



プロダクティブ・エイジング インサイト調査

生活者の実態と今後の課題について

調査概要

目的

老化に関する生活者の受け止め方、
ニーズの現状・実態を把握し、
「プロダクティブ・エイジング コンソーシアム」の
今後の活動に資する。

設計

調査方法：インターネット調査（インターネットパネル）

調査日程：2021年10月7日

対象エリア：全国

対象者：35～74歳 男女 計1,500サンプル

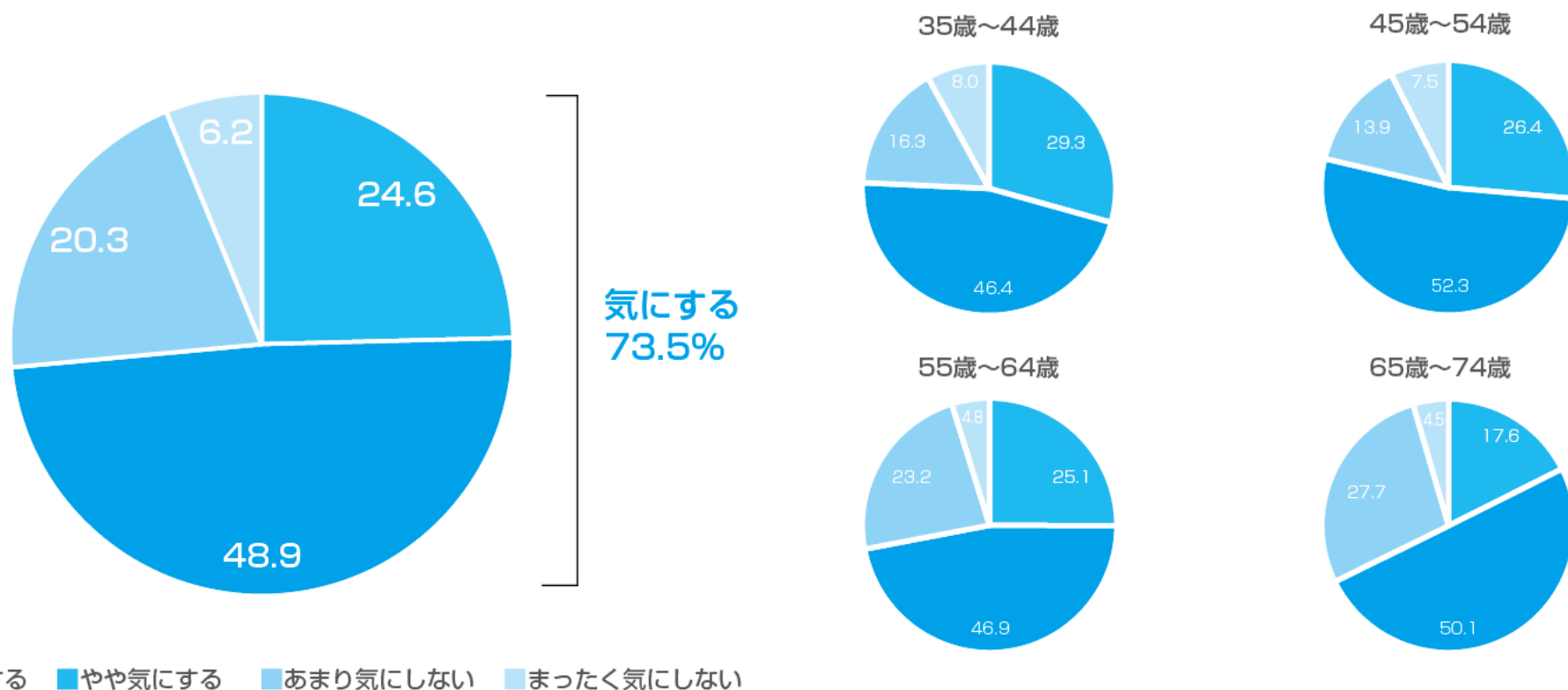
	35-44歳	45-54歳	55-64歳	65-74歳
男性	188	187	188	187
女性	187	188	187	188



