



# 物価高騰による 家計への影響

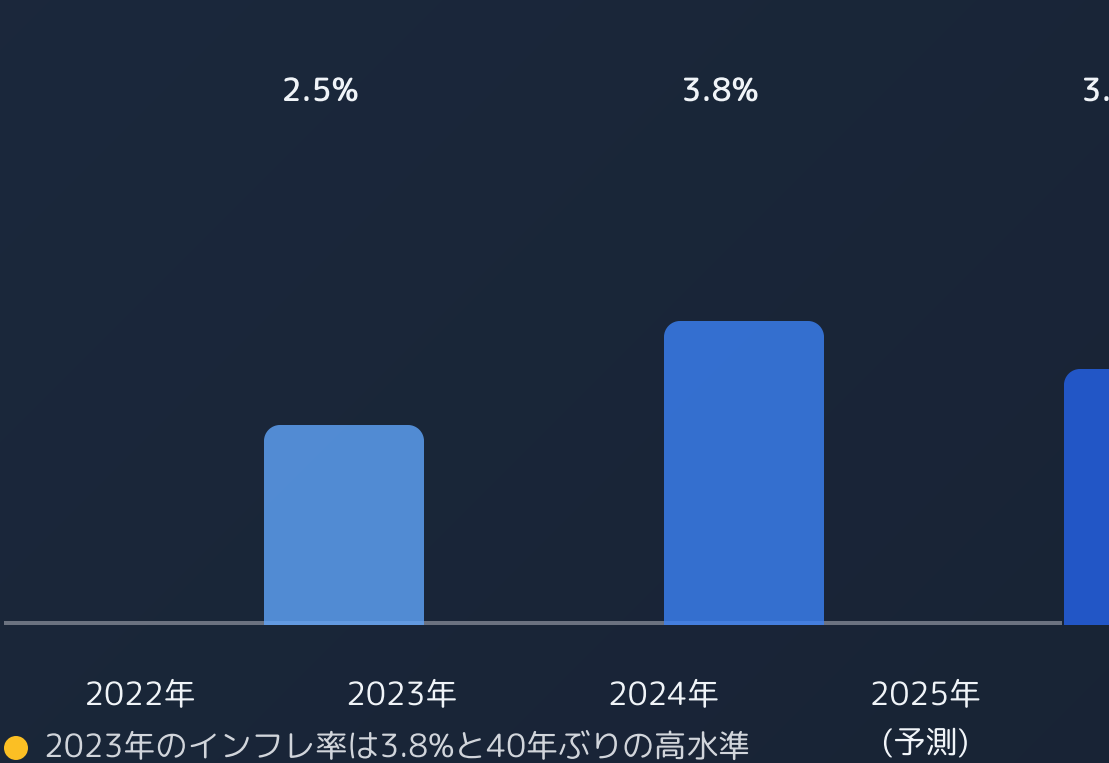
—— 厳しさを増す家計の現状 ——



2024年度版

# 物価高騰の現状

## 日本のインフレ率推移



- 2023年のインフレ率は3.8%と40年ぶりの高水準
- 2025年も2%を上回るインフレが継続見込み
- 物価上昇が3年以上続く異例の状況

## 主な物価上昇品目



### 食料品

2.4%

食料費前年比: **+3.9%**

- 米価格の大幅上昇 (+10.4%)
- 野菜・海藻 (+4.0%)
- 果物 (+3.1%)
- 外食 (+8.0%)



### 光熱・水道

政府補助金縮小の影響

- 電気代 (前年比-2.1%だが高止まり)
- ガス代 (-8.9%だが依然高水準)
- ガソリン・灯油価格の高騰



### 住居費

2.4%

住居費前年比: **+0.4%**

- 家賃地代 (+1.2%)
- 設備修繕・維持 (-0.2%)



