

【止まらぬ電気代高騰、猛暑対策どうする？】電気代高騰で、8割以上が「お金への不安」を実感！「教育費」や「老後資金」の圧迫に不安の声

～お金にも健康にも「備え」の意識が高まる猛暑、最適な方法とは？～

Sasuke Financial Lab株式会社（本社：東京都千代田区、代表取締役：松井清隆、以下「当社」）が運営する保険の一括比較・見積もりサイト「コのほけん！」（<https://konohoken.com/>）は、中高生の子どもがいる共働き（パート含む）の夫婦の内、いずれかが週に3日以上リモートワークを実施している都内在住の会社員107名を対象に、電気代高騰とお金の不安に関する意識調査を実施しましたので、お知らせいたします。

アンケート調査記事→<https://konohoken.com/article/konohoken-research/reports-electricity-price-surge-202307/>

調査期間は2023年7月6日～同年7月7日の2日間で、中高生の子どもがいる共働き（パート含む）の、夫婦のいずれかが週に3日以上リモートワークを実施している都内在住の会社員107名の有効回答を集計しました。

【調査背景】

2024年の夏は、猛暑に加え、電気代の高騰による煽りを受け家計を圧迫することが予想されます。特に中高生の子どもがいる世帯は教育費が高む時期でもあり、家計への負担増を実感している方も多いと考えられます。そこで、今回は教育資金など特にお金に関する課題意識が高い世代を対象に、電気代高騰と猛暑対策についての意識調査を実施しました。

● 調査サマリー

- ・ 9割以上が、「猛暑を乗り切るため、自身の健康や体調に気を使いたい」と回答
- ・ 電気代高騰の煽りをうけて、8割以上が「お金に対する不安」を実感
- ・ その理由は「家計が圧迫される」が84.9%で最多、次いで47.7%が「節約と快適のバランスが難しい」と回答

電気代高騰とお金の不安に関する意識調査

TOPIC 01 **9割以上**が、「猛暑を乗り切るため、自身の健康や体調に気を使いたい」と回答

TOPIC 02 電気代高騰の煽りをうけて、**8割以上**が「お金に対する不安」を実感

TOPIC 03 その理由は「家計が圧迫される」が**84.9%**で最多、次いで**47.7%**が「節約と快適のバランスが難しい」と回答

■ コのほけん!

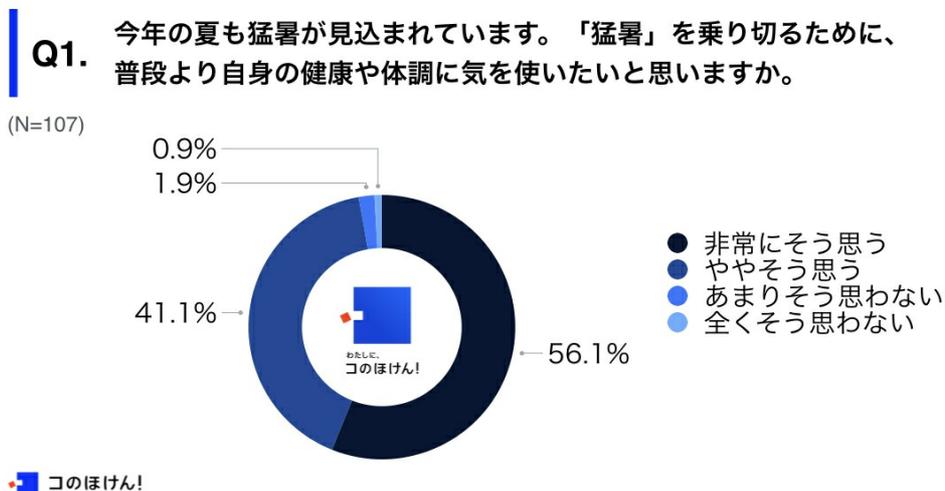
調査結果より、電気代高騰の煽りを受け、8割以上が節電を意識しているだけでなく、「お金に対する不安」を感じていることが明らかとなりました。

