

高齢者用家計改善支援ツール（説明書）

① 高齢者向けに開発した

「家計表（相談時家計表・家計計画表）」の特長

① 従来の家計表をベースに、高齢者特有の費目に絞り込みました。

- ・ 高齢者で使わない費目（教育費・借金返済など）を削除。
- ・ 高齢者の生活に身近で、特有の費目（配食サービス、互助会費、法事、孫費用など）を追加。

② 家計表の費目を3つの支払いの区分別（月1回の支払い、年に数回の支払い、月にたびたびの支払い）に分類し、支払計画表に連動させています。

- ・ 「高齢者向け家計表」には、それぞれの費目名の右横に3つの支払い区分が識別できるように下記のような区分の印を入れています。



支払いが月1回



支払いが年数回



支払いがたびたび

- ・ 医療費や外食費、税金、NHK料金など、高齢者の生活状態によって支払い方が分かる費目は、費目欄を複数設けています。

③ 「高齢者向け相談時家計表」を作成すると「高齢者向け家計計画表」に自動的にコピーされ、そこをベースに予算を組み立てます。

| 家計計画表 | | | 2019年 XX月分 | | 相談日 年 月 日 | |
|-------------------|--|--|---------------|-------|--------------------|--|
| 相談者氏名 | | | テスト相談者 | | | |
| 担当相談員名 | | | テスト相談員 | | | |
| | | | 支 出 | | 備 考 | |
| | | | 費 目 | 金額(円) | 小計(円) | |
| 世帯基本情報 | | | 世帯人員計..... 0人 | | 住居費 | |
| 【内訳】成人..... | | | 0人 | | 家賃 | |
| うち高齢者..... | | | 0人 | | 管理費・町内会費 | |
| 未成年(下記以外)..... | | | 0人 | | 更新費・町内会費・維持修繕費 | |
| 大学生等..... | | | 0人 | | 基本生活費 | |
| 高校生..... | | | 0人 | | 食費・外食費 | |
| 中学生..... | | | 0人 | | 配食サービス・外食費(月一) | |
| 小学生..... | | | 0人 | | 電気代 | |
| 未就学児..... | | | 0人 | | ガス代 | |
| | | | | | 水道代 | |
| | | | | | 灯油代 | |
| | | | | | 日用品等雑貨 | |
| | | | | | 散髪・美容院・化粧品 | |
| | | | | | 下着・被服費 | |
| | | | | | 医療費(月数回) | |
| | | | | | 介護負担費・医療費(月一) | |
| | | | | | 通信費・車両費 | |
| | | | | | 携帯電話・固定電話・ネット | |
| | | | | | ガソリン代 | |
| | | | | | 駐車場代 | |
| | | | | | 車検・車修代・車税 | |
| | | | | | バスカード等交通費 | |
| | | | | | 切符・タクシーの交通費 | |
| | | | | | 教育等費用 | |
| | | | | | 教養・娯楽費用 | |
| | | | | | 新聞・本・雑誌等 | |
| | | | | | 互助会費・福祉会費・募金等 | |
| | | | | | NHK視聴料(月一) | |
| | | | | | 法事・布施・香典・祝儀等 | |
| | | | | | 趣味・娯楽・文化・NHK(2ヶ月一) | |
| | | | | | ペットの費用() | |
| | | | | | その他 | |
| | | | | | 酒代・飲食交際費 | |
| | | | | | 小遣いたばこ代() | |
| | | | | | 子・孫費用・その他() | |
| | | | | | 水購入・サプリメント購入 | |
| | | | | | 税金・保険 | |
| | | | | | 介護保険・国保・住民税(月一) | |
| | | | | | 税金(固定資産税)(住民税2ヶ月一) | |
| | | | | | 年払い保険(車任意・火災・他) | |
| | | | | | 月払い保険() | |
| | | | | | 返済金 | |
| | | | | | 住宅ローン・車ローン | |
| | | | | | 借金返済() | |
| | | | | | 滞納税金・社会保険料等 | |
| | | | | | 滞納生活費(家賃・光熱水費等) | |
| | | | | | 個人からの借金・その他 | |
| | | | | | 家計再生のための新規借入の返済 | |
| | | | | | 預貯金預入れ | |
| | | | | | 当月の支出合計 | |
| | | | | | 翌月への繰越金 | |
| 収入 | | | 金額(円) | | | |
| 名義人 | | | 費 目 | | | |
| 基本収入 | | | | | | |
| 本人 | | | 給与() | | | |
| | | | 年金() | | | |
| | | | 年金() | | | |
| 配偶者() | | | 給与() | | | |
| | | | 年金() | | | |
| | | | 給与() | | | |
| 同居者() | | | 給与() | | | |
| | | | 年金() | | | |
| 臨時収入・賞与 | | | | | | |
| 本人 | | | (賞与 年間 万) | | | |
| 配偶者 | | | (賞与 年間 万) | | | |
| 援助収入や手当等の収入(毎月) | | | | | | |
| | | | 援助() | | | |
| | | | 援助() | | | |
| | | | 生活保護費 | | | |
| 援助収入や手当等の収入(毎月以外) | | | | | | |
| | | | 家賃土地等賃貸収入 | | | |
| | | | 給与以外の不定期収入 | | | |
| | | | 生活保護費 | | | |
| 借入金 | | | | | | |
| 借入金 | | | () | | | |
| 借入金 | | | () | | | |
| 預貯金取崩し | | | | | | |
| 当月の収入合計 | | | | | | |
| 《メモ欄》 | | | | | | |
| aaa | | | | | | |

