

日本の賃金上昇と手取り減少の要因分析（2015～2025年）

日本では過去10年間で名目賃金（額面給与）は緩やかに上昇している一方で、実際に手取りとして受け取れる可処分所得やその購買力はむしろ低下する傾向にあります^{1,2}。以下では、これを招いた諸要因について体系的に整理します。特に、税制・社会保険料の変化、インフレ（物価上昇）、為替変動、実質賃金の停滞、非正規雇用の増加、消費税率引き上げ、その他の生活コスト（教育費・医療費・エネルギー費など）に分けて考察します。また、それぞれの要因に関連して企業の賃金政策や政府の経済政策が与えた影響にも触れます。

上述のポイントを踏まえ、各要因ごとに家計への主な影響を以下の表にまとめます。

要因	手取り減少・購買力低下への影響
税制・社会保険料の負担増	社会保険料率の上昇と控除制度の変更で給与から差し引かれる額が拡大。社会保険料は近年**額面の約15%**に達し、税金と合わせて給与の2割超が控除 ^{3,4} 。1980年代比でも負担率が大幅上昇 ⁵ 。

¹<https://ly-story.com/ja/japan-wages-nominal-wages-price-trends-real-wages-mic-jp/>

²<https://raida.go.jp/column/3/>

³<https://note.com/moneydesign2014/n/n24381fba3305>

⁴<https://ly-story.com/ja/japan-wages-nominal-wages-price-trends-real-wages-mic-jp/>

⁵https://www.dir.co.jp/report/research/law-research/tax/20250124_030156.pdf

インフレと物価上昇	生活必需品価格の高騰により実質的な購買力が低下。特に 2022 年以降、食料品や光熱費が 5~10% 前後上昇 ⁶ 。平均的世帯は物価高で年間数万円規模の負担増 ⁷ 。住宅関連費（家賃）も上昇傾向 ⁸ 。
為替レートの変動（円安）	円安に伴う輸入品価格の上昇で国内物価を押し上げ。2022 年には 1 ドル=150 円台の 32 年ぶりの円安水準を記録し、エネルギーや食料の輸入コストが急騰 ⁹ 。輸入原材料の価格高騰が消費者物価を約 40 年ぶりの水準まで押し上げた。
名目賃金と実質賃金の乖離	賃金上昇率が物価上昇に追いつかず、実質賃金が継続マイナスに。2022 年から少なくとも 20 ヶ月連続で実質賃金が前年比マイナスとなり ¹⁰ 、給与が増えても生活は苦しくなる状態が続いた。
雇用形態の変化（非正規増加）	非正規雇用者の増加により、平均賃金水準が抑制。非正規は正社員より賃金が低く昇給も僅少のため、多くの労働者が低賃金にとどまり所得が伸び悩む ¹¹ 。非正規率は約 4 割と高水準で推移し、平均手取りの押し下げ要因。
消費税率引き上げ	**消費増税（2014 年 8%・2019 年 10%）**による物価押し上げで実質所得が目減り。2019 年 10 月の増税時には消費者物価が約 2% 押し上げられ、可処分所得のその分の恒久的減少を招いた。低所得層ほど負担感が大きい（逆進性の強い税）。
その他の家計費負担増	教育費（大学授業料等）の継続的上昇、医療・介護費の自己負担増（高齢者負担引上げ等）、エネルギー価格の高騰（燃料費高・電気ガス代上昇） ¹² が家計を圧迫。実質可処分所得の成長を阻害。

