

9月21日は「敬老の日」…アクティブシニアたちの「チャレンジ」に注目

シニアの「活動年齢」は実年齢よりも平均6歳以上若い！

“チャレンジしたいこと”には、「スポーツ」「勉強」「ビジネス」などの声も

「自分の子供よりアクティブ」なシニアも3人に1人

～アクティブなシニアを応援する最新グッズ&サービスも紹介～

生活者の意識・実態に関する調査をおこなうトレンド総研(東京都渋谷区)では、9月21日(月・祝)の「敬老の日」を前に、「シニアのチャレンジ」についてレポートします。

近年、団塊世代を中心に「アクティブシニア」と呼ばれる活動的なシニアが増えています。趣味や地域活動などに意欲的な人が多く、チャレンジ精神も旺盛なのが特徴です。

そこで今回のレポートでは、こうしたアクティブシニアの「チャレンジ」に注目。60～70代男女500名を対象としたアンケート結果に基づき、シニアたちの「チャレンジ」の実態をお伝えするほか、世代・トレンド評論家の牛窪 恵氏による現代シニアに関するインタビューコメントや、シニアの「チャレンジ」をサポートする最新商品も紹介します。

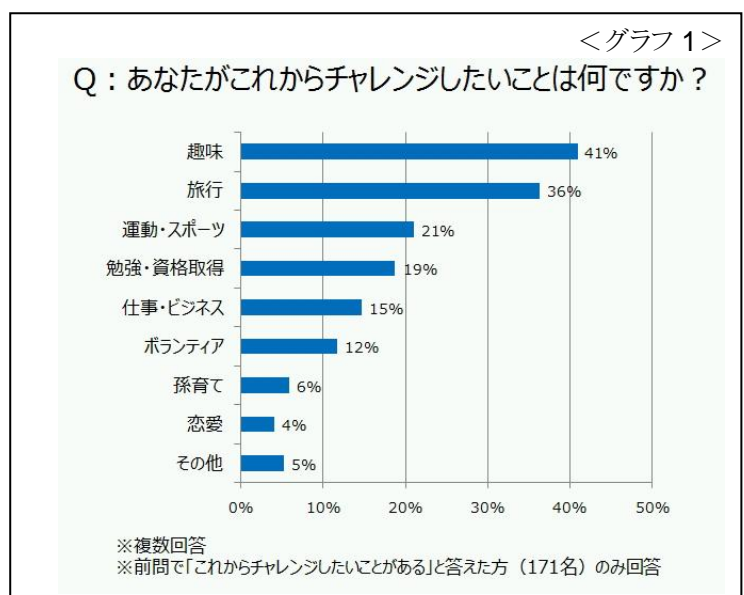
1.【調査結果】アクティブシニアたちの「チャレンジ」の実態

はじめに、60～70代のシニア500名を対象に、「60歳を過ぎてからのチャレンジ」について調査をおこないました。

■ 趣味・スポーツ・勉強・ビジネス…新しいチャレンジに積極的な現代シニア

まず、「60歳を過ぎてから、何か新しくチャレンジしたことはありますか?」と聞いたところ、**55%と半数以上**が「ある」と回答。また、「これから、新しくチャレンジしたいことはありますか?」という問いでも、「ある」と答えたシニアの割合は**34%と3人に1人**にのぼりました。

そこで、具体的に「チャレンジしたいこと」を聞いたところ、「趣味」(41%)、「旅行」(36%)のほか、「運動・スポーツ」(21%)、「勉強・資格取得」(19%)、「仕事・ビジネス」(15%)などの回答が上位に。<グラフ1> 年齢にとらわれることなく、幅広い分野に興味・関心を持つシニアたちの様子がうかがえます。



■ 60歳になる前となった後、シニアの約6割が「チャレンジしたいことに変化」

また、「**60歳になる前となった後で、チャレンジしたいことは変わりましたか？**」という質問では、57%と約6割が「変わった」と回答。

具体的な声としては、「定年後は何も考えず日々過ごそうと思っていたが、実際はジムへ通ったり、海外旅行を楽しんだりしている」(67歳・女性)、「60歳になってから自分で会社を設立したくなり、資金調達のため3つの仕事を掛け持ちしている」(66歳男性)、「60歳になる前は山遊びをして過ごそうと思っていたが、いまは都市の中心部に引っ越しして不動産投資をしている」(71歳・女性)などがあがりました。

