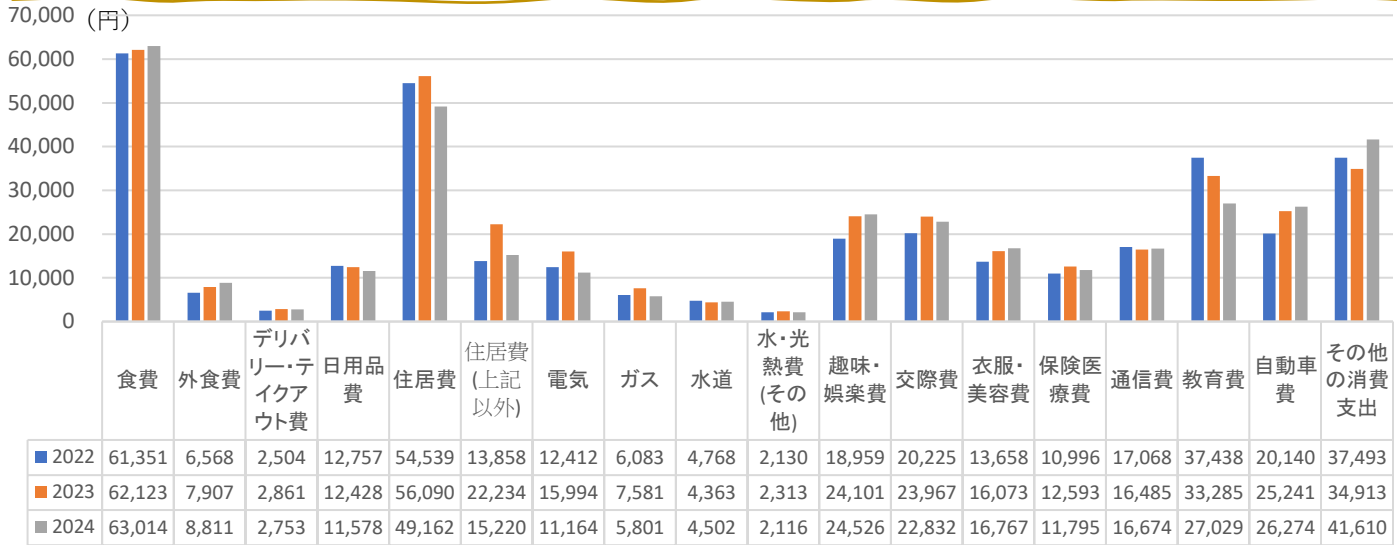


TOPICS

『2022-2024年 1月の消費支出』

今月の有効回答数は1,109件。その内、30代以下が156件、40代が250件、50代が274件、60代が279件、70代以上が150件でした。



2022年～2024年の1月の消費支出（総平均）を比べてみました。外食費、趣味・娯楽費、衣服・美容費は右肩上がり、コロナ禍から日常生活に戻った様子がうかがえます。また、食費も増加しており、物価高騰の影響が出ていると考えられます。電気・ガスは2023年2月請求分よりスタートした補助金制度により、2024年1月は前年より支出が抑えられています。

LPAの ちょっとだけ！コラム

＼ コープさっぽろ 武石 晴子 さん ／

今月のテーマ『あなたはなぜ医療保険に入るのか』

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

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。6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。

は十分にアリ、です。

【医療保険に入っておいたほうが良い人】

あなたは医療保険に入っていますか？
「なぜ入るのか」「自分には必要か」考えたことはありますか？

- ①貯蓄が少ない人
共済など、少ない掛金で基本的な保障が用意されているものに入っておくと安心です。
- ②自営業・フリーランスの人
会社員と違って有給休暇や傷病手当金制度がない人は、収入減を補う意味でも必要でしょう。
- ③夫（妻）の扶養に入ってパートで働いている人
特にパート収入で教育費や住宅ローン返済を支えている、という人は備えた方が良いでしょう。

