

# ミドルの生き方・暮らし方

HR-I生き方リサーチデータ  
《調査結果の抜粋》



HR-Iでは、今の社会を生きる人々の暮らしと価値観を知り、それらを近未来社会の展望につなげるため、2001年度よりライフスタイル調査を開始した。

昨年度のシニア世代(50~70代)に続き、今年度、対象とする世代は、35~49歳のミドル世代である。団塊の世代と団塊ジュニア世代に挟まれたこの世代は、世代としての特徴がつかみにくい。また、

仕事と家庭の両面において多忙な時期にあたるといわれている。

そのような彼らの価値観、将来展望を探る

べく、左記のようなアンケート調査を2002年10月に実施した。

## ● 調査方法 Webアンケート

● 調査期間 2002年10月4日~10月15日

● 調査対象 全国35~49歳の男女

● サンプル数 900サンプル(表参照)

《性別・年齢》

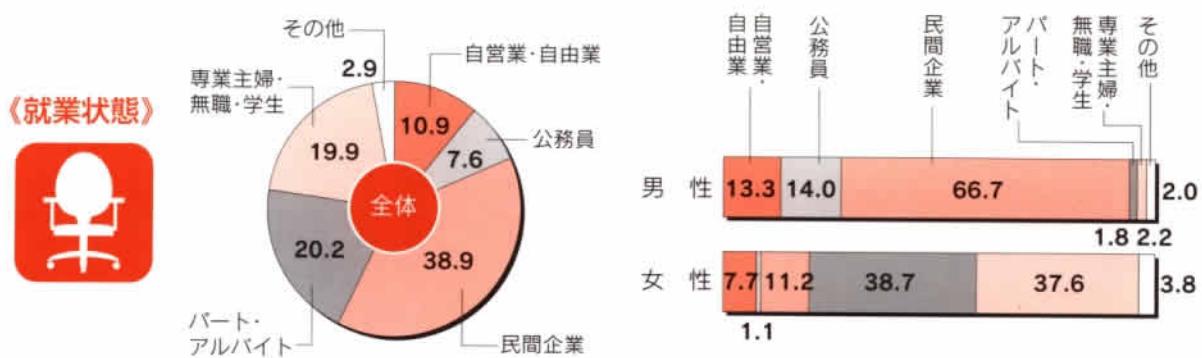
	35~39歳	40~44歳	45~49歳
男性	150	150	150
女性	150	150	150
計	900		

《居住地》

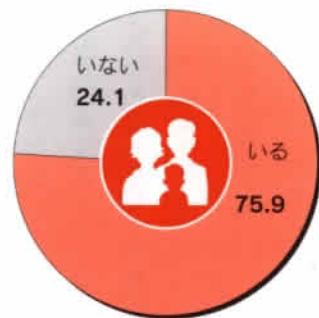


## 基本属性

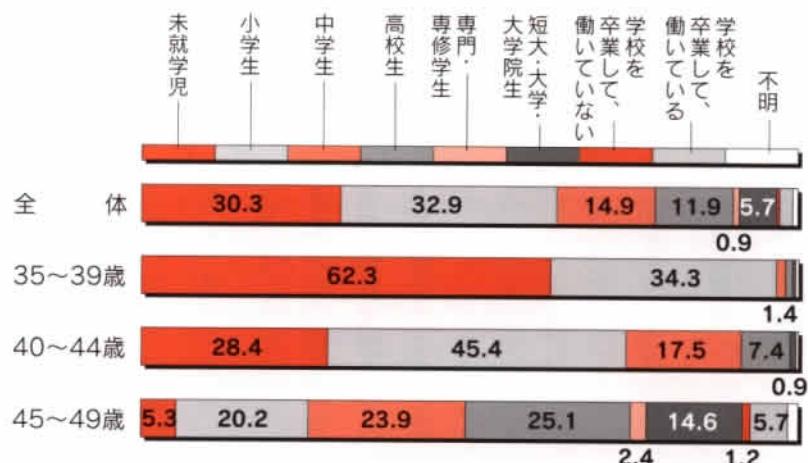
(単位: %)



### 《子どもの有無》



### 《子どもの養育状況》



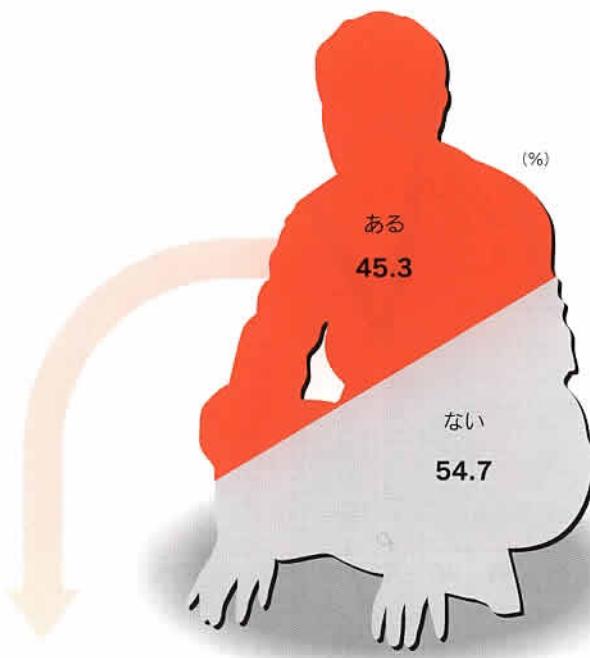
### 《世帯収入》



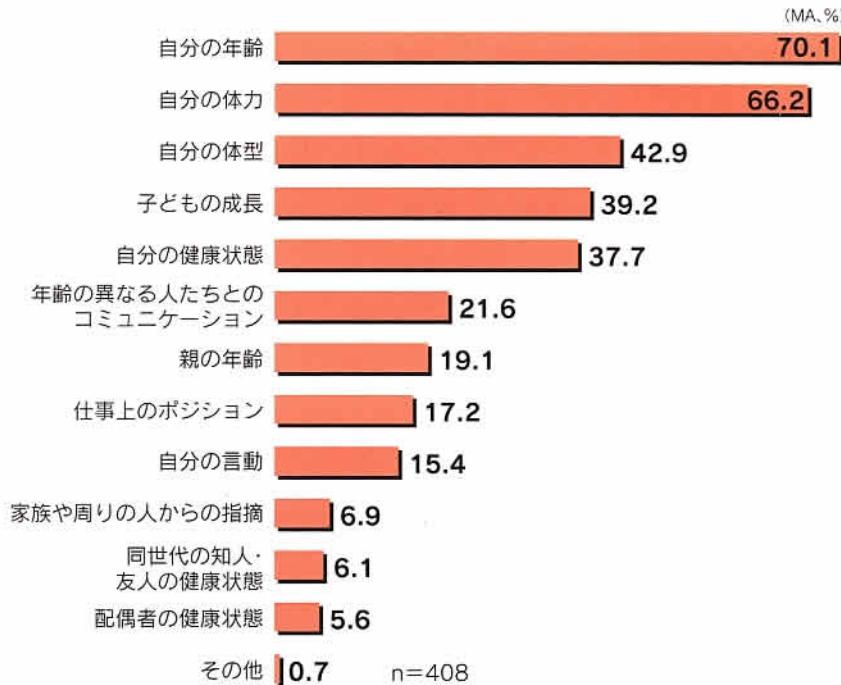
# ミドル世代の世代・年代意識

## 1-1 「ミドル」「中年」の自覚の有無とそを感じる理由(全体)

あなたは自分が「ミドル」や「中年」であるという自覚がありますか。



「ミドル」を感じる理由

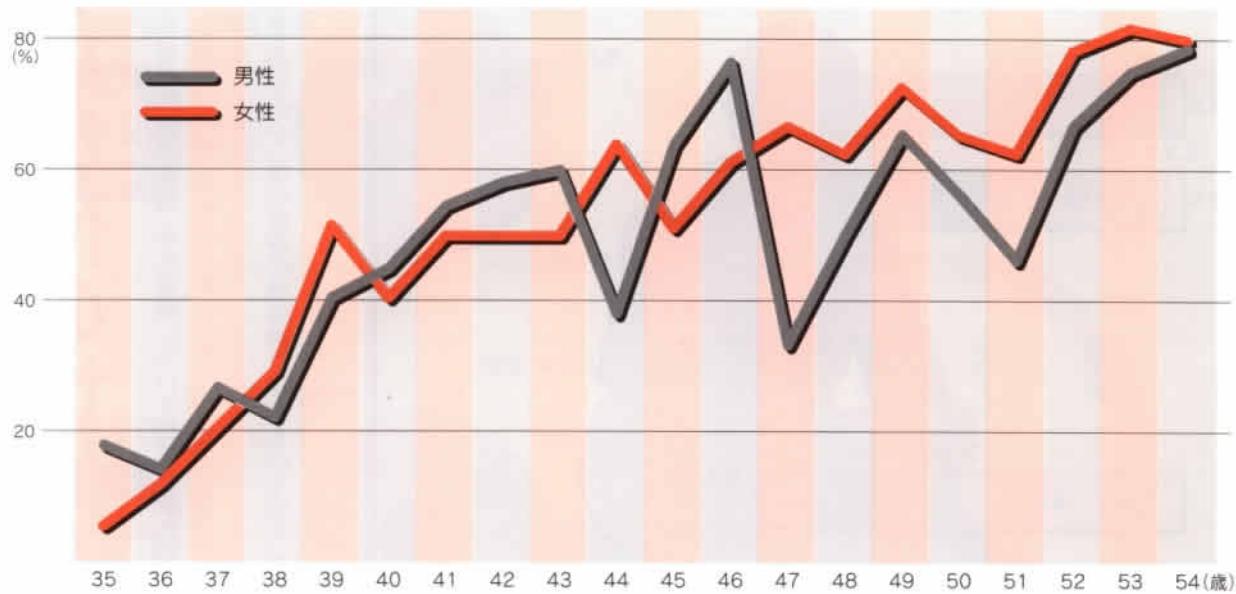


ここでは、「ミドル世代の世代意識・年代意識について見ていくたい。35～49歳という年齢は、人生50年の時代であれば、晩年に相当する年齢である。女性の平均寿命が85歳、男性が78歳という今の日本に生きている彼らは、自分自身の年齢を生涯の中でどのあたりにいると考えているのだろうか。自分自身の年齢をどのようにとらえるか、ということは、その人の将来展望、人生観を大きく左右する要素だと思われる。それが社会通念によるものなのか、彼ら自身の価値観によるものなのか、具体的に見ていくたい。

