

食に関するあらゆる情報を調査「ぐるなびリサーチ部 調査レポート」Vol.86

“2025年ゴールデンウィークの過ごし方”に関する調査

カレンダー通り「4連休」が3割と最多。外食の平均予算は1人あたり5,500円

株式会社ぐるなび（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：杉原章郎）は、「楽天ぐるなび（<https://www.gnavi.co.jp/>）」ユーザーなどのぐるなび会員を対象に、世の中のトレンドに合わせて食に関する様々な調査を実施し、「ぐるなびリサーチ部」として定期的に情報を発信しています。今回は、“ゴールデンウィークの過ごし方”について調査しました。詳細は以下の通りです。

【調査結果ポイント】

- ・今年のゴールデンウィークの連休日数は、**カレンダー通りの「4連休」が約30%で最多で、最長の「11連休」は7%。**
- ・ゴールデンウィーク中にしたいことは、**「自宅で過ごす」が僅差で最多。「外食」は50代女性が半数強と高い。**
- ・ゴールデンウィークの予算は、総額が約35,600円、同じく**外食は約5,500円。総額・外食ともに最も高いのは60代男性。**
- ・**今年のゴールデンウィークは「予算を気にせず好きなことを楽しみたい派」が44%なのに対して、「予算を抑えてできる範囲で楽しみたい派」が56%とやや優勢。20～30代では両者ほぼ拮抗するが、40代以上では「予算を抑えてできる範囲で楽しみたい派」が6割程度。**

予算を抑えつつ、できる範囲で楽しむゴールデンウィーク

**ぐるなび****リサーチ部**

（株）ぐるなび
リサーチグループ長
本間 久美子

今回の調査では、今年のゴールデンウィークは『4連休』が最多。昨年と同様の結果となりました。私が憧れる最長の11連休の方は7%と少数派のようです。

過ごし方としては『自宅で過ごす』が『外食』と僅差で1位、2024年、2023年の同様の調査では僅差で『外食』がトップでしたが、今年は逆転する結果となりました。

ゴールデンウィークの過ごし方について、意識を尋ねると『予算を抑えてできる範囲で楽しみたい』派が過半数となり、やや控えめな連休となりそうな傾向がみられましたが、そんな中、20～30代では『予算を気にせず好きなことを楽しみたい』派が過半数となり、若者中心に盛り上がりそうな予感も結果からうかがうことができました。

また、40代以上では『予算を抑えてできる範囲で楽しみたい』派が過半数となりましたが、実際にかける予算をみると、60代男性の予算総額、外食予算が最も高く、女性でも50代、60代のほうが、20代、30代よりも予算総額、外食予算が高い結果となりました。

