

日本人の食に関する意識・実態調査

米、肉類、野菜を中心に1か月あたりの食費が2,000円以上増加
国産品を求める一方で、購入が難しい現状も

フードシェアリングや鮮度保持技術などフードテックへの積極的な意向を確認

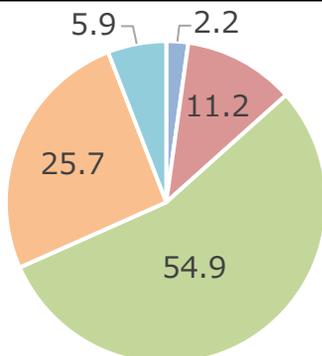
株式会社ぐるなび（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：杉原章郎）は、価格高騰や節約志向、食品ロスへの意識の高まりなど、食を取り巻く環境変化を受け、ぐるなび会員を対象に、「日本人の食に関する意識・実態調査」を実施しました。調査の結果、食費の増加や、フードテックへの期待など、消費者の意識と行動に変化が見られました。主な調査結果は以下の通りです。

【調査概要】

- 調査期間：2025年2月9日(日)~12日(水)
- 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2,199名

Q1. 最近の暮らし向きは、いかがですか。（n=2,199）（%）



暮らし向きは悪化傾向にあります。また、年代が上がるほど「かなり良くなった」「良くなった」の回答が低い傾向にあることから、決して良くない状況であることがわかります。

- かなり良くなった ■ 良くなった ■ かわらない ■ 悪くなった ■ かなり悪くなった

Q2. 1カ月の食費のうち、以下それぞれについてどの程度使っていますか。

（月1日以上食材・食品購入をして、なおかつ世帯の食費を管理している n=1,066）（円）

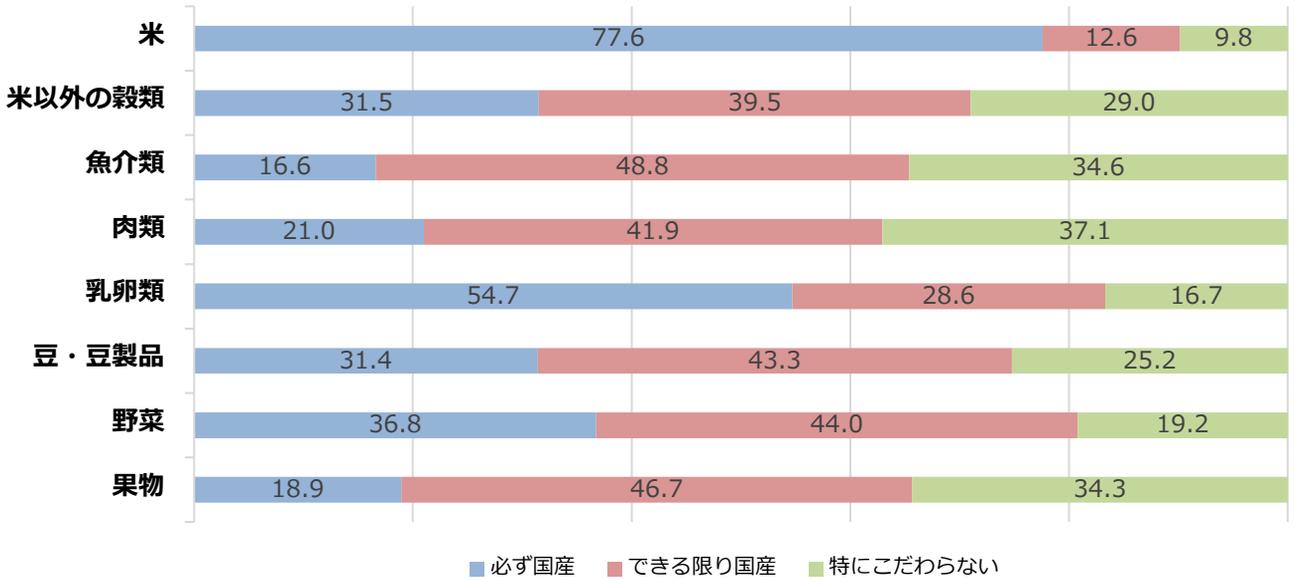
	直近の1か月あたりの食費	昨年の1か月あたりの食費	差額
米	3567	3150	+417
米以外の穀類	1341	1330	+11
魚介類	3846	3601	+245
肉類	6241	5808	+432
乳卵類	2241	2135	+106
豆・豆製品	1260	1213	+47
野菜	4746	4162	+584
果物	1747	1892	-14
菓子類	2512	2569	-57
調理食品 (レトルト、惣菜、弁当など)	3659	3454	+205
その他	2677	2485	+192

