第393回NRIメディアフォーラム

現役時代の行動で変わるシニアの生活満足度

～デジタル活用で生活満足度向上を～

エキスパートコンサルタント　中村　雅彦

NRI社会情報システム株式会社

2025年6月3日

NRI社会情報システム
NRI Social Information System Services

Envision the value,
Empower the change

調査概要

調査名	「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」
調査期間	2024年10月5日～2024年11月5日
調査対象者	当社「シルニアス・パネル」（全国42のシルバー人材センター会員）の65歳以上男女
割付	男女・65～69歳、70～74歳、75～79歳、80歳以上で発送時に均等割付 地域区分、都市規模区分は可能な限り令和５年住基台帳に準拠
調査方法	郵送法（紙調査票）
有効回答数	1,009（回収率：97.8%）
主な調査項目	• 現役時代（50歳時点）と現在の人付き合い • 現役時代と現在の健康維持・増進の方法 • 現役時代と現在の資産形成方法 • 現役時代の働き方、働き方に対する意識 • デジタル行動、意識 • 学習 • 政策に対する考え方 • 価値観 • 余暇活動 • 家計

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

本資料を読む上での注意点

- 本調査において「現役時代」と記載しているのは、回答者の50歳時点を指している。
- 本調査は、郵送法により紙調査票で実施しているため、設問によっては無回答が発生する。そのため、設問によってサンプル数が異なることがある。
- 表示スペースの関係で、元の設問の意味を損ねない範囲で設問文・選択肢文を変更・短縮していることがある。
- 回答者によって回答対象外となり得る設問については、「あてはまらない」「該当しない」という選択肢を設けている。これらの選択肢が集計上意味を持つ場合を除いて、「あてはまらない」「該当しない」を除いて集計している。「回答したくない」の扱いについてもこれに準じる。
- 複数回答設問において、極端に回答数が少ない選択肢は表示を省略することがある。
- 単回答設問において、極端に回答数が少ない選択肢や選択肢数が多く表示が煩雑になる場合、複数選択肢を統合して元設問にはない新しい選択肢名つけて表示することがある。
- 集計値（%）は小数点1位、もしくは2位を四捨五入して表示している。そのため、個々の値（%）を合算したものが合計と一致しないことがある。
- 軸ラベル、もしくは凡例の文字に続いて（）内に表記している数字はサンプル数である。

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

Table of contents

1 健康維持・増進

2 資産形成

3 人間関係（友人・知人）

4 シルバー世代と社会のデジタル化

附 当社とシルバー人材センターについて

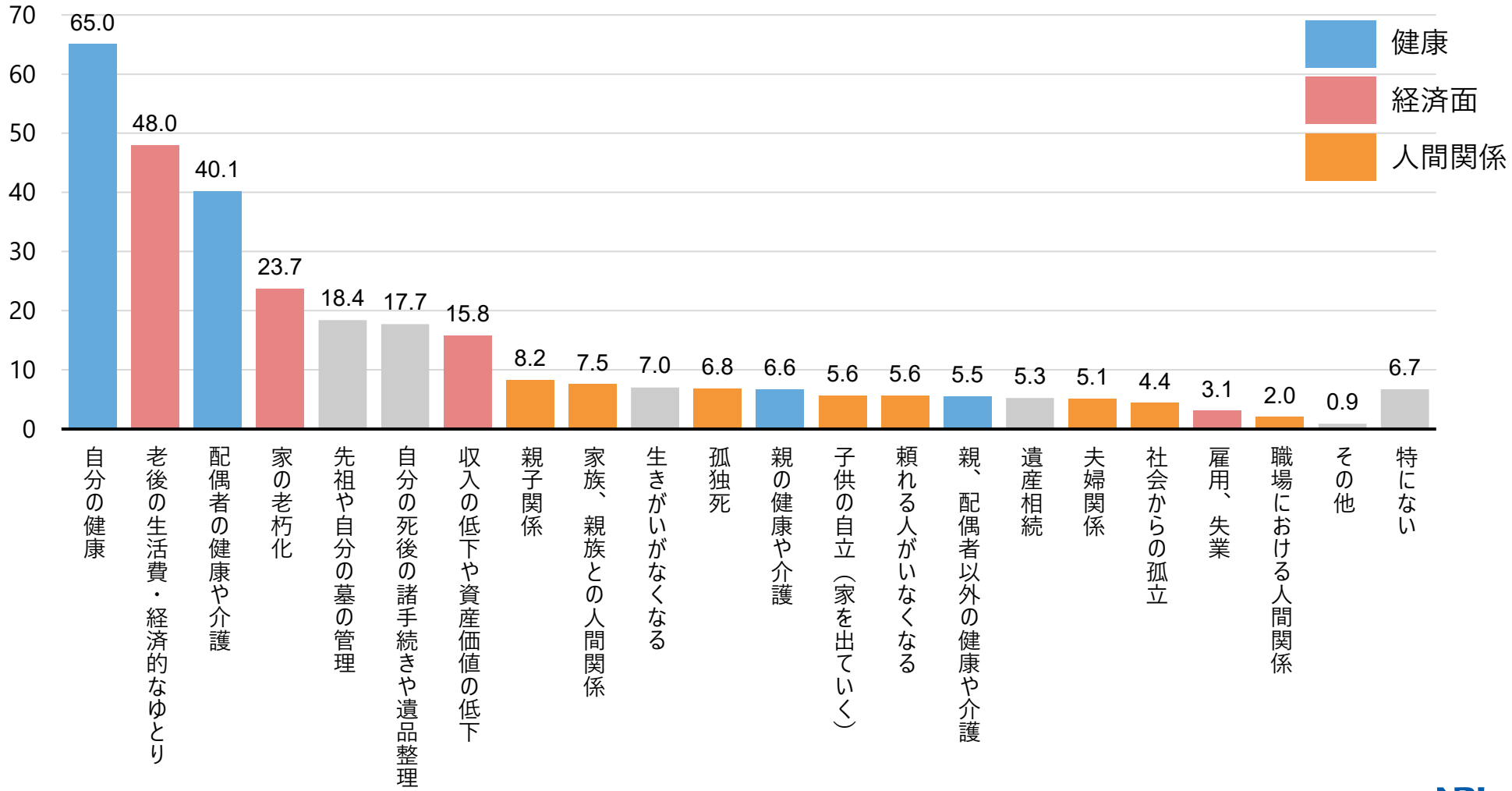
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

現在、直面している不安や悩み

シニアが直面する不安のトップ3は「自身の健康」（65.0%）、「老後の生活費・経済的ゆとり」（48.0%）、「配偶者の健康や介護」（40.1%）である。身体的・経済的、そして家族のケアが三大関心事と言える

現在、直面している不安や悩み
（複数回答、N=1,009）

（単位：%）



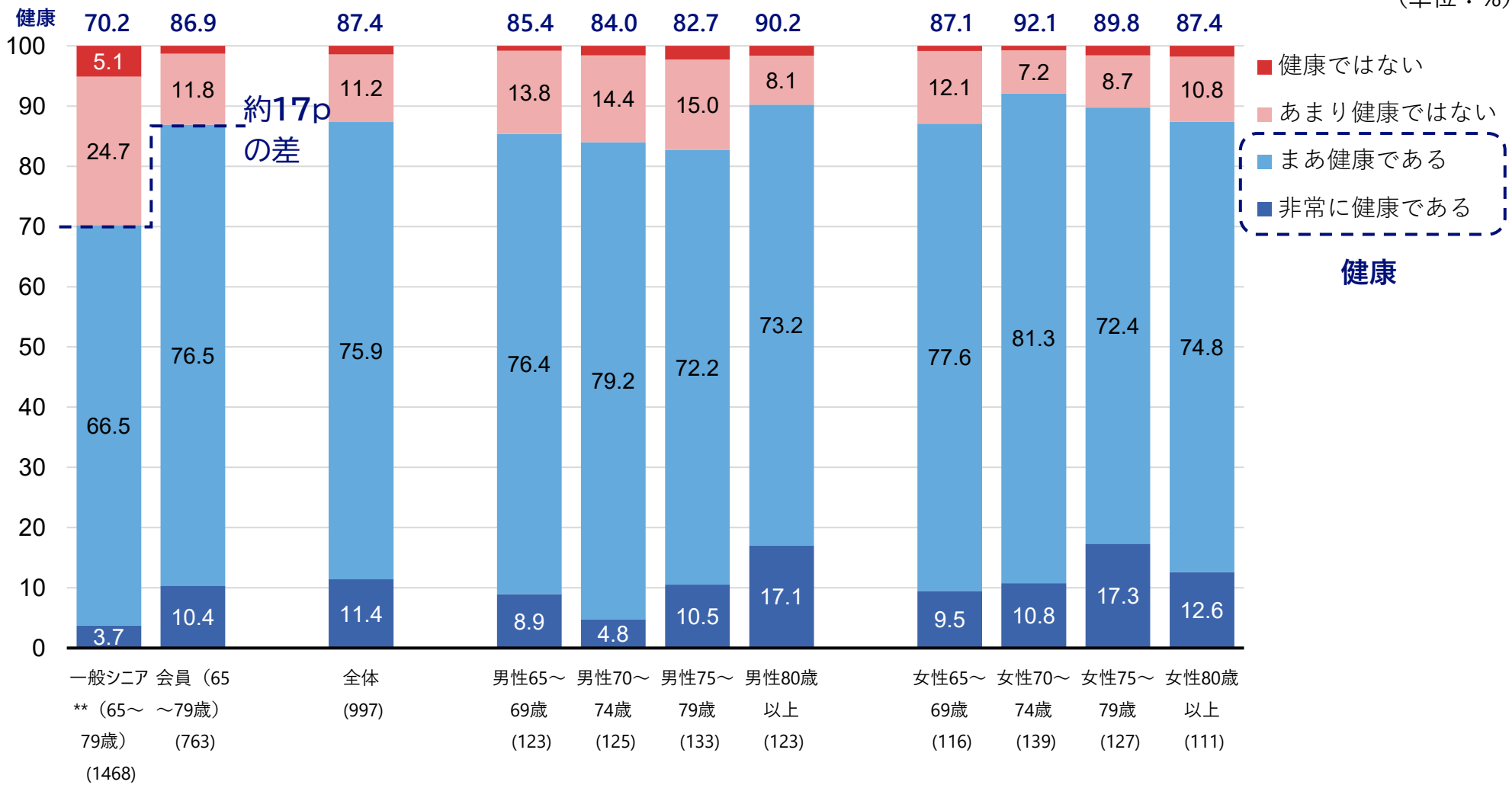
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

シルバー人材センター会員の健康度は一般シニアより高い

健康状態*　（男女・年代別、N=997）

（単位：%）



*　回答者に「健康かどうか」を聞いた結果であり、医学的な検査・診断結果ではない

**　一般シニアについては、NRI社会情報システム「シニア世代の人材活用」に関するアンケート（2024年2月実施、インターネット調査、50～79歳男女3,000サンプル）

出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

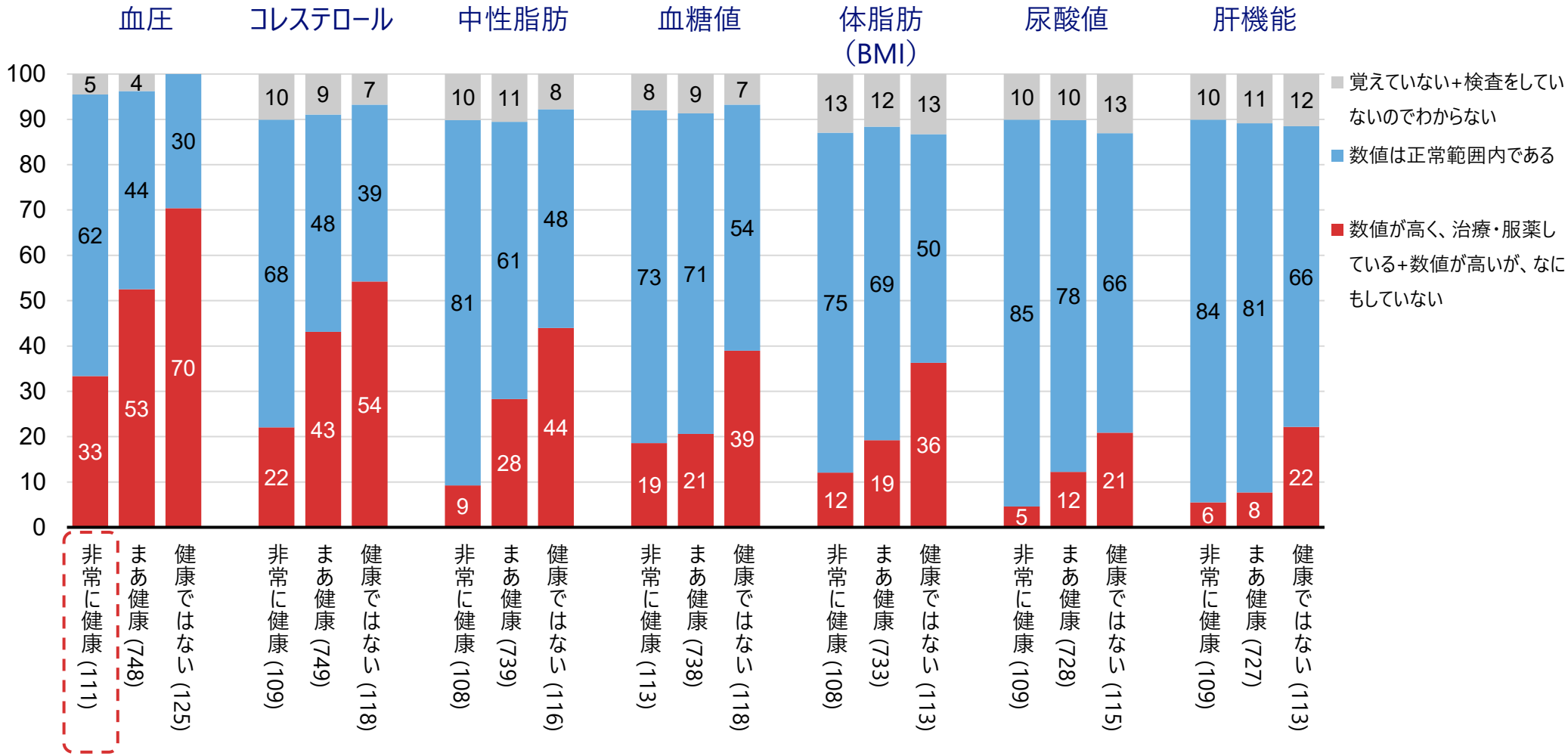
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

健康状態と各種生活習慣病指標との関係

「非常に健康」と回答した者でも3分の1は血圧が高く、「健康」と判断するかどうかは回答者の考え方によるところが大きい

生活習慣病指標*　（健康状態別、N=984）

（単位：%）

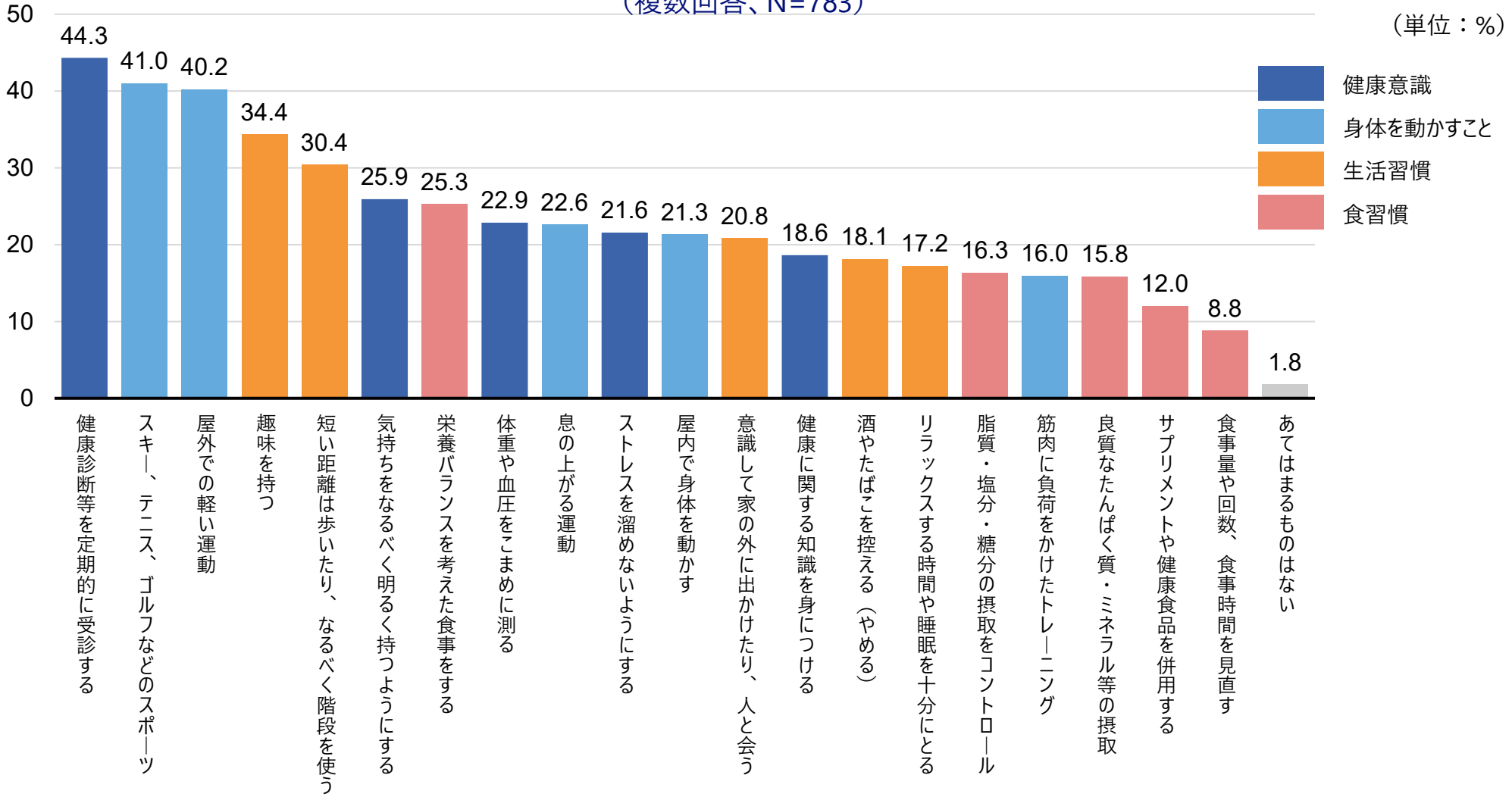


*　生活習慣病指標はアンケート回答結果であり、医学的な検査・診断結果に基いているわけではない
**　「健康ではない」は、「あまり健康ではない」と「健康ではない」の合算値
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

健康意識、身体を動かすこと、生活習慣が上位であり、食習慣は下位に集中

健康維持・増進のために「**現役時代**にやっていたこと」
（複数回答、N=783）



出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

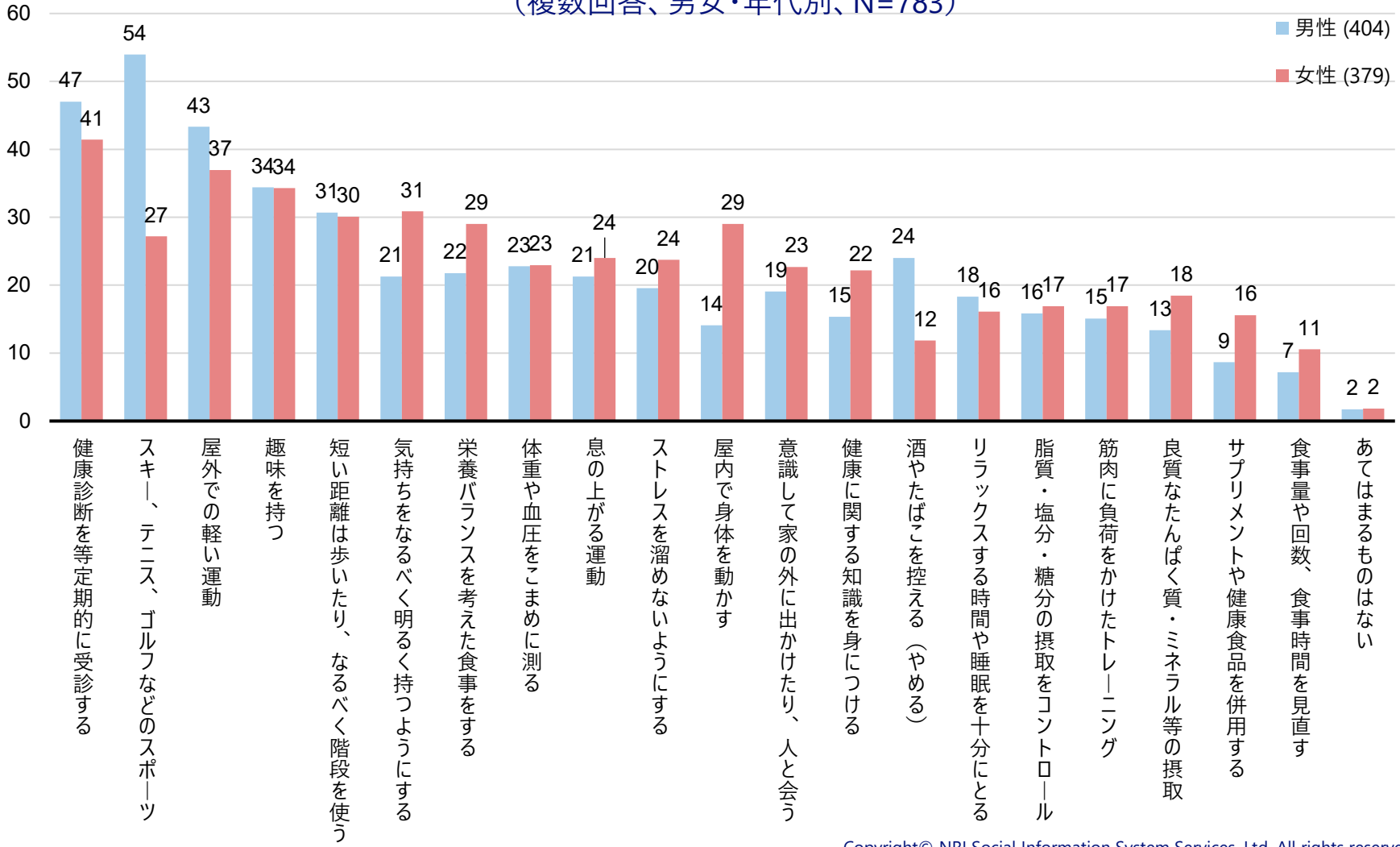
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

