

年末年始を控えたこの時期、

家計の支出を抑えるための
節約の鉄則について

今回は、考えてみることにしました。

ご自身の家計収支を知る

まず、ご自身の家計収支を知らなくては、
対策の打ちようありません。

そこで、
まず、家計収支を把握することが大切です。

その方法は、

家計簿を付けているご家庭であれば、
その数値を参考にすれば良いでしょう。

また、家計簿は付けていなくても、
サラリーマンなどの給与所得者であれば、
私がいつもお伝えしている方法ですが、
次のように調べることができます。

その年の年末と一年前の
給与が入る預貯金通帳を用意して、

今年の残高から昨年の残高を引いた額が、
年間の家計収支の黒字額になります。

もし、マイナスであれば、
この一年間の家計収支は
赤字だったということです。

次に、手計算で毎月の収入を足して、
年間の家計収入を算出します。

算出した額から、
先ほどの、

年間の家計収支の額を引きます。

ここで出てきた数字が、
年間の家計支出の額となります。

年間の家計収入と支出を 12 で割れば、
毎月の家計収入と支出の平均の額がわかります。

同じことを、
出来れば過去 5 年分してみれば、
より精度の高い、
毎月の家計収支の額がわかるでしょう。

なお、自家用車を買替えたなど、
特定の高価な買い物をした額は、

年間の支出額のカウントから外して、
平均値を求めても良いでしょう。

家計支出で出ていくもの

毎月定額で支出をしている家計支出としては、

- ・水道代、電気代、ガス代
- ・食費
- ・子どもの塾代などを含めた教育費
- ・ご自身や家族の医療費
- ・家賃 など

中には、
家賃住宅ローンの毎月の返済額といった
毎月支出が必要なお金もあるでしょう。

家庭により異なってきますが、
将来、まとまった支出が必要となる
費用の準備をたすため、
貯蓄に回す額の家計支出とします。

- ・子どもの進学費用
- ・住宅ローンの頭金

・老後の生活費
などがこれに当たります。

実際にいるときになって、
即金で用立てるのはむずかしい、
高額な出費は、
定期的に貯蓄をして準備しておきます。

将来、これらの費用が必要になるけど、
まだ準備していなければ、

早々に準備、
つまり貯蓄を始めることも必要です。

家計支出を抑える仕組みを作る

毎月の家計から
定期的な支出がわかったところで、

家計の収入に対して
支出が多くないかのチェックです。

必要以上に支出が多ければ、
無駄使いをしていると言えます。

買うときは必要だと思っても、

実際には必要なかったものは、
チェックの対象になるでしょう。

とはいうものの、
ただチェックをするといっても、
その効果は期待できません。

現状のままではなく、
家計からお金が簡単に出ていかない
仕組みを作ることが大切です。

この仕組みを作る方法ですが、

結論から申し上げます
と簡単ではありません。

なぜなら、
現在世の中はキャッシュレスに向かっており、

現金で買い物をすることが、
少なくなっているということもいえます。

高額な買い物を現金ですれば、
現金を支払うときに
本当に買った方が良いのか、

人によっては、
抑制効果があるでしょう。

しかし、
クレジットカードなどで決済をする、
現在では、
この効果はあまり期待できません。

ご自身で、ご自身にあった、
お金の使わない仕組みを作る、
むずかしい世の中になったとも言えます。

節約は難しい

お金の使わないことは、

節約につながることもあります。

この節約は、
歳を取るとに、

生活の環境を変えることでもあり

歳を取ってから

生活環境を変えたくない
摂理に反することで、
むずかしくなります。

歳を取ってからの節約は、

時には、
主な収入が公的年金の生活になり、

現役時代より収入が減ったことに気が付き、
やむなく
家計支出を減らさざるを得ない場合もあります。

貯蓄を取り崩すなどして、
これまでと同額の家計支出で、
生活は何とか維持できても、

こころを病む方も出てくるでしょう。

そうならない為には、

今から、
本当に必要な物を買うのか？

問う習慣も必要です。

また、節約をするために、

お金の使わないことが鉄則です。

節約の掟を創っておくことです。

節約の掟

その節約の掟を作るには、

時代と逆行することもあり、
むずかしいところもありますが、

1. 現金で支払うこと
2. キャッシュカードの支払限度額を、出来る限り低額に抑えておくこと
3. リボリング、キャッシングの機能を停止すること
4. 何枚もクレジットカードを持っていれば、使うクレジットカードは限定して、それ以外は解約すること

