

生活総合情報メディア【ヨムーノ】、

夏の帰省に関する意識調査を実施

約4割が「帰省しない」選択。義実家との会話、夫の空気の読めなさに不満も

25～60歳の、子どものいる既婚女性137名に実施したアンケートでは、この夏「帰省しない」と答えた方は約4割にのびりました。義実家との理想的な距離感は「半年に1回帰省」が最多で、約5人に1人は「全く帰省しない」が理想と回答。さらに、帰省中の夫に対し「役に立たない」と感じる方が半数にのぼるなど、家族関係やパートナーに対する本音も明らかになりました。



株式会社ベビーカレンダー（旧社名：株式会社クックパッドベビー、本社：東京都渋谷区、代表取締役：安田啓司、以下「ベビーカレンダー」）が運営する生活総合情報メディア「ヨムーノ」は、「ヨムーノメイト（※1）」を中心とした、25～60歳の既婚女性137名を対象に「夏の帰省」に関するアンケート調査を2025年6月に実施しました。

【調査サマリー】

- 1) この夏、約4割が「帰省しない」予定。義実家より実家への帰省が上回る
- 2) 帰省中の人気イベント1位は「家族で外食」。約5人に1人が「花火」を計画
- 3) 今夏の予定は、「自宅でゆっくり」が49.6%で最多。夏は“おうち&家族重視”が多数派に。一方、約3割は「仕事」
- 4) お土産代「0円」が最多21.9%。手頃派が多数の一方で、「1万円以上」出す高額派も！
- 5) 義実家への帰省は冬の方が気が重い！？約1.7倍の差があり。【2024年・年末年始との比較】
- 6) 義実家との理想の距離感、「半年に1回帰省」が最多！約5人に1人は“帰省しない”のが理想」と回答
- 7) 夏の帰省の悩み第1位は「義実家との会話がしんどい」26.3%。暑さ関連の悩みも
- 8) 夫の“実家モード”にイラッ？ 帰省中、2人に1人が「夫が役に立たない」と実感

調査概要

調査名：夏の帰省に関するアンケート

調査手法：インターネットによるアンケート調査

調査期間：2025年6月9日～6月15日

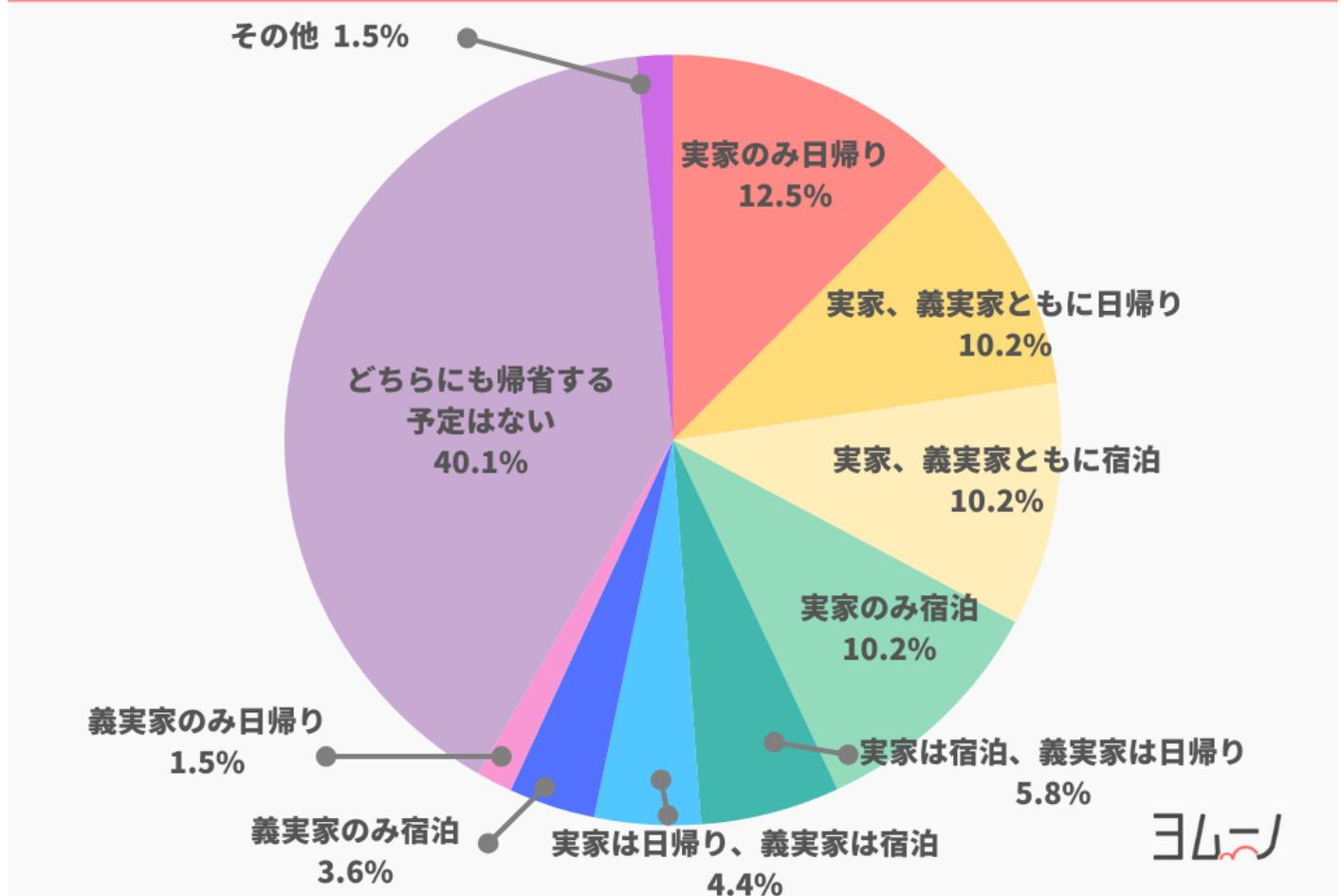
調査対象：「ヨムーノメイト（ヨムーノ公式インスタグラマー）」を中心とした、25～60歳の、子どものいる既婚女性137名

