

2025春季生活闘争 連合東京 【生活実態アンケート】 結果報告



調査担当機関：公益社団法人国際経済労働研究所

1. 調査実施概要

(1) 調査趣旨

連合東京・生活実態アンケートは、昨今の社会情勢の不安定化や物価変動を受け、賃金などに関する要求の基礎資料とするべく、未組織労働者を含め多くの労働者の生活実態を把握することを目的として実施した。

(2) 調査時期：2025 年2 月10 日～4 月25 日

(3) 調査方法（抽出方法）

便宜的抽出（ウェブサイトやSNS、街宣の配布物などを通じたQR コードの配布）

(4) 回収方法：ウェブ回答画面での自記式（無記名）

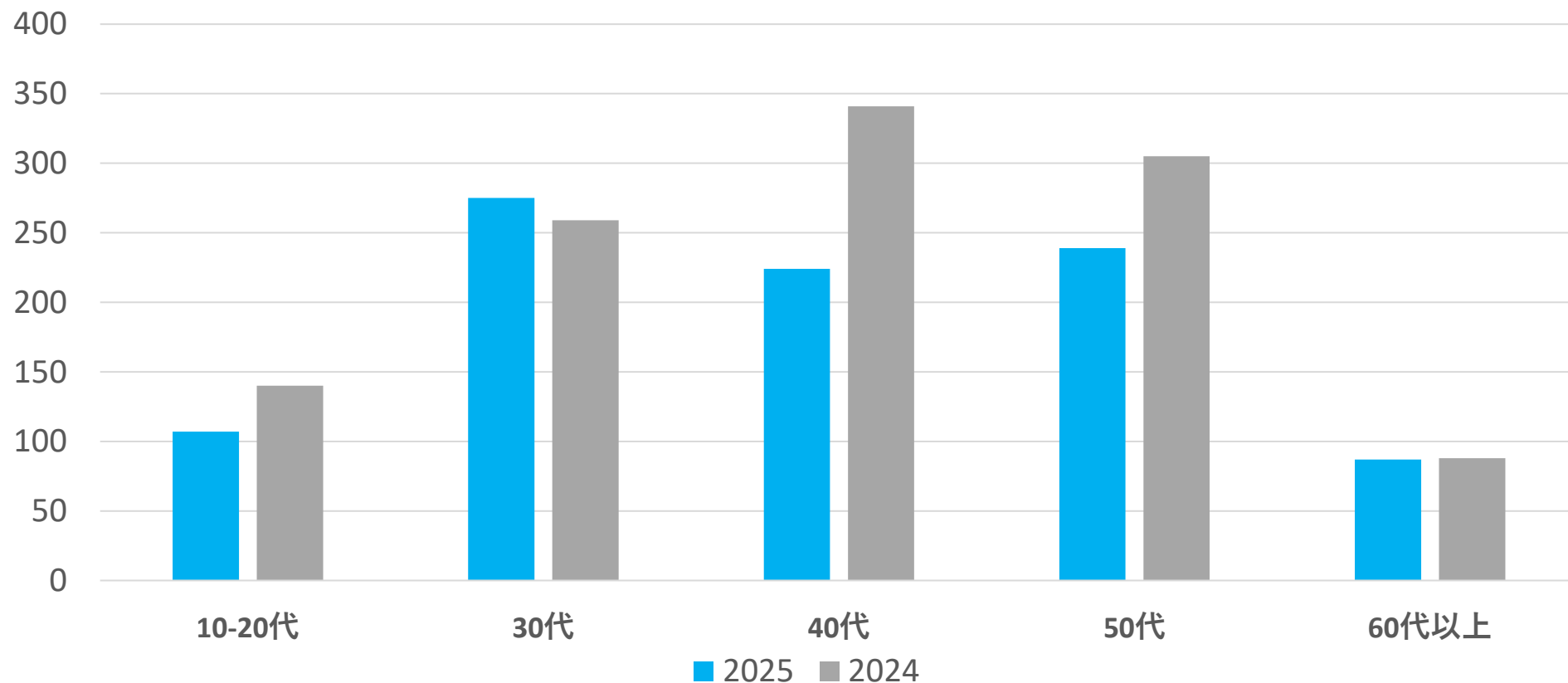
(5) 回収数：932 件（うち有効回収数926 件）

注）有効回収数には、回答者が求職活動中もしくは無職であったケースを含まない。

2. 調査結果【回答者の属性（年齢）】

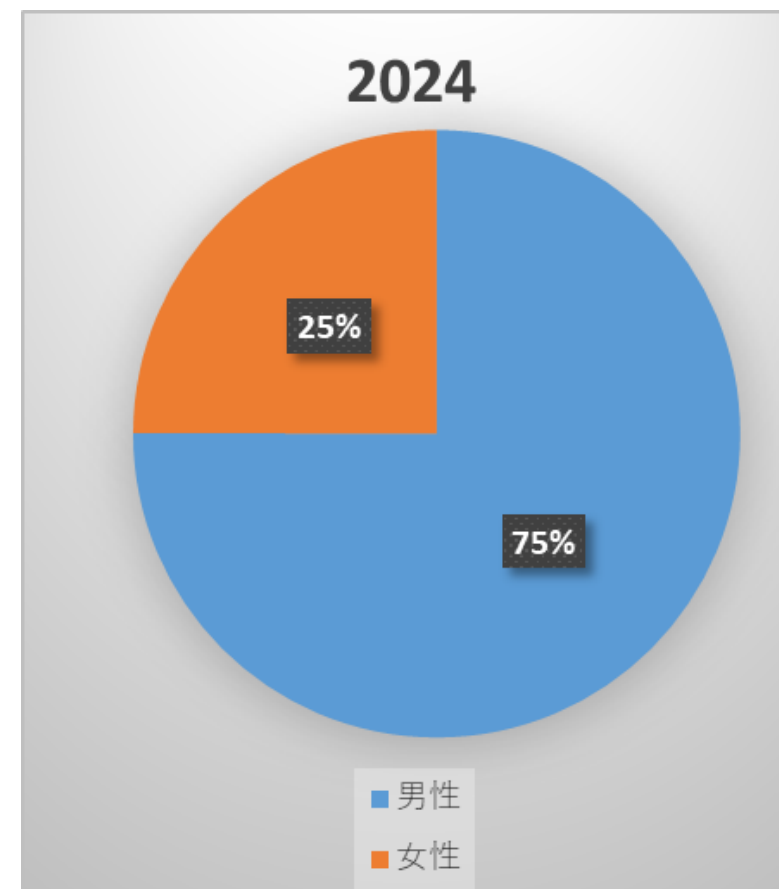
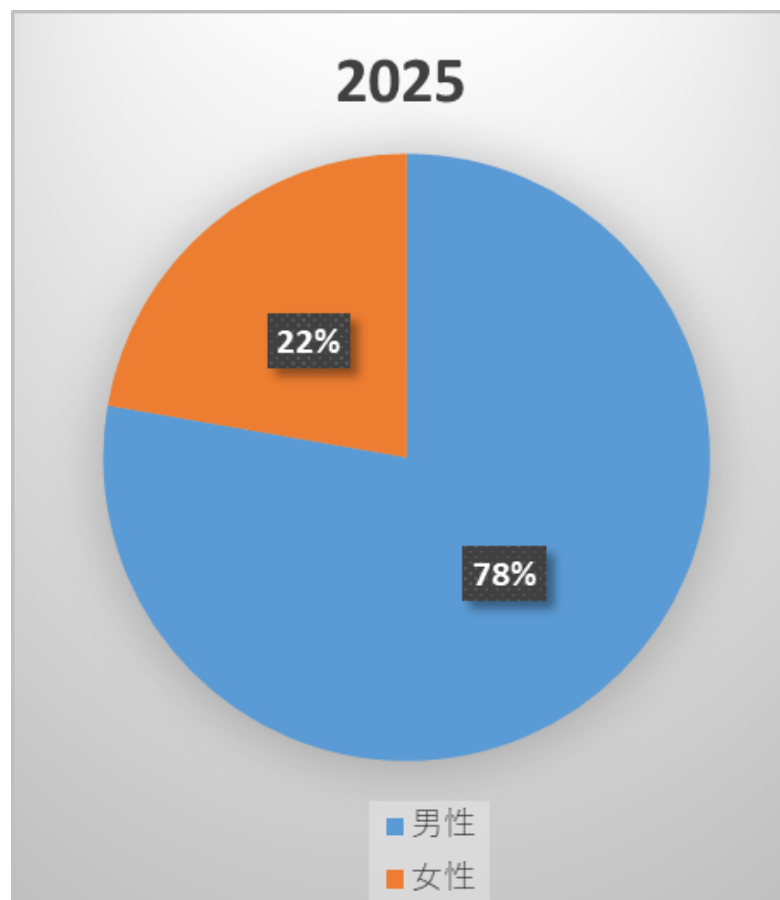
回答者の年代は2025年は30代が一番多く、2024年は40代が多い。本年も昨年も現役世代からの回答が多かったことが分かる。

