

第270号 2011年11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

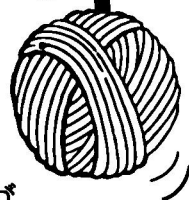
TEL082-532-1300 FAX082-232-8100

E-mail: kenren.h@proof.ocn.ne.jp

URL: http://kenren.jccu.coop/hiroshima/

カンタンお掃除のススメ!

その昔、日本型食生活中心の時代は油脂を用いる食事は少なく、台所も頑固な油汚れと格闘することは少なかったと思われます。したがって年に1~2度、かまどの煤払いや障子の棧の埃とりで大掃除が済んでいたのかもしれませんが。しかし、食の欧米化が進み油を使う頻度が高くなっている近年の台所事情では、少しサボるとコンロまわりが油でギトギトし大変なことに…。やはり、こまめに掃除をしたほうが…。その際、強い味方が重曹やクエン酸です。今回はこの2つを使って汚れを貯めない掃除の提案をします。



換気扇やコンロまわり

べっとりと油のついた換気扇やコンロまわりは、重曹をふりかけてしばらく放置した後、乾いた布切れでふき取ります。

トイレ

クエン酸水を便器に振り掛けます。10分くらい置いてからスポンジで擦ります。最後によく水拭きします。(100円ショップなどで購入したスプレー容器を使うと便利です)

魚焼きグリル

魚焼きグリルは使った後すぐに重曹水をかけて、軽くこすってふき取ります。

シンク

排水口本体やバスケット(カゴ・ゴミ受け)など、油分が混じったヘドロ汚れには食器用洗剤に重曹またはクレンザーをあわせたものを古歯ブラシにつけて擦り洗います。

※排水口にヘドロ様のものがたくさんついているときは、台所用漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)の原液をかけ、1時間程度置いた後に大量の水でよくすすいでから上記の作業をします。

重曹は弱アルカリ性(pH8程度)で、人体には無害です。ステンレスやホーローの製品には効果的ですが、アルミ製品や銅・漆器・大理石には不向きです。



クエン酸は大理石や鉄、タイルには使えません。使用したものはしっかり水拭きが必要です。また、塩素系の製品と混ぜると有毒ガスを発生します。

ペットボトルや空き瓶などを利用して作り置きをしておくと便利です。割合は次のとおりです。



◇重曹水(ぬるま湯が溶けやすい!)
水 100cc+重曹 小さじ 1

◇クエン酸水
水 100cc+クエン酸 小さじ 半分

◇重曹ペースト
水 100cc+重曹 50g

【行事のお知らせ】消費者のつどい

日時: 2011年12月13日(火) 13:00~15:30

場所: 県民文化センター5F サファイア
広島市中区大手町

講師: 安齋育郎さん

演題: 『だまし博士のだまされない知恵』

申込み: 広島県生協連合会 ☎ 082-532-1300



かけいぼのこね



8月

やっぱり…

外食を減らそう！と意気込んだ月初めでしたが、やっぱり先月と大差ない外食代でした。回数は減ったけれど、その分出かけるときは「誰かと一緒のお食事会」になってしまい…。余計高くついてしまっていました。来月こそは！ (29歳)

みなさんは？

これが届く頃には総理大臣が変わっているでしょうが、世の中は良い方へ向かっているのでしょうか？借金で自転車操業の日本経済で将来子どもたちにツケが回るのがとても不安です。苦しくても増税は避けられないし、手を打つなら早くしないと間に合わないと思っていますのですが、みなさんはどうお考えですか？ (34歳)

不安のない生活に感謝！

お盆休みにお客さんを迎えたので、いつもより食費が増えました。多人数の食事作りに慣れていないため生協で注文した真空パックのうなぎ蒲焼を夕飯に出したら「美味しい」と大好評で良かったです。関東から帰省したお姉さんによると、放射能の影響で野菜の値段が高く、品揃えにもばらつきがあるようです。毎日の食事作りに不安を抱える生活は、主婦にとって大変なストレスだろうと思います。家庭菜園で収穫した野菜を何の不安も疑いもなく口に出来ることに感謝しなければ、と思いました。 (38歳)

