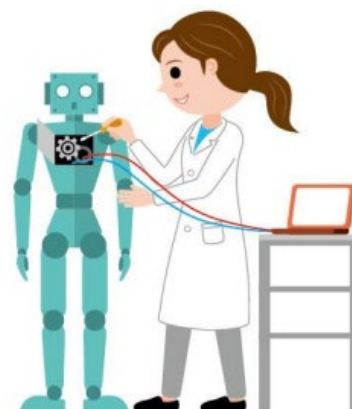




令和8年版 男女共同参画白書



令和8年7月
内閣府男女共同参画局

【令和8年版 白書構成】

1. 令和7年度男女共同参画社会の形成の状況

※第5次男女共同参画基本計画に掲げる政策分野ごとに、関連データ等を掲載

特集：仕事や職業キャリアに関する女性の学び直し・暮らしを充実させる男性の学び直し
～学び直しの現状と分析～

2. 男女共同参画社会の形成の促進に関する施策

第1部 令和7年度に講じた男女共同参画社会の形成の促進に関する施策

第2部 令和8年度に講じようとする男女共同参画社会の形成の促進に関する施策

【集計結果について】

本資料中の数値については、表章単位未満で四捨五入しているものもあるため、合計の数字と内訳の計とが一致しない場合がある。

○社会のデジタル化の変化への適応について、年齢とともに、女性の方がデジタル化の変化に適応できないと感じている割合が高くなる。また、職業訓練・自己啓発をした者の割合は、年代別に見ると、20代後半から男女差が生じ、いずれの年代でも女性の方が低いという現状がある。一方、男性は女性に比べて、孤独や社会的孤立に陥りやすい傾向があることも明らかになっている。

○このような中、長寿化の進展やテクノロジーの急激な進歩など社会の変化は今後も進むことが見込まれ、多様な学び直しに取り組むことは重要。例えば、仕事や職業キャリアに関する女性の学び直し、暮らしを充実させる男性の学び直しを始めとした取組は、人生を豊かにすると考えられる。

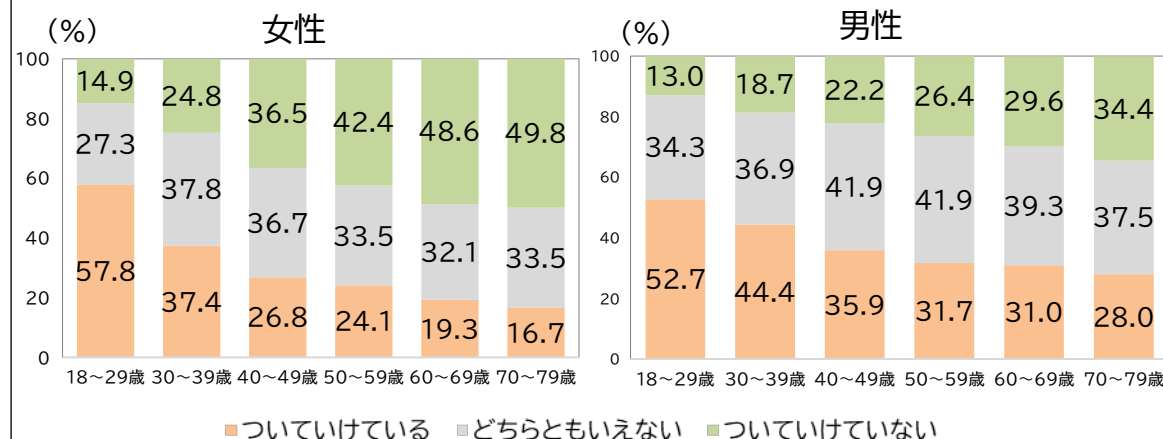
○学び直しは、個人の成長のみならず、地域・社会課題の解決、ひいては我が国の経済成長などを通じて、多様な幸せを実現する社会の形成につながる。学び直しを促進するための環境整備の取組を進めていくことが望まれる。

○内閣府の実施した意識調査においては、意欲があっても、経済的事情や、時間的制約、情報不足などの様々な学び直しへの障壁を感じ、行動に移せていない者も少なくないことが明らかになった。また、学び直しへの障壁は男女によって傾向に差がみられた。

○学び直しに意欲を持つ者が直面する学び直しへの障壁の解消に当たっては、行政等による環境整備も重要。

特－18図 社会のデジタル化に関する意識(令和7(2025)年)

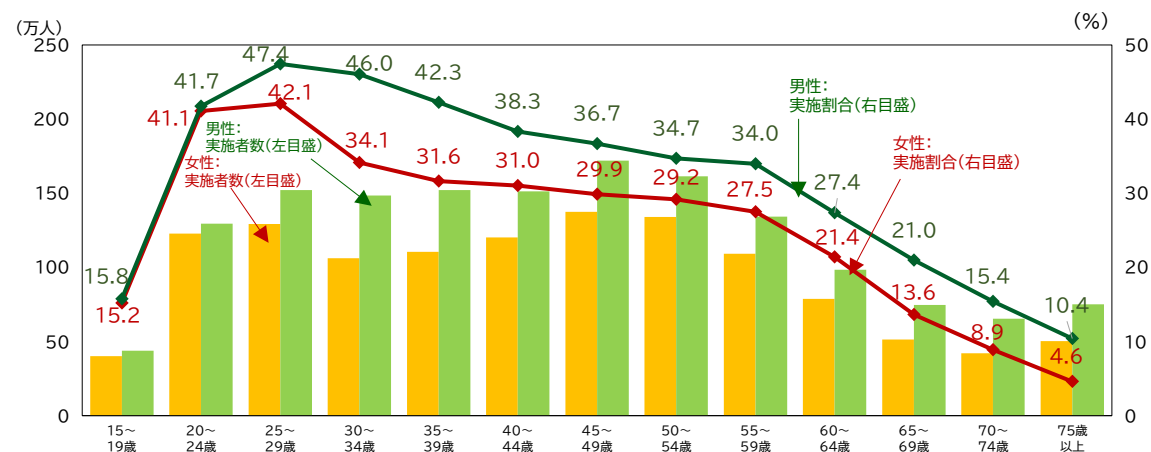
＜社会のデジタル化の変化への適応＞



(備考) デジタル庁「デジタル行政サービスに関する意識調査」(令和7(2025)年12月)より作成。

特－20図 職業訓練・自己啓発をした者の数及び割合

(男女、年齢階級別・令和4(2022)年)



(備考)

1. 総務省「令和4年就業構造基本調査」より作成。

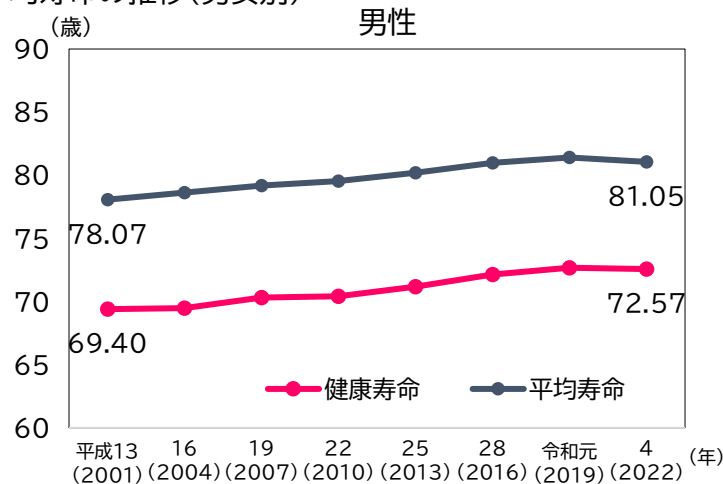
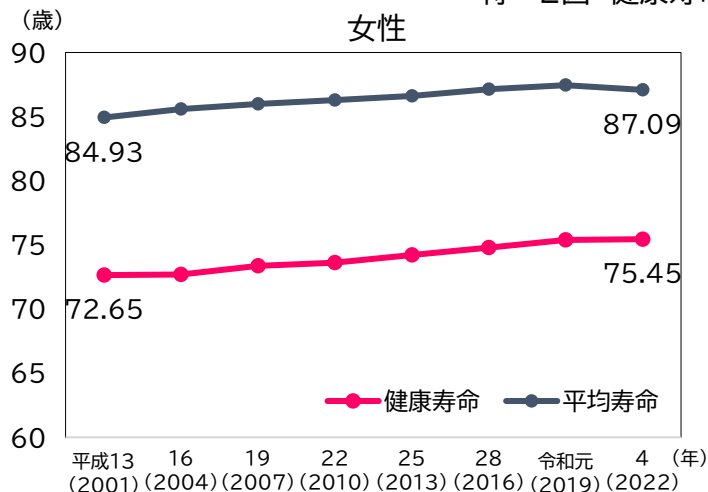
2. 職業訓練・自己啓発の実施状況が不詳の者は割合の計算から除外している。

