

単身世帯の増加と今後

CONTENTS

- 1 | はじめに
- 2 | 増加する単身世帯
 - (1) 全国の一般世帯の4割弱が「一人暮らし」
 - (2) 単身世帯は高齢化傾向
 - (3) 存在感を増す「高齢単身世帯」
- 3 | 単身世帯の将来推計を見る
 - (1) 単身世帯割合は上昇が続く
 - (2) 男性の高齢単身世帯が増加、女性は一人暮らしの過半数が高齢者に
 - (3) 2050年は一般世帯の5分の1が高齢単身世帯に
 - (4) 「未婚の高齢単身世帯」の増加
- 4 | おわりに
 - ～高齢単身世帯の増加に対応した制度・サービスの充実が急務～

1 はじめに

日本では、人口が減少する一方で世帯数は増加しており、中でも単身世帯（一人暮らし）が増えている。国立社会保障・人口問題研究所（以下、社人研）の将来推計によると、一人暮らしは今後も増えていく見通しである。

一人暮らしというと未婚の若者のイメージを持つ人もいるだろう。しかし、少子高齢化に伴い、今後は高齢者の単身世帯が急増すると見られている。さらに、一生独身の人が増えていることから、将来頼れる家族がいない、すなわち社会生活において家族内の支え合いを期待できない高齢の一人暮らしが増えることが指摘されている。

本稿では、単身世帯の増加状況や将来推計について、国や社人研のデータを改めて整理する。その上で、特に高齢単身世帯が増加する今後の課題について考える。

2 増加する単身世帯

(1) 全国の一般世帯の4割弱が「一人暮らし」

日本の総人口は、2008年の1億2,808万4,000人（総務省による推計人口）をピークに減少している。総務省が5年ごとに実施している国勢調査では、2010年調査時の総人口は5年前（2005年）との比較でプラスを維持したが、2015年調査で2010年比マイナスに転じた。

一方、全国の世帯数は増加が続いている。寮暮らしの学生や病院入院者、老人ホーム入所者などを除く「一般世帯」の数は、2020年で5,570万5,000世帯となっている。このうち単身世帯は2,115万1,000世帯に上り、1990年（939万世帯）と比べて約2.3倍に増えている（図表1）^{（注1）（注2）}。

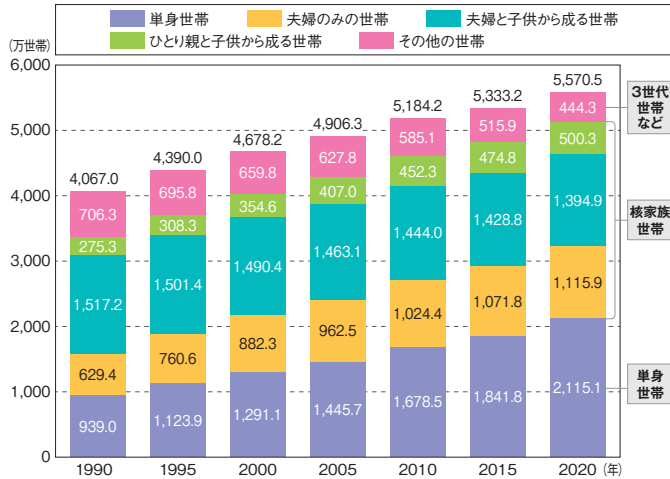
一般世帯に占める単身世帯の割合も年々上昇し、2020年で38.0%とな

っている。1990年（23.1%）と比べて14.9ポイント上昇しており、いまや一般世帯の4割弱が一人暮らしという状況である（図表2）。

一般世帯に占める単身世帯割合には地域差が見られる。2020年の状況を都道府県別に見ると、単身世帯割合が最も高いのは東京都（50.2%）で、都内の一般世帯の半数が一人暮らしであることがわかる。次いで大阪府（41.8%）、京都府（41.2%）、福岡県（40.7%）と続き、北海道（40.5%）も4割を超える（図表3）。

一方、富山県（29.7%）、福井県（29.7%）、岐阜県（29.4%）、奈良県（29.3%）、山形県（28.4%）は単身世帯割合が3割を下回る。このうち山形・富山・福井の3県は3世代世帯を含む「その他の世帯」の割合が比較的高く、岐阜・奈良両県は「夫婦と子供から成る世帯」の割合が比較的高い。

図表1 一般世帯数の家族類型別推移(全国)

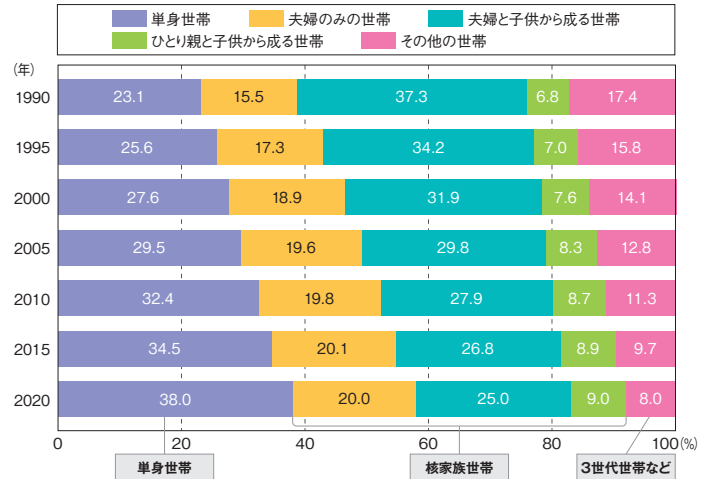


出所:総務省「国勢調査」よりOKB総研にて作成

(※1)1995～2005年の数値は、2010年以降の家族類型の定義に合わせて組み替えて集計したもの。(1990年の数値は旧定義によるもの)。2010年以降のその他の世帯には家族類型「不詳」を含む。

(※2)端数処理の関係で各家族類型の合計は総数と一致しない場合がある。

図表2 一般世帯の家族類型別構成割合の推移(全国)

