発行日：2023 年 8 月 25 日

2023 年 9 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 1-8-3 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。

物価高騰に関するアンケート（1）

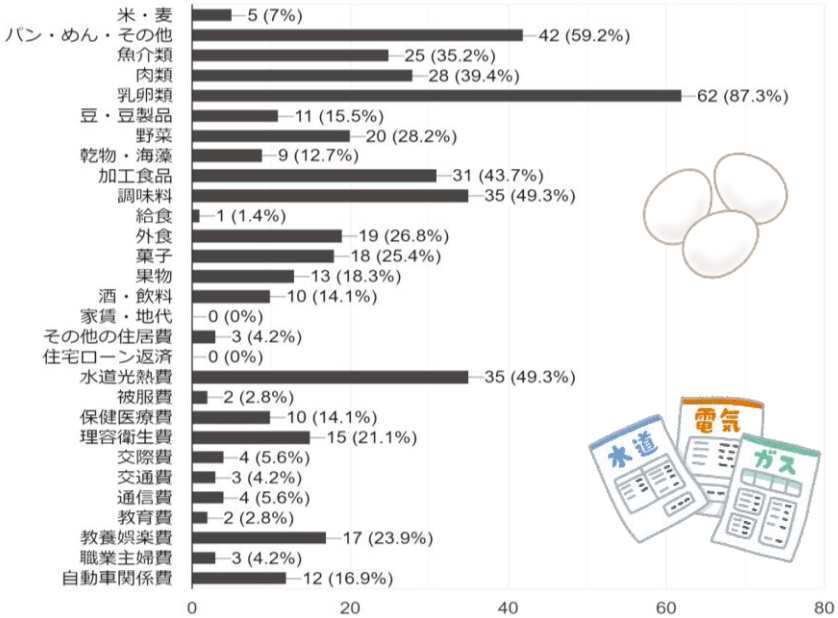
2022 年冬から始まった物価高騰は、落ち着く兆しが見えません。いろいろな物が値上がりをする中で、少々の節約では支出の歯止めになりません。今回のアンケートは、家計簿サークル員さんが、くらしの変化や物価上昇にどのように対応されているのかをお聞きしました。回答内容は、物価高騰対策の参考にもなります。

74 名の方より回答をいただきました。以下はアンケート結果の抜粋です。

20 歳代	0	0%
30 歳代	4	5.4%
40 歳代	3	4.1%
50 歳代	10	13.5%
60 歳代	26	35.1%
70 歳以上	31	41.9%

回答された方の年代構成

家計の中で、1 年前より値上がりをしたと思う費目は何ですか。（5つまで）



理由や内容で多かった言葉

- ●食費
  - 卵 … 34
  - パン … 10
  - バター、ヨーグルト等（乳製品） … 9
  - サラダ油（食用油） … 9
  - 肉類 … 9
  - 牛乳 … 7
  - 魚介類 … 7
- ●その他
  - 電気代 … 9
  - ガソリン代 … 5
  - 新聞代 … 4

値上がりした費目についてのコメント

- 卵：2 パック 300 円で買っていたのが、1 パック 300 円になった。
- あんぱん：以前は 5 個入り 99 円で買えたのに、4 個入りになり、129 円になった。
- 新聞：朝刊が 1 カ月 500 円値上げ。食パン(1 袋 5～6 枚切)：各メーカー各種類値上げ大。電気代：1 ヶ月 5,000～8,000 円の値上げ幅。
- 菓子：値段はむしろ安くなっているが、量がかなり減った。なたね油（100g）：300 円程一気に値上がりした。
- 魚介類：お刺身、新鮮魚、干物などなかなか買えなくなりました。比較的安い冷凍物を買って、味を変えて工夫しています。 自動車関係費：家計を圧迫する自動車を手放そうかと考えています。
- スポーツクラブ会費：電気代、人件費の影響で値上がり。

