65歳以上の単身無職世帯の家計　確かめシート

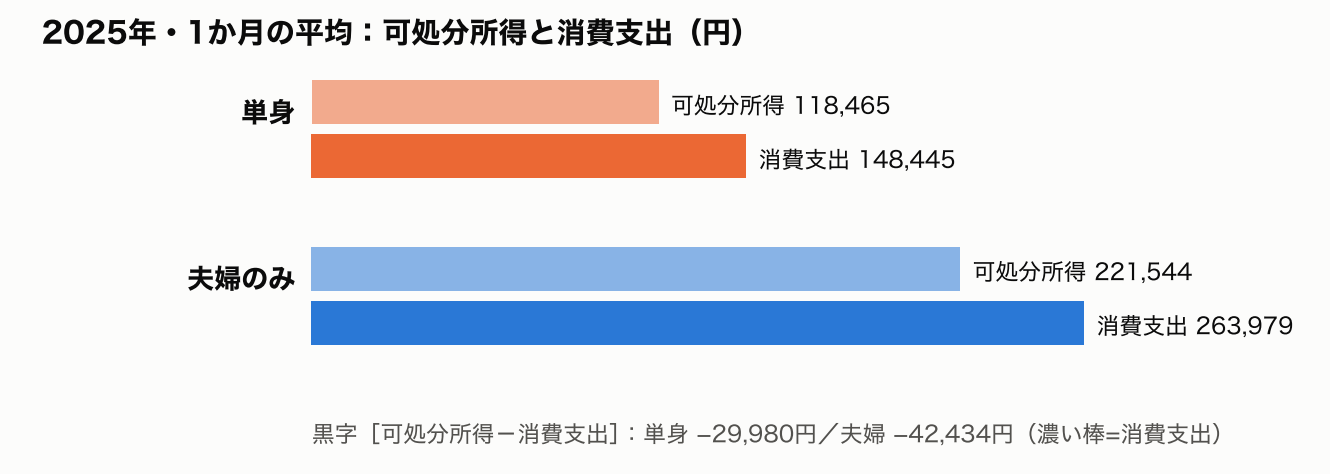
社畜眼鏡｜YouTube「65歳以上の単身無職世帯、毎月29,980円の赤字｜夫婦のみの無職世帯と並べると？【2025年平均】」の数字のまとめと、自分の数字を書き込むページ

このシートは、総務省統計局「家計調査」の表の数字を、2026年11月2日に確かめてまとめたものです。世帯の平均の家計で、あなたの家計の正解や目標の額を示すものではありません。「赤字」は、資料の「黒字」の欄がマイナスの分を、この動画で呼んでいる名前です（資料の用語の説明：黒字は、可処分所得から消費支出を差し引いた額と同じで、マイナスの場合は赤字ということになる）。

> **この表の世帯**：65歳以上の単身無職世帯（高齢単身無職世帯）と、65歳以上の夫婦のみの無職世帯（夫婦高齢者無職世帯）。資料の用語の説明：「無職世帯」とは、世帯主が無職である世帯をいう。世帯主の平均年齢は単身77.8歳・夫婦77.6歳。有業人員は夫婦0.09人（単身の欄は「－」）。