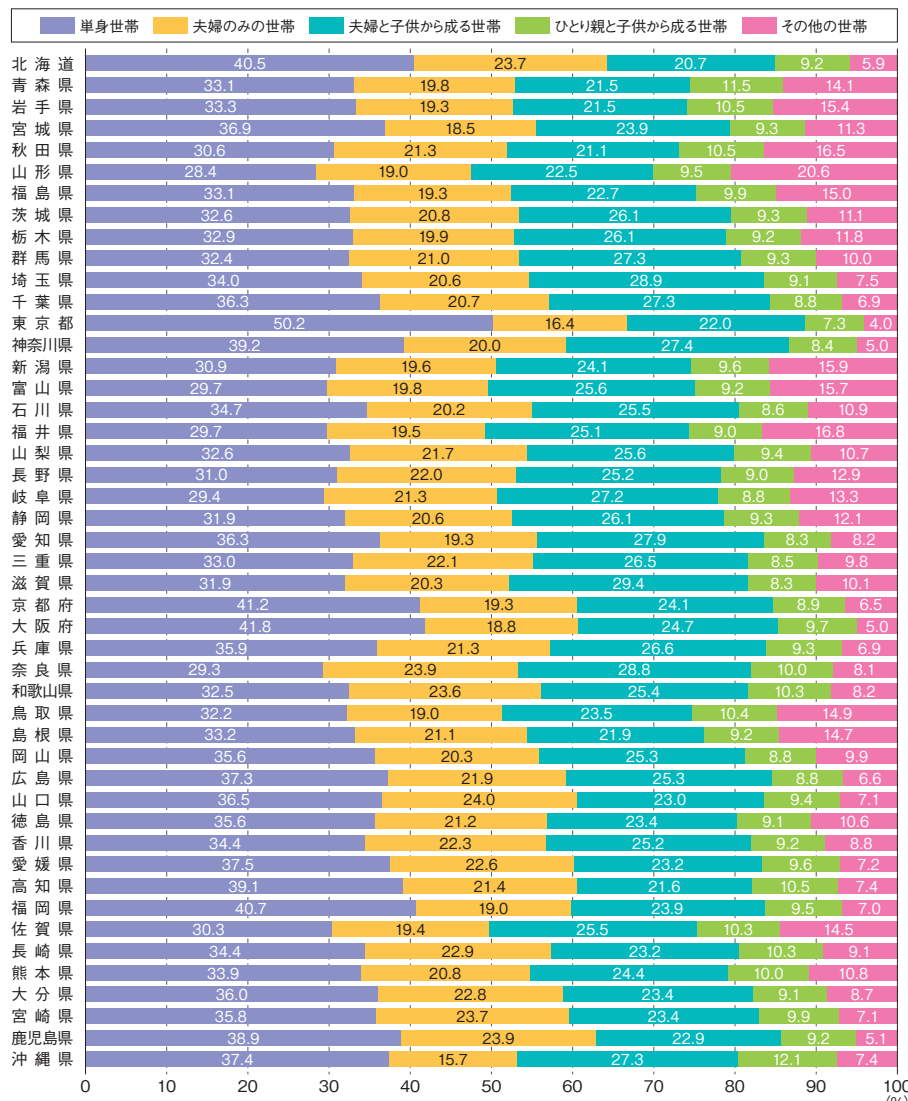


出所:総務省「国勢調査」よりOKB総研にて作成

(※1)1995～2005年の数値は、2010年以降の家族類型の定義に合わせて組み替えて集計した数値より算出(1990年は旧定義の数値より算出)。2010年以降のその他の世帯には家族類型「不詳」を含む。

(※2)端数処理の関係で各家族類型の割合の合計は100%にならない場合がある。

図表3 都道府県別にみた一般世帯の家族類型別構成割合(2020年)



出所:総務省「令和2年国勢調査」よりOKB総研にて作成

(※)その他の世帯には家族類型「不詳」を含む。また、端数処理の関係で合計は100%にならない場合がある。

(2) 単身世帯は高齢化傾向

全国の単身世帯について年齢階級別の構成割合を見ると、2020年時点で男性は25～34歳(19.1%)、女性は75～84歳(19.7%)が最も高い。女性は平均寿命が男性より長く、高齢になってから配偶者と死別して一人暮らしになるケースが多いことから、高齢者の割合が高くなる傾向がある(図表4)。

1990年以降の推移を見ると、65歳以上の割合(65～74歳、75～84歳、85歳以上の割合の合計)が男女とも一貫して上昇しており、2020年時点で男性24.1%、女性48.2%に達している。人口が比較的多い団塊世代(1947～49年生まれ)やその前後の世代が高齢化していく流れと、配偶者との離死別の増加や、核家族化に伴い高齢者と子どもが同居をしない傾向といった単身世帯の増加要因が重なった結果、一人暮らしに占める高齢者の割合が上昇してきたと考えられる。

また、2020年時点で45～54歳の割合が男女とも10年前（2010年）より上昇していることも注視すべきである。ここには団塊世代に次ぐ人口のボリュームゾーンである団塊ジュニア世代（1971～74年生まれ）が含まれる。今後は団塊ジュニア世代の高齢化により、一人暮らしに占める高齢者の割合は上昇基調が続くことが示唆されている。

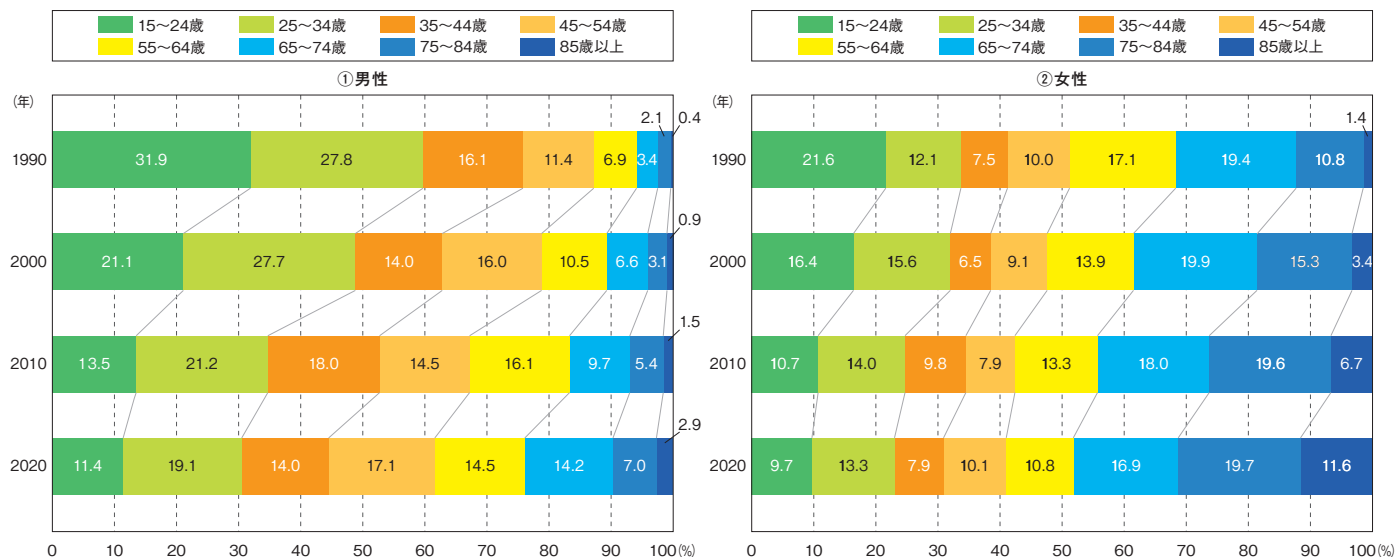
(3) 存在感を増す「高齢単身世帯」

単身世帯の高齢化傾向により、65歳以上の単身世帯、すなわち「高齢単身世帯」の存在感は年々増している。全国の「65歳以上世帯員がいる一般世帯」の数は、2020年で2,265万5,000世帯に上り、このうち単身世帯（高齢単身世帯）は671万7,000世帯