また、「お金に不安を感じる」不安を感じる場所として、「家計が圧迫されるから」が84.9%で最多となった他、「節電と快適のバランスが難しいから」や「我慢する生活を強いられるから」などが上位になりました。このような不安に対するお金周りの備えについては、約半数が「NISA/つみたてNISA」と回答した他、「預貯金」や「株/投資信託での資産運用」を取り入れたいなどの声が集まりました。

【調査結果詳細】

- 9割以上が、今年の猛暑を乗り切るために「普段より自身の健康や体調に気を使いたい」と回答

「Q1.今年の夏も猛暑が見込まれています。「猛暑」を乗り切るために、普段より自身の健康や体調に気を使いたいと思いますか。」(n=107)と質問したところ、「非常にそう思う」が56.1%、「ややそう思う」が41.1%という回答となりました。



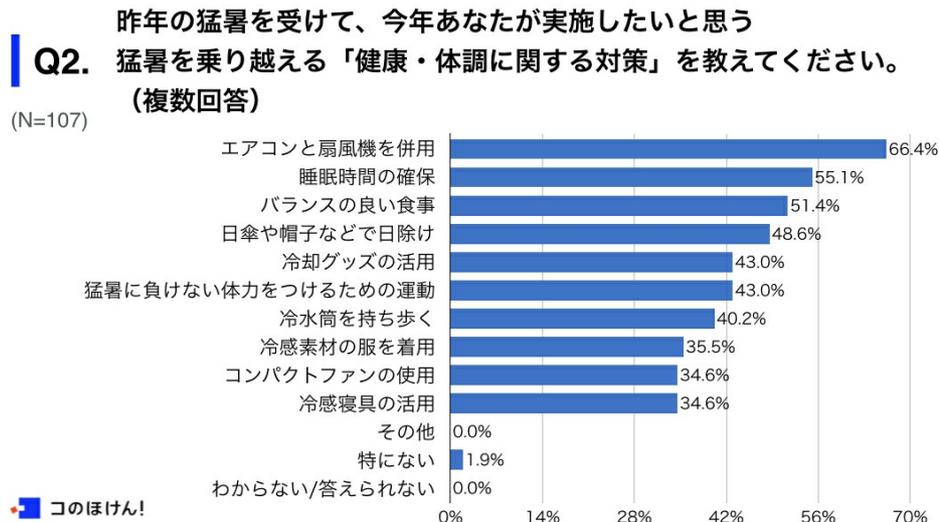
Q1.今年の夏も猛暑が見込まれています。「猛暑」を乗り切るために、普段より自身の健康や体調に気を使いたいと思いますか。

- 非常にそう思う : 56.1%

- ・ ややそう思う : 41.1%
- ・ あまりそう思わない : 1.9%
- ・ 全くそう思わない : 0.9%

● 猛暑への対策、66.4%が「エアコンと扇風機を併用」を実施

「Q2. 昨年の猛暑を受けて、今年あなたが実施したいと思う猛暑を乗り越える「健康・体調に関する対策」を教えてください。（複数回答）」（n=107）と質問したところ、「エアコンと扇風機を併用」が66.4%、「睡眠時間の確保」が55.1%、「バランスの良い食事」が51.4%という回答となりました。



Q2. 昨年の猛暑を受けて、今年あなたが実施したいと思う猛暑を乗り越える「健康・体調に関する対策」を教えてください。（複数回答）

- ・ エアコンと扇風機を併用 : 66.4%
- ・ 睡眠時間の確保 : 55.1%
- ・ バランスの良い食事 : 51.4%
- ・ 日傘や帽子などで日除け : 48.6%
- ・ 冷却グッズの活用 : 43.0%
- ・ 猛暑に負けない体力をつけるための運動 : 43.0%
- ・ 冷水筒を持ち歩く : 40.2%
- ・ 冷感素材の服を着用 : 35.5%
- ・ コンパクトファンの使用 : 34.6%
- ・ 冷感寝具の活用 : 34.6%
- ・ その他 : 0.0%
- ・ 特にない : 1.9%
- ・ わからない/答えられない : 0.0%