アンケートの回答は 10 月号でも掲載します。

6 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。

6 月収支比較

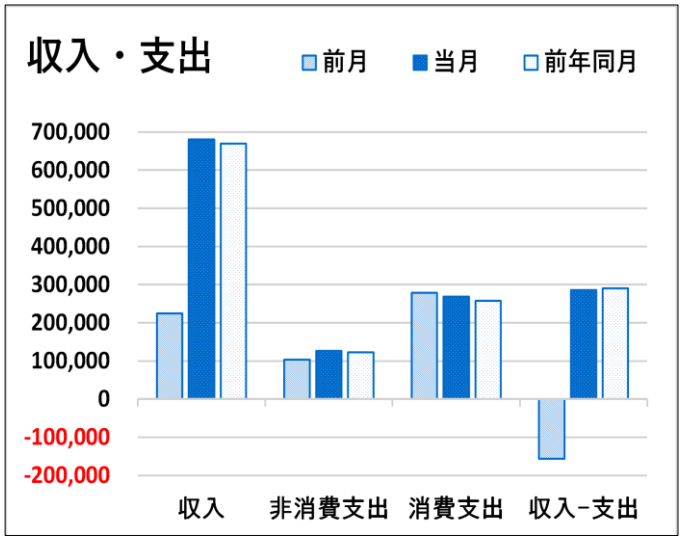
	前月（2023年 5 月）	当月（2023 年6 月）	前年同月（2022 年6 月）
調査世帯数（総数）	120	116	121
収入	224,919	682,563	669,642
非消費支出	103,171	132,056	122,357
消費支出	278,632	268,386	257,479
収入ー支出	-156,884	282,122	289,806

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。

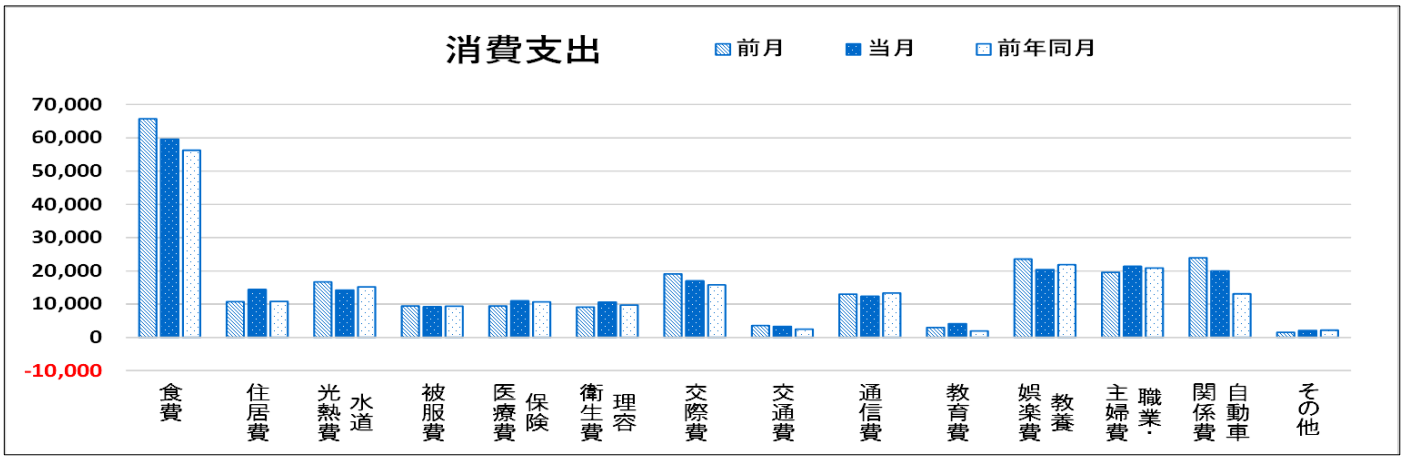
消費支出･･･ものやサービスなどの消費をした支出のことです。

※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。



6 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	65,693	10,768	16,679	9,415	9,428	9,121	19,067	3,555	12,976	2,943	23,551	19,591	23,922	1,531
当月	59,556	14,377	14,226	9,193	11,003	10,558	16,959	3,326	12,344	4,100	20,366	21,346	19,983	2,060
前年同月	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