昨年と直近の1か月あたりの食費を尋ねると、米、肉類、野菜にかかる費用が400円以上増加しました。また合計金額で見ると2,000円以上増加する結果に。果物、菓子類は、昨年より減少しており、他の食材に費用が多くかかる分、これらの消費を減らしている傾向もみられました。

＜本件に関する報道機関からのお問い合わせ先＞

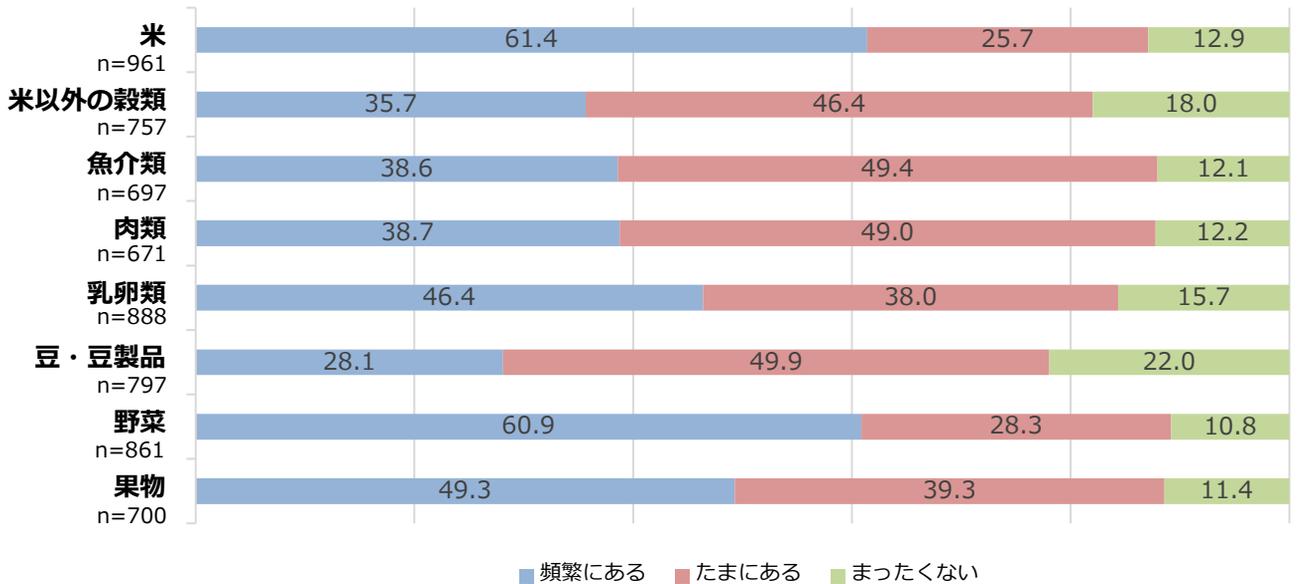
株式会社ぐるなび 広報グループ MAIL:pr@gnavi.co.jp

Q3. 直近半年の買い物において、以下それぞれの食材で購入時にどの程度国産品を選んでいましたか。 (月1日以上食材・食品購入をして、なおかつ世帯の食費を管理している n=1,066) (%)



