

<今どきの家計簿事情 調査>

家計簿をつける家庭は約 8 割、前年比 15 ポイント増加
家計簿をつける家庭ほど、家計の黒字率が高く家計管理が上手
デジタル化時代でも 5 割は紙家計簿を使用、背景に“書いて記憶定着ニーズ”

株式会社ベネッセコーポレーション（本社：岡山県岡山市、代表取締役社長：小林 仁、以下：ベネッセ）発行の生活情報誌『サンキュ！』は、値上げラッシュが続くなか、20~40代の既婚女性約300人に家計簿に関する調査を実施しました。

調査結果では、家計管理のために家計簿をつける家庭は約8割で、家計簿をつける家庭ほど家計管理がうまくいっていることがわかりました。また、家計管理のデジタル化が進むなか、紙の家計簿へのニーズが少なからずあり、年代別に家計管理のスタイルに違いがあることもわかりました。詳細結果は、以下をご参照ください。

調査サマリー

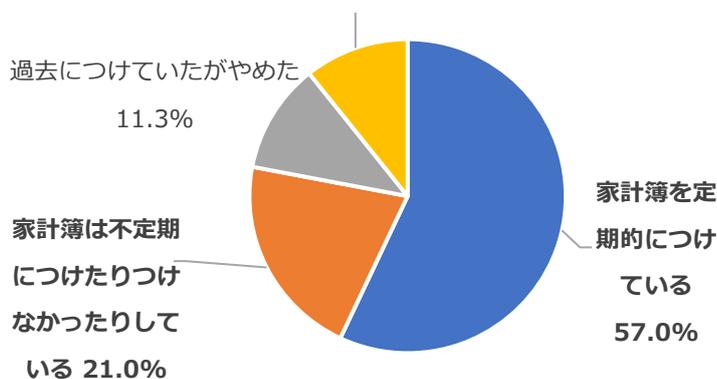
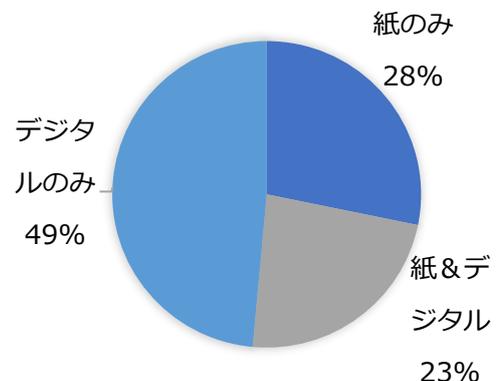
- ・家計簿をつけている家庭は約8割。家計簿をつけている家庭ほど、黒字率が高い。
- ・紙家計簿派は約3割。デジタル家計簿派は約5割、紙とデジタルの併用派は約2割。
- ・貯蓄満足度が高いのは、紙家計簿派と紙家計簿とデジタル家計簿の併用派。

