

【 暮らしの豆知識 (45) 】

文責：いずみ LPA の会・K

〜〜H28.4月より【患者申出療養制度】がスタート<その2>〜〜

1. 患者申出療養を申出するのは どんとき？

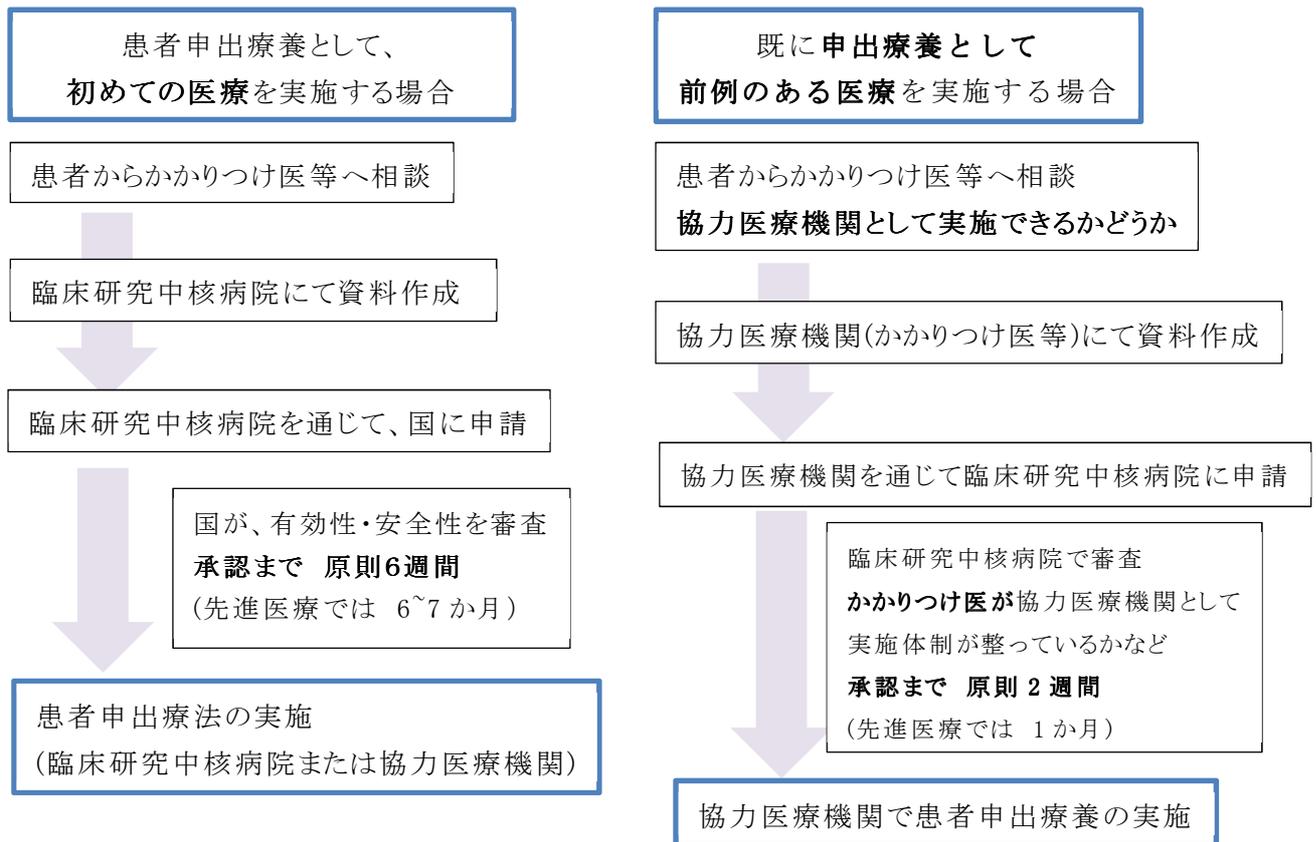
- 例)・治験、先進医療、患者申出療養のいずれでも実施していない医療の実施を希望
 - ・先進医療で実施しているが、対象患者としての基準から外れてしまった場合
 - ・すでに実施されている患者申出療養を、自分の身近な医療機関での実施を希望 など

☆ まずは、かかりつけの医師など身近な医療機関に相談！

保険外の治療方法が適しているかどうか、すでに申出療養や先進医療、治験など実施がされているかどうか、など情報収集が必要です



【患者申出療養制度】の流れ



厚生労働省ホームページより www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000114800.html



【大阪府下の相談窓口】

国立循環器病研究センター 関西医科大学附属病院 大阪医科大学附属病院
大阪大学医学部附属病院 大阪市立大学医学部附属病院 (以上 2016.9.1 現在)
大阪府立成人病センター(2016.11.1~予定) 近畿大学医学部附属病院(2018.4.1~予定)

	(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	142	0	18	52	32	40	36
年代別世帯構成比	—	0.0	12.7	36.6	22.5	28.2	25.4
世帯主平均年齢	53.2	0.0	37.6	44.6	54.8	70.2	70.9
平均家族数	3.5	0.0	4.2	4.0	3.7	2.4	2.3

★居住状況★

自 家	129	0	15	48	27	39	35
社宅・官公舎	4	0	1	0	3	0	0
賃貸(公営)	2	0	0	1	1	0	0
賃貸(民営)	7	0	2	3	1	1	1

★世帯主の職種★

公 務 員	17	0	1	4	9	3	3
会 社 員	84	0	15	43	20	6	3
そ の 他	16	0	2	5	3	6	6
無 職	25	0	0	0	0	25	24

★子どもの状況★

乳 幼 児	33	0	22	8	3	0	0
(平均)	0.2	0.0	1.2	0.2	0.1	0.0	0.0
小 学 生	58	0	14	39	5	0	0
(平均)	0.4	0.0	0.8	0.8	0.2	0.0	0.0
中 学 生	38	0	4	29	5	0	0
(平均)	0.3	0.0	0.2	0.6	0.2	0.0	0.0
高 校 生	31	0	1	21	8	1	1
(平均)	0.2	0.0	0.1	0.4	0.3	0.0	0.0
大 学 生	25	0	0	6	17	2	1
(平均)	0.2	0.0	0.0	0.1	0.5	0.1	0.0
そ の 他	34	0	0	1	16	17	14
(平均)	0.2	0.0	0.0	0.0	0.5	0.4	0.4

