

INVESTOR INSIGHTS 2025 (リタイアメント)

—リタイアメントに関する意識調査—

はじめに

これからの人生をより豊かに、安心して過ごすために——。本冊子は、そうした問いに答えることを目的に実施したアンケート調査「Investor Insights 2025(リタイアメント)ーリタイアメントに関する意識調査ー」の主要な結果をまとめたものです。全国の50歳以上、約1万1千人の回答を基に、リタイアメント世代(60代以上)と準リタイアメント世代(50代)の暮らし方やお金に対する考え方を多角的に分析しました。

人生100年時代と言われる現在、働き方・暮らし方・お金の使い方は多様化しています。年齢や家計の状況によって、不安や優先順位も異なります。本調査では、主観的な幸福度や将来への不安、退職時に想定していた目標資産額、実際の資産の取り崩し状況、就労の動機、資産寿命の見通し、日常の支出項目など、生活と資産運用の両面から現状を把握しました。個人の資産設計だけでなく、金融商品・サービスの設計、地域や企業による高齢者支援、政策立案のヒントにもつなげていただければと考えています。

本冊子では、調査結果を図表とともに分かりやすく整理し、各章ごとに要点と考察を示しています。本調査結果が皆様の今後の判断や対話のきっかけとなれば幸いです。

2026年 4月

野村アセットマネジメント株式会社
資産運用研究所

INVESTOR INSIGHTS 2025 (リタイアメント)

ーリタイアメントに関する意識調査ー

目次

4

調査概要

リタイアメント層プロフィール	5
調査時点における市場環境	6
まとめ	7

11

第1章 リタイアメント層の意識

ー老後は幸せかー

Q1.リタイアメント層の幸福度	12
Q2.自身と環境に対する満足度	15
Q3.将来への不安	17

19

第2章 リタイアメント層の資産と収入

ーリタイア前後のお金の計画ー

Q4.リタイアメント時に目標としていた(している)金融資産額	20
Q5.現役時代と比較したリタイア後の収入・支出の割合	24

25

第3章 リタイアメント層の就労状況

ー生きるために働くー

Q6.就労状況の概要	26
Q7.働く理由は生活資金のため?生きがいのため?	27

31

第4章 リタイアメント層の「3つの寿命」

ー見えない資産寿命ー

Q8.生命・健康・資産寿命	32
---------------	----

39 第5章 リタイアメント層のお金の使い方 —実はお金を使いたい?—

Q9.取り崩しの状況	40
Q10.取り崩しの方針	42
Q11.現在使っているお金	44
Q12.使って良かったお金・使って後悔したお金	48
Q13.資産承継の方針	50

52	リタイアメント ソリューション部について	52
	資産運用研究所について	53
	野村アセットマネジメントからのお知らせ	54

調査概要¹

- 調査目的** リタイアメント層の生活の実態、資産運用状況を含めた経済状況、今後の資産管理に関する課題やニーズを明らかにする。なお、本調査におけるリタイアメント層は60代以上を指し、準リタイアメント層として50代も対象とする。
- 調査手法** インターネット調査
- 調査対象** 50歳以上・男女個人・関連業種の従事者(金融業界、市場調査、マスコミ、広告代理店)は除外
- 有効回答数²** 10,710サンプル(回収ベース)エリア×性別×年代の母集団準拠で回収
- 調査地域** 全国
- 調査時期** 2025年10月24日(金)～2025年10月28日(火)

区分	項目	サンプル数	構成比
全体	合計	10,710	100%
年齢	50～54歳	1,911	18%
	55～59歳	1,757	16%
	60～64歳	1,657	15%
	65～69歳	1,816	17%
	70～74歳	2,009	19%
	75～79歳	1,560	15%
年齢区分	リタイアメント層(60～79歳)	7,042	66%
	準リタイアメント層(50～59歳)	3,668	34%
性別	男性	5,188	48%
	女性	5,522	52%
職業別	会社員・公務員等	3,228	30%
	自営・自由業	611	6%
	パート・アルバイト	1,673	16%
	専業主婦・主夫	1,999	19%
	無職他	3,088	29%
	その他	111	1%
就労区分	就労者 ^{*1}	5,623	53%
	非就労者	5,087	47%
地域別	北海道／東北	1,289	12%
	関東	3,497	33%
	北陸／信越	674	6%
	東海	1,208	11%
	近畿	1,716	16%
	中国	670	6%
	四国	399	4%
	九州／沖縄	1,257	12%

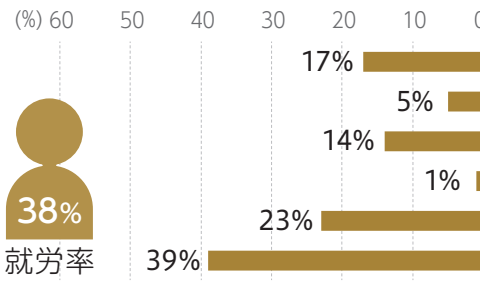
区分	項目	サンプル数	構成比
年間収入(世帯)	わからない・答えたくない	3,831	36%
	0円(ない)	167	2%
	300万円未満	2,244	21%
	300万円～500万円未満	2,069	19%
	500万円～700万円未満	932	9%
	700万円～1,000万円未満	830	8%
	1,000万円～1,500万円未満	392	4%
	1,500万円～2,000万円未満	107	1%
	2,000万円～5,000万円未満	89	1%
	5,000万円以上	49	0%
金融資産 ^{*2} (世帯)	わからない・答えたくない	5,325	50%
	0円(ない)	663	6%
	300万円未満	1,295	12%
	300万円～500万円未満	471	4%
	500万円～700万円未満	253	2%
	700万円～1,000万円未満	386	4%
	1,000万円～1,500万円未満	409	4%
	1,500万円～2,000万円未満	388	4%
	2,000万円～5,000万円未満	982	9%
	5,000万円～1億円未満	377	4%
1億円以上	161	2%	
投資家別	投資家 ^{*3}	2,266	48%
	非投資家	2,456	52%
投信保有別	投信保有者 ^{*4}	1,142	24%
	投信非保有者	3,580	76%

- ※1 就労者とは、職業について「会社員・公務員等」、「自営・自由業」、「パート・アルバイト」、「その他」を合計した人
- ※2 金融資産とは、貯蓄額・金融資産(預貯金、有価証券など。不動産は除く)の合計
- ※3 投資家とは、「現在、あなたの世帯の金融資産は、どのような金融商品の配分になっていますか。合わせて100%になるようにお答えください」という設問で、「外貨預金」「国内株式」「海外株式」「国内債券」「海外債券」「投資信託(ETF、J-REITを含む)」、「その他(FXなどを含む)」等のいずれかに1%以上と回答した人(以下、同)。金融資産の金額について「わからない・答えたくない」「0円(ない)」とした5,988人を除いた4,722人を対象として集計。
- ※4 投信保有者とは、「現在、あなたの世帯の金融資産は、どのような金融商品の配分になっていますか。合わせて100%になるようにお答えください」という設問で、「投資信託(ETF、J-REITを含む)」に1%以上と回答した人(以下、同)。金融資産の金額について「わからない・答えたくない」「0円(ない)」とした5,988人を除いた4,722人を対象として集計。

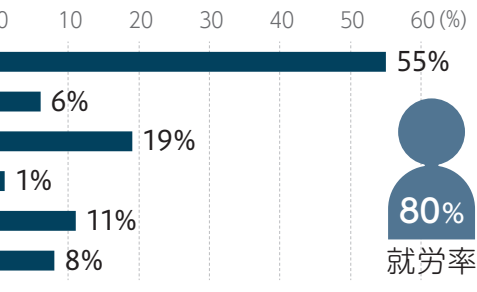
- 1 本資料において、特に記載のない限り、各数値は小数点第1位を四捨五入した整数で表示。回答の割合を四捨五入して表示していることにより、内訳の合計が100%にならない場合がある
- 2 本資料において、nは各属性のサンプル数を表す

リタイアメント層プロフィール

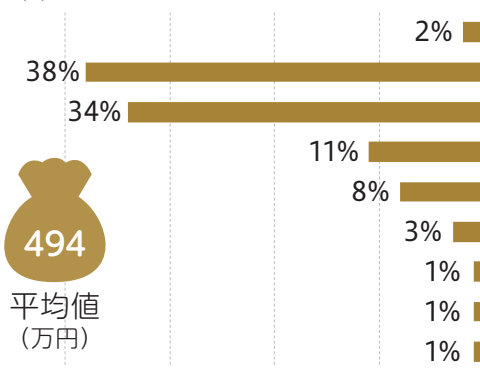
リタイアメント層



準リタイアメント層



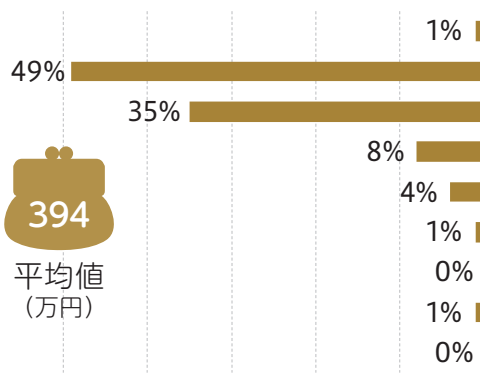
世帯年間収入の分布



世帯年間収入の分布



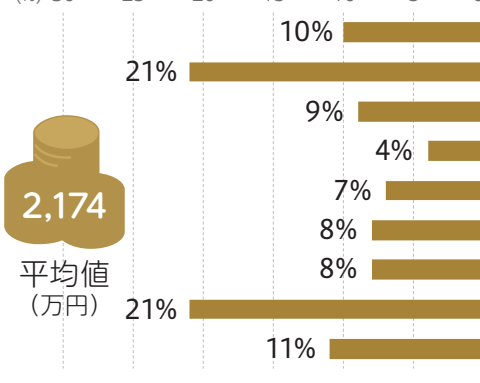
世帯年間支出の分布



世帯年間支出の分布



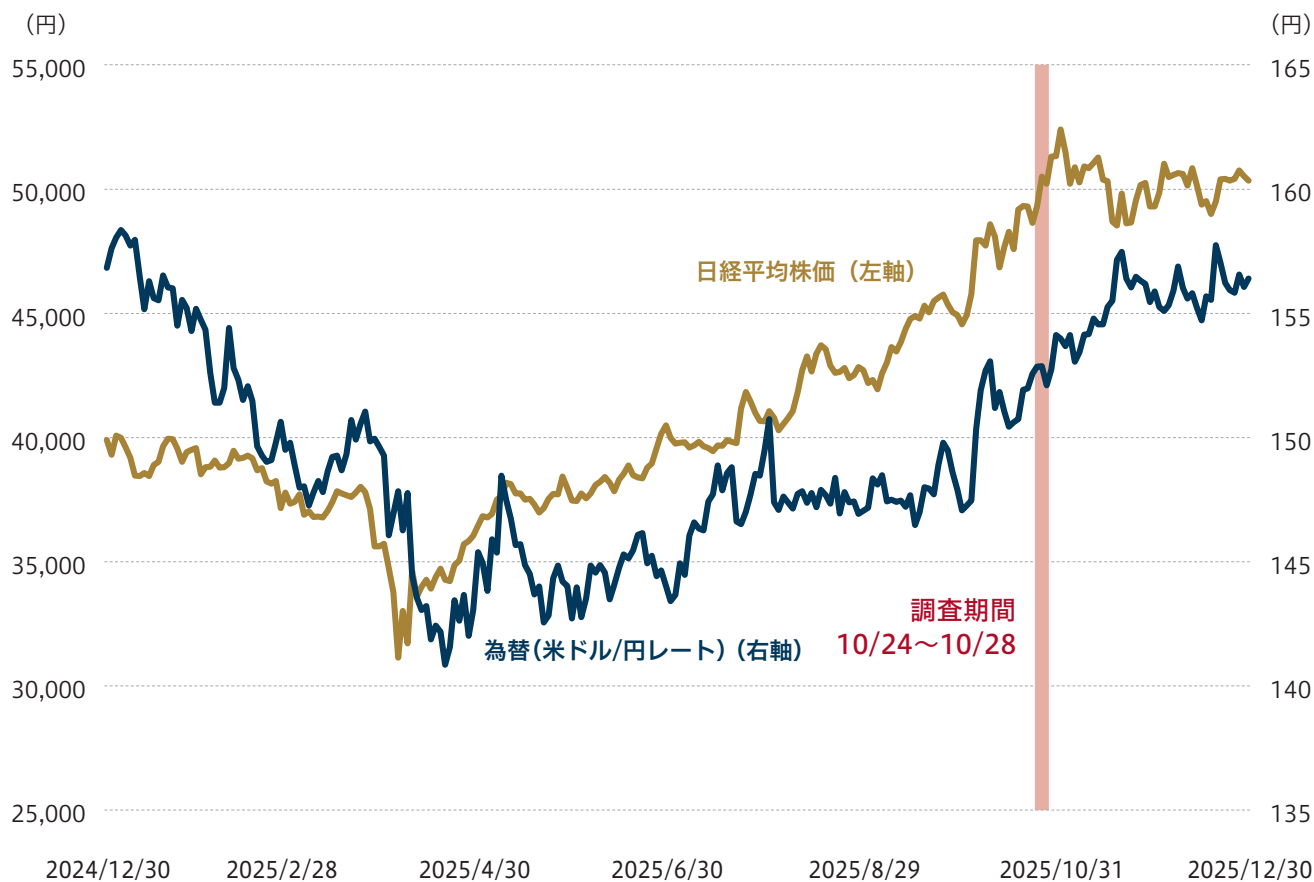
金融資産額の分布



金融資産額の分布



調査時点における市場環境



(期間)2024年12月30日～2025年12月30日、日次
(出所)ブルームバーグのデータを基に野村アセットマネジメント作成

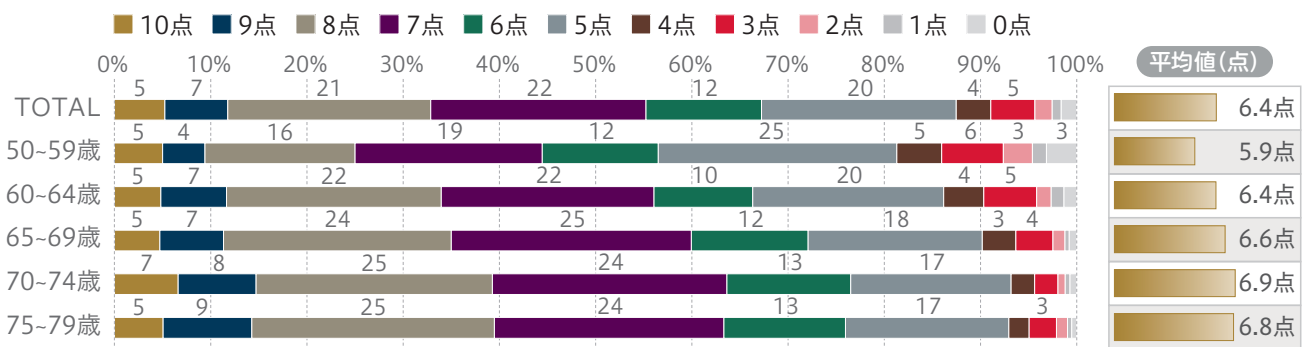
まとめ

「Investor Insights 2025 (リタイアメント)ーリタイアメントに関する意識調査ー」では、全国の50歳以上を対象に1万超の有効サンプルを得て、リタイアメント世代(60代以上)と準リタイアメント世代(50代)の生活やお金に関する意識を多面的に把握した。主要な示唆は以下の通りである。

まず、「自身が考える幸福度」は年齢が上がるほど高くなり、また金融資産額が多いほど高くなる傾向が見られる。一方、将来への不安は全世代で「健康」が

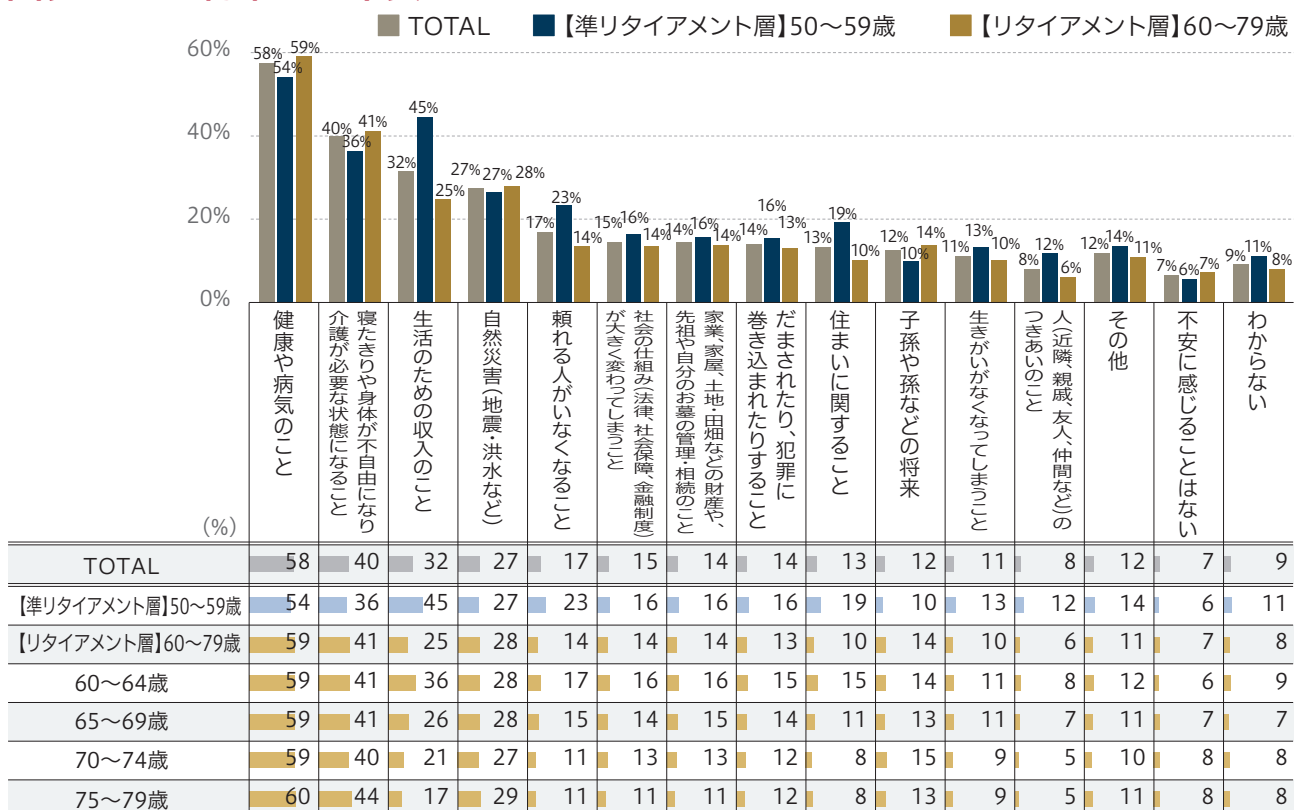
最も大きく、次いで「生活資金(収入)」への不安が続くが、年齢が上がるほど生活資金への不安は低下する。

