

博報堂生活総合研究所 生活者にきいた“2024年 生活気分”を発表

● 来年の景気予想「悪くなる」は36.2%で、「良くなる」の2倍以上に

- ・来年の「世の中の景気」予想は、「悪くなる」(36.2%)が前回から減少するも、「良くなる」(14.7%)の2倍以上に。この「悪くなる」のスコアは、コロナ禍1年目(2020年調査)と同程度の高い水準
- ・来年の景気が「悪くなる」と思う理由は「物価上昇」が最多

● 来年お金をかけたいのは ①旅行 ②貯金 ③ふだんの食事

- ・「来年お金をかけたい」が「今年お金をかけた」の数値を最も大きく上回ったのは「貯金」で+7.1pt増

博報堂生活総合研究所は、2015年から毎年秋に、翌年の景況感などについて全国の20～69歳男女3,900人に予想してもらって調査を実施しています。このたび最新の調査を加え、“2024年 生活気分”としてまとめました。今回の結果では、来年の景気が「悪くなる」は前回より減少したものの、コロナ禍1年目(2020年調査)と同程度の高い水準を維持しています。また、来年は今年よりも「旅行」「貯金」などにお金をかけたいという意識が高まっています。新型コロナの5類移行で高まる旅行への意欲と、長引く物価上昇から家計を守りたいという意識が混在している生活者像がみえてきました。

“2024年 生活気分”調査結果のポイント

2024年の景況感

今年の景気実感は「悪かった」が6割弱。来年の景気予想は「悪くなる」が4割弱で高水準

- ・今年の「世の中の景気」実感は、「悪かった」が56.9%と、前回調査(66.1%)より-9.2ptとなり、4年連続で減少しました。
- ・来年の「世の中の景気」予想は、「悪くなる」が36.2%で、スコアが大幅に増加した前回(44.9%)より-8.7ptと減少しました。一方、「良くなる」(14.7%)は前回(12.1%)より+2.6ptとやや増加しているものの、「悪くなる」の方が2倍以上のスコアとなっています。
- ・来年の景気予想の理由(自由回答)を集計したところ、「悪くなる」と思う理由では「物価上昇の継続・加速」(44.6%)、「良くなる」と思う理由では「経済の好転」(18.2%)がそれぞれトップとなりました。コロナ禍の収束や物価上昇の落ち着きを期待して、経済の好転を予測する一方、物価上昇がそれを上回る影響を及ぼし、来年も景気が悪くなると考えている生活者が多いようです。
- ・来年の「自分の家計状態」予想は、「良くなる」が13.4%で、数値の低かった前回(10.2%)から復調しました。また、「悪くなる」についても31.7%と、数値の高かった前回(36.8%)から約5pt減少しています。

2024年 世の中の変化予想

今年の変化実感は「多かった」が4割弱。来年「多くなる」の予想は3割強で、3年連続減

- ・今年の「世の中の変化」実感は、「多かった」が37.2%、「少なかった」が11.1%と、ともに前回から大きな変動はありませんでした。
- ・来年の「世の中の変化」予想は、「多くなる」が前回から-3.2ptとやや減少して33.5%となり、3年連続での減少となりました。
- ・来年「多くなる」と予想する変化(自由回答)をみると、「物価上昇の継続・加速」(20.0%)や「国際情勢の変化」(7.0%)、「異常気象や災害の増加」(6.7%)など、ここ数年間で特に問題視されている変化が、さらに続く予想する声が多くみられました。

2024年に お金をかけたいこと

「旅行」「貯金」「ふだんの食事」がTOP3に。上位2項目で「今年お金をかけた」を上回る

- ・「来年お金をかけたいもの(全25項目)」の上位は、「旅行」(26.9%)、「貯金」(21.9%)、「ふだんの食事」(19.3%)。そのうち上位2項目は「今年お金をかけた」を上回っており、その差分は「貯金」で+7.1pt、「旅行」で+3.0ptとなっています。
- ・ほかにも、8位「老後の暮らしの準備」(来年10.8%、今年6.7%、差+4.1pt)、6位「株など投資」(来年13.3%、今年10.5%、差+2.8pt)などで今年より来年の意向が高まっています。
- ・一方、3位「ふだんの食事」は今年30.1%に対し、来年の意向は19.3%と低く、その差は-10.8ptとなっています。物価上昇の影響で食など身近な支出への意欲は低めですが、新型コロナの5類移行で加速した外出ムードで旅行への意欲は高まっているようです。

