家計簿だより

2017年
12月号

発行日：2017年　11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

『生協の家計簿』のいいところ！

現在、家計簿サークルに登録いただいている組合員は180名（2017年11月）です。その皆さんより今回「家計簿サークルに入った理由」、「生協の家計簿のいいところ」の声をいただきましたのでご紹介します。

『家計簿サークルに入った理由』

家計の見直しをして、将来へ備えるための資金貯めよう！と考えたからです。

家計の見直しをしたかった。節約を頑張ろうと思って。

提出することで、家計簿をつけることが日課になれば…と思い、入りました。

老後（給与収入が無くなった後）の生活設計が漠然としていて不安だったから。

提出期限があるので、定期的にきちんと“つけきれる”こと。継続的につけることで、月ごとの変化がわかり、振り返れること。

『生協の家計簿のいいところ』

費目わけがかなり細かいので、何にどのくらい使ったかがよくわかるところ。

予定を立てる時など大変参考になっています。我が家の歴史を見るようです。

まず、ひと月のお金の流れが全てわかるところ！！税金って給与明細に記載があるものの、こんなに払っているんだ！と分かった。年間集計表にすると、何にどのくらいお金がかかっているかが分かるし、月の変動も予測できたりする。10年先までの大まかな予定で見通しをつけたりもできる。毎月送られてくる会報誌「家計簿だより」で、集計結果から10年後、20年後を考えたり、平均値と比べたり、参考資料になりありがたい。一番すごいと思うのは「消費税しらべ」です。

ご紹介した声は一部です。いかがでしたでしょうか？皆さんの声を参考に「生協の家計簿」をご活用ください。

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。

2017年 9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	15	43	48	40	149	96.1%
世帯主平均年齢	33.3	44.5	54.9	63.9	76.5	62.1	102.4%
平均家族数	3.3	4.0	3.0	2.7	2.4	2.9	97.4%

（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	11	39	45	40	136	97.1%
社宅･官公舎	0	1	0	0	0	1	100.0%
賃貸住宅(公営)	0	0	1	3	0	4	80.0%
賃貸住宅(民間)	2	3	3	0	0	8	88.9%

（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)	75	317,633	465,149	487,884	297,495	616,250	426,676	101.1%
給　与(妻)	29	250,223	176,133	277,141	204,921	336,463	244,528	96.5%
賞　与(夫)	2	0	0	50,000	30,000	0	40,000	#DIV/0!
賞　与(妻)	1	0	0	0	50,000	0	50,000	100.0%
年　金(夫)	4	0	0	0	138,769	413,326	207,409	116.1%
年　金(妻)	2	0	0	0	26,403	0	26,403	29.1%
自家営業(夫)	7	0	250,000	0	507,372	250,000	433,837	152.1%
自家営業(妻)	0	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!
家賃･地代収入	4	0	0	60,000	55,000	130,665	94,083	115.4%
ﾊﾟｰﾄ･ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(夫)	4	0	0	0	92,448	30,000	76,836	105.6%
ﾊﾟｰﾄ･ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(妻)	39	42,645	63,383	66,579	74,699	52,640	68,090	93.5%
同居家族の収入	28	0	40,000	35,125	48,645	48,875	44,539	74.0%
その他の収入	68	0	134,869	49,737	77,282	181,214	108,309	174.2%
収入合計	134	392,785	627,449	530,178	331,232	242,836	411,139	102.1%

