

中高年（40～69 歳）単身者における社会的孤立と 貧困リスクの考察 —未婚者と離別者の比較から—

藤森 克彦

日本福祉大学教授／みずほリサーチ&テクノロジーズ主席研究員

【 記 事 情 報 】

掲載誌：年金研究 No.28 p.72-99 ISSN 2189-969X

オンライン掲載日：2026 年 3 月 31 日

掲載ホームページ：<https://www.nensoken.or.jp/publication/nenkinkenkyu/>

DOI：https://doi.org/10.20739/nenkinkenkyu.28.0_72

要旨

本稿では、40～69 歳の中高年単身（一人暮らし）者を「未婚者」と「離別者」に分け、さらに男女別に計 4 グループとして、生活実態や老後の備えを分析した。特に、単身者が陥りやすい社会的孤立や貧困のリスクに焦点を当てた。主な研究結果は以下の通りである。

第 1 に、子ども・父母・兄弟姉妹のいずれもいない「家族のいない人」は、中高年単身者の 23.3% を占める。4 グループ別にみると、未婚男女で 3 割前後、離別男女で約 15% 前後となり、未婚者で「家族がいない」人の割合が高い。

第 2 に、経済的援助・看護や家事・悩み事の相談といった 3 項目全てについて「現在、頼れる人がいない」と回答した人の割合は、中高年単身者の 55.5% にのぼる。4 グループでは、未婚男性で 7 割弱、離別男性で 6 割弱が「頼れる人がいない」と回答しており、男性で孤立のリスクが高い。また、年齢階層別にみると、未婚男女と離別女性では 40 代、離別男性では 50 代で「頼れる人がいない」人の割合が高く、現役期における孤立の問題が窺える。

第 3 に、従業上の地位について「非正規社員と無職者の割合（合計）」をみると、60 代も含むことから中高年単身者全体では 52.2% にのぼる。4 グループ別にみると、離別女性では 7 割弱、未婚女性では 6 割弱と、女性で高い水準である。特に離別女性では、既に 40 代から 4 割弱が非正規社員となっていて、60 代でもその割合は変わらないという特徴がみられる。

第 4 に、70 歳以降の生計の立て方については、どのグループも 5～6 割が公的年金をあげている。一方、厚生年金の加入率をみると、離別男性 46.1%、未婚女性 40.6%、離別女性 39.4%、未婚男性 33.8% であり、未婚男性が最も低い。また、国民年金第 1 号被保険者のうち、国民年金保険料を全額納付していない人の割合は離別女性で 4 割強と高く、将来低年金者となるリスクが懸念される。

第5に、中高年単身者について「頼れる人がいないこと」の規定要因を分析したところ、「家族がいないこと」は正の影響を与える規定要因になっている。一方、「友人に満足していること」は、頼れる人がいないことに負の影響を与える規定要因となっている。今後、単身高齢者の増加が見込まれる中で、現役期から質の高い友人関係を築くことが、孤立防止につながると考えられる。

1 はじめに

国立社会保障・人口問題研究所の将来推計によれば、今後、65歳以上の単身（一人暮らし）高齢者数は、2020年の738万人が2050年には1,084万人へと1.47倍増えていくという。注目すべきは、未婚の単身高齢者や離別した単身高齢者が急激に伸びていく点である。具体的には、未婚の単身高齢者は、2020年から2050年にかけて3.20倍増えていく。また、離別した単身高齢者も1.57倍増えていく[国立社会保障・人口問題研究所2024:14]。

当然のことながら、未婚の単身高齢者は、高齢期になってから未婚者になるのではなく、中高年期から未婚である。また、離婚率の高い年齢階層は、男女ともに20代後半～40代前半であり[総務省「令和5（2023）年人口動態調査」、高齢期に入る前に離婚して高齢期を迎えた人が多いことが推察される。今後一層増加する未婚の単身高齢者や、離別した単身高齢者の高齢期の生活は、中高年期の生活実態の影響を受けていくことが考えられる。

一方、これまでの単身高齢者の研究については、未婚者と離婚者を分けて中年期から両者を比較する研究は乏しい。また、一般に「高齢者」は65歳以上の者をいうが、近年では60代後半の約5割の人が就労している。長寿化が進む中、60代を70歳以上の高齢期に向けた準備期間と捉えることは実態に即していると考えられる。

そこで本稿では、40～69歳の中高年単身者について、未婚者と離別者を取りあげ、さらに男女別に分けて「他者との関係性」や「経済的状況」を考察する。その際、単身高齢者が陥るリスクとして指摘されてきた社会的孤立と貧困に注目する。また、40代・50代・60代といった年齢階層別の生活実態の差異も着目していく。

2 先行研究の検討と研究目的

国立社会保障・人口問題研究所[2024:14]では、配偶関係別にみた65歳以上の単身高齢者数の将来推計を示している（図表1）。

まず、男性からみると、2020年の単身高齢男性は256.3万人であったが、2050年には450.5万人になると推計されており、この間1.76倍増加する。また、65歳以上の男性人口に占める単身者の比率（独居率）も、2020年の16.4%が2050年には26.1%となり、9.7%ポイント増えていく。

未婚の単身高齢男性をみると、2020年の86.4万人が、2050年には268.9万人になると推計されており、約3.11倍増加するとみられている。また、単身高齢男性に占める未婚者の比率も、2020年の33.7%が2050年には59.7%となり、26.0%ポイント増えていく。

離別した単身高齢男性の増加状況を見ると、2020年の離別した単身高齢男性は62.8万人であったが、2050年には85.1万人になると推計されており、約1.36倍増加するとみられている。また、65歳以上の単身男性に占める離別者の割合は、2020年の24.5%から2050年には18.9%となり、5.6%ポイント減少する。

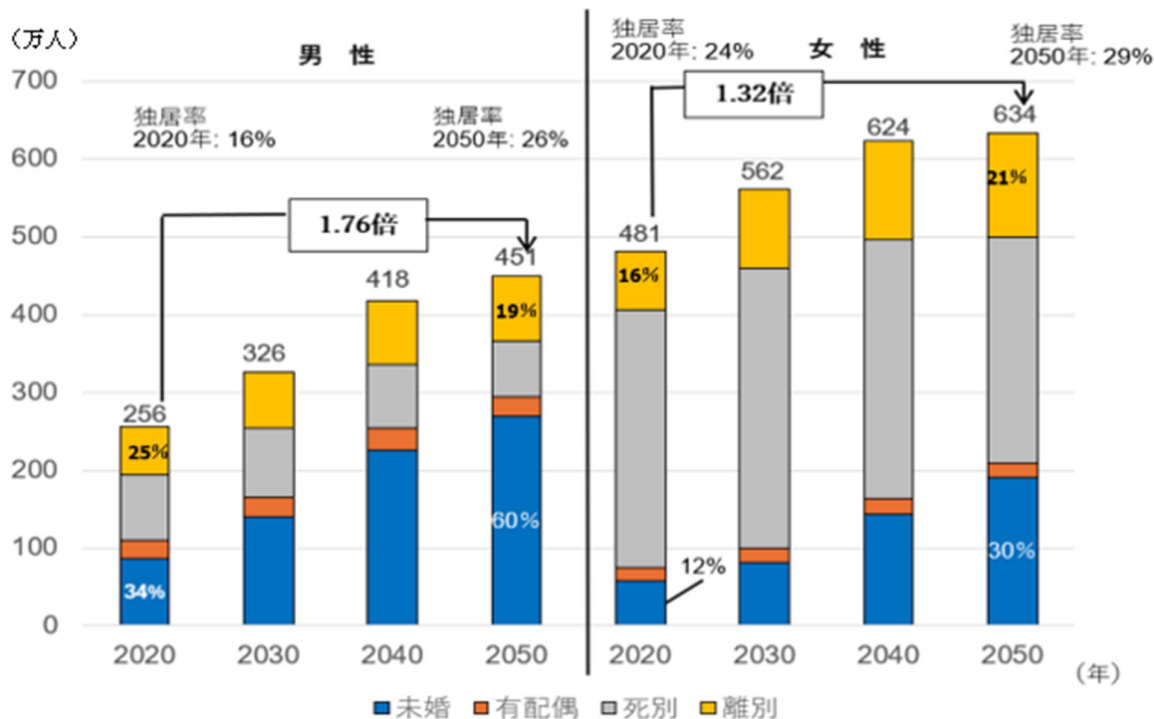
次に、女性についてみると、2020年の単身高齢女性は481.5万人であったが、2050年には633.4万人になると推計されており、この間1.32倍増加する。また、65歳以上の女性人口に占める単身者の比率（独居率）も、2020年の23.6%が2050年には29.3%となり、5.7%ポイント増えていく。

未婚の単身高齢女性をみると、2020年の未婚の単身高齢女性は57.3万人であったが、2050年には191.3万人になると推計されており、3.34倍増加する。また、単身高齢女性に占める未婚者の比率も、20年の11.9%が50年には30.2%となり、18.3%ポイント増えると推計されている。

離別した単身高齢女性の増加状況を見ると、2020年の離別した単身高齢女性は76.6万人であったが、2050年には133.6万人になると推計されており、1.74倍増加するとみられている。また、65歳以上の単身女性に占める離別者の割合は、20年の15.9%が50年には21.1%となり、約5.2%ポイント増加する。

以上のように、2020年から2050年にかけて未婚の単身高齢者数と離別した単身高齢者数が男女とも増えていく。特に未婚の単身高齢者は、男女ともに3倍以上増えていくと推計されている。

