

ITを活用した 家計管理術

家計簿を付けた方がいいとは考えていてもなかなか実行に移せない。また、せっかく家計簿を始めたのに長続きしない——こんな経験をお持ちの方も少なくないはず。家計簿に毎日のお金の出入りをすべて記録するのは大変な作業です。その作業を継続するには、家計簿を付ける目的をはっきりさせなければなりません。

家計がプラスかマイナスかを知りたいだけなら預金通帳の残高の数値を追うだけでも十分。わざわざ大変な思いをしてまで家計簿を付ける目的は、収入・支出の内訳を把握することによって、プラス・マイナスの原因を明らかにすること。そして、その結果を元にして、限られたお金をもっとも有効に使うための方法を考えることです。

皆さんも「趣味に回すお金を確保したい」「子どもの進学資金を用意したい」などそれぞれ目標をお持ちのことと思います。その目標を実現するためには家計簿を使って

作戦を練る必要があります。つまり、家計簿はデータを記録すること自体が目的ではなく、記録したデータを活用するところに本当の意味があるのです。

最近では紙の家計簿でも分析や活用ができるように工夫したものが登場しています。書き込んだ数値を電卓で計算するのは面倒なもの。そこで、この記事ではパソコンなどITを使って家計簿を付け、そのデータを分析する方法を紹介していきます。

エクセルが家計簿に向く理由は 費目設定の自由度の高さ

仕事で表計算ソフト「エクセル」を使い慣れている人なら、ぜひエクセルを家計管理に活用しましょう。家計管理のソフトやサービスはいろいろありますが、新しいソフトやサービスの使い方を覚えるのは大変です。使い慣れたエクセルであれば新しく操作方法を学習する必要はありません。



佐々木 康之
マネーラボ池袋

【ささき やすゆき】出版社勤務を経て、1999年にフリーライターとして独立。パソコンやスマートフォンなど情報機器の活用術が得意分野。2011年にFP事務所「マネーラボ池袋」を設立し、フリーライターと並行してライフプランニングの相談業務を行っている。

しかし、家計管理にエクセルをおすすめしたい本当の理由は自由度の高さです。専用に設計されたソフトやサービスでは費目などの入力項目が固定されていることがありますが、エクセルは白紙のシートにデータを入力していくので、自分の目的やライフスタイルに合わせた家計管理ができます。特に「費目」を自由に選べるところに注目してください。収支の内訳を把握するため、家計簿には金額に加えて、食費や光熱費、被服費といった費目も記録します。家計をきっちり分析・管理するには自分に合った費目を見つけることが重要です。表1にいくつか代表的な家計簿の費目を例としてあげましたが、家計簿ごとに費目の分類が違っていることが分かります。

では、仕事に関係する本を買ったとき、どの費目に分類すればいいでしょうか。『羽仁もと子家 家計簿』であれば「職業費」に入れるのが適切ですね。『Zaim』で

表1 家計簿の費目のいろいろ

『羽仁もと子案 家計簿』	『細野真宏のつけるだ けで「節約力」がアッ プする家計ノート』	『Zaim』	筆者の家計簿
婦人之友社から発売されている家計簿。明治37年に登場した歴史あるもので、家計簿普及に大きな役割を果たしました。	小学館から発売されている家計簿。経済や投資などの講師経験を持つ細野真宏さんが考案された家計簿です。	ネットを利用した家計簿サービスの定番。スマホアプリもあって、どこでもデータ入力できるのが魅力です。	筆者が実際にエクセルで付けている家計簿。何度か変更を加えながら最終的にこの費目に落ち着きました。
食費 光熱費 住居・家具費 衣服費 教育費 交際費 教養費 娯楽費 保険・衛生費 職業費 特別費 公共費	食費 日用品 衣服・美容費 娯楽費 交通費 教育費 医療費 交際費 こづかい その他 住居費 電気代 ガス代 水道代 電話代 携帯電話代	食費 日用雑貨 交通 交際費 エンタメ 教育・教養 美容・衣服 医療・保険 通信 水道・光熱 住まい クルマ 税金 大型出費 その他	食費 外食費 教養娯楽費 新聞図書費 医療費 健康維持費 美容被服費 業務費 臨時費 雑費 住居費 水道光熱費 通信費 税金・保険料

