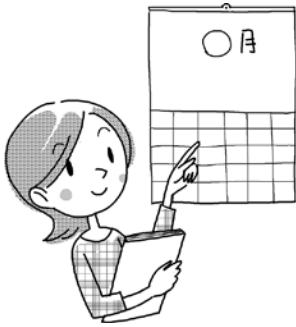


# 毎月の家計プランニングとチェックの仕方

※月初めに1→2→3→4→5の手順で支出予定を書き出し、それに沿ってお金を貯めたり使ったりします。月末には実際に出ていった金額を書いて予定額との差をチェックし、暮らしを点検します



明細書から、税・社会保険料以外の天引き分をピックアップしてください

この例では、月初めから月末までの1か月単位で「今月自由になるお金」を使う形をとっていますが、前月の給料日からスタートするやり方でも構いません

## 今月の家計プラン

月	Sunday (日曜日)	Monday (月曜日)	Tuesday (火曜日)
1日	2日	3日	
8日	9日	10日	
15日	16日	17日	あじさい祭り
22日	23日	24日	
29日	30日		

支出結果を書く欄です

予算を書く欄です

ここには税金等を差引かれる前の金額を書きます

給与明細をみながら強制的な天引き支出を書き出します(この例では税金と社会保険料を別記せずに合計額を書いています)

収入から強制的な天引き分を差引いた金額です。社内預金や財形貯蓄、団体加入の生命保険など任意の天引き分は、右の「給与天引きで出るお金」の欄に書いてください

月末に自動引落し口座の通帳を見ながら記入しましょう。使用量など月々の変動をチェックしたい人は「口座振替チェック」(30ページ)を活用しましょう

この金額を自動引落し口座に入金しておくのを忘れずに！(定期預金セットの総合口座扱いにすれば、引落し額が予定を上回ったときも安心です)

### \* 今月の家計収入 \*

内容	予定額	月日	実際額
夫 給与	360,000	5/23	367,700
妻			
計	360,000		367,700
税・社会保険料			
夫源泉徴収	60,000		66,200
計	60,000		66,200
使えるお金	300,000		301,500

### \* 給与天引きで出るお金 \*

内容	予定額	月日	実際額
貯蓄			
住宅財形	20,000	5/23	20,000
ローン			
生命保険	15,000	5/23	15,000
その他			
計	35,000		35,000

### \* 決まって出るお金 \*

内容	予定額	月日	実際額	内容	予定額	月日	実際額
電気	7,500	6	7,789	新聞代	3,650	26	3,650
ガス	5,500	24	5,930	こづかい(春男)	40,000	5/23	40,000
水道	6,000	17	5,480	こづかい(夏子)	20,000	5/23	20,000
電話	6,000	12	6,400	家賃	50,000	5/30	50,000
NHK	2,640	27	2,640	ガソリン代	5,000	20	5,000
引落し				駐車場代	5,000	5/30	5,000
教育積立(ゆめ銀行)	10,000		10,000	貯蓄( )			
計	37,640		38,239	計	123,650		123,650
				合計	161,290		161,889

20

この分のお金は、いつも持ち歩く財布には入れず、支払日まで別に保管しておきましょう。支払ったら右の欄に「月日」と「実際額」の記入を—

この日に銀行に振り込まれた給料は翌月の生活費となります。ただし、「決まって出るお金」のうち家賃や駐車場代など、翌月分の先払いが必要なお金については、この月の間に支払いを済ませてしまいます（支出記録は翌月の記入欄に書きます）

家庭や地域での行事や支出予定などを書いておくと便利です

忙しいときはプランを立てるだけでもOK!



【40～41ページに記入例があります】

Wednesday (水曜日)		Thursday (木曜日)		Friday (金曜日)		Saturday (土曜日)	
4日		5日		6日		7日	春男・同窓会
11日		12日		13日		14日	星美術館
18日		19日		20日		21日	生協・肉代集金
25日	給与日 ボーナス支給日	26日		27日		28日	生協・魚代集金

ボーナスなど特別な収入は給料とは別に管理します（記入例は次ページ）

今月自由になるお金を計算しましょう（自由になるお金は①-②-③-④）

103,710 円

このお金をどう使うかがポイントです  
下の表で予算を立てましょう  
この金額①を次のページの★の欄に書きましょう  
予算残高を見ながら安心してお金が使えます

このお金は1か月で使いきってもいいお金です。上手に使うために下の欄を用いて使い方を考えましょう

ここまでお金の使い方の計画を立てておけば、持ち歩くお金を制限したり、計画的に買物することで「今月自由になるお金」の予算を守ることはむずかしくはないはず。でも、43ページを使って支出結果を記録していけば、より安心して暮らせます

★今月自由になるお金★

内容	予定額	実際額	内容	予定額	実際額	購入日	引落とし予定日	引落とし日
食費	60,000	58,760	父の日プレゼント	7,500	7,500	6/8	7/8	7/8
レジャー費	10,000	5,890						
被服費	2,500	1,200						
ゆとり費	8,000	6,460						
雑費	5,710	5,830						
レジャー積立	10,000	10,000	クレジット支出					
現金支出								
計	① 96,210	88,140	計	② 7,500	7,500			
			合計	①-② 103,710	95,640			

クレジットカードを使ったら、代金が間違いなく引き落とされたかどうかチェックを。信用は大切な財産です

月末には、クレジットで支出した金額分を代金引き落とし口座に入金する習慣をつけましょう（給与振込口座と代金引落とし口座を同じにしている人は、クレジット代金が口座に残っているかどうか確認を！）

43ページの「毎日の支出メモ」を利用すれば、この欄の実際額を出すことができます

費目は暮らしに合わせて自分で決めましょう