（29.6%）となっている。一般世帯の総数に占める高齢単身世帯の割合は12.1%で、全国の一般世帯の約8分の1が高齢の一人暮らしという状況である（図表5）。

高齢単身世帯数を都道府県別に見ると、東京都（81万1,000世帯）が最も多い。次いで大阪府（56万7,000世帯）、神奈川県（46万世帯）と続く（図表6①）。

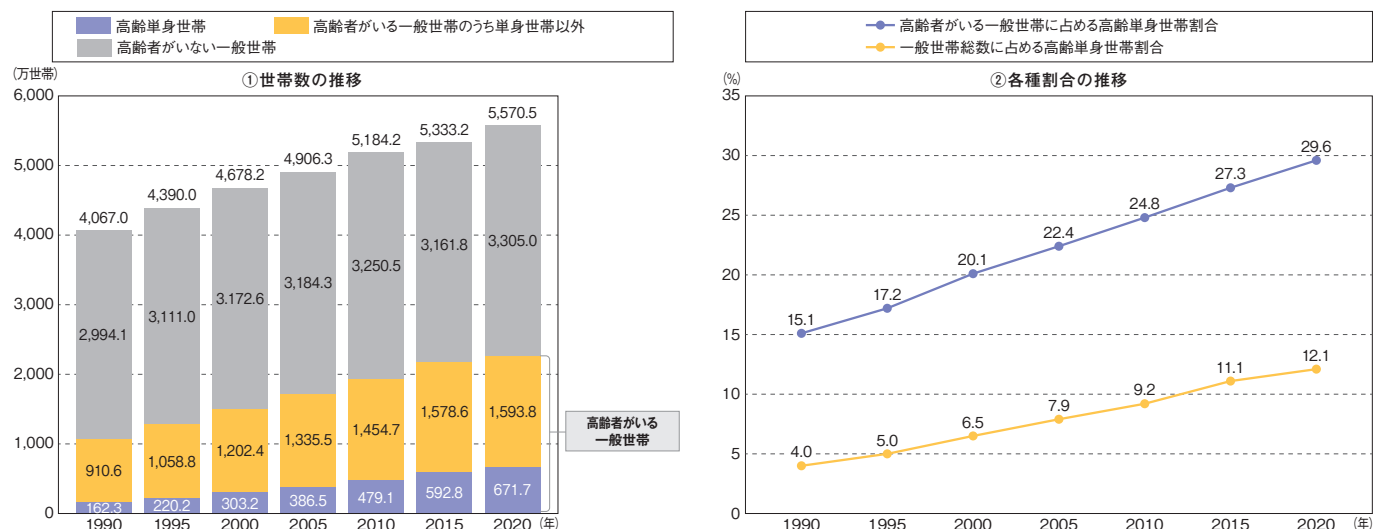
図表4 単身世帯の男女別、年齢階級別構成割合の推移（全国）



出所：総務省「国勢調査」よりOKB総研にて作成

（※1）2010、2020年は年齢不詳を除いて算出。15～24歳には15歳未満を含む。（※2）端数処理の関係で各年齢階級の割合の合計は100%にならない場合がある。

図表5 高齢者の有無別に見た一般世帯数・各種割合の推移（全国）



出所：総務省「国勢調査」よりOKB総研にて作成

（※1）1995～2005年の数値は、2010年以降の家族類型の定義に合わせて組み替えて集計したもの（1990年の数値は旧定義によるもの）。2010年以降の高齢者がいない世帯には、世帯員が全員年齢「不詳」を含む。

（※2）端数処理の関係で各家族類型の合計は総数と一致しない場合がある。

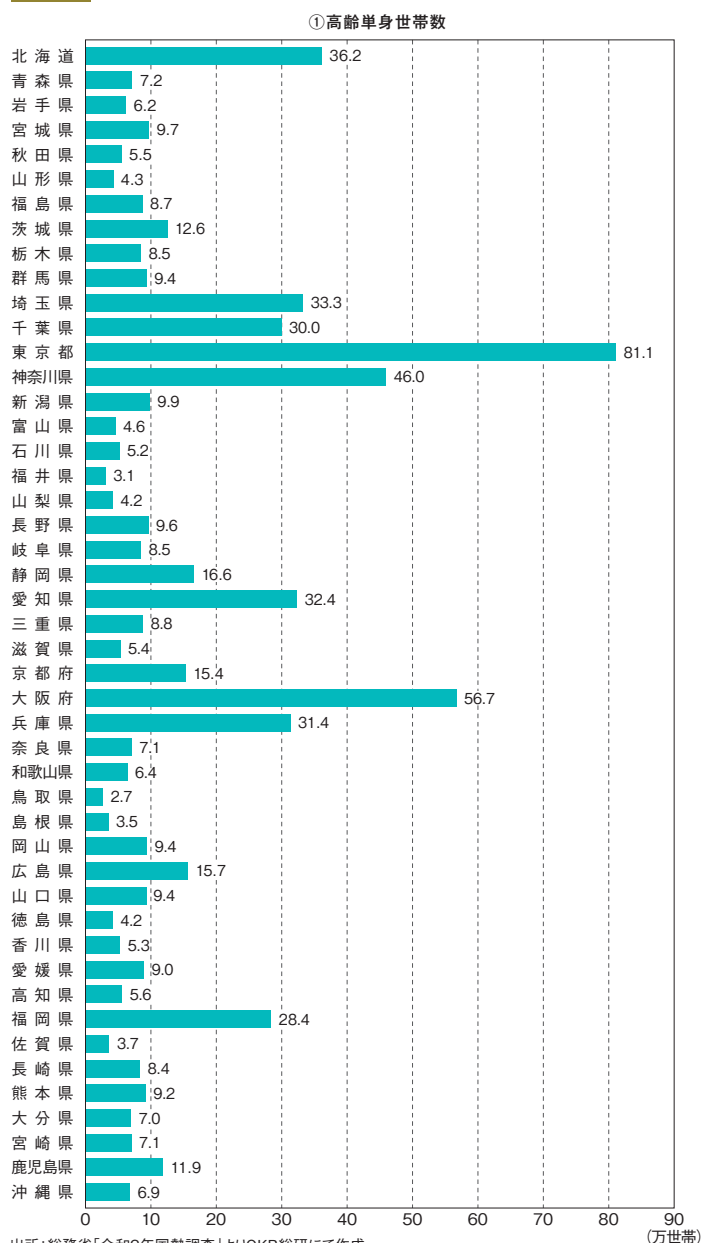
高齢者がいる一般世帯に占める高齢単身世帯割合は、東京都(38.1%)が最も高く、北海道・関東・関西・九州などの17都道府県が全国値を上回る。一方、一般世帯総数に占める高齢単身世帯割合は、高知県(17.8%)が最も高く、北海道・東北や関西以西などの24道府県が全国値を上回る(図表6②)。

図表6②の状況を散布図にしたの

が図表7である。まず、高齢者がいる世帯に占める高齢単身世帯割合が高い(散布図上でより右方に位置する)都道府県は、地域内で「高齢者の一人暮らし化」が進んでいることに留意すべきである。都市部に限らず、地方部でも割合が高い県が見られることから、例えば高齢者の孤独や孤立といった問題は都会・田舎を問わず潜在していると考えるべきだろう。

さらに、一般世帯総数に占める高齢単身世帯割合が高い(散布図上でより上方に位置する)都道府県は、「地域社会や地域経済全体がぜい弱化するリスク」にも留意すべきである。例えば、高齢の一人暮らしが増えることで地域の防災組織などの維持が難しくなったり、地域内の消費活動が減退したりする状況は、各地で見られることである。

図表6 都道府県別に見た高齢単身世帯の状況(2020年)



② 各種割合(太字の数値は全国値を上回るもの)

	高齢者がいる一般世帯に占める高齢単身世帯割合	一般世帯総数に占める高齢単身世帯割合
北海道	34.3%	14.7%
青森県	27.3%	14.1%
岩手県	24.7%	12.7%
宮城県	24.1%	9.9%
秋田県	25.1%	14.5%
山形県	19.8%	11.0%
福島県	24.1%	11.8%
茨城県	23.7%	10.6%
栃木県	24.1%	10.7%
群馬県	26.2%	11.7%
埼玉県	26.8%	10.5%
千葉県	27.5%	10.8%
東京都	38.1%	11.2%
神奈川県	30.7%	10.9%
新潟県	22.3%	11.4%
富山県	22.5%	11.5%
石川県	25.3%	11.1%
福井県	21.7%	10.8%
山梨県	26.6%	12.5%
長野県	23.8%	11.6%
岐阜県	22.8%	10.9%
静岡県	24.3%	11.2%
愛知県	27.0%	10.0%
三重県	26.9%	11.9%
滋賀県	23.2%	9.4%
京都府	32.1%	12.9%
大阪府	36.2%	13.7%
兵庫県	31.2%	13.1%
奈良県	27.1%	13.0%
和歌山県	32.7%	16.4%
鳥取県	24.7%	12.4%
島根県	25.4%	13.2%
岡山県	27.2%	11.8%
広島県	30.6%	12.7%
山口県	32.5%	15.8%
徳島県	28.8%	13.8%
香川県	28.9%	13.1%
愛媛県	32.5%	15.0%
高知県	36.2%	17.8%
福岡県	32.0%	12.3%
佐賀県	24.1%	11.8%
長崎県	30.8%	15.1%
熊本県	27.6%	12.9%
大分県	30.5%	14.3%
宮崎県	32.7%	15.1%
鹿児島県	36.7%	16.4%
沖縄県	32.3%	11.2%

