全国756人調査

電気代と電力会社についてのアンケート 全結果レポート

乗り換えた人の半数近くが「電気代が下がった」。でも、多くの人は比べたことがない

47%
乗り換えた人のうち
「電気代が下がった」
（乗り換えた143人）

64%
新電力の利用者の満足度
（大手の利用者は62%）
（「満足」「とても満足」）

83%
乗り換えを検討したこともない人のうち
電力会社を比べたことがない
（313人）

※割合は一般枠703人の回答から出しています（会社別の結果を除く）。

エリスグッド

2026年11月　エリスグッド（erisgood）調べ

調査結果サマリー

エリスグッド編集部は2026年10月、全国の電力会社の利用者に、電力会社と電気代についてアンケートを取りました。本資料は、全設問の結果をまとめたものです。

主な調査結果

- 乗り換えた人の**47%が「電気代が下がった」**。高くなった人は2%
- 満足度は**新電力の利用者64%・大手の利用者62%**でほぼ同じ
- 停電や電気の質に不満がある新電力の利用者は、**224人中1人**
- 乗り換えを検討したこともない人の**83%は、電力会社を比べたことがない**
- 乗り換えの条件の1位は**「今より安くなることがはっきり分かる」64%**

調査概要

調査名	電気代と電力会社についてのアンケート
調査期間	2026年10月22日〜11月5日
調査方法	インターネット調査（クラウドソーシング）
調査対象	全国の、自宅の電力会社と電気代のおおよその額が分かる18歳以上の男女
有効回答数	756人（一般枠703人・新電力枠53人）
調査主体	株式会社スタークラフト（エリスグッド編集部）

※一般枠（10月22日〜26日）は電力会社を問わず募集し、新電力枠（10月27日〜11月5日）は地域の大手電力10社以外と契約している人だけを追加で募集しました。
※割合は、とくに断りがない限り一般枠703人の回答から出しています。新電力枠を混ぜると、新電力の利用者が実際より多く見えるためです。会社別の結果だけ両方の枠を合わせています。
※回答者は30〜40代と女性が多く、地域・年代・性別の人口に合わせた補正はしていません。数字はいずれも「回答者のうち」の割合です。
※注意確認の設問の誤り・回答の食い違い・二重回答を除いた人数です。設問ごとに、読み違えなどで外した回答があるときは各グラフに回答数を示しています。
※割合は小数第2位を四捨五入しているため、合計が100%にならないことがあります。「その他」は自由記述の回答をまとめたものです。

回答者の属性（一般枠703人）

エリア	関東232人・関西129人・中部79人・九州75人・東北57人・中国46人・北海道43人・四国22人・北陸16人・沖縄4人
年代	40代31%・30代30%・50代19%・20代13%・60代以上7%・10代1%未満
性別	女性61%・男性37%・回答しない2%
世帯人数	1人23%・2人24%・3人24%・4人22%・5人以上7%
住まい	持ち家55%（一戸建て44%・マンション10%）／賃貸45%（アパート・マンション39%・一戸建て5%）／社宅・寮など1%

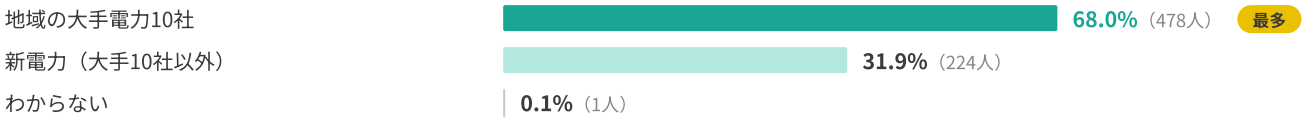
※エリアは都道府県から地域の大手電力の区分に合わせて分けています（静岡県・福井県は契約している会社で振り分け）。
※世帯人数は、2回の確認で答えが一致した698人で出しています。