⁶<https://raida.go.jp/column/3/>

⁷https://www.mizuho-rt.co.jp/publication/2025/research_0043.html

⁸<https://www.jri.co.jp/MediaLibrary/file/report/research/pdf/15609.pdf>

⁹<https://raida.go.jp/column/3/>

¹⁰<https://raida.go.jp/column/3/>

¹¹<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

¹²https://www.mizuho-rt.co.jp/publication/2025/research_0043.html

以下、各項目について詳細に解説します。

1. 所得税・住民税・社会保険料など税制・控除制度の変化

給与から控除される税・社会保険料の増加が手取り減少の主要因の一つです。とりわけ社会保険料負担の拡大が顕著で、給与に占める割合は年々上昇してきました。厚生年金保険料は2004年改正により毎年引き上げられ、2017年に労使合計18.3%（労働者負担9.15%）の上限に達しました¹³。その後も介護保険料の上乗せなどで微増を続け、2023年度には健康保険・年金・雇用保険・介護保険を合わせた社会保険料の労働者負担は月額給与の約15%（月収30万円の場合約4万5千円）に達しています¹⁴。さらにここから所得税・住民税が源泉徴収されるため、給与の2割超が税金と保険料で差し引かれる計算です^{15 16}。例えば大卒新入社員の平均初任給（約25万円）の場合、手取りは約20万円程度にとどまります¹⁷。

社会保険料率の上昇は少子高齢化に伴う医療・年金財政の負担増に起因します。1980年代後半には所得に占める税・社会保険料の合計負担率は20%前後でしたが、2023年には25.9%と過去最高水準に達しました¹⁸。この上昇分の大半は社会保険料によるものです¹⁹。一方で所得税・住民税など直接税については大きな税率引き上げは行われていないものの、給与所得控除や扶養控除の見直しにより課税所得

¹³<https://note.com/moneydesign2014/n/n24381fba3305>

¹⁴<https://note.com/moneydesign2014/n/n24381fba3305>

¹⁵<https://note.com/moneydesign2014/n/n24381fba3305>

¹⁶<https://ly-story.com/ja/japan-wages-nominal-wages-price-trends-real-wages-mic-j/>

¹⁷<https://ly-story.com/ja/japan-wages-nominal-wages-price-trends-real-wages-mic-j/>

¹⁸https://www.dir.co.jp/report/research/law-research/tax/20250124_030156.pdf

¹⁹https://www.dir.co.jp/report/research/law-research/tax/20250124_030156.pdf

が増えた層もあります。例えば給与所得控除は2020年に一律10万円引き下げられ、高収入層の控除上限も縮小されました（基礎控除の拡大とセットで実施）。また配偶者控除の適用上限所得が2018年に引き上げられる一方で、高所得者向けの配偶者控除は縮小されるなど、一部世帯では**控除減による税負担増**が生じています。ただしこれらの影響は社会保険料の増加に比べれば限定的です。

要するに、この10年で**給与総額に占める手取り率が低下しました**。特に社会保険料の負担増加は避けがたく、民間では「額面の15%程度は社会保険料で必ず消える」と認識されるほどです²⁰。政府も2023年末に**所得減税（所得税の一時的減額）**を検討するなど、可処分所得の底上げ策を模索しています²¹。

2. インフレや物価上昇の影響（生活必需品・住宅費の高騰）

実質的な手取りの価値を押し下げた最大の要因は、近年のインフレ率上昇による購買力の低下です。とくに2021年以降、エネルギー価格高騰や円安、ウクライナ情勢による原材料価格上昇などを背景に、日本でも物価が大きく伸びました。2022年から2023年にかけての消費者物価指数（CPI）は40年ぶりの高い伸びを記録し、総務省統計によれば2023年1月のCPI上昇率は前年比4.3%に達しました²²。生鮮食品を除くコアCPIでも2023年は3%前後の上昇が続き、最新2025年1月時点でも前年比+3.2%と日銀目標（2%）を上回っています²³。

中でも生活必需品の値上がりが著しく、家計への打撃が大きくなっています。2023年12月時点で消費者物価の約8割の品目が前年より値上がりしており、特に「食料」が前年比+6.7%、「家具・家事用品」（日用品）が+6.5%と、生活必需品の上

²⁰<https://note.com/moneydesign2014/n/n24381fba3305>

²¹<https://raida.go.jp/column/3/>

²²<https://raida.go.jp/column/3/>

²³https://www.mizuho-rt.co.jp/publication/2025/research_0043.html

昇率が平均（同+2.6%）を大きく上回りました²⁴。一方で電気代やガス代は政府の補助政策により一時的に前年割れしています（電気代▲20.5%、ガス代▲20.6%²⁵）、補助が切れると再び家計負担が増す見込みです。

