



Vol.7



家計

家計簿のはなし

家計簿の種類と効果

家計簿アプリや市販されている冊子タイプの家計簿、
かわいいものからシンプルなものまで様々ですよね。
電子版（アプリ）が良いとか、紙（冊子）が良い！というのではなく、
項目や品目を細かく分けて書くことも必要ありません。

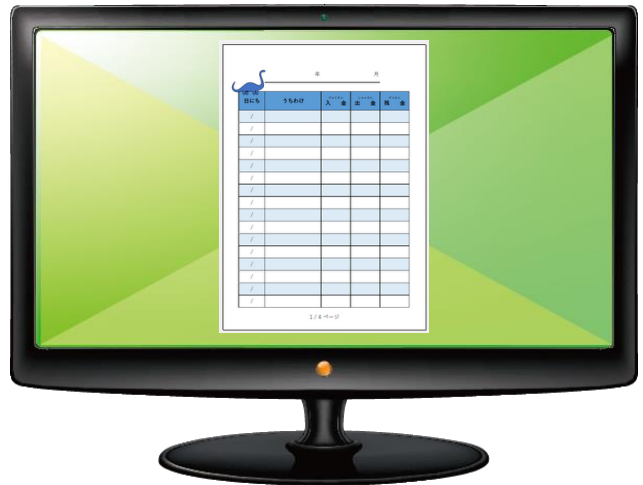
家計簿の種類



家計簿アプリ



冊子



PC版アプリ

家計簿の作り方

任意のノート等をご用意ください。
まず、家計簿を書く目的を書いておきましょう。
次に家計簿の項目（以下7～8つ）を書いていきます。

家計簿の項目

項目名	品目名
食費	食料品・外食・お酒 その他（コンビニで買った缶コーヒー）など
消耗品費	ティッシュ等の日用品、子供のおむつ等 ペットのご飯やおもちゃなど
服飾費	洋服、アクセサリー、ジム、マッサージ 美容院、化粧品、エステなど
娯楽費	本（マンガ・小説・雑誌）、ゲーム、レジャー、映画など
教養費	習い事や参考書・テキストの購入費 新聞や本など自分や家族の勉強に必要なもの
クルマ	維持費、ガソリン代、高速代、駐車場代など
固定費	家賃、水道・光熱費、携帯等の通信費 保険等の毎月の支払いがあるもの
その他	上記に該当しないもの

家計簿を書くのは月に1回！

毎月月末にまとめて倒しちゃいましょう。

足して合計を書くだけですが、実はこの合計の部分が大事なのです。細かい品目や毎日家計簿をつける理由は、この合計に漏れがないようにするためです。

例えば、スーパーで食材を色々買った時「食材：5000円」のように全部まとめてレシートごとに合計金額だけで書いてしまう。

こういった方法も全然OKです！

家計簿 記入例

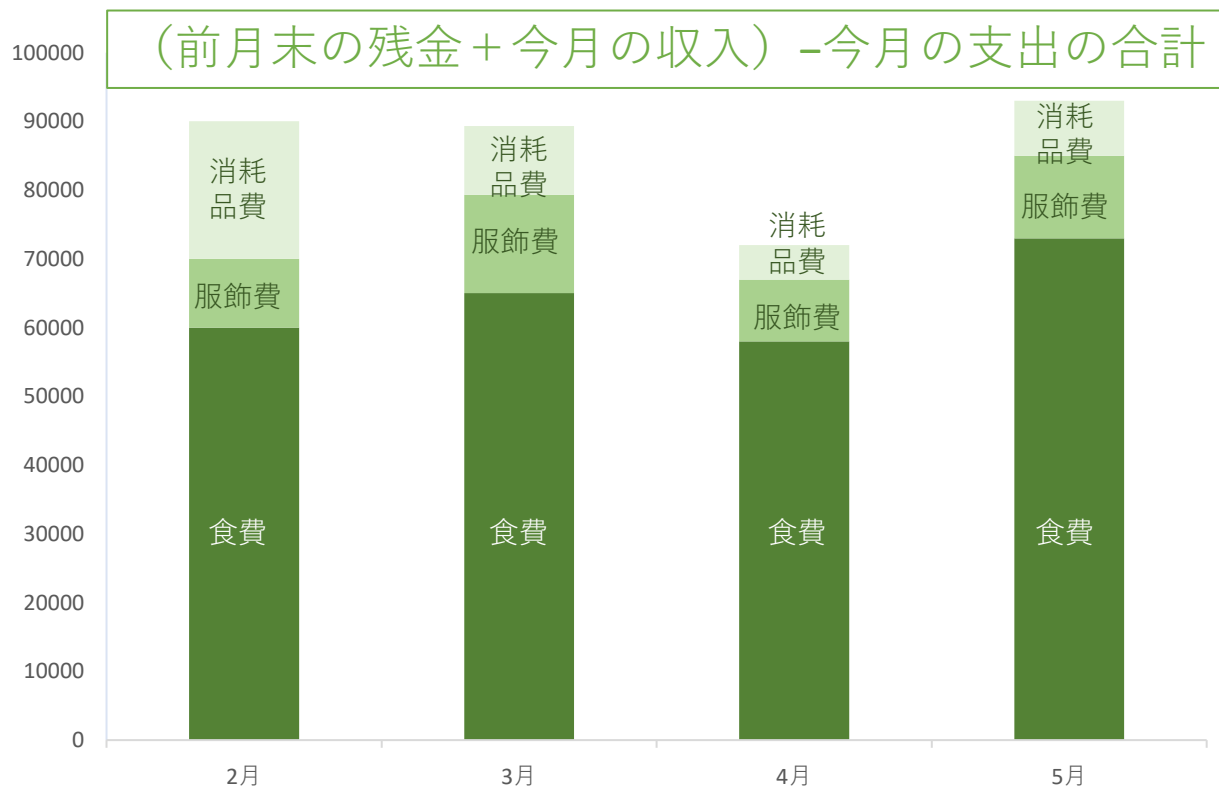
日付	項目	金額
2月1日	食材	5250円
2月3日	衣料品	2980円
2月4日	ドラッグストア	780円
2月6日	ジュース	150円

使用金額の把握

まずは「どこにどれくらい使っているのか」を把握しましょう。
そして家計簿をつけたときは、

「(前月末の残金 + 今月の収入 ※生活費として使う分だけでOK) - 今月の支出合計」
この計算を忘れないようにしましょう！

毎日の支出額



使途不明金

「レシートをもらわず、メモもない！」
そんな支出を「**使途不明金**」と呼ぶこともあります。
家計簿をつけているのにお金が貯まらない人というのは、

◆使途不明金が多い人

◆家計簿を細かく仕分け過ぎて「どこにどれくらい」の分布があるか分かりにくい人
などが多いようです。

貯金できない人の傾向