2024年に 始めたい/やめたいこと

始めたいことは「運動・体操・筋トレ」、やめたいことは「無理しての人付き合い」

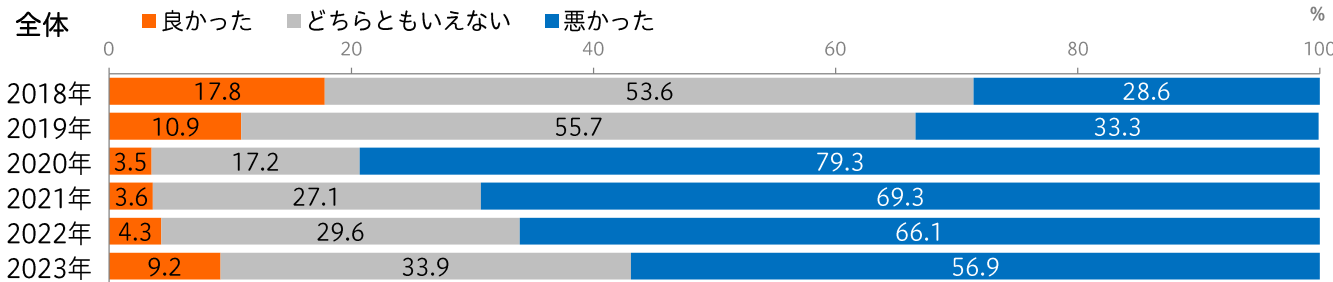
- ・「来年始めたいことがある」人は28.1%、「来年やめたいことがある」人は18.9%で、前回調査から大きな変化はみられません。
- ・「始めたいこと」では、「運動・体操・筋トレ」(33.2%)がトップで、「副業」(27.1%)、「投資・資産運用」(25.9%)と続きます。
- ・一方、「やめたいこと」は「無理しての人付き合い」(32.9%)、「無駄遣い・衝動買い」(32.2%)、「スマートフォンの使いすぎ」(27.9%)が上位に。来年は、体力の向上と合わせて、無理や無駄の抑制・効率化を目指し、収入や蓄えを増やそうという意識がみられます。
- ・「始めたいこと」「やめたいこと」とともに男性よりも女性の値が高いものが多く、「始めたいこと」では1位の「運動・体操・筋トレ」、「やめたいこと」では3位の「スマートフォンの使いすぎ」をはじめとする5項目で、男女差が10pt以上となっています。

## 今年の景気実感は「悪かった」が6割弱。来年の景気予想は「悪くなる」が4割弱で高水準

- 今年の「世の中の景気」実感は、「悪かった」が56.9%と、前回調査(66.1%)より-9.2ptとなり、3年連続で減少しました。
- 来年の「世の中の景気」予想は、「悪くなる」が36.2%で、スコアが大幅に増加した前回(44.9%)より-8.7ptと減少しました。また、「良くなる」(14.7%)は前回(12.1%)より+2.6ptとやや増加、「変わらない」(49.1%)は前回(43.0%)より+6.1pt増加しています。
- 来年の景気予想の理由(自由回答)を集計したところ、「悪くなる」と思う理由では「物価上昇の継続・加速」(44.6%)、「良くなる」と思う理由では「経済の好転」(18.2%)がそれぞれトップとなりました。コロナ禍の収束や物価上昇の落ち着きを期待して、経済の好転を予測する一方、物価上昇がそれを上回る影響を及ぼし、来年も景気が悪くなると考えている生活者が多いようです。

### 今年の「世の中の景気」実感

今年の「世の中の景気」は、どうだったと思いますか(単一回答)



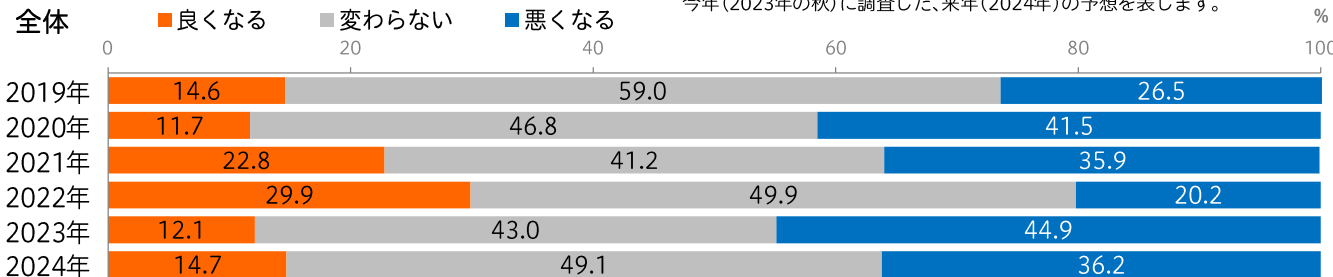
### 性別(2023年)



### 来年の「世の中の景気」予想

来年の「世の中の景気」は、今年と比べてどうなるとと思いますか(単一回答)

