

女性の定年に関する調査報告

—中高年女性のキャリアと私生活に関する意識—

■ 調査の概要

株式会社日本総合研究所は、全国の45～59歳の女性に焦点を当て、定年退職に向けたキャリアと意識等に関するアンケート調査を実施。

■ 調査の実施方法

- 調査期間および実施方法：2022年2月17日から2月18日にかけてウェブ調査により実施。
- 調査対象：全国の45～59歳の女性を対象とした。GMOリサーチ株式会社の調査パネル1,042人から回答を受領。

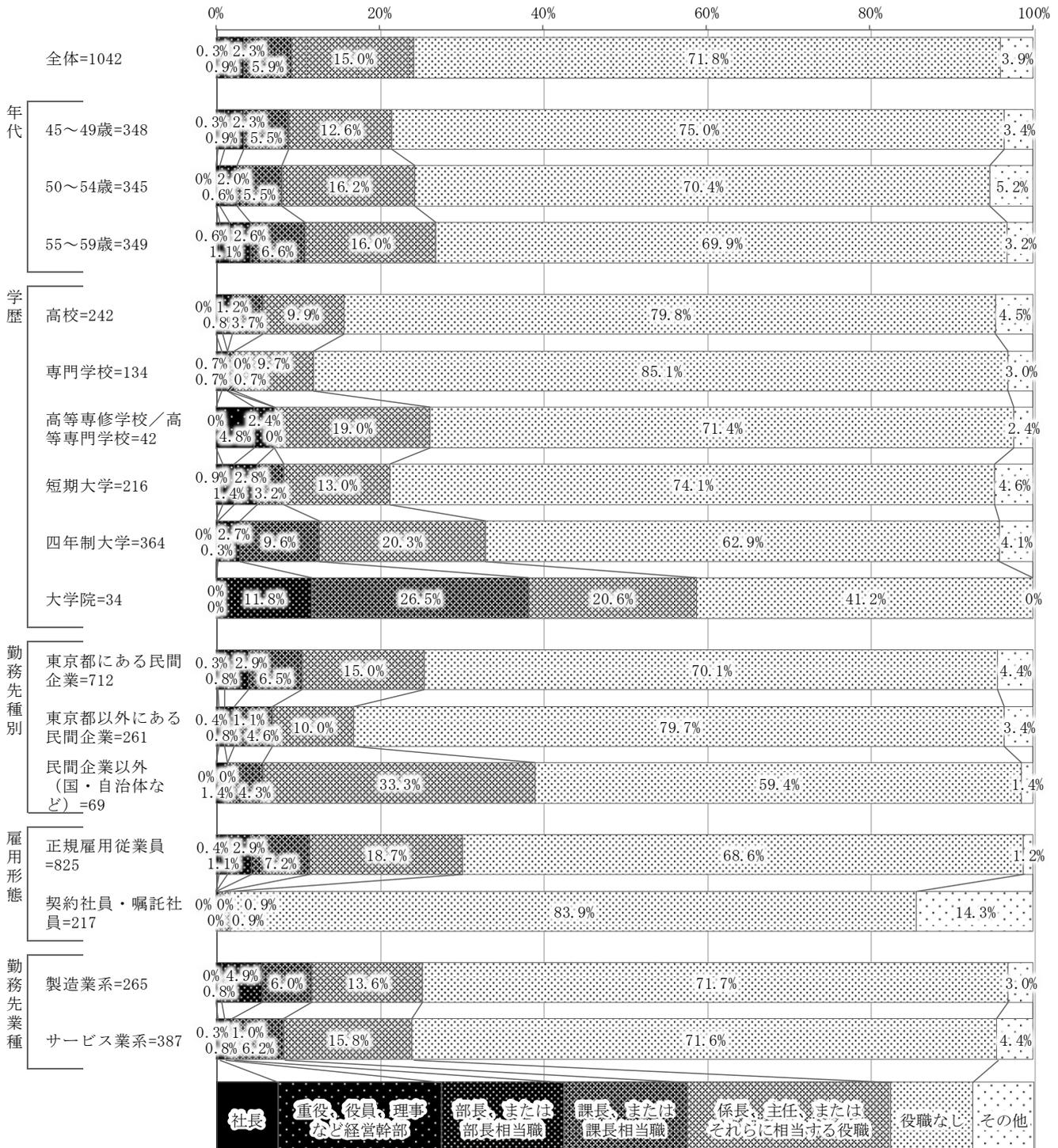
目次

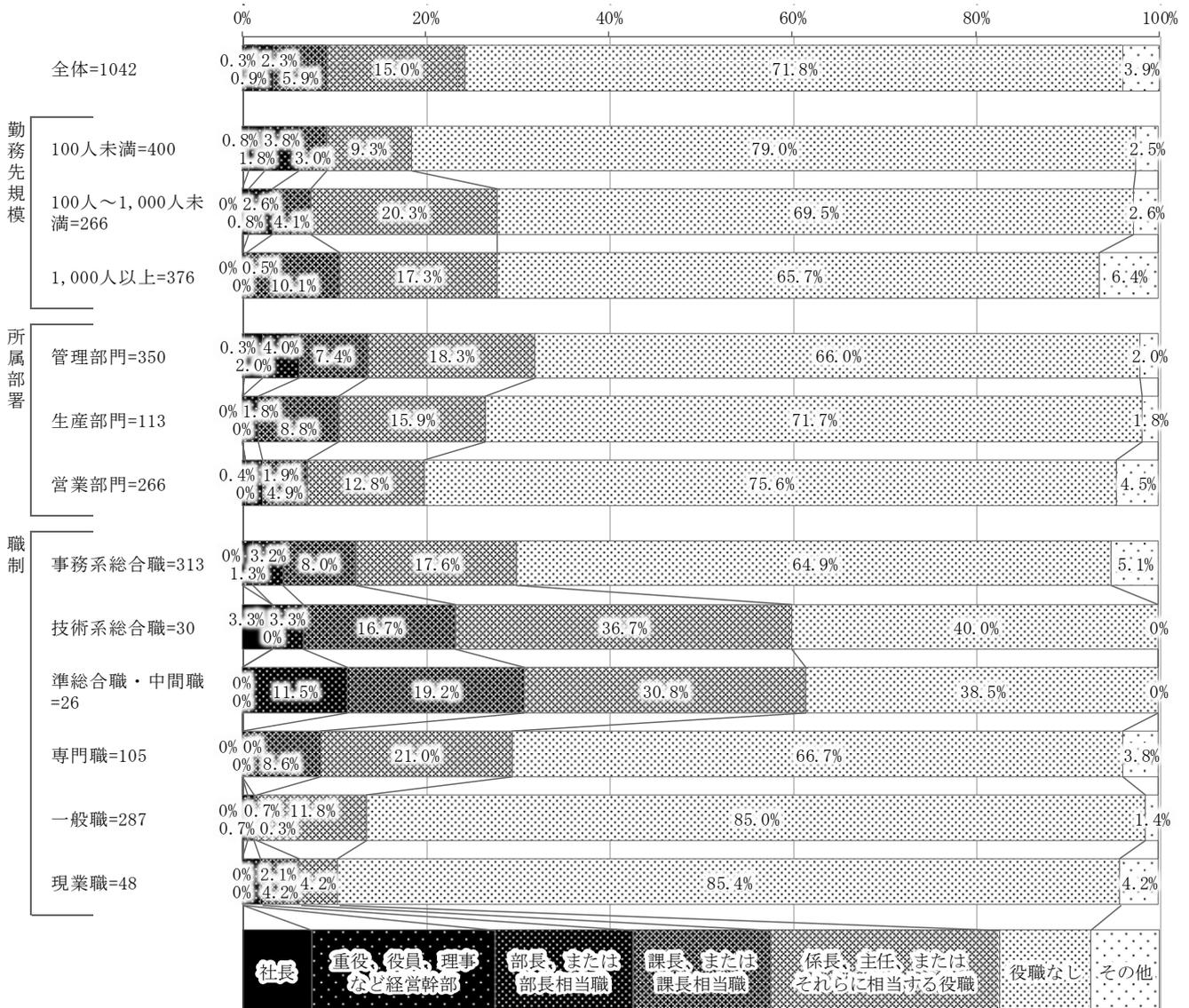
1.1 回答者の属性（職位）	3
1.2 回答者の属性（転職経験）	6
1.3 回答者の属性（婚姻状況）	9
1.4 回答者の属性（家計への貢献度）	11
2.1 現在のキャリア意識	14
2.2 就職活動時点のキャリア意識	15
2.3 私生活と仕事に対する満足度	16
2.4 勤務継続意思	17
2.5 キャリアに関する研修や相談機会	20
2.6 キャリアに関する研修や相談機会等の効果	22
2.7 定年退職後の再就職への希望	23
2.8 定年退職後の仕事探しの不安	26
2.9 保有スキル	27
2.10 定年退職後に再就職を希望する職種	28
2.11 定年退職後に再就職を希望する企業規模と勤務地	29
2.12 副業・兼業の賛否	30
2.13 副業・兼業に賛成の理由	33
3.1 友人の数	34
3.2 定期的に通う場所	35
3.3 共食の相手と頻度	36
3.4 食品の摂取頻度	37
3.5 食事形態	38
3.6 体力への自信	39
3.7 運動量	42
3.8 体型（BMI）	45
4.1 働き方に関して、社会や政府、企業に対して感じていること（自由意見）	48
4.2 今の悩みなど（自由意見）	58

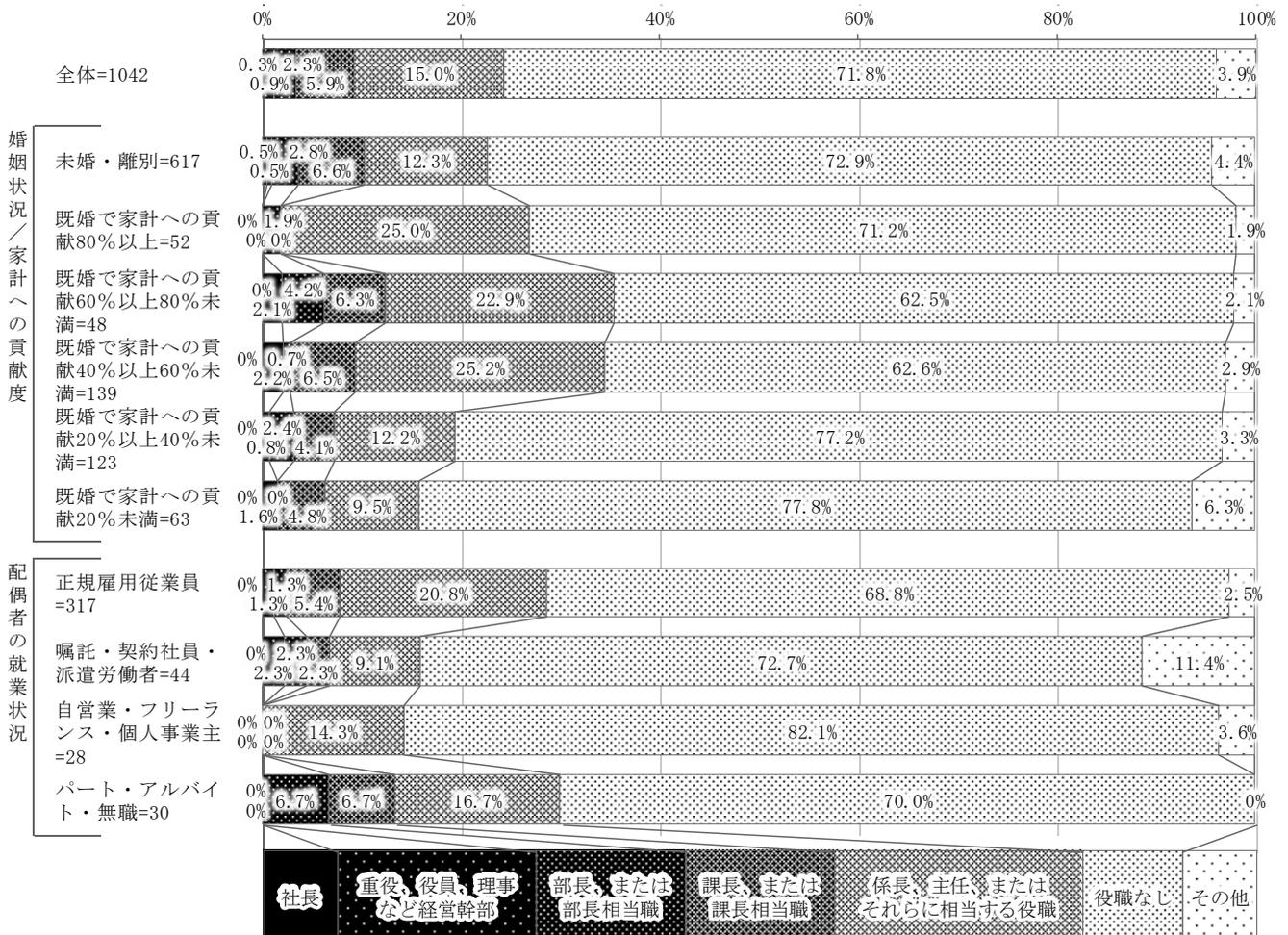
1.1 回答者の属性（職位）

- 職位について、全体では「役職なし」が71.8%と最も多く、次に「係長、主任、またはそれらに相当する役職」（15.0%）が多かった。
- 職制別で「役職なし」の割合を見ると、「技術系総合職」「準総合職・中間職」は40%以下、「事務系総合職」「専門職」は約65%程度、「一般職」「現業職」は約85%程度であった。

図表 1.1 回答者の属性（職位）【単一選択】



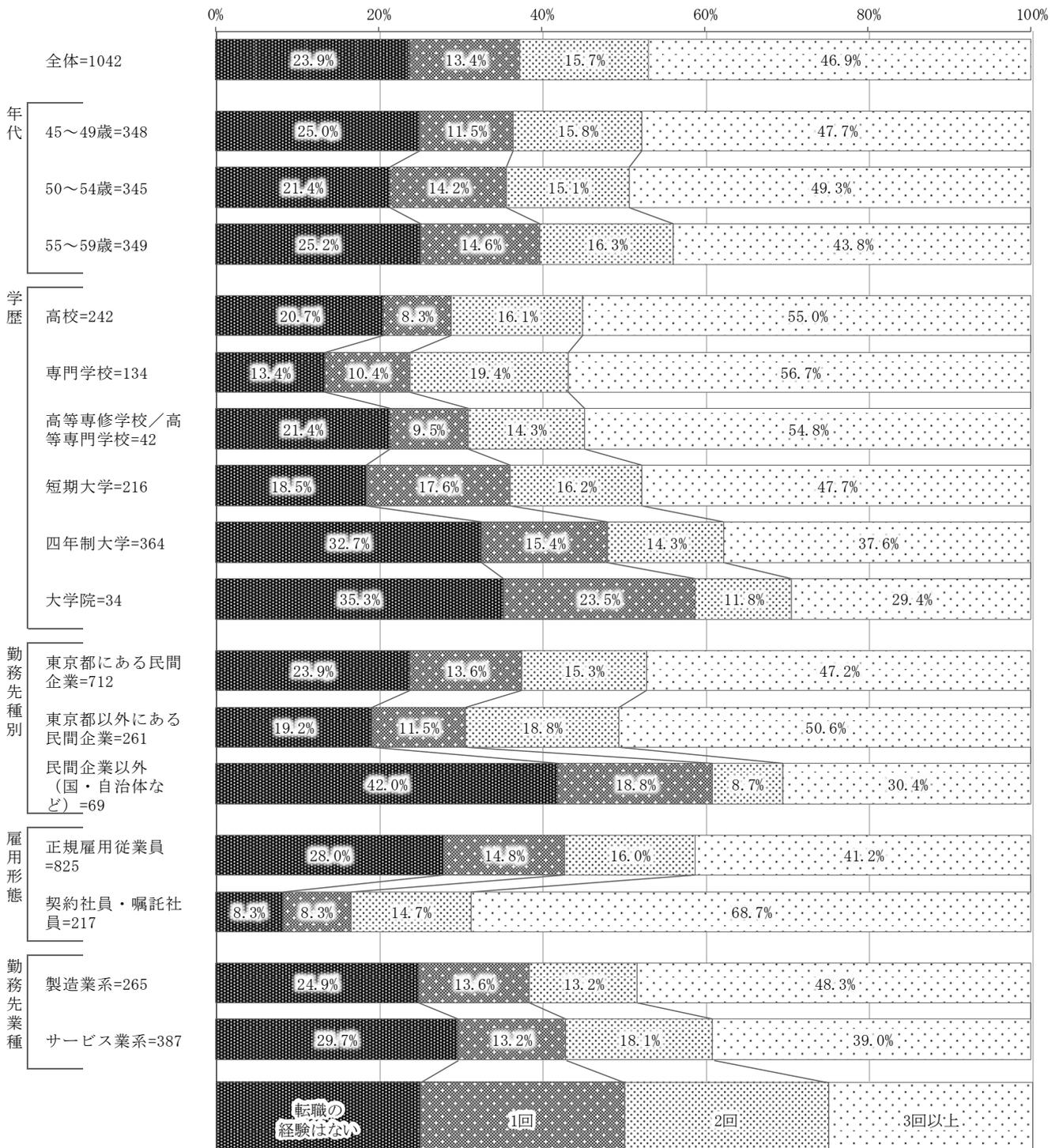


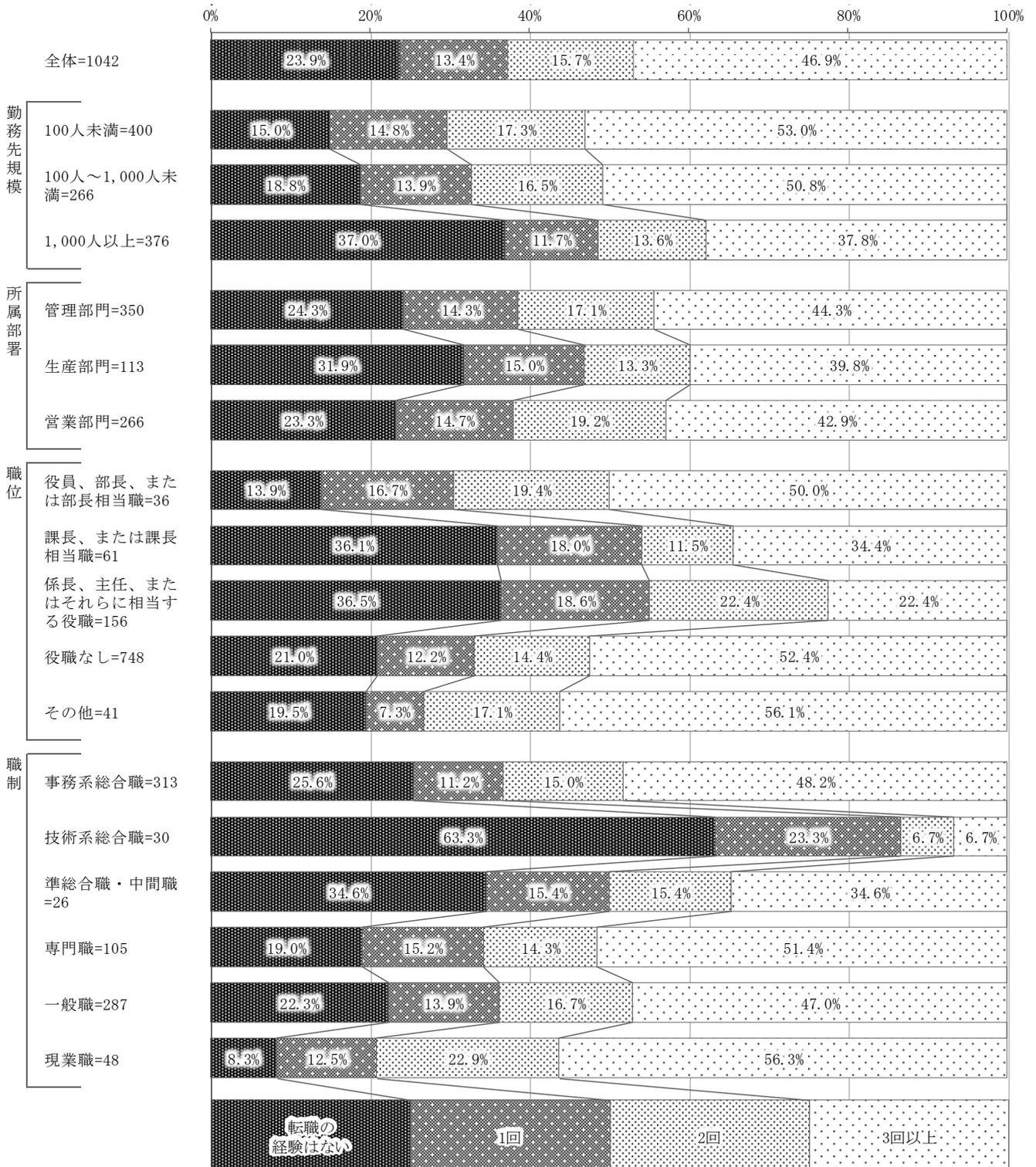


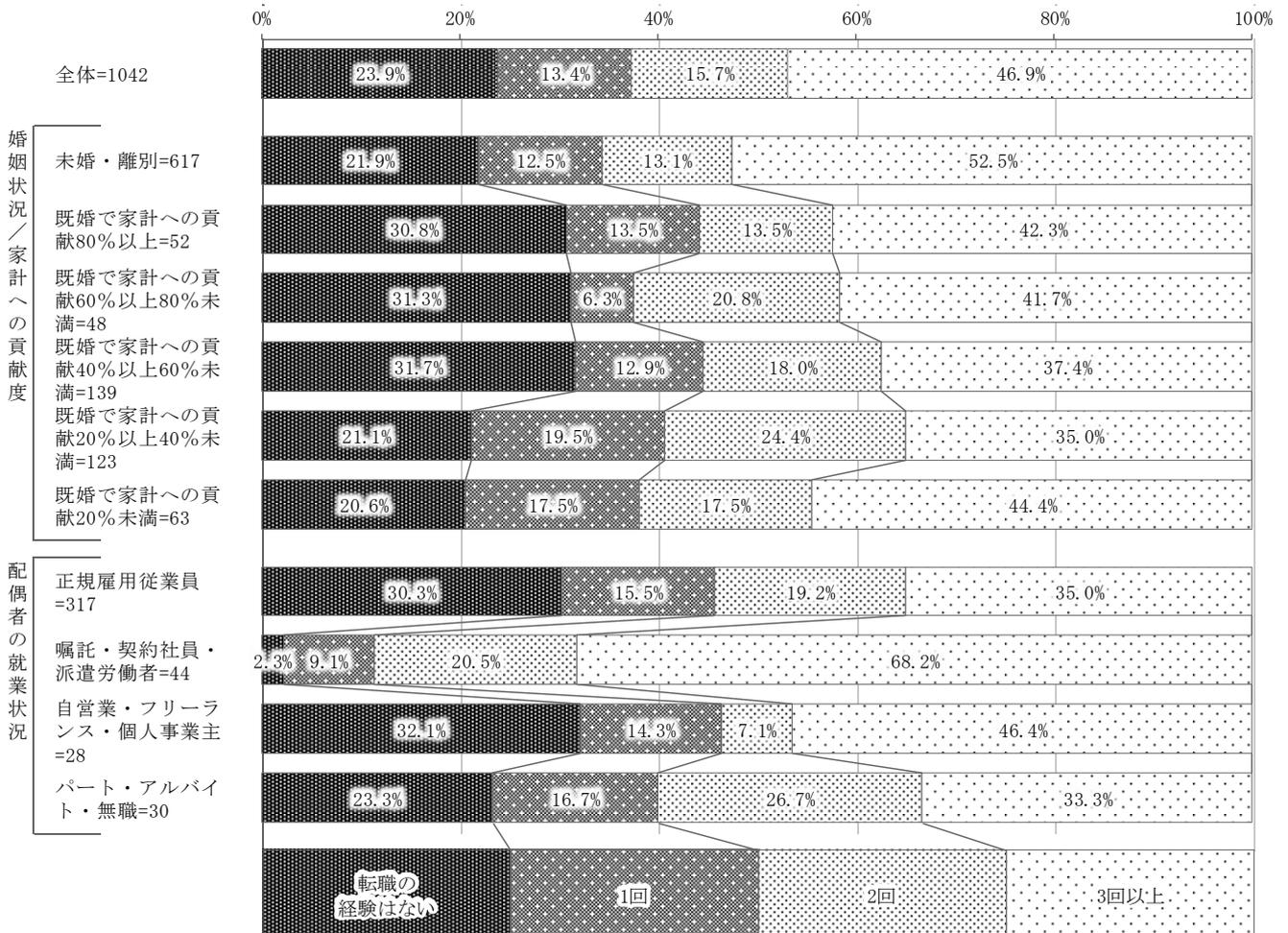
1.2 回答者の属性（転職経験）

- 転職経験について尋ねたところ、全体では「3回以上」が46.9%と最も多く、「転職の経験はない」（23.9%）が次に多かった。
- 勤務先規模別で「転職の経験はない」割合をみると、「1,000人以上」は37.0%、「100人～1,000人未満」は18.8%、「100人未満」は15.0%であり、勤務先規模が大きいほど、転職の経験が少なかった。