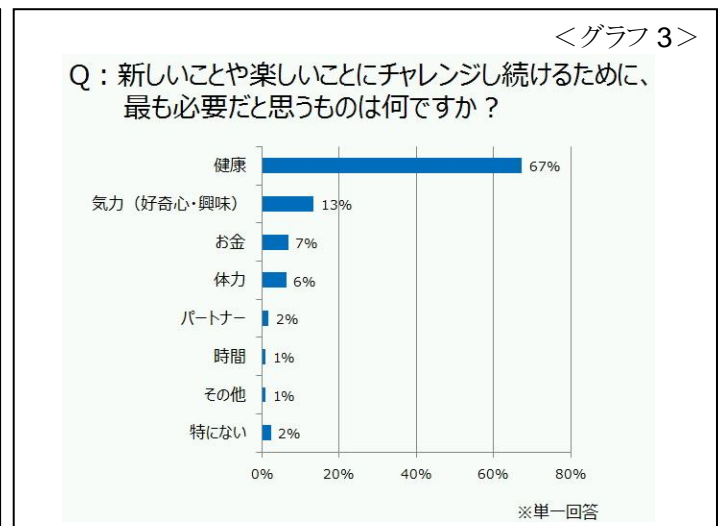
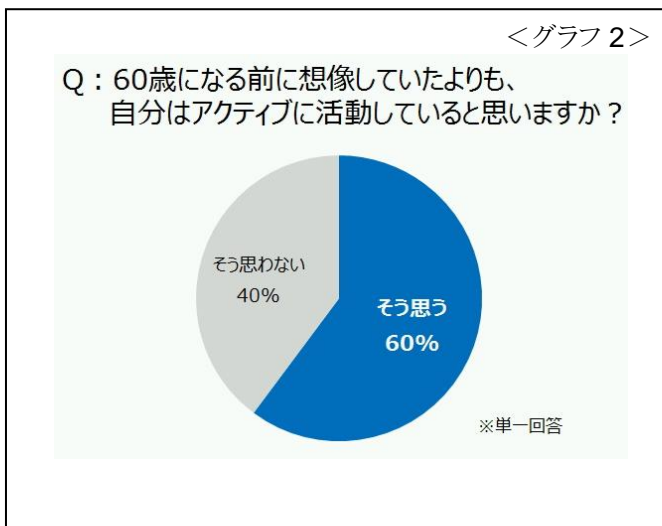
元々のはのんびり過ごすつもりだったけれども、**いざ60歳になってみると、新しくチャレンジしたいことに目覚めてアクティブに活動している**というシニアが多いようです。

■ シニアの“活動年齢”…平均は「実年齢マイナス6.3歳」！ チャレンジに必要なもの、1位は「健康」

実際に、「**60歳になる前に想像していたよりも、自分はアクティブに活動していると思いますか？**」という質問では、**60%が「そう思う」と回答**。〈グラフ2〉 また「60歳を過ぎてから、昔よりもアクティブになったと思う」人は37%、「**自分の子供よりもアクティブに活動していると思う**」人も**31%**と3人に1人にのぼっています。

そこで、「**自分の活動する気力、体力などを年齢であらわした“活動年齢”は何歳だと思えますか？**」と聞いたところ、**平均は「実年齢マイナス6.3歳」という結果に**。年齢以上に活動的であると自覚するシニアが多いようです。

また最後に、シニアたちに「新しいことや楽しいことにチャレンジし続けるために、最も必要だと思うものは何だと思えますか？」と質問すると、**最も多かったのは「健康」で67%**。「気力(好奇心・興味)」(13%)、「お金」(7%)、「体力」(6%)などの回答を大きく上回りました。〈グラフ3〉 いつまでもチャレンジを続けるには、「健康」が何よりの資本と考えるシニアが多いことがわかります。