健康維持・増進への取り組み

「スポーツ」「酒・たばこを控える（やめる）」は男性が多く、「気持ちを明るく持つ」「ストレッチ等屋内で身体を動かす」は女性が多い。全般的に75歳以降女性での取り組みが多い

健康維持・増進のために「**現役時代**にやっていたこと」
（複数回答、男女・年代別、N=783）

（単位：%）



出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

Table of contents

1 健康維持・増進

2 資産形成

3 人間関係（友人・知人）

4 シルバー世代と社会のデジタル化

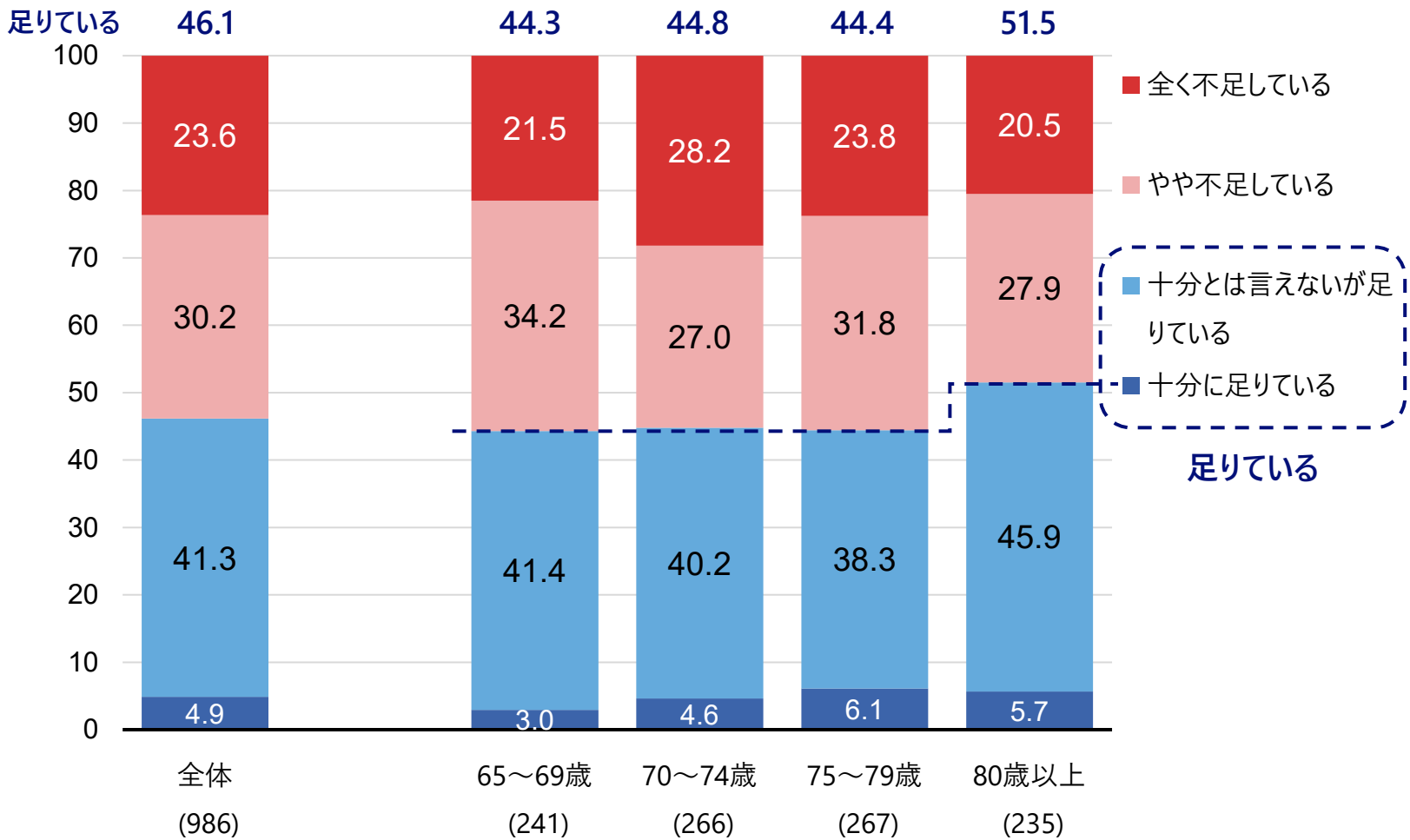
附 当社とシルバー人材センターについて

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

80歳以上では「足りている」が79歳以下より若干高くなっている。残りの人生を考えると、生活資金はそれほど必要がないためと思われる

今後の生活を送る資金は足りていると思うか　（年代別）

（単位：%）



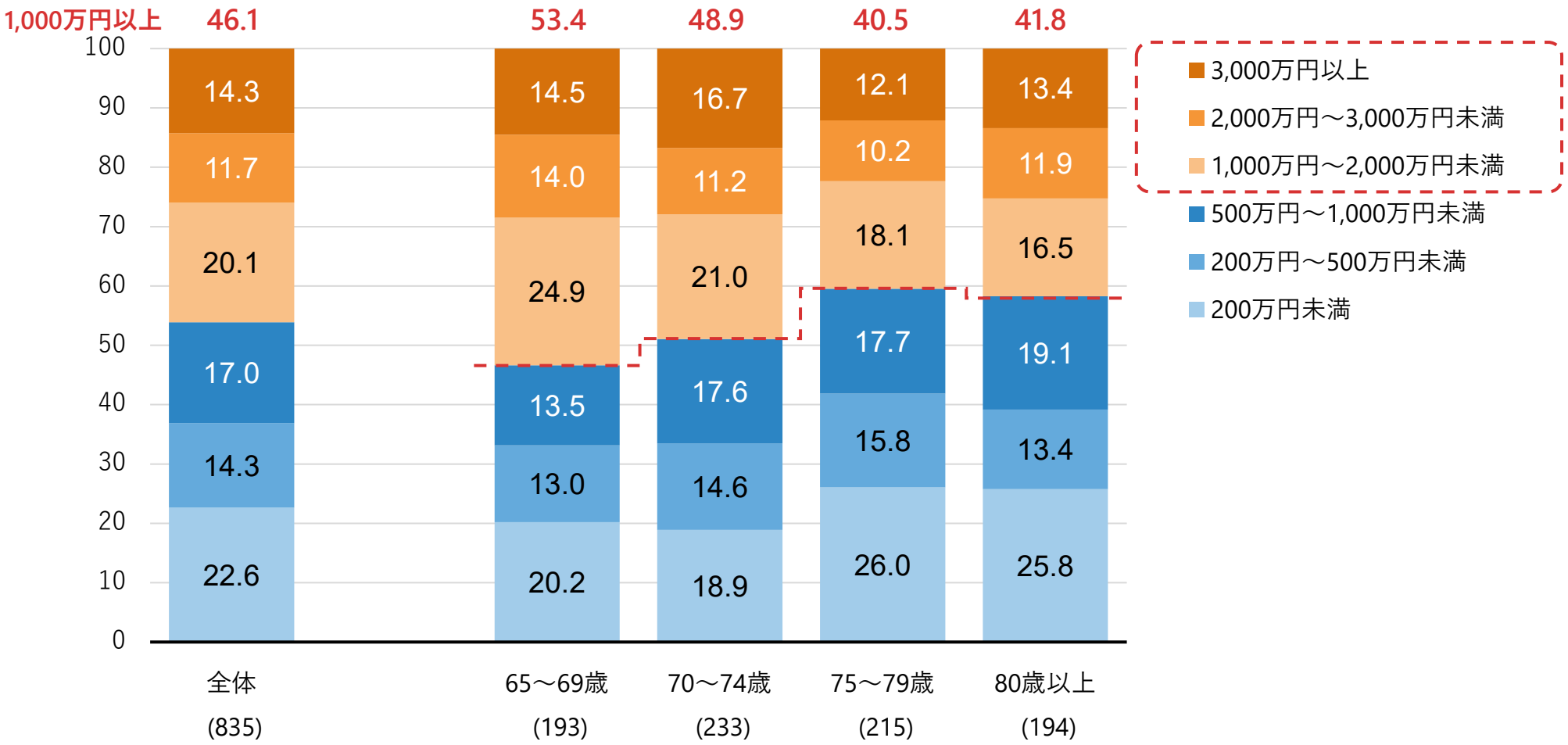
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

保有金融資産額

保有金融資産1,000万円以上の割合は、65～69歳で53.4%と最も高いが、年代とともに減少し80歳以上では41.8%。生活費の取り崩し等による資産減が進行する実態がうかがえる

保有金融資産額*の分布　（年代別）



*　配偶者と合わせた保有資産額、以下同様。「答えたくない／わからない」（全体の15.0%）を除いて集計

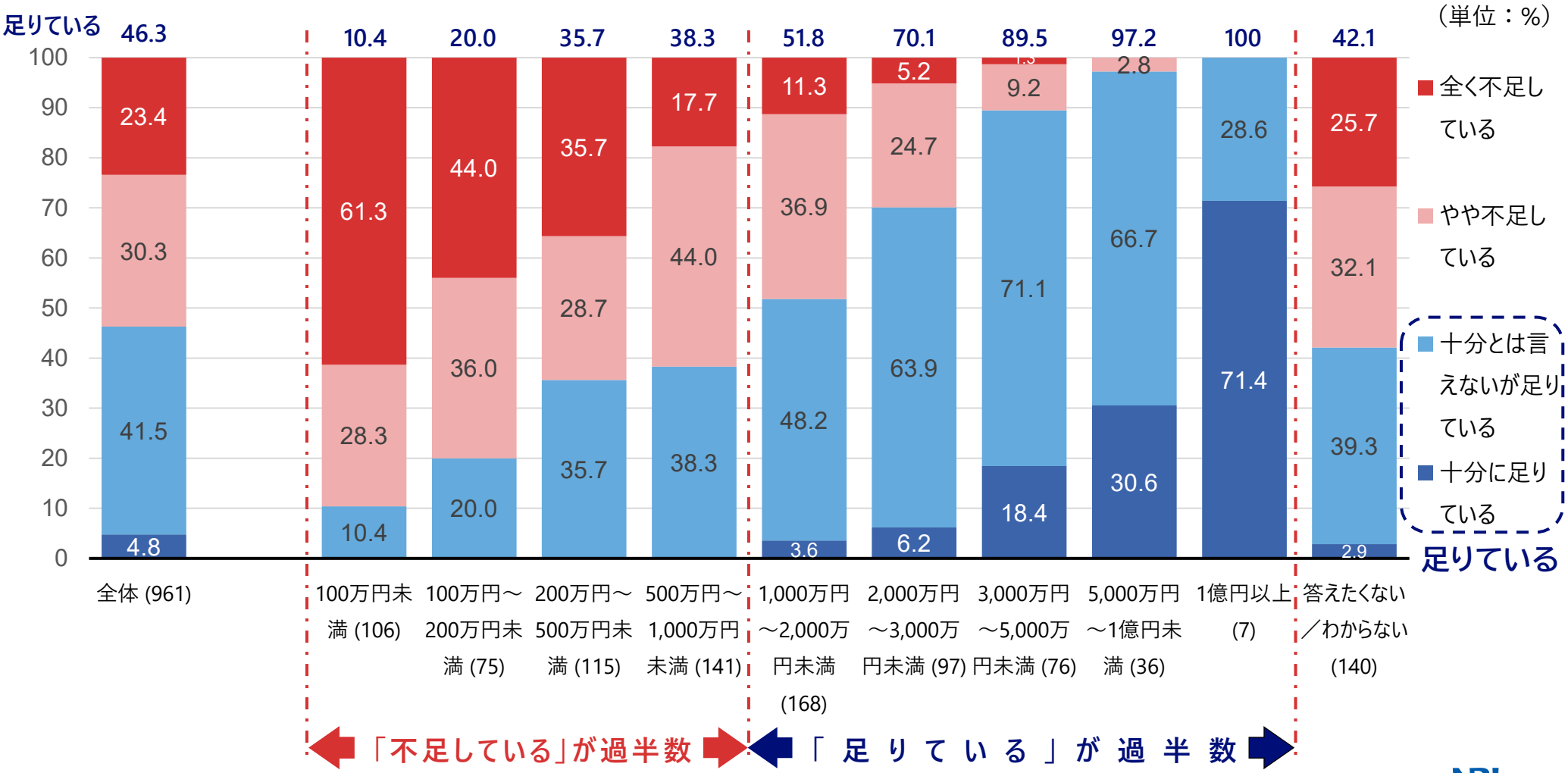
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

保有金融資産額と今後の生活資金の過不足間

老後の生活資金は、保有金融資産が1,000万円を超えると過半数が「足りている」と感じる

今後の生活を送る資金は足りていると思うか（保有金融資産額別）



出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

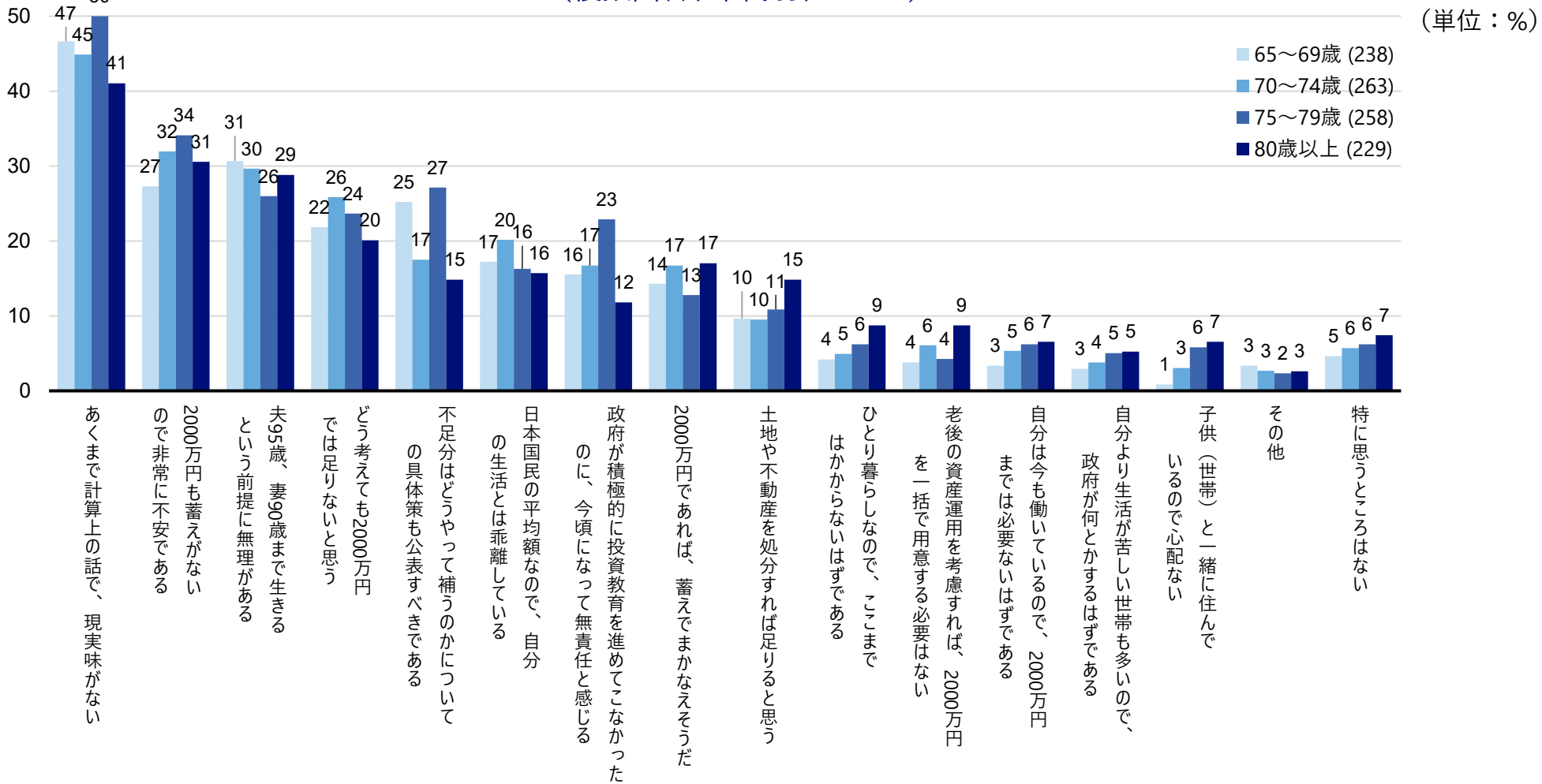
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

