第2回のテーマ

若年層への情報提供に向けて押さえたい 家計管理の基本とポイント

今回は、「家計管理」について解説します。皆さんは家計簿をつけていますか。何だか面倒臭いと思うかもしれませんが、今は色々な家計簿アプリがあり、見やすいグラフで収支や自分がどのような出費が多いかを示したり、レシートを読み取ったりと多様な機能もあります。

「将来のために、賢くお金の管理や資産形成をしていきたい」という人には、家計簿を使った家計管理を勧めてみるとよいでしょう。

家計管理の基本は主に3つに分けられる

家計管理の「基本のキ」は以下の3つです。

①自分の支出を把握すること
②自分の収入を把握すること
③収入から支出を差し引いた残り（収支）をプラス（黒字）にして、その黒字分を貯蓄すること

①自分の支出を把握すること

まずは、自分がどんなことに、どれくらいお金を使っているかを確認します。

その際、いくつかのカテゴリーに分けると、自分の支出の傾向がわかります。主なカテゴリーは**図表**のようなものですが、支出の実態や自分の感覚に合わせて、項目を調整するとよいでしょう。冒頭で触れた家計簿アプリを使うと、この作業がぐっと楽になると思います。はじめのうちは、分類を気にするよりも、大まかな傾向をつかみ継続することが重要です。

②自分の収入を把握すること

次に、自分の収入がどれくらいかを確認します。

会社員や公務員の人は、給料日に勤め先から「給与明細」をもらっていると思います。給与明細には大きく「支給」の欄と「控除」の欄があります。「支給」の項目には、役職などによってあらかじめ決められた「基本給」のほか、「時間外手当（いわゆる残業代）」「通勤手当（定期券代など）」などが記載されます。一方「控除」の項目には、所得税・住民税などの税金、健康保険などの社会保険料などが記載されます。

「支給」の額から「控除」の額を差し引いた金額が、皆さんの口座に振り込まれます。これが「手取り収入」です。採用時などに示される給与の額は「基本給」で、「別途○○費を支給」などと書かれていることが多いですが、実際の手取り収入は、基本給よりも多い場合も少ない場合もありますので、手取り収入の金額をしっかり把握するようにします。ボーナスがある場合も同様です。

また、アルバイトやフリーター、自営業の人も、このような観点からどのような項目が支給・控除されているかを確認します。例えば通勤手当の支給がない場合は、出勤する際の交通費を自分で確保する必要があります。

③収入から支出を差し引いた残り（収支）をプラス（黒字）にして、その黒字分を貯蓄すること

自分の支出と収入を把握して、その収支をプラスにすることが「家計管理」です。月々の収支がプラスになっていれば、まずはOKです。収支がマイナスという人は、早速、自分の支出を点検してみてください。「もう少し貯蓄を増やしていきたい」という人も同様です。「収入から貯蓄したい分をまず確保し、残った範囲で支出する」という方法も有効です。

支出を見直す際の基本は、「必要なもの（needs）」か「欲しいもの（wants）」か考えて、必要なものや買わないと困るものを優先してお金を使うことです。例えば同じ洋服でも、おしゃれで着てみたいだけなら「wants」ですが、仕事に必要なものは「needs」になるでしょう。1人ひとりの価値観や生活スタイル、ライフプランによって変わるので、自分で考えてみることが大事です。

また、毎月必ずかかる固定費（住居費、光熱費、通信費など）をこうした観点で低額なものに切り替えたり、料金プランを見直したりすると、支出の大きな削減につなげやすいです。

ほかにも、お金を使うときは、電子マネーやクレジットカード、QRコード払いなど、現金を使わない「キャッシュレス」を上手に使っていくことも重要です。

キャッシュレスは、現金をたくさん持ち歩かなくてよいので安全ですし、アプリなどで支出の記録・確認がしやすいので、非常に便利です。一方で、お金を払った実感がわきにくいので、つい使いすぎてしまうこともあります。慣れないうちは使い道や限度額を決めておくのもよいでしょう。

基本的な家計管理ができたら、次回説明するライフプランニングを踏まえて、収入や支出をさらに見直すほか、資産形成を行っていきます。BB

●支出の主なカテゴリー

住居費
水道光熱費
通信費
交通費
食費
日用品費
教養娯楽費
子どもの教育費
その他

Profile

中村香織
金融庁総合政策局総合政策課
総合政策管理官

なかむら・かおり●2020年7月より、金融経済教育等を担当。子ども向けの学習ドリル「うんこドリル」と連携した、小学生向けコンテンツ「うんこお金ドリル」の作成にも携わる。

今回のポイント

- 自分の支出と収入を把握して、その収支をプラスにすることが「家計管理」。収支がマイナスの場合は支出の点検が吉
- 支出を見直す際の基本は、「必要なもの」か「欲しいもの」か考えて、必要なものに優先してお金を使うこと

「金融経済教育」の時代に必須の取組み！

若年層取引につなげる情報提供

若年層の金融リテラシーの向上や次世代取引につなげるために、行職員が押さえておきたい金融・経済にまつわる知識などについて、教育関連現場の視点も交えて紹介します。