

米の消費動向調査結果（令和 7 年 3 月分）

公益社団法人米穀安定供給確保支援機構（米穀機構）では、米の消費状況を把握するため、全国の消費世帯モニターを対象とした「米の消費動向調査」を毎月行っています。令和 7 年 3 月分の調査結果の概要は次のとおりです。

- モニター世帯の平均 1 人 1 か月当たり精米消費量は 4,348 グラム、うち家庭内消費量は 2,939 グラム、中食・外食の消費量は 1,408 グラム
- 精米購入・入手経路は「スーパーマーケット」、「家族・知人などから無償で入手」、「インターネットショップ」の順番（前月同）
- 家庭内の月末在庫数量は 6.1 キログラム

【調査概要】

全国の消費世帯モニターを対象にインターネットを利用して調査した。

家庭内消費量については、調査当月の月初と月末の精米在庫量及び精米購入数量並びに世帯人員から推計、中食・外食の消費量については調査当月の家庭炊飯以外で食べた米飯の数量から推計した。なお各消費量は世帯ごとの推計値を算術平均したもの。

（参考）米の消費動向調査のしくみ <https://www.komenet.jp/pdf/chousa%20method.pdf>

令和 7 年 3 月分の有効調査世帯数は 1, 3 8 4 世帯であった。

集計に際しては、地域毎に世帯人員構成比が令和 2 年国勢調査「世帯人員構成比」に沿うよう調整した上で推計した。

米の消費動向調査結果(令和7年3月分)

※地域ごとの世帯人員構成比が、令和2年国勢調査「世帯人員構成比」に沿うようウェイトバック集計を実施した上で推計(注:令和4年度調査から令和2年国勢調査結果を使用)

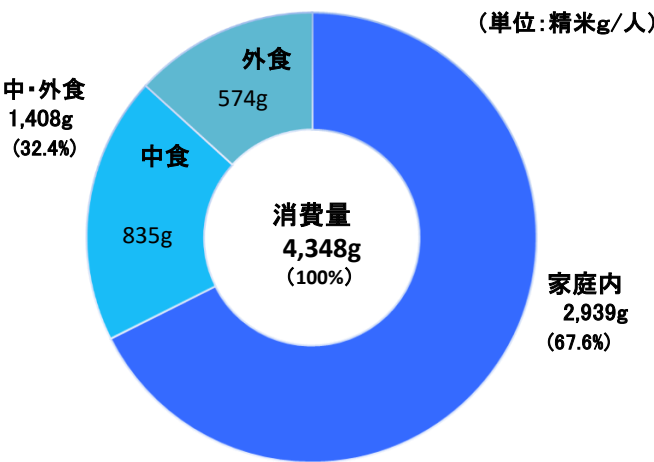
■ 1人1か月当たり精米消費量

<算出方法>

- ◆「1人1か月当たり家庭内消費量」
〔(月初精米在庫量)+(1か月間購入・入手精米量)-(月末精米在庫量)〕÷世帯人員
による1か月分の消費量を30日分へ補正
- ◆「1人1か月当たり中・外食消費量」
「(普通サイズのお茶碗1杯)=(精米65g)」として7日分の合計消費量から、
1か月分(30日分)の消費量を推計

		(精米g/人)	
n=		消費量	比率
1人1か月当たり	(1384)	4,348	100.0%
家庭内	(1384)	2,939	67.6%
中・外食	(1384)	1,408	32.4%
中食	(1384)	835	19.2%
外食	(1384)	574	13.2%

