

2017年12月5日

報道各位

PGF生命  
〔 プルデンシャル ジブラルタ ファイナンシャル 〕  
生命保険株式会社

## PGF 生命、「人生の満足度に関する調査 2017」を実施

「これまでの人生に満足」43.7% シニア世代では 61.8%が人生に満足  
景気回復の実感なし? 「報酬満足度」26.1%と低水準、昨年調査より 2.5 ポイント下降  
人生満足度を上げてくれたアーティスト 「安室奈美恵さん」が 1 位に

PGF 生命（プルデンシャル ジブラルタ ファイナンシャル生命保険株式会社、代表取締役社長 兼 CEO 添田 毅司）は、2017年10月4日（水）～10月9日（月）の6日間、20～79歳の男女を対象に「人生の満足度に関する調査 2017」をインターネットリサーチで実施し、2,000名の有効サンプルの集計結果を公開しました。2015年に開始した「人生の満足度に関する調査」は、今年で3年目の実施となります。（調査協力会社：ネットエイジア株式会社）

### <調査結果ハイライト>

#### 【第1章：仕事の満足度】

- 景気回復の実感なし? 「報酬満足度」26.1%と低水準、昨年調査より 2.5 ポイント下降
- 2017年報酬満足度 20代男性と40代女性で上昇目立つ
- 働く人の4割強は役割や仕事内容に満足
- 「働き方改革」進行中 過半数が「休暇の取りやすさに満足」、昨年調査より 3.5 ポイント上昇

#### 【第2章：家計の満足度】

- 家計の満足度 毎月の“収入額に不満”は5割強、“貯蓄額に不満”は5割半
- ライフイベント目白押しの30代は我慢のステージ? 「お小遣い満足度」30代が底、40代以降は上昇
- “老後への備えに不満”20代女性では7割強に、イマドキ女性はコツコツと備えも早めに開始?
- 安心できる貯蓄額はいくら? 貯蓄額2,000万円以上でも3人に1人が老後への備えに不満
- 終活満足度実態「亡くなった後の備え」に満足しているシニアは5人に1人

#### 【第3章：パートナーの満足度】

- パートナーに対する三大満足 1位「優しさ」、2位「家族を大切にする」、3位「口うるさくない」
- 〇〇だから好き! 男女を魅了する地域別特産品  
近畿女性の「家族思い」や九州・沖縄男性の「頼もしさ」
- パートナーと理想とのギャップ 男性回答1位は「口うるさくない」、女性回答1位は「収入が多い」
- パートナーがくれた幸せ 男性は日常に感謝、女性は非日常の演出に喜び
- 「生まれ変わっても一緒になりたい」4割半、20代男性では7割とパートナーにゾッコン
- 生まれ変わったらすれ違い? 1000年愛の近畿男性と冷静ラブな近畿女性の恋愛温度差が心配!
- 永遠の愛? そうでもない? 分かれ目には「優しさ・思いやり」「家族への愛情」「頼れる関係性」

#### 【第4章：人生の満足度を向上させるモノ・コト】

- オトコの人生満足度上昇アイテム 20代では「漫画・アニメ」、40代以上では「クルマ・バイク」
- インスタで気分もあがる？20代女性の4人に1人が「SNS」で人生満足度アップ
- 人生満足度を上げる体験や心の洗濯 シニア男性では「ボランティア」、シニア女性では「舞台鑑賞」
- ハマりすぎて人生の満足度を低下させたと思う趣味 1位「ゲーム」
- インスタ映え消費にお疲れ気味？「SNSで人生満足度を下げた」20代女性で約15ポイント上昇

#### 【第5章：人生の総括】

- 「これまでの人生に満足」43.7% シニア世代では61.8%が人生に満足
- 人材不足時代が到来！就職戦線“売り手市場”化で20代の人生総合満足度が上昇中？
- 人生満足度アップのための行動や心がけ 1位「礼儀を大切に」、2位「何事にも感謝」
- 幸せな人生を送るため、女性はどんな心がけしてる？20代「礼儀」30代「貯金」40代以上「感謝」
- 人生満足度アップ術 20代女性の3割半は「自分へのご褒美」、シニア女性の3割は「断捨離」

#### 【第6章：人生満足度を上げた今年のニュースやエンターテインメント】

- 人生満足度を上げた今年の三大ニュース  
1位「サッカー日本代表のワールドカップ出場決定」、2位「広島カープの優勝」、3位「株価上昇」
- 人生満足度を上げてくれた有名人  
スポーツ選手部門 1位「イチローさん」、メジャー挑戦表明の「大谷翔平さん」は4位にランクイン  
映画監督・脚本家部門 製作中の新作長編アニメが早くも話題 「宮崎駿さん」が1位に  
アーティスト部門 「引退寂しい」「ありがとう」の声が止まらない！「安室奈美恵さん」が1位に  
漫画家部門 1位マンガの神様「手塚治虫さん」、2位「尾田栄一郎さん」、3位「鳥山明さん」
- もう一度観たい映画 邦画興業収入歴代2位の新海誠監督「君の名は。」が1位に
- もう一度観たい舞台 1位「ライオン・キング」、2位「オペラ座の怪人」
- もう一度観たい国内の観光スポット 2位「厳島神社」、1位は世界遺産になった日本一のあの山！

### ■■会社概要■■

会社名 : プルデンシャル ジブラルタ ファイナンシャル生命保険株式会社  
代表者名 : 代表取締役社長 兼 CEO 添田 毅司  
営業開始 : 2009年6月1日  
本社所在地 : 東京都千代田区永田町 2-13-10  
業務内容 : 生命保険業  
(営業種目：個人保険、個人年金保険、団体保険、団体年金保険)

### ■■報道関係の皆様へ■■

本ニュースリリースの内容の転載にあたりましては、  
「PGF 生命調べ」と付記のうえご使用いただきますようお願い申し上げます。

### ■■本調査に関するお問い合わせ窓口■■

プルデンシャル ジブラルタ ファイナンシャル生命保険株式会社  
広報チーム 奥村、勝部  
TEL 03 (6740) 8005 (直通)

## アンケート調査結果

### 【第1章：仕事の満足度】

- 景気回復の実感なし？「報酬満足度」26.1%と低水準、昨年調査より2.5ポイント下降
- 2017年報酬満足度 20代男性と40代女性で上昇目立つ
- 働く人の4割強は役割や仕事内容に満足

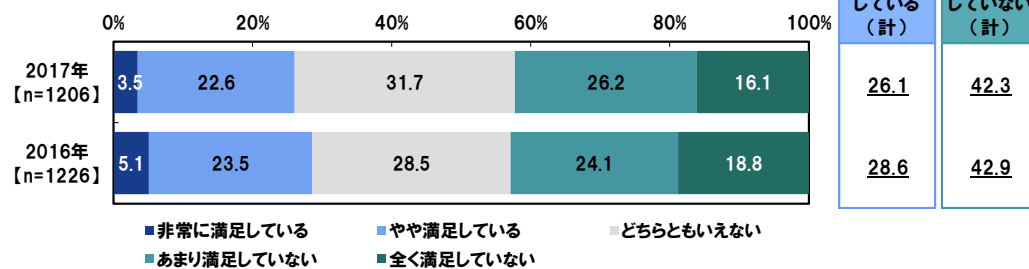
2017年は景気回復基調が続き、経済界に対する政府の賃上げ要請や、賃上げに積極的な企業を税制面で優遇する制度等の検討など、賃金アップに向けたさまざまな動きが見られました。

また、「働き方改革」実現に向け、企業や職場でさまざまな取組みが推進された一年でもありました。そこで、働く人びとの実感を探るべく、報酬や仕事の内容について、現時点でどの程度満足しているか聞きました。

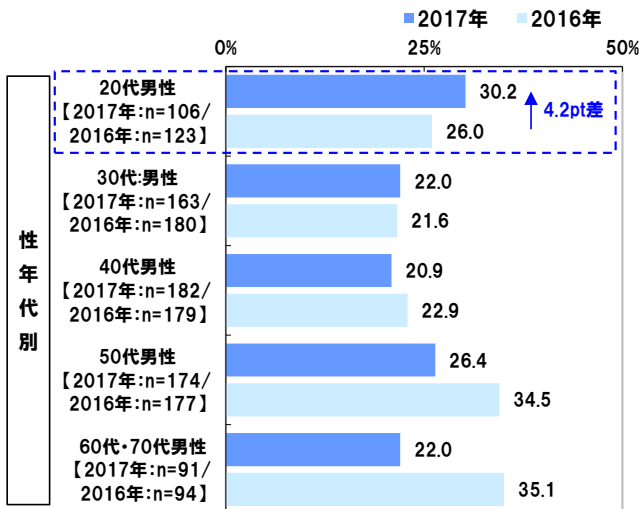
20～79歳の男女2,000名（全回答者）のうち就業者（1,206名）に、「報酬」に現時点でどの程度満足しているか聞いたところ、『満足している』（「非常に」と「やや」の合計、以下同じ）は26.1%、『満足していない』（「あまり」と「全く」の合計、以下同じ）は42.3%となり、報酬に満足している人はおよそ4人に1人となっています。昨年の調査結果と比較をすると、『満足している』が2.5ポイント下降（2016年28.6%→2017年26.1%）しており、報酬満足度は依然として低い水準にとどまっています。

性年代別にみると20代男性では『満足している』が昨年より4.2ポイント上昇（2016年26.0%→2017年30.2%）し、40代女性では昨年より7.8ポイント上昇（2016年25.2%→2017年33.0%）しました。“空前の売り手市場”と言われる2017年の就職戦線を背景にした若年男性の雇用環境改善や、「女性が活躍する社会」実現に向けた働き方や処遇の改善が報酬満足度に影響を与えた可能性も窺えました。

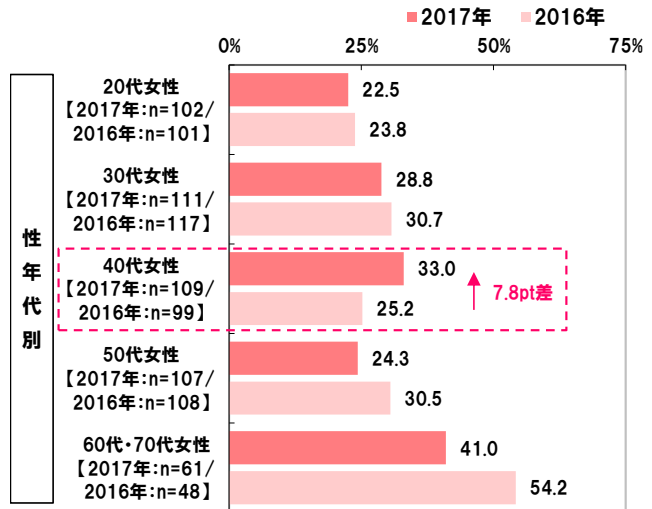
◆仕事・職業に関する状況について、「報酬」に現時点でどの程度満足しているか（単一回答）  
対象：就業者



