

2025年7月10日

明治安田「夏に関するアンケート調査」を実施 夏休みの予算が2万円増加し10万円を突破！過去最高額を更新！ 暑さも物価高も乗り越えて今年は“外出する夏”に！

明治安田生命保険相互会社（執行役社長 永島 英器）は、夏休みを前に「夏に関するアンケート調査」を実施しましたのでご報告します。

1. 夏休みの予算（詳細は5～9ページ参照）

夏休みの予算が昨年から2万円以上増加！ 10万円突破で過去最高額！

- ・ 今年の夏休みの予算は平均「104,901円」と、昨年（82,964円）から2万円以上（21,937円、+26.4%）増え、4年連続で増加し過去最高額に！
- ・ 予算を昨年より「増やす人」は18.5%と、昨年（16.0%）から増加
- ・ 予算を昨年より「増やす理由」の1位は「旅行に行くため」（74.9%）、2位は昨年から2倍以上増加し「賃上げで収入が増えたため」（27.5%、昨年13.4%）、同率2位で「帰省するため」（27.5%）
- ・ 国内旅行に行く人の夏休みの予算は平均「151,938円」と物価高、訪日外国人増加等で、旅行の宿代・食費・交通費が上昇したことを理由に、昨年の「137,357円」を上回る
- ・ なお、予算を昨年より「増やす理由」第2位の「賃上げで収入が増えたため」と回答した人の勤務先をみると、約半数（45.1%）が従業員1,000人超の大企業
- ・ 夏休みの予算は、物価上昇等で旅行費が高騰する中でも旅行に行く人が多数いることや、ボーナス増加もあり過去最高額となったが、賃上げは大企業勤務の人が約半数を占める結果に

長引く物価高で“発散の夏派”と“我慢の夏派”の二分化が鮮明に！

- ・ 夏休みの予算を「増やす人」は、平均で「107,734円」増やし（昨年75,844円、昨年比+42.0%）、予算を「減らす人」は、平均で「42,112円」減らす（昨年27,656円、昨年比+52.3%）と回答
- ・ 「減らす」と回答した人の理由の上位は、「物価高で家計が厳しいため」（62.0%）、「将来が不安なので貯蓄するため」（24.9%）と、物価高の影響で節約志向も強まる
- ・ 予算を昨年より「増やす金額」も、「減らす金額」も約1.5倍になり、物価高でもお金を使う“発散の夏派”と、物価高だからお金を使わない“我慢の夏派”の二分化が鮮明に！

明治安田総合研究所 エコノミスト 吉川 裕也 が
夏休みの予算について分析！

2. 夏休みの過ごし方（詳細は9～14ページ参照）

暑さと物価高を乗り越えて今年は“外出する夏”に！

- ・ 夏休みに「外出する人」は64.7%（昨年58.5%）、「外出しない」人は35.3%（昨年41.5%）と、予算最高額を更新したこともあり2022年以降で最も“外出する夏”に！
- ・ 外出する人の過ごし方は「国内旅行」（56.6%）が昨年（56.9%）に続き今年もトップ。「海外旅行」は13.5%と昨年（7.3%）から約2倍に増加！
- ・ 国内または海外旅行に行く理由の1位は昨年同様「毎年旅行に行っているため（56.0%）」も、「収入が増えたため（17.0%）」が、昨年（8.2%）から2倍以上に増加！
- ・ 子供がいる世帯のうち世帯年収が400万円未満の家庭で国内または海外旅行に行く人は、国内旅行のみの37.1%にとどまり、400万円以上の65.3%を大幅に下回る。
世帯年収の中央値を境に夏の旅行という子供の体験格差が少なからず生じているのでは

自ら望んで外出しない人が半数以上！外出しない理由は“暑さ”と“物価高”

- ・ 「外出しない人」（35.3%）の理想の過ごし方の上位は「自宅で過ごす（56.0%）」、「国内または海外旅行（30.6%）」という結果に！
- ・ また、「外出しない人」の理由の上位は「暑いから」が40.5%（昨年差▲3.2pt）とトップ。「物価が高騰しているから」が37.7%（昨年差+5.0pt）、「出費がかさむから」が35.9%（昨年差+3.2pt）といずれも昨年から増加しランクイン
- ・ 半数以上の人暑さや物価高を理由に自ら望んで外出していないものの、約3割の人は旅行に行きたいのに行けない“我慢の夏”に

長引く円安、物価高で食料持参の“節約海外旅行”が急増！

- ・ 海外旅行に行く人の予算は平均で「380,051円」と、昨年の「438,125円」から大幅に減少（▲13.3%）
- ・ 予算減少の要因のひとつとして、海外旅行に行く人のうち昨年の旅行と違い「外食を減らすために飲食物を持参」する人が40.2%と、昨年の6.3%から約6倍に！
- ・ 飲食物を持参する理由の上位は、「円安の影響で旅行にかかる費用が増えるから（66.7%）」
「物価高の影響で旅行にかけられる費用が減ったから（43.6%）」という結果に
- ・ 今年は収入増加や円高傾向などで海外旅行に行く人は増加しているものの、長引く円安や、物価高の影響で、旅行先で外食などを控えて費用を抑える“節約海外旅行”の傾向に！

明治安田総合研究所 エコノミスト 木村 彩月 が
夏休みの過ごし方について分析！

3. 夏の暑さ対策（詳細は15～16ページ参照）

エアコンを使用しない人の4割以上が物価高の影響で使用を我慢！

- ・夏の暑さ対策として、「自宅でエアコンを使用して過ごす」が66.7%とトップも、自宅でエアコンを使用しない人が約3人に1人いるという結果に
- ・自宅でエアコンを使用しない人（33.3%）の理由のトップは、「物価高で電気代を節約するため（43.6%）」と物価高の影響でエアコンの使用を我慢する人が4割以上

対象者の属性

1. 調査対象

20代から50代までの男女 1,120人

（注）「3. 夏の暑さ対策」は、20代から70代までの男女1,680人のデータを使用

2. 調査エリア

全国

3. 調査期間

2025年6月6日（金）～6月11日（水）

4. 調査方法

インターネット調査

5. 回答者の内訳

（単位：人）

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	計
男性	140	140	140	140	140	140	840
女性	140	140	140	140	140	140	840
計	280	280	280	280	280	280	1,680