（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)	76	7,030	18,436	15,272	18,491	49,373	18,365	137.3%
所得税(妻)	34	4,345	2,606	6,595	3,358	8,790	5,022	81.3%
住民税(夫)	79	10,250	23,836	32,737	16,009	28,225	25,280	103.6%
住民税(妻)	31	13,100	6,440	12,314	5,350	14,600	9,816	80.0%
固定資産税	13	0	7,500	17,548	13,395	15,050	14,793	71.7%
その他の税金	2	0	0	10,000	1,823	0	5,912	812.6%
税金合計	101	18,783	46,038	48,117	29,361	41,066	40,317	105.0%
健康保険(夫)	97	16,814	22,227	22,184	19,305	31,471	22,440	98.6%
健康保険(妻)	38	11,772	10,110	12,116	19,650	7,400	12,575	110.5%
介護保険(夫)	71	2,475	3,785	3,524	3,017	0	3,371	95.6%
介護保険(妻)	24	0	1,663	1,814	5,840	6,983	3,616	111.5%
厚生年金(夫)	69	30,001	40,603	45,081	29,576	0	39,466	102.3%
厚生年金(妻)	26	23,706	17,491	24,258	17,925	15,555	20,874	94.4%
雇用保険(夫)	59	1,250	1,584	1,497	989	0	1,389	79.1%
雇用保険(妻)	32	365	454	631	491	0	536	71.0%
国民年金(夫)	2	0	16,260	0	1,800	0	9,030	68.0%
国民年金(妻)	1	0	16,260	0	0	0	16,260	100.0%
国民年金(学生)	0	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!
社会保険料合計	122	56,762	74,808	71,979	39,461	25,050	52,295	96.6%
損害保険	52	84,041	10,696	7,040	3,108	10,525	10,785	113.2%
生命保険	130	25,742	35,869	29,450	29,169	19,570	27,683	115.3%
個人年金	23	24,478	18,509	18,543	32,139	0	21,416	102.2%
私的保険料合計	139	134,260	43,465	37,108	31,439	22,655	33,468	111.9%
その他の非消費支出	87	5,000	20,987	6,556	7,305	13,499	10,205	111.9%
非消費支出合計	147	166,719	173,834	154,716	88,797	54,460	108,789	97.3%

（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	0	4,613	4,579	2,060	3,902	3,418	109.1%
パン･めん･その他	0	2,985	3,835	3,701	2,562	3,339	92.3%
＜主　食＞	0	7,598	8,414	5,761	6,464	6,757	100.1%
魚介類	0	2,294	4,385	4,301	4,934	4,424	100.8%
肉類	0	7,769	6,046	7,208	5,273	6,324	97.8%
乳卵類	0	4,023	3,448	3,540	3,913	3,658	93.3%
豆･豆製品	0	1,879	1,509	1,295	1,813	1,543	97.3%
野菜	0	4,965	5,333	5,699	5,568	5,527	90.9%
乾物･海草	0	687	1,400	1,086	1,210	1,187	103.5%
加工食品	0	5,573	4,959	4,604	5,128	4,909	91.7%
調味料	0	2,164	3,202	2,910	2,744	2,896	110.5%
＜副食調味料＞	0	29,354	30,282	30,643	30,583	30,467	96.5%
菓子	0	2,942	4,257	3,324	3,419	3,576	93.2%
果物	0	738	2,315	2,566	2,890	2,514	101.9%
酒･飲料	0	4,905	4,587	5,955	4,526	5,098	93.0%
＜嗜好品＞	0	8,584	11,159	11,846	10,836	11,187	95.0%
給食	0	4,940	774	0	0	444	83.7%
外食	0	6,352	10,902	8,036	3,706	7,318	103.0%
＜外食関係＞	0	11,292	11,675	8,036	3,706	7,762	101.6%
食費合計	59,246	72,852	63,489	58,765	50,334	59,293	99.0%
家賃･地代	73,933	43,145	29,284	12,033	1,991	18,694	85.3%
その他の住居費	3,535	22,275	26,667	12,392	91,473	38,558	228.8%
＜住居費＞	77,468	65,420	55,951	24,425	93,464	57,252	147.7%
住宅ローン返済実平均	48,500	65,132	69,012	76,117	28,818	65,873	97.5%
ローン返済件数	2	5	11	4	1	23	71.9%
＜水光熱費＞	11,942	14,459	16,583	17,669	16,456	16,592	104.3%
＜被服費＞	17,143	14,820	30,558	7,902	5,536	14,687	113.4%
＜保健医療費＞	6,040	6,743	12,143	15,083	13,764	12,859	114.0%
＜理容衛生費＞	8,203	8,132	9,782	10,826	10,461	10,103	89.7%
＜交際費＞	39,920	7,149	16,380	16,460	23,351	17,822	98.0%
＜交通費＞	12,827	6,798	5,750	4,781	10,499	6,961	109.1%
＜通信費＞	16,074	25,766	22,234	12,392	9,257	15,811	95.5%
＜教育費＞	31,156	80,326	95,354	1,145	1,067	36,887	179.4%
教育費実平均	46,734	100,407	215,801	13,736	8,533	130,861	188.9%
＜教養娯楽費＞	4,119	10,055	38,832	18,470	26,648	25,406	114.4%
＜職業･主婦費＞	47,973	39,582	37,195	30,570	17,440	30,215	89.3%
＜自動車関係＞	11,427	22,577	66,022	29,674	13,360	34,702	146.3%
＜その他＞	68	3,427	11,932	1,784	19,721	9,659	143.6%
食費以外の合計	284,359	305,253	418,713	191,181	261,024	288,954	121.3%
消費支出合計	343,604	378,105	482,203	249,947	311,357	348,247	116.8%
収入 － 支出	-117,538	75,510	-106,740	-7,512	-122,981	-45,897	620.2%

