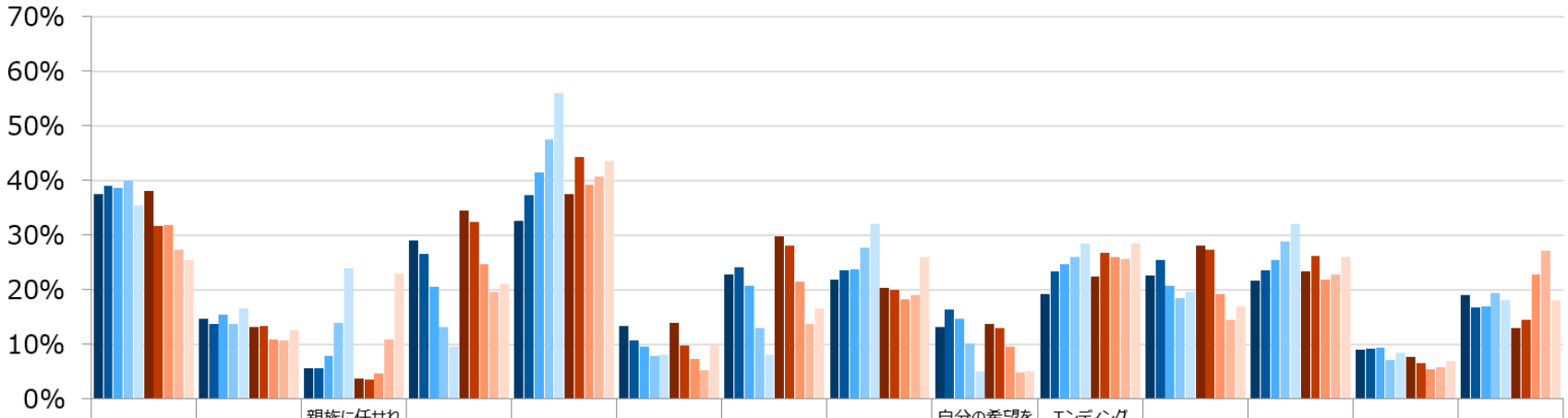
	すでに具体的な準備を始めている、または完了している	具体的な準備はしていないが、情報の収集を始めている	関心はあるが、まだ何も始めていない	これまで関心を持ったことはなく、何も始めていない
男性 40代	3.4%	16.8%	45.1%	34.7%
男性 50代	2.5%	17.7%	53.5%	26.3%
男性 60代	5.5%	26.3%	54.8%	13.4%
男性 70代	8.3%	38.2%	47.2%	6.3%
男性 80代	13.0%	39.0%	43.5%	4.5%
女性 40代	1.4%	12.6%	57.3%	28.8%
女性 50代	2.3%	18.8%	61.6%	17.3%
女性 60代	6.3%	24.6%	61.4%	7.8%
女性 70代	11.6%	35.6%	48.5%	4.3%
女性 80代	14.5%	41.0%	36.0%	8.5%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの準備を進める上で難しい点【40代以上、男女・年代別】

- 「まだ身じまいの必要性を感じない」「どれが自分に最適かわからない」が各年代で3～４割程度と最も多い。
- 年代によって難しい点が異なる傾向があり、「何をしたらいいのかわからない」、「どの会社が信頼できるかわからない」など年代が低い人の方が多くの点で難しいと考えている。

