

<プレスリリース>

au コマース & ライフ株式会社

au PAY マーケット、子育て世帯夫婦の“節約価値観”を調査
妻は夫の「車・バイク関連」、夫は妻の「美容」を無駄遣いと感じる傾向に
また、節約のために EC で購入するようになったもの 1 位は「お米」
～今後重視したいポイ活は、ポイント還元キャンペーンよりも「ポイ増し」～

総合ショッピングサイト「au PAY マーケット」を運営する、au コマース & ライフ株式会社は、未成年のお子さまを持つ 30 代～50 代の男女 400 名を対象に、「2025 年の子育て世帯の夫婦の節約意識の違い」と「2025 年の子育て世帯の節約意識」に関する調査を実施いたしました。



【サマリー】

■子育て世帯の夫婦の節約価値観

1. 約 3 組に 1 組の夫婦が節約に対する意見や考えが一致していない！
節約に関して採めた理由は「夫婦の節約に対する温度差の違い」
2. 節約に貢献しているのは「妻」と答えた人が約 7 割！

男性は「妻」と「夫」で約半数だったが、女性は8割以上が「妻」と回答。

3. 相手に対して無駄遣いをしていると感じるもの TOP3

1位「お酒」2位「外食」3位「頻繁なコンビニ利用」

女性は「車・バイク関連」「他人におごる」、

男性は「美容」「旅行」「美容院」を無駄遣いと感じる傾向に

4. 夫婦で決めている節約ルール1位は「ポイントが多くつく日に集中的に買い物をする」

■2025 年の子育て世帯の節約意識

1. 2025 年で最も家計に響いた出来事 第一位は「お米の値上げ」

2025 年に入って節約のために EC で購入するようになったものも「お米」が第一位！

2. 「ポイ活」よりも「節約」にストレスを感じる人は約7割！

安さを重視した買い物で失敗する人が多数。

3. 今後「ポイ活」で重視したいのは「ためたポイントを増やすこと」

ポイント還元キャンペーンよりも「ポイ増し」に注目が集まる

【調査背景】

au PAY マーケットは「暮らしが満たされるお買い物体験」をブランドアイデンティティに掲げ、一人ひとりの暮らしのカタチに寄り添ったサービス・商品を提供しています。このたび、より良いお買い物体験の実現に向けて、「夫婦の節約価値観」に焦点を当てた調査を実施しました。

帝国データバンク（※1）によると、2025 年通年の値上げは累計 1 万 9416 品目にのぼり、前年に比べて値上げの勢いが加速しています。また、そのほかの日用品、エネルギー価格の高騰など、さまざまな物価高により家計への負担が一層深刻化しています。こうした厳しい状況下において、日々の暮らしを守るために「家族で節約に取り組む」家庭も増えていると考えられます。

今回の調査では、夫婦の節約に対する考え方や行動、認識の違いを可視化することで、家計のやりくり役に役立つヒントを探りました。そして、節約を「我慢」ではなく「前向きな工夫」として捉えられるような、新しいお買い物体験の提供につなげていきます。