3 単身世帯の将来推計を見る

(1) 単身世帯割合は上昇が続く

ここからは、社人研が2020年の国勢調査結果から推計した2050年までの世帯状況（「日本の世帯数の将来推計」令和6（2024）年推計）から、単身世帯の今後について見ていく。

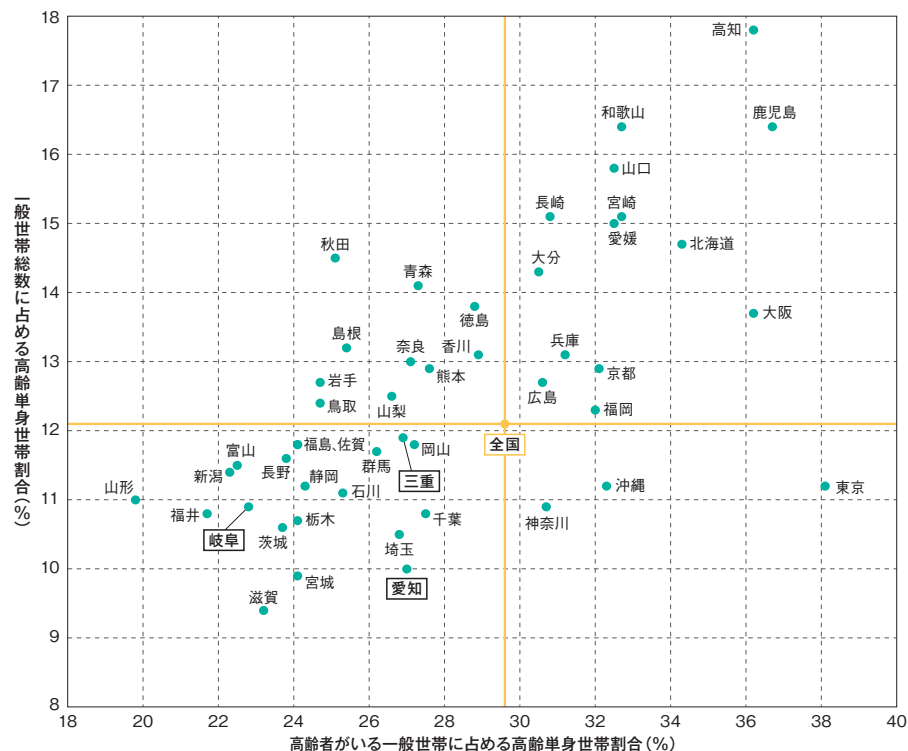
まず、全国の一般世帯数は2030年の5,773万2,000世帯をピークに減少に転じる見通しである。2050年には、2020年実績を下回る5,260万世帯程度になると推計されている（図表8）。

このうち単身世帯数は2035年の2,450万3,000世帯がピークとなる見通しである。ただ、2050年でも約2,330万世帯に上り、2020年実績を上回ると推計されている。

このため単身世帯割合は上昇し続け、2050年に44.3%に達する見通しである。一方、核家族の割合（夫婦のみの世帯、夫婦と子供から成る世帯、ひとり親と子供から成る世帯の割合の合計）は2050年に49.6%まで低下し、一人暮らしと核家族の世帯数が拮抗してくる（図表9）。

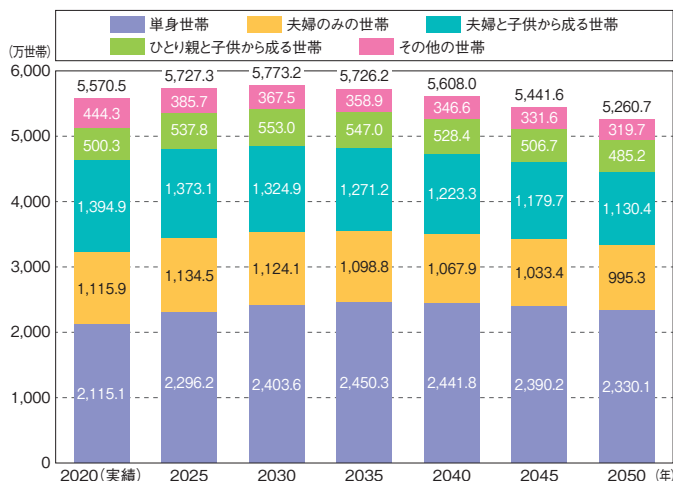
一般世帯総数に占める単身世帯割合は、2020年から2050年にかけて全都道府県で上昇する見通しである。2020年時点で4割以上は5都道府県だったのが、2050年には27都道府県に拡大する。特に奈良、茨城、福島、埼玉など大都市近郊の県で上昇幅が大きい傾向が見られる。東海3県における2020年→2050年の変化は、岐阜県が29.4%→36.2%、愛知県が36.3%→42.0%、三重県が33.0%→39.5%と推計されている（図表10）。

図表7 都道府県別に見た高齢単身世帯の状況（2020年、散布図）



出所：総務省「令和2年国勢調査」よりOKB総研にて作成

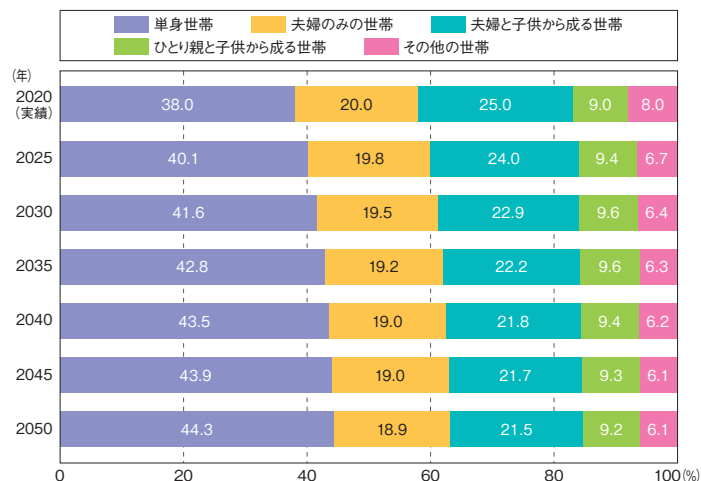
図表8 一般世帯数の家族類型別推計（全国）



出所：総務省「令和2年国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計（全国推計）」（令和6（2024）年推計）よりOKB総研にて作成

(*) 2020年（実績）のその他の世帯には家族類型「不詳」を含む。
また、端数処理の関係で各家族類型の合計は総数と一致しない場合がある。

図表9 一般世帯の家族類型別構成割合の推計（全国）



出所：総務省「令和2年国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計（全国推計）」（令和6（2024）年推計）よりOKB総研にて作成

