

図1 MISの調査段階

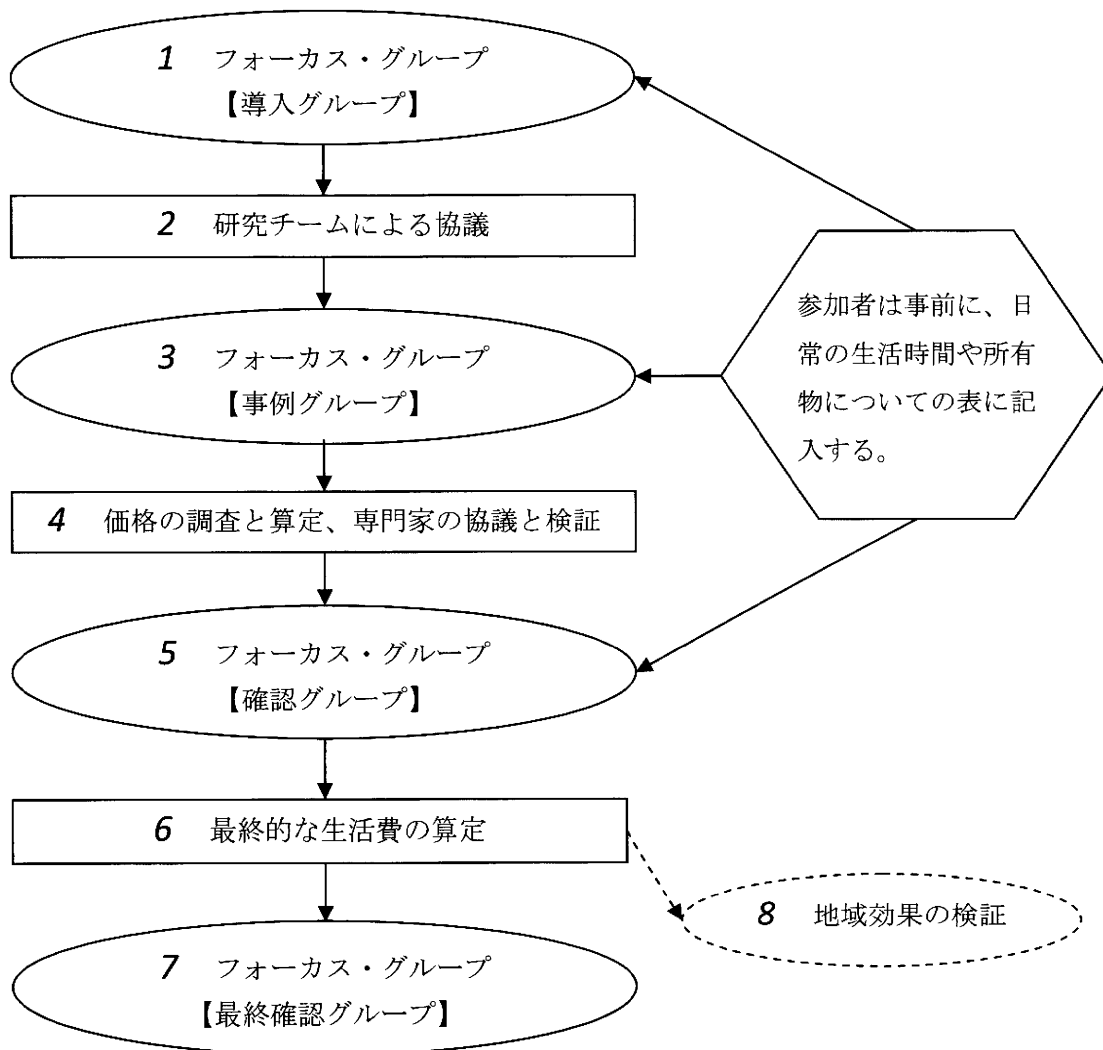


表1 フォークラス・グループの参加者属性と実施時間等

|                 | 導入グループ    | 事例グループ  | 確認グループ  | 最終確認グループ  |
|-----------------|-----------|---|---|---|
| 対象者             | 20～59歳の男女 | 【単身男性】20～59歳<br>【単身女性】20～59歳  | 【単身男性】25～39歳、<br>学生不可<br>【単身女性】25～39歳、<br>学生不可  | 【単身男性】25～39歳、<br>学生不可<br>【単身女性】25～39歳、<br>学生不可  |
| 対象者の居住地         | 指定なし      | 【子ども】18歳未満の子ど<br>もをもつ親<br>三鷹市。三鷹市から十分な<br>数の対象者を確保するのが<br>難しい場合、近隣の自治体<br>在住者を含めてもよい。 | 【子ども】18歳未満の子ど<br>もをもつ親<br>三鷹市近郊が望ましいが、<br>年齢条件を狭めることで対<br>象者を確保するのが難しく<br>なる場合、対象を広げても<br>よい。 | 【子ども】18歳未満の子ど<br>もをもつ親<br>三鷹市近郊が望ましいが、<br>年齢条件を狭めることで対<br>象者を確保するのが難しく<br>なる場合、対象を広げても<br>よい。 |
| 人数              | 7人        | 各属性7人(計21人)   | 各属性7人(計21人)   | 各属性7人(計21人)   |
| 実施回数            | 1回        | 各属性1回<br>(計3回)  | 各属性1回<br>(計3回)  | 各属性1回<br>(計3回)  |
| 所要時間<br>(1回あたり) | 1時間       | 5時間   | 3時間   | 2時間   |

※単身の定義：一人暮らしであること。未婚者・離死別者が一人暮らしの場合を含むが、単身赴任者が一人暮らしの場合は除く。

表2 フォークラス・グループの実施状況

|     | 導入グループ  | 事例グループ  | 確認グループ  | 最終確認グループ  |
|-----|---|---|---|---|
| 日時  | 2010年10月14日(木)  | 【单身男性】<br>2010年11月13日(土)  | 【单身男性】<br>2011年2月18日(金)   | 【单身男性】<br>2011年4月5日(火)  |
| 会場  | 13:30-14:30<br>三鷹産業プラザ  | 10:00-15:30<br>三鷹市市民協働センター  | 13:00-16:00<br>武蔵野スイングホール   | 14:00-16:00<br>武蔵野スイングホール   |
|     |   | 【单身女性】<br>2010年10月30日(土)  | 【单身女性】<br>2011年2月10日(木)   | 【单身女性】<br>2011年4月13日(水)   |
|     |   | 10:00-15:30<br>武蔵野商工会議所   | 13:00-16:00<br>武蔵野スイングホール   | 14:00-16:00<br>三鷹産業プラザ  |
|     |   | 【子ども】<br>2010年11月3日(祝)  | 【子ども】<br>2011年2月17日(木)  | 【子ども】<br>2011年4月15日(金)  |
|     |   | 10:00-15:00<br>三鷹市市民協働センター  | 13:00-16:00<br>武蔵野スイングホール   | 14:00-16:00<br>武蔵野スイングホール   |
| 掲示物 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ MIS 調査の概要</li> <li>・ 定義の参考例</li> <li>・ 間取り(4パターン)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ MIS 調査の概要</li> <li>・ 「基礎的生活」の定義</li> <li>・ 住居の間取り(单身男女)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ MIS 調査の概要</li> <li>・ 「基礎的生活」の定義</li> <li>・ 住居の間取り(单身男女)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ MIS 調査の概要</li> <li>・ 「基礎的生活」の定義</li> <li>・ 住居の間取り(单身男女)</li> </ul> |
| 配布物 | なし  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 「基礎的生活」の定義</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 「基礎的生活」の定義</li> <li>・ 価格付き品目リスト</li> <li>・ 献立表</li> </ul>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 「基礎的生活」の定義</li> <li>・ 価格付き品目リスト</li> <li>・ 献立表</li> </ul>          |
| 機材等 | 大判の台紙付きパッド  | 大判の台紙付きパッド  | プロジェクトター  | プロジェクトター  |

表3 食費の算定手続き

| 作業項目   | 作業者            |
|--|----------------|
| 1 1週間分の献立を話し合う。  | 事例グループ参加者      |
| 2 事例グループで話し合われた献立や食生活パターンに基づき、1か月分の献立を決定する。  | 研究チーム          |
| ※ 当初は1か月分の献立について、次の3～5の作業を栄養専門家に依頼する予定だった。しかし、予想以上に時間を要する作業だったため1週間分で3～5の作業を終了し、1か月の食費＝1週間の食費×4+2日の食費として算定することにした。   |                |
| 3 献立を食品・重量に分解し、献立1日分毎に栄養素を算出する（栄養価計算ソフト、ヘルシーメーカープログラムを使用）。   | 栄養専門家          |
| 4 上記で算出された栄養素を、食事摂取基準2010年版ならびに国民健康・栄養調査結果と比較し評価する。（①エネルギー、②たんぱく質、③推定平均必要量の示される栄養素（カルシウム、鉄など）、④その他の栄養素、という優先順位で評価する） | 栄養専門家          |
| 5 献立修正アドバイスを作成する。  | 栄養専門家          |
| 6 修正アドバイスをもとに、献立を修正する。   | 研究チーム          |
| 7 食品の買い物リストを作成し、食品の価格を店舗で直接調べる。外食やテイクアウト食品の価格も調べる。   | 研究チーム          |
| 8 食品使用量（e.g. グラム、個）と食品単価（e.g. 1グラムあたり、1個あたり）を合わせて、1週間分の食費を算定する。そこから上記の方法で1か月分の食費を算定する。                               | 研究チーム          |
| 9 栄養専門家の提案により修正された1週間分の献立と、研究チームにより算定された1か月あたりの食費の妥当性について話し合う。   | 確認・最終確認グループ参加者 |
| 10 確認・最終確認グループでの話し合いを反映させて、献立と食費を修正する。栄養専門家の提案に参加者が賛同しない場合には参加者の合意内容を優先し、1か月あたりの食費を算定する。                             | 研究チーム          |



### III. 結果

#### 1. 「最低生活水準」の定義

最低生活水準の具体的内容を検討するため、まず、「誰にでも最低必要な基礎的な生活」とは何かについてグループディスカッションを行った（導入グループ）。日本国憲法第 25 条「すべて国民は健康で文化的な最低限度の営む権利を有する」と児童の権利条約第 27 条「児童の身体的、精神的、道徳的、および社会的な発達のための相当な生活水準についての全ての児童の権利を認める」を提示し、これらを起点に話し合いを開始した。

三鷹市あたりに居住するすべての人にとって、最低限必要な要件、事項についての話し合い内容を踏まえ、研究チームでは、「誰にでも最低必要な基礎的生活」を下記のように定義した。

「現代の日本における誰にでも最低必要な基礎的生活は、衛生的、健康的であり、安心かつ安定して暮らせる生活を指す。そこには、衣食住のほか、必要な情報、人間関係、娯楽、適切な働き方、教育、将来への見通しなどを手に入れられる環境が整っていることが必要である。」

単に衣食住がみたされるだけでなく、働く、学ぶ、遊ぶ、交流するなどの活動が可能であり、さらに現在だけでなく、将来のことを考えながら今を生きることが含まれている。

また、「誰にでも最低必要な基礎的な生活」の話し合いを踏まえた住居の条件として、最低 6 畳程度の居住スペースがあり、このほか収納スペース、冷蔵庫が置ける程度の台所スペース、風呂とトイレ（別々）、洗濯物や布団を干せる程度のベランダのある住居（ワンルーム）が必要と合意された。

#### 2. 最終品目リスト

##### 1) 単身男女の「最低必要な基礎的生活」費用

事例グループ、確認グループ、最終確認グループでは、上記の定義、住居の条件を踏まえながら、単身の男女それぞれに、三鷹市あたりに居住する健康な 32 歳の人にとって必要なものやサービスを列挙し、1 つ 1 つの必要個数、価格、耐用年数の確定のための話し合いを行った。設定した 32 歳の就労状況は設定しておらず、就業している、していない、そのどちらもあり得るという設定である。

3 つのグループの話し合いを経て、単身男女それぞれに確定した「最低必要な基礎的な生活」費用の月額、単身男性 193,810 円、単身女性 183,235 円である。その内訳は図表Ⅲ－1 に示すとおりである。男性の交通通信費は 6,659 円と女性の 12,045 円の約半分程度である。就業を前提とした設定ではないものの、男性の交通費の話し合いでは、定期の所有が前提とされ、それ以外にかかる交通費として 2,000 円が必要とされた。女性の場合には、定期の有無によらず、三鷹から新宿までの往復を 1 ヶ月に 20 日行う程度の交通費が必要との話し合いの結果 8,400 円と決められた。男性の場合も同様の考え方で交通費を設定していれば（女性と同じ 8,400 円とする）、生活費合計金額は 200,010 円となる。

消費構造をみると、男女ともに住居費が約 40%と大きな割合を占めている。なお、住居費は通常月々支払う家賃、管理費だけでなく民間賃貸物件を借りる際に必要となることの多い敷金、礼金、火災保険料分を月額換算し上乗せした金額である。男女とも、住居費に次いで、食料費の割合が高く、男性では 23.9%（交通費を女性並みに加算した場合の割合は 23.1%）、女性では 20.8%を占める。外食については、男性は平日に昼週 2 回、夜週 1 回と休日ランチ月 2 回、女性は平日に喫茶週 1 回、夜週 1 回と休日昼月 2 回の設定となった。男性の方が外食回数が多く、外食費の金額、支出全体に占める割合が高い。男性は女性に比べ、食料全体的に

摂取量が多いことに加え、外食費が多いことが、相対的な食料費額、割合の高さにつながっている。この他、男性では教養娯楽費、その他の消費支出割合がそれぞれ 10%をこえている。その他の消費支出中の交際費割合が高い。就労していることを前提にしていなが、仕事などでのつきあいでの会食費用が含まれていることが、交際費割合の高さにつながっている。女性の場合には、食、住以外では、その他の消費支出、被服費、教養娯楽費割合が比較的高い。交通通信費は、男性では 3.4%、女性では 6.6%であるが、先述の理由による。男性分の交通費を女性並みに設定し、消費支出に占める交通通信費割合を算出すると男女の値はほぼ同値である。水光熱費は男女とともに 4%台、家具・家事用品費は 2%台、保健医療費は 1%以下である。

図表Ⅲ-1 単身男女の最低生活費月額

|            | 三鷹MIS   |         |        |       |       | 全国消費実態調査 |         | 家計調査     | 三鷹MIS |     | 三鷹MIS |     |
|------------|---------|---------|--------|-------|-------|----------|---------|----------|-------|-----|-------|-----|
|            | 実額      |         | 構成比(%) |       |       | 2009年    |         | 2008~10年 | 三鷹MIS |     | 三鷹MIS |     |
|            | 男性      | 女性      | 男性     | 女性    | 男性    | 勤労者世帯    | 勤労者世帯   | 全国消費実態調査 | 女性    | 男性  | 女性    |     |
| 消費支出合計     | 193,810 | 183,235 | 100.0  | 100.0 | 100.0 | 215,094  | 209,628 | 198,543  | 90    | 87  | 98    | 92  |
| 食料         | 46,224  | 38,164  | 23.9   | 20.8  | 23.1  | 54,814   | 36,373  | 46,009   | 84    | 105 | 100   | 83  |
| 外食         | 12,767  | 9,080   | 6.6    | 5.0   | 6.4   | 30,369   | 12,843  | 21,126   | 42    | 71  | 60    | 43  |
| 住居         | 75,750  | 74,042  | 39.1   | 40.4  | 37.8  | 41,189   | 62,599  | 29,532   | 184   | 118 | 256   | 251 |
| 光熱・水道      | 8,500   | 8,600   | 4.4    | 4.7   | 4.2   | 7,482    | 8,148   | 8,717    | 114   | 106 | 98    | 99  |
| 電気代        | 3,500   | 3,000   | 1.8    | 1.6   | 1.7   | 3,524    | 3,292   | 4,045    | 99    | 91  | 87    | 74  |
| ガス代        | 3,600   | 3,900   | 1.9    | 2.1   | 1.8   | 2,145    | 2,646   | 2,841    | 168   | 147 | 127   | 137 |
| 他の光熱       |         |         |        |       |       | 94       | 140     | 254      |       |     |       |     |
| 上下水道料      | 1,400   | 1,700   | 0.7    | 0.9   | 0.7   | 1,720    | 2,069   | 1,576    | 81    | 82  | 89    | 108 |
| 家具・家事用品    | 4,710   | 4,107   | 2.4    | 2.2   | 2.4   | 3,971    | 5,151   | 4,388    | 119   | 80  | 107   | 94  |
| 家庭用耐久財     | 1,554   | 1,450   | 0.8    | 0.8   | 0.8   | 1,263    | 2,132   | 886      | 123   | 68  | 175   | 164 |
| 室内装備・装飾品   | 176     | 184     | 0.1    | 0.1   | 0.1   | 425      | 465     | 332      | 41    | 40  | 53    | 55  |
| 寝具類        | 574     | 634     | 0.3    | 0.3   | 0.3   | 232      | 295     | 490      | 247   | 215 | 117   | 129 |
| 家事雑貨       | 1,076   | 1,181   | 0.6    | 0.6   | 0.5   | 1,096    | 1,211   | 699      | 98    | 98  | 154   | 169 |
| 家事用消耗品     | 1,330   | 652     | 0.7    | 0.4   | 0.7   | 743      | 904     | 550      | 179   | 72  | 242   | 118 |
| 家事サービス     |         |         |        |       |       | 212      | 143     | 97       |       |     |       |     |
| 被服及び履物     | 7,194   | 14,318  | 3.7    | 7.8   | 3.6   | 11,223   | 14,312  | 11,530   | 64    | 100 | 62    | 124 |
| 和服         |         |         |        |       |       |          |         | 209      |       |     |       |     |
| 洋服         | 2,488   | 9,913   | 1.3    | 5.4   | 1.2   | 7,232    | 9,423   | 5,837    | 34    | 105 | 43    | 170 |
| 下着類        | 546     | 1,088   | 0.3    | 0.6   | 0.3   | 370      | 867     | 399      | 148   | 125 | 137   | 273 |
| 生地・糸類      |         |         |        |       |       | 0        | 83      | 24       |       |     |       |     |
| 他の被服       | 751     | 873     | 0.4    | 0.5   | 0.4   | 1,014    | 1,046   | 558      | 74    | 83  | 135   | 156 |
| 履物類        | 1,634   | 1,918   | 0.8    | 1.0   | 0.8   | 1,848    | 2,399   | 972      | 88    | 80  | 168   | 197 |
| 被服関連サービス   | 1,775   | 525     | 0.9    | 0.3   | 0.9   | 760      | 494     | 611      | 234   | 106 | 290   | 86  |
| 保健医療       | 478     | 1,206   | 0.2    | 0.7   | 0.2   | 4,514    | 8,207   | 5,366    | 11    | 15  | 9     | 22  |
| 交通・通信      | 6,659   | 12,045  | 3.4    | 6.6   | 6.5   | 27,711   | 19,271  | 30,578   | 24    | 63  | 22    | 39  |
| 交通         | 2,000   | 8,400   | 1.0    | 4.6   | 1.0   | 11,477   | 8,427   | 8,125    | 17    | 100 | 25    | 103 |
| 自動車等関係費    | 242     | 219     | 0.1    | 0.1   | 0.1   | 8,454    | 3,523   | 10,498   | 3     | 6   | 2     | 2   |
| 通信         | 4,417   | 3,417   | 2.3    | 1.9   | 2.2   | 7,780    | 7,321   | 7,527    | 57    | 47  | 59    | 45  |
| 教育         |         |         |        |       |       | 608      | 1,006   | 33       |       |     |       |     |
| 教養娯楽       | 22,746  | 13,088  | 11.7   | 7.1   | 11.4  | 32,945   | 23,144  | 26,981   | 69    | 57  | 84    | 49  |
| その他の消費支出   | 21,549  | 17,665  | 11.1   | 9.6   | 10.8  | 30,636   | 31,418  | 35,409   | 70    | 56  | 61    | 50  |
| 諸雑費        | 5,536   | 9,446   | 2.9    | 5.2   | 2.8   | 8,761    | 16,815  | 14,316   | 63    | 56  | 39    | 66  |
| こづかい(使途不明) |         |         |        |       |       | 493      | 207     | 143      |       |     |       |     |
| 交際費        | 16,013  | 8,333   | 8.3    | 4.5   | 8.0   | 13,289   | 13,873  | 17,860   | 120   | 60  | 90    | 47  |
| 仕送り金       |         |         |        |       |       | 8,093    | 523     | 3,091    |       |     |       |     |
| 消費支出一住居    | 118,060 | 109,193 | 60.9   | 59.6  | 59.0  | 173,905  | 147,029 | 169,010  | 68    | 74  | 70    | 65  |

