

2021年5月20日
人生100年時代 未来ビジョン研究所

「人生100年時代 未来ビジョン研究所」レポート VIII 「定年は意外と楽しい」

定年(リタイア)観は「現役世代」と「定年(リタイア)世代」で大きなギャップ

社会常識と違う!?

当事者世代にとって「定年は意外と楽しい」

定年(リタイア)後は「意外と楽しい」が71.6%、「意外と気楽」が68.2%

現役世代は「定年後は苦しい・大変なはず」、実際の定年世代は「現役のほうが大変」
定年で大切な言葉、1位は「自由」、トップ10には「新たな出発」「充実感」「希望」も
「時間がある・平日やオフシーズンに動ける」のは定年世代にとって「うれしい・楽しい」

人生100年時代未来ビジョン研究所(代表:阪本節郎)は、2020年6月11日~6月13日、及び、2021年3月19日~3月26日に、40~70代の“中高年大人世代”を対象として「コロナ下での行動」に関するインターネット調査を実施し、2021年5月20日に第8弾の調査結果を発表しました。

いま、この世代は大きく変化し、高齢社会を大きく変えようとしています。2年後には、国民全体の平均年齢が50歳に達し、4年後には団塊ジュニア(真正)もすべて50代以上となり、日本の人口構造が劇的に変化します。それ以上に生活者の意識と行動が変化しています。新型コロナウイルスはさらにその変化を加速させています。

●新大人緊急調査 2021/03/19 ~26 全国男女 1308s

●新大人調査 2020/06/11 ~13 全国男女 1864s

直近の“コロナ第三波の直下”、“第一波・第二波の間”の2つの調査からそのことを明らかにして行きます。

現在、「定年後は毎日やることなく辛く寂しい」という定年(リタイア)観が一般的です。筆者も定年を経験しましたが、本当にそうでしょうか。当研究所調査からは、当事者世代の従来とは全く異なる定年観がみえて来ました。

- ①「定年(リタイア)後は意外と楽しい」が71.6%、60代78.1%、70代83.5%と年代が上がる程、圧倒的に「楽しい」。
 - ②「定年(リタイア)後は意外と気楽」が68.2%、60代75.1%、70代83.3%と年代が上がる程、圧倒的に「気楽」。
 - ③定年で大切にしたい言葉、1位は「自由」、トップ10のうち「新たな出発」「充実感」「希望」と4ワードが前向き。
 - ④ポストコロナで「自分なりのライフスタイルを創りたい」のトップは60代の86.4%、70代も83.2%と平均より高い。
- 定年(リタイア)は「自由」で、「定年(リタイア)後は意外と楽しい、気楽」、であり年齢が上がる程その割合は増加します。
- ⑤「会社や育児がないのは気楽」は76.3%、これも60代79.6%、70代84.8%と年代が上がる程高い。
 - ⑥「趣味ができてうれしい」は79.2%。趣味も60代83.9%・70代85.8%と60・70代は「できてうれしい」がとくに高い。
- そもそも会社や育児がない、というのは気が楽で、趣味ができるのもうれしい、というところですよ。
- ⑦「年金で助かるか」は現役世代とリタイア世代で正反対。60・70代は6~7割が助かる。40・50代は5割強が苦しそう。
 - ⑧「経済的にやっていけそうか」について60・70代は6~7割がそれなりにいけそう。40・50代は経済的に苦しそう。
 - ⑨「現役世代のほうが大変」は60・70代で7割超に達する。「リタイア世代のほうが大変」は40代で44.0%と半数近い。
 - ⑩「現役時より気楽」も60代74.0%、70代82.0%と高い。一方、40・50代女性の45%は「現役時より大変そう」。
- 実際の定年(リタイア)世代は「現役は大変」で「いまは気楽」。現役世代は「定年(リタイア)後は苦しいはず、大変なはず」。
- ⑪「リタイア後に時間のあることはうれしい」は83.8%。定年(リタイア)世代は60代86.7%、70代91.4%とさらに高い。
 - ⑫「平日に動けるのは楽しい」は82.9%。定年(リタイア)世代は60代86.9%、70代89.9%とさらに高い。
 - ⑬「オフシーズンに動けるのはうれしい」85.2%。60・70代が高いが40・50代もそれなりに高い。
 - ⑭「子供の教育費・食費がかからないのは楽」は66.3%。定年後は60代69.7%、70代77.5%とより高く実感値といえる。

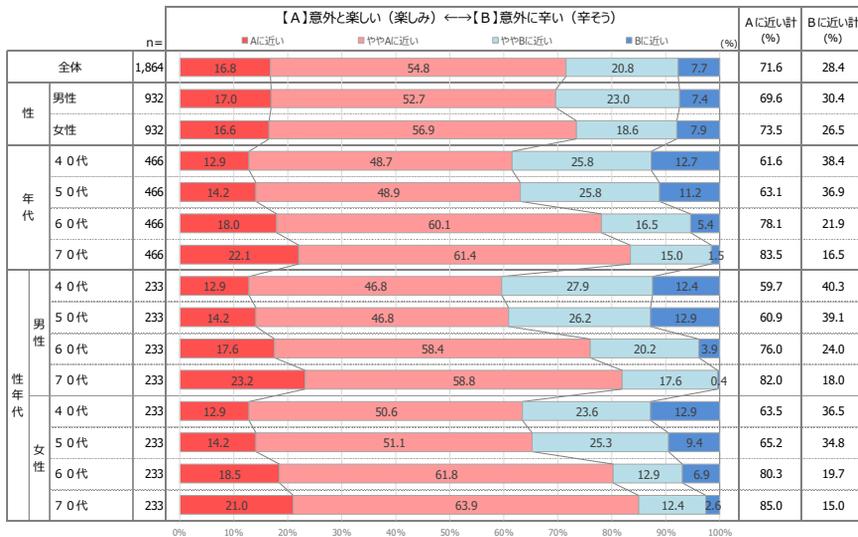
定年(リタイア)世代は「定年(リタイア)後は、意外と楽しい、気楽」が圧倒的で、「経済的にもそれなりに」が6~7割です。現役世代は「定年後は苦しい・大変なはず」と思っています。これが誤解の源といえそうです。TV番組などその観点から報道されがちで、それが「定年後は苦しい・大変」イメージになっているのかもしれませんが。それは「毎日が日曜日」(1975:昭和50年)という小説のタイトルに象徴される「昭和の定年観」です。「何もやることなく辛く寂しいはず」ということです。時代も当事者世代も大きく変化しています。いつまでも昭和の定年(リタイア)観に縛られている場合ではないといえます。

