

30~79歳の女性に聞いた「お金に関する意識実態調査」

年代が上がるほど「お金の使い方に対する満足度」が高く、「将来のお金」に対する心配度が低い。

若い世代の不安の背景にあるのは、資産運用をしたくてもできない実態。

女性誌販売部数 No.1 (※1) の雑誌「ハルメク」をグループで発行する株式会社ハルメクホールディングス (本社：東京都新宿区、代表取締役社長：宮澤 孝夫) のハルメク 生きかた上手研究所と、在宅ワークをはじめ、自分らしい働き方を希望する女性向けのコミュニティサイトを運営している株式会社キャリア・ママ (本社：東京都多摩市、代表取締役：堤香苗) は、30~79歳の女性 687名を対象に「お金に関する意識実態調査」をWEBアンケートにて実施いたしました。(※1) 日本ABC協会発行社レポート 36.8万部(2021年7月~12月)

【 調査サマリ 】

■「お金の使い方」に対する満足度は50.0%。「将来のお金」に対して「心配している」割合は54.2%。

⇒年代が上がるほど「お金の使い方」の満足度は上昇、「将来のお金」について「心配している」割合は低下。

⇒「お金の使い方」に満足している理由は、「ある程度自由にお金を使えている」「投資で利益をあげている」

「配偶者と価値観を共有している」など。満足していない理由は、「子の教育費や学費の負担が大きい」「お金の増やし方がわからない」「リスクが怖くて資産運用に踏み切れない」など。30~50代で「資産運用に興味はあるが知識や資金がない」という声が見られた。

■将来のお金のために現在行っていることは、「節約」63.3%、「貯蓄」57.9%、「就業」33.0%、「投資」32.6%。年代が若いほど「現在行っていること」の種類が多い。

⇒「現在行っている投資」1位は「投資信託」、2位は「株式投資」、3位は「つみたてNISA」。「投資信託」は幅広い年代で行われており、「株式投資」「国債」は60~70代、「つみたてNISA」「iDeCo・確定拠出年金」は40~50代が多い。

⇒投資にまわす額は平均69,438円/月。年代が上がるほど投資にまわす平均額が高い。

■「お金に関する成功、失敗の思い出」から見えた、資産運用に対するスタンスの年代差。まだまだ欲がある30代、安定志向の40代、若い頃に失敗経験が多い50代、酸いも甘いも知っている60~70代。

⇒バブル景気、高金利時代、リーマン・ショックなど大暴落の経験有無が、現在の資産運用スタンスの背景にあることがうかがわれた。

■30~70代女性が65歳までに用意しておくべきだと思ふ金額は、平均で2,711万円。

⇒年代別に平均額を見ると、全体平均より高かったのは、30代(3,832万円)と50代(2,727万円)だった。

【調査背景】

高齢化社会の進行、賃金や金利の長期低迷に加え、昨今の物価高騰を受け、家計をとりまく状況は不透明感を増しています。他方、2022年4月から高校家庭科の授業で「金融教育」が開始される等、投資や資産運用への社会的関心が高まっています。こうした中、ハルメク 生きかた上手研究所と株式会社キャリア・ママは、女性のお金に関する満足度や、将来のお金のためにしている対策の年代差を把握するため、30~70代女性を対象に、「お金に関する意識実態調査」を共同で実施しました(※2)。

(※2)調査主体の「株式会社ハルメクホールディングス ハルメク 生きかた上手研究所」所長 梅津順江、「株式会社キャリア・ママ」代表取締役 堤香苗への取材、コメント提供も可能です。

【調査概要】

調査の方法：WEBアンケート

調査の対象：30~79歳の全国の女性

(株式会社ハルメクホールディングスのモニター「ハルトモ」もしくは株式会社キャリア・ママの会員)

有効回答数：687名

調査実施日：2022年5月27日~6月7日

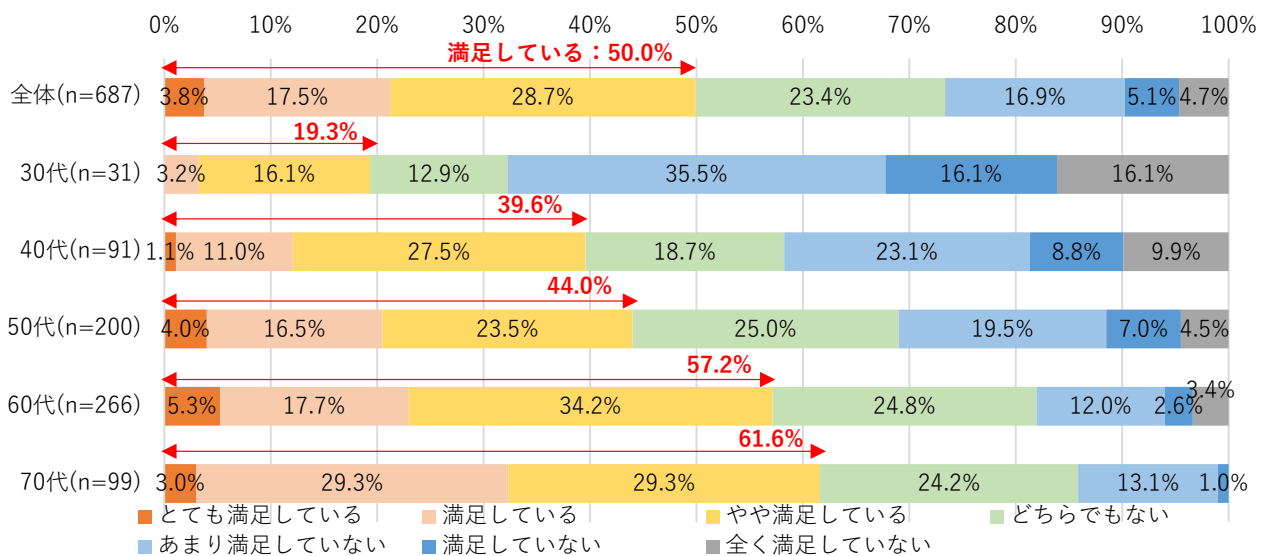
調査主体：株式会社ハルメクホールディングス ハルメク 生きかた上手研究所・株式会社キャリア・ママ

