

## 家計支出が増えたと感じる家庭は6割以上 節約しつつも削りたくないのは「食費」

花王株式会社 「くらしの研究」にて、2月16日公開

花王株式会社では、「くらしの研究」サイト読者を対象に、家計支出の状況について調査を実施、62%の家庭で「前年に比べ家計支出が増えた」と感じていることが分かりました。

毎月のように値上げの話題がニュースになりますが、日々の生活に関わる食品、日用品だけでなくエネルギー価格の高騰もあり、節約意識は家計管理する人だけでなく、子どもや配偶者、同居家族全体に浸透した印象があります。「必要な支出にお金を回すため」の自由回答からは、「節約する」、「安い店を探す」の他に、ポイントを効率的に貯める、不用品を捨てずにフリマアプリで売る、投資する、今より働いて稼ぐといった、収入を増やす前向きな行動の声が多くありませんでした。

### 【主な調査結果のポイント】

- 6割以上の家庭で、前年に比べて支出が増加
- 家計状況の把握は、紙からデジタルへ
- 節約したい支出は「光熱費・水道代」「食費」「通信費」
- 『ここだけは削りたくない支出』1位は、節約したい支出2位でもある「食費」

#### 【調査概要】

##### 「家計状況について」

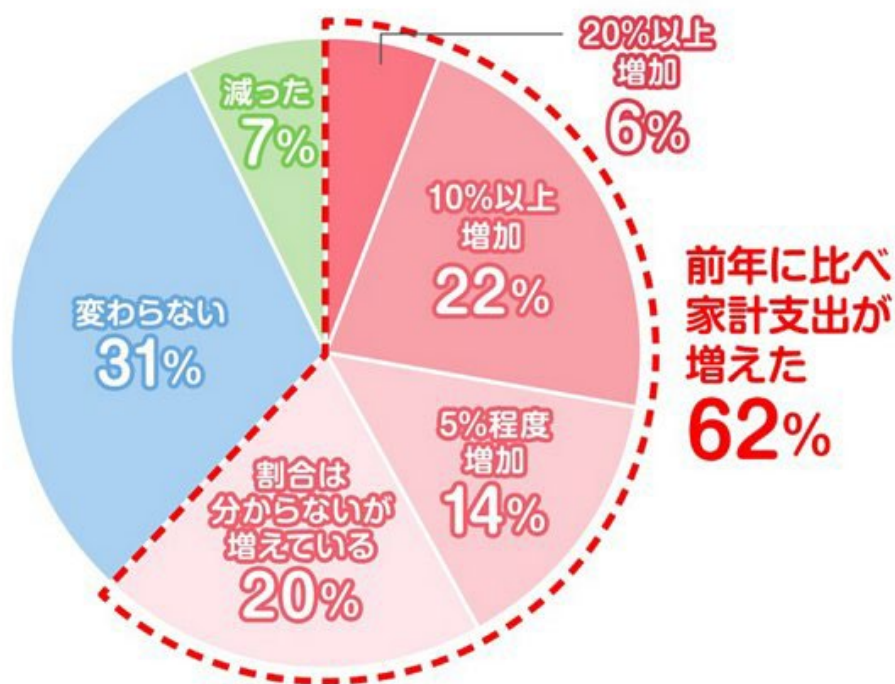
◎2022年8～9月／インターネット調査／「くらしの研究」サイト読者／有効回答者数 4,905人

◎2018年9～10月／インターネット調査／「くらしの研究」サイト読者／有効回答者数 12,980人

## ● 6割以上の家庭で、前年に比べて支出が増加

「くらしの研究」読者に、家計支出の状況について聞いたところ、6割を超える人が「前年に比べて家計の支出が増えた」と回答。多くの人が物価高騰により支出が増えたと実感しているようです。

