

「終活」のきっかけは、20代で「生涯独身だろうと思ったこと」、
30代で「子供ができたこと」がトップ

- 終活に関する調査 -

<https://insight.rakuten.co.jp/report/20240304/>

楽天インサイト株式会社は、「終活に関する調査」をインターネットで実施しました。今回の調査は、2024年1月19日（金）～1月21日（日）の3日間、楽天インサイトに登録しているモニター（約220万人）の中から、全国の20～69歳の男女1,000人を対象に行いました。今回は、「終活」（注1）を実施する理由やきっかけ、「デジタル遺品」（注2）の認知率などの昨年の調査からの変化に加え、「終活」について相談したい人について新たに調査しました。

■ □ 調査結果 □ ■

■ 「終活」の実施意向がある人は約7割で、昨年からはほぼ横ばいの結果に

「終活」の実施状況を聞いたところ、「意向あり」計（「実施している」（6.3%）、「近いうちに始める予定」（6.2%）、「予定はないが、時期が来たら始めたい」（57.3%）の合計）は69.8%で、昨年1月実施の同調査（<https://insight.rakuten.co.jp/report/20230213/>）と比較してほぼ横ばいの結果となった（昨年：71.8%）。

◇ 「終活」の実施意向 昨年比較（n=1,000：全員回答）単一回答 単位：%

	(n)	実施している	近いうちに始める予定	予定はないが、 時期が来たら始めたい	実施する予定はない	意向あり計 (TOP3)
2024年 全体	(1,000)	6.3	6.2	57.3	30.2	69.8
2023年 全体	(1,000)	5.8	9.1	56.9	28.2	71.8

※ 2%未満のグラフスコアは非表示 ※ 意向あり計は「実施している」と「近いうちに始める予定」と「予定はないが、時期が来たら始めたい」の合計（%）

また、「意向あり」計は昨年と同様に男性より女性の方が高い傾向がみられ（男性：64.3%、女性：75.4%）、男女ともに年代が上がるにつれて高かった。特に女性60代は全体と比較して、「近いうちに始める予定」（60代：19.0%、全体：6.2%）が約13ポイント高く、「実施している」（60代：16.0%、全体：6.3%）も約10ポイント高い結果となった。

◇ 「終活」の今年の実施意向（n=1,000：全員回答）単一回答 単位：%

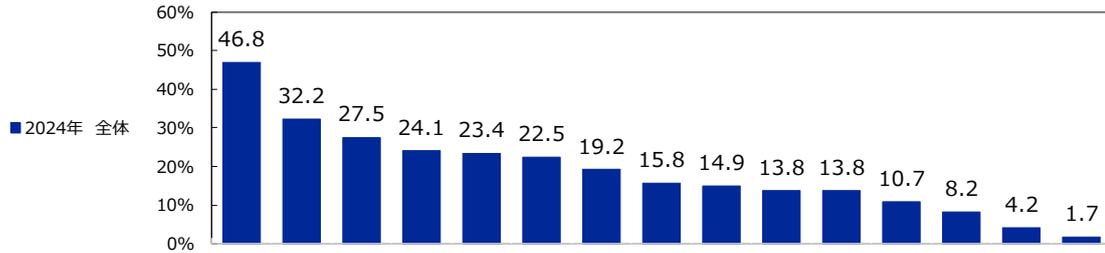
		(n)	実施している	近いうちに始める予定	予定はないが、 時期が来たら始めたい	実施する予定はない	意向あり計 (TOP3)
2024年 全体		(1,000)	6.3	6.2	57.3	30.2	69.8
性別	男性	(504)	4.6	5.8	54.0	35.7	64.3
	女性	(496)	8.1	6.7	60.7	24.6	75.4
性年代	男性 20代	(86)	3.5	3.5	34.9	58.1	41.9
	男性 30代	(91)	4.4	5.5	48.4	41.8	58.2
	男性 40代	(116)	2.6	5.2	55.2	37.1	62.9
	男性 50代	(115)	7.0	7.0	61.7	24.3	75.7
	男性 60代	(96)	5.2	7.3	65.6	21.9	78.1
	女性 20代	(81)	2.5	3.7	43.2	50.6	49.4
	女性 30代	(88)	3.4	2.3	62.5	31.8	68.2
	女性 40代	(113)	8.0	3.5	66.4	22.1	77.9
	女性 50代	(114)	8.8	4.4	72.8	14.0	86.0
	女性 60代	(100)	16.0	19.0	53.0	12.0	88.0

※ 2%未満のグラフスコアは非表示 ※意向あり計は「実施している」と「近いうちに始める予定」と「予定はないが、時期が来たら始めたい」の合計 (%)
 ※2024年全体との差が、■は+10ポイント以上、■は+5ポイント以上、■は-10ポイント以下、■は-5ポイント以下