【 目 次 】

1. 夏休みの予算	．．．．． 5 ページ
2. 夏休みの過ごし方	．．．．． 9 ページ
3. 夏の暑さ対策	．．．．． 15 ページ

1. 夏休みの予算

夏休みの予算が昨年から2万円以上増加！ 10万円突破で過去最高額！

- 今年の夏休みの予算について聞いたところ、平均額は「104,901円」と、昨年（82,964円）から「21,937円」（昨年比+26.4%）増え、4年連続で増加となり、過去最高額を更新しました。
- 新型コロナウイルス感染者数の増加や行動制限の影響等により、夏休みの予算は減少傾向が続き、2021年には過去最低額（53,807円）を記録しましたが、行動制限の緩和等に伴い、2022年から増加に転じてV字回復する中で、ピークだった2015年の水準（89,296円）を超え、過去最高額を更新しました。
- 夏休みの予算を昨年より「増やす」と回答した人は18.5%と、昨年（16.0%）から2.5p t 増加し、昨年より「減らす」と回答した人は18.3%と、昨年（20.0%）から1.7p t 減少しました。
- 夏休みの予算を昨年より「増やす」と回答した人にその理由を聞いたところ、1位は「旅行に行くため」（74.9%、昨年72.6%）、2位は昨年から2倍以上増加し、「賃上げで収入が増えたため」（27.5%、昨年13.4%）、同率2位で「帰省するため」（27.5%、昨年17.9%）となりました。
- 国内旅行に行く人の夏休みの予算の平均は「151,938円」と昨年の「137,357円」から「14,581円」増加しており、増加した人に国内旅行のなかで何が増加したかを聞いたところ、「宿代（78.1%）」、「食費（45.6%）」、「交通費（43.0%）」がトップ3となりました。
- 夏休みの予算を昨年より「増やす理由」で2位となった「賃上げで収入が増えたため」と回答した人の勤務先をみると、約半数（45.1%）が従業員1,000人超の大企業という結果になりました。
- 夏休みの予算は、物価上昇や、訪日外国人の増加で宿代を中心とした旅行費用が高騰する状況下でも旅行に行く人が多くいることに加え、ボーナスの増加など賃上げの効果も相まったことが、過去最高額を更新した主因と考えられます。
- ただし、賃上げの効果は一定程度見られものの、賃上げ率について中小企業が大企業を下回る日本の現状がアンケート結果からも垣間見え、中小企業を中心とした日本全体への波及が期待されます。

長引く物価高で“発散の夏派”と“我慢の夏派”の二分化が鮮明に！

- 夏休みの予算を「増やす人」は、平均で「107,734円」増やすと回答しており、昨年（75,844円、昨年比+42.0%）から増やす幅が大きくなり、予算を「減らす人」は、平均で「42,112円」減らすと回答しており、昨年（27,656円、昨年比+52.3%）から減らす幅も大きくなる結果となりました。
- 予算を「減らす」と回答した人の理由の上位は昨年に続き「物価高で家計が厳しいため」（62.0%、昨年63.8%）が1位、「将来が不安なので貯蓄するため」（24.9%、昨年26.3%）が2位と、長引く物価高の影響で節約志向も継続して強いということが分かりました。
- 予算を昨年より「増やす金額」も、「減らす金額」も約1.5倍という結果になり、物価高でもお金を使う“発散の夏派”と、物価高だからお金を使わない“我慢の夏派”の二分化が顕著になったことが分かりました。

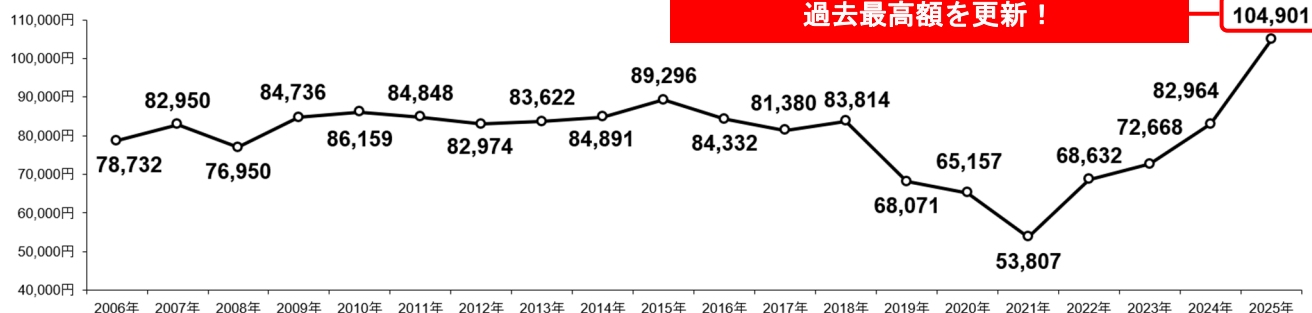
～エコノミスト 吉川 裕也 はこう見る！～

■明治安田総合研究所 経済調査部 エコノミスト 吉川 裕也

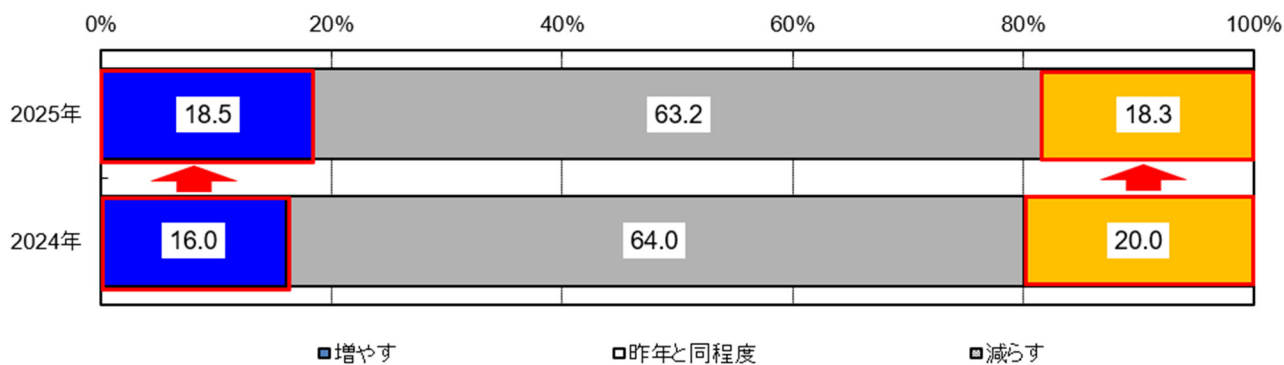


夏休みの予算の平均金額は昨年から2万円以上アップしました。春闘の平均賃上げ率が5.25%と2年連続の5%越えとなったことで給料アップの実感が高まったことに加え、夏休みの日数が8.2日と昨年の5.3日から増加したことが要因とみられます。しかし、予算の分布をみると、15万円以上が20.6%となるなか、5万円未満が41.2%を占めており、家計間には大きな格差が存在しています。春闘は大手企業を中心に行なわれており、雇用の約7割を占める中小企業の従業員に賃上げの恩恵は乏しく、“我慢の夏”を強いられる家計の方が多い模様です。予算を「減らす予定」との回答における減額幅の平均は42,112円と昨年から大幅増となり、特に「既婚子供あり」家計の減額幅が65,166円と高水準です。直近5月の消費者物価指数は前年比+3.5%と、昨年同期（同+2.8%）から伸び幅が拡大し、体感物価に近い食料価格は同+6.5%と、昨年同期（同+4.1%）から伸びが大幅に加速しています。米やカカオ豆の高騰を受けた お菓子など、身近な品目が幅広く値上がりするなか、家計の節約行動は当面続きそうです。