本件に関するお問い合わせ：人生100年時代 未来ビジョン研究所 阪本

Tel: 03-5983-0770 / Mobile: 090-2747-7362 / Email: setsuo.sakamoto@miraivision.net人生100年時代 未来ビジョン研究所ホームページ www.miraivision.net

■「定年(リタイア)後は意外と楽しい」が71.6%、60代78.1%、70代83.5%と年代が上がる程圧倒的に「楽しい」。
 定年後(リタイア後)は「楽しいか・辛いか」について聞いてみたところ、「意外と楽しい」が圧倒的多数の71.6%でした。
 また、それは、実際の定年(リタイア)世代である60・70代がきわめて高く、8割に達し、60代よりも70代と年代が
 上がるほど高くなります。とくに女性が高く、女性70代では85.0%に達します。

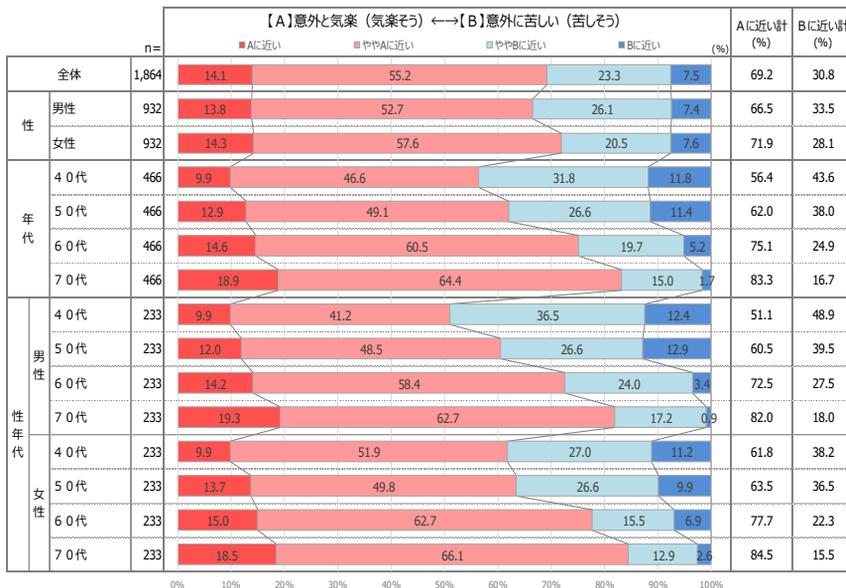
Q. あなたは、「人生100年時代」といわれるなか、リタイア後(および子育て卒業後ないし子育て卒業と同等の時期の後)について、
 どのようにお考えですか。以下のAとBのうち、どちらが近いか、あてはまるものをお答えください。(それぞれひとつずつ)



人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

■「定年(リタイア)後は意外と気楽」が68.2%、60代75.1%、70代83.3%と年代が上がる程圧倒的に「気楽」。
 「定年(リタイア)後は「気楽か・苦しいか」については、「楽しいか・辛いか」以上に、年代による開きが大いといえます。40代は「気楽(そう)」が56.4%と残りの半数近くは「苦し(そう)」と答えています。ところが、50代62.0%、
 60代75.1%、と約10%ずつ上昇し、70代では83.3%と8割を超える人が「気楽」だと答えています。

Q. あなたは、「人生100年時代」といわれるなか、リタイア後(および子育て卒業後ないし子育て卒業と同等の時期の後)について、
 どのようにお考えですか。以下のAとBのうち、どちらが近いか、あてはまるものをお答えください。(それぞれひとつずつ)



人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

「定年(リタイア)後は「楽しい」も「気楽」も60・70代と年代が上がる程上昇し、70代では、それぞれ8割と圧倒的な高さです。70代といえば、健康寿命も来て、要介護で大変な人たちというイメージが一般にはあるかもしれませんが、もちろんそういう方々がおられるのも事実であり、社会的にケアする必要がありますが、それが大多数というイメージを持ってしまうと、片方では、8割が「楽しい」「気楽」だと言っていることと決定的なギャップを生じ、現実を大きく見誤ることになりかねないといえます。

■ポストコロナで「自分なりのライフスタイルを創りたい」で、トップは60代86.4%、70代も83.2%と平均より高い。ポストコロナ、ニューノーマルのなかで、「自分なりのライフスタイルを創りたい」は平均で83.0%ですが、トップは定年（リタイア世代）である60代の86.4%であり、70代も83.2%と平均よりわずかだが高いといえます。70代といえ一般的には健康寿命の世代ですが、「これから創りたい」が8割を超えています。

Q. 新型コロナウイルスの終息も期待され、またニューノーマルと言われるなか、あなたは人生の中で、これから「自分なりのライフスタイルを創っていききたい」とお感じになりますか。（ひとつ）

TOP2

属性	人数	「自分なりのライフスタイル」を創りたい	「自分なりのライフスタイル」を創りたいとは感じない	TOP2	
全体	1270	46.6%	36.4%	11.1% 5.9%	83.0%
40～49歳	314	36.0%	42.7%	14.6% 6.7%	78.7%
50～59歳	319	49.2%	34.5%	8.8% 7.5%	83.7%
60～69歳	316	49.4%	37.0%	10.1% 9.5%	86.4%
70～79歳	321	51.7%	31.5%	10.9% 5.9%	83.2%
男性	632	44.5%	36.4%	12.2% 7.0%	80.9%
女性	638	48.7%	36.4%	10.0% 4.9%	85.1%

