



Press release

2024年12月4日

アクサ生命、「自営業者、個人事業主・フリーランス等の ライフマネジメント®に関する調査」を発表

約8割が現在の職業について「理想の人生を追求しやすい」と回答
理想の人生の実現に必要なものとして、「健康管理」「貯蓄・資産形成」が上位に

アクサ生命保険株式会社(本社:東京都港区、代表取締役社長 兼 CEO:安淵 聖司)は、全国の20歳~79歳の男女を対象に、「自営業者、個人事業主・フリーランス等のライフマネジメント®に関する調査 2024」を実施し、3,000名の有効サンプルを集計し結果をまとめました。

アクサグループは2023年から世界各国の拠点において「未来がリスクであってはならない」という一貫したテーマのブランドキャンペーンを展開しています。日本においても2024年11月より、人生を主体的にコントロールし、自分らしく生きたいと願う自営業・個人事業主の皆さまを応援するブランドキャンペーンを展開しています。

今回の調査では、自営業者・個人事業主・フリーランス等の皆さまの理想の人生や、感じているリスクとその対策、働き方に関する意識と実態、現在の職業に就くまでの歩み、そしてリスクを恐れず自分らしく生きたいという想いを掘り下げました。

【調査結果(抜粋)】

- 現在の職業についたきっかけは、「自分の夢・目標」が約4割でトップに
- 約8割が「現在の職業は“自身の理想の人生”を追求しやすい働き方だと思う」と回答理由の1位は「自分の裁量で物事が決められる」
- 現在の職業・働き方に関する意識については、8割以上が「病気や怪我による収入減少のリスクが大きい」と回答「福利厚生が充実していない」81.5%、「収入が不安定」80.4%、「社会保険料の負担が重い」76.4%、「病気や怪我の際に治療に専念しにくい」75.6%、「老後への備えが手薄になりやすい」74.8%
- 理想の人生の実現に必要なと思うことの1位は「健康管理」、2位は「貯蓄・資産形成」、3位は「目標の設定」
- 理想の人生の実現のためにライフプランを作成している人の半数以上が「ライフプランの見直し・メンテナンスを行っている」と回答

アンケートの詳細については、[別紙](#)をご覧ください。本調査の全量は、当社公式ホームページにも掲載しています。
(<https://www2.axa.co.jp/info/news/2024/pdf/241204.pdf>)

グローバルブランドキャンペーン特設サイト／「自営業者・個人事業主 FACTBOOK」も併せてご覧ください。
[自営業の未来が決してリスクであってはならない。 | アクサ・ホールディングス・ジャパン \(axa-holdings.co.jp\)](#)

アクサ生命は、本調査の結果を踏まえ、今後も皆さまのニーズに応える保険商品やサービスを開発し、質の高いアドバイスを提供し、皆さまの持続的発展をサポートしていきます。

※「ライフマネジメント®」はアクサ生命保険株式会社の登録商標です。ライフマネジメント®とは「人生の目的、人生のビジョンに基づいて、将来のあるべき姿を考え、そこに至る道筋を構想し、その実現に向けて、現実と向き合って進んでいくこと」を意味しています。



アクサ生命について

アクサ生命はアクサのメンバーカンパニーとして 1994 年に設立されました。アクサが世界で培ってきた知識と経験を活かし、301 万人のお客さまから 546 万件のご契約をお引き受けしています。1934 年の日本団体生命創業以来築いてきた全国 511 の商工会議所、民間企業、官公庁とのパートナーシップを通じて、死亡保障や医療・がん保障、年金、資産形成などの幅広い商品、企業福利の増進やライフマネジメント®（人生を営む）*に関するアドバイスをお届けしています。2023 年度には、2,402 億円の保険金や年金、給付金等をお支払いしています。

*ライフマネジメント®はアクサ生命保険株式会社の登録商標です。

アクサグループについて

アクサは世界 51 の国と地域で 147,000 人の従業員を擁し、9,400 万人のお客さまにサービスを提供する、保険および資産運用分野の世界的なリーディングカンパニーです。国際会計基準に基づく 2023 年の売上は 1,027 億ユーロ、アンダーライティング・アーニングスは 76 億ユーロ、2023 年 12 月 31 日時点における運用資産総額は 9,455 億ユーロにのびます。アクサはユーロネクスト・パリのコンパートメント A に上場しており、アクサの米国預託株式は OTC QX プラットフォームで取引され、ダウ・ジョーンズ・サステナビリティ・インデックス (DJSI) や FTSE4GOOD などの国際的な主要 SRI インデックスの構成銘柄として採用されています。また、国連環境計画・金融イニシアチブ (UNEP FI) による「持続可能な保険原則」および「責任投資原則」に署名しています。

*アクサグループの数値は 2023 年 1 月～12 月の業績です。

本件に関するお問い合わせは下記までお願いいたします：

アクサ生命保険株式会社
コミュニケーション&サステナビリティ
電話：03-6737-7140
<https://www.axa.co.jp>

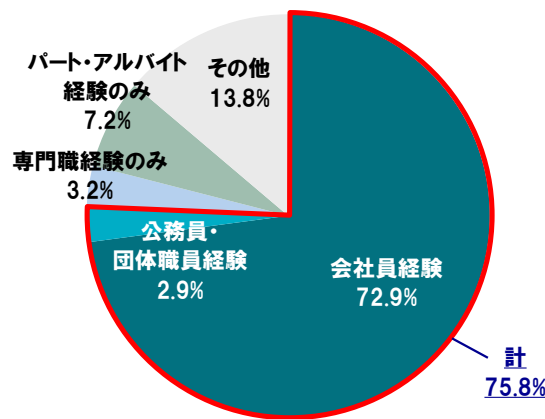
【調査結果】

自営業者等になるまでの歩みについて

- 自営業者等が現在の職業以前に経験したのは「会社員経験」72.9%、「公務員・団体職員経験」2.9%
- 「学校を卒業してから現在の職業になるまで、2つ以上の職業を経験した」56.1%
- 「事業を自身で開業した」77.1%
- 現在の職業についたきっかけは、1位「自分の夢・目標」、2位「前職の退職」、3位「前職の勤め先への不満」