注) 家計調査2008~2010年の値は2008、2009、2010年の値の世帯数重み付け平均値

三鷹MISの支出額は、小数点以下の端数処理のため、内訳分を足し上げた金額と合計額が一致しない場合がある。

本調査の結果を、一般の単身者の平均値と比較し、本調査結果の位置づけを行う。比較対象として、総務省「全国消費実態調査」2009年調査の単身世帯・勤労者・大都市圏(関東)の性別データと同「家計調査」の単身世帯・勤労者・大都市の2008年、2009年、2010年の3カ年の平均値データを取り上げる。全国消費実態調査は、調査対象世帯は多いものの10、11月の2ヶ月間の調査であり、年間通じた消費実態を捉えること

はできない。一方、家計調査は年間通してデータが集められているが、本調査と比較可能なように属性を限定すると調査対象世帯数が100世帯程度と少ないため、3カ年の平均（集計世帯数を用いての重み付き平均）値を用いた。本調査では、就業状況は設定しないが、集計データを用いての年齢限定の手段として勤労者データを用いた。

消費支出全体では、全国消費実態調査データに対する本調査結果の値（以下、対全消）は男性90%、女性87%、家計調査データに対する本調査結果の値（対家計調査）は男性98%、女性92%と、対家計調査の男性を除き本調査の金額が1割程度低い。賃貸居住を前提としている本調査では、上述のように支出の中で住居費用が大きな割合を占めている。住居費を除く支出合計で比較すると、対全消では男性68%、女性74%、対家計調査では男性70%、女性65%と、本調査の金額が3割程度低い。食費について、外食以外の金額では本調査の方が約20から40%程度高いが、本調査では外食の金額が抑えられており、食費全体では、対全消の女性を除き本調査の方が低い。

水光熱費は、対全消では本調査の方が高く、家計調査とは同程度である。全消は冷暖房の必要性が比較的低い時期の調査であり、年間通じての水光熱費を考慮した本調査の方が高くなったと考えられる。水光熱費は、一般の単身世帯の場合にも必要に応じて使用することが通常であり、電気冷蔵庫、電気洗濯機、電子レンジ、エアコン（賃貸住居に備え付けのものを利用）などの家電製品を備えることにした本調査の場合、一般世帯との相違は小さい。本調査では、ガスは調理と風呂のために用いるが、食材等の購入が相対的に多く、調理の機会が多いと考えられる本調査の方が、ガス代が高い。

家具・家事用品費については、男性では本調査の方が、女性では全消、家計調査の方が多。実際の家計では家電製品、家具、家事雑貨などの更新は一度にはおこらず、時期が分散される。多数の世帯を調査することで、一定期間に様々な更新や新規購入が含まれると想定するが、様々なもののすべてが含まれるとは限らない。所有物品の保有点数は異なると思われるが、一時点ですべてを新規購入する状況である本調査では、全消や家計調査に比べると金額が高めにしやすい可能性がある。

被服費について、男性の場合には対全消、家計調査ともに60%程度と本調査の方が少ないが、女性の場合には対全消では同程度、対家計調査では本調査の方が多。被服の場合にも、上述の家具・家事用品費と同様の状況がおこると考えられるが、男性の場合には本調査は一般の6割程度と少ない。下着以外の衣類について、点数が少ない、安価なものの選択することで金額が抑えられていると考えられる。

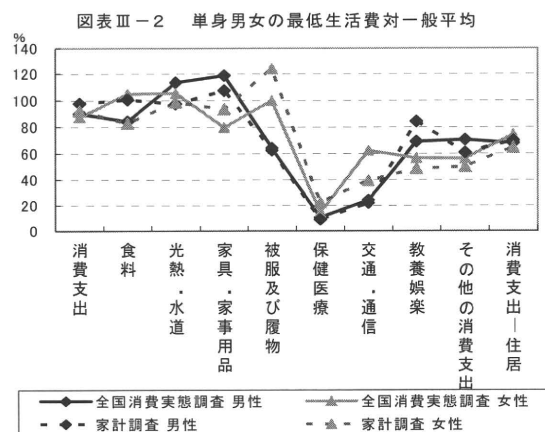
保健医療費については、健康であることを前提としたこともあり、本調査の方が著しく少ない。

通信費についても、本調査の方が小さい。本調査では、交通手段として公共交通機関の他自転車を保有することとした。全消や家計調査では、自動車保有者（全消の自動車保有率は男性36%、女性17%）がいるため、自動車関係の支出が発生するが、本調査では自転車関係のみであり、自転車を含む自動車関係費用はほとんど発生しない。通信費について、全消や家計調査では固定電話に対する支出も行われているが、本調査では固定電話を保有しないこととしたため、その費用は計上されていない。

教養娯楽について、本調査の中では相対的に高い男性の場合でも対全消69%、対家計調査84%と本調査の方が少ない。

その他の消費支出でも、男性の対全消70%、対家計調査61%と、本調査の方が少ない。

図表Ⅲ－２には、費目別の対一般平均を示している。費目別支出額の比較からは、食料、水光熱、家具家事用品のような生活必需品は家計調査や全国消費実態調査の結果と同程度の支出額となったが、交通通信、教養娯楽、その他の消費支出のような各人の裁量幅の大きい選択的な支出の費目では本調査の支出額は 40%から 80%程度の支出額となった。今回のような一般市民の話し合いにより最低基礎的な支出額の合意を得る方法は、初めての試みであり次章で示されるように課題もあるが、支出傾向からは一定の妥当性があると考えることができる。



資料：総務省「全国消費実態調査」2009年調査の単身世帯・勤労者・大都市圏（関東）の性別データ  
 総務省「家計調査」の単身世帯・勤労者・大都市の2008年、2009年、2010年3カ年の平均値データ

## 2) 子どもの「最低必要な基礎的生活」費用

子どもの最低生活費の検討に際して、年齢を5歳、小学5年生、中学3年生と設定した。5歳児は男女の別は設定せず、小学5年生と中学3年生については必要に応じて男女を区分して話し合いを行った。小学校、中学校は公立学校に通学的前提を設定したが、5歳児の就学前教育等への通学については話し合いを通じ、幼稚園に通学と決定した。保護者の状況として、親との同居の状況（両親と暮らしているのか、父、母どちらかとのみ暮らしているのか）と親の就業状況については前提をおいていない。子ども部屋の必要性については、話し合いにより、5歳児、小学5年生には不要、中学3年生には必要と決定した。必要なものやサービスの確定作業では、子どもがいることで必要性が生じているかどうかを検討した。例えば、家族で囲む食卓は子どもがいることで追加的に発生するものとは考えず、子ども用に特別ないすが必要であるとすると、そのいすは子どもの生活費用に計上することとしている。また、子どもにとって遊園地へ出かけることが必要と決定した場合、子どもだけでは出かけられない場合には引率の親の費用も子どもの生活費用に計上している。

話し合いの結果、食料費以外の「最低必要な基礎的な生活」費用の月額額は図表Ⅲ－３に示す通りである。5歳児の金額は、41,897円、小学5年生男子は33,969円、同女子は34,201円、中学3年生男子は57,464円、同女子は57,681円である。5歳児では、幼稚園の入学金、授業料等の費用が65%を占める（三鷹市の幼稚園は私立のみであり、価格付けの際に安い方から2番目の幼稚園を選択した）。小学5年生では、給食費を含む学校教育関連の費用と学校外教育の費用がそれぞれ6,000円台となり、それぞれ支出額の約20%を占める。中学3年生は、話し合いにより高校を受験することに決定した。学校教育関連の費用が約16,000円、学校外教育の費用が約15,000円であり、合計で3万円を超える。いずれの年齢においても、学校（幼稚園含む）と学校以外あわせた教育費用が支出に占める割合が大きく、5歳児では65%、小学5年生では38%、中学3年生では54～55%を占める。

学校外の教育費用を文部科学省「子どもの学習費調査」2008年調査と比較する。「子どもの学習費調査」の学校外活動費には補助学習費、その他の習い事、図書費等の費用が含まれている。本調査の学校外教育費と自

宅での学習費用に相当する。本調査では小学5年生 6,494円、中学3年生 15,321円、学習費調査では小学5年生 17,943円、中学3年生 33,536円であり、本調査の金額は学習費調査の36%、46%と半分以下である。学校外活動費の中で大きな割合を占める学習塾への通塾率は83%と高く、実態としては多くの者が通っているが、各家庭の自由裁量による部分である。1項目のみの比較であり、更なる検討は親の支出とあわせた世帯の支出額での比較が必要であるが、単身男女と同様に裁量幅の大きい選択的な支出が抑えられている。

図表Ⅲ-3 M I Sによる子どもの最低生活費

|                | 月額(円)     |        |        |        |        | 構成割合 (%)  |       |       |       |       |
|----------------|-----------|--------|--------|--------|--------|-----------|-------|-------|-------|-------|
|                | 5歳<br>幼稚園 | 小学5年生  |        | 中学3年生  |        | 5歳<br>幼稚園 | 小学5年生 |       | 中学3年生 |       |
|                |           | 男子     | 女子     | 男子     | 女子     |           | 男子    | 女子    | 男子    | 女子    |
| 就学前教育(3年保育と仮定) | 27,233    |        |        |        |        | 65.0      |       |       |       |       |
| 幼稚園・学校に必要なもの   | 1,219     | 6,609  | 6,576  | 16,407 | 16,177 | 2.9       | 19.5  | 19.2  | 28.6  | 28.0  |
| 学校集金           |           | 4,580  |        | 7,025  |        |           | 13.5  | 13.4  | 12.2  | 12.2  |
| 教材             |           | 847    |        | 5,858  |        |           | 2.5   | 2.5   | 10.2  | 10.2  |
| 学用品            |           | 1,182  | 1,150  | 3,525  | 3,294  |           | 3.5   | 3.4   | 6.1   | 5.7   |
| 学校外教育          |           | 6,300  |        | 14,957 |        |           | 18.5  | 18.4  | 26.0  | 25.9  |
| 自宅での学習         |           | 194    |        | 364    |        |           | 0.6   | 0.6   | 0.6   | 0.6   |
| 居住スペース         |           |        |        | 181    |        |           |       |       | 0.3   | 0.3   |
| 住宅関係の備品        | 654       | 621    |        | 828    | 786    | 1.6       | 1.8   | 1.8   | 1.4   | 1.4   |
| 家の内外での遊び・活動    | 1,526     | 3,708  |        | 8,783  | 8,757  | 3.6       | 10.9  | 10.8  | 15.3  | 15.2  |
| 衣類、靴、鞆         | 2,406     | 3,644  | 3,808  | 5,841  | 5,590  | 5.7       | 10.7  | 11.1  | 10.2  | 9.7   |
| 風呂、身支度         | 965       | 1,473  | 1,572  | 1,848  | 2,615  | 2.3       | 4.3   | 4.6   | 3.2   | 4.5   |
| 常備薬            | 637       | 276    |        | 276    |        | 1.5       | 0.8   | 0.8   | 0.5   | 0.5   |
| 保健医療           | 513       | 929    |        | 1,133  |        | 1.2       | 2.7   | 2.7   | 2.0   | 2.0   |
| 食器             | 30        | 30     |        | 30     |        | 0.1       | 0.1   | 0.1   | 0.1   | 0.1   |
| 休日(週末、長期休み)    | 5,208     | 7,342  |        | 325    |        | 12.4      | 21.6  | 21.5  | 0.6   | 0.6   |
| 特別な日           | 690       | 1,232  |        | 1,815  |        | 1.6       | 3.6   | 3.6   | 3.2   | 3.1   |
| その他            | 815       | 1,613  |        | 4,675  |        | 1.9       | 4.7   | 4.7   | 8.1   | 8.1   |
| 合計月額           | 41,897    | 33,969 | 34,201 | 57,464 | 57,681 | 100.0     | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

注) 小数点以下の端数処理のため、内訳分を足し上げた金額と合計額が一致しない場合がある。

## 【添付資料】最終品目リスト・献立食費計算表

資料の内容：

- 最終品目リスト 単身勤労世代男性
- 最終品目リスト 単身勤労世代男性
- 最終品目リスト 子ども（5歳、小学5年生、中学3年生）
- 献立・食費計算表 単身勤労世代男性
- 献立・食費計算表 単身勤労世代女性
- 献立・食費計算表 子ども（5歳、小学5年生、中学3年生）

資料の説明：

- 最終品目リストの左側は、品目名、個数、耐用月数、単価、月額、備考を示している。月額は、 $(\text{個数} \times \text{単価} / \text{耐用月数}) = \text{月額}$ 、として計算している。リストの右側には、単価を参照した二か所の販売店の場所、価格、必要な場合は品名／型番を示している。二つの選択肢の中から、価格の低い方が、左側の「単価」として用いられている。
- 最終品目リストの最後のページの最終行に「最低生活費月額」として、すべての品目の月額の合算値が計算されている。
- 献立では、月曜から日曜までの1週間の献立を示している。基本的に、1か月の食費は、この1週間の献立 $\times 4 + 2$ 日分の合算値としている。2日分は、1か月を30日と見なして1週間 $\times 4 = 4$ 週間（28日）では足りない29日目、30日目の献立を別に作成している。
- 食費計算表は、1か月の献立表から、そのメニューに必要な食材の量と価格、外食の場合はそのメニューの価格を示している。そして、その合算値を最終ページの最終行に示している。

最終品目リスト [単身男性 生活費用(食費を除く)]