図表1-1：幸福度



※3%未満非表示 (以下、同) ※平均値(点)は小数点第1位まで表示

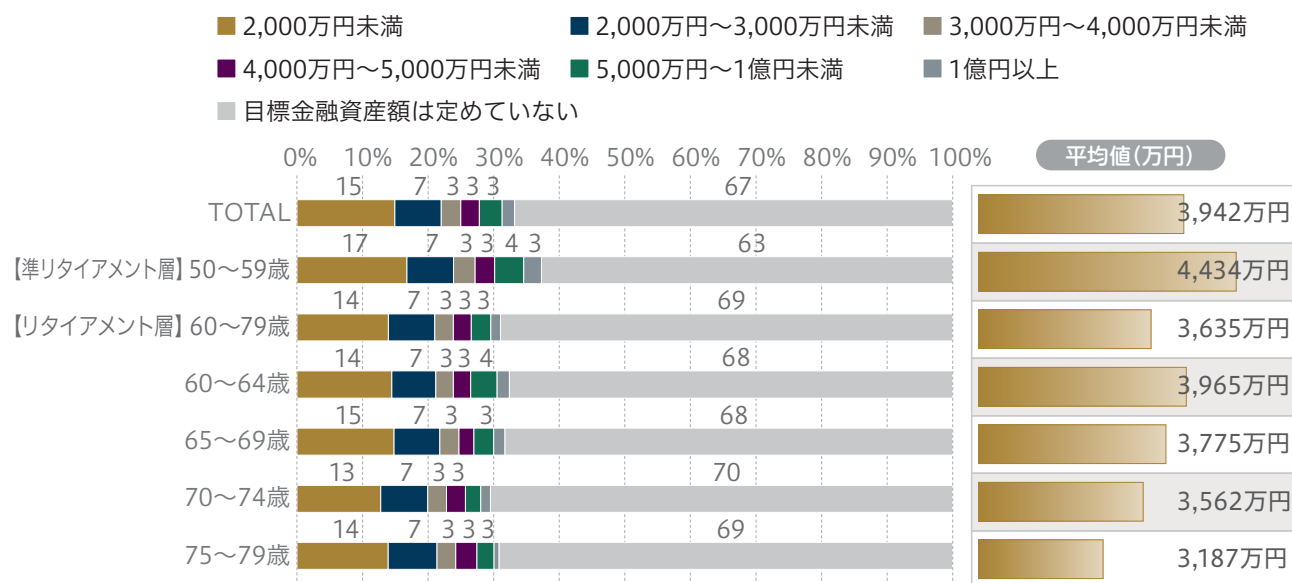
図表3-2：将来への不安



リタイア時に目標金融資産額を定めていた人は全体の3割程度である。定めていた人の目標金額の平均値は準リタイ

アメント層がもっとも高く、将来への不安から高い金額を希望している可能性がある。

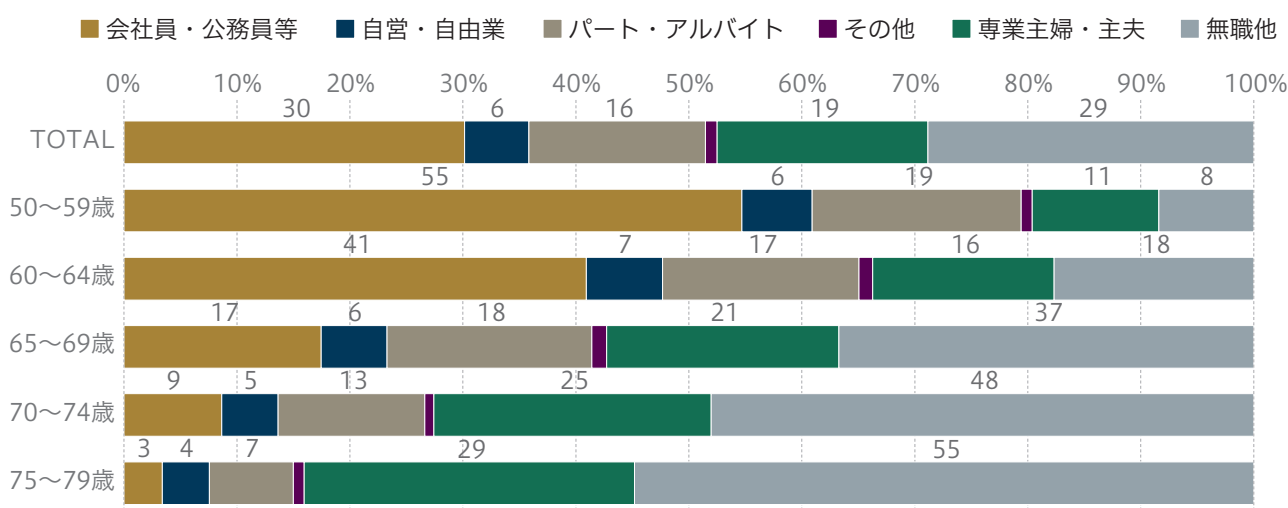
図表 4-2：年代別 目標金融資産額の分布と平均値



就労については、高齢層でも一定数が働き続けており(65～69歳で就労率約43%)、働く理由は年代で変化する。50～60代は「生活資金のため」に働く割合

が高く、70代では「生きがいのため」が増える。また「生きがいのため」に働く人の方が「生活資金のため」に働く人より幸福度が高い傾向が見られる(p27～30参照)。

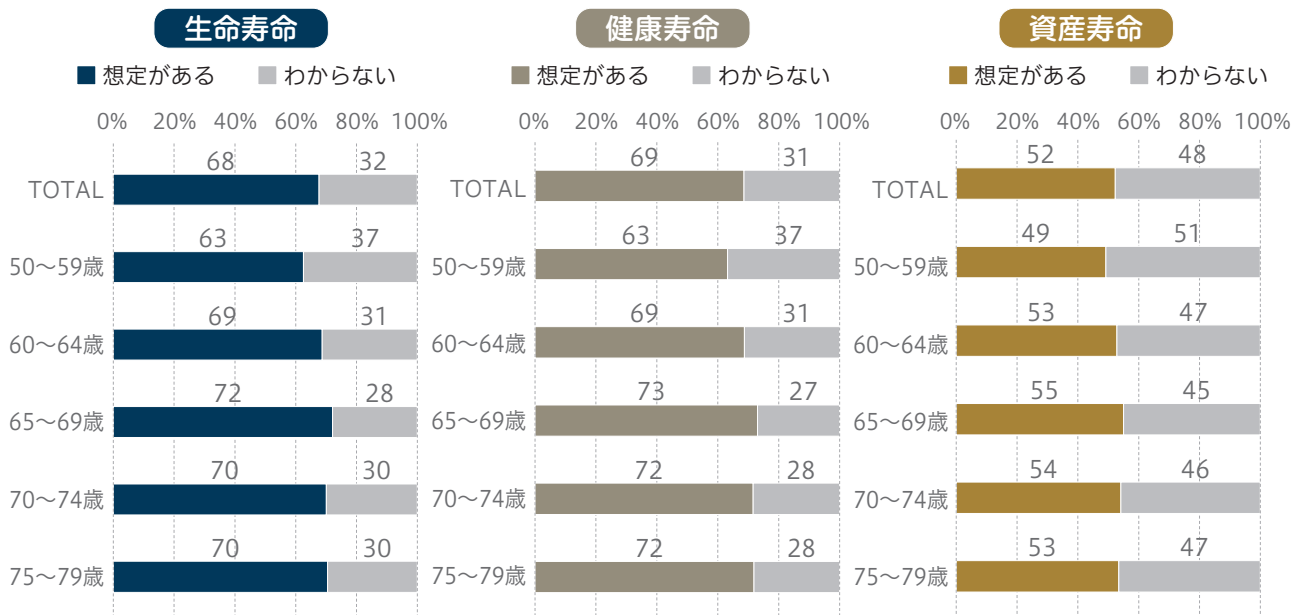
図表 6-2：年齢別就労状態



「資産寿命(資産が尽きるまでの期間)」に関する認識は薄く、約48%が資産寿命を把握していない。投資家は非投

資家より資産寿命を把握している割合が高く、資産寿命を生命寿命より長く見積もる人ほど幸福度も高い。

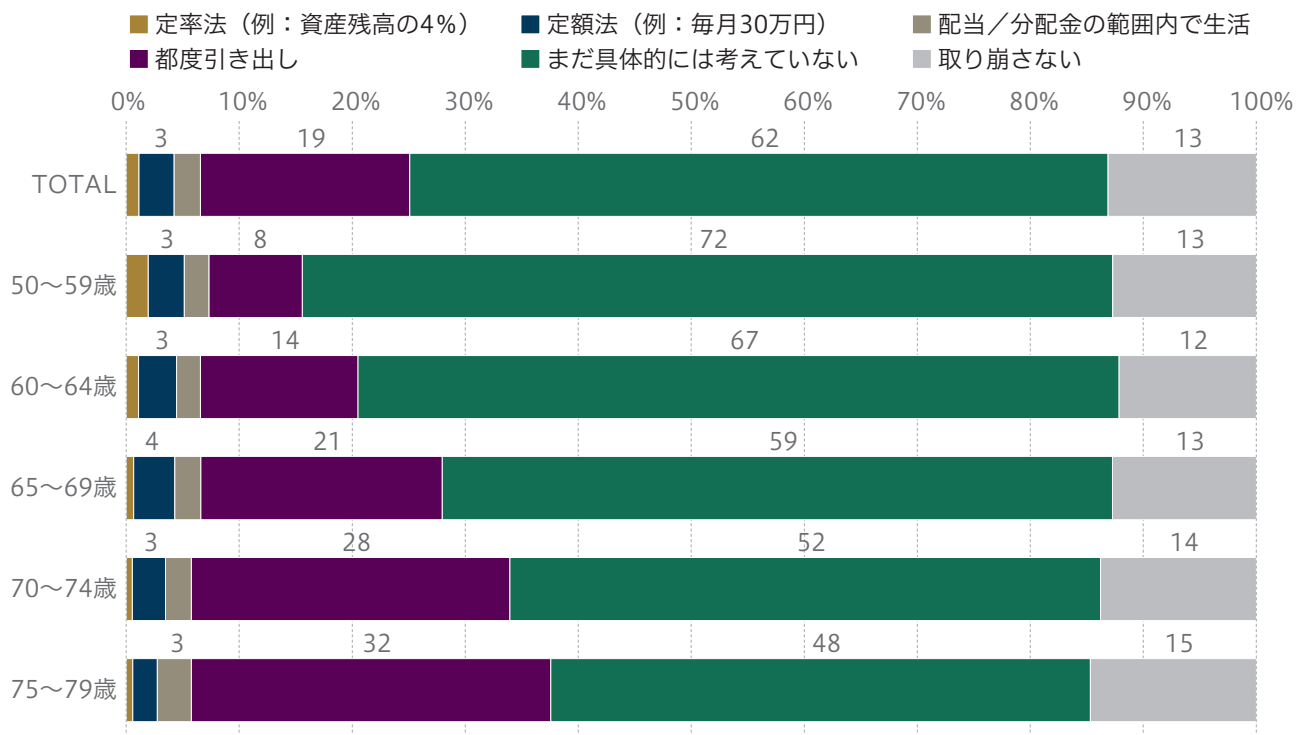
図表 8-1 : 3つの寿命が想定できるか



取り崩しについて明確な方針を定めている人は少ない。ただし取り崩しのシミュレーションを行うことは自ずと自身の資産寿命を把握できることにつながるため、特にリタイアが視野に入ってきた方には検討していただきたい事項である。

実際に取り崩しを検討するにあたっては、定率で行うのか、定額で行うのか、都度取り崩すのか、もしくはこれらを複合して行うのか、また運用を並行して実施した場合はどのようになるのか等、個人で行うには難しい部分もある。金融機関が提供しているツールを活用することも一つの手であろう。

図表 10-2：取り崩しの方針



第1章

リタイアメント層の意識

－老後は幸せか－

本章では、リタイアメント層及び準リタイアメント層の意識、具体的には幸福度や老後の不安について確認している。なお、本調査では60代以上をリタイアメント層、50代を準リタイアメント層として表記する。本調査の結果、自己評価による幸福度は準リタイアメント層に相当する50代が最も低く、年齢が上がるにつれて高くなる傾向にあることが明らかになった。保有する金融資産額が多いほど幸福度が高い傾向も認められた。また、将来に対する不安として健康面や生活資金を挙げる人が多いが、生活資金に対しては年代が上がるにつれ不安を抱く割合が低下する。

Q1. リタイアメント層の幸福度

あなたは、ふだん、どのくらい幸福だと感じていますか。
 「非常に幸福」を10点、「非常に不幸」を0点として、
 あてはまるものを1つ選んでお知らせください。

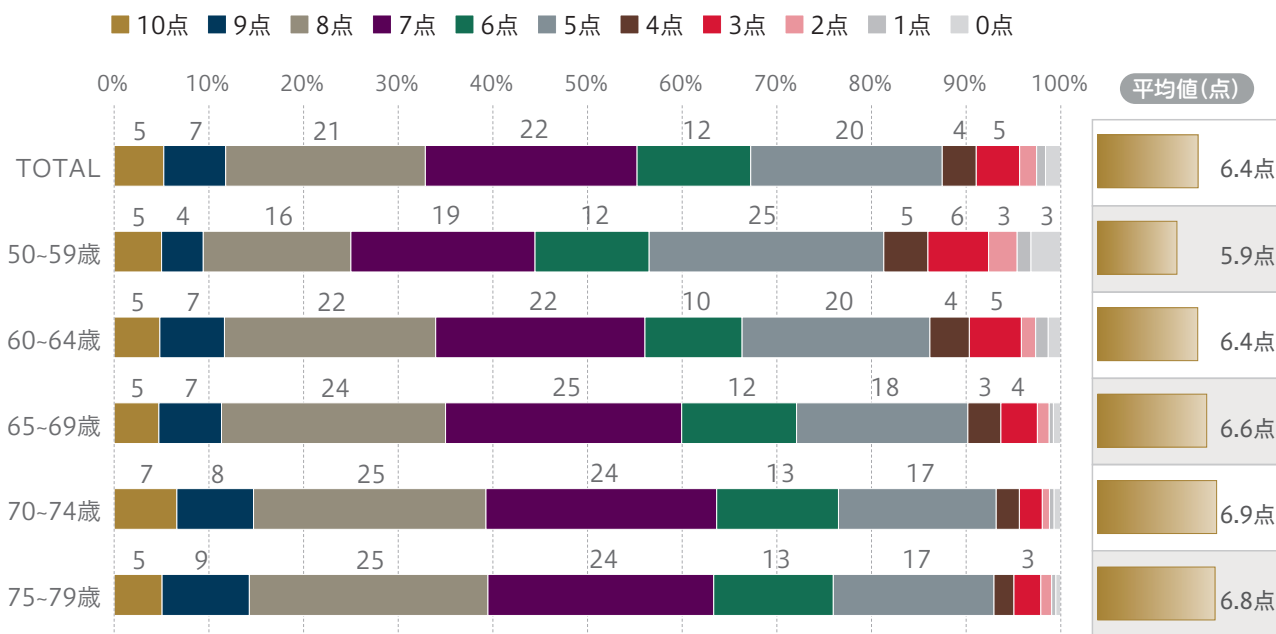
単一回答 全体 n=10,710

本調査では50代以上の方を対象に、特に生活や人生に対する意識について確認することを目的としている。まず出発点として、「自身が考える主観的な幸福度」について0～10点（「非常に幸福」を10点、「非常に不幸」を0点）で点数を付けてもらったところ、全体平均は6.4点となった（図表1-1）。年代別に見ると、

準リタイアメント層である50～59歳が5.9点と最も低く、年代が上がるほど、幸福度が上がる傾向が確認できた。

4点以下とする層は比較的少なく、5～7点とする回答が、いずれの年代においても半数以上を占めている。「中庸」を意識する人が多いのかもしれない。

図表1-1：幸福度



※平均値（点）は小数点第1位まで表示

保有する金融資産額別や世帯収入別に見ると、金融資産額や世帯収入が高くなるほど幸福度が上昇する傾向が見て取れる(図表1-2、図表1-3)。Q3で詳しく見るが、将来の不安として「生活のための収入のこと」を挙げる人は比較的、金融資産や年収が多い世帯ほど少なく、それが高い幸福度につながっている可能性が考えられる。

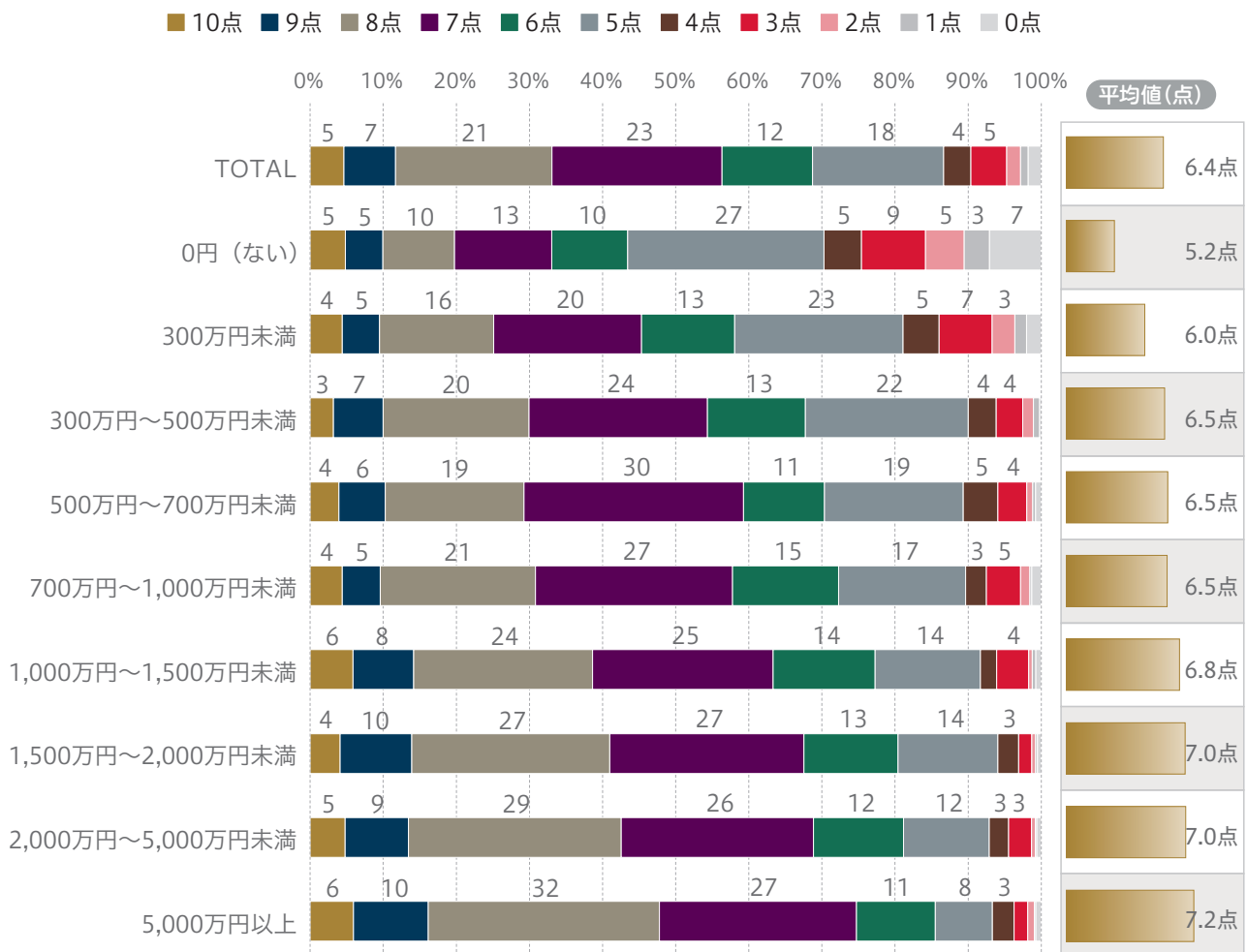
金融資産額では300万円や1,000万円を境に「幸福度が高い(8点以上)」人の割合が大きく変わる。

世帯収入でも同様に300万円前後や1,000万円前後に断層があるようだ。

なお、収入については働く理由によって幸福度が異なることがわかっており、この点については第3章で確認する。

図表1-2：金融資産額と幸福度

(金融資産額について「わからない等」¹と回答した人を除く全体 n=5,385)

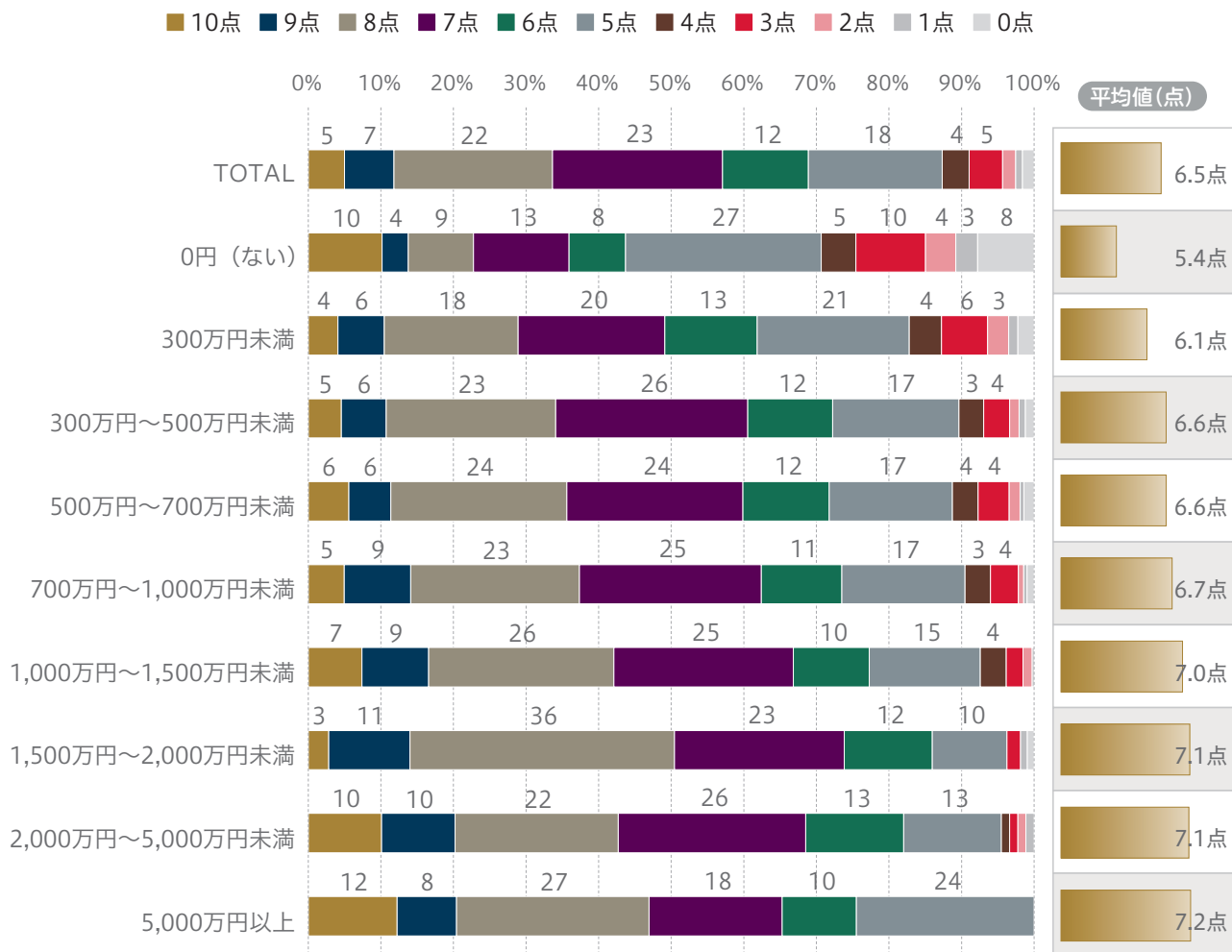


※平均値(点)は小数点第1位まで表示

1 「わからない等」は「わからない」、「答えたくない」と回答した人

図表 1-3 : 世帯収入と幸福度

(世帯収入について「わからない等」と回答した人を除く全体 n=6,879)



※平均値(点)は小数点第1位まで表示

Q2. 自身と環境に対する満足度

あなたは、以下の項目について現在どのくらい満足していますか。

単一回答 全体 n=10,710

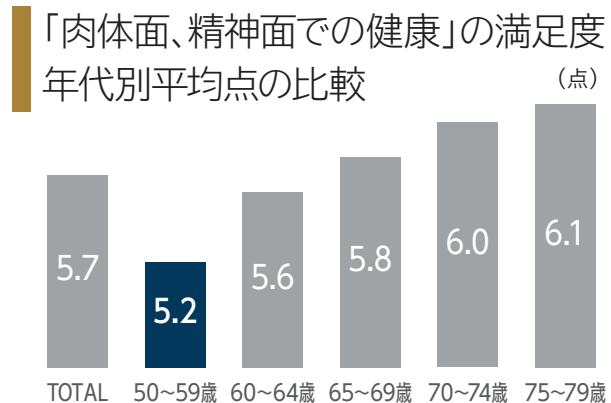
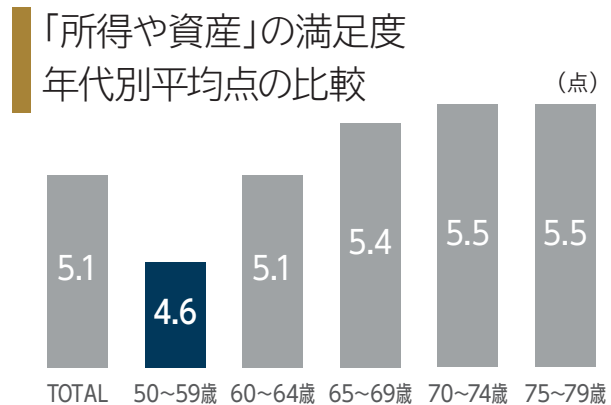
Q1では、主観的な幸福度について数値化した結果を見た。Q2では、OECDの「How's Life?」¹のWell-being Frameworkに基づく11の項目を参照し、Q1で聴取した主観的幸福感を除く10項目(自身の健康状態、仕事・やりがい、人間関係、資産状況等)について満足度を数値化した(「非常に満足」を10点、「非常に不満足」を0点とし、0~10点で回答)(図表2-2)。

