家計簿だより

2019年
7月号

発行日：2019年　6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

エフコープの環境測定活動

エフコープでは身近な環境を知るきっかけづくりとなる環境測定活動（酸性雨、二酸化ちっ素の測定）を、25年以上前より毎年、組合員の活動として実施しています。

酸性雨とは？

酸性雨とは、環境問題のひとつで、二酸化ちっ素や二酸化硫黄が大気中で化学反応を起こし、雨に溶け込んだもののことです。酸性雨は河川や土壌を酸性化して生態系に悪影響を及ぼしたり、建造物や文化財に被害を及ぼしたりすることがあります。

●過去5年間の測定値比較

測定年度	測定数	通常雨地点	酸性雨の測定地点			酸性雨の割合	前年比較
			酸性雨	強酸性雨	合計		
2014年度	391	161	219	11	230	58.8%	▲　微増
2015年度	401	143	242	16	258	64.3%	×　増加
2016年度	383	125	221	37	258	67.4%	×　増加
2017年度	352	138	207	7	214	60.8%	○　減少
2018年度	340	143	188	9	197	57.9%	○　減少

二酸化ちっ素とは？

二酸化ちっ素は、大気汚染の原因物質のひとつで、家庭や自動車、工場などから排出されます。主に呼吸器系統への影響が懸念されているとともに、酸性雨の原因物質でもあります。

●過去5年間の測定値比較

測定年度	測定数	0.04ppm未満	0.04ppm以上 0.06ppm未満	環境基準超過 0.06ppm以上	環境基準超過の割合	前年比較
2014年度	392	369	12	11	2.8%	○　減少
2015年度	407	320	42	45	11.1%	×　増加
2016年度	394	248	59	87	22.1%	×　増加
2017年度	364	317	26	21	5.8%	○　減少
2018年度	356	269	48	39	11.0%	×　増加

【エフコープ環境測定まとめより】

＊＊＊環境測定に参加しませんか？＊＊＊

今年の夏も環境測定を行います。いずれも、簡易測定キットを使ってご自宅で簡単にできます。ご希望の方は7月11日（木）までに、上記の事務局までお問合せください。

＊親子環境活動員、えふっこ・エコクラブ、区域委員の方は各事務局よりお渡しします

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 4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	5	11	37	48	42	143	97.9%
世帯主平均年齢	33.6	44.1	55.6	64.2	77.2	63.2	100.7%
平均家族数	3.4	4.4	3.1	2.6	2.5	2.9	99.7%

	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	2	8	35	44	41	130	98.5%
社宅･官公舎	1	0	0	0	1	2	100.0%
賃貸住宅(公営)	0	0	0	3	0	3	75.0%
賃貸住宅(民間)	2	3	2	1	0	8	100.0%

(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)	66	354,410	435,998	487,637	303,033	616,250	418,913	92.9%
給　与(妻)	26	252,648	269,350	274,583	307,400	270,000	277,608	109.3%
賞　与(夫)	3	0	159,050	194,153	0	0	170,751	64.7%
賞　与(妻)	0	0	0	0	0	0	0	0.0%
年　金(夫)	61	0	0	0	269,634	377,711	331,645	97.2%
年　金(妻)	65	0	0	205,675	139,227	197,725	175,471	109.8%
自家営業(夫)	5	0	0	250,000	511,059	150,000	386,635	90.0%
自家営業(妻)	1	0	0	0	346,406	0	346,406	140.4%
家賃･地代収入	4	0	0	60,000	55,000	116,665	87,083	85.3%
ﾊﾟｰﾄ･ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(夫)	6	0	0	0	90,655	96,191	92,500	100.2%
ﾊﾟｰﾄ･ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(妻)	37	87,658	81,853	107,419	73,861	61,267	84,010	111.3%
同居家族の収入	27	292,219	50,000	45,000	50,111	45,778	56,490	89.4%
その他の収入	74	78,745	60,664	61,059	354,898	340,252	248,332	54.2%
収入合計	141	542,590	626,629	573,575	685,893	735,176	661,045	82.9%