|                 | 個数 | 耐用月数  | 単価    | 月額           | 備考                       | 場所       | 価格               | 品名/型番  | 場所     | 価格               | 品名/型番  |
|-----------------|----|-------|-------|--------------|--------------------------|----------|------------------|--|--------|------------------|--|
| <b>住居</b>       |    |       |       |              |                          |          |                  |  |        |                  |  |
| 家賃地代            | 1  | 1     | 67500 | 67500        | 値段は平均値                   | 三鷹駅歩3分   | 66000            | JR三鷹駅南口単身者用住居賃貸条件 38   | 三鷹駅歩7分 | 69000            | JR三鷹駅南口単身者用住居賃貸条件 48 シャッター付き   |
| 管理費             | 1  | 1     | 2000  | 2000         |                          |          | 3000             |  |        | 1000             |  |
| 敷金              | 1  | 24    | 67500 | 2813         |                          |          | 66000            |  |        | 69000            |  |
| 礼金              | 1  | 24    | 67500 | 2813         |                          |          | 66000            |  |        | 69000            |  |
| 火災保険料           | 1  | 24    | 15000 | 625          | 2年で15000円(賃貸では強制加入)      | 損害保険会社   | 15000            | 賃貸住宅向け総合住宅火災保険2年契約   |        |                  |  |
|                 |    |       |       | <b>75750</b> |                          |          |                  |  |        |                  |  |
| <b>家具類</b>      |    |       |       |              |                          |          |                  |  |        |                  |  |
| 電子レンジ           | 1  | 96    | 12800 | 133          | オープンスタ-機能付オープンレンジ        | ヤマダ電機    | 12800            | シャープオープンレンジ(15L) RE-S15B-B トースター機能付き   | 無印     | 15800            | 無印-オープンレンジ16L EMO-MJ16 トースター機能付き   |
| 配送料/設置料         | 1  | 96    | 0     | 0            |                          | ヤマダ電機    | 0                | 配送設置¥3000以上で無料   | 無印     | 525/840          | 送料¥525+セッティング料¥840   |
| 収集・リサイクル料       | 1  | 96    | 1000  | 10           |                          | 三鷹市生活環境部 | 1000             | 粗大ごみポイント制による電子レンジは2ポイント  | 無印     | 1050+α           | ¥1050+リサイクル料金はサイズとメーカーより異なる  |
| 炊飯器             | 1  | 72    | 5980  | 83           | 五合炊き・タイマー付               | ヤマダ電機    | 5980             | タイガーマイコン炊飯器(3合)JAI-B550-WU   | 西友     | 6970             | 象印-炊飯ジャー NP-KA10(WB)   |
| コンロ(ガステーブル)     | 1  | 60    | 15800 | 263          | 2口                       | ヤマダ電機    | 15800            | リンナイ-ガステーブルKGE20FTSBKL   | 西友     | 15700            | パロマ-2口ガス付ガステーブル IC-320SB-R(13A)又は(LP)                                      |
| 配送料/設置料         | 1  | 60    | 0     | 0            |                          | ヤマダ電機    | 0                | 配送設置¥3000以上で無料   | 西友     | 525              |  |
| 冷凍冷蔵庫           | 1  | 108   | 32800 | 304          | 2斗7、150L程度               | ヤマダ電機    | 32800            | エラウイタックス 2ドア冷凍冷蔵庫 (143L) ER-151-HG   | 西友(無印) | 35800            | 無印良品-電気冷凍冷蔵庫・137L SMJ-14B  |
| 配送料/設置料         | 1  | 108   | 0     | 0            |                          | ヤマダ電機    | 0                | 配送設置無料   | 西友(無印) | 2100             |  |
| 収集・リサイクル料       | 1  | 108   | 4305  | 40           |                          | ヤマダ電機    | 4305             | 170L以下の冷蔵庫-リサイクル回収料金 ¥3780+収集運搬料¥525   | 西友(無印) | 4830             | 170L以下の冷蔵庫 ¥1050+リサイクル料金 サイズとメーカーより異なる                                     |
| 掃除機             | 1  | 72    | 2970  | 41           | ハンディクリーナー                | ヤマダ電機    | 3680             | 山善-スティッククリーナー(サイクロン方式)ZO-SS24  | 西友     | 2970             | ツインバード TC-D339SBK ¥2970、他 2470、3980  |
| 洗濯機             | 1  | 72    | 25700 | 357          | 全自動                      | ヤマダ電機    | 29800            | 東芝 全自動洗濯機(6.0kg) AW-60GF-W   | 西友     | 25700            | パナソニック-全自動洗濯機(6kg)NA-F60B2   |
| 乾燥機付き洗濯機        | 0  | 0     | 42700 | 0            | 必要なし                     | ヤマダ電機    | 46000            | 東芝 簡易乾燥機能付き洗濯機 (6.0kg) AW-60SDF-W  | 西友     | 42700            | シャープ 全自動洗濯乾燥機 ES-TG60K(P) 6.0kg  |
| 配送料/設置料         | 1  | 72    | 2520  | 35           |                          | ヤマダ電機    | 0                | 配送設置無料   | 西友     | 945/1575         | 送料区分4 ¥945/設置料 ¥1575   |
| 収集・リサイクル料       | 1  | 72    | 3570  | 50           |                          | ヤマダ電機    | 3045             | リサイクル回収料 ¥2520+収集運搬料 ¥525  | 西友     | 3570             | ¥1050+リサイクル料金 メーカーより異なる  |
| アイロン            | 1  | 60    | 2900  | 48           |                          | ヤマダ電機    | 1100/3580        | 山善-スチームアイロンSI-1000-WP 水タンク60ml/コードレススチーム7.4ワット SI1200K 水タンク140ML                                     | 西友(無印) | 2900             | ツインバード-SA-R563-02 水タンク85ml   |
| 扇風機             | 1  | 36    | 2280  | 63           |                          | ヤマダ電機    | 2280             | 三菱扇風機R30-RK-W  | 西友     | 1980             | 季節商品   |
| 衣装ケース           | 4  | 96    | 1270  | 53           | ベッド下に収納可、引き出し、車輪付き       | ニトリ      | 1290             | 押入ケース(セリタ M4個セット @1290(トレー10枚位) /セリタ L 3個セット4,770(トレー14枚位)   | 西友     | 1270             | MAIN STAYS-押入衣装ケース-コ有リ SY-6423 (39x74x23)                                  |
| 配送料/設置料         | 1  | 96    | 0     | 0            |                          | ニトリ      | 1500             | ¥5000迄 ¥500、¥10000迄 ¥1000、¥10001以上 ¥1500   |        |                  |  |
| テーブル/ダイニング      | 1  | 96    | 2970  | 31           | ローテーブル                   | ニトリ      | 1990/3990        | ローテーブル(HNT-0025 WH)80×60×38 /折りたたみ(VD7550-WH) 3990円75×50×32  | 西友     | 2970             | アイリスオーヤマ-折脚ローテーブル ORE-K7550 75x50x28.5                                     |
| 配送料/設置料         | 1  | 96    | 0     | 0            |                          | ニトリ      | 1500             | ¥5000迄 ¥500、¥10000迄 ¥1000、¥10001以上 ¥1500   | 西友     | 0                | 送料込み商品   |
| TV台             | 1  | 96    | 2970  | 31           |                          | ニトリ      | 2990             | (FRED-TV60)60×40×37  | 西友     | 2970             | アイリスオーヤマ-DTV-21M 52.5x40x21  |
| 配送料/設置料         | 1  | 96    | 0     | 0            |                          | ニトリ      | 1500             | ¥5000迄 ¥500、¥10000迄 ¥1000、¥10001以上 ¥1500   | 西友     | 0                | 送料込み商品   |
| 靴用ラック           | 1  | 96    | 1070  | 11           | 3段程度、90×45cm位            | ニトリ      |                  |  | 西友     | 1070             | 5段 幅38cm ¥1070、幅56cm ¥1670   |
| 目覚まし時計/寝室用      | 1  | 36    | 390   | 11           |                          | ニトリ      | 390              | アラーム機能付置き時計(テーブルロック)CT022  | 西友     | 870              | 870/970  |
| 電気傘(リビング)       | 1  | 96    | 1400  | 15           | ペンダントライトのシェード            | ニトリ      | 1400             | ペンダントシェード(LS-19005 (V)1400、シーリングライト(NTR720P) 3900  | 西友     | 4970             | おススメ-ペンダントシェード(電球も含む) ¥4970 パナソニック-シーリングライト ¥5970                          |
| 電球              | 3  | 32.88 | 136   | 12           |                          |          |                  |  | 西友     | 136              | 18w・36w キッチン/バス/トイレ用   |
| 蛍光灯             | 1  | 99.48 | 1077  | 11           |                          |          |                  |  | 西友     | 1077             | 30+32.977/32+40.1277/30+40.1077 リビング用                                      |
| カーペット/リビング      | 1  | 72    | 1120  | 16           | テーブルの下に                  | ニトリ      | 1120             | コトリン NLUFE10 130x190 /ホリエステル サヨマイヤ-1.5巻 130x185 ¥1400  | 西友     | 3470             | 平織り2巻-ホリエステル ¥3470/MAIN STAYS 中敷ラグ2巻 ¥3970                                 |
| カーテン/ブラインド/リビング | 1  | 36    | 1890  | 53           |                          | ニトリ      | 1900             | カーテンレースセット(N74710 100x178x2枚+100x178x2枚セット)/パルファ 遮光2級 100x178x2枚+100x178x2枚セット)                      | 西友     | 1890             | MAIN STAYS カーテンセット4枚 100x178   |
| カーテン/ブラインド/リビング | 1  | 36    | 970   | 27           |                          | ニトリ      | 999              | 既製レースカーテン(100x178x2)   | 西友     | 970              | 窓レース   |
| クッション(座布団)      | 2  | 36    | 399   | 22           | クッション                    | ニトリ      | 座布団 599、クッション780 | 座布団(3枚入り ¥599(コクミ1490、カバー ¥390/450) 背当てクッションカバー ¥780(ホリエステル) ¥490、フェザー ¥550、カバー ¥290/390/399/590)    | 西友     | 座布団 200、クッション399 | 座布団200/クッション399  |
| 押入衣装用突っ張りポール    | 1  | 96    | 990   | 10           |                          | ニトリ      | 990              | 押入れ伸縮ハンガー(シングル)幅75cm   | 西友     | 1270             | 突っ張りポール(max190cm)  |
|                 |    |       |       | <b>1730</b>  |                          |          |                  |  |        |                  |  |
| <b>寝具類</b>      |    |       |       |              |                          |          |                  |  |        |                  |  |
| パイプベッド          | 1  | 96    | 15800 | 165          | 頑丈なパイプベッド、1~1.5万         | ニトリ      | 15800/19890      | SAVベッド(アレススIMメッシュ) ¥5990+シングルマットレス(ニューサファリ) ¥9990/シングルフレーム(ナイロイ パイン材) ¥9900+シングルマットレス(ニューサファリ) ¥9990 | 西友(無印) | 25500            | パイプベッド(組立て式 ¥10500+マット) ¥25500   |
| 配送料/設置料         | 1  | 96    | 0     | 0            |                          | ニトリ      | 0                | 配送 設置料:ベッドフレームとニューサファリマット同時購入の場合無料   | 西友(無印) | 2625             | 配送料E区分1(個目(ベッド) ¥2100+2個目(マット) ¥525/組立依頼の場合:組立て料 ¥1575                     |
| ふとんセット          | 1  | 36    | 5990  | 166          | 羽根布団+ポリエステル綿敷布団+ポリエステル綿枕 | ニトリ      | 5990             | 布団セット 羽根ふとん+ホリエステル綿敷敷布団+ホリエステル綿枕 ¥5990/羽毛ふとんS-101+ホリエステル綿敷敷布団+ホリエステル綿枕 ¥3880                         | 無印     | 10000            | 羽毛ふとんセット 羽毛掛けふとん+ホリエステルマット+ホリエステル綿枕 ¥10000/羽毛掛けふとん+ホリエステル綿敷敷ふとん+羽根枕 ¥10000 |
| 配送料/設置料         | 1  | 36    | 1500  | 42           |                          | ニトリ      | 1500             | ¥5000迄 ¥500、¥10000迄 ¥1000、¥10001以上 ¥1500   | 無印     | 525              | 配送料 C  |
| 毛布              | 2  | 36    | 990   | 55           |                          | ニトリ      | 990/4900         | マクワアイン(010 BR) S140x190 ¥1890/1400 アクリル2枚合わせ(シグナ) ¥1053/4900、綿毛布 ¥2400                               | 西友     | 1500             | アクリル毛布1900/あたたかファイバー 厚手4900、洗える綿毛布3900、ウール6500                             |
| 掛け布団カバー         | 2  | 36    | 399   | 22           |                          | ニトリ      | 770              | 770/990/1100   | 西友     | 399              | MAIN STAYS 399/990/1450  |
| 敷布団カバー          | 2  | 36    | 990   | 55           |                          | ニトリ      | 990              | 敷布団カバー ホリエステル T/C990、綿1200   | 無印     | 2200             | 洗いざらし綿ボックスシート  |
| 枕カバー            | 2  | 36    | 290   | 16           |                          | ニトリ      | 290              | 290/340/390  | 西友     | 399              | MAIN STAYS ¥399/990/1450   |
| タオルケット          | 1  | 36    | 1900  | 53           |                          | ニトリ      | 1900             | シングルムネシワタオル 010 S1/2400  | セシール   | 2990             | マイヤー-タオルケット  |
|                 |    |       |       | <b>574</b>   |                          |          |                  |  |        |                  |  |



最終品目リスト [単身男性 生活費用(食費を除く)]

|                       | 個数 | 耐用月数 | 単価   | 月額         | 備考                      | 場所      | 価格      | 品名/型番  | 場所 | 価格   | 品名/型番                                     |
|-----------------------|----|------|------|------------|-------------------------|---------|---------|--|----|------|---|
| <b>家事用品(食器・調理器具等)</b> |    |      |      |            |                         |         |         |  |    |      |   |
| 茶碗                    | 2  | 24   | 197  | 16         |                         | 100均    | 105     |  | 西友 | 197  | 197/397/597                               |
| 皿                     | 2  | 24   | 397  | 33         | カレー等使用可能な大皿             | 100均    | 105     |  | 西友 | 397  |   |
|                       | 2  | 24   | 197  | 16         | 小皿                      | 100均    | 105     |  | 西友 | 197  |   |
|                       | 2  | 24   | 297  | 25         | サラダ用                    | 100均    | 105     |  | 西友 | 297  |   |
|                       | 2  | 24   | 175  | 15         | マグ                      | 100均    | 105     |  | 西友 | 175  | 175/397/597                               |
| タンブラー                 | 3  | 24   | 97   | 12         |                         | 100均    | 105     |  | 西友 | 97   | 97/197                                    |
| カトラリーセット              | 1  | 60   | 784  | 13         | スプーン、フォーク、ナイフ、ティースプーン各2 | ニトリ     | 1080    | カトラリー8点セット(グラヴィティ、デザートフォーク4本セット(ピンティ))                       | 西友 | 784  | @98                                       |
| はし                    | 2  | 60   | 97   | 3          |                         | ニトリ     | 249     | 客用箸5膳(チップステック5ゼンクミ NT-2207)                                  | 西友 | 97   | MAIN STAYS 97/197/397                     |
| 保温冷水筒                 | 1  | 60   | 497  | 8          | 500ML程度                 |         |         |  | 西友 | 497  | 象印2470/MS497                              |
| 鍋セット                  | 1  | 60   | 1680 | 28         | 両手、片手各1                 | ニトリ     | 1680    | IH手鍋ステンレス18cm(200VYJ-10)/¥690+200VIH両手鍋ステンレス24cm(YJ-12)/¥990 | 西友 | 1540 | 16cm                                      |
| 鍋                     | 1  | 60   | 390  | 7          | フライパン(テフロン加工)           | ニトリ     | 390     | フッ素 26cm(プロト400)   | 西友 | 397  | フッ素 26cm                                  |
| やかん                   | 1  | 60   | 590  | 10         | ステンレス製、2L               | ニトリ     | 590     | 200V IH対応ケトル 1.5L(YH3044)                                    | 西友 | 697  | 2.2L                                      |
| ナイフセット                | 1  | 60   | 970  | 16         | 包丁                      | ニトリ     | 990     | 三徳包丁(ステンレスホウキョウ サンタ)   | 西友 | 970  | 497/970                                   |
| ピーラー/果物ナイフ            | 1  | 60   | 97   | 2          | ピーラー                    |         |         |  | 西友 | 97   | ピーラー¥97/果物ナイフ¥497                         |
| 栓抜き                   | 1  | 60   | 97   | 2          | コルク抜き、缶切り付              | 100均    | 105     |  | 西友 | 97   | 缶切り付                                      |
| 水切りざる                 | 1  | 60   | 594  | 10         | 大・中・小各1                 | 100均    | 210     | 大・小  | 西友 | 594  | 16cm 22cm                                 |
| まな板                   | 1  | 60   | 497  | 8          | プラスチック製、薄手              | ニトリ     | 590     | 耐熱抗菌まな板 中(KH-SH) /桐まな板(中)(NTR-370/2) 299円                    | 西友 | 497  | 35×20                                     |
| 水切りかご                 | 1  | 60   | 105  | 2          |                         | 100均    | 105     |  |    |      |   |
| タッパセット                | 1  | 60   | 315  | 5          | 中・大                     | 100均    | 315     | 大・中・小  | 西友 | 491  | 大・中・小                                     |
| 調味料ケース(塩、さとう)         | 1  | 60   | 200  | 3          |                         | ニトリ     | 390     | 調味料ポット2個セットラックつき(MW09-05)                                    | 西友 | 200  | @100                                      |
| お玉                    | 1  | 60   | 105  | 2          |                         | 100均    | 105     | ステンレスお玉 大(ダイ BK) ニトリ199                                      | 西友 | 197  |   |
| フライ返し                 | 1  | 60   | 105  | 2          |                         | 100均    | 105     | ピーター(ステンレスピーター) ニトリ390                                       | 西友 | 197  |   |
| さいばし                  | 1  | 60   | 105  | 2          |                         | 100均    | 105     |  | 西友 | 97   | 3膳1組                                      |
| ボール                   | 1  | 60   | 315  | 5          | 大・中・小各1                 | 100均    | 315     | 大・中・小  | 西友 | 594  | 16.5cm、22.5cm                             |
| 生ゴミ用ネット               | 1  | 2    | 105  | 53         |                         | 100均    | 105     |  | 西友 | 197  | 三角コーナー要らず 専用袋40枚                          |
| なべしき                  | 1  | 60   | 105  | 2          |                         | 100均    | 105     |  |    |      |   |
| 積み重ね棚                 | 1  | 60   | 390  | 7          | 100均より少し程度の良い物          | ニトリ     | 390     | キッチンラック(DL0403-136)  | 西友 | 197  |   |
| 布巾                    | 1  | 12   | 290  | 24         | 3枚セット(台ふきん1、食器用2)       | ニトリ     | 240/290 | 台ふきん(おしぼり)4枚組¥230/キッチンクロス3枚組¥290                             | 西友 | 397  |   |
|                       |    |      |      | <b>330</b> |                         |         |         |  |    |      |   |
| <b>(バス回り)</b>         |    |      |      |            |                         |         |         |  |    |      |   |
| バスタオル                 | 2  | 12   | 290  | 48         |                         | ニトリ     | 290     | 290/390/490/590  | 西友 | 397  |   |
| バスマット                 | 1  | 36   | 249  | 7          |                         | ニトリ     | 249     | ワッフル(2IV 30X50)ノスリップ ¥249/(INKB BE 45X65)/¥390               | 西友 | 397  | 397/597/947                               |
| 浴用スリッパ                | 1  | 12   | 105  | 9          | ビニール製浴室用ぞうり             | 100均    | 105     |  |    |      |   |
| 洗面器                   | 1  | 96   | 190  | 2          |                         | ニトリ     | 190     | 湯桶(ホーム)  | 西友 | 197  |   |
| 浴用いす                  | 1  | 96   | 590  | 6          |                         | ニトリ     | 590     | 風呂椅子 小(ホーム BR)   | 西友 | 897  |   |
| 風呂掃除用ブラシ              | 1  | 36   | 290  | 8          | 風呂掃除用スポンジ               | ニトリ     | 290     | バスクリナー   | 西友 | 297  | 297/867                                   |
| 風呂掃除用洗剤               | 1  | 2    | 277  | 139        |                         | セイジヨー   | 313     | バスマジックリンスプレー400ml  | 西友 | 277  | バスマジックリンスプレー400ml                         |
| ボディソープ                | 1  | 5.5  | 465  | 85         |                         | マツモトキヨシ | 498     | ビオレU ポンプ580ml  | 西友 | 465  | ビオレU ポンプ580ml                             |
| 洗顔石けん・剤               | 1  | 2.1  | 397  | 189        |                         | マツモトキヨシ | 339     | メンズビオレ 泡タイプ洗顔130ml   | 西友 | 397  | メンズビオレ 泡タイプ洗顔130ml                        |
| 体洗い用スポンジ              | 0  | 12   | 248  | 0          | タオルでOK                  | マツモトキヨシ | 248     | MKC ボディタオル   |    |      |   |
| シャンプー                 | 1  | 2.8  | 597  | 213        | シャンプーとリンス別々に持つ          | マツモトキヨシ | 598     | MKL サスターニクシヤブー スカル777 リンスインタイプ 450ml                         | 西友 | 597  | 花王 サクセス兼用リンス380ml                         |
| リンス                   | 1  | 2.8  | 597  | 213        | シャンプーとリンス別々に持つ          |         |         |  | 西友 | 597  | 花王 サクセス兼用シャンプー381ml                       |
|                       |    |      |      | <b>919</b> |                         |         |         |  |    |      |   |
| <b>(トイレ回り)</b>        |    |      |      |            |                         |         |         |  |    |      |   |
| トイレブラシ                | 1  | 36   | 397  | 11         |                         | ニトリ     | 399     | トイレブラシケース付(LP)   | 西友 | 397  |   |
| トイレクリーナー              | 1  | 2.5  | 277  | 111        | トイレ用洗剤                  |         |         |  | 西友 | 277  | トイレマジックリンス消臭洗浄スプレー                        |
| タオル掛け                 | 1  | 96   | 197  | 2          | トイレ                     |         |         |  | 西友 | 197  | MAINSTAYS                                 |
| 便座シートカバー              | 1  | 12   | 105  | 9          |                         | 100均    | 105     |  |    |      |   |
| ラバーカップ                | 1  | 96   | 1200 | 13         | トイレつまりのための棒             | アマゾン    | 1200    | ラバーカップ様式小  |    |      |   |
| トイレマット                | 1  | 36   | 590  | 16         |                         | ニトリ     | 590     | トイレマット(60X55) 590 / 699                                      | 西友 | 797  | MAINSTAYS                                 |
| トイレスリッパ               | 0  | 12   | 190  | 0          | トイレマットあれば十分。不要          | ニトリ     | 190/240 | オールドスリッパ ¥190/洗えるスリッパ ¥240                                   | 西友 | 397  |   |
| トイレ芳香剤                | 1  | 3    | 277  | 92         |                         | セイジヨー   | 298     | 小林製薬 トイレの消臭元   | 西友 | 277  | 小林製薬 トイレの消臭元                              |
| ブルーレット等               | 1  | 2    | 297  | 149        | 使用可能な場合                 | セイジヨー   | 315     | ブルーレットおくだけ   | 西友 | 297  | ブルーレットおくだけ                                |
|                       |    |      |      | <b>402</b> |                         |         |         |  |    |      |   |
| <b>(洗濯・衣類管理関係)</b>    |    |      |      |            |                         |         |         |  |    |      |   |
| 洗濯ロープ                 | 1  | 180  | 698  | 4          | 物干し竿                    |         |         |  | 西友 | 698  |   |
| 洗濯ばさみ                 | 10 | 36   | 99   | 28         |                         | ニトリ     | 99      | 20P(20P SP-1104)   | 西友 | 97   | 20P入                                      |
| 洗剤                    | 1  | 14.4 | 325  | 23         |                         | セイジヨー   | 398     | ライオン トップ NANOX500g (1回水3.0Lに洗剤20g=25回分)                      | 西友 | 325  | ライオン トップ NANOX500g (1回水3.0Lに洗剤20g=25回分)   |
| 漂白剤                   | 1  | 7.1  | 197  | 28         |                         | セイジヨー   | 238     | 花王・ワイドハイター1000ml   | 西友 | 197  | 花王・ワイドハイター1000ml                          |
| 柔軟剤                   | 1  | 12   | 297  | 25         |                         | セイジヨー   | 398     | ライオン・ソフランアロマソープ120ml (1回水3.0Lに洗剤10g=72回分)                    | 西友 | 297  | ライオン・ソフランアロマソープ120ml (1回水3.0Lに洗剤10g=72回分) |
| おしゃれ着用洗剤              | 1  | 16.4 | 197  | 12         |                         | セイジヨー   | 398     | ライオン・アクロン500ml(水30mlに40ml)                                   | 西友 | 197  | ライオン・アクロン500ml(水30mlに40ml)                |
| ドライ製品用洗剤              | 0  | 12   |      | 0          | 不要。クリーニングに出す。           |         |         |  |    |      |   |
| 洗濯用ネット                | 2  | 12   | 105  | 18         | 大1、小1                   | 100均    | 105     | 大1、小1  |    |      |   |
| 洗濯ごみとりボール             | 1  | 6    | 105  | 18         |                         | 100均    | 105     |  |    |      |   |
| 小物干し                  | 1  | 36   | 290  | 8          |                         | ニトリ     | 290     | 折りたたみハンガー24P(オリタミハンガー24P LH-4625)                            | 西友 | 797  | 32P                                       |
| アイロン台                 | 1  | 96   | 770  | 8          | 足折り畳み                   | ニトリ     | 790     | アイロン台(IR-LN2)6L  | 西友 | 770  |   |



