経済的に困難な子育て世帯の
子ども 1.4 万人の食と生活の実態調査報告書

－2025 年「子どもの食 応援ボックス」申込者 7,856 世帯対象－

2025 年 7 月
公益社団法人セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン

Save the Children
セーブ・ザ・チルドレン

はじめに

子ども支援専門の国際 NGO・公益社団法人セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン(以下、セーブ・ザ・チルドレン)は、子どもの貧困問題解決への取り組みの一環として、2025 年「子どもの食 応援ボックス」の申込者を対象に、2025 年6月2 日から同 18 日の申込期間に合わせてアンケート調査を実施しました。

長引く物価高騰、とりわけ、2024 年以降の米の価格の急騰は、多くの人々の暮らしに影響を及ぼしており、子育て世帯の中でも経済的に困難な状況にある世帯は、より深刻な状況に陥っています。セーブ・ザ・チルドレンが 2024 年12 月に公表した調査(以下「2024 年冬調査」)では、主食である米すら十分にとれていない子どもたちの状況が浮かび上がりました [1]。

本調査は、米の価格が前年比約 2 倍となった 2025 年 6 月時点で、こうした世帯の食をはじめとする生活状況を、より具体的に把握することを目的に実施されました。その結果、子どもたちの食生活は 2024 年よりもさらに悪化し、子どもの発育や精神面への悪影響など、ひっ迫した現状が明らかになりました。

国連子どもの権利条約では、第 6 条(生命の権利、生存・発達の確保)において、国が、子どもの生存および発達を可能なかぎり最大限に確保することを規定しています。また、第 27 条(生活水準への権利)では、すべての子どもは身体的、心理的、精神的、道徳的および社会的発達のために十分な生活水準のもとで暮らす権利を有するとし、この権利の実現のために、国が必要な施策を講ずることを要請しています。

日本政府には、経済的に困難な子育て世帯の生活状況を十分に把握し、子どもの権利を保障する立場から、実効性のある支援策を迅速かつ継続的に講ずることが強く求められています。

Ⅰ. 調査概要

1. 調査の目的

経済的に困難な状況にある子どもや子育て世帯の現在の生活状況や必要とする支援を把握し、子どもの貧困の解消に向けた政策提言活動などにいかすため。

2. 調査の実施状況

・調査地域 ： 全国
・調査対象 ： セーブ・ザ・チルドレンが実施した 2025 年「子どもの食 応援ボックス」申込世帯
・調査方法 ： 2025年「子どもの食 応援ボックス」の申込時にオンラインで回答
・回収期間 ： 2025年 6 月 2 日～6 月 18 日
・回収状況 ： 申込世帯 7,857 件のうち、集計までにオンラインで基本的な属性が確認できた 7,856 世帯からの回答を集計(回答率 99.98%)

3. 調査協力

(五十音順) 東京都立大学 阿部彩教授 (報告書への助言、講評) 専門:子どもの貧困
神奈川県立保健福祉大学 田中琴音助教 (講評) 専門:公衆栄養学、栄養疫学
沖縄大学 山野良一教授 (調査票・集計分析・報告書への助言、講評) 専門:子どもの貧困

[1] 「セーブ・ザ・チルドレン 2024 年「子どもの食 応援ボックス」冬休み分アンケートまとめ」(2024 年 12 月)
https://www.savechildren.or.jp/news/publications/download/matome-foodbox2024winter.pdf
過去 1 週間に米を食べた量について、「経済的な理由であまり食べていない」「経済的な理由でほとんど食べていない」は、合計で 35.0%となった。米の高騰が問題になる以前(2023 年 10 月ごろ)の状況もたずねたが、「あまり食べていなかった」「ほとんど食べていなかった」は合計で 12.2%であった。1 年前の状況は思い出して回答しているため単純な比較は難しいが、主食である米すら十分に食べられていないという回答が 3 倍近く増えている結果であった。

4. 報告書作成にあたっての留意点

・基本的な属性ならびに申込理由は必須質問とした。それ以外は、すべて任意の質問項目だったが、無回答も有効回答に含めた。
・本報告書に掲載した自由記述の回答は、紙面の制約や個人情報保護の観点などから原文の一部を文意が変わらない範囲で抜粋、省略、編集している場合がある。その他、明らかな誤字・脱字は修正、読みやすいように句読点をつけるなどした箇所がある。また、必要に応じて自由記述の文章に(注:)をつけ補足した。
・回答結果は、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%とはならない。
・報告書において、セーブ・ザ・チルドレンの過去調査との比較を行っている分析があるが、回答者は異なる。

Ⅱ. 調査結果の概要

1. 十分な食事の確保が困難な世帯、物価上昇による子どもへのマイナスの影響を感じる世帯が大多数

「子どもの食 応援ボックス」の申込理由の 9 割が「物価上昇による食費の値上がりにより、十分な食料を買うお金がない」だった(グラフ 10)。物価上昇により、2024 年と比べて食事の摂取量や品目など子どもの食生活へのマイナスの影響について「大いに影響があった」「やや影響があった」があわせて 88.9%(グラフ 24)、子どもの生活全般へのマイナスの影響もあわせて 83.6%だった(グラフ 26)。子どもの食生活へのマイナスの影響で「水などで空腹をまぎらわせている・まぎらわせることが増えた」という回答が 9.4%あり(グラフ 25)、生きることそのものが脅かされている子どもがいる。

2. 子どもの食事量・栄養不足の深刻化を懸念

朝食・昼食・夕食すべてで十分な量の食事が、「あまりとれていない」「とれていない」との回答があった(グラフ 11)。2024 年調査と比較すると、長期休暇中の昼食が「あまりとれていない」「とれていない」と回答した割合が 8.8 ポイント、夕食が「あまりとれていない」「とれていない」と回答した割合が 9.2 ポイント増加しており、2024 年に比べてすべての食事で子どもの食事の摂取量が減少し、栄養状況が悪化していると懸念される。米、魚・肉の摂取頻度・量も減少している傾向があり(グラフ 18,20)、十分な量の食事がとれないことで体調不良や体重の減少、集中力の低下も明らかになった(グラフ 13)。

3. 食費の平均額は月に 4.3 万円、2 人世帯では 3.2 万円、6 人世帯でも 6.8 万円

世帯の経済状況をたずねたところ、手取り月収 14.5 万円、1 か月あたりの消費支出は 16 万円、食費は 4.3 万円が平均額だった(表 2~4)。2 人世帯から 6 人世帯の 1 か月の消費支出の平均額が 13.4 万円から 21.8 万円、食費の平均額が 3.2 万円から 6.8 万円(表 5)で、切り詰めた様子がうかがえる結果となった。

4. 米の摂取量が不十分な世帯が半数、摂取頻度・量が減少した世帯が 7 割、米の工面で貯金切り崩しや借入も

給食以外で十分な量の米を「あまり食べていない」「ほとんど食べていない」という回答があわせて 43.3%だった(グラフ 14)。その理由の 9 割以上が「経済的な理由」であり(グラフ 15)、そのうち「米の高騰や物価上昇に対して賃金が上がっていないため」という回答が 8 割を占めた(グラフ 16)。また、2024 年と比べて米を摂取する頻度や量が「減った」「やや減った」世帯はあわせて 76.2%であった(グラフ 18)。米の購入のために「貯金を切り崩して工面している」世帯が 25.8%、「費用を工面できず借り入れをして購入している」世帯が 8.9%だった(グ

ラフ 21)。

5. 食料支援と現金給付への強い要望

子どもの食について希望する支援として「食料支援」が 72.6%(グラフ 28)、子育てをするうえで必要な支援が「現金給付」が 72.8%(グラフ 29)と、それぞれ最も多く、即効性のある現物給付、経済的支援が強く求められている。自由記述では、子どもの食生活が深刻な状況、生活基盤が揺らいでいる現状、将来への不安など切実な声が寄せられ、当事者の声を受け止め、迅速かつ実効性のある対策を講じることが望まれる。

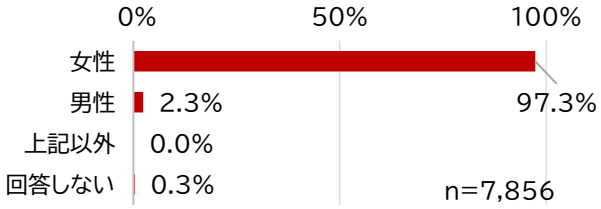
Ⅲ. 調査結果

1. 基本属性

回答者は住民税非課税の子育て世帯や児童扶養手当受給世帯などであり、回答者の性別は 97.3%が女性、年代は半数が40代であった。世帯状況は、ひとり親世帯が94.9%であった。本調査に回答した世帯に暮らす子どもの合計は、14,000 人を超えている。児童扶養手当の利用状況は、全部支給が 8 割を超え大多数を占めた。

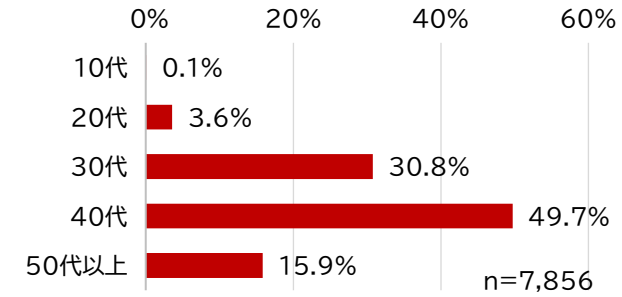
回答者の性別

グラフ1



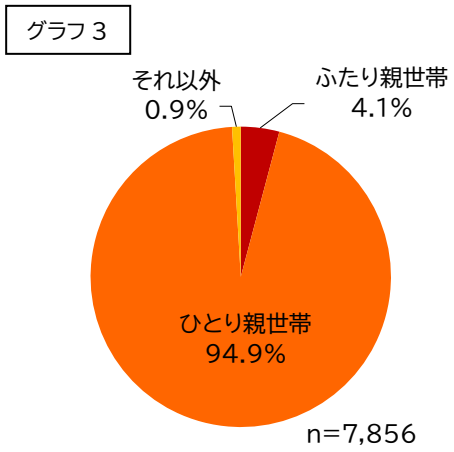
回答者の年代

グラフ 2



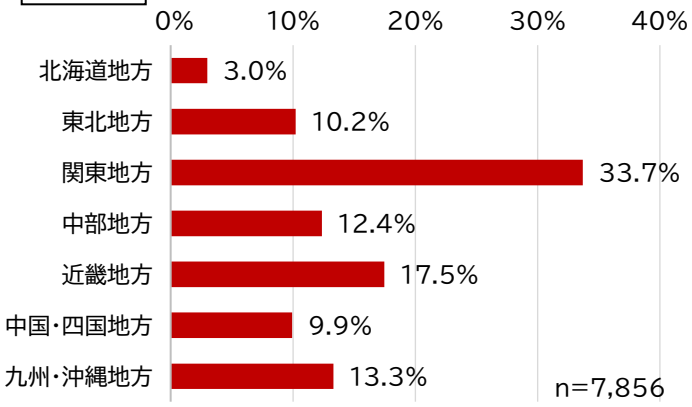
世帯状況

グラフ 3



回答者の居住地域

グラフ 4

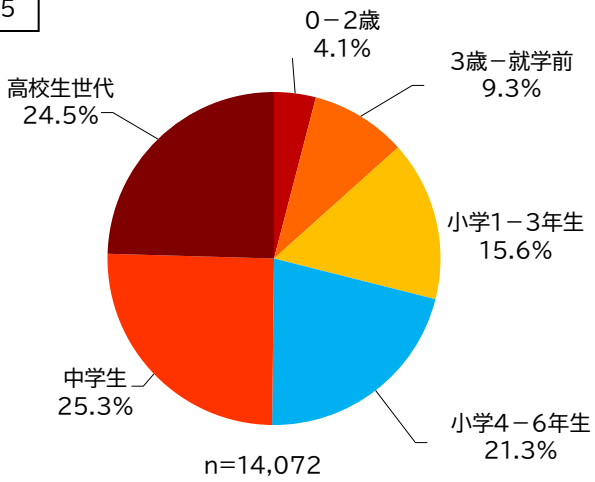


子どもの年代と年代別割合

表1

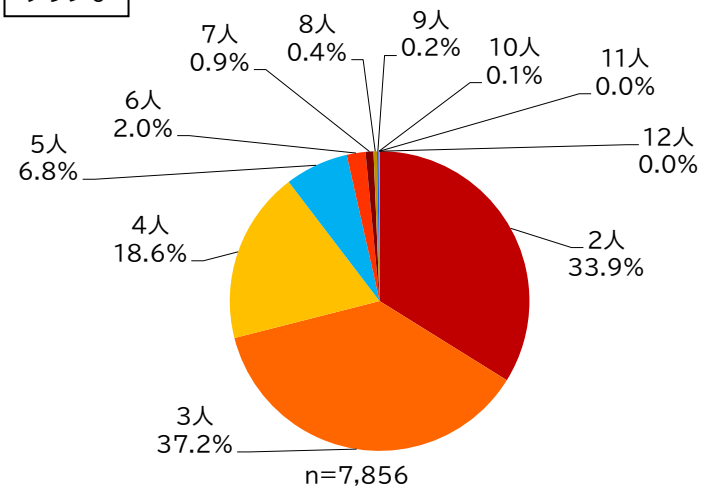
年代	人数	%
0－2 歳	570	4.1
3 歳－就学前	1,312	9.3
小学 1－3 年生	2,189	15.6
小学 4－6 年生	2,991	21.3
中学生	3,556	25.3
高校生世代	3,454	24.5
合計	14,072	100.0

グラフ 5



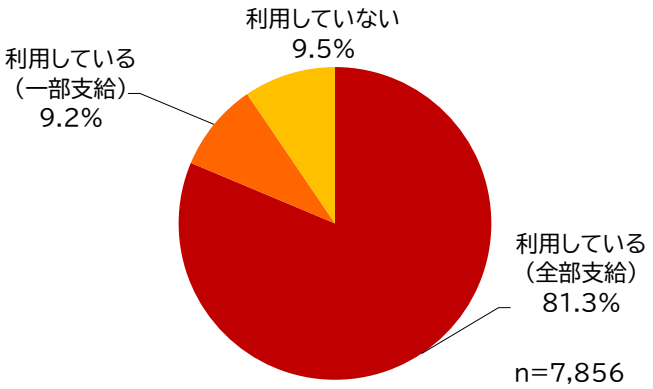
世帯人数（平均は 3.1 人）

グラフ 6



児童扶養手当の利用状況

グラフ 7

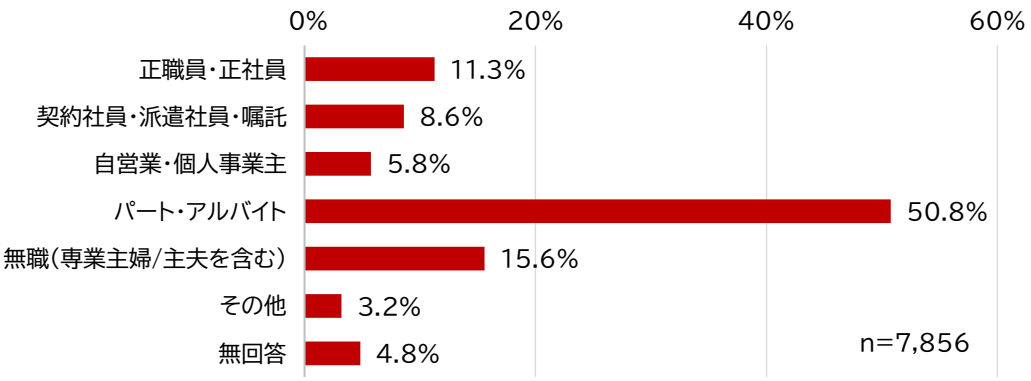


2. 保護者の職業について

母親の職業は、パート・アルバイトが半数を超え、次いで無職となった。父親の職業は、回答者のうち母子世帯が大多数を占めることから、ほぼ回答が得られていない。なお、就業状況は自己申告のため、回答者はひとり親世帯の場合でも、離婚した子の父親または母親、同居の祖父母、その他親族について回答している場合もある。