※1.ヨムーノメイトとは

編集部がスカウトした「暮らし全方位ジャンルのマニア」によるインスタグラマー組織

1) この夏、約4割が「帰省しない」予定。義実家より実家への帰省が上回る

2025年夏、帰省しますか？



Q1.2025年の夏（7月～8月）は、宿泊を伴う、もしくは日帰りで、帰省する予定はありますか？（n=137）

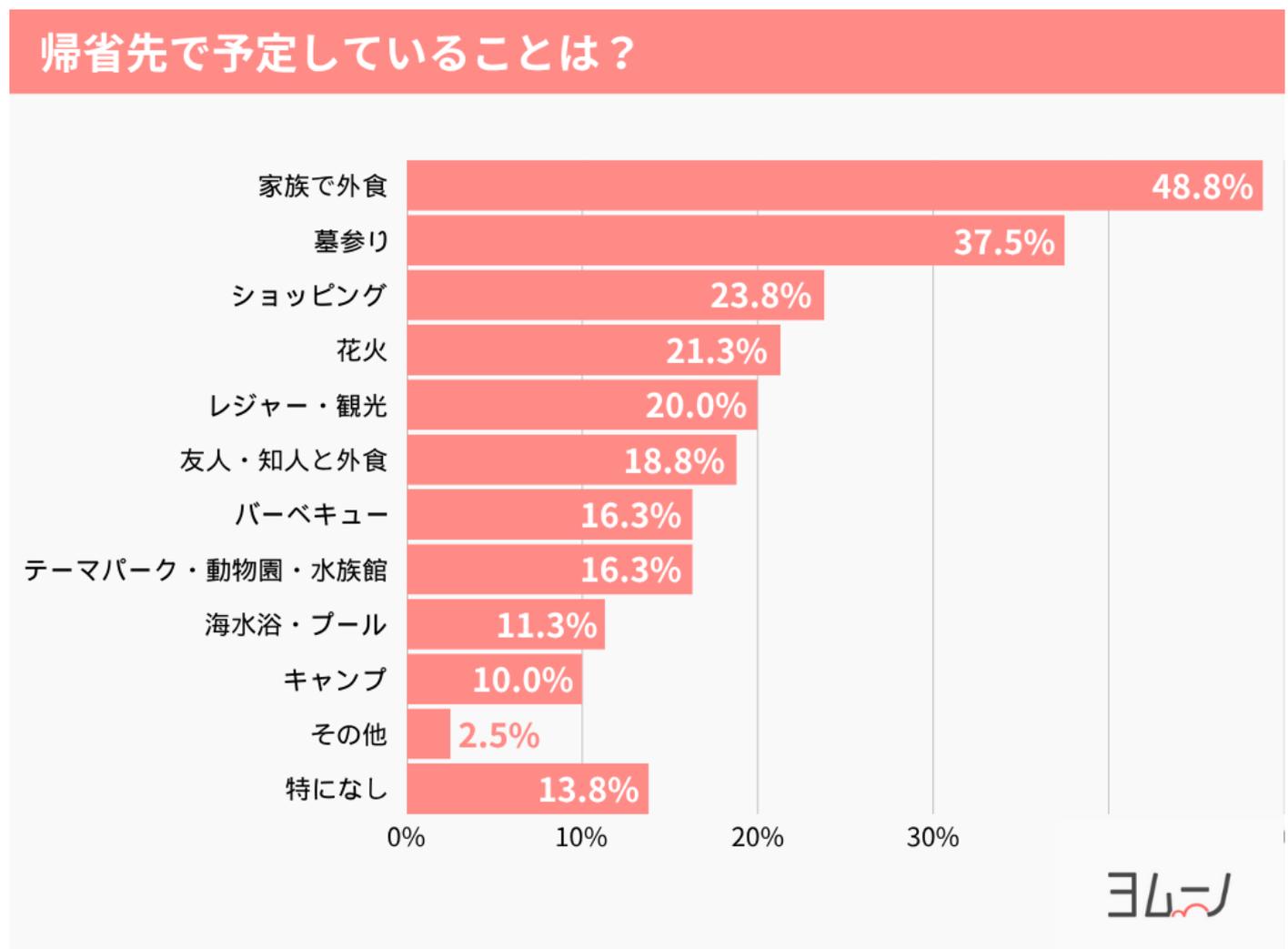
「どちらにも帰省する予定はない」と答えた方が40.1%と最も多く、この夏は帰省を予定していない方が全体の約4割いることが分かりました。

一方で、「実家にのみ日帰りで帰省する予定」が12.5%、「実家にのみ宿泊を伴って帰省する予定」が10.2%と、実家への帰省は日帰り・宿泊のどちらも一定数いることが分かります。また、「実家・義実家ともに日帰りで帰省する予定」および「実家・義実家ともに宿泊を伴って帰省する予定」がいずれも10.2%であり、両家

