発行日：2022 年９月 25 日

2022 年 10 月号 家計簿だより

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：chikako-yoshitake@fcoop.or.jp

家計簿だよりは家計簿サークル員が毎月提出する家計簿データを集約して、毎月の収入、支出を前月、前年など過去データと比較分析して家計と社会保険や税の動向を調べて、くらしの情報を発信しています。

消費者被害防止講演会報告
「18 歳から“大人”です」！
～成年年齢引き下げでトラブルに巻き込まれないために～ を開催しました。

９月１５日（木）くらし見直し委員会〔家計簿活動〕は、消費者被害防止講演会を行いました。講師は消費生活相談員 岡村 文重（おかむらふみえ）さんでした。博多バスターミナル会議室にて総勢１９名が参加しました。

成年年齢が 18 歳に引き下げられたことを踏まえ、なぜ若者が狙われやすいのか、若者が興味を持つ「儲け話」「自己啓発セミナー」「美容、ダイエット」などに潜むトラブルの具体的な事例をまじえながら紹介されました。その他にもクレジットカードの仕組みやリボ払いの注意点、最近はポピュラーになっている〇〇Pay(モバイル決済)の決済方法と特徴の説明、ネット通販の定期購入の注意点やゲームの高額課金など、どの年代でも騙されやすい事例も紹介されました。

若者はSNSで知り合った人を簡単に信用する傾向があるそうです。トラブルに巻き込まれないためには、SNS 上のアプローチに警戒心を強め、相手と連絡不能となる可能性も意識して利用することだと言われました。一方、福岡県内のニセ電話詐欺も増加しており、令和 4 年上半期だけで約４億円の被害額だと伺いました。4 億円が健全な業者との取引に消費されたら経済の活性化につながるのにと残念です。また、実は若者は高齢者よりも断ることが苦手だとの消費者庁の報告書を受け、勧誘をどうしても断われない時は、**「何も払わずに、とにかくその場から逃げる」**ことも勧められました。

消費者ホットラインに相談すると、個別の被害救済のみならず、悪質業者の行政処分や法律改正にもつながるそうです。トラブルに巻き込まれたら１８８に相談しましょう。

消費者ホットライン

（局番なし）TEL **188**（いやや！）泣き寝入り！（なねい）

★お住まいの地域の消費生活センターや消費生活相談窓口につながります。
※ナビダイヤルです。通話料金が発生します。相談は無料です。

【アンケートより抜粋】
- 18 歳と 20 歳の娘がいるので勉強になりました。クレジットや借金が安易にできる仕組みになっていることを知らなかったので、子ども達に声掛けしたいと思いました。
- ネット詐欺のずる賢い手口に驚きましたが、こうした手口についての知識をあらかじめ持っておくことが対策の一つになると感じました。

７月の集計と一緒によせられた“声”

毎日 37℃前後の気温と、コロナ感染の爆発的な拡がりで、打ちのめされそうな夏です。世の中では予想もしない悲しい出来事が起こり、戦争も終わらず、物価は上がっていき、日々の暮らしはどうなっていくのか、不安だらけですよね。そんな中、ちょっと前ですが、私の春先の手術の快気祝いも兼ねて、主人と１泊２日の温泉旅行へ行ってきました。コロナが拡がる前でしたので、予約も取れて、久々の温泉を満喫でき、楽しい時間でした。その時は泊まり客も多く、旅館の方もとても嬉しそうでした…。川の側だったので、大雨が降ると大丈夫かなと心配してしまいます。以前のように当たり前のことが気兼ねなくできる日々が、早く戻ることを祈るばかりです。（58 歳、夫婦）

先日、早目の夕ご飯に久しぶりに回転寿司へ行ったところ、いきなりほとんどが倍に値上げになっていて、一気に食欲が失せました。物価高、いつまで続くのでしょうか。連日朝から30℃近い気温が続き、外出するにも気合を入れる毎日です。25℃を超えると真夏日という呼称はそろそろ改めるべきではと思います。25℃なんて涼しく感じてしまいます。