※本リリース内容を掲載いただく際は、出典「ハルメク 生きかた上手研究所・キャリア・ママ調べ」と明記をお願いいたします。

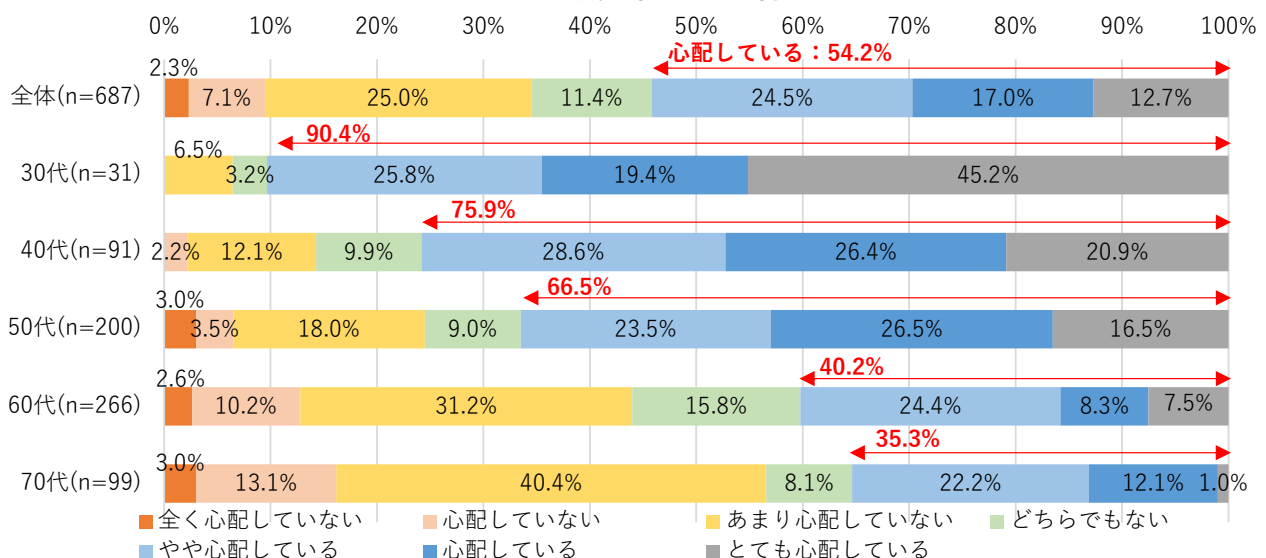
**「お金の使い方」に対する満足度は50.0%。  
「将来のお金」に対して「心配している」割合は54.2%。**

- ・「お金の使い方」に対する満足度（「とても満足している」「満足している」「やや満足している」割合の合算）は、全体平均で50.0%だった。年代が上がるほど「お金の使い方」に対する満足度が高かった。
- ・「将来のお金」について「心配している」（「とても心配している」「心配している」「やや心配している」割合の合算）割合は54.2%だった。年代が上がるほど「将来のお金」について「心配している」割合は低くなった。
- ・「お金の使い方」に満足している理由は、「ある程度自由にお金を使えている」「投資で利益をあげている」「配偶者と価値観を共有している」など。満足していない理由は、「将来のために何をしたら良いかわからない」「子の教育費や学費の負担が大きい」「リスクが怖くて資産運用に踏み切れない」などだった。特に、30～50代で「資産運用に興味はあるが知識や資金がない」という声が見られた。