図表1 男女別・配偶関係別にみた65歳以上の単身高齢者の将来推計



資料) 国立社会保障・人口問題研究所 [2024:14] により、筆者作成。

みずほリサーチ&テクノロジーズ [2021:28-29] は、国立社会保障・人口問題研究所『生活と支え合いに関する調査』の二次利用分析を行い、世帯類型別に社会的孤立に陥る人の出現率を分析した。具体的には、社会的孤立を、①会話欠如型孤立、②受領的サポート欠如型孤立（頼れる人がいない）、③提供的サポート欠如型孤立（手助けする相手がいない）などの類型に分けて、その出現率を確認したところ、65歳以上の単身高齢男性で①～③の孤立類型の出現率はいずれも2桁を超える高い水準となることを明らかにした。また、配偶関係別に同出現率を推計すると、60歳未満と60歳以上ともに、未婚者や離別者は、有配偶者や死別者よりも、会話欠如型孤立と受領的サポート欠如型孤立に陥る人の割合が高いことを示した。

藤森・杉山（2021）は、40代と50代の中年未婚者の社会的孤立に注目し、社会的孤立に陥る要因について分析をしている。その結果、中年未婚者は「孤立群」「孤立予備群」「非孤立群」に分けることができ、その規模は4.5%、23.3%、72.2%であることを明らかにした。「孤立群」「孤立予備群」には男性の割合が高く、無業者が半数を占めることなどを指摘している。

藤森（2021）は、40代・50代の未婚の男女を、「単身世帯に属する者」と「親と同居する世帯（以下、親同居世帯）に属する者」に分けて、基本属性や生活実態、老後への備え、親との同居の規定要因を考察した。そして、本人年収を比べると、親同居世帯では、女性を中心に単身世帯よりも低所得者の比率が高いことや、老後への備えをみると、親同居世帯の6割弱は、国民年金第1号被保険者であり、単身世帯の5割程度と比べて高い水準にあること、などを指摘した。

以上のように先行研究では、単身者は社会的孤立や貧困に陥りやすいことが指摘されている。しかし、中高年単身者について未婚者と離別者を分けた上で、中年期から生活実態や老後への備えを比較した研究は乏しい。そこで本稿では、40～69歳の中高年単身者を「未婚者」と「離別者」に分け、さらに男女別に区分した4つのグループ（未婚男性、未婚女性、離別男性、離別女性）について、生活実態や老後への備えなどを考察する。また、40代・50代・60代の年齢階層の差異にも注目する。具体的には以下の3点を考察していく。

- (1) 「未婚の中高年単身者」と「離別した中高年単身者」では、「他者との関係性」について、どのような差異があるのか。
- (2) 「未婚の中高年単身者」と「離別した中高年単身者」では、「経済的状況」について、どのような差異があるのか。
- (3) 中高年単身者において、「社会的孤立」や「貧困」の規定要因は何か。

本稿の構成としては、次の第3節で調査対象と使用するデータを説明する。そして、第4節で中高年単身者の「他者との関係性」について考察する。第5節では中高年単身者の「経済的状況」について考察する。そして第6節で、中高年単身者の孤立と貧困の規定要因を分析する。

なお、本稿において「中高年」とは、「40～69歳」を示す。また、単身世帯とは、「一人暮らし」をいい、世帯でみるか、個人でみるかによって、「単身世帯」「単身者」「一人暮らし」という表現を使うが、いずれも同じ対象を示す。さらに、「未婚者」とは、生涯

に一度も結婚をしたことのない人」と定義する。「離別者」とは、離婚をして再婚をしていない人をいう。

3 調査対象と使用するデータ

公益財団法人年金シニアプラン総合研究機構が2025年8月に実施した『第6回独身者（40代～60代）の老後生活設計ニーズに関する調査』では、40～69歳の独身者（未婚者と離別者）4,800名を調査対象としている。独身者には、パートナーがいないことを前提とする。

本稿が調査対象とするのは、40～69歳の独身者のうち、単身者（一人暮らし）である。調査対象となる40～69歳の単身者数は、2,656名（男性1,519人、女性1,137人）となる。そして本稿では、先述の通り、40～69歳の単身者を未婚者と離別者に分け、さらに男女別にして計4グループとして分析した。すなわち、①未婚の単身男性（以下、未婚男性）、②未婚の単身女性（以下、未婚女性）、③離別した単身男性（以下、離別男性）、④離別した単身女性（以下、離別女性）の4つのグループに区分する。ちなみに、本稿が対象とする中高年単身者に占める各グループの構成比をみると、①未婚男性（26.7%）、②未婚女性（23.1%）、③離別男性（30.5%）、④離別女性（19.7%）となっている。また、各グループのサンプル数と年齢階層別の構成比は、図表2の通りである

図表2 中高年単身者の未婚者と離別者のサンプル数と年齢階層別分布

	総数			
	(40～69歳)	40代	50代	60代
未婚男性	710	178	226	306
(構成比)	100%	25.1%	31.8%	43.1%
未婚女性	614	173	176	265
(構成比)	100%	28.2%	28.7%	43.2%
離別男性	809	240	265	304
(構成比)	100%	29.7%	32.8%	37.6%
離別女性	523	102	192	229
(構成比)	100%	19.5%	36.7%	43.8%
合計	2656	693	859	1104
(構成比)	100%	26.1%	32.3%	41.6%

資料) (公財) 年金シニアプラン総合研究機構 (2025) 『第6回独身者 (40代～60代) の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

4 中高年単身者の「他者との関係性」

先述の通り、単身者は、男性を中心に社会的に孤立する人の比率が高いことが指摘されている [みずほりサーチ&テクノロジーズ (2021) : 19]。「社会的孤立」とは、家族やコミュニティとの接触がないことをいう [服部・一番ヶ瀬 (1974)]。

本節では、中高年単身者を先述の4グループに分けて、「他者との関係性」をみていく。

具体的には、(1) 家族のいない人、(2) 家族・友人・近隣の人に対する満足度、(3) 頼れる人がいない人、を考察する。

(1) 家族のいない人

A. 4グループの比較

社会的孤立は、家族のいない人で生じやすいことが考えられる。そこで、中高年単身者を先の4つのグループに分けて、家族のいない人がどの程度いるのかを考察する。本稿で「家族がいない人」とは、①子どもがいない、②父と母がともにいない、③兄弟姉妹がいない、といった①～③のいずれも満たす人とする。なお、調査対象者にはパートナーがいないことが前提である。

その結果をみると、40～69歳の単身者について、「家族のいない人」の割合は23.3%である。そして4グループに分けてみると、「家族のいない人」の割合は、未婚男性33.8%、未婚女性28.2%、離別男性16.7%、離別女性13.4%となっている(図表3)。

未婚者で「家族のいない人」の割合が高い一因としては、未婚者のほぼ全員が「子どもがいない」のに対して、離別者では約5割程度が「子どもがいる」ことがあげられる。また、「父母がともにいない」人の割合をみると、未婚男性(61.1%)、未婚女性(55.2%)、離別女性(47.8%)、離別男性(46.2%)となっていて、未婚者の方が離別者よりも「父母がいない人」の割合が高い。この背景は明確ではないが、未婚の単身者には、親との死別によって単身者になる人が一定程度いることが考えられる。一方、離別の単身者は、結婚によって親と別居することが多く、離婚後に単身者になっても、別居している親が生きていることが考えられる。さらに、未婚男性の44.4%は兄弟姉妹がなく、他の3グループよりも高い。未婚男性では、「一人っ子」の割合が高いことが推察される。

図表3 男女別・配偶関係別にみた家族のいない単身者の割合

	家族がいない人			
	子どもがいない	父母がいない	兄弟姉妹がいない	
未婚男性 (n=710)	33.8%	99.4%	61.1%	44.4%
未婚女性 (n=614)	28.2%	99.5%	55.2%	36.8%
離別男性 (n=809)	16.7%	54.5%	46.2%	37.2%
離別女性 (n=523)	13.4%	47.0%	47.8%	37.1%
合計 (n=2656)	23.3%	75.5%	52.6%	39.0%

注) 1. 「家族がいない」とは、「子どもがいない」「父母がいない」「兄弟姉妹がいない」の全てにも該当する人をいう。

2. 「父母がいない」とは、父母共にいないことをいう。「兄弟姉妹がいない」も同様に、兄弟姉妹が全ていないことをいう。

3. 網掛け部分は、4グループの中で、各項目において最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構(2025)『第6回独身者(40代～60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

B. 年齢階層別の比較

では、4つのグループごとに、どの年齢階層で「家族のいない人」の割合が高いのか。また、年齢階層別に「子ども」「父母」「兄弟姉妹」のどの要因が影響しているのだろうか。

まず、4つのグループごとに、「家族がいない人」の割合が最も高い年齢階層をみると、未婚男性は50代（38.5%）、未婚女性は60代（31.7%）、離別男性も60代（18.1%）、離別女性は40代（16.7%）となっている（図表4）。

まず未婚者では、ほぼ全員が子どもがいないため、家族の有無は「父母の有無」と「兄弟姉妹の有無」に左右される。そして、未婚男性では、50代で「父母がいない人」と「兄弟姉妹がいない人」の割合がともに5割を超える。50代で「家族のいない人」の割合が高いのは、両者に該当する人の割合が50代で最も高くなることの影響と考えられる。