へのバランスを取る方も約2割程度いる傾向が見受けられます。

日帰り・宿泊を含めて「実家」に帰省する予定の方は53.3%、「義実家」に帰省する予定の方は35.7%と、実家への帰省がやや多い結果となりました。

2) 帰省中の人気イベント1位は「家族で外食」。約5人に1人が「花火」を計画



Q2 帰省先で予定していることはありますか？当てはまる選択肢をすべてお選びください。（n=80）

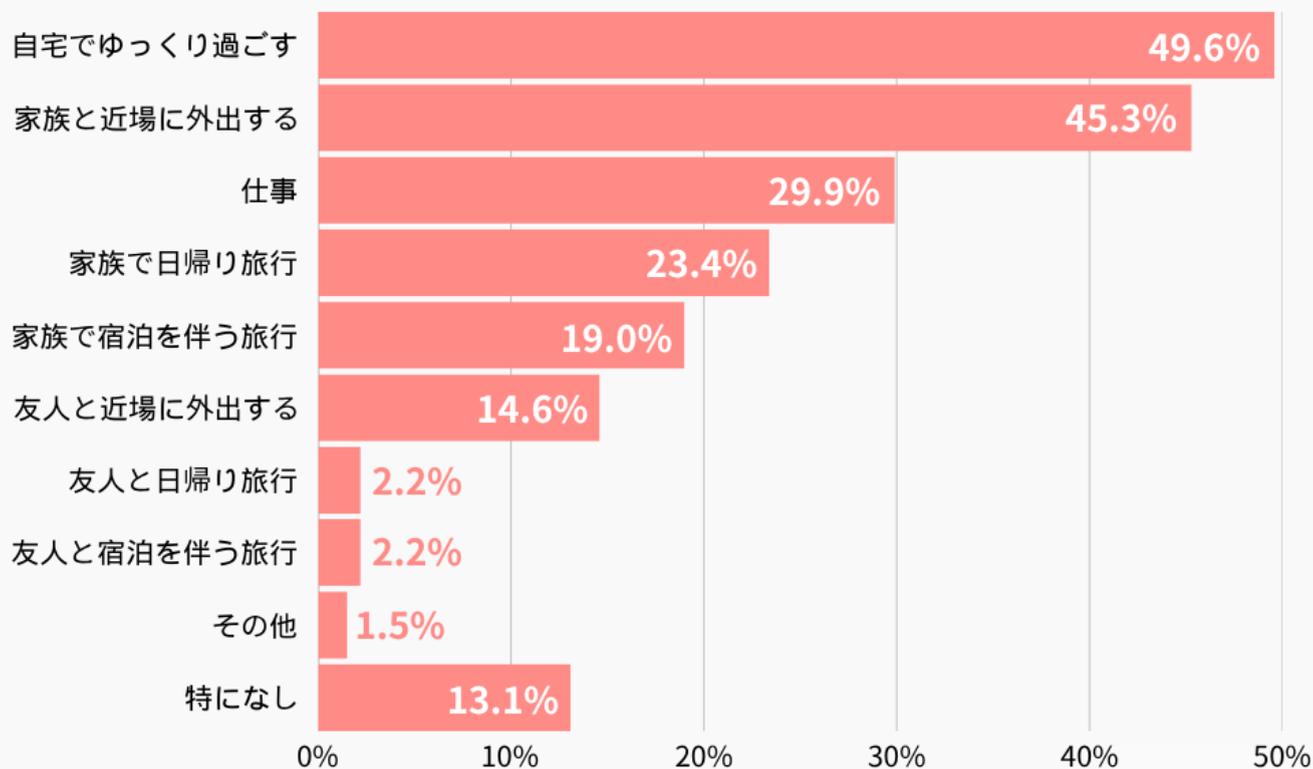
（※Q1で『どちらにも帰省する予定はない』と回答した方を除いて聞きました。複数選択）

「家族で外食」と回答した方が48.8%と最多で、帰省の目的として家族との団らんを最も重視していることが見受けられます。

夏らしいイベントとしては、「花火」(21.3%)が多く挙げられ、「バーベキュー(16.3%)」「テーマパーク・動物園・水族館(11.3%)」「海水浴・プール(11.3%)」などを上回る結果となりました。

3) 今夏の予定は、「自宅でゆっくり」が49.6%で最多。夏は“おうち&家族重視”が多数派に。一方、約3割は「仕事」

帰省以外で、この夏予定していることは？





Q3 帰省以外で、ご自身やお子様の夏休みに予定していることはありますか？当てはまる選択肢をすべてお選びください。(n=137) (複数選択)

