

【 暮らしの豆知識 】

ご存知ですか？「医療費控除」におまけ（住民税）がついてくる！

納税者である私たちが生計を一にする配偶者や親族のために、1年間(1/1～12/31)に支払った医療費の合計額が、10万円(年間所得200万円未満の人は年間所得の5%)を超えた場合、確定申告をすれば所得税が還付される制度です。おまけに来年度の住民税も軽減されます。

「少額だから」と申告しないのはもったいないですよ！

年間所得とは、給与明細の金額ではなく、給与所得控除後の年収です。特に、休職や退職等の理由により年収が下がった時には「医療費控除」を受けられる場合もあります。

制度のポイントは？

過去5年間にさかのぼって、申告ができます。(郵送でもOK！諦めずに申告しましょう。)

申告には、**領収書が必要**です。(公共交通機関：電車等の交通費は金額が分かればOK！必ず領収書を保管しておきましょう。)

保険金等で補てんされる金額は、生命保険・損害保険からの給付金や出産育児一時金、高額療養費などの金額です。

一般的には所得税率の高い方が申告する方がお得ですが、控除額が少ない時は年間所得の5%を適用する方が有利なことも…。

医療費控除額の計算は？



医療費控除の対象となる金額は、最高200万円なのよ。



1) 保険金などで補てんされる金額以下のものは、窓口で支払った医療費の額から差し引いて計算します。なお、保険金などで補てんされる金額は、その給付の目的となった医療費の金額を限度として差し引きしますので、引ききれない金額が生じた場合であっても他の医療費からは差し引きません。

< 医療費控除の対象例 (ほんの一部を紹介) >

	医療費控除の対象となるもの	医療費控除の対象とならないもの
診療 治療	・医師に支払った診療費・治療費 ・治療のための鍼灸、あん摩マッサージ師等の費用 ・健康診断、人間ドックの費用(異常が見つかり治療を受けることになった場合)	・予防接種の費用、診断書作成の費用 ・健康維持のためのマッサージ ・治療に必要な医療用器具の費用
歯科	・虫歯の治療、入れ歯費用 ・治療のための歯科矯正	・美容のための歯科矯正、歯垢除去の費用
医薬品	・医師の処方箋により薬局で購入した医薬品 ・治療のため購入した市販薬	・疲労回復・健康増進のためのビタミン剤やサプリメント
入院 通院	・通院や入院時に必要な交通費(緊急タクシー代含む) ・入院時の本人の食事代 ・入院中の付添人の報酬、交通費、食事代	・自家用車のガソリン代、駐車場代 ・差額ベッド代(自己都合の場合) ・入院のための寝具、洗面具等の費用 ・入院時に支払うテレビや冷蔵庫の賃料
出産	・妊娠中の定期健診や分娩、出産費用 ・不妊治療費、人工受精の費用	・母体保護法の規定によらない妊娠中絶費用 ・出産時、産後の家政婦の報酬、里帰り費用
その他	・医師の証明がある場合のおむつ代 ・介護保険制度の施設、居宅サービスの対象分 ¹	・通常のメガネ、コンタクト・補聴器の費用 ・転地療養上のための費用

その他、細かい条件がある場合もありますので、詳しくは**税務署**にお問い合わせください。

	(総合)	20代	30代	40代	50代	60代以上	年金世帯 (60代以上)
調査世帯数	155	1	39	54	31	30	24
年代別世帯構成比	-	0.6	25.2	34.8	20.0	19.4	15.5
世帯主平均年齢	48.7	27.0	36.4	43.9	53.5	68.9	70.9
平均家族数	3.7	3.0	3.9	3.9	4.2	2.7	2.4

居住状況

自 家	133	1	31	45	26	30	24
社宅・官公舎	8	0	3	2	3	0	0
賃貸(公営)	2	0	0	1	1	0	0
賃貸(民営)	12	0	5	6	1	0	0

世帯主の職種

公 務 員	15	0	1	6	5	3	1
会 社 員	106	1	34	40	24	7	3
そ の 他	15	0	3	8	2	2	2
無 職	19	0	1	0	0	18	18

子どもの状況

乳 幼 児	62	1	33	25	3	0	0
(平均)	0.4	1.0	0.8	0.5	0.1	0.0	0.0
小 学 生	88	0	37	42	9	0	0
(平均)	0.6	0.0	0.9	0.8	0.3	0.0	0.0
中 学 生	33	0	3	20	10	0	0
(平均)	0.2	0.0	0.1	0.4	0.3	0.0	0.0
高 校 生	22	0	1	9	11	1	0
(平均)	0.1	0.0	0.0	0.2	0.4	0.0	0.0
大 学 生	32	0	0	8	19	5	0
(平均)	0.2	0.0	0.0	0.1	0.6	0.2	0.0
そ の 他	31	0	0	0	13	18	12
(平均)	0.2	0.0	0.0	0.0	0.4	0.6	0.5

別居家族

単身赴任	3	0	0	1	1	1	0
学 生 等	9	0	0	3	4	2	0

<実収入>	(総合)	20代	30代	40代	50代	60代以上	年金世帯 (60代以上)
給 料(世帯主)	315,995	0	347,041	362,123	416,100	99,697	44,063
給 料(配偶者)	51,235	0	31,536	41,466	112,158	33,185	14,813
賞 与(世帯主)	201,091	0	193,330	291,575	222,216	33,183	41,479
賞 与(配偶者)	17,648	0	11,919	11,684	52,891	0	0
年 金(世帯主)	3,826	0	0	0	0	19,766	24,707
年 金(配偶者)	977	0	0	0	0	5,046	6,308
自 家 営 業(世帯主)	13,147	0	20,442	17,603	9,355	0	0
自 家 営 業(配偶者)	4,032	0	0	11,574	0	0	0
家賃地代収入	1,836	0	0	0	5,553	3,750	0
パートアルバイト収入(世帯主)	3,351	56,450	1,885	2,074	0	9,250	11,562
パートアルバイト収入(配偶者)	20,688	0	30,567	19,821	26,400	4,195	5,244
同居の家族からの収入	3,760	0	1,795	612	1,613	14,326	16,033
そ の 他 収 入	30,306	159,252	25,543	31,301	16,597	44,572	43,478
**実収入計 < A >	667,893	215,702	664,058	789,833	862,883	266,970	207,686

大阪いずみ市民生協調査 (総平均)

