

## 2026年 お米についてのアンケート調査

**お米を買うときに重視することは「国産米である（84.9%）」「銘柄（41.3%）」に次いで「価格が安い（36.7%）」が初めて3位にランクイン**

### 日本生活協同組合連合会

日本生活協同組合連合会（略称：日本生協連、代表理事会長：新井ちとせ）は、今春に実施した「お米についてのアンケート調査」の結果を取りまとめましたのでご報告いたします。

令和7年産米は、少雨渇水や猛暑を乗り越え、想定に反して豊作基調となりました。統計上、米不足は解消され、民間在庫量も十分な水準まで回復しています。しかし、「令和の米騒動」による市場の不安から、流通段階での集荷競争は激化しました。価格高騰が続いたことで米の消費減退を招き、現在は「量は十分にあるが高価格」という需給のギャップが生じています。今後は、国内の需給は一転して緩和する見通しです。

日本生協連では引き続き、主食であるお米の利用実態の把握と組合員のくらし支援、および産地応援に役立てるため、全国の組合員を対象としたWEBアンケートを実施しました。

（調査期間：2026年3月12日～3月16日、有効回答数：7,165件）

#### ～調査結果の主なトピック～

##### ■ 1日に1回以上お米を食べている人は全体の95.1%と前回調査よりわずかに増加。

各家庭でお米を食べる頻度は、「1日に2回程度（50.0%）」が最多となり、次いで「1日に1回程度（27.5%）」「1日に3回以上（17.6%）」の順となりました。あわせて全体の95.1%が1日に1回以上お米を食べていることが判明しました。前回調査と比較すると、「1日に2回程度」は1.0ポイント減少、「1日に3回以上」は0.8ポイント増加、「1日に1回程度」は0.6ポイント増加しており、1日にお米を食べる頻度は前回調査時よりもわずかに増加しました。

##### ■ お米を買うときに重視することは「国産米である（84.9%）」「銘柄（41.3%）」に次いで「価格が安い（36.7%）」が初めて3位にランクイン。

お米を買うときに重視することについて尋ねたところ、1位「国産米である（84.9%、前回比1.5ポイント増）」、2位「銘柄（41.3%、前回比3.3ポイント増）」、3位「価格が安い（36.7%、前回比4.9ポイント増）」となり、いずれも前回より増加しました。調査開始以降初めて、「価格が安い（36.7%）」が「産地（33.7%）」を上回って3位にランクインしました。一方で、価格上昇が続いたときに重視しなくなるということについて尋ねたところ、「銘柄（35.3%、前回比1.1ポイント増）」「産地（22.4%、前回比0.5ポイント増）」「国産米である（18.8%、前回比3.1ポイント減）」が上位にランクインしました。米価の高止まりが続いていることから、銘柄や産地のこだわりよりも、手にとりやすい価格を求める傾向があると考えられます。

##### ■ 今後も購入し続けられると思うお米の価格は「精米5kgあたり3001円～3500円（22.6%）」が最多。

今後も購入し続けられると思うお米の価格については、精米5kgあたり、「3001円～3500円（22.6%）」「2501円～3000円（21.0%）」「3501円～4000円（20.5%）」「2001円～2500円（13.7%）」が回答の上位にランクインしました。前回調査と比較すると、「3500円以下」の回答割合はやや増加し、反対に「3501円以上」の回答割合はやや減少しました。今後は市場の需給緩和が見込まれており、より手頃な価格でお米が購入できるようになることへの期待感が、回答結果に反映されたものと推測されます。

##### ■ お米の代わりによく食べるようになったものは「ない（73.4%）」が多数派。一方で「ある（26.6%）」も増加傾向にあることが判明。

お米の代わりによく食べるようになったものがあるかを尋ねたところ、「特にない・今までと変わらない（73.4%）」が多数派を占めた一方、「お米の代わりによく食べるようになったものがある（26.6%）」にとどまりました。しかし、前回調査と比較すると「ある」の回答は2.8ポイント増加しています。「ある」と回答した人に具体的な品目を尋ね、回答内における各単語の登場回数を分析したところ、「パン（27.1%）」「パスタ（16.9%）」「うどん（15.7%）」が上位となりました。

※「食パン・菓子パン・パン類」「うどん・饅頭・冷凍うどん」「パスタ・スパゲティ・スパゲッティ」のように、表記が異なる場合でも意味が近似のものは、同じ単語として集計

