

2026 年 9 月 8 日

消費動向調査結果(2026 年7月調査)

物価上昇を感じている割合は8割と依然高水準で、消費の抑制姿勢は継続する見通し

本調査は、県内の消費動向や消費者意識を把握するため、県内 1,000 世帯を対象に、3 カ月ごとに実施している。

 調査結果のポイント

1. 物価と消費行動について

- ・ 物価上昇を感じている割合は、前回（26 年 4 月、以下同じ）調査に比べ 0.1 ポイント上昇の 82.6%と依然として高い水準にある
- ・ 物価上昇を感じる項目は、「食料品代」が 97.4%と引き続き最も多く、次いで「飲料品代」が 70.1%などとなった。前回調査と比べると、「ガソリン代」が 19.7 ポイント低下の 59.1%、「水道光熱費」が 12.2 ポイント低下の 40.8%と大きく低下している
- ・ 今後の収入変化の見通しについては、「増加する見通し」の割合が 13.7%と前年同時期（25 年 7 月、以下同じ）調査を 1.5 ポイント上回った
- ・ 今後の消費行動は、「抑制的」の回答割合が 49.5%と前回調査に比べ 9.9 ポイント低下したものの、その割合は依然としてほぼ半数を占めている

2. 物価上昇への対応について

- ・ 物価上昇への対応は、「安価な商品・代替品に切り替えている」が 52.3%と最も多く、次いで「クーポン・ポイント・比較サイトを活用している」が 48.7%などとなった
- ・ 物価上昇により日常の生活スタイルが「変化した」（「大きく変化した」＋「やや変化した」）という回答割合は、49.3%で約半数を占めた

3. 夏季ボーナスの支給状況について

- ・ 夏季ボーナスの支給状況は、「前年並み」が 36.6%と最多となった
 - ・ 夏季ボーナスの使いみちは、「預貯金」が 60.0%と最多となり、次いで「生活費の補てん」が 47.4%などとなった
- 今回の調査では、物価上昇により多くの世帯で節約・防衛行動が広がっている様子が明らかになり、日常の生活スタイルそのものを見直しているケースも多くみられた。特に食料品価格の高止まりが続く中で、まとめ買いや安価な代替品の活用などを前提とした生活スタイルへと移行しており、今後もこうした消費行動が続くとみられる。
- 当面は、節約・防衛行動を継続する世帯が多数を占めるとみられ、県内消費の本格的な回復には、食料品やエネルギー価格の安定を通じた家計負担の軽減に加え、継続的な賃上げなどによる所得環境の改善が必要となる。

<お問い合わせ先>

一般財団法人 長野経済研究所 電話：026-224-0501

担当：調査部 主任研究員 中林 武

「消費動向調査」アンケート実施概要

調査時期： 2026 年 7 月上旬～中旬

調査対象： 長野県内在住の 1,000 世帯

回答属性： 単独世帯 240 世帯
二人以上世帯 760 世帯

性 別 男性 50.0 % 女性 50.0 %
年齢別

20 代	3.8 %
30 代	9.6 %
40 代	21.6 %
50 代	23.8 %
60 代	23.5 %
70 代以上	17.7 %

調査方法： インターネット調査

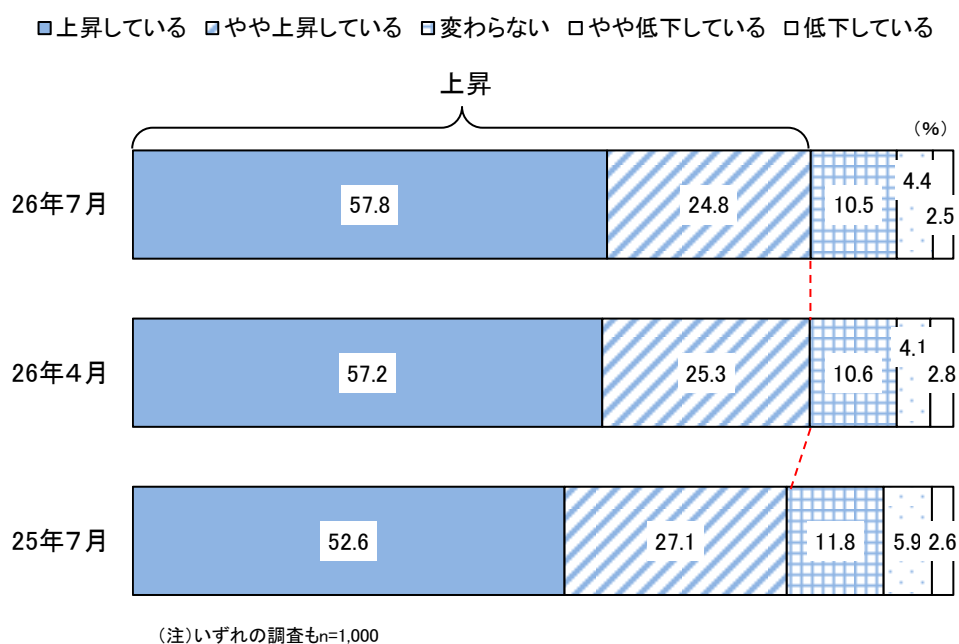
※四捨五入の関係で、合計が 100%にならない場合がある。

1. 物価と消費行動について

(1) 物価上昇を感じている割合は前回調査と変わらず8割

- 最近の物やサービスの価格について、上昇（「上昇している」＋「やや上昇している」）と感じている人の回答割合は82.6%となり、前回調査に比べ0.1ポイント上昇した（図表1）。