Q33.「あなたが身じまいの準備を進める上で難しい点をすべてお選びください。」（MA、n=10,000）



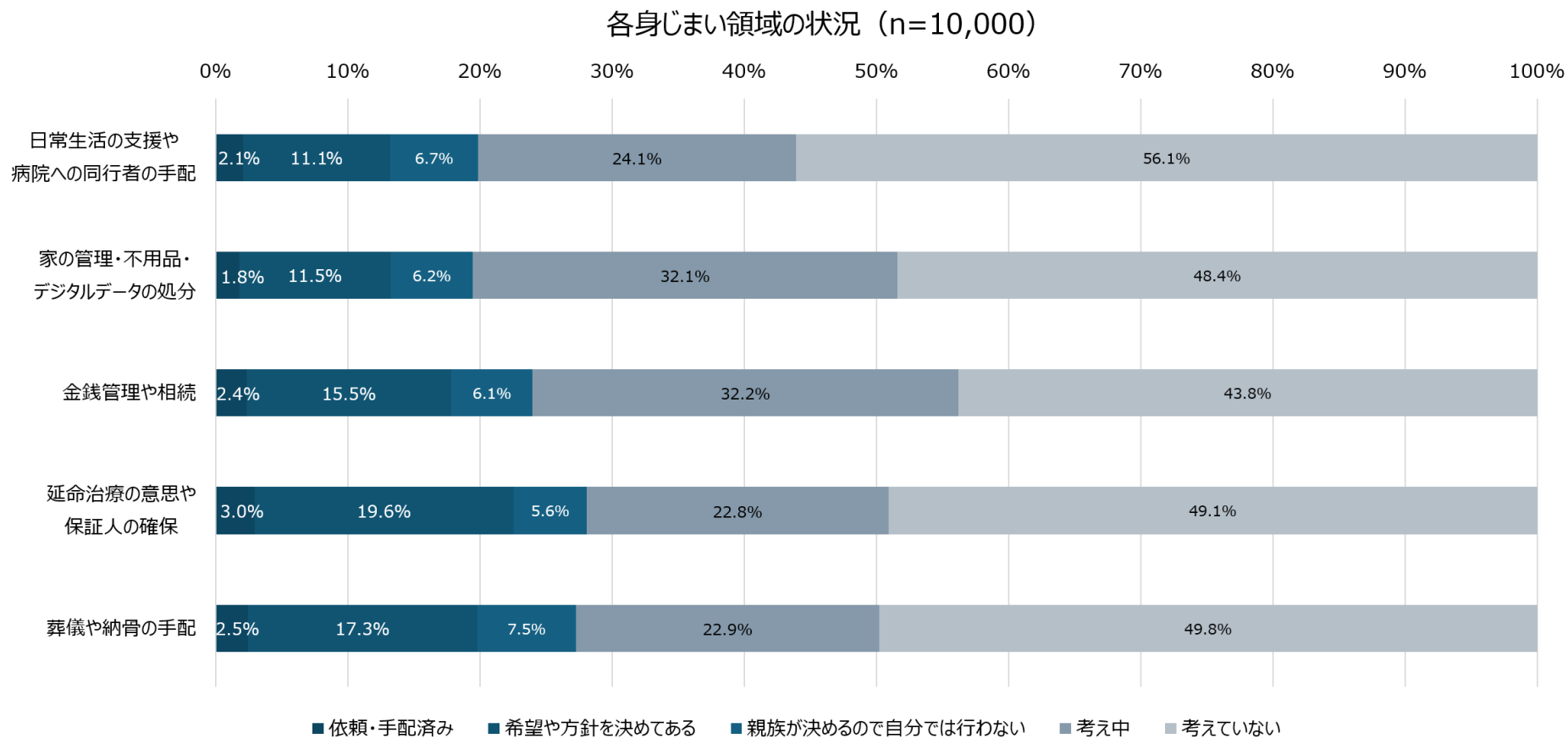
	まだ身じまいの必要性を感じない	死や衰えについて考えたくない	親族に任せればよい、親族に任せたいと考えている	なにをしたらいいかわからない	どれが自分に最適かわからない	契約内容を理解するのが難しい	どの会社が信頼できるかわからない	親族に話を切り出しにくい	自分の希望を信頼して話せる相手がいない	エンディングノートや遺言書などを書くのが面倒	サービスの費用が高くて払えない	手続きが難しい	親族が自分の希望通り動いてくれない	この中にあてはまるものはない
男性 40代	37.42%	14.75%	5.67%	28.92%	32.5%	13.42%	22.83%	21.75%	13.17%	19.25%	22.58%	21.67%	9%	18.92%
男性 50代	39.08%	13.67%	5.58%	26.58%	37.33%	10.75%	24.08%	23.58%	16.33%	23.42%	25.42%	23.58%	9.17%	16.67%
男性 60代	38.58%	15.33%	7.92%	20.58%	41.5%	9.5%	20.67%	23.75%	14.58%	24.67%	20.75%	25.33%	9.42%	17%
男性 70代	39.92%	13.75%	14%	13.25%	47.42%	7.92%	13%	27.67%	10.08%	25.92%	18.5%	28.75%	7.17%	19.33%
男性 80代	35.5%	16.5%	24%	9.5%	56%	8%	8%	32%	5%	28.5%	19.5%	32%	8.5%	18%
女性 40代	38%	13.25%	3.67%	34.5%	37.5%	14%	29.75%	20.33%	13.67%	22.33%	28%	23.33%	7.75%	13%
女性 50代	31.67%	13.42%	3.5%	32.42%	44.33%	9.83%	28.08%	20%	13%	26.75%	27.33%	26.17%	6.58%	14.5%
女性 60代	31.83%	10.92%	4.67%	24.67%	39.17%	7.25%	21.42%	18.33%	9.5%	26.08%	19.25%	21.75%	5.5%	22.75%
女性 70代	27.25%	10.67%	10.83%	19.58%	40.75%	5.25%	13.67%	19.08%	4.83%	25.58%	14.5%	22.83%	5.75%	27.08%
女性 80代	25.5%	12.5%	23%	21%	43.5%	10%	16.5%	26%	5%	28.5%	17%	26%	7%	18%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの備え【40代以上、全体】

- 身じまいの各支援領域で「考えていない」と回答した割合は43.8～56.1%であり、特に「日常生活の支援や病院への同行者の手配への備え」の支援について「考えていない」が最も多い。

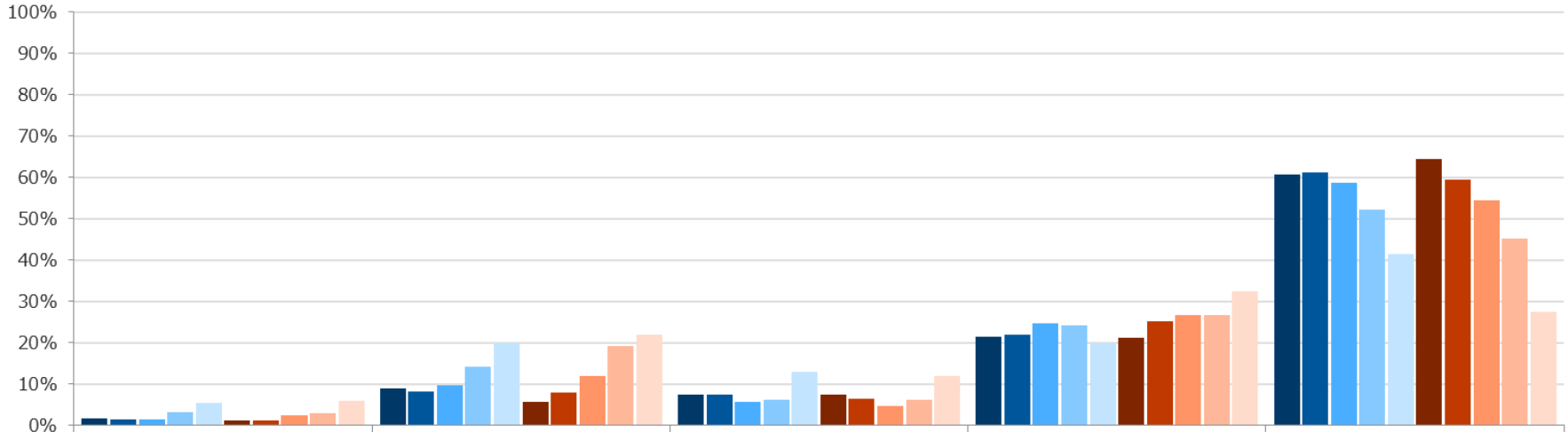
Q28.身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に最も近いものを1つお選びください。（SA、n=10,000）



Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの備え：日常生活の支援や病院への同行者の手配【40代以上、男女・年代別】

Q28.身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に最も近いものを1つお選びください。（SA、n=10,000）
ー日常生活の支援や病院への同行者の手配

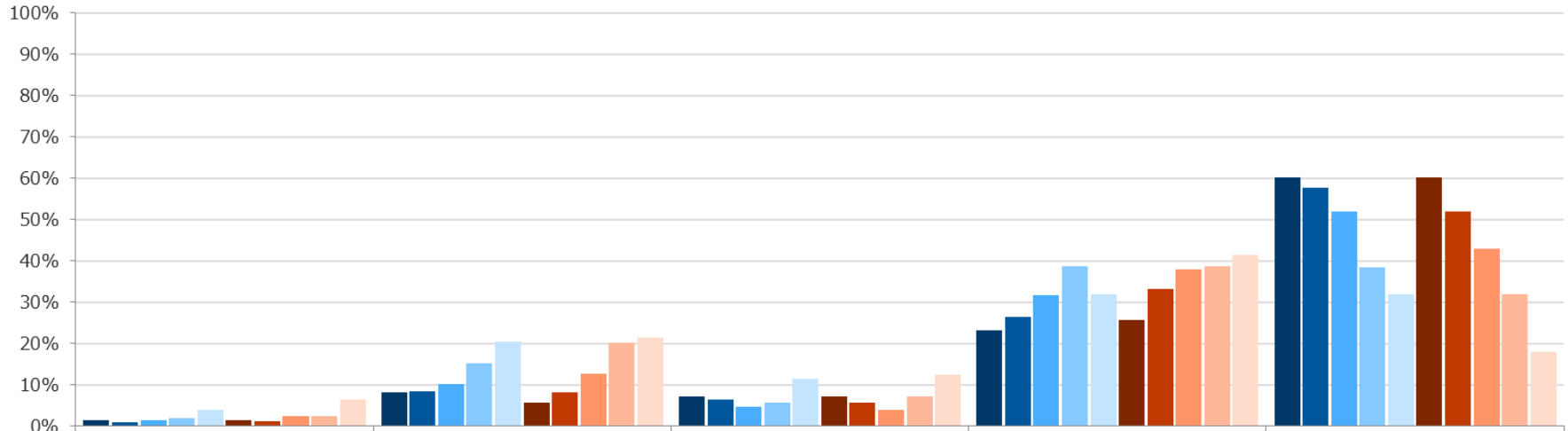


	依頼・手配済み	希望や方針を決めてある	親族が決めるので自分では行わない	考え中	考えていない
男性 40代	1.7%	8.9%	7.4%	21.4%	60.6%
男性 50代	1.3%	8.1%	7.5%	22.0%	61.1%
男性 60代	1.5%	9.8%	5.6%	24.6%	58.6%
男性 70代	3.3%	14.2%	6.2%	24.2%	52.3%
男性 80代	5.5%	20.0%	13.0%	20.0%	41.5%
女性 40代	1.3%	5.7%	7.5%	21.2%	64.4%
女性 50代	1.1%	8.0%	6.3%	25.1%	59.5%
女性 60代	2.4%	11.9%	4.8%	26.6%	54.3%
女性 70代	3.0%	19.1%	6.2%	26.7%	45.1%
女性 80代	6.0%	22.0%	12.0%	32.5%	27.5%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの備え：家の管理・不用品・デジタルデータの処分【40代以上、男女・年代別】

Q28.身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に最も近いものを1つお選びください。（SA、n=10,000）
ー家の管理や不用品の処分、デジタルデータの処分など