★別居家族★

単身赴任	3	0	0	0	3	0	0
学 生 等	8	0	0	2	5	1	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)	306,467	0	338,745	389,618	436,302	79,977	42,215
給 料(配偶者)	58,382	0	41,218	73,235	76,019	32,688	20,591
賞 与(世帯主)	0	0	0	0	0	0	0
賞 与(配偶者)	0	0	0	0	0	0	0
年 金(世帯主)	20,845	0	0	0	0	74,002	82,224
年 金(配偶者)	3,825	0	0	0	2,846	11,302	12,558
自 家 営 業(世帯主)	6,216	0	0	5,769	18,208	0	0
自 家 営 業(配偶者)	1,408	0	0	0	6,250	0	0
家賃地代収入	2,157	0	0	769	1,994	5,063	5,625
パートアルバイト収入(世帯主)	4,177	0	5,317	7,143	0	3,150	3,500
パートアルバイト収入(配偶者)	18,030	0	18,133	29,064	21,830	600	667
同居の家族からの収入	3,825	0	0	1,021	3,549	9,413	9,625
そ の 他 収 入	22,521	0	6,000	15,544	11,996	47,446	38,996
**実収入計 <A>	447,855	0	409,412	522,164	578,995	263,640	216,000

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	29,634	0	24,630	34,727	45,732	12,387	6,572
所得税(世帯主)	8,918	0	8,528	10,248	14,169	3,163	1,279
所得税(配偶者)	1,282	0	1,030	1,755	1,434	661	334
住民税(世帯主)	15,133	0	13,428	17,904	23,028	5,984	2,846
住民税(配偶者)	2,225	0	1,644	3,167	2,441	1,088	456
固定資産税	1,442	0	0	1,654	1,844	1,493	1,658
その他の税金	635	0	0	0	2,816	0	0
*社会保険計	58,709	0	54,944	68,605	79,857	30,621	25,183
健康保険(世帯主)	19,589	0	17,113	20,528	23,722	16,175	16,010
健康保険(配偶者)	3,011	0	2,149	3,281	4,092	2,185	1,632
介護保険(世帯主)	2,056	0	149	2,555	2,848	1,633	1,518
介護保険(配偶者)	797	0	0	1,067	480	1,059	1,048
厚生年金(世帯主)	26,169	0	30,035	33,217	37,568	6,149	2,828
厚生年金(配偶者)	5,028	0	4,059	5,643	7,556	2,643	1,535
雇用保険(世帯主)	1,310	0	1,342	2,113	1,315	248	89
雇用保険(配偶者)	176	0	96	202	245	122	71
国民年金(世帯主)	114	0	0	0	507	0	0
国民年金(配偶者)	229	0	0	0	507	407	452
国民年金(学生の子)	229	0	0	0	1,016	0	0
*私的保険計	34,855	0	36,832	38,143	50,928	16,833	12,615
損害保険	4,021	0	2,664	2,933	8,902	2,140	2,298
生命保険	22,500	0	17,252	29,507	29,315	10,301	8,354
個人年金	8,334	0	16,917	5,703	12,710	4,392	1,963
*その他非消費支出	31,002	0	2,878	8,766	3,123	94,867	104,618
**非消費支出計 	154,200	0	119,284	150,241	179,640	154,708	148,988

★ <消費支出> ★							
*食費計	68,879	0	56,155	67,204	71,999	74,285	71,973
家賃地代	31,035	0	61,824	46,287	22,450	4,221	3,873
住居費その他	15,115	0	10,239	9,901	21,262	19,168	20,975
<住宅ローン返済額>	23,588	0	46,462	39,116	14,972	0	0
水・光熱費	17,126	0	13,211	19,138	17,099	16,295	16,170
被服費	12,155	0	9,621	12,537	19,855	6,638	5,961
保健医療費	8,084	0	5,021	7,926	7,161	10,405	10,541
理容衛生費	8,798	0	8,145	7,945	9,397	9,724	10,115
交際費	12,540	0	5,933	8,703	10,801	21,893	23,068
交通費	6,346	0	3,496	5,202	11,409	5,067	4,817
通信費	17,645	0	15,289	21,505	19,287	12,374	11,100
教育費	49,272	0	46,156	56,903	94,106	4,886	1,064
教養娯楽費	25,028	0	24,611	15,220	24,730	38,203	39,996
職業・主婦費	33,384	0	21,941	43,274	43,202	17,822	18,798
自動車関係費	17,345	0	15,530	22,628	15,001	13,167	8,409
その他	2,969	0	2,713	2,148	2,572	4,471	4,968
*食費以外計	256,842	0	243,729	279,317	318,332	184,335	179,855
**消費支出計 <C>	325,721	0	299,885	346,520	390,331	258,620	251,827

☆☆ 今月の収支 <A-(B+C)>	-32,066	0	-9,757	25,403	9,024	-149,688	-184,815
-----------------------	---------	---	--------	--------	-------	----------	----------

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)	430,874	0	381,088	431,067	498,630	319,908	217,106
給料(配偶者)	230,285	0	247,309	253,881	202,719	217,919	185,316
賞与(世帯主)	0	0	0	0	0	0	0
賞与(配偶者)	0	0	0	0	0	0	0
年金(世帯主)	370,008	0	0	0	0	370,008	370,008
年金(配偶者)	90,526	0	0	0	91,069	90,417	90,417
自家営業(世帯主)	441,330	0	0	300,000	582,660	0	0
自家営業(配偶者)	200,000	0	0	0	200,000	0	0
家賃地代収入	76,575	0	0	40,000	63,800	101,250	101,250
パートアルバイト収入(世帯主)	74,141	0	95,700	92,858	0	42,000	42,000
パートアルバイト収入(配偶者)	69,197	0	81,597	75,566	58,214	24,000	24,000
同居の家族からの収入	38,799	0	0	26,555	22,713	53,787	57,751
その他収入	57,108	0	12,000	53,887	38,389	86,265	70,192