■ 「終活」で今後する予定があること、興味があることは「家の中の荷物整理」が46.8%でトップ。男性では「財産整理」がトップ

「終活」で今後する予定があること、興味があることを複数回答で聞いたところ、「家の中の荷物整理」が46.8%でトップとなり、「財産整理」(32.2%)、「パソコンやスマートフォンなどのデータ整理」(27.5%)が続いた。性別で見ると、男性よりも女性の方が「家の中の荷物整理」と答えた人の割合が約18ポイント高く(男性：37.3%、女性：55.1%)、「エンディングノート・遺書の作成」(法的効力はないが、意思を伝えられるものの作成)は約10ポイント高かった(男性：18.2%、女性：27.8%)。一方、「財産整理」は女性より男性の方が10ポイント以上高く、男性ではトップだった(男性：37.7%、女性：27.5%)。

◇ 「終活」で今後する予定があること・興味があること (n=698：「終活」実施意向者) 複数回答 単位：%



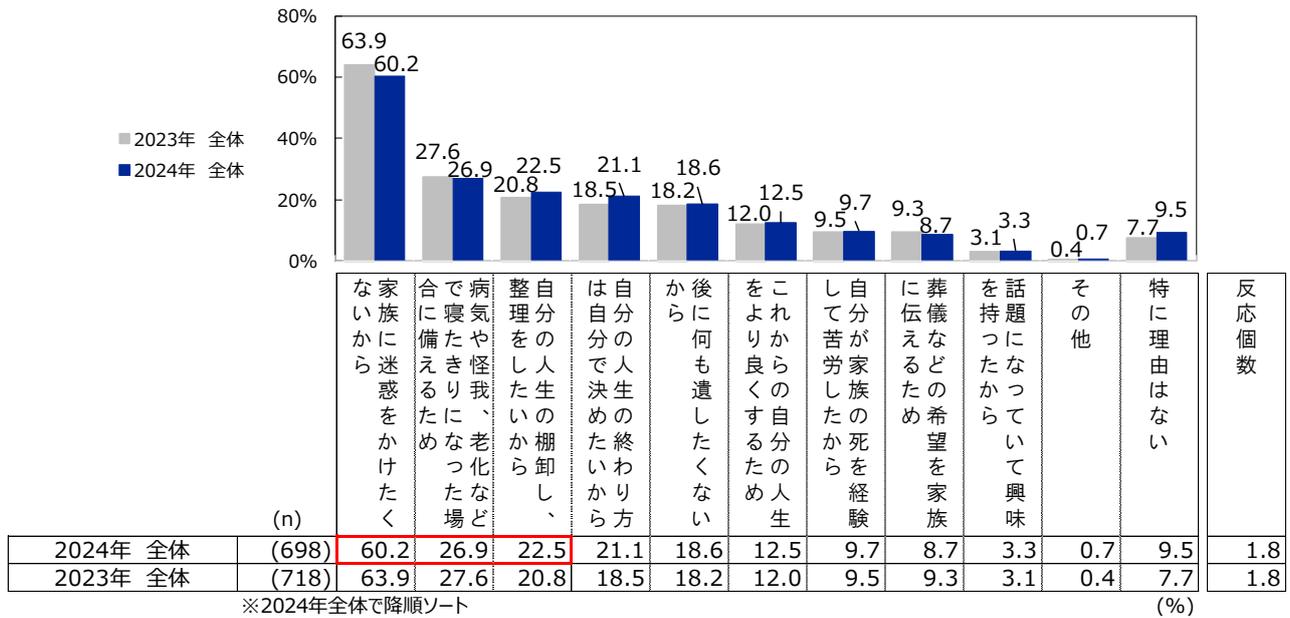
(n)		家の中の荷物整理	財産整理	パソコンやスマートフォンなどのデータ整理	携帯電話などの情報整理やまとめ	エンディングノート・遺言書の作成	加入保険の整理・見直し	遺言書・遺産分与の作成	形見・遺品の整理	大切な人へのメッセージ作成	葬儀準備	SNSアカウント・投稿の削除や整理	お墓の準備	親族・友人・知人リスト作成	ペットの信託	その他	反応個数	
2024年 全体	(698)	46.8	32.2	27.5	24.1	23.4	22.5	19.2	15.8	14.9	13.8	13.8	10.7	8.2	4.2	1.7	2.8	
性別	男性	(324)	37.3	37.7	30.2	23.8	18.2	21.9	22.5	16.0	13.9	14.5	11.1	9.3	8.0	2.8	2.2	2.7
	女性	(374)	55.1	27.5	25.1	24.3	27.8	23.0	16.3	15.5	15.8	13.1	16.0	12.0	8.3	5.3	1.3	2.9
性年代	男性 20代	(36)	33.3	41.7	36.1	27.8	19.4	22.2	30.6	25.0	19.4	19.4	13.9	11.1	8.3	2.8	5.6	3.2
	男性 30代	(53)	28.3	37.7	30.2	28.3	13.2	20.8	28.3	17.0	20.8	13.2	17.0	20.8	7.5	5.7	5.7	2.9
	男性 40代	(73)	27.4	49.3	28.8	17.8	19.2	26.0	12.3	21.9	19.2	13.7	9.6	9.6	8.2	1.4	1.4	2.7
	男性 50代	(87)	42.5	26.4	25.3	23.0	13.8	20.7	19.5	13.8	3.4	20.7	10.3	4.6	5.7	0.0	0.0	2.3
	男性 60代	(75)	49.3	37.3	34.7	25.3	25.3	20.0	28.0	8.0	13.3	6.7	8.0	5.3	10.7	5.3	1.3	2.8
	女性 20代	(40)	37.5	15.0	15.0	12.5	22.5	22.5	7.5	12.5	30.0	25.0	20.0	22.5	2.5	5.0	0.0	2.5
	女性 30代	(60)	38.3	38.3	25.0	23.3	26.7	20.0	23.3	13.3	25.0	25.0	16.7	16.7	6.7	6.7	1.7	3.1
	女性 40代	(88)	55.7	26.1	23.9	26.1	29.5	22.7	20.5	21.6	19.3	13.6	20.5	12.5	6.8	5.7	4.5	3.1
	女性 50代	(98)	62.2	26.5	26.5	26.5	28.6	23.5	14.3	12.2	11.2	6.1	11.2	9.2	9.2	4.1	0.0	2.7
	女性 60代	(88)	65.9	28.4	29.5	26.1	28.4	25.0	13.6	15.9	4.5	6.8	14.8	6.8	12.5	5.7	0.0	2.8

