

長野県最低生計費試算調査結果（若年単身世帯）—2024年アップデート版

2025年2月25日

長野県労働組合連合会（長野県労連）

監修：中澤秀一（静岡県立大学短期大学部）

はじめに

長野県労働組合連合会（長野県労連）では、2020年に最低生計費試算調査を実施し、長野県長野市に在住の25歳の一人暮らしの若者がと普通の暮らしをするためには、**男性＝月額254,812円、女性＝月額256,571円**が必要であるという結果が得られた（表1）。

表1 長野県長野市若年単身世帯の最低生計費試算結果（2020年）

自治体名		長野市	
調査年		2020年	
性別		男性	女性
最賃ランク		B	
消費支出	消費支出	183,113	184,772
	食費	41,323	32,926
	住居費	40,625	40,625
	水道・光熱	7,298	7,114
	家具・家事用品	4,342	4,937
	被服・履物	7,522	7,406
	保健医療	1,026	2,934
	交通・通信	29,359	31,799
	教養・娯楽	26,393	26,393
	その他	25,225	30,638
非消費支出		53,399	53,399
予備費		18,300	18,400
最低生計費 （月額）	税抜	201,413	203,172
	税込	254,812	256,571
年額（税込）		3,057,744	3,078,852

（注1）大卒後勤続3年目・賃貸ワンルームマンション・アパート（25㎡）に居住という条件で試算。

（注2）その他には理美容品費、理美容サービス費、身の回り用品費、交際費、自由裁量費（1ヶ月6,000円）を含む。

（注3）非消費支出＝所得税＋住民税＋社会保険料

その後、4年以上が経過し、2022年から始まる物価高騰により、生計費試算の改定が必要となった。今回は、**2024年9月時点での若者の一人暮らしにかかる最低生計費の試算結果を報告するものである**。以下、改定の内容について解説する。

1. 消費支出の物価変動について

・2020年から2024年9月にかけての物価変動を総務省統計局公表の「消費者物価指数」（CPI）を用いて分析し、係数を各費目に乗じた。

・なお、係数を乗じて調整した項目は、光熱・水道費、家具・家事用品費、被服及び履物費、保健医療費、通信費、教養娯楽耐久財費、教養娯楽用品、理美容用品、身の回り品。

2. 食費について（前回から男性＝22.3%増、女性＝28.0%増）

・2023年の総務省「家計調査」の品目分類にもとづいて、最も年間収入の低い第1五分位階層の100g当たりの消費単価を4つの食品群に分けてそれぞれ計算した（表2）。具体的には、「2023年家計調査年報」の品目別分類の各費目の購入数量および100グラム当たりの平均価格から加重平均を求めた（ただし、嗜好品については、100kカロリー当たりの価格で算出）。なお、長野市における2024年9月時点での食費の物価上昇率は、2023年平均に比べ5.5%増となっていることを考慮し、食費合計額に物価上昇分を加えている。

次に、女子栄養大学出版部『食品成分表2023 資料編』にもとづき、1日当たりの必要なカロリーを算出した（25歳男性1日当たり2650kカロリー、25歳女性1日当たり1950kカロリー）。また、「4つの食品群の年齢別・性別・身体活動レベル別食品構成（1人1日当たりの重量＝g）」（香川明夫：女子栄養大学教授監修）にもとづいて必要な栄養を満たすように、食費を試算。香川氏の試算にもとづきエネルギー必要量の1割は嗜好品でまかなうようにした。

表2 4つの食品群別にみた、100g当たりの消費単価

第1群				第2群			
乳・乳製品		卵		魚介・肉		豆・豆製品	
29.44	円	42.38	円	186.71	円	23.99	円
第3群				第4群			
野菜・海藻		いも類		穀類		砂糖	
47.06	円	42.21	円	55.97	円	57.09	円
		果物				油脂	
						27.94	円
						59.62	円