(*) 2020年（実績）のその他の世帯には家族類型「不詳」を含む。
また、端数処理の関係で各家族類型の割合の合計は100%にならない場合がある。

(2) 男性の高齢単身世帯が増加、女性は一人暮らしの過半数が高齢者に

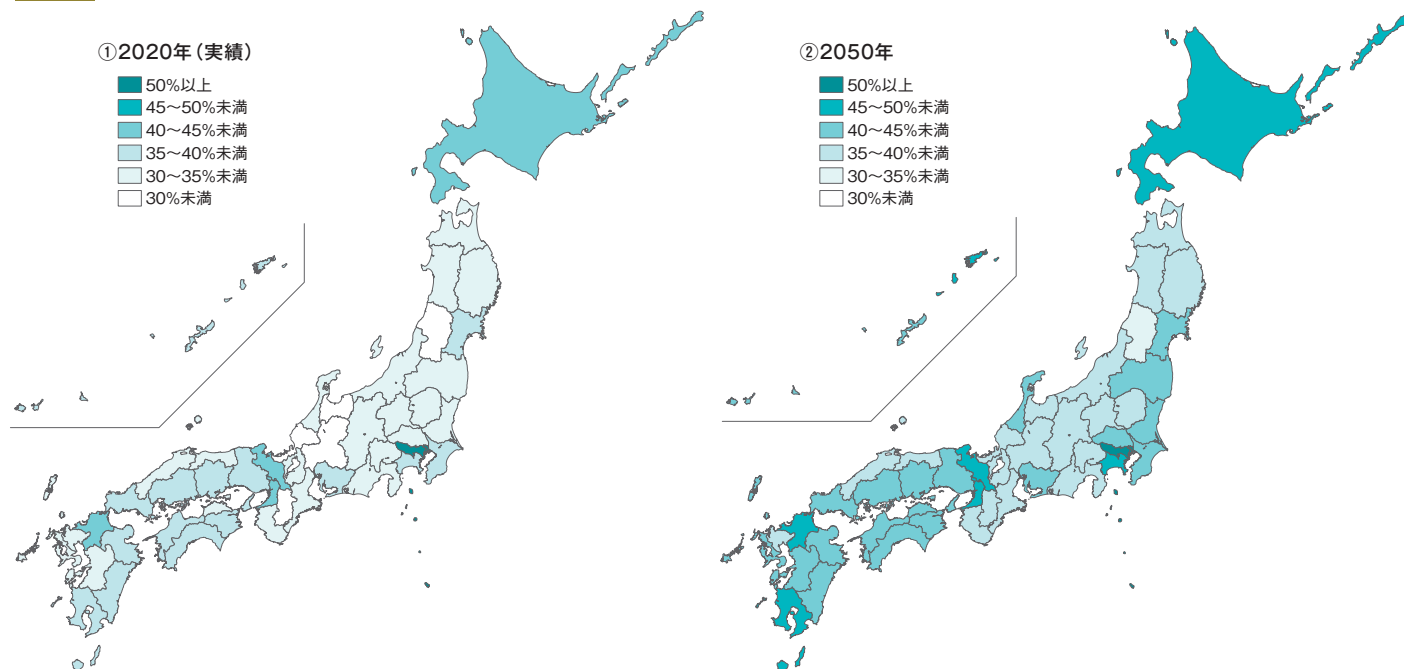
全国の単身世帯の推計を年齢階級別に見ると、男性は65歳以上の割合の伸びが目立ち、2050年に37.9%に達する見通しである。よって今後、男性の高齢単身世帯の増加が見込

まれる。女性は65歳以上の割合が2040年に52.1%、2050年には55.6%となり、一人暮らしの過半数が高齢者となる(図表11)。

ここでは、男女別の単身世帯数について、年齢階級別推計値の人口ピラミッドを作成してみた(図表12)。団塊ジュニア世代の高齢化に伴い、男

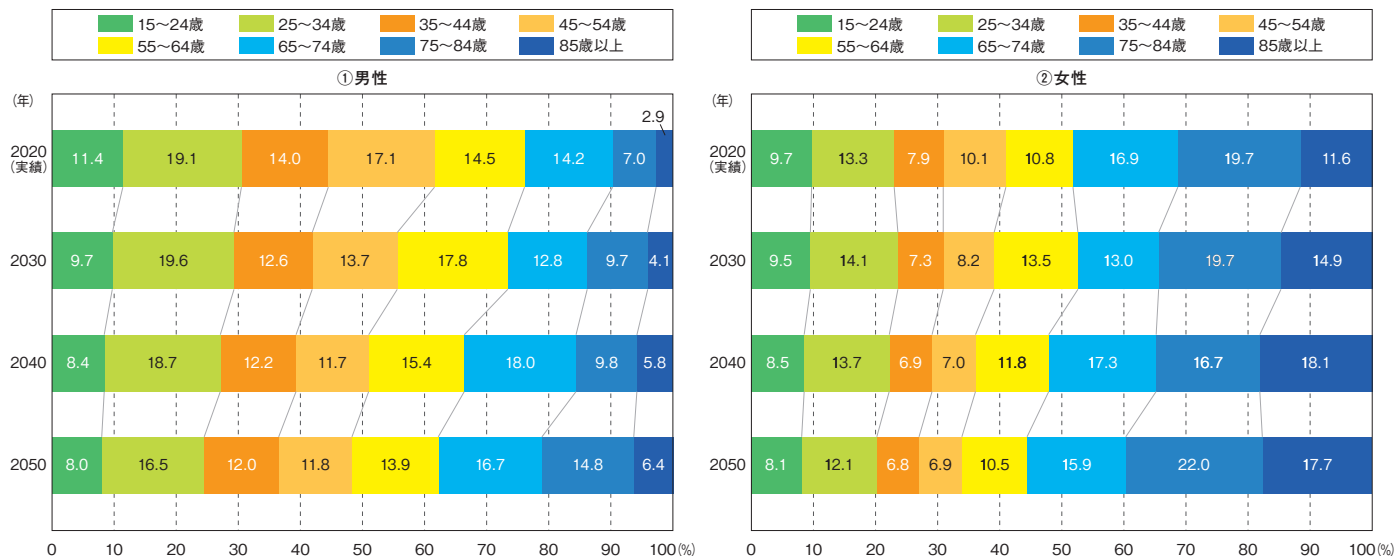
女とも65歳以上が増加していくことが確認できる。2050年になると、男性は25歳から84歳までの各年齢階級で140万世帯以上となる見通しで、一人暮らしが全世代的に広がる。対して女性は高齢の一人暮らしが相対的に多い状況が続くそう。

図表10 一般世帯総数に占める単身世帯割合の変化(都道府県別、2020年と2050年の比較)



出所:総務省「令和2年国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計(都道府県別推計)」(令和6(2024)年推計)よりOKB総研にて作成

図表11 単身世帯の男女別、年齢階級別構成割合の推計(全国)



出所:総務省「令和2年国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計(全国推計)」(令和6(2024)年推計)よりOKB総研にて作成

(*)2020年(実績)は年齢不詳を除いて算出。15~24歳には15歳未満を含む。また、端数処理の関係で各年齢階級の割合の合計は100%にならない場合がある。

(3)2050年は一般世帯の 5分の1が高齢単身世帯に

全国の高齢者がいる一般世帯数は、2045年の約2,431万世帯がピークとなる見通しである^(注3)。ただ、この

うち単身世帯(高齢単身世帯)については大幅に増え、2050年には1,083万9,000世帯と高齢者がいる世帯の45.1%を占めるまでになる。さらに、一般世帯総数に占める高齢単

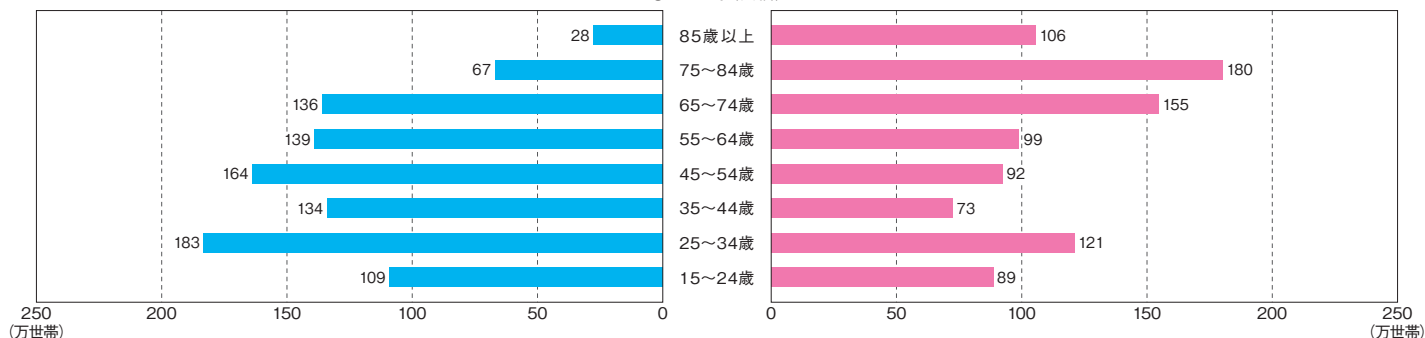
身世帯割合は20.6%にまで上昇し、2050年には一般世帯の5分の1が高齢の一人暮らしという状況になる(図表13)。

