

第7回「くらしと生活設計に関する調査」(2025)より

# インフレ下のくらしと金融行動

—投資行動が活発化する若者、賃金上昇が背景か—

---

2026年3月

一般財団法人 ゆうちょ財団

# 調査趣旨・概要

## 調査趣旨等

「くらしと生活設計に関する調査」では、個人の生活設計や暮らしむきに関する考え方を調査することにより、個人金融に関する調査・研究に役立てることを目的として、隔年で実施。2013年の第1回から継続実施し、今回は第7回目となる。

## 調査概要

- ・ 対象者：全国20歳以上の男女個人5,000人
  - － 層化2段無作為抽出により、全国250地点にて20歳以上の個人を無作為に20サンプルずつ抽出（計5,000サンプル）
  - － 標本抽出は、住民基本台帳を使用
- ・ 調査方法：郵送留置法と郵送法の併用
- ・ 調査期間：2025年11月14日～2026年1月8日
- ・ 回収状況（回収率）：1,664サンプル（33.3%）  
年代・性別構成は右表のとおり

	人口推計 (R5年)	% ①	実回収数	% ②	②-①
20-29歳	12,717	12.1%	157	9.4%	-2.7%
30-39歳	13,427	12.8%	216	13.0%	0.2%
40-49歳	16,881	16.1%	246	14.8%	-1.3%
50-59歳	17,928	17.1%	302	18.1%	1.0%
60-69歳	14,840	14.2%	300	18.0%	3.8%
70歳以上	28,892	27.6%	443	26.6%	-1.0%
計（20歳未満除く）	104,685	100%	1,664	100%	
男性	50,416	48.2%	784	47.1%	-1.1%
女性	54,270	51.8%	880	52.9%	1.1%

※総務省統計局「人口推計」、総数1億2,435万人(20歳未満1,967万人)

## 調査結果のポイント①

### 1 買い物は堅実志向

「必要な量だけ買う」「長く使えるものを選ぶ」「安全性を考慮」が上位。  
流行追随は低調、物価高でも安全性は重視。

### 2 金融リテラシーに改善余地

正答率は「インフレ（54.5%）」が過半だが、「預金保険（38.2%）」「複利計算（36.4%）」は低調。

### 3 若年層は投資に前向き、高齢層はリスク回避的

投資回避が多数派、「投資する」24.3%に対し「投資しない」73.0%。  
若年層ほど投資意欲が強い一方で、基礎知識に課題。

### 4 投資経験は3人に1人、損益はプラス

リスク資産の運用経験33.5%（過去含む）。年代別には30代・40代の投資経験が多い。  
直近1年の損益はプラスが74.9%。

### 5 NISA等制度は未利用が7割、利用者の困りごとは「商品が多すぎ」「選べない」

新NISA（つみたて）16.9%/（成長）10.6%、未利用69.4%。未利用理由は「知識がない」「余裕資金がない」  
利用者は商品が多すぎて選べない悩みも。

## 調査結果のポイント②

### 6 店頭支払いは依然現金優位、ネット通販の支払はクレジットカード中心

店頭支払いは「現金」が減少傾向ながらも65.6%と最多。

ネット通販の支払いは「クレジットカード」が55.6%と最多。

### 7 高齢ほど現金利用ニーズあり

店頭支払いで現金利用者（65.6%）の41.0%は「キャッシュレスになるべく移行したくない」年代別には**高齢ほど現金利用ニーズ**が高い。

### 8 スマホ決済は過半数が利用、若年層は7割超

スマホ決済の利用52.0%、年代別には**20～40代が7割**を超える。

現在利用/今後利用したいスマホ決済は「QRコード決済」が73.3%と最多。

### 9 クレジットカード保有は8割超、選択はポイント&年会費無料重視

クレジットカード**保有状況は82.3%**まで浸透。

選択はサポート体制や付帯サービスより**実利重視**の傾向。

### 10 若年層ほど賃金上昇

雇用形態は男性：正社員、女性：パート

前年同月と比較して、**就労収入が上昇と答えた割合は若年層ほど多い**。

# ① 買い物は堅実志向

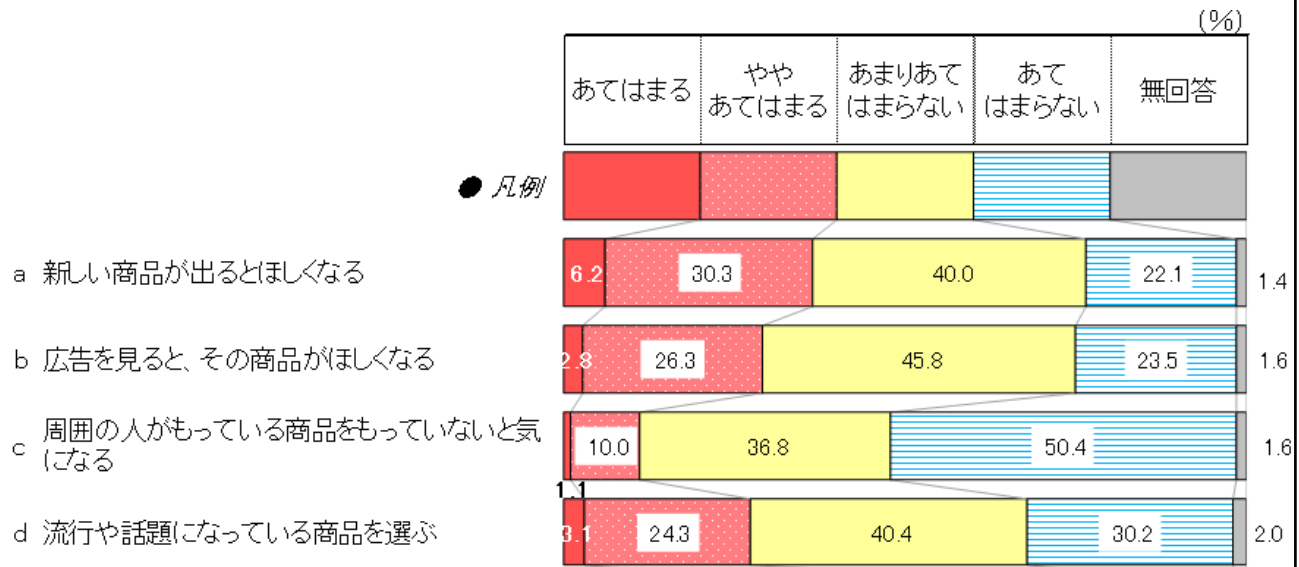
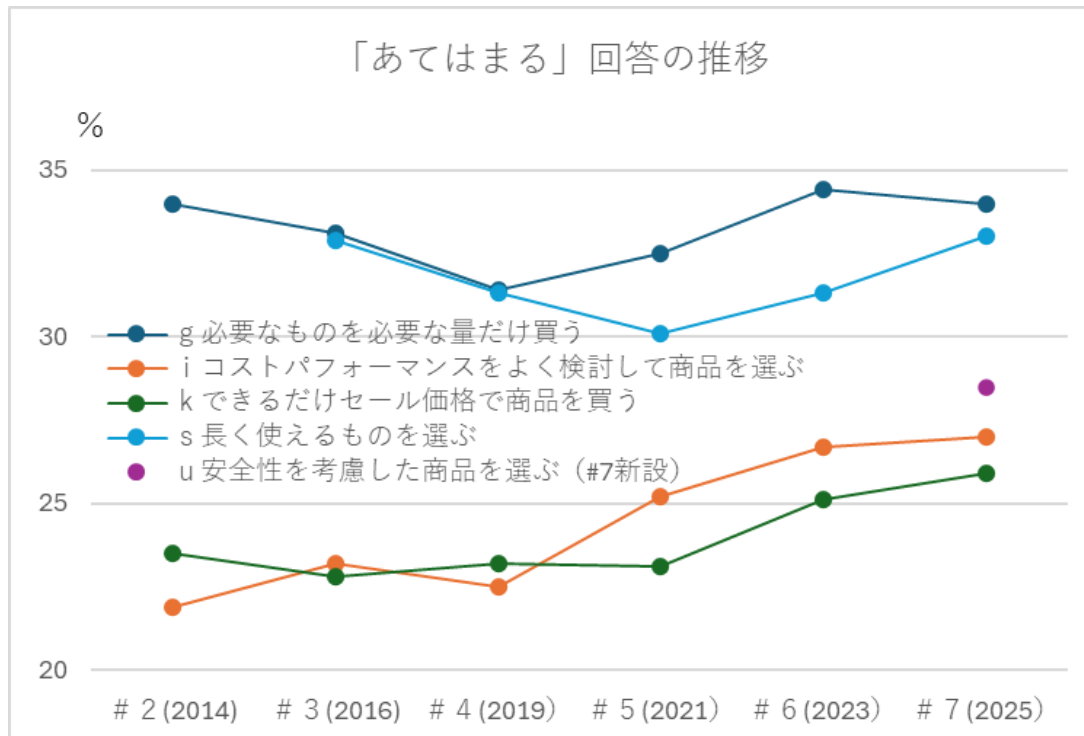
「(g)必要なものを必要な量だけ買う (34.0%)」

