

2014年6月17日

報道関係各位

## 「消費税増税後の節約術・貯蓄術に関する調査」

**20代の1割半がLINEやSkypeなど「通話アプリ」で節約  
増税後、新たに始めた節約は？ 4人に1人が“外食離れ”**

**節約や貯蓄の妨げは「ご褒美消費」20代女性の3割半**

**節約上手有名人 1位「松居一代」さん、2位「オードリー・春日」さん**

メディケア生命保険株式会社 (<http://www.medicarelife.com/>) (本社: 東京都江東区、取締役社長: 高尾延治) は、「消費税増税後の節約術・貯蓄術に関する調査」をモバイルリサーチ(携帯電話によるインターネットリサーチ)により、2014年5月9日～5月15日の7日間において実施し、20～59歳の男女1,000名の有効サンプルを集計いたしました。(調査協力機関: ネットエイジア株式会社)

### INDEX

#### 《お金や消費に関する行動・考え》……………P.2

大切にしていることにはお金をかける“メリハリ消費派” 5割  
銀行通帳をみるのが楽しみ 3割弱  
消費税 10%への増税 7割弱が反対



#### 《行っている節約術・行いたい節約術》……………P.3

現在行っている節約術 「買い物のしかたを工夫」 5割半  
20代の1割半がLINEやSkypeなど「通話アプリ」で節約  
増税後、新たに始めた節約は？ 4人に1人が“外食離れ”  
増税後、専業主婦は「水道光熱費」や「食材の期限切れに注意」など、家事の中で節約に取り組む  
今後行いたい節約術は「保険の見直し」 パパ・ママの2割半

#### 《増税後、買い物のしかたの変化は？》……………P.6

増税後、「値引き商品を買うようになった」4割弱、「ポイントが貯まるお店で買うようになった」3割強

#### 《貯蓄の秘訣・障害はどのようなものがある？》……………P.7

銀行通帳をみるのが楽しみだとお金が貯まる？  
日頃の貯蓄方法や貯蓄に成功した秘訣は？  
節約や貯蓄の妨げになっているもの 「ご褒美消費」20代女性の3割半

#### 《節約のために、このような経験をしたことがある？》……………P.11

“安いガソリンスタンドを選び、最寄りよりも30分以上かけて給油へ行く” 4人に1人が経験  
“ポイントの有効期限が過ぎて利用しそびれる” 7割半が経験  
お金の細かい人は、お金と同時にストレスも溜まりがち？

#### 《節約上手だと思う有名人は？》……………P.12

節約上手だと思う有名人 1位はマツイ棒で知られる「松居一代」さん、2位は「オードリー・春日」さん

## 調査結果

消費税が5%から8%に増税され、家計のやりくりや将来に向けた貯えなど、日常生活への影響を実感し始める頃かと思われます。そこで、人々の意識や行動がどのように変化したかを探るため、20～59歳の男女1,000名(全回答者)を対象として、「消費税増税後の節約術・貯蓄術に関する調査」を行いました。

### ◆ 大切にしていることにはお金をかける“メリハリ消費派” 5割

#### ◆ 銀行通帳をみるのが楽しみ 3割弱

#### ◆ 消費税10%への再増税 7割弱が反対

まず、全回答者(1,000名)に、お金や消費に関する行動・考えに、どの程度あてはまるか聞きました。

《支払いが割り勘の場合は、1円単位まで細かく分けたい》に『あてはまる』(「非常にあてはまる」と「ややあてはまる」の合計)と回答した“お金に細かい”方は1割半(15.8%)、《メリハリ消費(※1)を心掛けている》に『あてはまる』と回答した“メリハリ消費派”は5割(50.2%)、《(TポイントやPontaカードなど)ポイントカードを使っている(※2)》に『あてはまる』と回答した割合は8割(80.2%)となりました。

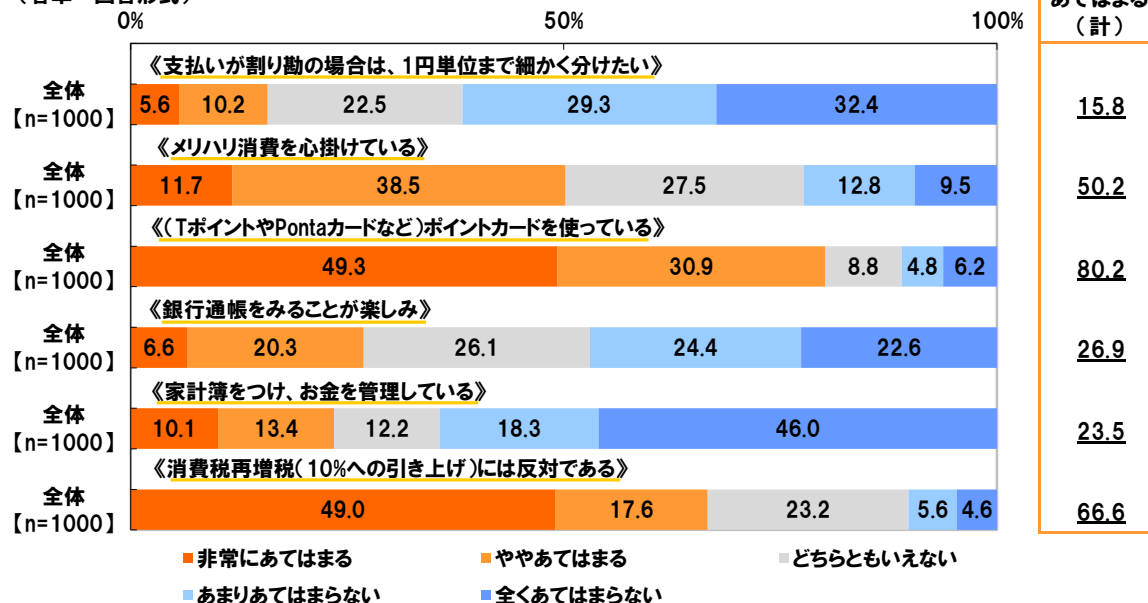
《銀行通帳をみるのが楽しみ》に『あてはまる』と回答した割合は3割弱(26.9%)、《家計簿をつけ、お金を管理している》について『あてはまる』は2割半(23.5%)となり、4人に1人は“管理上手”との結果となりました。