【医療保険のコスパは？】

日本の健康保険には高額療養費制度があり、健康保険が使える治療なら、どんなに高額な治療でも1か月に10万円程度※の支払いで済みます（※収入による）。

医療保険は基本的に掛け捨てです。一生のうち何度か入院や手術をして保険金を受け取ったとしても、トータルでは元は取れないことがほとんどでしょう。自分がどんな病気になるかは予測できませんが、「医療費は貯蓄で備える」という考え

【家計の負担にならない保険料で】

元が取れない医療保険だからこそ、家計の負担にならないことが大前提です。教育費のピークでも、年金収入だけになっても、払える保険料かどうかまずはチェックしましょう。



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	477,324	478,805	591,565	617,658	414,474	145,940
支出計	498,310	460,919	568,555	574,338	473,819	326,800
内消費支出計	361,629	333,548	409,513	399,338	339,410	283,472
内非消費支出計	136,681	127,371	159,042	175,000	134,409	43,328
収支	▲ 20,986	17,886	23,010	43,321	▲ 59,345	▲ 180,860

モニターさんの
コメントから見えた

い ろ い ろ 出 費

01

子の結婚式

208万円



02

卒業旅行
(イタリア・スペイン)

41万円



03

能登半島地震への寄付

1万円



2024年最初の報告書です。

今年は、全国より約1,300名の方にモニター登録頂いています。みなさま、1年間どうぞよろしくお願いいたします。

2024年も引き続き、LPAさんによるコラム「LPAのちょっとだけ！コラム」を掲載いたします。今年は、コープさっぽろ、パルシステム神奈川、コープみえの3生協にご協力いただく予定です。お楽しみに！

※2月1～20日に回答頂いた、1月分の報告書は4月発行となります。少しタイムラグがありますがご了承ください。



日本生協連twitter

日本生協連【公式】
@JCCU_PR

知ってないけりゃ、わからない。
何のことかと言いますと...

「大豆でつくったから揚げ まめからくん」

名の通りお肉ではなく
大豆でつくったから揚げ🍌
普通にお弁当や食卓に出して見られる人はいるのか🍌

少なくともウチの家族に
そんな名探偵はいませんでした
🍌お伊加ッテヨ...#コープ

Translate post



7:45 AM - Apr 3, 2024 · 3,407 Views



1月の モニターさん からの声

今まで自然災害がなかったので、今回の地震発生はかなりショッキングでした。慌てて防災関係のものを購入しました。これからは色々考えて準備を進めていきます。(60代 富山県)

蓄電池の設置工事を行い、200万円近い出費がありました。高騰している電気代を抑えるためと災害時の非常用電源として設置しましたが、効果はいかに…モトが取れたらいいのですが。(40代 兵庫県)

エンゲル係数が多くて貯金が出来ません。少しダイエットします。身体と家計を。(70代 愛知県)

人生で初めての車検！
高額でびっくり！(20代 神奈川県)

今月の教育費はとても高額になってしまった。遡ること半年前。長男の学校で三者面談があり、先生から英語が得意なようなのでショートステイに行ってみないかとの打診を受け、長男も私も乗り気に(笑)
その振込みがあり、62万超。コロナ禍で中学の修学旅行も 高校入学時に行くはずだった 留学もなくなってしまったので、ショートステイ楽しんで来てくれるといいな。(50代 茨城県)

2024年の始まりに神様に幸せでありますようにお祈りをして間もなく能登半島に驚愕の大地震が起きました。能登の地震の被害者の皆様を思うと、今月の家計は反省の材料一杯です。普通の生活を過ごせる有難さを感じます。スーパーの義援金の透明な箱にお札が一杯入っているのを見ると皆様の寄り添いを十分感じます。私も割引品を買って少しでも応援の寄付をしています。雪の中に立ちつくす人達を見ると涙が出ます。(80代 兵庫県)

今まで世帯収支全体で数字を見たことなかったので、知ることができた。赤字か黒字、貯蓄に回せる金額がどのくらいあるかを把握してみるいい機会だった。継続して年間収支を把握したいです。(30代 新潟県)

正月早々冷蔵庫が壊れて購入することになった。我が家は団地の三階で、冷蔵庫を運ぶにあたり、一階につき3,000円必要と言われた。ピアノの時代以来びっくりです。(80代 神奈川県)

