

2023年4月21日
MMDLabo株式会社

生活費の節約とスマートフォンの利用年数に関する調査

この半年での通信費の見直しは27.8%
見直したこと「プラン変更」「通信会社の変更」「ギガの節約」
メイン利用のスマホの利用年数、「1年～2年未満」が22.7%、「5年以上」は11.4%

https://mmdlabo.jp/investigation/detail_2196.html

MMDLabo株式会社（東京都港区、代表取締役：吉本浩司）が運営するMMD研究所は、18歳～69歳の男女7,000人を対象に2023年3月17日～3月20日の期間で「生活費の節約とスマートフォンの利用年数に関する調査」を実施いたしました。調査結果は以下のとおりです。

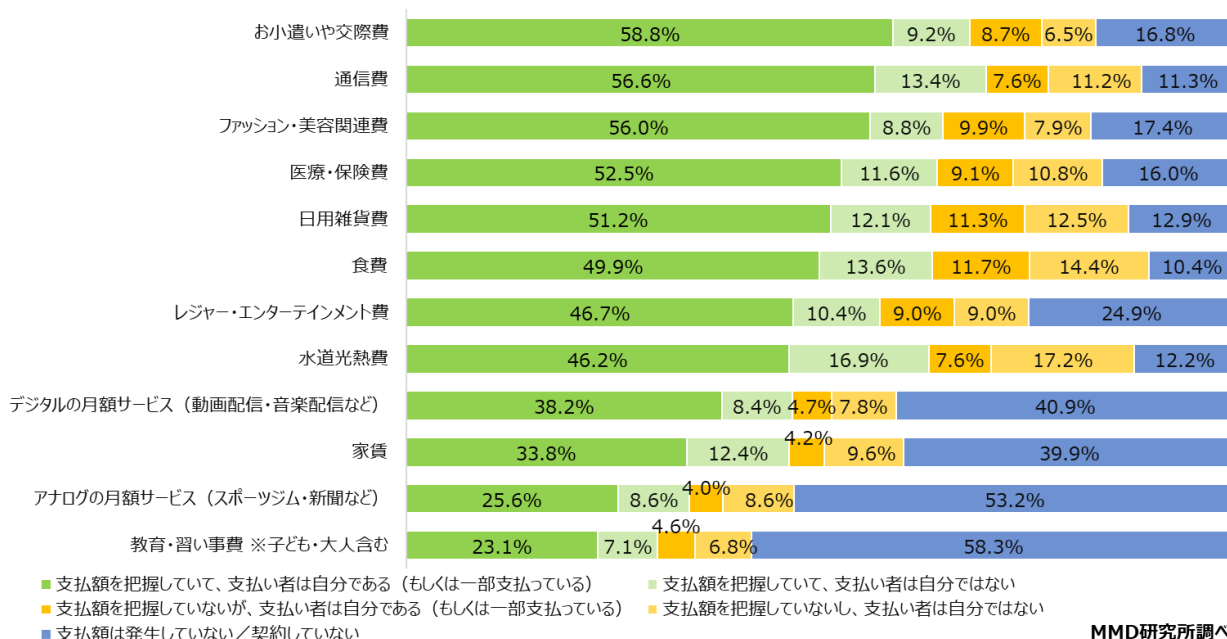
【調査結果サマリー】

- ここ半年で節約した項目の上位は「ファッション・美容関連費」「水道光熱費」「日用雑貨費」
上位項目で節約をした割合が多かったのはいずれも30代以上の女性
- この半年での通信費の見直しは27.8%、性年代別では男性20代の40.9%が見直し
見直したことの上位は「同じサービスの中でプランを変更」「通信会社を変更した」「ギガの節約」
- メインで利用しているスマートフォンの利用年数、
「1年～2年未満」が22.7%で最多、「5年以上」は11.4%

■ ここ半年で節約した項目の上位は「ファッション・美容関連費」「水道光熱費」「日用雑貨費」
上位項目で節約をした割合が多かったのはいずれも30代以上の女性

18歳～69歳の男女7,000人を対象に、食費、家賃、水道光熱費、通信費、レジャー・エンターテインメント費などの12項目に関する生活費の把握と支払いへの立場について聞いたところ、「支払額を把握していて、支払いは自分である（もしくは一部支払っている）」が最も多かった項目はお小遣いや交際費が58.8%、次いで通信費が56.6%、ファッション・美容関連費が56.0%となった。

