

「選択的シングル」時代に備えて

～ シングルである期間を自分らしく幸せに生きるための準備 ～

株式会社 野村総合研究所 社会システムコンサルティング部
シニアコンサルタント 坂田 彩衣

株式会社 野村総合研究所 社会システムコンサルティング部
コンサルタント 一丸 紗月



1 「選択的シングル」時代の到来

『「選択的シングル」の時代～ 30 カ国以上のデータが示す「結婚神話」の真実と「新しい生き方」～』という本が 2023 年に発売された。イスラエル・ヘブライ大学の公共政策・政府学部で教壇に立つ社会学者エルヤキム・キスレフが著した当該書籍は、世界的なシングル増加の傾向を解き明かすとともに、シングルという生き方を選択した人たちの幸せについて論じられている。

日本に限らず多くの国でシングルが存在感を増す中、NRI では「シングルの増加」という社会現象の次の段階として、シングルでいる期間やシングルという生き方を選択した人のウェルビーイングを保つメカニズムを探ろうと、「選択的シングル時代の価値観に関するアンケート調査」(以下、アンケート調査)※¹を行った。

アンケート調査の結果、現在シングルの人のうち

63%が「結婚は希望しておらず、選択的に未婚である状態」のいわゆる「選択的シングル」であるこ

※1 「選択的シングル時代の価値観に関するアンケート調査」

調査実施期間：2024 年 3 月 22 日

調査手法：インターネットアンケート

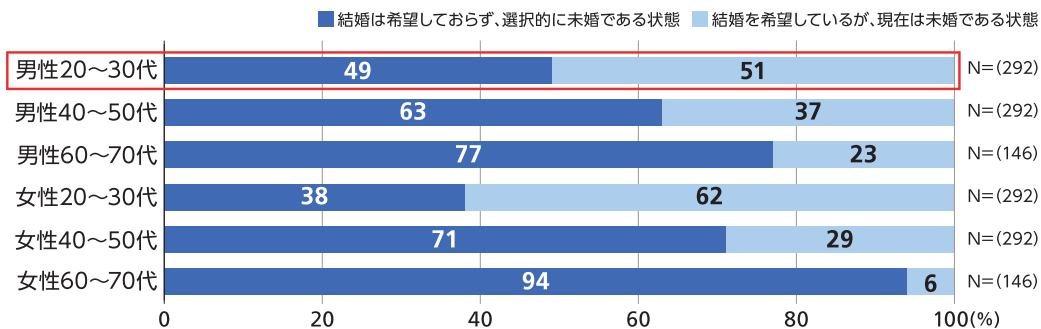
調査対象：全国の 20～70 代の男女 3,108 人 内訳：20 代、30 代、40 代、50 代、60 代・70 代×男女×シングル(結婚経験なし)、シングル(離別)、既婚の 30 セグメントにおいて各 100 人程度

※現在シングルの人に限らず、誰もがシングルである期間を有することを踏まえて、既婚者も調査対象としている

※調査結果の数値は、国立社会保障・人口問題研究所「人口統計資料集」(Ⅵ. 結婚・離婚・配偶関係別人口、2020 年)に基づき、人口構成比に合わせてウェイトバック処理を実施した