また、《消費税再増税(10%への引き上げ)には反対である》に『あてはまる』は7割弱(66.6%)で、3人に2人が“再増税反対派”であることがわかりました。

※1:大切にしていることにはお金をかけ、それ以外の出費はできるだけ抑えるというお金の使い方

※2:クレジットカードや電子マネーにポイント機能があるものを含む

### ◆ お金や消費に関する行動・考えに、どの程度あてはまるか (各単一回答形式)

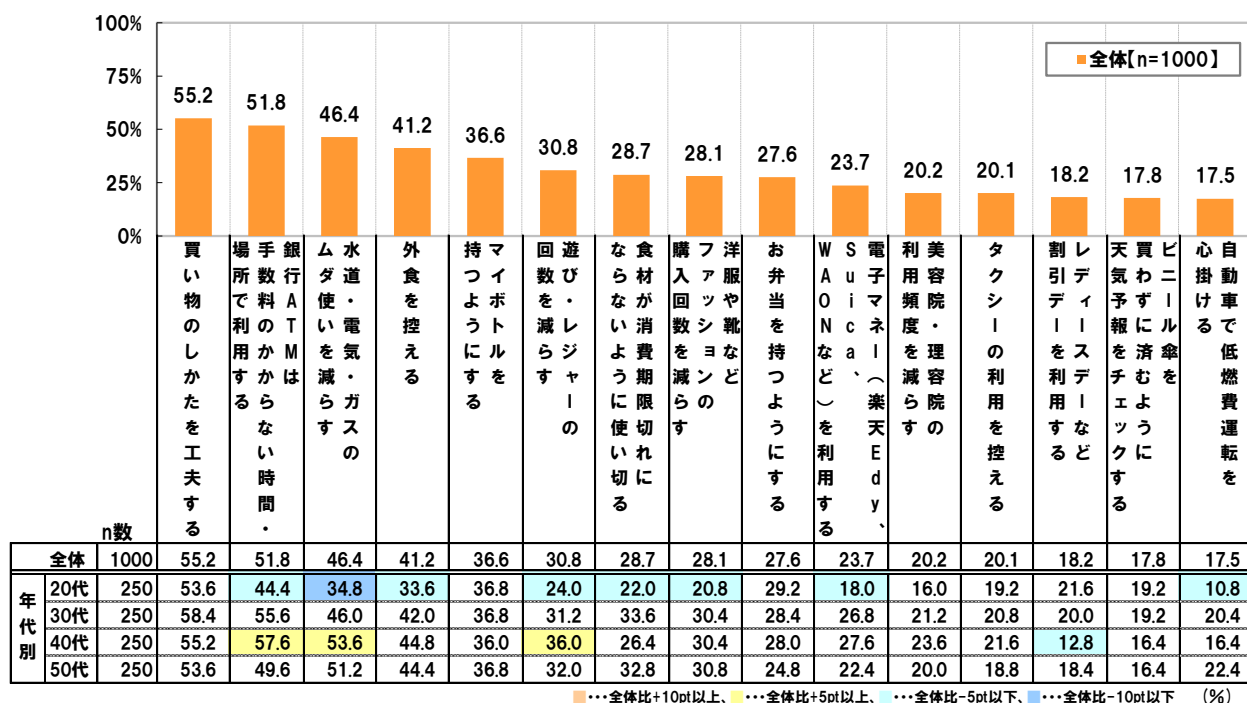


- ◆ 現在行っている節約術「買い物のしかたを工夫」5割半
- ◆ 20代の1割半がLINEやSkypeなど「通話アプリ」で節約
- ◆ 増税後、新たに始めた節約は？ 4人に1人が“**外出離れ**”
- ◆ 増税後、専業主婦は「水道光熱費」や「**食材の期限切れに注意**」など、家事の中で節約に取り組む
- ◆ 今後行いたい節約術は「**保険の見直し**」 パパ・ママの2割半

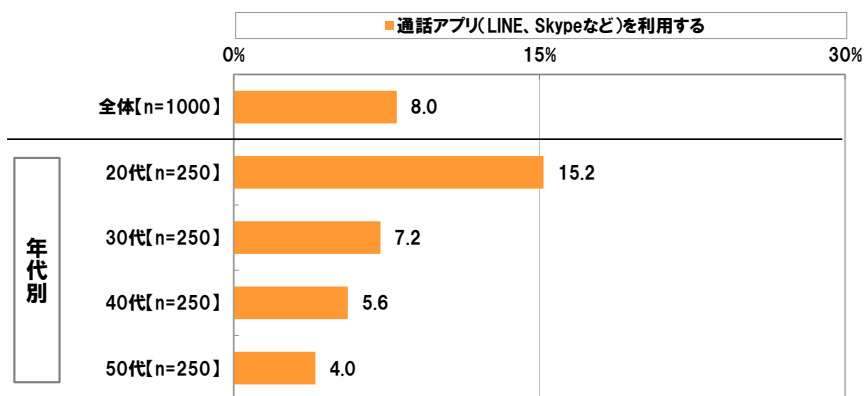
全回答者(1,000名)に、現在行っている家計の節約について聞いたところ、最多は「買い物のしかたを工夫する」で、5割半(55.2%)となりました。次いで「銀行ATMは手数料のかからない時間・場所で利用する」が5割強(51.8%)、「水道・電気・ガスのムダ使いを減らす」が4割半(46.4%)で続きました。

年代別にみると、20代は、「通話アプリ(LINE、Skypeなど)を利用する」の割合が他の世代に比べて高く(20代15.2%、30代7.2%、40代5.6%、50代4.0%)となりました。