幅広い層で、7割以上の生活者が、「老化」を気にしている

老化を気にする人、全体で**73.5%**。世代別にみても、大きな違いは見られない。
「老化」の悩みは、高齢だけのものではないことがうかがえる。

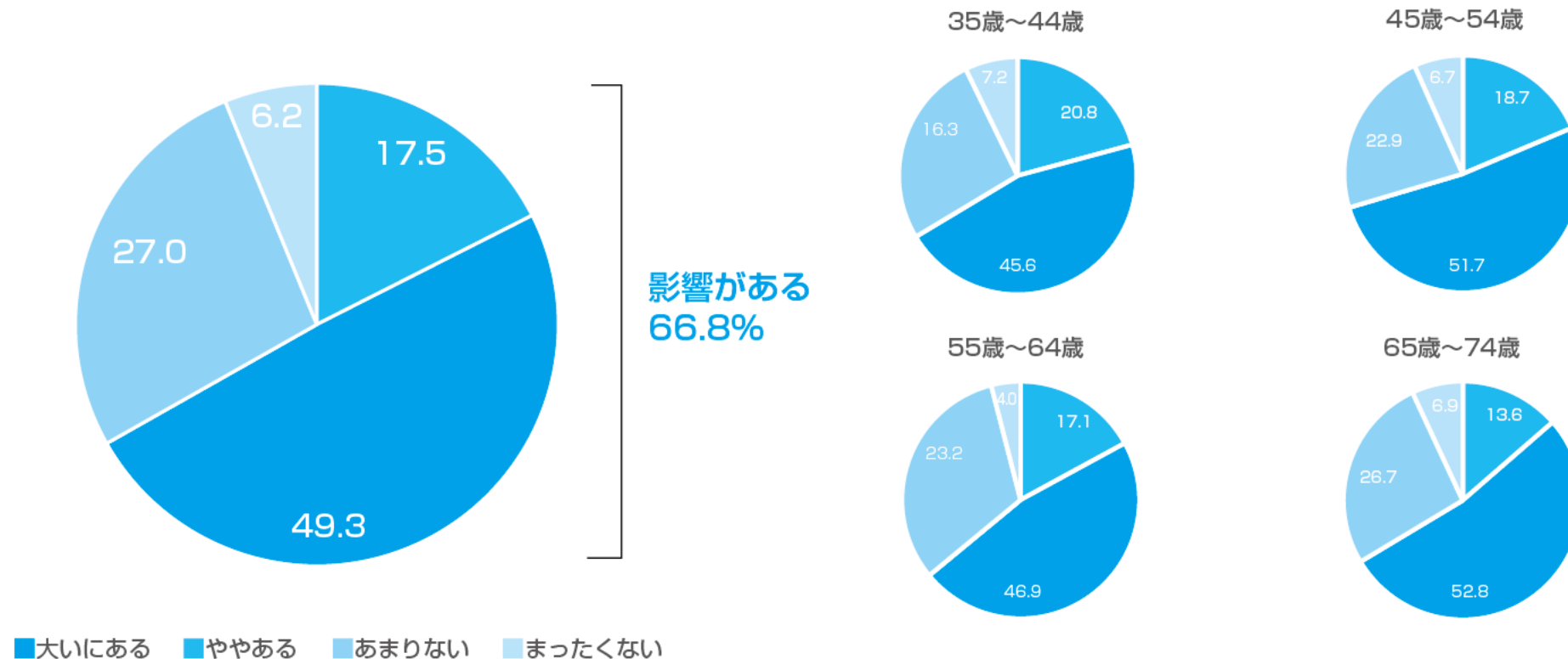
Q. あなたは、「歳を取った」ということをどの程度気にしますか。あなたのお気持ちに最も近いものをお知らせください。