調査詳細
<家計簿利用状況>

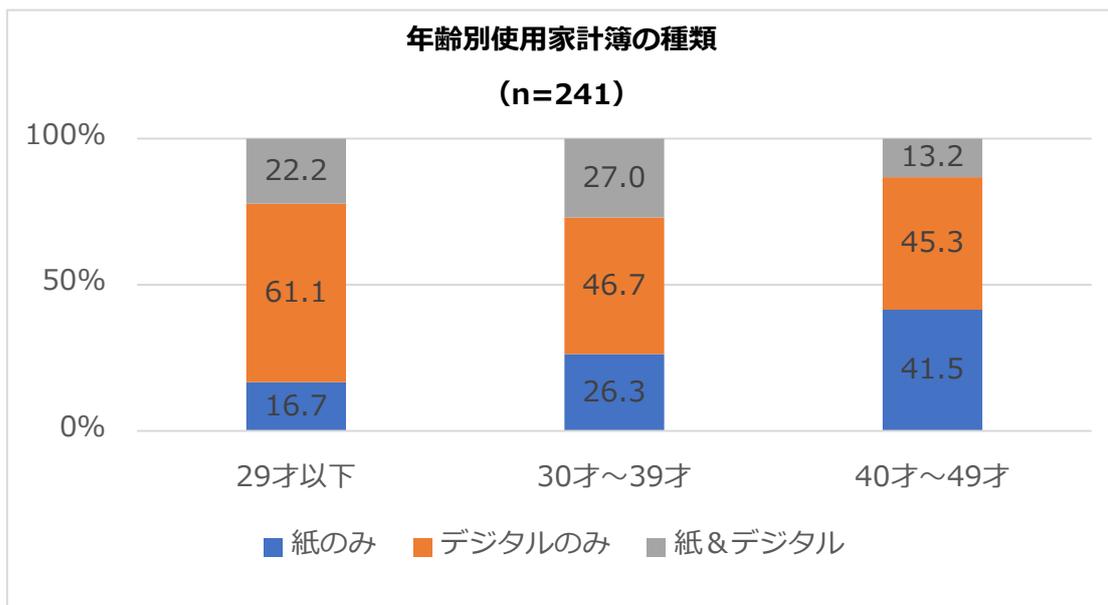
家計簿をつけている人は、不定期記入も含め78%で、前年より15ポイント増えた。背景に物価上昇や、収入不安などが考えられる。紙家計簿派は約3割で、デジタル家計簿派約5割、併用派約2割。紙派はノートや日記記入10%を含む。デジタル家計簿は、自作エクセル20%を含む。デジタル時代でも、併用派を含めると5割が紙の家計簿を活用。

家計簿をつけているか(n=309)

家計簿はつけたことがない 10.7%

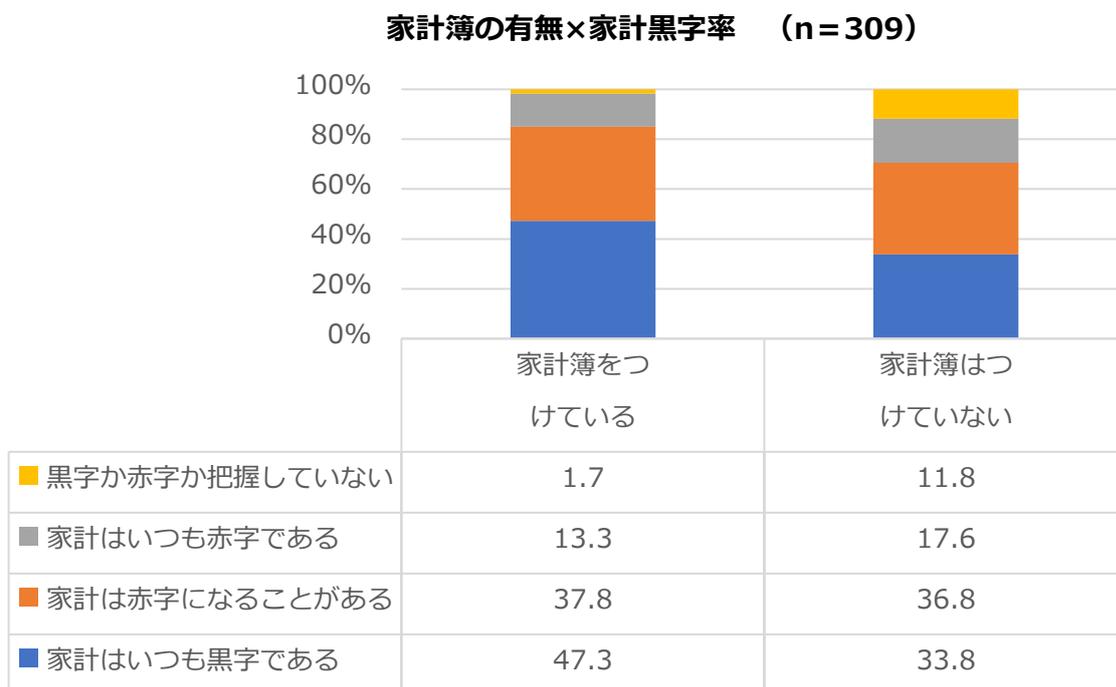

使っている家計簿の種類 (=241)