※2024年全体で降順ソート ※エンディングノートは法的効力はないが、意思を伝えられるもの (％)
 ※2024年全体との差が、■は+10ポイント以上、■は+5ポイント以上、■は-10ポイント以下、■は-5ポイント以下

■「終活」をする・したい理由は、すべての年代で「家族に迷惑をかけたくないから」がトップ。「病
 気や怪我、老化などで寝たきりになった場合に備えるため」が2位に

「終活」をする・したい理由について聞いたところ、「家族に迷惑をかけたくないから」(60.2%)が最も多く、次いで「病気や怪我、老化などで寝たきりになった場合に備えるため」(26.9%)、「自分の人生の棚卸し、整理をしたいから」(22.5%)となり、昨年と同様の順位だった。

◇「終活」をする・したい理由 昨年比較 (n=698:「終活」実施意向者) 複数回答 単位: %



全年代でトップは、「家族に迷惑をかけたくないから」（20代：50.0%、30代：59.3%、40代：61.5%、50代：60.5%、60代：63.8%）だった。年代別でみると、「自分の人生の終わり方は自分で決めたいから」が30代で2位（23.9%）、20代で3位（27.6%）にランクインしたほか、40代以上では「病気や怪我、老化などで寝たきりになった場合に備えるため」（40代：26.7%、50代：30.8%、60代：28.2%）が2位となり、年代によって理由に違いがみられた。

◇今年の「終活」をする・したい理由ランキング 上位3位 (n=698：「終活」実施意向者) 複数回答
単位：%

全体(n=698)			20代(n=76)		
1位	家族に迷惑をかけたくないから	60.2	1位	家族に迷惑をかけたくないから	50.0
2位	病気や怪我、老化などで寝たきりになった場合に備えるため	26.9	2位	後に何も遺したくないから	28.9
3位	自分の人生の棚卸し、整理をしたいから	22.5	3位	自分の人生の終わり方は自分で決めたいから	27.6

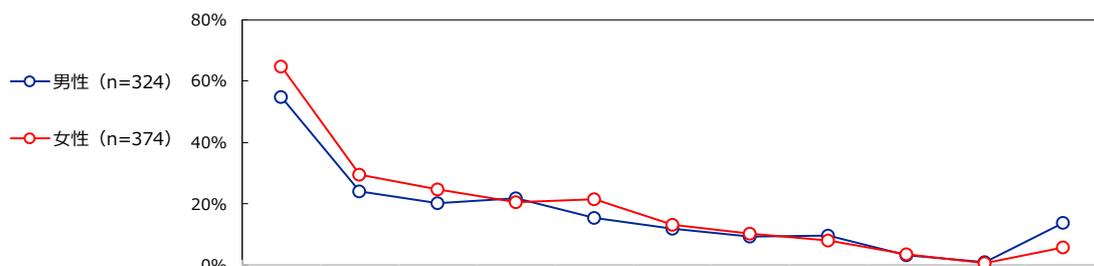
30代(n=113)			40代(n=161)		
1位	家族に迷惑をかけたくないから	59.3	1位	家族に迷惑をかけたくないから	61.5
2位	自分の人生の終わり方は自分で決めたいから	23.9	2位	病気や怪我、老化などで寝たきりになった場合に備えるため	26.7
3位	自分の人生の棚卸し、整理をしたいから	22.1	3位	後に何も遺したくないから	24.2

