

2025年3月

「住まいと資産形成に関する意識と実態調査」(2025年)より

令和の老後不安事情

— 世間の老後不安の正体とは・・・？ —

三井住友信託銀行

三井住友トラスト・資産のミライ研究所

主任研究員 杉浦 章友



1. 調査名：「住まいと資産形成に関する意識と実態調査」(2025年)
2. 調査対象：全国の18～69歳 ただし関連業種(金融、調査、マスコミ、広告)従事者を除く
3. 調査方法：WEBアンケート調査
4. 調査時期：2025年1月
5. サンプルサイズ：11,435
6. サンプルの属性(年代別)

18-29歳	2,103
30-39歳	1,944
40-49歳	2,443
50-59歳	2,707
60-69歳	2,238

7. 備考：端数処理の関係上、割合については合計で100%とならない場合があります

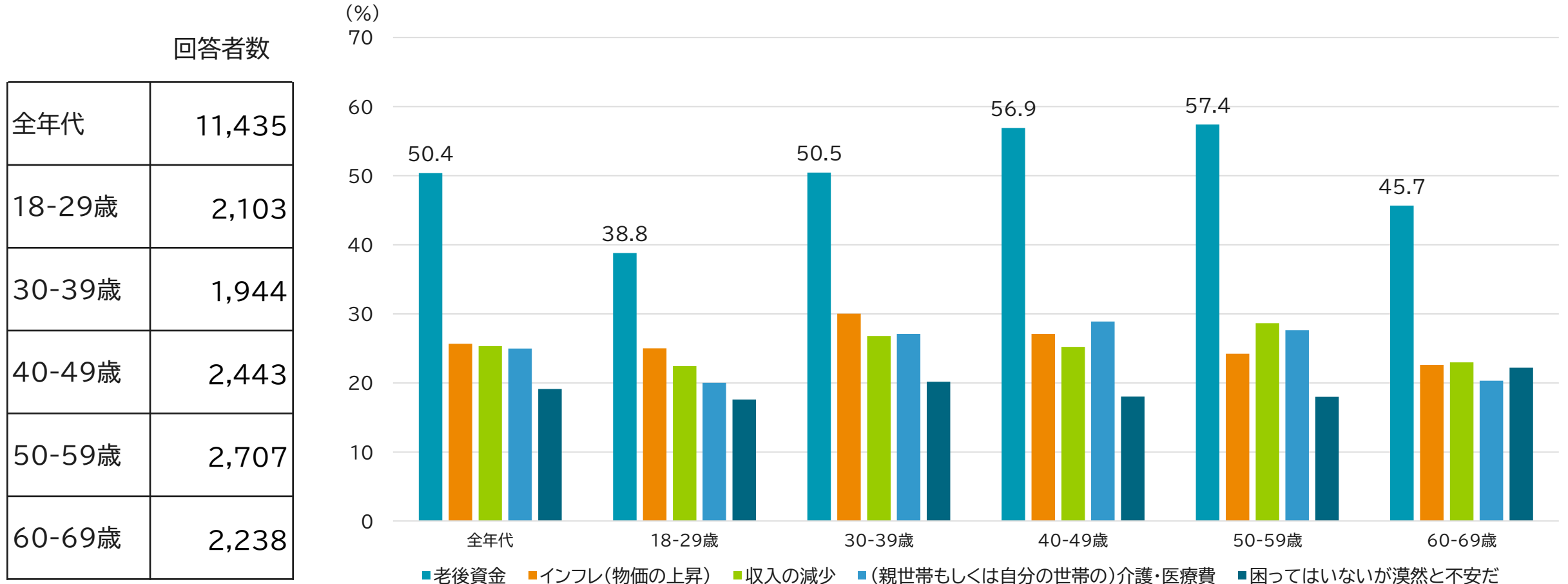
「老後資金への不安」の原因は？

- 老後資金不安の理由は、老後の生活費や年金額がわからないから
- 老後資金は4割～5割が「金額の想像がつかない」と回答
- 老後の生活費の金額は「想定できていない」が約半数
- 公的年金の受給額は「イメージできていない」が多数派
- 年金額がイメージできていても、「少ない」と感じる人が半数以上
- 公的年金額の把握経路によって、公的年金額に対するイメージが異なる
- ライフプランを立てているほうが年金額と想定とのギャップが小さい
- 退職金・企業年金は「制度」としては知っているが「支給水準」は知らない

お金に関する不安のトップは「老後資金」

- お金に関する不安のトップは「老後資金」(全ての年代において共通)