<非消費支出>							年金世帯
	(総合)	20代	30代	40代	50代	60代以上	(60代以上)
*税金計	55,890	0	37,897	71,412	79,417	28,897	27,303
所得税(世帯主)	24,982	0	16,764	34,403	35,133	9,051	8,536
所得税(配偶者)	1,739	0	1,182	1,119	4,679	599	263
住民税(世帯主)	20,013	0	16,018	26,683	20,671	13,185	12,373
住民税(配偶者)	4,397	0	736	2,120	14,802	2,650	1,867
固定資産税	4,846	0	3,872	6,891	4,129	3,333	4,167
その他の税金	-86	0	-675	196	3	78	98
*社会保険計	87,289	44,840	76,507	97,454	109,821	61,139	62,101
健康保険(世帯主)	30,064	44,840	26,277	30,311	30,387	33,716	38,123
健康保険(配偶者)	5,006	0	1,991	1,982	7,807	11,641	13,315
介護保険(世帯主)	2,693	0	331	4,360	3,490	2,029	1,974
介護保険(配偶者)	698	0	792	280	884	1,159	1,291
厚生年金(世帯主)	40,772	0	39,946	53,348	51,100	9,895	6,626
厚生年金(配偶者)	4,733	0	3,021	3,254	11,883	2,392	699
雇用保険(世帯主)	2,231	0	2,447	2,991	2,658	214	0
雇用保険(配偶者)	249	0	100	222	645	92	74
国民年金(世帯主)	576	0	1,217	498	484	0	0
国民年金(配偶者)	266	0	384	209	484	0	0
国民年金(学生の子)	0	0	0	0	0	0	0
*私的保険計	48,393	39,762	32,002	66,491	55,179	30,402	28,389
損害保険	3,592	0	2,316	2,308	9,109	1,982	2,042
生命保険	37,094	39,762	26,197	56,341	31,030	22,793	25,237
個人年金	7,707	0	3,489	7,843	15,040	5,627	1,109
*その他非消費支出	4,760	0	4,114	5,458	6,173	3,041	1,807
**非消費支出計 < B >	196,332	84,602	150,519	240,815	250,590	123,479	119,600

<消費支出>							
*食費計	65,905	29,338	55,836	67,279	69,547	73,980	74,142
家賃地代	66,602	51,182	93,541	70,347	33,841	59,206	3,563
住居費その他	15,821	14,293	13,400	20,025	13,923	13,415	9,999
<住宅ローン返済額>	46,020	51,182	81,110	56,605	27,804	0	0
水・光熱費	15,941	6,959	14,602	15,147	19,059	16,189	14,931
被服費	13,794	8,524	9,932	15,664	19,146	10,093	9,743
保健医療費	9,746	8,410	9,530	6,385	10,322	15,527	7,076
理容衛生費	9,036	2,760	6,794	8,317	11,288	11,129	11,698
交際費	13,227	0	4,652	5,787	15,663	35,690	39,159
交通費	5,299	4,245	4,583	3,418	7,149	7,740	5,755
通信費	16,642	30,720	17,390	17,935	19,937	9,467	7,672
教育費	48,533	0	42,913	59,544	71,107	14,311	0
教養娯楽費	17,952	10,985	12,143	14,789	27,584	21,478	24,642
職業・主婦費	40,207	34,283	43,904	44,213	42,451	26,068	27,034
自動車関係費	41,240	2,600	17,875	27,684	24,828	114,263	70,820
その他	3,354	18,360	4,070	5,339	566	1,230	1,389
*食費以外計	317,394	193,321	295,327	314,594	316,862	355,806	233,479
**消費支出計 < C >	383,299	222,659	351,164	381,873	386,409	429,785	307,621

今月の収支 < A - (B + C) >	88,262	-91,559	162,375	167,145	225,884	-286,294	-219,535
--------------------------	--------	---------	---------	---------	---------	----------	----------

大阪いずみ市民生協調査 (実平均)

<実収入>	(総合)	20代	30代	40代	50代	60代以上	年金世帯
							(60代以上)
給料(世帯主)	422,235	0	375,961	444,423	460,682	373,863	352,500
給料(配偶者)	214,635	0	245,980	172,244	231,793	248,884	177,752
賞与(世帯主)	566,712	0	376,994	629,803	861,088	497,750	497,750
賞与(配偶者)	210,415	0	154,952	126,186	327,921	0	0
年金(世帯主)	197,660	0	0	0	0	197,660	197,660
年金(配偶者)	50,461	0	0	0	0	50,461	50,461
自家営業(世帯主)	291,112	0	398,621	237,635	290,000	0	0
自家営業(配偶者)	312,500	0	0	312,500	0	0	0
家賃地代収入	94,883	0	0	0	86,075	112,500	0
パートアルバイト収入(世帯主)	57,715	56,450	36,750	112,000	0	55,497	55,497
パートアルバイト収入(配偶者)	80,168	0	79,475	71,354	116,916	41,954	41,954
同居の家族からの収入	52,987	0	70,000	16,532	25,000	71,632	76,958
その他収入	73,397	159,252	66,413	80,489	39,578	95,512	94,861

<非消費支出>	(総合)	20代	30代	40代	50代	60代以上	年金世帯
							(60代以上)
*税金計							
所得税(世帯主)	33,381	0	18,161	41,283	43,565	27,154	40,971
所得税(配偶者)	7,701	0	5,764	6,041	10,360	5,987	3,160
住民税(世帯主)	26,741	0	17,353	31,324	25,632	43,950	49,492
住民税(配偶者)	28,398	0	9,573	16,353	41,715	26,500	22,400
固定資産税	26,825	0	21,571	37,210	32,000	14,286	14,286
その他の税金	-2,218	0	-13,170	5,300	85	2,350	2,350
*社会保険計							
健康保険(世帯主)	34,264	44,840	26,277	34,100	33,643	50,575	60,996
健康保険(配偶者)	22,821	0	15,528	17,834	18,617	34,924	39,944
介護保険(世帯主)	5,218	0	4,309	5,606	4,704	5,073	6,768
介護保険(配偶者)	4,507	0	30,898	3,777	2,490	4,347	5,163
厚生年金(世帯主)	56,934	0	47,209	65,473	58,671	42,405	53,009
厚生年金(配偶者)	29,347	0	23,563	35,141	30,698	23,923	16,766
雇用保険(世帯主)	3,602	0	2,807	4,365	3,746	2,138	0
雇用保険(配偶者)	1,331	0	972	1,198	1,665	919	889
国民年金(世帯主)	22,335	0	23,741	26,870	14,990	0	0
国民年金(配偶者)	13,753	0	14,990	11,280	14,990	0	0
国民年金(学生の子)	0	0	0	0	0	0	0
*私的保険計							
損害保険	8,700	0	5,018	5,935	21,721	4,955	4,901
生命保険	42,907	39,762	27,613	62,090	40,081	29,730	33,650
個人年金	28,444	0	17,008	23,528	35,866	56,272	26,620
*その他非消費支出	15,056	0	11,460	12,280	31,892	18,248	14,457