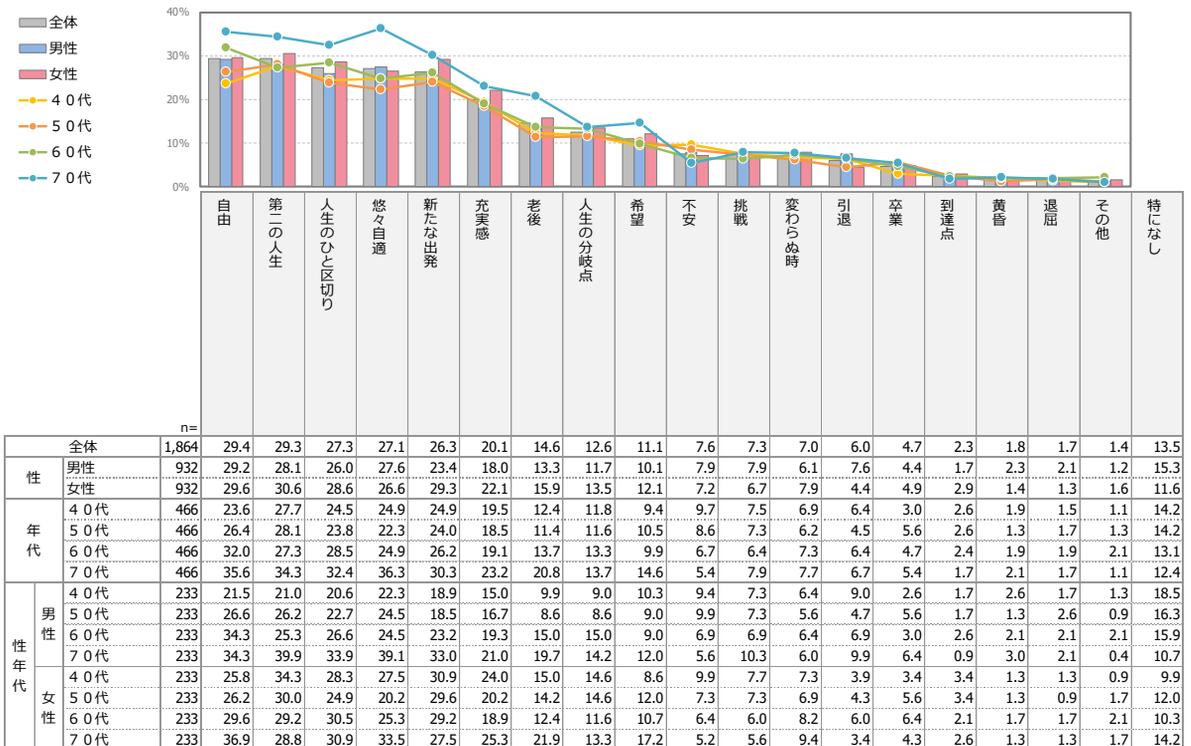
- 「自分なりのライフスタイル」を創りたい
- あまり「自分なりのライフスタイル」を創りたいとは感じない
- やや「自分なりのライフスタイル」を創りたい
- 「自分なりのライフスタイル」を創りたいとは感じない

人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1308s 2021年3月

（グラフ／未来ビジョン研究所「レポートⅣ再掲」）

■定年で大切にしたい言葉、1位は「自由」、トップ10のうち「新たな出発」「充実感」「希望」と4ワードが前向き。「定年に際して自分が大切にしたい言葉」は「自由」と「第二の人生」がほぼ同レベルで微差ですが、1位「自由」、2位「第二の人生」です。微差とはいえ、従来の常識であった「第二の人生」を「自由」が抜きました。とりわけ、70代・60代が高いといえます。「新たな出発」が5位ですが、そこまでは比較的近似値といえます。その後は、「充実感」「希望」とトップ10のうち、4ワードが定年（リタイア）について前向きといえます。

Q. あなたの定年（自営業の方は今の仕事を引退）に際して、「自分が大切にしたい言葉」（または、「自分が大切にしていた・している言葉」）を以下の中からすべて選んでください。（いくつでも）※働いて定年を迎えなかった方も、定年の年齢を迎えることに対してお答えください。

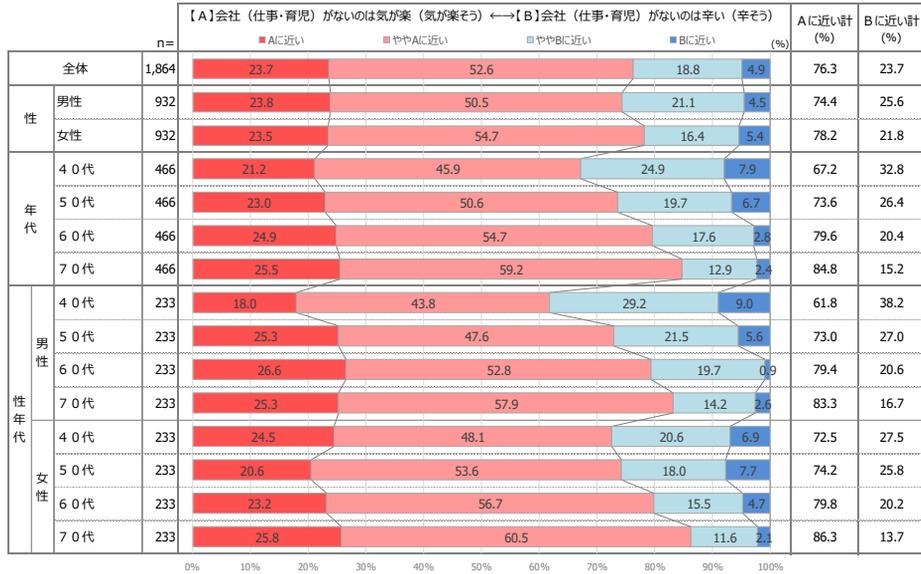


※全体の降順でソート

人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

■「会社や育児がないのは気が楽」は76.3%、これもこれも60代79.6%、70代84.8%と年代が上がる程高い。「会社・仕事や育児がない」のは「気楽か・辛いか」についても、40代67.2%、50代73.6%、60代79.6%、70代84.8%と年代が上がる程「気が楽」という割合が高くなります。とくに男性は、40代61.8%、50代73.0%、60代79.4%、70代83.3%と、飛躍的に上昇します。男性にとっては、会社や仕事からの解放は大きな意味を持つといえます。女性も同様ですが比較的緩やかなのは、すでに40代で子供が中高生から大学生と手がかからなくなる時期に差し掛かっていて負担や責任感軽減の度合いが男性に比べればやや小さいからだといえるでしょう。