50代(n=185)			60代(n=163)		
1位	家族に迷惑をかけたくないから	60.5	1位	家族に迷惑をかけたくないから	63.8
2位	病気や怪我、老化などで寝たきりになった場合に備えるため	30.8	2位	病気や怪我、老化などで寝たきりになった場合に備えるため	28.2
3位	自分の人生の棚卸し、整理をしたいから	23.2	3位	自分の人生の棚卸し、整理をしたいから	22.7

性別でみると、「家族に迷惑をかけたくないから」は、女性が男性よりも約10ポイント高かった（男性：54.9%、女性：64.7%）。性年代別でみると、男女ともに20代は「自分の人生の終わり方は自分で

決めたいから」(男性：27.8%、女性：27.5%、全体：21.1%)、「後に何も遺したくないから」(男性：27.8%、女性：30.0%、全体：18.6%)、30代では「これからの自分の人生をより良くするため」(男性：18.9%、女性：18.3%、全体：12.5%)、「話題になっていて興味を持ったから」(男性：9.4%、女性：8.3%、全体：3.3%)が全体より5ポイント以上高い結果となった。

◇今年の「終活」をする・したい理由 (n=698：「終活」実施意向者) 複数回答 単位：%



	(n)	家族に迷惑をかけたから	合に寝たきりになった場合	病気や怪我、老化などで	整理をしたくないから	自分の人生の棚卸し、	自分の人生の終わりを	後に何も遺したくない	これからの自分の人生	より良くするために	自分が家族の死を経験	して苦労したから	自分が家族の死を経験	に伝えるための希望を	話題になっていて興味	その他	特に理由はない	反応個数
2024年 全体	(698)	60.2	26.9	22.5	21.1	18.6	12.5	9.7	8.7	3.3	0.7	9.5	1.8					
性別																		
男性	(324)	54.9	24.1	20.1	21.9	15.4	11.7	9.3	9.6	3.1	0.9	13.9	1.7					
女性	(374)	64.7	29.4	24.6	20.3	21.4	13.1	10.2	8.0	3.5	0.5	5.6	2.0					
年代																		
男性 20代	(36)	52.8	27.8	19.4	27.8	27.8	16.7	2.8	13.9	5.6	0.0	13.9	1.9					
男性 30代	(53)	56.6	20.8	26.4	22.6	5.7	18.9	3.8	3.8	9.4	0.0	7.5	1.7					
男性 40代	(73)	50.7	20.5	16.4	20.5	23.3	5.5	9.6	12.3	2.7	0.0	19.2	1.6					
男性 50代	(87)	56.3	29.9	21.8	23.0	13.8	11.5	17.2	6.9	0.0	0.0	13.8	1.8					
男性 60代	(75)	57.3	21.3	17.3	18.7	10.7	10.7	6.7	12.0	1.3	4.0	13.3	1.6					
女性 20代	(40)	47.5	20.0	17.5	27.5	30.0	7.5	2.5	10.0	5.0	0.0	10.0	1.7					
女性 30代	(60)	61.7	21.7	18.3	25.0	25.0	18.3	5.0	8.3	8.3	0.0	6.7	1.9					
女性 40代	(88)	70.5	31.8	29.5	18.2	25.0	11.4	5.7	10.2	4.5	1.1	5.7	2.1					
女性 50代	(98)	64.3	31.6	24.5	19.4	18.4	14.3	15.3	7.1	2.0	1.0	4.1	2.0					
女性 60代	(88)	69.3	34.1	27.3	17.0	14.8	12.5	15.9	5.7	0.0	0.0	4.5	2.0					

※2024年全体で降順ソート

※2024年全体との差が、■は+10ポイント以上、■は+5ポイント以上、■は-10ポイント以下、■は-5ポイント以下

(%)

■「終活」のきっかけは、20代で「生涯独身だろうと思ったこと」、30代で「子どもができたこと」、40代で「自分の健康に不安を感じたこと」がそれぞれトップ

「終活」をする・したいと思ったきっかけを聞いたところ、「自分の健康に不安を感じたこと」(20.8%)が最も多かった。年代別で見ると、20代は「生涯独身だろうと思ったこと」(17.1%)、30代は「子どもができたこと」(23.0%)、40代・60代は「自分の健康に不安を感じたこと」(40代：22.4%、60代：28.2%)、50代は「家族や大切な人が亡くなったこと」(25.4%)がそれぞれトップとなり、年代ごとに違いがみられた。また、20代～40代では「テレビなどのメディアやSNSで見聞きしたこと」(20代：14.5%、30代：19.5%、40代：17.4%)が2位にランクインした。

