

# 基礎研 レポート

## 増え行く単身世帯と家計消費への影響

世帯構造変化に基づく2050年までの家計消費の推計

生活研究部 上席研究員 久我 尚子  
(03)3512-1878 kuga@nli-research.co.jp

### 1—はじめに～単身世帯は30年で2.3倍に増加、現在は総世帯の約4割へ

単身世帯の存在感が増している。国立社会保障人口問題研究所「人口統計資料集（2025年版）」によると、単身世帯は1990年では939万世帯で全世帯の23.1%を占めていたが、2020年には2,115万世帯、全世帯の38.0%にまで増加しており、30年前の2.3倍となっている。この要因には未婚化や晩婚化の進行に加えて、核家族化の進展や、配偶者と死別した高齢単身世帯の増加といった要因もあげられる。

ひとり暮らしの単身世帯と、複数人で暮らす家族世帯とでは、消費生活に違いが生じることは言うまでもない。今後も日本では単身世帯の増加が見込まれており、その動向は消費市場に大きな影響を及ぼすと考えられる。

本稿では、こうした背景を踏まえ、単身世帯に注目して日本の世帯構造の変化をあらためて捉え直す。また、世帯構造の変化を踏まえた上で、家計消費額の推計も試みる。

### 2—世帯数および世帯構造の変化

#### 1 | 世帯数の変化～人口減少下でも世帯のコンパクト化で世帯数は依然として増加傾向

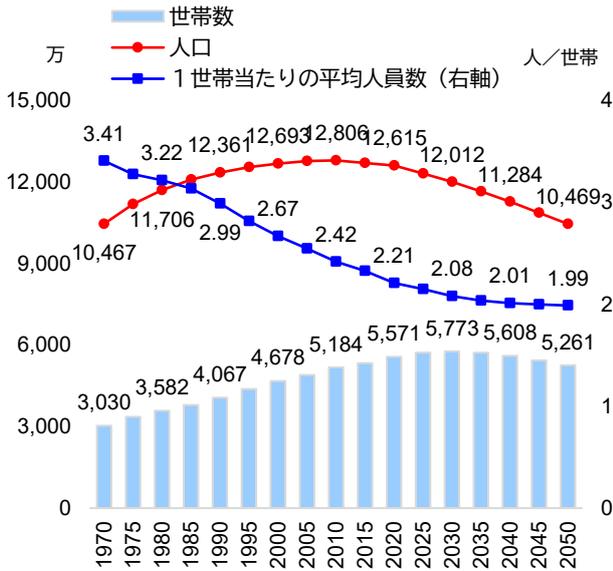
日本の人口は約10年前から減少局面に入っているが、未婚化や核家族化の進行により世帯のコンパクト化が進んでおり、世帯数自体は依然として増加傾向にある（図表1）。しかし、今後は人口減少がさらに加速するために、2030年頃を境に世帯数も減少へと転じる見通しである。

なお、1世帯当たりの平均人員は、1990年代以降、3人を下回っており、2020年には2.21人となった。2050年には2人を下回ると予測されている。

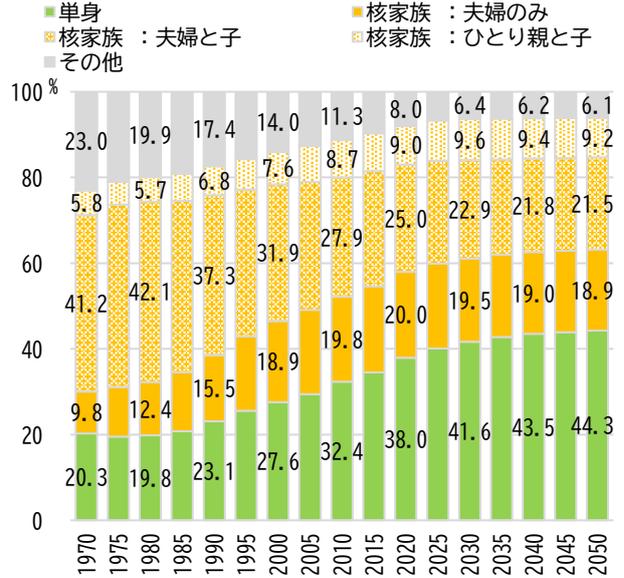
#### 2 | 世帯構造の変化～単身世帯や夫婦のみ世帯など人数の少ない世帯が増加

