



合同会社  
フィンウェル研究所  
代表  
野尻 哲史



合同会社フィンウェル研究所が2022年2月に行った「60代6000人の声」アンケートの結果から、これまで3回にわたって60代のお金との向き合い方を紹介した。第14回では、「7割の回答者が、資産寿命は何とかなる」と楽観していることを紹介し、第15回では、その背景にある「食費を中心とした生活費の削減がかなり課題のある方法である」ことを指摘した。第16回では、生活費削減が難しいなか、頼りになる資産収入も「退職後の生活の主役ではない」ことを議論した。

## 1 地方都市移住を考える人は意外に多い

今回は、視点を変えて生活費の削減を広範かつ包括的に行う“生活のダウンサイジング”のひとつとして地方都市移住の可能性を考える。

その際に、「生活費を落としても生活水準は落とさない」というのが重要な視点となる。田舎の一軒家とかログハウスでの生活といった田舎暮らしではなく、地方“都市”への移住で生活水準を大きく変えないで生活費を確実に削減するという方法だ。60代6000人アンケートで、実際に愛媛県松山市に移住された方にイ

ンタビューしたが、「東京に住んでいた頃の家賃は月20万円台、松山に移住して5万円台に減った。この差額で月1回東京や大阪に趣味の集まりに行くようにしている」と答えている。こうした生活のパターンは、生活費の削減と生活水準の維持という二つの望みをうまくこなしている事例だろう。

60代のアンケート調査からは、想像以上に多くの人移住を検討していることが分かった。東京、大阪、名古屋に住む2131人に地方都市への移住について聞いたところ、「現在移住を検討中」(11.2%)、「移住を検討したが諦めた」(5.8%)を合わせると、「検討したこと」のある人は17.0%となり、6人に1人が地方都市移住を検討していたことになる。

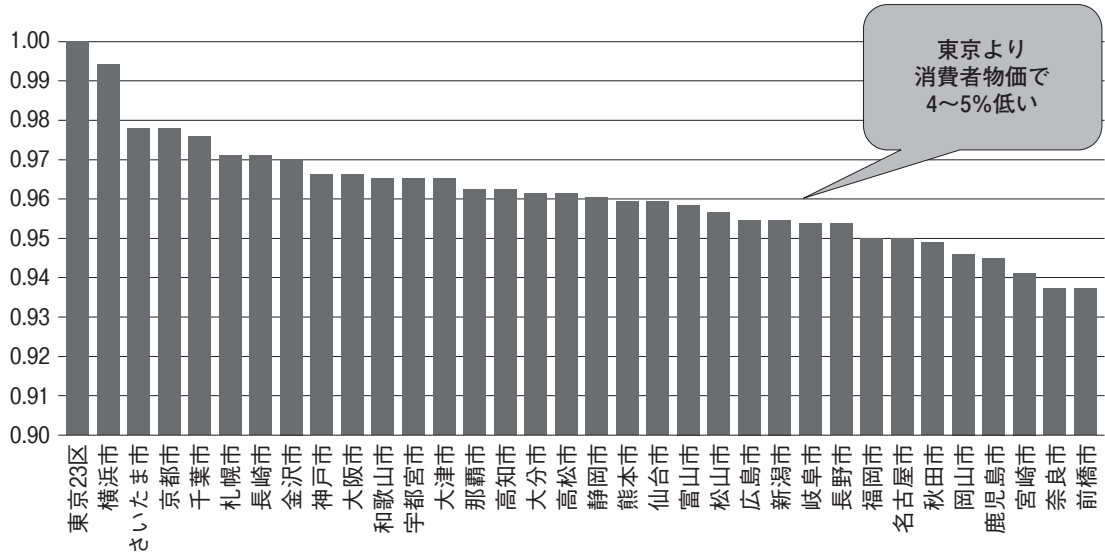
## 2 移住の成否は生活費の削減にかかっている

実際に移住した440人のうち75.9%が「良かった」と回答し、一番の理由は、「生活費の削減」(複数回答可で42.8%)だった。「思ったほど良くなかった」と回答した人も、一番の理由は「思ったほど生活費が下がらなかった」(42.5%)だった。地方都市移住の評価の鍵は、生活費の削減にあることが分かる。

そこで「生活費を落とす」という視点から二つの数値を確認し、具体的な都市の生活費を想定してみたい。また、その数値から地方移住に参考となる都市のリストを組んでみたいと考える。

