

# 基礎研 レポート

## 消費者の節電意識と行動

～高齢層ほど熱心、若年層の方が消極的

生活研究部 ジェロントロジー推進室兼任 准主任研究員 坊 美生子  
(03)3512-1821 [mioko\\_bo@nli-research.co.jp](mailto:mioko_bo@nli-research.co.jp)

### 1—はじめに

政府は今冬、家庭や企業に対し、7年ぶりとなる節電要請を行っている。ウクライナ情勢などの不安定要因から今後も電力需給の見通しは厳しく、節電に数値目標は示されていないが、3月まで協力が求められている。「エネルギー白書 2021」によると、国内の電力消費に占める家庭部門の割合は約3割を占めており、消費者の理解と協力は欠かせない。政府も、節電に協力した家庭や企業へのポイント付与制度も実施するなどして実効性アップに努めている。

そこで本稿では、消費者の節電に対する意識と行動を探るため、ニッセイ基礎研究所が昨年12月21～27日に実施したインターネット調査「第11回 新型コロナによる暮らしの変化に関する調査」を用いて、消費者全体の状況を概観し、属性別に特徴を見ていきたい。

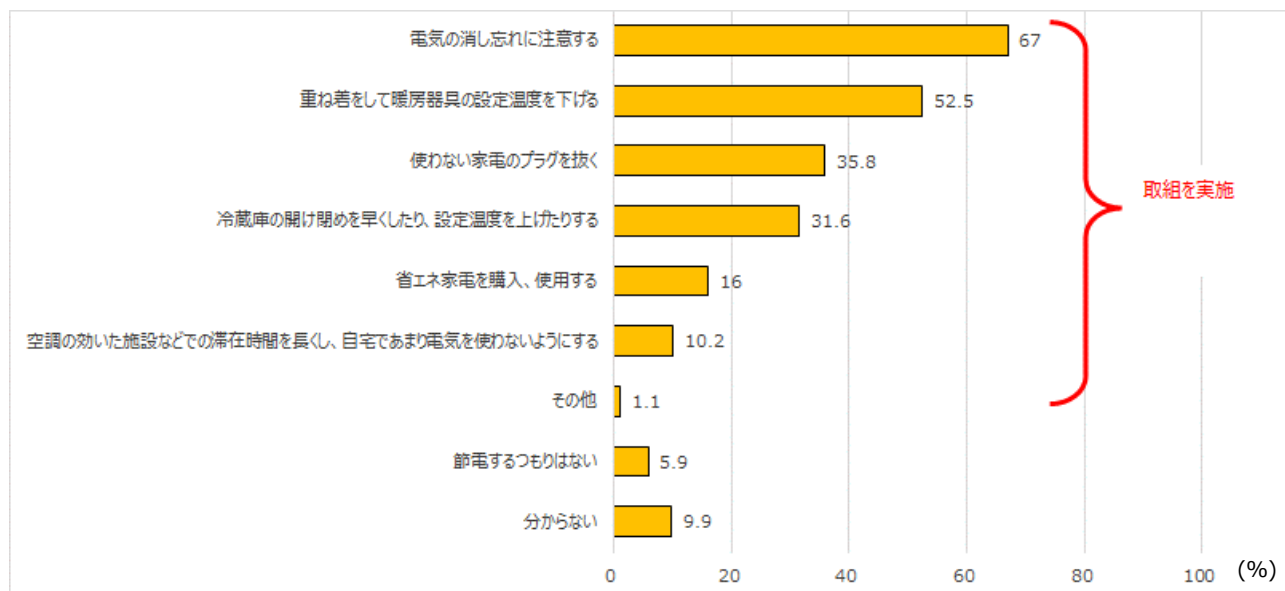
### 2—節電への取組内容と動機

まず消費者の家庭での節電の取組について尋ねた結果が図表1である。「節電のために、家庭でどのようなことに取り組むお考えですか（複数回答）」との問いに対し、全体で9割以上が、何らかの取組をすると回答した。内容は、「電気の消し忘れに注意する」（67%）、「重ね着をして暖房器具の設定温度を下げる」（52.5%）など、日常生活上の心がけだけでできるものの方が回答率が高く、「省エネ家電を購入、使用する」（16%）、「空調の効いた施設などでの滞在時間を長くし、自宅であまり電気を使わないようにする」（10.2%）など、特定の製品や、生活様式の変更を必要とする取組への回答率は1～2割にとどまった。

