

「終活」に関する意識調査 ～家族に向けて準備する「終活」とは～

核家族化が進んだことで、家族や社会とのつながりが希薄になり、交流が減少しているとみられている。また、夫婦のみや単身世帯の増加を受け、家族等親族に老後の医療や介護等の希望を伝えることが難しくなっており、人生のエンディングに向けた準備を行う終活が注目を集めている。

そこで当研究所では、熊本県内に在住する50歳以上の男女を対象に、終活に関するアンケート調査を実施した。本稿では、その調査結果等を踏まえて、不安に感じていることや様々な希望を伝えるための準備等を明らかにしていきたい。

なお、本稿における「終活」とは、「自分の人生を見つめ直し、これからの人生をどのように過ごすかを考える。また、介護や病気の治療、葬儀や墓などについて、元気なうちに考えて準備をすること」と定義する。

【調査結果のポイント】

1. 将来に最も不安を感じることは「介護」

自分の将来について不安を感じることは、「介護」が55.6%と最も多く、「医療」(41.0%)、「葬儀」(25.2%)と続いた。

2. 「終活」という言葉の認知率は9割強

「終活」という言葉については、「知っている」(65.3%)、「聞いたことはあるが、詳しいことは知らない」(31.1%)、「知らない」(3.5%)となった。

3. 終活の実施を検討している人は7割

終活の実施状況は、「既に行っている」(5.4%)、「近いうちに始める予定」(5.5%)、「予定はないが、いずれは行いたい」(60.0%)だった。

4. 終活を行う目的は家族への配慮

終活を行う目的は、「家族に迷惑をかけたくない」が71.2%と最も多く、「病気や介護が必要になった時に備えるため」(56.6%)と続いた。

【調査の概要】

1. 調査対象：熊本県在住の50歳以上の男女
2. 調査期間：2017年4月26日～5月2日
3. 調査方法：調査会社登録モニターへのネット調査
(調査会社：㈱マクロミル)
4. 有効回答：620人

【回答者の属性】

	全体	男性	女性
50代	320	160	160
60歳以上	300	160	140
計	620	320	300

1. 終活への取り組み

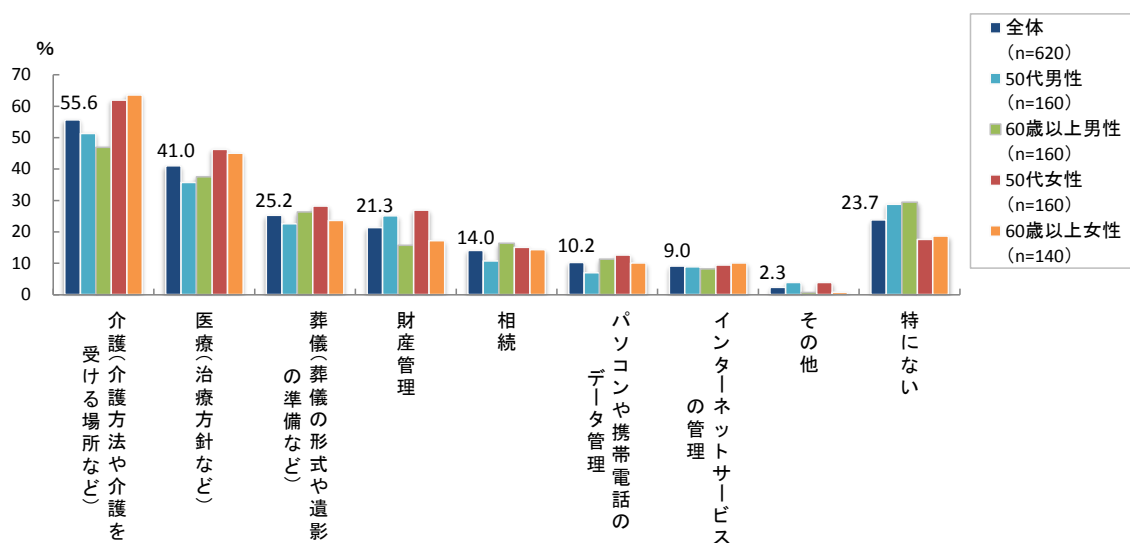
(1) 将来への不安

自分の将来について不安を感じることをたずねると、「介護」が55.6%と最も多く、以下、「医療」(41.0%)、「葬儀」(25.2%)、「財産管理」(21.3%)と続いている(図表1)。