「老後2000万円問題」

年代で大きな差はなく、「あくまで計算上の話で、現実味がない」が各年代とも40～50%程度と最も高い

「老後の30年間を生活するには公的年金だけでは約2,000万円が不足する」についての考え

（複数回答、年代別、N=988）



出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

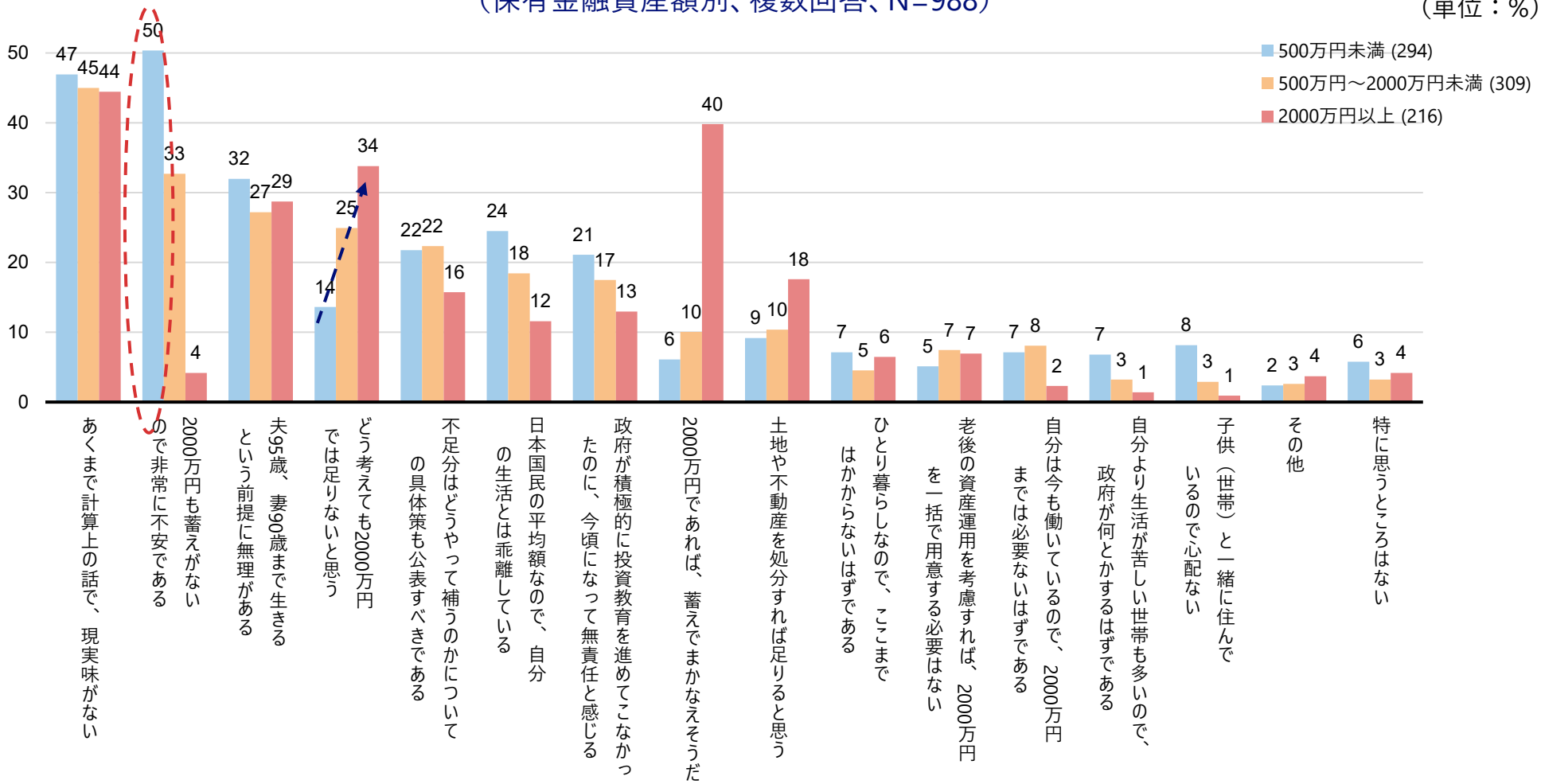
「老後2000万円問題」（保有資産額別）

保有金融資産が2,000万円未満で不安が大きい。また、保有資産額が大きいほど2,000万円では足りないと考えている

「老後の30年間を生活するには公的年金だけでは約2,000万円が不足する」についての考え

（保有金融資産額別、複数回答、N=988）

（単位：%）



*　保有金融資産額は「答えたくない／わからない」（全体の15.0%）を除いて集計

出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

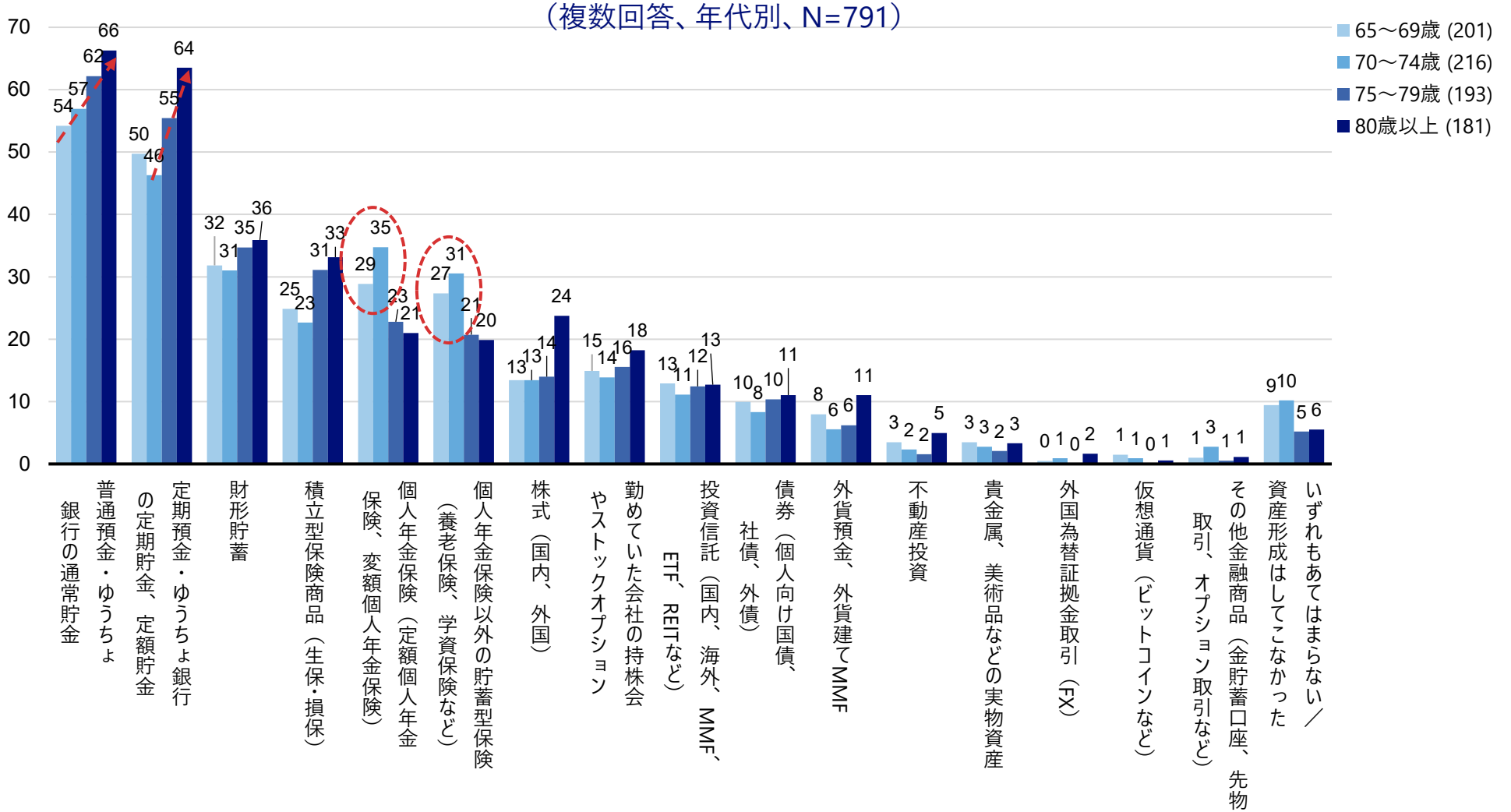
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

現役時代の資産形成

各年代共に普通預金、定期預金が圧倒的に高く、かつ年代が高い方が「やっていた率」が高い。また、個人年金保険、個人年金保険以外の貯蓄型保険において、74歳以下が高い

資産形成について「**現役時代**にやっていた」もの
（複数回答、年代別、N=791）

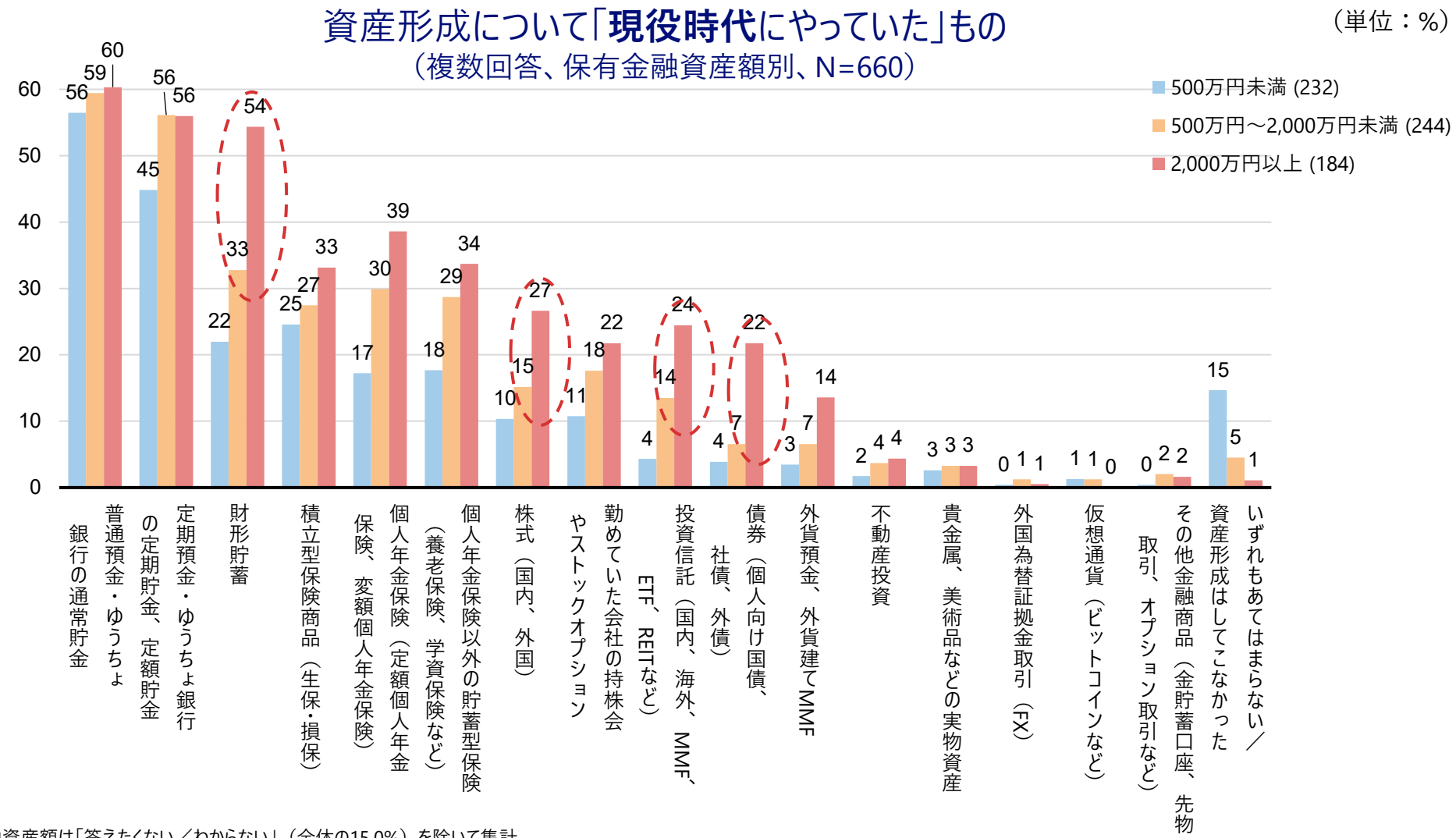
（単位：%）



出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

資産額が多いほど運用していた金融商品が多い。特に、資産額2,000万円以上では財形、株式、投信、債券において2,000万円未満より10ポイント以上高い



*　保有金融資産額は「答えたくない／わからない」（全体の15.0%）を除いて集計

出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

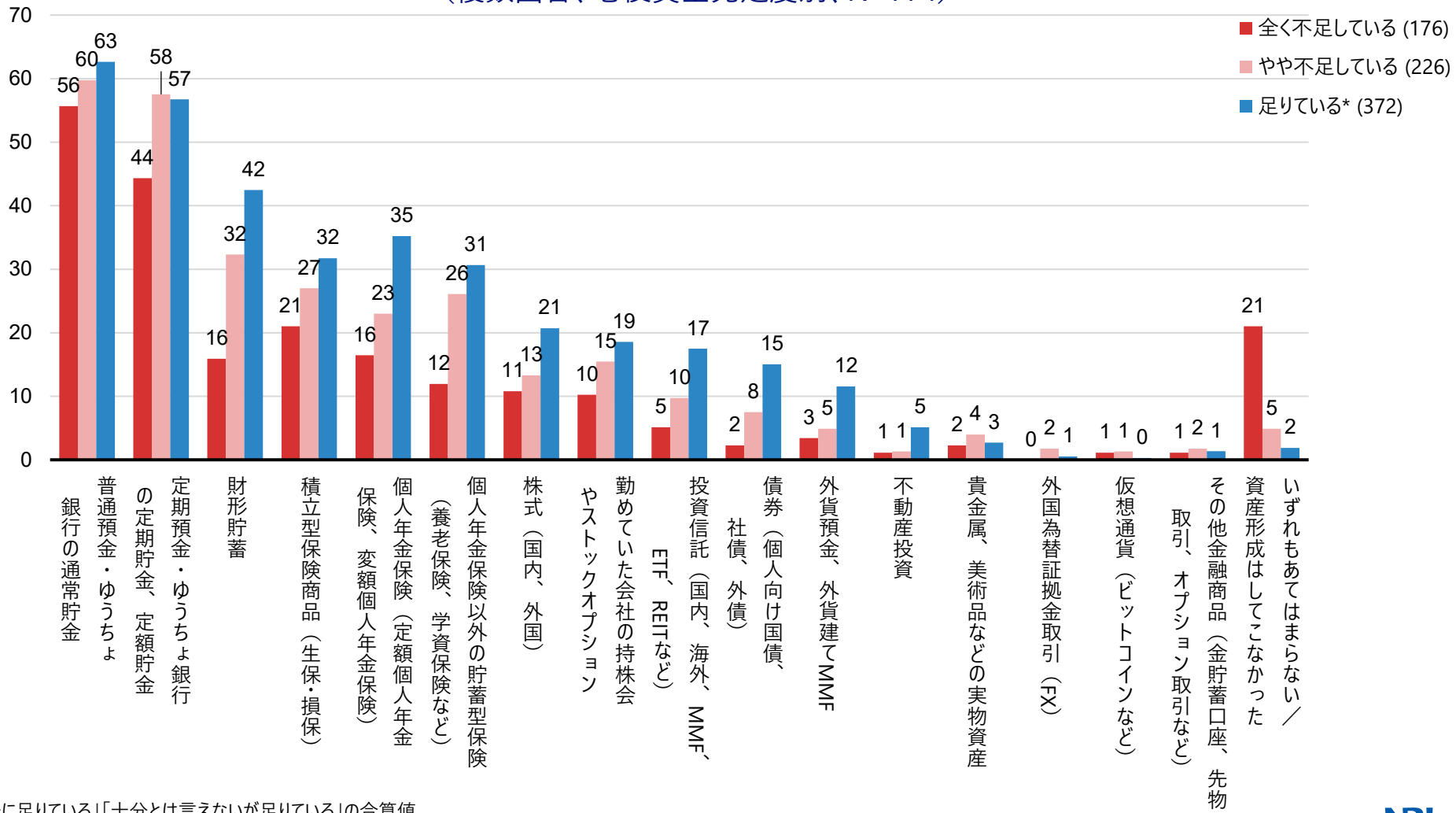
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

現役時代の資産形成（老後資産の充足度別）

生活資金が「足りている」と回答した人は「不足している」と回答した人に比べて、財形貯蓄や個人年金保険・投資信託など様々な金融商品を利用して資産形成を行っていた

資産形成について「**現役時代**にやっていた」もの
（複数回答、老後資金充足度別、N=774）

（単位：%）



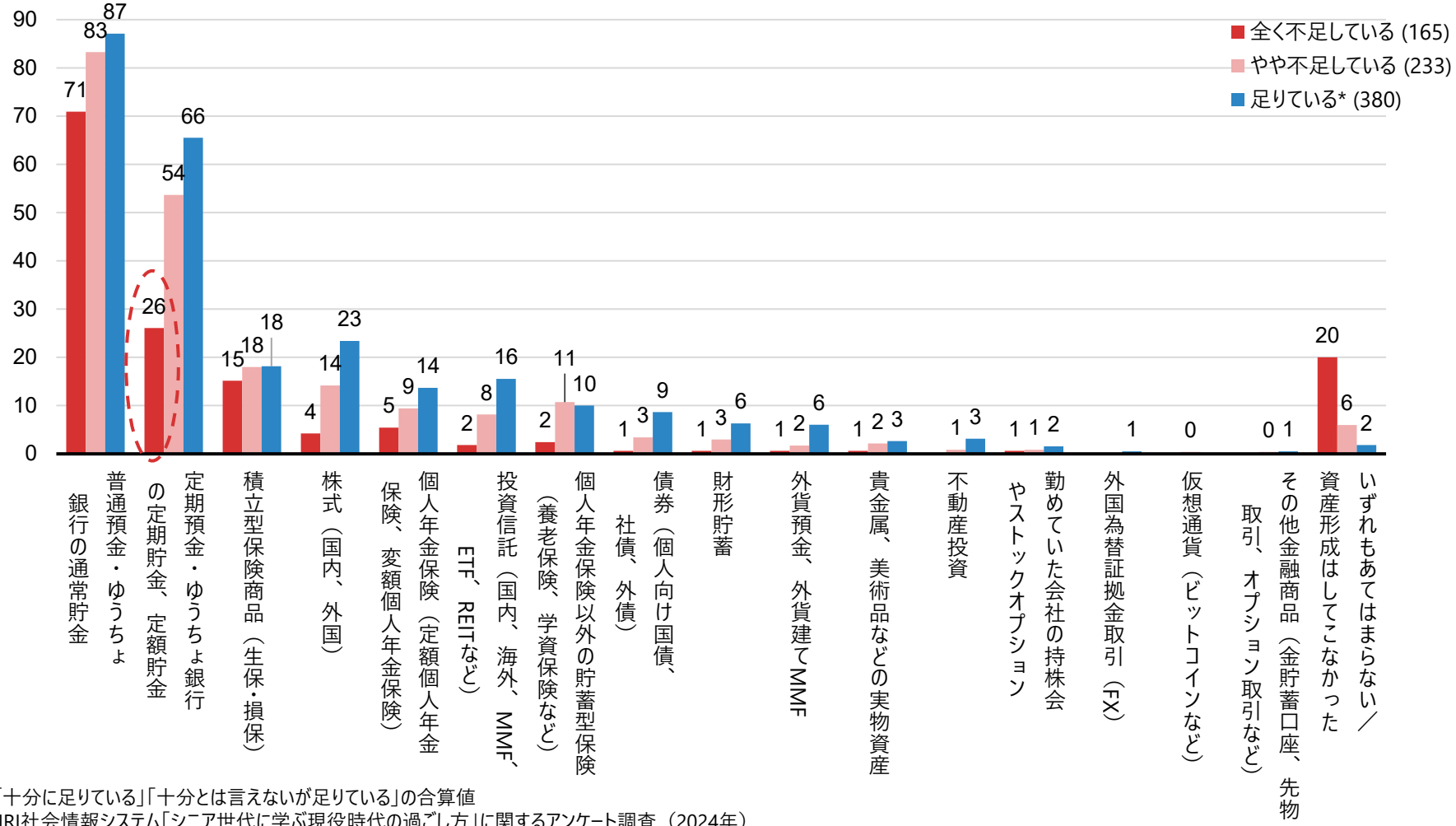
*　「十分に足りている」「十分とは言えないが足りている」の合算値
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

普通預金、定期預金の継続割合が高いが、「全く不足している」では定期預金を継続していない人の割合が相対的に高い。「足りている」では、株式、投資信託等で継続している者が多い

資産形成について「**現在も継続**している」もの
（複数回答、老後資金充足度別、N=778）

（単位：%）



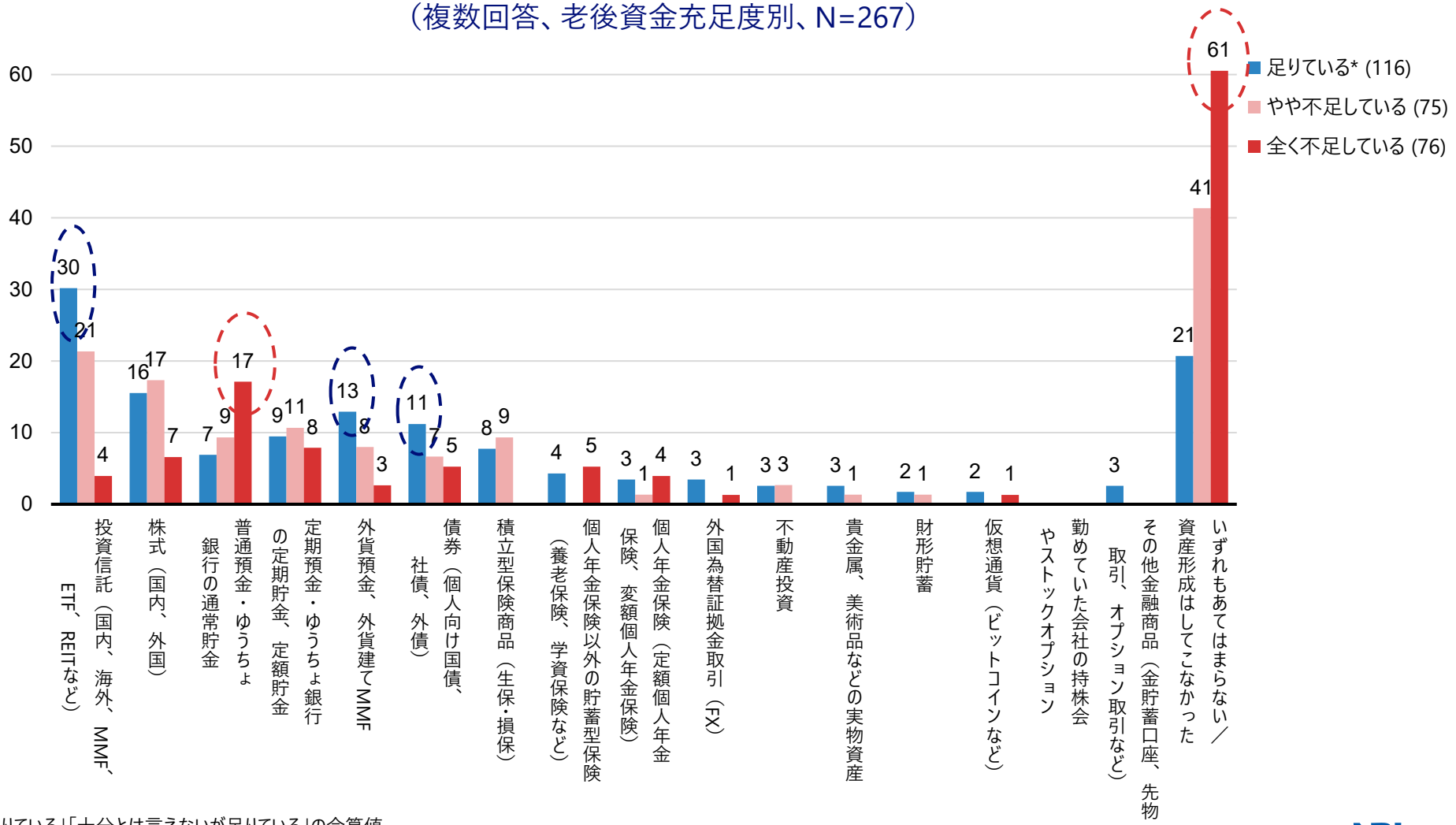
*　「十分に足りている」「十分とは言えないが足りている」の合算値
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

シニアになってから利用を開始した金融商品は多くはないが、老後資金が「足りている」層では投資信託、外貨預金、債券等が相対的に高い。「全く不足している」層では普通預金が高くなっている

