



家計簿初心者のあなたに・・・

新しい年になって、今年こそは・・・と、いろいろ夢や希望がふくらんでいると思います。

今年こそは「ガーデニング、きれいな庭づくり」

今年こそは「自分が育てた野菜で地産地消を」

今年こそは「毎日のウォーキング」

そんな「今年こそ」の中にぜひ入れて欲しいのが「今年こそ家計簿をつける!!」というモノ。

ところで、なんで家計簿ってつけなきゃいけないのでしょうか？

家計簿をつけたって、必要なものは買わなきゃいけないし、貯金が増えるわけでもないし、手間かかるだけ、って思いませんか？



ここでちょっと、頭を切り替えて、ダイエットしようと思ったときのこと考えてみてください。子どもの学校の行事、2年ぶりに出して着てみたスーツが、「あれ、前と違う。なんか窮屈」こんなとき、悲しいかな、分かるのです。「私の体重は増えている」って。

いつものような、ゆったり、くつろげるチュニツ

ク、ウエストからくなくスパッツ、ずーっと、そのままのファッションだったら、体型の変化にはなかなか気付きません。ウエストできっちりとするスカートをはいて初めて、「あ、前と違う」体型になった自分に気が付くことができるのです。

毎日の暮らしは、なんとかかんとかすぎていきます。少しぐらいの日々のマイナスは、ボーナスの補填や、子どものお祝いの流用、そんなものでやりくりできています。でも、本当の所は我が家の1ヶ月・1年、どれだけのお金が入ってきて、どれだけのお金が残っているのか、つかんでほしいのです。それは、たまにはふんわりチュニツや、のびのびレギンスを脱ぎ捨て、スーツを着てみる行為に重なります。

家計簿という、費目わけ、「このアイスクリームは食費？嗜好費？」「外食は誘った夫のこずかいから？」などと面倒くさいことこの上なし・・・そんなややこしい家計簿ではなくって、とにかくレシートを集める。集めたレシート(領収書)はクリアファイルなどにとりあえず保管。月末集めたレシートをざっくり分類。分類はそれぞれの家庭の状況にあわせて家賃(住宅ローン) 光熱費

通信費 食費 外食費 交通費(ガソリン代) 教育費 雑貨 日用品 服飾費 交際費 医療費 その他、とこれくらい簡単に。通帳の記録(水道使用量、電気代等)もあわせて書き出せば、立派に家計簿をつけたことになります。

さらに、ちょっと一手間かけて、レシートをチェック、これは本当に暮らしに必要なものだったのか？何となく買ってしまったものなのか？蛍光ペンで塗り分けてみましょう。自分の消費傾向が分かります。この、蛍光ペンチェックをやっていると、何かを購入しようとする際に、ちょっと待てよというブレーキになります。(経験者は語る)

この、レシート集めの家計簿もどき、きちんとした家計簿をつけている人からみたら、なんていいかげん・・・と思われるかもしれませんが、最初から完璧なことをするのはとても大変。できる事からはじめてみましょう。

LPA 井貝順子



DEKO 編集部行き

●ご意見・感想・身近な話題・クイズの答えなどお寄せください。

ハガキにはれる大きさです

(フリガナ) おなまえ	実名での掲載を希望されない方は ペンネーム ()	ご利用形態
〒 おところ		電話番号

宛先

〒509-0197 各務原市鷺沼各務原町1丁目4番地1 コープぎふ DEKO 編集部
FAX 058-370-6860 E-mail yohtubo@tcoop.or.jp
(※ 住所は省略いただいても可)

今月のクイズ

漢字の破片を2つの漢字になるよう枠にあてはめてください。



完成した熟語は？

--	--

●12月号のクイズの答え

聖夜 (せいや)

クイズに応募いただいた中から抽選で10名の方に粗品を進呈いたします。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

クイズの応募お便り募集

■はがき・FAX・メールで以下の項目をご記入のうえ上記宛先までお送りください。
①クイズの答え (クイズのみの応募も可) ②身近な話題 ③読んだ記事名とその感想 ④しゃべっ茶 oh と料理への投稿 ⑤〒番号・住所・氏名・年齢 (差し支えなければ)・電話番号
※②の身近な話題、④の投稿は、発信往来、しゃべっ茶 oh、料理のコーナー等で紹介させていただくことを前提にさせていただくため、採用に際して、投稿者へのご連絡は行いませんのでご了承ください。匿名やペンネームなどを希望される方は、お名前のごところにその旨を記載いただければ結構です。

お知らせ



と料理のテーマ 募集
は13ページをご覧ください。

今月号の応募締切 2013年1月21日 (必着分)