（55 歳、夫婦）

かかりつけの内科の先生から脂肪肝の疑いがあるとのことで、ダイエットを勧められて２ヶ月。股関節に持病があり、激しい運動やウォーキングなどもできず、自宅でゆっくりエアロバイクをこぐ日々です。体重はなかなか減りませんが、体脂肪や内臓脂肪が緩やかに減りつつあります。栄養士の先生の栄養指導で食事の改善にも取り組み中です。エフコープの半調理品が手軽でおいしいので毎週冷蔵庫に入りきらないくらい注文していたのを見直したおかげで、今月の食費が少し減りました。全て手作りにすればもっと節約になるのでしょうが、お気に入りの食品も食べたい！！カタログを見ながら欲しい物を厳選して注文しています。（59 歳、夫婦）

90 歳のお祝いを妹の子ども達からも送られてきましたので、そのお返し、初盆のお供え等々で交際費がかさみました。お祝いの食事会はコロナで流れました。88 歳でお祝いをしてもらっていたので、辞退していましたので良かったです。とうとうコープの夕食宅配おかずコースを今日契約しました。費目はどこに入れたら良いでしょうか？　加工食品ですか？　コロナで差し入れが途絶え（病院、介護職のため）、娘の２食では私もきつくなったので思い切って契約しました！お体大切に！　（90 歳、妻）

「夕食宅配（おかずコース）」の費目については【337】加工食品　にご記入ください。　※魚・肉・野菜は、塩や味噌などに漬け込んだ生のものまでは素材とし、それぞれ魚貝・肉類・野菜に分類します。野菜の漬物は〈野菜〉です。一度火を通してあるもの、衣がついているものなどは加工食品に分類します。市販の持ち帰り弁当は外食に分類します。

姉の家へ、義兄の初盆と家の中の片付けの手伝いに。結婚式、仏事のお返しの品など箱に入ったまま多数。交際が多かった姉夫婦の 50 年間の使わなかった品々。事務所の前に並べ、「ご自由に！」の張り紙を置き、処分。数日間出して、貰ってもらえない物は不燃ごみとして出す。返礼品という悪しき習慣。今はカタログの返礼品が多いので無駄な物はたまらないと思うものの、少々お付き合いの？？にため息が出る。

（74 歳、夫婦）

毎日毎日厳しい暑さですね。朝早くから寝る前まで、リビングのエアコンは一日中つけっぱなしの日々が続いています。電気代が気になりますが、熱中症も怖いので仕方ないです。同居の義母が自宅で倒れ、腕を骨折しました。利き手側ではなかったので良かったのですが、畑の野菜の世話や庭の草取り、水やり等仕事が増えました。着替えや食事、洗髪や体洗い、病院の送迎など、私にできることを頑張っています。一日も早い回復を願うばかりです。
（49 歳、夫婦、中学生、大学生等、その他各１人）

物の値段が次々と上がっている今こそ家計簿の力が出せるのではと思っています。目に見えると実感する事もできるし、家族の協力も得られやすいのではと思います。若い人の登録が少ないのは残念です。

（73 歳、夫婦）

子どものために国産･有機食材にこだわっているため毎月食費が高くなってしまいます。生活とのバランスを取りながら、こだわりもほどほどにしなければと感じました。

（32 歳、夫婦、乳幼児２人）

夫の自営業の一部を法人化したため、夫は給与所得とそれに伴う社会保険料等が加わりました。家業の一端を担っていた妻(私)も給与支払いができるようになり、晴れて名実ともに２つの職の掛け持ちとなりました。今まで生きてきた中で、最も忙しい日々を送っています。朝活の１時間パワーヨガと英語のリスニングもやめられません。食事を作らない日も多く、お弁当が多くなったので外食費がすごいです。(ほとんどは出張の夫)私はどちらかといえば、粗食でも手作り派。おいしいので、エフコープのお弁当にお世話になることも。今月は、母の米寿のお祝いをしたことで、家族が集まり、コロナ前に婚姻した姪っ子とその連れも初めての顔合わせとなったため、お祝い２倍の楽しい会となりました。黄色の帽子とちゃんちゃんこを着た母は、かわいらしかったです。