<消費支出>							
*食費計	65,905	29,338	55,836	67,279	69,547	73,980	74,142
家賃地代	99,262	51,182	96,002	86,335	74,934	253,741	17,102
住居費その他	18,301	14,293	16,331	24,030	15,415	14,373	10,434
<住宅ローン返済額>	103,378	51,182	109,079	95,521	123,131	0	0
[ローン返済件数]	69	1	29	32	7	0	0
水・光熱費	16,044	6,959	14,602	15,147	19,694	16,189	14,931
被服費	15,272	8,524	11,393	15,960	21,982	12,112	11,691
保健医療費	10,714	8,410	10,324	6,896	11,428	17,916	7,720
理容衛生費	9,400	2,760	6,972	8,637	12,498	11,129	11,698
交際費	18,638	0	6,256	8,681	25,556	41,181	42,718
交通費	7,606	4,245	6,620	4,733	11,663	10,555	8,124
通信費	16,859	30,720	17,390	17,935	21,312	9,467	7,672
教育費	65,988	0	46,489	65,620	88,173	107,330	0
教養娯楽費	18,929	10,985	13,531	15,659	28,503	21,478	24,642
職業・主婦費	45,160	34,283	45,059	48,725	48,740	34,002	36,046
自動車関係費	54,634	2,600	23,237	33,221	33,464	190,438	130,744
その他	8,251	18,360	9,921	10,678	1,594	4,611	5,557

<食費の内訳(別表)>	年金世帯						
	(総合)	20代	30代	40代	50代	60代以上	(60代以上)
(主食)							
米・麦	4,951	278	4,161	5,892	5,365	4,804	5,206
パン・めん・その他	4,064	893	3,986	5,094	3,735	3,727	3,688
(副食)							
魚 貝	4,434	1,142	3,314	3,373	3,837	6,419	6,767
肉 類	6,051	781	3,915	5,478	6,952	7,867	8,196
乳 卵 類	3,525	1,206	3,104	3,535	3,920	3,732	3,640
豆・豆製品	1,336	246	1,193	1,370	968	1,650	1,684
野 菜	5,490	1,656	4,732	4,165	4,674	7,467	7,587
乾物・海草	1,138	198	661	997	568	1,858	1,853
加工食品	6,827	2,192	3,668	4,622	8,881	10,005	11,048
調味料	2,178	1,047	1,402	2,152	2,282	2,762	2,901
(嗜好品)							
菓 子	4,484	2,093	4,182	4,751	3,629	5,005	5,437
果 物	2,591	205	1,179	1,405	2,069	4,678	5,000
酒・飲料	6,728	3,479	4,005	5,108	4,119	11,137	12,025
(外食)							
給 食	5,357	0	5,644	4,196	7,480	4,180	4,180
外 食	9,769	13,922	11,613	6,617	16,457	8,600	6,959

<実収入計に対する割合(%)>

税金計	8.37	0.00	5.71	9.04	9.20	10.82	13.15
社会保険計	13.07	20.79	11.52	12.34	12.73	22.90	29.90
私的保険計	7.25	18.43	4.82	8.42	6.39	11.39	13.67
他の非消費支出	0.71	0.00	0.62	0.69	0.72	1.14	0.87
食費計	9.87	13.60	8.41	8.52	8.06	27.71	35.70
食費以外計	47.52	89.62	44.47	39.83	36.72	133.28	112.42
収 支	13.21	-42.45	24.45	21.16	26.18	-107.24	-105.71

事務局より

今年もやってきた猛暑、体のことを考えるとエアコンを我慢するのも限界がありましたね。

夏休みに突入ということもあり、食費も娯楽費も交際費も

いつもより増えてしまったご家庭が多いようです。

受験生がいるご家庭では夏期講習などでまとまった出費がありました。

先月号と一緒に来年度のモニター登録用紙をお送りしておりますので継続希望の方は返送忘れのないようお願いいたします。

7月の 消費税調べ

調査世帯数	59人
平均1ヶ月消費税額	11,625円



消費税調べに寄せられた声

参議院議員の選挙が終わり、自公の当選が目立った。残念だ。憲法を変えて軍事力を高める政権が。また原発を推進する政権が安定多数となった。格差社会は御免だ。(77歳)

今月は外食やお買い物が多かった結果が出ていたと思いました。(38歳)

多いですね…。(48歳)

来春の消費税増税の検討段階に入ったとか。アベノミクスなんて“クソくらえ” 最寄りの商業施設に又ひとつシャッター店舗が増えた。(71歳)

多いです。(37歳)

ついに2万円を超えました。パート代3日分です。(40歳)

夏休みに入り、食費が増えた分、消費税もUPすることになっている。来月はもっとUPするだろう。(38歳)

貝塚市は65歳以上1人世帯は、水道代は基本10㎡まで無料です。もう7年になりますが、今まで基本以上使っていません。水道代は0円です。(72歳)

消費税1万円超えは痛いけど、\10,001なんてちょっと珍しい感じがして…ま、いっか。(41歳)

今月は出費が多かったですが、ご祝儀のウエイトが大きかったので、消費税としては、まあこんなものかなという感じです。でも、この額をおこづかいに当てはめて考えてみると結構な額だなあと感じます。(39歳)

消費税が増税になるのかどうか分からないというニュースが流れていますが、どうなるんでしょうか？でもこうして、毎月いくら払っているか確認できているのは本当に助かります。たとえ増税になっても流れに逆らってみせます。(37歳)

相変わらず高いですね。(41歳)

光熱費の電気代は、こんなに暑いと下げられませんか。消費税が上がったら太陽も気を遣って温度を下げってくれるのかしら？でもこの異常気候って太陽のせいじゃないですよ。(62歳)

