

**「健康シニア」、女性就業率増加・・・「共働きシニア」率過去最高を受けて  
 ～働くご高齢者への労働意識調査～**

**■ 共働きのメリット「収入」「メリハリ」「お互いの世界」**  
**■ 実際の老後生活 年金だけでは約12万円足りない**

ワタミ株式会社(本社:東京都大田区、代表取締役社長:桑原 豊)の100%子会社である、お弁当宅配サービスを展開しているワタミタクシヨク株式会社(本社:東京都大田区、代表取締役社長:門司 実)は、「共働きシニア」が増えているという社会背景を受け、その労働実態や考え方を知るために「働くご高齢者への労働意識調査」を実施いたしました。

総務省の労働力調査によると、2014年4～6月の「共働きシニア」(農林業を除く)は前年同期比11.9%増の66万世帯となり、過去最高を更新しました。夫婦ともに働いている世帯のうち妻が65～74歳の世帯でみると、「共働きシニア」はこの10年で30万世帯近く増えており、ご高齢の夫婦8世帯に1世帯が共働きの計算となります。

共働き世帯が増えた主因は、働く高齢女性の増加です。高齢化に伴い65歳以上の就業者は前年同期から7.7%増え、女性の伸びが9.8%と男性の6.6%を大きく上回っています。特に介護、製造業、流通業など人手不足が深刻な業種で女性の就労増が目立ちました。

少子高齢化が叫ばれて久しい現在の日本において、ご高齢者が生涯現役で働くことや、女性就業率のさらなる増加が喫緊の課題となっています。このような社会背景の中、働くご高齢者は自分たちの生活や労働についてどう考えているのか、60-70代、男女計600名を対象に調査いたしました。

主な調査結果は以下の通りとなります。

- ① **90%のご高齢者が共働きのメリットを感じている！** ⇒調査 1  
 「収入アップ」「生活のメリハリ」のほか  
 「お互いの趣味や世界を持てる」「配偶者との関係が良くなる」と実感！
- ② **ご高齢者が仕事で得たお金の使い道は「趣味」が生活費に次ぐ2位！** ⇒調査 2  
 老後も趣味を楽しむためには、仕事収入がカギ！？
- ③ **ご高齢者の毎日の勤務時間**  
**実際の勤務時間「8時間以下」に対し、理想は「6時間以下」が最多！** ⇒調査 3  
 8時間働いているご高齢者も、3時間以下しか働いていないご高齢者も、理想は5～6時間のゾーン！？
- ④ **「健康的に働けること」「自分のペースにあった働き方ができること」が**  
**ご高齢者の仕事選びの基準トップ2！** ⇒調査 4  
 収入よりも重視するものは「健康」と「柔軟さ」！
- ⑤ **ご高齢者の生活 年金だけではあと119,000円/月足りない！？** ⇒調査 5  
 充実した老後のためにも仕事収入は必須！？

## 【調査結果サマリー】

60-70代で就業中の年金受給者に労働について調査したところ、多くの「共働きシニア」夫婦が共働きのメリットを回答しました。その内容は、収入のみならず、健康や、お互いの趣味や世界を持つためなど多様であることがわかりました。一方では、現在の年金支給額だけでは理想の暮らしには12万円ほど足りず、元気なうちは仕事をして収入を得る必要性も伺えました。

ご高齢者は、より豊かな生活を送るために、「自分にあった」「健康的な」「5~6時間」の仕事を理想としていることが今回の調査でわかりました。

### ■調査概要

【名称】働くご高齢者への労働意識調査

【調査対象と回収サンプル数】

60歳-64歳、65歳-69歳、男女各125人  
70歳-79歳、男女各50人 **計600人**

【調査地域】全国

【調査方法】インターネット調査(調査会社の登録モニター活用)

【調査期間】2014年11月8日(土)・11月9日(日)