（64 歳、夫婦）

買物に行っても生協のカタログでも値上げ。こちらも、もうお手上げです。年金は値下げなのにどういうことでしょうかねえ。コロナの予防接種 4 回目が終わりましたが、何回するのでしょうかねえ。今までインフルエンザ、日本脳炎とか、予防接種したことはありますが、そんなに何回もしていませんよね。早く以前のマスクのない生活ができないものでしょうかねえ。
（92 歳、妻、その他の子ども 1 人）

新型コロナ感染者の増大に頭を痛めています。親類に感染者が出て驚いていますが、何をしてあげたら良いのかわからず困っています。本当に、何をしてあげたら良いのかと・・・。
（78 歳、夫婦、その他の子ども 2 人）

子どもの高校受験のためのオープンスクールに参加し、必要な授業料などの費用を考える機会が増えてきました。義務教育期間は本当にあまりお金もかからず有難いですね。高校は無償化と言えるのは授業料だけなので、その他の教科書や制服、課外、タブレットなど、いろいろ大変そうです。通学もどこに行くにしても遠いので、交通費、ガソリン代などの増加もありますし、今からできるだけ削れる出費を削って行かないと、生活できないと不安になってきました…。頑張ります。
（47 歳、夫婦、小学生 2 人、中学生、その他各 1 人）

世界が混沌として暗い世の中ですね。こんな時こそ平和を大切に守っていきたいものですね。家計の方は、まさに値上げラッシュで終わりが見えません。節約にも限度がありますが、私達一人ひとりできることをして、乗り切っていきたいです。（74 歳、夫婦）

スマホはらくらくホンを使用していましたが、子ども達や介護施設職員とのやり取りをする際、こちらの声が聞きづらいと言われることが多く、ショップに行きました。原因が判明しました。欠陥機種だったのです。以前夫が同様の問題で店に行ったところ、持ち方に問題ありと指摘され、教えられたとおりにしてもやはり改善しないため、私が行きました。他の利用者から同様の問題提起があったとのこと。社員により対応が違います。スマホにするほど携帯電話を使用しないのでガラケーにしました。らくらくホンではないタイプにしましたが、半導体不足で入荷に日数がかかりました。
（77 歳、夫婦）

すごい数の品が値上がりしているのがよくわかりました。何を頑張れば良いのか？　電気、ガス、水道、その他 SDGs の 17 の事をいつも頭に入れて買い物をすること。私の願いは、コロナが終わって、戦争が終わって、世界中の人が幸せになることです。主人がベッドと杖と台車を借りているのは、どこに入れたらいいのか教えてください。よろしくお願いします。
（77 歳、夫婦）

「ベッド、杖、台車」をおそらく介護用に借りられていると思いますので、【260】その他の非消費支出にご記入ください。介護保険サービス制度のサービスに対する受益者負担、老人ホームなどの施設や福祉サービス利用に伴う受益者負担者負担はその他の非消費者支出に分類します。

体が溶けてしまいそうなこの暑さは、一体何でしょう！？　今年がこれですので、1 年先、3 年先、5 年先のことを考えたらゾッとします。そのうえ、コロナの第 7 波。4 回目の予防接種をしましたが、何回すれば収束するのでしょうか？　人間とコロナの根比べの様相を呈しているような…。何はともあれ、平和で穏やかな日々が一日も早く訪れますように、祈るばかりです。
（75 歳、夫婦）

8 月に入るとすぐに「立秋」になりますが、暦の上だけでなく、立秋になってほしいです！！　この暑さ！！すごいですね！！　南国は常時この気温らしいですが…生活様式が違います。木陰で昼寝をしていて、バナナやヤシの実等、豊富な果物が食べられる…。働き者の日本人には厳しい暑さです。御自愛くださいませ。
（80 歳、夫婦）

