

最賃生活家計簿

(ダイアリー)

5月23日(月)

登録名

収入の部

124752円 (カップルコース=249504円) ...678x8時間x23労働日

支出の部

| 取扱い | 費目 | 具体例 | 計上方法 | 金額 | 品名 | 記入 | |
|--------|---------------------|------------------|----------------------|----------------------|----|------|------|
| 実費計上費目 | 交際費 | 接待費・交際費・手紙宅配代 | 実費で計上。 | | | 毎日計算 | |
| | | 慶弔費 | 冠婚葬祭に関わる費用 | 人付き合いは大切にしましょう。 | | | |
| | 教養娯楽費 | 贈答品 | プレゼント・お歳暮・お祝い | | | | |
| | | 教養 | 講演会・英会話などの会費 | 定期的に通っている場合は10000円上限 | | | |
| | | 書籍等 | 書籍購入・レンタルビデオ・DVDなど | 文具・教科書・参考書も含む | | | |
| | 被服費 | 娯楽費 | 旅行・レジャー・カルチャー・映画鑑賞 | ギャンブル・玩具・趣味娯楽用品も含む | | | |
| | | 衣類等 | 衣類・履き物・寝具 | | | | |
| | 日用品 | クリーニング | コインランドリー・クリーニング・車の修理 | | | | |
| | | 生活雑貨 | ティッシュ等日常の様々な生活用品 | 期間中に買い換えた場合のみ計上 | | | |
| | 購入費 | 大家家財 | 家具や家電など | しばらくガマンしましょう | | | |
| | | 衛生費 | 理美容・エステも含む。 | | | | |
| | 移動費 | 医療費 | 薬・医療費・通院費・医療器具 | 健康食品、マッサージも含む | | | |
| | | 公共交通 | バス・電車等、スリット関西 | 通勤や出張以外で利用する場合のみ | | | |
| | 食費 | タクシー | | 同上 | | | |
| | | マイカー | 駐車場代・高速代・ガソリン代 | 同上 | | | |
| | | 主食 | 以下大まかな分類で記載。 | 食材を消費した時点で記入 | | | 購入食材 |
| | | 肉類 | | 同上 | | | |
| | | 魚介類 | | 同上 | | | |
| | | 野菜類 | | 同上 | | | |
| | | 果物類 | | 同上 | | | |
| 乳製品 | | | 同上 | | | | |
| 菓子等 | | 菓子・缶ジュース・コーヒー等 | 同上 | | | | |
| 酒類 | | | 同上 | | | | |
| タバコ | | | 同上 | | | | |
| その他 | | 調味料・その他の食材 | 同上 | | | | |
| 外食 | | 喫茶店・給食・出前も含む。 | 同上 | | | | |
| 家族食 | | 同居家族に作ってもらった食事 | 毎月親に払う額を住居費で計上 | | | | |
| 出張中 | | 出張先で供された豪華な食事や酒類 | 一食1000円を上限。二次会は実費 | | | | |
| その他 | 罰金、紛失金、上記に当てはまらない雑費 | 不測の出費も基本的に実費計上。 | | | | | |
| 換算費目 | 援助物品 | 実家からの仕送り、もらいもの | おおよその金額で換算 | | | | |
| | ごちそう | おごり、実家帰省時の食事 | おおよその金額で換算 | | | | |
| | 買い置き品 | 体験前に買い置きしていた品 | 消費した時点でおおよその金額に換算。 | | | | |
| | 不明分 | 計上方法不明、金額不明、計算不可 | おおよその金額で換算 | | | | |

前日までの残金： _____ 円 - 本日の支出： 円 =  残金： _____ 円

明日からは一日あたり _____ 円で生活します！

| | | | |
|---------|----|----|----|
| 本日の食事内容 | | | |
| 朝食 | 昼食 | 夕食 | 間食 |
| | | | |

本日の感想や特徴的な出来事

スタートからの体重の増減

_____ kg