★ <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)	12,176	0	9,029	11,338	16,793	9,733	4,605
所得税(配偶者)	4,921	0	3,707	5,702	4,587	4,404	3,003
住民税(世帯主)	22,861	0	15,106	22,707	28,342	21,759	12,806
住民税(配偶者)	12,150	0	7,400	14,973	13,017	8,700	5,467
固定資産税	17,058	0	0	21,500	19,667	11,940	11,940
その他の税金	45,061	0	0	0	45,061	0	0
*社会保険計							
健康保険(世帯主)	22,989	0	18,120	21,785	26,176	24,885	26,198
健康保険(配偶者)	10,965	0	12,894	13,123	11,904	7,283	5,876
介護保険(世帯主)	3,561	0	2,686	3,163	3,505	5,026	6,071
介護保険(配偶者)	3,904	0	0	5,045	1,921	4,235	4,717
厚生年金(世帯主)	39,532	0	33,789	39,256	44,525	35,137	25,449
厚生年金(配偶者)	23,032	0	24,354	24,452	21,981	21,144	18,422
雇用保険(世帯主)	2,269	0	1,610	2,679	2,104	1,654	1,071
雇用保険(配偶者)	860	0	865	808	873	974	854
国民年金(世帯主)	16,210	0	0	0	16,210	0	0
国民年金(配偶者)	16,235	0	0	0	16,210	16,260	16,260
国民年金(学生の子)	32,520	0	0	0	32,520	0	0
*私的保険計							
損害保険	10,381	0	5,994	6,933	23,740	6,586	7,521
生命保険	26,625	0	18,266	34,096	32,348	14,208	11,567
個人年金	30,346	0	76,126	18,536	31,287	29,280	17,669
*その他非消費支出	110,057	0	10,362	22,792	19,990	379,466	470,781

★ <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)
*食費計	68,879	0	56,155	67,204	71,999	74,285	71,973
家賃地代	58,760	0	65,461	68,770	51,315	18,758	19,917
住居費その他	18,663	0	12,287	12,557	27,215	22,551	25,170
<住宅ローン返済額>	69,781	0	64,331	72,644	68,445	0	0
[ローン返済件数]	48	0	13	28	7	0	0
水・光熱費	17,248	0	13,211	19,514	17,099	16,295	16,170
被服費	13,698	0	10,823	13,871	24,436	7,176	6,503
保健医療費	9,566	0	5,316	10,568	8,487	11,249	11,500
理容衛生費	9,187	0	8,624	8,607	9,700	9,724	10,115
交際費	17,122	0	8,214	14,142	13,294	26,537	27,682
交通費	9,290	0	4,841	7,728	17,385	7,238	6,670
通信費	18,289	0	16,188	21,927	19,909	13,026	11,753
教育費	79,507	0	51,926	59,179	150,569	97,726	38,290
教養娯楽費	27,765	0	26,058	18,844	27,289	38,203	39,996
職業・主婦費	43,491	0	28,210	50,005	57,602	27,418	27,070
自動車関係費	23,018	0	19,967	26,742	21,820	19,507	12,613
その他	7,530	0	4,440	5,877	6,332	13,757	13,757

★ <食費の内訳(別表)> ★

(主食)								
米・麦	4,675	0	3,876	3,922	4,270	5,581	5,803	
パン・めん・その他	4,527	0	4,096	6,478	4,794	3,816	3,481	
(副食)								
魚 貝	5,432	0	2,101	4,994	6,566	6,413	5,940	
肉 類	7,200	0	3,470	9,427	7,949	7,452	6,476	
乳 卵 類	3,905	0	3,742	3,846	5,094	3,493	3,550	
豆・豆製品	1,531	0	1,431	1,302	1,492	1,671	1,677	
野 菜	6,957	0	4,794	5,262	9,266	7,463	7,650	
乾物・海草	1,268	0	948	567	1,096	1,724	1,840	
加工食品	10,891	0	5,331	6,838	9,288	15,333	16,261	
調味料	2,617	0	2,287	3,001	3,518	2,220	2,283	
(嗜好品)								
菓 子	4,695	0	3,499	4,160	4,948	5,238	4,892	
果 物	3,630	0	1,873	1,078	3,502	4,968	4,951	
酒・飲料	7,017	0	6,440	4,716	8,764	7,369	7,566	
(外食)								
給 食	6,882	0	5,273	7,161	8,340	9,183	9,183	
外 食	9,466	0	8,124	9,692	13,359	8,263	6,036	

★<実収入計に対する割合(%)>★

税 金 計	6.62	0.00	6.02	6.65	7.90	4.70	3.04
社 会 保 険 計	13.11	0.00	13.42	13.14	13.79	11.61	11.66
私 的 保 険 計	7.78	0.00	9.00	7.30	8.80	6.38	5.84
他の非消費支出	6.92	0.00	0.70	1.68	0.54	35.98	48.43
食 費 計	15.38	0.00	13.72	12.87	12.44	28.18	33.32
食 費 以 外 計	57.35	0.00	59.53	53.49	54.98	69.92	83.27
収 支	-7.16	0.00	-2.38	4.86	1.56	-56.78	-85.56

9月分の提出は142名でした。(前月比-2)

今月の特別な支出いろいろ

30代 旅行65,536円、トイレ水漏れ修理41,634円

40代 子ども3人の塾代420,404円、結婚祝100,000円、結婚式用の服66,946円、アンテナ39,960円
トイレ温水便座18,800円

50代 高校授業料286,498円、ドライブレコーダー27,002円

60代 車検134,988円、ガレージ雨どい取付け45,360円

80代 外壁基礎工事200,000円、旅行49,125円

9月の消費税調べ

調査世帯数	53人
平均1ヶ月消費税額	19,126円



消費税調べに寄せられた声

先月より消費税額が500円ほど少なかったので頑張ったと思いました。食費をもっと減らしたい……。40歳

今月も2万円超えました。43歳

久しぶりに3万円を切りました。それでも多い。46歳

最近主人の通院が増え、支出も増えています。41歳

良く食べる中学生がいるので、今月は食費がいつもの月より多くなりました。夏物の最終バーゲンで家族の洋服を買ったので被服費も多かったです。このように支出が増えましたので、もちろん消費税も25,000円を超えてしまいました。来月は気を引き締めてやっていきたいです。44歳

今年もあと3ヶ月、気を引き締めて行こう！！46歳

台風の被害の少ない大阪から、災害復興の遅延を嘆いています。自衛隊は必要ない。災害救助隊として大活躍して欲しい。80歳

洗濯機の購入が大きかった。69歳

声のひろば

家計だより

湯迫温泉

9月は岡山県湯迫温泉へ2泊3日の旅。当日朝、台風が接近、暴風雨警報が出たが、まだ雨・風は弱く、新幹線が止まったという情報もないので、早目に家を出て新大阪へ行った。新幹線は運休も遅れもなく予定通り岡山着。無事旅館に着きホッとする。気を揉んだ半日だった。翌日は旅館の附近を散策。龍ノ口山、山頂まで1.3kmの標識を見て、標高も確かめずに登った。1時間掛かってやっと山頂へ着いた。かなりきつかったが久しぶりの山登りでした。