au PAY マーケットは、今後もすべての人の暮らしに寄り添い、より豊かな日常をサポートするサービスの実現を目指してまいります。

※1：「食品主要 195 社」価格改定動向調査 — 2025 年 8 月（帝国データバンク）

<https://www.tdb.co.jp/report/economic/20250731-neage/>

【子育て世帯の夫婦の節約価値観】

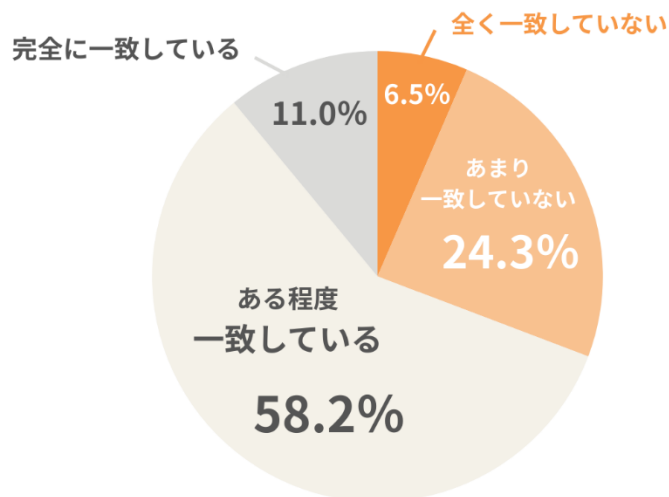
およそ3組に1組の夫婦が節約に対する意見や考えが一致していない！

節約に関して採めたことがあるもの1位は「夫婦で節約に対する温度差があること」

- ・夫婦間での節約に対する意見や考えが「一致していない」という答えた人は30.8%。
- ・「節約に関して採めたことがあるもの」に関しては「夫婦で節約に対する温度差があること」が21.8%で1位に。
- ・夫婦でお互いの節約に対する温度差をすり合わせる必要があることが分かる。

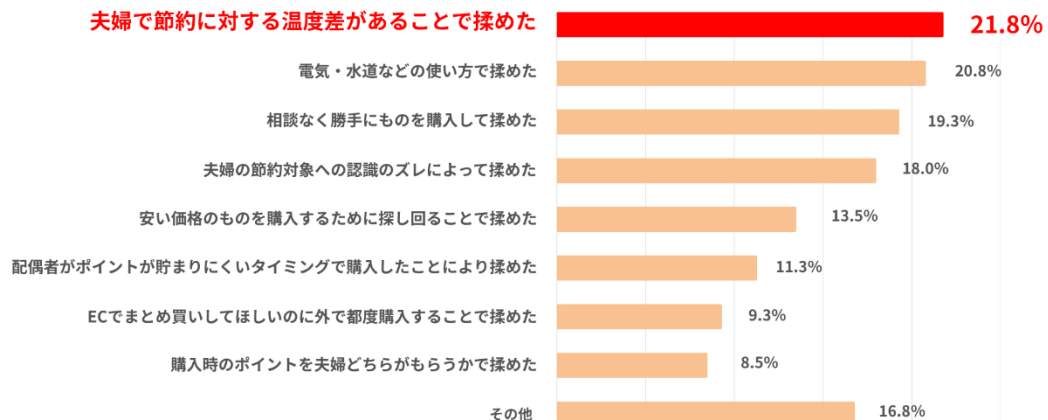
夫婦間で節約に対する意見や考えが一致していますか。

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の男女400名 単一回答)



節約に関して、以下の中から夫婦で採めたことがあるものを教えてください。

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の男女400名 複数回答)



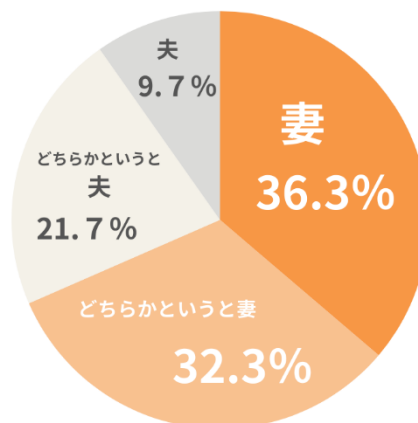
節約に貢献しているのは「妻」と答えた人が約7割！

男性は「妻」と「夫」で約半数だったが、女性は8割以上が「妻」と回答

- ・全体では「夫婦で節約に貢献しているのはどちらだと思いますか」という問いに関しては、「妻」が68.6%という結果になった。一方「夫」は31.4%となり、約2倍近く差が開いた。
- ・男性だけでみると、「妻」と答えた人は51.5%、「夫」と答えた人は48.5%とあまり差がない結果に。
- ・一方、女性だけでみると、「夫」と回答した人は14.5%だったのに対し、「妻」と回答した人は85.5%と6倍近い差が生まれている。
- ・つまり、男性と女性で「どちらが節約に貢献しているか」の認識に大きなズレがあることが浮き彫りに。「一方が節約を頑張っている」という意識が生まれることで、先述のような「節約に対する温度差」が生まれる理由になっていると考えられる。

