

60代の実像：満足度-70代に向けての苦悩

「60代6000人の声」アンケート調査2025より

合同会社フィンウェル研究所

代表 野尻哲史

2025年3月6日

アンケート調査概要とレポートの特徴

4回目の「60代6000人の声」アンケート調査。回答者は6461人の都市居住者(人口30万人以上の都道府県庁所在の34都市)。継続している移住、満足度の他に、取り崩しの実施状況、70代以上の生活イメージ、賃貸か持ち家かなどを調査。

2025年「60代6000人の声」アンケート調査概要	
調査実施時期	2024年1月28日～2月3日
調査対象	60-69歳6461人(男性4915人、女性1546人)
居住地	3大都市圏2127人、100万人以上都市2159人、30万人以上都市2175人
家族構成	配偶者有り70.2%、同居の子ども有り28.6%、同居の親有り10.4%
持ち家	現在持ち家でそのまま住み続ける69.3%、現在賃貸でそのまま住み続ける22.2%
移住	過去10年以内に移住534人(3大都市から76人、それ以外の都市から458人)
移住の評価	移住して良かった78.1%、思ったほど良くなかった21.9%
世帯資産	資産非保有世帯比率25.0%、資産保有世帯の平均3456.2万円、同中央値1501-2000万円
世帯年収	平均532.4万円 (200万円以下20.0%、201-400万円26.9%、401-600万円20.8%、601万円以上32.3%)
生活全般に対する満足度(満足5点-不満足1点)	平均3.24点(健康状態3.29点、仕事・やりがい3.18点、人間関係3.50点、資産水準2.78点)
新NISA利用状況	活用している25.1%、新NISAになって使わなくなった9.5%、使うつもりはない55.1%
金融資産の取り崩し状況	取り崩していない65.3%、取り崩し始めている34.7%
70代以降の生活イメージ	今と変わらない41.6%、今より良くなっている5.6%、今より厳しくなっている52.8%

3大都市は東京・大阪・名古屋、100万人以上都市は札幌、仙台、さいたま、横浜、京都、神戸、広島、福岡、30-100万未満都市は秋田、宇都宮、前橋、千葉、新潟、富山、金沢、長野、岐阜、静岡、大津、奈良、和歌山、岡山、高松、松山、高知、長崎、熊本、大分、宮崎、鹿児島、那覇。

過去の「60代6000人の声」アンケートの概要

	2024年	2023年	2022年
実施時期	2月2日～2月6日	2月6日～2月8日	1月31日～2月3日
調査対象	60-69歳6506人	60-69歳6503人	60-69歳6486人
居住地	3大都市圏2144人、100万人以上都市2181人、30万人以上都市2181人	3大都市圏2149人、100万人以上都市2174人、30万人以上都市2180人	3大都市圏2131人、100万人以上都市2175人、30万人以上都市2180人
家族構成	配偶者有り71.8%、同居の子ども有り29.9%、同居の親有り10.2%	配偶者有り72.7%、同居の子ども有り29.7%、同居の親有り10.9%	配偶者有り70.1%、同居の子ども有り27.2%、同居の親有り7.0%
移住	過去10年以内に移住431人	過去10年以内に移住435人	過去10年以内に移住440人
移住の評価	良かった74.9%、良くなかった25.1%	移住して良かった72.6%、思ったほど良くなかった27.4%	75.9%、24.1%
世帯資産	非保有世帯比率20.3%、平均3119.8万円、中央値1500-2000万円	非保有世帯比率23.3%、平均2987.8万円、中央値1500-2000万円	非保有世帯比率16.8%、平均3238.6万円、中央値1501-2000万円
世帯年収	平均551.0万円 (公的年金も年収に加える)	平均552.9万円 (公的年金も年収に加える)	平均585.89万円 (無職者は退職直前年収を採用)
満足度	生活全般3.24点、資産水準2.81点	生活全般3.08点、金融資産2.69点	生活全般3.17点、金融資産2.80点
特別テーマ	新NISA利用状況 ：開設済み29.9%、開設予定16.0%、開設しない54.2% 金融資産の取り崩し ：取り崩していない66.7%、取り崩し始めている33.2% 70代以降のイメージ ：変わらない41.9%、良くなっている5.6%、厳しくなっている52.4%	金融リテラシー ：平均46.9点(5問の金融リテラシー・クイズの正答数を点数化) 金融詐欺被害率 ：60代で被害1.5%、60代前に被害5.3%、被害にあわず93.2% 2000万円問題 ：内容を理解58.3%、言葉は知っている34.8%、聞いたことがない7.0%	特別テーマを含めず

3大都市は東京・大阪・名古屋、100万人以上都市は札幌、仙台、さいたま、横浜、京都、神戸、広島、福岡、30-100万未満都市は秋田、宇都宮、前橋、千葉、新潟、富山、金沢、長野、岐阜、静岡、大津、奈良、和歌山、岡山、高松、松山、高知、長崎、熊本、大分、宮崎、鹿児島、那覇。金融リテラシークイズは、金融広報中央委員会の金融リテラシー調査の設問と同様の内容。

60代6000人の声：わかったこと(1)

□ アンケート回答者の属性

- 60代の節目はやはり65歳。勤労収入から年金収入に変わる時期(P7、P8)。
- 201-400万円が年収、年間生活費ともに最多帯。ただ年収401万円以上の層は、生活費401万円以上層より多く、全体としては「年収>生活費」の傾向(P9)。68%が年金を最も頼りになる収入、47%が食費が最もかかる費用と考えている(P10)。
- 資産額では500万円未満層(資産無しを含む)と2001-5000万円層で二極化(P9)。それでも7割弱が現有資産で生活をなんとかカバーできると判断(P10)。資産延命策は勤労、生活費抑制、資産運用の順(P12)。
- 7割が有配偶、3割が子どもと同居、1割が親と同居(P13)。8割弱が持ち家(P14)。

□ 生活の満足度

- 資産水準の満足度は低いが、健康状態、仕事・やりがい、人間関係が高めで生活全般は「どちらかといえば満足」している状態(P16)。年齢が高まるほど満足度は高めに(P17)。
- 資産額が少ないほど資産満足度は低下(P18)。しかし同じ資産額なら年齢が高い方が資産満足度は高め(P19)。

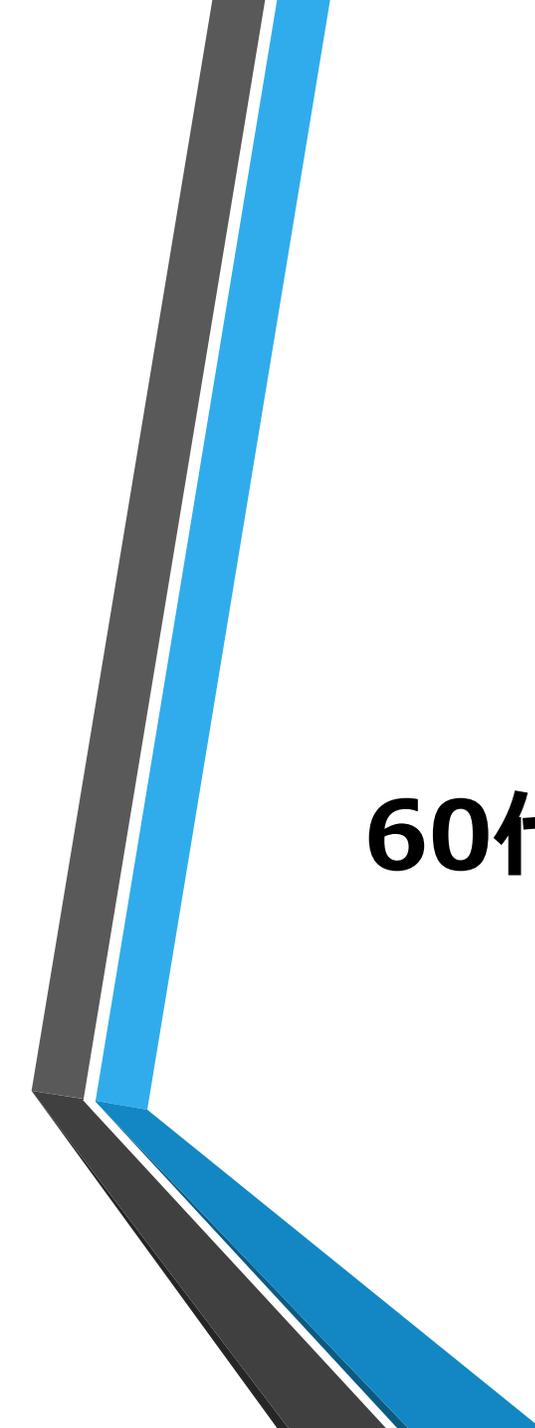
60代6000人の声：わかったこと(2)

□ 70代に向けて

- 60代前半の方が70代以降の生活を厳しいと懸念(P21)。健康と資産が懸念の背景(P22)、そのため食生活に気を遣う(P23)。43%が80代以降よりも70代の生活に優先的に資産を使うつもり(P24)。

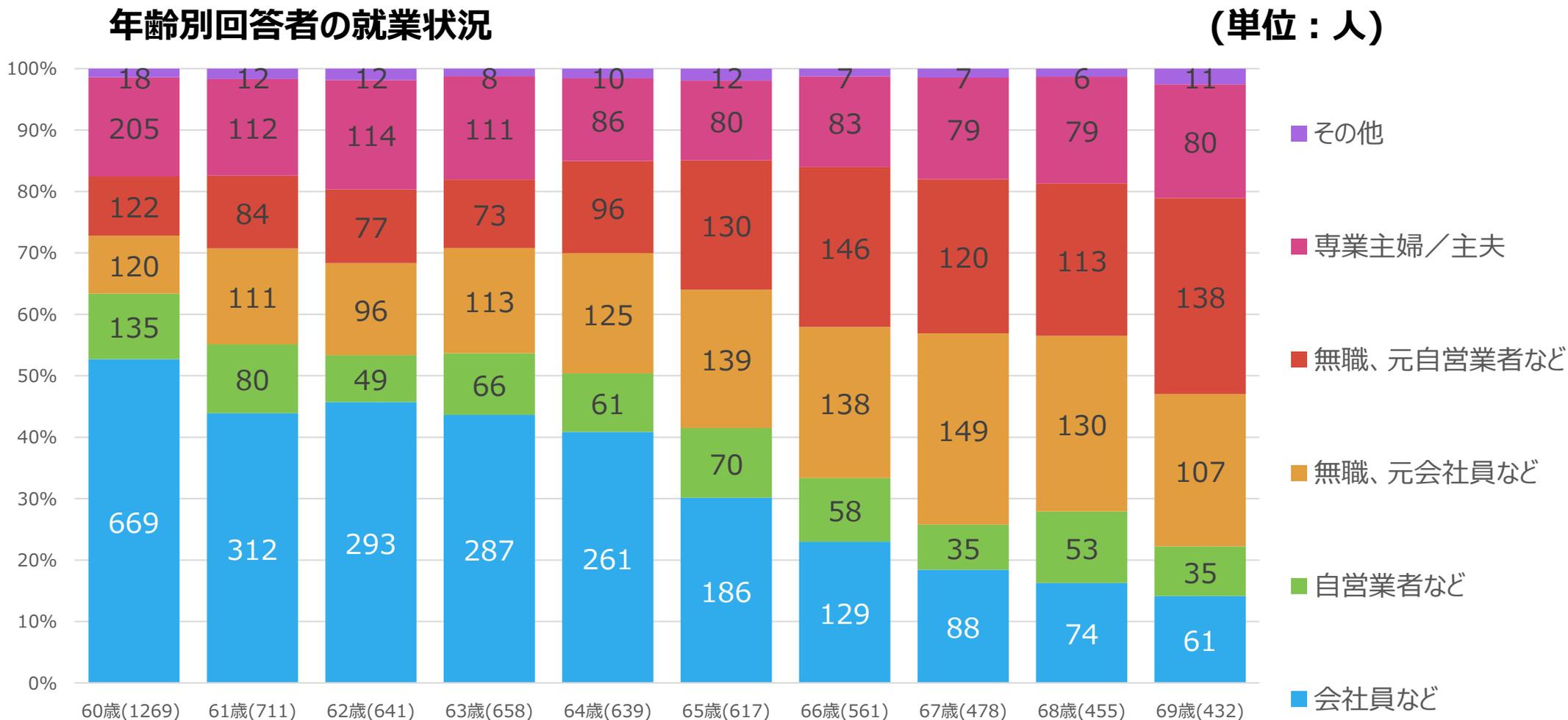
□ 地方都市移住

- 東京・大阪・名古屋に住む60代の16%が移住を考えたことがある(P27)。
- 実際、地方都市に移住した人の4分の3が、よかったと評価。その評価ポイントは生活費削減。よくなかったと評価した人も理由は生活費の削減が最大のポイント(P28)。
- 移住先候補として、その都市の住民の生活全般の満足度と退職後の生活場所としての推奨度の2つのデータから、札幌市、仙台市、横浜市、静岡市、神戸市、高松市が上位(P29、P30)に。