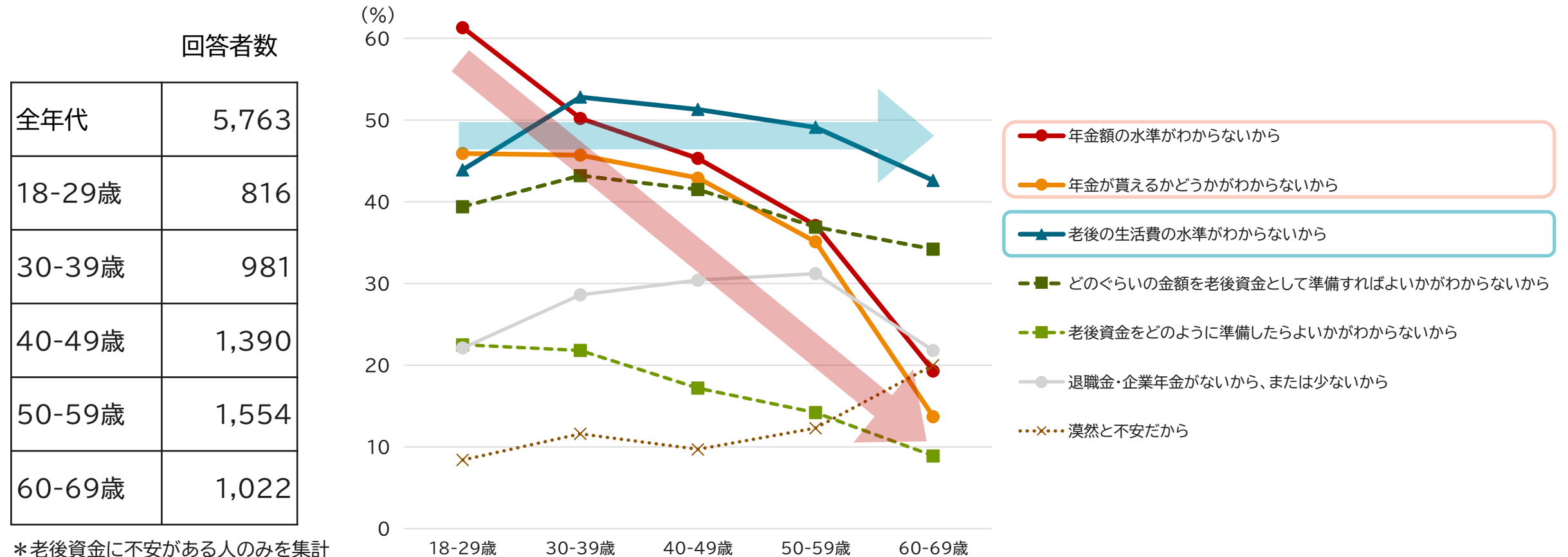
図表1 お金に関する不安(上位5項目) ※複数回答可



老後資金不安の理由は、老後の年金額や生活費がわからないから

- 老後資金不安の理由として、若年層では「年金額の水準がわからないから」「年金を貰えるかどうかかわからないから」との回答が多数あったが、それらの回答は年齢が上がるにつれて減少傾向が見られた
- 一方、年齢層を問わず「老後の生活費の水準がわからないから」との回答が多数あった