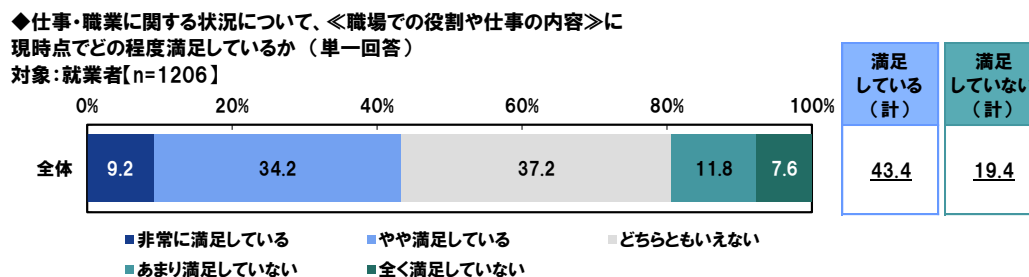
◆「報酬」に現時点で満足している男性の割合 対象：就業者  
※『満足している(計)』『非常に』『やや』の割合を表示



◆「報酬」に現時点で満足している女性の割合 対象：就業者  
※『満足している(計)』『非常に』『やや』の割合を表示



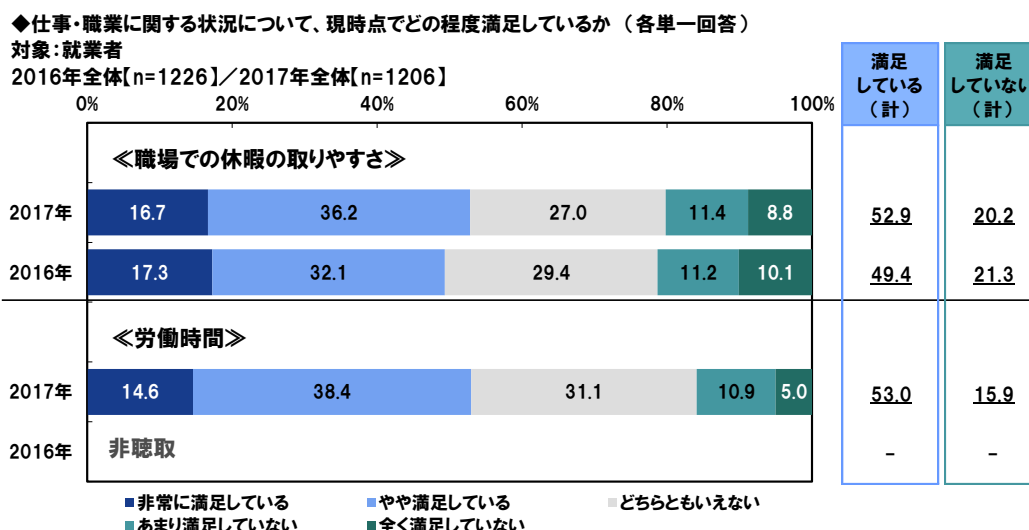
また、《職場での役割や仕事の内容》では、『満足している』は 43.4%、『満足していない』は 19.4%となり、働く人の 4 割強は役割や仕事内容に満足している結果となりました。報酬に不満を感じながらも、仕事内容自体には満足という人が少なくないようです。



■「働き方改革」進行中 過半数が「休暇の取りやすさに満足」、昨年調査より 3.5 ポイント上昇

続いて、働きやすさに関連する項目として、就業者（1,206 名）に休暇や労働時間について質問したところ、《職場での休暇の取りやすさ》で『満足している』は 52.9%、『満足していない』は 20.2%となりました。昨年の調査結果と比較すると『満足している』が 3.5 ポイント上昇（2016 年 49.4%→2017 年 52.9%）しており、職場における働き方改革の推進を反映した結果となりました。

また、今年の調査から新たに聴取した《労働時間》では『満足している』は 53.0%、『満足していない』は 15.9%となり、半数以上の人労働時間に満足していることがわかりました。



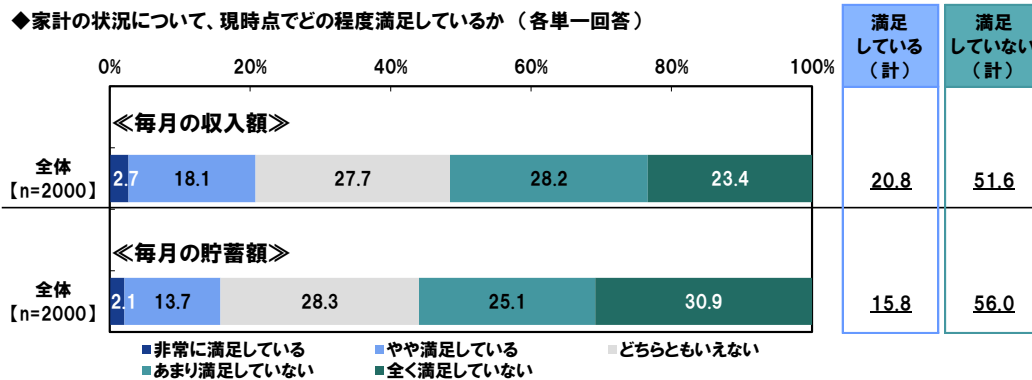
【第2章：家計の満足度】

■家計の満足度 毎月の“収入額に不満”は5割強、“貯蓄額に不満”は5割半

■ライフイベント目白押しの30代は我慢のステージ？「お小遣い満足度」30代が底、40代以降は上昇

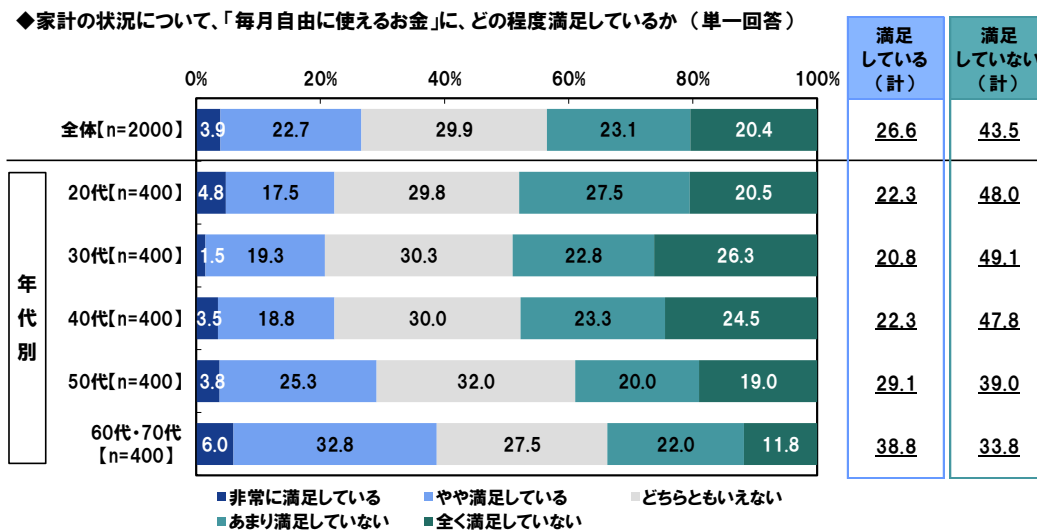
全回答者（2,000名）に、家庭における経済状況に現時点でどの程度満足しているかを質問しました。

まず、《毎月の収入額》についてみると、『満足している』は20.8%、『満足していない』は51.6%、《毎月の貯蓄額》では、『満足している』は15.8%、『満足していない』は56.0%となり、半数以上の人が毎月の収入・貯蓄額に不満を抱えています。



次いで、《毎月自由に使えるお金》についてみると、『満足している』は26.6%、『満足していない』は43.5%となり、毎月のお小遣いに不満を抱いている人のほうが多い結果となりました。

年代別にみると、『満足している』割合は30代で最も低くなり、40代以降に上昇する傾向がみられました。結婚や子どもの誕生、住宅購入などのライフイベントの費用や家族の生活費がかさみ、30代のお小遣い事情は、我慢のステージといえそうです。



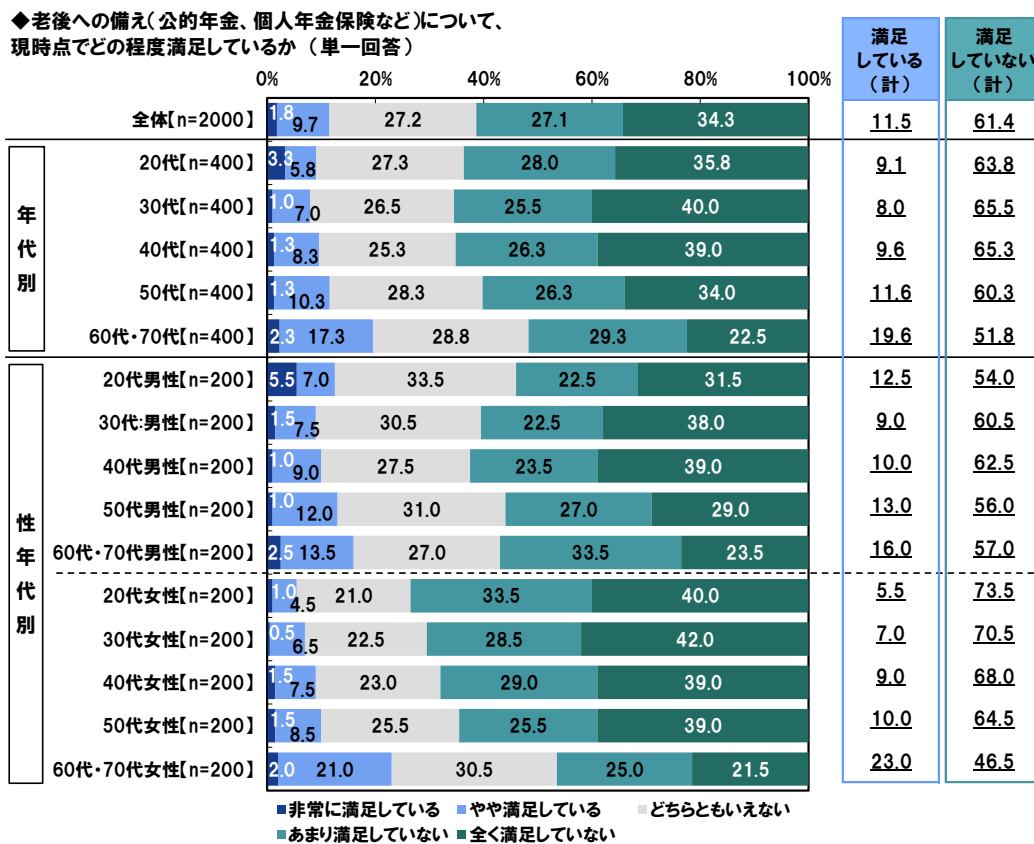
- “老後への備えに不満” 20代女性では7割強に、イマドキ女性はコツコツと備えも早めに開始？
- 安心できる貯蓄額はいくら？ 貯蓄額2,000万円以上でも3人に1人が老後への備えに不満
- 終活満足度実態「亡くなった後の備え」に満足しているシニアは5人に1人