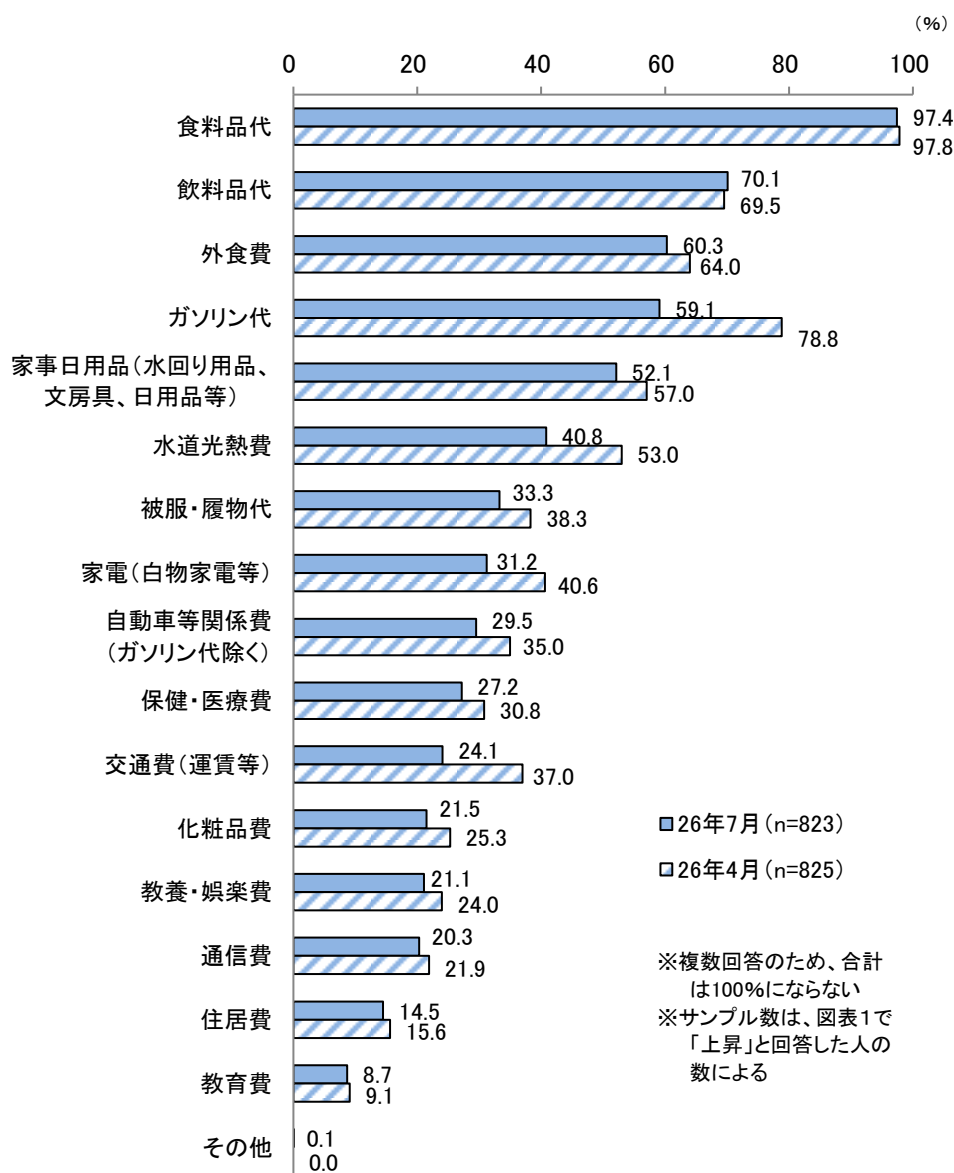
図表1 物価の感じ方



(2) 物価の上昇を感じる項目は、食料品代が97.4%で最多

- ・ 物価の上昇を感じる項目は、「食料品代」が97.4%と最も多く、次いで、「飲料品代」が70.1%、「外食費」が60.3%などとなった（図表2）。
- ・ 前回調査と比べると、「ガソリン代」が19.7ポイント低下の59.1%、「水道光熱費」が12.2%低下の40.8%と大きく低下している。これは、中東情勢を踏まえて26年3月から実施している緊急的激変緩和措置によりガソリン販売価格の上昇が抑制されていることに加え、電気・ガス料金負担軽減支援事業が7月に開始され、負担感が和らいだことが影響しているとみられる。