資産形成について「**最近になって始めた**」もの
（複数回答、老後資金充足度別、N=267）

（単位：%）

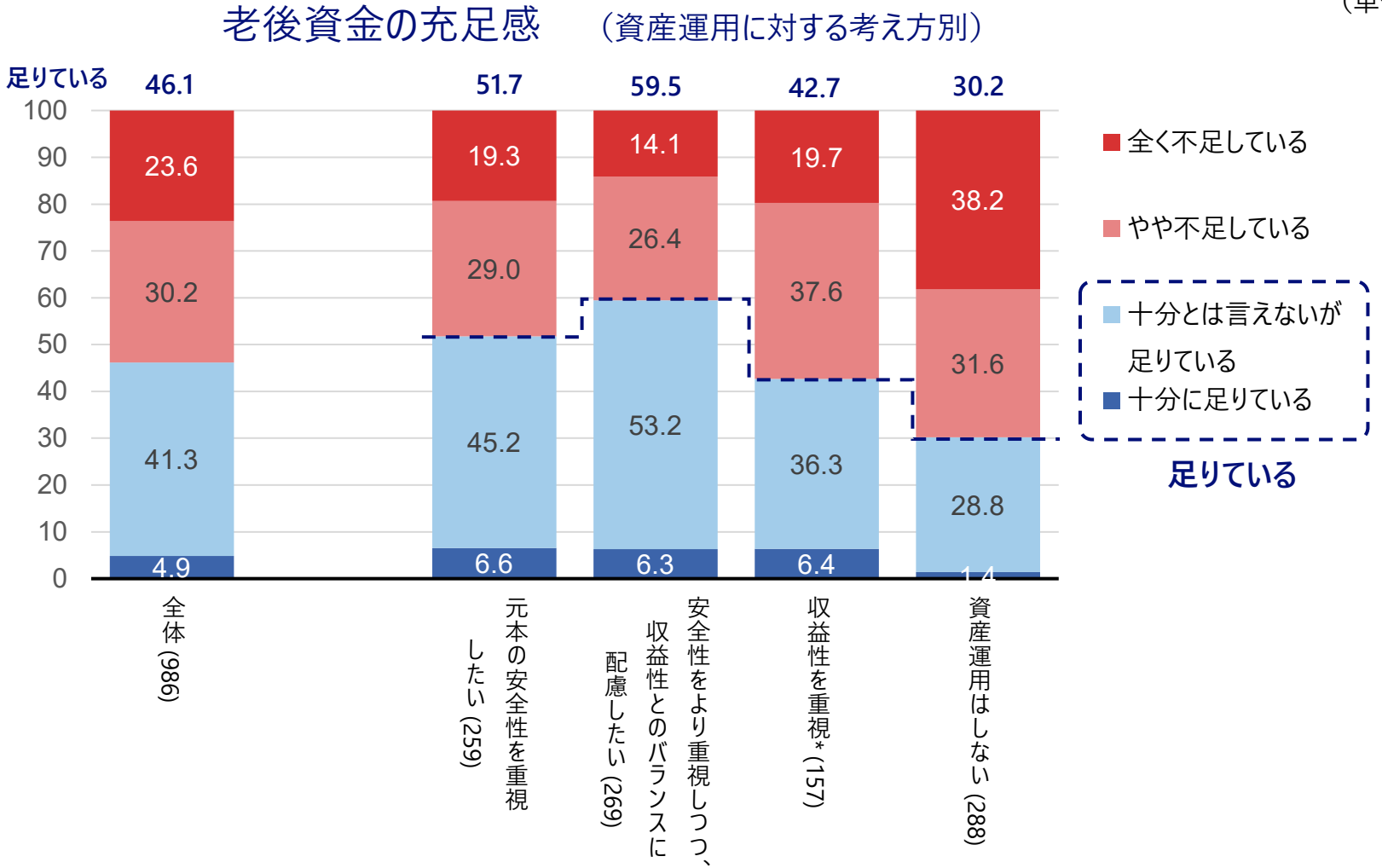


*　「十分に足りている」「十分とは言えないが足りている」の合算値
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

老後資金が「足りている」と回答した者はリスク商品を運用している比率は高いが、資産運用に対する考え方別に見ると、収益性を重視（リスク許容）する者の老後資産充足度は、「資産運用はしない」に次いで低く、リスクとリターンのバランスが重要である

（単位：%）



*　「収益性をより重視しつつ、安全性とのバランスに配慮したい」「収益性を重視するため、リスクの高い商品でも積極的に運用したい」の合算値

出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

Table of contents

1 健康維持・増進

2 資産形成

3 人間関係（友人・知人）

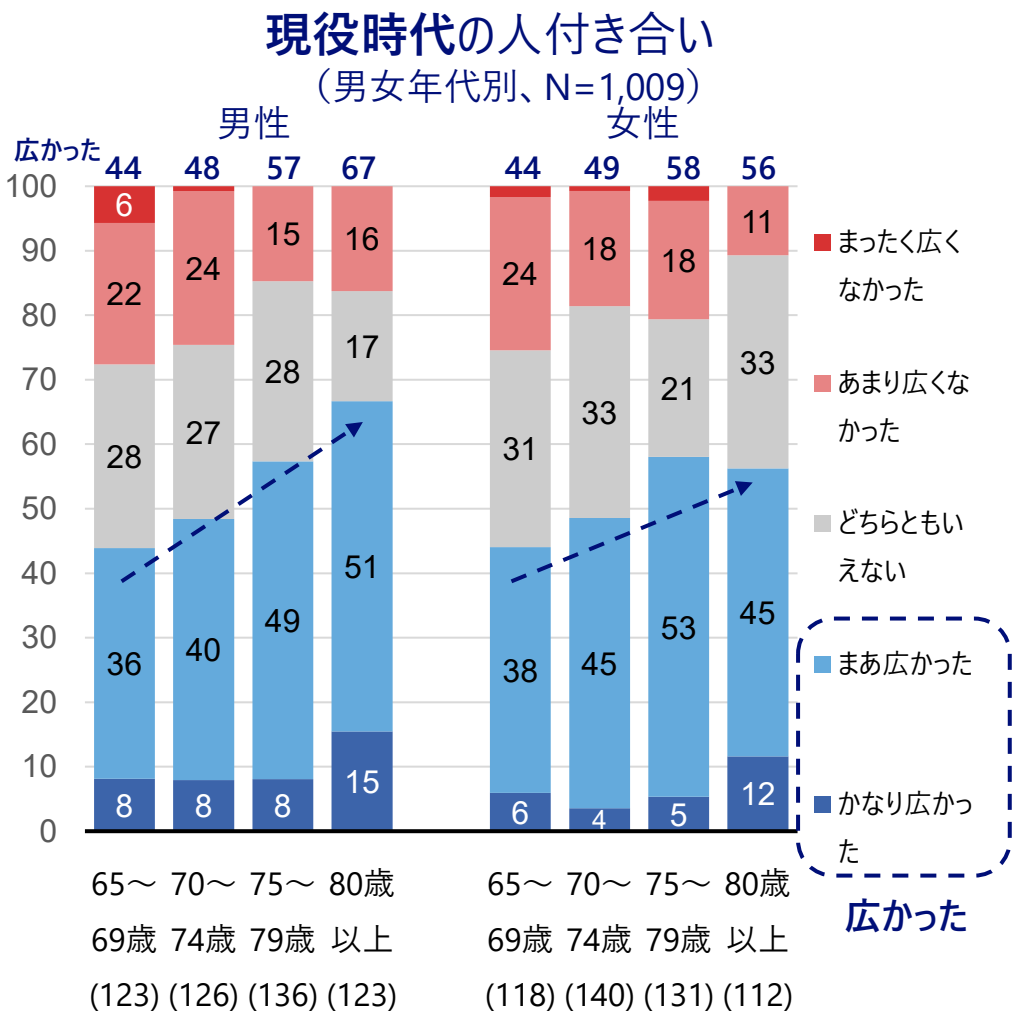
4 シルバー世代と社会のデジタル化

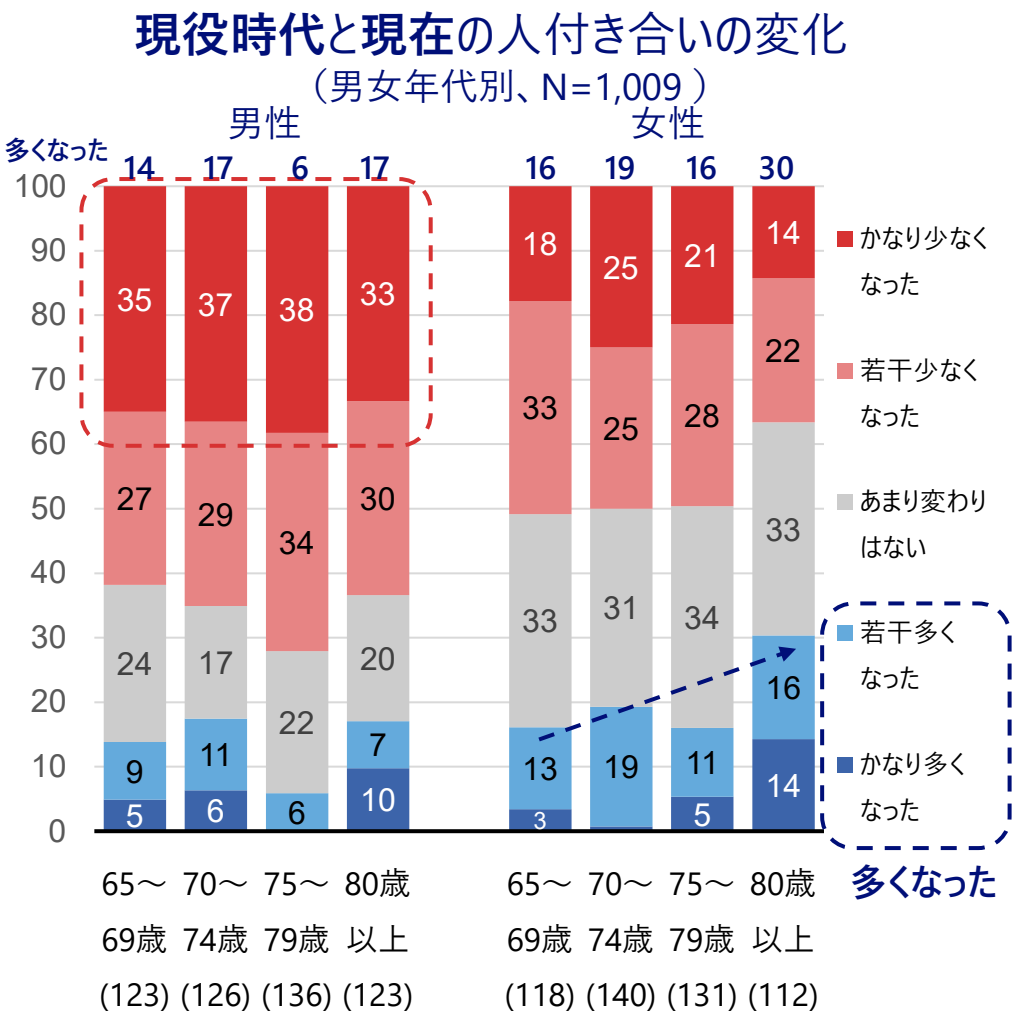
附 当社とシルバー人材センターについて

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

現役時代との比較において、男性では全年代で30%以上が人付き合いが現役時代よりかなり減っているが、女性にはこのような傾向はない。むしろ、現役時代より増えている

（単位：%）





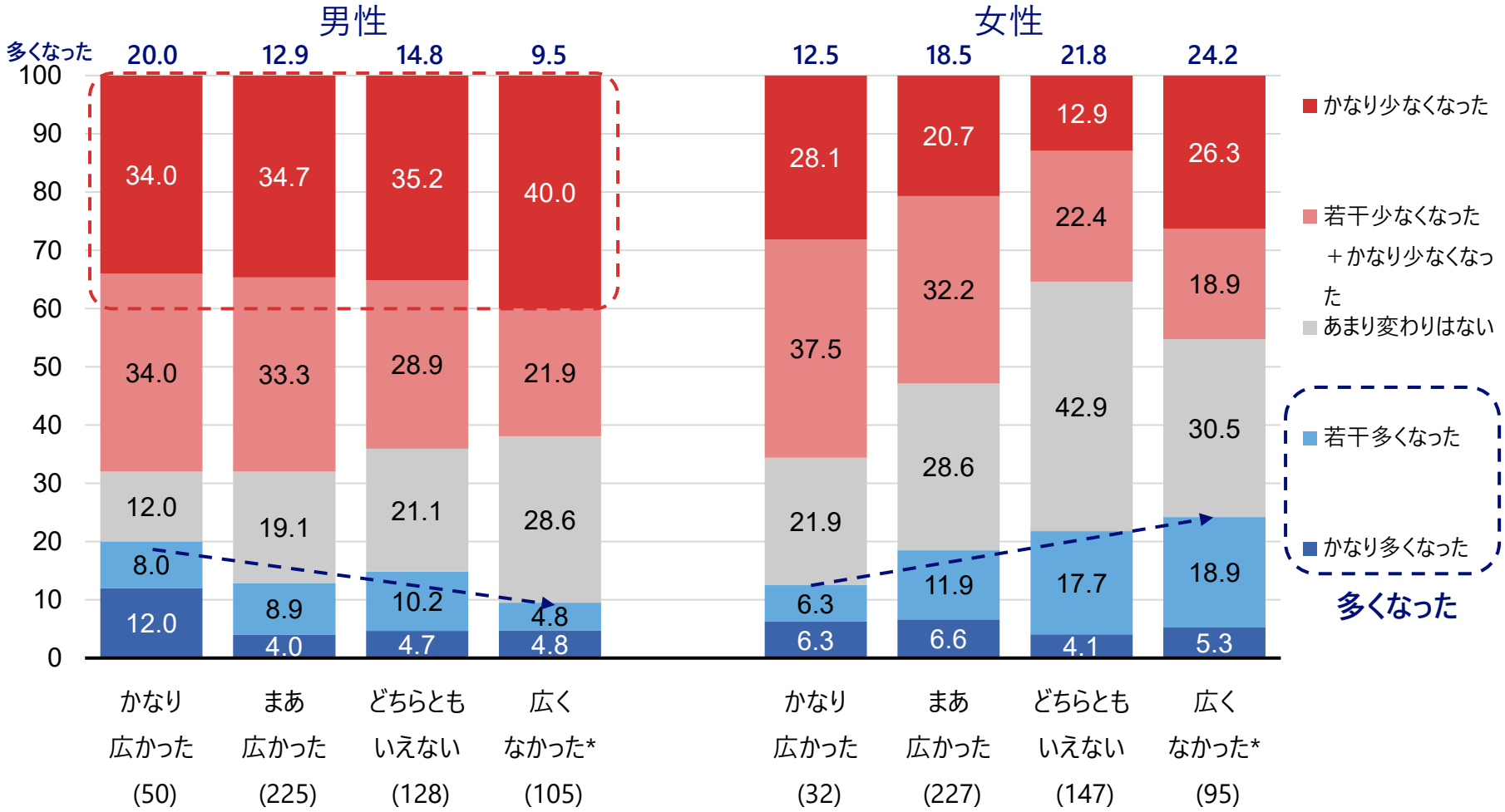
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

男性では元々交際範囲が広かった者の方が現在の付き合いも増加しているが、女性では逆に元々の交際範囲が狭かった方が現在の付き合いが増加している

現役時代と現在の人付き合いの変化
（現役時代の人付き合いの広さ別 、N=1,009 ）

（単位：%）



*　「あまり広くなかった」「まったく広くなかった」の合算値

出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

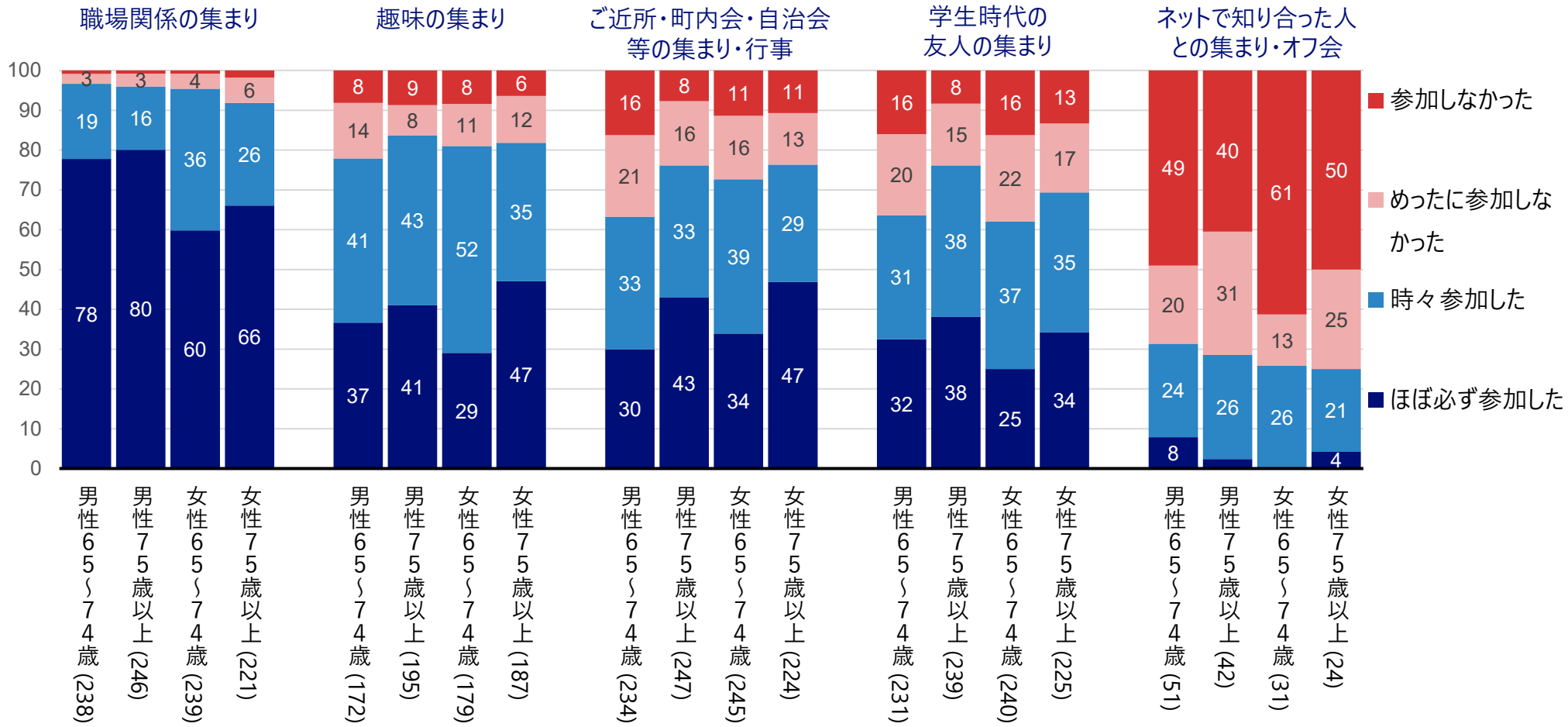
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

現役時代に各種集まりに参加した頻度

各集まりにおいて、男女共に75歳以上の方が65～74歳より参加率が高かった。職場関係の集まりにおいては各年代ともに男性の方が参加頻度が高かった

（単位：%）

現役時代に各種集まり*に参加した頻度　（男女・年代別、N=950）



*　「該当しない」を除いて集計しているため、項目によってN数は異なる、以下同様

出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

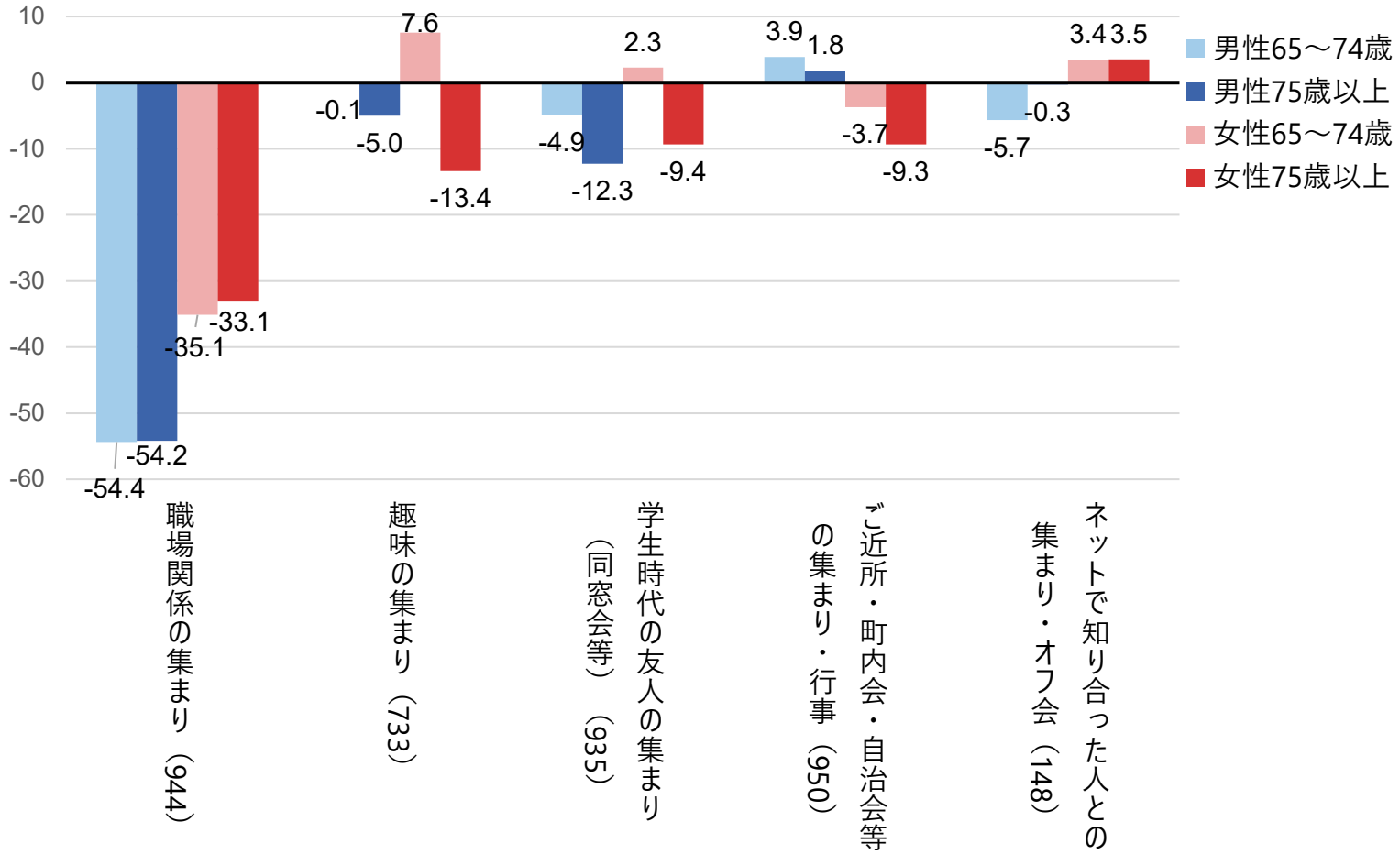
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