(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)	89	7,120	12,823	29,655	-17,602	12,028	8,264	54.8%
所得税(妻)	37	4,970	3,285	6,315	7,160	171,991	24,018	460.8%
住民税(夫)	92	16,650	20,960	29,304	14,538	13,044	19,486	75.3%
住民税(妻)	32	11,500	8,000	12,250	4,388	6,811	9,099	104.7%
固定資産税	23	0	75,000	37,605	29,674	18,780	28,287	143.1%
その他の税金	6	0	5,400	22,435	66,947	0	34,433	159.8%
税金合計	125	28,898	43,742	58,651	9,016	43,426	36,521	93.4%
健康保険(夫)	97	20,592	21,040	23,072	16,565	28,846	22,476	84.9%
健康保険(妻)	36	15,180	13,312	12,367	15,207	8,073	11,577	55.1%
介護保険(夫)	94	0	3,290	3,835	8,022	16,831	9,365	105.6%
介護保険(妻)	60	0	2,249	2,007	14,773	12,531	10,707	112.3%
厚生年金(夫)	62	33,615	40,401	46,324	29,456	0	39,284	94.0%
厚生年金(妻)	22	26,820	23,790	23,482	24,449	0	24,033	116.1%
雇用保険(夫)	47	1,467	1,434	1,638	888	0	1,391	96.3%
雇用保険(妻)	29	542	484	708	425	0	584	107.1%
国民年金(夫)	3	0	0	12,260	1,950	0	8,823	97.3%
国民年金(妻)	2	0	0	16,340	33,460	0	24,900	101.0%
国民年金(学生)	1	0	0	503,240	0	0	503,240	3089.3%
社会保険料合計	130	64,114	72,941	87,097	43,560	45,804	59,583	97.0%
損害保険	48	13,901	16,642	10,836	2,447	5,741	6,626	54.4%
生命保険	118	9,806	46,875	31,265	21,959	10,927	23,638	58.7%
個人年金	26	6,650	82,092	22,415	29,131	0	36,782	153.1%
私的保険料合計	128	18,873	97,794	40,290	25,820	12,647	31,748	68.2%
その他の非消費支出	84	21,120	21,326	7,019	18,966	13,510	14,559	122.7%
非消費支出合計	142	112,784	215,281	184,803	78,978	98,001	123,928	88.2%

（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	2,125	4,081	1,813	2,014	2,393	2,255	111.7%
パン･めん･その他	2,432	4,080	4,432	2,811	3,511	3,480	111.3%
＜主　食＞	4,557	8,160	6,245	4,825	5,904	5,736	111.5%
魚介類	3,825	2,601	4,663	3,579	6,108	4,739	111.8%
肉類	8,147	6,746	6,467	5,928	6,781	6,470	105.3%
乳卵類	2,831	4,266	3,137	3,157	3,831	3,482	98.4%
豆･豆製品	1,644	1,863	1,406	1,248	2,129	1,674	105.9%
野菜	6,024	5,504	4,090	4,232	6,040	5,036	101.4%
乾物･海草	1,513	1,371	1,023	949	1,623	1,268	112.9%
加工食品	4,720	5,853	5,017	4,527	4,924	4,868	80.7%
調味料	5,291	3,016	1,884	2,436	3,143	2,702	110.2%
＜副食調味料＞	33,992	31,219	31,988	26,055	34,578	30,240	100.5%
菓子	3,527	6,126	4,052	3,791	3,860	4,010	110.5%
果物	936	950	1,249	1,857	2,600	1,955	92.5%
酒･飲料	4,792	5,338	6,128	4,886	4,884	5,157	105.2%
＜嗜好品＞	9,254	12,415	11,428	10,533	11,343	11,122	104.5%
給食	0	5,491	253	0	0	393	80.0%
外食	1,902	18,722	10,004	7,392	3,912	7,125	117.2%
＜外食関係＞	1,902	24,213	10,257	7,392	3,912	7,519	114.4%
食費合計	39,741	80,671	60,617	52,911	56,022	57,494	101.5%
家賃･地代	50,383	48,348	26,768	11,547	2,685	17,071	88.5%
その他の住居費	7,166	3,278	19,235	11,862	33,036	19,164	61.4%
＜住居費＞	57,549	51,626	46,003	23,409	35,721	36,235	71.8%
住宅ローン返済実平均	75,710	64,430	68,319	62,008	0	66,470	97.8%
ローン返済件数	2	5	10	6	0	23	115.0%
＜水光熱費＞	20,444	17,519	17,981	15,784	16,069	16,732	90.3%
＜被服費＞	22,286	13,718	11,133	11,698	8,412	11,113	80.9%
＜保健医療費＞	3,192	5,977	8,194	13,771	13,966	11,416	86.0%
＜理容衛生費＞	13,853	9,857	16,343	9,749	11,252	12,048	119.0%
＜交際費＞	5,552	10,064	23,435	36,054	39,364	30,695	77.4%
＜交通費＞	1,298	3,963	8,689	4,530	2,758	4,929	76.1%
＜通信費＞	14,226	21,051	18,643	12,771	8,782	13,807	84.2%
＜教育費＞	24,955	58,167	88,530	5,411	521	30,223	61.7%
教育費実平均	41,591	63,984	251,969	51,947	21,898	135,058	66.1%
＜教養娯楽費＞	4,856	16,801	25,556	41,674	20,863	28,191	114.8%
＜職業･主婦費＞	61,301	47,903	37,778	28,709	18,614	30,707	102.3%
＜自動車関係＞	26,143	34,181	82,391	19,161	12,724	35,030	152.0%
＜その他＞	111	3,681	271,187	3,391	1,932	72,160	1456.1%
食費以外の合計	255,765	294,509	655,863	226,114	190,979	333,286	111.1%
消費支出合計	295,505	375,180	716,480	279,024	247,001	390,780	109.5%
収入 － 支出	134,301	36,168	-327,708	327,892	390,174	146,338	48.8%