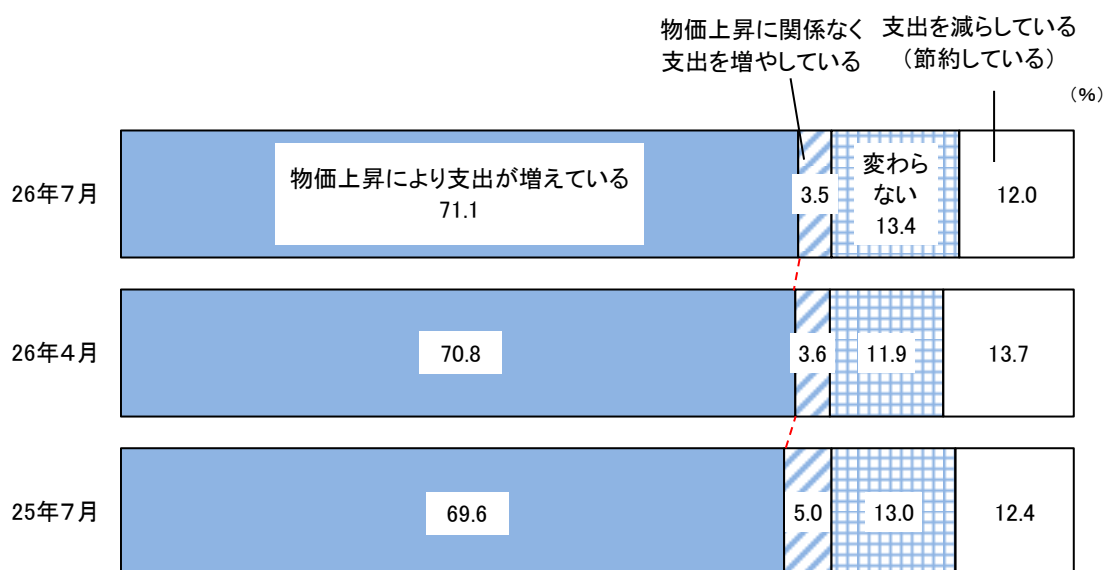
図表2 物価の上昇を感じる項目



(3) 家計支出の変化では、「物価上昇により支出が増えている」が71.1%で最多

- ・ 最近の物価上昇に伴う家計支出の変化については、図表3のように、「物価上昇により支出が増えている」が71.1%と最も多く、前回調査に比べて0.3%ポイント上昇した。
- ・ 「物価上昇に関係なく支出を増やしている」は0.1ポイント、「支出を減らしている（節約している）」は1.7ポイントそれぞれ低下した一方、「変わらない」は1.5ポイント上昇した。

図表3 最近の物価上昇に伴う家計支出の変化

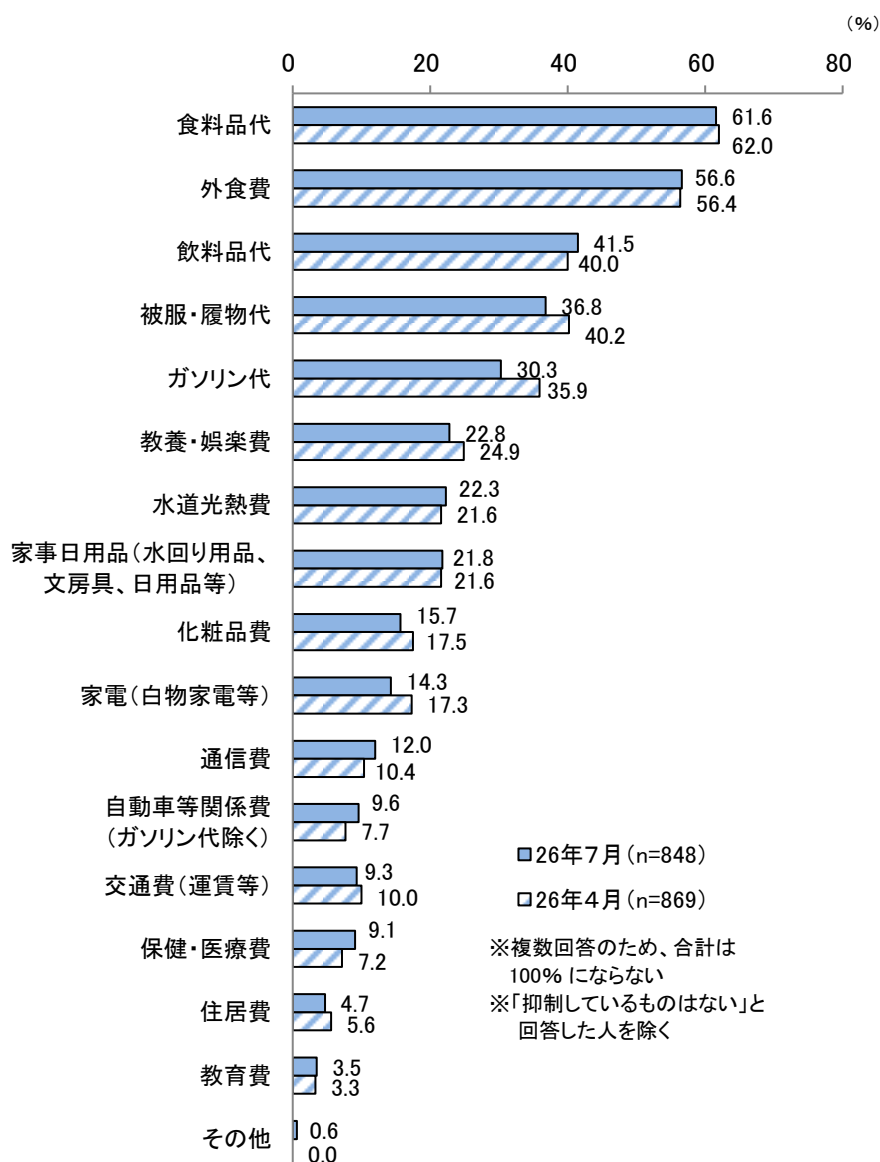


(注)いずれの調査もn=1,000

(4) 支出を抑制している項目は、「食料品代」が61.6%で前回調査に引き続き最多

- ・ 家計支出で抑制している項目については、図表4のように、「食料品代」が61.6%と最も多く、次いで、「外食費」が56.6%、「飲料品代」が41.5%などとなった。
- ・ 前回調査と比べると、「自動車等関係費（ガソリン代除く）」と「保健・医療費」が1.9ポイントそれぞれ上昇した一方、「ガソリン代」は5.6ポイント低下した。