2023 年 6 月データのまとめ（全体集計より）

◆食費合計は、前月比 86.3%･前年同月比 103.0%で、前月よりはずいぶん低いのに、前年同月は 100%を超え、物価高騰が見て取れます。加工食品ではサプリメントの返品、返金があり、前年比、前月比とも低くなりました。

◆その他の住居費では、エアコン、冷蔵庫やドラム式洗濯機、羽毛布団の購入、トイレリフォーム、二重窓サッシ工事などの高額計上がありました。

◆損害保険や生命保険の年払いの計上が複数ありました。満期金はその他の収入に記入してください。

◆教養娯楽費、交通費、交際費の支出内訳に旅行やお土産、父の日のプレゼント、お孫さんへのおこづかいなど、楽しい様子が伝わってきました。

家計簿活動委員　編集後記

毎日暑い日が続きますね!!身体動かしていらっしゃいますか?血液がドロドロになりやすい季節、予防はされていらっしゃいますか?ストレッチと筋トレで、（遅筋）と（速筋）を動かすことができます。屋内で手軽にできますので、夏バテ回復、体力維持に是非お役立てください。こまめな水分補給もしましょう!!暑さ!!乗り切りましょう!! （saya）

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。

６月の集計と一緒によせられた“声”

96 歳の夫が 2 年前に要介護 4 となり、ほんの少しばかり良くなったら要介護 2 となりました。それ以来、週末に入浴介助に長男が来てくれて、その時に嫁がお惣菜をたくさん作ったのを持ってくるので、食費は減っています。高額医療合算介護サービス費が市より約 10 万円、後期高齢高額介護合算療養費が、県後期高齢者医療広域連合より約 5 万円、入金通知がありました。今月の医療費と相殺して記帳しました。介護費用は 2 割負担なので、主人の通院とショートステイ代等は 1 年で 90 万円以上になります。

（96 歳、夫婦）

インプラントの軸が折れて（二度目）、一度目は 1 年以内で無料だったけど、今回は 4 年経過していたので 198,000 円の負担になりました。分割払いにしてもらいました。私は人より歯を強く食いしばっているとのことです。何か、世の中に憤ることが多いせいでしょうか？（76 歳、夫婦）

6 回目のコロナワクチンを接種した 2 日後、家族全員 3 人とも具合が悪く、副反応とばかり思っていたのが、救急車で搬送されコロナ陽性と判明し、2 人緊急入院となり、5 類感染症扱いになったため全て自己負担で 12 万円超え！ ヒャ――5 類になるってこういうこと？ 思い知らされました。

（72 歳、夫婦、その他 1 人）

マイナンバーカードは持っていません。今後も持ちたくありません。今更写真付きとか、暗証番号とかわかりません。あれこれカードを持ちたくないです。銀行も窓口で引き出すのでキャッシュカードなしです。何も不自由ありません。任意だったマイナンバーカードが強制になるようですが、おかしいですね。反対ですよ。戦争も同じですよ。反対しても知らないうちに戦争が起こって、知らない間にラジオなんかよく聞こえなかったけど終戦だった。この先どうなるのでしょうかねえ、心配です。

（93 歳、妻、その他の子ども 1 人）

子ども達も新しい環境にそれぞれ慣れ始め、さてこれからという時に、コロナやインフルエンザ、よくわからない風邪などが周辺で流行し始め、我が家でも長男がひどい風邪でしばらく寝込みました。コロナやインフルエンザで陽性ならば出席停止で休んだことにならないけれど、陰性だったため欠席扱いになってしまい、今後の進学時に推薦で不利になるようなことを言われたようです。仕方ないですけどね…。周りの人に感染させるわけにもいかないので。昔なら少しくらい熱があっても普通に学校に行っていたのに、今は難しくなりました。体調管理も大切だと子ども達にも勉強になったと思います。私も睡眠不足気味なので気をつけます。