図表 1.2 回答者の属性（転職経験）【単一選択】



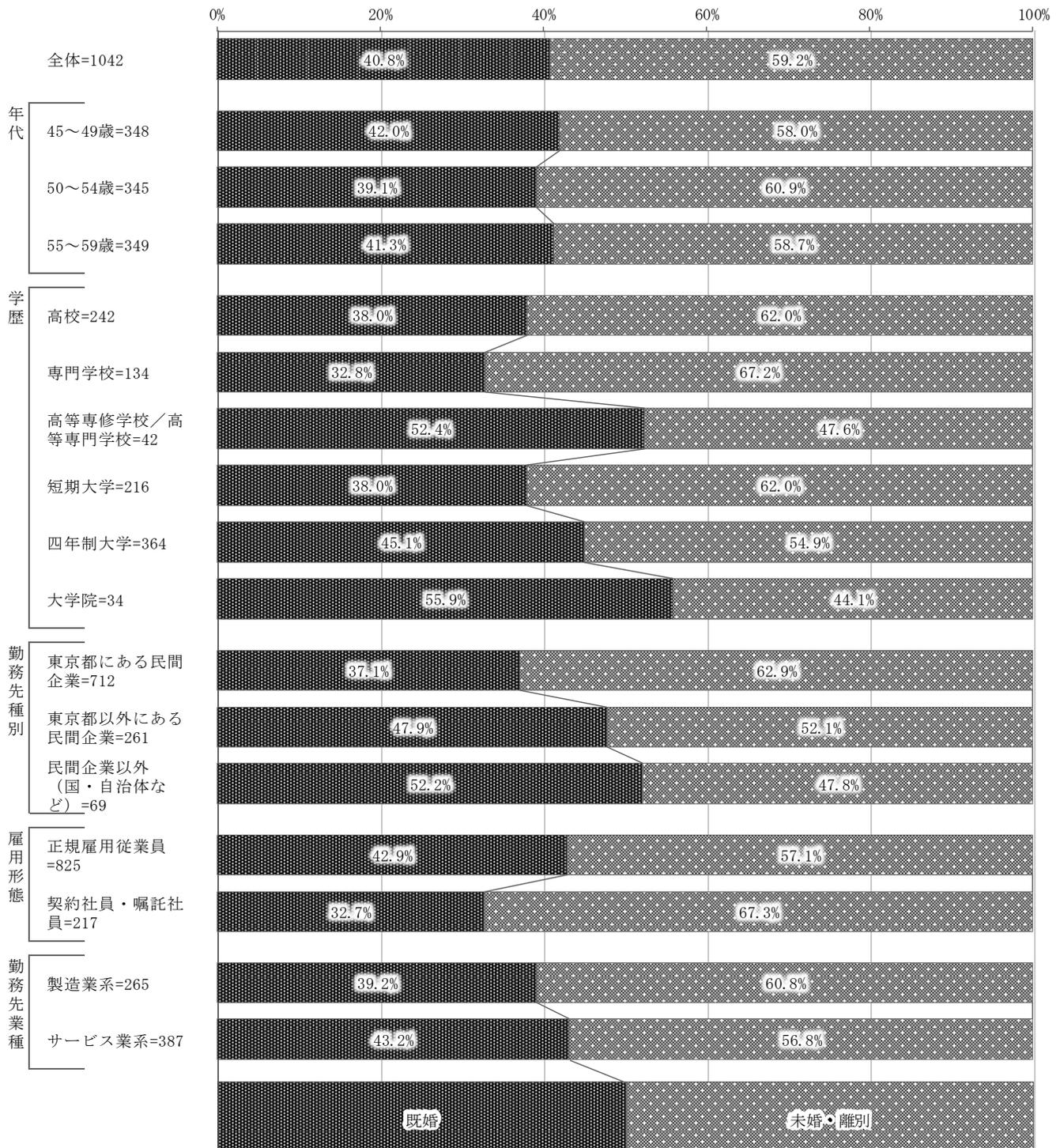


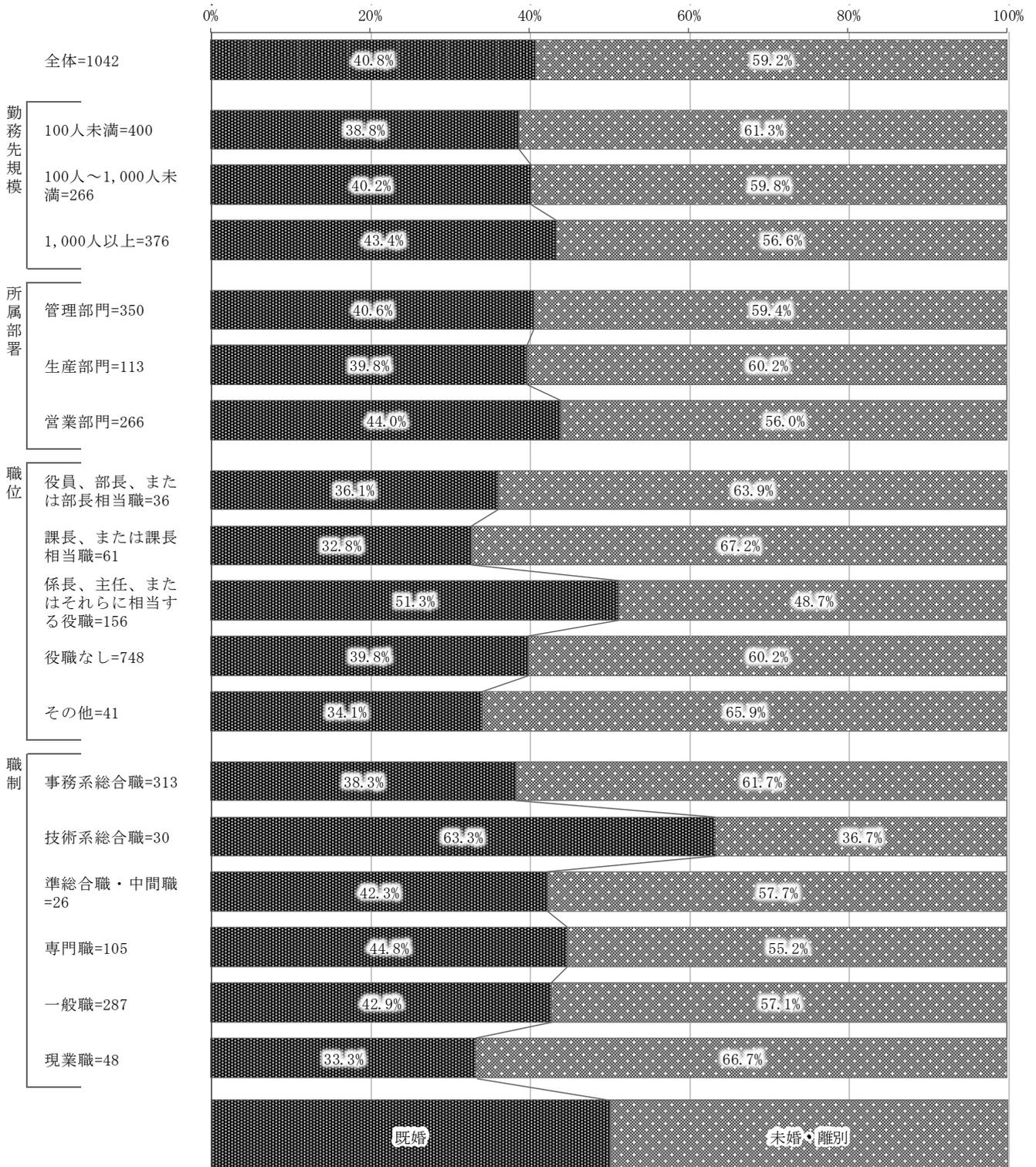


1.3 回答者の属性（婚姻状況）

- 婚姻状況について尋ねたところ、全体では「未婚・離別」が59.2%と「既婚」（40.8%）を上回った。
- 学歴別では、高校、専門学校、短期大学よりも、高等専修学校/高等専門学校、四年制大学、大学院の方が「既婚」が多かった。

図表 1.3 回答者の属性（婚姻状況）[単一選択]

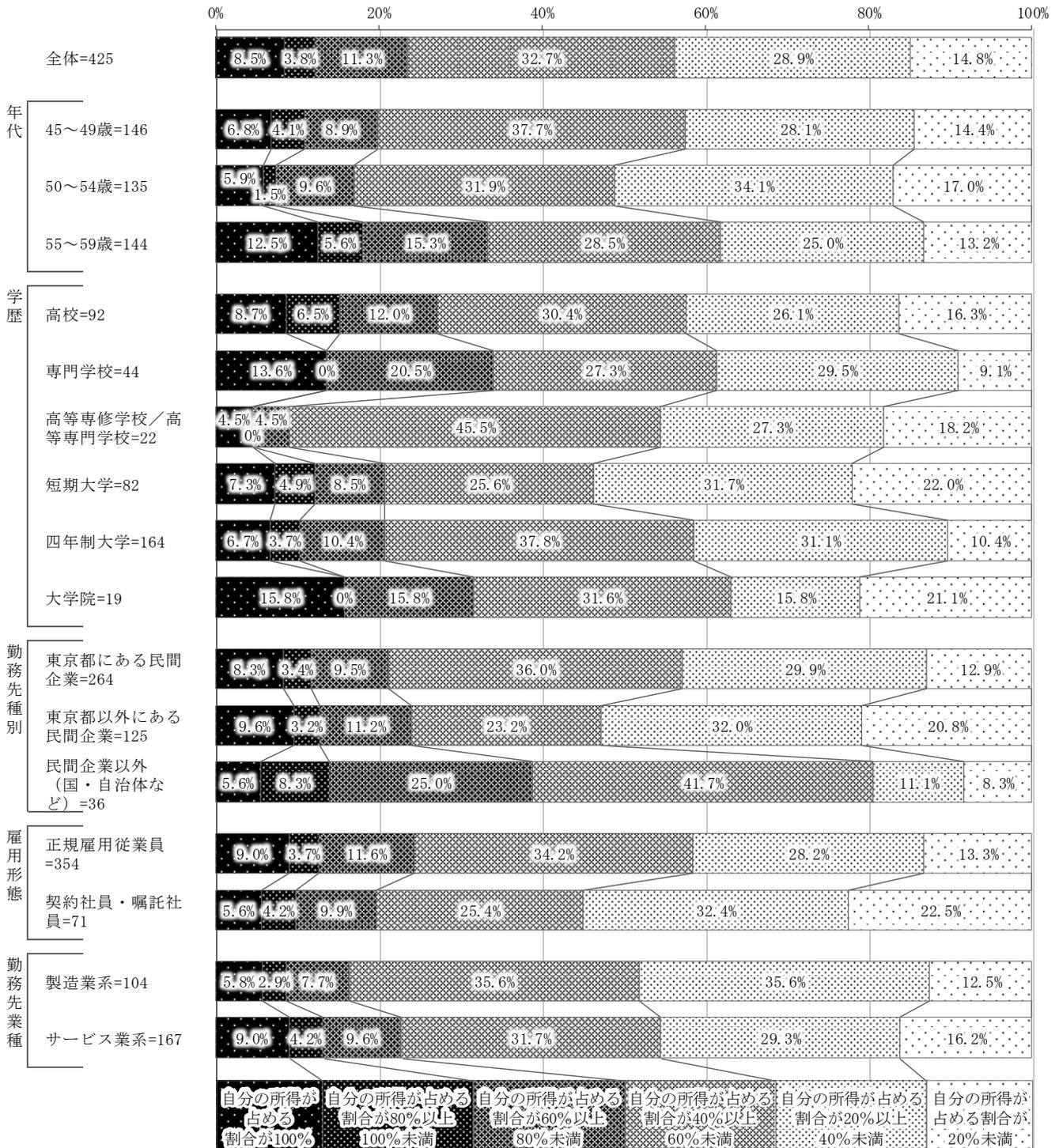


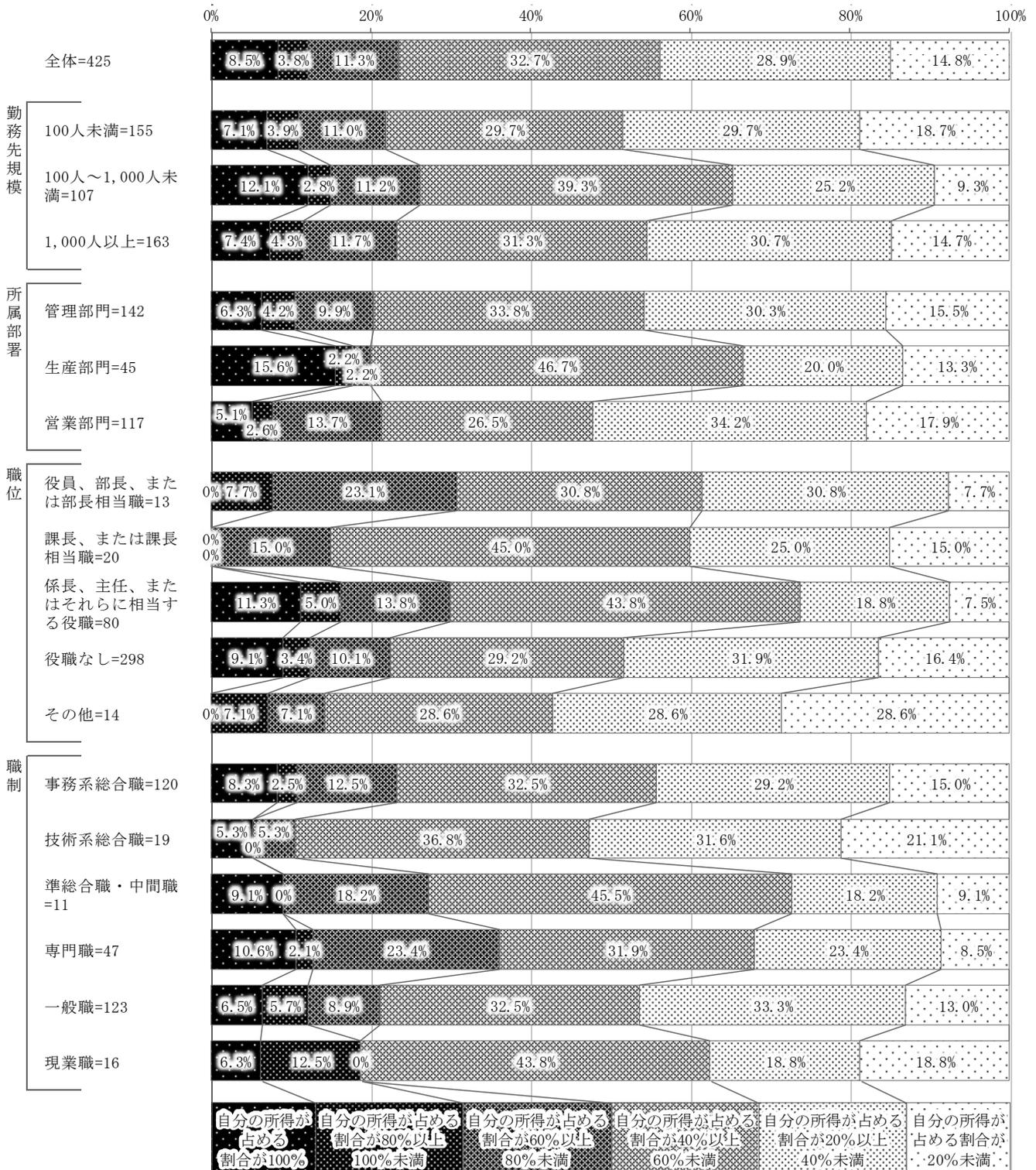


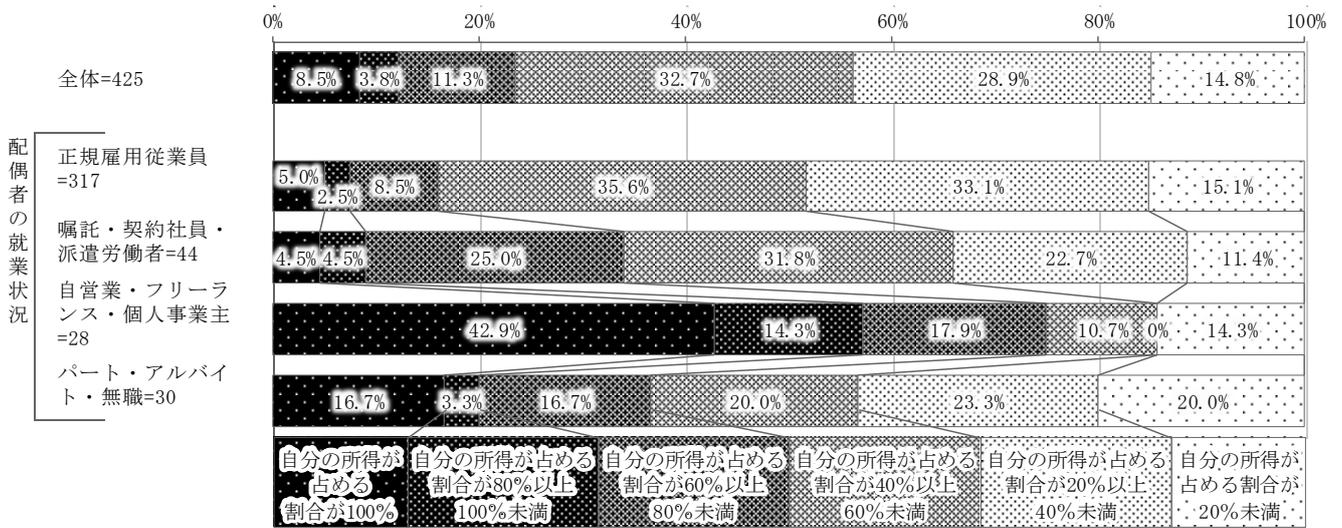
1.4 回答者の属性（家計への貢献度）

- 家計への貢献度について尋ねたところ、全体では「自分の所得が占める割合が40%以上60%未満」（32.7%）が最も多く、「自分の所得が占める割合が20%以上40%未満」（28.9%）と続く。
- 配偶者の就業状況別では、配偶者が「自営業・フリーランス・個人事業主」の場合に「自分の所得に占める割合が80%以上」が約5割を超えた。

図表 1.4 回答者の属性（家計への貢献度）【単一選択】



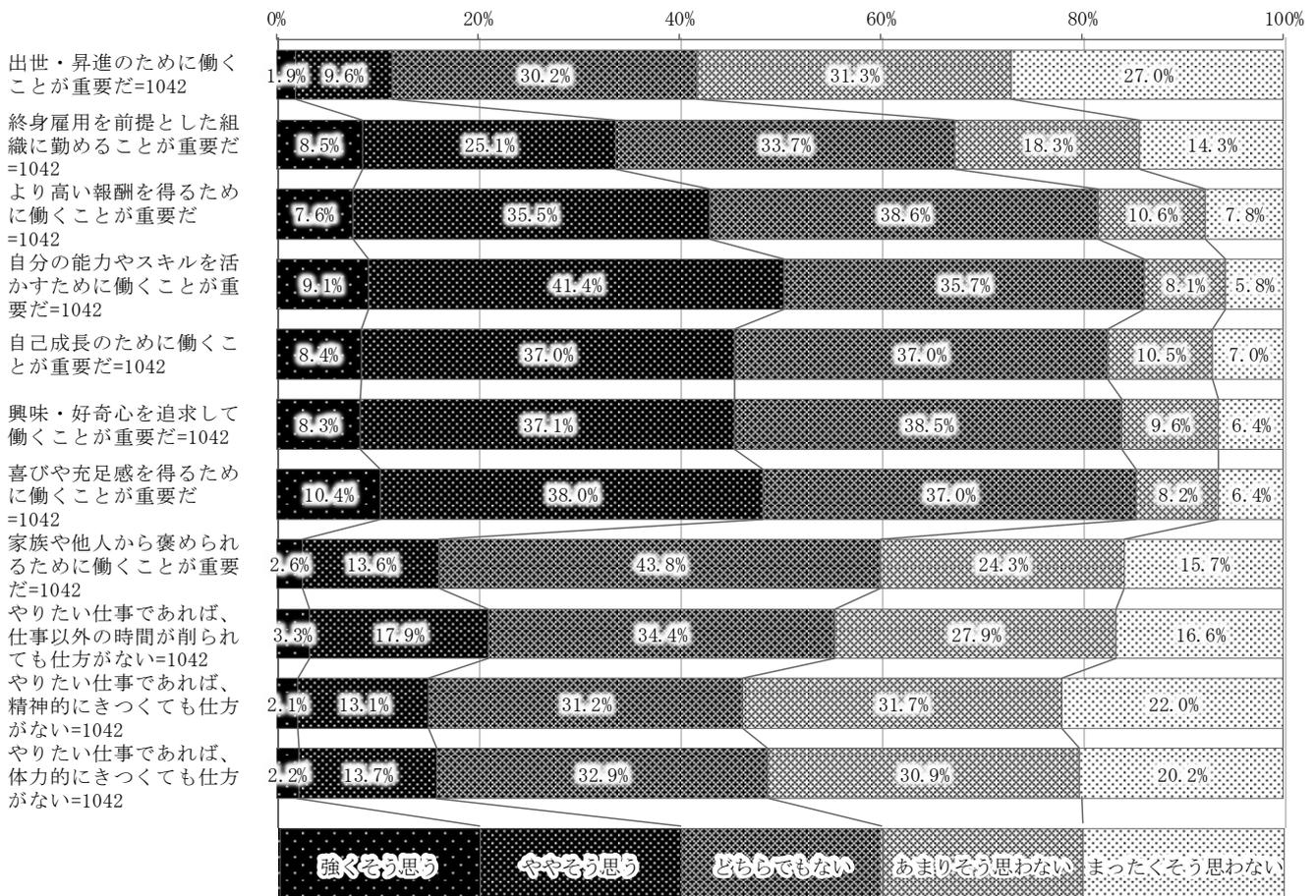




2.1 現在のキャリア意識

- 「出世・昇進のために働くことが重要だ」については、「あまりそう思わない」「まったくそう思わない」という回答が約6割に上り、出世・昇進に対しては関心が低いことが明らかになった。
- 「自分の能力やスキルを活かすために働くことが重要だ」「興味・好奇心を追求して働くことが重要だ」「喜びや充足感を得るために働くことが重要だ」については、「強くそう思う」「ややそう思う」という回答が約5割に上った。
- 「やりたい仕事であれば、仕事以外の時間が削られても仕方がない」「やりたい仕事であれば、精神的にきつくても仕方がない」「やりたい仕事であれば、体力的にきつくても仕方がない」については「あまりそう思わない」「まったくそう思わない」という回答は約5割に上った。

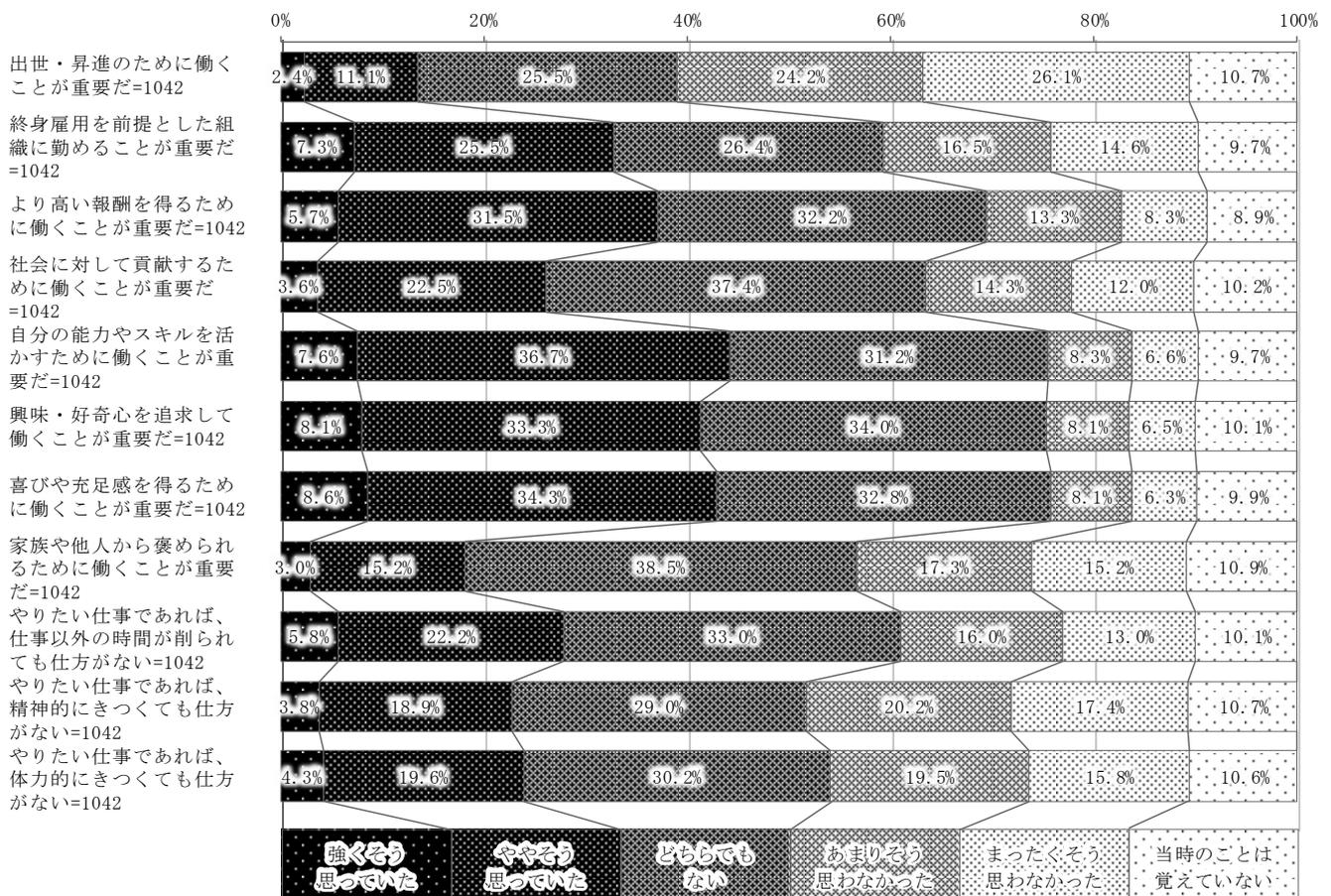
図表 2.1 現在のキャリア意識[単一選択]



2.2 就職活動時点のキャリア意識

- 就職活動期の勤務意識について尋ねたところ、「出世・昇進のために働くことが重要だ」については、「あまりそう思わなかった」「まったくそう思わなかった」という回答が約5割に上り、「強くそう思っていた」「ややそう思っていた」という回答（13.5%）を大きく上回った。
- 「自分の能力やスキルを活かすために働くことが重要だ」「興味・好奇心を追求して働くことが重要だ」「喜びや充足感を得るために働くことが重要だ」については、「強くそう思っていた」「ややそう思っていた」という回答が約4割に上った。
- 「やりたい仕事であれば、仕事以外の時間が削られても仕方がない」「やりたい仕事であれば、精神的にきつくても仕方がない」「やりたい仕事であれば、体力的にきつくても仕方がない」については「強くそう思っていた」「ややそう思っていた」という回答が約2~3割程度であった。

