



2019年11月13日

SOMPOひまわり総健リサーチ第1弾  
「7歳の“人生100年時代”調査」  
～8割以上の7歳が100歳まで生きたいと回答～

SOMPOひまわり生命保険株式会社（社長：大場 康弘、以下、「当社」）は、健康応援企業としての取組みをさらに発展させるために、健康に関する調査・研究・情報発信チームとして「SOMPOひまわり総合健康応援団※1」（以下、「SOMPOひまわり総健」）を発足しました。

また、SOMPOひまわり総健リサーチ第1弾として、11月15日に七五三を迎える今年7歳のこどもたち1,000名を対象とした「7歳の“人生100年時代”調査」を実施しましたので、その結果について公表いたします。

※1「SOMPOひまわり総合健康応援団」は広報グループ内の特別チームとして発足しました

## 1. 発足背景・概要

SOMPOひまわり生命では、2016年度より商品・サービスを通じてお客さまが健康になることを応援する健康応援企業として、保険本来の機能（Insurance）に、健康を応援する機能（Healthcare）を組み合わせた、「保険+健康（Insurhealth®：インシュアヘルス）」を提供しています。

「SOMPOひまわり総健」はこの健康応援企業としての取組みをさらに強化するために、今後、“人生100年時代の健康”を軸に、幅広い世代を対象に調査・研究を行い、世の中の動きにあわせた様々な取組みを情報発信してまいります。

## 2. 調査概要

調査対象：今年7歳になる全国のこども1,000名（男児515名、女児485名）

調査手法：インターネット調査

調査期間：2019年10月20日～10月25日

※対象のこどもを持つ全国の親1,000名を全国から募集。設問についてこどもに質問してもらい、その回答内容を親に入力してもらう形式で調査。

### 3. 調査結果サマリー

#### ■PART1：7歳の人生100年時代

こどもたちの約8割は「100歳まで生きていたい」と回答。

100歳まで生きるために必要なもの「健康な体(93.0%)」「お金(76.1%)」「家族(58.9%)」。生きたいと思う年齢の平均、自分自身は「92.3歳」、お父さん・お母さんは「97.5歳」。

#### ■PART2：7歳の“健康意識”

健康でいるためのところがけ、第1位「三食をしっかりと食べる(58.3%)」続いて「規則正しい生活(50.6%)」「早寝早起き(43.7%)」。

平均睡眠時間は約9時間、運動や外遊びの時間よりTVやゲームの時間が多い傾向。

#### ■PART3：7歳の“お金意識”

100歳まで生きるために必要だと思う貯金について6割以上が「2,000万円以上」と回答。

3分の1以上が「5,000万円以上」必要だと回答。

平均額は4,966万円と、“老後資金2,000万円問題”の約2.5倍を必要だと考える。現在の平均貯金額は、11万9,849円。

#### ■PART4：7歳の夢

将来叶えたい夢を持つこどもは全体の約6割。将来つきたい職業、第1位「ケーキ屋さん」、第2位「警察官」、第3位「サッカー選手」。憧れの大人1位は人気ユーチューバーであるHIKAKINさんに。

#### ■PART5：7歳の現在と未来

全体の約9割のこどもたちが現在の自分自身の生活を「幸せだと思う」。

100年後の日本に望むこと、1位「平和な国」2位「楽しい国」3位「幸せな国」。

100年後の自分へのメッセージ。キーワードは「元気」「幸せ」「健康」。

※各調査結果の詳細は次頁以降をご参照ください。

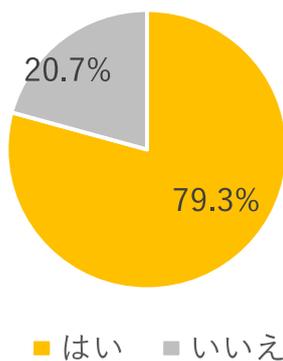
※本調査結果をご利用の場合は、「SOMPOひまわり総健調べ」のクレジットを併記ください。

