



ニュースリリース

2025年3月18日

物価高騰！ 購入頻度が上がった食品トップは？

「ほぼ 1000 人にききました」が調査結果を発表。

～節約しながらも将来の備えに回す余裕なし!?～

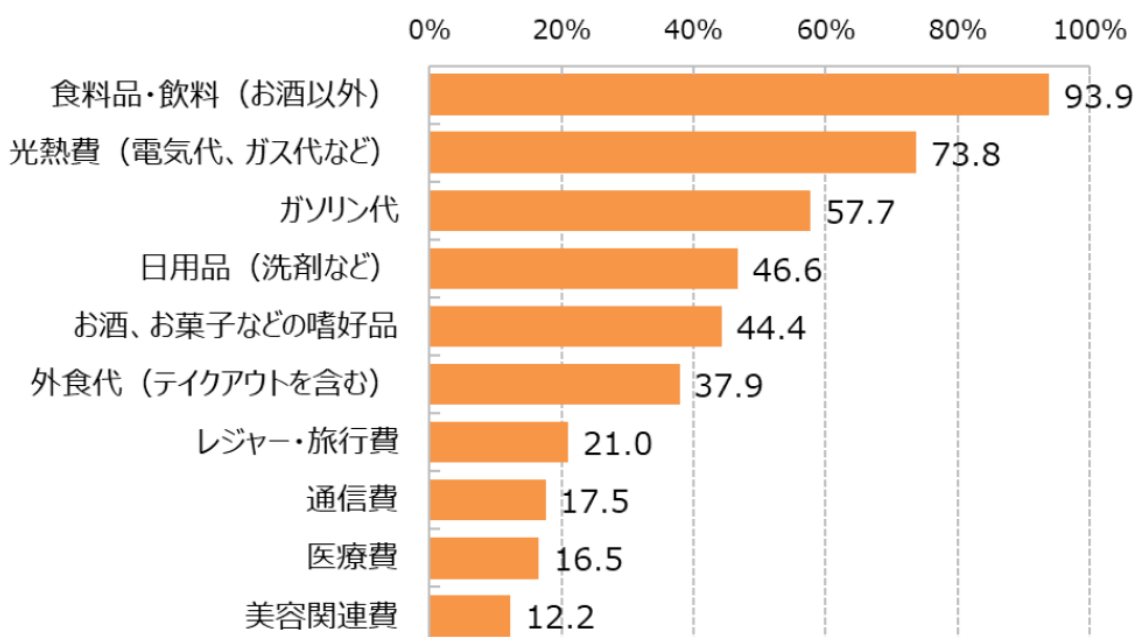
くらしにまつわる旬の話題やちょっとしたトピックをオレンジページが読者アンケートでリサーチする、「ほぼ 1000 人にききました」。さまざまな物の値上げラッシュが止まらず、家計の大きな負担になっている昨今。みんなの節約についての意識や、ふだんの買い物の仕方や買う物に変化があったのか、また、将来に向けての貯蓄や資産運用など、「お金事情」についてオレンジページが国内在住の 20 歳以上の女性 1231 人に調査。みんなの涙ぐましい節約の工夫や、将来のお金の不安などが見えてきました。