第1節 人生100年時代における生活や社会構造の変化①

○平均寿命の延びに伴い、健康寿命も延伸しており、長い人生を豊かにする上で、学びの重要性は増している。

○学習・自己啓発・訓練の実施率は、高齢者を含め近年上昇傾向にある。

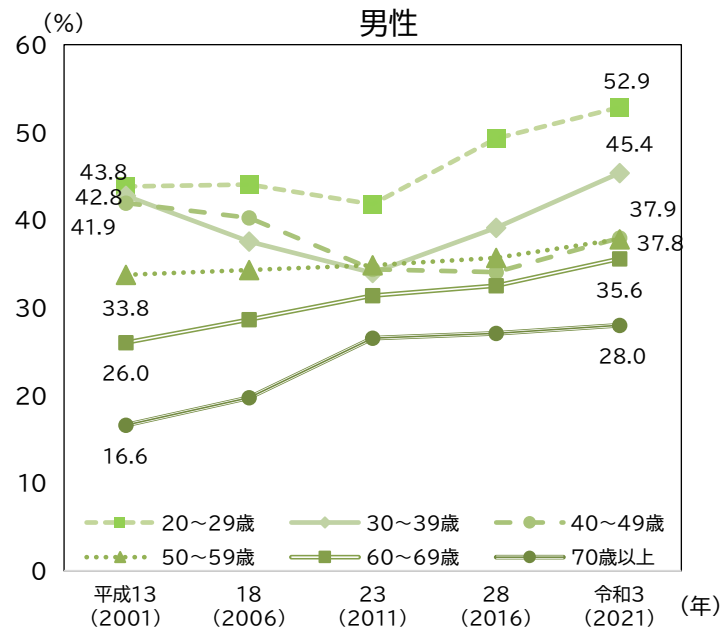
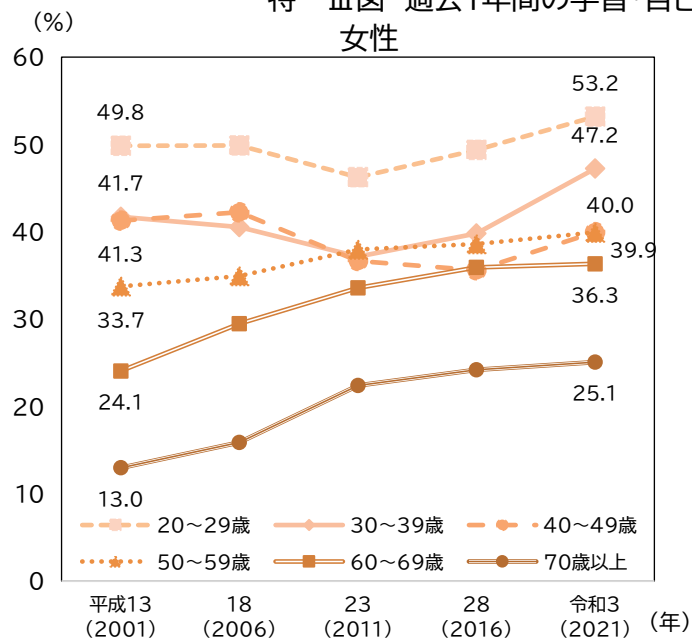
特－2図 健康寿命と平均寿命の推移(男女別)



(備考)

1. 平均寿命は、厚生労働省「令和6(2024)年簡易生命表の概況」より作成。
2. 健康寿命は、厚生労働省「第4回健康日本21(第三次)推進専門委員会資料」より作成。「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」をいう。

特－Ⅲ図 過去1年間の学習・自己啓発・訓練の行動者率の推移(男女、年齢階級別)



(備考)

1. 総務省「社会生活基本調査」より作成。
2. 行動者率は、当該年齢階級人口に占める過去1年間に学習・自己啓発・訓練を行った人の割合。
3. 「学習・自己啓発・訓練」は、社会人の職場研修や、児童・生徒・学生が学業(授業、予習、復習)として行うものは除き、クラブ活動や部活動は含む。

第1節 人生100年時代における生活や社会構造の変化②

○経済産業省の推計によると、令和22(2040)年には、職種間で需給ミスマッチが生じるリスクがあり、事務職では約440万人の余剰、AI・ロボット等利活用人材を含む専門職(約180万人)や現場人材(約260万人)が不足する可能性がある。

○ICTスキルに関する調査結果によれば、女性は男性と比べて40代以上において総じてスキルが低い傾向がみられる。

特一表 2040年の就業構造推計(職種別需給ミスマッチ)

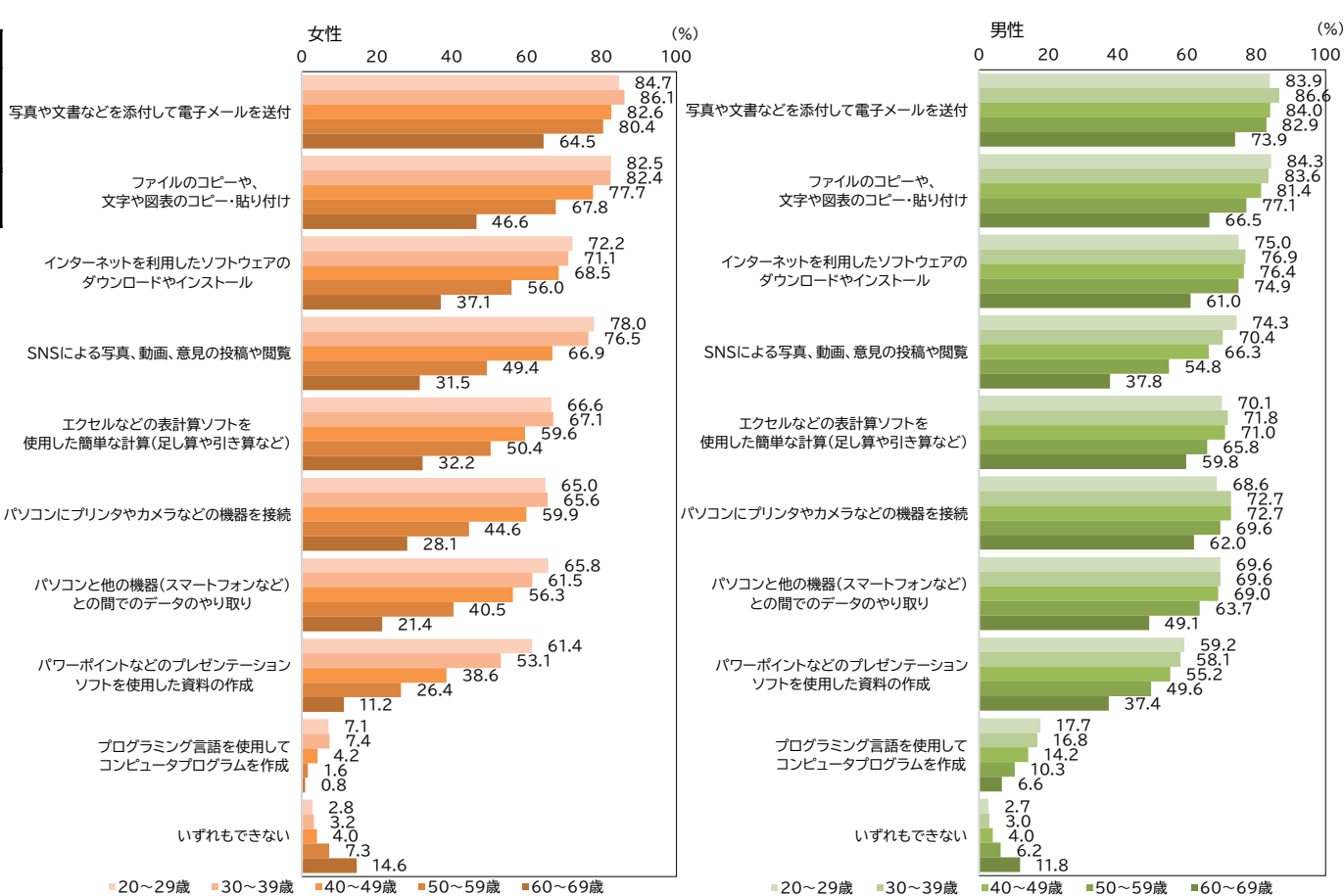
職種別	専門職		事務職	現場人材	
		うち AI・ロボット等 の利活用を担う 人材			うち 生産工程 従事者
2040年 需給ミスマッチ	-181	-339	437	-260	-206