気持ち的には「予算を抑えて・・・」としながらも、それぞれ楽しむ予定があるのかもしれない。

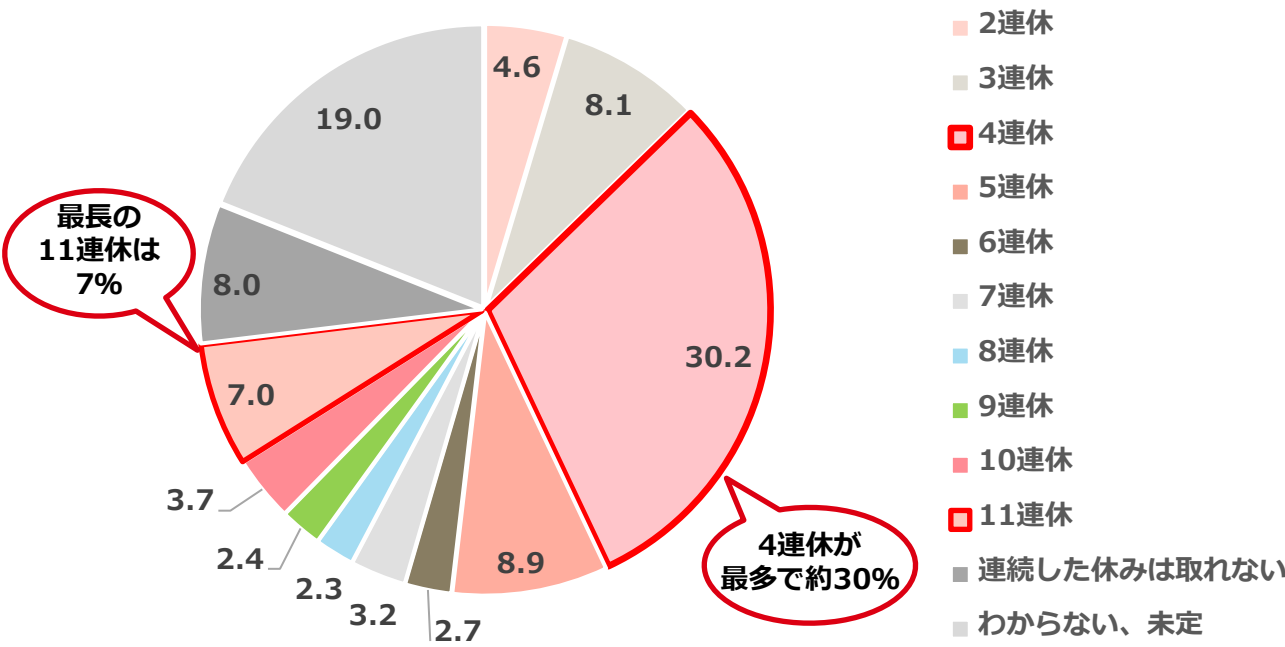
【調査概要】

- 調査期間：2025年4月2日(水)～4月4日(金)
- 調査対象：全国

- 調査方法：WEBアンケート
- 回答者：20代～60代のぐるなび会員1,300名



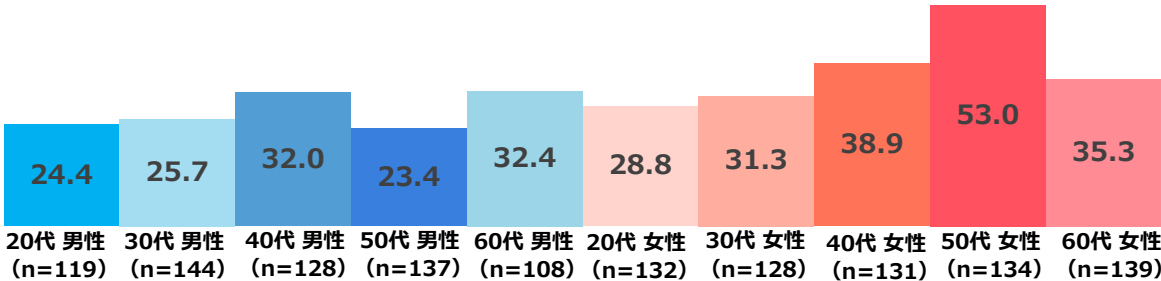
Q1.今年のゴールデンウィーク（4/26～5/6）は最長で何日間の連休が取れそうですか。
（n=<有識者>754）（%）



Q2. ゴールデンウィーク中にしたいことはありますか。（n=1,300）※複数回答（%）

1	自宅で過ごす	34.9
2	外食	32.5
3	ショッピング	21.5
4	近場の日帰り旅行	18.2
5	離れた家族、親族、友人、知人に会う	16.3
6	ドライブ	13.5
7	映画	9.8
8	帰省	9.6
9	遠方の国内旅行	8.5
10	スポーツ観戦 アウトレジャー、アクティビティ	7.5

Q2で「外食」と答えた人の男女世代別割合。※複数回答（%）



Q3.ゴールデンウィークにかかる予算の総額は、どのくらいになりそうですか。
(n=941) (%)