◆現在行っている家計の節約（複数回答形式）※上位15位抜粋



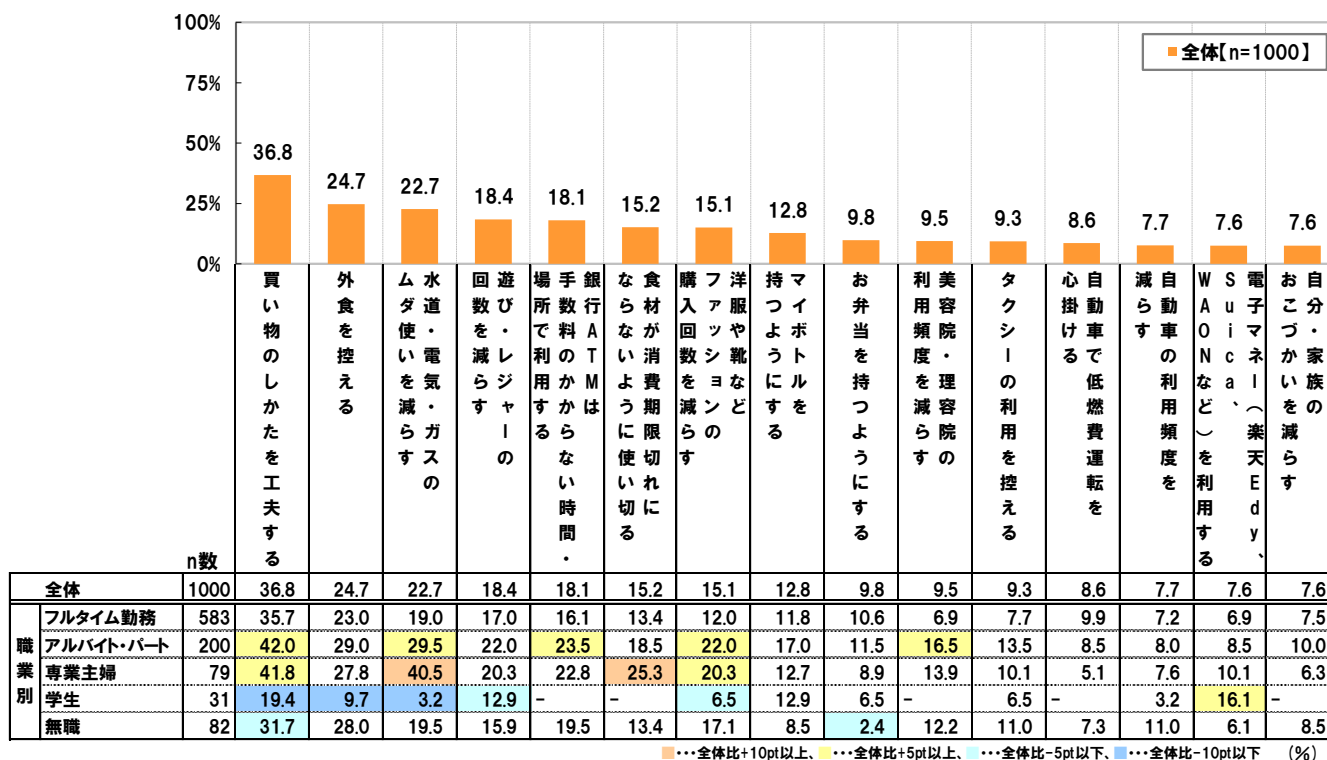
◆現在行っている家計の節約\_年代別（複数回答結果より抜粋）



次に、今年4月の消費税増税後(5%から8%)に新たに始めた家計の節約について聞いたところ、「買い物のしかたを工夫する」(36.8%)に次いで「外食を控える」(24.7%)が多く、増税後の出費削減として4人に1人が“外食離れ”の傾向があることがわかりました。

職業別にみると、専業主婦は、「水道・電気・ガスのムダ使いを減らす」が4割(40.5%)、「食材が消費期限切れにならないよう使い切る」が2割半(25.3%)と、全体に比べて高い割合となりました。

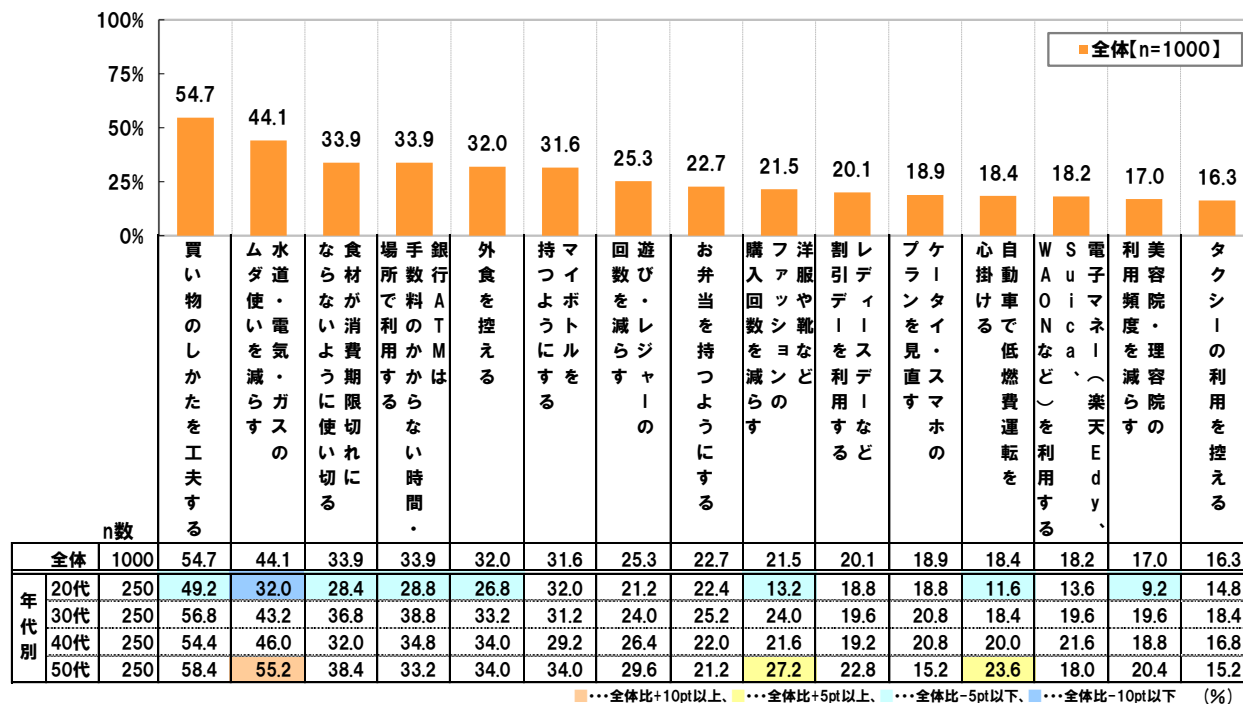
◆今年4月の消費税増税後(5%から8%)に新たに始めた家計の節約(複数回答形式) ※上位15位抜粋