(備考)

1. 経済産業省「2040年の就業構造推計(改訂版)について」(令和8(2026)年3月5日第30回 産業構造審議会経済産業政策新機軸部会 参考資料2)より作成。

2. 職種分類は令和4年就業構造基本調査で用いた職業分類(総務省)による。「専門職」は、専門的・技術的職業従事者を指す。うち「AI・ロボット等の利活用を担う人材」は、機械技術者やその他の情報処理通信技術者等の職種を集計。「現場人材」は、生産工程従事者、建設・採掘従事者、サービス職業従事者等の職種を集計。なお、主要な項目のみ掲載しているため、ミスマッチ数の合計はゼロにならない。

特一19図 ICTスキル(男女、年齢階級別・令和6(2024)年)



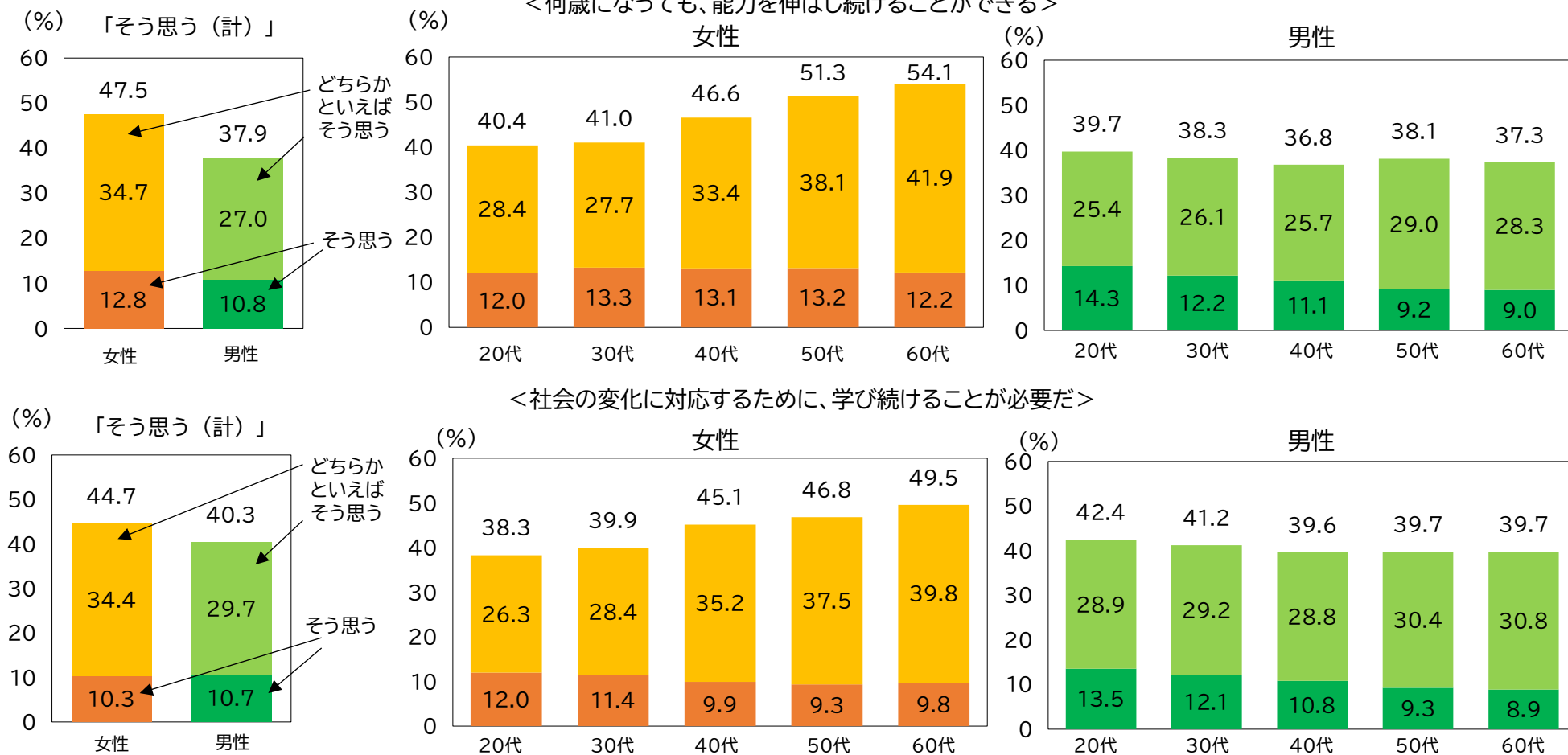
(備考) 総務省「令和6年通信利用動向調査」より作成。複数回答。

第2節 人生を豊かにする学び直しへの意欲と障壁①

○学びに関連する意識についてみると、「何歳になっても、能力を伸ばし続けることができる」という考え方について「そう思う(計)」とする者の割合は、女性が47.5%、男性が37.9%。年代別にみると、女性は上の年代ほど「そう思う(計)」の割合が高くなる。一方、男性は年代による大きな差はみられない。

○また、「社会の変化に対応するために、学び続けることが必要だ」という考え方に対し、「そう思う(計)」とする者の割合は、女性が44.7%、男性は40.3%になっている。こちらも女性は上の年代ほど「そう思う(計)」の割合が高い。一方、男性は30代までの世代がやや高い。

特-24図 学びに関連する意識（男女、年代別）



(備考)1. 内閣府「令和7年度人生を豊かにするための学びに関する調査」より作成。

2. 「下記の項目について、あなたのお考え・思いに近いものを教えてください。」と質問。

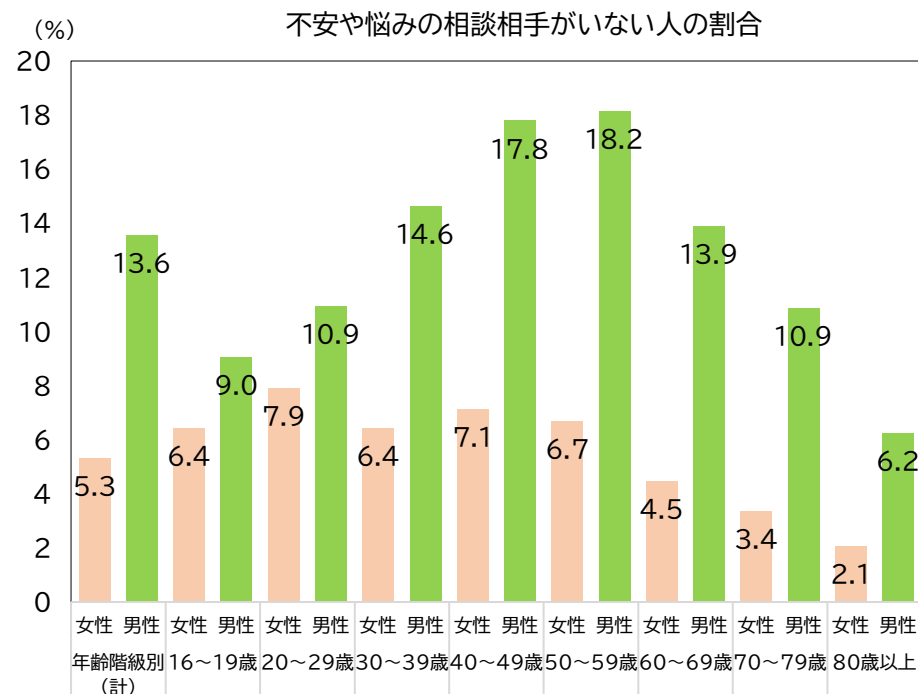
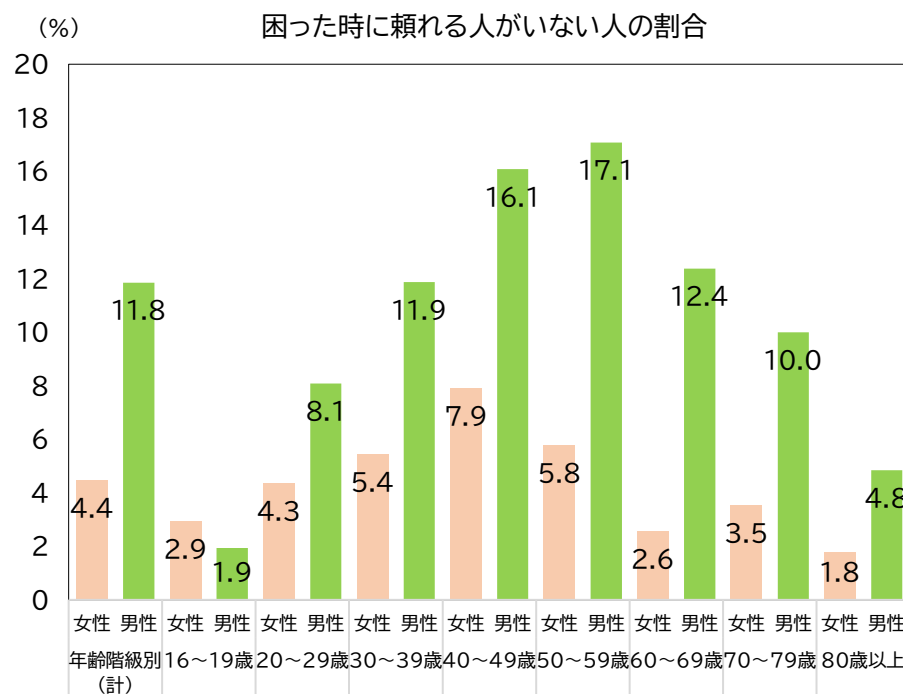
選択肢は、「そう思う」、「どちらかといえばそう思う」、「どちらともいえない」、「どちらかといえばそう思わない」、「そう思わない」。「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」のみを表章。

