家計簿だより

2021年
12月号

発行日：2021年11月25日
発　行：エフコープ組合員活動部
〒811-2495　糟屋郡篠栗町中央1-8-1
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」を使い倒そう！（家計バランスシート）

生協の家計簿には、「収入」や「支出」を書く以外にもいろいろなページがあります。全部使わないともったいない！今回は、年末にぜひ使っていただきたい「わが家の純資産チェックシート（家計バランスシート）」の紹介です。

「資産」には「預金」以外にも「持ち家」等の不動産も入ります。ただし、「持ち家」も「住宅ローン」で買った場合にはそれが「負債」にもなります。「保険」も掛け捨てと違って「学資保険」のような満期に受け取りができる商品は「資産」になります。「負債」には「ローン」で支払っているものもここに入ります。

年代によって「貯め時」「使い時」があります。わが家は？

記入日は毎年同じ日にすると前年との比較がしやすい。
＊毎年12月31日に記入など

ローンだけでなく「クレジット」「つけ払い」で買っているものもここに記入！

固定資産は土地と建物は価値が変動するので別々に記入。

わが家の純資産チェックシート（家計バランスシート）

＊わが家の「純資産」はどれくらいあるかな？
現金の動きだけでは把握できない「資産」と「負債」の状況を年に1回程度は確認しましょう。

記入日　　年　　月　　日

●資産チェックシート

	流動資金	残高
銀行	普通預金	円
		円
	定期預金	円
		円
		円
ゆうちょ銀行	通常貯金	円
	定期貯金	円
		円
		円
		円
証券会社	中期国債ファンド	円
		円
	MMF	円
		円
	投資信託	円
その他	社内預金	円
	一般財形	円
	財形住宅	円
	財形年金	円
	養老保険	円
	学資保険	円
		円
		円
		円
固定資産		
建物		円
土地		円
		円
	資産合計(①)	円

●負債チェックシート

負債	残高
住宅ローン	円
	円
	円
	円
	円
自動車ローン	円
教育ローン	円
	円
	円
	円
	円
	円
	円
負債合計(②)	円
純資産高(①－②)	円

①学資保険など貯蓄を目的とした商品は、満期時の金額を記入しましょう。養老保険などすでに取り扱いが少なくなっている金融商品もあるので、それぞれのご家庭の状況に合わせて利用しましょう。
②不動産（建物・土地）は不動産屋あるいはチラシ、地価の公示価格などを参考に現在の時価の70～80%を資産額としましょう。
③株式やゴルフ会員権は、記入時点の時価を調べ、その70%を資産額としましょう。
④負債は「ローン返済明細書」などを参考に、ローン残高を記載しましょう。

会社も貸借対照表を見ることでその会社の資産状況がわかるように、家庭もバランスシートを作成することでわが家の資産状況がわかります。毎年作成することで、経過的に振り返りもできます。家計簿をつけていない月があってもこのページは毎年作成しましょう。

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。

“2021年 9月度 集計結果”

9月は、福岡県が緊急事態宣言中だったためか、「消費支出」は大きく前年比減となっていました。また年金支払月でないため、60歳代以上で「収入－支出」がマイナスとなりました。

■「生命保険」は、一括払いがあったため、前年比増となっています。

■「教育費」は、60歳代で返金があったため、マイナスとなっています。

【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)	48	181,145	420,187	465,522	303,694	145,884	375,527	95.8%
給　与(妻)	24	274,221	234,280	252,002	221,298	60,000	232,862	96.7%
賞　与(夫)	0	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!
賞　与(妻)	1	0	0	0	50,000	0	50,000	100.0%
年　金(夫)	5	0	0	0	187,380	272,393	221,385	108.7%
年　金(妻)	4	0	0	0	57,607	86,486	72,046	66.9%
自家営業(夫)	8	0	0	270,000	195,164	127,500	196,957	112.2%
自家営業(妻)	1	0	0	0	82,230	0	82,230	#DIV/0!
家賃･地代収入	4	0	0	60,000	54,500	128,507	92,878	140.4%
ﾊﾟｰﾄ･ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(夫)	8	0	0	0	106,448	73,850	86,074	106.9%
ﾊﾟｰﾄ･ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(妻)	30	0	60,374	104,082	66,952	39,575	67,481	100.3%
同居家族の収入	22	0	40,000	28,900	56,452	53,125	49,485	108.2%
その他の収入	59	217,800	7,662	108,118	74,106	98,779	84,436	55.7%
収入合計	114	473,693	540,341	560,532	282,582	133,435	314,666	82.8%