● 「規則正しい生活リズム」や「グリーンカーテン」などの対策も

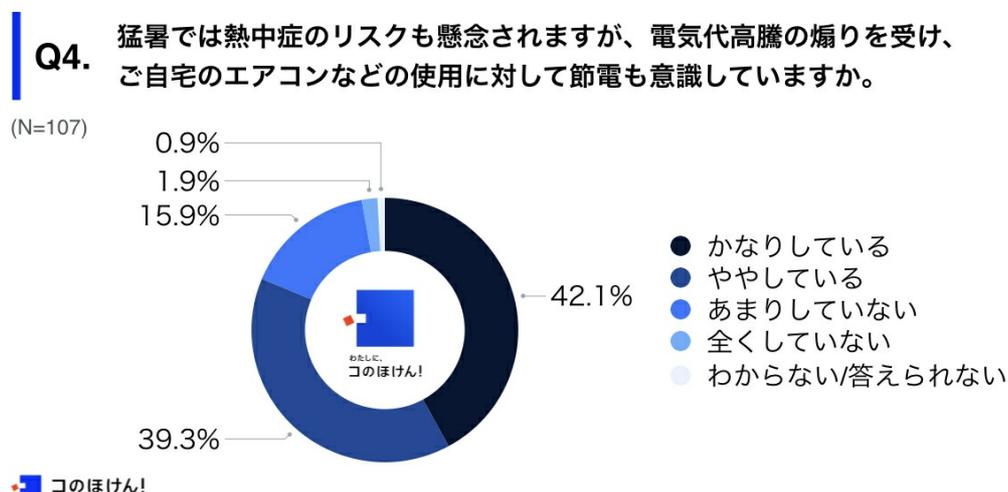
Q2で「わからない/答えられない」以外を回答した方に、「Q3.Q2で回答した以外に、昨年の猛暑を受けて、今年あなたが実施したいと健康・体調に関する対策があれば、自由に教えてください。（自由回答）」（n=107）と質問したところ、「規則正しい生活リズムで日々過ごす」や「グリーンカーテンを育てている」など73の回答を得ることができました。

<自由回答・一部抜粋>

- ・45歳：規則正しい生活リズムで日々過ごす。
- ・38歳：冷感寝具を使用する。
- ・47歳：無理をして節電をしない。
- ・43歳：アイスや冷たい飲み物をとる回数を減らす。
- ・49歳：昼は外に出ない。
- ・43歳：グリーンカーテンを育てている。
- ・48歳：電気代節約のため、在宅勤務から出社に切り替える。

- 電気代高騰の煽りを受け、8割以上が「節電を意識している」

「Q4.猛暑では熱中症のリスクも懸念されますが、電気代高騰の煽りを受け、ご自宅のエアコンなどの使用に対して節電も意識していますか。」(n=107)と質問したところ、「かなりしている」が42.0%、「ややしている」が39.3%という回答となりました。



Q4.猛暑では熱中症のリスクも懸念されますが、電気代高騰の煽りを受け、ご自宅のエアコンなどの使用に対して節電も意識していますか。

- ・かなりしている：42.1%
- ・ややしている：39.3%
- ・あまりしていない：15.9%
- ・全くしていない：1.9%
- ・わからない/答えられない：0.9%

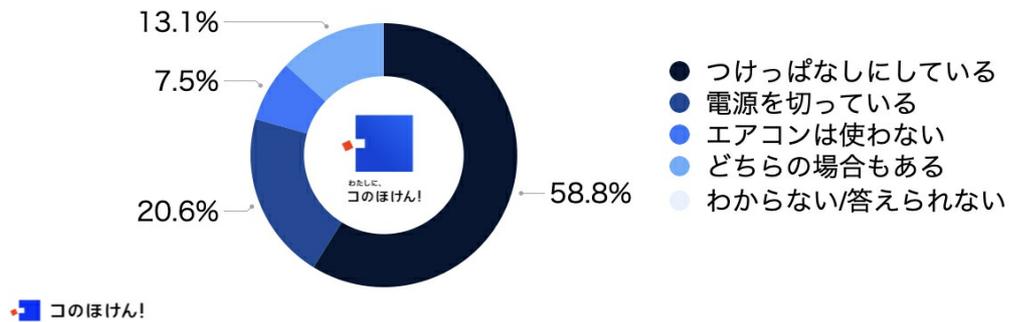
- 30分以内の外出時に「エアコンをつけっぱなしにしている」が58.8%

「Q5.あなたは、30分以内の外出時にエアコンの電源を切っていますか。つけっぱなしにしていますか。」(n=107)と質問したところ、「電源を切っている」が20.5%、「つけっぱなしにしている」が58.9%という回答となりました。

Q5.