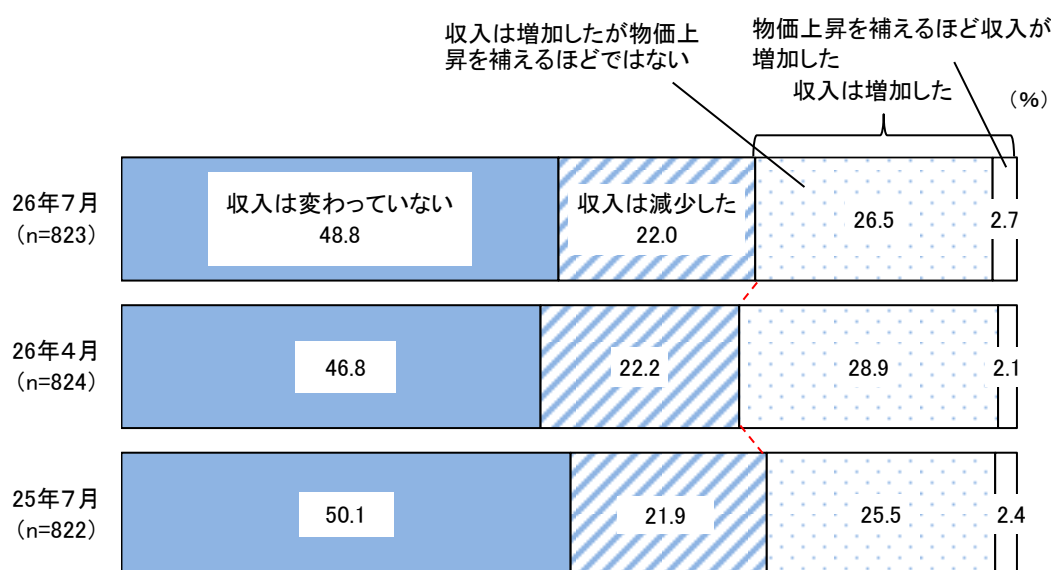
図表4 支出を抑制している項目



(5) 今後の収入の見通しは、「変わらない見通し」がおよそ6割を占め、「減少する見通し」は前年同時期調査に比べて1.7ポイント低下

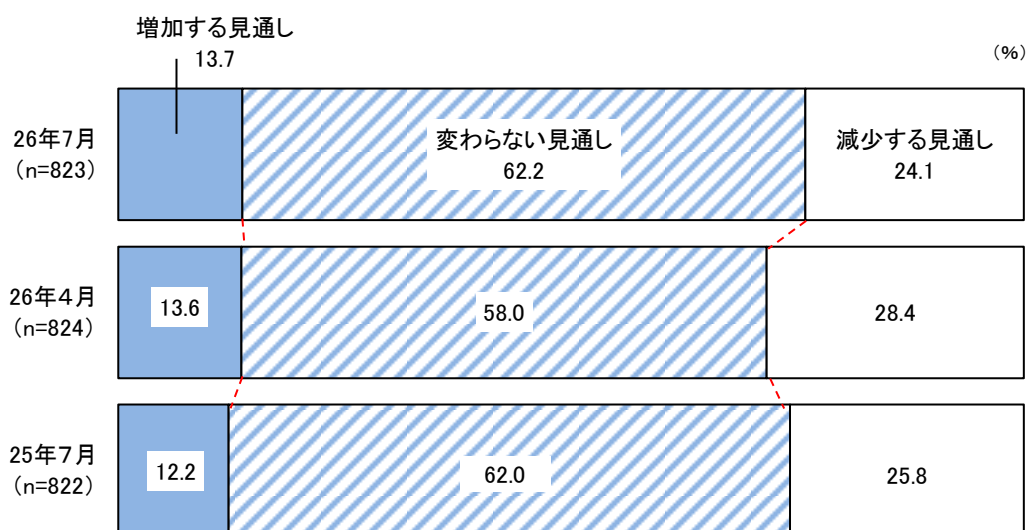
- 20～60代の回答者に最近の収入の変化について尋ねたところ、図表5のように、「収入は変わっていない」が48.8%と最も多くなった。また、収入は増加した（「収入は増加したが物価上昇を補えるほどではない」＋「物価上昇を補えるほど収入が増加した」）の回答割合が29.2%となり、前年同時期調査に比べて1.3ポイント上昇した。
- 今後の収入の見通しについては、図表6のように、「変わらない見通し」が62.2%と最も多くなった。「減少する見通し」は24.1%と、前年同時期調査に比べて1.7ポイント低下した。

