

26 年 7 月のカレー物価 1食 349 円 年初から 6%安

11 カ月ぶりに 350 円割れ
8 月は 5 年ぶりに値上げ「ストップ」予想

「カレーライス物価指数(2026 年基準改定)」調査 —2026 年 7 月



本件照会先

飯島 大介（調査担当）
帝国データバンク
東京支社情報統括部
03-5919-9343（直通）
情報統括部：tdb_jyoho@mail.tdb.co.jp

発表日

2026/09/10

当レポートの著作権は株式会社帝国データバンクに帰属します。
当レポートはプレスリリース用資料として作成しております。著作権法の範囲内でご利用いただき、私的利用を超えた複製および転載を固く禁じます。

次回調査の公表予定

2026 年 8 月の発表は
2026 年 10 月 9 日(金)午前 10 時

SUMMARY

カレーライスを家庭で調理する際に必要な原材料や水道光熱費などの価格(全国平均)を基に算出し、食卓に与える物価高の影響を可視化した「カレーライス物価(平均、2026 年基準改定)」は、2026 年 7 月平均で 1 食あたり 349 円となった。350 円を下回るのは、2025 年 8 月以来 11 カ月ぶり。前年(2025 年 7 月:344 円)からは+5 円・1.5%の上昇となったものの、上昇幅は 2 カ月連続で 1 ケタ台となった。

株式会社帝国データバンクは、食卓への影響度を示す「カレーライス物価指数」を独自に試算した。

[注 1]カレーライス物価:カレーライスで使用する原材料や、調理にかかる水道光熱費などを独自に試算した指数。

ビーフカレー・ポークカレー・チキンカレー・シーフードカレー・野菜カレーの 5 メニュー平均値

各種価格データは「小売物価統計調査(総務省)」のうち各都市平均値(全国平均)を参照。調理シーンは「6 食分(市販のカレールー1/2 パック)をまとめて調理した」ものとした。

カレーライス物価指数:各月のカレーライス物価を基に、2020 年平均=100 とした価格推移

[注 2]カレーライス物価は 2026 年 1 月に調査対象・容量を一部変更し、2015 年 1 月分まで遡及改定を行っている

2026 年 7 月のカレーライス物価:1食 349 円 11 カ月ぶりに 350 円下回る

カレーライスを家庭で調理する際に必要な原材料や水道光熱費などの価格(全国平均)を基に算出し、食卓に与える物価高の影響を可視化した「カレーライス物価(平均、2026 年基準改定)」は、2026 年 7 月平均で 1 食あたり 349 円となった。350 円を下回るのは、2025 年 8 月以来 11 カ月ぶり。前年(2025 年 7 月:344 円)からは+5 円・1.5%の上昇と、金額の上昇幅は 2 カ月連続で 1 ケタ台となった。

前月(2026 年 6 月:351 円)からは 2 円低下した。過去最大となった前月の下げ幅(▲10 円)からは縮小した。全国の物価の先行指標となる東京都区部の物価動向を基に予想した、前月調査時点の予想値(347 円)を 2 円上回ったものの、引き続き低下基調での推移となった。年初(370 円)からは 21 円・6%安となるなど、数年間にわたって続いた「令和のコメ騒動」によるコメ価格高騰の影響は急速に薄れ、カレーライス物価を押し上げてきた「カレーショック」は収束局面に入りつつある。