こうした物価高により、実質賃金（購買力）は大きく目減りしました。厚生労働省の毎月労働統計によれば、2022年春以降ほぼ一貫して実質賃金は前年同月を下回り、2022年から2023年にかけて20ヶ月連続で実質賃金マイナスという状況でした²⁶。賃金が上がっても物価がそれ以上に上昇していたためです。具体的には、2023年は賃金が前年比+2.1%増えましたが物価が+3.2%上昇し、実質賃金はマイナスに転じました²⁷。家計の体感としては「給料は少し増えたのに、以前より買えるものが少ない」という状態です。

住宅費の上昇も無視できません。長らく日本の家賃は低インフレ下で安定していましたが、コロナ後は都市部で家賃上昇が加速し、地方でも上昇傾向が見られるようになりました²⁸。背景には建設費・修繕費の高騰、人件費上昇、単身世帯の増加による賃貸需要増、さらには不動産価格上昇や金利上昇で持ち家取得の負担が増し、ファミリー層が賃貸に流れる動きもあると指摘されています²⁹。総務省のデータでも2020年頃から家賃の持続的な上昇が確認されています³⁰。持ち家の購入費用についても、都市部のマンション価格は過去10年で大幅に上昇し続けており、住宅ロー

²⁴<https://raida.go.jp/column/3/>

²⁵<https://raida.go.jp/column/3/>

²⁶<https://raida.go.jp/column/3/>

²⁷<https://ly-story.com/ja/japan-wages-nominal-wages-price-trends-real-wages-mic-jp/>

²⁸<https://www.jri.co.jp/MediaLibrary/file/report/research/pdf/15609.pdf>

²⁹<https://www.jri.co.jp/MediaLibrary/file/report/research/pdf/15609.pdf>

³⁰<https://www.jri.co.jp/MediaLibrary/file/report/research/pdf/15609.pdf>

ン金利も 2023 年後半から上昇傾向となりました³¹。こうした住居関連費の増加も、可処分所得から差し引かれる生活コストを押し上げています。

以上のように、急速な物価上昇（特に食料・エネルギー・住宅関連）によって「名目上の賃金上昇」が打ち消され、実質購買力が低下しました。民間試算では、物価高により平均的な世帯の年間負担増は 2022 年度で約 8 万円、2023 年度も約 9~10 万円、2024 年度もなお 8 万円強に達するとされています³²。これは手取り収入が同程度増えない限り、家計がその分節約を強いられることを意味します。

3. 為替レートの変動（円安）による輸入品価格の変化

最近の物価上昇を語る上で、円安（日本円の為替価値下落）が輸入物価を押し上げた効果を見逃せません。2015 年以降の 10 年で見ると、特に 2022 年に急激な円安が発生しました。日米の金利差拡大などを背景に円相場は急落し、2022 年 10 月には 1 ドル=150 円台と、およそ 32 年ぶりの円安水準を記録しました³³。円安になると、海外から輸入する原材料・製品の円建て価格が上昇します。その結果、日本国内ではエネルギー・食料をはじめ輸入品に依存する商品の価格が軒並み高騰しました。

具体的な影響例として、木材チップ（製紙原料）の輸入価格は 2020 年平均比で 1.5 倍以上に高騰し³⁴、紙製品の代表であるトイレットペーパーの小売価格は 2022 年から翌 2023 年にかけて前年比+16.6% もの上昇を記録しました^{35 36}。これは大幅な円安（ドル高）進行が原材料コストを押し上げ、小売価格の値上げ要因になったため

³¹<https://www.jri.co.jp/MediaLibrary/file/report/research/pdf/15609.pdf>

³²https://www.mizuho-rt.co.jp/publication/2025/research_0043.html

³³<https://raida.go.jp/column/3/>

³⁴<https://raida.go.jp/column/3/>

³⁵<https://raida.go.jp/column/3/>

³⁶<https://raida.go.jp/column/3/>

です³⁷。エネルギー分野でも同様で、原油や天然ガスの輸入価格が円安によって割高になり、電気・ガス料金に転嫁されました。円安と国際市場での燃料高騰が重なった2022年前後には、ガソリンや電気料金の値上げが相次ぎました。