※西暦は生活者に予想してもらった「翌年」を指す。例えば、「2024年」の数値は今年(2023年の秋)に調査した、来年(2024年)の予想を表します。



### 性別(2024年)



### 「良くなる」と思う理由

※自由回答を集計したトップ5。%は「良くなる」と回答した人ベースで算出(全体573人 男性312人 女性261人)

|                | 全体   | 男性   | 女性   | 男-女  | 理由の具体例   |
|----------------|------|------|------|------|--|
| 1位 経済の好転       | 18.2 | 17.6 | 18.8 | -1.2 | ・みんなが旅行に行き経済が回り、外国人観光客もさらに増えると思う。(女性37歳・広島県)<br>・物価高に生活が慣れてくると以前のような消費行動になると思うから。(男性66歳・北海道) |
| 2位 コロナ禍の収束・沈静化 | 16.6 | 16.7 | 16.5 | +0.2 | ・コロナも収束してきて、インバウンドなど活気が戻ってきたから。(男性31歳・広島県)<br>・コロナと共に生きていく見通しが立った気がして前向きに活動できそう。(女性49歳・静岡県)  |
| 3位 希望的観測       | 13.6 | 10.6 | 17.2 | -6.6 | ・これまでの状態が悪いので少しでも改善してほしいという期待がある。(女性61歳・東京都)<br>・様々なことが前向きに進んでいるから。(男性56歳・大阪府)               |
| 4位 自粛や行動制限の緩和  | 7.3  | 5.4  | 9.6  | -4.2 | ・行動制限がなくなり人々の意識が外に向いているから。(女性61歳・大阪府)<br>・周りの人々が、わりと自由に行動している。(男性59歳・石川県)                    |
| 5位 物価上昇の落ち着き   | 7.0  | 4.5  | 10.0 | -5.5 | ・値上げで色々なものが高くなっているが消費が進んでいるように感じる。(女性45歳・兵庫県)<br>・物価高や円安が少しは改善されると思う。(女性64歳・三重県)             |

### 「悪くなる」と思う理由

※自由回答を集計したトップ5。%は「悪くなる」と回答した人ベースで算出(全体1,411人 男性726人 女性685人)

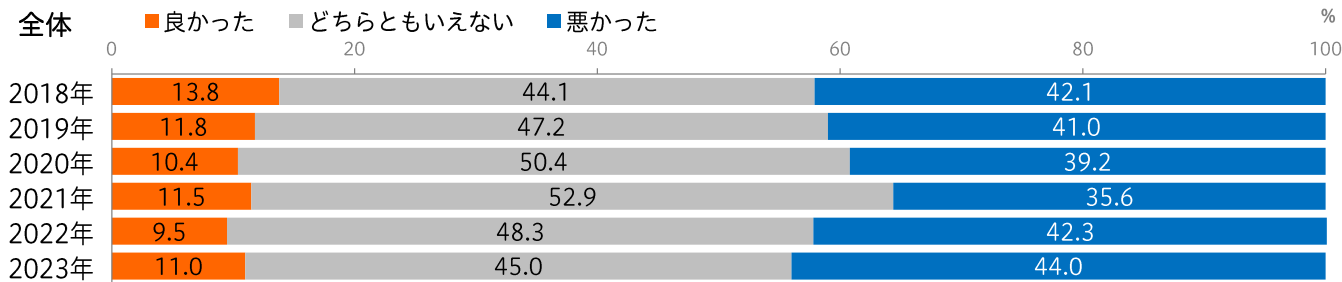
|               | 全体   | 男性   | 女性   | 男-女   | 理由の具体例  |
|---------------|------|------|------|-------|---|
| 1位 物価上昇の継続・加速 | 44.6 | 33.7 | 56.2 | -22.5 | ・物価高がどこまで続くのか不安がある。(女性48歳・大阪府)<br>・物やガソリン代など高すぎ。(男性48歳・石川県)                             |
| 2位 景気低迷の継続    | 13.9 | 14.3 | 13.4 | +0.9  | ・不安ばかり煽られて良くなる想像ができない。(女性32歳・福岡県)<br>・希望を持ってやる要素がないし、期待感もない。(男性50歳・石川県)                 |
| 3位 収入の減少      | 13.6 | 10.7 | 16.6 | -5.9  | ・増税、保険料の値上げで、手取りがどんどん減っていくから。(男性34歳・宮城県)<br>・物価高に給料が追いつかない状況は早々に改善されないと思う。(女性35歳・静岡県)   |
| 4位 増税         | 10.7 | 11.3 | 10.1 | +1.2  | ・増税増税で外食を控える人や、物を買う人が減ると思うから。(女性23歳・福岡県)<br>・消費税が下らないことやインボイス制度導入など。(男性36歳・北海道)         |
| 5位 政治不信       | 10.1 | 13.4 | 6.7  | +6.7  | ・日本の景気が悪いのに何も有効な対策ができていない。(男性31歳・香川県)<br>・低所得者に対する政府の対応が期待できないし、何もしてくれないと思う。(女性69歳・宮城県) |

## 来年の家計予想は「良くなる」が前回より増加も、物価上昇などの影響で「悪くなる」の方が3割と多め

- ・今年の「自分の家計状態」実感は、「良かった」が11.0%、「悪かった」が44.0%と、どちらも前回からやや増加となりました。
- ・来年の「自分の家計状態」予想は、「良くなる」が13.4%で、数値の低かった前回(10.2%)から復調しました。また、「悪くなる」についても31.7%と、数値の高かった前回(36.8%)から約5pt減少しています。
- ・来年の家計予想の理由(自由回答)を集計したところ、「良くなる」と思う理由は「収入の増加」(31.7%)、「就職や転職などによる改善」(19.7%)で、「悪くなる」と思う理由では「物価上昇による出費増加」(45.3%)、「収入の減少」(40.9%)がそれぞれ上位となりました。好転を予想する声もありますが、厳しい家計状況を訴える声も依然多くみられます。