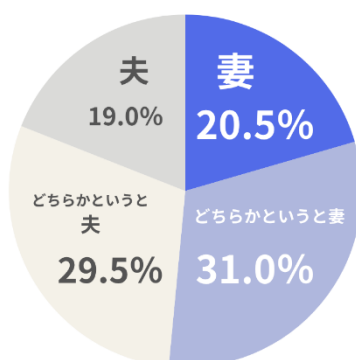
夫婦で節約に貢献しているのはどちらだと思いますか

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の男女400名 単一回答)



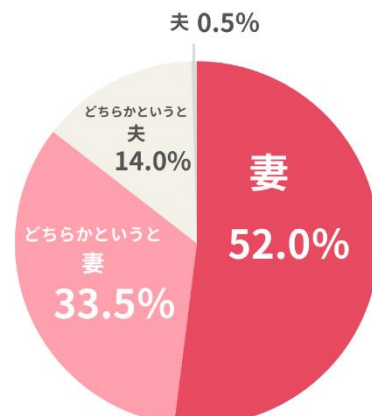
【男性】夫婦で節約に貢献しているのはどちらだと思いますか

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の男性200名 単一回答)



【女性】夫婦で節約に貢献しているのはどちらだと思いますか。

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の女性200名 単一回答)



相手に対して無駄遣いをしていると感じるもの TOP3

1 位「お酒」2 位「外食」3 位「頻繁なコンビニ利用」

女性は「車・バイク関連」「他人におごる」、男性は「美容」「旅行」「美容院」を無駄遣いと感じる傾向に

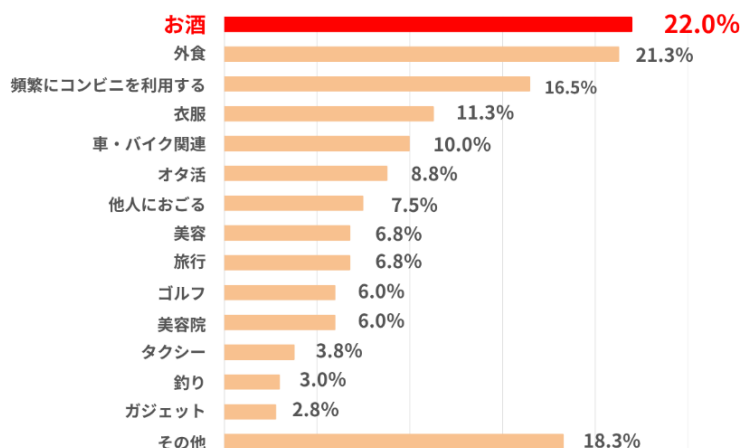
・1 位が「お酒」で 22.0%、2 位が「外食」で 21.3%と、飲食に関するものが TOP2 に。また、3 位が「頻繁にコンビニを利用する」で 16.5%と、都度買いに対して「無駄遣い」だと感じる人が多いという結果に。

・女性だけでみると、夫に対して無駄遣いをしていると感じるもの 1 位は「お酒」で 27%。
男性は妻に対して、「外食」が 21.5%で最も多い結果となった。

・また、女性は男性と比較して「車・バイク関連」「他人におごる」を無駄遣いと感じる人が多く、男性は女性と比較して「美容」「旅行」「美容院」を無駄遣いと感じる傾向があるという結果に。