今の電力会社と契約

Q. 今ご契約中の電力会社は？

回答数 703人

新電力と契約している人は31.9%



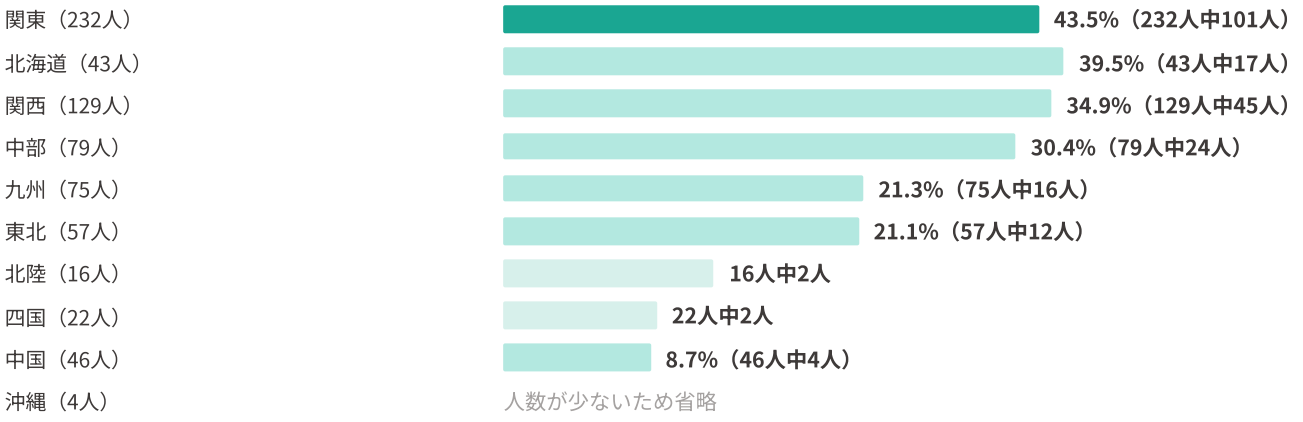
※回答の社名を、地域の大手電力10社（北海道・東北・東京・中部・北陸・関西・中国・四国・九州・沖縄）とそれ以外に分けて集計。

出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

エリア別：新電力と契約している人の割合

回答数 703人

関東・北海道・関西では3人に1人以上



※回答者が30〜99人のエリアは人数を添え、10〜29人のエリアは「○人中○人」で示しています。10人未満（沖縄）は省略。

出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

住まい別：新電力と契約している人の割合

回答数 698人

賃貸の人は41%、持ち家の人は25%



※「社宅・寮・その他」の5人は除いています。

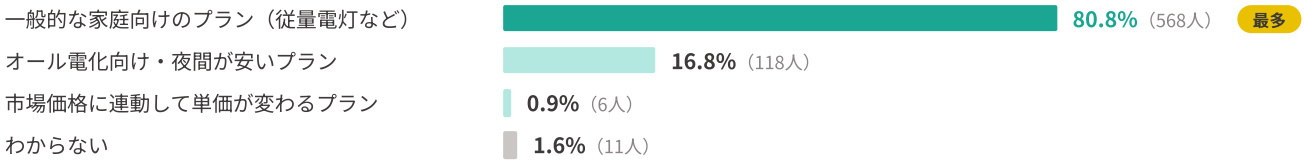
出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