40代は紙のみ活用の割合が他の世代より多い。30代はデジタルのみが多いが、紙・デジタル併用派も27%と紙家計簿活用は、併用派とあわせると過半数超に。



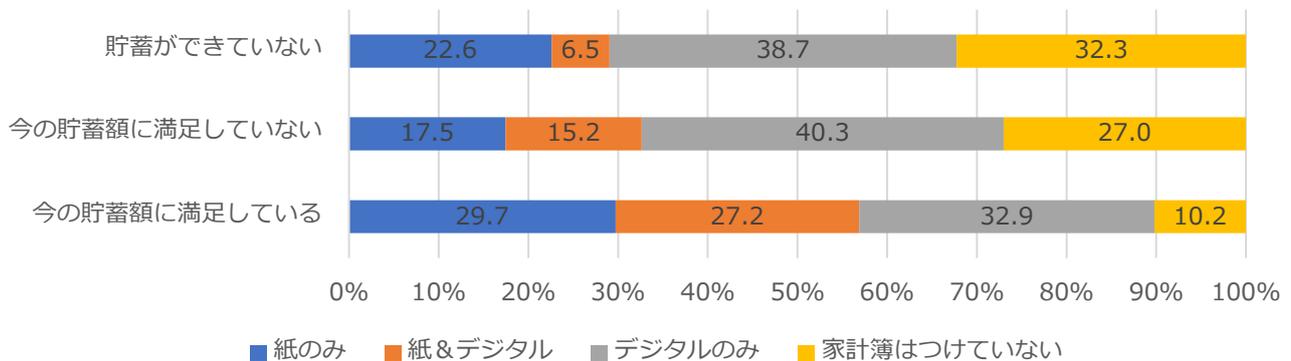
<家計簿と家計管理、貯蓄>

家計簿をつけている家庭は、「いつも黒字」と回答しているのが47%。家計簿をつけていない家庭は、「いつも黒字」は33%で、黒字率は家計簿をつけているほうが高い。「いつも赤字」の回答も家計簿をつけていないほうが4ポイント高い。



貯蓄満足度が高いのは、紙のみ 29%、紙とデジタル併用約 27%と、紙の家計簿活用派のほうが満足度が高い。

貯蓄満足度×家計簿の種類 (n=309)



コロナ禍で進んだ書く需要。 紙の家計簿とデジタル家計簿の併用でいいとこどり



サンキュ！は、全国のやりくり上手さんを長年取材していますが、コロナ禍で、日記や家計簿など書くという行動が増えている印象です。よく見るのが赤字から抜け出すのにまず紙の家計簿に書きだす家庭です。書くことという言葉は引っ掻くが由来とされていますが、数字を心に刻み痕をつける役割を果たしてるとはないかと分析しています。最近ではデジタルとの併用派も多く、住居費など固定費の把握やライフプランはデジタルで、食費など毎日のやりくり費は、紙家計簿でというパターンで使い分けています。併用派も含め紙の家計簿を活用するほうが、無駄な支出や家計の弱点を記憶し、やりくりへのモチベーションが上がるようです。また、紙の家計簿は、細かくつけないシンプルなもの売れ筋になっており、続ける負担が減っていることも、デジタル時代に紙家計簿のニーズがなくなるのではない一因かもしれません。

サンキュ！編集長
ブランドマーケティング室室長
山本沙織

【本件に関するお問い合わせ】

株式会社ベネッセホールディングス 広報部 宮本・萩澤・濱野・齋藤

TEL:042-357-3658 FAX042-389-1757

【参考】

「サンキュ！」11月号（9月25日発売）



特別付録 1000万貯まる家計手帳 最強家計特集号

10年以上人気を誇る、家計簿手帳付きのサンキュ！11月号は、やりくりコンテストで入賞した最強家計の人たちが登場。SNSでおうちで稼ぐ特集や、人気料理家りなていの100円台おかず付録もあわせて、この1冊で値上げに負けない強い家計がつけられます。 特別価格660円



https://www.instagram.com/39_editors/

新発売！累計300万部突破の人気家計簿！

超ロングセラー家計簿2冊が今年も登場！ 1000万貯めた人の共通点や、値上げに負けないプランシートなどが充実。オールカラーでつけやすくシンプルなので続けやすいのも好評のポイント



みるみる貯まる家計ノート 2023 319円

HAPPY 家計簿2023 765円

<https://39mag.benesse.ne.jp/library/mook/>