

■関連資料 生活にかかるお金について知ろう

■計画的な金銭管理とは～消費生活の一番の基本～

計画的な金銭管理とは、お金を使う内容や時期などをあらかじめ考えたり、何にどれくらい使ったのかを確かめたりしながら、かぎりある金銭を自分の生活のためにやり繰りすることです。

お金の管理は、収入以上に支出しないというのが大原則です。お金は使ってしまった後ではどうすることもできないため、有効に使うためには、前もって考えることが大切です。将来にわたって、支出が収入の中に収まり、自分の目標に合った使い方ができるよう先を見越しながら考えましょう。

■主体的な消費生活のために

現代の社会では、生活のために必要なさまざまな商品を、お金の支払いを通じて手に入れて使っています。このことを消費生活といいます。使う物を自分で作る自給自足の生活とは違い、お金は現代の消費生活には欠かせないものです。同時に、お金を通じて色々なものを手にすることもできます。

収入の中で出費していたとしても、計画がないと生活がお金に振り回されがちです。自分のお金の使い方に自信が持てず、何にどれくらい支出できるのかが分からないと、毎日の生活を不安な気持ちで過ごすことにもなります。



自分の考えで計画的にお金を使えるようになることは、自立した生活の第一歩です。さまざまな価値観があるなかで自分の考えを明らかにし、何に、いくら、いつ使うかを判断できるようになりましょう。



■お金を分けて考える

お金は、使う内容や目的によって分けて考えることが上手な管理のポイントです。

(1) 費目に分ける

家の中の物を整理整頓するのに「文房具」「薬」など、種類ごとに分けて引き出しにしまうように、お金の管理でも使い道によって分けて整理するのが管理の第一歩です。使い道に応じた分類のことを費目（費用の名目）といいます。例えば、食べるために使う費用は「食費」、住まいのための費用は「住居費」です。



(2) 必需的なもの、選択的なものに分ける

家庭での生活費は、大きく2種類に分けられます。

必需的支出：生活のために欠かせないものに使う費用

選択的支出：使うかどうかを選べるものに使う費用

必要な物（ニーズ）と、欲しいもの（ウォンツ）とも言います。

例えば、食費、住居費、光熱費、衣服費などは生活のために欠かせませんが、娯楽・交際費、教養費などは、必ず必要とはいえません。また、食費の中でも、主食やおかずは必要ですが、お菓子やジュースはどうでしょうか。このように同じ費目の中に、必需的支出と選択的支出とが混じっていることもあります。

また、スマートフォンやインターネット接続などの通信費を必需品だと思う人が多いかも知れませんが、近年に普及したものです。自動車も交通手段が豊富でない場所だと必需品ですが、交通手段の豊富な場所に住む場合には贅沢品とされる場合もあります。

自分にとっての必需品は何かを考え、予算を立てるときは必需品から考えます。



(3) 支出の頻度で分けて考える

毎月必ず出費があるものと、年に数回か、それ以下しか出費がないものなど、費目によって支出する回数は異なります。食費や光熱費は、毎月必ず出費がありますが、衣服費は年に数回か、それ以下の出費ですみます。

必ず毎月の支出があるものは、毎月の収入の中に収めなければなりません。支出の回数が少ないものは、必要なときに買うことができるようお金を用意しておかなければなりません。

■計画と予算

計画するとは、ある事を行うために、あらかじめ方法や順序などを考えることです。計画する際には、考えた内容を紙に書くことが必要です。いくら完璧な計画を持っていても、頭の中にあるだけでは具体的にはならず、そのうちに忘れてしまいます。また、家族の協力が必要なことが多いため、相談するときには紙に書かれた計画があるとおたがいに理解しやすくなります。

収支の計画のことを予算といいます。予算は1週間や1か月といった短い期間ではなく、半年や1年といった長い期間で考えます。記録に残しておくと後で役に立ちます。

