



ニュースリリース

2025年4月17日

ゴールデンウィーク「家で過ごすことが多い」6割！

「ほぼ1000人にききました」が調査結果を発表。

～お出かけした日の夕食、お助けメニューは!?～

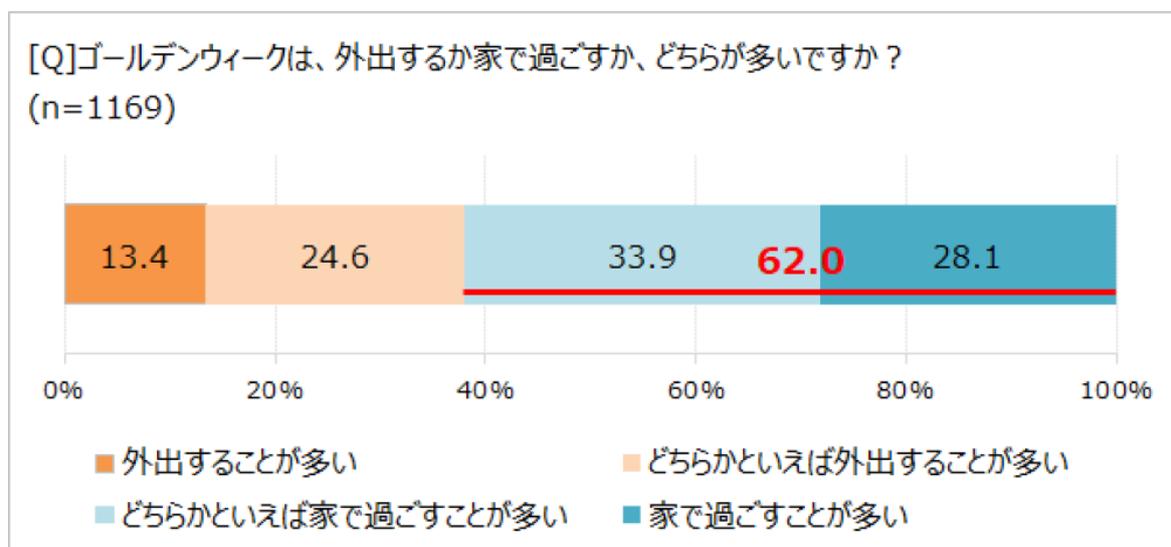
くらしにまつわる旬の話題やちょっとしたトピックをオレンジページが読者アンケートでリサーチする、「ほぼ1000人にききました」。今年は最大11連休にもできるゴールデンウィーク。その連休に、みんながどのように過ごすのかについて、オレンジページが国内在住の20歳以上の女性1169人に調査。家で過ごす派、お出かけする派、それぞれどんなことをするのか？ また準備がおっくうになりがちなお出かけした日の夕食では、あるメニューを作る人が多いことが判明しました。

【ダイジェスト】

小さい子どもがいる家庭は外出傾向が強い!?