60代6000人の声 2025 : 回答者の属性

65歳で就業者が5割を下回る



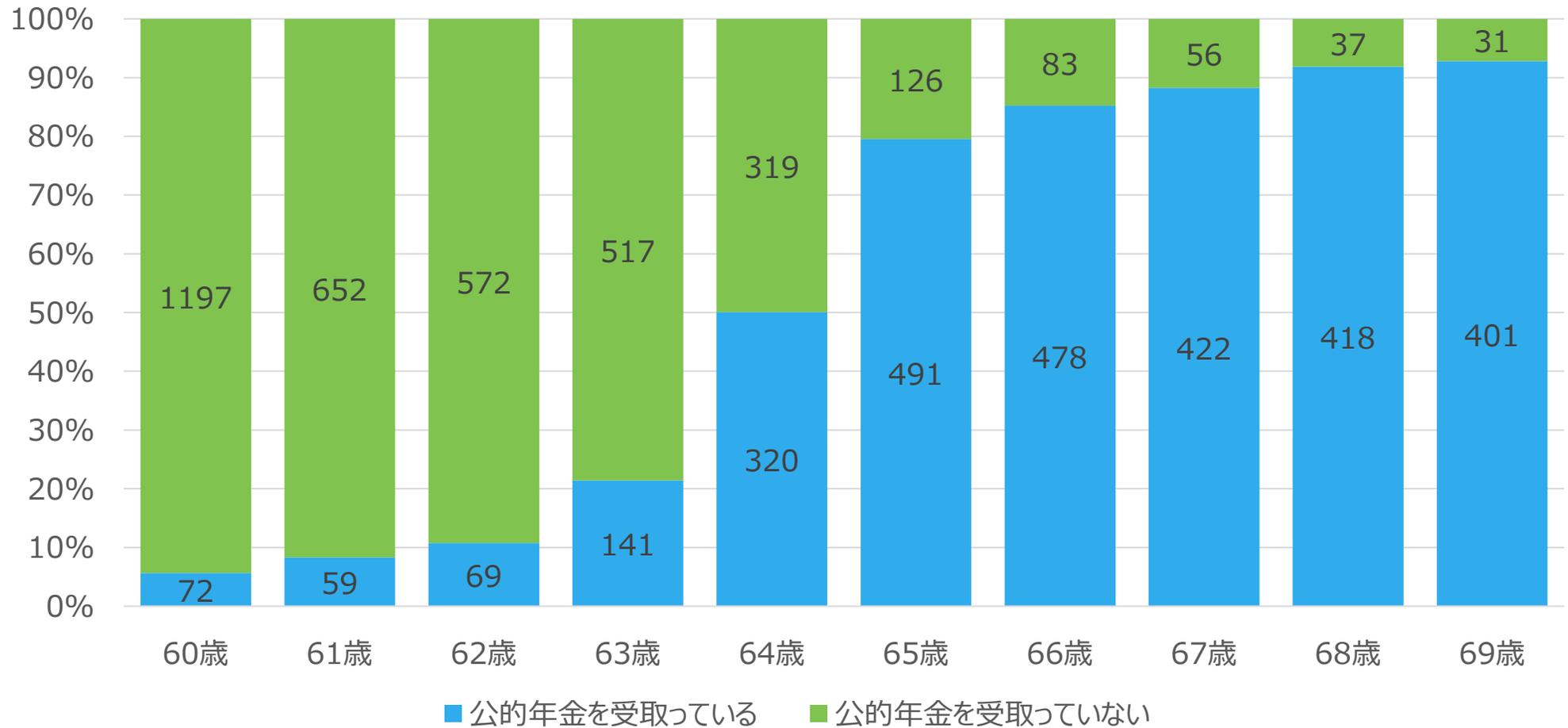
現役、会社員等とは「現在、会社役員、会社員・公務員・団体職員などの勤め人」、現役、自営業等とは「現在、自営業、自由業、個人事業主など」、無職、元会社員等とは「現在、無職または定年退職後に嘱託・契約社員、パート・アルバイトなど（定年退職前は会社役員、会社員などの勤め人）」、無職、元自営業者等とは「現在、無職または現役引退後に嘱託・契約社員、パート・アルバイトなど(定年退職前は自営業、自由業、個人事業主など)」、専業主婦・夫は、「専業主婦/主夫(パート・アルバイトなどを含む)」

(出所) 「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

特別支給で64歳から年金受給

年齢別公的年金受給者の比率

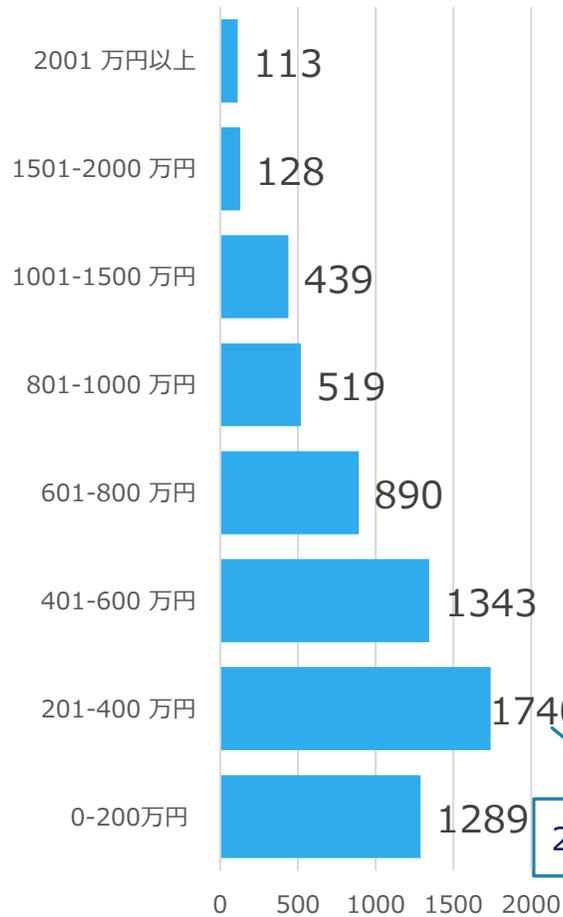
(単位：%)



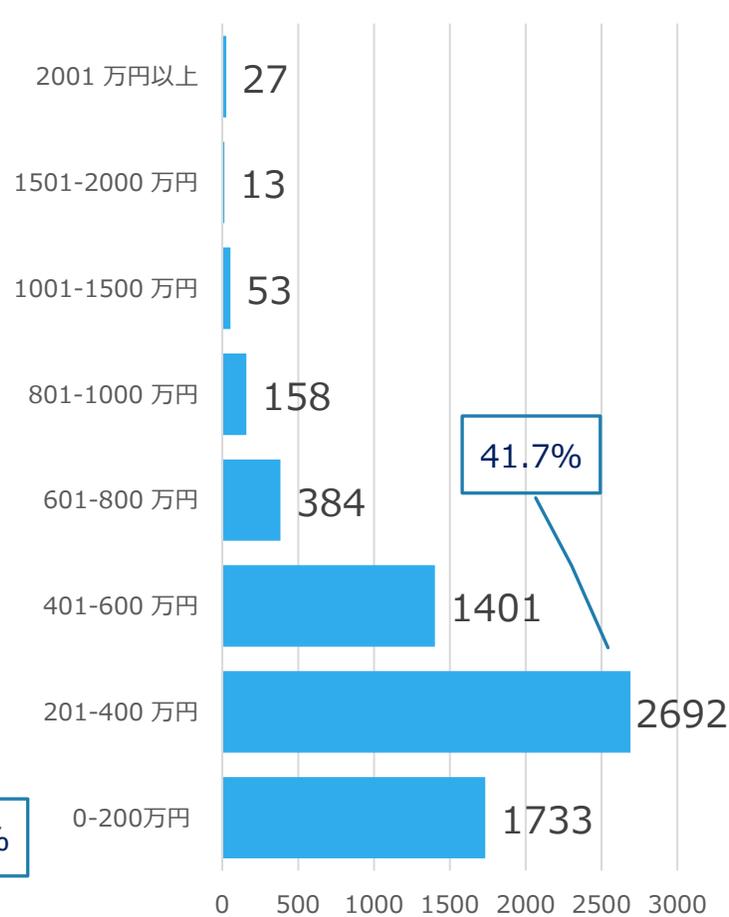
(出所) 「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