総世帯の内訳を家族類型別に見ると、核家族の「夫婦と子」世帯や、三世帯世帯を含む「その他世帯」の割合は低下している（図表2）。一方で、単身世帯、夫婦のみ世帯、ひとり親と子世帯は増加

図表1 世帯数、人口、1世帯あたりの平均人員数の推移



図表2 家族類型別世帯割合の推移



(注) 2025年以降は予測値

(資料) 国立社会保障・人口問題研究所「人口統計資料集(2024年版)」・「日本の将来推計人口(全国推計)」(令和5年推計)・「日本の世帯数の将来推計(全国推計)」(令和6年推計)より作成

傾向にある。なお、夫婦のみ世帯は2020年頃、ひとり親と子世帯は2030年頃をピークに、いずれも減少傾向に転じると予測されている。

つまり、世帯人員が多い世帯が減少し、人数の少ない世帯が増加していることから、家族類型の変化を通じて世帯のコンパクト化が進んでいる様子が読み取れる。

また、冒頭で述べた通り、単身世帯は1990年には総世帯の約2割だったが、2020年には約4割に達し、2030年には4割を超え、2050年には44.3%に達する見通しである。

### 3 | 単身世帯の内訳の変化～一人暮らしは若い男性から高齢男女へ、2040年に60歳以上が半数を超える

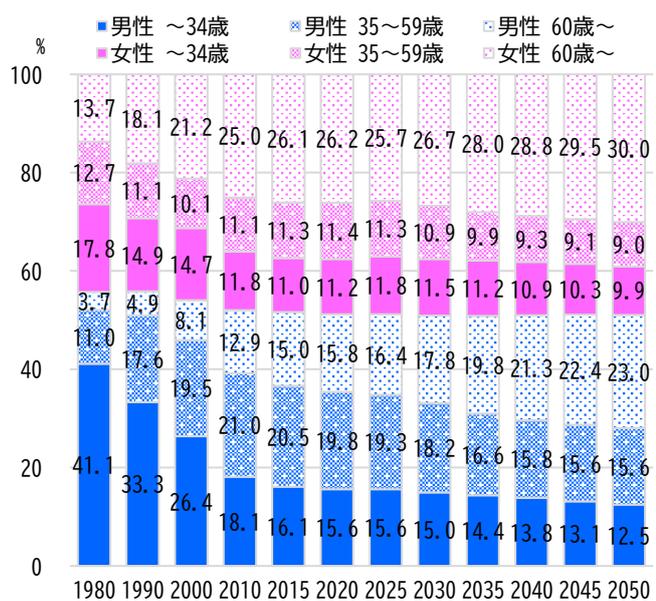
単身世帯の数が増加する一方で、その内訳も変化している。

性・年齢区別に単身世帯の構成を見ると、1980年では35歳未満の若年男性世帯(41.1%)が約4割を占めて圧倒的に多く、次いで若年女性世帯(17.8%)が2割弱で、男女を合計すると若年世帯が単身世帯の約6割を占めていた(図表3)。

しかしその後、単身世帯に占める若年世帯の割合は低下し、代わって60歳以上の高齢世帯や、35～59歳の壮年男性世帯が増加した。

2020年では、高齢女性世帯が26.2%と

図表3 単身世帯の性・年齢区分別世帯割合の推移



(注)・(資料) 図表1と同じ

最も多く、次いで壮年男性世帯（19.8%）、高年齢男性世帯（15.8%）、若年男性世帯（15.6%）と続き、後者2つは僅差となっている。

今後は壮年男性世帯の増加に歯止めがかかる一方、高年齢世帯はさらに増加する見込みであり、単身世帯に占める60歳以上の割合は2040年に半数を超え、2050年には53.0%になると予測されている。

なお、本稿では、次節の家計消費の推計において年齢区分を10歳単位で設定しているため、図表3でも60歳を区切りとして単身世帯の構成を示している。ただし、65歳以上を高年齢者世帯として見ると、2015年で34.1%、2020年で35.8%を占めており、2030年には36.9%、2050年には46.5%へと増加する見通しである。

