

## 夜のお出かけをしているシニア女性は約7割！ 夜遊びエンジョイ派がいる一方、「夕食準備問題」の根深さも... シニア女性の「夜の外出」に関する意識調査（株）ハルメク 生きかた上手研究所調べ）

シニア女性誌部数 No.1\*の「ハルメク」を発行する株式会社ハルメク（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：宮澤孝夫）は、シニア女性を対象とした「夜のお出かけ」についてのアンケート調査の結果を発表いたします。

今どきのシニア女性は夜の外出も楽しんでおり、7割が直近3か月で夜の外出経験があると回答しています。しかし、不安なことやホッペの不満もまだまだいっぱい。そんなシニア女性の夜の外出に関する実態と意識が浮き彫りになりました。以下が調査結果となります。ぜひ本調査結果をご活用ください。

### 【 調査サマリ 】

#### 1. シニア女性の夜の外出と帰宅時間の実態と意識

⇒ 約7割が直近3か月で夜の外出経験あり。

「事前に決まっていた予定なら、午後10時までに帰宅すればOK」という人が過半数

#### 2. 一緒に夜の外出をする相手

⇒ 50代は「夫・パートナー」と、60代は「女友達」と

65歳を過ぎると「夫・パートナー」との割合は急減、「女友達」とへのシフトが加速

#### 3. 誰と、何をするのか

⇒ 趣味は「ひとり」、夫と一緒にだとトクになりやすいことは「夫・パートナー」と

#### 4. 夜の外出に潜む不安や不満

⇒ 体の衰えによる不安、安全や防犯に関する不安

不満は、家族（夫）の夕食準備問題、帰宅の足の確保など

### 【 調査概要 】

- タイトル： 夜のお出かけについてのアンケート
- 調査方法： インターネット調査
- 調査期間： 2017年7月18日～8月7日
- 回答者： ハルトモ（シニア女性で構成される弊社モニター会員）257名

\*本リリース内容の転載にあたりましては、出典として「ハルメク調べ」と明記していただけますようお願い申し上げます。

<このリリースに関するお問い合わせ先>  
株式会社ハルメク 広報担当 今成

【 TEL 】 03-3261-1321 【 FAX 】 03-3261-1377 【 E-mail 】 [k-imanari@halmek.co.jp](mailto:k-imanari@halmek.co.jp)

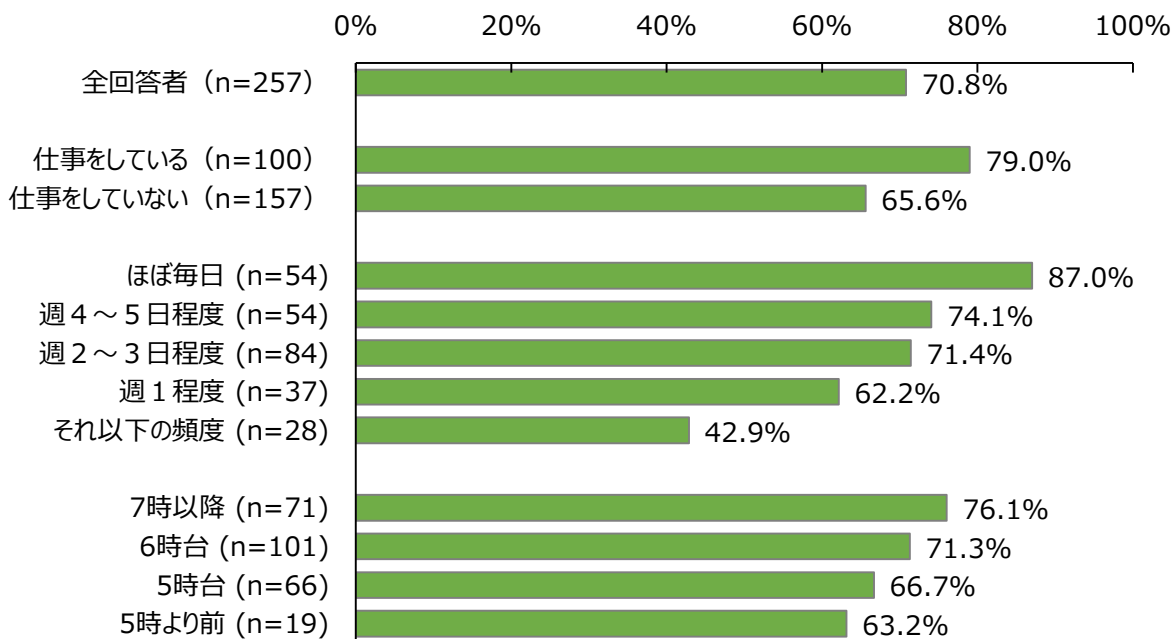
【 所在地 】 〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 2-2 共同ビル神保町 6階