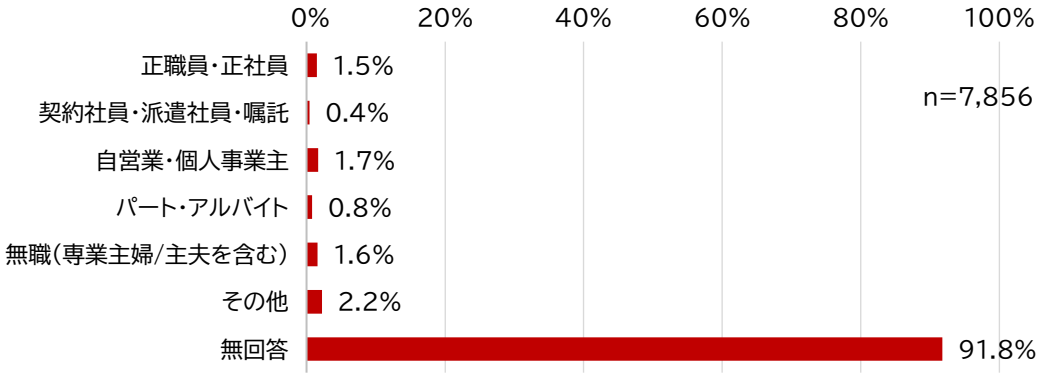
Q. お子さんの母親（またはいっしょに暮らしている女性の保護者）の就業状況についてお答えください。母親または女性の保護者がいない場合は次の質問に進んでください。（単数回答）

グラフ 8



Q. お子さんの父親（またはいっしょに暮らしている男性の保護者）の就業状況についてお答えください。父親または男性の保護者がいない場合は次の質問に進んでください。（単数回答）

グラフ 9

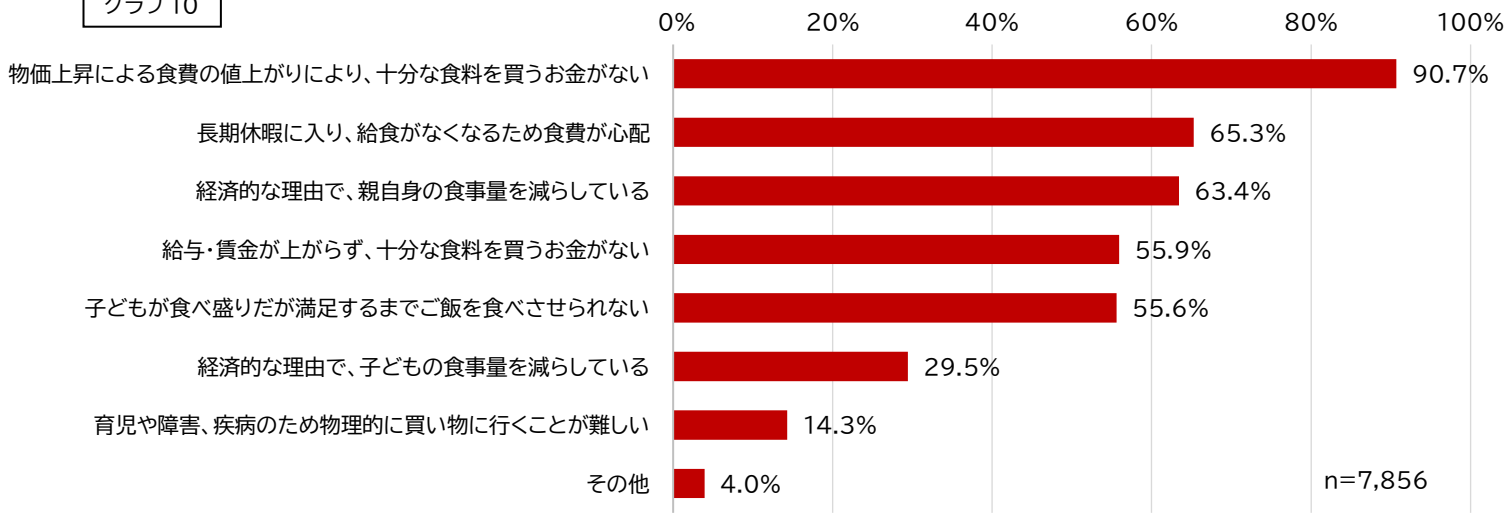


3. 「子どもの食 応援ボックス」の申込理由

申込理由は「物価上昇による食費の値上がりにより、十分な食料を買うお金がない」という回答が、9 割を超えた（グラフ 10）。次いで、「長期休暇に入り、給食がなくなるため食費が心配」が 65.3%、「経済的な理由で、親自身の食事量を減らしている」が 63.4%といずれも 6 割を超え、セーブ・ザ・チルドレンが 2024 年に行った調査（以下「2024 年調査」）における同様の質問の回答よりそれぞれ 6 ポイント以上増加している [2]。また、「子どもが食べ盛りだが満足するまでご飯を食べさせられない」が半数を超え、「経済的な理由で、子どもの食事量を減らしている」が約 3 割という結果から、子どもが成長に必要なカロリーや栄養を十分に確保できない状況が明らかとなった。

Q. 本ボックスのお申し込み理由を教えてください。（複数回答）

グラフ 10



[2] 「セーブ・ザ・チルドレン 「2024 年子どもの食 応援ボックス」申込者アンケート結果」（2024 年 7 月）
https://www.savechildren.or.jp/news/publications/download/report-foodbox2024.pdf
回答者 8,425 件。申込理由のうち、「物価上昇による食費の値上がりにより、十分な食料を買うお金がない」が 89.4%、「長期休暇に入り、給食がなくなるため食費が心配」が 56.9%、「経済的な理由で、親自身の食事量を減らしている」が 56.7%だった。

4. 世帯の経済状況について

手取り月収や消費支出、食費をたずねたところ、有効回答 6,408 世帯の月収平均額が 14.5 万円（表 2）、1 か月の消費支出の平均額は 16 万円（表 3）、食の平均額は 4.3 万円であった（表 4）。本調査では 2 人世帯から 6 人世帯の 1 か月の消費支出の平均額が 13.4 万円から 21.8 万円、食費の平均額が 3.2 万円から 6.8 万円（表 5）[3]となった。一方、総務省「家計調査」（2025 年 5 月分）[4]では 2 人世帯以上の消費支出が 31.6 万円、食費 9.4 万円だった。どの世帯人数においても、本調査対象世帯の方が「家計調査」と比べて有意に消費支出、食費が少なくなっており、食費をはじめさまざまな出費を切り詰めながら子育てをしている状況が示唆される [5]。

Q. 世帯の手取り月収はいくら程度ですか。（児童手当や児童扶養手当、養育費、年金なども含む、手元で使えるお金です。賞与は含まないでください。）

表 2

n数（人）	平均額
6,408	14 万 5 千円

Q. 世帯の 1 か月の消費支出は、およそいくらですか。1 万円など、万円単位でお書きください。消費支出には、食料品や日用品、家賃、光熱費、医療費、教育費、交通費、通信費、娯楽費など世帯のすべての支出を含んでください。（ただし、税金、社会保険料、ローンの支払いは含まないようにお願いします。）

表 3

n数（人）	平均額
6,408	16 万円

Q. 1 か月の世帯のすべての消費支出のうち、食費はおよそいくらですか。1 万 5 千円など、千円単位でお書きください。

表 4

n数（人）	平均額
6,408	4 万 3 千円

世帯人数別　1 か月の支出と食費

表 5

世帯人数	対象件数	消費支出平均額	食費平均額
2 人	2,124	13 万 4 千円	3 万 2 千円
3 人	2,403	15 万 7 千円	4 万 1 千円
4 人	1,200	18 万 3 千円	5 万 3 千円
5 人	452	19 万 8 千円	5 万 9 千円
6 人	136	21 万 8 千円	6 万 8 千円

[3] 100 件以上の回答が得られた世帯人数のみを掲載した。
[4]「家計調査報告－2025 年（令和7年）5月分－」（総務省、2025 年 7 月） https://www.stat.go.jp/data/kakei/sokuhou/tsuki/index.html
本調査では、消費支出・食費はともに回答者自身の判断で回答しているため、調査員が確認している総務省「家計調査」ほど厳密ではない。
[5] 食生活やライフスタイル、世帯構成の多様化が進む中、エンゲル係数だけでは生活状況の厳しさを的確に把握することは難しいという指摘もあるが、参考までに、消費支出（表 3）と食費（表 4）から算出したエンゲル係数は 26.9%であった。2025 年 5 月の総務省「家計調査」では、世帯人数 2.87 人あたり消費支出 316,085 円、食費 94,204 円でエンゲル係数は 29.8 %である。また、本調査では子どもの人数が増えるにつれてエンゲル係数値が上昇する傾向にあった。

1 年前の食費についてもたずねたところ、有効回答 6,234 世帯における 2024 年 6 月の 1 か月の食費の平均額は 3.8 万円だった(表 6)。2025 年 6 月は 4.3 万円であり、1 年間で5千円の増加があったことになる。本設問は 1 年前を振り返るものであり、また、子どもの年齢が 1 歳上がっていることなどから留意が必要な部分がある。一方で、低所得の子育て世帯が最低限の食事を維持するだけでも支出が増加している傾向を示唆しており、厳しい状況にあることが推察される。

Q. 昨年の今頃(2024 年 6 月)は、1 か月の世帯のすべての消費支出のうち、食費はおよそいくらでしたか。1 万 5 千円など、千円単位でお書きください。

表 6

n数(人)	平均額
6,234	3 万 8 千円

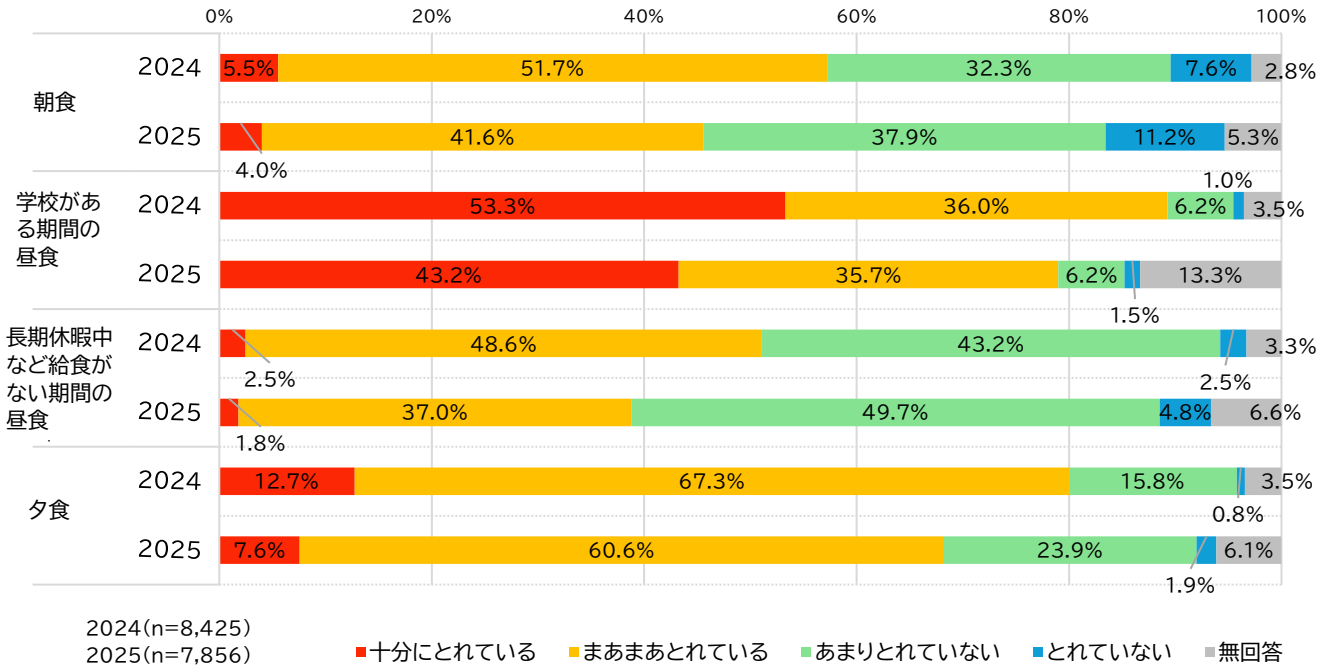
5. 子どもの食の状況について

子どもの食事の量についてたずね、2024 年調査と比較すると(グラフ 11)、「学校がある期間の昼食」において「十分にとれている」が 10 ポイント減少した。「長期休暇中など給食がない期間の昼食」では、「あまりとれていない」「とれていない」の合計が、45.7%から 54.5%と約 9 ポイント増加した。また、朝食の「あまりとれていない」「とれていない」の合計も 2024 年調査の 39.9%から 49.1%と増加し、夕食も 2024 年調査の 16.6%から 25.8%と、それぞれ約 9 ポイント増加している。2024 年と比べて、どの食事においても十分な量の食事がとれていない子どもが増加傾向であり、日常的な食生活の悪化が懸念される結果となった。

また、「学校がある期間の昼食」と「長期休暇中など給食がない期間の昼食」では、2025 年の回答で、「あまりとれていない」「とれていない」の合計が、それぞれ 7.7%と 54.5%であり、約7倍という顕著な差があった。こうした差は一般的に起きる可能性があるが、経済的に困難な世帯においては、その影響はさらに大きいと思われる。

