



# 2025年 女性トレンド 総括

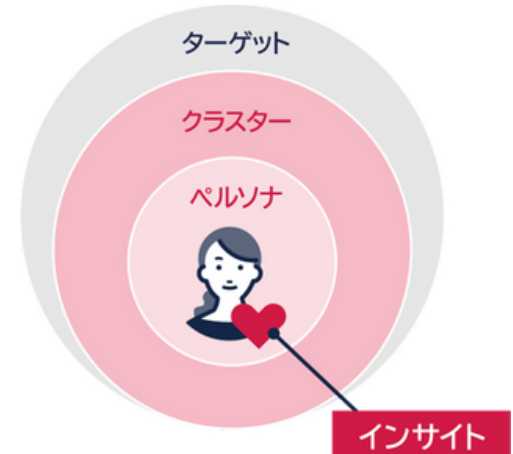
女性インサイト総研

**HERSTORY**

# 女性の“買うスイッチ”を見つけます

女性インサイトマーケティング™ (WIM) 理論  
Women Insight Marketing Theory

私たちは、女性顧客の「誰かを想う購買」を科学する唯一の研究機関です。  
WIM理論(ウィム)を基盤に、女性の感情の中に潜む  
“買うスイッチ”を見つけ企業と顧客の関係を再設計します。



【インサイト】とは  
消費者自身も気づいていない、無意識の心理、深層心理。  
潜在ニーズよりもさらに踏み込んだ消費者の奥底にある  
心理や意識。



女性インサイト総研  
株式会社ハー・ストーリー  
代表取締役 日野 佳恵子

婦人科系疾患で大学退学。子どもができないと告げられるも結婚後に長女出産。  
自身の経験から、女性のライフイベント、ライフコース、消費行動などに強い関心を持つ。  
広告会社、女性メディア編集長を経て1990年創業。  
一般社団法人女性の実学協会 代表理事／著書多数

<代表的な受賞ほか>

経済紙Forbes Japan「日本の社長100人」、  
日経WEBCOMPANYが選ぶ「21世紀時代のキーパーソン51人」、  
2021Forbes Woman Award300人未満全国第2位など多数。  
個人、企業活動と両面で広く評価されている。



35年間の集大成！待望の新刊 2026年2月発売  
『彼女は誰かのためにモノを買う』  
女性インサイトマーケティング理論 TM

▶ Amazon  
予約ページに  
遷移します





**<2025年女性消費行動の振り返り>**

# **加速するデジタル社会と、 その反動による リアル体験の価値化**



AI・ChatGPTなどのデジタル技術の急速な浸透で、2025年は女性達に大きな影響がでました。情報過多の社会になりどの情報を調べていいかわからない、また調べる時間の負担を減らすために「AIで代わりに調べてもらう」などの動きが活発になりました。また、デジタルによる利便性を追求する一方で、その反動として「デジタル疲れ」からのデトックスを求め、リアルな体験と本質的な価値を強く求める傾向も見られました。



# 2025年 トレンドキーワード

1  
デジタルの  
手間代行



2  
五感リアル体験



3  
人の  
温もり需要



※イメージ画像はAIを用いて生成しています。





## 1. デジタルの手間代行

情報過多な社会において、「自分で調べて選ぶ」こと自体が女性の時間的・精神的負担となっている。

AIが嗜好や目的を分析し、最適な選択肢を提示することで、「選ぶ手間」から解放される価値が高まった。物価高の影響もあり、「失敗したくない消費」への意識が強まる中、AIレコメンドは費用対効果の高い選択を後押ししている。

その結果、本当に価値があると判断したものにはためらわずにお金を使う、メリハリ消費が加速している。さらに、愚痴や孤独感の受け皿としてのAIコミュニケーションも広がりを見せている。



# 1. デジタルの時間代行 × 2025年のトレンド商品



## 住まい・暮らし

2025年10月号掲載  
ネガティブな感情を浄化  
話題の「愚痴解消AI」

ライフハックツールとして急速に暮らしに浸透しつつある生成AI。献立や旅行計画などのほか、悩み相談のようなカウンセリング目的でも頻繁に利用されている。最近の注目はイライラや怒りなどネガティブな感情を浄化できる「愚痴解消AI(アプリ)」。人には言えない悩みに寄り添い、公開非公開、アドバイスや話し相手付きなど好みに応じて選べ、気分をリフレッシュできると話題だ。  
[掲載誌・サイト/プレシヤス、大人のおしゃれ手帖]



