家計簿だより

2017年
1月号

発行日：2016年　12月 25日
発　行：エフコープ組合員活動部
〒811-2495　糟屋郡篠栗町大字篠栗 4826-1
TEL：092-947-9003　Fax：092-947-9192
ﾒｰﾙｱﾄﾞﾚｽ：　miyuki-shiraishi@fcoop.or.jp

食費内訳を書くと食費が変わる？！

家計簿の約半分の割合を占める「食費内訳」。費目別の記入は「大変！」「面倒！」と思う方が多いと思います。ですが、下の表をご覧ください。これは家計簿サークル員の 2012 年の集計結果の中で「食費」の内訳を「記入した」方と「記入していない」方の 1 ヶ月の平均を比較したものです。記入するとなんと、年間で約 7 万円の差が。まずは気になっている費目（例：お菓子代、酒・飲料等）から、記入することを始めてみませんか？きっとわが家の「食費」が変わってきます。

	内訳記入あり	内訳記入なし	差額
2012年　1月	58,126	66,048	-7,922
2月	55,523	62,287	-6,764
3月	58,707	63,674	-4,967
4月	55,454	62,581	-7,127
5月	58,813	67,281	-8,468
6月	56,043	64,379	-8,336
7月	58,314	64,261	-5,947
8月	59,342	66,330	-6,988
9月	54,900	65,149	-10,249
１０月	59,600	63,425	-3,825
１１月	57,505	60,934	-3,429
１２月	71,989	70,856	1,133
年間合計	704,316	777,205	-72,889

（単位：円）

家計簿サークルが福岡県のエコファミリー応援事業で表彰を受けました！

家計簿サークル活動の調査活動として「福岡県環境家計簿」取り組みに参加し、2016 年度も前年に引き続きエコファミリーのグループ部門で受賞しました。エフコープのホームページでもご紹介しています。

家計簿サークル員・家計ドット・こ～ぷによる提出は随時募集しています。上記へお問い合わせください。
「月の集計」は、毎月 10 日（家計ドット・こ～ぷは 20 日）を目安に提出してください。

2016年 10月度 集計結果

	20･30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代以上	総合	前年比
調査世帯数	3	23	49	44	37	156	94.5%
世帯主平均年齢	37.0	44.7	55.0	64.0	75.8	60.6	101.7%
平均家族数	4.0	3.8	3.1	2.6	2.5	3.0	98.1%

（住宅概況）

	20･30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代以上	総合	前年比
自　　宅	1	17	45	41	37	141	94.6%
社宅･官公舎	0	1	1	0	0	2	66.7%
賃貸住宅(公営)	0	0	1	3	0	4	66.7%
賃貸住宅(民間)	2	5	2	0	0	9	128.6%

（収　　入）

	実数	20･30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代以上	平均	前年比
給　与(夫)	81	392,689	492,170	441,180	303,514	1,100,000	429,036	94.5%
給　与(妻)	33	0	243,541	261,127	191,669	297,142	250,120	101.6%
賞　与(夫)	2	0	200,000	0	0	0	200,000	119.6%
賞　与(妻)	1	0	0	200,000	0	0	200,000	#DIV/0!
年　金(夫)	59	0	0	0	260,694	400,462	329,432	97.5%
年　金(妻)	62	0	0	205,883	125,398	194,653	166,869	110.2%
自家営業(夫)	6	0	250,000	909,898	111,316	0	400,624	198.9%
自家営業(妻)	1	0	0	13,670	0	0	13,670	6.8%
家賃･地代収入	7	0	0	60,000	55,000	82,266	75,190	117.1%
ﾊﾟｰﾄ･ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(夫)	7	0	16,030	0	95,993	60,524	74,435	97.5%
ﾊﾟｰﾄ･ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(妻)	37	74,250	94,205	72,306	61,122	60,533	69,958	111.7%
同居家族の収入	24	0	63,500	36,473	60,206	48,500	48,997	96.4%
その他の収入	78	78,790	123,287	38,061	156,512	119,082	113,514	98.2%
収入合計	152	520,979	656,918	552,711	524,186	674,938	588,639	103.2%