図表2 老後資金不安の理由 ※複数回答可

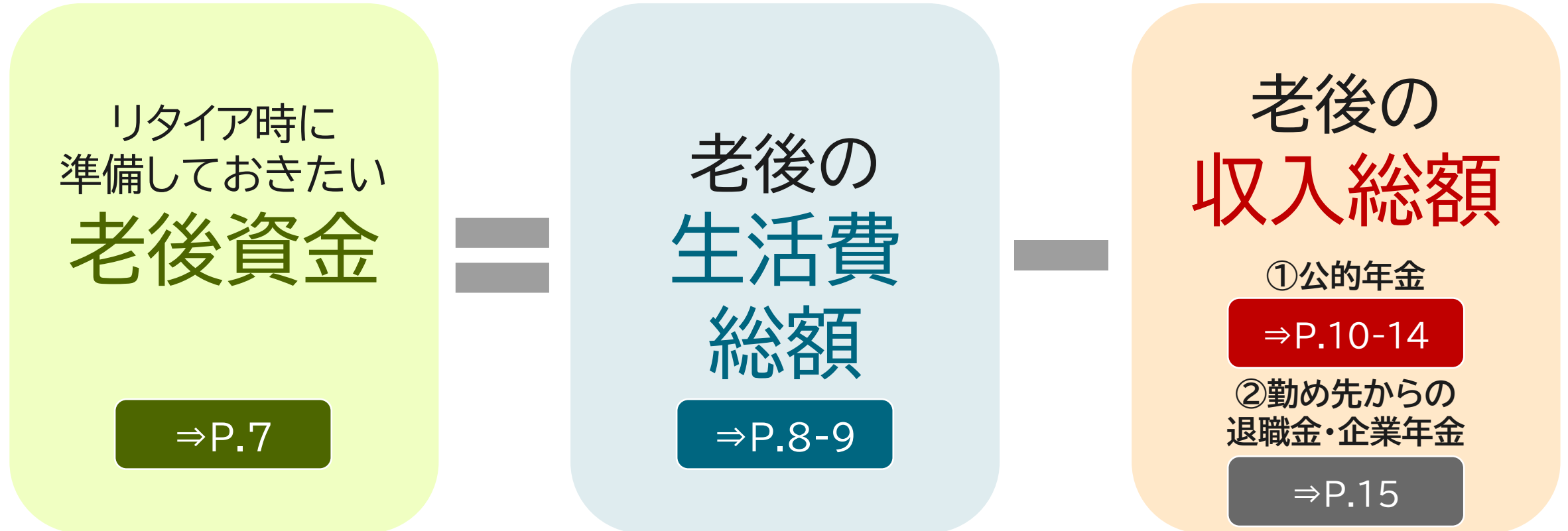


*老後資金に不安がある人のみを集計

「老後の生活費」と「老後の収入」から「老後資金」を考える

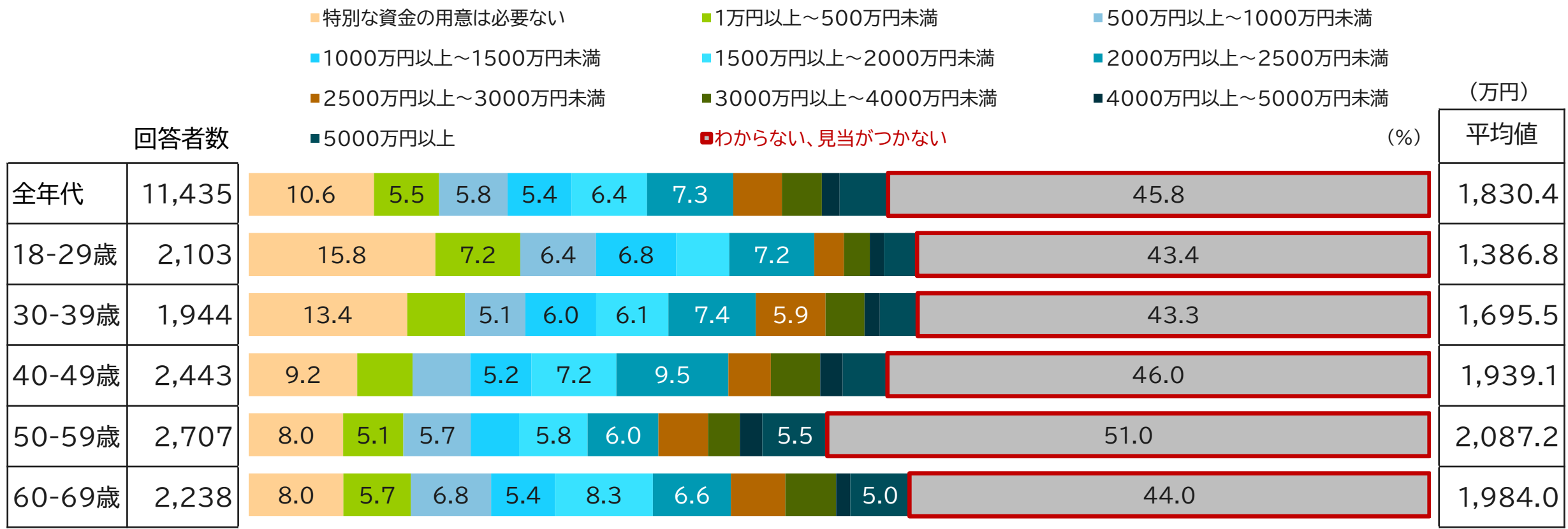
- リタイア時に準備しておきたい老後資金は「老後の生活費総額」と「老後の収入総額」の差額と想定
- 老後の収入の柱は「公的年金」と「勤め先からの退職金・企業年金」

図表3 「老後資金」「老後の生活費総額」「老後の収入総額」の関係(イメージ)



- 「老後資金」(公的年金のほかに自分で準備しておく金額)として必要な金額をたずねた
- どの年代においても4割～5割が「わからない、見当がつかない」と回答

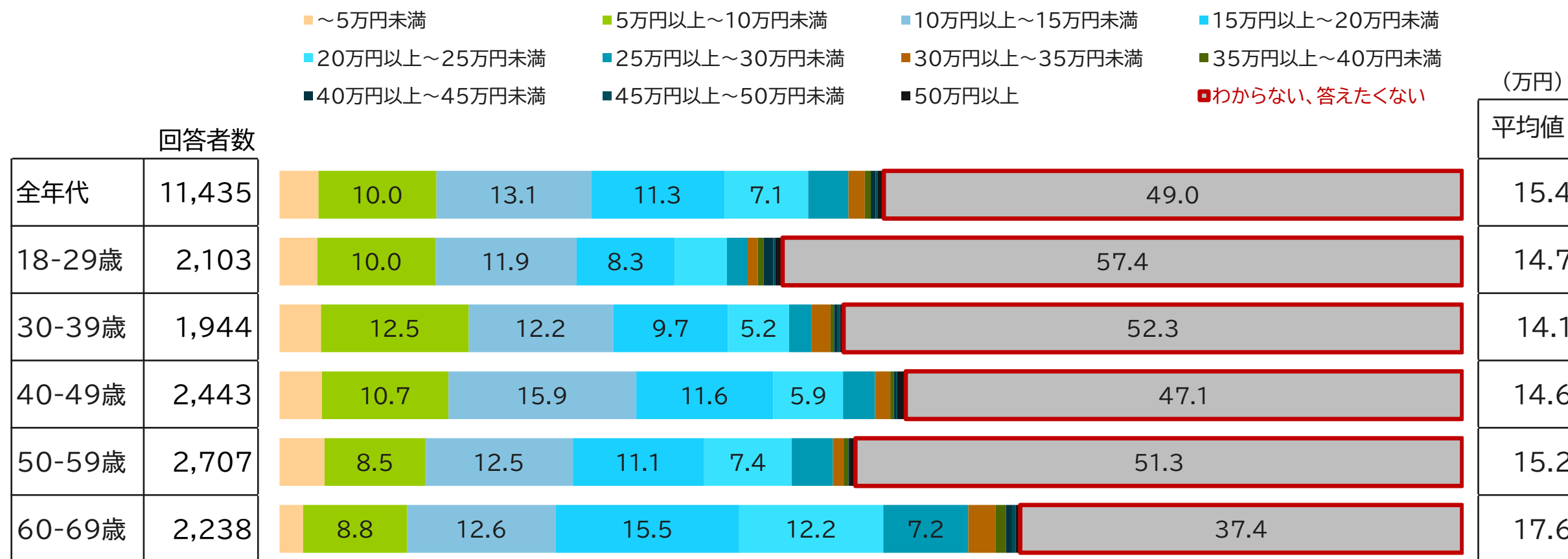
図表4 「老後資金」(公的年金のほかに、自分で準備しておく金額)として必要な金額