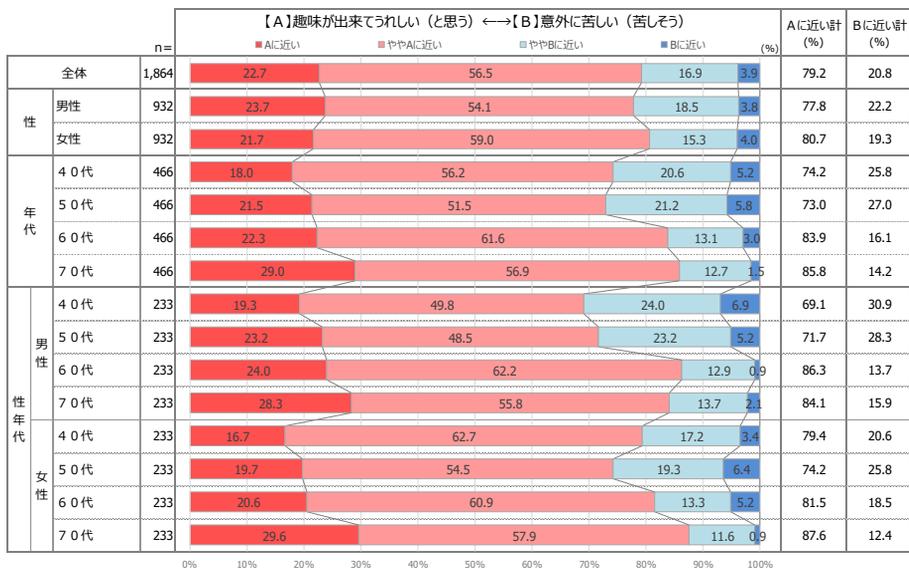
Q. あなたは、「人生100年時代」といわれるなか、リタイア後（および子育て卒業後ないし子育て卒業と同等の時期の後）について、どのようにお考えですか。以下のAとBのうち、どちらが近いか、あてはまるものをお答えください。（それぞれひとつずつ）



人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

■「趣味ができてうれしい」は79.2%。これも60代83.9%・70代85.8%と60・70代がとくに高い。「趣味ができてうれしい」が「意外に苦しい」について、「うれしい」も60代83.9%、70代85.8%と60・70代が高いといえます。ただし、男女別にみると、男性は、60代のほうが70代より高く、女性は70代のほうが60代より高いといえます。これは、男性は70代になって趣味が深くなる人もいれば趣味から離れる人もいるのに対し、女性は70代になって配偶者に先立たれて完全に家事から解放される人もいるため、ますます趣味に力が入っていくのだとみられます。

Q. あなたは、「人生100年時代」といわれるなか、リタイア後（および子育て卒業後ないし子育て卒業と同等の時期の後）について、どのようにお考えですか。以下のAとBのうち、どちらが近いか、あてはまるものをお答えください。（それぞれひとつずつ）

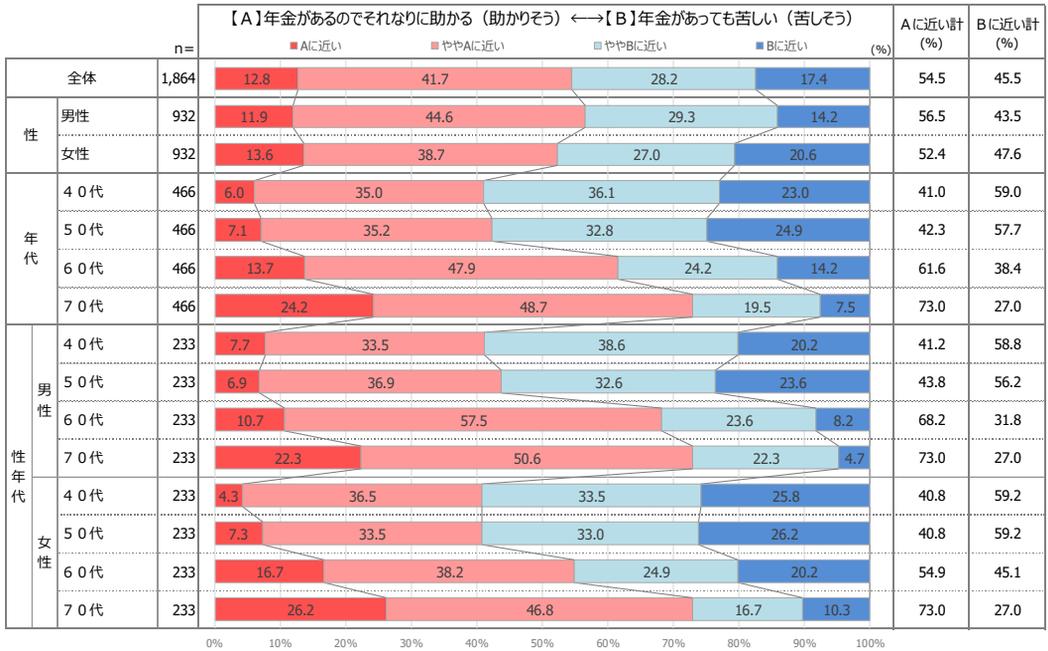


人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

当然のことですが、定年（リタイア）で会社や仕事なくなることは、一般的に言われるように「辛く」なるのではなく、「気が楽」になり、「解放感」もあるといえます。定年して趣味も一年やっているという話もまことしやかに語られますが、「趣味が出来ることはやはり楽しい」といえます。定年観の転換が求められています。

■「年金で助かるか」は現役世代とリタイア世代で正反対。60・70代は6～7割が助かる。40・50代は5割強が苦しう。「年金で助かる」か「年金があっても苦しう(苦しう)」か、については、「助かる」について60代61.6%、70代73.0%と年代が上がる程高くなります。「年金があっても苦しう」は40代59.0%、50代57.7%と現役世代は5割強がそう答えています。現役世代は現在のスーツ着用や日々都心飲食の生活のおカネがかかると年金だけではとても苦しうだ、と思いがちですが、定年(リタイア)すると、現役時のようにはおカネのかかるわけでもない日常になるために、年金があると「助かる」という気持ちが強くなるといえます。