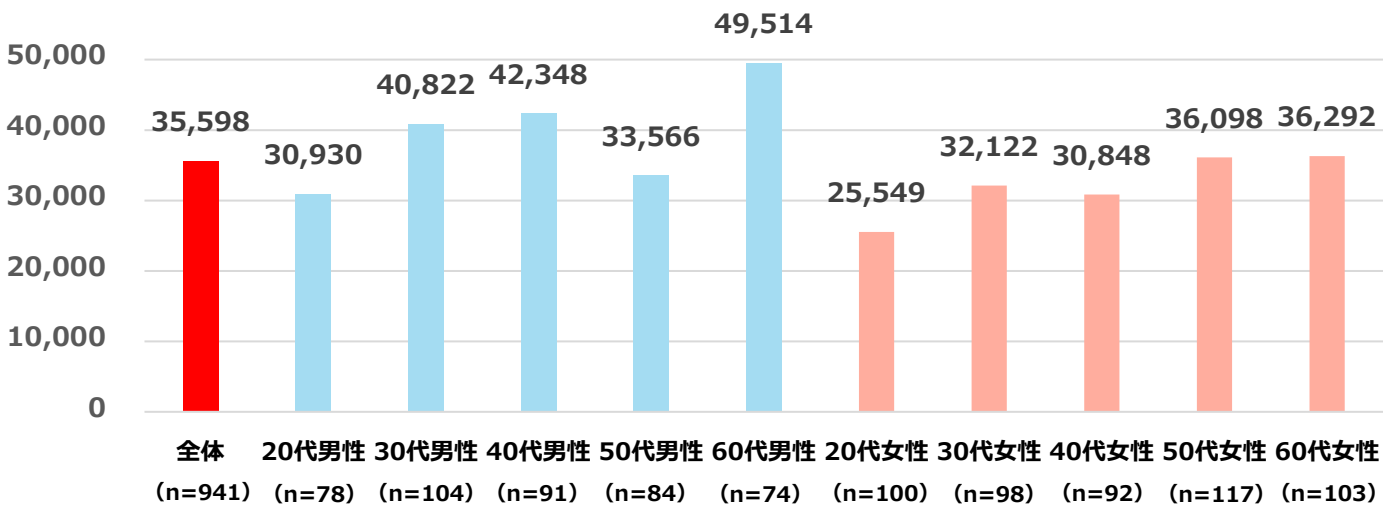
平均総額
35,598円

Q4.ゴールデンウィーク中の外食にかかる予算はどれくらいですか。
※Q2で外食と回答した人、n=423 ※期間中に一番高い外食予定の、1食1人当たりの金額

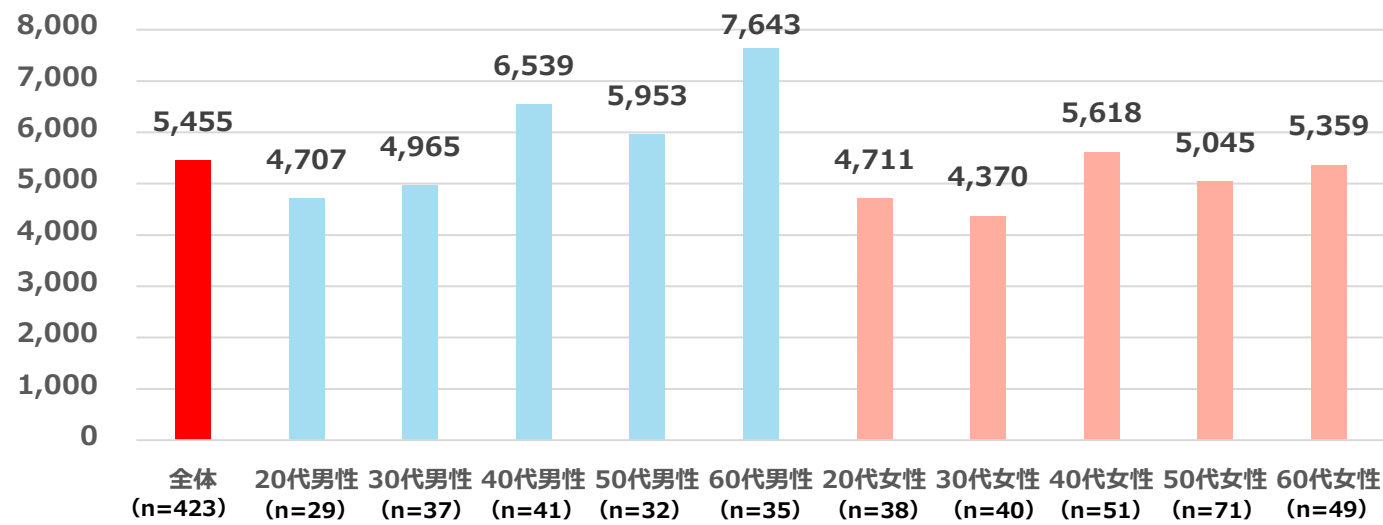
平均金額
5,455円

最高金額
50,000円