今の電力会社と契約

Q. ご契約中のプランは、次のどれに近いですか？

回答数 703人

最多は「一般的な家庭向けのプラン（従量電灯など）」80.8%

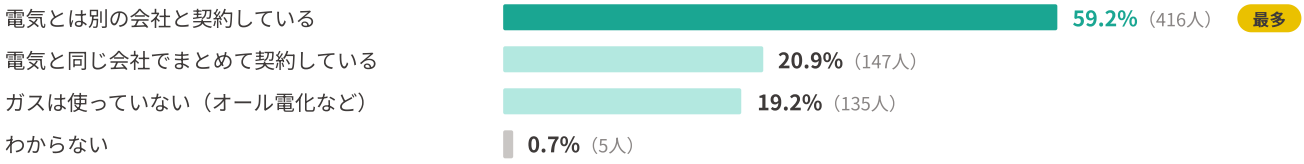


出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

Q. ガスの契約について、いちばん近いものは？

回答数 703人

電気とガスを同じ会社にまとめている人は20.9%

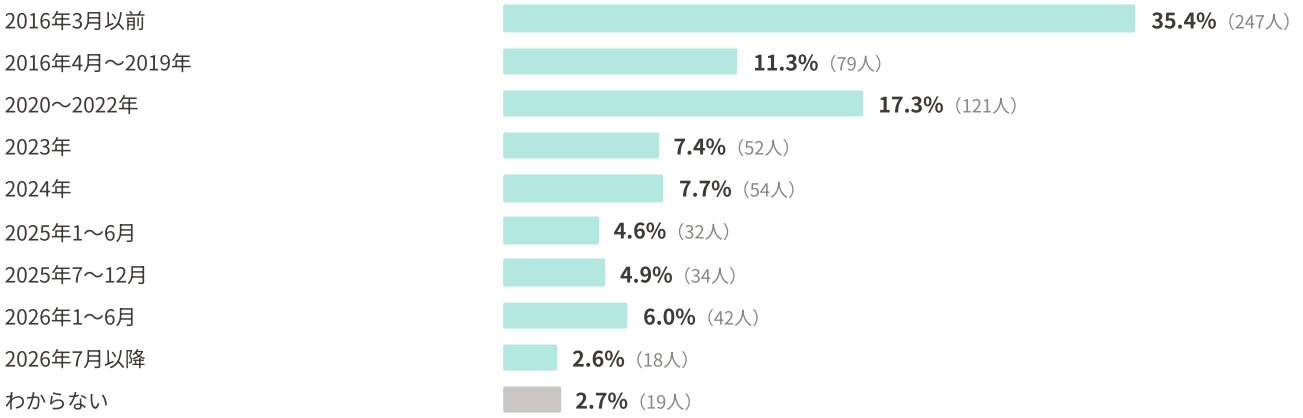


出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

Q. 今の電力会社と契約したのはいつですか？

回答数 698人

電力小売の全面自由化（2016年4月）より前からの契約が35.4%



※回答の食い違いで外した5人を除く。

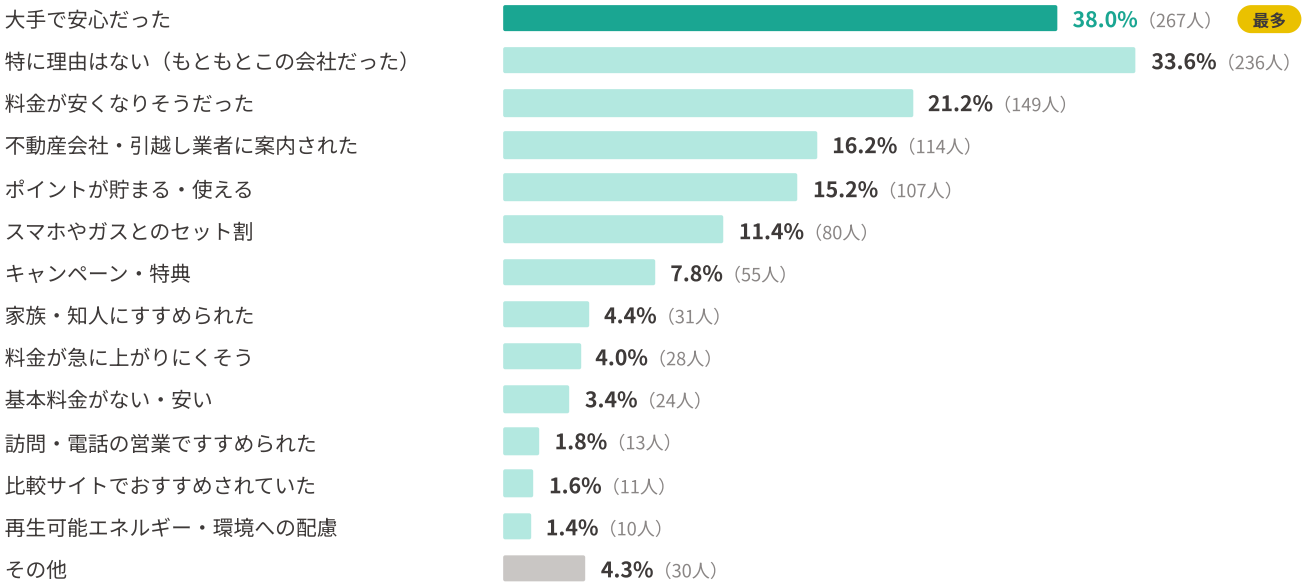
出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