● 生活費の把握と支払いへの立場（n=7,000、単数）※項目別



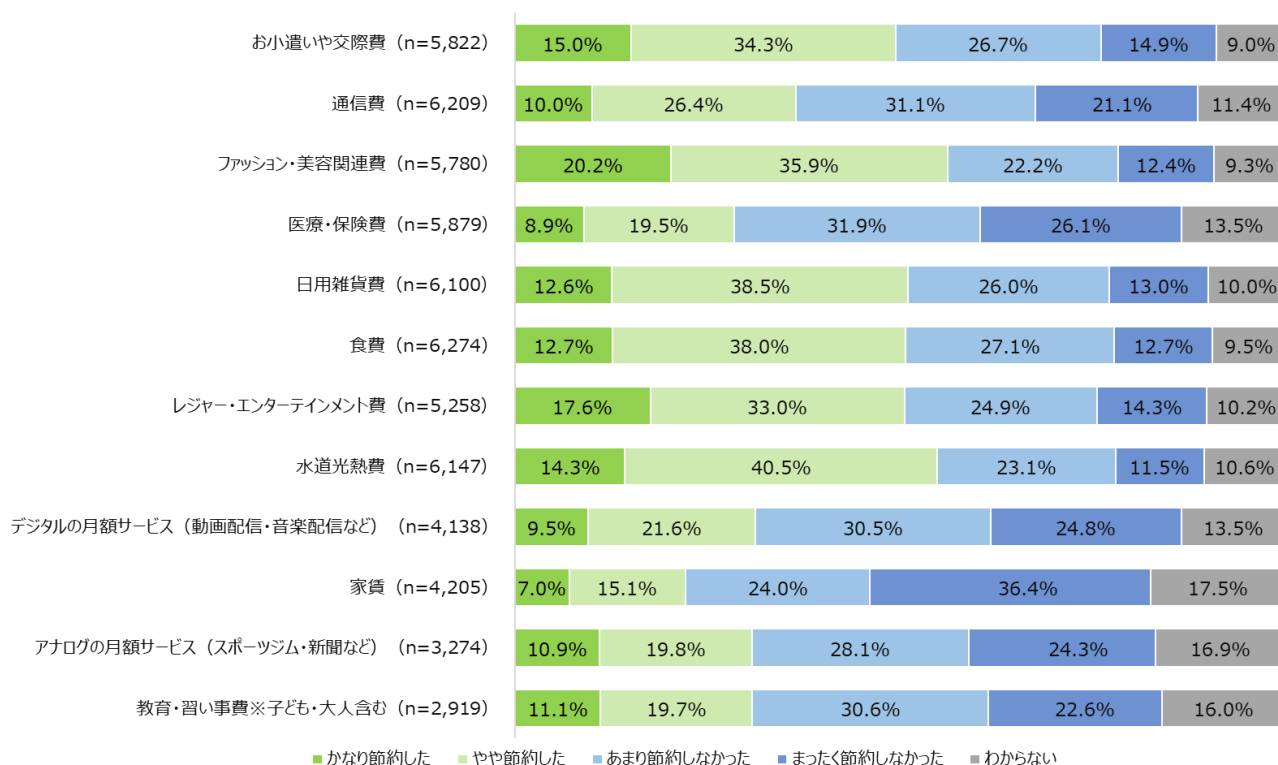
前問で、何かしらの項目に対して支払い額の把握と支払いをしていると回答した人を対象に、ここ半年で節約をしたものを「かなり節約した、やや節約した、あまり節約しなかった、まったく節約しなかった、わからない」の5段階で聞いた。

「かなり節約した」「やや節約した」を合わせると節約した割合が多かったのは、ファッション・美容関連費（n=5,780）が56.1%、次いで水道光熱費（n=6,147）が54.8%、日用雑貨費（n=6,100）が51.0%、食費（n=6,274）が50.7%、レジャー・エンターテインメント費（n=5,258）が50.6%となった。

これを性年代別で見ると、上位5項目のファッション・美容関連費、水道光熱費、日用雑貨費、食費、レジャー・エンターテインメント費を節約した割合が多かったのはいずれも30代以上の女性だった。