（非消費支出）

	実数	20･30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代以上	平均	前年比
所得税(夫)	101	10,753	21,795	14,003	7,434	20,497	14,640	94.1%
所得税(妻)	39	130	6,534	5,702	4,334	7,983	5,836	109.0%
住民税(夫)	110	22,433	30,888	28,459	20,067	19,940	24,865	103.4%
住民税(妻)	33	33,000	10,816	15,750	14,780	11,733	14,454	126.3%
固定資産税	12	0	9,750	17,185	6,094	60,000	19,385	167.3%
その他の税金	1	0	0	0	2,376	0	2,376	252.7%
税金合計	130	44,230	51,863	45,928	26,005	36,038	39,751	100.8%
健康保険(夫)	127	18,331	23,228	22,087	20,795	30,101	23,421	99.5%
健康保険(妻)	53	0	13,207	11,251	16,892	9,188	11,585	108.3%
介護保険(夫)	119	3,472	3,471	3,492	7,911	14,884	7,534	95.4%
介護保険(妻)	69	0	2,321	1,702	8,890	10,474	7,850	100.7%
厚生年金(夫)	77	37,021	42,680	41,684	29,841	0	39,318	99.9%
厚生年金(妻)	29	0	23,793	23,594	16,970	17,577	22,341	105.3%
雇用保険(夫)	66	1,671	2,266	1,854	1,370	0	1,857	71.5%
雇用保険(妻)	34	358	972	714	541	0	770	94.0%
国民年金(夫)	4	0	16,260	16,235	4,425	0	13,289	132.8%
国民年金(妻)	3	0	16,260	16,260	16,260	0	16,260	105.0%
国民年金(学生)	1	0	0	0	0	16,210	16,210	#DIV/0!
社会保険料合計	151	58,301	80,062	69,370	44,848	50,117	59,338	97.2%
損害保険	54	500	6,102	5,299	6,316	4,199	5,203	32.9%
生命保険	138	58,278	33,701	37,987	18,581	19,611	28,327	109.2%
個人年金	25	18,578	14,922	20,945	32,139	8,756	20,855	92.3%
私的保険料合計	145	70,830	36,806	46,095	22,615	19,535	32,409	91.2%
その他の非消費支出	83	15,750	7,405	8,747	-1,618	9,312	5,808	84.9%
非消費支出合計	152	178,611	170,017	162,889	85,697	95,854	126,337	98.1%

（消費支出）

	20・30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代以上	平均	前年比
米・麦	－	3,897	2,091	4,192	2,204	2,989	81.3%
パン・めん・その他	－	5,493	4,170	4,201	3,119	3,992	104.1%
＜主　食＞	－	9,390	6,261	8,393	5,322	6,981	93.0%
魚介類	－	3,110	4,082	5,567	4,960	4,746	104.6%
肉類	－	8,081	6,486	7,906	4,813	6,614	100.8%
乳卵類	－	5,114	3,425	3,706	3,875	3,804	111.7%
豆・豆製品	－	1,410	1,858	1,547	1,939	1,737	105.1%
野菜	－	5,423	5,846	6,324	6,405	6,131	96.5%
乾物・海草	－	896	991	835	1,411	1,053	110.4%
加工食品	－	5,876	5,590	4,739	7,400	5,862	90.6%
調味料	－	2,346	2,782	2,759	3,058	2,815	96.3%
＜副食調味料＞	－	32,256	31,060	33,383	33,862	32,764	99.7%
菓子	－	5,527	4,799	3,316	3,066	3,863	103.9%
果物	－	1,621	2,468	2,349	2,818	2,454	93.7%
酒・飲料	－	5,858	6,615	6,603	6,610	6,541	116.4%
＜嗜好品＞	－	13,006	13,881	12,267	12,494	12,857	107.6%
給食	－	3,076	468	0	0	412	77.2%
外食	－	8,560	10,364	8,377	5,505	8,114	98.7%
＜外食関係＞	－	11,636	10,832	8,377	5,505	8,526	97.4%
食費合計	83,660	69,767	65,094	64,475	56,140	63,842	101.6%
家賃・地代	67,618	49,746	32,646	13,315	1,686	23,044	92.0%
その他の住居費	10,123	11,696	11,432	24,448	33,612	20,378	99.1%
＜住居費＞	77,742	61,442	44,078	37,762	35,298	43,422	95.2%
住宅ローン返済実平均	48,636	69,595	65,035	79,158	28,818	66,465	99.9%
ローン返済件数	2	10	15	5	1	33	86.8%
＜水光熱費＞	15,596	14,556	15,017	14,899	13,337	14,528	102.5%
＜被服費＞	32,656	16,693	15,101	12,357	11,339	14,007	76.9%
＜保健医療費＞	18,039	14,820	8,581	14,469	15,374	12,955	95.7%
＜理容衛生費＞	10,972	10,924	13,361	12,312	11,930	12,321	123.7%
＜交際費＞	5,320	7,120	17,771	21,991	24,685	18,791	82.4%
＜交通費＞	2,373	5,138	6,948	8,243	6,072	6,751	71.4%
＜通信費＞	16,178	20,455	20,547	12,047	9,767	15,495	98.8%
＜教育費＞	47,118	93,999	64,340	2,638	1,597	36,097	80.5%
教育費実平均	47,118	113,788	143,303	38,691	19,695	112,623	80.7%
＜教養娯楽費＞	13,585	15,142	27,013	40,945	30,014	29,646	95.5%
＜職業・主婦費＞	29,350	39,679	47,524	29,020	17,706	33,726	102.8%
＜自動車関係＞	14,468	30,130	51,985	21,717	10,265	29,609	115.8%
＜その他＞	172	19,508	40,029	2,590	6,601	17,749	367.5%
食費以外の合計	283,567	349,608	372,294	230,991	193,986	285,097	98.8%
消費支出合計	367,227	419,375	437,387	295,466	250,126	348,939	99.3%
収入 － 支出	-24,859	67,527	-47,566	143,024	328,958	113,364	125.9%

