Research Report

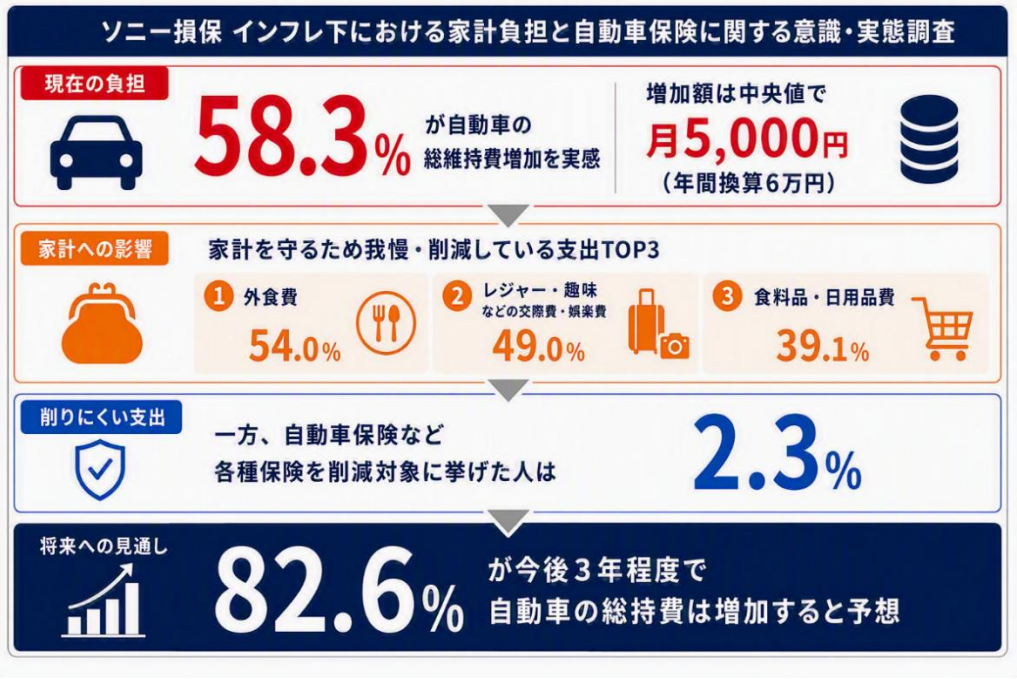
ソニー損保

2026 年 9 月 14 日

【ソニー損保　インフレ下における家計負担と自動車保険に関する意識・実態調査　第 1 弾「維持費・家計編」】

値上げの秋、自動車の維持費も家計を直撃
自動車を保有する 30～50 代の約 6 割が維持費の増加を実感、増加額は中央値で月 5,000 円・年間換算で 6 万円
物価高で 5 割超が「外食」を我慢する一方、自動車保険など各種保険を削減対象に挙げた人は 2.3%
8 割超が今後 3 年程度で自動車の維持費は「増加する」と回答

ソニー損害保険株式会社（代表取締役社長：鈴木 隆行、本社：東京都大田区、以下「ソニー損保」）は、自動車を保有し自動車保険の加入の意思決定に関与する 30～50 代の男女 1,034 名を対象に、「インフレ下における家計負担と自動車保険に関する意識・実態調査」を実施しました。調査の結果、約 6 割（58.3%）が 1 年前と比べて自動車の維持費の増加を実感しており、維持費が増加したと回答した人の増加額（回答者の実感値）は中央値で月 5,000 円、年間換算では 6 万円にのぼることが明らかになりました。



■調査の背景

食品の値上げは 5 年連続で年間 1 万品目を超え（※1）、なかでも 9 月は 4,923 品目と年内最多の値上げとなるなど、家計を取り巻く環境は厳しさを増しています。自動車関連のコストについても、損害保険料率算出機構が 2026 年 6 月に自動車保険の参考純率水準を平均 14.4%引き上げる届出を行った（※2）ほか、レギュラーガソリン価格は、2026 年 8 月 31 日時点で全国平均 170 円/L となっており、直近 1 カ月は 170 円前後で推移しています（※3）。