最終品目リスト [単身男性 生活費用(食費を除く)]

|                           | 個数 | 耐用月数 | 単価    | 月額   | 備考                             | 場所       | 価格               | 品名/型番   | 場所                         | 価格       | 品名/型番                                 |  |
|---------------------------|----|------|-------|------|--------------------------------|----------|------------------|---|----------------------------|----------|---------------------------------------|--|
| ハンガー                      | 5  | 96   | 290   | 15   |                                | ニトリ      | 140              | スークラック-(PBK-S47)99 /クリップツキPBK-AK43)140            | イトーヨーカドー                   | 580      | スーツ用2本                                |  |
| 防虫剤                       | 1  | 12   | 595   | 50   |                                |          |                  |   | 西友                         | 595      | ビレラアース無臭防虫引き出し用1年分48包                 |  |
|                           |    |      |       | 234  |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| <b>(キッチン関係)</b>           |    |      |       |      |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| ゴミいれ                      | 1  | 96   | 199   | 2    |                                | ニトリ      | 299              | ごみ箱(ダストボックスTD20 IV-N)                             | 西友                         | 199      |                                       |  |
| ナイロンたわし                   | 1  | 4    | 97    | 24   | 台所用                            |          |                  |   | 西友                         | 97       | グレートバリュー キッチンスポンジハードタイプ               |  |
| たわし                       | 0  | 12   | 127   | 0    | 不要                             |          |                  |   | 西友                         | 127      | DXバームたわし KA-21                        |  |
| 台所スポンジ置き                  | 1  | 96   | 240   | 3    |                                | ニトリ      | 240              | クリーナーラック  | 西友                         | 297      |                                       |  |
| 食器洗剤                      | 1  | 4.1  | 127   | 31   |                                | セイジョー    | 188              | 花王・ファミリー キュキュット                                   | 西友                         | 127      | 花王・ファミリー キュキュット                       |  |
| ラップ(レギュラーサイズ)             | 1  | 2    | 137   | 69   | レギュラーサイズ                       | セイジョー    | 188              | クラップ レギュラー30cmx20m                                | 西友                         | 137      | クラップ レギュラー30cmx20m                    |  |
| アルミホイール                   | 4  | 3    | 77    | 103  |                                |          |                  |   | 西友                         | 77       | マイホイール8m                              |  |
|                           |    |      |       | 231  |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| <b>(その他の家事関係、防災用品)</b>    |    |      |       |      |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| ティッシュペーパー                 | 1  | 2    | 249   | 125  | 2ヶ月で5箱                         | マツモトキヨシ  | 288              | MKCソフティモ・ティシュー 200W                               | 西友                         | 249      | グレートバリュー ティシュー 200組 x5組               |  |
| トイレットペーパー                 | 1  | 3    | 217   | 72   |                                | セイジョー    | 299              | マイランジゅ再生紙シングル 60x12ロール                            | 西友                         | 217      | ネイチャートイレットペーパー シングル 60mx12ロール         |  |
| タオル                       | 4  | 12   | 140   | 47   |                                | ニトリ      | 140              | 140/190/240                                       | 西友                         | 197      |                                       |  |
| ゴミバケツ大型容器                 | 2  | 96   | 970   | 20   | 不燃、可燃別                         | ニトリ      | 2998             | ダストボックス(セバスリムフンベツ2ダン35)上段19.5L下段15L               | 西友                         | 970      | 20Lダゲルベール/45Lダゲルベール 20L45L同値段         |  |
| ゴミ袋                       | 1  | 2.5  | 180   | 72   | 月数百円(週1回1枚必要)                  | 三鷹市指定販売店 | 180              | 燃やせるゴミ燃やせないゴミ共通サイズ10L 10枚                         |                            |          |                                       |  |
| ちりとり、ほうき                  | 0  | 36   | 105   | 0    | 外掃き用ほうき、ちりとり不要                 | 100均     | 105              |   |                            |          |                                       |  |
| ベランダ用スリッパ                 | 1  | 12   | 105   | 9    |                                | 100均     | 105              |   |                            |          |                                       |  |
| モップ                       | 1  | 96   | 695   | 7    | クイックワイパー                       | セイジョー    | 1580/798         | クイックワイパー本体¥1580/クイックワイパー本体¥798                    | 西友                         | 1278/695 | ハデックワイパー本体¥1278/ハンディー¥695             |  |
| モップヘッド                    | 1  | 1    | 235   | 235  | クイックワイパー用不織布(15~20枚入り)を1ヶ月で)   | セイジョー    | 722/298          | クイックワイパーヘッド40枚入り¥722/ハデック取替3枚入り¥298               | 西友                         | 588/235  | クイックワイパーヘッド40枚入り¥588/ハデック取替3枚入り¥235   |  |
| 粘着カーペットクリーナー              | 1  | 10.4 | 190   | 18   |                                | ニトリ      | 190              | カーペットクリーナー90周巻本体¥190/替紙3本¥190                     | 西友                         | 295      | グレートバリュー 粘着カーペットクリーナー¥295/替紙¥177      |  |
| 敷き用具一式                    | 1  | 96   | 597   | 6    | 必要                             |          |                  |   | 西友                         | 597      | 携帯用ソウイングセット                           |  |
| 室内消臭剤                     | 1  | 3    | 277   | 92   | 玄関に芳香剤・消臭剤                     | セイジョー    | 299              | 小林製薬・お部屋の消臭元                                      | 西友                         | 277      | 小林製薬・お部屋の消臭元                          |  |
| 靴用脱臭剤                     | 1  | 2    | 397   | 199  |                                |          |                  |   | 西友                         | 397      | エステー 脱臭炭 こわけ下駄箱用 55gx3                |  |
| 懐中電灯                      | 1  | 96   | 197   | 2    |                                | ヤマダ電機    | 980              | ナショナル 懐中電灯ロウソク機能付                                 | 西友                         | 197      | オム電機 懐中ライトFL-108S                     |  |
| 防災セット一式                   | 1  | 60   | 5000  | 83   | 必要物品を自分で詰め合わせる。                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
|                           |    |      |       | 744  |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| <b>携帯、インターネット、PC関連</b>    |    |      |       |      |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| インターネット接続料                | 1  | 1    | 4000  | 4000 | 光、月4、5000円                     | BIGLOBE  | 4358/月           | BIGLOBE光Nec with フレッツ「フレッツ光」コース マンション             |                            |          |                                       |  |
| 郵便・運送料                    | 1  | 12   | 5000  | 417  |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| 電話機・電話料金                  | x  |      |       |      |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| 移動電話通話料                   | 1  | 1    | 4000  | 4000 | 月4-5000円くらい                    |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| 固定電話                      | x  |      |       |      |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| 携帯電話                      | 1  |      |       |      | 機器は普通程度品で可(なるべく長く使用)           |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| ノートパソコン                   | 1  | 72   | 59800 | 831  | ノート型、DVD機能あり                   | ヨドバシ電気   | 59800            | HP-LN407PA-AAAA                                   | ヤマダ電機                      | 109800   | 富士通-LIFEBOOKFMVA42C8BY                |  |
| プリンター                     | 0  |      | 5480  |      | 不要                             | ヤマダ電機    | 5480             | キヤノン PIXUS iP2700                                 |                            |          |                                       |  |
| PC用ソフト                    | 0  |      | 6480  |      | 互換ソフトがあるので不要。                  | ヤマダ電機    | 6480             | ノートン インターネットセキュリティ2011                            |                            |          |                                       |  |
| PC-TV用AVケーブル              | 1  | 72   | 1480  | 21   | PCのDVD機能を用いTVに映し出す(最終グループでも必要) | ヨドバシカメラ  | 1480             | エレコム-DH-HD13AC15WH HDMIケーブル 1.5m                  |                            |          |                                       |  |
| USB等PC用保存メディア             | 1  | 24   | 1880  | 78   | 8GB                            | ヤマダ      | 1880             | バッファロー USBメモリ 8GB (RUF2YUF8GBSBK)                 |                            |          |                                       |  |
|                           |    |      |       | 9346 |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| <b>交際、趣味・娯楽・習い事、旅行・帰省</b> |    |      |       |      |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| TV                        | 1  | 96   | 39800 | 415  | 32型                            | ヤマダ電機    | 64800            | ソニー・ブラビア26型KDL-26EX300                            | 西友                         | 39800    | DXアンテナ・32型LVW-324                     |  |
| 配送料/設置料                   | 1  | 96   | 2205  | 23   |                                |          |                  |   | 西友                         | 630/1575 | 送料区分3:¥630/テレビ設置料¥1575                |  |
| 収集・リサイクル料                 | 1  | 96   | 3885  | 40   |                                |          |                  |   | 西友                         | 3885     | 1050+リサイクル料金 メーカーより異なる                |  |
| 携帯プレーヤー                   | 0  | 96   | 4800  | 0    | 携帯プレーヤー 携帯電話で代用可               | Appleストア | 4800/13800/16800 | iPod shuffle 2GB4800/iPod nano 8GB13800 16GB16800 |                            |          |                                       |  |
| DVD                       | 0  | 96   |       | 0    | パソコンとテレビをケーブルでつなぐので不要          |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| デジタルカメラ                   | 0  | 96   | 12500 |      | 必要なし                           | ヤマダ電機    | 12500            | FUJIFILM P.XJ2808                                 |                            |          |                                       |  |
| 水着                        | x  |      |       |      | なくてもよい                         |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| 工具セット(ドライバーなど)            | 1  | 120  | 397   | 3    |                                | ニトリ      | 499              | ドライバー8本セット  | 西友                         | 397      | ドライバーセット                              |  |
| 電池(アルカリ単3電池)              | 1  | 12   | 175   | 15   |                                | ニトリ      | 198              | アルカリ単3電池(4本)¥99x2セット                              | 西友                         | 175/175  | 西友・グレートバリュー アルカリ単3電池(8本)/アルカリ単4電池(8本) |  |
| エネルギー(単3)                 | 1  | 36   | 1480  | 41   |                                | ヤマダ電気    | 1480             | サンヨー エネルギー単3電池 4個組                                |                            |          |                                       |  |
| エネルギー(単4)                 | 1  | 36   | 1480  | 41   |                                | ヤマダ電気    | 1280             | サンヨー エネルギー単4電池 4個組                                |                            |          |                                       |  |
| エネルギー専用単3単4兼用充電器          | 4  | 36   | 1280  | 142  |                                | ヤマダ電気    | 1280             | サンヨー エネルギー専用急速充電器                                 |                            |          |                                       |  |
| 新聞(Web版)                  | 1  | 1    | 0     | 0    | ネット無料版                         | 日経Web版   | 4000             |   | Windows/Mac電子版産経/iphone版産経 | 420/無料   |                                       |  |
| 雑誌・週刊誌                    | 1  | 1    | 1500  | 1500 | 文庫、新書等あわせて月1500円程度             |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| 書籍                        |    |      |       |      |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |
| 他の印刷物                     |    |      |       |      |                                |          |                  |   |                            |          |                                       |  |

最終品目リスト [単身男性 生活費用(食費を除く)]