図表5 最近の収入変化



(注) 20～60代の回答

図表6 収入変化の見通し

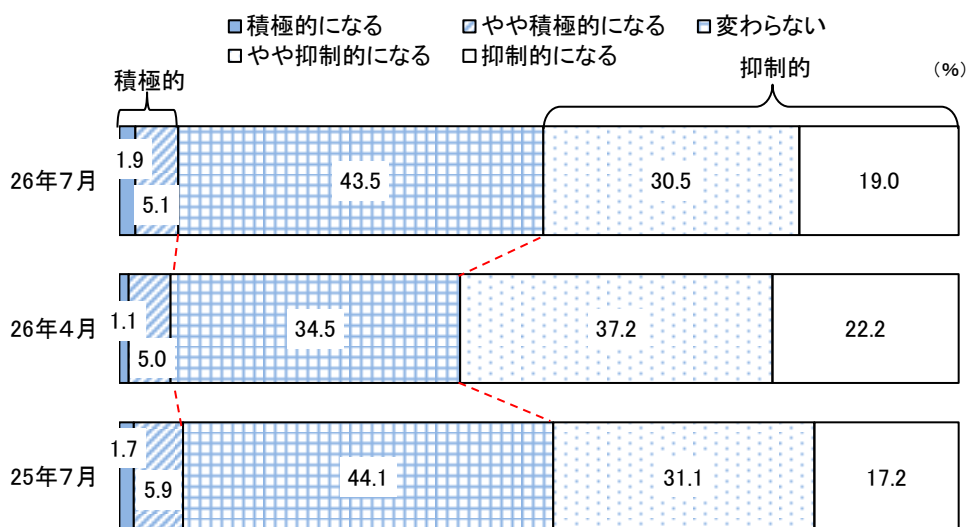


(注) 20～60代の回答

(6) 今後の消費行動は、「抑制的」が49.5%と引き続き半数

- 今後の消費行動の変化見通しを尋ねたところ、図表7のように、抑制的（「抑制的になる」＋「やや抑制的になる」）の回答割合が49.5%と、前回調査に比べて9.9ポイント低下した。一方、「積極的になる」＋「やや積極的になる」の回答割合は7.0%と、前回調査に比べ0.9ポイント上昇した。

図表7 今後の消費行動

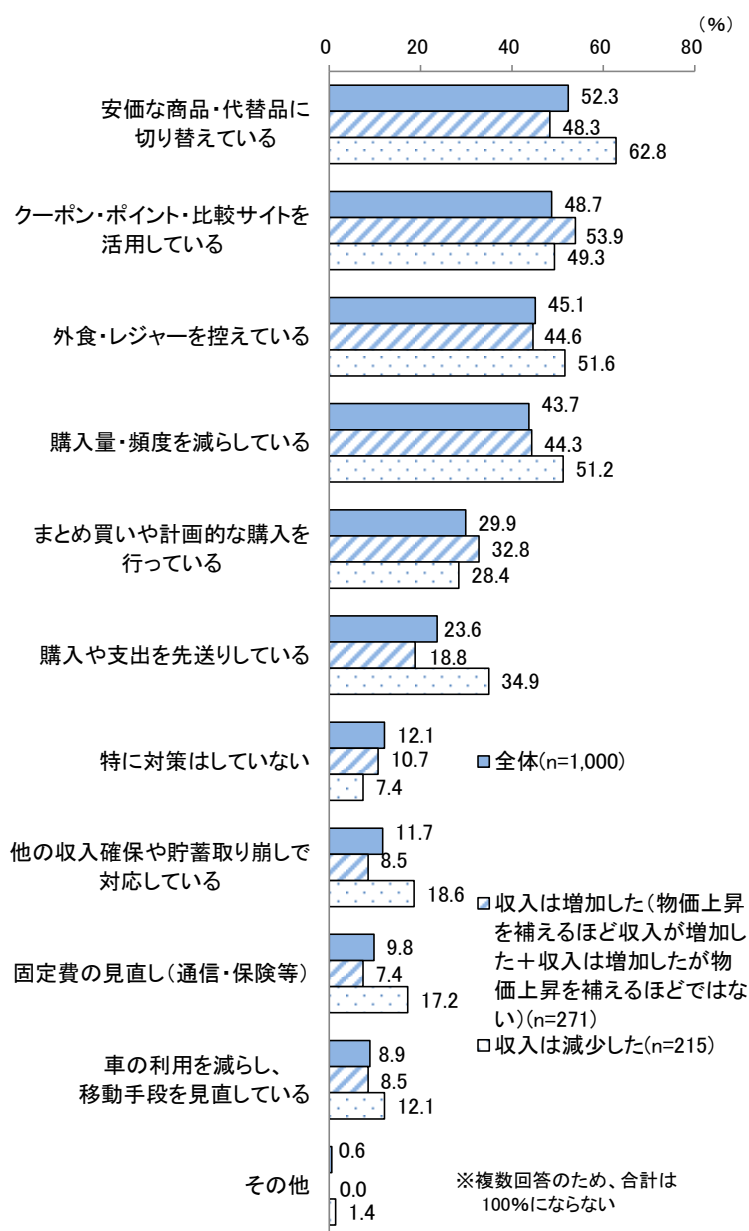


2. 物価上昇に対する行動について

(1) 物価上昇への対応については、「安価な商品・代替品に切り替えている」が52.3%で最多

- ・ 物価上昇を受けて、世帯で行っている対応について尋ねたところ、**図表8**のように「安価な商品・代替品に切り替えている」が52.3%と最も多く、次いで「クーポン・ポイント・比較サイトを活用している」が48.7%などとなった。
- ・ **図表5**の最近の収入変化の違いでみると、「収入は減少した」世帯では、「安価な商品・代替品に切り替えている」が62.8%と最も多く、次いで「外食・レジャーを控えている」が51.6%などとなった。
- ・ 一方、「収入が増加した」世帯では、「クーポン・ポイント・比較サイトを活用している」が53.9%と最も多く、次いで「安価な商品・代替品に切り替えている」が48.3%などとなった。