平均して、治安の良さや住環境などの項目では満足度が高い一方、社会貢献活動や金融資産に関する項目では満足度が低い。ただし、第5章で述べるが、社会貢献活動を行っている人の幸福度は高い傾向がある。すなわち、社会貢献活動の内容自体が否定されているのではなく、実際に触れる機会が少ないため満足度が低くなっているものと解釈できる。

年代別に見ると、50代は他の年代に比べ満足度が低い傾向にあり、中でも、「所得や資産」「肉体系、精神面での健康」について、平均からの乖離が大きい。

内閣府の調査でも、50代以上に限ると、「所得・収入」や「資産・貯蓄」について、不満に思っている割合は、50~59

図表：2-1
特徴的な傾向が見られた回答



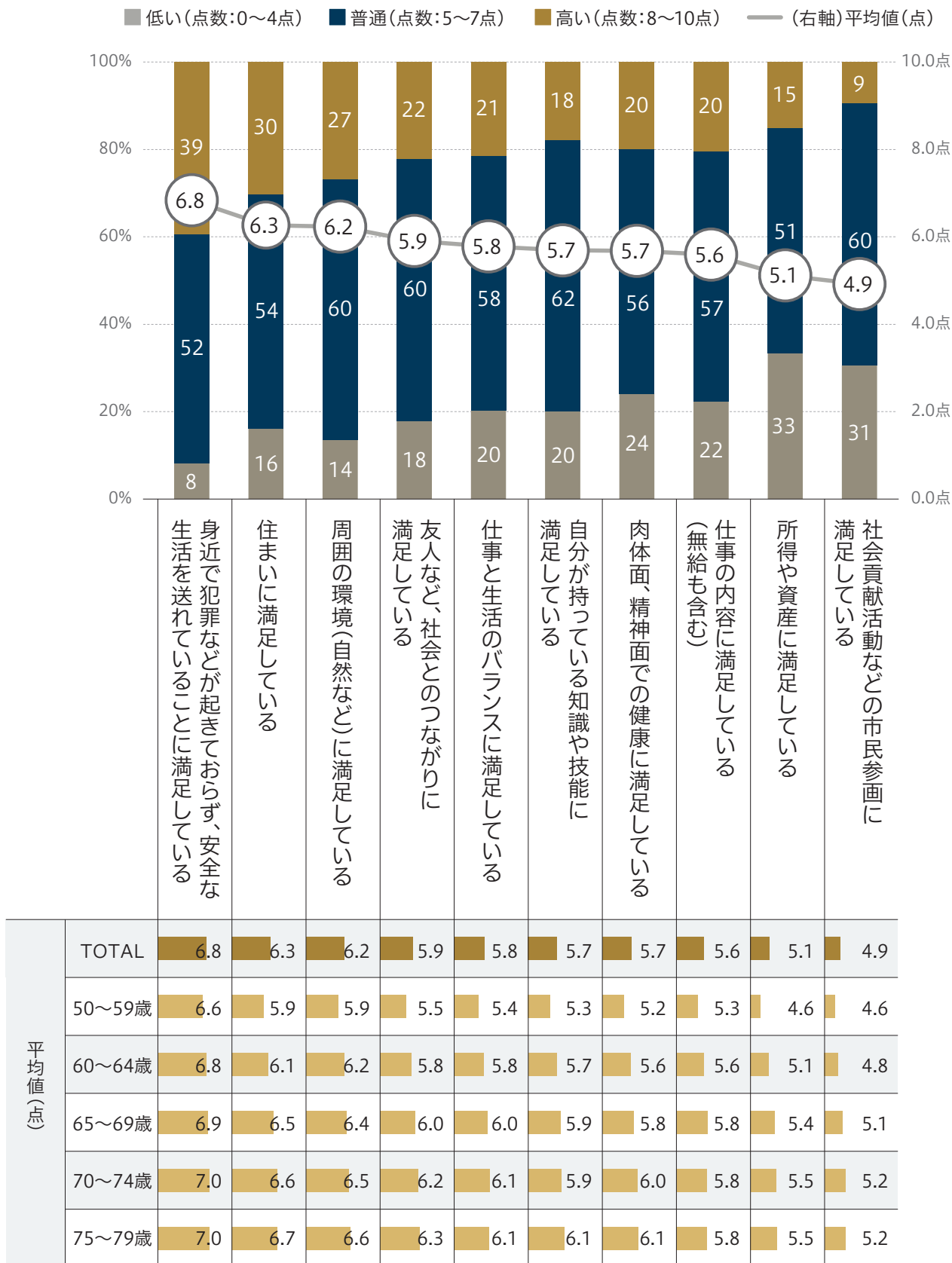
年代別に見ると、50代の満足度は低い傾向が見られる

歳が最も高い²。自身の老後の生活資金や健康問題、親世代の介護などの問題が現実味を帯びてくることが背景にあるのかもしれない。

1 OECD (2020), How's Life? 2020: Measuring Well-being, OECD Publishing, Paris, (<https://doi.org/10.1787/9870c393-en>)

2 内閣府「国民生活に関する世論調査」(令和7年)、「やや不満だ」「不満だ」の合計を比較。
(<https://survey.gov-online.go.jp/living/202509/r07/r07-life/>)

図表 2-2：満足度の比較



※平均値(点)は小数点第1位まで表示

Q3. 将来への不安

あなたが感じている「現在の不安」と「将来への不安」それぞれについて、あてはまるものをすべてお答えください。

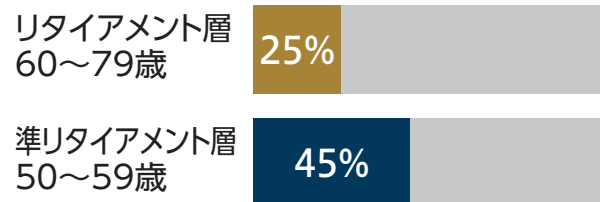
複数回答 全体 n=10,710

現在の不安や将来の不安について確認した。将来不安に関しては健康面や「生活のための収入のこと」を挙げる人が多い(図表3-2)。ただし「生活のための収入のこと」を不安に感じる割合は、年代とともに低下する傾向がある。この結果、将来不安の項目の中では「生活のための収入のこと」が、リタイアメント層と準リタイアメント層の乖離が最も大きくなっている(準リタイアメント層の方がより不安に感じている人が多い)。先に述べた満足度の調査でも、所得・資産に対する準リタイアメント層の満足度は4.6点と低い。

この結果から、準リタイアメント層は老後の所得や資産に対して、過度に悲観的になっている可能性が考えられる。仮にそうだとすれば何が原因なのか。この点について以降の章で検討する。

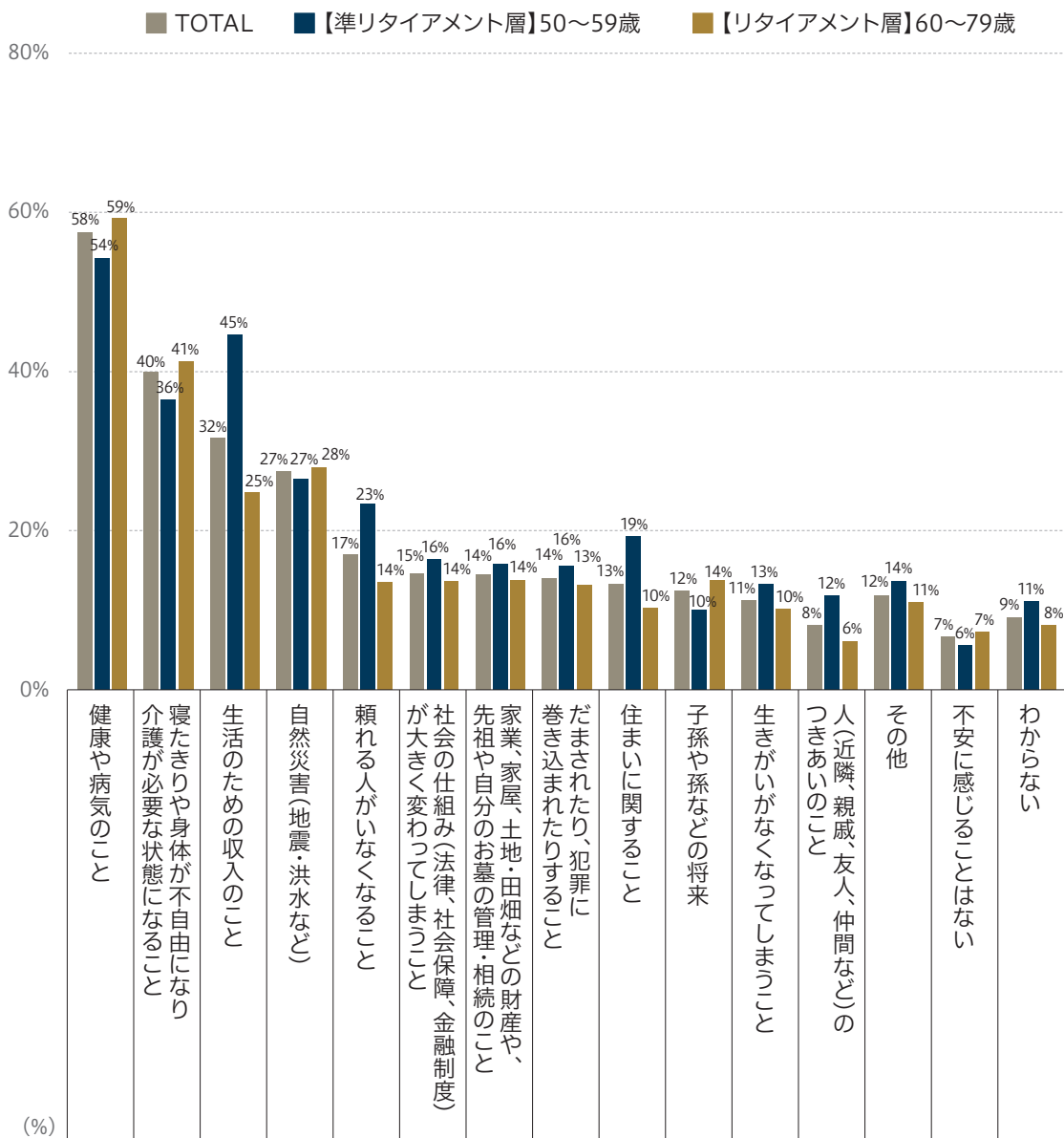
図表：3-1
特徴的な傾向が見られた回答

「生活のための収入」への不安
セグメント別の比較



↓
準リタイアメント層は
老後の所得や資産に対して
不安を感じている

図表3-2：将来への不安



	健康や病気のこと	介護が必要な状態になること	寝たきりや身体が不自由になり生活のための収入のこと	自然災害(地震・洪水など)	頼れる人がいなくなること	社会の仕組み(法律、社会保障、金融制度)が大きく変わってしまうこと	先祖や自分のお墓の管理・相続のこと	家業、家屋、土地・畑などの財産や、巻き込まれたりすること	だまされたり、犯罪に巻き込まれること	住まいに関すること	子孫や孫などの将来	生きがいがなくなってしまうこと	つきあいのこと	人(近隣、親戚、友人、仲間など)の不安に感じることはない	わからない
TOTAL	58	40	32	27	17	15	14	14	13	12	11	8	12	7	9
【準リタイアメント層】50～59歳	54	36	45	27	23	16	16	16	19	10	13	12	14	6	11
【リタイアメント層】60～79歳	59	41	25	28	14	14	14	13	10	14	10	6	11	7	8
60～64歳	59	41	36	28	17	16	16	15	15	14	11	8	12	6	9
65～69歳	59	41	26	28	15	14	15	14	11	13	11	7	11	7	7
70～74歳	59	40	21	27	11	13	13	12	8	15	9	5	10	8	8
75～79歳	60	44	17	29	11	11	11	12	8	13	9	5	11	8	8

第2章

リタイアメント層の資産と収入

ーリタイア前後のお金の計画ー

本章では、リタイア前後の資産や収入状況について、目標としていた金融資産額も含めて明らかにした。その結果、リタイア時の目標となる金融資産額を定めていた人は全体の約3割に留まり、約7割は目標金額を設定していない。目標金額の平均は50代で最も高く、年代が上がるに従って低下する傾向が見られる。また、世帯収入や現在の金融資産額が多いほど目標額は大きくなる。収入や支出の面では、リタイアメント層は現役時に対して収入が約3～4割、支出が約5～6割程度になっていると回答した(平均値)。一方、準リタイアメント層は、リタイア後の収入・支出が平均して現役時の約6割程度になると予想している。

Q4. リタイアメント時に目標としていた (している)金融資産額

リタイアする時点での金融資産の目標金額を定めていましたか。
それはいくらですか。現役の方は今の目標金額をお答えください。

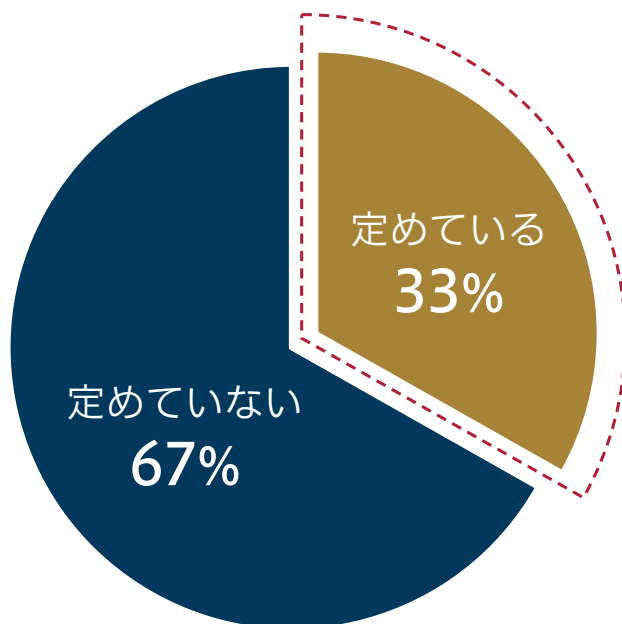
単一回答 全体 n=10,710

リタイアメント時の目標金融資産額については、「定めていない」人が7割弱に達する(図表4-1)。目標金額を定めていないということは、そもそも老後に必要とされる資金の額が不透明であることが要因であるかもしれない。リタイア前後の収入と支出の見通しについてはQ5で詳しく見る。

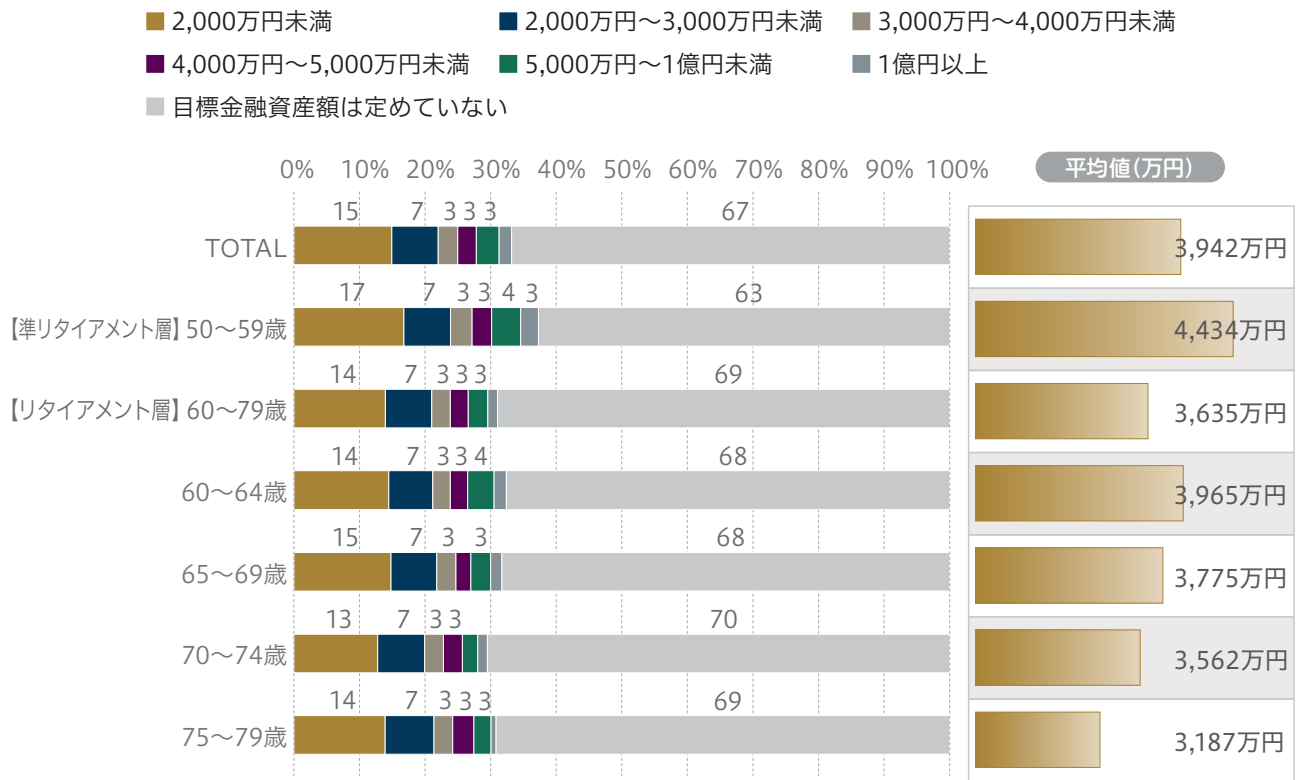
目標金融資産額を「定めている」人について見ると、2,000万円未満と回答

した人が最も多く、平均目標金額は約4,000万円弱であった(図表4-2)。平均目標金額の水準は50~59歳がもっとも高く、年代が上がるにつれて低下する。前章で見たように準リタイアメント世代である50代はリタイアメント世代に比べ、収入面に不安を感じる割合が高いことから、その表れとして高い金融資産水準を期待している可能性がある。

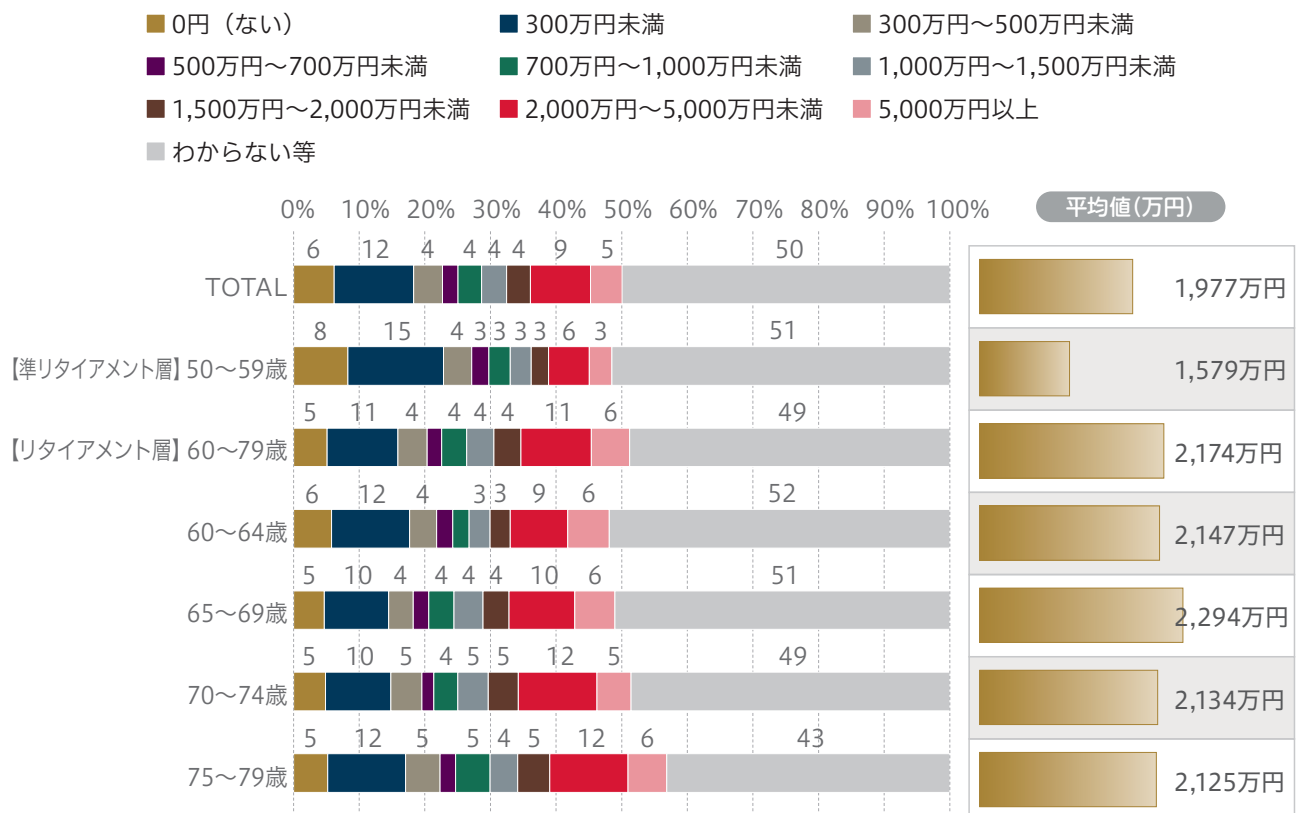
図表4-1：目標金額を定めているか



図表4-2：年代別 目標金融資産額の分布と平均値



図表4-3：年代別 保有金融資産額の分布と平均値



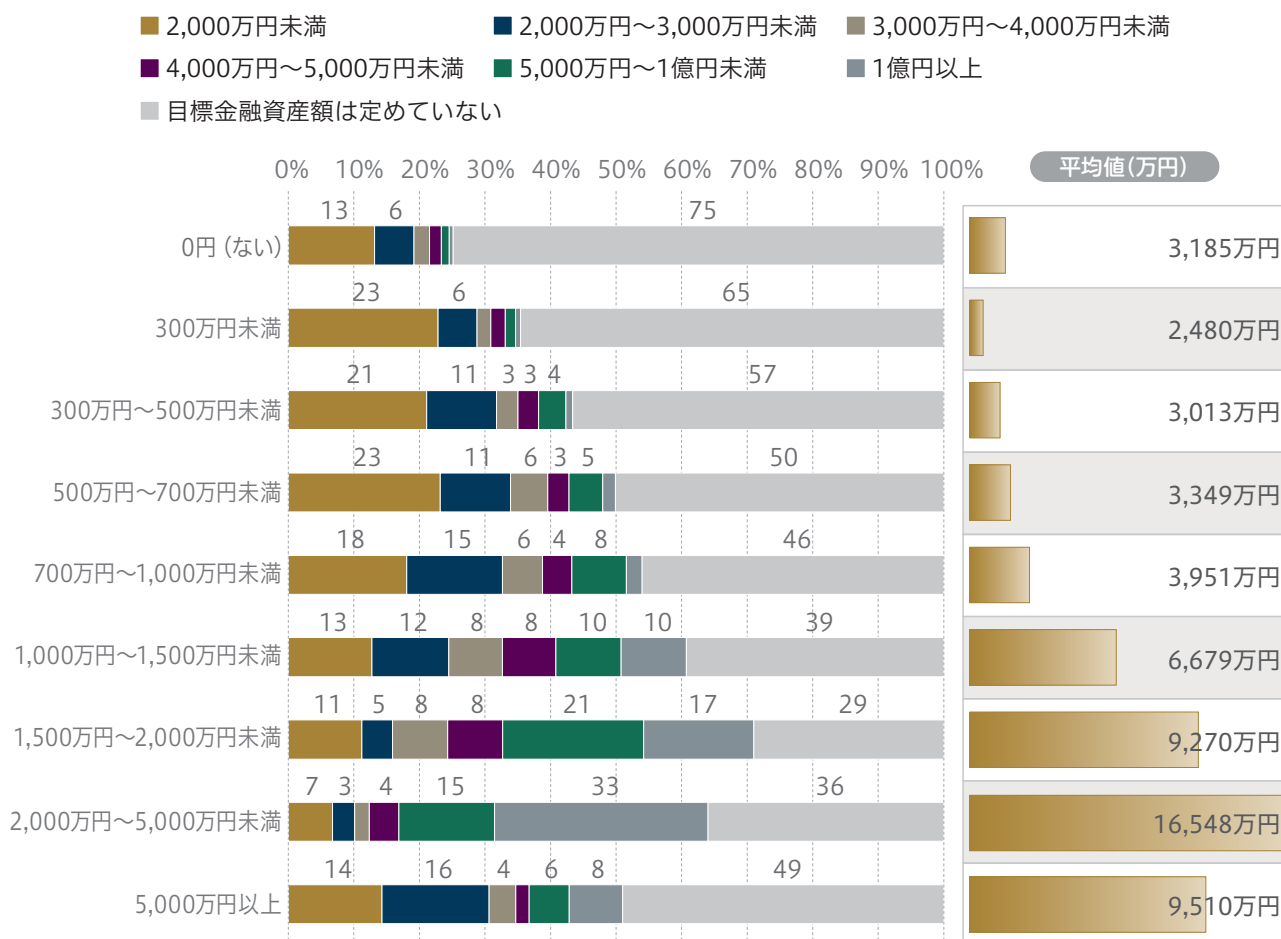
次に、世帯収入と目標とする金融資産額の関係を見た。世帯収入が上がるにつれて、平均目標金額は増加する傾向が見られる。なお、2,000万円以上では「目標金額は定めていない」人が増加に転ずる。また平均目標金額は2,000万円～5,000万円未満が最も高く、5,000万円以上になると減少する。収