【 公式サイト 】 [www.halmek.co.jp](http://www.halmek.co.jp)

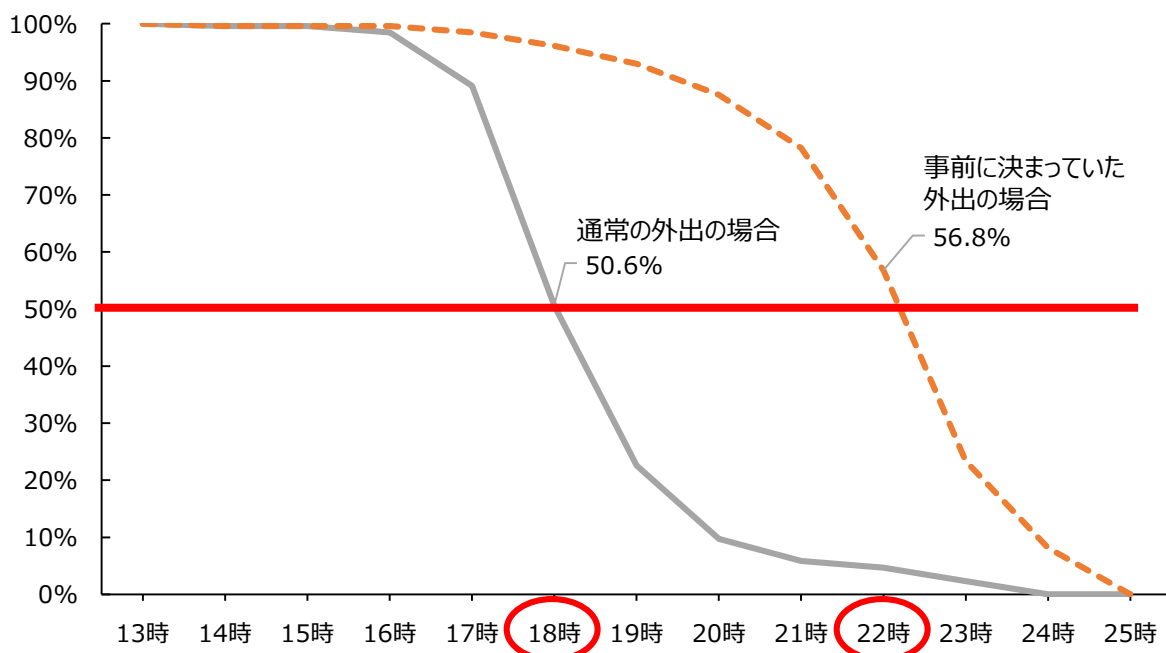
1. 約 7 割のシニア女性が直近 3 か月で夜の外出を経験。通常の外出と事前に決まっていた外出とでは、帰宅時間に対する意識が異なる

- ✓ 特に、普段の外出頻度が高い人、フルタイム・パート・アルバイト問わず仕事をしている人ほど、夜の外出を経験している割合は高くなります。
- ✓ 「(外出した際) 何時までには家に帰ろうと意識しますか?」という問いに対しては、通常の外出では「午後 6 時まで」に、事前に決まっていた外出(冠婚葬祭、お食事会、飲み会、観劇など)では「午後 10 時まで」に、過半数でした。