次に、節電に取り組む動機を尋ねると、「電気代の節約のため」（88.4%）が9割近くに上って最高で、二番手の「電力不足に陥って、大規模停電が発生するのを防ぐため」（32%）と大きな差があった。「節電することでポイントがもらえるから」（12.8%）も1割近くあり、家計へのメリットが最大の後押しとなっていることが分かった。

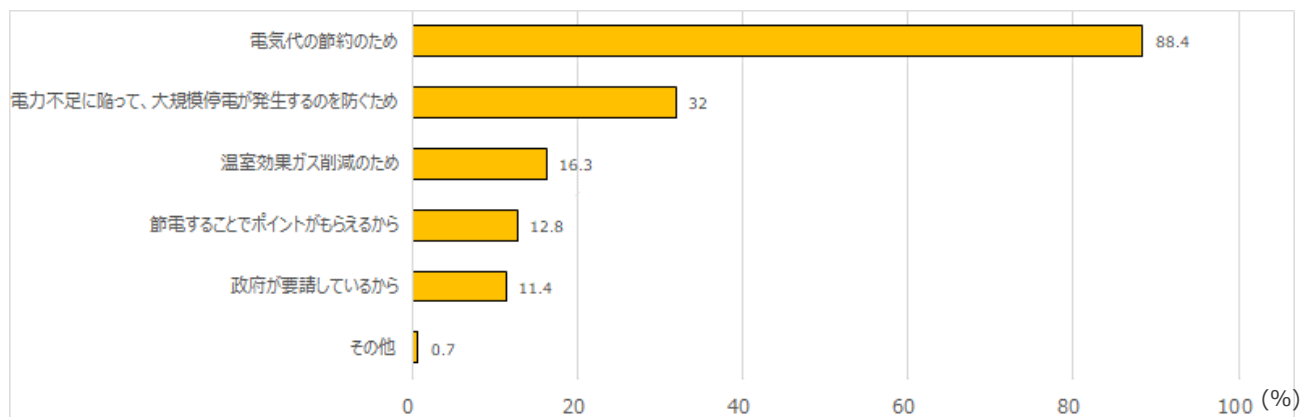
総務省が発表している「消費者物価指数」によると、昨年11月時点の「光熱・水道」は前年同月比14.1%と高騰しており、全体の物価を押し上げている（図表3）。2021年12月以降、前年同月比で二けた台のプラスが続いており、家計への負担増が続いている。従って、物価高を背景とする節約意識が、節電に対する最大の動機となっていると考えられる。

図表1 家庭での節電への取組（複数回答）n=2,582



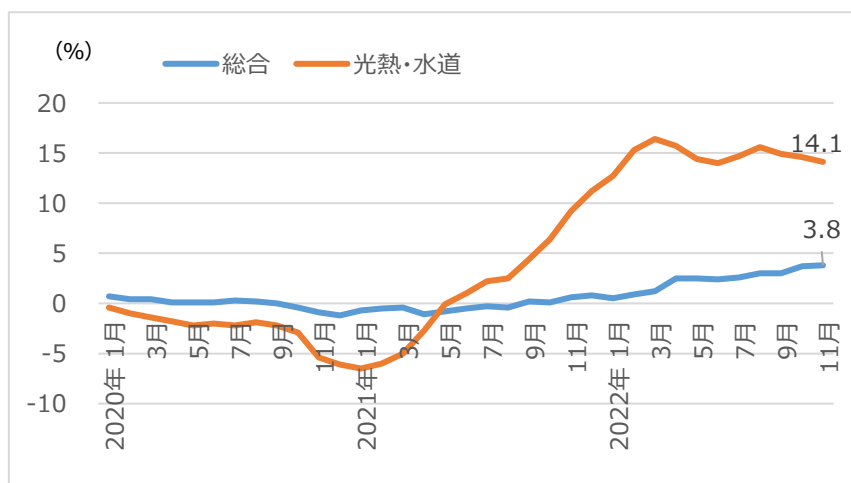
（資料）ニッセイ基礎研究所「第11回 新型コロナによる暮らしの変化に関する調査」より筆者作成