さらに、日本銀行が長期にわたり金融緩和を続け低金利政策を維持したのに対し、米欧が利上げに転じたことで金利差が生じ、これも円安基調を長引かせました。

2020年以降の輸入物価指数（円ベース）は累計で約1.42倍に上昇し、輸入品の価格高騰にもかかわらず需要が減らないことから国内物価への圧力が強まったとの分析もあります。要するに、為替要因が日本の物価高騰に大きく寄与し、その分だけ実質的な手取りの価値が目減りしたと言えます。

政府は円安による物価高対策として、燃料油価格高騰対策（ガソリン補助金など）を講じ、一定の抑制効果を上げましたが、それでも2022年度に平均世帯あたり約8万円の負担増（補助が無ければ+11万円超とも試算）となるなど、円安の影響は家計に重くのしかかりました。2023年後半以降も円相場は140～150円前後と弱含みで推移しており、輸入品価格の高さは引き続き家計の購買力を制約しています。

4. 実質賃金の推移と名目賃金との乖離

名目賃金（額面の給与水準）はこの10年で緩やかに上昇しているものの、物価上昇を考慮した実質賃金の改善には結びついていません。前述のように、2022年以降は実質賃金が大幅に低下しましたが、それ以前の2015年～2019年頃も、インフレ率こそ低かったものの賃金上昇率もまた低迷していました。

安倍政権下の「アベノミクス」により2013年以降デフレ脱却が図られ、企業収益の改善とともに労働組合の春闘でのベースアップ要求が活発化しました。政府は経済界に対し毎年**「官製春闘」とも呼ばれる賃上げ要請を行い、2010年代半ばには年間2%程度の賃上げが一つの目安となっていました。実際、大手企業の春闘妥結額（定期昇給込の賃上げ率）は、2015～2019年頃はおおむね2%弱～2%強程度**

³⁷<https://raida.go.jp/column/3/>

で推移しています。これは過去の低成長期（1990年代後半～2000年代）の水準より高いものの、賃金全体を大きく底上げするには力不足でした。

その後、2020年に新型コロナ禍で一部企業が賃上げを見送る動きもあり、名目賃金の伸びは停滞しました。2021年は経済回復傾向で多少持ち直したものの、2022年に物価が急騰すると実質賃金が大幅マイナスとなり、前述のように2023年まで負の影響が続きました³⁸。

2023年・2024年には、人手不足感や物価高を背景に異例の高い賃上げが実現しています（連合集計で賃上げ率5%超）。2024年はベースアップ幅も大きく、物価上昇率（約3%）を上回る平均5.2%程度の賃上げが行われ、実質賃金はわずかながら改善に転じました³⁹。2025年春闘でも同水準の5%台の昇給が続く見込みです。しかし、これらは長期間停滞していた賃金水準の是正がようやく始まった段階とも言え、過去の実質賃金低下分を取り戻すには至っていません⁴⁰。特に、賃上げの恩恵が大企業や一部正社員に偏り、中小企業や非正規労働者には十分波及していない点も課題です⁴¹。

このように、名目賃金上昇率が低く抑えられ、かつ物価上昇に追いつかなかつたことで実質所得が伸び悩み、手取りの「価値」が下がったことが、家計の苦しさにつながりました。賃金が増えない間にも社会保険料や税は定率で差し引かれるため、可処分所得ベースではなお一層の伸び悩みとなります。企業の賃金抑制志向（詳しくは後述）や長期の低インフレによる賃金引き上げ余地の小ささが、この乖離を生んだ背景として指摘できます。

³⁸<https://raida.go.jp/column/3/>

³⁹<https://ly-story.com/ja/japan-wages-nominal-wages-price-trends-real-wages-mic-jp/>

⁴⁰<https://ly-story.com/ja/japan-wages-nominal-wages-price-trends-real-wages-mic-jp/>

⁴¹<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

5. 雇用形態の変化（非正規雇用の増加など）

日本の労働市場における雇用形態の変化も、手取りや購買力に影響を与えています。とりわけ非正規雇用者（パートタイム・派遣・契約社員など）の増加は、平均賃金の押し下げ要因として重要です。非正規労働者は一般に正規社員より時給・月給が低く、賞与や昇給も乏しいため、労働者全体の所得水準を下げる方向に作用します。