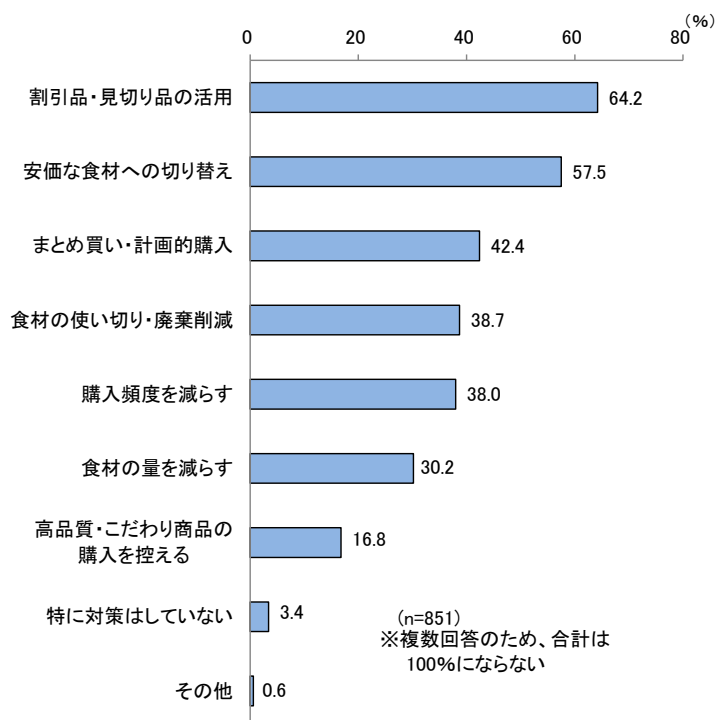
図表8 物価上昇への対応（収入の変化別）



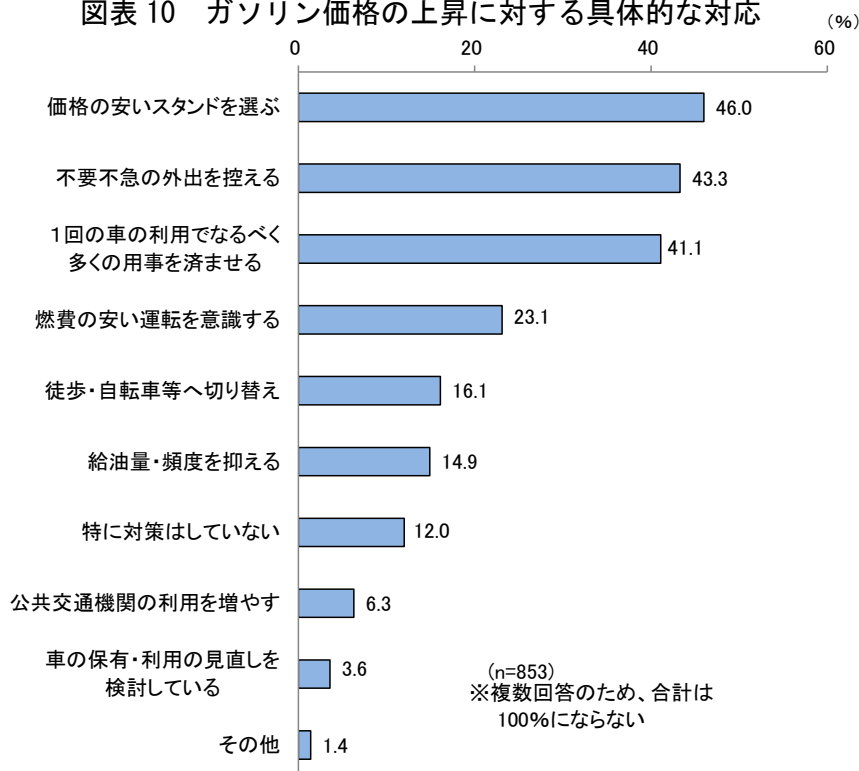
(2) 食料品価格の上昇への対応は、「割引品・見切り品の活用」が64.2%で最多

- ・ 食料品価格の上昇への具体的な対応について尋ねたところ、図表9のように「割引品・見切り品の活用」が64.2%と最も多く、次いで「安価な食材への切り替え」が57.5%などとなった。
- ・ ガソリン価格の上昇への具体的な対応については、図表10のように「価格の安いスタンドを選ぶ」が46.0%と最も多く、次いで「不要不急の外出を控える」が43.3%などとなった。

