

2025年 女性トレンド 総括

女性インサイト総研

HERSTORY



<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きました。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
「スマートウォッチ外来」

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「スマートウォッチ外来」だ。体温、心拍数、歩数などを記録したスマートウォ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「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
寝そべって聴ける
「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そう。

[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

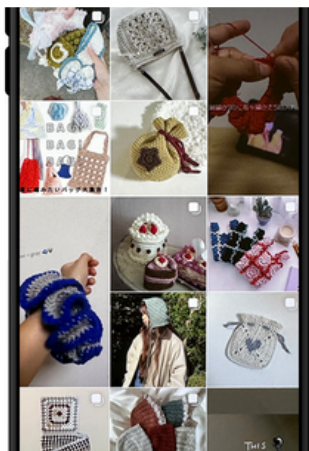


住まい・暮らし

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い音源など、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rend]



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

本資料は、弊社が法人会員向けに発行している会報誌『HERSTORY REVIEW』の一部を抜粋・再編集した内容です。法人会員クラブについては、下記よりお問合せください。

法人クラブ inher

法人クラブinherは、女性消費者のインサイトを可視化して、必要なときにすぐ使える「ビジネスのヒント」を届ける、法人向けの定額サービスです。女性の消費行動にもっとも影響を及ぼすライフコースを軸に、ペルソナ別の消費行動とトレンドをお届けします。



年会費**54,000円**(税込)～
目的で選べる3つのプラン

毎月発行

会報誌「HERSTORY REVIEW」で
女性消費者の動向がわかる

いつでも活用! 調査データバックナンバー

女性モニター参加「herVoiceカフェ会議」優待価格で参加可能

他にも

クラブ会員限定で
通常メニューが特価で
受けられる!



詳細・お申込み

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

※会員は多数の特典が受けられます。詳しい特典、クラブに関することはお気軽に事務局までお問合わせください。
[メール]shop@herstory.co.jp

まずはご相談ください

HERSTORYは、消費行動の本質を捉えた
女性インサイト専門の会社です。

売れる商品開発

ペルソナ設計と販路開拓のサポート

成功する市場開拓



案件のご相談、サービスに関するご質問など、お気軽にお問い合わせください。
無料オンライン面談も随時予約受付中です。



03-6805-3743



hs.sales@herstory.co.jp

女性インサイト総研

HERSTORY

面談調整システムからのご予約は

<https://timerex.net/s/hs.sales/e1f6e761/>