**■ 「お金の使い方」に対する満足度（全体、年代別）  
30～79歳女性：687名**



**■ 「将来のお金」に対する心配度（全体、年代別）  
30～79歳女性：687名**



■「お金の使い方」に対する満足度の回答理由（年代別、自由記述より抜粋）

30～79歳女性：687名

（とても満足している／満足している／やや満足している）

満足している

（あまり満足していない／満足していない／全く満足していない）

満足していない

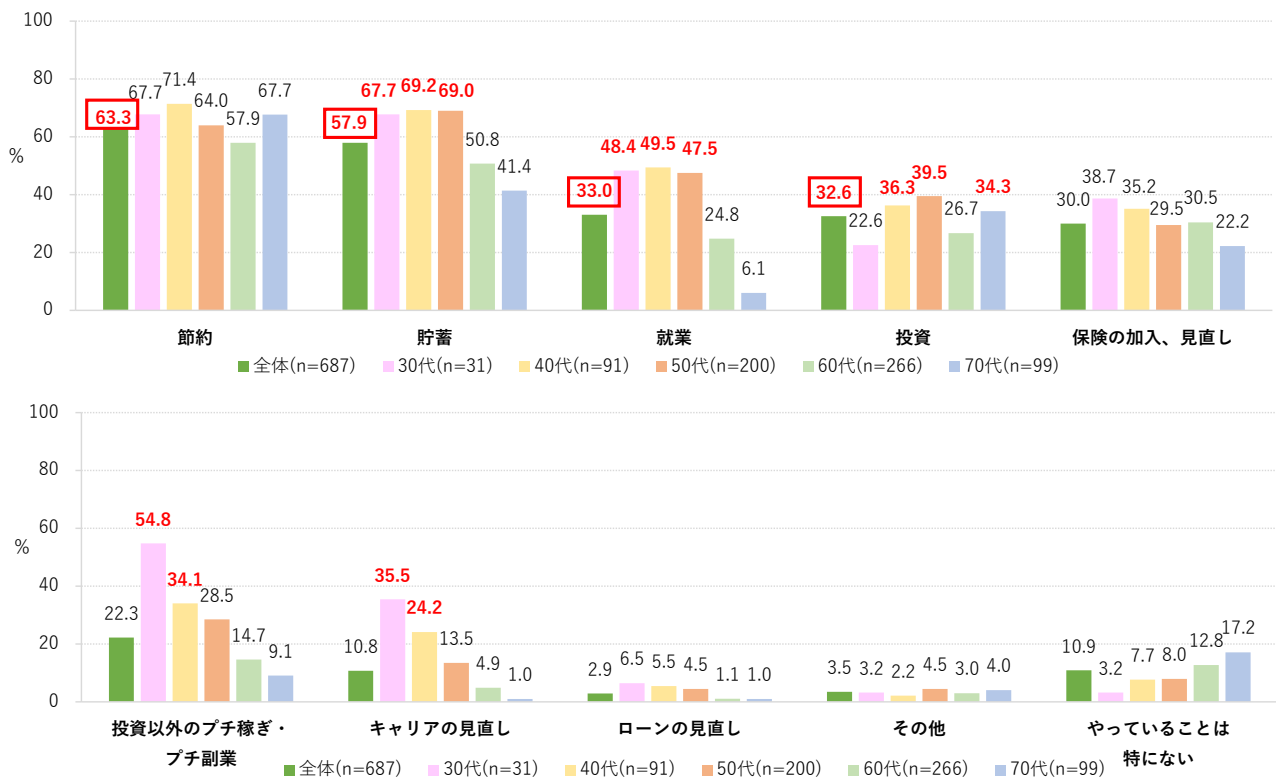
年代	回答理由
30代	暮らしの中で必要最低限のお金を使用しているから。
40代	お金を使いたいところに使えているし、衣食住にとりあえず困っていないから。資産もわずかながら運用しており、今のところ少しずつ増えているからやや満足である。
40代	配偶者と方向性をすり合わせており、そこそこ思うような使い方ができていると感じているから。
50代	自分で働いており、家庭を運営する費用の一部を負担しているが、その他は基本自分の好きなように使える。旅行や勉強、化粧品などの美容品なども自分で誰に断る必要もなく自分のお金を使える。
50代	無理のない我慢で毎月そこそ貯蓄額が増えており、高額ではないが、株の購入や積み立てNISAも行っているから
60代	30代から適度な投資運用をして来たことで現在はあまりお金の心配なく過ごせている。
60代	必要で欲しいものは、我慢しないで購入します。ただ、買う前に、「ほんとうに必要なか?」「いつまでに欲しいか?」を自問自答してから決めます。
70代	今まで頑張って貯蓄してきたので余裕があるから好きな物を買ったり好きな事に使えるから満足している
70代	夫婦共に70歳過ぎており年金暮らしです。子供や孫たちにお祝い事や遊びに来た時にもてなすぐらいの事は出来ているので、今のところは、満足です。
30代	計画性がなく、老後や将来に向けて対策したいがどうすべきかわからず何もできていない。
30代	資産運用に興味はあっても、リボ払いなどで返済にまわるから。マイナスからのスタートなので、モチベーションが上がらない。
40代	教育費が多いので、それ以外の支出を抑える事ばかり考えているが、これ以上削りようが無くてため息が出る。
40代	金融資産を増やす方法を勉強して老後の資金を確保したい。現在、全く確保できていない。
50代	自由になるお金が少なく運用まで回らない。
50代	今現在ですが、子供にかかる費用が飛ぶように出ていくのと、配偶者の転職に伴う収入の減退が重なって、四苦八苦状態です。自転車操業的なやりくりをどうにかしたいと思っています。
50代	投資の事がわからなくて、上手く増やせない
60代	資産を明確に把握していないので、使い方に不安があります。年金受給額と資産で将来の目安を理解していない。きちんと考えなくてはと不安になる。
60代	いつもローンのある状態が続き、節約体質が身に付いてしまった。パーっと使うことができない。
60代	もっと運用し増やしたいが、リスクがこわい
70代	夫に気兼ねしながら使うのがしんどい。
70代	人生終盤としての楽しみ資金、介護資金、介護施設の入居資金が充分ではないと思われれます。