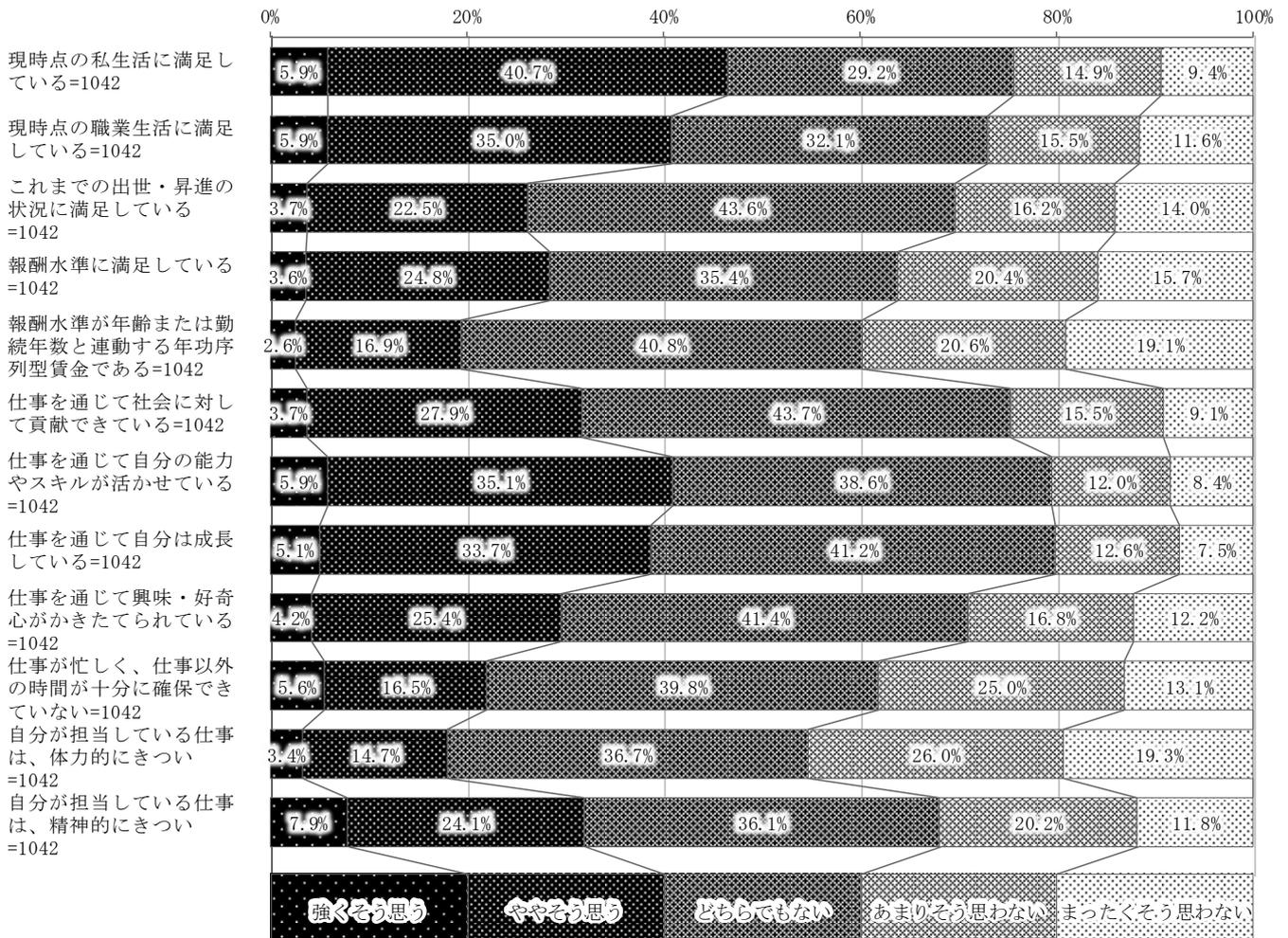
図表 2.2 就職活動時点のキャリア意識[単一選択]



2.3 私生活と仕事に対する満足度

- 現状と満足度について尋ねたところ、「現時点の私生活に満足している」について、「強くそう思う」「ややそう思う」という回答が約5割程度である。一方、「現時点の職業生活に満足している」について、「強くそう思う」「ややそう思う」という回答は、約4割であり、私生活に比べて職業生活の満足度は低いことが明らかとなった。
- 「これまでの出世・昇進の状況に満足している」「報酬水準に満足している」については、「強くそう思う」「ややそう思う」という回答は約3割であった。
- 「仕事を通じて自分の能力やスキルが活かしている」、「仕事を通じて自分は成長している」について、「強くそう思う」「ややそう思う」という回答は約4割であるのに比べて、「仕事を通じて興味・好奇心がかきたてられている」は約3割とやや低い結果となった。
- 「仕事が忙しく、仕事以外の時間が十分に確保できていない」、「自分が担当している仕事は、体力的にきつい」について、「強くそう思う」「ややそう思う」という回答は約2割程度であった。

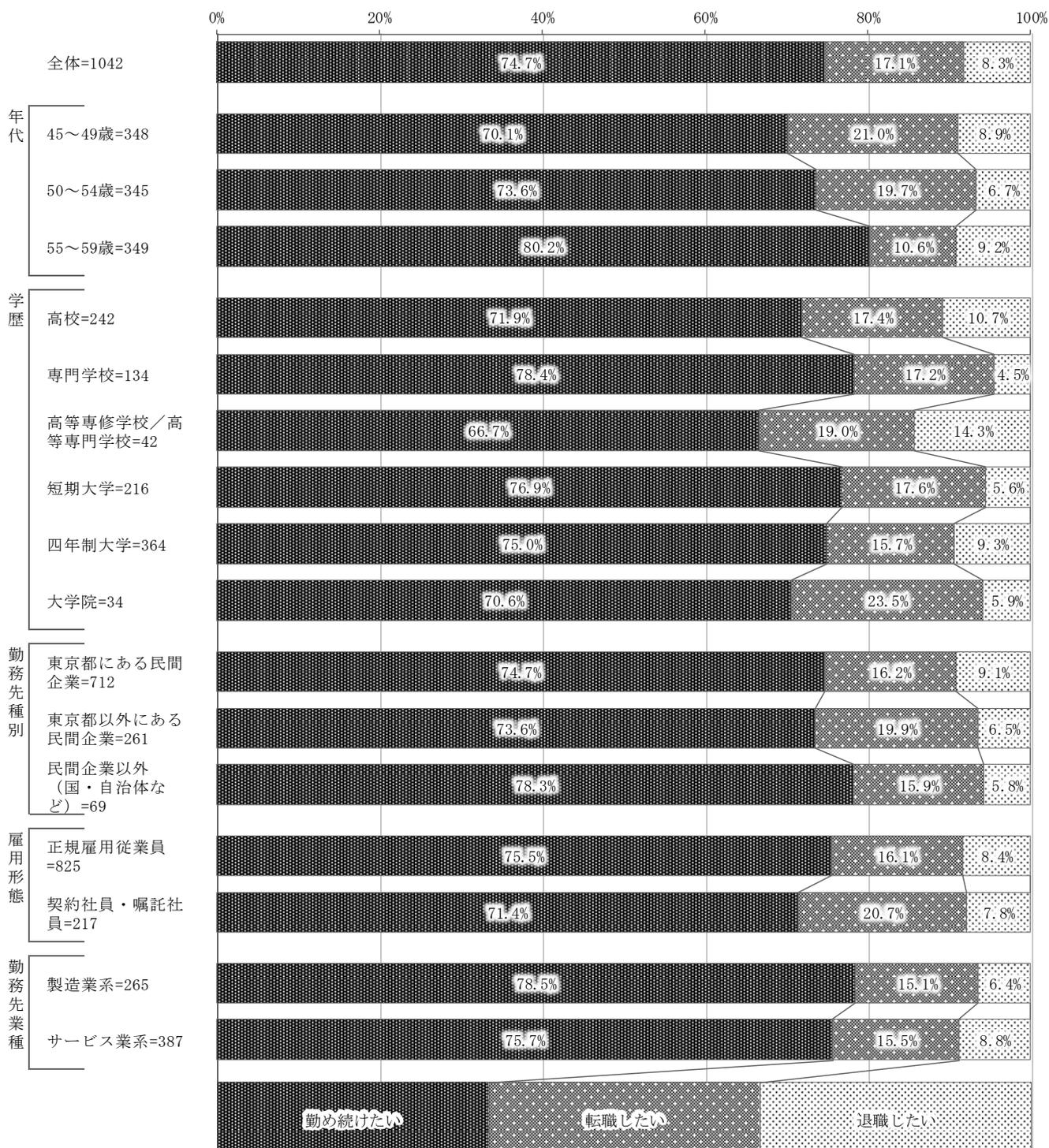
図表 2.3 私生活と仕事に対する満足度[単一選択]

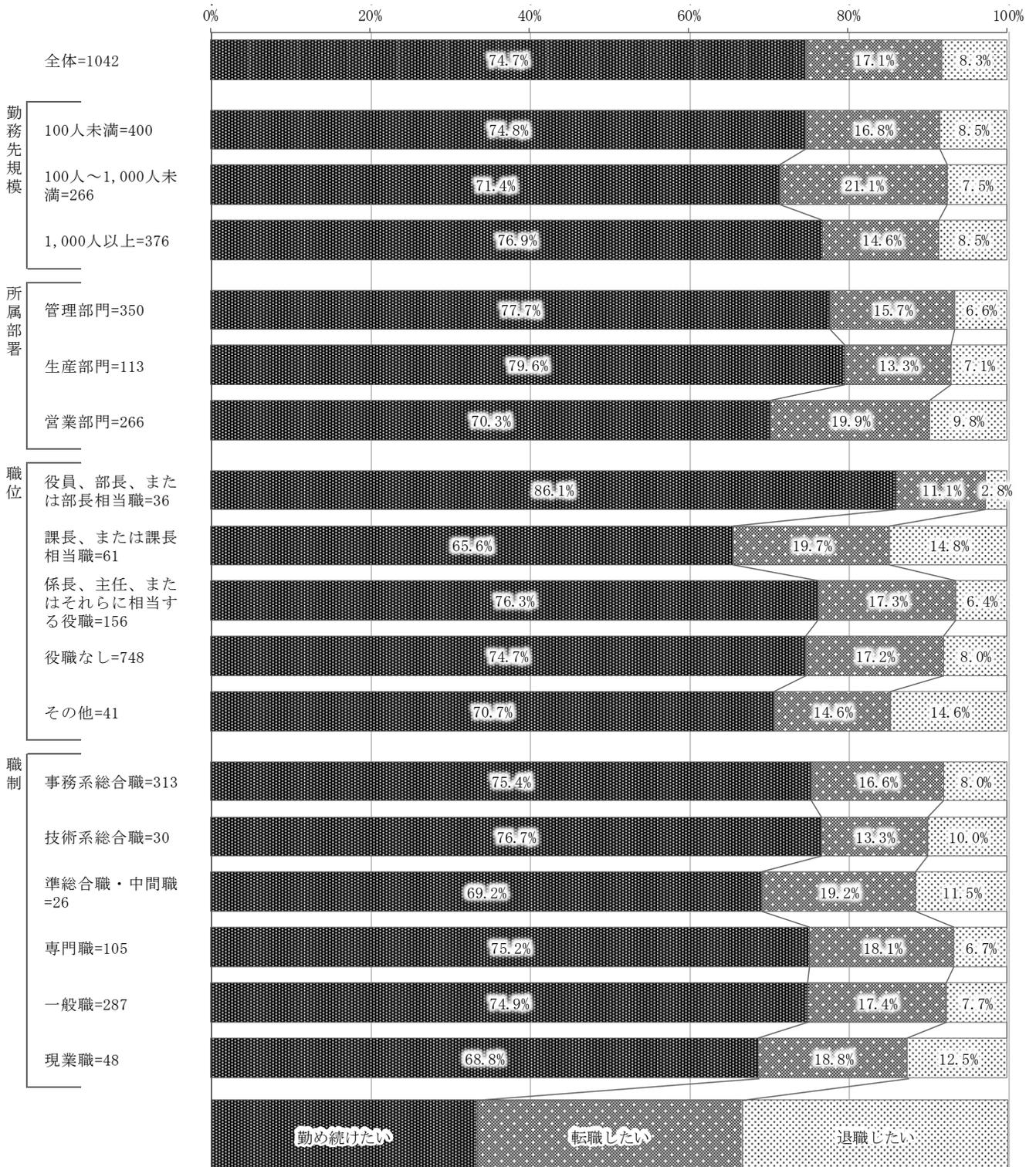


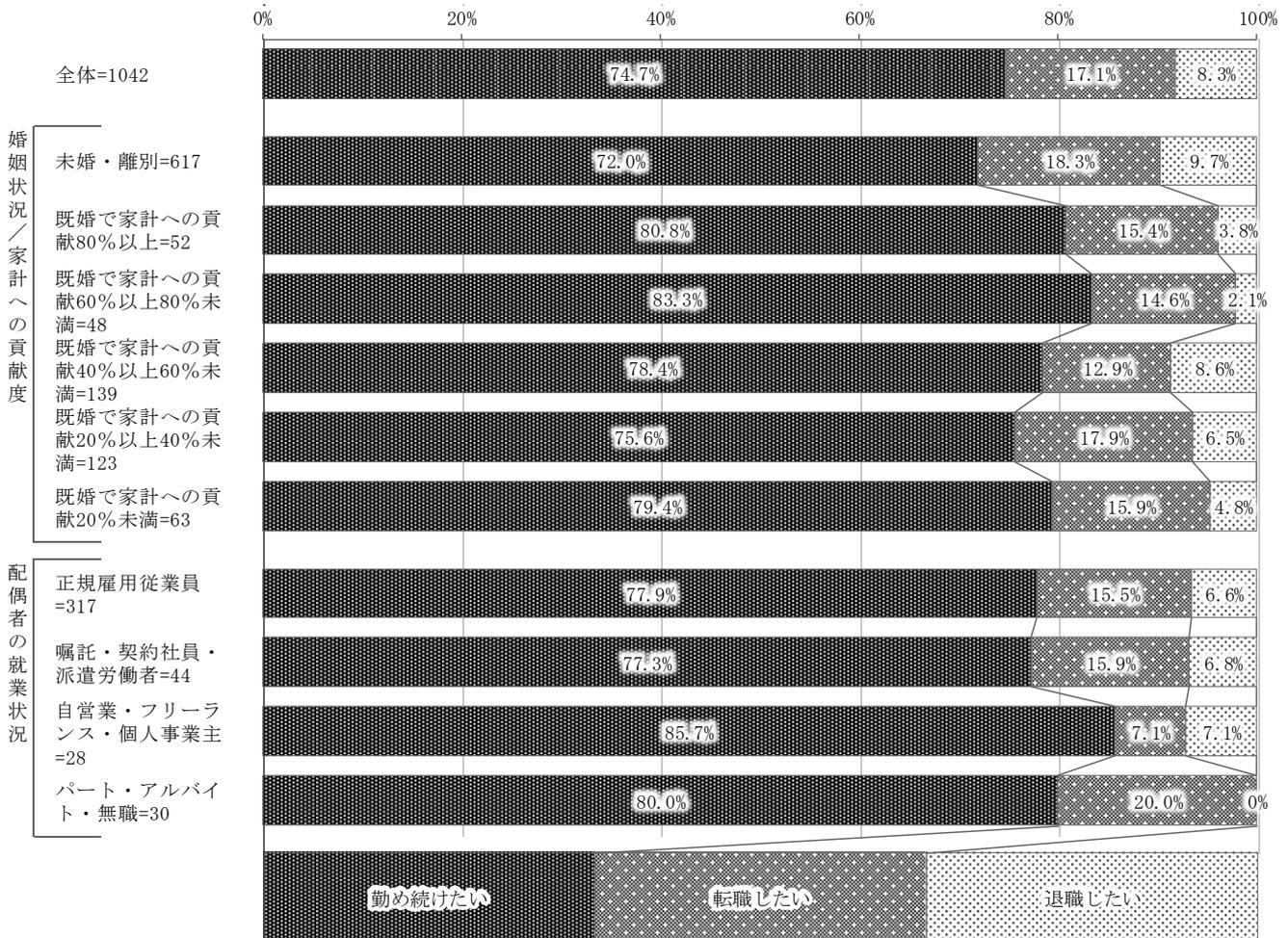
2.4 勤務継続意思

- 勤務継続意思を尋ねたところ、全体では「勤め続けたい」が74.7%と最も多く、次に「転職したい」が17.1%であり、「退職したい」という回答は8.3%と最も少なかった。
- 年代別では、55～59歳は「勤め続けたい」という回答が他の世代よりも高く、一方、「転職したい」（10.6%）という回答は他の世代よりも低かった。

図表 2.4 勤務継続意思[単一選択]



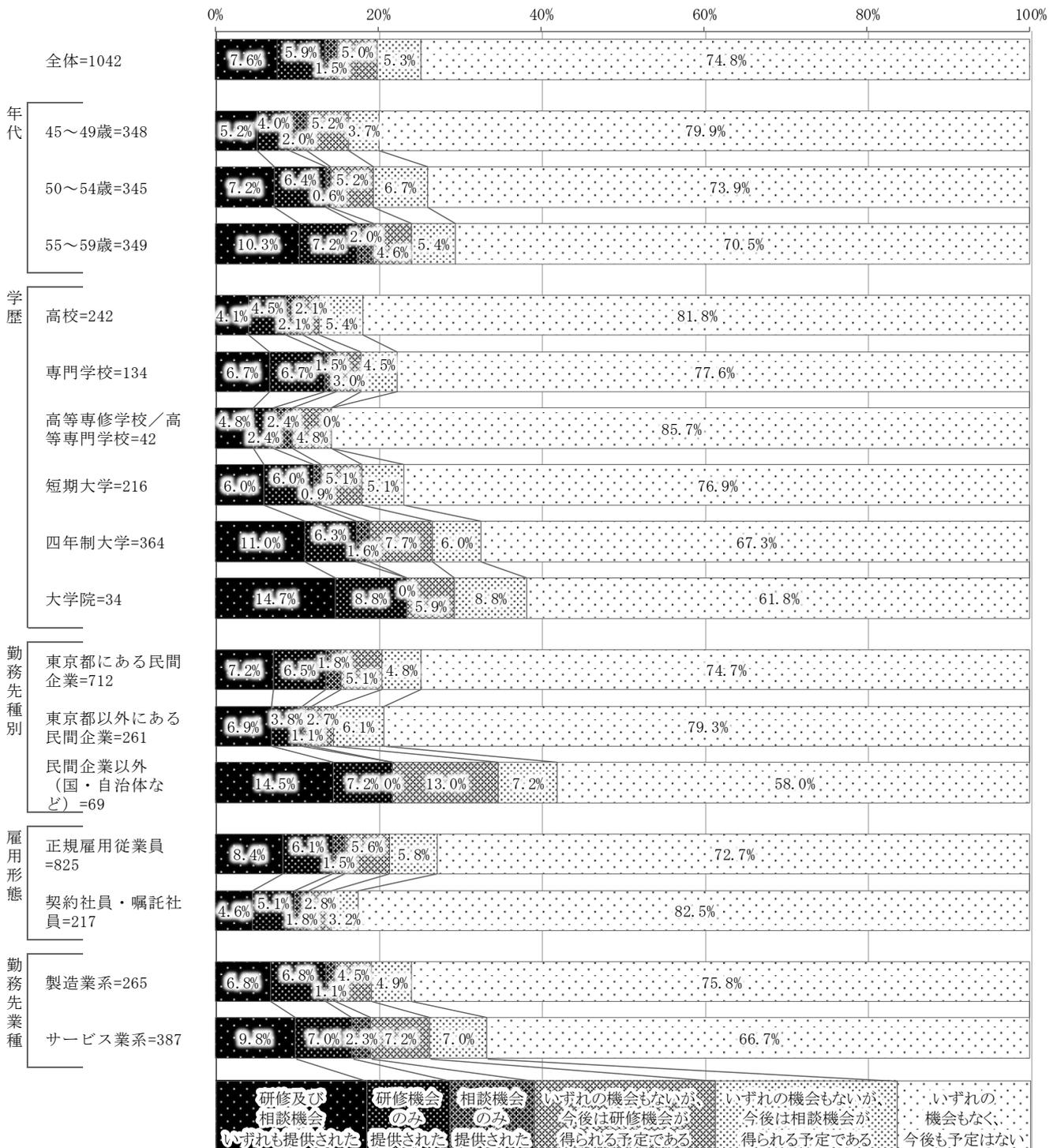


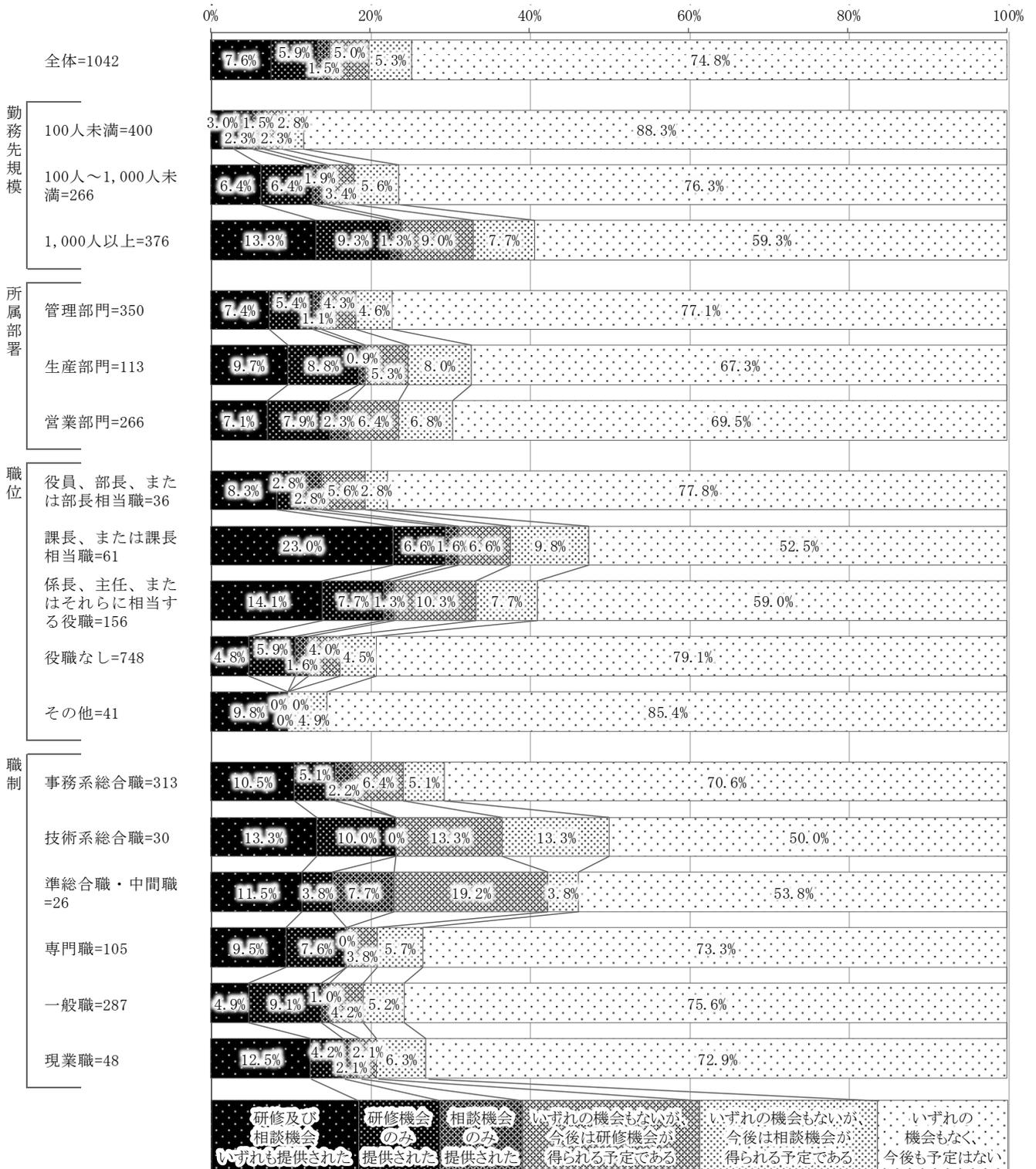


2.5 キャリアに関する研修や相談機会

- 勤務先が提供するキャリアに関する研修や相談機会について、全体では「いずれの機会もなく、今後も予定はない」が74.8%と最も多かった。
- 勤務先規模別では「1000人以上」の場合、何らかの機会が提供された（「研修及び相談機会いずれも提供された」「研修機会のみ提供された」「相談機会のみ提供された」という回答が約4割であり、勤務先規模が小さいほど、機会が提供された女性は少ない傾向が見られた。

図表 2.5 キャリアに関する研修や相談機会[単一選択]