一方、未婚女性では、「家族のいない人」の割合が最も高いのは60代である。これは、60代で「父母のいない人」の割合が8割弱の高い水準であるとともに、「兄弟姉妹がいない人」の割合も35.8%と一定の割合がある。両者に該当する人の割合が大きくなったことが推察される。

離別男性においては、「家族がいない人」の割合は60代が最も高いものの、40代～60代にかけて15～18%の一定の範囲内にある。「子どものいない人」の割合は、年齢階層が高くなると低下し、逆に「父母がいない人」の割合は年齢階層が高まれば上昇している。

「兄弟姉妹がいない人」の割合は40代よりも低下するものの、それほど大きな低下幅ではない。こうした各割合の増減によって、年齢階層による変化はあまり生じていないことが考えられる。

離別女性においては、40代で「家族のいない人」の割合が最も高い。これは、「子どものいない人」の割合が、40代で75.5%と最も高く、年齢階層が高まるにつれて同割合が低下していくことが要因と考えられる。一方、「父母のいない人」の割合は、年齢階層が高まるにつれて増加していく。また、年齢階層別の「兄弟姉妹のいない人」の割合の変動は小幅である。なお、離別女性で「子どものいない人」の割合が40代で高いのは、40代の離別者は結婚期間が短く、子どもをもつ前に離婚することや、若い年齢階層ほど少子化の影響を受けて子どもをもたない傾向があることなどが考えられる。

図表4 配偶関係別にみた「家族がいない」人の割合

		n	家族が いない人	子供が いない人 (SC5)	父母が いない人 (SC6)	兄弟姉妹 がいない人 (SC7)
未婚男性	40代	178	31.5%	100.0%	37.1%	47.8%
	50代	226	38.5%	99.6%	55.3%	50.4%
	60代	306	31.7%	99.0%	79.4%	37.9%
未婚女性	40代	173	29.5%	100.0%	32.4%	46.8%
	50代	176	21.6%	98.3%	44.3%	28.4%
	60代	265	31.7%	100.0%	77.4%	35.8%
離別男性	40代	240	15.0%	61.7%	24.2%	41.3%
	50代	265	16.6%	56.2%	39.2%	34.3%
	60代	304	18.1%	47.4%	69.7%	36.5%
離別女性	40代	102	16.7%	75.5%	26.5%	37.3%
	50代	192	14.6%	48.4%	38.5%	38.5%
	60代	229	10.9%	33.2%	65.1%	35.8%

注) 1. 網掛け部分は、各グループの年齢階層の中で最も高い割合を示す。
2. 「家族がいない人」とは、「子どもがいない」「父母がいない」「兄弟姉妹がいない」の全てに該当する人をいう。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構(2025)『第6回独身者(40代~60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

(2) 「家族」「友人」「地域・近隣の人」に関する満足度

「家族」「友人」「地域・近隣の人」に対して、4つのグループが「どの程度満足しているか」をみていく。各グループにおける「満足(「非常に満足」と「まあ満足」の合計)」と回答した人の割合を比べると、「家族」「友人」「地域・近隣の人」の全ての項目において、離別女性で満足している人の割合が最も高い(図表5)。一方、未婚男性では、どの項目も「満足」する人の割合が4グループの中で最も低い。なお、「地域・近隣の人についての満足」する人の割合は、4グループにおいて大きな差はない。

年齢階層別に4グループごとに最も満足度が高い年齢階層をみると、「家族に対する満足度」は、未婚男性、離別男性、離別女性の3グループで40代が最も高い。この背景としては、40代では親が生きることが多いので、家族の満足度が高いのではないかと考えられる。

次に、「友人に対する満足度」「地域・近隣に対する満足度」をみると、未婚男性、未婚女性、離別男性の3グループでは、60代で満足度が最も高い(図表6)。この背景は不明であるが、60代になると、定年などを迎えて時間的余裕ができるため、「友人」や「地域・近隣の人」との関係性が形成しやすくなる可能性があるのかもしれない。

一方、離別女性では、友人や地域・近隣の人との満足度が最も高いのは40代である。この背景には、離別女性では離婚の前後から、友人に相談に乗ってもらったことなどがあられるのかもしれない。また、40代の離別女性で子どものいる人の割合は25%にすぎないが、

子どもの育児期に、友人や地域・近隣の人との助け合いがあり、そのつながりが続いていることも考えられる。

図表5 「家族」「友人」「地域・近隣の人」について「満足」と回答する人の割合 (Q40)

	家族について 満足	友人について 満足	地域・近隣の人について 満足
未婚男性 (n=710)	51.7%	55.8%	51.4%
未婚女性 (n=614)	57.0%	64.7%	54.7%
離別男性 (n=809)	55.3%	62.5%	53.8%
離別女性 (n=523)	64.8%	66.9%	55.4%
合計 (n=2656)	56.6%	62.1%	53.7%

注) 1. 「満足」は、「非常に満足」「まあ満足」の合計。

2. 各割合は、「満足」の回答数を分子に、各階層別のサンプル数を分母にして割り返して計算。「あてはまらない」という回答は分母に含む。

3. 網掛け部分は、4グループの中で、各項目において最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構 (2025)『第6回独身者 (40代~60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

図表6 年齢階層別にみた「家族」「友人」「地域・近隣の人」に関する満足度 (Q40)

		n	家族についての 満足度	友人についての 満足度	地域・近隣の人について の満足度
未婚男性	40代	178	55.6%	51.1%	48.9%
	50代	226	52.7%	53.1%	49.1%
	60代	306	48.7%	60.5%	54.6%
未婚女性	40代	173	56.6%	60.1%	52.6%
	50代	176	61.4%	62.5%	52.8%
	60代	265	54.3%	69.1%	57.4%
離別男性	40代	240	58.3%	61.3%	53.8%
	50代	265	54.3%	60.4%	52.8%
	60代	304	53.6%	65.5%	54.6%
離別女性	40代	102	72.5%	71.6%	61.8%
	50代	192	60.4%	62.0%	51.6%
	60代	229	65.1%	69.0%	55.9%

注) 1. 「満足」は、「非常に満足」「まあ満足」の合計。

2. 各割合は、「満足」の回答数を分子に、各階層別のサンプル数を分母にして割り返して計算。「あてはまらない」という回答も分母に含む。

3. 網掛け部分は、グループごとにみた年齢階層で、各項目において最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構 (2025)『第6回独身者 (40代~60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

(3) 頼れる人がいない人

「(1) 経済的援助者」「(2) 看護や家事の援助者」「(3) 悩みの相談相手」について、「現在および老後 (自分自身が元気なうち) において、自分自身のことについて頼りにできる人」(Q39)を尋ねている。4グループで「現在」について「特にいない」と回答した人の割合をみていく。

まず、(1)～(3)の全てにおいて「現在、頼れる人がいない」と回答した人の割合を求めると、中高年単身者全体で55.5%にのぼる(図表7)。4グループ別にみると、「頼れる人がいない人」の割合が高い順に、未婚男性67.3%、離別男性57.7%、未婚女性50.3%、離別女性41.9%となっている。配偶関係よりも、男女の差の影響が大きいと考えられる。

項目別にみると、現在および老後とも、「経済的援助者」「看護や家事の援助者」「悩みの相談相手」が「特にない」と回答した人の割合が4グループの中で最も高いのは、未婚男性である。一方、同割合が最も低かったのは、離別女性である。この点は、先述した「家族」「友人」「地域・近隣の人」において満足度が最も高かったのは離別女性で、最も低かったのは未婚男性という結果と符合している。

年齢階層別にみると、全ての項目において頼れる人が「特にない」人の割合は、未婚男性、未婚女性、離別女性の3グループでは40代が最も高い(図表8)。40代は、これら3グループにおいて孤立に陥りやすいことが推察される。一方、離別男性では、50代が全ての項目について頼れる人が「特にない」と回答する人の割合が高い。なお、離別男性では、「(老後)看護や家事の援助者がいない」という項目を除いて、50代で「特にない」人の割合が最も高く、50代で孤立に陥りやすいことが推察される。

以上のように、中高年単身者では40代や50代の現役期に孤立の問題が起りやすいことが窺える。

図表7 現在や老後に「頼れる人がいない」人の割合 (Q39)

	(1)～(3)の全ての項目について頼れる人がいない							
			「経済的援助者」は いない(1)		「看護や家事者」は いない(2)		「悩みの相談者」 は いない(3)	
	現在	老後	現在	老後	現在	老後	現在	老後
未婚男性 (n=710)	67.3%	76.8%	72.8%	82.8%	79.2%	84.6%	76.6%	79.7%
未婚女性 (n=614)	50.3%	63.5%	64.3%	77.0%	68.1%	78.2%	57.3%	67.1%
離別男性 (n=809)	57.7%	68.1%	66.0%	75.0%	71.9%	77.0%	67.4%	73.1%
離別女性 (n=523)	41.9%	51.1%	53.9%	63.1%	61.0%	65.2%	49.9%	54.5%
合計 (n=2656)	55.5%	66.0%	65.1%	75.2%	70.8%	77.0%	64.1%	69.8%
p値	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001

注) 網掛け箇所は、4つのグループの中で最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構(2025)『第6回独身者(40代～60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

図表 8 年齢階層別にみた「頼れる人がいない」人の割合 (Q39)