＊『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。
＊『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（9 月は 101 人）の平均額です。

9 月度の動き

教育費は大学後期授業料の支払いが 40 歳代から 50 歳で多かったため、総平均、実平均とも前年比増となっています。

- **「その他の収入」は保険の満期金や解約での入金があったため前年比 174.2%となっています。**
- **「損害保険」「生命保険」とも一括支払いがあったため前年比増となっています。**
- **「その他の住居費」は屋内工事費等の支払いがあったため、前年比 228.8%となっています。**

集計と一緒によせられた“声”

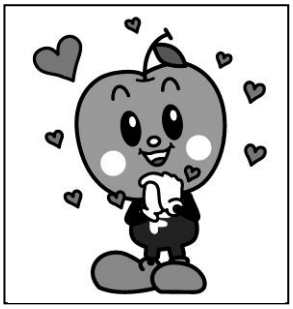
早いもので、今年もあと3ヶ月を切りました。毎年この時期になると「片付けなければ！」と焦ります。でも、毎年片付けは完了しません（苦笑）。このままでは死なれない…と本気で思います。今年こそ！！頑張らねば！！といろんな本を読みまくって、少しずつ片付けに取り掛かり出しました。どの本にも、まずは「整理」からと書いてあり、「今」を軸にして捨てる物・残す物を決める、とあります。最後に「収納」というわけで…。何せ「もったいない」「いつか使うかも」の禁句で人生過ごしてきたので、なかなか勇気がいりますが、思い切って捨ててみたら気分が良くなり、今年はいい感じで新年を迎えられそうです。『目指せ！ステキな大人女性！！』で引き続き頑張ります。
（44 歳、夫婦、小学生、中学生、その他各 1 人）

夫がある日、日本年金機構からの封書を見てがっかりした声で言いました。「僕もう国民年金は終了だって。愕然とするなあ。」 昨月で還暦を迎えたので当たり前なことなのでしょうが、文書で来ると年を否応なく実感してしまうのでしょうか。あと5年間は支給の申請ができませんので、収入を得なければいけません。年金だけでは食べていけないので、働いて貯蓄しておかないと不安です。40 年くらい働いたので、もう安心して生活できると実感するのが本当の福祉社会なんだと思いますが、実際はどうでしょう。来る選挙では、そんな論点は吹き飛んでただのパワーゲームになってしまっています。それを許したのも国民ですよ。その中の一人です、悔しいけれど。
（60 歳、夫婦）

お世話になります。9/2(土)さだまさしコンサート、野外のコンサートでしたがとても良いムードでしたよ。席は 40 列目で期待していませんでしたが、自然の中で…昔のこうせつのオールナイトコンサートを思い出しました。9000 円×2 なのに席が良くなくて、でも始まったらやっぱり参加して良かったと思いました。ホールコンサートとは違いました。10/3(火)～10/4(水)、長野平和の旅で松代大本営地下壕と無言館を見学しました。本物の迫力はすごかった。行程はハードでしたが、上田城跡、くるみそばも良かったです。（62 歳、夫婦）

日生協のくらしと家計簿9月号で、ライフプランニング活動での「下流老人」の著者の講演会の報告を読んで、本当に人ごとではないと思いました。4 年先には年金生活に入る予定ですが、備えが全然足りていないと痛感します。今からきちんと考えていかなければと思うけど、大丈夫かしら？と……。（60 歳、夫婦）

