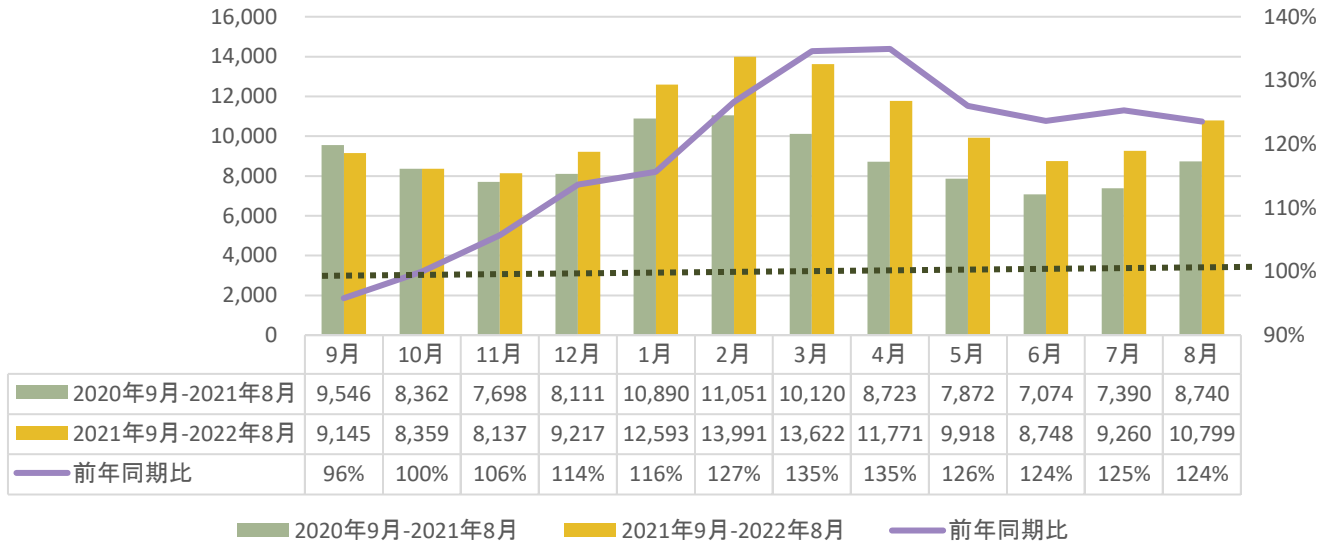


## TOPICS

## 『電気料金の推移（2020年9月－2022年8月）』

今月の有効回答数は1,050件。その内、30代以下が137件、40代が248件、50代が281件、60代が249件、70代以上が135件でした。



過去2年間の電気料金推移を見てみました。昨年2021年11月から料金が急上昇していることが分かります。2022年3～4月には、前年比135%まで上がり、その後も125%前後で推移しており、家計に大きな負担となっていることがうかがえます。

＼ コープやまぐち LPA ／

## 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 『気になる貯蓄の話』

コープ共済 ライフプランニング活動

検索

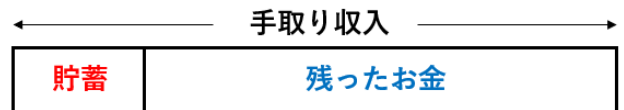
子どもの教育費、住宅ローンの頭金、老後の生活費のためにお金を貯めたい！と思っても、現実はなかなか難しいものです。みんながどのくらい貯蓄しているか気になりませんか？

金融広報中央委員会の「家計の金融行動に関する世論調査〔二人以上世帯〕（令和3年）」によると、全世帯における年間手取り収入からの貯蓄率は平均で11%になっています。

年間手取り収入が400万円の世帯なら年間44万円、月平均3.7万円を貯蓄していることになりませんが、もし500万円貯めようと思ったら11.4年、1,000万円なら22.7年ほどかかります。

「貯蓄をする目的は？」「必要額は？」「いつまでに必要なのか？」しっかりと考えてみましょう。

そして、貯蓄をする際に大切なことは「先取り貯蓄」です。



$$\text{手取り収入} - \text{貯蓄} = \text{支出 (残ったお金)}$$

収入から支出を引いて残りを貯蓄しようと思ったら余らなかった、という失敗をしないためにも「先取り貯蓄」を心掛けたいですね。そして時間を味方につけることもポイントになります。