◇「終活」をする・したいと思ったきっかけ 上位 3 位 (n=698 : 「終活」実施意向者) 複数回答 単位 : %

全体(n=698) (%)			20代(n=76) (%)		
1位	自分の健康に不安を感じたこと	20.8	1位	生涯独身だろうと思ったこと	17.1
2位	家族や大切な人が亡くなったこと	18.3	2位	テレビなどのメディアやSNSで見聞きしたこと	14.5
3位	テレビなどのメディアやSNSで見聞きしたこと	15.9	2位	一人で暮らすことになったこと	14.5

30代(n=113) (%)			40代(n=161) (%)		
1位	子どもができたこと	23.0	1位	自分の健康に不安を感じたこと	22.4
2位	テレビなどのメディアやSNSで見聞きしたこと	19.5	2位	テレビなどのメディアやSNSで見聞きしたこと	17.4
3位	家族や大切な人が亡くなったこと	17.7	3位	家族や大切な人が亡くなったこと	16.1
			3位	家族の健康に不安を感じたこと	16.1

50代(n=185) (%)			60代(n=163) (%)		
1位	家族や大切な人が亡くなったこと	25.4	1位	自分の健康に不安を感じたこと	28.2
2位	自分の健康に不安を感じたこと	21.6	2位	家族や大切な人が亡くなったこと	19.0
3位	テレビなどのメディアやSNSで見聞きしたこと	16.2	3位	定年を迎えたこと	17.2

■「終活は家族に迷惑をかけないために必要なことである」と思う人は 71.5%

「終活」に対する考え方について聞いたところ、「終活は家族に迷惑をかけないために必要なことである」という項目に「そう思う」計（「とてもそう思う」(34.3%)と「ややそう思う」(37.2%)の合計）と答えた人が 71.5%と最も多かった。次いで「終活は手間がかかり、面倒に感じる」(52.5%)、「終活をすることで将来の不安が解消されると思う」(43.1%)という項目に「そう思う」と答えた人が多かった。

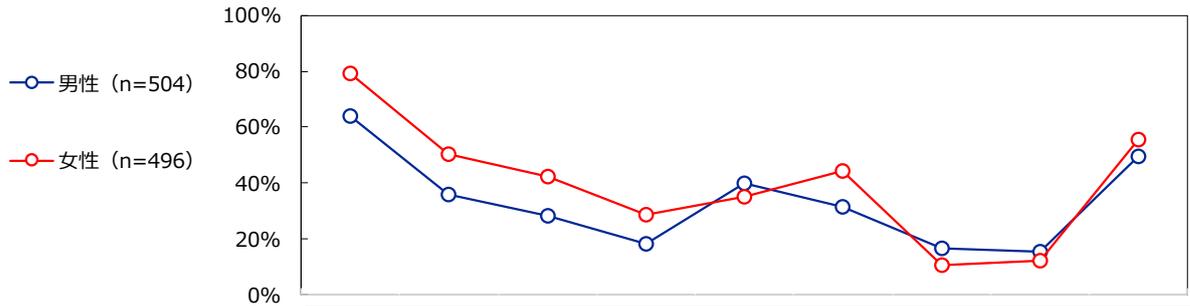
◇「終活」に対する考え方 (n=1,000 : 全員回答) 単一回答 単位 : %

	(n)	とてもそう思う	ややそう思う	どちらともいえない	あまりそう思わない	全くそう思わない	そう思う計 (TOP2)	そう思わない計 (BTM2)
終活は家族に迷惑をかけないために必要なことである	(1,000)	34.3	37.2	21.1	3.4	4.0	71.5	7.4
終活をすることで将来の不安が解消されると思う	(1,000)	6.3	36.8	36.5	12.8	7.6	43.1	20.4
終活は残りの人生を豊かにしてくれる	(1,000)	7.2	28.0	44.4	13.6	6.8	35.2	20.4
自分が終活を始めたら、家族にも終活を始めてほしい	(1,000)	4.9	18.7	42.6	17.1	16.7	23.6	33.8
終活は苦しい過去も思い出するため、良い影響を与えてくれるとは思えない	(1,000)	3.2	10.5	41.0	30.0	15.3	13.7	45.3
終活をすることで死期が早まりそうに感じる	(1,000)	3.1	10.7	28.4	27.9	29.9	13.8	57.8
終活は手間がかかり、面倒に感じる	(1,000)	13.7	38.8	29.7	12.1	5.7	52.5	17.8
将来の備え（終活）よりも今を大切にすべきである	(1,000)	11.0	26.6	46.4	11.6	4.4	37.6	16.0
SNSなどの投稿は定期的に整理（削除等）をしたい	(1,000)	12.9	24.8	39.4	11.5	11.4	37.7	22.9

※ 2%未満のグラフスコアは非表示 (%)
 ※ そう思う計は「とてもそう思う」と「ややそう思う」の合計、そう思わない計は「あまりそう思わない」と「全くそう思わない」の合計