### 3——世帯構造の変化が家計消費へ与える影響

#### 1 | 家計消費における世帯構造の変化～2050年には単身世帯が3割超、60歳以上の世帯が半数へ

ここからは世帯構造の変化が家計消費額にもたらす影響を捉える。まず、下記の手順にて、各世帯の消費額が家計消費額全体に占める割合を求め、世帯構造の変化によって家計消費に占める各世帯の割合はどのように変わるのかを分析する。

- ① 各年の世帯類型別世帯数（二人以上世帯と単身世帯の世帯主の年齢階級別世帯数<sup>1</sup>）に対して、総務省「家計調査」から得た世帯当たりの月平均消費支出額を乗じ、各世帯類型の合計消費額を求める。2025年以降の世帯数は予測値、消費額は2024年の値を用いて推計する。
- ② ①で得た各世帯の月間消費額を合計し、合計値に占める各世帯の月間消費額の割合を算出する。

推計の結果、2024年では、二人以上世帯の消費額が家計消費全体の7割強を占め、単身世帯は3割弱にとどまっている。しかしその後は、二人以上世帯の割合が徐々に低下し、単身世帯の割合が上昇することで、2040年頃には二人以上世帯が7割を下回り、単身世帯は3割を上回る見通しである。

また、二人以上世帯・単身世帯のいずれにおいても、高年齢世帯の消費額が占める割合は今後、さらに高まっていく。2010年頃までは両世帯を合わせた60歳以上の消費額の割合は全体の4割未満であったが、その後は4割を超え、2050年にはおよそ半数に達する予測である。なお、60歳以上の高年齢の単身世帯に限ると、2020年頃までは全体に占める割合は1割だったが、2050年には15%を超える見通しである。

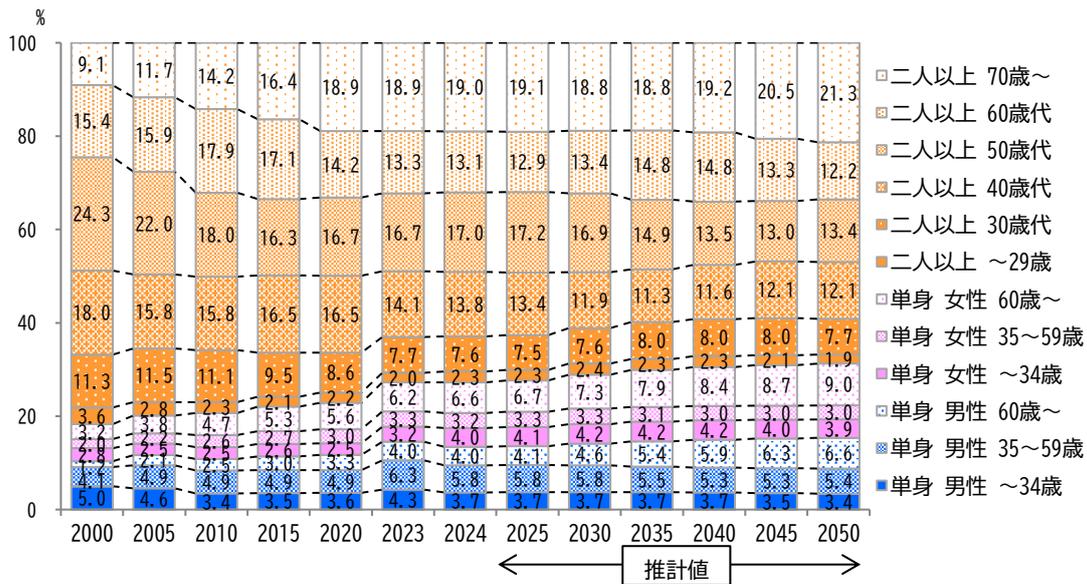
なお、2020年から2023年にかけて段差が見られるが、これにはいくつかの要因が考えられる。

第一に、2020年までの世帯数は実績値であるのに対し、2023年以降は予測値であること、第二に、2020年は新型コロナウイルス感染症の拡大により全世帯で消費額が減少したが、とくに単身世帯への影響が大きかったことがあげられる。実際、消費額の変化を見ると、二人以上世帯では2019年から2020年にかけて▲5.3%の減少、2020年から2023年にかけて+5.8%の回復となっている。一方、単