（48 歳、夫婦、小学生、中学生、高校生、その他各 1 人）

きゃー、歓喜です。サークルへ加入して 20 年くらいになりますが、初めて「食費の内訳」の欄を埋めることができました。嬉しいです。壁を一つ乗り越えたようで、やってみて良かったと思いました。ご指導ありがとうございました。主人と 2 人の生活になってから 1 年経ち、食費の予算は 5 万円、最近外食が増えてきたので（プチぜいたく）、それもあって予算オーバーですが、いろいろ見えてきておもしろいなと思いました。食材の内訳の比率や、毎朝果物を食べていますが今は果物が高値の時期ですよね？と納得しつつ、菓子や飲料も結構かかってるな、なんてほくそ笑みながら集計をしていました。心を折らないよう、続けられるよう、しばらく頑張ってみます。

（59 歳、夫婦）

値上げラッシュの中、新聞代も…とのこと！！ 記事の楽しみの一つに「今日の運勢」がある。ある日、今日はブルーの服を着たい、と選び、着ていた。ナント「本日のラッキーカラーは青」とあった！！ また、午前、午後と集会がある日のこと、「大勢の中で話す時は優しい口調で」とある！！ 今朝は久しぶりに天神で友 3 人とランチの日。朝からウキウキ…。「特定の人だけ親しくするとチームが乱れそう」とのこと。長年の友と、おかげでおいしいランチに、おしゃべりを大いに楽しめた。新聞代は私の指針代。他で節約をして、楽しみは一つでも多く持つことにしましょう。

（80 歳、夫婦）

共同購入をやめてから久しいのですが、いつまで車で買い物に行けるかわかりません。実家で一人暮らしの母も、娘が買い物支援に行く以外は生協にお世話になっています。生協に入っていると先々安心だなと思います。このサークルの提出者の平均年齢も上がってきましたね。夫婦というか、大人はみんな働く時代、いいのか悪いのか、社会状況の変化と生協活動、この 30 年で様変わりしてきたなあと思います。ともあれ、時々行く生協の商品はかなり魅力的です。この商品はやっぱり生協じゃないと！今月は 2 回行きました。

（65 歳、夫婦）

こんにちは。今年 6 月よりやっと国保料金が少し安くなり助かりましたけれど、物価は上がり出費は多くなり、今後が心配です。でも健康に過ごせることに感謝して過ごしたいものです。

（73 歳、夫婦）

交際費が多くなりました。長女が月に 8 日分くらい食事材料を買物してくれているのでそのお礼や、妹等への御中元で交際費が多くなりました。年を取ると種々交際費がかさみます。これも潤滑油です。夏本番で暑くなりますので、御体御気をつけてください。ついに 91 歳になりました。生協と長女のおかげでなんとか暮らしています。生協の宅配、本当に助かっています。一人暮らしも 7 年になります。　（91 歳、妻）

コロナ禍でず～っと御無沙汰していた知人のもとへ出掛けました。福岡から宮崎への道のりは思ったより疲れました。以前は全く苦にならなかったのに、この 3、4 年の空白の時間に、体は確実に年を重ねているということですね。今月は実家の畑で使う耕運機を買い替え、費用を実家の妹と折半しました。
（68 歳、夫婦）

10 数年使用した給湯器の調子が悪くなり交換しました。引越して 16 年…これからリフォームにお金がかかるのかもしれません。お家に感謝しながら丁寧に暮らしていきたいです。必要な時にサッと出せるお金の準備もしていきたいです！！
（55 歳、夫婦、大学生等 1 人）

