家計調査にみる令和の米騒動

～足元では安価品へのシフトが発生～

資産運用普及センター
Daiwa Asset Management

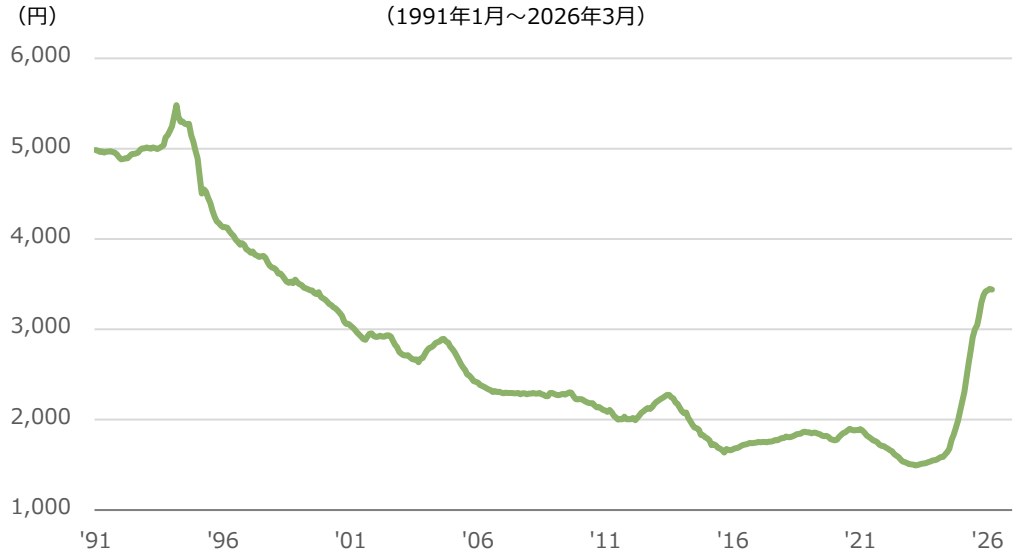
2026年6月10日

長期的に減少してきた家計の米購入額だが、足元急増

- 家計の月々の米購入額は、1990年代前半の5千円前後から、2022年～23年の千円台半ばへ、約30年かけて3分の1程度に減少しました。食生活の変化が減少の主因と考えられます。
- しかし、足元は3千円台半ばまで購入額が急増しています。令和の米騒動ともいわれる米価急騰の影響であることは明らかでしょう。

※ 本レポートでは、家計は二人以上の勤労者世帯、米購入額（量）は世帯での消費を目的としたもので12カ月移動平均値を用いています。なお、米を用いた加工食品などは含まれていません。