高齢者がいる一般世帯に占める

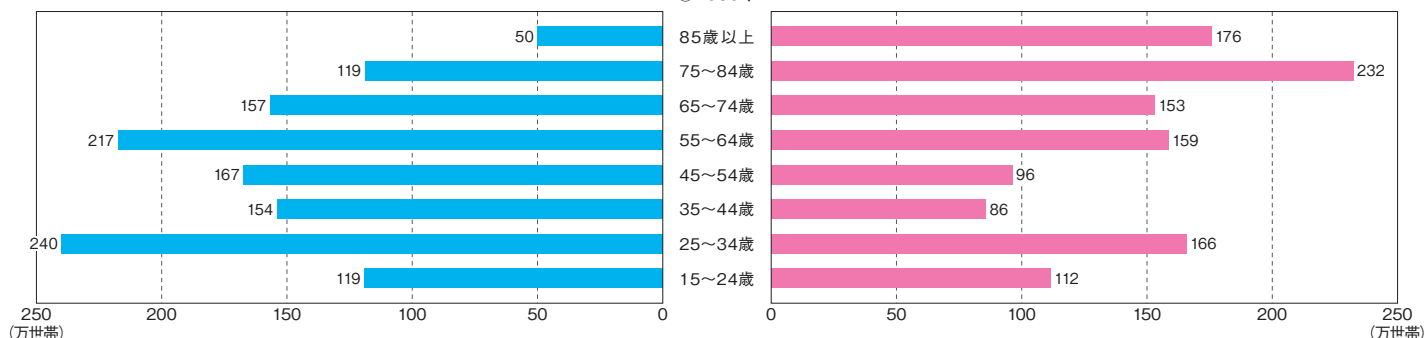
図表12 男女別、年齢階級別の単身世帯数推計(全国)

■ 男性 ■ 女性

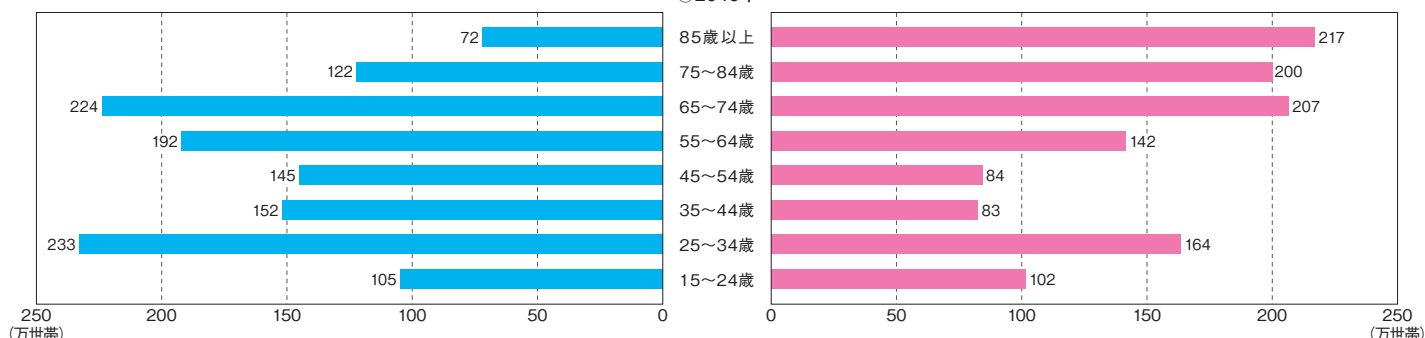
①2020年(実績)



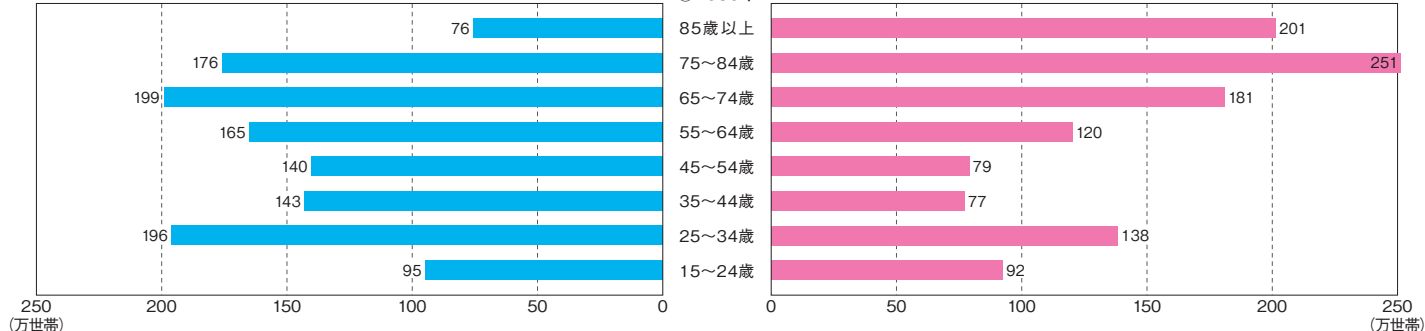
②2030年



③2040年



④2050年



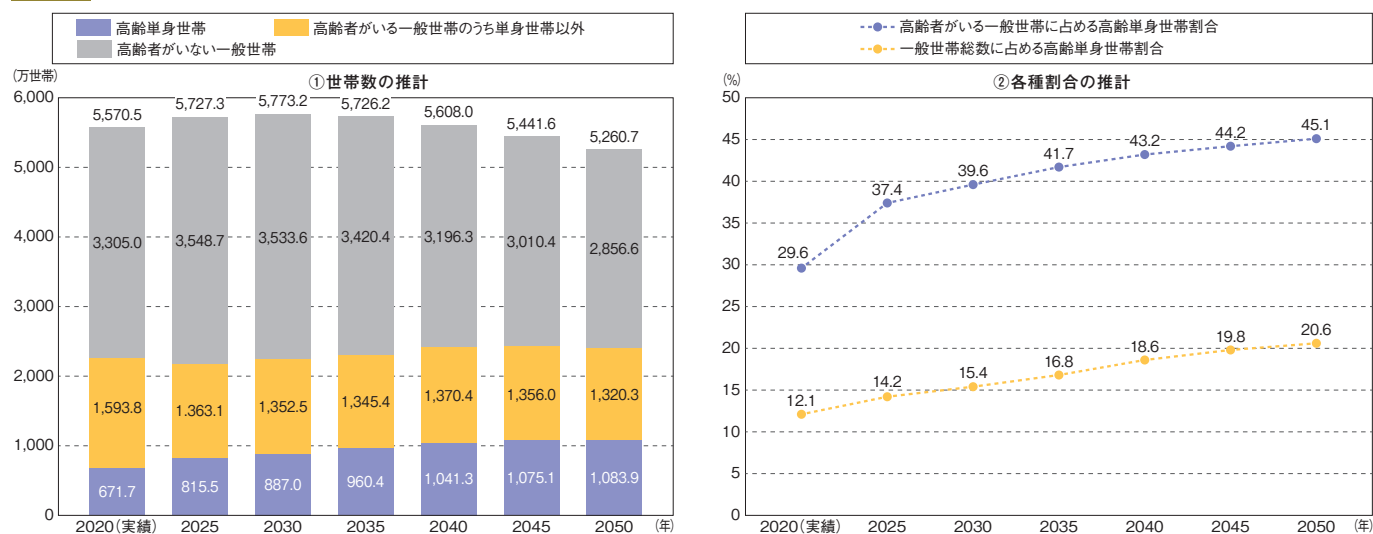
出所:総務省「令和2年国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計(全国推計)」「令和6(2024)年推計」よりOKB総研にて作成
(*)2020年(実績)の15~24歳には15歳未満を含む。