米、乳卵類では「必ず国産」が5割以上の結果に。魚介類、肉類、果物では「特に国産にこだわらない」が3割を超えましたが、いずれも「出来る限り国産」が4割を超えているため、できれば国産にしたいという考えもみてとれる結果となりました。

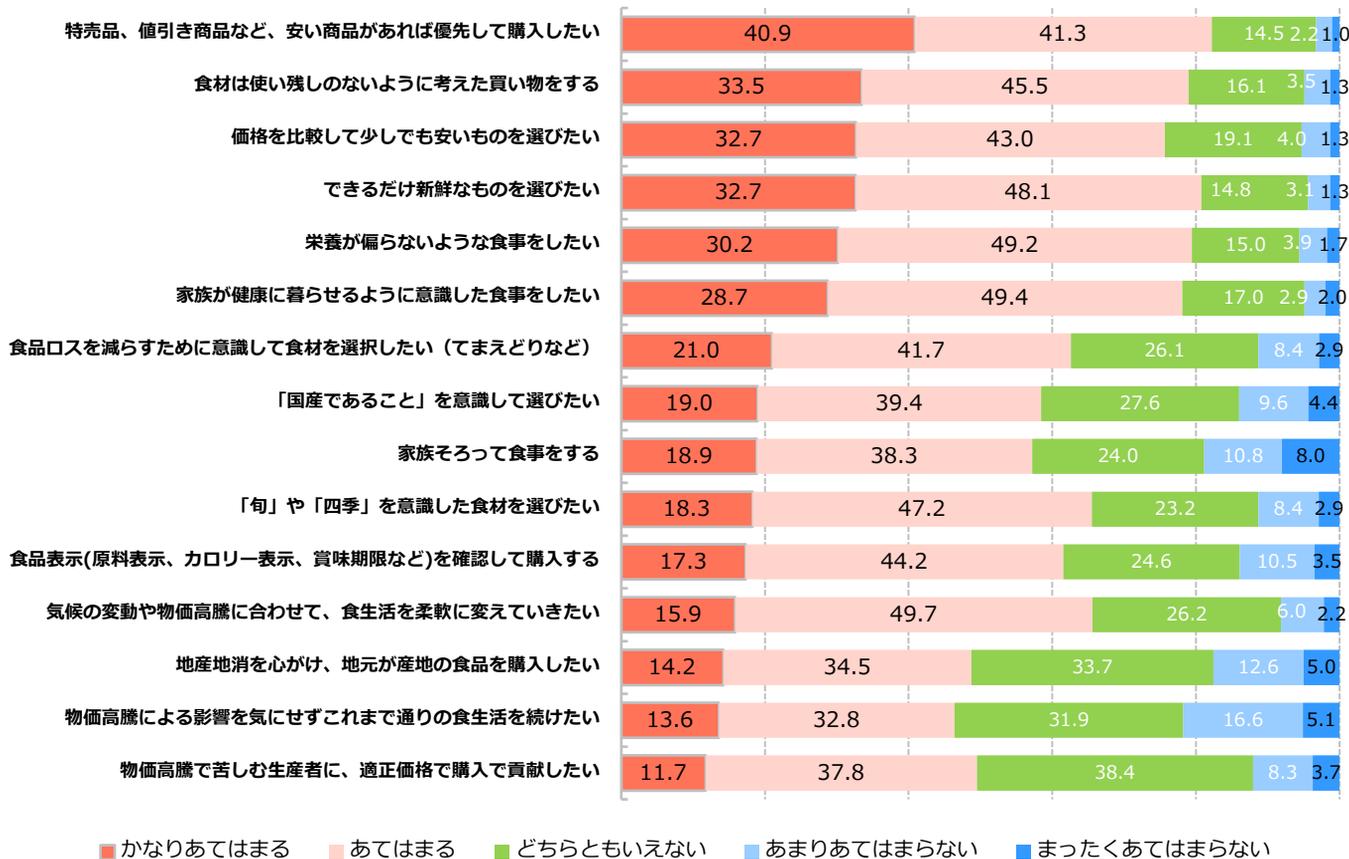
Q4. ここ最近で、国産の購入が、流通量の減少や価格の高騰で難しくなってきたと感じることはありますか。(n=Q3でそれぞれの食材で「必ず国産」「出来る限り国産」を選んだ人) (%)