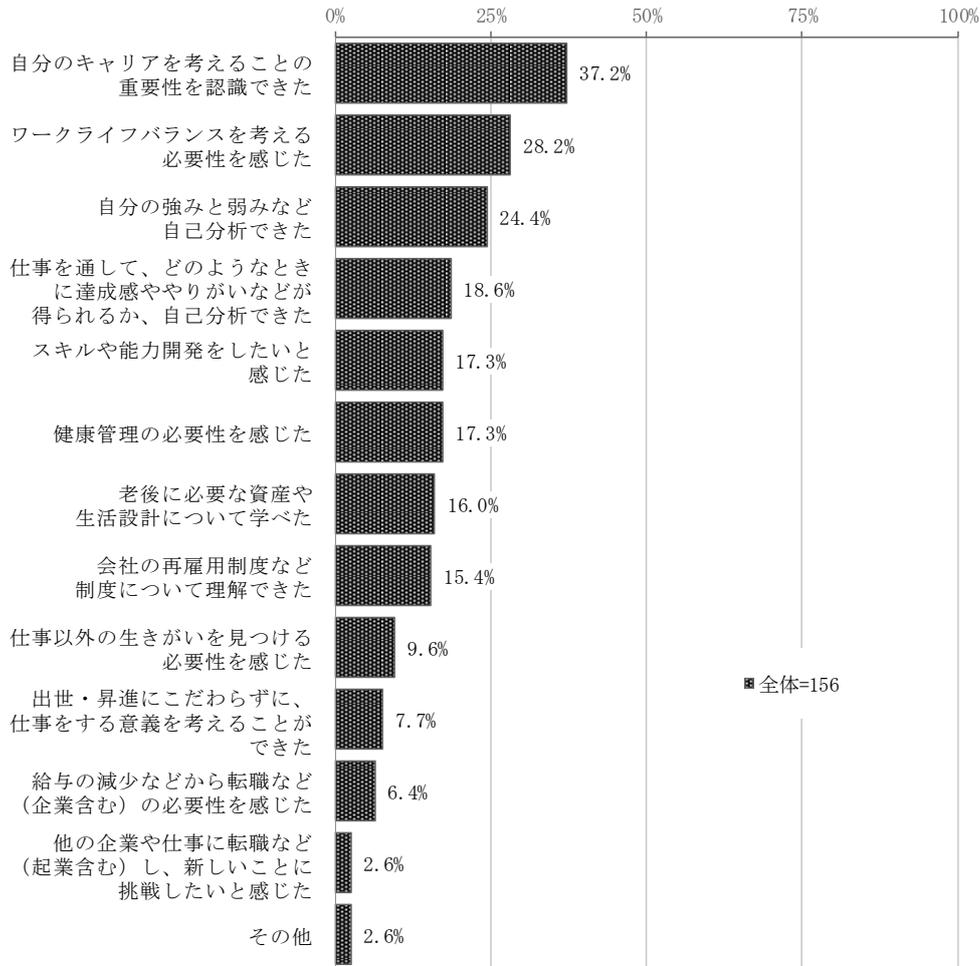




2.6 キャリアに関する研修や相談機会等の効果

- キャリアに関する研修や相談機会等の効果について尋ねたところ、「自分のキャリアを考えることの重要性を認識できた」が37.2%と最も多く、「ワークライフバランスを考える必要を感じた」(28.2%)、「自分の強みと弱みなど自己分析できた」(24.4%)と続く。

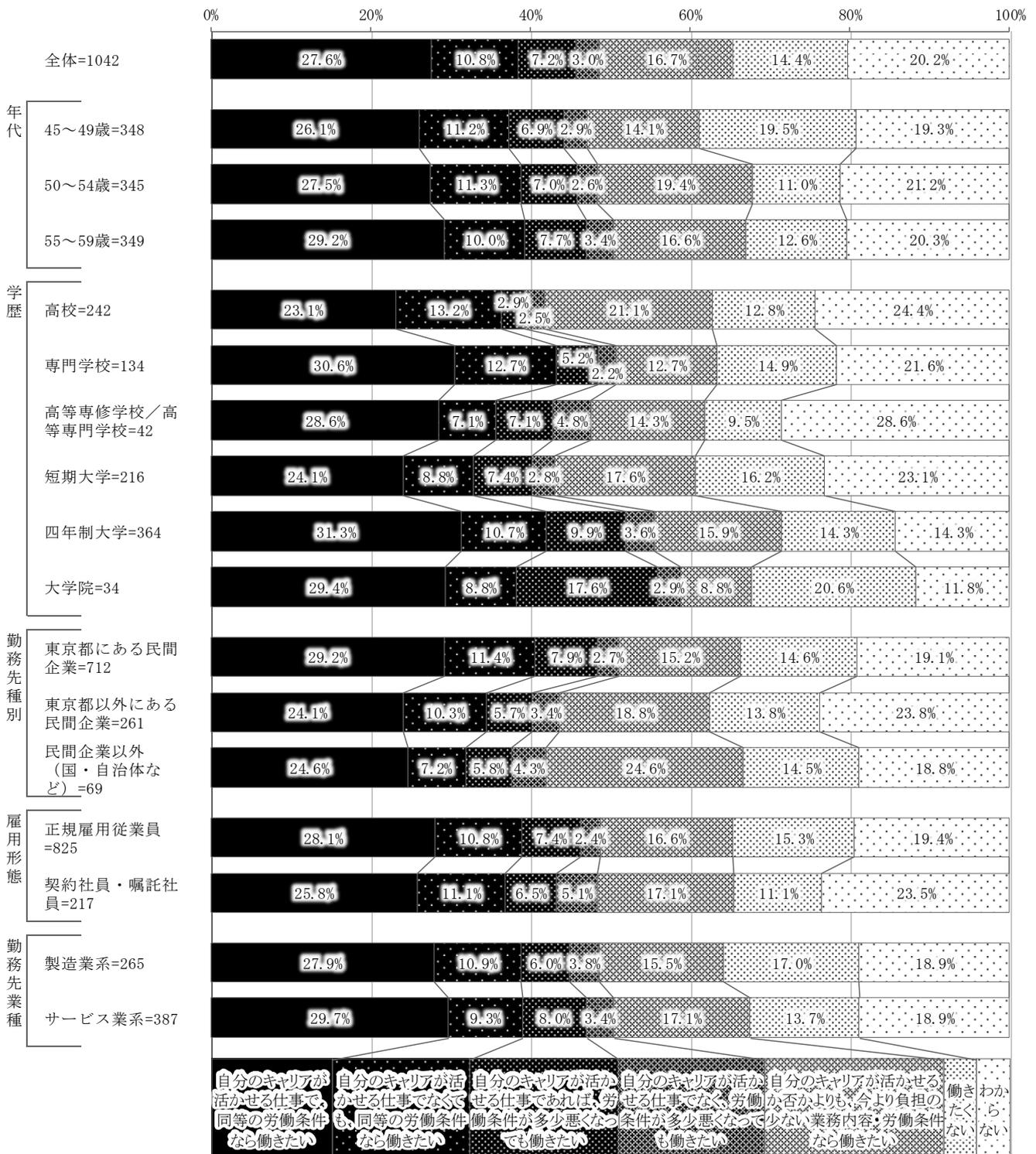
図表 2.6 キャリアに関する研修や相談機会等の効果[複数選択]

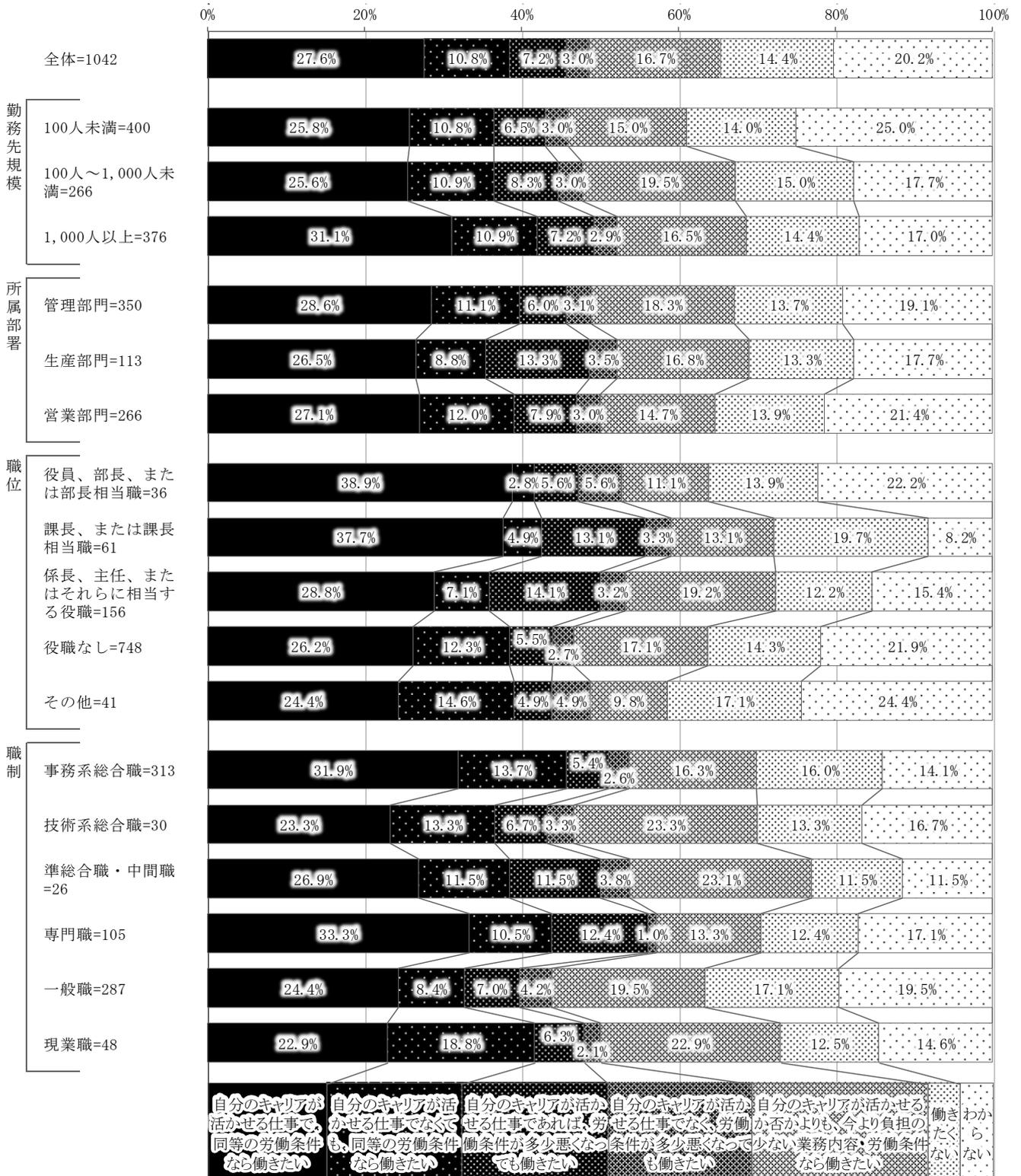


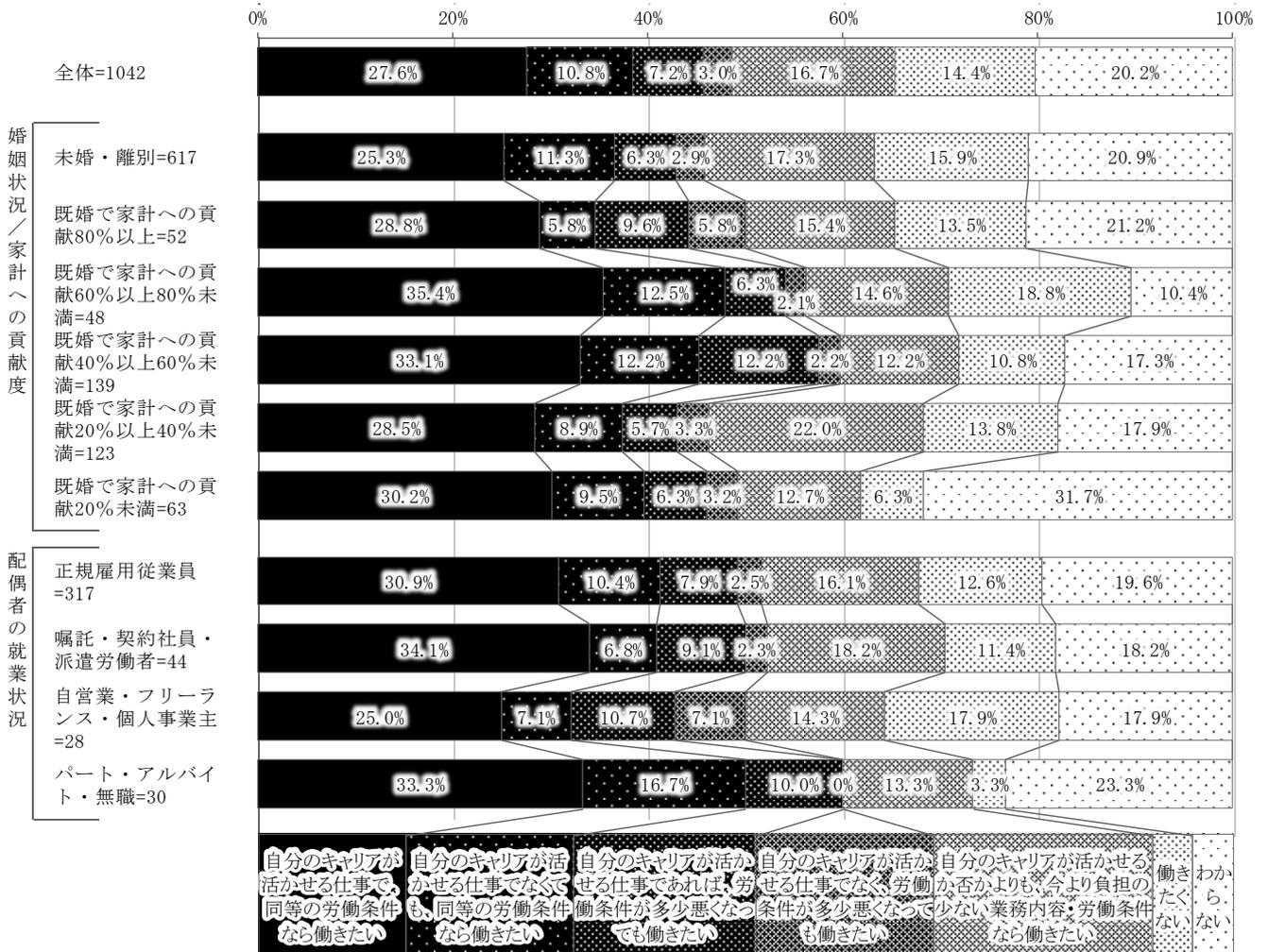
2.7 定年退職後の再就職への希望

- 定年退職後の再就職への希望について尋ねたところ、全体では「自分のキャリアが活かせる仕事で同等の労働条件なら働きたい」が27.6%と最も多かった。
- 職制別では、「自分のキャリアが活かせる仕事で同等の労働条件なら働きたい」と「自分のキャリアが活かせる仕事であれば、労働条件が多少悪くても働きたい」という回答が、専門職では45.7%と高くなっており、今までのキャリアを活かしたいという傾向が強く見られた。

図表 2.7 定年退職後の再就職への希望[単一選択]



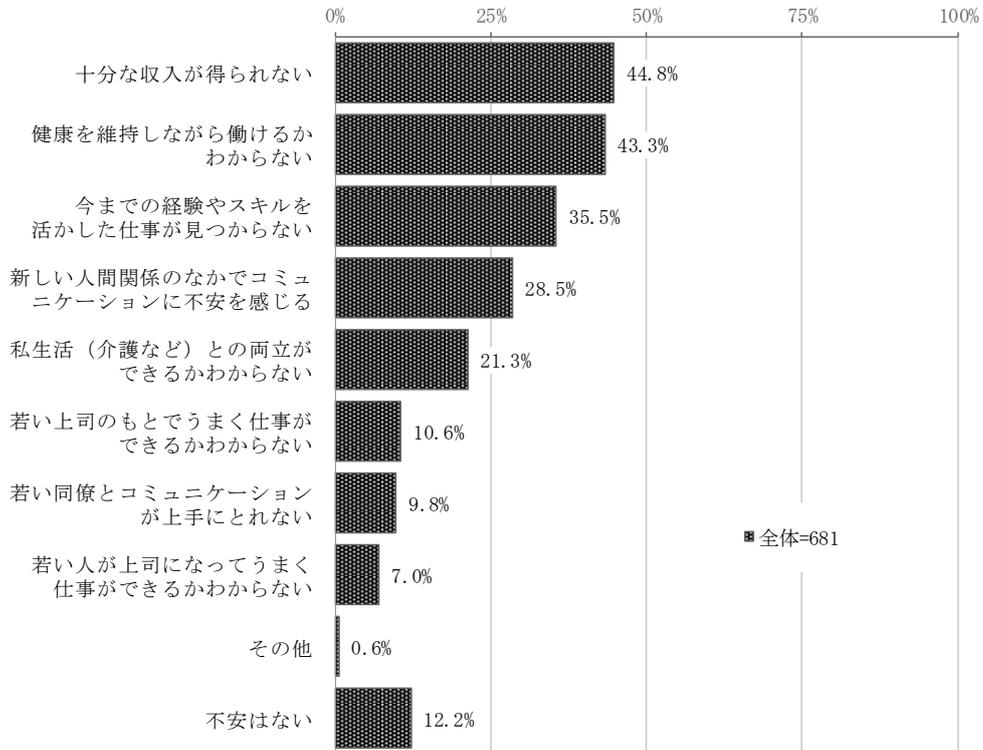




2.8 定年退職後の仕事探しの不安

- 定年後の仕事探しの不安について尋ねたところ、「十分な収入が得られない」(44.8%) が最も多く、「健康を維持しながら働けるかわからない」(43.3%) と続いている。

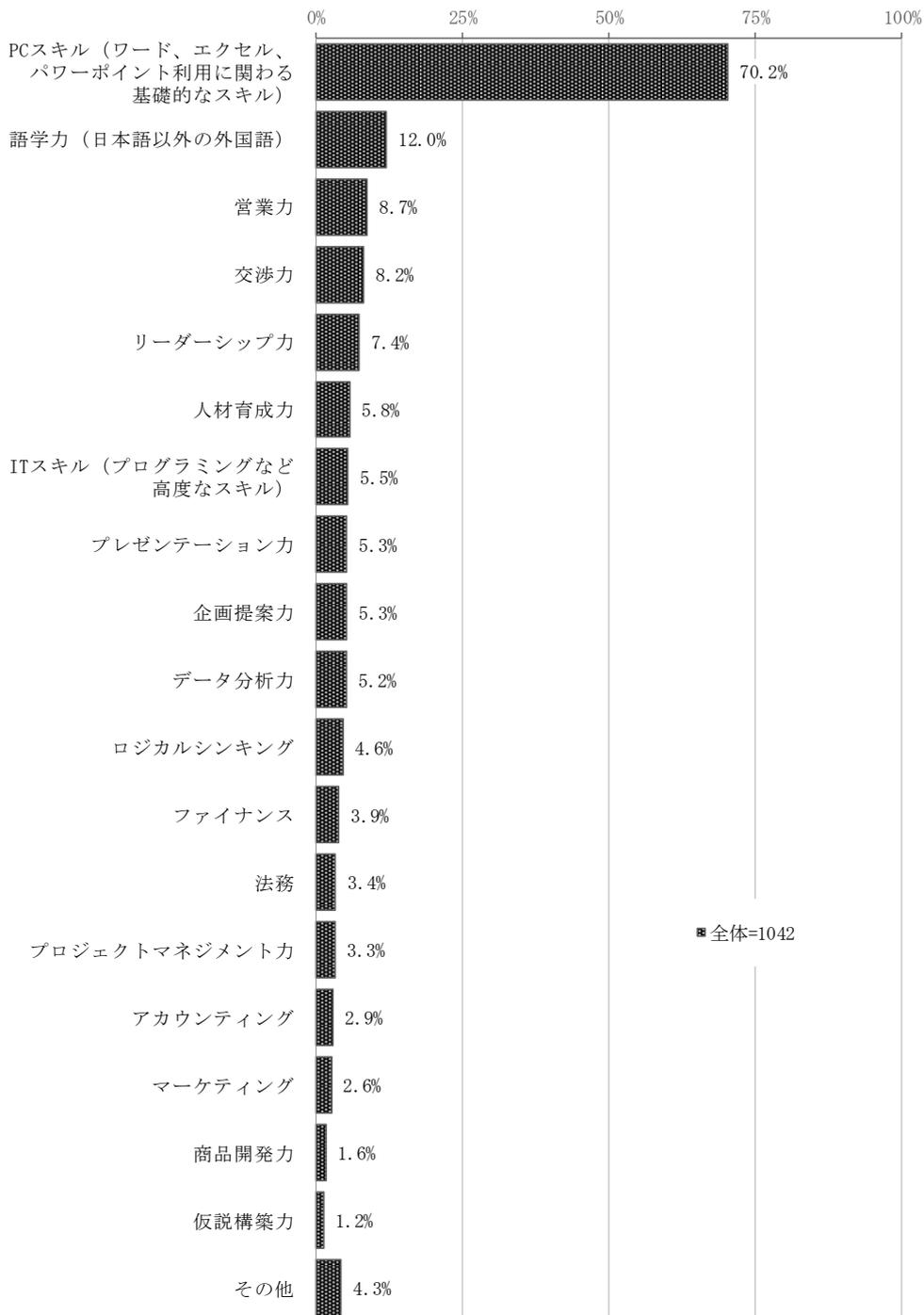
図表 2.8 定年退職後の仕事探しの不安[複数選択]



2.9 保有スキル

- 保有スキルについて尋ねたところ、「PCスキル（ワード、エクセル、パワーポイント利用に関わる基礎的なスキル）」が70.2%と最も多く、続いて「語学力（日本語以外の外国語）」が12.0%、「営業力」が8.7%であった。

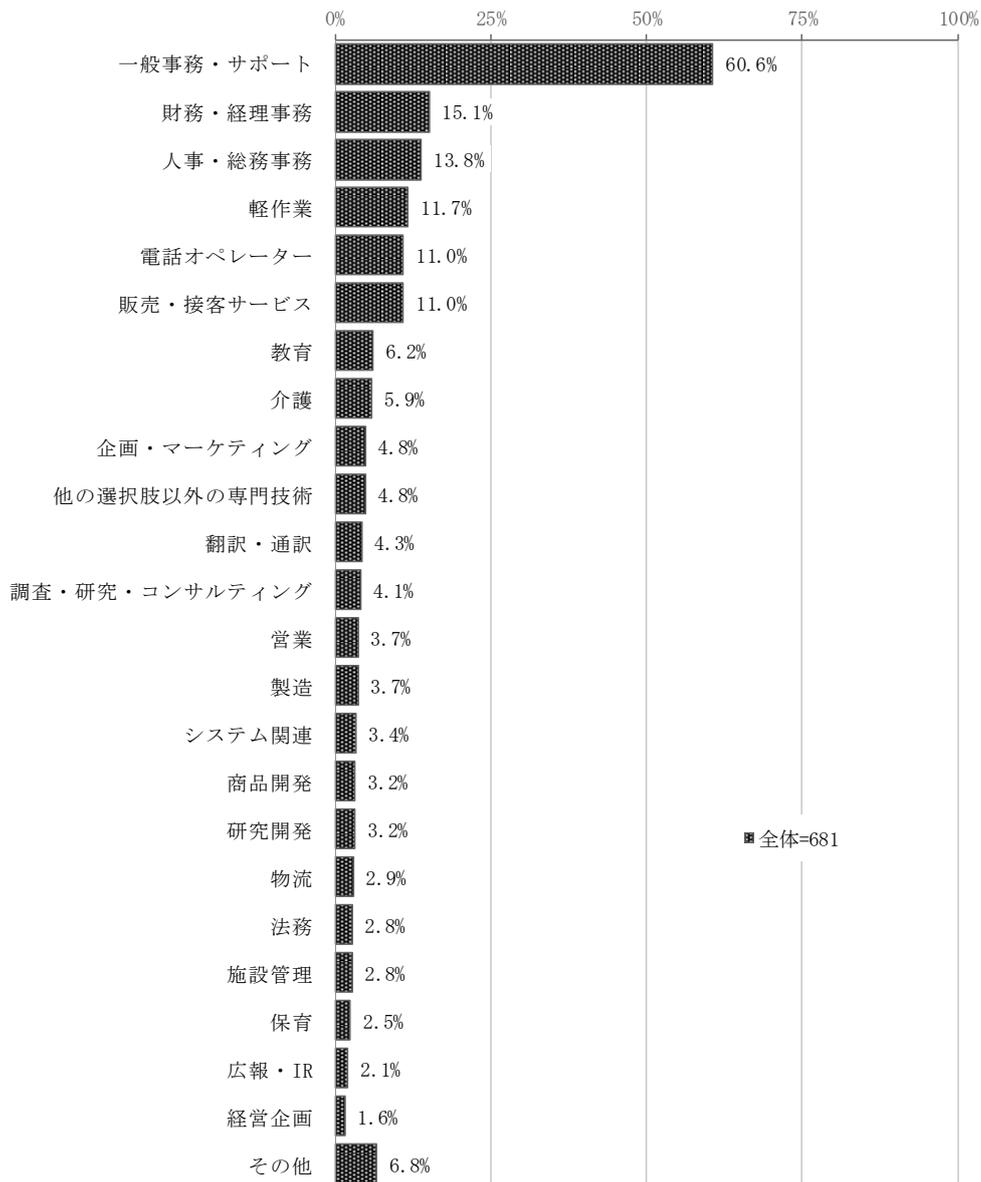
図表 2.9 保有スキル[複数選択]



2.10 定年退職後に再就職を希望する職種

- 定年退職後に再就職を希望する職種について尋ねたところ、全体では「一般事務・サポート」が60.6%と最も多かった。次いで「販売・経理事務」(15.1%)、「人事・総務事務」(13.8%)と続き、事務系の仕事が上位3位に上った。

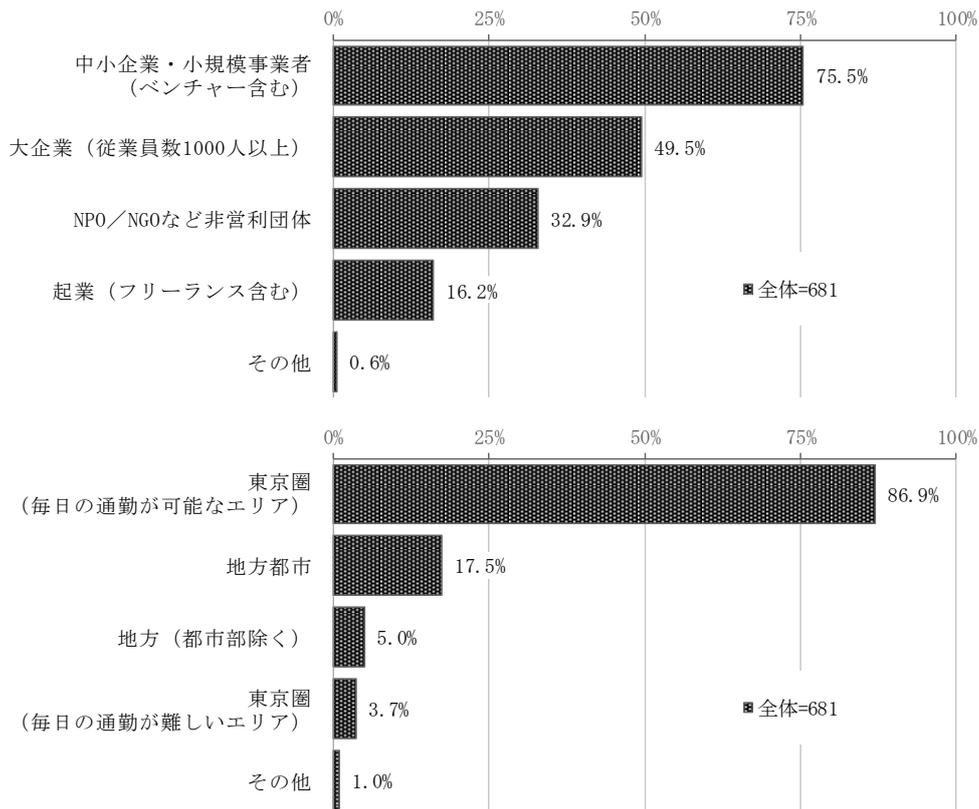
図表 2.10 定年退職後に再就職を希望する職種[複数選択]