【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)	52	2,210	10,677	16,934	16,503	13,761	15,277	103.0%
所得税(妻)	30	5,110	4,685	4,878	10,954	28,802	8,703	119.4%
住民税(夫)	48	58,000	20,171	30,166	15,608	2,350	21,760	94.2%
住民税(妻)	26	9,900	6,600	8,455	12,391	47,734	11,671	118.6%
固定資産税	27	0	0	24,643	15,687	16,460	18,152	109.6%
その他の税金	3	0	0	0	2,424	0	2,424	1.9%
税金合計	83	45,115	33,130	49,850	29,671	22,909	34,949	85.5%
健康保険(夫)	88	16,352	18,431	20,843	20,546	24,280	21,161	86.7%
健康保険(妻)	38	12,583	7,176	12,175	15,554	5,021	10,432	101.9%
介護保険(夫)	48	2,880	3,663	4,484	5,056	7,600	4,675	90.2%
介護保険(妻)	20	0	2,520	2,104	4,090	6,225	3,232	113.2%
厚生年金(夫)	45	29,280	38,691	43,594	28,950	0	36,330	97.2%
厚生年金(妻)	19	25,905	21,960	22,144	16,799	0	21,114	94.0%
雇用保険(夫)	39	543	1,158	1,423	775	0	1,077	94.8%
雇用保険(妻)	28	705	413	669	403	438	521	91.6%
国民年金(夫)	2	0	0	16,575	0	0	16,575	100.2%
国民年金(妻)	1	0	17,010	0	0	0	17,010	102.8%
国民年金(学生)	1	0	0	16,610	0	0	16,610	#DIV/0!
社会保険料合計	104	63,368	73,690	75,527	37,699	21,574	45,260	94.5%
損害保険	51	0	26,448	6,991	6,266	7,059	7,897	90.7%
生命保険	110	18,372	48,199	67,255	18,621	20,862	31,403	123.8%
個人年金	20	10,000	23,431	18,658	24,880	0	21,741	91.5%
私的保険料合計	119	28,372	69,576	74,453	23,827	23,011	36,067	116.7%
その他の非消費支出	74	0	5,231	7,064	7,427	5,929	6,628	69.7%
非消費支出合計	128	122,669	180,879	203,209	83,189	42,708	96,799	93.0%

【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	―	4,403	9,239	2,013	2,317	3,095	108.8%
パン・めん・その他	―	6,214	4,834	3,734	2,860	3,601	104.8%
＜主　食＞	―	10,616	14,073	5,747	5,177	6,697	106.6%
魚介類	―	4,055	3,773	4,861	5,724	5,068	99.2%
肉類	―	9,846	7,201	6,507	5,763	6,423	92.4%
乳卵類	―	6,327	3,286	3,428	3,954	3,772	98.0%
豆・豆製品	―	2,118	1,505	1,746	1,942	1,819	104.8%
野菜	―	9,058	5,097	6,259	6,529	6,370	97.6%
乾物・海草	―	1,382	951	1,068	1,474	1,243	100.5%
加工食品	―	9,959	5,253	5,030	3,699	4,713	79.6%
調味料	―	3,687	2,496	2,420	2,989	2,733	101.1%
＜副食調味料＞	―	46,431	29,561	31,320	32,073	32,142	94.5%
菓子	―	6,086	5,260	4,618	3,633	4,337	105.5%
果物	―	1,430	2,367	2,066	4,612	3,167	108.1%
酒・飲料	―	7,527	6,234	4,670	4,645	4,974	85.7%
＜嗜好品＞	―	15,042	13,861	11,354	12,891	12,479	97.2%
給食	―	3,125	0	109	0	190	52.1%
外食	―	2,881	6,384	4,785	3,847	4,479	87.5%
＜外食関係＞	―	6,006	6,384	4,893	3,847	4,668	85.2%
食費合計	48,691	87,611	67,930	55,488	53,821	58,738	97.1%
家賃・地代	63,214	44,308	27,771	12,837	2,018	14,204	10.1%
その他の住居費	24,035	21,400	14,051	17,923	32,424	22,539	170.0%
＜住居費＞	87,249	65,708	41,822	30,761	34,442	36,743	23.9%
住宅ローン返済実平均	55,964	59,888	70,523	59,831	0	62,812	95.7%
ローン返済件数	2	4	6	7	0	19	95.0%
＜水光熱費＞	3,207	19,969	14,545	15,066	15,111	15,071	95.3%
＜被服費＞	10,406	13,078	17,804	6,061	14,480	11,498	162.4%
＜保健医療費＞	6,149	5,254	14,368	10,324	12,432	11,432	93.6%
＜理容衛生費＞	6,509	14,692	8,867	8,403	8,788	8,928	92.0%
＜交際費＞	0	2,973	11,556	37,417	17,416	23,488	78.4%
＜交通費＞	0	354	2,990	5,063	1,957	3,289	118.9%
＜通信費＞	12,252	17,830	18,625	12,903	10,050	13,183	82.3%
＜教育費＞	11,846	42,353	36,265	−6,222	183	6,405	31.1%
教育費実平均	23,692	42,353	119,157	−82,445	2,738	37,850	35.2%
＜教養娯楽費＞	1,879	12,810	24,844	13,000	11,851	14,516	58.3%
＜職業・主婦費＞	58,703	30,027	31,568	24,420	16,111	23,638	91.5%
＜自動車関係＞	12,369	41,800	37,644	19,673	21,550	24,581	70.1%
＜その他＞	433	553	2,356	2,300	3,472	2,593	65.6%
食費以外の合計	210,999	267,403	263,255	179,167	167,844	195,366	54.6%
消費支出合計	259,690	355,013	331,185	234,656	221,666	254,103	60.8%
収入 － 支出	91,335	4,448	26,138	−35,262	−130,938	−36,236	25.4%