<sup>1</sup> 「家計調査」では世帯類型は二人以上世帯と単身世帯の2区分について世帯主の年齢階級別に消費支出額が公表されているため、世帯数も同様の区分で見えていく。

身世帯では同期間でそれぞれ▲8.1%、+11.4%と、より大きな変動が見られた。

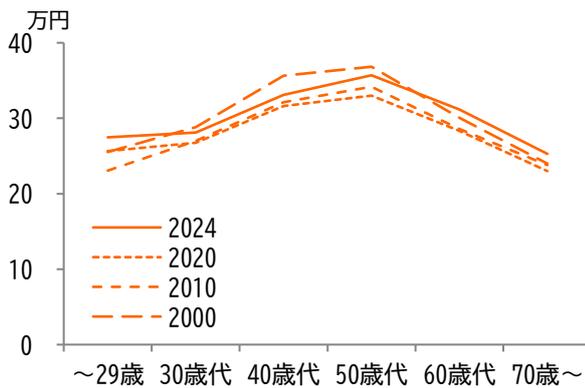
図表4 世帯類型別家計消費に占める割合の推移



(注) 世帯類型別世帯数に対して世帯当たりの月平均消費支出額を乗じて得た合計額に占める各世帯の月間消費額の割合。2023年以降の世帯数は予測値を、2025年以降の消費支出額は2024年の実績値から推計。

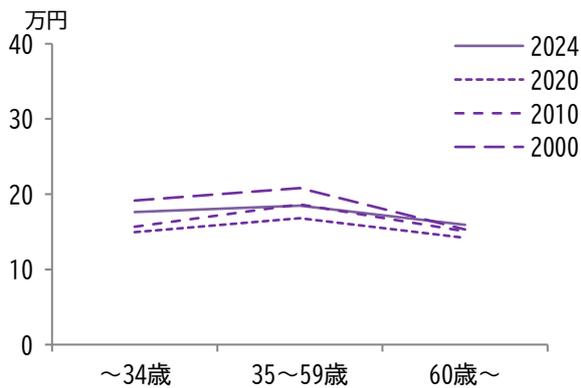
(資料) 国立社会保障・人口問題研究所「人口統計資料集(2025年版)」・「日本の世帯数の将来推計(全国推計)」(令和6年推計)、総務省「家計調査」より作成

図表5 二人以上世帯の月平均消費支出額



(資料) 総務省「家計調査」より作成

図表6 単身世帯の月平均消費支出額



(資料) 総務省「家計調査」より作成

ところで、単身世帯が家計消費に占める割合(2020年では22.9%)は世帯数に占める割合(同38.0%)と比べて低いが、この理由は、①単身世帯は二人以上世帯と比べて世帯人員が少ないため世帯あたりの支出が小さいこと、②単身世帯では支出額が比較的大きい壮年世帯の占める割合が低いことによる。

①については、2020年の二人以上世帯の1世帯当たり人員数は平均2.21人であり、消費支出額は月平均277,926円だが、単身世帯では150,506円である(参考までに2024年の消費支出額は二人以上世帯300,243円、単身世帯169,547円)。

②については、図表5・6より、二人以上世帯では1世帯当たりの人員数の増加に伴い40~50歳代で、単身世帯では35~59歳で消費支出額が膨らむ傾向があるが、35~59歳の壮年世帯が占める割合は二人以上世帯では44.1%、単身世帯では38.7%である(2020年)。

## 2 | 世帯構造変化が与える家計消費額への影響～2025年頃をピークに減少、2050年には現在より1割減

さて、世帯構造が変わることで家計消費に占める各世帯の割合も変わるわけだが、家計消費額全体で見るとどのように推移するのだろうか。下記の手順にて、家計消費額を推計した。

- ① 2024年までは、内閣府「国民経済計算（GDP統計）」の国内家計最終消費支出に対して、図表4で得た世帯類型の割合を乗じて、各世帯の年間消費額を算出する。
- ② 2025年以降は、各世帯について2024年の値を基に世帯数の増減を考慮して推計し、各世帯の年間消費額を算出し、合計値を得る。