2.11 定年退職後に再就職を希望する企業規模と勤務地

- 定年後に勤めたい企業の規模を尋ねたところ、「中小企業・小規模事業者(ベンチャー含む)」が75.5%と最も多かった。
- 定年後に希望する勤務地については、「東京圏(毎日の通勤が可能なエリア)」(86.9%)が約9割に上った。

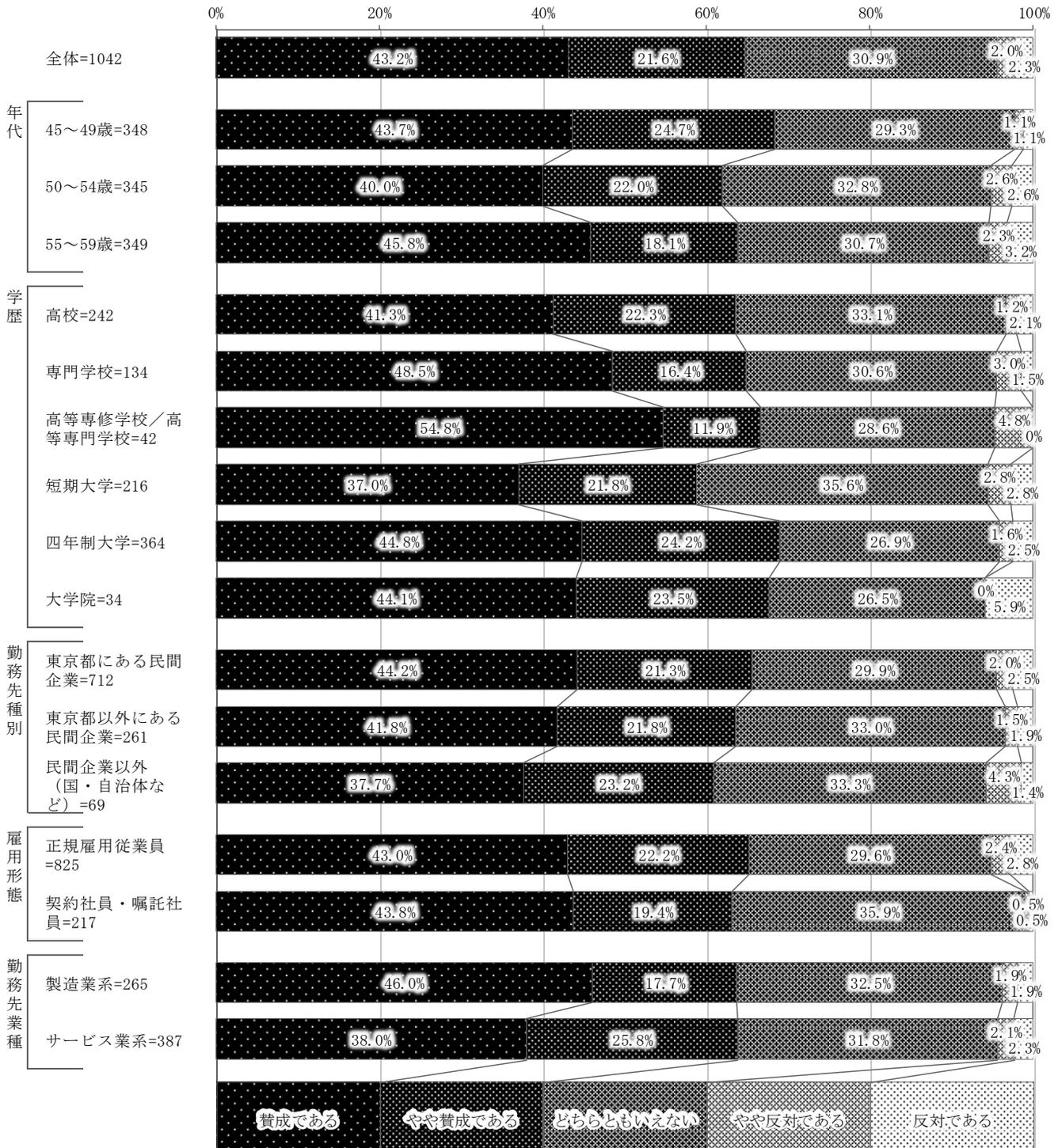
図表 2.11 定年退職後に再就職を希望する企業規模(上)・勤務地(下) [複数選択]

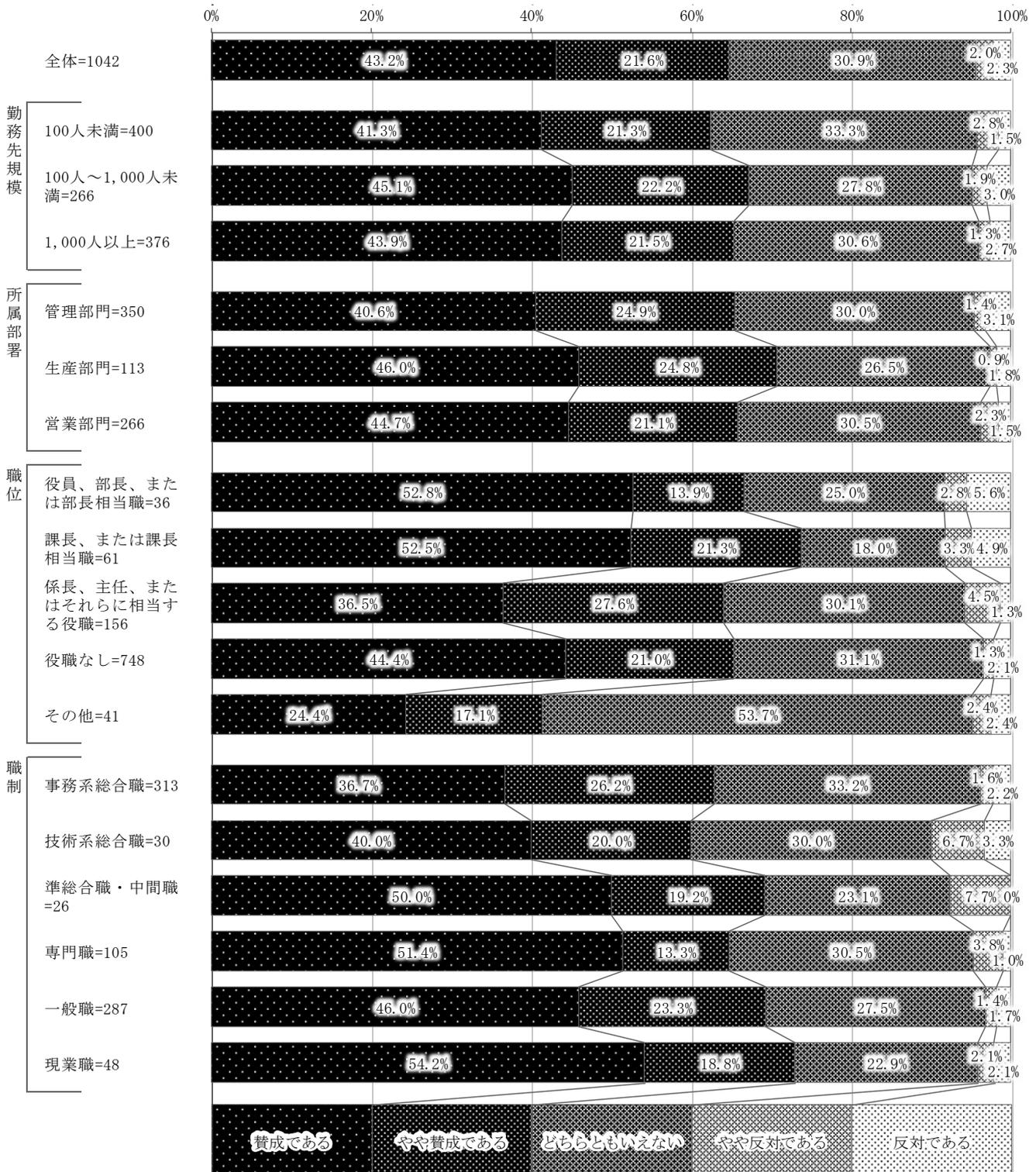


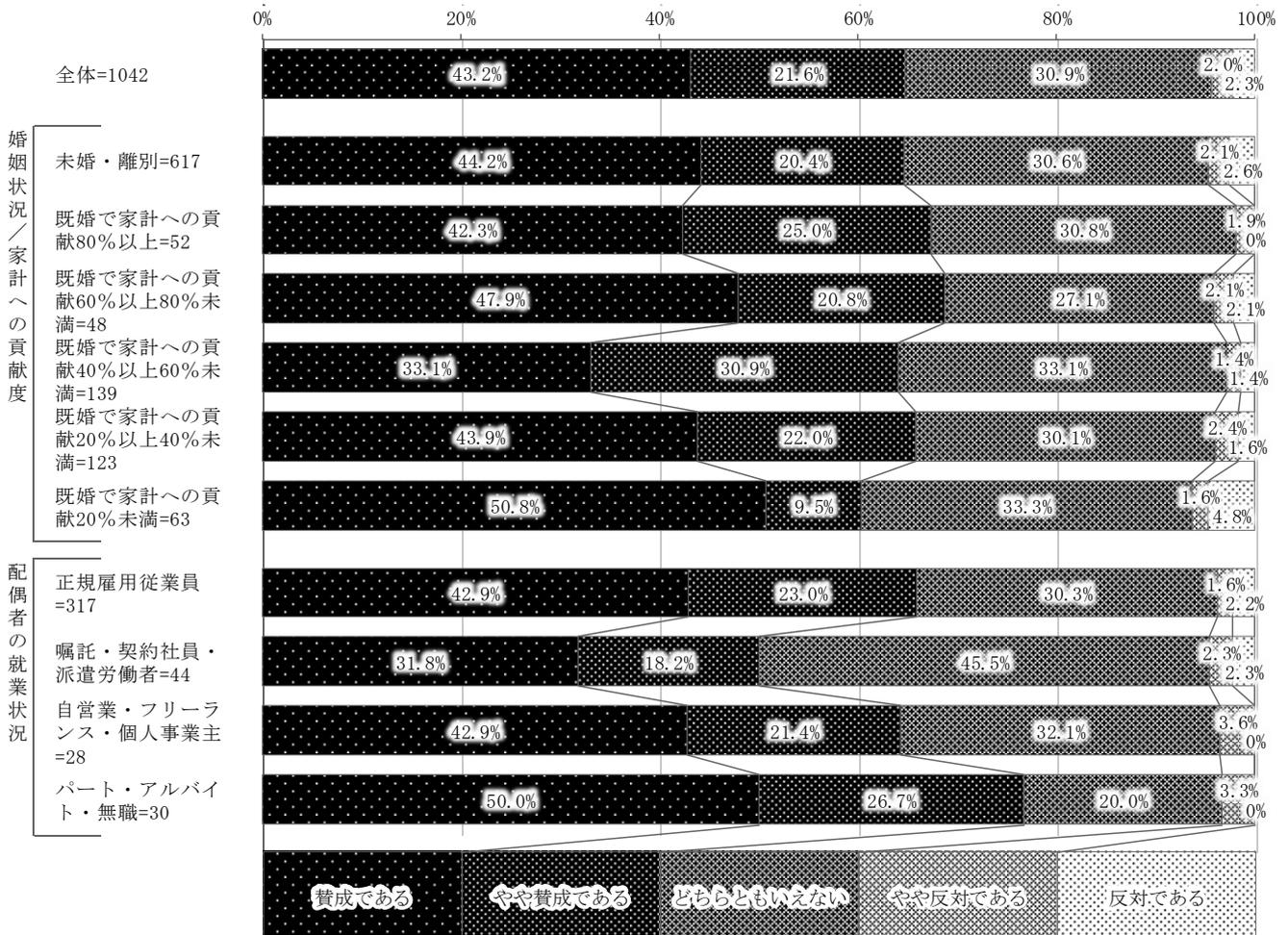
2.12 副業・兼業の賛否

- 副業・兼業の賛否について尋ねたところ、全体では「賛成である」が43.2%と最も多く、「やや賛成である」までの回答を含めると約6割に上った。
- 職位別では「役員、部長または部長職相当職」「課長、または課長相当職」は「賛成である」という回答が約5割を超えた。

図表 2.12 副業・兼業の賛否[単一選択]



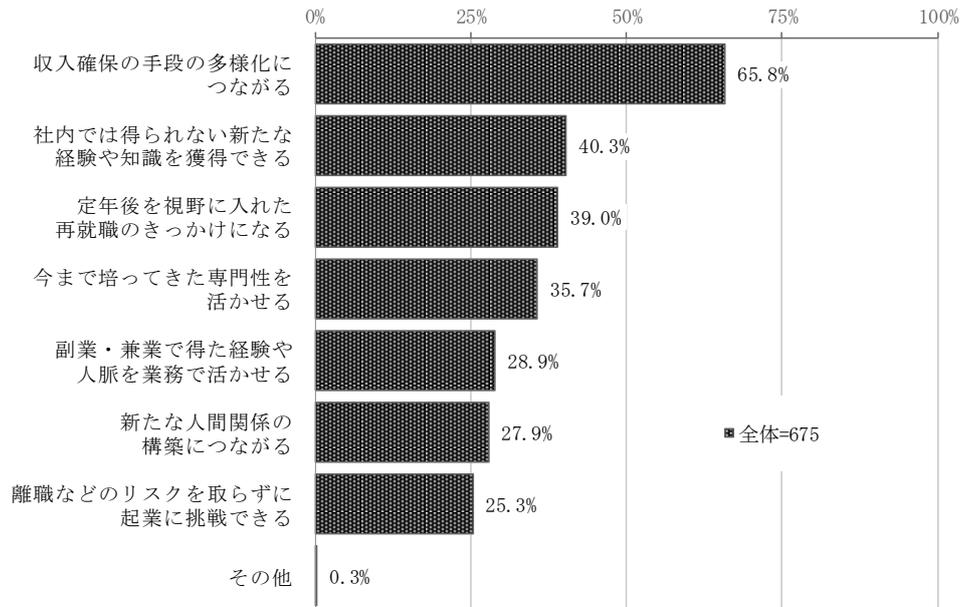




2.13 副業・兼業に賛成の理由

- 副業・兼業に賛成の理由を尋ねたところ、「収入確保の手段の多様化につながる」(65.8%)が最も多く、「社内では得られない新たな経験や知識を獲得できる」(40.3%)、「定年後を視野に入れた再就職のきっかけになる」(39.0%)と続く。

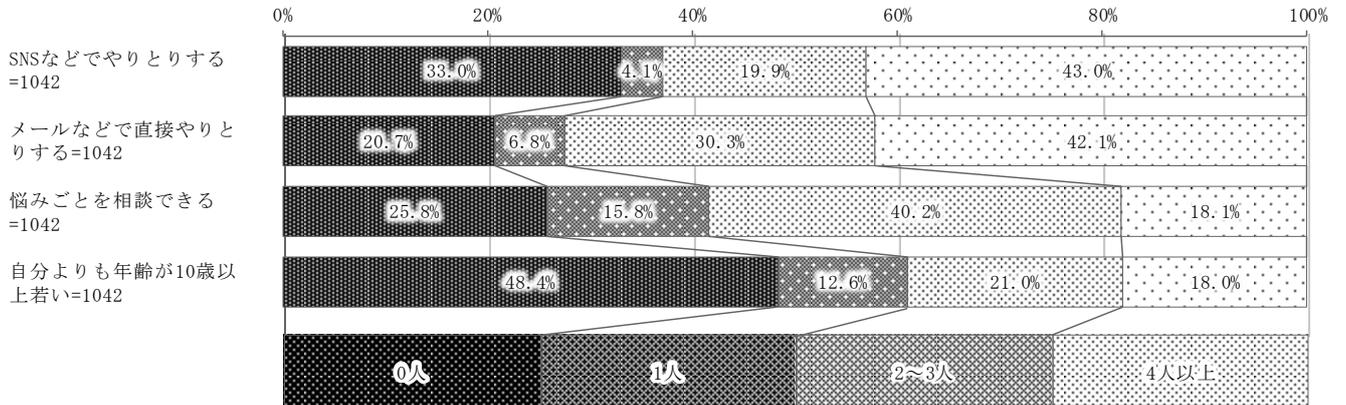
図表 2.13 副業・兼業に賛成の理由[複数選択]



3.1 友人の数

- 友人の数について尋ねたところ、「悩み事を相談できる」友達は2~3人が多く、40.2%である。「自分より年齢が10歳以上若い」友達は0人が48.4%であった。

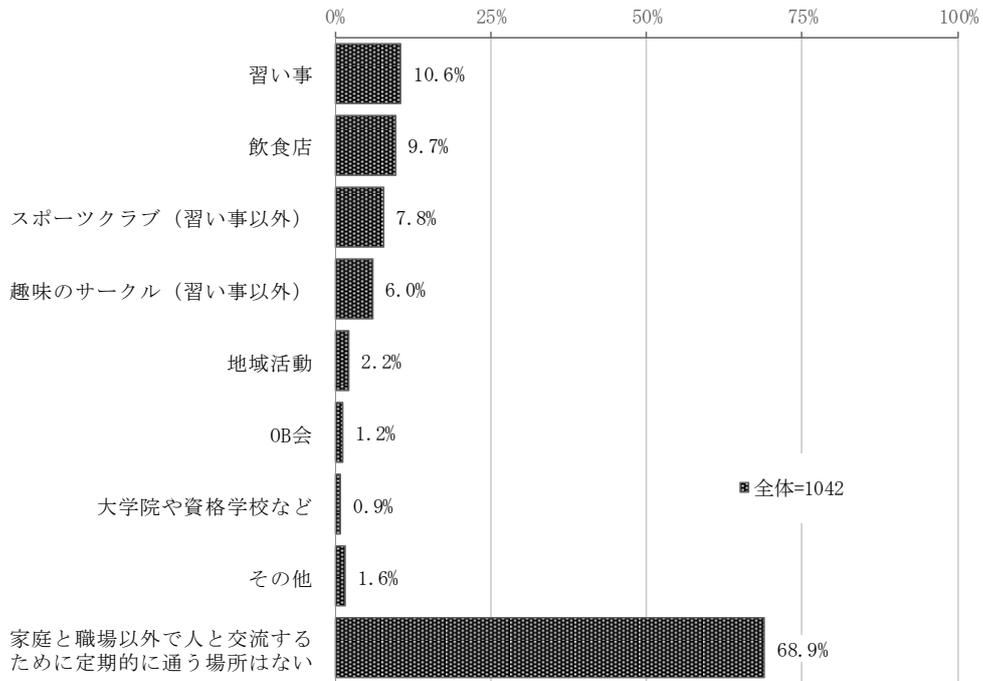
図表 3.1 友人の数[単一選択]



3.2 定期的に通う場所

- 定期的に通う場所について尋ねたところ、「家族と職場以外で人と交流するために定期的に通う場所はない」が 68.9%と最も多かった。定期的に通う場所として最も多かったのが「習い事」(10.6%)であり、「飲食店」(9.7%)、「スポーツクラブ(習い事以外)」(7.8%)と続く。

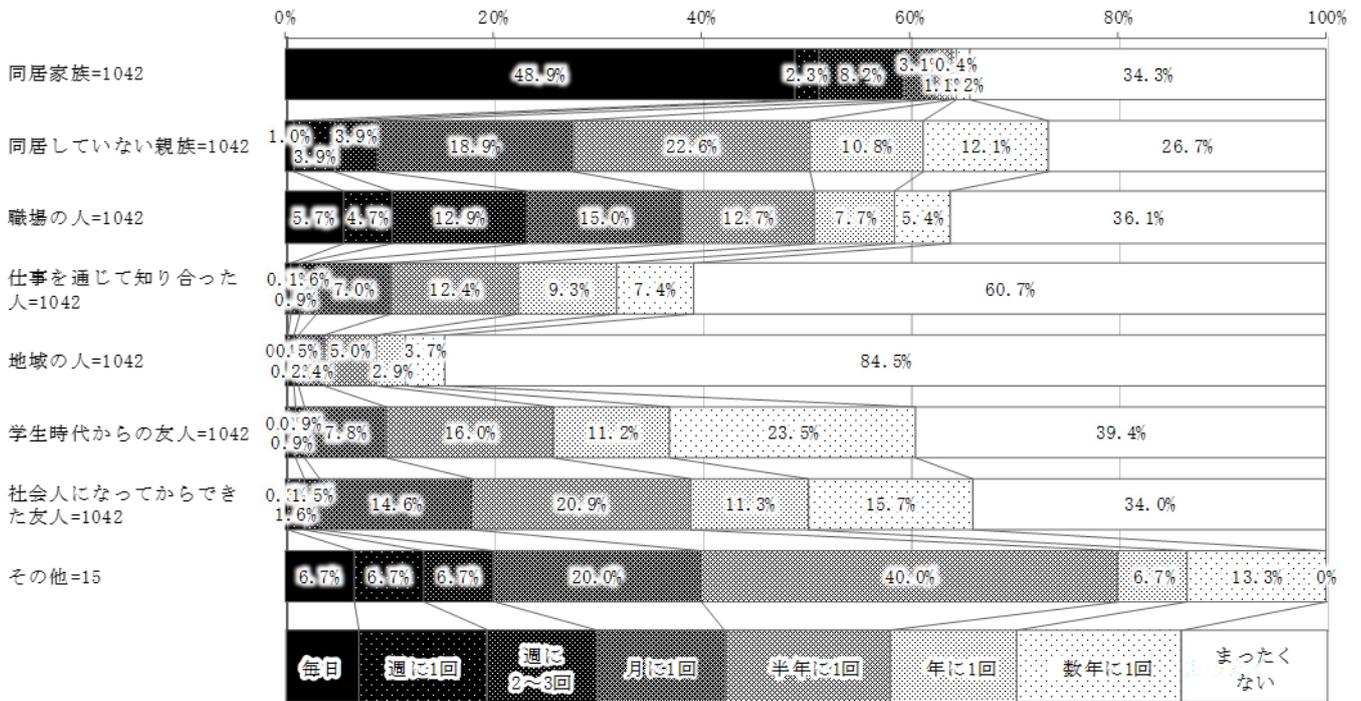
図表 3.2 定期的に通う場所[複数選択]



3.3 共食の相手と頻度

- 共食の相手と頻度について尋ねたところ、「同居家族」と「毎日」が48.9%と最も多かった。次に「職場の人」「同居していない家族」「社会人になってからできた友人」が多かった。
- 「地域の人」とは「まったくない」(84.5%)が約8割に上った。

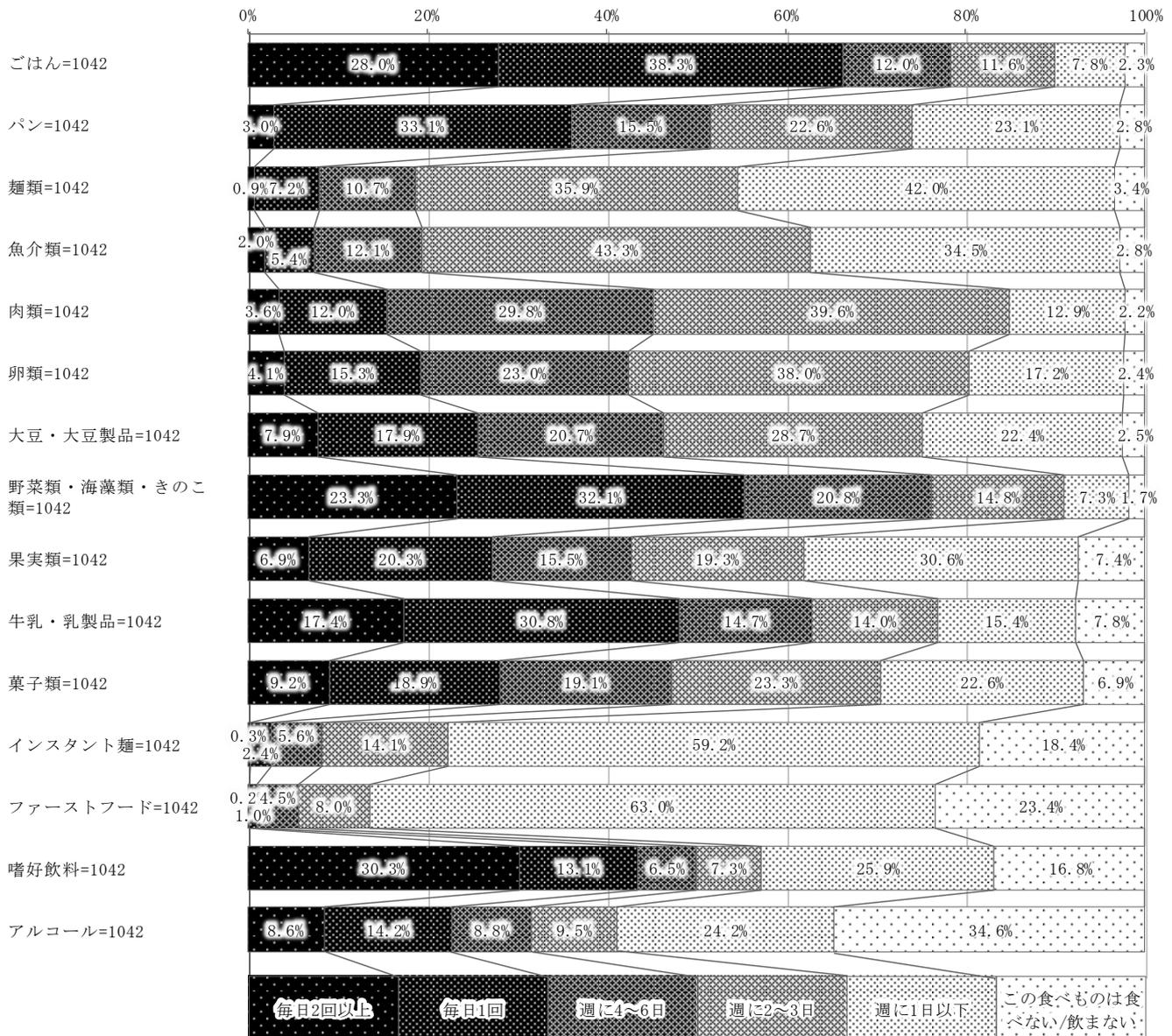
図表 3.3 共食の相手と頻度[単一選択]