あれば「教育・教養」に入りそうですが、ここに入れると子どもの教育費と区別が付かなくなるのが心配です。『家計ノート』であれば「その他」に入れるしかなさそうです。他にもいくつかの出費を思い浮かべ、どの費目に分類すべきか考えてみてください。その人のライフスタイルによって適切な分類方法は違ってくるはず。そのため、家計簿ソフトやサービスによっては費目を

後から追加できる機能があります。これがエクセルであれば、最初から自分の好きな分類方法で家計簿を始められますし、後から分け方を変更するのも簡単です。ちなみに私のエクセル家計簿の費目を表1の右端に紹介しました。「外食費」を設けたのは、家計簿を付け始めて外食にかけたお金が多いことが判明したためです。外食費の予算を決めて、それを超えないよう

にしました。同じく「健康維持費」も後から追加した費目で、スポーツクラブ会費やサプリメントなど体への投資です。教養費と娯楽費は最初は別にしていましたが、区別を付けるのが難しいものが多く、「教養娯楽費」として管理するように変更しました。「交通費」という費目が存在しないのは目的別に分類しているためです。遊びに行かための交通費なら「教養娯楽費」ですし、病院に行くための交通費なら「医療費」です。「交際費」を設けないのも同じで、遊びの要素が強ければ「教養娯楽費」ですし、仕事上の付き合いなら「業務費」です。ここで紹介したのはあくまで私の例です。費目の分け方はライフスタイルや価値観を反映したものであり、最適な分類方法はその人ごとに違ってきます。しかし、最初から自分にぴったりの費目など分かるはずはありません。最初は表1を参考にしてスタートしてください。しばらく家計簿を付けてみると、「こんな費目を追加した方が良い」というように自分に合った分類方法が分かってくるはず。子どもをお持ちの家庭であれば子ども関連の費目を設けたり、教養娯楽費という大きな枠組みではなく趣味ごとに費目を分けてみたり、試行錯誤を繰り返しながら最適な分類方法を作りあげてください。この作業を続けることで自分のお金の使い方のクセが分かってきますし、各費目に割り振るべき予算も見えてくると思います。