図表2 節電の動機（複数回答）n=2,175



（資料）同上

図表3 消費者物価指数の総合と「光熱・水道」の推移（前年同月比）



（資料）総務省「消費者物価指数」より作成

### 3— 属性別にみた節電意識と節電行動の特徴

#### 1 | 性別の特徴～女性の方が節電に熱心

ここからは、回答者の属性別に意識と行動の特徴をみていきたい。まず性別にみると、節電に取り組む動機自体に男女の違いはなかったが、実際に自身に取り組む内容を見ると、「電気の消し忘れに注意」や「重ね着をして暖房器具の設定温度を下げる」など、日常生活上の心がけでできるものは、女性の方が男性よりも回答率が高かった（図表4）。家計管理を担うのが夫より妻が多いためか、女性の方が男性よりも、節約に直結する節電に熱心だと言える。「冷蔵庫の開け閉めを早くしたり、設定温度を上げたりする」についても女性の方が高く、家事（特に炊事）の分担が、夫よりも妻の方が高いことと関連していると考えられる。

図表4 性別にみた節電への取組と動機（複数回答、%）

	<取組>		
	全体	男性	女性
電気の消し忘れに注意する	67	62.1	71.9
重ね着をして暖房器具の設定温度を下げる	52.5	43.8	61.1
使わない家電のプラグを抜く	35.8	27.4	44.1
冷蔵庫の開け閉めを早くしたり、設定温度を上げたりする	31.6	26.5	36.7
省エネ家電を購入、使用する	16	16.3	15.7
空調の効いた施設などでの滞在時間を長くし、自宅であまり電気を使わないようにする	10.2	10.6	9.8
その他	1.1	1.1	1.1
節電するつもりはない	5.9	8.9	2.9
分からない	9.9	12.8	7

＜動機＞

	全体	男性	女性
電気代の節約のため	88.4	86.5	90.1
電力不足に陥って、大規模停電が発生するのを防ぐため	32	28.9	34.8
温室効果ガス削減のため	16.3	15.6	17
節電することでポイントがもらえるから	12.8	12.8	12.8
政府が要請しているから	11.4	11	11.7
その他	0.7	0.7	0.7

(備考1) <取組> Nは男性 1,285、女性 1,297。<動機> Nは男性 1,007、女性 1,168。

(備考2) 全体より5%以上の値を太字(オレンジ地)、5%以下を下線(青地)で表記。

(資料) 同上

## 2 | 年代別の特徴～高齢層の方が節電に熱心

次に年代別にみると、年代が上がるほど各種の節電の取組への回答率が高かった(図表5)。特に70歳代では、ほとんどの取組で、全体よりも回答率が高かった。60～70歳代は、物価高に対して他の年代よりも敏感で、買い控えや貯蓄の切り崩しなどの防衛策を講じる割合が多いことが分かっており<sup>(1)</sup>、節電行動に対しても同じように積極的であることが分かった。また、70歳代で「重ね着をして暖房器具の設定温度を下げる」は7割近いが、高齢になると、例えば入浴後のヒートショックなどの心配もあり、体調管理を妨げない程度にとどめるよう、注意が必要だろう。

これに対して20～30歳代は、多くの取組項目で全体よりも回答率が低かった。同調査では、20歳代のうち1割を学生が占めることや、20歳代の7割超が未婚(独身)であることから、親と同居していたり、光熱費を親が負担していたりする人もいるだろう。ただし、30歳代は未婚(独身)の割合は4割、学生は0%で、全体と大きな差はないのに、20歳代同様に、節電行動は全体より消極的である。若年層が節電に対して相対的に消極的であることには、他にも要因があると考えられる。