### 今年の「自分の家計状態」実感

今年の「あなたの家計状態」は、どうだったと思いますか(単一回答)



### 性別(2023年)



### 来年の「自分の家計状態」予想

来年の「自分の家計状態」は、今年と比べてどうなると思いますか(単一回答)

※西暦は生活者に予想してもらった「翌年」を指す。例えば、「2024年」の数値は今年(2023年の秋)に調査した、来年(2024年)の予想を表します。



### 性別(2024年)



### 「良くなる」と思う理由

※自由回答を集計したトップ5。%は「良くなる」と回答した人ベースで算出 (全体523人 男性279人 女性244人)

| 順位 | 理由           | 全体 (%) | 男性 (%) | 女性 (%) | 男女差 (pt) | 理由の具体例  |
|----|--------------|--------|--------|--------|----------|---|
| 1位 | 収入の増加        | 31.7   | 32.6   | 30.7   | +1.9     | ・物価も上がるけど賃金も上がるので気持ちが上向きになる可能性がある。(男性58歳・愛知県)<br>・色々な制度を利用したり、副業も今年より波に乗る可能性があるから。(男性24歳・宮城県) |
| 2位 | 就職や転職などによる改善 | 19.7   | 14.3   | 25.8   | -11.5    | ・今年転職をして、収入が上がって、来年はさらに昇級が見込めるため。(男性25歳・東京都)<br>・私が就職し、母が副業を始めるから。(女性21歳・愛知県)                 |
| 3位 | 希望的観測        | 12.4   | 11.1   | 13.9   | -2.8     | ・起業して収入を得るという希望的観測があるから。(女性46歳・岡山県)<br>・収入の増加を期待したいから。(男性50歳・広島県)                             |
| 4位 | 出費の減少        | 6.5    | 5.4    | 7.8    | -2.4     | ・保育園の料金が無償化になり年間で50万ほどかからなくなる。(女性32歳・新潟県)<br>・特別なイベントも予定しておらず、使えるお金は増えると思うから。(男性26歳・福岡県)      |
| 5位 | 家計の見直し       | 5.7    | 3.9    | 7.8    | -3.9     | ・家計簿をつけ始めたので、家計の収支を把握できるようになった。(女性32歳・東京都)<br>・無駄遣いをやめ、貯蓄に回せるお金がだんだん増えていると感じるため。(男性28歳・北海道)   |

### 「悪くなる」と思う理由

※自由回答を集計したトップ5。%は「悪くなる」と回答した人ベースで算出 (全体1,238人 男性652人 女性586人)

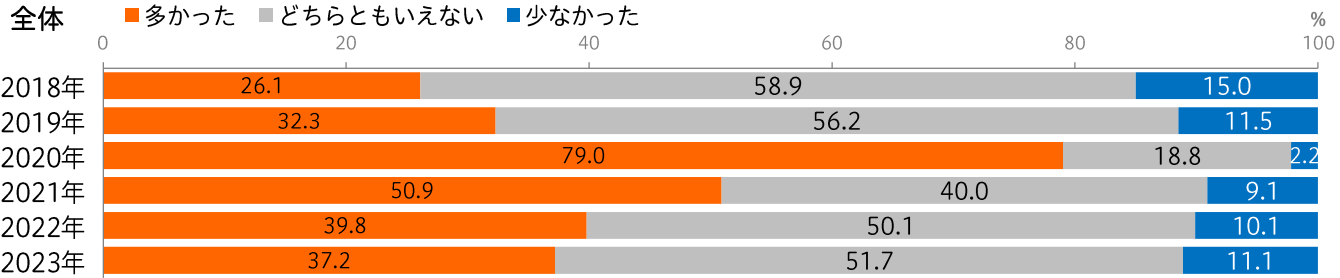
| 順位 | 理由          | 全体 (%) | 男性 (%) | 女性 (%) | 男女差 (pt) | 理由の具体例  |
|----|-------------|--------|--------|--------|----------|---|
| 1位 | 物価上昇による出費増加 | 45.3   | 42.2   | 48.8   | -6.6     | ・物価が上がりが続ける中で、給与が上がらぬ見込みがない。(男性46歳・静岡県)<br>・インフレが進むので。例えば高くなった卵は、安くならないと思う。(女性66歳・岡山県)    |
| 2位 | 収入の減少       | 40.9   | 40.6   | 41.1   | -0.5     | ・給料やボーナスは減ったのに、物価高ばかり目立つ。(女性51歳・香川県)<br>・年齢で仕事が限定され収入がダウン。年金は支給されるが額が少ない。(男性63歳・北海道)      |
| 3位 | 仕事の減少       | 8.6    | 6.4    | 11.1   | -4.7     | ・趣味嗜好に関わる事業なので、景気が良くなると収入が戻らない。(男性53歳・福岡県)<br>・年齢的に再就職が難しいし、物価はズーッと上がりっぱなしなので。(男性61歳・静岡県) |
| 4位 | 景気低迷の継続     | 5.7    | 7.7    | 3.6    | +4.1     | ・今後良くなるニュースを聞かないから。(男性33歳・宮城県)<br>・悪くなる要因はあっても、良くなる要因がないから。(男性38歳・千葉県)                    |
| 5位 | 増税          | 5.5    | 6.4    | 4.4    | +2.0     | ・インボイス制度により実家業で払う税金が増えるため。(男性40歳・静岡県)<br>・税金が増えて手取りが減りそうなので。(女性42歳・大阪府)                   |