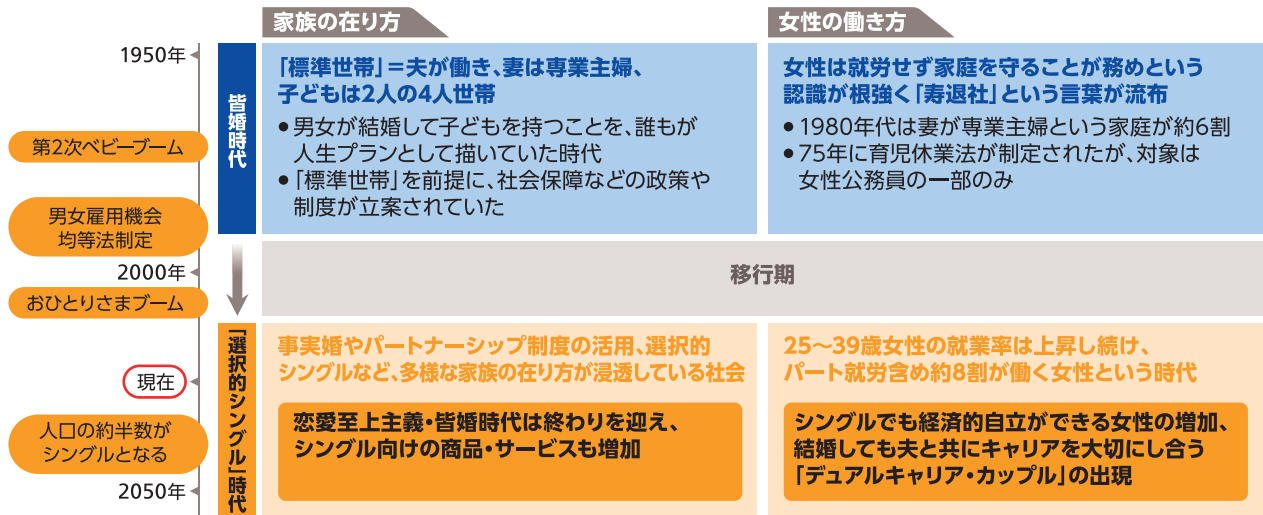
※本稿および本調査では「シングル」をその時点で日本国憲法で定められている婚姻関係を結んでいない人と定義する

図表 1 性年代別「選択的シングル」の割合



出所) NRI「選択的シングル時代の価値観に関するアンケート調査」(2024 年)

図表2 皆婚時代から「選択的シングル」時代への変遷



出所) NRI 作成

とが判明した。図表1のように性年代別に見ると、年齢が上がるにつれて「選択的シングル」の割合が大きくなる傾向は予想通りであるものの、20～30代でも男性の約半数が「選択的シングル」であるという意外な結果もみられた。

皆婚時代には、夫が働き、妻は専業主婦、子どもが2人の4人世帯が「標準世帯」と定義され、それを前提に社会保障制度が構築されていた。女性は結婚したら家庭に入って家事や育児に専念すべきであるという世間の認識から、1975年に育児休業法が制定されても、80年代の日本は「妻が専業主婦である」という家庭が6割を占めていた。しかしその後、男女雇用機会均等法が制定され、女性の就労や経済的自立が促進された結果、2022年にはパート就労含め25～39歳女性の8割以上が働く時代となった^{※2}。

また、あえて結婚をしない「事実婚」の普及や、希望があっても現在の日本国憲法上では結婚できない性的マイノリティの人のパートナーシップ関係に係る宣誓や届け出を受理する「パートナーシップ制度」の制度化により、結婚以外の生き方の選択肢が

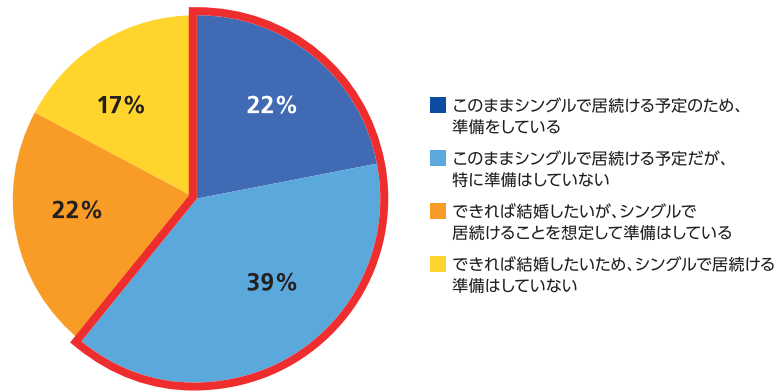
複数提示されるようになった。現代以降を冒頭の著書に倣って「選択的シングル」時代と呼ぶとした場合、それは、シングルを選択する人のみならず、事実婚やパートナーシップ制度の活用など、多様な性や家族の在り方が選択できる時代だといえる(図表2)。