節電動機についても、若年層の方が回答率が低く、高齢層の方が高い傾向があることが分かった。「電気代の節約のため」は全年代で9割前後に上り、20歳代でも8割だったが、全体と比べると差がある。「電力不足に陥って、大規模停電が発生するのを防ぐため」も、20～40歳代では全体を下回り、60～70歳代では全体を上回った。「温室効果ガス削減のため」も30歳代では全体を下回ったが、70歳代では全体を10ポイント以上、上回った。

これまで、スウェーデンの環境活動家グレタ・トゥンベリ氏への注目や若者からの反響などから、若年層は、気候変動などの環境問題に対する意識が高いという見方もあったが、節電に関して言えば、寧ろ若年層の方が、温室効果ガス削減の意識は低いことが分かった。その明確な理由は本調査からは明らかにできないが、20～30歳代では「節電のために、家庭でどのようなことに取り組むお考えですか」との設問に対して「分からない」との回答率が全体よりも高かった。若年層は、働いて家計を担ったり、支出を管理したりする経験が浅いことや、エネルギーは、可視的で自ら選択可能なモノやサービスに比べて、消費を実感しづらいことから、理解が不足している可能性がある。

(1) 久我尚子(2022)「物価高進行下の消費者の状況—低収入層や子育て世帯で負担感強、高収入層は海外ブランド品や不動産で実感」(基礎研レポート)

図表5 年代別にみた節電への取組と動機の状況(複数回答、%)

＜取組＞							
	全体	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代
電気の消し忘れに注意する	67	52.6	58.3	63.6	69.3	77	78.5
重ね着をして暖房器具の設定温度を下げる	52.5	32.9	41.2	53.6	58.5	59.2	66.7
使わない家電のプラグを抜く	35.8	25.3	29.6	36.7	37.4	40.4	43
冷蔵庫の開け閉めを早くしたり、設定温度を上げたりする	31.6	26	26.9	29.8	30.7	37.2	39.8
省エネ家電を購入、使用する	16	8.6	15.3	12.2	16.3	20.8	23.1
空調の効いた施設などでの滞在時間を長くし、自宅であまり電気を使わないようにする	10.2	10.9	10.8	10.4	10.2	9.4	9.7
その他	1.1	0	0.8	1.5	1.2	1.7	0
節電するつもりはない	5.9	7.9	9.5	5.5	4.9	4.4	3.8
分からない	9.9	20.1	15.8	10.1	7.5	5	3.2

＜動機＞							
	全体	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代
電気代の節約のため	88.4	83.1	87.2	87.2	91.2	89.3	90.2
電力不足に陥って、大規模停電が発生するのを防ぐため	32	25.1	22.6	25.3	31	41.5	46.2
温室効果ガス削減のため	16.3	17.8	10.4	12.3	15.3	18.3	31.2
節電することでポイントがもらえるから	12.8	8.7	10.4	13	12.8	15.4	12.7
政府が要請しているから	11.4	10	10.8	9.1	10.1	13.8	15.6
その他	0.7	0	0.3	0.6	0.4	1.6	0