高齢単身世帯割合は、2050年には全都道府県が35%以上となり、東京都(52.5%)と大阪府(50.2%)は5割を超える見通しである。茨城、滋賀、栃木、山梨といった大都市近郊の県や、東北地方の県などは2020年→2050年の上昇幅が大きく、高齢者の

一人暮らし化が急速に進む。東海3県における2020年→2050年の変化は、岐阜県が22.8%→38.6%、愛知県が27.0%→43.5%、三重県が26.9%→41.8%と推計されており、いずれも上昇幅が10ポイントを超える(図表14)。

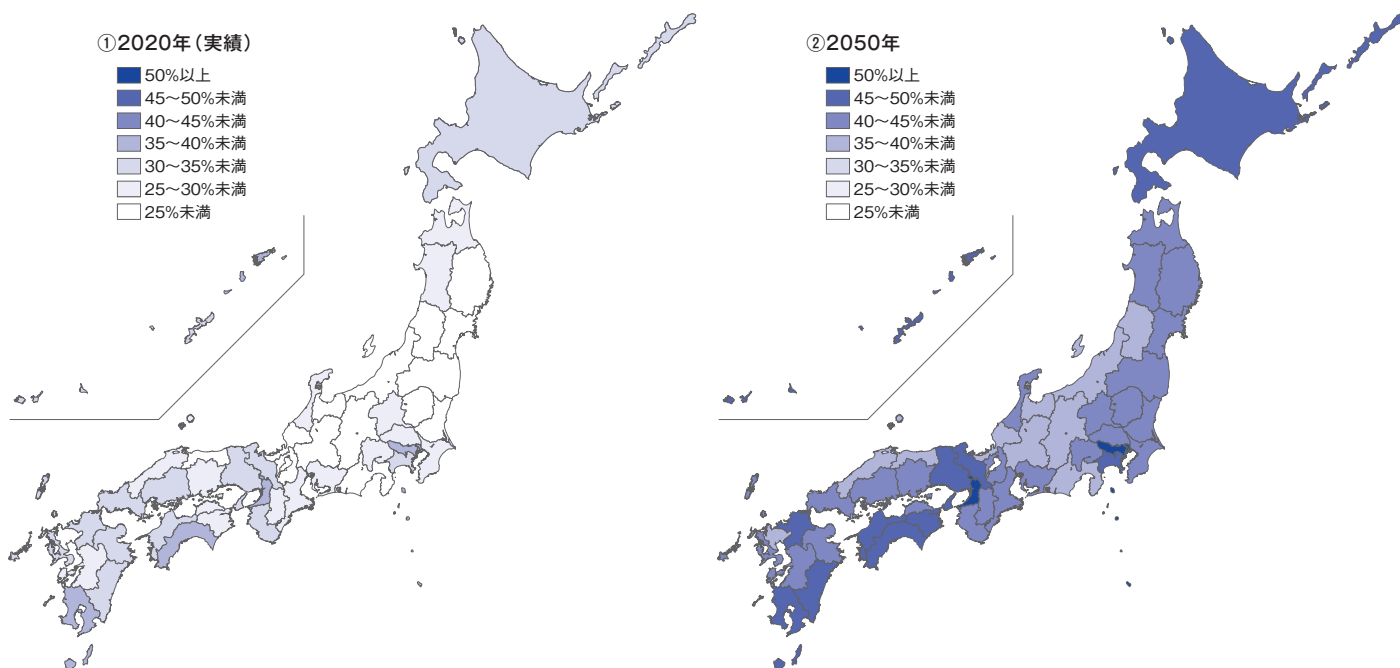
また、一般世帯総数に占める高齢単身世帯割合は、2050年には33道府県で2割以上になると推計されている。なかでも高知県(27.0%)と徳島県(25.3%)は25%を超え、県内の一般世帯の4分の1が高齢の一人暮らしとなる見通しである。東海3県

図表13 高齢者の有無別に見た一般世帯数・各種割合の推計(全国)



出所：総務省「令和2年国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計(全国推計)」(令和6(2024)年推計)よりOKB総研にて作成
 (*1) 2020年(実績)の高齢者がいない世帯には、世帯員が全員年齢「不詳」を含む。2025年以降の高齢者がいる世帯は、世帯主65歳以上の世帯で推計されている。
 (*2) 端数処理の関係で各家族類型の合計は総数と一致しない場合がある。

図表14 高齢者がいる一般世帯に占める高齢単身世帯割合の変化(都道府県別、2020年と2050年の比較)



出所：総務省「令和2年国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計(都道府県別推計)」(令和6(2024)年推計)よりOKB総研にて作成

における2020年→2050年の変化は、岐阜県が10.9%→19.9%、愛知県が10.0%→19.0%、三重県が11.9%→20.4%と推計されており、いずれも2割前後まで上昇する(図表15)。

(4)「未婚の高齢単身世帯」の増加

日本では生涯独身の人が増えており、50歳時の未婚率は2020年で男性28.25%、女性17.81%となっている。さらに、2050年にかけて男性は30%前後、女性も20%前後まで上昇すると推計されている(図表16)。

先に触れたとおり、2020年時点で50歳近くに相当するのは、団塊ジュニア世代である。よって、今後は未婚率が比較的高い団塊ジュニア世代の高齢化に伴い、「未婚の高齢単身世帯」が増える見込まれている。社人研の推計では、高齢単身世帯のうち未婚者の割合は2050年に男性が

59.7%、女性も30.2%に達する見通しであり、2020年と比べて大幅に上昇する(図表17)。

4 おわりに ～高齢単身世帯の増加に対応した 制度・サービスの充実が急務～

本稿では、単身世帯(特に高齢単身世帯)の増加状況や将来推計について改めて整理してきた。近年、日常生活のさまざまな場面で「一人暮らしが増えている」との感覚を抱く人は多いだろうが、データで見るとそのインパクトの大きさが浮かび上がる。

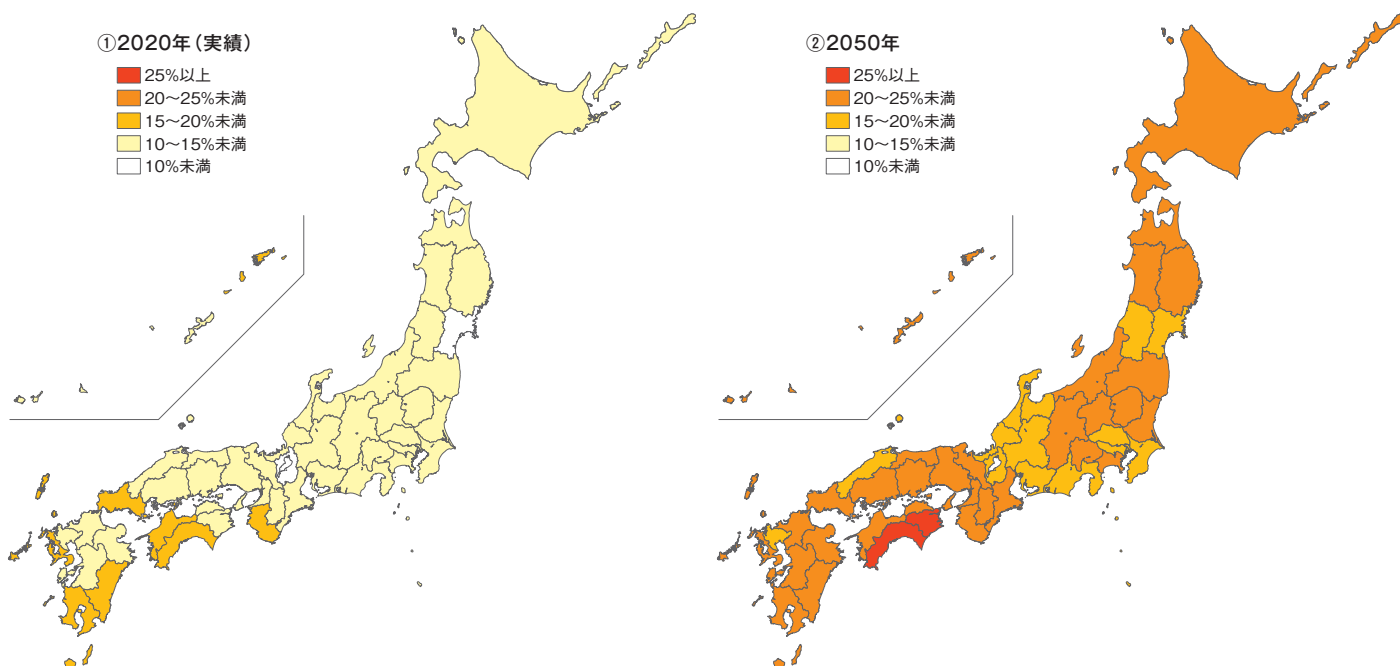
また、社人研の推計から、今後は「子なし」の高齢単身世帯が増えることが見込まれる。日本の子どもの大半は結婚したカップルから生まれるため、未婚の単身者は基本的に子どもがいないからである。また、結婚後も子どもを持たない夫婦が増えているほか、家族観の変化もあり、子世代

