

## TOPICS

## 『 新コラムの紹介 』

今月の有効回答数は1,069件。その内、30代以下が142件、40代が250件、50代が288件、60代が253件、70代以上が136件でした。

次月号より、生協のLPA（ライフプラン・アドバイザー）によるコラム連載が始まります。2022年は、コープやまぐちのLPAさんにご担当頂きます。どうぞお楽しみに！

連載スタート

## LPAの ちょっとだけ！コラム

このコーナーは生協のLPA（ライフプラン・アドバイザー）によるくらしに役立つミニコラムです。

今月のテーマ 『LPAってなあに？』

コープ共済 ライフプランニング活動

検索

● LPA（ライフプラン・アドバイザー）ってなあに？

各生協に所属し、同じ生協の組合員や地域の方々へ、資金づくりや健康づくりなど「くらしに役立つ学びの場」を提供する組合員です。

コープ共済連が主催する「LPA養成セミナー」を修了し、ライフプランに関する専門知識を身につけています。

全国で活躍する組合員LPAは563人※におよび、各生協で「ライフプランニング活動」を行っています。

※LP活動実態調査2020年度報告より

● ライフプランニング活動とは？

主な活動をご紹介します。

詳しくはCO・OP共済のHPでもお知らせしています♪（生協により活動内容が異なります）



くらしの見直し講演会	外部の専門講師（ファイナンシャルプランナーなど）による講演会です。組合員のくらしに役立つためにLPAがテーマや講師を選定して企画しています。
ライフプラン学習会	LPAが講師となり、お金やライフプラン等にまつわる学習会を行います。
個別相談	LPAが一人ひとりの要望に沿った相談を受け付けます。

## 収支（総平均・年代別）

	総合	30代以下	40代	50代	60代	70代以上
収入計	512,021	492,164	543,668	675,358	521,962	110,197
支出計	554,022	525,701	596,489	656,273	536,267	322,719
内消費支出計	367,805	363,959	390,633	406,095	375,835	233,836
内非消費支出計	186,217	161,742	205,855	250,178	160,432	88,883
収支	▲ 42,001	▲ 33,537	▲ 52,821	19,086	▲ 14,305	▲ 212,521

モニターさんのコメントから見えた  
いろいろ出費

01

お中元8軒分  
2万2千円



02

バレエの発表会  
10万5千円



03

網戸・ガラス戸  
交換  
36万3千円



「家計・くらしの調査」中の人

今月もご協力ありがとうございます。

まだ暑い日が続きますが、少しずつ秋を感じる季節となってきました。子どもたちの夏休みも終わり、開放感でいっぱいの方もいらっしゃるのではないのでしょうか。（ご多分に漏れずその1人です）

みなさまからのコメントでは、食品をはじめとした物価高を実感されている声が多いことが特徴的でした。

来月からは、LPAさんによる新コラムがスタートします。みなさまのくらしに役立つ情報が少しでもお届けできれば幸いです。お楽しみに！



日本生協連Twitter中の人

日本生協連【公式】  
@JCCU\_PR

期間限定  
ミックスキャロットが  
#かいじゅうステップとコラボ

野菜や果物たちと  
キャラクターが並んだパッケージ

特設サイト(online.la/GG18ZpC)では  
まちがいさがしやSDGsクイズなど  
楽しく#SDGsについて学べます

お見かけになったらぜひどうぞ  
🍎🥕🍓🍓🍓



よかったら  
フォローください



## 5月の モニターさん からの声

田舎は一人に車一台でないと不便です。不便ですが、これからの夫婦二人暮らしを考えて車を一台にし、夫の通勤はバイクとしました。老いて免許返納となった時歩ける心身を今から作っておきましょう。災害時に逃げる力も必要です。年金暮らしを考えると車二台は贅沢になってくるでしょう。これも備えだと思えます。車一台にしたら、この日は講座があるので車が必要です、明日は雨の予報ですから車で通勤したい等、夫婦での会話が増えました。

(50代 三重県)

しばらく外食してないので、少し豪華なお弁当を持ち帰り 孫達と一緒に食べるとも幸せな気分になりました。

(70代 愛知県)

すべてが値上がりして困惑している。このままインフレーションになっていくのであろうか。私たち夫婦の国民年金額は、令和4年度は二人で10205円の減額になった。サツマイモを常食にしているが、一本350円の値段に買うのをためらっている。こんな世の中の変わりように戸惑っているのは私一人だろうか。

(80代 千葉県)

