

消費者動向調査（令和7年1月調査）において、「食に関する志向」について調査しましたので、その概要をご紹介します。

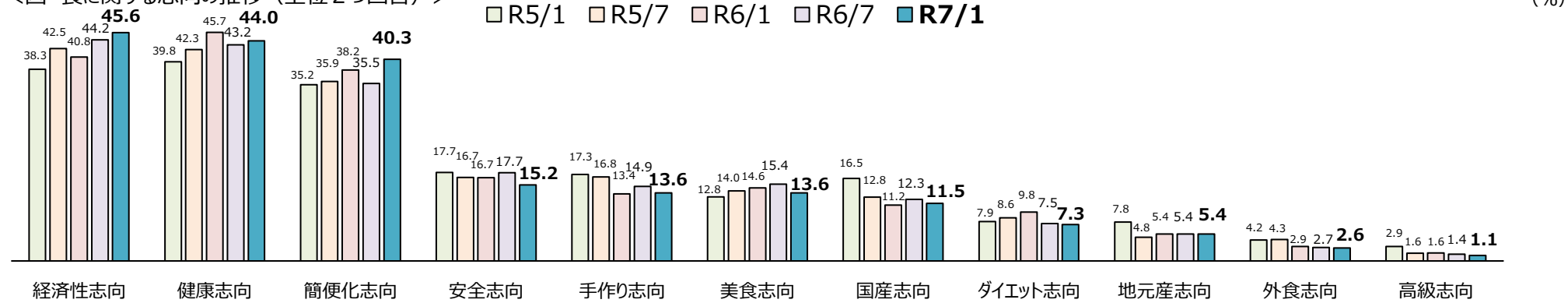
調査時期 令和7年1月（年2回、1月と7月に実施）
調査方法 インターネットによるアンケート調査
調査対象 全国の20歳代～70歳代の男女2,000人（男女各1,000人）



「経済性志向」と「簡便化志向」が調査開始以来最高に

- ・現在の食の志向は、前回調査に引き続き「経済性志向」「健康志向」「簡便化志向」が3大志向となりました。
- ・3大志向はともに上昇し、「経済性志向」と「簡便化志向」は過去最高となりました。3大志向以外の志向は横ばいまたは低下となりました。

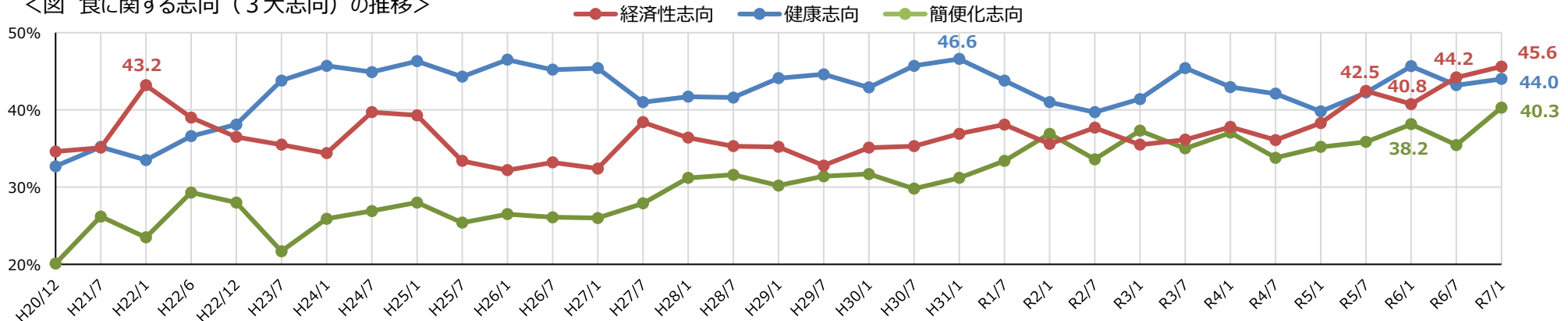
＜図 食に関する志向の推移（上位2つ回答）＞



3大志向の長期推移

- ・物価上昇の継続により、「経済性志向」は令和5年7月以降**40%超え**の高水準が続いています。
- ・「健康志向」は長期間にわたりおおむね**40%台**を維持しています。
- ・「簡便化志向」は長期的に上昇傾向にあり、**今回調査ではじめて40%を超えました。**

＜図 食に関する志向（3大志向）の推移＞





「経済性志向」の理由は「物価が上昇しているから」が最多

- ・「経済性志向」を選んだ理由は「物価が上昇しているから」がすべての年代で最も高くなりました。
- ・年代別では、20代の「他の好きなことにお金を使いたいから」と回答した割合が他の年代と比較して高くなりました。

<図「経済性志向」を選んだ理由>

(単一回答/「経済性志向」と回答した方、%)

- 物価が上昇しているから
- 将来や老後のために貯蓄を増やしたいから
- お金をかけなくても美味しいものが食べられるから
- 節約することが好きだから
- 他の好きなことにお金を使いたいから
- 収入が減ったから
- 食へのこだわりがあまりないから
- その他