さあ、思った時が「始め時」ですよ。



# 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	595,634	530,451	605,239	647,043	569,060	586,148
支出計	527,112	508,613	592,264	605,481	483,802	342,957
内消費支出計	366,689	341,006	409,404	398,643	357,028	265,594
内非消費支出計	160,422	167,607	182,860	206,838	126,774	77,363
収支	68,523	21,838	12,975	41,563	85,258	243,192

モニターさんのコメントから見た  
いろいろ出費

01

瓦のふき直し

36万3千円



02



全体の回数券

5万5千円

03

給湯器

85万円



## メールアドレスなど 登録情報の変更について

ご自身で変更することができます。  
毎月1日にお送りしているメールに、  
マニュアルと変更画面をご案内していますので、  
そちらを参照下さい。

「家計・くらしの調査」中の人

今月もたくさんコメント  
ありがとうございます。

11/8の皆既月食はご覧になりましたでしょうか。  
だんだんと月が隠れていく様子がとても  
神秘的でした。

コロナ第8波も広がり始めて  
いるようです。  
体調など崩されないよう、  
みなさまご自愛ください。



co-op 日本生協連【公式】  
@JCCU\_PR

日本生協連Twitter中の人

11月11日は#介護の日って知ってました？

そんな本日...  
介護・福祉のWebサイト  
「生協みんなの介護・くらしラボ」  
がオープン介護の基本的な知識や  
介護の工夫やアイデアを  
「レシピ」として公開してますよよかったらアクセスく  
ださい🌈🌟🎨📖👍🥰❤  
ツイートを翻訳する



coopwelfare.or.jp  
生協みんなの介護・くらしラボ  
「生協の介護・福祉」と、みんなでつくる日々の介護やくらしにまつわるアイ  
デアレシピ集。自分らしく、心ゆたかにくらしていく地域づくりを目指して

12:05 · 2022年11月11日 · ツイッターウェブアプリ

よかったら  
フォローください



## 8月の モニターさん からの声

我が家もコロナで8月の半分以上を自宅で過ごしました。検査キットや解熱剤、咳止め等医療費が増えたのと同時に子供の暇つぶしのおもちゃや本などの出費もかさみました。まだ味覚が戻らないので亜鉛や漢方を試してみようと思います。パート代も半分になってしまいました。保険金が出るようで助かります。(30代 岐阜県)

コロナで中止が続いた「ピースコンサート」を3年ぶりに開催する。コロナ禍での苦労があるけれど、ロシアのウクライナ侵攻があり、今こそ世界中で「平和」の思いを寄せ合うときだと開催を決めた。コンサート迄あと2日。不備があるかもしれないけれど、みんなで心寄せあう温かい場づくりをしていきたい。「来年も楽しみです」と言われるようなコンサートをめざし、私自身も楽しみたい。(70代 大阪府)

とにかく物価高。生活必需品ほど値上げしてないか？貧困家庭はもともと生活必需品しか買えないんだから、物価上昇がもろに家計に響く。負担大きすぎ。(50代 愛知県)

妻用のパソコンを買い替えたので一時的に支払いが増えている。これが仕事関連費としての現役最後の出費となるだろう。Windows 8からWindows 11に一気に進化したのでスピードアップできた。携帯電話もキャリアから格安で自分でSIMカードを変えたので事務手数料が無料になり毎月の利用料も5000円以上節約になるだろう。1年前と比較すると9000円以上節約になる。ポイントは激減するがそれ以上に安くできた。スマホにiPadにデスクトップパソコンそれぞれ見直して新たな生活に向けて再出発できる準備ができた。(60代 高知県)

子育て世代への特別給付金で2万円程収入があったが、8月末に引越しをした為、引越し料金と賃貸の退去費用が高くなってしまい、支出が大幅に上がった。(20代 千葉県)

夏休みで、高校生部活男子の空腹を踏うのに、半端ない食費がかかりました。(40代 京都府)