さらに、老化は幅広い層で、日常生活へ影響が出ている

日常生活に影響が出る人、全体で **66.8%**。年代別でも、ほぼ同様。

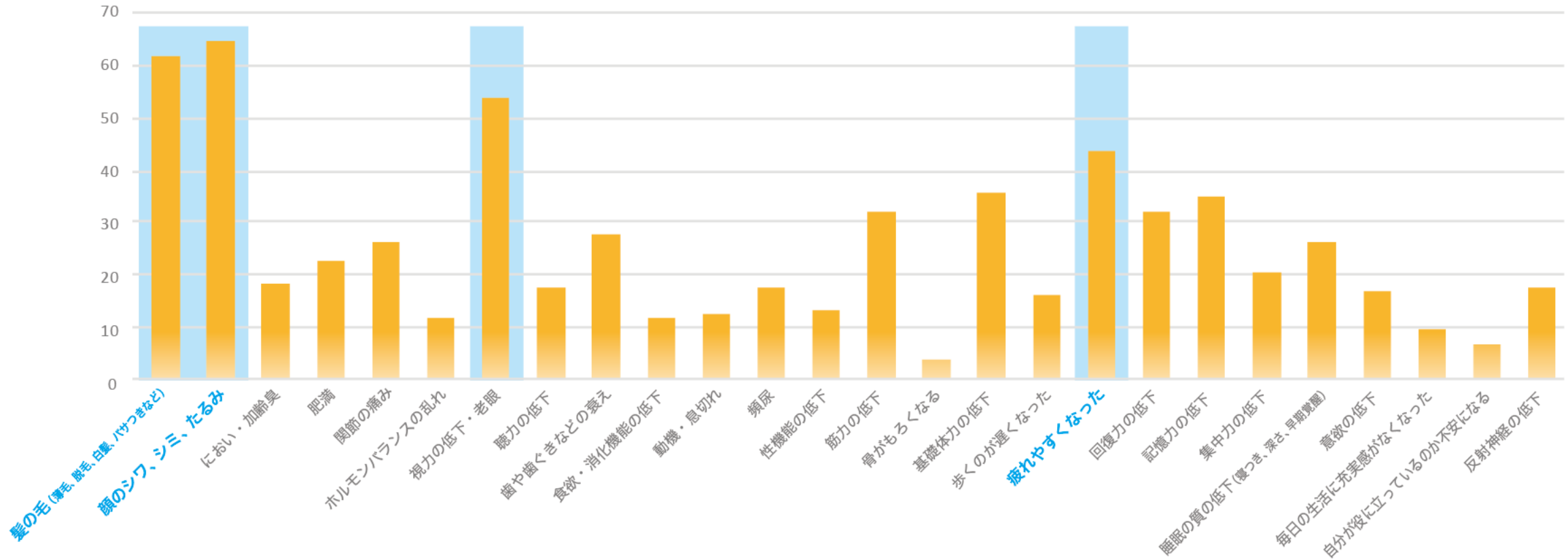
Q. あなたは、老化が原因と思われることで日常生活に影響が起きていることはありますか？



具体的には、様々な点で老化を感じている

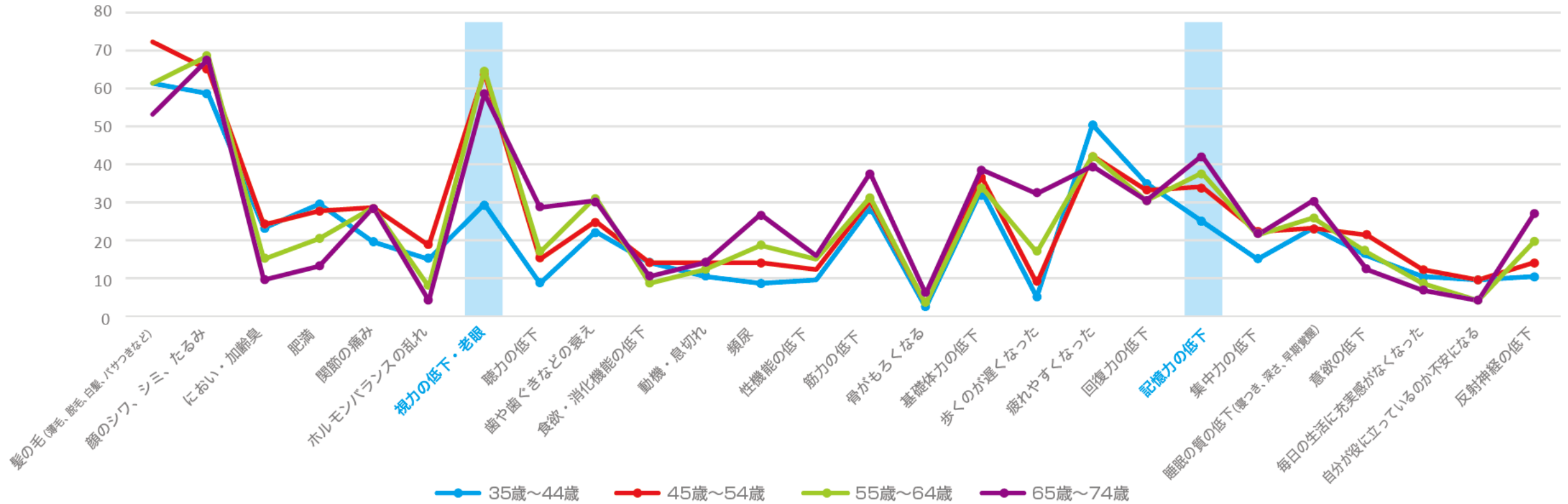
特に「髪の毛」「顔」といった見た目、
そして「視力」「疲れやすくなった」という身体機能で老化を感じている。