(85歳)

ため息が出る状況

野菜作りをしている者にとっては、今年の8月は雨のない日が続き水やりに追われる毎日、そして9月は雨の降らない日は無いような月となり、畑で元気なのは高温多湿を好む害虫と蚊だけ、ため息が出るような状況です。でもその中でも毎日育ててくれているオクラとピーマン・ししとうと無花果に励まされています。ブロッコリーや白菜の苗の虫をピンセットで取るのが毎日の日課です。お日様が出て風があり、早く気温が下がり涼しい秋が来てほしいです。

(68歳)



上がりました

積立修繕費が今月から1,430円上がりました。市民税7,800円の還付あり。娯楽費は、水害の為に中止になり先月振り込んだお金が返ってきました。

(69歳)

考えての墓じまい

今年1月のパソコンプロバイダー解約が出来ていないことが分かり急ぎで解約しなおし金額27,108円かかりました。話を理解していなかった私のミスであることがわかりました。いい勉強になりました。当方の墓じまいのため、一心寺に遺骨を預けることになり、受け入れ証明書代金の一部10,500円です。色々考えての墓じまいです。

(72歳)

受診忘れ

夫が8月初めの泌尿器科の受診を忘れていて、8月21日に気付いて慌てて薬を貰いに行く。薬が余るとい



ことが妙だ。それから毎朝のように怒るし、内科の先生にお願いしてMRIを撮るように話をしてもらった。検査して詳しいことがわからないので専門病院を予約する。11月の予約で2ヶ月待ち。そんな事もあつてか夏の疲れか、微熱が出て血液検査するが異常なし。疲れのないよう仕事をしよう先生から言われて、今は時間があればゴロゴロしている。ちょっとしたら元気になるでしょう。

(75歳)

雨の1ヶ月

雨の多い1ヶ月でした。気温がいつまでも高く、時々冷気がただよって肌寒い日があったけれど、いつまでも夏が終わらないよう



でした。台風も時々発生して各地に被害がありました。また日照りが少なく雨で野菜が値上がりしています。注文した生協の青物が欠配になったこともありました。畑のキュウリが例年より早くあがり、ゴーヤもこれからと思っていたのですが、高温と雨で虫の被害にあつてとうとう抜いてしまいました。秋の野菜の種蒔きもなかなか出来ません。

(83歳)

困ります

いつもありがとうございます。ボケがひどくなり困ります。食費の内訳は、8月のを見て記入してしまいましたので訂正しています。8月は暑い、9月になってもしんどいと、庭の草取りをサボっていたら、ある日、家の前でバスを待っていましたら、どこかの人に“ここは空き家だね”と言われ「私の家よ」と返したらビックリしてました。そろそろ庭の草取り頑張らなければいけません。今年はキュウリ、ミニトマト、ピーマンがよくとれ、ピーマンはまだ取れます。探し物は見つからないし、言われたことはすぐ忘れるし、バスに乗ってましたら 97歳の元気な老人 2 人にお会いし、83歳でこんなにボケていてはダメですね。(83歳)

健康第一

健康第一と思う。病院へ通うと患者の多いこと。その1人が自分である。リハビリに専念したいと思うが雑用に追われている。買物は殆どcoop様、感謝。(80歳)

お葬式でしか

今月も大赤字です。叔父が亡くなり、久しぶりに身内が集まる機会がありました。今はお葬式でしか親戚が顔を合わす機会がありません。子どもころからバスを貸し切って旅行をしていた仲の良い一族です。いところと久しぶりに会い、近況を語り合った。父は7人兄弟でしたが、5人なくなり、母は5人兄弟で3人がなくなりました。だんだん叔父叔母がいなくなる。「体に気を付けて」と別れたが、次はお葬式でなく、楽しい機会に会いたいものです。(65歳)



変化が激しい

気温の変化が激しい今頃ですね!! お身体ご自愛くださいね。(56歳)

ソワソワ

先月末から今月中旬まで、友人と北海道旅行に行ってきました。毎年恒例です。旅費は私のおこづかいから出しているのですが家計には反映されていません。旅行中留守番の夫には外食をしてもらっていました。そしてそのせいか夫の専門学校の授業料の一部を家計から負担して欲しいと言われて25万円も払うことになってしまいました…。ふだんは夫のおこづかいから支出してもらっていますが、今年は断りきれずに家計からも負担するハメになりました。来月は長女が里帰り出産をするので忙しくなりそうです。出産準備用品の購入はちょっと痛かったけど初孫の誕生に今からソワソワしています。(52歳)



年金だけでは

今月は車の任意保険があつたのでまた赤字です。少しは節約できたかと思っておりましたが、水道代もあり、電気代も8月分の引き落としがあつたので水道光熱費が多くなりました。お寺さんの彼岸供養料もありました。中々年金だけでは、生活出来ません。(66歳)

バッテリー再会

9月半ばにお隣の阪南市で「熊本復興支援チャリティ第九コンサート」がありました。練習に参加できなくても本番飛び入り参加可と言うので歌いに行ってみると、昔の合唱団仲間とバッテリー再会。出会ったのは今から30年近く前で、その頃はお互いに20才台。どちらもいい年をしたオッサンオバハンになってしまったというのに、再会したとたん気持ちも20才台に戻ってしまっ…。歌うこと以外にもテンションが上がってしまった1日でした。ちなみにこの日は午前中地元泉南市で「第九」の練習。午後が阪南市のコンサート出演で、夜が大阪市内ではたまた別の合唱団の練習と、丸1日出ずっぱり…我ながらよーやるわ…。

(54歳)

残念です

先日「生計費調査終了」という案内が郵送されてきたのですが、この家計簿モニターがあと半年で終了する、ということでしょうか？マイ月末、大変だと思ながらもみなさんの声が読めたり色々な情報を教えていただいたりとても楽しかったのですが…。もし、もう終わりののだとしたら、とても残念です…。

(48歳)