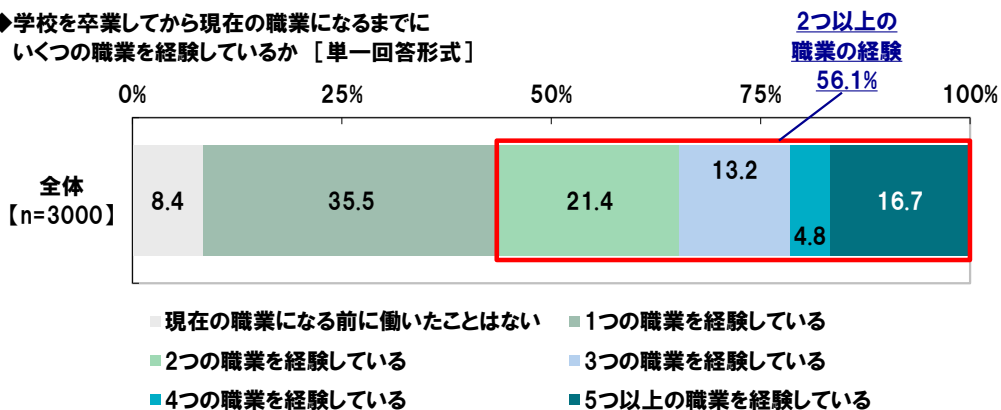
まず、現在の職業以前に経験したものを聞いたところ、「会社員経験」が 72.9%で突出して高くなり、「公務員・団体職員経験(会社員経験はなし)」が2.9%、「専門職経験のみ」が3.2%、「パート・アルバイト経験のみ」が7.2%、「その他」が13.8%となりました。「会社員経験」と「公務員・団体職員経験(会社員経験はなし)」の合計は 75.8%となり、大多数の人が雇用されて働いた経験を有していることが分かりました。

◆現在の職業以前に経験したもの [複数回答結果より算出]
全体[n=3000]



また、学校を卒業してから現在の職業になるまでに経験した職業の数を聞いたところ、「現在の職業になる前に働いたことはない」が 8.4%、「1つの職業を経験している」が 35.5%となり、2つ以上の職業の経験がある人の割合は 56.1%となりました。

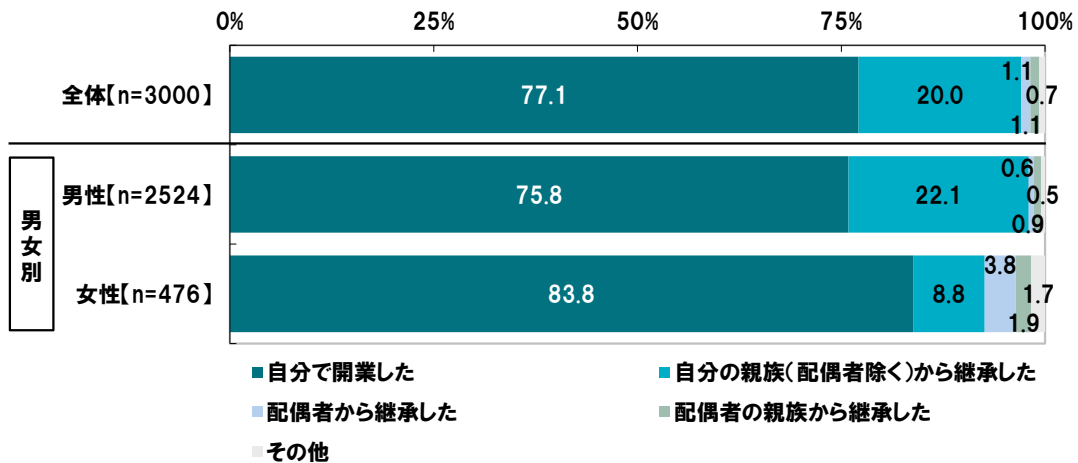
◆学校を卒業してから現在の職業になるまでに
いくつの職業を経験しているか [単一回答形式]





事業を自身で開業したか、親族等から継承したか聞いたところ、「自身で開業した」が 77.1%で最も高くなり、「自分の親族（配偶者除く）から継承した」が 20.0%、「配偶者から継承した」と「配偶者の親族から継承した」が 1.1%となりました。男女別にみると、女性では「自身で開業した」が 83.8%と、男性（75.8%）と比べて 8.0 ポイント高くなりました。

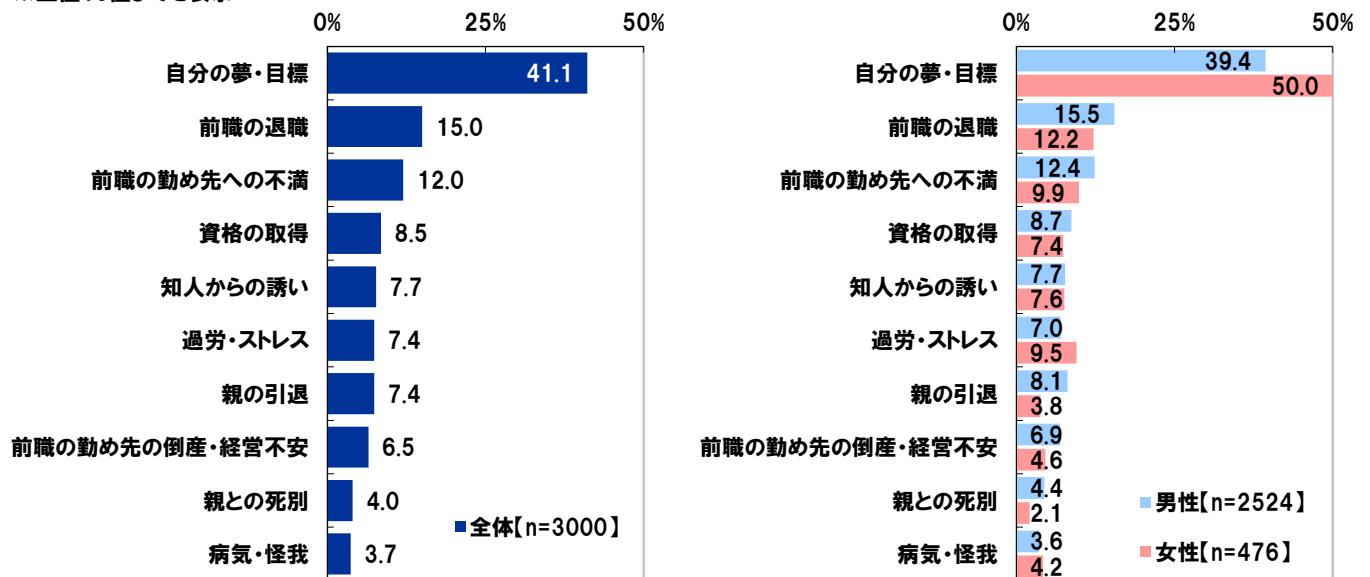
◆事業を自身で開業したか、親族等から継承したか [単一回答形式]



