

報道関係各位

2026年7月24日
株式会社クロス・マーケティング

今年の夏は、エアコンと扇風機の併用が約4割 昼間の設定温度は「26.0℃～26.5℃」が最多

－夏のエアコン使用に関する調査（2026年）－

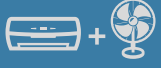
株式会社クロス・マーケティング（本社：東京都新宿区、代表取締役社長兼CEO：五十嵐 幹）は、全国20歳～69歳の男女を対象に「夏のエアコン使用に関する調査（2026年）」を実施しました。2026年7月20日に関東甲信地方と東海地方で梅雨明けの発表があり、夏本番の到来です。熱中症対策としてエアコンは欠かせない存在となっています。今回は、「自宅の冷暖房・空調設備の使用状況」「日中・就寝時のエアコン設定温度」「エアコンの購入・買い替え状況」「夏場のエアコンの使い方や気になること」「暑さをしのぐために自宅以外で行く場所」について聴取しました。

◆調査結果の続きはこちらへ ⇒ <https://www.cross-m.co.jp/report/trend-eye/20260724airconditioner>

■調査結果

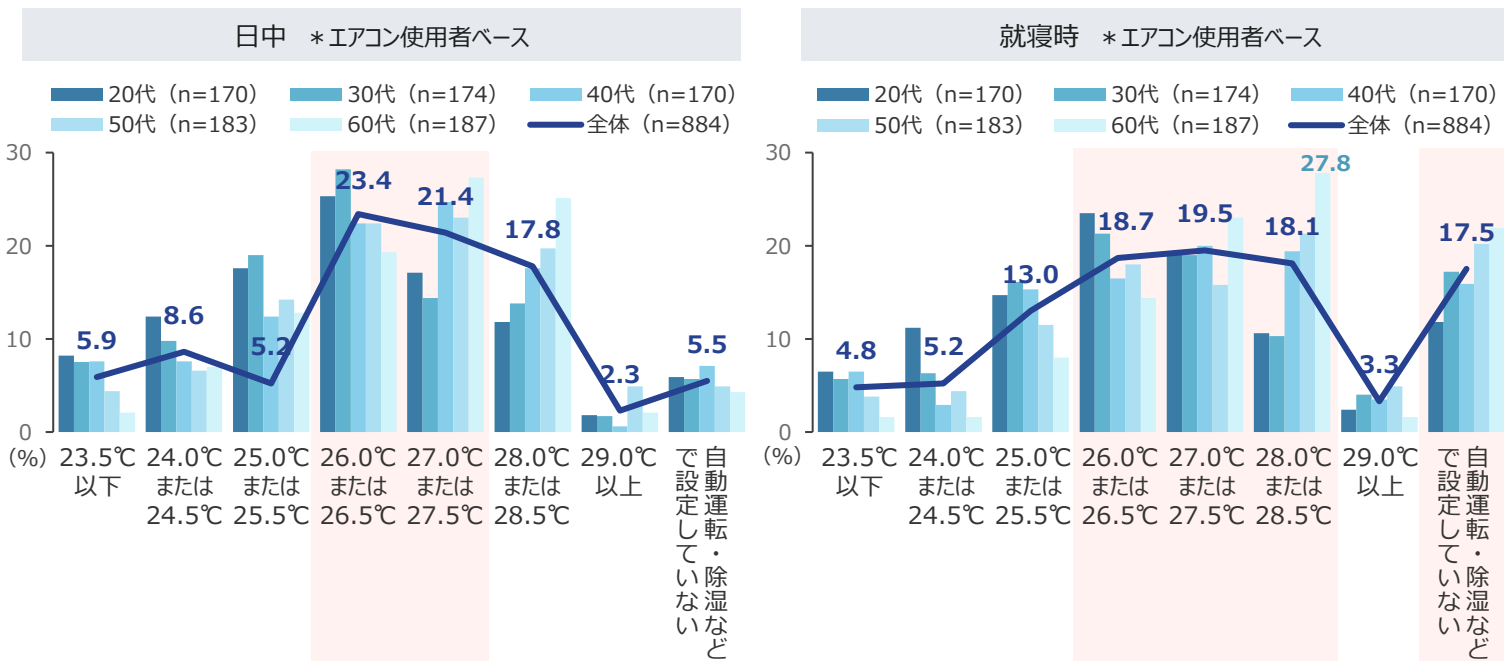
- ✓ この夏、自宅の冷房は「エアコンと扇風機の併用」が38.5%で最多。「主にエアコンのみ」が次いで31.1%。