ほこりまみれ

今年は台風が多いですね。朝から警報が出て学校も休校になった日、昼過ぎに息子がトイレに行こうとドアを開けたら、トイレの換気扇からほこりが逆に入ってきてトイレの中がほこりまみれ!! 換気扇のほこりはちょっと前に掃除をしていたのですが、換気扇の奥にたまっていたほこりが台風の風で入ってきたのです。換気扇の家の外のところはカバーで覆われていて、普通なら風が入ってこれないようにしているのですが、あの強風でカバーの下から流れ込んだのでしょうか。しかも換気扇は24時間まわしっ放しなので、換気扇の外に出そうとする力もあるのに、本当に強い力で風が入ってきて、狭いトイレのあらゆるところにほこりの小さな塊が降り注いでいました。まさか!!と思いきや2階のトイレに行ってみると同じ状態(涙)掃除機をかけてもまだまだ入ってくるほこり。結局台風が通過してからもう一度掃除をし直しました。まだこの家に住み始めて2年。換気扇の奥のほこりなんて取れないのに…もっと年数が経ってからまた強い台風が来たらどうなるのでしょうかね？

(49歳)

台風の季節

秋雨前線の雨、台風の季節、自分のところに影響がないものの、ニュース、映像で被害を見ると日本のこれからは、毎年このような水害が多く発生してくるのかなと思うと、どう備えをしていけばいいのかと思う。今までになかったことが起こっている。今日、17号が発生しましたとの天気予報士さんの声。日本に向かってこないでくださいね。

(56歳)

車を買替え

今月は普通車売って、軽ワゴン車譲って頂いたんで、55万収入になっております。家族4人で1台の車に乗って出掛けることもなくなってきたので(お出掛けは専ら電車)軽ワゴンは釣好きの主人にはもってこいです。私がパートの少ない収入の中、細々とローンを組んで購入したお気に入りのキューブ(車番は私の誕生日)でしたが、実際には山登りの時くらいしか運転しませんでしたし、必要がなくなってしまいました。今月は体育祭や文化祭など子どものイベントもあった月でした。穏やかに家族みんなで仲良く暮らせたらいいのと思います。

(43歳)

コストコで買い物

三男(中学生)が誕生日だったので、コストコケーキを買いに行きました。主人と行ったのであれこれと買うのかと心配しながら行ったところ、やはり買いたいと言いついたものがありません。スーツの上下でイタリアの有名ブランドで今しか売ってないし、サイズも合うから買いたい。一着買うのかと思っていたら、うれしそうに2着提げてました。あきれてもいいえ、買ってしまいました。大事に着ていただくことを祈ってます。

(46歳)

洗濯機が壊れた

音が大きいなーと感じていたら、洗濯機が壊れてしまいました。いろんなお店で比較したいところですが、早く欲しい物なので、店員さんの言葉に妥協してしまい、思ったより高くついてしまいました。

(51歳)

気分も晴れない

今回はカードの支払いがまとまってやってきた。赤字だー！今月も大学の後期授業料の振込みがあるのでまた赤字だ。最近雨が多い。台風も多い。なんだ気分も晴れない。気分転換に何かしなきゃ!!

(45歳)



ライフプラン

10月から中3次男の塾の授業時間が、受験対策として土曜日を開講され増えています。もちろん授業料もプラス16,200円/月。初回はテスト料もついてます。模試代の請求もきました。9月分からは社会保険料もUPになるのでますます手取り額が減るのに支出が増えてきびしいです。今でもカツカツなのになあ。息子よ中学卒業後の君の進路で住宅ローンの繰上をするかどうか等、我が家のライフプランは大きく変わってくるのだ。将来の為の出費と今は踏ん張るから、君も今できる限りの努力をしてくれたまえ！！頑張ってる姿を見せてくれたら、もし思う結果でなかったとしても納得できるのだけだね。全国生計費調査の終了、残念です。来年1年ぜひ参加させていただきたいですが、そのあとμ切なくなってもきちんと続けられるかしら…。(51歳)



お祝いの食事会

今月は主人の誕生日がありました。長男と3人でプレゼントの美味しいお酒を頂きながら、お祝いの食事会をする事が出来ました。また連休には次男が帰省してプレゼントを持って来てくれました。久しぶりに逢えて嬉しかったです。友だちに会うのが忙しく、あまり家にはいませんが…。元気な様子で安心しました。他は2回ほど主人と、次男の暮らす神戸に旅行に行きました。次男は忙しいため食事と一緒に出来ませんが、食材の差し入れ等必要な物を届けました。そのお陰で主人と楽しく旅行に行くことが出来ました。動物園や水族館に行ったり、温泉に行ったり楽しい時間を過ごせました。また、友だちも我が家に遊びに来てくれました。その時間もとてもステキな時間でした。ありがとう！！また長男が10日間福井に出張に行ってきました。久しぶりの主人との2人の生活、家事がすごく楽です。(54歳)

あと2年

主人が誕生日を迎えました。定年まであと2年！その後の生活はどうなるのでしょうか？年金はいつからもらえるのでしょうか？(54歳)

特に

特に大きな収入も支出もない1ヶ月でした。(42歳)

明るいニュース

子どもの進路が決まりました。久しぶりに我が家へ明るいニュースがありました。4年間の学費は恐ろしい金額になるけど、将来その分返済(笑)してくれることでしょう。しっかり身に付けて目標の仕事をして欲しいです。中学生になってから、その目標があったから、頑張ることでしょう。(48歳)



天国の主人に感謝

教育費が、0円です。授業料免除になりました。手続きに行ってくれた天国の主人にメールしたいくらいです。今思えば、長男の公務員試験の時も闘病中の主人が期限ギリギリに申込に行ってくれたし、(現在、公務員)お父さん、いい仕事してってるよ！(59歳)



さずが瀬戸内海

岡山県で行われる「せとうちオープンウォーター」という競泳の大会に今年も参加してきました。台風16号が接近していて、大会そのものが開催されるのか心配しつつも前日に岡山入り。お天気だったら子どもたちと鷺羽山の遊園地に行く予定だったのですが、あいにくの雨模様で早くホテルに入り、カラオケや温泉を楽しみました。そして明けて当日。朝は雨はやんでました。本当に台風が近づいてるのか疑いたくなるほど、波も穏やかで「さずが瀬戸内海」と感心。午後からは雨も降りだしましたが、潮の流れは追い潮で3kmを30分でゴールできました。ちなみに翌日は朝から暴風警報。1日違いで危なかった！！予定通り開催され、完泳できたことに、あらためて感謝です。(42歳)

覚悟しないと

子どもが受験生でいよいよ 2 学期で志望校を決める時期になりました。高校・大学と一番教育費がかかるので覚悟しないといけないなと思っています。(42 歳)

通学定期

今月は娘の大学への通学定期を購入しました。(52 歳)