3.4 食品の摂取頻度

- 食品の摂取頻度について、「ごはん」「野菜類・海藻類・きのこ類」「牛乳・乳製品」「嗜好飲料」は、毎日摂取する（「毎日2回以上」、「毎日1回以上」）という回答が多かった。「肉類」「卵類」「大豆・大豆製品」「パン」「菓子類」については、「週2日以上摂取」するという回答が多かった。
- アルコールは週2回以上摂取する割合が41.1%、インスタント麺は22.4%、ファストフードは13.7%であった。

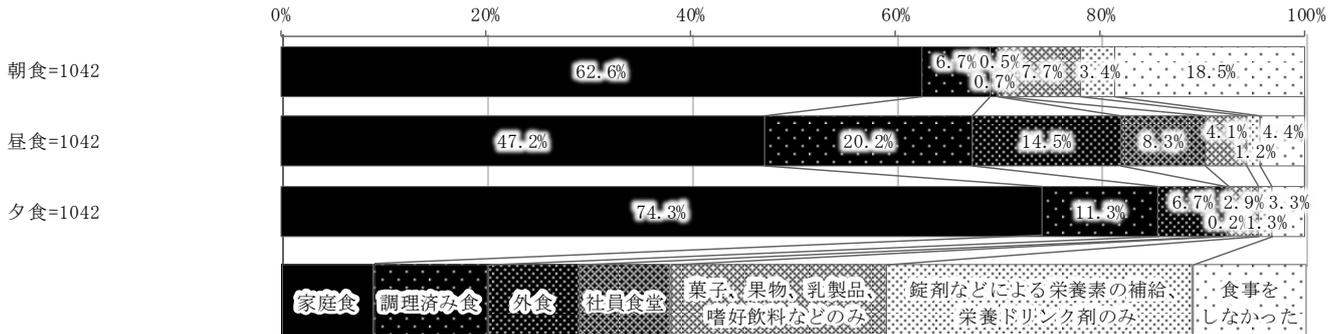
図表 3.4 食品の摂取頻度[単一選択]



3.5 食事形態

- 食事形態について尋ねたところ、朝食、昼食、夕食含めて「家庭食」が最も多かった。
- 朝食、昼食、夕食のなかで「家庭食」の割合を見ると夕食が74.3%、次いで朝食が62.6%と多かった。昼食は「調理済み食」「外食」「社員食堂」など、朝食と夕食に比べると、バリエーションが多かった。
- 朝食を欠食している女性（「食事をしなかった」(18.5%)）も一定割合存在していた。

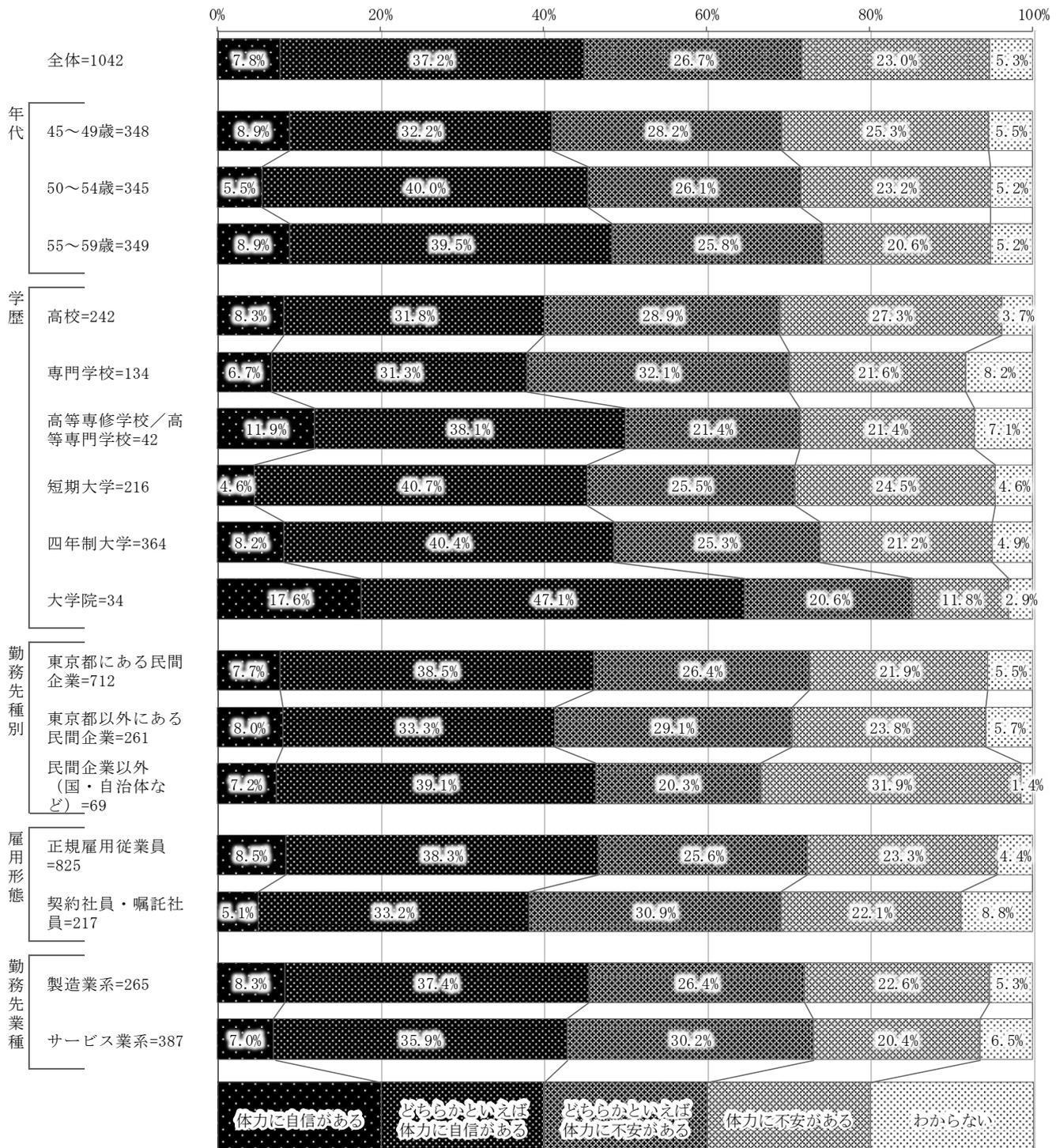
図表 3.5 食事形態[単一選択]

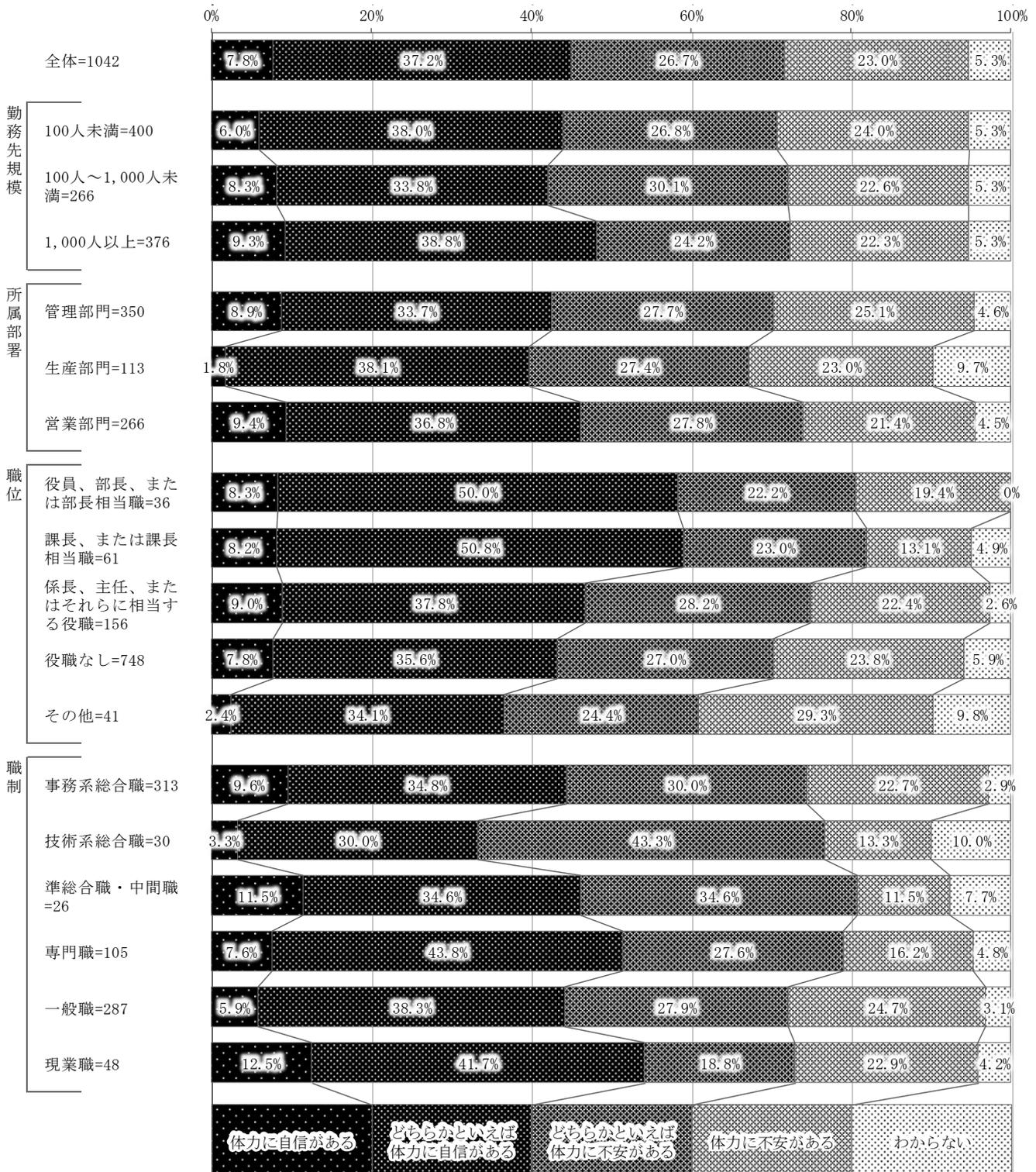


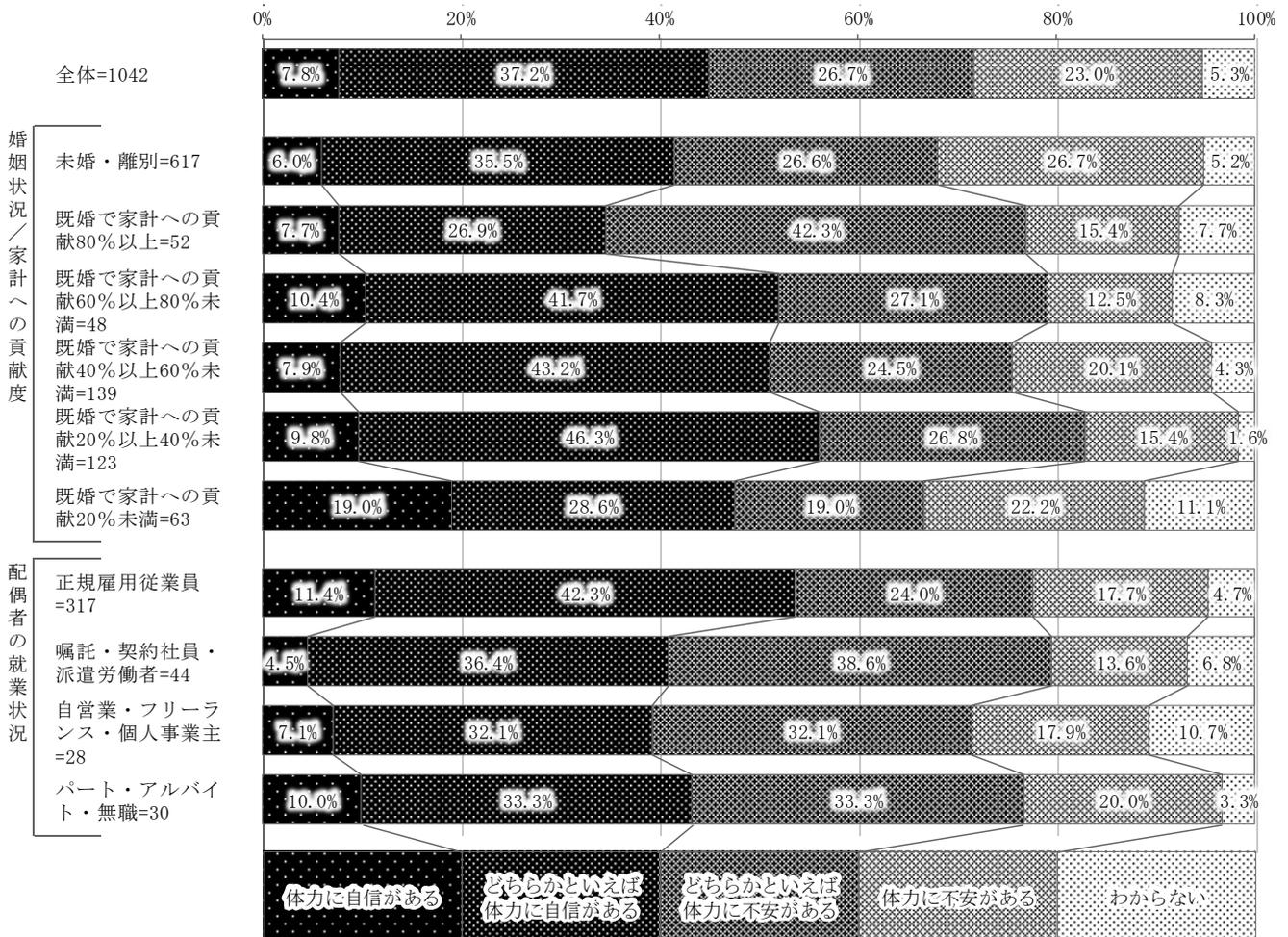
3.6 体力への自信

- 体力について尋ねたところ、「どちらかといえば体力に不安がある」「体力に不安がある」という回答が約5割に上った。
- 婚姻状況／家計への貢献度別では、「既婚で家計への貢献度80%以上」と「未婚・離別」が、「どちらかといえば体力に不安がある」「体力に不安がある」という回答が約5割に上った。

図表 3.6 体力への自信[単一選択]



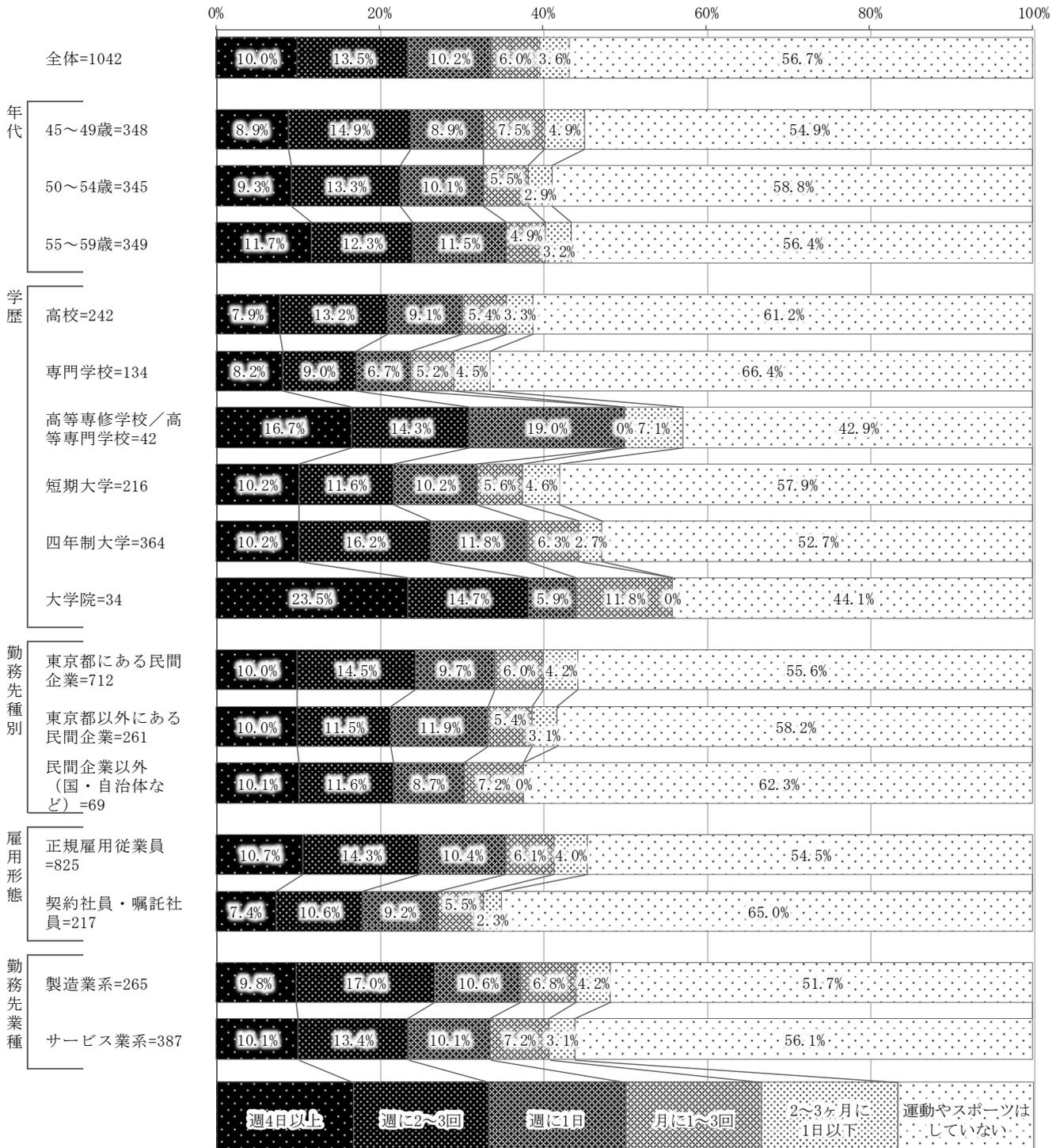


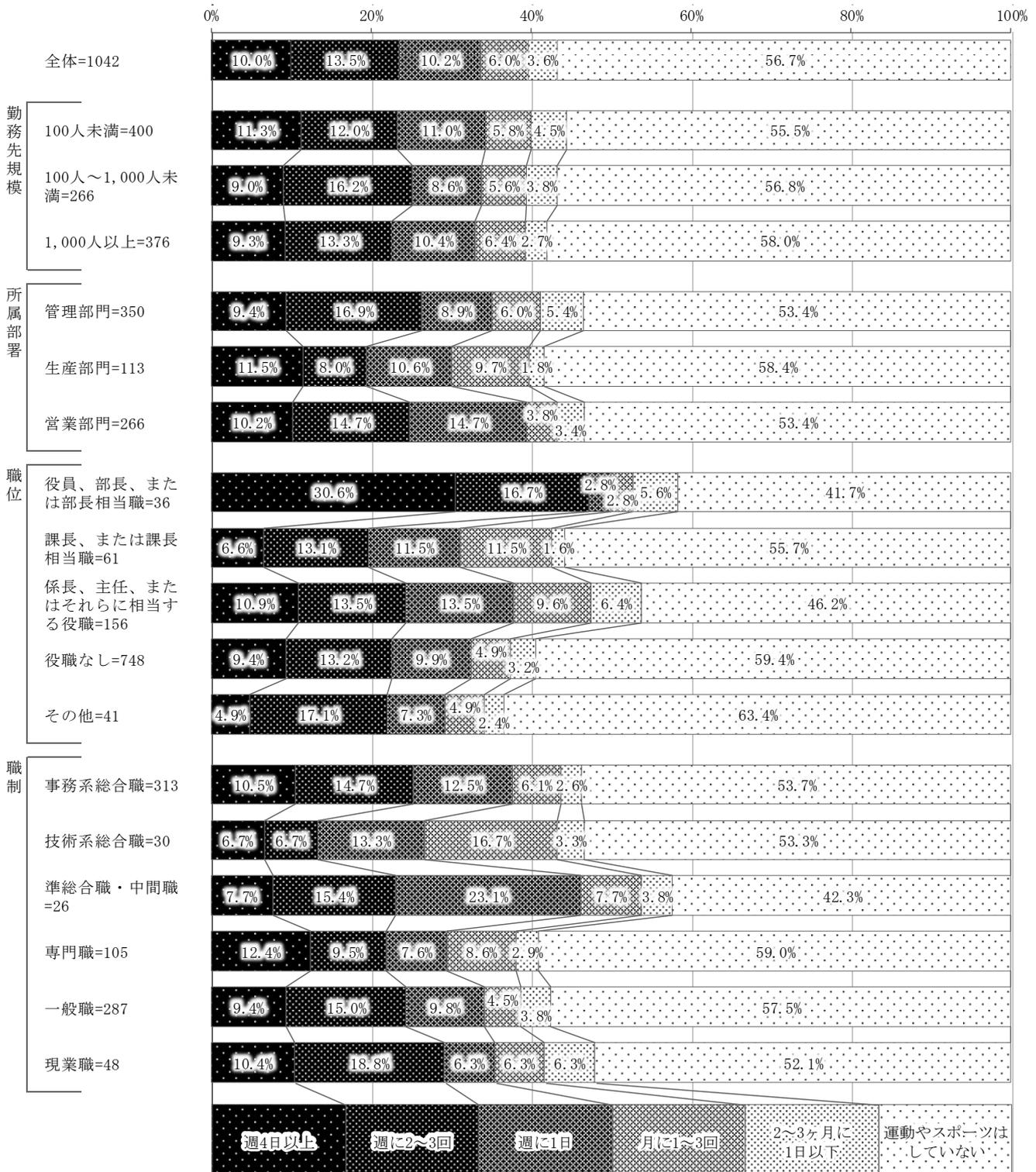


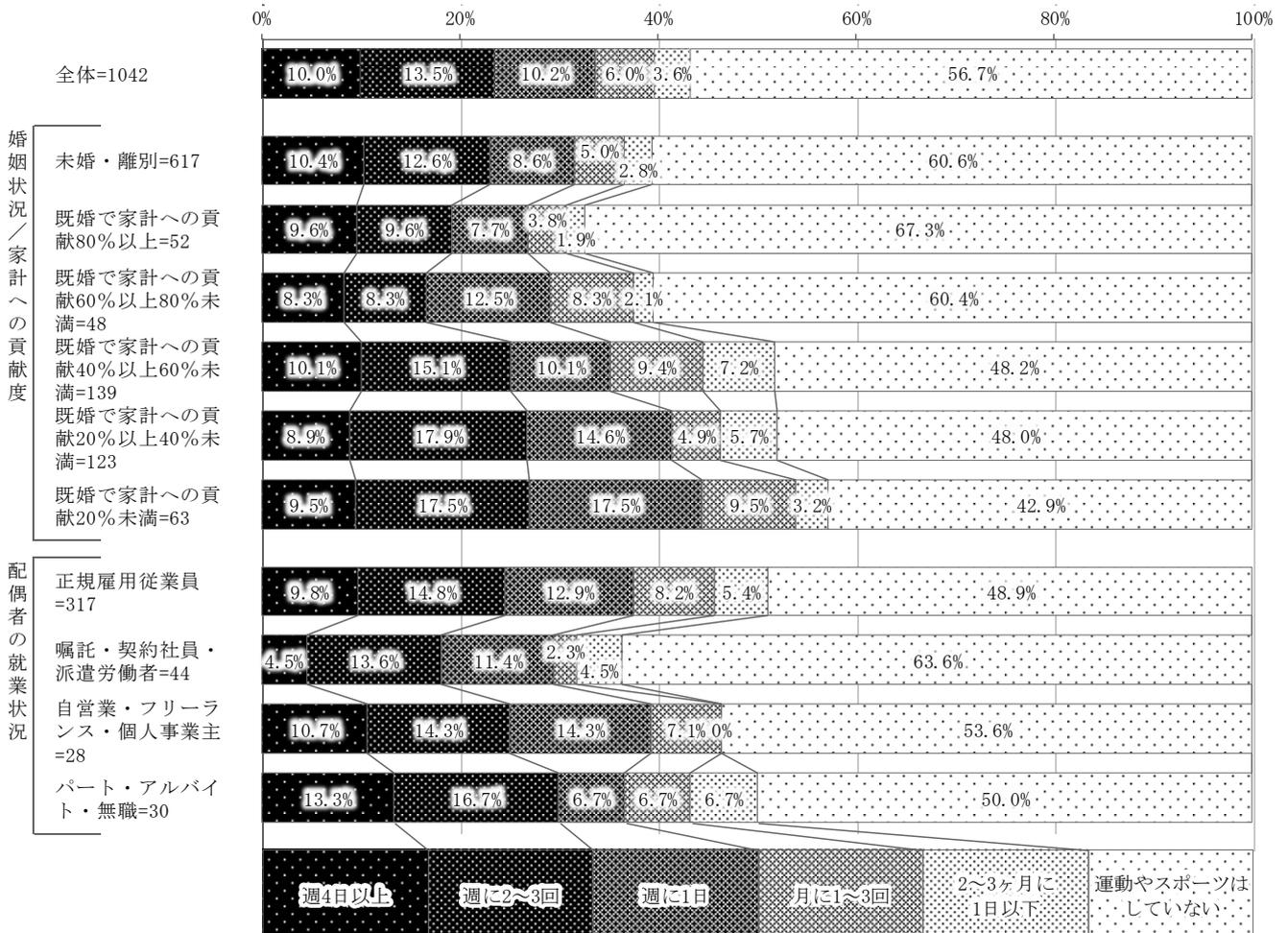
3.7 運動量

- 運動量について、全体では「運動やスポーツはしていない」(56.7%)が最も多かった。
- 「運動やスポーツはしていない」割合について、婚姻状況/家計への貢献度別では、「既婚で家計への貢献度80%以上」が最も多く、既婚で家計への貢献度が高い女性程、「運動やスポーツはしていない」割合が高い傾向が見られた。