**直近3か月以内に、17時以降外出した経験がある人 (n=257)**



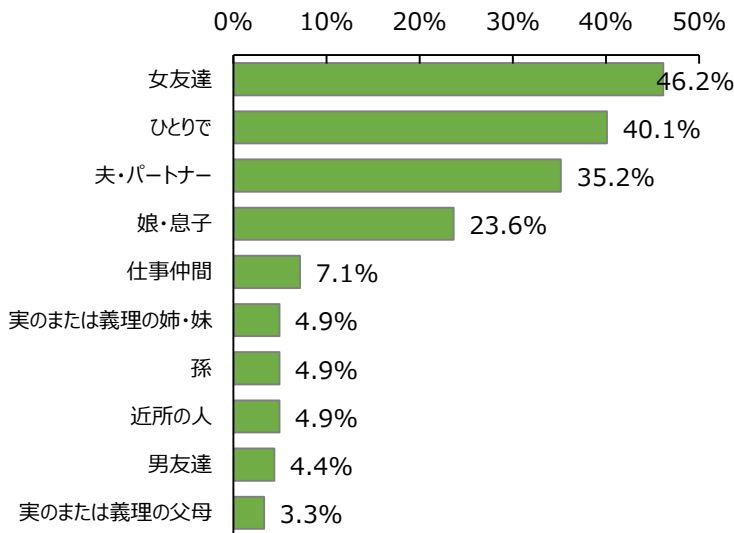
**何時までに家に帰ろうと意識しているか (n=257)**



## 2. 一緒に夜の外出をする相手は「女友達」が1位。60歳を過ぎると夫との外出が減り、70歳を過ぎると「ひとりで」

- ✓ 直近3か月以内で夜に外出した経験がある182人を対象に一緒に出かけた相手を聞いたところ、1位は「女友達（46.2%）」、次に「ひとりで（40.1%）」、「夫・パートナー（35.2%）」の順となりました。
- ✓ 年齢別で見ると、59歳以下は「夫・パートナー」が51.1%でトップ。しかし60歳を過ぎると夫との外出が減り、70歳以上では「ひとりで」が45.7%でトップとなりました。この値は他の年代と比べても高く、“ひとりを上手に楽しむシニア女性”の姿が見えてきます。

### 誰と外出したか（n=182、最大3票）TOP10

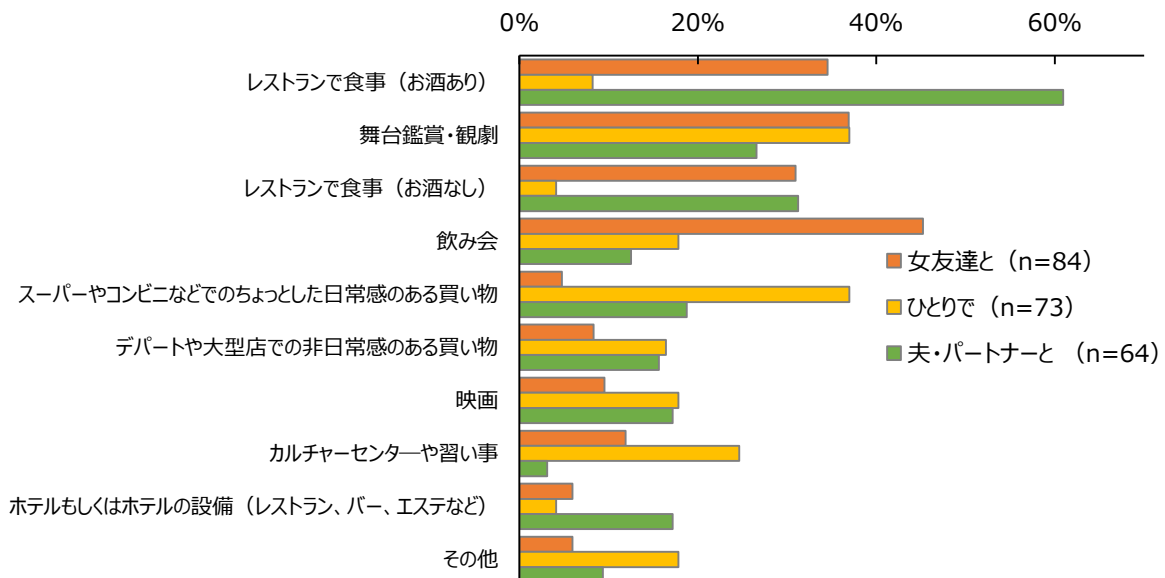


59歳以下 (n=47)	夫・パートナー	51.1%
	ひとりで	40.4%
	女友達	36.2%
60～64歳 (n=48)	女友達	50.0%
	夫・パートナー	37.5%
	ひとりで	33.3%
65～69歳 (n=52)	女友達	53.8%
	ひとりで	42.3%
	夫・パートナー	25.0%
70歳以上 (n=35)	ひとりで	45.7%
	女友達	42.9%
	夫・パートナー	25.7%