抱え込まないように

外食を減らしたにもかかわらず食費が掛かってしまいました。多くの食品を配送で頼んでいるので 1 回の生協費が高めです。主人の大切なお母さんと同居が始まってから、夜中のトイレ介助が多く主人が寝不足で疲れ気味なため、泊まりを利用する日を少しだけ増やしました。最近デイサービスも行くことを嫌がりすごい剣幕で怒るようになりました。どうしたらいいのか困っています。色々な人に話して、私たちだけで抱え込まないように気を付けています。(46 歳)

要精検

大腸ガン検診で要精検となり、初めて内視鏡検査を受けました。結果はその場でわかり、異常無しでほっとしましたが、健康の有り難さを感じました。(54 歳)

リサイクル

不用品をリサイクル屋さんで買い取ってもらいました。2 件まわり、後の高いほうに売りました。夫のお小遣いと、回り寿司代が出来、ちょっと嬉しくなりました。息子が新しいものを買ってくれたので、前にもらったものが不要になったのです。よく新しいのをプレゼントしてくれるので、いっぱいあっても仕方ないので思い切って行きました。(65 歳)

1 人でお出掛け

「始皇帝と大兵馬俑」に行きました。いつもお出掛けは子どもと一緒にですが、初めて 1 人でゆっくり行けました。(43 歳)



ドライブレコーダー

今月の大きな支出と言えば、ドライブレコーダーを取り付けた事です。相手方の過失でぶつかったのに、こちらの過失だと主張されて困ったという話を聞き、ドライブレコーダーのおかげで証明できたという話も聞いていたので、うちも思い切って付けようか、という話になりました。そもそも私が 10 年程ペーパードライバーだったのが、最近また運転の練習を始めた事が一番の理由なのですが、免許を取得後、10 年位は日常、運転していたのですが、田舎で交通量もそんなに多くなく、自転車やバイクも大阪ほど走っていないし、片側二車線の道路なんてほとんど無い所だったので、そんなに怖さを感じた事はありませんでした。今は休みの度に練習がてら乗るようにしていますが、正直とても怖いです。なるべくたくさん練習して、早くドライブが楽しめる様になるまで、腕を上げていかなければと思っています。(45 歳)



心配です

今月も病気やけがもなく、家族が元気に過ごせたので何よりです。主人の腰痛がひどいようです。安静にするようにと言われていますが・・・無理です・・・心配です。(39 歳)

キャリーカート

毎週、3 人の孫守りに通っていますが、孫の成長にこちらの体力が追いつけません。駅ではエレベーター・エスカレーターのお世話になっています。少しの荷物でも負担なので、とうとうキャリーカートを買いました。同年配の方がガラガラと後ろに引きずっているのに、何度もけつまずきそうになり、不愉快な思いをしましたが、思い切って四輪で体の横に持つのを買いました。とても楽チンで周囲に迷惑も掛けず、姿勢もしゃんとしたように思います。(74 歳)

やっとの帰阪

三男が夏休み帰ってこなかった。9月になって、やっと休みがとれることになった。東京から山口に飛び大学の時の友人宅で泊めてもらい山口観光をし、3日目に鈍行で福山にいき、おじいちゃんを訪ねおばあちゃんの法事に間に合わなかったことを詫びて墓参りしたという。その後やっとの帰阪で、今度は母親の墓参りに同行してくれた。吉野山までの片道90分のドライブだ。なぜ夏に休めなかったのか聞いたところ、クラウドのOSでドジを踏んで回復措置に忙しくとても休める状況ではなかったという。2年目にしようやく仕事が呑み込めてきたと思ったら、失敗もするようになってきたと言った。母の思い出コーナーに「応用情報技術者」の国家試験の合格証書が置かれていた。母に報告したのだろう。一人で祈りの時間をとっている。甥と姪にせがまれて市民プールに連れていき、運動をする。今度は11月に休みを取ると言う。11月祭の実行委員会に4年間所属し、院生のときもOB参加していた。大学での活動が糧になっているようだ。初日は京都で、友人と飲み、深夜帰宅する。次の日も学園祭に出かける。学園祭が終わるまで京都だ。最後の日に我が家のパーティに参加してくれる。

(63歳)

とうとうおばあちゃん

8月末に長男に男の子ができました。私もとうとうおばあちゃんになれて嬉しいです。嫁が里帰りしているので、長男と愛犬を預かっているので私は忙しいです。今は孫のことよりも愛犬にメロメロです。でもそのうち孫にもメロメロになるのでしょう。孫は二重でお目めが大きくて長男の赤ちゃんの頃にそっくりです。ただ長男は仕事が忙しく帰宅が10時過ぎなので、子育てにあまり関われなさそうなのが心配です。次男が8月に入籍して、9月3日にフォトウェディングをしました。結婚式はしなくて、お金を貯めて数年後にはマイホームを購入したいそうです。(58歳)



悩むところ

今月は自動車保険やピアノの調律があったので支出が多かったです。家族が1人減った割には食費が高めです。外食が多いのが気になりますが毎日作るのもめんどくさい、悩むところです。(44歳)

ごめんなさいと思う日々

9月はパート日数が週4~5日に増え、その合間に子どもの習い事の試合やイベント等でかなり忙しい思いをしました。上の子の中学最後の体育祭を見に行きたかったのですが、例年通り10月始めの土曜日と思い込んでいたら、今年に限って9月30日の金曜日に変更になっていました。パートのシフトを提出した後にわかったので、泣く泣くあきらめました。子どもは面白くないから来んでいいよと何度も言っていたのですが、リレーで活躍したようなのでやはり見たかったです。仕事を始めてから小6の下の子に週末留守番をさせる事が多くなったり、今回のように学校行事に参加できなかつたりしています。わかっていながら始めた仕事ですが、気軽に休める職場ではないので子ども達にはごめんなさいと思う日々です。(50歳)



自分でやりました

トイレ温水便座を設置しました。業者にしてもらおうと5,000円は掛かると思うので自分でしました。(43歳)

通院が増えた

最近、家族(特に主人)の通院が増え医療費が掛かっています。また今月は雨が多かったのも影響してか、ガソリン代もいつもの倍ほど掛かりました。(42歳)

屋根には穴が

屋根のアンテナが倒れ工事をしました。思っていたより安く購入できて良かったのですが、屋根には穴が…。修理にいくら掛かるのか心配です。(44歳)

外食が多く

今月は外食が多くなり、食費が高くなりました。(44 歳)

家計もじめじめ

照りつける暑さでないから、クーラーとまではいかないけれど、今年はじめじめ暑さが長引いている。家計状況もじめじめ、すっきりいたしません。(45 歳)

