

## 目 次

第1章	調査の目的と調査の流れ	5
1	調査の目的	5
2	調査の流れ	5
第2章	アンケート提出者の実像	5
1	家族構成	5
2	アンケート記入者	5
3	本人の年齢	5
4	第1子の就学状況	5
5	職業	6
6	健康状態	6
7	本人の最終学歴	6
8	配偶者の最終学歴	7
9	現在の住居の状況	7
10	現在の自動車の保有状況	7
11	家族の収入の把握状況	8
12	家族の支出の把握状況	8
13	夫婦の家計管理のタイプ	8
14	公的年金の加入状況	8
15	水道料金の支払い	6
16	電気料金の支払い	6
17	ガス料金の支払い	6
18	電話料金の支払い	7
19	固定資産税の支払い	7
20	所得税・住民税の支払い	7
21	家賃の支払い	5
22	家計簿の記帳状況	5
23	クレジットカードの保有状況	5
24	クレジットカードで買い物をすることへの抵抗感	5
25	どのようなものをクレジットカードで購入しているか	6
26	相談時と比較しての家計の改善状況	6
27	相談時と比較しての配偶者や家族との関係	6
28	家計の良くなった理由	7
29	家計が悪くなった理由	7

30	相談時と比較しての貯蓄の増減	7
31	貯蓄を増やすために注意したこと	5
32	貯蓄が増えなかった理由	5
33	相談時と比べた変化	5
34	相談時と比べて支出が増えた項目	5
35	今後の生活で不安に感じていること	6
36	暮らし向きについて総合的にどう見ているか	6
37	収入状況	6
38	世帯人数調整済み一人当たり世帯所得	7
39	自由回答	15
第3章 クロス分析		18
1	家計の改善状況と年代の対比	5
2	家計の改善状況と学歴の対比	5
3	家計の改善状況と配偶者の学歴の対比	5
4	家計の改善状況と第1子の通学している学校との対比	5
5	家計の改善状況と相談時の住居との対比	5
6	家計の改善状況と現在の住居との対比	5
7	家計の改善状況と相談時の自動車保有との対比	5
8	家計の改善状況と現在の自動車保有との対比	5
9	家計の改善状況と家族全員の収入状況の把握との対比	5
10	家計の改善状況と家族全員の支出状況の把握との対比	5
11	家計の改善状況と家計管理のタイプとの対比	5
12	家計の改善状況と水道料金の支払いとの対比	5
13	家計の改善状況と電気料金の支払いとの対比	5
14	家計の改善状況とガス料金の支払いとの対比	5
15	家計の改善状況と電話料金の支払いとの対比	5
16	家計の改善状況と固定資産税の支払いとの対比	5
17	家計の改善状況と所得税・住民税の支払いとの対比	5
18	家計の改善状況と家賃の支払いとの対比	5
19	家計の改善状況と家計簿の記帳状況との対比	5
20	家計の改善状況とクレジットカード保有状況との対比	5
21	家計の改善状況とクレジットカードへの抵抗感との対比	5
22	家計の改善状況とクレジットカードの使用状況との対比	5
23	家計の改善状況と家計の一元管理の有無との対比	5
24	家計の改善状況と支出のこまめな記録の有無との対比	5
25	家計の改善状況と節約への努力の有無との対比	5

