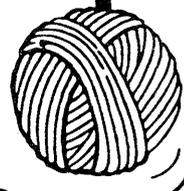


第254号 2010年7月1日

家計簿通信

編集・発行／
広島県生活協同組合連合会
くらし・消費者委員会
〒730-0802
広島市中区本川町二丁目6番11号
第7ウエノヤビル5階
TEL082-532-1300 FAX082-232-8100
E-mail: kenren.h@proof.ocn.ne.jp
URL: http://kenren.jccu.coop/hiroshima/

節約のススメ



モニターの皆さんは、収入が増えない中でいかにして支出を抑えるか日々悪戦苦闘のことと思います。委員会でもいろいろ考えました。家賃や教育費・医療費はそうそう削れないし…。落ちつくところは食費と水・光熱費を抑えるということに…。そのココロは「エコを実践すればおのずと節約生活になる!」です。

すでに実践されていることもあるかとは思いますが、まだの方はぜひ参考にしてください。

その1

まとめ買いのススメ!

毎日買い物に行くとバーゲン品など余計なものに手を出してしまう可能性があります。出かける前には必要なものをメモ書きしましょう。くれぐれも余分な買い置きはしないこと。

食料品編

その3

予算を決める。

特にスーパーなどでの買い物は予算を守って買う事が大事です。また、空腹時に買い物に行かないこともポイントです。

その2

ストックを書き出そう!

書き出すのが面倒という方は商品のお届け票やレシートを冷蔵庫に貼っておきましょう。使い切ったものは消していきます。(マグネットボードのようなものを利用すると便利です) ついでに消費・賞味期限もメモをしておきましょう。極力廃棄食品をださない事が肝心!です。

その4

献立を考えて買う

生協の共同購入を利用するなら4~5日分のメインの献立を考えます。その場合、肉と魚が大体交互になるように。空白の2日間で急に外食や飲み会が入っても食材が無駄にはならないし、ストック商品も片付けられます。

残り物の活用=うなぎのたれ=

《材料》

ピーマン … 5~6個
牛肉細切れ … 100g
うなぎのたれ

《作り方》

◇ ピーマンと牛肉を炒めて
◇ うなぎのたれをからめる
◇

余ったタレも捨てずにもう一品!

水・光熱編

LED電球のススメ

S社のLED電球60W相当と白熱電球60Wを同じ条件で1日6時間点灯させた場合、その差額は7円。1か月なら210円。1年なら2520円になります。LED電球そのものはまだまだ、高額(白熱電球の約15倍)ですが、寿命は白熱電球の約400倍も長持ちするといわれています。1.5年で元が取れるそうです。比較をしてみる価値はありそうですね。

シャワー時間を1分短く!

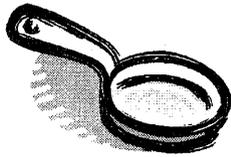
シャワーの時間を1分短くすると水道代約2.8円、ガス代約7.5円合わせて約10.3円節約できます。30日で309円。家族3人がそれぞれ1分ずつ短くすると927円。1年間で約11,000円の節約になります。家計にも環境にもやさしい節約です。

待機時消費電力を減らす

(財)省エネルギーセンター「平成20年度待機時消費電力調査報告書」によると家庭の電力消費の6.0%が待機電力となっています。使わないときは主電源をオフにする、長時間使わないときはプラグをコンセントから抜くなど、使い方に気をつけましょう。

※待機電力とはスイッチを入れてなくても、コンセントにつないでおくだけで消費する電力です。

旬を食べよう!



もやしとにらと豚肉の
簡単野菜炒め

《材料》

もやし ……1袋
豚バラ ……200g
にら ……1/2束
卵 ……2個
かつお節 ……2パック
塩 ……小さじ1/2
ごま油 ……大さじ2
しょうゆ ……小さじ2

《作り方》

- ① もやしと5センチ長さに切ったにらと塩をボールに入れ、さつとからめる。
- ② ごま油を熱したフライパンに豚肉を入れ、焼き色がついたら①を入れる。
- ③ 全体に油がからんだら溶き卵を回し入れて大きく混ぜる。
- ④ 卵が固まってきたらかつお節としょうゆを加えてさつと混ぜる。

《にら》

多年草の緑黄色野菜です。中国西部が原産。国内生産量は約6万トンで高知県と栃木県がその4割を占めています。汁の実や薬味、おひたし、炒め物、餃子の具、チヂミ、卵とじなどによく使われます。

ベータ・カロチンやビタミンA・C・ミネラルなどが豊富です。旬い成分のアリシンはビタミンB1と結合してその吸収を良くし、代謝機能を高める働きがあります。

紫外線対策

していますか?