入が十分に多くなると、目標金融資産を特に気にしなくてもよいと考える人が増えている可能性がある。

また、世帯収入と目標金融資産額ほどの関係性はないように見受けられるが、金融資産額別に見ても、現在保有する金融資産額が増加するにつれて平均目標金額が増加する傾向が見られた。

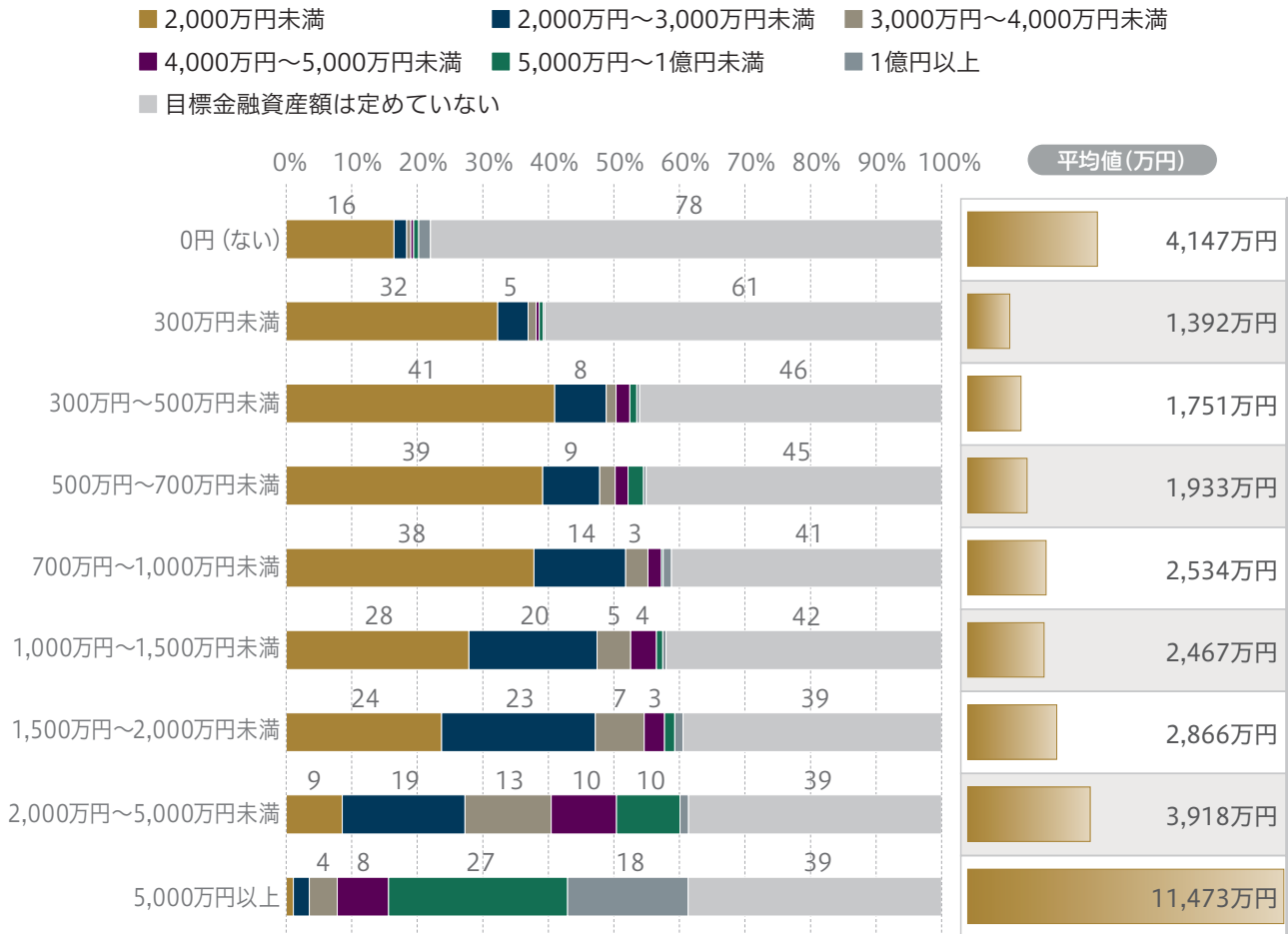
図表4-4：世帯収入別 目標金融資産額の分布と平均値(万円)

(世帯収入について「わからない等」と回答した人を除く全体 n=6,879)



図表4-5：現在の金融資産額別 目標金融資産額の分布と平均値(万円)

(金融資産額について「わからない等」と回答した人を除く全体 n=5,385)



Q5. 現役時代と比較したリタイア後の収入・支出の割合

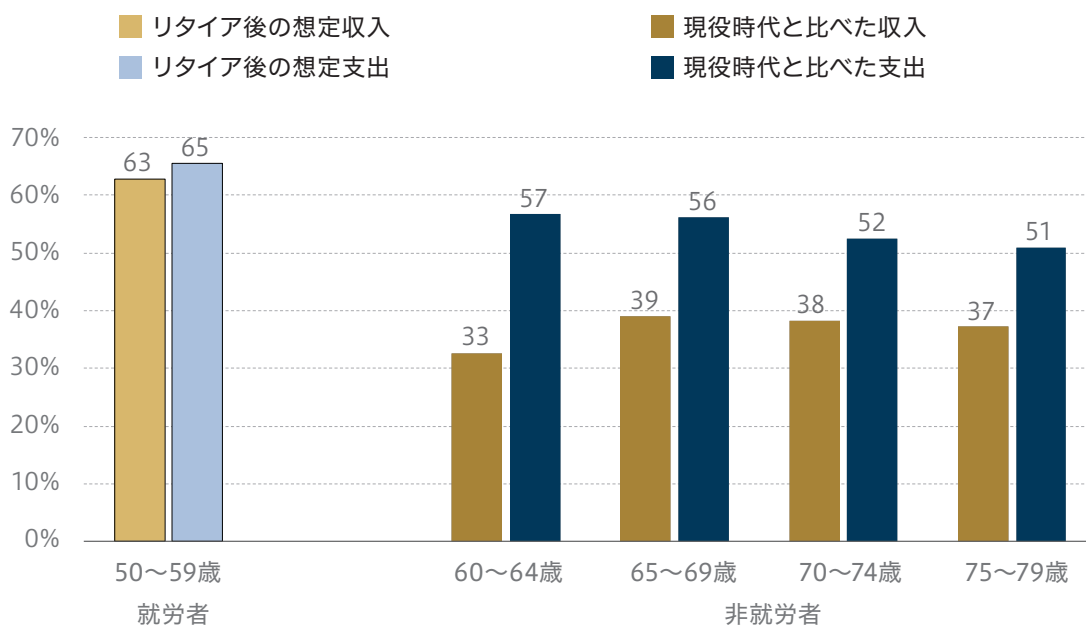
現役時代の収入を100%とすると現在の収入は約何%になっていますか。同じく現役時代の生活費を100%とすると現在の生活費は約何%になっていますか。現役の方はリタイア後に何%程度になりそうかをお答えください。

単一回答 50～59歳就労者 n=2,949 / 60歳以上の非就労者 n=4,368

準リタイアメント層で現在働いている人に、リタイア後の収入・支出(生活費)の見通しを聞いたところ、いずれも現在の6割程度(平均)になるとの回答が得られた。一方、リタイアメント層で非就労者の方に、現在の収入・支出が現役時代に比べてどの程度になっているかを聞いたところ、平均では収入が3～4割、同じく支出が約5～6割になったとの回答が得られた。

特に収入に関しては、現役世代の「予想」とリタイア世代の「現実」が大きく乖離している可能性がある。このため、いざ自身がリタイアした際、年金等を含めた収入が予想より減少したため、あらためて就労する人や、支出を切り詰めて生活を送っている人もいるのではないだろうか。前者の就労状況に関しては第3章で、後者のお金の使い方に関しては第5章で詳しく見る。

図表5-1：現役時代と比較したリタイア後の収入と支出の割合(平均)



第3章

リタイアメント層の就労状況

—生きるために働く—

リタイアメント世代で就労している人は一定割合存在し、65～69歳で約43%、70～74歳で約27%、75～79歳で約16%が働いている。働く主たる理由は「生活資金を得るため」であるが、年齢が上がるにつれて「生きがいのため」に働く人の割合が増える。なお、「生きがいのため」に働く人の方が幸福度が高く、同一の資産・収入条件で比較しても同様の傾向が見られる。

Q6. 就労状況の概要

あなたの現在の職業について、最も近いものをお選びください。

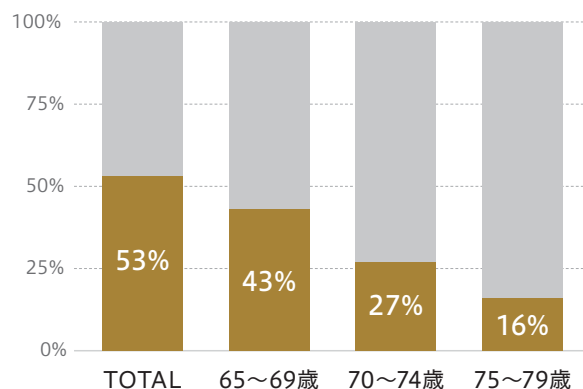
単一回答 全体 n=10,710

就労状況を確認すると、全体の53%が、何らかの形で仕事に就いているとの結果が得られた(専業主婦・主夫、無職を除いた割合)。年齢別では65～69歳で43%、70～74歳で27%、75～79歳で16%が働いており、高齢層でも一定割合が仕事に就いていることがわかった(図表6-2)。

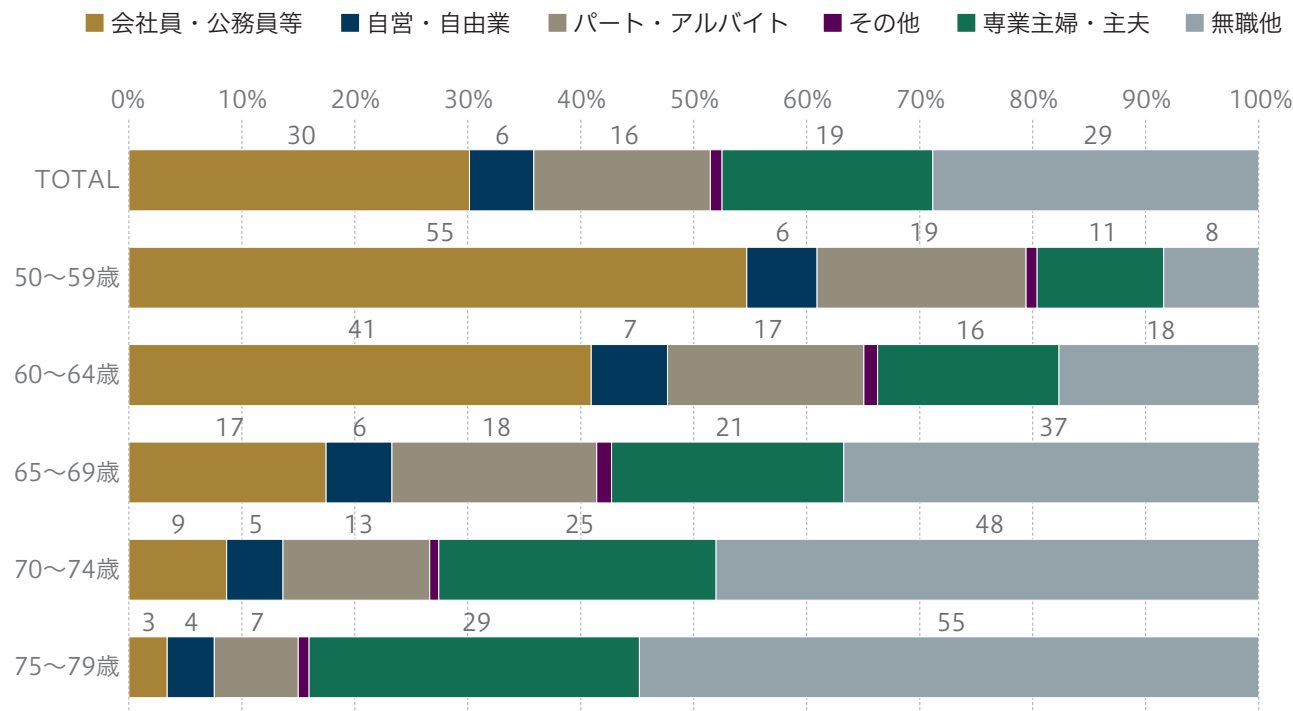
では、これら現役で仕事をしている人たちの働く目的は何なのか。次項で確認する。

図表：6-1
特徴的な傾向が見られた回答

何らかの仕事に就いている割合



図表6-2：年齢別就労状態



Q7. 働く理由は生活資金のため？ 生きがいのため？

あなたは今後何歳まで働きたいですか。

退職済みの場合は何歳まで働いていましたか。

※ ●歳まで働きたい(生活資金を得るために or 生きがいのために)

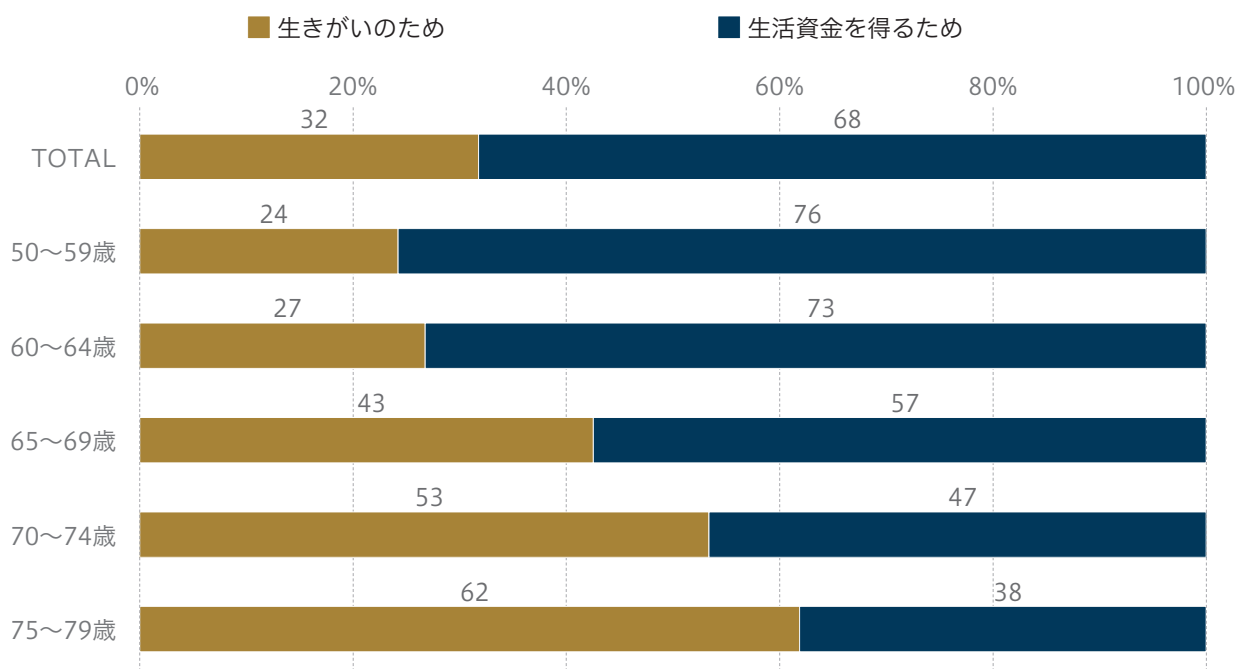
数値回答 就労者 n=5,623 / 退職済み n=4,687

何歳まで働きたいか、またその理由について確認した。50代で就労している人(2,949人)では、65～69歳まで働きたいとする人(全体の39%)がもっとも多く、次いで70～74歳(同27%)が多い。すでに退職済みの人(4,687人)の働いていた年齢は60～64歳(同30%)、65～69歳(同24%)の順に多かった。

次に働く理由について着目すると、「生活資金を得るため」か、「生きがいのため」かの2択では、「生活資金を得るため」の割合が高い(図表7-1)。ただし年

代が上がるにつれ、「生きがいのため」の割合が増加し、70歳以上では「生きがいのため」の割合が多くなる。将来にわたる生活資金のめどがついた人は就労をやめることも多いだろう。結果として、「生きがいのため」に働く人の割合が、年代が上がるにつれ増加することは理解できる。それでも75歳以上の就労者のうち、「生活資金を得るため」に働いている人が約4割を占めている点には着目しておきたい。