「ミドル」「中年」と自覚しているかどうか、尋ねたところ、「自覚がある」は45.3%で、半数に満たなかった。そこで「自覚がある」彼らにその理由を尋ねたところ、1位「自分の年齢」、2位「自分の体力」、3位「自分の体型」という結果になった。大多数のミドルにとって、ミドルの自覚は「年齢」「体力」「体型」といった、年齢の増加、身体的な老い・衰えによって喚起されるようだ。「仕事のポジション」「自分の言動」など、責任や立場の変化による回答はいずれも10%台と少なめである。

## 1-2 「ミドル」「中年」を自覚している人の割合(男女・年齢別)

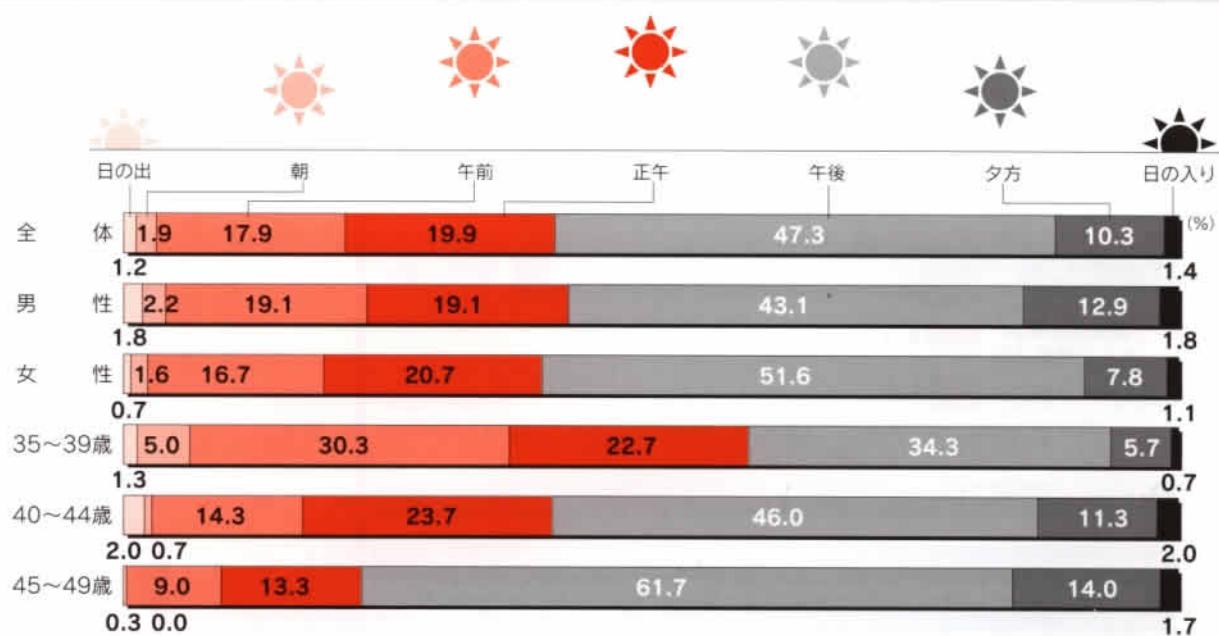
あなたは自分が「ミドル」や「中年」であるという自覚がありますか。



各年齢ごとに「ミドルの自覚がある」人の割合を見ると、38歳から39歳、44歳から45歳など、節目の直前で大きく上昇することが分かった。女性の「ミドルの自覚がある」の割合は、39歳以後、少しずつゆるやかに上がりつづいていき、47歳以降になると、常に男性を上回る結果になった。しかし、50台半ばに向かうにつれ、男女の差は小さくなっていく。

## 1-3 人生における現在のポジション

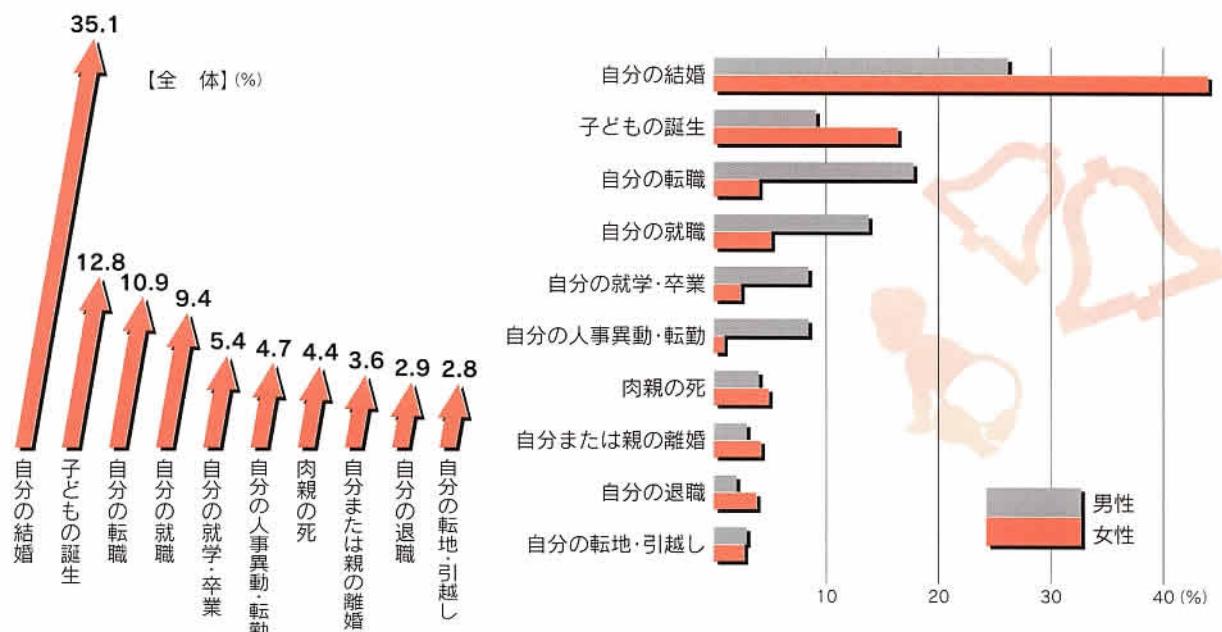
人生を日の出から日の入りまでの太陽の動きになぞらえるならば、あなたは現在、どのあたりにいると思いますか。



人生における現在のポジションを太陽で表すとどのあたりに位置するか、と尋ねると、ミドルのおよそ半数(47.3%)が「午後」と回答した。「正午」(19.9%)、「午前」(17.9%)も多いものの、「夕方」も10.3%を占めるため、全体の過半数が「午後以降」と認識しているという結果になった。年齢別に見ると、年齢が高くなるほど、「日の出」～「午前」の割合が少なくなり、「午後」～「日の入り」の割合が多くなっている。男女別に見ると、女性の方が「日の出」～「午前」の割合が少なく、「午後」という回答が多い。

## 1-4 人生における転機(全体・男女別)

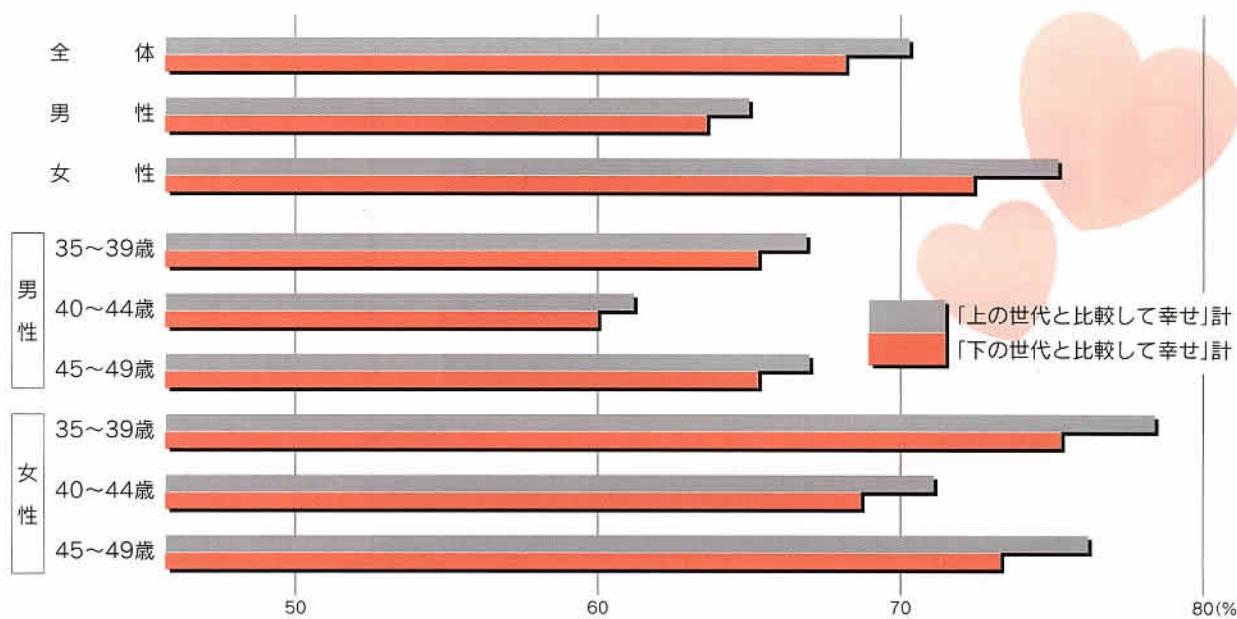
これまでの人生を振り返り、あなたが最も大きな転機だったと思うことは何ですか。



人生における最も大きな転機について尋ねたところ、「自分の結婚」が35.1%で圧倒的に多く、次が「子どもの誕生」、その次が「自分の転職」という結果になった。男女別に見ると、女性は「結婚」「子どもの誕生」が男性よりも多く、男性は「自分の転職」、「自分の就職」、「自分の就学・卒業」、「自分の人事異動・転勤」などが女性よりも多かった。