年収、生活費、資産の特徴

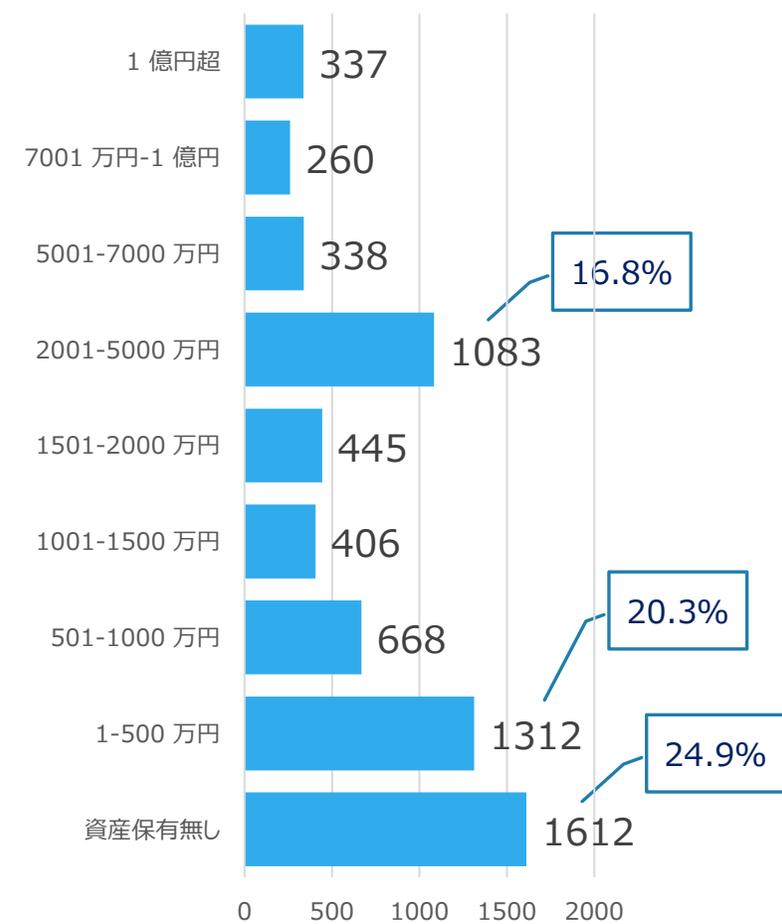
世帯年収別の回答者数分布



世帯生活費別の回答者数分布



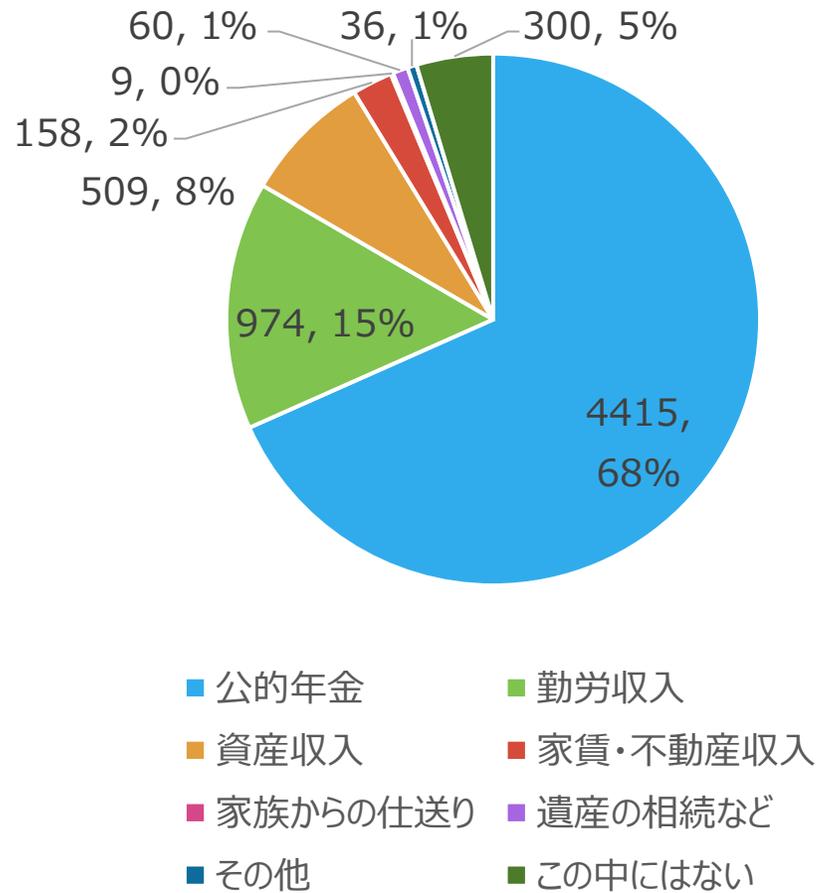
世帯保有資産別の回答者数分布



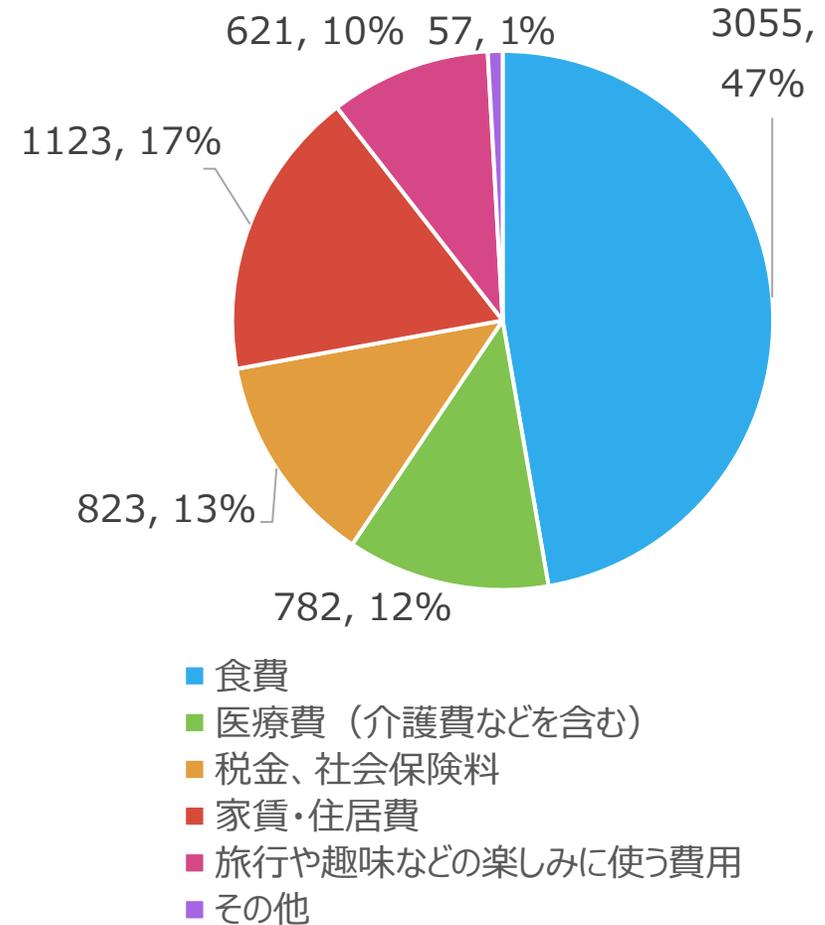
(出所) 「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

頼りになる収入、最大支出

定年退職後に最も頼りになる収入(単位：人)



定年退職後に最もかかる費用(単位：人)

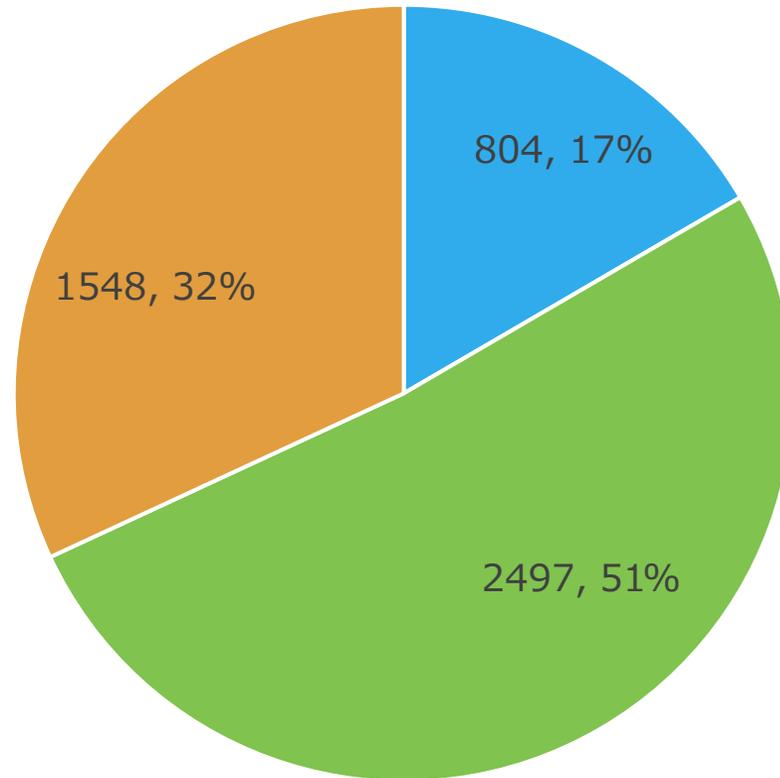


(注)回答者総数はいずれも6461名 (出所)「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

7割が資産は足りると思う

現有資産で生活はカバーできると思うか

(単位：人、%)

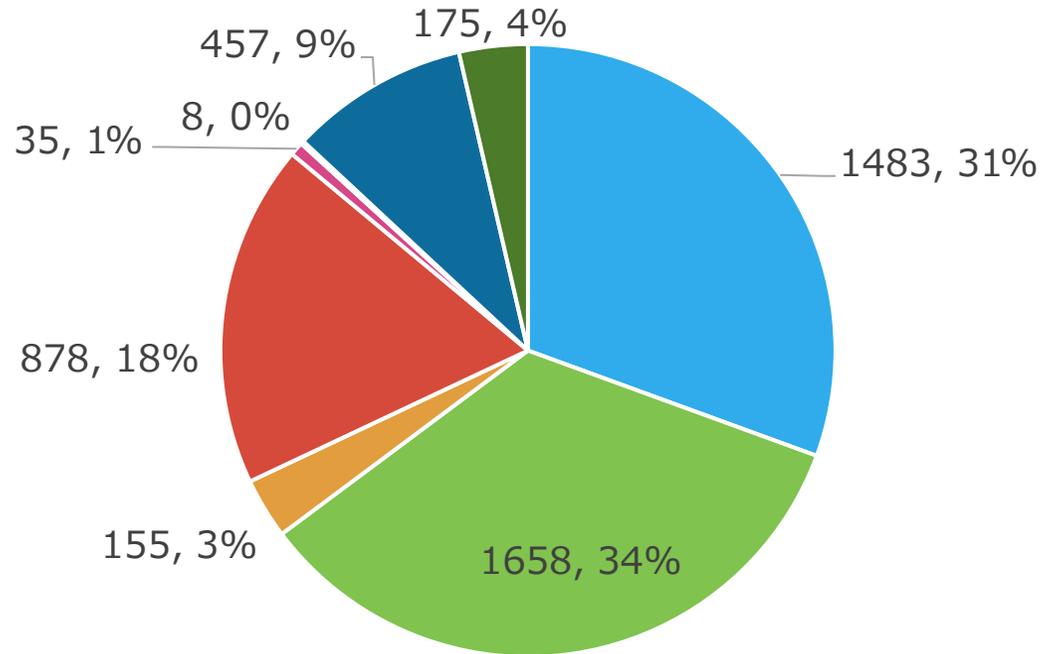


■ 十分できると思う ■ なんとかギリギリ足りると思う ■ 全く足りないと思う

(注)回答者総数は資産を保有していると回答した4849名 (出所)「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

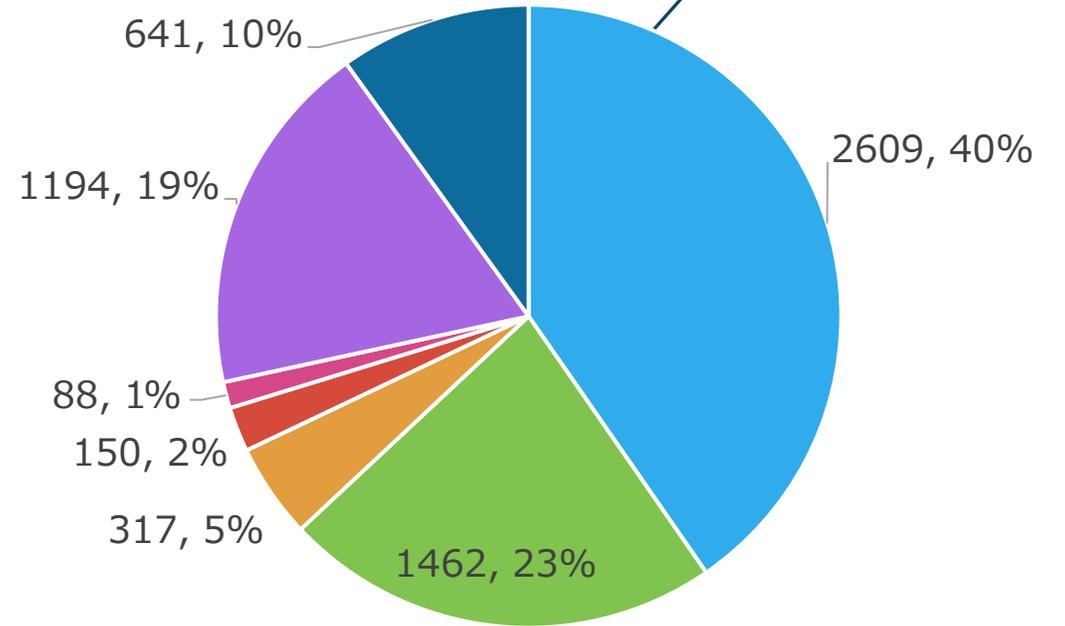
食費を切り詰めて資産を延命？

保有資産の延命策



- 生活費を切り詰めて支出を抑える
- 少しでも長く働いて収入を得る
- 少しでも金利の高い金融機関に預け替える
- 持っている資産を株・債券・投資信託などで運用することを考える
- 遺産などを当てにする
- その他
- 金融資産の延命策は特に考えていない
- この中にはない

生活費削減策



- 食費を切り詰める
- 健康増進を図って将来の医療費を抑える
- 家の住み替え等住居費のダウンサイジングを図る
- 生活費の安い地方都市などに移住する
- その他
- 生活費削減に貢献する施策はない
- この中にはない

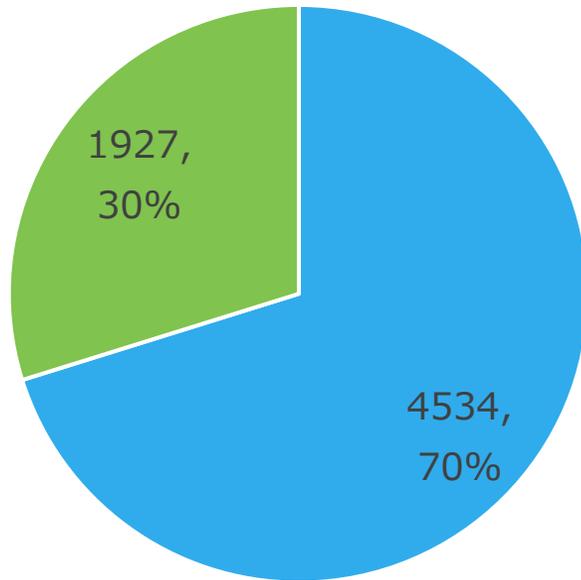
生活費を切り詰めると回答した
1483人のうち、65.1%

(注)回答者総数は保有資産の延命策は資産保有者を対象として4849名、生活費削減施策はアンケート回答者全員6461名
(出所)「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