■夏休みに使う金額の推移



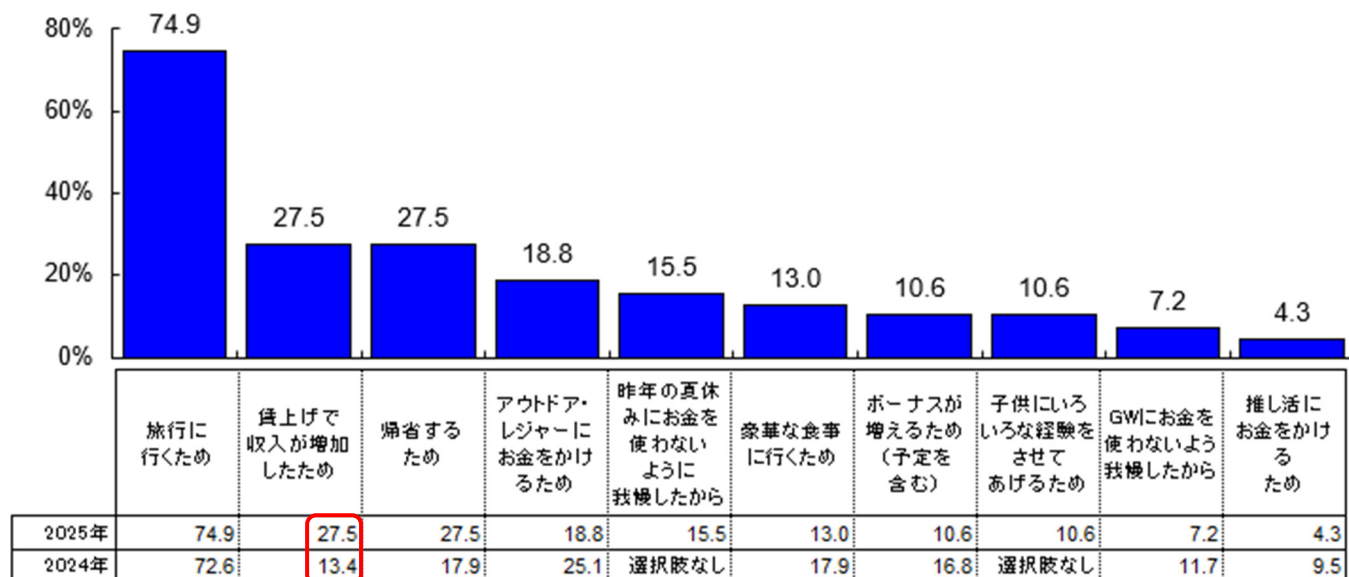
■夏休みに使う金額の変化



「増やす人」が昨年から2.5p t 増え、「減らす人」が昨年から1.7p t 減る結果に！

■夏休みに使う金額を増やす理由（複数回答）

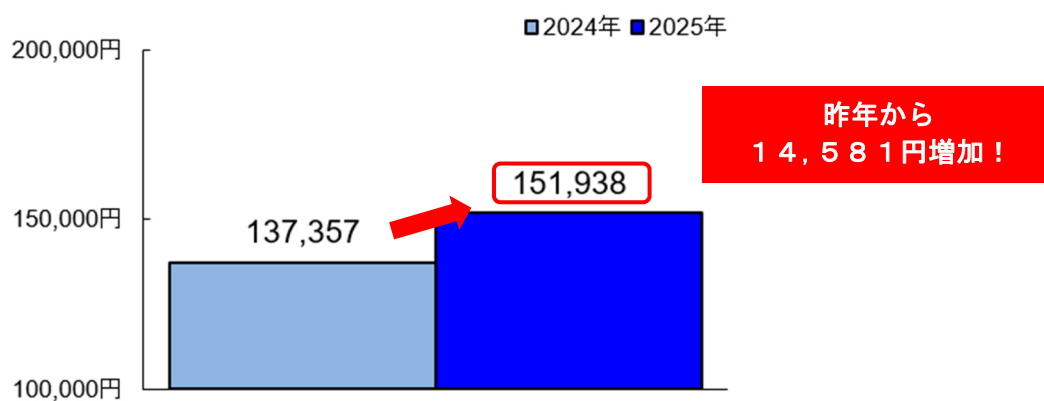
（回答対象：夏休みに使う金額を増やす人）



昨年から14.1p t 増

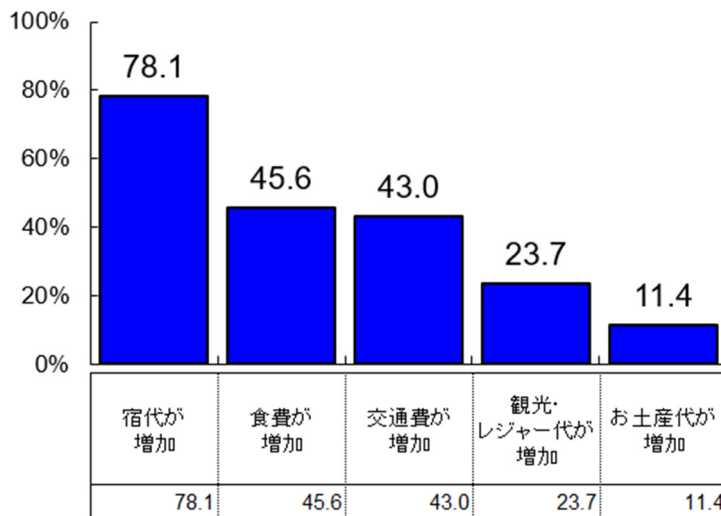
■国内旅行に行く人の夏休みの予算

（回答対象：夏休みに国内旅行に行く人と回答した人）



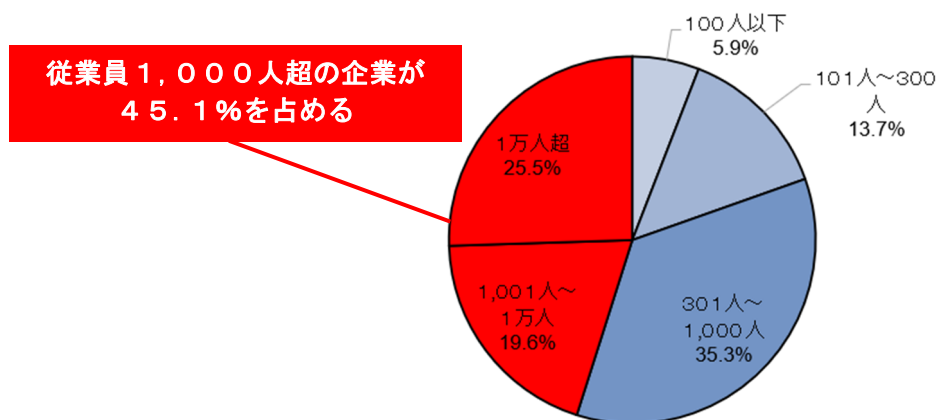
■国内旅行費用のうち昨年より増加した項目

(回答対象:夏休みに国内旅行に行くとは回答した人のうち、旅行費用が昨年より増えた人)