**将来のお金のために現在行っていることは、「節約」63.3%、「貯蓄」57.9%、  
「就業」33.0%、「投資」32.6%。**

**年代が若いほど「現在行っていること」の種類が多い。**

- ・将来のお金のために、現在何かを行っている人の割合は89.1%。行っていることは、多い順に「節約」63.3%、「貯蓄」57.9%、「就業」33.0%、「投資」32.6%だった。
- ・年代別に見ると、「貯蓄」「就業」は30~50代、「投資」は40~50代と70代、「投資以外のプチ稼ぎ・プチ副業」「キャリアの見直し」は30~40代で他年代比より高かった。なお、年代が上がるほど「現在行っていること」の種類数平均が少なくなり、「やっていることは特にない」の割合が高くなった。
- ・「現在行っている投資」1位は「投資信託」、2位は「株式投資」、3位は「つみたてNISA」。「投資信託」は幅広い年代で行われており、「株式投資」「国債」は60~70代、「つみたてNISA」「iDeCo・確定拠出年金」は40~50代が多かった。
- ・投資にまわす額は平均で69,438円/月。年代が上がるほど投資にまわす平均額が高く、70代の平均額(85,833円/月)は30代の平均額(35,381円/月)の2.4倍だった。

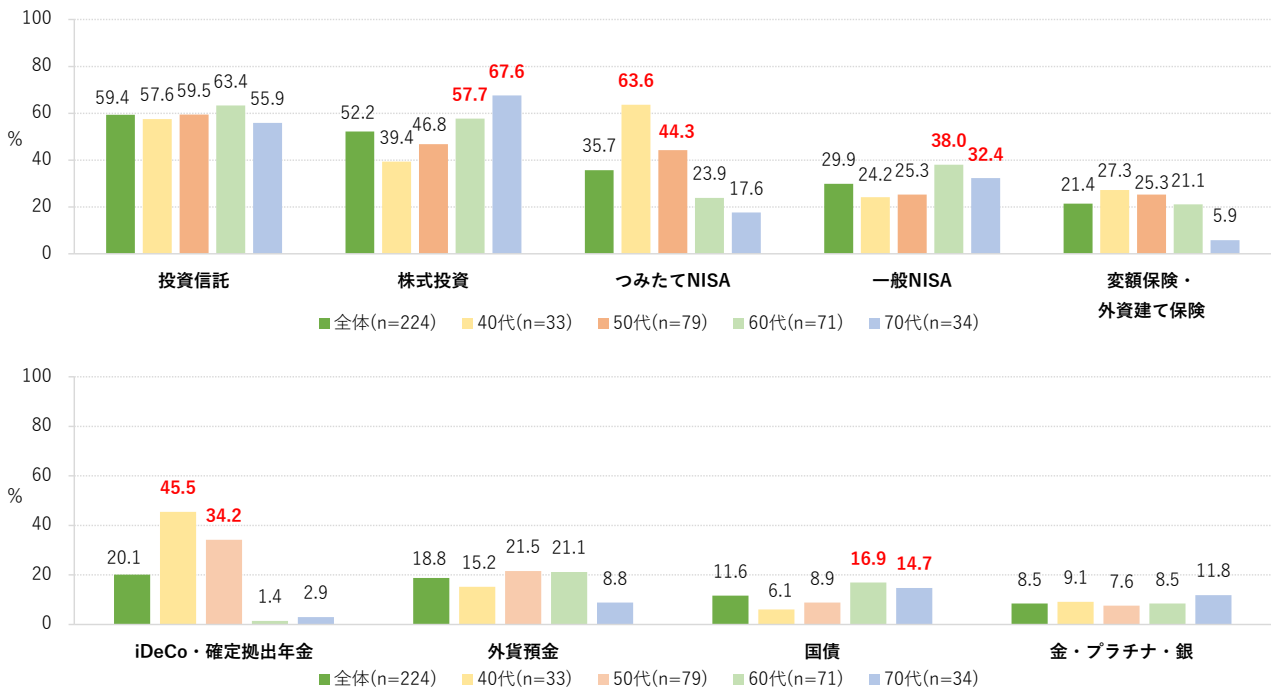
■将来のお金のために現在行っていること（全体、年代別）  
30~79歳女性：687名（複数回答）



	全体 (n=687)	30代 (n=31)	40代 (n=91)	50代 (n=200)	60代 (n=266)	70代 (n=99)
将来のために何かしら行っている割合(%) (注)	89.1%	96.8%	92.3%	92.0%	87.2%	82.8%
行っていること(その他を除く)の種類数平均(個)	2.5	3.4	3.3	3.0	2.1	1.8