## 学び・余暇

2025年5月号掲載  
毎日かかる電話でAIと会話  
孤解消「おしゃべりAI」

65歳以上の高齢者の約3人に1人が一人暮らしという今、孤立・孤独が大きな問題に。注目されているのが「おしゃべりAI」アプリ。質問に対して的確な回答を返すのではなく、何気ない会話をしてくれるのが特徴だ。昨年12月に開始した「茶の間Cotomo」は、毎日決まった時間にAIから電話がかかってくる月額定額サービス。シニアの日々の楽しみや生活のリズムづくりとして広がるか、今後に注目。  
[掲載誌・サイト/Itmedia、東証マネ部!]



## 健康・運動

2025年12月号掲載  
体のデータ記録から診断  
「スマートウオッチ外来」

日々の忙しさや年齢による体の変化で、不調を抱えがちな大人世代。未病のサインをとらえ、健康維持に役立てるため、今注目されているのが「スマートウオッチ外来」だ。体温、心拍数、歩数などを記録したスマートウオッチのデータをもとに診断するしくみで、特に脳梗塞の原因となる心房細動の検出に有効という。外来を設ける医療機関は増えており、健康意識の高い大人女性の関心度も高い。  
[掲載誌・サイト/STORY]



## 2.五感リアル体験

デジタル技術の進化が加速するからこそ、その対極にある「リアル体験」への需要も同時に高まっています。デジタルで効率化された分、心の豊かさや満足度を追求する消費行動が活発化しています。

「五感を満たすリアル体験」の需要が多く見られ、スクリーン越しでは得られない、実際に「感じる」体験に価値が置かれます。旅行、イベント、ワークショップなどへの支出が増加し、特にデジタルデトックスやリラックス効果のある機能性を持つ香りや、手や体を動かす体験など、五感全てで楽しめる商品や体験が好まれています。



## 2.五感リアル体験 × 2025年のトレンド商品



### 学び・余暇

2025年12月号掲載  
五感に響く美しい植物の魅力  
話題の「体験型植物園」

ここ最近、花や植物を観賞するだけではなく、エンターテインメントも提供する「体験型植物園」が登場している。植物と光と音が織りなす没入型体験イベントを夜間に開催し、大好評を博す京都府立植物園ほか、芸術性を高め五感で自然を感じる空間にリニューアルした千葉県の「BOTANICA MUSEUM」など話題のスポットが続々。「映える図書館」に続き、新たな価値で人気を呼びそうだ。

[掲載誌・サイト／@DIME]



### 健康・運動

2025年11月号掲載  
疲れた心を癒やすマルチな効果  
「機能性パフューム」続々登場

ファッショナブルに楽しめる一方で、リラックスや安らぎなどマインドフルネス的效果も注目される香水。最近増えているのが、心を落ち着かせる、睡眠の質を高めるなどの効果を備えた「機能性パフューム」だ。ヘッドスパ「悟空のきもち」の知見をもとに開発された睡眠専用アロマや、気持ちいをポジティブに変化させられる香水など続々登場。疲れた心を癒やしてくれる新アイテムとして関心度大。

[掲載誌・サイト／anan、SPUR、otona MUSE]



### 学び・余暇

2025年12月号掲載  
寝そべて聴ける  
「チルクラシック」が人気

寝たり、飲食したり、おしゃべりやスマホをさわってもOKのオーケストラ「CHILL CLASSIC CONCERT」が人気を集めている。有名な交響楽団のトップ奏者が集結し、J-POPヒット曲を生演奏。リクライニングチェア、ハンモック、ビーズクッションなどが設置された会場内でくつろぎながら楽しめるのが魅力だ。観客のほとんどが20～30代で、クラシックコンサートの新スタイルとして浸透しよう。

[掲載誌・サイト／日経MJ、日本経済新聞]