②高齢者向けに開発した「支払計画表」の特長

①支払う金額の予算（家計計画表の金額）が相談者に理解しやすいように、支払いのサイクル別に「月1回支払い」、「年に数回支払い」、「月にたびたび支払い」と3つに分類し、支払いサイクルごとに集計される仕組みにしています。

- 家賃や水光熱費・電話代など「支払いが月1回」の区分は、支払方法に口座引き落としや振込などの支払い方法もわかるようにしました。
- 散髪代・パスカード購入・冠婚葬祭など、「数ヶ月に1回又は年に数回の支払い」の区分は、積み立てる金額として見えるようにしました。
- 食費や日用雑貨や小遣いなど、「支払いがたびたび」の区分は、現金支払いで毎日使ってしまうお金が多いため、「週当たり金額」を算出し、一週間で使えるお金が分かるように工夫しています。

②金額がゼロの項目は非表示となり、その分下のコメント欄が大きくなります。コメント欄には相談者と確認したこと、留意することなどを書き込みます。

| | | (テスト相談者)様 支払い計画表 | | | | | 相談日 年 月 日 |
|------------------|-----|------------------|------------|-----|-----|----------|-----------|
| 家計相談員(テスト相談員) | | | | | | | |
| 月の収入合計 | (円) | 支払い区分 | 口座引落 | 振込み | 袋仕分 | 気をつけたいこと | |
| 支払いが月1回 | | | | | | | |
| 家賃など住まいの費用 | | | | | | | |
| 配食サービス・外食費 | | | | | | | |
| 電気・ガス・水道・灯油代など | | | | | | | |
| 介護の負担金・医療費 | | | | | | | |
| 電話や通信の代金 | | | | | | | |
| 駐車場代 | | | | | | | |
| 新聞代・互助会費等・NHK | | | | | | | |
| 水やサプリメント購入代 | | | | | | | |
| 介護保険料・住民税等納付金 | | | | | | | |
| 車や医療や生命など保険料 | | | | | | | |
| 返済金 | | | | | | | |
| 支払の月計(A) | | | | | | | |
| 支払いが数ヶ月又は年に1回 | | | | | | | |
| 更新費など住まいの費用 | | | | | | | |
| 散髪・美容や被服・下着代 | | | | | | | |
| パスカード購入代 | | | | | | | |
| 冠婚葬祭・趣味・NHKなど | | | | | | | |
| 固定資産税・住民税・年払保険料 | | | | | | | |
| 車検など、積立するお金 | | | | | | | |
| 支払の月計(B) | | | | | | | |
| 支払いが、たびたび | | | 週当たり(C÷5週) | | | | |
| 食事の費用 | | | | | | | |
| 台所用品や洗剤など日用雑貨 | | | | | | | |
| 通院や薬代など医療費 | | | | | | | |
| ガソリン・切符・タクシー等交通費 | | | | | | | |
| お小遣い(酒・たばこ含む) | | | | | | | |
| 子や孫の費用・ペット費用 | | | | | | | |
| 支払の月計(C) | | | | | | | |
| 支払いの合計(A+B+C) | | | | | | | |
| 翌月へのくりこし | | | | | | | |