息子が仙台に転勤しました。東北の名山、朝日連峰に行ってきました。5 年ぶりの夏山、天候にも恵まれ、大きく奥深く、穏やかな東北の山に魅了されました。息子にレンタカーで登山口まで送ってもらい、何やかやと手配してもらい大助かりでした。仙台で一緒に食事をする予定でしたが、息子が熱を出し、残念ながら流れました。コロナでなかったので一安心です。
（71 歳、夫婦）

6 月 28 日に庭で躓いて転んで右手首を骨折、6 月 30 日に入院、7 月 1 日に手術。コロナで通院でのリハビリができないとのことで、3 週間の入院でした。字も書けず 6 月分の提出ができませんでした。7 月 22 日に退院して通常の生活に戻りました。病院は涼しかった。(^-^) リハビリの大切さを教えてもらいました。また、医学の進歩はすごいなと実感しました。同室の方々がすごくいい人ばかりで、毎日おしゃべりをして、痛い思いをしましたが、すごく有意義な入院生活でした。主人は 1 人で大変だったようでした。ありがたかったです。普通にできていたことができないということを思い知らされました。(-_-) 交際費は(主人の)父の 13 回忌法要でした。
（65 歳、夫婦）

新型コロナウイルス感染症による影響④アンケートの回答がたくさん届いています。ありがとうございます。現在受付中ですので未提出の方はご返送お待ちしております。吉武

7 月度集計データのまとめ

このページのデータ、グラフは上位下位それぞれ5%の値をはずした平均値で作成しています。

7 月収支比較

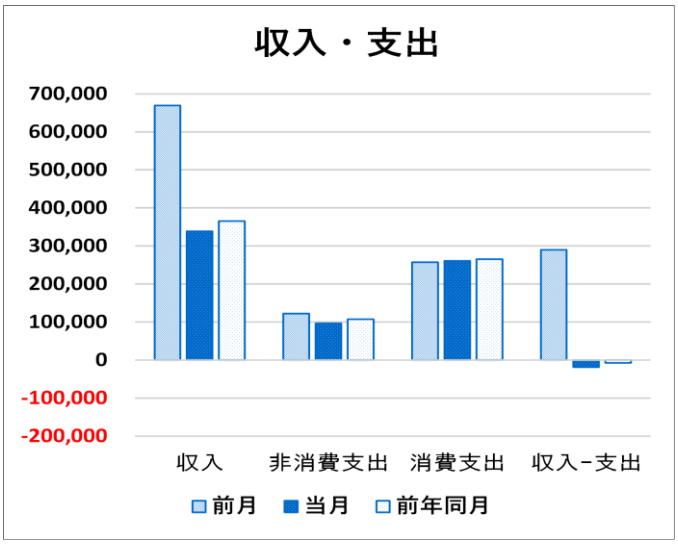
	前月 (2022 年 6 月)	当月 (2022 年 7 月)	前年同月 (2021 年 7 月)
調査世帯数(総数)	121	125	133
収入	669,642	338,489	365,491
非消費支出	122,357	96,269	107,547
消費支出	257,479	260,950	265,603
収入ー支出	289,806	-18,731	-7,658

