



ニュースリリース

2025 年 11 月 20 日

冬場も深刻!? 冷蔵庫の容量不足に悩む人、約6割！

「ほぼ 1000 人にききました」が調査結果を発表。

～続く物価高騰で「節約意識」も容量圧迫に拍車?～

くらしにまつわる旬の話題やちょっとしたトピックをオレンジページが読者アンケートでリサーチする、「ほぼ 1000 人にききました」。冷蔵庫の稼働率が下がるイメージもある冬ですが、オレンジページが国内在住の 20 歳以上の女性 1038 人に冬場の冷蔵庫事情を調査したところ、約 6 割が冬にも容量不足を実感していることが判明しました。その大きな要因になっているのが、年末年始用にまとめ買いした食材や、駆け込みでの「ふるさと納税」の返礼品といった“かさばるストック”。特に「冷凍室」の容量不足が深刻で、容量不足を感じる人のうち 8 割近くがこの場所を挙げています。その背景として、年末に食材の価格が上がる前にまとめ買いして冷凍しておきたいという節約意識も見えてきました。

【ダイジェスト】

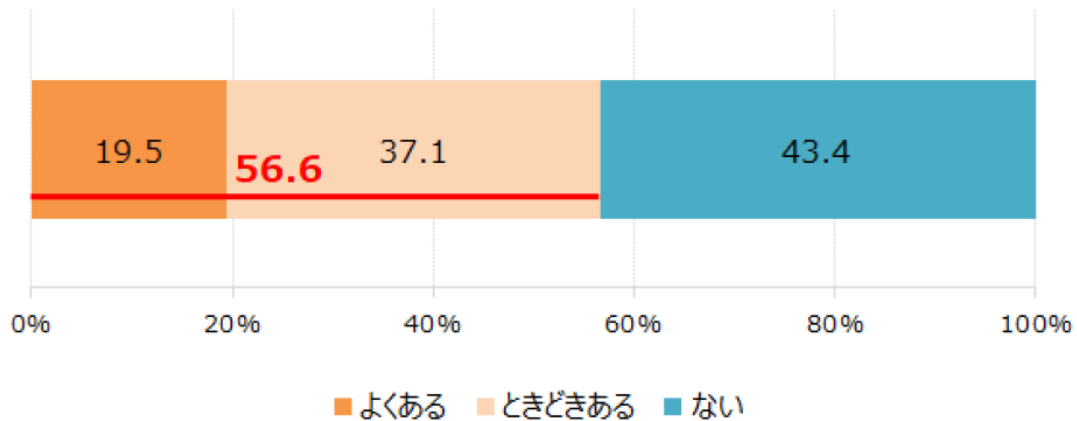
冬場も冷蔵庫がパンパン! 約 6 割が容量不足を実感

年末の値上がり前の「まとめ買い」が原因トップに

冷蔵庫の容量が「ふるさと納税」の返礼品選びにも影響

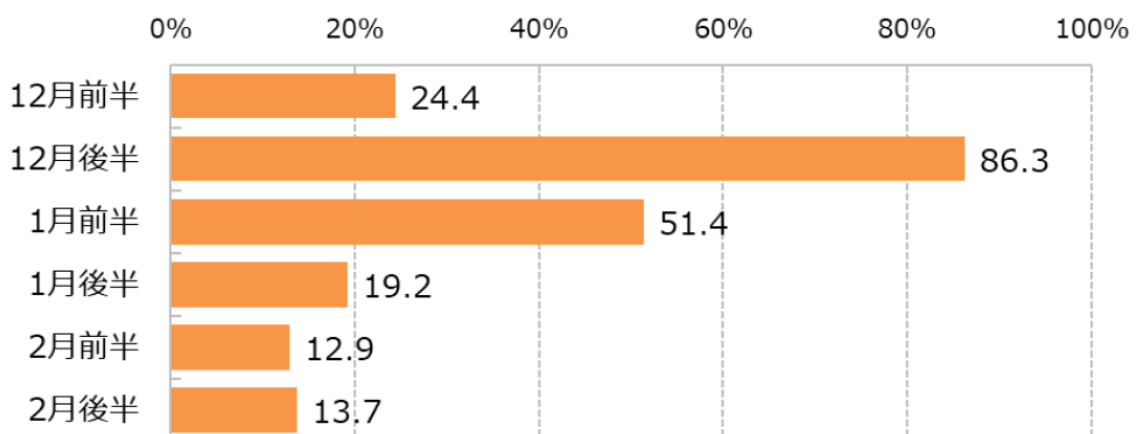
[Q]冬場（12月～2月）に、冷蔵庫の容量が足りないと感じることはありますか？

(n=1028・冷蔵庫を持っている人)



[Q]冬場に特に冷蔵庫の容量不足を感じるのは、どの時期ですか？

(n=582・冬場に冷蔵庫の容量不足を感じる人・複数回答)

