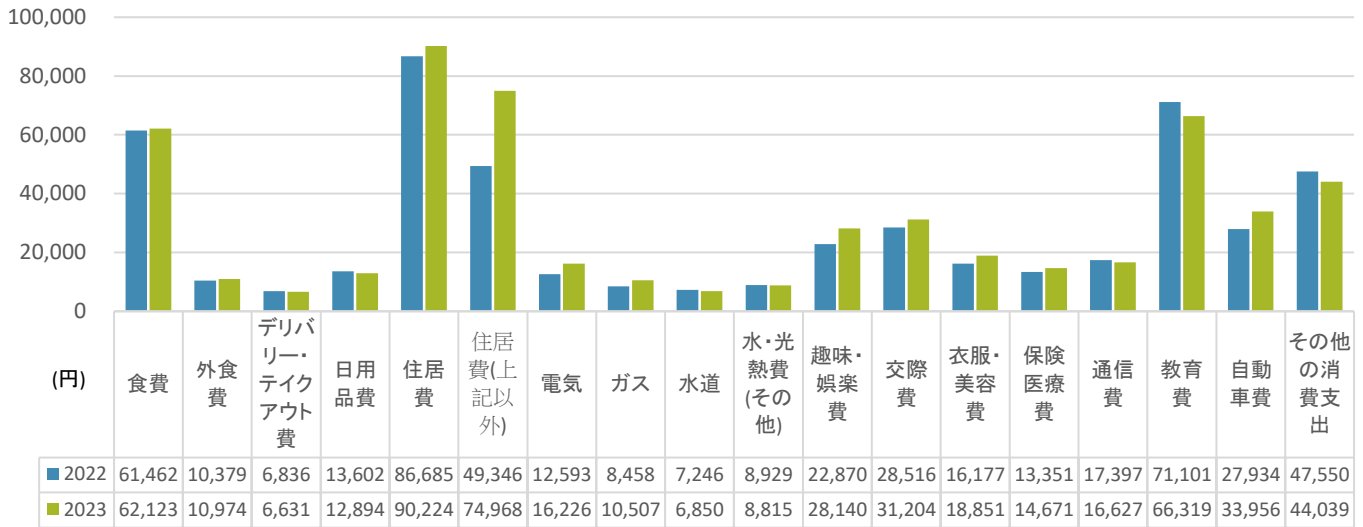


TOPICS

『1月消費支出 昨年との比較』

今月の有効回答数は1,052件。その内、30代以下が152件、40代が223件、50代が273件、60代が261件、70代以上が143件でした。



昨年と今年の1月消費支出を比べてみました。外食費は微増、デリバリー・テイクアウト費は微減しています。また、趣味・娯楽費、交際費、衣服・美容費は高くなり、コロナ禍のステイホーム時代から抜け出しつつある状況が表れた結果となりました。電気・ガスは、料金の値上がりが大きく影響しています。

＼ コープさっぽろLPA 松島 良子さん ／

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 『賢い消費者への道』

コープ共済 ライフプランニング活動

検索

コープさっぽろLPAです。7名のメンバーで、全道の組合員さん対象に、オンラインや対面のマネー講座・講演会・個人相談などを行っています。

「XX円以上は送料無料」となっているネット通販。送料無料にするために、そんなに必要ではないものを追加したり、「X個買ったら1個無料」に引かれて、必要以上に多く買ってしまったことはありませんか？

購買意欲をそそる販売のカラクリを知って、賢い消費者になりましょう。

● 「XX円以上は送料無料」

送料無料にするための追加購入は、損失回避性という思考の習性が関係します。「送料無料を利用できないのは損！」とってしまうのです。

実際の損得と、心理的な損得は一致しないといわれます。カートの中身と総合計を見て冷静に判断しましょう。

● 「X個買ったら1個無料」

お金を支払う時、心理的には出費の痛みがありますが、「X個買ったら1個無料」には無料という大きなお得によって痛みが少なくなる効果があります。

4個買ったら1個無料は、5個で20%引きと同じです。本当に必要な個数でしょうか？

販売のテクニックとして、いたるところでこのような方法が使われています。

カラクリを知ることによって冷静な判断ができ、必要のない買い物を避けられるかもしれません。



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	471,371	476,197	580,723	604,436	422,489	130,897
支出計	513,693	468,886	614,514	584,313	452,388	379,585
内消費支出計	380,551	338,757	443,592	415,413	341,011	332,282
内非消費支出計	133,343	130,199	174,306	170,271	109,779	44,314
収支	▲ 42,322	7,311	▲ 33,791	20,123	▲ 29,899	▲ 248,689