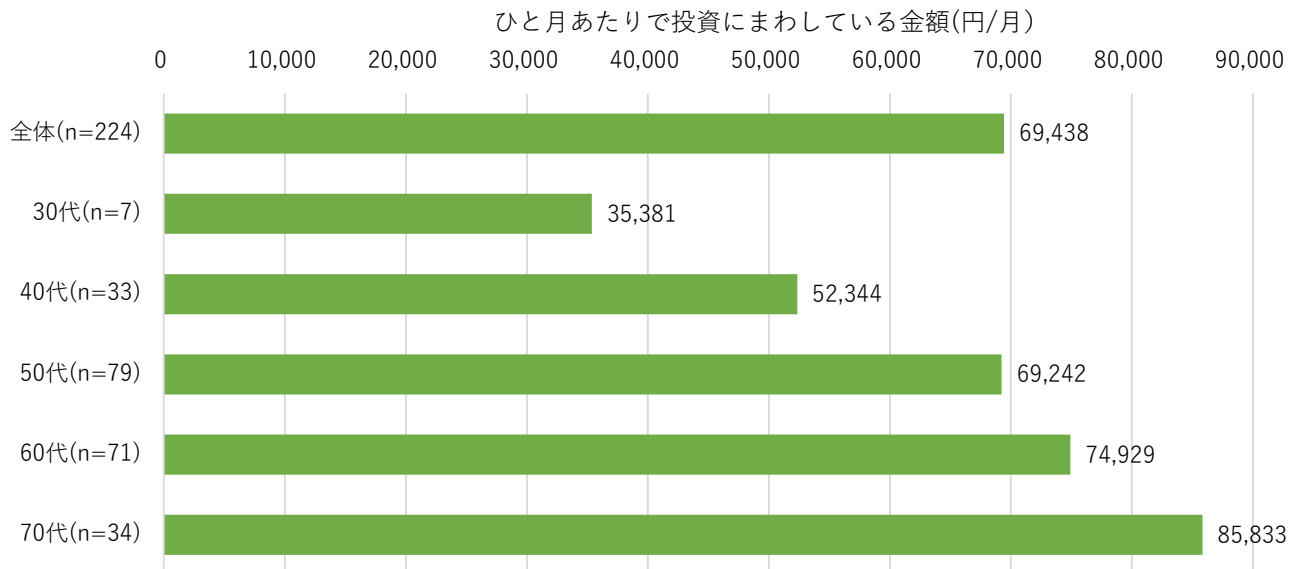
注：「将来のために何かしら行っている割合」は、100%から「やっていることは特にない」を引いた差分である。