家族の話し合いで…

我が家は通信費がかかります。3台の携帯、パソコンの通信費などで困っていました。だけど、今月はその通信費がとうとう減りました。通信費をなんとかしたい気持ちのストレスを抱えていると家族に相談してみました。そうしたら、携帯には必要ない契約があるとか、変更でき料金が減る設定、使い方などなど変えてみようかと話ができました。また、携帯は中学生にはないと困るとか、家族で必要でないかまじめに取り組むことができました。家計簿をつけていると、そんな話もできるようになってうれしかったです。 (39歳)

終わった～！

住宅ローンが終わった。購入して9年8ヶ月、繰り上げ返済を重ね、がんばりました。今月は太陽光パネルを取り付ける工事を行った。市、県、業者のトリプル補助金だが200万円強、あわせてオール電化工事もするのでかなりの出費となった。(支払いは来月) (39歳)

思い出ができました

夏休みは近場に遊びに出掛け、娯楽費が増えました。なるべく水筒やお菓子を持参し、出費は抑えたつもりですが、ガソリン代や入場料が結構かかりました。でも、奮発した大下大サーカスは子ども達も喜び、大人も楽しめて行って良かったです。良い思い出になりました。 (41歳)

頑張った子どもたちへ…

夏休み、高校、中学の子どもたちは吹奏楽のコンクールの為、毎日頑張っていました。娘の高校ははじめてのことで「参加することに意義がある」状態でしたが、銀賞をもらい大喜びでした。息子の中学は「連続金賞」を目標に朝から晩まで頑張っており、唇がはれるほどがんばっていましたが、残念ながら銀賞でした。同じ銀賞でも明暗をわけました。暑い夏、仲間と過ごした暑い夏を忘れないうでね。お疲れ様でした。 (42歳)

どちらをとるか…

今年の夏は昨年より涼しかったので、過ごしやすかったです。ご近所の方々は緑のカーテン、よしず等の日除けを早くから準備されて時々聞こえる風鈴の音に癒されました。我が家はダンボール箱で生ゴミ処理を始めています。虫がわくので盆すぎから始めました。前日の野菜の皮をザルの上で干すのですが、どこからか小さい虫が…。すぐにもやめたいのですが、子どもは野菜が腐敗する状態を観察中。今の状態を良くするために努力することは何でもタイヘンという言葉がつくなあと思いました。 (43歳)

意思を尊重して…

高校3年の娘の進路を考える時期になった。以前から「歯科衛生士になりたい」という希望を持っていたので、専門学校に進学先を決めた。大学進学という選択肢もあると言ったのだが、自分の意志で専門学校を選んだ。技術を身につけて社会で役立つ人になれると思うので私たちは応援し、あとはお金を準備してあげるだけ…。希望をかなえるために、がんばれ！娘よ！
(45歳)

これからも…

残暑はきびしいけれど、8月も終わりました。めいっぱい節電した気持ちです。昨年よりずいぶんメーター数が下がり、嬉しいです。家計簿をつけてわかったことがたくさんありました。農業をしているので事業の内容と家計をきちっと分けられるようになり、又、青色専従ももう少し考えないとなど、仕事の方にもつながってメリットも大です。ローンなどもあと1年以内に終るのがあり、貯蓄もしっかり考えられるようになりました。毎月送っていただいている集計表も参考にしながらできるだけ節約に頑張ります。
(50歳)