「(s)長く使えるものを選ぶ (33.0%)」

「(u)安全性を考慮した商品を選ぶ (28.5%)」

物価高の影響で**節約しながらも安全性は重視**。流行追随 (a・b・c・d) は低調。

買い物について (問1) 一部抜粋

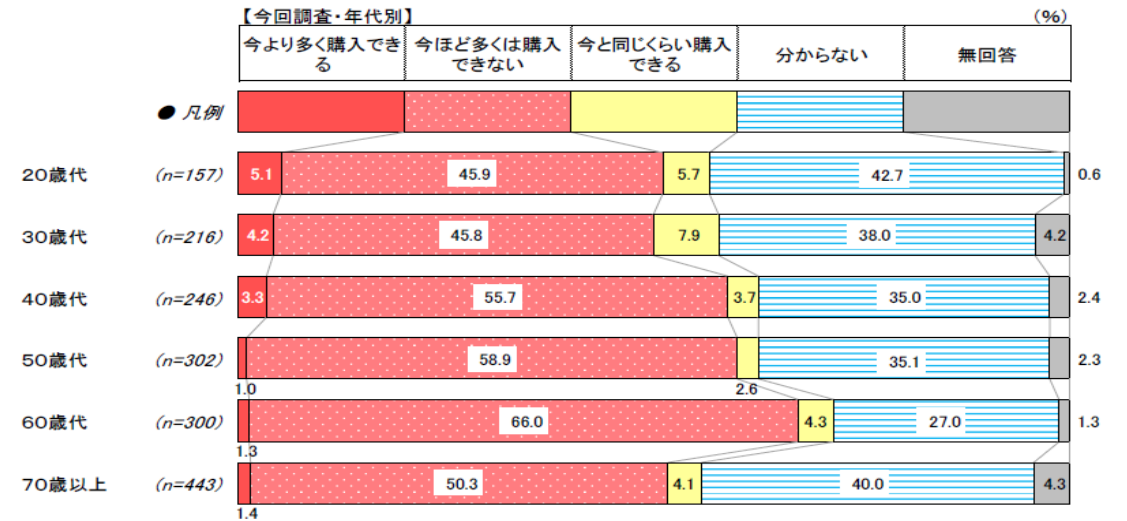


## ②金融リテラシーに改善余地

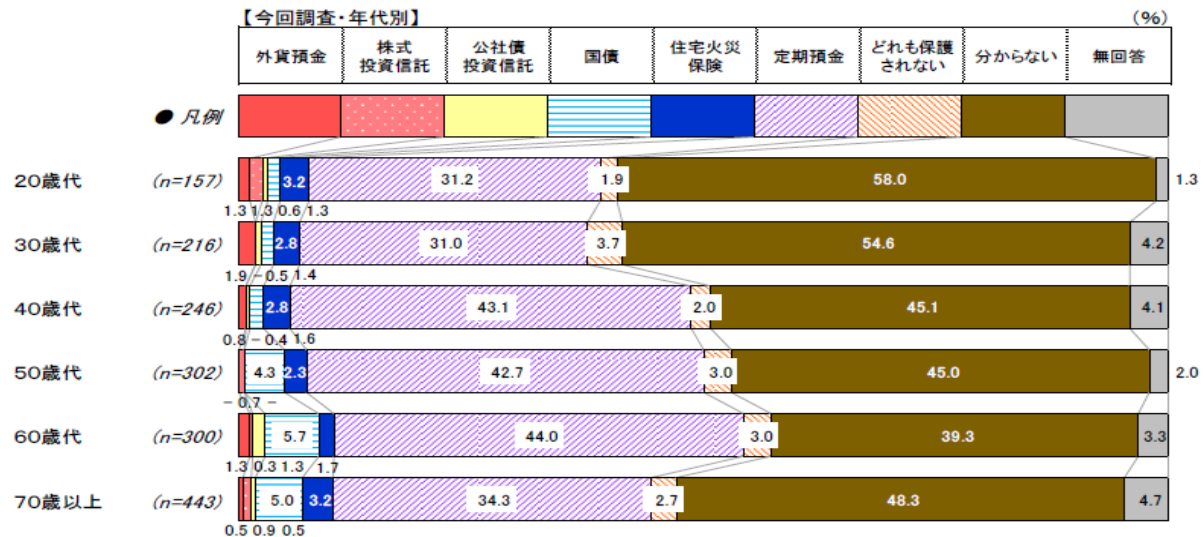
全体の正答率は「インフレ（54.5%）」が過半だが、「預金保険（38.2%）」「複利計算（36.4%）」は低調。