## 1-5 上の世代、下の世代との幸せ感比較

あなたの世代は、あなたより上の世代、下の世代と比較して、幸せだと思いますか。



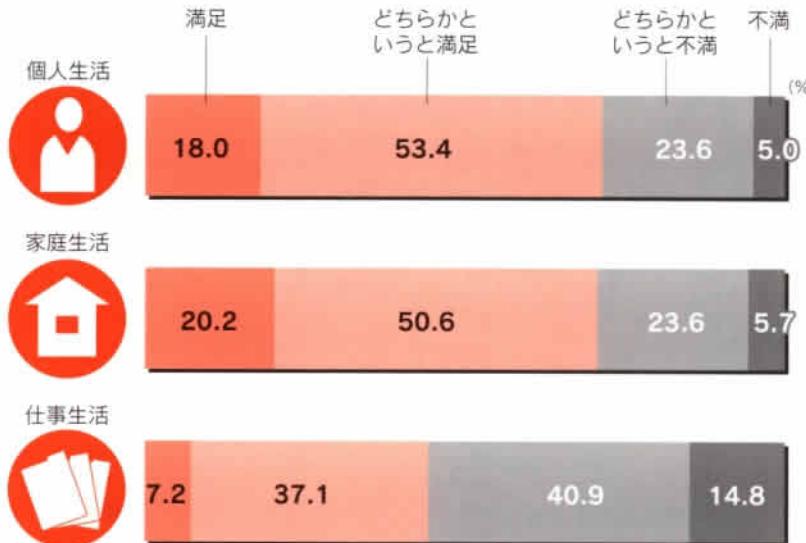
自分の世代を、上の世代と下の世代と比較して幸せだと思うか、尋ねたところ、全体のおよそ7割が「幸せ・どちらか」というと回答している。年代・男女別で見ると、「幸せ計」が最も低いのは40代前半の男性で、最も高いのは30代後半の女性だった。また、「上の世代と比較して幸せ」と「下の世代と比較して幸せ」の数値を年代ごとに比較すると、どの年代においても「上の世代と比較して幸せ」の数値が「下の世代と比較して幸せ」を上回った。自分の世代を、自分の上下の世代と比べたとき、上の世代に対する幸せ感のほうが、下の世代に対するそれよりも強い人が多いようだ。

# ミドル世代の生活観

今回の調査においては、ミドル世代の過半数が、人生における今のポジションを「午後以降」と考えていることが分かった。では彼らは、残りの後半生をどのような思いで送っているのだろうか。30代、40代は働き盛りの時期でもあり、子育てに忙しい頃でもあり、家庭に仕事にとても多忙な生活を送っていると想像される。そのような彼らの毎日の暮らしに対する満足感、ゆとり感などを探つてみた。

## 2-1 生活についての満足度(全体)

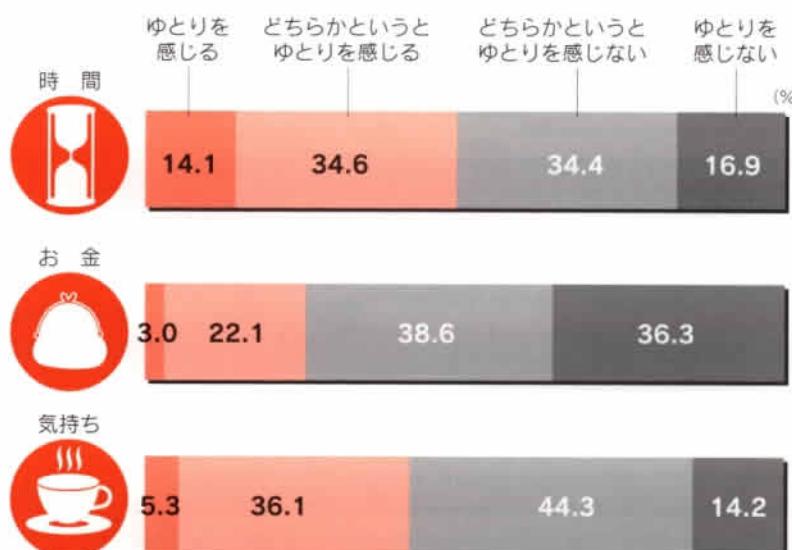
現在、あなたはご自身の「個人生活」「家庭生活」「仕事生活」について、それぞれどの程度満足していますか。



「個人生活」「家庭生活」「仕事生活」それにおける満足度を聞いたところ、「満足」「どちらかと  
いうと満足」の合計(以下「満足計」)は、「個人生活」が71.4%、「家庭生活」が70.8%で、いずれも全  
体の約7割以上が「満足」という結果になった。ただし、「仕事生活」においては、「満足計」は44.3%  
で、「不満」と「どちらかというと不満」の合計のはうが高い結果となった。

## 2-2 ゆとりについて(全体)

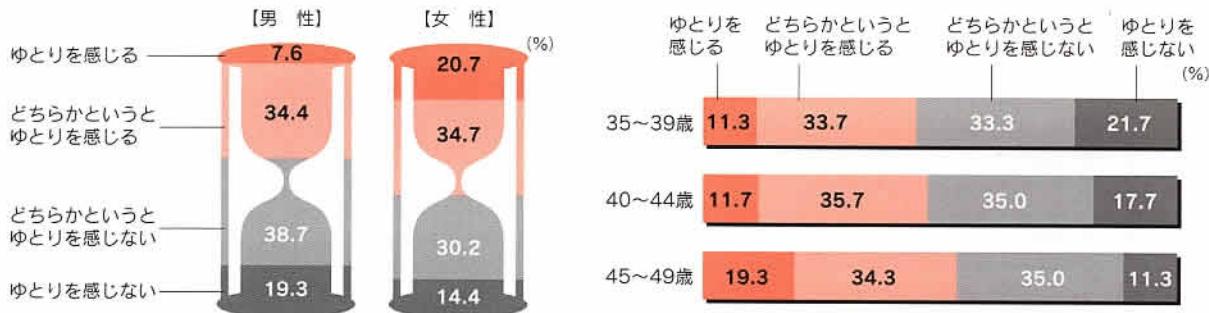
現在のあなたは「時間」「お金」「気持ち」それについて、どのくらいゆとりを感じていますか。



「時間」「お金」「気持ち」、それにおける「ゆとり」の有無を尋ねたところ、「ゆとりがある」「ど  
ちらかとゆとりがある」の合計(以下「ゆとりを感じる計」)は「時間」が48.7%、「お金」が25.1%  
、「気持ち」が41.4%、いずれも「ゆとりを感じる計」は半数に満たず、とくに「お金」に関する「ゆ  
とり」の少なさが際立つ結果となった。

## 2-3 時間にに関するゆとり(男女・年代別)

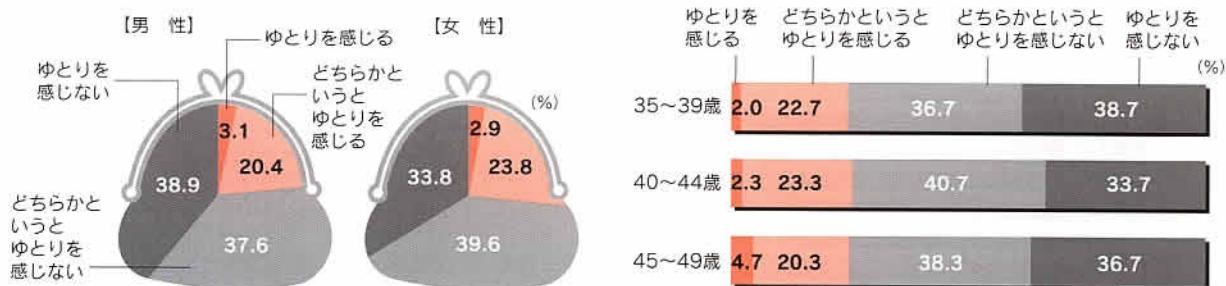
現在のあなたは「時間」について、どのくらいゆとりを感じていますか。



時間についての「ゆとり」を男女・年代別に比較すると、男性より女性、そして年代が高くなるほど、ゆとりを感じる割合が多い、という結果になった。「ゆとりを感じる」「どちらかというとゆとりを感じる」の合計(以下「ゆとりを感じる計」)は男性42%、女性55.4%で、女性においては「ゆとりを感じる計」が過半数を超える結果となった。

## 2-4 お金に関するゆとり(男女・年代別)

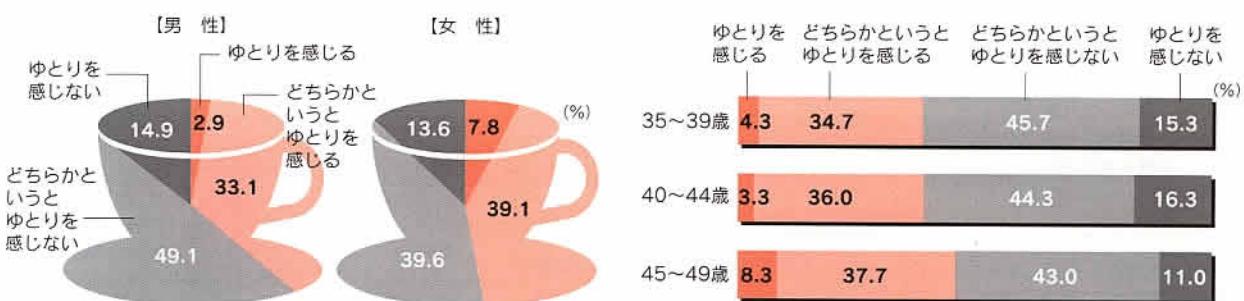
現在のあなたは「お金」について、どのくらいゆとりを感じていますか。



お金についての「ゆとり」を男女別に比較すると、男性より女性のほうがゆとりを感じる割合が多い、という結果になった。しかしその差は非常に小さく、「ゆとりを感じる」「どちらかというとゆとりを感じる」の合計は、男女どちらも20%台にとどまった。しかし「時間」についてのゆとりとは異なり、年代による違いは、ほとんど見られなかった。

## 2-5 気持ちに関するゆとり(男女・年代別)

現在のあなたは「気持ち」について、どのくらいゆとりを感じていますか。



気持ちについての「ゆとり」を男女・年代別に比較すると、男性より女性、そして年齢が高いほうが「ゆとり」を感じている人が多い、という結果になった。また、気持ちに関する「ゆとり」と時間に関する「ゆとり」を比較すると、男女・各年代ともに気持ちに関する「ゆとり」のほうが少ないということがわかった。

## 2-6 「遊ぶ」「働く」「学ぶ」の優先順位

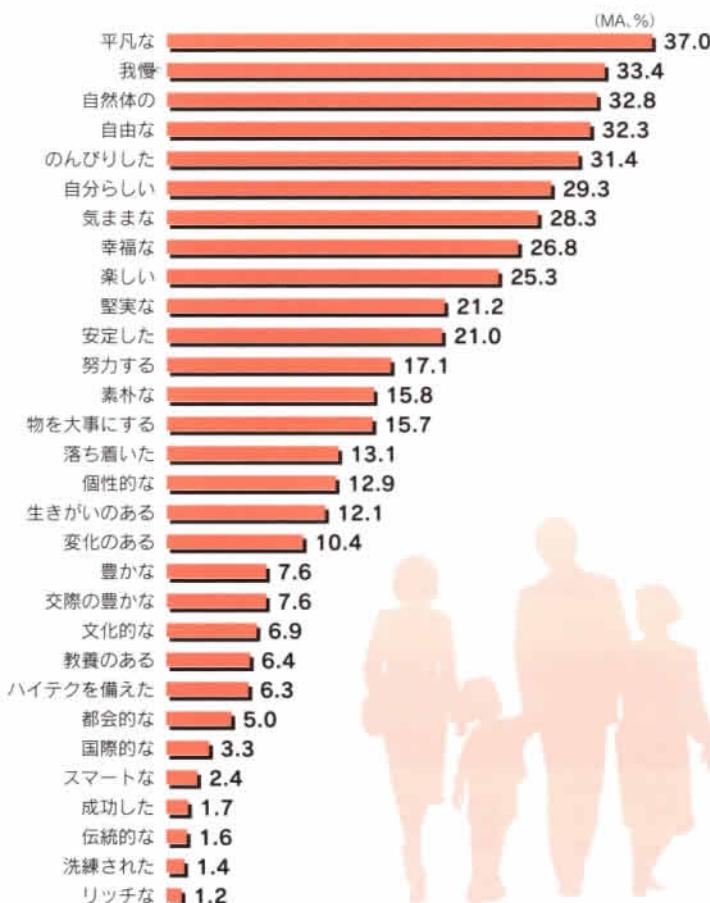
今あなたの生き方を考えるとき「遊ぶ」「働く」「学ぶ」のうち、最も優先するものは何ですか。