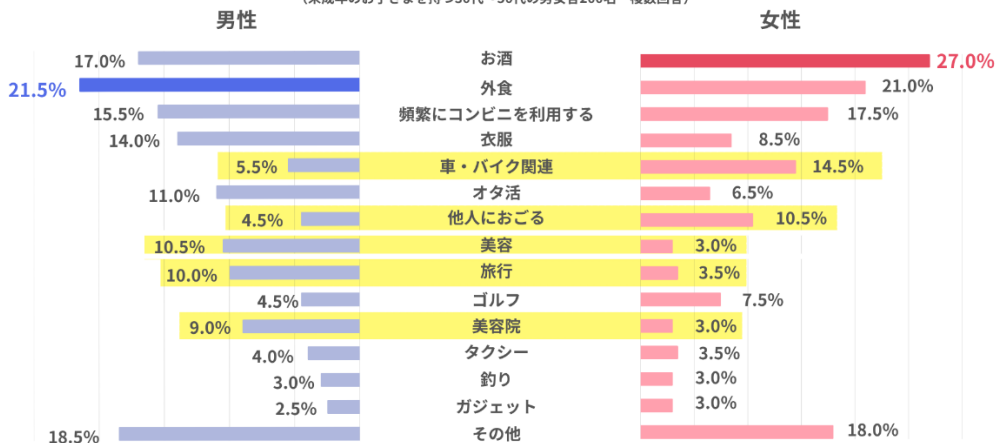
配偶者に対して無駄遣いをしていると感じるものを教えてください。

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の男女400名 複数回答)



【男女別】相手に対して無駄遣いをしていると感じるものを教えてください。

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の男女各200名 複数回答)

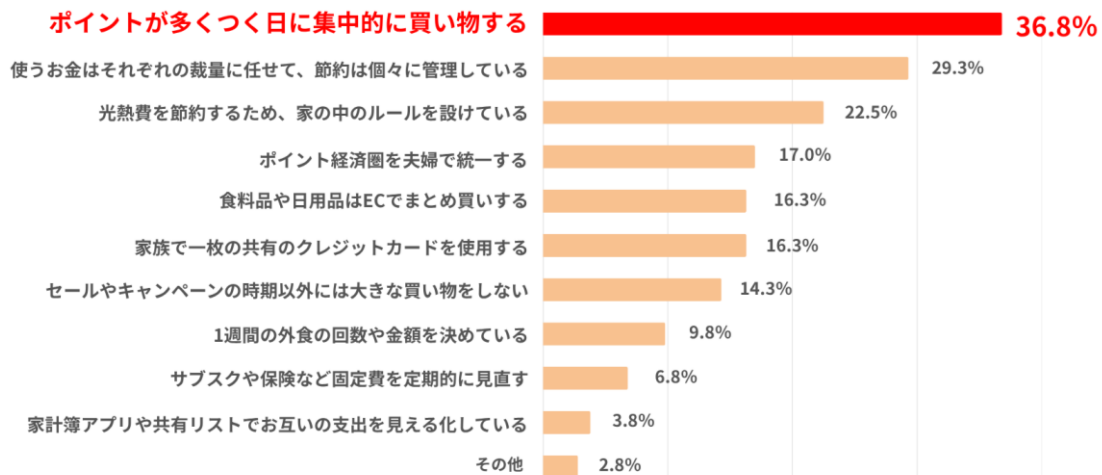


夫婦で決めている節約ルール1位は「ポイントが多くつく日に集中的に買い物をする」

・夫婦での節約ルールでは「ポイントが多くつく日に集中的に買い物をする」が36.8%と最も多い結果に。他の項目よりも手軽に、お互い負担なくできる項目であることから、1位になったと考えられる。また、個人だけでなく家族としても「お得にポイントをためる」を重要視していることが分かる。

夫婦で決めている節約ルールを教えてください。

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の男女400名 複数回答)



【2025 年の子育て世帯の節約意識】

2025 年で家計に響いた出来事 第一位は「お米の値上げ」

2025 年に入って節約のために EC で購入するようになったものも「お米」が第一位！

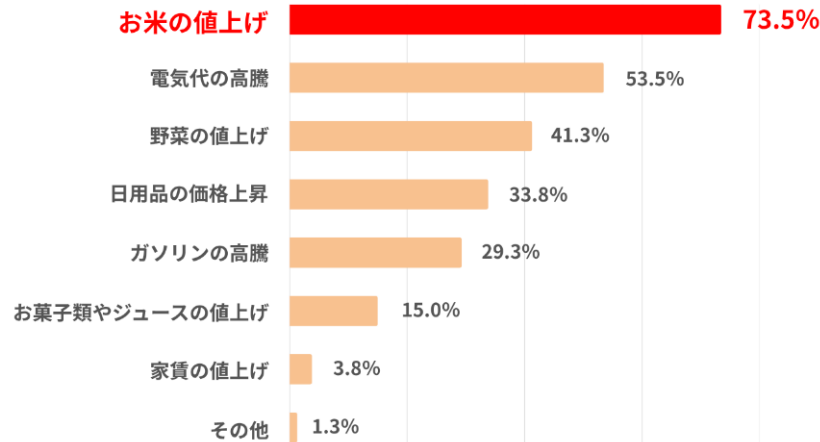
・さまざまな物価高でお財布に厳しい日々が続いたが、やはり、日々の食事に欠かせないお米の値上げが家計に響いた出来事の一位に。