|                 | 個数 | 耐用月数 | 単価    | 月額    | 備考                      | 場所            | 価格  | 品名/型番   | 場所           | 価格  | 品名/型番  |
|-----------------|----|------|-------|-------|-------------------------|---------------|---|---|--------------|---|--|
| 旅行(帰省含まず)       | 1  | 12   | 40000 | 3333  | 2泊3日の旅行を年2回、@2万         |               |   |   |              |   |  |
| 帰省              | 1  | 12   | 40000 | 3333  |                         |               |   |   |              |   |  |
| 月謝              | 1  | 1    | 3000  | 3000  | スキルアップ(英語など)            |               |   |   |              |   |  |
| 他の教養娯楽          | 1  | 1    | 3000  | 3000  | 音楽、DVD等で月1000円          |               |   |   |              |   |  |
| NHK放送受信料        | 1  | 2    | 2690  | 1345  |                         | NHK           | 2ヶ月<br>2690/4580                                    | 地上契約のみ 2ヶ月2690円/衛星契約(地上含む) 2ヶ月4580円                                       |              |   |  |
| ケーブルテレビ利用料      |    |      |       |       | 不要                      | JNC武蔵野三鷹      | 1ヶ月<br>3800/6150                                    | デジタルTV(地上・BS-CS基本50ch)のみ 1ヶ月3800円/デジタルTV(基本50ch)+インターネットライト ダブル割 1ヶ月6150円 |              |   |  |
| レジャー            | 1  | 2    | 3000  | 1500  | 2ヶ月に1回、@3000円           |               |   |   |              |   |  |
| 誕生日交際費          | 1  | 12   | 50000 | 4167  | 家族、友人へ @5000×4.5回~年5万   |               |   |   |              |   |  |
| 贈与金             | 1  | 12   | 33000 | 2750  | 結婚式年1回3万、葬式年1回3千        |               |   |   |              |   |  |
| 交際費             | 1  | 1    | 9096  | 9096  | 週1回×4の飲食交際費             | ワタミ           | 2274  | ビール中ジョッキ479、焼酎ロック(耐ハイ)299、枝豆299、刺身(ポタン海老刺身)399、唐揚げ399、鮭茶漬399              |              |   |  |
|                 |    |      |       | 33745 |                         |               |   |   |              |   |  |
| <b>交通費</b>      |    |      |       |       |                         |               |   |   |              |   |  |
| 自転車             | 1  | 60   | 8470  | 141   | シティサイクル代+防犯登録料          | サイクルベ<br>スあさひ | シティサイクル<br>9980/折り<br>たたみ<br>12980+防<br>犯登録料<br>500 | あさひ・77cc SLシングルキ726型<br>¥9980/77cc SL6段変速¥12980/折<br>りたたみサイクル ミモレ¥9980    | 西友           | シティサイ<br>クル<br>7970/折り<br>たたみ式<br>8970+防犯<br>登録料500 | 26型サイクル・シングル ¥7970/27型変<br>速サイクル・アシレックークス クロス¥15700<br>/折りたたみサイクル・ベルバック¥8970 |
| 自転車鍵            | ×  |      |       |       | 自転車の付属品で可               |               |   |   |              |   |  |
| 機械用油            | 1  | 36   | 257   | 7     |                         | あさひ           | 840   | エバース・メタルケアー 浸透・防錆・<br>潤滑剤(オイル)  | 西友           | 257   | 自転車油   |
| 空気入れ            | 1  | 72   | 770   | 11    |                         | あさひ           | 799   | アサヒ・エアポンプ(コアポンプ)  | 西友           | 770   | 自転車ポンプ   |
| 自転車維持費          | 1  | 12   | 1000  | 83    | バンク修理年1回                |               |   |   |              |   |  |
| その他交通費          | 1  | 1    | 2000  | 2000  | 定期範囲外生活の交通費。            |               |   |   |              |   |  |
|                 |    |      |       | 2242  |                         |               |   |   |              |   |  |
| <b>衣類、装身具、鞆</b> |    |      |       |       |                         |               |   |   |              |   |  |
| 礼服              | 1  | 36   | 18900 | 525   | スーツとは別に必要               | AOKI          | 18900   | シングルフォーマルアジャスター付  |              |   |  |
| スーツ             | 2  | 36   | 7900  | 439   | 夏用、冬用                   | AOKI          | 18900   | ROCHI折り目スキリスーツ  | 西友           | 7900  | george 紳士ビジネスス<br>ーツ   |
| ジーンズ            | 2  | 36   | 680   | 38    |                         |               |   |   | 西友           | 680   | クロージング・紳士ストレートデニムバ<br>ンツ   |
| 冬用コート           | 1  | 60   | 7900  | 132   | 仕事用                     | AOKI          | 18900   | ROCHI サーマスタット セット イン ス<br>テンカラーコート  | 西友           | 7900  | george ホンディンゴコ<br>ート   |
| 冬用コート           | 1  | 60   | 9990  | 167   | カジュアル、ダウン               | ユニクロ          | 9990/1290   | ダウンジャケット/ダウン4wayコート   | 西友           | 9900  | 紳士中綿ジャケット/ダウンコート<br>9900/9900 コルパース・リバーシブルダウ<br>ンジャケット¥5000                  |
| スプリングコート        | 1  | 60   | 9990  | 167   | レインコート兼用                | ユニクロ          | 9990  | シングルトレチコート(エアテックラ<br>イナー)   |              |   |  |
| スウェット上下         | 2  | 60   | 1990  | 66    |                         | ユニクロ          | 1990/2990   | スウェットセット/マイクロフリースセット  | 西友           | 1980  | 上着¥990+パンツ¥990   |
| 長袖シャツ           | 6  | 24   | 1000  | 250   |                         | AOKI          | 1990  | 形態安定ボタンダウンシャツ   | 西友           | 1000  | 紳士Yシャツ   |
| 半袖シャツ           | ×  |      |       |       | カジュアル                   |               |   |   |              |   |  |
| Tシャツ            | 6  | 24   | 500   | 125   |                         | ユニクロ          | 500   | ドライカラークルーネックT   | 西友           | 990   |  |
| カジュアル長袖シャツ      | 5  | 24   | 1990  | 415   |                         | ユニクロ          | 1990  | プレミアムコットンブロードシャツ  | 西友           | 990   |  |
| セーター            | 2  | 36   | 1990  | 111   |                         | ユニクロ          | 1990  | ラムウールVネックセーター   | 西友           | 1900  | クロッシング・ラムVネックセー<br>ター  |
| フリース            | 2  | 36   | 990   | 55    |                         | ユニクロ          | 1500  | マイクロフリースハーフジップT   | 西友           | 990   | フリース   |
| パンツ             | 10 | 12   | 457   | 381   |                         | ユニクロ          | 495/495   | ボクサーブリーフ/トランクス  | 西友           | 457   | ボクサーブリーフ   |
| 半袖V首シャツ         | 4  | 24   | 495   | 83    | Yシャツを着るとき用              | ユニクロ          | 990   | ドライVネックT(半袖・2枚組)  | 西友           | 780   | george紳士エリートイン<br>ナー   |
| ランニング           | 4  | 24   | 495   | 83    | Yシャツを着るとき用              | ユニクロ          | 990   | ドライメッシュタクトンクトップ(2枚組)  | イトーヨー<br>カドー | 682   | 快適工房 ランニングシャツ  |
| バジヤマ            |    |      |       |       | 不要、Tシャツ等の着古し            |               | 990   |   |              |   |  |
| 紳士用ソックス         | 10 | 12   | 330   | 275   |                         | ユニクロ          | 330   | エクストラファインコットンカ/ソックス   | 西友           | 997   | 西友クロッシング・3足組ソックス   |
| ネクタイ            | 8  | 36   | 1990  | 442   | 仕事用6、祝用1、喪用1            | AOKI          | 1990/4990   | ROCHIネクタイ(ビジネス¥1990/LES<br>MUESフォーマルネクタイ(白))                              | 西友           | 1990/990  | ¥1990/慶事(白)¥990、弔事(黒)¥990  |
| マフラー            | 1  | 60   | 1500  | 25    |                         | ユニクロ          | 1500  | ヒートテックマフラー  |              |   |  |
| 手袋              | 1  | 12   | 105   | 9     | 100円ショップ・アクリル製          | 100均          | 105   | アクリル毛糸  | イトーヨー<br>カドー | 990   | カジュアル手袋  |
| サンダル            | 1  | 24   | 500   | 21    |                         | ユニクロ          | 500   | ビーチサンダル   |              |   |  |
| 靴               | 3  | 12   | 4990  | 1248  | 仕事で可、革製(1つは冠婚葬祭可)       | AOKI          | 9990  | ベーシックレースアップシューズ   | ABCマート       | 4990  | ホーキングスビジネスシューズ   |
| スニーカー           | 1  | 24   | 3990  | 166   | カジュアル、合皮                |               |   |   | ABCマート       | 3990  | コンバース  |
| スニーカー           | 1  | 24   | 3990  | 166   |                         |               |   |   | ABCマート       | 3990  | ランニングシューズ リーボック<br>PREMIER VERONA SUPREME                                    |
| 部屋履き/スリッパ       | 2  | 24   | 397   | 33    | スリッパ                    | ユニクロ          | 990   | フランネルルームシューズ  | 西友           | 397   |  |
| クリーニング          | 2  | 2    | 1400  | 1400  | スーツ(月に1回)               |               |   |   |              |   |  |
| クリーニング          | 3  | 12   | 1500  | 375   | コートは3種類をシーズンごとに1回<br>出す |               |   |   |              |   |  |
| 靴修理             |    |      |       |       | はきつぶすまで履くので不要           |               |   |   |              |   |  |
|                 |    |      |       | 7194  |                         |               |   |   |              |   |  |
| <b>装身具・カバン等</b> |    |      |       |       |                         |               |   |   |              |   |  |
| 長い傘             | 2  | 36   | 2487  | 138   | 普通1、ビニール1               |               |   |   | 西友           | 2487  | 497/1990   |
| 折り畳み傘           | 1  | 36   | 497   | 14    |                         | ユニクロ          | 790   |   | 西友           | 497   | 997/1990   |
| 小さい鞆            | 1  | 60   | 1290  | 22    | 小さい鞆必要。普段使い。            | ユニクロ          | 1290  | ステイションショルダーバッグ  |              |   |  |
| 紳士用バッグ          | 1  | 60   | 4990  | 83    |                         | AOKI          | 4990  | JOURNAL WORKS 軽量ブリーフバック   | イトーヨー<br>カドー |   | 【Made in JAPAN】パソコン対応<br>トートバッグ 高さ39cm                                       |
| 旅行用かばん          | 1  | 60   | 3980  | 66    | ポストンバック                 |               |   |   | 無印           | 3980  | 加工ポリエステルポストン大<br>28x41x20  |
| ベルト             | 5  | 36   | 1990  | 276   |                         | AOKI          | 1990  | JOURNAL WORKS ビンベルト   | ユニクロ         | 1990  |  |
| 腕時計             | 1  | 120  | 10000 | 83    |                         |               |   |   |              |   |  |
| ハンカチ            | 10 | 12   | 320   | 267   |                         |               |   |   | 西友           | 320   |  |
| 財布              | 1  | 36   | 1000  | 28    |                         |               |   |   | 西友           | 1000  |  |
|                 |    |      |       | 977   |                         |               |   |   |              |   |  |

最終品目リスト [単身男性 生活費用(食費を除く)]

|                  | 個数 | 耐用月数 | 単価   | 月額            | 備考          | 場所               | 価格   | 品名/型番   | 場所            | 価格   | 品名/型番                                   |
|------------------|----|------|------|---------------|-------------|------------------|------|---|---------------|------|---|
| <b>理美容品・サービス</b> |    |      |      |               |             |                  |      |   |               |      |   |
| 理髪料              | 1  | 1    | 1000 | 1000          | 1か月1回       | 三鷹市内             | 4200 | カット・シャンブ→ブロー・シェービング                                   |               |      |   |
| ヘアドライヤー          | 1  | 72   | 1340 | 19            |             | ヤマダ電機            | 1340 | テスコム・ヘアドライヤー(1200W) TU17                              | 西友            | 980  | テスコ ハイパー SU13                           |
| 電気カミソリ           | x  |      |      |               |             |                  |      |   |               |      |   |
| 歯ブラシ             | 1  | 1    | 75   | 75            |             | マツモトキヨシ          | 75   | MKC シーホワイトはぶらし1本                                      | 西友            | 75   | wal-mart-equate山切りカット歯ブラシ               |
| ヘアブラシ            | 1  | 60   | 397  | 7             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 397  | ミネラルイオン ポリヘアブラシ                         |
| T型カミソリ           | 1  | 36   | 677  | 19            |             | マツモトキヨシ          | 698  | シックス・プロテクター スリーホルダー                                   | 西友            | 677  | シックス・プロテクター スリーホルダー                     |
| カミソリ替え刃          | 1  | 4    | 978  | 245           |             | マツモトキヨシ          | 978  | シックス・プロテクター スリー替刃4枚入り                                 | 西友            | 1580 | シックス・プロテクター スリー替刃8枚入り                   |
| 爪切り              | 1  | 60   | 420  | 7             |             | マツモトキヨシ          | 448  | MKL クイックナース M   | 西友            | 420  | 白十字・FC手のツメキリ                            |
| 耳かき・綿棒           | 1  | 12   | 97   | 8             |             | マツモトキヨシ          | 198  | MKL 抗菌200本入   | 西友            | 97   | wal-mart-equate抗菌綿棒(ケース入り)200本入         |
| 歯磨きペースト          | 1  | 2.6  | 97   | 37            |             | マツモトキヨシ          | 160  | アース製薬・アクアフレッシュ160g                                    | 西友            | 97   | 花王・ガードハロー165g                           |
| 整髪               | 1  | 4.4  | 697  | 158           |             | マツモトキヨシ          | 698  | ギャッツビー ムービングラバー エアライズ 80g                             | 西友            | 697  | ギャッツビー ムービングラバー エアライズ 80g               |
| 髭剃りクリームなど        | 1  | 4.4  | 497  | 113           | 髭剃りクリームなど   | セイジヨー            | 498  | シック・シェーブガード 洗顔シェービングフォーム                              | 西友            | 497  | シック・シェーブガード 洗顔シェービングフォーム                |
| 化粧水              | 1  | 4.4  | 397  | 90            | 髭剃り後ローション   | マツモトキヨシ          | 401  | ギャッツビーひきしめシェーブジェル 165g                                | 西友            | 397  | ギャッツビーひきしめシェーブジェル 165g                  |
| 日焼け止めクリーム        |    |      |      |               | 不要          |                  |      |   |               |      |   |
| リップクリーム          | 2  | 12   | 398  | 66            |             | セイジヨー            | 398  | メンタム薬用モイスキュープリップ軟感                                    | 西友            | 398  | メンタム薬用モイスキュープリップ軟感                      |
|                  |    |      |      | 1844          |             |                  |      |   |               |      |   |
| <b>水光熱費</b>      |    |      |      |               |             |                  |      |   |               |      |   |
| 電気代              | 1  | 1    | 3500 | 3500          | 月3500円程度    | 東京電力             |      | 従量電灯B 基本料金(電力料金単価×1か月の使用電力量)±(燃料費調整単価×1か月の使用電力量)      |               |      |   |
| ガス代              | 1  | 1    | 3600 | 3600          | 月5000~8000円 | 東京ガス             |      | 一般契約料金 基本料+月単位料金+ガス使用量                                |               |      |   |
| 上下水道代            | 1  | 1    | 1400 | 1400          | 2ヶ月毎月3000円  | 東京都水道局(三鷹市役所水道部) |      | 多摩地区では下水道料金は市町村毎に異なる。汚水排出量は、水道使用料と同量とみなす。             |               |      |   |
|                  |    |      |      | 8500          |             |                  |      |   |               |      |   |
| <b>保健医療</b>      |    |      |      |               |             |                  |      |   |               |      |   |
| 風邪薬              | 1  | 12   | 1270 | 106           |             | マツキヨ             | 1380 | パブロン160錠  | 西友            | 1270 | コンタック 12カプセル(総合感冒薬)                     |
| 胃腸薬              | 1  | 12   | 1029 | 86            |             | マツキヨ             | 1029 | バンシロン36錠  |               |      |   |
| ばんそうこう           | 1  | 12   | 127  | 11            |             | セイジヨー            | 1134 | 大正製薬 キズガードレギュラー                                       | 西友            | 127  | リパテープ キズテープ100枚                         |
| 消毒用アルコール         | 1  | 12   | 297  | 25            |             | セイジヨー            | 599  | マキロンS 75ml  | 西友            | 297  | ケーパイン消毒液75ml商品コード: 52306859             |
| 頭痛薬              | 1  | 12   | 820  | 68            |             | セイジヨー            | 820  | バファリンA40錠   |               |      |   |
| 体温計              | 1  | 60   | 980  | 16            |             | セイジヨー            | 980  | オムロン体温計 けんおんくん  | 西友            | 970  | FC 電子体温計                                |
| 診察               | 2  | 12   | 1000 | 167           |             |                  |      |   |               |      |   |
| インフルエンザ予防接種      | 0  | 12   | 3600 |               |             |                  |      |   |               |      |   |
|                  |    |      |      | 478           |             |                  |      |   |               |      |   |
| <b>文具など</b>      |    |      |      |               |             |                  |      |   |               |      |   |
| はさみ              | 1  | 60   | 97   | 2             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 97   | レモン・フラスコはさみ                             |
| のり               | 1  | 60   | 49   | 1             |             | Kaunet           | 80   | コクヨS&T35%OFF  | 西友            | 49   | たんぼぼ・スティックのり2本セット#97                    |
| カッター             | 1  | 60   | 97   | 2             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 97   | コクヨ・カッターナイフ                             |
| セロテープ            | 1  | 60   | 109  | 2             |             | イトーヨーカドー         | 128  |   | 西友            | 109  | セロテープ12mmx10m                           |
| ガムテープ            | 1  | 120  | 97   | 1             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 97   | 50m                                     |
| ビニールひも           | 1  | 120  | 97   | 1             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 97   | 100m                                    |
| ホチキス             | 1  | 120  | 97   | 1             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 97   | サンノート・ホチキスセット                           |
| 印鑑               | 1  | 120  | 105  | 1             |             | 100均             | 105  |   |               |      |   |
| 朱肉               | 1  | 60   | 105  | 2             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 477  |   |
| メジャー(巻尺)         | 1  | 60   | 97   | 2             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 97   | ホームメジャー                                 |
| 定規               | 1  | 60   | 98   | 2             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 98   |   |
| ボールペン            | 1  | 12   | 78   | 7             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 78   | ゼブラ・サラサックボールペン                          |
| マジックペン           | 1  | 12   | 78   | 7             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 78   | ゼブラ・マッキー                                |
| 鉛筆               | 0  |      | 78   |               |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 78   | 三菱・ユニ1本                                 |
| 鉛筆削り             | 0  |      | 78   |               |             | 100均             | 105  | 簡易型   | 西友            | 680  | 簡易型#277/ハンドル式#680                       |
| 筆ペン              | 1  | 12   | 105  | 9             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 125  | セラー・筆ペン                                 |
| シャープペン           | 1  | 12   | 79   | 7             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 79   | セラー・フライング シャープペンシル                      |
| 色鉛筆              | 0  |      |      |               |             | イトーヨーカドー         | 609  | IV 学習用色鉛筆12色#609/たんぼ12色#756/たんぼ1本売り#57                | 西友            | 679  | 三菱色鉛筆1本売り#57/12色セット#679                 |
| 消しゴム             | 1  | 12   | 80   | 7             |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 80   | プラスチック消しゴム                              |
| 手帳(スケジュール帳)      | 1  | 12   | 470  | 39            |             | 100均             | 105  |   | 西友            | 470  | マンスリーファイル                               |
|                  |    |      |      | 88            |             |                  |      |   |               |      |   |
| <b>その他</b>       |    |      |      |               |             |                  |      |   |               |      |   |
| 非貯蓄型保険料          | 1  | 1    | 2015 | 2015          |             | 全労済              | 2015 | 全労済 新総合医療共済・定期医療プラン(10年定期)総合タイプ 月払い1915円プラス組合員出資金100円 | アメリカンホームダイレクト | 2960 | 持病がある方も安心 みんなのほすびたる(引き受け基準緩和型医療保険)(定期型) |
| <b>最低生活費月額</b>   |    |      |      | <b>147586</b> |             |                  |      |   |               |      |   |