■ 1日に1回以上お米を食べている人は全体の95.1%と前回調査よりわずかに増加。

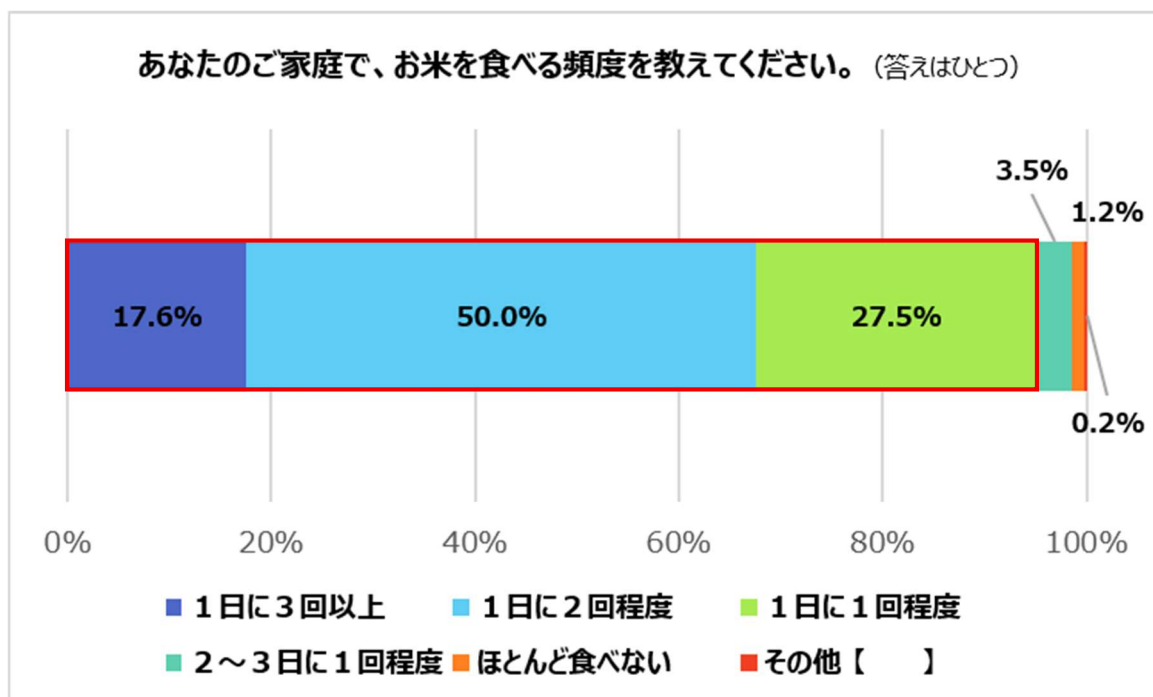
各家庭でお米を食べる頻度は、「1日に2回程度（50.0%）」が最多となり、次いで「1日に1回程度（27.5%）」「1日に3回以上（17.6%）」の順となりました。あわせて全体の95.1%が1日に1回以上お米を食べていることが判明しました。前回調査と比較すると、「1日に2回程度」は1.0ポイント減少、「1日に3回以上」は0.8ポイント増加、「1日に1回程度」は0.6ポイント増加しており、1日にお米を食べる頻度は前回調査時よりもわずかに増加しました。

Q. あなたのご家庭で、お米を食べる頻度を教えてください。（答えはひとつ）

※炊き込みご飯、玄米ご飯なども含めてください。

※米加工品（パックご飯、冷凍炒飯など）、惣菜・テイクアウトの利用なども含めてください。

		%	前回差%
	全体		
1	1日に3回以上	17.6	0.8
2	1日に2回程度	50.0	-1.0
3	1日に1回程度	27.5	0.6
4	2～3日に1回程度	3.5	-0.2
5	ほとんど食べない	1.2	-0.2
6	その他【 】	0.2	0.1



■ お米を買うときに重視することは「国産米である（84.9%）」「銘柄（41.3%）」に次いで「価格が安い（36.7%）」が初めて3位にランクイン。

お米を買うときに重視することについて尋ねたところ、1位「国産米である（84.9%、前回比1.5ポイント増）」、2位「銘柄（41.3%、前回比3.3ポイント増）」、3位「価格が安い（36.7%、前回比4.9ポイント増）」となり、いずれも前回より増加しました。調査開始以降初めて、「価格が安い（36.7%）」が「産地（33.7%）」を上回って3位にランクインしました。一方で、価格上昇が続いたときに重視しなくなることについて尋ねたところ、「銘柄（35.3%、前回比1.1ポイント増）」「産地（22.4%、前回比0.5ポイント増）」「国産米である（18.8%、前回比3.1ポイント減）」が上位にランクインしました。米価の高止まりが続いていることから、銘柄や産地のこだわりよりも、手にとりやすい価格を求める傾向があると考えられます。