Q. あなたは、子どもが十分な量の食事がとれていると思いますか。(単数回答) ※2024 年調査との比較

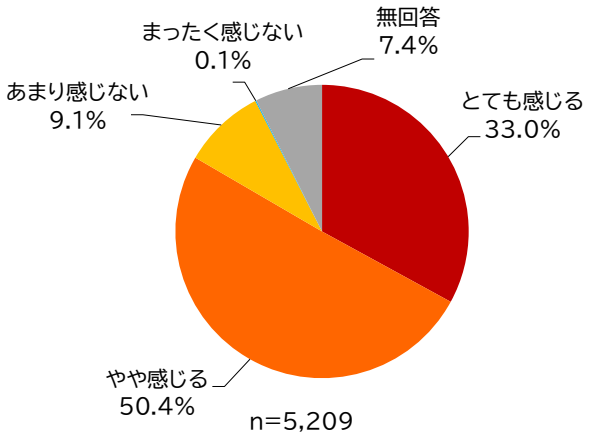
グラフ 11



子どもが十分な量の食事をとれていないことについて、成長や健康状態へのマイナスの影響を尋ねたところ、83.4%が「とても感じる」「やや感じる」と回答した（グラフ 12）。具体的な影響としては、十分な食事がとれず体調を崩しやすい子どもが 39.9%、「子どもがやせている傾向にある」が 38.9%といずれも 4 割近くだった。また、空腹によるやる気や集中力の低下、イライラするという回答がいずれも 3 割を超えている。さらに、実際に体重が減少した子どもが15.0%、空腹で眠れないという子どもが 8.2%だった（グラフ 13）。食事の不足が子どもたちの体調不良や体重減少、精神的な不安定さ、意欲や集中力の低下などに悪影響を及ぼしている実態が明らかとなった。

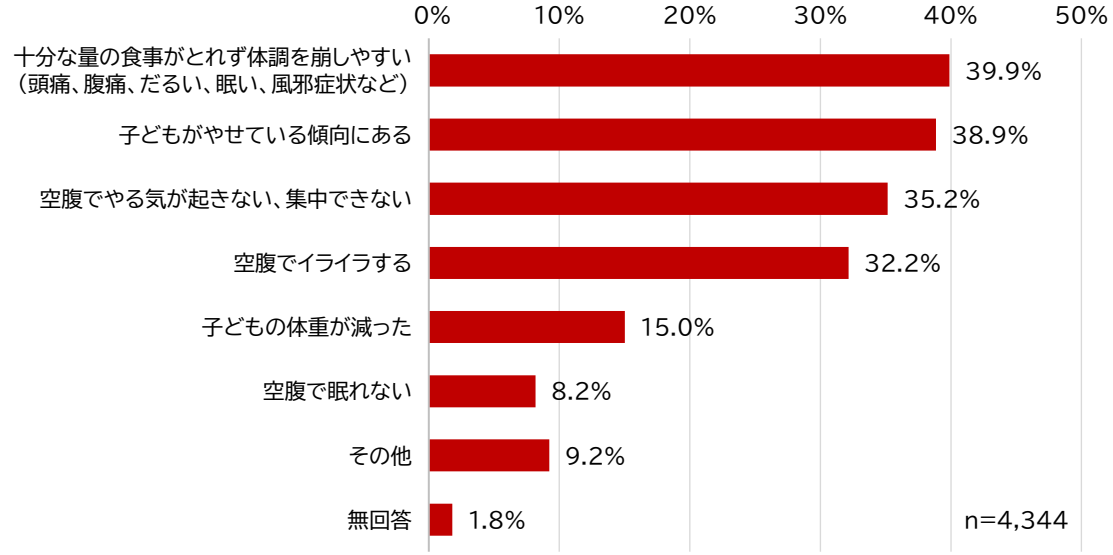
Q.（上記のいずれかで「あまりとれていない」「とれていない」と 1 つでも回答した人のみ）食事が十分にとれていないことで子どもの成長や健康状態にマイナスの影響を感じますか。（単数回答）

グラフ 12



Q.（上記で「とても感じる」「やや感じる」と回答した人のみ）食事が十分にとれていないことで、どのようにお子さんの成長や健康状態にマイナスの影響があると感じますか。あてはまるものをすべて選択してください。（複数回答）

グラフ 13

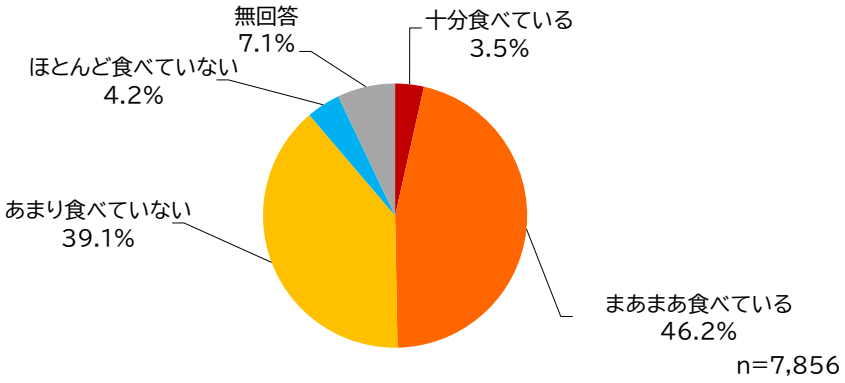


子どもの米の摂取状況に限定してたずねたところ、「あまり食べていない」「ほとんど食べていない」の合計は 43.3%だった（グラフ 14）。2024 年冬調査では、同様の回答が 37.2%[6]であり、6 ポイント増加している。その理由として「経済的な理由」が 91.9%であり、「米が売っていないため」の18.7%を大きく上回った（グラフ15）。「経済的な理由」について、具体的な理由をたずねたところ（グラフ 16）、「米の高騰や物価上昇に対して賃金が上がっていないため」が８割を超え、「そもそもの収入が低いため」が 68.3%、「公共料金や家賃の支払いを優先しているため」が 47.7%、「学用品費や教育費など子どもに関わる費用の支払いを優先しているため」が 42.1%だった。

調査結果から、賃金や収入の伸び悩み、公共料金や家賃、学用品費など必要な支出の優先により、米の購入費が後回しとなっている世帯の状況が明らかとなった。特に賃金や収入の伸び悩みについては、政府は賃上げを推進しているものの、物価高騰に賃上げが追いつかず、主食すら十分に確保できない世帯の状況が浮き彫りになったといえる。この結果は、実効性ある賃上げ対策、的を絞った経済的支援の必要性を示唆している。

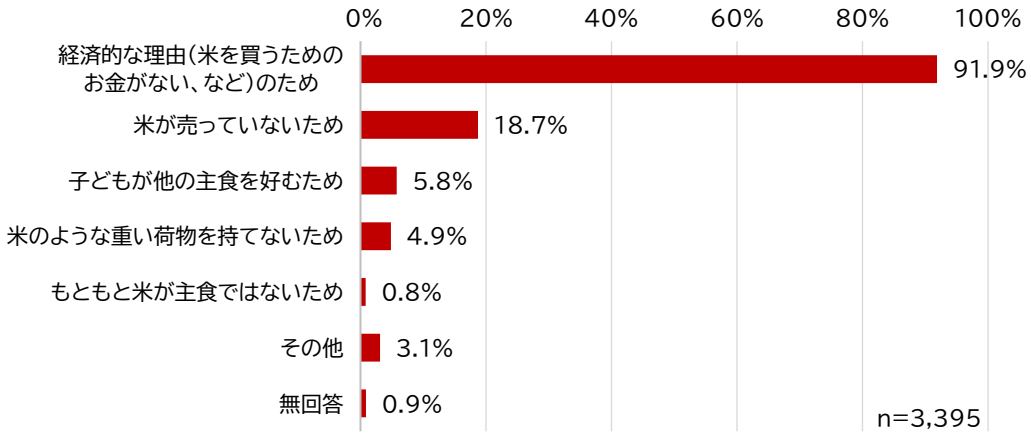
Q. あなたは、過去 1 週間に、給食以外で子どもが十分な量の米を食べていると思いますか。（単数回答）

グラフ 14



Q.（上記で「あまり食べていない」「ほとんど食べていない」と回答した人のみ）「あまり食べていない」「ほとんど食べていない」について、あてはまるものをすべて選択してください。（複数回答）

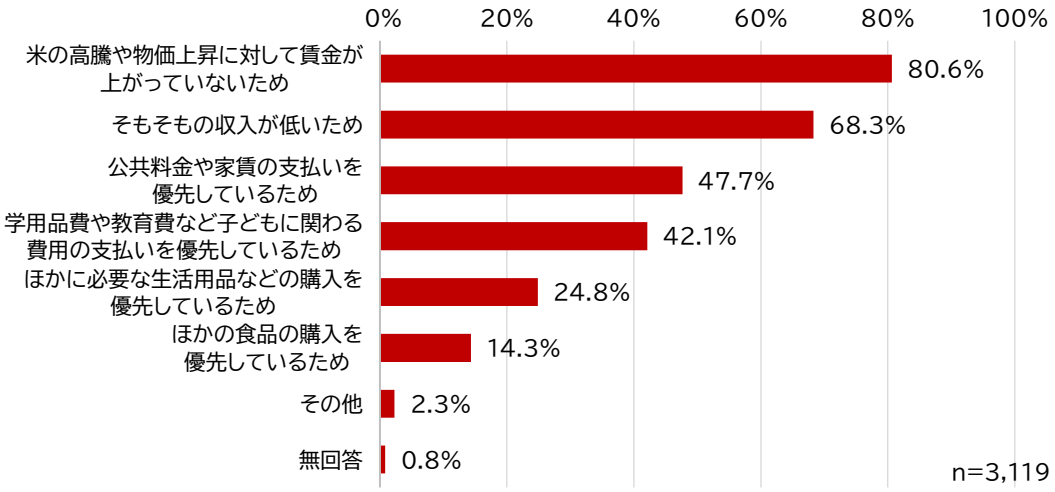
グラフ 15



[6] 24 年冬調査では、「経済的な理由であまり食べていない」が 32.6%、「経済的な理由でほとんど食べていない」が 2.4%、「経済的な理由以外であまり食べていない」が 1.7%、「経済的な理由以外でほとんど食べていない」が 0.5%だった。

Q.（上記で「経済的な理由」と回答した人のみ）「経済的な理由」について、あてはまるものをすべて選択してください。（複数回答）

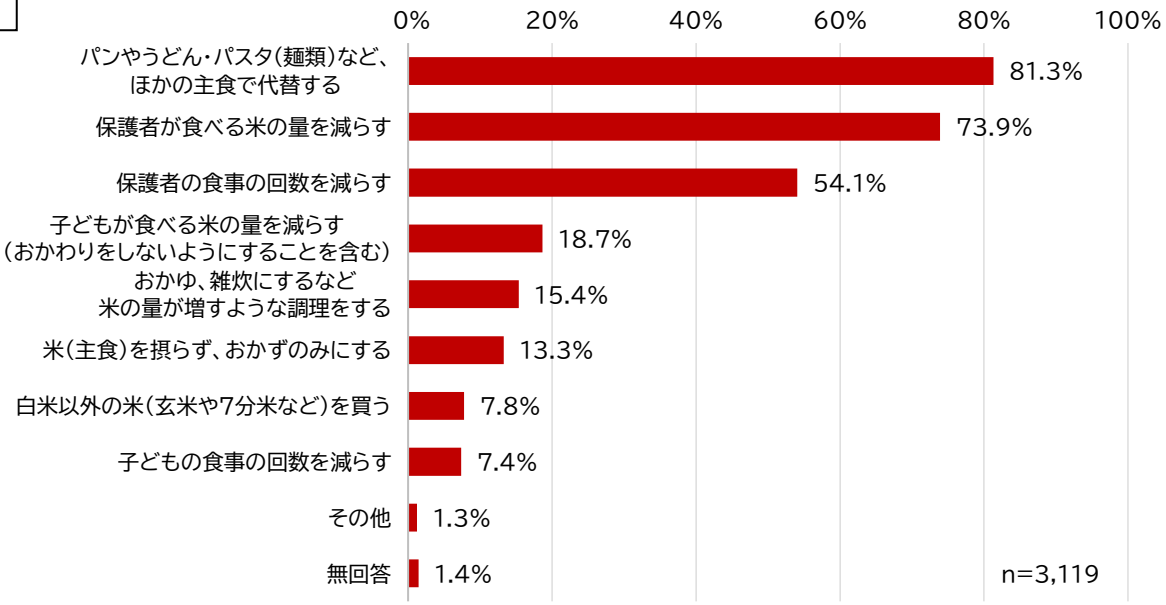
グラフ 16



米が十分食べられない時の工夫をたずねたところ、「ほかの主食で代替する」が最も多かったが、「保護者が食べる米の量を減らす」73.9%、「保護者の食事の回数を減らす」54.1%と、保護者側が対応する回答が目立った。一方で、「子どもが食べる米の量を減らす」18.7%、「子どもの食事の回数を減らす」7.4%と、子どもへの影響も見られた（グラフ 17）。1 年前の同時期と比べて給食以外で米を食べる頻度・量については、「減った」「やや減った」があわせて 7 割を超えており（グラフ 18）、主食である米の摂取量が減少傾向にあることが示された。

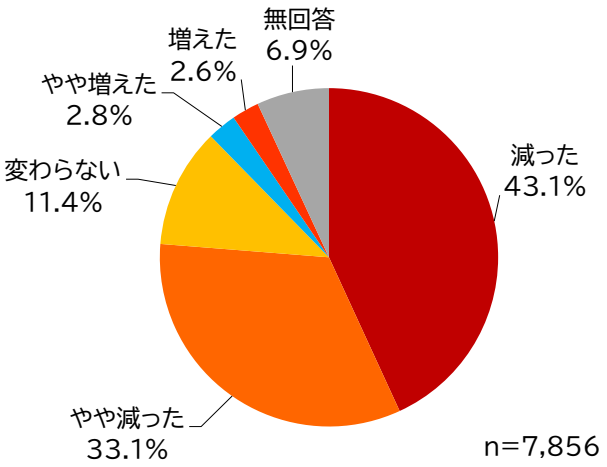
Q.（上記で「経済的な理由」と回答した人のみ）十分な量の米を食べることができないときにどのような工夫をして生活をしていますか。あてはまるものをすべて選択してください。（複数回答）

グラフ 17



Q. 給食以外の食事で米を食べる頻度や量は、昨年の今頃（2024 年 6 月）と比べて減りましたか。（単数回答）

グラフ 18

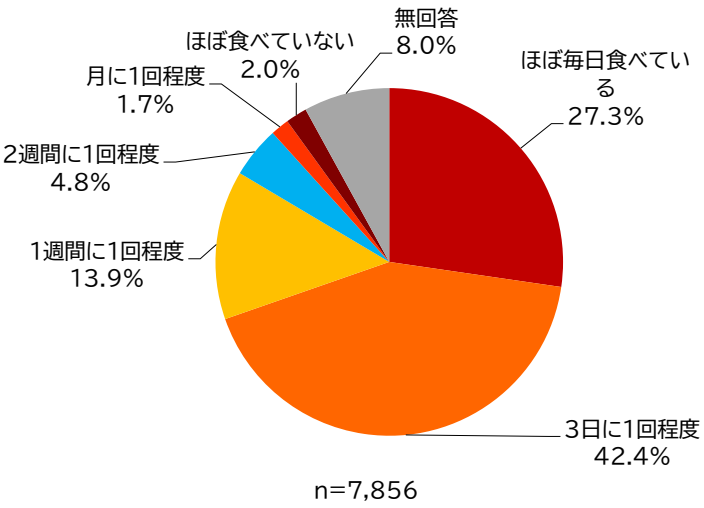


米に加えて、給食以外で魚・肉をどの程度摂取しているかたずねたところ、「ほぼ毎日食べている」は 27.3%にとどまり、「3 日に 1 回程度」が 42.4%、「1 週間に 1 回程度」が 13.9%であった（グラフ 19）。割合は少ないながら、「2 週間に 1 回程度」が 4.8%、「月に 1 回程度」が 1.7%、「ほぼ食べていない」が 2.0%という結果も、子どもの健康的な発育を考えると見過ごせない結果である。