## 3.人の温もり需要

機械的・画一的な生産物ではなく、「人の手による温かみ」や「作り手の顔が見える安心感」が求められています。

大ヒットしたせいろ蒸し器を使った調理法や、編み物などの手芸といったデジタルと相反するような動きが特にあげられます。

また、シール帳ブームやレコードなどアナログな趣味や商品への関心が高まり、デジタルデトックスの手段としても機能しています。



# 3.人の温もり需要 × 2025年のトレンド商品

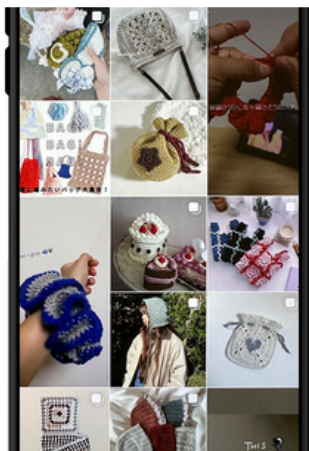


## 住まい・暮らし

2025年12月号掲載  
手軽でヘルシー時短調理  
「蒸籠 (せいろ)」大ブーム

火加減の調整不要でほったらかし調理ができる「蒸籠 (せいろ)」が流行中。無印良品では品切れが続き、3COINSも販売を開始する人気ぶり。アマゾンのキッチン・食器本部門では『すべてを蒸したいせいろレシピ』が売れ行き1位に。手入れが簡単な上に、余り野菜を活用しておいしいメニューが作れると話題だ。時短で素材のうまみが引き出され、忙しい朝調理にぴったりとママたちにも評判。

[掲載誌・サイト/サンキュ!、TVでた蔵]



## 学び・余暇

2025年 3月号掲載  
100均の毛糸が売り切れ続出  
「編み物」ブーム到来!

Z世代の若者を中心に「編み物」をする人が急増。毛糸など100円均一で買えるためコスパも良い趣味として広がっている。元々は人気女性アイドルがSNSに自作の編み物写真を投稿したことで話題に。自身が身につける手袋やバッグだけでなく、推し活用のぬいぐるみの服や、うちわカバーなどさまざまな推し活グッズを自分好みに作れると人気。デジタル世代だからこそ手作りが新鮮で魅力的に感じる。

[掲載誌・サイト/TBS NEWS DIG、めざましmedia、MERY]



## 学び・余暇

2025年11月号掲載  
アナログな魅力が新鮮  
話題の「レコードカフェ」

韓国では、レコードを聴きながらゆったりと過ごす「レコードカフェ」が人気。そのスタイルを日本で再現した「RECOCO」が行列店として話題だ。チャージ (入場料) + 1ドリンク制で、好みのレコードをヘッドフォンで鑑賞できるしくみ。SNS映えするレトロな空間や、デジタルとは違ったエモイ音源など、若者たちに刺さるポイントが満載だ。渋谷店に加え、今年3月に下北沢店も登場し、さらに人気拡大中。

[掲載誌・サイト/日経クロストレンド]



## ファミリー・キッズ

2025年12月号掲載  
平成女児でブーム再燃  
親子で夢中「シール交換」

「シール交換」とは、シール帳に収集したシールを、相手と見せ合って交換する遊び方。平成女児に流行したが、今再びブームに。全国各地で「シール交換会」が開かれ、子どもだけでなく大人も巻き込んで活況を呈している。シールは100円ショップで気軽に買えるが、最も人気のあるボンボンドロップシールは入手困難。シール帳やバインダーも売り切れ続出で、当分ブームは続きそう。

[掲載誌・サイト/マカロニ、YAHOO! オリコンニュース]



## <出典紹介>



本資料の調査データは、調査データ・レポート有料DLサービス「inher」による女性インサイト調査をもとにしています。

月額5,500円から、最新および過去の調査レポートやローデータを、制限なく閲覧・ダウンロードできます。

女性インサイト調査をもとに、生活者のリアルな動きや意識の変化を把握できるため、マーケティングや商品企画、PRなど、女性消費者を理解したい企業・担当者に広く活用されています。

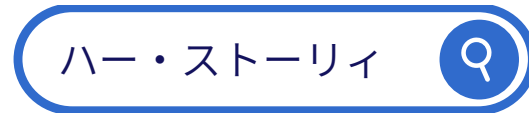


## <お問合せ>

本資料に関するご質問や弊社サービスなど、女性顧客に関するご相談はお気軽にお問合せください。

女性インサイト総研

**HERSTORY**



お問い合わせフォーム

<https://herstory.co.jp/contact>

 [hs.contact@herstory.co.jp](mailto:hs.contact@herstory.co.jp)