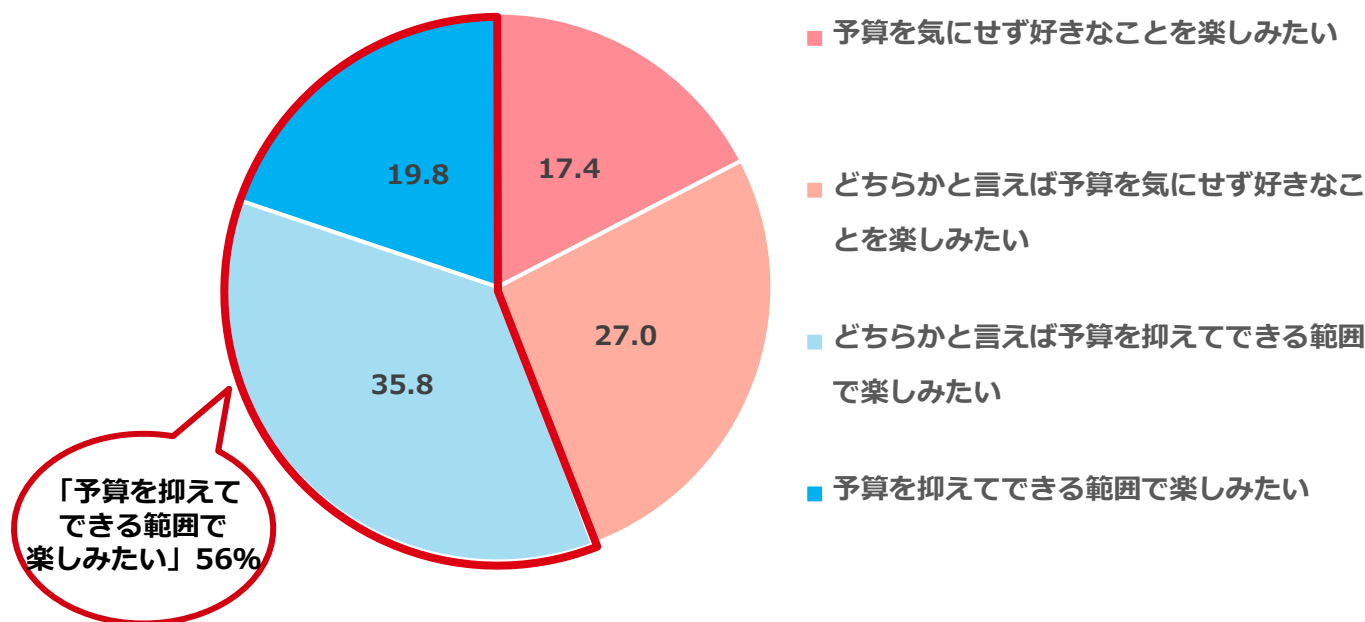
ゴールデンウィーク中にかかる予算の総額の男女年代別比較（円）※総額の平均



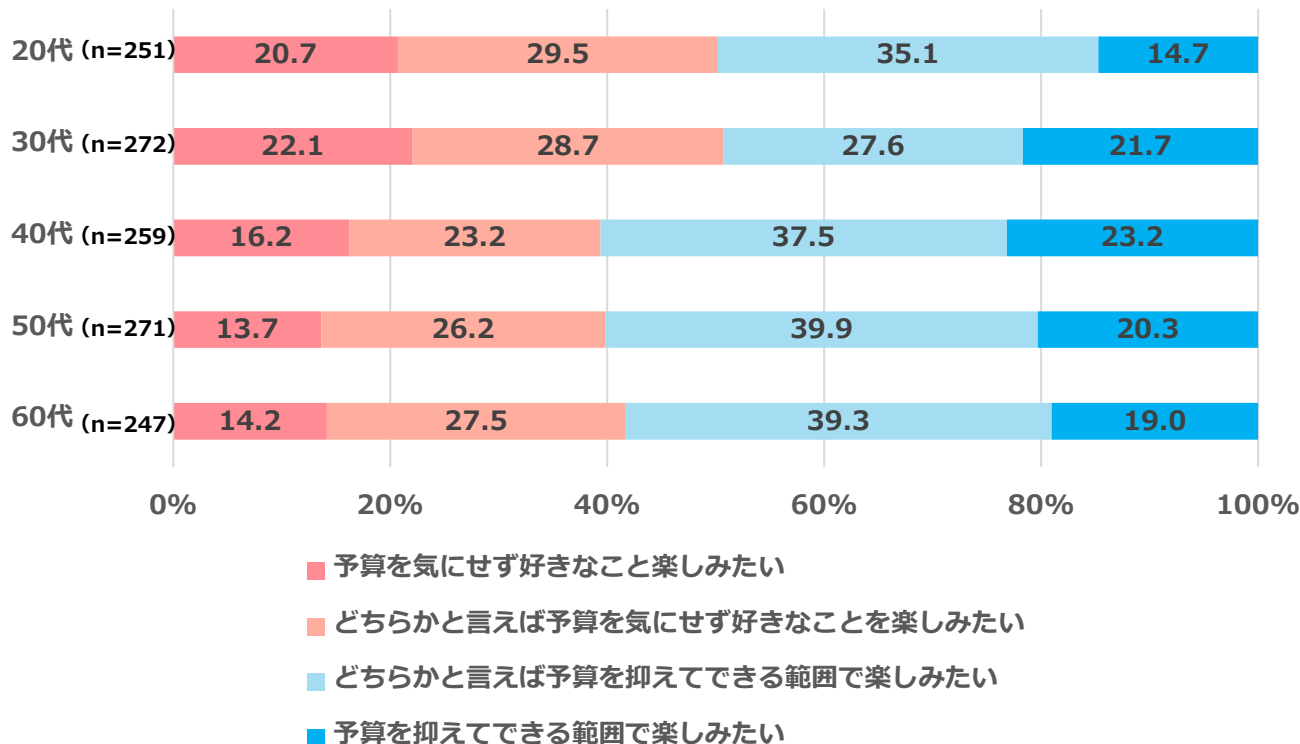
ゴールデンウィーク中にかかる外食の予算の男女年代別比較（円）
※期間中に一番高い外食予定の1食1人当たりの平均金額



Q5.今年のゴールデンウィークは、どのようなことを意識して過ごしたいですか。あなたのお気持ちに近いものをお選びください。（n=1,300）（%）（単一回答）



今年のゴールデンウィークは、どのようなことを意識して過ごしたいですか。あなたのお気持ちに近いものをお選びください。（年代別比較）



＜本件に関する報道機関からのお問い合わせ先＞

株式会社ぐるなび 広報グループ MAIL:pr@gnavi.co.jp