現在の職業に就くきっかけを聞いたところ、1 位「自分の夢・目標」(41.1%)、2 位「前職の退職」(15.0%)、3 位「前職の勤め先への不満」(12.0%)、4 位「資格の取得」(8.5%)、5 位「知人からの誘い」(7.7%)となりました。男女別にみると、女性は「自分の夢・目標」が 50.0%と、男性（39.4%）と比べて 10 ポイント以上高くなりました。

◆現在の職業に就くきっかけ [複数回答形式]

※上位10位までを表示

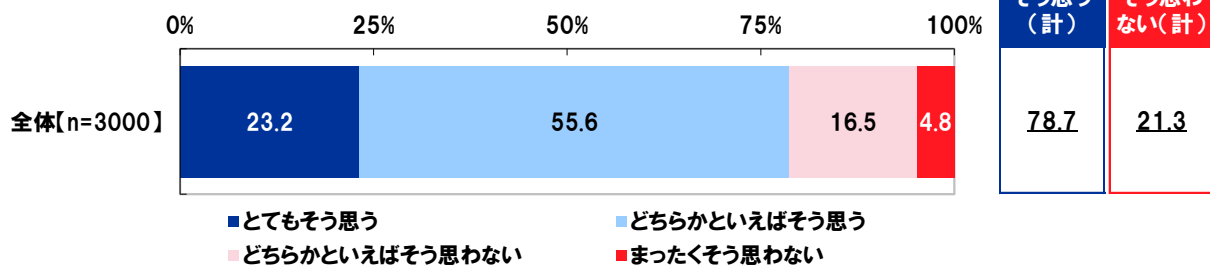


現在の職業や働き方について

- 「現在の職業は“自身の理想の人生”を追求しやすい働き方だと思う」78.7%
理由の1位は「自分の裁量で物事が決められる」
- 現在の職業・働き方に関する意識
「病気や怪我による収入減少のリスクが大きい」84.6%、「福利厚生が充実していない」81.5%、「収入が不安定」80.4%
- 老後の生活資金のために公的年金以外で準備しているもの
1位「預貯金」、2位「NISA」、3位「有価証券」
- 現在の職業・働き方としてのリスク・不安に対して準備しているもの
1位「預貯金」、2位「投資」、3位「医療保険への加入」
- 老後の生活資金と病気・怪我の際の費用の準備状況
「社会保険(公的年金)を通じた老後の生活資金の準備は不十分」62.5%、
「社会保険(健康保険)を通じた病気・怪我の際の費用の準備は不十分」55.2%
- 「最近の経済情勢は、現在の職業・働き方としての自身の理想とする生活や目標の実現にマイナスの影響を与えている」52.6%

全回答者(3,000名)に、現在の職業は“自身の理想の人生”を追求しやすい働き方だと思うか聞いたところ、『そう思う(計)』は78.7%、『そう思わない(計)』は21.3%となりました。多くの人が、今の働き方は、自身の思い描く“理想の人生”を実現しやすい働き方だと感じているという結果になりました。

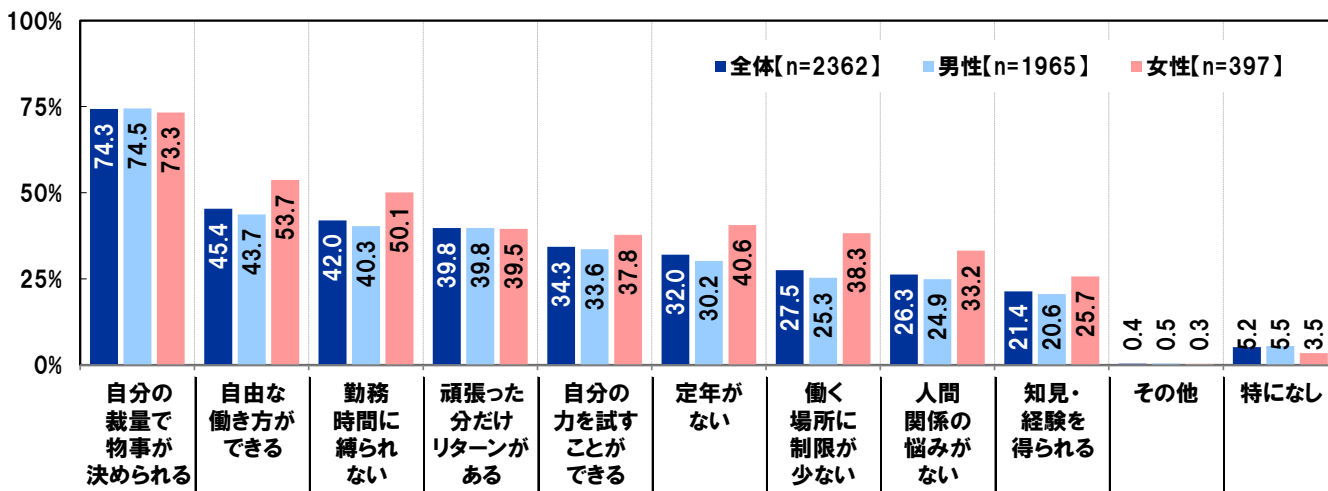
◆現在の職業は“自身の理想の人生”を追求しやすい働き方だと思うか [単一回答形式]



現在の職業が“自身の理想の人生”を追求しやすい働き方だと思う人(2,362名)に、その理由を聞いたところ、「自分の裁量で物事が決められる」(74.3%)が突出して高くなりました。次に高い理由は、「自由な働き方ができる」(45.4%)、「勤務時間に縛られない」(42.0%)、「頑張った分だけリターンがある」(39.8%)、「自分の力を試すことができる」(34.3%)でした。男女別にみて、女性のほうが10ポイント以上高かったのは、「自由な働き方ができる」(男性43.7%、女性53.7%)、「定年がない」(男性30.2%、女性40.6%)、「働く場所に制限が少ない」(男性25.3%、女性38.3%)の回答でした。