化粧品に「SPF15」「SPF30」などと記載されています。この数値は大きい方が紫外線防止の持続時間が長くなります。目安として「SPF15」は5時間、「SPF30」は10時間くらいまで紫外線防止効果があるということです。(ただし肌質によって個人差があります)。また、天候や季節・時間帯・場所によって紫外線の強さは異なります。化粧品だけでなく、日傘をさす、帽子をかぶる、長袖を着るなど併用しながらの紫外線対策をおすすめします。

【計算例】

SPF1は20分

SPF 30なら20分×30
=600分=10時間



かけいぼのこね



4月

複雑です…

最近、不要な本はリサイクルショップに売り、読みたい本は図書館で借りることが多くなりました。本棚はすっきりしてお金も節約できます。しかし、夫は本屋さんで働いているので消費者としては良くないかも…とってしまいます。(30歳)

楽になりました

子どもが大きくなるにつれおむつ代も減り、食事をこぼすこともなくなったので服の汚れも減ってきた。今思うと1歳までの間に一番お金がかかったような気がする。これからは習い事も出てくるだろうが、無理のない範囲で通わせてみたい。(31歳)

万が一に備えて…①

4月にスケート中の転倒で足を骨折しました。5歳と2歳の幼い子どもがいて、夫は仕事でほぼ不在のため実家の母に家事を頼んでいます。買い物代はお見舞いと言われ、代金を払っていません。(生協は払っていますが)。おかげでいつもより少ないです。けがをすると予定が全てキャンセルになるだけでなく、皆に迷惑をかけてしまいます。子どもたちも不安定になるのを心から実感しています。出費は思ったほどかかっていないのが救いですが、万が一のためにもう少し多めにお金をプールしておこうと思います。(33歳)

万が一に備えて…②

今月は主人の給料の支給が遅れているのでほとんど収入がありませんでした。来月には入るのですが、それまでのつなぎが大変です。自営業はこういうことがよくあるので備えが必要です。(33歳)

我が家では…

モニターをして驚いたことは皆さんの食費です。我が家は主人・小6の女の子・小4の男の子の4人家族です。食費は給食費を引いたら2万円台です。家族みんな食が細いのかもしれません。でもみんな健康です。気をつけていることは絶対に食べ物を腐らせず食べきる!重複して買わない!です。お米は夏のボーナスの時に1年分のお金を用意するので毎月の食費に入っていないません。火曜日はお店

が安いので3日分買い物します。さらに生協で3日分注文します。休日はひいおばあちゃんの家や主人の実家、私の実家というように順番に孫の顔を見せに行っています。私なりの祖母・親孝行のつもりですが、ご飯を頂くので食費も助かっています。外食は誕生日など特別な時にしかないので、子どもたちは誕生日・運動会をより特別な日と感じているようです。(35歳)

楽しい休日大工…

家を新築したときに作ってもらったウッドデッキがかなり傷んできたので、GWの晴天を利用して床板を張り替える修理をしました。今までDIYをしたこともなく全くの素人でしたが、本を読んだりネットで調べたりしながら無事完成しました。予算を決めて資材や工具を購入しましたが、結局は予算オーバー。それでも業者に注文するよりは安くついたと思うし何より楽しいGWになりました。(36歳)

転勤で…

主人が広島から福山に転勤になりました。福山に住んでいるので通勤が楽になります。今までは高速で通勤していたので、自動車にガソリン&メンテナンス&高速代と大変でした。But良い事ばかりじゃないんです。福山に変わったことはよいのだけれど残業が全くなり来月から約5万円収入源の予想です。気をひきしめてセコクやりくりしようと思います。最後の最後に送別会(上司&本人)の飲み会代、痛かった!(39歳)

バランスよく…

我が家の食費を見てみると豆類が少ない。子どもたちが納豆嫌いなので朝食に使わなくなると消費が減っている。あと、乾物&海藻類も少ないなあ。もっとバランスよい食事になるよう気をつけたいと思う。(39歳)