(注) 四捨五入の関係で合計と内訳が合わない場合がある。

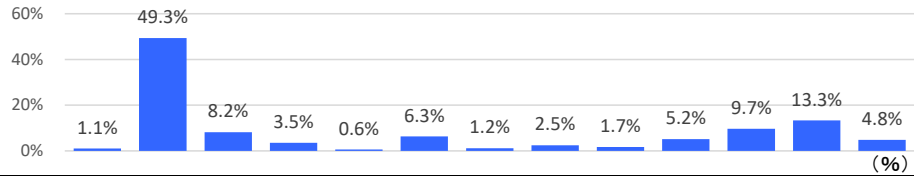


[参考] 1人1か月当たり精米消費量の推移

	1か月当たり消費量			家庭内消費量			中・外食消費量		
		シェア	対前年 同月比		シェア	対前年 同月比		シェア	対前年 同月比
令和7年3月	4,348	100.0	▲ 1.1	2,939	67.6	0.9	1,408	32.4	▲ 5.1
令和7年2月	4,696	100.0	1.3	3,179	67.7	3.4	1,517	32.3	▲ 3.0
令和7年1月	4,714	100.0	3.9	3,279	69.6	8.4	1,434	30.4	▲ 5.2
令和6年12月	4,790	100.0	6.8	3,259	68.0	13.3	1,531	32.0	▲ 4.8
令和6年11月	5,051	100.0	2.2	3,448	68.3	3.0	1,603	31.7	0.6
令和6年10月	4,849	100.0	0.5	3,198	66.0	▲ 2.0	1,651	34.0	5.7
令和6年9月	4,504	100.0	0.6	3,008	66.8	0.0	1,496	33.2	1.9
令和6年8月	4,505	100.0	3.6	2,952	65.5	3.4	1,553	34.5	4.0
令和6年7月	4,521	100.0	0.4	3,030	67.0	0.4	1,490	33.0	0.2
令和6年6月	4,804	100.0	2.5	3,248	67.6	2.3	1,556	32.4	2.8
令和6年5月	4,785	100.0	1.6	3,285	68.7	4.3	1,501	31.4	▲ 3.9
令和6年4月	5,091	100.0	2.6	3,437	67.5	2.3	1,654	32.5	3.1
令和6年度	4,722	100.0	2.1	3,189	67.5	3.3	1,533	32.5	▲ 0.3
令和5年度	4,626	100.0	0.0	3,088	66.8	▲ 2.7	1,538	33.2	6.1
令和4年度	4,625	100.0	2.1	3,175	68.6	1.1	1,449	31.3	4.4
令和3年度	4,529	100.0	▲ 4.2	3,140	69.3	▲ 4.1	1,388	30.6	▲ 4.7
令和2年度	4,730	100.0	2.2	3,274	69.2	5.1	1,456	30.8	▲ 3.7
令和元年度	4,626	100.0	4.5	3,114	67.3	0.5	1,512	32.7	14.0

- (注)1. 令和元～令和6年度は各年4月から翌年3月までの平均値である。
2. 四捨五入の関係で合計と内訳が合わない場合がある。
3. 前年度と今年度の推移を参考として4ページに掲載している。