孫の運動会

今日、上の孫の運動会でした。「孫の運動会」は初めてなので夫婦共楽しみにしてました。夫が「後から行く。」と、言うので先に出かけ幼稚園で待っているのに一向に来ません。その内祖父母と園児の競技があり出場し、戻ってきてもまだ姿はありません。すぐ近くに保育所があり 2 人の息子は保育所でお世話になっていたので「保育所と間違えたかな？」とも思い「ほんとにいつまでたっても不完全やな！」と呆れてました。嫁も「お義父さんまだですか？」と、心配してくれ、嫁の両親も来てくれているのに「ほんまにしゃあないおっさんやな。」と、腹が立ちました。運動会も無事終わって家に着くと、自室でテレビを見ている夫に「あんた！なんで来なかったん！」と怒りを爆発させて言う「行ったで」「どこに？」「すべり台の横に立ってた。」「！！、すべり台の横なんて園庭から離れてるし、どれがうちの孫か判らんやろ！」言い返すのも嫌になり黙ってしまいました。うちの夫は知らない人の中へ入ってこれない変人なのです。(68 歳)



入れました

7 月分の教育費抜けてたので入れました。(44 歳)

機嫌よく

下の子どもがプールを習い始めた。楽しいと機嫌よく通っている。上の子どもがスマホを持ち通信代が UP した。支出が増えるばかりで厳しい。(39 歳)

やきもきする毎日

今月は車検があったので、自動車関連費が上がっています。1 回目の車検は交換部品も少なかったのよかったです、さすがに回数を重ねると、あちこち交換されるので、けっこうな金額になりました。万が一でも事故につながるようなことになっては大変なので、と思うことにしてます。そろそろ、息子の志望校を決める時期が近付いて来ました。本人がまだ受験モードに入っていないので、やきもきする毎日です。こればかりは、私が通う学校ではないので、自分で決めてもらわなければならないのですが。ほんと、どうするつもりなんだろう？(45 歳)

スマホ老眼

最近、すごく目が悪くなったなあと思います。仕事でパソコンを使用していますが、拡大したり標準に戻したりして書類を確認する必要があるんですが、ピントがすぐ合わないというか、目を凝らさないと見えないというか…。テレビで流れていた「スマホ老眼」なのかもしれません。(38 歳)



腹立ちます

9 月の食費はギリギリ 6 万円台でした。あぶなかった一。予定外の外食が何回かありました。今月は残業が少なかった為、いつも以上に大赤字です。10 月から「106 万の壁」が始まりますが、国は将来の年金確保が危ういので、パート主婦からも税金を取ろうという考えなのでしょう。家庭と仕事を両立するのは難しい人たちもいることでしょうか！？結局は主婦が家の事を 9 割程しなくてはならないでしょう。それが原因で、ケンカ、言い合いなども出てくることでしょう。女性の進出とか綺麗事みたいに言うてるけど、言い方も色々ですね。オリンピックに 3 兆円とか言うてるけど、何！？その金額…。頭おかしいんと違う!!国が今まで税金の無駄使いしてきたせいでしわ寄せがきてるんやろー。年金制度も変わるらしいが本当に腹立ちます。(43 歳)

あと1年半

今回は長女の専門学校の後期学費支払いがあった。あと1年半、しっかり勉強して欲しいものだ。(46歳)

お誕生日のケーキ

今回は、私のお誕生日と子どもたち2人の8月の誕生日をかねて、イタリアンレストランに行きました。こどもたちのお誕生日ケーキは、まだ買えずにいるので、クリスマスのケーキにしてもらおうと思います。やっぱり、自分のお誕生日ジャストの日にケーキがあるとうれしいと思うので、来年は、その日に買ってあげようと思いました。(45歳)

夫婦の宝物

今回で我が家の七五三はおしまいです。写真館へ行き、和装・洋装それぞれ写真を撮ってもらいました。子どもたちの可愛い写真は、私たち夫婦の宝物です。(36歳)



これだけは

学資保険の年払いがありました。母子家庭で子どもの為にはこれしか用意できないけど、これだけは子どもにと思いました。奨学金のコラムすごく参考になりました。給付型の奨学金の充実を希望します。祖父母から学資をもらえる人、親がお金を持っている子が優遇される世の中っておかしい。そんな家に生まれても自分の努力で学問が出来る世の中でないと、日本は大切な人材を見逃す事となるでしょうね。悲しい世の中です。(44歳)

COOP でんき

今回は生協の活動で東京に行くのに服を買ったりで、出費が多かったように思っていたが(おみやげも)、coop でんきに変えて電気代が例年より(少し)安くなっているように思うので変えて良かったと思います。日常に欠かせないガスの自由化にも期待大です。LPガスだけかな?(37歳)

この調子で

今回は外食が増えて使い過ぎたかな?と思っていたのですが、医療費や理容衛生費がほぼなく、思ったより黒字になりました。この調子で来月以降も頑張っていきたいと思います★(36歳)

保育園に

今月から仕事を始め、次男は保育園に入園しました。1週間は離れる時だけ泣いていましたが、その後泣かなくなり、またその2日後には「行ってきます」と言う“ニコッ”としてくれ、その翌日には自転車を降りると自分で歩いて園の中へ入って行くようになりました。そんな慣れた時、ノロウイルスに罹りました。同時期に長男も体調を崩し、1週間に4回も小児科へ行く羽目になりました。やっとみんな元気になり良かったです。来月はみんな元気に過ごしたいです。(32歳)



派手に買いました

夫が失業して数ヶ月しているというのに(私、正社員ですが)今回は電動歯ブラシの買い替えや、化粧品やプロテインのまとめ買い(特安なため)等々、まあ派手に買いました。マイナス9万!(カードの締日が14日なので先月の分が加わっていました。)大反省し、プロテインを飲んでいるので肌の調子が良いので定期購入を3個辞めました。家計簿をつけているので分かることなのでこれからも続けます。(62歳)

スクーバダイビング

娘夫婦と一緒に沖縄にスクーバダイビングに行った。昨年と今年にライセンスを取り、実際の深海を楽しんだ。この歳になってダイビングを始めるなんて思ってもいなかったが、本当に素晴らしかった。写真で見ると熱帯魚が自分の目の前で泳いでいる。海ガメにも出会えた。初めての沖縄の旅、思い切って行って本当に良かった。今回は旅行のために娯楽費が大きくなっている。(58歳)