図表9 食料品価格の上昇に対する具体的な対応



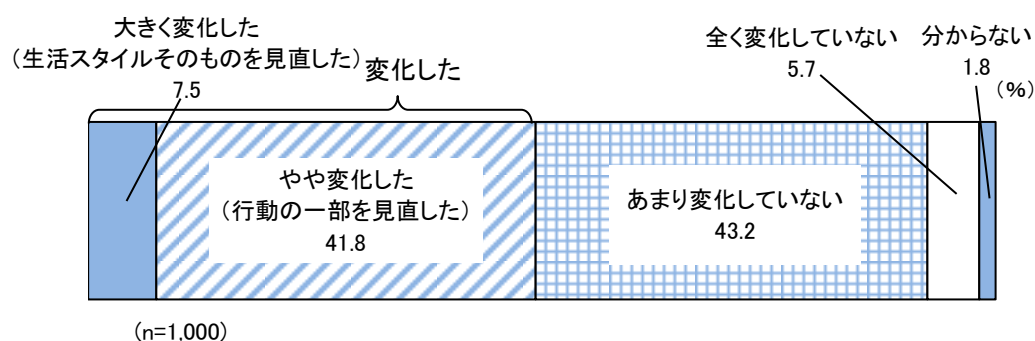
図表10 ガソリン価格の上昇に対する具体的な対応



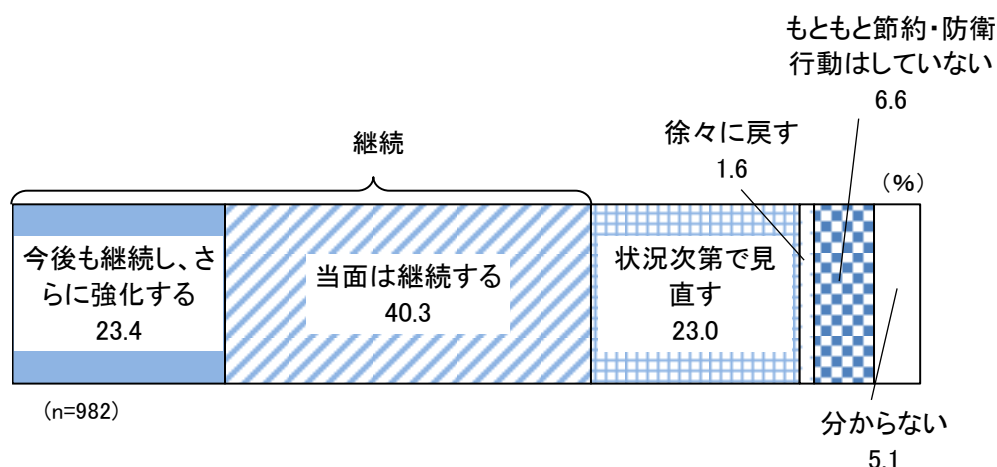
(3) 物価上昇により、日常の生活スタイルが「変化した」割合は半数

- ・ 物価上昇により日常の生活スタイルがどの程度変化したのか尋ねたところ、図表 11 のように、「やや変化した（行動の一部を見直した）」が 41.8%と最も多く、「大きく変化した（生活スタイルそのものを見直した）」の 7.5%と合わせると、全体の 49.3%の世帯で「変化した」と回答した。
- ・ 今後の節約・防衛行動に対する考えを尋ねたところ、図表 12 のように、全体では、「当面は継続する」が 40.3%と最も多く、次いで「今後も継続し、さらに強化する」が 23.4%となり、継続する割合は 6 割を超えた。

