

【1 分解説】Doom Spending (破滅的消費) とは？

ライフデザイン研究部 主任研究員 鄭 美沙

Doom Spending とは、「破滅的消費」と訳されます。社会や将来に対する不安や悲観を背景に、そのストレスを解消するため、旅行やショッピング、外食などで高額な出費をする消費行動を指します。アメリカを中心に広がっており、特に若い世代にみられます。単なる「衝動買い」とは異なり、人生や社会への絶望感が根底にあり、時には借金を重ねてまで支出を続ける傾向があります。その結果、最終的に生活が破綻するリスクが高まることから、「破滅的」と呼ばれています。

Doom Spending は、2023 年頃から SNS を通じてアメリカで広がりました。コロナ禍以降のインフレや住宅価格の高騰、政治不安、賃金の伸び悩みといった要因により、将来への希望が持てず、「今を楽しもう」という風潮が広がったことが背景にあります。

一方、日本では、経済や将来に不安を感じると消費を抑え、若い世代でも貯蓄を優先する傾向があります。現時点では、アメリカのような Doom Spending は一般的ではなく、むしろ節約志向によって個人消費が伸び悩んでいる状況です。ただし、一部の「推し活消費」のように特定の分野に支出を惜しまない傾向もみられており、今後の社会不安や価値観の変化などによっては、日本でも Doom Spending が広がる可能性は否定できません。

関連レポート

・「【1 分解説】推し活消費とは？」(2025 年 7 月)