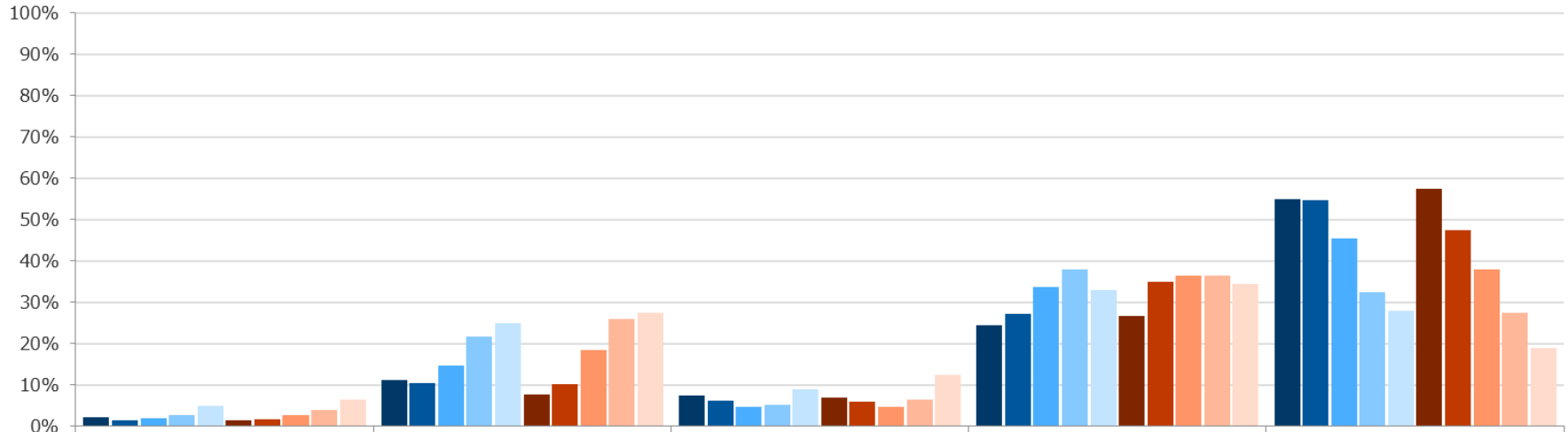


	依頼・手配済み	希望や方針を決めてある	親族が決めるので自分では行わない	考え中	考えていない
男性 40代	1.4%	8.3%	7.1%	23.2%	60.1%
男性 50代	1.0%	8.4%	6.3%	26.5%	57.8%
男性 60代	1.5%	10.3%	4.7%	31.8%	51.8%
男性 70代	1.9%	15.3%	5.6%	38.8%	38.5%
男性 80代	4.0%	20.5%	11.5%	32.0%	32.0%
女性 40代	1.3%	5.7%	7.2%	25.7%	60.2%
女性 50代	1.2%	8.1%	5.7%	33.3%	51.8%
女性 60代	2.4%	12.8%	4.0%	37.9%	42.9%
女性 70代	2.3%	20.1%	7.1%	38.6%	31.9%
女性 80代	6.5%	21.5%	12.5%	41.5%	18.0%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの備え：金銭管理や相続【40代以上、男女・年代別】

Q28.身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に最も近いものを1つお選びください。（SA、n=10,000）
ー金銭管理や相続

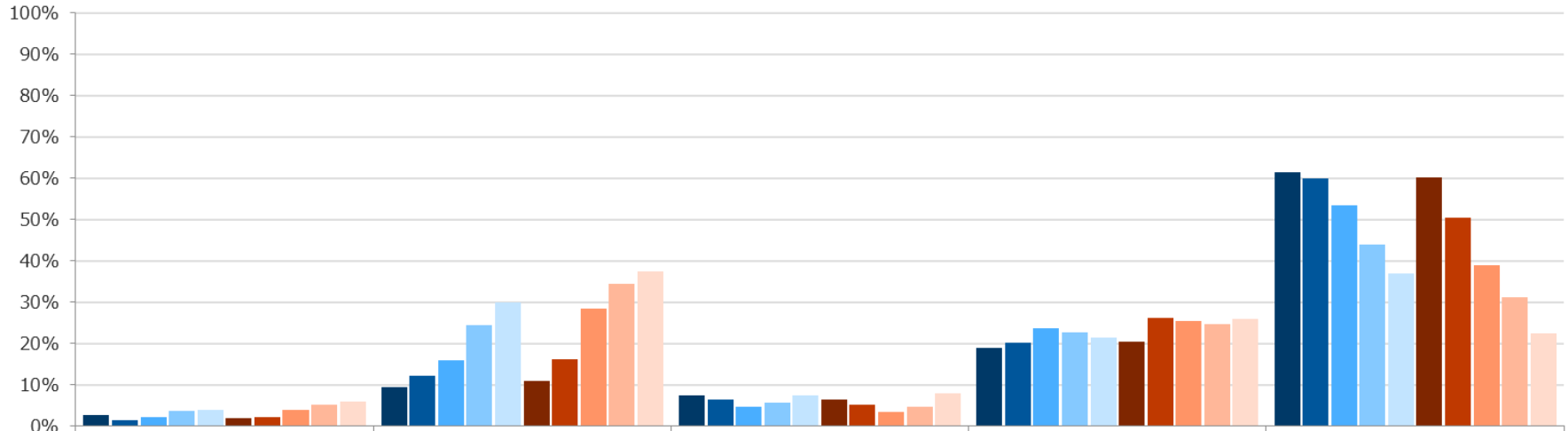


	依頼・手配済み	希望や方針を決めてある	親族が決めるので自分では行わない	考え中	考えていない
男性 40代	2.1%	11.2%	7.4%	24.5%	54.8%
男性 50代	1.4%	10.5%	6.3%	27.1%	54.8%
男性 60代	1.9%	14.6%	4.6%	33.6%	45.3%
男性 70代	2.7%	21.8%	5.3%	38.0%	32.3%
男性 80代	5.0%	25.0%	9.0%	33.0%	28.0%
女性 40代	1.3%	7.8%	7.0%	26.6%	57.3%
女性 50代	1.7%	10.2%	6.0%	34.8%	47.3%
女性 60代	2.6%	18.4%	4.8%	36.3%	37.9%
女性 70代	4.0%	26.0%	6.3%	36.3%	27.3%
女性 80代	6.5%	27.5%	12.5%	34.5%	19.0%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの備え：延命治療の意思・保証人の確保【40代以上、男女・年代別】

Q28.身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に最も近いものを1つお選びください。（SA、n=10,000）
－延命治療の意思や保証人の確保