集まりに参加する頻度の変化

ほぼすべての集まりで、現在の方が現役時代より参加頻度は低下している。特に、現役時代の参加で男女ともに割合の高かった「職場関係」は大きく低下している

（単位：ポイント）

現役時代と**現在**の集まりに「ほぼ必ず参加*」した（する）頻度の増減
（男女・年代別、N=950）



*　「ほぼ必ず参加した」と「ほぼ必ず参加する」の差分
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

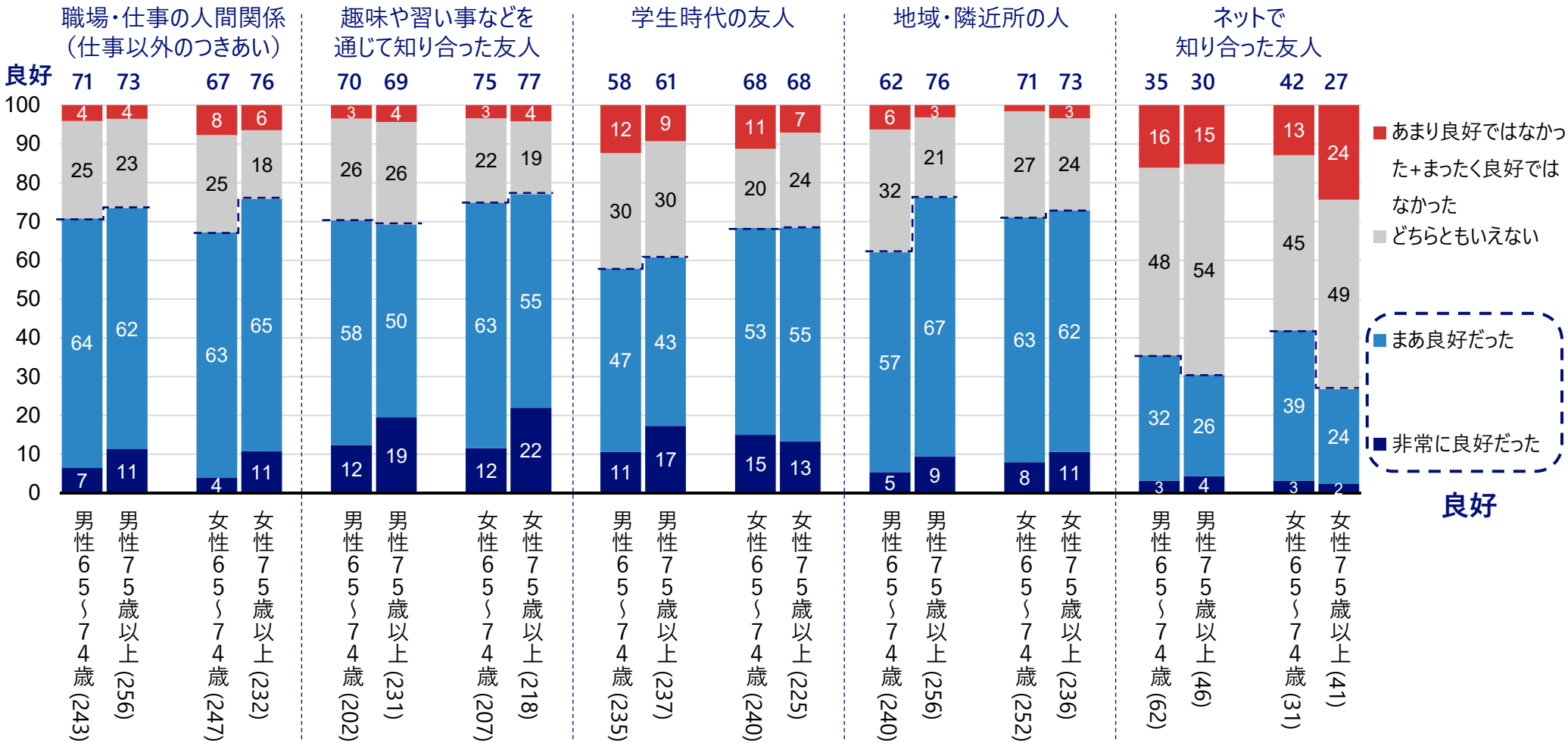
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

現役時代の人間関係の良好さ

全般的に、75歳以上の人の方が65～74歳の人より現役時代の人間関係は良好だったと回答する傾向が高い。ただしネットで知り合った友人については逆転している

（単位：%）

現役時代の人間関係の良好さ　（男女年代別、N=984）



*　「該当しない」を除いて集計しているため、項目によってN数は異なる

出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

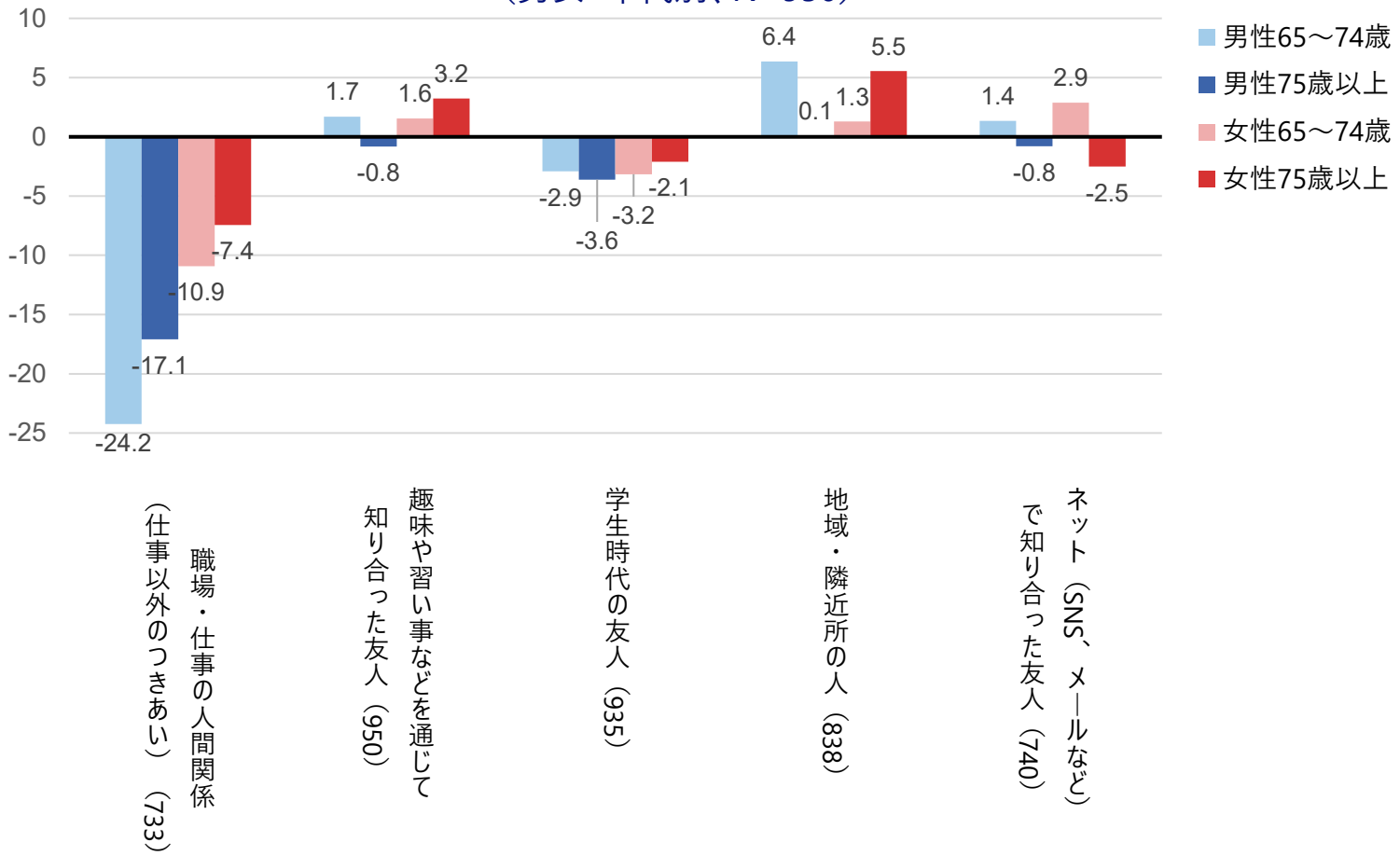
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

人間関係の良好さの変化

集まりへの参加頻度が現役時代から低下したことによって、「職場関係」「学生時代の友人」の人間関係の良好さが現役時代より低下している。一方、趣味や習い事の友人、地域・隣近所の人との人間関係は、現在の方が良好な傾向にある

（単位：ポイント）

現役時代と**現在**の人間関係が「良好（だった）*」比率の増減
（男女・年代別、N=950）



*　「非常に良好（だった）」「まあ良好（だった）」の合算値の差分
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

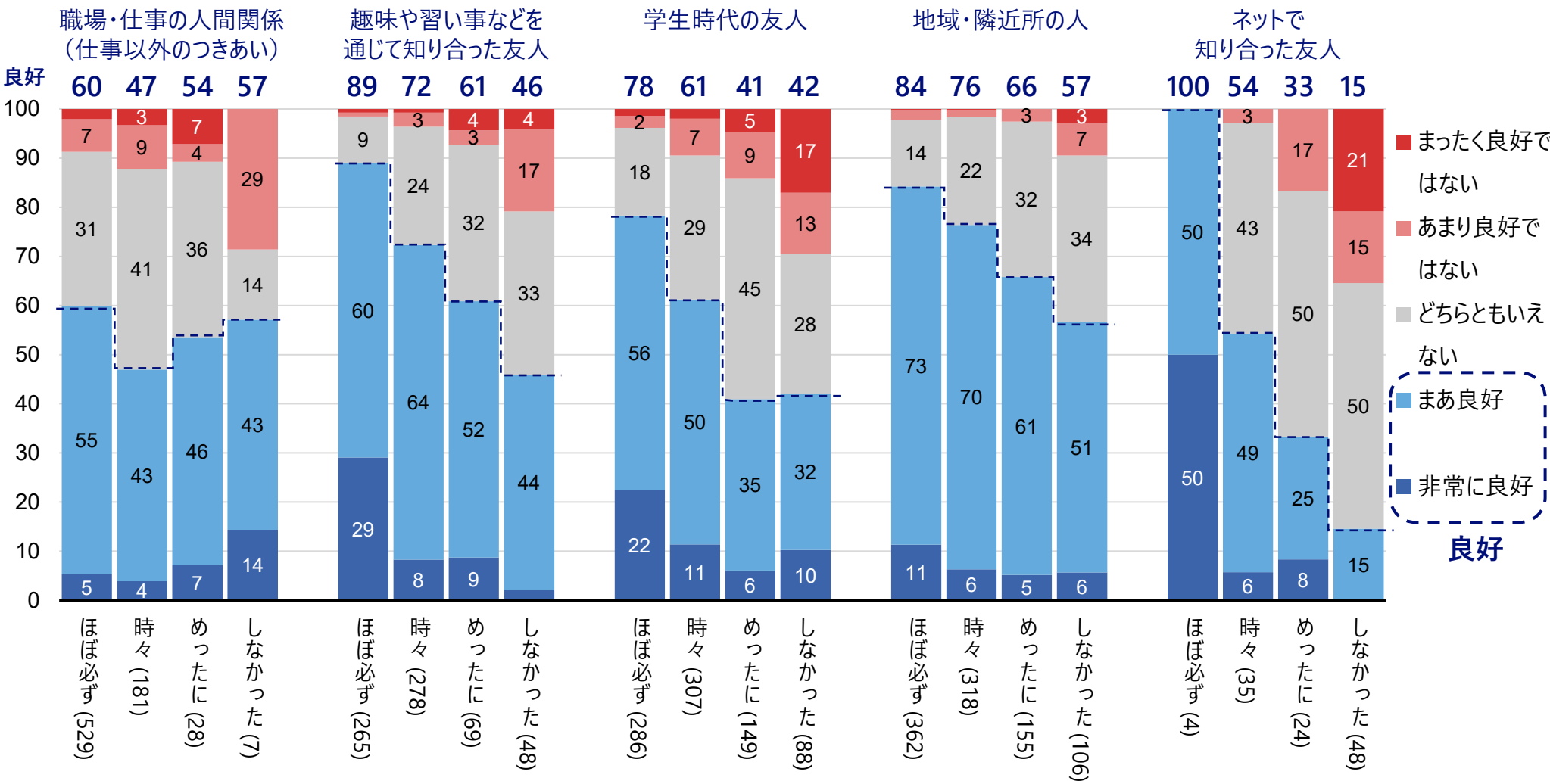
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

現役時代各種集まりに参加した頻度と人間関係の良好さ

現役時代に各種集まりに参加した頻度が高い方が、現在の人間関係が良好である

現在の人間関係の良好さ　（**現役時代**各種集まりに参加した頻度*別、N=941）

（単位：%）



出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

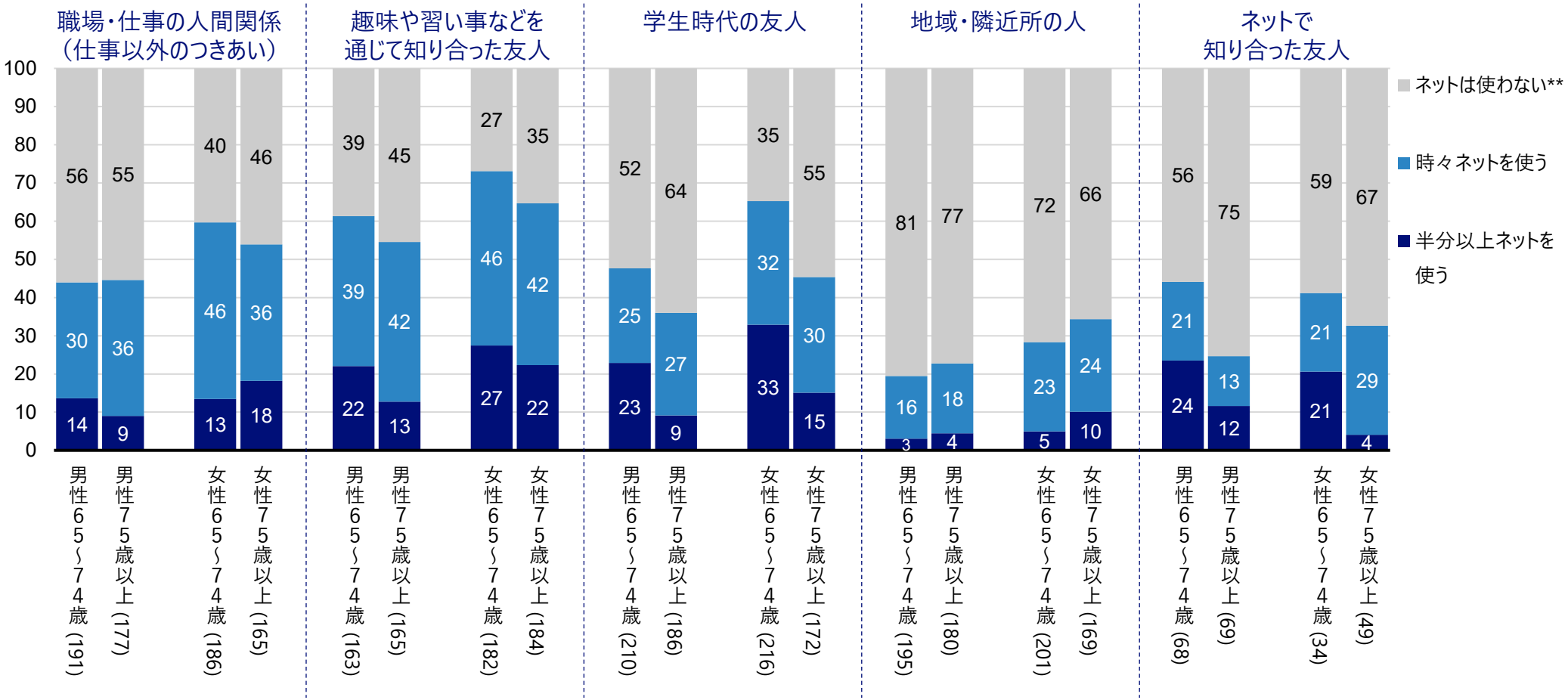
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

コミュニケーションのうち、ネットを使う頻度

シニアのネットコミュニケーションは、65～74歳および女性でより活用されている。特に「学生時代の友人」との連絡では女性65～74歳の33%が「半分以上ネットを使う」と回答。対面でのコミュニケーション減少をデジタルで補完している

（単位：%）

コミュニケーション*のうちネットを使う頻度
（男女・年代別、N=745）



* 対面のコミュニケーションだけではなく、電話やメール、メッセンジャー等を使ったものも含む
** 「めったに使わない」「全く使わない」の合算値
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

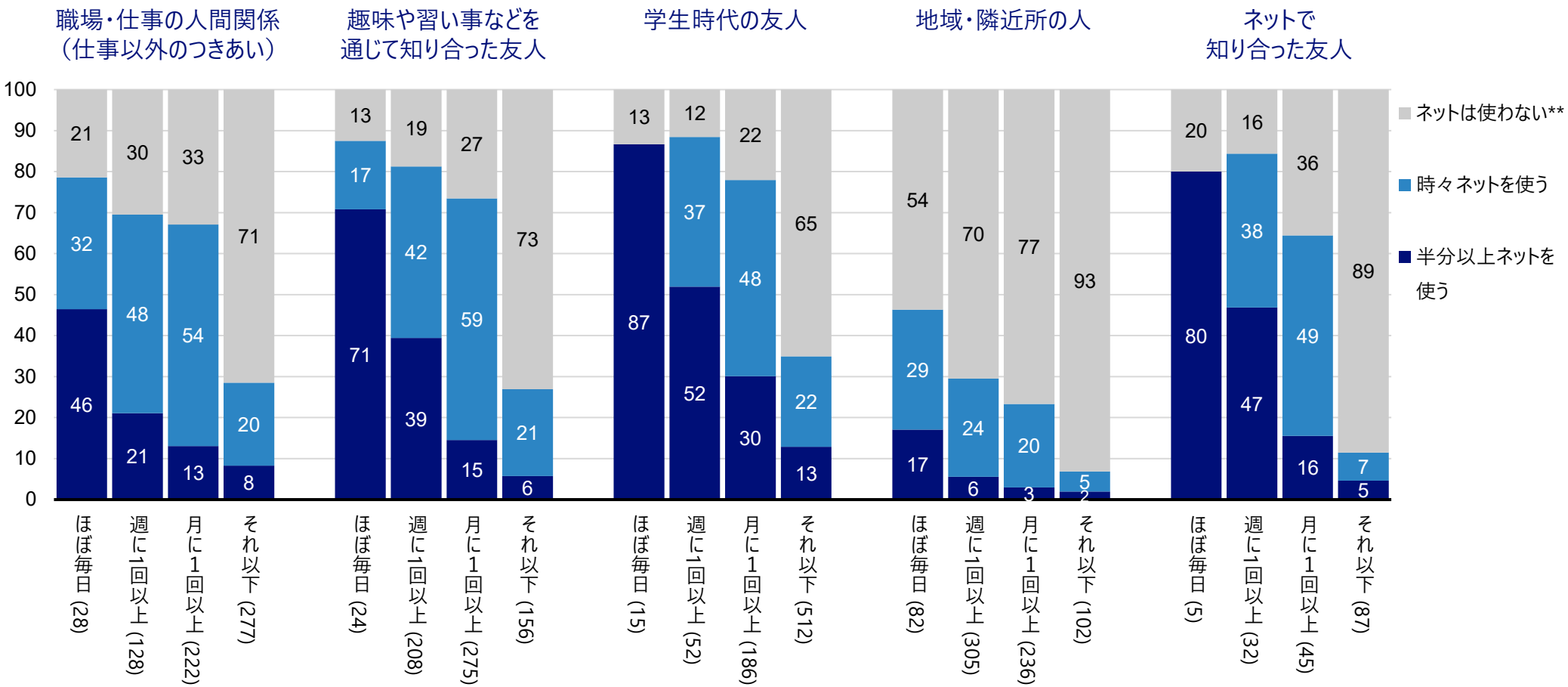
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

コミュニケーションのうち、ネットを使う頻度

「学生時代の友人」と「ほぼ毎日」連絡する層の87%が半分以上ネットを使っている。コミュニケーション頻度が高いほど、ネットは不可欠なツールであり、疎遠になりがちな関係維持にデジタルが貢献している

（単位：%）

コミュニケーション*のうちネットを使う頻度
（最近のコミュニケーション頻度別、N=765）



* 対面のコミュニケーションだけではなく、電話やメール、メッセンジャー等を使ったものも含む
** 「めったに使わない」「全く使わない」の合算値
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