*「老後」:概ね65歳以降と定義 *5.0%未満はグラフ内の比率表示を省略
© SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

- 老後の生活費について、金額での想定できていない(わからない、答えたくない)が全年代で49.0%
- 40歳代、50歳代でも「わからない、答えたくない」比率が約5割

図表5 老後の生活費(月額)の想定



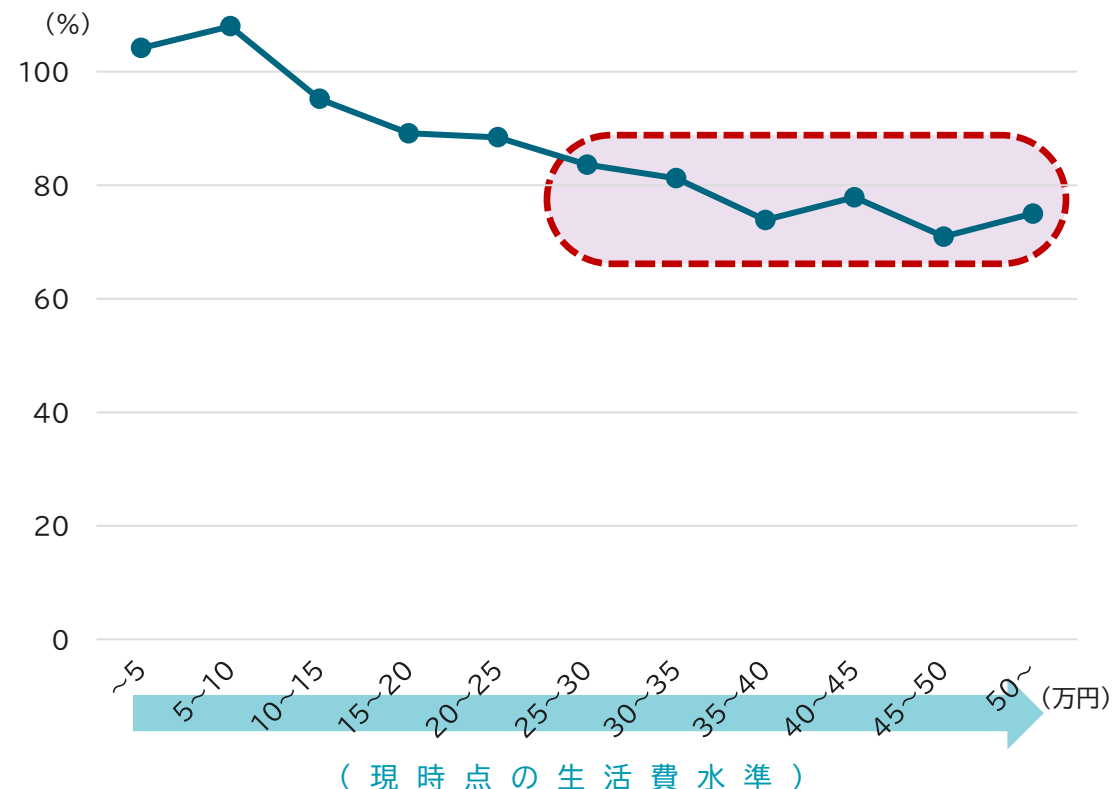
*5.0%未満はグラフ内の比率表示を省略

- 50歳代・60歳代に「現時点の生活費(月額)」と「老後生活費(月額)見込み」についてたずねた
- 現時点の生活費が25万円以上の金額区分においては老後生活費見込みを現時点の生活費の7～8割程度と想定

図表6 50・60歳代の「現時点の生活費」と「老後生活費(見込み)」の比較 (回答者数:3,072)

回答者数	現時点の生活費(月額)…①	老後生活費(見込み)の月額平均…②(万円)	比率(②÷①)(%)
158	～5万円未満	5.0	104
536	5万円以上～10万円未満	8.1	108
604	10万円以上～15万円未満	11.9	95
641	15万円以上～20万円未満	15.6	89
488	20万円以上～25万円未満	19.9	88
312	25万円以上～30万円未満	23.0	84
163	30万円以上～35万円未満	26.4	81
65	35万円以上～40万円未満	27.7	74
31	40万円以上～45万円未満	33.1	78
34	45万円以上～50万円未満	33.7	71
40	50万円以上	39.0	75