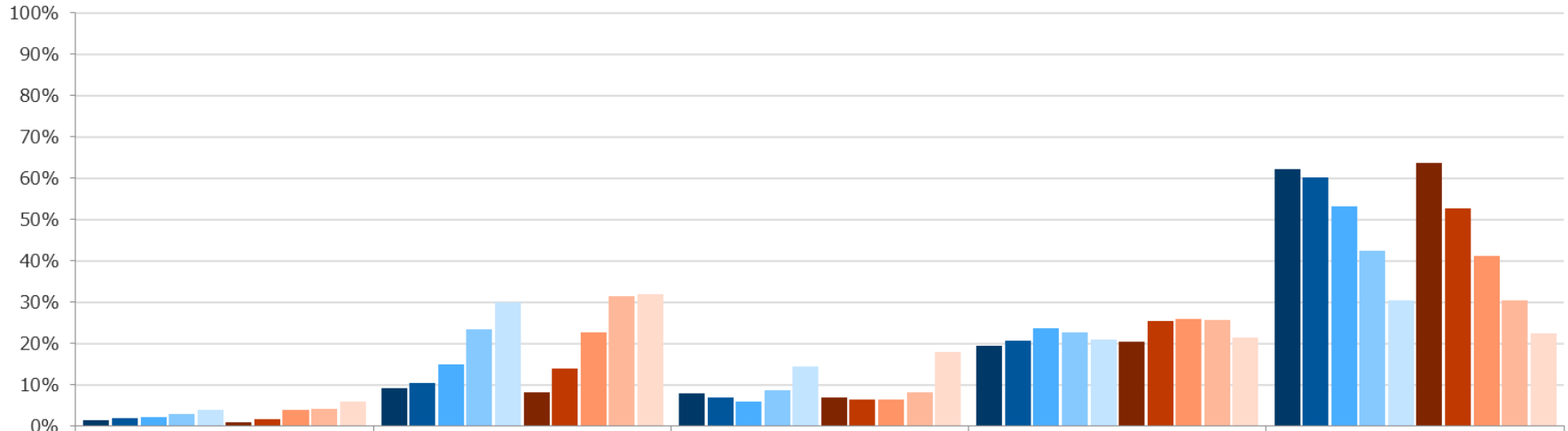


	依頼・手配済み	希望や方針を決めてある	親族が決めるので自分では行わない	考え中	考えていない
男性 40代	2.8%	9.5%	7.3%	18.9%	61.5%
男性 50代	1.3%	12.3%	6.3%	20.1%	60.0%
男性 60代	2.2%	15.8%	4.8%	23.8%	53.5%
男性 70代	3.7%	24.3%	5.6%	22.6%	43.8%
男性 80代	4.0%	30.0%	7.5%	21.5%	37.0%
女性 40代	2.0%	10.9%	6.5%	20.5%	60.1%
女性 50代	2.1%	16.3%	5.1%	26.3%	50.3%
女性 60代	3.8%	28.5%	3.5%	25.3%	38.8%
女性 70代	5.1%	34.5%	4.6%	24.8%	31.1%
女性 80代	6.0%	37.5%	8.0%	26.0%	22.5%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの備え：葬儀・納骨の手配【40代以上、男女・年代別】

Q28.身じまいに関するそれぞれの項目について、あなたの備えの状況に最も近いものを1つお選びください。（SA、n=10,000）
ー葬儀・納骨の手配



	依頼・手配済み	希望や方針を決めてある	親族が決めるので自分では行わない	考え中	考えていない
男性 40代	1.3%	9.1%	7.8%	19.5%	62.3%
男性 50代	1.8%	10.4%	7.0%	20.7%	60.1%
男性 60代	2.1%	15.0%	5.9%	23.8%	53.3%
男性 70代	2.9%	23.3%	8.7%	22.7%	42.4%
男性 80代	4.0%	30.0%	14.5%	21.0%	30.5%
女性 40代	1.0%	8.2%	6.8%	20.3%	63.7%
女性 50代	1.6%	13.8%	6.4%	25.5%	52.7%
女性 60代	3.8%	22.7%	6.4%	25.8%	41.3%
女性 70代	4.3%	31.5%	8.1%	25.7%	30.5%
女性 80代	6.0%	32.0%	18.0%	21.5%	22.5%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

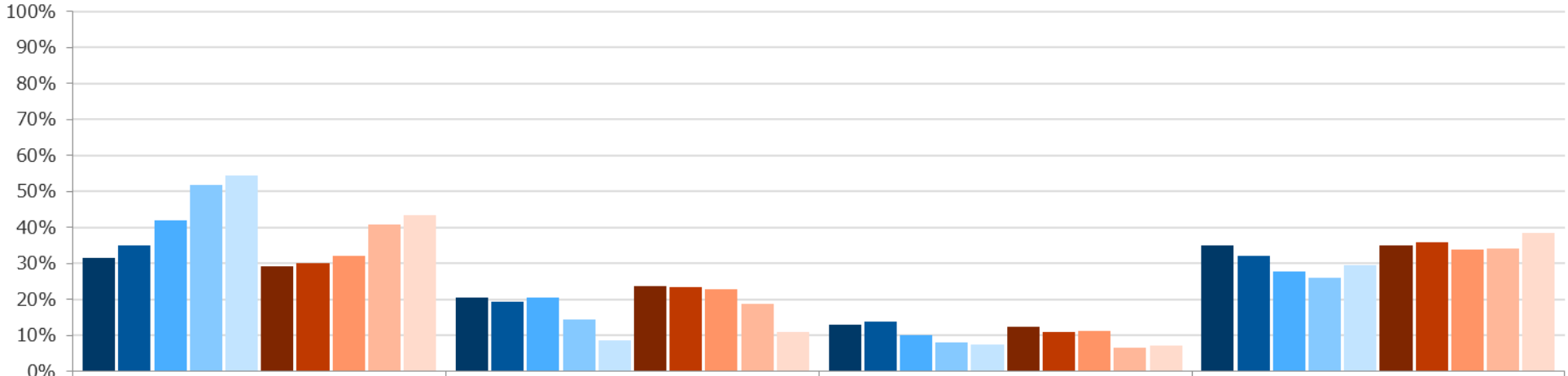
Appendix 5　身じまいに関する意向と今後の暮らしへの希望・不安の詳細【40代以上】