「遊ぶ」「働く」「学ぶ」の中で最も優先するものを聞いたところ、全体では「働く」が43.8%で最も多く、次が「遊ぶ」37.6%、「学ぶ」18.7%という結果になった。男女で比較すると、「働く」「遊ぶ」をあげる人は男性のほうが多く、「学ぶ」は女性のほうに多かった。年代別に見ると、年代が高くなるほど「遊ぶ」をあげる人の割合が減り、逆に「働く」をあげる人が増える傾向にある。

## 2-7 生活イメージ(全体・年代別・男女別)

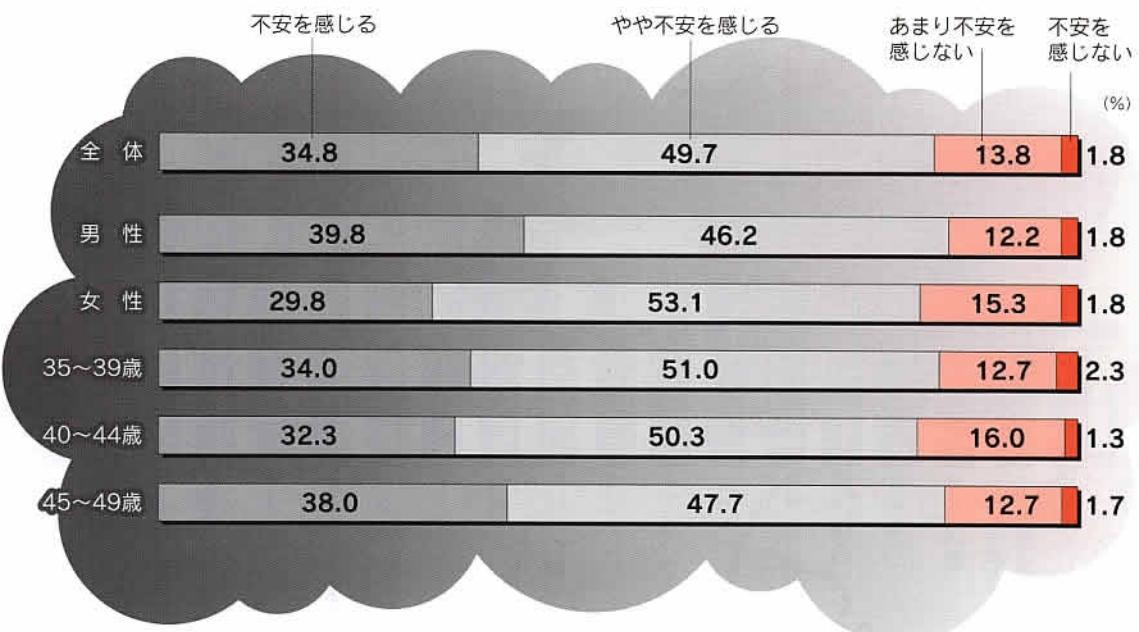
現在のあなたの生活は、どのようなイメージに重なりますか。



「現在の生活のイメージ」を尋ねたところ、全体では「平凡な」37%、「我慢」33.4%、「自然体の」32.8%、「自由な」32.3%、「のんびりした」31.4%が上位5位となった。また、いくつかの項目を取り上げて、年代・男女別に比較したところ、男性には年代による違いがほとんど見られなかった。しかし女性は、年代によって大きな違いが見られた。女性において「自由な」は、40代後半で非常に多くなり、「我慢」は年齢が上がるにつれ少なくなる。また、「楽しい」はどの年代においても女性のほうが男性より高い結果となった。

## 2-8 10年後の生活に対する不安の有無

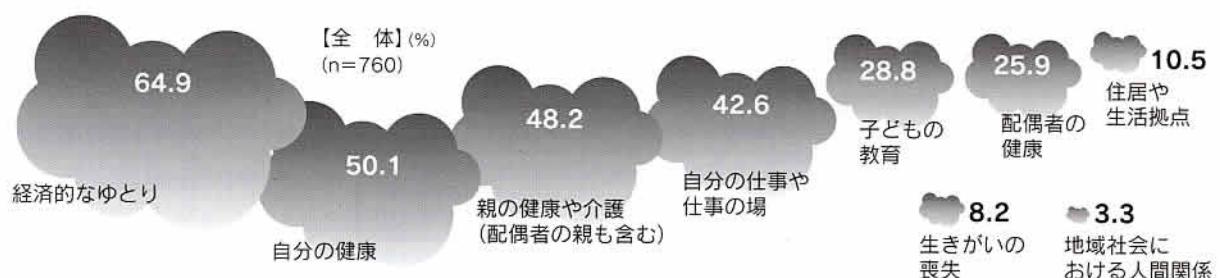
10年後のあなたの生活について、どの程度、不安を感じますか。



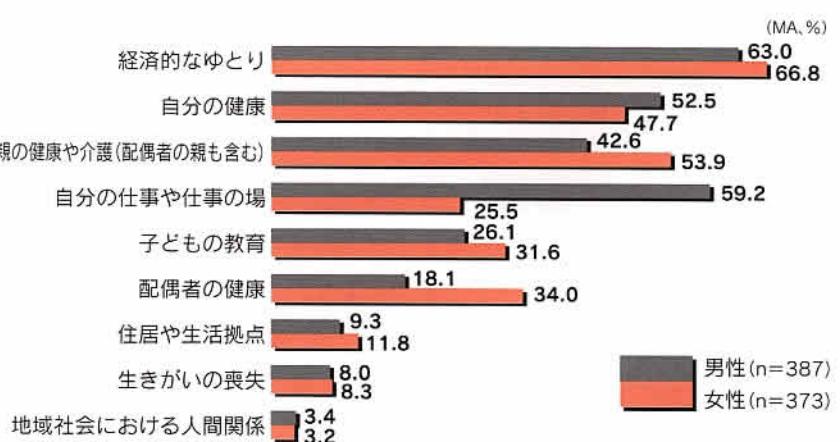
10年後の生活に関する不安を尋ねたところ、「不安を感じる」「やや不安を感じる」の合計は全体の84.5%に及んだ。男女で比較すると、男性より女性の方が不安は少ないという結果となった。年代別ではほとんど差が見られなかったが、40代後半が85.7%で、最も不安が多いという結果となつた。

## 2-9 不安に思うこと（全体・男女別）

不安に思うことについて選んでください。



10年後の生活に対して「不安」「やや不安」と回答した人に「不安に思うこと」を尋ねたところ、全体では「経済的なゆとり」が64.9%と最も多く、次に「自分の健康」(50.1%)、「親の健康や介護」(48.2%)と続いた。男女で比較すると、男性では「自分の仕事や仕事の場」が女性の2倍近くも多い。一方、女性では、「親の健康や介護」や「配偶者の健康」などが男性よりも多いという結果になった。

