

各 位

2018年1月19日
株式会社インプレス

人気ブロガー、インスタグラマーが実践！
ムリなくお金と暮らしが整う、すっきり家計とムダを省くコツが満載
『パパッと楽しく、貯め上手 わたしの「お金」ルール』発売

インプレスグループでIT関連メディア事業を展開する株式会社インプレス（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：小川 亨）は、暮らしを楽しみながらムリなくお金を貯めたい人を対象にした書籍『パパッと楽しく、貯め上手 わたしの「お金」ルール』を2018年1月19日に発売いたします。



■ケチケチせずにすっきり家計！ 人気ブロガー&インスタグラマーのお金と暮らしのルールがわかる

将来への不安から、貯蓄や家計管理など、お金への関心が高まっています。しかし、忙しい毎日の中で、時間や手間がかかりすぎる節約や、ケチケチしすぎて暮らしや心の満足感が得られないと結局続かないという人は多いでしょう。そのような中、暮らしを楽しみながら上手にやりくりしている人や、自分に合った家計管理方法でムリなく続けているという人は、どのようにお金と向き合っているのでしょうか？

本書は、2017年発売の『毎日パパッと、整う暮らし わたしの「家じかん」ルール』に続く、ほんのちょっとした工夫で暮らしをよくするルールを集めた「わたしのルールシリーズ」第2弾です。人気ブロガーのマキさんや中山あいこさんなどが実践する、お金と暮らしのルールを紹介します。

■人気の袋分け家計簿や貯金簿、モノ選びの秘訣など、暮らしの中で取り入れやすい工夫が満載！

本書は、「我が家のお金と暮らし／家計管理&家計ノート／ゆとりを生み出す暮らしの工夫／お金のかけ方&モノ選び／お金の年間計画」の5章で構成しています。メインの「家計管理&家計ノート」「ゆとりを生み出す暮らしの工夫」の2つの章では、袋分け家計簿や貯金簿など毎日がんびりすぎずに続けられる家計管理のコツや、暮らしの中でムリなくできる支出整理の工夫などを紹介しています。ブロガーやインスタグラマーが試行錯誤の末に実践していることばかりなので、忙しい人や過去に失敗をしてきた人でも参考にしやすくなっています。

さらに、ブロガー3名のお金との向き合い方やお金ヒストリーのほか、メリハリをつけて上手にお金を使

うためのモノ選びの秘訣、年間計画、みんなのお金哲学や失敗談も収録しているので、暮らしの中でムリなくお金と向き合う方法をイメージしやすくなっています。

<本書で紹介しているルールの一部>

- ✓ 家計簿とお財布の残高は照らし合わせない
- ✓ 毎日の家計簿やレシート管理ナシ！袋分け家計簿で時間を節約
- ✓ ズボラOK！貯まるお金だけを記録する
- ✓ お財布は「家計用」「自分用」の2つ持つ
- ✓ 夫婦で1つのアプリで共同管理
- ✓ 1週間ごとにお財布に2万円入れてリセットするだけ
- ✓ 週1回、ゲーム感覚でまとめ買い
- ✓ 電子マネーは断捨離！
- ✓ スーパーははしごしない
- ✓ 買い替え頻度の低いものほど上質なものを買って最短距離で買う
- ✓ 衝動買いOK 枠を設ける
- ✓ フリマアプリで不用品を手放したお金で本当に欲しいモノを購入

ページイメージ



■目次

みんなのお金と暮らし哲学

Part1：我が家の暮らしとお金ルール（マキさん/Rinさん/中山あいこさん）

Part2：暮らしを回す家計管理&ノートのルール

Part3：小さな工夫でゆとりを生み出す暮らしのルール

Part4：メリハリ付けて豊かに暮らすお金のかけ方とモノ選びルール

Part5：心地よく過ごしながら豊かに過ごすお金の年間計画

コラム：Rinさん直伝♪おでんリメイク3品レシピ/月1回のワクワクタイム！貯金簿の書き方/ふつうの主婦でも100万円貯めるための暮らしの3箇条/みんなの「やっちゃった！」失敗談（家計簿&節約編）/「家計と暮らし」を整えるためにやめたこと/見せて！みんなのお財布