Q. 2022年の家計の支出は、前年に比べて変化しましたか？



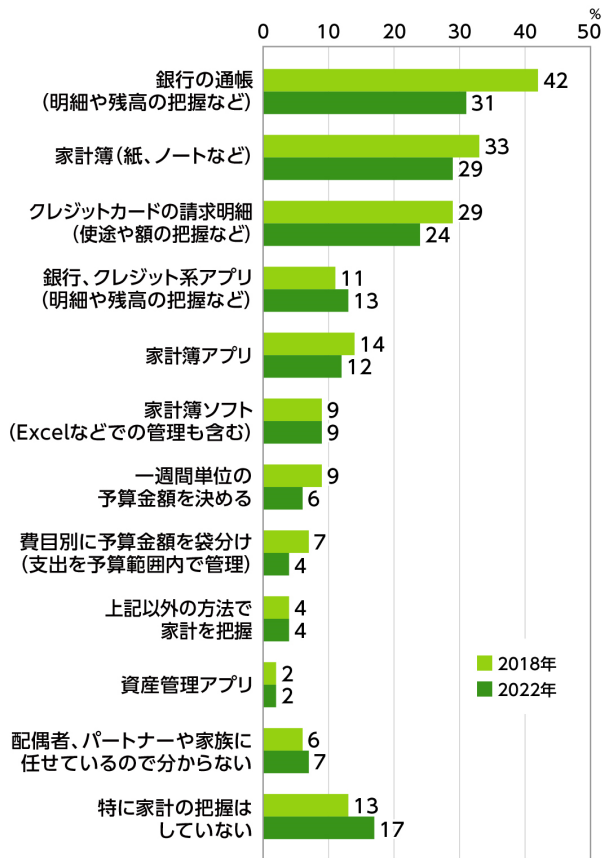
「家計を把握していない／答えたくない」と回答した人を除く、男女4,547人  
2022年9月花王「くらしの研究」サイト調べ

## ● 家計状況の把握は、紙からデジタルへ

家計状況を把握する方法は様々ですが、最も多いのは「銀行の通帳（明細や残高の把握など）」31%、次いで「家計簿（紙やノートなど）」29%、「クレジットカードの請求明細（使途や額の把握など）」24%と続きました。2018年10月の調査結果と比較すると、「銀行の通帳」は9%低下し、銀行、クレジット系アプリの利用が微増しています。近年新規に通帳を発行しない銀行も増えていることが影響していると推測されます。また、「特に家計の把握はしていない」が2018年に比べ、4%ですが微増しているのは気になります。

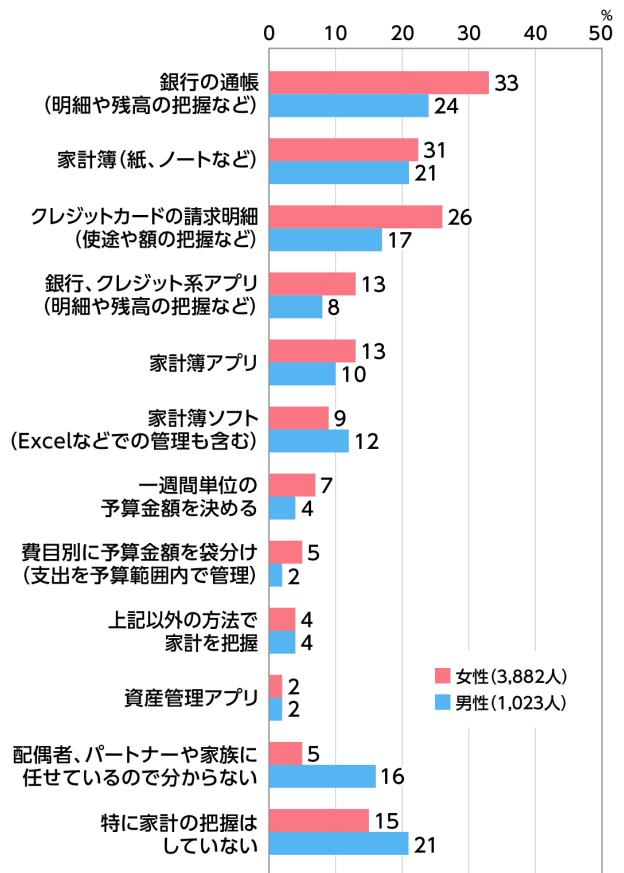
家計状況の把握方法を男女で比較すると、女性のほうがより多様な方法を利用し、家計把握を「配偶者、パートナーや家族に任せているので分からない」は男性16%、女性5%、「特に家計の把握はしていない」は男性21%、女性15%という状況で、空前の物価高騰という状況になっても家計把握への関心が薄い男性は一定数いるようです。