Step1 データの入力と分析の準備

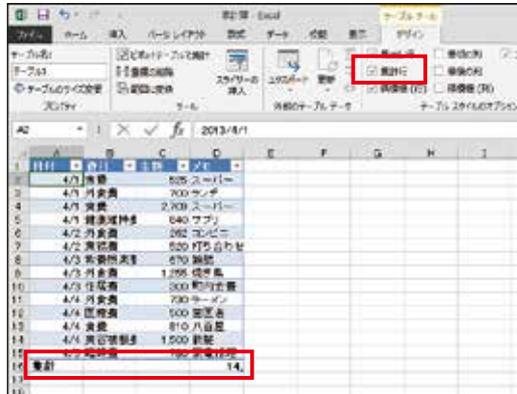


図4

入力データ中のどこかをクリック。「デザイン」タブの中にある「集計行」にチェックを付けます。集計行が追加されます。

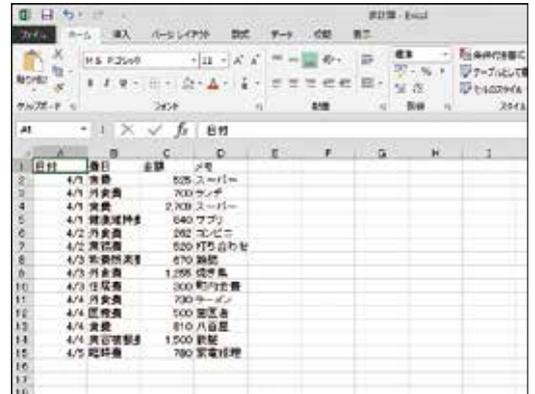


図1

データを入力します。「日付」「費目」「金額」「メモ」の4つを入力するのが一般的です。見出しの行を作らないでください。

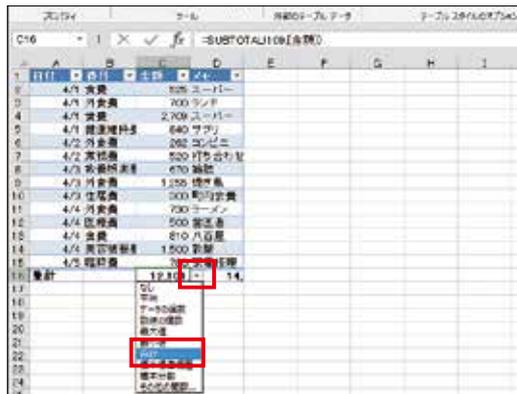


図5

集計行の「金額」の列のセルをクリックして、「合計」を選びます。これで支出額の合計が表示されます。

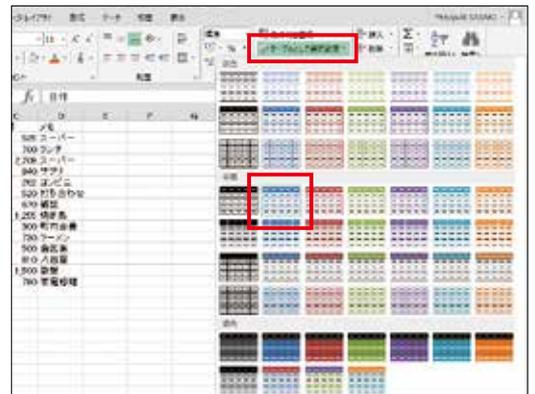


図2

入力データ中のどこかをクリック。「ホーム」タブの中にある「テーブルとして書式設定」をクリックし、一覧から好きなデザインを選びます。

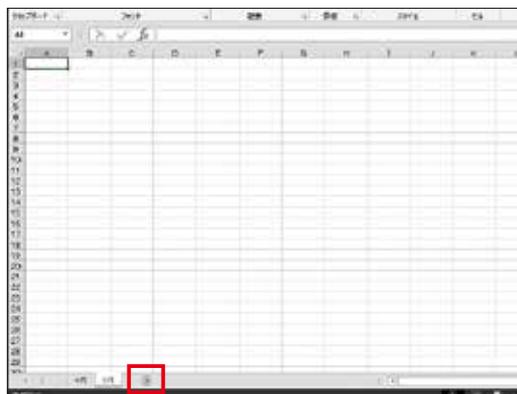


図6

月ごとに別のシートを作成することをおすすめします。画面下の「+」をクリックすると新しいシートを作成できます。

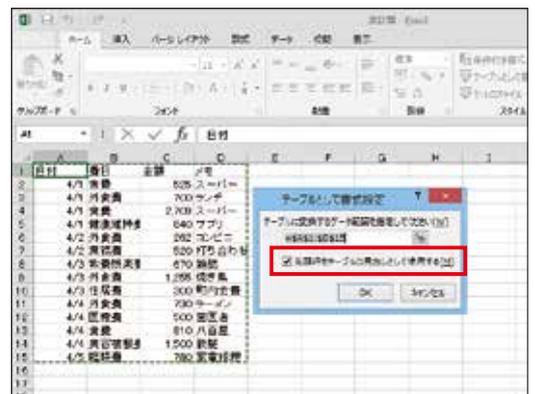


図3

データの入力範囲が点線で囲まれます。「先頭行をテーブルの見出しとして使用する」にチェックを付け、「OK」をクリックします。

データの入力と分析は テーブル機能を使うと簡単

では、実際にエクセルにデータを入力して分析する方法を見ていきましょう。入力するデータは図1のように「日付」「費目」「金額」「メモ」で十分でしょう。メモは出

費の内容が分かるような簡単なものでもかまいません。面倒であればメモの入力を省いてもかまいません。データは月ごとにシートを分けると、集計やグラフ化などの分析をしやすくなります(図6)。同じシートに続けて入力する場合は、月ごとに空行を挿入してデータを分けるようにします。