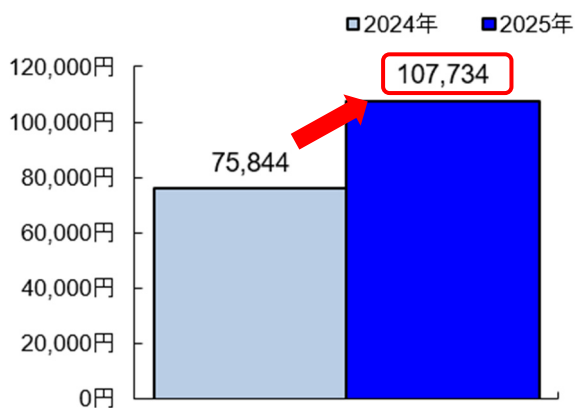
■予算を増やす理由を賃上げと回答した人の勤務先企業の従業員数

(回答対象: 予算を増やすと回答した人のうちその理由を賃上げで収入が増えたためと回答した人)

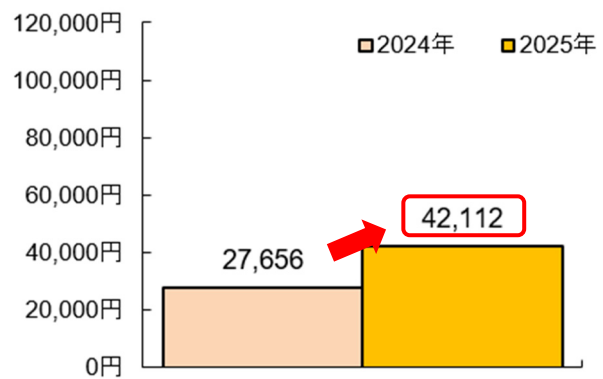


■夏休みに使う金額を「増やす金額」、「減らす金額」の平均

(回答対象: 夏休みに使う金額を増やす人、減らす人)



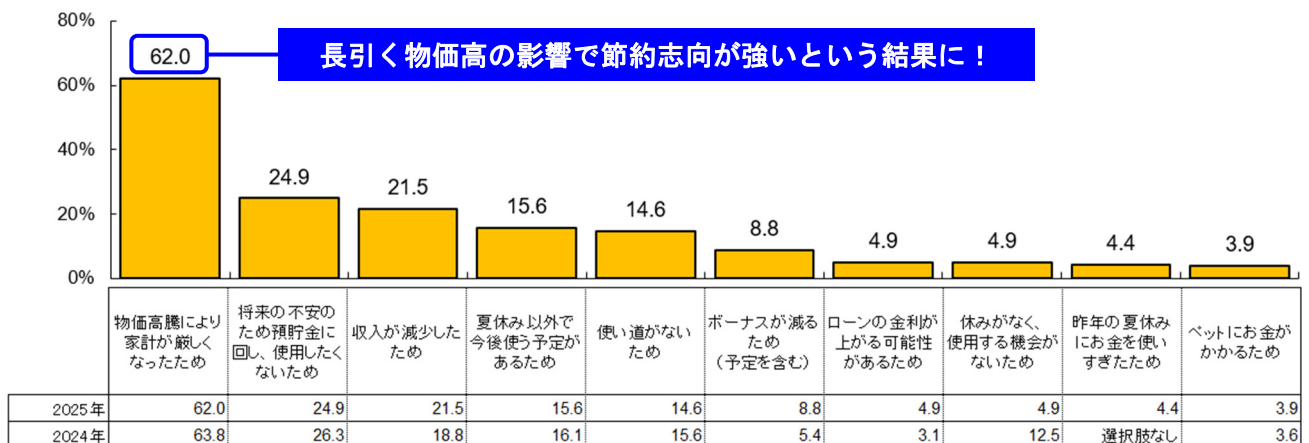
昨年から平均「31,890円」
増やす結果に！



昨年から平均「14,456円」
減らす結果に！

■夏休みに使う金額を減らす理由（複数回答）

（回答対象：夏休みに使う金額を減らす人）



2. 夏休みの過ごし方

暑さと物価高を乗り越えて今年は“外出する夏”に！

- 今年の夏休みに「外出する人」は64.7%と昨年（58.5%）から6.2p t 増加し、「外出しない」人は35.3%と昨年（41.5%）から6.2p t 減少する結果となり、予算の最高額を更新したこともあって、2022年以降で最も“外出する夏”になりました。
- 「外出する」と回答した人に夏休みの過ごし方を聞いたところ、「国内旅行」（56.6%）が昨年（56.9%）と同水準で今年もトップとなりました。一方で、「海外旅行」は13.5%となり、昨年（7.3%）から約2倍に増加しました。
- 旅行に行く人にその理由を聞いたところ、「毎年旅行に行っているため」が56.0%でトップとなり、2位が「家族の都合が良かったため」（17.4%）、3位が「子供に経験をさせてあげたいため」（17.2%）と続く結果となりました。そのなかで、「収入が増えたため」が17.0%と、昨年（8.2%）から2倍以上に増加しました。子供を中心とした家族のために毎年旅行に行く人が引き続き多数いるなかで、賃上げの効果も一定程度確認できる結果となりました。
- 理想の夏休みの過ごし方の上位は、「国内旅行（47.9%）」、「自宅でゆっくり（32.4%）」、「海外旅行（22.0%）」という結果になりました。
- また、子供がいる世帯のうち世帯年収別に国内または海外旅行に行く人をみると、世帯年収が400万円未満の世帯は国内旅行のみの37.1%にとどまり、世帯年収が400万円以上の世帯の65.3%を大幅に下回る結果になりました。日本の世帯年収の中央値と言われている約400万円を境に、夏休みの旅行という子供の体験格差が少なからず生じていると言える結果となりました。

自ら望んで外出しない人が半数以上！外出しない理由は“暑さ”と“物価高”

- 夏休みに「外出しない人」（３５．３％）に理想の夏休みの過ごし方を聞いたところ、上位は「自宅で過ごす（５６．０％）」、「国内または海外旅行（３０．６％）」という結果になりました。
- また、「外出しない」と回答した人にその理由を聞くと、「暑いから」が４０．５％と昨年（４３．７％）から３．２ｐｔ減少も１位に。「物価が高騰しているから」が３７．７％と昨年（３２．７％）から５．０ｐｔ増加し２位、「出費がかさむから」が３５．９％と昨年（３２．７％）から３．２ｐｔ増加し３位になりました。昨年に引き続き暑さが外出の最大の障壁になるとともに、長引く物価高の影響で、出費を抑えるために外出を控える傾向が昨年よりも強くなっていることが分かりました。
- 「外出しない人」の半数以上が暑さや物価高の影響を理由に、自ら望んで外出していないものの、約３割の人は夏の定番の過ごし方の旅行に、行きたいのに行けない“我慢の夏”になるという結果になりました。