モニターさんの
コメントから見えた

い ろ い ろ 出 費

01

お年玉


18万円



02

節水型シャワーヘッド

1万8千円



03

中学の制服やジャージ

8万円



遅くなりましたが、2023年の「家計・くらしの調査」報告書の第1号をお届けします。モニターのみなさま、1年間ご協力の程どうぞよろしく願いいたします！

今年もLPAさんのご協力により、「LPAのちょっとだけ！コラム」を継続いたします。2か月ごとに、様々な生協のLPAさんより、くらしに役立つ情報をお届け予定です。どうぞお楽しみに♪



日本生協連twitter

CO-OP 日本生協連【公式】 @JCCU_PR

※商品なるほどシート

商品特性に関するお問い合わせから「なるほど〜」と書える豆知識を集めています

不定期に発信します... よかったらご覧ください

今回は「ヨーグルトが水っぽい」という声に、ほかさが解説しています。

おクニタラ イク...

ヨーグルトが水っぽい、やわらかい気がします。

ヨーグルトの成分である乳清(ホエイ)が出てきたり、ヨーグルトのかたまりがくずれてしまったんじや。

ヨーグルトは牛乳のタンパク質が乳酸菌のはたらきによりかたまってきたものです。衝撃や凍結、解凍の影響でかたまりがくずれ、水分(乳清)が出たり、やわらかくなったりします。また、温度上昇による発酵の進みや、逆に凍結の影響などで水分が出てくる場合もあります。

POINT ヨーグルトを保存するときは...

- ❑冷蔵庫にたてて保存しましょう。
- ❑衝撃を年々減らすように丁寧に取り扱い、商品に震動が伝わりやすいドアポケットには入れないようにしましょう。
- ❑冷気が直接当たり続けて温度が冷えてしまうところは避けてください。
- ❑開封したら早めに食べましょう。

白紙が経過したり、かき混ぜたりすると分離しやすくなります。



1月の モニターさん からの声

大学受験に係る費用が想定外のものとなり、新年早々青ざめました！！
受験料、交通費、宿泊費…複数の大学受験ですから、巨額の支出です。来月も計上あります(泣)(50代 徳島県)

二男が歯科矯正を始めました。長男も3年前から歯科矯正に通っています。とてもお金がかかりますが、歯並びが悪いと食事がきれいに食べられなかったり、集中力が下がると聞き、見た目問題もあるので、二人目も歯科矯正をすることにしました。
歯並びは遺伝するのか、主人も歯科矯正をしたそうなんです。私に似てくれればよかったのに...っと思ったりします。(40代 東京都)

電気代が倍近くになっていてびっくりした。節電を意識し始めた。(20代 福岡県)

1月の出費はいつも大きくなります。かなり節約しているおかげなのか、思った以上に出費がなくて助かりました。この調子で一年過ごしたいです。また、去年の12月でやっと住宅ローンが完済しました。今年から支払いがないうれしさを、この調査の記入でしみじみ実感しました。(60代 滋賀県)

毎年受けている人間ドック費用、二人分85,600円。
もう80歳間近だし、少し簡単な物でも良いかとは思いますが、恒例行事となっていて、安心料と思って受けている。(70代 神奈川県)

いろいろなものが値上がりし、これまで使う決心のつかなかったスマホ決済を使うプレミアム商品券を買いました。意外と簡単に使えて、地元の中小店舗のあちこちで使えるので、どこで使おうか悩むのも楽しかったです。マイナンバーカードもできれば作りたくなかったのですが、家族5人で10万ポイントにつられてとうとう作りました。個人情報と引き換えにお金を手に入れたような複雑な気持ちです。(30代 和歌山県)