個人の一生に目を向けてみると、平均寿命が延びて、初婚年齢や離婚率も上昇する中、一人の人間が人生においてシングルでいる時間は、結婚することが当たり前とされていた皆婚時代と比較して長くなる。少子化を防ぐべく、結婚や子育てを推進するための施策やサービスはすでに世の中に存在するが、シングル期間を自分らしく幸せに生きるための議論は、高齢者の独居問題を除いてはまだ顕著ではない。

英国では、一人暮らしのためのお金を計算するツールや、一人旅・一人でも入りやすい飲食店の情報、自分自身で健康を維持するための情報やコラム等、シングルに関するさまざまなコンテンツを

※2 総務省「令和4年就業構造基本調査」

図表3 現在シングルの人の今後の生き方とその準備有無



出所) NRI「選択的シングル時代の価値観に関するアンケート調査」(2024年)

発信する『SOLO LIVING』というコミュニティーサイトが運営されている。サイトを中心としてFacebook上で2,000人以上が参加するシングル向けのグループが形成され、シングルのコミュニティー内で、シングルライフのウェルビーイングを保つための方法やヒントについて情報交換が行われている。

個人としてもシングルでいる期間が長くなり、社会としても生涯シングルでいる、パートナーシップ制度を活用するなど、多様な生き方の選択肢を受容しようとする時代において、長いシングル期間をいかにウェルビーイングを保って過ごすことができるかは重要な社会課題である。本稿では、アンケート調査を基に、シングル向けの商品・サービスの動向を踏まえて、これを考察する。

2 シングル期間を自分らしく幸せに生きるための準備

シングルである期間を自分らしく幸せに生きる、つまりウェルビーイングを保って生きるためには「準備」と「実践」が必要である。前述のアンケート調査において、この「準備」と「実践」の状況に

ついて把握を行ったため、その一部を以下に紹介する。

1) シングルがシングルで居続けるための準備

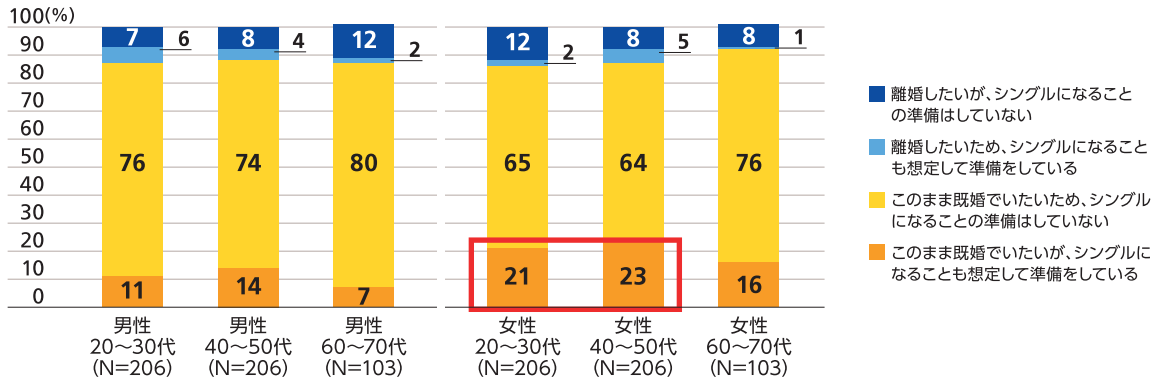
現在シングルの人に、今後の生き方について質問したところ、このままシングルで居続ける予定の人は6割以上であり、そのうちシングルで居続けるための準備をしていない人の割合は3分の2を占めた(図表3)。「選択的シングル」の人に限定して分析してもその割合は約5割に達し、多くのシングルが今後の生き方に対して準備ができていない、または必要ないと思って準備をしていないことが判明した。

2) 既婚者がシングルになることの準備

既婚者にシングルに戻ることを、つまり離婚することを考えたことはあるかどうか質問したところ、約3割が離婚を考えたことがあると回答した。年代別に見ると離婚を考えたことがある割合が最も高いのは40代で約4割となっている。