＊『収入』と『非消費支出』は、実平均額（例：給与収入がある世帯の収入金額を、給与収入を記載された世帯数で割ったもの）、『消費支出』は総平均額（提出があった世帯数で割ったもの）の数値です。
＊2015 年 1 月集計分より『教育費』は総平均額と実平均額を掲載しています。
＊食費の内訳は、内訳を記入している人のみ（10 月は 99 人）の平均額です。

10 月度の動き

厚生年金保険料率は 2017 年に 18.30%になるまで段階的に引き上げられます。今年は 10 月より 0.354%上がり、18.182%になりました。給与明細で前月分と比較してみましょう。
「食費内訳」は 20.30 歳代で記入者がありませんでした。

- **「その他の消費支出」は 60 歳代でマイナス計上がありました。**
- **「教育費」は 40 歳代、50 歳代で後期の大学授業料の支払いがあり、実平均が 10 万以上となっています。**
- **「その他」は結婚のお祝い等の支払いがあり、前年比 367.5%となっています。**

集計と一緒によせられた“声”

今月はしっかり節約できたのではないかと思っています。早く野菜が安くなればと思うけど、生協のカタログで買うと市販よりたいぶ安いのでとても助かりますね。（71 歳、夫婦、その他の子ども 1 人）

10 月は芸術の秋、茶道とコーラスに頑張りました。11 月も他の市や町の文化祭に参加しますので忙しい月です。体が動く限り生涯学習ですのでやっていきたいです。暖かい 10 月を過ごしたので、平常と言われる 11 月のこの寒さを受け止めて乗り切らないといけないのですね。でも急激な変化は年齢的に堪えますよ。こちらも調整していかなきゃです。皆様も心身共にお励みください。
（72 歳、夫婦、その他の子ども 1 人）

高 2 の娘の修学旅行の積立が終わったようで、引き落とし額が随分減っていて、公立高校って安くて助かると改めてびっくりしています。息子が高校受験なので、ぜひ（必ず！）公立に受かってもらいたいです。
（46 歳、夫婦、中学生、高校生各 1 人）

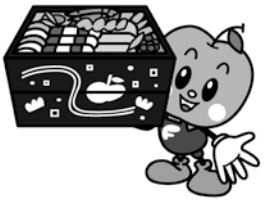
いつもお世話になっております。11 月に入りコタツを出しました。その時、去年まで使っていたコタツ敷カーペットが無いと探し回りました。確か、柄の白い所にわざわざ猫が吐いて汚していたので、みっともないと捨てているみたいなのですが、一年経つと記憶が無いのです。この夏は痛みが目立つタオルケットを一枚捨てたのですが、来年探す予感がするので、押入れにメモを貼ることにしました。まだ 50 代の私ですが、これから年を重ねるというのに不安になりました。
（56 歳、夫婦、その他の子ども 2 人）

主人が還暦を迎え、60 代に突入しました。今どきの 60 代はすごく若いですよね！ しかし今の 80 歳以上の方みたいに元気でいられるかしら？ 歩くことがないので、気をつけて運動をしていないと、足腰が心配ですね。来年の家計簿ありがとうございます。家計簿やお金の袋分けをしないと、一ヶ月が暮らしていけません。（60 歳、夫婦）

来年の家計簿ありがとうございます。生協の家計簿を頂くと、ああもうすぐ一年終わるんだなあ、早いなあと思います。以前は書店に並んでいるた～くさんの家計簿の中から、今度はどれにしようか？また同じのにしようか？と、選ぶのに時間がかかっていましたが、今はそうやって迷うこともなくなりました。生協の家計簿をつけるようになって、来年で 3 年目に入ります。気持ちも新たに頑張ります。またよろしくお願いします。
（39 歳、夫婦、乳幼児、小学生各 1 人）