電力会社の選び方

Q. 今の電力会社を契約した理由（3つまで）

回答数 703人

最多は「大手で安心だった」38.0%

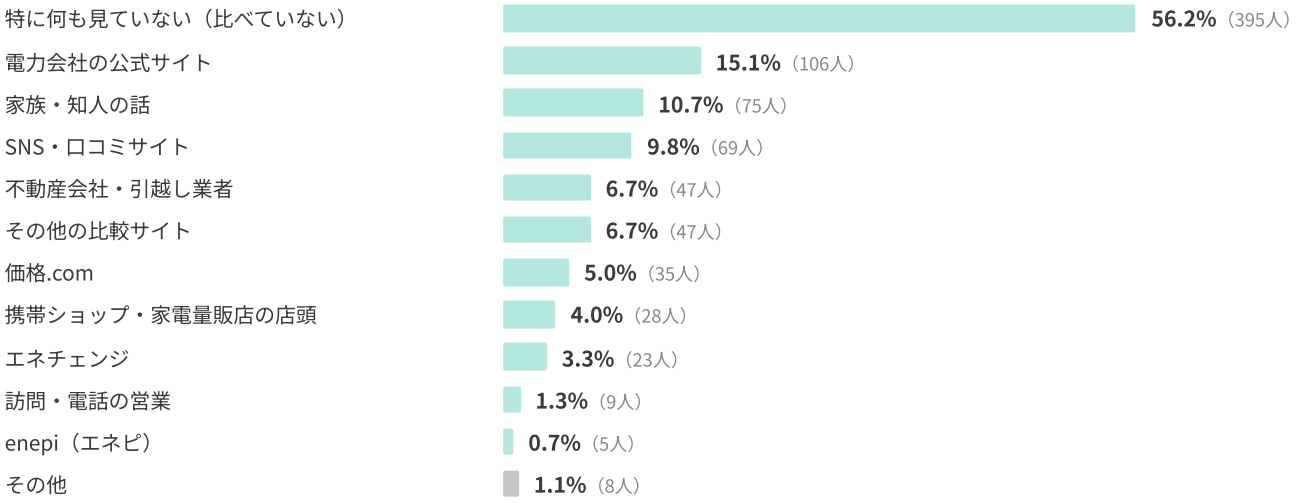


出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

Q. 電力会社を選ぶとき・比べるときに参考にしたもの（複数回答）

回答数 703人

「特に何も見ていない（比べていない）」が56.2%



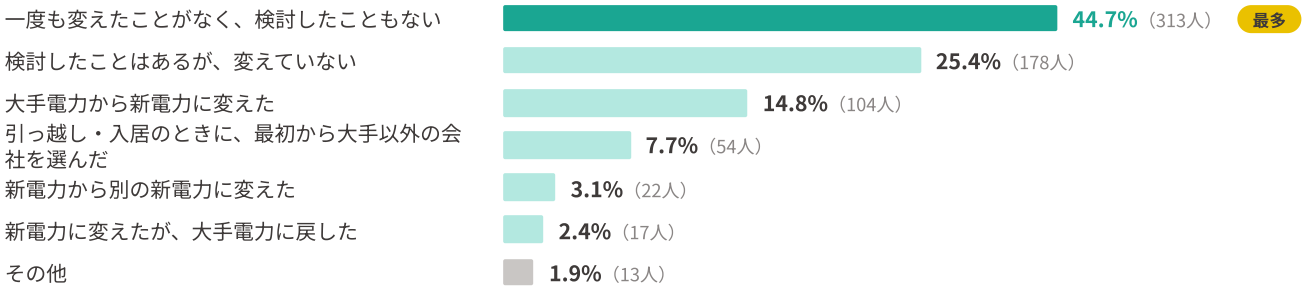
出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

電力会社の乗り換え

Q. 電力会社の乗り換えについて、いちばん近いものは？

回答数 701人

電力会社を一度も変えていない人は70.0%



※設問を読み違えていた2人を除く。「乗り換えた」＝大手から新電力・新電力から別の新電力・新電力から大手に戻した、の合計（143人）。

出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

乗り換えの経験別：電力会社を「比べていない」人の割合

回答数 634人

検討したこともない人の82.7%は比べていない



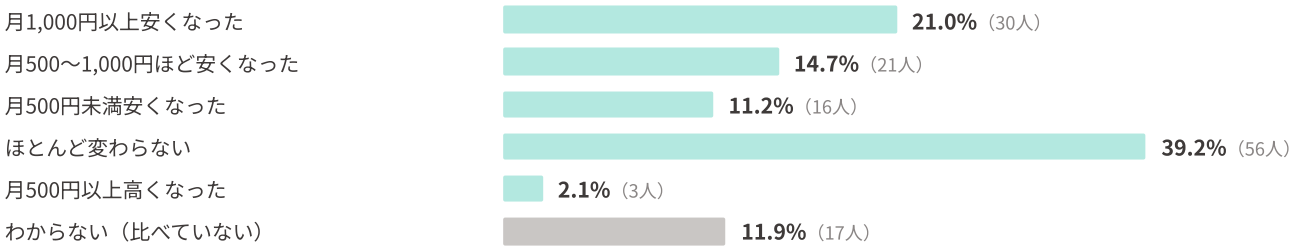
※「比べていない」＝参考にしたものに「特に何も見ていない（比べていない）」を選んだ人。

