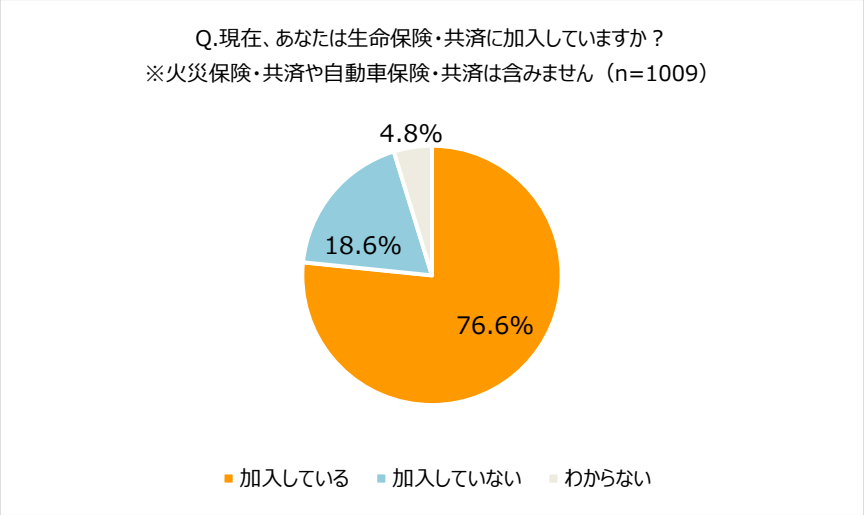
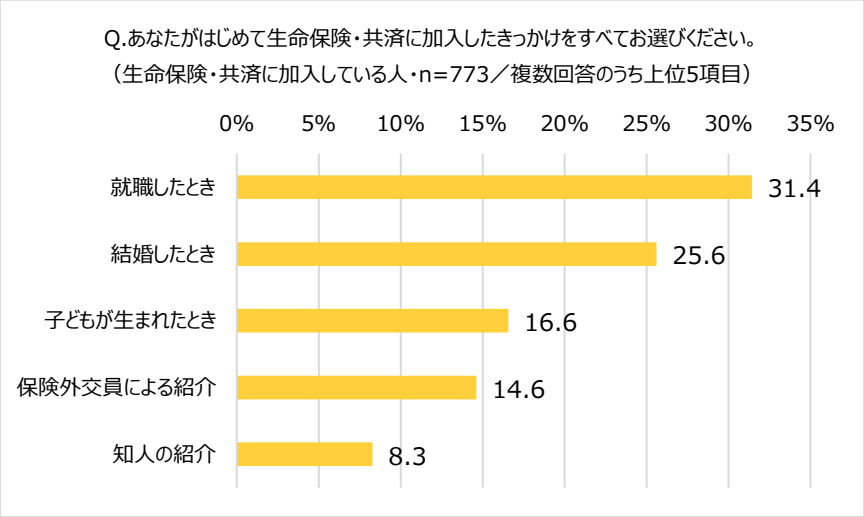
ニュースリリース　　2026 年 11 月 17 日

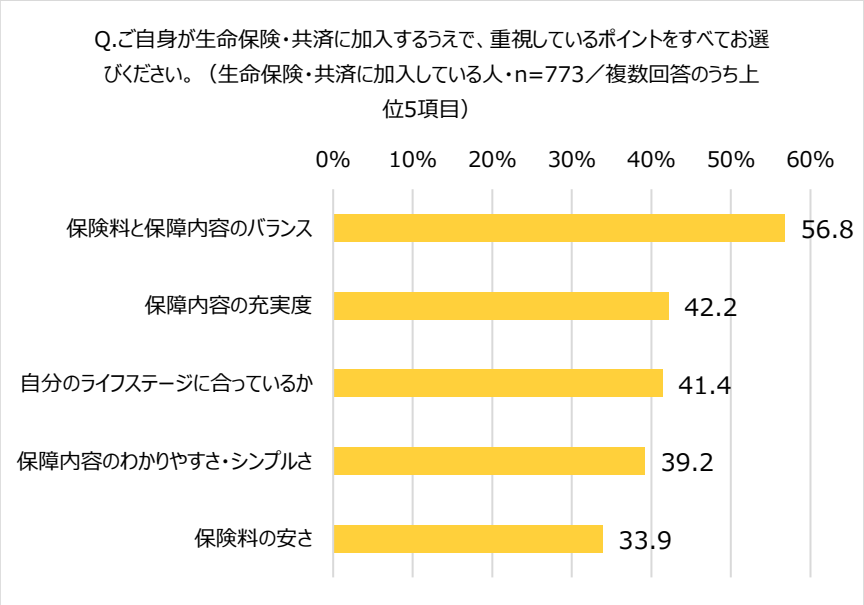
8 割近くが生命保険・共済に加入！
オレンジページ「ほぼ 1000 人にききました」が調査結果を発表。
～重視するのは「手厚い保障」よりも「手ごろな保険料」～