## 今年の変化実感は「多かった」が4割弱。来年「多くなる」の予想は3割強で、3年連続減

- 今年の「世の中の変化」実感は、「多かった」が37.2%、「少なかった」が11.1%となり、ともに前回から大きな変動はありませんでした。
- 来年の「世の中の変化」予想は、「多くなる」が前回から-3.2ptとやや減少して33.5%となり、3年連続での減少となりました。
- 来年「多くなる」と予想する変化(自由回答)をみると、「物価上昇の継続・加速」(20.0%)や「国際情勢の変化」(7.0%)、「異常気象や災害の増加」(6.7%)など、ここ数年間で特に問題視されている変化が、さらに続くと予想する声が多くみられました。

### 今年の「世の中の変化」実感

今年、あなたからみた世の中のことで「変わった」と感じることは、多かったですか。(単一回答)



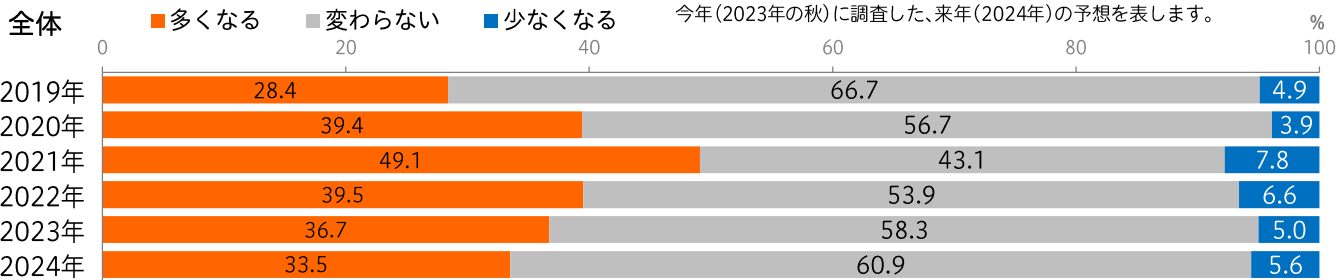
### 性別(2023年)



### 来年の「世の中の変化」予想

来年、あなたからみた世の中のことで「変わった」と感じることは、今年と比べて多くなると思いますか。(単一回答)

※西暦は生活者に予想してもらった「翌年」を指す。例えば、「2024年」の数値は今年(2023年の秋)に調査した、来年(2024年)の予想を表します。



### 性別(2024年)



### 来年「多くなる」と予想する変化

※自由回答を集計したトップ5。%は「多くなる」と回答した人ベースで算出(全体1,308人 男性630人 女性678人)

| 順位 | 変化         | 全体 (%) | 男性 (%) | 女性 (%) | 男-女 (pt) | 予想する変化の具体例   |
|----|------------|--------|--------|--------|----------|--|
| 1位 | 物価上昇の継続・加速 | 20.0   | 19.2   | 20.8   | -1.6     | ・物価が上がり、そのほかでも生活しにくいことがありそうな予感。(女性53歳・大阪府)<br>・食品の値上げや電気ガス代の値上げがもっとひどくなりそう。(男性28歳・広島県)         |
| 2位 | 国際情勢の変化    | 7.0    | 8.3    | 5.8    | +2.5     | ・ロシアの軍事侵攻が終わり、少しでも平和が訪れていると信じたい。(女性61歳・大阪府)<br>・中国情勢やアメリカの経済も悪化して不況になると思うから。(男性35歳・東京都)        |
| 3位 | 異常気象や災害の増加 | 6.7    | 5.6    | 7.7    | -2.1     | ・地球温暖化による気候の変化。夏は猛暑日がさらに多くなりそう。(女性38歳・宮城県)<br>・異常気象とか様々な天災がますます増えると予測してしまうため。(男性56歳・広島県)       |
| 4位 | 自粛や規制の緩和   | 6.2    | 4.0    | 8.3    | -4.3     | ・コロナ禍の自粛ムードが明けて、いつも通りの光景が戻ってくるのでは。(女性38歳・広島県)<br>・収入が増えて外出が多くなると思うから。家の中にいると変化は少ない。(男性43歳・新潟県) |
| 5位 | 景気後退・円安    | 5.7    | 5.6    | 5.9    | -0.3     | ・円安で1ドル150円を超えてくると思うし、大きく変化が起きそう。(男性28歳・宮城県)<br>・海外からの観光客が増えて、経済もある程度向上したらいいと思う。(男性69歳・東京都)    |