最終品目リスト【単身女性 生活費用(食費を除く)】

|                           | 個数 | 耐用月数 | 単価    | 月額           | 備考   | 場所         | 価格                     | 品名/型番   | 場所     | 価格                     | 品名/型番   |
|---------------------------|----|------|-------|--------------|--|------------|------------------------|---|--------|------------------------|---|
| <b>住居</b>                 |    |      |       |              |  |            |                        |   |        |                        |   |
| 家賃地代                      | 1  | 1    | 65000 | 65000        |  | 三鷹駅歩3分     | 66000                  | JR三鷹駅南口単身者用住居賃貸条件 38  | 三鷹駅歩7分 | 69000                  | JR三鷹駅南口単身者用住居賃貸条件 48  |
| 管理費                       | 1  | 1    | 3000  | 3000         |  |            | 3000                   |   |        | 1000                   |   |
| 敷金                        | 1  | 24   | 65000 | 2708         |  |            | 66000                  |   |        | 69000                  |   |
| 礼金                        | 1  | 24   | 65000 | 2708         |  |            | 66000                  |   |        | 69000                  |   |
| 火災保険料                     | 1  | 24   | 15000 | 625          |  | 損害保険会社     | 15000                  | 賃貸住宅向け総合住宅火災保険2年契約  |        |                        |   |
|                           |    |      |       | <b>74042</b> |  |            |                        |   |        |                        |   |
| <b>交通 (自転車)</b>           |    |      |       |              |  |            |                        |   |        |                        |   |
| 自転車+防犯登録料                 | 1  | 48   | 10480 | 218          |  | サイクルベースあさひ | シテイサイクル9980/折りたたみ12980 | あさひ・アフィニスSLシングル726型9980/アフィニスSL6段変速12980/折りたたみサイクル モデル9980+防犯登録料500 | 西友     | シテイサイクル7970/折りたたみ式8970 | 26型サイクル・シーウィング 7970/27型変速サイクル・アシックワークス クロス15700/折りたたみサイクル・ベルハップ8970 |
| 空気入れ                      | 1  | 72   | 770   | 11           |  | あさひ        | 799                    | Aサビ・エアポンプ(フロアポンプ)   | 西友     | 770                    | 自転車ポンプ  |
| <b>交通</b>                 |    |      |       |              |  |            |                        |   |        |                        |   |
| 電車賃                       | 1  | 1    | 8400  | 8400         |  | JR中央線      | 8400                   | 三鷹-新宿(片道210円)を月20回往復した場合 定期代だと1ヶ月6300円                              |        |                        |   |
|                           |    |      |       | <b>8629</b>  |  |            |                        |   |        |                        |   |
| <b>交際、趣味・娯楽・習い事、旅行・帰省</b> |    |      |       |              |  |            |                        |   |        |                        |   |
| TV                        | 1  | 96   | 39800 | 415          | 20インチ・地デジ対応  | ヤマダ電機      | 64800                  | ソニー・ブラビア26型KDL-26EX300  | 西友     | 39800                  | DXアンテナ・32型LVW-324   |
| 配送料/設置料                   | 1  | 96   | 2205  | 23           |  |            |                        |   | 西友     | 630/1575               | 送料区分3:¥630/テレビ設置料 ¥1575   |
| 収集・リサイクル料                 | 1  | 96   | 3885  | 40           |  |            |                        |   | 西友     | 3885                   | 1050+リサイクル料金 メーカーより異なる  |
| DVD                       | 1  | 96   | 5420  | 56           | 確認Gでは不要。最終Gで再生専用を必要と決定。                                  | ヤマダ電機      | 5420                   | 東芝 DVDプレーヤー SD-310J   | 西友     |                        |   |
| 新聞                        | 1  | 1    | 5000  | 5000         | 雑誌、映画鑑賞、リフレッシュ等含め月に5000円程度 確認グループで合意                     | 朝日・読売・毎日/  | 3925/3007/2950         | 朝日セット¥3925 夕刊無し¥3007/産経 朝日セット¥2951                                  | 西友     | 4383/3568              | 朝日セット 夕刊無し¥3568   |
| 雑誌・週刊誌                    |    |      |       |              |  |            |                        |   |        |                        |   |
| 書籍                        |    |      |       |              |  |            |                        |   |        |                        |   |
| 他の印刷物                     |    |      |       |              |  |            |                        |   |        |                        |   |
| 宿泊旅行・帰省                   | 1  | 12   | 40000 | 3333         | 2泊3日の旅行を年1回+帰省年1回 確認                                     |            |                        |   |        |                        |   |
| NHK放送受信料                  | 1  | 2    | 2690  | 1345         | テレビがあれば払うのが前提とする   | NHK        | 2ヶ月2690/4580           | 地上契約のみ 2ヶ月2690円/衛星契約(地上含む) 2ヶ月4580円                                 |        |                        |   |
| 誕生日交際費                    | 1  | 12   | 65000 | 5417         | 父の日、母の日各3000円の品、最終確認グループで、飲み会などの交際費が月1回3000円は最低必要。       |            |                        |   |        |                        |   |
| 贈与金                       | 1  | 12   | 35000 | 2917         | 結婚式年1回3万、葬式年1回5千   |            |                        |   |        |                        |   |
|                           |    |      |       | <b>18546</b> |  |            |                        |   |        |                        |   |
| <b>携帯、インターネット、PC関連</b>    |    |      |       |              |  |            |                        |   |        |                        |   |
| インターネット接続料                | 1  | 1    | 2000  | 2000         | 確認グループで最低価格のADSLで良いと合意。最終確認グループではキャンペーン価格でもっと高いはずだとの意見も。 | hi-ho ADSL | 1017                   | 価格.COMより、三鷹市で電話回線なしで使える最低価格のインターネット(キャンペーン割引後)                      |        |                        |   |
| 郵便                        | 1  | 12   | 5000  | 417          |  |            |                        |   |        |                        |   |
| 携帯電話通話料                   | 1  | 1    | 3000  | 3000         | 携帯電話機込みでひと月あたり3000円                                      |            |                        |   |        |                        |   |
| 携帯電話機                     | 1  |      |       |              | 通信料に込み   |            |                        | 機器は型落ち無料品で可   |        |                        |   |
| ノートパソコン                   | 1  | 72   | 59800 | 831          |  | ヨドバシ電気     | 59800                  | HP-LN407PA-AAAA DVD機能あり   | ヤマダ電機  | 108800                 | 富士通 パーソナルコンピュータ LIFEBOOKFMVA42CBY                                   |
| ウイルス対策ソフト                 | 1  | 12   | 0     | 0            | フリーソフト   |            |                        |   |        |                        |   |
|                           |    |      |       | <b>6247</b>  |  |            |                        |   |        |                        |   |
| <b>家具類</b>                |    |      |       |              |  |            |                        |   |        |                        |   |
| 電子レンジ                     | 1  | 96   | 12800 | 133          | オープントaster機能付  | ヤマダ電機      | 12800                  | シャープ オープンレンジ(15L) RE-S15B-B   | 無印     | 15800                  | 無印・オープンレンジ16L EMO-MJ16 トaster機能付き                                   |
| 配送料/設置料                   | 1  | 96   | 0     | 0            |  | ヤマダ電機      | 0                      | 配送設置 ¥3000以上で無料   | 無印     | 525/840                | 送料525円+セッティング料840円  |
| 収集・リサイクル料                 | 1  | 96   | 1000  | 10           |  | 三鷹市生活環境部   | 1000                   | 粗大ごみホト制による電子レンジは2kg以内   | 無印     | 1050+α                 | ¥1050+リサイクル料金はサイズとメーカーより異なる   |
| 炊飯器                       | 1  | 72   | 5980  | 83           |  | ヤマダ電機      | 5980                   | タイガー マイコン炊飯器(3合)JAI-B550-WU   | 無印     | 6970                   | 象印 IH炊飯ジャー NP-KA10(WB)  |
| コンロ(ガステーブル)               | 1  | 60   | 15800 | 263          | 2口   | ヤマダ電機      | 15800                  | リンナイ・ガステーブル KGE20FTSBKL   | 無印     | 15700                  | パロマ 2口グリル付ガステーブル IC-320SB-R(13A)又は(LP)                              |
| 配送料/設置料                   | 1  | 60   | 0     | 0            |  | ヤマダ電機      | 0                      | 配送設置 ¥3000以上で無料   | 無印     | 525                    |   |
| 冷凍冷蔵庫                     | 1  | 108  | 32800 | 304          | 小さい2ドア   | ヤマダ電機      | 32800                  | エラワタックス 2ドア冷凍冷蔵庫(143L) ER-151-HG                                    | 無印     | 35800                  | 無印良品 電気冷凍冷蔵庫・137L SMJ-14B   |
| 配送料/設置料                   | 1  | 108  | 0     | 0            |  | ヤマダ電機      | 0                      | 配送設置無料  | 無印     | 2100                   |   |
| 収集・リサイクル料                 | 1  | 108  | 4305  | 40           |  | ヤマダ電機      | 4305                   | 170L以下の冷蔵庫・リサイクル回収料金 ¥3780+収集運搬料 ¥525                               | 無印     | 4830                   | 170L以下の冷蔵庫 ¥1050+リサイクル料金 サイズとメーカーより異なる                              |
| 洗濯機                       | 1  | 72   | 25700 | 357          | 小さい全自動   | ヤマダ電機      | 25700                  | サンヨー 全自動洗濯機(4.5kg) ASW-45D-WB                                       | 無印     | 25700                  | パナソニック 全自動洗濯機(6kg)NA-F60B2  |
| 配送料/設置料                   | 1  | 72   | 2520  | 35           |  | ヤマダ電機      | 0                      | 配送設置無料  | 無印     | 945/1575               | 送料区分4:¥945/設置料 ¥1575  |
| 収集・リサイクル料                 | 1  | 72   | 3570  | 50           |  | ヤマダ電機      | 3045                   | リサイクル回収料 ¥2520+収集運搬料 ¥525   | 無印     | 3570                   | 1050+リサイクル料金 メーカーより異なる  |
| アイロン                      | 1  | 60   | 2900  | 48           |  | ヤマダ電機      | 1100/3580              | 山善・スチームアイロン SI-1000-WP 水タンク80ml/コードレススチームアイロン SI1200K 水タンク140ml     | 無印     | 2900                   | ツインバード SA-R563-02 水タンク85ml  |
| 衣装ケース                     | 4  | 96   | 1270  | 53           | プラスチック、@3000円くらい   | ニトリ        | 1290                   | 押入ケース(セレストN M)4個セット @1290(トレー10枚位) /セレストN L 3個セット4,770(トレー14枚位)     | 無印     | 1270                   | MAIN STAYS・押入衣装ケース・コ有リ SY-6423 (39x74x23)                           |
| 配送料/設置料                   | 1  | 96   | 0     | 0            |  | ニトリ        | 1500                   | ¥5000迄 ¥500、¥10000迄 ¥1000、¥10001以上 ¥1500                            |        |                        |   |
| テーブル/ダイニング                | 1  | 96   | 2970  | 31           | ローテーブル   | ニトリ        | 1990/3990              | ローテーブル(HNT-0025 WH)80×60×36 /折りたたみ(VD7550-WH)3990円75×50×32          | 西友     | 2970                   | アイリスオオヤマ・折脚ローテーブル ORE-K7550 75x50x28.5                              |



最終品目リスト [単身女性 生活費用(食費を除く)]

|                        | 個数 | 耐用月数  | 単価        | 月額   | 備考  | 場所       | 価格               | 品名/型番   | 場所     | 価格    | 品名/型番   |
|------------------------|----|-------|-----------|------|---|----------|------------------|---|--------|-------|---|
| 配送料/設置料                |    | 96    | 0         | 0    |   | ニトリ      | 1500             | ¥5000迄 ¥500、¥10000迄 ¥1000、¥10001以上 ¥1500  | 西友     | 0     | 送料込み商品  |
| TV台                    | 1  | 96    | 2980      | 31   |   | ニトリ      | 2990             | (FRD-TV60)60×40×37  | 西友     | 2980  | アイリスオーヤマ・DTV-21M 52.5x40x21   |
| 配送料/設置料                |    | 96    | 0         | 0    |   | ニトリ      | 1500             | ¥5000迄 ¥500、¥10000迄 ¥1000、¥10001以上 ¥1500  | 西友     | 0     | 送料込み商品  |
| 靴用ラック                  | 1  | 96    | 1070      | 11   |   | ニトリ      |                  |   | 西友     | 1070  | 5段 幅38cm 1070円、幅56cm 1670円  |
| 電気傘(リビング)              | 1  | 96    | 3900      | 41   |   | ニトリ      | 3900             | シーリングライト(NTR720P) 3900、ペンダントシェード(LS-19005 IV)1400   | 西友     | 5970  | パナソニック・シーリングライト8帖用 ¥5970、パナソニック・ペンダントシェード ¥4970                                       |
| 電球                     | 3  | 32.88 | 136       | 12   | キッチン・バス・トイレ   |          |                  |   | 西友     | 136   | 18w・36w キッチン/バス/トイレ用  |
| 蛍光灯                    | 1  | 99.48 | 1077      | 11   | リビング  |          |                  |   | 西友     | 1077  | 30×32.977/32×40.1277/30×40.1077 リビング用   |
| カーペット/リビング             | 1  | 72    | 1120      | 16   | 2畳用ラグ   | ニトリ      | 1120             | コット IN NLIFE10 130x190 /ホリエステル サコマイヤ1.5畳 130x185 ¥1400  | 西友     | 3470  | 平織り2帖・ホリエステル ¥3470 /MAIN STAYS 中敷ラグ2帖 ¥3970   |
| カーテン・フライド/リビング         | 1  | 36    | 1900      | 53   | 窓カーテン   | ニトリ      | 1900             | カーテンレースセット(N74710 100x178x2枚+100x178x2枚セット)/(ルーフ 遮光2級 100x178x2枚+100x178x2枚セット)                       | 西友     | 1890  | MAIN STAYS カーテンセット4枚 100x178  |
| カーテン・フライド/リビング         | 1  | 36    | セット価格     |      | 窓レースカーテン  | ニトリ      | 999              | 既製レースカーテン(100x178x2)  | 西友     | 970   | 窓レース  |
| クッション 座布団              | 2  | 36    | 399       | 22   |   | ニトリ      | 座布団 599、クッション780 | 座布団(キナバ ¥599/3マ ¥1490、カー ¥390/490) 背当てクッションカバー ¥780(ホリエステル織) ¥490、フザー ¥590、カー ¥290/390/399/590)       | 西友     | 200   | 座布団200/クッション399   |
| 姿見の鏡                   | 1  | 96    | 1900      | 20   |   | ニトリ      | 1900             | 折りたたみ式スタンドミラー(リフレ LBR)  | 西友     | 5000  | パンチミラー 36x50x145  |
| 配送料/設置料                | 1  | 96    | 0         | 0    |   | ニトリ      | 0                | ニトリネット注文の場合、完成家具送料無料/店舗購入の時、配送不可  | 西友     | 1050  | 配送料D区分 ¥1050  |
| 押入衣装用突っ張りポール           | 1  | 96    | 990       | 10   |   | ニトリ      | 990              | 押入れ伸縮ハンガー(シングル)幅75cm  | 西友     | 1270  | 突っ張りポール(max190cm)   |
|                        |    |       |           | 1634 |   |          |                  |   | 西友     |       |   |
| <b>寝具類</b>             |    |       |           |      |   |          |                  |   |        |       |   |
| ベッド                    | 1  | 96    | 15800     | 165  | マットレス込み、下に収納可。確認Gでもっと安いものではないかという意見があったが、マットレス込みでこれ以上安いものを探すの困難。最終確認Gでもこの意見に同意。 | ニトリ      | 15800/19890      | Sパイベッド(アレイクスSIメッシュ) ¥5990+シングルマットレス(ニューサファリ) ¥9990/シングルフレーム(シティ3 NA 材) ¥9900+シングルマットレス(ニューサファリ) ¥9990 | 西友(無印) | 9900  | シングルベッドフレーム(シティ3 NA (SHBR)) マットレスのかわりに敷布団でOK?   |
| 配送料/設置料                |    | 96    | 0         | 0    |   | ニトリ      | 0                | 配送・設置料:ベッドフレームとニューサファリマットと同時購入の場合無料   | 西友(無印) | 2625  | 配送料E区分1個目(ベッド) ¥2100+2個目(マット) ¥525/組立依頼の場合:組立て料 ¥1575                                 |
| ふとんセット                 | 1  | 36    | 8380      | 233  |   | ニトリ      | 8380             | 布団セット 羽根ふとん+ホリエステル綿敷き布団+ホリエステル綿枕 ¥5990/羽毛ふとんS-101+ホリエステル綿敷き布団+ホリエステル綿枕 ¥8380                          | 西友(無印) | 10000 | 羽毛ふとんセット羽毛掛けふとん+ホリエステルベッド+羽根枕セット(ベッド用) ¥10000/羽毛掛けふとん+ホリエステル敷ふとん+羽根枕セット(敷ふとん用) ¥10000 |
| 配送料/設置料                | 1  | 36    | 1000      | 28   |   | ニトリ      | 1500             | ¥5000迄 ¥500、¥10000迄 ¥1000、¥10001以上 ¥1500  | 西友(無印) | 525   | 配送料C  |
| 毛布                     | 1  | 36    | 990       | 28   | 確認グループで必要と合意  | ニトリ      | 990/4900         | マイクロファイバー(010 BR S)140x190 ホリエステル ¥990/ ¥1400、7クル2枚合わせ(シングル×10S) ¥4900、綿毛布 ¥240                       | 西友(無印) | 1500  | アクリク毛布 ¥1900/あたたかファイバー厚手 ¥4900、洗える綿毛布 ¥3900、ウール ¥6500                                 |
| 枕                      | 1  | 36    | ふとんセットに込み |      |   | ニトリ      | 490              | ホリ、羽根、そばいずれも490   | 西友(無印) | 397   | 397/497   |
| 掛け布団カバー                | 2  | 36    | 399       | 22   |   | ニトリ      | 770              | 770/990/1100  | 西友(無印) | 399   | MAIN STAYS ¥399/980/1450  |
| シーツ                    | 2  | 36    | 980       | 54   |   | ニトリ      | 1490             | 770/980/1100  | 西友(無印) | 980   | ベッドシーツ  |
| 枕カバー                   | 2  | 36    | 290       | 16   |   | ニトリ      | 290              | 290/340/390   | 西友(無印) | 399   | MAIN STAYS ¥399/980/1450  |
| タオルケット                 | 1  | 36    | 1900      | 53   |   | ニトリ      | 1900             | シングル(ムネシワダブル 010 S) /2400   | 西友(無印) | 2990  | マイヤータオルケット  |
| ベッドパッド                 | 1  | 36    | 1290      | 36   |   | ニトリ      | 1290             | シングル(ホリエステル NTV S)  |        |       |   |
|                        |    |       |           | 634  |   |          |                  |   |        |       |   |
| <b>家事用品 (食器・調理器具等)</b> |    |       |           |      |   |          |                  |   |        |       |   |
| 茶碗                     | 2  | 24    | 197       | 16   |   | 100均     | 105              |   | 西友     | 197   | 197/397/597   |
| 汁椀                     | 2  | 24    | 58        | 5    |   | 100均     | 105              |   | 西友     | 57    | 58/98/198/398   |
| 皿                      | 2  | 24    | 397       | 33   | カレー等使用可な大皿  | 100均     | 105              |   | 西友     | 397   |   |
|                        | 2  | 24    | 197       | 16   | 小皿  | 100均     | 105              |   | 西友     | 197   |   |
|                        | 2  | 24    | 297       | 25   | サラダ用(ホウ乳状)  | 100均     | 105              |   | 西友     | 297   |   |
|                        | 2  | 24    | 175       | 15   | マグ  | 100均     | 105              |   | 西友     | 175   | 175/397/597   |
| タンブラー                  | 2  | 24    | 97        | 8    |   | 100均     | 105              |   | 西友     | 97    | 97/197  |
| カトラリーセット               | 1  | 60    | 784       | 13   | スプーン、フォーク各大小  | ニトリ      | 1080             | カトラリー8点セット(グラヴィティ)、デザートフォーク4本セット(ピンティ)  | 西友     | 784   | @98   |
| はし                     | 2  | 60    | 97        | 3    |   | ニトリ      | 249              | 専用箸5膳(チョップスティック5センチ ミ NT-2207)  | 西友     | 97    | MAIN STAYS 97/197/397   |
| 保温冷水瓶                  | 1  | 60    | 497       | 8    | 500ml程度   |          |                  |   | 西友     | 497   | 象印2470/MS497  |
| 弁当箱                    | 1  | 60    | 580       | 10   | 週2.3回くらい弁当  | イトーヨーカドー | 580              | 箸付き   | 西友     | 697   | 397/497/697/970   |
| 弁当用箸・箸箱                | 1  | 60    | 弁当箱に込み    |      |   |          |                  |   | 西友     | 497   |   |
| 鍋セット                   | 1  | 60    | 1680      | 28   | 両手、片手各1   | ニトリ      | 1680             | IH片手鍋ステンレス18cm(200VYJ-10)、200VIH両手鍋ステンレス24cm(YJ-15)   | 西友     | 1540  | 16cm  |
| 鍋                      | 1  | 60    | 390       | 7    | フライパン   | ニトリ      | 390              | フッ素 26cm(プロト400)  | 西友     | 397   | フッ素 26cm  |
| やかん                    | 1  | 60    | 590       | 10   |   | ニトリ      | 590              | 200V IH対応ケトル 1.5L(YH3044)   | 西友     | 697   | 2.2L  |
| ナイフセット                 | 1  | 60    | 970       | 16   | 文化包丁  | ニトリ      | 990              | 三徳包丁(ステンレス切り専用 サトウ)   | 西友     | 970   | 497/970   |
| ピーラー/果物ナイフ             | 1  | 60    | 497       | 8    | 果物ナイフ   |          |                  |   | 西友     | 497   | ピーラー ¥97/果物ナイフ ¥497   |
| 栓抜き                    | 1  | 60    | 97        | 2    | 缶切り付  | 100均     | 105              |   | 西友     | 97    | 缶切り付  |
| 水切りざる                  | 1  | 60    | 594       | 10   | 大・小   | 100均     | 210              |   | 西友     | 594   | 16cm 22cm   |
| まな板                    | 1  | 60    | 497       | 8    |   | ニトリ      | 590              | 耐熱抗菌まな板 中(KHW-SW) /桐まな板(中)(NTR-370/2) 299   | 西友     | 497   | 35×20   |
| クーパーセット                | 1  | 60    | 315       | 5    | 大・中・小各1   | 100均     | 315              | 大・中・小   | 西友     | 491   | 大・中・小   |
| 調味料ケース(塩、さとう)          | 1  | 60    | 200       | 3    |   | ニトリ      | 390              | 調味料ポット2個セットラックつき(MW09-05)   | 西友     | 200   | @100  |
| お玉                     | 1  | 60    | 105       | 2    |   | 100均     | 105              | ステンレスお玉 大(ダイBK) ニトリ 199   | 西友     | 197   |   |
| フライ返し                  | 1  | 60    | 105       | 2    |   | 100均     | 105              | ピーター(ステンレスピーター) ニトリ 390   | 西友     | 197   |   |
| さいりばし                  | 2  | 60    | 105       | 4    | 2膳1組  | 100均     | 105              |   | 西友     | 97    | 3膳1組  |
| ボール                    | 1  | 60    | 210       | 4    | 大・小各1   | 100均     | 210              | 大・小   | 西友     | 594   | 16.5cm、22.5cm   |