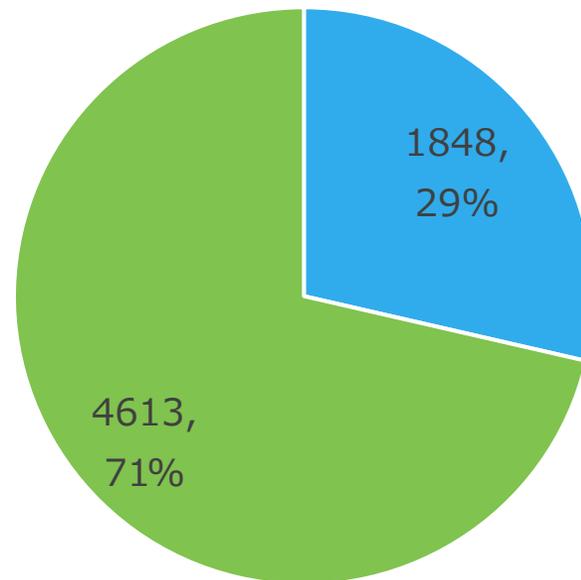
配偶者7割、子ども3割、親1割

家族構成

配偶者の有無

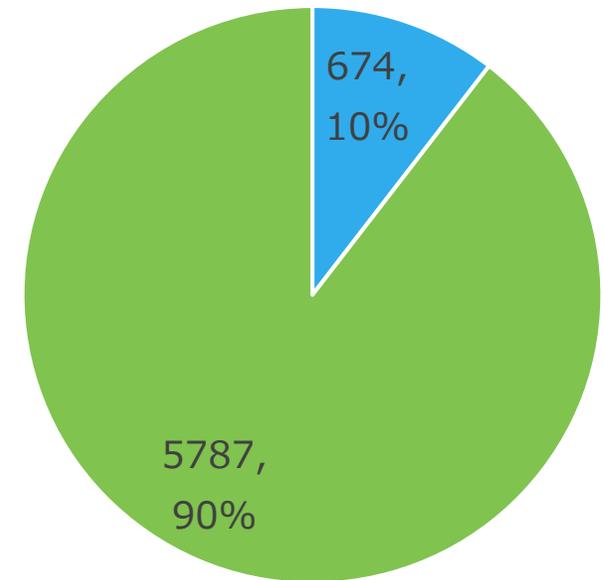


同居の子どもの有無



(単位：人、%)

同居の親の有無



■ 配偶者あり ■ 配偶者なし

■ 同居の子どもあり ■ 同居の子どもなし

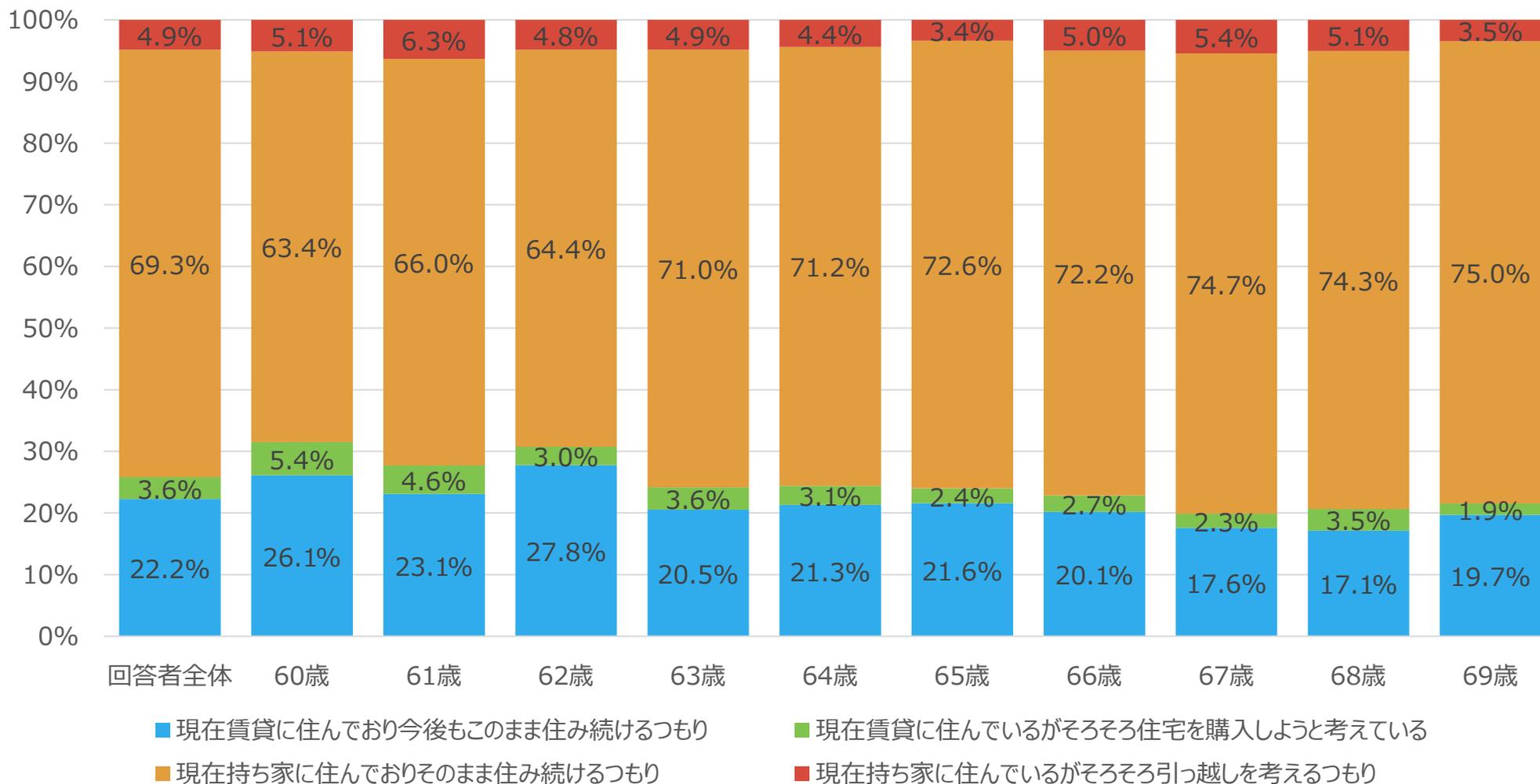
■ 同居の親あり ■ 同居の親なし

(出所) 「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

8割弱が持ち家

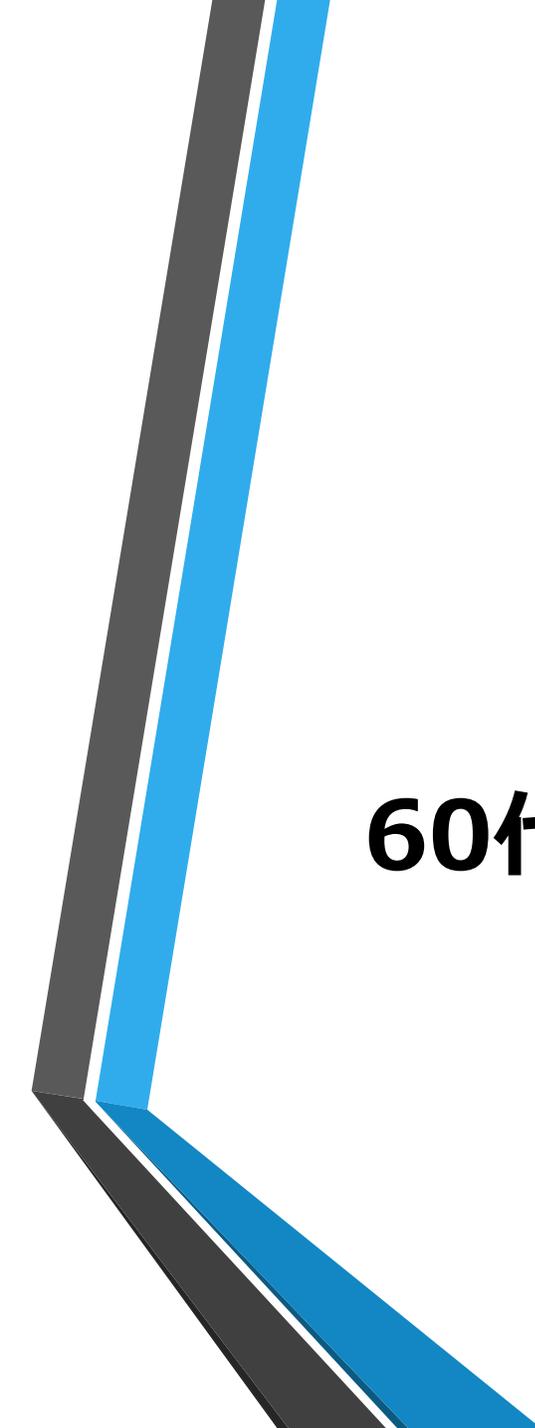
年齢別持ち家比率

(単位：%)



(出所) 「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

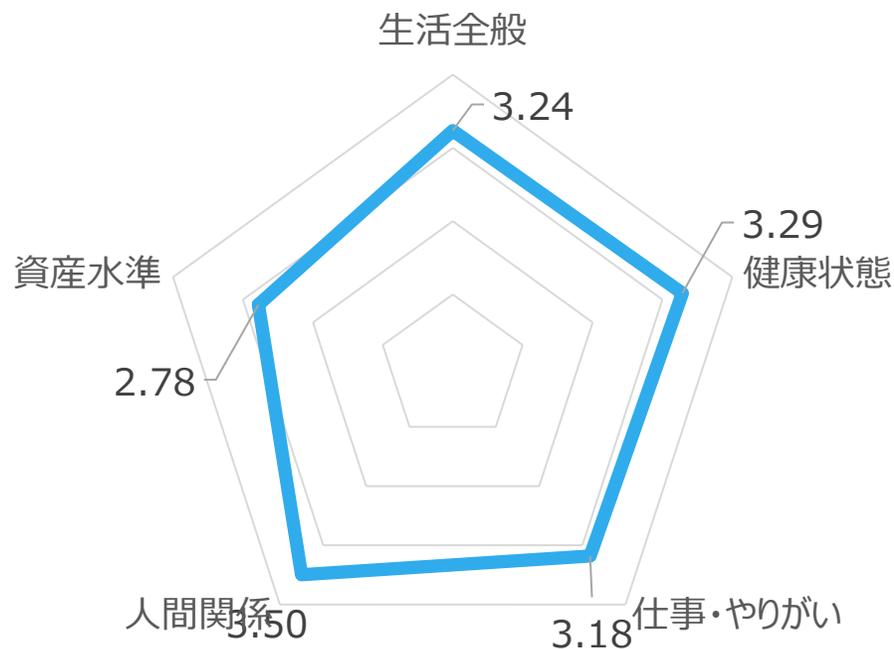
@2025 FinWell Research LLC All rights reserved



60代6000人の声 2025 : 生活の満足度

資産水準の満足度だけ低い

5つの満足度の平均(6461人) (単位: 点)



調査年ごとの満足度の推移 (単位: 点)

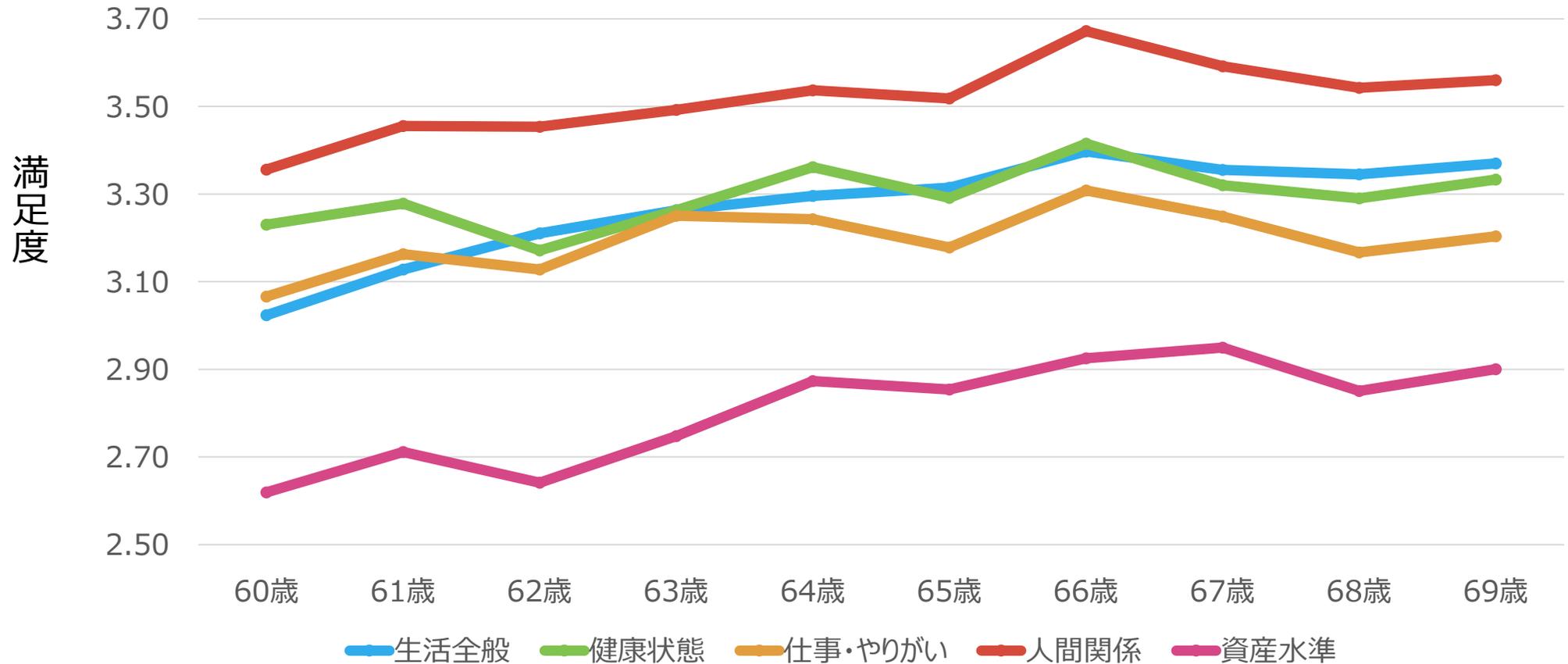
	2025	2024	2023	2022
生活全般	3.24	3.24	3.08	3.17
健康状態	3.29	3.29	3.29	3.30
仕事・やりがい	3.18	3.17	3.15	3.20
人間関係	3.50	3.49	3.50	3.51
資産水準	2.78	2.81	2.69	2.80