NEWS RELEASE 報道関係者各位

● ここ半年で節約をした項目（単数）※項目別



MMD研究所調べ

● ここ半年で節約をした項目（単数）※性年代別、上位5項目抜粋

	ファッション・美容関連費 (n=5,780)	水道光熱費 (n=6,147)	日用雑貨費 (n=6,100)	食費 (n=6,274)	レジャー・エンターテインメント費 (n=5,258)
男性10代	39.4%	38.4%	30.6%	36.0%	35.8%
男性20代	53.8%	46.7%	53.6%	49.1%	49.1%
男性30代	49.5%	49.8%	45.9%	45.0%	46.9%
男性40代	49.0%	50.0%	47.5%	46.1%	50.4%
男性50代	50.2%	48.9%	44.3%	45.2%	49.0%
男性60代	51.0%	50.5%	41.9%	39.1%	47.2%
女性10代	47.0%	33.8%	40.0%	41.3%	35.1%
女性20代	56.1%	49.5%	55.0%	51.4%	45.6%
女性30代	61.4%	55.5%	57.0%	56.5%	53.8%
女性40代	58.7%	60.6%	55.6%	56.2%	54.2%
女性50代	66.4%	65.3%	58.4%	62.4%	56.3%
女性60代	65.0%	68.8%	55.8%	57.2%	54.4%