その結果、国内家計最終消費支出は2025年頃をピークに減少に転じ、2045年には300兆円を下回り、2050年にはピーク時より約15%減少する。なお、二人以上世帯の消費は現時点をピークに減少傾向を示すと見られるが、単身世帯では2030年頃、60歳以上の高年齢世帯、高年齢の単身世帯では2045年頃まで増加傾向が続く見通しである。

ところで、冒頭で示した通り、人口は2010年頃に、世帯数は世帯のコンパクト化の進行により2030年頃にピークを迎え、その後は減少に転じる。一方で、国内家計最終消費支出のピークは2025年頃と見込まれ、人口や世帯数のピーク時期とはズレが生じている。

この要因を詳しく見るために、国内家計最終消費支出の増減を世帯類型別に寄与度分解したところ、これまでの消費支出の増加には、二人以上の高年齢世帯や単身世帯が主に寄与していたことが分かる（図表8）。しかし、今後は、全体的に減少への寄与が増加への寄与を上回るようになる。特に、40歳代・50歳代の二人以上世帯が消費減少に大きく寄与するほか、30歳代および若年単身世帯も減少要因として顕在化していく見込みである。

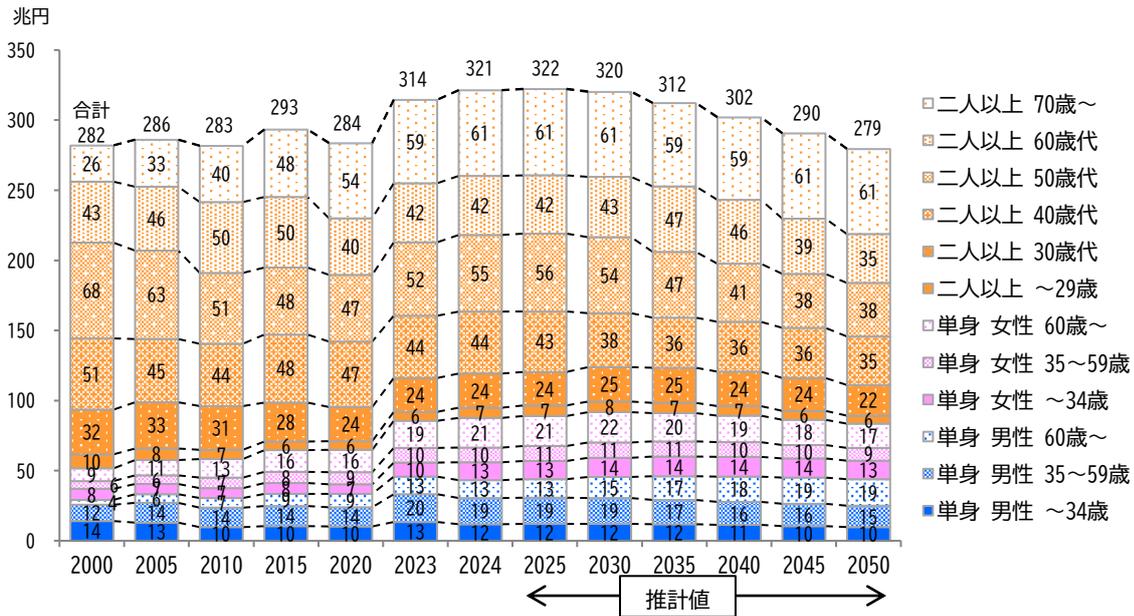
つまり、これまでは、高齢夫婦世帯や単身世帯といった世帯人員の少ない世帯が増加することで、消費がかさむ効果が生じていた。これは、世帯人数が少ないほど一人当たりの家賃や食費などの固定的支出への負担感が相対的に高くなり、家計の効率性が低下するためだ。こうした影響が、人口減少による消費の縮小効果を上回った結果、国内家計最終消費支出はこれまで増加傾向を示していたが、2025年以降、世帯当たりの消費額が大きい40～50歳代の家族世帯が減少に転じることで、消費減少効果が拡大し、世帯のコンパクト化による消費押し上げ効果を上回るようになる。さらに2030年以降は、総世帯数そのものが減少に転じるため、国内家計最終消費支出は本格的な減少局面に入っていくと見込まれる。