出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

Q. 電力会社を変えて、電気代はどう変わりましたか？（前の年の同じ季節と比べて）

回答数 143人

「安くなった」は合わせて46.9%。高くなった人は2.1%



※対象は乗り換えた人。回答者の実感で、明細の金額を確かめた数字ではありません。

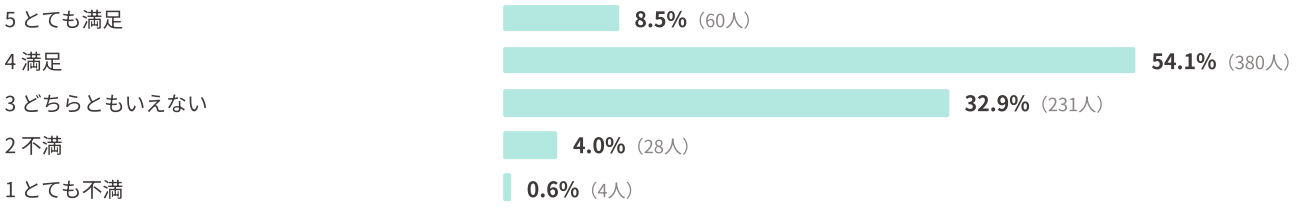
出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

満足度と良い点・不満な点

Q. 今の電力会社の総合的な満足度は？

回答数 703人

「満足」「とても満足」は合わせて62.6%

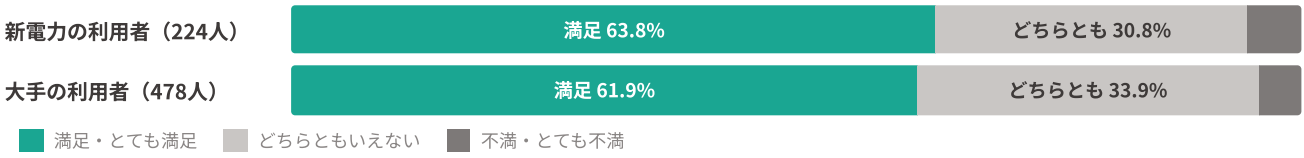


出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

満足度：大手の利用者と新電力の利用者

回答数 702人

満足している人は新電力63.8%・大手61.9%でほぼ同じ



不満な点に「停電や電気の質が前より悪くなった」を選んだ人：新電力の利用者 224人中1人／大手の利用者 478人中6人（1.3%）

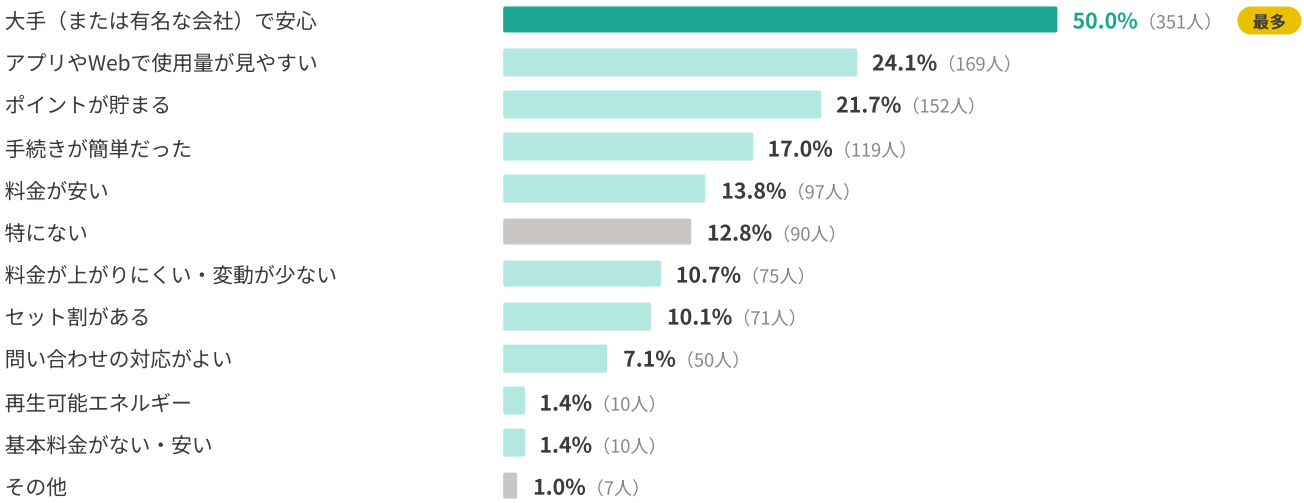
