

お米の消費に関する調査データ
～価格高騰による米食への影響 編～

2026年1月

朝日大学マーケティング研究所

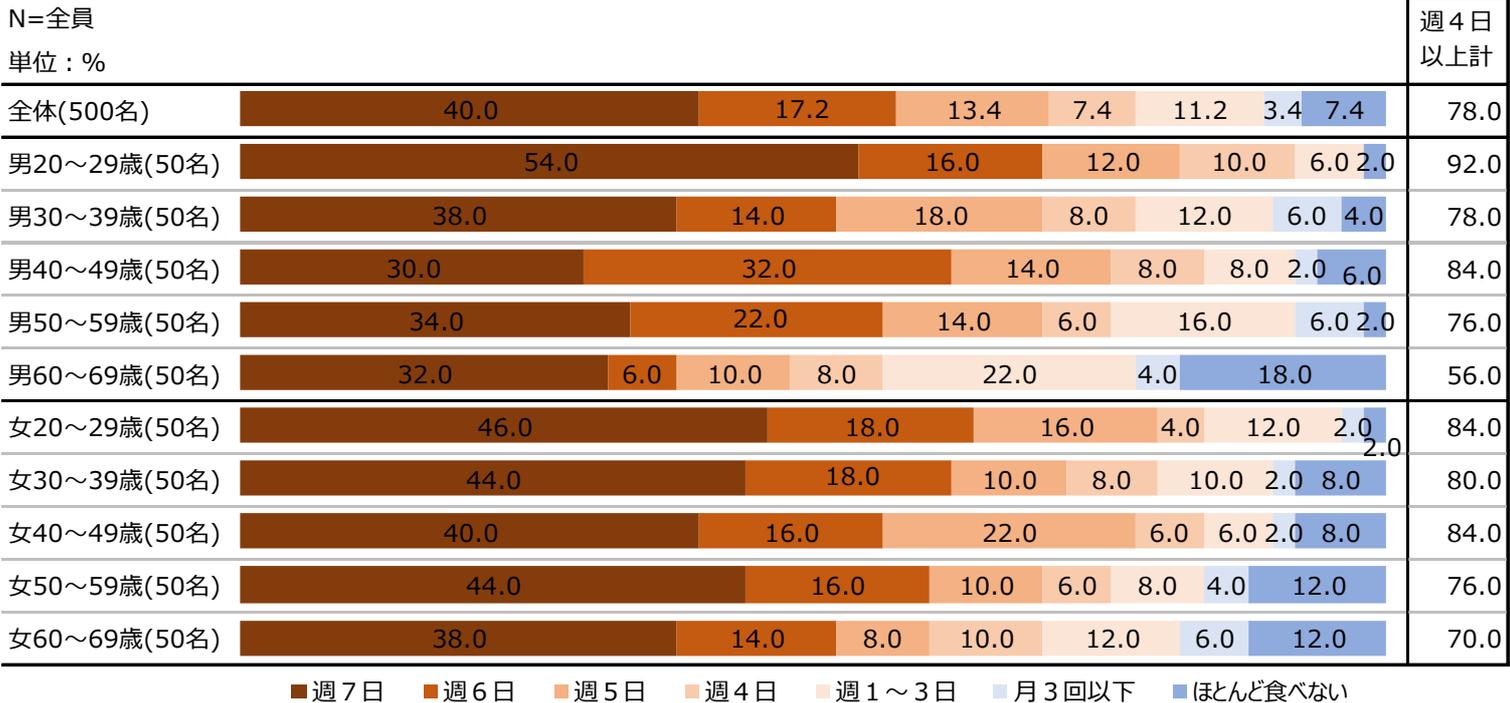
- 調査手法 : WEBリサーチ
- 調査期間 : 2025年12月15日(月) ~ 12月22日(月)
- 調査対象 : 首都圏在住の男女 20歳~69歳
- 有効回答 : 500名