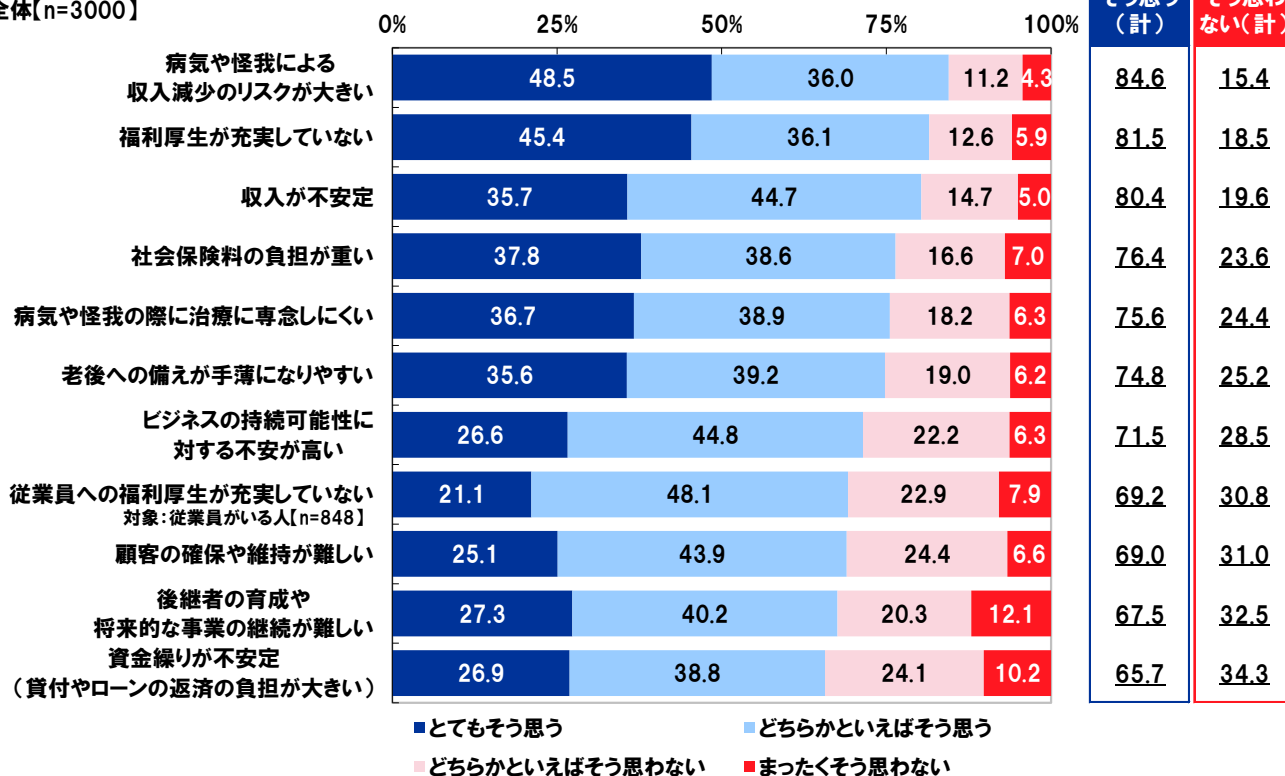


◆現在の職業が“自身の理想の人生”を追求しやすい働き方と思う理由 [複数回答形式]
 対象：現在の職業が“自身の理想の人生”を追求しやすい働き方と思う人



全回答者(3,000名)に、現在の職業・働き方に関する意識を聞いたところ、『そう思う(計)』が最も高くなったのは【病気や怪我による収入減少のリスクが大きい】(84.6%)で、病気や怪我の影響・リスクに対して不安を抱いている人が大半という結果になりました。また、【収入が不安定】では 80.4%となり、大多数の人が、安定した収入が得られないという点に不安を抱いていることが分かりました。

◆現在の職業・働き方に関する意識 [各単一回答形式]
 全体[n=3000]

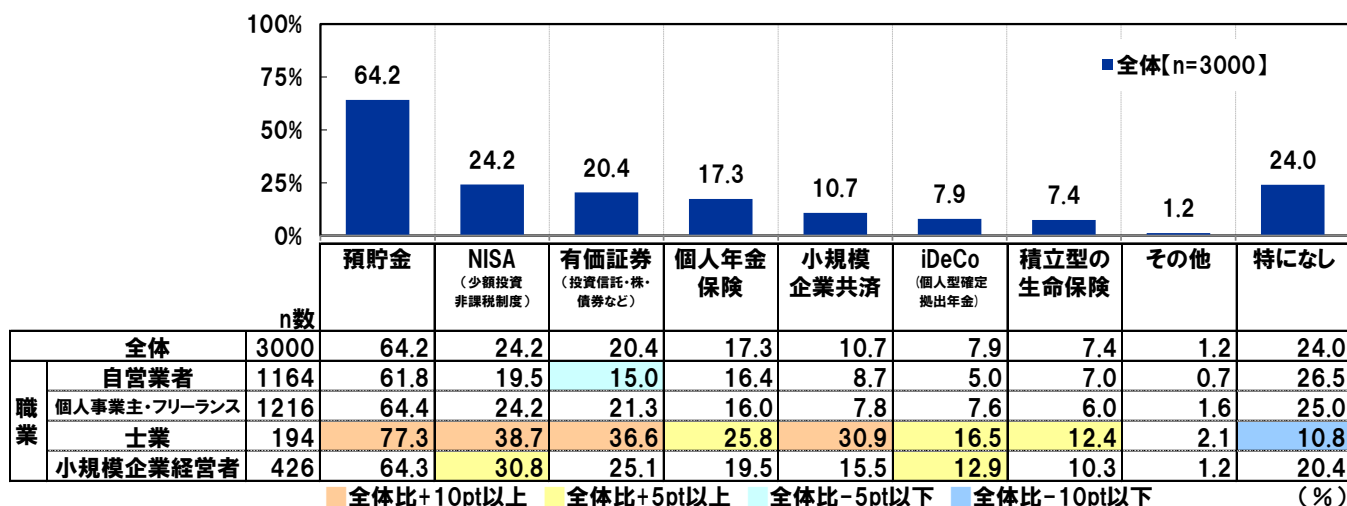




全回答者(3,000名)に、老後の生活資金のために公的年金以外で準備しているものを聞いたところ、「預貯金」(64.2%)が最も高くなり、「NISA(少額投資非課税制度)」(24.2%)、「有価証券(投資信託・株・債券など)」(20.4%)、「個人年金保険」(17.3%)、「小規模企業共済」(10.7%)と続きました。