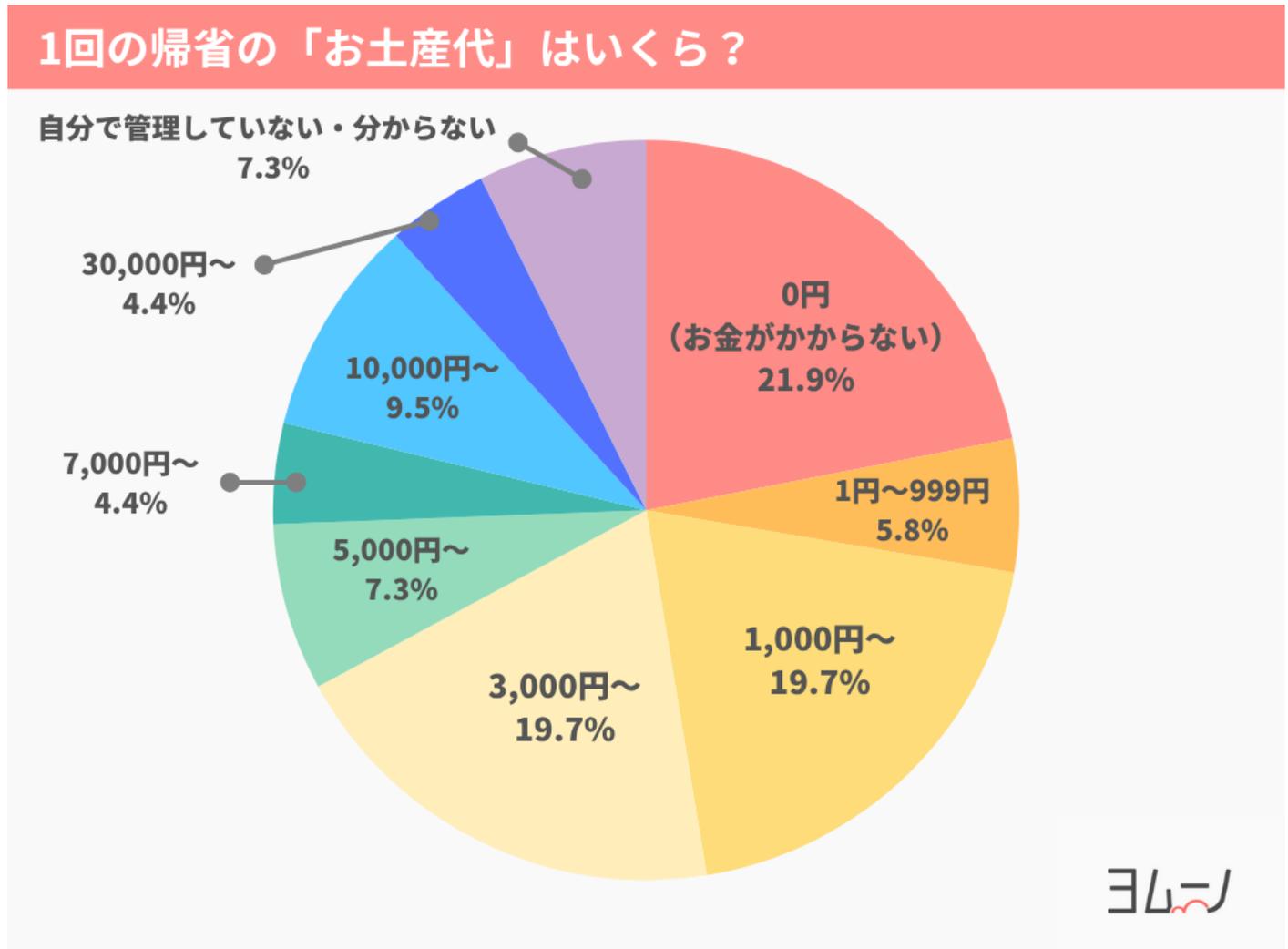
帰省以外の夏の予定については、「自宅でゆっくり過ごす」と回答した方が49.6%と最も多く、猛暑が続く昨今の夏は、自宅でのんびりと過ごすスタイルが主流であることが分かります。次いで「家族と近場に外出す

る」(45.3%)が続き、遠出を避けて家族との時間を大切にする傾向がうかがえます。

また、「仕事」(29.9%)と答えた方も約3割おり、夏休みを取らずに働く方の多さが反映されています。

一方で、「友人と日帰り旅行」(2.2%)や「友人と宿泊を伴う旅行」(2.2%)など、友人との予定は比較的小なく、家族を中心とした過ごし方が多い傾向にあることも特徴的です。

