

## 気付かない無駄をなくして、貯金額を増やす

無駄遣いをしているつもりはないのに、なかなか増えない貯金にため息をつくことはありませんか？

家計再生コンサルタントの横山光昭さんが、「無駄に気付かないまま生活していると、知らないうちにお金が減っていくので貯金はなかなか増えません。一度、ご自身の無駄遣いを見直してみませんか」とアドバイスをくれました。

多くの人が気付いていない、無駄遣いのひとつに交際費があるそうです。

「交際費といっても、冠婚葬祭やお歳暮の出費は必要です。しかし定期的な飲み会などの会食費は、本当に必要か見直したほうがいいのかもかもしれません」(横山さん)

まずは、過去3ヶ月間にどんな目的の会食に行ったのか、参加したらどんなメリットがあったのかをノートにまとめましょう。例えば人脈作りや知識を得る勉強のための会食なら必要と言えますが、ストレス解消が目的の会食は、あまり生産的とは言えないので、頻度を減らすのもいいでしょう。



次に見直すべきなのは、水道光熱費です。

「電力自由化により、安いプランにしたり電力会社を切り替えることで、毎月の電気料金が割安になる場合があります。電力会社へ問い合わせたり、インターネット上で見積もりを出して比較し、自分に合ったプランを検討してみましょう」(横山さん)

また、節水タイプのシャワーヘッドに変更するだけで、ガス代、水道代を合わせて月額3000円ほど節約できたというご家庭もあるそうです。小さなことですが、無駄を防ぐために見直してみましょう。

最後に、食事に関する無駄を減らすために、毎日の食事内容を把握してみてください。

「ノートに記録するのが面倒に感じる方は、携帯電話で食事の写真を撮っておくだけで構いません。週に一度見返すようにすると、食事量が多い、お酒を飲みすぎた、外食が多いなど、食事の無駄が明確になります。そういった無駄を少しずつ減らすようにするとお金の節約ができる上、健康的な食生活を送ることに繋がります」(横山さん)

無駄を見つけて、改善するだけで貯まりやすくなるお金。無理なく上手に貯金額を増やしていきましょう。

以上

※掲載内容の無断転載を禁じます

監修者

横山光昭さん

家計再生コンサルタント 株式会社マイエフピー代表 <http://myfp.jp/>

お金の使い方そのものを改善する独自の家計再生プログラムで、これまで10000人以上の赤字家計を再生。書籍・雑誌への執筆、講演も多数。著書は55万部を超える『はじめての人のための3000円投資生活』(アスコム)や『年収200万円からの貯金生活宣言』(ディスカヴァー・トゥエンティワン)を代表作とし、著作は累計270万部となる。また、お金の悩みが相談できる店舗を展開するmirai talk株式会社の取締役共同代表も務める。