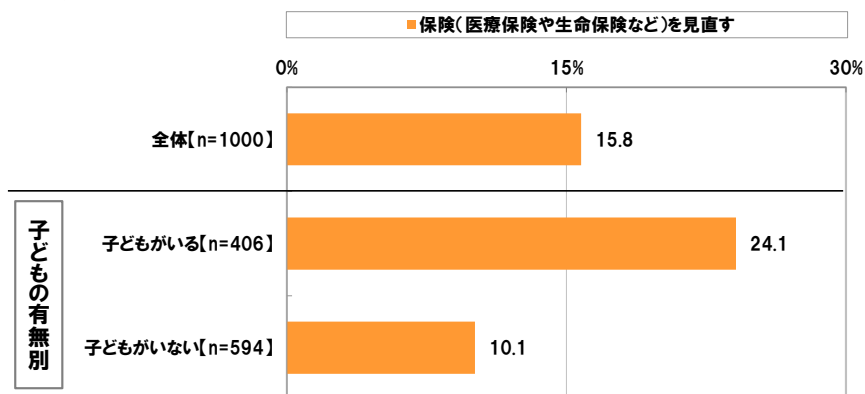
今後(または今後も)行いたい家計の節約については、「買い物のしかたを工夫する」が 5 割半(54.7%)、「水道・電気・ガスのムダ使いを減らす」が 4 割半(44.1%)、「食材が消費期限切れにならないように使い切る」「銀行 ATM は手数料のかからない時間・場所で利用する」が 3 割半(ともに 33.9%)となりました。

子どもの有無別にみると、子どもがいる方は、「保険(医療保険や生命保険など)を見直す」の割合が 2 割半(24.1%)となりました。

◆今後(または今後も)行いたい家計の節約 (複数回答形式) ※上位15位抜粋



◆今後(または今後も)行いたい家計の節約 \_子どもの有無別 (複数回答結果より抜粋)

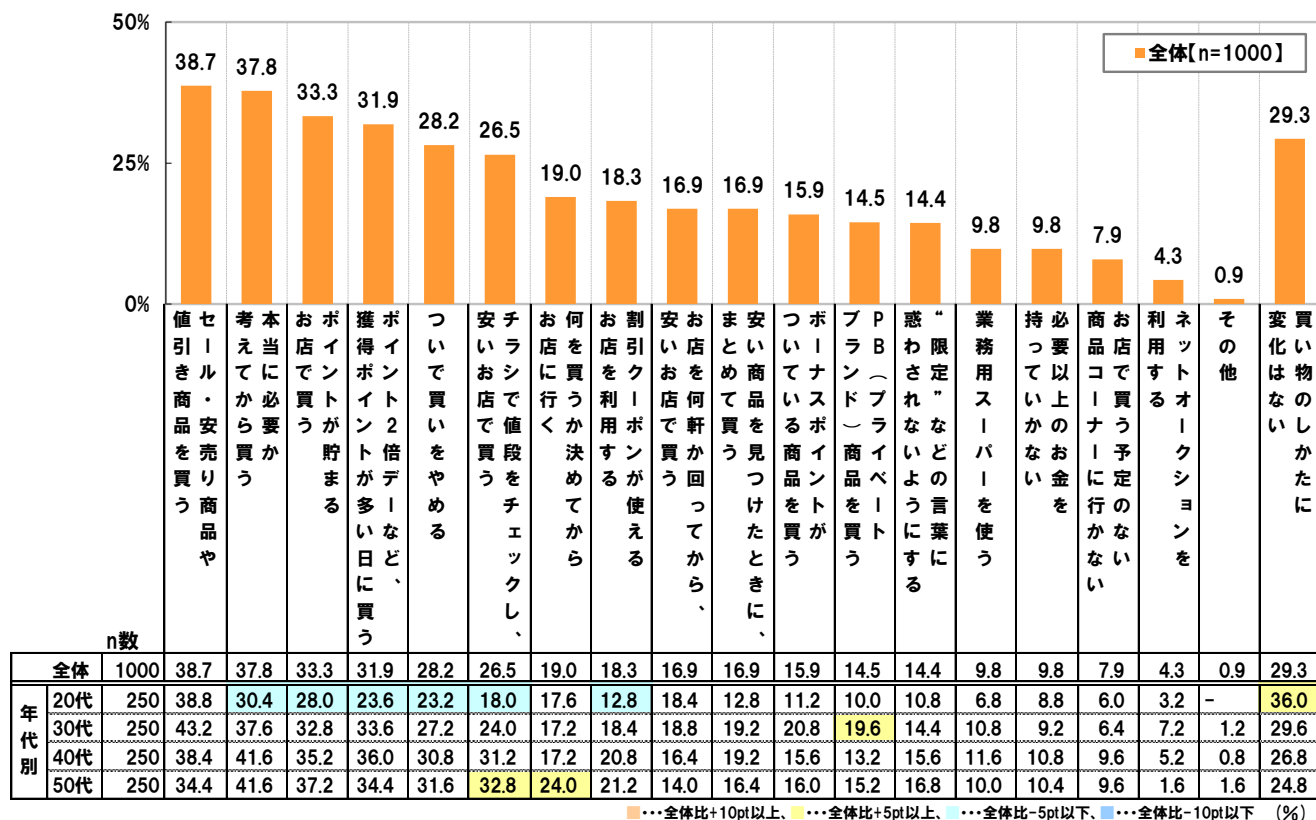


## ◆ 増税後、「値引き商品を買うようになった」4割弱、「ポイントが貯まるお店で買うようになった」3割強

現在行っている家計の節約として、買い物のしかたを工夫するという回答が多く挙がりましたが、消費税増税(5%から8%)によって、買い物のしかたにどのような変化があったのでしょうか。

全回答者(1,000名)に、消費税増税後から始めた買い物のしかたについて質問を行ったところ、「セール・安売り商品や値引き商品を買う」(38.7%)、「本当に必要か考えてから買う」(37.8%)がともに4割弱で上位回答となりました。以下、「ポイントが貯まるお店で買う」(33.3%)、「ポイント2倍デーなど、獲得ポイントが多い日に買う」(31.9%)といったポイント利用に関する項目がともに3割強で続きました。