くらしにまつわる旬の話題やちょっとしたトピックをオレンジページが読者アンケートでリサーチする、「ほぼ 1000 人にききました」。今回は、病気やケガなどのもしもの時に医療費や生活費を保障してくれる生命保険・共済について、国内在住の 20 歳以上の女性 1009 人に調査を実施。生命保険・共済への加入率や支払っている保険料、生命保険・共済に求めることなどをきいてみました。

【ダイジェスト】
8 割近くが生命保険・共済に加入。重視するのは「保険料と保障内容のバランス」
「手厚い保障」よりも「手ごろな保険料」を重視する人が多数派
およそ 4 割が選び方や手続きで「困った・悩んだ経験あり」







8 割近くが生命保険・共済に加入。重視するのは「保険料と保障内容のバランス」

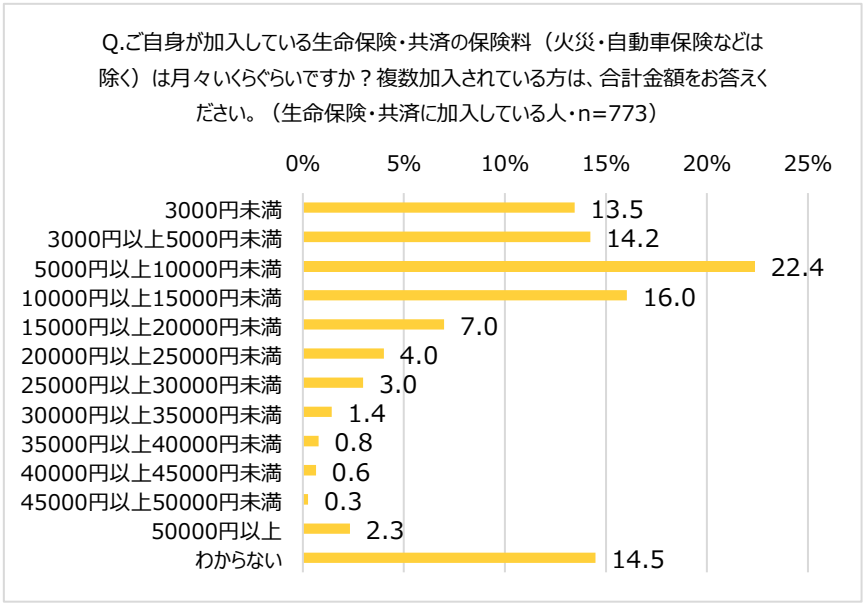
生命保険・共済に加入している人は全体の 76.6%。加入のきっかけは「就職したとき」31.4%、「結婚したとき」25.6%、「子どもが生まれたとき」16.6%と、ライフステージが大きく変化するタイミングで加入する人が多いよう。