4) お土産代「0円」が最多21.9%。手頃派が多数の一方で、「1万円以上」出す高額派も！

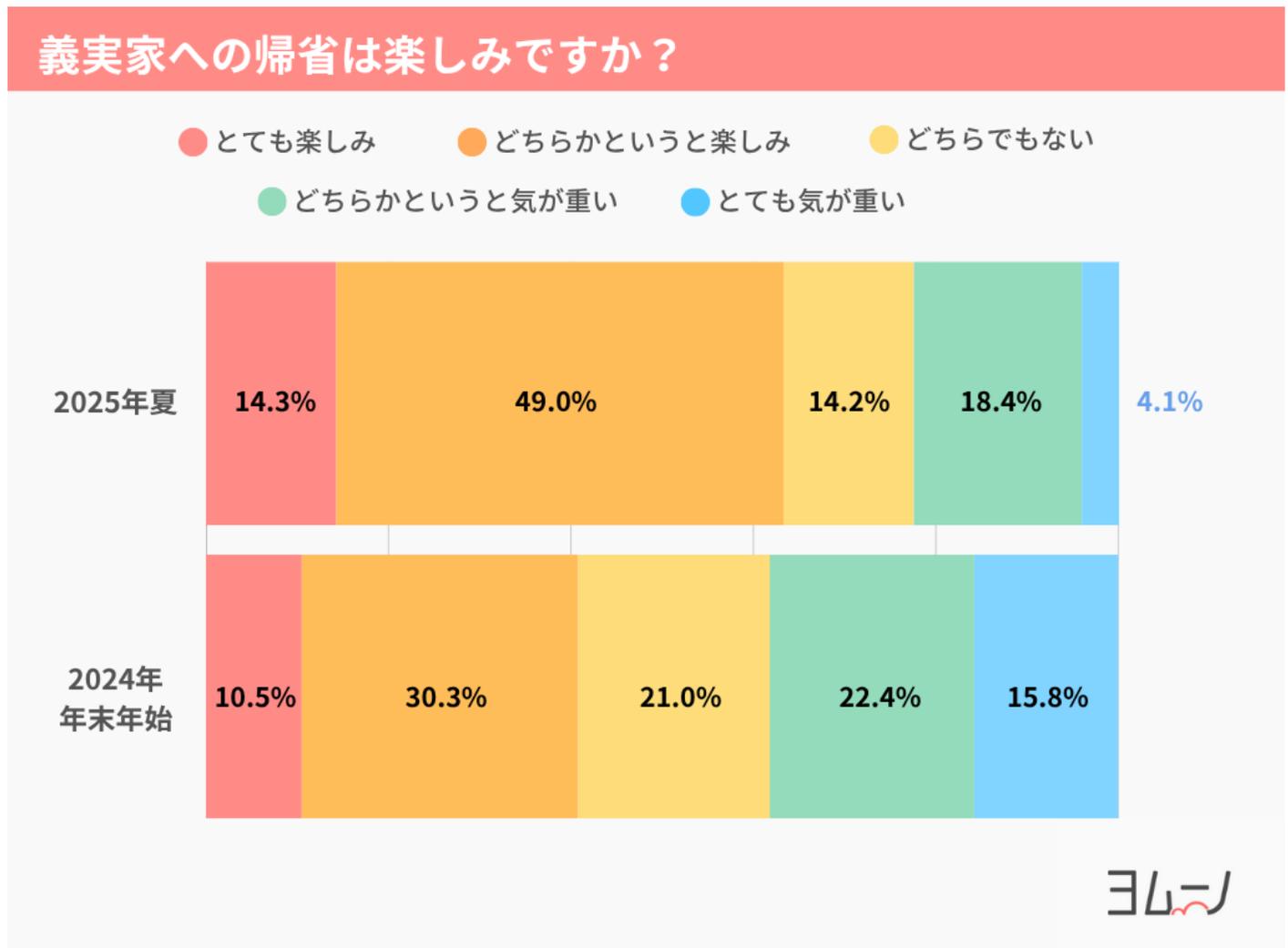


Q4 1回の帰省の「お土産代」はいくらくらいですか？実家・義実家への帰省でかかる金額が違う場合は、より多い方をご記入ください。今年は帰省しない方は、直近の帰省でかかった予算を教えてください。(n=137)

お土産代は「0円（お金がかからない）」と回答した方が21.9%で最も多く、帰省の際にお土産を用意しない方が一定数いることが分かります。

「1,000円～2,990円」（19.7%）や「3,000円～4,990円」（19.7%）といった比較的手頃な価格帯が主流である一方、「10,000円～29,990円」（9.5%）や「30,000円～」(4.4%) など1万円以上の高額なお土産を用意する方も全体の13.9%にのぼり、金額には幅があることが分かりました。

5) 義実家への帰省は冬の方が気が重い！？約1.7倍の差があり。【2024年・年末年始との比較】



Q5 義実家への帰省は楽しみですか？最も当てはまる選択肢をお選びください。(n=80)

(※Q1で『どちらにも帰省する予定はない』と回答した方を除いて聞きました)

義実家への帰省について「楽しみかどうか」を尋ねたところ、2025年夏は「とても楽しみ」(14.3%)と「どちらかという楽しみ」(49.0%)を合わせて63.3%が「楽しみ」と回答し、ポジティブな傾向がうかがえました。

一方、2024年～2025年の年末年始に行った同様の調査では「楽しみ」という方が40.8%にとどまっており、

夏の方が義実家への帰省に対して前向きな人が多いことがうかがえます。

また、「どちらかという気が重い」「とても気が重い」と回答した方の合計は、夏が22.5%、年末年始は38.2%と、“気が重い”派は年末年始の方が約1.7倍に。特に「とても気が重い」と答えた人は、夏が4.1%に対し年末年始は15.8%と、4倍近い差が見られました。