食品をはじめとするさまざまな値上げが続くなか、自動車の維持費が家計にどのような影響を与えているのか把握するため、ソニー損保は自動車を保有する 30～50 代の生活者を対象に、維持費の負担実感と家計の実態を調査しました。

※1 帝国データバンク「食品主要 195 社」価格改定動向調査（2026 年 9 月）https://www.tdb.co.jp/report/economic/pricepass-on202608/

※2 損害保険料率算出機構「自動車保険参考純率」（2026 年 6 月 23 日届出） https://www.giroj.or.jp/ratemaking/automobile/

なお、参考純率は損害保険料率算出機構が算出する保険料算出の目安であり、各社の保険料改定の有無・時期・水準を示すものではありません。

※3 資源エネルギー庁「石油製品価格調査」https://www.enecho.meti.go.jp/statistics/petroleum_and_lpgas/pl007/results.html

＜調査結果サマリー＞

①約 6 割が自動車の維持費増加を実感。増加額は中央値で月 5,000 円・年間換算 6 万円

・1 年前と比較した自動車の総維持費（ガソリン・保険・税金・メンテナンス費等）について、「かなり増加した」（19.7%）、「やや増加した」（38.6%）を合わせ、約 6 割（58.3%）が増加を実感していると回答しました。

・維持費が増加したと回答した人（n=603）に 1 か月あたりの増加額を聞いたところ、中央値で月 5,000 円、年間に換算すると 6 万円にのぼりました。

②維持費の増加を感じている人では、ガソリン代・車検費用・自動車税・自動車保険料などの値上がりに 9 割前後が負担感

・費目別の値上がりへの負担感（「非常に負担に感じる」＋「やや負担に感じる」の計）は、ガソリン代（97.3%）、車検費用（96.1%）、自動車税（91.9%）、自動車保険料（89.8%）、修理・消耗品費（タイヤ等）（88.0%）の順で、駐車場代（41.1%）を除く各費目で 9 割前後が負担を感じています。

③物価高で「外食費」（54.0%）、「レジャー・趣味などの交際費・娯楽費」（49.0%）を我慢。「食料品費や日用品費」も 39.1%。一方、保険を削減対象に挙げた人は 2.3%

・家計を守るために現在、実際に我慢・削減している支出は、「外食費」（54.0%）が最多で、「レジャー・趣味などの交際費・娯楽費」（49.0%）、「食料品費や日用品費」（39.1%）が続きました。

・一方、「自動車保険など各種保険の費用」を削減対象に挙げた人は 2.3%にとどまり、削減の対象になりにくい支出であることがうかがえます。

④今後 1 年で上昇してほしくない費目、1 位は「ガソリン代」（80.9%）、2 位「自動車保険料」（55.1%）

・自動車の維持費の中で、今後 1 年間で上昇してほしくない（家計への影響が大きい）と感じる費目は、「ガソリン代」（80.9%）が最多で、「自動車保険料」（55.1%）が続きました。

・日常的に支払うガソリン代に加え、契約更新のたびに変動が生じうる自動車保険料についても、半数を超える人が上昇を避けたい費目として挙げています。

⑤8 割超が今後 3 年程度の自動車維持費を「増加する」と予想。また、次回更新時の保険料上昇に約 9 割が不安

・今後 3 年程度の自動車の総維持費については、「大きく増加すると思う」（31.2%）、「やや増加すると思う」（51.4%）を合わせ 8 割超（82.6%）が増加すると予想しています。

・また、仮に次回の更新時に自動車保険の保険料が上がるとした場合、「非常に不安を感じる」（43.0%）、「やや不安を感じる」（45.4%）を合わせ、約 9 割（88.4%）が家計負担に不安を感じると回答しました。