年代別には60代にかけて年齢が上がるほど正答率が上がる傾向

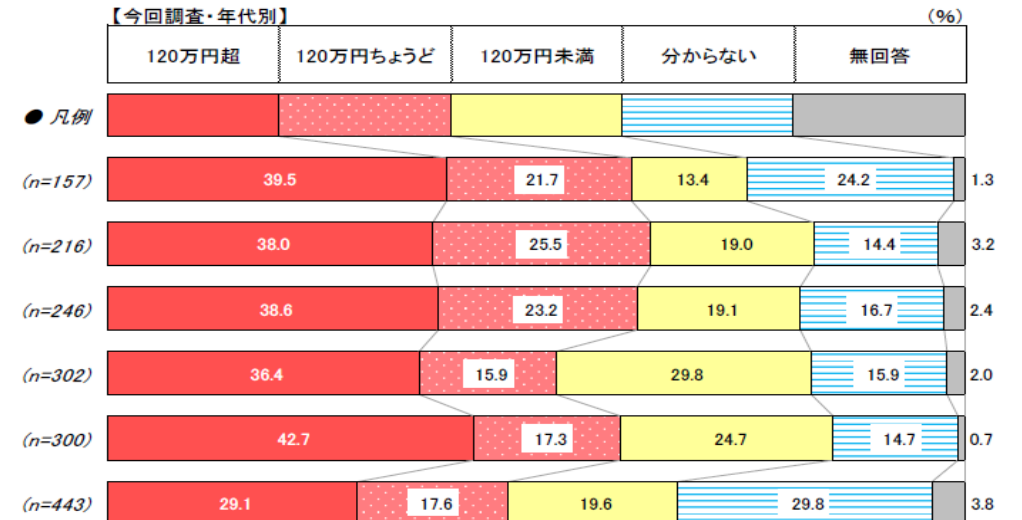
### インフレ（問10）正答：今ほど多くは購入できない（桃）



### 預金保険（問8）正答：定期預金（紫）



### 複利計算（問9）正答：120万円超（赤）

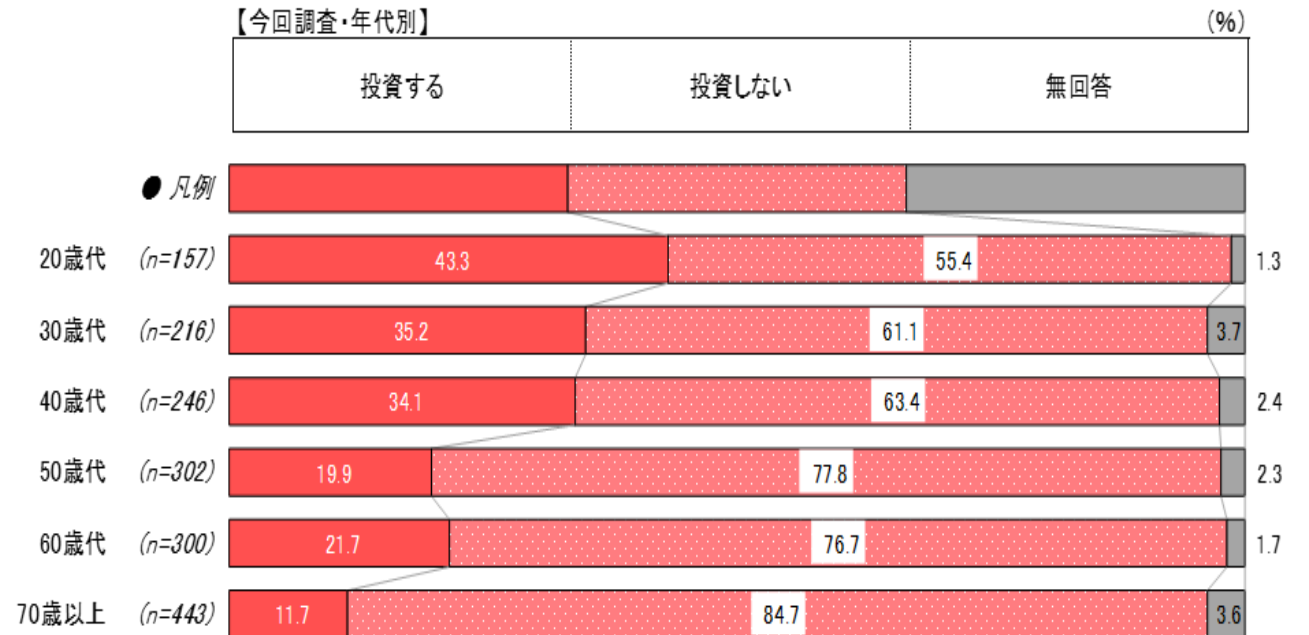
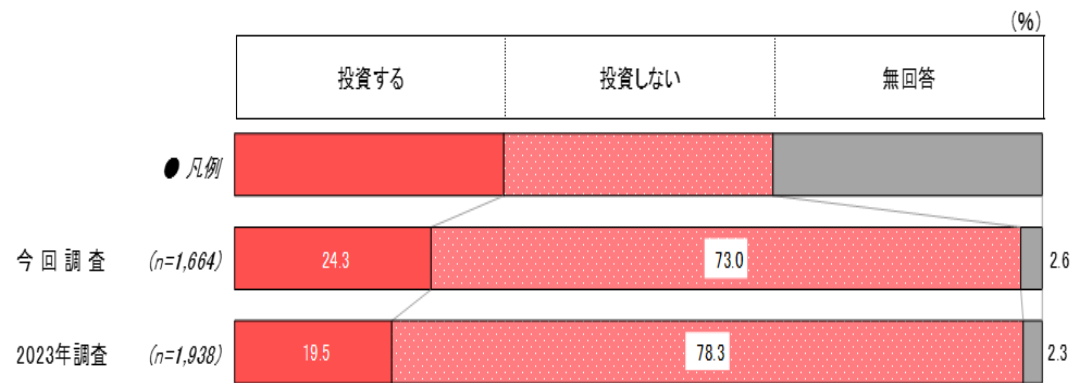


### ③若年層は投資に前向き、高齢層はリスク回避的

前回調査よりリスク選好は高まるも、リスク回避(73.0)が依然多数派

若年層ほど「投資」に前向きで、高齢になるほどリスク回避的になる傾向  
一方で若年層は相対的に正答率が低く(p6)、**基礎知識に課題**。

#### 投資意向※について（問12）



※10万円を投資すると半々の確率で2万円の値上がり益か1万円の値下がり損のいずれかが発生する時の投資意向（リスク選好の代理変数）

## ④投資経験は3人に1人、過去1年の損益はプラス

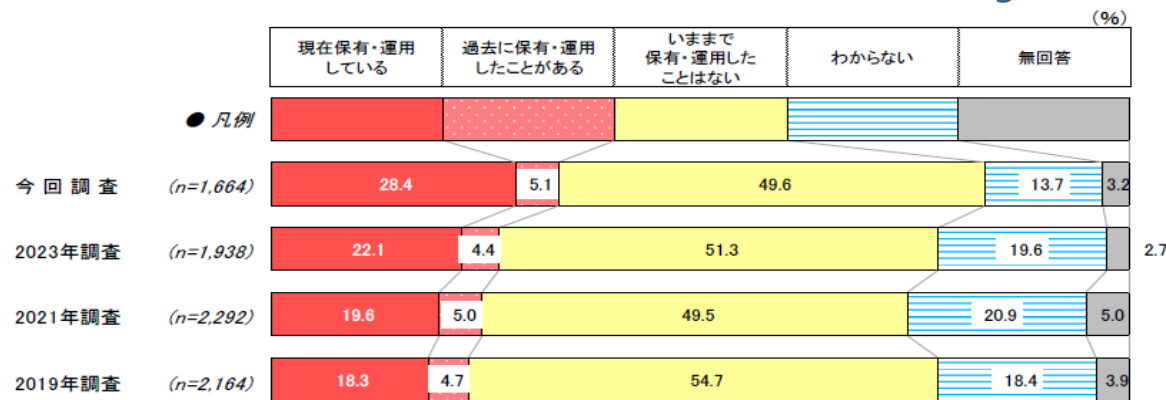
リスク資産の運用経験は年々高まる。

年代別には**30代・40代の投資経験が多く**、経験値から「分散投資」の正答率も高い。

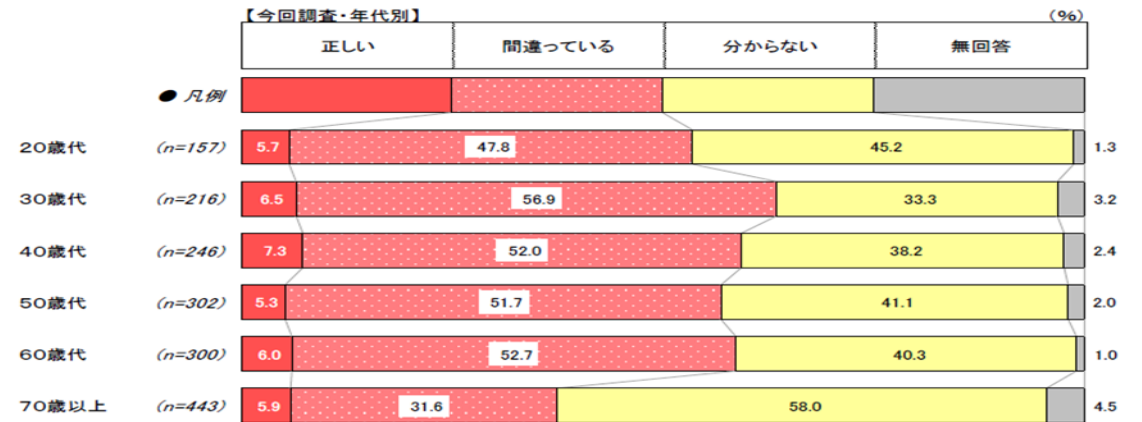
保有商品は「投信・ETF（56.1%）」「国内株（52.5%）」が二強（本編参照）。