職業別にみると、士業では「預貯金」(77.3%)や「NISA(少額投資非課税制度)」(38.7%)、「有価証券(投資信託・株・債券など)」(36.6%)、「小規模企業共済」(30.9%)が全体と比べて10ポイント以上高くなりました。

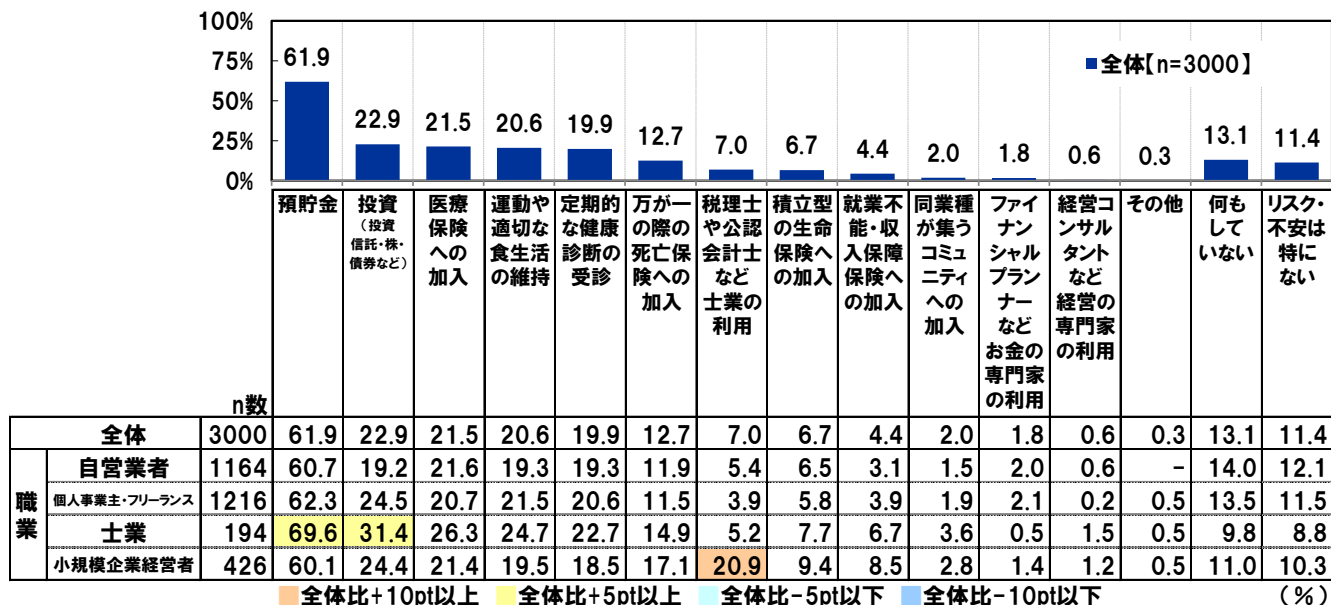
◆老後の生活資金のために公的年金以外で準備しているもの【複数回答形式】



現在の職業・働き方としてのリスク・不安に対して準備しているものを聞いたところ、「預貯金」(61.9%)が突出して高くなりました。万が一のときのことを考え、すぐに使える預貯金で備えている人が多いことがうかがえます。次いで高くなったのは、「投資(投資信託・株・債券など)」(22.9%)、「医療保険への加入」(21.5%)、「運動や適切な食生活の維持」(20.6%)、「定期的な健康診断の受診」(19.9%)でした。また、「何もしていない」は13.1%となりました。

職業別にみると、小規模企業経営者では「税理士や公認会計士など士業の利用」が20.9%と、他の層と比べて特に高くなりました。

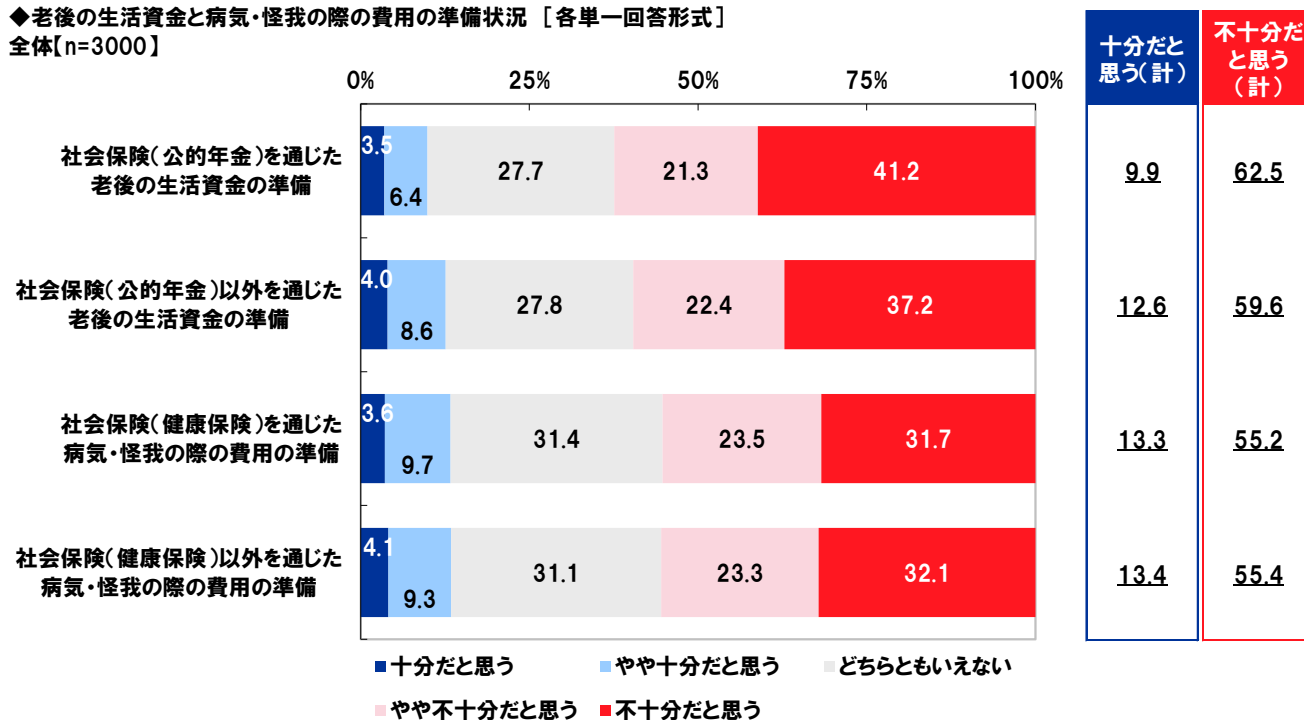
◆現在の職業・働き方としてのリスク・不安に対して準備しているもの【複数回答形式】