やっとスマホデビューです。急に携帯が壊れ、ガラケーを卒業しスマホに変えました。遠方にいる子ども達とラインで連絡を取り、皆の情報が共有でき、孫（3歳）の様子も写真入で見られたり、滅多に連絡してこなかった息子も毎日チェックしているようで時々会話に入ってきて、生活が垣間見られて少し安心しています。早くもお正月に皆で会えることを楽しみに、一日に何度もラインをチェックしています。（64 歳、夫婦）



医療費がかかったのは頚椎症のため首コルセットを整形外科で作ることになったためです。（9 割は後で帰ってきますが）主治医の先生はリウマチ性多発性筋痛症のためだから（骨ではないから）首コルセットは不要とのことでしたが、主治医が 2 週間夏休みの間首が痛くて、受診しました。食費が少ないのは、週 2 日娘が材料持参で夕食と次の日の分まで作り置きしてくれて、長男の連れ合いが夕食の差し入れを週 2 回くらいしてくださっているかたです。ありがたいことです。（85 歳、妻）

今月は車の保険（年払）、来月は車検の予定。車はとても便利だけど、維持費はバカになりませんね。最近はカーシェアリングとかもあるようで…。車の日頃の利用具合で、様々な方法を検討した方がいいかもですね！ （62 歳、夫婦）

9 月の祭日の朝、右肩の痛みで目が覚めた。のどが渇いたのでお茶を飲もうとしたら、左側からこぼれて飲めない。気がつくと左目が閉じられない。頭の中でいろいろな病名が浮かんだ。医者の友達に連絡して相談。脳ではなく顔のマヒだろうと…。翌日より検査、投薬治療、更にレーザー治療。少しずつ改善しているようだが、まだ先が見えない。後遺症が残る人が 2～3 割ぐらいいるとのこと。頑張って治療を続けたいと思う。目が閉じられないのは辛い。シャンプー、洗顔は特に大変。寝る時も…。口も、水分はストローかスプーン、歯みがき後のうがいができない…。はっきり改善が見えてくると嬉しいのに…。
（54 歳、夫婦、その他の子ども 2 人）

敬老の日、今年からは 90 歳になっての市からの祝金はカットになりました。主人を施設に入れて、介護医療費がこんなにも生活を圧迫するとは…。パーキンソン病でまもなく寝たきりになるよう。家ではとても老々介護はできません。私自身も胃が萎縮して慢性胃炎で食欲もなく、体調不良の夏でした。今回の選挙も、少子化の子ども達を支援して消費税アップ分が使われるよう。高齢者に労わりカット、何だか生きる希望がありませんね。
（89 歳、夫婦）

いつもお世話になります。平日はパートで仕事、土曜日は習い事や施設に入っている母と面会、日曜日は片付けなど家のことをする日と決めていますが、なかなか思うほど捗りません。家は同居なので義父母の物が多く、思うように扱うこともできませんでしたが、片付けてと言われてやっと、漬物桶、重石、蓋を片付けることができました。今度からはこれらのものを大事に使っていきたいです。
（61 歳、夫婦、その他 2 人）

急に朝晩涼しくなり、気付けばもう 10 月！！ 今年から期待と不安半分で始めた家計簿サークルでしたが、費目分けや記入も慣れ、すっかり習慣に。また、締切があり、それまでにまとめなくちゃ！というのも、私にとっては良かったようです。おかげ様で、この 9 ヶ月、しっかり家計と向き合い、見通しを持つことができました。それと、この家計簿サークルには見えない仲間がたくさんいて、皆それぞれがこうして日々やっているんだ！というのも励みになりました。見えない皆さん、いつもお疲れ様です。これからもよろしくお願いします！！
（41 歳、夫婦、乳幼児 1 人）

15 年以上も働いてくれた冷蔵庫が大きな音を出し、どうもおかしい。冷やすのは衰えていないが、何時駄目になるかもしれない。8 月の暑い時期にこれはまずいと、すぐ知り合いの電器店に注文し、今までと同じ寸法の物を注文。それが来るまでの一週間、冷凍庫に入っていたカタログの商品を戸畑西店の冷凍庫で預かってもらい、とても助かりました。新しい節電の冷凍冷蔵庫は電気代もとても少なくなり、エコ仕様の電気製品を実感しました。（78 歳、夫婦）

朝夕と寒くなりました。風邪をひいている方も多いようです。忙しくなる年末、身体に気をつけていきましょう。
白石