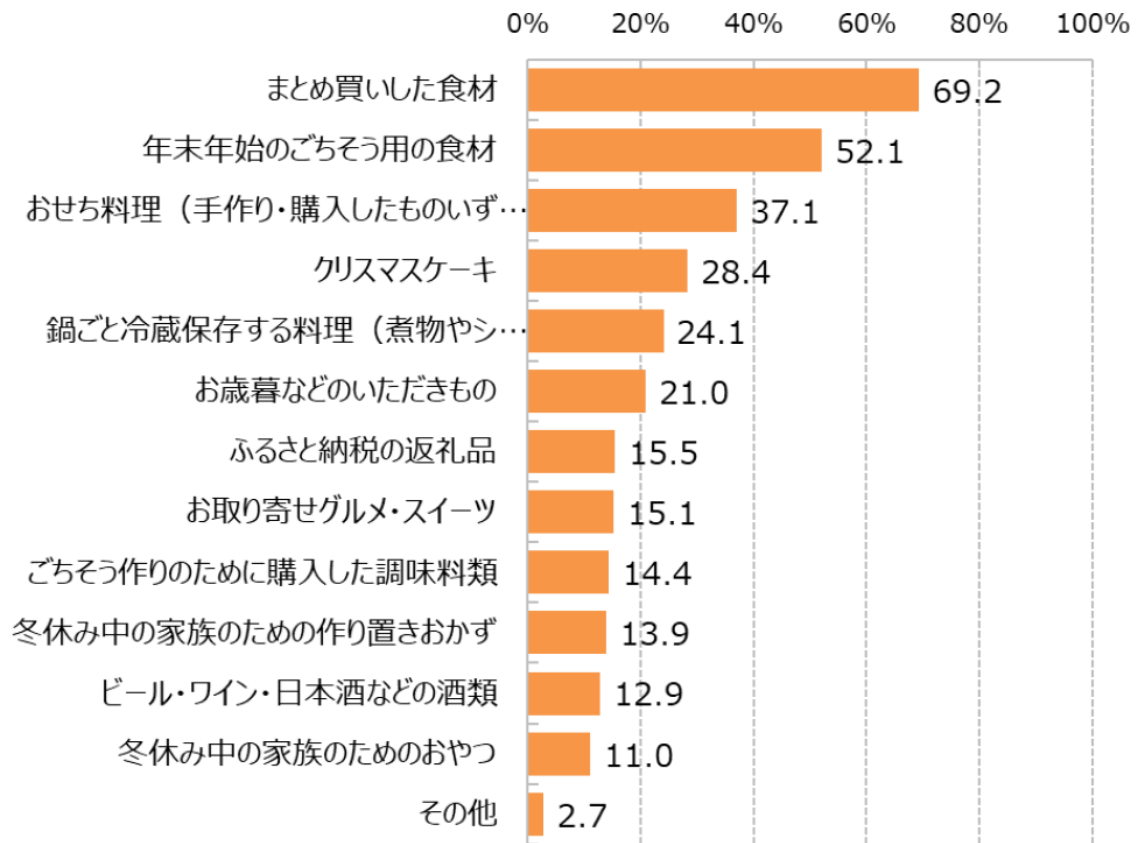


冬場も冷蔵庫がパンパン! 約 6 割が容量不足を実感

今回の調査で、冬場（12月～2月）にも容量不足を感じるものが「よくある」「ときどきある」と答えた人は、全体の56.6%と6割近くに。そうした人たちに容量不足を実感する時期を聞いたところ、「12月後半」86.3%が圧倒的なトップで、次いで「1月前半」も51.4%で半数以上。クリスマスや大晦日、お正月といったイベントが集中する年末年始は、多くの家庭で冷蔵庫のキャパシティが限界を迎える「パンク状態」になっている実態が明らかになりました。また、容量不足を感じる冷蔵庫の場所では、複数回答で「冷凍室」77.5%がトップ、次いで「冷蔵室」63.9%、「野菜室」33.0%という結果でした。冷凍室は、まとめ買いした食材や年末年始用の海産物、ふるさと納税の返礼品などで満杯になりやすく、「取り出せないくらい冷凍室がみちみちに」（50代・くっぴい）といったコメントも見られました。

[Q]冬場に冷蔵庫の容量を圧迫する要因として、あてはまるものをお選びください。

(n=582・冬場に冷蔵庫の容量不足を感じる人・複数回答)