過去1年の**損益はプラスが74.9%**を占める。

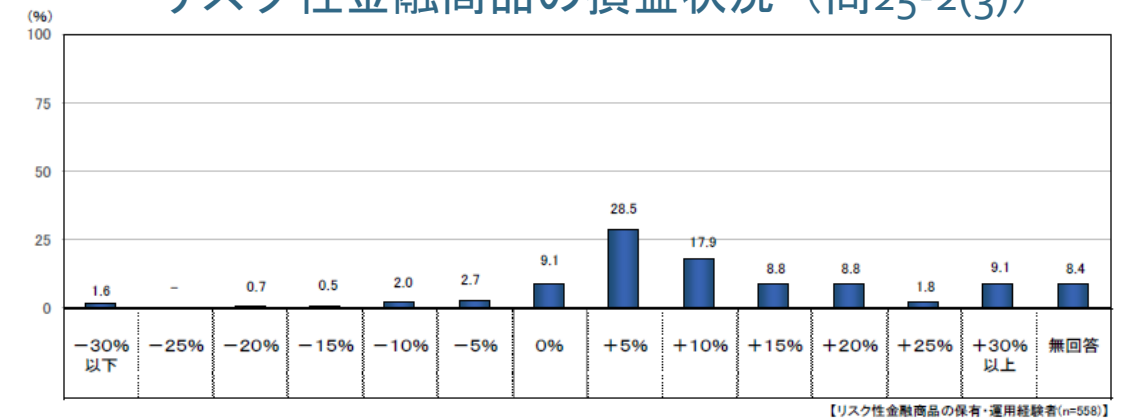
### リスク性金融商品の保有・運用経験（問25）



### 分散投資（問11）正答：間違っている（桃）



### リスク性金融商品の損益状況（問25-2(3)）





## ⑤資産形成制度は未利用が7割、利用者の困りごととは「商品が多すぎ」「選べない」

新NISA（つみたて投資枠）16.9%、（成長投資枠）10.6%、**未利用69.4%**。

利用者の困りごととは「**商品がありすぎて仕組みがわからない**（27.7%）」「**自分に適した商品が不明**（26.2%）」が中心、時系列には**困りごとは減少傾向**。

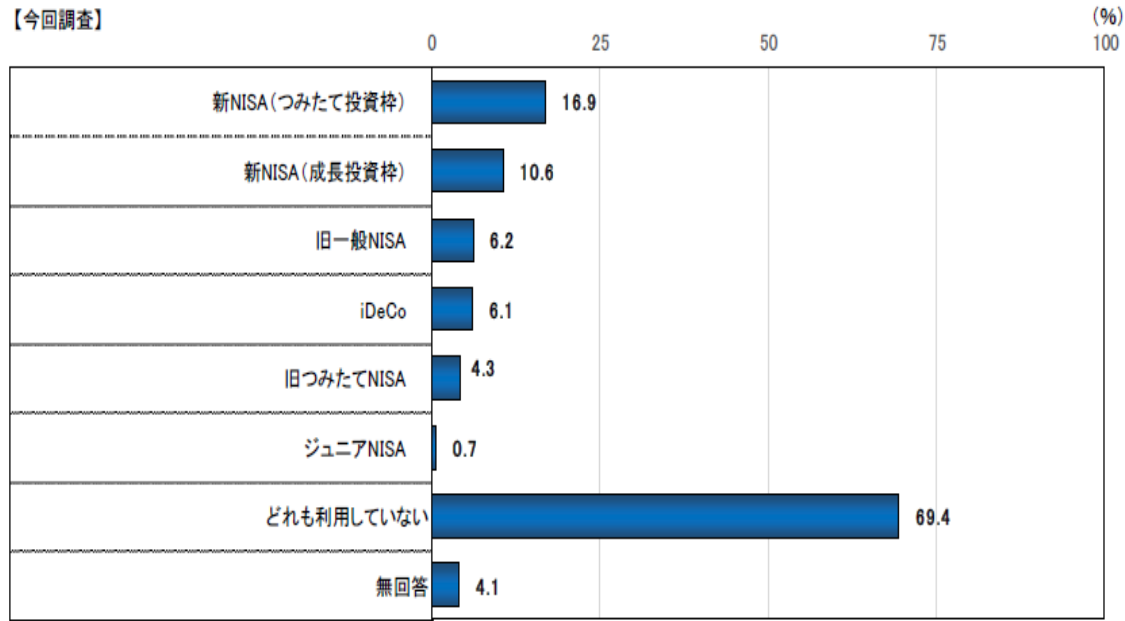
未利用者の理由は「**知識がない**（24.7%）」「**余裕資金がない**（22.2%）」