年代が上がるほど「エアコン・扇風機を併用」している割合が高く、20代は27.7%に対し、60代は45.5%であった。＜図1＞
- ✓ エアコンの設定温度は、日中で26.0℃～27.5℃がボリュームゾーン。就寝時は26.0℃～28.5℃、「自動運転・除湿などで設定していない」が1割台後半で並ぶ。
年代が上がるほど27.0℃以上に設定している人が多く、60代では就寝時に「28.0℃～28.5℃」が3割に近い。＜図2＞
- ✓ 自宅のエアコンの購入・買い替え状況は、「2024年以前に購入・買い替えた」「購入・買い替えの予定はない」が3割台で、エアコンの2027年問題が話題になり始めた2025年以降に購入・買い替え予定の人は17.2%。
＜図3＞
- ✓ 夏場のエアコンの使い方は、「なるべく一定の温度でつけっぱなしにしている」が35.1%と突出。
「なるべく一定の温度でつけっぱなし」は特に女性40代で45.7%と高い。男性20代の約2割が「ドライ・除湿と冷房の使い分けがよくわからない」と回答。＜図4＞
- ✓ 暑さをしのぐために自宅以外で行く場所は、「スーパーマーケット」「ショッピングモール・商業施設」が上位。
「スーパーマーケット」は女性50代が34.5%と高い。「カフェ・喫茶店」は男性20代は7.3%に対し、女性20代は22.7%と利用が多い。＜図5＞