嗜好品（飲料・酒類）

100 k カロリー当たり

101.55 円

なお、男女ともに、昼食のコンビニ弁当代は400円から600円に、飲み会の費用は4,000円から5,000円にそれぞれ引き上げている。

3. 家賃について（前回から7.7%増）

・2024年版改定のために家賃相場の再調査をインターネットを用いて実施した。具体的には単身用住宅として25㎡の民間賃貸アパート・マンション(ワンルームor1K、2階以上、エアコン付き)などの条件。

長野市三輪地区

条件に該当するのは108件。全体の相場の下から3割に近い、42,000円を住居費とした（更新料は月あたり1,750円）。

4. 交通費（前回から13.7%増）

・自動車関係費、ガソリン代等のアップデートについては表3のとおり。

表3 自動車関係費：軽乗用車 2024年アップデート					
費 目	金額(円) 2020年	2024年	備考	6年間の金額(円)	1カ月当たりの額(円)
車両価格(車検基本料込み)	470,000	522,640	×物価指数(1.12)	522,640	7,259
税・保険料(①～⑥)の計	117,635			507,671	7,051
①消費税(10%、取得時)	47,000	52,264		52,264	—
②軽自動車税(毎年)	7,200	10,800		64,800	—
③重量税(1年分)	3,300	3,300	2年分6,600円の1/2	19,800	—

④自賠責保険料(1年分)	12,535	8,870	2年分17,540円の1/2	53,220	—
⑤任意保険料(年額)	47,600	52,931	×物価指数(1.12)	317,587	—
整備費用(⑥～⑩)の計				259,776	3,608
⑥車検(2年ごと)	15,000	16,680	6年間で2回 ×物価指数(1.12)	33,360	—
⑦上記の消費税(10%)	1,500	1,668	6年間で2回	3,336	—
⑧印紙代	1,400	2,200	6年間で2回	4,400	—
⑨部品・消耗品の交換費用	* 詳細は下表を参照		177500*物価指数(1.12)	198,800	—
⑩上記の消費税(10%)				19,880	—
駐車場代(月額)	2,000			—	2,000
ガソリン代(月額)	6,000		長野県内平均レギュラー価格 20年9月＝140.1円 24年9月＝179.9円(128%)	—	7,680
合 計	27,598				

5. 定額制コンテンツ(サブスクリプション)について(新たに追加)

・近年、映像や音楽などコンテンツの配信サービスは多くの若者が利用しており、2024年版では月額1,500円を計上した。

6. 忘新年会や歓送迎会について(前回から50.0%減)

・コロナ禍の影響で忘年会等に参加する頻度は低下しているとみて、年間10,000円とした。

7. 理美容品費

・男性の理美容品として、化粧水と乳液を追加した。

8. 年収設定の改定について

・厚生労働省「賃金構造基本統計調査」(令和5年)の結果に基づいて、若者(25歳、大卒、勤続3年目)の年収設定を以下のように改定した。なお、賃金の改定に伴い、労働組合費(賃金の1%に相当)も改定。

(資料)令和5年「賃金構造基本統計調査」、長野県、一般労働者

区 分	企業規模計(10人以上)産業計 男女計							
	年齢 (歳)	勤続 年数 (年)	所定内 実労働 時間数 (時間)	超過 実労働 時間数 (時間)	きまって 支給する 現金給与 額(千円)	所定内 給与額 (千円)	年間賞与 その他特 別給与額 (千円)	労働者数 (十人)
20～24	23.0	2.3	166	10	227.8	209.0	414.6	3 533
25～29	27.6	4.7	165	11	261.7	236.8	660.5	4 398

年収設定

長野県 23万円×14か月＝322万円

9. 非消費支出の再計算について

・年収設定の改定および各種社会保険の保険料の改定に伴い、2024年時点での非消費支出(所得税、住民

税、厚生年金、協会けんぽ、雇用保険)の再計算を行った。

1) 所得税

4月分の給与を230,000円とすると、国税庁『令和6(2024)年分 源泉徴収税額表』より、**4,630円**。これにボーナスに対する分(月額1,565円)を加算すると、**6,195円**

2) 住民税

① 住民税の所得割額の求め方(県民税=4%、市民税=6%)