Q. あなたは、どこで老化を感じますか。あてはまるものを全てお選びください。(いくつでも)



年代別で見ても、大きな傾向は変わらない。
 特に「髪の毛」「顔」といった見た目、「疲れやすくなった」は、年代共通。
 「視力」や「頻尿」「記憶力」など、特定の身体機能は年齢に関係している。

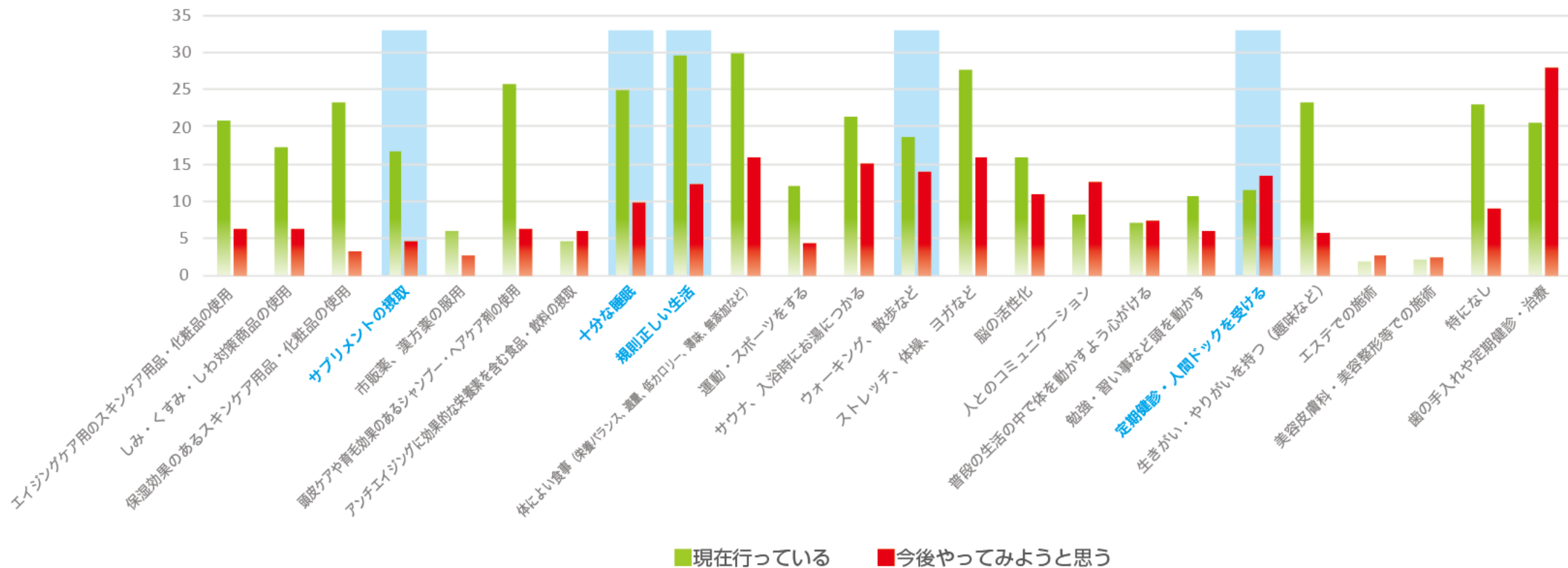
Q. あなたは、どこで老化を感じますか。あてはまるものを全てお選びください。(いくつでも)