続いて、全回答者（2,000名）に、老後の備えについて現時点でどの程度満足しているかを質問しました。

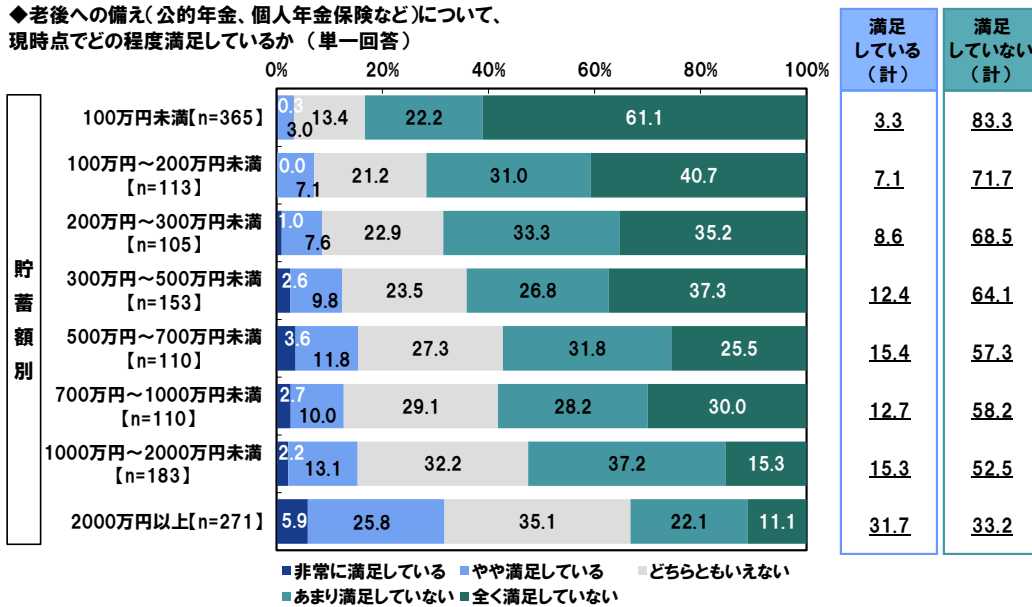
《老後への備え（公的年金、個人年金保険など）》では、『満足している』は11.5%、『満足していない』は61.4%となりました。

年代別にみると、60代・70代で『満足している』は19.6%、『満足していない』割合は51.8%となり、シニア世代でも約半数の人は、経済的な備えの状況に不満足と感じているようです。

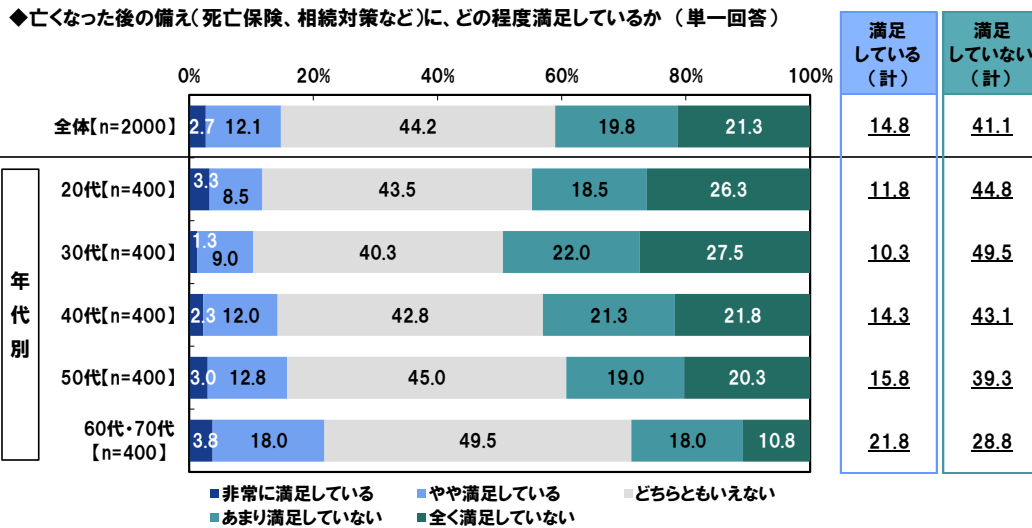
性年代別にみると、20代女性で『満足していない』割合は73.5%となりました。一般的に老後にはまだ遠いと思われる年代ですが、20代女性は老後への備えに対する意識が高く、その必要性を強く感じている様子が窺えます。



そして、貯蓄額別にみると、貯蓄額が上がるにつれ「老後への備え」に満足している人の割合は上昇する傾向がみられましたが、貯蓄額「2,000万円以上」の層でも『満足している』割合は31.7%と、3人に1人にとどまりました。



また、「亡くなった後の備え(死亡保険、相続対策など)」では、60代・70代で『満足している』は21.8%、『満足していない』は28.8%であるのに対し、「どちらともいえない」は49.5%で最も多くなりました。昨今は「終活」という言葉を目にする機会も多いですが、亡くなった後の備えに関しては、方針を決めかねているシニア世代が多いのかもしれない。





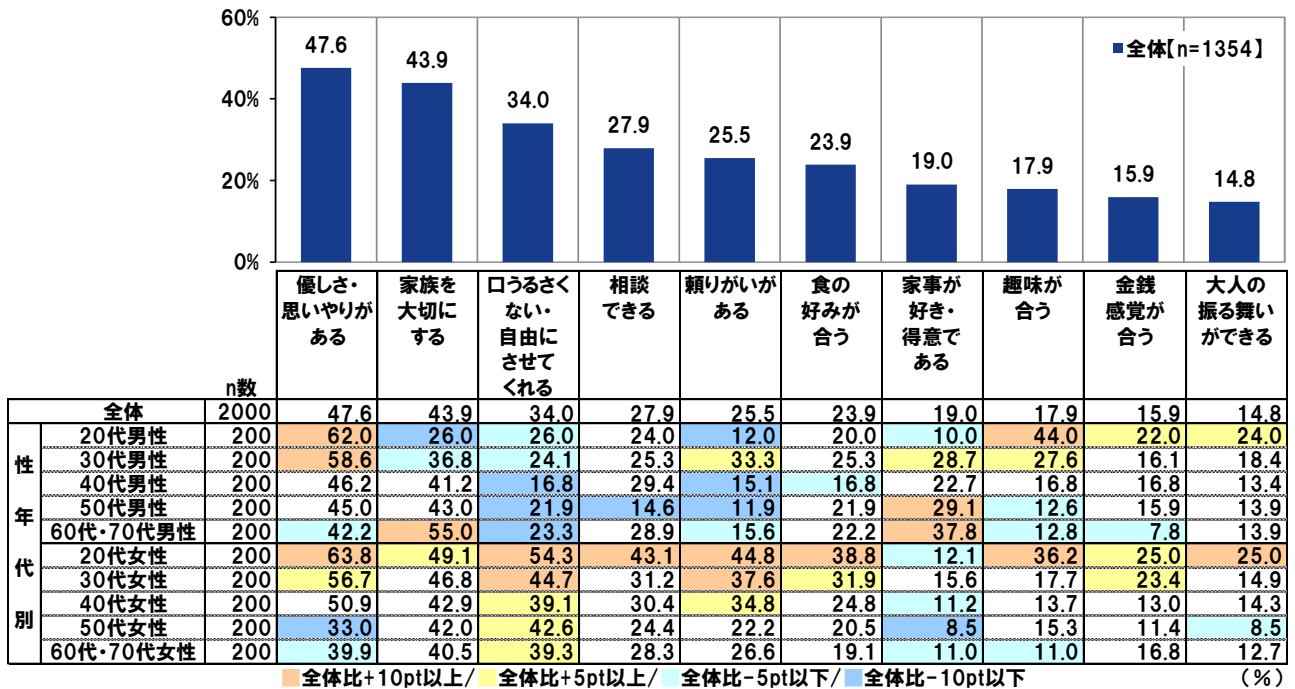
【第3章：パートナーの満足度】

- パートナーに対する三大満足 1位「優しさ」、2位「家族を大切にする」、3位「口うるさくない」
- ○○だから好き！男女を魅了する地域別特産品  
近畿女性の「家族思い」や九州・沖縄男性の「頼もしさ」

人生を共に歩むパートナーは、人生の満足度に大きな影響を及ぼす存在といえるでしょう。そこで、パートナー（恋人・配偶者）がいる人（1,354名）に、相手に対し満足している点や、理想とギャップのある点などを聞きました。

まず、今のパートナーに対して「満足している点」を聞いたところ、「優しさ・思いやりがある」が最も多く47.6%、次いで、「家族を大切にする」が43.9%、「口うるさくない・自由にさせてくれる」が34.0%と続きました。