■書誌情報



書名：パパッと楽しく、貯め上手 わたしの「お金」ルール

編者：インプレス書籍編集部

発売日：2018年1月19日（金）

ページ数：128ページ

サイズ：A5判

価格：本体1,300円＋税

電子版価格：1,100円＋税 ※インプレス直販価格

◇書誌情報：<https://book.impress.co.jp/books/1117101085>

◇書影ダウンロード：

<https://www.impress.co.jp/newsrelease/2018/01/2018011901-01.jpg>

<本書に登場するブロガー&インスタグラマー>

マキ：シンプルライフ研究家。広告代理店でテレワークをするワーキングマザー。不要なものは持たない、不要な家事はしない、シンプルな暮らしぶりを綴ったブログ「エコナセイクツ」が人気を博す。著書多数。全国での講演やアパレルブランドとのコラボ商品の開発など、幅広く活躍中。

Rin：2LDKマンションで夫と2人暮らし。マンション4LDKを2LDKにリフォームし、断捨離やDIYを進行中。ミニマリストではないけれど、シンプルですっきり暮らすために日々工夫を重ねる。整理収納アドバイザー1級。ライブドア公式ブロガーとして「Rinのシンプルライフ」を運営。著書「心地よく暮らす大人のラク家事」（KADOKAWA）。

中山あいこ：岐阜県出身、東京都在住、ライブドアブログ公式ブロガー。ライフオーガナイザー（R）。“ずっと、心地のよい暮らし”をテーマに活動。家事も子育ても仕事も楽しむことがモットー。家族は息子（12歳）、娘（2歳）。

akiko：ブログ「ワーキングマザー的整理収納&北欧インテリア」主宰。パパが単身赴任の中、男児2人の育児と家事、仕事の両立に奮闘中。

ie__y : eri (33歳) 夫 (30歳) と兄弟 (4歳) (2歳) の4人家族。あえて24坪の小さな平屋を建てる。片付けも掃除も苦手だったが、長男を出産後に断捨離をはじめ、持たない暮らしを意識するように。

ピノ子 : 夫と子ども (0歳) の3人家族。1LDKの小さな家を自宅兼仕事場にして暮らす。ブログ「暮らしのらり」を運営。

ごえもんママ : 2009年に結婚、2010年4月に第一子出産。私 (37) と夫 (38) 、長男 (7) 次男 (2) の4人家族。フルタイムの共働き。結婚後やりくりが目覚め、試行錯誤しながら「家族が楽しく幸せなのが一番」をモットーに、自分らしいやりくりを模索してきた。趣味は映画鑑賞、懸賞、株主優待、ブログ、海外旅行。お得なことが大好き。

hana : hana (ブロガー) と夫・子ども3人の5人家族。夫の収入面で親に結婚を反対されてからお金について真剣に向き合うように。著書「ずぼら主婦でもお金が貯まる! hana式袋分けファイル家計簿」(カンゼン)。

hana. ienote : 住まいも家計もシンプルにすっきり心地よくをテーマに日々の「暮らしやすさ」を模索している。夫、子ども2人の4人暮らし。

mikiko : フルタイムで働く2児の母。背伸びしない「暮らし」の考え方や回し方について配信中。

以上

【株式会社インプレス】 <http://www.impress.co.jp/>

シリーズ累計 7,000 万部突破のパソコン解説書「できる」シリーズ、「デジタルカメラマガジン」等の定期雑誌、IT 関連の専門メディアとして国内最大級のアクセスを誇るデジタル総合ニュースサービス「Impress Watch」等のコンシューマ向けメディア、「IT Leaders」、「SmartGrid ニュースレター」、「Web 担当者 Forum」等の企業向け IT 関連メディアブランドを総合的に展開、運営する事業会社です。IT 関連出版メディア事業、及びデジタルメディア&サービス事業を幅広く展開しています。

【インプレスグループ】 <http://www.impressholdings.com/>



株式会社インプレスホールディングス(本社:東京都千代田区、代表取締役:唐島夏生、証券コード:東証 1 部 9479)を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「モバイルサービス」を主要テーマに専門性の高いコンテンツ+サービスを提供するメディア事業を展開しています。2017年4月1日に創設 25周年を迎えました。

【本件に関するお問合せ先】

株式会社インプレス 広報担当:丸山

TEL : 03-6837-5034 E-mail: pr-info@impress.co.jp URL : <http://www.impress.co.jp/>