毎日の仕事が疲れて、年齢的にフルタイムがキツイですが、教育費を払うんだ！と思いながら毎日出勤しています。教育費がしんどいです。(50代 兵庫県)

物価が上がっているのに、仕事を辞めると決断しました。20年間勤めてきましたが、、、ココロと体力が前向きになれず、このままでは病気になってしまうと思いました。
仕事もお金も大事ですが、やはり健康は何よりだと思います。金銭面では苦しくなりますが、ココロが豊かになる暮らしをちょっとづつして行きたいなと思います。(40代 神奈川県)

節電チャレンジに挑戦して、昨年度より3割削減でした。しかし、電気代はほとんど同じで、燃料調整費が1万円とはどのようなことでしょう。
2月からは国からの支援があるようですが、電気と都市ガスのみ、LPガスの方が何倍も単価は高いのです。東北の冬は厳しい結果になりそうです。(60代 宮城県)

今月は長男の中学進学準備のため制服・ジャージの購入、スマホ購入、塾の体験、一人部屋にエアコン設置などで支払いが重なり、長男が生まれてから継続してきた貯金を初めて切り崩すこととなりました。
息子は4月からの新生活に不安と期待が入り交じりなんだが落ち着かない様子ですが、自宅の環境を整え親としてできる限りサポートしてあげられたらと思います。
どんどん手が離れていき寂しい気持ちですが、これからも息子らしく成長していってくれることを願うばかりです。(30代 神奈川県)

子どもが社会人になって教育費が0円になり、家計がやっと黒字になるようになりました。
二人の子どもは公立の学校に行ってくれていましたが、本当にエンジェル係数は高かったと思います。(60代 奈良県)

年末に娘家族が帰ってきたので、息子家族と一緒にお正月を祝いました。孫たちへのお年玉でうれしい悲鳴です。30年ぐらい前に、主人が新製品の開発でいただいた社長賞の時計が故障したので修理しました。
その費用が39250円でした。当時の時計の値段が30数万円だとか。最近時計を身に着ける機会が少なくなりました。(70代 徳島県)

覚悟はしていたが電気代が今までない価格です。暖房用灯油も高くなっている。雪が積もっているので太陽光発電も望めない。マイナス11°Cまでしげばれるこの地域で我慢をして風邪をひいて医者にかかっても馬鹿らしい。暖かくなるまでジーンと待っているのが得策かな。春よ来い 早く来い!!!!(70代 青森県)

お年玉やお年始のやり取りはいつものことですが、今年は年初からとんだ出費がありました。(悲鳴！)
トイレとエアコンが故障して買い替える羽目になり予定外の大出費。併せて車検も重なり大赤字の月となりました。見かねて夫が自分の貯めていた小遣いの中から幾分か補助してくれました。(80代 山口県)

電気代・ガス代の高騰が気になり、1年前の2022年1月と比べてみました。電気・ガス共に使用量は昨年より減っているにもかかわらず、金額は大幅にアップしていました。それぞれの単価を単純に比較したところ、電気代は約1.18倍、ガス代は約1.43倍になっています。昨年の使用量を今年1月の使用量に換算して比較したところ我が家の場合、電気代が3060円、ガス代が5050円相当高くなったことがわかりました。(50代 東京都)

夫の会社が突然廃業。発表されてから廃業まで10日しかなかったのでびっくりと同時に焦りました。
どうにか次の仕事も見つかり、ほっとしました。まだ年金も満額貰えないし、収入がなかったら、娘の扶養になるつもりでした。(60代 茨城県)

長年欲しくて悩んでいた電気乾燥機を買いました。年末にパートにも6万円の賞与をいただいたのでその分にあてました。
また、20年近く運転してきて初めて飛び石でフロントガラスにヒビが入り、リペア代がかかりましたが、交換にならなくてまだ良かったです。(30代 岐阜県)