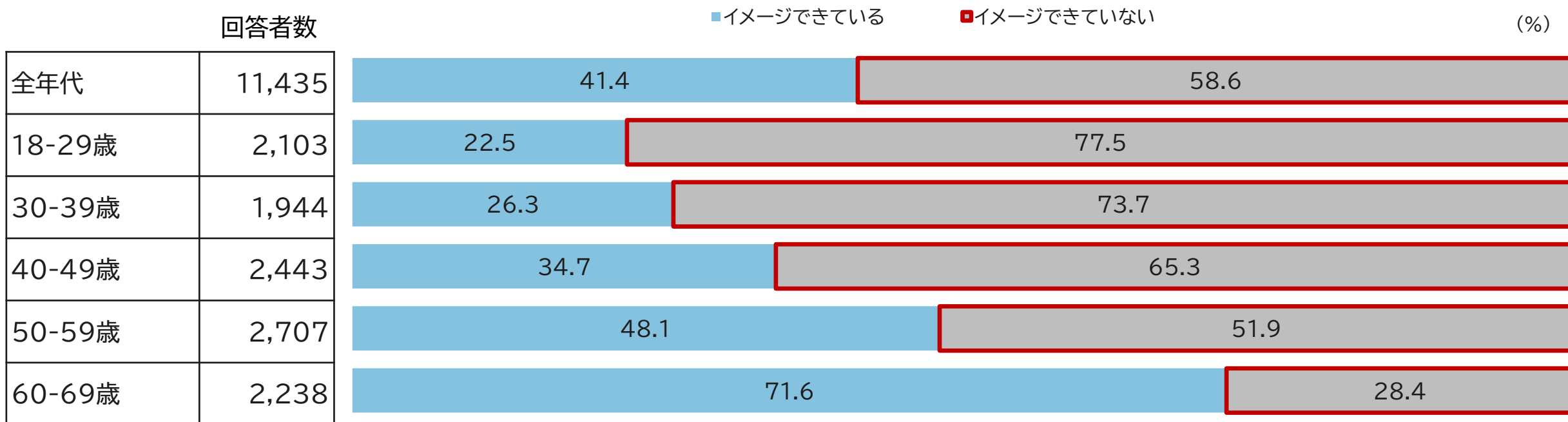
②老後生活費(見込み) ÷ ①現時点の生活費



* 比率の算出においては、老後生活費(見込み)の月額平均(②)を現時点の生活費月額(①)におけるレンジの中央値で除した
 なお、「～5万円未満」は4.8万円、「50万円以上」は52万円で算出

- 公的年金の受給額を「イメージできていない」比率が全年代で58.6%
- 年齢が高くなるにつれて公的年金の受給額がイメージできる割合は高くなるが、50歳代でも「イメージできていない」比率が過半数

図表7 世帯で将来受給する公的年金のおおよその受給月額をイメージできているか

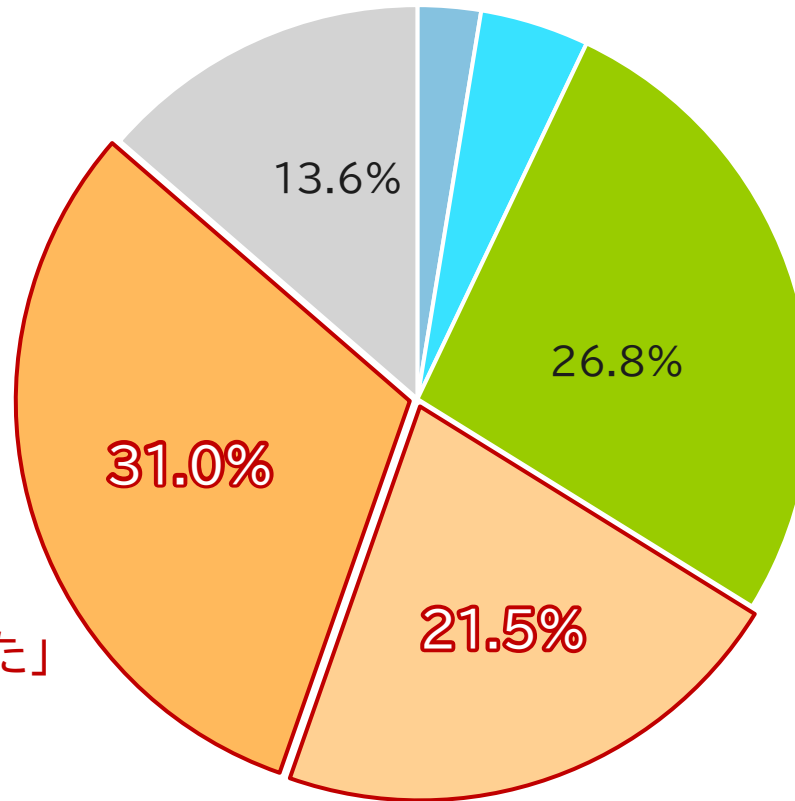


*すでに受給している方は現在の受給月額について回答

- 公的年金の受給額をイメージできている人について受給額の感想をみると、金額が「想定よりも少なかった」または「想定よりもやや少なかった」と感じる人の割合が半数以上