また、1 年前の同時期と比べた給食以外での魚・肉の摂取頻度についてもたずねたところ、「減った」「やや減った」の回答があわせて 65.4%で、タンパク質の摂取頻度も減少が大きい状況が浮かび上がった（グラフ 20）。経済的に困難な状況にある子どもの場合、そうではない子どもと比較して、タンパク質の摂取が少ないことが知られており [7]、本調査の回答世帯の子どもたちにおいても、このままの状況が継続する場合、必要な栄養素やカロリーが得られず子どもの成長・発育へマイナスの影響が及ぶ可能性が危惧される。

Q. 現在、給食以外の食事で魚・肉をどの程度食べていますか。（単数回答）

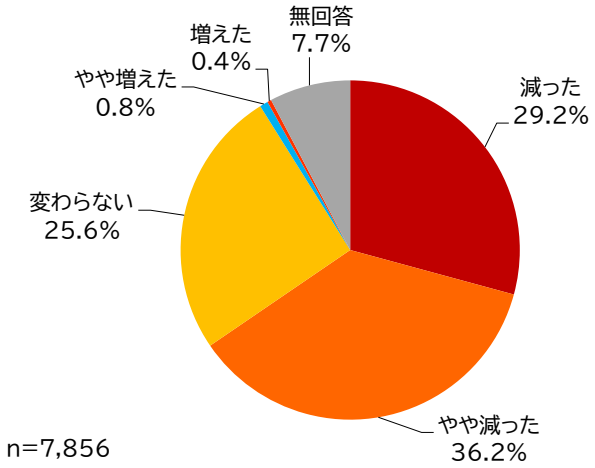
グラフ 19



[7]「令和元年度沖縄子ども調査（高校生調査報告書）」（沖縄県、2020 年3月）
https://www.pref.okinawa.jp/_res/projects/default_project/_page_/001/031/222/r01kokoseityousa-houkoku.pdf

Q. 給食以外の食事で魚・肉を食べる頻度は、昨年の今頃（2024 年 6 月）と比べて減りましたか。（単数回答）

グラフ 20

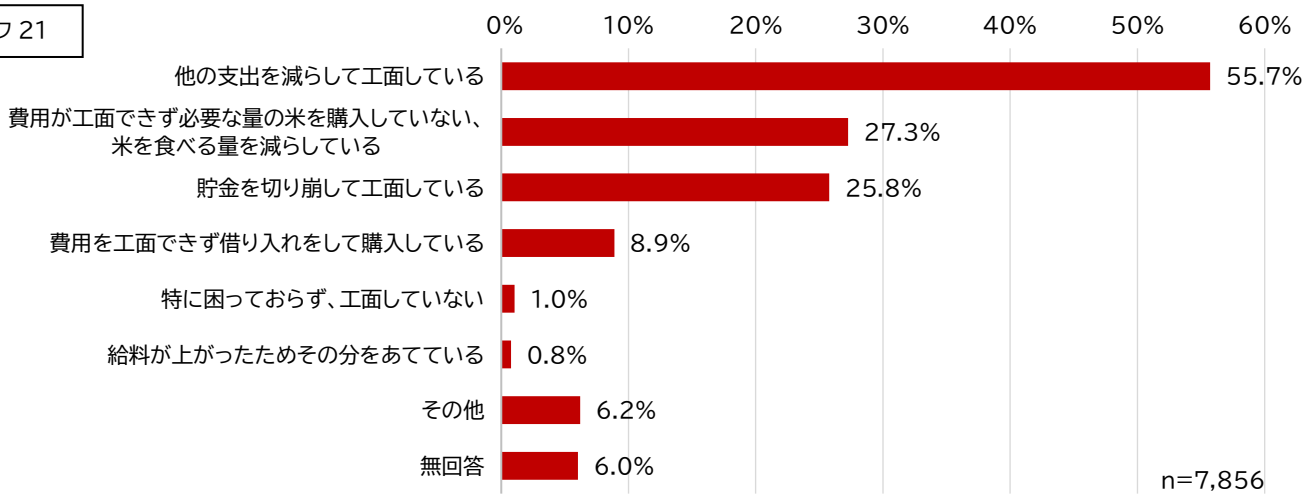


6. 米の購入状況について

米の購入費用をどのように工面しているかたずねたところ、「他の支出を減らして工面している」が 55.7%と最も高く、一方で「費用が工面できず必要な量の米を購入していない」も 27.3%と、3 割近くにのぼった（グラフ 21）。また、「貯金を切り崩して工面している」は 25.8%、「費用を工面できず借り入れをして購入している」は 8.9%だった。「他の支出を減らして工面している」と回答した世帯が、米の購入のために削減している支出は、「被服費」が 73.0%と最も高く、「米以外の食費」は 49.8%であった。また、「光熱費」は25. 0%、「家賃」は 5.6%であった（グラフ 22）。これらの結果から、多くの世帯が被服費や他の食費、光熱費など基本的支出を削減して米を優先的に確保していることがわかった。さらに、「費用が工面できず必要な量の米を購入していない、米を食べる量を減らしている」という回答が 27.3%だったことから、必要な量の米を購入できない世帯も一定数存在していることが明らかになった（グラフ 21）。経済的に困難な子育て世帯の生活基盤が、米の高騰によってゆらいでいる実態がうかがえる。

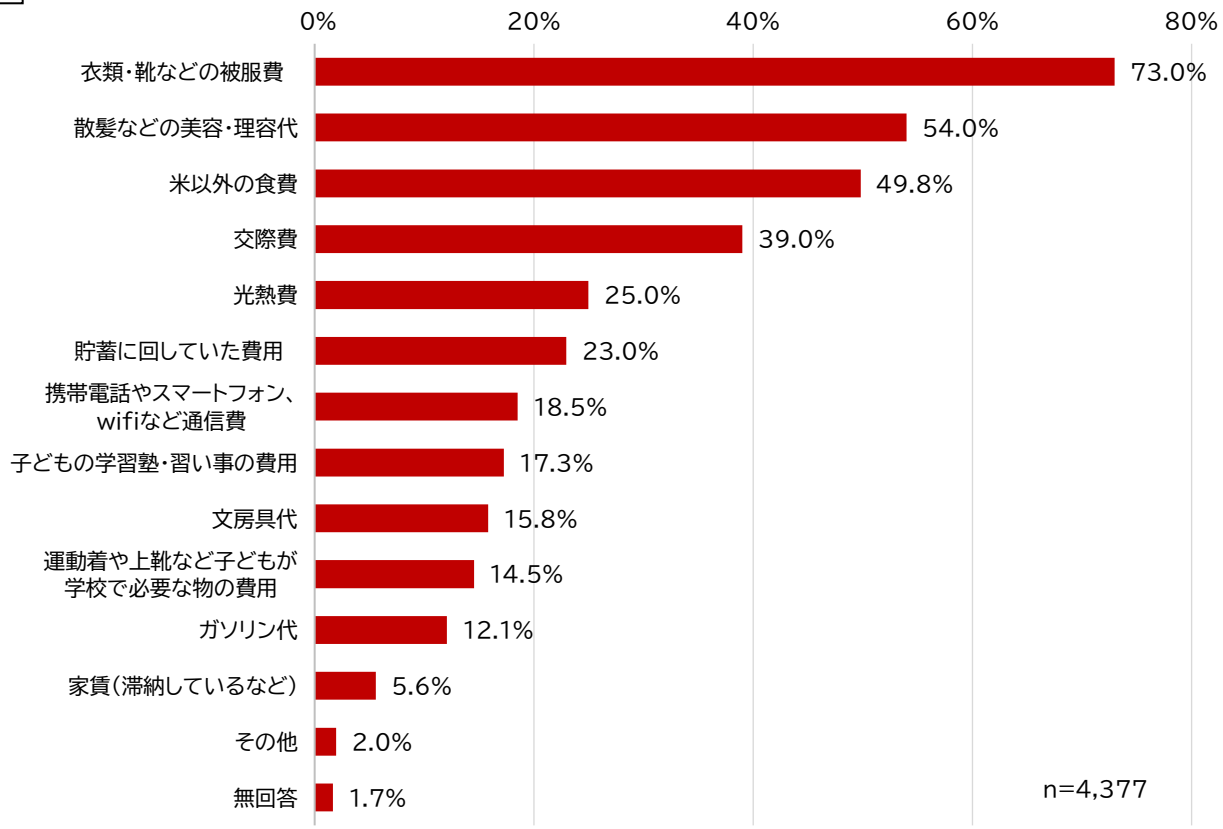
Q. 米の価格が高騰していますが、米を購入するための費用をどのように工面していますか。あてはまるものをすべて選択してください。（複数回答）

グラフ 21



Q.（上記で「他の支出を減らして工面している」と回答した人のみ）具体的に何の支出を減らしていますか。あてはまるものをすべて選択してください。（複数回答）

グラフ 22

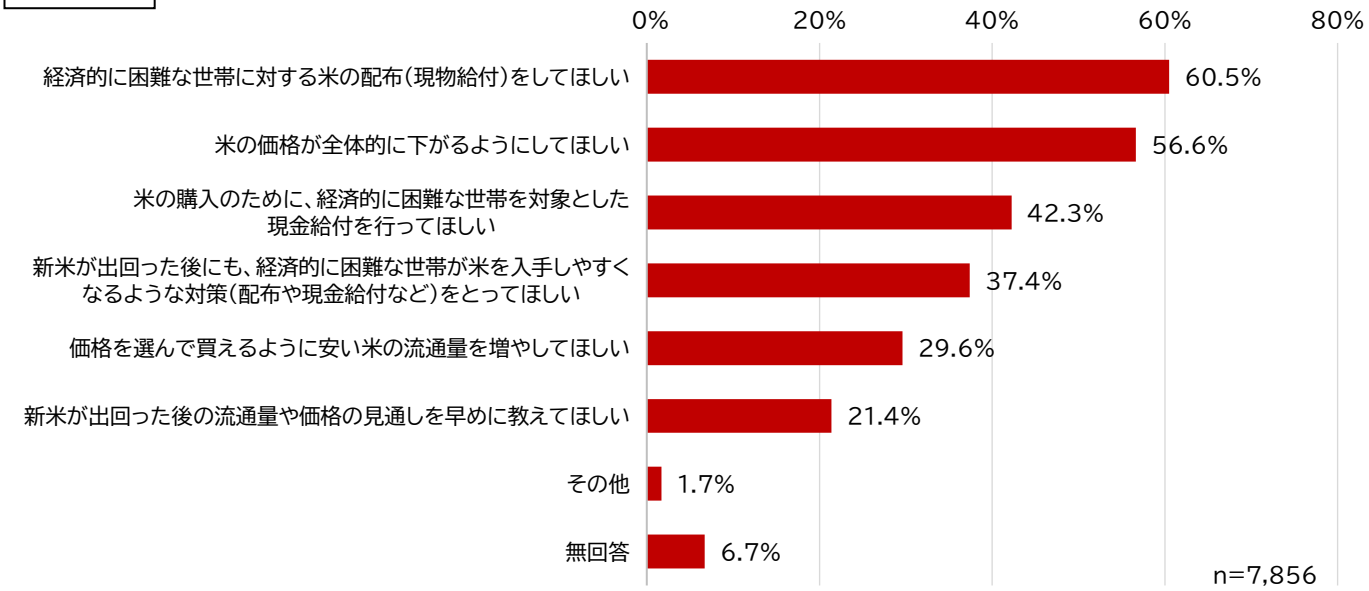


7. 米について求める対策

米について望む対策をたずねたところ、「経済的に困難な世帯に対する米の配布（現物給付）をしてほしい」が 60.5%、「米の価格が全体的に下がるようにしてほしい」が 56.6%だった（グラフ 23）。「米の購入のために、経済的に困難な世帯を対象とした現金給付を行ってほしい」も 4 割を超えた。「新米が出回った後にも、経済的に困難な世帯が米を入手しやすくなるような対策（配布や現金給付など）をとってほしい」も 37.4%と 4 割近くあり、中長期的に米の配布・現金給付を期待している様子がうかがえる。

Q. 政府は備蓄米の放出など、米に関する対策を進めています。米に関して、政府に望む対策はなんですか。あてはまるものをすべて選んでください。（複数回答）

グラフ 23



8. 物価上昇の影響

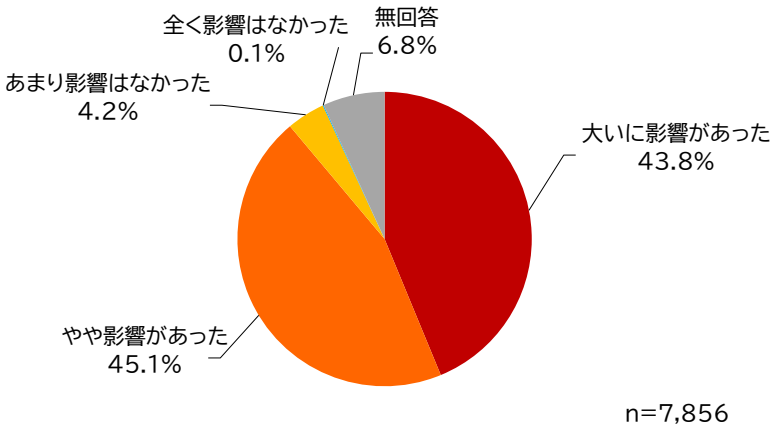
物価上昇による子どもの食生活へのマイナスの影響をたずねたところ、2024 年 6 月と比べて「大いに影響があった」「やや影響があった」の合計が 88.9%にのぼった（グラフ 24）。

具体的には、主食をはじめとする食品の買い控えが 6 割に達し、「子どもが『おなかが減った』と言うようになった・言う回数が増えた」が 25.6%、「水などで空腹をまぎらわせている・まぎらわせることが増えた」も 9.4%あった（グラフ 25）。最低限の食事すらとれていない状況にいる子どもの状況が浮き彫りとなっている。また、「子どもがおかわりする回数が減った・おかわりしなくなった」19.9%という回答からは、子ども自身が家計を気にして食事の量を控えている実態や、子どもに自由におかわりさせられない保護者の苦しい状況もうかがえる。くわえて、「外食」「おやつ」「野菜・果物」「肉・魚」の回数を「減らした・行かなくなった/買わなくなった」という回答は、2024 年調査と比べて、それぞれ 8.0～12.7 ポイント増加している [8]。特に「米・パンなどの主食を買う回数を減らした・買わなくなった」については、2024 年の 28.1%から 61.1%と 2 倍以上増加しており、主食の買い控えが顕著に出ている。物価高騰を背景に、経済的に困難な世帯において子どもの食生活が量・質の面で悪化していることが懸念される。

[8] 2024 年調査では、物価上昇による子どもへのマイナスの影響について「大いに影響があった」「やや影響があった」と回答した世帯のうち、「外食に行く回数を減らした・行かなくなった」は 55.8%、「子どものおやつを買う回数を減らした・買わなくなった」は 57.4%、「野菜・果物を買う回数を減らした・買わなくなった」は 56.2%、「肉・魚を買う回数を減らした・買わなくなった」は 52.3%だった。