性別・年代別にみると、「介護」では50代女性(61.9%)、60歳以上女性(63.6%)となり、6割を超えている。一方で、50代男性で51.3%、60歳以上男性は46.9%だった。このように、女性が男性を10ポイント(以下、p)以上上回ることから、介護への不安は女性の方が大きいと思われる。また、「医療」についても、50代女性(46.3%)、60歳以上女性(45.0%)に対して、50代男性(35.6%)、60歳以上男性(37.5%)となり、医療に対する不安も女性が多いようである。

「その他」をみると、生活費など老後の資金に不安を感じるという意見が見受けられた。また、「特にない」は23.7%で、男性が女性を10p以上上回っていることが目を引いた。

図表1 自分の将来に不安を感じること

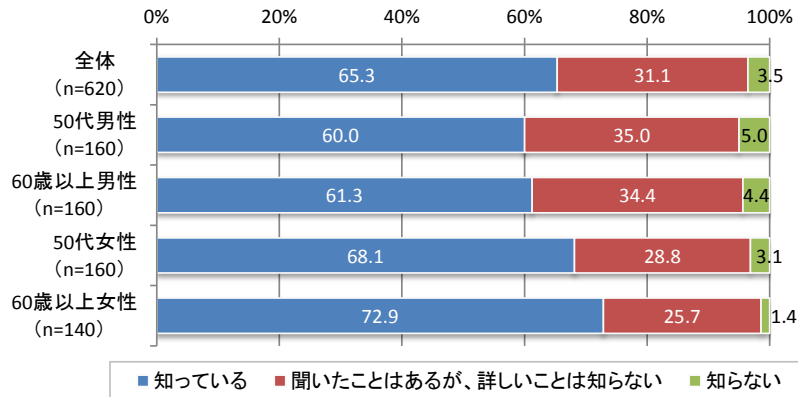


(2) 終活への関心

「終活」という言葉を知っているかをたずねると、「知っている」が65.3%と最も多く、「聞いたことはあるが、詳しいことは知らない」(31.1%)、「知らない」(3.5%)となり、9割以上の人が「終活」という言葉を知っているもしくは聞いたことがあると回答している(図表2)。

性別・年代別にみると、男女ともに「知っている」が6割以上となり、「終活」という言葉は、性別や年代を問わず浸透していることがうかがえた。また、男性の6割が知っていることに対し、50代女性(68.1%)、60歳以上女性(72.9%)となり、終活への関心は女性のほうが高いようである。

