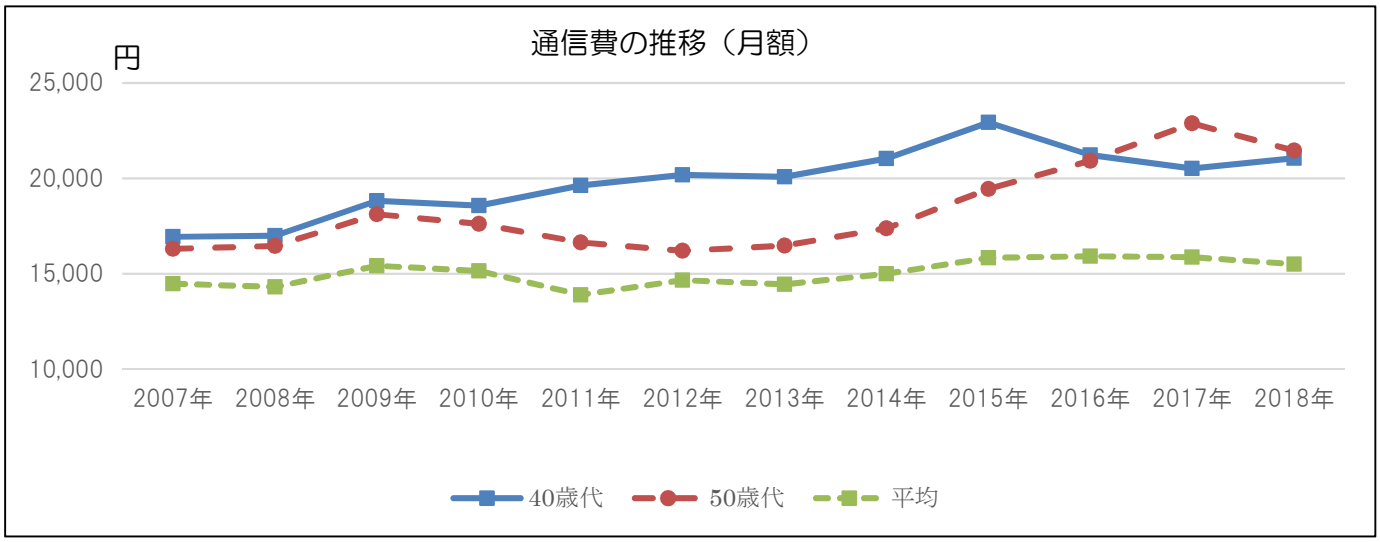
家計簿だより

2019年
6月号

発行日：2019年　5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

通信費が増えてきています。

以前は自宅の固定電話やFAXだけでしたが、今では「1人1台のスマホ・携帯電話」「インターネット」など、通信費は2007年と比較して平均して月/約1,000円、高くなっています。特に40歳代から50歳代の家庭にとっては月/約5,000円、「通信費」が高くなってきています。家計では「固定費」にもなる「通信費」。携帯会社によっては「プランの見直し」で安くなることもあります。家族で「通信費」の見直しをしてみましょう。



【淡塩味さばフィーレ】

塩焼きでもムニエルでも色々なメニューに使えておいしい「淡塩味さばフィーレ」いつも冷蔵庫に入っています！

家計簿活動委員の
これはおすすめ！！

「ごぼう」がいいよね！！
「しいたけ」もおいしい！！
これからも「おすすめ商品」をご案内していきます

家計簿サークル員・家計レコ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（家計レコは20日）を目安に提出してください。

2019年 3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	4	11	36	49	44	144	101.4%
世帯主平均年齢	33.3	44.1	55.5	64.3	77.1	63.6	100.9%
平均家族数	3.3	4.4	3.1	2.6	2.5	2.8	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	8	34	45	43	131	103.1%
社宅・官公舎	1	0	0	0	0	1	25.0%
賃貸住宅(公営)	0	0	0	3	1	4	100.0%
賃貸住宅(民間)	2	3	2	1	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)	62	369,338	417,103	495,840	368,228	616,250	440,527	103.5%
給　与(妻)	26	214,903	269,350	273,143	286,571	500,000	277,955	112.0%
賞　与(夫)	1	0	0	0	748,254	0	748,254	374.1%
賞　与(妻)	4	0	0	117,500	74,646	0	96,073	89.4%
年　金(夫)	8	0	0	0	129,065	319,169	200,354	157.7%
年　金(妻)	5	0	0	0	31,708	151,146	79,483	298.1%
自家営業(夫)	5	0	0	250,000	-38,816	0	18,947	4.4%
自家営業(妻)	0	0	0	0	0	0	0	0.0%
家賃・地代収入	4	0	0	60,000	55,000	116,665	87,083	102.1%
ﾊﾟｰﾄ・ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(夫)	7	0	0	104,451	109,342	156,514	128,860	130.5%
ﾊﾟｰﾄ・ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(妻)	36	0	76,650	96,290	75,567	49,397	76,202	114.5%
同居家族の収入	26	0	40,000	44,168	100,402	40,222	64,271	104.2%
その他の収入	73	90,790	106,658	49,719	462,857	260,483	264,860	327.5%
収入合計	131	483,576	603,027	544,325	528,274	296,191	479,133	123.5%

