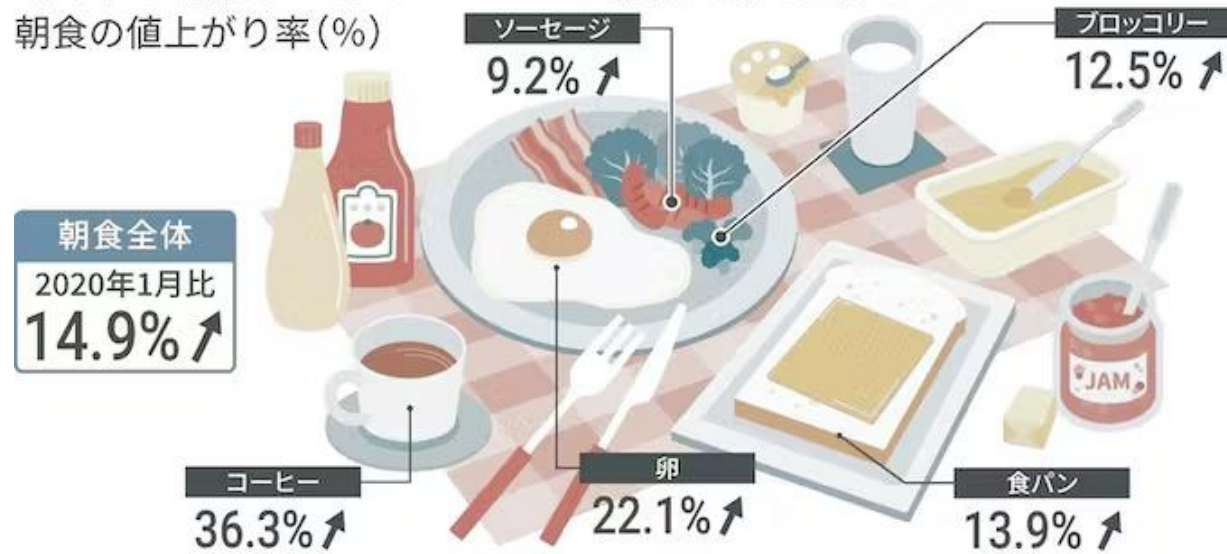




日本の“朝食”は3年で15%高くなった

毎日の朝食にもインフレの波が押し寄せた

朝食の値上がり率(%)



消費者物価指数(CPI)やスーパー店頭価格をもとに日経が試算した。2023年2月時点

日本経済新聞
電子版より

・・・と、このような記事が、先日の日本経済新聞に載りました。インフレ、インフレと騒がれておりますが、一体何のことやら、経済の話は難しくてなかなか理解できないものですが、朝ごはんの話ならワカリマス。

以下に、件の記事(抜粋)をご紹介します。

『モノやサービスの値段が上がるインフレが日々の生活に影響を及ぼしている。例えば日本の平均的な家庭の食卓で、朝食の値段は1食あたり402円と3年前の350円から約15%値上がりした。あなたの家計はどのくらい影響を受けているのか。月々の支出をもとに確認してみよう。

食費や光熱費の値上がりは大きい。総務省の消費者物価指数や店頭価格をもとにパンやベーコン、卵といった

代表的な食材15品目から朝食の値段を計算したところ、1食あたりの価格は新型コロナウイルス流行前の2020年1月に比べて約15%上昇し、生活費を押し上げる要因となっている。