【内訳】

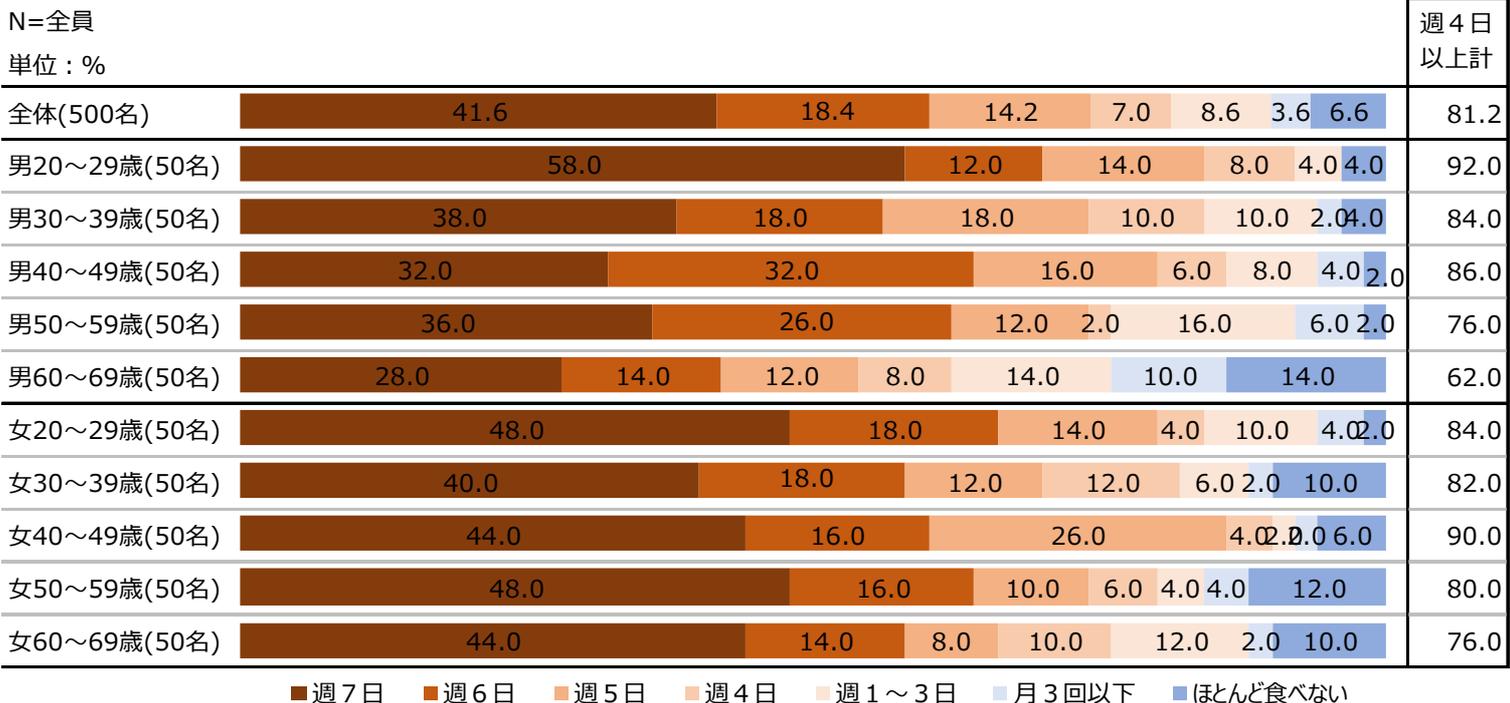
	男性	女性
20~29歳	50名	50名
30~39歳	50名	50名
40~49歳	50名	50名
50~59歳	50名	50名
60~69歳	50名	50名
合計	250名	250名

- 夕食でお米を食べる頻度について、米価高騰前後の変化を「週4日以上」お米を食べる人の割合で比べると全体では高騰前は81.2%、高騰後は78.0%であった。3.2ポイント減ったが、それほど大きな変化ではなかった。
- 夕食で「週7日」お米を食べる人の割合も米価高騰で減ったが、減少幅はごく僅かであった（41.6%→40.0%）。
- 夕食でお米を「週4日以上」食べる人の割合を年代別で見ると、米価高騰に関わらず男女の60～69歳で低く、50～59歳も相対的に低かった。