＜図1＞ 自宅の冷暖房・空調設備の使用状況（単一回答）

		エアコン・扇風機 併用	主に エアコンのみ	エアコン・送風機 (サーキュレーター) 併用	主に 扇風機のみ	主に送風機 (サーキュレーター) のみ	その他	冷暖房・空調設 備は使用しない	エアコン 使用者	
n=										
全体	(1,100)	38.5	31.1			10.8	8.5	2.0 0.7	8.5	80.4
20代	(220)	27.7	35.9			13.6	5.0	4.1 0.0	13.6	77.3
30代	(220)	36.4	33.6			9.1	8.6	2.7 1.8	7.7	79.1
40代	(220)	40.0	27.7			9.5	11.8	0.9 0.5	9.5	77.3
50代	(220)	42.7	30.9			9.5	8.6	0.9 0.9	6.4	83.2
60代	(220)	45.5	27.3			12.3	8.2	1.4 0.5	5.0	85.0

(%)

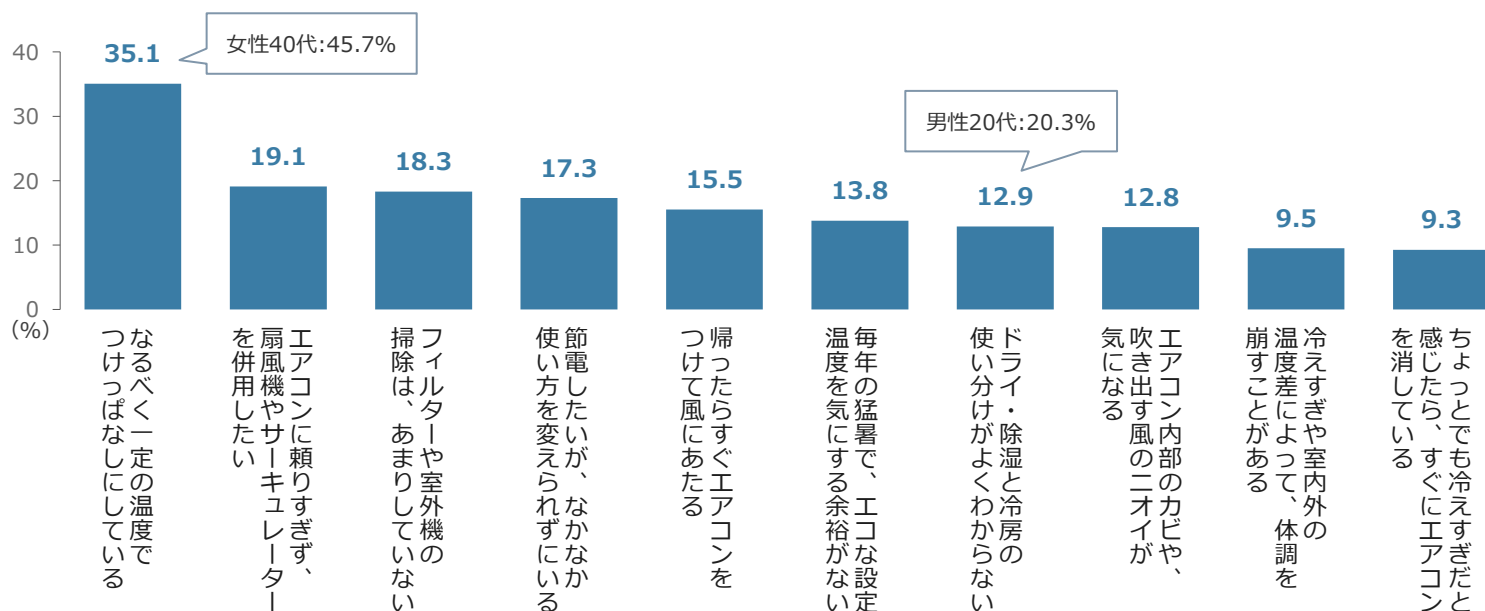
<図2> 家庭でのエアコンの主な設定温度（単一回答）



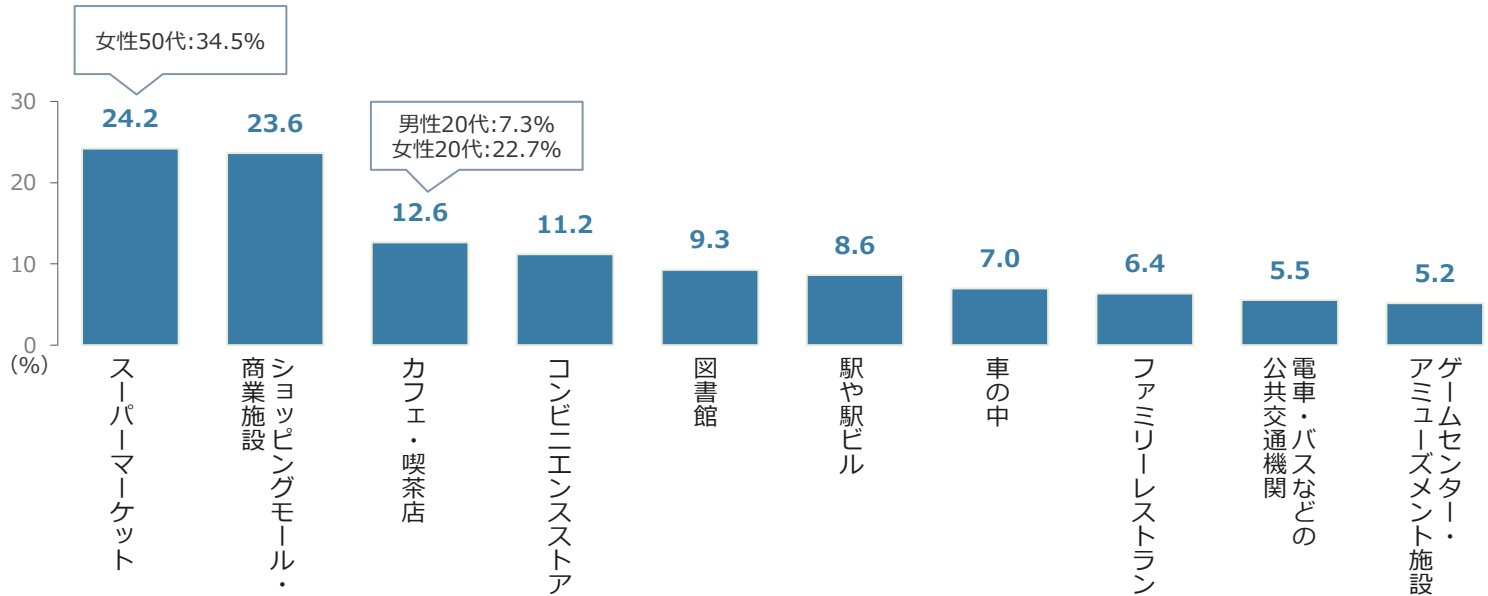
<図3> 自宅のエアコンの購入・買い替えの状況（単一回答）

n=	2024年以前に購入・買い替えた	2025年に購入・買い替えた	2026年に入ってから購入・買い替えた	2027年3月までに購入・買い替え予定	購入・買い替えの予定はない	賃貸等で、エアコンは自分では変更できない	2025年～2027年3月までに購入・買い替え予定
全体 (1,100)	31.1	7.2	6.5	3.5	31.8	19.9	17.2
20代 (220)	28.2	6.8	5.0	3.6	25.0	31.4	15.5
30代 (220)	23.6	7.7	7.7	3.6	35.0	22.3	19.1
40代 (220)	27.3	7.3	7.7	4.1	35.0	18.6	19.1
50代 (220)	33.6	6.4	3.6	2.7	35.5	18.2	12.7