図表8 公的年金受給額を把握したときの感想

回答者数=4,737



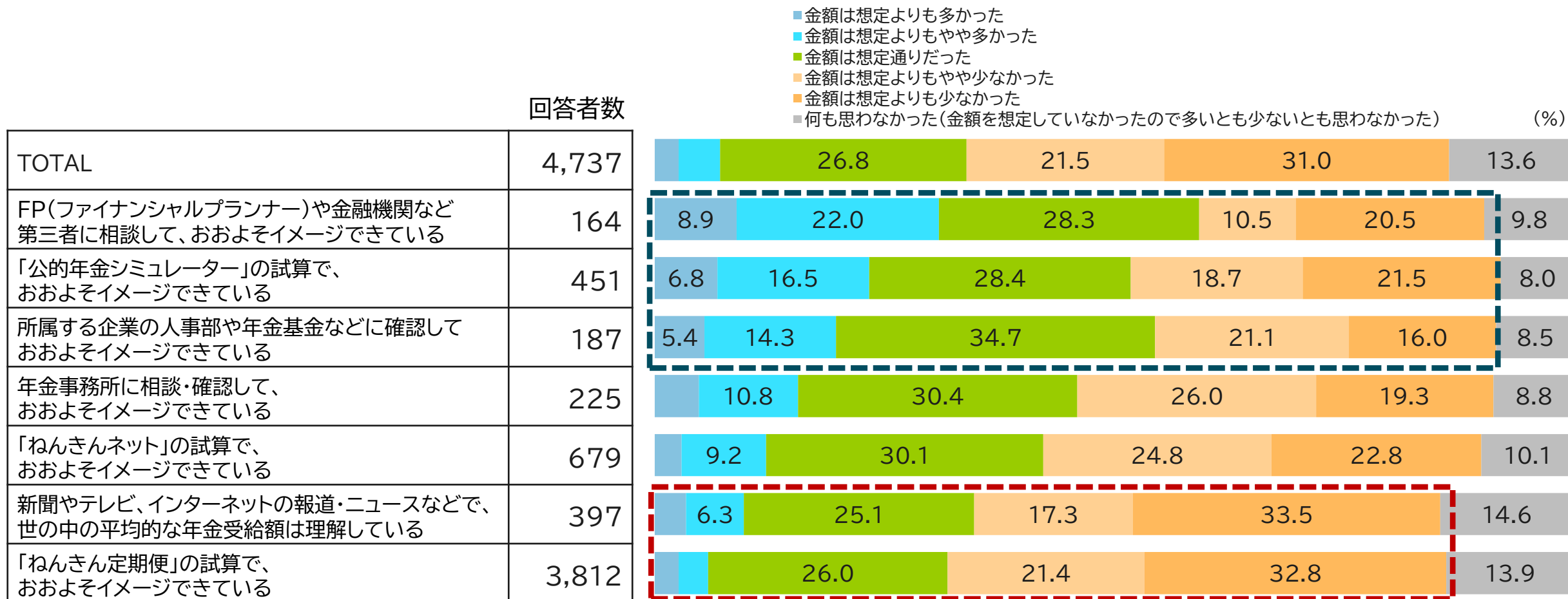
- 金額は想定よりも多かった
- 金額は想定よりもやや多かった
- 金額は想定通りだった
- 金額は想定よりもやや少なかった
- 金額は想定よりも少なかった
- 何も思わなかった(金額を想定していなかったので多いとも少ないとも思わなかった)

「想定よりも少なかった」
または「想定よりもやや少なかった」
=52.5%

*世帯で将来受給する公的年金について、おおよその受給月額をイメージできていると回答した人のみを集計
*5.0%未満はグラフ内の比率表記を省略

- FP相談、公的年金シミュレーター、所属企業の人事部・年金基金への確認で年金額を把握している人は、「少ない」との感想にあまり偏っていない
- 新聞やテレビ、インターネットの報道・ニュースやねんきん定期便から年金額をイメージしている人は、「少ない」との感想に偏っている