※構成比は小数点以下第 2 位を四捨五入しているため、合計しても 100%とならない場合があります。

■■利用条件■■
本資料内の図／文章とも自由に転載いただくことが可能ですが、下記の利用条件をすべて満たす場合に限ります。なお、当社がふさわしくないと判断した場合は、掲載の中止を求めることがあります。
≪利用条件≫
1　情報の出典として「ソニー損害保険株式会社」の名前を明記してください。
2　ウェブサイトで使用する場合は、出典として、ソニー損保の自動車保険トップページへのリンクを設置してください。 https://www.sonysonpo.co.jp/auto/

【調査概要】
調査タイトル：インフレ下における家計負担と自動車保険に関する意識・実態調査
調査対象者：自家用車を所有し、自動車保険の加入に関与している 30 代～50 代男女
サンプル数：1,034 名
調査方法：インターネット調査
調査期間：2026 年 7 月 21 日～7 月 22 日

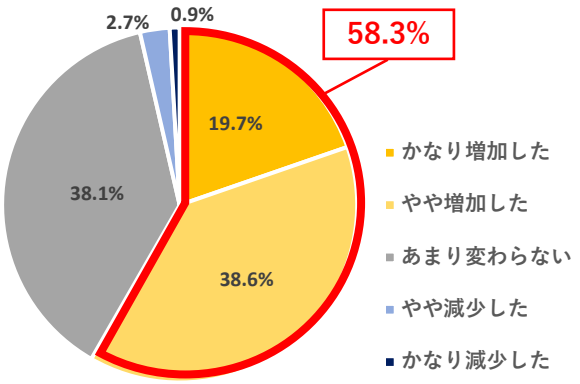
【インフレ下における家計負担と自動車保険に関する意識・実態調査】

調査結果詳細レポート

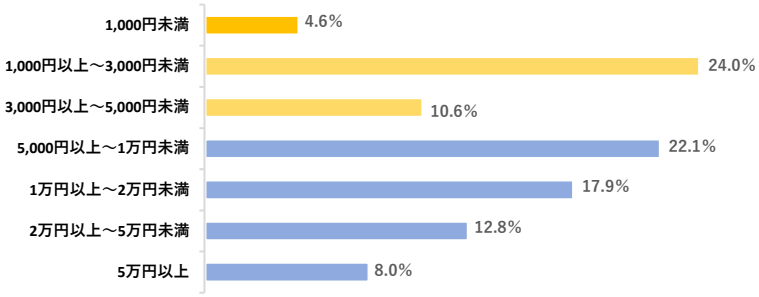
①約 6 割が自動車の維持費増加を実感。増加額は中央値で月 5,000 円

1 年前と比較した「年間の自動車の総維持費」の変化について聞いたところ、約 6 割（58.3%）が増加を実感していると回答しました。増加したと回答した人の 1 ヵ月あたりの増加額（回答者の実感値）は、中央値で 5,000 円でした。月 2 万円以上と回答した人も約 2 割（20.8%）おり、負担の大きさには幅があることもうかがえます。