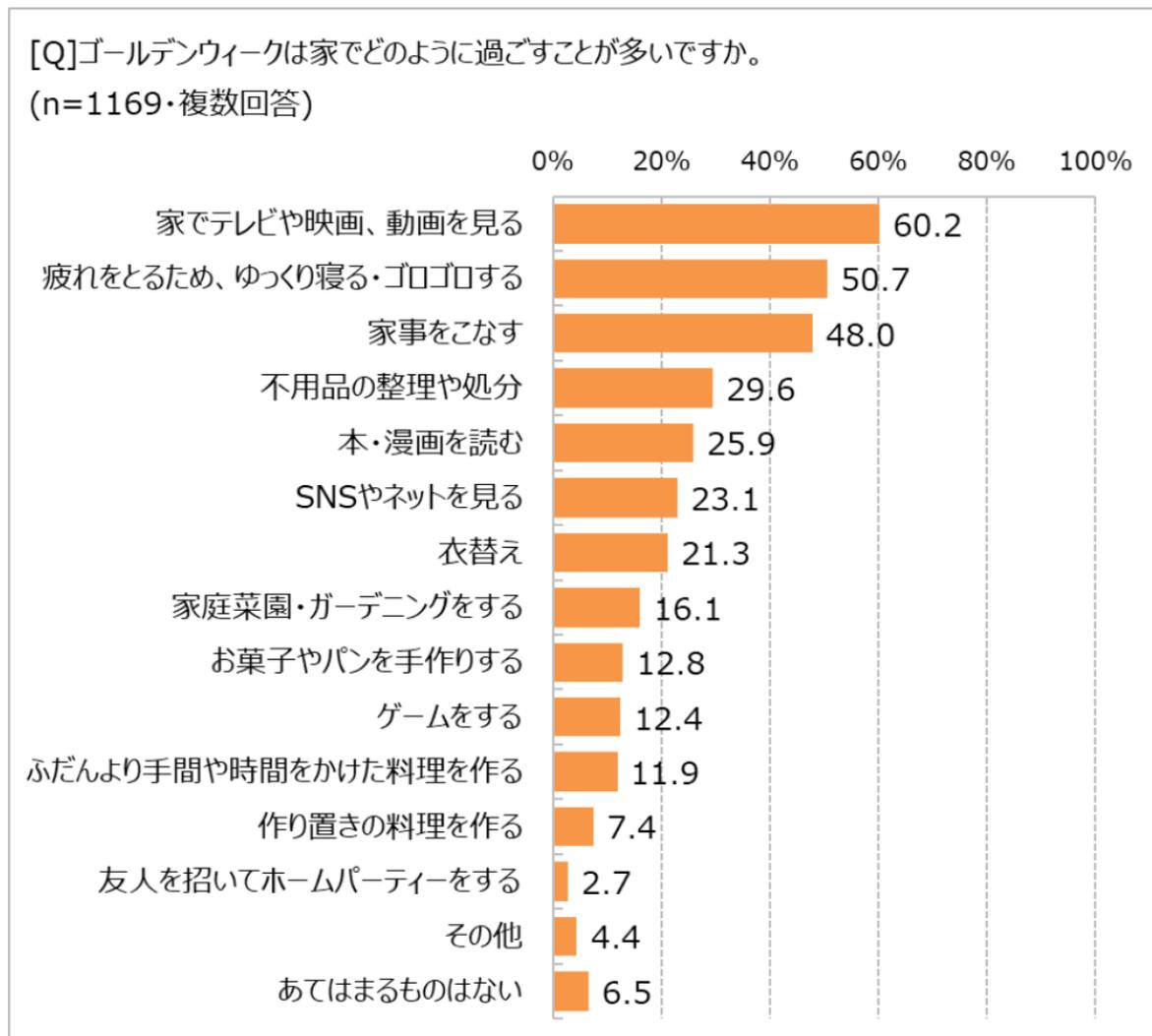
家では「ふだんできない整理整頓」、外出は「旅行よりもショッピング」

お出かけ後の夕食作りは麺類が活躍。簡便調味料やレトルト食品も頼りに



小さい子どもがいる家庭は外出傾向が強い!?

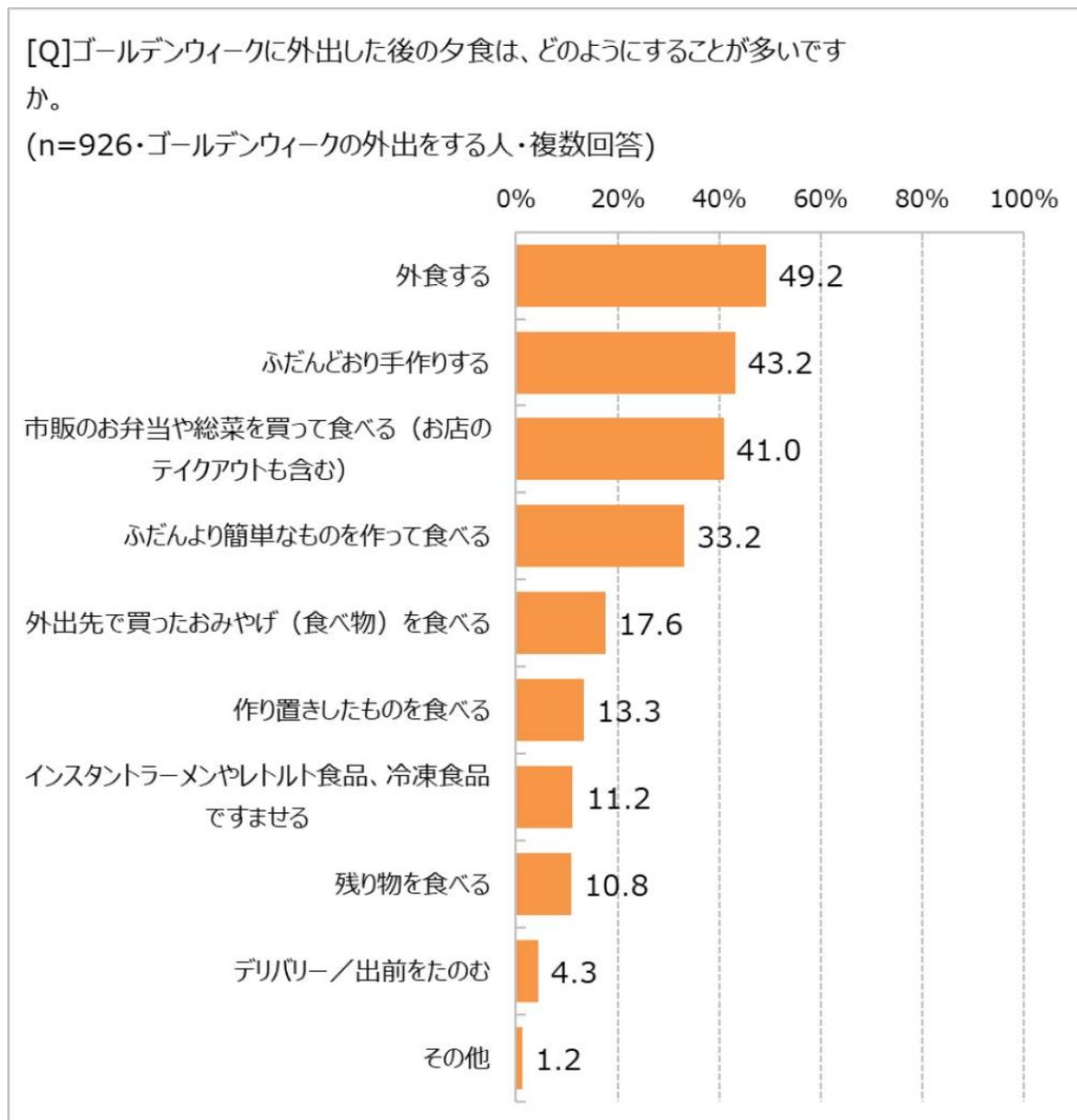
今年のゴールデンウィークは最大何連休の予定かをきいたところ、未定の人 30.5%を除くと、「4連休」の 18.7%が最多でした。そして、例年の過ごし方では、「家で過ごすことが多い」が 62.0%で、「外出することが多い」38.0%を大きく上回ることが判明。家で過ごす理由としては、「人が多く混雑する」と答えた人が 4割強、「お金がかかる、節約したい」が 3割程度という結果に。「どこに行っても混雑しているし、出費も多くなるので、家でおとなしくしている」(50代・クレープ)といった声もありました。ただ、小学生以下の子どもがいる人では 6割超が「外出することが多い」と回答。その外出先としては、複数回答で「実家や親戚の家に行く」が約 45%と高く、孫の顔を見せに帰省するという人も多そうです。