長引く円安、物価高で食料持参の“節約海外旅行”が急増！

- 海外旅行に行く人の予算は平均で「３８０，０５１円」と、昨年の「４３８，１２５円」から「５８，０７４円」減少しました。（昨年比▲１３．３％）
- 海外旅行に行く人に昨年の旅行との違いを聞いたところ、「外食を減らすために飲食物を持参」する人が４０．２％と、昨年の６．３％から約６倍に増えていることが分かり、海外旅行に行く人の予算減少の一因となっています。
- 海外旅行に飲食物を持参する理由の上位は、「円安の影響で旅行にかかる費用が増えるから（６６．７％）」、「物価高の影響で旅行にかけられる費用が減ったから（４３．６％）」という結果となり、今年は収入の増加や昨年よりも円高傾向であることなどが海外旅行者増加の後押しとなっているものの、長引く円安や物価高の影響で、旅行先では外食などを控えて食費を抑える“節約海外旅行”が増える傾向がみてとれます。

～エコノミスト 木村 彩月 はこう見る！～

■明治安田総合研究所 エコノミスト 木村 彩月

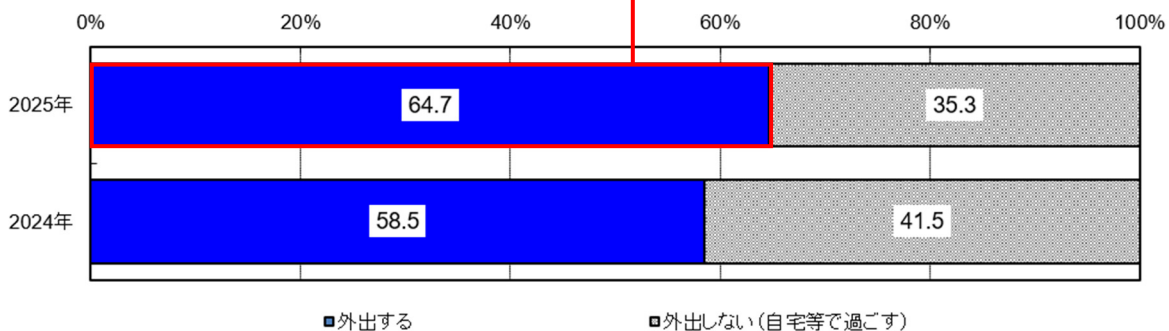


今年の夏は、海外旅行に出かける人が大きく増加しました。2022 年に始まった歴史的な円安のなかで迎える夏休みも、今年でもう 4 度目になります。「円安が落ち着くまで様子を見よう」と、これまで海外旅行をずっと我慢してきた人の間でも、コスト上昇をやむなく受け入れ、再び海外に出かける動きが広がっているようです。また、世界的にインフレが続くなか、「今のうちに行っておこう」と考える人もいるのではないのでしょうか。

そうしたなか、旅費を少しでも抑えようと、食料を持参し外食を抑える“節約海外旅行”を選ぶ人も目立ちます。異文化に触れ、現地の人々と交流するといった体験は、国内旅行では得がたいものです。理想の夏休みの過ごし方を見ても、海外旅行は今も根強い人気を保っています。旅行そのものを諦めてしまうのではなく、重要だと感じる部分にお金をかけ、それ以外を抑えるメリハリのあるお金の使い方、自分のやりたいことを叶える人が増えているようです。