思いつきの買い物はやめよう

今月は私が1週間寝込んだので、余り食事が作れず食費が少し多めだった。しかし出来合いのものを買ってきたりした割にはそこまでオーバーしていなかったため、いかに普段余分な買い物をし

ているかということがわかった。思いつきで「いつか食べる」物は買わないように気をつけようと思う。先日、自分たちで掘った筍や蕨をゆがいて食べたら本当においしかった。旬のものって食べられる期間は限られているので貴重ななあと思う。(39歳)

私の誇りは…

久々に10万円をこえた黒字でした。家計簿をつけて実際の数字は嬉しいですが、逆はつらいですけど…。友だちは家計簿をつけていない人が多いです。出る時は出るとかいうけれどそんなもので良いのかしら？私はO型で大ざっぱだけど結婚して18年、ずっとつけています。これだけが私の誇りです。(41歳)

私も…

4月に入り、上の子が高校(私立)、下の子が中学に入学しました。収入は変わらないのに支出がドーンと増えて赤字でした。ため息が出ます。まあ4月は出費が多いとあらかじめ来月は落ち着ける(?)と思います。いえ、来月も修学旅行&夏服購入がありましたねえ…。とりあえずがんばります。(皆さんも同じようにがんばっているんですもの!)(41歳)

見直しをしなきゃ…

お菓子代が毎月平均より多いことが気にはなっていたのですが、今月はずいぶん14,017円。見直しをしましたが、間違いありませんでした。外出先でソフトクリームを食べたことや大袋のチョコレートなどをたくさん買ってしまったのがいけませんでした。健康のためにも気をつけなければ…反省。(41歳)

弁当づくり…大変です

新学期がスタートしました。小学校は給食だったので中学生の弁当作りは少し大変です。弁当箱が2段のためおかずが6品ほど入ります。煮物・炒め物・果物・サラダ・卵焼き・焼き物。家計簿が品目別になっているのですべて埋まるよう買い物の時に気をつけています。今月は小学校の給食代が入っていないのでこれくらいの金額ですが、栄養バランスを考えると広島市内のデリバリー230円を使ったほうがよいのか迷っています。中学生は体の成長が著しいので気になります。(41歳)

教育費、大変です

長女の公立高校入学で教科書・制服・体操服・

部活ユニフォームなどいろいろ揃えたら20万円を軽く越えてしまった。このほかJR定期や駅での駐輪代など思い切って半年分を前払いにしたので5万円近くかかった。授業料無料はありがたいけれど毎月の諸経費(空調代・部活費など)は6000円弱かかり、修学旅行も22万円ほどかかるので頭が痛い。子どもの前では言えないけれど、これから10年間(下の子が現在小6)やりくりには気を引き締めてがんばらないと!(43歳)

比較してみると…

家計簿通信の昨年の年間消費支出ベスト3と我が家を比較してみた。40代第1位「教育費」と第3位「職業・主婦費」は我が家と同じ。違うのは第2位の「住居家賃地代」が「教養娯楽費」になっているところ。我が家は家賃もローンもないので、その分、毎年旅行に出かけている。恵まれた環境に感謝しつつ、この春休みは中国に世界遺産をめぐるたびに出かけた。異文化に触れ、子どもたちも楽しそうだった。次はどこへ…?(44歳)

社会保険料アップです

健康保険料と介護保険料のアップで約3000円/月の負担増です。来月にはわずかですが雇用保険料もアップ。毎年秋には厚生年金も…。主人の昇給が何年もストップしているので、手取り額は減る一方です。が、嬉しいニュースもあります。私の給料がわずかですが上がりました。通勤手当も支給されるようになり、ガソリン代が助かります。(?歳)

早く慣れて…

夫の単身赴任が始まった。一人でなにもかもしないといけないので大変である。食費がもう少し節約できるかと思っていたが、今までの調子で買ってしまうのでそれほどの節約になっていない。早く4人の暮らしになれないといけないと思う。(45歳)

何とかして…

今年の秋(だったカナ)タバコが値上がりしますよね。夫のタバコもやめてほしいです。これこそ体に悪いし無駄なお金だと思います。タバコがもとで病気になったら医療費もかかるし良い事なし!です。でも喫煙外来にでも行かないとやめられそうもなく…。喫煙自体がすでに「病」です。(怒!)(47歳)