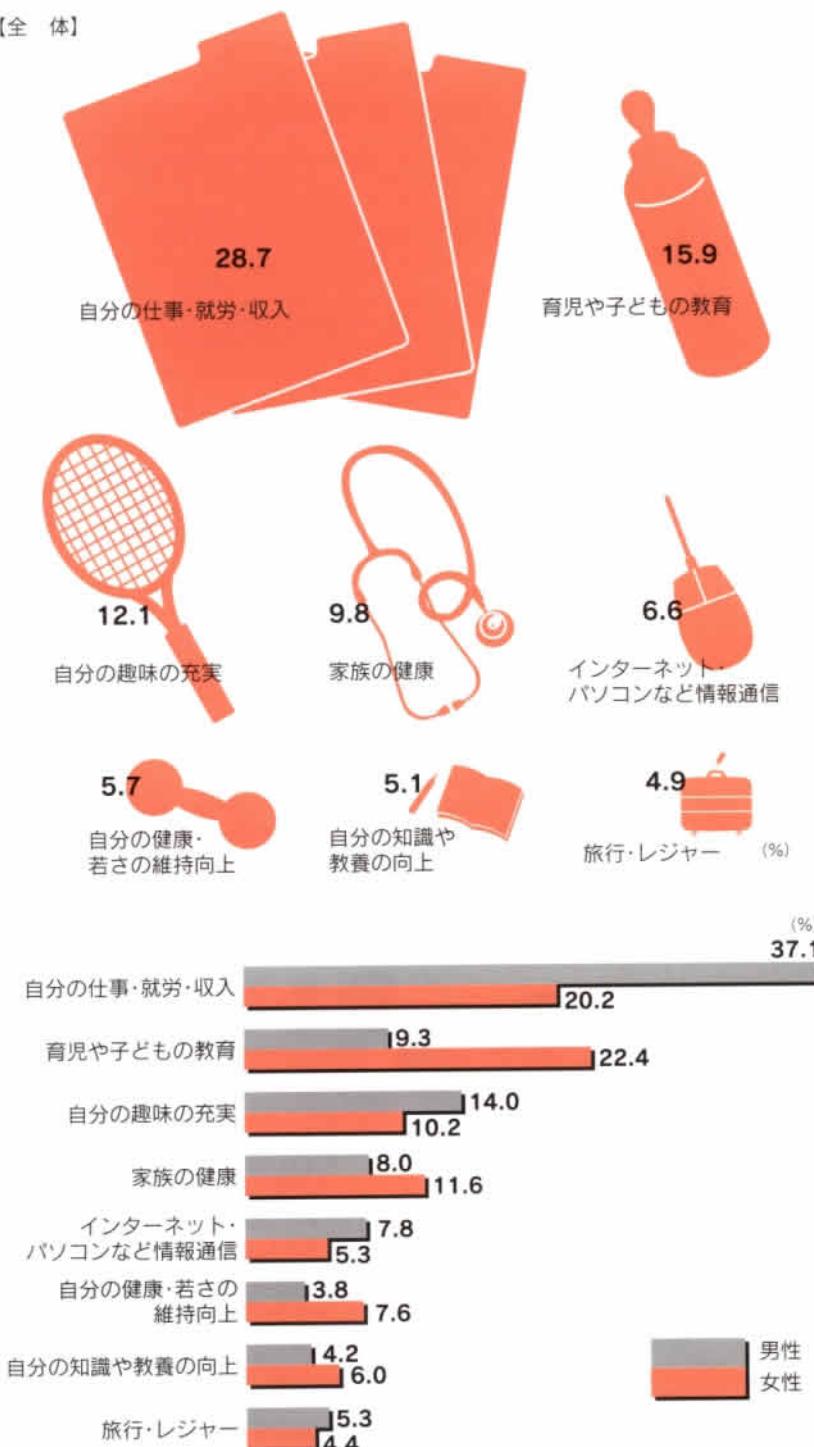


## ミドル世代の暮らし—現状と希望

### 3-1 関心のあること(全体・男女別)

現在あなたが最も関心を持っていることは何ですか。

【全 体】

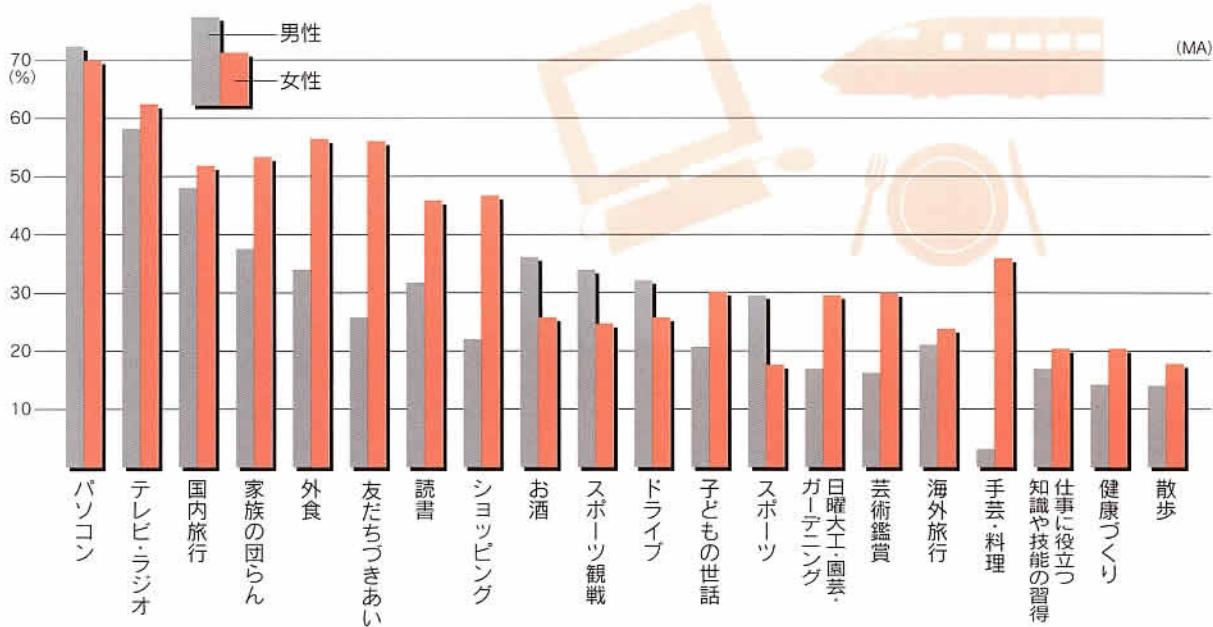


「ひとりを感じる・どちらかといえば感じる」が、「時間」「気持ち」「お金」いずれにおいても半数に満たなかつたようだ。ミドル世代は、男女共に大変忙しく、余裕のない毎日を送っているように思われる。そのような中で、彼らは、時間やお金を何に使っているのだろうか。生活の中で何を楽しみとしているのだろうか。ひそかに抱いている願望、夢などはあるのだろうか。

最も関心があることについて尋ねたところ、全体では「仕事・就労・収入」が28.7%で、最も多くあげられていた。次は「育児や子どもの教育」(15.9%)、「趣味の充実」(12.1%)と僅差で続いている。男女別で見ると、男性は「仕事・就労・収入」が37.1%で、他の項目に比べて圧倒的に多い。一方、女性は「育児や子どもの教育」が22.4%で、男性(9.3%)に比べ、2倍以上多い結果となった。

### 3-2 暮らしの中での楽しみ

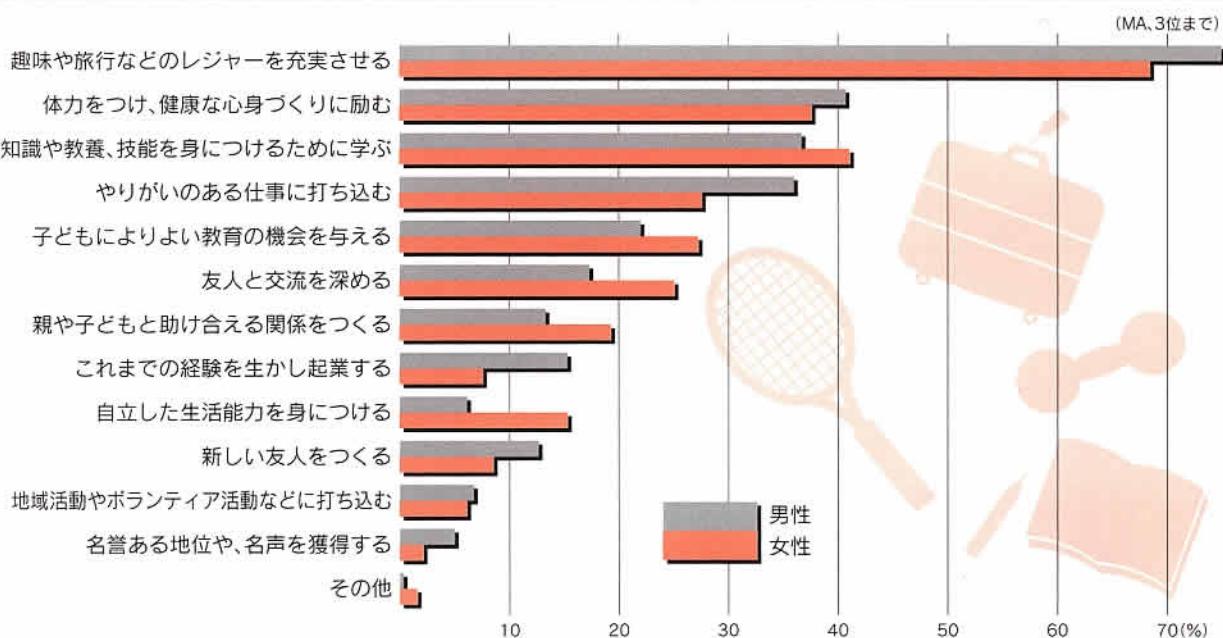
現在の暮らしの中で、あなたはどのように楽しんでいますか。



現在楽しみを感じていることについて尋ねたところ、男女共に1位は「パソコン」で、2位は「テレビ・ラジオ」だった。20項目のうち、「パソコン」「お酒」「スポーツ観戦」「ドライブ」「スポーツ」の5項目以外は、すべて女性のほうが高い数値となった。とくに女性の高さが際立つのは、「外食」「友だちづきあい」「ショッピング」「手芸・料理」で、いずれも女性のほうが20%以上高い結果となった。

### 3-3 現在やってみたいこと

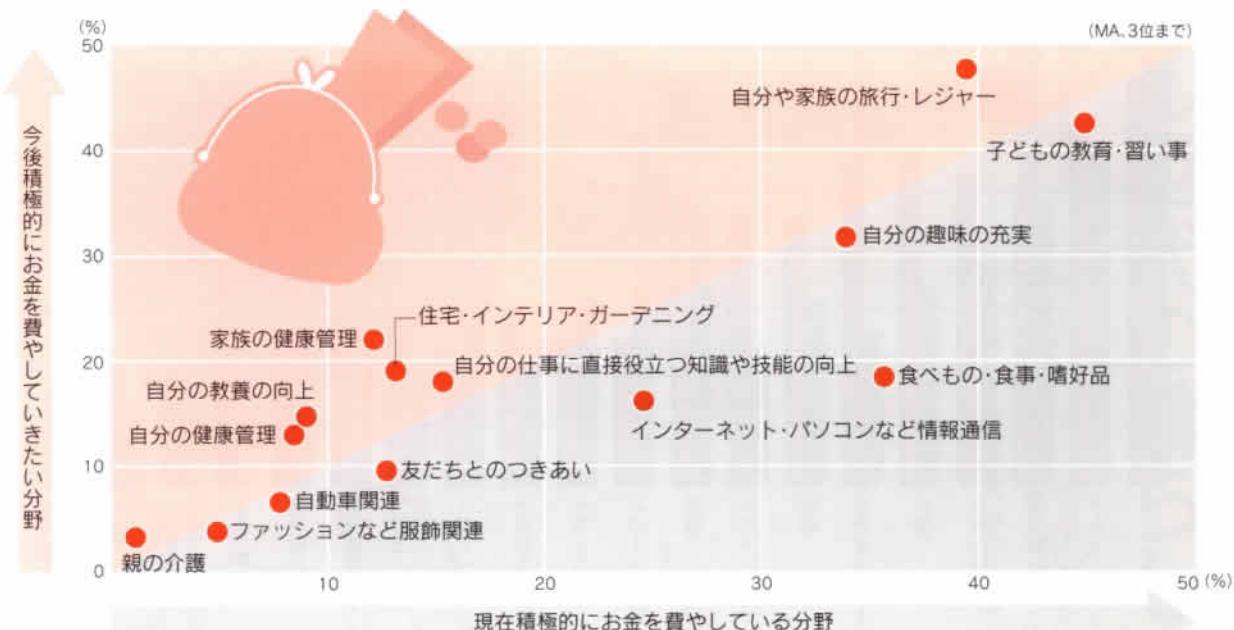
現在の生活の中で「～したい」「～できたらいいな」と思っていることは何ですか。



現在やってみたいことについて尋ねたところ、「趣味・旅行などのレジャーを充実させる」が男女共に最も高い結果となった。男女を比較すると「やりがいのある仕事に打ち込む」「これまでの経験を生かし起業する」は男性のほうに多く、「友人と交流を深める」「自立した生活能力を身につける」は、女性のほうに多かった。