（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)	81	7,603	10,719	2,014	-7,205	-15,772	-2,411	-40.4%
所得税(妻)	40	3,483	3,033	7,080	5,009	6,534	5,612	-892.5%
住民税(夫)	64	17,250	19,391	29,286	17,629	41,300	23,760	88.9%
住民税(妻)	30	14,667	8,000	12,657	4,389	21,977	10,688	118.1%
固定資産税	20	0	21,833	19,702	16,618	17,000	18,846	92.7%
その他の税金	7	0	0	8,414	-78,489	3,701	-17,762	-27.4%
税金合計	102	27,940	38,621	38,722	6,073	787	20,814	70.6%
健康保険(夫)	88	16,609	19,356	22,741	43,036	30,629	30,974	88.4%
健康保険(妻)	30	13,260	13,299	13,520	10,680	9,163	11,859	98.3%
介護保険(夫)	60	0	3,216	3,776	7,660	11,267	5,564	137.1%
介護保険(妻)	24	0	2,041	2,052	5,410	6,360	3,788	88.6%
厚生年金(夫)	59	35,060	38,064	46,188	44,000	0	43,540	109.0%
厚生年金(妻)	25	26,820	27,450	25,206	22,077	0	24,728	106.7%
雇用保険(夫)	47	1,034	1,323	1,543	1,390	0	1,438	109.2%
雇用保険(妻)	28	478	467	742	445	0	600	93.8%
国民年金(夫)	3	0	0	9,906	1,950	0	7,254	403.0%
国民年金(妻)	1	0	0	15,722	0	0	15,722	96.7%
国民年金(学生)	1	0	0	0	16,340	0	16,340	99.9%
社会保険料合計	108	59,289	68,109	72,902	68,607	30,522	63,256	99.7%
損害保険	63	60,711	8,571	27,643	18,860	7,647	16,978	118.0%
生命保険	124	14,619	60,805	26,303	64,311	15,006	38,857	129.6%
個人年金	26	11,460	45,528	101,644	31,740	0	62,406	96.0%
私的保険料合計	133	42,496	83,058	70,133	73,629	17,984	56,470	118.9%
その他の非消費支出	87	44,816	21,326	4,561	14,383	9,703	11,664	136.1%
非消費支出合計	143	141,509	199,482	179,242	140,043	35,108	122,237	99.3%