今年のお盆も実家に行ったくらいで夫も仕事で遠出はせず、家の近所を遊んでいた夏でした。その分、ちょっと高くて美味しいものを家で食べたいという気持ちが強くなり食費も増えたと思います。家の庭でBBQをしたり、魚屋さんに魚を捌いてもらって買うという買い方をするようになったのもコロナ禍でのわが家の変化です。(30代 愛知県)

値上げ、値上げで、生活が大変です。特に電気料金の値上げです。1月から8月までの8ヶ月で、昨年より51500円高くなりました。どこかに悪代官がいるようです。(80代 千葉県)

コロナ禍に伴い、毎年夏にしている家族旅行を控え、家族みんなでできるゲーム機を購入したため、娯楽費が上がりました。でも、随分楽しめたので、良かったと思います。来月からは、食費の削減に努めたいと思います。(50代 長崎県)

7月上旬のこと、食洗器の調子が悪くなり、修理を依頼しました。使い始めて10年。定期点検の時期でもあるので、仕方がないのかな？と思っていましたが、内部の汚れにびっくり！もっと頻繁に食洗器用洗剤剤を使うべきだな、と反省しました。使うだけ使って手入れを疎かにしがちな家電類のなんと多い事か。お世話になっている分、時には専用の道具を使っての手入れを心がけます。(40代 大阪府)

父がコロナ感染、2日後私も感染し、10日間の自宅療養を経験した。幸い二人とも軽症で済み、安堵する。のどの痛みは、いつもの風邪の方が症状が酷く、抗生剤を服用しないと治らないのに、今回、ロキソニンを服用しただけで、8日目くらいには、のどの赤味も褪せていた。ワクチンを3回接種していたのが良かったのかもしれない。夫と長男が家事をがんばってくれた。いつものありきたりの暮らしができる幸せを思う。(70代 滋賀県)

年金をもらえるようになったかと思うと嬉しい反面、人生も残りわずかなのかなとも思い一抹の寂しさを感じる今月の家計です。(60代 奈良県)

車検を受けた旦那がいきなり車を買って替えると言い出して、貯めていたお風呂のリフォーム代の100万円が、予定になかった車の頭金として飛びました。そして、一昨年から2回にわたって修理した雨漏りが・・・三度再発してしまい、金銭的、精神的ダメージにやられています。(50代 大阪府)

今月は、お盆があり、里帰りをしたら、弟夫婦と一緒にあったり、甥っ子達がバイクで来て、食事の用意をしたり、割と忙しく過ごして来ました。山間部の集落にある実家ですが、この猛暑の為に山といえども暑い日差しに頭がおかしくなる位でした。年寄った両親が2人で日頃は暮らしているため、エアコンの温度設定をしてあげたり、湿度対策にはスポーツドリンクを飲んだりする事等を教えてあげました。主人は、暑い中、自営業に励んでくれました。猛暑の中お疲れ様でした。(50代 徳島県)

娘一家がお盆を避けて八月末に帰省しました。娘一家の会話を聞いて楽しみました。娘が家族のつべんにて君臨しているのをみてあの娘が？と心で笑ってしまいました。賑やかな食卓を囲んでいっぱい笑いました。若さは何物にも代えられないエネルギーを持って80代の私達夫婦に活力を与えてくれました。思い出も作ってくれて有難いです。小5の孫がおばあちゃんところにずっといたいと言いましたがそれは遠慮したいです(笑) (70代 兵庫県)

久しぶりに親戚に会うにあたり、衣服、ガソリン、宿泊、外食などの出費が多かかってしまった。しかし、事前に家族が一人コロナに感染して医療保険金が出たために家計が潤っており、なんだか複雑な心境でした。(40代 北海道)

今月リフォーム代金として、220万円計上しました。清水の舞台から飛び降りる覚悟で、思い切ってお風呂と洗面所をリフォームしました。資金の不安が一番でしたが、キャンペーン期間だった事も後押しとなり、今しかないと思い決めました。綺麗で快適になったお風呂に入りながら、毎日幸せを感じていて、思い切った良かったなと思いました。元気に長生きして、元を取らないと・・・なんて、主人と笑いながら話しています。(60代 長野県)