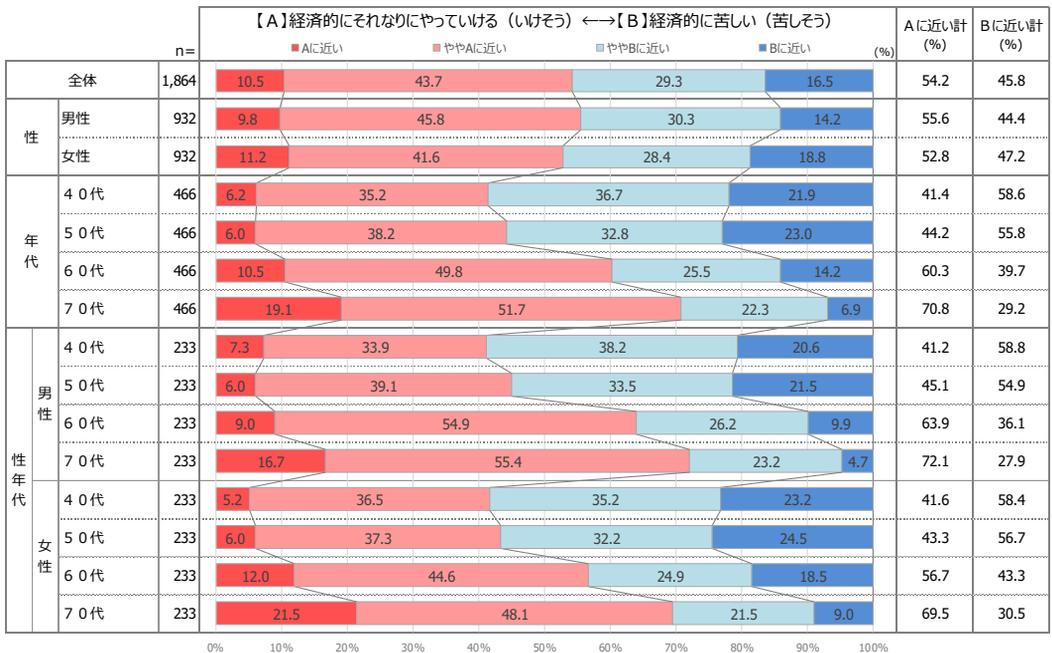
Q. あなたは、「人生100年時代」といわれるなか、リタイア後(および子育て卒業後ないし子育て卒業と同等の時期の後)について、どのようにお考えですか。以下のAとBのうち、どちらが近いか、あてはまるものをお答えください。(それぞれひとつずつ)



人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

■「経済的にやっていけそうか」について60・70代は6～7割がそれなりにいけそう。40・50代は経済的に苦しう。「経済的にやっていける(いけそう)」か「経済的に苦しう(苦しう)」か、については「やっていける」について60代60.3%、70代70.8%、「経済的に苦しう」は40代58.6%、50代55.8%であり、年金同様、定年(リタイア)世代は「それなりにやっていける」と思っていますが、現役世代は、「苦しいに違いない」という思い込みがあるとみられます。

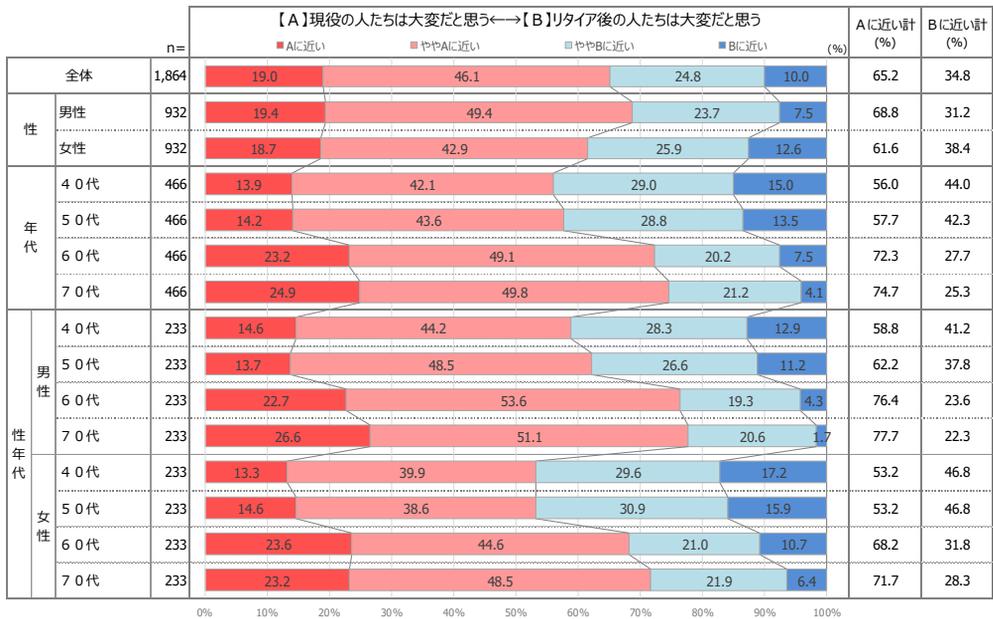
Q. あなたは、「人生100年時代」といわれるなか、リタイア後(および子育て卒業後ないし子育て卒業と同等の時期の後)について、どのようにお考えですか。以下のAとBのうち、どちらが近いか、あてはまるものをお答えください。(それぞれひとつずつ)



人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

■「現役世代が大変」は60・70代で7割超に達する。「リタイア世代は大変」は40代が44.0%で半数近い。「現役世代」と「リタイア世代」のどちらが大変か、について、「現役世代が大変」は60代72.3%、70代74.7%で、「定年(リタイア)世代は「現役世代が大変」だと思っています。一方、「リタイア世代は大変」に関しては、40代の「現役世代」では半数近い44.0%がそう思っています。「定年(リタイア)世代」と「現役世代」で全く逆のことを思っていることがわかります。

Q. あなたは、「人生100年時代」といわれるなか、リタイア後（および子育て卒業後ないし子育て卒業と同等の時期の後）について、どのようにお考えですか。以下のAとBのうち、どちらが近いか、あてはまるものをお答えください。（それぞれひとつずつ）



人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

■「現役時より気楽」も60代74.0%、70代82.0%と高い。40・50代女性の45%と半数近くは「現役時より大変そう」。「現役時より「気楽」が「大変」か、について、「現役時より気楽」も60・70代が、60代74.0%、70代82.0%と高いといえます。40・50代女性はいずれも45.5%と半数近くが「現役時より大変そう」と答えています。これまでと違って定年(リタイア)後は夫が家にいる、と思うだけで精神的負担になりがちということも考えられます。