図表2 終活への関心

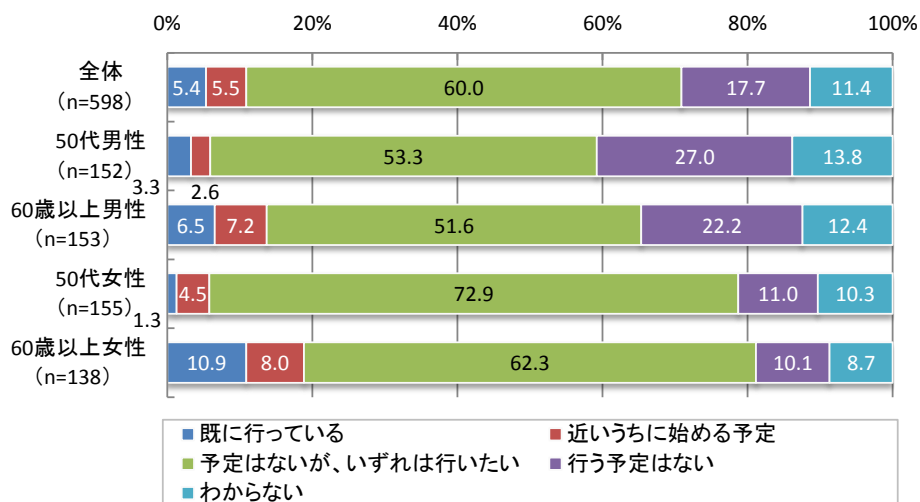


(3) 終活の実施状況

「終活」という言葉を「知っている」「聞いたことはある」と回答した 598 人に対して、終活の実施状況をたずねた。「既に行っている」が 5.4%、「近いうちに始める予定」で 5.5%、「予定はないが、いずれは行いたい」は 60.0%となり、7 割の人が終活を行いたいと考えていることがうかがえた。これに対して、「行う予定はない」は 17.7%だった (図表 3)。

性別・年代別にみると、60 歳以上男女の「既に行っている」「近いうちに始める予定」の合計は、ともに 50 代男女を上回り、年齢を重ねるにつれて、終活についての関心が高まるようである。また、「予定はないが、いずれは行いたい」を含めた割合が女性は 8 割を占めるのに対して、男性は 6 割にとどまっている。さらに、「行う予定はない」をみると、男性は女性を 10p 以上上回ることから、終活についての関心は女性の方が高いようである。

図表3 終活の実施状況

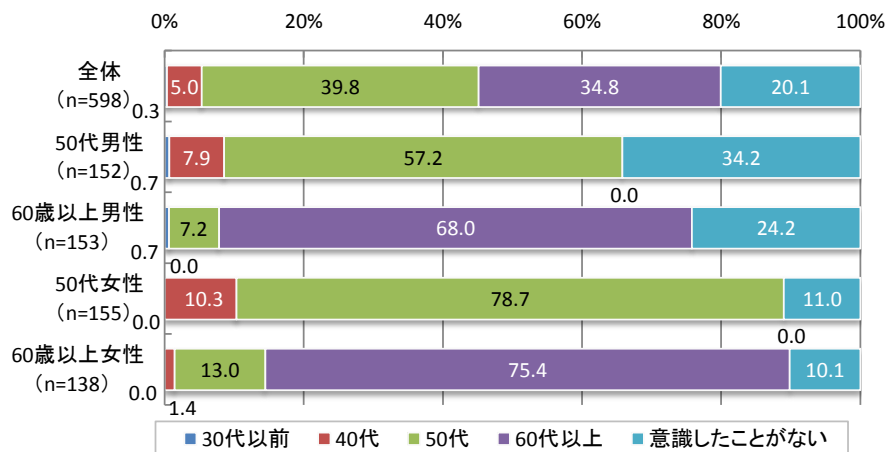


(4) 終活を意識した時期

「終活」という言葉を「知っている」「聞いたことはある」と回答した 598 人に対して、終活を意識し始めた時期をたずねると、「50代」が 39.8%と最も多く、次いで、「60代以上」が 34.8%となり、「意識したことがない」は 20.1%だった（図表 4）。

性別・年代別にみると、「意識したことがない」では、50代女性（11.0%）、60歳以上女性（10.1%）に対して、50代男性（34.2%）、60歳以上男性（24.2%）となり、男性が女性を大きく上回っている。「終活」という言葉を知っているまたは聞いたことはあっても、それを意識していない男性が多いことがうかがえた。