### ■報道関係者へのお願い

本リリース内容の転載にあたりましては、出典として「ワタミタクシヨク調べ」という表記をお使いいただけますよう、お願い申し上げます。

当リリース記載のグラフ等のデータの提供につきましては、「ワタミの宅食」PR事務局(下記参照)までお問い合わせください。

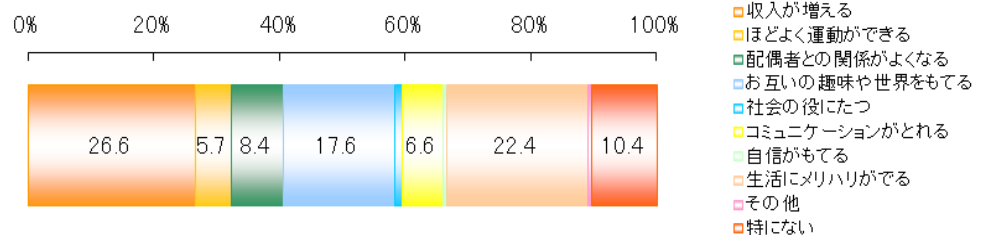
(株)イニシャル内 担当:金子/宮島/青山 TEL:03-5572-6073 FAX:03-5572-6065 Email: [w-takusyoku@vectorinc.co.jp](mailto:w-takusyoku@vectorinc.co.jp)

## 1. 90%のご高齢者が共働きのメリットを感じている！

「収入アップ」「生活のメリハリ」のほか「お互いの趣味や世界を持てる」「配偶者との関係が良くなる」と実感！

### ◆共働きのメリットを感じるご高齢者の割合とその内訳

1. 収入が増える :26.6%
2. 生活にメリハリが出る :22.4%
3. お互いの趣味や世界を持てる :17.6%
4. 配偶者との関係がよくなる :8.4%
5. コミュニケーションがとれる :6.6%
6. ほどよく運動ができる :5.7%
7. 社会の役に立つ :1.2%
8. その他 :0.6%
9. 自信が持てる :0.2%
10. 特にない :10.4%



### 【考察】

男女ともに約90%のご高齢者が、共働きをすることのメリットを回答しました。

特に、「お互いの趣味や世界をもてる」「配偶者との関係がよくなる」など、共働きすることがお互いの距離感にいい作用をおよぼすと考えるご高齢者が多くいることがわかりました。

質問:共働きでメリットを感じるのはいくら点ですか? [単一回答](n=600)

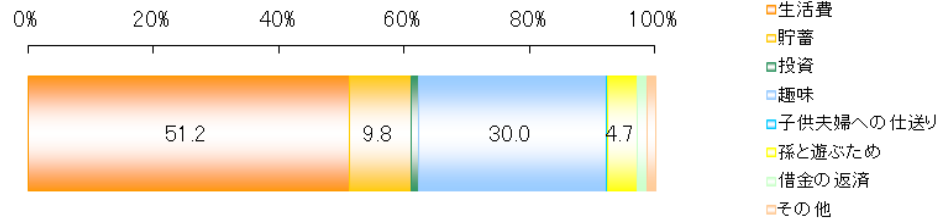
選択項目:「収入が増える」「ほどよく運動ができる」「配偶者との関係がよくなる」「お互いの趣味や世界をもてる」「社会の役に立つ」「コミュニケーションがとれる」「自信が持てる」「生活にメリハリがでる」「その他」「特にない」

## 2. ご高齢者が仕事で得たお金の使い道は「趣味」が生活費に次ぐ2位！

老後も趣味を楽しむためには、仕事収入がカギ！？

### ◆仕事で得たお金の使い道

- 1.生活費 :51.2%
- 2.趣味 :30.0%
- 3.貯蓄 :9.8%
- 4.孫と遊ぶため :4.7%
- 5.借金の返済 :1.7%
- 6.投資 :1.2%
- 7.子供夫婦への仕送り :0.2%
- 8.その他 :1.3%



