

# 2016年9月 家計簿だより

京都生活協同組合  
組織運営部  
電話 075-672-6304  
FAX 075-661-4311

～6月のおたよりから～

## ☆パツとしたいけど、きつと

国からの給付金が2人分ありましたが、ちょうど炊飯器がこわれたので半分使ってしまいました。この頃日々の食品が値上がりしているように思えます。毎月の赤字を埋めるのに、きつとばらばらと残りも使ってしまいそうです。一度位はパツと外食もしたいです。(78歳)

## ☆助かりました

主人の体調が悪くなり、受診したところ、緊急手術、入院となりましたが、約2週間で退院できました。限度額適用認定を利用できましたので、最低限の出費で済みました。最近は病院でこの制度をすぐ知らせてくれるようになりましたが、昔、父が入院した時、母は全くこの制度を知らず、病院からの案内もなかったため、多額の医療費を支払ったそうです。いろいろな制度がありますが、知らせてくれるものは少なく、自分で情報を集めることが大切だと思います。(48歳)

無事退院よかったですね。高額療養費制度で高額な場合は限度額が収入に応じて設けられており、超えた場合は返金されます。限度額認定制度は支払いの段階で減額を先にしてくれるというものです。便利な制度は助かりますね。どうぞ、お大事になさってくださいね。

(家計サポーターより)

…シリーズ「孝子の家計のツボ」が今回から始まります。  
まず、第一回目は「限度額適用認定証と高額療養費制度について」です。  
3ページに掲載しています。

入院することになったが、  
医療費の支払いが心配  
だなあ、とか



月々の外来診療の医療費が  
高額になってしまいそうだが、  
どうしたらいいかなどと  
思ったことはありませんか？

## ☆金券ショップバンザイ

夏休みに出かける海外旅行の費用の残金を払いました。高額なので今まではクレジットカードで払い、少しでもポイントをゲットしようとしていました。が、今回は金券ショップで旅行券を購入して支払うことにしました。とても安くなり、びっくり！なぜ今までこの方法に気づかなかったのか…！？カードのポイントとは比べものにならないくらいお得になり、うれしかったです。浮いたお金でお土産を充分購入してもおつりがくるくらいです。(56歳)

## ☆今やランドセルのピークは夏休み？！

孫のランドセル購入の代金として5万円を娘に渡しました。今どき5万円では買えないようですけど。娘と息子の時代は2～3月頃売れ残った商品を1万円位で買ったものですが、今は夏休みが購入のピークだそうです。(65歳)



## ☆少しなのに…

少し食べたいな～、飲みたいな～というものに誘われて、買い物をするとう食費のふくらむ事。(65歳)

### ☆買い物難民？！

近所のスーパーが閉店して  
買物が大変です。(61歳)



### ☆せめてお金を有効にいかすことに

次男が赤ちゃんが生まれるのを機会に家を建てたいと言う。しかも東京。余りに高いので中古にするように説得したが、東京は地震が多いので、どうしても優良ハウスを建てたいと言う。銀行で借りると定年を過ぎてからでも返済しなければならぬので、親が貸すことにした。利息は返す度にその金額の1%とした。それでも銀行より格段に安いことになるし、こっちは高めの利息をつけてもらうことになる。そして、優良新築一戸建てには親から1200万の非課税贈与が受けられるので、1200万は贈与とした。(68歳)

### ☆退職後は大変とは聞いていましたが

退職した次の年は特に大変とは聞いていましたが、毎月、保険料、税金などの支払いがあり、年金も2カ月に1回なので、心して家計管理をしないと、覚悟はしていたものの大変です。とりあえず、支払いが必要な事は先に済ませ、通帳からの引き落とし以外、生活費として使えるお金を週2万円とし、家計用の財布に入れ管理するようにしています。その中で先月は近くの温泉が良い夫婦の日割引になり、行ってきました。外食も割引などを使い、月数回は楽しんでいます。

5回生になった娘はバイト代で大学の授業料を支払いすることができましたし、友達と旅行にも出かけています。国民年金については学生特例の延長手続きをしました。家で食事することは少ないですが、それなりに充実した日々を過ごしてくれているのはありがたいことです。(59歳)

### ☆通帳の中だけの幸せでした

4、5月は手取りが千円増えていましたが、6月から二千円減りました(泣)毎年のことですが、金額が少しでも減るのは辛いです。ボーナスを頂きました。とてもありがたいのですが、今年は右から左です。通帳の中だけの幸せでした。(57歳)

### ☆早すぎる退職

21歳の長女が専門学校を卒業して4月に美容院に就職したのに、2週間位で退社しました。今はケーキ屋さんでバイトをしています。学生ではないので、携帯代など自分で支払うように催促しているのですが、なかなか給料少ないとか言って1円も家にお金を入れません。高3の次女はバイト代の半分は貯金をして、お小遣いあげなくていい状態なのに…。遊びに行ったり、ご飯食べに行ったり、好き放題の長女。自立させるのが、親の役目と思うのですが、悩みのタネです…。(47歳)

最近は本当に早い退職の新人の話をよく聞きます。ブラック企業もありますし、一概にがんばれと言えない会社もあります。合う職業、合う会社に次は巡り合えるといいですね。  
(家計サポーターより)



### 事務局より 2017年モニター募集のお知らせ

生計費調査及び、京都生協の家計調査を2018年に終了することとなりました。2017年は最後の家計簿モニター募集となり、継続モニターの方のご登録を募ります(新規モニターの募集はありません)。詳しくは別添のご案内をお読みください。よろしくお願いたします。

「孝子の家計のツボ」、第一回目は「限度額適用認定証と高額療養費制度について」です。

## 限度額適用認定証を利用していますか？

限度額適用認定証を利用すると、窓口での支払いが自己負担限度額までとなり、  
\*高額療養費(払い戻し)の申請が不要になります。

- \* 保険医療機関(入院・外来)、保険薬局等それぞれの取扱いになります。
- \* 保険外負担分(差額ベットなど)や、入院時の食事負担額などは対象外になります。
- \* 同月に入院や外来など複数受診した場合は、\*高額療養費の申請が必要になることがあります。

◎事前に加入する健康  
保険組合などに「認定証」の  
交付を申請する

保険証・限度額適用  
認定証を病院に提示

自己負担限度額までとなり、  
窓口負担額が軽減される

## \*高額療養費制度について

同一月(1日から月末まで)にかかった医療費の自己負担額がある一定  
の限度額を超えた場合に、その超えた金額が健康保険から払い戻される  
制度です。

- \* 保険外負担分(差額ベットなど)や、入院時の食事負担額などは対象外になります。

(70歳未満)平成27年1月診療分から変更ありのため、資料添付

| 区分                 | 自己負担限度額                   | 4回目から   |
|--------------------|---------------------------|---------|
| 標準報酬月額 83万円以上の方    | 252600円+(総医療費—842000円)×1% | 140100円 |
| 標準報酬月額 53~79万円以上の方 | 252600円+(総医療費—558000円)×1% | 93000円  |
| 標準報酬月額 28~50万円以上の方 | 252600円+(総医療費—267000円)×1% | 44400円  |
| 標準報酬月額 26万円以下の方    | 57600円                    | 44400円  |
| 低所得者               | 35400円                    | 24600円  |

(70歳未以上75歳未満)変更なしのため、資料省く

\* 70歳未満の方で、医療費が高額になることが事前にわかっている場合には、  
「限度額適用認定証」を提示する方法が便利です。