		(1) ~ (3) の全てについて頼れる人がいない		経済的援助者はいない(1)		看護や家事者はいない(2)		悩みの相談者はいない(3)	
		現在	老後	現在	老後	現在	老後	現在	老後
未婚男性	40代 (n=178)	73.0%	86.5%	74.7%	90.4%	83.1%	89.9%	82.0%	87.1%
	50代 (n=226)	70.4%	81.9%	73.9%	85.8%	79.2%	86.3%	80.5%	85.0%
	60代 (n=306)	61.8%	67.3%	70.9%	76.1%	76.8%	80.4%	70.6%	71.6%
未婚女性	40代 (n=173)	57.8%	78.6%	66.5%	87.9%	70.5%	87.9%	68.8%	80.3%
	50代 (n=176)	52.3%	63.1%	63.1%	75.6%	68.8%	76.1%	57.4%	67.0%
	60代 (n=265)	44.2%	54.0%	63.8%	70.9%	66.0%	73.2%	49.8%	58.5%
離別男性	40代 (n=240)	55.8%	72.1%	64.2%	79.17%	72.1%	82.1%	63.3%	74.6%
	50代 (n=265)	60.4%	72.8%	67.9%	79.25%	73.6%	78.5%	72.5%	78.1%
	60代 (n=304)	56.9%	60.9%	65.8%	68.1%	70.4%	71.7%	66.1%	67.4%
離別女性	40代 (n=102)	52.9%	67.6%	59.8%	77.5%	72.5%	78.4%	65.7%	71.6%
	50代 (n=192)	44.8%	54.7%	55.2%	65.6%	59.4%	64.6%	52.1%	57.3%
	60代 (n=229)	34.5%	40.6%	50.2%	54.6%	57.2%	59.8%	41.0%	44.5%

注) 網掛け部分は、グループごとにみた年齢階層で、各項目において最も高い割合を示す。

資料) (公財) 年金シニアプラン総合研究機構 (2025) 『第6回独身者 (40代~60代) の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

5 中高年単身者の「経済的状況」

次に、中高年単身者の経済的状況について考察する。具体的には、(1) 世帯収入、(2) 就業状況、(3) 金融資産額、(4) 老後に向けた経済的備え、(5) 住宅の所有状況、をみていく。

(1) 世帯収入

A. 4グループの比較

「仕事以外の収入も含めた過去1年間の収入 (税込み) (Q22) を4グループで比べると、統計的に有意な差が認められた。「年収100万円未満」の低所得者の割合をみると、未婚男性 25.8%、未婚女性 25.1%、離別女性 20.3%、離別男性 17.8%となっている。未婚男女で 25%程度が年収100万円未満となっている。一方、離別男性の同割合は、4グループの中で最も低い水準である。

また、「500万円~750万円未満」「750万円~1,000万円未満」「年収1,000万円以上」の中高所得者層の割合をみると、いずれの所得階層も離別男性が4グループの中で最も高い割合になっている。

次に、「世帯の収入源 (複数回答)」について、該当する全ての収入源を尋ねると、中高年単身者全体では、「自分の仕事の収入」(67.8%)、「自分の年金収入」(19.6%)、「利子配当などの金融所得」(11.0%)、「親の年金収入」(0.0%)となっている (図表 10)。4グループで比較すると、「自分の仕事の年収」を収入源とする人の割合は、4グループともに6~7割強を占めるが、離別男性が73.9%と最も高い。また、「自分の年金収入」を収入源にあげる人の割合は離別女性で高く、23.1%となっている。さらに「利子配当などの金融所得」は、未婚男性が14.2%と最も高い水準である。

図表 9 本人の年収階層—仕事と仕事以外の収入の合計 (Q22)

	100万円未満	100万～200万円未満	200万～300万円未満	300万～400万円未満	400万～500万円未満	500万～750万円未満	750万～1000万円未満	1000万円以上	合計
未婚男性	183 25.8%	86 12.1%	98 13.8%	69 9.7%	61 8.6%	114 16.1%	42 5.9%	57 8.0%	710 100.0%
未婚女性	154 25.1%	69 11.2%	95 15.5%	82 13.4%	65 10.6%	83 13.5%	27 4.4%	39 6.4%	614 100.0%
離別男性	144 17.8%	74 9.1%	82 10.1%	92 11.4%	83 10.3%	158 19.5%	70 8.7%	106 13.1%	809 100.0%
離別女性	106 20.3%	92 17.6%	96 18.4%	57 10.9%	55 10.5%	66 12.6%	18 3.4%	33 6.3%	523 100.0%
合計	587 22.1%	321 12.1%	371 14.0%	300 11.3%	264 9.9%	421 15.9%	157 5.9%	235 8.8%	2656 100.0%

注) 1. $p < 0.001$

2. 「過去1年間の収入」について、「仕事から得られる年収」と「仕事以外から得られる年収」の合計額を示している。

3. 網掛け部分は、4つのグループの中で最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構(2025)『第6回独身者(40代～60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

図表 10 世帯の収入源 (Q21)

	自分の仕事の収入	親の年金収入	自分の年金収入	利子配当などの金融所得
未婚男性 (n=710)	62.0%	0.0%	18.7%	14.2%
未婚女性 (n=614)	66.6%	0.0%	20.7%	11.1%
離別男性 (n=809)	73.9%	0.0%	17.3%	10.3%
離別女性 (n=523)	67.9%	0.0%	23.1%	7.5%
合計 (n=2656)	67.8%	0.0%	19.6%	11.0%

注) 網掛け部分は、4つのグループの中で最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構(2025)『第6回独身者(40代～60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

B. 年齢階層別の比較

次に、4グループごとに年齢階層別に「世帯収入100万円未満の割合」と「世帯の収入源」をみていく。まず「世帯収入100万円未満」の割合は、未婚男性と未婚女性において、40代で約2割となっている(図表11)。年齢階層が高くなると同割合は高まり、60代では未婚男女の約3割が世帯収入100万円未満となる。未婚男性と未婚女性の「世帯年収100万円未満」の割合は、60代は40代よりも約10%ポイント上昇している。

一方、離別者における年齢階層別の「年収100万円未満」の割合を見ると、離別男性では、同割合が最も高いのは50代(17.4%)である。離別男性では、年齢階層間の変動は小さく、40代の12.1%から50代の17.4%まで約5%ポイント以内の変動である。また、離別女性においても、60代で「年収100万円未満」の割合が26.6%と高いが、最も低い50代の同割合(20.3%)との差は約6%ポイントである。離別者は、未婚者に比べて年齢階層間の差は小さい。

次に、世帯の収入源をみると、どのグループも40代と50代の7～8割程度が「自分の仕事の収入」を収入源としている。しかし60代になると45～60%程度に低下する。この傾向は、離別男性でも同様であるが、離別男性では60代で「自分の仕事の収入」をあげる人の割合が約6割と高い。離別男性は、他のグループに比べて、60代になっても仕事をしている人の割合が高い。

「自分の年金収入」を収入源とする人の割合は、どのグループも40代・50代では数%にすぎないが、60代になると4割～5割弱の人が収入源としている。また、「利子配当などの金融所得」を収入源とする割合は、未婚女性の60代、未婚男性の40代・60代で高い傾向が示された。

図表 11 世帯収入 100 万円未満の割合と世帯の収入源

	n	世帯収入 0～100 万円未満の割合 (Q20)	世帯の収入源 (Q21)				
			自分の仕事 の収入	親の 年金収入	自分の 年金収入	利子配当など の金融所得	
未婚男性	40代	178	19.7%	77.5%	0.0%	0.0%	15.73%
	50代	226	25.2%	72.6%	0.0%	4.4%	11.1%
	60代	306	29.7%	45.1%	0.0%	40.2%	15.69%
未婚女性	40代	173	19.7%	81.5%	0.0%	1.7%	4.0%
	50代	176	20.5%	80.1%	0.0%	3.4%	5.7%
	60代	265	30.9%	47.9%	0.0%	44.5%	19.2%
離別男性	40代	240	12.1%	85.0%	0.0%	3.3%	11.7%
	50代	265	17.4%	80.0%	0.0%	4.9%	7.5%
	60代	304	13.5%	59.9%	0.0%	39.1%	11.5%
離別女性	40代	102	22.5%	81.4%	0.0%	2.9%	5.9%
	50代	192	20.3%	78.6%	0.0%	5.7%	5.7%
	60代	229	26.6%	52.8%	0.0%	46.7%	9.6%

注) 網掛け部分は、各年齢階層で最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構 (2025)『第6回独身者(40代～60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

(2) 就業状況

次に、就業状況について、①従業上の地位、②無職の理由、③勤務先の従業員規模、をみていく。

A. 従業上の地位

従業上の地位を4グループで比べると、統計的に有意な差が確認された。正社員の割合をみると、離別男性 44.6%、未婚男性 33.0%、未婚女性 30.8%、離別女性 26.2%である¹ (図表 12)。

非正規社員の割合は、離別女性 37.7%、未婚女性 28.0%、未婚男性 20.6%、離別男性 14.8%となっている。一方、無職者の割合をみると、未婚男性 32.8%、未婚女性 31.4%、離別女性 28.5%、離別男性 21.9%となっている。そして、「非正規社員と無職者の割合(合計)」は、中高年単身者全体では 52.2%であり、グループ別では、離別女性 66.2%、未婚女性 59.4%、未婚男性 53.4%、離別男性 36.7%となっている。離別女性・未婚男女では、50%を超える人が非正規社員あるいは無職者である。一方、離別男性では、同割合は4割弱と低い水準にある。