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの手続き・手配を担う主体への考え方【40代以上、男女・年代別】

- 「親族が責任をもってやるべきだ」と回答する人は、男女とも年代が高いほど多く、80代では男性54.5%、女性43.5%である。

Q30.高齢期の身じまいの手続きや手配は、本来どのような形で解決されるべきだと思いますか。※あなたのお気持ちに近いものをお答えください。（SA、n=10,000）



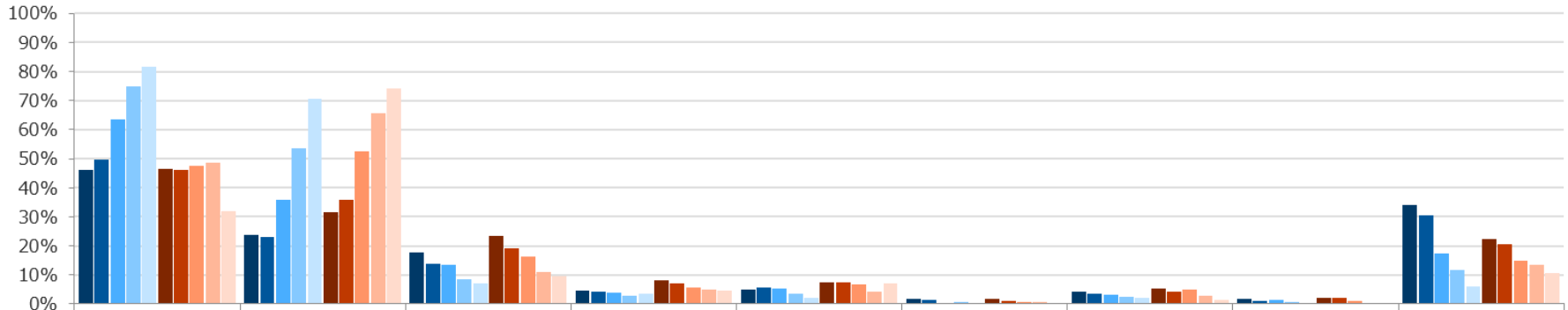
	親族が責任をもってやるべきだ	民間業者に頼むなど自分で解決すべきだ	行政が福祉として対応すべきだ	いざとなったらその時の周囲（親族や行政）に任せる
男性 40代	31.5%	20.5%	13.0%	35.0%
男性 50代	34.9%	19.3%	13.8%	32.0%
男性 60代	42.0%	20.4%	9.9%	27.7%
男性 70代	51.8%	14.3%	7.9%	26.1%
男性 80代	54.5%	8.5%	7.5%	29.5%
女性 40代	29.3%	23.7%	12.3%	34.8%
女性 50代	29.9%	23.3%	10.9%	35.9%
女性 60代	32.2%	22.8%	11.3%	33.8%
女性 70代	40.7%	18.8%	6.5%	34.1%
女性 80代	43.5%	11.0%	7.0%	38.5%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいの意思決定で相談したい人【40代以上、男女・年代別】

- 60代以上の各年代では、男性は「配偶者」、女性は「子ども・孫」を相談したい人に挙げる割合が最も高い。

Q32.ご自身の身じまいに関する意思決定を行うとき、事前にどなたに相談して決めたいですか。（MA、n=10,000 ）



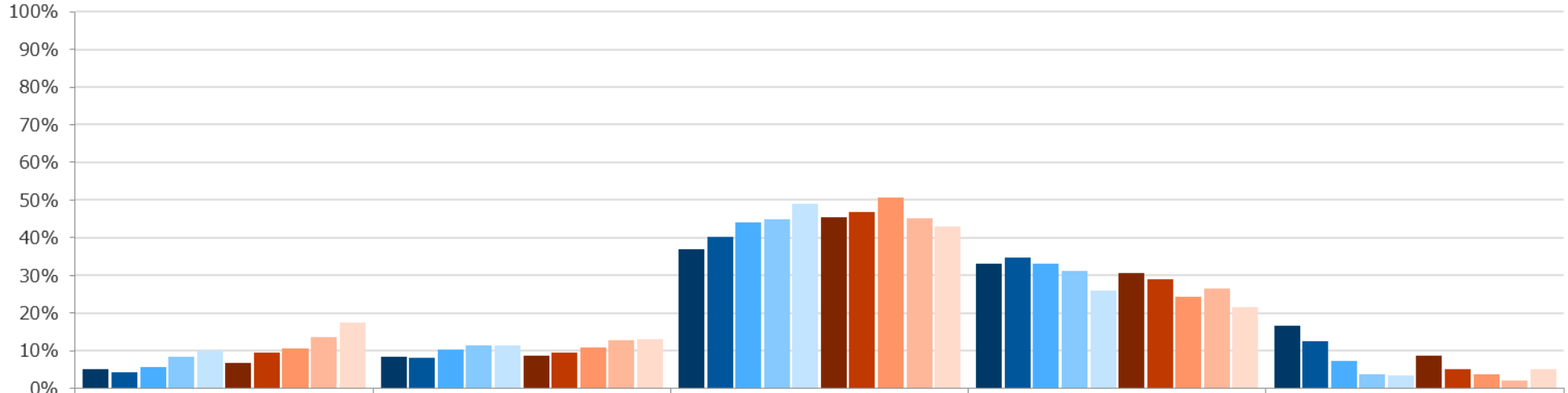
	配偶者	子ども・孫	その他の親族	友人・知人	自治体や福祉関係機関等（社会福祉協議会、民生委員、ケアマネジャー等）	福祉以外で接点のある民間企業の方	専門家（弁護士、司法書士、医師等）	その他	誰にも相談しない（自分自身で決める）
男性 40代	46.2%	23.8%	17.6%	4.7%	5.1%	1.7%	4.1%	1.8%	34.2%
男性 50代	49.5%	22.9%	13.9%	4.3%	5.8%	1.3%	3.7%	1.2%	30.4%
男性 60代	63.4%	35.7%	13.4%	3.9%	5.2%	0.4%	3.1%	1.5%	17.4%
男性 70代	74.9%	53.5%	8.7%	2.7%	3.5%	0.7%	2.6%	0.6%	11.8%
男性 80代	81.5%	70.5%	7.0%	3.5%	2.0%	0.0%	2.0%	0.0%	6.0%
女性 40代	46.6%	31.6%	23.3%	8.1%	7.4%	1.8%	5.3%	2.0%	22.5%
女性 50代	46.1%	35.9%	19.1%	7.2%	7.4%	1.1%	4.3%	2.3%	20.4%
女性 60代	47.5%	52.7%	16.3%	5.5%	6.8%	0.6%	5.1%	1.2%	14.9%
女性 70代	48.8%	65.6%	10.9%	4.8%	4.3%	0.6%	2.7%	0.4%	13.4%
女性 80代	32.0%	74.0%	9.5%	4.5%	7.0%	0.0%	1.5%	0.0%	10.5%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