高い授業料でした

通信費、いつもの倍以上です。一人暮らしの息子がやってしまいました（泣）。携帯電話の通話料定額に申し込んだが、適用開始される日付を確認してなかった為、それまでの期間の通話料金がかかってしまいました。痛いです。これでわかったと思うので、次からは大丈夫でしょう（多分）。説明文には『翌月から適用』って、とても小さな字で書いてあります。分かりにくいですね。もっと分かりやすくして欲しいと思います。
(51歳)

お嫁さんが加わって…

昨年結婚した次男夫婦と家族で（ワンコも）お盆に九州旅行をしました。各地の「淹めぐり」をしたのですが、楽しそうにはしゃぐお嫁さんがかわいくってしょうがありません。男の子二人の我が家に初めて加わった女性。お嫁さん。主人と二人の生活では味わえない楽しい時間でした。
(54歳)



仲良しなればこそ…

最近金遣いが荒い家計になっている。高価なマッサージ機、2ヶ月続けての大阪旅行、海外旅行の手付金…100万円を超える出費になっても安心して暮らせるのは長く家計簿を記帳してライフプランも出来、老後の見通しもたっているからだ、自分で自分をほめてやりたい（笑）そして夫婦で意思統一できていて、健康なればこそ！感謝、感謝。人生後半に思うこと。夫婦が仲良しでなければ、独立した子どもたちは近寄ってこない。子どもたちが幸せな家庭生活を過ごしていなければ親に幸せな老後はない。
(56歳)

予想外で…

テレビのアンテナの取り替えや、温水器の故障、修理、税金の支払いなどですごい額の支出となった。家も古くなると、修理のお金が必要となる。頭の痛いこと！以前に買って使わなくなった指輪やネックレス（金やプラチナなど）を売った。至上最高値をつけているため、予想外の高値で売れたのが唯一のよかったことである。
(58歳)

1人当りの食費は？

定年後の年金暮らし。1日3回、おやつ2回の食事。手づくりをこころがけるが、1ヶ月食費平均52,000円。1人26,000円である。ある雑誌でみると60代夫婦1ヶ月食費1人24,000円程度とある。きちきちしないが、まあまあ豊かな食卓をと思っているが、生協全体でみると20代～年金世帯1人1ヶ月食費はいくらくらいなのでしょう。
(60歳)

ドットこ～ぶ画面について

画面の数字についての感想です。（1）入力欄はこれでいいと思います。（2）食費以外計、消費支出計は文字が薄いと思います。（3）収入計、税金計、社会保険料計、支出計、等は文字がくつき過ぎて見えづらいと思います。
(61歳)

畑作業、頑張っています。

急に秋の涼しさを感じ、今夏の暑さでぐったりしていた体がしゃんとして来ました。秋の野菜の植付け準備が日々忙しく、草取りや畑の土の掘り返しと肉体を使うことが多く肩こりに悩んでいます。ゆっくり温泉で疲れを取りたい気持ちでいます。食糧自給率の低い我国の一助にと…畑作業に励んでいます。
(69歳)

8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87.2%でした。

☆ 収入の平均は564,341円で前年比101.5%、消費支出計の平均は417,073円で前年比100.0%です。

☆ 非消費支出合計の平均は162,569円で前年比108.6%、税金の平均額は42,930円で前年比105%です。

☆ 大きな収入・支出

40歳代…「その他収入」32.9万円(入院見舞金)407.9万円(労災障害一次支給金)23.7万円(返還不要の奨学金)「住居費その他」19.4万、16.2万円(テレビほか)123万円(玄関・門扉工事)「保健医療費」23.7万円(入院費)17.8万円(歯科矯正)「教育費」21.7万円(修学旅行積み立て)「娯楽教養費」30.8万、15.6万円(旅行)「自動車関係費」420万円(自動車購入)「私的保険料」374.6万、51.8万円(生保年払い)20万円(学資保険)16.9万円(子ども共済)

50歳代…「その他収入」35万円(出資配当利子)82万円(生命保険満期)20万円(たすけあい給付)「教育費」50万円(授業料半期分)「自動車関係費」89.8万円(軽自動車購入)23万円(自動車修理)「その他支出」70万円(結婚式場支払い)