MMD研究所調べ

次に、何らかの項目で「かなり節約した」～「あまり節約しなかった」と回答した人を対象に、ここ半年で節約のためにしたこと

<食費>

女性10代 コンビニに行かない

男性20代 プライベートブランド商品を買う

NEWS RELEASE 報道関係者各位

男性20代 作り置きした上、食べる量を抑えた。米を多く食べることで空腹を満たした。

男性30代 週1000円に押さえた

女性30代 冷蔵庫にある食材をメモし、お買い物する時買うものをメモして出る

女性30代 一回の買い物の上限を5000円に設定して計算しながら買い物するようにした

女性50代 必要な食材しか買わずに廃棄を出さないようにして節約をしました

<水道光熱費>

男性20代 ジムにお風呂があるのでそこで入る

女性20代 節水シャワーヘッドを取り付け、待機電力ゼロにした

男性40代 エアコンの温度を調整したり、無駄な照明をつけたりしないようにした。

男性50代 動画などをパソコンでなくタブレットで見る

女性50代 設定温度を下げたり使い過ぎないようにして節約しました

女性50代 シャワーヘッドを変えた

男性60代 低消費電力商品に変えた

<ファッション・美容関連費>

男性30代 散髪を一年に一回にした

女性30代 服は手持ちのものを着回して買わないようにしました

男性40代 欲しいものはインターネットも実店舗も値段を比較して安いものを選ぶ。

女性40代 あまり新作には手を出さない

女性50代 基礎化粧品をプチプラ商品にして洋服も必要不可欠なものだけを購入した。

<日用雑貨費>

女性20代 クーポン使用で少しでも安くした

男性40代 必要最小限のもの以外は全く買わずに現在持っている分を丁寧に使っている

女性40代 なるべくドラッグストアなどで安くなっているか何件か見てから買う

女性50代 買い置きをせずなくなってから買うようにした

女性50代 予備の品はそれぞれ1個または、1ヶ月分だけにして月々の日用雑貨代を節約した。

<レジャー・エンターテインメント費>

女性10代 ゲーセンで使う前に必要かどうかを考える

女性20代 コロナ禍で出かけないようにしたのと、暇な休日はお金がかからないよう図書館などで過ごすことにした

女性30代 PayPayポイントが使えるところにした

女性40代 なるべく中古で探して買う

男性50代 近場旅行。クーポン利用をして宿泊、飲食費を抑えたつもり

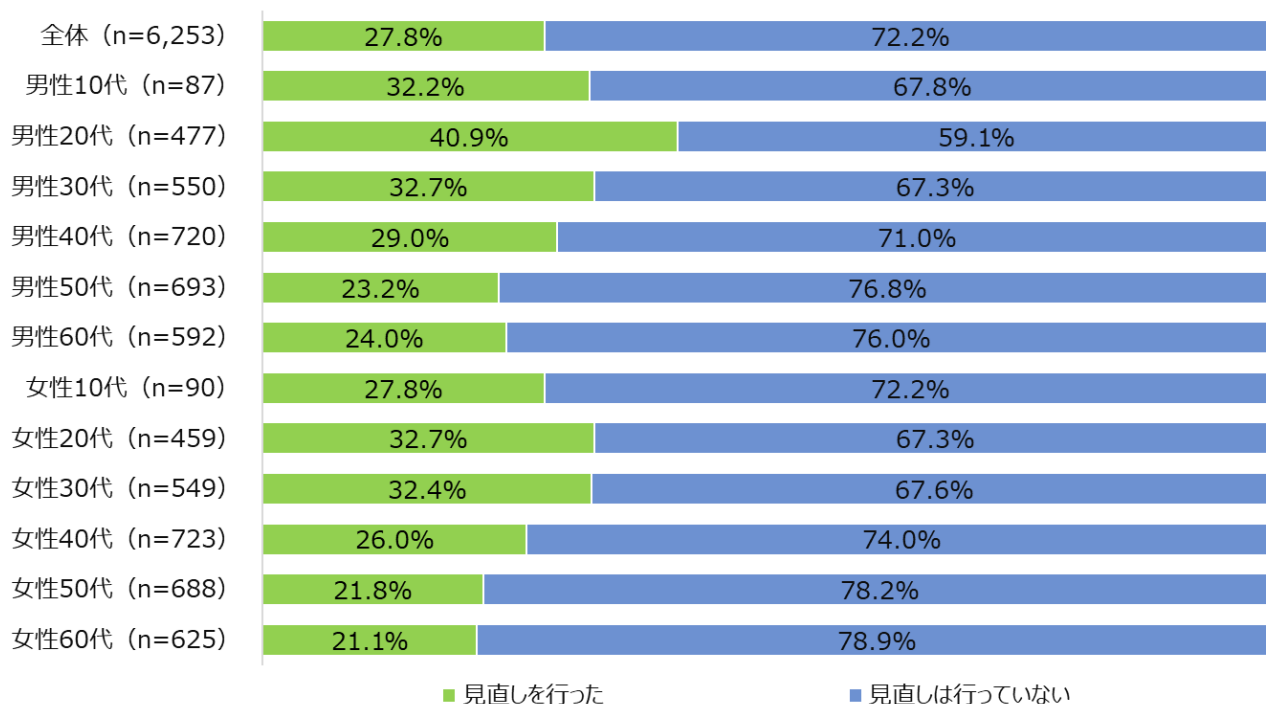
男性60代 車で行くレジャーについても回数を減らし、ガソリン代、その他の出費を抑えた。

■ この半年での通信費の見直しは27.8%、性年代別では男性20代の40.9%が見直し

見直したことの上位は「同じサービスの中でプランを変更」「通信会社を変更した」「ギガの節約」

通信会社を契約しているスマートフォンを所有する6,253人を対象に、この半年での通信費の見直しについて聞いたところ、「見直しを行った」が27.8%、「見直しは行っていない」が72.2%となった。