◆今のパートナー（恋人・配偶者）に対し、満足している点（複数回答）対象：パートナーがいる人  
※上位10位までを抜粋

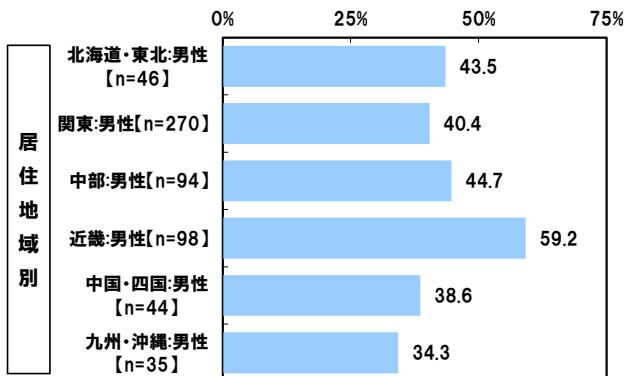




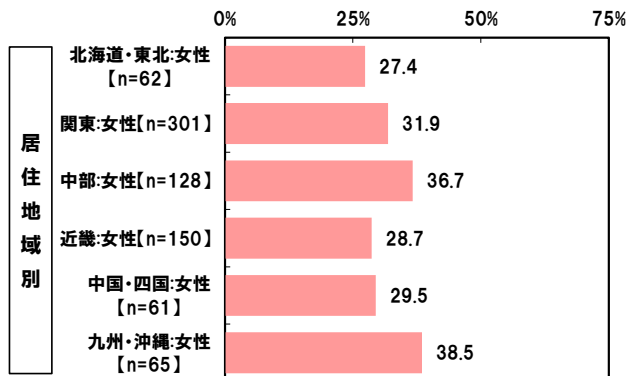
地域別の結果をみていくと、近畿の男性では「家族を大切にす」点に満足している割合が 59.2%となり、他のエリアに比べて高くなりました。近畿の男性はパートナーの家族思いなところに愛情を感じている人が目立って多いともいえそうです。

また、九州・沖縄の女性では「頼りがいがある」点に満足している割合が 38.5%と、中部の女性（36.7%）と並んで他のエリアより高くなりました。九州・沖縄と中部の女性は頼もしいパートナーに恵まれているようです。

◆今のパートナー(恋人・配偶者)に対し、「家族を大切にす」点に満足している男性の割合  
※回答した人の割合を表示



◆今のパートナー(恋人・配偶者)に対し、「頼りがいがある」点に満足している女性の割合  
※回答した人の割合を表示



■ パートナーと理想とのギャップ 男性回答1位は「口うるさくない」、女性回答1位は「収入が多い」

続いて、パートナー（恋人・配偶者）がいる人（1,354名）に、今のパートナーに対し「理想像を大きく下回っている（ギャップが大きい）」と思う点」を聞いたところ、1位は「収入が多い」（14.3%）、2位は「家事が好き・得意である」（13.4%）、3位は「大人の振る舞いができる」（12.3%）となりました。

男女別にみると、男性の回答では、1位が「口うるさくない・自由にさせてくれる」 [=口うるさい・自由にさせてくれない]（12.4%）となり、2位「家事が好き・得意である」 [=ではなかった]（9.9%）、3位「金銭感覚が合う」 [=合わない]（8.3%）と続きました。男性はパートナーの“寛大さ”と“家事力”が、理想より下回っていると感じる人が多いようです。また、“金銭感覚の違い”は見極めが簡単でないのか、理想と現実の差異を感じる男性も少なくないようです。

他方、女性の回答で、今のパートナーに対し「理想像を大きく下回っている（ギャップが大きい）」と思う点」は、1位が「収入が多い」 [=多くなかった]（19.7%）、2位が「頼りがいがある」 [=なかった]（17.7%）、3位が「家事が好き・得意である」 [=ではなかった]（16.2%）と続きました。理想とのギャップを感じる点として、女性回答ではパートナーの“収入の多さ”が最多となりましたが、相手の“精神的な頼もしさ”も理想とは差がある点として挙がりました。また、パートナーに“家事メン”であって欲しいという女性の理想に、現実はまだ追い付いていないのかもしれないかもしれません。

◆今のパートナー(恋人・配偶者)に対し、理想像を大きく下回っている(ギャップが大きい)と思う点(複数回答) ※各上位10位までを抜粋  
対象:パートナーがいる人

全体[n=1354]			男性[n=587]			女性[n=767]		
順位	項目	%	順位	項目	%	順位	項目	%
1位	収入が多い	14.3	1位	口うるさくない・自由にさせてくれる	12.4	1位	収入が多い	19.7
2位	家事が好き・得意である	13.4	2位	家事が好き・得意である	9.9	2位	頼りがいがある	17.7
3位	大人の振る舞いができる	12.3	3位	金銭感覚が合う	8.3	3位	家事が好き・得意である	16.2
4位	頼りがいがある	11.6	4位	大人の振る舞いができる	7.8	4位	大人の振る舞いができる	15.6
5位	口うるさくない・自由にさせてくれる	11.0	5位	収入が多い	7.2	5位	優しさ・思いやりがある	14.0
6位	優しさ・思いやりがある	10.9	6位	優しさ・思いやりがある	7.0	6位	聞き上手である	13.0
7位	金銭感覚が合う	10.6	7位	聞き上手である	5.6	7位	話し上手である	12.8
8位	聞き上手である	9.8	8位	趣味が合う	5.5	8位	金銭感覚が合う	12.3
9位	話し上手である	9.4	9位	話し上手である	4.9	9位	収入が安定している	11.5
10位	趣味が合う	8.2	10位	容姿が好み	4.4		おしゃれである	11.5

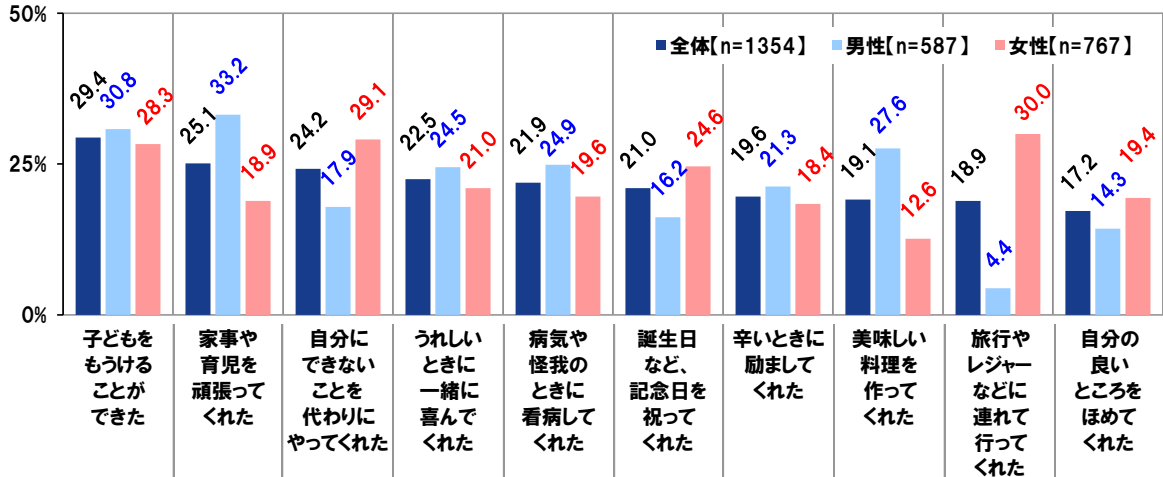
■パートナーがくれた幸せ 男性は日常に感謝、女性は非日常の演出に喜び

パートナーと共に人生を歩む中で、幸せをお互いに与え合うシーンも多いのではないのでしょうか。パートナー（恋人・配偶者）がいる人（1,354名）に、今までパートナーにしてもらってうれしかったことを質問しました。

男女別にみると、男性の回答では「家事や育児を頑張ってくれた」が最も多く33.2%となり、次いで「子どもをもうけることができた」（30.8%）、「美味しい料理を作ってくれた」（27.6%）、「病気や怪我のときに看病してくれた」（24.9%）、「うれしいときに一緒に喜んでくれた」（24.5%）の順となりました。家事や育児、美味しい料理、病気などの看病など、日常的な生活の中でパートナーが自分を支えてくれることに、男性は喜びや感謝の気持ちを感じているようです。

一方、女性の回答では男性と傾向が異なり、「旅行やレジャーなどに連れて行ってくれた」（30.0%）、「自分にできないことを代わりにやってくれた」（29.1%）、「子どもをもうけることができた」（28.3%）、「誕生日など、記念日を祝ってくれた」（24.6%）、「うれしいときに一緒に喜んでくれた」（21.0%）で割合が高くなりました。女性は、パートナーが“日常”よりも“非日常”を自分のために演出してくれたことに、喜びを感じる傾向がみられました。また、自分が得意でないことに対するパートナーのフォローを心強く思い、うれしいと感激する人も多いようです。

◆今までパートナーにしてもらってうれしかったこと（複数回答）対象：パートナーがいる人  
※上位10位までを抜粋

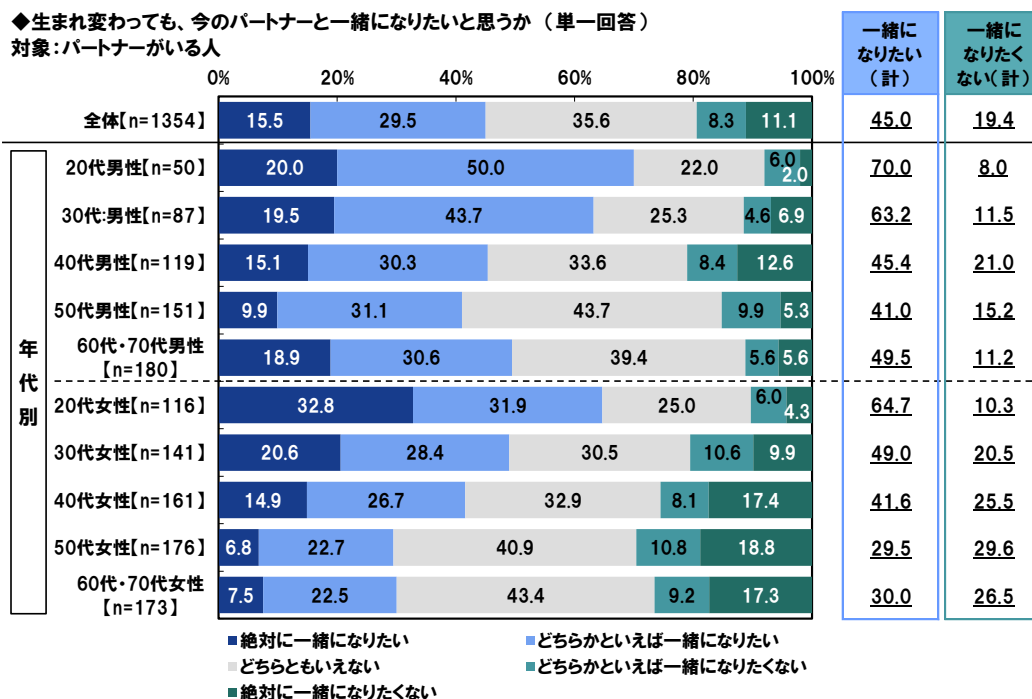


- 「生まれ変わっても一緒になりたい」4割半、20代男性では7割とパートナーにゾッコン
- 生まれ変わったらすれ違い？1000年愛の近畿男性と冷静ラブな近畿女性の恋愛温度差が心配！
- 永遠の愛？そうでもない？分かれ目には「優しさ・思いやり」「家族への愛情」「頼れる関係性」