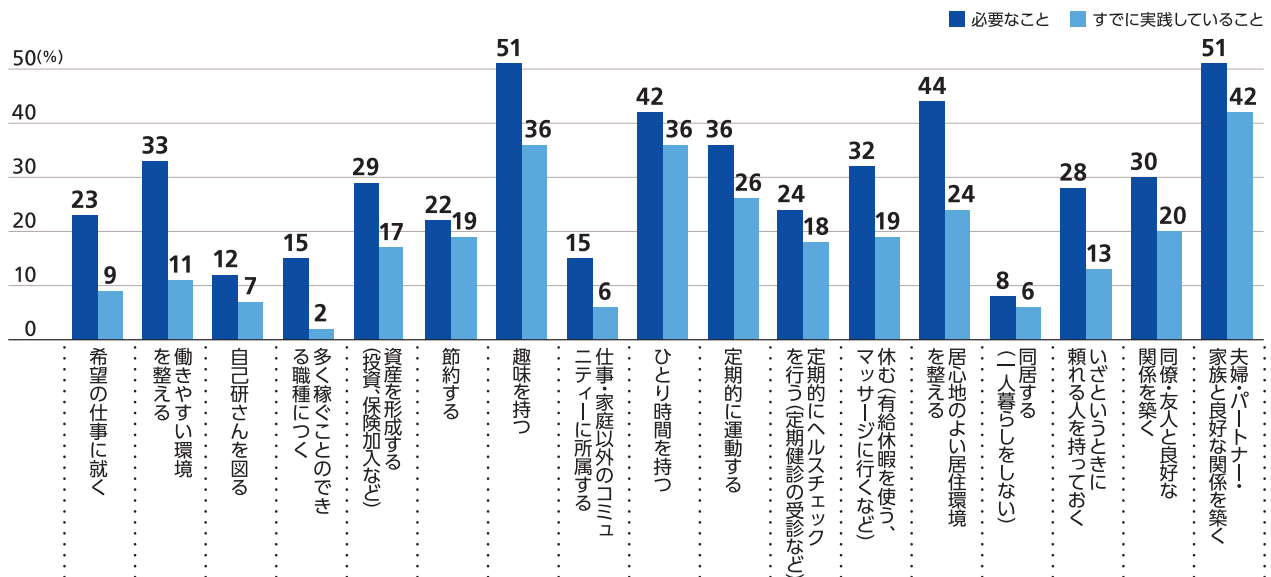
既婚者にもシングルの人同様に今後の生き方やその準備の有無について質問したところ、20～50代の女性の約2割が「このまま既婚でいたい、シングルになることも想定して準備をしている」と回答した(図表4)。シングルへの準備を実施してい

図表4 現在既婚の人の今後の生き方とその準備有無（性年代別）



注) 数値 (%) は四捨五入しているため、合計の数値 (%) は必ずしも 100 (%) にならない
出所) NRI「選択的シングル時代の価値観に関するアンケート調査」(2024年)

図表5 ウェルビーイングを保つために必要なこと・すで実践していること



注1) 複数回答
注2) シングル、既婚で違いが見られなかったため、シングル・既婚の総数として割合を算出している
出所) NRI「選択的シングル時代の価値観に関するアンケート調査」(2024年)