本記事では「エクセル2013」での操作方法を紹介しています。「エクセル2007」「エクセル2010」は細かい操作に違いはありますが、集計のやり方は基本的に同じです。データを入力したら「テーブルとして書式設定」をクリックします(図2~図5)。すると費目ごとの合計値を簡単

Step2 費目ごとの合計額と細目を見る

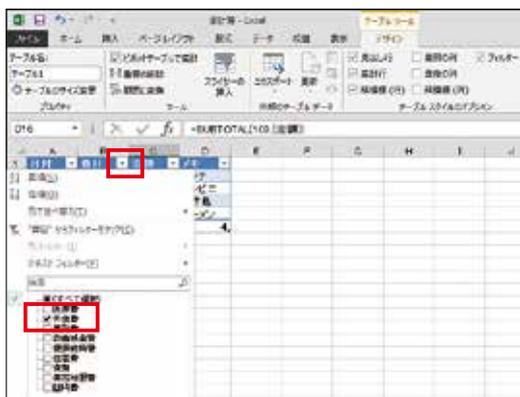


図7

見出し行の「費目」の横にある「▼」をクリック。合計を求めたい費目にだけチェックを付けます。

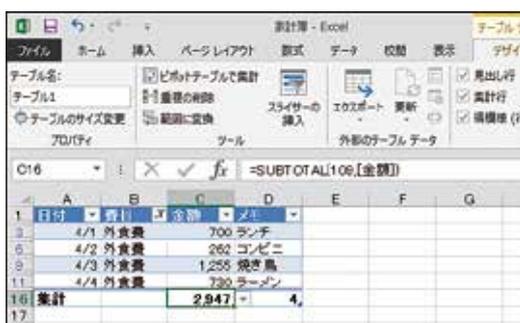


図8

データが図7で選んだ費目だけに絞り込まれ、集計行にその合計金額が表示されます。元に戻したいときは図7で「すべて選択」にチェックを付けます。

に計算することができますし(図7、図8)、費目ごとの支出額の一覧表や費目の内訳のグラフを作って分析することもできます(次ページの図9～図13)。

他にも、エクセルの関数を使えばもっと細かい分析をすることも可能になります。本記事ではその手順まで紹介する余裕がないため、エクセルの解説書などを参考にしてください。

家計簿で重要なのは、データを入力することではありません。データを分析して、その結果を基に次の月の目標を定めることです。費目ごとに予算を定めて、その枠内におさめるように生活してみます。そして、次の月も同じように入力と分析を行って、各費目が予算内におさめることができたかを検証してください。

支出を削るときは、まず固定費のムダがないかを検討しましょう。固定費とは毎月

必ず支払わなければならない費用であり、家賃や電話代、新聞代、保険料などがあります。たとえば、使っていない携帯電話のサービスを解約したり、保障内容を見直すことで保険料を節約したりします。一度見直しをすればその効果がずっと継続するの、固定費のムダを省くことからスタートするのがセオリーです。

次にその他の費目について、図13のような円グラフを参考にしながら支出の割合が大きい費目から順番にムダがないかを検討していきます。図8の方法で費目ごとの一覧を表示すれば、その費目について具体的にどんな支出をしているのかが分かります。

「長続きさせるコツ」と「気軽に組み合わせ」は「目標の設定」と「気軽に組み合わせ」

家計簿を付ける目的とは家計の現状を分析して、計画的にお金を使うことです。家

計簿が長続きしない原因の一つに、この点があいまいになっていることがあると思います。ですから、家計簿を続けていくには、何か具体的な目標を明確にしましょう。「趣味に使えるお金として毎月〇円を確保したい」「夏休みの旅行のために〇円を貯めたい」「子どもの教育資金として〇円を用意したい」というように目標を定めます。何も目標を思いつかないときでも「毎月〇万円の貯金をする」と具体的な数字を決めてください。そして、月末ごとにその目標を達成できなかったか、達成できなかったとすれば何が自分に足りなかったかを振り返ってください。目標にわずかでも近づくことができれば家計簿を付ける意欲もわいてくるというものです。