買い物控えたら…

収入が減っている割に支出が変わらないのは

この先たいへんなことになると思い、先月から買い物に出かけるのを控えるようにしました。その結果、それまで食費が月7~8万円だったのが5万円代に減りました。今までぜいたくな生活をしてきたことを反省しました。買い物を控えるだけで月1~2万円も減るなんて思いもしなかったです。これからも無駄をなくしていきたいと思います。(47歳)

娘の独り立ち…

独り暮らしをしたい娘とさせたい親の意見が合致して、通学できない距離ではないのに娘が家を出ました。冷蔵庫・洗濯機はもらって済ませましたが、テレビはまだ買っていません。お金がかかります。(48歳)

何とかして…

先月まで学生だった長男・長女が卒業し、学生ではなくなりました。長男は無事就職し独立しました。が、長女は仕事が見つからず、なのに東京進出をもくろんでいるようです。大阪の部屋は先月引き払ったものの、荷物は祖母宅へ居候させてもらって…。住民票は自宅へ異動させたものの本人は東京の先輩の部屋に居候しつつ就職活動中です。全く援助しないわけにも行かず…でも学生ではありません。早く生計を共にする家族人数を0人と書きたいです。(48歳)

授業料だけではなかった!!

今月も大きなマイナスです。娘の通学定期券に5万円、駐輪場代1年分15,750円、教科書代約2万円…と授業料以外にも予想以上の出費でした。私立大学なので年間100万円ぐらいいかなあと思っていましたが、それ以上かかりそうなので頭が痛いんです。これから4年間、大きなマイナスが出ないよう気を引き締めてやりくりしないといけません。(52歳)

仕事はダイエットに通ず

4月途中から、急に臨時で3ヶ月働くことになり大忙しの日々。でも、家にいるとついデパートへ行ったりケーキを買ったりしていたのが全くなり、支出が抑えられた。さらに、間食をしないのでダイエットにもなるのでは…?と期待している。(56歳)

親の勤めが果たせました

娘がハワイで結婚式を挙げました。私たち夫婦と妹が新婦側として参加しました。コバルトブルーの海が見える小高い丘の教会での結婚式は、まる

で絵葉書のように綺麗でした。式の内容はすべて娘たちにお任せでしたが、私たちだけで夜のクルージングやマジックショーを楽しみ、いい思い出ができました。約1週間会社を休みましたが、旅行中に事故や事件にも巻き込まれず、親としての勤めも果たせて安心しました。(54歳)

美しい季節を迎えて…

夫が60歳になったので、生命保険の掛け金が半年払い11万円から14万円に上がった。保障額を減らすと掛け金も少なくなるらしい。けれども新しい保険に買い換えると今抱えている持病の保障はなくなる。仕方なく、高い掛け金を払うことになった。保険会社は損しないようにできていると改めて思う。加えて、固定資産税も5万円上がった。新築後3年間の優遇期間が終わったためだ。こんなところで値上がりするなんて思いもしなかった。外は美しい季節になったのに、保険も税金も厳しいぞ!(54歳)

目じりが下がりっぱなし

保育園に入園した8ヶ月の孫と秋に生まれる予定の孫への出費でかなりの金額になっている。いっしょに買い物をして迷っている娘たちを見ているとついつい買ってあげるよ…と言ってしまえばあちゃんとじいちゃん(笑)。いけない。いけない。この先が思いやられます。会うたびにお嫁ちゃんのおなかが大きくなって、娘の時とは違う感情があります。愛しくて、ありがたくて何でもしてあげたいと財布のひもはゆるみっぱなしです。そんな私たちにお嫁ちゃんが両家の両親合同の母の日食事会を開いてくれるとの事。幸せな、幸せな日々感謝です。(55歳)

思案中…

10ヶ月受給した失業保険が今日で終わった。今後は年金を繰り上げ受給することにしたが、7月から支給なので5、6月の2ヶ月は預金を取り崩す。老後の計画は出だしから計算違い。私は65歳から国民年金を受給しようと思っていたが、2割減の62歳からにしようかと考えている。厳しい。(59歳)

平和な社会に

来月ニューヨークで開かれるNPT再検討会議に参加する。アメリカで「核兵器はいらない」の署名行動をする。初めての海外旅行でワクワクする。4月25日には沖縄で9万人が集まって「沖縄に基地はいらない」と声をあげた。日本中からアメリカ

の基地をなくして平和な社会を実現したい。(63歳)

天候次第!?