る割合は、現在シングルの人より低いものの、既婚者でも特に女性はシングルになることを想定して準備している人が一定層存在することが確認できた。

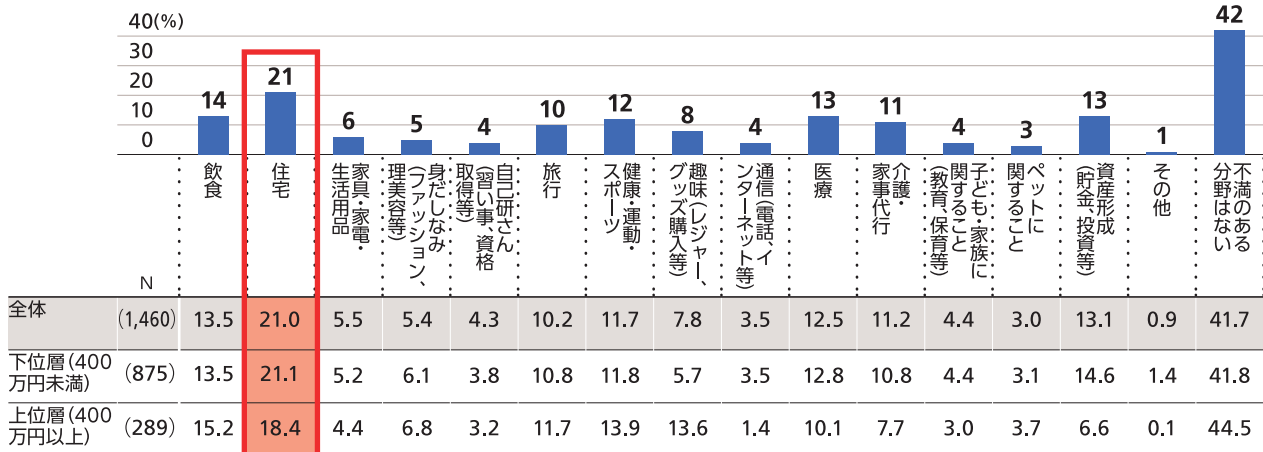
一方で、どの性年代も約7~8割が「このまま既婚でいたいため、シングルになることの準備はしていない」と回答している。離婚を考えていない層の大半が当該選択肢を選んだと想定するが、既婚者がシングルになる背景は離婚だけに限らず、不慮の事故や病気による死別等で想定外のタイミングでシ

ングルに戻るケースもあり得る。

3) ウェルビーイングを保つために実践していること

アンケート調査において、シングルでいる期間のウェルビーイングを保つために必要と考えていること、またその中ですで実践している項目について質問を行った。その結果、全体として、必要性を感じているものの実践できていない項目が多数存在することが明らかとなった(図表5)。

図表 6 シングルが不満を持っている製品・サービスの分野



注 1) 複数回答、最大三つまで
 注 2) 年収がわからない・無回答があるため、下位層と上位層の N の合計は必ずしも 1,460 にならない
 出所) NRI「選択的シングル時代の価値観に関するアンケート調査」(2024 年)

今後の生き方や、ウエルビーイングを保つために必要だと考えることは、人それぞれであり正解はない。だが、今後の生き方を想定した「準備」ができていないことや、ウエルビーイングを保つために必要なことを「実践」できていないという感覚があるのであれば、対処が必要である。次章では、シングルという期間やシングルという生き方を想定した商品・サービスを紹介しながら、個人のニーズに現在のマーケットがどの程度応えられているかという視点も含め、上述の「準備」と「実践」について考察する。

3 「選択的シングル時代」の新たなニーズ

さまざまな分野において、シングルという期間やシングルという生き方を対象とした商品・サービスは発展途上である。社会として「選択的シングル時代」に向けた商品・サービスの開発を後押しするためには、何が必要か。本章では、シングルが抱えている不満やシングルとして利用してみたいサービスに係る調査結果を提示するとともに、シングルのニーズを満たす先進事例を紹介する。

1) シングルが不満を感じている分野

シングルが不満を感じている商品・サービスに関する設問では、住宅に関する不満が 21.0%と最も高く、次に飲食 (13.5%)、資産形成 (13.1%)、医療 (12.5%) となった (図表 6)。年収の平均値である約 400 万円を区切りとして、400 万円以上を上位層、400 万円未満を下位層とおくと^{※3}、上位層の 6.6%、下位層の 14.6%が資産形成に不満を感じており、年収が低いほど不満を感じている結果となった。また趣味 (レジャー、グッズ購入等) に対する不満は上位層が 13.6%、下位層が 5.7%と、2 倍以上のポイント差が生じた。

「住宅」に関する不満の詳細については、全体の 41.6%が「シングルに向けたプラン・商品等の価格が高い」、36.4%が「シングルに向けたプラン・商品等のバリエーションが乏しい」、30.3%が「家族

※ 3 厚生労働省「令和 5 年賃金構造基本統計調査」[毎月勤労統計調査 (令和 5 年 2 月)]「毎月勤労統計調査 (令和 5 年 9 月)」を基に NRI 算出。平均値は 446 万 1,900 円だが、アンケート調査の年収を 100 万円単位で設定したため 400 万円を区切りとした