### 【考察】

生活費に次ぐ仕事収入の使い道は「趣味」が圧倒的。老後に趣味を楽しむなど精神的ゆとりを得るには、仕事収入がカギであると考えられます。

質問:仕事で得たお金の主な使い道は何ですか [複数回答](n=600)

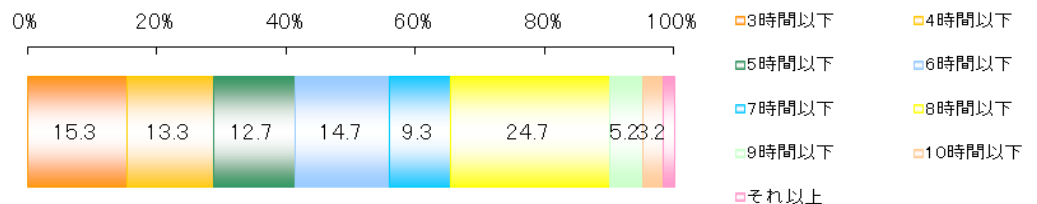
選択項目:「生活費」「貯蓄」「投資」「趣味」「子供夫婦への仕送り」「孫と遊ぶため」「借金の返済」「その他」

## 3. ご高齢者の毎日の勤務時間 実際の勤務時間「8時間以下」に対し、理想は「6時間以下」が最多！

8時間働いているご高齢者も、3時間以下しか働いていないご高齢者も、理想は5~6時間のゾーン！？

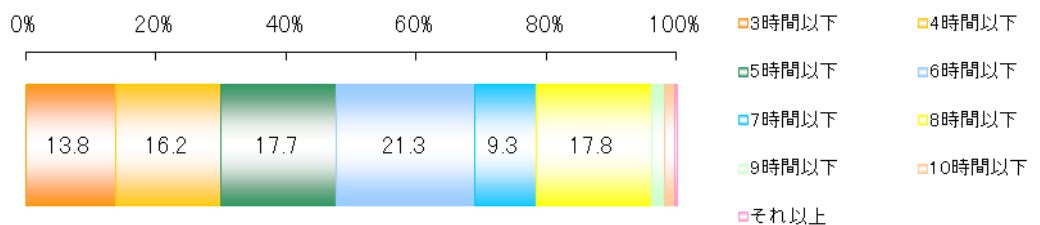
### ◆実際の毎日の平均勤務時間

- 1.8時間以下 :24.7%
- 2.3時間以下 :15.3%
- 3.6時間以下 :14.7%
- 4.4時間以下 :13.3%
- 5.5時間以下 :12.7%
- 6.7時間以下 :9.3%
- 7.9時間以下 :5.2%
- 8.10時間以下 :3.2%
- 9.10時間以上 :1.7%



### ◆理想の勤務時間

- 1.6時間以下 :21.3%
- 2.8時間以下 :17.8%
- 3.5時間以下 :17.7%
- 4.4時間以下 :16.2%
- 5.3時間以下 :13.8%
- 6.7時間以下 :9.3%
- 7.9時間以下 :1.8%
- 8.10時間以下 :1.7%
- 9.10時間以上 :0.3%