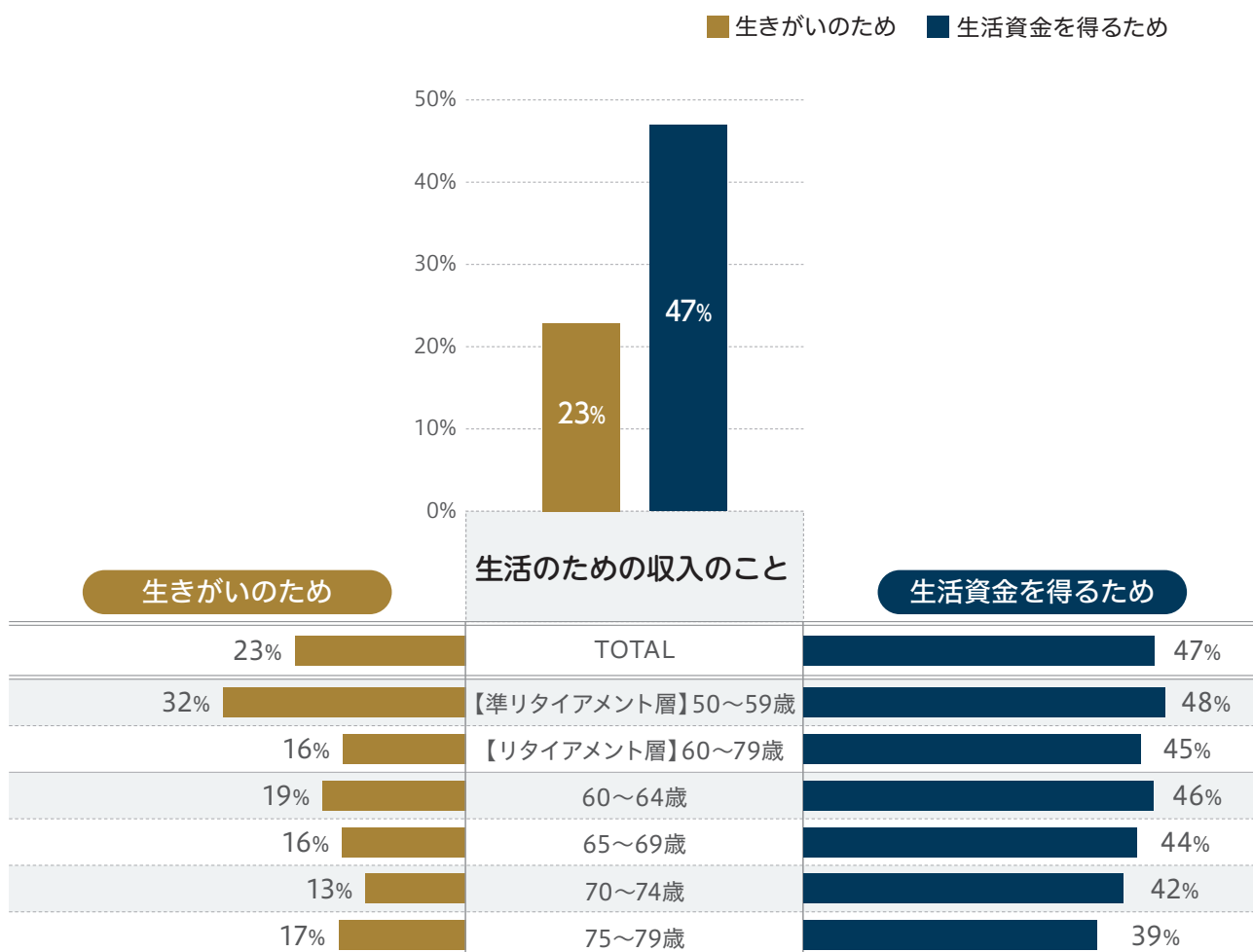
図表7-1：働く理由



図表7-2は、働く理由別に「生活のための収入について不安に思っている人」の割合を示したものである。収入に対し

て不安を抱いている人の割合は、「生活のために働いている人」の方が高く、その差は20ポイント以上の開きがある。

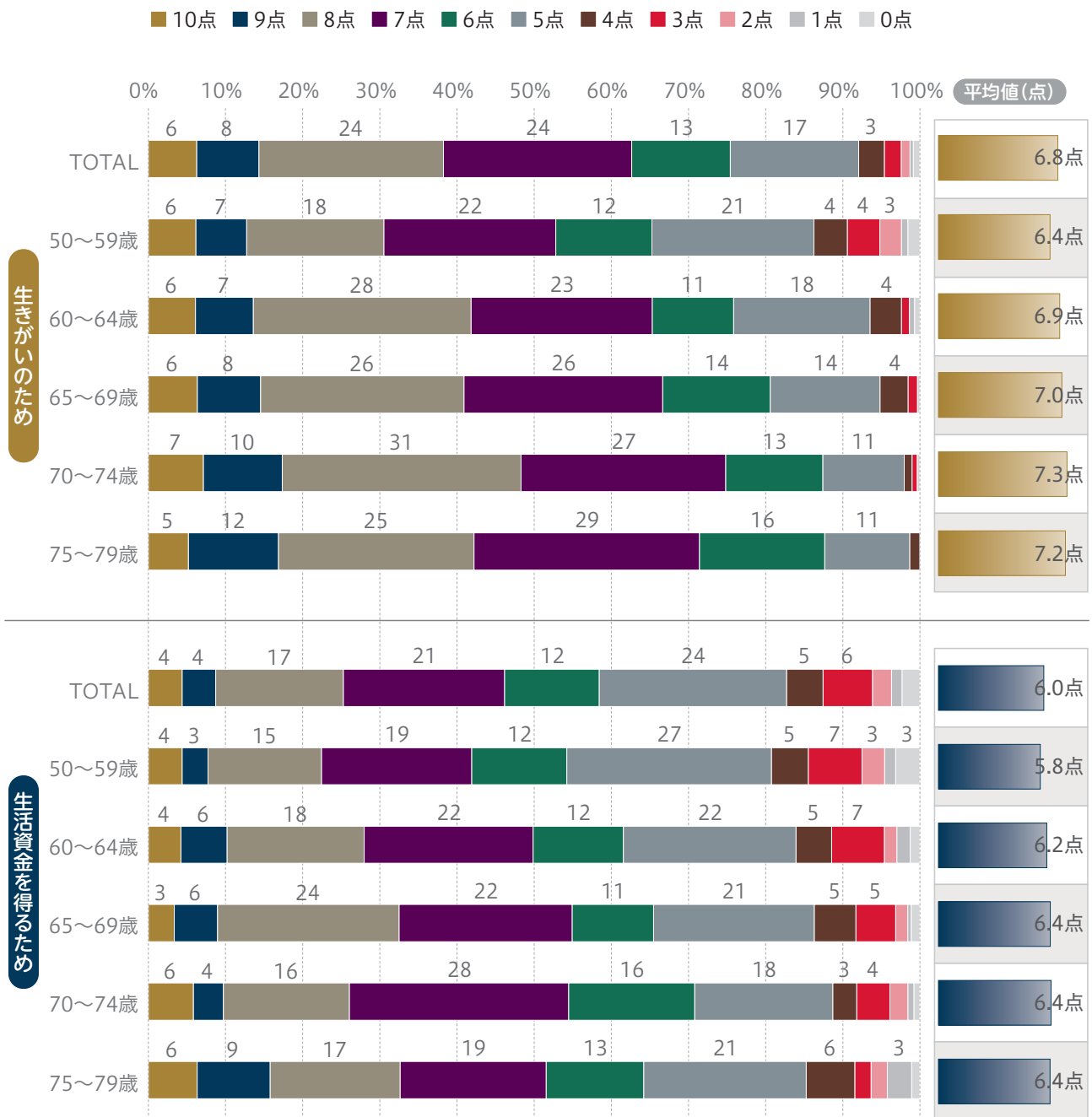
図表7-2：働く理由と「生活のための収入」への不安



働く理由別に幸福度を見ると、すべての年代において「生きがいのため」に働いている人の幸福度が高い(図表7-3)。保有する金融資産額や収入に余裕があ

るために幸福度が高くなっている可能性があるが、この点を確認するために金融資産額や世帯収入が同じ水準にある人の幸福度を比較した。

図表 7-3：働く理由と幸福度



※平均値 (点) は小数点第1位まで表示

同じ金融資産額区分や世帯収入区分で比較しても、「生きがいのため」と回答した人の方が「生活資金を得るため」と回答した人より幸福度が高い傾向にある(図表7-4、図表7-5)。

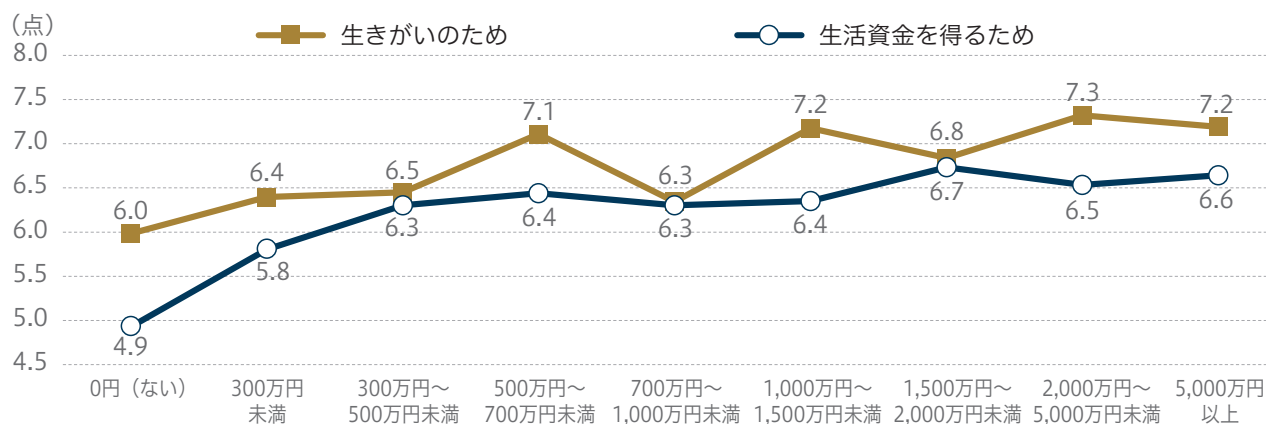
また、「生きがいのため」に働いている人は、金融資産額や世帯収入が上がるにつれ幸福度も上がる傾向が見て取れる。一方で、「生活資金を得るため」に働いている人は金融資産額や世帯収入が2,000万円以上になると幸福度が下がる。ここではその理由まで明らかにするこ

とはできないが、金融資産額や収入が高い水準になっても「生活資金のため」に働いていると認識している人は何らかの理由が背景にあり、それが幸福度が相対的に低くなる要因になっているのだろう。

このように、「生活資金のために働いている」か、「生きがいのために働いているか」は、個々人の状況によって大きく異なる。一つ指針を挙げるとするならば、「これからの人生が続いていく間、貯蓄や金融資産が維持できるか」といった点であろう。この点について次章で見る。

図表7-4：金融資産額別 働く理由と幸福度

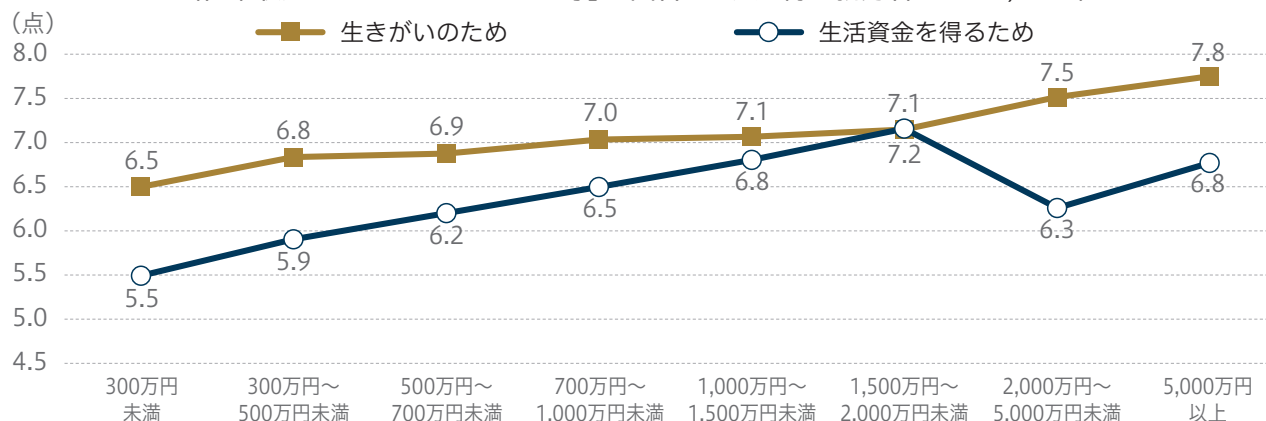
(金融資産額について「わからない等」と回答した人を除く就労者 n=2,949)



※幸福度(点)は小数点第1位まで表示

図表7-5：世帯収入別 働く理由と幸福度

(世帯収入について「わからない等」と回答した人を除く就労者 n=3,708)



※幸福度(点)は小数点第1位まで表示 ※0円(ない)はサンプル数僅少のため掲載せず

第4章

リタイアメント層の「3つの寿命」

—見えない資産寿命—

本章では、生命寿命・健康寿命・資産寿命という「3つの寿命」を比較し、特に資産寿命の見えにくさに着目している。回答者が想定する資産寿命は必ずしも生命寿命や健康寿命と一致しておらず、50代は自身の想定する生命寿命が実際の平均寿命より短く、資産寿命とのギャップが大きい点を確認された。投資家は非投資家に比べて資産寿命を把握している割合が高く、想定する資産寿命も長めである。全体としては生命寿命が資産寿命を上回ると考える人の割合が最多であり、生命寿命を賅える資産を有していると感じる人ほど幸福度が高い傾向がある。しかし資産寿命を「わからない」とする人は全体の約48%に達しており、資産寿命の見通しが立っていない人が多い状況である。

Q8. 生命・健康・資産寿命

「生命寿命」、「健康寿命」、「資産寿命」についてお伺いします。それぞれについて、これからどれくらいの期間続いていくと考えていますか。

生命寿命：これからの人生が続いていく期間

健康寿命：健康で自立した生活ができる期間

資産寿命：貯蓄や金融資産が維持できる期間

単一回答 全体 n=10,710

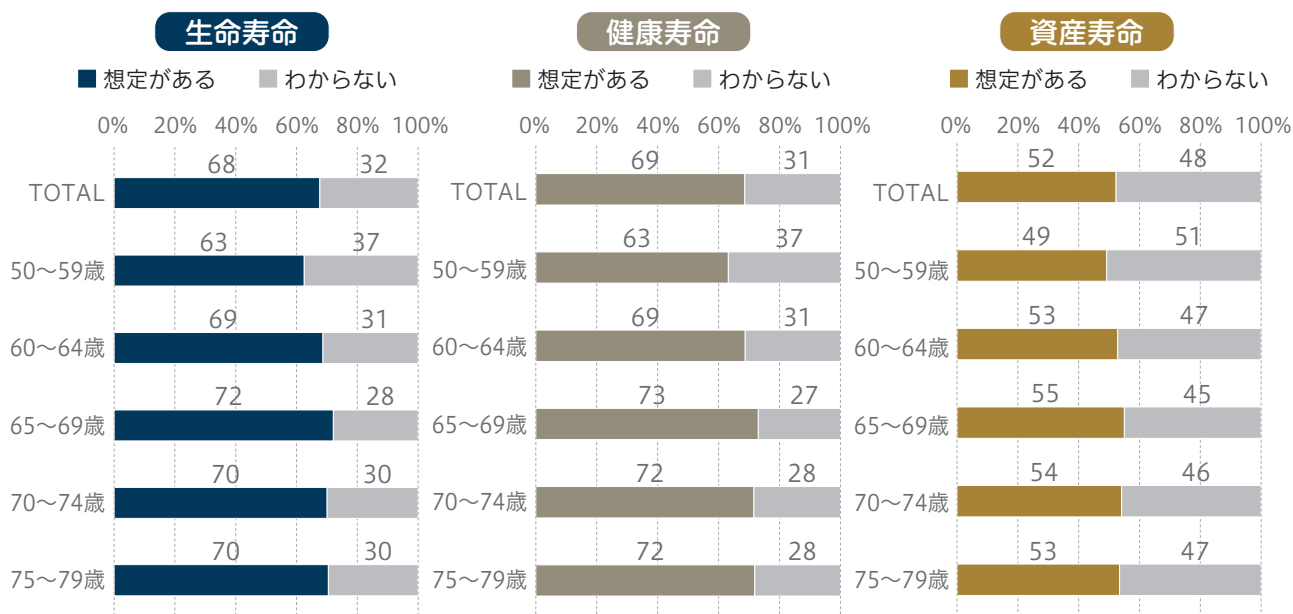
「これからの人生が続いていく期間」を「生命寿命」、「健康で自立した生活ができる期間」を「健康寿命」、「貯蓄や金融資産が維持できる期間」を「資産寿命」とし、これらの3つの寿命の予想値を聞いた。

生命寿命と健康寿命については、全体の7割が見通しを持っているが、資産寿

命においては見通しを持っている人は全体の5割にとどまる。

年代別に見ると、50～59歳は、3つの寿命全てで「わからない」とする割合が最も高い。リタイア後の生活について確かな見通しを持っていない点が要因と考えられる。

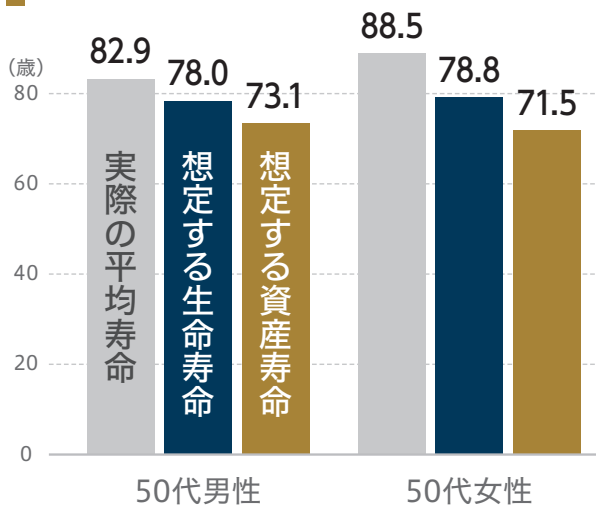
図表8-1：3つの寿命が想定できるか



ではまず、3つの寿命の想定がついている人について、生命・健康・資産寿命の水準を確認したい。3つの寿命を年代別に数値化したのが図表8-3である。50代は、60、70代と比較して、想定する生命寿命が実際の平均寿命より短いなどの特徴がまず確認できるが、資産寿命と生命寿命の差が大きいことも注目すべき点である。

図表：8-2
特徴的な傾向が見られた回答

50代が想定する生命寿命と
資産寿命の比較



年代が上がるにつれ、生命寿命と資産寿命の差が縮まっていく傾向が確認できる。この点は1章で述べた、年代が上がるにつれ生活のための収入を不安に感じる割合が低下する点とも整合している。老後の生活を送る中で、資金管理に関する経験が積み上がり、特にお金の面での見通しがクリアになることが背景にあるのではないかと推測される。

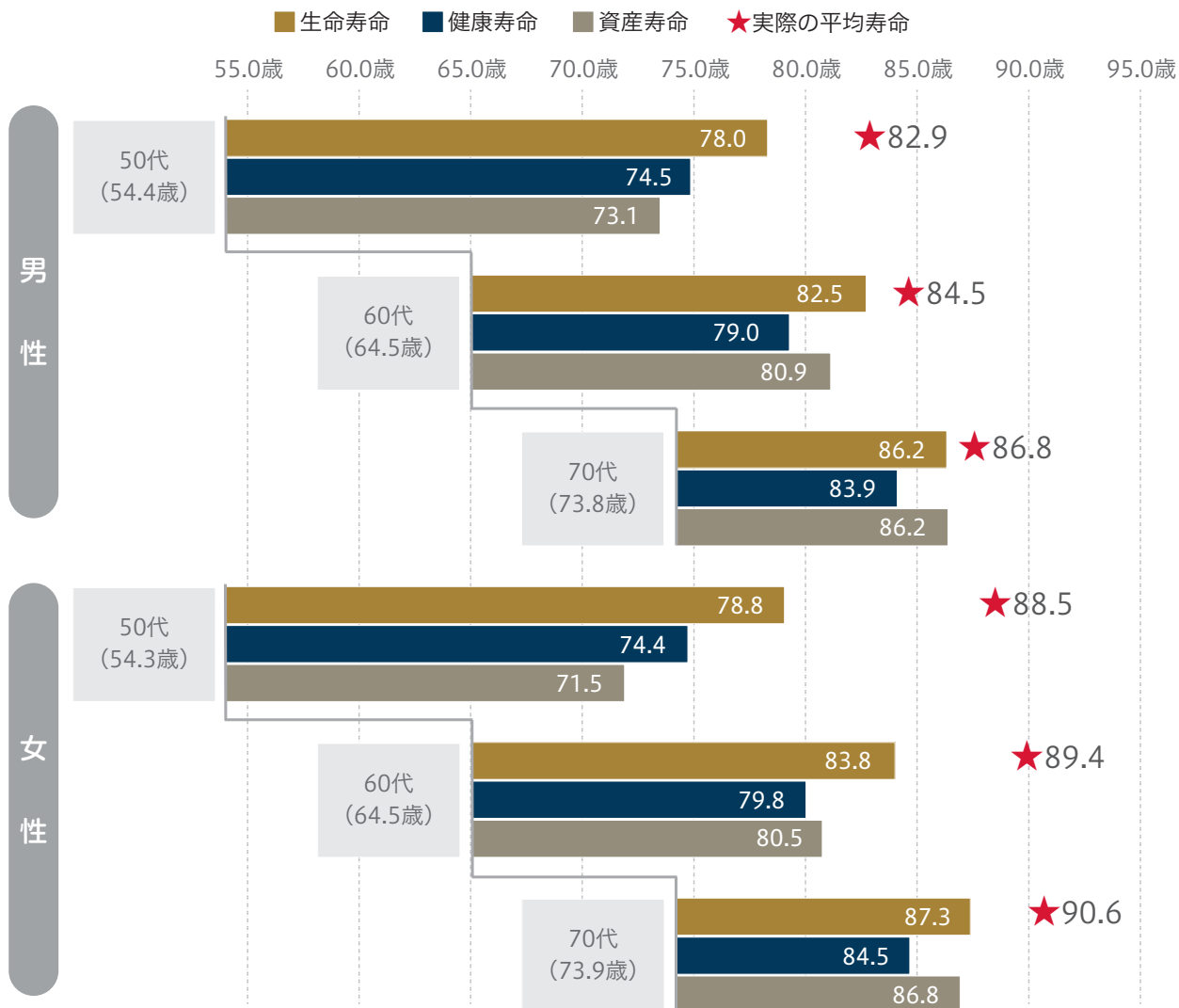
投資家・非投資家別に見ると、投資家が想定する資産寿命は非投資家より長い(図表8-4)。年代別に見ると50代では、投資家の資産寿命が75歳であるのに対し非投資家は70歳とその差は約5年である。これは60代や70代(投資家が約3年長い)と比べて差が大きい。

なお、本調査においては投資家の方が非投資家より保有する金融資産額が多く、これが資産寿命に影響を与えている可能性がある(図表8-5)。

回答者別に生命寿命と資産寿命について幸福度の平均値をとると、生命寿命が資産寿命より長いと回答した層(生命寿命>資産寿命)は6.4点、生命寿命と資産寿命が同水準の層は6.7点、生命寿命<資産寿命の層は7.1点であった。生命寿命に耐えうる資産を築けていると感じている人ほど幸福度が高い傾向が見て取れる(図表8-6)。

割合を見ると、生命寿命が資産寿命より長いと予想する人が44%、生命寿命と資産寿命が同じと回答した人が40%で、資産寿命が生命寿命より長いと予想している人は16%しかいなかった。金融資産に関しては、運用の仕方を見直すことでその寿命を伸ばすことができるかもしれない。第5章では取り崩しの状況について見るが、実際には「運用をしながら取り崩す」という姿が望ましい。この点を意識することで、資産寿命を延ばし、将来への不安を和らげ、幸福度を高めていくこともできるのではないかと推測される。