孫達との4年ぶりの再会。長かった。新幹線から降り立った時に思いっきり抱きしめたかった。コロナの事もありグーと押さえた。孫達の大きな成長を真近に見えた。眩しいくらいに大きくなっていった。久しぶりの家族の再会に財布の紐は緩みっぱなしです。でも良いんです。生きているからこそ出来るんですから。(50代 青森県)

大阪府から1万円のクオカードペイが子育て世代へ送られてきました。有り難く近所の薬局で使いたいです。(30代 大阪府)

## 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
<収入>						
給料（夫）	437,420	429,758	434,035	506,405	359,362	195,594
給料（妻）	169,951	203,645	181,579	163,525	152,879	112,405
賞与（夫）	627,686	325,131	670,592	781,689	227,494	0
賞与（妻）	177,105	39,000	189,985	203,416	175,939	0
年金（公的）（夫）	322,836	107,940	122,894	109,984	303,056	375,837
年金（公的）（妻）	144,298	138,139	155,753	113,750	108,684	175,374
年金（私的）（夫）	157,123	0	0	156,640	141,456	213,136
年金（私的）（妻）	124,380	0	0	273,995	99,867	139,343
その他の収入	85,760	52,719	105,219	95,148	68,916	95,207
<税金>						
所得税（夫）	23,953	29,583	19,402	32,570	20,660	6,941
所得税（妻）	6,429	7,277	5,783	8,229	5,150	3,732
住民税（夫）	26,108	30,924	24,115	31,716	23,981	11,900
住民税（妻）	10,850	14,551	10,385	12,409	7,611	9,958
その他の税金	26,594	17,967	29,951	28,698	28,495	21,475
<社会保険料>						
健康保険（夫）	28,691	21,259	26,447	32,929	27,705	33,675
健康保険（妻）	15,443	14,142	15,881	18,348	13,246	15,323
厚生年金（夫）	41,630	36,241	42,133	48,276	33,755	16,576
厚生年金（妻）	26,063	25,591	27,912	26,013	24,804	17,685
雇用保険（夫）	1,531	1,390	1,544	1,834	1,148	624
雇用保険（妻）	448	730	737	-142	670	627
国民年金（夫）	18,429	11,350	19,342	26,244	21,500	6,380
国民年金（妻）	28,964	10,177	48,747	23,912	44,218	0
国民年金（子）	44,091	0	38,568	44,295	62,848	16,590
<私的保険料>						
生命保険	29,846	32,378	34,703	34,123	25,678	12,163
損害保険	15,423	14,829	18,694	13,069	17,696	11,206
個人年金ほか	29,727	18,618	24,521	40,445	30,283	13,521
<消費支出>						
食費	61,802	55,912	61,970	63,319	61,498	64,871
外食費	11,709	12,528	12,624	12,097	11,142	8,516
デリバリー・テイクアウト費	6,349	7,865	6,745	5,191	6,135	6,245
日用品費	12,416	15,667	13,926	13,398	9,737	8,906
住居費	95,239	75,067	126,327	88,996	92,378	35,639
住居費(上記以外)	93,839	118,280	32,630	48,072	185,895	94,873
電気	10,799	11,083	12,255	10,454	10,028	9,973
ガス	4,520	4,626	4,944	4,718	4,221	3,945
水道	6,948	7,016	7,495	6,869	6,834	6,314
水・光熱費(その他)	4,858	5,986	6,185	3,352	7,103	1,616
趣味・娯楽費	4,858	5,986	6,185	3,352	7,103	1,616
交際費	31,888	38,314	31,739	33,389	27,811	29,772
衣服・美容費	18,322	12,731	11,230	18,699	20,393	28,375
保険医療費	15,017	14,057	16,140	17,985	13,085	11,364
通信費	14,233	11,707	12,685	15,645	16,907	11,467
教育費	16,996	14,183	18,057	18,081	17,433	14,828
自動車費	57,645	31,739	51,355	92,568	65,043	5,423
その他の消費支出	37,819	20,972	33,549	53,962	42,324	16,447