■夏休みの外出有無

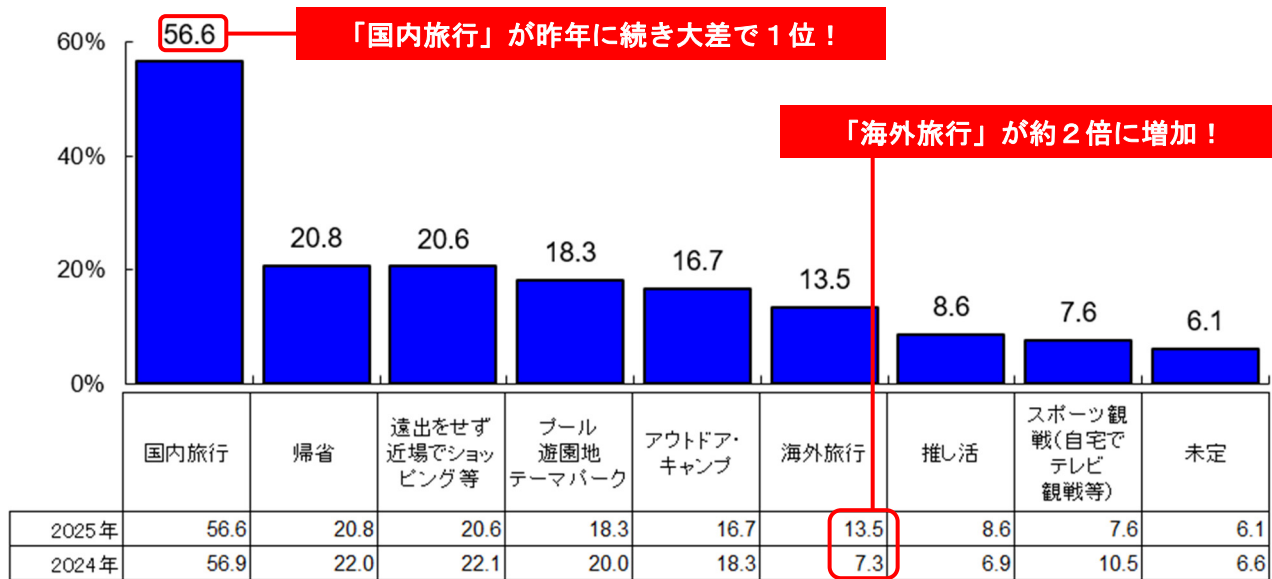
「外出する」人が増加し 2022 年以降で最高に



2023年 外出する：58.5% 2022年 外出する：57.5%

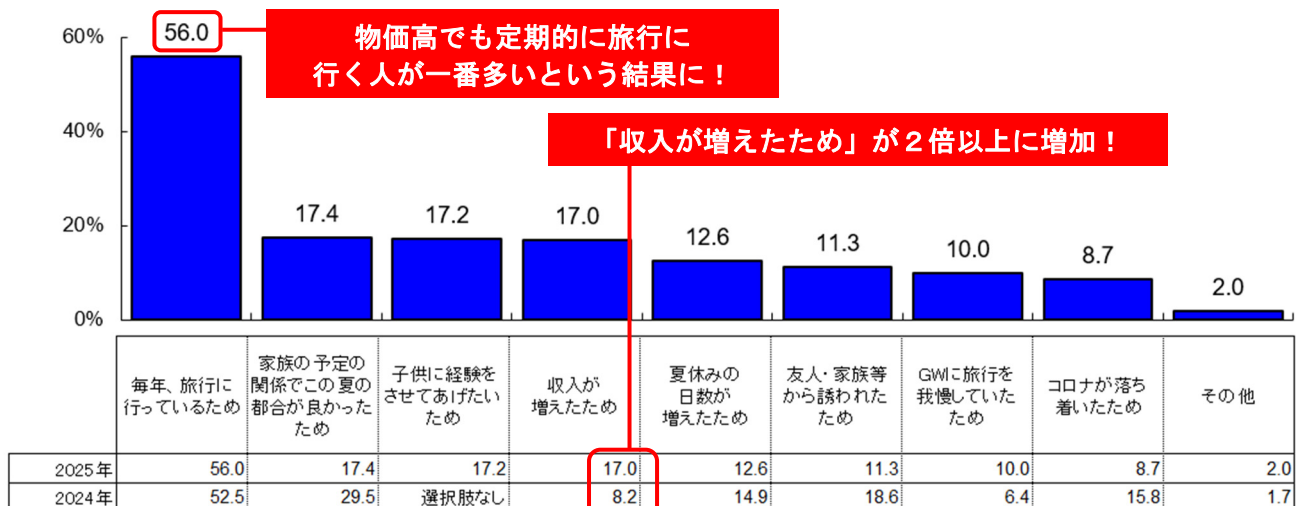
■夏休みの過ごし方（複数回答）

（回答対象：今年の夏休みに外出する人）

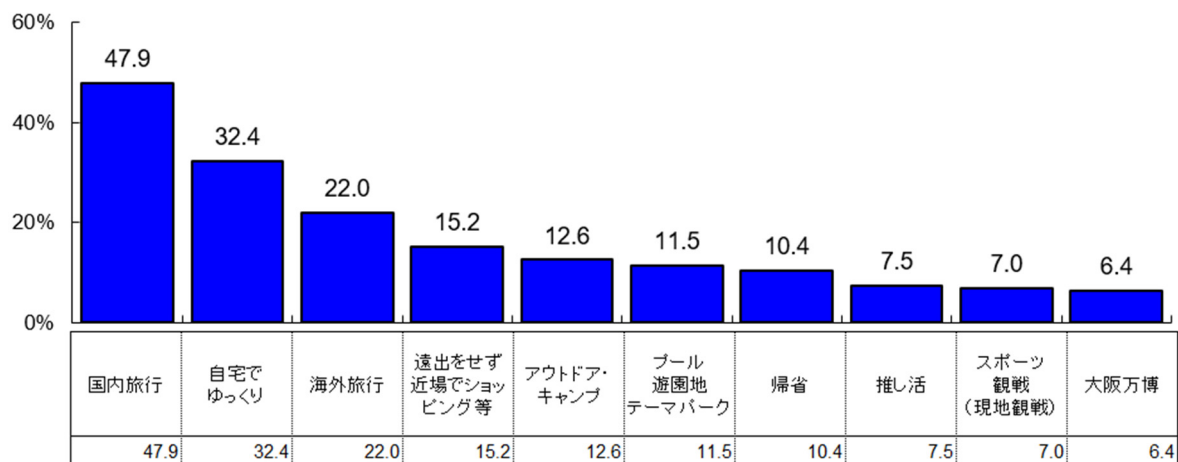


■今年の夏休みに旅行に行く理由（複数回答）

（回答対象：国内旅行または海外旅行に行く人）

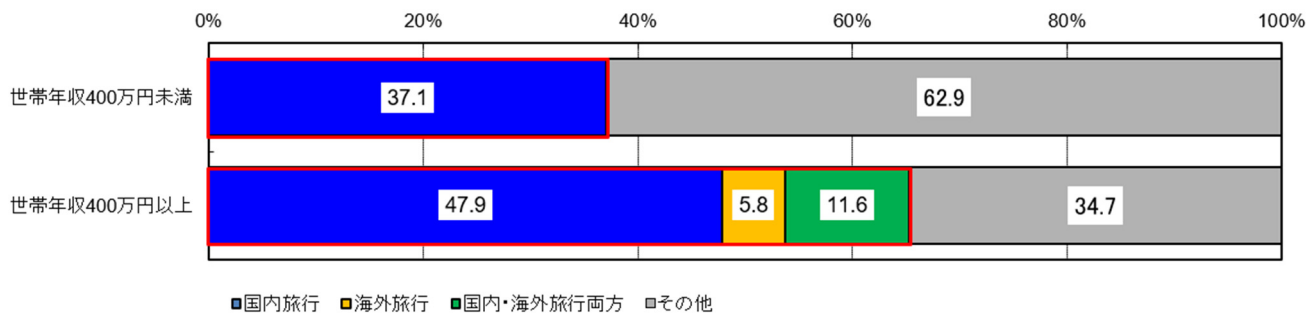


■理想の夏休みの過ごし方（複数回答）



■子供がいる世帯の夏休みの過ごし方

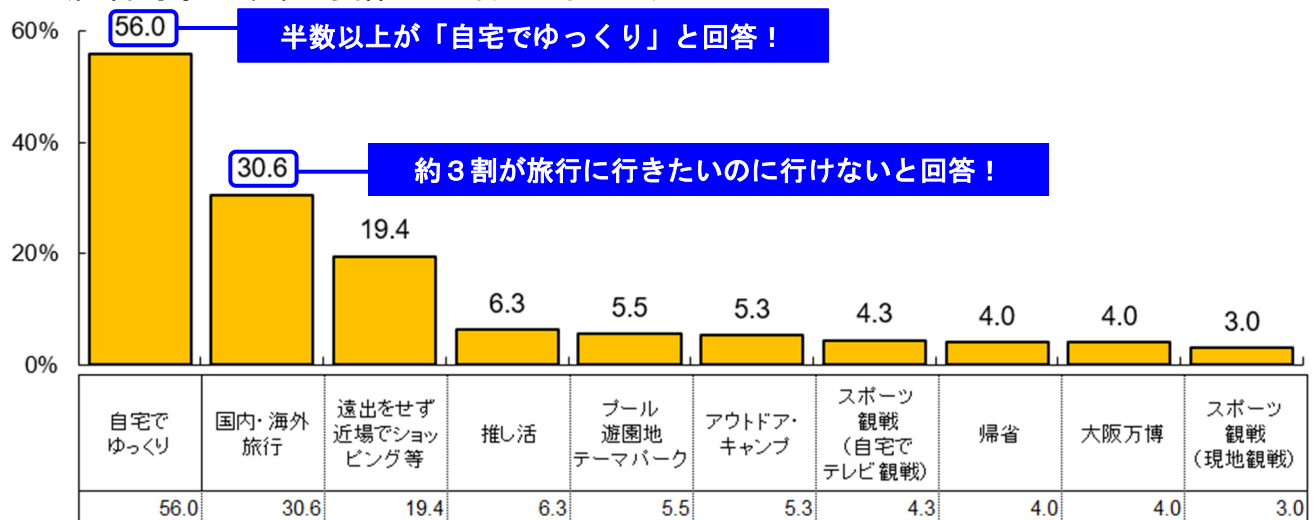
(回答対象：子供がいる世帯のうち今年の夏に外出する人)



世帯年収の中央値である400万円以上の世帯は65.3%が旅行に行く結果に！

■今年の夏休みに外出しない人の理想の過ごし方（複数回答）

(回答対象：今年の夏休みに外出しない人)