身じまいに本格的に取り組む時期の意向【40代以上、男女・年代別】

- すべての男女・年代区分で「きっかけがあれば始めるつもり」が最も多く、36.8～50.7%を占める一方、「始めるタイミングを決めている」は8.2～13.0%である。

Q31.人生のどのようなタイミングで本格的に身じまいに取り組もうと考えていますか。（SA、n=10,000）



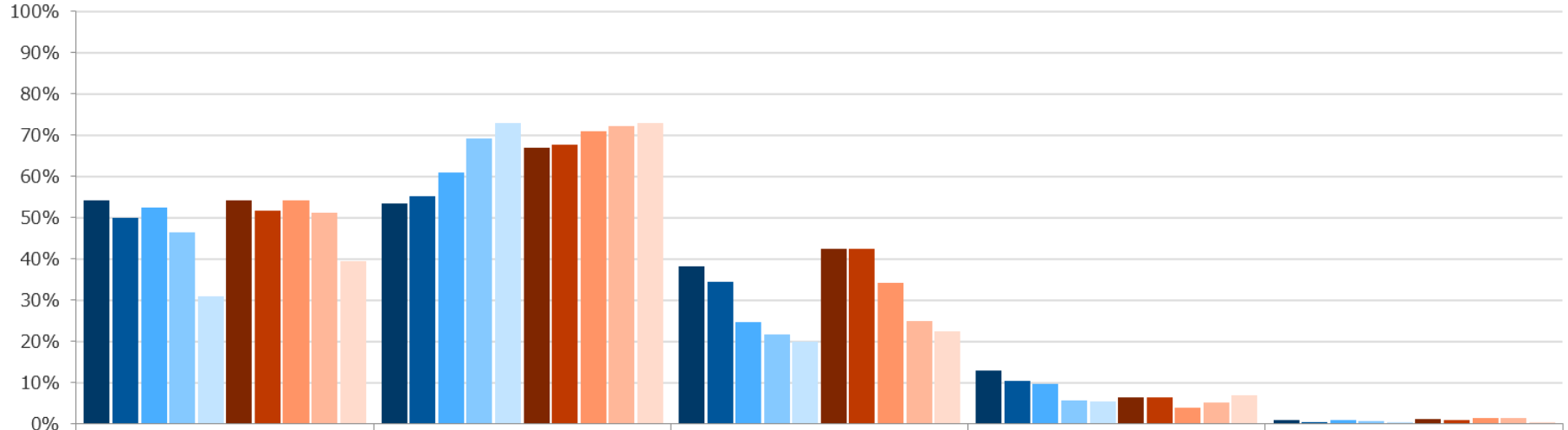
	今すぐにでも始めたい	始めるタイミングを決めている	きっかけがあれば始めるつもり	必要に迫られたときに考える	身じまいに取り組むつもりはない
男性 40代	5.1%	8.5%	36.8%	33.1%	16.5%
男性 50代	4.3%	8.2%	40.2%	34.8%	12.6%
男性 60代	5.5%	10.2%	44.0%	33.0%	7.3%
男性 70代	8.5%	11.5%	45.0%	31.2%	3.8%
男性 80代	10.0%	11.5%	49.0%	26.0%	3.5%
女性 40代	6.8%	8.7%	45.5%	30.5%	8.6%
女性 50代	9.6%	9.4%	46.8%	29.0%	5.2%
女性 60代	10.7%	10.8%	50.7%	24.2%	3.8%
女性 70代	13.5%	12.8%	45.3%	26.4%	2.1%
女性 80代	17.5%	13.0%	43.0%	21.5%	5.0%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

これからの人生に望むこと【40代以上、男女・年代別】

- 「穏やかさを維持すること」を望む割合は、男女とも特に年代が高い区分ほど高く、80代では男女とも73.0%である。一方、「楽しむこと」、「不安を解消すること」は男女ともに40~60代の方が70代以上に比べて高い。