スマホでバタバタ

先日スマホを買い替えたばかりなのに、夫がスマホを落とし運悪く車道に転がり車に轢かれて潰れてしまいました。保障に入っていたので、8,640円で新品と交換してもらいましたが、1ヶ月も経たないうちに…、ショックでした。なのに、月末の飲み会の帰りに落としてしまいました。幸い私がスマホに替えていたことで、夫のスマホの位置を調べられたので無事見つかりました。夫のスマホでバタバタした1ヶ月に思えました。今月は私の収入が無かったのに、急に背の伸びた長男の服を買い直したりして出費が増えた結果、やっぱり赤字でした。トホホ。(42歳)

長生きしますように

8月の夏祭りで金魚すくいの金魚をゲットしてしまった我が家。9月に入り、大きな水槽と水槽台を購入することになり、そして金魚だけではさみしい…とドジョウを3匹追加で購入。エサ代も含め出費が増えました。子どもより主人が楽しんでいるような…。我が家のペットが増えましたが、まあ良しとおきましようかねえ。大事に育てるっちゅーことで。長生きしますように！(39歳)



きっちり読まない

生計費調査が終了するとのお知らせが届いたので、てっきり今年で終わりだと思っていました。今月の家計だよりも、来年度の登録用紙の提出について書いてあるのを見て、“あれっ？”と思い、慌てて先月の未開封の家計だよりを読みました。お知らせはきっちり読まないといけませんネ。今月号も読んでいなければ来年の継続申込が出来ないところでした。(40歳)

意志が弱く

来月結婚式があるため、子どもたち、自分の洋服や靴など新調したので被服費がすごく掛かりました。食費がなかなか減らせません。毎月反省するものの、意志が弱く無駄遣い(菓子に掛かる費用)してしまっています。(42歳)

今しかできないことを

主人がとうとう定年とされる57歳となりました。持病を抱えながら、よくここまで勤めてくれたものです。後、数か月来年3月になるまで、良い締めくりとなるよう頑張っただけと願っています。その後のことは、来年考えます。今、前もって考えすぎるとうまく来年在迎えられないような気がして。私は今しかできないことをしようと思い、1月のFP試験を受けることにしました。生活を防衛するために、いろいろ知っておいた方が良かったのです。勉強すると頭がはっきりして良いものですね。(51歳)

育ちざかりの中学生

今月は月末、月初と忙しくなり、集計が気になりながら、出来ないもどかしさが数日続き辛かったです。やっと出来てホッとしています。こまめにつけるようにして多少用事が入っても大丈夫のように心掛けたいです。今月は外食はほとんどしてないのに、食費が多くなってビックリしました。育ち盛りの中学生の息子がよく食べるので、本当にしょっちゅうスーパーに買い出しに行きました。店員さんにも顔を覚えられ“いつもありがとうございます”と言われる始末でした。夏物の最終バーゲンで、家族の洋服を買いましたので被服費が多くなりました。塾へ行き出し教育費がうなぎ上りです。来月からも健康を第一に考えて生活しようと思います。(43歳)



微妙です

子どもたちの夏休み中に私のしたいことができず山積し、9月はそれらに追われました。家計簿入力がほんとギリギリですみません。今年初めて家計簿モニターに登録し、閉め切りがあるから今まで続けられたのですが、来年は続けられるか微妙です。あと3か月頑張りたいと思います。(45歳)

節約できた

10月の息子の運動会のお弁当用など準備に使った部分もありますが、買い物に無駄が無いよう見直したおかげで結構節約できたと思います。来月はNHKや団信の支払いで早くも支出大幅アップですが…頑張ります！ところで、この家計簿モニターが来年度で終了なんです。来年度の継続申し込みを出した直後だったのでもうショックでショックで…年代の偏り等仕方ない部分もあるのは分かりますが、何とかありませんか？毎月の提出と皆さんのおたより投稿を楽しみに、そして励みに頑張ってきているのに寂しくなります。(31歳)

耐震工事

8月の年金収入を記入するのを忘れていたので今月で上げました。今月から耐震工事が始まりました。2階屋根裏の火打ちをつけるのがやっと終わりました。11月いっぱいかかりそうです。その間家にいる時間を作るのに、夫と時間の調整が…疲れます。ストレス満開の花さかばあさんになりそうです。財団法人日本建築予防協会の耐震費用を参考にチェックをしました。見積もりで消費税込み¥326,400です。新しい家に引っ越しをする余裕は年金生活では全くなかったなのでこの費用で耐震をすることに決めました。今後なおさら数字とにらめっこの引き締め家計になります。私の無駄なお肉はつくばかりなのに…なんてこったウウ~。スマートになりたい~い。息子が10月に祭で3日ほどかえってくるので駐車場を借りました。耐震工事のかたの車を置くところがないため住居費のその他の費用に入れました。たまたま祭と時期が重なり工事の人の方が使う割合が多いので。(67歳)

職業・主婦費

主人がおこずかいとして43,000円ほど使っている。ビール・タバコはその中で買っている。食費には含めていない。職業・主婦費に計上されている。(66歳)



使途不明金

カードの明細書に12,509円の使途不明金がありましたが、夫が買い物して小遣いから引いている可能性があるのにつけませんでした。夫の小遣いは基本5万円なのですが、前借してカードで買い物したらカレンダーに「-〇〇円」と書いてある金額を引いて渡すルールになっています。精算はきちんとしてくれるのですが、買い物回数が多く、計算と確認が面倒です。(45歳)

広島・宮島へ

いつもお世話になります。9月は仲の良い友だちと3人で広島・宮島を旅行しました。小学校6年以来の広島・宮島で



した。原爆の悲惨さを小さい時に映画で観て、それ以来佐々木禎子さんの事をずっと思っていました。戦争の悲惨さを心に刻みました。佐々木禎子さん、そして亡くなられた方たち、今も後遺症で苦しんでおられる方たちの苦しみというものは、言葉にならない程の私の痛みです。世界が核のない平和を作ることがどれだけ大切かを心に刻みました。(68歳)

塾代

長女・次女、いつもは2人で塾代7万くらいですが、今月はテキスト代があったので、2人で13万ほど請求がありました。(45歳)

無償化と言いながら

今月は教育費が高かったです。授業料を支払ったからです。私学無償化と言いながらも、授業料以外の費用が高額でビックリします。あと1年と少し何とか頑張ります。来月からは少し給料が上がるので楽しみです。貯金にまわしたいと思っています。(39歳)