＊『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（4 月は 96 人）の平均額です。

4 月度の動き

■ 「所得税(妻)」は、不動産の売却等があったため、前年比 460.8%となっています。
■ 「国民年金(学生)」は、一括支払いがあったため、前年比 3089.3%となっています。
■ 「教育費実平均」では 50 歳代で教育費の負担が大きくなっています。
■ 「その他の支出」は子どもへの援助費用があったため、前年比 1456.1%となっています。

4 月の集計と一緒によせられた“声”

後期高齢者になった途端に入院して大変でした。お見舞いに来てもらいたくなかったので親類にも言わなかったのですが、少しは来ていただき、見舞金はほとんど返却（快気祝いとして）しました。高齢者には入院が付き物になるので、これからは健康にはより今以上に気を付けたいと思いました。令和元年、良い年でありますように。
（75 歳、夫婦、その他の子ども 2 人）

3 月末に 2 ヶ月入院していた義母がやっと退院し、長男が巣立ちました。長女は福岡の専門学校に通うことになったため、今までより 1 時間以上早起きすることになり、慣れないまま、今度は実母が圧迫骨折で入院。なかなか気が抜けない毎日を過ごしています。そしてあっという間に GW10 連休。研修中の長男が今度は地元での研修のため、GW から 2 ヶ月戻ってくることになってしまいました…。この場合はまた「生計を共にする家族」に戻すんですよね？
（52 歳、夫婦、大学生等 1 人）

食費の目標額を意識するようにして、酒、給食、外食は記入していたのですが、菓子も記入するようにしました。1 ヶ月目は無事目標達成！　来月もまずは目標額を常に意識していきたいです。
（51 歳、夫婦、高校生 1 人）

大 2 の娘の教科書代と高 3 の息子の春期課外、そして一学期課外代が、いつもの引き落としに追加されて教育費が 10 万超え。GW 明けには大学半期分が引落しされます。100 万超え。半端ない引落しがあと 4 年半続きます。
（49 歳、夫婦、高校生、大学生等各 1 人）

ある日、歩いていたら足が重くなり、そのうち膝の裏とふくらはぎが硬直して、痛くて歩けなくなりました。「原因は歩きすぎ」と主人にも言われましたが、私には青天の霹靂でした。いろいろなことを試みながらも、更に鍼灸とカイロプラクティックに行き、何とか歩けるようになりました。今回のことで、年を取ると無理が効かず、突然不調に見舞われるのだということを知りました。大事にしすぎると筋力は怠けて退化するし、ちょっとやり過ぎると不調になるし、そこのところの匙加減が難しいものです。（91 歳、夫婦）

3 月分の集計も同封します。返信用封筒を紛失しました。会員になって 29 年、家計簿サークルに入って 26 年。その間一度も未提出だったことはないのに残念です。（67 歳、夫婦）

年間集計表ありがとうございました。なかなか集計ができていませんでしたので、とても助かりました。遅ればせながら改めて予算を見直しました。毎年買い替えようと思っていたクーラー（20 年以上使用）を思い切って買い替えました。他のところは目をつぶっていますが、人間と同じく家の中も年を取って種々取替時期になっていますが、目をつぶっています。（86 歳、妻）

