



家計の見直しチェックシート



具体的なプランを
書き込んでみましょう!

費目	節約方法	可否	実施プラン
 住居費	<ul style="list-style-type: none"> ★ 家賃の安いところに引っ越す ★ 住宅ローンを借り換える 	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
 保険料	<ul style="list-style-type: none"> ★ 不要な契約や特約を解約する 	<input type="checkbox"/>	
 スマホ代・ネット代	<ul style="list-style-type: none"> ★ 格安SIMや格安スマホに乗り換える ★ 契約プランをより安いものに変更する 	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
 光熱費	<ul style="list-style-type: none"> ★ 水の出しっぱなしや電気のつけっぱなしをやめる ★ 夏冬はエアコンの設定温度など、使い方を見直す ★ 電力・ガス会社を見直す ★ 契約プランをより安いものに変更する 	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
 食費	<ul style="list-style-type: none"> ★ 毎月(もしくは毎週)の予算を決めて守る ★ なるべく自炊する ★ 特売日やセール日にまとめ買いする ★ コンビニや自販機をなるべく利用しない ★ お弁当や水筒を持参する 	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
 交際費	<ul style="list-style-type: none"> ★ 毎月の予算を決めて守る ★ 気分が乗らない飲み会には参加しない 	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
 趣味代	<ul style="list-style-type: none"> ★ 毎月の予算を決めて守る ★ あまり利用していないサブスクは解約する ★ フリマアプリやオークションサイトを活用する ★ 図書館やレンタルを利用する ★ 衣類など、定期的に自分の所有物を見直して衝動買いをしないようにする 	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	