※比較対象：2024年10月実施「年末年始に関するアンケート」（出典：[PR TIMES掲載リリース](#)）

義実家への帰省が「楽しみ」な方もいれば、「つらい」方も……。帰省にまつわる本音（アンケートの声より）

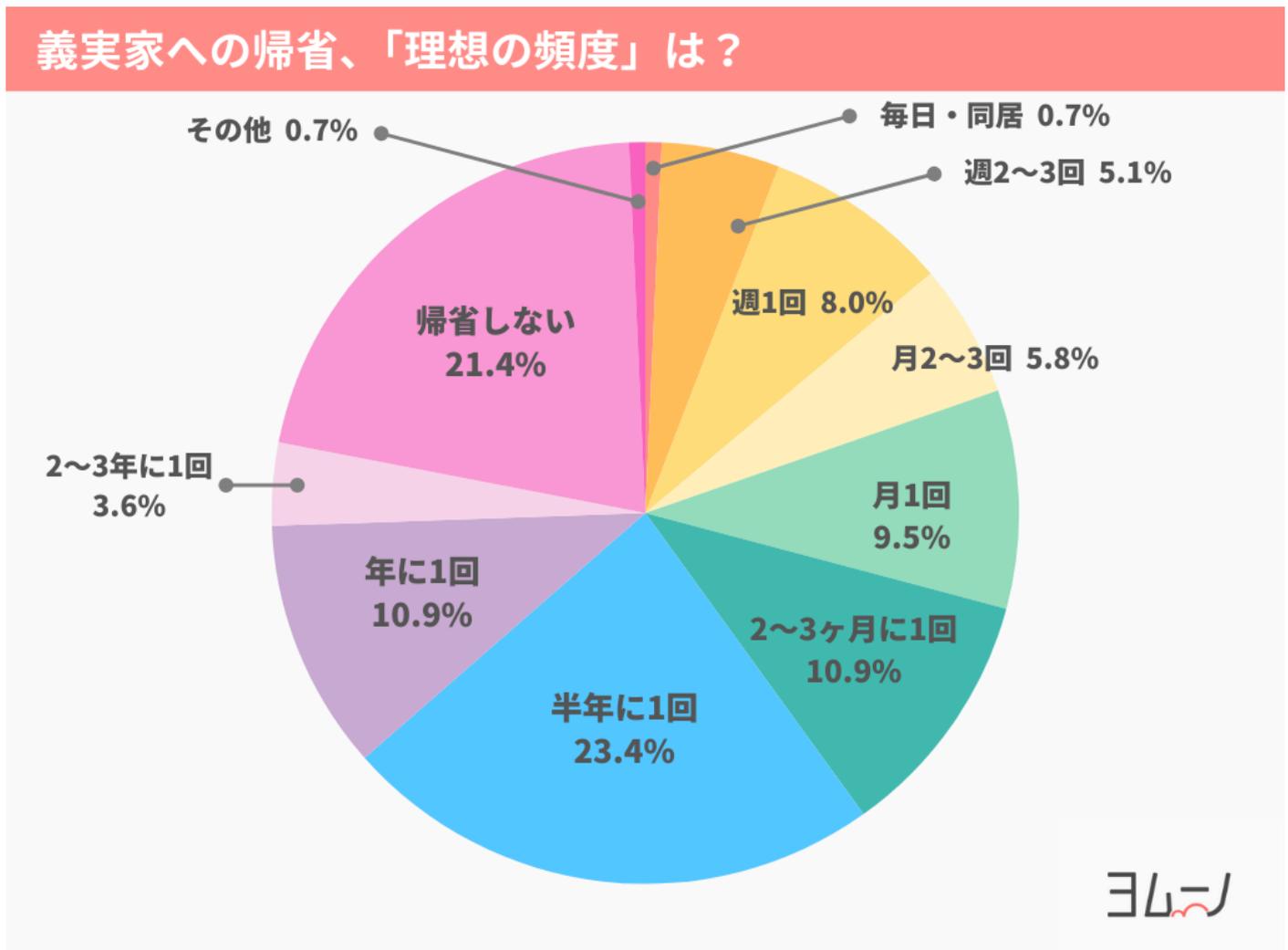
▼義実家への帰省が「とても楽しみ」「どちらかという楽しみ」と回答した方の理由は？

