



心豊かなセカンドライフ

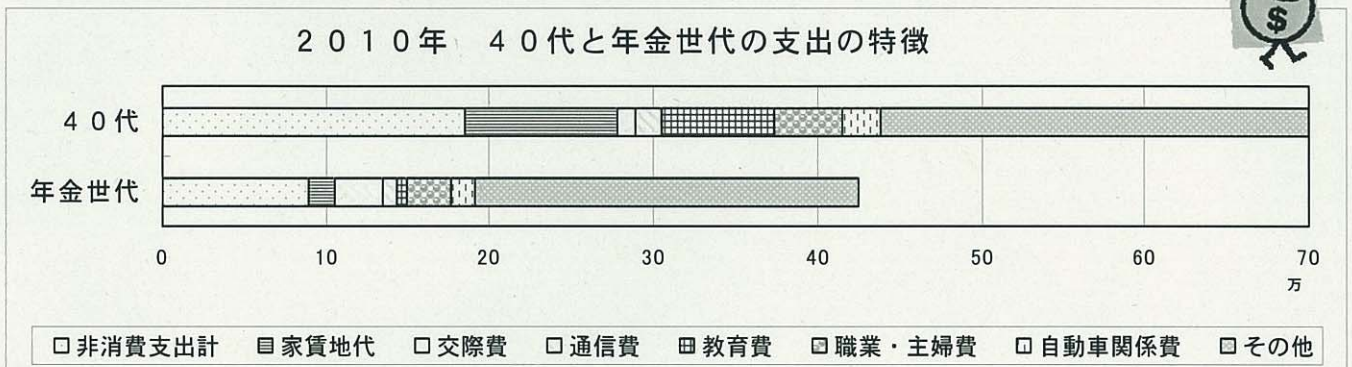


「雇用・年金問題の不安。セカンドライフを安心して過ごせるのかしら？」

2月に行われた交流会の折「公的年金だけで本当に生活ができるのかと不安です。」という声がありました。そこで2010年家計簿年間集計を基に、40代と年金世代の支出の変化やAさん（年金生活10年目のモニターさん）の実例から、心豊かなセカンドライフを考察しようと思います。

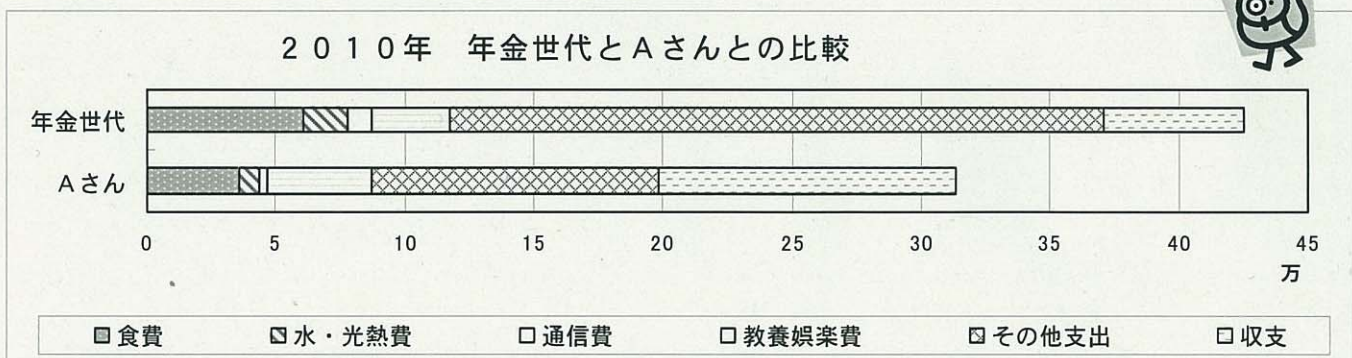
① 40代と年金世代の支出の特徴。(コープかながわ調査 2010年年間集計・総平均)

2つの世代の支出で大差ある費目を費目別に、大差無い費目は『その他』に入れました。



☆年金世代では非消費支出・家賃地代（家賃・住宅ローンなど）・教育費がかなり少なくなっています。通信費・職業主婦費・自動車関係費も半額くらいです。年金生活に入ると非消費支出が少なくなり、子供が独立し教育費は終わります。住宅ローンも完済して、支出は随分スリムになります。収入も減りますが支出も減りますので、上手に生活すれば年金生活も心豊かに過ごせそうです。

② 年金世代とA（モニター）さんの支出の比較。



☆ 年金世代の平均とAさんの支出の差からAさんの心豊かなセカンドライフの工夫を聞いてみました。

1. 食費を抑える工夫⇒出来るだけ手作りする。(パン・餅・うどん・出汁の素・お惣菜・ケーキ・クッキーなど)
2. 水・光熱費を抑える工夫⇒東京電力HPの『電気の上質な使い方』を参考にしたり、『わが家のアンペアチェック』（無料サービス 東京電力カスタマーセンター TEL0120-99-5772）を受けて、消費電力が少なくなる工夫をする。保温調理はガス代の節約になります。食器洗いはゴム手袋をすれば水でもOK。2人分の洗濯なら手洗いで。
3. 食器洗い用のスポンジは直ぐに駄目になってしまいます。アクリルたわし（アクリル毛糸を使い、鎖編みと長編みで11cm角の大きさにする。）を作ってみませんか。洗剤なしで茶渋が落ちたり、なかなかの優れものです。リタイアと同時に収入は減りますが、たくさんの自由な時間を手に入れる事が出来ます。その時間を使って手作りを楽しんだり、健康の為に運動をしたり、家計簿や年間集計を活用して節約を楽しみませんか？