年齢階層別に「非正規社員と無職者の割合(合計)」をみると、どのグループも年齢階層が高まると同割合も上昇する。未婚男女、離別女性では、60代では概ね7~8割が非正規社員か無職者になっている(図表 13)。これに対して、離別男性においては、60代における同割合は6割弱となっていて、60代でも正規社員などで働く人の割合が一定程度いることが推察される。

図表 12 従業上の地位 (Q1)

	正社員	非正規社員	自営業・ 家族従業員	自由業・ 内職	無職	その他	合計
未婚男性	234 33.0%	146 20.6%	60 8.5%	23 3.2%	233 32.8%	14 2.0%	710 100.0%
未婚女性	189 30.8%	172 28.0%	25 4.1%	28 4.6%	193 31.4%	7 1.1%	614 100.0%
離別男性	361 44.6%	120 14.8%	74 9.1%	36 4.4%	177 21.9%	41 5.1%	809 100.0%
離別女性	137 26.2%	197 37.7%	19 3.6%	13 2.5%	149 28.5%	8 1.5%	523 100.0%
合計	921 34.7%	635 23.9%	178 6.7%	100 3.8%	752 28.3%	70 2.6%	2656 100.0%

注) 1. $p < 0.001$

2. 「非正規社員」は、「パート」「アルバイト」「契約社員・嘱託」「派遣社員」の合計。「その他」は、「経営者・役員」「その他」の合計。

3. 網掛け部分は、4つのグループの中で最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構(2025)『第6回独身者(40代~60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

¹ ちなみに、配偶関係別に「25~39歳の女性雇用者に占める正規労働者の割合」の推移をみると、未婚女性における正規労働者の割合は、2013年の64.7%が2024年には71.8%に上昇している。同様に、離・死別女性における上記割合は、2013年の40.0%から2024年には57.1%に急増している[総務省「労働力調査(基本集計)」。この背景には、2010年代中ごろから現在まで続く人手不足の影響が考えられる。今後、未婚女性や離別女性における正規労働者の割合が高まっていくことが推測される[藤森 2026]。

図表 13 現職の非正規社員と無職者の割合 (Q1)

		n	非正規社員と 無職者の割合 (合計)	非正規社員 の割合	無職者 の割合
未婚男性	40代	178	29.7%	15.7%	14.0%
	50代	226	44.7%	23.0%	21.7%
	60代	306	73.6%	21.6%	52.0%
未婚女性	40代	173	42.2%	30.1%	12.1%
	50代	176	47.8%	31.3%	16.5%
	60代	265	78.5%	24.5%	54.0%
離別男性	40代	240	17.1%	7.9%	9.2%
	50代	265	29.1%	14.0%	15.1%
	60代	304	58.9%	21.1%	37.8%
離別女性	40代	102	49.1%	37.3%	11.8%
	50代	192	54.7%	38.0%	16.7%
	60代	229	83.5%	37.6%	45.9%

注) 1. 非正規社員とは、「パート、アルバイト、契約社員・嘱託、派遣社員」をいう。

2. 網掛け部分は、グループごとにみた年齢階層で、各項目において最も高い割合を示す。

資料) (公財) 年金シニアプラン総合研究機構 (2025) 『第 6 回独身者 (40 代～60 代) の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

次に、非正規社員と無職者の割合をそれぞれみていく。無職者の割合は、どのグループでも 40 代・50 代に比べて、60 代では高い水準にある。特に未婚男女では、60 代で無職者の割合が 5 割を超える高い水準になっている。これに対して、離別女性では 60 代の無職者は 45.9%、離別男性では 37.8% と未婚者よりも低い水準である。

一方、非正規社員の比率をみると、未婚男性では 50 代をピークに 60 代で若干低下している。また、未婚女性も 40 代・50 代で非正規社員の割合は 3 割だったが 60 代で低下している。一方、離別男性は、年齢階層があがるにつれて、非正規社員の割合が急激に高くなっていく。これに対して離別女性では、既に 40 代から非正規社員の割合が 4 割弱の高い水準であり、60 代までほぼ同じ水準になっている。40 代から非正規社員の比率が高い点は、離別女性の特徴といえよう。

B. 無職の理由

では、無職者はどのような理由によって、無職なのだろうか。中高年単身者における無職者 (n=752) についてその該当理由 (複数回答可) を比較すると、全 8 項目のうち 10% 以上の該当者がいた上位 3 項目の理由は、①自分が仕事に就かなくても生活できるから (42.2%)、②病気、けが、障害のため (29.8%)、③求職中 (10.0%) である (図表 14)。

これらの 3 項目について 4 グループの無職者でその理由を比較すると、「自分が仕事に就かなくても生活できるから」は、未婚の男女で 45% 前後の水準になっていて、離別の男女よりも高い。また「病気、けが、障害のため」は、離別男女で約 34% なのに対して、未婚男女では 26% 前後の低い水準である。さらに「求職中 (職業訓練中)」の比率は、4

つのグループとも10%前後の水準になっている。

「自分が仕事に就かなくても生活できるため」という理由について、年齢階層別に考察すると、未婚男性、未婚女性、離別男性の3グループでは60代が最も高い比率になっている(図表15)。この背景には、60代になると年金収入で暮らすことが可能になるためだと考えられる。

図表14 無職の理由(Q15)

	自分が仕事に就かなくても生活できるから	病気、けが、障害のため	求職中(職業訓練中)	希望する仕事に就けないから	親などの介護で手が離せないから	家事等で手が離せないから	事業の後継者できなかったから	その他
未婚男性 (n=233)	108 46.4%	61 26.2%	25 10.7%	24 10.3%	2 0.9%	11 4.7%	1 0.4%	27 11.6%
未婚女性 (n=193)	85 44.0%	50 25.9%	18 9.3%	17 8.8%	6 3.1%	7 3.6%	0 0.0%	28 14.5%
離別男性 (n=177)	68 38.4%	61 34.5%	17 9.6%	10 5.6%	5 2.8%	5 2.8%	0 0.0%	22 12.4%
離別女性 (n=149)	56 37.6%	52 34.9%	15 10.1%	9 6.0%	6 4.0%	5 3.4%	0 0.0%	25 16.8%
合計 (n=752)	317 42.2%	224 29.8%	75 10.0%	60 8.0%	19 2.5%	28 3.7%	1 0.1%	102 13.6%

注) 1. 調査対象は無職者。

2. 選択肢ごとに、無職の理由と回答した人の割合を表示。複数回答可。

3. 網掛け部分は、4つのグループの中で最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構(2025)『第6回独身者(40代~60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』より作成。

一方、離別女性では「自分が仕事に就かなくても生活できるため」という理由に該当する人の割合が最も高いのは、40代(34.3%)である。この理由は定かではないが、離別女性の世帯の収入源をみると、児童手当は72.5%、児童扶養手当は63.7%の人があげている。子育て期には、各種手当による収入があることが考えられる。

また、「病気、けが、障害のため」を理由とする割合が高いのは、どのグループも40代あるいは50代である。

図表 15 年齢階層別にみた無職者の理由 (Q15)

		n	自分が仕事に就かなくても生活できるため	病気、けが、障害等のため
未婚男性	40代	178	28.0%	24.0%
	50代	226	40.8%	34.7%
	60代	306	50.9%	23.9%
未婚女性	40代	173	19.0%	38.1%
	50代	176	27.6%	34.5%
	60代	265	51.0%	22.4%
離別男性	40代	240	9.1%	50.0%
	50代	265	25.0%	55.0%
	60代	304	48.7%	24.3%
離別女性	40代	102	34.3%	41.7%
	50代	192	24.0%	43.8%
	60代	229	21.4%	31.4%

注) 網掛け部分は、4つのグループの中で最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構 (2025)『第6回独身者(40代~60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』より作成。

C. 勤務先の従業員規模

次に、勤務先の従業員規模をみていく。なお、本設問の調査対象には「無職者」「自由業」「内職」は含まれていない。

4つのグループ別に勤務先の従業員規模を比較すると、統計的に有意な差を確認できる。まず、「従業員30人未満の零細企業(本人のみを含む)」の割合をみると、離別男性と未婚男性が3割を超えており、男性で相対的に高い水準にある。一方、「従業員数1,000人以上あるいは官公庁」に勤める人の割合は未婚女性が最も高く、離別男性、未婚女性はそれよりも若干低い水準である。一方、離別女性では「従業員数1,000人以上あるいは官公庁」に勤める人の割合(20.8%)は、最も低い水準である(図表16)。

図表 16 勤務先の従業員規模 (Q2)

	30人未満 (本人のみを含む)	30人以上 ~100人未満	100人以上 ~300人未満	300人以上 ~1000人未満	1000人以上 +官公庁	わからない	合計
未婚男性	146 32.2%	75 16.5%	43 9.5%	39 8.6%	111 24.4%	40 8.8%	454 100.0%
未婚女性	107 27.2%	52 13.2%	32 8.1%	48 12.2%	106 27.0%	48 12.2%	393 100.0%
離別男性	193 32.4%	88 14.8%	61 10.2%	68 11.4%	150 25.2%	36 6.0%	596 100.0%
離別女性	105 29.1%	59 16.3%	41 11.4%	20 5.5%	75 20.8%	61 16.9%	361 100.0%
合計	551 30.5%	274 15.2%	177 9.8%	175 9.7%	442 24.5%	185 10.3%	1804 100.0%