■精米購入・入手経路（購入人数割合（複数回答））



	n=	デパート	スーパーマーケット	ドラッグストア	ディスカウントストア	コンビニエンスストア	(生協、共同購入含む)	(農協、共同購入含む)	米穀専門店	産地直売所	生産者から直接購入	インターネットショップ	家族・知人などから無償で入手	その他
令和7年3月	(836)	1.1	49.3	8.2	3.5	0.6	6.3	1.2	2.5	1.7	5.2	9.7	13.3	4.8
令和7年2月	(870)	1.0	52.7	7.9	4.0	0.2	6.3	1.3	2.4	1.4	4.2	9.0	14.7	2.7
令和7年1月	(880)	1.5	49.3	9.8	3.9	0.8	7.3	1.8	2.0	1.9	5.6	7.6	13.7	3.0
令和6年12月	(995)	1.0	50.2	7.0	3.4	0.3	4.6	1.7	1.9	2.4	5.7	8.1	18.4	2.6
令和6年11月	(1065)	1.0	50.0	6.7	3.6	0.7	4.7	1.0	2.0	2.5	5.0	9.7	17.0	4.6
令和6年10月	(1049)	1.3	51.7	6.8	3.6	0.5	5.6	0.7	2.6	2.0	5.2	7.1	17.5	4.5
令和6年9月	(806)	1.6	51.4	5.9	3.1	0.0	6.5	2.0	3.5	2.6	5.1	6.9	20.0	2.4
令和6年8月	(888)	0.9	56.1	9.0	3.3	0.1	5.9	1.1	3.0	1.9	3.5	8.2	13.5	1.5
令和6年7月	(878)	0.8	52.0	8.8	3.5	0.4	5.7	1.0	2.9	0.9	5.2	9.0	12.8	2.3
令和6年6月	(953)	1.1	52.8	11.4	4.4	0.4	6.3	1.4	2.7	1.3	3.5	8.2	11.4	2.8
令和6年5月	(1016)	1.5	52.5	9.0	3.1	0.1	6.0	1.4	2.9	2.3	4.0	8.3	12.0	3.4
令和6年4月	(1023)	0.9	53.1	10.4	3.5	0.3	5.0	1.0	2.5	1.7	5.3	7.8	11.7	2.9
令和6年度	—	1.1	51.8	8.4	3.6	0.4	5.9	1.3	2.6	1.9	4.8	8.3	14.7	3.1
令和5年度	—	1.4	50.1	6.9	4.4	0.3	5.2	1.0	2.4	1.9	4.8	8.6	15.3	4.6
令和4年度	—	1.2	50.1	5.5	4.8	0.4	6.0	1.0	2.3	1.4	4.6	8.9	15.3	4.4
令和3年度	—	1.6	50.5	6.6	3.9	0.2	6.3	0.8	2.3	1.2	5.5	8.6	15.0	4.3
令和2年度	—	1.5	49.8	5.7	3.9	0.3	7.0	1.1	2.4	1.1	5.0	9.7	15.2	4.1
令和元年度	—	1.0	50.1	5.9	3.2	0.2	5.9	1.3	2.4	1.0	5.9	8.1	17.8	3.4

(注) 令和元～令和6年度は各年4月から翌年3月までの平均値である。

■精米購入経路別の購入単価（複数回答）



	n=	デパート	スーパーマーケット	ドラッグストア	ディスカウントストア	コンビニエンスストア	(生協、共同購入含む)	(農協、共同購入含む)	米穀専門店	産地直売所	生産者から直接購入	インターネットショップ
令和7年3月	(1384)	770	797	766	780	*704	1000	671	772	632	482	869
令和7年2月	(1446)	874	741	737	717	*921	758	752	772	781	437	838
令和7年1月	(1492)	737	693	654	622	*876	656	653	622	572	449	742
令和6年12月	(1564)	894	653	637	566	*724	576	566	843	636	387	783
令和6年11月	(1649)	706	650	598	573	*517	606	564	641	537	493	734
令和6年10月	(1771)	640	635	582	577	*510	589	*520	596	585	381	686
令和6年9月	(1349)	742	620	570	513	*650	546	532	590	529	437	636
令和6年8月	(1417)	*700	532	494	434	*495	450	474	578	449	320	681
令和6年7月	(1467)	*697	479	441	416	*808	441	408	483	*498	415	544
令和6年6月	(1551)	658	435	412	385	*830	784	322	631	394	316	504
令和6年5月	(1655)	659	410	403	349	*678	454	415	556	393	357	607
令和6年4月	(1799)	*452	416	366	383	*441	384	379	523	388	325	566
令和6年度	—	711	588	555	526	*680	604	521	634	533	400	683
令和5年度	—	498	400	361	325	*427	414	406	515	435	338	513
令和4年度	—	505	371	328	313	*466	395	393	468	424	347	437
令和3年度	—	541	373	357	315	*612	412	*417	485	451	358	471
令和2年度	—	533	400	375	347	*547	434	397	477	415	358	492
令和元年度	—	618	399	355	323	*545	424	477	473	434	373	494