総務省「労働力調査」によると、非正規雇用者数は2010年代を通じて増加傾向にあり、2019年に約2,146万人と過去最多を記録しました⁴²。雇用者全体に占める非正規の割合も2019年に約38%と史上最高水準に達しています⁴³。その後、2020～2021年はコロナ禍で非正規労働者が一時的に減少した影響で割合も35%台に下がりましたが、2022年以降再び増加に転じ、足元では約37%前後と高止まりしています⁴⁴。つまり依然として就業者の約3人に1人以上が非正規という状況です。

非正規雇用の拡大は、平均給与水準の伸び悩みに直結します。非正規労働者は正社員と比べて賃金カーブが緩やか（勤続しても大きく昇給しない）であり、また賞与や退職金がないケースも多いため、生涯所得でも見劣りします。実際、同じ企業内であっても非正規労働者の時間当たり賃金は正社員の半分以下というデータもあります⁴⁵。また、勤続年数が長くなても人材育成や昇進の機会が乏しく、賃金が上がりにくい傾向があります^{46 47}。現在も労働者の4割近くが非正規で働き、その多く

⁴²<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

⁴³<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

⁴⁴<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

⁴⁵<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

⁴⁶<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

⁴⁷<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

が賃金上昇やキャリアアップにつながりにくい働き方を強いられているとの指摘があります⁴⁸。

この10年で非正規雇用が増えた理由として、企業側の雇用の柔軟化ニーズ、人件費抑制策、女性や高齢者の労働参加拡大（その多くが非正規での就業）などが挙げられます⁴⁹。特に女性については、結婚・出産後に一旦離職し、再就職時に非正規となるケースが多く、25～44歳女性の非正規化が長年「入口」として機能してきました⁵⁰。直近では若年層（15～24歳男性）や高齢層（65歳以上男性）でも非正規比率が上昇する傾向が見られます⁵¹。

非正規の増加はマクロ経済的にも賃金停滞要因です。統計上、平均賃金の伸びが鈍い背景には低賃金労働者の割合増大（いわゆるミックスの効果）がありました。賃金が比較的高い正社員が減少し、低い非正規が増えると、たとえ各カテゴリ内で賃金が上がっていても全体平均は伸び悩みます。また、各個人にとっても非正規では手取りが少なく将来不安から消費を抑える傾向が強くなるため、経済の購買力が削がれがちです。

政府は非正規雇用者の待遇改善や正社員化促進を図る政策（同一労働同一賃金の推進、無期転換ルールの整備⁵²等）を進めていますが、依然として非正規と正社員の賃金格差は大きく、特に家計補助的なパート就労の賃金水準は低いままです⁵³。要するに、非正規雇用の割合が高水準で推移したことが国民全体の平均所得を押し下げ、その結果可処分所得や購買力の向上を妨げてきたのです。

⁴⁸<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

⁴⁹<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

⁵⁰<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

⁵¹<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

⁵²<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

⁵³<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

6. 消費税率の引き上げの影響

消費税の増税も、手取りの実質価値を下げる一因でした。過去10年で日本の消費税率は2度引き上げられています。2014年4月に5%→8%へ（※これは2015年より前ですが影響が持続）、さらに2019年10月に8%→10%へ引き上げられました。この消費税率引き上げは広く家計消費に負担増をもたらし、可処分所得の実質的購買力を削る効果があります。

消費税増税時には駆け込み需要とその反動減で消費が一時的に変動することがよく知られていますが、それだけでなく増税後は恒常に物価水準が上がるため、実質所得がその分低下し続ける点が重要です。内閣府の分析でも、消費税率の引き上げは物価上昇を通じて実質所得を押し下げ、消費を半永久的に抑制する「所得効果」を持つとされています。2019年10月の増税（8→10%）では軽減税率制度（飲食料品は8%据置き）が導入されたため家計の感じる負担は抑えられましたが、それでも増税後しばらく個人消費の伸び悩みが見られました。増税による物価押し上げ分はおおむね実質GDPを0.5~1%程度押し下げるとの試算もあります。