【ダイジェスト】

**「食費は節約したくない」と思いつつ、切り詰めざるを得ないのが現状
頼りにしているのは、あの「お助け食材」。ただし失敗やお悩みも
将来のお金に不安を抱える人は多いものの、資産運用している人は半数以下**

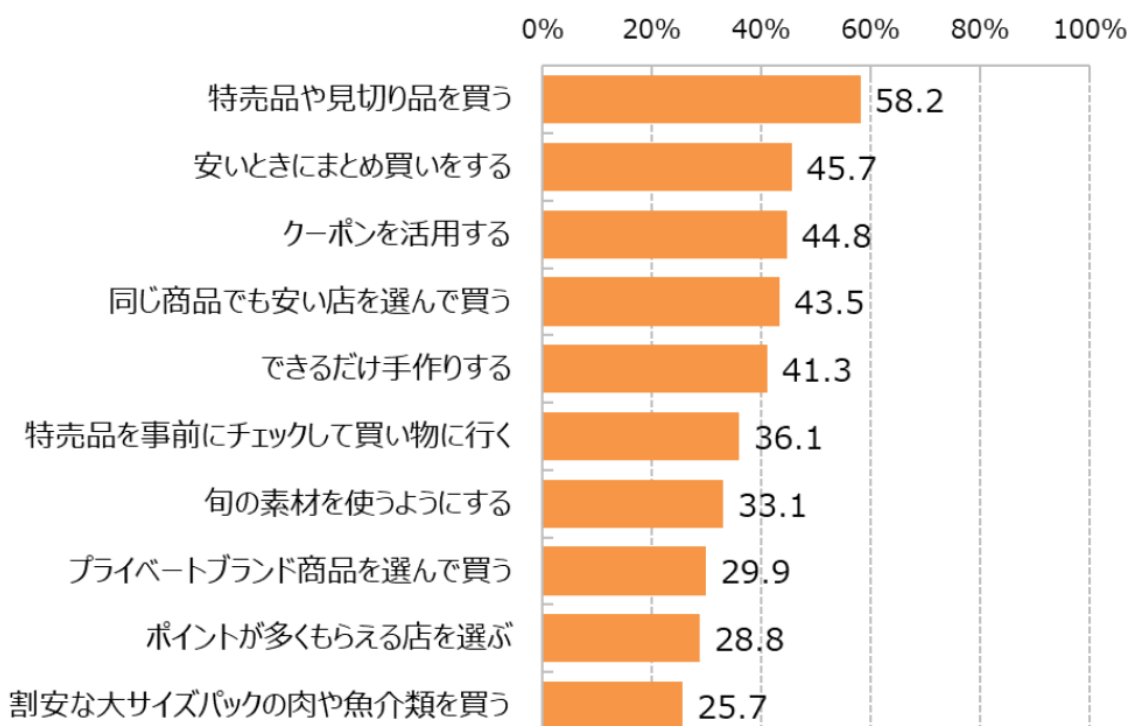
[Q]特に家計への負担が大きいと感じる費目を教えてください。

(n=1231・複数回答のうち上位10項目)



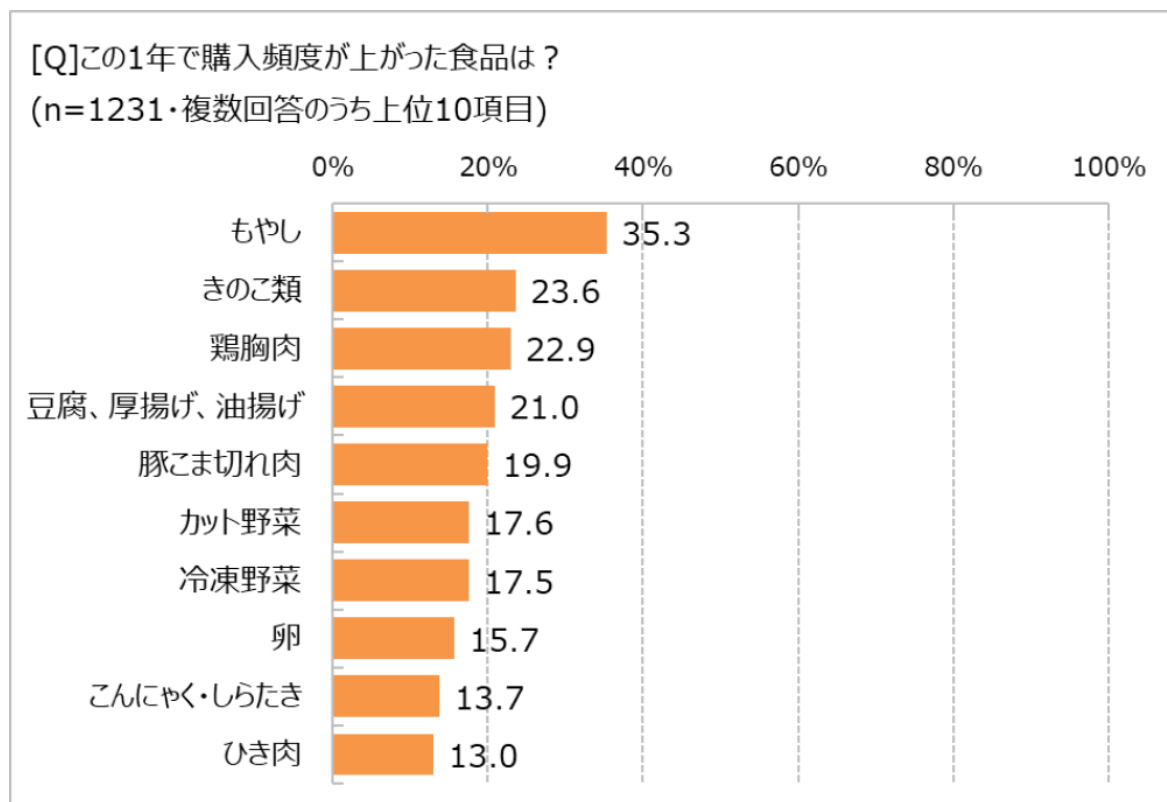
[Q]買い物や食事の用意について、あなたの行動や意識に近いものをお選びください。