## 3. 女友達とは「飲み会」「観劇」、夫・パートナーとは「レストランで食事」ひとりで趣味・嗜好度が高い外出が多い傾向に

- ✓ 出かけた相手と何をしたか聞いたところ、女友達とは「飲み会」や「観劇」に出かけることが多いことがわかりました。また、「観劇」「カルチャーセンターや習い事」など趣味・嗜好度が高いことはひとりで楽しむ傾向があります。
- ✓ 夫・パートナーとは、「レストランで食事（お酒あり）」が最も多いですが、他に夫婦50割引がある「映画」、行き帰りの足や荷物持ちをしてもらえる「デパートや大型店で非日常感のある買い物」など“夫がいたほうがトクになりやすいこと”も多く、夫婦仲がよくちゃっかりしている姿も見えてきます。

### 誰と何をしたか（n=182）TOP10



#### 4. 夜の外出を楽しむシニア女性は多いが、色々な心配・不満ごとのホンネも

- ✓ 眼や足元など、自分の体の衰えからくる不安、防犯・安全の面、帰りの足（タクシー、電車など）問題、そして、夜外出している間の、夫や家族のご飯を作っておくという夕食準備問題など。また「健康的でない」、「主婦は家を守るもの」という保守的な意見もまだまだあります。
- ✓ シニア女性の夜の活動の活性化には、
  - ① 防犯や交通の安全の確保      ② 安心して帰宅できる足の確保
  - ③ 家族（夫）と一緒に行動      ④ 家に残された家族・夫への夕食準備問題の解決
 という点がポイントになるのかも知れません。

楽しんでいる派 54.1%	<b>夜のお出かけを肯定的に楽しんでいる</b>	<b>21.0%</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・駅近くに引っ越し、帰る時間を気にしなくていいので気が楽。夫の理解があるので午前様でも大丈夫なのが嬉しい。（50代後半）</li> <li>・昔から出かけるのは自由。旦那も自分で食事をしていまず友達と出かける時や飲んで来るときも食事を用意したりはしません。お互いに干渉しないでやっています。（60代後半）</li> <li>・気の合った友人と時々思い切りおしゃべりをするのは、明日の糧に必要。お酒は強くないが雰囲気は好きなので、誘われれば積極的にでかけます。（60代後半）</li> </ul>
	<b>楽しいが、心配ごとや不満がある</b>	<b>27.2%</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・足元に気をつけて転ばないようにする、自転車・車に気をつける（多数）</li> <li>・帰りの足、タクシー、電車が気になってしまう（多数）</li> <li>・気分が上がるが犯罪に巻き込まれないよう気をつける（50代後半）</li> <li>・男性は遅くても何の違和感もないが、女性は、仕事の付き合いであっても夕食の準備など朝から考えて外出せねばならず、長年不公平感を感じている。（60代前半）</li> <li>・主人は 口ではいいよ というけれど、実際自分が帰宅したとき誰もいないのはいやと言う。（60代前半）</li> </ul>
	<b>条件付なら（家族とだけ、夫とだけなど）</b>	<b>5.8%</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家族だと思いきり楽しめる。なので、夜の外出は家族と、と決めている。（60代前半）</li> <li>・家族と一緒に外出では同じ家に帰るので気が楽です。（60代前半）</li> <li>・夫と一緒に外出は、夜遅くても安心感があります。（60代前半）</li> </ul>
	<b>楽しいかはさておき用があれば出かける</b>	<b>7.4%</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・暗くなってからの、一人での外出は不安だし危険も伴うのでよほどの急用でない限り、したいと思わない。（70歳以上）</li> <li>・夜は魔物が棲む時間帯なのでなるべくひとりでは行動せず用が済んだら早く帰宅する。（60代後半）</li> </ul>
	<b>夜のお出かけに消極的</b>	<b>32.3%</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康的ではないような気がする。運転しにくく危険度が高い。（70歳以上）</li> <li>・主婦として家を守る気持ちがあるので、夜は家にいたい。家族の夕食が気になる。明日、乗り切ることができるよう、体力温存の気持ちが強いので。（60代後半）</li> <li>・夜の外出は億劫。昼間たっぷり時間があるので、昼間だけで充分。（60代後半）</li> </ul>
消極派 39.7%			