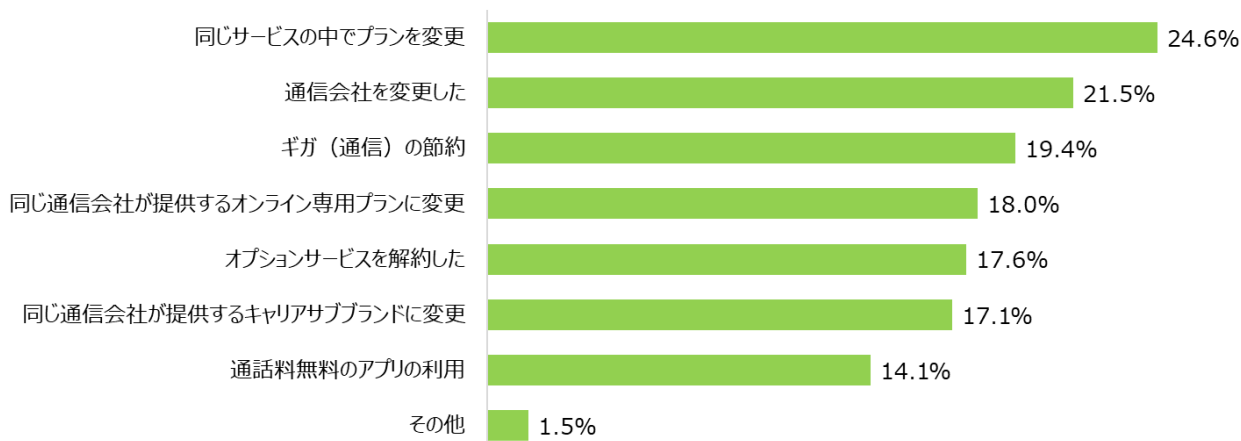
● この半年での通信費の見直し（単数）※性年代別



MMD研究所調べ

次に、「見直しを行った」と回答した1,738人を対象に、この半年での通信費の見直したことを聞いたところ（複数回答可）、「同じサービスの中でプランを変更」が24.6%と最も多く、次いで「通信会社を変更した」が21.5%、「ギガ（通信）の節約」が19.4%となった。

● この半年での通信費の見直したこと（n=1,738、複数）

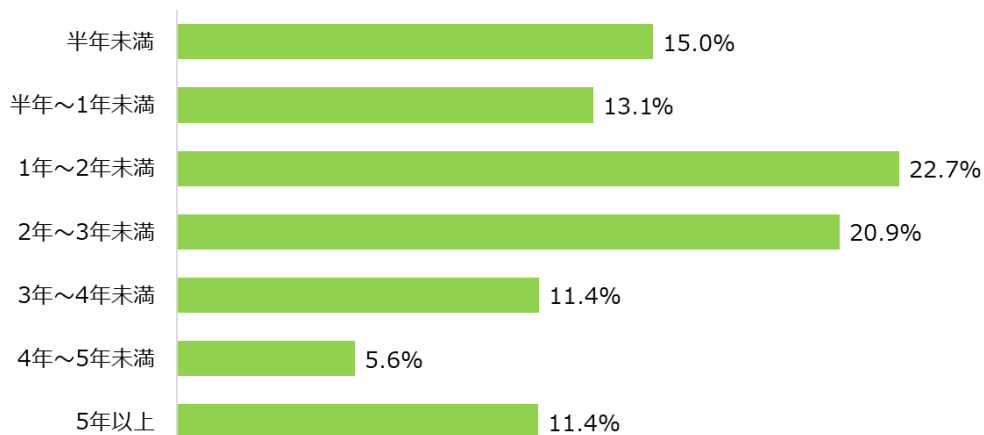


MMD研究所調べ

■ **メインで利用しているスマートフォンの利用年数、
「1年～2年未満」が22.7%で最多、「5年以上」は11.4%**

スマートフォンを所有する6,316人を対象に、メインで利用しているスマートフォンの利用年数を聞いたところ、「1年～2年未満」が22.7%と最も多く、次いで「2年～3年未満」が20.9%、「半年未満」が15.0%となった。「5年以上」は11.4%だった。