今月は人間ドックを夫婦で受けたので、医療費が高くなっています。貯めておけとは聞いていたけれど、受験の受験料や交通費、宿代もなかなかの金額がかかるものだと驚きました。こんなにお金をかけているのだから、どこかしら受かってほしいものです。お金がなくて大学に行けなかった私としては、行きたいなら行かせてやりたいと、頑張ってお金を貯めてきたのですが、足りるか心配です。あとの子たちもつかえているし、一人にかけすぎるわけにはいかないので、家計からどれだけ出すか、バランスがむずかしいです。(40代 青森県)

新Nisaで積み立て投資をしていく。月5万成長投資枠も上手く使いたい。(30代 静岡県)

主人が楽器を購入しました。日本ではとても珍しいスコットランドのバグパイプです。当然スコットランドで作られたもので、知り合いから譲っていただきましたが、355,000円でした。主人の楽器好きは、まだまだ続きそうですが、私も一緒に楽しませてもらっているのも、良い趣味だと思っています。今月から私の特別支給の老齢年金が支給されました。老後という言葉がだんだんリアルになってきましたね。(60代 大阪府)

28歳で就職出来ない娘が専門学校に通うこととなり、半年分の授業料を支払いました。いつまで親のスネをかじるのか、大学も留年し続け中退しているの、通学出来るのか不安しかありません。(50代 北海道)

正月早々の能登半島地震。6年前息子達の知的障害者水泳競技金沢大会の後に能登半島を観光した。輪島朝市でクラスミヤノドグロを売っていたおばちゃん達、普通では無い息子達に「よく来てくれたなあ〜」と優しい目で声をかけてくれた塗師のお母さん。あのあったかい目には息子達と同じような子供さんがいるのかなと感じた。東日本大震災を経験したあの時を思い出して今頃どうしているのだろうかとか心が痛む。自閉症の人達は、ダウン症の人達は、そしてファミリーは。神仏に祈りながら今我が家ができる事を考えた。そして募金箱にお札を入れた。願わくば自民党パーティー券裏金の全てを募金箱に入れて欲しいものです。ガンバレ石川県 頑張れ能登半島 がんばれ輪島 (70代 青森県)

1月から心新たに気を引き締めて…のつもりが、様々なストレスと多忙から買い物に走ってしまい、特に食費が大変なことに…(OvO)。40年近く主婦業に専念しながら、節約技を活かしていない自分がなさけないのと、頑張れない自分を何とか変えたいジレンマと。でも一か月を振り返ることで、本当に色々学ぶ事も多く、こんな私ですが、今年はずっと成長できるように、家計と向き合っていきたいと思っていますので、本年度もどうぞ宜しくお願い致しますm(_)_m (60代 兵庫県)

食費が毎月10万円超えです。小中学生が満足する肉も野菜もたっぷりですがコスパがいいメニューを探しています。みなさん、どのように節約しているんでしょう。(30代 北海道)

収入欄に「0」が続く集計を見て、年金生活を実感した。知り合いが施設に入居し、会いに行ったら、一人で暮らしていた家も売るので、「いる物があればもらって」と言う。かつてパッチワークを教えていただいていた彼女の家は、いつもきちんと整理していて、どこに何があるか今でも把握している。数人で空っぽの彼女の家に入り、がらんとした部屋を見て、私も行く道なのかと思った。なぜか無性にさみしく、私もこうなるのだろうか。少しでも生き生きと、楽しむ時間を延ばしたい。健康保険料・介護保険料などの値上げが高齢者を直撃している。人間らしく生きられる社会を望むばかりです。(70代 大阪府)

パートの時給も上がりましたが、物価も上がり厳しい状況は変わりません。車1台生活をしてはいますが、まだまだ見直しが必要だと感じました。(40代 新潟県)