注) 1. $p < 0.05$

2. 網掛け部分は、4つのグループの中で最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構 (2025)『第6回独身者(40代~60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

(3) 金融資産額

「現在保有している預貯金や株などの金融資産額」を4つのグループ別にみると、「100万円未満」の割合が最も高いのは、未婚男性であり20.6%となっている(図表17)。一方、同割合が最も低いのは、未婚女性(14.5%)である。なお、金融資産額が「0～300万円未満」の割合を合計すると、離別男性35.8%、未婚男性29.6%、離別女性29.0%、未婚女性23.0%となっていて、離別男性で金融資産額が300万円未満の割合が高い。

また、金融資産額が「1,000万円以上」の割合をみると、未婚の単身男女と離別女性では50%を超える水準にある。一方、離別男性の同割合は40.5%と最も低い水準になっている。先述した通り、離別男性は、フローの本人収入は4グループの中で相対的に高い水準であったが、ストックとしての金融資産額は低い水準である。なお、図表2で示した通り、離別男性は他のグループに比べて60代の構成比が低い点は留意する必要がある。

図表17 現在保有している金融資産額(Q29)

	0～100万円未満	100万～200万円	200万～300万円	300万～400万円	400万～500万円	500万～750万円	750万～1000万円	1000万円以上	合計
未婚男性	59 20.6%	15 5.2%	11 3.8%	9 3.1%	4 1.4%	25 8.7%	8 2.8%	155 54.2%	286 100.0%
未婚女性	29 14.5%	7 3.5%	10 5.0%	17 8.5%	4 2.0%	23 11.5%	4 2.0%	106 53.0%	200 100.0%
離別男性	60 17.3%	37 10.7%	27 7.8%	22 6.4%	14 4.0%	38 11.0%	8 2.3%	140 40.5%	346 100.0%
離別女性	30 17.1%	13 7.4%	8 4.5%	10 5.7%	3 1.7%	18 10.2%	5 2.8%	89 50.6%	176 100.0%
合計	178 17.6%	72 7.1%	56 5.6%	58 5.8%	25 2.5%	104 10.3%	25 2.5%	490 48.6%	1008 100.0%

注) 1. $p < 0.05$

2. 網掛け部分は、4つのグループの中で最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構(2025)『第6回独身者(40代～60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

それから、本設問について回答のあったサンプルサイズは1,088人であり、本調査対象者である中高年単身者数(2,656人)の4割程度になっている。これは「答えたくない」という肢を選択した人が646人、無回答者1,001人、外れ値として除外した人1人の合計1,648人が非回答者となったためである。非回答者の中には、金融資産額が低い人が多い可能性があり、この点にも留意が必要である。

(4) 老後に向けた経済的備え

A. 70歳以降の生計の立て方

中高年単身者に「70歳以降、どのように生計を立てようと考えているのか」を尋ねると、優先順位の高い項目として統計的に有意な差が認められたのは、「公的年金」「預貯金」「仕事による収入」「わからない」「個人年金」「利息・配当金収入」である。

有意な差が認められた項目のうち、該当者比率が高い上位3項目の「公的年金」「預貯

金」「仕事による収入」をみると、どのグループも5割以上の方が公的年金をあげている。特に離別女性では60.4%が公的年金をあげており高い水準にある（図表18）。

「預貯金」については、配偶関係よりも男女の差が大きく、未婚女性と離別女性では、4割強が預貯金で生計を立てることを考えている。一方、未婚男性と離別男性では、3割強となっている。

「仕事による収入」については、配偶関係が影響しており、離別男女の3割程度が「仕事による収入」を70歳以降の生計の立て方として考えている。一方、未婚男女では、同割合は約25%にとどまる。

図表18 70歳以降の生計の立て方（Q49）

	公的年金	預貯金	仕事による収入	わからない	個人年金	利息・配当金収入	企業年金	生活保護	不動産収入	親族からの支援
未婚男性 (n=710)	365 51.4%	244 34.4%	179 25.2%	194 27.3%	111 15.6%	126 17.7%	81 11.4%	43 6.1%	24 3.4%	4 0.6%
未婚女性 (n=614)	368 59.9%	266 43.3%	158 25.7%	130 21.2%	126 20.5%	81 13.2%	65 10.6%	36 5.9%	15 2.4%	3 0.5%
離別男性 (n=809)	450 55.6%	264 32.6%	250 30.9%	164 20.3%	117 14.5%	115 14.2%	100 12.4%	56 6.9%	26 3.2%	2 0.2%
離別女性 (n=523)	316 60.4%	215 41.1%	155 29.6%	106 20.3%	98 18.7%	46 8.8%	48 9.2%	32 6.1%	15 2.9%	8 1.5%
合計 (n=2656)	1499 56.4%	989 37.2%	742 27.9%	594 22.4%	452 17.0%	368 13.9%	294 11.1%	167 6.3%	80 3.0%	17 0.6%
p値	p<0.01	p<0.001	p<0.05	p<0.01	p<0.05	p<0.001	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.

注) 1. 70歳以降の生計の立て方について、優先順位の高い項目を最大5つまで複数選択。

2. 回答者数に対する選択者数の割合。

3. 網掛け部分は、4つのグループの中で最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構(2025)『第6回独身者(40代~60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

B. 公的年金の加入状況

70歳以降の生計の立て方として最も割合が高かった「公的年金」について加入状況を見ると、厚生年金の加入者は、中高年単身者全体の40.2%（n=1,068）となる。4つのグループ別に厚生年金への加入率をみると、離別男性46.1%、未婚女性40.6%、離別女性39.4%、未婚男性33.8%である。厚生年金への加入率は、未婚男性が最も低い。

厚生年金に加入していない40~59歳の中高年単身者は、国民年金第1号被保険者になる。一方、60歳以上で厚生年金に加入していない中高年単身者は、一定の要件の下で国民年金に任意加入となる²。

保険料の支払い状況を把握できる国民年金第1号被保険者529人について、支払い状

² 具体的には、60歳~65歳未満で老齢基礎年金の受給資格期間を満たしていない人や、受給資格期間は満たしているが保険料を納付した月数が少なく、満額（40年間保険料納付分）の老齢基礎年金が受けられない人は、65歳になるまで国民年金に任意加入することができる。また、国民年金に任意加入する特例措置として、1975年4月1日以前に生まれた人で老齢基礎年金の受給資格期間を満たしていない方は、70歳になるまでの間、受給資格期間を満たすまで任意加入できる（特例任意加入）[日本年金機構2025:5]。

況をみると、全体の68.8%が「全額支払い中」であるが、「免除中」は22.0%、「未納中」は9.2%となっている（図表19）。グループ別にみると、「全額支払い中」の割合が最も高いのは、未婚男性であり78.6%にのぼる。一方、「全額支払い中」の割合が最も低いのは離別女性であり、56.7%である。離別女性は、免除中（32.0%）と未納中（11.3%）の割合が4グループの中で最も高くなっており、高齢期に低年金者となるリスクが高いことが懸念される。

図表19 国民年金（第1号被保険者）の保険料の支払い状況（Q24）

	全額支払中	免除中	未納中	合計
未婚男性	125 78.6%	22 13.8%	12 7.6%	159 100.0%
未婚女性	92 70.2%	26 19.9%	13 9.9%	131 100.0%
離別男性	92 64.8%	37 26.1%	13 9.1%	142 100.0%
離別女性	55 56.7%	31 32.0%	11 11.3%	97 100.0%
合計	364 68.8%	116 22.0%	49 9.2%	529 100.0%

注）網掛け部分は、4つのグループの中で最も高い割合を示す。

資料）（公財）年金シニアプラン総合研究機構（2025）『第6回独身者（40代～60代）の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

（5）住宅の所有形態

住宅の所有形態をみると、中高年単身者の4割弱が「本人の持ち家」に住み、5割強が「賃貸住宅」に住んでいる（図表20）。4つのグループごとにみると、「本人の持ち家」に住むのは、未婚男性の割合が最も高く、離別女性の割合が最も低い。

「賃貸住宅」に住む人の割合は、未婚女性、離別男性、離別女性が57%前後となっている。一方、未婚男性では賃貸住宅に住む人の割合は最も低く、53.2%となっている。なお、親の持ち家に住む人の割合は、どのグループも5%未満の低い水準である。

年齢階層別に住宅の所有状況の変化をみると、どのグループにおいても、40代は6～7割が「賃貸住宅」に住むが、年齢階層が高まるにつれて賃貸住宅に住む人の割合は低下していく（図表21）。それに代わるように、「自分の持ち家」の割合が増えていく。60代では、未婚男女と離別女性で「自分の持ち家」に住む人の割合は5割程度となる。離別男性でも持ち家に住む人は増えていくが、60代で46.7%と4つのグループの中では最も低い。

図表 20 住宅の所有形態 (Q32)

	本人の持ち家	賃貸住宅	親の持ち家	その他	合計
未婚男性	295 41.5%	378 53.2%	24 3.4%	13 1.8%	710 100.0%
未婚女性	229 37.3%	346 56.4%	24 3.9%	15 2.4%	614 100.0%
離別男性	308 38.1%	463 57.2%	24 3.0%	14 1.7%	809 100.0%
離別女性	191 36.5%	298 57.0%	24 4.6%	10 1.9%	523 100.0%
合計	1023 38.5%	1485 55.9%	96 3.6%	52 2.0%	2656 100.0%