1世帯あたり米購入額



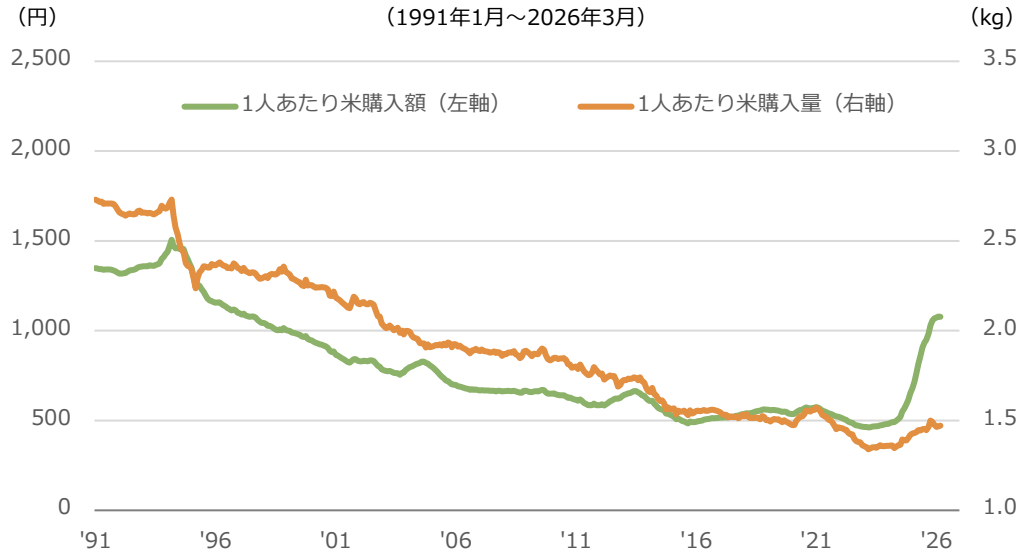
（出所）総務省「家計調査」

1人あたりの米購入量は減少したまま

- 長期的な家計の米購入額の減少には、世帯人員の減少も一部影響していると考えられます。世帯人員は1991年の3.7人から直近の3.2人へ14%減少しています。
- ただし、足元を除けば、1人あたりでみても米購入額は大きく減少しています。また、1人あたり米購入量をみると、長期的な減少傾向が止まったとは言い難い状況です。
- 1人あたり米購入量は、1990年代前半の2.7kg程度から2010年代後半には1.5kg程度まで減少しています。お茶碗1杯のご飯は精米だと60g程度とされているので、日本人はこの30年ほどの間で1カ月あたり約20杯、ご飯を食べる量が減ったことになります。平日のうち1食が、ご飯から他の食品に置き換わったイメージでしょうか。