## PART 1. 7歳の人生100年時代とは？

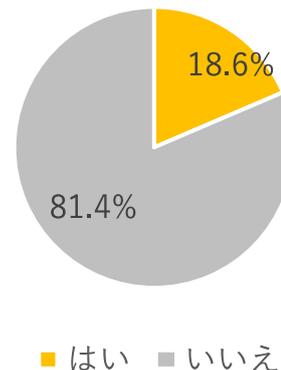
海外の研究によれば、2007年に日本で生まれたこどもについては、107歳まで生きる確率が50%もあるといわれています。今年7歳を迎える世代はまさに本格的な人生100年時代を迎える第1世代ともいえます。最初に、この7歳のこどもたちにとっての“人生100年時代”を調査してみました。

- こどもたちの約8割は「100歳まで生きていたい」と回答。一方で100歳になった自分が想像できているのは2割未満。
- 生きたいと思う年齢の平均は、自分自身「92.3歳」、お父さん・お母さんには「97.5歳」まで生きてほしいと回答。多くのこどもたちが自分たちよりも両親の長生きを願う。
- 100歳まで生きるために必要なもの、第1位は「健康な体(93.0%)」、第2位は「お金(76.1%)」、第3位は「家族(58.9%)」。

Q1：あなたは100歳まで生きていたいですか？  
(SA、n=今年7歳のこども1000名)



Q2：あなたは100歳になった自分が想像できますか？(SA、n=今年7歳のこども1000名)



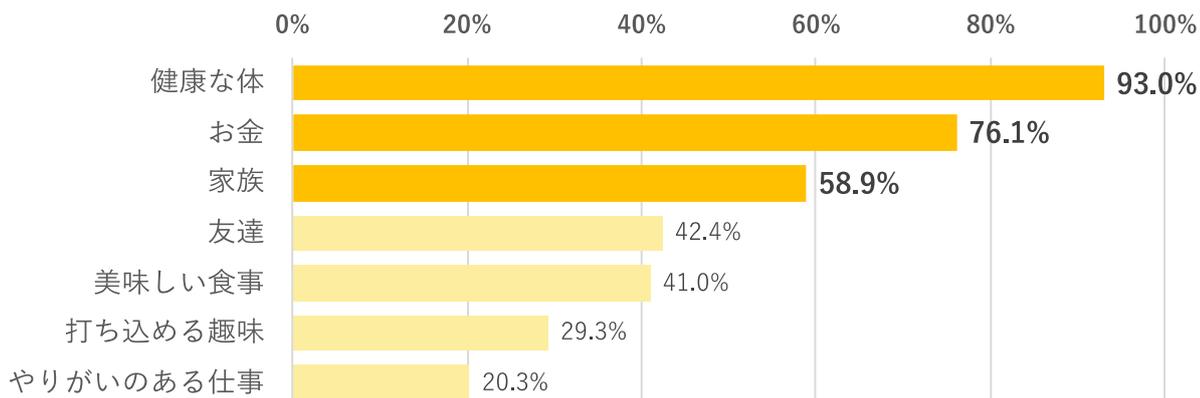
Q3：あなたは将来何歳まで生きたいと思いますか？(FA、n=今年7歳のこども1000名)

平均**92.3**歳

Q4：あなたのお父さん・お母さんには何歳まで生きていてほしいと思いますか？(FA、n=今年7歳のこども1000名)

平均**97.5**歳

Q5：100歳まで生きるために必要なものはなんだと思いますか？(MA、n=今年7歳のこども1000名)



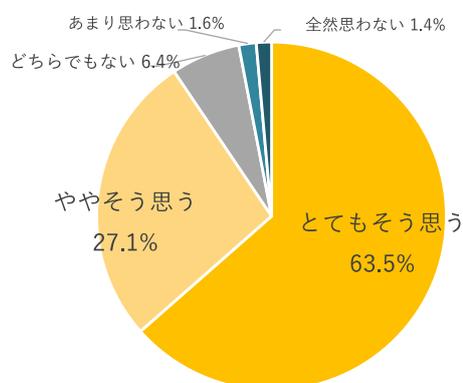
## PART 2. 人生100年時代を迎える7歳の“健康”意識

子どもたち自身が100歳まで生きるために最も必要だと考える“健康”。この“健康”やそのための日々の生活について、より詳しく調査をしました。

- 90%以上の子どもたちは「自分のことを健康」だと回答。
- 健康であるためのところがけは、第1位「三食をしっかり食べる（58.3%）」、続いて「規則正しい生活（50.6%）」、「早寝早起き（43.7%）」。  
食や生活の規則性を重視する一方で、運動や趣味等は寛容な傾向。
- 平均睡眠時間は約9時間、運動や外遊びの時間よりTVやゲームの時間が多い傾向。