■ 現在行っている投資（全体、年代別）  
30～79 歳女性のうち現在投資を実施している人：224 名（複数回答）



注：30代は母数が30未満のため省略する。

■ ひと月あたりで投資にまわしている金額（全体、年代別）  
30～79 歳女性のうち現在投資を実施している人：224 名



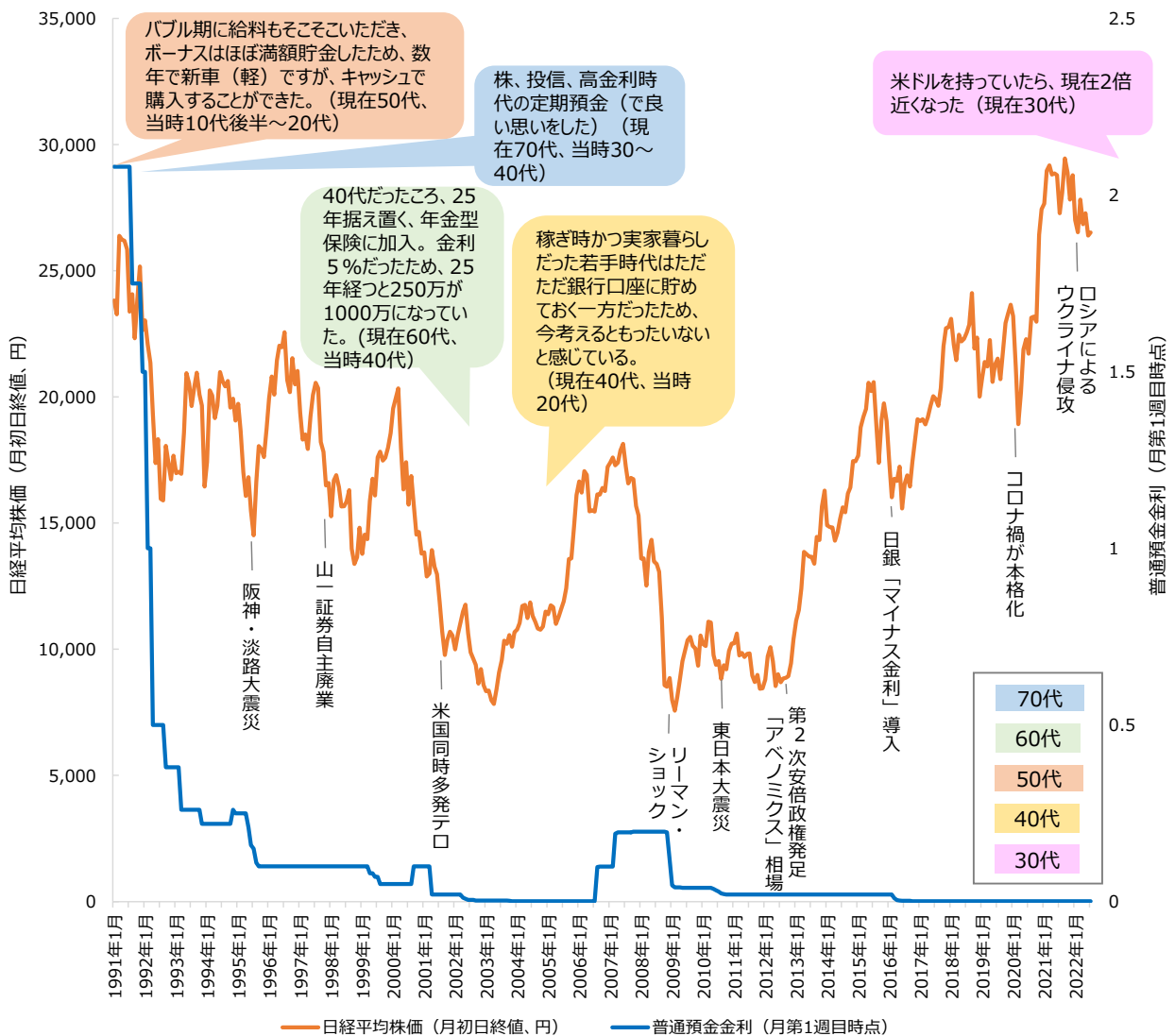
注1：30代は母数が30未満のため参考値である。

注2：投資にまわしている金額には、月々の積立て投資額が含まれる。

**「お金に関する成功、失敗の思い出」から見た、資産運用に対するスタンスの年代差。  
 まだまだ欲がある30代、安定志向の40代、若い頃に失敗経験が多い50代、  
 酸いも甘いも知っている60~70代。**

- ・全回答者に、「お金に関する成功、失敗の思い出」を自由記述で尋ねた。自由記述から抜粋したコメントを、1991年1月から2022年7月にかけての、日経平均（各月初日の終値）と普通預金金利の長期推移に重ねたのが下の図である。この図から、50~70代はバブル景気や高金利の恩恵を受けているのに対し、30~40代は社会に出た時にはすでに超低金利時代だったことがわかる。
- ・「お金に関する成功、失敗の思い出」を見ると、30代で資産運用をしている人は、利益を出したことよりも「もっと儲けられたのに」といった悔しさが見られ、まだまだ欲があることがうかがわれた。40代は大きな利益が出る前に利益を確定する、ネット銀行の金利で満足している等、安定志向の傾向が見られた。50代は、社会人としてバブル景気を経験した最後の世代だが、若くて知識がない頃にリーマン・ショック等で大きな失敗をした人が目立った。60~70代は、バブル景気や高金利による恩恵を享受すると同時に、山一証券の破綻やリーマン・ショックによる損害も経験しており、酸いも甘いも知っている世代であることがうかがわれた。

**■日経平均の長期推移および普通預金金利推移（1991年1月~2022年7月）と  
 「お金に関する成功、失敗の思い出」（年代別、抜粋）  
 30~79歳女性：687名**



注：日経平均株価（各月初日の終値）は、Yahoo!ファイナンスのデータベースを参照。また、普通預金金利（各月第1週目時点）は、日本銀行 時系列統計データ検索サイトを参照。