## 1位「旅行」、2位「貯金」、3位「ふだんの食事」。上位2項目では「今年お金をかけた」を上回る

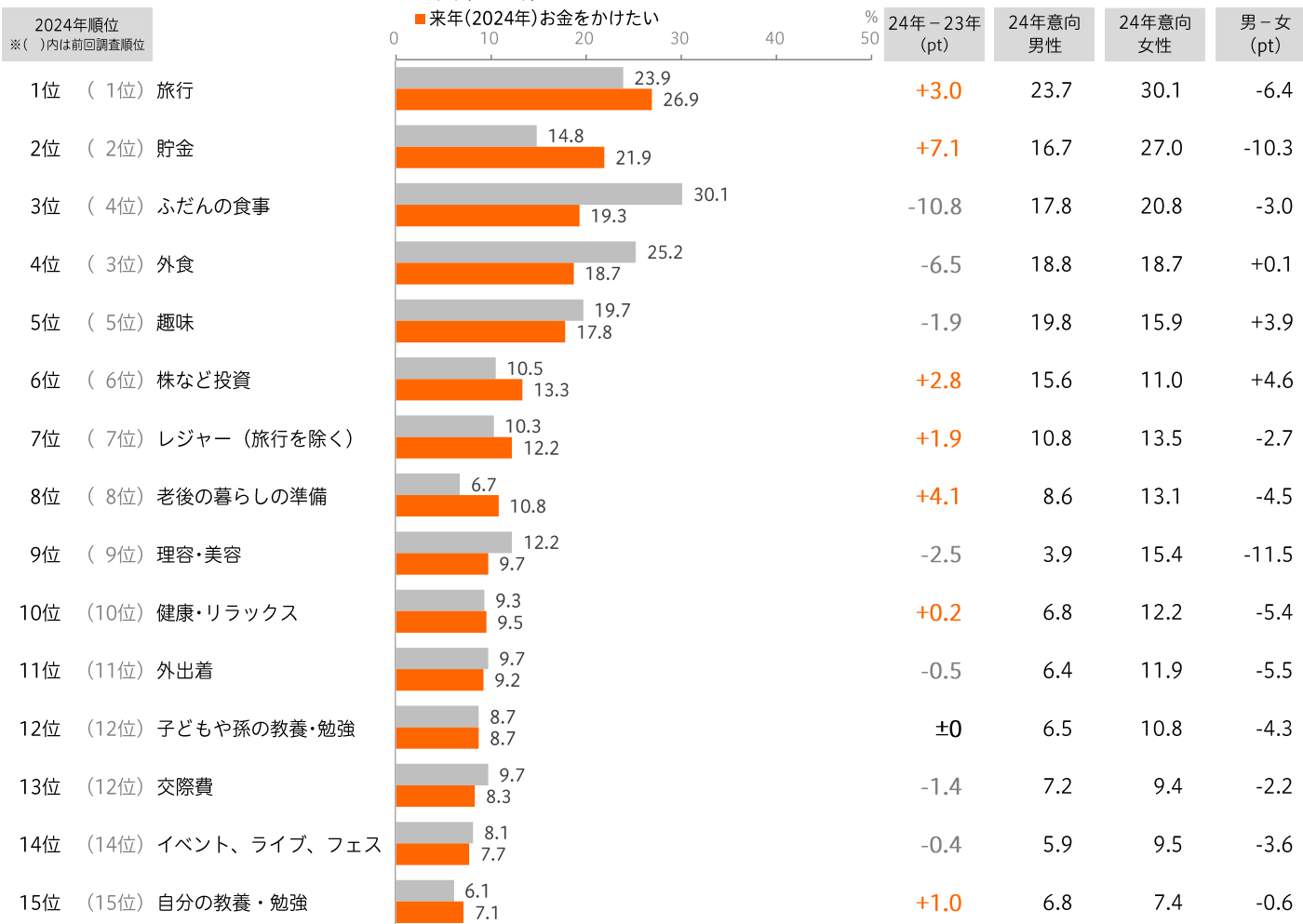
- 「来年お金をかけたいもの(全25項目)」の上位は、「旅行」(26.9%)、「貯金」(21.9%)、「ふだんの食事」(19.3%)。そのうち上位2項目は「今年お金をかけた」を上回っており、その差分は「貯金」で+7.1pt、「旅行」で+3.0ptとなっています。
- ほかにも、8位「老後の暮らしの準備」(来年10.8%、今年6.7%、差+4.1pt)、6位「株など投資」(来年13.3%、今年10.5%、差+2.8pt)などで今年より来年の意向が高くなっています。
- 一方、3位「ふだんの食事」は今年30.1%に対し、来年の意向は19.3%と低く、その差は-10.8ptとなっています。物価上昇の影響で食など身近な支出への意欲は低めですが、新型コロナの5類移行で加速した外出ムードで旅行への意欲は高まっているようです。