### 交通・通信

交通・通信費前年比: **-2.6%**

- 自動車関連費 (-2.7%)
- 通信費 (-3.4%)
- 郵便料金の大幅値上げ



### 物価高騰の特徴

原材料費上昇だけでなく、人件費上昇による価格転嫁が増加。食料品を中心に値上げが常態化しつつある。エネルギー補助の縮小が家計への重石に。

# 家計支出への影響

## 🛒 消費支出の実質減少



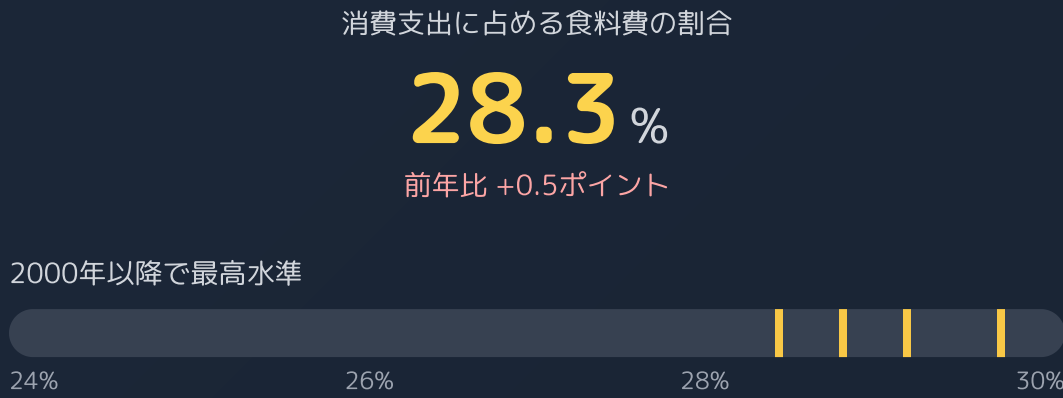
- 2年連続の実質消費支出減少
- 物価高騰で購買力が低下
- 特に単身世帯の減少率が大きい

## 📁 家計負担の増加額



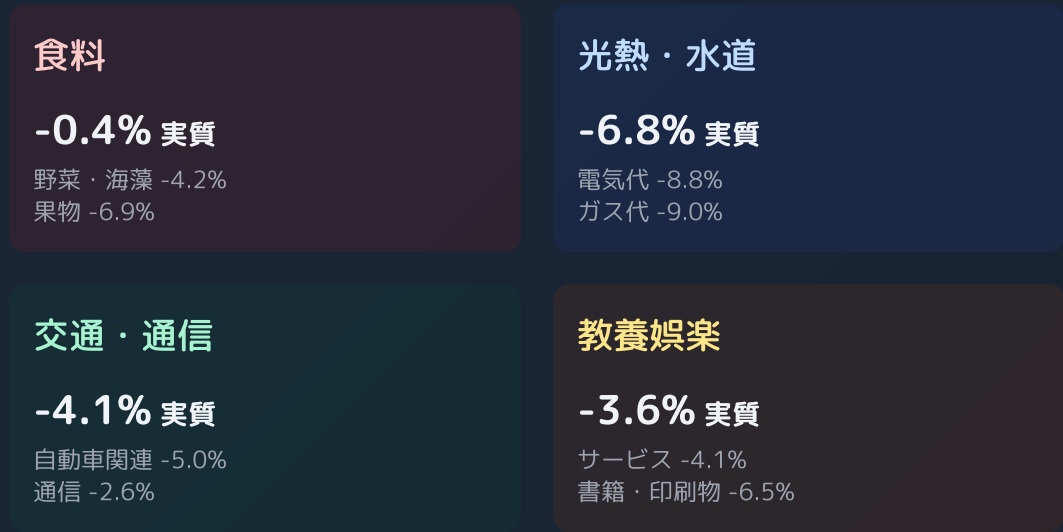
- 4人家族では年間約35万円の負担増
- ※2021年度と比較した1世帯あたりの年間負担増加額