(備考1) <取組> Nは20歳代=304、30歳代=398、40歳代=547、50歳代=508、60歳代=639、70歳代=186。

<動機> Nは20歳代=219、30歳代=297、40歳代=462、50歳代=445、60歳代=579、70歳代=173。

(備考2) 全体より5%以上の値を太字(オレンジ地)、5%以下を下線(青地)で表記。

(資料) 同上

### 3 | 世帯年収別の特徴～高収入世帯ほど積極的で社会的テーマへの関心が高い

次に、世帯年収別に特徴をみると、まず節電の取組に関しては、年収区分が最も低い「200万未満」では「使わない家電のプラグを抜く」が全体より高かった一方、「省エネ家電を購入、使用する」は全体より低かった(図表6)。低所得世帯では、心がけ次第ですぐに実行できる取組に対しては積極的だが、一時的に支出が必要となる取組に対しては消極的だと言える。「省エネ家電を購入、使用する」は、概ね世帯所得が上がるほど回答率も高かった。また、「空調の効いた施設などでの滞在時間を長くし、自宅であまり電気を使わないようにする」についても高所得層の方が高い傾向があった。小売や交通事業者などでは、家庭の節電につながる「お出掛け」を呼びかける取組もあるが、外出すれば、目的地や移動で何らかの支出を伴うことが多いため、高所得世帯の方がマッチしやすい取組だと言える。また、所得に余裕が無ければ、生活時間や場所の調整ということ自体が、ハードルが高いのかもしれない。

節電動機については、1,200万円以上の高収入層では、「電気代の節約のため」の回答率が全体より低かったが、「電力不足に陥って、大規模停電が発生するのを防ぐため」や「温室効果ガス削減のため」など、その他の項目については概ね高かった。高収入層の方が、自身の家計への懸念が相対的に低く、社会的・政治的なテーマに対する意識が相対的に高いとも言えるだろう。

図表6 世帯年収別にみた節電への取組と動機(複数回答、%)

<取組>

	全体	200万未満	200～400万未満	400～600万未満	600～800万未満	800～1000万未満	1000～1200万未満	1200～1500万未満	1500～2000万未満	2000万円以上	わからない
電気の消し忘れに注意する	67	65.8	67.5	68.9	69.6	71.1	68.7	68.8	69	60.9	58.3
重ね着をして暖房器具の設定温度を下げる	52.5	57.1	53.1	56.8	51.4	51.6	53.5	51.6	40.5	34.8	48.8
使わない家電のプラグを抜く	35.8	41.6	37.7	35.4	39.5	35.1	32.3	31.3	35.7	39.1	29.5
冷蔵庫の開け閉めを早くしたり、設定温度を上げたりする	31.6	33.8	34.7	31.9	33.5	33.3	31.3	35.9	31	21.7	23.5
省エネ家電を購入、使用する	16	10.5	14.4	17.2	20.5	22.2	19.2	25	28.6	17.4	11.3
空調の効いた施設などでの滞在時間を長くし、自宅であまり電気を使わないようにする	10.2	6.8	10.5	11.5	11.6	11.6	16.2	15.6	11.9	0	7.1
その他	1.1	2.7	1	0.2	0.6	1.3	0	0	2.4	4.3	1.2
節電するつもりはない	5.9	9.1	5.1	5.5	4.8	3.6	9.1	7.8	9.5	8.7	7.1
分からない	9.9	11.9	8.9	7.8	7.1	5.8	8.1	4.7	7.1	17.4	17.3

<動機>

	全体	200万未満	200～400万未満	400～600万未満	600～800万未満	800～1000万未満	1000～1200万未満	1200～1500万未満	1500～2000万未満	2000万円以上	わからない
電気代の節約のため	88.4	93.1	88.9	90.5	86.1	87.3	91.5	82.1	74.3	82.4	90.6
電力不足に陥って、大規模停電が発生するのを防ぐため	32	31.2	33.5	28.2	30.3	32.4	53.7	37.5	42.9	41.2	29.5
温室効果ガス削減のため	16.3	16.2	14.2	17.8	16.8	18.1	26.8	23.2	22.9	11.8	13.8
節電することでポイントがもらえるから	12.8	11	12.7	13.5	10.6	13.2	22	16.1	20	5.9	14.6
政府が要請しているから	11.4	10.4	11.1	12	14.2	8.8	18.3	10.7	20	17.6	7.5
その他	0.7	0.6	0.5	0.5	1	1	0	0	2.9	0	0.4