60代 (220)	42.7	7.7	8.6	3.2	28.6	9.1	19.5 (%)

<図4> 夏場のエアコンの使い方や気になること TOP10（複数回答：n=884）※エアコン使用者ベース



<図5> 暑さをしのぐために、自宅以外で行く場所 TOP10 (複数回答：n=1,100)



■調査項目

- ☐ 属性設問
- ☐ 自宅の冷暖房・空調設備の使用状況
- ☐ 日中・就寝時の設定温度
- ☐ エアコンの購入・買い替え状況
- ☐ 夏場のエアコンの使い方や気になること
- ☐ 暑さをしのぐために自宅以外で行く場所

◆クロス集計表のダウンロードはこちらへ ⇒ <https://www.cross-m.co.jp/report/trend-eye/20260724airconditioner>

■調査概要

調査手法 : インターネットリサーチ (クロス・マーケティング セルフ型アンケートツール「QiQUMO」使用)

調査地域 : 全国47都道府県

調査対象 : 20～69歳の男女

調査期間 : 2026年7月17日 (金) ～21日 (火)

有効回答数 : 本調査1,100サンプル

※調査結果は、端数処理のため構成比が100%にならない場合があります

【会社概要】

会社名 : 株式会社クロス・マーケティング <https://www.cross-m.co.jp/>

所在地 : 東京都新宿区西新宿3-20-2 東京オペラシティタワー24F

設立 : 2003年4月1日

代表者 : 代表取締役社長兼CEO 五十嵐 幹

事業内容 : マーケティングリサーチ事業、マーケティング・リサーチに関わるコンサルティング

◆本件に関する報道関係からのお問い合わせ先◆

広報担当 : マーケティング部 TEL : 03-6859-1192 FAX : 03-6859-2275

E-mail : pr-cm@cross-m.co.jp

「引用・転載時のクレジット表記のお願い」

本リリースの引用・転載時には、必ず当社クレジットを明記いただけますようお願い申し上げます。

<例> 「マーケティング・リサーチ会社のクロス・マーケティングが実施した調査によると・・・」