一つ目の数値は、消費者物価指数である。総務省統計局が発表する「小売物価統計調査(構造編)年報」から、全国平

〔図表1〕 消費者物価地域差指数



対象：人口30万人以上の都道府県庁所在地。消費者物価地域差指数：総務省、小売り物価統計調査、2020年消費者物価地域差指数の家賃を除く総合で東京都区部を1.00として計算

均を基準とした10大費目別（家賃を除く）の都道府県庁所在地の消費者物価地域差指数を使って、東京23区との比較値を算出した〔図表1〕。大きな部分を占める住居費も、民営家賃の水準を小売物価統計調査から東京23区と比較した家賃指数を作った〔図表2〕。なお、60代になると持ち家の人も多く、「家賃」を使うことに違和感もあるが、住宅価格を比較する便宜的な方法として家賃比較で大まかな感触をつかむことにした。結果は、消費者物価が3～5%低くなり、家賃に至っては半分以下になることが分かった。

### 3 生活水準を満足度、推奨度、人口密度から検討

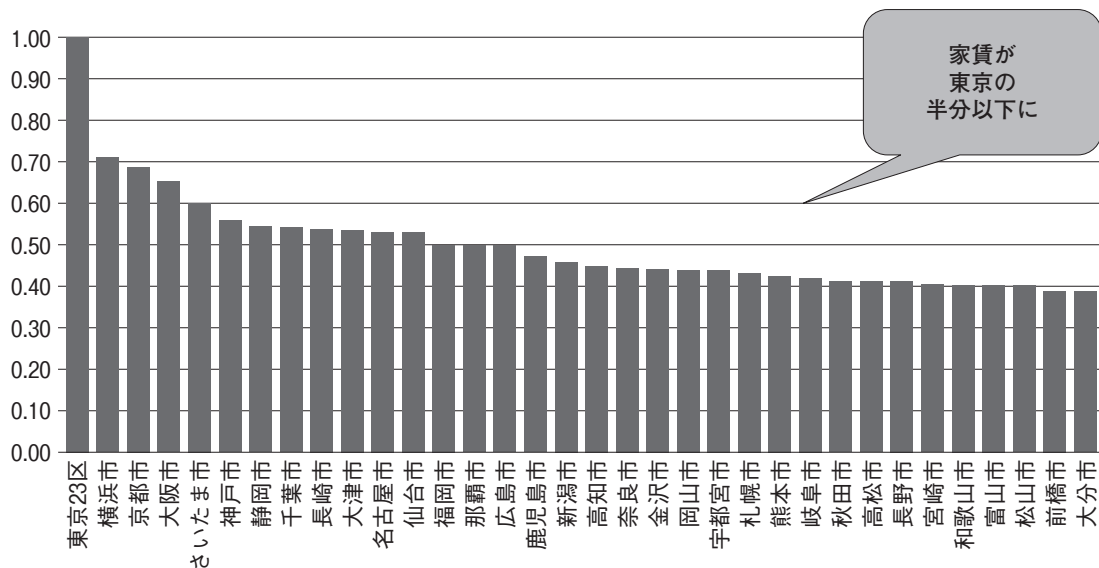
次は「生活水準を落とさない」視点である。都市の規模が大きな要因になると考え、人口30万人以上の都道府県庁所在地都市を分析の対象とした。「60代6000人の声」の回答者6486人は全てその対象で

ある。

移住後の生活の質を評価する方法は一樣ではないが、人口の集積度が一つの鍵を握ると考えた。例えば、人口密度が高いほど狭いエリアに商業施設や行政施設が集積し、都市のコンパクトさを示す指数になるだろう。車がなくても病院や市役所、デパートや買い物、映画や劇場などの娯楽施設の利用も便利になるはずだ。

アンケート調査から、二つの数値も参考にした。一つは「退職後に生活する都市として自分の住んでいる都市を他の人に推奨するか」という推奨度で、「やめた方が良い」の0点から「是非移住するべきだ」の10点までの評価を、都市ごとに集計した。もう一つは、「満足度」で、アンケート参加者に生活全般の満足度を、「満足している」の5点から「満足していない」の1点までの5点満点で評価し、こちらも都市ごとに集計した。