◆ 消費税増税後から始めた買い物のしかた (複数回答形式)

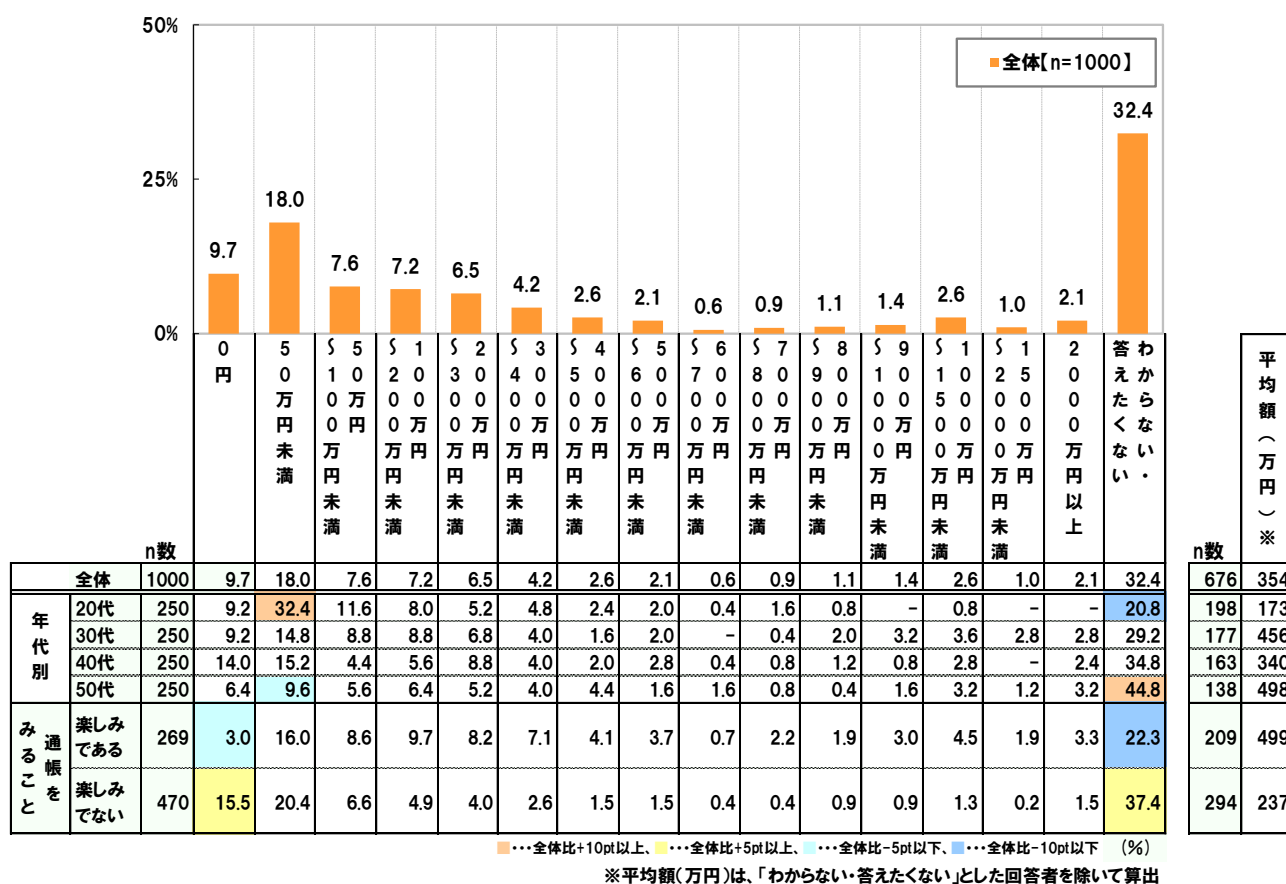


- ◆ 銀行通帳をみるのが楽しみだとお金が貯まる？
- ◆ 日頃の貯蓄方法や貯蓄に成功した秘訣は？
- ◆ 節約や貯蓄の妨げになっているもの「ご褒美消費」20代女性の3割半

全回答者(1,000名)に、現在の貯蓄額について聞いたところ、最も回答の集まった金額帯は「50万円未満」(18.0%)で、以下「50万円～100万円未満」(7.6%)、「100万円～200万円未満」(7.2%)が続きました。また、「わからない・答えたくない」を除いて算出した平均額は354万円でした。

“銀行通帳をみるのが楽しみ”かどうかでみると、楽しみでない層の平均額は237万円、楽しみである層の平均額は499万円となりました。こまめに通帳をみる方は、みるたびにお金が貯まっていくことを実感して、より貯蓄に励むことができるのかもしれません。

◆現在の貯蓄額（単一回答形式）

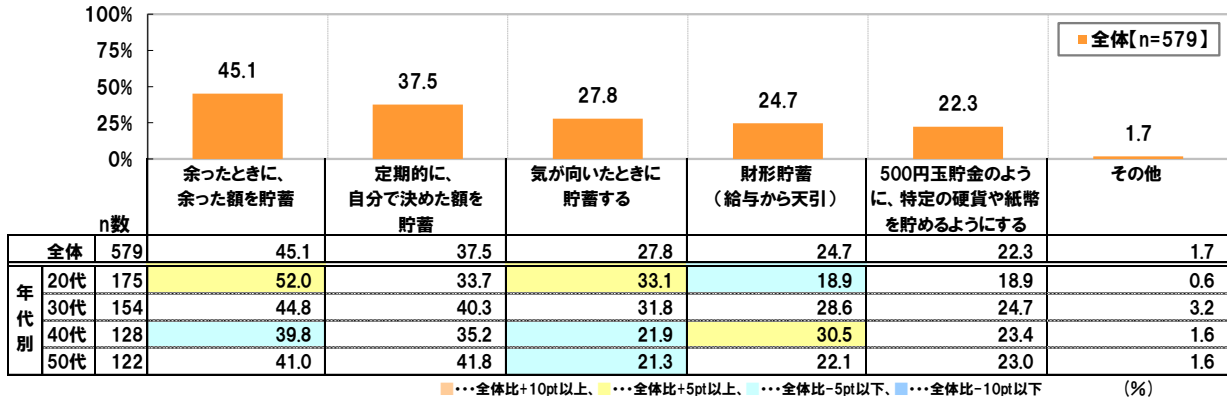


それでは、現在貯蓄がある方は、日頃どのような方法で貯蓄をしているのでしょうか。

現在の貯蓄額について、「0円」および「わからない・答えたくない」以外の回答をした方579名に聞いたところ、「余った時に、余った額を貯蓄」(45.1%)との回答が最多となりました。以下、「定期的に、自分で決めた額を貯蓄」(37.5%)、「気が向いた時に貯蓄する」(27.8%)、「財形貯蓄(給与から天引)」(24.7%)、「500円玉貯金のように、特定の硬貨や紙幣を貯めるようにする」(22.3%)と続きました。