Q. あなたがお米を買うときに重視することを教えてください。（答えはいくつでも）

2026年3月調査

		%	前回差%
	全体		
1	国産米である	84.9	1.5
2	味の好み	28.5	0.8
3	銘柄（こしひかりなど）	41.3	3.3
4	産地（都道府県単位）	33.7	1.3
5	生産地域・JA等が特定できる	11.1	-0.4
6	生産者が特定できる	10.3	1.3
7	産地直送である	7.0	-0.2
8	栽培区分（有機・特別栽培など）	6.6	-0.3
9	無洗米である	21.4	-0.4
10	普通精米である	13.0	-0.8
11	玄米である	7.2	-0.1
12	胚芽米である	1.4	-0.3
13	精米日	16.5	0.1
14	価格が安い	36.7	4.9
15	価格が安すぎない	15.5	0.3
16	量（2 kg、5 kgなど）	27.6	-3.1
17	少量ずつ個包装になっている	0.7	0.2
18	袋にチャックシールがついている	0.8	-0.0
19	自宅に届けてもらえる（生協の宅配を含む）	21.6	0.8
20	いつも買うお店等で扱っている	3.0	-1.0
21	その他【 】	2.0	0.0
22	わからない・特にない	1.3	-0.5

2025年10月調査

		%
	全体	
1	国産米である	83.4
2	味の好み	27.7
3	銘柄（こしひかりなど）	38.0
4	産地（都道府県単位）	32.4
5	生産地域・JA等が特定できる	11.4
6	生産者が特定できる	9.0
7	産地直送である	7.1
8	栽培区分（有機・特別栽培など）	7.0
9	無洗米である	21.9
10	普通精米である	13.8
11	玄米である	7.3
12	胚芽米である	1.7
13	精米日	16.4
14	価格が安い	31.8
15	価格が安すぎない	15.2
16	量（2 kg、5 kgなど）	30.7
17	少量ずつ個包装になっている	0.5
18	袋にチャックシールがついている	0.8
19	自宅に届けてもらえる（生協の宅配を含む）	20.8
20	いつも買うお店等で扱っている	4.0
21	新米である	15.7
22	古米（収穫から1年以上経過）以前のものでない	6.4
23	その他【 】	2.0
24	わからない・特にない	1.8

Q. 生産・流通の混乱により、お米の価格は高止まりが続いています。今後もお米の価格の高止まりが続いた場合に、あなたがお米を買うときに重視しなくなることを教えてください。（答えはいくつでも）

		%	前回差%
	全体		
1	国産米である	18.8	-3.1
2	味の好み	11.9	-0.4
3	銘柄（こしひかりなど）	35.3	1.1
4	産地（都道府県単位）	22.4	0.5
5	生産地域・JA等が特定できる	10.4	-0.1
6	生産者が特定できる	12.0	0.2
7	産地直送である	10.0	0.6
8	栽培区分（有機・特別栽培など）	11.1	0.8
9	無洗米である	17.5	-0.6
10	普通精米である	6.7	0.0
11	玄米である	7.5	0.9
12	胚芽米である	6.9	1.0
13	精米日	7.3	0.3
14	価格が安い	11.1	0.0
15	価格が安すぎない	7.8	0.5
16	量（2kg、5kgなど）	8.2	-1.8
17	少量ずつ個包装になっている	9.2	1.6
18	袋にチャックシールがついている	9.8	1.4
19	自宅に届けてもらえる（生協の宅配を含む）	11.1	0.9
20	いつも買うお店等で扱っている	5.6	0.4
21	その他【 】	0.9	-0.3
22	わからない・特になし	24.5	3.0