支払いが月1回

支払いが数ヶ月
又は年1回

支払いがたびたび

③高齢者用家計計画表と支払い計画表の作成例

(事例⑥)様 支払い計画表

相談日2018年12月 日

| 家計計画表 2018年 12月分 | | | 相談日2018年 12月 日 | | |
|------------------|----|--|-------------------|---------|-----------------|
| 相談者氏名 事例⑥ | | | 相談者氏名 ○○○○ | | |
| 担当相談員名 ○○○○ | | | 担当相談員名 ○○○○ | | |
| 世帯基本情報 | | | 世帯基本情報 | | |
| 世帯人員計 | 2人 | | 家賃 | | |
| 【内訳】成人 | 2人 | | 管理費・町内会費 | | 250 |
| うち高齢者 | 2人 | | 更新費・町内会費・維持修繕費 | 250 | |
| 未成年(下記以外) | 0人 | | 基本生活費 | 86,300 | |
| 大学生等 | 0人 | | 食費・外食費 | 30,000 | 1,000/日 |
| 高校生 | 0人 | | 配食サービス・外食費(月) | | |
| 中学生 | 0人 | | 電気代 | 20,000 | |
| 小学生 | 0人 | | ガス代 | 8,000 | |
| 未就学児 | 0人 | | 水道代 | 4,000 | |
| | | | 灯油代 | 0 | |
| | | | 台所用品等雑費 | 1,000 | |
| | | | 散髪・美容院・化粧品 | 1,000 | 3,000 |
| | | | 下着・被服費 | 1,000 | |
| | | | 医療費(月) | 21,300 | 21,300 |
| | | | 介護負担金・医療費(月) | | 夫15,000 本人6,300 |
| | | | 通信費・車両費 | 16,700 | |
| | | | 携帯電話/固定電話・ネット | 8,500 | 8,500 |
| | | | ガソリン代 | | |
| | | | 駐車場代 | | |
| | | | 車検・車修理代・車税 | | 8,200 |
| | | | バスカード等交通費 | 4,300 | |
| | | | 切符・タクシーの交通費 | 3,900 | |
| | | | 教育等費用 | | |
| | | | 教養・娯楽費用 | 6,300 | |
| | | | 新聞・本・雑誌等 | | |
| | | | 互助会費・福祉会費・券金等 | 5,000 | |
| | | | NHK視聴料(月) | | 6,300 |
| | | | 法事・布施・香典・祝儀等 | | |
| | | | 趣味・娯楽・文化・NHK(2ヶ月) | 1,300 | |
| | | | ペットの費用 | | |
| | | | その他 | | 0 |
| | | | 酒代・飲食交際費 | | |
| | | | 小遣い・たばこ代 | | 0 |
| | | | 子・孫費用・その他 | | |
| | | | 水購入・サプリメント購入 | | |
| | | | 税金・保険 | 14,150 | |
| | | | 介護保険・国保・住民税(月) | | 7,050 |
| | | | 税金(固定資産税)(住民税2ヶ月) | 7,050 | |
| | | | 年払い保険(車任意・火災・他) | 4,100 | 7,100 |
| | | | 月払い保険 | 3,000 | |
| | | | 返済金 | 0 | 返済金以外 |
| | | | 住宅ローン・車ローン | 0 | 123,700 |
| | | | 借入金返済 | 0 | |
| | | | 滞納税金・社会保険料等 | 0 | |
| | | | 滞納生活費(家賃・光熱水費等) | 0 | |
| | | | 個人からの借金・その他 | 0 | |
| | | | 家計再生のための新規借入の返済 | 0 | |
| | | | 預貯金預入れ | | |
| | | | 当月の支出合計 | 123,700 | |
| | | | 翌月への繰越金 | 0 | |

家計相談員(○○○)

| | | (円) | 支払い区分 | 口座引落 | 振込み | 袋仕分 | 気をつけたいこと |
|----------------------|---------|-----|-------|------|-------|-----|----------|
| 月の収入合計 | 123,700 | | | | | | |
| 支払いが月1回 | | | | | | | |
| 電気・ガス・水道・灯油代など | 32,000 | | | ○ | | | |
| 介護の負担金・医療費 | 21,300 | | | | | ○ | 別通帳で管理① |
| 電話や通信の代金 | 8,500 | | | ○ | | | |
| 新聞代・互助会費等・NHK | 5,000 | | | ○ | | | |
| 車や医療や生命など保険料 | 3,000 | | | ○ | | | |
| 支払の月計(A) | 69,800 | | | | | | |
| 支払いが数か月又は年に1回 | | | | | | | |
| 更新費など住まいの費用 | 250 | | | | ○ | | |
| 散髪・美容や被服・下着代 | 2,000 | | | | | ○ | 別通帳で管理② |
| バスカード購入代 | 4,300 | | | | | ○ | |
| 冠婚葬祭・趣味・NHKなど | 1,300 | | | ○ | | | ③ |
| 固定資産税・住民税・年払保険料 | 11,150 | | | ○ | | | |
| 支払の月計(B) | 19,000 | | | | | | |
| 支払いが、たびたび 週当たり(C÷5週) | | | | | | | |
| 食事の費用 | 30,000 | | | | 6,000 | | ④ |
| 台所用品や洗剤など日用雑費 | 1,000 | | | | 200 | | |
| ガソリン・切符・タクシー等交通費 | 3,900 | | | | 780 | | |
| 支払の月計(C) | 34,900 | | | | 6,980 | | |
| 支払いの合計(A+B+C) | 123,700 | | | | | | |
| 翌月へのくりこし | 0 | | | | | | |

金額が入っている項目のみに絞られている。

メモ欄が広がる。

| <<メモ欄>> | |
|---------|--|
| ① | 月1回払いの介護負担金・医療費は別通帳に入れておきましょう。 |
| ② | 散髪美容被服代は1月あたり2,000円を積み立てましょう。 |
| ③ | NHKへは1,300円を2ヶ月分貯めて、2ヶ月1回口座振替になっています。 |
| ④ | 食費は1週間6,000円です。お財布に雑費・交通費を含めて6,980円(約7,000円)を入れて1週間を過ごしましょう。 |
| ⑤ | 計画通りにいかない時は、何度でもご一緒に計画を練り直しましょうね。 |