あなたは、30分以内の外出時にエアコンの電源を切っていますか。つけっぱなしにしていますか。

(N=107)



Q5.あなたは、30分以内の外出時にエアコンの電源を切っていますか。つけっぱなしにしていますか。

- ・つけっぱなしにしている：58.8%
- ・電源を切っている：20.6%
- ・エアコンは使わない：7.5%
- ・どちらの場合もある：13.1%
- ・わからない/答えられない：0.0%

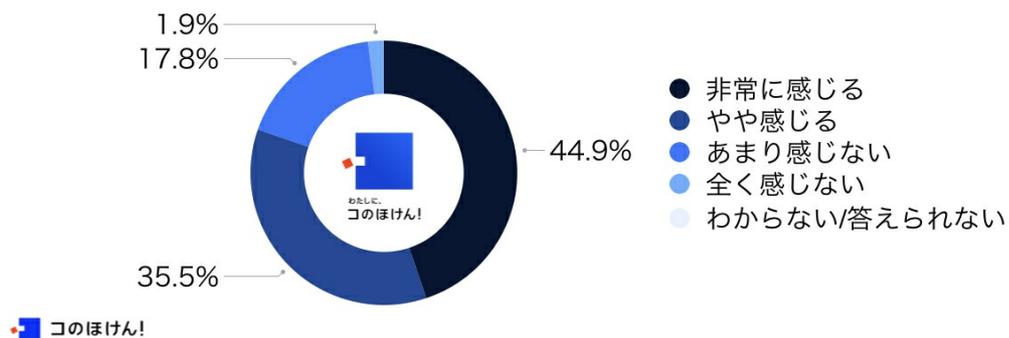
- 電気代高騰の煽りをうけ、8割以上が「お金に対する不安を感じる」

「Q6.あなたは、電気代高騰の煽りをうけ、お金に対する不安を感じることがありますか。」(n=107)と質問したところ、「非常に感じる」が44.9%、「やや感じる」が35.5%という回答となりました。

Q6.

あなたは、電気代高騰の煽りをうけ、お金に対する不安を感じることがありますか。

(N=107)



Q6.あなたは、電気代高騰の煽りをうけ、お金に対する不安を感じることがありますか。

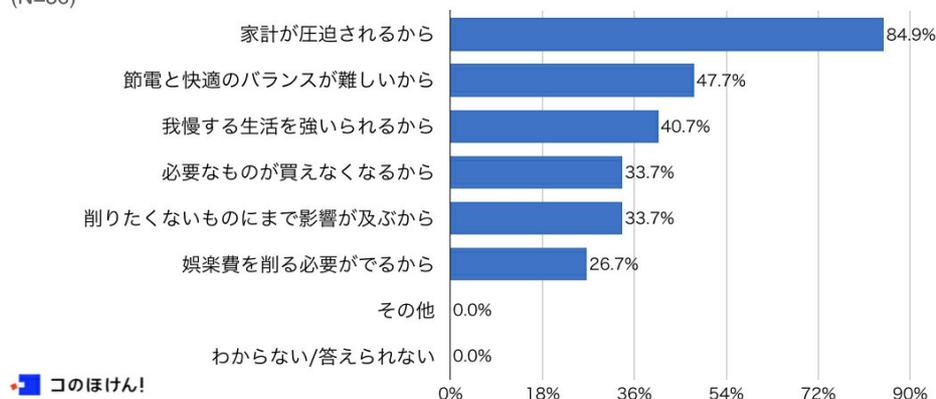
- ・非常に感じる：44.9%
- ・やや感じる：35.5%
- ・あまり感じない：17.8%
- ・全く感じない：1.9%
- ・わからない/答えられない：0.0%