(備考1) <取組> Nは200万未満=219、200～400万未満=493、400～600万未満=511、600～800万未満=352、800～1,000万未満=225、1,000～1,200万未満=99、1,200～1,500万未満=64、1,500～2,000万未満=42、2,000万以上=23、わからない=336。<動機> Nは200万未満=173、200～400万未満=424、400～600万未満=443、600～800万未満=310、800～1,000万未満=204、1,000～1,200万未満=82、1,200～1,500万未満=56、1,500～2,000万未満=35、2,000万以上=17、わからない=254。

(備考2) 年収2,000万円以上はいずれも参考値。

(備考3) 全体より5%以上の値を太字(オレンジ地)、5%以下を下線(青地)で表記。

(資料) 同上

#### 4 | ライフステージ別の特徴～ステージが上がるほど節電に積極的で社会的テーマへの関心が高い

最後に、ライフステージ別に特徴をみたものが図表7である。全体的に、ライフステージが上がるほど取組が積極的だと言える。「電気の消し忘れに注意する」や「重ね着をして暖房器具の設定温度を下げる」は、「未婚(独身)」と「第一子誕生」では全体より低かったのに対し、「第一子大学入学」から「孫誕生」までは高かった。2 | で述べたように、若い世代は相対的に取組に消極的だということに加え、乳幼児がいる家庭では、空調設定は子どもの状態や体調を優先するために、節電目的の調整が難しい、という可能性もある。ただし、上述したように、高齢者も体温調節は難しくなるため、高齢者がいる家庭でも室温の下げすぎや体調変化には注意が必要だろう。

「省エネ家電を購入、使用する」は「第一子独立（結婚・就職）」以降で全体より高かった。子育てを卒業した世帯の方が、省エネ家電を新たに購入する余裕が生まれやすいことや、家庭を形成してから経過した年数が長い方が、家電の使用年数が長いことも考えられる。

節電の動機についても、全体的に、ライフステージが下がるほど低く、ライフステージが上がるほど高い傾向がみられた。ライフステージが上がるほど、大規模停電や地球温暖化など、社会的テーマに対して関心が高いようだ。

図表7 ライフステージ別にみた節電への取組と動機の状況(複数回答、%)

	<取組>										
	全体	未婚 (独身)	結婚	第一子 誕生	第一子 小学校 入学	第一子 中学校 入学	第一子 高校入学	第一子 大学入学	第一子 独立 (結婚・ 就職)	未子独立 (結婚・ 就職)	孫誕生
電気の消し忘れに注意する	67	<u>58.1</u>	63.7	<u>59.8</u>	66.9	64.9	65.4	<b>78</b>	<b>80.6</b>	<b>78.9</b>	<b>77.1</b>
重ね着をして暖房器具の設定温度を下げる	52.5	48.2	54.9	<u>38.5</u>	48.8	53.2	51.3	<b>60.4</b>	<b>58.1</b>	57	<b>59.1</b>
使わない家電のプラグを抜く	35.8	33.8	34.4	<u>30.3</u>	33.1	<b>44.2</b>	34.6	<u>27.5</u>	40.6	40.4	39.8
冷蔵庫の開け閉めを早くしたり、設定温度を上げたりする	31.6	28.4	30.6	29.5	33.8	33.8	34.6	<u>26.4</u>	35	32.3	<b>37.5</b>
省エネ家電を購入、使用する	16	11.2	12.3	13.9	16.3	18.2	19.2	14.3	<b>21.3</b>	<b>22</b>	<b>23.4</b>
空調の効いた施設などでの滞在時間を長くし、自宅であまり電気を使わないようにする	10.2	10.9	8.8	9.8	14.4	<b>16.9</b>	11.5	12.1	8.8	6.7	8.8
その他	1.1	1.7	0.3	0.8	0.6	1.3	0	0	0.6	0.9	1.3
節電するつもりはない	5.9	8.6	6.6	4.1	4.4	1.3	<b>11.5</b>	3.3	2.5	5.4	2.7
分からない	9.9	14.4	8.8	<b>18</b>	13.1	<u>3.9</u>	6.4	5.5	<u>4.4</u>	<u>4</u>	5.4