Q. 1 年前と比較した「年間の自動車の総維持費（ガソリン・保険・税金・メンテナンス費等）」の変化について、実感に最も近いものをお選びください。（SA,n=1,034）



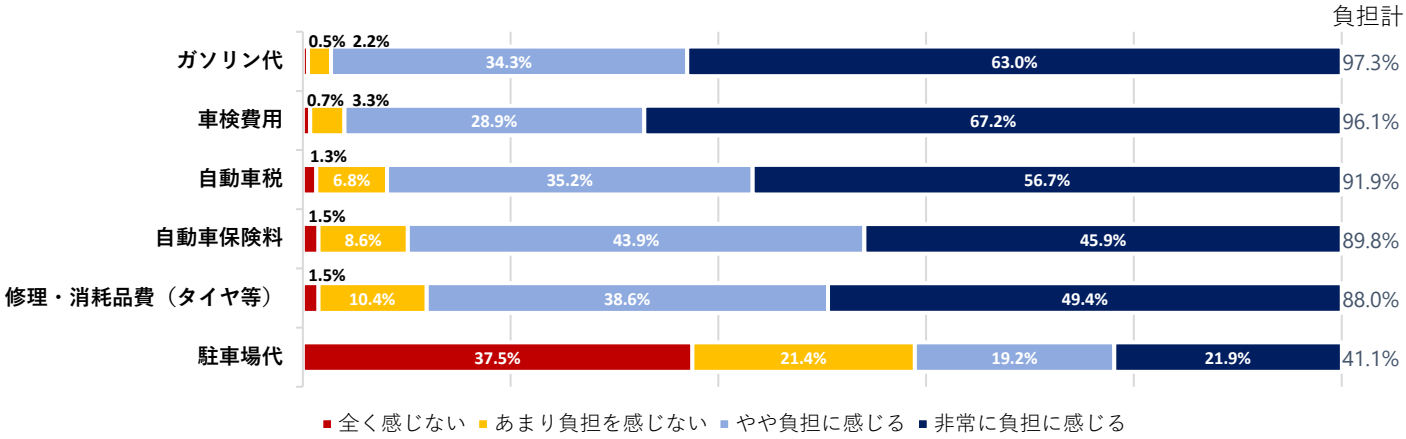
Q. 1 ヵ月あたりの自動車の維持費は、昨年と比べて平均で「何円」程度増えたと感じますか?（数値入力,n=603）



②ガソリン代・車検費用など多くの費目の値上がりに 9 割前後が負担感

維持費が増加したと感じている人（n=603）に費目別の負担感を聞くと、ガソリン代（97.3%）、車検費用（96.1%）、自動車税（91.9%）、自動車保険料（89.8%）、修理・消耗品費（タイヤ等）（88.0%）と、駐車場代を除くすべての費目で、9 割前後が負担を感じている結果となりました。

Q.以下の各項目の値上がりに対し、どの程度経済的な負担を感じていますか？（SA,n=603）

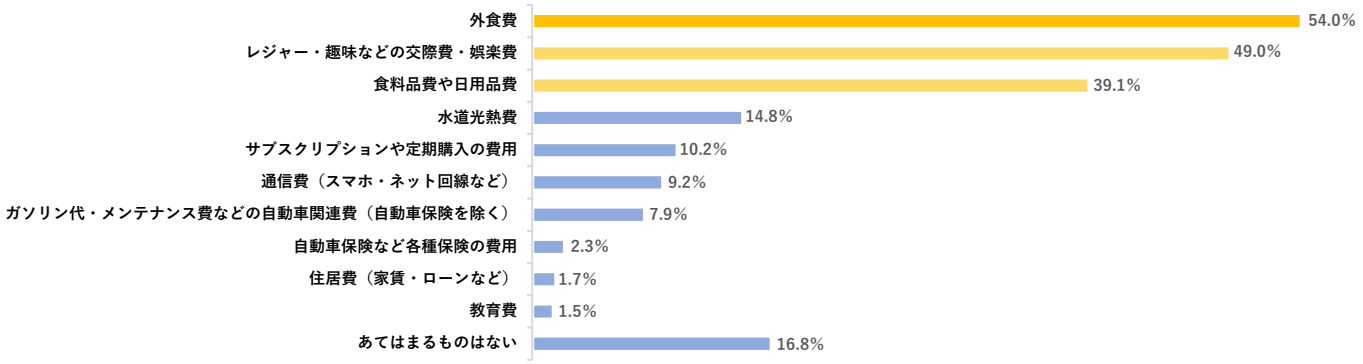


※「負担計」は「非常に負担に感じる」＋「やや負担に感じる」の合計

③我慢するのは「外食」「レジャー」。保険は削減対象に挙がりにくい

家計を守るために現在、実際に我慢・削減している支出を聞いたところ、「外食費」（54.0%）、「レジャー・趣味などの交際費・娯楽費」（49.0%）が上位となり、「食料品費や日用品費」（39.1%）を挙げる人も約 4 割にのぼりました。一方、「自動車保険など各種保険の費用」は 2.3%にとどまり、削減の対象になりにくい支出であることがうかがえます。