図表4 終活を意識し始めた時期

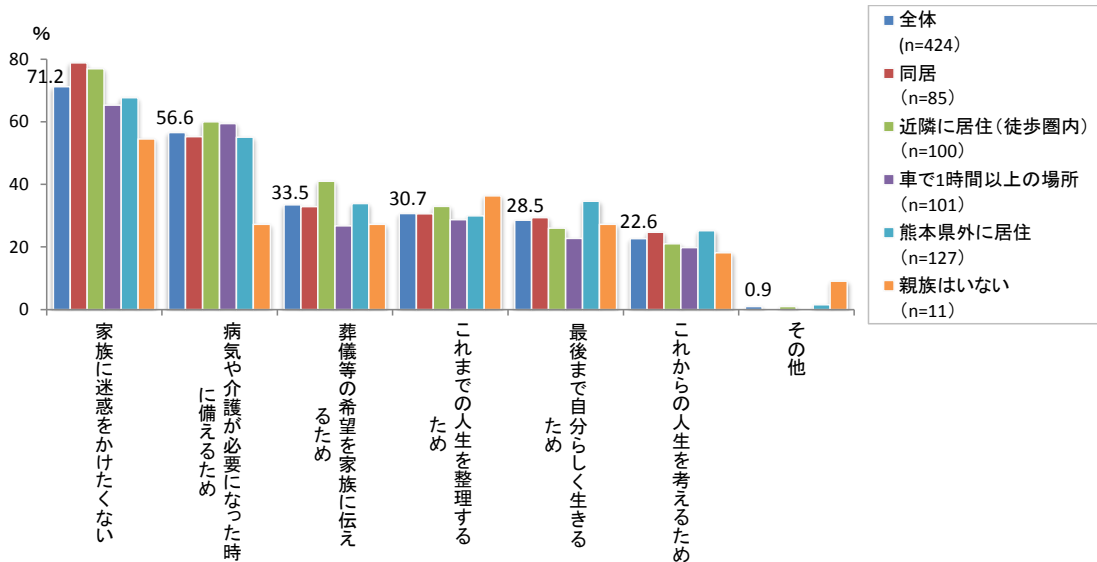


(5) 終活を行う目的

終活を「既に行っている」「近いうちに始める予定」「いずれは行いたい」と回答した 424 人に対して、終活を行う目的をたずねると、「家族に迷惑をかけたくない」が 71.2%と最も多く、以下、「病気や介護が必要になった時に備えるため」(56.6%)、「葬儀等の希望を家族に伝えるため」(33.5%)と続いた（図表 5）。

次に、最も頼ることができる親族の居住場所別に終活を行う理由をみると、「家族に迷惑をかけたくない」は、「同居」(78.8%)、「近隣に居住（徒歩圏内）」(77.0%)となり、「車で1時間以上の場所」(65.3%)、「熊本県外に居住」(67.7%)を上回っている。遠方に親族がいるよりも同居や近隣に居住している人のほうが、家族に迷惑をかけたくないという思いが強いようである。また、「葬儀等の希望を家族に伝えるため」は、「近隣に居住（徒歩圏内）」が 41.0%と他の項目よりも高いことが目を引いた。

図表5 終活を行う目的



2. 人生のエンディングを託す相手

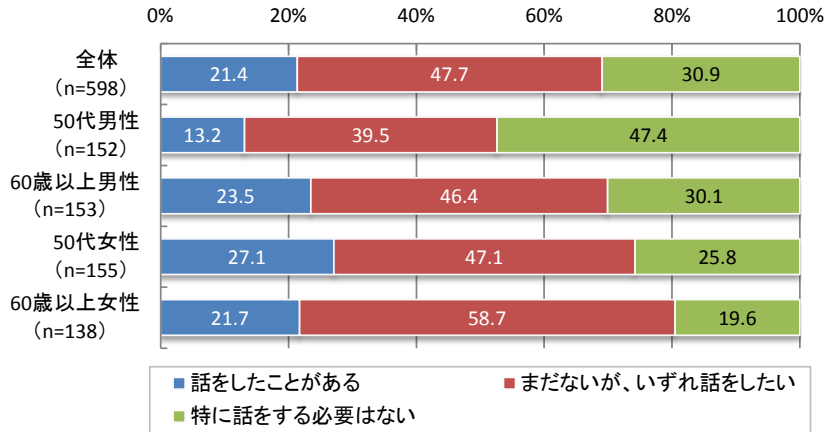
(1) 家族との終活についての話し合い

「終活」という言葉を「知っている」「聞いたことはある」と回答した 598 人に対して、終活について家族と話をしたことがあるかをたずねた。「話をしたことがある」は 21.4%、「まだないが、いずれ話をしたい」は 47.7% となり、終活について家族と話をしたいと考えている人が 7 割を占めている（図表 6）。