老化に対する対処も、様々な方法がとられている

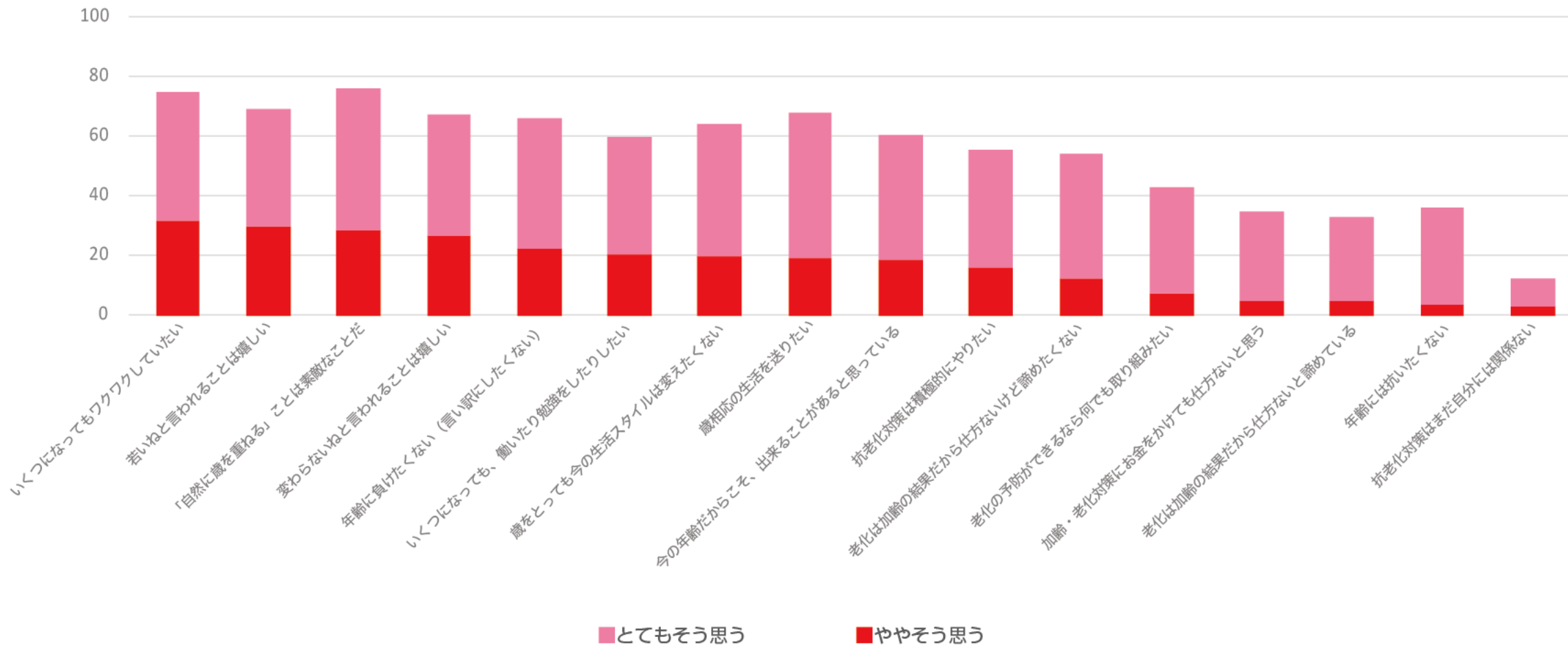
食事、睡眠、運動といった基本の生活活動、そして健診、サプリが上位にあげられる。
また、効果的な栄養素を含む食、脳の活性化などは今後の意向が高くなっている。