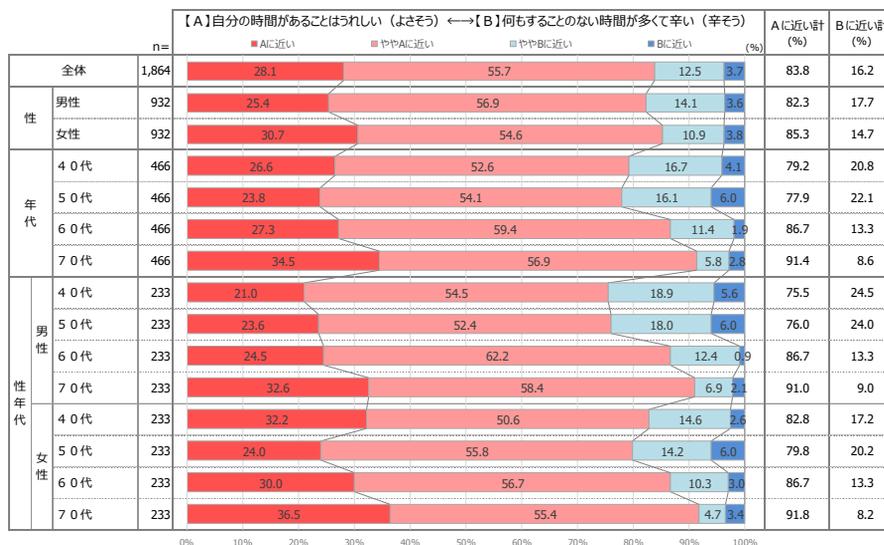
Q. あなたは、「人生100年時代」といわれるなか、リタイア後（および子育て卒業後ないし子育て卒業と同等の時期の後）について、どのようにお考えですか。以下のAとBのうち、どちらが近いか、あてはまるものをお答えください。（それぞれひとつずつ）



人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

■「リタイア後に時間のあることはうれしい」は83.8%。60代86.7%、70代91.4%と高い。
 「リタイア後に時間のあることはうれしい」が「何もすることがなく時間が多くて辛い(辛そう)」か、については、
 「うれしい」が全体の83.8%と高い。とくに60・70代が高いといえます。
 一般的によく言われる「時間をもて余してしまう」ということはあまりなさそうです。

Q. あなたは、「人生100年時代」といわれるなか、リタイア後（および子育て卒業後ないし子育て卒業と同等の時期の後）について、
 どのようにお考えですか。以下のAとBのうち、どちらが近いか、あてはまるものをお答えください。（それぞれひとつずつ）

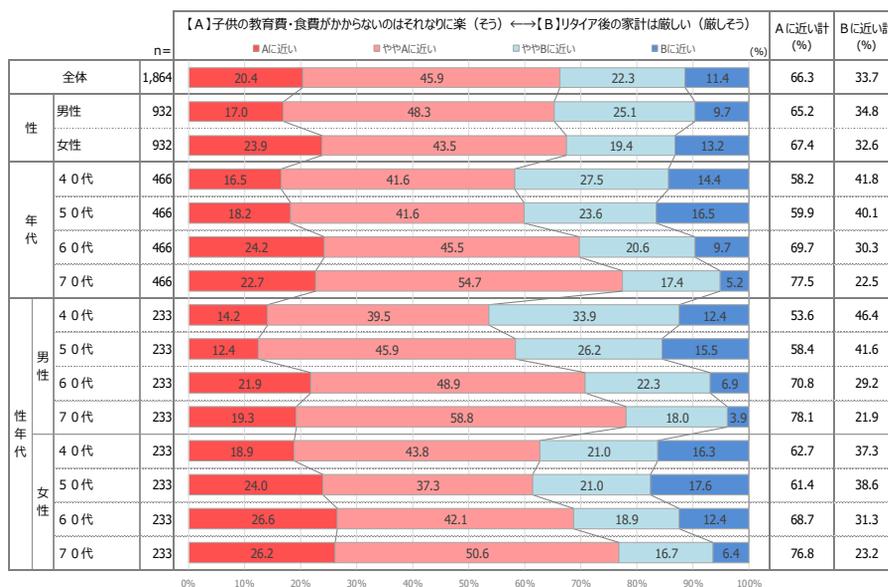


人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

一般に、定年(リタイア)後は、「時間をもて余して辛そう」ということも、まことしやかによく語られますが、最も時間があるとみられる70代でもそう思う人はわずか8.6%しかいません。誰もそんなことは思っていないといっても過言ではありません。約9割の60・70代は「時間があってうれしい」と思っています。

■「子供の教育費・食費がかからないのは楽」は66.3%。60代69.7%、70代77.5%と高く実感値とみられる。
 おカネについて、「子供の教育費・食費がかからないのは楽(楽そう)」が「リタイア後の家計は厳しい(厳しそう)」
 か、については、「子供の教育費・食費がかからないのは楽(楽そう)」が全体に66.3%ですが、60・70代は
 いずれも7割近い、と高く、それは実際に現役生活とリタイア生活の両方を体験した実感としてそう答えている
 といえます。

Q. あなたは、「人生100年時代」といわれるなか、リタイア後（および子育て卒業後ないし子育て卒業と同等の時期の後）について、
 どのようにお考えですか。以下のAとBのうち、どちらが近いか、あてはまるものをお答えください。（それぞれひとつずつ）



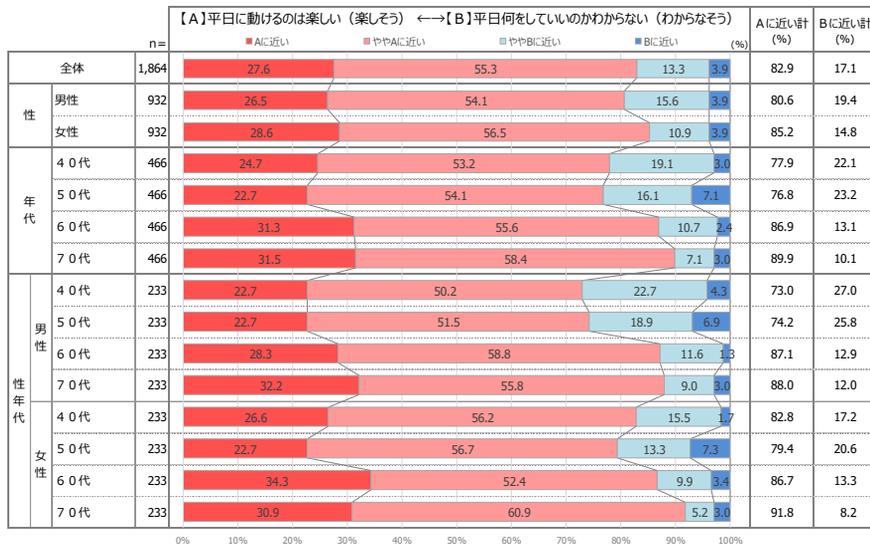
人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