※一般枠のみ。今の電力会社が「わからない」と答えた1人は除いています。

出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

Q. 今の電力会社の良い点（複数回答）

回答数 702人

最多は「大手（または有名な会社）で安心」50.0%



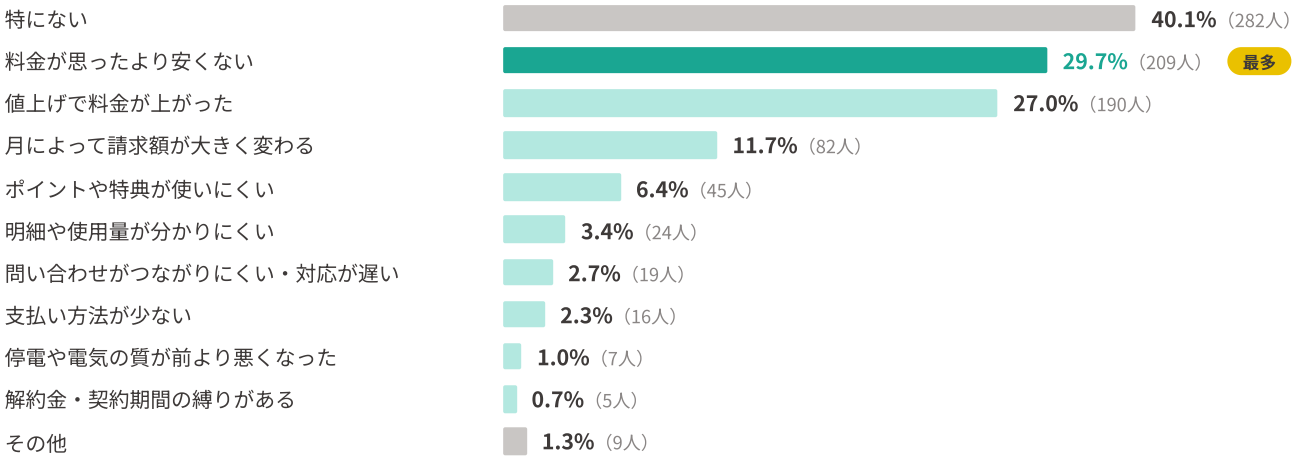
出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

満足度と良い点・不満な点

Q. 今の電力会社で不満な点・気になる点（複数回答）

回答数 703人

最多は「料金が思ったより安くない」29.7%。「特にない」は40.1%

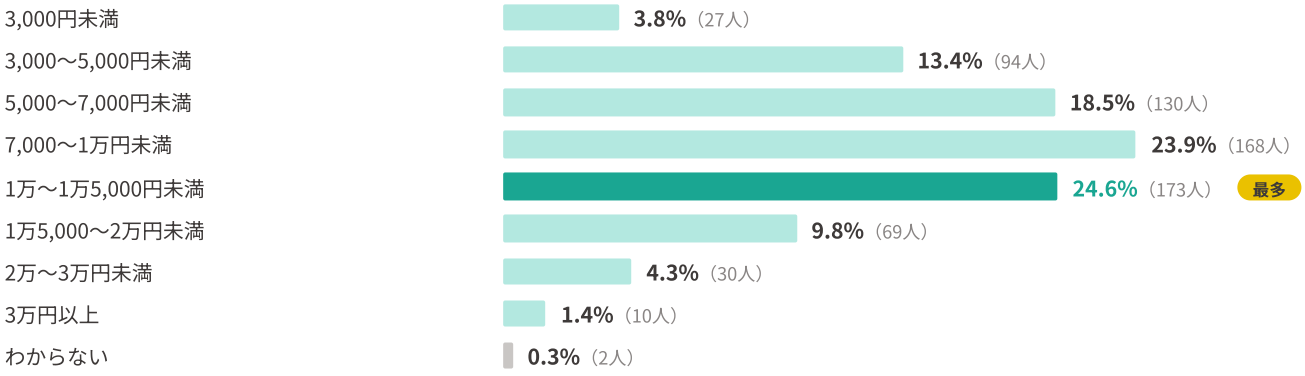


出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

Q. いちばん最近の1か月分の電気代は、だいたいいくらでしたか？

回答数 703人

最多は「1万〜1万5,000円未満」24.6%



※世帯人数・季節・プランで大きく変わります。回答時期は2026年10月下旬〜11月上旬。

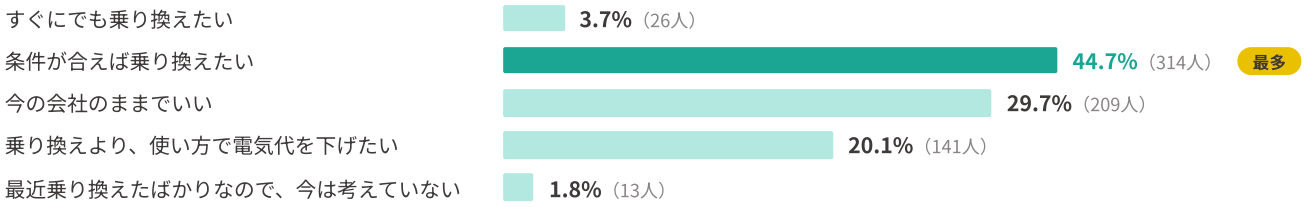
出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