Q1. 現在、ご家庭の夕食ではお米をどの程度食べますか。(SA)



Q4. 米価高騰前の頃は、ご家庭の夕食ではお米をどの程度食べていましたか。(SA)

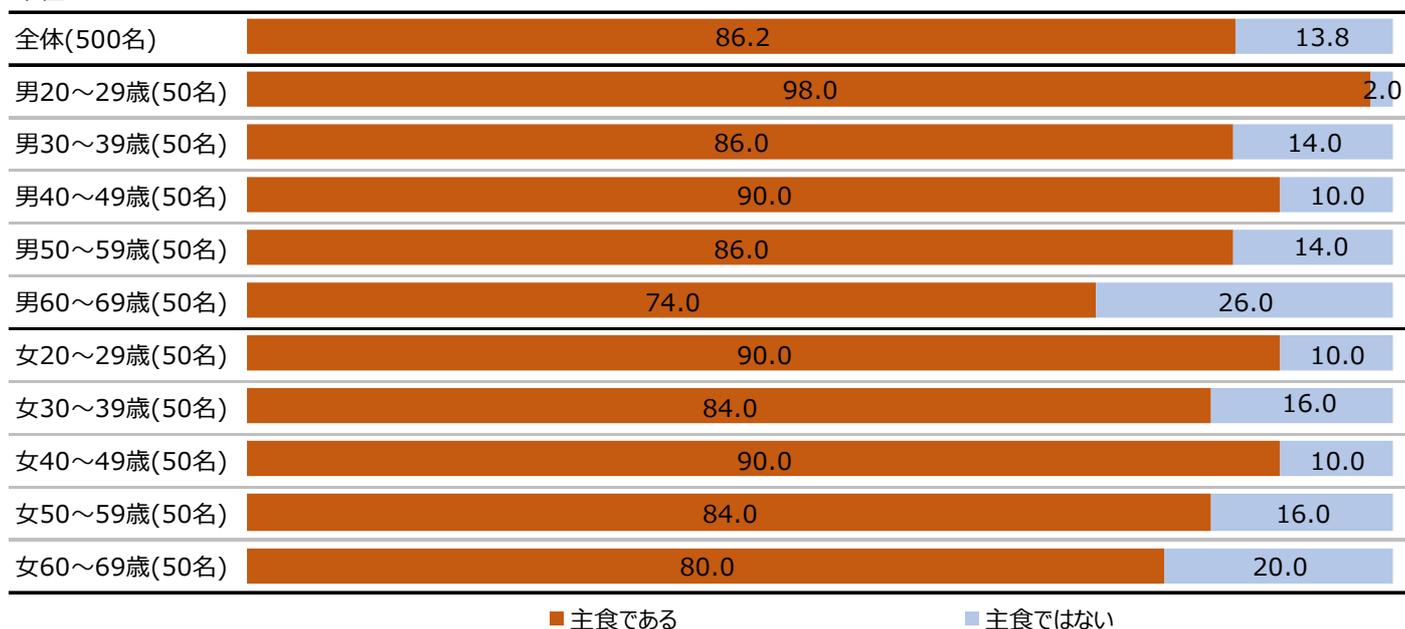


- 夕食の主食がお米であるとした人の割合を米価高騰前後で比べると、全体では高騰前は85.8%、高騰後は86.2%とほぼ同レベルであり、僅かな変化しかみられなかった。
- 夕食の主食がお米である人の割合は、米価高騰に関わらず男60～69歳で低く、高騰前（66.0%）、高騰後（74.0%）とも8割未満であった。

Q2. 現在、ご家庭の夕食ではお米が主食ですか。(SA)