	<動機>										
	全体	未婚 (独身)	結婚	第一子 誕生	第一子 小学校 入学	第一子 中学校 入学	第一子 高校入学	第一子 大学入学	第一子 独立 (結婚・ 就職)	未子独立 (結婚・ 就職)	孫誕生
電気代の節約のため	88.4	88.4	88.8	88.4	89.4	84.9	<u>81.3</u>	91.6	89.9	90.1	87.5
電力不足に陥って、大規模停電が発生するのを防ぐため	32	28.4	29.5	<u>21.1</u>	<u>24.2</u>	<u>17.8</u>	34.4	27.7	33.6	<b>40.6</b>	<b>43.3</b>
温室効果ガス削減のため	16.3	13.9	<u>10.8</u>	11.6	<u>7.6</u>	19.2	<b>25</b>	<b>22.9</b>	16.8	<b>21.3</b>	<b>22.2</b>
節電することでポイントがもらえるから	12.8	11.6	9	<u>7.4</u>	13.6	15.1	15.6	<b>18.1</b>	13.4	16.3	14.4
政府が要請しているから	11.4	10	<u>6.3</u>	11.6	7.6	15.1	14.1	8.4	14.1	13.4	15.9
その他	0.7	0.7	0.4	1.1	0.8	0	1.6	1.2	0.7	0	1

(備考1) <取組> Nは未婚(独身)=909、結婚=317、第一子誕生=122、第一子小学校入学=160、第一子中学校入学=77、第一子高校入学=78、第一子大学入学=91、第一子独立(結婚・就職)=160、未子独立=223、孫誕生=445。

<動機> Nは未婚(独身)=700、結婚=268、第一子誕生=95、第一子小学校入学=132、第一子中学校入学=73、第一子高校入学=64、第一子大学入学=83、第一子独立(結婚・就職)=149、未子独立=202、孫誕生=409。

(備考2)

(備考2) 全体より5%以上の値を太字(オレンジ地)、5%以下を下線(青地)で表記。

(資料) 同上

#### 4—おわりに

これまでみてきたことをまとめると、記録的な物価高を背景に、消費者の節電に対する意識は高まっており、昨年12月時点では、9割以上の人が何らかの節電行動を取っている。属性別では男性

より女性、若年層より高齢層の方が、節電に熱心である。また高収入世帯の方が、省エネ家電の購入・使用や、滞在する時間や場所の調整にも積極的であり、大規模停電や環境問題など社会課題への関心が高いことが分かった。ライフステージ別だと、子どもが独立した層や、孫がいる層など、ライフステージが上がった家庭の方が、各種の取組に積極的で、省エネ家電の購入・使用にも関心が高いことが分かった。

家計負担の軽減という面では、政府の物価高対策として、今月から小売事業者への補助が開始される。ただし、2で述べたように、2021年末以降、消費者物価指数の光熱・水道は前年同月比で二けた台のプラスが続いてきたため、各家庭において、どの程度まで負担感が軽減されるかは分からない。さらに東北電力や中国電力など5社は値上げを申請している<sup>(2)</sup>。従って、今後しばらくは、消費者の節約意識と節電意識は高いまま維持されるだろう。

また、本調査を通して、今後取り組むべき課題として見えてきたのは、上述した通り、相対的に節電姿勢が消極的な若年層に向けた対策である。従来、Z世代を含む若年層の方が、環境意識が高いようにみられることもあったが、実際の節電行動や節電意識を見てみると、寧ろ、高齢層の方が節電に対して熱心で、若年層の方が消極的であることが分かった。本稿ではその要因までは明らかにできていないが、背景の一つとして、若年層のエネルギー問題と節電に対する理解不足は挙げられるだろう。今後は若年層がエネルギー消費を、自身の問題として理解し、行動につなげられるように、分かりやすい啓発が必要だと言えるだろう。

---

(2) 経済産業省電力・ガス取引監視等委員会第料金制度専門会合（第28回）配布資料。