＊提出者　　130 名　　平均年齢　　65.9 歳

＊【収入】と【非消費支出】は、**実平均額**（例：給与の場合、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のみで割ったもの）の数値です。

＊【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（8 月は 86 人）の平均額です。20･30 歳代の記入者はいませんでした。

＊「#DIV/0!」は前年が 0 円の時に表示されます。

９月の集計と一緒によせられた“声”

9 月の敬老の日、秋分の日と連休続きでも、コロナと雨続きのために外出する人も少なかったとのニュース。新型コロナウイルスの感染の強さなどをニュースで見聞きするたびに、早く収束してくれないかとの気持ちだけが湧いてきます。独立し遠く離れている我が子とも直接顔を合わせることもできないのが、何よりもの不安。心配をかけないよう元気と言っているのではないかしら、本当にコロナに感染していないかしらと、不安が募る日々で 9 月が終わりました。

（73 歳、夫婦）

先日、弟と同居中の父が他界しました。駆けつけた時にはもう葬儀屋さんは決まっていましたが、思っていたところはもう埋まっていたので他のところでしました。家族葬用のところだったのですが、その代金を聞いてビックリしました。お金がないと死ぬにも死ねないなと思いました。一番悲しい時なのにお金のことを気にしないといけないなんて、複雑な心境でした。（59 歳、夫婦）

家計簿だよりにライフプランシートのことが載っていましたけど、私のこれからは？　前までは、母が死んだあとは弟のマンションで生活するつもりでしたが（弟は独身で母と二人生活です）、この頃は今まで通りに一人生活して、子どもが結婚したら子ども夫婦と生活したいなと思うようになりました。私も年を取ったかな？と思うこの頃です。　（64 歳、妻）

コロナも少し落ち着いてきました。22 年間働いていた仕事を退職して、のんびり過ごしています。失業保険も高齢なので一時金が出ました。もう少し多いかと思っていましたが、貰えただけ幸せと思わないといけませんね。今は駐車場の草取りをして砂利を入れようと準備しています。働いてないと気合が入りにくいです。健康第一に楽しく生活しようと思っています。（69 歳、夫婦）

9 月はキャッシュレスを実感した月でした。おサイフから出て行った現金は 6 千円余り…。えっえっです。ひと頃、通帳やクレジットカードの明細が家計簿代わりになるから面倒な家計簿はつけなくてOK っていう雑誌記事がありましたが、絶対ウソです。通帳だけじゃダメ。クレジットの請求書だけじゃダメ！　家計管理にはバーコード決済もプリペイドカード明細もぜ～んぶ総合的に記入された家計簿が必要ですよね。銀行口座やクレジットカードを紐づけする家計簿アプリを使っていらっしゃる方、セキュリティーが心配じゃないですか？　便利だとは思いますが……。私はやはり紙ベースの記帳派かな。（67 歳、夫婦）