第2節 人生を豊かにする学び直しへの意欲と障壁②－1

○「困った時に頼れる人がいない」と回答した人は、16～19歳の年代を除き、各年代において男性に多くみられる。さらに、「不安や悩みの相談相手がない」と回答した人も、いずれの年代でも男性の方が多い。

○居場所についての意識と学びの関係についてみると、男女ともに1年以内に学んでいる者は、そうでない者に比べ、現在の普段の暮らしの中で自分の役割や居場所が「あると思う(計)」とする者の割合が高く、また、現在の自分の役割や居場所があると思うとする者の男女間の差は小さくなる。(P7特－36図)

特－13図 困った時に頼れる人・不安や悩みの相談相手がない人の割合(男女、年齢階級別・令和7(2025)年)

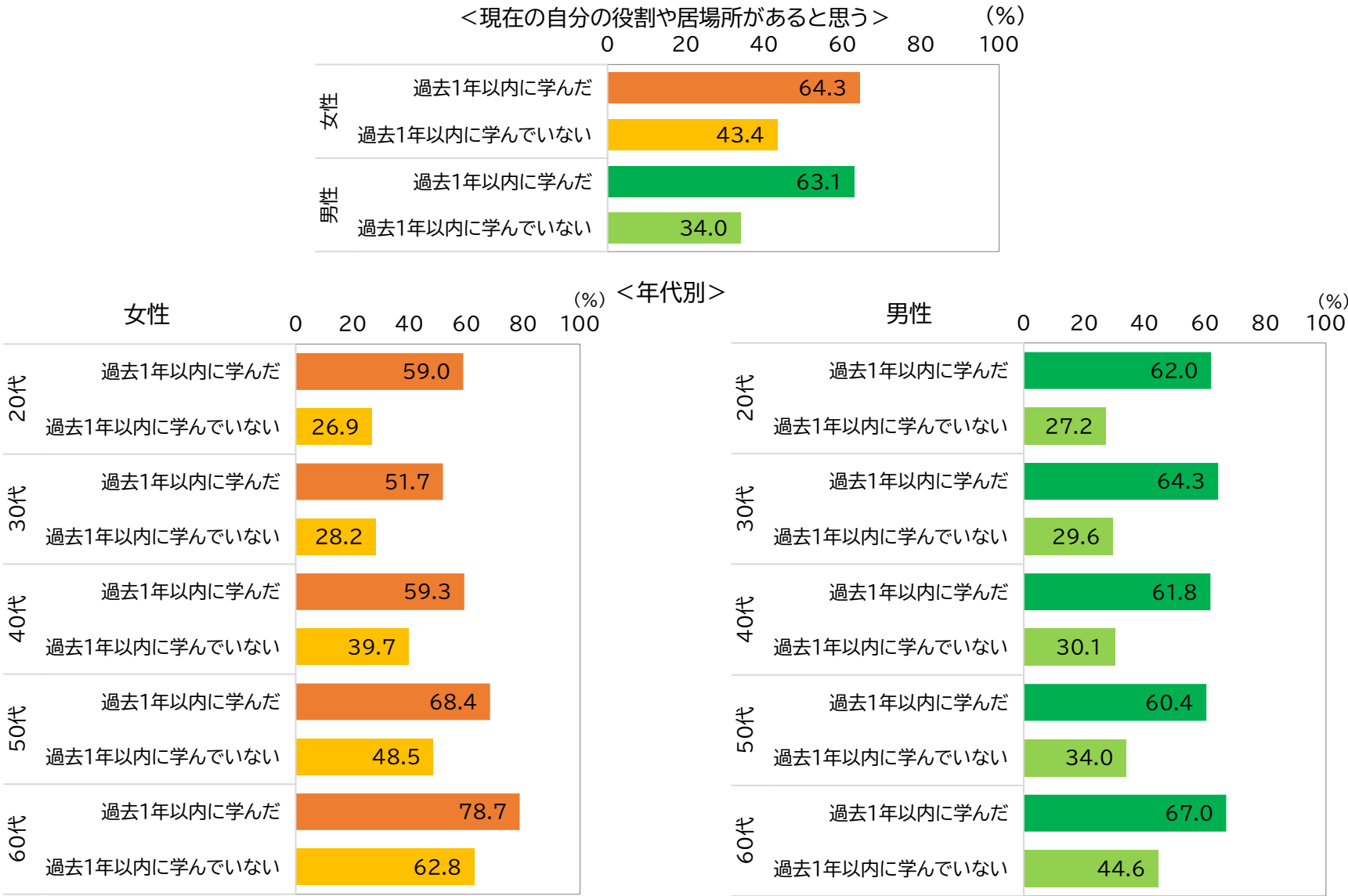


(備考)

1. 内閣府「孤独・孤立の実態把握に関する全国調査(令和7年人々のつながりに関する基礎調査)」より作成。
2. 「あなたには、困った時に頼れる人はいますか。」「あなたに不安や悩みが生じた場合、相談相手はいますか。」という質問に対して、「いない」と回答した人の割合。

第2節 人生を豊かにする学び直しへの意欲と障壁②-2

特-36図 1年以内の学びと普段の暮らしの中での役割や居場所（男女、年代別）



(備考)1. 内閣府「令和7年度人生を豊かにするための学びに関する調査」より作成。

2. 現在については、「現在、あなたは普段の暮らしの中で、自分の役割や居場所があると感じていますか。あなたの気持ちを教えてください。」と質問。「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」の計を表章。

3. 過去1年以内に下記6項目のいずれかを学んだと回答した人を「過去1年以内に学んだ」、1つも学んでいない人を「過去1年以内に学んでいない」と分類。

「仕事や職業キャリア(転職・セカンドキャリア等を含む)」に関すること、「家庭や日常生活(家事・育児・介護等)」に関すること、「文化・教養(語学・芸術・歴史等)」に関すること、「地域活動や社会貢献活動(地域の清掃活動、自治会活動、ボランティア等)」に関すること、「健康に関すること」、「その他」。