一般に「定年(リタイア)後の家計は厳しい」<年金だけでは苦しい、というのが社会的な常識だと思われ
 ます。ところが、子育ての現役生活と定年(リタイア)生活の両方を経験している60・70代は7~8割
 と、圧倒的に「子供の教育費・食費がかからないのは楽」と答えています。

■「平日に動けるのは楽しい」は82.9%。60代86.9%、70代89.9%と高い。

「平日に動けるのは楽しい(楽しそう)」が「平日何をしていたのかわからない(わからなそう)」か、では、「楽しい」が82.9%と高く、60・70代は9割近く圧倒的といえます。

Q. あなたは、「人生100年時代」といわれるなか、リタイア後（および子育て卒業後ないし子育て卒業と同等の時期の後）について、どのようにお考えですか。以下のAとBのうち、どちらが近いか、あてはまるものをお答えください。（それぞれひとつずつ）

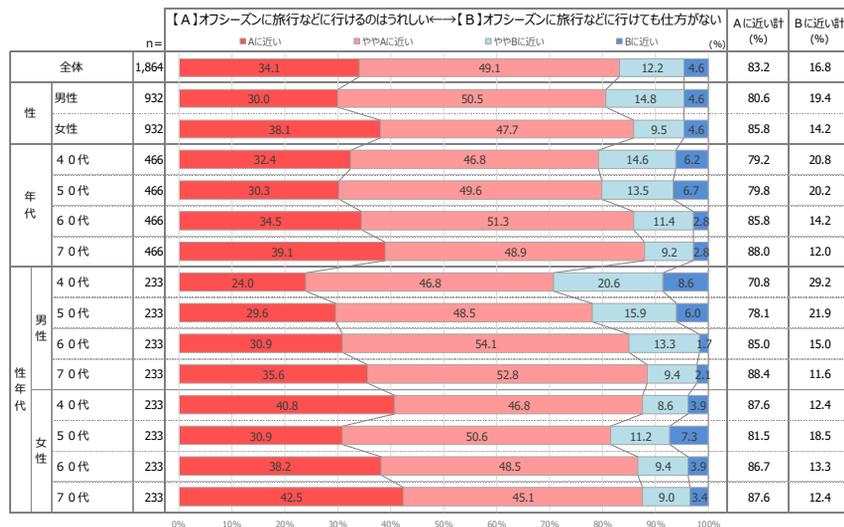


人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

■「オフシーズンに動けるのはうれしい」85.2%。60・70代高いが40・50代もそれなりに高い。

「オフシーズンに旅行などに行けるのはうれしい」が「オフシーズンなどに旅行に行けても仕方がない」か、については、「うれしい」が85.2%に達し、60代85.8%、70代88.0%と9割近くなっていますが、40・50代にとっても、40代79.2%、50代79.8%とそれなりに高くなっています。これについては誰にとってもうれしいことだといえるでしょう。

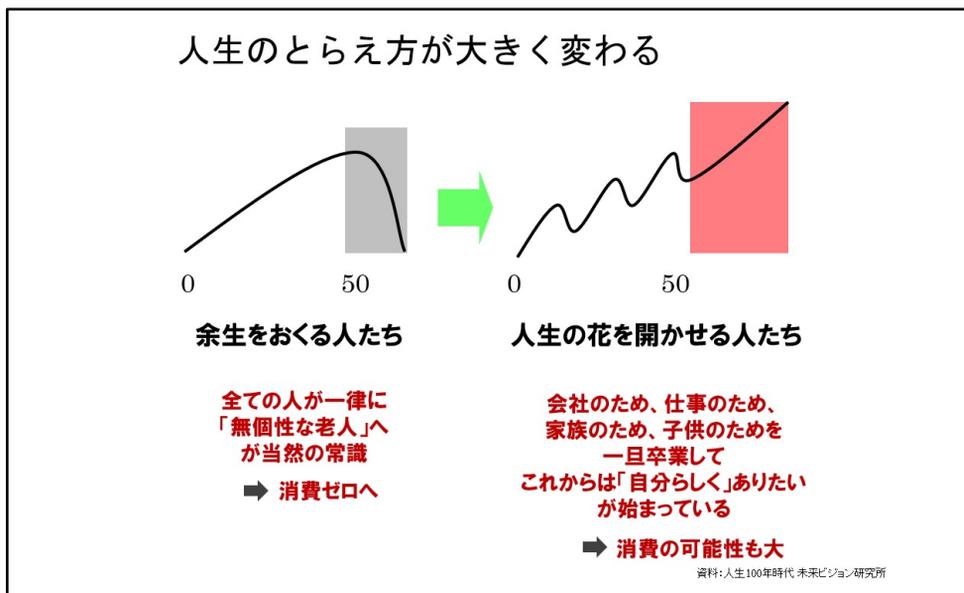
Q. あなたは、「人生100年時代」といわれるなか、リタイア後（および子育て卒業後ないし子育て卒業と同等の時期の後）について、どのようにお考えですか。以下のAとBのうち、どちらが近いか、あてはまるものをお答えください。（それぞれひとつずつ）



人生100年時代 未来ビジョン研究所調査 全国男女40-70代 1864s 2020年6月

「平日動ける」、「オフシーズンに旅行に行ける」について、「定年(リタイア)後の生活」で語られることがあまりありませんが、実は、「定年(リタイア)後の生活」の非常に大きなメリットです。そのことは、同時に、飲食関係、エンタテインメント関係、デパートや商業施設などの小売業、さらに、鉄道・航空・ホテル・旅館など旅行観光関連産業などのビジネスにとっても、休日・平日、オンシーズン・オフシーズンの波がなだらかになるわけで、恒常的な利益機会の確保や人員配置の安定性という意味でも非常に大きな意味を持つといえます。

<参考>



現在、様々な当研究所の調査やインタビューなどから「人生のとらえ方が大きく変わろうとしている」ということがみえて来ました。つまり、従来の50歳を過ぎたら「人生下り坂」であり「余生をおくる」という人生観から、現在は、50代までは会社や家事育児も大変でいろいろなことがあるかもしれないが、50代を超えたら私生活という意味では「人生これから」「人生の花を開かせたい」という人生観に変わりつつある、ということです。

今回の調査結果からまさにこのことが裏付けられた、といえます。とくに、今回の調査でわかったのは、40・50代の現役世代は、定年(リタイア)後を左側の従来型の人生観で見ているということです。一方、実際に定年(リタイア)した60・70代は、まさに、右側の人生観でいる、わけです。