■家計の把握方法 (2018年、2022年)



2018年11月 有効回答者数12,980人  
 2022年9月 有効回答者数4,944人  
 花王「くらしの研究」サイト調べ  
 (複数回答)

■家計の把握方法 (男女別)

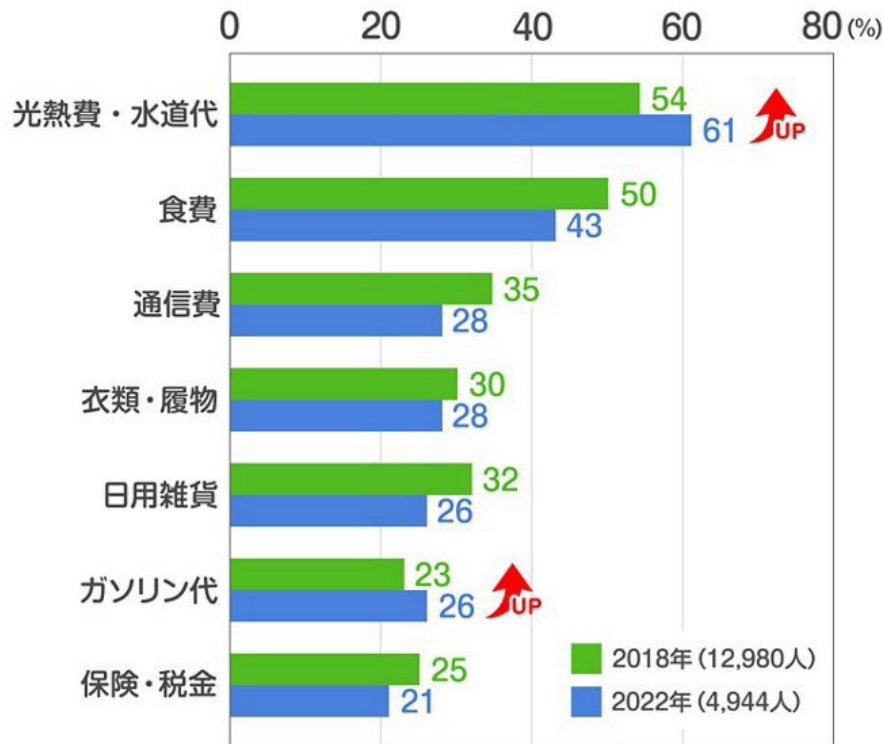


男女4,905人  
 2022年9月花王「くらしの研究」サイト調べ  
 (複数回答)

●節約したい支出は「光熱費・水道代」「食費」「通信費」

家計の中で節約したい・削りたい支出の上位は、「光熱費・水道代」61%、「食費」43%、「通信費」28%で、2018年同様に支出割合が高い項目がランキングの上位に挙がっています。中でも価格高騰している「光熱費・水道代」「ガソリン代」を節約したい意欲は2018年より高まっています。