1. 1か月の平均（2025年・表2の2列）

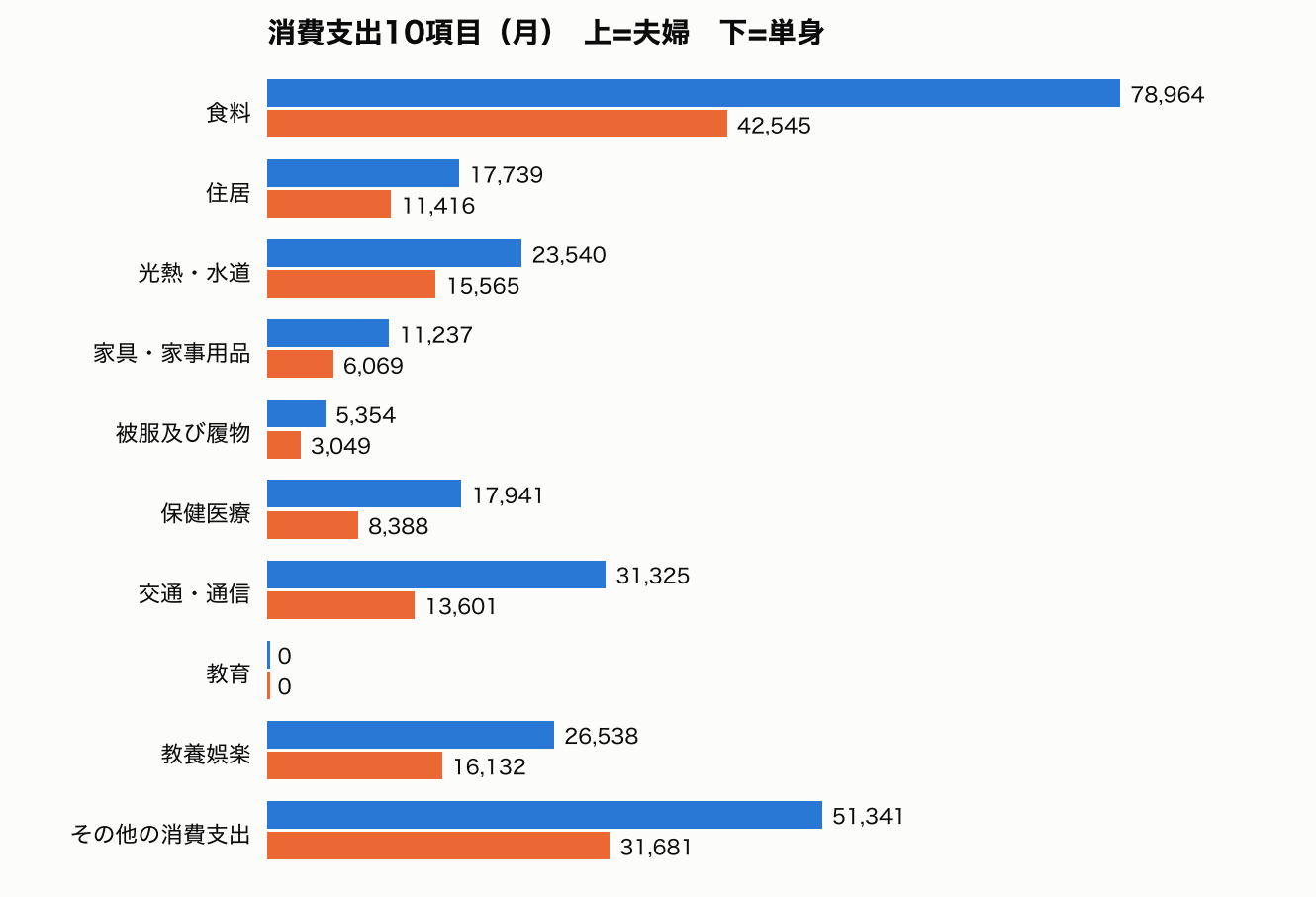
項目（表2の項目名）	65歳以上の単身無職世帯	65歳以上の夫婦のみの無職世帯
世帯人員(人)	1.00	2.00
世帯主の年齢(歳)	77.8	77.6
実収入	131,456円	254,395円
社会保障給付	120,212円	228,614円
非消費支出	12,990円	32,850円
可処分所得	118,465円	221,544円
消費支出	148,445円	263,979円
黒字［可処分所得－消費支出］	**－29,980円**	**－42,434円**
金融資産純増	–6,171円	–3,860円
平均消費性向(%)	125.3%	119.2%