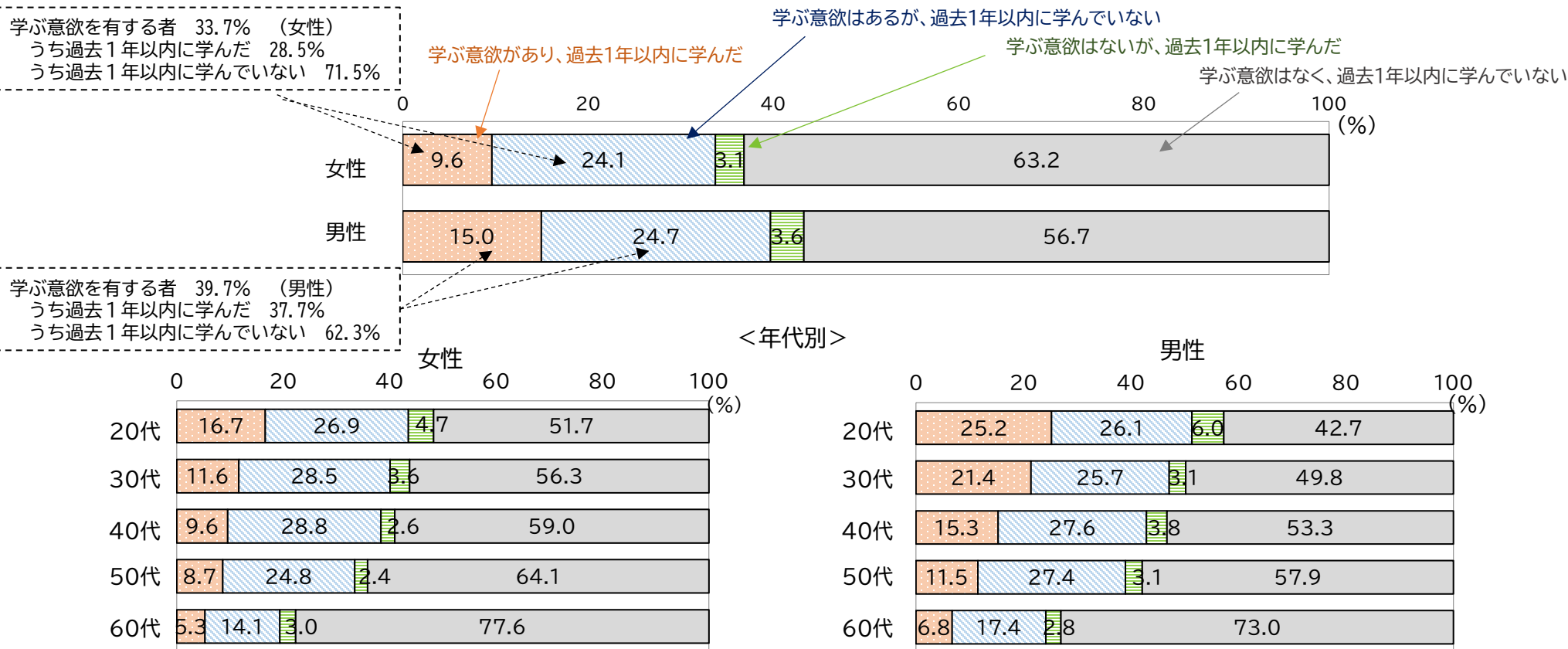
第2節 人生を豊かにする学び直しへの意欲と障壁③

○仕事や職業キャリアに関する学び直しについて、女性の約3割、男性の約4割の者が「学ぶ意欲がある」と答えているが、そのうち女性の約7割、男性の約6割は、「過去1年以内に学んでいない」。

○年代別にみると、男女ともに「学ぶ意欲がなく、かつ過去1年以内に学習していない」者の割合は、年代が上がるにつれて高くなる傾向にある。

意欲の有無は、「あなたは、次のようなことを学びたいと思いますか。本を読む、自分で勉強する、インターネットで検索する、詳しい人に話を聞く、講座を受講するなど、学ぶ方法は問いません。」と質問。「仕事や職業キャリア(転職・セカンドキャリア等を含む)に関すること」について、「そう思う」又は「どちらかといえばそう思う」と回答した者を「意欲あり」としている。

特-25図 仕事や職業キャリアに関する学び直しへの意欲と経験のギャップ(男女、年代別)



(備考)1. 内閣府「令和7年度人生を豊かにするための学びに関する調査」より作成。

2. 意欲の有無は、「あなたは、次のようなことを学びたいと思いますか。本を読む、自分で勉強する、インターネットで検索する、詳しい人に話を聞く、講座を受講するなど、学ぶ方法は問いません。」と質問。

「仕事や職業キャリア(転職・セカンドキャリア等を含む)に関すること」について、「そう思う」又は「どちらかといえばそう思う」と回答した者を「意欲あり」、「そう思わない」又は「どちらかといえばそう思わない」と回答した者を「意欲なし」としている。なお、「分からない」と回答した者は除外している。

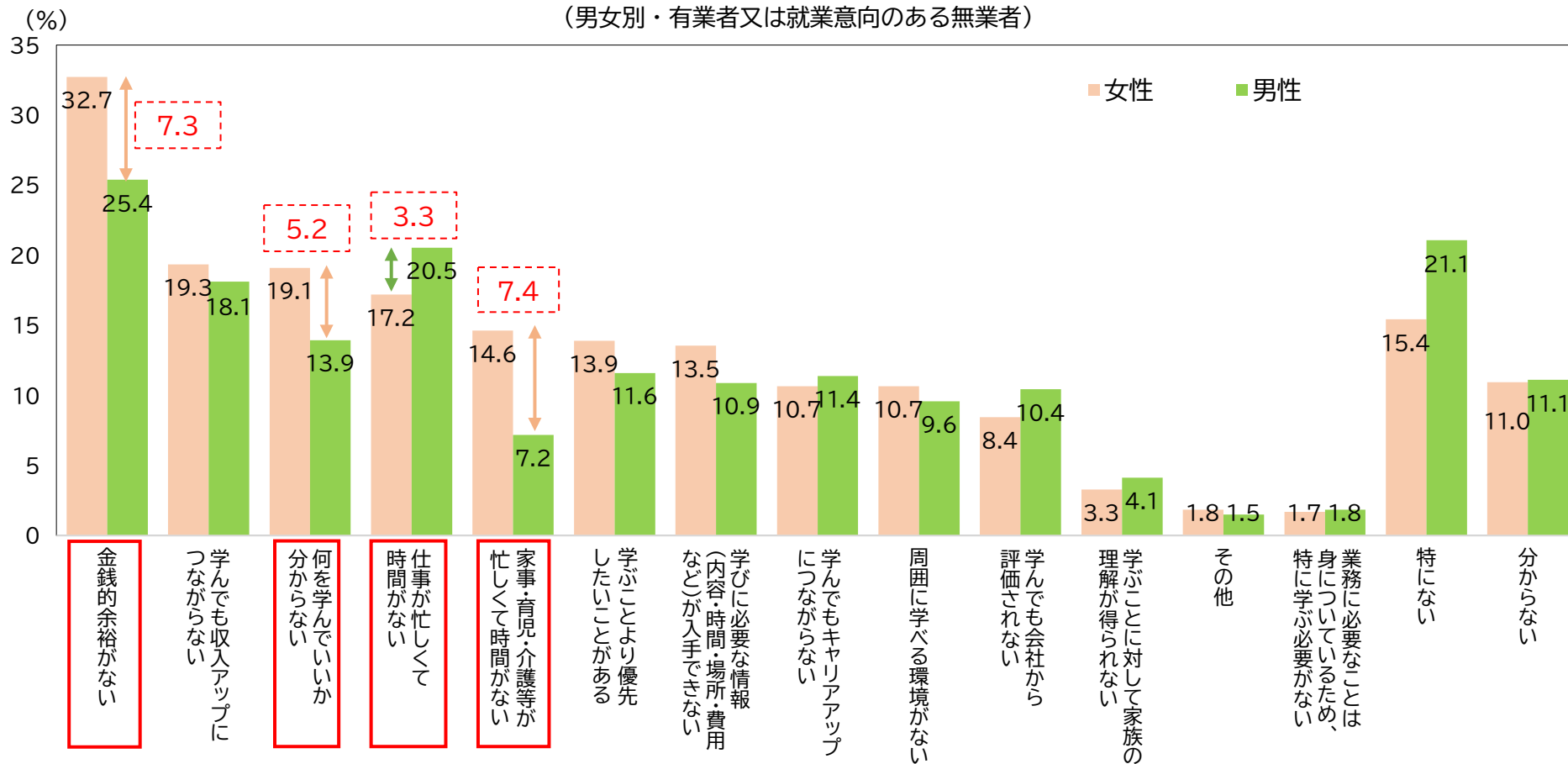
経験の有無は、「あなたは、次のようなことを過去5年間で学びましたか。期間内に1日(1回)以上学んだ場合は、「学んだ」とお答えください。本を読む、自分で勉強する、インターネットで検索する、詳しい人に話を聞く、講座を受講するなど、学ぶ方法は問いません。」と質問。「過去1年以内に学んだ」と回答した者を「過去1年以内に学んだ」、「過去1年以内に学んだ」以外の者で、「過去1年以内には学んでいないが5年以内に学んだ」又は「過去5年間で学んでいない」と回答した者を「過去1年以内に学んでいない」としている。