天候不順で底冷えする4月、共同購入したプチトマトの種をビートモスに蒔き育てたが、温度不足かヒョロヒョロとした二葉が出た状態。ホーム

センターの苗はがっちり茎も太く葉も繁っており苗育ての難しさを感じた。天候により野菜の高値がつくのも納得した次第です。(68歳)



4月家計の特徴 (前年比は同月との比較です。)

今月の提出率は91.3%でした。

☆収入の平均は540,229円で前年比101.6%、消費支出計の平均は421,818円で前年比90.9%です。

☆非消費支出合計の平均は156,239円で前年比99.1%、税金の平均額は55,072円で前年比96.9%です。

☆大きな収入・支出

30歳代…「その他収入」115.5万円(新築祝い)19.3万円(株現金化)「私的保険料」21万円(生保年払い)

40歳代…「その他収入」121万円(学資保険満期受け取り)100.9万円(簡易保険満期)「教育費」51.4万、51.3万、45.3万、26.8万(2世帯)(大学前期授業料)23.7万円(私立高校入学)14.5万円(2世帯)(私立高校授業料)25.6万円(通信教育)20万円(仕送り)24.4万円(中学・高校入学準備)「教養娯楽費」168万円(ギター)70.8万、20万円(旅行)「自動車関係費」30万円(タイヤホイール)「私的保険料」18.9万円(生保年払い)

50歳代…その他収入160万円(結婚祝)「教育費」85.8万、66.3万、57.7万、51.3万、51.5万、50.3万、26.8万円(2世帯)、53.6万円(2人分)(前期授業料)41.4万円(寮費半年分)22.5万円(部屋代)「その他」238万円(結婚費用)52万円(結婚準備)「税金」49万円(固定資産税)「私的保険料」18.1万円(生保年払い)

60歳以上…「住居費・家賃地代」20.8万円(住宅ローン)

'10年4月分 家計簿集計表

〈世帯主の平均年齢と家族数〉

広島県生活協同組合連合会

	全体	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	年金世帯(60歳以上)
調査世帯数	232	2	44	107	56	23	17
世帯主平均年齢	47.5	27.5	35.5	44.8	54.1	68.3	70.6
平均家族数	3.9	3.5	4.0	4.2	3.6	2.7	2.8

〈今月の収支〉

		全体	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	年金世帯(60歳以上)	
全世帯の平均	① 収入計	540,229	304,857	468,195	569,950	542,669	554,288	539,812	
	非消費支出	税金計	55,072	12,760	34,064	55,197	69,023	64,378	50,947
		社会保険計	59,584	33,561	44,135	62,955	66,222	59,557	61,906
		私的保険計	38,790	13,402	34,988	43,395	37,949	28,894	19,085
		その他消費支出計	2,793	0	7,492	483	1,324	8,387	10,988
	② 非消費支出計	156,239	59,722	120,679	162,029	174,519	161,216	142,927	
	③ 消費支出計	421,818	188,711	315,197	467,808	491,786	261,749	262,742	
	今月の収支 ①-②-③	▲37,828	56,425	32,319	▲59,887	▲123,636	131,323	134,143	

【実収入】(給料や賞与・年金などの収入のあった世帯の収入金額を収入のあった世帯で割ったものです。()内は世帯数)

受 け 取 り 世 帯 の み の 平 均	費 目		全 体	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	年金世帯(60歳以上)
	給 料	夫	423,214 (203)	258,357 (2)	364,909 (43)	449,062(104)	439,458(48)	318,040 (6)	0
妻		227,158 (53)	0	233,290 (7)	222,006 (28)	225,378(16)	292,069 (2)	202,490 (1)	
賞 与	夫	235,425 (4)	0	0	140,797 (2)	436,700 (1)	223,407 (1)	0	
	妻	45,000 (1)	0	0	45,000 (1)	0	0	0	
年 金	夫	386,225 (16)	0	0	0	247,109 (1)	395,499(15)	400,271 (14)	
	妻	129,828 (18)	0	0	89,133 (1)	5,333 (1)	140,152(16)	150,667 (14)	
自家営業	夫	136,095 (5)	0	63,250 (1)	189,000 (1)	142,741 (3)	0	0	
	妻	3,000 (1)	0	0	3,000 (1)	0	0	0	
家賃地代収入		78,095 (9)	0	0	61,619 (3)	121,500 (2)	68,750 (4)	69,333 (3)	
パート・アルバイト 収入	夫	55,051 (3)	0	0	3,000 (1)	81,076 (2)	0	0	
	妻	77,769 (73)	0	72,840 (11)	80,432 (35)	78,179(20)	71,034 (7)	56,999 (4)	
同居の家族よりの収入		37,748 (20)	0	80,000 (1)	62,990 (3)	27,600(10)	35,000 (6)	38,000 (5)	
その他収入		126,852 (78)	93,000 (1)	122,735 (19)	203,164 (21)	105,788(22)	58,380(15)	57,745 (11)	