最終品目リスト [単身女性 生活費用(食費を除く)]

|                        | 個数 | 耐用月数 | 単価    | 月額   | 備考  | 場所       | 価格       | 品名/型番   | 場所             | 価格       | 品名/型番  |
|------------------------|----|------|-------|------|---|----------|----------|---|----------------|----------|--|
| 三角コーナー                 | 1  | 60   | 147   | 2    |   | 100均     | 105      |   | 西友             | 147      | ごみシャット不織布排水口用50枚入                            |
| 布巾                     | 1  | 12   | 290   | 24   | 台ふきん、食器用各1  | ニトリ      | 240/290  | 台ふきん(おしほり)4枚組¥230/キッチンクロス3枚組¥290              | 西友             | 397      |  |
| <b>(バス回り)</b>          |    |      |       |      |   |          |          |   |                |          |  |
| バスタオル                  | 3  | 12   | 290   | 73   |   | ニトリ      | 290      | 290/390/490/590                               | 西友             | 397      |  |
| バスマット                  | 1  | 36   | 249   | 7    |   | ニトリ      | 249      | フッフル(2IV 30X50)ノズリッパ ¥249/(INKB BE 45X65)¥390 | 西友             | 397      | 397/597/947                                  |
| 洗面器                    | 1  | 96   | 190   | 2    |   | ニトリ      | 190      | 湯桶(ホーム)                                       | 西友             | 197      |  |
| 風呂掃除用ブラシ               | 1  | 36   | 297   | 8    |   | ニトリ      | 290      | バスクリナー  | 西友             | 297      | 297/867                                      |
| 風呂掃除用洗剤                | 1  | 2    | 277   | 139  |   | セイジヨー    | 313      | バスマジックリンスプレー400ml                             | 西友             | 277      | バスマジックリンスプレー400ml 商品コード: 59688596            |
| 石けん                    | 1  | 2    | 42    | 21   |   | セイジヨー    | 128      | 植物性せっけん 85g×3コ                                |                |          |  |
| シャンプー                  | 1  | 1.1  | 327   | 297  |   | マツモトキヨシ  | 348      | ユニリーバ・ラックス スーパーリッチ シヤイン シャンプー レギュラー 200ml     | 西友             | 327      | ユニリーバ・ラックス スーパーリッチ シヤイン シャンプー レギュラー 200ml    |
| リンス・トリートメント            | 1  | 1.1  | 327   | 297  |   | マツモトキヨシ  | 348      | ユニリーバ・ラックス スーパーリッチ シヤイン コンディショナー レギュラー 200ml  | 西友             | 327      | ユニリーバ・ラックス スーパーリッチ シヤイン コンディショナー レギュラー 200ml |
| <b>(トイレ回り)</b>         |    |      |       |      |   |          |          |   |                |          |  |
| トイレブラシ                 | 1  | 36   | 397   | 11   |   | ニトリ      | 399      | トイレブラシ付(LP)                                   | 西友             | 397      |  |
| トイレクリナー                | 1  | 2.5  | 277   | 111  |   |          |          |   | 西友             | 277      | トイレマジックリンス消臭洗浄スプレー                           |
| 便座カバー                  | 1  | 12   | 149   | 12   |   | ニトリ      | 149      | U型O型とも149                                     | 西友             | 197      | MAINSTAYS                                    |
| <b>(洗濯・衣類管理関係)</b>     |    |      |       |      |   |          |          |   |                |          |  |
| 洗濯ロープ                  | 1  | 180  | 698   | 4    | 物干し竿  |          |          |   | 西友             | 698      |  |
| 洗濯ばさみ                  | 10 | 36   | 99    | 28   | 10ヶセット  | ニトリ      | 99       | 20P/20P SP-1104)                              | 西友             | 97       | 20P入   |
| 洗剤                     | 1  | 14.4 | 325   | 23   |   | セイジヨー    | 398      | ライオン・トップ NANOX500g (1回水30Lに洗剤20g=25回分)        | 西友             | 325      | ライオン・トップ NANOX500g (1回水30Lに洗剤20g=25回分)       |
| 漂白剤                    | 1  | 7.1  | 197   | 28   |   | セイジヨー    | 238      | 花王・ワイドハイター1000ml                              | 西友             | 197      | 花王・ワイドハイター1000ml                             |
| 柔軟剤                    | 1  | 12   | 297   | 25   |   | セイジヨー    | 398      | ライオン・ソフランアロマソープ720ml (1回水30Lに洗剤10g=72回分)      | 西友             | 297      | ライオン・ソフランアロマソープ720ml (1回水30Lに洗剤10g=72回分)     |
| おしやれ着用洗剤               | 1  | 16.4 | 197   | 12   |   | セイジヨー    | 398      | ライオン・アクロン500ml(水30mlに40ml)                    | 西友             | 197      | ライオン・アクロン500ml(水30mlに40ml)                   |
| ドライ製品用洗剤               | 1  | 12   | 198   | 17   |   |          |          |   | 西友             | 198      | ライオン・アクロン500ml(水30mlに41ml)                   |
| 小物干し                   | 1  | 36   | 290   | 8    |   | ニトリ      | 290      | 折りたたみハンガー24P(オリタミハンガー24P LH-4625)             | 西友             | 797      | 32P  |
| アイロン台                  | 1  | 96   | 770   | 8    |   | ニトリ      | 790      | アイロン台(IR-LN2)6L                               | 西友             | 770      |  |
| ハンガー                   | 5  | 96   | 99    | 5    |   | ニトリ      | 140      | スーツハンガー(PBK-S47)99 /クリップツキPBK-AK43)140        | イトーヨーカドー       | 348      | スカートピンチ付き                                    |
| 防虫剤                    | 1  | 12   | 595   | 50   |   |          |          |   | 西友             | 595      | ビノ(ラアース無臭防虫引き出し用2年分48包)                      |
| <b>(キッチン関係)</b>        |    |      |       |      |   |          |          |   |                |          |  |
| 生ゴミ用ゴミ入れ               | 1  | 96   | 970   | 10   | 蓋可能なもの  | ニトリ      | 999      | ベタルベール(SPD-5WH)                               | 西友             | 970      | プラスチック製20L                                   |
| ゴミ入れ                   | 1  | 96   | 199   | 2    |   | ニトリ      | 299      | ごみ箱(ダストボックスTD20 IV-N)                         | 西友             | 199      |  |
| ナイロンたわし                | 1  | 4    | 97    | 24   | 台所用   |          |          |   | 西友             | 97       | グレートバリュー・キッチンスポンジハードタイプ 商品コード: 59135492      |
| 食器洗剤                   | 1  | 4.1  | 127   | 31   |   |          |          |   | 西友             | 127      | 花王・ファミリー キュキュット 商品コード: 44823078              |
| ラップ                    | 1  | 2    | 137   | 69   |   |          |          |   | 西友             | 127/137  | クレラップ ミニ22cmx20m/レギュラー30cmx20m               |
| ホイル                    | 1  | 3.5  | 88    | 25   |   |          |          |   | 西友             | 88       | 住軽アルミ箔・マイホイル 25cmx8m                         |
| キッチンペーパー               | 1  | 2    | 77    | 39   |   |          |          |   | 西友             | 77       | エリエール 超吸収キッチンタオル 2ロール                        |
| <b>(その他の家事関係、防災用品)</b> |    |      |       |      |   |          |          |   |                |          |  |
| ティッシュペーパー              | 1  | 2    | 249   | 125  |   |          |          |   | 西友             | 249      | 西友・グレートバリュー ティッシュ 200組×5組                    |
| トイレットペーパー              | 1  | 3    | 217   | 72   |   |          |          |   | 西友             | 217      | ネイチヤートイレットペーパー シングル 60mx12ロール                |
| タオル                    | 5  | 12   | 140   | 58   |   | ニトリ      | 140      | 140/190/240                                   | 西友             | 197      |  |
| ゴミ袋                    | 1  | 1    | 180   | 180  | 月100~3,400円   | 三鷹市指定販売店 | 180      | 燃やせるゴミ燃やせないゴミ共通サイズ10L 10枚                     |                |          |  |
| モップ                    | 1  | 96   | 695   | 7    | ハンディイックルワイパー  | セイジヨー    | 1580/798 | イックルワイパー本体¥1580/イックルワイパーハンディー本体¥798           | 西友             | 1278/695 | ハンディイックルワイパー本体¥1278/ハンディー¥695                |
| モップヘッド                 | 1  | 1    | 235   | 235  |   | セイジヨー    | 722/298  | イックルワイパーヘッド40枚入り ¥722/ハンディ取替3枚入り¥298          | 西友             | 588/235  | イックルワイパーヘッド40枚入り ¥588/ハンディ取替3枚入り ¥235        |
| 粘着カーペットクリナー            | 1  | 10.4 | 190   | 18   | 確認グループが必要と合意  | ニトリ      | 190      | カーペットクリナー90周巻本体 ¥190/替紙3本 ¥190                | 西友             | 295      | グレートバリュー 粘着カーペットクリナー ¥295/替紙 ¥177            |
| 工具セット(ドライバーなど)         | 1  | 72   | 397   | 6    |   | ニトリ      | 499      | ドライバー8本セット                                    | 西友             | 397      | ドライバーセット                                     |
| 懐中電灯                   | 96 | 197  | 0     | 0    | 防災セットにも入っている  |          |          |   | 西友             | 197      | ホーム電機 懐中ライトFL-108S                           |
| 電池                     | 1  | 36   | 175   | 5    |   | ニトリ      | 198      | アルカリ単3電池(4本) ¥99x2セット                         | 西友             | 175/175  | 西友・グレートバリュー アルカリ単3電池(8本)/アルカリ単4電池(8本)        |
| 防災セット一式                | 1  | 60   | 5000  | 83   | 懐中電灯、水、手動発電機、カローリメイト、ティッシュペーパー、リュック・サック等                      | アマゾン     | 15750    | 角利産業緊急避難セット                                   |                |          |  |
|                        |    |      |       | 2459 |   |          |          |   |                |          |  |
| <b>衣類</b>              |    |      |       |      |   |          |          |   |                |          |  |
| 礼服                     | 1  | 36   | 13400 | 372  | 冠婚葬祭使用可、ワンピースジャケット最初は耐用年数7年だったが、7年同じものを着られるように体系維持するのは難しいとのこと |          |          |   | 西友             | 13440    | 大きめ2重襟のノンイジアンサンプル(オールシーズン)                   |
| ワンピース                  | 1  | 36   | 15000 | 417  | 結婚式出席用。華やかな色のもの   | ニッセン     | 5990     | レース切替ワンピース                                    | AIMER(吉祥寺アトレ内) | 24150    | ゲストドレス No.24-5-001                           |
| ジャケット                  | 1  | 12   | 5800  | 483  | 春夏用   |          |          |   | 西友             | 5800     | george(スカート付)                                |
| ジャケット                  | 1  | 12   | 5900  | 492  | 秋冬用   | イトーヨーカドー | 6990     |   | 西友             | 5900     | george 婦人ショートウイングジャケット                       |
| スカート                   | 4  | 12   | 2990  | 997  | 春夏用(5枚必要とのことだが、1枚ジャケットに込みなので4枚)                               |          |          |   | 西友             | 2990     |  |
| スカート                   | 5  | 12   | 2990  | 1246 | 秋冬用   | イトーヨーカドー | 3990     |   | 西友             | 2990     |  |
| スボン                    | 2  | 12   | 1990  | 332  |   |          |          |   | 西友             | 1990     | george・レディースパンツ                              |
| ジーンズ                   | 3  | 12   | 680   | 170  |   |          |          |   | 西友             | 680      | クロージング 婦人デニムストレッチ デニムパンツ                     |
| コート(長)                 | 1  | 24   | 12900 | 538  | ウール(長) クリーニングに出すので2年着る想定でOK。                                  | ユニクロ     | 9990     | ウールベルベットシングルコート                               | 西友             | 12900    | STYLE ONE・フックスフー付きダウンコート                     |