第2節 人生を豊かにする学び直しへの意欲と障壁④

○仕事や職業キャリアに関する学び直しへの障壁について、女性では「金銭的余裕がない」、「学んでも収入アップにつながらない」、「何を学んでいいかわからない」の順に多い。一方、男性では「金銭的余裕がない」、「仕事が忙しくて時間がない」、「学んでも収入アップにつながらない」の順に多い。

○男女差をみると、「金銭的余裕がない」、「家事・育児・介護等が忙しくて時間がない」、「何を学んでいいかわからない」は女性に多い一方、「仕事が忙しくて時間がない」は男性に多い。

特-26図 仕事や職業キャリアに関する学び直しへの障壁
(男女別・有業者又は就業意向のある無業者)



(備考) 1. 内閣府「令和7年度人生を豊かにするための学びに関する調査」より作成。

2. 「あなたが、仕事や職業キャリアに関して学ぼうとする上で、どのような課題や困りごとがありますか。」と質問。(複数回答)

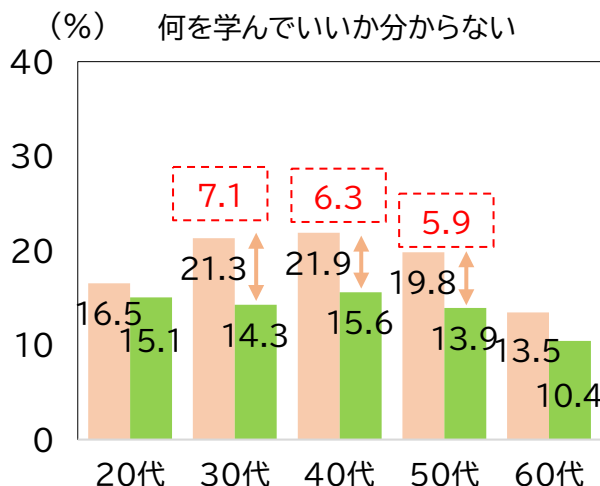
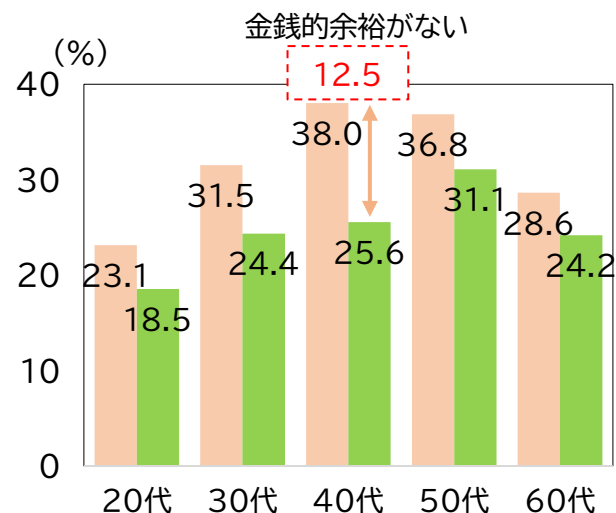
3. グラフ内の点線枠の数値は、男女差が相対的に大きい項目における差を示している。

第2節 人生を豊かにする学び直しへの意欲と障壁⑤

○仕事や職業キャリアに関する学び直しへの障壁で、男女差が大きい項目について、その年代別の差をみると、

- ・「金銭的余裕がない」は、40代に向けて最も差が大きくなり、その後、差は縮まる。
- ・「何を学んでいいかわからない」は、30代、40代、50代で差が大きい。
- ・「仕事が忙しくて時間がない」は、30代が最も差が大きく、40代で差が縮んだ後に、50代で再度差がひらく。
- ・「家事・育児・介護等が忙しくて時間がない」は、40代で差が最も大きくなり、その後50代、60代も同様の差が続く。

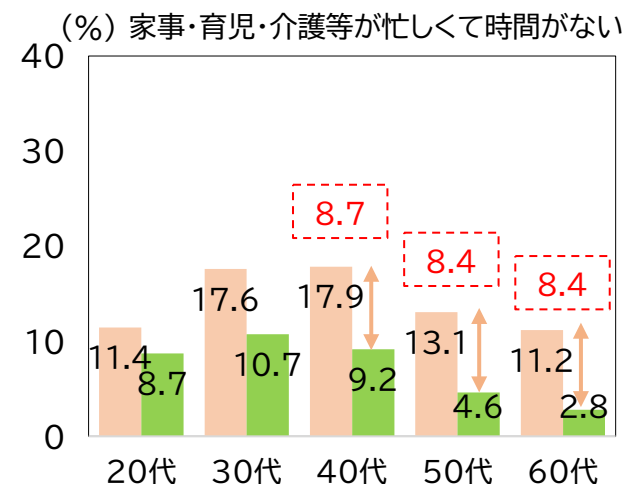
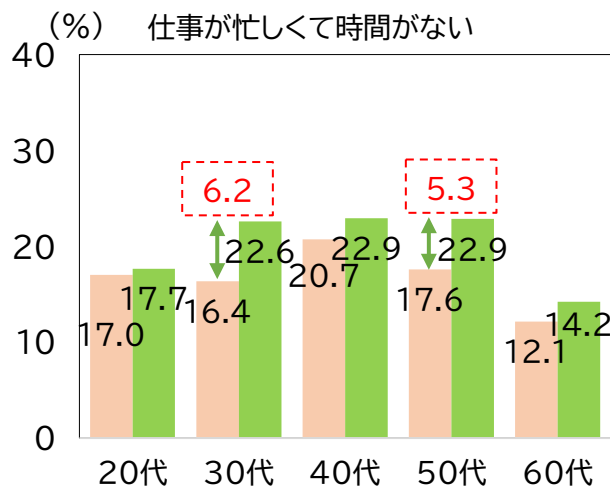
特-26図 仕事や職業キャリアに関する学び直しへの障壁（男女、年代別・有業者又は就業意向のある無業者）



■ 女性 ■ 男性

(備考)

1. 内閣府「令和7年度人生を豊かにするための学びに関する調査」より作成。
2. 「あなたが、仕事や職業キャリアに関して学ぼうとする上で、どのような課題や困りごとがありますか。」と質問。(複数回答)
3. グラフ内の点線枠の数値は、全年代の男女差の平均を超えている年代における差を示している。



第2節 人生を豊かにする学び直しへの意欲と障壁⑥

○暮らしを充実させる学び直しについて、男女とも7割前後の者が「学ぶ意欲がある」と答えているが、その半分以上は「学ぶ意欲はあるが、過去1年以内に学んでいない」。

『暮らしを充実させる学び直し』とは、仕事や職業キャリアに関する学び以外の、家庭や日常生活、文化・教養、地域活動や社会貢献活動、健康に関することなど、幅広い分野に及ぶ学びを指している。