### 今年お金をかけた & 来年お金をかけたいもの(上位15位)

今年(2023年)、あなたがお金をかけたものはどれですか。  
来年(2024年)、お金をかけたいと思うものはどれですか。(ともに複数回答)

※全25項目のうち、上位15位までを2024年意向を基準にランキング

#### 全体



## 始めたいことは「運動・体操・筋トレ」、やめたいことは「無理しての人付き合い」

- ・「来年始めたいことがある」人は28.1%、「来年やめたいことがある」人は18.9%で、前回調査から大きな変化はみられません。
- ・「始めたいこと」では、「運動・体操・筋トレ」(33.2%)がトップで、「副業」(27.1%)、「投資・資産運用」(25.9%)と続きます。
- ・一方、「やめたいこと」は「無理しての人付き合い」(32.9%)、「無駄遣い・衝動買い」(32.2%)、「スマートフォンの使いすぎ」(27.9%)が上位に。来年は、体力の向上と合わせて、無理や無駄の抑制・効率化を目指し、収入や蓄えを増やそうという意識がみられます。
- ・「始めたいこと」「やめたいこと」ともに男性よりも女性の値が高いものが多く、「始めたいこと」では1位の「運動・体操・筋トレ」、「やめたいこと」では3位の「スマートフォンの使いすぎ」をはじめとする5項目で、男女差が10pt以上となっています。

### 来年始めたいことがある

来年、「思い切って始めてみたいこと」はありますか(単一回答)

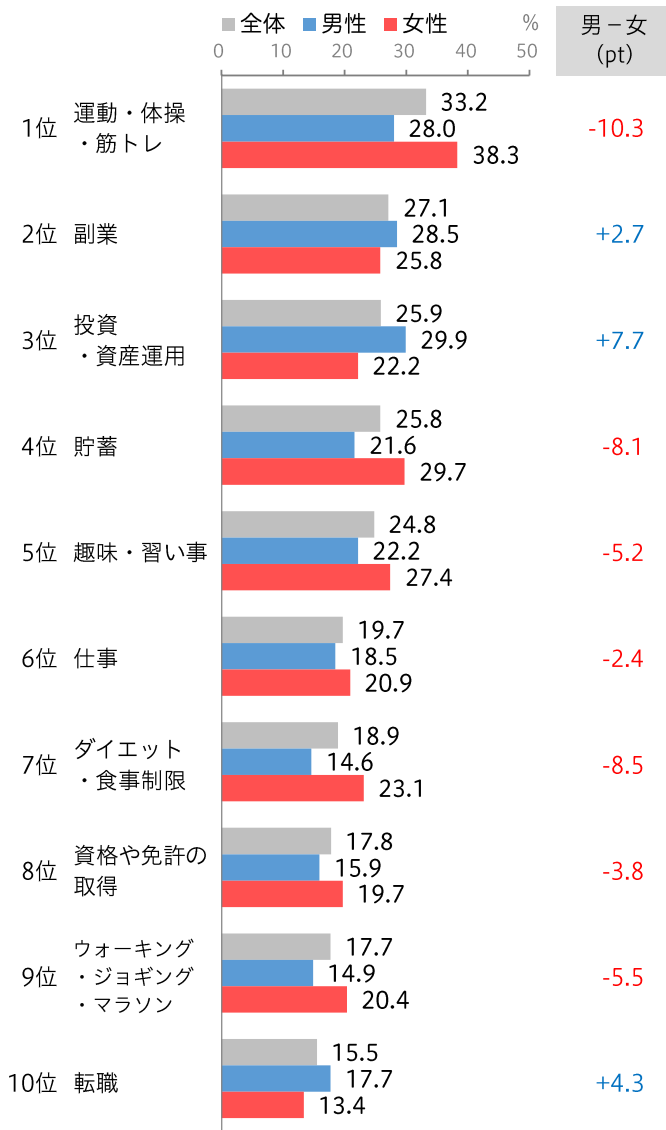
|       | 全体 (%) | 男性 (%) | 女性 (%) | 男-女 (pt) |
|-------|--------|--------|--------|----------|
| 2019年 | 30.8   | 29.1   | 32.6   | -3.5     |
| 2020年 | 29.4   | 28.6   | 30.3   | -1.7     |
| 2021年 | 27.5   | 28.0   | 27.0   | +1.0     |
| 2022年 | 29.1   | 28.4   | 29.7   | -1.3     |
| 2023年 | 28.3   | 27.5   | 29.1   | -1.6     |
| 2024年 | 28.1   | 27.6   | 28.6   | -1.0     |



### 来年始めたいこと(上位10位)

来年、「思い切って始めてみたいこと」は何ですか(複数回答)

※2023年調査(2024年意向)  
 ※始めたいことがある人へのみ質問(全体1,095人 男性536人 女性559人)  
 ※数値は、始めたいことがある人ベースで算出  
 ※全24行動のうち、上位10位までを全体を基準にランキング



### 来年やめたいことがある

来年、「思い切ってやめたいこと」はありますか(単一回答)