性別・年代別にみると、50 代男性で「特に話をする必要はない」は 47.4% となり、家族で話をする必要がないと考えている人が多い。しかしながら、60 歳以上男性をみると、「特に話をする必要はない」は 30.1% に減少している。60 代になると、定年退職を迎えるなどライフステージの変化もあり、第二の人生を検討する中で、今後について家族と話をすることを検討するようになるのではないかと推察される。

「話をしたことがある」と回答した人の自由回答をみると、「突然倒れたり死亡した時の備え」「自分の思い通りの最後を迎えたい」「突然自分が死んだとき家族が困らないように」「大病を患い死を身近に感じるようになった」「夫や自分の親の葬儀を経験して」という意見を寄せており、自分自身の体験などが話し合いのきっかけになっているようである。また、「特に話をする必要はない」と回答した人は、「なるようにしかならない」「自分一人の問題だから」「必要性を感じていない」「心配をかけたくない」という意見が見受けられた。

図表6 終活について家族との話し合い

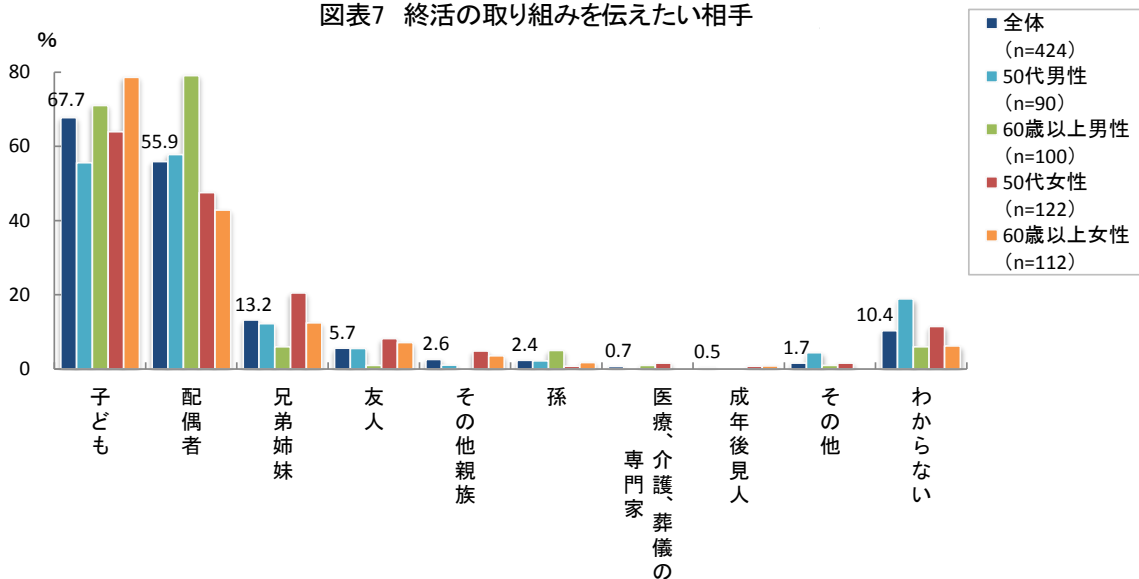


(2) 終活の取り組みを伝えたい相手

終活の取り組みを「既に行っている」「近いうちに始める予定」「いずれは行いたい」と回答した424人に対して、終活の取り組みを伝えたい相手をたずねた。「子ども」が67.7%と最も多く、次いで「配偶者」(55.9%)、「兄弟姉妹」(13.2%)、「友人」(5.7%)と続いている(図表7)。医療や介護、葬儀などの希望を伝え、実践してもらいたい相手として、子どもや配偶者、兄弟姉妹など家族等親族を希望している人が多い。一方で、「医療、介護、葬儀の専門家」は0.7%、「成年後見人」は0.5%にすぎず、家族以外の支援を受けることを検討している人は少ない。

核家族化が進み、夫婦のみや単身世帯など家族形態が変化しており、子どもや配偶者など親族がいない人も増加している。医療や介護などの専門家や成年後見人といった家族以外の支援は、家族等親族がいない人のニーズがでてくるものと推察される。