### 【考察】

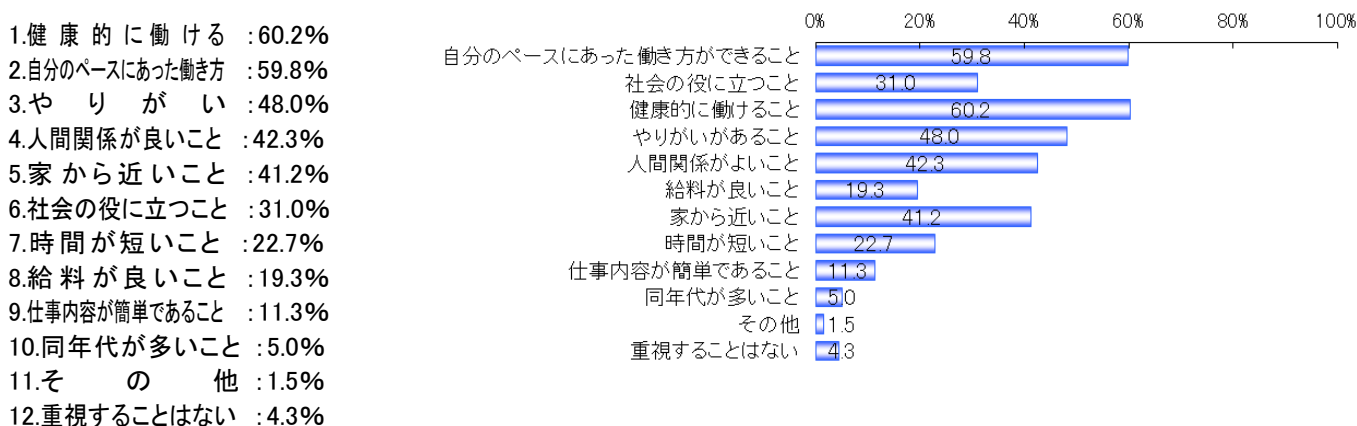
「8時間以下」の割合が最多である一方で「3時間以下」の割合も2番目に多い。理想の勤務時間を見ると「6時間以下」が最多になることから、「8時間以下」と回答したご高齢者も、「3時間以下」と回答したご高齢者も、理想の勤務時間は5~6時間で、「時間を減らしたい」と「収入を増やしたい」という2つの考えがあるのではないかと考えられます。

質問:あなたは毎日平均何時間働いていますか [数字回答](n=600)

質問:理想の毎日の平均勤務時間は何時間ですか [数字回答](n=600)

#### 4. 「健康的に働けること」「自分のペースにあった働き方ができること」が ご高齢者の仕事選びの基準トップ 2！ 収入よりも重視するものは「健康」と「柔軟さ」！

##### ◆ご高齢者が仕事を選ぶときに重視すること(複数回答)



##### 【考察】

ご高齢者が仕事を選ぶ基準は、「収入」や「キャリア」など若い世代が選ぶような項目よりも、「健康的に働けること」や「自分のペースにあった働き方ができること」が上位を占めました。人生を豊かにするために自分にあった仕事を選びたいという考えや、年金もあるため無理のない範囲で、というご高齢者の実状が汲み取れる結果となりました。

質問:あなたが仕事を選ぶときに重視することは何ですか？ [複数回答](n=600)

選択項目:「自分のペースにあった働き方ができること」「社会の役に立つこと」「健康的に働けること」「やりがいがあること」「人間関係が良いこと」「給料が良いこと」「家から近いこと」「時間が短いこと」「仕事内容が簡単であること」「同年代が多いこと」「その他」「重視することはない」

#### 5. ご高齢者の生活 年金だけではあと平均 119,000 円/月足りない！？ 充実した老後のためにも仕事収入は必須！？

##### ◆年金だけで生活費は足りませんか？足りないとしたらあといくら足りませんか？

600 人が回答した「実際に年金だけでは足りない金額」 **平均:119,000 円/月**

##### 【考察】

ご高齢者に支給される年金は、平成 24 年度の実績で、「夫は厚生年金、妻は国民年金」という平均的な夫婦の場合 148,422 円+54,856 円=203,278 円が平均となりますが、それだけではご高齢者の生活には平均で **119,000 円/月**足りていないという調査結果となりました。

一世帯あたり毎月 30 万円以上の支出がかかるため、生活費や趣味、家族とのコミュニケーションに必要なお金は、貯蓄の切り崩しや仕事で得た収入を充てていると考えられます。

質問:生活を維持するのに年金だけで足りませんか？足りないとしたらいくら足りませんか？ [数字回答](n=600)