夫のタバコ代が8,000円/月はもったいないが、やめる気はサラサラないのであきらめます。(55歳)

今月は定期代があったので税金も多くなってしまいました。(49歳)

無駄遣いしてないはずなのに、消費税支払い額を見ると落ち込みます。(43歳)

声のひろば

家計だより

白馬乗鞍へ

7月10日から13日まで、長野県白馬乗鞍高原へ行きました。ホテルは3連泊。2日目はバス、ゴンドラ、リフトを乗り継いで八方尾根へ。山道はしんどくて途中で引き返す。無理をしてケガでもしたら大変です。3日目はバス、リフト、ロープウェイを乗り継いで柵池高原、まだ雪が残っていました。水芭蕉、ニッコウキスゲ、ワタスゲなど高山植物と白馬岳など素晴らしい山の景色を楽しみました。(81歳)

魚釣りのおかげ

食費・魚、貝の金額が少ないのは、夫が魚釣りに出掛け、多少釣ってくる。月2、3回。それが、当日・翌日の夕食のおかずになるからです。こずかいの範囲で行くので、感謝しています。



(68歳)

体調ギリギリ

参議院選で20日頃までは、八ガキに電話にピラ配りに、体調ギリギリのところ終わった。その間、天王寺に難波、立候補者の追っかけで、7月におばの見舞いに帰った時、友だちに「仕事してるんですか？イキイキしてるから」等言われて。昨日はいとこの娘さんの初盆でお参りしてきました。2人共、共通の話題でありながら、辛い部分はカットして、私は亡くなった彼女の伝言を伝えたくて、やっとその責任が終わってホッとしています。(72歳)

ヒヤヒヤ

義妹の子(姪)の結婚式があり、支出が増えました。7月の暑い中、支出が増えてヒヤヒヤです。(62歳)

土に触れる毎日

暑い夏の日が続き、梅雨らしい雨もなく、時折激しい雨がいったよう、でも連日畑の水やりが欠かせなく、夕方は夕食の準備をして畑へ行くか、外出して遅い時でも励みました。大変でしたが、行くと水やり、草も抜いたり野菜の成長に嬉しくなって収穫が楽しく土に触れる毎日で心が癒されるのです。夏野菜が十分食卓に乗せられるのも嬉しい。(80歳)



蒸し暑い毎日

いつもありがとうございます。暑い暑い、蒸し暑い毎日ですが、痩せもせず、週3日プールに行くと、水の中だけは涼しく、病気もせず感謝してます。夕方6時過ぎてから庭の水やりです。キュウリとシシトウだけはCOOPでも買わずにまかっています。大きな長い60cmぐらいのカボチャが7、8個出来てます。食べたら種をくださいと3人ほどから頼まれています。美味しいカボチャだそうで楽しみです。天気がおかしく35なのに蒸し暑くて困ります。雨が降らず、毎夕1時間水道の水を庭に撒いています。水道代はいくら掛かるでしょうか？

(80歳)

(80歳)

足るを知る

7月20日、敦賀原発、美浜原発、小浜の明通寺へ行った。敦賀市議、今大地さんの話。住民が原発関連の仕事の中での反対運動の困難さが伝わってくる。小浜は市民運動によって原発を設置させなかった、との話を中蔦哲演僧侶から伺う。ふくしまチェルノブイリのクロバーが巨大化している物があると見せられた。何としても原発再稼働は阻止したい。選挙の結果は残念だ。将来に核のゴミを残さないように節電

して「足るを知る」生活に戻そう！（77歳）

衝動買い

思いがけないことですが、車を買ってしまいました。今の車は調子いいし買う気もなかったのですが、思わず「考えとく」というと、すぐ見積もりを持ってきて、あっという間に納車です。よく考えもしないで衝動買いが続いています。もっと財布のひもを締めなくてはと反省しています。選挙が終わって、自民党が勝つと、早くも憲法改憲を言い出しました。何としても憲法9条を守りたい。子どもたちが幼いころから平和行進に参加して歩いてきました。広島・長崎の世界大会にも行ってきました。先の戦争で多くの犠牲の上でできた憲法です。学習するたび、憲法の素晴らしさに感動します。憲法を変えるのではなく、守る立場で声を上げていきたい。（62歳）

梅の木にモズ

我が家の梅の木にモズが初めて巣を作り、雛を三羽育て上げた。親鳥のにらみをよそに夫は毎朝スキを見つけて写真を撮り成長記録を作った。巣立った鳥たちは元気になっているだろうか・・・！！と2人でお茶を飲みながら嬉しい話題になっている。（65歳）



初ボーナスが

今春、社会人となった長男が50万円の4Kテレビを購入しました。もちろん自分で払うつもりだったのですが、新社会人のため、カードの与信決裁が下りず、突然「貸して」と。他にも卒業旅行代や赴任先への移転費用、当座の生活費などと100万円以上貸していたのに。甘い親だとは思いながら、また貸してしまいました。それが先日、帰省して50万円をポンと返してくれました。ボーナスが下りたらしいです。4月に入ったばかりなのに手取りで50万円もらったそうです。長い間働いている私より多くもらったんですね。嬉しいやら悔しいやら・・・。（49歳）

ご自愛ください

異常に暑い毎日が続いています。ご自愛くださいませ。（54歳）

年金だけの生活

主人の生命保険の払い込みが終わり、後医療特約部分65歳から80歳までを一括払いにしましたので大赤字です。主人も8月で仕事をやめるのでまさに年金生活に入るので支払いが大変になりそうなので払えるうちに払うことにしました。介護保険も今まで会社の保険で天引きだったので少なかったのですが、今月から自分で払うようになって高くなりびっくりしています。10倍近くになっているんですね。年金だけの生活大丈夫かな？心配です。（63歳）

ピアノレッスン

息子（高3）が10年間続けてきたピアノをとうとう辞めることにしました。振り返れば小2の春「ピアノやりたい」と言い出した時、本気とは思わず「毎日練習するなら」と条件を付けたら本当に守り（そのかわり1回チョロッと弾いて「ハイおしまい」だったりしたけど）気がつけば発表会での出番もとりだったり、「いい演奏をありがとう」と言ってもらったり、「ウチの子どもお兄ちゃんくらい弾けるようになるかしら・・・」とってもらったり・・・でも高校生になると帰宅時間が遅くなり、家で練習するには近所迷惑な時間帯になったり、ピアノの先生が家庭の事情で変わったり（決して新しい先生がイヤな訳ではありません。前の先生が長かったので、気持ちの切り替えがうまく出来なかったのです）あれやこれやで、とうとう辞める事となりました。ま、ここまで頑張ったことを良しとしましょう。てな訳で、今月の教育費、学校関係の支出も少なかった事もあって「計算間違い？」と疑いたくなるような少額となっています。思えばピアノのレッスン料、結構高かったのねー。