(注) 満足度は、5段階評価で、「満足できる」(5点)、「どちらかといえば満足できる」(4点)、「どちらともいえない」(3点)、「どちらかといえば満足できない」(2点)、「満足できない」(1点)の平均。(出所)「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2022年から2025年

低水準の資産水準満足度

年齢別満足度の推移

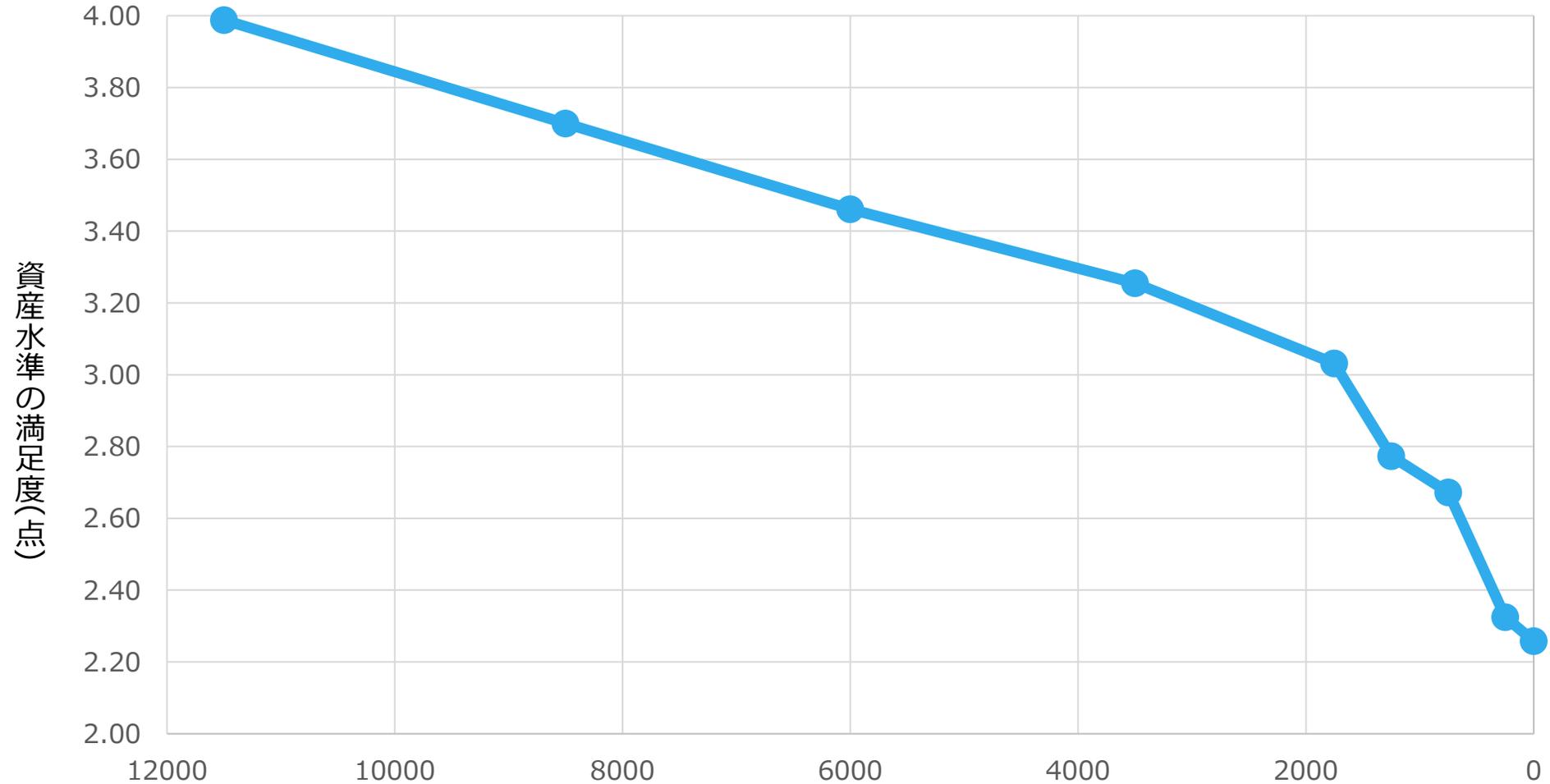
(単位：点)



(注) 満足度は、5段階評価で、「満足できる」(5点)、「どちらかといえば満足できる」(4点)、「どちらともいえない」(3点)、「どちらかといえば満足できない」(2点)、「満足できない」(1点)の平均。(出所)「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

資産が減れば満足度は下がる

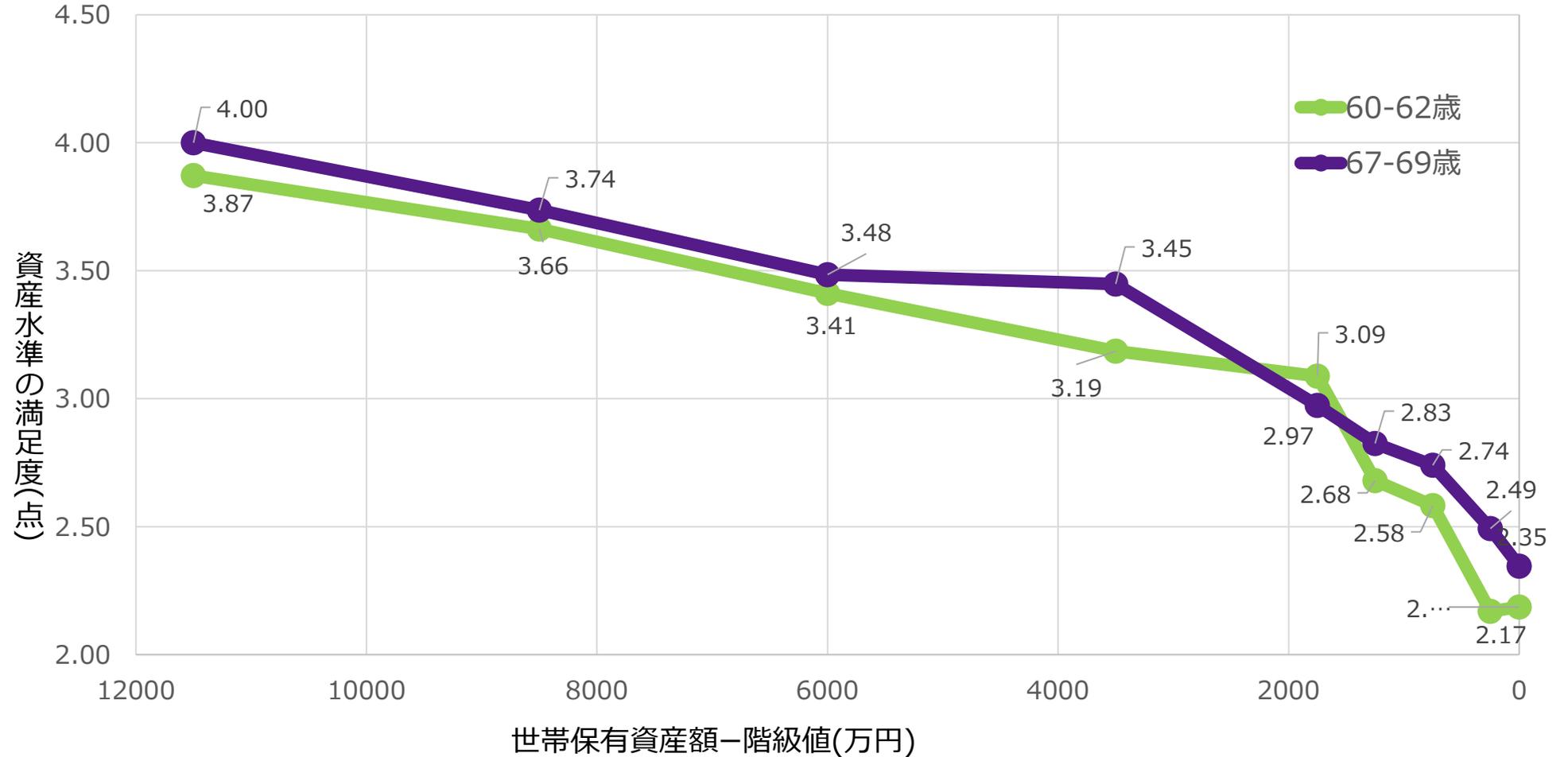
世帯保有資産とその資産の満足度の関係



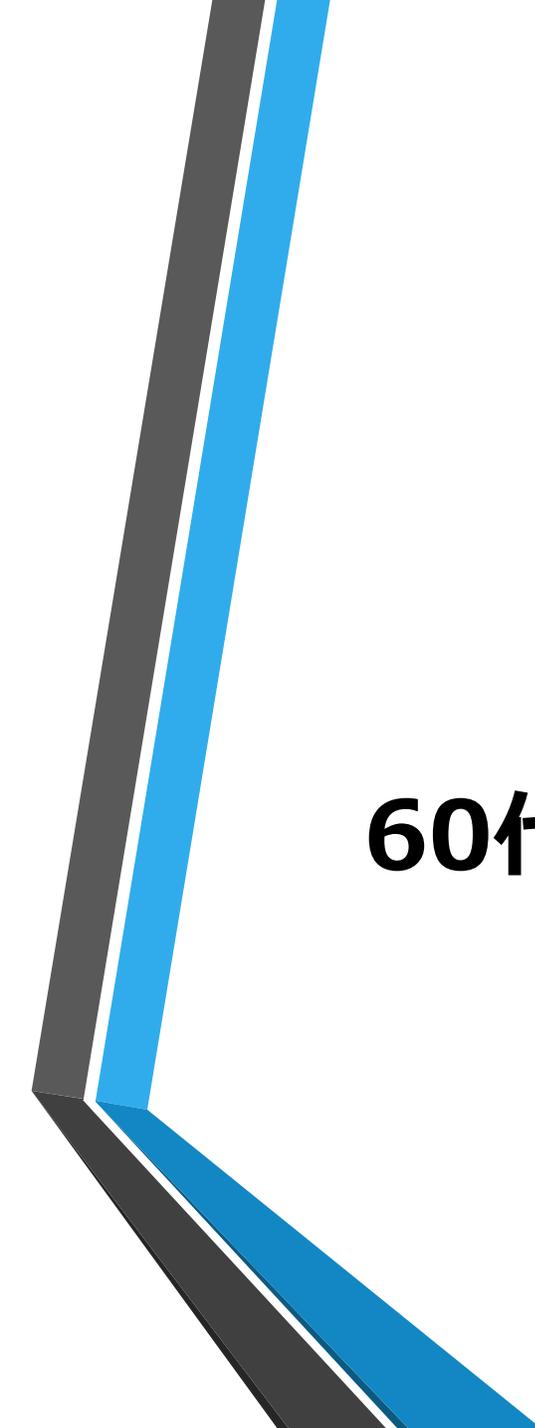
注) 各満足度を「満足できる」から「満足できない」まで5段階評価を行い、世帯保有資産額別に平均値を算出。
出所) 「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

資産が減れば満足度は下がる

世帯保有資産とその資産の満足度の関係(60-62歳と67-69歳の比較)



注) 各満足度を「満足できる」から「満足できない」まで5段階評価を行い、世帯保有資産額別に平均値を算出。
出所) 「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