Q18.これからの人生にどのようなことを望みますか。あてはまるものをすべてお選びください。（MA、n=10,000）



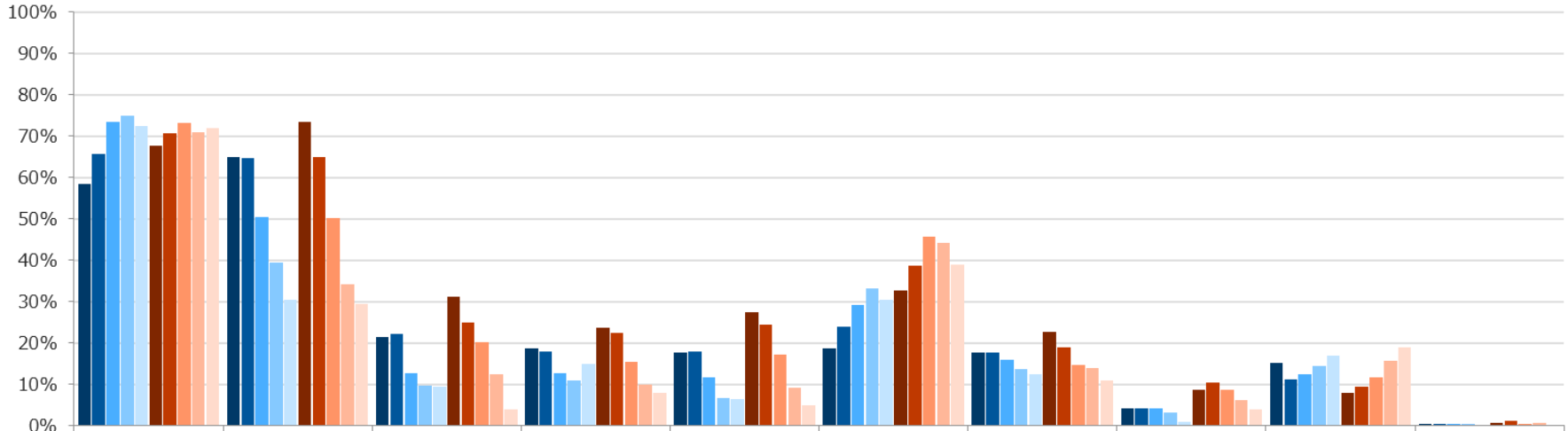
	楽しむこと	穏やかさを維持すること	不安を解消すること	特にない	その他：
男性 40代	54.1%	53.3%	38.2%	13.0%	1.0%
男性 50代	50.0%	55.2%	34.3%	10.3%	0.5%
男性 60代	52.4%	60.9%	24.6%	9.6%	1.0%
男性 70代	46.4%	69.1%	21.6%	5.8%	0.7%
男性 80代	31.0%	73.0%	20.0%	5.5%	0.5%
女性 40代	54.3%	67.0%	42.3%	6.4%	1.2%
女性 50代	51.6%	67.6%	42.3%	6.3%	0.8%
女性 60代	54.1%	70.9%	34.3%	3.9%	1.4%
女性 70代	51.1%	72.2%	24.9%	5.2%	1.5%
女性 80代	39.5%	73.0%	22.5%	7.0%	0.5%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

将来に不安を感じること【40代以上、男女・年代別】

- 「健康」、「お金」への不安が最も多く、特に「お金」への不安は40～50代のみで顕著に多い。
- 特に60代以上の女性では、「認知症」への不安が39.0～45.6%と多い。

Q19.ご自身の将来について、不安に感じることはありますか。あてはまるものをすべてお選びください。 （MA、n=10,000）



	健康	お金	孤独	親族	住まい	認知症	死	ペット	特になし	その他：
男性 40代	58.3%	64.8%	21.4%	18.6%	17.8%	18.8%	17.8%	4.3%	15.2%	0.4%
男性 50代	65.7%	64.7%	22.1%	17.9%	17.8%	24.0%	17.8%	4.2%	11.2%	0.3%
男性 60代	73.4%	50.5%	12.7%	12.6%	11.6%	29.3%	15.9%	4.3%	12.5%	0.3%
男性 70代	74.9%	39.3%	9.7%	11.0%	6.6%	33.3%	13.8%	3.1%	14.5%	0.4%
男性 80代	72.5%	30.5%	9.5%	15.0%	6.5%	30.5%	12.5%	1.0%	17.0%	0.0%
女性 40代	67.8%	73.5%	31.3%	23.7%	27.5%	32.7%	22.6%	8.7%	7.9%	0.8%
女性 50代	70.7%	65.0%	24.9%	22.5%	24.3%	38.7%	18.8%	10.4%	9.4%	1.2%
女性 60代	73.3%	50.1%	20.1%	15.5%	17.1%	45.6%	14.7%	8.6%	11.6%	0.5%
女性 70代	71.0%	34.1%	12.4%	10.0%	9.2%	44.1%	14.0%	6.1%	15.8%	0.6%
女性 80代	72.0%	29.5%	4.0%	8.0%	5.0%	39.0%	11.0%	4.0%	19.0%	0.0%

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.

補足資料　全国の40～80代への人口換算方法と留意点

- 性別・年代別の回答割合を対応する全国人口に当てはめ、取り組み段階別の人数を推計した。全国の割合は、各区分の推計人数を合計し、対象人口で除して算出した。

	割付（A）	国勢調査（B）	倍率（B/A）
男性 40代	1,200	7,830,423	6,525.353
男性 50代	1,200	8,983,275	7,486.063
男性 60代	1,200	7,169,490	5,974.575
男性 70代	1,200	7,294,014	6,078.345
男性 80代	200	3,883,926	19,419.63

	割付（A）	国勢調査（B）	倍率（B/A）
女性 40代	1,200	7,680,988	6,400.823
女性 50代	1,200	8,962,916	7,469.097
女性 60代	1,200	7,452,479	6,210.399
女性 70代	1,200	8,482,892	7,069.077
女性 80代	200	5,890,946	29,454.73

※本調査の対象が80代までのため、40代～80代について推計を行う

※「国勢調査 令和７年国勢調査」<https://www.e-stat.go.jp/dbview?sid=0004066019>

Copyright (C) 2026 The Japan Research Institute, Limited. All Rights Reserved.