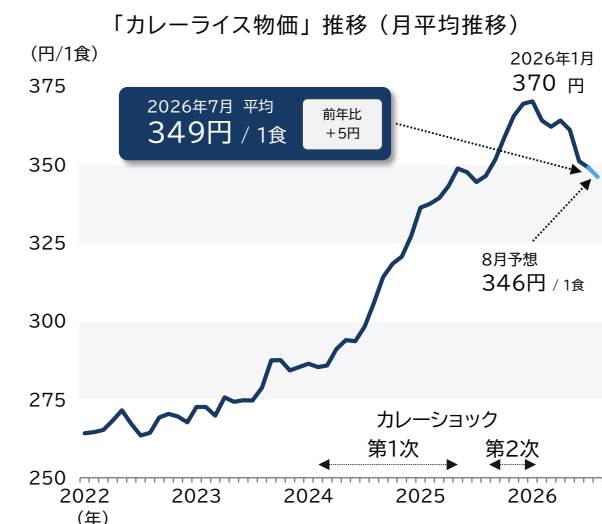
メニュー別では、「シーフードカレー」が 501 円と最も高く、前年から 14 円・2.9%上昇した。一方、最安値は「チキンカレー」(220 円)で、前年から 1 円・0.5%低下した。

前年同月との比較では、5 メニュー中 3 メニューで前年を上回った。最も値上げ幅が大きかったメニューは「シーフードカレー」(+14 円)で、「ビーフカレー(総合)」(+8 円)、「ポークカレー(総合)」(+5 円)が続いた。なかでもビーフカレーは、円安による輸入牛肉の値上がりなどを受けて価格の高止まりが続くものの、前年に比べると上昇ペースは大幅に鈍化している。「チキンカレー」は、急激に値上がりした 2025 年 12 月(+40 円)などに比べると、値上げから一転して値下げとなった。輸入・国産鶏肉の供給回復なども背景に、2025 年後半に発生した「鶏肉ショック」が解消しつつあることが恩恵となった。「野菜カレー」(251 円)も、高温や天候不順による野菜不足で価格が急騰した 2025 年夏と異なり、作柄の回復によって需給が改善したことで、2 カ月連続で前年から値下がりとなった。

また、総じてカレーライス物価を強く押し上げてきた「コメ」価格がピークの半値以下で流通するケースもみられるなど、一部具材の上昇幅を吸収する形で、カレーライス物価全体で下落圧力が強まった。

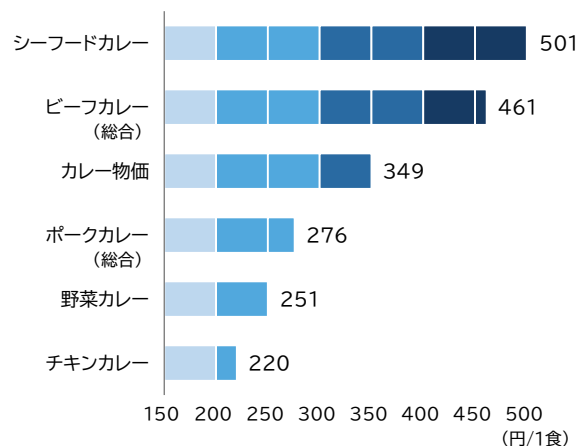
各メニューのカレーライス物価平均を基に、2020 年平均を基準(100)とした独自算出の「カレーライス物価指数」をみると、2026 年 7 月の指数は 136.3 だった。

カレーライス物価の動向(月平均、2020 年以降)



【出所】総務省「小売物価統計調査」を基に帝国データバンク作成
【※】カレーライス物価:カレーライスで使用する原材料や、調理にかかる水道光熱費などを独自に試算した指数