図表8-3：男女別 生命・健康・資産寿命

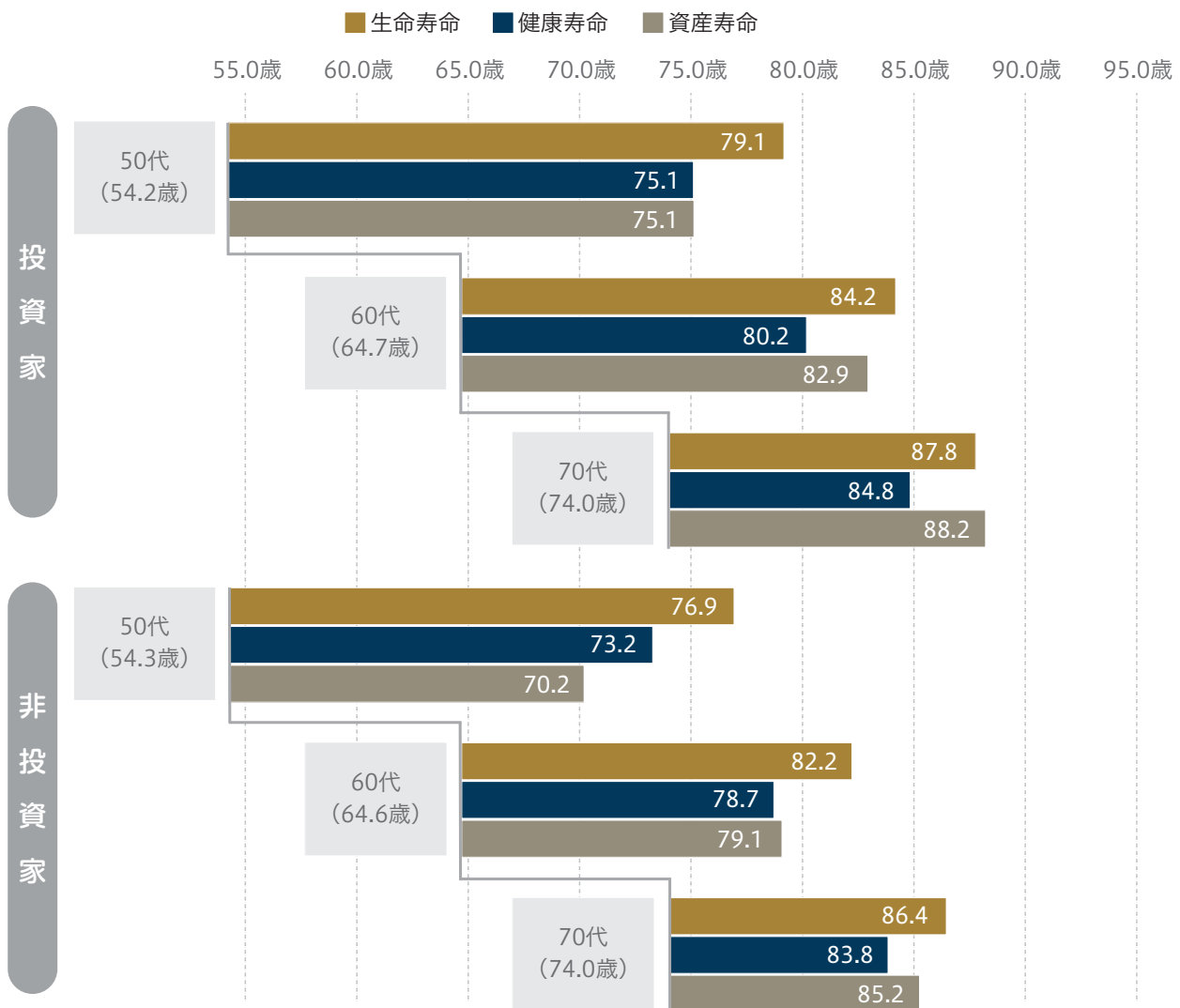


※1 各寿命の値は小数点第1位まで表示

※2 ()内は各年代の回答者の平均年齢(【男性】50代:54.4歳、60代:64.5歳、70代:73.8歳 【女性】50代:54.3歳、60代:64.5歳、70代:73.9歳)。この平均年齢に、「これからの人生が続いていく期間」、「健康で自立した生活ができる期間」、「貯蓄や金融資産が維持できる期間」を加えて、それぞれ「生命寿命」「健康寿命」「資産寿命」とした。また、実際の平均寿命は、平均年齢にその年齢における平均余命年数(厚生労働省「令和6年簡易生命表の概況(<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/life24/index.html>)」)を加算したもの

※3 各寿命について、「想定がある」人は以下の通り
 <生命寿命>(男性:n=3,671、女性:n=3,579)
 <健康寿命>(男性:n=3,679、女性:n=3,665)
 <資産寿命>(男性:n=3,014、女性:n=2,588)

図表 8-4：投資家・非投資家別 生命・健康・資産寿命



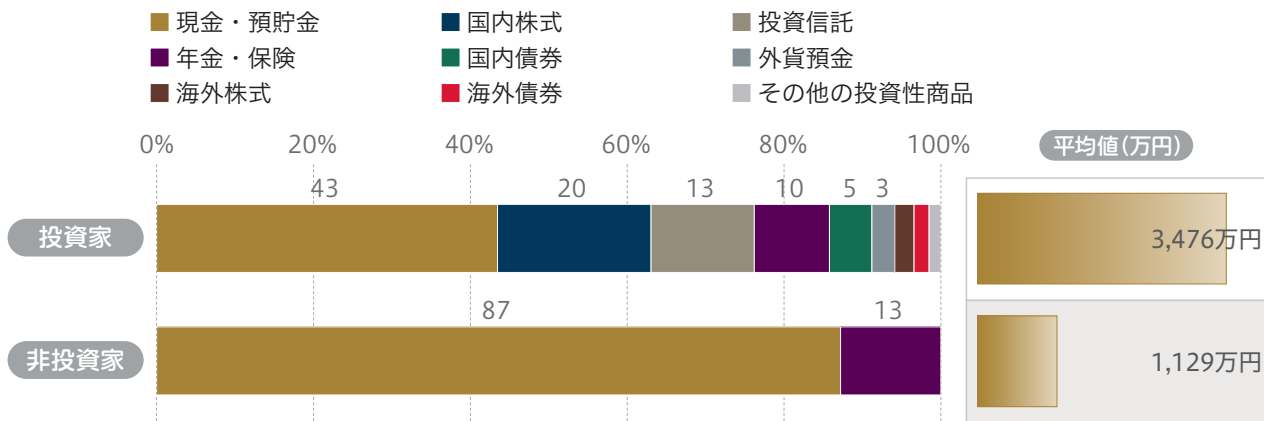
※1 各寿命の値は小数点第1位まで表示

※2 ()内は、各年代の回答者の平均年齢(【投資家】50代:54.2歳、60代:64.7歳、70代:74.0歳 【非投資家】50代:54.3歳、60代:64.6歳、70代:74.0歳)。この平均年齢に、「これからの人生が続いていく期間」、「健康で自立した生活ができる期間」、「貯蓄や金融資産が維持できる期間」を加えて、それぞれ「生命寿命」「健康寿命」「資産寿命」とした

※3 各寿命について、「想定がある」人は以下の通り
 <生命寿命>(投資家:n=2,040、非投資家:n=1,963)
 <健康寿命>(投資家:n=2,054、非投資家:n=1,984)
 <資産寿命>(投資家:n=1,836、非投資家:n=1,690)

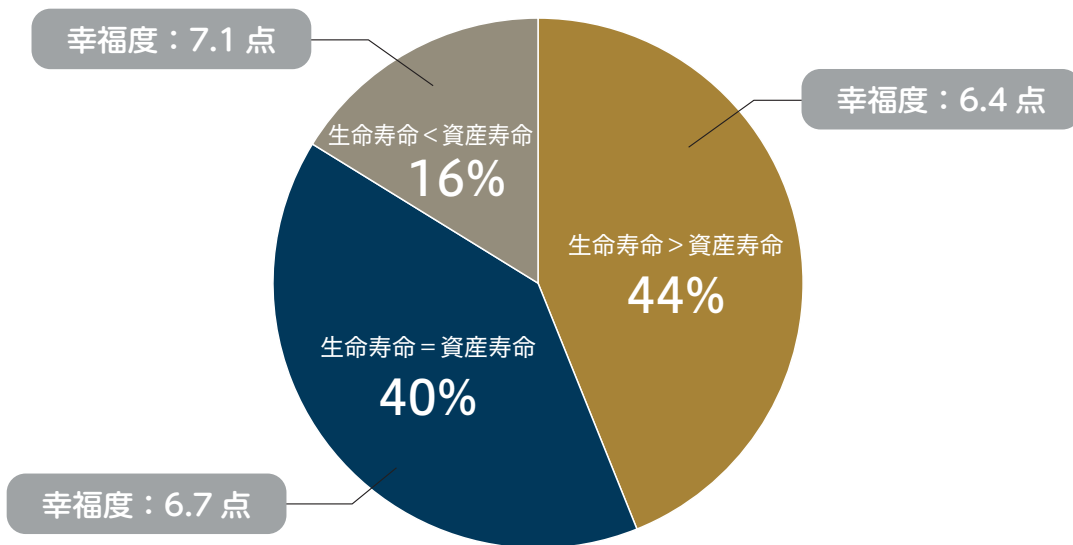
図表 8-5：金融資産額（投資家・非投資家別）※ご参考

（投資家 n=2,266、非投資家 n=2,456）



図表 8-6：生命寿命と資産寿命と幸福度

（生命寿命または資産寿命について「わからない」と回答した人を除く全体 n=5,331）

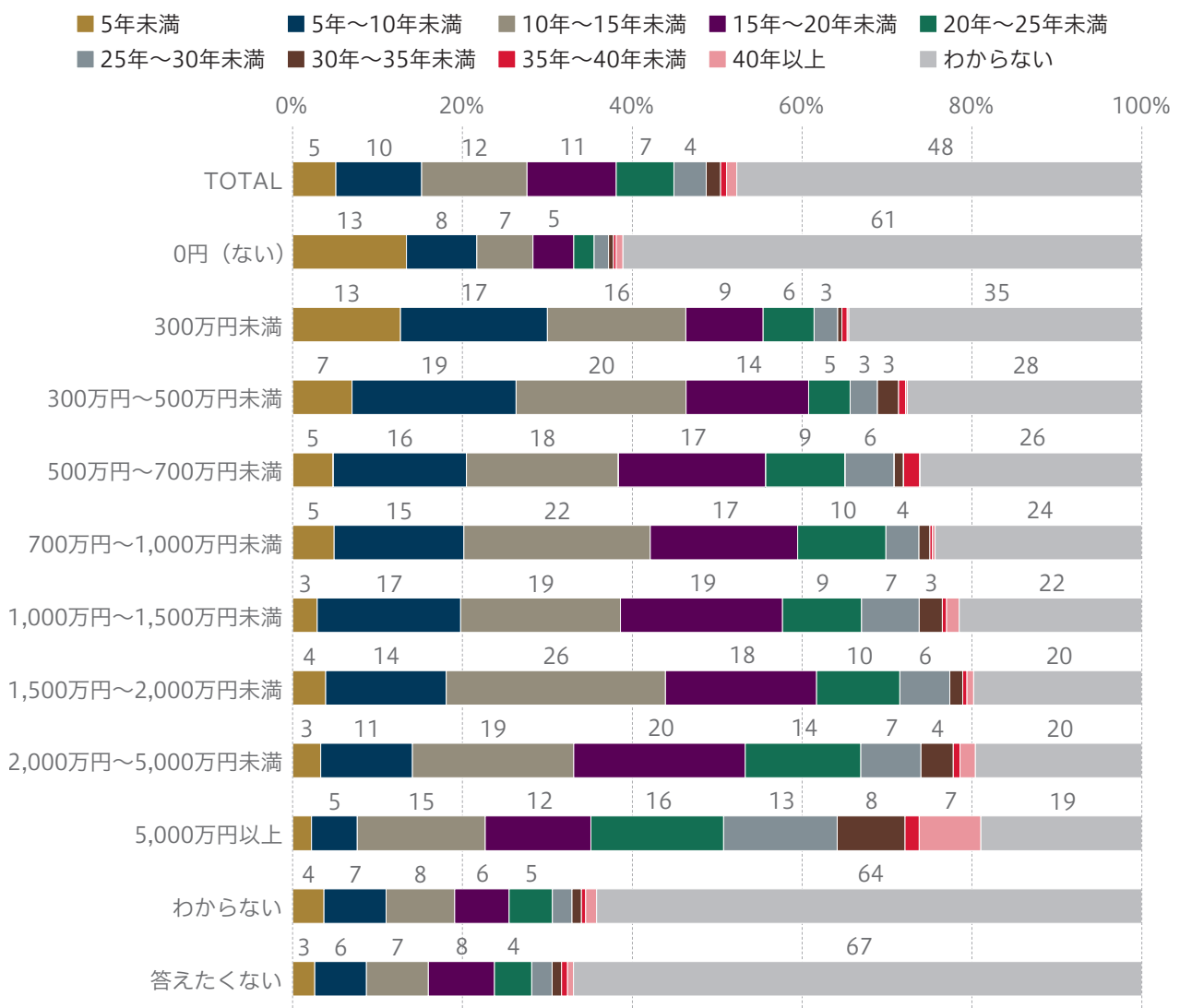


（参考）資産寿命が「わからない」と回答した人の幸福度：6.2 点

これまでは3つの寿命を把握している人についてその実態を見てきたが、次からは特に資産寿命がわからない人に焦点を当てたい。まず、金融資産との対比で見ると、保有する金融資産額が増加す

るにつれ、資産寿命を長めに想定する人の割合が高くなるようだ。また、資産寿命がわからない人の割合は減少する傾向もあるようだ(図表8-7)。

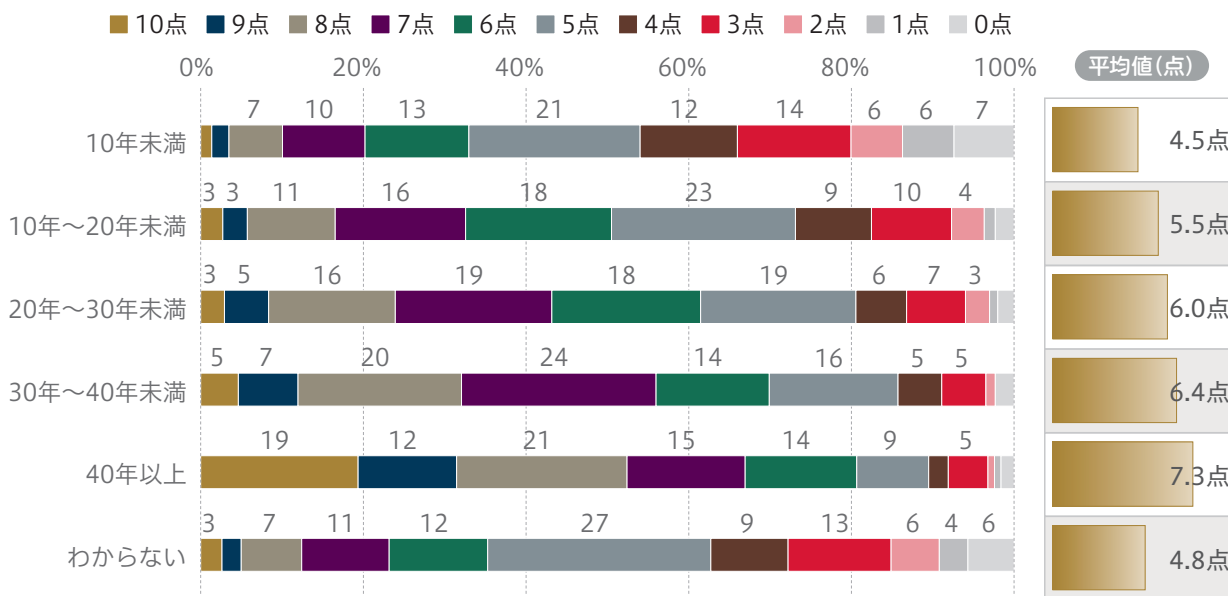
図表8-7：金融資産額と資産寿命



第1章で、所得や資産に対する満足度が低いことを確認した(図表2-2)。この

点について資産寿命との対比を見てみたい(図表8-8)。

図表 8-8：所得や資産に対する満足度と資産寿命



※平均値（点）は小数点第1位まで表示

資産寿命が長くなるほど、所得や資産に対する満足度の数値(平均点)が上昇する傾向が確認できる。一方で、資産寿命が「わからない」とする人の満足度の平均は4.8点であり、これが全体の満足度を押し下げているようだ。

では資産寿命が把握できれば、今後の

生活に対する不安を和らげ、生活の満足度を高めることができるのではないかと考えられる。資産寿命を把握する一つの方策は、取り崩しのシミュレーションを行うことである。次章では取り崩しの実態とお金の使い方について内容を確認する。

第5章

リタイアメント層のお金の使い方

— 実はお金を使いたい? —

本章ではリタイアメント層のお金の使い方に着目した。資産の取り崩しに関して明確な方針を有する人は極めて少なく、定率法や定額法、配当/分配を生活の範囲とする等の方針を示す人はごく一部にとどまる。年間の取り崩し金額の平均は63万円である。リタイアメント層であっても趣味・娯楽に支出する人は多く、積極的に余暇を楽しむ姿がうかがえる結果となった。使って良かった支出は趣味・娯楽費、車の購入・維持費、保険料等が挙げられるが、保険料については満足する人が多い一方で後悔している人も目立つ。資産承継に関しては「考えていない」と答える人が多数を占め、考えている人の中では「自分で使う」志向が強く、リタイアメント層の約39%がこれに該当するという結果である。

Q9. 取り崩しの状況

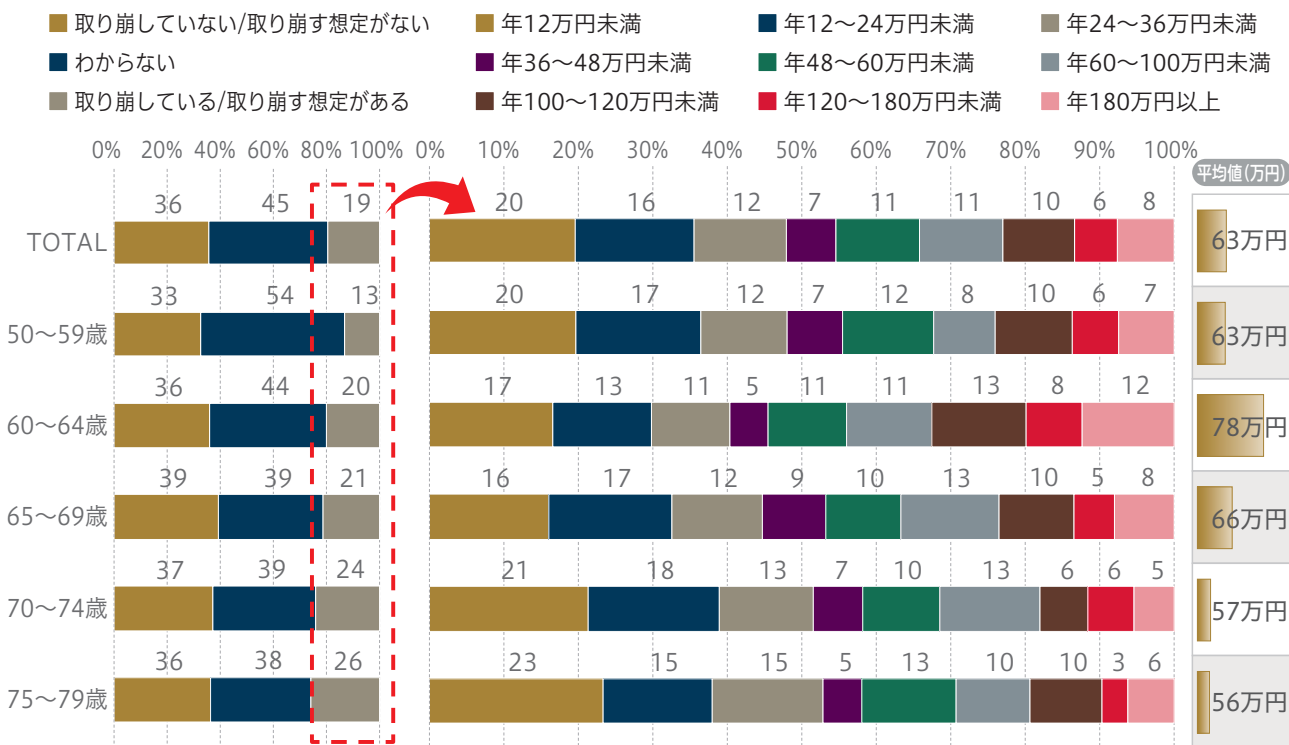
老後資金について、どれくらいの金額を貯蓄・資産から取り崩して支払に充てていますか。最近の1年間についてお答えください。現役の方はリタイア後のことを想定してお答えください。

単一回答 全体 n=10,710

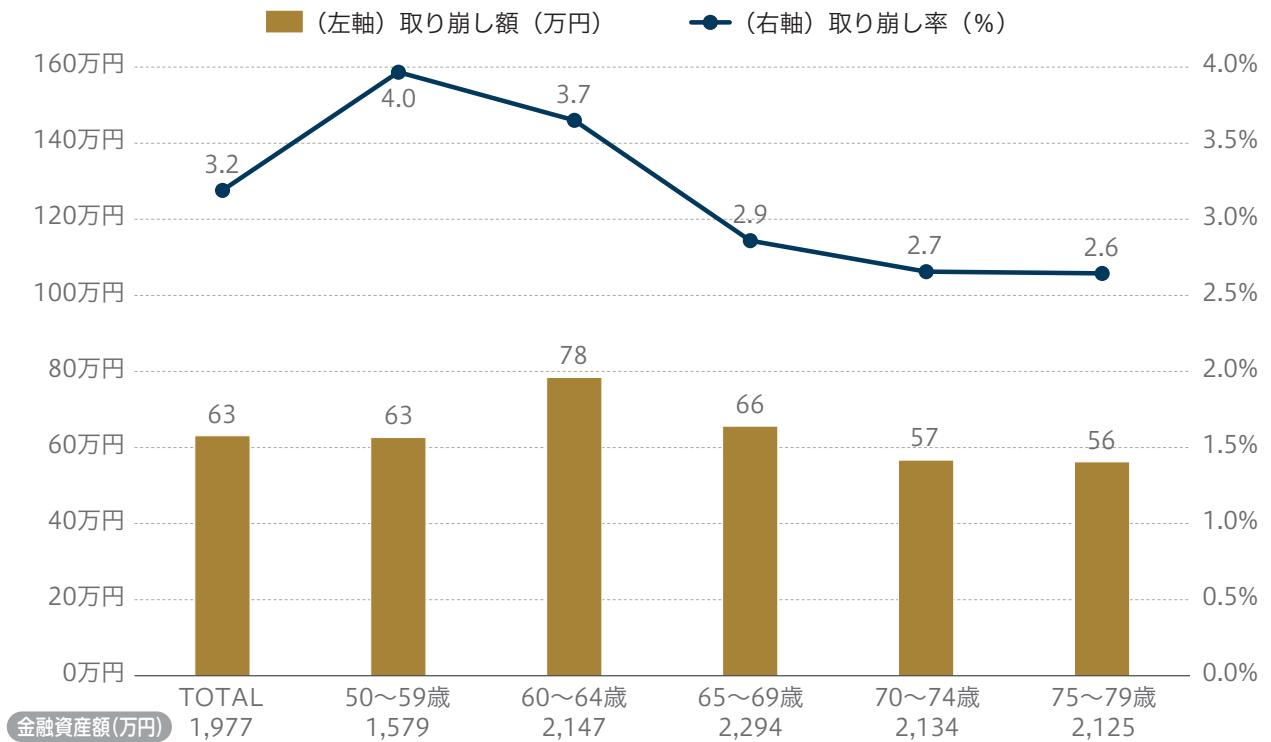
老後資金のために金融資産を年間でどの程度取り崩しているかを聞いた。まず「取り崩している/取り崩す想定がある」とした人は全体の2割であった。この比率は年代が上がるにつれ増加する。取

り崩す金額に関しては、ばらつきがあるが平均をとると年間約63万円である。年代別では60～64歳の取り崩し金額(平均)がもっとも多く、以降は年代が上がるにつれ徐々に金額は減少する。