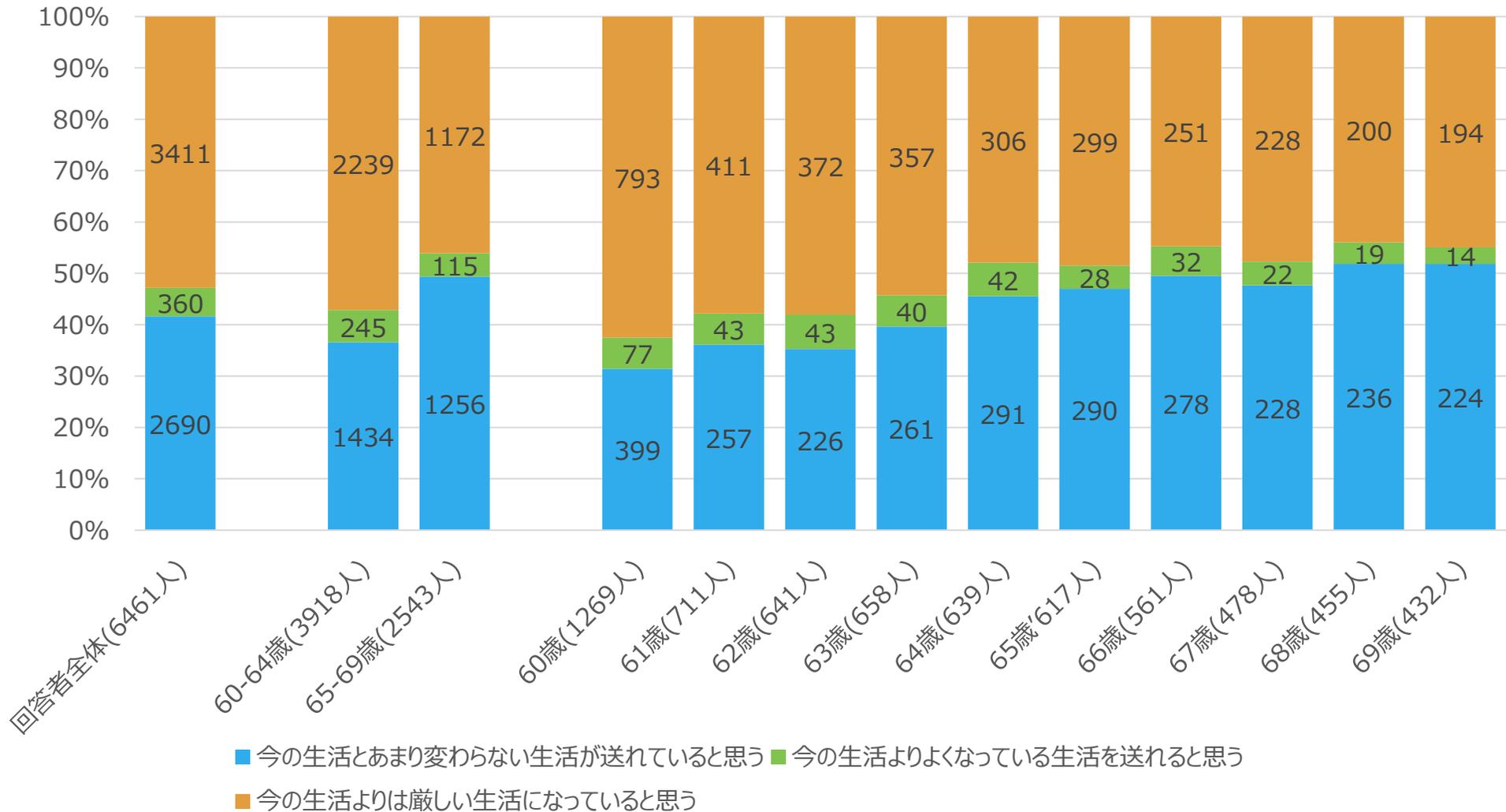


60代6000人の声 2025 : 70代に向けて

世代前半ほど将来不安が大

70歳以降の生活のイメージ

(単位：人)



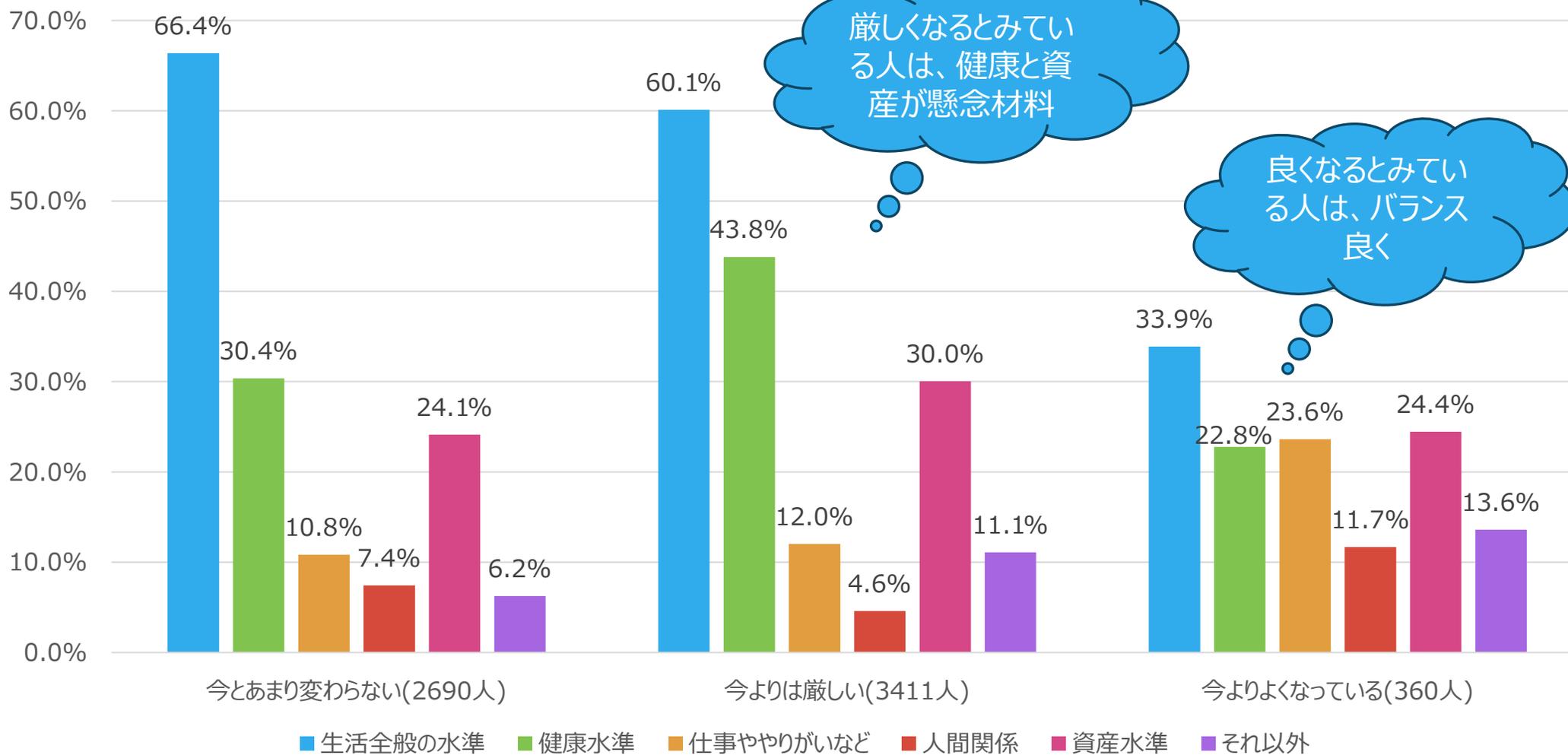
(出所) 「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

@2025 FinWell Research LLC All rights reserved

健康と資産水準で悪化を懸念

70代の生活イメージの理由として挙げられるものは？

(単位：%)

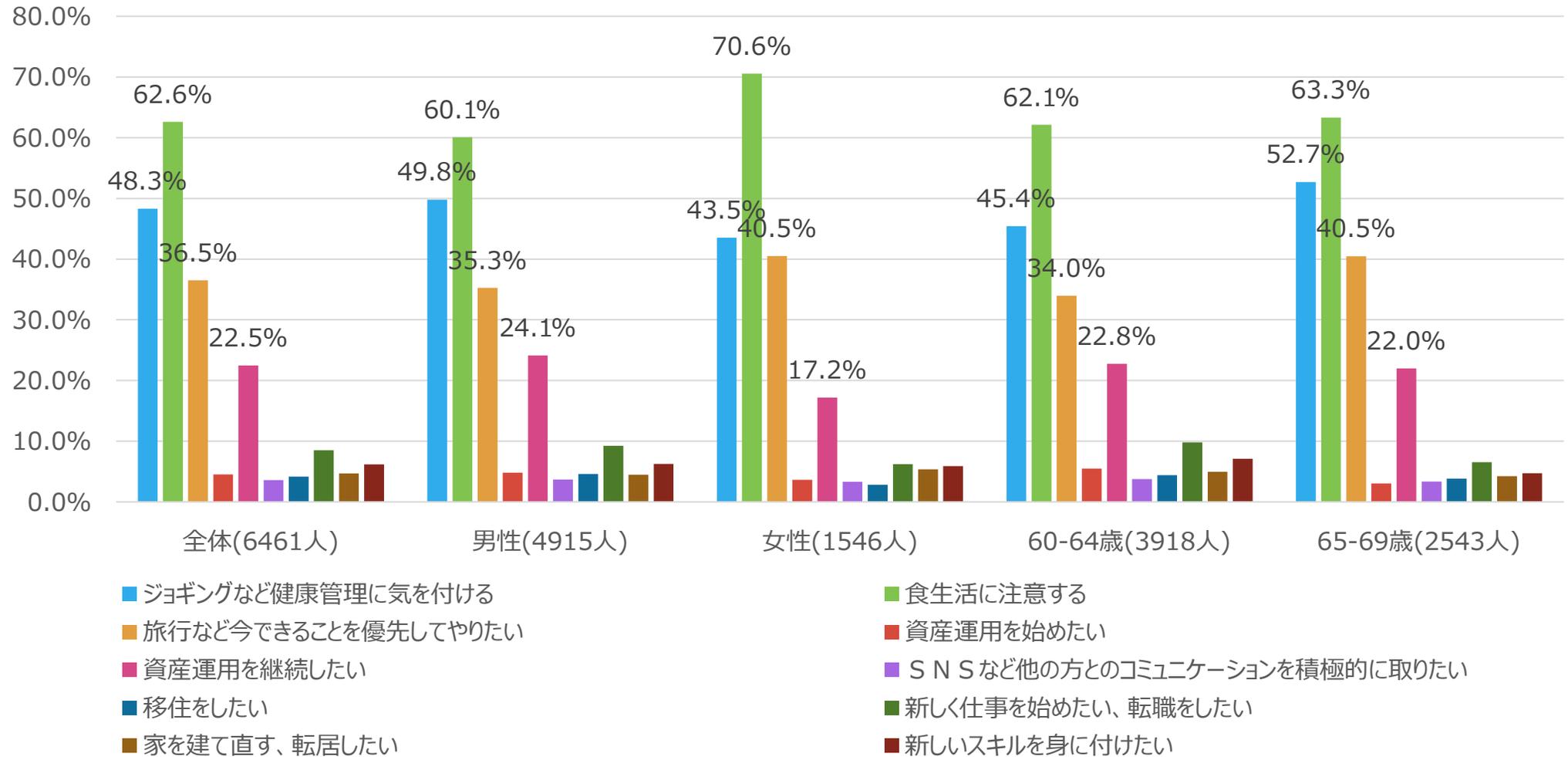


(出所) 「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

これから食生活に注意する

これから力を入れたいこと(複数回答可)

(単位：人)



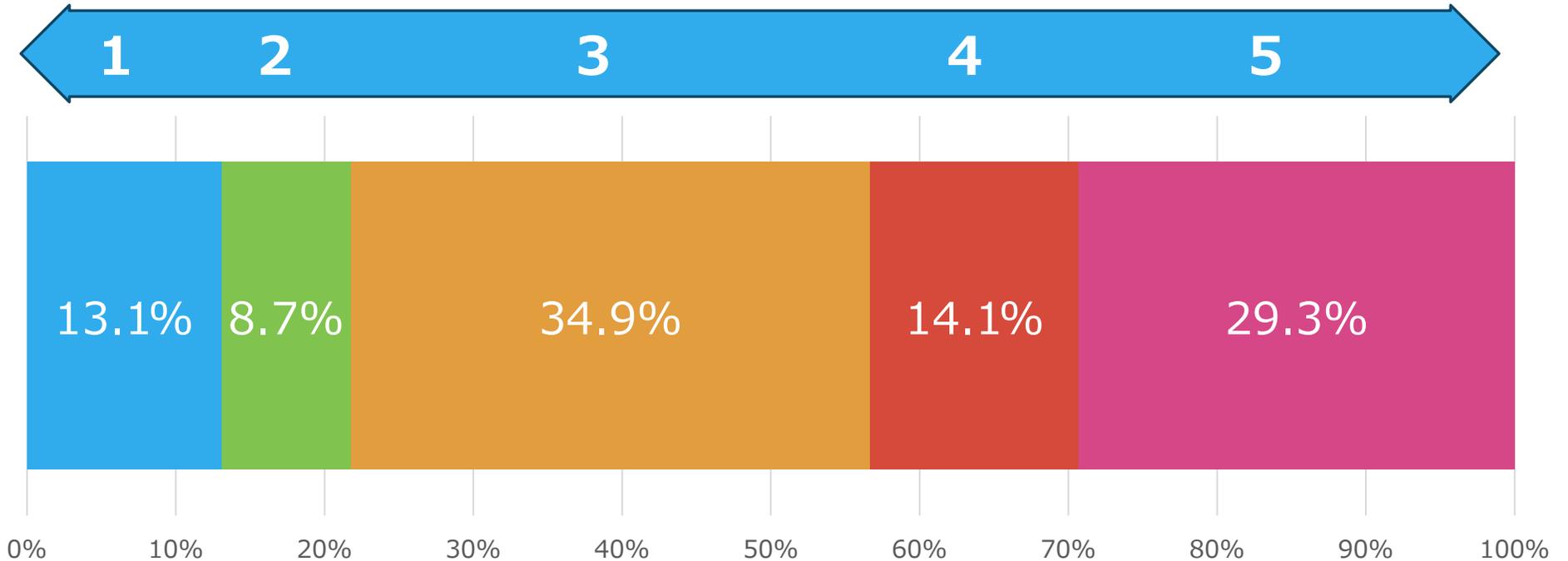
(出所) 「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