縁があって出会った大切なパートナー。生まれ変わっても共にありたいと願うのは、パートナーに対する深い愛情の表れといえるかもしれません。生まれ変わっても現在のパートナーと一緒にになりたいと思うかを聞いてみました。

パートナー（恋人・配偶者）がいる人（1,354名）に、生まれ変わっても今のパートナーと一緒にになりたいと思うか聞いたところ、『一緒にになりたい』（「絶対に」と「どちらかといえば」の合計、以下同じ）は45.0%、『一緒になりたくない』（「絶対に」と「どちらかといえば」の合計、以下同じ）は19.4%、「どちらともいえない」は35.6%となり、生まれ変わっても今のパートナーと一緒にになりたいと思っている人のほうが多い結果となりました。

性年代別にみると、『一緒にになりたい』は20代男性で70.0%、20代女性で64.7%となり、パートナーに対する思いの強さは20代男女で際立ちました。さらに「絶対一緒にになりたい」は20代女性では32.8%と、3人に1人は生まれ変わっても絶対に今のパートナーと一緒にいたいと感じているようです。

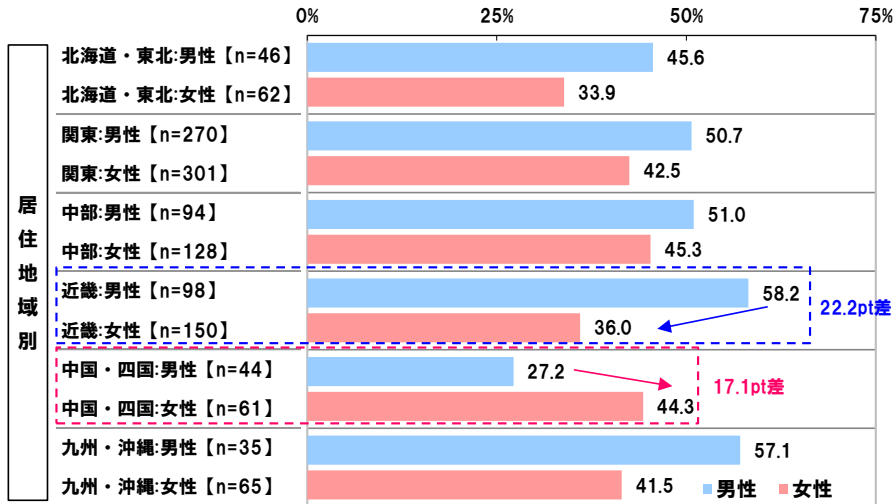


ここで、それぞれの地域の結果をみていくと、男女のすれ違いとして少し心配な点もみられました。近畿では、男性の回答で『一緒になりたい』が 58.2%と全国で最も高くなりましたが、同エリアの女性の回答では『一緒になりたい』が 36.0%と、全国で 2 番目に低くなりました。近畿では、今のパートナーと「生まれ変わっても一緒に」と考える男性が多いようですが、同エリアの女性は、男性よりも冷静な考えをもっているのかもしれませんが。

一方で、中国・四国では、男性の回答で『一緒になりたい』が 27.2%で全国で最も低くなりましたが、同エリアの女性の回答では『一緒になりたい』が 44.3%と他のエリアより比較的高くなりました。中国・四国では男性よりも女性のほうが、パートナーに対して熱い思いを持っているようです。

◆生まれ変わっても、今のパートナーと一緒にになりたいと思う人の割合

※『一緒になりたい(計)』(「絶対に」+「どちらかといえば」の合計)の割合を表示

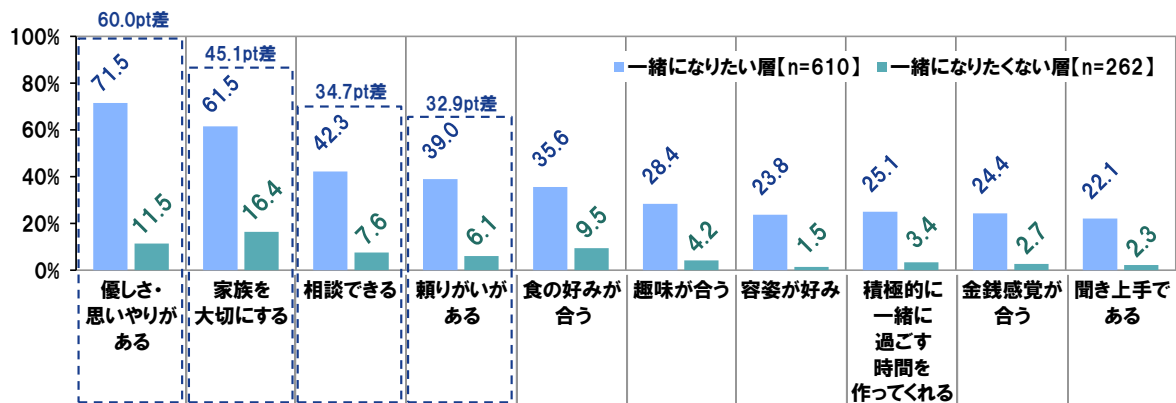


では、生まれ変わっても今のパートナーと『一緒になりたい』と回答した人は、相手のどのような点に満足しているのでしょうか。

生まれ変わっても今のパートナーと『一緒になりたい』層 (610 名) と『一緒になりたくない』層 (262 名) で、相手に満足している割合の差が最も大きいのは、「優しさ・思いやりがある」(『一緒になりたい』層 71.5%、『一緒になりたくない』層 11.5%、60.0 ポイント差、以下同順) となりました。生まれ変わっても一緒にいたいと感じられる、素晴らしい関係をパートナーと築く最大のポイントは「優しさや思いやり」であるといえそうです。次いで、割合の差が大きいのは、「家族を大切にする」(61.5%、16.4%、45.1 ポイント差)、「相談できる」(42.3%、7.6%、34.7 ポイント差)、「頼りがいがある」(39.0%、6.1%、32.9 ポイント差) でした。お互いに「相談できる」「頼りがいがある」と感じられる関係性も、パートナーをかけがえのない存在と感じる要因といえそうです。

◆今のパートナーに対し、満足している点 (複数回答) 対象:パートナーがいる人

※一緒になりたい層と一緒になりたくない層との差が大きい順に、上位10位までを抜粋



【第4章：人生の満足度を向上させるモノ・コト】

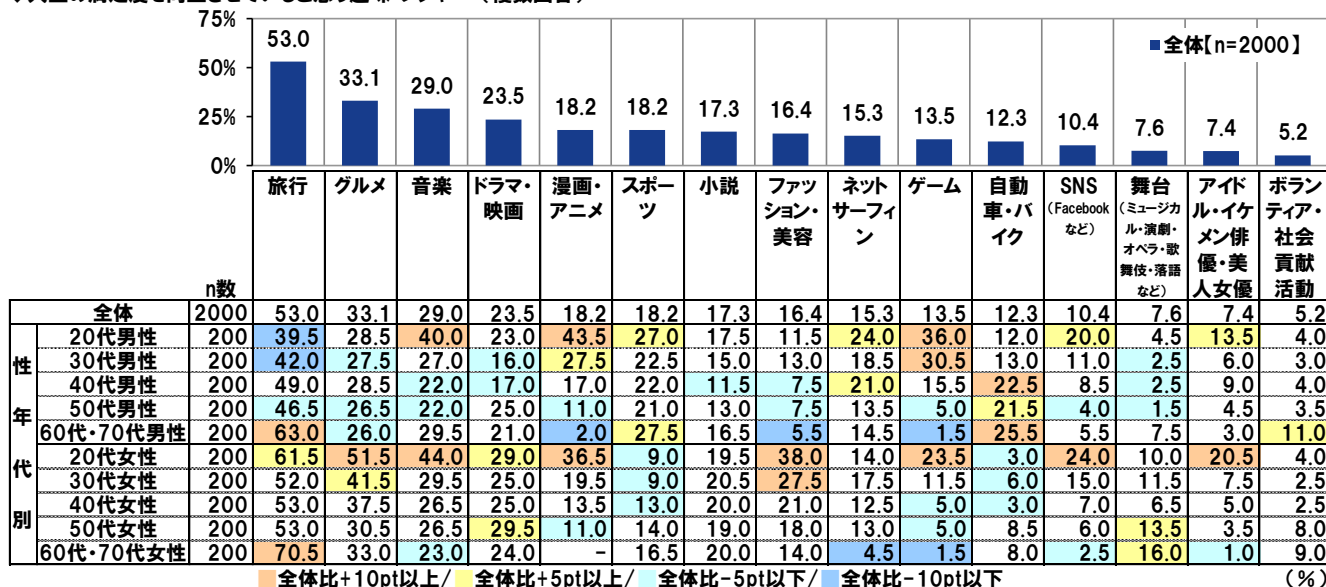
- オトコの人生満足度上昇アイテム 20代では「漫画・アニメ」、40代以上では「クルマ・バイク」
- インスタで気分もあがる？20代女性の4人に1人が「SNS」で人生満足度アップ
- 人生満足度を上げる体験や心の洗濯 シニア男性では「ボランティア」、シニア女性では「舞台鑑賞」
- ハマりすぎて人生の満足度を低下させたと思う趣味 1位「ゲーム」
- インスタ映え消費にお疲れ気味？「SNSで人生満足度を下げた」20代女性で約15ポイント上昇

次に、人生を豊かにしてくれる“モノ”や“コト”として、趣味や娯楽・レジャーについての質問を行いました。

まず、全回答者（2,000名）に、自身の人生の満足度を向上させていると思う趣味・レジャーは何か聞いたところ、「旅行」が53.0%で最多となり、次いで、「グルメ」（33.1%）、「音楽」（29.0%）、「ドラマ・映画」（23.5%）、「漫画・アニメ」と「スポーツ」（同率18.2%）で続きました。