あなたの年齢は、次のどれにあてはまりますか。



2. 調査結果【回答者の属性(年齢)】

2025年は2024年も回答者の75%以上は男性から回答であり、女性からの回答は半数以下である。



2. 調査結果【回答者の属性（雇用形態、職種）】

図2

回答者の雇用形態は9割（図1）が正社員であり、非正規雇用は1割程度である。また、職種（図2）では事務職が最も多く、次に販売職が多い。

図1

雇用形態	2025	2024
正規雇用	851	1041
非正規雇用	66	77
自営業・自由業	5	10
仕事を休んでいる	4	1

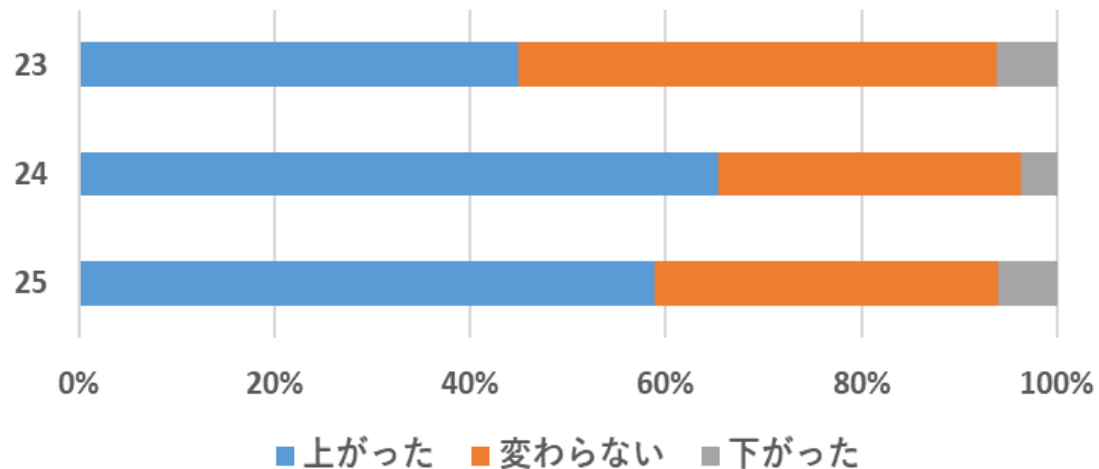
職種	2025	2024
販売	215	87
建設	28	68
製造	30	77
輸送、保全	195	93
IT・SEなど	84	389
事務	222	254
専門・管理	83	94
他・不明	56	47