「**制度がわかりにくい**（17.4%）」

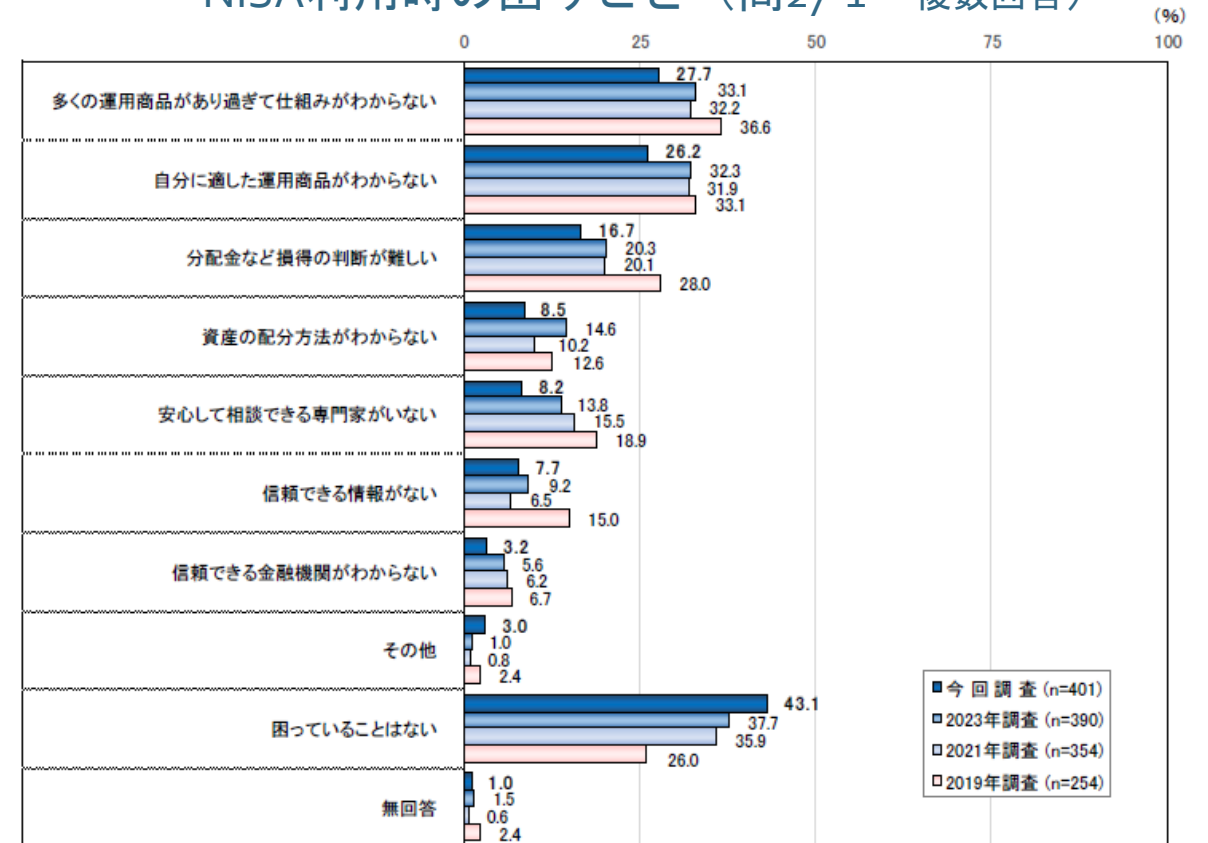
いずれも前回調査比で減少（本編参照）。

NISA利用時の困りごと（問27-1 複数回答）

長期資産形成制度の利用（問27 複数回答）



全数(n=1,664)



■ 今回調査 (n=401)  
 □ 2023年調査 (n=390)  
 □ 2021年調査 (n=354)  
 □ 2019年調査 (n=254)

【長期資産形成制度利用者】

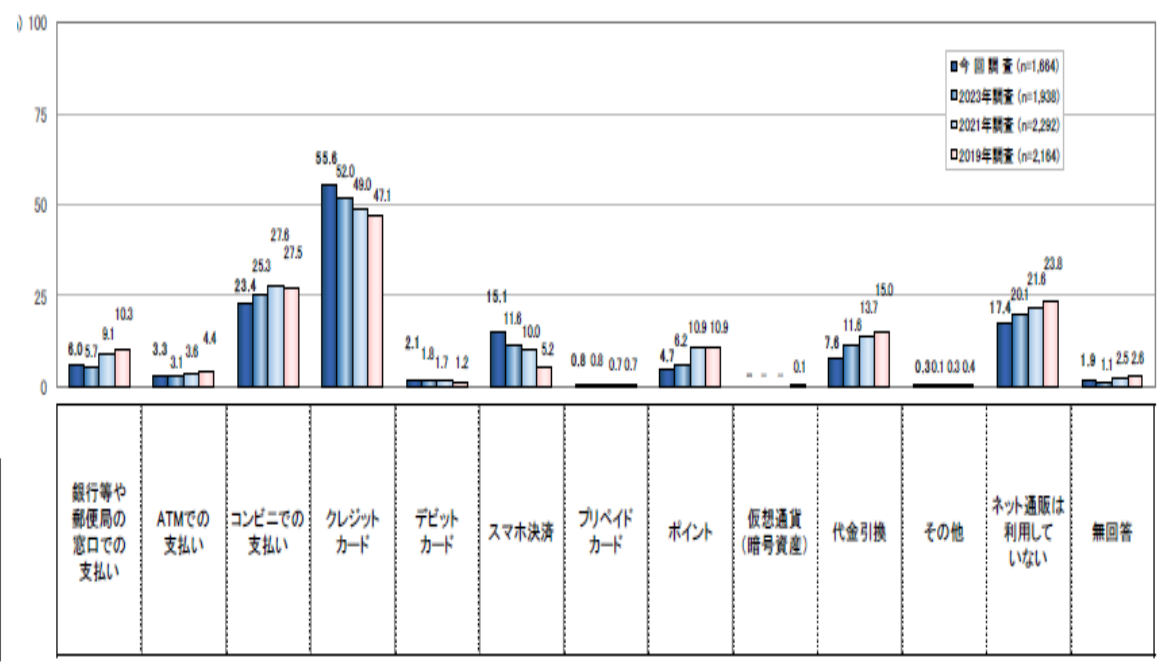
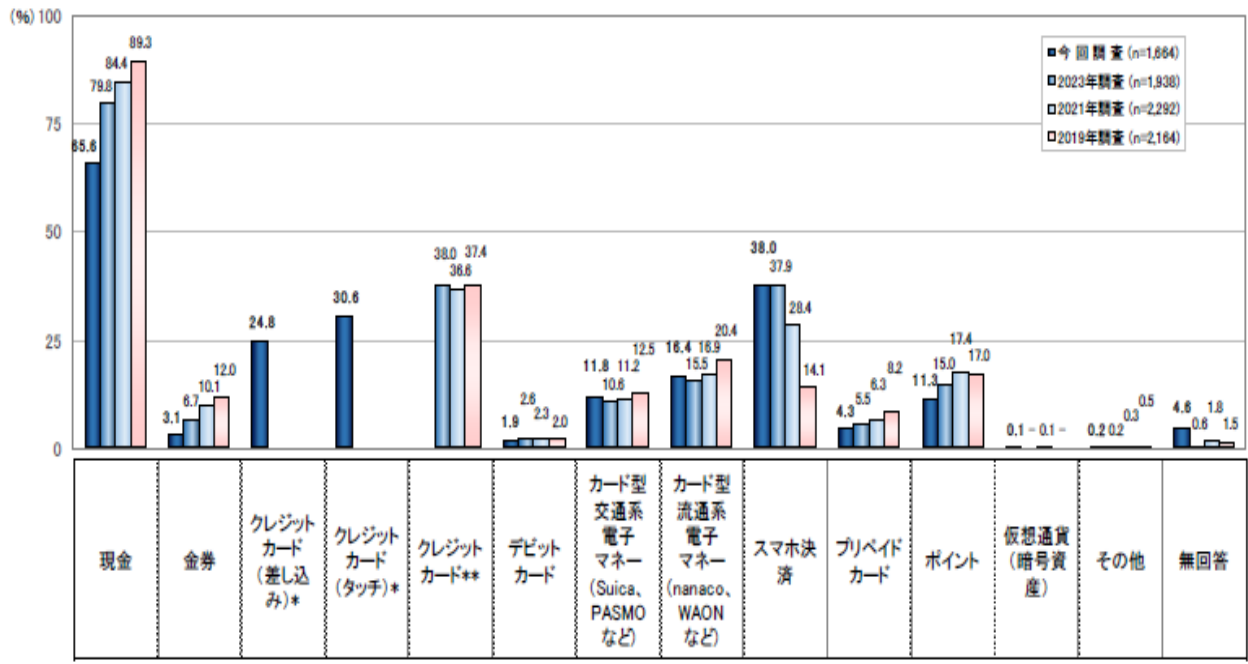
# ⑥店頭支払いは依然現金優位、ネット通販の支払はクレジットカード中心