性年代別でみると、女性 20 代・30 代では「SNSなどの投稿は定期的に整理（削除等）をしたい」（20 代：50.6%、30 代：51.1%、全体：37.7%）、女性 40 代・50 代では「終活は家族に迷惑をかけないために必要なことである」（40 代：83.2%、50 代：83.3%、全体：71.5%）、「終活をすることで将来の不安が解消されると思う」（40 代：55.8%、50 代：55.3%、全体：43.1%）が全体に比べ 10 ポイント以上高い結果となった。

◇ 「終活」に対する考え方 性別比較（「そう思う」計）（n=1,000：全員回答）単一回答 単位：%



		ポジティブ					ネガティブ					
		あなた終活は必要か	終活が不安解消されるか	終活は残りの人生を豊かに残れるか	家族にも終活を始めたらいいか	自分も終活を始めたらいいか	SNSなどの投稿を定期的に見るといいか	SNSなどの投稿は影響を与えないか	終活は苦しい過去も思い出せるか	早まりをする事で死期が	終活は手間がかかり、面倒に感じる	将来の備え(終活)より今を大切にすべきでないか
(n)												
2024年 全体		(1,000)	71.5	43.1	35.2	23.6	37.7	13.7	13.8	52.5	37.6	
性別	男性	(504)	63.9	35.9	28.2	18.5	31.3	16.9	15.5	49.4	40.1	
	女性	(496)	79.2	50.4	42.3	28.8	44.2	10.5	12.1	55.6	35.1	
性年代	男性 20代	(86)	53.5	37.2	36.0	23.3	39.5	30.2	26.7	48.8	53.5	
	男性 30代	(91)	64.8	41.8	28.6	23.1	31.9	22.0	18.7	48.4	38.5	
	男性 40代	(116)	61.2	34.5	25.9	22.4	31.9	20.7	16.4	54.3	42.2	
	男性 50代	(115)	71.3	30.4	23.5	13.0	31.3	7.0	11.3	49.6	31.3	
	男性 60代	(96)	66.7	37.5	29.2	11.5	22.9	7.3	6.3	44.8	37.5	
	女性 20代	(81)	70.4	48.1	40.7	24.7	50.6	21.0	22.2	54.3	49.4	
	女性 30代	(88)	75.0	45.5	43.2	35.2	51.1	10.2	14.8	54.5	38.6	
	女性 40代	(113)	83.2	55.8	39.8	31.0	46.9	11.5	13.3	55.8	33.6	
	女性 50代	(114)	83.3	55.3	45.6	28.1	37.7	7.9	7.0	57.0	28.9	
	女性 60代	(100)	81.0	45.0	42.0	25.0	37.0	4.0	6.0	56.0	29.0	

※スコアは「とてもそう思う」と「ややそう思う」の合計

※2024年全体との差が、■は+10ポイント以上、■は+5ポイント以上、■は-10ポイント以下、■は-5ポイント以下

(%)

■ 「デジタル遺品」の認知率は50.6%で、昨年より3.4ポイント高い結果に。女性50代・60代では6割を超える

故人が遺したデジタルデータやSNSアカウントなどの「デジタル遺品」について聞いたところ、「認知」計（「知っている」（17.5%）と「聞いたことはあるが、よく知らない」（33.1%）の合計）は50.6%で、昨年より3.4ポイント高い結果だった（昨年：47.2%）。性年代別で見ると、女性50代・60代では「認知」計（女性50代：63.2%、女性60代：64.0%、全体：50.6%）が全体と比較して10ポイント以上高い結果となった。

◇ 「デジタル遺品」の認知 昨年比較 (n=1,000：全員回答) 単一回答 単位：%

		(n)	知っている	聞いたことはあるが、よく知らない	聞いたことがない	認知計
2024年 全体	(1,000)		17.5	33.1	49.4	50.6
2023年 全体	(1,000)		17.8	29.4	52.8	47.2

※ 2%未満のグラフスコアは非表示 ※認知計は「知っている」と「聞いたことはあるが、よく知らない」の合計 (%)

◇「デジタル遺品」の認知 (n=1,000：全員回答) 単一回答 単位：%

		(n)	知っている	聞いたことはあるが、よく知らない	聞いたことがない	認知計
2024年 全体		(1,000)	17.5	33.1	49.4	50.6
性別	男性	(504)	17.5	32.7	49.8	50.2
	女性	(496)	17.5	33.5	49.0	51.0
性年代	男性 20代	(86)	14.0	31.4	54.7	45.3
	男性 30代	(91)	16.5	36.3	47.3	52.7
	男性 40代	(116)	19.0	29.3	51.7	48.3
	男性 50代	(115)	20.0	36.5	43.5	56.5
	男性 60代	(96)	16.7	30.2	53.1	46.9
	女性 20代	(81)	8.6	29.6	61.7	38.3
	女性 30代	(88)	12.5	22.7	64.8	35.2
	女性 40代	(113)	14.2	34.5	51.3	48.7
	女性 50代	(114)	26.3	36.8	36.8	63.2
	女性 60代	(100)	23.0	41.0	36.0	64.0