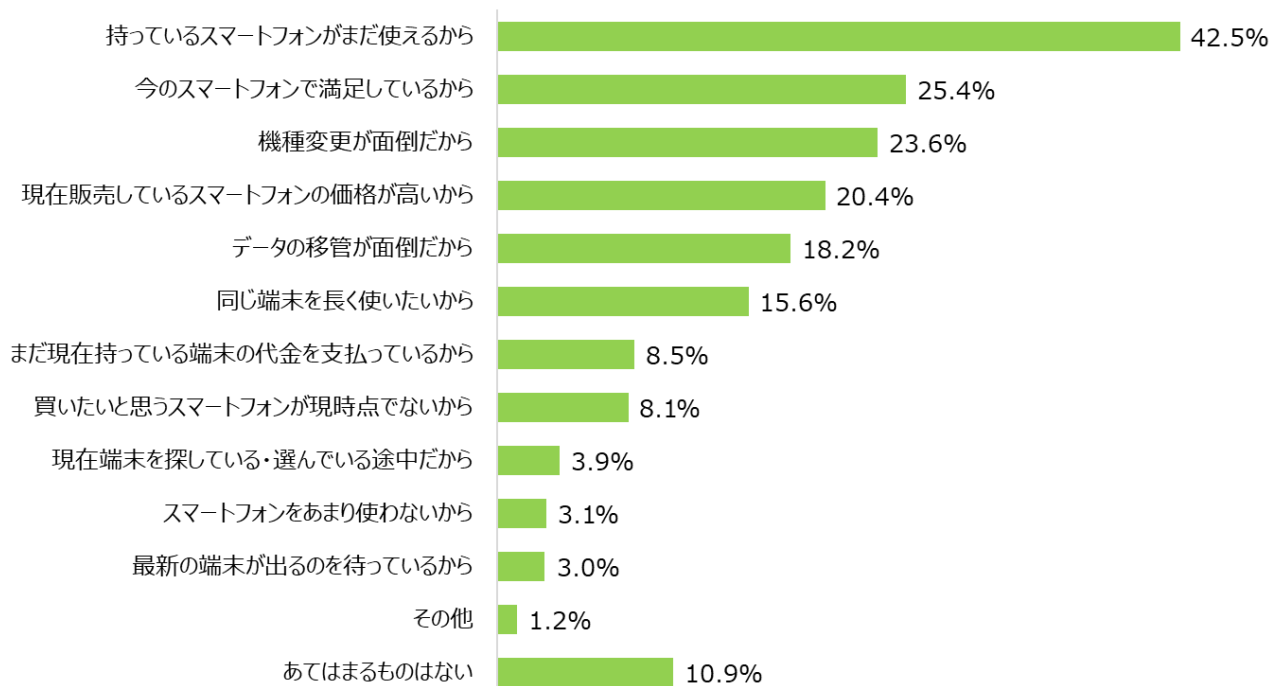
● **メインで利用しているスマートフォンの利用年数 (n=6,316、単数)**



MMD研究所調べ

次に、2年以上同じスマートフォンを利用している3,109人を対象に、2年以上同じスマートフォンを利用している理由を聞いたところ（複数回答可）、「持っているスマートフォンがまだ使えるから」が42.5%と最も多く、次いで「今のスマートフォンで満足しているから」が25.4%、「機種変更が面倒だから」が23.6%となった。

● **2年以上同じスマートフォンを利用している理由 (n=3,109、複数)**



MMD研究所調べ

※本調査レポートは小数点以下任意の桁を四捨五入して表記しているため、積み上げ計算すると誤差がでる場合があります。

※回答者の属性は会員登録後に無料レポートよりご確認ください。

【調査概要】

「生活費の節約とスマートフォンの利用年数に関する調査」

調査期間：2023年3月17日～3月20日

有効回答：7,000人 ※人口構成比に合わせて回収

調査方法：インターネット調査

調査対象：18歳～69歳の男女

設問数：11問

【今回調査した全設問】

Q1 あなたが利用しているデバイスをすべて教えてください。

Q2 前問でスマートフォンを利用していると回答した方にお伺いします。あなたがメインで利用しているスマートフォンのシリーズを教えてください。

Q3 あなたが現在メイン利用のスマートフォンを契約している通信会社としてあてはまるものを教えてください。

Q4 下記の生活費の支払額を把握していますか？また支払いに対するあなたの立場を教えてください。※自身の収入などが出費に当てられている場合に「支払い者」としています。

Q5 ここ半年であなたが節約をしたものについて教えてください。

Q6 さきほど、何らかの項目で「かなり節約した」～「あまり節約しなかった」と回答した方にお伺いします。ここ半年であなたが節約のためにしたことを具体的にご記載ください。節約内容を覚えている内容にチェックを入れ、自由記載欄に些細なことでも構いませんので、ご記載いただけますと幸いです。

Q7 あなたは通信費の見直しをこの半年で行いましたか？見直しを行った方は、見直し内容としてあてはまるものをすべて教えてください。

Q8 あなたがメインで利用しているスマートフォンの利用年数を教えてください。

Q9 前問でスマートフォンを2年以上利用していると回答した方にお伺いします。あなたはスマートフォンの買い替え意向はありますか？買い替える予定がなくても、買い替えたいか買い替えたくないかでお答えください。

Q10 前問でスマートフォンを2年以上利用していると回答した方にお伺いします。あなたが2年以上同じスマートフォンを利用している理由であてはまるものをすべて教えてください。

Q11 次回スマートフォン買い替える際に、あなたはどの方法で入手したいと思いますか？

【本件に関するお問い合わせ】



配信元：MMD研究所 <https://mmdlabo.jp/>

担当者：妹尾

連絡先：03-6451-4414 / info@mmdlabo.jp