

4

家計をどう見直したらいい？

Q

今から貯蓄するのは大変だなと思っています。

貯蓄するために家計を見直そうと思いますが、どうやって節約したらいいのでしょうか？

[50代]



A

家計の見直しには「支出を減らす」と「収入を増やす」の2つの方法があります。2つとも採り入れると、より高い効果が期待できます。また、上手に貯蓄することも老後に備える上で大切です。



支出を減らす

毎月支出する費用には「固定費」と「変動費」があります。支出を減らすためには、まずは固定費を減らしましょう(→ 5)。継続的な効果が見込めます。また、車の買い替えや家族旅行等、「ライフイベントを見直す」ことで、毎月の支出以外に一時的な支出を減らすことも考えられます。

固定費の例	変動費の例
水道光熱費、通信費、住居費、私的保険料、車維持費等	食費、被服費、交際費、娯楽費、旅行費用、医療費等

収入を増やす

収入を増やす主な手段は、ご自身やご家族が「働くこと(より長く働くこと)」(→ 13)と、「資産を運用すること」(→ 15)です。ただし、病気になるなどして計画よりも短い期間しか働けなくなったり、運用がうまくいかず資産がなかなか増えなかったりと、思うようにいかないこともあります。家計の見直しでは、収入を増やすことよりも、支出を減らすことから取り組むのがおすすめです。

上手に貯蓄するには

入ってきたお金が「貯まるようにすること」も、家計の見直しのポイントです。そのために、給与から生活費を差し引いた残りを貯蓄するのではなく、給与から貯蓄分を差し引いた残りで生活する仕組みを作りましょう。毎月の貯蓄額を決めて、給与天引や積立預金等を利用するとよいでしょう。

✕ 給与 - 生活費 = 貯蓄

○ 給与 - 貯蓄 = 生活費

組合員の声

すでに老後に入っていますが、最近、新たに家計の見直しをしました。どんな時期でも見直しは必要だと思います。[60代]