注) 網掛け部分は、4つのグループの中で最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構 (2025)『第6回独身者 (40代~60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

図表 21 年齢階層別にみた住宅の所有形態の変化 (Q32)

	n	自分の持ち家	賃貸住宅	親の持ち家
未婚男性	40代	178 28.1%	60.1%	5.6%
	50代	226 36.3%	54.0%	3.1%
	60代	306 53.3%	36.6%	2.3%
未婚女性	40代	173 16.8%	67.6%	6.4%
	50代	176 31.3%	57.4%	4.0%
	60代	265 54.7%	36.6%	2.3%
離別男性	40代	240 27.1%	60.4%	2.1%
	50代	265 38.1%	47.9%	2.3%
	60代	304 46.7%	42.8%	4.3%
離別女性	40代	102 21.6%	70.6%	3.9%
	50代	192 28.6%	57.3%	5.7%
	60代	229 49.8%	35.4%	3.9%

注) 網掛け部分は、4つのグループの中で最も高い割合を示す。

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構 (2025)『第6回独身者 (40代~60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』より作成。

6 中高年単身者の「孤立」と「貧困」の規定要因

以上のように、4つのグループに分けて「他者との関係性」と「経済的状況」について考察してきた。最後に、これまで考察してきた点に関連して、「孤立」と「貧困」の規定要因を考察していく。問題意識としては、中高年単身者において、①貧困は孤立の規定要因となっているのか、②孤立は貧困の規定要因になっているのか、という点を考察し、貧困と孤立の関連性を考える。

なお、先行研究で示した通り、孤立の指標には、①会話頻度、②頼れる人の有無、③手助けする相手の有無、などがあげられる。ここでは貧困との関係をみるために、特に「頼れる人の有無」を取り上げる。なぜなら、会話頻度は他者との接触の量を測る指標なのに対して、頼れる人の有無は困った時に支えがあるかといった関係の質を尋ねる指

標になるためである。また、手助けする相手の有無は本人の役割の有無を尋ねているが、生活上の安全網という点では「頼れる人の有無」が適していると考えられる。

(1) 分析方法 (ロジスティック回帰分析)

中高年単身者を対象に、以下に示す「モデル①」と「モデル②」によるロジスティック回帰分析を行う。

<モデル①>

被説明変数は、「頼れる人がいるかどうか」として、「頼れる人がいない」を1、それ以外を0とする二値変数のロジスティック回帰分析を行なう。「頼れる人がいない」とは、設問 39 の①現在、いざというときに経済援助をしてくれる人がいない、②現在、病気の時に看護や家事をしてくれる人がいない、③現在、悩みを聞いてくれる人がいない、の①～③の全てについて「特にない」と回答した人とする。

説明変数は、低所得 (本人年収 100 万円未満)、年齢、性別、配偶関係 (未婚、離別)、家族構成 (父母いない、兄弟姉妹いない、子どもいない)、最終学歴 (中学校卒業、高等学校卒業、短大・専修学校卒業、大学・大学院卒業)、仕事 (無職、非正規)、人間関係 (友人に満足、地域に満足)、住まい (借家、持ち家)、主観的健康 (健康、非健康) とする。

<モデル②>

被説明変数は「低所得ダミー」として、「本人年収 100 万円未満の低所得」を1、年収「本人 100 万円以上」を0の二値変数として、ロジスティック回帰分析を行なう。設問 22 を用いて、本人の仕事と仕事以外の収入の合計額から、年収 100 万円未満を基準とした「低所得ダミー」を設定する。

説明変数は、モデル①の説明変数から「低所得ダミー」を除いて、その代わりに「頼れる人がいないダミー」を加える。それ以外は、モデル①の説明変数と同様である。

なお、両モデルの説明変数について V I F を調べたところ、全ての説明変数において V I F の値は 2.0 未満であり、説明変数について多重共線性の問題はない。

モデル①とモデル②に用いる変数の記述統計量は下記の通りである (図表 22)。

図表 22 記述統計量

	有効度数	最小値	最大値	平均値	標準偏差
頼れる人がいないダミー (Q39)	2656	0	1	0.55	0.497
低所得ダミー (Q22)	2656	0	1	0.22	0.415
年齢 (sc2)	2656	40	69	56.14	8.463
男性ダミー (sc1)	2656	0	1	0.57	0.495
未婚ダミー (sc8)	2656	0	1	0.50	0.500
父母いないダミー (sc6)	2656	0	1	0.53	0.499
兄弟姉妹いないダミー (sc7)	2656	0	1	0.39	0.488
子どもいないダミー (sc5)	2656	0	1	0.75	0.430
中学校卒業ダミー (sc4)	2639	0	1	0.04	0.207
高等学校卒業ダミー (sc4)	2639	0	1	0.36	0.479
短大・専修学校卒業ダミー (sc4)	2639	0	1	0.18	0.383
大学・大学院卒業ダミー (sc4)	2639	0	1	0.42	0.494
無職ダミー (Q1)	2656	0	1	0.28	0.451
非正規ダミー (Q1)	2656	0	1	0.24	0.427
友人に満足ダミー (Q40)	2656	0	1	0.62	0.485
地域に満足ダミー (Q40)	2656	0	1	0.54	0.499
借家ダミー (Q32)	2656	0	1	0.50	0.500
健康ダミー (Q38)	2656	0	1	0.88	0.323

資料) (公財) 年金シニアプラン総合研究機構 (2025) 『第6回独身者 (40代~60代) の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

(2) 分析結果

A. モデル①

中高年単身者について「頼れる人がいないこと」の規定要因を分析したところ、分析モデルは有意となっている (図表 23)。そして、統計的に有意な説明変数は、「低所得ダミー」「年齢」「男性ダミー」「父母いないダミー」「兄弟姉妹いないダミー」「子どもいないダミー」「友人に満足ダミー」である。

まず、「低所得であること」は、頼れる人がいないことに有意に正の影響を及ぼす規定要因になっている。経済的困難が、頼れる人がいないことと関連していることが示された。

また、「年齢」は、頼れる人がいないことに負の影響を及ぼす規定要因になる。換言すれば、年齢が高いほど「頼れる人」がいる傾向が示された。この背景には、年齢が上昇すると、公的なサービスを受ける機会も増えるので、その支援者が「頼れる人」になるのではないかと推察される。また、第4節で指摘した通り、60代は地域・近隣の人との関係をもつ時間を確保できることの影響も考えられる。

さらに、男性は、女性よりも「頼れる人がいないこと」に有意に正の影響をもたらす。男性の方が女性よりも、頼れる人がいない状況に陥りやすい。

また、家族構成については、「父母がいない」「兄弟姉妹がいない」「子どもがいない」といった家族のネットワークの欠如はいずれも頼れる人がいないことに正の影響を与える規定要因になっている。

一方、「友人に満足していること」は、頼れる人がいないことに有意に負の影響を与える規定要因となっている。質の高い友人関係が「頼れる人」をもち、孤立を防ぐことに関連していると考えられる。

図表 23 中高年単身者における「頼れる人がいないこと」の規定要因

		回帰係数	オッズ比	有意確率
貧困	低所得ダミー (q22)	0.566	1.762	***
年齢	年齢 (sc2)	-0.015	0.985	*
性別	男性ダミー (sc1)	0.619	1.858	***
配偶関係	未婚ダミー (sc8)	0.108	1.114	-
家族構成	父母いないダミー (sc6)	0.265	1.303	**
	兄弟姉妹いないダミー (sc7)	0.879	2.408	***
	子どもいないダミー (sc5)	0.439	1.552	***
最終学歴 (高等学校卒業を基準)	中学校卒業ダミー	0.145	1.156	-
	短大・専修学校卒業ダミー	-0.090	0.914	-
	大学・大学院卒業ダミー	-0.086	0.917	-
仕事	無職ダミー (q1)	-0.245	0.783	-
	非正規ダミー (q1)	-0.173	0.841	-
交流状況	友人に満足ダミー (q40)	-0.960	0.383	***
	地域・近隣に満足ダミー (q40)	-0.037	0.963	-
住まい	借家ダミー (q32)	-0.073	0.930	-
健康状態	健康ダミー (q38)	-0.035	0.966	-
(定数)	(定数)	0.631	1.880	-
n		2639		
-2 対数尤度		3171.611 ^a		
Nagelkerke R2 乗		0.212		
尤度比のカイ 2 乗検定		カイ 2 乗値 454.222 有意確率 0.000		

注) *** $p < 0.001$ 、** $p < 0.01$ 、* $p < 0.05$

資料) (公財)年金シニアプラン総合研究機構 (2025)『第6回単身者 (40代~60代)の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

B. モデル②

中高年単身者について、「低所得 (本人年収 100 万円未満) であるかどうか」を被説明変数として規定要因を分析したところ、分析モデルは有意となっている (図表 24)。そして、統計的に有意な説明変数は、「頼れる人いないダミー」「年齢」「兄弟姉妹いないダミー」「大学・大学院卒業ダミー」「無職ダミー」である。

まず、「頼れる人がいないこと」は、低所得であることに有意に正の影響を及ぼす規定要因になっている。これは「頼れる人」の一要素として「いざという時に経済的援助をしてくれる人」が入っていることが考えられる。つまり、経済的援助を含めて「頼れる人がいないこと」は、低所得の規定要因になっている。