特に消費税は逆進性（所得の低い層ほど可処分所得に占める税負担率が高い）が指摘されます。低所得の世帯ほど消費支出に占める生活必需品の割合が高く、消費税率アップの影響をダイレクトに受けやすいからです。そのため、名目賃金が横ばいの状況下での増税は低所得層の生活を一段と圧迫しました。例えば2019年増税時、政府は幼児教育・高等教育の無償化などの還元策を同時に実施しましたが、即座に家計消費が盛り上がることはなく、むしろ節約志向が強まったとの指摘があります。

総じて、消費税率引き上げは手取り収入そのものを直接減らすわけではないものの、支出面で常に実質目減りする要因となりました。特に2019年の10%への増税は、この質問対象期間内で大きな出来事です。これにより家計の購買力は2%分カットされ、さらにその翌年にコロナ禍が重なったため消費への打撃は表面化しにくかったものの、可処分所得の実質価値は確実に低下しました。現在、物価高への対策として**消費税減税（例えば一時的5%への減税や、食料品非課税化など）**も議

論されています⁵⁴。これは裏を返せば、増税分が家計に相当の重荷となっている証左と言えるでしょう。

7. その他家計に影響を与える要因（教育費・医療費・エネルギーコスト等）

上記以外にも、家計の可処分所得を圧迫する要因がいくつか存在します。その代表として教育費、医療費、エネルギーコストを挙げます。

- **教育費の負担増:** 少子化が進む一方で、一人当たりの教育投資は高水準を維持しています。大学授業料は国公立・私立ともにこの10年で上昇傾向にあります。例えば私立大学の年間授業料は毎年のように値上げが続き、2025年度時点でも多くの分野で平均額が上昇しました。国立大学の授業料標準額は2004年度以降長く据え置かれていましたが、東京大学をはじめ一部で値上げの動きが出ています。大学以外でも、高校・塾など含め教育関連支出は家計消費の大きな割合を占め、賃金が伸び悩む中で教育費負担は相対的に重くなっています。政府は高等教育無償化や給付型奨学金の拡充などを進めていますが、中間層にとっては依然負担感が大きい分野です。
- **医療費・社会保障費:** 日本は公的医療保険により自己負担は3割（高齢者は1割～2割）に抑えられていますが、高齢化に伴い保険料や高齢者医療の自己負担引き上げが進められています。例えば2022年10月から一定以上所得のある75歳以上の後期高齢者の窓口負担が1割→2割に引き上げされました。現役世代も、先述の通り健康保険料率の上昇で毎月の給与天引きが増加しています⁵⁵。また介護保険料も高齢化で上昇傾向にあり、2023年度には過去最高の1.82%（40-64歳の給与保険料率）となりました⁵⁶。医療・介護サービス

⁵⁴<https://note.com/moneydesign2014/n/n24381fba3305>

⁵⁵<https://note.com/moneydesign2014/n/n24381fba3305>

⁵⁶<https://note.com/moneydesign2014/n/n24381fba3305>

利用時の直接負担や、利用しなくとも保険料として払うコストが増え、可処分所得の有効利用分が削られる形になっています。

- エネルギーコストの上昇: これはインフレ要因と重なりますが、特にエネルギー価格の高騰は家計に直接響きました。電気代・ガス代は 2021 年以降急騰し、政府の補助がなければ 2023 年には前年比で数割高というレベルでした⁵⁷。政府による電力料金抑制策（電気料金への補助金）は 2023 年に実施されましたが、補助縮小後の 2025 年には平均的な世帯でさらに年間約 1.9 万円のエネルギー費負担増になると見込まれています⁵⁸。ガソリン価格も補助金で抑制していましたが、段階的な縮小とともに上昇しています。暖房費やガソリン代などは地方の家計ほど比重が高く、地域格差も大きい負担増要因です。
- その他の必需支出: 食料品や日用品の値上げは既に触れましたが、例えば育児・保育費（保育料は無償化が進んだものの、習い事費用など）、通信費（スマホ代等、近年格安プランも出ましたが支出は高止まり）、住宅ローン金利（2022 年末以降上昇の兆し）なども家計に影響します。家計支出の中で節約が難しい部分が総じて増加傾向にあり、可処分所得の実質的余裕を奪っています。

以上のような複合的なコスト増により、たとえ名目上の収入が増えて自由に使えるお金が減っている実感を持つ世帯が多い状況です。特にエネルギー・食料・教育といったコア支出が増えると、可処分所得の中で貯蓄や娯楽に回せる部分が減り、生活のゆとりが損なわれます。