26	家計の改善状況と無理無駄をなくする努力の採否との対比	5
27	家計の改善状況と自分へのご褒美採否との対比	5
28	家計の改善状況と結果を数値化する試み採否との対比	5
29	家計の改善状況と「入るを量りていずるをなす」試み採否との対比	5
30	家計の改善状況と流動費節約、固定費見直し試み採否との対比	5
31	家計の改善状況と出来る限り安い物を買う試み採否との対比	5
32	家計の改善状況とちよつとの我慢・レベルを落とす試み採否との対比	5
33	家計の改善状況となるべく買わない試み採否との対比	5
34	家計の改善状況と引落で支払っているものの把握の試みとの対比	5
35	家計の改善状況と電気製品省エネ採否との対比	5
36	家計の改善状況とエアコンの設定温度下げる試み採否との対比	5
37	家計の改善状況とシャワーの工夫をする試み採否との対比	5
38	家計の改善状況とエアコンフィルターこまめな掃除の試み採否との対比	5
39	家計の改善状況と待機電力をおさえる試み採否との対比	5
40	家計の改善状況とエアコン室外機への工夫の試みとの対比	5
41	家計の改善状況と冷蔵庫の庫内整理の試み採否との対比	5
42	家計の改善状況と冷蔵庫の容量に関する工夫の試み採否との対比	5
43	家計の改善状況と熱いものを冷ましてから冷蔵庫に入れる試み採否との対比	5
44	家計の改善状況と冷蔵庫の扉開閉に関する工夫の試み採否との対比	5
45	家計の改善状況と冷蔵庫のパッキンに関する工夫の試み採否との対比	5
46	家計の改善状況と冷蔵庫の設定温度に関する工夫の試み採否との対比	5
47	家計の改善状況とエコ電球採用の試み採否との対比	5
48	家計の改善状況と電球のワット数に関する工夫の試み採否との対比	5
49	家計の改善状況と明かりをつける時間に関する工夫の試み採否との対比	5
50	家計の改善状況とテレビの映像調整に関する工夫採否との対比	5
51	家計の改善状況とテレビのインチ数を下げる試み採否との対比	5
52	家計の改善状況とテレビを見る時間を減らす試み採否との対比	5
53	家計の改善状況とテレビの待機電力を減らす試み採否との対比	5
54	家計の改善状況とテレビの主電源を切る試み採否との対比	5
55	家計の改善状況と洗濯機のコース切り替えの試み採否との対比	5
56	家計の改善状況と洗濯物の量を適正におさえる試み採否との対比	5
57	家計の改善状況と乾燥機に入れる量に関する工夫採否との対比	5
58	家計の改善状況と脱水をしてから乾燥機に入れる試み採否との対比	5
59	家計の改善状況と乾燥機のフィルター掃除の試み採否との対比	5
60	家計の改善状況と電気コタツへの工夫の試み採否との対比	5
61	家計の改善状況と炊飯器の保温機能不使用の試み採否との対比	5