※ 2%未満のグラフスコアは非表示 ※認知計は「知っている」と「聞いたことはあるが、よく知らない」の合計 (%)
 ※2024年全体との差が、■は+10ポイント以上、■は+5ポイント以上、■は-10ポイント以下、■は-5ポイント以下

■「各種アカウントのID/パスワードの整理」と「パソコンやスマートフォンなどに保存されている写真データの整理」の実施意向は5割弱

「デジタル遺品」のデータ整理について実施状況を聞いたところ、「実施意向あり」計（「取り組んだ（すでに完了した）」「取り組んでいる最中（まだ終わっていない）」と「いつかやろうと思っていた（まだ何もしていない）」の合計）のトップは「各種アカウントのID/パスワードの整理」（48.8%）で、「パソコンやスマートフォンなどに保存されている写真データの整理」（48.3%）が続いた。

◇「デジタル遺品」のデータ整理の実施状況 (n=1,000：全員回答) 単一回答 単位：%

	(n)	取り組み状況				実施計 (TOP2)	実施意 向あり計 (TOP3)
		取り組んだ (すでに完了した)	取り組んでいる最中 (まだ終わっていない)	いつかやろうと思っていた (まだ何もしていない)	今のところ取り組む 予定はない		
パソコンやスマートフォンなどに 保存されている写真データの整理	(1,000)	2.1	7.0	39.2	51.7	9.1	48.3
パソコンやスマートフォンなどに 保存されている連絡先の整理	(1,000)	2.8	5.7	35.1	56.4	8.5	43.6
Webメールのアカウント情報の整理	(1,000)	2.4	6.2	32.4	59.0	8.6	41.0
加入サービスの一覧や契約状況 の整理 (サブスクリプションサービ スなど)	(1,000)	3.5	6.9	33.9	55.7	10.4	44.3
SNSアカウント (LINE、 Instagram、X (旧Twitter) など) の保有状況の整理	(1,000)	2.6	5.1	31.5	60.8	7.7	39.2
各種アカウントのID/パスワードの 整理	(1,000)	3.4	9.6	35.8	51.2	13.0	48.8
スマートフォンのパスワード (ロック 画面のパスワード) の整理	(1,000)	3.1	6.8	34.8	55.3	9.9	44.7

※ 2%未満のグラフスコアは非表示 (%)
 ※実施計は「取り組んだ」と「取り組んでいる最中」の合計、実施意向あり計は「取り組んだ」と「取り組んでいる最中」と「いつかやろうと思っていた」の合計

■投稿を「すべて削除したい」メッセージアプリやSNSは、「TikTokの投稿」「YouTubeチャンネルの投稿」「X (旧Twitter) の投稿」が6割以上

各SNSサービスの利用者に、メッセージアプリやSNSの投稿を遺したいか・削除したいかを聞いたところ、すべての項目で「すべて削除したい」が半数以上となった。最も多かったのは「TikTokの投稿」(67.2%)で、「YouTubeチャンネルの投稿」(63.4%)、「X (旧Twitter) の投稿」(62.7%)が続いた。

◇メッセージアプリやSNSの投稿を遺したいか・削除したいか

(各サービスを利用している人) 単一回答 単位：%

	(n)	投稿の処理意向		
		すべて遺したい	一部は削除して 必要なものは遺したい	すべて削除したい
LINEなどのメッセージアプリの投稿 (メッセージ・タイムラインなど)	(817)	10.0	38.1	51.9
X (旧Twitter) の投稿	(458)	10.0	27.3	62.7
Instagramの投稿	(454)	12.1	30.2	57.7
Facebookの投稿	(372)	12.6	29.0	58.3
TikTokの投稿	(192)	9.4	23.4	67.2
YouTubeチャンネルの投稿	(290)	11.0	25.5	63.4

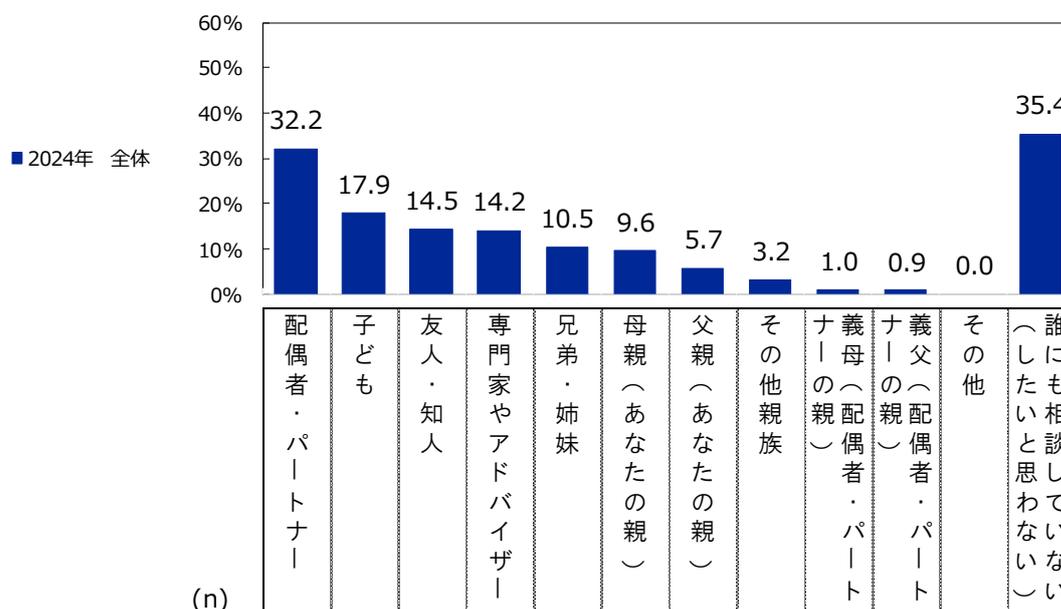
※ 2%未満のグラフスコアは非表示 (%)