最近は梅雨のシーズンに全国どこかで大きな被害が出ますね。今年も夜中に緊急避難情報が何回も出て飛び起きました。幸い我が家はマンションの上の方の階で近くに川も崖もないので安心していますが、災害が起きやすい地域に住んでいる方々は本当に心配だと思います。これも地球温暖化の影響なのでしょうね。
（77 歳、夫婦、その他の子ども 1 人）

今年も梅の実がたくさんとれました。梅酒、サワー漬け、シロップ漬けなど 30kg 強でしたので、酒・飲料の代金が突出しました。
（87 歳、夫婦、その他の子ども 1 人）

エフコープかすや店がオープンしました。楽しみにしていましたので、オープンの日に行ってみましたが、なんとすごーい渋滞で、交差点で身動きできず、事故でも起こったらと引き返しました。日を改めてお店に行きました。ちょっと駐車場が狭く、間隔も狭い感じでした。チラシや web で見るより、実際に商品が見れ、その場で買えるので楽しいですが、あの混雑はちょっと…。
（68 歳、夫婦）

物価の上昇にあわせて年金の支給額が増えていました。更に世帯主が 8 月で 75 歳になるので健康保険料が前年度の半額以下になっていました。我が家の医療費は年々増加傾向にあり健康保険に助けられています。若い人達の負担を思うと申し訳なくなります。健康に気を付けて医療費が増えないように頑張ります。
（74 歳、夫婦）

主人の国民健康保険と住民税の金額が変更になり、住民税は今年は 4 回に分けて納めることにしたので、今月がⅠ期分となっています。自営業なので収入が少なかった年の次年度の税金等は安くなっていたのですが、昨年度の収入が増えた分？保険料と住民税も跳ね上がった形となり、どうにも複雑な心境です。主人が頑張って増えた収入を、もっと素直に喜べたら良かったのになあと思いました。　（60 歳、夫婦）

甥の結婚式がありました。先月から自分の服より、姑の服を整えるのに奔走しました。売っている服と、過去に着ていた服の違いに納得できず、あれはイヤ！これはイヤ！を店先で繰り返し、通販で一部ずつ購入。注文する時は「良いよ」と言っていても、着る段階になったら「イヤ！」「行かない！」を連発です。ひ孫 6 人が一堂に会することはもうないよ、お小遣いをあげようね、となだめて連れて行きました。91 歳は大変です。息子の結婚式も近づき、留袖を借りました。被服費で良かったのでしょうか？
（68 歳、夫婦、その他 1 人）

留袖レンタルの費目は被服費です。

居間がフローリング、オープンダイニングキッチンもフローリングで足元から冷え、冬場はホットカーペットとアルミシートなど、フローリングの上に三重の保温をしても足の冷たさは緩和されず、住宅点検の折に提案された二重窓のリフォームをしました。居間の窓 2 枚とダイニングの窓 2 枚。夏場も庭の外気が入ってこないので涼しいとか。リフォーム代はかさみましたが、冷暖房の電気代の節約になるといいなと期待しています。質問：コインランドリー代金は費目はどこへ記入？　（75 歳、夫婦）

コインランドリー代の費目は被服費です。

梅干し用梅は果物？　らっきょう漬け用らっきょうは野菜ですか？　迷いながら果物と野菜に仕分けしました。梅干しのシソはどこに仕分けしたら良いですか？　梅の塩漬けとらっきょう漬けが終わりホッとしています。梅干しはこれからシソ漬けと天日干しが残っていますけど、ポチポチとすればよいので、ひと段落ついた気持ちです。　（66 歳、妻）

梅、らっきょう、しそ→野菜で計上お願いします。

ガソリンが高すぎます！電力会社は過去最高益の所も！誰のための値上げですか。私たちは我慢だけですか。吉武

“2023年 6月度 集計結果”