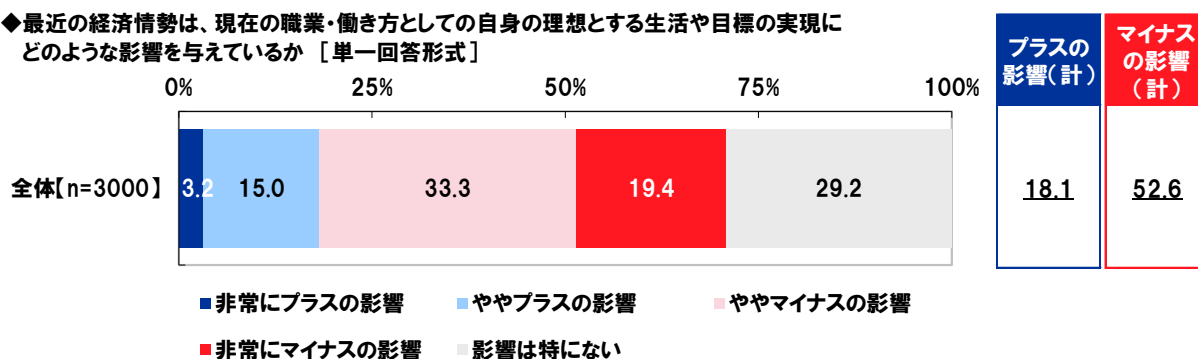
また、老後の生活資金と病気・怪我の際の費用の準備状況を聞いたところ、【社会保険(公的年金)を通じた老後の生活資金の準備】【社会保険(公的年金)以外を通じた老後の生活資金の準備】【社会保険(健康保険)を通じた病気・怪我の際の費用の準備】【社会保険(健康保険)以外を通じた病気・怪我の際の費用の準備】のいずれの項目でも『不十分だと思う(計)』の回答が半数以上となりました。老後の生活資金と病気・怪我の際の費用の備えに課題を感じている人が多いことが分かりました。

◆老後の生活資金と病気・怪我の際の費用の準備状況 [各単一回答形式]
全体[n=3000]



全回答者(3,000名)に、最近の経済情勢が、現在の職業・働き方としての自身の理想とする生活や目標の実現にどのような影響を与えているか聞いたところ、「非常にプラスの影響」、「ややプラスの影響」を合計した『プラスの影響(計)』は18.1%、「非常にマイナスの影響」、「ややマイナスの影響」を合計した『マイナスの影響(計)』は52.6%、「影響は特にない」が29.2%となりました。急激な円安の進行や相次ぐ物価上昇など不安定な経済情勢が、理想の生活や目標の実現に対し悪影響を及ぼしているケースが多いと考えられます。

◆最近の経済情勢は、現在の職業・働き方としての自身の理想とする生活や目標の実現にどのような影響を与えているか [単一回答形式]

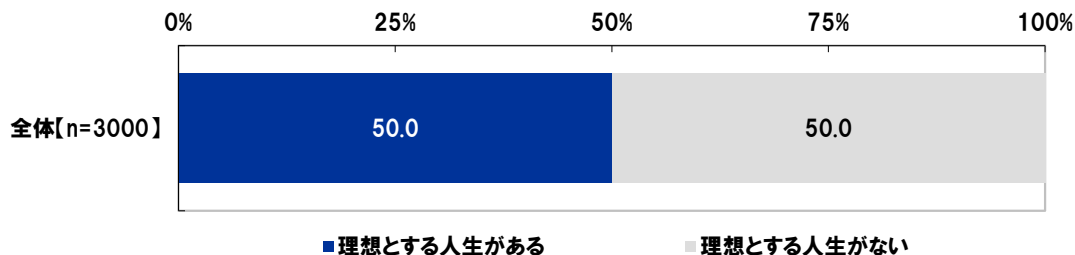


理想とする人生の設定・実現のためのアクションについて

- 「理想とする人生がある」50.0%
- 理想の人生の実現について相談している人
1位「パートナー・配偶者」、2位「友人・知人」、3位「同業者のつながり・コミュニティ」
- 理想の人生の実現に必要なと思うこと
1位「健康管理」、2位「貯蓄・資産形成」、3位「目標の設定」
- 理想の人生の実現のためにライフプランを作成している人の55.4%が「ライフプランの見直し・メンテナンスを行っている」と回答

全回答者(3,000名)に、理想とする人生があるか聞いたところ、「理想とする人生がある」は50.0%、「理想とする人生がない」は50.0%と、両者が拮抗する結果となりました。

◆理想とする人生(〇〇を大事にしている人生、〇〇を実現する人生など)があるか [単一回答形式]



理想とする人生がある人(1,500名)に、自身の“理想とする人生”とはどのような人生かを聞いたところ、1位「自由・自分らしさ・やりたいこと」(287名)、2位「家族・家庭」(242名)、3位「人とのつながり・人間関係」(112名)、4位「平穏・ゆとり・悠々自適」(104名)、5位「健康・命」(99名)となりました。

◆自身の“理想とする人生”とはどのような人生か
(〇〇を大事にしている人生、〇〇を実現する人生など)
[自由回答形式] ※上位10位までを表示
対象:理想とする人生がある人

	全体[n=1500]	名
1位	自由・自分らしさ・やりたいこと	287
2位	家族・家庭	242
3位	人とのつながり・人間関係	112
4位	平穏・ゆとり・悠々自適	104
5位	健康・命	99
6位	趣味・楽しみ	98
7位	お金・豊かさ	88
8位	仕事の充実・成功	62
9位	夢・目標・成長	56
10位	時間	54