・お米の値上げの影響か、「2025 年に入って節約のために EC で購入するようになったもの」も「お米」が第一位に。少しでもポイント還元や、EC のクーポン利用を活用してお米をお得に購入したい層が増加していると考えられる。実際に au PAY マーケットでは、割引クーポンの配布や Ponta ポイントの還元を実施しており、価格高騰の中でもお客さまにお得にお買い物いただけるよう工夫を行っている。

・女性だけでみるとお米が1位と変化はなかったものの、「化粧品・スキンケア用品」が26%で2位にランクイン。この結果から、「化粧品・スキンケア用品」が女性の生活必需品となり、お気に入りや定番商品のリピート購入や気になる商品を EC で手軽に購入する傾向が強まっていることがうかがえる。

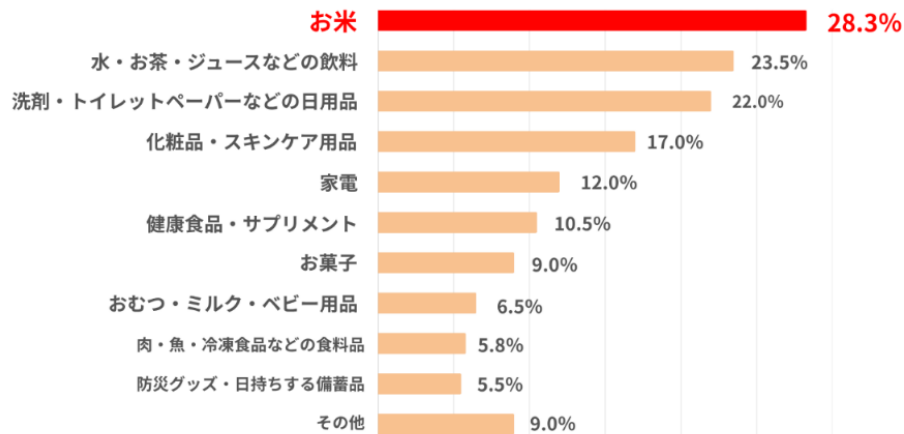
2025年で家計に響いた出来事を教えてください。

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の男女400名 複数回答)



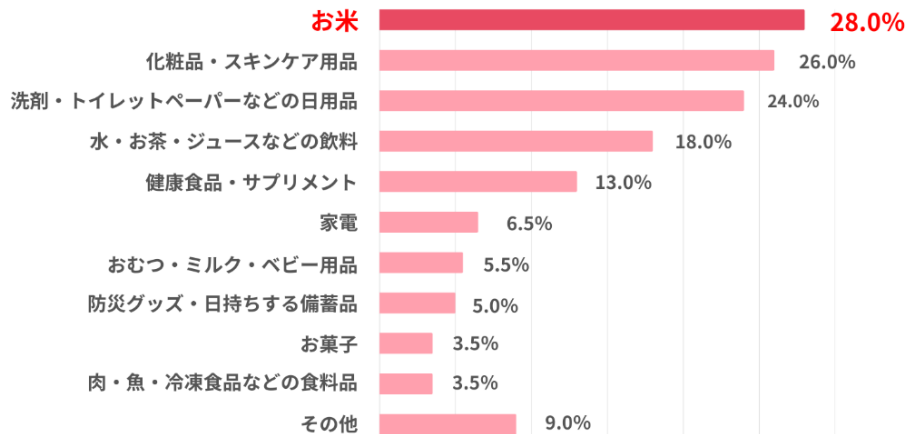
2025年に入って節約のためにECで購入するようになったものを教えてください。

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の男女400名 複数回答)