(51歳)

リモコンが

結婚してもうすぐ20年……。ずっと使っているエアコンのリモコンの調子が悪いです。ON ボタンだけがつかない事が多く、他のボタンはちゃんと反応します。エアコン本体も問題なく使えます……。でもつけようと ON ボタンを押すと利かないので、エアコン本体の非常電源で強制的に ON にすることで使っています。でも古いのでリモコンだけを買って2、3万するらしく、それだったらエアコンを買い替えようか……。と悩み中です。今は省エネタイプで電気代も安いと聞くのですが、まだ使えるのに、と思うと何だかなーという気分です。

(45歳)



見て見ぬふり

週4、5日間の10～18時の仕事を始めて4ヶ月が過ぎました。上半期ですでに去年の年収と同じ金額を稼いだこととなります。もちろんそれに伴い、生協利用も増え食費もUP!! 週末にパーっと出掛ける為、娯楽費もUP!! よくお手伝いをしてくれる子どもたちにも太っ腹でお小遣いもUP!! あんまり手元にお金が残らないけど、赤字にならないだけマシか……。家の中が散らかりお風呂もカビているのを見て見ぬふりをしています。

(39歳)

リフォーム効果

毎日暑い日が続く、クーラー・扇風機が大活躍。電気料金の値上げもあり今月の請求、上ってるだろうなあ、って覚悟してたんですが、去年の同じ月より使用量が30%減、先月・先々月は40%減と、リフォーム時に照明器具、クーラーを新しくし、家族みんなリビングで過ごす時間が多かったからだと思います。日頃、節電には気をつけているつもりですが、そんな

にガマンもせず、快適に暮らせ、改めてお家をきれいにしてよかったと思います。地震にビクビクしないで過ごせるのもとてもうれしい事です。

(56歳)

嵩みました

今月は娘の20歳の誕生日。私の妹を呼んで4人で食事会。お中元やお土産、9月に旅行に行くのでその手付金。などなど、今月は出費が高みました。

(43歳)

忙しい毎日

夏休みに入りましたが、子どもたちはクラブに夏期講習にと忙しい毎日です。私も夏休みななお弁当を作ることもあったり、お昼に帰ってきて家で昼ごはんを食べることもあったりで、1日3食作るのに忙しいです。毎日暑いのでお茶を作るのも大変ですが、お湯を沸かして作って冷やすのにも時間がかかるため、ここ数年は浄水器の水を使って水出しでお茶を作っています。ガス代も水道代も節約できるし、なんとと言っても暑い日にガスを使わなくていいのが一番ですね。

(46歳)

元気に過ごせますように

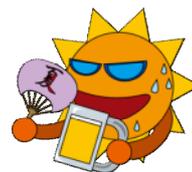
今年も暑い夏がやってきましたね。パートに行き出し子どもたちの留守番も始まり、心配もありますが3時間くらいなので、宿題をして、遊んで待っていたらスグの様子。この夏もケガなく元気に過ごせますように!

(39歳)

太陽がまとも

暑い毎日ですね。私のお家は、一番端にあります。午後から西の壁に太陽がまともにあたります。薄い壁だし、2階の部屋の室温なんて、高い・高い!! 暑い・暑い……。熱中症にならないように気をつけようと思います。

(53歳)



夏休みの楽しみ

暑いです～! 夏休みの楽しみはコストコへの買い物と同窓会(高校・中学)で飲むことと、家族・親戚との旅行です!! そのために今月か

らお仕事も始めます！！がんばるぞ～！
(44 歳)

行くなとも言えず

中学3年生の受験生が、塾に行き始めました。期末テストでよい点を初めてとり、調子に乗って、夏休みもう少し塾に行きたいと言い出しました。行くなとも言えず、行っていただくことにしたところ、高校生の兄の塾代とも重なり、痛い出費です。しっかり勉強していただきたいところです。(43歳)

旅行行けるかな

夏休みに突入しましたね。何の予定も立てないまま・・・と言うか小6の次男のクラブ活動中心の生活で他の予定が入れられない・・・。お盆の頃が一番忙しく活動予定があるけれど、親の方はその頃でさえ休めるかどうかの自営業。8/31, 9/1に旅行に行けるかな、と思うけれどその前日の30日には登校日で宿題提出してるんだなー。旅行の思い出を作文に、とか絵に・・・はできません。残念。来年は中学生で色々料金も上がるし、遠くへ行きたいなあ。(47歳)

ダイニングテーブル

夏休みです。毎日、食べ盛りの子どもの食事が大変です。ダイニングテーブルを買いました。キッチンが明るくなり、雰囲気も変わり良かったです。カード払いの為支払いは来月かな？(42歳)



エアコンなしでは

今年も猛暑ですね！節電したいとは思いますが、エアコンなしでは過ごせません。トホホ！(51歳)

慌ただしく

慌ただしく集計しました。夏休み色々忙しくなりそうです。充実した毎日にしたいと思いま

す。(39歳)

有馬温泉

暑い日が続きます。子どもの部屋の環境を良くするため、カーテン、カーペット、マットレスを交換しました。アトピーが酷くてあせも対策です。父と次男の誕生祝いで家族で有馬温泉に行ってきました。本当は3月に行く予定でしたが、母の体調が悪くなったので行けませんでした。子どもたちも主人も、父に対してすごく優しく接してくれ、父もすごく喜んでくれました。あと何回、旅行に連れて行けるかわかりませんが、思い出を増やしていきたいと思います。また、母が亡くなってから5ヶ月、1人暮らしをしていた父ですが、母の初盆を済ますと病院に入院することになりました。まだ元気なので私の家に居ると良いと、皆で話をするのですが気兼ねがあるようです。出来るだけ日曜日は家に連れて帰るようにしようと思っています。(51歳)



フルタイム

フルタイムで働いて2年8ヶ月が過ぎました。15年振りに仕事をし、毎日あつと言う間です。提出が毎回遅くなってすみません。(44歳)