N=全員

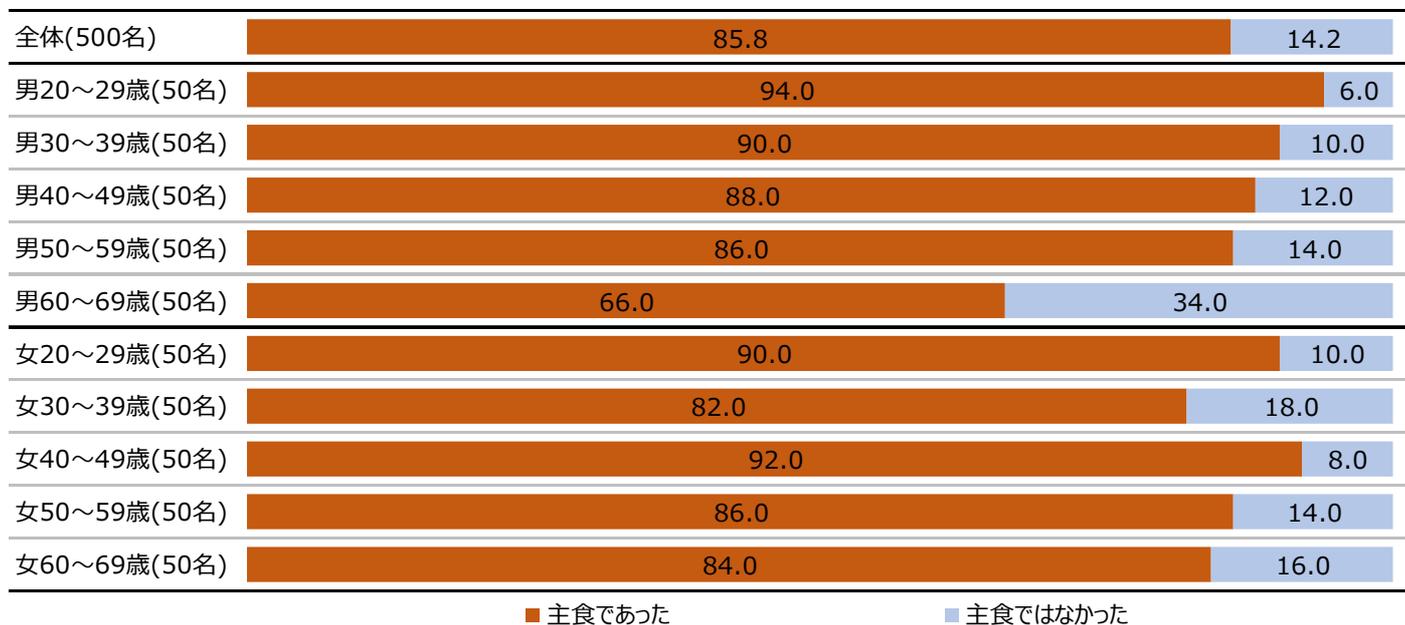
単位：%



Q5. 米価高騰前の頃は、ご家庭の夕食ではお米が主食でしたか。(SA)

N=全員

単位：%



- 米価高騰を受けて、お米の代わりに喫食が増えた食材をみると、全体では「そば・うどん・そうめん・ひやむぎ」（41.2%）、「パスタ」（32.2%）、「パン」（28.2%）、「ラーメン・中華麺」（25.8%）の順で割合が高かった。
- すべての食材で女性の割合が男性を上回った。特に「パン」と「そば・うどん・そうめん・ひやむぎ」で差が大きかった。
- 一方で男性は「特にない」（42.4%）が4割以上と高かった。

Q9. 最近の米価高騰を受けて、お米の代わりに食べることが増えた食材をすべて選んでください。(MA)

N=全員

単位：%

■ 全体(500名)