選択項目:「足りる」「足りない(数字回答)」

※月収として回答

## 【調査結果を受けて】

ご高齢者は、働く意義が収入アップだけでなく、生活にメリハリがついたり、共働きの場合は夫婦がお互いに自分の趣味や世界を持てるというメリットを感じていることが分かりました。また、自分の生活を豊かにするために仕事収入を必要としている一方で、できるだけ健康的に、自分のペースに合わせた仕事を選びたいと考えている実状も浮かび上がってきました。

現在、年金を受給しているご高齢者は、その受給額が恵まれている方だと考えられていますが、それでも理想とする生活には平均 12 万円近く足りず、仕事収入や貯蓄の切り崩しで補う実態も伺えました。

「ワタミの宅食」では、お弁当を日々お客さまにお届けしているスタッフを「まごころスタッフ」と呼んでいます。多くのご高齢者が「まごころスタッフ」として活躍中であり、その中には今回の調査対象である「共働きシニア」夫婦も含まれます。その動機も様々で、自宅の近くで働きたい、3～4 時間だけ働きたい、適度に運動できる仕事がしたい、あと数万円の収入を得たい、など、ご高齢者の希望する働き方を実現できる、ご高齢者にぴったりの仕事です。

今後、より多くのご高齢者が「まごころスタッフ」のように仕事を通じて活躍し、より豊かで健康的な、イキイキとした毎日を過ごしていける社会となることを期待します。

## 【「ワタミの宅食」概要】

### ■「ワタミの宅食」の思い

「ワタミの宅食」は、“日替わりのお弁当と「まごころ」をお届けし、それを続けることで社会に欠かせないインフラになる”という思いのもとお弁当をお届けしています。

高齢社会のこの国を、もう一度素直に長寿を喜べる社会にすることが私たちの使命だと考えております。

### ■「ワタミの宅食」の特徴

- ・日替わりの献立は、専任の管理栄養士が塩分・カロリー・品目数といった栄養に配慮して設計しています。
- ・香りや風味がしっかり味わえるチルド(冷蔵)でお届けしています。
- ・担当の「まごころスタッフ」が毎日決まった時間帯に、手渡しを基本に笑顔と一緒にお届けしています。

### ■「ワタミの宅食」のお弁当・お惣菜

#### <まごころ御膳>

四季折々の、和食中心のお弁当

○1 人用 2,780 円(日替わり 5 日間コース/1 食あたり 556 円)

○4 種類のお惣菜とごはん

○15 品目以上(食材数・毎日)

○食塩相当量 2.5g 以下(週平均)

○500kcal 基準(週平均)



#### <まごころこばこ>

カロリーに配慮した和食中心のお手頃弁当

○1 人用 2,370 円(日替わり 5 日間コース/1 食あたり 474 円)

○3 種類のお惣菜とごはん

○10 品目以上(食材数・毎日)

○食塩相当量 2.0g 以下(週平均)

○400kcal 基準(週平均)



#### <まごころおかず>

バランスのとれた和洋中を楽しめるお惣菜

○1 人用 2,930 円(日替わり 5 日間コース/1 食あたり 586 円)

○6 種類のお惣菜

○20 品目以上(食材数・毎日)

○食塩相当量 3.5g 以下(週平均)

○400kcal 基準(週平均)



#### <まごころ万菜>

食材 30 品目がとれる、野菜たっぷりお惣菜

○1 人用 3,440 円(日替わり 5 日間コース/1 食あたり 688 円)

○8 種類のお惣菜

○30 品目以上(食材数・毎日)

○食塩相当量 4.5g 以下(週平均)

○500kcal 基準(週平均)



●写真は 1 人用の献立例です。弁当・惣菜容器内容物以外のは付属していません。●品目数、食塩相当量、熱量はすべて 1 食あたりの数値です。

●価格はすべて税込、宅配料込です。●宅食®はワタミ株式会社の登録商標です。●「ワタミの宅食」はロコモ チャレンジ！ 推進協議会正会員です。