赤字の差 42,434円–29,980円＝12,454円。単身の額が夫婦の額の何%か（この資料の計算）：可処分所得 118,465円÷221,544円＝53.5%、消費支出 148,445円÷263,979円＝56.2%、赤字 29,980円÷42,434円＝70.7%。世帯の額どうしの割合で、人数で割った額ではありません。表の黒字欄と引き算が1円違う箇所があります（夫婦：221,544–263,979＝–42,435、表は–42,434）。

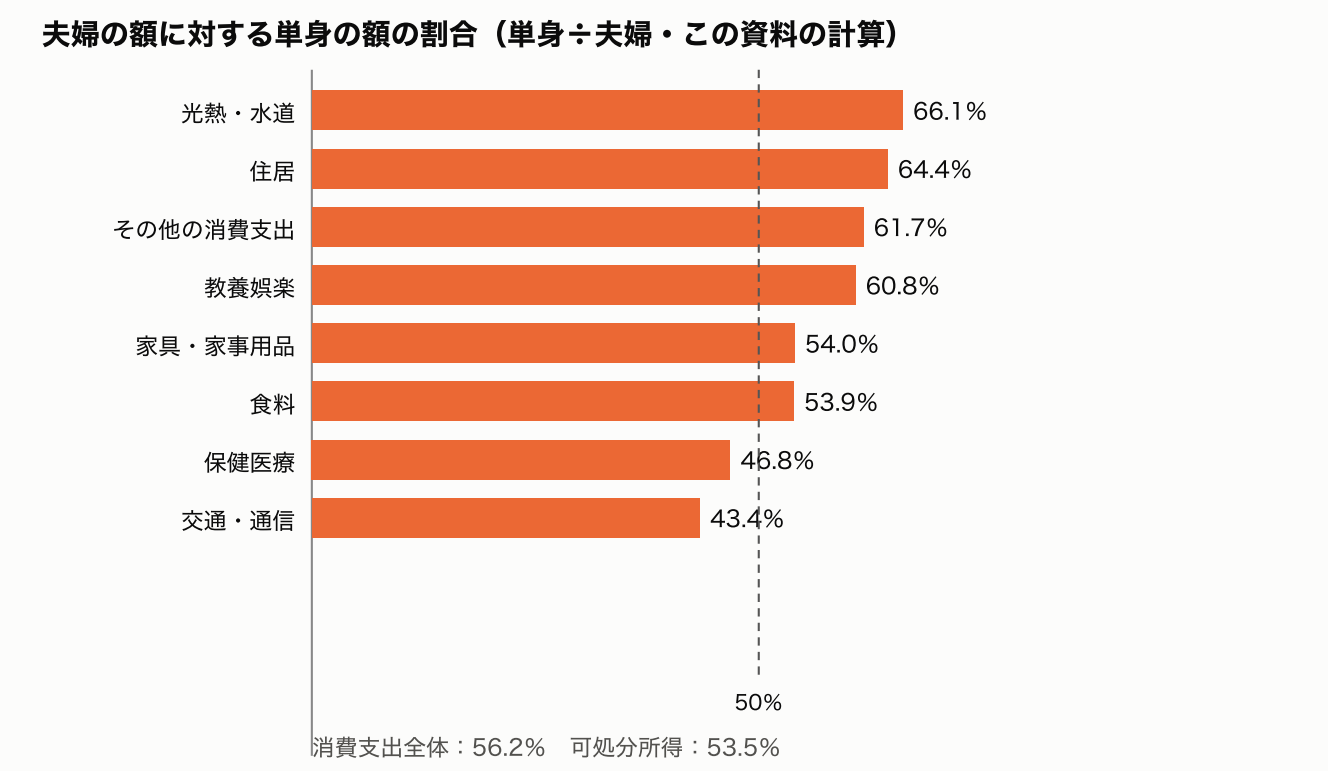
2. 消費支出10項目（月）

項目	単身	夫婦のみ	単身÷夫婦（計算）	構成比 単身	構成比 夫婦
食料	42,545円	78,964円	53.9%	28.7%	29.9%
住居	11,416円	17,739円	64.4%	7.7%	6.7%
光熱・水道	15,565円	23,540円	66.1%	10.5%	8.9%
家具・家事用品	6,069円	11,237円	54.0%	4.1%	4.3%
被服及び履物	3,049円	5,354円		2.1%	2.0%
保健医療	8,388円	17,941円	46.8%	5.7%	6.8%
交通・通信	13,601円	31,325円	43.4%	9.2%	11.9%
教育	0円	0円	−	0.0%	0.0%
教養娯楽	16,132円	26,538円	60.8%	10.9%	10.1%
その他の消費支出	31,681円	51,341円	61.7%	21.3%	19.4%