(注)1. デパート、スーパーマーケット、生協は、実店舗の購入単価であり、インターネットを利用した購入は含まない。

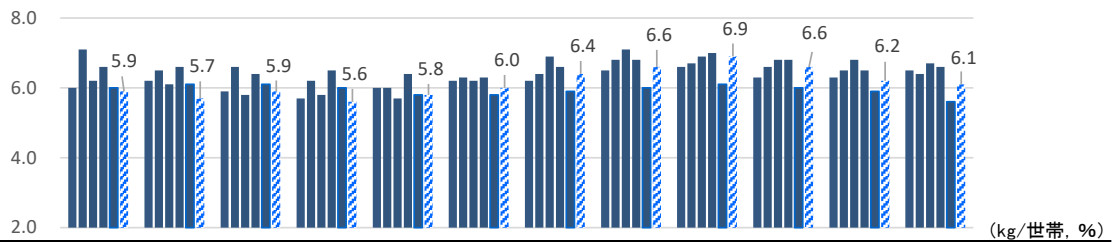
2. 購入単価は消費税を除く本体価格である。

3. 表中の*付きの購入単価は、「精米購入・入手経路」の割合が1%に満たないため参考値とする。

4. 令和元～令和6年度は各年4月から翌年3月までの平均値である。

■家庭内の月末在庫数量

(kg/世帯) ■ 令和元年度 ■ 令和2年度 ■ 令和3年度 ■ 令和4年度 ■ 令和5年度 ■ 令和6年度



		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	平均	前年比
令和6年度	月末在庫数量	5.9	5.7	5.9	5.6	5.8	6.0	6.4	6.6	6.9	6.6	6.2	6.1	6.1	3.4
	平均世帯人員	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	-
令和5年度	月末在庫数量	6.0	6.1	6.1	6.0	5.8	5.8	5.9	6.0	6.1	6.0	5.9	5.6	5.9	▲10.6
	平均世帯人員	2.21	2.21	2.21	2.21	2.22	2.22	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	-
令和4年度	月末在庫数量	6.6	6.6	6.4	6.5	6.4	6.3	6.6	6.8	7.0	6.8	6.5	6.6	6.6	3.1
	平均世帯人員	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	2.21	2.22	2.22	2.22	2.22	2.22	2.22	2.22	-
令和3年度	月末在庫数量	6.2	6.1	5.8	5.8	5.7	6.2	6.9	7.1	6.9	6.8	6.8	6.7	6.4	▲1.5
	平均世帯人員	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	2.32	2.33	2.32	2.32	2.32	2.32	2.33	-
令和2年度	月末在庫数量	7.1	6.5	6.6	6.2	6.0	6.3	6.4	6.8	6.7	6.6	6.5	6.4	6.5	4.8
	平均世帯人員	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	-
令和元年度	月末在庫数量	6.0	6.2	5.9	5.7	6.0	6.2	6.2	6.5	6.6	6.3	6.3	6.5	6.2	▲3.1
	平均世帯人員	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	2.33	2.32	2.32	2.32	2.32	2.32	2.32	2.33	-

- (注) 1. 地域ごとの世帯人員構成比が令和元～令和3年度は平成27年国勢調査、令和4～令和6年度は令和2年国勢調査「世帯人員構成比」に沿うようウェイトバック集計を実施した上で集計した。
 2. 平均世帯人員は、各月の有効調査世帯の平均人員数である。

■ [参考] 1人1か月当たり精米消費量の推移(令和5年4月～令和7年3月)

(単位: 精米g/人、%)