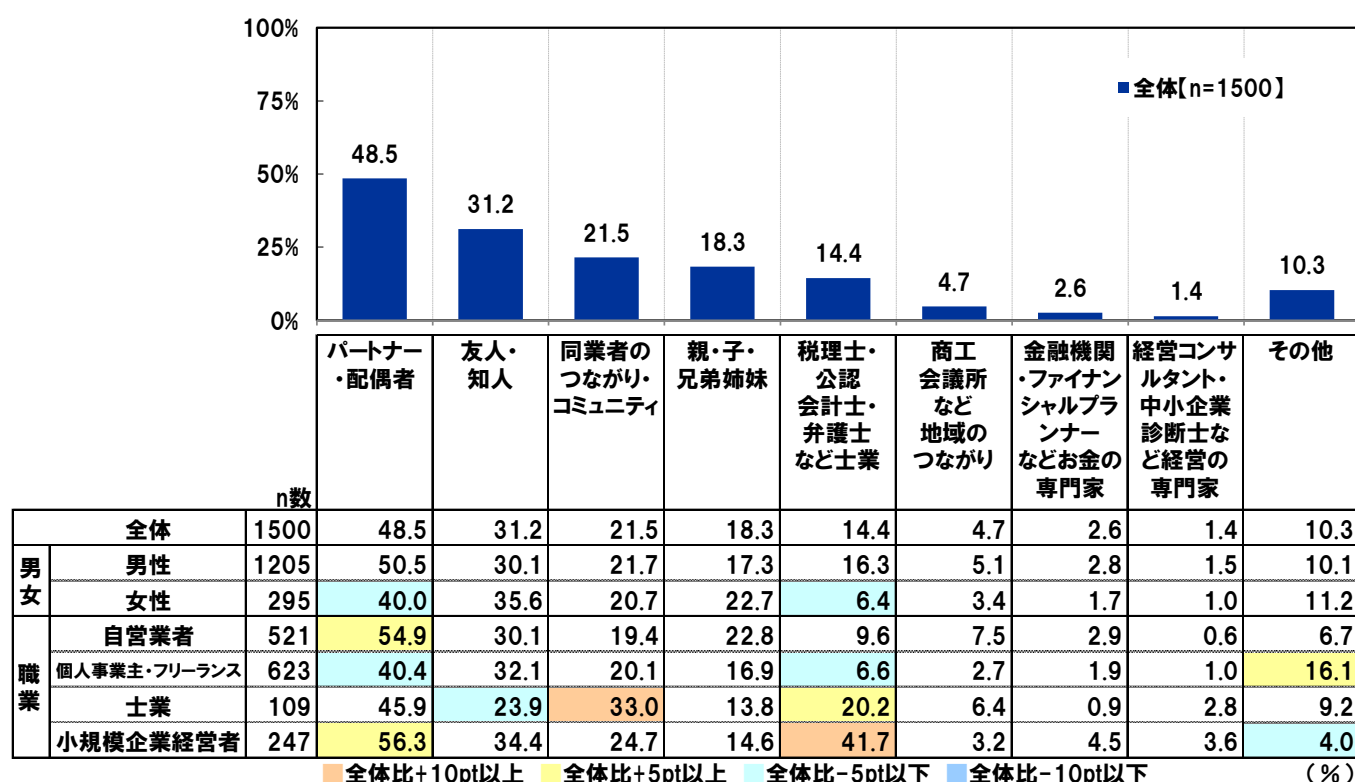


理想の人生の実現について相談している人を聞いたところ、「パートナー・配偶者」(48.5%)が最も高くなり、「友人・知人」(31.2%)、「同業者のつながり・コミュニティ」(21.5%)、「親・子・兄弟姉妹」(18.3%)、「税理士・公認会計士・弁護士など士業」(14.4%)が続きました。

男女別にみると、「パートナー・配偶者」(男性 50.5%、女性 40.0%)は女性と比べて男性のほうが 10 ポイント以上高くなりました。

職業別にみると、小規模企業経営者では「税理士・公認会計士・弁護士など士業」(41.7%)、士業では「同業者のつながり・コミュニティ」(33.0%)が全体と比べて 10 ポイント以上高くなりました。

◆理想の人生の実現について相談している人【複数回答形式】 対象:理想とする人生がある人



理想の人生の実現に必要なと思うことを聞いたところ、「健康管理」(52.1%)が最も高くなり、「貯蓄・資産形成」(45.4%)、「目標の設定」(40.7%)、「人脈づくり」(25.9%)、「理想とする人生に関する情報収集」(24.4%)が続きました。

年代別にみると、20代・30代では「目標の設定」(43.6%)が1位、40代以上では「健康管理」(40代 49.6%、50代 46.5%、60代 57.8%、70代 71.3%)が1位でした。

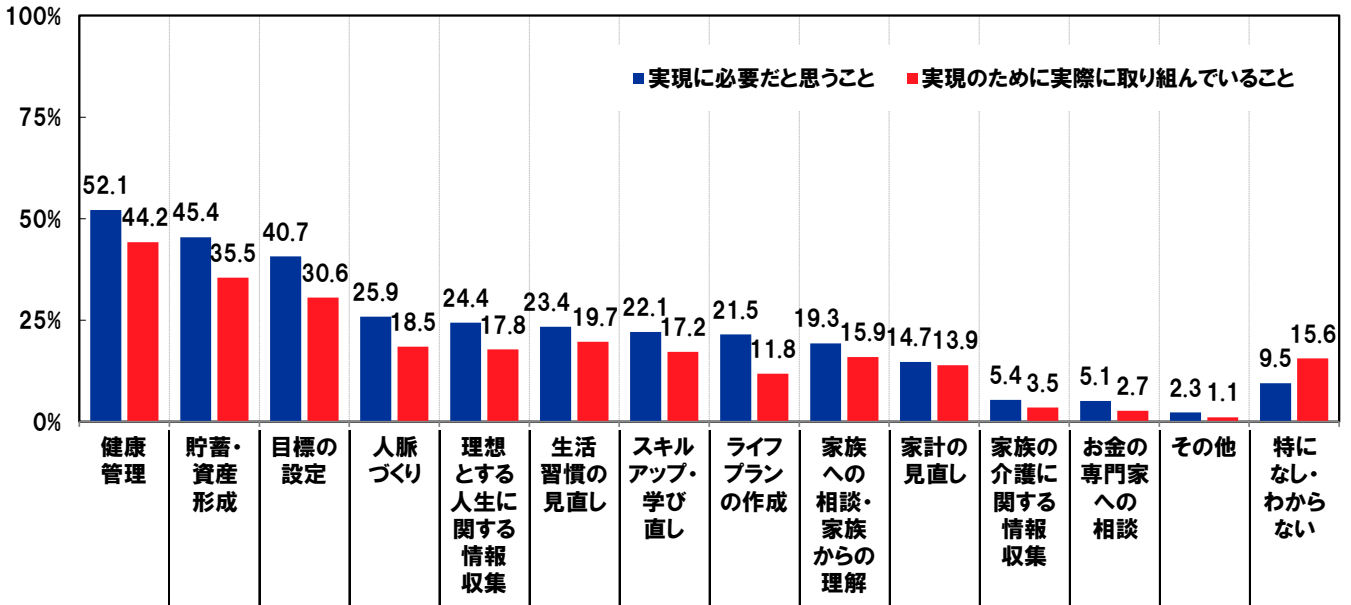
理想の人生の実現のために実際に取り組んでいることを聞いた中でも上位3つは「健康管理」(44.2%)、「貯蓄・資産形成」(35.5%)、「目標の設定」(30.6%)が並びました。