現役世代からみえる定年(リタイア)生活の「定年後は苦しそう・辛そう」と実際に定年(リタイア)した世代の「定年後は楽しい・気楽」の大きなギャップ

といえます。

その要因は大きく二つといえます。

①現役世代は、夫のスーツ着用や日々の都心飲食、子育ての次は親の介護か、とお力ネのかかる日々や今後の心配が重なるためとても辛そうと思うわけですが、定年後はスーツも都心飲食もなくなり、親の介護もお力ネは親の貯金(遺産)を充てて介護付き有料老人ホーム、という解決策になりがちだったりします。

②昭和の定年観がいまだに常識になっていて、現役世代から定年(リタイア)後を見ると、「やることなく辛いに違いない・寂しいに違いない」と思いがちです。実際、昭和のサラリーマンは本当に「会社が全て」、「会社が命」という人が多く、それがなくなると寂しくなる人たちが多くいました。つまり、団塊以前の世代は「私生活を犠牲にして会社に尽くした」世代であり、団塊以降は「少なくとも精神的には私生活を持ち続けた」世代です。必ずしも会社がなくなることイコールやりたいことがなくなる、ということでもなくなった、といえます。単純に考えて、「会社に毎日行かなくてすむのは楽しいし」、「タスクがなくなるのは気が楽」であるわけです。ごく一部に毎日会社に行くことが楽しいという人がいるかもしれませんが、多くの人にとっては毎日会社に行かなくて済めば、それはそれで楽しいし気楽だ、ということがいえます。それは今回の調査結果にもあるように、実際にそういう生活に入ってみてそう感じるし、それが10年、15年と時を経ることにさらに実感する、ということがいえます。

(人生100年時代未来ビジョン研究所ホームページ「定年は意外と楽しい」参照)

*当レポートは最新データ&分析であり、このサイトコンテンツでは事例および考え方を紹介しています。

<https://miravision.net/article/99>

<調査概要①>

調査対象：40～70代男女
対象エリア：全国
対象者数：1308サンプル
調査手法：インターネット調査
調査日時：2021年3月19日（金）～3月26日（金）

<調査概要②>

調査対象：40～70代男女
対象エリア：1都3県（東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県）および
全国中小都市（首都圏、熊本市・岡山市以外の政令指定都市、岩手県・宮城県・福島県を除く）
対象者数：1864サンプル
調査手法：インターネット調査
調査日時：2020年6月11日（金）～6月13日（日）

「人生100年時代 未来ビジョン研究所」(未来ビジョン研)について

「人生100年時代 未来ビジョン研究所」は、2020年4月に設立されました。高齢化がグローバルに進行するなか、世界諸国に先駆けて急速な高齢化の進展するわが国ですが、この人口構造の劇的変化に伴い社会構造も大きく変化して行きます。とりわけそのベースとなる40～70代の生活者の意識・行動が大きく変わろうとしています。これは企業のビジネスやマーケティングにも大きな影響を及ぼし、社会政策等にも大きな変化をもたらします。この中高年大人世帯を「新しい大人」ととらえ、これまででない、新たな時代の扉を多くの人たちや企業とともに開いて行く、そのための研究および事業開発を行っています。<人生100年時代 未来ビジョン研究所ホームページ www.miraivision.net>

【所長プロフィール】

阪本 節郎

東京都出身。1975年早稲田大学商学部卒業。(株)博報堂入社。プロモーション企画実務を経て、プロモーション数量管理モデル・対流通プログラム等の研究開発に従事。その後、商品開発および統合的な広告プロモーション展開実務に携わり、企業のソーシャルマーケティングの開発を理論と実践の両面から推進。2000年エルダービジネス推進室創設を推進。2011年春、発展的に「博報堂新しい大人文化研究所」を設立。2019年4月 独立し、人生100年時代 未来ビジョン研究所を設立、現在、所長。

■著書

- 「巨大市場『エルダー』の誕生」（プレジデント社2003年7月、共著、2007年台湾版・2009年韓国版出版）
- 「団塊サードウェーブ」（弘文堂2006年1月、共著）「団塊の楽園」（弘文堂2007年2月、共著）
- 「50歳を超えたらもう年をとらない46の法則」（講談社α新書2014年9月）
- 「世代論の教科書」（東洋経済新報社2015年10月、共著）
- 「シニアマーケティングはなぜうまくいかないのか～新しい大人消費が日本を動かす」（日経新聞出版社2016年3月、2016年韓国版・2018年台湾版出版）



■マスコミへのコメント・出演

- 日経・読売・朝日・産経・日経MJ・ビジネスアイ・日経ビジネス・アエラ・週刊朝日
- ワシントンポスト・ウォールストリートジャーナル・M&Mヨーロッパ・CNN・NHK総
- NHK教育・テレビ朝日他

<コラム連載執筆>

- 日経MJ新聞「阪本節郎の『新大人』学」（2014.04-2017.03）
- 日経新聞「読み解き現代消費」（2014.04-2017.12）

■エルダー関連の公官庁・マスコミ等の委員会委員

<これまでの経歴>

- 総務省 高齢者障害者ICT利活用研究委員会
- 厚生労働省 介護保険制度下におけるシルバーサービスの振興ビジョン調査研究事業研究委員会
団塊世代を活用した健康長寿のまちの展開方策に関する調査研究事業研究委員会
- 静岡県 しずおかユニバーサルデザイン推進委員会
- 互助会保証株式会社（経済産業省協力）冠婚葬祭産業の中長期展望検討委員会
- 日本BS放送 放送審議委員会
- 高齢・障害者雇用支援機構「エルダー」編集アドバイザー会議委員

<参考資料>

人生100年時代 未来ビジョン研究所 これまでのレポート一覧

※これまでのレポートは、下記URLにてご覧いただけます。

www.miraivision.net/report(人生100年時代 未来ビジョン研究所WEBサイト)

【未来ビジョン研レポート】

- No.1 「日本の感染者数の少なさは中高年“自己管理”パワー」(2021.4.12)
- No.2 「ポストコロナの経済回復は中高年大人世代の力」(2021.4.19)
- No.3 コロナで、より「シニアと呼ばれても誰のこと？」(2021.4.26)
- No.4 ポストコロナ、これからライフスタイルを創りたい(2021.4.30)
- No.5 社会保障費解決のカギは団塊の健康行動が握る(2021.5.10)
- No.6 中高年はクロスメディアDXを加速(2021.5.13)
- No.7 コロナ後は“新しい大人女子”消費に期待大(2021.5.17)