- お金に不安を感じる理由、「家計が圧迫されるから」が84.9%で最多

Q6で「非常に感じる」「やや感じる」と回答した方に、「Q7.電気代高騰の煽りをうけ、お金に対して不安を感じる理由を教えてください。（複数回答）」（n=86）と質問したところ、「家計が圧迫されるから」が84.9%、「節電と快適のバランスが難しいから」が47.7%、「我慢する生活を強いられるから」が40.7%という回答となりました。

Q7. 電気代高騰の煽りをうけ、 お金に対して不安を感じる理由を教えてください。（複数回答）

(N=86)



Q7.電気代高騰の煽りをうけ、お金に対して不安を感じる理由を教えてください。（複数回答）

- ・家計が圧迫されるから：84.9%
- ・節電と快適のバランスが難しいから：47.7%
- ・我慢する生活を強いられるから：40.7%
- ・必要なものが買えなくなるから：33.7%
- ・削りたくないものにまで影響が及ぶから：33.7%
- ・娯楽費を削る必要がでるから：26.7%
- ・その他：0.0%
- ・わからない/答えられない：0.0%

・「教育費を圧迫」や「老後資金を貯められない」などの不安も

Q7で「わからない/答えられない」以外を回答した方に、「Q8.電気代高騰の煽りをうけお金に対してどのような不安がありますか。自由に教えてください。複数ある場合は、すべてお答えください。（自由回答）」（n=86）と質問したところ、「教育費が圧迫されてしまう」や「老後の資金を貯められない」など60の回答を得ることができました。

<自由回答・一部抜粋>

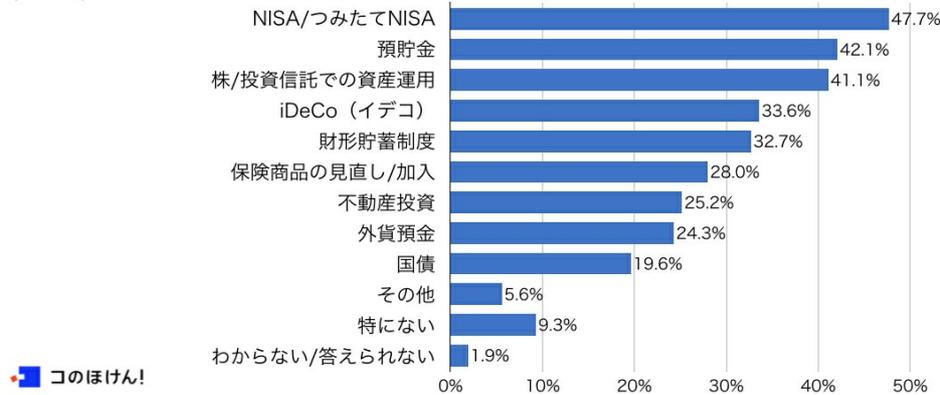
- ・45歳：教育費が圧迫されてしまう。
- ・38歳：投資ができなくなる。
- ・47歳：小遣いが減る。
- ・46歳：給料が減っているのに物価は上がる。
- ・49歳：老後の資金を貯められない。
- ・48歳：ガスも上がらないか心配。
- ・45歳：自由に使えるお金が減る。

・今後取り入れたいお金の備え、約半数が「NISA/つみたてNISA」と回答

「Q9.お金の不安に対する備えとして、今後どのような方法を取り入れたいですか。（複数回答）」（n=107）と質問したところ、「NISA/つみたてNISA」が47.7%、「預貯金」が42.1%、「株/投資信託での資産運用」が41.1%という回答となりました。

Q9. お金の不安に対する備えとして、今後どのような方法を取り入れたいですか。（複数回答）

(N=107)



Q9.お金の不安に対する備えとして、今後どのような方法を取り入れたいですか。（複数回答）

- ・ NISA/つみたてNISA : 47.7%
- ・ 預貯金 : 42.1%
- ・ 株/投資信託での資産運用 : 41.1%
- ・ iDeCo (イデコ) : 33.6%
- ・ 財形貯蓄制度 : 32.7%
- ・ 保険商品の見直し/加入 : 28.0%
- ・ 不動産投資 : 25.2%
- ・ 外貨預金 : 24.3%
- ・ 国債 : 19.6%
- ・ その他 : 5.6%
- 48歳 : 副業
- 46歳 : ポイ活
- 45歳 : できることはすでにやっている
- 45歳 : FX
- 48歳 : 副業
- 41歳 : 住宅ローンの繰上げ返済
- ・ 特にない : 9.3%
- ・ わからない/答えられない : 1.9%