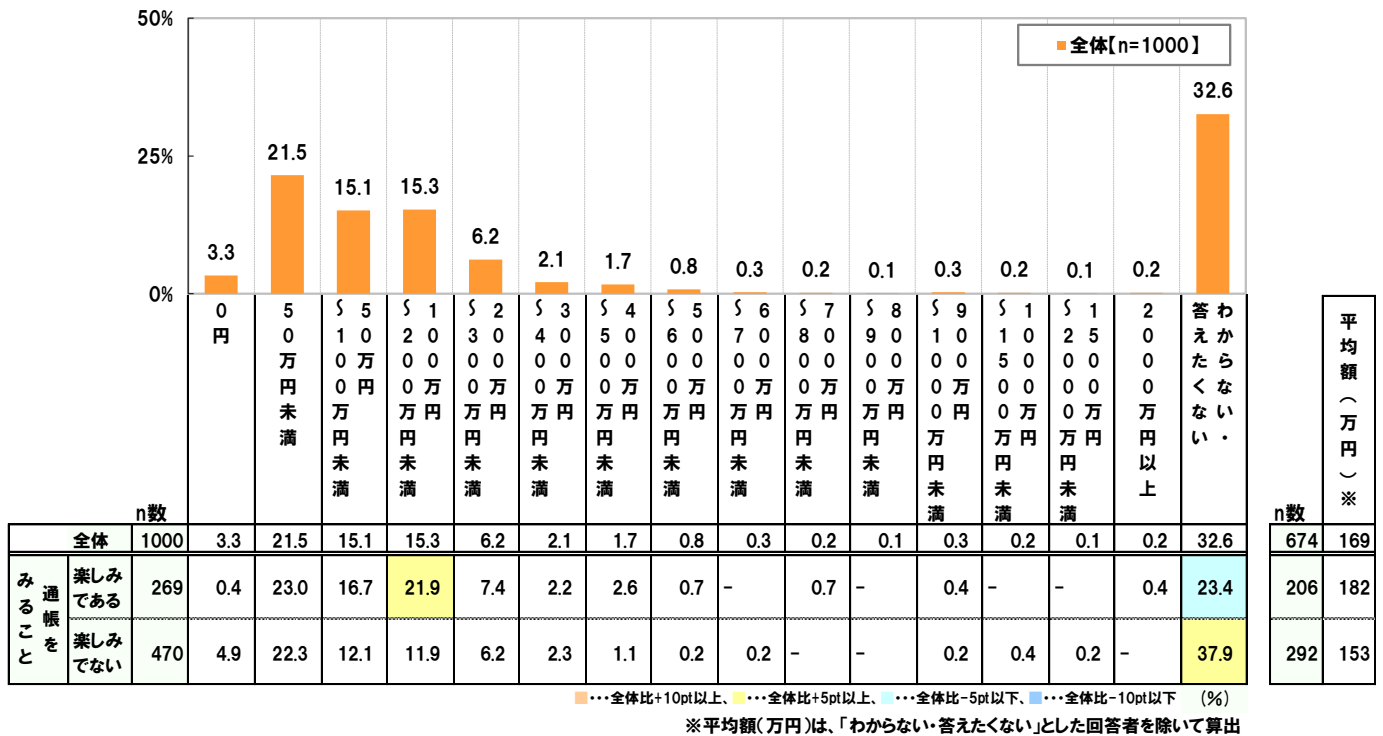
◆日頃どのような方法で貯蓄をしているか（複数回答形式）

対象：現在の貯蓄額について、「0円」および「わからない・答えたくない」以外の回答をした方



さらに、これまでに1年間で貯めた最高の貯蓄額を聞いたところ、最多回答は「50万円未満」で21.5%、次いで「100万円～200万円未満」で15.3%、「50万円～100万円未満」で15.1%と続きました。また、「わからない・答えたくない」を除いて算出した平均額は169万円でした。

◆これまでに1年間で貯めた最高の貯蓄額（単一回答形式）





1年間で貯めた最高の貯蓄額について、「0円」および「わからない・答えたくない」以外の回答をした方641名に、その年に貯蓄を増やせた秘訣を具体的に聞きました。

「家計簿をつけ無駄を明らかにする。無駄なものに出費しない。」(30代男性)、「給料日に利用用途別に振り分けをして、目的以外に使えないようにした。」(30代男性)といった、定番とも言える方法が中心となりました。その他、「週末にお財布をチェックして500円玉と100円玉があれば必ず貯金していた。」(40代女性)のように、こまめな貯蓄が効いたとの回答や、「生活の全てで節約したが、家族の協力もあった。収入の多い時ほど、節約意識もあったし、子供が小さかったので、教育費があまりかかっていなかった。」(40代女性)のように、家族の協力や子どもの年齢が影響したとの回答も散見されました。

◆最高年間貯蓄額を貯めた年に、貯蓄を増やせた秘訣

対象:1年間で貯めた最高の貯蓄額について、「0円」および「わからない・答えたくない」以外の回答をした方  
(自由回答結果より抜粋)