## Q. 節約したい・削りたいと思っている支出は？



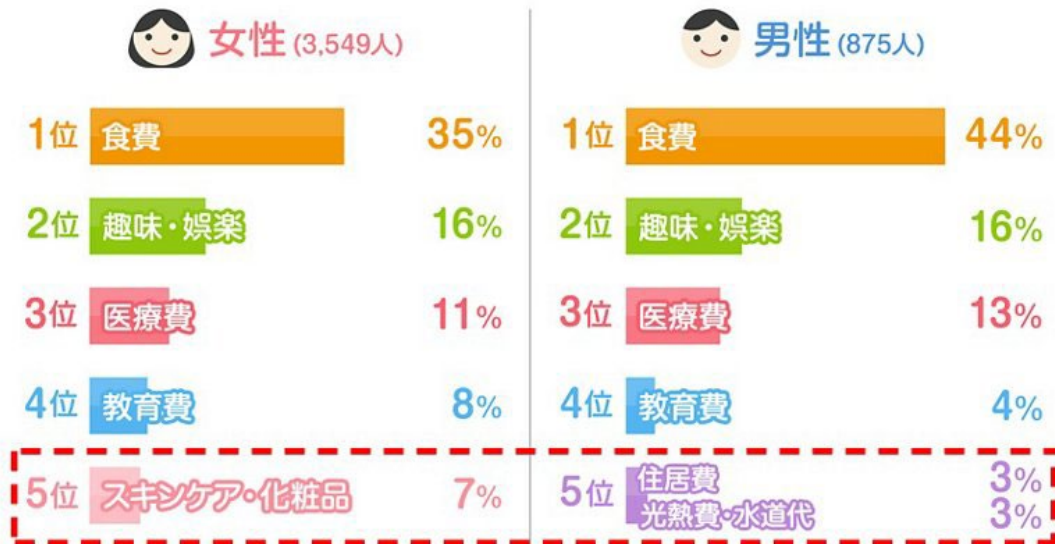
2018年11月有効回答者数12,980人、2022年9月有効回答者数4,944人  
花王「くらしの研究」サイト調べ  
(複数回答/上位7項目の比較)

### ●『ここだけは削りたくない支出』1位は、節約したい支出2位でもある「食費」

他は削っても、ここだけは削りたくないと思う支出は、男女ともに「食費」(男性：44%、女性：35%)がトップでした。食費は支出額が大きく、節約したい支出の2位でもあります。自由回答を見ると、健康維持やささやかな楽しみとしての日々の食費は削りたくない、という意見が多くみられました。次いで「趣味・娯楽」「医療費」「教育費」と男女とも同じ項目が続きますが、5位は女性が「スキンケア、化粧品」、男性が「住居費」「光熱費・水道代」と結果が分かれました。女性は自分の肌質にあった化粧品などは今後も使い続けたい、男性は住まいの快適さや今の暮らしを維持したいという、男女それぞれの思いなのかもしれません。

以前だと物価上昇への対策は、節約、安く買う工夫で家計を引き締める方法が中心でしたが、「必要な支出にお金を回す工夫」の自由回答からは、ポイントを効率的に貯める、不用品を捨てずにフリマアプリで売る、投資で増やす、今より働いて稼ぐなどの少しでも収入を増やそうとする前向きな行動の声も少なくありませんでした。

## Q. 他は削っても、ここだけは削りたくない支出は？



削りたい支出が特にない人を除く男女4,424人  
2022年9月花王「くらしの研究」サイト調べ

他は色々削っても、「食事」だけは食べたいものを食べてストレスを感じないようにしています。その分、食品ロスがでないようにレシピアプリを参考に、使い切りを意識しています。(51歳・女性)

在宅勤務が増えたので、外出時のお出かけ着は、少し高くて質のよいものを長く丁寧に使おうと心がけるようになりました。(29歳・女性)

使わなくなったものを捨てるのではなく、フリマサイトで売るようにして、少しでも収入を増やすようになっています。(49歳・男性)

通信費、保険の見直し。できるだけ外食をしないこと。節約も大事だけど、収入を増やす方法を考えたほうが早いかも。(35歳・女性)

「家計支出の変化」の生活者の声は『くらしの研究』サイトの下記 URL をご覧ください。

▶ くらしの研究 発表！みんなのアンケート

読者 4,944 人の声 家計の支出は変化した？節約したいところ、削りたくないところ

[www.kao.co.jp/lifei/enq/96/](http://www.kao.co.jp/lifei/enq/96/)

▶節約のポイントは下記の URL をご覧ください。

節約アドバイザー和田由貴さんに聞く 知らないと損する節約術！7つの心得と見直しポイント

[www.kao.co.jp/lifei/support/75/](http://www.kao.co.jp/lifei/support/75/)