2. 調査結果【主たる生計者の賃上げ】

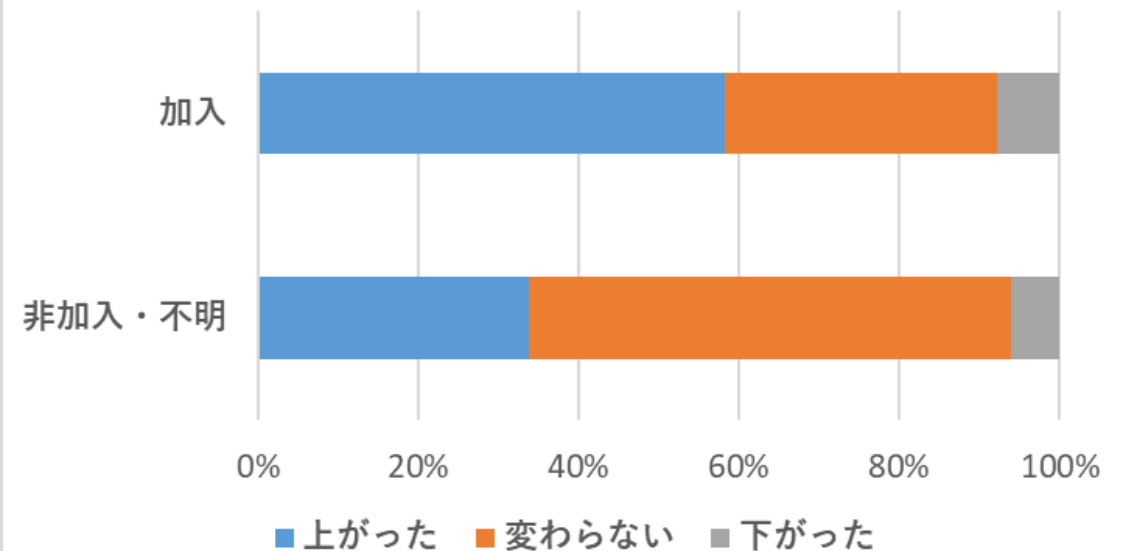
主たる生計維持者の基本給の金額に変化があったかどうかについては、6 割弱の世帯において基本給の上昇があったと推定される。