なお、本稿の推計では、各世帯の消費額は2024年水準で一定とし、世帯数の変化のみを考慮している。そのため、賃上げの波及などにより個人消費の回復が進めば、将来的な推計額は上振れる可能性がある。一方で、世帯当たりの可処分所得は2015年前後を底に足元では増加傾向にあるものの、2020年以降は消費支出が減少している世帯類型も多い。さらに、コロナ禍以前から若年層を中心に消費性向の低下が指摘されていた点<sup>2</sup>なども踏まえると、将来的な国内家計最終消費支出は、今回の推計値を

<sup>2</sup> 例えば、コロナ禍前は、内閣府「平成29年第5回経済財政諮問会議 資料2-2 消費の持続的拡大に向けて」などにおいて、若い世代の消費性向の低下や可処分所得の減少が観測指摘されていた。一方、総務省「家計調査」にて二人以上世帯の世帯主の年齢別の状況を見ると、消費行動の再開などから消費性向は上昇している。

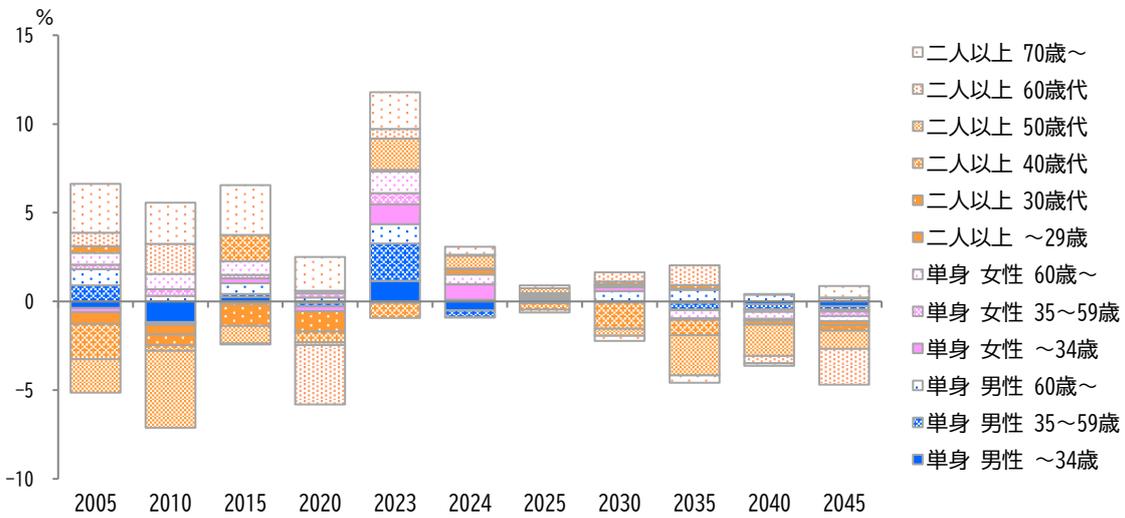
下回る可能性も否定できない。

図表7 世帯類型別に見た国内家計最終消費支出の推移



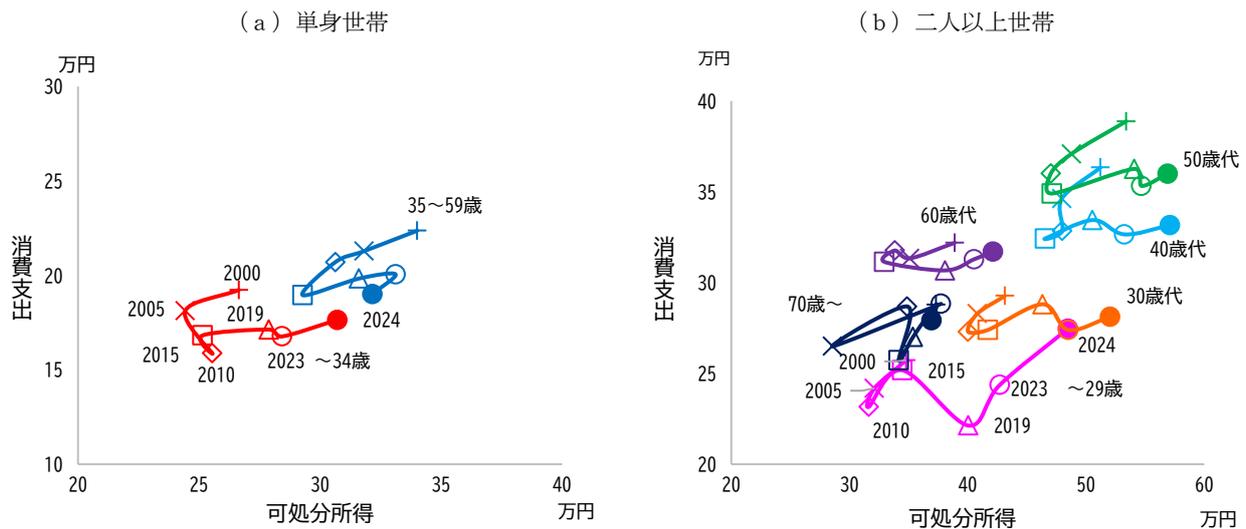
(注) 2024年までは国内家計最終消費支出(名目値)に図表4で得た世帯類型別の割合を乗じて各世帯の値を推計。2025年以降は、2024年の各世帯の最終消費支出×(各年の各世帯数/2024年の各世帯数)として推計し合算。  
 (資料) 内閣府「国民経済計算(GDP統計)」および国立社会保障・人口問題研究所「人口統計資料集(2025年版)」・「日本の世帯数の将来推計(全国推計)」(令和6年推計)、総務省「家計調査」より作成

図表8 国内家計最終消費支出における世帯構造による寄与度分解



(資料) 内閣府「国民経済計算(GDP統計)」および国立社会保障・人口問題研究所「人口統計資料集(2024年版)」・「日本の世帯数の将来推計(全国推計)」(令和6年推計)、総務省「家計調査」より作成

図表9 世帯類型別に見た可処分所得と消費支出の推移（勤労者世帯）



(資料) 総務省「家計調査」より作成