「単身÷夫婦」はこの資料の計算（動画で扱う8項目のみ）（小数第2位を四捨五入）。構成比は表に印刷されている数字（消費支出に占める割合）。単身の10項目を足すと148,446円で、表の消費支出148,445円と1円違います。

3. 夫婦の額に対する単身の額の割合



動画で扱う割合の高い4項目・低い4項目（計8項目）を示しています。夫婦の額の50%より低いのは、保健医療と交通・通信の2項目。なぜ違うのかは、この表からは分かりません。住居の中身が家賃なのかどうかも、この表からは分かりません。

4. 収入・その他の消費支出・税と社会保険料（月）

項目	単身	夫婦のみ
その他の消費支出	31,681円	51,341円
諸雑費	14,052円	22,047円
交際費	16,956円	23,257円
仕送り金	591円	1,135円
勤め先収入	－	7,004円
事業・内職収入	1,434円	6,203円
他の経常収入	124,562円	233,208円
直接税	7,072円	12,547円
社会保険料	5,912円	20,296円

「－」は、表で数字が印刷されていない欄です（0円とは書かれていません）。交際費は、他の世帯への贈答品やサービスの支出（表の注）。その他の消費支出の内訳3項目を足すと、単身は31,599円（合計との差82円）、夫婦は46,439円（同4,902円）で、残りの中身はこの表からは分かりません。直接税＋社会保険料は、単身12,984円（非消費支出との差6円）、夫婦32,843円（同7円）。実収入に占める社会保障給付の割合は、単身91.4%、夫婦89.9%（表の数字）。この表には、年金という行はなく、社会保障給付として載っています。