しかし、労働組合に入っているかどうかによる差はさらに大きく、労働組合に加入していない場合には基本給が「変わらなかった」が35%を占めている。

主たる生計維持者は、昨年と比べて
「基本給」の金額が変わりましたか



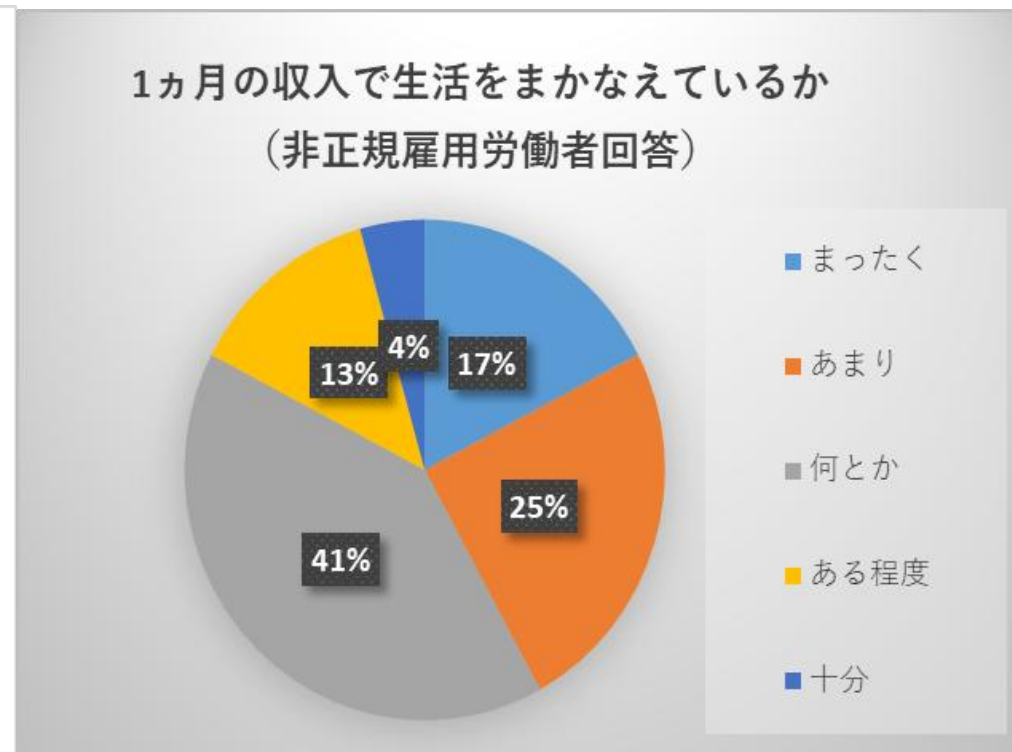
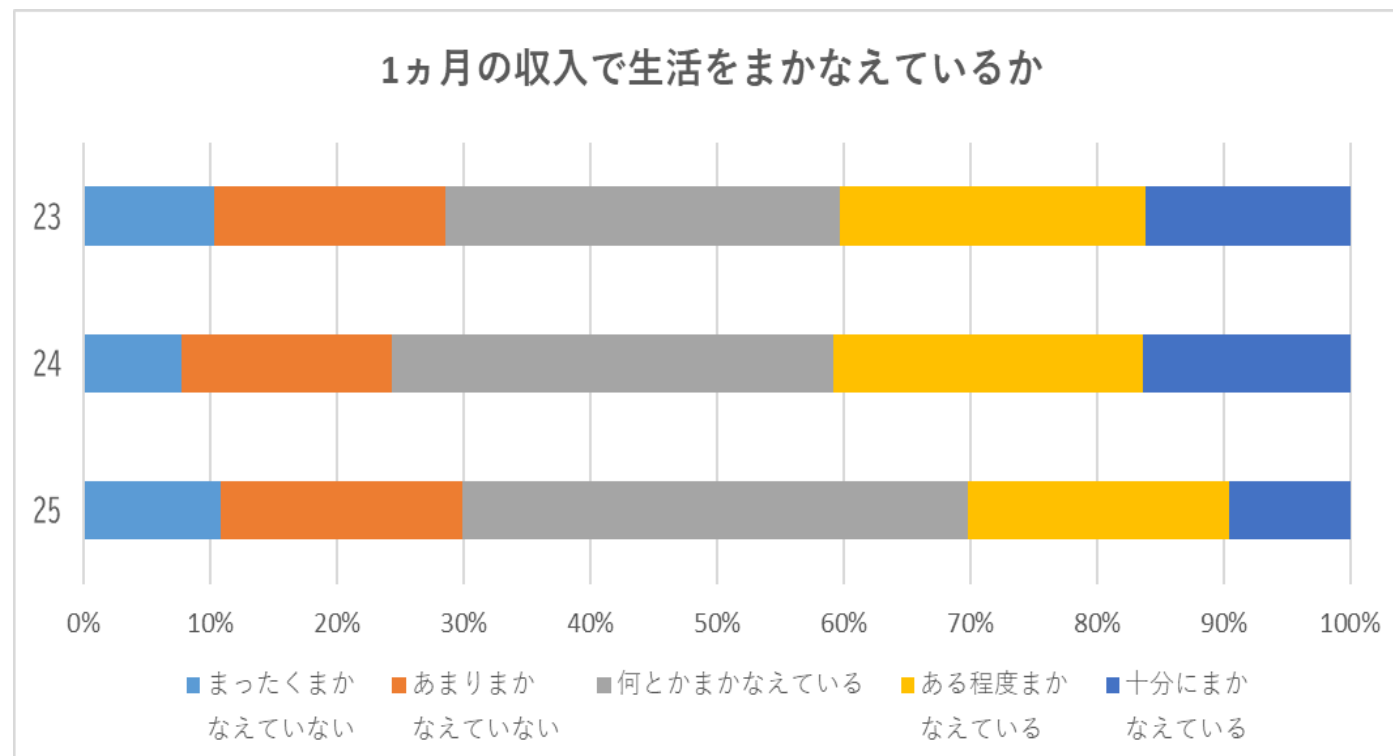
基本給の変化（労働組合未加入・不明者）



2. 調査結果【生活実態】

「ある程度」もしくは「十分に」まかなえているという回答の比率は、24年にやや上昇し、25年にまた下降するという変動を示している。小幅ながらも改善されかけていた生活実感が、食料品の値上げなどの影響を受けてふたたび悪化していることを示唆する結果と読み取ることができる。