性年代別にみると、20代男性では「漫画・アニメ」（43.5%）、「音楽」（40.0%）、「ゲーム」（36.0%）が、40代男性では「自動車・バイク」（22.5%）が他の性年代層より高くなりました。20代男性はエンタメ関連の情報コンテンツ、40代男性はリアルなクルマやバイクで人生の満足度を高めている人が多いようです。また、20代女性では「SNS」が24.0%となり、他の世代より高い結果となりました。Instagram（インスタグラム）などのSNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）の流行を反映した結果といえそうです。また、60代以上の男性では「ボランティア・社会貢献活動」（11.0%）が、60代以上の女性では「舞台（ミュージカル・演劇・オペラ・歌舞伎・落語など）」（16.0%）が他の性年代層より高くなりました。

◆人生の満足度を向上させていると思う趣味・レジャー（複数回答）

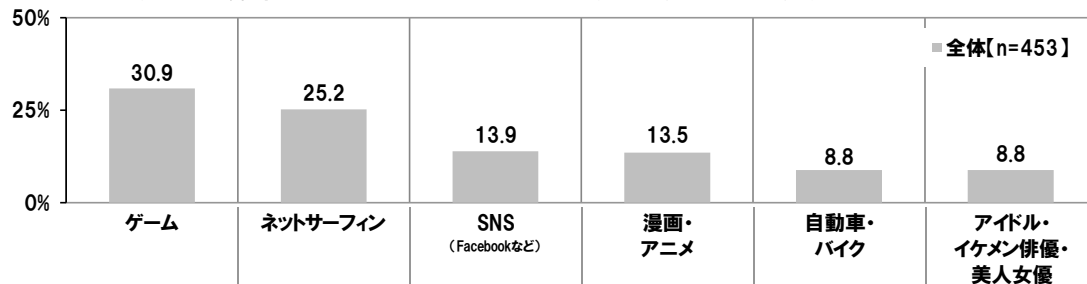


一方、「実際にハマりすぎて人生の満足度を低下させたと思う趣味・レジャー」とは、どのようなものなのでしょうか。

ハマりすぎて人生の満足度を低下させた趣味・レジャーがある人（453名）の回答をみると、「ゲーム」が最も多く30.9%、次いで「ネットサーフィン」が25.2%、「SNS」が13.9%と続きました。

◆ハマりすぎて人生の満足度を低下させたと思う趣味・レジャー（複数回答）

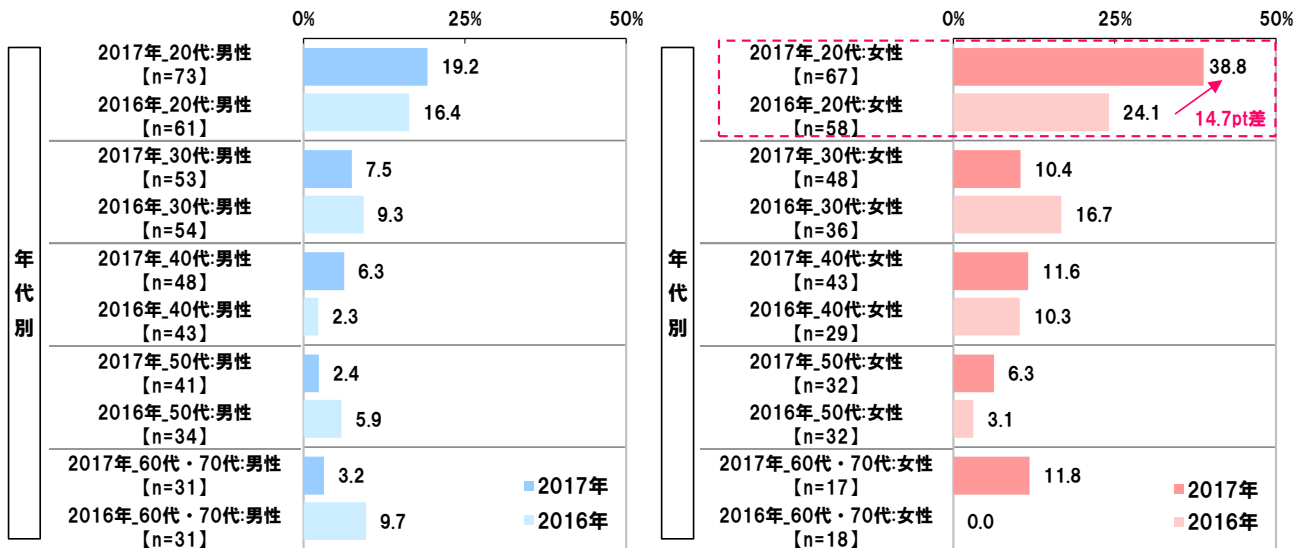
※ハマりすぎて人生の満足度を低下させたと思う趣味・レジャーがある人の結果(上位5位まで)を表示



また、昨年の調査結果と比較すると、20代女性で「SNS」によって人生満足度が低下したとする割合が約15ポイント上昇しました（2016年24.1%→2017年38.8%）。Instagramで映える写真を撮るために話題のスポットに出かけたり、商品を購入したりすることを意味する“インスタ映え消費”という言葉が誕生しましたが、フォトジェニックなモノやコトを求めて頑張ることに、疲れてしまった20代女性が増えているのかもしれない。

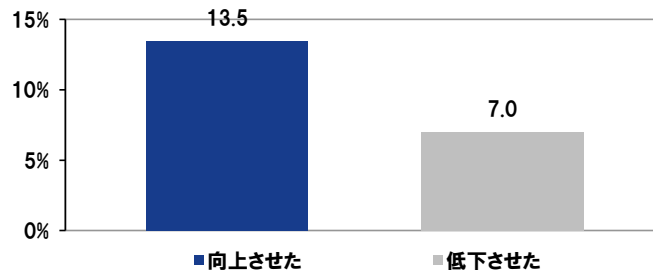
◆「SNS」にハマりすぎて人生の満足度が低下したと回答した男性の割合  
対象：ハマりすぎて人生の満足度を低下させた趣味・レジャーがある人

◆「SNS」にハマりすぎて人生の満足度が低下したと回答した女性の割合  
対象：ハマりすぎて人生の満足度を低下させた趣味・レジャーがある人



また、ハマりすぎて人生満足度を下げた娯楽の1位にランクインした「ゲーム」ですが、反対に「人生の満足度を向上させていると思う趣味・レジャー」で「ゲーム」と回答した割合は13.5%となっています。ゲームに夢中になることに意味を見出さず、人生満足度が低下したと考える人もいますが、ゲームを楽しむことで人生満足度が上がったと考える人のほうが多いようです。

◆「ゲーム」と人生の満足度との関係 全体(n=2000)  
※人生の満足度を「向上させた」割合と「低下させた」割合を表示





【第5章：人生の総括】

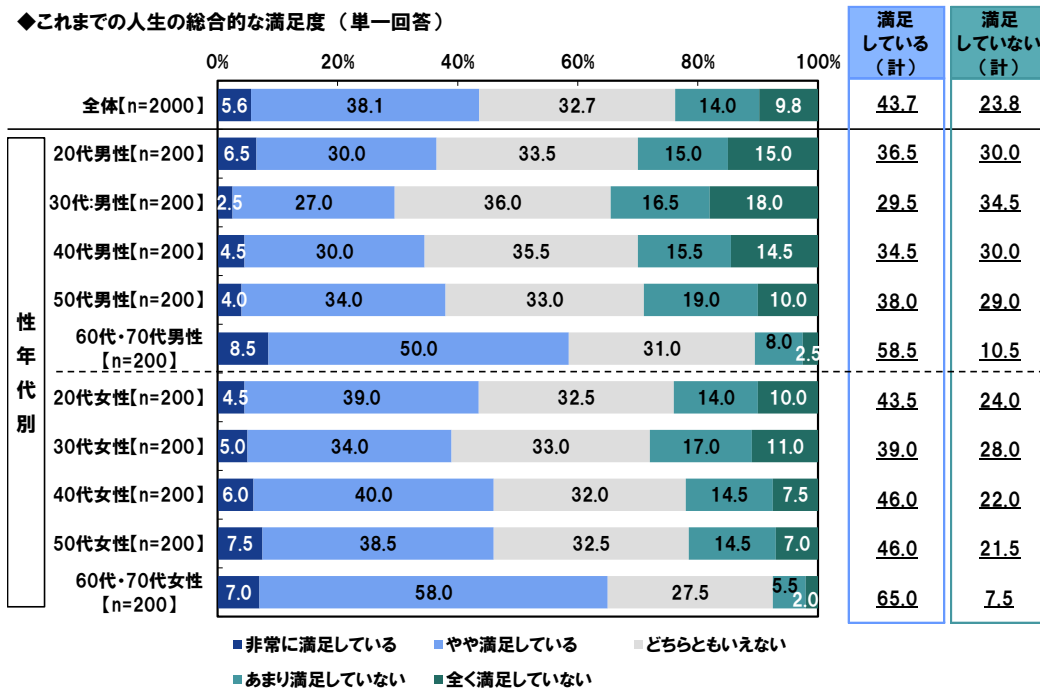
- 「これまでの人生に満足」43.7% シニア世代では61.8%が人生に満足
- 人材不足時代が到来！就職戦線“売り手市場”化で20代の人生総合満足度が上昇中？

仕事やマネー、パートナー、趣味などの満足度をみてきましたが、これまでの自分の人生を総括すると、どの程度満足だと感じているのでしょうか。

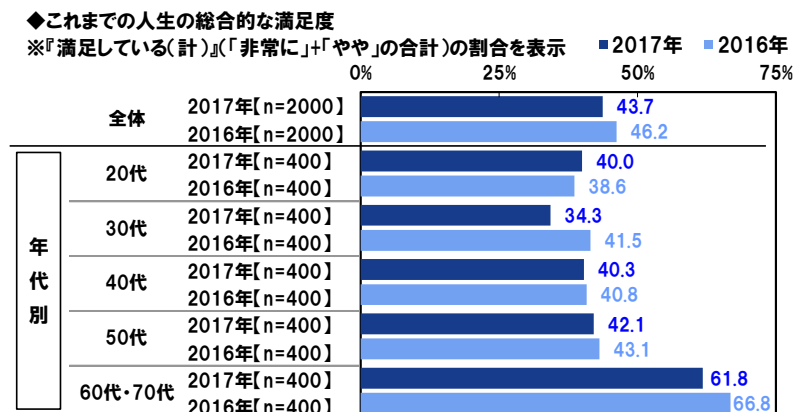
全回答者（2,000名）に「これまでの人生の総合的な満足度」を聞いたところ、『満足している』は43.7%、対する『満足していない』は23.8%、「どちらともいえない」は32.7%となり、これまでの人生に満足している人は4割強となりました。