### 3-4 お金の使い方(いま vs. これから)

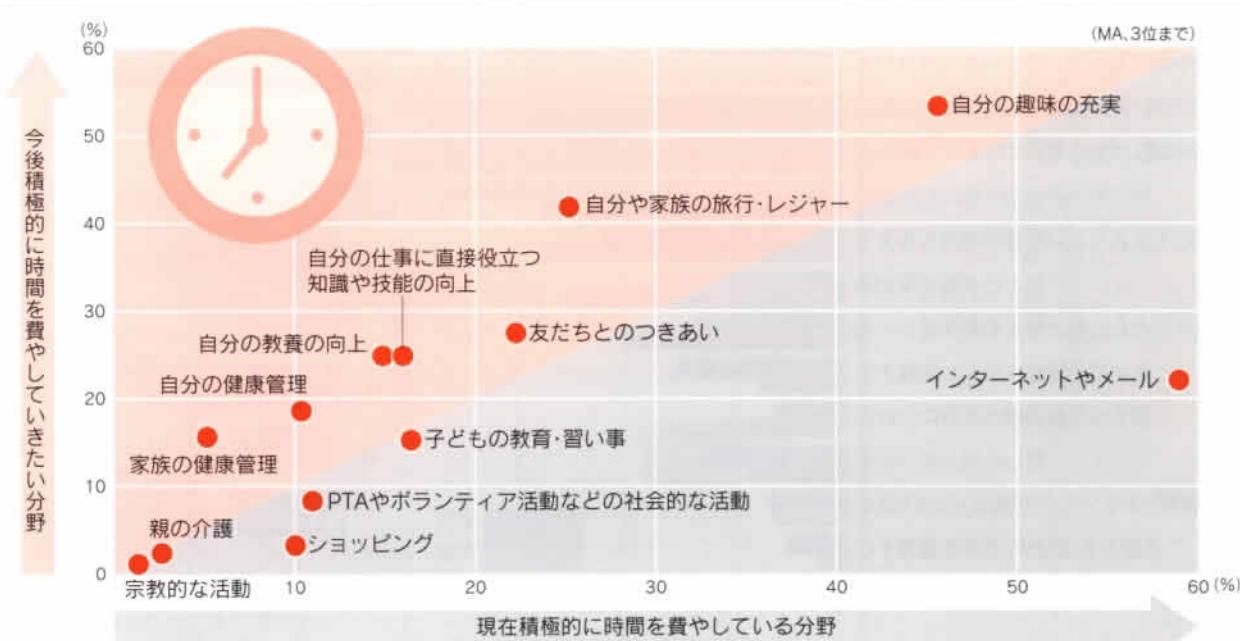
現在、積極的にお金を費やしていることは何ですか。／これから5年間くらいの中で、積極的にお金を費やしていきたいことは何ですか。



上図は「現在積極的にお金を費やしている分野」を横軸に、「今後積極的にお金を費やしていきたい分野」を縦軸にとった散布図である。対角線から右下に離れるほど、「現在費やしている」割合に対し、「これから費やしていきたい」という割合が少なくなっていることを示す。これが顕著なのは「食べもの・食事・嗜好品」「インターネット・パソコンなど情報通信」である。逆に対角線から左上に離れるほど、「現在費やしている」割合に対し、「これから費やしていきたい」という割合が多くなっていることを示す。これが顕著なのは「自分や家族の旅行・レジャー」「家族の健康管理」である。

### 3-5 時間の使い方(いま vs. これから)

現在、積極的に時間を費やしていることは何ですか。／これから5年間くらいの中で、積極的に時間を費やしていきたいことは何ですか。

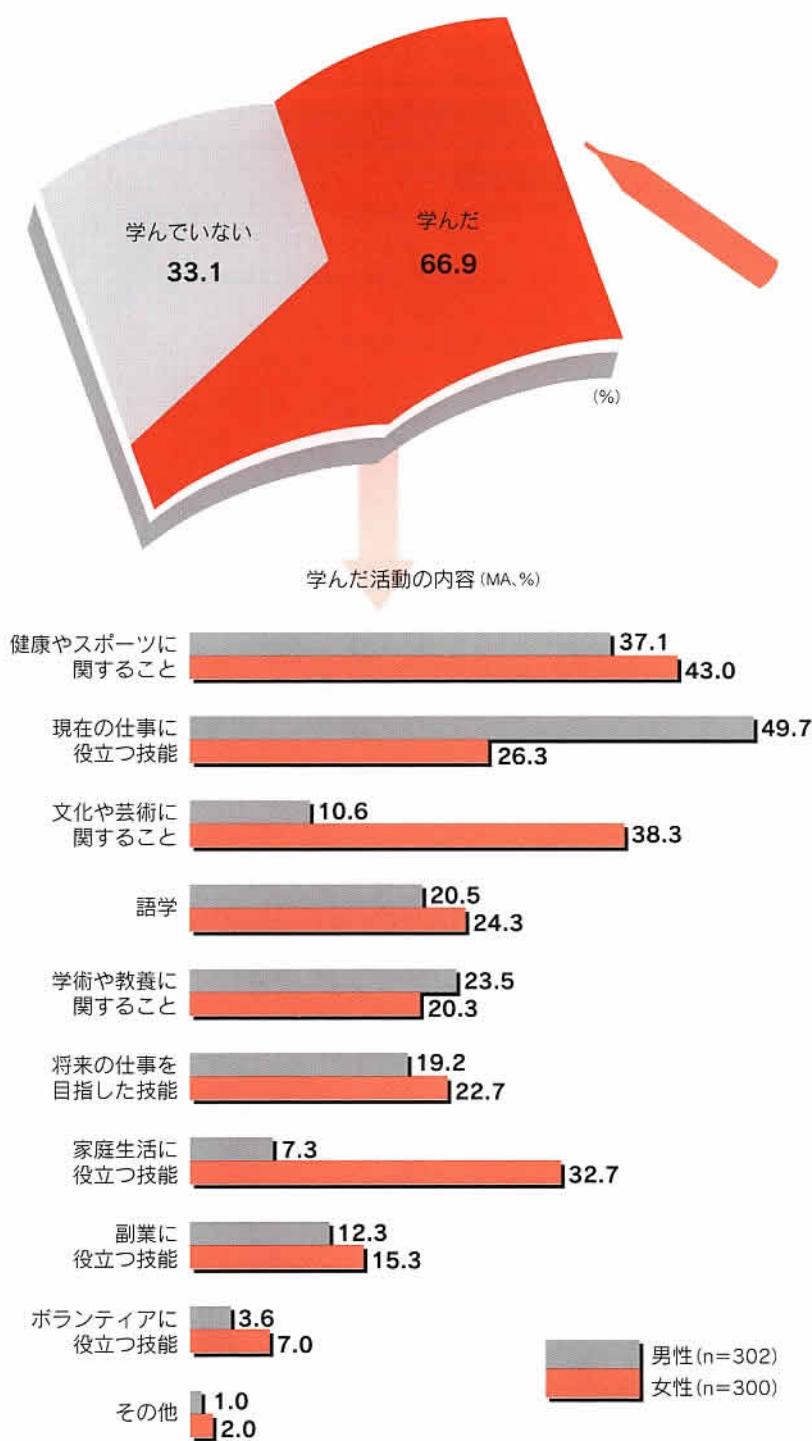


上図は「現在積極的に時間を費やしている分野」を横軸に、「今後積極的に時間を費やしていきたい分野」を縦軸にとった散布図である。「現在費やしている」割合に対し、「これから費やしていきたい」という割合が極度に少ないのは、「インターネットやメール」である。逆に「現在費やしている」割合に対し、「これから費やしていきたい」という割合が多くなっているのは、「自分や家族の旅行・レジャー」である。

## ミドル世代の「学」

### 4-1 学ぶ活動について&活動内容(全体・男女別)

この1年間で習い事やスポーツ、通信教育など、自分のために学ぶ活動を行いましたか。

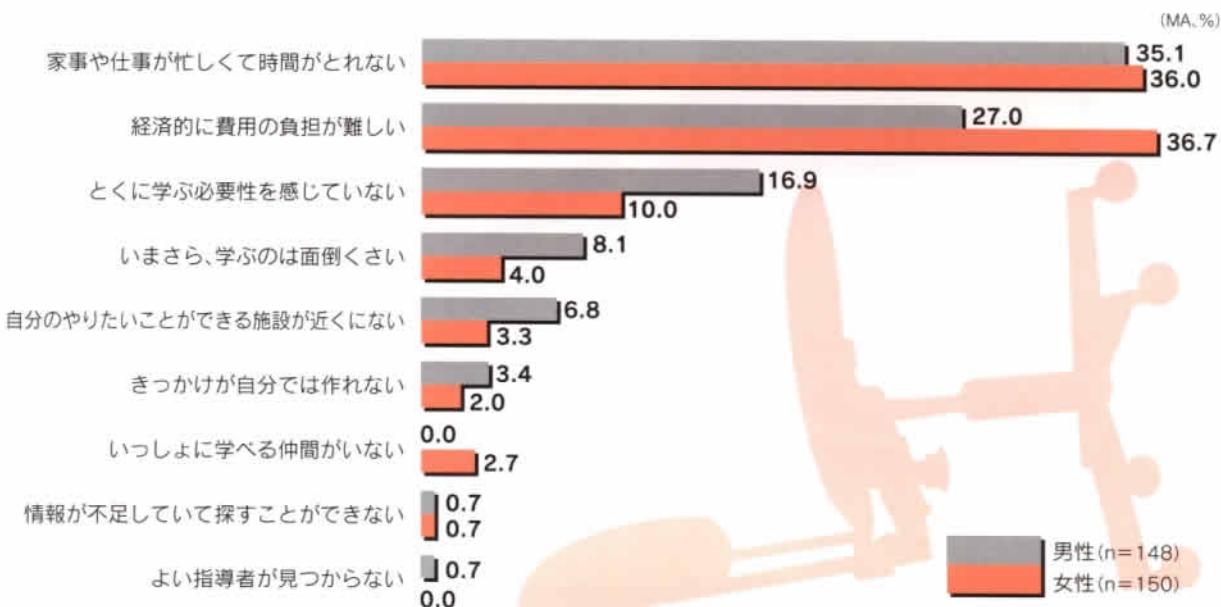


全体のおよそ3分の2が、この1年間で自分のために学ぶ活動を行っているという結果になった。また、学んだ内容について尋ねたところ、男女で大きな違いが見られ、男性では「現在の仕事に役立つ技能」が、女性では「文化・芸術に関する」と「家庭生活に役立つ技能」が多くあげられていた。