60歳以上…「その他収入」30.9万円(私的年金)「住居費その他」50.4万円(マッサージ機)43.6万円(床下基礎料)29.4万円(エアコン)「交際費」50万円(結婚50年記念)「その他支出」115万円(結納)



2011年8月分 家計簿集計表

〈世帯主の平均年齢と家族人数〉

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	211	3	31	95	57	25	17
世 帯 主 平 均 年 齢	48.5	28.3	35.4	45.2	53.8	67.8	70.5
平 均 家 族 数	3.8	4.0	4.0	4.1	3.5	2.6	2.4

〈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	564,341	330,147	481,210	623,027	523,269	566,160	566,273
	非消費支出							
	税金計	42,930	14,227	30,353	51,616	40,646	34,173	30,651
	社会保険計	61,296	44,243	55,481	66,087	65,144	43,573	40,374
	私的保険計	54,048	13,226	31,271	87,647	29,413	15,683	1,615
	その他消費支出計	4,295	3,793	8,304	4,690	2,187	2,692	906
	② 非消費支出計	162,569	75,489	125,409	210,041	137,390	96,122	73,546
	③ 消費支出計	417,073	301,037	324,599	465,346	398,688	404,149	350,064
	今月の収支 ①-②-③	▲15,301	▲46,379	31,202	▲52,360	▲12,809	65,889	142,663

【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	436, 226 (178)	293, 155 (3)	399, 830 (30)	462, 248 (89)	445, 232 (48)	282, 828 (8)	—
		妻	213, 769 (52)	—	190, 768 (5)	217, 289 (28)	208, 880 (16)	245, 331 (3)	242, 920 (1)
	賞 与	夫	329, 937 (11)	—	189, 130 (4)	542, 588 (4)	239, 516 (2)	223, 407 (1)	—
		妻	111, 784 (6)	—	—	155, 000 (2)	90, 176 (4)	—	—
	年 金	夫	321, 993 (19)	—	—	—	159, 867 (2)	341, 066(17)	382, 612 (14)
		妻	120, 453 (20)	—	—	—	38, 011 (3)	135, 001(17)	150, 340 (14)
	自家営業	夫	245, 417 (4)	—	—	313, 750 (2)	177, 083 (2)	—	—
		妻	30, 905 (1)	—	—	30, 905 (1)	—	—	—
	家賃地代収入		75, 440 (5)	—	—	70, 200 (1)	110, 000 (1)	65, 667 (3)	65, 000 (2)
	パート・アルバイト収入	夫	72, 636 (4)	—	—	—	62, 205 (2)	83, 066 (2)	159, 835 (1)
		妻	75, 610 (68)	840 (1)	90, 412 (9)	83, 807 (28)	62, 185 (22)	76, 534 (8)	62, 802 (4)
	同居の家族よりの収入		64, 754 (18)	—	—	140, 225 (5)	31, 673 (8)	42, 212 (5)	27, 019 (3)
その他収入		114, 426 (83)	55, 069 (2)	26, 568 (15)	196, 783 (29)	81, 481 (20)	97, 198(17)	111, 727 (12)	

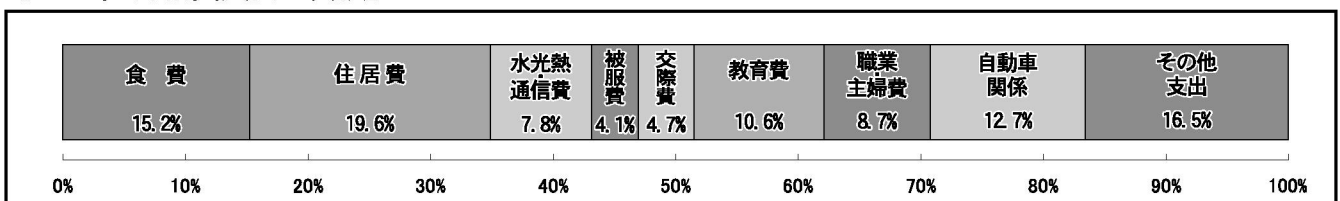
【非消費支出】(税金・住民税など支払いのあった世帯の支出金額を支出のあった世帯で割ったものです。()内は世帯数。)