これからの乗り換え

Q. 電力会社の乗り換えや、電気代を安くすることについて、いちばん近い気持ちは？

回答数 703人

最多は「条件が合えば乗り換えたい」44.7%

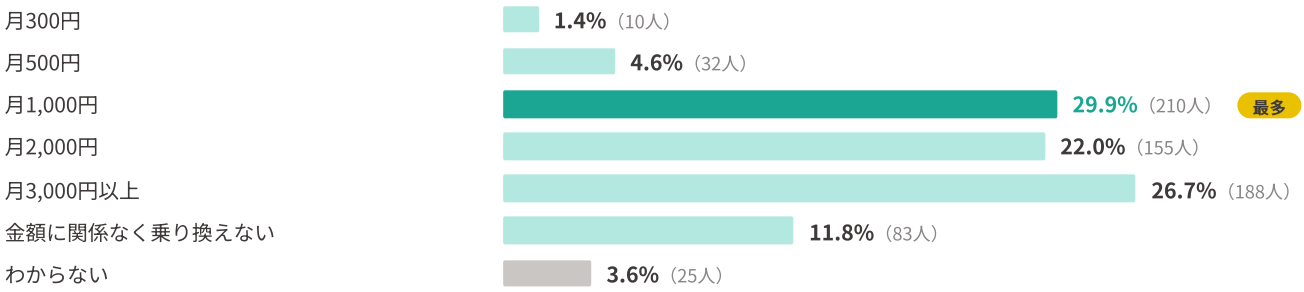


出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

Q. 今より月にいくら安くなるなら、乗り換えてもいいと思いますか？

回答数 703人

最多は「月1,000円」29.9%



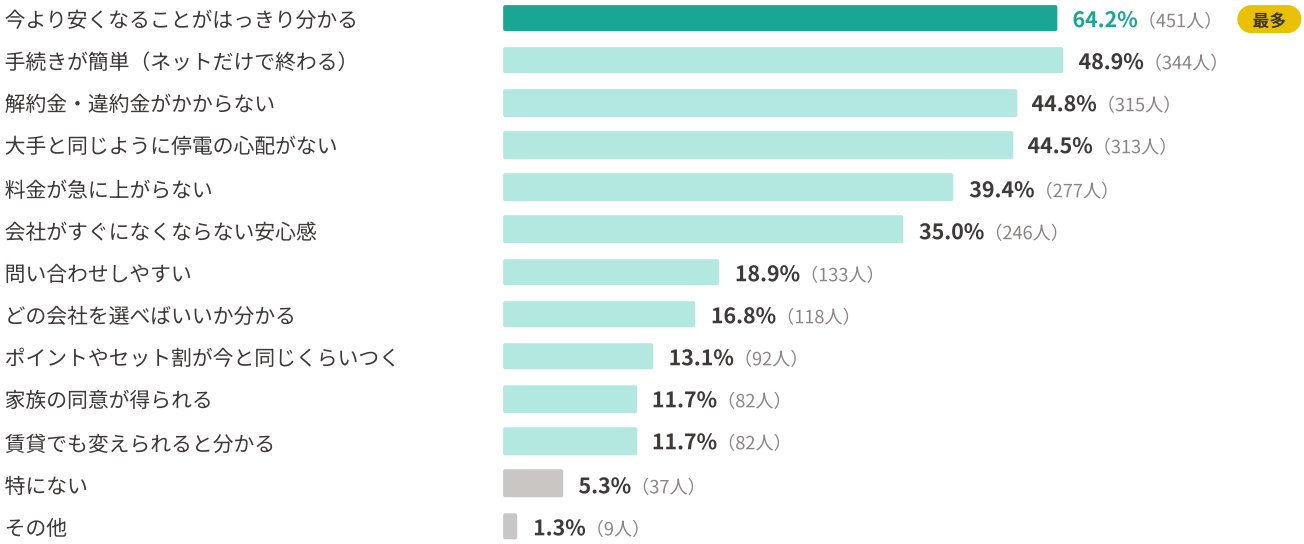
出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