当資料中のいかなる内容も将来の成果を示唆・保証するものではありません。
最終ページの「当資料のお取扱いにおけるご注意」をご覧ください。

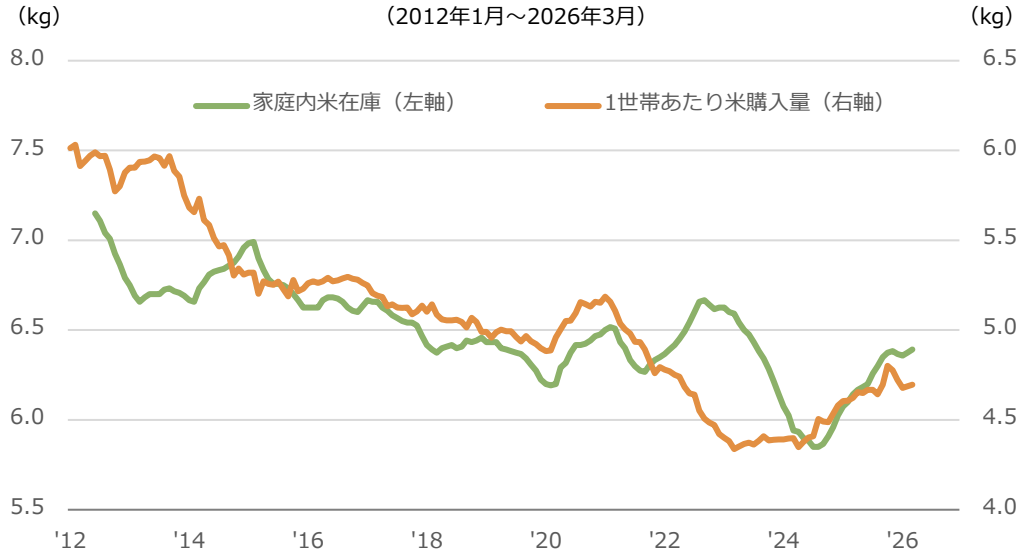
1人あたり米購入額・購入量



（出所）総務省「家計調査」

- なお、直近2年程度に限ってみれば、1人あたり米購入量が若干増加していますが、これは減少した家庭内の米在庫を復元する動きだったとみることができそうです。

家庭内の米在庫と1世帯あたりの米購入量



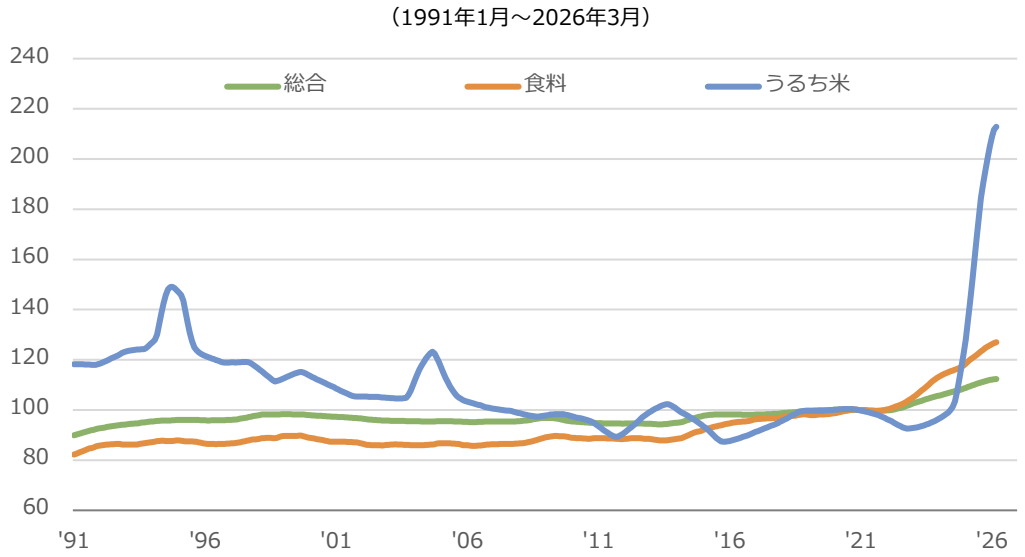
※ 家庭内の米在庫は二人以上の勤労者世帯以外も含む

（出所）公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構「米の消費動向調査」、総務省「家計調査」

米価は高いのか、安いのか

- 最近の米価急騰を受けて、消費者を中心に米価は高すぎるとの見方が多い一方、生産者などからはそれまでが安すぎたとの声も聞かれます。
- 消費者物価指数でみると、2020年頃までは「総合」や「食料」が横ばいから微上昇だったのに対し、米価（「うるち米」）は下落傾向でした。この点からは米価が安すぎたとの議論もできそうです。しかし、2023年頃からの米価上昇は著しく、足元では高過ぎるとの見方に分があるように思われます。

消費者物価指数（2020年平均=100）



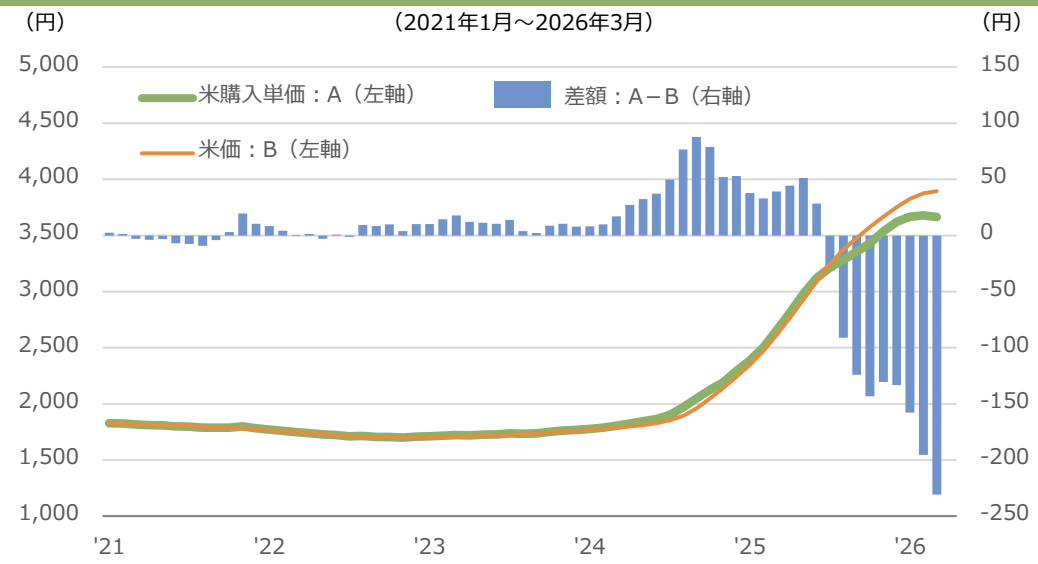
※ うるち米は、うるち米A（コシヒカリ）と、うるち米B（その他）の平均値

（出所）総務省「消費者物価指数」

家計の米購入の一部は安価品へシフトか

■ 家計の米購入単価と消費者物価指数の米価（2020年末を米購入単価で基準化）を比較すると、足元は購入単価が米価を下回っており、その差額が拡大しています。これは家計が購入する米の一部を安価品にシフトしているためと推測されます。こうした状況が続くと、家計が米の購入量も減らし、それが定着してしまう構造的な需要減退を招く恐れがあるように思われます。

家計の米購入単価（5kgあたり）と米価



※ 米価は消費者物価指数うるち米A・Bの平均値で、2020年末を米購入単価で基準化

（出所）総務省「家計調査」「消費者物価指数」

当資料のお取扱いにおけるご注意

■ 当資料は情報提供を目的として大和アセットマネジメント株式会社が作成したものであり、勧誘を目的としたものではありません。

■ 当資料は信頼できると考えられる情報源から作成しておりますが、その正確性・完全性を保証するものではありません。運用実績などの記載内容は過去の実績であり、将来の成果を示唆・保証するものではありません。記載内容は資料作成時点のものであり、予告なく変更されることがあります。また、記載する指数・統計資料等の知的所有権、その他一切の権利はその発行者および許諾者に帰属します。

■ 当資料の中で個別企業名が記載されている場合、それらはあくまでも参考のために掲載したものであり、各企業の推奨を目的とするものではありません。また、ファンドに今後組み入れることを、示唆・保証するものではありません。