（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	1,893	2,683	1,731	1,827	2,580	2,147	82.5%
パン･めん･その他	1,872	3,531	4,639	2,965	3,380	3,458	97.8%
＜主　食＞	3,765	6,214	6,370	4,792	5,960	5,605	91.3%
魚介類	2,438	3,241	3,815	3,690	5,247	4,249	91.4%
肉類	6,837	6,365	7,067	6,183	6,504	6,500	105.3%
乳卵類	3,057	3,153	3,357	3,077	3,805	3,410	92.6%
豆･豆製品	1,380	1,705	1,436	1,273	1,820	1,540	93.8%
野菜	6,318	6,583	4,630	4,432	5,172	4,920	87.1%
乾物･海草	1,249	1,703	1,037	969	1,750	1,328	110.4%
加工食品	3,343	3,981	5,670	5,519	7,379	6,112	103.6%
調味料	5,369	4,524	2,673	2,525	2,720	2,808	110.9%
＜副食調味料＞	29,989	31,254	29,685	27,668	34,397	30,866	98.2%
菓子	2,190	6,420	4,634	3,269	3,587	3,825	99.6%
果物	649	811	1,358	2,040	2,650	2,034	95.2%
酒･飲料	3,153	3,426	6,237	4,145	4,718	4,702	100.8%
＜嗜好品＞	5,991	10,656	12,229	9,455	10,955	10,562	99.2%
給食	0	4,225	253	0	0	308	66.2%
外食	3,081	11,024	8,505	6,729	4,336	6,358	100.5%
＜外食関係＞	3,081	15,249	8,757	6,729	4,336	6,666	98.2%
食費合計	44,566	68,660	68,073	52,703	55,023	58,247	101.2%
家賃･地代	58,670	48,379	32,173	14,959	2,429	19,201	24.6%
その他の住居費	9,184	18,555	21,316	24,214	27,656	23,691	205.6%
＜住居費＞	67,854	66,934	53,488	39,174	30,085	42,893	47.9%
住宅ローン返済実平均	65,000	54,038	68,319	62,008	0	63,637	79.9%
ローン返済件数	1	4	10	6	0	21	100.0%
＜水光熱費＞	22,716	18,858	20,759	17,799	20,650	19,628	88.8%
＜被服費＞	9,424	21,758	21,881	13,152	6,514	13,860	88.4%
＜保健医療費＞	8,436	4,170	7,881	14,464	13,214	11,482	77.2%
＜理容衛生費＞	10,750	12,458	11,088	11,545	9,425	10,830	102.5%
＜交際費＞	10,849	12,493	18,304	27,857	27,996	23,865	71.1%
＜交通費＞	3,380	11,275	5,744	11,962	5,007	7,991	169.5%
＜通信費＞	9,873	22,823	21,861	15,053	10,281	15,746	106.6%
＜教育費＞	22,502	83,242	46,196	19,290	82	25,122	89.0%
教育費実平均	30,002	83,242	138,588	157,534	1,802	106,398	87.6%
＜教養娯楽費＞	5,586	19,434	24,737	18,703	27,742	22,665	94.1%
＜職業･主婦費＞	49,513	53,252	40,325	32,831	19,736	32,727	103.1%
＜自動車関係＞	38,435	50,701	86,199	15,128	11,305	35,092	97.8%
＜その他＞	51	2,807	4,836	3,531	4,146	3,893	176.3%
食費以外の合計	259,367	911,377	363,298	240,488	186,182	306,370	93.4%
消費支出合計	303,933	444,753	431,371	293,191	241,205	323,727	84.0%
収入 － 支出	38,134	-41,209	-66,289	95,040	19,879	33,169	-27.5%

＊『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（3 月は 95 人）の平均額です。

3 月度の動き

3 月は確定申告がありました。それによって所得税の還付がある方もいますので、所得税がマイナスとなったり、他の月と比較すると少なくなっています。

■ 「その他の収入」は退職金等があったため前年比 327.5%となっています。
■ 「介護保険料」(夫)は一括払いがあったため、前年比 137.1%となっています。
■ 「その他の住居費」はリフォームの支払い等があったため、前年比 205.6%となっています。

3月の集計と一緒によせられた“声”

今日で平成 30 年度が終わります。毎年思いますが、一年一年があっという間です。でも子ども達も元気に育ってくれて、嬉しい限りです。今までお金は項目別に封筒に入れて管理していましたが、100均のジップロック袋を買い、入れ替えました。それだけで少し気分が上がり、節約を頑張ろうと思えます。これからもよろしくお願いします。
（38 歳、夫婦、乳幼児 2 人）

食費が高すぎる！ということで、目標額を常に意識できるよう、家計簿にも書いてみました。少し上回ったものの、今までよりは安くなりました。食費も内訳はしてこなかったので、菓子、アルコール（飲料）、給食、外食だけは分類してみました。まずは定着してから、内訳の種類も増やしてみたいなと考えています。
（51 歳、夫婦、高校生 1 人）

初めて夫が肺炎で入院しました。70歳になっていたので医療費はそんなにかからなかったのですが、個室やその他の費用が思った以上にかかりました。予定された日数よりかなり早く退院できましたので助かりました。病院は家の近くでしたので朝は新聞を毎日届けました。健康のありがたみをしみじみ感じた今回の入院騒動でした。　（70 歳、夫婦）

次女が仕事を辞めてオーストラリアへ行きました。びっくりしましたが、彼女の人生なので、親としては見守ることにしました。心配半分、うらやましさ半分です。パソコンで TV 電話で話すことができ、びっくりです。あんなに離れているのに…。退職を機に、終活の一歩として、物の片付けを始めました。できるだけ物を増やさないようにして、いらない物、使わない物は処分していっています。一日に一個何か捨てていくといいということを娘に聞いて、努力しています。　（62 歳、夫婦）

新しい元号も決まり、素晴らしい一年になることでしょう。皆さんで力を合わせて、生協がもっと良くなるようにしていきましょうね。
（73 歳、夫婦、その他の子ども 1 人）

桜満開の季節となりました。4 月から値上がりの季節と聞いていましたけど、私の身の回りの品が地味に値上がりしているようです。今まで家計簿はつけていたのですが、節約とかには活用していませんでした。でもこれからは少し節約生活をしたいと思いますので、家計簿で家計管理を考えていきたいと思います。
（62 歳、妻）