家では「ふだんできない整理整頓」、外出は「旅行よりもショッピング」

ゴールデンウィーク中の家での過ごし方は、「テレビや映画、動画を見る」60.2%、「ゆっくり寝る・ごろごろする」50.7%がトップ2で、「家事をこなす」も48.0%と半数に迫りました。「食器棚や押し入れの整理をして使いやすいキッチンや収納にしたい」(60代・とだかつち)、「衣替えやふとんの入れ替えなど、夏に向けた準備や模様替えをします」(50代・ふじこ)といった自由回答があり、ふだん手が回らない大そうじや収納の整理をしたいと考える人も多いようです。一方、お出かけで何をするかでは、「ショッピング」が38.3%でトップ、次いで「外食をする」37.7%でした。

旅行に行く人は、「日帰りの国内旅行」「宿泊を伴う国内旅行」がともに2割を切り、「海外旅行」はわずか2.2%という結果に。「この時期の旅行代金は高額なので、ずらして行きたい」（60代・ばんだ）と思う人も少なくないのかも。



お出かけ後の夕食作りは麺類が活躍。簡便調味料やレトルト食品も頼りに

ゴールデンウィーク中の料理・食事作りについては、「ふだん通り手作りする」が48.1%で半数近く。しかしながら、「お出かけ後の夕食」となると、複数回答で「外食」が49.2%と最多で「ふだん通り手作り」43.2%を上回り、「市販のお弁当や惣菜を買う」も4割強という結果でした。「ふだんより簡単なものを作る」33.2%という人から多く挙げたメニューは、うどん、パスタなどの麺類。「ご飯を炊いていないので麺類になりがち」（60代・コーヒールンバ）、「市販のソースを使ったパスタと、野菜にドレッシングを合わせただけのサラダ」（50代・SHAY）といった声がありました。また、「混ぜるだけの素やレトルトのカレーで簡単に」（40代・今年のおみくじは大吉さん）な

ど、簡便調味料やレトルト食品に頼るといふ人も多数いました。

今回の調査では、小さい子どもがいる家庭では外出を楽しむ人も多いものの、人混みを避け、ふだんできない家事をこなしたり、ゆっくり体を休めるなど、家で過ごすことが多い人が半数を超えるという結果に。一方で、連休で家族が家にいる時間が長い分、家事の負担が増えることへの不満の声もちらほら。「ゴールデンウィークと聞いて、思い浮かべるのは『ため息』。家族は休日なのに、休みのない家事に追われていると、不公平さを感じてしまいます」(60代・ゆゆ。)といったコメントがありました。せっきくの大型連休、家族みんなで楽しく過ごせるよう、家事分担などの配慮も必要なのかもしれません。

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1169人)

●調査方法:インターネット調査

●調査期間:2025年2月21日～3月2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