■「終活」について相談したい人は「配偶者・パートナー」が32.2%でトップ。年代別では20代~40

代は「母親（あなたの親）」に相談する人が最多

「終活」について相談したい人について聞いたところ、「配偶者・パートナー」(32.2%) が最も多く、次いで「子ども」(17.9%)、「友人・知人」(14.5%)、「専門家やアドバイザー」(14.2%) と答えた人が多かった。性別でみると、「誰にも相談していない（したいと思わない）」(男性：40.7%、女性：30.7%) で男性が女性より 10 ポイント高かった。年代別でみると、20 代～40 代では「母親（あなたの親）」(20 代：18.4%、30 代：16.8%、40 代：14.9%、全体：9.6%)、50 代・60 代では「子ども」(50 代：23.2%、60 代：23.3%、全体：17.9%) が全体に比べ 5 ポイント以上高い結果となり、年代による違いがみられた。

◇「終活」について相談したい人 (n=698：「終活」実施意向者) 複数回答 単位：%



		(n)	配偶者・パートナー	子ども	友人・知人	専門家やアドバイザー	兄弟・姉妹	母親（あなたの親）	父親（あなたの親）	その他親族	ナ義母（配偶者・パート）	ナ義父（配偶者・パート）	その他	（誰にも相談したいと思わない）
2024年 全体		(698)	32.2	17.9	14.5	14.2	10.5	9.6	5.7	3.2	1.0	0.9	0.0	35.4
性別	男性	(324)	29.0	13.0	12.7	11.4	8.6	8.6	6.5	3.4	1.2	0.9	0.0	40.7
	女性	(374)	35.0	22.2	16.0	16.6	12.0	10.4	5.1	2.9	0.8	0.8	0.0	30.7
年代	20代	(76)	13.2	1.3	19.7	13.2	13.2	18.4	10.5	3.9	1.3	1.3	0.0	43.4
	30代	(113)	39.8	18.6	14.2	17.7	13.3	16.8	11.5	1.8	1.8	1.8	0.0	31.0
	40代	(161)	38.5	13.7	21.1	18.0	15.5	14.9	8.7	5.6	1.9	1.9	0.0	32.3
	50代	(185)	29.7	23.2	12.4	13.5	7.0	4.3	1.6	2.2	0.5	0.0	0.0	36.8
	60代	(163)	32.5	23.3	8.0	9.2	6.1	1.2	1.2	2.5	0.0	0.0	0.0	36.2

※2024年全体で降順ソート

※2024年全体との差が、■は+10ポイント以上、■は+5ポイント以上、■は-10ポイント以下、■は-5ポイント以下

(注1) 「終活」とは「人生の終わりのための活動」の略で、人生の最期を迎えるにあたって行う様々な活動のことを指します。

(注2) 本調査における「デジタル遺品」とは、故人が生前に利用していたパソコンやスマートフォンに保存されたデータや、SNSのアカウント、ネット銀行などウェブ上に保存されたデータのことを指します。

【調査概要】

調査エリア : 全国

調査対象者 : 20歳～69歳 男女
回収サンプルサイズ : 1,000 サンプルサイズ
調査期間 : 2024年1月19日(金)～1月21日(日)
調査実施機関 : 楽天インサイト株式会社

※本レポートでは小数点第2位以下を四捨五入しているため、合計値は必ずしも100%とならない場合があります。

※本レポートでは実数で全体との差分の色付けをしているため、表記上の数値での差分と異なる場合があります。

※本調査における「終活」とは「人生の最期に向けた活動、準備」の略で、人間が人生の最期を迎えるにあたって執る様々な準備（医療や介護、お墓についての要望、身辺整理や遺言書作成）やそこに向けた人生の総括のことを指します。

※本調査における「デジタル遺品」とは、故人が生前に利用していたパソコンやスマートフォンに保存されたデータや、SNSのアカウント、ネット銀行などウェブ上に保存されたデータのことを指します。