



初めての一人暮らし『基本のキ』 ～シリーズⅡ～

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

限られたお金は賢く使い、賢く貯める。
はじめの一步はお金の流れをつかみ、出費を抑える。
方法はシンプルです。
ステップ①使った金額を記録する
ステップ②集計する
ステップ③見直し
このステップを繰り返すだけ。
ポイントは続けやすい方法で最低3ヶ月は続けることです。



記録
レシートの金額を記入

スマホの家計簿アプリを使えば簡単に記録できます。
現金だけでなくクレジット決算やプリペイド払いも。

集計
日、週、月単位で

集計金額は必ず確認し、支出を把握する。

見直し
無駄な出費や来月の予定支出など確認、修正する。

見直しは、日毎、週毎、月毎で行い、金額だけでなく、なぜ無駄な出費をしたか、など行動なども確認し、対策を考える。

このプロセスを最低でも3か月続けると、無駄な出費が見えてきます。
固定費も、通信費や光熱費などこまめにチェックし、見直せばその効果は大！
お金の流れを知ることで、必要なお金が見え、生活設計が立てやすくなります。
最初は少額でも貯蓄を心がけましょう。

貯蓄の習慣を身につけると将来の夢や不測の事態に備えることができます。

継続は力なり！自分に合った方法でトライしてみてください！



次号では「お金のトラブル対処法を知る」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