Q. 老化に対する対処法について、(1) 現在行っているもの (2) 今後やってみようと思うもの、それぞれにあてはまるものを全てお選びください。



老化に対する考え方は、いろいろあげられる

Q. 老化に対する考え方について、あなたのお気持ちに最も近いものをそれぞれ1つずつお選びください。



老化に対する考え方は…

自然に歳を重ね、いつでも・いつまでもワクワクしていきたい、という
加齢をポジティブにとらえる意識がうかがえる。

いくつになってもワクワクしていきたい

「自然に歳を重ねる」ことは素敵なことだ

若いねと言われることは嬉しい

いくつになっても、働いたり勉強をしたりしたい

変わらないねと言われることは嬉しい

年齢に負けたくない(言い訳にたくない)

歳相応の生活を送りたい

歳をとっても今の生活スタイルは変えたくない

今の年齢だからこそ、出来ることがあると思っている

抗老化対策は積極的に行いたい

老化は加齢の結果だから仕方ないけど諦めたくない

加齢・老化対策にお金をかけても仕方ないと思う

老化の予防ができるなら何でも取り組みたい

年齢には抗いたくない

老化は加齢の結果だから仕方ないと諦めている

抗老化対策はまだ自分には関係ない

老化に対する考え方もう少し深掘すると…

老化に関する考え方は、生き方と直結していることから、「価値観」と紐づけられていることがうかがえる。



そこで、価値観を含めて、コレスポネンス分析、クラスター分析により、生活者の老化に関する考え方の傾向の分析を行った。

1) 老化に対する考え方・価値観を整理する軸として

① 年齢にとらわれない・とらわている軸 ② リーダー(先頭)・フォロワー(追随)軸

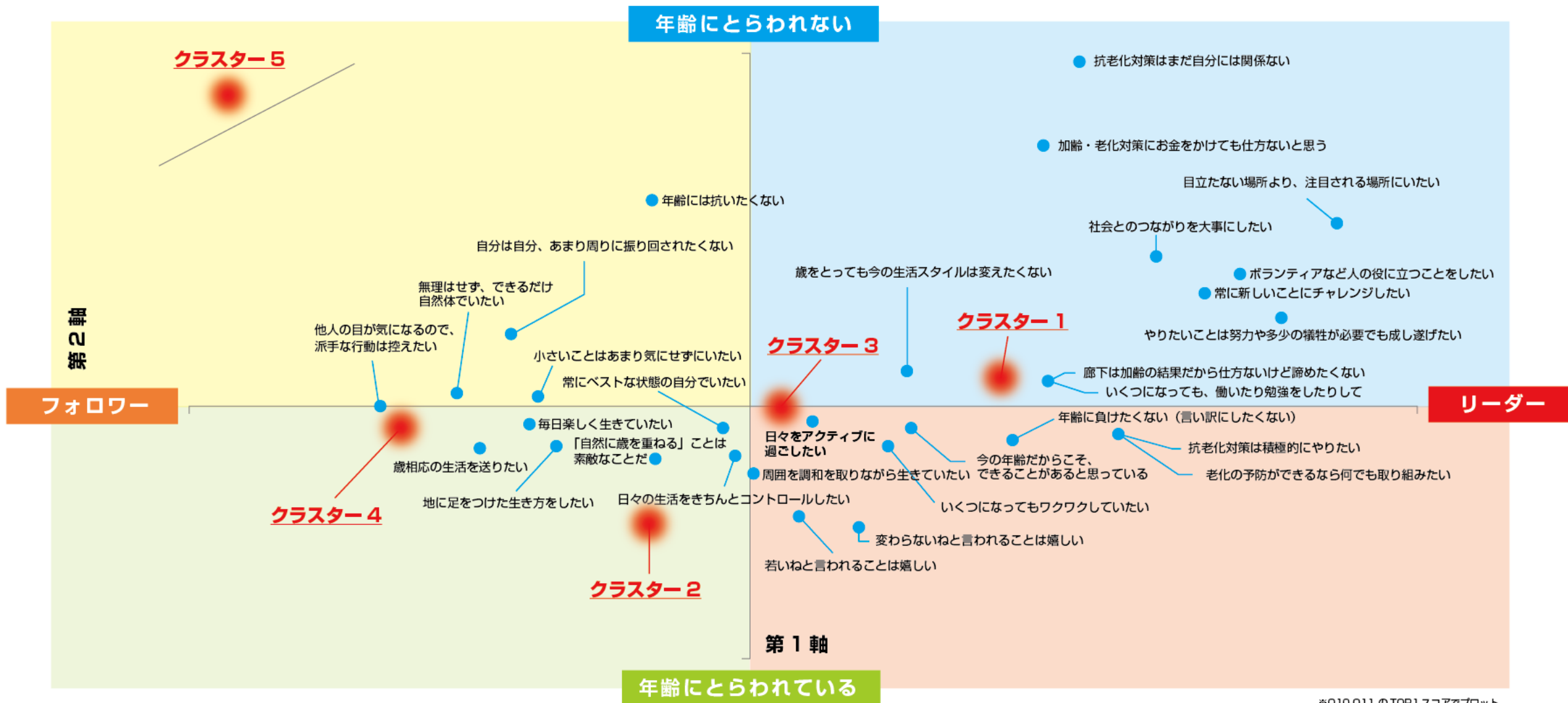
という2つの軸が見えてきた。(※詳細後述、軸の解釈は推論・仮説)