Q. 昨年の今頃（2024 年 6 月頃）と比べて、物価上昇により、食事の摂取量や品目など、子どもの食生活についてマイナスの影響はありましたか。（単数回答）

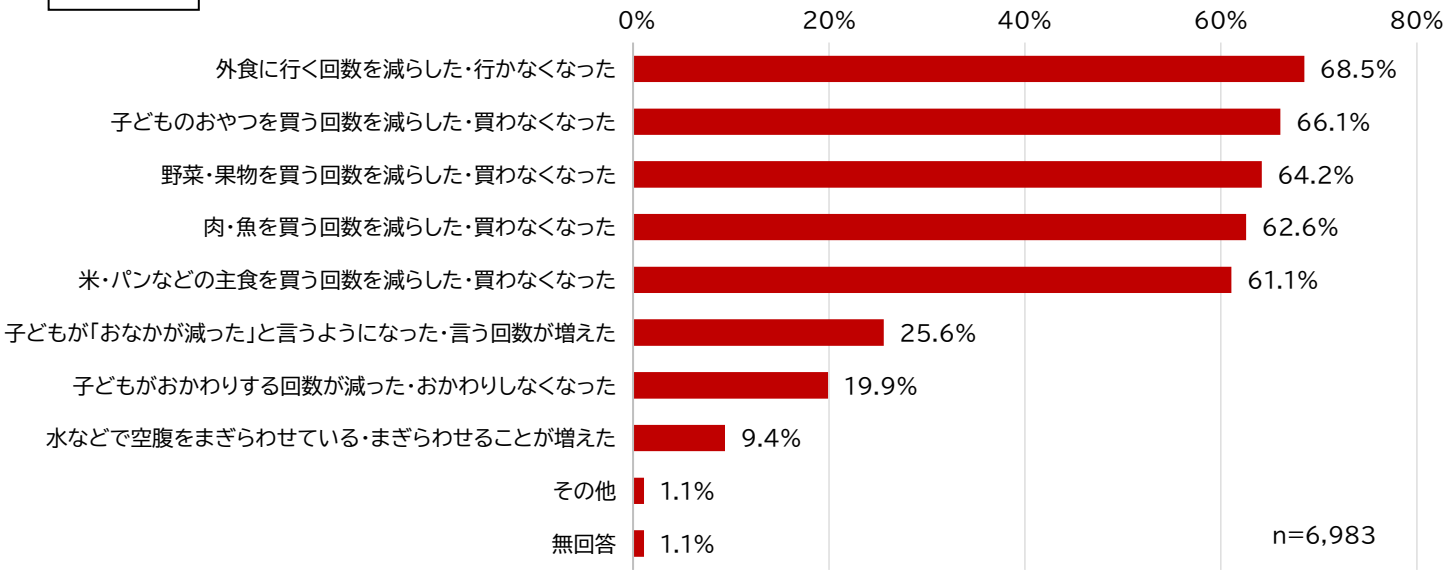
グラフ 24



n=7,856

Q.（上記で「大いに影響があった」「やや影響があった」と答えた人のみ）どのような影響がありましたか。あてはまるものをすべて選んでください。（複数回答）

グラフ 25



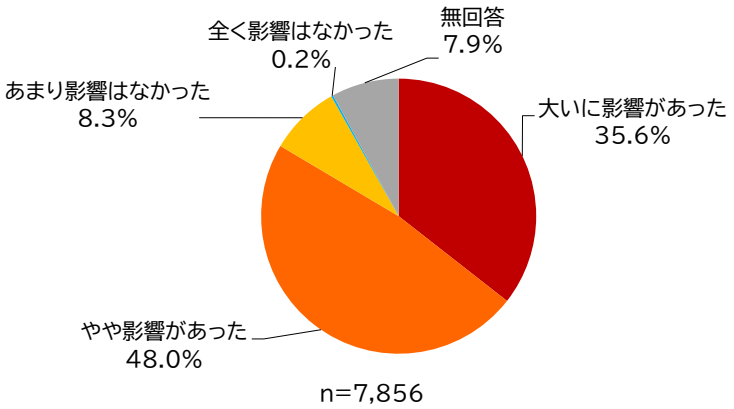
n=6,983

物価上昇による子どもの生活全般へのマイナスの影響を、2024 年 6 月頃と比較してたずねたところ、「大いに影響があった」「やや影響があった」の合計は 83.6%だった（グラフ 26）。具体的な影響としては、「子どもの衣類・靴などを買う回数を減らした/買わなくなった」が 81.8%と最も多く、24 年調査の 56.8%から急増している（グラフ 27）。衣食住のうち、「家賃や光熱費が払えないことがあった」も 2024 年調査の 13.5%から 24.2%と 10 ポイント以上の増加が見られた。また、「遊ぶもの・運動するもの」「制服・体操着・上履き」「学習塾・習い事」などでも、10.2～18.4 ポイ

ントの増加が見られた [9]。これらの結果から、衣食住を含む生活全般の水準が大きく低下しており、子どもの心身の豊かな発育や学びの機会がより制約を受けている実態が示されている。

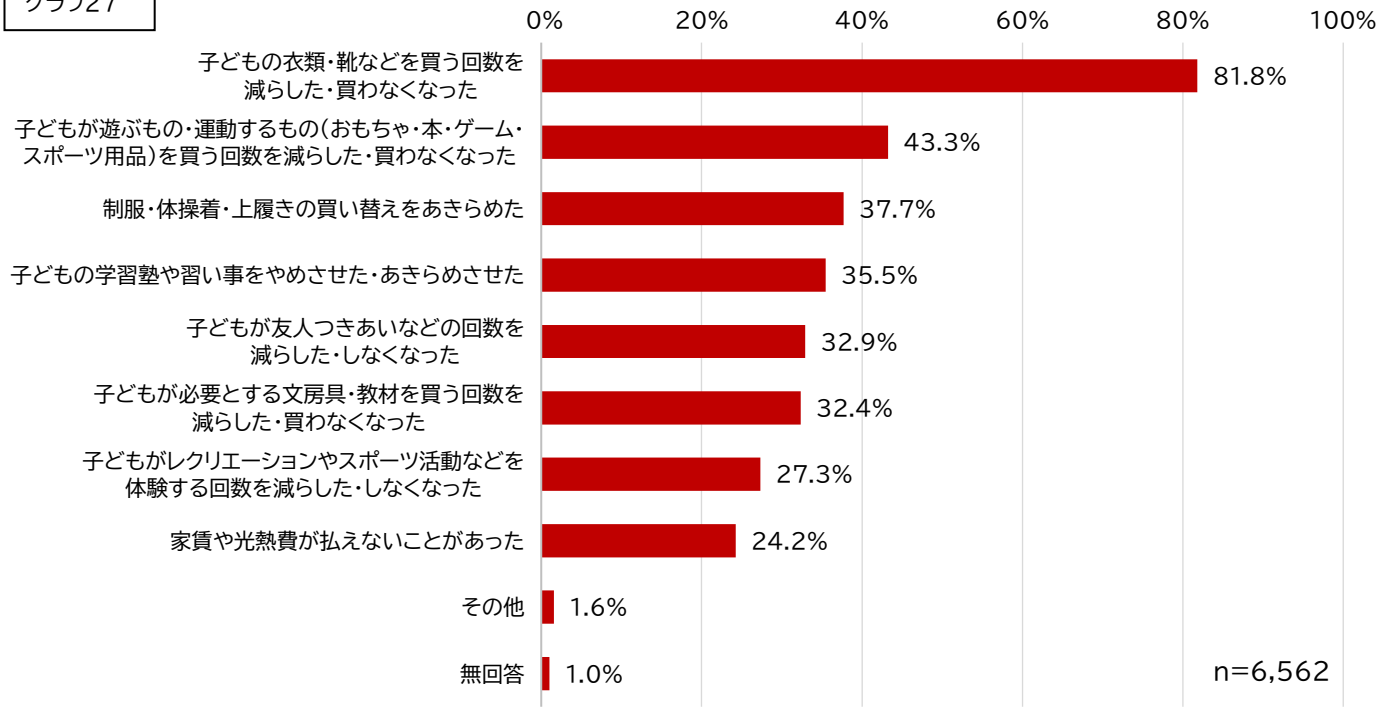
Q. 昨年の今頃（2024 年 6 月頃）と比べて、物価上昇により子どもの生活全般についてマイナスの影響はありましたか。（単数回答）

グラフ 26



Q.（上記で「大いに影響があった」「やや影響があった」と答えた人のみ）どのような影響がありましたか。あてはまるものをすべて選んでください。（複数回答）

グラフ27



[9] 2024 年調査では、物価上昇による子どもへのマイナスの影響について「大いに影響があった」「やや影響があった」と回答した世帯のうち、「子どもが遊ぶもの・運動するものを買う回数を減らした・買わなくなった」は 31.4%、「制服・体操着・上履きの買い替えをあきらめた」は 19.3%、「子どもの学習塾や習い事をやめさせた・あきらめさせた」は 25.3%だった。

Q. 今後、物価上昇が継続した場合に心配なことはなんですか。具体的に教えてください。

本設問へは、5,083 件、26 万字を超える自由記述の回答が寄せられた。
多くの回答において、食料品や光熱費、子育てに必要な費用など生活必需品の価格上昇により、日々の生活が困難になっている状況が具体的に記されていた。特に食への影響は深刻であり、食べ盛りの子どもに十分な量や栄養バランスの取れた食事を与えられないことへの罪悪感や心苦しさを訴える声が目立った。子どもが食事を我慢する状況も見られ、保護者が子どもにお腹いっぱい食べさせてあげたいという切実な願いも見られた。
食費だけでなく、光熱費や家賃などの固定費も家計を圧迫しており、滞納や住居を失うことへの不安につながっている記述も複数見られた。貯蓄が困難であるという声も多く、子どもの塾や習い事、さらには進学といった将来の可能性を諦めさせなければならないという強い不安が広がっている。
多くの保護者は、自身の食事や衣服、交際費を切り詰めることで子どもを優先しているが、それによって精神的なストレスを抱えたり、社会的孤立感を深めている様子もうかがえた。賃金が上がらない中、ぎりぎりまで節約しても支出が増え続ける状況に限界を感じている声も少なくなかった。現金給付や食料支援といった直接的な支援や、児童手当や児童扶養手当の拡充など、行政による実効性のある支援を強く求める声が上がっている。
自由記述をカテゴリー分けし、それぞれに関連する声を紹介する(( )内は回答者の居住地、性別、世帯状況、年代)。

A. 食生活への深刻な影響

物価高騰により、米・野菜・肉・魚などの基本的な食材を買い控えており、栄養バランスの崩れが深刻化している様子が多数寄せられた。保護者が自身の食事を抜いて子どもに与えるケースも多く見られた。安価で栄養価の低い食品に頼らざるを得ない状況もあり、栄養面や健康への影響を懸念する声も目立った。

- 食べ盛りの子達に必要な魚、肉もなかなか購入できず栄養面も心配です。夕飯の後に必ずお腹空いた、と言われて心苦しくなります。いつかもうお腹いっぱいで苦しい、と言うまで食べさせてあげたいです。(群馬県、女性、ひとり親世帯、30 代)
- 肉魚、野菜果物など食べる頻度は減らさないようにしてるけど量が減りました。米が高く麺類にする事が増えました。もやしやきのこなどでカサ増しする事が増えています。(富山県、女性、ひとり親世帯、40 代)
- 米などの主食が高くなると一気に食卓への影響が出ます。成長期の子どもが食べる量を減らし、痩せてしまいました。子どもに心配をさせないように安定した供給、見通しを求めます。(福岡県、女性、ひとり親世帯、40 代)
- 食べ盛りの子供達に栄養の摂れた食事が出せなくなって、成長に影響がおきないか心配です。お米がなかなか買えず、パンやインスタント麺での食事が増えたので、肥満や健康面でも心配です。(大阪府、女性、ひとり親世帯、30 代)
- おかわりもできないため、お米が高いからと我慢をしており、口癖がお腹減ったです。安くてボリュームのあるパンや小麦製品を食べていたら皆お腹がでてきました。野菜や果物を買うことを控えるため、風邪や口内炎、皮膚トラブルも増えました。(東京都、女性、ひとり親世帯、40 代)
- 子どもが経済格差を肌で感じてしまい惨めな気持ちを抱えたり、他の子を妬んだりしてしまうことがとても心配。今は母(私)の食事を減らすなどして食べ盛りの子どもには少しでも栄養をとってもらっているが、ほどなくして親自身が健康を損なう時が来てしまいそうで不安。(神奈川県、女性、ひとり親世帯、50 代以上)

- 食べ盛りの子供達がいます。お金が無い事を共有しているので子供達がとても気を遣っています。お米も大切に大切に食べていて、でも食べないわけに行かないので高いけど何とか買います。親は必死に働きます。でも親子で満足に食べていません。この私が倒れたらどうしよう、もっと状況が酷くなると心配でたまりません。（愛知県、女性、ひとり親世帯、40 代）

B. 生活基盤（住居やライフラインなど）が揺らぐ現状

家賃や電気・ガス・水道代の高騰により、生活の維持が困難になっているという切実な声が多数あった。公共住宅の抽選に落ち続ける家庭や家賃が支払えない状況など、住環境の不安定さが生活全体に影響している様子がうかがえる。夏の電気代や、クーラーの使用を控えた場合の健康への影響を心配する声も複数見られた。

- 毎月家賃、光熱費を滞納していていつ追い出されるかわからないので、食費等にあまりお金をかけれなく、毎日空腹と不安で精神的にキツイです。（大阪府、女性、ひとり親世帯、50 代以上）
- 賃金が上がらず物価だけ上がって、生きていけない。食品もガソリンも電気ガス水道も上がって、生きていけない。（愛知県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 家賃滞納、光熱費滞納、学校関係の引き落としができない（残高不足）。（茨城県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 最近アパートの賃料も値上がりされた。収入が少ないので生きていけるか心配になる。（埼玉県、女性、ひとり親世帯、30 代）
- 家賃が払えなくなり住むところが無くなります。（千葉県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 本当に生活ができない。家賃が低いところに引越したくても引越し費用がない。国も市も誰も助けてくれない。（福岡県、女性、ひとり親世帯、30 代）
- 夏になる頃にはクーラーなども適切に使わなくてはいけなくなり、電気代もかかり食費もかかるので、本当に命を守る動きを取れるかわからない。（徳島県、女性、ひとり親世帯、30 代）
- 水光熱費を減らすため、子どもに厳しくなることが胸が痛い。（東京都、女性、ひとり親世帯、40 代）

C. 子どもの教育・将来の機会への不安

学用品、制服、給食費・昼食費などの費用が家計を圧迫している状況への言及が見られた。子どもに進学や習い事を諦めさせざるを得ないという声も複数寄せられている。生活基盤が不安定な中、子どもの教育に関わる制度が不十分で、将来の教育費への不安が大きい声も少なくなかった。また、子どもが経済的理由で夢を諦めることに対する、保護者の罪悪感が強く表れている様子もうかがえた。