■「お金に関する成功、または失敗の思い出」（年代別、自由記述より抜粋）

30～79歳女性：687名

成功した思い出

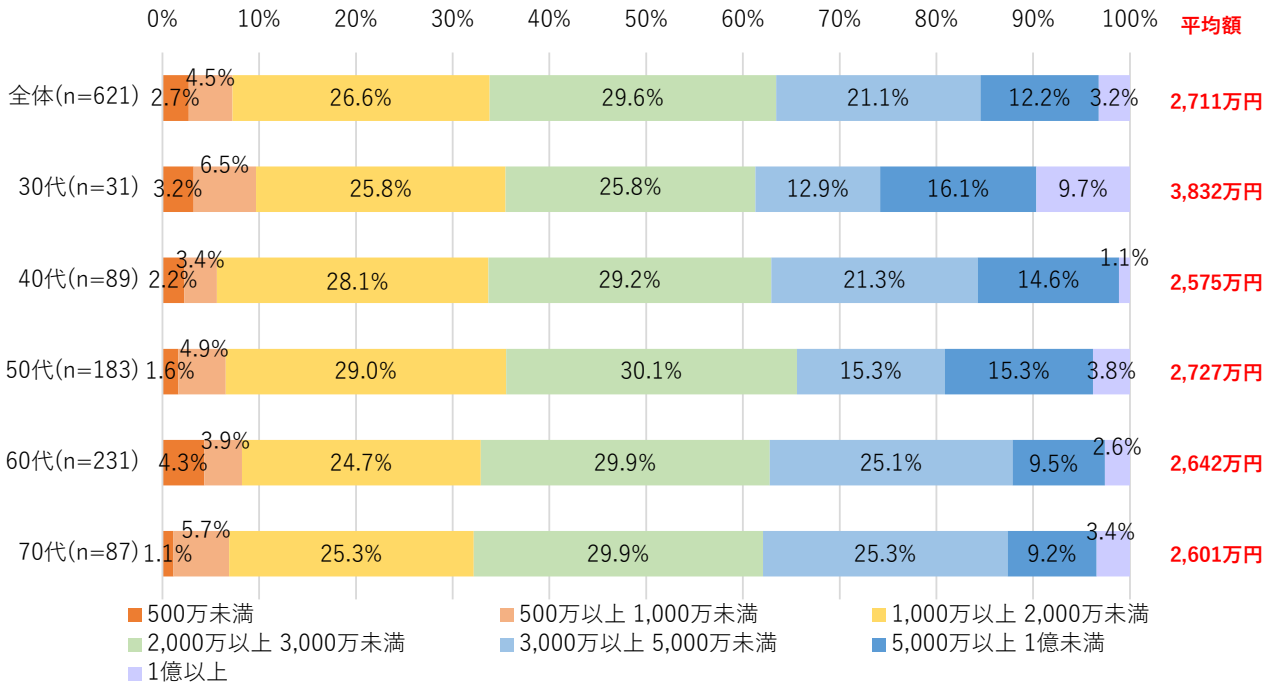
失敗した思い出

年代	回答理由
30代	米ドルを持っていたら、現在2倍近くなった。
30代	円高時に外貨預金をはじめ、預け時の1.5倍程度になったことがある。あの時、換金せず、今も持っていたら…。
40代	ネット銀行に口座開設してからは、金利もよくなり、満足です。
40代	短期の投資信託で合計20万ぐらい利益が出た。複利効果を期待せず、短期で解約した。
50代	バブル期に給料もそこそこいただき、ボーナスはほぼ満額貯金したため、数年で新車（軽）ですが、キャッシュで購入することができた。
50代	30年前、バブルがはじける前は郵便局の定額貯金が金利も良く、その頃の貯蓄の満期が結婚後に次々きて、貯蓄が増えたこと。
60代	バブル期の40代だったころ、25年据え置く、年金型保険に加入。金利5%だったため、25年経つと250万が1000万になっていた。
60代	若い頃、定期預金をしていたのですが、金利が良くて結構貯蓄できました。
70代	株、投信、高金利時代の定期預金（で良い思い出をした）。
70代	バブルの頃、株を勉強してそれなりに利益を得た。
30代	株で利益を出したと思ったらその後もっと株価があがったこと。
30代	保険で、ドルの方がお得だったのでやりはじめたのに、円安の影響で最初と比べてかなり高くなってしまった。
40代	稼ぎ時かつ実家暮らしだった若手時代はただただ銀行口座に貯めておく一方だったため、今考えるともったいないと感じている。
40代	株式で合計40万近く損切した。含み損に耐えきれなかった。
50代	知人に勧められた株が、世界的な株下落で下げまくり損をしたこと。
50代	金融機関から勧められるまま購入した投資商品で失敗しました。時代の流れや社会情勢のタイミングが悪く、増やすつもりが大幅に損を出してしまいました。
60代	銀行で勧められて買った株が、その後すぐのリーマンショックで元本保証の30%を割ってしまったこと。
60代	かけていた保険会社が倒産した。
70代	一流証券会社の破綻で損をした。
70代	株式、投資信託は証券会社の言うがままに買ったりしたが、全部マイナスだった。

## 65歳までに用意しておくべきだと思える金額は、平均で2,711万円。

- ・65歳までに用意しておくべきだと思える金額を聞いたところ、全体の平均額は2,711万円だった。回答を「500万未満」から「1億以上」の7カテゴリーに分類して分布を見ると、最も多いのは「2,000万以上3,000万未満」（29.6%）で、続いて「1,000万以上2,000万未満」（26.6%）だった。
- ・年代別に平均額を見ると、全体平均より高かったのは、30代（3,832万円）と50代（2,727万円）だった。

■65歳までに用意しておくべきだと思える金額（全体、年代別）※無回答（66名）を除く  
30～79歳女性：621名



注1：自由回答（数値）を7カテゴリーに分類してグラフを作成した。

注2：四捨五入しているため、すべての割合の総計が100%にならない場合がある。



## 【専門家の見解】

ハルメク 生きかた上手研究所 所長 梅津 順江（うめづ ゆきえ）

2016年3月から現職。主に年間約900人のシニアを対象にインタビューや取材、ワークショップを実施



### 子世代は投資に興味あれど資金がない。親世代も子世代を憂慮

「一億総活躍社会の実現」「全世代型社会保障の構築」の提唱が、安倍晋三政権時になされ、その方針は菅義偉前首相、岸田文雄首相に引き継がれました。「子育て世帯生活支援特別給付金」の支給、「一億総株主化」貯蓄から投資へ」発言は記憶に新しいです。各専門機関でも、家計資産、少子高齢化、年金制度、シルバー民主主義など、日本経済の世代間格差をテーマに様々な分析や考察が行われています。

共同で実施した「お金に関する意識実態調査」でも、世代間格差が浮き彫りとなりました。要約すると「親世代はお金への満足度が高く、子世代はお金への将来不安が大きい」といった結果です。