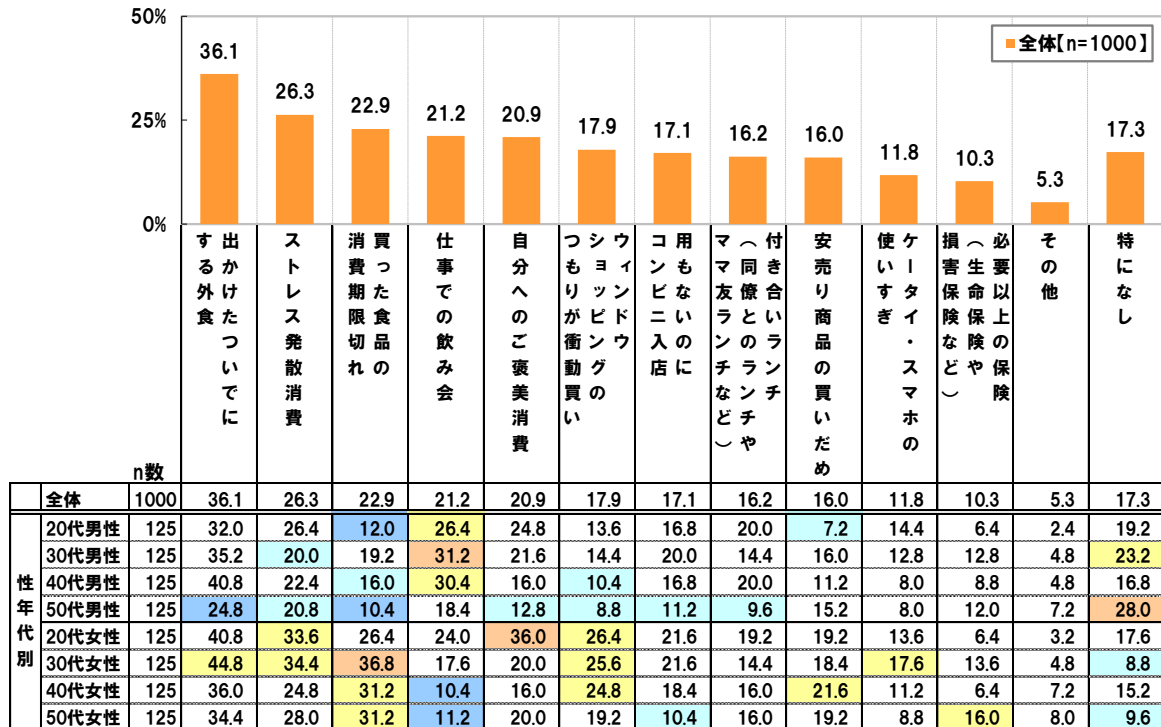
最高貯蓄額	最高年間貯蓄額を貯めた年に、貯蓄を増やせた秘訣
50万円未満	交友関係を必要最低限に絞ることで余計な交際費を浮かせる。 (20代女性)
	週末にお財布をチェックして500円玉と100円玉があれば必ず貯金していた。 (40代女性)
50万円以上～ 100万円未満	給与を振り込まれたら、食費、水道光熱費、家賃を含めて毎月8万だけ下ろして、残りは貯蓄した。 (20代女性)
	保険を見直し、外食・外での飲酒を極力減らした。 (50代男性)
100万円以上～ 300万円未満	家計簿をつけ無駄を明らかにする。無駄なものに出費しない。 (30代男性)
	給料日に利用用途別に振り分けをして、目的以外に使えないようにした。 (30代男性)
300万円以上	生活の全てで節約したが、家族の協力もあった。収入の多い時ほど、節約意識もあったし、子供が小さかったので、教育費があまりかかっていなかった。 (40代女性)
	家計簿をつけた。毎晩財布に残った小銭を貯金箱へ入れた。 (50代女性)

日頃の貯蓄法や、最高年間貯蓄額を貯めた際の秘訣が明らかになりました。では、節約や貯蓄の障害となっているものは何なのでしょう。

全回答者(1,000名)に、家計の節約や貯蓄の妨げになっていると思うものを聞いたところ、「出かけたついでにする外食」が3割半(36.1%)で最多回答となりました。以下、「ストレス発散消費」が2割半(26.3%)、「買った食品の消費期限切れ」(22.9%)と「仕事での飲み会」(21.2%)がそれぞれ2割強、「自分へのご褒美消費」(20.9%)が2割で続きました。

性年代別にみると、30代男性は「仕事での飲み会」が3割強(31.2%)となりました。先輩・上司や得意先との付き合いのほか、後輩・部下のためにお金を出すことも多くなりやすい年代ですから、仕事関係の飲み会が貯蓄を妨げる要因になっている方もいるのかもしれません。また、20代女性では「自分へのご褒美消費」が3割半(36.0%)と、他の性年代より高くなりました。

◆家計の節約や貯蓄の妨げになっていると思うもの  
(複数回答形式)



■ 全体比+10pt以上、■ 全体比+5pt以上、■ 全体比-5pt以下、■ 全体比-10pt以下 (％)

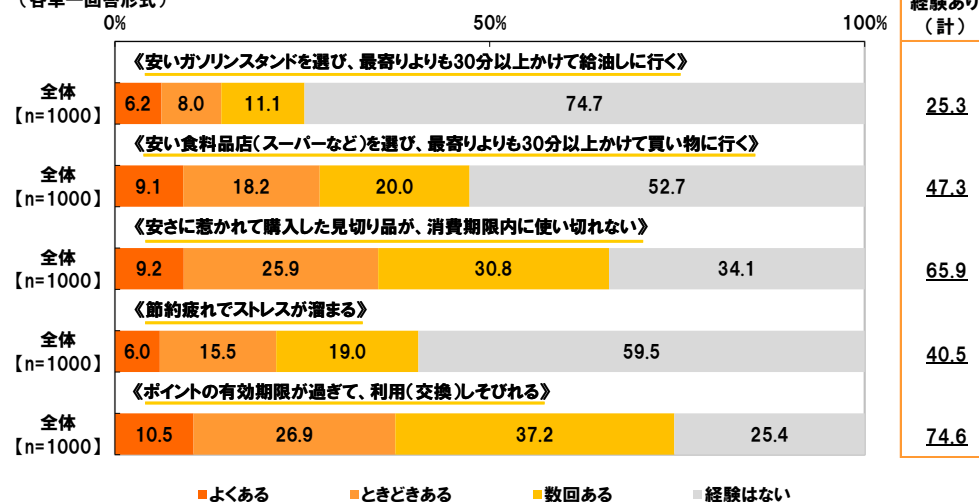
- ◆ “安いガソリンスタンドを選び、最寄りよりも30分以上かけて給油へ行く” 4人に1人が経験
- ◆ “ポイントの有効期限が過ぎて利用しそびれる” 7割半が経験
- ◆ お金に細かい人は、お金と同時にストレスも溜まりがち？