図表7 終活の取り組みを伝えたい相手



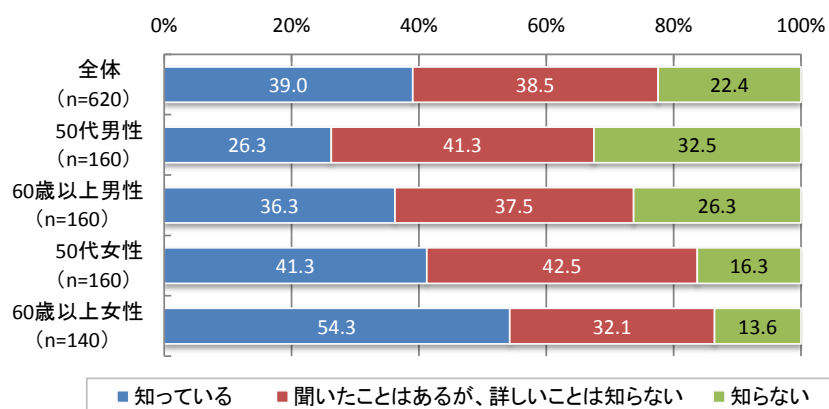
3. エンディングノートの活用

(1) エンディングノートへの関心

すべての人に対して、エンディングノート※を知っているかをたずねると、「知っている」(39.0%)、「聞いたことはあるが、詳しいことは知らない」(38.5%)、「知らない」(22.4%)となった(図表8)。

性別・年代別にみると、エンディングノートを「知っている」と回答した女性は、男性をそれぞれ10p以上上回り、60歳以上女性は54.3%と最も高い。前述の「終活への関心」(図表2)の結果をみると、終活を知っている割合が女性は男性を上回っているため、終活のひとつであるエンディングノートへの関心も高いものと推察される。

図表8 エンディングノートへの関心



※エンディングノートとは
銀行口座などの財産や介護や医療に関する希望、葬儀の内容など、自分の思いや希望を家族等親族に伝えるために書き記すノートのこと。

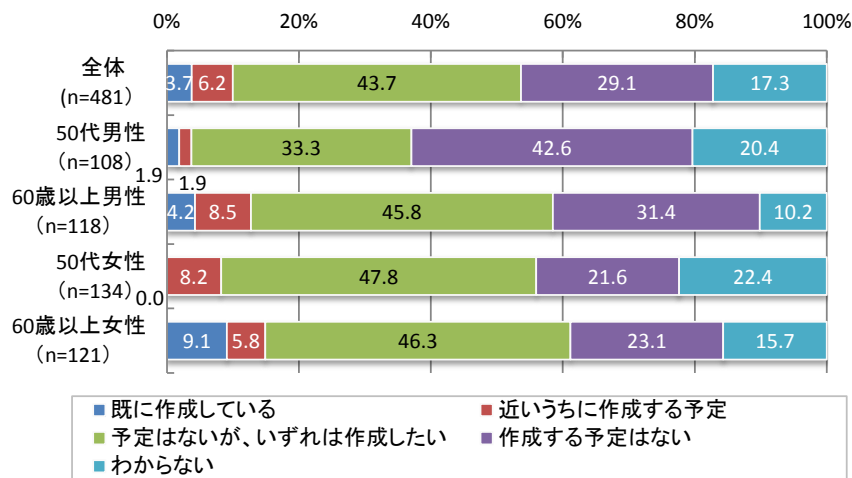
(2) エンディングノートの作成状況

エンディングノートを「知っている」「聞いたことはある」と回答した481人に対して、エンディングノートの作成状況をたずねた。「既に作成している」(3.7%)、「近いうちに作成する予定」(6.2%)、「予定はないが、いずれは作成したい」(43.7%)となり、エンディングノートを作成したいと考えている人は5割を超えている。一方で、「作成する予定はない」は29.1%だった(図表9)。

性別・年代別にみると、60歳以上男性、50代女性、60歳以上女性は、エンディングノートの作成に関心がある人の比率が6割近くあり、いずれかのタイミングで作成することを検討するようである。