図表7 ソーシャルアパートメント「ネイバーズ五反田」の共用部分



出所) 株式会社グローバルエージェンツウェブサイト

や友人／複数人での利用が前提であり、シングルでの利用が歓迎されていない印象を受ける」と回答した。特に上位層の51.8%は「シングルに向けたプラン・商品等のバリエーションが乏しい」と回答しており、住宅サービスにおけるシングル向けのプラン・商品等の拡充が求められているといえる。

「住宅」の「シングルに向けたプラン・商品等のバリエーション」に関する事例として、近年「ソーシャルアパートメント」が注目されている。ソーシャルアパートメントとは、プライベートが守られる個室に加え、キッチン・ラウンジなどの共用部分が設けられた共同住宅を指す。シェアハウスとの相違点は、家賃を抑えることを目的とする入居が多いシェアハウスに対して、ソーシャルアパートメントの居住者は住人同士の交流を目的とした人が多い。そうした入居者のニーズに応えるため、ソーシャルアパートメントは共用部分の設備が充実しており、3人以上で料理できる広いキッチンや、集まって映画を見ることが出来る設備も完備されている。また、個室以外は管理会社が手配するハウスキーパーが清掃しているため、共用部分の清掃を入居者が当番制で行うなどのルールがなく、住人同士がもめること