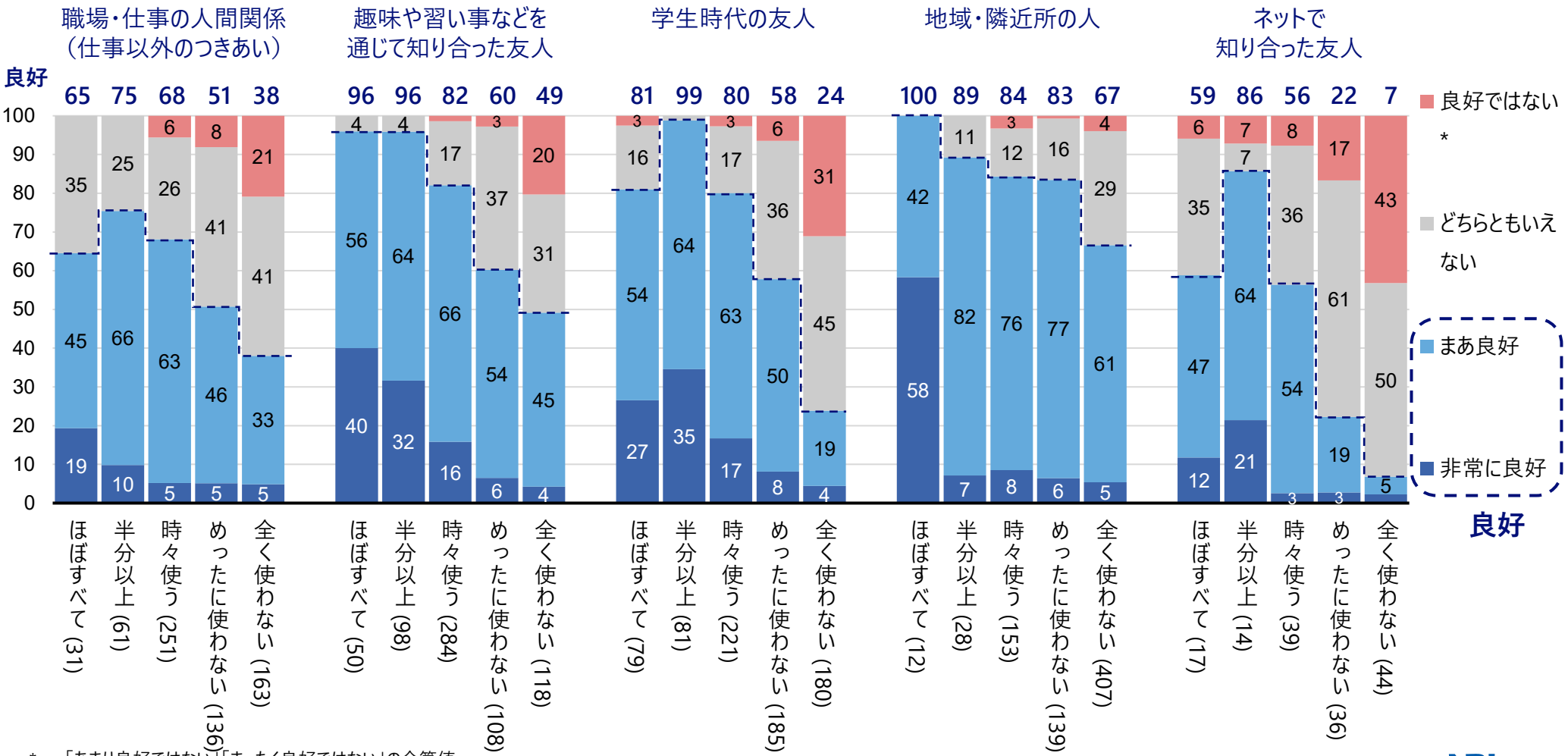
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

人間関係の良好さとコミュニケーション頻度の関係

コミュニケーションにおけるネット利用頻度と人間関係の良好さにも、各種集まりへの参加と同様に強い相関がある

（単位：%）

現在の人間関係の良好さ
（コミュニケーション手段としてネットを利用する頻度別、N=746）



*　「あまり良好ではない」「まったく良好ではない」の合算値

出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

Table of contents

1 健康維持・増進

2 資産形成

3 人間関係（友人・知人）

4 シルバー世代と社会のデジタル化

附 当社とシルバー人材センターについて

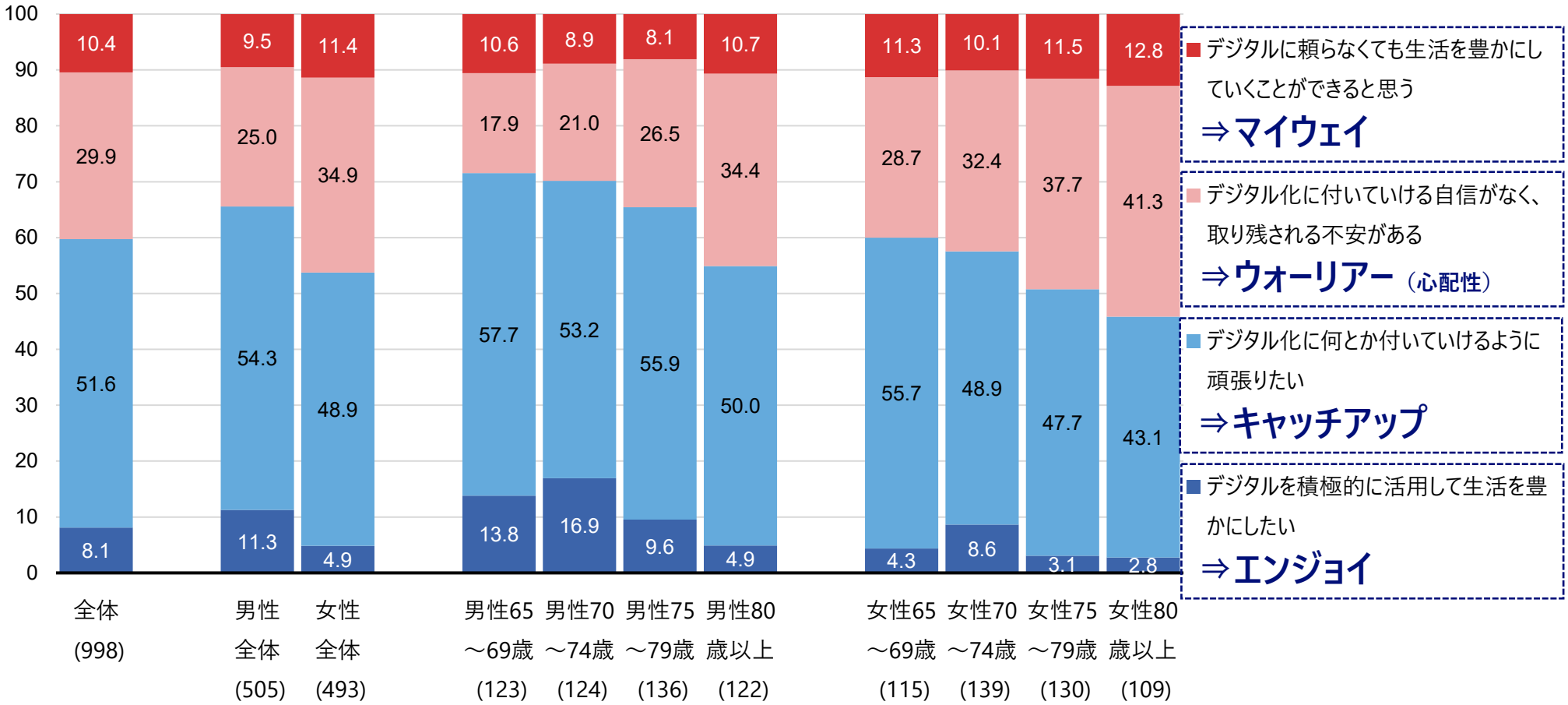
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

社会のデジタル化に対する考え方

「デジタル化に付いていけるよう頑張りたい」層が約5割、続いて「デジタル化に付いていける自信がなく、取り残される不安がある」層が約3割

社会のデジタル化が今後さらに進展することについてどう思うか
（男女・年齢別）

（単位：%）



出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

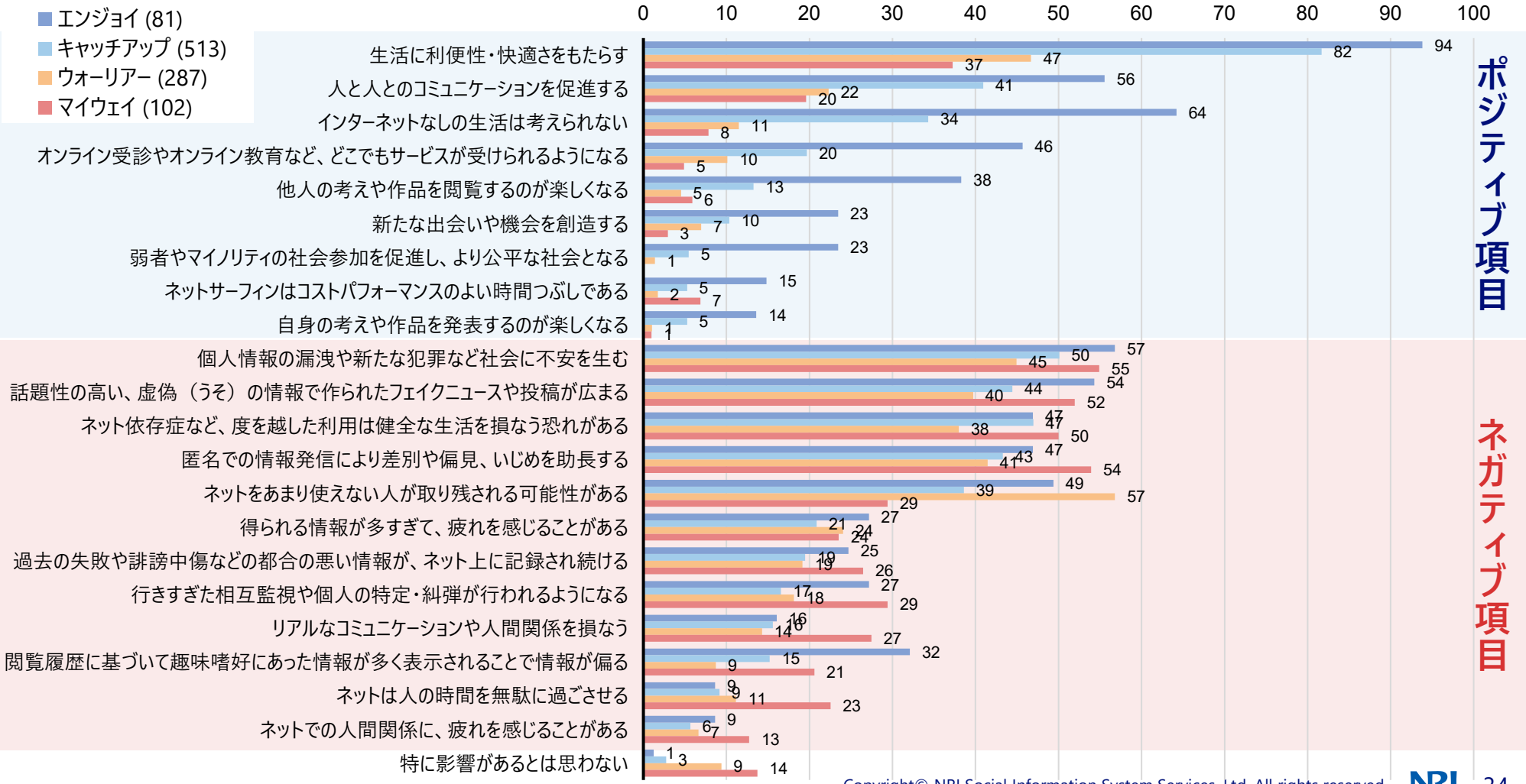
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

ウォーリアー、マイウェイ両者はポジティブ項目についての評価が低く、デジタル社会の進展に対する不安や不信があることがうかがえるが、マイウェイはネット利用のリスクを理解した上でネガティブな評価をしている

デジタル化の普及・進展は、自身の生活や社会全体にどのような影響を及ぼすと思うか

（複数回答、N=983）

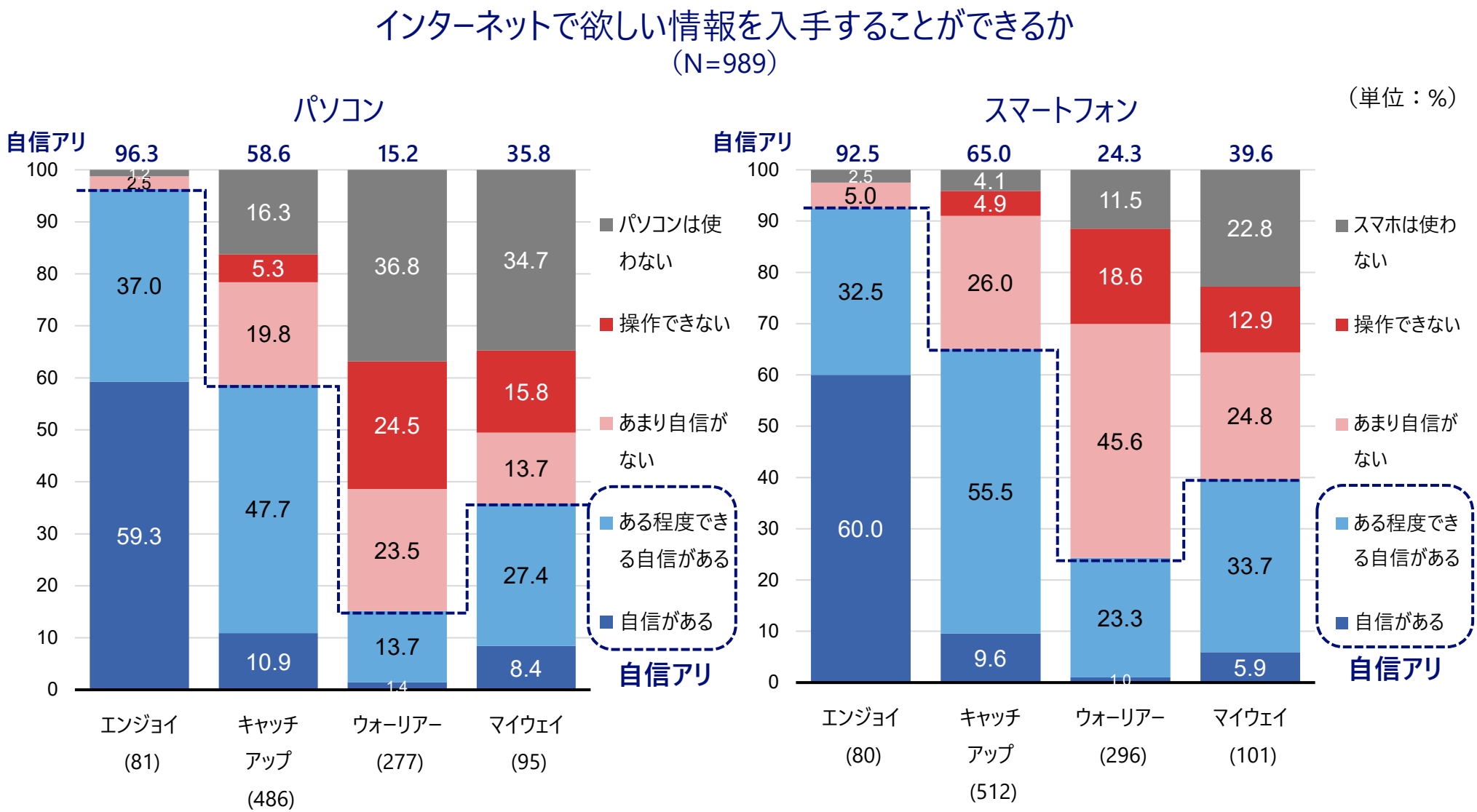
（単位：%）



Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

インターネットで欲しい情報を入手することができるか

デジタル化に対する考え方は、IT機器の利用リテラシーに直結する



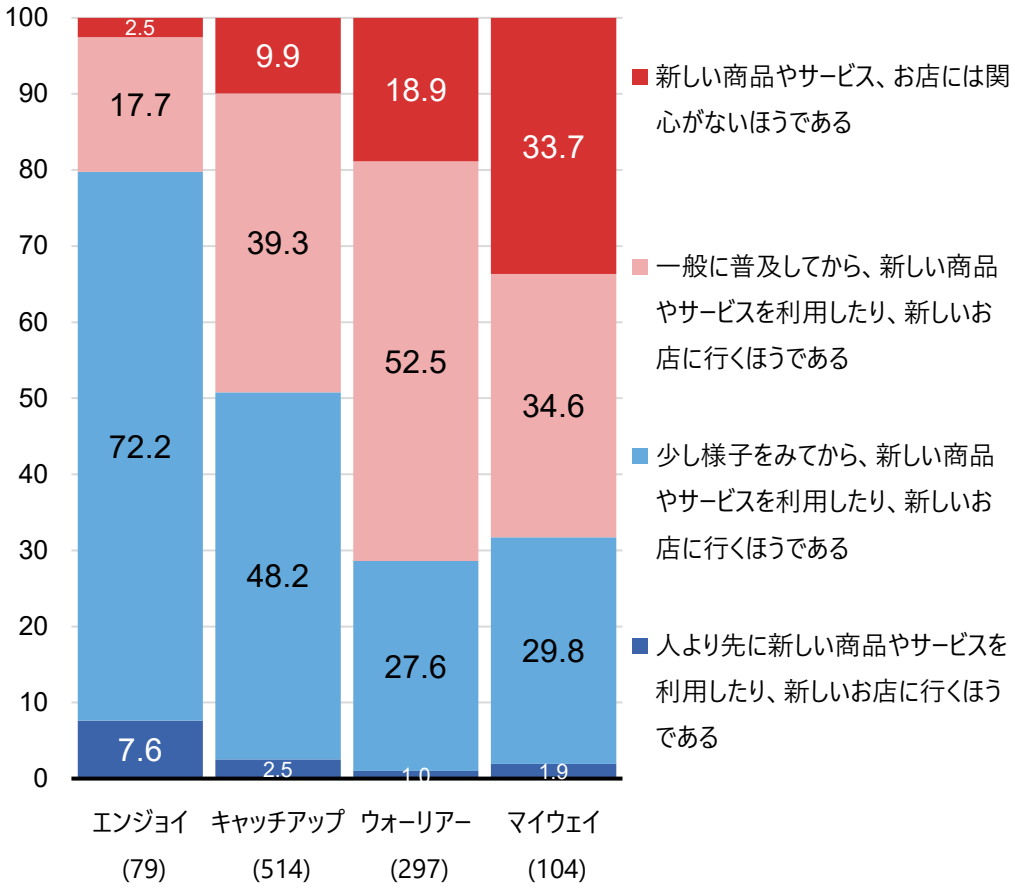
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

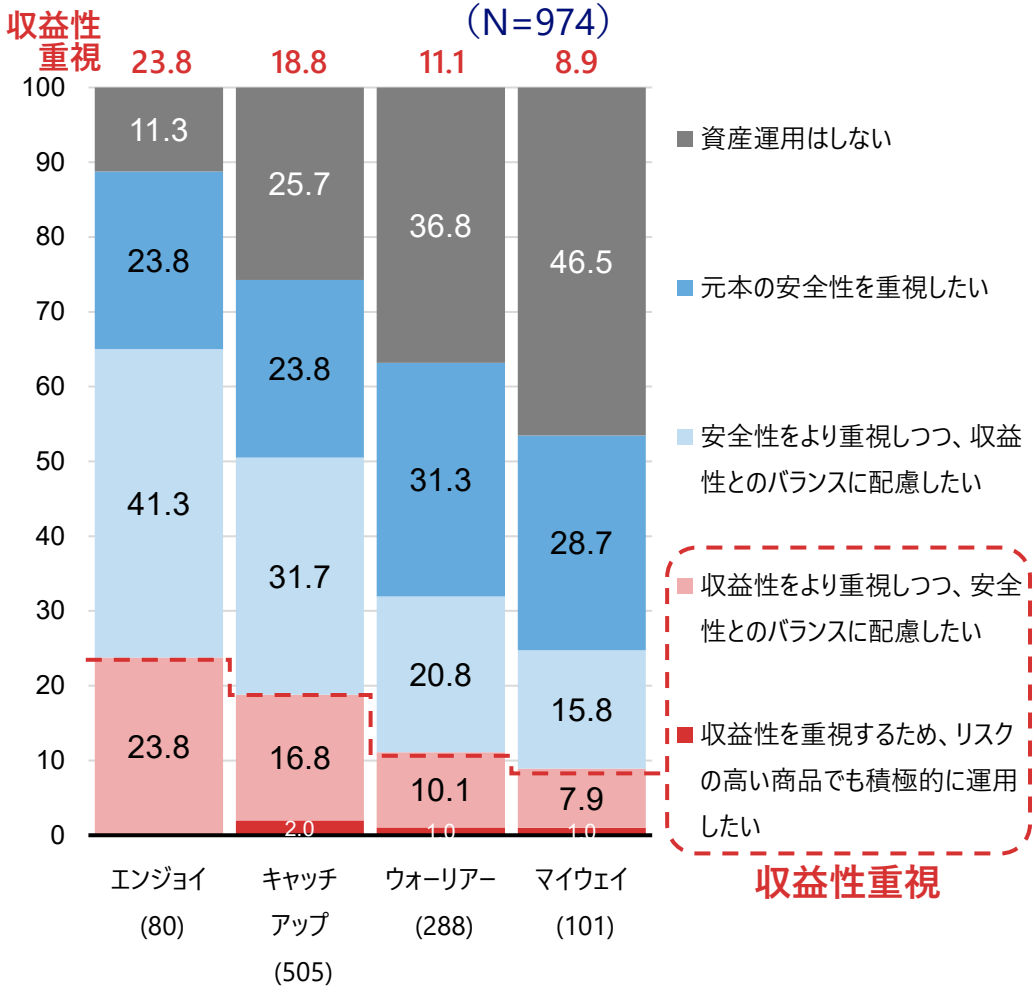
各タイプの考え方・価値観は、購買行動や資産運用の考え方にも影響を及ぼしており、エンジョイはチャレンジングでリスク許容が最も高い