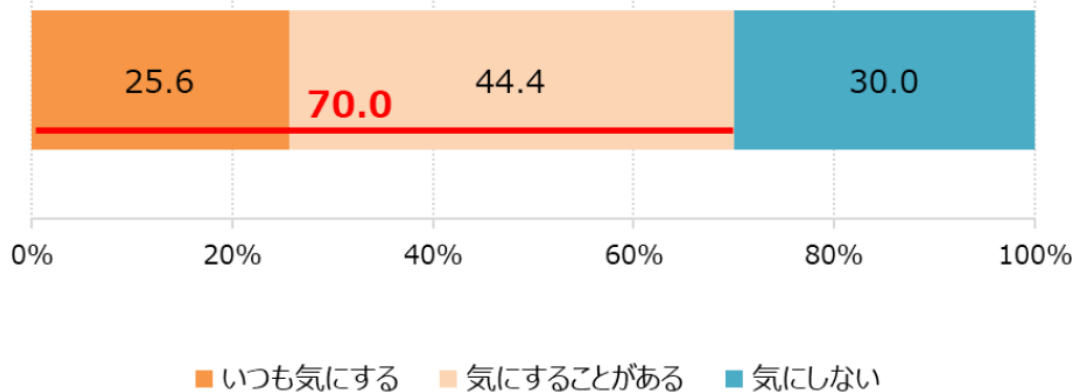


年末の値上がり前の「まとめ買い」が原因トップに

冬場に冷蔵庫の容量を圧迫する要因としては、「まとめ買いした食材」が69.2%で最も多く、「年末年始のごちそう用の食材」52.1%、「おせち料理」37.1%、「クリスマスケーキ」28.4%と、年末年始特有のかさばる食材や料理が上位に並びました。年末年始に向けて食材をまとめ買いする理由として、「年末は価格が上がるので、その前に買う」という声が多く、家計への意識の高まりが、冬場の容量不足に拍車をかけていることが読み取れます。また、冬に出番が多くなる鍋もの用の白菜などは一株で買うほうが割安だけど、それだけで野菜室がいっぱいになってしまうという人も多数でした。その他、自由回答では「煮込み料理を鍋ごと保存したいけどスペースが足りない」（30代・そうめん）、「冬休み中の子どもの食事のためのまとめ買いでギュウギュウ！」（40代・しろくま）など、鍋ごと冷蔵保存したい料理が増えたり、冬休みで家族用の食材が増えるなど、この時期ならではの悩みも多く見られました。

[Q]「ふるさと納税」の返礼品を選ぶ際、冷蔵庫の容量を気にすることはありますか？

(n=390・「ふるさと納税」の利用経験者)



冷蔵庫の容量が「ふるさと納税」の返礼品選びにも影響

年末に駆け込みで利用する人も多い「ふるさと納税」。利用経験者のうち、返礼品を選ぶ際に冷蔵庫の容量を「いつも気にする」「気にすることがある」と答えた人は70.0%。さらに、そうした人たちのうち、容量を気にした結果「本当は欲しいけれど、冷蔵庫に入らなそうであきらめたことがある」と回答した人が55.7%と半数を超えました。よく選ぶ返礼品は「肉類」54.1%、「魚介類」49.2%がトップ2ですが、容量を圧迫しやすいと感じるのも同じく「肉類」49.0%、「魚介類」44.9%。「駆け込みで納税して、思いのほか早く届いた大量のお肉。冷凍室に入りきらず、近所の実家へおすそわけに走りました」(40代・T.A)、「年末ギリギリにまとめて頼むので、冷凍室を圧迫→消費強化週間が毎年訪れます」(20代・ぽん)といった声も見られ、税制優遇を受けられる年末までにと利用するものの、その返礼品が12月後半の冷蔵庫圧迫に拍車をかけている実態が明らかになりました。

今回の調査では、冬場にも冷蔵庫の容量不足が深刻化している実態が明らかになりました。年末年始のごちそう用食材、まとめ買い、ふるさと納税の返礼品などが重なり、特に冷凍室の容量不足に悩む人が多数。物価高が続く中、節約のためのまとめ買いと冷蔵庫容量のジレンマに悩む人も多くいることがわかりました。「大容量」を求める一方で、キッチンの限られたスペースという現実的な制約もあり、今後は、コンパクトでありながら、特に冷凍室を中心とした大容量を実現し、さらに、使いたいものがすぐに取り出せる整理・収納のしやすさも備えた冷蔵庫へのニーズがますます高まっていそうです。

アンケート概要

- 調査対象：オレンジページメンバーズ・国内在住の20歳以上の女性（有効回答数1038人）
- 調査方法：インターネット調査
- 調査期間：2025年8月4日～8月11日

●「ほぼ 1000 人にききました」について

読者モニター「オレンジページメンバーズ」には、さまざまな暮らし情報・暮らし体験によってはぐくまれた生活感度の高い読者が数多く所属しています。そんなメンバーたちの声を集めて、「暮らしのリアル」な数字、リアルな声を集めたのが「ほぼ 1000 人にききました」企画です。WEB 上でのアンケート調査、座談会など、ご相談に応じて展開いたします。

●『オレンジページ』について

失敗なくおいしく作れるレシピ情報が支持され、今年創刊 40 周年を迎えた生活情報誌。30～40 代の主婦を中心に幅広い読者層を誇ります。

【この資料に関するお問い合わせ】

株式会社オレンジページ

次の暮らしデザイン部

kurashi@orangepage.co.jp