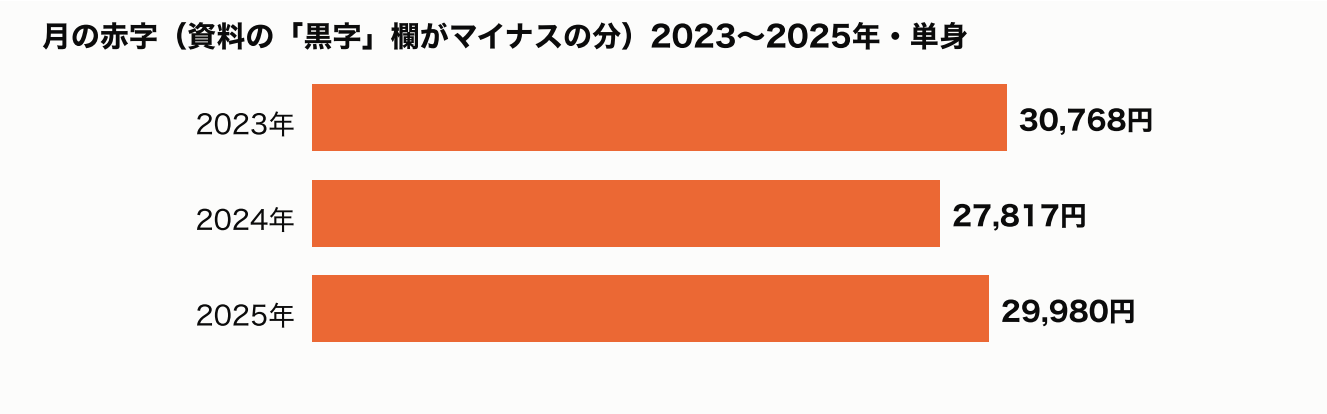
5. 12か月分にすると（計算）

	単身	夫婦のみ
月の赤字	29,980円	42,434円
12か月分（計算）	359,760円	509,208円
夫婦と単身の差（計算）		149,448円

月の平均を12倍しただけの計算で、1年間の実際の赤字の額ではありません。29,980円×12＝359,760円、42,434円×12＝509,208円、差 509,208−359,760＝149,448円（月の差12,454円×12と同じ）。

6. 単身の黒字の欄　2023〜2025年（月）

年	可処分所得	消費支出	黒字［可処分所得－消費支出］
2025年	118,465円	148,445円	−29,980円
2024年	121,469円	149,286円	−27,817円
2023年	114,663円	145,430円	−30,768円（引き算は−30,767円）



2025年と2024年の差 29,980−27,817＝2,163円。区分の名前は3年とも同じです。2025年には、収支項目の品目の分割・統合・名称変更があります（資料の付録）。この資料は、表2の項目名を表記どおり並べています。

7. 平均消費性向・金融資産純増（表の行）

	単身	夫婦のみ
平均消費性向(%)（消費支出÷可処分所得）	125.3%	119.2%
金融資産純増（預貯金純増・保険純増・有価証券純購入を合わせたもの）	−6,171円	−3,860円

金融資産純増は、赤字の額とは同じ額ではありません。この表だけでは、赤字をどう埋めているかは分かりません。

8. 調査の方法と、この表で分からないこと

家計調査は標本調査で、調査世帯が家計簿を自分で記入します。単身世帯の調査世帯数は全国で673世帯（寮・寄宿舎72世帯は別）で、3か月間調査されて交替します。二人以上の世帯の調査世帯数は全国で8,076世帯で、6か月間調査されます。資料には、単身世帯は二人以上の世帯と分類を異にする点がある、と書かれています。この表の区分の世帯数は、概要には載っていません。男女別の数字、持ち家か借家か、社会保障給付の中の年金の額は、表2には載っていません。

9. わが家の数字を書き込む欄（1か月）

項目	単身（2025年）	夫婦のみ（2025年）	わが家（1か月）
実収入	131,456円	254,395円	
社会保障給付	120,212円	228,614円	
非消費支出	12,990円	32,850円	
食料	42,545円	78,964円	
住居	11,416円	17,739円	
光熱・水道	15,565円	23,540円	
家具・家事用品	6,069円	11,237円	
被服及び履物	3,049円	5,354円	
保健医療	8,388円	17,941円	
交通・通信	13,601円	31,325円	
教養娯楽	16,132円	26,538円	
その他の消費支出	31,681円	51,341円	
消費支出	148,445円	263,979円	

表の額は平均です。目標の額ではありません。世帯の区分が自分に近いか、項目ごとに違う項目はどれかを、並べて確かめるための欄です。

出典（2026年11月2日に確認）

総務省統計局「家計調査報告（家計収支編）2025年（令和7年）平均結果の概要」
https://www.stat.go.jp/data/kakei/2025np/index.html／同 2024年（令和6年）平均結果の概要
https://www.stat.go.jp/data/kakei/2024np/index.html／同 2023年（令和5年）平均結果の概要
https://www.stat.go.jp/data/kakei/2023np/index.html／総務省統計局「家計調査の概要」（2025年）

社畜眼鏡 PDF資料室（QR）
https://syatiku-me.com/pdf-shiryoshitsu/
社畜眼鏡 ブログ https://syatiku-me.com/