【女性】2025年に入って節約のためにECで購入するようになったものを教えてください。

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の女性200名 複数回答)



「ポイ活」よりも「節約」にストレスを感じる人は約7割と圧倒的！

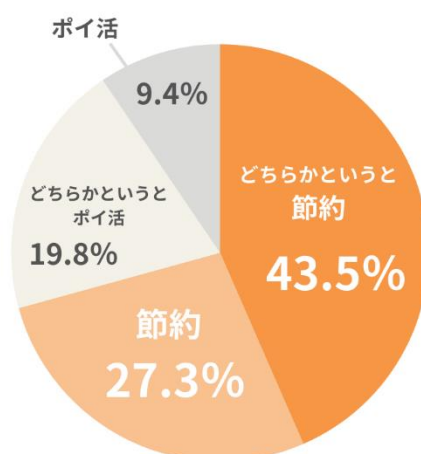
安さを重視した買い物で失敗する人が多数。

・ポイントをためてお得に使う「ポイ活」よりも、より安いものを選んだり、購入を控える「節約」のほうがストレスを感じる人が圧倒的に多い結果に。度重なる物価高で「節約疲れ」になっている人が増えていると予想される。

・節約のし過ぎで「ちょっと失敗した」と思ったこと1位は「より安いものを選ぶために時間や手間をかけすぎた」に。安さや節約を重視するあまり、時間や品質や精神面を犠牲にすることで、節約がストレスになっている人が多いと推察される。

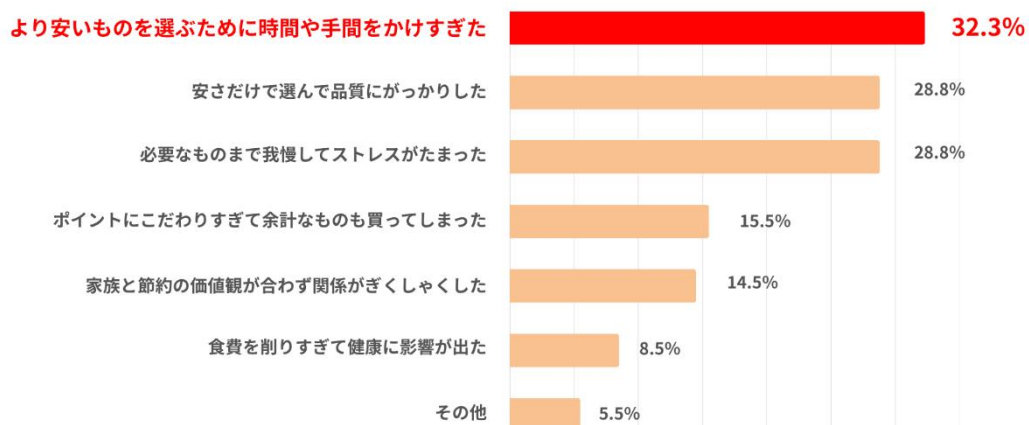
「節約」と「ポイ活」、どちらにストレスを感じますか。

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の男女400名 単一回答)



節約のしすぎで「ちょっと失敗した」と思ったことを教えてください。

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の男女400名 複数回答)