収入･･･税金や社会保険料などが差し引かれる前の総支給額です。

非消費支出･･･税金や社会保険料、介護保険料、私的保険料など
ものやサービスなどの消費をしない支出のことです。

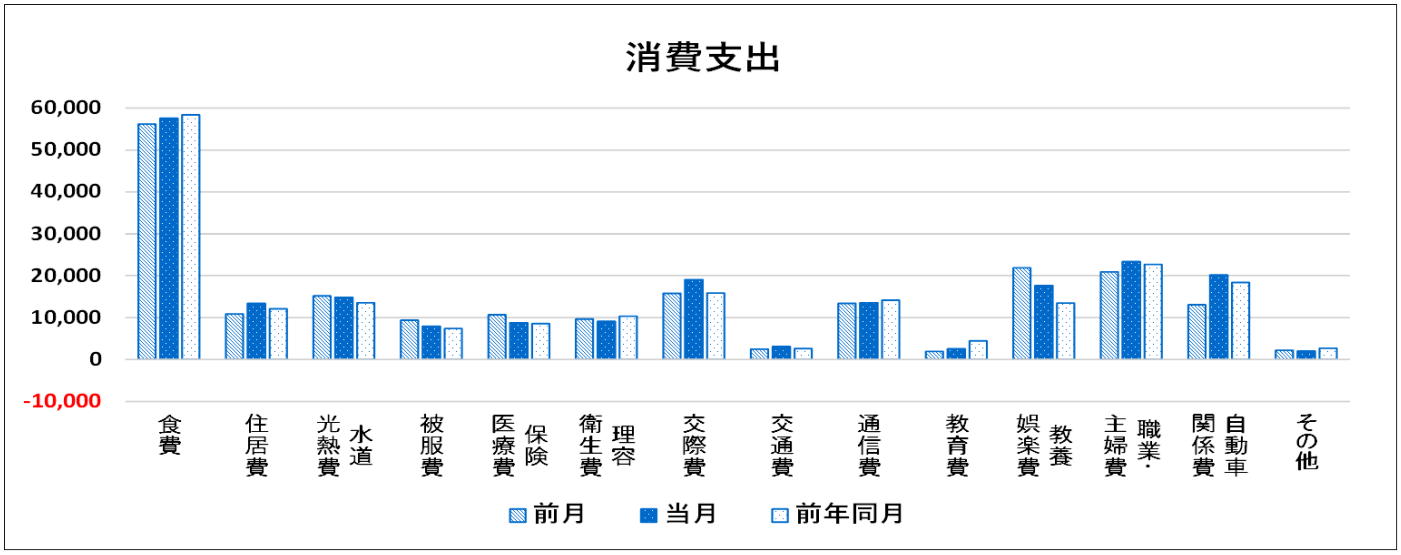
消費支出･･･ものやサービスなどの消費をした支出のことです。

※収支比較の数値は小数点以下四捨五入された数値です。計算には誤差がでます。



7 月消費支出比較

	食費	住居費	水道光熱費	被服費	保険医療費	理容衛生費	交際費	交通費	通信費	教育費	教養娯楽費	職業･主婦費	自動車関係費	その他
前月	56,208	10,859	15,196	9,360	10,660	9,653	15,782	2,497	13,359	1,927	21,822	20,879	13,054	2,166
当月	57,549	13,360	14,789	7,921	8,715	9,066	19,049	3,073	13,532	2,557	17,608	23,332	20,128	1,979
前年同月	58,374	12,103	13,529	7,390	8,536	10,291	15,872	2,588	14,156	4,429	13,462	22,673	18,401	2,689



2022 年 7 月データのまとめ（全体集計より）

◆7 月は交通費が前月、前年同月よりも増加。教養娯楽費は前月よりは減少ですが、前年同月からは 3 割増加しています。
新型コロナ第 7 波の影響はあまり関係なく、旅行に出かけられたり、親族のお祝い事で集まられています。

◆収入は、生協の出資利用割戻し、また個人年金や株式配当の計上がありました。売電の金額が増えています。夏ですね。

◆その他の住居費では台所のリフォームの計上がありました。

◆教育費では夏期講習、仕送りの計上がありました。

◆水道光熱費は、前月よりも微減していますが、前年同月より増加しています。値上げの影響でしょうか。

◆食費は前月よりは増加していますが、前年同月からは減少です。食品の値上げで節約をされているのでしょうか。

家計簿活動委員　編集後記

「〇〇の秋」という季節になり 食欲の…もですがコロナ渦で残念に思えているのは移動制限です。「全国旅行支援」が早く始まりお得な旅をたくさん!そして海外への楽しい旅も自由に行けるようになって欲しいと思います!! (U)