米と野菜で、国産の購入が難しくなってきたと感じることが「頻繁にある」との回答が6割を超えました。「まったくない」との回答は「豆・豆製品」で2割を超えるのみで、ほとんどの食材で、国産の購入が難しく感じる事が「頻繁」または「たまに」ある様子がうかがえました。

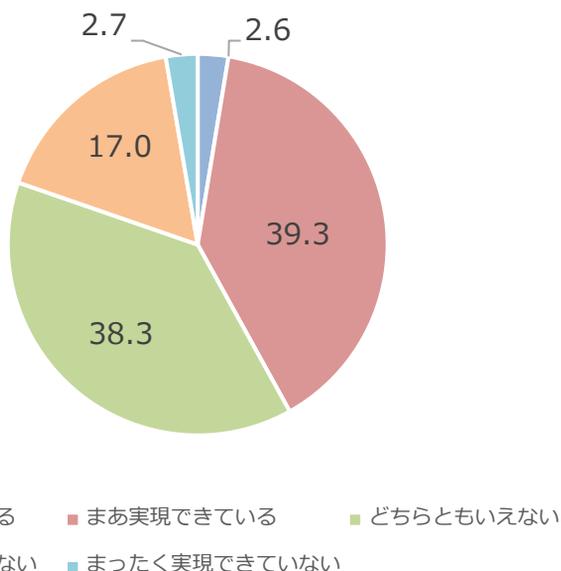
Q5. ご自身やご家族の食生活や食事の考え方について、どうありたいと思いますか。（n=2,199）（%）

全32項目中上位15項目を表示



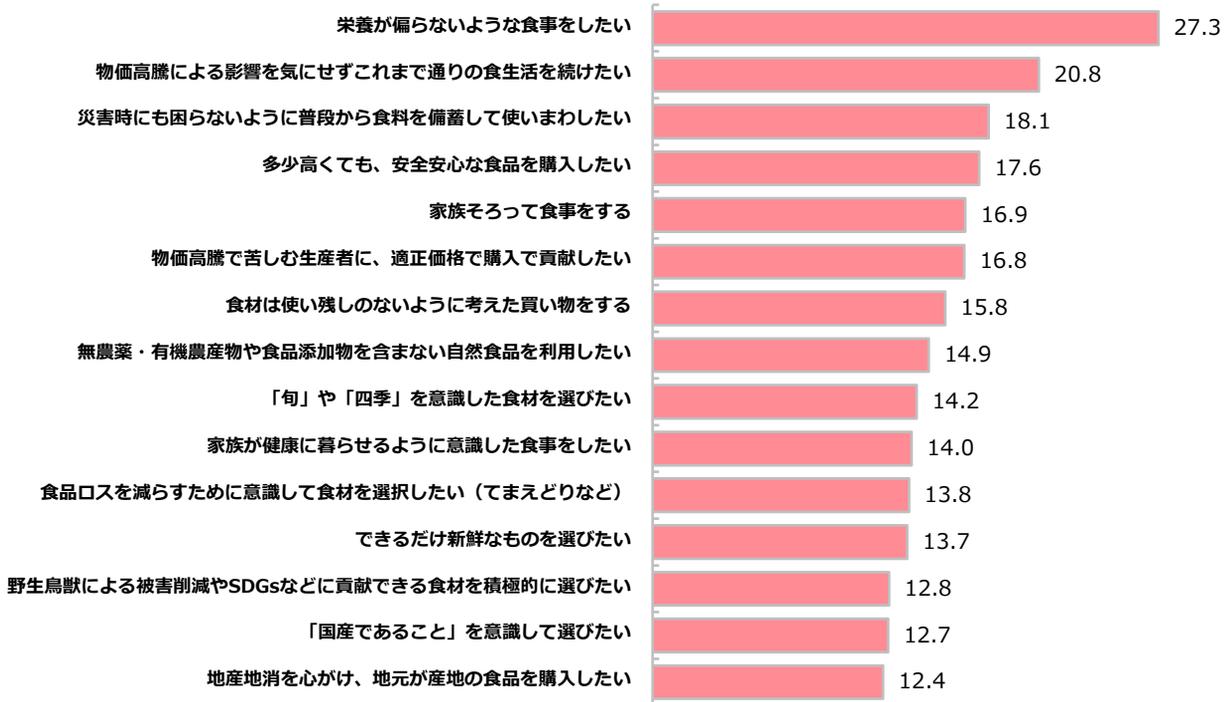
食に関する意識では、できるだけ安いものを選んだり、食品ロス削減、家族の健康や栄養面、食材の質（国産や旬）を気にする様子がみられました。また、気候変動や物価高騰への対応については、考えが分かれる様子もみられ、今置かれている環境に合わせながらも、健康や質にこだわりたいが、これまで通りの生活を続けたいと考える様子もみられました。