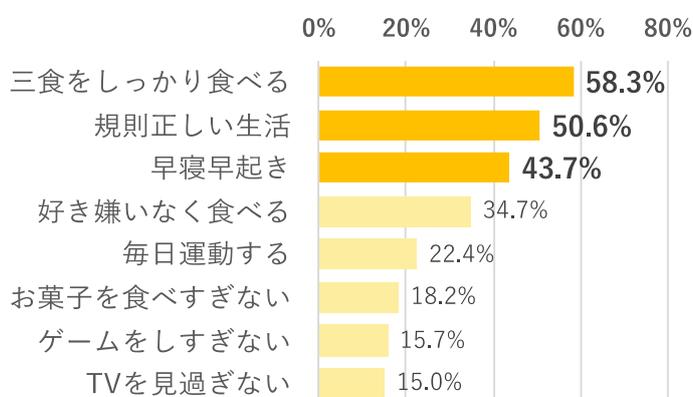
Q6：あなたは現在自分のことを健康（\*病気などにかかっておらず元気）だと思いますか？

(SA、n=今年7歳の子ども1000名)



Q7：健康であるために毎日の生活でところがけていることはなんですか？

(MA、n=今年7歳の子ども1000名)



Q8：あなたは毎日の生活の中でそれぞれ次の項目をどれぐらいの時間とっていますか？

(FA、n=今年7歳の子ども1000名)

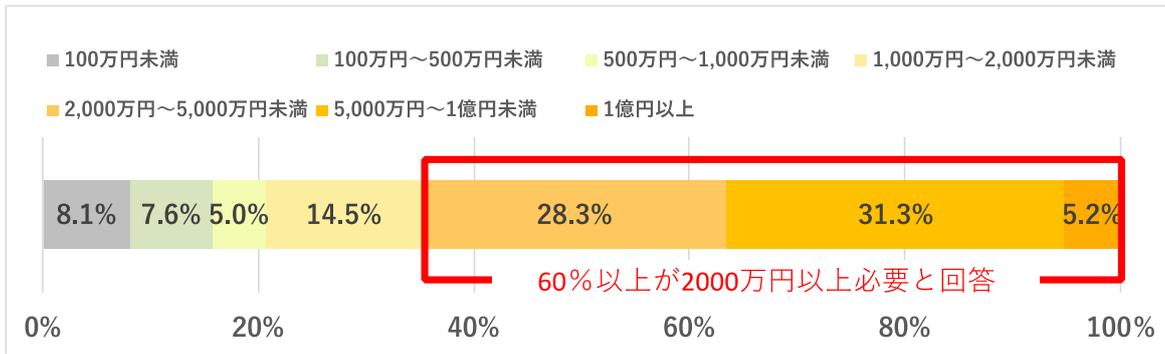
	睡眠	勉強	運動	外で遊ぶ	TVやゲーム	家族と話す
全体	8.89時間	1.52時間	1.08時間	1.12時間	2.28時間	1.92時間
男子(n=515)	8.78時間	1.43時間	1.05時間	1.05時間	2.18時間	1.81時間
女子(n=485)	9.05時間	1.65時間	1.11時間	1.21時間	2.42時間	2.08時間

## PART 3. 人生100年時代を迎える7歳の“お金”意識

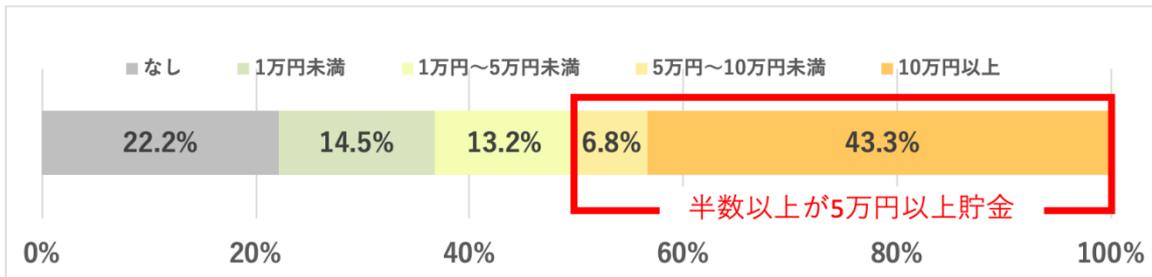
さらに、100歳まで生きるために大切なものとして第2位にあがった“お金”に関してより詳しい調査を実施しました。