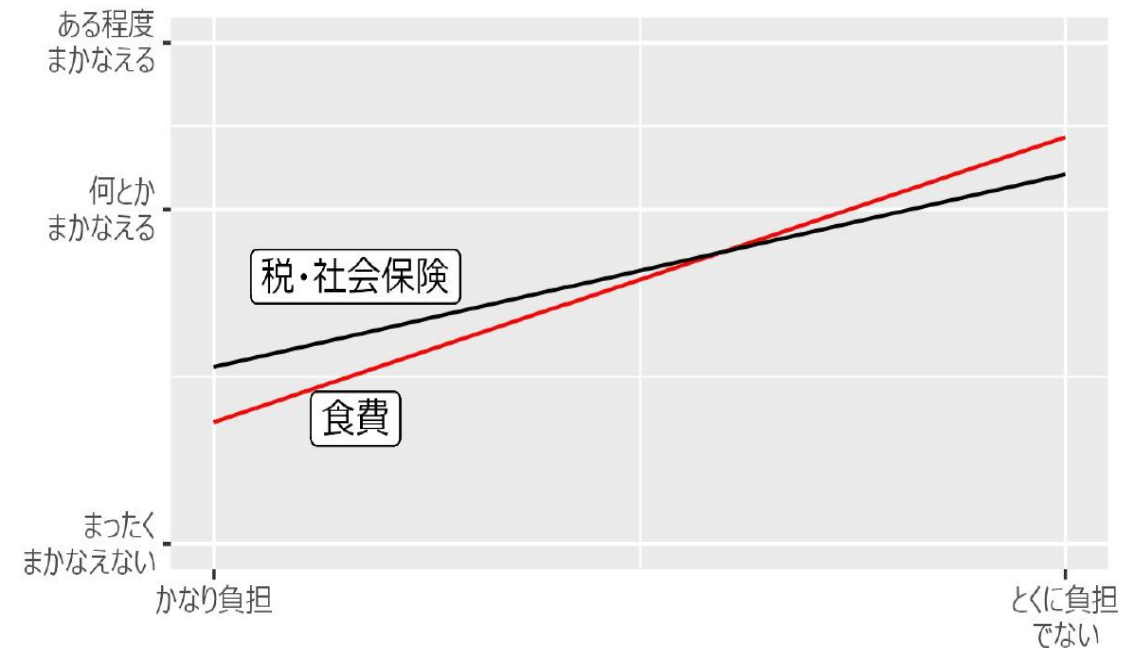
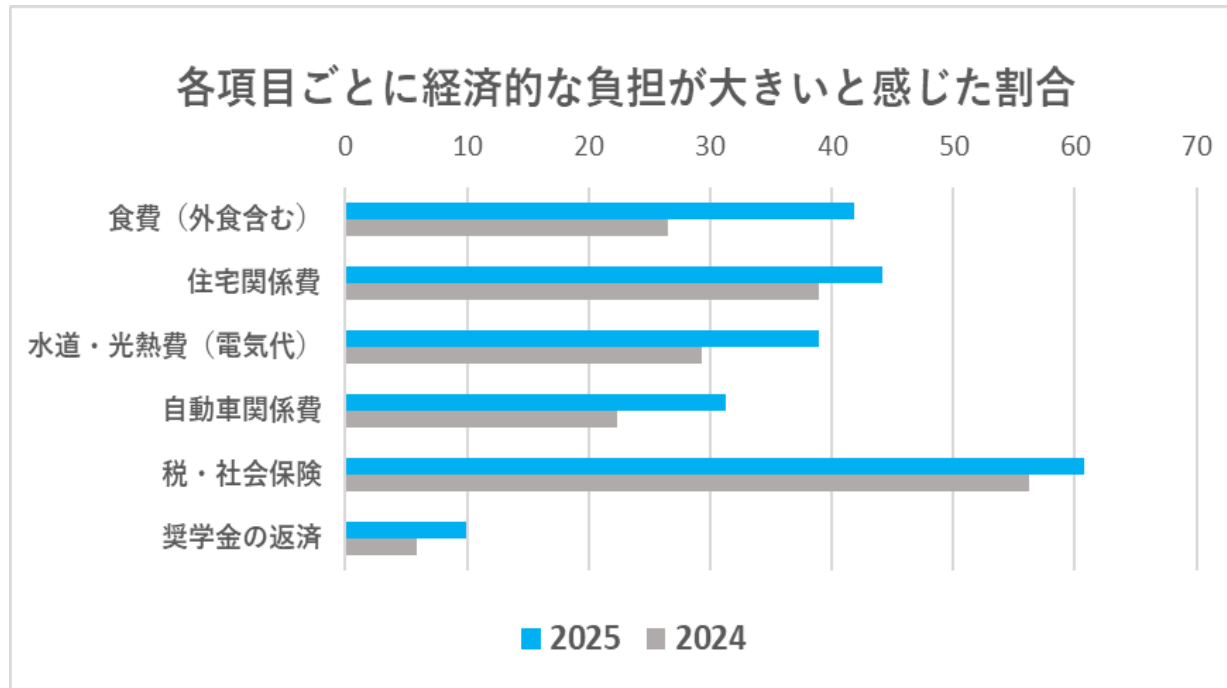
また、主たる生計維持者が非正規雇用で働いている世帯では、「貯金をする余裕がある」という回答は2割に届かない。