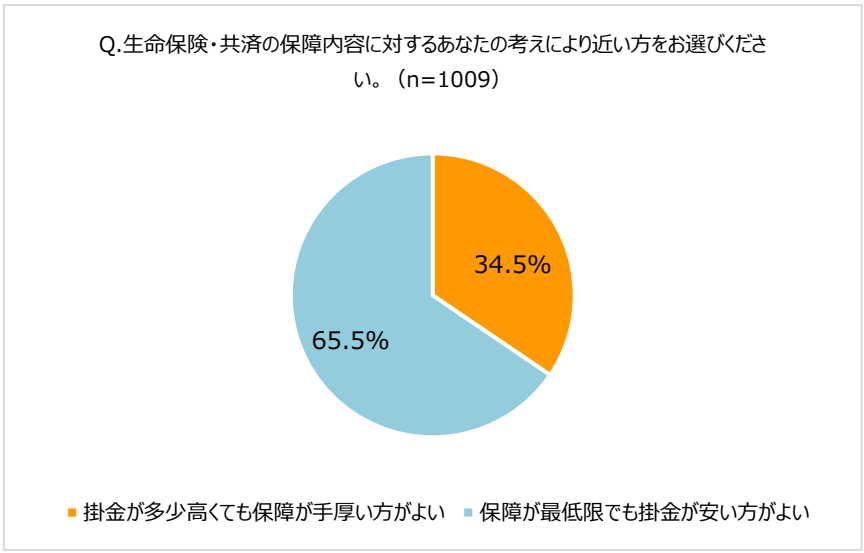
加入するうえで重視するポイントは、「保険料と保障内容のバランス」がトップで 56.8%。次いで「保障内容の充実度」42.2%、「自分のライフステージに合っているか」41.4%が上位にランクインしました。

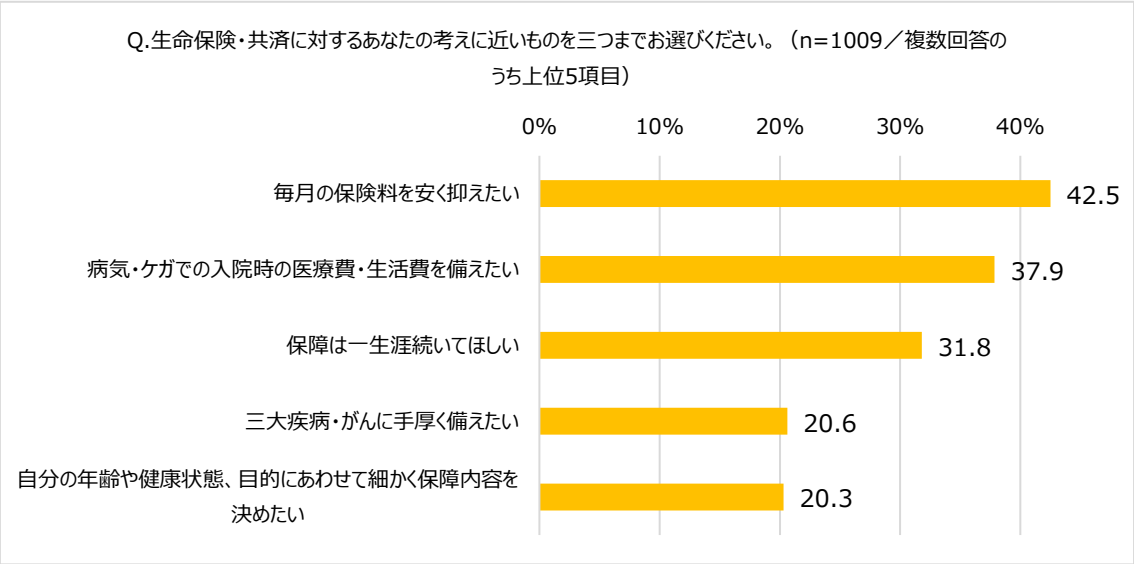
自身の生命保険・共済の内容を理解している人にその満足度をきくと、89.6%が「満足」「やや満足」と回答。「夫の入院と手術の際、思ったより請求手続きが簡単ですぐに保険金が振り込まれたのでよかった」（50 代・ハルシオン）との声も。

理想の生命保険・共済については、「入院したときや働けなくなって収入が減ったときに、しっかり支えてく

れる保険がいい」（40 代・くるみ）、「ライフステージに合わせて保障内容を見直しやすく、病気や入院など身近なリスクにも幅広く備えられると安心」（30 代・MK）といった声が寄せられました。