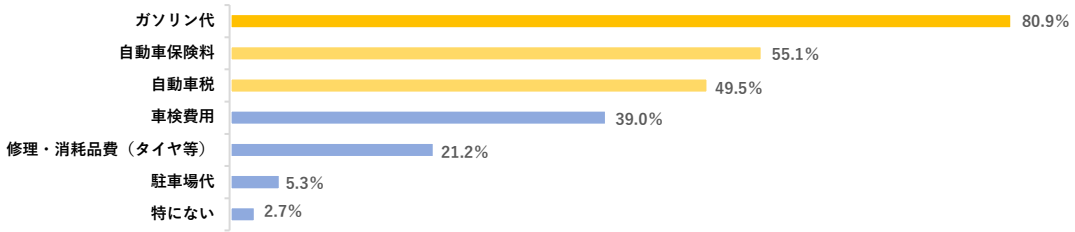
Q.物価高などにより家計の支出が増加するなか、家計を守るために、あなたが現在、実際に我慢したり削減したりしている支出は何ですか。(MA,n=1,034)



④上昇してほしくない費目１位は「ガソリン代」、２位「自動車保険料」

自動車の維持費の中で、今後１年間で最も上昇してほしくない（家計への影響が大きい）と感じるものは、「ガソリン代」（80.9%）が最多で、「自動車保険料」（55.1%）が続きました。

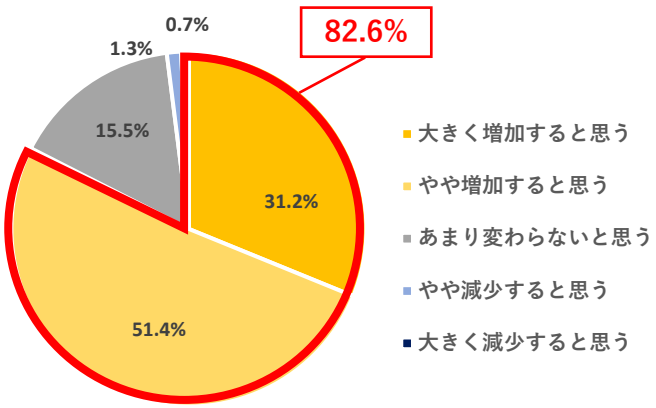
Q. 自動車の維持費の中で、今後１年間で「上昇してほしくない(家計への影響が大きい)」と感じるものはどれですか?(MA,n=1,034)



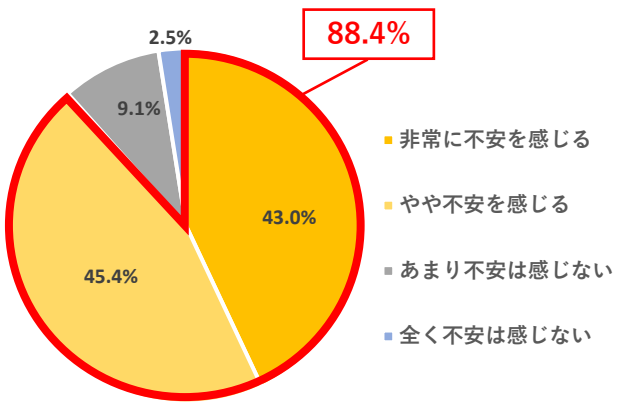
⑤8 割超が「今後３年程度で維持費は増加する」と予想。仮に保険料が上がるとした場合、約９割が家計負担への不安

今後３年程度の自動車の総維持費については、８割超（82.6%）が「増加すると思う」と回答しました。また、仮に次回の更新時に自動車保険の保険料が上がるとした場合については、約９割（88.4%）が家計負担への不安を感じると回答しています。

Q.今後３年程度で、自動車の総維持費(ガソリン・保険・税金・メンテナンス費等)はどうなると思いますか。(SA,n=1,034)



Q.今後の「自動車保険の更新」についてお聞きします。仮に次回の更新時に「保険料が上がる」とした場合、どの程度家計負担への不安を感じますか?(SA,n=1,034)



ソニー損害保険株式会社 統合マーケティング・コミュニケーション部 担当：佐川
TEL：03-5744-0936　E-mail：sagawa-m@sonysonpo.co.jp