■ 今後も購入し続けられると思うお米の価格は「精米5kgあたり3001円～3500円（22.6%）」が最多。

今後も購入し続けられると思うお米の価格については、精米5kgあたり、「3001円～3500円（22.6%）」「2501円～3000円（21.0%）」「3501円～4000円（20.5%）」「2001円～2500円（13.7%）」が回答の上位にランクインしました。前回調査と比較すると、「3500円以下」の回答割合はやや増加し、反対に「3501円以上」の回答割合はやや減少しました。今後は市場の需給緩和が見込まれており、より手頃な価格でお米が購入できるようになることへの期待感が、回答結果に反映されたものと推測されます。

Q. 生産・流通の混乱により、お米の価格は高止まりが続いています。あなたが今後も購入し続けられると思う、お米の価格について教えてください。（答えはひとつ）

※精米5kgあたりの価格でお答えください。

		%	前回差%
	全体		
1	精米5kgあたり 2000円以下	6.0	0.4
2	精米5kgあたり 2001円～2500円	13.7	1.4
3	精米5kgあたり 2501円～3000円	21.0	2.8
4	精米5kgあたり 3001円～3500円	22.6	0.9
5	精米5kgあたり 3501円～4000円	20.5	-0.0
6	精米5kgあたり 4001円～4500円	7.7	-3.4
7	精米5kgあたり 4501円～5000円	5.0	-1.4
8	精米5kgあたり 5001円以上	1.4	-0.3
9	その他【 】	2.2	-0.4

■お米の代わりによく食べるようになったものは「ない（73.4%）」が多数派。一方で「ある（26.6%）」も増加傾向にあることが判明。

お米の代わりによく食べるようになったものがあるかを尋ねたところ、「特にない・今までと変わらない（73.4%）」が多数派を占めた一方、「お米の代わりによく食べるようになったものがある（26.6%）」にとどまりました。しかし、前回調査と比較すると「ある」の回答は2.8ポイント増加しています。「ある」と回答した人に具体的な品目を尋ね、回答内における各単語の登場回数を分析したところ、「パン（27.1%）」「 Pasta（16.9%）」「うどん（15.7%）」が上位となりました。

※「食パン・菓子パン・パン類」「うどん・饅頭・冷凍うどん」「Pasta・スパゲティ・スパゲッティ」のように、表記が異なる場合でも意味が近似のものは、同じ単語として集計

Q. あなたのご家庭で、お米の代わりによく食べるようになったものがあれば、教えてください。（答えはひとつ）

		%	前回差%
	全体		
1	お米の代わりによく食べるようになったものがある（具体的に：【 】）	26.6	2.8
2	特にない・今までと変わらない	73.4	-2.8

「ある」と回答した方が示した具体的な品目のうち、登場回数の多かった上位10品（単語数n = 2044）

順位	集計語	登場回数	割合	登場単語の主な統合例
1	パン	794	27.1%	パン / 食パン / パン類 / ぱん / 菓子パン / フランスパン / 米粉パン / ライ麦パン / 惣菜パン / ピザパン / ベーグル / サンドイッチ
2	Pasta	494	16.9%	Pasta / Spaghetti / Spagetti / 冷凍Pasta / Spagettier / マカロニ / Pasta類 / ぼすた / Spagettier / 豆ぼすた / 冷凍Spagetti / Spagetti
3	うどん	459	15.7%	うどん / 冷凍うどん / 焼きうどん / ウドン / きしめん / おうどん / うどん類 / 乾麺うどん / 生協の冷凍うどん / 皿うどん / 生協のうどん / チルドうどん
4	麺類	365	12.5%	麺類 / 麺 / めん類 / めん / 袋麺 / 冷蔵麺類 / 袋めん / 麺もの
5	そば	144	4.9%	そば / 蕎麦 / お蕎麦 / 和そば / ソバ / 日本そば / 生そば / そば / おそば / 麺類のそば
6	ラーメン	122	4.2%	ラーメン / カップ麺 / インスタントラーメン / 中華そば / 袋ラーメン / 中華麺 / らーめん / カップラーメン / ちゃんぽん / 麺類のラーメン / チャンボン麺 / ちゃんぽん麺
7	餅	65	2.2%	餅 / お餅 / もち / おもち / 切り餅 / カット餅
8	焼きそば	58	2.0%	焼きそば / 焼そば / やきそば
9	オートミール	52	1.8%	オートミール / スティールカットオーツ / 全粒オートミール / オールブラン

■調査概要

「お米についてのアンケート」調査

調査方法：インターネット

調査対象：組合員モニター

実施期間：2026年3月12日～3月16日

有効回答数：7,165件

以上