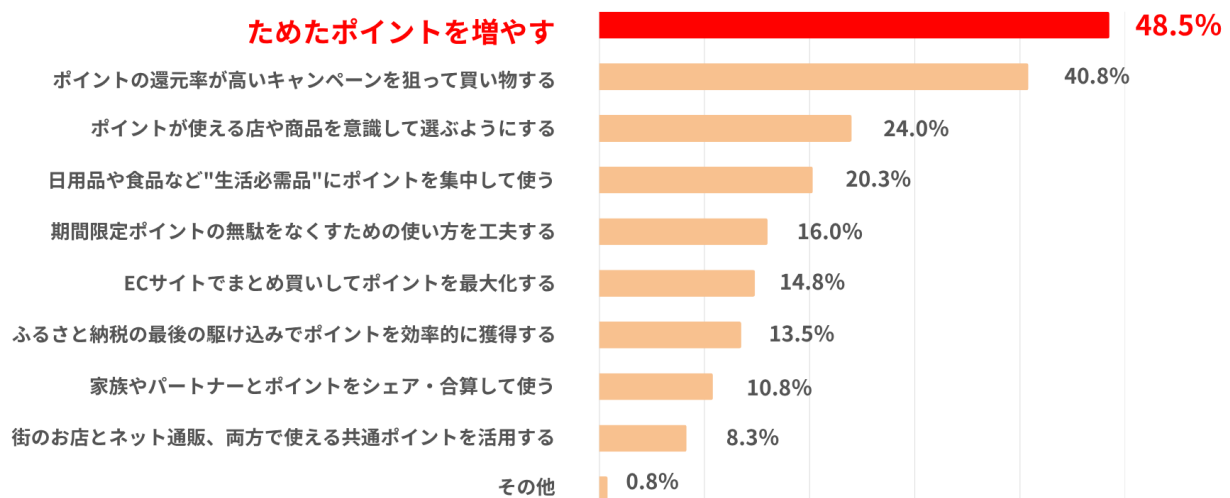
今後「ポイ活」で重視したいのは「ためたポイントを増やすこと」 ポイント還元キャンペーンよりも「ポイ増し」に注目が集まる

・今後重視したいポイ活第一位は「ためたポイントを増やす」がランクイン！

定番のポイント還元率が高くなるキャンペーンよりも上回ったことから、ポイントをためるだけでなく、交換や運用でポイントを増やしていく「ポイ増し」への注目度が高まっていることがうかがえる。

今後重視したいポイ活を教えてください。

(未成年のお子さまを持つ30代～50代の男女400名 複数回答)



(参考)

■「au PAY マーケット」とは

「au PAY マーケット」は、au をご利用のお客さまに限らず、すべてのお客さまにご利用いただける総合ショッピングサイトです。

Ponta ポイントを「au PAY マーケット」のお買い物限定ポイントに最大 1.5 倍増量できる「お得なポイント交換所」や生放送の商品紹介で視聴者と出演者が双方向にコミュニケーションできる「ライブTV」などに加え、Ponta パス会員向けの新たな特典「Ponta パス ポイント UP セレクト」でお買い物をおトクにお楽しみいただけます。「Ponta パス ポイント UP セレクト」は、Ponta パス会員なら有名ブランドをはじめとする厳選された対象商品が最大 50%の Ponta ポイント還元となります。

さらに、ハズレなしで最大 3,000 円の割引クーポンが毎週あたる「ポイント UP セレクト特典ガチャ」や対象店舗での日曜日のお買い物で 5%のポイント還元となる「Ponta パス特典」など、Ponta パス会員限定の特典も充実しています。

■ポイントを増量できる「お得なポイント交換所」とは

「お得なポイント交換所」は、誰でも簡単にお持ちの Ponta ポイントを au PAY マーケットでのお買い物時に利用可能な Ponta ポイント（au PAY マーケット限定）へ増量できるサービスです。

お持ちの Ponta ポイントを au PAY マーケット内の「お得なポイント交換所」にて、お買い物限定ポイントに交換するだけで最大 1.5 倍増量が可能になり、商品のご購入時におトクにお買い物いただけます。交換したポイントは、au PAY マーケット内での商品の購入だけではなく、au PAY ふるさと納税でもご利用いただけます。

※au/UQ mobile をご利用のお客さま、または Ponta パス会員なら最大 1.5 倍、そのほか 1.5 倍の対象ではないお客さまも、誰でもポイントを 1.1 倍に増量が可能です。詳しくはこちら (https://wowma.jp/event/ptexchg_potat/index.html) をスマートフォンよりご確認ください。



【調査概要】

調査方法:WEB アンケート方式

調査対象:未成年の子どもを持つ 30 代~50 代の男女

有効回答数:400 名

調査実施日:2025 年 7 月 28 日~7 月 29 日

※データを引用・使用の際は、出典元が総合ショッピングサイト「au PAY マーケット」である旨を明記くださいますよう、お願い致します。

以 上