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	14,678(191)	4,660 (3)	11,225 (29)	18,977 (91)	12,060 (50)	7,447 (18)	6,535(11)
		妻	5,308 (62)	—	5,060 (5)	5,782 (32)	4,861 (15)	4,589 (10)	5,458 (5)
	住 民 税	夫	22,325(179)	9,567 (3)	16,142 (26)	24,064 (87)	24,291 (47)	19,538 (16)	16,280(10)
		妻	7,465 (73)	—	9,340 (5)	13,225 (21)	3,776 (41)	10,950 (6)	11,033 (3)
	固定資産税		27,828 (46)	—	26,750 (4)	30,950 (20)	18,429 (14)	37,013 (8)	45,200 (5)
	その他税金		14,921 (7)	—	8,355 (2)	1,305 (1)	21,608 (4)	—	—
	▽ 社 会 保 険								
	社会保険	夫	20,038(195)	14,863 (3)	19,050(30)	19,404 (90)	19,534(53)	26,821(19)	37,468(11)
妻		13,227 (51)	—	8,469 (5)	12,576 (23)	19,181(13)	9,362(10)	8,517 (7)	
介護保険	夫	3,513(147)	—	11,725 (2)	2,718 (82)	2,899(46)	8,045(17)	10,731(11)	
	妻	4,328 (44)	—	—	1,768 (17)	5,752(12)	6,088(15)	7,188(11)	
厚生年金	夫	34,761(174)	27,299 (3)	32,032(29)	36,656 (87)	35,078(48)	23,545 (7)	—	
	妻	20,567 (43)	—	21,183 (3)	20,266 (24)	21,432(12)	19,319 (4)	16,058 (1)	
雇用保険	夫	2,748(151)	2,081 (3)	2,622(26)	2,900 (73)	2,718(43)	1,979 (6)	—	
	妻	1,071 (54)	—	1,158 (6)	1,057 (27)	1,146(16)	809 (5)	707 (2)	
国民年金	夫	12,089 (5)	—	—	14,764 (2)	11,307 (3)	—	—	
		妻	27,280 (6)	—	15,020 (1)	14,849 (3)	52,055 (2)	—	—
	学生の子	15,020 (1)	—	—	—	15,020 (1)	—	—	
▽ 私 的 保 険									
損 害 保 険		10,144 (86)	—	7,989 (3)	6,776 (43)	14,151 (27)	9,160 (13)	5,529 (10)	
生 命 保 険		51,176 (182)	11,685 (2)	30,733(26)	84,287(87)	19,912 (49)	10,167 (18)	-2,530 (11)	
個 人 年 金		22,140 (55)	16,310 (1)	10,050 (9)	26,006 (27)	22,770 (14)	22,500 (4)	—	
▽その他非消費出		11,189 (81)	11,380 (1)	21,453(12)	12,730(35)	5,667 (22)	6,118 (11)	2,200 (7)	