店頭支払いは「現金」が減少傾向も依然として**65.6%**と最多。  
次いでスマホ決済38.0%、カード（タッチ）30.6%。

ネット通販の支払いは「クレジットカード」が**55.6%**と最多。  
次いでコンビニでの支払い（23.4%）、スマホ決済（15.1%）。

スーパーやコンビニでの支払い方法（問16 複数回答）

ネット通販で購入した代金の支払い方法（問20 複数回答）

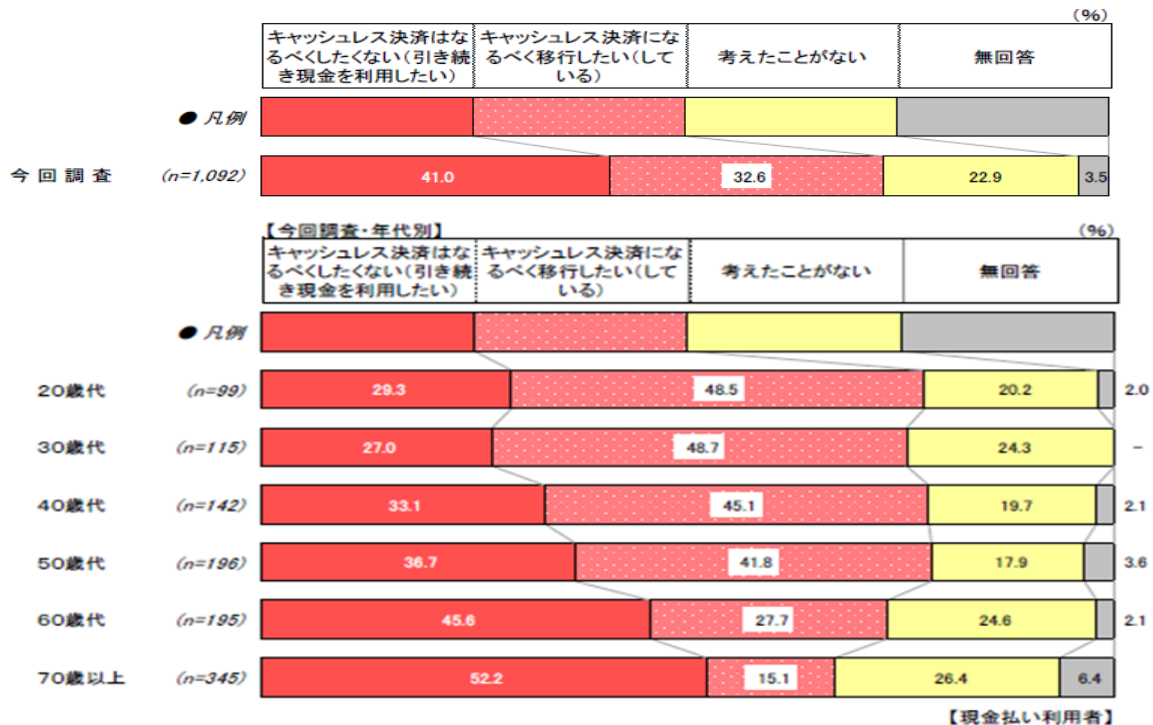


## ⑦高齡ほど現金利用ニーズあり

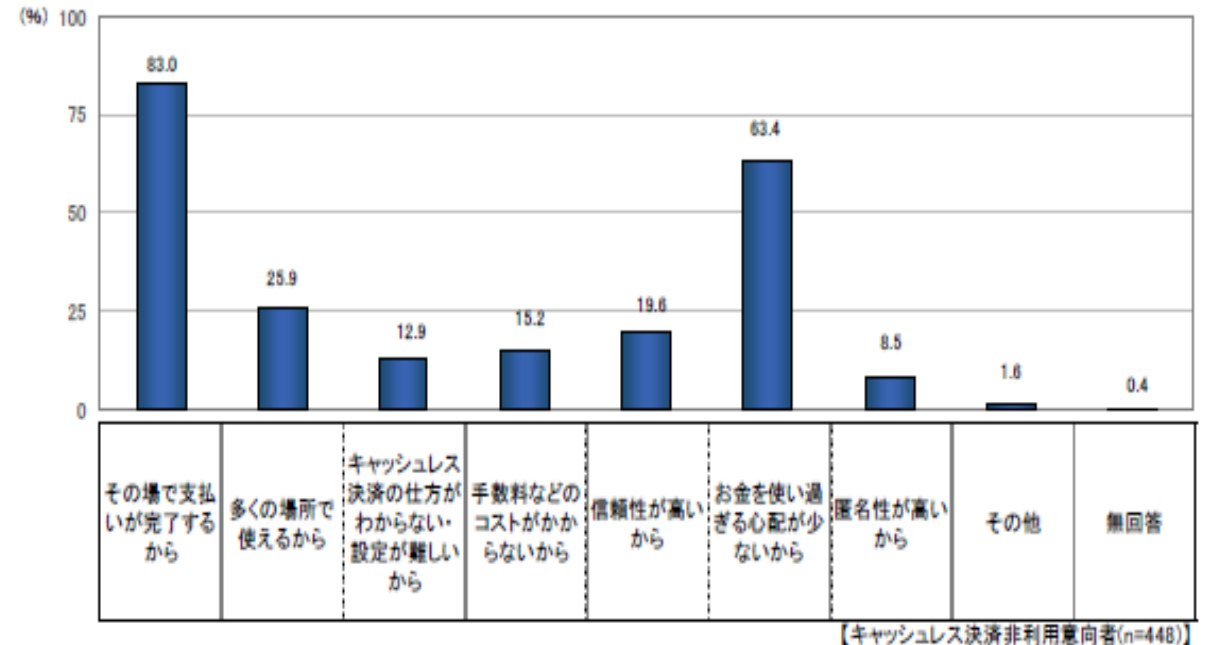
問16の現金利用者(65.6%) の41.0%は「キャッシュレスになるべく移行したくない」  
年代別には**高齡ほど現金利用ニーズ**が高い