2. 調査結果【生活実態（負担感）】

経済的負担が多いと感じる内容の最多の回答は「税・社会保障」であり、続いて「住宅関係」、「食費」と続く。2025年は食費に関して負担に感じている割合が増加していた。

各支出項目が生活全体の余裕に与える影響を、支出の負担感を横軸、生活の余裕を縦軸にした回帰分析で検討したところ、最も影響が大きいのは「食費」であることが判明した。「病院や薬」や「税・社会保険料」の影響は比較的小さく、食費の負担感が軽減されると生活全体の余裕が大きく改善される傾向がみられた。



3.自由意見(正規雇用)

- 働いているはずが、生活にお金がかかり常に金欠。(女性・20代)
- スーパーへ行くたびに値上げを感じる為、夕食を1品、2品減らさざるを得なくなった。今後のことだが、子供を養う余裕などないと感じる。(男性・20代)
- 食費の物価高を強く感じているが、子どもに食べさせる物は、体に良いと思えるものを選んであげたい。(女性・30代)
- 独身で趣味も人付き合いもない状態でないと手取り賃金では赤字となる。手取収入も少なく厳しい。休日は家に引き籠らないと交通費等で赤字となる。(男性・30代)
- 生きていく為に必要なものの物価が短期間で極端に上昇しており、今後の生活にとっても不安を感じている。(男性・40代)
- 所得のない人ばかり優遇され、中途半端に所得があるため金銭的には優遇されず、子供も多いので学費、食費の負担がきつい(女性・50代)

3.自由意見(非正規雇用)

- 学生の時より苦しいと感じている(男性・20代)
- 全てにおいて値上げがされており、特に教育費が大変です。少子高齢化だと言われているなかで、18歳未満に対する手当等が少なすぎる。子供を作れない世の中にしていきたいのかと言うのが率直な感想です。(男性・30代)
- 物価高騰は実感するが賃上げは実感できない。食費を抑えるため弁当や飲み物を持参したり、外食を控えたり、閉店近くにスーパーに行ったりしている。食費・光熱水費の値上がり分をプラスした以上の賃上げでないと、賃上げは実感できない。(女性・40代)
- 非正規社員は、退職金が無いのだから寸志程度の賞与の金額割合を増やして欲しい。賃上げしても現状は価格上昇で追いついていない。(女性・50代)
- 生活の基本となる仕事に対しやりがいを感じ仕事をしてきたが、20年くらい継続勤務をしていても正規と違い年収は10万円も変わらない中で物価は上がり実質どんどん厳しくなっている。(女性・50代)

4.まとめ

●今回の調査から「食費をはじめとする基本的な生活の必要性に関わり、一般的な消費者にとっては予測が難しい支出の負担の影響によって、2024 年調査ではやや改善されたかに見えた全体的な生活の余裕が、ふたたび悪化しているとうかがえる結果となった。

●今回の調査において、回答者のなかに、主たる生計維持者が非正規雇用で働いているケースや労働組合員でないケースが一定数含まれ、基本給の上昇を経験しているかどうかには正規雇用であるか非正規雇用であるか、組合の有無によって賃上げの状況に格差があることなどが明らかとなった。

●賃上げしても「食費」等の費用が上がり、賃上げの効果が感じにくいという課題については、適正な価格取引等を推進することで更なる賃上げに繋げていくことが重要である。

本調査にご協力をいただいた皆様に厚く御礼を申し上げます。

連合東京は本調査の結果を、今後の各種交渉、要請などに活用し、労働者の生活改善に努めて参ります。