全回答者(1,000名)に、節約に関するいくつかの行動や状況について、自身や家族は経験があるか聞きました。

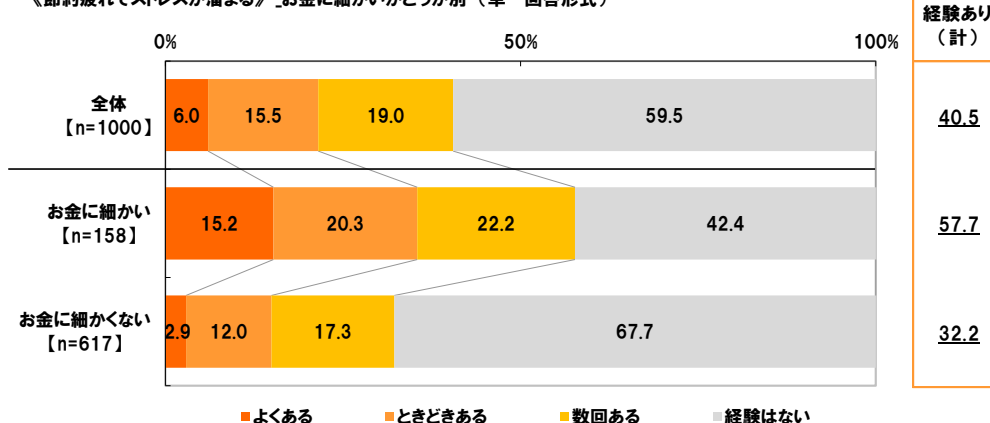
《安いガソリンスタンドを選び、最寄りよりも30分以上かけて給油しに行く》について、『経験あり』(「よくある」と「ときどきある」と「数回ある」の合計)は25.3%で、4人に1人が自身または家族に経験者がいる結果となりました。ほかの項目についても『経験あり』の割合をみていくと、《安い食品店(スーパーなど)を選び、最寄りよりも30分以上かけて買い物に行く》では5割弱(47.3%)、《安さに惹かれて購入した見切り品が、消費期限内に使い切れない》では6割半(65.9%)、《節約疲れでストレスが溜まる》では4割(40.5%)となり、《ポイントの有効期限が過ぎて、利用(交換)しそびれる》については7割半(74.6%)の方が経験していることがわかりました。

《節約疲れでストレスが溜まる》については、支払いが割り勘の場合は1円単位まで細かく分けたい“お金に細かい”方のほうが『経験あり』の割合が高く(細かい方57.7%>細かくない方32.2%)なっています。お金に細かい方は、お金と同時にストレスも溜まりがちなようです。

◆節約に関するいくつかの行動や状況について、自身や家族は経験があるか  
(各単一回答形式)



◆節約に関するいくつかの行動や状況について、自身や家族は経験があるか  
《節約疲れでストレスが溜まる》\_お金の細かいかどうか別(単一回答形式)



## ◆ 節約上手だと思う有名人 1位はマツイ棒で知られる「松居一代」さん、2位は「オードリー・春日」さん

最後に、全回答者(1,000名)に、節約上手だと思う有名人を自由回答形式で聞いたところ、1位は、女優業のかたわら、“マツイ棒”というお掃除グッズをはじめとする便利グッズのプロデュースでも活躍する「松居一代」さん(111件)となりました。以下、2位は「春日俊彰(オードリー・春日)」さん(55件)、3位は「北斗晶」さんと「松本明子」さん(ともに44件)が続きました。

男女別にみると、男性は「松居一代」(53件)さんに次いで、テレビ番組の企画の中で様々な節約術を披露した「春日俊彰(オードリー・春日)」(37件)さんが挙がりました。一方、女性では、1位の「松居一代」さん(58件)の次に、「北斗晶」(34件)さんとの回答が多くなりました。北斗さんはテレビ番組で節約レシピを紹介したり、料理本を出版したりと、節約主婦のイメージが女性に定着しているのかもしれませんが。

### ◆節約上手だと思う有名人(自由回答形式) ※上位5位抜粋

全体[n=1000]

順位	有名人名	件数
1位	松居一代	111
2位	春日俊彰(オードリー・春日)	55
3位	北斗晶	44
	松本明子	
5位	ギャル曽根	23

### ◆節約上手だと思う有名人 男女別(自由回答形式) ※上位5位抜粋

男性[n=500]

順位	有名人名	件数
1位	松居一代	53
2位	春日俊彰(オードリー・春日)	37
3位	松本明子	13
4位	北斗晶	10
5位	濱口優	8

女性[n=500]

順位	有名人名	件数
1位	松居一代	58
2位	北斗晶	34
3位	松本明子	31
4位	春日俊彰(オードリー・春日)	18
5位	ギャル曽根	16

◆調査概要◆

- ◆調査タイトル：消費税増税後の節約術・貯蓄術に関する調査
- ◆調査対象： ネットエイジアリサーチのモバイルモニター会員を母集団とする  
20～59歳の男女
- ◆調査期間：2014年5月9日～2014年5月15日
- ◆調査方法：インターネット調査（モバイルリサーチ）
- ◆調査地域：全国
- ◆有効回答数：1,000サンプル（有効回答から性年代が均等になるよう1,000サンプルを抽出）
- ◆実施機関：ネットエイジア株式会社
- 調査協力機関：ネットエイジア株式会社

■報道関係の皆様へ■

本ニュースレターの内容の転載にあたりましては、  
「メディケア生命調べ」と付記のうえ  
ご使用くださいますよう、お願い申し上げます。

■本調査に関するお問合せ窓口■

メディケア生命保険株式会社 営業企画部 担当：西本、半羽  
TEL : 03-5621-3592  
受付時間 : 10時00分～17時30分(月～金)

■メディケア生命保険株式会社 概要■

組織名 : メディケア生命保険株式会社  
代表者名 : 取締役社長 高尾 延治  
設立 : 平成21年10月1日  
所在地 : 東京都江東区深川 1-11-12 住友生命清澄パークビル  
事業内容 : 生命保険業