自由回答をみると、「認知症になる前にエンディングノートを作成したい」「身内が困らないように身の回りの整理や必要なことはメモしておきたい」という意見が見受けられ、自分の意思を伝えられなくなった時のために準備しておきたいと考える人もいるようだ。また、「家族に迷惑をかけたくない」という意見も多くみられた。さらに、「取り組みの必要性は理解しているが、なかなか始めにくい」「きっかけがない」「言葉で伝えているので必要性を感じない」という意見もあった。

図表9 エンディングノートの作成状況



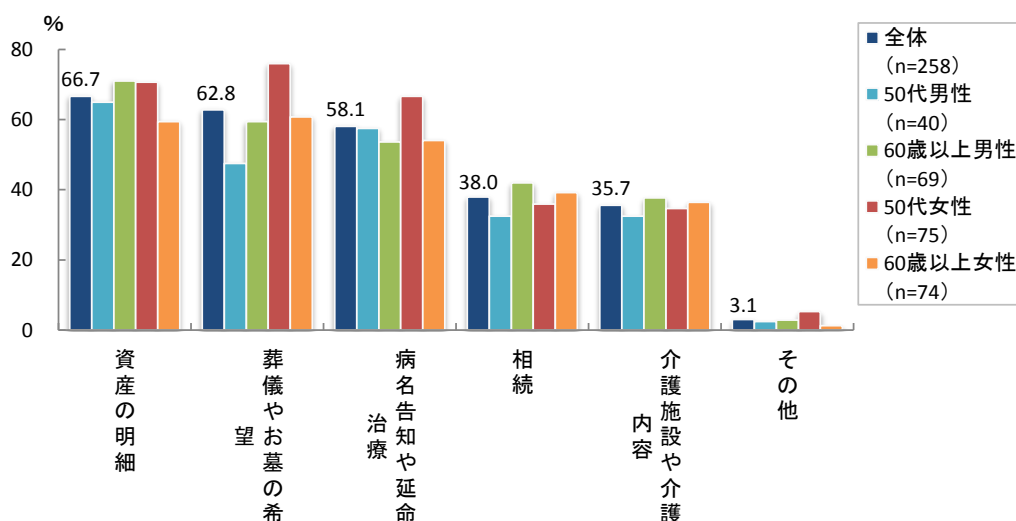
(3) エンディングノートの作成項目

エンディングノートを「既に作成している」「近いうちに作成する予定」「いずれは作成したい」と回答した258人に対して、どのような項目を作成するかをたずねた。「資産の明細」が66.7%で最も多く、「葬儀やお墓の希望」(62.8%)、「病名告知や延命治療」(58.1%)と続いている(図表10)。

性別・年代別にみると、「葬儀やお墓の希望」で50代女性は76.0%、60歳以上女性も60.8%となり、女性の関心の高さがうかがえた。

自由回答をみると、エンディングノートに記入するものとして、「介護・財産負債の管理」「預金やパソコンのデータ処理」「ネットのパスワード等」「終末医療の方針」「葬儀の仕方」「実家と墓地の管理」などさまざまな意見がみられた。

図表10 エンディングノートの作成項目



おわりに

今回の調査結果をみると、高齢になり頼りにするのは家族等親族という意見が多くみられ、その際、子どもや親族に迷惑をかけないように終活の準備をしたいと考えている人が多いことがわかった。また、認知症や突然の病などで自分の意思を伝えることが出来なくなることを不安視し、事前に家族に伝えることを整理している人もみられた。

このように、老後に向けて不安に感じることや自分らしく生きるための準備をすることを終活と捉え、取り組んでいる様子が見えてきた。

核家族化が進み、夫婦のみや単身世帯が増加し、介護や葬儀などに関する考えを子どもなど親族に伝える機会が少なくなっている。そこで、終活のひとつであるエンディングノートに伝えたいことや気が付いたことを記入するなどの取り組みを検討している人も見られる。

今後、更なる高齢化が進み、家族に代わり地域が高齢者を支えることになるかと推察される。このような状況においては、介護や医療、成年後見人など高齢者を支える地域社会に対して、意思を伝える手段としてのエンディングノートなどの有効性が広く認識されることが必要になるとと思われる。

以上