8. 企業の賃金政策や政府の経済政策の影響

最後に、企業の賃金設定行動と政府の経済政策が上記要因にどう関与しているか触れます。

⁵⁷<https://raida.go.jp/column/3/>

⁵⁸https://www.mizuho-rt.co.jp/publication/2025/research_0043.html

企業の賃金政策（賃金抑制と最近の変化）：日本企業は長らく人件費抑制志向が強く、利益が出ても固定費となるベースアップには慎重でした。内部留保（利益剰余金）が積み上がる一方で賃金に還元されにくい傾向が指摘されてきました。しかし近年、人手不足の深刻化や物価高騰もあり、企業側にも賃上げ圧力が高まっています。2024年の春闘では、トヨタなど大企業が5年連続の満額回答を行い、月例給与で過去最高クラスの引上げを実施するなど明らかな変化が見られました。一方、中小企業では賃上げ余力が限られ、非正規や下請けへの波及も不十分で、賃金格差が課題です。

過去10年の低賃金上昇について、企業側はデフレ下で「賃金を上げても売上が増えない」「将来不安で固定費増は避けたい」といった判断をしてきました。また定期昇給（年功的な昇給）は維持されてもベースアップ（給与水準そのものの引上げ）は抑えられるケースが多く、若年層ほど恩恵が少なかったようです。実際、多くの企業で毎年の昇給幅は数千円程度にとどまり、業績不振時には据え置きも珍しくありませんでした⁵⁹。一方で物価は毎年上昇するようになり（特にコロナ以降）⁶⁰、賃金の上昇率が物価に追いつかなければ実質賃金は減少するという状況に企業も直面しました⁶¹。2022年以降はさすがに賃上げの必要性が広く認識され始め、2023年・2024年と歴史的な賃上げが実現した次第です。企業の賃金政策がようやく転換しつつあるものの、それ以前の低い賃金上昇率のツケが手取り減少の背景にあります。

政府の経済政策：政府はこの10年、手取りや賃金に影響を与える様々な政策を実施しました。まず金融政策では日本銀行による大規模金融緩和（異次元緩和）でデフレ脱却を図り、結果的に円安と株高をもたらしました。これが企業収益を押し上

⁵⁹<https://ly-story.com/ja/japan-wages-nominal-wages-price-trends-real-wages-mic-jp/>

⁶⁰<https://ly-story.com/ja/japan-wages-nominal-wages-price-trends-real-wages-mic-jp/>

⁶¹<https://ly-story.com/ja/japan-wages-nominal-wages-price-trends-real-wages-mic-jp/>

げ、賃上げの原資は生まれましたが、先述のように必ずしも賃金には十分波及しませんでした。財政政策では、**消費増税**（社会保障財源確保のため）が家計に負担増となる一方、幼児教育無償化や給付金支給など還元策も行われました。**最低賃金**の引き上げは顕著な成果で、毎年3%程度アップし続けた結果、**2023年度に全国平均1,004円と初めて1,000円を超える水準になりました**⁶²（2015年度は全国平均798円でした）。最低賃金の上昇はパート・アルバイト等の底辺層の賃金を底上げし、全体の賃金を押し上げる効果があります。実際、近年の非正規の時給はやや上昇傾向にあります。但し中小企業には負担もあるため、支援策が講じられています。

また政府は**企業への賃上げ促進税制**（賃金を一定%以上増やした企業の法人税減税）を導入したり、社会保険料について**折半負担の在り方や在職高齢者の年金支給停止緩和**など、働き方に影響する制度改正も行っています。直近では賃上げが物価に追いつくまでの繋ぎとして、**2024年度に所得税・住民税を減税（それぞれ年4万円程度を目途に一回限りの減税）**する方針も打ち出されました⁶³。これは可処分所得を直接押し上げる措置で、物価高に苦しむ家計への救済策と位置付けられます。