2) 価値観・老化に対する考え方のタイプとして

5つのクラスター が見えてきた。(※詳細後述)

コレスポネンズ分析

2つの軸と5つのクラスター



それぞれのクラスターの特徴

それぞれのクラスターは、基本、性年代ではなく、価値観・考え方で特徴づけられている。
ここでは、わかりやすくするために、典型的な人物像を提供したい。

		クラスター1 「いつもワクワクしたい」	クラスター2 「自分らしくきちんとしたい」	クラスター3 「諦めないけど、無理はしない」	クラスター4 「目立たず、周囲に合っていたい」	クラスター5 「自分には関係ないと感じている」
						
全体構成比(%)		14.8	13.7	24.1	28.5	17.7
内訳(%) クラスター内	性別	■男性(48.2) / 女性(51.8)	■男性(30.6) / 女性(69.4)	■男性(51.9) / 女性(48.1)	■男性(47.1) / 女性(52.9)	■男性(66.0) / 女性(34.0)
	年代別	■35-44歳(31.5) ■45-54歳(23.4) ■55-64歳(23.4) ■65-74歳(21.6)	■35-44歳(26.7) ■45-54歳(22.8) ■55-64歳(25.7) ■65-74歳(24.8)	■35-44歳(24.6) ■45-54歳(26.2) ■55-64歳(22.9) ■65-74歳(26.2)	■35-44歳(22.0) ■45-54歳(23.2) ■55-64歳(26.9) ■65-74歳(27.9)	■35-44歳(24.2) ■45-54歳(27.9) ■55-64歳(25.7) ■65-74歳(22.3)
意識		『いくつになっても、 ワクワクしたい』 老化は気になるけど、老け込むことなく 素敵に歳を重ねたい。社会や人と関わり 合いながらポジティブに生きていきたい。	『堅実に、ちゃんとしていたい』 自分なりの楽しさは求めるが、無理は したくない。自分が納得できればそれ でいい。外見はきちんとしたいから、 若さを褒められるのは嬉しい。	『諦めず、頑張りたい』 歳をとっても、人や社会とのつながって いたいし、やりたい事は簡単には諦め たくないから、自分なりに頑張りたい。	『年相応に、 周囲に溶け込んでいたい』 自分は自分、無理せず年相応な暮らしで いい。悪目立ちはしたくない。	『まだまだ関係ない。他人事』 自分事化できていない。今の暮らし中心。 自分事ではないので、老化に対して消極 的。老化は仕方ないことと諦めている。 人や社会との関わり合いにも消極的。
行動		■老化対処は積極的に色々やっている	■老化対処は色々やっている。美容にお金 をかけている ■内側からも外側からも頑張って対処 している ■効果があるものなら試したい	■老化対策もそれなりにやっている ■お金をかけずに自分なりに頑張って老化 対処をしている	■お金をかけた対処までは、あまり考え ていない	■健康維持の為に運動はしているが、老化 対策にお金はあまりかけたくない
情報検索行動		自分で調べたり、人との情報交換もしたり する	自分で調べたり、人との情報交換もしたり する	自分で調べたり、人との情報交換もしたり する	老化対処の情報もそれなりに取る	情報感度は低く、受動的