【消費支出】

全 世 帯 の 平 均		全 体	前年比	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	年金世帯(60歳以上)
	世 帯 数	211		3	31	95	57	25	17
	食 費 計	63,585	100.5%	40,151	56,863	65,529	66,113	61,578	63,745
	住 居 費	81,928	94.3%	64,882	72,756	94,071	69,921	76,574	68,721
	家賃地代	49,831	83.5%	63,767	64,390	52,565	52,733	13,096	14,455
	そ の 他	32,097	118.2%	1,115	8,366	41,507	17,187	63,478	54,266
	水 光 熱 費	15,427	95.6%	11,994	14,769	15,693	14,611	17,507	16,572
	被 服 費	17,285	134.5%	5,233	11,088	19,436	15,464	22,394	18,826
	保 健 医 療 費	12,696	96.4%	40,805	7,260	16,177	10,690	7,407	8,786
	理 容 衛 生 費	9,554	104.0%	4,676	6,738	10,527	9,997	8,927	9,796
	交 際 費	19,667	119.0%	6,194	10,292	10,381	19,774	67,955	86,912
	交 通 通 信 費	23,861	93.8%	27,380	22,669	24,581	25,687	18,017	16,794
	交 通 費	6,647	70.6%	6,847	5,598	5,822	8,828	6,091	6,217
	通 信 費	17,214	107.3%	20,533	17,071	18,760	16,859	11,926	10,576
	教 育 費	44,260	100.3%	33,343	33,732	60,173	43,229	512	12
	教 養 娛 楽 費	26,920	96.1%	7,433	19,553	30,995	25,422	26,320	25,184
	職 業 ・ 主 婦 費	36,189	104.8%	10,853	32,658	41,329	34,358	28,257	22,486
	自 動 車 関 係	52,792	90.9%	8,979	29,810	74,073	46,146	20,831	9,630
	そ の 他 支 出	12,909	143.8%	39,113	6,412	2,381	17,277	47,871	2,601
	消費支出合計	417,073	100.0%	301,037	324,599	465,346	398,688	404,149	350,065

【2011年8月消費支出の内訳】



【食費の内訳】(食費の内訳を記入して提出している人のみの平均値です。)

記 入 世 帯 の み の 平 均		全 体	前年比	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	年金世帯(60歳以上)
	内訳記入世帯数	115		1	7	50	38	19	13
	平均家族人数	3.6		4.0	4.1	4.1	3.5	2.6	2.5
	米 ・ 麦	2,513	90.6%	2,680	1,116	2,640	2,837	2,061	1,565
	パン・めん・他	4,528	108.8%	15,332	2,181	5,615	3,739	3,544	3,283
	主 食 計	7,041	101.5%	18,012	3,297	8,255	6,576	5,605	4,848
	魚 貝	4,598	101.5%	166	1,936	4,347	4,276	7,117	7,928
	肉 類	7,385	105.9%	1,823	3,518	8,075	7,248	7,562	8,644
	乳 卵 類	4,134	100.5%	1,713	3,635	4,818	3,456	4,002	4,174
	豆 ・ 豆 製 品	1,264	95.0%	0	558	1,236	1,196	1,804	1,846
	野 菜	4,144	98.2%	1,974	2,501	4,204	3,747	5,500	5,514
	乾 物 ・ 海 草	870	94.5%	198	688	813	721	1,424	1,355
	加 工 食 品	6,076	97.8%	248	2,150	5,820	7,777	5,101	4,359
	調 味 料	2,347	96.9%	1,285	2,664	2,423	2,207	2,364	2,528
	副食・調味料計	30,818	100.3%	7,407	17,650	31,736	30,628	34,874	36,348
	菓 子	4,916	97.1%	1,002	3,908	5,362	4,772	4,611	4,634
	果 物	1,761	95.0%	586	809	1,863	1,328	2,774	3,069
	酒 ・ 飲 料	6,663	87.2%	2,865	4,703	6,529	7,202	6,860	8,400
	嗜 好 品 計	13,340	91.6%	4,453	9,420	13,754	13,302	14,245	16,103
	給 食 ・ 外 食	13,001	105.1%	1,790	18,982	13,130	13,607	9,840	10,775
	外 食 計	13,001	105.1%	1,790	18,982	13,130	13,607	9,840	10,775
	食 費 計	64,200	99.4%	31,662	49,349	66,875	64,113	64,564	68,074