性年代別にみると、男性20代から50代では、『満足している』が全体と比較して低くなりました。特に30代男性は『満足している』が3割弱となり、全ての性年代で最も低くなっています。仕事の責任が増える中、昇進や報酬の不満足やキャリアアップに対する不安、結婚や家庭の悩みなどが重なりがちな年代で、人生に対する満足を感じづらい状況になっているのかもしれませんが。

一方、シニア世代においては全体と比較して人生満足度が61.8%と高く、『満足している』は60代・70代男性で58.5%、60代・70代女性で65.0%となりました。60代を迎えると、人生で起こるさまざまな出来事に対して穏やかな態度で臨めるようになるのか、シニアライフは人生満足度の高い時期であるようです。



また、昨年の調査結果と比較すると、『満足している』は全体では2.5ポイント下降しましたが、年代別では20代のみ上昇（1.4ポイント）しました。2017年は有効求人倍率がバブル経済期の水準を超えるなど、雇用情勢が“売り手市場”となったことから、就職や転職の成功なども20代の人生満足度が上昇したひとつの要因といえるかもしれません。



- 人生満足度アップのための行動や心がけ 1位「礼儀を大切に」、2位「何事にも感謝」
- 幸せな人生を送るため、女性はどんな心がけてる？20代「礼儀」30代「貯金」40代以上「感謝」
- 人生満足度アップ術 20代女性の3割半は「自分へのご褒美」、シニア女性の3割は「断捨離」

人生満足度を上げるために行っていることや心がけについて質問しました。

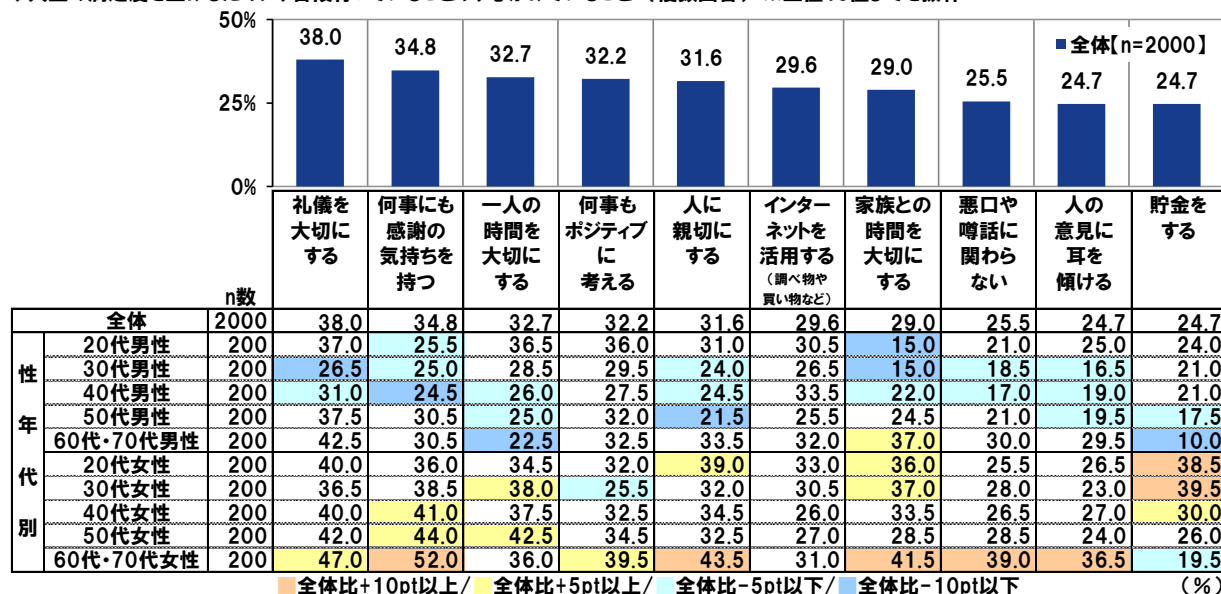
全回答者（2,000名）に、人生の満足度を上げるための行動や心がけていることについて聞いたところ、「礼儀を大切にする」は38.0%で最も多くなり、次いで「何事にも感謝の気持ちを持つ」（34.8%）となりました。幸せな人生を送るためには、礼節を重んじること、周囲の人や出来事に感謝の気持ちを持つことが大切だと考える人が多いようです。さらに、「一人の時間を大切にする」（32.7%）、「何事もポジティブに考える」（32.2%）、「人に親切にする」（31.6%）が3割台で続きました。

性年代別にみると、女性は20代で「礼儀を大切にする」（40.0%）が最も高くなりましたが、30代では「貯金をする」（39.5%）、40代以上では「何事にも感謝の気持ちを持つ」（40代41.0%、50代44.0%、60代・70代52.0%）が最も高くなりました。人生満足度を上げるための行動や心がけは、ライフステージによって異なるといえそうです。

また、20代女性では「自分にご褒美をあげる」が36.5%となり、全体（17.5%）と比べ19.0ポイント高くなりました。“自分へのご褒美”は人生満足度をアップさせる方法として、20代女性に浸透しつつあるのかもしれませんが。

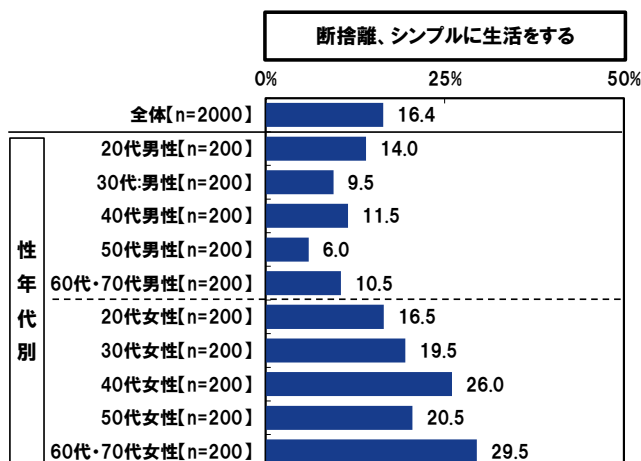
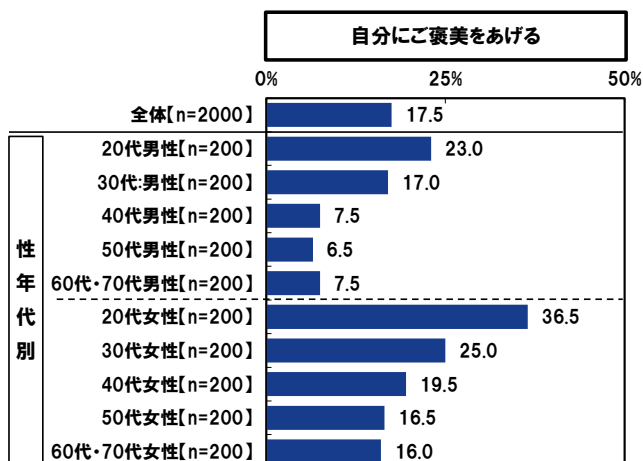
一方で60代・70代女性では「断捨離、シンプルに生活をする」が29.5%と、全体（16.4%）と比べ13.1ポイント高くなり、余計なモノを持たない、無駄のない生活がシニア女性の人生満足度をアップさせている様子が窺えました。

◆ 人生の満足度を上げるために、普段行っていることや、心がけていること（複数回答）※上位10位までを抜粋



◆ 人生の満足度を上げるために、普段行っていることや心がけていること ※回答した人の割合を表示

◆ 人生の満足度を上げるために、普段行っていることや心がけていること ※回答した人の割合を表示



## 【第6章：人生満足度を上げた今年のニュースやエンターテインメント】

### ■人生満足度を上げた今年の三大ニュース

1位「サッカー日本代表のワールドカップ出場決定」、2位「広島カープの優勝」3位「株価上昇」

2017年もさまざまな出来事がメディアを賑わせましたが、今年どのようなニュースが人の心に強く印象を残したのでしょうか。全回答者（2,000名）に、人生満足度を上げた今年のニュースと、逆に人生満足度を下げたニュースは何か、それぞれ自由回答で聞きました。

《人生の満足度を上げたニュース》では、1位は「サッカー日本代表のワールドカップ（W杯）出場決定」となりました。6大会連続でのサッカーW杯出場決定は、人の心に大きな感動を与えたようです。2位は「広島カープの優勝」となりました。急増中の“カープ女子”が話題の広島カープですが、2年連続のリーグ制覇も、2017年の人生満足度を上げたニュースとしてランクインしました。また、景気回復を背景とした「株価上昇」が3位にランクインしています。そのほか、「眞子様のご婚約」の喜ばしいニュースや、愛らしい姿が注目を集めた「パンダの香香（シャンシャン）の誕生」が人生満足度を上げた2017年のニュースとして挙げられました。

### ◆今年、人生の満足度を上げたニュース（自由回答）

※上位5位までを抜粋

全体【n=2000】

		件数
1位	サッカー日本代表の ワールドカップ(W杯)出場決定	38
2位	広島カープの優勝	33
3位	株価上昇	31
4位	パンダの香香(シャンシャン)の誕生	14
5位	眞子様のご婚約	13

■人生満足度を上げてくれた有名人

スポーツ選手部門 1位「イチローさん」、メジャー挑戦表明の「大谷翔平さん」は4位にランクイン  
 映画監督・脚本家部門 製作中の新作長編アニメが早くも話題 「宮崎駿さん」が1位に

次に、人生満足度を上げてくれたスポーツ選手や映画監督・脚本家、アーティストについて聞きました。

《人生の満足度を上げてくれた・感動を与えてくれたスポーツ選手》では、1位「イチローさん」、2位「羽生結弦さん」と「浅田真央さん」、4位「大谷翔平さん」、5位「桐生祥秀さん」でした。

男女別にみると、男性回答では「イチローさん」がダントツとなりました。女性回答では「浅田真央さん」・「羽生結弦さん」と、フィギュアスケートで活躍した選手が上位2位に挙げられました。

