

＜リフレクシダおすすめ節約術マニュアル②＞

節約術マニュアル①は基本的なこと②はもう少し具体的なことを説明したいと思います。無理せずできることから始めてそれが習慣化し、結果節約に繋がればと思います。まずは気軽にトライしてみませんか♪

no.
03

no. 03
家計は家族と共有する

お金が貯まるパターンとして、家計を必ず家族と共有している方が多いんです。奥さんが頑張って節約していても旦那さんが無駄遣いをしてしまったら本末転倒ですよ。そうならないように、家計を共有し何のためにお金を貯めたいのか「目的」を伝え、「目標金額になったら、テレビを買えよう」といった短期的なゴールから、「家を買う資金にしたい」など中長期的なゴールの設定を家族間で共有することが大きなポイントです。



ホームサービス事業部 大沼浩司

no.
04

no. 04
ふるさと納税を活用する

テレビやインターネットでよく聞く「ふるさと納税」耳にはしますが実際どういう仕組みが分からない方も多いと思います。簡単に説明すると全国の市町村に寄付をするとその金額に合わせて返礼品（お肉やお米等）がもらえるようになります。その寄付した金額の一部税金が控除されるシステムとなっています。返礼品がもらえて税金が控除されるので是非活用してみたいかかでしょう。ただ注意したいのが人によって収入や家族構成等によって違うのでふるさと納税の控除計算シュミレーションで確認してみましょう♪



工事施工部 吉田孝行

no.
05

no. 05
キャッシュレス決済とポイ活

今では当たり前になっているキャッシュレス決済（ナナコ等）使用していない方は積極的に使用してみたいかかでしょう。200円で1ポイント等々、各決済方法で変動しますが塵も積もれば山となる、ちょっとした買い物にポイントを使用できるので積極的にポイントを獲得していきましょう！次にポイ活とは前述のポイントをためて活用することを「ポイ活」といいます。携帯電話等の固定費をクレジットカードで支払いしポイントを貯めたり様々な方法で貯められますので意識して「ポイ活」してみませんか☆



ホームサービス事業部 常恒泰矩

no.
06

no. 06
値下げ品やセールに惑わされない

ついつい目を引いてしまう値下げ品やセール品。半額のセールって魅力的ですよ。セール品や値下げ品は節約の強い味方なのは間違いありませんが、安さにつられて不要なものまでついつい買ってしまう可能性が高いので注意が必要です。値下げ品でコストパフォーマンスが良くなっても買わなくていいものを買うのは結果的に無駄遣いになるので本当に必要なものかということを常に意識して買い物をしてみたいかかでしょう。



でも、無理は禁物です。たまには「安いから買った！」ぐらいの気楽な気持ちで買い物を楽しみ、節約しましょう♪

浄化槽管理事業部 渡辺明洋

Refresh NEWS 2022年 秋 vol.2号



こんな時だからこそ改めてシッカリ！

リフレクシダおすすめ 節約術 マニュアル

ホームサービス事業部 熊谷 豊子

ホームサービス事業部 郡司 友則

＜リフレクシダおすすめ節約術マニュアル①＞

コロナ禍・円安・ロシア・ウクライナ問題等でニュースを見るたびに生活する費用がどんどん上がってきてますね…その中で少しでも消費を抑えられることはないかなと私達リフレクシダは知恵を絞って、「改めてシッカリ！」できる節約術をピックアップしてみました♪チリも積もれば山となる、それでも無理せず気軽に節約をできるように考えましたので少しでも参考になれば幸いです。

no.
01

no. 01
収入と支出を把握する

まずは自分・家族のお金の流れを知る必要があります。収入が毎月あって、支出がどれくらいあるのか把握してからがスタートです。収支を把握する為に家計簿等を使用するのが良いですが、それも面倒くさい場合はスマートフォンで簡単に家計簿を使えるアプリがあるのでそちらを使用してみるのもオススメです♪

（もちろん手書きの家計簿でもOKです）

やりやすい方法で続けられるようにしましょう。



ホームサービス事業部 永山あゆ子

no.
02

no. 02
固定費と変動費を見直す

固定費（家賃・ローン・スマホ代等）と変動費（食費・生活費・娯楽費）を見直してみましょう。家賃は割合が大きいので見直すことができればかなりの節約に繋がります。又、変動費の食費に関しては基本的ではありますが外食が多い方は自炊やお弁当の持参で見直すことができます。こちらも no.1 同様無理は禁物です。安いからと言って毎日カップラーメンの生活をしていたら健康を害する可能性があるかもしれないので無理せず少しずつ見直しましょう。



ホームサービス事業部 遠藤拓也

第22回(株)リフレクシダ杯 グラウンド・ゴルフ大会 入賞おめでとうございます！

「第22回(株)リフレクシダ杯 グラウンド・ゴルフ大会」が7月24日に盛大に開催されました。入賞された皆様、おめでとうございます！

photo
01



photo
02



photo
03



白熱した大会を制した皆様、おめでとうございます！



介護事業部 草野涼子

水まわり・住宅設備

LPガス・灯油

介護用品レンタル・販売

◆液化石油ガス設備士 13名

◆浄化槽管理士 8名

◆危険物取扱者 22名

◆2級建築士 1名

◆宅地建物取引士 4名

◆福祉用具専門相談員 8名

◆2級管工事施工管理技士 5名 etc



株式会社
リフレクシダ

〒963-3401 福島県田村郡小野町大字小野新町字中通1 ☎0120-72-3141 FAX 0247-72-3145 <http://www.r-kushida.com>

住宅設備機器・メンテナンス

浄化槽管理

セルフ給油スタンド

これからもリフレクシダをよろしくお願いします。



鈴木 清枝



橋本 優子