電動自転車

電動自転車は、家では車代わりにあちこち乗っています。今回後輪のタイヤが裂け目と、溝がツルツルになっているので交換に行くと、そこでまず・・・同じタイヤなら取り寄せで5,000円、何でもいいなら店にあるタイヤ3,775円、そこでため息、その次に車輪の一部が外れていることが判り、そのまま乗っていたせいで、全部にひずみがきてるので全部交換、でも・・・料金にびっくり、同じのは取り寄せてステンレ

ス 15,000 ~ 16,000 円、アルミだと 7,000 ~ 8,000 円、ため息。仕方なく丈夫な方のステンレスにしました。自転車 1 台買えますよね~。日頃から点検しておけば良かったです。

(45 歳)



黒字なんです

今月は特に目立った支出はありませんでした。家計簿上では凄く黒字なんです。何かつけ落ちしてる?と、不安です。(55 歳)

また来よな

南紀に 1 泊 2 日の旅をしてきました。初日は勝浦の近くで海水浴。穴場なのでプライベートビーチのようでした。子どもたちもボディボードやフロートに乗って波乗り。とっても楽しかったです。那智の滝にも足を延ばしたんですが、2 年前の豪雨の爪跡がまだ残っていて驚きました。滝も修復作業中という事で、大型クレーンが入っていました。1 日も早く、元の姿になることを願います。次の日はアドベンチャーワールドへ。いつ行ってもイルカやアシカたちのショーのレベルの高さに感心させられます。子どもたちも帰り道にもう「また来よな!」と言っていました。(39 歳)



消費に回せない

短期の派遣の仕事を引き受けたので、今月は私のパート収入がいつもより多く、臨時収入だと思って貯蓄に回そうと思っています。収入が増えても将来の不安があり、消費に回せないのが現状です。(39 歳)

散々な出費

今月は、エアコンを買い、ドライヤーを買い、幼稚園 2 カ月分の保育料を支払い...と、散々な出費でした。夏休みに入り、連日の暑さに加えて毎日のお昼ごはん作りにもうんざりな母で

す。早くも新学期が待ち遠しい母です。

(34 歳)

手数料

iphone に買い替えの手数料がかなり掛かっています。家族の服も新調しましたので被服費も多くなりました。(47 歳)



じえじえじえ!!

7 月はとても出費が多く、支出合計を見てびっくりしました。「あまちゃん」で言えば



「じえじえじえ?!」車検、定期代、教育と、重なる時は重なるんだ、と納得するしかありませんでした。笑うしかないです。中学 1 年生の次男は夏休みの卓球クラブを頑張っているのので応援しています。高校 3 年生の長男は、エアコンを効かせて家の中で勉強しているのか、ぐうたらしているのか??とにかく暑い夏でも家族の健康のために栄養のあるメニューを考えます。(43 歳)

乗り遅れ!!

先月、主人の父の十三回忌で帰省した時の交通費のカード払いがありました。実は、ピーチで予約していたにも関わらず、時間を間違え乗り遅れてしまい大変でした。しかし、今は便利なスマホがあるので、どれで行ったら一番安くで行けるか調べ、予約をし無事行く事が出来ました。チケット代は多く掛かってしまいましたが、勉強したと思い反省。今後は時間をきちんと確認し、早めに手続きするように注意します。(49 歳)



コンタクトレンズ

娘(中 2)にコンタクトレンズを勧め、使用することになりました。ちょっと驚沢かなと思ったのですが。眼鏡よりずっと楽(私もレンズ使用者)なのと、そろそろちゃんと管理できる年齢かな...と思ったのです。本人も快適だと言ってます。(お金は掛かるけどね。)これで

勉強にも身が入る(?)といいのですが。
(47 歳)

老老介護

7月は認知症の父が行方不明になり、大変だった。怪我もなく無事見つかったけれど、これまでは母に任せっきりだったが、老々介護で共倒れになってはいけないので、母が大丈夫だと言っても、一緒に考え口も手も出していこうと思う。思うけど母は頑固で私の意見を聞いてくれない。どうして良いか分からない。

(50 歳)

頭が下がります

今月は大赤字でしたが、夫がゆっくりできたので良かったともいえます。この休み中に夫が受けた胃の内視鏡結果もほぼ異常なしで、ほっとしました。毎日、炎天下で交通誘導中の夫に頭が下がります。



(62 歳)

入って出て行った

今月はお金が入って出て行った月でした。車の車検が予想以上に高くなり、車の保険の更新、固定資産税の納付、住民税が今月から 6,000 円も上がったり。それに加えて、洗濯機をドラム式に買い換えました。確かに凄い節水だから水道代は安くなりそうです。また主人の会社から寸志ですが賞与が出てありがたいです。それから私も 8 月から短時間のパートの採用が決まり、働く事になりました。パソコン事務なので負担も少ないです。

(41 歳)

振り返れました

今月、おつきあいでの外食が多かったこと、メガネなど被服費が多かった、と家計簿をつけていて振り返れました。

(40 歳)

相見積もり

今月はボーナスが無事に出ました。何年振りかで満額の 1.5 ヶ月分でした。ある程度まとまった金額が入ると、正直ほっとしますね。梅雨入り前に、屋根の傷んでいた部分を少し補修してもらったので、今月はその工事代の支払いが

あり、支出が多いです。本当は屋根も葺き替えて、壁も塗装して、と考え色々チラシを集めたり、インターネットで調べたりしてから、リフォーム業者に見積もってもらった所、思っていたより 100 万円以上高くてびっくり。チラシやネットで見っていた金額は、いったい何だったのかのかと……。相見積もりをお願いした会社の方に「傷んでいる所の補修で十分。屋根も壁も今すぐどうという事はないです」と言

使い切る算段

退職金などが出ているが、今回は車で 200 万リフォームで 170 万使った。お金を持ってはあの世には行けない。生きている内に使う生き金としての決断だ。未だあと 220 万ほど使ってペンキを塗る予定だ。リフォームしてリッチな気分を味わっている。消費税の上がる前の決断になる。死ぬまでに預金を使い切る算段ができていない。今月は支出が 450 万で収入は 75 万だった。約 380 万の赤字になっている。

(59 歳)

歳)

クラブが忙しく

上の子が中学生になって初めての夏休みで、塾やクラブで毎日忙しくて、家族で出掛けることがほとんどなくなりました。

(43 歳)