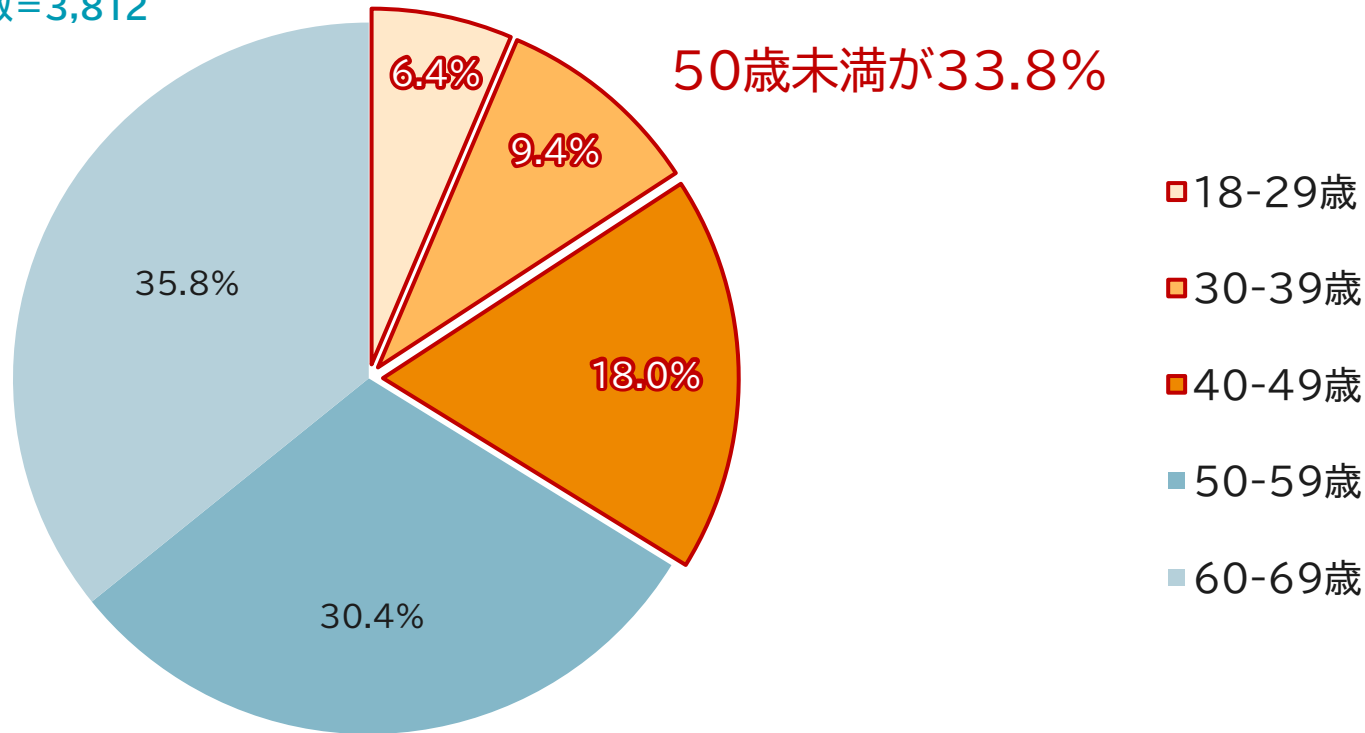
図表9 公的年金受給額を把握したときの感想（手段別） ※手段は複数回答可



- ねんきん定期便をもとに年金額をイメージしていると回答した人の年代の内訳をみると、約1/3が50歳未満となっている
- 50歳未満のねんきん定期便には、これまでの加入実績に応じた年金額しか記載がなく、今後の加入状況に応じた年金額の記載がない
- 50歳未満のねんきん定期便は、実際に受け取れる金額よりもかなり少ない金額を記載しているため、年金額が少ないというイメージ形成につながっている可能性がある

図表10 ねんきん定期便をもとに年金額をイメージしている人の年代内訳

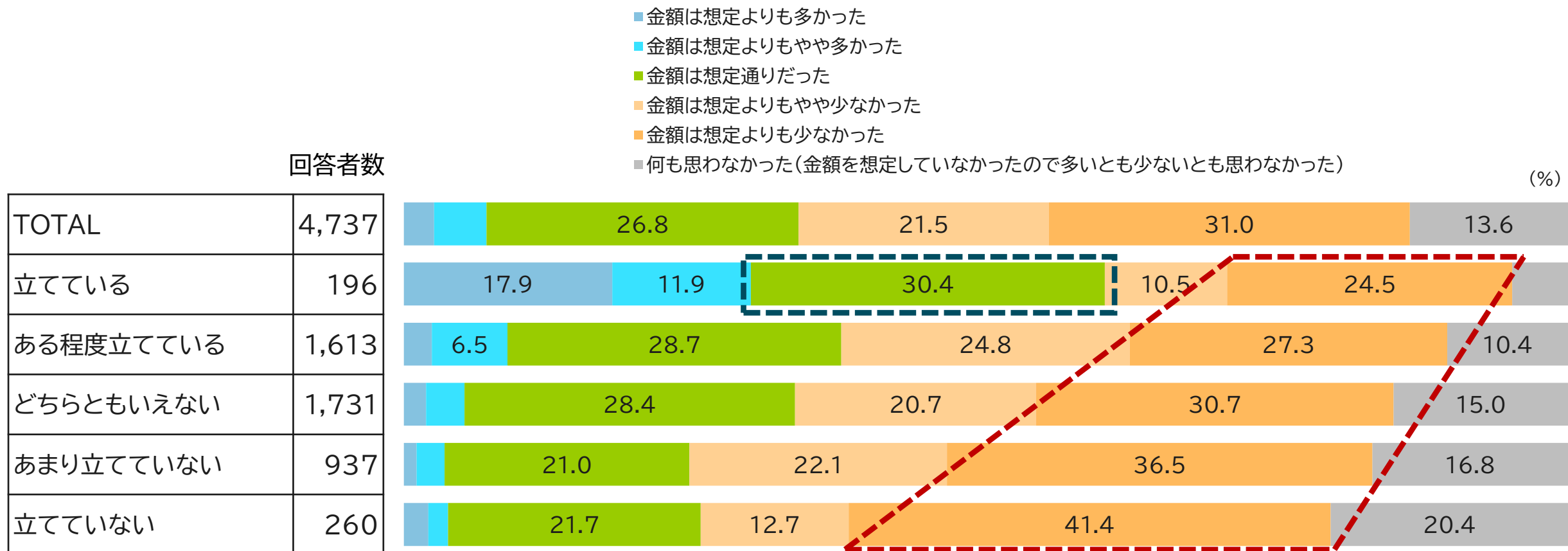
回答者数 = 3,812



* 世帯で将来受給する公的年金について、「ねんきん定期便」の試算で、おおよそイメージできていると回答した人のみを集計

- ライフプランを立てている度合い別に公的年金受給額を把握したときの感想をみると、ライフプランを立てている人のほうが想定とのギャップが小さく、ライフプランを立てていない人のほうが年金額が想定より少なかったと回答する傾向