- 100歳まで生きるために必要だと思う貯金について全体の6割以上が「2,000万円以上」と回答し、3分の1以上が「5,000万円以上」必要だと回答。平均額は4,966万円と、本年度物議を醸した“老後資金2,000万円問題”の約2.5倍を必要だと考える。
- 現在の貯金額平均は11万9,849円。全体の半数以上が5万円以上の貯金を持ち、100歳まで生きるために必要だと考える貯金額が多いほど、現実の貯金額も多い傾向に。

Q9：100歳まで生きるにはどれぐらいの貯金が必要だと思いますか？(SA+FA、n=今年7歳のこども1000名)



Q10：現在のあなた自身の貯金額は？(SA+FA、n=今年7歳のこども1000名)

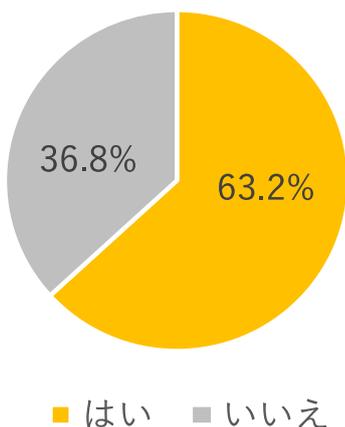


## PART 4. 人生100年時代を迎える7歳の“夢”

では、人生100年時代を迎える現代の7歳が未来にむかって描いている夢や目標はどのようなものが多いのでしょうか？

- 将来叶えたい夢を持つこどもは全体の約6割。世界に関わる夢や家族に関わる夢が多い傾向。
- 将来つきたい具体的な職業、第1位「ケーキ屋さん」、第2位「警察官」、第3位「サッカー選手」。「ユーチューバー」と23名が回答し、12位に挙がっている。
- 憧れの大人1位は人気ユーチューバーのHIKAKINさんに。スポーツ選手や人気キャラクター、タレントまで幅広い回答が。

Q11：人生の中でかなえたい夢はありますか？(SA&FA、n=今年7歳のこども1000名)



- 世界にかかわる夢「世界で活躍するサッカー選手」「昆虫博士になってコスタリカに行く」「スポーツチャンバラの世界大会で優勝する」「世界を回る、グローバルな人間」
- テクノロジーに関わる夢「月に行く」「人の役に立つものを発明する」「空を飛ぶ車をつくる」
- 家族にまつわる夢「ママと一緒にくらしたい」「家族に家を建てる」「パイロットになってパパとママをハワイにつれていく」「お母さんとお父さんが楽しく生きてほしいから、お金持ちになる」「シェフになり、両親に自分が作った料理を食べさせる。」
- その他「恐竜にあいたい」「魔法使い」「妖精」「ゴジラになる」「仮面ライダーになる」

Q12：あなたは将来どんな職業につきたいとおもっていますか？(FA、n=今年7歳のこども1000名)

1	ケーキ屋さん	60
2	警察官	47
3	サッカー選手	44
4	医師	42
5	看護師	36
6	運転士/運転手	33
7	野球選手	32
8	パティシエ	30
9	パン屋さん	27
10	花屋さん	24

10	教師	24
12	ユーチューバー	23
13	保育士	22
14	アイドル	20
15	消防士	19
16	学者・研究者	15
17	公務員	14
18	パイロット	11
19	大工・宮大工	10
20	会社員・サラリーマン	9

Q13：あなたの憧れの大人は誰ですか？

(FA、n=今年7歳のこども1000名)