(n=1231・複数回答のうち上位10項目)



「食費は節約したくない」と思いつつ、切り詰めざるを得ないのが現状

今回の調査で、物価高騰が家計の負担になっていると答えた人は 97.3%。特に負担が大きいと感じる費目の1位は「食料品・飲料」93.9%で、2位の「光熱費」73.8%と 20 ポイント以上の差がつかしました。一方で、できれば節約したくない費目でも「食料品・飲料」が 37.4%でトップに。「食べざかりの子どもがいるので、ふだんの食事は大切にしたい」(30代・ふみママ)、「いろいろ我慢しているのに、食料品まで節約して悲しくなるのはいや」(40代・ちゃき)など、家族の健康や食べる楽しみをそこないたくないと考える人が多いようです。その一方で、ふだん「特売品や見切り品を買う」と答えた人は 58.2%と6割近くに。自由回答でも「見切り品」のワードが多く見られ、「見切り品を買うのが当たり前。消費できる自信のあるものを買う」(50代・ぴよんじい)、「まず見切り品コーナーを見てから買い物するようにしています」(40代・みっちゃん)といった声が寄せられました。食費は節約したくない気持ちがありつつ、切り詰めざるを得ないのが実情のようです。

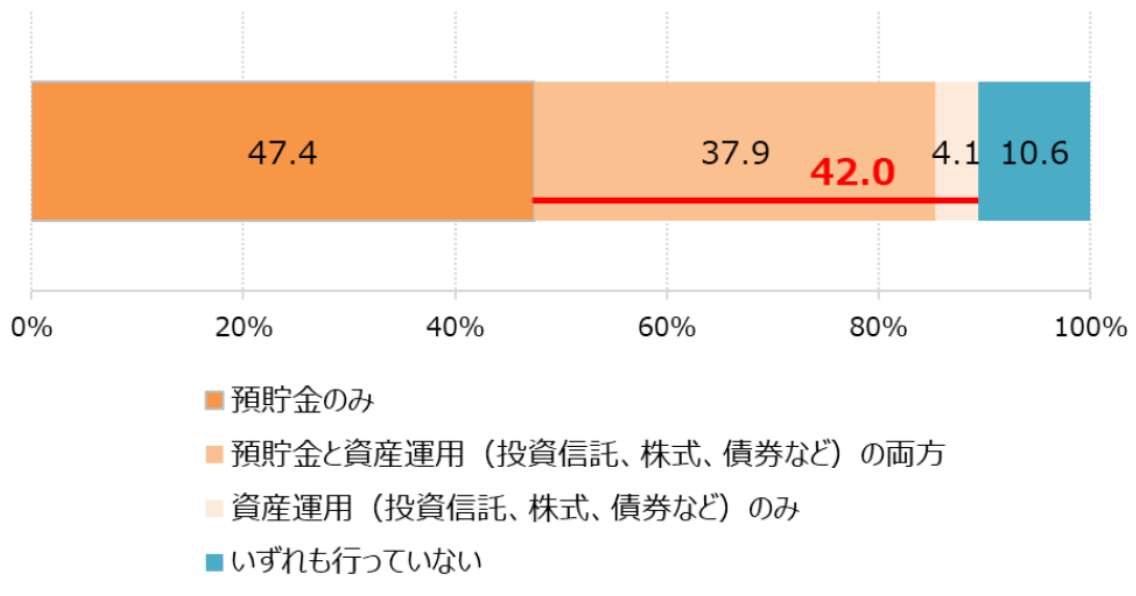


頼りにしているのは、あの「お助け食材」。ただし失敗やお悩みも

この1年で特に価格が上がったと思う食品は「野菜」60.7%、「米」54.8%、「卵」27.8%がトップ3に。そんな中、この1年で購入頻度が上がった食品は「もやし」35.3%が1位、次いで「きのこ類」23.6%、「鶏胸肉」22.9%が上位3つとなり、価格が手ごろで安定している「お助け食材」を手にとる人が増えているようです。その一方で、「もやしはお助け食材なのでまとめ買いをするのですが、余らせて傷んでしまったことが何度か」(40代・みっちゃん)、「スーパーに行くともやしを買いがち。家族は飽きてあまり食べなくなってしまいました」(60代・まるん)といった失敗やお悩みの声もありました。

[Q]あなたのお宅では、預貯金や資産運用をしていますか。

(n=1231)



将来のお金に不安を抱える人は多いものの、資産運用している人は半数以下