（単位：%）

新しい商品やサービスを利用する際の行動（N=994）



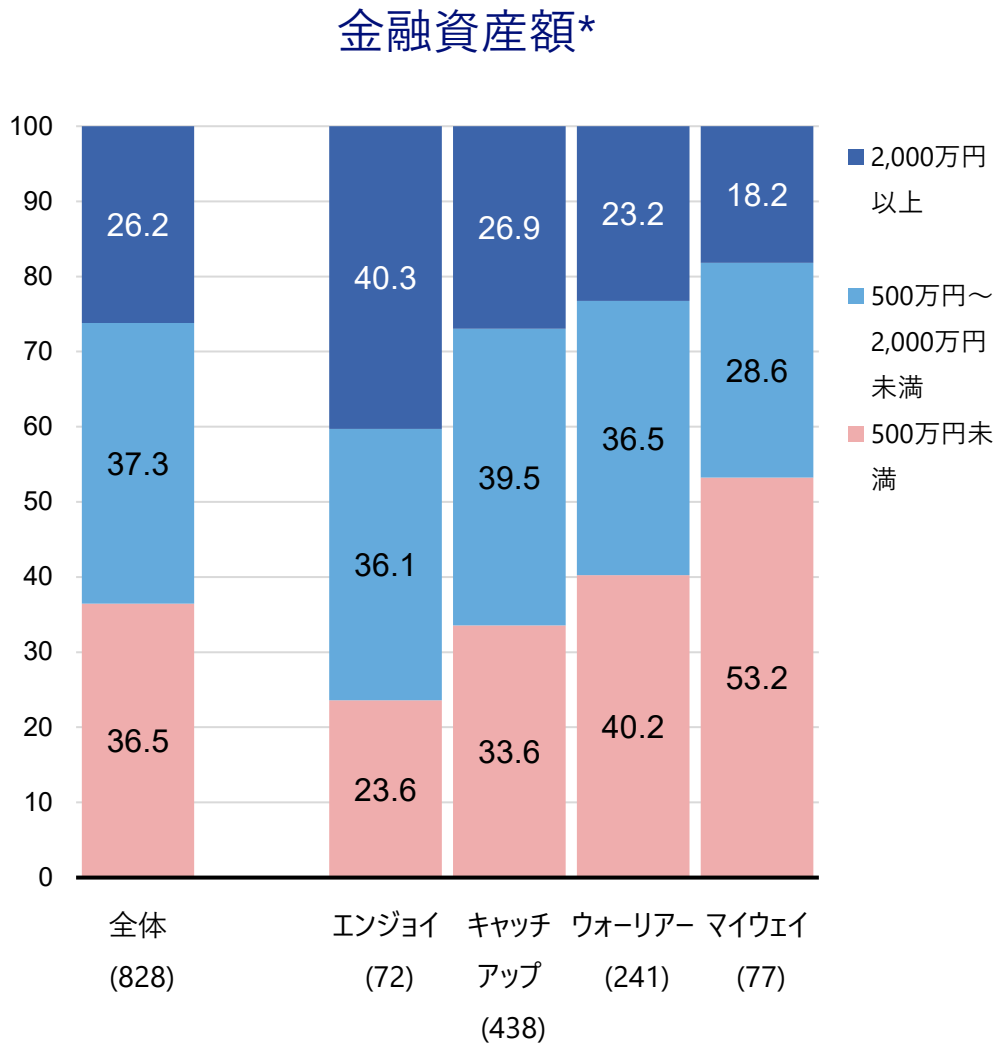
資産運用の考え方（N=974）

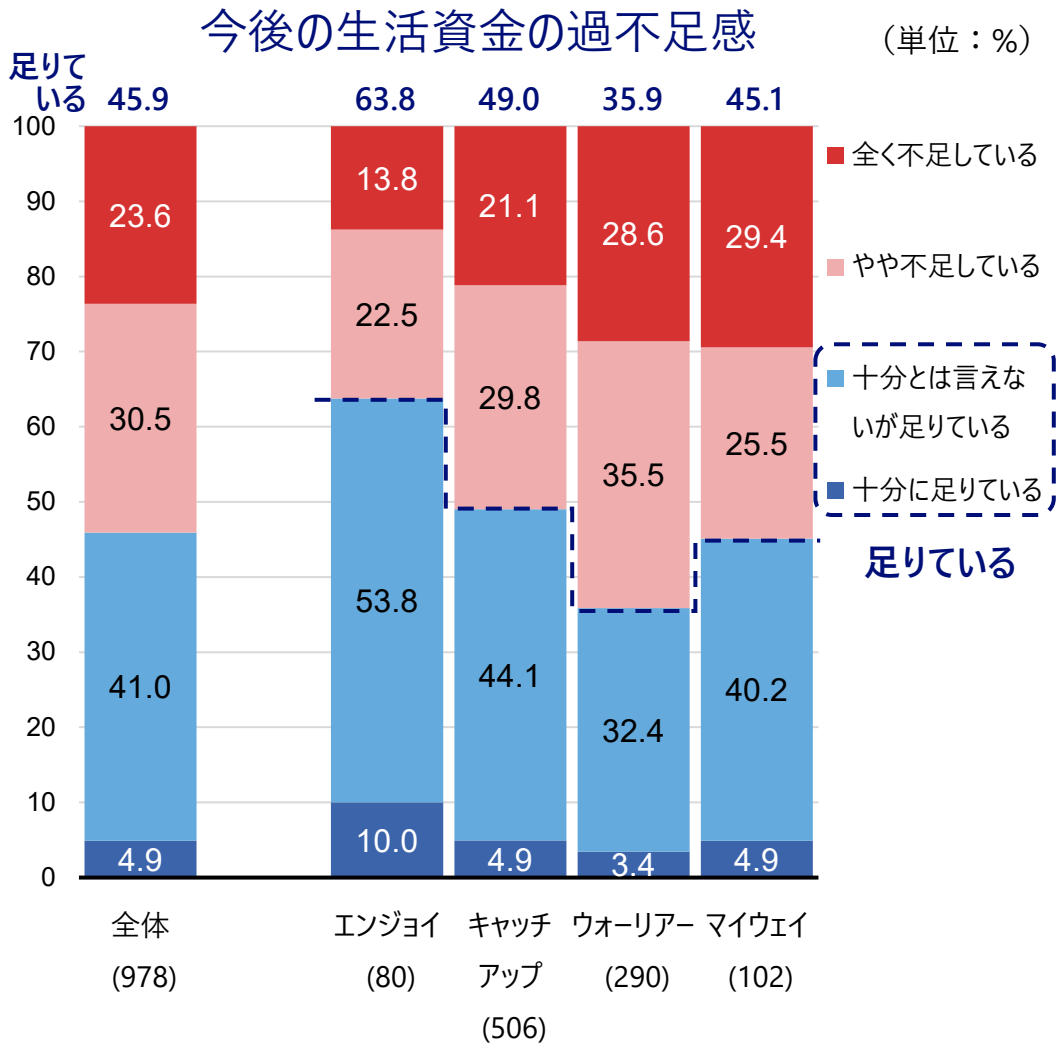


出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

生活資金・金融資産額については4区分で明確な差が生じている



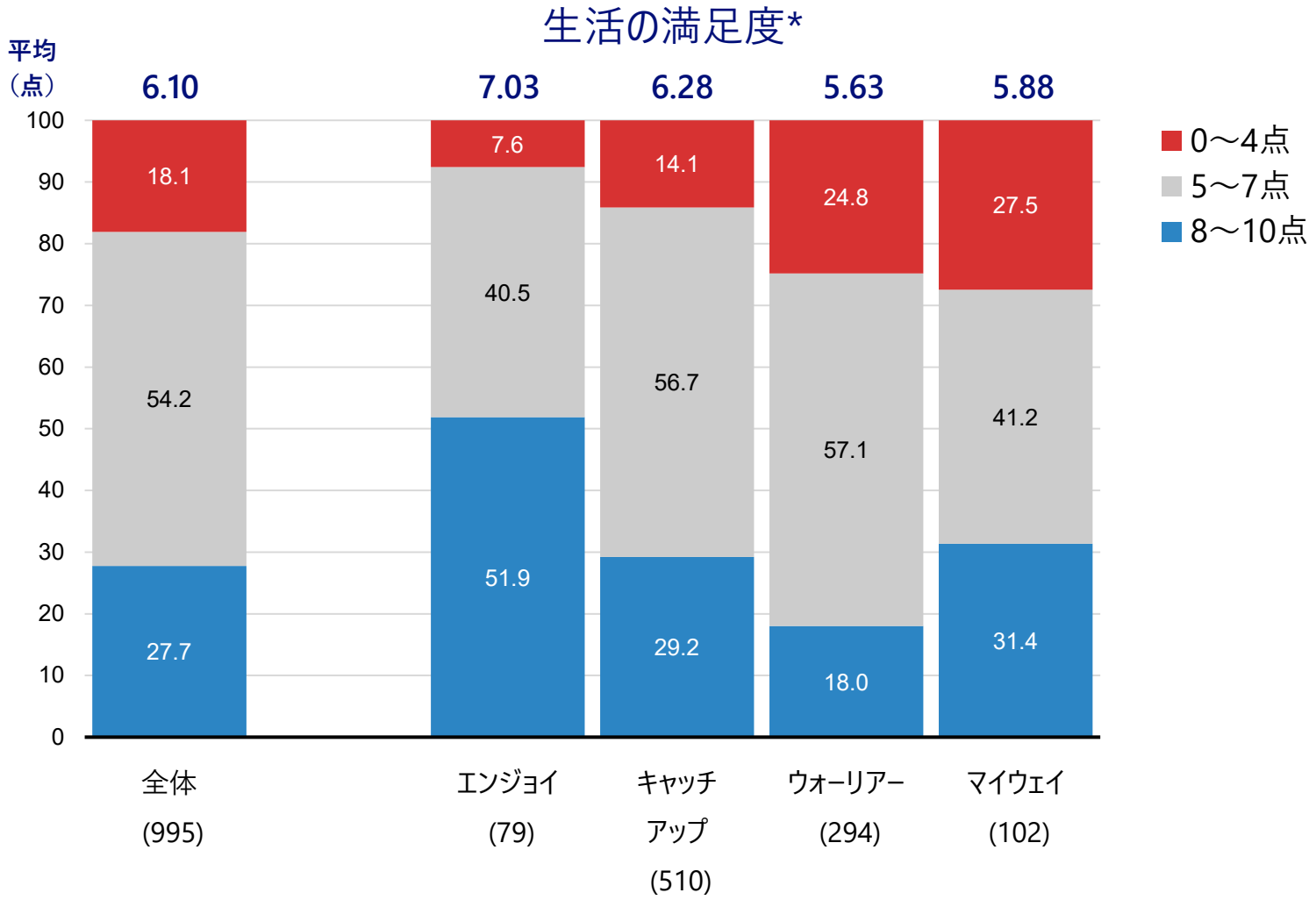


*　「答えたくない／わからない」を除く

出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

4区分の考え方や行動によって生活満足度にも大きな差が生じており、生活の満足度が高いと回答した人の割合はエンジョイ層が最も高かった



*　生活の満足度として0点（最低）～10点（最高）までの11段階の得点として聞いたものを3区分したもの
出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

Key findings (1/2)

■ 健康維持・増進

- シニアが現在直面する不安のトップは「自分の健康」であり、経済面の不安が続く。シルバー人材センター会員の健康度は一般シニアと比較して高い傾向にあるが、「非常に健康である」と自己評価する者でも約3分の1が高血圧であるなど、自己認識と医学的指標には乖離が見られる。
- 現役時代の健康維持・増進への取り組みとしては、「健康に関する知識習得」といった健康意識、「短い距離は歩いたり、なるべく階段を使う」といった身体を動かすこと、「リラックスする時間や睡眠を十分にとる」といった生活習慣が上位を占め、食習慣への意識は相対的に低い。男女別では、男性は「スポーツをする」「酒・たばこを控える（やめる）」が多く、女性は「気持ちをなるべく明るく持つようにする」「ストレッチ等屋内で身体を動かす」が多い傾向がある。
- これらの結果から、シニアの健康維持には、身体的活動のみならず、健康知識の習得や精神的な安定、良質な生活習慣が重要であり、性別や年代に応じたアプローチの必要性がうかがえる。

■ 資産形成

- 老後資金について「足りている」と回答したシニアは全体の46.1%に留まり、過半数が不足を感じている。ただし、80歳以上ではこの比率が若干上昇し51.5%となる。これは、残りの人生で必要となる資金額の認識変化が影響していると推察される。保有金融資産額が1,000万円を超えると、過半数が「足りている」と感じるようになる。
- 「老後2000万円問題」については、「あくまで計算上の話で、現実味がない」という意見が各年代で最も多く、保有金融資産額が2,000万円未満の層で特に不安が大きい。一方、保有資産額が大きい層ほど「2,000万円では足りない」と考える傾向がある。
- 現役時代の資産形成は「普通預金」「定期預金」が圧倒的に高いが、「足りている」層は、これらに加えて「個人年金保険」「株式」「投資信託」「財形貯蓄」「持株会」など、より多様な金融商品を現役時代から活用し、現在も継続している者が多い。シニアになってから新たに金融商品を始める者は多くないが、「足りている」層では投資信託等を始める動きも見られる。
- 資産運用に対する考え方では、収益性を重視しリスクを許容する層の老後資産充足度は、「資産運用はしない」層に次いで低く、リスクとリターンのバランスを考慮した運用が重要であることが示唆される。

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

Key findings (2/2)

■ 人間関係（友人・知人）

- 現役時代と比較した現在の人付き合いの変化では、男性は全年代で30%以上が「かなり減っている」と回答する一方、女性にはその傾向はなく、むしろ「増えている」との回答も見られる。男性では現役時代に交際範囲が広かった者ほど現在の付き合いも増加する傾向があるが、女性では逆に現役時代に交際範囲が狭かった者の方が現在の付き合いが増えている。
- 各種集まりへの参加頻度は、ほぼ全ての項目で現役時代より現在の方が低下している。特に、男性の「職場関係の集まり」での低下が顕著である。
- 人間関係の良好さについては、全般的に75歳以上の方が65～74歳より現役時代の人間関係が良好だったと回答する傾向が高い。集まりへの参加頻度が低下した影響で「職場関係」「学生時代の友人」との人間関係の良好さは低下する傾向にあるが、「趣味や習い事などを通じて知り合った友人」「地域・隣近所の人」との関係は現在の方が良好になる傾向が見られる。現役時代に各種集まりへの参加頻度が高かった者ほど、現在の人間関係も良好であるという強い相関が確認された。
- コミュニケーションにおけるネット利用頻度は、65～74歳の方が75歳以上より高く、また男性より女性の方が高い。対面で会う機会が少ない関係においては、コミュニケーション頻度が高い相手ほどネット利用率も高い。ネット利用頻度と人間関係の良好さの間にも強い相関が見られ、デジタルツールが人間関係維持に貢献している可能性が示唆される。

■ デジタル化対応

- 社会のデジタル化がさらに進展することについて、「デジタル化に付いていけるよう頑張りたい（キャッチアップ層）」が約5割、「自信がなく、取り残される不安がある（ウォーリアー層）」が約3割を占める。その他、「積極的に楽しみたい（エンジョイ層）」、「自分には関係ない・マイペースで（マイウェイ層）」が存在する。
- ウォーリアー層やマイウェイ層は、デジタル化が自身の生活や社会全体に及ぼす影響についてポジティブな評価が低い。特にマイウェイ層は、ネット利用のリスクを理解した上でネガティブな評価をしている様子がうかがえる。これらのデジタル化に対する考え方は、IT機器の利用リテラシーと直結しており、エンジョイ層やキャッチアップ層はパソコン・スマートフォンともに「自信アリ」の比率が高い。
- このようなタイプ別の考え方・価値観は、新商品・サービスの利用行動や資産運用の考え方にも影響を及ぼしており、エンジョイ層はチャレンジングでリスク許容度が最も高い。生活資金や金融資産額についても4区分で明確な差が見られ、エンジョイ層が最も経済的に余裕があり、生活満足度も高い。

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

Table of contents

1 健康維持・増進

2 資産形成

3 人間関係（友人・知人）

4 シルバー世代と社会のデジタル化

附 当社とシルバー人材センターについて

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

野村総合研究所グループの一員として、シルバー人材センター業界向けの「社会価値共創」の活動を通じ、持続可能で豊かな超高齢社会つくりに貢献

事業ミッション
少子高齢化による社会のパラダイムシフトにデジタルの力で新しい価値を創造
～シニア就労を日本の活力に～

会社概要

社名	NRI社会情報システム株式会社
英文社名	NRI Social Information System Services, Ltd.
会社HP	https://www.nri-social.co.jp/
設立日	2007年10月1日 （野村総合研究所より分社）
資本金	1億円（野村総合研究所100％出資）
取締役社長	大多和 俊明
本社所在地	〒135-0042 東京都江東区木場1－5－25　タワーS棟
代表電話	03-6660-9766
事業概要	シルバー人材センター向けの総合情報処理システム提供 高齢者就労に関する調査研究、情報発信

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

NRI社会情報が創出する社会価値・めざす姿

人口減社会における地域の活性化にコミット。シニア就労にとどまらない地域の社会課題への貢献をめざす

豊かで活力ある持続可能な地域社会を創出

自治体
人口減少下で多様化・複雑化する地域課題解決の担い手となる

民間企業
深刻化する働き手不足を解消し、地域での企業の事業継続を支援する

家庭・市民
高齢家庭や子育て家庭などの生活の困り事の解決を通じ、暮らしやすい街づくりを実現

高齢者
いきがい就労機会や社会接点を通じ、デジタル適応力や、健康維持増進をもたらす

国
誰一人取り残されない社会作り、労働力不足解消、社会保障（医療・介護）政策への貢献

地域課題解決に貢献する組織
（シルバー人材センター等）

デジタル技術・情報発信
「地域xマッチング」に関する知見・システム構築力

NRI社会情報システム

安全安心社会の共創　最適社会の共創　活力ある未来社会の共創

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

1986年に施行された高年齢者の就業機会の確保のための法律により発足、全国に広がる

■ 1986年に施行された「高年齢者等の雇用の安定等に関する法律」において、定年退職者などの高年齢者の就業機会の確保のため、必要な処置を講ずるよう努めることが国及び自治体の責務 として位置付けられたことがスタート

■ シルバー人材センターとは

地域の高齢者が、「自主・自立、共働・共助」の理念のもと、

① 長年培った知識・経験・技能を生かして就業することにより、

② 豊かで積極的な高齢者の生活と社会参加による生きがいを充実するとともに、

③ 地域に活力を生み出し、地域社会の福祉と活性化に寄与すること

を目的としている。

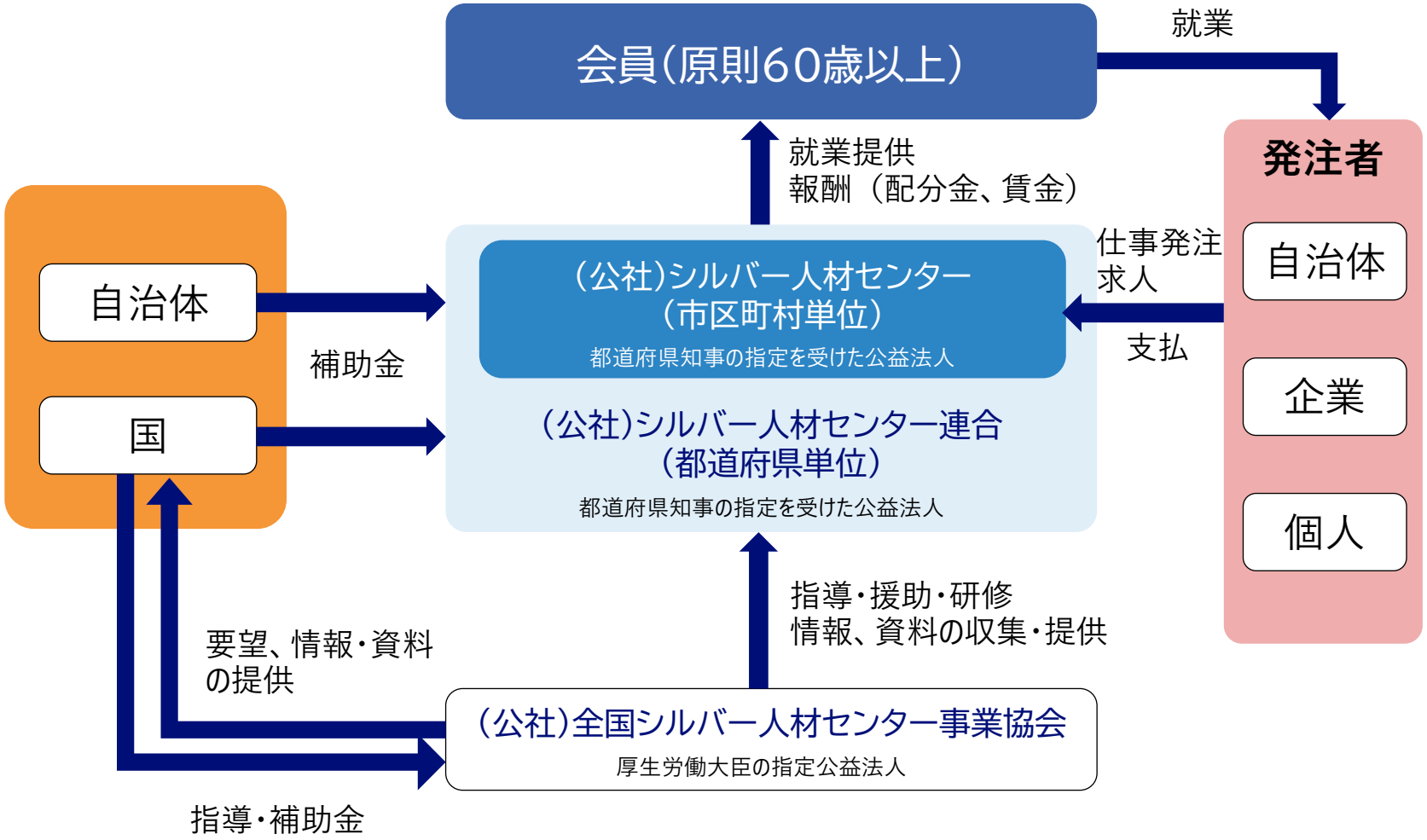
ごく一部を除いて、法人格は公益社団法人である。

■ シルバー人材センターの会員は、臨時的かつ短期的（概ね月10日以内）な就業、またはその他の軽易な就業（概ね週20時間を超えないことを目安）を希望する原則60歳以上の高齢者