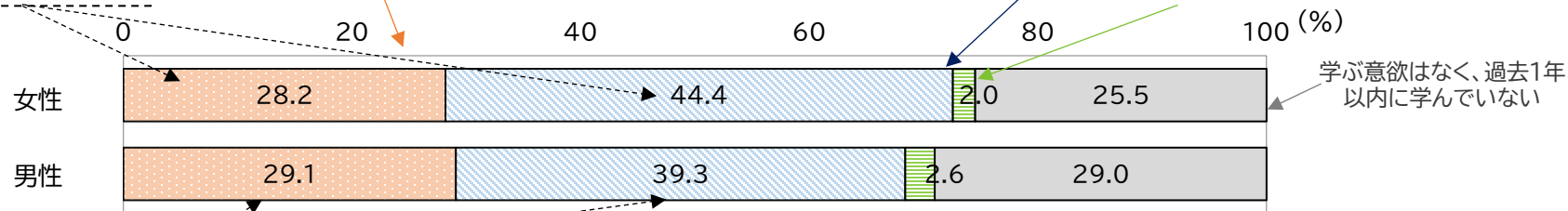
特一27図 暮らしを充実させる学び直しへの意欲と経験のギャップ（男女、年代別）

学ぶ意欲を有する者 72.6%（女性）
うち過去1年以内に学んだ 38.8%
うち過去1年以内に学んでいない 61.2%

学ぶ意欲があり、過去1年以内に学んだ

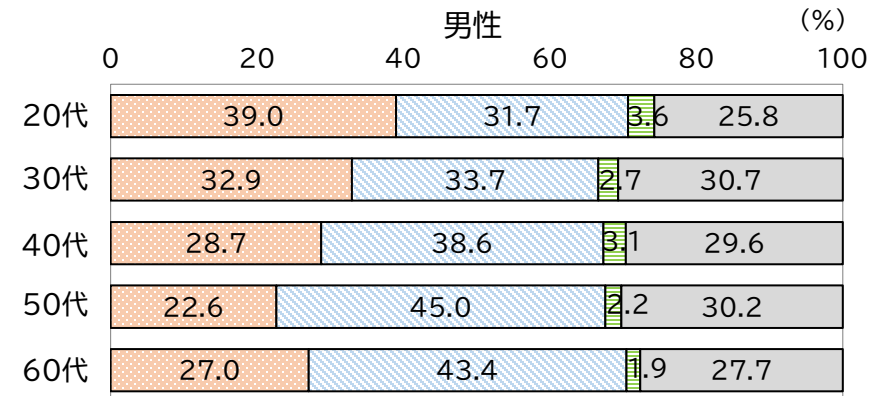
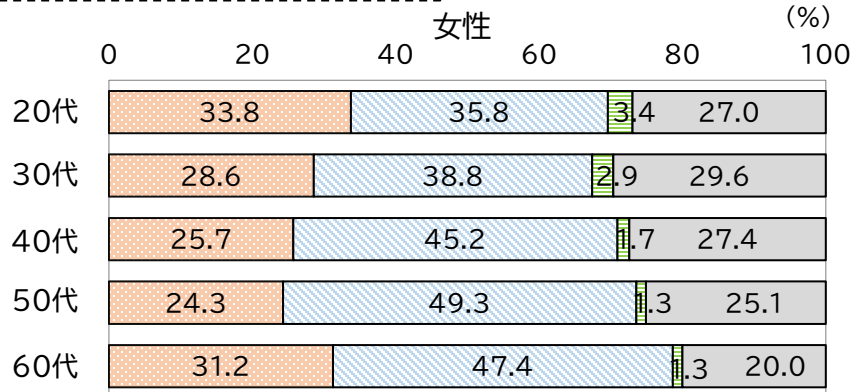
学ぶ意欲はあるが、過去1年以内に学んでいない

学ぶ意欲はないが、過去1年以内に学んだ



学ぶ意欲を有する者 68.4%（男性）
うち過去1年以内に学んだ 42.5%
うち過去1年以内に学んでいない 57.5%

<年代別>



(備考)1. 内閣府「令和7年度人生を豊かにするための学びに関する調査」より作成。

2. 本調査における「仕事や職業キャリア(転職・セカンドキャリア等を含む)」に関すること、「家庭や日常生活(家事・育児・介護等)」に関すること、「文化・教養(語学・芸術・歴史等)」に関すること、「地域活動や社会貢献活動(地域の清掃活動、自治会活動、ボランティア等)」に関すること、「健康に関すること」、「その他」を「暮らしを充実させる学び直し」と定義している。

3. 意欲の有無は、「あなたは、次のようなことを学びたいと思いますか。本を読む、自分で勉強する、インターネットで検索する、詳しい人に話を聞く、講座を受講するなど、学ぶ方法は問いません。」と質問。

2.の5項目のうち、いずれかの項目について、「そう思う」又は「どちらかといえばそう思う」と回答した者を「意欲あり」、「意欲あり」以外の者で、いずれかの項目について、「そう思わない」又は「どちらかといえばそう思わない」と回答した者を「意欲なし」としている。なお、全ての項目で「分からない」と回答した者は除外している。

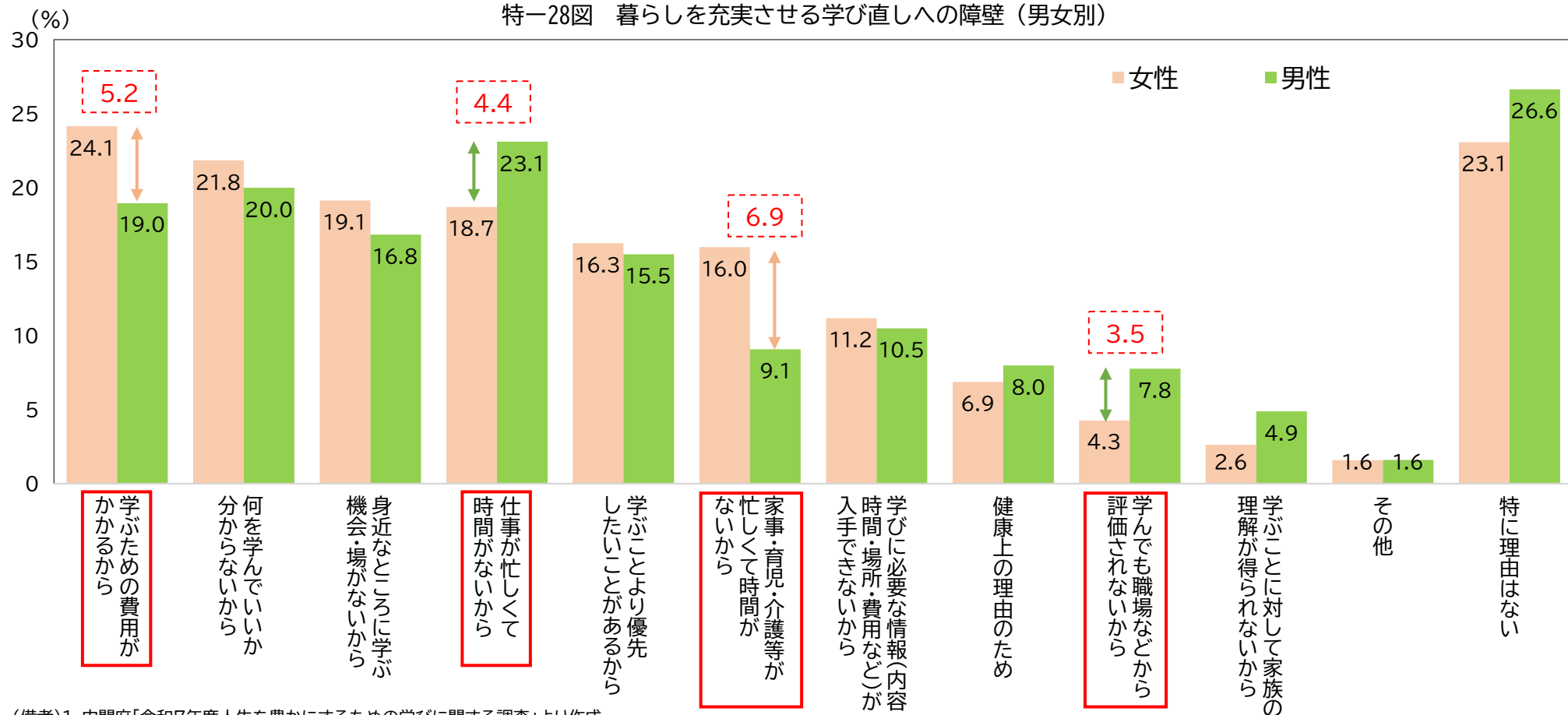
経験の有無は、「あなたは、次のようなことを過去5年間で学びましたか。期間内に1日(1回)以上学んだ場合は、「学んだ」とお答えください。本を読む、自分で勉強する、インターネットで検索する、詳しい人に話を聞く、講座を受講するなど、学ぶ方法は問いません。」と質問。2.の5項目のうち、いずれかの項目について、「過去1年以内に学んだ」と回答した者を「過去1年以内に学んだ」、「過去1年以内に学んだ」以外の者で、「過去1年以内には学んでいないが5年以内に学んだ」又は「過去5年間で学んでいない」と回答した者を「過去1年以内に学んでいない」としている。

第2節 人生を豊かにする学び直しへの意欲と障壁⑦

○暮らしを充実させる学び直しへの障壁について、女性では「学ぶための費用がかかる」、「特に理由はない」、「何を学んでいいか分からない」の順に多い。男性では、「特に理由はない」、「仕事が忙しくて時間がない」、「何を学んでいいか分からない」の順に多い。

○男女差をみると、「学ぶための費用がかかる」、「家事・育児・介護等が忙しくて時間がない」は女性に多い一方、「仕事が忙しくて時間がない」、「学んでも職場などから評価されない」は男性に多い。