こうして入力と分析、検証というサイクルを3カ月は続けてみましょう。すると自分の支出のパターンが分かってくるはずですよ。ある程度家計簿を続けて、計画的にお金を使える自信がついたなら、家計簿を卒業してもかまいません。私の場合、エクセル家計簿で月ごとに分析をしていたのは2年ほどです。2年も家計簿を続けていると「今月はちょっと使いすぎたかな」と直感的に分かるようになります。この感覚が身につけば、後は預金通帳の残高をチェックするだけで大丈夫。思うように貯金が増えないとか、貯金が減っていくというときに家計簿を再開すればいいのです。

もう一つ、家計簿を長続きさせるコツは、「毎日欠かさずに入力しなければならぬ」

Step3 費目の一覧表やグラフを作る

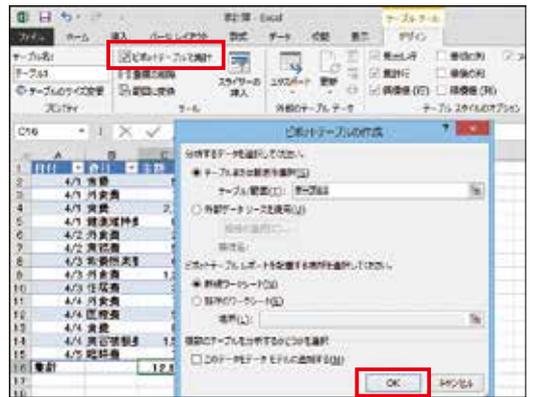


図9

入力データの中のどこかをクリック。「デザイン」タブの中にある「ピボットテーブルで集計」をクリック。ウィンドウが開いたら「OK」をクリック。

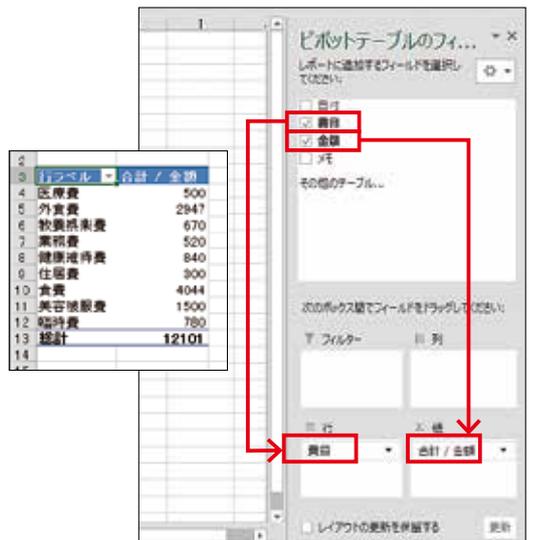


図10

「費目」を「行 (Excel2013の場合、Excel2007・2010の場合は【行ラベル】)」に、「金額」を「値」にドラッグすると、費目ごとの合計額の一覧表が作成されます。

と深刻に考えないことです。実は私自身も毎日入力していたわけではなく、何日分かをまとめて入力することもしばしばでした。リビングの箱にレシートなどをほうり込んでおき、時間があるときにまとめて入力するのがいいです。レシートが出ない出費（自動販売機で飲み物を買ったとき、ネット通販で買い物をしたときなど）は、メモ用紙に金額を記入して箱に入れておきます。要するに最終的にすべての数字をエクセルに入力できれば良いと気軽に考えます。

とはいえ、1週間以上もレシートをためこむのは問題です。レシートを見ても何の出費が分からなくなるほど放置してはいけません。データを入力するときに「この出費は本当に必要だったのか」と振り返ることができると家計簿を付ける効果の一つです。体重を毎日記録するだけでダイエット