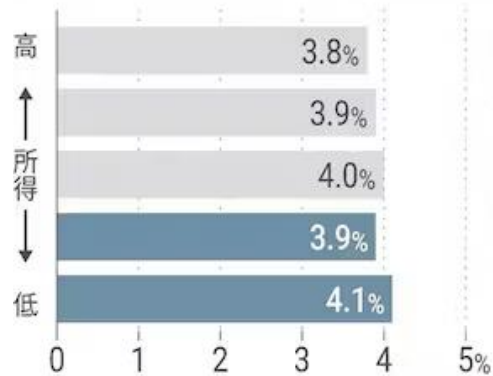
注意が必要なのは、物価高の影響度合いは生活スタイルなどによっても大きく変わる点だ。例えば「輸入食材は世界的なインフレの影響を受けやすい」といい、パンやコーヒー豆の値段は1~4割上昇した一方、米や梅干しといった国産の定番食材はほぼ変わらず。洋食派よりも和食派のほうがインフレに強い。家計のインフレ耐性を高めるには、やみくもに節約するよりも、こうした特徴を押しさえながら、メリハリをつけて支出を見直すほうが効果的だ。まずは自分の普段の暮らしがどれくらいインフレの影響を受けているかを把握することが欠かせない。家賃や通信費などの固定費を抑えて支出そのもの

を減らす手もある。ただ、インフレ抑制という点では価格が変わりやすい日々の支出を見直すのも大切。外食を月1万円減らせば、家計のインフレ率は0.1ポイント下がる。

2020年1月と比べた家計のインフレ率をみると、20代以下は3.3%なのに対し、60代以上のシニア世帯は4.5%以上。シニア世帯は、家計の支出に占める生活必需品の割合が大きい。娯楽などの選択的な支出と呼ばれる品目よりも、食品などの必需品のほうが大きく値上がりしている為、貯金を少しずつ使って生活するシニアや日々のやりくりで苦勞する世帯の家計を圧迫している。

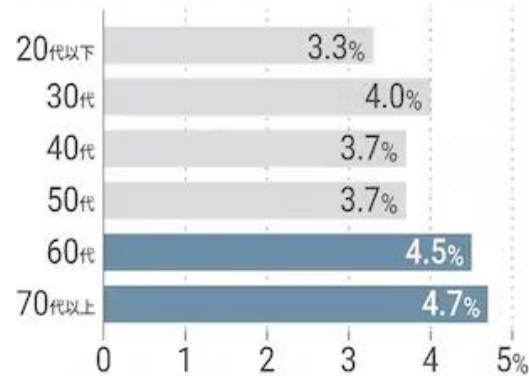
必需品への支出が多い 低所得層は影響が目立つ

所得水準別の物価上昇率(2020年1月との比較)



シニア世代は若者よりも 影響が大きい

世代別の物価上昇率(2020年1月との比較)



上昇率は2023年2月時点。総務省の家計調査で所得水準(5グループ)や世代別の各項目の消費額を調べ、「あなたのインフレ率は？」と同じ計算式で試算した。詳細は日経電子版(右側のQRコードを読み取るとコンテンツをお読みいただけます)

しかし、やみくもに財布のひもを固くするだけでは、節約疲れに陥りかねない。コロナで手控えていた買い物や旅行に出かけるのを心待ちにしていた人もいるだろう。まずは家計のどこがインフレの影響を受けているのかを知ることで物価高をうまく乗り切るポイントを探しながら、

ポストコロナの日常を楽しみたい。』
(日本経済新聞電子版 2023年4月10日より抜粋)

以前と変わらない暮らしをしているのに、なぜか支出が増えている。それがインフレ。これが激しくなれば、これまでと同じ収入では、同じ暮らしを維持できなくなるのです。記事では、そこそこに生活を楽しみながら上手く節約して乗り切ろうと呼び掛けておりますが、同時に、少し収入を増やす手立ても考えたいところです。日本経済新聞と英フィナンシャル・タイムズ(FT)が共同で、家計ごとのインフレ率を試算するツールを作成して、日経電子版のサイトで公開しています。光熱費や食費など、家計の支出を項目ごとに入力すると、“あなたのインフレ率”を自動計算してくれます。まずは現状把握をするのに、試してみると良いかもしれません。

支出額を入力して家計のインフレ率を確認

都心部の2人暮らしの世帯のイメージ



図表はいずれも日経新聞電子版より転載

ご意見・ご質問等ありましたら、
担当者までお問い合わせ下さい。

イーパートナーズ株式会社

0120-980-450 (受付時間 8:00~17:00)
TEL: 03-6450-1466 FAX: 03-5408-7575
〒105-0012 東京都港区芝大門2丁目12-6 芝ハタビル4F