これからの乗り換え

Q. 金額以外で、乗り換えるために必要な条件（複数回答）

回答数 703人

最多は「今より安くなることがはっきり分かる」64.2%



出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

会社別の満足度（新電力・回答20人以上の会社）

回答数 115人

回答が20人以上集まった新電力は4社

会社（回答者）	満足度の平均	満足・とても満足	乗り換えて安くなった人
東京ガス（35人）	3.86	80.0% （35人中28人）	14人中10人
auでんき（28人）	3.68	28人中18人	24人中6人
大阪ガス（28人）	3.82	28人中20人	（8人のため省略）
オクトパスエナジー（24人）	3.92	24人中15人	18人中12人

※一般枠と新電力枠の合計。満足度は「とても不満」1〜「とても満足」5の平均。「乗り換えて安くなった人」は乗り換えた人のうち「〜安くなった」と答えた人数で、回答者の実感です。

出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

利用者の声（自由記述）

アンケートの自由記述から、代表的な声を紹介します。
※誤字以外は原文のまま。属性は都道府県・世帯人数・契約中の電力会社。

> 引越しをした際に不動産会社が電気は九州電力となりますとのことだったし、家族も九州電力なのでほかの電力会社と比較せず不動産会社の言う通り九州電力にしました
> 福岡県・2人暮らし・九州電力

> 今の電力会社を選んだ理由は不動産仲介の会社に紹介されたからです。特に細かい調査はせずに契約を行ったので今後安く契約できる会社を知った際には乗り換えも検討していきたいと考えています
> 神奈川県・2人暮らし・東京電力エナジーパートナー

> 2015年に家を建てたときに、そのまま東北電力を選んで、特にほかの会社とは比べませんでしたが、やっぱり大手なので安心して使えていて、ネットで電気の使用量が確認できるのも便利です。
> 宮城県・3人暮らし・東北電力

> 携帯キャリアとまとめたら、ポイントが貯まるということで乗り換えた。料金は、正直大手と変わらないなと使っていておもう。安定は、しているので品質は、いいかな。
> 大阪府・2人暮らし・auでんき

> 基本的にはないですね。わかりやすいし、別に大手じゃないけど停電とかトラブルもないですよー。
> 兵庫県・3人暮らし・ソフトバンクでんき

> 新居への引越しを機に、電力会社を見直す事に決めて沢山調べました。知人からの紹介もあり決めました。変更手続きが思いの外、簡単だったので助かりました。
> 北海道・3人暮らし・Looopでんき

エリスグッド編集部の考察

今回の調査から、2つのことが見えてきました。

乗り換えて困ったという声は少ない

乗り換えた人の47%は電気代が下がり、高くなった人は2%でした。満足度も新電力と大手でほぼ同じで、停電や電気の質に不満がある新電力の利用者は224人中1人です。**電気を届ける送配電網はどの会社でも同じなので、停電のしやすさは契約先で変わりません。**

下がるかどうかは、比べてみないと分からない

乗り換えを検討したこともない人の83%は、電力会社を比べたことがありませんでした。乗り換えの条件の1位も「安くなるのがはっきり分かる」です。

ただ、乗り換えた人の39%は「ほとんど変わらない」という回答でした。下がる幅は、使う量・時間帯・プランで変わります。**使用量と契約アンペアを検針票やアプリで確かめ、同じ条件で今の会社と比べると、自分の家でいくら下がるかが分かります。**

本調査の引用・転載について

本調査の結果は、記事やニュース、資料などにご活用いただけます。ご利用の際は、以下のルールをお守りください。

【必須】出典の明記　「引用：エリスグッド」または「引用：エリスグッド【全国756人調査】電力会社を乗り換えた人の47%が「電気代が下がった」高くなった人は2%」

【必須】リンクの設置　本調査のページ（https://starcraft-n.co.jp/erisgood/report/electric-report/electricity-bill-survey-2026-10/）、またはエリスグッドTOP（https://starcraft-n.co.jp/erisgood/）へのリンク

【許可事項】　グラフ画像はそのままご使用いただけます（加工・改変はご遠慮ください）。調査データの一部を抜粋して引用することも可能です。

【禁止事項】　出典の明記やリンク設置のない転載／調査結果の改変や、誤解を招く形での部分的な引用／グラフ画像の加工・出典表記の削除

会社概要・お問い合わせ

会社名	株式会社スタークラフト
代表者	代表取締役 中倉大吾
所在地	〒171-0022 東京都豊島区南池袋2-30-17朝日生命南池袋ビル3階
設立	2014年7月2日
事業内容	Webメディア運営、SEO事業、Webサイト企画・集客代行
運営メディア	エリスグッド（https://starcraft-n.co.jp/erisgood/）
URL	https://starcraft-n.co.jp/
お問い合わせ	エリスグッド編集部　media@starcraft-n.co.jp

出典：エリスグッド（erisgood）調べ／電気代アンケート（2026年10月）

エリスグッド