- 子供の部活動で必要な物、学校での運動着、上履きなど買い替えが必要な物など全てが購入できなくなる‥。このまま物価高騰が長期継続するようであれば子供の部活動、習い事を継続するのは困難になります‥一時的な給付金では生活費で終わってしまい繋げることができないため、物価高騰の時期だけでも継続した給付金を望みたいです。（長野県、女性、ひとり親世帯、30 代）
- いつもお金の事を考えて、学校から急に何かの集金が来たらどうしようとか、最近ではプールが 6 月末から始まるので水着を購入しなくてはならなくて、でも梅雨でプールが中止になるかもしれないので購入しないでいます。（東京都、女性、ひとり親世帯、50 代以上）

- 学校にお金が払えない。子供がいつも同じ服を着ている。学校で必要なものが買えない。（福島県、女性、ふたり親世帯、40 代）
- 今は貯金を切り崩して何とか生活ができていますが、本当は子供の将来の教育費のために貯めてあったものなのでとても心苦しいですし、いざ上の学校へ行く事になった時どうするかとても不安です。（愛知県、女性、ひとり親世帯、50 代以上）
- 来年度高校生になる子供を学校に通わせる事が難しいので、高校を諦めるか悩んでます。（静岡県、女性、ひとり親世帯、50 代以上）
- ジャージや上履き等も値段が上がった。宿泊学習や修学旅行代も高くなった。（茨城県、女性、ひとり親世帯、30 代）
- 今年中学に入学した子の制服の一部、体操服の一部、部活動用品が買えてない、小学校に入学した子の体操服の一部も買えてないし、真ん中の子の通学帽子が破損してても新しく買ってあげれない、小学生組に日傘も準備ができてないので、（注：物価の）上昇が継続したら尚更買ってあげれないので、まわりと違いすぎる事で子供がどう感じるのか、変わらず学校へ行ってくれるかが心配です。（岐阜県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 学校行事や習い事にかかる費用を抑えるために、子供達に精神的に我慢をさせていることが心配。（沖縄県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 高校生の子どもがアルバイトを頑張っており、本来は運転免許を取るために貯金をしてほしかったが、お米を買ってもらうようになった。学校の定期代が払えず、一時間以上かけて歩いて行くことも増えた。私一人の収入で高校生と中学生の食費はまかなえない。高校生の子のアルバイト代で自分の朝食と昼食をお願いしている。（大阪府、女性、ひとり親世帯、40 代）

D. 保護者の精神的・物的負担

生活の見通しのなさ、将来への不安、子どもへの罪悪感から、保護者が精神的負担を感じている声が複数寄せられている。保護者のうつ状態や絶望感を訴える声もあり、家庭内の雰囲気や親子関係にも悪影響が出ている深刻な状況も確認された。保護者が食事など自身にかかる費用を極限まで削っている声も複数あった。

- こどものこともそうなのですが、私が痩せてしまって、周囲にはダイエットと言っていますが、物凄くお腹すいてます。仕事中倒れたこともありました。子供たちには痩せさせないように気をつけています。早く通常のお米の金額に戻ってほしい！！（静岡県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 現在母の私の就労状況を変更して何とかしていますが、無理をしている自覚はあるので、ずっと続くと母の私が倒れるなどしそうです。（山梨県、女性、ひとり親世帯、50 代以上）
- 子どもの生活にはなるべく影響がでないよう、私（親）自身にかかる費用を削っている。友人とも会わないし（会えばランチ代とかかかる）、化粧品もプチプラ、すぐサイズアウトする子どもの洋服を買うために自分の洋服はほぼ買わない、美容院は半年行っていない。これ以上の物価上昇は親自身の人生の楽しみを奪い鬱になりかねないとおもう。そんな親がたくさんだと思う。（岐阜県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 今現状で苦しさで喘いでいるのに、この先なんてない。物価上昇が続いて収入が変わらないなら死ねと言われているも同然です。（神奈川県、女性、ひとり親世帯、50 代以上）
- 支出はどんどん上がり、収入はほとんど上がりません。元々、身体を壊してフルタイムで働けなくなって、心身の調

子と生活を立て直すために何とかやってきたけど、もう無理なのかな？と時々絶望的な気持ちになります。（茨城県、女性、ひとり親世帯、40 代）

- 今は経済的に苦しいと実感するため、家計簿をつけることが精神的に苦しく、把握できていません。この負のスパイラルから抜け出したいのに、精神はどんどん病んで、できないことが増えてしまいました。こころの中でずっと助けてと思っています。ただでさえ、今が辛いのに、物価がこのままあがることは怖すぎて考えたくないです。（東京都、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 生活していけるのか心配。物価上昇でお金がなく子供に強くあたってしまう。（沖縄県、女性、ひとり親世帯、20 代）

E. 保護者の収入の減少と子育て、就労のジレンマ

保護者の収入が限られ、物価上昇に追いつかない切実な声が多数寄せられた。子どものことを考えると働く時間を制限せざるを得ず、転職も難しいというケースもあった。一方、わずかな昇給があると、各種支援制度の対象外になるなど、制度の不合理さに憤る声も複数あった。

- 仕事を増やすとなると子どもたちは夜まで子どもだけで家にいることになってしまうため、そこまで子どもたちに負担はかけられないし、、と感じています。（東京都、女性、ひとり親世帯、30 代）
- 経済的にやっていけない。仕事を増やしたら税金があがり、児童扶養手当もなくなる。（愛知県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 本業の収入が増えず、借入金も少なくはないので、土日祝日にできるアルバイトに申し込んではいるが 50 代を雇いいれてくれる企業はほとんど無く、いかに収入を増やすかが課題である。（愛知県、男性、ひとり親世帯、50 代以上）
- 物価は高くなる一方で給料は上がらない（上がっても引かれる社会保険、税金も上がり）手取りは変わらず、マイナスの一方で不安しかありません。一度も養育費を払わない、連絡もない元旦那を頼るべきなのかと迷っていて苦しいし悔しいです。貯金が全くできないので将来が不安です。（沖縄県、女性、ひとり親世帯、20 代）
- もう節約できるところがありません。仕事を増やすと、自分の余裕もなくなりますし、収入増加により手当が減ったり福祉が受けられなくなると逆効果なので、物価高騰と一緒に所得制限も底上げしていってもらわないと収入が増やせないので生活のクォリティは落ちる一方です。（大阪府、女性、ひとり親世帯、50 代以上）
- 物価が上がっても手当類は（毎年 4 月に見直しはありますが、障害年金や児童扶養手当などの全て）ほぼ変わらず、物価上昇のスピードのほうが大きいのでさらに生活が苦しくなることが心配です。（福岡県、女性、ひとり親世帯、40 代）

F. 行政・社会への具体的な要望

生活や将来への不安を背景に、現金給付、食料支援、税制度の見直し、教育費支援など、具体的な支援を求める声が多数あった。政府の備蓄米政策への率直な意見も寄せられている。特にひとり親世帯や低所得世帯への継続的な支援を求める声が多く、現行制度の限界を訴える声も目立った。

- 給与は簡単に上がらないのに家賃や、食費、日用品、全てにおいて、一気に上がりすぎて差が酷すぎる。政府は金撒くなっていうけど、私たちみたいな母子家庭は金が欲しいです。母子家庭や、ひとり親家庭は稼げません。どん

なに頑張っても。。。（福岡県、女性、ひとり親世帯、30 代）

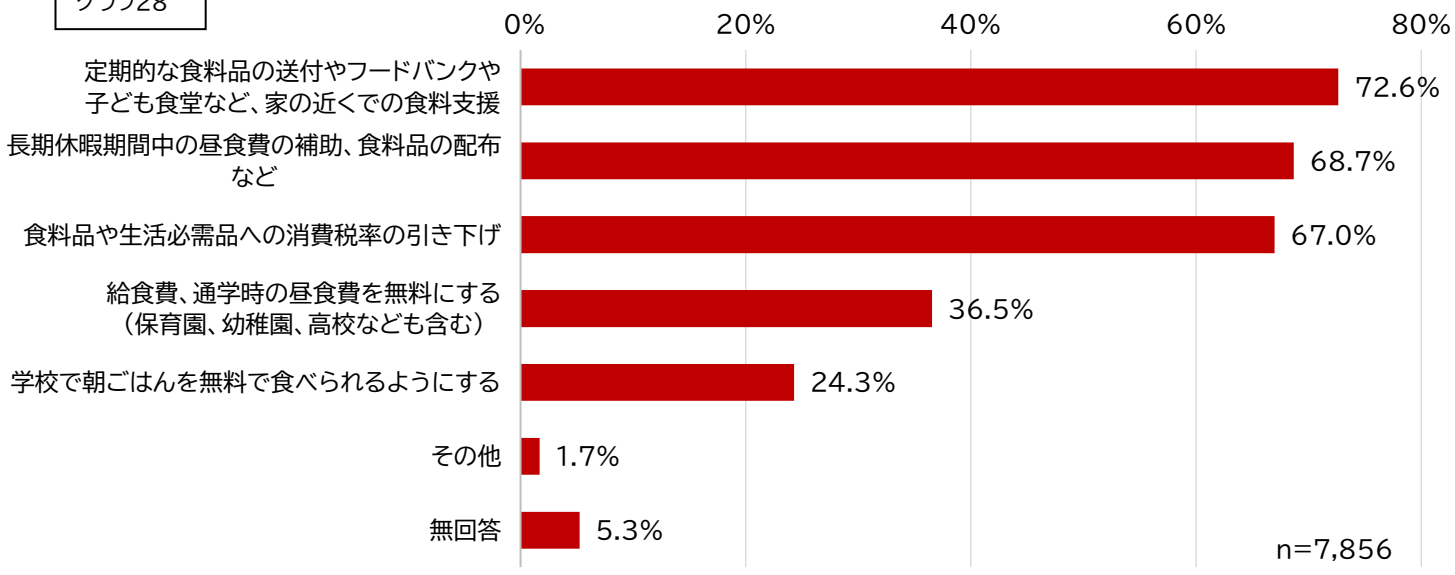
- もし（注：物価）上昇が継続したら受験生として新入生としての費用が確保できません。すでに中学入学時のマイナスが尾をひいていまだに負債が改善されません。必要品が高すぎて本当につらいので、学用品などは現物給付できるようにしてほしいです。（宮城県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- まずは消費税を無くして欲しいです。（東京都、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 備蓄米などを本当に必要な世帯が買えるようにしてほしい。朝早くから並んだ人だけが買えたりするのは平等ではないと思います。一生懸命に仕事してその帰りにも買えるようにしてほしい。1 人で子供を育てている世帯には朝早くからお店に並んだりはできません。（石川県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 近くのスーパーでは、備蓄米も先着 25 袋しか売っていません。並んでいる暇もありません。卵の時もお米の時も心配で心細くて、配給してほしいです。（北海道、女性、ひとり親世帯、50 代以上）

9. 希望する支援について

子どもの食について希望する支援をたずねたところ、最も高かったのが食料品の送付やフードバンクなどによる食料支援で 72.6%にのぼった（グラフ 28）。ついで「長期休暇期間中の昼食費の補助、食料品の配布など」と「食料品や生活必需品への消費税率の引き下げ」が 7 割弱となっている。今すぐに家計の食費の負担を軽減するような支援を求めていることが明らかになった。特に食料品の送付やフードバンクについては、2024 年調査と比べて 13.0 ポイントも割合が高くなっており [10]、即効性があり家の近くですぐに利用できる食料支援を必要としていることが分かった。
一方、保育園・幼稚園から高校までを含めた「給食費、通学時の昼食費を無料にする」については、36.5%が選択しており、「学校で朝ごはんを無料で食べられるようにする」も 24.3%回答があった。これらの結果から、学校や保育園、幼稚園など子どもが過ごす場所において、無償で食事ができる体制を整えることが望まれていることが分かる。

Q. 子どもの食について、希望する支援はなんですか。あてはまるものをすべて選んでください。（複数回答）

グラフ28

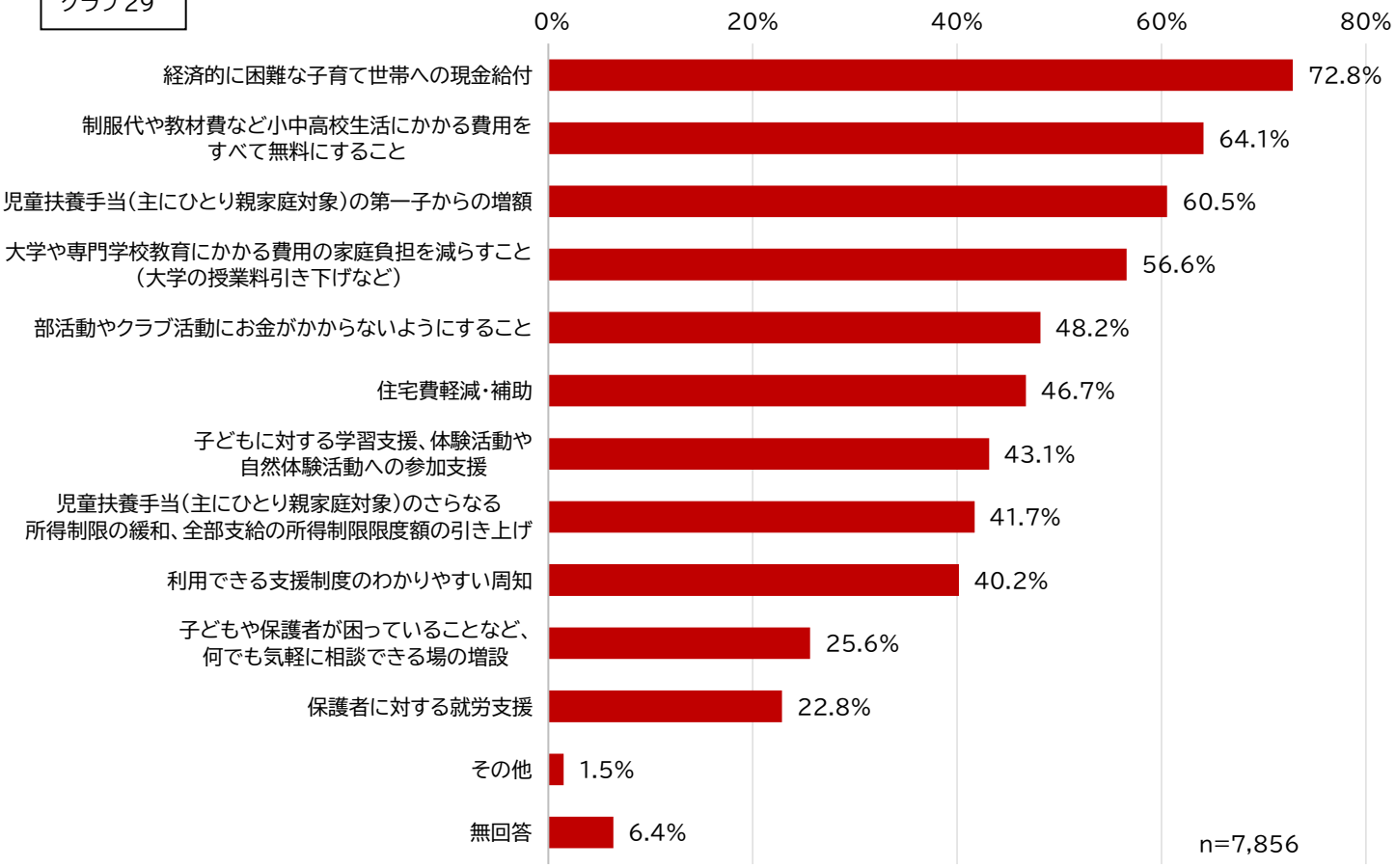


[10] 2024 年調査では、子どもの食について求める支援をたずねる設問において、「定期的な食料品の送付やフードバンクや子ども食堂など、家の近くでの食料支援」の回答は 59.6%だった。