図表9-1：年間取り崩し金額の平均と分布



図表 9-2：年間取り崩し額と金融資産額に対する取り崩し率



※取り崩し率 (%) は小数点第1位まで表示

Q10. 取り崩しの方針

老後資金について、貯蓄や金融資産を計画的に取り崩すなどの資金管理をしていますか。現役の方はリタイア後のことを想定してお答えください。

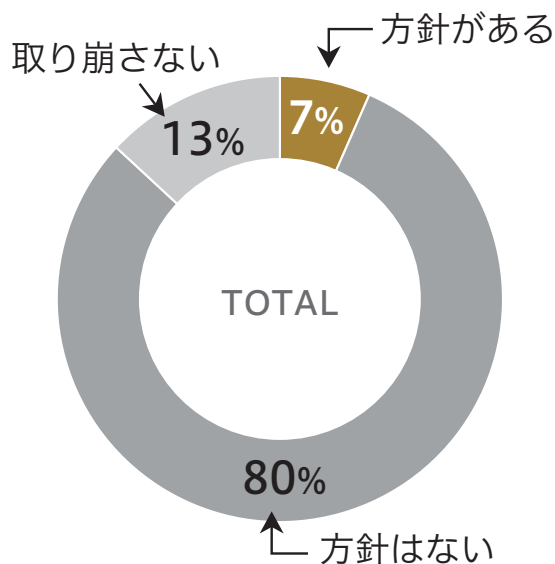
単一回答 全体 n=10,710

さて前章では、資産寿命の想定を持っていない人が多い点を取り上げたが、まず金融資産の「取り崩しの方針」を決めてシミュレーションなどを行うと、自然と資産寿命が把握できるはずである。そこで取り崩しの方針について確認したところ、例えば「定率法」、「定額法」、「配当/分配の範囲内で生活」といった方針を定めている人はごくわずかであることが判明した（「方針がある」とした人の内訳は、「定率法」1%、「定額法」3%、「配当/分配金の範囲内で生活」2%）。

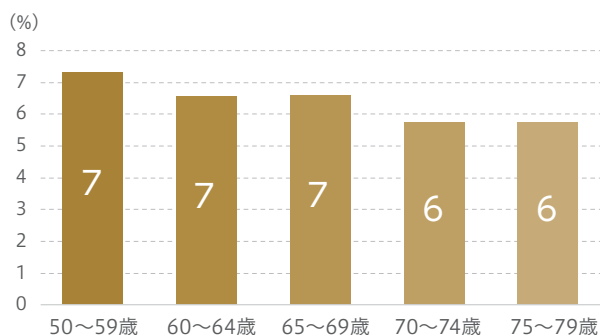
年代が上がるにつれ割合は減少していくものの、どの年代においても「まだ具体的には考えていない」とする人がもっとも多い。

図表：10-1
特徴的な傾向が見られた回答

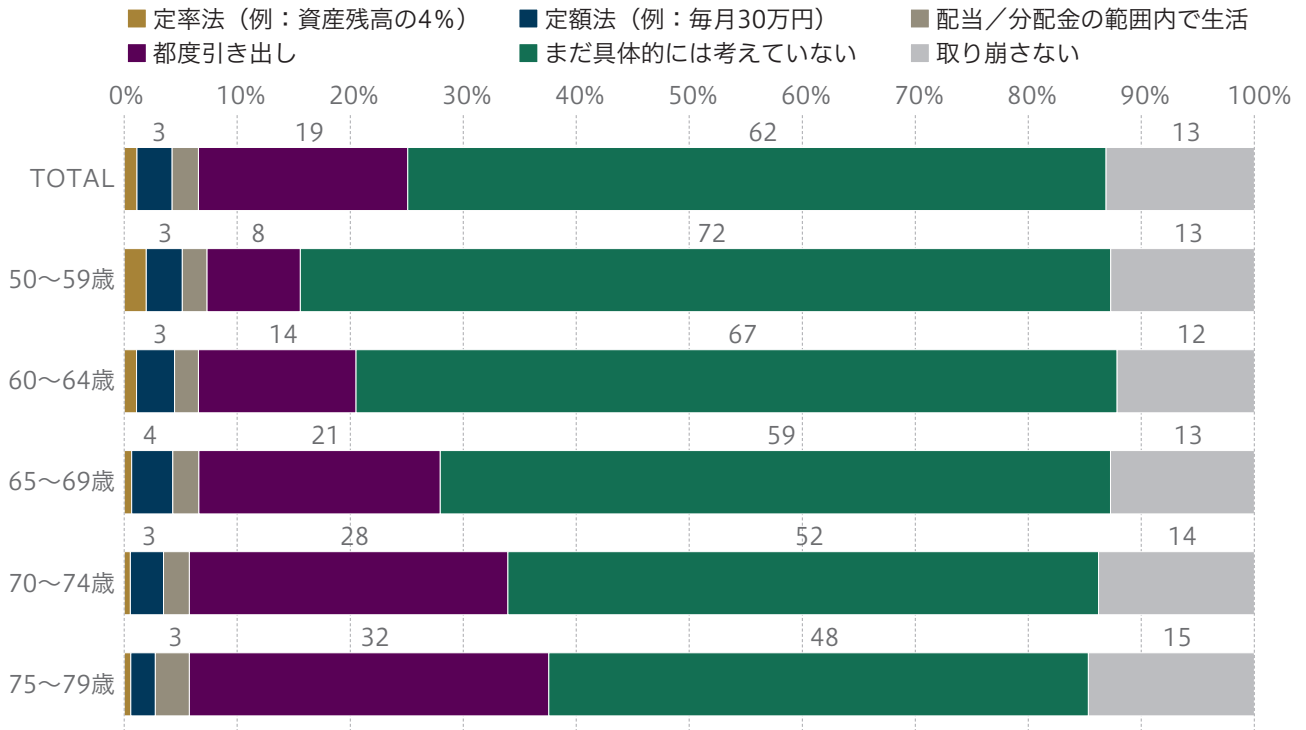
取り崩しの方針を
定めている割合



取り崩しの方針を定めている割合
年代別比較



図表 10-2：取り崩しの方針



Q11. 現在使っているお金

以下のお金についてそれぞれお答えください。・現在使っているお金
・これまでに使って良かったお金・これまでに使って後悔したお金

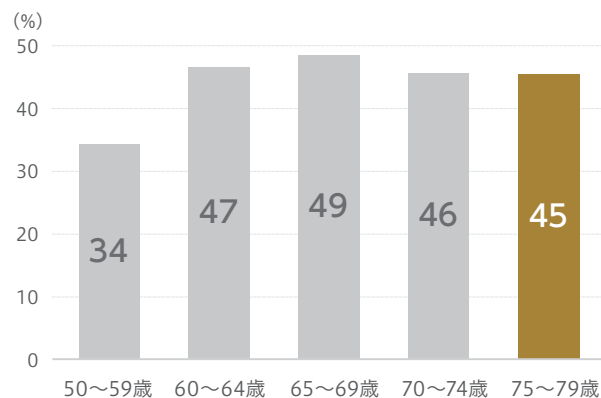
複数回答 全体 n=10,710

取り崩しの方針を定めている人はごくわずかであった。これは「金融資産額を維持したい、お金をなるべく使いたくない」といった意識の表れなのであろうか。この点を確認するため、普段のお金の使い道について尋ねたところ、リタイアメント層では、まず「医療・介護費」・「保険料」といった基礎的な支出に該当する項目が上位にきているが、選択的支出である「趣味・娯楽費」と回答した人も約6割を占めており、積極的に余暇を楽しむシニアの姿がうかがえる結果となった(図表11-2)。次に多かったのは、「デジタル機器・通信費」である。65歳以上の世帯におけるスマートフォン保有率が80%となるなか、インターネットの利用頻度について「毎日少なくとも1回」と回答した割合は66%と、10年前と比較して27ポイント上昇している¹。デジタル機器活用の進展は、オンライン上で幅広い消費項目の押し上げにも寄与していると考えられる。

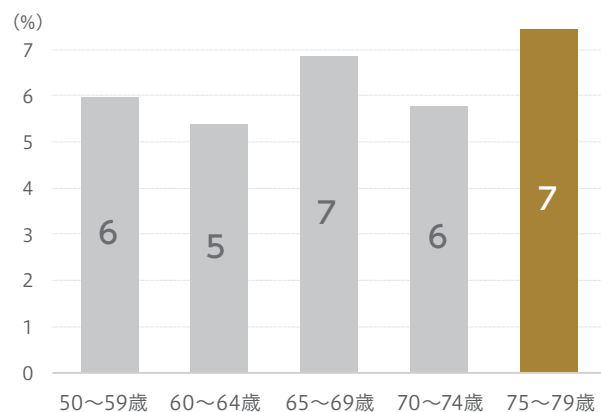
その他の項目についてみると、「自己啓発・学習費」は準リタイアメント、リタイアメント層のいずれにおいても少数にとどまっているが、令和3年の高年齢者雇用安定法の改正に伴い、70歳までの就

図表：11-1
特徴的な傾向が見られた回答

デジタル機器・通信費へ支出した人の割合



自己啓発・学習費へ支出した人の割合

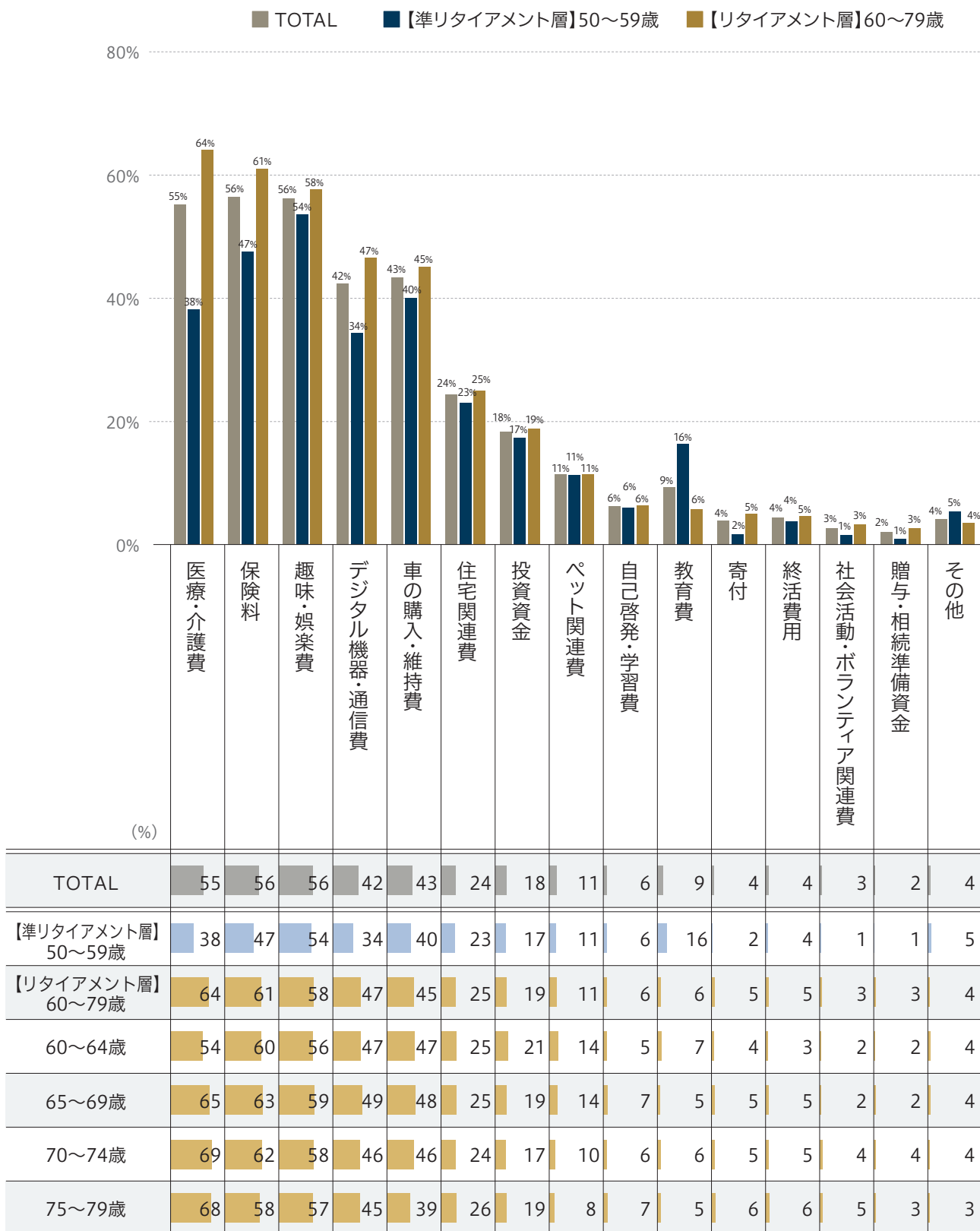


業機会確保が企業の努力義務となるなか、特にリタイアメント層において就業率は上昇傾向が続いている。今後、再就職やリスキリング(学び直し)へのニーズの高まりとともに、消費が拡大する可能性もあろう。

1 総務省「通信利用動向調査」(令和6年、平成25年)

(<https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&toukei=00200356>)

図表 11-2：現在使っているお金



図表 11-3：金融資産額別 現在使っているお金

(金融資産額について「わからない等」と回答した人を除く全体 n=5,385)

(%)	保険料(生命保険、医療保険など)	趣味・娯楽費(旅行、スポーツ、文化活動など)	医療・介護費	車の購入・維持費	デジタル機器・通信費(スマホ、PC、インターネットなど)	住宅関連費(家賃・リフォーム・住み替えなど)	投資信託など	投資資金(株式、不動産)	ペット関連費(飼育、医療など)	教育費(子ども・孫の学費支援など)	自己啓発・学習費(資格取得、講座受講など)	寄付	終活費用	社会活動・ボランティア関連費	贈与・相続準備資金	その他
0円(ない)	43	34	46	33	29	19	2	12	8	3	1	6	2	0	10	
300万円未満	55	47	50	38	37	23	9	12	10	4	2	4	2	1	5	
300万円～500万円未満	58	55	55	43	44	28	20	13	11	6	4	5	3	1	3	
500万円～700万円未満	64	64	56	47	49	29	20	14	11	6	3	2	2	0	2	
700万円～1,000万円未満	67	59	62	49	43	29	22	12	10	5	4	5	2	1	2	
1,000万円～1,500万円未満	64	64	63	52	47	27	29	12	10	8	4	3	3	2	2	
1,500万円～2,000万円未満	67	67	62	54	49	34	32	12	11	8	4	5	4	2	2	
2,000万円～5,000万円未満	64	73	62	54	53	32	37	11	10	8	7	3	5	4	2	
5,000万円以上	59	73	62	53	53	31	53	11	12	11	11	4	6	12	2	

65歳以上の無職世帯を対象とした総務省の家計調査においても、消費支出のうち約1割を教養娯楽費にあてているこ

とが確認できる(図表 11-4)。これは勤労者世帯の水準と大きく変わらない。¹

図表 11-4：65歳以上の夫婦一組の世帯(無職世帯)の家計収支(月間)

(円)

年	実収入	実支出	消費支出合計											非消費支出	収入-支出
			食料	住居	光熱・水道	家具・家事用品	被服及び履物	保健医療	交通・通信	教育	教養娯楽	その他の消費支出			
2025	254,395	296,829	263,979	78,964 30%	17,739 7%	23,540 9%	11,237 4%	5,354 2%	17,941 7%	31,325 12%	0 0%	26,538 10%	51,341 19%	32,850	-42,434
2024	252,818	286,877	256,521	76,352	16,432	21,919	12,265	5,590	18,383	27,768	0	25,377	52,433	30,356	-34,058
2023	244,580	282,497	250,959	72,930	16,827	22,422	10,477	5,159	16,879	30,729	5	24,690	50,839	31,538	-37,916
2022	246,237	268,508	236,696	67,776	15,578	22,611	10,371	5,003	15,681	28,878	3	21,365	49,430	31,812	-22,270
2021	236,576	255,100	224,436	65,789	16,498	19,496	10,434	5,041	16,163	25,232	2	19,239	46,542	30,664	-18,525

※非消費支出は直接税、社会保険料など ※%は消費支出に占める割合

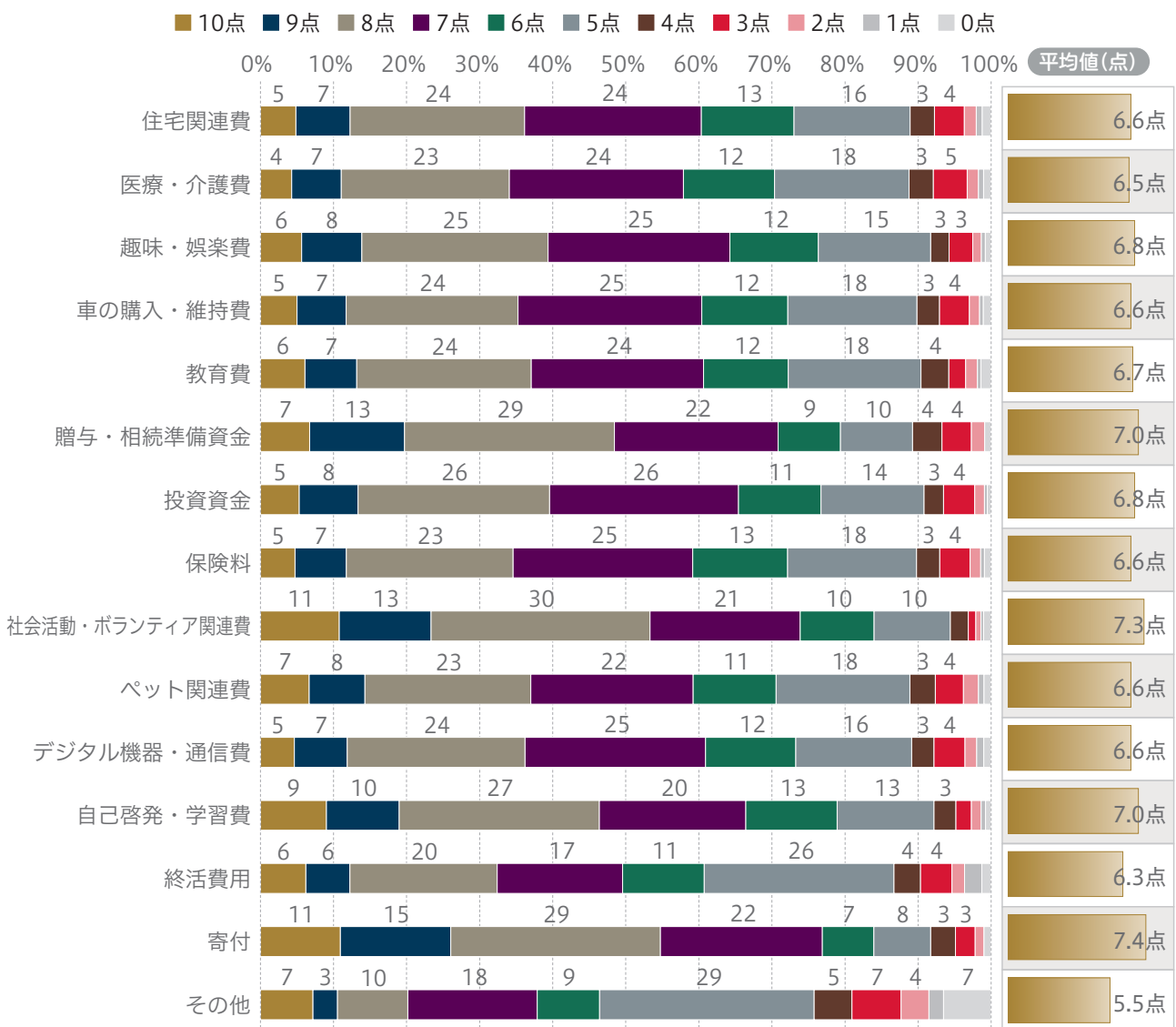
1 総務省「家計調査」(<https://www.stat.go.jp/data/kakei/2.html>)における2025年の勤労者世帯(全国)の消費支出は月間346,297円、このうち教養娯楽費は同34,058円で、その割合は9.8%。

現在使っているお金の用途別に幸福度を見ると、全体平均(6.4点)と比べて、「寄付」(同7.4点)や「社会活動・ボランティア関連費」(同7.3点)などにお金を使っている人は、幸福度が高い傾向が見られた。もちろん、これらの活動を行えるだけの資金面や時間的な余裕があるといった点が背景にあり、これが幸福度を押し上げている側面はあろう。ただし、

金銭的価値だけではなく、寄付や社会活動によって得られる社会的つながりや内的充足の効果については留意したい。

なお、第1章(図表2-2)で、「社会貢献活動」の満足度がもっとも低い点を確認したが、この要因は活動自体の満足度が低いためではなく、活動に参加する人が少ないことが影響を与えている可能性が高い。