また、年齢は、低所得であることに負の影響を及ぼす規定要因である。年齢が高くなれば、低所得になりにくいことを示している。これは、高齢期になると年金受給や長期就労による収入を得られることの影響が考えられる。なお、このモデルでは、無職や非正規労働が統制されている。

それから、「兄弟姉妹がいないこと」も、低所得に正の影響を与える規定要因になっている。兄弟姉妹の存在は、経済的な支援も含めて低所得の状況に陥ることを防ぐことが考えられる。

さらに「大学・大学院卒ダミー」は、低所得に負の影響を与える規定要因になっている。大学・大学院を卒業することは、高等学校卒業に比べて、低所得に陥りにくいことが示された。

また、「無職」であることは、低所得であることに正の影響を及ぼす規定要因となっている。オッズ比も高く、無職であることは低所得と関連性が強い。

図表 24 中高年単身者における「低所得」の規定要因

		回帰係数	オッズ比	有意確率
孤立	頼れる人がいないダミー (q39)	0.561	1.752	***
年齢	年齢 (sc2)	-0.040	0.961	***
性別	男性ダミー (sc1)	-0.052	0.949	-
配偶関係	未婚ダミー (sc8)	0.164	1.178	-
家族構成	父母いないダミー (sc6)	0.034	1.034	-
	兄弟姉妹いないダミー (sc7)	0.533	1.703	***
	子どもいないダミー (sc5)	0.062	1.064	-
最終学歴 (高等学校卒業を基準)	中学校卒業ダミー	0.090	1.094	-
	短大・専修学校卒業ダミー	0.089	1.094	-
	大学・大学院卒業ダミー	-0.312	0.732	*
仕事	無職ダミー (q1)	2.535	12.615	***
	非正規ダミー (q1)	0.302	1.353	-
交流状況	友人に満足ダミー (q40)	-0.215	0.807	-
	地域に満足ダミー (q40)	0.037	1.037	-
住まい	借家ダミー (q32)	-0.165	0.848	-
健康状態	健康ダミー (q38)	-0.257	0.774	-
	(定数)	-0.257	0.773	-
n		2639		
-2 対数尤度		2172.688 ^a		
Nagelkerke R2 乗		0.320		
尤度比のカイ 2 乗検定		カイ 2 乗値 619.472 有意確率 0.000		

注) ***p<0.001、** p < 0.01、* p < 0.05

資料) (公財) 年金シニアプラン総合研究機構 (2025) 『第 6 回独身者 (40 代～60 代) の老後生活設計ニーズに関する調査』により、筆者作成。

7 まとめ

本稿では、40～69 歳の中高年単身者を「未婚者」と「離別者」に分け、さらに男女別に計 4 グループとして、生活実態や老後の備えについて分析した。特に、単身者が陥りやすい社会的孤立や貧困のリスクに焦点を当てて検討した。主な研究結果は以下の通りである。

まず、第 4 節「中高年単身者の他者との関係性」と第 5 節「中高年単身者の経済的状況」からは、以下の点が明らかになった。

第 1 に、子ども・父母・兄弟姉妹のいずれもいない「家族のいない人」は、中高年単身者の 23.3% を占める。4 グループ別にみると、未婚男性と未婚女性の約 3 割、離別男性と

離別女性の約15%は家族のいない人である。特に未婚者で、家族がいない人の割合が高い。また、家族のいない人の割合が最も高くなる年齢階層はグループごとに違いがあり、未婚男性は50代、未婚女性と離別男性は60代、離別女性は40代で高い傾向がみられた。

第2に、経済的援助・看護や家事・悩み事の相談といった3項目全てについて「現在、頼れる人がいない」と回答した人の割合は、中高年単身者の55.5%にのぼる。4グループ別に全ての項目で「頼れる人がいない」と回答した人の割合をみると、未婚男性67.3%、離別男性57.7%、未婚女性50.3%、離別女性41.9%であり、男性で「頼れる人がいない」という孤立リスクが窺える。また、年齢階層別にみると、未婚男女と離別女性では40代、離別男性では50代で「頼れる人がいない」人の割合が高く、現役期における孤立の問題が窺える。

第3に、本人年収が100万円未満の人の割合は、中高年単身者の22.1%にのぼる。未婚男女が約25%、離別女性が約2割となるが、離別男性は17.8%と相対的に低い水準である。また、「自分の仕事の年収」を収入源とする人は、4グループとも6～7割強を占めるが、離別男性は73.9%と最も高い。特に離別男性では、60代の約6割が「自分の仕事の収入」を収入源にあげており、他のグループに比べて60代になっても仕事をしている人の割合が高い。

第4に、従業上の地位について「非正規社員と無職者の割合（合計）」をみると、60代も含むことから中高年単身者全体では52.2%にのぼる。4グループ別に同割合をみると、離別女性では7割弱、未婚女性では約6割と、女性で高い水準である。特に離別女性では、既に40代から4割弱が非正規社員となっていて、60代でもその割合は変わらないという特徴がみられる。

第5に、70歳以降の生計の立て方については、どのグループも5～6割が公的年金をあげている。一方、厚生年金の加入率をみると、離別男性46.1%、未婚女性40.6%、離別女性39.4%、未婚男性33.8%であり、未婚男性が最も低い。また、国民年金第1号被保険者のうち、国民年金保険料を全額納付していない人の割合は離別女性で4割強と高く、将来低年金者となるリスクが懸念される。

第6節では、中高年単身者の「頼れる人がいないという孤立」と「年収100万円未満の低所得」との関連性について、各々を被説明変数とするロジスティック回帰分析を行った。その結果、「年収100万円未満の低所得」は「頼れる人がいないこと」の規定要因となり、他方で「頼れる人がいないこと」は「年収100万円未満の低所得」の規定要因になるという相互の関連性が示された。「頼れる人がいないという孤立」と「年収100万円未満の低所得」は相互に関連性をもつことが考えられる。

また、上記の通り、中高年単身者の「頼れる人がいないこと」の規定要因を分析したところ、家族のいないことは正の影響を与える規定要因になっている。一方、「友人に満足していること」は、頼れる人がいないことに負の影響を与える規定要因となっている。今後、単身高齢者の増加が見込まれる中で、現役期から質の高い友人関係を築くことが孤立防止に繋がると考えられる。

【謝辞】

本研究の分析にあたっては、公益財団法人年金シニアプラン総合研究機構「第6回独身者（40代～60代）の老後生活設計ニーズに関する調査」が実施した個票データを使用させていただいた。また、「第6回独身者（40代～60代）の老後生活設計ニーズに関する調査研究会」の座長である高山憲之理事長からは、本論文を発表した際に貴重なご助言をいただくとともに、全体的なご指導・ご鞭撻をいただいた。さらに、研究会委員である、上智大学・丸山桂教授、千葉商科大学・大風薫准教授、日本大学・平河茉璃絵専任講師、年金シニアプラン総合研究機構・福山圭一上席研究員、年金シニアプラン総合研究機構・稲垣誠一主任研究員からも大変有益なコメントをいただいた。ここに記して謝意を表したい。なお、本論文に誤りがあれば、それは全て著者の責任に帰するものである。

参考文献

- 厚生労働省（2025）「身寄りのない高齢者への対応、成年後見制度の見直しへの対応について」（第29回社会保障審議会福祉部会，2025年9月8日，資料2）
- 国立社会保障・人口問題研究所（2024）『日本の世帯数の将来推計（2024年推計）』
- 地域共生社会の在り方検討会議（2025）『「地域共生社会の在り方検討会議」中間とりまとめ』（第28回社会保障審議会福祉部会 2025年8月18日，参考資料1）
- 日本年金機構（2025）「退職後の年金手続きガイド」
- 日本福祉大学ライフエンディング支援研究会（2024）「第1章身寄りのない単身高齢者の人生の最終段階にどう向き合うか—「互助会」形成と「死後対応」を中心に」（日本福祉大学地域ケア研究推進センター編『「0-100歳の地域包括ケア」への挑戦』大学図書出版，2024年）
- 服部広子・一番ヶ瀬康子訳（1974）『老人の家族生活—社会問題として』家政教育社（Townsend, P. (1963). *The Family Life of Old People: An Inquiry in East London*, Routledge & Kegan Paul.）
- 藤森克彦（2026）「年金額の分布推計が示す未来」（『日本年金学会誌』第45号，2026年4月掲載予定）
- 藤森克彦（2025）「単身高齢者の社会的孤立と求められる支援」（『自治体法務研究』2025年春号）
- 藤森克彦・杉山圭（2022）「中年未婚者の社会的孤立の実態とその特徴」（国立社会保障・人口問題研究所編『生活不安の実態と社会保障—新しいセーフティネットの構築に向けて』東京大学出版会，pp.231-255）
- 藤森克彦（2021）「中年未婚者の生活実態と老後への備えに関する分析—「単身世帯」と「親と同居する世帯」の比較」（『年金研究』公益財団法人年金シニアプラン総合研究機構，15:52-76）

- 藤森克彦（2017）『単身急増社会の希望』日本経済新聞出版社.
- みずほリサーチ&テクノロジーズ（2021）『社会的孤立の実態・要因に関する調査分析等
研究事業報告書』（厚生労働省令和2年度社会福祉推進事業）
- みずほ情報総研（2018）『介護施設等における身元保証人等に関する調査研究事業』（平成
29年度老人保健事業推進費等補助金報告書、2018年3月）
- 山縣然太郎（2019）「身寄りがない人の入院及び医療に係る意思決定が困難な人への支援
に関するガイドライン」