現金継続理由は「その場で完了83.0%」「使い過ぎる心配が少ない63.4%」

### キャッシュレス決済利用意向 (問16-1)



### 現金継続意向の理由 (問16-2 複数回答)

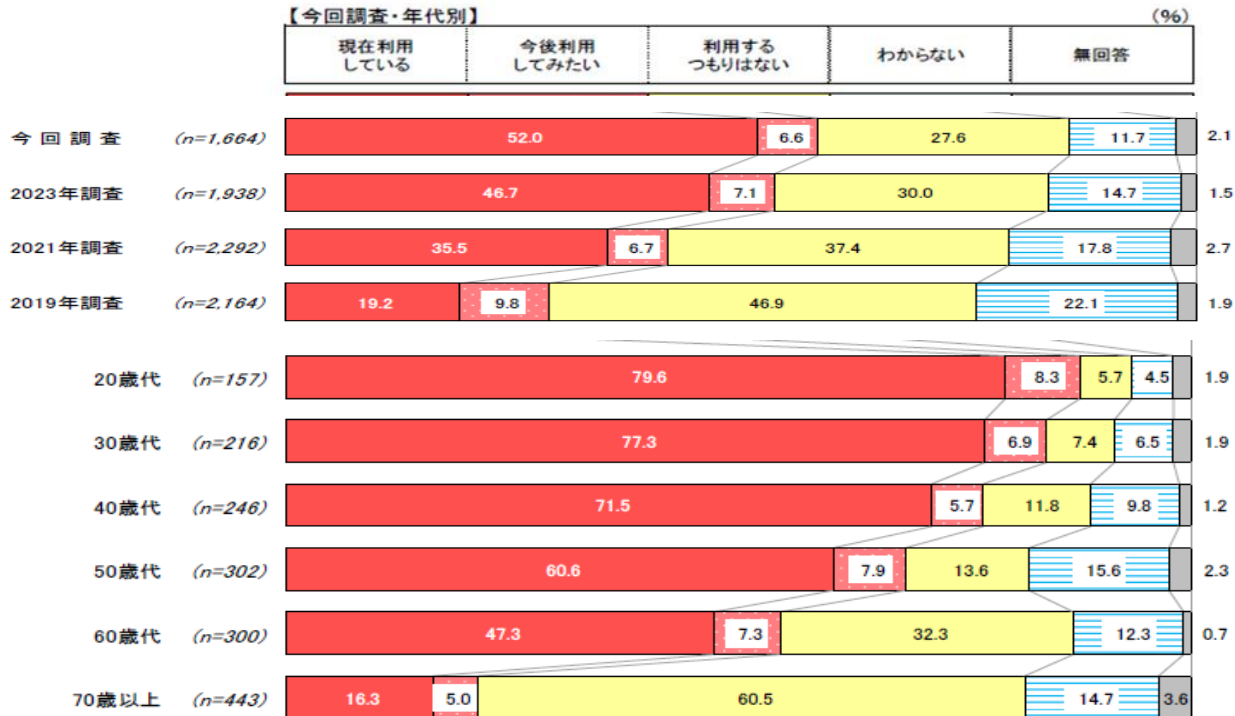


## ⑧ スマホ決済は過半数が利用、若年層は7割超

スマホ決済を現在利用しているのは52.0%と年々増加傾向。  
年代別には**20~40代が7割**を超える。

現在利用/今後利用したいスマホ決済は**QRコード決済が73.3%**と最も多く、**若年層中心**。

### スマホ決済の利用状況・利用意向（問21）



### 現在利用/今後利用したいスマホ決済（問21-1複数回答）

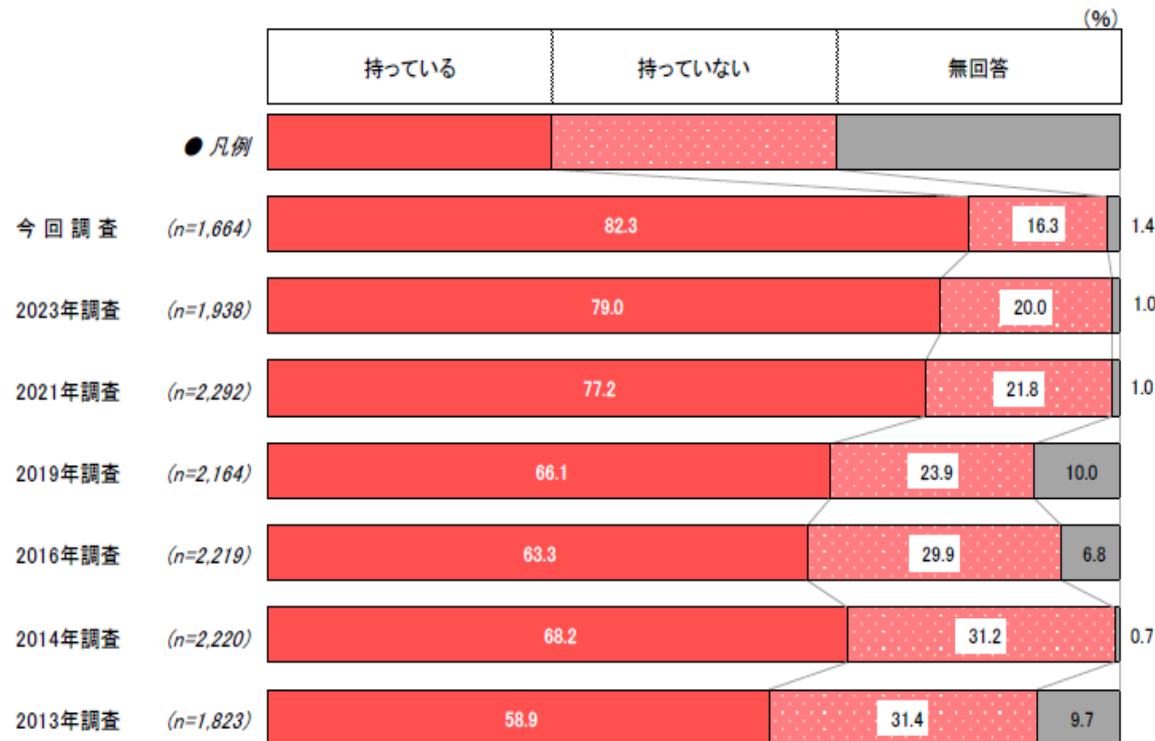
	全体	クレジットカード決済	商業系電子マネー決済	交通系電子マネー決済	QRコード決済	キャリア決済	その他	無回答	
全体	975	51.3	17.8	27.8	73.3	27.2	0.4	0.3	
年齢別	20歳代	138	51.4	4.3	31.2	87.0	16.7	0.7	-
	30歳代	182	56.0	12.6	29.1	75.3	23.6	-	1.1
	40歳代	190	57.4	22.6	32.1	79.5	27.4	-	-
	50歳代	207	42.0	22.7	27.1	75.4	38.6	0.5	-
	60歳代	164	50.0	22.0	23.2	62.8	26.8	0.6	-
	70歳以上	94	52.1	20.2	21.3	51.1	24.5	1.1	1.1

