



初めての一人暮らし『基本のキ』 ～シリーズI～

春から親元を離れ一人暮らしを始める学生さん、新社会人さんへ

ここで、しっかりお金の管理の力を身につければ一生もの！押さえておきたいポイントは3つ

- 1 収入と支出を把握する
- 2 お金の流れを知って出費を抑え貯蓄の習慣を身につける
- 3 お金のトラブル対処法を知る



1 収入と支出を把握する

学生の場合、収入は親からの仕送り、アルバイトが主な収入源、奨学金などからも。

アルバイトなどは毎月確実な金額を上げます。
※注意点：親の扶養で、家族手当や税金の控除などを受ける場合は年金103万円を超えると、これらの制度が受けられなくなり、親の実質収入が減ることになります。



新社会人は会社からの給与となりますが、税金や社会保障費、奨学金を借りている場合は、その返済などで使えるお金が限られます。

支出は毎月決まった金額を支出する固定費として、家賃、水道光熱費、定期代、通信費、奨学金の返済などがあげられます。

食費や日用品などは定額ではなくても、必ず確保する支出となります。

これらの必要経費を引いた額が、自由に使えるお金となります。

【家計収支と内訳(単身世帯のうち勤労者世帯)】

平成26年

費目	男性の支出額	女性の支出額
食料	47,573円	36,859円
外食	20,117円	9,470円
住居	30,590円	26,609円
水道光熱費	9,290円	10,306円
家具・家事用品	3,548円	7,501円
被服・履物	6,623円	11,977円
保険医療	4,208円	8,200円
交通・通信	27,521円	26,890円
教育娯楽	23,909円	19,267円
その他の消費支出	28,223円	37,473円
交際費	11,531円	16,199円
消費支出の合計	181,492円	185,552円

総務省：全国消費実態調査より

※住居費は地域によって金額の幅があります。

※この他に「奨学金返済」などもかかります。

収入が少なければ、自由に使えるお金が限られてくるので、やりくりをしっかりと考えましょう。次号では「お金の流れを知って出費を抑え貯蓄の習慣を身につける」をお伝えします。

LPAは組合員の「暮らしの安心・安全を守るお手伝いをしています。」

【お問い合わせ】 エフコープ 組合員活動部 LPA活動事務局

TEL:092-947-9003 FAX:092-947-9192