- 6 2 家計の改善状況と掃除機のこまめな切り替えの工夫の試み採否との対比・・・ 5
- 6 3 家計の改善状況と温水便座の温度下げの工夫の試み採否との対比・・・・・・ 5
- 6 4 家計の改善状況と温水便座の電源切りの工夫の試み採否との対比・・・・・・ 5
- 6 5 家計の改善状況と温水便座のふたを閉める工夫の試み採否との対比・・・・・・ 5
- 6 6 家計の改善状況と夜間電力使用の試み採否との対比・・・・・・ 5
- 6 7 家計の改善状況と電気アンペア適正化の試み採否との対比・・・・・・ 5
- 6 8 家計の改善状況と炊飯器の有効利用の試み採否との対比・・・・・・ 5
- 6 9 家計の改善状況と掃除機とほうきの併用の試み採否との対比・・・・・・ 5
- 7 0 家計の改善状況とシャワー時間短縮の試み採否との対比・・・・・・ 5
- 7 1 家計の改善状況と風呂追い炊きをしない試み採否との対比・・・・・・ 5
- 7 2 家計の改善状況と風呂のふたをきちんとする試み採否との対比・・・・・・ 5
- 7 3 家計の改善状況と煮物への落とし蓋採否との対比・・・・・・ 5
- 7 4 家計の改善状況とゆでるときにふたをする試み採否との対比・・・・・・ 5
- 7 5 家計の改善状況となべ底をコンロの大きさに合わせる試み採否との対比・・・・ 5
- 7 6 家計の改善状況と給湯器のお湯で湯沸しする試み採否との対比・・・・・・ 5
- 7 7 家計の改善状況と熱源の有効利用の試み採否との対比・・・・・・ 5
- 7 8 家計の改善状況とガスファンヒーターの温度を下げる試み採否との対比・・・・ 5
- 7 9 家計の改善状況と食器洗い機採用の試み採否との対比・・・・・・ 5
- 8 0 家計の改善状況となべ底の水滴を拭く試み採否との対比・・・・・・ 5
- 8 1 家計の改善状況とガスを中火で使う試み採否との対比・・・・・・ 5
- 8 2 家計の改善状況と風呂の水を日中貯める試み採否との対比・・・・・・ 5
- 8 3 家計の改善状況と冬でも水での食器洗いをする試み採否との対比・・・・・・ 5
- 8 4 家計の改善状況と節水こま採用の有無との対比・・・・・・ 5
- 8 5 家計の改善状況と水道時間を短くする試み採否との対比・・・・・・ 5
- 8 6 家計の改善状況とシャワーの時間を短くする試み採否との対比・・・・・・ 5
- 8 7 家計の改善状況と貯め水洗いをする試み採否との対比・・・・・・ 5
- 8 8 家計の改善状況と無洗米採否との対比・・・・・・ 5
- 8 9 家計の改善状況と水の出しっぱなしをやめる試み採否との対比・・・・・・ 5
- 9 0 家計の改善状況と洗車の仕方の工夫採否との対比・・・・・・ 5
- 9 1 家計の改善状況と風呂の残り湯活用の試み採否との対比・・・・・・ 5
- 9 2 家計の改善状況とコップに水をためて歯磨きする試み採否との対比・・・・・・ 5
- 9 3 家計の改善状況と米の研ぎ汁活用の採否との対比・・・・・・ 5
- 9 4 家計の改善状況と浴槽にペットボトルを入れる試み採否との対比・・・・・・ 5
- 9 5 家計の改善状況と食卓を貧しくしない試み採否との対比・・・・・・ 5
- 9 6 家計の改善状況と食費を把握する試み採否との対比・・・・・・ 5
- 9 7 家計の改善状況とチラシチェックの試み採否との対比・・・・・・ 5

98	家計の改善状況とまとめ買いの試み採否との対比	5
99	家計の改善状況とアルバイトの工夫の試み採否との対比	5
100	家計の改善状況と安い外食探しの工夫の試み採否との対比	5
101	家計の改善状況と役所の食堂利用の試み採否との対比	5
102	家計の改善状況と麦茶を自分で作る試み採否との対比	5
103	家計の改善状況と底値で買い物をする試み採否との対比	5
104	家計の改善状況とゆでるときにふたをする試み採否との対比	5
105	家計の改善状況とスーパーを定休日前に利用する試み採否との対比	5
106	家計の改善状況と生協の共同購入利用の試み採否との対比	5
107	家計の改善状況とタイムバーゲン利用の試み採否との対比	5
108	家計の改善状況とフリーマーケット利用の試み採否との対比	5
109	家計の改善状況と車の急発進をやめる試み採否との対比	5
110	家計の改善状況とタイヤの空気圧調整の試み採否との対比	5
111	家計の改善状況と不要のキャリアをはずす試み採否との対比	5
112	家計の改善状況とガソリン朝入れの試み採否との対比	5
113	家計の改善状況とタバコアルコールを減らす試み採否との対比	5
114	家計の改善状況と散髪等を自分でやる試み採否との対比	5
115	家計の改善状況と天日干し活用の試み採否との対比	5
116	家計の改善状況と世帯人数調整済み一人当たり年間所得との対比	5
117	貯蓄の増減と世帯人数調整済み一人当たり年間所得との対比	5
118	生活意識と世帯人数調整済み一人当たり年間所得との対比	5
119	家計の改善状況と配偶者家族関係との対比	5
120	貯蓄の増減と家計簿の記帳の有無との対比	5

巻末資料1 家計調査アンケート(回答数入り)

2 楽しい節約マニュアル