Q6. 前問で回答いただいた「こうありたい」と思うイメージについて、どの程度実現できていますか。（n=2,199）（%）



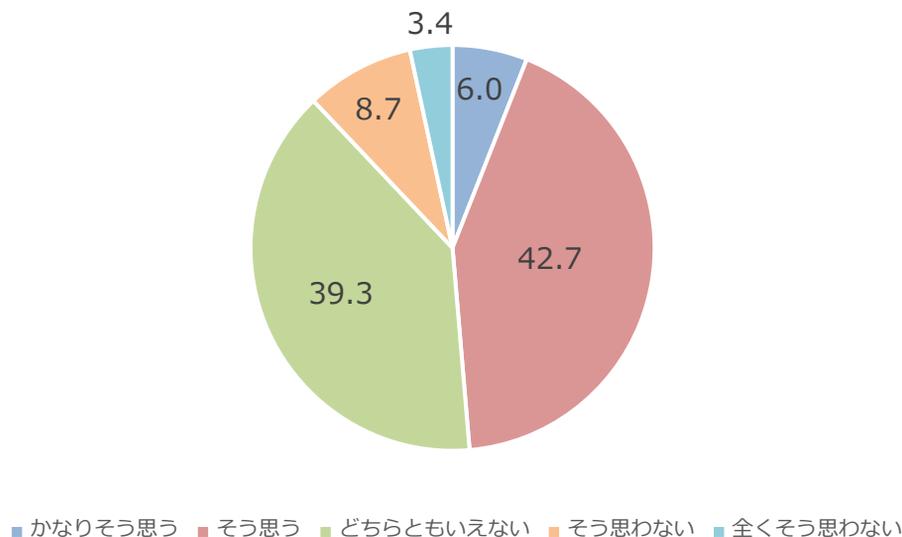
食に関する意識について、「実現できているかどうか」を尋ねると「かなり実現できている」は2.6%と多くはないものの、できているとのポジティブ回答が、できていないネガティブ回答を上回る結果となりました。

Q7. ご自身やご家族の食生活や食事の考え方について、実現したいのに実現できていないと思うものをお選びください。 ※複数回答（Q6で「かなり実現できている」以外を選んだ n=2,141）（%）