頑張りましょう

いよいよ夏休みですね……。買い物に行くたびにお菓子やアイスがせがまれて大変です。白浜へ旅行に行きました。おばあちゃんに 10 万円出してもらったので大助かりです。子どもたちも楽しんで良い思い出になりました。夏休み……。あと 1 ヶ月は長いですね。皆さん共に頑張りましょう。

(36 歳)

命が繋がる

次女の安産祈願の腹帯も受け、いよいよエレベーターの



あるマンションへ引っ越し。手伝いに行った帰り、いつも近くのバス停まで見送ってくれる。バスが見えなくなるまで、幼児のように両手を振り回してバイバイしている。私もかつて両親が存命の頃、実家から戻る時、切なくてたまらなかったのを思い出した。何度振り返っても、まだずっと門口に立って見送ってくれていたっけ……。今夜夢で逢いたいなあ、そして命が繋がっていくんだよ、と報告したいです。
(71歳)

繰上返済

提出、滞っていてすみませんでした。やっと追いつきました。今月、住宅ローンの繰上返済の為、赤字です。
(30歳)

ボーナスでなんとか

今月は、年払の通信教育代と、主人の資格の講習代が高かついた。ボーナスでなんとか赤字にならずにすみました。来月は塾の夏期講習も高つきそうです。
(41歳)

来月が怖い

トイレのウォッシュレットから水漏れがしています。まだ少しづつなので、急いで買い替えなくても使用できていますが、来月中には買い替え予定です。レジャー費も増える来月が怖いです。
(44歳)



買い物スタイル

今月も含め、ここ何ヶ月かは食費や被服費が多かったなと反省し、来月からは買い物スタイルを変えようと思います。いままでは生協の注文も金額を考えずにほしいものがあれば注文していましたが、上限を週ごとに決めていこうと思います。そして当たりまえのことですがいくら値引きがあっても在庫を考え、そのときに必要でないものは買わないようにしようと思いがけていこうと思います。
(45歳)

介護が始まる

今月は長男の結婚が決まり、顔合わせの食事をしました。長男は去年は事故で2ヶ月も入院していたので、結婚も遅くなってしまいました。来年の2月に結婚式をする予定です。私の父(82歳)が肺ガンの為7月4日に入院しました。今は99歳の祖母も入院しているので、実家はしばらくは母(76歳)1人になります。父や祖母の見舞いにしっかり行きたいです。子どもが大きくなったら、自分の親の介護が始まるのですネ！子どもが小さい時に、祖母や父には世話になったので、しっかり恩返ししたいです。
(54歳)

特別なこと

夏休みに突入しました。夏休みなので特別な事がしたいと毎日子ども達にせがまれます。来月沖縄旅行に行くけど、それだけでは足りないのかな？と親は思うのですが、子どもの特別とはスーパーへ買い物に行った際にどこかへ寄りソフトクリームを食べたりする事みたいです。そんなんで、用足しにちょっと外へ出てなかなか用事が進みません！
(47歳)



日程が合うものは参加

給料変わらずで市府民税が上がっていました。小6の娘の夏休みは、キャンプ4回×1泊2日に参加します。地域のは3,000円、4,000円、英語のキャンプは2万円台といろいろです。小学校最後なので、日程が合うものは全て参加します。
(40歳)

すごいことに

今月は夏休みに入ったという事で、食費がすごく増えてしまった。この調子で行くと、8月もすごい事になるかも……。
(39歳)

実感したい

アベノミクス効果がなかなか感じられません。早く実感したいです。
(38歳)

転職

転職しました。2年間、スーパーで働いていましたが、今月から薬局の受付です。しばらくは2つの仕事を掛け持ちしないとイケないので頑張ります！ (41歳)

窮屈にならないように

今月は食費を抑えた。でも、夏休みで子どもたちが自分で作りやすい物(レトルト・インスタント)を用意していることもあるから、8月はどうか？ドキドキ。我慢しすぎ、させすぎで窮屈になると節約で心が貧しくなるから、そこまでは行かないように過ごしたいな。(41歳)

退職しました

妻(私)が5月に仕事を退職しましたが、賞与が振り込まれていましたので記入しました。明細をもらっていないので、手取額だけを記入しています。(50歳)

断捨離

暑い毎日にうんざりです。扇風機2台をフル回転させ、首には保冷剤を巻きつけ、着衣は裸同然、来訪者があってもすぐには出てゆけません。「応接5点セットを処分する。」と、夫に言ったら「長期休暇になったら川北(倉庫代わりの家)に持って行く。」と、言うので待っていたら毎日パチンコ通い。休暇が終わったとたんすぐリサイクル屋に引き取って貰いました。帰宅した夫、「あっ、どないしてん！」と、びっくり顔。「自分で片付けた。パチンコへ行って当てにならへんし...。」と、いやみもたっぷり。買ったときはあこがれの応接セットだったのに、生活や、住む人の変化で「無用」とされる道具や家具に「悲しさ」を感じました。母が居たら処分するなんて出来なかった家具です。物を捨てない夫に対抗して断捨離に頑張ります。長男から言われています、「荷物、死ぬまでに片付けておいてくれよ。」と。(65歳)



待ち遠しい

暑くて困りますね。秋が待ち遠しいです。(37歳)

みんなごめんなさい

締め切り前に慌てて集計です。今月はありがたいボーナス支給...毎日頑張ってくれている主人に感謝です。車の修理費が痛い出費です。これがなければ...ボーナスで家族で楽しむこともできたのに...みんなごめんなさい。(45歳)

念願のプレゼント

子どもの誕生日プレゼントにDSを購入しました。意外と高くつきましたが、念願のプレゼントに大喜びでした。(36歳)

住み替えは大変

長年の社宅暮らし。通勤族なのでやむおえず、ということもあるが、私はコンパクトなマンション暮らしが気に入っている。しかしマンションは土地が付いてなくて、使い捨ての印象があって購入する気になれないのが難点。今後、主人のリタイアに合わせて家屋の購入を望んでいるが、主人ほどは積極的になれず「家ってどう買うの？」と後ろ向きな気持ちになる。立地やご近所づきあいなど、簡単に住み替えられないから、慎重になるし決断が要ると思う。(48歳)