図表 11 日常の生活スタイルの変化



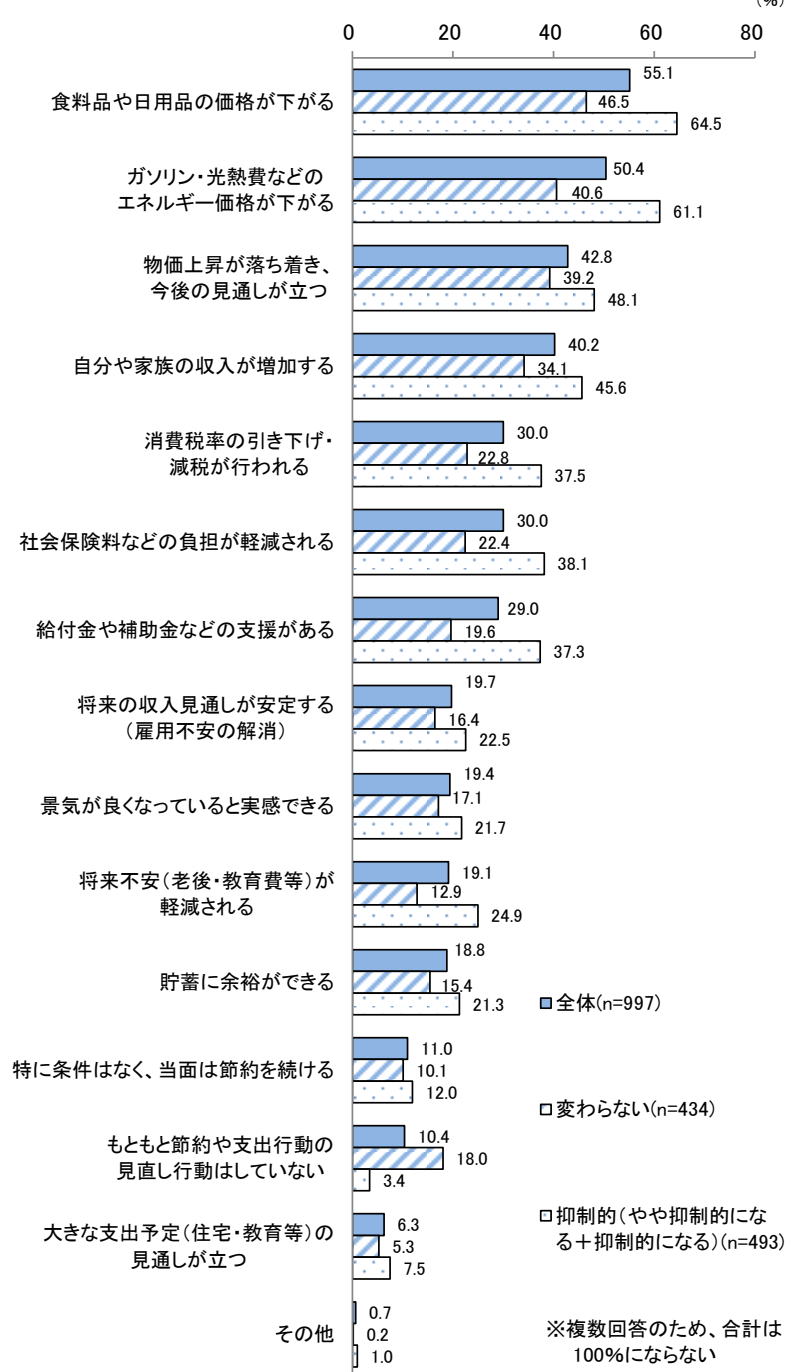
図表 12 今後の節約・防衛行動に対する考え（日常の生活スタイル別）



(4) 節約や支出の見直し行動を緩めるための条件は、「食料品や日用品の価格が下がる」が55.1%と最多

- 今後、どのような環境になれば、節約や支出の見直し行動を緩めるのか尋ねたところ、図表13のように、「食料品や日用品の価格が下がる」が55.1%と最も多く、次いで「ガソリン・光熱費などのエネルギー価格が下がる」が50.4%などとなった。
- これを図表7の今後の消費行動別にみると、「抑制的」(「やや抑制的になる」+「抑制的になる」)と回答した世帯では、「食料品や日用品の価格が下がる」が64.5%、「ガソリン・光熱費などのエネルギー価格が下がる」が61.1%などとなった。

図表13 どのような環境になれば節約や支出の見直し行動を緩めるか(今後の消費行動別)

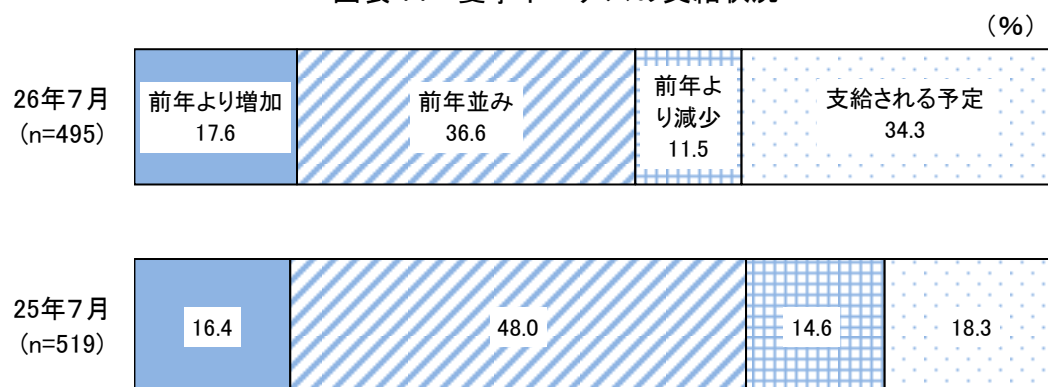


3. 夏季ボーナスの支給状況について

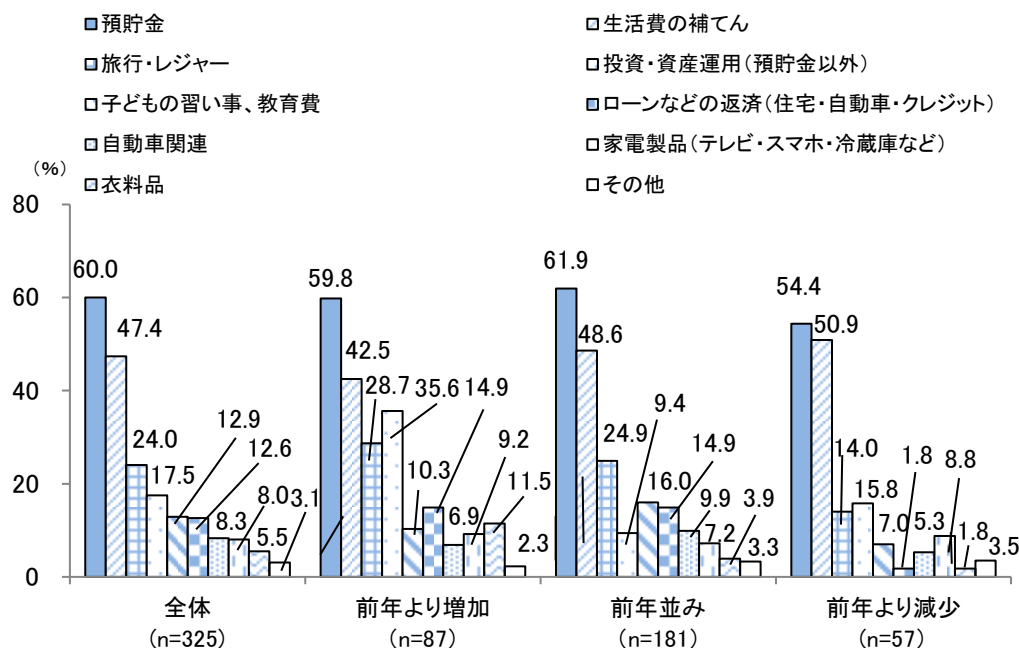
夏季ボーナスの支給状況は、「前年並み」が36.6%で最多

- 夏季ボーナスの支給状況を尋ねると、図表14のように「前年並み」が36.6%と最多となった。
- 夏季ボーナスの使いみちを支給状況別にみると、図表15のように、いずれも「預貯金」の割合が最も多く、次いで「生活費の補てん」となった。「前年より増加」した回答世帯は、「投資・資産運用（預貯金以外）」の割合が高かった。

図表14 夏季ボーナスの支給状況



図表15 支給状況別の夏季ボーナスの使いみち



※複数回答のため合計は100%にならない

以 上