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。事務局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。

“2022年 7月度 集計結果”

7 月は新型コロナ第 7 波への警戒はしつつも対応にも慣れ、旅行やご家族の里帰りなど行動されています。

■「食費合計」は、前年比 99.9%で、ほぼ同じですが、費目をみると値上げの影響があります。また 30 代の給食費の計上があり前年比 197.2%になっています。

■「交際費」「その他の支出」は、前年度ご家族のお祝い等で多額の計上があり前年比 23.6%・28.9%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)	44	394,236	391,216	459,924	305,046	580,000	375,480	93.3%
給　与(妻)	22	335,059	229,932	243,869	316,185	434,500	296,314	133.3%
賞　与(夫)	13	0	494,756	1,242,858	318,863	0	714,837	110.4%
賞　与(妻)	6	0	435,004	208,297	91,450	0	207,133	68.0%
年　金(夫)	1	0	0	0	0	313,349	313,349	146.7%
年　金(妻)	1	0	0	0	0	160,917	160,917	135.3%
自家営業(夫)	5	0	0	270,000	291,344	150,000	260,672	76.5%
自家営業(妻)	0	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!
家賃・地代収入	5	0	0	0	71,280	159,207	106,451	123.5%
ﾊﾟｰﾄ・ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(夫)	7	0	0	0	130,870	74,762	90,792	86.7%
ﾊﾟｰﾄ・ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(妻)	27	0	94,669	120,304	77,728	46,134	79,247	106.3%
同居家族の収入	23	0	50,000	239,400	49,503	171,222	105,410	186.9%
その他の収入	54	0	103,897	234,465	47,938	123,700	108,787	57.5%
収入合計	101	364,648	916,360	974,336	362,815	236,898	459,461	91.7%

【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)	47	7,960	28,509	79,511	19,764	51,508	41,207	105.7%
所得税(妻)	29	6,210	7,687	6,620	3,384	20,849	7,377	51.4%
住民税(夫)	47	10,400	16,917	30,347	14,052	24,118	20,397	85.7%
住民税(妻)	32	9,400	8,400	7,311	6,327	-2,833	5,749	48.6%
固定資産税	30	19,000	33,000	17,667	18,914	13,900	18,060	102.4%
その他の税金	8	0	0	30,000	21,810	28,677	25,409	125.3%
税金合計	81	26,485	65,750	93,922	33,269	36,980	49,857	92.5%
健康保険(夫)	70	16,533	29,358	35,481	19,585	20,698	24,251	90.4%
健康保険(妻)	27	13,923	19,354	15,003	13,971	8,648	13,061	79.2%
介護保険(夫)	40	0	5,873	7,676	6,479	1,200	6,396	99.0%
介護保険(妻)	16	0	2,131	2,832	9,173	5,450	5,890	134.2%
厚生年金(夫)	41	37,620	59,063	77,950	35,593	0	52,507	98.1%
厚生年金(妻)	17	31,680	34,007	28,679	20,486	0	26,904	90.3%
雇用保険(夫)	36	0	1,488	2,611	1,187	240	1,598	105.6%
雇用保険(妻)	24	0	858	846	514	0	682	100.4%
国民年金(夫)	2	0	0	16,565	0	0	16,565	99.9%
国民年金(妻)	0	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!
国民年金(学生)	0	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!
社会保険料合計	84	49,878	122,163	114,978	47,687	20,152	60,922	91.3%
損害保険	46	0	14,347	3,020	7,482	5,042	6,216	74.1%
生命保険	100	8,209	64,241	44,851	27,014	21,127	30,151	103.0%
個人年金	17	10,000	10,212	54,489	19,804	0	29,776	93.0%
私的保険料合計	111	18,209	74,130	63,518	29,986	20,990	34,300	93.9%
その他の非消費支出	70	72,018	4,039	6,265	8,130	7,711	8,401	125.7%
非消費支出合計	121	121,477	264,734	275,550	92,996	47,895	111,994	91.3%