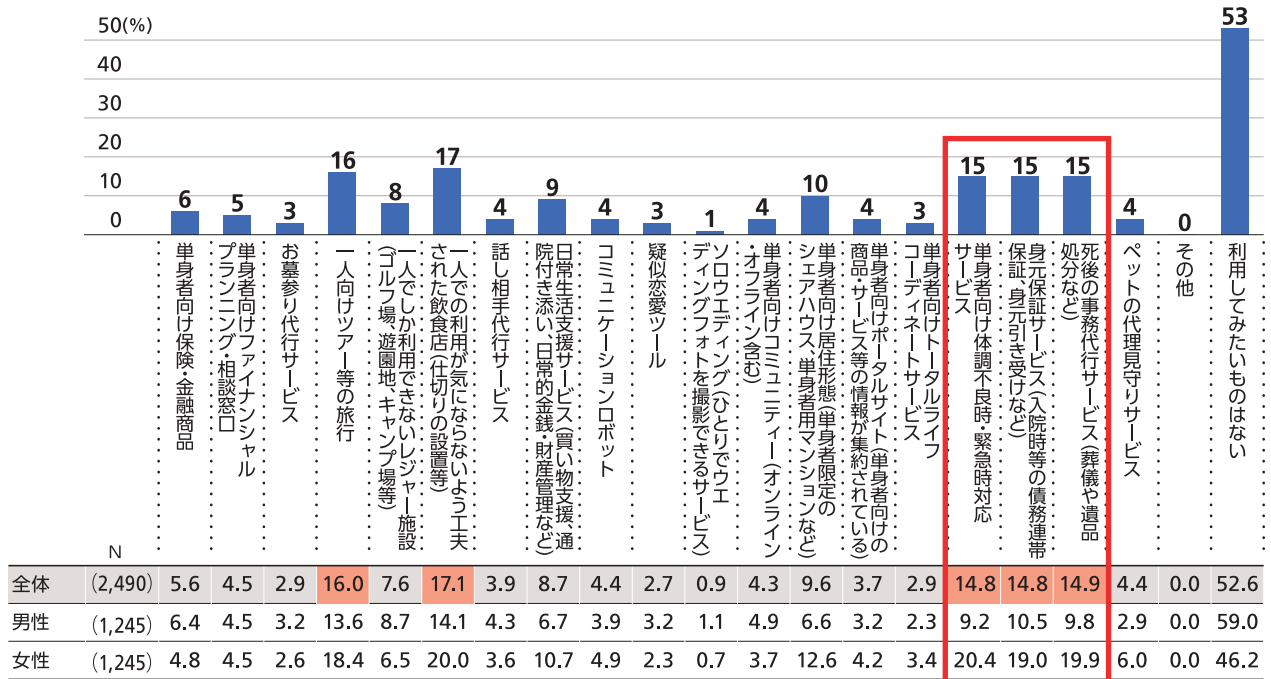
なく快適に過ごすことが重要視されている。

株式会社グローバルエージェンツは、SNSのような交流を住居において実現することを目指し、ソーシャルアパートメント事業を推進してきた。2005年の創業以降、事業は拡大し、現在は首都圏・関西圏を中心に49棟約3,000室を運営している。同社が運営するソーシャルアパートメントの居住者は20～30代が8割程度を占めており、その大半がシングルである。設立当初は交流を主目的とした居住者が中心であったが、近年は交流だけではなく、他人と日常的なつながりを持つことができるという安心感を求めて入居する人が増えているという。管理会社が居住者に対して交流を強制することはなく、ラウンジ等の共用部分で自然に会話が発生し、つながりが生まれている。コロナ禍で入居者・問い合わせ数は一時的に減少したものの、その後入居者は急増しており、交流や安心感を住居に求める現代シングルの姿勢が垣間見える。

2) シングルとして利用したいサービス

利用したいサービスに関する設問では「一人での利用が気にならないよう工夫された飲食店」

図表 8 シングルとして利用したいサービス



出所) NRI「選択的シングル時代の価値観に関するアンケート調査」(2024年)

(17.1%)、「一人向けツアー等の旅行」(16.0%)など、日々の生活を豊かにするためのサービスに次いで、「死後の事務代行サービス」(14.9%)、「単身者向け体調不良時・緊急時対応サービス」(14.8%)、「身元保証サービス」(14.8%)といった、自身に何か起きた際の準備に関するサービスの需要が高かった(図表 8)。これらのサービスのニーズは男性に比べて女性が顕著に高く、シングルとして生きる準備に対する男女の意識差がみてとれる。

需要の高い「単身者向け体調不良時・緊急時対応サービス」分野で年齢に関わらず活用されている事例を紹介する。単身者向け見守りサービスとしては、大手企業もサービスを提供しているものの、その大半が単身高齢者を対象としたものであり、高齢者以外の年齢層を対象としたサービスは非常に少ない。

NPO 法人エンリッチは、60歳以下の働き盛りの世代でも孤独死が起きうることへの問題意識から、LINE を用いた見守りを実践している。「見守りサー

ビス」は、登録者に対して安否確認のメッセージを1~3日ごとなど任意の頻度と時間に配信し、反応がない利用者に対する24時間後の再配信後、さらに3時間反応がない場合、架電して状況確認を行い、つながらない場合は登録された近親者への連絡を行っている。利用者の約20%を30代以下、約65%を50代以下が占めており、高齢者以外の世代においても緊急時の対応サービスに需要があることがわかる。

利用者に対するアンケートでは、自身に問題が起き、最悪の場合死に至ったとしても、一人暮らし・テレワーク・個人事業主などの理由が重なり誰にも気づかれないことに対する不安が挙げられている。コロナ禍でテレワークが進み、対面でのコミュニケーションが減る中で、高齢者だけではなく、若年層でも孤独死に対する関心・不安を抱いている。

エンリッチでは「見守りサービス」に加え、グループに対して数日に1回安否確認メッセージを配信

し、反応がない場合の確認をグループ員が担う「つながりサービス」や、反応がない場合、登録した管理者宛てに通知が届く「安否通知サービス」の計3種類のサービスを提供している。グループの構成員でお互いを見守る「つながりサービス」は、一つの団地に住む高齢者同士がグループになって利用するケース等で活用されている。単に安否確認ができるだけではなく、周囲とのつながりを生むきっかけにもなるため、副次的な効果として地域包括ケアの推進にも寄与しているといえるだろう。

管理者・利用者をそれぞれ設定できる「安否通知サービス」は、自治体で導入され、民生委員を管理者として地域住民の見守りに利用されるケースもあるという。

当該サービスは、デジタルの力を活用することで一定の距離を保ち、個を尊重しながら見守るというスタイルが、現代人がつながりに対して感じる一種の煩わしさに対応しているという点で特徴的であり、今後は自治体と連携して広く利用を促すことが検討されている。

