

2025 年 4 月 8 日

イプソス株式会社

## 「イプソス幸福感調査 2025」発表

### 幸せを感じない要因、日本人の 1 位は「経済的な状況」

#### ー 生活の質、現在と 5 年後への期待、いずれも日本人が最下位 ー

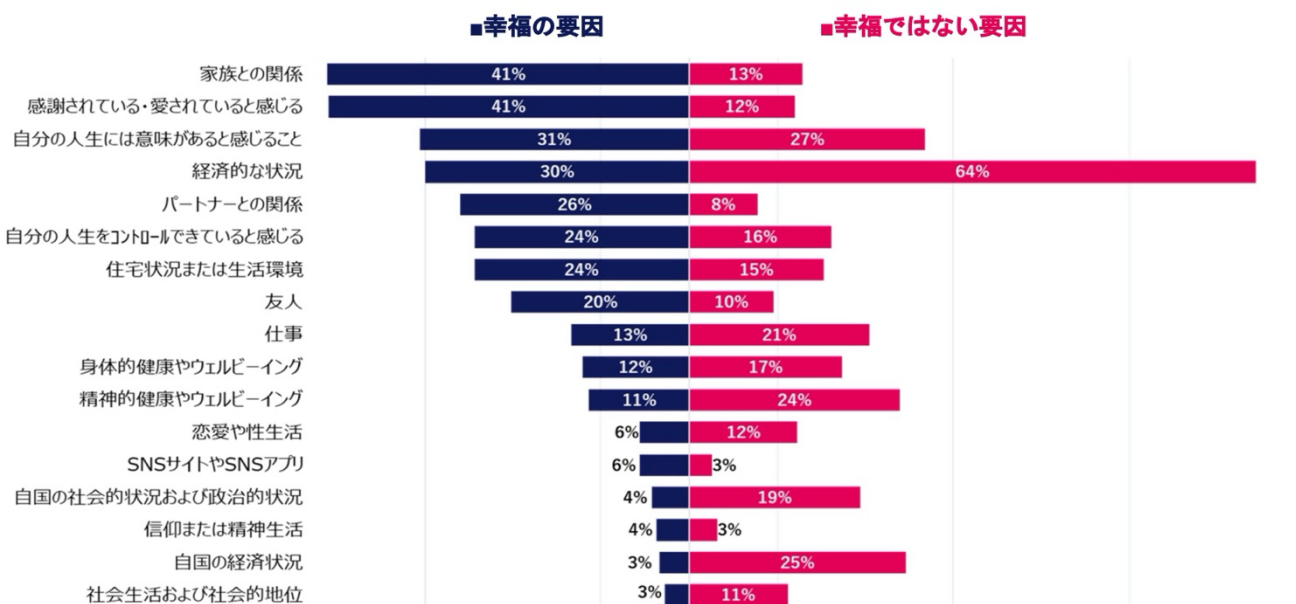
世界最大規模の世論調査会社イプソス株式会社（日本オフィス所在地：東京都港区、代表取締役：内田俊一）は、日本を含む世界 30 か国 23,765 人を対象に、「イプソス幸福感調査 2025」を実施しました。その結果、日本人の「幸せである」と感じる要因の 1 位は「家族との関係（41%）」、「幸せではない」と感じる要因の 1 位は「経済的な状況（64%）」という結果になりました。

さらに、「現在の生活の質がとても高い」「5 年後には全体的な生活の質は今よりも良くなっていると思う」と答えた日本人の割合は、どちらも 30 か国中最下位となりました。これは、現状への満足度が低いだけでなく、将来に対する期待感も他国より著しく低いことを示しています。