#### 4—おわりに～2040年の家計消費は単身が3割、シニアが半数、世帯構造変化応じた供給が鍵

本稿で見たように、未婚化や核家族化、高齢化の進行で単身世帯が増加している。単身世帯は2020年では38.0%だが、2030年には4割を超え、2050年には44.3%となる。また、単身世帯は、かつては若年男性が多かったが、現在は60歳以上の高齢女性や壮年男性が多く、2040年には60歳以上の割合は半数を超える。

家計消費における単身世帯の存在感も増しており、現在は家計消費全体の3割弱だが、2040年頃には3割を超える見通しである。また、高齢世帯の存在感も増し、二人以上世帯と単身世帯を合わせた60歳以上の消費額の割合は現在では4割未満だが、2050年にはおよそ半数に達する。

さらに、国内家計最終消費支出を世帯類型別に分解して将来推計を行うと、2025年頃をピークに減少に転じ、2050年にはピーク時より約15%減少する見通しである。この要因には、これまでは高齢夫婦世帯や単身世帯などの世帯人員の少ない世帯が増えて消費がかさむ効果で消費全体が増えていたが、今後は人口減少による消費縮小効果が上回ることがあげられる。

日本の消費市場の縮小に歯止めをかけるには、可処分所得は一時期より増加しているものの、消費支出が減少傾向にある現状を踏まえるとともに、今後も増加が見込まれる単身世帯の実態を丁寧に捉え、そうした世帯特有のニーズに対応した商品・サービスを拡充していくことが有効である。

かつては、単身世帯といえば若年層のひとり暮らしというイメージが一般的だったが、現在では高齢女性と壮年男性が半数を占め、今後は高齢者の割合がさらに高まっていく見通しである。したがって、単身世帯の消費市場を考えるにあたっては、多くが高齢者であるという量的な構造を正しく把握することが第一の前提となる。

加えて、単身世帯に共通する消費志向だけでなく、性別や年代といった属性ごとの違いにも十分に留意し、それぞれに適した商品・サービスを展開することが重要である。

本資料記載のデータは各種の情報源から入手・加工したものであり、その正確性と完全性を保証するものではありません。また、本資料は情報提供が目的であり、記載の意見や予測は、いかなる契約の締結や解約を勧誘するものではありません。