総じて、企業と政府の動きは徐々に「手取り増」へシフトしているものの、2015～2022年頃までの長期停滞の影響で、手取りの水準は思うように上がっていません。2013年以降の政策努力（賃上げ要請や最低賃金上昇）は一定の効果を持ちましたが、物価上昇や社会保険料増といった逆風に追いつかず、家計の可処分所得は伸び悩んできました。今後も政府・企業が賃上げと負担軽減の双方で継続的に取り組むことが、実質的な手取り向上には不可欠でしょう。

まとめ:以上の分析より、日本人の給与が名目上上がっていても手取りや購買力が減少している背景には、(1)税・社会保険料負担の増加、(2)インフレによる物価高騰、(3)円安による購買力低下、(4)実質賃金の長期低迷、(5)非正規雇用拡大による

⁶²<https://www.asahi.com/sdgs/article/14985229>

⁶³<https://raida.go.jp/column/3/>

平均賃金押し下げ、(6)消費増税による恒久的な負担増、(7)教育・医療・エネルギー等生活コストの上昇が複合的に影響していることが分かります。それぞれが家計の可処分所得を削り、生活実感として「給料が増えても楽にならない」状態を生み出しました。企業の賃金政策や政府の経済政策もこの状況に影響を与えており、近年は賃上げや減税など前向きな変化も見られますが、過去の停滞を取り戻すには時間がかかります。今後、持続的な賃金上昇と負担緩和策が進めば、ようやく実質的な手取り増加につながると期待されます。現状では、それらが道半ばであったことが過去10年の家計の厳しさとして顕在化していたと言えるでしょう。

【参照ソース】

⁶⁴ ⁶⁵総務省・厚労省統計を基にした LY's story 「日本の賃金 | 名目賃金・物価推移・実質賃金」 (2025年9月28日)

⁶⁶大和総研「税・社会保険料負担率の推移」 (2023年)

大和総研「消費増税と対策の影響分析」 (2019年9月18日)

⁶⁷ ⁶⁸(株)マネーデザイン公式 note 「社会保険料の過去30年の負担金額」 (2025年4月27日)

⁶⁹ ⁷⁰みずほリサーチ&テクノロジーズ「物価高が家計に与える影響」 (2025年3

⁶⁴<https://ly-story.com/ja/japan-wages-nominal-wages-price-trends-real-wages-mic-jp/>

⁶⁵<https://ly-story.com/ja/japan-wages-nominal-wages-price-trends-real-wages-mic-jp/>

⁶⁶https://www.dir.co.jp/report/research/law-research/tax/20250124_030156.pdf

⁶⁷<https://note.com/moneydesign2014/n/n24381fba3305>

⁶⁸<https://note.com/moneydesign2014/n/n24381fba3305>

⁶⁹https://www.mizuho-rt.co.jp/publication/2025/research_0043.html

⁷⁰https://www.mizuho-rt.co.jp/publication/2025/research_0043.html

月)

⁷¹日本総研「家賃上昇の動きと背景」（2025年3月4日）

みずほリサーチ&テクノロジーズ「政府は物価高対策を策定も円安が懸念材料」
(2022年9月12日)

⁷²⁷³⁷⁴RAIDA コラム「輸入原料への依存が引き起こす生活必需品の高騰」（2024年2月9日）

内閣府「非正規雇用の問題点 等」（令和4年版 男女共同参画白書 資料）

⁷⁵⁷⁶リクルートワークス研究所コラム「この10年で非正規雇用に変化はあったか」
(2025年9月29日)

三菱UFJリサーチ&コンサルティング「消費税率引き上げが個人消費に与える影響」（2019年3月18日）

旺文社教育情報センター「大学『学費』の推移を見る」（2025年3月13日）

JILPT「主要企業春季賃上げ率の推移（グラフで見る長期労働統計）」（2025年8月19日更新）

⁷⁷朝日新聞デジタル「最低賃金、2023年度は全国平均1004円に初の1000円超」
(2023年8月21日)

⁷¹<https://www.jri.co.jp/MediaLibrary/file/report/research/pdf/15609.pdf>

⁷²<https://raida.go.jp/column/3/>

⁷³<https://raida.go.jp/column/3/>

⁷⁴<https://raida.go.jp/column/3/>

⁷⁵<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

⁷⁶<https://www.works-i.com/surveys/column/jpsedcolumn/detail007.html>

⁷⁷<https://www.asahi.com/sdgs/article/14985229>