特一28図 暮らしを充実させる学び直しへの障壁（男女別）



(備考) 1. 内閣府「令和7年度人生を豊かにするための学びに関する調査」より作成。

2. 本調査における「仕事や職業キャリア(転職・セカンドキャリア等を含む)」に関する「こと」を除く、「家庭や日常生活(家事・育児・介護等)」に関する「こと」、「文化・教養(語学・芸術・歴史等)」に関する「こと」、「地域活動や社会貢献活動(地域の清掃活動、自治会活動、ボランティア等)」に関する「こと」、「健康に関する「こと」、「その他」を「暮らしを充実させる学び直し」と定義している。

3. 2.の5項目のいずれかについて、学ぶ意欲はあるが、過去1年以内に学んでいないと回答した者に対し、「あなたが、過去1年以内に学んでいない理由を教えてください。」と質問。(複数回答)

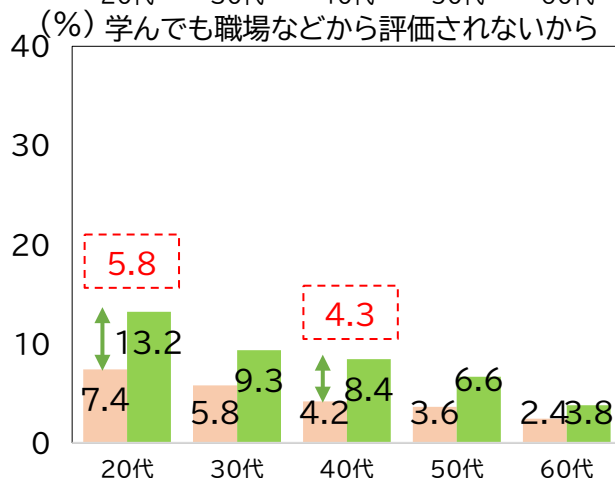
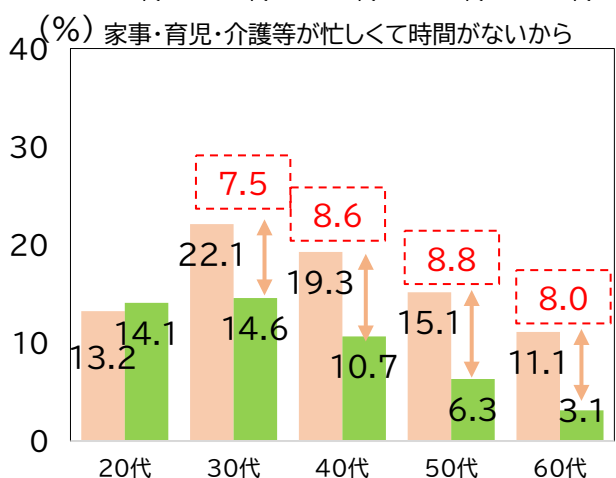
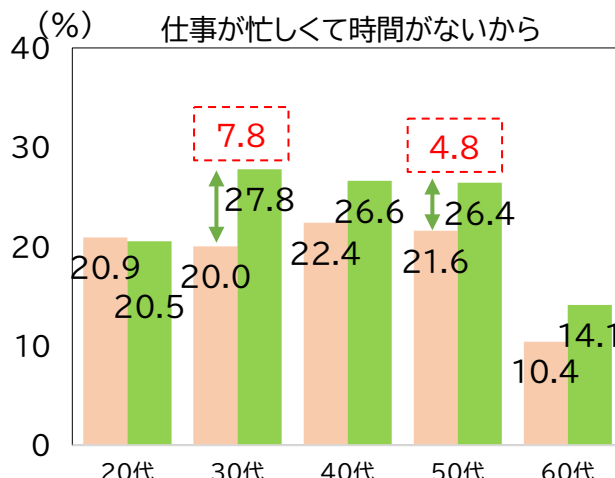
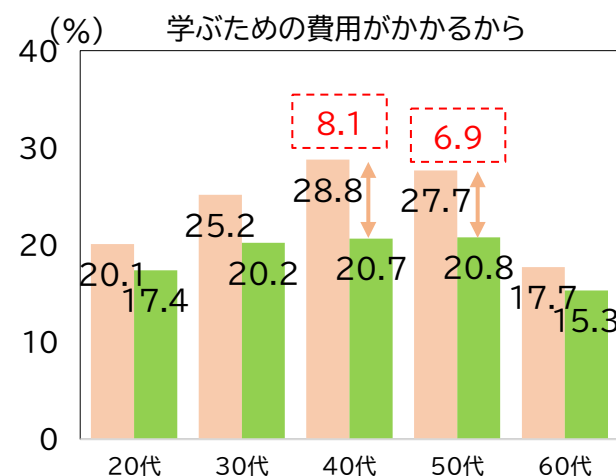
4. グラフ内の点線枠の数値は、男女差が相対的に大きい項目における差を示している。

第2節 人生を豊かにする学び直しへの意欲と障壁⑧

○暮らしを充実させる学び直しへの障壁で、男女差が大きい項目について、その年代別にみると、

- ・「学ぶための費用がかかるから」は、40代に向けて最も差が大きくなり、その後、差は縮まる。
- ・「仕事が忙しくて時間がないから」は、30代が最も差が大きく、40代で差が縮んだ後に、50代で再度差がひらく。
- ・「家事・育児・介護等が忙しくて時間がないから」は、50代に向けて最も差が大きくなり、その後60代も同様の差が続く。
- ・「学んでも職場などから評価されないから」は、20代、40代で差が大きい。

特-28図 暮らしを充実させる学び直しへの障壁（男女、年代別）



(備考)

1. 内閣府「令和7年度人生を豊かにするための学びに関する調査」より作成。
2. 本調査における「仕事や職業キャリア(転職・セカンドキャリア等を含む)に関すること」を除く、「家庭や日常生活(家事・育児・介護等)に関すること」、「文化・教養(語学・芸術・歴史等)に関すること」、「地域活動や社会貢献活動(地域の清掃活動、自治会活動、ボランティア等)に関すること」、「健康に関すること」、「その他」を「暮らしを充実させる学び直し」と定義している。
3. 2.の5項目のいずれかについて、学ぶ意欲はあるが、過去1年以内に学んでいないと回答した者に対し、「あなたが、過去1年以内に学んでいない理由を教えてください。」と質問。(複数回答)
4. グラフ内の点線枠の数値は、全年代の男女差の平均を超えている年代における差を示している。

第3節 多様な豊かさを実現できる社会の形成に向けた学び直しの促進

社会情勢の変化

■産業構造の変化

- ・生成AI等の活用による生産性向上
- ・成長分野における専門職や理系人材の需要増

■日常生活におけるデジタル化の進展

■働き方の変化

- ・高齢者の就業率の向上
- ・女性の経済的自立など

■人生100年時代における暮らし方の変化

- ・人生の長期化と生き方の多様化
- ・男性の孤独・孤立の問題など

人生を豊かにする学び直しの意義・効果

■仕事や職業キャリアに関する学び直し

- ・女性の経済的自立を含めた経済的豊かさ
- ・経済成長を支える成長分野や地域の主力産業への人材供給
- ・男女の格差是正、女性の活躍推進

■暮らしを充実させる学び直し

- ・男性の地域におけるつながり及び役割・居場所の形成
- ・生活の充実・心の豊かさ
- ・地域課題の解決に資する人材の育成

学び直しへの障壁の解消に資する環境整備

仕事や職業キャリアに関する学び直し

- 単なる講座の実施にとどまらない、伴走型の支援（起業家育成プログラムにおける相談支援、ネットワーク構築づくり等のマッチング支援など）
- 仕事や育児等との両立が可能なプログラムの提供（オンライン・オンデマンド対応、託児所サービス等）
- 働き方改革の推進及び多様で柔軟な働き方の実現

暮らしを充実させる学び直し

- 地域課題に即した具体的な学び直しのテーマや機会の積極的な提示
- 地域における様々な取組の連携・協働の促進

■経済的に配慮した学習プログラムの提供

■学習機会の支援（マナパス・マナビDX、教育訓練給付金、ハロートレーニング等）

■基礎的知識の習得のための講座から専門的学習への橋渡し

■男女双方の意識改革・理解促進

○学び直しの促進を通じた、女性・男性を問わず、誰もが暮らしやすい多様な豊かさを実現できる社会の形成