- ・孫に会わせると、義父母に喜んでもらえるので。（39歳）
- ・自然豊かで、地元ではできない体験を子どもにさせてあげられるから。（43歳）

▼義実家への帰省が「どちらかという気が重い」「とても気が重い」と回答した方の理由は？

- ・義父母から、将来やお金の事について色々言われるので気が重い。（39歳）
- ・義実家は綺麗ではないので辛い。（37歳）

6) 義実家との理想の距離感、「半年に1回帰省」が最多！約5人に1人は「“帰省しない”のが理想」と回答

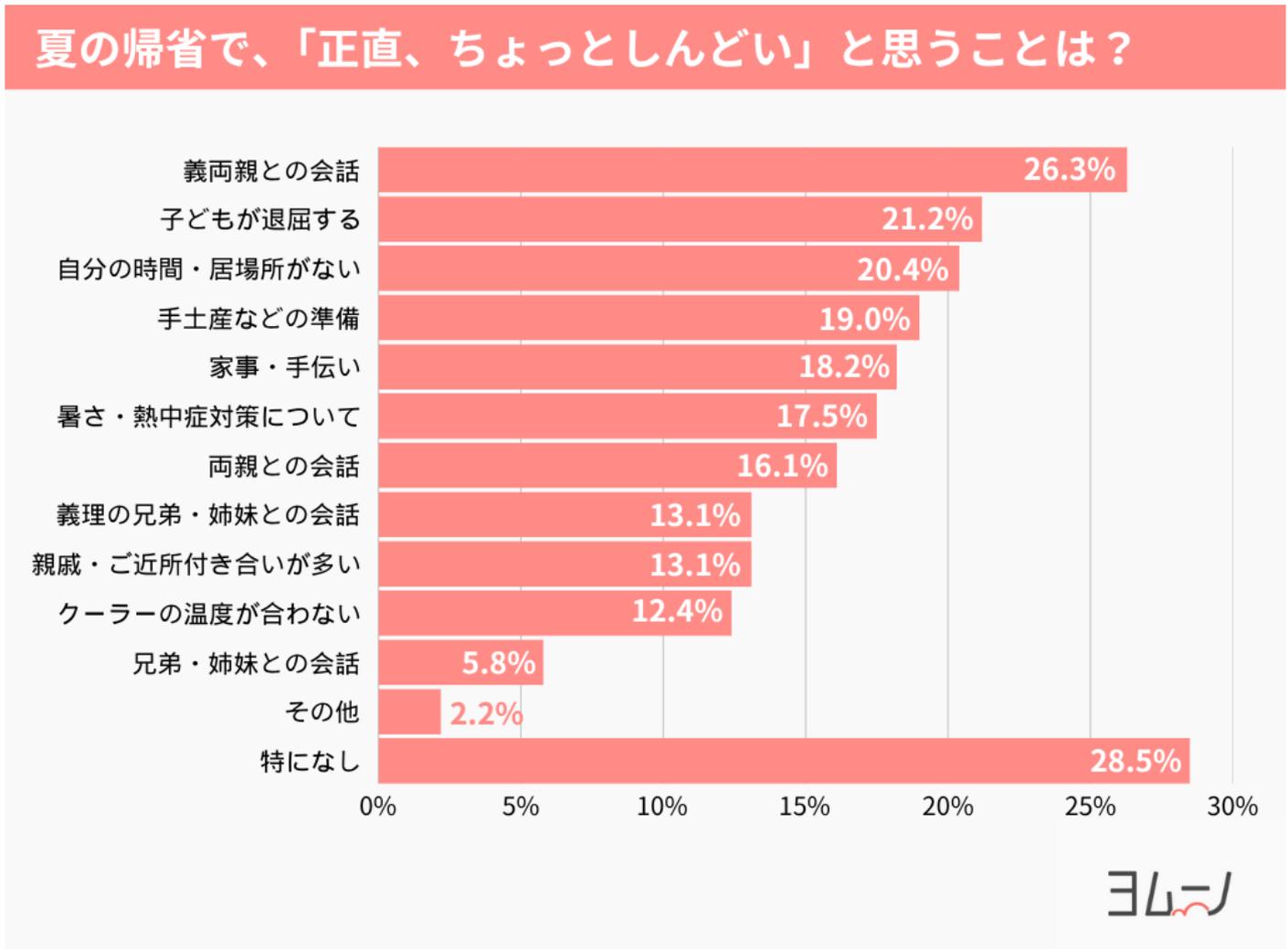


Q6 義実家への帰省について、あなたが「理想」だと感じる頻度はどのくらいですか？ (n=137)

義実家への理想の帰省頻度として最も多かったのは「半年に1回」（23.4%）で、適度な距離感を保ちたい方が多いことが見受けられます。

一方で「帰省しない」と答えた方の割合も21.4%と高く、義実家との関係性に慎重な姿勢が見られます。「週1回」（8.0%）や「月1回」（9.5%）など頻度の高い回答は少数で、頻繁な帰省は負担に感じられていることが分かります。

7) 夏の帰省の悩み第1位は「義実家との会話がしんどい」26.3%。暑さ関連の悩みも



Q7 夏の帰省で、「正直、ちょっとしんどい」と思うことはありますか？当てはまる選択肢をすべてお選びください。今年帰省しない場合は、過去に帰省した際に「正直、ちょっとしんどい」と思ったことをお選びください。(n=137) (複数選択)

「義両親との会話がしんどい」と感じている方が26.3%と最も多く、義実家での人間関係にストレスを感じている傾向が見受けられます。

また「自分の時間・居場所がない」（20.4%）や「手土産などの準備」（19.0%）、「家事・手伝い」（18.2%）など、精神的・実務的な負担が多方面に及んでいることが分かります。

「暑さ・熱中症対策について」（17.5%）や「クーラーの温度が合わない」（12.4%）など、夏の帰省ならではの悩みも挙げられました。

誰にもいえないけど、正直ちょっとしんどいです！帰省への本音（アンケートの声より）

▼「義両親との会話」と回答した方

- ・会話をしても盛り上がらない。孫が来ているのにテレビばかり見ている（37歳）
- ・義両親が気分屋でちょっとしたことで怒られる。何が正解かわからない（50歳）

▼「自分の時間・居場所がない」と回答した方

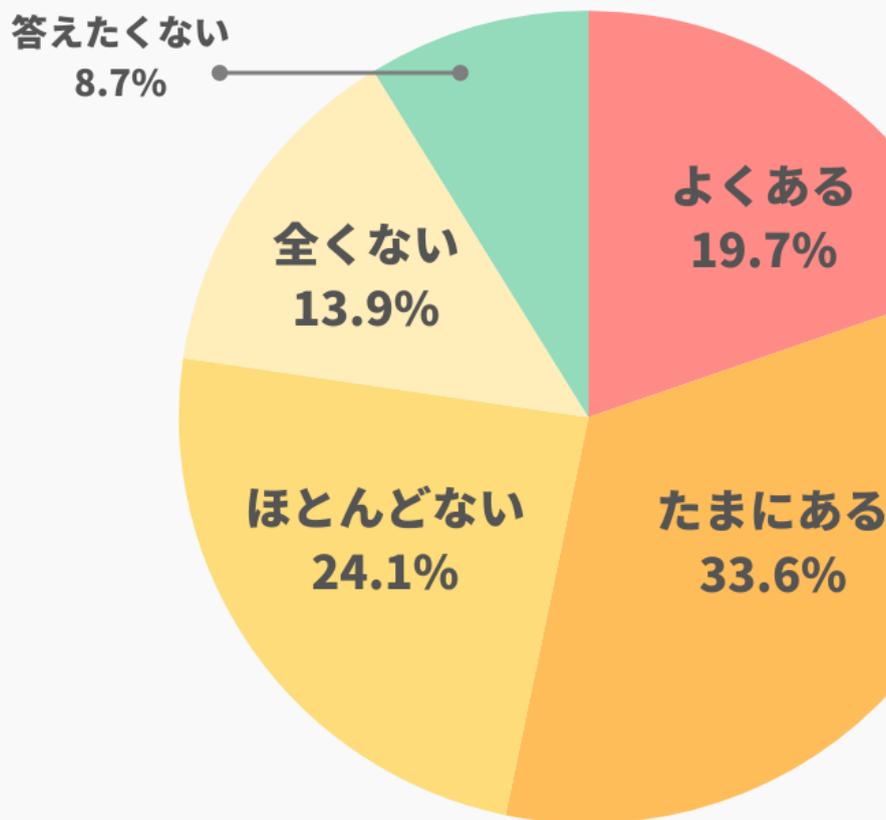
- ・私が「寝たい」と思った時に寝られない（39歳）

▼「クーラーの温度が合わない」と回答した方

- ・義実家のエアコンが古く、エアコンをつけていてもかなり暑い（37歳）

8) 夫の“実家モード”にイラッ？ 帰省中、2人に1人が「夫が役に立たない」と実感

帰省中「夫が役に立たない」「夫が気を遣えない」と感じたことは？



エムシー

Q8 帰省中「夫が役に立たない」「夫が気を遣えない」と感じたことはありますか？ (n=137)