[調査概要]

- ・調査名：「60歳を過ぎてからのチャレンジ」に関する調査
- ・調査対象：60～70代 男女 500名（年齢・性別 均等割付）
- ・調査期間：2015年8月5日(水)～2015年8月7日(金)
- ・調査方法：インターネット調査

2.【インタビュー】 専門家・牛窪 恵氏が語る、現代シニアの特徴と傾向

続いて、現代シニアの特徴や傾向について、世代・トレンド評論家の牛窪 恵氏にインタビューをおこないました。

■ 「60代以上＝高齢者」は過去の話!? 現代シニアはチャレンジ意欲・消費意欲が旺盛

2015年6月、日本老年学会が「現在の高齢者(65歳以上)は、10～20年前に比べて、(身体、知的機能や健康状態において)5～10歳は若返っていると想定される」との分析結果を発表しました。人口のうえでも、いまや日本では「65歳以上」が4人に1人、「75歳以上」も8人に1人。平均寿命が男女共に80歳を超えるいま、**60代以上の男女をひと括りに「高齢者」と見るのは、もはや古い時代**になってきています。

また、**健康の維持・増進に努めるアクティブなシニア**も増えています。例えば、経済産業省の「産業活動分析」(2014年)における大手フィットネスクラブ会員の年齢別構成比を見ると、若い世代が年々減少傾向であるのに対し、60代以上は3割超を占めるまでに伸長。同「スポーツクラブ使用料」の年齢階級別シェアでも、60代が約4割、70代が3割弱と、60代以上が使う金額が、なんと全体の7割近くにのぼります。

そう、元気もお金もそれなりに持っているのが、近年のアクティブシニア。**チャレンジ意欲も旺盛で、様々な分野での消費を牽引**しているのです。

■ 「団塊世代」を中心に、「新しいモノ」好きなアクティブシニアたち

ここ数年、**アクティブシニア市場が注目される背景には、「団塊世代」(現60代半ば～後半)の存在があります**。彼らは日本で最も人口が多いうえ、戦後生まれで感覚も若い。青春時代、数々のハリウッド映画や、相次いで来日したビートルズ、ツイッギーらの音楽やファッションなど、少なからず欧米文化の影響も受けてきました。

また、高度成長期を支えた中心世代でもあり、頑張っただけで、いわゆる「3C(カー、クーラー、カラーテレビ)」を誰よりも早く手に入れたい、と願った世代。そのため、**いまも柔軟で「新しいモノ好き」、消費意欲も旺盛**です。娘や息子とも仲が良いケースが多いのも特徴で、わが子が結婚、出産して巣立ったあとも、メール等を通じてファッションやグルメ、旅情報を共有し、元気に**「二世帯・三世帯消費」を繰り広げて**います。

■ 「心と体の健康維持」への意識が高い現代シニア…サポート商品も充実、市場の盛り上がりも

さらに、シニア年齢になれば、多少は体に衰えを感じるものですが、先の通り、現60・70代はフィットネス(スポーツ)クラブで積極的に体を鍛えるなど、**心と体の健康維持、増進に努めています**。特にシニア男性については、昨今話題の「イクジイ(育児に熱心な祖父)」願望が強く、「孫と遊ぶためにも、若くいたい」と、運動を習慣化するケースも目立っているようです。

また最近では、**健康をサポートするアイテムや、世代特化型の旅行・レジャー商品など、シニアたちのチャレンジをサポートする商品**もますます充実してきており、アクティブシニア市場のさらなる盛り上がりが期待されます。