図表11 公的年金受給額を把握したときの感想（ライフプランを立てている度合い別）

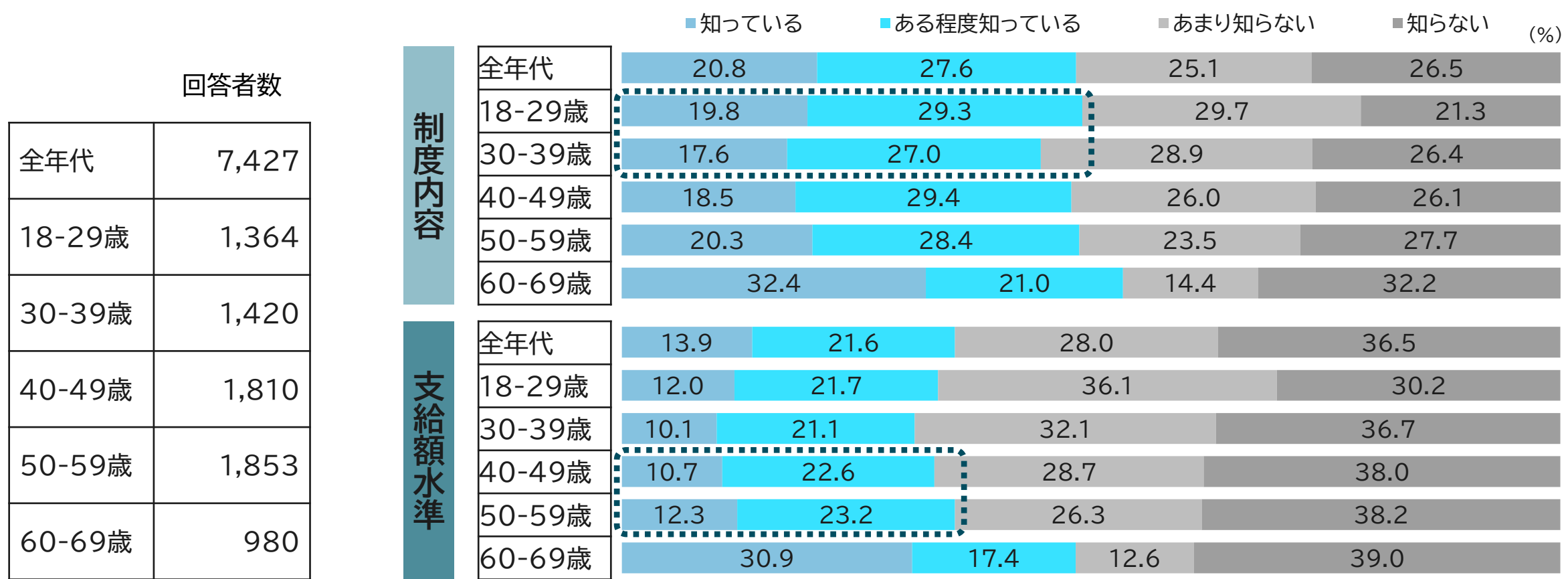


*世帯で将来受給する公的年金について、おおよその受給月額をイメージできていると回答した人のみを集計

*5.0%未満はグラフ内の比率表示を省略

- 退職金・企業年金について、18歳～30歳代の約半数が「制度」としては知っており認知度は高い
- 一方、退職金・企業年金の「支給額水準」のイメージは、40歳代までは3割程度、50歳代でも4割弱と高くない

図表12 退職金の制度内容・支給額水準の認知状況（対象：会社員・公務員・団体職員）



ご留意事項

- 本資料は、情報の提供を目的として作成しており、具体的な対応についてはお客様のご判断により行っていただくこととなります。お客様のご判断によって行ったご対応の結果生じた損害につきましては、弊社は一切責任を負いません
- 本資料は、作成日において弊社が信頼できると判断した情報等に基づいて作成したものであり、その情報の正確性・確実性について保証するものではありません。また、今後の金融情勢・社会情勢等の変化により、内容が変更となる場合がございます
- 本資料に係る一切の権利は、他社資料の引用部分を除いて三井住友信託銀行に属し、いかなる目的であれ本資料の一部または全部の無断での使用・複製は固くお断り致します。本資料の一部または全部を転載・複製する際は、弊社にご照会くださいますようお願い申し上げます

ご照会先

三井住友信託銀行
三井住友トラスト・資産のミライ研究所
mirai@smtb.jp

作成日:2025年3月21日
564-24-2122