そしてなりより、
5. 目的を持って貯蓄をすることです。

老後の生活費のために、
貯蓄をすることが必要とはわかっているが、
では具体的にいくらしたら良いのかわからない、
といわれる方がみえます。

現在の家計支出額と同額で、
老後も生活するのに、
年金収入で足りない分を貯蓄で賄う。

これは基本です。

でも、まだ具体的に、
いくら貯めたら良いのかわからない、
ならば、

老後の生活に入ったら、
毎年海外旅行に行くことを目的に、
貯蓄をしてください。

とわたくしは言っています。

家計を使わない工夫は、
今すぐにもできます。

また、しておかないと
老いとともに
大変なことにもなりかねません。

生涯、お金を貯める習慣は
すぐには身につかないかもしれませんが。
しかし、必要なのです。

節約の掟でもあるのです

*****:
■「人生の添乗員 (R)」からのワンポイントメッセージ
*****:

使わない工夫をする

節約の鉄則です！

掟を守って、

節約を実行しましょう。

*****:
■人生の添乗員 (R) 牧野寿和のプロフィール
*****:

日本で唯一「人生の添乗員 (R)」を名乗れる

公正中立な独立系ファイナンシャルプランナー

開業 16 年目

1958 年 名古屋市生まれ、大学（東海大学卒業）以外は、名古屋で生活をする。

1982 年～2001 年 旅行会社に勤務。業務で世界各地を廻っていた時、
日本の方と他国の方々のお金との付き合い方の違いを感じていた。
そんな時渡米した折に、初めてファイナンシャルプランナーの存在を知り、
日本でもこの業務の必要性を認識する。

2003 年 牧野 FP 事務所を創業。

2018年から牧野FP事務所合同会社を設立。

これまでに、延べ900件以上の様々な相談に対応。

現在は、相談者へのプランニングの助言と提案を主な業務とし、

相談者に、安心できる生活が送れるように、

丁寧な業務を心がけている。

<保有資格>

- ・NPO法人日本ファイナンシャルプランナーズ（FP）協会 CFP（R）認定者
- ・1級ファイナンシャル・プランニング技能士（資産設計提案業務）
- ・福祉住環境コーディネーター
- ・総合旅行業務取扱管理者 など

<取材協力>

メ〜テレ（名古屋テレビ）「UP！」

<出版>

「銀行も不動産屋も絶対教えてくれない！
頭金ゼロでムリなく家を買う方法」河出書房新社

<監修>

「空き家」に困ったら最初に読む本」河出書房新社

なぜ、「人生の添乗員（R）」なのか？

詳しいプロフィールはこちらから

現在、相談を受けている方は、名古屋市内はもとより
愛知、岐阜、三重県、
ご紹介をいただいて、首都圏や関西にも
足を延ばす機会が増えてきました。

「人生の添乗員（R）」どこまでも行きます。

他人を気にすることなく、
相談者ご自身にとって
有益な提案を心がけています。

■編集後記

老後の生活資金をいくら貯めたら良いのか、
その金額がわからないので、
取りあえずは、
旅行に行くために貯める。

本文でもお話ししましたが、
この貯めたお金で、
定期的に旅行に行く方もみえます。

また、急にお金が必要になった時は、
旅行は取りやめて、
このお金で用立てた。

という方もみえました。

お金を貯める習慣は、生涯必要ですね！

【人生の添乗員(R)】からのワンポイントメッセージ

来週もご愛読のほど、
よろしく願い申し上げます。

「人生の添乗員」「人生の行程表」は牧野寿和の登録商標です

■ 【人生の添乗員(R)】からのワンポイントメッセージ

発行：

牧野FP事務所合同会社 代表社員 牧野寿和
〒467-0823 名古屋市瑞穂区津賀田町2-86

■登録・解除は、ご自身でお願いいたします。

こちらから出来ます。

<http://www.mag2.com/m/0001575058.html>

■本メルマガに関するご意見・お問い合わせはこちらまで
お願いいたします

E-MAIL : makino.fp@beach.ocn.ne.jp

牧野FP事務所合同会社 公式サイト：<https://www.makino-fp.com>

■記事内容に関してのトラブル等について当方では一切責任を負いかねます。
ご自身の責任でご判断下さい。