◆人生の満足度を上げてくれた・感動を与えてくれたスポーツ選手（自由回答）※各上位10位までを抜粋

全体[n=2000]			男性[n=1000]			女性[n=1000]		
順位	名前	件数	順位	名前	件数	順位	名前	件数
1位	イチロー	122	1位	イチロー	91	1位	浅田真央	50
2位	羽生結弦	52	2位	大谷翔平	18	2位	羽生結弦	44
	浅田真央	52	3位	錦織圭	12	3位	イチロー	31
4位	大谷翔平	36	4位	長嶋茂雄	11	4位	大谷翔平	18
5位	桐生祥秀	22	5位	松井秀喜	10	5位	桐生祥秀	15
6位	錦織圭	21	6位	羽生結弦	8		内村航平	15
	内村航平	21	7位	桐生祥秀	7	7位	吉田沙保里	10
8位	長嶋茂雄	13		香川真司	6	8位	錦織圭	9
9位	松山英樹	12	8位	内村航平	6	9位	松山英樹	7
	稀勢の里寛	10	10位	松山英樹	5	10位	稀勢の里寛	6
10位	吉田沙保里	10		平野美宇	5		鳥谷敬	6
	松井秀喜	10						

《人生満足度を上げてくれたと思う映画監督・脚本家》では、1位は「となりのトトロ」や「千と千尋の神隠し」などで知られる「宮崎駿さん」でした。製作中の新作長編アニメ「君たちはどう生きるか」は、早くも話題となっているようです。また、2位は「ジュラシック・パーク」などで知られる「スティーヴン・スピルバーグさん」と、「七人の侍」が代表作として有名な「黒澤明さん」が同数となりました。また、男女別にみると「やすらぎの郷」のヒットが記憶に新しい「倉本聰さん」が女性回答3位にランクインしました。毎平日の放送を楽しみにしていたシニア女性が多かったのではないのでしょうか。

◆人生の満足度を上げてくれたと思う映画監督・脚本家（自由回答）※各上位10位までを抜粋

全体[n=2000]			男性[n=1000]			女性[n=1000]		
順位	名前	件数	順位	名前	件数	順位	名前	件数
1位	宮崎駿	46	1位	宮崎駿	20	1位	宮崎駿	26
2位	スティーヴン・スピルバーグ	24	2位	スティーヴン・スピルバーグ	19	2位	新海誠	10
	黒澤明	24		黒澤明	19	3位	倉本聰	9
4位	新海誠	21	4位	北野武	13	4位	ビル・コンドン	6
5位	北野武	16	5位	新海誠	11		是枝裕和	6
6位	ジョージ・ルーカス	13	6位	ジョージ・ルーカス	9	6位	スティーヴン・スピルバーグ	5
	山田洋次	11		山田洋次	9		黒澤明	5
7位	倉本聰	11	8位	住野よる	4		ジョージ・ルーカス	4
	ビル・コンドン	7		クリストファー・ノーラン/ クリント・イーストウッド/ リュック・ベッソン/ 伊丹十三/宮藤官九郎/ 三谷幸喜	各3	8位	フランク・ダラボン	4
9位	是枝裕和	7					福田雄一	4

■人生満足度を上げてくれた有名人

アーティスト部門 「引退寂しい」「ありがとう」の声が止まらない！「安室奈美恵さん」が1位に  
漫画家部門 1位マンガの神様「手塚治虫さん」、2位「尾田栄一郎さん」、3位「鳥山明さん」

続いて、《人生の満足度を上げてくれた・辛いときの支えになってくれたアーティスト》では、1位「安室奈美恵さん」と「Mr.Children」、3位「嵐」、4位「SMAP」、5位「サザンオールスターズ」と「ゆず」でした。

男女別にみると、男性回答では「Mr.Children」が1位、女性回答では「嵐」が1位となりました。2018年の引退を表明した安室奈美恵さんは、男性回答で3位、女性回答で2位にランクインしました。引退報道に落胆したファンは、男女ともに多いのではないのでしょうか。

◆人生の満足度を上げてくれた・辛いときの支えになってくれたアーティスト（自由回答）※各上位10位までを抜粋

全体[n=2000]			男性[n=1000]			女性[n=1000]		
順位	アーティスト	件数	順位	アーティスト	件数	順位	アーティスト	件数
1位	安室奈美恵	24	1位	Mr.Children	10	1位	嵐	19
	Mr.Children	24	2位	The Beatles	9	2位	安室奈美恵	16
3位	嵐	20	3位	いきものがかり	8	3位	Mr.Children	14
4位	SMAP	16		安室奈美恵	8	4位	SMAP	13
5位	サザンオールスターズ	14		B'z	7	5位	星野源	10
	ゆず	14	5位	桑田佳祐	7	6位	サザンオールスターズ	9
7位	B'z	13		中島みゆき	7		ゆず	9
	The Beatles	11	8位	ZARD	6	8位	松任谷由実	8
8位	ZARD	11		尾崎豊	6		B'z	6
	星野源	11	10位	サザンオールスターズ/ ゆず/長瀬剛/乃木坂46	各5	9位	DREAMS COME TRUE	6
	中島みゆき	11						

そして、《人生満足度を上げてくれたと思う漫画家》では、1位は「鉄腕アトム」「ブラック・ジャック」などの代表作で知られ、「マンガの神様」と評された「手塚治虫さん」となりました。2位は「ONE PIECE」の作者「尾田栄一郎さん」、3位「ドラゴンボール」で知られる「鳥山明さん」でした。

男女別にみると、男性回答では「手塚治虫さん」、女性回答では「尾田栄一郎さん」がそれぞれ1位となりました。男女共に「手塚治虫さん」と「尾田栄一郎さん」の作品が支持されているようですが、3位は傾向が異なり、男性回答では「鳥山明さん」、女性では「ハチミツとクローバー」や「3月のライオン」で知られる「羽海野チカさん」がランクインしました。

◆人生の満足度を上げてくれたと思う漫画家（自由回答）※各上位10位までを抜粋

全体[n=2000]			男性[n=1000]			女性[n=1000]		
順位	漫画家	件数	順位	漫画家	件数	順位	漫画家	件数
1位	手塚治虫	60	1位	手塚治虫	42	1位	尾田栄一郎	25
2位	尾田栄一郎	55	2位	尾田栄一郎	31	2位	手塚治虫	18
3位	鳥山明	22	3位	鳥山明	20	3位	羽海野チカ	10
4位	井上雄彦	17	4位	井上雄彦	11	4位	矢沢あい	8
5位	羽海野チカ	12	5位	赤塚不二夫	8	5位	萩尾望都	7
6位	青山剛昌	11		ちばてつや	7		井上雄彦	6
	富樫義博	11	6位	高橋留美子	7	6位	空知英秋	6
8位	赤塚不二夫	10		富樫義博	7		青山剛昌	6
	あだち充	9	9位	水島新司	6		あだち充/さくらももこ/ 岸本斉史/池田理代子/ 富樫義博	各4
9位	空知英秋	9	10位	あだち充/水木しげる 青山剛昌	各5			

- もう一度観たい映画 邦画興業収入歴代2位の新海誠監督「君の名は。」が1位に
- もう一度観たい舞台 1位「ライオン・キング」、2位「オペラ座の怪人」
- もう一度観たい国内の観光スポット 2位「厳島神社」、1位は世界遺産になった日本一のあの山！

過去に鑑賞した映画や舞台での感動経験、「もう一度あの素晴らしさを味わいたい」と思うタイトルもあるのではないのでしょうか。

《もう一度観たい映画のタイトル》について聞いたところ、1位は「君の名は。」となりました。2016年に公開され大ヒットとなった映画作品ですが、早くも「もう一度見たい！」と感じる人が多いようです。2位は「スター・ウォーズシリーズ」と「美女と野獣」、4位「タイタニック」と「ローマの休日」でした。

また、《もう一度観たい舞台のタイトル・演目》では、1位「ライオン・キング」、2位「オペラ座の怪人」、3位「レ・ミゼラブル」、4位「キャッツ」、5位「アラジン」と「マンマ・ミーア！」でした。

◆もう一度観たい映画のタイトル（自由回答）  
※上位5位までを抜粋

全体[n=2000]

		件数
1位	君の名は。	29
2位	スター・ウォーズシリーズ	17
	美女と野獣	17
4位	タイタニック	16
	ローマの休日	16

◆もう一度観たい舞台のタイトル・演目（自由回答）  
※上位5位までを抜粋

全体[n=2000]

		件数
1位	ライオン・キング	43
2位	オペラ座の怪人	22
3位	レ・ミゼラブル	17
4位	キャッツ	16
5位	アラジン	6
	マンマ・ミーア！	6

さらに、《もう一度目にしておきたいと思う国内の観光名所・絶景スポット》を聞いたところ、1位「富士山」、2位「厳島（宮島）・厳島神社」、3位「屋久島」、4位「伊勢神宮」と「上高地」でした。2013年に世界遺産に登録されて以来、日本の名所として国内外で絶大な人気を誇る「富士山」が、もう一度目にしておきたいと思う観光名所として堂々の1位となりました。

◆もう一度目にしておきたいと思う  
国内の観光名所・絶景スポット（自由回答）  
※上位5位までを抜粋

全体[n=2000]

		件数
1位	富士山	65
2位	厳島(宮島)・厳島神社	29
3位	屋久島	19
4位	伊勢神宮	16
	上高地	16

注：本調査レポートの百分率表示は小数点第2位で四捨五入しているため、  
合計しても100%とならない場合がございます。  
また、属性別集計において抜粋して表示している場合は、n数を合計しても全体と一致しない場合がございます。

- ◆調査タイトル：人生の満足度に関する調査 2017
- ◆調査対象：ネットエイジアリサーチのモニター会員を母集団とする  
全国の20～79歳の男女
- ◆調査期間：2017年10月4日～10月10日
- ◆調査方法：インターネット調査
- ◆調査地域：全国
- ◆有効回答数：2,000サンプル  
(有効回答から性別×年代区分が均等になるように抽出)

(内訳)	20代	30代	40代	50代	60代・70代
男性	200	200	200	200	200
女性	200	200	200	200	200

- ◆調査協力会社：ネットエイジア株式会社

### ■■会社概要■■

会社名：プルデンシャル ジブラルタ ファイナンシャル生命保険株式会社  
 代表者名：代表取締役社長 兼 CEO 添田 毅司  
 営業開始：2009年6月1日  
 本社所在地：東京都千代田区永田町 2-13-10  
 業務内容：生命保険業  
 (営業種目：個人保険、個人年金保険、団体保険、団体年金保険)

### ■■報道関係の皆様へ■■

本ニュースリリースの内容の転載にあたりましては、  
「PGF 生命調べ」と付記のうえご使用いただきますようお願い申し上げます。

### ■■本調査に関するお問い合わせ窓口■■

プルデンシャル ジブラルタ ファイナンシャル生命保険株式会社  
 広報チーム 奥村、勝部  
 TEL 03 (6740) 8005 (直通)