図表 3.7 運動量[単一選択]



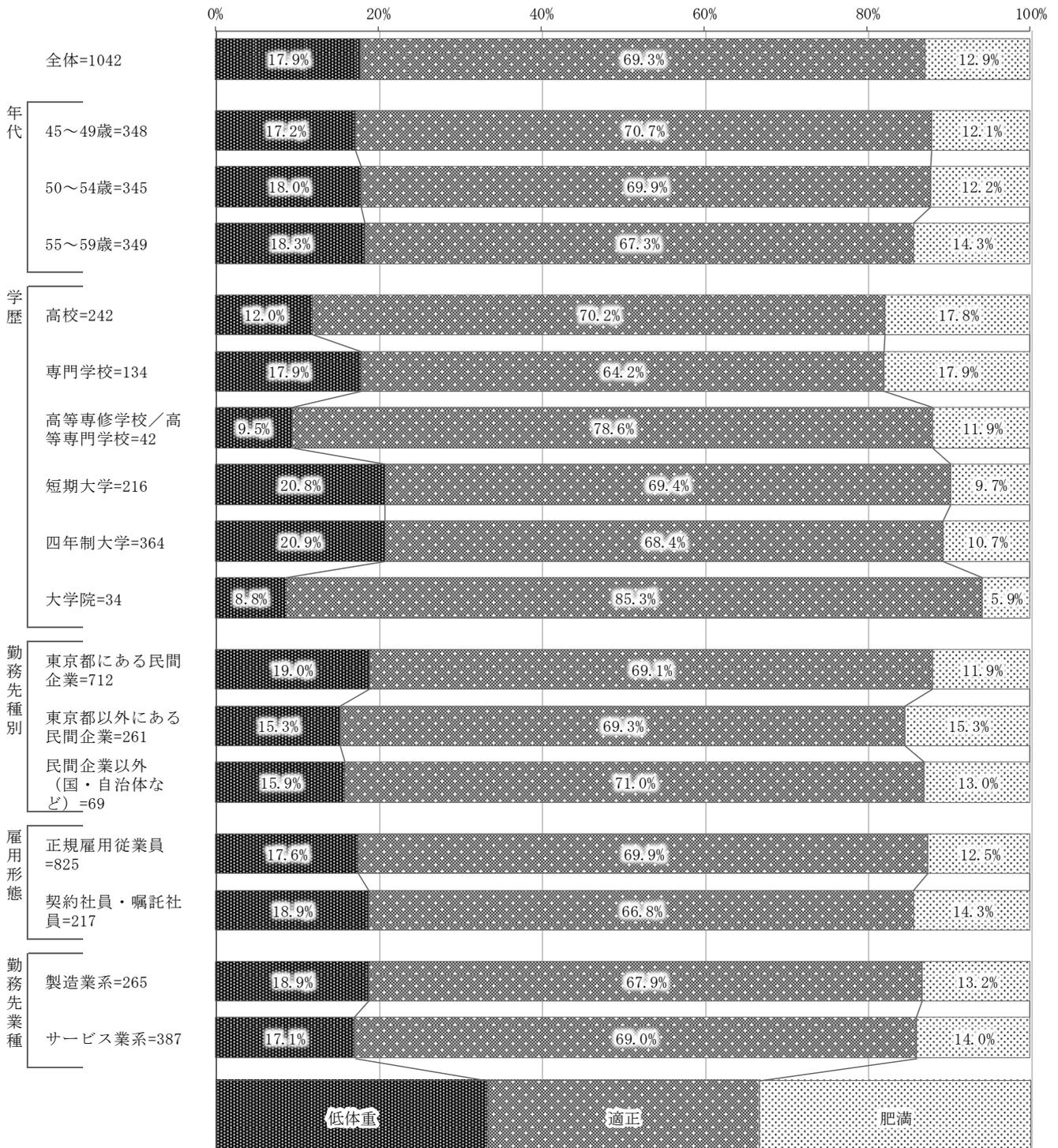


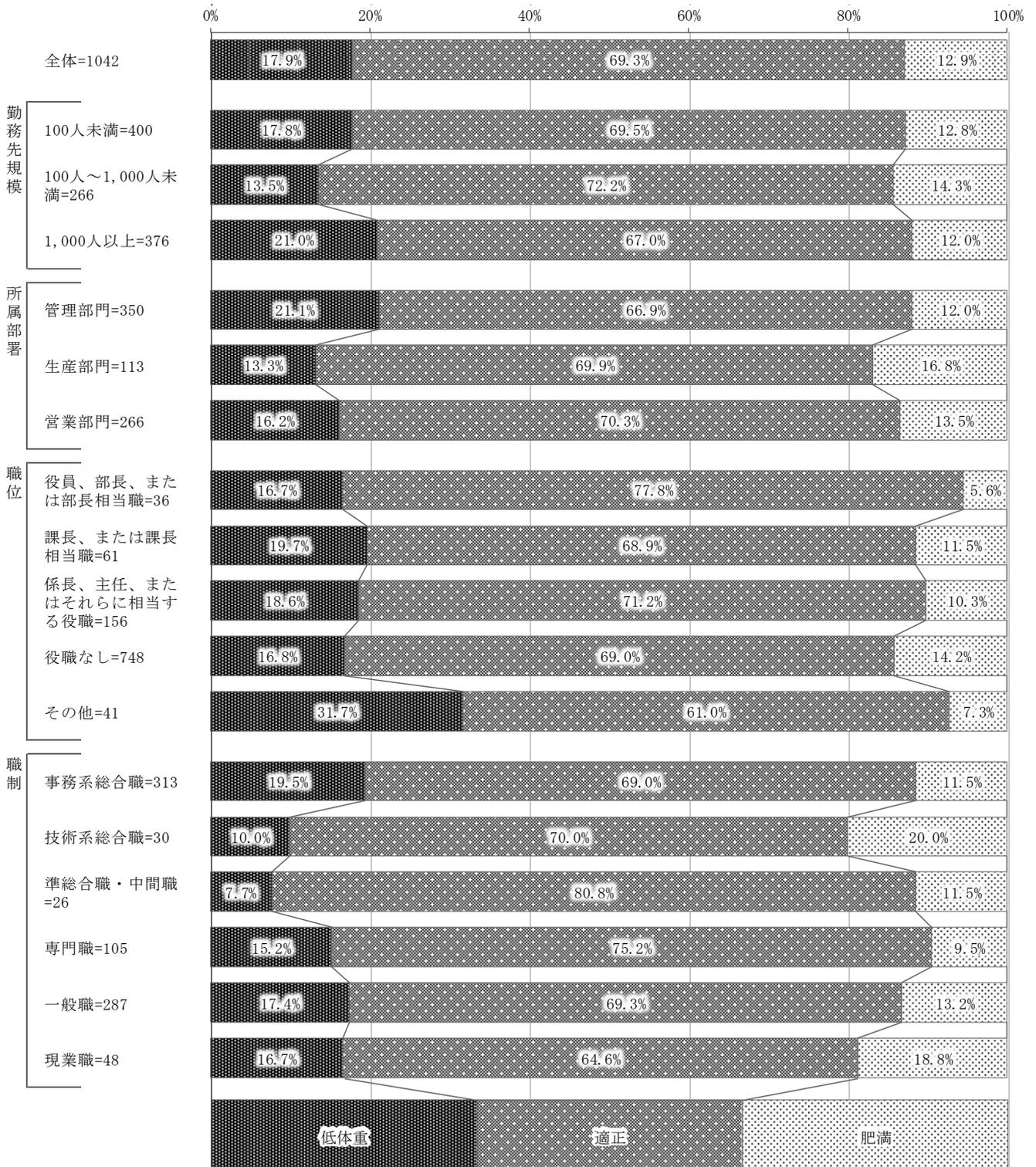


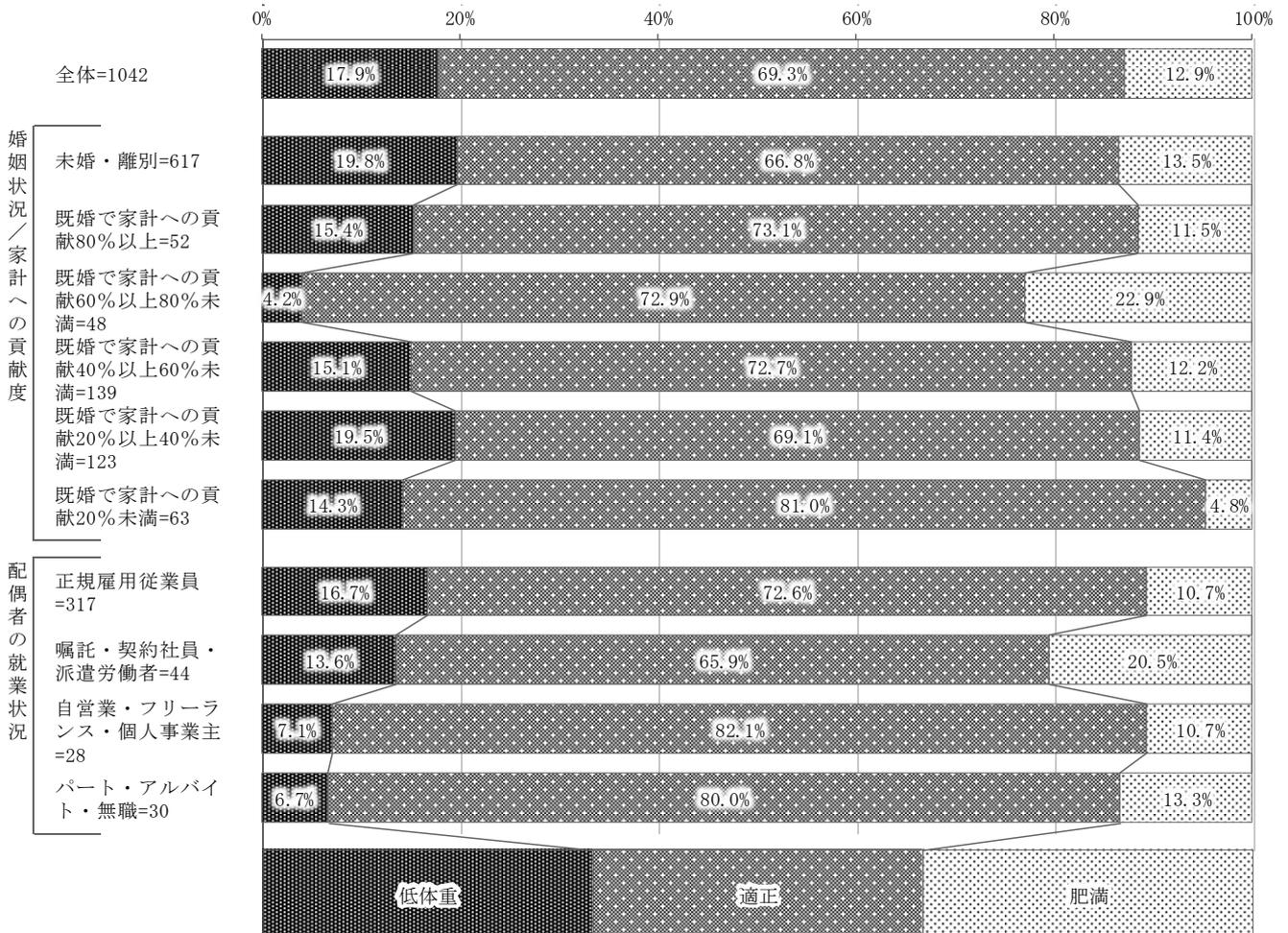
3.8 体型 (BMI)

- 体型について尋ねたところ、全体では「適正」が69.3%と最も多かった。
- 職制別でみると、「肥満」は「技術系総合職」と「現業職」が多く、「低体重」は「事務系総合職」が多かった。

図表 3.8 体型 (BMI)







4.1 働き方に関して、社会や政府、企業に対して感じていること（自由意見）

働き方に対して、社会や政府、企業に対して感じていることを尋ねたところ、以下の回答を得た。

働き方の多様性（一部抜粋）同様回答 118 件

- テレワークが恒久的な制度となって欲しい。
- コロナに関係なく働きたい形を各自が選べるようになってほしい。
- もっと柔軟な働き方ができるようになってほしい。
- 副業を認めていくべき。
- 在宅勤務で満足している。
- テレワークで仕事ができているので大変助かる。
- 裁量労働制を当たり前にしてほしい。会社に出社することを仕事にしないでほしい。
- コロナ以降、在宅勤務だが、事業所がある東京通勤範囲からは離れられない。親の介護があるので地元で在宅勤務したい。介護の対応をもっと真剣に考えて頂けたらありがたい。
- 大々的に副業出来るようにして欲しい。
- 自由度が足りない。副業を認める、賃金は上げるなど柔軟になってほしい。
- リモートワークが多くなっているが、どう仕事を進めていくかの課題がたくさんある。
- 残業時間増やして稼がないと生活できない給料体制や副業しないと厳しいというのがない働き方が誰でもできるようになると良いと思います。
- 緊急事態宣言下のテレワークで気づいたが、通勤がないと仕事効率が良い。また、家庭での時間が増え子供と過ごす時間、食事の支度にかかる時間も増え心が豊かになると感じた。そのため、通常の通勤時も、労働時間を減らせる選択肢があると細く長く働き続けることができると個人的に感じています。
- コロナにより今は一時的に在宅勤務やオンライン会議が主流となっているが、今後もこの働き方が普通になるのであれば、企業として変革していかないといけないと思う。
- コロナ禍を経験して、コロナ前のような猛烈な働き方や、パワハラがあるもとの我慢して働くことは、必要ない生き方だと思うようになった。
- ブラックになると困るので、ある程度の規制は必要ではあるが、働き方の自由度がもう少し認められるといいと思う。
- もっとワークシェアが進むと良いと思う。
- テレワークをより浸透させるためには脱ハンコ文化をより強力に進めるべきだ。
- テレワークが一般的になって、通勤をしなくてもよくなり、心身ともに仕事しやすくなった。
- もう少し働き手に時間や場所を柔軟に選べるようになってほしい。
- 家事育児仕事で毎日精一杯なので、週休 3 日制で働きたい。
- コロナを機にテレワークの浸透が図られ、働き方については多様化してきているものと思う。また、対面主義がビジネスにおいて必ずしも必須の条件ではないことも感じた。
- 副業許可＝給料削減は受け入れられない。
- 国で在宅勤務を推奨してほしい。
- 今後ますます、働き方の多様性が広がり、人々が、健康や自分の人生を不安なく生きていけるような、ライフワークバランスに重点を置いた働き方を提案し、よりよい社会に繋がってほしいと感じます。
- 在宅勤務手当を出して欲しい。

- 在宅になって、仕事量や精神的圧力が増えている。
- 出勤形態にこだわらなくて良いと思う。効率化を進めて勤務時間の縮小、自分(家族)時間の拡大を図ってあげれば良いと思う。
- 社会全体の流れとして副業が認められる傾向にあり新たな分野へのチャレンジがしやすくなると思います。
- テレワークでの光熱費の補助などを増やしてほしい。
- 多様な価値観で働けるといい。
- 自分が社会人になりたての頃と比べて産休、育休、育勤の理解がかなり進み当たり前になってきている。引き続き多様な働き方ができる社会になって欲しい。
- コロナにより、従来とは違う働き方が多く見られるようになり柔軟になったと思う反面、従来の働き方にこだわる人たちとの間に歪みが生じているように思う。状況に応じた自由な働き方が幅広く浸透していけばいいと思う。男女に限らず、家庭の事情や心身の変化等もあるのだから、それを踏まえた上での働き方にシフトしていけるような就業環境が望ましいと思う。ただ仕事をこなすのではなく、新しい発見や楽しみを見つけ、自身の成長が社会の成長に繋がるような幸せな働き方ができる世の中になればいいと思う。
- それぞれ個人が理想とする働き方ができる社会ができると良いと思う。
- コロナ終息後も国からもテレワークを継続するよう強く推奨してほしい。
- 労働者が安全に平等に働ける職場や社会になってほしい。
- 日本の文化（ハンコ文化など）によりコロナ禍でも出社しないとできない業務があり、他国のように柔軟性のある働き方が理想です。
- テレワークが進み、身体的には楽だが、充実感が減った。どこもテレワークが進みサービスの低下がみられ不便。
- コロナがきっかけになったがわざわざ出社しなくてもよい仕事は、自宅でやればよい。
- コロナ禍を機にリモートワークの推進は促進されており働きやすくなった。
- リモートワークに慣れて、やる気がなかなか出ないが、なんとか調整して仕事を終わらせている状況が続いている。生活のリズムが崩れやすく、将来が不安になることもある。
- テレワーク補助金、移住制度などをもっとだしてほしい。
- テレワークを義務化してほしい。
- 副業推進をもっと加速してほしい。
- 多様な働き方、柔軟な働き方、働き方の価値観が日本はもっと変わるといいのに。

残業削減・ゆとり・業務平準化（一部抜粋）同様回答 46 件

- 一人がたくさん働いて儲けるのではなく、大勢が少しずつ働いて程々に暮らすような世界になるといいと思う。
- ワークライフバランスを重視するあまり、残業の制約が厳しくなりすぎて、働きにくくなった。
- 昔に比べると休日を取りやすい環境になった。
- 普通の会社員に対してしか考えていないと思う。医療福祉系仕事は、祭日を増やされても困る。祭日を増やすのではなく、有休を取りやすくするような働き方改革にしてほしい。
- 特定の人に負担がかかることが多く、ライフワークバランスは一部の人の間だけになっている。
- 自分のペースで働くことができれば、満足。一律に規制しないでほしい。

- 通勤の満員電車はなんとかしてほしい。
- もっと祭日を増やしてほしいです。保育園のお迎え時間の協力をして乳幼児がいる家庭で祖父母が協力できる家庭は子育て、高齢者支援手当てをつけてほしいです。
- 裁量労働制だが自分の裁量では働けず、残業代減らしのためと感じる。また深夜残業が続いても問題視されないのも困る。
- もっと多種多様で自由な働き方が認められれば良いと思う。あとは賃金が上がらずに負担額ばかりが増えているのでそれが今後わずかでも改善されれば良いと思う。
- 諸外国のように、もっと長期休暇を取れるようにしてほしい 今後も普段から在宅勤務可能にして欲しい。
- あまりにもギスギス働かせすぎると思う。
- 法的には残業時間の制限があるが、業務が多く人員不足で制限以上の残業をしてもフォローがないことに不満。
- かつてに比べると、無尽蔵な残業がなくなってきた。しかし残業ありきのスケジュールは変わらない。一方で残業しないポリシーの社員への業務割り当てが難しく、残業する人しない人にムラができています。平準化が難しくなっている。

■ 評価・処遇・賃金（一部抜粋）同様回答 98 件

- 要領の良い人こそ出世するなと感じました。
- 安定して働きたい。
- もう少し介護の賃金をあげてほしい、体力的にも大変なのだから。
- 時給を上げて欲しい。
- もう少し個人の能力を見てほしい。
- 給料が安く、休みが少ないのを何とかしてほしい。
- 給料が安くて生活がきつい。
- どんなに頑張っても給料か上がらない。
- 育休や疾病などで休む人には手厚い一本で、周囲で割りを食っている人間のことが全く考えられていないと感じる。
- 賃金や定年等の雇用制度について、政府が介入しすぎ。
- 労働に見合った収入がない。
- いくら働けど、楽にならない我が暮らし。
- 給料が安い。
- 若年層だけではなく、幅広い世代の働き方について見てほしい。
- 仕事量と収入が比例しない。
- 一部の金持ちだけが富を独占していて働いても全然生活向上しない！
- 労働者が弱い立場になってはいけないと思う。
- 介護職や教職に就く人がもっと多くなるよう、それなりの対価が支払われるべきである。
- 給料を上げてくれないのであれば、副業を認めてほしい。
- 働いても生活は楽にならないと感じる。
- 何故、介護や保育などの社会に絶対に必要な仕事の給料が安いのだろうか。今の倍額ぐらいあっても良いと思うが。
- 仕事量、時間は増えているのに給料が変わらない。

- エssenシャルワーカーと言われる人ほど給料は安い。待遇改善を希望する。
- 世の中は何でも値上がりしてるけど、お給料は変わらないのはおかしい。
- 労働内容に適したお給料ではない。
- 各種手当がなくなり、賃上げがあったとしても減収。さらに雇用保険料の増額等、会社員として働くモチベーションは下がる一方です。
- いろいろなものが値上げされているのに給料が変わらない。
- 年功序列ではなくて能力や仕事内容で評価してほしい。
- 一生懸命仕事をしている人が、それに値する賃金を貰っていないことが多いと常々思う。
- コロナもあり働き方を考えて、企業の方たちは派遣社員を下に見ずに有意義に雇用することを考えるべきだと思います。
- 仕事が出来なくても、年功序列で高い給与をもらえて理不尽だと感じる。
- 賃金が低く 昇給もなく ボーナスもないので、生活が苦しい。
- 人員不足で業務がまわらない。募集する給料が低すぎるし、今いる社員も低賃金。日本の賃金の低さにうんざりする。安く使えばいいという魂胆が汚い。
- 医療現場だけではなく介護現場で働く人達の給与体制も見直して欲しいです。 1年365日、休業日は無く…でも、いつも人が足りず限られた人数でハードな仕事を頑張っている人達は医療現場だけではありません。どうか、介護施設職員（介護職だけではなく、事務職や調理員など施設で働く全員）の給与値上げが出来るよう補助金などをお願いしたいです。 仕事に見合った給料を出さないと、今は本当になり手が少なくお年寄りはどんどん増えるのに、負の連鎖は止まりません。

■ 定年後の生き方・働き方（一部抜粋）同様回答 87 件

- 年齢にかかわらず正社員で再就職できるようになってほしい。
- 定年後に再雇用嘱託という制度があるが、ややこしい制度なので、定年の年齢そのものを引き上げて、その代わりに例えば年収を下げて週3日勤務等の選択肢のある人事制度にして、働き続けたい元気な高齢者の雇用を守れるようにして頂ければ、少子化であっても労働者（納税者）がある程度は確保できるのではないのでしょうか。
- 定年退職後は勤務時間に多様化のある企業で働きたい。
- 年金問題等将来が不安なのでその不安を払拭できるシステム作りをしてほしい。
- 高齢者向けの仕事を増やしてほしい。
- 定年後も安定した収入が得られるようにして欲しい。
- 資格や学歴がないと、経験があっても就職しづらい、給料がかなり下がる。一般的な事務では勤続年数で稼いでいる様なものなので、転職するとまた一からやり直した感じになる。
- これからますます増える高齢者の生き方について、健康で働きたいという意欲のある高齢者にはどんどん仕事をして報酬も得られる社会であると良いと思う。そうすることによって、高齢者も生きる張り合いを持ち続けることができ、健康寿命を伸ばしひいては介護予防にもつながると思う。
- 高齢になっても働きやすい社会になってほしい。
- 定年なんて廃止して長く働けるようにしてほしい。
- 定年を廃止して、60代・70代になっても働けるような仕組みを構築してほしい。
- 寿命が延びているので定年制度を考え直した方がいい。
- 生涯働けというならば、企業間口の拡大、中年の雇用拡大、女性の働き方改革を行って欲しい。

い。

- 新卒でまだ自分の向いている職業がよくわからず、適当に興味のある業界の企業を手当たり次第に受けて受かった企業に就職した。数年後、興味のある他の業界に転職のチャレンジをすると「何故異業種に転職するのか」と随分訊ねられた。中途採用と言えば「経験者」「即戦力」が欲しい企業が多いのはわかるが、最初の一度で生涯の可能性がかなり間口が狭められてしまう社会の風土は頭が固いと感じた。その後は同業他社を受けていたので現在の風潮はわからないが、新入社員教育や研修をケチる企業が増えているとも聞くので、もっと未経験者が色々チャレンジ出来る風潮になるといいなと思う。頭の固い雇用側が入れ替わるにはまだ数十年かかるかもしれないが。
- 年齢だけで判断されるのは不本意だ。
- 誰も失業しない、生きることに不安のない社会に。
- 今の職場で出来るだけ長く働きたい。
- 年金も含め、払っただけの見返りが何もなく、ただ未来が不安なだけ。
- さっさと定年を迎えて年金暮らしをしたい。
- いつまで働いたら楽になれるのか不安。
- 高齢者の技術、知識を残す方法があれば良いのに。(伝統工芸的な手作業系)。
- 寿命が延びて定年が遅くなり収入があるのは良いが、体力的、精神的にケアが必要になると思う。
- 働きたい人には自分のやりたいことで働ける機会を増やしてほしい。
- 今の世の中は人が生き生きと働ける状況ではない。
- 先のことに希望が持てるような社会でいてほしい。
- 定年延長だの生涯現役などは、年金の金がないから国が言っているだけで、現場は年寄りには早く辞めて欲しいと思っている。
- できれば、年金がもらえるまでずっと同じ企業で働きたい。
- 高齢になっても働ける保証が欲しい。
- 年齢が上がると雇用してもらえない企業が減るのは仕方がないと思うが、この先高齢者が増えている事を考えると、どの様な形であれ働きたい人を積極的に雇用する企業が増えてほしいと思う。
- 定年後に働ける場が増えてほしい。昔のイメージとしては定年後の働ける場としては清掃や管理員しかないと思っていたが、そこに至るまでに、もう少しデスクワークできる環境があればありがたい。