夫に感謝

ボーナスが支給されたのでUSJに行き、旅行にも行く事が出来ました。我が家はお盆は休みではないので、少し早めの夏休みです。リフレッシュ出来たので、8月もまたがんばろうと思います。夫に感謝。(31歳)

保険の見直し

子どもが小学校に上がったのを機に、保険の見直しをしたり、年払いの保険の支払いがあったりで、ここ2、3ヶ月はつらいです。まあ、これは貯蓄なので良いのですが...。家計簿上の支出計ではおそろしい事になっています。

太陽光の補助金がありたので嬉しいです。
(43歳)

無理をしないように

今日はコンタクトレンズのカード支払いがありました。保健医療費でよかったですよ
うか？暑くなってすぐに、私が夏バテか熱中症かわからないのですが、体調を崩しました。40歳過ぎたらいろいろできま
すね。気を付けなければ。今から夏本番！お楽しみもたくさんあるので、無理をしないように
乗り切りたいと思います。(42歳)



事務局より：コンタクトレンズは被服費、洗浄液・保存液は理容衛生費になります。

暑さ寒さもそれぞれ

毎日、毎晩、クーラーをつけっ放しにしています。自分1人だったらどうにでも出来るんですが・・・家族で寝ていると、暑さ寒さもそれぞれで・・・早く夏が終わってほしいです。
(35歳)

負担に感じる費目

大した交際をしている訳でもないのですが、交際費は結構負担に感じる費目です。「今年1年は、交際費を減らすぞー！」と頑張っていました
が、今日はちょっと大きなお祝い事があり、断わる事も出来ず・・・お祝いの会は身内だけでやって欲しいなあ・・・というのが正直な
ところでした。(38歳)

立秋ですけど

今は暦の上では立秋ですけど、気温は大阪では37ですよ！びっくり！体温以上ですよ。この文章が読まれる頃は、きっと涼しくな
っているんでしょうねえ。皆様、元気で酷暑乗り切れましたか？
(54歳)



教育費が

久しぶりに提出間に合いました。今月は私の国家試験準備費や子どもの塾の夏期講習で教育費が高額になりました。これからどんどん教育費がかかると思うと恐ろしいです。頑張らな
いと。(45歳)

はかどりません

夫が仕事を辞め、大変な1、2ヶ月でしたが、新しい仕事が決まり頑張ってもらいたいです。思うように家事、節約がはかどりません。
(43歳)

あ～、ほんまに

今月は家族3人分の医療費が高かった。教育費もかなりの高額だし。毎年、この月だけはしょうがないのですが。ボーナスが出たので、夫のお小遣いも余分にあげないといけ
ないので、ほんまに支出がえらい事になってしまった。あー、ほんまに・・・。(40歳)

いい始まり

今回の夏休みは東京ディズニーランドに家族でいくことにしました。今回は、ディズニーランドのみとし、オフィシャルホテルに泊まらず、千葉のホテルにしました。前回の旅行よりも安く行くことができました。子どもたちはやっぱりディズニーが大好き。とってもいい夏休みの始まりとなりました。
(42歳)

助けてもらいました

今月は実家の両親から、かなり食料を助けてもらったので出費を抑えられました。来月もこの調子で行きたいです。
(33歳)

こわいです

夏休みの支出がこわいです。
(41歳)

雨漏り修理

豪雨続きで築31年の自宅が雨漏り屋根を修理する事に・・・痛い出費でした。
(38歳)



幸せでした



昨年より少なかったですが、ボーナスが出ました。大半が保険料の年払いに消えてしまう予定ですが、ボーナスが出たからと外食しました。暑い夏に自分でご飯を作らなくても、美味しい物が食べられる、とても幸せでした。(28歳)

復習します

消費税額の計算は今まで考えたことがありませんでしたが、『家計ドットこーぷ』のトップページのお知らせを見て、やっと分かりました。今月分で初めて「消費税の非課税項目額」を入力しました。締切りぎりぎりなので、来月までに復習しておきます。(36歳)



家族の為に使いたい

夏休みに入り、旅行に行ったり、昼食を作らなければいけないし、イベントやプールへと、何かと子どもと出掛けるので、出費は色々高まりますね。少しですが、ボーナスがあっけすごく助かりました。暑い中働いてくれている夫に感謝し、家族の為に使いたいと思います。(34歳)

我が家の経営

今月は、今年度分の固定資産税をまとめて支払ったのでボーナスなしではやりくりできなかった月になりました。景気上昇とかでメディアではボーナス支給額が上がったと聞きましたが、我が家は前年度に比べて減りました…。まわりの雰囲気にならなれず、我が家の経営をしっかり務めていきたいです(39歳)

なんとかやりくり

全体的に支出を抑えたいのですが、なかなかうまくいきません。赤字にだけはならないようになんとかやりくり出来ています。(47歳)

何かある

デジカメが突然故障、痛い



出費でした。息子がウルトラマン好きで、フェスのキッズ隊に応募したら、なんと当選したので、前日に買いに行きました。どんなに節約してても、人間は色々なトラブルがあるのですね。毎月、同じ月が無いように、生きてる限りなんかあるんですね。今月は私の化粧品かぶれで医療費が高かったです。10代から使用していましたが、突然合わなくなりました。こんな事ってあるんだね、と思いました。主婦になって、なんとなく毎日が同じだなあ、と思い込んでいてびっくりでした。(38歳)

大きな出費

今月はクーラーを1台取り付けましたので、大きな出費となりました。(39歳)



受給中

夫は失業保険受給中。この間に早く就職先が見つければ良いと思っています。(55歳)

ショックでした

子どもが虫歯になり、医療費が掛かってしまいました。今まで小学生未満だったので、市の制度で500円で済んでいたのにショックでした。ケガや病氣、気を付けないと・・・。(37歳)



働けるということ

旦那様が今月仕事が見つかったので、今月よりちゃんと収入が入るようになります。不景気のなか、職が見つかりよかったです。「働けるということはいいな!」と、旦那様も言っていました。職安に来ている人の数をみると、本当にそう思います。(27歳)

久しぶりの黒字

今月はボーナス月という事で、久しぶりに黒字でした!!でも、今迄の赤字補てんや今後の大きな出費(固定資産税や自動車保険、車検、浄化槽の点検代等々)であっという間になくな

ってしまいます。

(39 歳)

いつも迷います

カード払いのものが、カード
を切った日か引き落とし日に
したらいいのか、いつも迷って統一出来ないの
が困っています。



(34 歳)