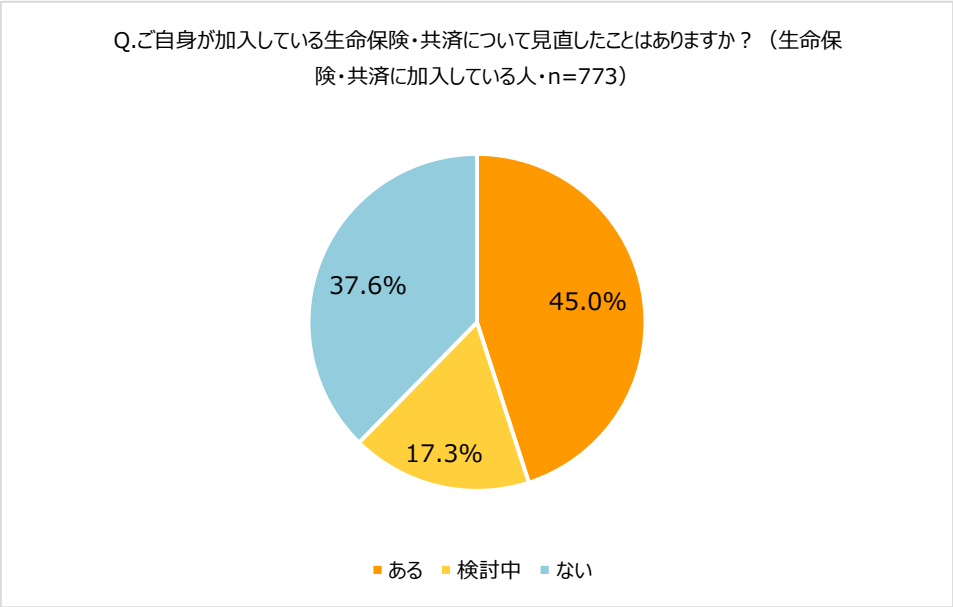
「手厚い保障」よりも「手ごろな保険料」を重視する人が多数派

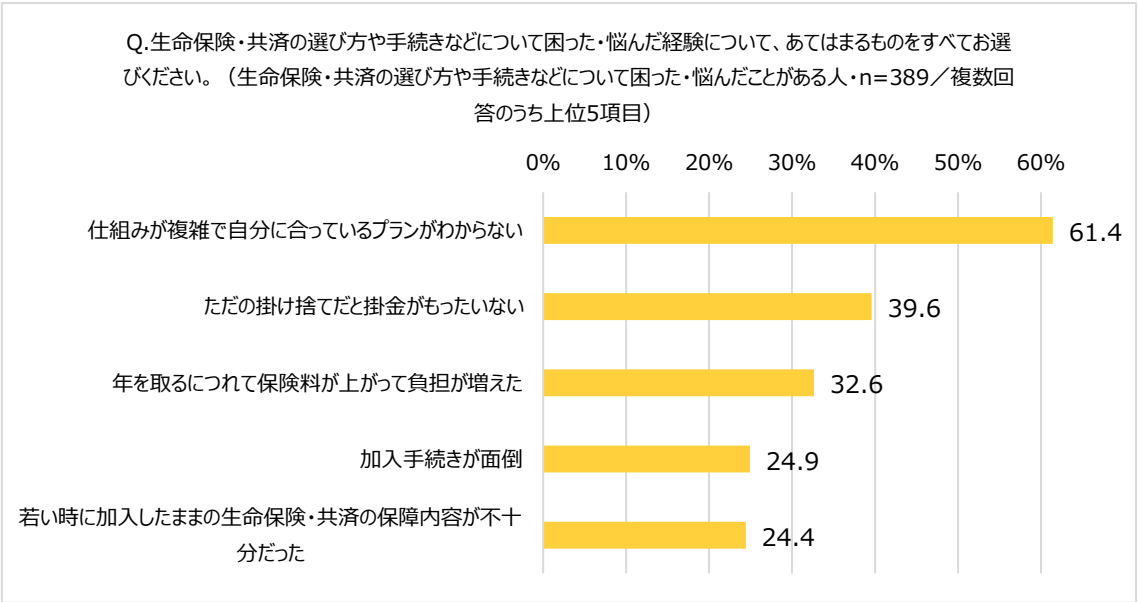
自身が加入している生命保険・共済の保険料が「高い」と思う人は約３割。 月々に支払っている１人あたりの保険料の最多は「5000 円以上 10000 円未満」で 22.4%。次いで「10000 円以上 15000 円未満」が 16.0%でした。