最終品目リスト【単身女性 生活費用(食費を除く)】

|                  | 個数 | 耐用月数 | 単価    | 月額    | 備考  | 場所             | 価格       | 品名/型番                       | 場所       | 価格    | 品名/型番                           |
|------------------|----|------|-------|-------|---|----------------|----------|-----------------------------|----------|-------|---------------------------------|
| コート(短)           | 1  | 12   | 4130  | 344   | コート(短)  | ユニクロ           | 3990     | スポーツフルジップコート                | 西友       | 4130  | 西友・george フューチャーホジティブコート        |
| ロングコート           | 1  | 12   | 9990  | 833   |   | ユニクロ           | 9990     | シングルレンチコート(エアテックライナー)       | 西友       |       |                                 |
| 短パン              | 2  | 12   | 1500  | 250   |   | ユニクロ           | 1500     | フェアリーソフトショートパンツ             | 西友       |       |                                 |
| ジャージ             | 1  | 12   | 990   | 83    |   | ユニクロ           | 990/2990 | ルームパンツ/マイクロフリースセット          | 西友       | 2480  |                                 |
| 外ばきレギンス          | 3  | 12   | 497   | 124   |   | ユニクロ           | 1990     | イージーレギンス/パンツ                | 西友       | 497   |                                 |
| 襟付き長袖シャツ         | 3  | 12   | 1990  | 498   |   | ユニクロ           | 1990     | ストレッチブロードシャツ                | 西友       | 1990  |                                 |
| 長袖カットソー          | 3  | 12   | 1000  | 250   |   | ユニクロ           | 1000     | プレミアムコットンT(長袖)              | 西友       | 1900  | george・フューチャーホジティブ ラメホーダーチュニック  |
| Tシャツ             | 3  | 12   | 500   | 125   |   | ユニクロ           | 500      | フライスクルーネックT(半袖)             | 西友       | 970   | george・ベア天タートルネック長袖Tシャツ         |
| チュニック            | 3  | 12   | 2990  | 748   |   | ユニクロ           | 2990     | リヨセコットンピンタックチュニック           | 西友       | 1990  | george・カットソーチュニック               |
| カーディガン           | 1  | 12   | 3990  | 333   | 夏用  | ユニクロ           | 3990     | メリノカシミアカーディガン               | 西友       | 2990  | george・長袖スタック付きカーディガン           |
| アンサンブル           | 1  | 12   | 2990  | 249   | 長袖・半袖セット品(綿)  |                |          |                             | 西友       | 2990  |                                 |
| アンサンブル           | 2  | 12   | 3990  | 665   | 長袖・半袖セット品(ニット)  | イトーヨーカドー       | 3990     |                             | 西友       | 3990  |                                 |
| セーター             | 3  | 12   | 970   | 243   |   | ユニクロ           | 1990     | ラムウールVネックセーター               | 西友       | 970   | george・長袖ラメリVネックセーター無地          |
| フリース             | 1  | 12   | 1500  | 125   |   | ユニクロ           | 1500     | マイクロフリースT                   | 西友       |       |                                 |
| ブラジャー            | 7  | 24   | 1497  | 437   | 2000-3000円  | ユニクロ           | 1990     | ノンワイヤーブラ                    | 西友       | 1297  | 797/997/1297/1497               |
| ショーツ             | 10 | 12   | 297   | 248   | 安くても可3枚1000円程度  | ユニクロ           | 590      | ショーツ                        | 西友       | 297   | 297/497/500/697/797             |
| 生理用ショーツ          | 3  | 12   | 997   | 249   |   |                |          |                             | 西友       | 997   |                                 |
| 肌着・スリッパ          | 2  | 24   | 297   | 25    |   | ユニクロ           | 590      | キトモイストキャミソール                | 西友       | 297   |                                 |
| 冬月七分袖            | 3  | 36   | 590   | 49    |   | ユニクロ           | 590      | キトモイストUネックT                 | 西友       | 780   | george・婦人エボルトインナー8分袖            |
| 冬月パジャマ           | 2  | 36   | 1450  | 81    | 冬用  |                |          |                             | 西友       | 1450  | 1450/1900/1990/2990/4900        |
| マフラー             | 1  | 48   | 1500  | 31    | マフラー  | ユニクロ           | 1500     | ヒートテックマフラー                  | 西友       | 2000  | 790/2000(カシミヤ)                  |
| 手袋               | 1  | 36   | 790   | 22    |   | ユニクロ           | 790      | ブリントフリースグローブ                | 西友       | 790   | おんやのチーフ手袋790/980                |
| 婦人用タイツ           | 10 | 12   | 488   | 407   |   | ユニクロ           | 1500     | タイツ                         | 西友       | 488   | 西友・ウロウロ 2足組80デニールタイツ977         |
| 婦人用ストッキング        | 10 | 12   | 397   | 331   |   | ユニクロ           |          |                             | 西友       | 397   | george・メッシュ ベージュ                |
| 婦人用ソックス          | 3  | 12   | 330   | 83    | 3足990円  | ユニクロ           | 990      | ヒートテックショートソックス(3足組)         | 西友       | 597   | 297/3足597                       |
| サンダル             | 1  | 12   | 397   | 33    | 近所用つっかけ   |                |          |                             | 西友       | 397   | 397/970                         |
| ブーツ              | 1  | 24   | 2990  | 125   | ショート  | ユニクロ           | 2990     | ネオレザームーテンブーツ                | ABCマート   | 3990  | VANSムーテン順ショートブーツ                |
| ブーツ              | 1  | 24   | 5990  | 250   | ロング   | ユニクロ           | 7990     | リアルヒールブーツ                   | ABCマート   | 6990  | 美腿細シヤブーツ                        |
| 靴(ヒールあり、仕事)      | 1  | 12   | 4990  | 416   | 仕事で可、革製(1つは冠婚葬祭可)   | ユニクロ           | 1990     | ラウンドパンプス(エナメル)              | ABCマート   | 4990  | エナメルパンプス                        |
| 靴(ヒールあり、冠婚葬祭用)   | 1  | 36   | 10500 | 292   |   | DIANA(吉祥寺アトレ内) | 13440    | エナメルパンプス                    | ロコンド(通販) | 10500 | ユニティパンプス                        |
| 靴(ヒールなし)         | 2  | 12   | 3990  | 665   | 仕事以外(流行的、安くても可)   | ユニクロ           | 990      | リボンパレーシューズ                  | ABCマート   | 3990  | フラットパンプス                        |
| はつピンキー           | 1  | 36   | 4990  | 139   |   | ユニクロ           |          |                             | ABCマート   | 4990  | ニューバランス                         |
| クリーニング           | 1  | 12   | 3801  | 317   | 礼服、ジャケット、コート  | クリーニングチャリィ     | 3801     | スーツ上下1438~ ジャケット861~コート1438 |          |       |                                 |
| 靴修理              | 1  | 6    | 1250  | 208   |   |                | 1250     | 婦人ヒール1250~                  |          |       |                                 |
|                  |    |      |       | 14318 |   |                |          |                             |          |       |                                 |
| <b>装身具・カバン等</b>  |    |      |       |       |   |                |          |                             |          |       |                                 |
| 長い傘              | 2  | 24   | 2487  | 207   | 長(安いので可。500円程度)   |                |          |                             | 西友       | 2487  | 497/1990                        |
| 折り畳み傘            | 1  | 36   | 790   | 22    | 折り畳み  | ユニクロ           | 790      |                             | 西友       | 497   | 997/1990                        |
| 日傘               | 1  | 60   | 1500  | 25    | 日傘  |                |          |                             | 西友       | 1500  |                                 |
| ハンドバッグ           | 1  | 36   | 1990  | 55    | 冠婚葬祭可(黒、布)  | ニッセン           | 1990     | フォーマル手提げバッグ /1990           | 西友       |       | シンプルフォーマルバッグ【ブラックフォーマル          |
| トートバッグ           | 1  | 36   | 3900  | 108   | 仕事でも使用可(A4入る)5000円くらい   | ニッセン           | 4990     | 合皮 3990 /本革バッグ4990          | イトーヨーカドー | 3900  | Kent 舟形トート 35cm                 |
| ハンドバッグ           | 1  | 36   | 3990  | 111   | 普段用5000円くらい   | ニッセン           | 3990     | ZWAYトート2990 /ラウンド型バッグ3990   | イトーヨーカドー | 10900 | Made in Japan・ステッチ使い手提げバッグ      |
| 旅行用かばん           | 1  | 60   | 3980  | 66    |   |                |          |                             | 無印       | 3980  | 加工ポリエステルポストシ・大                  |
| ベルト              | 1  | 36   | 1990  | 55    |   | ユニクロ           | 1990     | WOMENベルト                    | 西友       | 1990  |                                 |
| パールネックレス         | 1  | 120  | 9980  | 83    |   |                |          |                             | ツツミ      | 9980  | アコヤ真珠ネックレス 4mm珠 40cm            |
| ハンカチ             | 5  | 12   | 320   | 133   |   |                |          |                             | 西友       | 320   |                                 |
| タオルハンカチ          | 5  | 12   | 190   | 79    |   |                |          |                             | 西友       | 190   |                                 |
| 財布               | 1  | 12   | 1000  | 83    | 32歳の女性としては安すぎる。耐用年数を短く変更  |                |          |                             | 西友       | 1000  |                                 |
| 化粧ポーチ            | 1  | 12   | 105   | 9     |   | 100均           | 105      |                             |          |       |                                 |
| 小物入れるポーチ         | 1  | 36   | 620   | 17    |   | 無印             | 620      |                             | 西友       | 990   |                                 |
|                  |    |      |       | 1055  |   |                |          |                             |          |       |                                 |
| <b>理美容品・サービス</b> |    |      |       |       |   |                |          |                             |          |       |                                 |
| カット代             | 1  | 3    | 4800  | 1600  |   |                | 4800     | カット+シャンプー+マサージュ+ブロー込み       |          |       |                                 |
| ヘアドライヤー          | 1  | 72   | 1340  | 19    |   | ヤマダ電機          | 1340     | テスコムヘアードライヤー(1200W)TU17     | 西友       | 980   | テスコ ハイパー SU13                   |
| 歯ブラシ             | 1  | 1    | 75    | 75    |   | マツモトキヨシ        | 75       | MKC シーホワイトはぶらし1本            | 西友       | 75    | wal-mart・equate山切りカット歯ブラシ       |
| 歯磨きペースト          | 1  | 2.6  | 97    | 37    |   | マツモトキヨシ        | 160      | アース製薬・アクアフレッシュ160g          | 西友       | 97    | 花王・ガードハロー-165g                  |
| クレンジング(4ヶ月落とし)   | 1  | 12   | 525   | 44    |   | セイジヨー          | 980      | DHC デイブレンディングオイル            | 西友       | 525   | ちふれ・クレンジングジェル                   |
| 洗顔フォーム           | 1  | 12   | 295   | 25    |   | セイジヨー          | 399      | DOVE 洗顔フォーム110g             | 西友       | 295   | DOVE 洗顔フォーム110g                 |
| ヘアブラシ            | 1  | 60   | 105   | 2     |   | 100均           | 105      |                             | 西友       | 397   | ミネラルイオン ボリヘアブラシ                 |
| 爪切り              | 1  | 60   | 105   | 2     |   | 100均           | 105      |                             | 西友       | 420   | 白十字・FC手のツメキリ                    |
| 耳かき・綿棒           | 1  | 12   | 97    | 8     |   | マツモトキヨシ        | 198      | MKL 抗菌200本入                 | 西友       | 97    | wal-mart・equate抗菌綿棒(ケース入り)200本入 |
| 化粧水              | 1  | 1    | 1155  | 1155  | 確認Gで、化粧水、乳液、ファンデーションは各3000円程度との意見。一方、化粧品全体で1か月あたり5000円という意見も。一各品3000円よりも安いものに、最終確認Gで生活全体のバランスを考えた結果「ちふれに変更」 | セイジヨー          | 504      | セザンヌトップモイスター スキンローション 120ml | サンドラッグ   | 1155  | チフレ 美白化粧水AR 150ml               |
| 乳液               | 1  | 1    | 1008  | 1008  |   | セイジヨー          | 504      | セザンヌトップモイスター スキンミルク 120ml   | サンドラッグ   | 1008  | チフレ 美白乳液 150ml                  |
| ファンデーション         | 1  | 4    | 840   | 210   |   | セイジヨー          | 525      | セザンヌUVファンデーションE             | サンドラッグ   | 840   | チフレ モイスターパウダーファンデーション 24g       |
| 化粧下地             | 1  | 3.3  | 945   | 286   |   | セイジヨー          | 609      | セザンヌ ベースメイク フィックス           | セイジヨー    | 945   | Canmakeブライトアップベース               |
| 口紅               | 1  | 12   | 504   | 42    |   | セイジヨー          | 504      | セザンヌ ラスティックリップN             | 西友       | 315   | ちふれ                             |
| チーク              | 1  | 12   | 315   | 26    |   | セイジヨー          | 420      | セザンヌ チークカラー                 | 西友       | 315   | チークカラー                          |
| アイシャドー           | 1  | 12   | 1260  | 105   |   | セイジヨー          | 1260     | メイベリンハイパーダイヤモンドシャドー5色       | 西友       | 1260  | メイベリンハイパーダイヤモンドシャドー5色           |
| マスカラ             | 1  | 2    | 1260  | 630   |   | セイジヨー          | 1260     | メイベリン・ポリウムマスカラM1260         | 西友       | 1260  | メイベリン・ポリウムマスカラM1260             |
| ビューラー            | 1  | 60   | 525   | 9     |   | セイジヨー          | 840      | ミニアイラッシュカラー                 | 西友       | 525   | SHO-BI アイラッシュカラー                |
| アイブロウ            | 1  | 12   | 840   | 70    |   | セイジヨー          | 1050     | メイベリン・アイステュディオ ラスティックジェルブロウ | 西友       | 840   | ラインアンドデザイン                      |
| アイライナー           | 1  | 12   | 840   | 70    |   | セイジヨー          | 1050     | メイベリン・アイステュディオ スリムアイライナー    | 西友       | 840   | カネボウ・アイライナー                     |
| 化粧コットン           | 1  | 1    | 97    | 97    |   | セイジヨー          | 105      | クリーンパフ 80枚x2                | 西友       | 97    | クリーンパフ 80枚x2                    |

最終品目リスト [単身女性 生活費用(食費を除く)]

|                | 個数 | 耐用月数 | 単価   | 月額            | 備考                                     | 場所                       | 価格   | 品名/型番  | 場所   | 価格   | 品名/型番  |
|----------------|----|------|------|---------------|--|--------------------------|------|--|------|------|--|
| 日焼け止めクリーム      | 1  | 12   | 693  | 58            |  | セイジヨー                    | 945  | メンソレータム スキンアクア モイスチャーミルク 40ml                    | 西友   | 693  | ちふれ・サンスクリーンミルク UV                                      |
| リップクリーム        | 1  | 2    | 398  | 199           |  | セイジヨー                    | 398  | メンソレータム薬用モイスキューブリップ 敏感                           | 西友   | 398  | メンソレータム薬用モイスキューブリップ 敏感                                 |
|                |    |      |      | <b>5776</b>   |  |                          |      |  |      |      |  |
| <b>水光熱</b>     |    |      |      |               |  |                          |      |  |      |      |  |
| 電気代            | 1  | 1    | 3000 | 3000          | 月3000~4000円 20Aの料金                     | 東京電力                     |      | 従量電灯B 基本料金+電力料金単価×1か月の使用電力量)±(燃料費調整単価×1か月の使用電力量) |      |      |  |
| ガス代            | 1  | 1    | 3900 | 3900          | 月2000~3000円,1000円くらいの高くなるが3ヶ月くらい高い     | 東京ガス                     |      | 一般契約料金 基本料+月単位料金×ガス使用量                           |      |      |  |
| 上下水道代          | 1  | 1    | 1700 | 1700          | 月1500円 1322円よりはもう少し高い                  | 東京都水道局<br>(三鷹市役所<br>水道部) |      | 多摩地区では下水道料金は市町村毎に異なる。汚水排出量は、水道使用料と同量とみなす。        |      |      |  |
|                |    |      |      | <b>8600</b>   |  |                          |      |  |      |      |  |
| <b>保健医療</b>    |    |      |      |               |  |                          |      |  |      |      |  |
| 風邪薬            | 1  | 12   | 1270 | 106           |  | マツキヨ                     | 1380 | パブロン160錠   | 西友   | 1270 | コンタック 12カプセル(総合感冒薬)                                    |
| 胃腸薬            | 1  | 12   | 1029 | 85.75         |  | マツキヨ                     | 1029 | パンシロン36錠   |      |      |  |
| ばんそうこう         | 1  | 36   | 127  | 4             |  |                          |      |  | 西友   | 127  | リパテープ キズテープ100枚  |
| 頭痛薬            | 1  | 12   | 820  | 68            |  | セイジヨー                    | 820  | パファリンA40錠  | マツキヨ | 511  | パファリンA40錠(セーラー?)                                       |
| 生理ナプキン(普通用)    | 1  | 1.13 | 297  | 263           |  |                          |      |  | 西友   | 297  | ユニチャーム・ソフィーボディフィット ふわびたスリム多い日昼用羽つき17枚(25cm)            |
| 生理ナプキン(多い日用)   | 1  | 1.83 | 208  | 114           |  |                          |      |  | 西友   | 208  | エリール・エリス新素肌感普通多い日羽つき22枚2/パッド(20.5cm)                   |
| 体温計            | 1  | 60   | 980  | 16            |  | セイジヨー                    | 980  | オムロン体温計 けんおんくん                                   | 西友   | 970  | FC 電子体温計   |
| 診察             | 1  | 4    | 1000 | 250           | 風邪程度年2回+歯科1回 金額確認OK。                   |                          |      |  |      |      |  |
| インフルエンザ 予防接種   | 1  | 12   | 3600 | 300           | @3000                                  | 三鷹市内協力医療機関               | 3600 | 13歳以上通常1回接種                                      |      |      |  |
| 健康診断           | 1  | 12   | 0    | 0             | 若年健康診断                                 | 三鷹市内協力医療機関               | 0    | 三鷹市民。16歳から39歳になる方。無料                             |      |      |  |
| 結核検診           | 1  | 12   | 0    | 0             | 結核検診                                   | 三鷹市内協力医療機関               | 0    | 16歳以上の三鷹市民。無料                                    |      |      |  |
| 胃がん検診          | 1  | 12   | 0    | 0             | 胃がん検診                                  | 三鷹市内協力医療機関               | 0    | 30歳以上の市民。無料                                      |      |      |  |
| 子宮がん検診         | 1  | 12   | 0    | 0             | 子宮がん検診                                 | 三鷹市内協力医療機関               | 0    | 20歳以上の女性 三鷹市民。無料                                 |      |      |  |
| 乳がん検診          | 1  | 24   | 0    | 0             | 乳がん検診                                  | 三鷹市内協力医療機関               | 0    | 30歳以上の女性 三鷹市民。無料                                 |      |      |  |
|                |    |      |      | <b>1206</b>   |  |                          |      |  |      |      |  |
| <b>文具等</b>     |    |      |      |               |  |                          |      |  |      |      |  |
| はさみ            | 1  | 60   | 97   | 2             |  | 100均                     | 105  |  | 西友   | 97   | レモン・ファスコートはさみ  |
| のり             | 1  | 60   | 49   | 1             |  | 100均                     | 105  |  | 西友   | 49   | たんぼぼ スティックのり2本セット497                                   |
| カッター           | 1  | 60   | 97   | 2             |  | 100均                     | 105  |  | 西友   | 97   | ココ・カッターナイフ   |
| セロテープ          | 1  | 60   | 109  | 2             |  | 100均                     | 105  |  | 西友   | 109  | セロテープ 12mmx10m   |
| ガムテープ          | 1  | 120  | 97   | 1             |  | 100均                     | 105  |  | 西友   | 97   | 50m  |
| ビニールひも         | 1  | 120  | 97   | 1             |  | 100均                     | 105  |  | 西友   | 97   | 100m   |
| 印鑑             | 1  | 120  | 105  | 1             |  | 100均                     | 105  |  | 印鑑本舗 | 980  | 柘の認印 彫刻料金込   |
| 朱肉             | 1  | 60   | 105  | 2             |  | 100均                     | 105  |  | 西友   | 477  |  |
| メジャー(巻尺)       | 1  | 60   | 97   | 2             |  | 100均                     | 105  |  | 西友   | 97   | ホームメジャー  |
| ボールペン          | 1  | 12   | 78   | 7             |  | 100均                     | 105  |  | 西友   | 78   | ゼブラ・サラクリップボールペン  |
| 筆ペン            | 1  | 12   | 105  | 9             |  | 100均                     | 105  |  | 西友   | 125  | ゼラール・筆ペン   |
| シャープペン         | 1  | 12   | 79   | 7             |  | 100均                     | 105  |  | 西友   | 79   | ゼラール・フェアライン シャープペンシル                                   |
| 消しゴム           | 1  | 12   | 80   | 7             |  | 100均                     | 105  |  | 西友   | 80   | プラスチック消しゴム   |
|                |    |      |      | <b>40</b>     |  |                          |      |  |      |      |  |
| <b>その他</b>     |    |      |      |               |  |                          |      |  |      |      |  |
| 非貯蓄型保険料        | 1  | 1    | 1885 | 1885          | 入院、けが、病気1日5000円の給付のあるもの 民間保険ではなく 共済でOK | 太陽生命                     | 2875 | 保険組合Best けんこうレスキュー 5000円プラ                       | 全労済  | 1885 | 全労済 新総合医療共済 定期医療プラン(10年定期)総合タイプ 月払い 1785円プラス組合員出資金100円 |
| <b>最低生活費月額</b> |    |      |      | <b>145072</b> |  |                          |      |  |      |      |  |