日本では、シングルの問題はしばしば高齢化の問題と結び付けて語られ、対応策やサービスが検討されていることが多い。しかし、シングルという属性は、高齢者に限ったものではなく、さまざまな年齢層においてニーズや課題がある。「選択的シングル時代」に、シングルという期間やシングルという生き方を対象とした政策やサービスを検討していく必要があるのではないかと。

4 おわりに

シングルとして生きるための準備は、内容を終活やエンディングサービスとして、主に生涯未婚の人が行うものとして語られることが多かった。しかし、

「選択的シングル」時代においては、シングルでいる期間が長期化すること、性や家族の在り方が多様化することを鑑み、現在の婚姻状態に関わらず、すべての人がシングルとして生きるための準備をすべきである。そしてその準備とは、資産形成や終活のみならず、日々の生活をいかに自分らしく幸せにおくることができるかという観点も含まれる。

インドのマディヤ・プラデーシュ州では、50歳以上の未婚女性に社会保障を提供し、毎月財政支援を行う目的で「未婚年金制度」が2019年から開始された^{※4}。韓国では、一部の企業で「非婚手当」として結婚祝い金と同じ水準の手当を非婚者にも提供することで、独身者が疎外感を感じないように配慮する取り組みが実施されている^{※5}。国内先進事例として、神奈川県大和市では、人生100年推進課の中に「おひとりさま施策推進係」を設け、現状は高齢者が対象ではあるものの、おひとりさまの実態やニーズを把握するアンケートなどを実施している。

「選択的シングル」時代とは、産業界がシングルをマーケットの一つとして認識するのと同時に、政策面でも子どもや高齢者に加えてシングルという層を意識すべき時代であるといえる。

恋愛関係や結婚関係にあるパートナーを持たない人が、持つ人に比べて劣っているとみなされる現象

※4 マディヤ・プラデーシュ州ウェブサイト

Chief Minister Unmarried Pension Scheme | District Umariya, Govt of Madhya Pradesh | India (umaria-nic-in.translate.google.com)

※5 NHK国際ニュースナビ(2024年3月25日)「“結婚しません”宣言で手当支給 有休も?変わる韓国企業」https://www3.nhk.or.jp/news/special/international_news_navi/articles/feature/2024/03/25/38482.html

や行動は「シングルシェイミング」と呼ばれている。「パートナーがないのは、本人に何かしらの欠陥があるためであり、社会的信用が低い」「シングルは自己中心的で、利己的な性格の人が多い」「シングルは親に依存しており、精神的・経済的に自立していない」といった偏見の存在は、日本だけでなく世界的にも問題視されている^{※6}。NRIのアンケート調査では、このようなシングルに対する否定的なイメージは、既婚者がシングルに対して抱いているものではなく、シングル自身がシングルという属性に対して抱いているものであることが判明した。シングル自身が否定的な評価を内面化してしまっている可能性があり、これはウェルビーイングを保つ生き方に反する。

誰もがシングルになる可能性のある身として、シングル期間を自分らしく幸せに生きるための準備を検討し、社会はそれを支援する仕組みを構築すべきであり、その過程において関連する製品・サービスが今後ますます開発されていくことが予想される。個人・社会の双方で「選択的シングル」時代へ備えることが必要である。

(監修：岡村 篤)

※6 BBC [‘Single shaming’: Why people jump to judge the unpartnered] (2022年4月6日)

●…… 筆者

坂田 彩衣 (さかた あい)

株式会社 野村総合研究所

社会システムコンサルティング部

シニアコンサルタント

専門は、ジェロントロジー、高齢社会政策、

孤独・孤立政策など

E-mail: a2-sakata@nri.co.jp

●…… 筆者

一丸 紗月 (いちまる さつき)

株式会社 野村総合研究所

社会システムコンサルティング部

コンサルタント

専門は、教育・子ども・ジェンダーなど

E-mail: s-ichimaru@nri.co.jp