1	HIKAKIN	75
2	ママ・お母さん	66
3	パパ・お父さん	57

**その他回答**

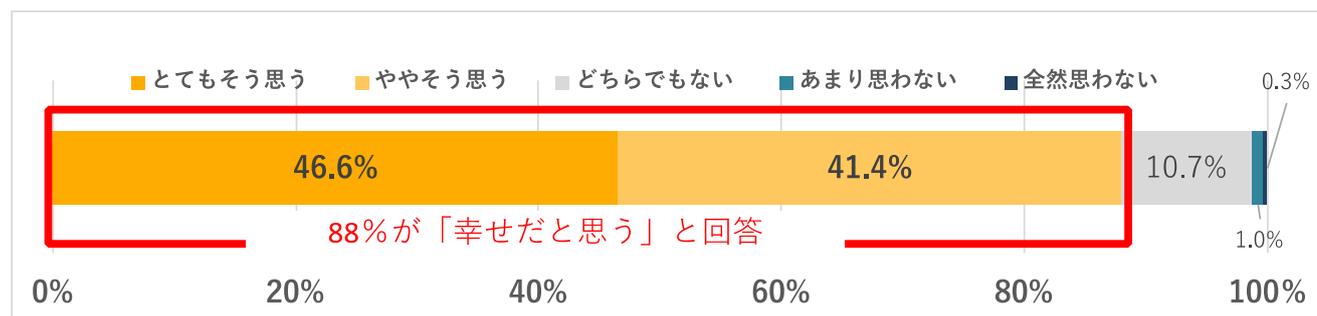
「仮面ライダー（20）」 「ドラえもん（8）」  
 「プリキュア（7）」 「YouTuber（7）」  
 「カマキリ先生（5）」 「メッシ（5）」  
 「みやぞん（5）」 「リカちゃん（4）」  
 「東大王（4）」 「ウルトラマン（4）」  
 「イチロー（4）」 「坂本勇人選手（4）」  
 「久保建英選手（3）」

**PART 5.人生100年時代を迎える7歳の“現在”と“未来”**

では、人生100年時代を迎える現代の7歳が未来にむかって描いている夢や目標はどのようなものが多いのでしょうか？

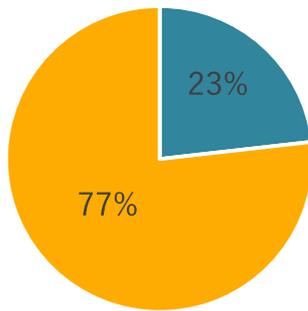
- 全体の約9割のこどもたちが現在の自分自身の生活を「幸せだと思う」。一方で、約2割は不安も抱える。
- 100年後の日本に望むこと。1位「平和な国」2位「楽しい国」3位「幸せな国」。  
災害が多い近年の世相を反映し、「地震・台風・災害が少ない国」という回答も。
- 100年後の自分へのメッセージ。キーワードは「元気」「幸せ」「健康」など。100年後の元気な自分にむけたポジティブなメッセージが多い。

Q14：あなたは今自分の生活を幸せだと思いますか？(SA、n=今年7歳のこども1000名)



**Q15：あなたは自分自身の生活で不安に思っていることはありますか？**

(SA & FA、n=今年7歳のこども1000名)



■ ある ■ ない

**Q16：あなたは100年後の日本が将来どんな国になっていてほしいと思いますか？**

(FA、n=今年7歳のこども1000名)

1	平和な国、争いがない国	230
2	楽しい国	107
3	幸せな国	103
4	豊かな国	33
5	安心・安全な国	32
6	地震・台風・災害が少ない国	17
7	元気な国	16

**Q17：100年後の自分にメッセージをお願いします**

(FA、n=今年7歳のこども1000名)

1	元気ですか？	73
2	幸せですか？	69
3	元気でね	56
4	頑張れ	41
5	健康でね	36



### メッセージ抜粋

「元気なおばあちゃんになってますか？私は毎日勉強を頑張っています」

「元気で暮らしていますか？今みたいに100年後も毎日楽しくて幸せだったらいいなあ。」

「外国のクワガタは育てましたか？」「住みやすい100年後になってますように」

「100年後、生きてるか分からないけど、パン屋さんになれたかなあ？」

「元気ですか？もうおばあちゃんだね。これからも健康に気を付けて頑張って。」

「僕が100歳になったらおじいちゃんになってるけど、めっちゃ電車の運転が上手なおじいちゃんだからまだ運転してください。」

以上

< SOMPOひまわり総健に関するお問い合わせ先 >

SOMPOひまわり生命保険株式会社

経営企画部 広報グループ 中森 俊充、住山 舞依 Tel:03-6742-2000