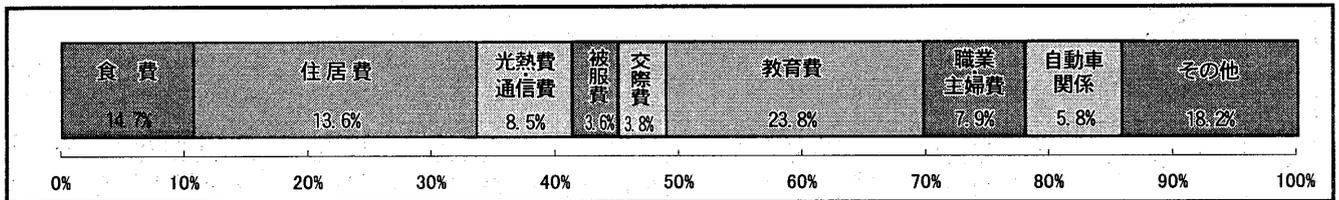
【非消費支出】(税金・住民税など支払いのあった世帯の支出金額を支出のあった世帯で割ったものです。()内は世帯数。)

支 払 い 世 帯 の み の 平 均	費 目		全 体	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	年金世帯(60歳以上)
	▽ 税金								
所 得 税	夫	8,116(205)	2,660 (2)	6,215(41)	8,247(101)	12,957(45)	▲2,389(16)	▲9,182(12)	
	妻	4,219 (70)		2,732 (9)	3,687 (33)	6,853(21)	▲1,972 (7)	▲6,887 (4)	
住 民 税	夫	24,231(193)	10,100 (2)	17,592(38)	24,491(101)	28,195(42)	33,010(10)	16,075 (4)	
	妻	12,966 (47)	0	14,600 (5)	12,369 (19)	14,247(17)	9,867 (6)	8,133 (3)	
固定資産税		76,704 (72)	0	77,867 (6)	65,402 (34)	77,134(22)	113,490(10)	113,325 (8)	
その他税金		2,240 (4)	0	10,700 (1)	19,107 (1)	15,000 (1)	8,526 (1)	8,526 (1)	
▽ 社会保険									
社会保険	夫	16,186(207)	9,975 (2)	13,067(41)	16,566(103)	18,257(47)	16,458(14)	20,562 (8)	
	妻	14,404 (50)	0	13,014 (5)	10,458 (24)	21,333(17)	10,363 (4)	7,970 (2)	
介護保険	夫	3,209(149)			2,357 (94)	2,549(40)	10,301(15)	13,981(10)	
	妻	2,871 (42)			1,347 (15)	1,606(12)	5,407(15)	6,288(11)	
厚生年金	夫	32,630(194)	21,200 (2)	29,551(40)	33,445(103)	35,358(43)	23,429 (6)	0	
	妻	20,161 (45)	0	22,730 (4)	19,322 (23)	20,549(15)	21,223 (3)	15,704 (1)	
雇用保険	夫	2,014(169)	2,386 (2)	1,837(34)	2,038 (88)	2,111(40)	1,864 (5)	0	
	妻	848 (56)	0	816 (7)	824 (29)	918(17)	765 (3)	810 (1)	
国民年金	夫	31,164 (8)	0	0	51,905 (4)	10,423 (4)	0	0	
	妻	79,670 (9)	0	0	14,790 (3)	67,860 (3)	156,360 (3)	156,360 (3)	
	学生の子	140,635 (4)	0	0	192,640 (1)	96,250 (2)	177,400 (1)	177,400 (1)	
▽ 私的保険									
損害保険		7,551 (114)	0	7,882(17)	8,271 (51)	3,834(33)	13,733(13)	13,731 (11)	
生命保険		30,915 (205)	5,902 (2)	31,686(38)	34,789 (96)	27,119(50)	22,423(19)	13,339 (13)	
個人年金		31,593 (57)	15,000 (1)	20,139(10)	35,268 (25)	33,826(19)	30,000 (2)	0	
▽その他非消費出		7,121 (91)	0	15,697(21)	1,326 (39)	3,708(20)	17,536(11)	23,350 (8)	