息子が国語辞典と漢字辞典が欲しいと言ったので、一緒に買いに行きました。楽しそうに漢字の練習をしているので、買ってよかったです。私も部首など忘れていたので、一緒に勉強しています。

(30代 岐阜県)

今月は妻ボーナス収入があったが、育児休業給付金が入るまではマイナス家計が続く。それでマイデコと積立NISAはなんとか続けている。子どもの食べる量も増え、食費が増加傾向。

(40代 神奈川県)

物価上昇とニュースで聴き 保存のきく食品をいろいろとまとめて買いました。合計額にちょっとびっくり！光熱費や生活費もあがるらしいですね。来月から合計を出すのが怖ろしくなります。限りなく頭を使って節約がんばります！ いい知恵があったら教えてくださいませ〜ウクライナの事を思うと心が痛みます。平和に感謝しつつ…。

(60代 福岡県)

戦争とはほんとに高くつくものということ、あらためて認識し直しています。そういう視点で歴史を書き残してほしいと痛感します。その意味で、この家計の記録は、大きな資料的価値があると感じています。皆様頑張って、しっかり記録していきましょうね。私も頑張りますよ。

(80代 岡山県)

5月は固定資産税と自動車税が重なるので、毎年出費が多いです。時期をずらしてくれたら良いのになと思います。払う金額は変わらないんですけどね…

(40代 愛知県)

日用品費を抑える工夫をしていかないといけないなど、痛感中。近所にプライベートブランド多めのスーパーができて、スマホレジが使えるので自分で合計金額を見ながら買い物をするように。そのおかげか、食費が抑えられている。スマホ代を見直したので、今後家計にプラスになると嬉しい。

(30代 埼玉県)

5月末に家族で写真を撮りました。長男の成人式後撮りという感じで。3人の子供たちがすっかり大きくなり、七五三の写真と比べると同じ人？という感じです。人間の成長ってすごいですね。物価高がつづき、肉も高いので、困ります。食べ物も良いものにはお金をかけていいと思っているのですが、それでも急に高くなっていることに気持ちが追いつきません。

(50代 茨城県)

兄の息子の結婚式が2年延長でやっと行われた。交際費、外食費が増えたが、以前の暮らしに近づいてきて嬉しい。

(60代 神奈川県)

義父の17回忌で金沢まで日帰りで行ってきた。親戚も誰もいない地にお墓だけはあられるけれど、いつまでもいけない。97歳の義母も「今回が最後」と一緒に行ってきた。義母はお墓は大阪でと願っているし、私たちもそう思っている。もう十分老後だけれど、お墓のことも含めこれからのことを真剣に考えなくてはならない。つくづく人生は短いと実感している。

(70代 大阪府)

5月は税金の支払いがまとめてやってくるので、そのための積み立て貯金でなんとかやっています。が、今年から固定資産税が上がってしまい、予想外な金額もってかれました。食費もいつもより多かったのはなぜ？と考えたら、GWがあったからだ。休みだとあれやこれやと買ってしまい、財布の紐がゆるくなります^^;

(20代 神奈川県)

私(妻)の収入が始めて0になりました。なんか寂しい。幸い夫がまだ働けているのと年金があるので、当面生活には困りません。時間がたっぷりできたので、平日に映画を見に行ったりしています。

(60代 京都府)

マイホーム計画中で土地を購入しました。生きてきた中で一番高額で、振込する際少し恐かったです。これから地盤補強工事などがあり、家が建つのはもう少し先ですが楽しみです。

(20代 佐賀県)

5月は自動車税、固定資産税、小学校の2か月分の引き落とし…と出費が多い月でもあるので、食費や日用品を少し引き締めてみました。最近電子マネー(我が家はWAON)も駆使しています。チャージの手間はありますけど。ただ赤字なのは私立中学に進学した長男の授業料引き落としからです。年に4回に分けて引き落としされるそうです。一応、そこは想定内。それを除けば黒字に転じたと考えれば今月は万々歳です♪

(40代 大阪府)

10年ほど使ったパソコンを買い換えました。手元に届くのに2週間ほどかかりました。ファイルを保存し新しいパソコンに移行させたのですが、料理のレシピが消えていました。また時間を見つけて集めていこうと思います。久しぶりに緊張しました。古いパソコンも初期化し外付けのハードディスクも新しいパソコンにつないだら電源がつかい消えたり。慌てて新しいハードディスクを購入して移し替えました。いい頭の運動になりました。

(70代 大阪府)