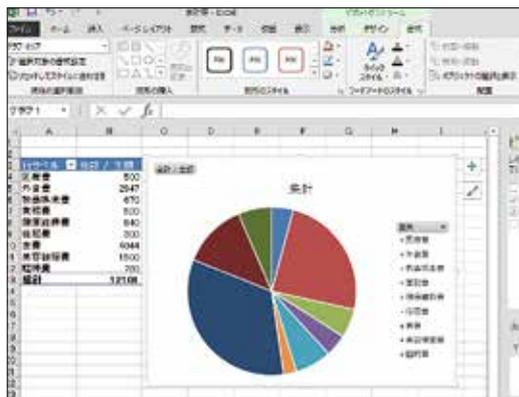


図12

費目の比率を表す円グラフが作成され、どの費目の割合が大きいかが目で見分かります。

スマホのアプリを使ってデータ入力をもっと手軽に

とができる「レコーディングダイエット」と同じように、家計簿を付けるだけでもある程度は出費を抑制する効果があるのです。ここまではエクセルで家計簿を付ける方法

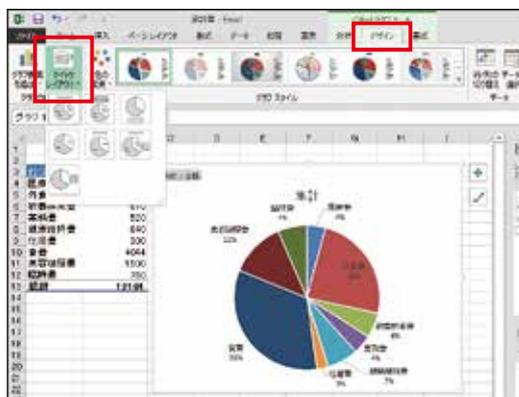


図13

「デザイン」タブをクリックすると、グラフの色や表示方法を変更することができます。



図11

「分析」タブの「ピボットグラフ」をクリック。グラフの種類で「円」を選び、「OK」をクリック。

を紹介してきましたが、データを入力するたびにパソコンのスイッチを入れるのは面倒かもしれません。そこでスマートフォンアプリを使った家計管理の方法も見てみましょう。

スマホでも考え方はエクセルと同じです。自分の目的やライフスタイルに合った費用

スマホの家計簿アプリ「Zaim」



図16

メイン画面で「入力する」を押すと、入力画面が開きます。費目を選び、続いて金額を入力します。



図14

「Zaim」はPlayストア(Android)やAppStore(iPhone)から入手します。無料で利用できますが、初回起動時に会員登録が必要です。



図17

メイン画面で「分析する」を押すと、費目ごとの支出額をグラフや一覧表で確認できます。月単位だけでなく、週単位や年単位での分析も可能です。



図15

費目の追加はZaimの設定画面を開き「カテゴリの編集」を選びます。不要な費目を非表示に設定することもできます。

を見つけること。そして、データを記録するだけでなく、費目ごとの予算を設定して目標達成度を確認すること。これを繰り返していきます。

スマホ用の家計簿アプリはたくさんありますが、費目を自由に追加変更できるものを選んでください。私は「Zaim」というアプリをおすすめしています。iPhoneとAndroidの両方に対応していますし、入力データはクラウド(Zaimのサーバー)に保存されるため、機種変更をしたときもデータを簡単に引き継げます。また、クラウドに保存されたデータはパソコンの大きな画面で見ることができません。

Zaimは無料で利用できますが、最初

に会員登録をする必要があります。データ入力をする前には、Zaimの設定画面から「カテゴリの編集」を選んで、自分に必要な費目を追加しましょう。不要な費目については非表示に設定します。

スマホを使う利点はいつでもデータを入力できることです。さらにZaimにはスマホのカメラでレシートを撮影すると自動的に費目や金額を入力してくれる機能があります。とはいえ、正しい費目や金額を入力してくれるとは限らないので、入力がすべて自動化されるわけではありません。

入力面だけでなく分析に関連した機能もZaimは充実しています。メニューから「分析する」を選ぶと費目の内訳が円グラフで

表示されますし、あらかじめ費目ごとの予算を設定しておけば棒グラフで達成度をチェックできます。慣れるまでは苦労するかもしれませんが、使い方をマスターすれば家計管理の強力なツールになりそうです。

家計簿を付けるのは面倒な作業に思われるかもしれませんが、しかし、エクセルやスマホのアプリをうまく活用すれば、データの入力も手軽にできるし、家計の現状を的確に分析することもできます。家計簿は目標を実現するために必要な手段だと考えれば、そのうち家計簿を付けるのが苦にならなくなってくると思います。この機会にぜひ目標達成に向けた一歩を踏み出してください。