**Q.あなたの人生において、どのような部分で幸せ＊/幸せではない＊ ＊と感じていますか？上位3つを選択してください。**

**（日本人の回答結果）**

＊は「とても幸せである」「やや幸せである」と回答した対象者へのみ質問 ＊ ＊は「あまり幸せではない」「全く幸せではない」と回答した対象者へのみ質問



「イプソス幸福感調査2025」  
イプソス株式会社

グラフ①

## 【調査結果】

### ■日本人が「幸せではない」と感じる最大の要因は「経済的な状況」、2位の要因と30ポイント以上の差（グラフ①）

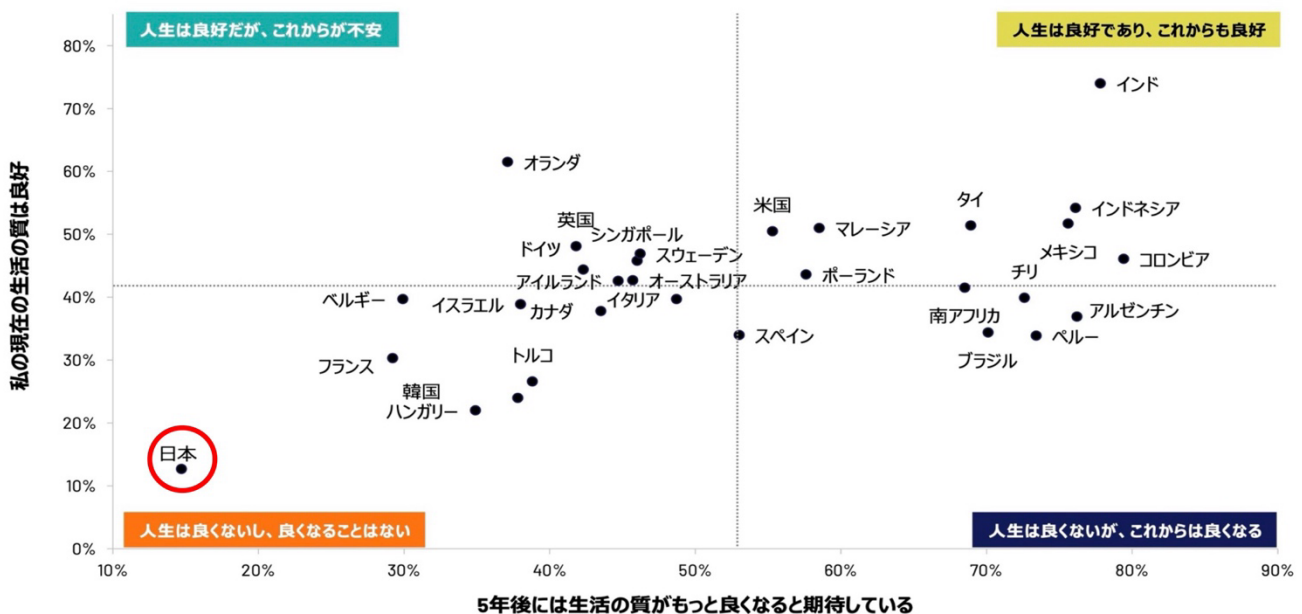
本調査において、現在の状況を「あまり幸せではない」「全く幸せではない」と回答した日本人に、その理由を尋ねたところ、最も多くの方が挙げた要因が「経済的な状況（64%）」でした。これは2位の「自分の人生には意味があると感じること（27%）」に大きく差をつけました。この傾向は、本調査の対象30か国の平均とも一致しています（1位「経済的な状況（58%）」、2位「精神的健康やウェルビーイング（30%）」）

尚、「とても幸せである」「やや幸せである」と回答した人の理由の1位は「家族との関係（41.1%）」で、僅差で「感謝されている・愛されていると感じる（41.0%）」が2位となりました。

### ■「生活の質の高さ」、現在も5年後も日本は30か国中最下位に（グラフ②）

「現在の生活の質はとても高い」「5年後には全体的な生活の質は今よりもずっと良くなっていると思う」と答えた人の割合は、どちらも30か国中で日本が最下位となりました。「人生は良くないし、良くなることはない」と考えている人が世界と比較しても多いということが分かりました。