	物価が上昇しているから	他の好きなことにお金を使いたいから	将来や老後のために貯蓄を増やしたいから	収入が減ったから	お金をかけなくても美味しいものが食べられるから	節約することが好きだから	食へのこだわりがあまりないから	その他
全体	54.2	8.9	8.8	7.3	7.3	7.0	6.3	0.2
20代	52.5	19.0	8.2	3.2	4.4	5.7	7.0	
30代	59.4	9.7	11.6	3.9	4.5	4.5	5.8	0.6
40代	51.7	10.9	9.0	7.5	8.0	6.5	6.5	
50代	56.4	5.9	9.0	8.5	8.0	6.4	5.3	0.5
60代	49.6	1.6	5.7	14.6	8.9	11.4	8.1	
70代	55.2	1.1	8.0	8.0	12.6	10.3	4.6	



「経済性志向」の行動は「できるだけ安い商品を選んで購入」が最多

- ・「経済性志向」の行動は「できるだけ安い商品を選んで購入」がすべての年代で最も高くなりました。
- ・年代別では、60代、70代の「なるべく外食しない」が他の年代と比較して高くなりました。

<図「経済性志向」の行動>

(3つまで回答/「経済性志向」と回答した方、%)

心掛けていること	全体	20代	30代	40代	50代	60代	70代
できるだけ安い商品を選んで購入	73.0	74.7	70.3	74.6	76.1	68.3	71.3
セールやポイントカード等を活用し、安く購入	56.0	53.2	55.5	54.7	59.6	55.3	58.6
必要以上の商品を購入しない	39.4	39.9	36.1	31.8	42.0	47.2	44.8
まとめ買いなど、効率の良い買い物をする	34.2	32.3	39.4	34.3	30.9	33.3	36.8
なるべく外食しない	25.7	22.2	18.7	23.4	23.4	35.8	40.2
総菜や弁当など、出来合いのものをなるべく買わない	7.5	7.0	8.4	6.5	5.9	8.9	10.3
調理の際に、電気、ガス、水道などをなるべく使わない	3.9	1.9	1.9	6.0	4.8	3.3	5.7
心掛けていることはない	3.7	5.1	7.1	3.0	2.7	3.3	0.0
その他	0.4	0.0	0.0	1.0	0.5	0.8	0.0



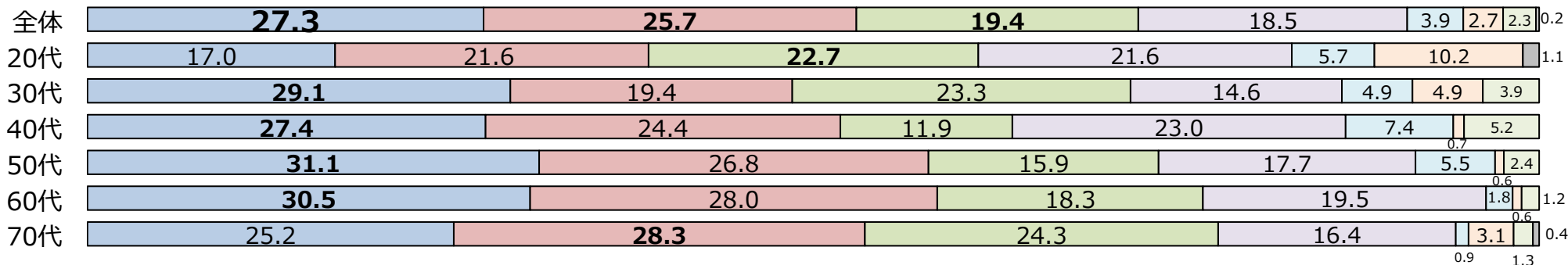
「健康志向」の理由は年代によって様々

・「健康志向」を選んだ理由は、20代は「既に健康な状態であり、今後も健康を維持したいから」、30代～60代は「自身や家族の健康状態に改善すべきところがあるから」、70代は「健康でいることが最も経済的だから」が最も高くなりました。

<図「健康志向」を選んだ理由>

(単一回答/「健康志向」と回答した方、%)

- 自身や家族の健康状態に改善すべきところがあるから
- 既に健康的な状態であり、今後も健康を維持したいから
- 忙しい、よく眠れないなど不健康な状態なので、食生活は健康でありたいから
- 健康に良いもののほうが美味しいから
- 健康でいることが最も経済的であるから
- 健康状態に問題はないが、今よりもっと健康的な状態になりたいから
- スポーツや身体づくりを楽しみたいから
- その他



「健康志向」の行動は「野菜を多く食べる」が最多

・「健康志向」の行動は「野菜を多く食べる」が最も高くなりました。年代別では、20代は「バランスよく食べる」が最多となりました。

<図「健康志向」の行動>

(3つまで回答/「健康志向」と回答した方、%)