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

シルバー人材センターの組織体系

市区町村単位にあるシルバー人材センターは、都道府県ごとに指定される「シルバー人材センター連合」の活動拠点との位置づけ

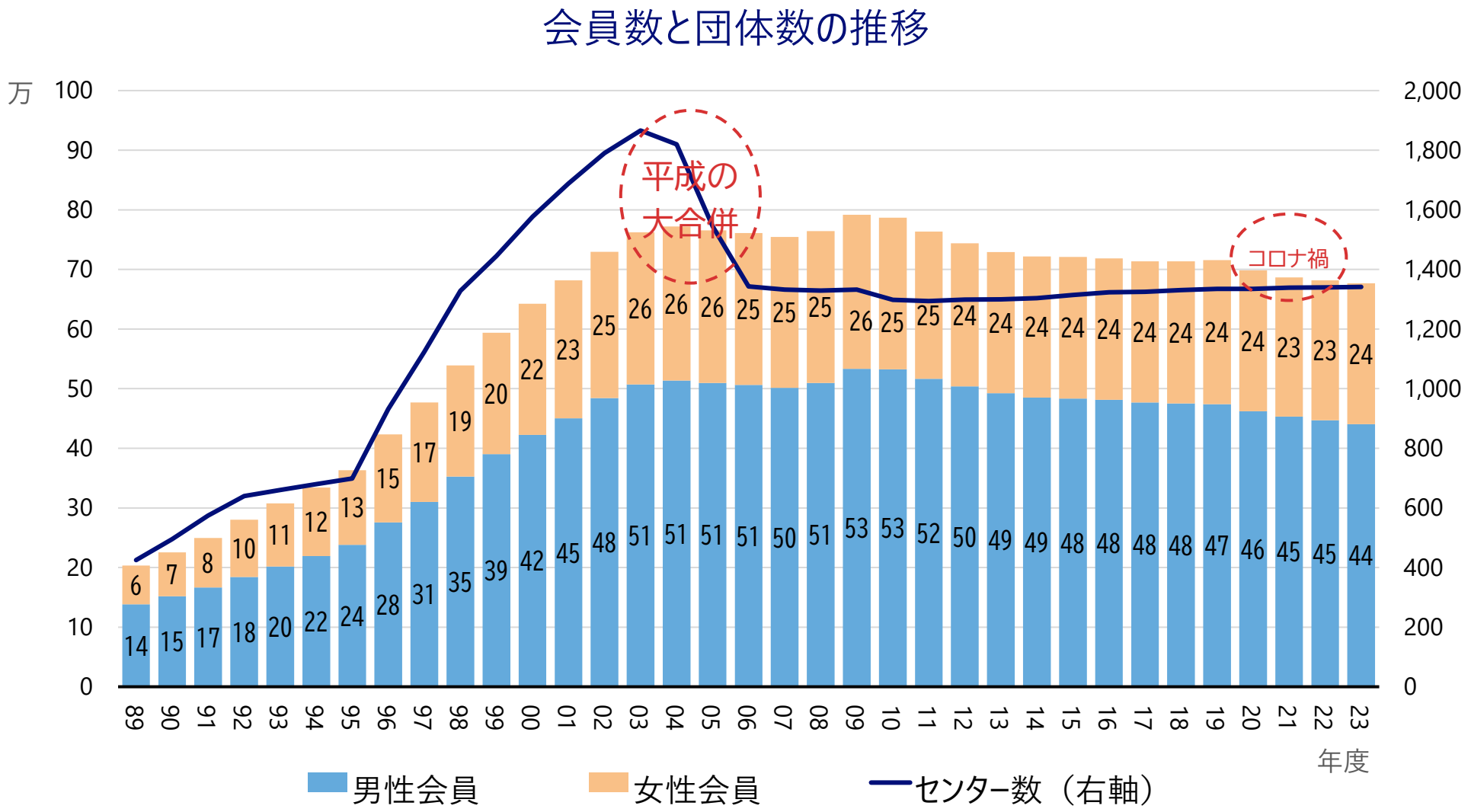


出所）全国シルバー人材センター事業協会ホームページよりNRI社会情報システム作成

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

シルバー人材センターの団体数と会員数の推移

2023年度末時点で会員数は約68万人、センター数は1341。コロナ禍で会員減少が続いたが、2024年度以降さらなる増加を目指す



出所）全国シルバー人材センター事業協会資料よりNRI社会情報システム作成

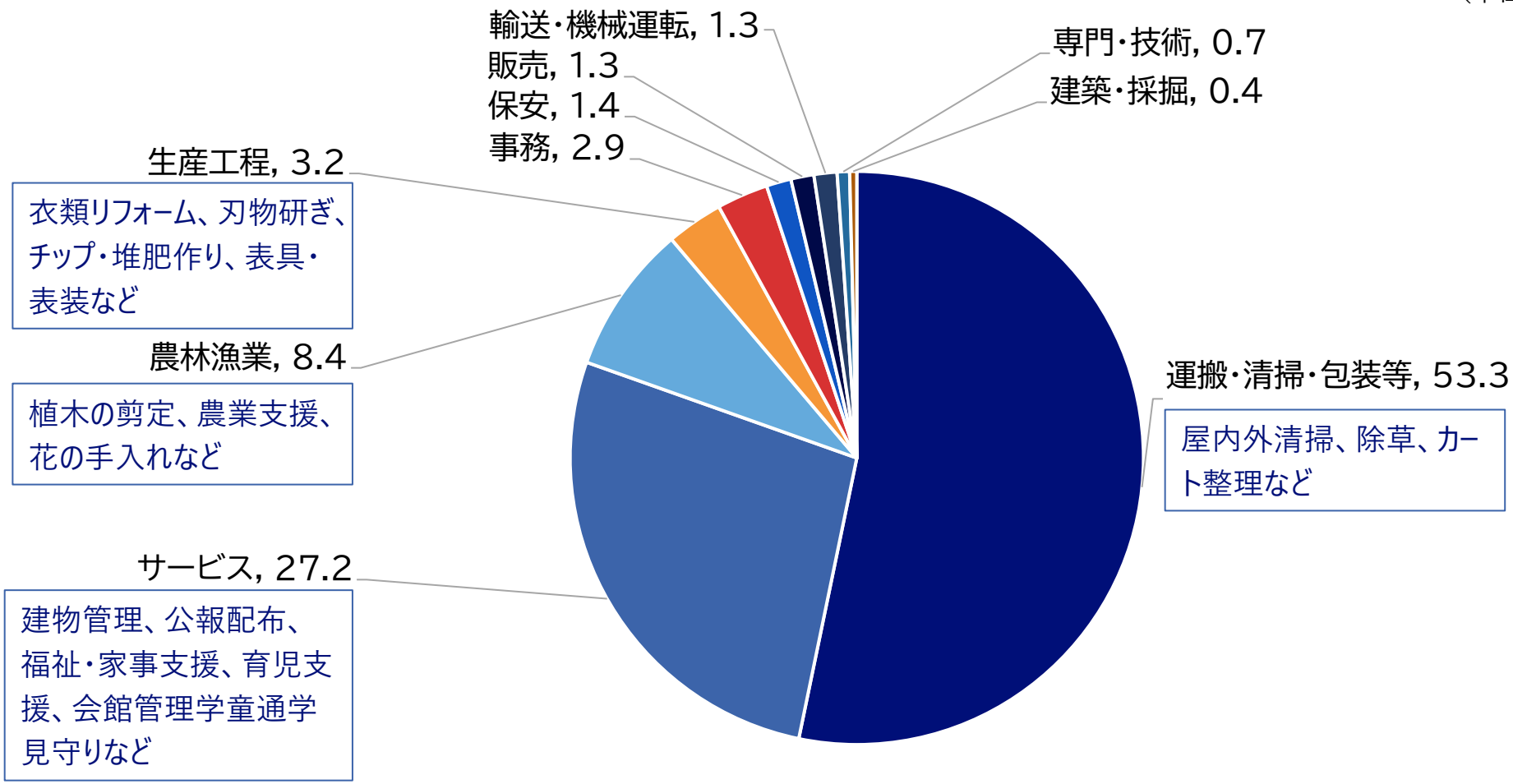
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

シルバー人材センターの仕事内容

除草、剪定、清掃、施設管理、スーパー等での品出し業務等は、シルバー人材センターの伝統的で中心業務。近年は、職種のバラエティ確保（特に事務系仕事）が課題

業務の内訳　（就業延べ人数ベース）

（単位：%）



出所）全国シルバー人材センター事業協会ホームページよりNRI社会情報システム作成

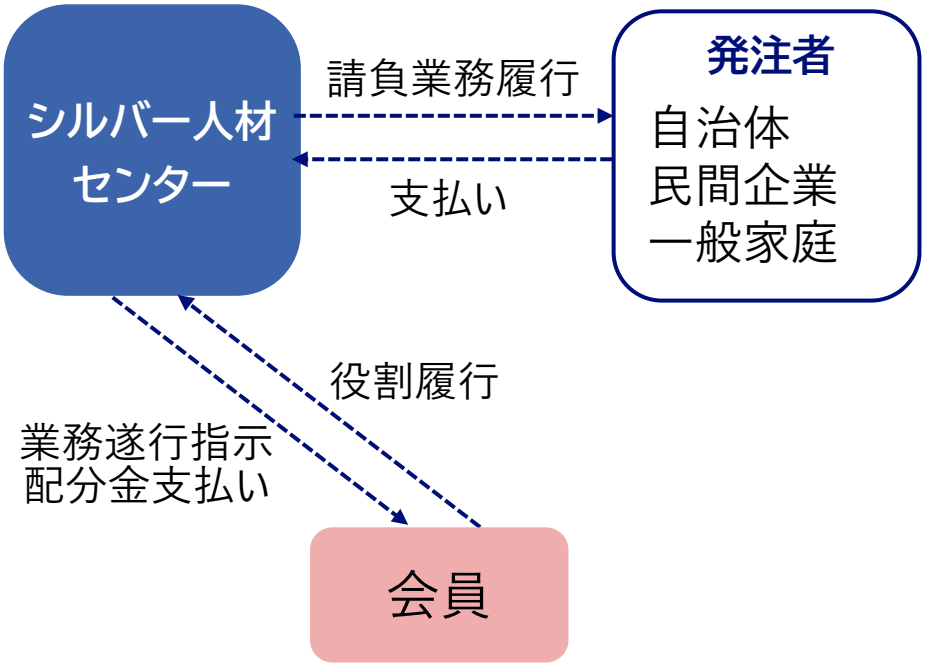
Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

シルバー人材センターと発注者の契約形態

従来の請負契約だけではできなかった業務に対応するため、人材派遣事業を開始し、急速に拡大中

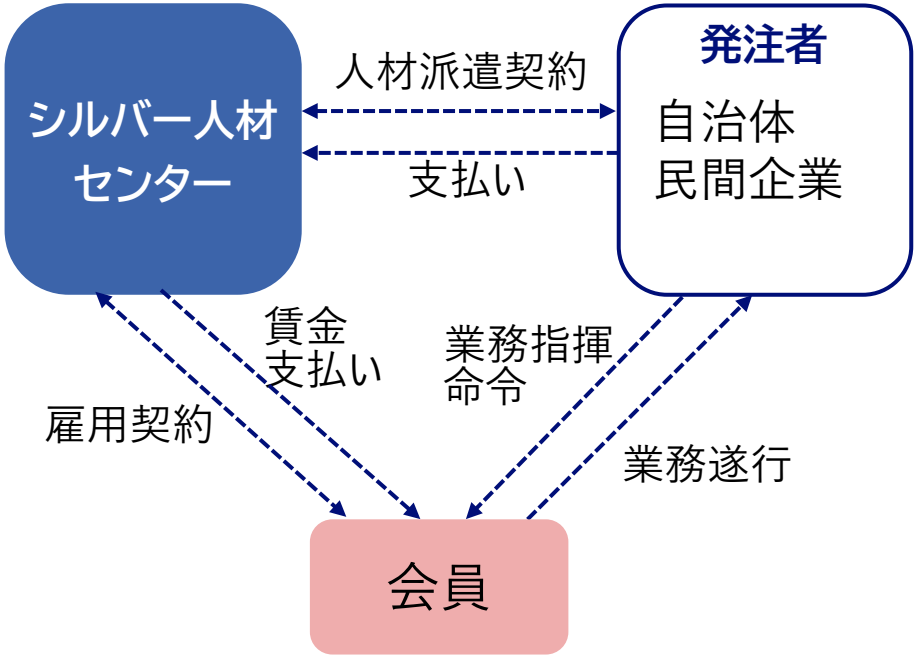
請負契約

発注者に指揮命令がなく、シルバー人材センターで完結できる仕事



人材派遣契約

発注者の従業員との混在作業や発注者の指揮命令を受ける作業

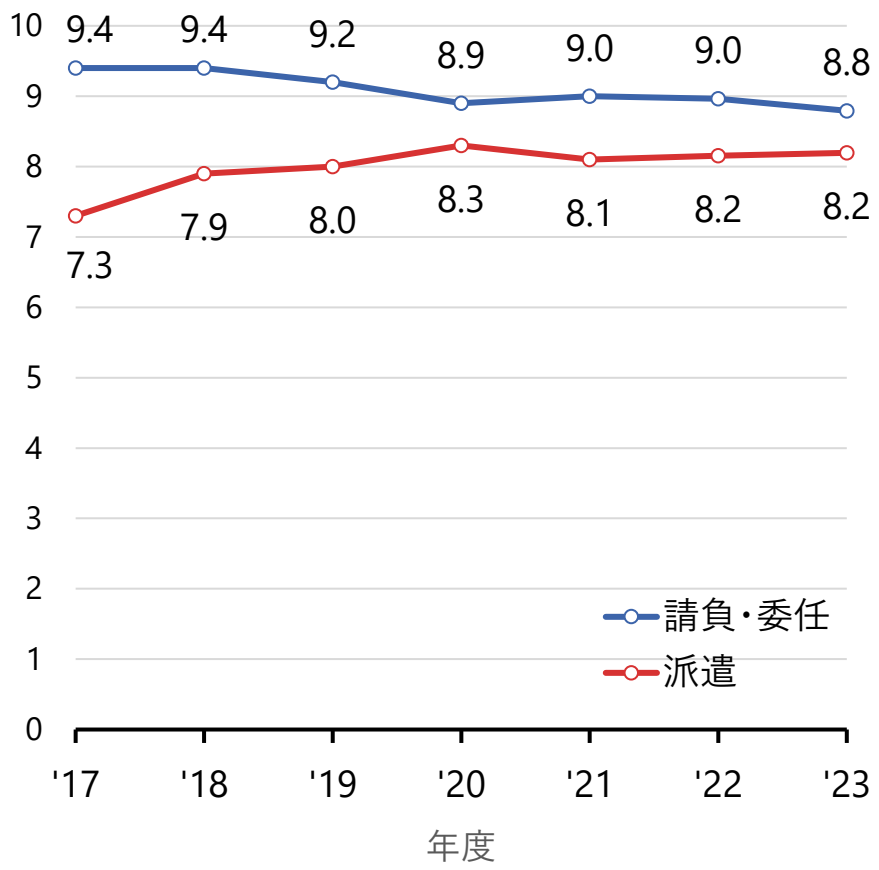


Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

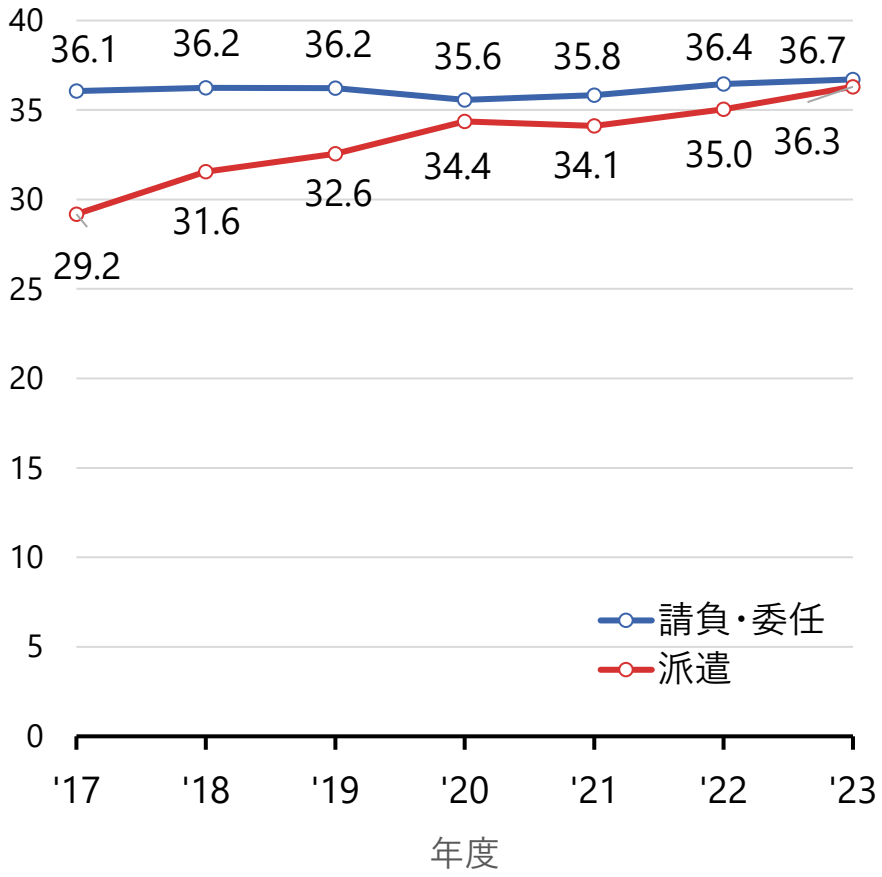
会員の月平均就業日数と月収

請負・委任では月に9日程度*、派遣では8日程度働いて3.6万円程度得るのが平均的。「臨・短・軽」は高齢者が望む働き方でもある

会員の平均就業日数/月　（単位：日）



会員の平均月収/月　（単位：千円）



*　1日当たり平均４時間程度の就労

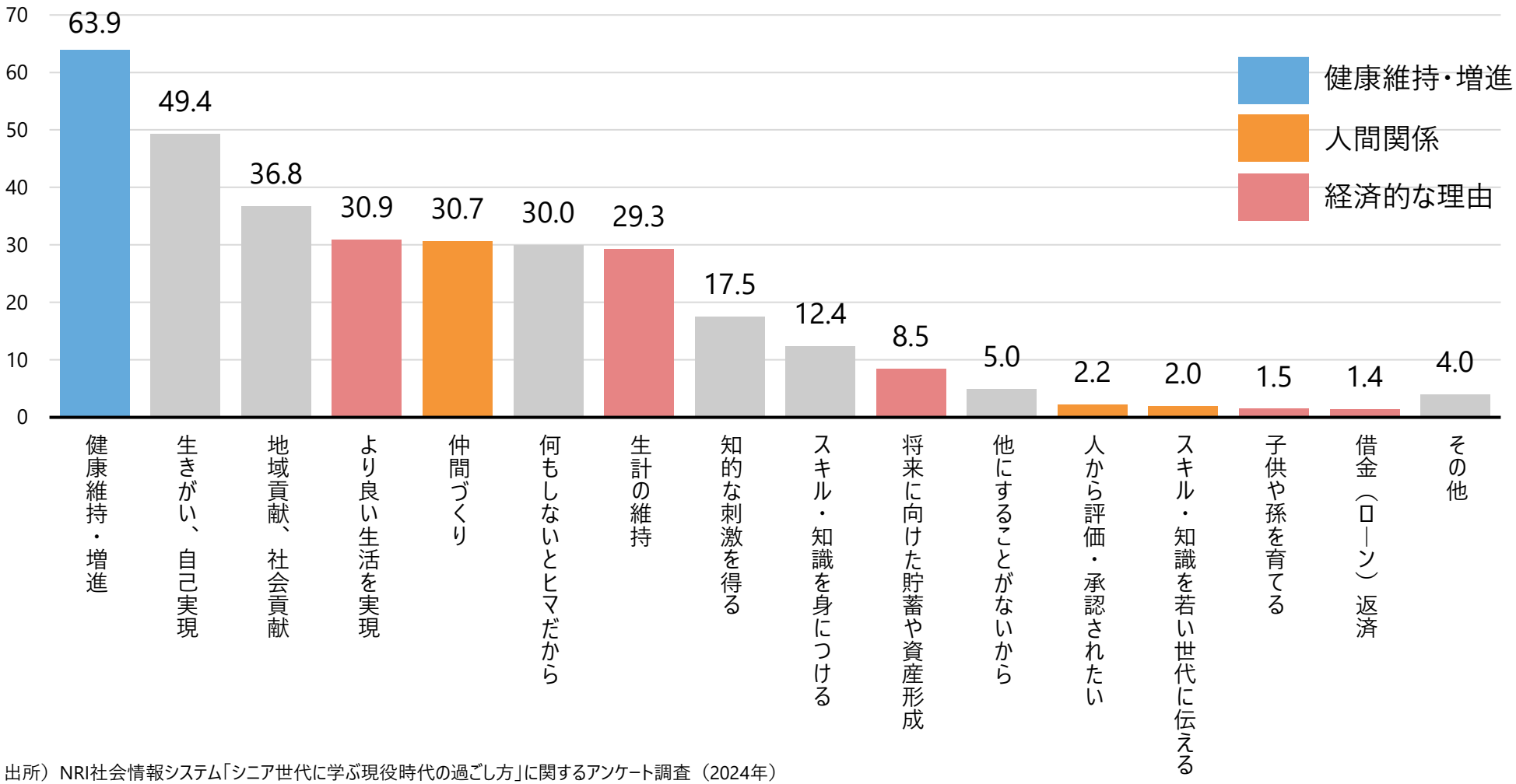
出所）全国シルバー人材センター事業協会資料よりNRI社会情報システム作成

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

健康維持・増進が目的で働いている者が圧倒的に多い

シルバー人材センターで働いている理由　（複数回答、N=1,003）

（単位：%）



出所）NRI社会情報システム「シニア世代に学ぶ現役時代の過ごし方」に関するアンケート調査（2024年）

Copyright© NRI Social Information System Services, Ltd. All rights reserved.

Envision the value,
Empower the change