#### 私の現在の生活の質は良好 vs 5年後には私の生活の質はもっと良くなる



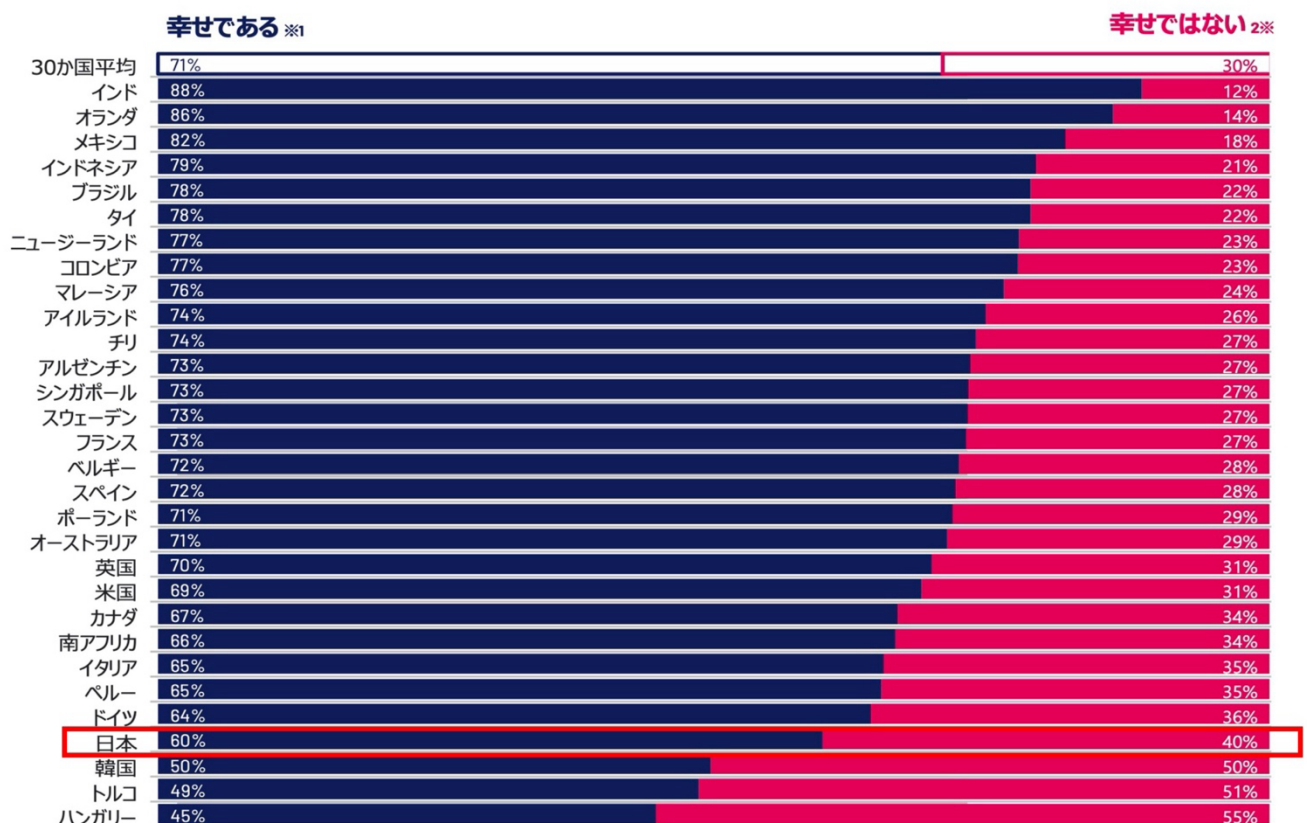
グラフ②

「イプソス幸福感調査2025」  
イプソス株式会社

## ■「幸せである」と回答した日本人は 60%、30 か国中 27 番目の低さ（グラフ③）

「幸せである」と回答した日本人は 60%と、30 か国平均の 71%を下回りました。昨年の調査時から微増（「幸せである」と回答 57%、+3 ポイント）していますが、大きな変化は見られませんでした。

**Q.すべてのことを総合すると、あなたは「とても幸せ」「どちらかといえば幸せ」「あまり幸せではない」「まったく幸せではない」のうちどれだと言えますか？**



※1「幸せである」・・・「とても幸せ」、「どちらかといえば幸せ」の合計、※2「幸せではない」・・・「あまり幸せではない」、「まったく幸せではない」の合計

「イプソス幸福調査2025」

イプソス株式会社

グラフ③

尚、イプソスオンラインコミュニティでは、今回の結果を受けて以下のようなコメントが寄せられました。

- 生活の質の基盤は健康、心身ともに健やかであること。5年後も体力の衰えがあると思いますが、現状維持をしたいと思います。（60代・男性）
- 時間にゆとりを持ち、趣味や家族との時間を大切にしたいと思います。金銭的にも少しの余裕があれば理想的です。（40代・女性）
- ストレスとは適切に付き合い、発散方法を見つけることが重要だと感じます。日々美味しい食事を楽しむことも活力の源です。（30代・男性）