心掛けていること	全体	20代	30代	40代	50代	60代	70代
野菜を多く食べる	62.6	46.6	60.2	60.0	67.1	65.2	66.4
バランスよく食べる	56.7	50.0	49.5	52.6	59.1	59.1	61.5
塩分を減らす	28.6	9.1	25.2	22.2	26.2	39.6	35.4
たんぱく質を多く摂る	25.1	30.7	25.2	25.2	22.6	21.3	27.4
よく噛んでゆっくり食べる	19.3	21.6	16.5	16.3	13.4	16.5	27.9
身体に良いとされるものを多く摂る	18.3	14.8	17.5	17.0	17.7	23.2	17.7
糖質を減らす	12.0	11.4	6.8	10.4	12.8	17.7	11.1
脂肪分を減らす	10.7	10.2	2.9	11.9	11.0	11.0	13.3
1日のカロリーの量を計算	7.4	15.9	10.7	5.9	6.1	4.9	6.2
特定の食品添加物を避ける	6.1	9.1	3.9	7.4	6.7	5.5	5.3
カルシウムを多く摂る	5.0	10.2	4.9	6.7	3.0	3.0	4.9
穀物を多く食べる	3.1	3.4	1.0	4.4	4.3	3.0	2.2
心掛けていない	2.6	4.5	5.8	3.0	2.4	2.4	0.4
その他	0.8	0.0	0.0	0.7	1.2	0.6	1.3



「簡便化志向」の理由は「調理・片付けなどが面倒だから」が最多

- ・「簡便化志向」を選んだ理由は「調理・片付けなどが面倒だから」がすべての年代で最も高くなりました。
- ・年代別では、70代の「調理・片付けなどが面倒だから」、30代の「仕事、育児、介護などで時間がかけられないから」が他の年代よりも高くなりました。

<図「簡便化志向」を選んだ理由>

(単一回答/「簡便化志向」と回答した方、%)

- 調理・片付けなどが面倒だから
- 仕事、育児、介護などで時間がかけられないから
- 簡単に済ますことが節約になるから
- 身体の状態から調理が難しいから
- 他の好きなことに時間を使いたいから
- 料理が得意ではないから
- 食へのこだわりがあまりないから
- その他

	調理・片付けなどが面倒だから	仕事、育児、介護などで時間がかけられないから	簡単に済ますことが節約になるから	身体の状態から調理が難しいから	他の好きなことに時間を使いたいから	料理が得意ではないから	食へのこだわりがあまりないから	その他
全体	39.0	18.0	15.4	10.9	7.9	6.7	2.0	0.1
20代	33.1	26.8	18.1	7.1	3.9	11.0		
30代	37.8	20.5	26.3	7.1	3.8	3.8		0.6
40代	38.0	19.3	18.1	13.3	7.8	3.0		0.6
50代	37.9	15.0	15.0	11.8	9.8	7.8	2.6	
60代	38.3	15.9	6.5	13.1	12.1	7.5	6.5	
70代	52.6	7.2	14.4	12.4	9.3	4.1		



「簡便化志向」の行動は「冷凍食品を活用」が最多

- ・「簡便化志向」の行動は「冷凍食品を活用」がすべての年代で最も高くなりました。
- ・年代別では、2番目に多い行動は、30代は「カット野菜、カットフルーツなどを活用」、60代は「品数・材料を少なくする」、その他の年代は「弁当や惣菜など、調理の必要がないものを多く購入」となりました。

<図「簡便化志向」の行動>

(3つまで回答/「簡便化志向」と回答した方、%)

心掛けていること	全体	20代	30代	40代	50代	60代	70代
冷凍食品を活用	44.3	40.2	47.4	44.0	36.6	49.5	51.5
弁当や惣菜など、調理の必要がないものを多く購入	29.5	31.5	26.3	28.9	32.7	27.1	30.9
カット野菜、カットフルーツなどを活用	28.4	26.8	30.8	27.1	27.5	32.7	25.8
レトルト食品・缶詰・瓶詰を活用	26.8	26.0	25.6	24.7	30.1	26.2	28.9
品数・材料を少なくする	26.2	28.3	26.3	21.7	24.8	33.6	24.7
合わせ調味料を活用	14.8	12.6	12.8	11.4	18.3	21.5	13.4
機能性が高い電化製品等を活用	4.5	3.1	7.1	5.4	3.3	5.6	1.0
ミールキット・半調理製品を活用	3.7	3.1	4.5	4.2	2.0	7.5	1.0
食材や食事の宅配、デリバリーを活用	3.5	3.9	1.9	6.0	2.6	1.9	4.1
心掛けていることはない	19.2	19.7	18.6	20.5	21.6	14.0	19.6
その他	2.7	1.6	5.1	1.8	2.0	2.8	3.1

詳しい調査結果は公庫HPで公開しています。こちらからご覧ください

URL: https://www.jfc.go.jp/n/release/pdf/topics_250227a.pdf