いつもお世話になっております。コロナ禍のため人生のイベントが少なくなったのと、溢れるほどの洋服があることから、被服費がかからなくなりました。ついうっかり夏のバーゲンで 70%オフのワンピースを 3 着購入してしまったので、手持ちの古い服を絶対 3 着捨てるつもりです。このワンピース、平均 1,500 円だったのでお得でした。あまり購入しないので、おもしろいと洋服を記録し始めましたが、先日の今年 7 着目のトムとジェリーのパジャマ 3,000 円が今年一番高い購入品なので笑えます。

（61 歳、夫婦、その他の子ども 1 人）

こんにちは、いつもお世話になります。日本人のノーベル賞受賞、すごいですよね。素敵ですよね。とても 90 歳には見えません。毎日をしっかり過ごされているんでしょうね。話をされる内容はもちろんですが、話し方もしっかりしていてすごい方だなあと、ニュースを拝見していました。自分の立っている場所、足元をしっかり生きていきたいと思う、今日この頃です。（57 歳、夫婦、大学生等、その他の子ども各 1 人）

こんにちは！　提出大変遅くなりました。ちょっと本でもゆっくり読みたい、計算は来週からしよう…とか思ってたら、本当ダメですね。生きている限り、動いて、するべきことして、というようなことをきちんとしないと、苦がたまっていくんですね。　（65 歳、夫婦、その他 2 人）

緊急事態宣言中で、家での食事、バーベキュー等々、子ども達がそれぞれ来て食事等に集まってくるため、食費が減りません。家で飲むことも多く、義母が調子が悪いと言い果物ならいつでも食べられるようで、特に今月は食費の中で断トツで果物の内訳が一番高くなっています。10 月から緊急事態宣言が解除になりますが、まだまだコロナ感染には気をつけていきたいです。
（59 歳、夫婦、大学生等、その他各 1 人）

ようやくしのぎやすい日々になりましたね。何だか今月はコンビニ系のレシートが多くて…。孫が頂いたクオカードを買い取ってくれということで、5,000 円分を 4,000 円分で買い取りました（ヒドいおばあちゃんです）。コンビニ使い放題でぜいたく or 無駄遣いしました。また今月から締めていきます！　（70 歳、妻）

職場の業績が悪く、冬のボーナスは期待できそうにありません。仕方のないことなので、少しずつ節約して備えていきたいと思います。楽しみの一つとして、家庭菜園を始めました。無事育ってくれるといいなと思っています。
（40 歳、夫婦、乳幼児、小学生各 1 人）

10 月に入りましたが、昼間の暑さはまだまだですね。9 月は北海道の海産物を通販で購入したため、魚介類が高くなっています。でもとってもおいしかったです。外食は怖いので…。野菜類もとっても高く、生協のキャベツで助かりました。また、庭の野菜もそれなりにできて、助かっています。ナス、ピーマン、空心菜、アスパラ、オクラ…。緊急事態宣言も解除になり、少し家の外へ出ようと思います。夫の友人から新米 30kg が届き、近所の方から栗を頂き、早速秋の味覚を楽しませてもらいました。　（64 歳、夫婦）

山口県の介護施設に入所中だった父がなくなりました。コロナ禍の施設のルールで県外からの面接は受け入れてもらえず、2 年近く直接会うことはかないませんでした。緊急事態宣言の出ている県から私と次兄が葬儀に参列するため、母と兄弟のみの 4 人で見送ることになりました。父の姉妹には申し訳なく思うものの、クラスターを気にする長兄の気持ちもわからなくはなかったので、複雑な気持ちでした。母はデイサービスとショートステイを利用していますが、県外在住者と接触したということで 2 週間は利用できず、長兄が仕事を休んで対応してくれました。四十九日法要に帰省するとまた母の介護サービスが 2 週間受けられないとのことなので、参加は見合わせることに…。身内の葬儀でさえも思うようにならない世の中になってしまい、本当に残念でむなしくて、悲しいです。
（59 歳、夫婦）

住居費その他はアップルハウジングで床下シロアリ予防です。5 年に 1 回、定期的にお願いしています。コロナ、第 6 波が心配ですね。　（89 歳、妻）

朝夕涼しくなりしのぎやすくなりました。その分動きも良くなり忙しくなります。宣言も解除され、予防は継続しながらも、精神的にほっこりします。今月は叔母宅のリフォームの手伝い（片付け）に行き、昼食、夕食を共にし、食費が楽チンでした。皆で食べると一層おいしいものです。また叔母の手伝いもでき、喜んでもらって一石二鳥でした。　（77 歳、夫婦）

今年の冬は寒くなりそうです。新型コロナウイルス感染症への対策とともに防寒対策もしっかり行いましょう。　白石