子育てをするうえで必要な支援では、「経済的に困難な子育て世帯への現金給付」が 7 割を超え、困難な世帯に的を絞った即効性のある支援策が強く求められている。子どもの学びに関する「小中高校生活にかかる費用をすべて無料にすること」「大学や専門学校の教育費負担軽減」「部活動」といった選択肢は、半数近くから 6 割を超えて選択された。本調査では、回答者の 9 割超がひとり親世帯だが、児童扶養手当の第一子からの増額は 6 割、児童扶養手当の所得制限の緩和は 4 割が選択している。「住宅費軽減・補助」も 46.7%が選択している。

Q. 子育てをしていくうえでどんな支援が必要だと思いますか。あてはまるものをすべて選んでください。（複数回答）

グラフ 29



Q. 子どもたちは、十分な栄養価のある食事をとり、健康に成長する権利があります。そのために、国や自治体に伝えたいこと・望む政策を具体的に教えてください。

本設問へは、4,209 件の回答が寄せられた。「食料支援」「教育費の負担軽減」「現金給付」「税制改革」「地域格差の是正」「子どもの健康と成長支援」といった分野に対する要望が目立ち、日々の暮らしに直結する支援策の充実を求める声が多数あった。また、保護者が子どもに十分な食事や教育機会を与えたいという思いを持っており、安心して子育てできる環境の整備、継続的な支援制度の確立、そして社会全体で子育てを支える仕組みの構築を望んでいることが分かる。中でも、経済的支援の拡充は最も切実な要望の一つであり、物価高騰や収入の不安定さに直面する中で、生活の基盤を支えるための直接的かつ継続的な支援が強く求められている。

自由記述をカテゴリー分けし、それぞれに関連する声を紹介する(( )内は回答者の居住地、性別、世帯状況、年代)。

A. 食料支援の拡充と、給食の無償化・質の向上

物価高騰により、子どもに十分な食事を用意できない状況とともに、米や食材の定期配布、給食の無償化・質の向上などを求める声が多数寄せられた。

- せめてお米だけは、食べられる環境を整えて欲しい。(岩手県、女性、ひとり親世帯、40 代)
- 定期的に食料支援や無料食事支援などがあるとありがたいです。(沖縄県、女性、ひとり親世帯、40 代)
- 最近は十分な食事を与えられていないかもしれない。子ども食堂なども開催に地域差があり、また偏見の目などもありなかなかいけない。フードバンクからの配布も少なくなり、困っています。地方ではフードパントリーなども見かけず、なかなか難しいようです。(栃木県、女性、ひとり親世帯、50 代以上)
- 子供食堂や市で行なってる食品の配布など、私が住んでいる近くにありません。その場合お弁当配布、食品の郵送を希望します。(神奈川県、男性、ひとり親世帯、50 代以上)
- 高校生は一番たべざかりです。思春期になり子供食堂やフードバンクなどの利用もできなくなります。せめて高校生にも給食やランチ補助のようなものがあれば、学校にいる間は食事の心配をせず、友達とも分け隔てなくお昼がたべれて関係性も有効にきずけると思います。(宮城県、女性、ひとり親世帯、50 代以上)
- 子供たちへの食事やお腹いっぱい食べれる政策を期待します。子供食堂などは連れていかないとままならないので、自宅でそれを実現できるようなものがあれば幸いです。(徳島県、男性、ひとり親世帯、30 代)
- 最近の小学校の給食のおかずの量が明らかに質素になり、デザートもカットされているようです。子どもたちの楽しみの給食がこれ以上質素にならないように国が補助金を出すべきだと思います。(静岡県、女性、ひとり親世帯、40 代)
- 学校給食も貧相になり、子供食堂など本来は国が支援すべきことを民間ボランティアに任せているのはおかしい。全面的に行政側が支援すべきだと思う。低所得からも高い社会保険料を取り、子育てしながら働いても生活保護費以下の状況をどうにかしてほしい。生活保護費も物価高の世の中で憲法に定められた健康で文化的な生活を送るのに充分な金額とは思えない。(岡山県、女性、ひとり親世帯、50 代以上)
- 栄養バランスの良い給食と給食費の無償化は大変ありがたいです。長期休み期間に食費負担が増え、また充分な食事を用意できずにその期間に子ども達が痩せてしまうのが悩みです。また高校進学により弁当持参となった長男がぐっと痩せてしまいました。高校生の食事補助や、安価に購入できる学食があるとありがたいです。(東京都、女性、ひとり親世帯、50 代以上)
- 不登校の子供がおり、給食を食べることができていません。栄養面ですごく心配です。不登校の子供への支援もあると嬉しいです。(埼玉県、女性、ひとり親世帯、40 代)

B. 現金給付や児童扶養手当など経済的支援の拡充

生活費や教育費の負担が重くのしかかることを背景に、現金給付や児童扶養手当の増額・所得制限の緩和など、直接的な経済支援を求める声が非常に多かった。

- 国は本当に必要な人に現金給付をしてほしい。(愛知県、女性、ひとり親世帯、30 代)
- 児童扶養手当の増額と所得制限の上限をあげる。(茨城県、女性、ひとり親世帯、40 代)
- 物価が高くて買えない、諦めることが多い為ひとり親家庭などに給付金や食料給付の補助などの支援をしてほしい。(福岡県、女性、ひとり親世帯、40 代)

- 消費税減税も助かりますが、生きていく上で子供に向き合いつつ就労していく時間とのせめぎ合いの中で日々すぎていきます。現金給付をしていただけると、その分子供との時間の余裕に繋がり救われます。（愛知県、女性、ひとり親世帯、50 代以上）
- 児童扶養手当が少なすぎると思います。特に二人目。二人しか子供がいないため、多子世帯の恩恵も受けれず、二人目の児童扶養手当は一万円ちょっとしかなく、ひとりっ子の母子家庭より困窮を極めています。（愛媛県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 一番助かるのは現金給付です。しかし、物価が上がり続けているので、現金給付してもらっても、直ぐに無くなってしまいます。まずは今までのように米を2000円までで購入できるようにして欲しいです。（いつでも）物価が上がり続けるなら、児童手当や児童扶養手当の一人目からの増額をしていただきたいです。（大阪府、女性、ひとり親世帯、50 代以上）
- ふたり親にも児童扶養手当のような支援が欲しい。（沖縄県、女性、ふたり親世帯、30 代）

C. 子どもの健康・成長を保障するための対策

生活基盤を整えるための支援のほか、子どもたちの心身の健やかで豊かな成長を中長期的に支えるため、医療、居場所、体験活動など、子どもに対する多面的な支援を求める声が多数寄せられている。

- 医療費助成を高校生まで上げてほしい。病院に行けなかったり歯医者も行けずにいます。（沖縄県、女性、ふたり親世帯、40 代）
- 子供の心身両面の成長を第一に考え、食料品や学習面、金銭面、体験学習など支援を豊富に、受けたい人が全員受けれるような政策を望みます。（東京都、女性、ひとり親世帯、30 代）
- お金を持っている家と持ってない家があります。習い事や学校は色んな家族がいても金額は平等です。子供に習い事や体験をさせる為にお金が必要な為、うちの子は毎週公園で走り回ることしか出来ていません、、習い事や体験の援助が増えたら助かるなあと感じます。（東京都、女性、ひとり親世帯、30 代）
- 子供食堂や夏休みなどの長期休暇の期間の子供の昼食の提供や居場所を作って欲しいです。子供の孤独感など、親がいない家庭はさびしくなりがち。高齢者の方も地域皆が集まれる場所が欲しい。異なる年代の交流。（高知県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 長期休みに子どもたちが昼食を取ったり居場所になるような場所の提供に国や自治体でもっと取り組んでほしいです。民間でやっている子ども食堂のような取り組みは本来国が取り組むべきことではないでしょうか？（東京都、女性、ひとり親世帯、30 代）
- 子供の貧困率を把握して頂いて子供達が心身共に健全に成長出来る支援や環境を作って欲しい。子供食堂の増設や無料の学習支援等…。（東京都、女性、ひとり親世帯、50 代以上）
- 全ての子供が将来に希望をもてる政策をしていただきたいです。（福岡県、男性、ひとり親世帯、20 代）
- 物価上昇が続く中、母子家庭の私たちにとって毎日の生活を送るだけでも精一杯の状況です。それでも子供には夢を持ち希望を持って生きてほしいと願いながら育てています。しかし現実には食費や光熱費、教材費等が上がり続け、進学や部活動、習い事など子供が本来得られるはずの学び舎経験をあきらめざるを得ない場面が増えています。家計が苦しい家庭の子供たちが未来の可能性まで狭められてしまうのはあまりにも残酷です。子供は社会の宝です。私たち保護者も精一杯がんばりますので、どうか未来を生きる子供たちに平等なスタートラインを与えてください。（埼玉県、女性、ひとり親世帯、50 代以上）

D. 教育費・進学支援・学用品の無償化

教材費、制服代などの教育関連費用が家計の負担となっており、無償化や支援制度の拡充を求める声が多くあった。どのような状況にあっても、子どもたちの学ぶ環境を整えてほしいという保護者の思いが表れている。

- 学校生活において必要なものを無償で支給して欲しいです（習字道具や辞典など）。（神奈川県、女性、ひとり親世帯、30 代）
- 高校、大学の進学意欲のある子供が経済的理由で進学出来ない事のないような政策を実施してもらいたい。（東京都、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 学校教育にかかるあらゆる費用をできるだけ無料にしてほしいです。成長するまでの期間は支援してもらえると助かります。（群馬県、女性、ふたり親世帯、50 代以上）
- 義務教育なのに、指定の学用品や体操服等の購入があり、それがとても厳しい。給食費も隣の市は無償だが居住地は有償。市の就学援助で実質無料になるものの、一旦支払って後で返還される仕組みなので、支払の工面が大変。せめて給食費が無償であれば、最初から支払わなくても良いのに、と思ってしまう。就学援助世帯には還付ではなく、最初から徴収しない方法を採ってほしい。また、居住地によって、給食費や医療費の補助に差があるのはおかしいと思う。親の経済状況や居住地によって子どもが差別されてはならないと思う。（大阪府、女性、ふたり親世帯、40 代）
- 貧富の差が激しく、貧困の連鎖をとても感じます。子供には罪がないため、高校や大学をできるかぎり全額無償化にしていただきたい。才能がある子が思うように進学できる世の中になってほしい。（静岡県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 高校授業料無償化になったとはいえ、高校生は給食もなく、授業料以外諸々の費用がかかりアルバイトで稼ぐにも限界があり、疲れた顔を見ると心が締めつけられます。修学旅行の費用もお小遣いもないため行かない方向で考えています。高校生の給付型奨学金はどれも成績評価が高くないと受けられません。大学の給付型奨学金も同じようです。塾にも通えずに育ち、アルバイトをしている子には厳しいです。日本の世の中が大学卒業以上の学歴を望むのなら、どんな子でも大学を卒業できるようにして欲しいです。（東京都、女性、ひとり親世帯、50 代以上）

E. 税制改革・消費税の減免

食料品や日用品に対する消費税をなくす、または減税してほしいという要望が多く見られた。特に生活必需品に対して課税されることについて疑問を感じている声もあった。

- 食料にかける税金をなくしてほしい。同時に、習い事や塾の税金も。大学の学費無料も。（岡山県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 光熱費なども物価高の影響をうけて上昇していて、生きていく上で必要なもの（食品、日用品、光熱費）は税金をなしにしたり、難しいのであれば給付金を継続的に出して欲しい。（京都府、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 消費税の減税を宜しくお願いします。本当は消費税ゼロがいいのですが、国として難しい政策だと思いますので、せめて減税をお願いします。（沖縄県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 皆が平等に恩恵を受けることができる食料品の減税を望みます。（茨城県、男性、ひとり親世帯、30 代）
- 食材の消費税をやめて欲しい。物価上昇をこれ以上続かないように政策を考えて欲しい。（埼玉県、女性、ひとり親世帯、40 代）
- 子育て世代への、色々な税金の減税。学校ではお金がかからないようにしてほしい。国が学校へ補助してほしい。（島根県、女性、ひとり親世帯、40 代）

・　生活必需品に対する消費税を廃止して欲しい。（北海道、女性、ひとり親世帯、40 代）

F. 自治体ごとの支援の差、不公正感、情報発信、当事者の声を聴くこと

自治体による支援の差への不満や制度が不公正だと感じるという声も寄せられた。全国一律の支援制度や、必要な情報の分かりやすい発信、当事者が声をあげやすい環境などを求める声も目を引いた。

・　地方により支援の格差があると思います。そして情報がわかりにくいと思います。（沖縄県、女性、ひとり親世帯、30 代）
・　田舎だから母子家庭が困ってないと思われがちです。田舎だから困ってない訳ではなく、田舎だから困っていても声をあげづらい。相談しづらいと言うことに気がついてもらいたい。（島根県、女性、ひとり親世帯、30 代）
・　自治体ごとに各家庭に目を配り、個々のサービスが気軽に受けられる体制を望みます。（熊本県、女性、ひとり親世帯、50 代以上）
・　地域で差がでないように、一人親世帯に対する手厚い補助をお願いしたい。（山形県、女性、ひとり親世帯、30 代）
・　当方は所得の関係で給食費、医療費無料ですが世のお子さん全員給食費無料、医療費も 18 歳まで無料、どの地域でも統一。大阪ではお米クーポンなるものがあるようでニュースを見て羨ましく思います。どの地域でもそのような取り組みがあるとありがたいと思います。（滋賀県、女性、ひとり親世帯、30 代）
・　給食だけでも、しっかり栄養のあるものを沢山用意してあげてほしい。住んでる所の財政によって、子供の支援の差があるのが悲しい。（兵庫県、女性、ふたり親世帯、30 代）
・　まだまだ個人の声が届かないことが多々あります。きっと私以上にお金がなくて苦しんでいる人もたくさんいることでしょう。その現実を理解して欲しいです。（長崎県、女性、ひとり親世帯、30 代）

Ⅳ. 提言

本調査では、経済的に困難な子育て世帯が、日々の食事や教育、住居の確保などにおいて極めて深刻な状況に直面しており、生活基盤が揺らいでいる実態が明らかとなった。特に、食事の量・質ともに低下し、空腹による体調不良・集中力の低下など、子どもの健康と成長に直接的な影響が及んでいることが懸念される。