家計簿を書いただけでどこか安心して終わってしまったので、今年から本当に予算内で収めるように頑張る！特別支出の一年の流れもだいぶんつかめてきたので、貯金できちんと積み立てておいて慌てないのが今年の目標。1月は福袋を買ったのが大きい出費だった。外食はもっと減らさないとなあ。(40代 長崎県)

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(世帯主)	411,158	369,043	429,902	475,282	361,188	183,495
給料(世帯主の配偶者)	160,271	193,561	172,691	158,915	142,656	92,178
賞与(世帯主)	389,395	269,322	366,413	453,332	441,594	0
賞与(世帯主の配偶者)	140,577	0	37,102	240,329	126,434	0
年金(公的)(世帯主)	229,722	88,900	0	199,444	261,308	188,462
年金(公的)(世帯主の配偶者)	72,840	20,000	0	104,597	49,303	95,327
年金(私的)(世帯主)	202,637	0	0	238,800	150,798	338,177
年金(私的)(世帯主の配偶者)	107,059	0	0	0	121,937	62,425
その他の収入	86,298	84,283	78,335	110,833	72,425	84,556
<税金>						
所得税(世帯主)	12,265	10,681	11,667	13,549	13,200	7,608
所得税(世帯主の配偶者)	4,833	6,524	3,516	6,251	4,004	1,764
住民税(世帯主)	24,861	19,132	22,955	31,779	24,053	12,633
住民税(世帯主の配偶者)	10,448	13,417	10,438	11,936	7,376	7,851
その他の税金	24,258	13,738	27,121	21,850	23,850	31,094
<社会保険料>	41,436					
健康保険(世帯主)	24,856	20,524	25,917	27,564	24,844	20,331
健康保険(世帯主の配偶者)	14,591	14,475	16,634	17,230	13,881	7,368
厚生年金(世帯主)	40,415	36,180	41,985	44,868	34,966	29,890
厚生年金(世帯主の配偶者)	23,926	25,252	25,820	23,318	21,828	12,739
雇用保険(世帯主)	2,215	2,058	2,317	2,464	1,923	949
雇用保険(世帯主の配偶者)	1,096	1,286	1,042	1,103	1,055	836
国民年金(世帯主)	17,181	15,027	15,044	14,311	59,475	0
国民年金(世帯主の配偶者)	16,837	10,355	14,890	21,623	18,923	0
国民年金(子)	12,450	0	20,245	17,965	-3,170	16,590
<私的保険料>						
生命保険	29,615	30,678	40,202	34,255	20,775	13,456
損害保険	13,885	9,948	13,946	11,192	17,663	17,340
個人年金ほか	21,816	16,264	20,838	24,152	19,537	59,998
<消費支出>						
食費	62,123	54,257	64,350	63,962	62,147	63,459
外食費	10,974	12,279	11,128	11,591	9,589	10,401
デリバリー・テイクアウト費	6,631	7,383	6,625	7,086	6,009	5,845
日用品費	12,894	17,068	13,986	13,373	10,953	9,061
住居費	90,224	78,410	86,190	96,373	125,163	37,793
住居費(上記以外)	74,968	87,068	148,026	57,350	46,087	68,836
電気	16,226	16,326	18,611	15,973	15,198	14,754
ガス	10,507	10,137	11,647	10,935	9,923	9,679
水道	6,850	7,124	7,990	6,784	6,393	5,630
水・光熱費(その他)	8,815	14,979	9,327	7,475	8,834	7,827
趣味・娯楽費	28,140	21,671	29,138	36,063	27,067	20,227
交際費	31,204	9,601	18,263	25,894	30,968	75,779
衣服・美容費	18,851	17,951	18,153	22,836	17,944	14,688
保険医療費	14,671	14,835	15,872	12,395	16,281	14,001
通信費	16,627	13,280	17,180	18,988	17,258	13,619
教育費	66,319	30,554	78,069	81,883	51,442	96,018
自動車費	33,956	26,751	23,588	35,919	30,837	68,398
その他の消費支出	44,039	40,074	48,920	50,385	43,836	28,020