平成元年生まれなので、「平成」が終わってしまうのがとても寂しく感じます。それと同時に、「令和」がどんな時代になるのか楽しみです。先日は家計簿だよりと一緒に事務局さんからのメッセージが同封されていて嬉しかったです。ありがとうございました。小学生の頃にしていた文通を思い出して、温かい気持ちになりました。（29 歳、夫婦、乳幼児 1 人）

いつもお世話になっております。10 年使用している冷蔵庫の冷凍の扉に水滴が出ると電気店に言うと、そろそろ壊れますよと言うので急いで購入したら、白色しか在庫がなくて、今時白色なんてと残念に思っておりますが、配達待ちで共同購入もお休みして、冷凍品からどんどん食べて在庫が減ってきたら、冷凍の扉の水滴も出なくなりました。保存量が多かっただけで、壊れていなかったみたいです。なんだか騙されたみたいで、使える冷蔵庫を捨ててしまうなんて、本当にもったいないです。新しい冷蔵庫、まだ来ていないので悶々としています。
（59 歳、夫婦、その他の子ども 2 人）

確定申告の戻りがあり、所得税がマイナスになりました。夫がもらえた最後の給料（有給休暇を使っていましたので）です。来月はかなりの減額になります。これからの生活はどうなるのだろうかと、心配になります。傷病手当の申請をしているので、期待したいです。医療費の払い過ぎや装具代の戻りなどもあり、いつになったら入るのだろうと首を長くして待っている所です。　（60 歳、夫婦）

桜がそこかしこ咲き誇っています。春。春。春という感じで、始まりの春ですね。私も、心機一転頑張ろうと思っています。今は有給消化中で、みんなにゆっくりしたらと言われていますが、貧乏性なのですぐにでも働くところが見つかれば働く予定です。ハローワークでも失業給付手続きを勧められましたが、あまりその気になれません。本当はボランティア活動でもするといいのでしょうけど。今までのように収入を得る事が難しくなるので少し支出を抑えたいところですが、どこを節約できるのでしょう。物価が上がる一方ですし、今年は消費税が 10%になります。皆さんはどのようにやりくりしているのでしょうか。悩ましいです。（50 歳、夫婦）

夫の自営業用トラックをリースに変更。今月より毎月定額で車代が引落しされるようになりました。しかし、自動車税、車検代など、多額の支払いが出る月はなくなりました。自家用車にするか、リースにするか、迷った結果でした。
（71 歳、夫婦）

今月は生命保険が満期になったが、次の保険には入らなかった。夫と自分の医療保険には加入しているので、もう保険は良いかなと判断した。もしもの時のために貯金していた方がベターだと。4 月から食品は値上がり、秋には消費税は 10%に。平成と共に始まり、3%→5%→8%、令和に入って 10%か…。年金世帯にはなかなか暮らしにジワジワ響いてきますね。　（74 歳、夫婦）

サクラが満開になりました。財布の口も全開になりました…。この時期は恒例の帰省のため、まだ年度末ということもあり、いろいろいろいろ要り用が多く、支出計を見て驚き！！　…とはいえ、楽しむ時は楽しむ！やる時はやる！！が、モットーですので、帰省、楽しんできまーす！！　昨年度の賞品届きました。ありがとうございます！！　こんなに長く続けて家計簿をつけられるのも、やっぱりサークルのおかげです。今年度もよろしくお願いします。
（42 歳、夫婦、乳幼児 1 人）

15 年ほど前には、携帯のつながらないところに行きたくて、多いときで週に 1 回宝満山に登っておりました。森に入ったとたんの香りが好きで。今は山の中でも携帯がつながり、また、仕事に対して心も強くなったので足が遠のいておりました。まだ登れるかなと思って一念発起、5 キロのリュックを担いで挑戦。足はパンパンになり、道も間違えましたが、何とか帰ってきました。また森に入ろうと思います。　（61 歳、夫婦）

桜がいつもより早く咲いたようでしたが、花冷えでしょうか、春に向かって少し寒い日になっているようです。桜の花見に出かけましたが人も多く、誰しも思うことは同じなのか、美しい花を見ると春になったなあと思います。新元号が決まり、5 月から新元号になります。4 月より食材があれこれ値上がりします。春、秋と値上がり、細々と生活していきましょう。新しい元号と新天皇、希望と夢、新しい日本へと明るいこともあるでしょう。
（89 歳、妻、その他の子ども 1 人）

「風疹」が流行っているそうです。成人が罹るとかなり重くなることもあります。他の方への感染予防のためにも罹ったことのない方は予防接種などで防いだ方がいいですね　白石