【消費支出】

		全体	前年比	20代	30代	40代	50代	60代	60歳以上年金
全世帯の平均	世帯数	232		2	44	107	56	23	17
	食費計	62,116	95.9%	37,466	54,787	65,871	63,871	56,537	59,456
	住居費	57,332	64.2%	51,264	71,167	63,694	51,120	16,921	25,652
	家賃地代	44,028	63.2%	48,950	59,460	46,667	39,593	12,597	12,239
	その他	13,304	67.8%	2,314	11,706	17,027	11,527	4,323	13,413
	水光熱費	20,390	94.8%	18,659	19,994	20,923	20,248	19,163	18,660
	被服費	15,015	85.7%	3,974	12,828	17,243	15,875	7,702	7,234
	保健医療費	11,366	99.6%	890	7,331	12,792	11,511	13,007	13,617
	理容衛生費	9,054	94.5%	7,215	9,818	9,189	8,313	8,925	8,739
	交際費	16,189	93.5%	3,288	9,852	10,849	17,335	51,488	46,830
	交通通信費	24,055	106.0%	35,524	19,918	25,183	26,412	19,991	22,182
	交通費	8,512	113.1%	11,225	5,143	8,708	10,173	9,757	12,064
	通信費	15,544	102.4%	24,299	14,774	16,474	16,239	10,234	10,118
	教育費	100,230	101.8%	16,173	38,689	129,092	137,535	170	229
	教養娯楽費	29,228	130.3%	0	16,226	41,984	22,851	12,822	11,612
	職業・主婦費	33,394	89.6%	11,000	25,500	35,692	37,953	28,653	19,670
	自動車関係	24,648	66.9%	3,260	23,737	27,519	22,212	20,829	21,463
	その他支出	18,801	125.7%	0	5,350	7,776	56,551	5,543	7,397
	消費支出合計	421,818	90.9%	188,711	315,197	467,808	491,786	261,749	262,742

【10年4月の消費支出の内訳】



【食費の内訳】

		全体	前年比	20代	30代	40代	50代	60代	60歳以上年金
記入世帯のみ平均	内訳記入世帯数	121		0	13	55	33	20	15
	平均家族人数	3.8		—	4.2	4.2	3.4	2.8	2.9
	米・麦	3,028	100.3%	—	1,486	3,518	3,407	2,059	2,482
	パン・めん・他	4,090	89.8%	—	3,723	4,637	4,049	2,893	2,858
	主食計	7,118	94.0%	—	5,209	8,155	7,456	4,952	5,339
	魚貝	4,381	95.5%	—	2,549	4,205	4,226	6,310	6,036
	肉類	7,624	92.0%	—	6,735	8,650	7,004	6,403	6,449
	乳卵類	3,969	90.9%	—	4,210	4,394	3,450	3,502	3,681
	豆・豆製品	1,375	93.3%	—	896	1,220	1,584	1,771	1,915
	野菜	5,036	99.5%	—	4,108	5,324	4,531	5,678	5,584
	乾物・海藻	1,087	94.5%	—	824	904	1,342	1,343	1,339
	加工食品	5,350	99.6%	—	4,230	5,391	6,340	4,329	3,855
	調味料	2,879	97.8%	—	3,192	2,762	2,740	3,230	3,558
	副食・調味料計	31,701	95.4%	—	26,745	32,850	31,216	32,565	32,419
	菓子	5,021	95.7%	—	5,262	5,562	4,585	4,094	4,181
	果物	1,640	80.5%	—	745	1,647	1,396	2,605	2,789
	酒・飲料	6,233	99.9%	—	5,087	5,843	6,213	8,083	9,137
	嗜好品計	12,894	95.3%	—	11,094	13,052	12,194	14,782	16,107
	給食・外食	11,635	98.8%	—	17,022	12,799	10,954	6,054	7,456
	外食計	11,635	98.8%	—	17,022	12,799	10,954	6,054	7,456
食費計	63,348	95.8%	—	60,069	66,856	61,821	58,353	61,322	