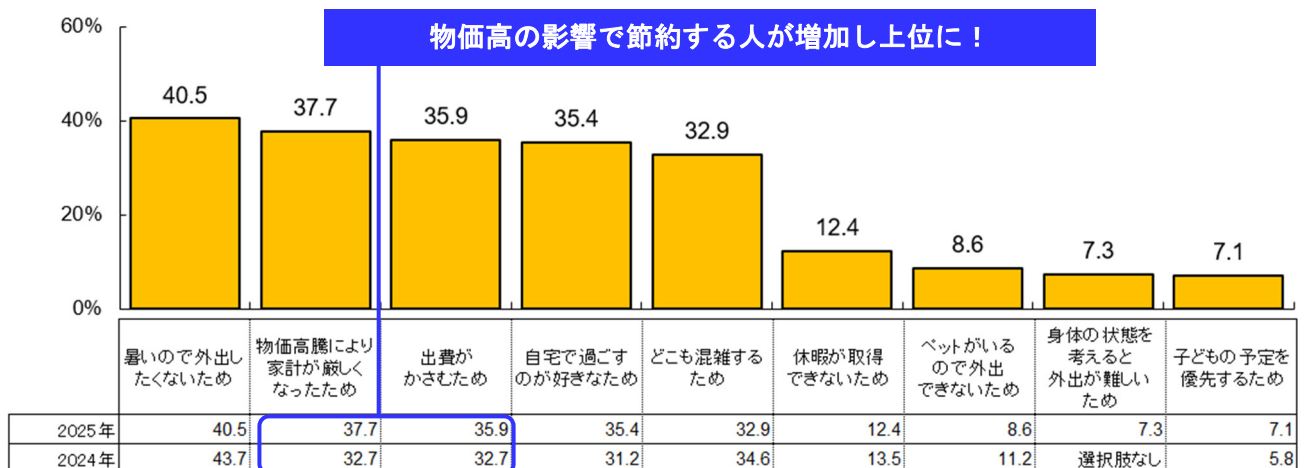


半数以上が「自宅でゆっくり」と回答！

約3割が旅行に行きたいのに行けないと回答！

■今年の夏外出しない理由（複数回答）

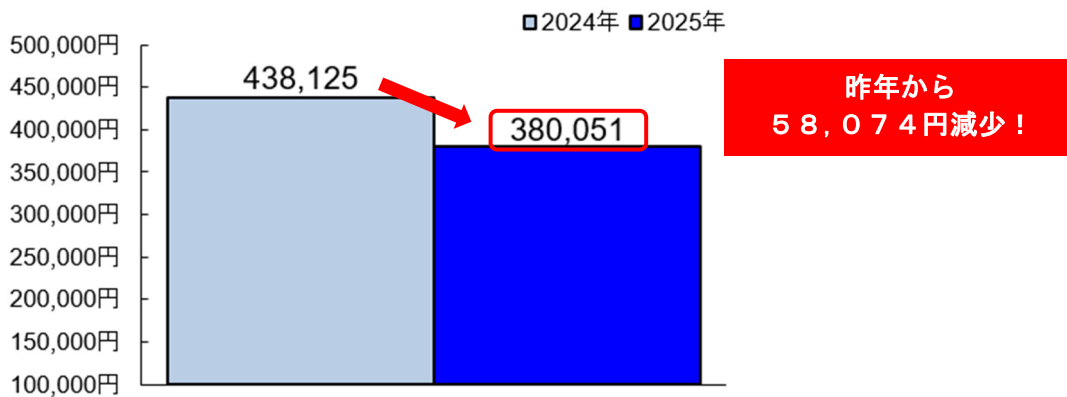
(回答対象：今年の夏に外出しない人)



物価高の影響で節約する人が増加し上位に！

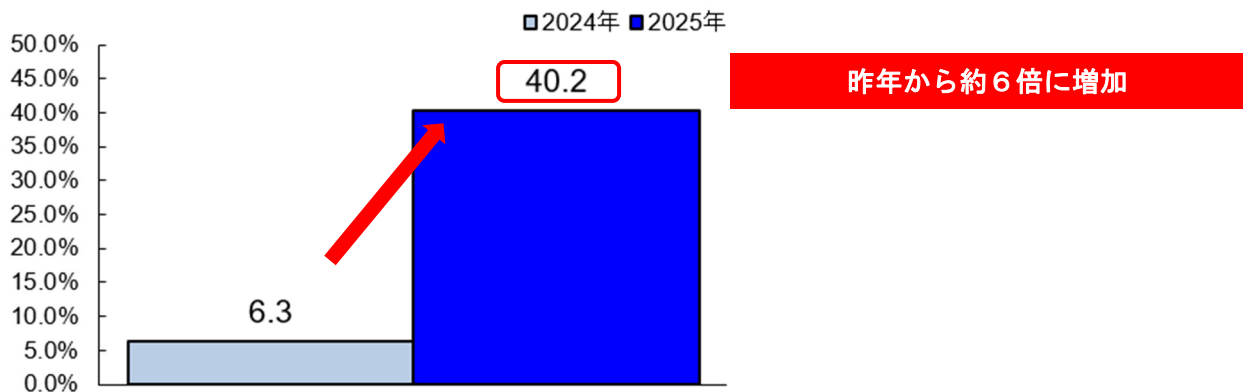
■海外旅行に行く人の夏休みの予算

(回答対象：夏休みに海外旅行に行くとは回答した人)



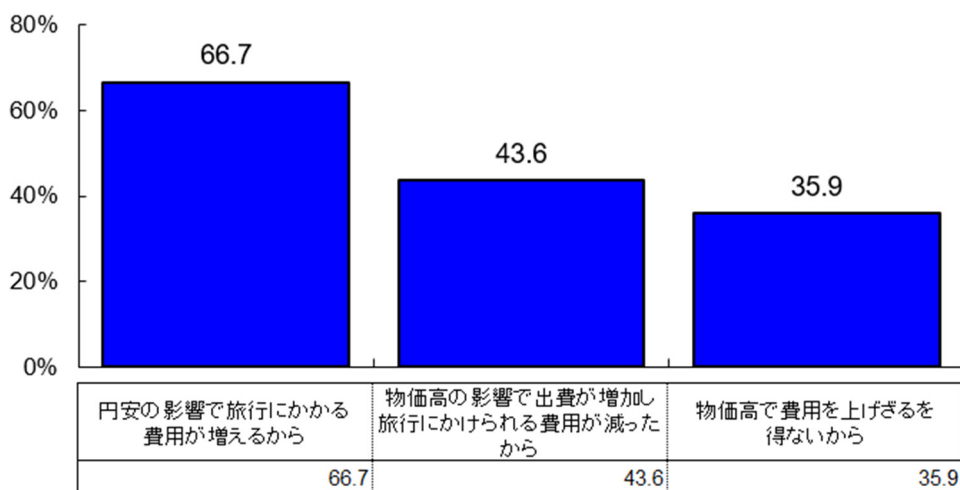
■昨年の旅行との違いを外食を減らすために飲食物を持参すると回答した人

(回答対象：海外旅行に行く人のうち昨年国内または海外旅行に行った人)



■外食を減らすために飲食物を持参する理由（複数回答）

(回答対象：海外旅行に行く人のうち、昨年の旅行との違いを外食を減らすために飲食物を持参すると回答した人)