住民税が課税される所得金額は以下のように求める。

給与額が180万円～360万円未満のため、

給与所得=322万円÷4×2.8-8万円=2,174,000円

給与所得-(社会保険料控除+基礎控除)=2,174,000円-(**484,415円**+43万円)=1,259,585円

市民税(税率6%)は、

1,259,585円×6%≒75,575円

県民税(同4%)は、

1,259,585円×4%≒50,383円

ここからそれぞれ調整控除額を差し引き、100円未満を切り捨てると、

市民税は、75,575円-1,500円≒74,000円

県民税は、50,383円-1,000円≒49,300円

② 住民税の均等割額の求め方

住民税の均等割額は、下表のように定められている。

市民税	3,000円
県民税	1,500円

*これらに加えて森林環境税(国税)1,000円が均等割額に加算される

したがって、住民税額(年額)は、74,000円+49,300円+3,000円+1,500円+1,000円=128,800円となり、1か月当たりでは**10,733円**となる。

3) 社会保険料

① 厚生年金保険料率=18.3%(うち労働者分=9.15%)

→標準報酬月額240,000円では、21,960円が本人負担分

② 協会けんぽ(長野県)保険料率9.55%(うち労働者分=4.775%)

→標準報酬月額240,000円では、11,460円が本人負担分

③ 雇用保険料率(失業給付分)=1.55%(うち労働者分=0.6%)

→月収を230,000円とすると、1,380円が本人負担分

したがって、1ヶ月の給与に対する社会保険料負担は、21,960円+11,460円+1,380円=**34,800円**となり、×12ヶ月分=417,600円となる。

これにボーナス分66,815円を加えると**484,415円**となる(月あたり**40,367円**)。

おわりに—2024年版改定の総括

表4 長野県長野市若年単身世帯の最低生計費のアップデート結果(2024年9月)

都道府県名	長野県	
自治体名	長野市	
性別	男性	女性
最賃ランク	B	
消費支出	204,601	204,710
食費	50,558	42,159
住居費	43,750	43,750
水道・光熱	8,166	7,961
家具・家事用品	5,193	5,905
被服・履物	8,237	8,110
保健医療	1,058	3,025
交通・通信	31,268	33,030
教養・娯楽	29,303	29,303
その他	27,069	31,469
非消費支出	57,295	57,295
予備費	20,400	20,400
最低生計費(月額・税等抜)	225,001	225,110
最低生計費(月額・税等込)	282,296	282,405
年額(税込)	3,387,551	3,388,863
月150時間換算	1,882	1,883
2025年最低賃金額	998	

(注1)試算モデル、その他や非消費支出の内訳は表1と同じ。

(注2)各項目の金額の合計と消費支出や最低生計費の月額・年額は、端数処理のため必ずしも一致しない。

近年の春闘では歴史的な賃上げが実現しているものの、物価高騰には追いついておらず、3年連続で実質賃金はマイナスである。また、中小零細企業や非正規労働者では、大企業正規労働者ほどの賃上げは実現していないのが実情であり、物価高騰がより深刻な影響を生活に及ぼしていることが予想される。

今回、2020年に公表した最低生計費について再試算を行ったところ、普通の生活に必要な費用は税・社会保険料抜きで月額22万5千円ほどであることが分かった(表4)。これは税や社会保険料を加味すると月額28万円を超える。2024年版の最低生計費(税・社会保険料抜き)を2020年版(表1)と比較すると、約11.3%上昇している(男女平均)。仮に、賃金がそれだけ上昇していなければ労働者の暮らし向きがより苦しくなったことを意味する。

2024年の最低賃金改定により、長野県では昨年10月より998円に引き上げられたが、今回の改定結果では少なくとも時給1,600円以上、人間らしい労働時間も加味すれば時給1,800～1,900円レベルが必要であることが明らかになった。いまだ1,000円に届いていない長野県の最低賃金額では、あまりにも低い水準と言わざるを得ない。物価高騰は依然として続いており、労働者の暮らしを守るためにはそれに見合うように最低賃金の水準に引き上げられるべきである。さらに、最低生計費に地域差がないことが、他の地域の調査結果から明らかになっており、すみやかに全国一律最賃1,500円の実現が望まれる。