

好奇心漫遊記：世の中面白い事だらけ

社会科編-8：最低限の生活費

矢澤 洋爾



必要最低限の生活費、というのは結構面白い問題だと思います。これを正確に把握すれば、人生の自由度も増すのではないのでしょうか。それは幸せへの第一歩である、とも言えます。他人の事を考えてもしようがないので、自分にとっての問題として考えて見ます。

私は“low cost beautiful life”を標榜しております。この世に生まれて、生んでくれた事を感謝する意味でも自分の時間は自分の思うように使いたい。ただし、生活するための最低減の収入は得なければいけないからある程度の時間を売り渡す事は許しましょう。ただ無駄な華美や見栄のため、自分の時間を売するような愚を避けたいというのが“low cost beautiful life”です。

食べて寝るだけの、生きているのか死んでいるのか分からないような生活は困ります。それなりに工夫をして、それなりに楽しくないといけない。質素でも美しくなければいけない。服は流行遅れでも良いが、きちんと洗濯をして綻びは繕ってないといけない。

“low cost beautiful life”を送るために一体いくらの資金があればいいのか、それを考えます。

まず「生きる」事が大前提ですから、最低減「衣食住」が確保されてないといけない。橋の下の生活やダンボールハウスはやはり美しくないので検討対象からはずします。美しいかどうか、それは①我が子に対して胸を張れるか、②死後あの世へ行って父母に説明がつくか、の2点を判断材料にします。

「衣」ですが、おそらく私はもう死ぬまで衣類を買うことはないのではないか、と思っています。下着を4, 5枚買うことになるかも知れませんが、上着類はたぶん死ぬまで困ることはない。だから「衣」にかかるコストは0と言いたいところですが、クリーニングや洗濯にお金が必要です。パンツのゴムが緩んだ時、ゴム紐を交換するという修繕も必要。この費用を正確に把握するのは難しいのですが、月1000円、としておきます。

次に「食」。今の普段の食事の内容を元に試算してみます。

朝食は6枚切りのトーストを1枚（マーガリン付き）と牛乳250ml、レタス1枚とトマト三分の一個にアラ挽きウィンナー3本（これはハムになったりベーコンになったりする）、ヨーグルト大匙3杯、が普通の朝食メニュー。これを金額に換算すると以下の通り

食パン：120円÷6＝20円

マーガリン：（198円で買ったマーガリンが家族3人で消費し42日でなくなった）

1.57円/日→2円/日とする。

牛乳：140 円 ÷ 1 リットル × 250ml = 35 円

レタス：(よく分からないが 100 円のレタスから 20 人分とれるとする) 5 円

トマト：(これも良く分からないが、1 個 50 円として) 17 円

ウィンナー：378 円 ÷ 16 × 3 = 71

ヨーグルト：158 円 ÷ 500g × 70g = 22 円

合計：172 円

昼食は余り物をかき集めるか、あり合せの野菜を集めて、適当に肉をちりばめ、卵でとじてどんぶりをこしらえる。これを金額に換算すると

米：(10kg4000 円の米を 1 食 0.7 合食べるとする。1 合=約 150g だから) = 42 円

卵：10 個パック 200 円 ÷ 10 = 20 円

野菜：(よく分からないが人参 1/3 本、玉ねぎ 1/3 個、ピーマン 1/2 個程度とする)

10 円 × 3 = 30 円

肉：(よく分からないが 100g=150 円のを 50g 食べるものとする) = 75 円

合計：167 円

夕食は少し遅めにスーパーへ行って、売れ残りの弁当を半額で買う。これは美しいかどうかかなり際どい。しかし弁当が売れ残れば廃棄物として処理されるのに対して、それを有効活用することはおそらく天国の両親も許してくれるはず。ということで、"low cost beautiful life"に反しないこととし、これにお銚子一本、一合いやちょっと贅沢して二合をつけましょう。

弁当：250 円

酒：1000 円 ÷ 2 リットル × 180ml × 2 = 180 円

合計：430 円

以上をまとめると

朝食：172 円 + 昼食：167 円 + 夕食：430 円 = 合計：769 円

これを 30 日繰り返すと 23,070 円。でも時々々は外食もしたいし、酔い潰れたい事もあるので、これの 3 割り増し 29,991 円、切り上げて 30,000 円を必要最低限の食費としましょう。