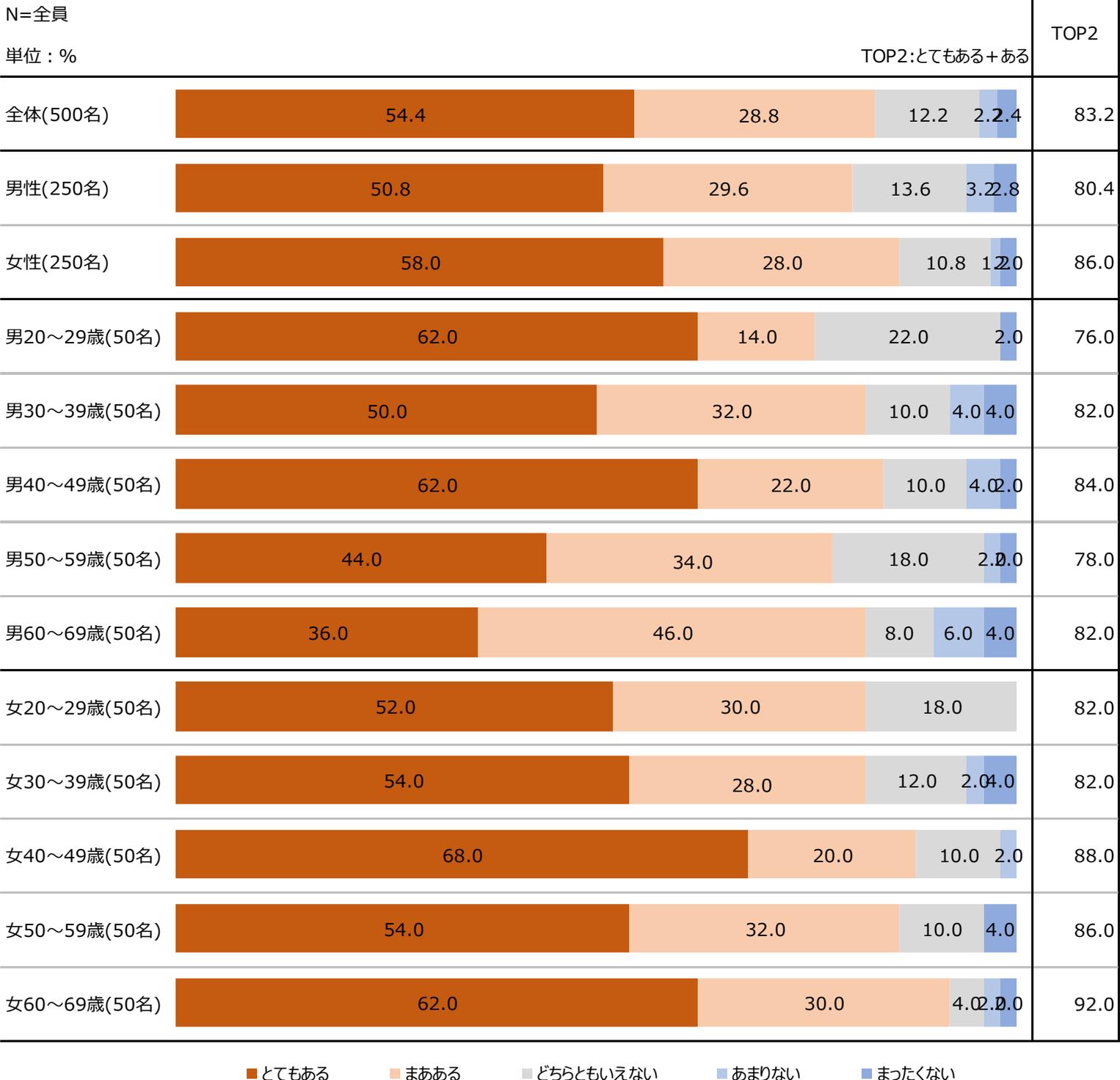
		男性 (250名)	女性 (250名)
パン	28.2	24.8%	31.6%
そば・うどん・そうめん・ひやむぎ	41.2	38.0%	44.4%
ラーメン・中華麺	25.8	24.0%	27.6%
パスタ	32.2	31.2%	33.2%
ピザ	6.6	6.0%	7.2%
豆・麦・雑穀・芋	5.6	4.0%	7.2%
その他	2.4	2.0%	2.8%
特にない	39.2	42.4%	36.0%