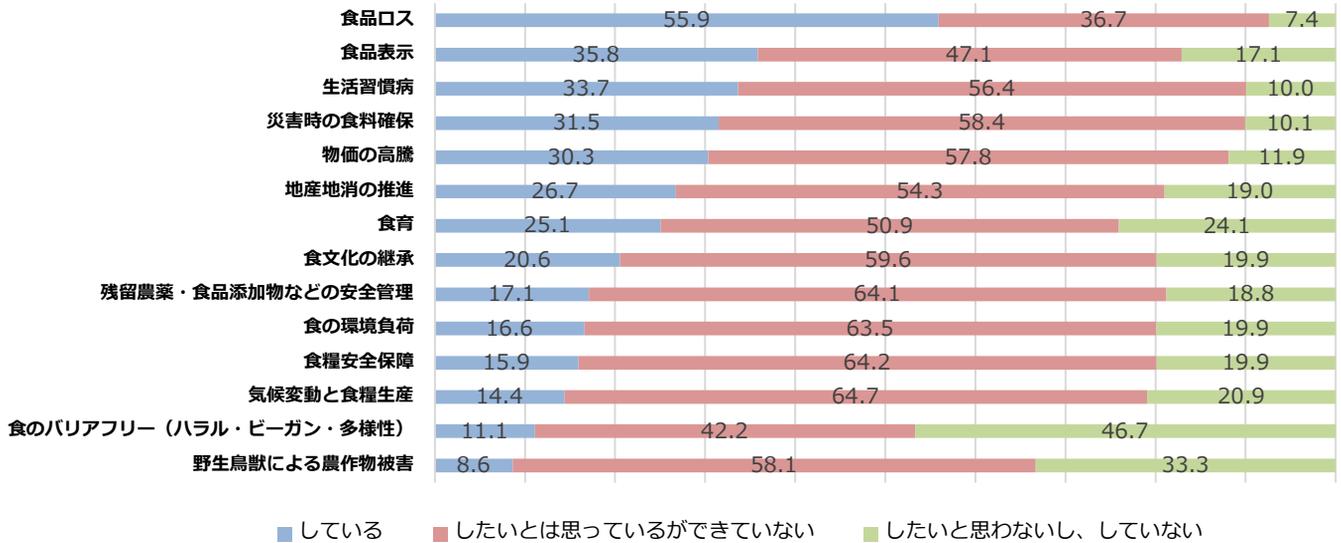
本当はしたいけどできていないことを尋ねると「栄養が偏らないような食事をしたい」「物価高騰による影響を気にせずこれまで通りの食生活を続けたい」が上位となりました。「災害時にも困らないように普段から食材を備蓄して使いまわしたい」が18.1%で続くことにも注目です。

Q8. 実現したいのにできていないことについて、実現している飲食店があるとしたら、そのお店で飲食することで、叶えたいと思いますか。（Q6で「かなり実現できている」以外を選んだ n=2,141）（%）