● まとめ

今回は、中高生の子どもがいる共働き（パート含む）の、夫婦のいずれかが週に3日以上リモートワークを実施している都内在住の会社員107名を対象に、電気代高騰とお金の不安に関する意識調査を実施しました。

調査結果より、電気代高騰の煽りを受け、8割以上が節電を意識しているだけでなく、「お金に対する

不安」を感じていることが明らかとなりました。

特に「お金に不安を感じる」不安を感じる場所として、「家計が圧迫されるから」が84.9%で最多となった他、「節電と快適のバランスが難しいから」や「我慢する生活を強いられるから」などが上位になりました。このような不安に対するお金周りの備えについては、約半数が「NISA/つみたてNISA」と回答した他、「預貯金」や「株/投資信託での資産運用」を取り入れたいなどの声が集まりました。

また、今年の猛暑を乗り切るために、9割以上が「普段より自身の健康や体調に気を使いたい」と回答しました。

今回の調査では、電気代高騰の煽りを受け、共働き家庭ではお金に対する不安が高まっていることが明らかになりました。中でも、電気代高騰による家計の圧迫に対しての不安が強く、中には、教育費や老後資金が十分に確保できなくなるのではないかと、心配の声も聞かれました。今年も厳しい暑さが予想されているため、健康への「備え」と共に、お金への「備え」も講じてみてはいかがでしょうか。

● 調査概要

調査名：電気代高騰とお金の不安に関する意識調査

調査方法：IDEATECHが提供するリサーチPR「リサピー®」の企画によるインターネット調査

調査期間：2023年7月6日～同年7月7日

有効回答：中高生の子どもがいる共働き（パート含む）の、夫婦のいずれかが週に3日以上リモートワークを実施している都内在住の会社員107名

※構成比は小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計しても必ずしも100とはなりません。

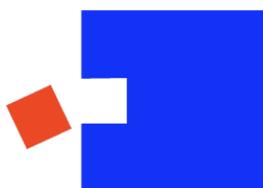
■■ 報道関係者さまへのお願い ■■

本リリース内容の転載・利用にあたり、「コのほけん！編集部 調べ (<https://konohoken.com/>) 」と表記いただけますよう、お願い申し上げます。

関連記事「熱中症は保険適用になる？酷暑に保険を備えて安心な夏にしよう」

<https://konohoken.com/medical/article/heat-stroke/>

● 保険選びをオンラインで完結できる「コのほけん！」とは



コのほけん！

「コのほけん！」は、保険選びをオンラインで完結できるデジタル保険代理店です。保険の見積り・比較・検討・申込まですべてをデジタル化し「自分に合った保険を、自分で選べる世界」を実現します。コのほけん！は直感的に操作しやすく、イラストやインフォグラフィックスを取り入れることで、複雑で分かりづらいと思われがちな保険商品を見やすく、分かりやすく掲載しています。また、口コミや専門家のコメントが充実しておりインターネットがあれば時と場所を選ばず、保険を検討することができます。

コのほけん！では、毎月最新のおすすめ医療保険・人気の商品をランキング形式で紹介しております。気になる商品を比較できる360度比較ページや、医療保険についての基礎知識で保険選びをサポートします。

保険のプロが解説した実践的な選び方ページ

<https://konohoken.com/medical/guide/>

■360度比較

お客様ご自身が納得して保険を選べるよう保険商品の詳細を項目別に表形式で横比較できるページです。

「人気ランキング順」「保険料の安い順」「保険料の高い順」の並び替え、ランキングとの表示切り替えが可能です。（なお、保険会社、商品によって表示されないものもございます。）