それぞれのクラスターは、
「価値観」、「考え方」で特徴づけられている。

しかし、抗老化の行動では、その内容に大きな違いが見つけられなかった。

それは、正しい情報、そして知識が十分に存在しないことから、
意識・意向があっても、行動につながらない状況が生じているのかもしれない。



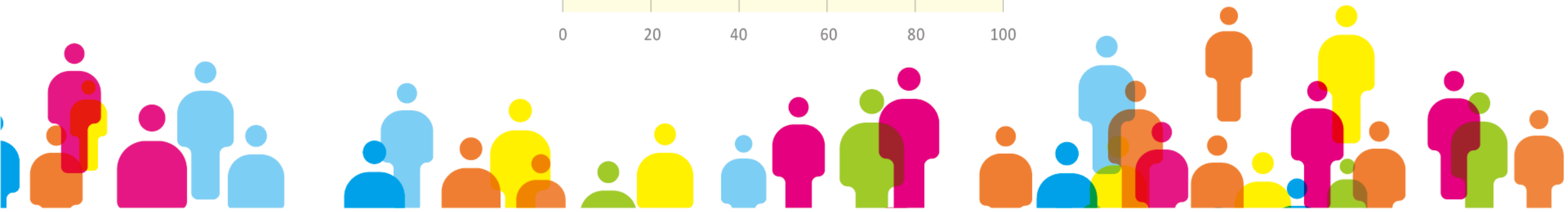
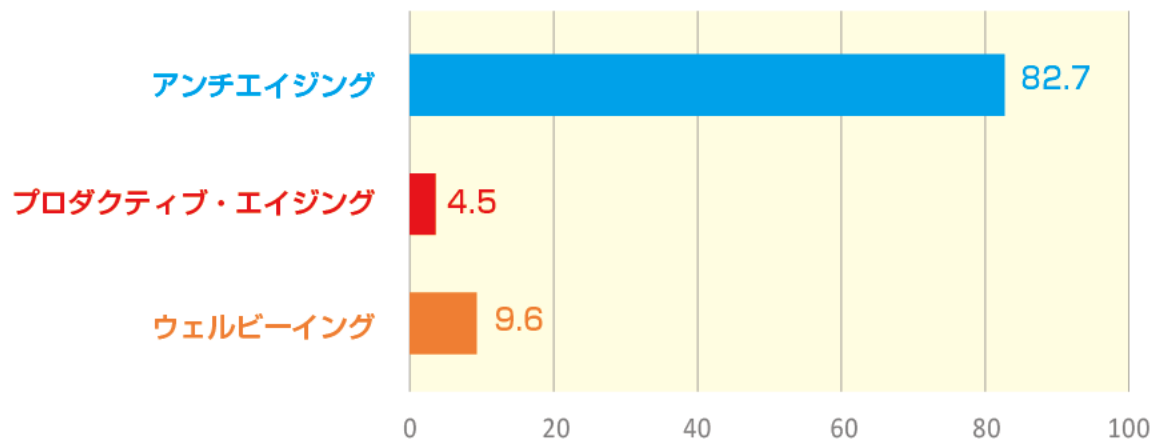
「プロダクティブ・エイジング」という言葉は、まだまだ、知られていない

「プロダクティブ・エイジング」の認知は **4.5%**。まだまだ知られていない。

一方で、「アンチエイジング」は **82.7%** と幅広く普及している。

また、「ウェルビーイング」も、その認知は **9.6%**にとどまっている。

Q. あなたが、以下の「言葉」の中で知っているものをお知らせください。(いくつでも)



最後に、まとめると

幅広い年代の生活者が、老化を気にしているという事実。その考え方は、価値観でいくつかのタイプが分かれるが、その根底には、共通して以下のインサイトが見受けられる。

- ・ **いくつになってもワクワクしたい**
- ・ **自然に健康的に歳をとりたい**
- ・ **老化をあきらめたくない**

しかし、情報や知識が不足していて、それが行動につながらないという状況ではないか。
生活者のインサイト、本当のニーズを実現していくことが、すなわち“プロダクティブ・エイジング”であり、
コンソーシアムとして主張や情報を発信していく必要があると言えよう。