図表 11-5：現在使っているお金×幸福度



※平均値(点)は小数点第1位まで表示

Q12. 使って良かったお金・使って後悔したお金

以下のお金についてそれぞれお答えください。・現在使っているお金
・これまでに使って良かったお金・これまでに使って後悔したお金

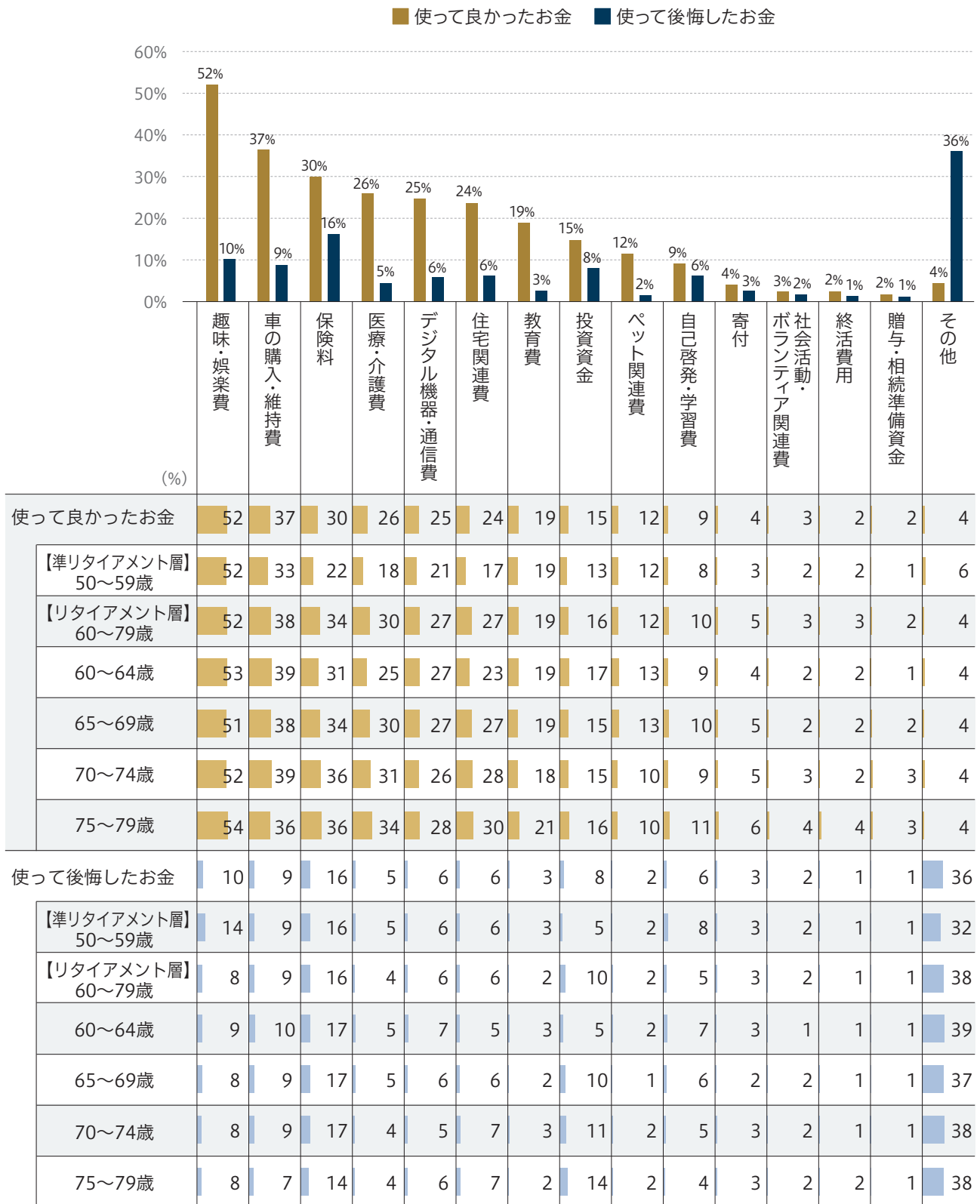
複数回答 全体 n=10,710

次に、「使って良かったお金」と「使って後悔したお金」の使い道を尋ねた。まず、使って良かったお金として最も多かった回答は「趣味・娯楽費」、次いで「車の購入・維持費」、「保険料」となった(図表12-1)。

一方、使って後悔したお金については「その他」(自由記述)という回答が最多であるが、このうち約95%は「なし」や「特になし」など、“後悔したことはない”という回答であった。また、「使って良かったお金」と「使って後悔したお金」の回答割合を比較すると、「その他」以外の

項目はいずれも「使って良かった」が「使って後悔した」を上回っており、お金を使って後悔した経験よりも、使って良かったと感じる経験のほうが多いことが示唆されている。特に、「趣味・娯楽費」は両者の差が最も大きく、実際に使った結果として満足度が高い項目であると考えられる。将来の生活のために貯蓄として備えておくことも大切だが、自分が楽しいと感じたり、思い出に残ることにお金を使うのも、人生の満足感を高める有意義な使い方ではないか。

図表12-1：使って良かったお金・使って後悔したお金



Q13. 資産承継の方針

資産の承継についてどう考えていますか。あなたの考えに最も近いものをお答えください。

単一回答 全体 n=10,710

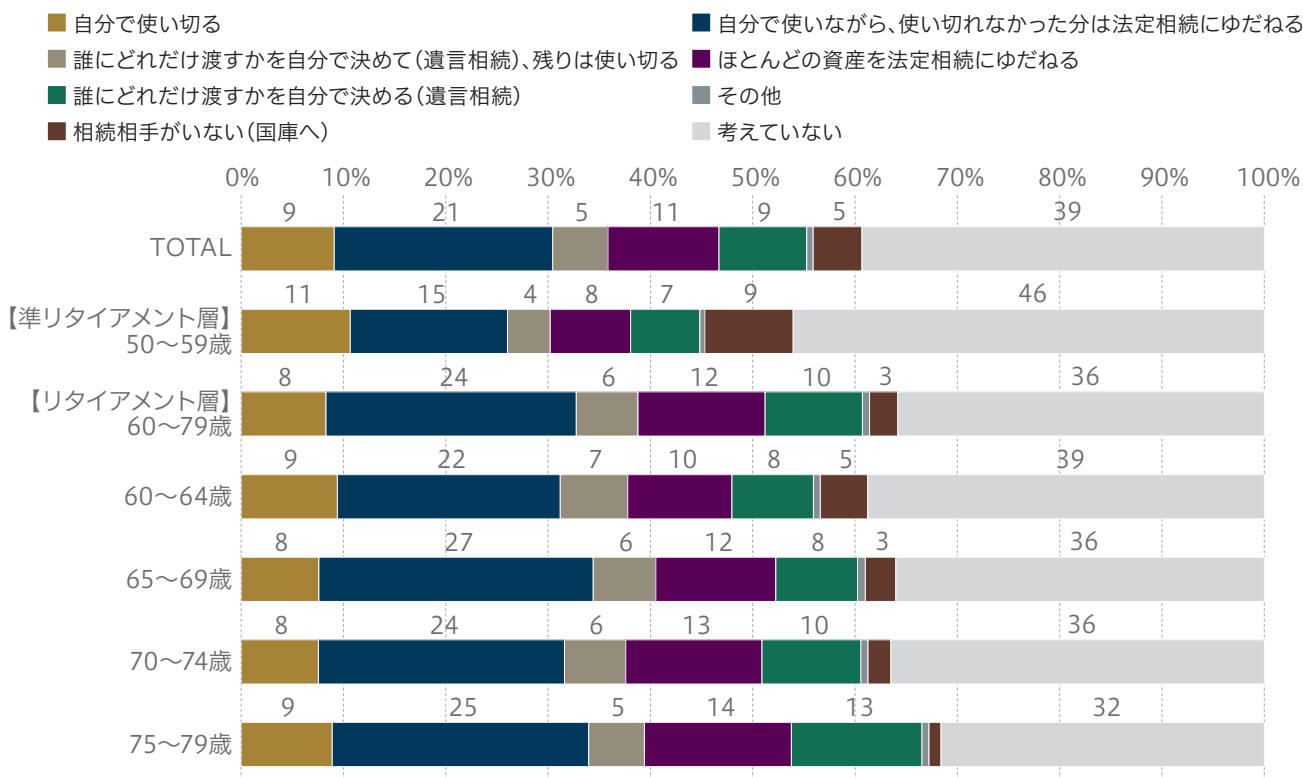
Q10では、取り崩しの方針を定めていない準リタイアメント層、リタイアメント層が8割に上ることを見た。この背景として、子や孫への贈与、寄付など資産の「遺し方」を検討している人もいと考える。そこで、資産承継の方針を確認したのが図表13-1である。最も多いのは「考えていない」という回答であった。次に目立つのは、「自分で使い切る」をはじめ、「自分で使いながら、使い切れなかった分は法定相続にゆだねる」、「誰にどれだけ渡すかを自分で決めて(遺言相続)、残りは使い切る」など、何らかの形

で「自分で使う」ことを前提とした回答である。

図表13-2は、資産承継の方針を金融資産額別に示したものである。保有している金融資産額が多くなるにつれて「考えていない」という回答の割合が低下する傾向が見られる。

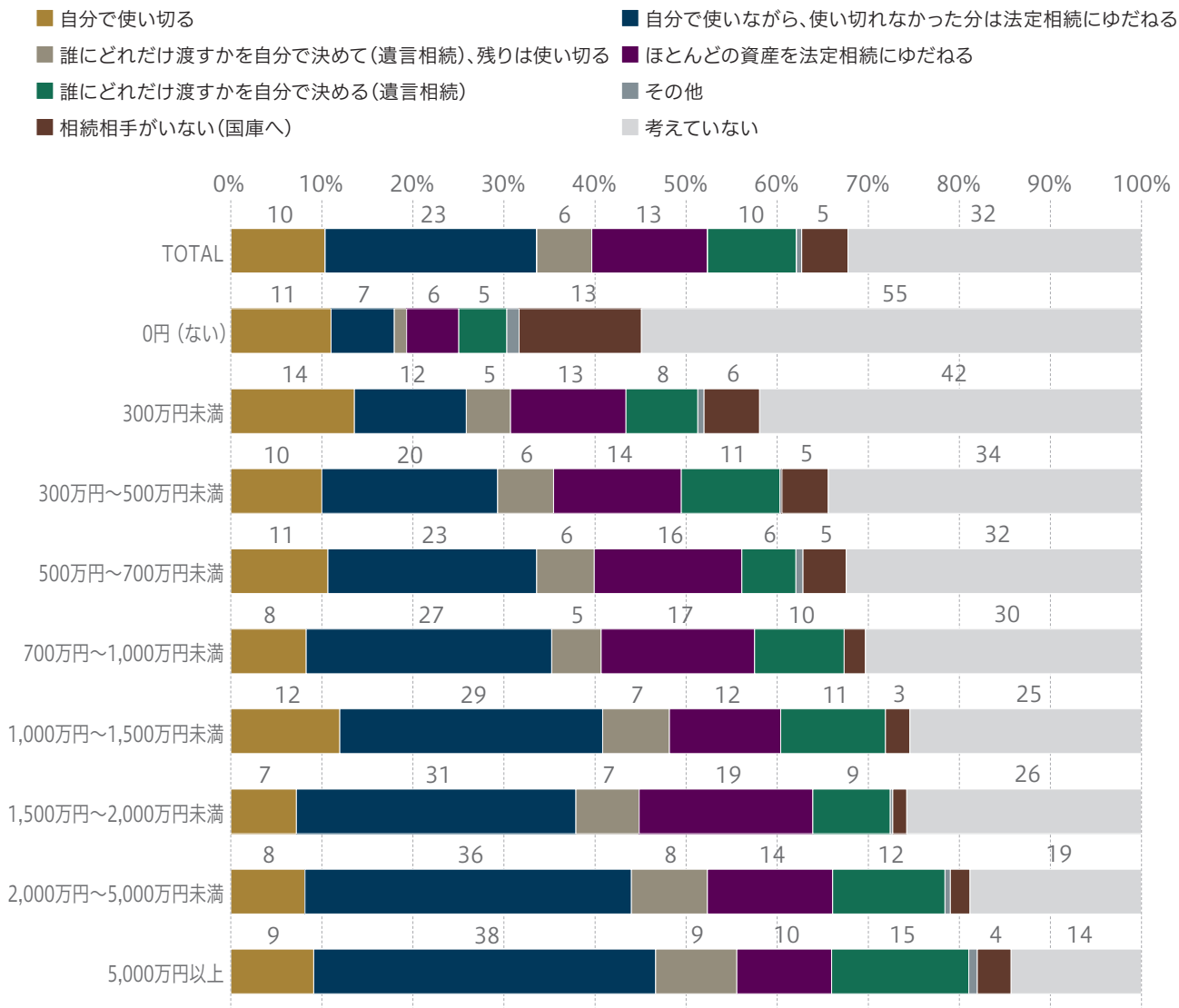
資産の多寡にかかわらず、誰にどのように残すかを整理しておくことは、残される家族の負担軽減と安心に資する。取り崩しの方針と同様に、資産承継についても早期に考え、方針を明確化しておくことが望ましい。

図表13-1：資産承継の方針



図表 13-2：資産承継の方針（金融資産額別）

（金融資産額について「わからない等」と回答した人を除く全体 n=5,385）



リタイアメントソリューション部について

退職後のライフプランに合った資産形成の考え方を広く浸透させるとともに、資産形成と資産活用をつなぐ新しいサービスを提供するため、2025年4月にリタイアメントソリューション部を新設しました。

退職後の生活では、収入が減ることから漠然とした不安を抱き、できるだけお金を使わないようにしようと考えがちです。しかし、お金との向き合い方を理解し、整理することで、これからの生活をより豊かにするためにお金を使うこともできるはずです。

スペシャルサイト「退職後の資産運用と資産活用」では、退職後の資産運用において押さえておくべき情報を掲載しています。サイト内の「使えるお金はいくら？ 60歳からの資産シミュレーション」では、収入・支出を含めた資産の状況を可視化し、人生を楽しむために使えるお金を算出することができます。

「退職後の資産運用と資産活用」

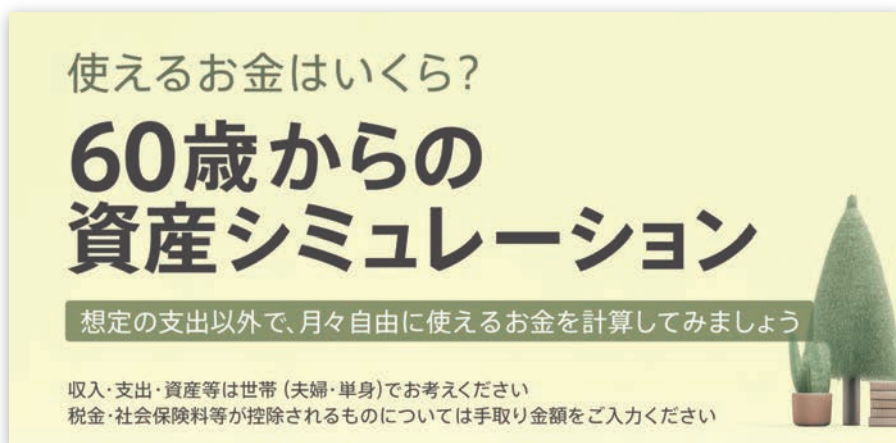


二次元コード



<https://www.nomura-am.co.jp/special/retirement/>

「使えるお金はいくら？ 60歳からの資産シミュレーション」



二次元コード



<https://www.nomura-am.co.jp/special/retirement/simulation/>

資産運用研究所について

資産運用研究所は、2020年に設立された資産運用領域専門のシンクタンクです。

当社が60年以上にわたり蓄積してきた資産運用に関する知識・経験や、グローバルなネットワークを活用し、資産運用における課題の一步先を見据えた調査・研究を通じて、日本および世界の資産運用業の健全な発展に貢献することを目指しています。

資産運用研究所サイトでは、20年以上もの調査歴を誇るInvestor Insights(意識調査)をはじめ、研究所の研究員が執筆したレポートや出版物情報を掲載しています。

資産運用研究所サイト

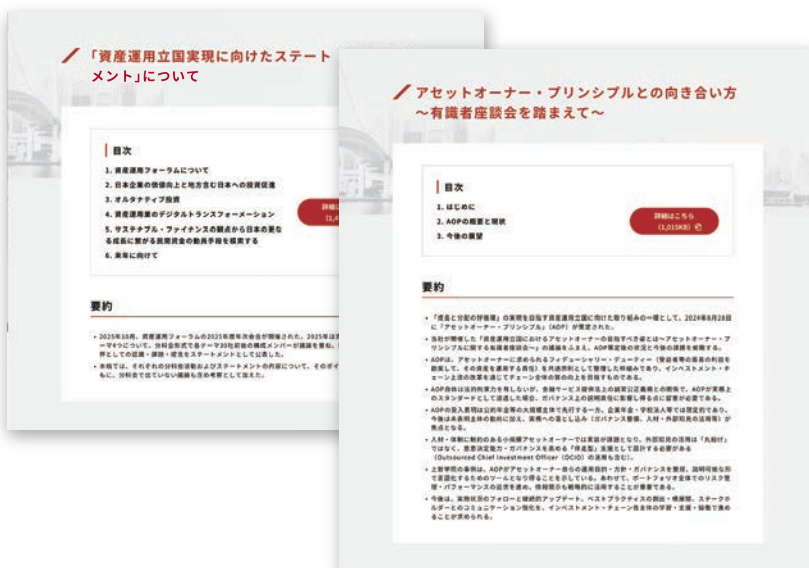


二次元コード



<https://www.nomura-am.co.jp/amrc/>

資産運用研究所レポート



書籍制作



いい人生だったと思えるお金の使い方。

野村アセットマネジメント著

<https://www.nomura-am.co.jp/amrc/reports/>

野村アセットマネジメントからのお知らせ

■投資信託に係るリスクについて

投資信託は、主に国内外の株式や公社債等の値動きのある証券を投資対象とし投資元本が保証されていないため、当該資産の市場における取引価格の変動や為替の変動等により投資一単位当たりの価格が変動します。したがって投資家の皆様のご投資された金額を下回り損失が生じることがあります。なお、投資信託は預貯金と異なります。また、投資信託は、個別の投資信託毎に投資対象資産の種類や投資制限、取引市場、投資対象国等が異なることから、リスクの内容や性質が異なりますので、ご投資に当たっては投資信託説明書(交付目論見書)や契約締結前交付書面をよくご覧ください。

■投資信託に係る費用について

(2026年4月現在)

以下の費用の合計額については、投資家の皆様がファンドを保有される期間等に応じて異なりますので、表示することができません。

■ご購入時手数料

■上限3.85%(税込み)

投資家が投資信託のご購入のお申込みをする際に負担する費用です。販売会社が販売に係る費用として受け取ります。手数料率等については、投資信託の販売会社に確認する必要があります。

投資信託によっては、換金時(および償還時)に「ご換金時手数料」等がかかる場合もあります。

■運用管理費用(信託報酬)

■上限2.222%(税込み)

投資家はその投資信託を保有する期間に応じてかかる費用です。委託会社は運用に対する報酬として、受託会社は信託財産の保管・管理の費用として、販売会社は収益分配金や償還

金の取扱事務費用や運用報告書の発送費用等として、それぞれ按分して受け取ります。
*一部のファンドについては、運用実績に応じて報酬が別途かかる場合があります。

■信託財産留保額

■上限0.5%

投資家が投資信託をご換金する際等に負担します。投資家の換金等によって信託財産内で発生するコストをその投資家自身が負担する趣旨で設けられています。

■その他の費用

上記の他に、「組入有価証券等の売買の際に発生する売買委託手数料」、「ファンドに関する租税」、「監査費用」、「外国での資産の保管等に要する諸費用」等、保有する期間等に応じてご負担いただく費用があります。運用状況等により変動するため、事前に料率、上限額等を示すことができません。

〈ご注意〉

上記に記載しているリスクや費用項目につきましては、一般的な投資信託を想定しております。費用の料率につきましては、野村アセットマネジメントが運用するすべての公募投資信託のうち、投資家の皆様にご負担いただく、それぞれの費用における最高の料率を記載しております。投資信託に係るリスクや費用は、それぞれの投資信託により異なりますので、ご投資をされる際には、事前によく投資信託説明書(交付目論見書)や契約締結前交付書面をご覧ください。

本書記載の指数の著作権等について

●「日経平均株価」は、株式会社日本経済新聞社によって独自に開発された手法によって、算出される著作物であり、株式会社日本経済新聞社は、「日経平均株価」自体及び「日経平均株価」を算定する手法に対して、著作権その他一切の知的財産権を有しています。また、「日経」及び「日経平均株価」を示す標章に関する商標権その他の知的財産権は、全て株式会社日本経済新聞社に帰属しています。株式会社日本経済新聞社は、「日経平均株価」を継続的に公表する義務を負うものではなく、公表の誤謬、遅延又は中断に関して、責任を負うものではありません。株式会社日本経済新聞社は、「日経平均株価」の構成銘柄、計算方法、その他「日経平均株価」の内容を変える権利及び公表を停止する権利を有しています。

〈本書について〉

本書は参考情報の提供を目的として野村アセットマネジメントが作成したご参考情報です。投資勧誘を目的とした資料ではありません。本書は市場全般の推奨や証券市場等の動向の上昇または下落を示唆するものではありません。

本書は信頼できると考えられる情報に基づいて作成しておりますが、情報の正確性、完全性を保証するものではありません。

本書中の記載内容、数値、図表等は、当資料作成時のものであり、事前の連絡なしに変更されることがあります。

本書中のいかなる内容も将来の運用成果または投資収益を示唆あるいは保証するものではありません。

〈お申込みに際してのご留意事項〉

ファンドは、元金が保証されているものではありません。

ファンドに生じた利益および損失は、すべて受益者に帰属します。

投資信託は金融機関の預金と異なり、元本は保証されていません。

投資信託は預金保険の対象ではありません。また、登録金融機関が取り扱う投資信託は、投資者保護基金制度が適用されません。

お申込みにあたっては、販売会社よりお渡しする投資信託説明書(交付目論見書)の内容を必ずご確認のうえ、ご自身でご判断ください。

(2026年4月作成)

商号：野村アセットマネジメント株式会社
金融商品取引業者 関東財務局長(金商)第373号
加入協会：一般社団法人資産運用業協会/
一般社団法人第二種金融商品取引業協会

終わりに

本冊子をお読みいただき、ありがとうございました。本調査は、50歳以上の方々の暮らしやお金に関する実態と意識を、全国約1万1千人の回答から多面的に明らかにすることを目的に実施しました。本書で示した結果は、単なる統計としての数値にとどまらず、各世代が抱える不安や優先事項、人生の選択がどのように資産形成や消費行動に反映されているかを示す鏡だと考えています。

調査からは、年齢や保有資産によって幸福感や不安の構図が異なること、働く理由が「生活のため」から「生きがい」へと変化していくこと、そして多くの方が自らの資産寿命を把握しておらず、取り崩しの方針を具体化していない現実が浮かび上がりました。一方で、寄付や社会活動にお金を使う人の幸福度が高い点や、趣味・学びに支出する姿が見られることは、資金面のみならず時間や社会的つながりの充実が豊かなリタイアメントに寄与していることを示唆しています。

このような結果を踏まえ、次のような行動を検討してみたいかがでしょうか。まず、ご自身の「資産寿命」を把握することです。取り崩しのシミュレーションや収支の見直しは、

将来への不安を和らげる一助になるはずで
す。次に、「何にお金を使って満足を得たい
か」を改めて考えてみてください。医療や生
活保障の確保に加え、社会参加や趣味など
心の充足に資する支出も、人生の質に影響
します。必要に応じて金融機関や専門家の
助言を活用し、運用と取り崩しを組み合わ
せた現実的な資産設計を検討されることを
おすすめします。

また、本調査の示す傾向は、金融商品・サー
ビスを提供する事業者、地域や企業が進め
る高齢者支援、政策立案にとっても有益な
示唆を含んでいます。多様化するリタイア
メント像に応じた柔軟な支援やサービス設
計が一層重要になるでしょう。当社も引き
続き、こうした知見をもとに、個人と社会
が安心して豊かな高齢期を迎えられるよ
うな研究・提案を続けてまいります。

最後に、本調査にご協力いただいたすべての
回答者の皆さま、並びに制作に携わって
くださった関係者の皆さまに心より感謝
申し上げます。本冊子が皆さまの日々の
選択や今後の対話の契機となり、一人
ひとりがより納得感のある老後を描く
一助になれば幸いです。

2026年4月

野村アセットマネジメント株式会社
資産運用研究所



野村アセットマネジメント
資産運用研究所