70代までの生活を優先する

保有する資産の使い道として優先するのは79歳までの生活か、80歳以降の生活か？

80歳からの生活のために必要資産の確保を優先する

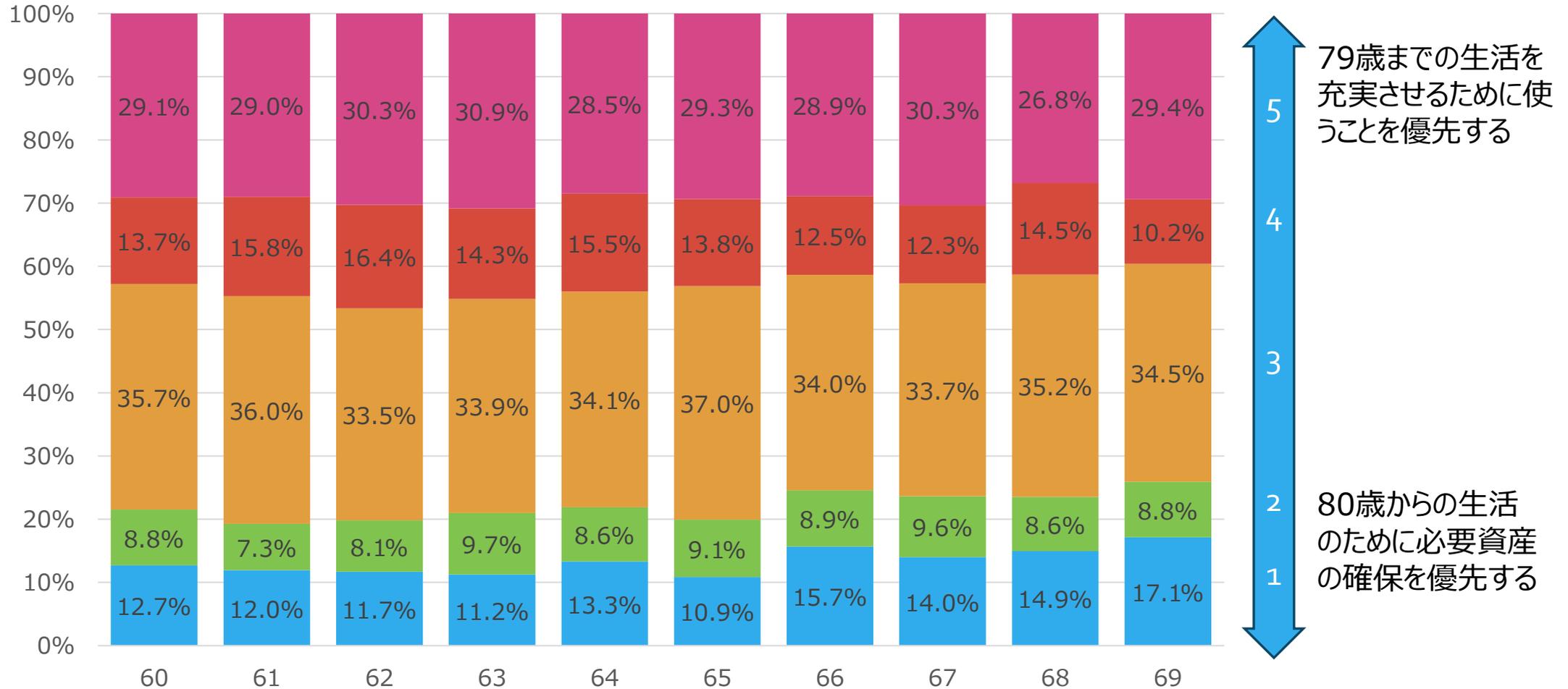
79歳までの生活を充実させるために使うことを優先する



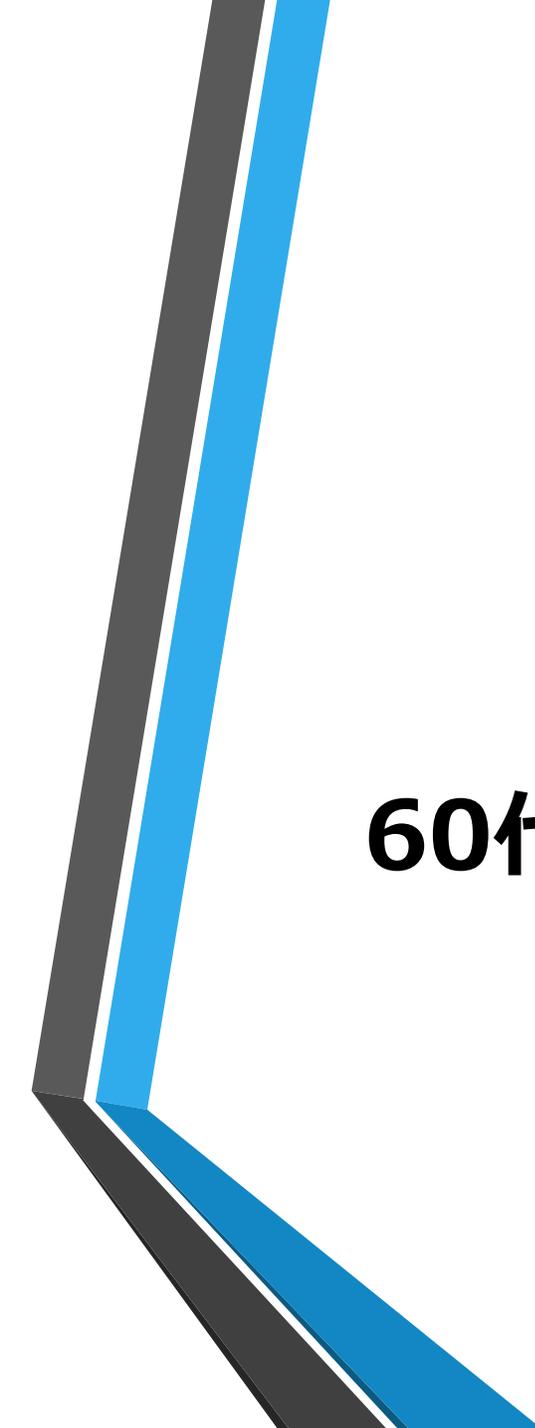
(注)回答者は資産を保有していないと回答した人も含めた6461人。(出所)「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

70代までの生活を優先する

保有する資産の使い道として優先するのは79歳までの生活か、80歳以降の生活か一年齢別推移



(注)回答者は資産を保有していないと回答した人も含めた6461人。(出所)「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

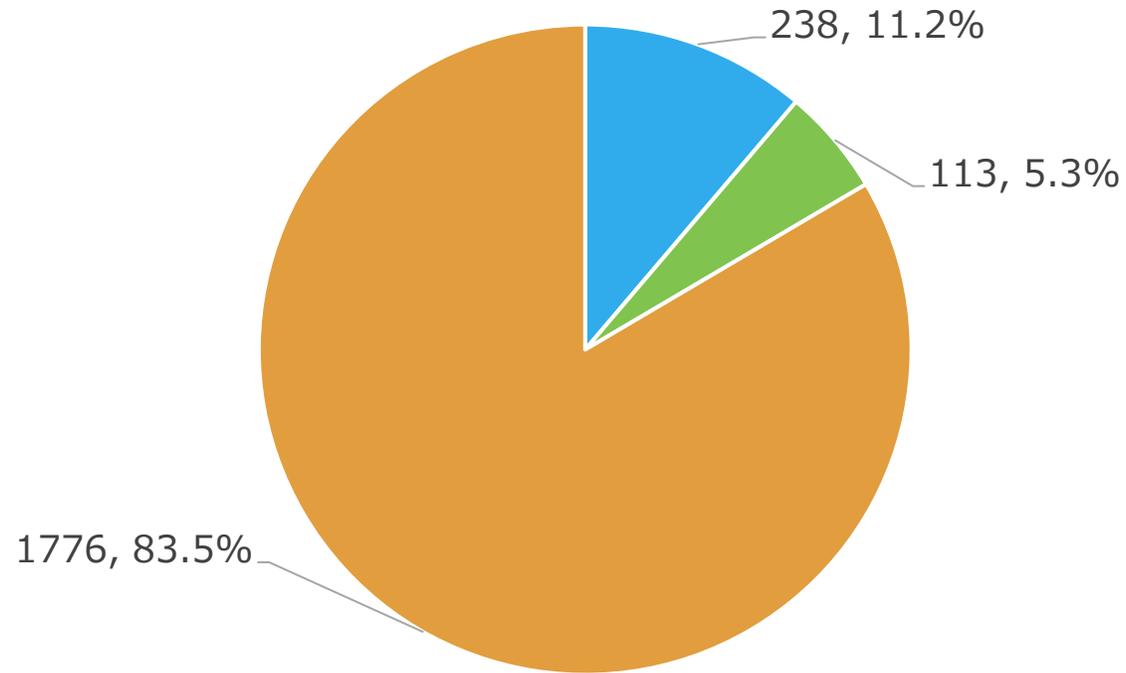


60代6000人の声 2025 : 移住の実態と評価

16%が移住を検討

東京・大阪・名古屋に住む60代2127人のうち移住を検討した人は351人

(単位：人)