ふだん節約を意識している人はほぼ9割に達し、また、8割の人が将来のお金に不安を感じていると回答。しかし、現在、何らかの資産運用をしている人は全体で42.0%と半数に届かず、「預貯金のみ」47.4%を下回る結果に。将来のお金の不安がある一方で、資産運用に踏み切れていない人も多いことがうかがえます。運用を始めた理由は「預貯金だけでは将来が不安」「老後資金の確保」が上位となりました。運用の方法としては、昨年からはまった「新NISA」が55.9%でトップ。新NISAスタート前の2023年の調査では「NISA」が29.4%だったことから、新制度になったことが関心を集め、始めた人が多いと考えられます。また、新NISAの利用枠では、複数回答で「つみたて投資枠」69.6%が「成長投資枠」52.2%を上回り、「つみたて投資枠」への投資金額は、ひと月に「1万～2万円未満」が最多でした。年代別で見ると、何らかの資産運用している人が最も多いのは30代で、47.7%と半数近く。30代の方は、始めたきっかけとして「周囲からのすすめ」や「メディアやSNSで必要性を知ったから」と答えた人の割合が他の年代よりも高く、接する情報量の多さも運用を後押ししていそうです。

今回の調査では、物価高騰を受け、見切り品の購入やお助け食材の利用のほか、クーポンやお店のポイントを最大限活用するなど、さまざまな節約の工夫が寄せられました。しかし、そうした努力をしつつも「貯蓄や投資に回すだけの余裕はない」との声が多数。「子どもにやりたいことをさせてあげるお金を貯められる気がしません」（30代・kuro）、「老後も働かないと生活できないだろうとは思っているが、働けるのか？」（40代・うさまろ）といった声もあり、多くの人が将来の生活や自分の老後に不安を抱えていることが改めて明らかになりました。今は物価が落ち着くのを祈るばかりといえそうです。

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1231人)
- 調査方法: インターネット調査
- 調査期間: 2025年1月17日～1月26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、さまざまな暮らし情報・暮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、「暮らしのリアル」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、今年創刊40周年を迎える生活情報誌。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

次の暮らしデザイン部

kurashi@orangepage.co.jp