〔図表2〕家賃指数



対象：人口30万人以上の都道府県庁所在地都市。家賃指数：2020年 小売物価統計調査／小売物価統計調査（動向編）、主要品目の都市別小売価格—都道府県庁所在地市及び人口15万以上の市を使って東京都区部を1.00として算出

#### 4 偏りなく上位となる総合力が評価される

〔図表3〕は、紹介した五つそれぞれに上位10都市をレンジ1、次の10都市をレンジ2、最後の11都市をレンジ3とし

てランク付けし、その総合評価のランキング上位10都市を示している。参考値ではないが、こうした整理をすると、地方都市移住の意味や自分が選ぶ際に何が大切かが見えてくるのではないだろうか。

〔図表3〕5つの指標でみる移住候補都市ランキング（上位10都市）

| 都市名   | 総合得点 |    | 推奨度（平均値） |      | 生活全般満足度 |      | 人口密度（人/km <sup>2</sup> ） |        | 消費者物価地域差指数 |      | 家賃指数 |      |
|-------|------|----|----------|------|---------|------|--------------------------|--------|------------|------|------|------|
|       | 順位   | 実数 | レンジ      | 実数   | レンジ     | 実数   | レンジ                      | 実数     | レンジ        | 実数   | レンジ  | 実数   |
| 岐阜市   | 1    | 6  | 2        | 6.10 | 1       | 3.27 | 1                        | 2000.9 | 1          | 0.95 | 1    | 0.42 |
| 熊本市   | 2    | 7  | 1        | 6.70 | 1       | 3.24 | 1                        | 1877.2 | 2          | 0.96 | 2    | 0.43 |
| 鹿児島市  | 3    | 8  | 1        | 6.70 | 2       | 3.18 | 2                        | 1098.5 | 1          | 0.95 | 2    | 0.47 |
| 広島市   | 4    | 8  | 1        | 6.46 | 2       | 3.15 | 2                        | 1317.3 | 1          | 0.95 | 2    | 0.50 |
| 長野市   | 5    | 8  | 2        | 6.27 | 1       | 3.28 | 3                        | 448.1  | 1          | 0.95 | 1    | 0.41 |
| 福岡市   | 6    | 9  | 1        | 6.84 | 3       | 3.06 | 1                        | 4550.1 | 1          | 0.95 | 3    | 0.50 |
| 松山市   | 7    | 9  | 1        | 6.68 | 3       | 3.08 | 2                        | 1186.6 | 2          | 0.96 | 1    | 0.40 |
| 神戸市   | 8    | 9  | 1        | 6.44 | 1       | 3.26 | 1                        | 2741.1 | 3          | 0.97 | 3    | 0.56 |
| さいたま市 | 9    | 9  | 1        | 6.43 | 1       | 3.29 | 1                        | 6092.0 | 3          | 0.98 | 3    | 0.60 |
| 前橋市   | 10   | 9  | 3        | 5.98 | 2       | 3.10 | 2                        | 1075.3 | 1          | 0.94 | 1    | 0.39 |

5項目のレンジは31都市のうち上位10都市を1、次の10都市を2、最後の11都市を3としてランク。人口：30万人以上、2021年1月1日の総務省住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数。面積：国土地理院全国都道府県市区町村別面積調(2021年4月1日現在)。消費者物価地域差指数は、2020年消費者物価地域差指数の家賃を除く総合で東京都区部を100として計算。家賃指数：2020年 小売物価統計調査／小売物価統計調査（動向編）、主要品目の都市別小売価格—都道府県庁所在地市及び人口15万以上の市を使って東京都区部を100として算出。生活全般満足度と推奨度は、フィンウェル研究所、60代6000人アンケート、2022年より。

のじり さとし 1959年生まれ。国内外の証券会社調査部を経て、2006年から大手外資系運用会社で投資啓蒙活動を行う。2019年5月の定年を機に合同会社フィンウェル研究所を設立し、代表に。資産の取り崩し、地方都市移住、勤労などに特化した啓発活動をスタート。日本証券アナリスト協会検定会員、日本FP学会、行動経済学会などの会員。著書には『IFAとは何者か〜アドバイザーとプラットフォームのすべて』（金融財政事情研究会）、『老後の資産形成をゼツタイ始める！と思える本』（扶桑社）、『定年後のお金』（講談社+α新書）、『脱老後難民 英国流資産形成アイデアに学ぶ』（日本経済新聞出版社）など多数。