最後に「住」。幸いなことに持ち家のローンの支払いが終わったので、定期的に出る出費としては固定資産税のみです。これが年間 90,800 円。月割りにすると 7,566 円。今住んでいる団地の自治会費や下水処理のための管理費、さらに CATV 設備使用料を引かれてこれが月当たりになると 4,500 円。家の修繕維持費も考慮しておきましょう。おそらく残りの人生で後一回程度だろうと思いますが、外壁の塗装など修繕が必要で、前回 60 万円かかったので、15 年に一回としてそれを月割りに直して 3,300 円。

光熱費も「住」の費用に入れておきます。去年の我が家の実績は以下の通りです。

ガス：7,627 円/月

水道：3,320 円/月

電気：5,228 円/月

以上「住」にかかる費用をまとめますと

固定資産税：7,566 円

自治会費等：4,500 円

修繕維持費：3,300 円

光熱費：8,088 円（元の数値は 3 人家族用なので、一人になった場合その 1/2 と想定します。）

合計：23,454 円

以上、最低限の生活にかかる費用は「衣食住」を満足するという条件で

「衣=1,000 円」+「食=30,000 円」+「住=23,454 円」=54,454 円

という結果になりました。数字を丸めて 55,000 円というのが一つのボーダーラインでしょうか。

この生活はマズローの言う欲求五段階のうち、下の二つ「生理的欲求」「安全性の欲求」を満たすに過ぎません。彼はさらに「所属と愛の欲求」「承認欲求」「自己実現の欲求」が満たされなければならないと言いました。“low cost beautiful life”を送るためには上記以上にある程度の費用が必要です。

「所属と愛の欲求」を満たすために“low cost beautiful life”が認める費用は第一に電話代でしょう。電話のない生活は淋しい。勿論、なくていいと言われる方はこの項目は除外していただいて結構です。

固定電話費用（インターネット代金含む）：7,000 円

携帯電話料金：4,000 円

合計：11,000 円

交通費も「所属と愛の欲求」を満たすためのものかも知れません。時々友達と会うために電車に乗る、それが月いくら必要か、大変難しいのですが、おおよそ 10,000 円としておきます。

自治体内でのテニスクラブの会費もここに含めます。年間 6,000 円なので 500 円/月。

以上「所属と愛の欲求」を満たすために必要な費用が 21,500 円

「承認欲求」を満たすために必要な費用というのは良く分からない。元々私が個人主義で、あまり他人の風評を気にしない性質だからでしょうか？他人から承認されるための活動とえば仕事ということになるでしょうが、これは費用も発生するかも知れないけどそれに相応した収入も期待されるわけで、今回はこの費用は考えないことにします。

最後が「自己実現の欲求」のための費用。自己実現というと何か大袈裟ですが、要するに娯楽のための費用、と思えばいいでしょう。一番初めに思うのが、NHKの受信料です。やっぱりテレビは見たいなあ。受信料を払わないという人もいるけど、やはりそれは美しくない。ということで今我が家は衛星放送の受信料年間27,480円を払っています。月2,290円。新聞もやはりここかな。4,000円/月。そして一番大きな出費は車に対するものです。車は要らないよ、という人はここで試算終了。僕も本質的には要らないと思っていますが、まあ今持っているのでその経費が、

保険料：年間24,000円→2000円/月

ガソリン代：(年間5000km走るとして、燃費=10km/リットル、ガソリン単価150円/リットルと仮定して)6,250円/月

(自動車購入費は今の車がダメになったら新しく買うことはしない前提で0円)

合計：8,250円/月

以上マズローの五つの欲求を満たしつつ、最低限の生活を営むために必要なお金は84,750円/月と試算されました。

ここにはトイレトペーパーのお金も入っていないし、歯磨き粉や石鹸やシャンプーを買うお金も入っていないし、パソコンを買い換えるお金も入っていない、こうしたもろもろを10,000円/月としましょう。

それらを加えて94,750円/月、113万7000円/年です。

夫婦で年間227万4000円、これが“low cost beautiful life”の費用であると考えます。

さらにもし時々夫婦で旅行したい、たまには近くの温泉でのんびりしたい、と考えれば年間300万円で生活したい場合、旅行に当てる費用は70万円/年程度に抑える必要がある、という事なのでしょう。それでも一人20万円程度の海外旅行を1回、一人5万円程度の国内旅行を3回楽しむ事が出来ます。

P. S.

実際には上記の費用の上に、租税公課が押し掛かります。

所得税、住民税は所得が少なればかなり小さくなりますが、健康保険料、国民年金は無視できない。これらはそれぞれの立場によって異なりますから個別に試算し計上してください。