3. 夏の暑さ対策

エアコンを使用しない人の4割以上が物価高の影響で使用を我慢！

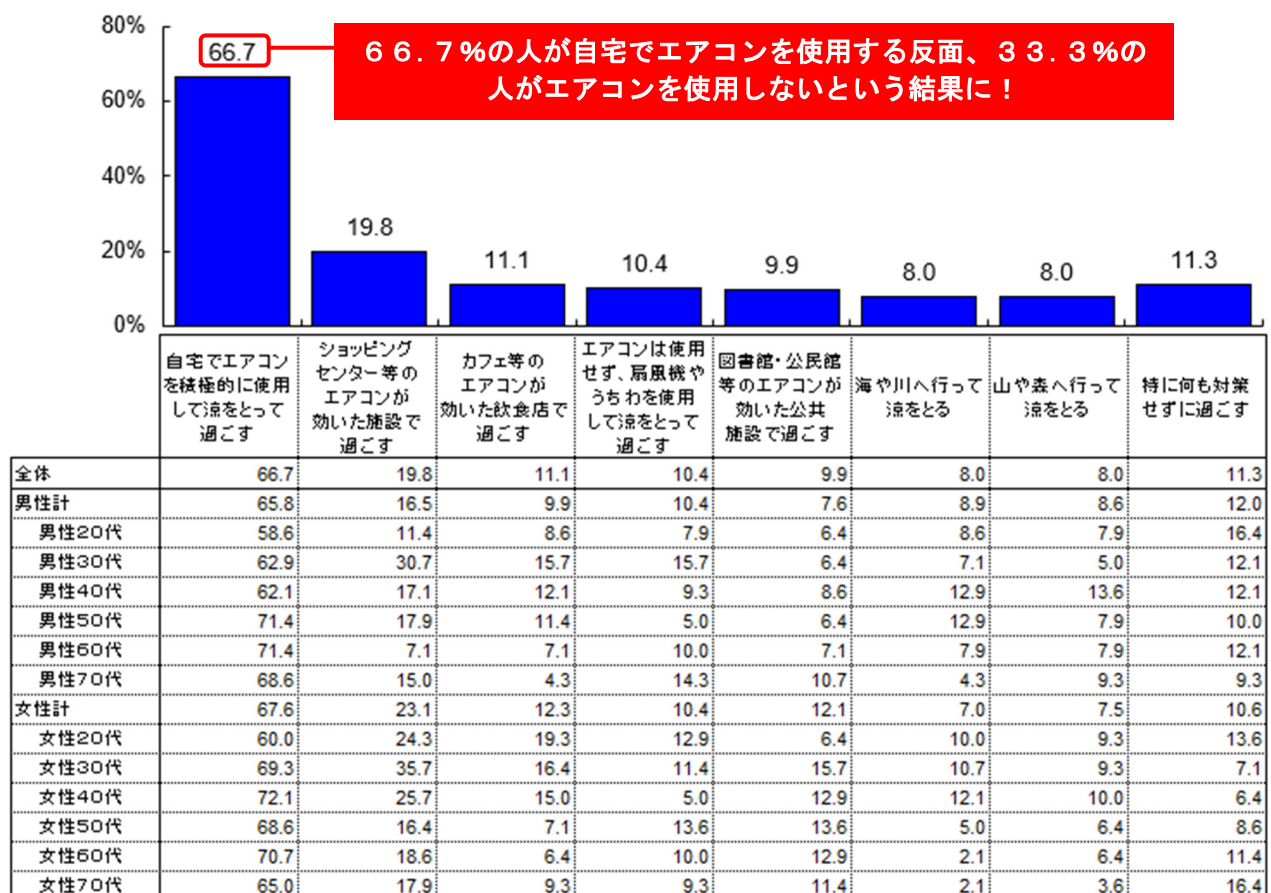
○夏の暑さ対策の過ごし方を聞いたところ、「自宅でエアコンを使用して過ごす」(66.7%)が大差で1位となり、夏の暑さ対策にエアコンは欠かせないという結果となりました。

○一方で、自宅でエアコンを使用しない人が33.3%もいることが分かり、その理由の上位は、「物価高で家計が厳しく電気代を節約するため(43.6%)」、「エアコンを使用しなくても過ごせるため(18.6%)」、「扇風機やうちわで十分涼がとれるため(16.8%)」という結果になりました。

○今年の夏は、観測史上最も真夏日・猛暑日が多かった6月に続いて平年よりも暑くなることが予想されているため、物価高等の影響で経済的にエアコンの使用が難しい人や、高齢者を中心に、十分な暑さ対策を講じていただきたい。

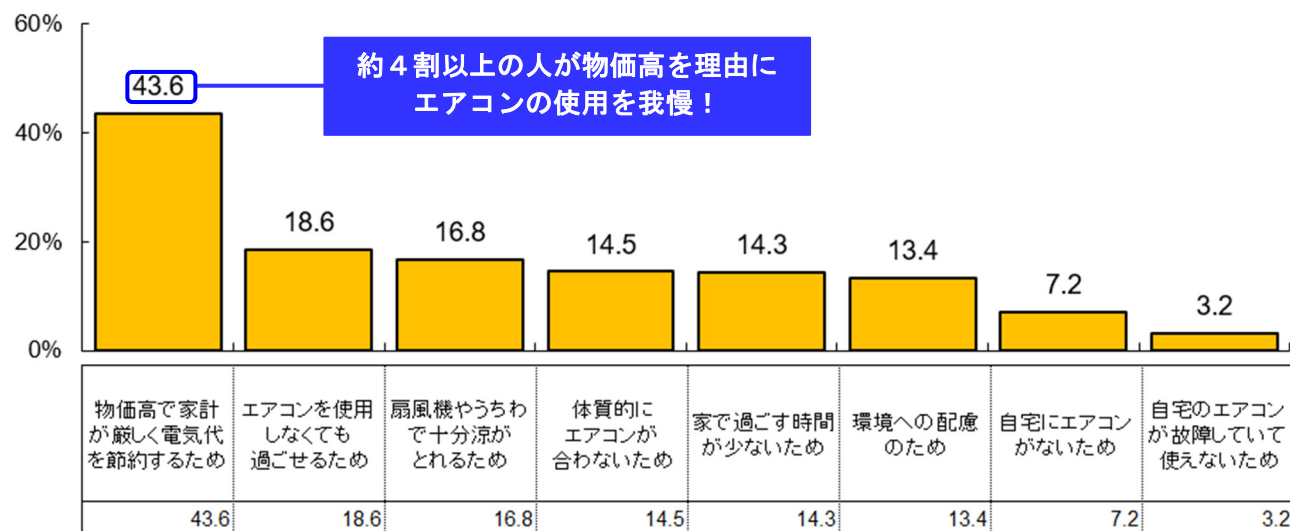
■暑さ対策として予定している過ごし方（複数回答）

（回答対象：20～70代の全ての人）



■エアコンを使用しないと回答した人の理由（20～70代）（複数回答）

（回答対象：エアコンを使用すると回答しなかった人）



以 上