#### <イプソスオンラインコミュニティについて>

マーケティングリサーチを目的として、オンライン上に設けられた、ある一定の期間集められた人々が集う場所・コミュニティです。SNS 型のウェブサイトに対象者を集めて様々な意見を聴取することができます。長年培ってきたリサーチスキル、コミュニティ専属チームによる運用ノウハウを融合し、従来の定量調査・定性調査だけでは見えてこないインサイトを提供します。

<https://www.ipsos.com/ja-jp/online-community-service>

今回の調査結果について、イプソス株式会社代表取締役社長の内田俊一は以下のように述べています。

「昨年同様、日本人の幸福感は 30 か国の平均を下回る結果となりました。『幸せではない』と感じる要因は、経済的な状況が 1 位となりましたが、これは 30 か国平均でも同様の結果でした。経済的に苦しいと感じることが、幸福感に大きな影響を与えているようです。一方で、『幸せ』と感じる要因は、家族との関係が 1 位となりました。家族や地域社会の結びつきが弱い時代だからこそ、身近な人との良好な関係性や感謝や愛を感じる価値観が広がれば、日本人の幸福度も向上する可能性があるのかもしれません。本調査は今後も継続的に実施していきます。どのような変化がみられるのかはまたお知らせしていきます」

調査レポート詳細はこちらからご覧ください。

【「イプソス幸福感調査 2025」（日本語）】

<https://www.ipsos.com/ja-jp/ipsos-happiness-index-2025-ja>

【グローバルサイト】

<https://www.ipsos.com/en/global-attitudes-to-happiness-and-quality-of-life>

【プレスルーム】

<https://www.ipsos.com/ja-jp/pressroom>

【調査背景】

イプソスでは定期的に、世界の人々の幸福感や、家族や友人、仕事、学校、生活の質など幸福を左右するものに対する意識やその変化の動向を観測し、理解するための調査を行っています。

## 【調査概要】

調査方法：イプソス グローバルアドバイザー調査プラットフォーム、IndiaBus プラットフォームを使用したオンライン調査

調査対象：世界 30 か国 23,765 人

イプソスはインドでは 18 歳以上、カナダ、アイルランド共和国、マレーシア、ニュージーランド、南アフリカ、トルコ、米国では 18～74 歳、タイでは 20～74 歳、インドネシアとシンガポールでは 21～74 歳、その他すべての国では 16～74 歳の成人

実施日：2024 年 12 月 20 日（金）から 2025 年 1 月 3 日（金）

調査機関：イプソス

## 【イプソスについて】

イプソスは、世界最大規模の世論調査会社であり、90 の市場で事業を展開し、18,000 人以上の従業員を擁しています。1975 年にフランスで設立されたイプソスは、1999 年 7 月 1 日からユーロネクスト・パリに上場しています。同社は SBF120 および Mid-60 指数の一部であり、繰延決済サービス（SRD）の対象となっています。ISIN コード FR0000073298, Reuters ISOS.PA, Bloomberg IPS:FP [www.ipsos.com](http://www.ipsos.com)

## 【会社概要】

会社名：イプソス株式会社

所在地：東京オフィス 〒105-0001 東京都港区虎ノ門 4-3-13 ヒューリック神谷町ビル

代表者：代表取締役 内田 俊一

事業内容：世論調査並びに各種市場調査の調査企画立案、実査、集計、分析、レポートニングに関する全てのサービス

HP：<https://www.ipsos.com/ja-jp>

【本件に関する報道関係者からのお問合せ先】

イプソス株式会社 広報担当：橋本

TEL：03-6867-8001 / 080-4324-9504、Mail: JP-PR@ipsos.com