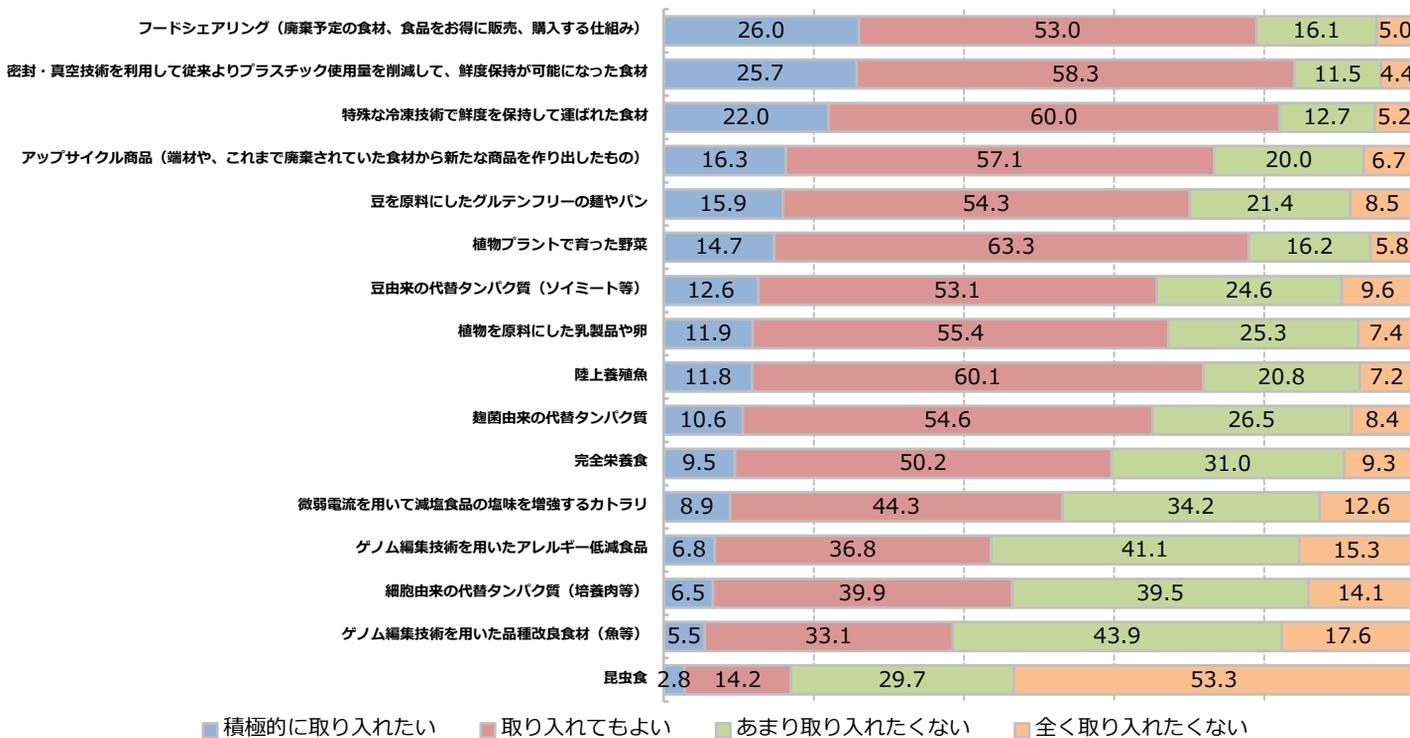
自身が実現できずにいることを、実現できている飲食店で叶えたいかを尋ねると「かなりそう思う」6.0%、「そう思う」42.7%とあわせて約半数となりました。この結果から、食品ロス削減や健康、食材の質（国産や旬）の担保ができていない飲食店へのニーズが高まる可能性があります。

Q9. 社会的、世界的課題に対して、あなたご自身は何かしらの活動・行動をしていますか。 (n=2,199) (%)



社会的課題に対する対応度では、「食品ロス」が55.9%で最多となり、過半数を超えたのは、この食品ロスのみという結果となりました。したいと思っているができていないものでは、「気候変動と食糧生産」が約65%で最多。全項目のうち11項目について、過半数が「したいとは思っているができていない」と回答しており、主な理由としては「経済的な問題」「知識や情報の不足」などがあげられました。

Q10. 最近、食分野の課題を解決するための最先端技術「フードテック」が注目されていますが、積極的に取り入れたいと思いますか。(n=2,199) (%)



「フードテック」の意向を尋ねると、「フードシェアリング」や「密封・真空技術を利用して従来よりプラスチック使用量を削減し、鮮度保持が可能になった食材」、「特殊な冷凍技術で鮮度を保持して運ばれた食材」などで、取り入れ意向が高くなりました。ゲノム編集技術や昆虫といったところはまだ受け入れ率は低いものの、間接的な最先端技術から取り入れることができそうです。