

らくらく家計シート②

月分 / ~ /

生活費予算	円	食費	医療費	日用雑貨	被服費	雑誌代				
		円	円	円	円	円	円	円	円	円

食費 1週(/ ~ /)		食費 2週(/ ~ /)		食費 3週(/ ~ /)		食費 4週(/ ~ /)		食費 5週(/ ~ /)		食費(外食) 1ヶ月			
予算 円		予算 円		予算 円		予算 円		予算 円		予算 円			
日付・場所	支出	日付・場所	支出	日付・場所	支出	日付・場所	支出	日付・場所	支出	日付・場所	支出		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
支出計	円	支出計	円	支出計	円	支出計	円	支出計	円	支出計	円	食費支出合計(外食費除く)	円
予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円	食費支出総合計	円
予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円

医療費 1ヵ月		日用雑貨 1ヵ月		被服費 1ヵ月		雑誌代 1ヵ月		予備費 1ヵ月		予備費 1ヵ月			
予算 円		予算 円		予算 円		予算 円		予算 円		予算 円			
日付・場所	支出	日付・場所	支出	日付・場所	支出	日付・場所	支出	日付・場所	支出	日付・場所	支出		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
/	円	/	円	/	円	/	円	/	円	/	円		
支出計	円	支出計	円	支出計	円	支出計	円	支出計	円	支出計	円	その他・医療費支出総合計	円
予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円	予算-支出	円

総収入	円
貯蓄	円
総支出	円
収支計	円

[今月のコメント]

【使い方】
 ・給料日をスタートとしましょう。
 シート1
 ・①②③④⑤⑥の欄のそれぞれ項目に金額を記入します。(※その他の項目は空欄に記入してください)
 ・①から⑥⑦⑧⑨を引いた金額が生活費の予算となります。
 シート2
 ・生活費予算を各項目に分配します。
 ・食費は予算金額を5週分と外食分に分けて記入し、その他の項目には、項目別に1ヶ月の予算金額を記入します。
 (※その他の項目は空欄に記入してください)
 ・支出の記入は、買い物をした日に項目別にまとめて記入。細かい記述は不要です。
 ワンポイントアドバイス
 ■封筒(銀行の封筒などが便利)を用意して、生活費の食費は5週分、その他は項目別に封筒に分配します。
 ■10円、1円の単位まで神経質にならず、「予算内に納まっていればOK」と気持ちにゆとりを持って!