	1か月当たり消費量		家庭内消費量		中・外食消費量	
		対前年 同月比		対前年 同月比		対前年 同月比
令和5年4月	4,962	1.7	3,359	▲ 0.3	1,604	6.4
5月	4,710	0.9	3,149	▲ 1.8	1,562	7.1
6月	4,689	2.1	3,176	0.6	1,513	5.3
7月	4,504	2.2	3,017	▲ 0.5	1,487	8.1
8月	4,349	▲ 2.0	2,856	▲ 6.5	1,493	7.7
9月	4,476	2.9	3,008	▲ 0.1	1,468	9.5
10月	4,823	▲ 2.4	3,262	▲ 3.6	1,562	0.4
11月	4,940	2.2	3,347	0.5	1,593	6.0
12月	4,486	▲ 1.8	2,876	▲ 5.7	1,609	5.9
令和6年1月	4,536	▲ 0.0	3,024	▲ 1.7	1,512	3.6
2月	4,638	▲ 2.8	3,074	▲ 9.4	1,564	13.3
3月	4,396	▲ 2.5	2,913	▲ 4.2	1,483	1.2
4月	5,091	2.6	3,437	2.3	1,654	3.1
5月	4,785	1.6	3,285	4.3	1,501	▲ 3.9
6月	4,804	2.5	3,248	2.3	1,556	2.8
7月	4,521	0.4	3,030	0.4	1,490	0.2
8月	4,505	3.6	2,952	3.4	1,553	4.0
9月	4,504	0.6	3,008	0.0	1,496	1.9
10月	4,849	0.5	3,198	▲ 2.0	1,651	5.7
11月	5,051	2.2	3,448	3.0	1,603	0.6
12月	4,790	6.8	3,259	13.3	1,531	▲ 4.8
令和7年1月	4,714	3.9	3,279	8.4	1,434	▲ 5.2
2月	4,696	1.3	3,179	3.4	1,517	▲ 3.0
3月	4,348	▲ 1.1	2,939	0.9	1,408	▲ 5.1

(注) 四捨五入の関係で合計と内訳が合わない場合がある。

【参考】令和6年度 年間集計表（R06.4～R07.3）

■1人1か月当たり精米消費量 <家庭内＋中・外食>

(単位: 精米g/人, %)															年度平均		前年度平均
	R06.4	R06.5	R06.6	R06.7	R06.8	R06.9	R06.10	R06.11	R06.12	R07.1	R07.2	R07.3	年度平均		(1545)	前年比	(1734)
n=	(1799)	(1655)	(1551)	(1467)	(1417)	(1349)	(1771)	(1649)	(1564)	(1492)	(1446)	(1384)					
全国	5,091	4,785	4,804	4,521	4,505	4,504	4,849	5,051	4,790	4,714	4,696	4,348	4,722	+2.1			4,626
家庭内	3,437	3,285	3,248	3,030	2,952	3,008	3,198	3,448	3,259	3,279	3,179	2,939	3,189	+3.3			3,088
中・外食	1,654	1,501	1,556	1,490	1,553	1,496	1,651	1,603	1,531	1,434	1,517	1,408	1,533	▲0.3			1,538
中食	1,007	900	965	897	970	903	1,025	973	927	861	890	835	929	▲3.5			963
外食	647	601	590	593	583	593	626	630	604	574	627	574	604	+5.2			574

