

つきいち家計簿のススメ その2  
～ママFPのひとりごと⑥～

ファイナンシャルプランナー 鈴木さや子

ズボラママでも続けられる「つきいち家計簿」を先月と今月の2回にわけて紹介しています。まず最低限やっていただきたい次の3STEPの方法を先月書きました。

STEP 1：月1回「持っているお金」を把握する

STEP 2：支出を割り出す

STEP 3：支出額について、原因と対策を考える

この3STEPを毎月繰り返し、家計の現状を「知る」ことによって、家計が明確になり、節約意識につながるのですね。今回はこれに加えて、もっと家計の傾向がつかめるように追加したいさまざまなオプションを紹介します。

### 1. 5つのオプション

3STEPで家計の現状として、毎月の支出や赤字になっているかどうかなどが把握できました。これに加えて余裕がある人は、毎月の支出の内訳を把握し、支出に無駄がないかをチェック！支出を見直すことで家計を管理していきます。チェックするのは固定費と大きな出費だけなのでズボラママでも少し頑張ればできるかと思います。「余裕がある月だけ頑張る」というスタンスでも問題ありません。

#### ■OPTION 1：かかった固定費を把握しよう

使ったお金のうち固定費（住居費、学費、習い事費、保険料、おおよその光熱費、通信費など）がいくらあったか把握しよう。

#### ■OPTION 2：時々ある大きな出費を把握しよう

不定期に発生する大きな出費（自動車税や固定資産税、車検、冠婚葬祭費、旅行、家電など）がいくらあるか把握しよう。毎月の残り分（とボーナス）で賄えているか確認しよう。

#### ■OPTION 3：変動費を割り出してみよう

支出からOPTION1・2で把握した固定費と大きな出費を引くと変動費（食費や消耗品など生活上やりくりするお金）が計算できます。

#### ■OPTION 4：使ったお金の中身を見直してみよう

ここまででお金の使い道を掴めたかと思います。次は、その数字の中身を見直してみましよう。

固定費：保険の見直しや習い事の見直し、携帯代のプラン見直し など

変動費：ムダな買い物はしていないか、何に使ったか覚えていない出費は多くないか など

#### ■OPTION 5：自動積立にチャレンジしよう

OPTION1～4によって毎月確実に余らせることができる金額を割り出し、自動積立による貯金にチャレンジしよう。強制的に貯金に回すことで、気が付かないうちに貯蓄額を増やせます。

## 2. 「つきいち家計簿」のつけかた

「つきいち家計簿」の原則は月1回の給料日前日に必ずお金を数えて記入すること。そして、余裕がある月は、頑張っって前段で紹介したオプション分も記入しましょう。そして最終的に次のような管理表を作成できたら「つきいち家計簿」完成です。

### 【STEP3：毎月必ずやること】

	1月	2月	3月
①給料日前日にあるお金	30,000	20,000	40,000
給料など	350,000	350,000	…
他	0	20,000	…
②収入	350,000	370,000	…
①+②	380,000	390,000	…
③翌月給料日前日にあるお金	20,000	40,000	…
④支出=①+②-③	360,000	350,000	…

### 【OPTION：できたらやりたいこと】

住居費	100,000	100,000	…
学費	50,000	50,000	…
光熱費	25,000	24,000	…
保険料	30,000	30,000	…
…	…	…	…
…	…	…	…
⑤固定費計	250,000	245,000	…
⑥不定期出費		10,000	…
⑦変動費=④-⑤-⑥	110,000	95,000	…

「つきいち家計簿」はあくまでざっくりとした家計の管理方法とはなりますが、管理が煩雑で面倒な食費などの変動費を記録することを省くことで、無理なく続けることができます。「今年も家計簿が続けられなかった」というママ、ぜひ2012年「つきいち家計簿」をお試し下さいね。

\*\*\*\*\*

漠然と「結婚したら家計簿をつけなければいけない」と思って義務を感じながらつけていても、挫折することが多いです。「なぜ家計簿をつけるのか」「家計簿をつけることによってどうしたいのか」理由や目的を明確にすることが、家計簿を続けるコツといえるでしょう。2012年は、家計管理のできる賢いママを目指しましょうね。今年1年読んでいただき有難うございました。

#### 《今月のお気に入り曲》

チェロ協奏曲  
／ドヴォルザーク作曲

チェロ協奏曲の草分け的な名曲で、ドヴォルザークの代表作です。日本人が好む郷愁のあるメロディが満載の泣ける1曲です。

—コラムの無断転写・転載などを禁じます。—

Copyright©2011 Skirr Japan Corporation. All Rights Reserved.