来年度の家計簿ありがとうございました。カレンダーも出回り、年の瀬が間近に感じられます。来年はどんな年になるのでしょうか。「健康長寿」と言われますが、その通りだと実感できる年齢になり、家計簿とにらめっこしながら頑張りたいと思っています。
（79 歳、妻、その他の子ども 1 人）

野菜の高値が続いています。普段は家庭菜園で野菜を作るのですが高温その他であまりできず、生協を利用させてもらって、今回はスーパー等と比較しても安くて助かりました。（68 歳、夫婦）



今月はふるさと納税をしたので、その代金が 10 万以上かかっています。今まで知らなかった町のことを知り、その地の将来を支えることにもなったので良かったです。また新しい家計簿を頂きました。上手くつけられず諦めそうになりましたが、また一年頑張っていきたいです。
（56 歳、夫婦、大学生等 1 人）

いつの間にか今年も残り 2 ヶ月を切ってしまいました。新しい家計簿ありがとうございました！娘が転勤して一人になってから、毎日買い物に行かなくて良くなったので、家計簿のつけ忘れもなくなったと思います。でも、寒くなったので鍋をしようと思った時はちょっと淋しいです。
（57 歳、妻）

今月から社会保険料が増加しました。給与の 1.341％。昨今の預金金利が 0.01％前後というのに、この利率はすごい。給与は退職後 3 年前と比べて年間約 18 万円ほど下がり、年金も年間約 50 万円減額、なのに社会保険料だけは毎年上がっていく。実質手取りは減少し続けています。ライフプランは一応作成していますが、予想以上の収入減になっています。これから先の年金はもっと減っていくのでしょうね。子どもたちの時代は、どうなっているのかとても心配です。
（63 歳、夫婦、その他の子ども 1 人）

25 年間一度の故障もなかった洗濯機の運転音が怪しくなってきたので思いきって買い替えたら、脱水後の洗濯物のからみがすごく減ってラクになりました。これで衣類の傷みも減ってくれると助かるなぁと思っています。
（59 歳、夫婦、その他の子ども 1 人）

今月も交際費、娯楽費が大きくなりました。子どもら 3 人への贈り物や、季節も良くドライブ旅行したりで楽しんでいます。今月健診を受け、結果はまだなのですが、予防には努めていますが何時病気になるか分からないので、何でも行ける時に、できる時にと楽しんでいます。
（72 歳、夫婦）

数年ぶりに歯医者さんへ。7 本も虫歯が見つかり、その治療が始まりました。そのため、目が飛び出る医療費の額です（涙）。毎日磨いているつもりでも、長らく放っておくのはダメですね。これからは未然に防げるようにしたいものです。
（40 歳、夫婦、乳幼児 2 人）

今月から次女の保育料が下がったこと、長女がケガのため、習い事の一部をお休みしていることから、教育費が通常の半額程度まで減りました。保育料は、今月から年度末までは前年度の収入に応じてですが、前年度は産休・育休を取得していたため、収入が少なかったので。来年度からはまた上がるので、一時のことですが、助かります。特別出費も、NHK 受信料の年払いがあるくらいでしたので、出費は普段より少なく済みました。それにしても、毎月思うことですが、税金や社会保障関連の非消費支出の多いこと…。納税したお金がどのように使われているのか、もっと関心を持つべきだなと痛感します。
（41 歳、夫婦、乳幼児 2 人）

食費の野菜が急上昇。間違い？と調べなおしましたが、じゃがいも、キャベツ、玉ねぎと、いずれもビックリ価格になっていましたものね。まだまだキャベツは安くなりませんが…。葉物がたくさん出てきましたのでやれやれです。産直のお店で連れて帰ってもらえない大根やカブの葉を頂いてきて、重宝しています。
（78 歳、夫婦）

あごの下のリンパ腺が腫れ、内科、歯科へかかりました。原因が何かわからず、抗生剤で治まりました。歯科へは 10 年ぶりにかかり、寝ている時にすごく噛み締めているようで、歯がすり減っていました。マウスピースを作ったりレントゲンを撮ったりと、治療費がかかりました。本当に健康が一番です。新しい家計簿頂きました。また一年頑張ります。ありがとうございました。
（54 歳、夫婦、高校生、その他の子ども、その他各 1 人）

2016 年の集計は終わりましたか？集計をすることでいろいろな事が見えてきます。2017 年もどうぞよろしくお願いいたします　白石