世帯全体での保険料については、「わからない」と回答した人を除くと、 2 人世帯では「10000 円以上 15000 円未満」、3 人以上の世帯では「5000 円以上 10000 円未満」が最多。世帯人数が増えても世帯全体の保険料は必ずしも上がるわけではなく、保険料の負担を抑えている家庭も多いようです。

「保険料と保障内容のバランス」については、「保険料が多少高くても保障が手厚いほうがよい」が 34.5%に対し、「保障が最低限でも保険料が安いほうがよい」が 65.5%と多数派。

生命保険・共済に対する要望でも、トップは「毎月の保険料を安く抑えたい」で 42.5%。次いで「病気・ケガでの入院時の医療費・生活費を備えたい」「保障は一生涯続いてほしい」がともに 3 割を超えて上位に挙がっています。





およそ 4 割が選び方や手続きで「困った・悩んだ経験あり」

自身が加入している生命保険・共済を見直したことがある人は 45.0%。 見直しのきっかけは、「家計の負担を減らしたいとき」（19.0%）と「保険の更新時期を迎えたとき」（18.4%）が上位でした。
見直し経験者からは、「結果的に変更しなかったが、自分にどれくらいの保障が必要かあらためて考えさせられたので、見直して正解」（30 代・はるまき）、「家族が亡くなり、自分の保険を見直したら、すでに満期を迎えていて保障期間外だった。定期的に見直していればよかった」（50 代・あさこ）というコメントが。
また、全体の 38.6%が「生命保険・共済の選び方や手続きで困った・悩んだ経験」があると回答。具体的にどんな困りごとがあったのかきいたところ、「しくみが複雑で自分に合っているプランがわからない」が群を

抜いて多く、61.4%でした。
自由回答でも、「生命保険や共済の種類が多く、自分に本当に必要な保障がわからない。必要な保障を確保しつつ無理なく続けられる選び方を知りたい」（40 代・つぶあん）、「最近 20 年以上加入していた生命保険を解約。今後また見直すときにどんな保険がいいかまったくわからない」（50 代・くっぴい）と、プラン選びに迷う声が寄せられました。

今回の調査では、全体の 8 割近くが生命保険・共済に加入。生命保険・共済加入者の半数以上が「保険料と保障内容のバランス」を重視していることがわかりました。また、「保障が最低限でも掛金が安い方がよい」と答えた人が全体の 6 割を超え、保障を充実させるよりも保険料の負担を抑えたいという考えが明らかになりました。

アンケート概要

●調査対象：オレンジページメンバーズ・国内在住の 20 歳以上の女性（有効回答数 1009 人）
●調査方法：インターネット調査
●調査期間：2026 年 8 月 21 日～8 月 30 日

●「ほぼ 1000 人にききました」について
読者モニター「オレンジページメンバーズ」には、さまざまなくらし情報・くらし体験によってはぐくまれた生活感度の高い読者が数多く所属しています。そんなメンバーたちの声を集めて、「くらしのリアル」な数字、リアルな声を集めたのが「ほぼ 1000 人にききました」企画です。WEB 上でのアンケート調査、座談会など、ご相談に応じて展開いたします。

●『オレンジページ』について
失敗なくおいしく作れるレシピ情報が支持され、2025 年に創刊 40 周年を迎えた生活情報誌。30～40 代の主婦を中心に幅広い読者層を誇ります。

【この資料に関するお問い合わせ】
株式会社オレンジページ
次のくらしデザイン部
kurashi@orangepage.co.jp