「たまにある」と回答した方が33.6%と最多で、帰省中に夫の協力度に不満を感じる場面が一定数存在することが見受けられます。また「よくある」（19.7%）と合わせると、半数以上が何らかの形で「夫が気を遣えない」と感じていることが分かります。

一方で「ほとんどない」（24.1%）や「全くない」（13.9%）と答えた方もおり、夫婦間の協力体制には家庭によって差があることがうかがえます。

「夫が役に立たない」「夫が気を遣えない」と感じた、具体的な理由（アンケートの声より）

▼役に立たないと感じることが「よくある」と回答した方

- ・みんなが集まっているのに、夫は別の部屋で昼寝しています。（50歳）
- ・夫は自分の実家だからと、羽を伸ばしすぎるところがあります。（40歳）

▼役に立たないと感じることが「ほとんどない」と回答した方

- ・私が気を遣わないように、夫が義実家にはっきり言うてくれるので助かります。（37歳）

帰省は「家族のかたち」が見える時間。無理せず、自分を大切に

帰省中の楽しみは「家族で外食」や「花火」など、家族との時間を大切にする声が多く。

一方で、「義実家との会話がしんどい」「夫が役に立たない」など、本音としての“モヤモヤ”も見受けられました。

それでも、子どもたちにとっては、おじいちゃんおばあちゃんと過ごすひとときや、夏ならではの体験が、きっと心に残る大切な思い出になることも。

だからこそ、ママたちが無理せず、自分のペースで過ごせる工夫や、夫とのちょっとした“チーム感”がとても大切。この夏の帰省が、家族みんなにとって「行ってよかったね」と笑える時間になりますように。

―――
<本リリースに関してヨムーノの記事でもご紹介中！>

<https://yomuno.jp/posts/127088/preview?code=6f825e4fb3e2fa63db6d55dd9ccc8bf4c4a590a65c3ea0ecad79cd8a20a32b5b>

<「ヨムーノ」メディアに関して>

『ヨムーノ』（<https://yomuno.jp/>）は、忙しくても「暮らしをもっと楽しく賢く！」をコンセプトに、人気のショップ情報やグルメ、ファッション、ビューティ、インテリア・収納、節約・マネー等、暮らし全方位の「すぐ実践できるトレンド情報」を発信しています。

<「ベビーカレンダー」メディアに関して>

『ベビーカレンダー』は、月間PV数3.1億PV、会員登録数が年間約36万人、総勢約100名の医師・専門家が監修する妊娠・出産・育児の情報を網羅した日本最大（※）の育児支援メディアです。妊娠してから赤ちゃんが2歳になるまでの間、赤ちゃんの成長に合わせ、元雑誌編集経験者を中心とした20名以上の編集者が質の高い記事を毎日提供します。

※2024年11月時点において各メディア（当社選定競合メディア4社）が発表している月間PV数（当社調べ）において
ニュースリリースはこちら▶https://corp.baby-calendar.jp/information_tax/release

<運営会社「ベビーカレンダー」に関して>

社名：株式会社ベビーカレンダー（<https://corp.baby-calendar.jp>） ※2021年3月25日 東証マザーズ（現グ
ローズ市場）上場

本社所在地：〒151-0053 東京都渋谷区代々木1-38-2 ミヤタビルディング10F

代表者：代表取締役 安田啓司

設立年月日：1991年4月

主要事業：メディア事業、医療法人向け事業

多くの医療専門家監修による、日本最大のPV数を誇る育児支援メディア「ベビーカレンダー」を運営。ベビーカレンダー以外にも、女性のライフスタイルにあわせた情報提供メディアを展開し、事業を拡大中。

<運営メディア一覧>

■ベビーカレンダー：医師・専門家監修の妊娠・出産・育児の情報メディア

URL：<https://baby-calendar.jp/>

■ウーマンカレンダー：オトナ女子によるオトナ女子のためのアンチエイジングメディア

URL：<https://woman-calendar.jp/>

■ムーンカレンダー：生理・恋愛・美容 女性たちのリアルがわかるメディア

URL：<https://moon-calendar.jp/>

■シニアカレンダー：シニア情報メディア

URL：<https://kaigo-calendar.jp/>

■シツテク：恋愛・結婚&マッチングアプリ紹介メディア

URL : <https://moon-calendar.jp/sitteku/>

■赤ちゃんの名づけ・名前ランキング：赤ちゃんの名前、よみのランキング検索メディア

URL : <https://baby-calendar.jp/nazuke/>

■ヨムーノ：忙しくても「くらしをもっと楽しく賢く！」くらし情報メディア

URL : <https://yomuno.jp/>

<公式SNSからも最新情報更新中！>

Instagram : <https://www.instagram.com/babycalendar/>

YouTube : <https://www.youtube.com/channel/UCFblSCmHFCkHiFXsrcksuhA>

Facebook : <https://www.facebook.com/babycalendar/>

X(旧Twitter) : https://twitter.com/baby_calendar

TikTok : https://www.tiktok.com/@babycalendar_official

【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社ベビーカレンダー ヨムーノ編集部 担当：西澤

TEL : 03-6631-3600 FAX : 03-6631-3601 MAIL : yomuno-info@baby-calendar.jp

※本調査内容をご使用いただく際は、出典の記載をお願い申し上げます。また、画像データ等の改変はご遠慮ください。