10 連休前半を使い、一人で里帰りをしました。子どもが大きくなり、部活などで予定が合わないこともありましたが、私の両親も高齢になり、いつ何時遠方の実家に行くことになるかわからないため、その練習？も兼ねていたのです。子ども達には仕事を割り振り、普段家事を全くしない主人に全て任せて 3 泊 4 日。自分の不在で困ることがあるかと思いましたが、実際は特にトラブルもなく、私の携帯が鳴ることもなく、拍子抜けしました。4 日ぶりの自宅は片付いていて、残っていたのは分別されていないプラゴミくらい。少し寂しくもありましたが、万が一の時は安心して帰省ができると感じ、私自身も実家で片付けをしたり、庭をきれいにしたりと、普段できない親孝行ができたことを家族に感謝しました。
（42 歳、夫婦、小学生 2 人、中学生 1 人）

平成の終わりに集計を終えて、令和元年の 5 月 1 日に投函ができた。認知症予防に、できるだけ家計簿の集計だけは続けたい。生協の配達が始まって最初から入会し、毎週届けていただいているが、組合員も 3 人になり、3 人で利用。個別配達にしてほしいと思っても、私 1 人抜けると班が成立しないと言われ、3 人の都合の良い曜日に変更できないかと？　もう退会しないとならないのかなと、令和に入って複雑な思いです。
（86 歳、妻）

明日しよう、明日しようと、どんどん先延ばしになり、随分遅くなってしまいました。すみません。庭のキャベツ、ブロッコリー、スナップエンドウ、アスパラと収穫ができ、とても助かりました。仕事を辞めて時間的には余裕があるはずなのに、なぜか集計が今までより遅くなってしまっています。来月はこんなことにならないように気を付けます。　（62 歳、夫婦）

息子が転勤で北九州に来て近くに住むようになった。会社帰りは、歩いて帰る途中に我が家があり、ちょくちょく（週 3～4 日）食事をして帰る。食器洗いも数が多くなり、何より食費が前年度より 2 万多くなっている。5 月は娘一家が 10 連休後半に 4 人（高 2 男子、中 1 女子）で来たので、集計が恐ろしいです。
（79 歳、夫婦）

年間集計表ありがとうございました。年計が一度に見られるとなんか感動します。使い過ぎて引き締めなくてはいけない項目と、もうちょっと使ってもいいかなという項目が、一目瞭然ですね。何でも節約じゃなくて、必要な物は我慢せずに買った方が、精神衛生上いいのかもしれません。
（62 歳、夫婦、その他の子ども 1 人）

自身の仕事と家業の二足のわらじで働いてきた自分へのご褒美に、大型連休を利用して 10 年前に初めての海外一人旅で訪れた国を再訪しました。10 年間の発展ぶりに驚くとともに、旧交を温めたり、NGO や日本政府による援助機関を訪問したり、トレッキングをしたりとフルに動いて帰国。おかげで留守の夫の食生活は、ご覧の通り外食、加工食品のオンパレードでした。仕事以外に楽しめないのかしらとあらためて、ワークライフバランスの大切さを伝えているところです。まだまだ道遠し。次のご褒美まで頑張ろうと、帰国した日から再び黙々と働く日々です。（61 歳、夫婦）

4 月、新年度が始まりました。我が家は恒例の春休み帰省で、まず満喫！！年に一度なので、ここは惜しまずに♡　そして…私は「糸島 110km ウォーキング」に挑戦！！　そのために、おやつを控え、低糖質の食事に変えて、ヨガにも打ち込み、体づくり。そのかいあってか、初チャレンジで完歩達成！！！　平成最後に大金星！！ヤッタぜ、私！！！　今年は消費税も上がる予定。どう貯めて、どう増やし、どう使うか、考えねば。
（42 歳、夫婦、乳幼児 1 人）

忙しすぎてここ数ヶ月食費の内訳をサボっていますが、これから食費が大幅にアップすれば、また頑張って内訳を記入しないと…と思っています。4 月から幼稚園の保育料が不要になり、その分、給食費が必要になりました。少し支出が減ると思われますが、その分を貯蓄に回せるように頑張ろうと思います。
（44 歳、夫婦、小学生 3 人、その他 1 人）

梅雨の季節です。防災情報を活用して、早め早めの行動をしましょう。
白石