3月にコロナ感染したときの保険給付金が入った。市から食料品など送られてきたものの一番感染者が多かったときで、すっかり良くなってからだったので、出費が増えていたのでありがたかった。社会人になった長男に会い、観光を兼ねて1人旅をしたので、娯楽費が増えた。

(50代 北海道)

今月はゴールデンウィークもあり食費がかさみました。それに加えて値上げラッシュ。節約だけでは追い付かず頭を悩まします。ポイ活も今までに増して真剣に取り組む家計の助けにしています。

(30代 千葉県)

交際費は結納でした次男の学資保険満期が、全く予想外に次男の結納に間に合いましたこればかりは予定をたてられるものではなく、進学にも学費にもあてずにコツコツ貯めてよかったです。

(50代 京都府)

## 収支（記入者平均・年代別）

	総合	30代以下	40代	50代	60代	70代以上
<b>&lt;収入&gt;</b>						
給料（夫）	431,073	378,172	431,487	508,761	367,781	178,686
給料（妻）	167,684	194,112	178,202	163,419	155,900	98,962
賞与（夫）	439,739	420,193	630,588	287,003	60,000	0
賞与（妻）	168,730	0	96,146	284,387	10,000	0
年金（公的）（夫）	184,272	110,309	0	160,729	191,380	189,824
年金（公的）（妻）	97,789	130,400	16,590	126,379	71,466	125,763
年金（私的）（夫）	149,791	0	0	93,593	159,265	133,787
年金（私的）（妻）	127,730	0	0	145,301	136,374	79,904
その他の収入	202,335	90,094	38,092	296,984	337,284	70,951
<b>&lt;税金&gt;</b>						
所得税（夫）	18,007	15,739	14,818	23,892	16,004	9,778
所得税（妻）	5,631	7,235	5,497	6,242	4,999	-149
住民税（夫）	24,707	20,139	23,204	30,805	22,772	9,285
住民税（妻）	10,003	11,810	10,262	11,198	7,620	6,878
その他の税金	64,374	54,614	60,911	64,948	64,962	70,635
<b>&lt;社会保険料&gt;</b>						
健康保険（夫）	23,993	21,222	25,262	26,632	21,238	15,808
健康保険（妻）	13,853	13,435	14,971	14,982	12,883	9,647
厚生年金（夫）	40,899	40,936	41,090	44,895	32,870	43,560
厚生年金（妻）	24,031	23,747	25,168	24,928	21,516	18,882
雇用保険（夫）	1,543	1,370	1,518	1,946	1,053	621
雇用保険（妻）	359	834	684	586	622	514
国民年金（夫）	110,370	10,478	134,360	97,824	276,188	0
国民年金（妻）	134,087	13,178	168,113	112,198	201,377	0
国民年金（子）	185,713	0	137,389	183,272	197,874	262,957
<b>&lt;私的保険料&gt;</b>						
生命保険	37,063	33,549	35,508	54,260	30,147	11,403
損害保険	14,861	11,712	11,585	17,295	15,787	16,906
個人年金ほか	27,496	19,062	25,831	31,455	25,915	63,448
<b>&lt;消費支出&gt;</b>						
食費	61,984	58,396	61,530	64,425	60,927	63,362
外食費	11,132	11,218	10,667	12,670	11,477	7,345
デリバリー・テイクアウト費	6,068	5,825	7,004	5,401	5,773	5,855
日用品費	12,017	16,133	13,289	12,385	9,904	8,157
住居費	79,533	74,295	70,012	72,498	140,951	34,375
住居費(上記以外)	65,649	51,880	53,770	58,781	99,614	45,233
電気	9,918	9,644	10,671	10,172	9,311	9,404
ガス	7,006	7,027	7,379	7,775	6,397	5,928
水道	7,148	7,275	8,234	7,420	6,197	6,211
水・光熱費(その他)	7,543	9,056	7,192	6,165	9,183	7,626
趣味・娯楽費	27,458	18,000	23,683	37,155	26,917	23,919
交際費	27,042	10,238	13,498	24,751	48,160	25,830
衣服・美容費	16,904	16,190	17,509	19,175	16,649	11,592
保険医療費	14,765	12,421	12,092	11,962	22,052	12,975
通信費	17,366	15,071	17,598	19,276	17,710	14,581
教育費	73,865	32,900	68,825	118,903	84,027	10,618
自動車費	34,093	26,880	33,577	41,978	37,476	15,229
その他の消費支出	56,844	106,499	64,976	52,134	46,470	30,746