【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	5,400	4,633	666	1,527	1,911	1,766	78.3%
パン・めん・その他	6,682	5,728	4,336	4,066	3,388	3,870	96.7%
＜主　食＞	12,082	10,362	5,002	5,593	5,299	5,636	90.1%
魚介類	8,986	3,591	3,357	5,461	5,038	5,025	95.9%
肉類	5,693	12,873	6,446	7,041	6,010	6,691	105.8%
乳卵類	6,684	7,164	3,448	3,979	4,243	4,187	109.2%
豆・豆製品	883	1,727	1,295	1,486	1,631	1,535	95.9%
野菜	8,342	8,461	5,508	5,505	4,449	5,154	102.8%
乾物・海草	1,490	1,811	1,017	1,041	1,294	1,187	103.2%
加工食品	4,815	10,049	5,727	5,367	5,420	5,583	98.6%
調味料	6,018	6,616	2,449	2,967	3,062	3,118	103.9%
＜副食調味料＞	42,911	52,293	29,247	32,846	31,149	32,480	102.0%
菓子	7,664	6,060	5,332	4,002	3,397	3,974	89.6%
果物	2,735	949	1,850	2,049	3,074	2,470	92.5%
酒・飲料	6,491	6,777	6,186	5,318	4,718	5,196	101.5%
＜嗜好品＞	16,890	13,785	13,369	11,369	11,189	11,640	95.2%
給食	11,100	4,567	0	258	0	386	197.2%
外食	8,216	4,638	3,807	9,974	4,261	6,505	119.7%
＜外食関係＞	19,316	9,204	3,807	10,232	4,261	6,891	122.4%
食費合計	84,862	81,572	72,255	58,527	51,281	59,249	99.0%
家賃・地代	158,871	37,441	28,015	32,127	3,575	22,854	161.0%
その他の住居費	16,942	40,057	55,985	19,681	12,062	22,917	111.5%
＜住居費＞	175,813	77,498	84,000	51,807	15,637	45,771	131.7%
住宅ローン返済実平均	151,621	68,760	64,964	58,019	0	77,569	117.7%
ローン返済件数	2	3	5	3	0	13	76.5%
＜水光熱費＞	22,184	15,554	13,116	16,407	14,207	15,140	106.9%
＜被服費＞	9,127	20,661	10,045	7,835	10,358	9,758	115.5%
＜保健医療費＞	2,190	8,758	10,807	14,177	8,595	11,096	81.4%
＜理容衛生費＞	17,623	15,577	7,166	8,921	10,103	9,581	88.2%
＜交際費＞	15,119	8,717	19,514	23,410	22,819	21,784	23.6%
＜交通費＞	0	2,467	6,339	4,938	3,427	4,362	127.7%
＜通信費＞	21,208	14,975	23,029	13,187	11,165	14,042	95.6%
＜教育費＞	2,800	67,015	37,096	309	0	8,729	80.0%
教育費実平均	5,600	67,015	133,547	7,870	0	77,940	139.7%
＜教養娯楽費＞	35,990	5,188	27,194	22,791	15,252	19,896	120.0%
＜職業・主婦費＞	140,343	50,418	62,094	26,322	14,009	29,726	106.0%
＜自動車関係＞	9,467	27,991	40,741	21,562	20,515	24,037	72.6%
＜その他＞	11,644	873	5,063	4,125	1,645	3,272	28.9%
食費以外の合計	463,504	315,691	346,206	215,790	147,732	217,195	74.3%
消費支出合計	548,366	397,264	418,461	274,317	199,014	276,443	78.5%

収入 － 支出	-305,195	254,363	280,325	-4,497	-10,011	71,024	268.6%

＊提出者　　125 名　　平均年齢　　67.0 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（7 月は 87 人）の平均額です。

＊「#DIV/0!」は前年が 0 円の時に表示されます。