

# 社会人の生活って、どれくらいお金がかかるの？

## DATA.1 単身・勤労者(34歳以下)の支出額

一人暮らし		実家暮らし		卒業後の暮らしをイメージして支出額を記入してみよう！	
<b>Aさん</b>		<b>Bさん</b>			
1ヶ月の支出目安		1ヶ月の支出目安		1ヶ月の支出目安	
住居	38,668円	住居		住居	円
食料	35,391円	食料	35,391円	食料	円
光熱・水道	9,821円	光熱・水道		光熱・水道	円
家具・家事用品	4,224円	家具・家事用品		家具・家事用品	円
被服・履物	5,676円	被服・履物	5,676円	被服・履物	円
保険医療	4,680円	保険医療	4,680円	保険医療	円
交通・通信	21,646円	交通・通信	21,646円	交通・通信	円
教育・教養娯楽	23,306円	教育・教養娯楽	23,306円	教育・教養娯楽	円
その他	24,222円	その他	24,222円	その他	円
1ヶ月あたり	<b>167,634円</b>	1ヶ月あたり	<b>114,921円</b>	1ヶ月あたり	円

約5万円の違い

出典：一人暮らしは、総務省「家計調査2023年」を基に算出。実家暮らしは、一人暮らしの支出額から住居、光熱・水道、家具・家事用品を除き算出

## 青森県と東京圏の収入差額はほぼ一緒！？

収入が多い東京圏での生活の方が余裕があると思いませんか？  
 実は収入と支出のバランスは青森県とあまり変わらないんです。  
 収入だけで比較するのではなく、自分の将来の暮らしや家計についてシミュレーションしてみましょう。

## DATA.2 単身世帯(30歳未満)の収支差額(月額)

収入		支出		収支差額	
青森県	202,677円	青森県	122,425円	青森県	約8万円
東京圏	241,704円	東京圏	167,238円	東京圏	約7万5千円
	※可処分所得		※消費支出合計		

出典：総務省「2019年全国家計構造調査」単身世帯の1ヶ月あたりの収支比較  
 ※東京圏…東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県。上記数値は1都3県の平均値から算出 ※可処分所得…実収入から税金や社会保険料などを除いた「手取り収入」のこと

# WORKSHEET

あなたの将来の支出は、多い!?それとも少ない!?  
 卒業後の暮らしをイメージして、ワークシートにチェックしてみよう!

質問	チェックボックス	支出少なめ	チェックボックス	普通	チェックボックス	支出多め
<b>住居</b>						
Q1 暮らし方は？	<input type="checkbox"/>	実家で暮らしたい	<input type="checkbox"/>	寮・下宿・社宅などで暮らしたい	<input type="checkbox"/>	アパートで一人暮らしをしたい
<b>食料</b>						
Q2 食事は？	<input type="checkbox"/>	できるだけ自炊したい	<input type="checkbox"/>	自炊しながら、たまには外食したい	<input type="checkbox"/>	たくさん外食したい
<b>光熱・水道</b>						
Q3 電気代や水道代は？	<input type="checkbox"/>	できるだけ節約したい	<input type="checkbox"/>	節約することも考えたい	<input type="checkbox"/>	節約は気にしない
<b>家具・家事用品</b>						
Q4 自分の部屋の使い勝手やインテリアは？	<input type="checkbox"/>	まったくこだわらない	<input type="checkbox"/>	ある程度はこだわりたい	<input type="checkbox"/>	かなりこだわりたい
<b>被服・履物</b>						
Q5 洋服や履物は？	<input type="checkbox"/>	あまり購入しなくてよい	<input type="checkbox"/>	2か月に1回くらい購入したい	<input type="checkbox"/>	毎月購入したい
<b>保険医療</b>						
Q6 健康は？	<input type="checkbox"/>	あまり気を遣わない	<input type="checkbox"/>	ある程度は気を遣いたい	<input type="checkbox"/>	かなり気を遣いたい
<b>交通・通信</b>						
Q7 通勤・通学は？	<input type="checkbox"/>	徒歩や自転車で通いたい	<input type="checkbox"/>	バスや電車で通いたい	<input type="checkbox"/>	自動車やバイクで通いたい
<b>教育・教養娯楽</b>						
Q8 インターネットは？	<input type="checkbox"/>	あまり使わないようにしたい	<input type="checkbox"/>	ある程度は使いたい	<input type="checkbox"/>	料金を気にせず使いたい
Q9 趣味や好きなことには？	<input type="checkbox"/>	あまりお金をかけたくない	<input type="checkbox"/>	ある程度お金をかけたい	<input type="checkbox"/>	できるだけ多くお金をかけたい
Q10 県外への旅行は？	<input type="checkbox"/>	あまり行かなくてよい	<input type="checkbox"/>	1年に2~3回は行きたい	<input type="checkbox"/>	1年に5回以上行きたい
Q11 習い事や研修には？	<input type="checkbox"/>	あまり参加することは考えていない	<input type="checkbox"/>	機会があれば参加したい	<input type="checkbox"/>	できるだけ多く参加したい
<b>その他</b>						
Q12 理容・美容は？	<input type="checkbox"/>	あまりお金をかけたくない	<input type="checkbox"/>	ある程度お金をかけたい	<input type="checkbox"/>	できるだけ多くお金をかけたい
チェックの数を記入して合計点を計算してみよう!		個×1点 = 点		個×3点 = 点		個×5点 = 点
		合計		点		点

## あなたの支出タイプ

- 合計 12~30点 合計点が少ないあなたは、支出が少ない「節約堅実タイプ」! お金を節約して、気づいた時にはたくさん貯金できているかも。
- 合計 31~40点 合計点が平均的なあなたは、「プチ贅沢タイプ」! 支出の優先順位を判断しながら、収支バランスをうまくとれそう。
- 合計 41~60点 合計点が多いあなたは、支出が多い「豪快消費タイプ」! 積極的に投資して、自分のやりたいことを実現できるかも。