医療保険：<https://konohoken.com/medical/compare/>

生命保険：<https://konohoken.com/life/compare/>

がん保険：<https://konohoken.com/cancer/compare/>

女性医療保険：<https://konohoken.com/medical/lady/compare/>

就業不能保険：<https://konohoken.com/disability/compare/>

引受基準緩和型医療保険：<https://konohoken.com/medical/relax/compare/>

定期保険：<https://konohoken.com/life/term-life/compare/>

収入保障保険：<https://konohoken.com/life/family-income/compare/>

終身保険：<https://konohoken.com/life/whole-life/compare/>

介護・認知症保険：<https://konohoken.com/nursing-care/compare/>

自動車保険：<https://konohoken.com/car/estimate/>

ペット保険：<https://konohoken.com/pet/compare/>

■人気の保険ランキング

また、その他の保険商品も下記ランキングから比較、ご検討頂けます。（なお、保険会社、商品によって表示されないものもございます。）

医療保険：<https://konohoken.com/medical/>

生命保険：<https://konohoken.com/life/>

がん保険：<https://konohoken.com/cancer/>

女性医療保険：<https://konohoken.com/medical/lady/>

就業不能保険：<https://konohoken.com/disability/>

引受基準緩和型医療保険：<https://konohoken.com/medical/relax/>

定期保険：<https://konohoken.com/life/term-life/>

収入保障保険：<https://konohoken.com/life/family-income/>

終身保険：<https://konohoken.com/life/whole-life/>

介護・認知症保険：<https://konohoken.com/nursing-care/>

自動車保険：<https://konohoken.com/car/>

火災保険：<https://konohoken.com/fire/>

ペット保険：<https://konohoken.com/pet/>

■コのほけん！プロとは

URL：<https://pro.konohoken.com/landing/>

「コのほけん！プロ」は、SaaS型の販売支援ソリューションツールです。データに基づきお客様のリス

クを客観的かつ論理的に可視化することで、保険販売におけるお客様へのニード喚起、営業スキル（セールススキル）の効率化、標準化、さらに生産性向上に繋がります。また、お客様は自分のリスクを定量的に把握できることで、ご自身で必要な備えを考えられるようになり、保険加入の納得感向上、顧客体験向上に繋がります。

• Sasuke Financial Lab株式会社について

URL : <https://sasukefinlab.com/>

「自分に合った保険を、自分で選べる世界を」をミッションに、保険はむずかしいものというイメージを払拭し、ネットで気軽に保険に加入できる・見直せるそんな世界を目指しています。個人のお客様にはオンライン保険マーケット「コのほけん！」を展開、保険業界向けには各種システム開発、マーケティング支援の提供を通じ、デジタルを通じ保険をわかりやすく、より簡単に感じられる世界を実現したいと考えております。

• 会社概要

会社名 : Sasuke Financial Lab株式会社 (<https://sasukefinlab.com/>)

本社所在地 : 東京都千代田区大手町1-6-1 大手町ビル2階 FINOLAB内

設立 : 2016年3月

代表者 : 代表取締役 松井 清隆

事業内容 : デジタル保険代理店事業、InsurTech事業

デジタル保険代理店「コのほけん！」

WebサイトURL : <https://konohoken.com/>

公式SNS :

Twitter

コのほけん！ <https://twitter.com/konohoken/>

SasukeFinancialLab株式会社 <https://twitter.com/sasukefinlab/>

Facebook

コのほけん！ <https://www.facebook.com/konohoken.sasuke/>

SasukeFinancialLab株式会社 <https://www.facebook.com/sasukefinanciallab/>

Instagram 【毎週金曜日にちょっと役立つ保険の情報を発信中】

<https://www.instagram.com/konohoken/>

YouTube

コのほけん！ <https://www.youtube.com/channel/UCGot8vRDB4rXwoWssHTzP7Q>

SasukeFinancialLab株式会社 https://www.youtube.com/channel/UCkByyiu_huaFKOycO-KyNIA

Sasuke Financial Lab(株)のプレスリリース一覧

https://prt看mes.jp/main/html/searchrhp/company_id/27965

【本件に関するお問い合わせ先】

Sasuke Financial Lab 株式会社

広報担当 西田 : 050-1754-2090 (直通)

メールアドレス : media@sasukefinlab.com

■ 取材について

- ・ 代表取締役 松井への取材、コメント
- ・ Insurtechに関する取材
- ・ コのほけん！開発担当への取材

その他事項に関しても調整可能です。上記、お問い合わせまでお願いいたします。