こうした状況を踏まえ、セーブ・ザ・チルドレンは、7,800 世帯を超える経済的に困難な状況にある子育て世帯の声をもとに、以下を政府、関係省庁、自治体に提言する。

折しも、2025 年 7 月 20 日に実施された参議院議員選挙では、物価高騰への対応が主要な争点の一つとなり、少子化対策や自治体ごとの子育て・教育支援制度の差なども議論され、消費税の減税、現金給付の拡充、教育費の無償化、子育て支援の強化など、子どもと子育て世帯の暮らしに直結する政策が各党の公約に多く盛り込まれた。

経済的に困難な子育て世帯の子どもの食と生活基盤の改善に向けては、与野党の立場を超えて、協力して具体的な政策を速やかに推進することが強く求められる。

1. 公的な食料支援の整備・拡充

多くの世帯がフードバンクやこども食堂などの食料支援の拡充や長期休暇期間中の昼食費の補助、食料品の配布などを求めている（グラフ 28）が、民間頼みの対応では限界があり、必要とする層へ十分にリーチできていない。当事者の声からは、食料品の現物配布や購入のための現金給付など、公的な枠組みとして取り組むことが求められている。長期休暇中や緊急時に限らず、通年で安定的に必要とする世帯に食料品を提供できる仕組みを整備することが求められており、まずはそのための議論を速やかに進めることを政府に求めたい。

2. 給食の無償化と質の向上・昼食費の支援

本調査では、「学校がある期間の昼食」でも、2024 年と比べて十分にとれていない現状が明らかとなっており（グラフ 11）、子どもの食について希望する支援では、保育園、幼稚園、高校などを含めて「給食費、通学時の昼食費を無料にする」という回答が 36.5%であった（グラフ 28）。物価高騰を背景に自治体による給食提供が影響を受けている状況も自由記述から見られており、誰もが安心して給食を食べることができるよう、給食費の無償化を進めるとともに、その質を向上させることも必要である。また、給食がない高校についても給食の実施や昼食費の補助を求める自由記述が目立った。高校生世代への給食提供、昼食費の補助なども検討すべきである。加えて、学校に通っていない子どもの昼食に関する言及もあり、こうした子どもたちの食生活の状況把握や支援策の検討も求められている。

3. 経済的に困難な子育て世帯への現金給付の緊急的、継続的な実施

物価高騰に対して収入の伸びが追い付かず、経済的に困難な子育て世帯の暮らしの基礎が極めて不安定になっている。低所得子育て世帯に的を絞った速やかな現金給付を行うとともに、緊急的ではない中長期的な対応として、継続的かつ柔軟な低所得子育て世帯向けの現金給付制度の導入が必要である。

4. 物価高騰に対応した思い切った生活支援策の検討

本調査結果からは、経済的に困難な状況にある子どもたちの生活基盤が揺らいでいる現状が明らかとなっており、その状況の改善に向け、あらゆる施策を排除せず検討することが求められる。例えば、子どもの食について希望する支援として、「食料品や生活必需品への消費税率の引き下げ」を選択した回答も約 7 割となった（グラフ 28）。低所得世帯の生活の早急な安定を図る観点からも、水道・光熱費や住居費の補助など、暮らしの負担を減らす施策や、食料品の減税・消費税の廃止、生活必需品への軽減税率の適用拡大など、実施の是非を含めた議論を速やかに行うべきである。経済的に困難な状況にある子育て世帯の声を受け止めながら、実効性ある思い切った対応を進めることを求める。

Ⅴ. 講評

本調査に対し、子どもの貧困や、公衆栄養学の観点から、専門家の講評を得た。(五十音順)

東京都立大学　教授　阿部彩

また、悲惨な調査結果が届いた。セーブ・ザ・チルドレンが行った「子どもの食 応援ボックス」の申込者約 8,000 人を対象とした調査結果である。「あなたは、子どもが十分な量の食事がとれていると思いますか」の問いに対して、夕食にて「あまりとれていない」が 23.9%、「とれていない」が 1.9%と合わせて、約 4 家庭に1家庭の親が、子どもが十分な量を食べていないと答えている(グラフ 11)。しかし、私自身は、自分が貧困の研究者であるからかも知れないが、これだけでは驚かなかった。同様の困窮世帯を対象とした調査においては、「これでもか」というくらいに厳しい状況のデータが続々と公表されているからである。そもそも、食に困難を抱えていらっしゃるからこそ、この支援に申し込みしているのであろうから、この結果も当然と言えば当然である。日本に、子どもに十分に食べさせることさえできていない家庭が存在する、ということ自体がニュースである平和な時代はとうの昔に終わっている。

しかし、驚くべきなのは、1年前に行った同様の調査に比べ、同じ設問の回答で、「あまりとれていない」が 15.8%から 8.1 ポイントの上昇、「とれていない」も 0.8%から 1.1 ポイント上昇したことである(グラフ 11)。

「子どもの貧困の再発見」と言われる 2008 年から 17 年も経つと、「子どもの貧困」も恒常化し、行政もメディアも、貧困に「慣れて」きている。かたや子育て世帯全般においては、小学校から塾に通わせ、「体験が重要」と言われれば小さい時から海外体験や文化体験をさせようと、子どもにかける「投資」は高騰する一方である。

しかし、あらためてプライオリティを問い直してみよう。いま、最低限やるべきなのは、一番厳しい状況の子どもたちの状況をこれ以上「悪くさせない」ことなのではないだろうか。児童手当の所得制限撤廃や、〇〇の無償化といった政策は、中間層以上の子育て世帯のみにしか便益をもたらさない。そのような政策でなく、お腹を空かせた子どもを一人も作らない、そのような政策を求めるべきではないだろうか。

神奈川県立保健福祉大学　助教　田中琴音

2025 年 6 月に実施されたセーブ・ザ・チルドレンによる調査は、経済的に困窮する子育て世帯の実態、特に子どもの食生活と栄養状況を、大規模かつ具体的に可視化したきわめて意義のある取り組みである。

なかでも注目すべきは、主食である米の摂取が困難になっている実態である。炭水化物は 1 日の総エネルギー摂取量の 50～65%を占めることが望ましいとされるが、主要な炭水化物源である米を「あまり食べていない」「ほとんど食べていない」と答えた世帯は 43.3%にのぼり(グラフ 14)、その 91.9%が経済的理由によると答えている(グラフ 15)。さらに、1 年前より給食以外の食事で米の摂取が「減った」「やや減った」とする世帯は 70%を超え(グラフ 18)、魚や肉などのタンパク源の摂取も約 65%の世帯で減少し(グラフ 20)、子どもが 1 日 3 食を安定してとれていない現実も多角的に報告された。子どもの成長に必要なエネルギーや栄養素が十分に得られていない事態が示されている。

実際に、十分な量の食事がとれていない子どもたちのうち、子どもが体調を崩しやすくなった(39.9%)、やせている傾向にある(38.9%)、空腹でやる気が起きない、集中力できない(35.2%)といった報告も多く(グラフ 13)、栄養不足が子どもの健康や学びに直接的な悪影響を及ぼしている実態が示唆される。成長期に必要な栄養が不足し、それにより学習意欲や集中力の低下を引き起こしているとなれば、子どもは現在だけでなく将来的にも身体的・知的な成長の機会を奪われかねない。

また、物価上昇による子どもの食生活へのマイナスの影響について、子どもがおかわりを控える(19.9%)など(グラフ 25)、家庭の経済的困難を気遣う様子も報告された。経済的な理由で十分な量の米を食べられない世帯のうち、保護者の 73.9%は自身の米の量を減らすなど(グラフ 17)、親の栄養状態や健康が危機的状況にあることもうかがえる。自由記述では「鬱になりかねない」「お金がなく子どもに強く当たってしまう」といった切実な声も寄せられており、

家庭内の関係性にも影響を及ぼしている可能性が危惧される。

本来、子どもは生きること、育つこと、安全であることが保障されなければならない。にもかかわらず、日々の食事にすら不安を抱える状況は、その基本的な権利を脅かしており、公的な食料支援や生活費の直接的な給付など、迅速な支援策の実施が求められている。あわせて、米国の WIC[11]のように、栄養食品の提供と人的支援を組み合わせた仕組みの導入も今後検討されるべきであろう。

沖縄大学　教授　山野良一

今回の調査がなされた背景を考えてみたい。子どもの貧困が社会問題化してから十数年が経とうとしている。一方でコロナ禍が収れんし、景気が回復傾向にあるなかで、この問題に対する関心は減じてきたという指摘も多く聞かれる。ところが、ここ数年のインフレ、消費者物価の上昇によって、子育て世帯、特にさまざまな社会的な支援を必要とする、低所得世帯における、主観的な困窮感はむしろ増加していることを示す調査結果やデータもある [12]。

とりわけ、食料品など生活必需品の物価が高騰していることが指摘されている。「家計調査」を基に 2020 年基準の消費者物価指数を示す総務省の資料によれば、2025 年 5 月時点で総合の指数は111. 8だが、食料は124. 4となっている [13]。なかでも、米の価格高騰が社会的問題だ。こうした状況の中で、成長期にある子どもの権利は危機に瀕していないだろうか。つまり、子どもや子育て家族には、「食」のクライシスが生じている可能性があるのではないだろうか。

今回の調査結果からは、子どもたちの「食」の生活基盤に危機が生じていることを示すデータがいくつも示された。是非とも調査報告書のすべてのページに目を通していただきたいが、ここでは際立つ点を数点列挙してみる。

子どもが食事を取れていないことで、子どもの成長や健康状態を心配する保護者が圧倒的であった（グラフ 12）。その影響も、子どもの体調不良や体重減少という身体的状況に加え、やる気や集中力不足、さらにはイライラ感など精神的な不安定さなど、深刻な影響が生じていた（グラフ 13）。

また、昨年の今頃と比較して給食以外で米を食べる頻度や量が減ったという割合は、4 分の3以上（グラフ 18）、魚や肉などたんぱく質を食べる頻度が減った割合は、約3分の2に及んでいた（グラフ 20）。

さらに、昨年調査との比較に関するデータでは、朝食、昼食、夕食どれも十分な量の食事が取れていない割合が増加していた（グラフ 11）。特に、長期休暇中などの給食がない期間の昼食については、半数以上の世帯で「あまりとれていない」「とれていない」と回答していた。また、学校がある期間と長期休暇中の間では、約7倍の差が生じていた。

給食がない夏休みには、コロナ禍の間、厚生労働省（当時）が中心となり自治体などで実施された、子どもたちの生活の見守りなどが必要なほどの状況が今生じているのではないだろうか。

また、「食」ではないが、物価高騰が子どもの衣類や靴、遊ぶものや運動するもの、制服などの購入控えをもたらしていることも示された（グラフ 27）。こうしたことは子どもの学習面などにも影響を与えるだろう。当たり前のことではあるが、子育て世帯は「食」以外にも、教育費など他の生活必需品に多くの支出をあてなければならず、物価上昇は子どものいない世帯に比べより大きな影響を及ぼす。

最後に、公的な全国調査の必要性について述べたい。全国規模の子どもの貧困に関する調査が2021 年度に実施された（当時は、内閣府による実施）[14]が、その後はこうした調査を実施する動きはまったくない。少なくとも、米をはじめとした物価高騰が、どのように子どもや家族の生活に影響を与えているかを把握する調査を早急に実施するべきではないだろうか。

---

[11] WIC（正式名称：Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children）は、米国農務省による特別栄養補助制度。低所得の妊産婦・授乳婦・5 歳未満の子どもに栄養補助食品や健康支援、栄養教育を提供する。

[12] 「令和 5 年度沖縄こども調査」（沖縄県、2024 年 6 月）、「令和 6 年度沖縄こども調査」（沖縄県、2025 年 5 月）
https://www.pref.okinawa.jp/kyoiku/jido/1018770/1031222.html

[13] 「2020 年基準 消費者物価指数 全国 2025 年（令和7年）5月分」（総務省、2025 年 6 月） https://www.stat.go.jp/data/cpi/

[14] 「令和 3 年 子供の生活状況調査の分析 報告書」（内閣府、2021 年 12 月）
https://warp.da.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/12772297/www8.cao.go.jp/kodomonohinkon/chousa/r03/pdf-index.html

おわりに

セーブ・ザ・チルドレンは、2020 年に食支援を開始して以来、申込時に合わせて、経済的に困難な状況にある子育て世帯の食や生活の実態について継続的に調査を実施してきました。

これまでも厳しい状況が明らかになっていましたが、今回の調査では、私たちの肌感覚としても、より深刻さが増していることを強く感じます。特に、十分な食事がとれていない子どもの割合が 2024 年調査よりも増加しており、食をめぐる状況は厳しさを増しています。本報告書に掲載しきれなかった自由記述の中にも、経済的に困難な状況にある保護者の切実な訴えが数多くあり、その傍らで暮らす子どもたちの姿がありました。物価高騰などの社会情勢の影響を最も強く受けるのは、こうした経済的に困難な世帯に暮らす子どもたちです。

今回の調査結果は、真に子どもの貧困を解消するために何をすべきかを、私たち一人ひとり、そして日本政府に問いかけています。とりわけ日本政府には、本報告書の「はじめに」で述べた子どもの権利条約に基づく義務を果たし、当事者である子どもや保護者の声に耳を傾け、必要な対策を迅速に講じることを、改めて強く求めたいと思います。

セーブ・ザ・チルドレンは、子どもの貧困問題の解決に向けて、引き続き子どもや保護者への直接支援に加え、政策提言や社会啓発に取り組んでいきます。

参考）2025 年「子どもの食 応援ボックス」概要

実施期間	申込受付：2025 年 6 月 2 日～6 月 18 日 発送：夏休み分については 7 月中旬から、冬休み分については12月上旬から順次発送
発送予定世帯数	夏休み：5,000 世帯、冬休み：5,000世帯の計10,000世帯を予定 ※期間中に申し込みがあった 7,857 世帯のうち、書類などで申込条件を満たしている世帯の中で抽選を実施。夏休み分、冬休み分の両方を発送する世帯と、いずれかのみ発送する世帯がある。
申込条件	1. 日本国内に居住している 2. 住民税所得割非課税世帯またはそれに準ずる（児童扶養手当全部支給世帯含） 3. 0 歳～18 歳未満の子どもがいる ※18 歳以上で高校などに在籍している子どもがいる世帯は対象になる場合あり
配布内容	・食料品セット（米などの主食、副菜、飲料、お菓子など） ・文具　　・各種情報提供（子どもの就学費用を支援する各種公的制度のご紹介など）
実施目的	長期休暇中に食事の回数や内容が制約されがちな、経済的に困難な状況にある家庭の子どもたちの食の状況を改善するため。
申込世帯数	7,857 世帯 ※2022 年夏休みは 5,644 世帯、2022 年冬休みは 5,754 世帯、2023 年夏休みは 6,412 世帯、2023 年冬休みは 6,743 世帯、2024 年（年 1 回申込）は 8,425 世帯

【お問い合わせ先】
公益社団法人 セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン 東京事務所
国内事業部 子どもの貧困問題解決事業

〒101-0047 東京都千代田区内神田 2-8-4 山田ビル 4F
E-mail：japan.soap@savethechildren.org
https://www.savechildren.or.jp

2025 年 7 月発行

Save the Children
セーブ・ザ・チルドレン