# ⑨クレジットカード保有は8割超、選択はポイント&年会費無料重視

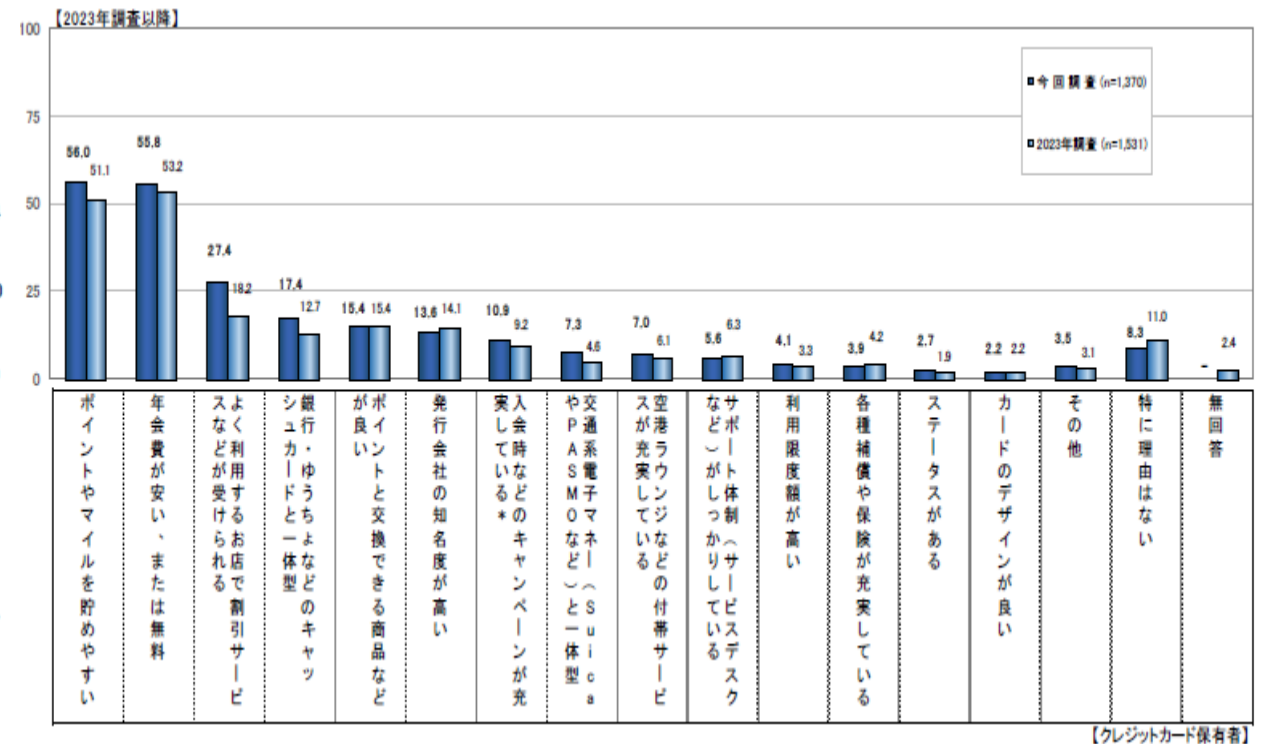
クレジットカード保有状況は82.3%まで浸透。

選択理由は「ポイント・マイル（56.0%）」「年会費が安い/無料（55.8%）」が2強。サポート体制や付帯サービスより**実利重視の傾向**。

クレジットカードの保有状況（問14）



クレジットカードの選択理由（問14-1 複数回答）

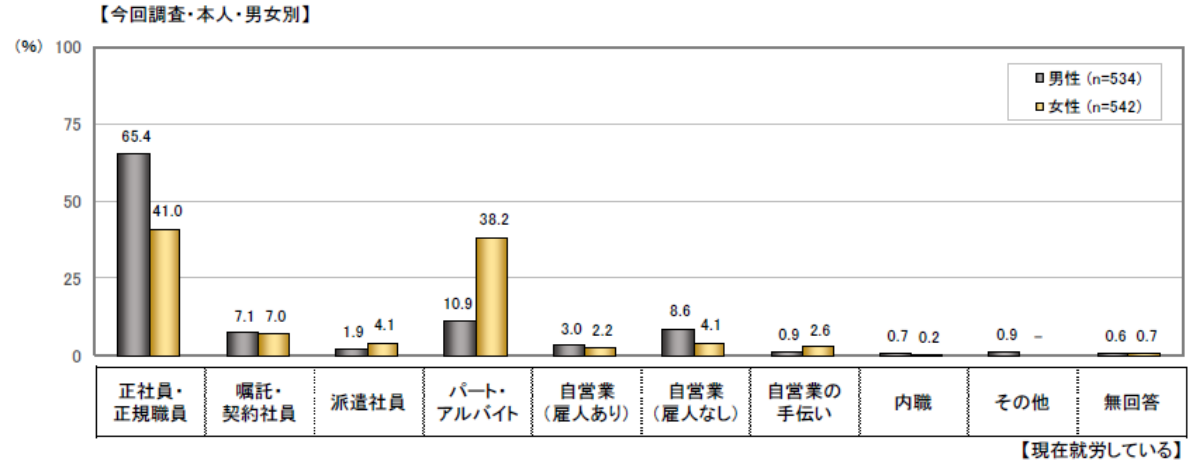


# ⑩若年層ほど賃金上昇

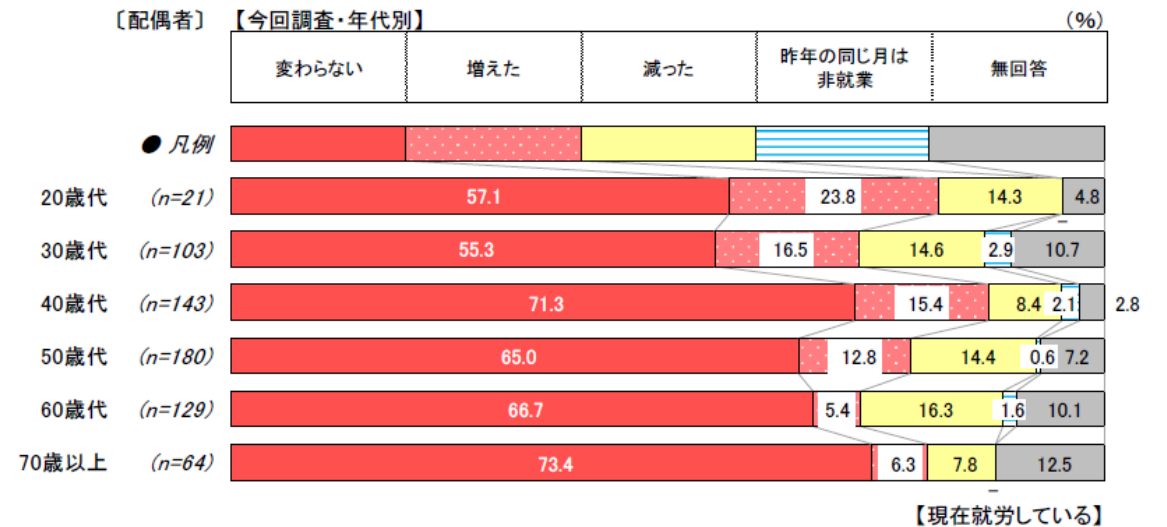
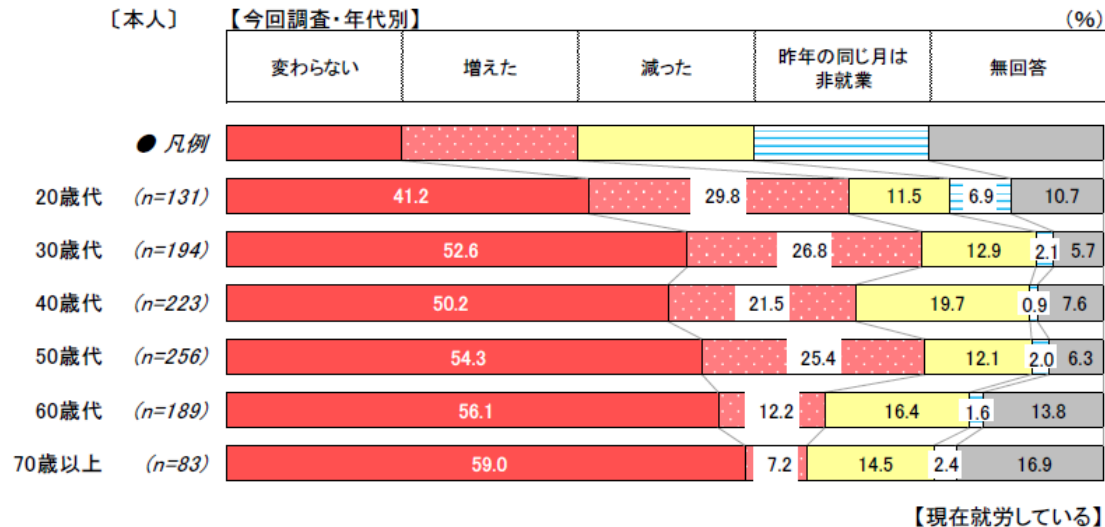
本人の男女別では、男性は正社員・正規職員  
女性はパート・アルバイトが最多。

就労収入の変化では、本人・配偶者ともに  
前年同月と比べて**若年層ほど就労収入は上昇**。

## 就業者の雇用形態（本人）（問29-1①）



## 昨年と同じ月と比較した就労収入の変化（本人・配偶者）（問29-2・問30-2）



(参考)

## 調査データの貸出

学術目的で利用する大学又は研究機関等に所属する研究者を対象に  
アンケート調査の個票データを貸出しています。

### ①貸出方法

所定の書類（「DBデータ利用申請書」）に必要事項を記入し、③の送付先まで

### ②貸出期間

原則、最大12か月

### ③申請書送付先

当財団 研究部 (yucho.research@yu-cho-f.jp) 宛メールで送信

※貸出の詳細については、当財団HPをご参照ください

([https://www.yu-cho-f.jp/research/questionnaire\\_survey.html](https://www.yu-cho-f.jp/research/questionnaire_survey.html))