■精米購入・入手経路（購入人数割合（複数回答））

【R6年度 平均順】															(単位: %)	
順位	前年		R06.4	R06.5	R06.6	R06.7	R06.8	R06.9	R06.10	R06.11	R06.12	R07.1	R07.2	R07.3	年度平均	前年度平均
n=			(1023)	(1016)	(953)	(878)	(888)	(806)	(1049)	(1065)	(995)	(880)	(870)	(836)	(938)	(1039)
1	1	スーパーマーケット	53.1	52.5	52.8	52.0	56.1	51.4	51.7	50.0	50.2	49.3	52.7	49.3	51.8	50.1
2	2	家族・知人などから無償で入手	11.7	12.0	11.4	12.8	13.5	20.0	17.5	17.0	18.4	13.7	14.7	13.3	14.7	15.3
3	4	ドラッグストア	10.4	9.0	11.4	8.8	9.0	5.9	6.8	6.7	7.0	9.8	7.9	8.2	8.4	6.9
4	3	インターネットショップ	7.8	8.3	8.2	9.0	8.2	6.9	7.1	9.7	8.1	7.6	9.0	9.7	8.3	8.6
5	5	生協（店舗、共同購入含む）	5.0	6.0	6.3	5.7	5.9	6.5	5.6	4.7	4.6	7.3	6.3	6.3	5.9	5.2
6	6	生産者から直接購入	5.3	4.0	3.5	5.2	3.5	5.1	5.2	5.0	5.7	5.6	4.2	5.2	4.8	4.8
7	8	ディスカウントストア	3.5	3.1	4.4	3.5	3.3	3.1	3.6	3.6	3.4	3.9	4.0	3.5	3.6	4.4
8	7	その他	2.9	3.4	2.8	2.3	1.5	2.4	4.5	4.6	2.6	3.0	2.7	4.8	3.1	4.6
9	9	米穀専門店	2.5	2.9	2.7	2.9	3.0	3.5	2.6	2.0	1.9	2.0	2.4	2.5	2.6	2.4
10	10	産地直売所	1.7	2.3	1.3	0.9	1.9	2.6	2.0	2.5	2.4	1.9	1.4	1.7	1.9	1.9
11	12	農協（店舗、共同購入含む）	1.0	1.4	1.4	1.0	1.1	2.0	0.7	1.0	1.7	1.8	1.3	1.2	1.3	1.0
12	11	デパート	0.9	1.5	1.1	0.8	0.9	1.6	1.3	1.0	1.0	1.5	1.0	1.1	1.1	1.4
13	13	コンビニエンスストア	0.3	0.1	0.4	0.4	0.1	0.0	0.5	0.7	0.3	0.8	0.2	0.6	0.4	0.3

■精米購入経路別の購入単価（複数回答）

【R6年度 平均順】															(単位: 円/kg)	
順位	前年		R06.4	R06.5	R06.6	R06.7	R06.8	R06.9	R06.10	R06.11	R06.12	R07.1	R07.2	R07.3	年度平均	前年度平均
n=			(1799)	(1655)	(1551)	(1467)	(1417)	(1349)	(1771)	(1649)	(1564)	(1492)	(1446)	(1384)	(1545)	(1734)
1	3	デパート	*452	659	658	*697	*700	742	640	706	894	737	874	770	711	498
2	2	インターネットショップ	566	607	504	544	681	636	686	734	783	742	838	869	683	513
3	5	コンビニエンスストア	*441	*678	*830	*808	*495	*650	*510	*517	*724	*876	*921	*704	*680	*427
4	1	米穀専門店	523	556	631	483	578	590	596	641	843	622	772	772	634	515
5	6	生協（店舗、共同購入含む）	384	454	784	441	450	546	589	606	576	656	758	1000	604	414
6	8	スーパーマーケット	416	410	435	479	532	620	635	650	653	693	741	797	588	400
7	9	ドラッグストア	366	403	412	441	494	570	582	598	637	654	737	766	555	361
8	4	産地直売所	388	393	394	*498	449	529	585	537	636	572	781	632	533	435
9	11	ディスカウントストア	383	349	385	416	434	513	577	573	566	622	717	780	526	325
10	7	農協（店舗、共同購入含む）	379	415	322	408	474	532	*520	564	566	653	752	671	521	406
11	10	生産者から直接購入	325	357	316	415	320	437	381	493	387	449	437	482	400	338

- (注)1. デパート、スーパーマーケット、生協は、実店舗の購入単価であり、インターネットを利用した購入は含まない。
2. 購入単価は消費税を除く本体価格。
3. 表中の*付きの購入単価は、「精米購入・入手経路」の割合が1%に満たないため参考値。

＜次回の公表スケジュール＞

調査月		公表予定日時	
令和7年	4月分	令和7年	5月26日 16時

※ 集計処理の都合により、公表スケジュールを変更することがあります。
その際は改めて当機構ホームページにてお知らせします。

米穀機構ホームページ「米ネット」(<https://www.komenet.jp/>)にて公表します。

本件に関するお問い合わせ先

〒103-0001
東京都中央区日本橋小伝馬町15-15
公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構
情報部 Tel03-4334-2161