※網掛けは男女で5%以上の差がある場合の高い方

4. 今後もお米を主食としたい意向

- 今後もお米を主食としたい意向をTOP2（「とてもある」「まあある」の合計）でみると、全体では83.2%と高く、「とてもある」（54.4%）のみでも半数を超えた
- TOP2を性年代別でみると、ほとんどの層で8割を超えたが、男性の20～29歳（76.0%）と50～59歳（78.0%）では7割台に留まった。
- 「とてもある」の割合も男性の50～59歳（44.0%）と60～69歳（36.0%）で低かった。

Q11.この先もお米を主食として食べたい気持ちは、どの程度ありますか。(SA)



● 米価格は高騰したが夕食でのお米の喫食頻度には大きな変化はなかった

夕食でお米を食べる頻度について、「週4日以上」とした人の割合を米価高騰前後でみると、高騰前が81.2%、高騰後が78.0%であった。3.2ポイント減少したが、それほど大きな変化ではなかった。夕食で「週7日」お米を食べる人の割合をみても、高騰前（41.6%）と高騰後（40.0%）はほぼ同レベルだった。

価格は高騰したが、「食卓にお米は欠かせない」との意識を持つ人が多いためか、現時点ではそれによる喫食頻度の大幅な変化はみられなかった。

お米の喫食頻度に関しては、価格よりもむしろ年齢による影響のほうが大きかった。以下のとおり、夕食で「週4日以上」の頻度でお米を食べる人の割合を年代別で比べると、男女とも60～69歳で最も低く、50～59歳も相対的に低かった。

■ 「週4日以上」お米を食べる人の割合（価格高騰前）

男性・・・20代	(92.0%)	30代	(84.0%)	40代	(86.0%)	50代	(76.0%)	60代	(62.0%)
女性・・・20代	(84.0%)	30代	(82.0%)	40代	(90.0%)	50代	(80.0%)	60代	(76.0%)

■ 「週4日以上」お米を食べる人の割合（価格高騰後）

男性・・・20代	(92.0%)	30代	(78.0%)	40代	(84.0%)	50代	(76.0%)	60代	(56.0%)
女性・・・20代	(84.0%)	30代	(80.0%)	40代	(84.0%)	50代	(76.0%)	60代	(70.0%)

● 夕食の主食がお米である人の割合にも大きな変化はなかった

夕食の主食にお米を採用している人の割合を米価高騰前後で比べると、高騰前は85.8%、高騰後は86.2%と差は僅かであった。価格高騰を受けても、お米は、引き続き夕食の主食として役割を保っている。

この割合についても、価格よりも年代よる差のほうが大きかった。夕食の主食としてお米を採用している人の割合はほとんどの層で8割以上と高かったが、男60～69歳では高騰前（66.0%）、高騰後（74.0%）とも相対的に低レベルであった。

● お米の代替として他の食材の利用率が高かったのは女性

米価高騰を受けて、お米の代わりに食べるが増えた食材としては「そば・うどん・そうめん・ひやむぎ」（41.2%）、「パスタ」（32.2%）、「パン」（28.2%）、「ラーメン・中華麺」（25.8%）が上位に並んだ。

いずれも男性より女性の割合が高く、上記以外の「ピザ」「豆・麦・雑穀・芋」についても同様であった。一方で男性では、代わりに食べるが増えた食材について「特になし」と回答した人が多かった（男性42.4%、女性36.0%）。

お米の価格が高騰した現況において、女性が代替として他の食材を利用しようとしているのに対して、男性には極的な姿勢がみられた。特に男60～69歳は米価高騰前からお米の喫食頻度が低く、主食と考える人も少なかった。

今のところ、お米の喫食状況に関しては、価格よりも年代による影響のほうが大きいものと思われる。

トピックスリサーチ

お米の消費に関する調査データ ～価格高騰による米食への影響 編～

発行日 2026年 1月 31日

発行・調査分析 朝日大学 マーケティング研究所

〒501-0296

岐阜県瑞穂市穂積1851

TEL : 058-326-1173

お問い合わせ marketing@alice.asahi-u.ac.jp