投資に関しても年代差が顕著でした。ノーリスク（定期預金）で年率5%増えたバブル期を経験した世代と超低金利時代しか知らない世代とでは投資への態度や感覚が違って当然です。しかし驚いたのは、投資の金額差です。年代が上がるほど投資額が高いであろうとは予測していましたが、投資にまわしている金額が70代は30代の約2.4倍（70代は86,000円/月、30代は35,000円/月）に及びます。子世代は「貯金や投資に回せる余裕がない（39歳）」、親世代は「まだ家にいる子どもの将来が心配（63歳）」「増やした分は子供や孫への援助に使う（74歳）」とコメントしています。「子世代は資産運用に興味はあっても資金がない、親世代も子世代の将来を心配している」というのが実情です。深刻化する世代間の問題を国や行政に任せきりにせず、企業や個人も真剣に向き合うタイミングが来たということなのかもしれません。

## 株式会社キャリア・맘 代表取締役 堤 香苗（つつみ かなえ）

学生時代からフリーアナウンサーとして活動し、2000年8月に結婚や出産に関わらず、仕事と家庭のどちらも大切に自分らしく働きたい女性たちに働く機会を提供することを志し、株式会社キャリア・맘を設立。内閣府「女性のチャレンジ支援賞」ほか、受賞歴多数。



### 年金だけでは生活が厳しくなる将来に向けて、どのように投資していくか

お金に対する考え方が、好景気を実感した50代を境に変わっていますね。40代以下は投資の手法なども色々実践していて「収入を増やす」事を考えています。70代以上の年金世代とは当事者になった時の支給額や資金的余裕も異なるので、これからの「副業支援」する国の働き方改革にも影響してくるのではないのでしょうか。つまり、【年金だけでは、生活厳しいですよ】というメッセージです。だからこそ、【時間を作ってスキルアップ】【60歳から始める創業】【パートと兼業での在宅ワーク】など、新しい働き方に続々と新規のプレイヤー、特に、女性たちが参入しているのだと思います。

株などの長期的運用は、時間と手元資金に余裕がないと難しいので当然シニア世代が中心。給料から天引きなど毎月コツコツ型の運用は、若い世代を中心に取られています。ここまで超低金利が続いてくると預金の利子をあてにせず、「お金に働いてもらう」という考え方に変化しているようですね。

前回リリースした「働き方」の調査でも、50代のバブル世代以上は、「働き甲斐」を求めています。就職氷河期世代だった40代以下になると、いつも自分の収入に不安があって「働かされている」感覚がある。この感覚が就業している状況に満足感が得づらい一つの原因かもしれません。

まずは今月の1万円収入増加の為に、個人開業、パソコンワーク、CtoC向けプラットフォーム活用など、体力勝負以外の働き方を「子育て、介護と両立」しながら始めよう、という女性たちの稼いだお金が今後どのように投資に向けられていくのか、非常に興味深いですね。

## ■女性誌部数 No.1！ 50代からの生きかた・暮らしかた応援雑誌「ハルメク」

50代からの女性が前向きに明るく生きるための価値ある情報をお届けしています。健康、料理、おしゃれ、お金、著名人のインタビューなど、幅広い情報が満載です。また、雑誌「ハルメク」の定期購読者には、本誌とともに提供するカタログと、オンラインでの通信販売を行っています。販売している商材は、ファッション・インナー・コスメ・美容・健康など多岐にわたり、独自のシンクタンクである「ハルメク 生きかた上手研究所」を通じて利用者の声を徹底的に調査、反映した商品開発で、多くの女性から支持を得ています。

## ■ハルメク 生きかた上手研究所のシニアリサーチデータは、「[ハルメク シニアマーケティング LAB](#)」で掲載しています。

「ハルメク シニアマーケティング LAB」は、ハルメク世代（シニア）を顧客とする企業にとって有益な情報をお届けしている情報サイトです。ハルメクグループが提供する定期購読誌や通販等を通じて得たマーケティングデータや記事、シンクタンク「ハルメク 生きかた上手研究所」の調査レポートなど豊富な情報が満載です。

## ■「また働きたい」という女性の希望を多様な働き方でかなえる「キャリア・맘」

在宅ワークや起業など自分らしい働き方を希望する女性向けのコミュニティサイトを運営 (<http://www.c-mam.co.jp/>)。会員数は現在 11 万人。育児や介護といったライフステージの変化に関わらず、キャリアを継続できるよう時間や場所に柔軟な働き方を推進しています。大量のタスク業務（入力やコール等）の代行を行う BPO 事業や、ライティングやデザインといったクリエイティブ業務などで、女性たちの活躍する機会を創出。現在では自治体や官公庁より在宅ワーク就業支援や教育訓練に関する事業や創業支援事業などを受託運営し、多くの女性たちの再就業を支援しています。

### 【お問い合わせ先】

株式会社ハルメクホールディングス 広報室 入山・原  
TEL：03-6272-8222 / E-MAIL：pr@halmek.co.jp  
株式会社キャリア・맘 企画総務グループ 村田  
TEL：042-389-0220 / E-MAIL：pr@c-mam.co.jp