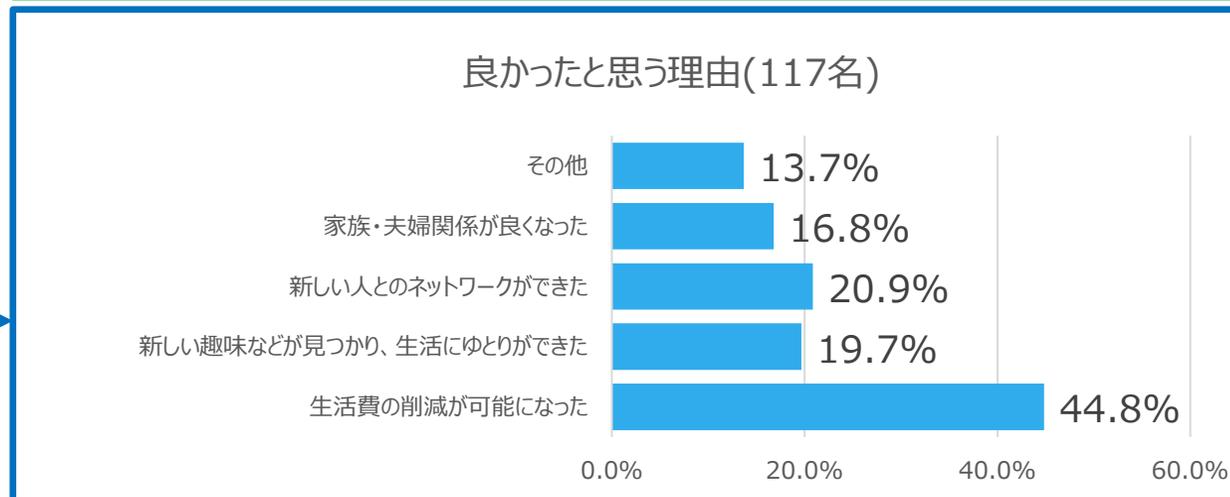
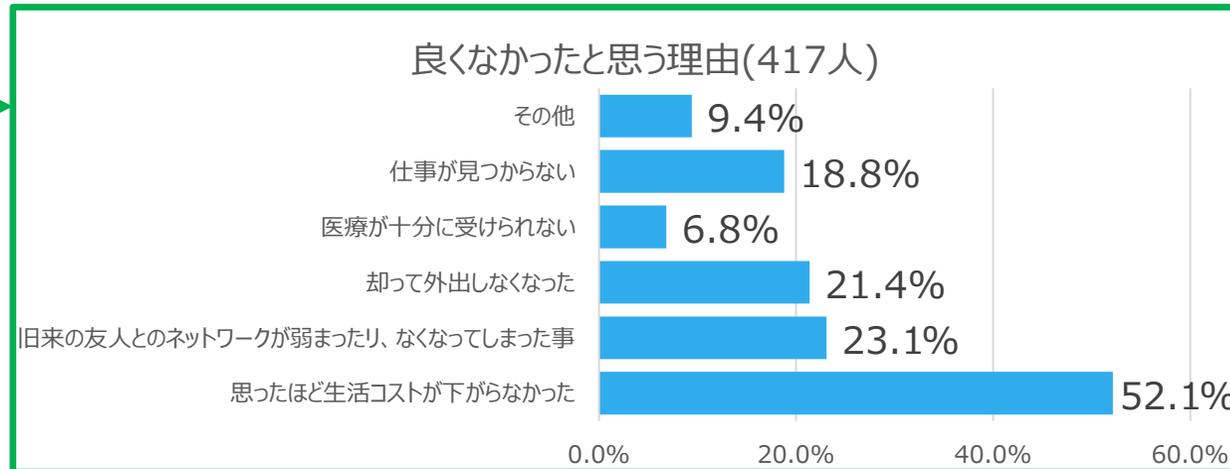
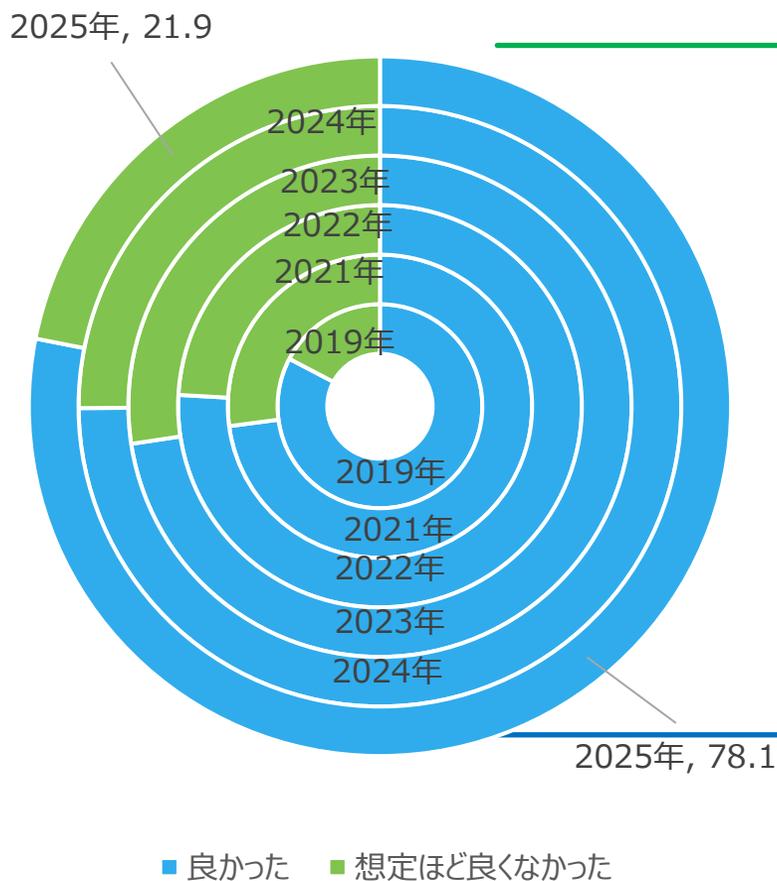
- 現在、「地方都市」への移住を検討している
- 過去に、「地方都市」への移住を検討したがあきらめた
- 今まで、「地方都市」への移住を考えたことはない

(出所) 「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

4分の3が移住を評価

移住をしてよかったか、思ったほど良くなかったか

(単位：人)

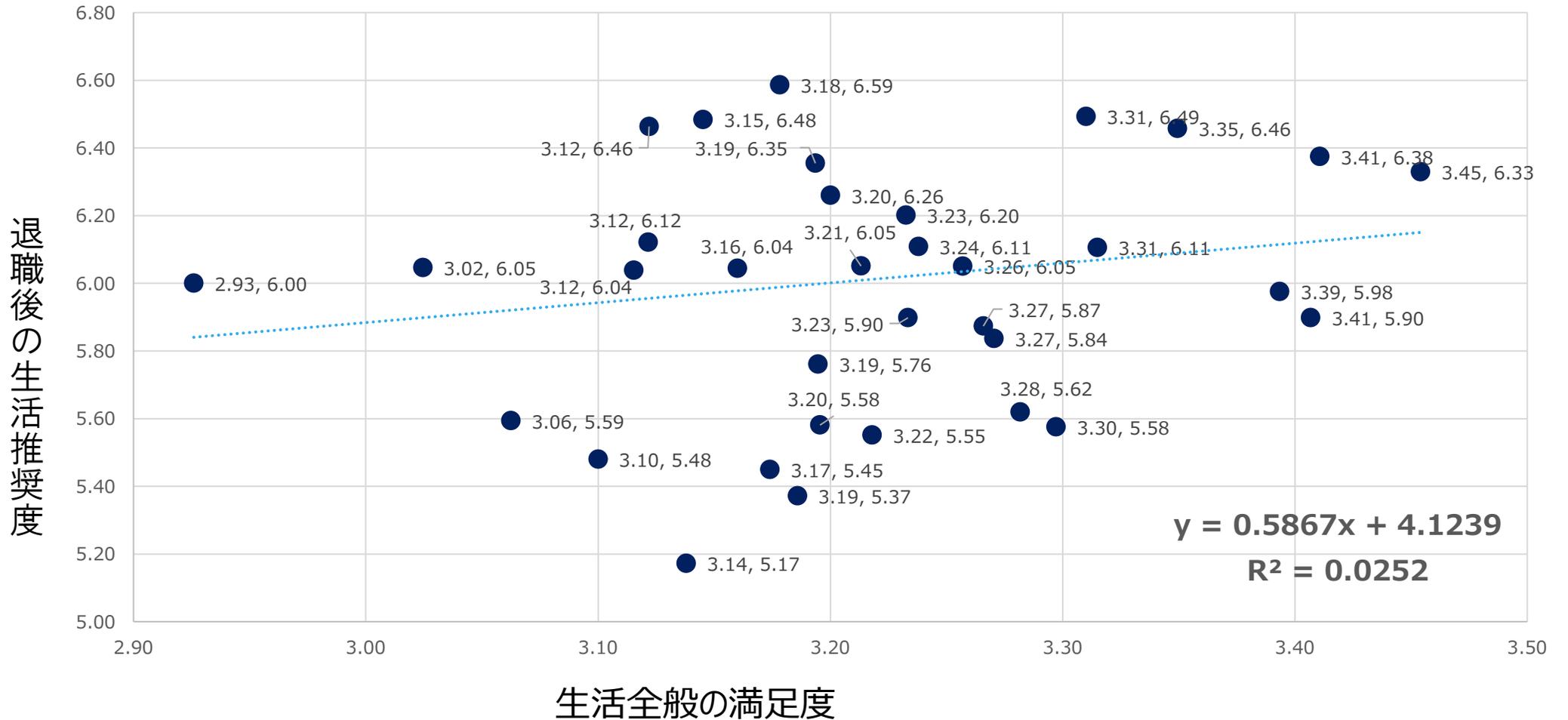


(注)10年以内に地方都市に移住してきた人。2019年306人、2021年269人、2022年440人、2023年435人、2024年431人、2025年524名。(出所) 合同会社フィンウェル研究所、地方都市移住調査(2019年、2021年)、「60代6000人の声」(2022年、2023年、2024年、2025年)

生活全般満足度に推奨先比例

都市別 生活全般の満足度と退職後の生活推奨度

(単位：点)



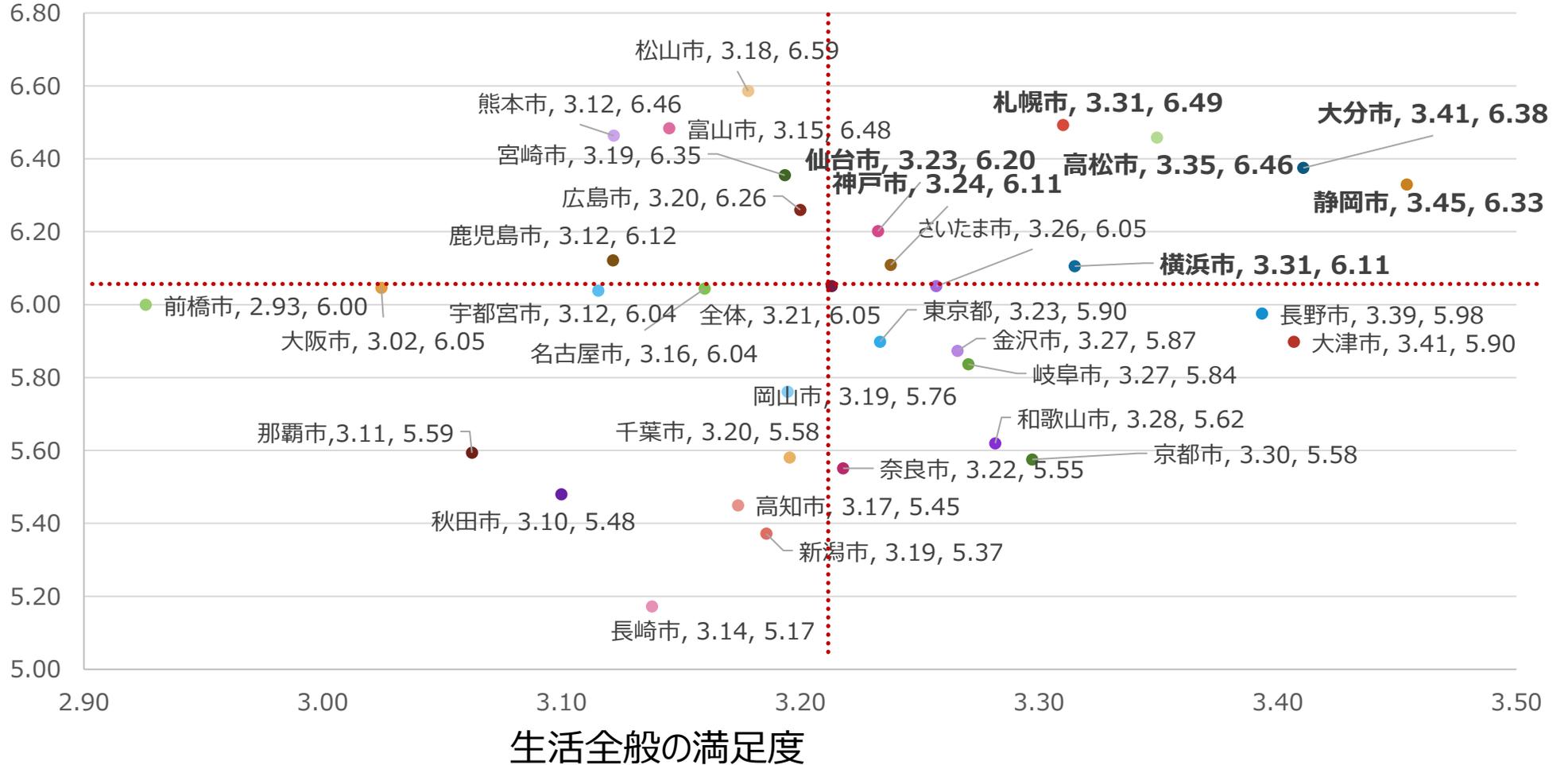
(注)退職後の生活推奨度は、現在住んでいる都市が退職後の生活場所として他の人に薄めるかを0(住むべきではない)から10(是非住むべきだ)までの11段階で評価してもらった平均値。生活全般の満足度は1(満足できない)から5(満足できる)の5段階評価で聞いた平均値。(出所)「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

生活全般満足度と推奨度

都市別 生活全般の満足度と退職後の生活推奨度

(単位：点)

退職後の生活推奨度



(注)退職後の生活推奨度は、現在住んでいる都市が退職後の生活場所として他の人に奨めるかを0(住むべきではない)から10(是非住むべきだ)までの11段階で評価してもらった平均値。生活全般の満足度は1(満足できない)から5(満足できる)の5段階評価で聞いた平均値。(出所)「60代6000人の声」、合同会社フィンウェル研究所、2025年

重要事項

- 当該資料は信頼できる情報、データをもとに合同会社フィンウェル研究所が作成しておりますが、正確性・完全性に関して当社が保証するものではありません。
- 当該資料に記載された情報、意見は作成時点のものであり、その後の情勢の変化などによって予告なく変更することがあります。
- いずれの情報、データ、意見は将来の傾向などを保証もしくは示唆するものではありません。
- 当該資料に係る一切の権利は引用部分を除いて弊社に所属し、いかなる目的であれ当該資料の一部または全部の無断での使用・複製は固くお断りします。

合同会社フィンウェル研究所