6 月は、消費者物価指数は生鮮食品を除く総合指数が 105.0 となり、前年同月比で 3.3%上昇、伸び率は 2 カ月ぶりに拡大しました。鳥インフルエンザは、農林水産省の「清浄化宣言」が国際機関より認められ、事実上、終息しました。世界経済フォーラムが毎年発表しているジェンダー平等指数、日本は総合 125 位と前回 116 位から順位を落としました。また、東京都練馬区のとしまえん跡地に「ハリー・ポッター」テーマパークオープンしました。行ってみたいですね。

【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)	38	414,450	389,159	566,948	288,244	580,000	386,283	110.3%
給　与(妻)	17	0	236,199	318,727	168,395	439,500	247,627	94.3%
賞　与(夫)	11	0	1,099,763	1,742,685	550,725	0	840,892	125.4%
賞　与(妻)	4	0	447,491	892,810	131,588	0	400,869	106.8%
年　金(夫)	62	0	0	0	333,770	381,262	362,995	97.7%
年　金(妻)	71	0	0	0	119,916	196,071	168,285	88.7%
自家営業(夫)	5	0	0	100,000	767,227	5,000	481,336	126.7%
自家営業(妻)	0	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!
家賃･地代収入	4	0	0	0	60,000	76,404	72,303	72.7%
ﾊﾟｰﾄ･ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(夫)	6	0	0	0	116,954	92,943	96,945	98.7%
ﾊﾟｰﾄ･ｱﾙﾊﾞｲﾄ収入(妻)	27	27,450	93,147	112,511	73,947	75,809	80,251	97.4%
同居家族の収入	22	0	50,000	100,000	46,407	96,937	74,271	103.2%
その他の収入	59	0	490,161	44,805	113,021	182,398	162,868	56.2%
収入合計	112	441,900	1,330,108	969,141	633,507	686,728	725,088	91.5%

【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)	62	8,500	52,438	78,308	20,857	19,830	31,739	113.9%
所得税(妻)	33	836	6,623	20,985	3,903	32,425	14,243	104.8%
住民税(夫)	82	20,800	16,267	29,470	21,621	12,982	19,121	79.2%
住民税(妻)	38	0	6,920	17,333	14,229	11,386	13,010	163.7%
固定資産税	6	0	0	37,124	7,800	0	32,237	107.7%
その他の税金	12	0	0	44,200	12,136	25,646	23,109	109.8%
税金合計	95	30,136	79,991	125,284	41,527	35,849	52,324	100.5%
健康保険(夫)	73	16,409	31,804	36,719	26,179	25,898	27,855	105.3%
健康保険(妻)	44	0	17,411	26,919	17,255	10,114	13,928	100.7%
介護保険(夫)	84	0	7,453	8,174	11,320	16,181	12,931	99.6%
介護保険(妻)	67	0	3,617	5,672	7,568	11,477	9,932	99.9%
厚生年金(夫)	36	37,515	69,067	75,538	46,180	0	57,093	101.9%
厚生年金(妻)	14	0	30,126	50,858	17,065	0	30,452	97.6%
雇用保険(夫)	33	2,486	4,747	5,509	3,029	419	3,641	221.0%
雇用保険(妻)	22	137	1,097	2,712	880	0	1,302	169.2%
国民年金(夫)	1	0	0	16,590	0	0	16,590	100.2%
国民年金(妻)	0	0	0	0	0	0	0	0.0%
国民年金(学生)	1	0	0	33,040	0	0	33,040	28.9%
社会保険料合計	111	56,547	144,666	128,525	57,694	42,871	63,766	99.7%
損害保険	44	0	78,469	6,730	22,787	8,602	16,164	115.4%
生命保険	93	17,279	28,642	29,654	21,836	37,094	29,724	104.3%
個人年金	13	0	17,488	17,207	25,275	0	20,995	118.5%
私的保険料合計	104	17,279	70,523	37,073	30,873	36,931	36,043	103.9%
その他の非消費支出	60	20,789	3,627	48,924	5,489	8,474	10,483	135.6%
非消費支出合計	115	124,751	285,843	311,266	120,660	105,721	142,838	103.4%