に頼れない高齢者の増加は避けられない。

配偶者や子どもがおらず、頼れる親族もない高齢者は、社会生活において「家族」がいることを前提としたサービスを円滑に利用できない懸念が出てきている。例えば、身寄りのない高齢者が入院や介護保険施設への入所、賃貸住宅の契約時などの身元保証人手配に苦勞するケースが聞かれる^(注4)。自身の判断能力が衰えてきた際の日々の金銭管理から死後の事務手続きまで、家族・親族の支援が見込めない一人暮らしの高齢者が向き合うことになる課題は少なくない。

行政による支援事業や成年後見制度、民間による高齢者等終身サポート事業など、身寄りのない高齢者が利用できる制度・サービスは各種存在する。しかしながら今後の高齢単身世帯の増加に十分に対応できる

図表15 一般世帯総数に占める高齢単身世帯割合の変化(都道府県別、2020年と2050年の比較)



出所:総務省「令和2年国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計(都道府県別推計)」「令和6(2024)年推計」よりOKB総研にて作成

内容や体制とは言い切れない。

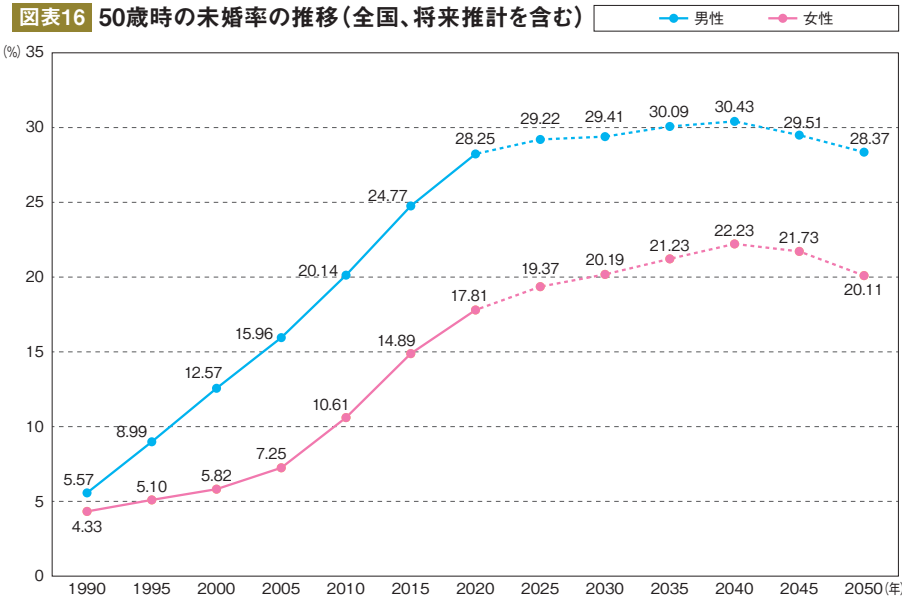
厚生労働省はこうした状況を踏まえ、身寄りのない高齢者に必要な支援を含めた今後の地域共生社会のあり方について有識者会議で議論を進め、今年5月に中間とりまとめを行ったところである。また、2024年度から身寄りのない高齢者の生活上の課題に対応するためのモデル事業をスタートさせた。これは、「包括的な相談・調整窓口の整備」や「日常生活支援・身元保証・死後事務の総合的な支援パッケージ」を試行的に進める市町村を募り、補助金を交付するもので、厚労省はこのモデ

ル事業を通じた課題検証を行っている^(注5)。

国や自治体を中心となって、高齢単身世帯の増加に対応した制度やサービスの充実を図っていくことは急務である。厚労省による目下の動きが、具体的な制度整備や公的・民間サービスの拡充につながる事が期待される。

本稿は単身世帯の増加のインパクトを明らかにする目的で、データ整理にとどめた。今後、国や自治体、民間の取り組みなどを引き続き紹介・考察していきたい。

図表16 50歳時の未婚率の推移(全国、将来推計を含む)



出所: 国立社会保障・人口問題研究所「人口統計資料集」「日本の世帯数の将来推計(全国推計)」(令和6(2024)年推計)よりOKB総研にて作成
(※1) 男性、女性とも点線部は推計値。
(※2) 50歳時の未婚率は、45～49歳の未婚率と50～54歳の未婚率の平均値で、以前は「生涯未婚率」と表記されていたもの。

図表17 高齢単身世帯の配偶関係別構成割合(全国、2020年と2050年の比較)

	男性		女性	
	2020年	2050年	2020年	2050年
未婚	33.7%	59.7%	11.9%	30.2%
有配偶	8.8%	5.7%	3.4%	2.9%
死別	33.0%	15.8%	69.2%	45.9%
離別	24.5%	18.9%	15.6%	21.1%

出所: 国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計(全国推計)」(令和6(2024)年推計)よりOKB総研にて作成
(※) 2020年は年齢不詳、配偶関係不詳をあん分した数値より算出されたもの。

(注1) 国勢調査や社人研の将来推計では、一人暮らし(世帯人員が1人)の世帯について「単独世帯」という用語を用いているが、本稿ではより一般的に使われている「単身世帯」という表現で統一した。

(注2) 本稿では一部の図表において、世帯の家族類型「不詳」を「その他の世帯」に含めるなどしている。このため、総務省が公表している結果概要と数値・割合が若干異なる場合がある。詳しくは各図表の注釈を参照されたい。

(注3) 社人研は、65歳以上の高齢者がいる世帯について「世帯主が65歳以上の世帯」の範囲で推計しており、国勢調査の集計範囲と異なるが、本稿では便宜上、上記の推計結果を用いた。

(注4) 医療機関や介護保険施設は法令上、身元保証人がいないことだけを理由に入院や入所を断ることはできないが、実際は多くの医療機関や施設が身元保証人を求めることが国の調査などで明らかになっている。

(注5) 厚生労働省ホームページ内「地域共生社会の在り方検討会議」参照。

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_40780.html

参考文献

- ・櫻井雅仁(2024)「身寄りのない高齢者への支援体制の現状と課題(1)～求められる日常生活における金銭等管理などへの支援体制の充実～」(第一生命経済研究所ライフデザインレポート、2024年8月)、「同(2)～誰もが身元保証を心配しなくても良い世の中へ～」(同2024年9月)、「同(3)～死後事務への対応、そして身寄りのない高齢者対応の充実に向けて～」(同2024年10月)
- ・岡元真希子(2024)「頼れる親族がいない高齢者が今後急増－支援のあり方の見直しが急務－」(日本総研リサーチ・アイNo.2024-007、2024年4月)

(2025.6.6)

OKB総研 調査部 中村 絃子