【実現に必要なと思うこと】と【実現のために実際に取り組んでいること】を比較すると、「貯蓄・資産形成」(順に 45.4%、35.5%)や「目標の設定」(40.7%、30.6%)、「ライフプランの作成」(21.5%、11.8%)は約 10 ポイントの差が開きました。必要性を感じながらも実際にはなかなか取り組むことができていないことがうかがえました。



◆理想の人生の実現に必要なだと思うこと／理想の人生の実現のために取り組んでいること [各複数回答形式]

対象:理想とする人生がある人[n=1500]



◆理想の人生の実現に必要なと思うこと [複数回答形式] ※上位5位までを表示

対象:理想とする人生がある人

20代・30代[n=78]			40代[n=230]		
順位	項目	%	順位	項目	%
1位	目標の設定	43.6	1位	健康管理	49.6
2位	貯蓄・資産形成	37.2	2位	貯蓄・資産形成	47.8
3位	健康管理	24.4	3位	目標の設定	45.7
	スキルアップ・学び直し	24.4	4位	人脈づくり	29.6
5位	人脈づくり	23.1	5位	ライフプランの作成	28.7
	理想とする人生に関する情報収集	23.1			

50代[n=540]		
順位	項目	%
1位	健康管理	46.5
2位	貯蓄・資産形成	43.9
3位	目標の設定	42.4
4位	人脈づくり	25.6
	理想とする人生に関する情報収集	25.6

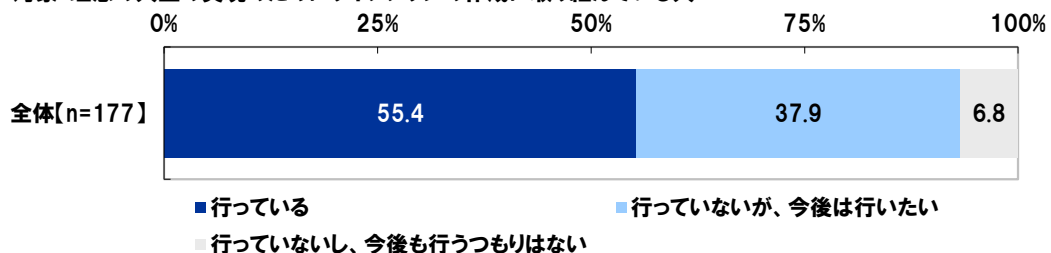
60代[n=502]		
順位	項目	%
1位	健康管理	57.8
2位	貯蓄・資産形成	45.6
3位	目標の設定	35.5
4位	人脈づくり	26.3
5位	理想とする人生に関する情報収集	22.9
	生活習慣の見直し	22.9

70代[n=150]		
順位	項目	%
1位	健康管理	71.3
2位	貯蓄・資産形成	50.7
3位	目標の設定	43.3
4位	家族への相談・家族からの理解	32.0
5位	ライフプランの作成	29.3

理想の人生の実現のためにライフプランの作成に取り組んでいる人(177名)に、ライフプランの見直し・メンテナンスを行っているか聞いたところ、「行っている」は55.4%、「行っていないが、今後は行いたい」は37.9%でした。大多数の人がライフプランの見直し・メンテナンスを実践することに前向きであることが分かりました。

◆ライフプランの見直し・メンテナンスを行っているか [単一回答形式]

対象:理想の人生の実現のためにライフプランの作成に取り組んでいる人





尊敬している実業家・経営者、相談相手になってほしい有名人

- 尊敬している実業家・経営者 1位「松下幸之助さん」、2位「孫正義さん」、3位「本田宗一郎さん」
- 仕事の相談相手になってほしい有名人
1位「孫正義さん」、2位「所ジョージさん」、3位「堀江貴文さん」「マツコ・デラックスさん」

全回答者(3,000名)に、尊敬している実業家・経営者を聞いたところ、1位「松下幸之助さん」(122名)、2位「孫正義さん」(68名)、3位「本田宗一郎さん」(58名)、4位「稲盛和夫さん」(36名)、5位「堀江貴文さん」(24名)となりました。

また、仕事の相談相手になってほしい有名人を聞いたところ、1位「孫正義さん」(27名)、2位「所ジョージさん」(24名)、3位「堀江貴文さん」「マツコ・デラックスさん」(いずれも15名)、5位「池上彰さん」「タモリさん」「西村博之(ひろゆき)さん」(いずれも12名)となりました。

◆尊敬している実業家・経営者

[自由回答形式] ※上位10位までを表示

	全体[n=3000]	名
1位	松下幸之助	122
2位	孫正義	68
3位	本田宗一郎	58
4位	稲盛和夫	36
5位	堀江貴文	24
6位	渋沢栄一	21
7位	スティーブ・ジョブズ	16
8位	豊田章男	11
9位	ウォーレン・バフェット	9
	柳井正	9

◆仕事の相談相手になってほしい有名人

[自由回答形式] ※上位10位までを表示

	全体[n=3000]	名
1位	孫正義	27
2位	所ジョージ	24
3位	堀江貴文	15
	マツコ・デラックス	15
5位	池上彰	12
	タモリ	12
	西村博之(ひろゆき)	12
8位	大谷翔平	10
	ビートたけし	10
10位	ヒロミ	9

【調査概要】

- ◆ 調査タイトル:「自営業者、個人事業主・フリーランス等のライフマネジメント®に関する調査 2024」
- ◆ 調査対象:
20歳~79歳の男・女で「自営業者」「個人事業主・フリーランス」「士業」「小規模企業経営者」
(いずれも自身を含めない従業員数が5人以下)と回答した人
- ◆ 調査期間:2024年8月6日~8月7日
- ◆ 調査方法:インターネット調査
- ◆ 調査地域:全国
- ◆ 有効回答数:3,000サンプル(有効回答から抽出)