【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	1,182	4,052	2,325	2,264	2,372	118.1%
パン･めん･その他	39,140	6,907	3,185	3,685	3,779	4,218	110.6%
＜主　食＞	39,140	8,088	7,238	6,011	6,043	6,590	113.2%
魚介類	0	3,752	3,882	4,542	5,325	4,766	102.1%
肉類	0	11,622	6,533	5,840	7,116	6,618	101.4%
乳卵類	0	7,542	3,054	3,701	4,767	4,229	106.3%
豆･豆製品	0	2,581	1,328	1,777	1,873	1,792	107.2%
野菜	0	9,373	5,407	5,263	5,438	5,439	91.4%
乾物･海草	0	2,217	772	879	1,290	1,096	84.5%
加工食品	0	12,081	4,597	4,524	2,482	3,807	55.9%
調味料	0	6,175	2,051	3,238	3,412	3,286	104.9%
＜副食調味料＞	0	55,344	27,625	29,764	31,703	31,030	91.2%
菓子	0	6,185	4,564	4,059	3,277	3,769	92.0%
果物	0	1,109	1,870	2,266	2,470	2,259	104.4%
酒･飲料	0	5,725	4,679	4,880	4,734	4,769	77.6%
＜嗜好品＞	0	13,019	11,113	11,205	10,481	10,798	87.0%
給食	12,320	4,733	446	123	0	399	100.3%
外食	2,150	12,754	3,182	7,605	5,497	6,391	122.6%
＜外食関係＞	14,470	17,487	3,628	7,728	5,497	6,791	121.0%
食費合計	61,631	86,210	69,331	57,773	56,213	59,814	103.0%
家賃･地代	79,880	37,441	23,175	13,904	4,207	12,553	105.7%
その他の住居費	133,894	28,250	24,987	21,178	28,932	26,185	148.4%
＜住居費＞	213,774	65,691	48,163	35,082	33,140	38,738	131.2%
住宅ローン返済実平均	79,880	68,760	34,588	61,752	51,155	56,939	87.6%
ローン返済件数	1	3	3	3	1	11	84.6%
＜水光熱費＞	15,089	19,697	15,331	13,822	14,410	14,541	93.4%
＜被服費＞	7,637	20,042	14,016	13,259	8,575	11,661	72.6%
＜保健医療費＞	10,190	12,100	11,408	15,796	10,656	12,932	93.8%
＜理容衛生費＞	19,163	19,182	7,098	9,506	12,286	11,015	104.9%
＜交際費＞	0	19,543	9,659	26,781	20,184	21,618	103.9%
＜交通費＞	0	11,655	3,743	5,107	2,905	4,331	108.1%
＜通信費＞	11,478	16,360	20,097	13,161	9,615	12,532	91.6%
＜教育費＞	4,000	112,044	10,238	518	7	7,106	76.2%
教育費実平均	4,000	112,044	40,953	12,440	330	63,410	78.6%
＜教養娯楽費＞	3,550	5,403	31,046	27,031	19,689	23,024	83.5%
＜職業･主婦費＞	60,000	44,126	29,275	35,086	15,352	26,831	109.9%
＜自動車関係＞	17,000	30,439	39,395	29,361	35,152	32,795	95.3%
＜その他＞	84,592	918	417	5,132	1,806	3,706	82.9%
食費以外の合計	446,473	377,200	239,885	229,643	183,778	220,830	98.5%
消費支出合計	508,104	463,409	309,216	287,416	239,991	280,644	99.4%

収入 － 支出	-190,955	580,856	348,659	225,430	341,015	301,606	81.0%

お願い：その他の収入、支出や高額の収入、支出などは今月の特別なうちわけに内容のご記入をお願いします。

＊提出者　116 名　平均年齢　68.0 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（6 月は 89 人）の平均額です。

＊「#DIV/0!」は前年が 0 円の時に表示されます。