今まで紹介したアンケート結果によると、「ミドルの関心はもっぱら「趣味」「仕事」「家庭」などに向けられていて、「学び」に対する関心は非常に低いように思われる。「最も関心があること」として「自分の知識や教養の向上」を選ぶ人は全体の1割以下で、「時間の使い方」と「お金の使い方」を見ても、「学び」関係の項目に費やす割合は「パソコン」や「趣味」に到底及ばない。しかし、「現在やりたいこと」で「知識や教養・技能を身につけるために学ぶ」が全体の3位を占めるなど、「学び」に対する潜在的な欲求は高いことが分かる。この章では、そんなミドル世代が「学び」をどのようにとらえているのか、具体的に見ていく。

## 4-2 学ぶ活動を行わない理由

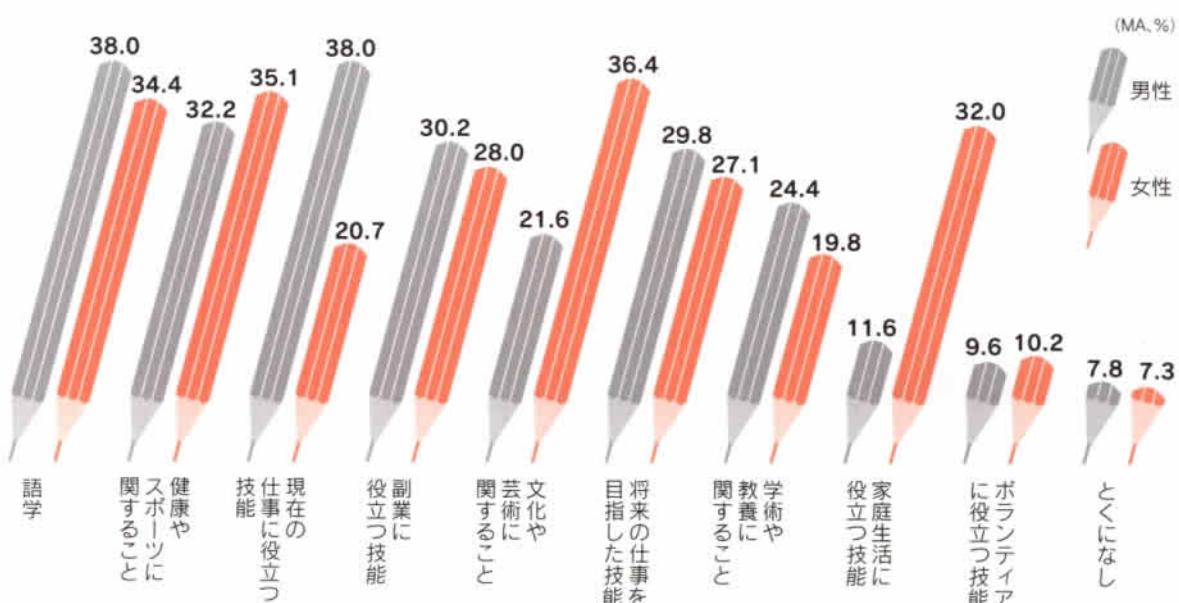
学ぶ活動を行っていない理由は何ですか。



「この1年間で学ぶ活動を行っていない」と回答した人に対して、その理由を尋ねたところ、男女共に「家事や仕事が忙しくて時間がとれない」「経済的に費用の負担が難しい」「とくに学ぶ必要を感じていない」が上位3位を占めた。ただし、「経済的に費用の負担が難しい」は女性のほうに多く、「とくに学ぶ必要を感じていない」は男性のほうに多くあげられた。

## 4-3 これから学びたいこと

これから学びたいと思っていることは何ですか。

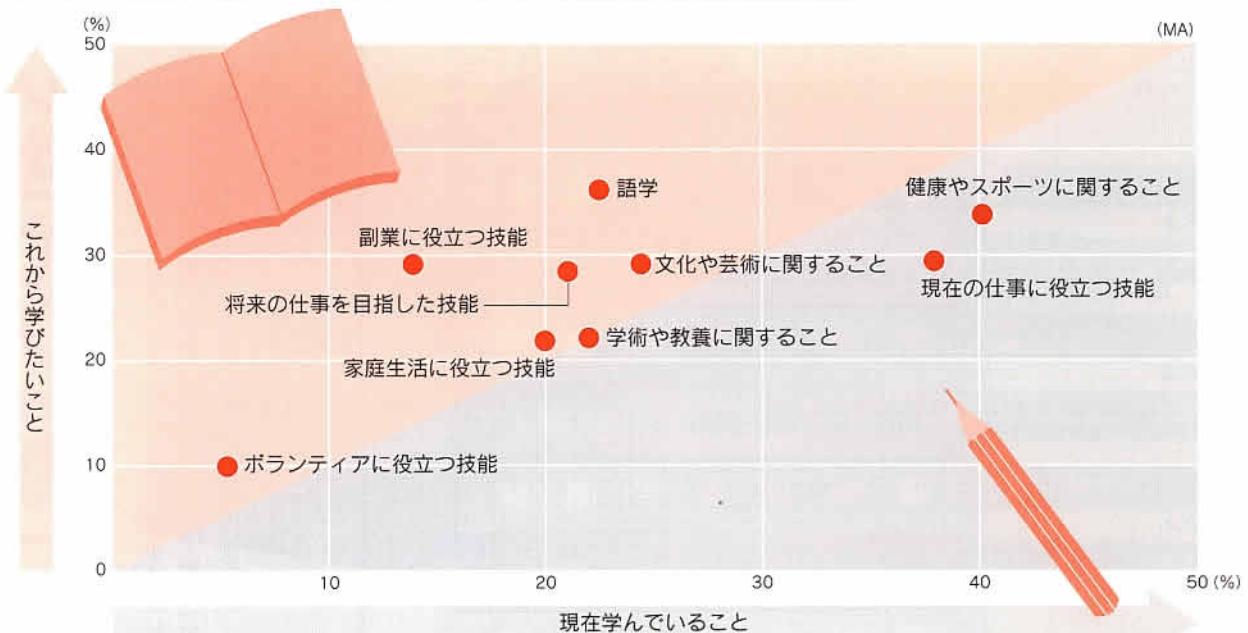


これから学びたいことを尋ねたところ、男女に共通して多かったのは「語学」と「健康やスポーツに関するこ

## 4-4

## 現在学んでいること、これから学びたいこと

この1年間で学んだ活動の内容は何ですか。／これから学びたいと思っていることは何ですか。

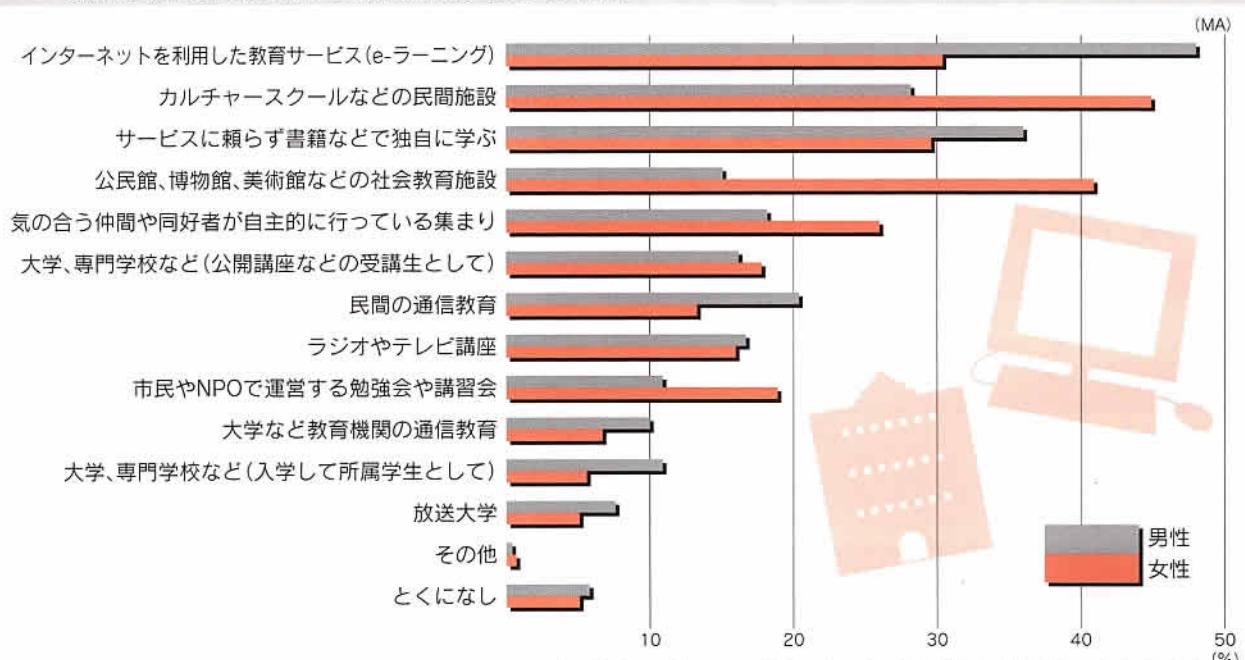


上図は「現在学んでいること」を横軸に、「これから学びたいこと」を縦軸にとった散布図である。対角線から右下に離れるほど、「現在学んでいる割合」に対し「これから学びたい」とする割合が少なくなっていることを示す。これが顕著なのは「現在の仕事に役立つ技能」「健康やスポーツ」などである。逆に対角線から左上に離れるほど「現在学んでいる割合」に対し、「これから学びたい」という割合が多くなっていることを示す。これがとくに顕著なのは「語学」「副業に役立つ技能」などである。