## 🍴 エンゲル係数の上昇



- 食料品の価格上昇が他の品目よりも大きい
- エンゲル係数上昇は家計の余裕の減少を示す

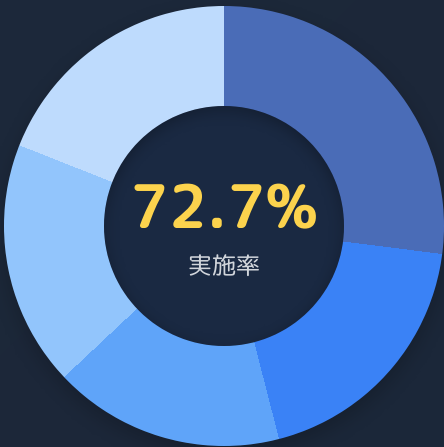
## 📊 項目別の影響



「必需品である米は購入を控えることができない。年金暮らしなので、考えながら買い物をしないと生活は大変です」  
- 70代女性、家計調査より

# 家計の対応策

## ✂ 支出削減・節約の実施状況



実施している 72.7%

実施していない 27.3%

※物価高騰の影響を受けている家庭のうち

📌 物価高騰の長期化により、7割以上の家庭で支出削減や節約が実施されている

## ☰ 削減している費目

🍴 食費  
44.2%

🧩 趣味費  
21.6%

👕 被服費  
21.4%

👥 交際費  
20.6%

👛 自身の小遣い  
19.4%

💡 電気代  
19.9%

## ☰ 自身の小遣いの削減額

削減前  
36,607円



削減後  
22,269円

削減額  
14,338円  
月平均

### 年代別の削減状況

40代 17,813円

50代 15,362円

60代 13,729円

20代 13,118円

30代 10,910円

- 40代の削減額が最大で、削減後の金額も最低（19,669円）
- 小遣いを削る状況は、家計のひっ迫度を表す指標に

## 💬 消費者の声

「物価高と円安の影響を受けています。給料が上がらないのに生活費が全て微妙に上がっている状況です」

- 30代男性

「将来に不安を感じるので貯蓄額を上げました。その分、日々の支出を削らざるを得ません」

- 40代女性

「物価高騰に見合う賃金アップがないため、生活必需品以外の支出を控えています」

- 50代男性

「辛い」「悲しい」という声も多数

## 💡 工夫を重ねる家計の例

- 価格が比較的安い根菜類を中心に購入
- 大容量の肉を買って小分けに冷凍し、必要分だけ使用
- 家庭菜園でブロッコリーや大根を自家栽培
- 野菜は芯まで使うなど無駄を削減
- 夫と子供の散髪を自宅で行い、年間約3万円節約

# 今後の見通し

## 2025年度の物価見通し

コアCPI前年比伸び率

+2.4%

※生鮮食品を除く消費者物価指数

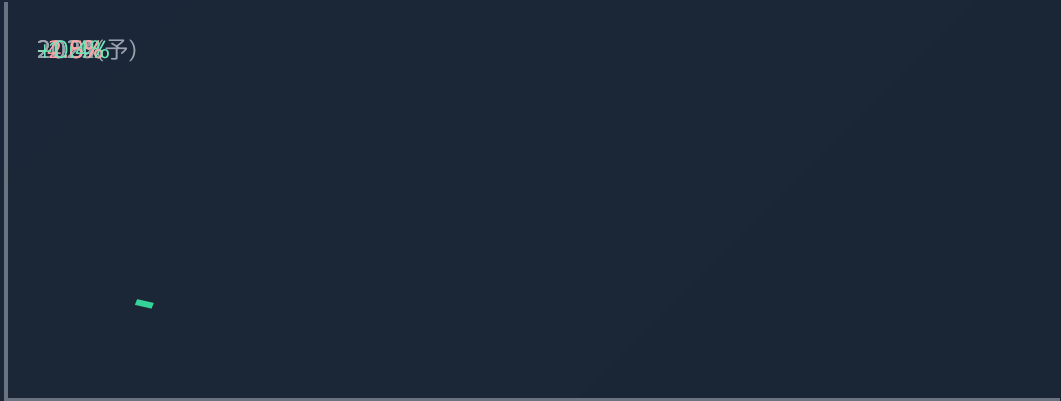
### 物価上昇の要因

食料品の値上げ	影響大
エネルギー補助金縮小	影響中
人件費上昇の価格転嫁	影響増加中
高校授業料無償化	影響-0.2%

※物価押し下げ要因

- 2025年も2%を上回るインフレが継続
- 値上げの要因が原材料費から人件費へとシフト

## 実質賃金の動向予測



2025年度予測

+0.4%

実質賃金前年比

累積影響

-7.9%

2022年度以降の累積落ち込み

⚠ 実質賃金のプラス転化は実現するも、過去の落ち込みを取り戻すには至らず

## 家計負担の見込み額（2025年度）

1世帯あたりの年間負担増加額

8.7万円

※2021年度と比較した場合

### 負担内訳（前年度からの増加額）

食料関連 外食を含む	+4.2万円
エネルギー関連 電気・ガス・ガソリン等	+1.9万円
その他関連 日用品・サービス・家具・衣類等	+2.7万円
4人家族の場合 1世帯あたりの換算	+11.0万円

- 円高による輸入コスト減少で物価上昇率は減速見込み
- しかし、人件費上昇分の価格転嫁が進み負担は継続

## 消費者マインドの見通し

暮らし向き

引き続き悪化傾向

節約志向

再び強まる傾向

### 課題と対策

- 実質賃金の持続的な上昇には労働生産性の向上が必要
- 労働分配率の引き上げが重要な課題に
- 物価上昇と賃金上昇のバランスの改善が急務
- 消費者マインド改善には実質賃金の加速が必要

「実質賃金の改善ペースの鈍さが消費者マインド改善の足かせとなる可能性が高い」

- みずほリサーチ&テクノロジーズ レポートより

# まとめ

## 物価高騰の長期化による影響

 継続するインフレ  
2025年も2%を超えるインフレが継続し、3年以上に渡り家計を圧迫

## 心理的影響

## 対応策の重要性