メニュー別「カレーライス物価」



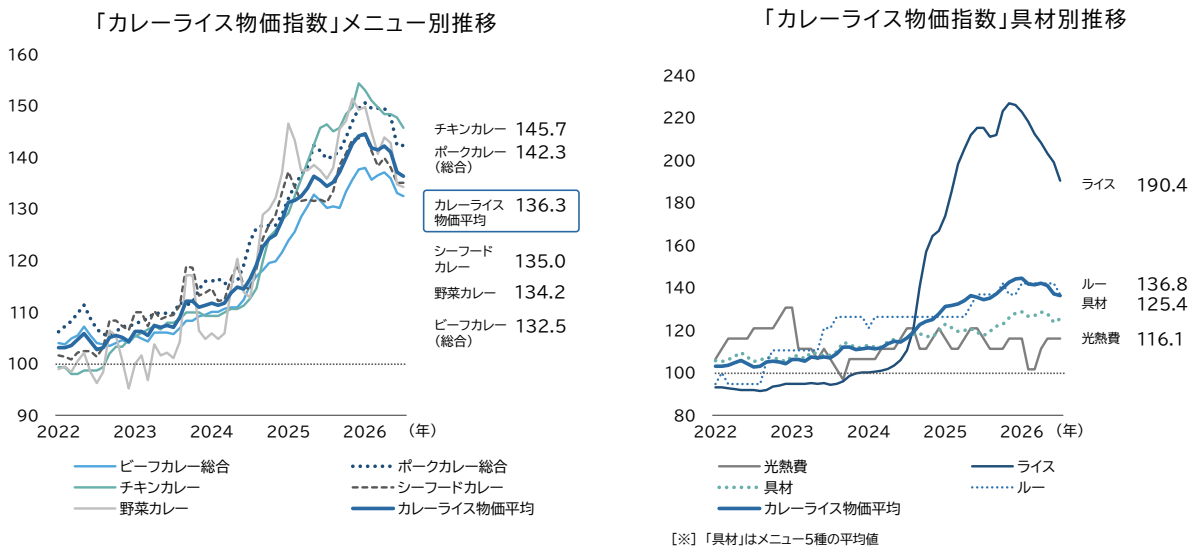
【※】ポーク・ビーフカレーは「国産・輸入」各使用時の平均値

今後の見通し：2026 年 8 月＝346 円予想 約 4 年ぶりに値上げ「止まる」見通し

全国の物価の先行指標となる東京都区部の物価動向を基に予想した 2026 年 8 月のカレーライス物価は 1 食あたり平均 346 円前後で推移する見通しとなった。7 月から 3 円の下落となるほか、前年同月での比較では 2022 年 7 月以来、約 4 年ぶりに上昇（値上げ）が止まる見通し。コメの価格下落に加え、安定した野菜供給、電気・ガス料金の抑制などが影響し、カレーライス物価は当面の間低下傾向が続く。特に、カレーライス物価の多くを占める「コメ」価格は、足元で 5kg3000 円を割り込む店頭価格が見られるほか、令和 8 年産の銘柄米が同 2000 円台前半となる見方も出ており、年末にかけて下落圧力が強まりそうだ。

先行きとしては、具材となる肉・魚介類や野菜類の価格水準は第 1 次・2 次カレーショック前に比べて上昇しているため、1 食 200 円台などコロナ禍前のような安値にはならないとみられる。ただ、年末にかけてコメ 5kg あたり 3000 円の価格水準で推移した場合、カレーライス物価 1 食あたり 320 円台まで低下する見通しで、2024 年夏以来約 2 年ぶりの安値水準まで下落する可能性がある。近年、異常気象による不作や、円安の急伸による輸入インフレの再燃、人件費・物流費の上昇といった懸念要素はあるものの、記録的な食料インフレが続いた中で、日々の買い物にかかる負担は大幅に緩和されると見込まれる。

カレーライス物価指数の動向



各メニュー別の具材は、各レシピサイト等を基に下記の通りと定義した（ごはん[ライス]、水道光熱費は共通）

- 【ビーフカレー】牛肉（国産・輸入）・タマネギ・ジャガイモ・ニンジン・食用油・カレールー
- 【ポークカレー】豚肉（国産・輸入）・タマネギ・ジャガイモ・ニンジン・食用油・ヨーグルト・カレールー
- 【チキンカレー】鶏肉（国産・モモ）・ニンジン・食用油・カレールー
- 【シーフードカレー】エビ・ホタテ貝柱・イカ・ニンジン・トマト・タマネギ・食用油・白ワイン・カレールー
- 【野菜カレー】タマネギ・ジャガイモ・ニンジン・ナス・シメジ・ブロッコリー・食用油・カレールー