元旦に能登で大地震があり不穏で、被害のなかった所に住んでいても非日常に感じました。そんな月の中頃、長男が携帯の通信料が高くなってたら教えてというので、マイページを見てみたら、異常な発信件数が。理由を聞くと、勝手にSMSを送信してと言うので、まず解約しました。解約した日に新しい番号に迷惑メールの苦情が折り電でかかってきたらしく、これでは解決にならんと慌てて夜中にコールセンターに問い合わせ、セキュリティソフトを購入して対策しました。SMSは1件3円なので3,000円の被害ではあったものの、100件勝手に送信していたわけで、長男は自分は被害者だと言うけれど、相手に迷惑をかけていたので、本当に気味が悪く焦りました。(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
<収入>						
給料(世帯主)	405,221	358,884	426,918	475,826	355,969	170,459
給料(世帯主の配偶者)	165,862	189,365	169,285	169,070	157,386	94,845
賞与(世帯主)	441,350	294,755	440,811	539,465	332,287	0
賞与(世帯主の配偶者)	152,966	168,116	202,679	189,768	56,723	0
年金(公的)(世帯主)	172,922	59,760	77,365	134,148	191,115	187,800
年金(公的)(世帯主の配偶者)	73,508	0	0	0	63,207	83,808
年金(私的)(世帯主)	154,323	10,000	57,000	269,591	101,482	309,317
年金(私的)(世帯主の配偶者)	311,200	0	2,625,098	0	129,680	95,766
その他の収入	97,721	96,472	83,334	119,885	89,432	98,506
<税金>						
所得税(世帯主)	14,857	10,683	16,865	18,448	11,688	8,424
所得税(世帯主の配偶者)	5,017	8,611	6,386	4,826	2,151	2,414
住民税(世帯主)	24,631	17,366	23,329	29,392	27,633	11,616
住民税(世帯主の配偶者)	10,699	14,109	12,383	11,188	6,461	7,993
その他の税金	18,360	28,972	17,578	14,790	18,870	18,819
<社会保険料>						
健康保険(世帯主)	24,888	18,791	26,136	27,360	25,150	23,281
健康保険(世帯主の配偶者)	14,400	14,901	18,029	15,339	12,519	9,595
厚生年金(世帯主)	40,303	35,271	41,457	46,040	34,446	29,370
厚生年金(世帯主の配偶者)	24,728	27,187	26,722	24,699	21,455	15,941
雇用保険(世帯主)	2,659	2,329	2,746	3,148	2,205	1,311
雇用保険(世帯主の配偶者)	1,360	1,630	1,407	1,311	1,240	1,170
国民年金(世帯主)	18,920	10,908	17,099	17,157	64,839	33,482
国民年金(世帯主の配偶者)	22,318	15,178	13,959	22,847	36,005	37,084
国民年金(子)	20,358	0	21,295	20,576	20,145	16,520
<私的保険料>						
生命保険	33,040	30,012	21,295	35,104	52,660	12,263
損害保険	13,292	9,869	12,952	12,918	16,026	12,835
個人年金ほか	21,397	16,982	21,298	21,710	19,749	67,170
<消費支出>						
食費	63,014	56,432	64,915	64,628	63,738	62,401
外食費	11,442	13,176	11,558	11,701	10,999	9,299
デリバリー・テイクアウト費	6,360	6,329	6,751	7,025	5,433	5,745
日用品費	12,159	15,693	13,546	11,975	10,502	9,353
住居費	77,554	76,173	90,774	83,588	60,532	34,351
住居費(上記以外)	53,583	53,407	41,465	48,367	59,107	62,968
電気	11,328	12,583	12,186	11,459	10,263	10,403
ガス	8,112	8,089	8,973	8,300	7,583	7,574
水道	6,915	6,425	8,305	6,843	6,437	6,066
水・光熱費(その他)	9,061	11,531	10,934	7,565	9,552	7,374
趣味・娯楽費	28,783	22,378	25,511	29,782	33,838	28,811
交際費	30,108	15,768	20,397	24,340	37,837	51,666
衣服・美容費	19,677	14,186	24,091	22,181	20,154	11,629
保健医療費	13,784	13,609	12,590	13,726	15,315	13,129
通信費	16,888	12,113	15,968	21,725	16,981	14,268
教育費	52,588	31,657	57,177	67,483	56,071	8,482
自動車費	35,361	31,685	48,983	28,947	32,373	32,747
その他の消費支出	53,102	53,039	53,122	63,008	53,298	34,161