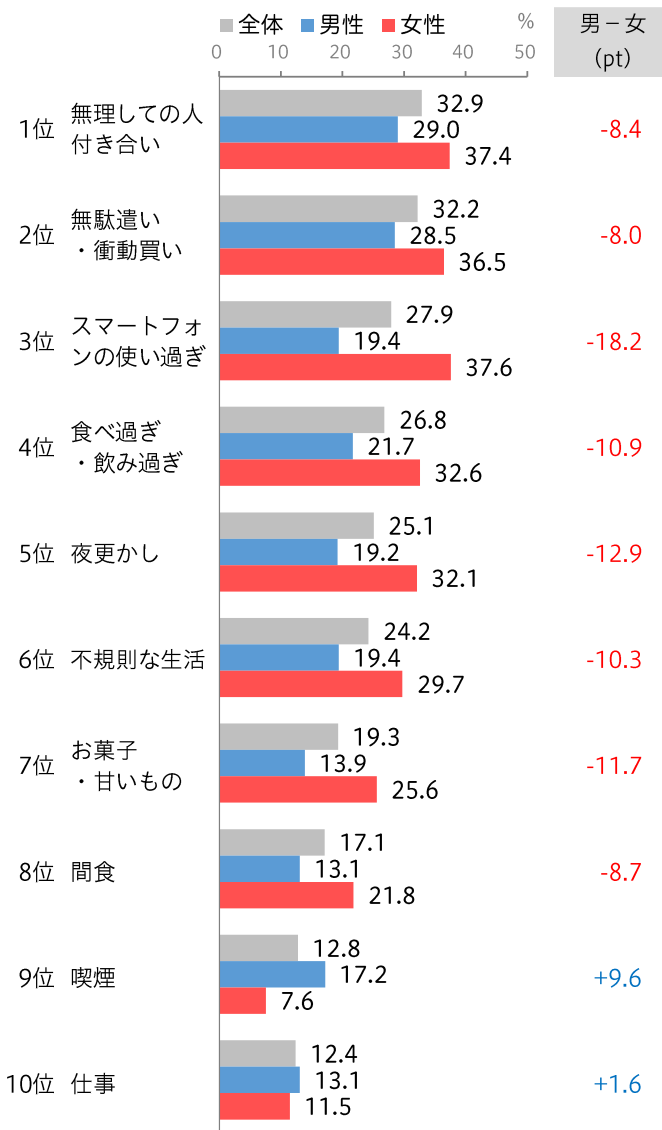
|       | 全体 (%) | 男性 (%) | 女性 (%) | 男-女 (pt) |
|-------|--------|--------|--------|----------|
| 2019年 | 20.6   | 19.4   | 21.8   | -2.4     |
| 2020年 | 19.8   | 20.2   | 19.4   | +0.8     |
| 2021年 | 18.7   | 19.3   | 18.1   | +1.2     |
| 2022年 | 19.4   | 19.6   | 19.3   | +0.3     |
| 2023年 | 19.6   | 19.5   | 19.6   | -0.1     |
| 2024年 | 18.9   | 20.4   | 17.4   | +3.0     |



### 来年やめたいこと(上位10位)

来年、「思い切ってやめたいこと」は何ですか(複数回答)

※2023年調査(2024年意向)  
 ※やめたいことがある人へのみ質問(全体736人 男性396人 女性340人)  
 ※数値は、やめたいことがある人ベースで算出  
 ※全24行動のうち、上位10位までを全体を基準にランキング



## “生活気分” 調査概要

生活者が予想する来年の景況感や生活気分、行動意欲などを時系列で比較する調査。  
毎年秋に実施し、翌年の“生活気分”としてまとめています。

(2024年予想)

調査地域 全国11都市  
首都40km圏、名古屋40km圏、阪神30km圏、  
札幌20km圏、仙台20km圏、新潟30km圏、  
金沢20km圏、静岡20km圏、広島20km圏、  
高松30km圏、福岡30km圏  
調査手法 インターネット調査  
調査対象 20～69歳の男女 3,900人  
男性1,943人 女性1,957人  
調査時期 2023年10月2日(月)～5日(木)  
企画分析 博報堂生活総合研究所  
実査集計 株式会社 H.M.マーケティングリサーチ

(2023年予想)

調査対象 20～69歳の男女 3,900人  
男性1,940人 女性1,960人  
調査時期 2022年10月3日(月)～6日(木)

(2022年予想)

調査対象 20～69歳の男女 3,900人  
男性1,949人 女性1,951人  
調査時期 2021年10月1日(金)～4日(月)

(2021年予想)

調査対象 20～69歳の男女 3,900人  
男性1,944人 女性1,956人  
調査時期 2020年10月1日(木)～7日(火)

(2020年予想)

調査対象 20～69歳の男女 3,900人  
男性1,944人 女性1,956人  
調査時期 2019年10月3日(木)～8日(火)

(2019年予想)

調査対象 20～69歳の男女 3,900人  
男性1,938人 女性1,962人  
調査時期 2018年10月4日(木)～9日(火)

※調査対象、調査時期以外の調査設計は2024年予想と同じ