

来年の家計の予算をたててみましょう



Q: どうやって家計の予算をたてるの？

A: まずは食費から。

東京第一友の会では、厚労省の食事摂取基準に基づいた、“健康のために1日に何をどれだけ食べると良いか”がわかる「目安の量」があります。それに基づいて金額を割り出し、食費予算をたてます。次に、1年の予定を記入できる表に、おおよその予定と予算を書き込みます。

日時: 10月26日(木曜日)

10時30分～12時(参加費無料)

場所: 駒込地域文化創造館4F 第二会議室

主催: 東京第一友の会巣鴨地区

問合せ/申込: TEL/FAX: 03-3917-8347

daiichi.bunkyo@gmail.com



こちらのQRコードからも
お問い合わせ、お申込みができます。

次回

11月30日(木)

近い将来必要なお金の流れを見通すプランを作りましょう。

10時30分～12時(参加費無料)

駒込地域文化創造館4F 第三会議室

全国友の会、東京第一友の会

全国友の会は1930年、羽仁もと子創刊の雑誌「婦人之友」の愛読者から生まれた団体です。月1～2回、住まいの近い会員数人が、会員宅や公共の施設に集まり、羽仁もと子著作書の読書、また、衣・食・住・家計・子育てなど、合理的な生活をめざし、家事や生き方、社会との関わりなど年代を超えて楽しく学び合っています。

いつでもお気軽にご参加ください。

東京第一友の会 HP <https://ichitomo.net/>

協賛: 公益財団法人全国友の会振興財団 後援: 婦人之友社