牛窪 恵(うしくぼ めぐみ) 世代・トレンド評論家 マーケティングライター

1968年東京生まれ。日大芸術学部 映画学科(脚本)卒業後、大手出版社に入社。

5年間の編集及びPR担当の経験を経て、フリーライターとして独立。

国内外で広告、マーケティング、行動経済(心理)学を学び、

2001年4月、マーケティングを中心に行う有限会社インフィニティを設立。

「おひとりさま(マーケット)」「05年」、「草食系(男子)」「09年」は、新語・流行語大賞に最終ノミネート。

テレビ出演や著書多数。2015年9月、新刊「恋愛しない若者たち」が発売に。

牛窪恵オフィシャルブログ「気分はバブリ〜♪」 URL:<http://ameblo.jp/megumi-ushikubo/>

有限会社 インフィニティ HP URL:<http://www.hachinoji.com/>



3.【商品・サービス】アクティブなシニアを応援する最新アイテムにも注目

最近では、アクティブシニアのチャレンジをサポートする、さまざまな商品が登場しています。最新技術を取り入れたアイテムや、シニアのニーズを捉えたユニークなサービスも多数登場しており、今後ますます注目が集まると予想されます。

■筋力トレーニング機器「ひざトレーナー」

パナソニック株式会社が2015年8月に発売した「ひざトレーナー」は、**歩きながら効果的にひざ周りを鍛えることができる筋力トレーニング機器**。歩く動作に合わせて、ひざ周りの前後の筋肉に電気刺激をかけることで、ひざ周りの筋肉をバランスよく鍛えることができます。

同製品は、久留米大学医学部・志波主任教授を中心としたグループが研究を進めてきた「ハイブリッドトレーニング理論」とパナソニックのセンシング技術を融合した産学共同開発製品です。「ハイブリッドトレーニング」は、臨床評価において3か月の使用で筋力アップの効果が現れることも実証しました。また、**JAXA(宇宙航空研究開発機構)との共同研究**として、長期宇宙滞在における筋量低下への対処手法の検証実験も行なわれました。



▼「ひざトレーナー」ホームページ

<http://panasonic.jp/fitness/products/eu-jlm50s.html>

■ iPad 活用「みつおか式 脳若トレーニング」

「みつおか式 脳若トレーニング」は、**iPad(アイパッド)を使った認知機能向上講座**です。講座は、コミュニケーターと呼ばれる講師が、**iPad 内のアプリを利用して、体系化された教材を活用しながら進行**。笑いの絶えない参加者同士のコミュニケーションと、視覚・聴覚及び指先からの刺激により、脳の活性化を目指します。

2010年のスタート以来、**自治体の介護予防教室や地域のコミュニティスペースでのべ10,000人以上のシニアが同トレーニングを体験**。参加したシニアの皆様から「楽しく、継続して参加できるトレーニング」として評価されています。全国40自治体の介護予防教室で採用されるなど、「楽しくつづく」介護予防プログラムとして好評を博しています。



▼「みつおか式 脳若トレーニング」ホームページ

<http://kaigo-yobo.com/>

■ JTB ガイアレック「シニア留学」

JTBガイアレックでは小中高生向け、親子向け、企業向けなど、幅広いジャンルの留学を取り扱っています。その中でも**最近注目を集めているのが、ミドルエイジやアクティブシニアを対象とした「シニア留学」**です。

特に人気が高いのが、**海外で「学ぶ」「遊ぶ」「暮らす」をテーマにした50歳以上対象の「大人の遊学」プログラム**。一例として、初めての留学や英語に自信のない方でも気軽に参加ができる「大人の遊学 ニュージーランド満喫」は、出発地から帰着地まで添乗員が同行します。午前中は語学研修、午後は大自然を楽しめるアクティビティでいろいろな場所を訪れながら、学んだ英語を実践できます。

その他、海外での語学力アップを本格的に目指す方など**目的にあったおすすめプログラムの提供**や、航空券、宿泊先、ビザ、保険といった**煩雑な手続きの一括代行**など、旅行会社ならではのきめ細かなサービスも嬉しいポイントです。

▼「シニア留学」ホームページ

<http://ryugaku.jtb.co.jp/senior/>



■このリリースに関するお問い合わせや取材、資料をご希望の方は下記までご連絡ください■

トレンド総研 <http://www.trendsoken.com/> 担当:山口 真侑(やまぐち まゆ)
TEL:03-5774-8871 / FAX:03-5774-8872 / mail:info@trendsoken.com