## 4-5

## 学びたい場

もし何かを学ぶとしたら、どのような場で学びたいですか。



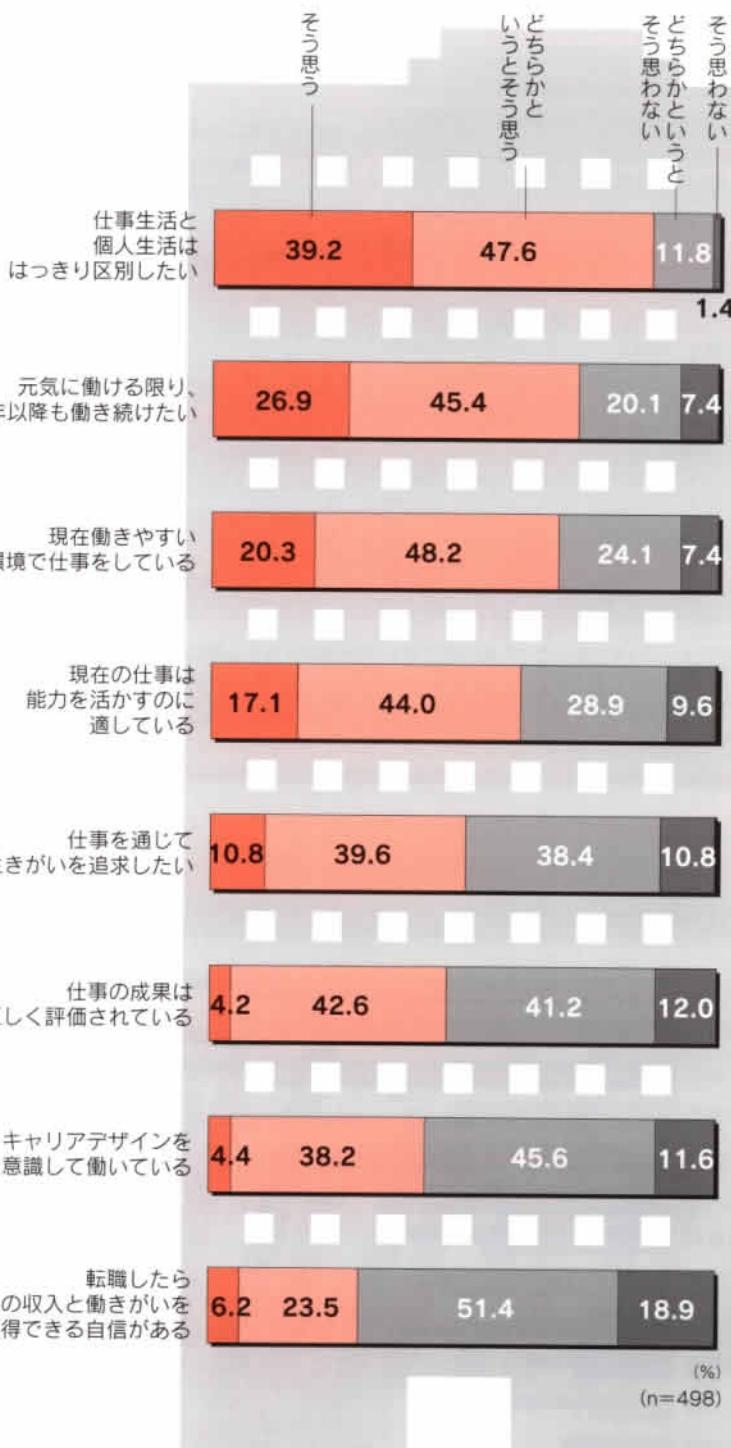
どのような場で学びたいかを尋ねたところ、男女で大きな違いが見られた。男性では1位が「インターネットを利用した教育サービス」、2位「サービスに頼らず書籍などで独自に学ぶ」、3位「民間の通信教育」。女性では1位が「カルチャーセンターなどの民間施設」、2位「公民館、博物館、美術館などの社会教育施設」、3位「インターネットを利用した教育サービス」。男性は家でひとりで学習する手段・場を望む割合が多いが、女性はカルチャーセンター、公民館、博物館、美術館など、家以外の場で他の人と一緒に学ぶ手段・場を望む割合が多かった。

# ミドル世代の「働く」

今まで紹介したアンケート結果によると、「ミドルの「仕事」に対する関心は非常に高いように思われる。「最も関心がある」と「自分の仕事・就労・収入」は全体で1位を占め、「遊ぶ」「学ぶ」「働く」の中では「働く」が最も重視されていた。「仕事に役立つ学び」に対する関心も高い。しかし、「仕事生活」に「満足」と回答する人は全体のわずか7.2%に過ぎない。このような乖離はなぜ起こるのだろうか。ミドルは「働く」ことを、どのようにとらえているのだろうか。

## 5-1 仕事や働き方に関する意識

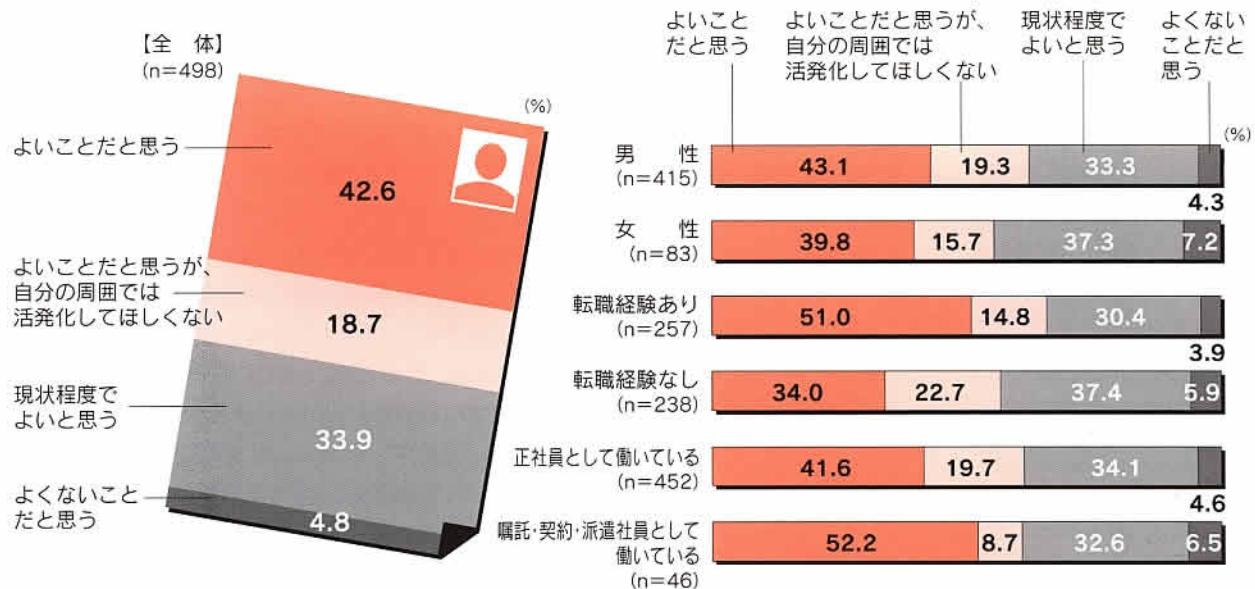
ご自身の仕事や働き方に関して、それぞれあてはまるものを選んでください。



現在「正社員」「嘱託・派遣社員」として働いているミドルに、自身の仕事や働き方に関する意識について尋ねたところ、「そう思う」「どちらかというとそう思う」の合計(以下「そう思う計」)が高い項目は、「仕事生活と個人生活ははっきり区別したい」(86.8%)、「定年以降も働き続けたい」(72.3%)だった。一方、「そう思う計」が低い項目は「転職したら今以上の収入と働きがいを獲得できる自信がある」(29.7%)、「キャリアデザインを意識して働いている」(42.6%)、「仕事の成果は正しく評価されている」(46.8%)で、いずれも「そう思う計」が全体の半数に満たなかった。

## 5-2 転職に対する意識(全体・男女・勤務形態別)

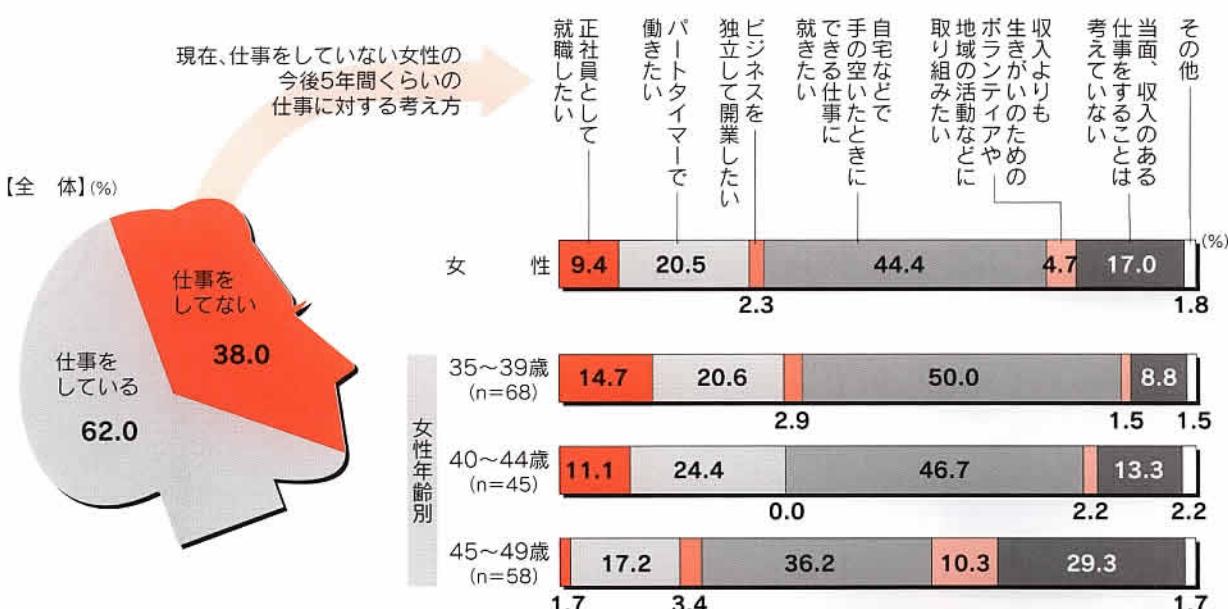
今のおあなたの立場から考えて、転職が活発になることは望ましいことだと思いますか。



現在「正社員」「嘱託・派遣社員」として働いているミドルに「転職が活発になるのは望ましいか」を尋ねたところ、「よいことだと思う」は42.6%で、転職を肯定的にとらえている人が、働いているミドルのおよそ4割を占めることが分かった。勤務形態別で見ると「転職経験あり」と「嘱託・契約・派遣社員」では、「よいことだと思う」という回答がそれぞれ50%を超えており、とくに転職に対して肯定的であることが分かった。一方、「よいことだと思う」が自分の周囲では活発化してほしくない「現状程度でよいと思う」という保守的な傾向が最も強かつたのは、「転職経験なし」のグループであった。

## 5-3 無職女性の仕事に対する考え方

現在収入のある仕事をしていますか。／今後5年間くらいの中の仕事に対する考え方で最も近いものを選んでください。



女性に「現在収入のある仕事をしているか」尋ねたところ、38%の女性が「収入のある仕事をしていない」という結果になった。そこで、彼女らに今後5年間の仕事に対する考えを尋ねたところ、およそ4分の3は、何らかのかたちで仕事をしたいという意志を持っていることが分かった。そのうち最も多いのは「自宅などで手の空いたときにできる仕事に就きたい」で、最も少ないのは「ビジネスを独立して開業したい」という結果になった。年代別に見ると、年代が上がるにつれ、「収入よりも生きがいのあるボランティア活動などに取り組みたい」と「収入のある仕事をすることは考えていない」が増加し、「正社員として就職したい」「自宅などで手の空いたときにできる仕事に就きたい」が減少するという結果になった。