格差社会・制度問題（一部抜粋）同様回答 126 件

- 働き方改革は、大企業のみで中小企業には全く合わない。
- 物価がどんどん上がるのに給料が上がらなくて困る。健康のためにジムに通ったり、何かしらしてる人への補助があるといい。
- 派遣の求人情報待遇を良くして欲しい。
- 女性は一度家庭に入ると、正社員として働くことが難しくなる。パートや派遣、契約社員など不安定な雇用形態でしか採用されない場合が多く、将来が不安。
- 物価の上昇とともにしっかり昇給もしてほしい。
- 不公平感が増している。
- 公務員の過剰な優遇。

- ひとり身の女性に対してもやさしい世の中にして欲しい。
- 最低賃金よりも、手取り額の底上げを奨励してほしい。
- 正規と非正規の格差が大きすぎる。
- 人を安く使いすぎる上に税金をとりすぎ。
- 派遣などの中間搾取する業態は法律で禁止して欲しい。
- 私が勤めている会社は事務だからといってテレワークを認めない。15年勤めても女だから役職無し。昭和か。
- 派遣、契約社員の制度のせいで収入も期限もあり、安定した生活にならない。
- 政府主導で働き方改革を推進してはいても会社の多くは相変わらず年功序列に基づいた賃金制度・職制制度が存在し続けていると思う。コロナにより在宅勤務は増えたが、在宅勤務時の残業は認めないとして残業代は無くなり年収はかなり減った。会社はこれを働き方改革の成果と称しているが、会社としては業績は低下することなく人件費が削減されて成果が上がっていると言うが、労働者の立場から言うと働いている時間は変わらないのに残業代が認められなくなっただけで実質サービス残業ということになっているだけなので理不尽だと思う。
- 大企業だけがどんどん優遇が良くなるのはどうなるのか。それを支える小さな会社にしっかり目を向けてほしい。
- 高額所得者に結局やさしい。
- 子育てや介護と仕事の両立がとても難しく企業の理解や社会的な制度などを大きく見直して行く必要があるとおもいます。
- 有給休暇の5日強制取得や定年制度の撤廃など、政府は企業に丸投げしている。大企業ならともかく、中小企業や零細企業は負担を追いきれず廃業に追い込まれるのに。
- 非正規雇用者の低賃金を改善して欲しい。
- 働き方改革が進んでいるような会社は大規模な会社のごく一分で、中小企業ではまだまだ難しいと思う。社会経済が不安定な今、助成金や補助金等がないと経営にも影響が出てしまうような企業が多い気がします。
- 女性の社会復帰の門戸を広げ、既得権者に甘いゆるい男社会を、より欧米のような実力主義の社会に。
- 物価だけ上がって給料が増えない。貧富の差がどんどんできてきている。
- 格差が広がりすぎて、若い人の学力や経験等に影響が出ているせいで、若い人の発想力が落ちているように思う。考え方の均一化が進んで柔軟な発想ができない人も多い。教育や子供にかける予算を増やしたり、創造力や発想力を延ばすような教育を広げないと貧困な商品しか開発できないような衰退国になると思う。
- 日本の賃金は低すぎます。
- 政府は民間の力を信用し減税、規制緩和を推進。
- 非正規労働者を減らしてほしい。
- 制度が変わらないと、個人の力では無理。
- 物価が上がる事を目指すなら、比例して給与収入も上げなければ、生活が苦しく余裕がなくなる一方である事を、ちゃんと認識して対応して欲しい。
- 物価が高騰しているのに給与は上がらず、会社の投資する内容に納得できないことがある。
- 大企業と中小企業での格差が大きい。政府は机上論、大企業や首都圏を中心とした目線でしかとらえられない&考えられないことが多いように感じる。
- 政府は、大企業ベースに物事を決めないで欲しい。

- 不公平の是正。
- ここ最近、物価が上がりつつある。日本は外国に比べると物価がとても安いのでどんどん上げて構わないと思う。100均で売っている商品をみると悲しくなる。どうやってこの金額で作ったんだろう？と…。企業は賃金アップが早急に取る課題だと思う。
- 法人税をもっとあげて、所得税や消費税などそこまで裕福でない国民の税率をさげてほしい
- 収入が増えていかない中での物価上昇が大きく、老後の蓄えも全くできない状況が不安でしかない。
- 下請けは、クライアントの言いなりになるしかない部分もある。理不尽な仕組みは、今後も続くんだろうと感じる。
- 非正規雇用を減らし、正規雇用制度を戻さないと、日本は衰退すると思う。
- 日本は新卒採用以外では正社員として就職することが難しく、やり直しにくいと思うのでそういった点が改善されてほしい。
- 減税してほしい。
- 派遣労働者を無くす。
- 税金の無駄使いをやめてほしい。
- 手取りがもっと増えると良い 控除されるお金が多すぎる。
- 物価が上がるのにお給料は、上がらない。生活がくるしい。
- 正規社員と非正規社員の賃金格差を無くすべきだと思う。
- 契約社員ですので、退職金制度やボーナスがありませんので、そこは考えていただきたい。社員の方と同じくらい働いているので、違和感を感じます。
- 政治家には一部考え方が偏った人がいるように思う。特定のことに注力したいなら、知名度で手っ取り早く政治家にならず、専門家として参加できるくらいの知識を得た方が良いと強く感じる。
- 正社員と非正規雇用の格差是正して欲しい。
- 女性雇用や昇進を進めるのは素晴らしいが、それが第1目的になってしまい、無理をして能力が足りない女性を起用することに違和感を感じる。男性でも女性でも関係なく、その立場や役職に見合う人がその役職につけばいい。(私は女性です)
- 同一労働同一賃金が実行されていないので実行してほしい。
- フリーターや契約社員など仕事の方法が増えているのに、保険や年金だけ変化していかないのが良くないと思う。
- 日本は実力社会ではなく、仕事をしない人間でも年功序列で年収がよく、真面目で仕事を人の倍こなしている人間は損をするように出来ていると思います。パートやアルバイトでも正社員以上に仕事出来る人は沢山いるのに報われない社会だとつくづく感じます。
- 格差社会が進み国民の社会性を伴う精神的なゆとりや幸福度のレベルが下がりつつあるように感じる。
- 会社に頑張って貢献しても、正社員でないがゆえに給料に反映されない。
- 物価や税金はどんどん上がるのに、日本人ほぼ全員の給料は30年もの間上がっていない。むしろ減っている。世界的に見て完全におかしい。もっと全員が豊かになる社会に変えて欲しい
- 男女平等でもう少し女性が働きやすい環境を整えてほしい。
- 変革のスピードが遅い。大胆な発想がない。
- 働き方などの社会や政府が発する内容は、いわゆる一般企業もしくは大企業が基準になっていることが多く、小売やサービス業などはそういうところと同じにはいかない。特にコロナ禍で

飲食店のこともそうですが、対面接客の仕事だとテレワークというわけでもなく、ただ休業するのみになっており、なかなか理解してもらえてない気がする。

- 政治家になるとどうして欲とカネにまみれてしまうのか。もっと、実のある意見や行動をしてほしい。
- 一度退職すると同じ地位では働けない。
- 正社員採用を増やしてほしい。

企業の独自課題（一部抜粋）同様回答 36 件

- 人手不足を常を感じるが人を増やせず、限られた人数でたくさんの仕事をこなさないといけない会社が多いように感じる。
- 無理難題を要求することが多くなってきている。
- 自分が優れているとは思わないけど、やる気がなくただ時間内に会社にいるだけの人を切れない優しい企業はありがたいのかなんなのか、わからない。やめさせられない安心感があるから成長しない人もたくさんいる。その人に合った働き方の仕事に行けるように、時には厳しく判断して企業が人を選ぶのもありだと思う。
- 転職経験のある身からすると、企業により意思決定のスピードの違いが大きいと感じる。
- 利益重視、合理性重視の世の中になったことによって、昔ながらの、なあなあで人間臭いけど良い人間関係がなくなってしまったのが残念。
- 職場でのストレスへの対応を具体的に考えてほしい。
- 企業に関しては目先の成績だけを見ていて、働き方とか大枠で検証されていない職場が多いように感じています。
- 公務員、特に学校教師は、すべきことが山積していて、IT化働き方改革などが定着してもしなければならぬことに日々追われ、出勤退勤チェックを残業が出ないような形で行っています。それぞれの学校にもう少し人を配置してくれれば多くの問題（勤務時間だけでなく、児童に関する問題も。）が解決すると思います。とにかく人的支援をお願いします。
- 職種や企業によって、働き方の意識が大きく異なると思う。政府の考え方はサラリーマンを前提にしたものなので、大企業よりもより多くの定年退職後の仕事のし易い環境とかシニアが働きやすい状況を作してほしい。そうすれば、高齢者社会へのお金の問題や医療費の問題も軽減できると思う。
- 現在、女性であることのみを理由に昇進昇級の可能性がない会社に勤務しており、自分より貢献度が低い社員が先に昇格していくことに不満を感じています。副業をすることで、新しい転身先の足掛かりを作りたいと思っていますが、副業が禁止されています。従業員に老後まで安心して生活できるだけの給与を払えない会社が、同時に副業を禁止することに矛盾というか、無責任さを感じます。一定の条件を満たす場合は「副業の禁止を禁止する」ような法律があるといいと思います。

コロナ（一部抜粋）同様回答 27 件

- 看護師をしているのですが、今の働き方が同じ看護師という立場でも、違いがありすぎると感じる。同じ括りで考えてもらっては困る。もう少しコロナ関連の病院で働いている医療従事者にモチベーションが上がるまたは休息が取れるようにしてほしい。
- コロナ禍において、政府も社会も企業もそれぞれ別々に努力しても、あまり良い方向に向いていない気がする。
- コロナ禍で働き方改革をさらに進めていると思うが、在宅勤務などをできる職種や階層がそういったことを決めているので、在宅勤務ができない人との格差がひろがっていると感じる
- コロナ禍で困っている。転職の世話をしてほしい。

- コロナ対策について、政府はあてにならない。
- 政府のコロナ対策にスピード感が無さすぎる。
- コロナ禍で収入減なので、補助金政策して欲しい。
- コロナの影響で職を無くした方や収入が減った方が多い。政府の救済措置の対応が遅すぎる。
- コロナ禍になって在宅勤務が推奨されるようになったため、通勤がなくなり、子供といられたり、家事に費やせる時間が増えたので、ありがたいと思う反面、家内に閉じ込められている感覚が強く、恵まれているはずなのに、精神的につらい。

■ その他特筆すべき回答（一部抜粋）

- バブル時代を知っている世代と、現役世代との価値観のズレが激しく、上の世代が一掃しないと新しい働き方改革は起こせないと思う。
- どんどん孤立していく感じがでる。
- 個人個人で自由に選択出来ることが大事。
- 定年延長や雇用義務を国は企業に丸投げすぎ。
- バブル景気のトラウマで企業（特に大手）は社員に還元せず貯めこんでいる。
- 会社の上層部が古い考えの人なので、世代交代しないと色々な事は変わらないと思う。
- 時々、結局発言力がある人が勝つのかなと思う。
- 寿命が延びて、老後が長いので、昔よりも長く働かなければならなくなっている。定年後も無理せず働けるような場所を提供してほしい。
- 企業の秩序が欠落していると思う。
- 会社によっては職員を使い捨てにしているところもあると思う。正社員より契約社員の比率が増。
- 一部の氷山の一角で話している事は、底辺の現状を理解していない。想像で話していても空回り。現場の声にしっかり耳を傾けるべき。現状打破は現場にある。
- 個人が尊重されず、消耗されていると感じる。個人の立場が弱く、対等な立場で権利の交渉が出来ない。
- ばらまきが子供のいる人だけに多い。
- 強き者、自分勝手、理不尽がこの世を占めてる。優しき者、正直、思いやりは何にも役に立たない、苦しさだけを生み出すだけ。
- 残すべきところと変えるべきところを世代を超えて話すべき。
- 何を言っても変わらない。
- 週休3日で給料が変わらないという幻想を押し付け始めてる世の中に疑問。
- だんだんと女性にとって働きやすい環境になってきている。
- もっと、労働者を大事にすべき。
- 日本は始業時間には厳格なのに、終業時間についてはだらしない企業が多いように感じる
- 都合よく人を使うやり方が頭にくる。
- 働き方という形ばかり変えようとする社会人や人としての成長につながる見えないものの育成が疎かになって働きにくい体制になる。
- 見えない年齢制限や履歴書の記載だけで単純に判断しないで欲しい。人生には色々な事があり、周りとは異なる進み方をする人がいるのは、当たり前だと思うので。
- コンプライアンスやら個人情報やら、いろいろなルールにがんじがらめになっていて息苦しさ

を感じます。のびのびと仕事できたらなあと思ったりします。

- 社員を大切にできる企業が社会的にも認められる会社だと思う。
- 疲弊している。
- 働かない社員を大事にしすぎ。
- 個人差があるので、その人に合った働き方が出来ると良いですね。
- 一生懸命に仕事をする、「こいつは言えやるヤツだ」と思われて、上司や顧客からの要求がどんどんエスカレートする。期待に応えようと健康を害するまで働くことになり疲弊した。要求が妥当なのか、過剰過ぎないかを自分に問いかける姿勢が必要だと思う。
- その場しのぎ的なやり方でいいのだろうか考える時がある。
- できる人にやらせできない人はやらなくても生きていけるのは不公平。

4.2 今の悩みなど（自由意見）

自身の今の悩みなどについて尋ねたところ、以下の回答を得た。

■ ストレス・疲れ（一部抜粋）同様回答 43 件

- なんとなく疲れる。
- やることが多く、自分のやりたいことができない。
- 気分の浮き沈みがある。
- 共働きで家事育児で自分の時間が一切ない。仕事以外の自由な時間がもう少し増えると、リフレッシュ出来て気持ちの安定が図れるように思います。
- 時間が欲しい。
- 自分の時間が欲しい。
- 自分の時間をもう少し充実させたい。
- 週休 3 日制になると良い。
- 色々なことでストレスが溜まっている。
- 睡眠時間が短い。

■ 健康・体調（一部抜粋）同様回答 109 件

- カラダの調子がイマイチで波があり 心配。
- 運動不足。
- 加齢でいろんなところが少しずつガタが出てきた。
- 加齢でしんどい。
- 加齢と共に体力への不安。
- 肩こり腰痛、老眼、白髪など、老化が進んできた。フルタイムの仕事で時間的な余裕がない。睡眠の質が悪い。
- 更年期で体調不良、体重増加など。
- 更年期なのか色々な事が面倒に感じる。
- 更年期による肥満。色々試したが、なかなか体重が減らない。
- 歳を重ねて体力に不安を感じるようになった。
- 集中力が落ちてきた。
- 睡眠時間が足りない。
- 体調が悪いのに家計的に仕事を辞められない。
- 体調維持。気持ち維持。努力が継続しない。年齢のせいなのかなあと感じる。あとは将来のお金の心配。
- 体調不良、やる気が起きない。
- 体力が続く限り働きたいと思っているので体調管理だけは怠らない様にしていきたいと思う。
- 体力が落ちて、長時間の通勤が厳しく、近場で働きたいが働ける会社がない。
- 体力の衰えを感じていて今の業種で働き続けられるか不安。

■ 仕事（一部抜粋）同様回答 106 件

- ノルマがきつい。
- パワハラセクハラで困っている。

- もっと自分のキャリアを活かせる会社に転職したいと考えているが自分の年齢やコロナ禍という状況で難しいと感じている。
- ライフワークバランスを改善したい。在宅でできる副業を始めたい。
- リモートワークが主流になってほしい。
- 意見が言えない、コミュニケーションがない職場で精神的につらい。
- 遠距離通勤がつらい。
- 会社の仕事が忙しく、いろいろ押し付けられている。副業も禁止されているので、早く転職したいと思っている。
- 会社を辞めたいが生きていくお金がないこと。
- 企業の駒として働いているだけだと死ぬ時に後悔するんだろうなあと思う。
- 給与が性別だけで決まってしまう、仕事内容、量などが考慮されない。
- 業務が多く、休み時間も削り仕事をこなしていると更に業務を増やされ、上に状況の厳しさを伝えても全く改善されず、能力のある人材がどんどん辞めていってしまうこと。
- 業務内容が自身のスキルと希望に全くあっていない。定年まで2年を切ったので辞めるわけにもいかず悩んでいる。もっと若かったら辞めていると思う。
- 勤務場所において、心理的安全性が保たれない場合がある。
- 最近の開発で求められるスキルについて行けないと感じる。勉強してスキル上げろ、と言われるが難しいし、定年まであと3年なので新しいことに取り組む気力も湧かない。
- 在宅ワークで孤独になる。
- 在宅ワークになり、運動不足により体重増加で肥満気味。
- 在宅勤務により、仕事の効率が悪くなったことです。
- 残業が多すぎる。
- 残業代がつかない。
- 仕事がどんどん増えていく。
- 仕事が楽しくない。
- 仕事が決まらない。収入が少なく将来が不安。
- 上司からのパワハラ。
- 上司の許可待ちで停滞している仕事が多い。自分のペースで業務を行えない。
- 職場での人間関係が難しい。
- 転職を考えることもあるが、年齢や給料や人間関係を考えるとなかなか出来ないの我慢して働くが心身疲れてしまう。
- 年寄りには若い人がやりたがらない3Kの仕事しかまわってこない。
- 年齢とともに、仕事のやりがいや満足感が薄れてきていること。
- 非正規雇用で年々条件が悪くなる。
- 非正規労働者のため収入が安定していない。
- 評価のされ方や働かせ方が納得いかない。
- 不景気が理由で、基本給が上がらない。賞与額が入社説明時の金額をもらった事がない
- 副業をするなりして、収入面をなんとかしないと。
- 副業を検討したいと思っている。

■ お金・住生活（一部抜粋）同様回答 55 件

- もう少し給与が高くなってほしい。
- 給料がやすい、退職金がない。
- 給料が安いので、年金生活になったときに生活していけるのか不安。
- 給料が安くてやる気がでないのにこき使われる。
- 給料が安くて生活がきつい。
- 金銭的に余裕がない。
- 主人の給料が減ったので生活が大変。
- 収入が維持できるかが不安です。
- 収入が少ない・仕事が不規則。
- 収入減で、生活困窮している。将来希望なし。
- 人並みに生活できる賃金が欲しい。
- 正社員でないから、安定していない。
- 正社員より高度な仕事をし、実力もあるのに、給与が上がらないから、小さな安いアパートから一生出れない。能力ある人間が、チキンと報酬を受けられる社会になって欲しいです。昼寝している正社員より優秀な派遣が給与が少ない不条理は甘受できない。不満で爆発しそうだ。
- 退職して悠々自適に過ごしたいが、お金がない。
- 低賃金。生活が苦しい。毎日出勤が必要で精神的に厳しい。
- 物価がどんどん上がるのに賃金がほとんど上がらないこと。
- 豊かな生活ができる十分な給料が欲しい。
- 労働時間が長いのに賃金が安い。

■ 老後（一部抜粋）同様回答 186 件

- 60歳以降で週に2~3日の仕事が見つかるか心配。
- 60歳前の転職を希望しているが雇用してくれる企業があるか。
- いつまで仕事が続けられるか不安。
- いつまで体力的に仕事を続けられるかが悩みである。
- お金がないので老後が心配。
- この先何年か今の状態が続くのか考えると憂鬱になる。嫌なわけではないけどもっと自分を発揮できる場所があるんじゃないかと考える時がある。かと言って今の安定した収入を捨ててまで転職する勇気はない。
- サラリーマンを退職するために、いくら手元に合ったらよいか。
- ローンが払い終わるか心配。
- 一人暮らしなので終活をしないとと思っている。
- 遠距離介護中で母の命と介護用の資金のどちらが先に尽きるか心配。自分と配偶者の老後のことを考えられない。
- 記憶力の低下や、新しいことの吸収力が減り、定年が延びたとしても、今の職場で働き続けるのは難しいと感じている。
- 金銭的に苦しい。いつもお金のことを考えている自分が嫌です。物価も上がるばかりで、買いたいものも諦めることが多くなった。先行き不安しかない。
- 契約社員で雇用が不安定。給与も低く、ボーナスも退職金もないため、老後資金が乏しく、老

後がとても心配。

- 経済的、健康面で、今後安心して過ごしていけるのか。親の介護や相続、終活をどうするか。
- 経済的に働き続ける必要があるが、加齢による健康の維持、体力、能力の低下が心配。
- 健康的にも経済的にも将来に不安を感じる。
- 孤独な生活。
- 今の会社でいつまで働けるか。専門的なスキルやキャリアがないので、今後できる仕事が無い。また、遠距離通勤も体力やかかる時間を考えるときつい。だが今さら正社員で転職もできないと思う。また、田舎なので、働き口が限られている。
- 今の仕事をいつまで続けていけばいいのか。
- 今までのように働けてないので、収入が減っている。仕方ないとはいえ、手当が会社によって全然違うのが不公平感も感じる。今後、いわゆる副業も考えたいと思っているがなかなか思い切れてない状況。しかし、日々の生活は贅沢ではないが、自分なりの楽しみですごしてはいる。
- 今後いつまでこんな生活が出来るのか。
- 今後ずっと働き詰めなのかと思うと気が滅入る。
- 婚活をしにくい。
- 最たるものは、自分の老後。
- 歳をとっても悠々自適に暮らしていくことは夢に感じてきてつらい。
- 仕事に対することよりも、将来一人であることへの不安がある。子供もいないので。
- 自分の健康や老後のこと、親の健康、親の介護など仕事に加えて考えないといけない問題がありすぎる。
- 自分もそうだがこれから持ち家のない独身の年寄りの比率が急激に上がるのに、大家は貸すのを嫌がる傾向にあるのでどうなるのか心配。大家用に孤独死保険のようなものがあればもっと貸し借りしやすくなるのではないかと考える。
- 将来的な不安はある。氷河期世代のため、履歴書がきれいではないから。
- 人生 100 年時代と言われているので出来るだけ長く働きたいが、必要とされる場がどの程度あるのかは不安である。
- 生き甲斐がない。
- 体の衰えを感じていて、老後の生活が不安である。
- 定年以後退職金もなく独り身なので生活できない。
- 定年後 年金が受給できる年齢までの生活がとても不安です。現在は仕事と介護をしているため体力的にもきつく 60 歳を過ぎても働きながら介護ができるのかも不安です。
- 頭の回転力と、体力が年々衰えてきているので、いつまで働けるのかわからない。
- 働けなくなってからどのように生きていくか。
- 老後、年金で生活できるのか非常に不安です。
- 老後の資金が足りない。
- 老後の生活に不安を感じる。自分がいつまで健康を維持できるのかについても不安を感じる。

■ 家族・親の介護等（一部抜粋）同様回答 55 件

- これからの親の介護や生活が不安です。一人っ子で遠くに住んでいるのでとても心配です。
- 介護保険導入時には、これを払えば介護の心配がなくなるようなことをメディアも言っていた

けれど、費用対効果が全く低いものになっているせいで、親の介護が心配です。

- 現在はないが今後親の介護の事が心配。
- 高齢な両親を抱えて今後面倒みれるのかどうか。
- 子どもの教育がうまくいっているのかわからない。
- 子供が独立したら、母子家庭ではなくなったのですが、いきなり控除がなくなったり団地を出て行かねばならなくなったりしてるので、ひとり親を卒業しても1、2年位は猶予が関係あっても良いかなあと思っています。
- 子供にお金がかかりすぎて嫌になる。
- 子供のこと、毎日の家事、そして仕事で毎日ヘトヘトです。夜も本を読む気力もない。
- 親の介護と仕事の両立。
- 親の介護と自分の仕事の両立。在宅勤務なのに東京通勤範囲に居住しているのは無駄が多い。地元の北陸に帰って在宅勤務できたらありがたい。
- 要介護認定された夫の健康と収入が不安。
- 両親が高齢で離れて暮らしているので心配。

■ コロナ（一部抜粋）同様回答 54 件

- いつまでマスク生活が続くのか、はやく元の生活に戻りたい。
- この世界的に蔓延しているコロナが収束しないと、自分も含め全ての方が将来への不安しかない。
- コロナがすべての悩みの種です。コロナがなくなれば忙しくもなりますが、しっかり稼げてたくさんお給料がもらえるようになるはずです。
- コロナで人との交流が減っていつまで続くのか不安。
- コロナで閉塞感があり、人と食事をしたり、人に会うような集まりや勉強会などに参加できないなど、精神的に閉塞感があります。逆に、テレワークできていることで、過労状態から脱することができたところはあるので、コロナが収束したら長時間労働から過労状態に戻ってしまうのでは？という不安があります。
- コロナにより先が見えず、ゆしみが見出せない。
- コロナに感染するかもしれないという不安があって、日常の買い物に出かけるのも心配なこと。
- コロナの影響での減収、いつになったら以前のような生活に戻れるのか不安。
- コロナ禍で大打撃を受けた業界にいたので、収入が激減した。
- 一人暮らしなので、万一新型コロナウイルスに感染してしまった場合の対応が不安。

■ その他ユニークな回答（一部抜粋）

- いかに上手にもみ消されないようにトラブル対応を表面化させる知恵と工夫を身につけたい。
- 家が貧しかった為学歴が無く、他の人の倍の仕事をしているのにも関わらず給料は安いので、生まれ育った貧富の格差を切実に感じます。
- 語学力を生かしたい。
- 今後世の中はどうなっていくのか。
- 自分の人生がこれで良かったのか悩むことが増えている。
- 自分自身の得意分野を生かしたいがその機会が少ない。
- 自由が少ない。

- 将来の日本に希望を見出せない。
- 常に追われている。
- 誰かにちゃんと愛されたい。
- 旦那がきらい。
- 平穏な時間を過ごしたい。
- 理想と現実の違いをこんなにも時間、歳とってから思い知らされるとは思わなかったので、まだ受け止められない。本当の自分に会えて嬉しく思うはずなのに、「辛い」ただそれだけ。病気なんだろうとも思うけれど、今までこの数十年生きてきて、作りあげたものがただの後悔なものになりつつあり、人生がこんな終わり方をするかと思うと、悲しい。
- 離婚したいが、その後の事を考えると出来ないこと。

<本調査レポート作成者>

株式会社日本総合研究所

創発戦略センター

スペシャリスト 小島 明子

マネジャー（現 JSOL）三島 千春

<問い合わせ先>

スペシャリスト 小島 明子

kojima.akiko@jri.co.jp