

какево

ЯПОНСКОЕ ИСКУССТВО ЭКОНОМИИ ДЕНЕГ
ПО СИСТЕМЕ МОТОКО ХАНИ

БОМБОРА™

Москва 2020

УДК 336
ББК 65.261
К17

ОРИГИНАЛЬНОЕ НАЗВАНИЕ
KAKEBO
L'AGENDA dei CONTI di CASA per RISPARMIARE
e GESTIRE le tue SPESE senza STRESS

© 2016 Giunti Editore S.p.A.
Firenze – Milano www.giunti.it
Graphic designer: Cinzia Chiari

Kakebo. Японское искусство экономии денег по системе
К17 Мотоко Хани / [пер. с ит. О. В. Григорьевой]. — Москва : Эксмо, 2020. — 192 с. — (Сам себе миллионер).

ISBN 978-5-04-098421-3

Куда уходят деньги? Узнайте с помощью kakebo. Обуздайте хаос в сфере личных финансов: контролируйте расходы, откладывая деньги и достигайте финансовых целей. Kakebo — это надежная, проверенная временем японская система планирования бюджета. В Стране восходящего солнца ею пользуются даже дети — настолько она проста! В начале каждого месяца определяйте размер экономленной суммы, а в конце — подводите итоги. Откладывая накопленные деньги в копилку или на счет в банке. Или же направляйте их на покупку товаров и услуг, о которых вы давно мечтали.

УДК 336
ББК 65.261

© Григорьева О.В., перевод на русский язык, 2019
ISBN 978-5-04-098421-3 © Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2020

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

САМ СЕБЕ МИЛЛИОНЕР

КАКЕВО

Японское искусство экономии денег по системе Мотоко Хани

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*
Руководитель направления *Л. Ошеверова*
Ответственный редактор *Е. Ланцова*
Младший редактор *Р. Муртазина*
Художественный редактор *М. Клава-Янат*

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации:
davooda, 13ree.design, Puckung / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

В оформлении обложки использована иллюстрация *Клавы-Янат Марии*

ООО «Издательство «Эксмо»

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Өндіршү: «ЭКМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Зорге көшесі, 1 үй.

Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Tayap бeннiцi: «Эксмо»

Интернет-магазин: www.book24.kz

Интернет-магазин: www.book24.kz

Интернет-дуken: www.book24.kz

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию,

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды

қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Алматы қ., Домбровский көш., 3-а», литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайты: www.eksmo.ru/certification

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ

о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»

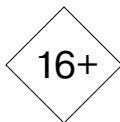
www.eksmo.ru/certification

Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 11.12.2019. Формат 84x120¹/₃₂.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 11,29.

Доп. тираж 2000 экз. Заказ



ISBN 978-5-04-098421-3



9 785040 984213 >

В электронном виде книгу можно посмотреть на www.litres.ru

ЛитРес:
Один клик — две книги



Глупец транжирит.
Умный копит.
И только по-настоящему
мудрый человек живет
в гармонии с деньгами.

ОТКРОЙ ДЛЯ СЕБЯ **какебо**

По-японски **какебо** (правильнее произносить **какейбо**) буквально означает «домашняя бухгалтерская книга». В Японии ими пользуются все, даже дети. Для них существуют специально адаптированные версии, ведь и в семье и в школе с малых лет учат вести учет денежных поступлений и расходов.

Впрочем, и наши бабушки записывали в тетрадку доходы и расходы, чтобы вести домашнюю бухгалтерию. В эпоху кредитных карт, оплаты с помощью сотового телефона и покупок в один клик многие люди потеряли ощущение реальности денежных потоков. Именно поэтому **какебо** является необходимым и эффективным инструментом для того, чтобы контролировать траты и начать откладывать.

6 причин пользоваться **какебо**

1. **Порядок.** Простой и практичный способ реорганизовать и систематизировать ваши траты.
2. **Контроль.** Поможет контролировать ваши расходы и обрести финансовую стабильность.
3. **Экономия.** Вы сможете сэкономить 20–30% от ваших ежемесячных расходов.
4. **Самодисциплина.** Фиксируя траты, вы создадите новый ежедневный ритуал.
5. **Спокойствие.** Вы почувствуете себя более уверенно и обретете финансовый дзен.
6. **Осознанность.** Вы увидите, на что вы тратите деньги, и это поможет отказаться от ненужных покупок.

Распределите ваши расходы по категориям

Кажено позволяет день за днем следить за домашней бухгалтерией, разделив траты на 4 основные категории.

расходы на товары и услуги первой необходимости:

- супермаркет: продукты, чистящие средства, хозяйственные товары, средства для ухода за телом и т.д.
- другие продовольственные товары: покупки на местном рынке, в булочной, в рыбном магазине, у продавца фруктов и т.д.
- аптека: лекарства, пищевые добавки, специфические продукты и т.д.
- дети: детское питание, подгузники, школьные учебники и канцелярия, одежда и т.д.
- транспорт: проезд в общественном транспорте, дорожный налог, бензин и т.д.
- оплата мобильного телефона

необязательные траты:

- шопинг (взрослые): одежда, обувь, аксессуары, спортивная одежда и т.д.
- подарки: юбилеи, праздники, дни рождения
- косметика: средства для макияжа, кремы, лак для ногтей, туалетная вода и т.д.
- такси

культура и досуг:

- книги и газеты
- музыка
- фильмы: кинотеатры, просмотр фильмов в интернете и т.д.
- представления: концерты, театр, фестивали и т.д.
- дискотеки и развлекательные мероприятия
- рестораны и еда навынос: обеды на работе, походы в ресторан с семьей или друзьями, пицца, суши и т.д.
- бары: кофе, коктейли, аперитивы
- кондитерские и пекарни

дополнительные и непредвиденные расходы:

- медицинские расходы
- путешествия
- электроника: компьютер, сотовый телефон, телевизор, фотокамера, стереосистема
- обстановка и предметы домашнего обихода, мебель
- ремонт
- няня

Поставьте перед собой цели

В начале месяца поставьте перед собой цели, краткосрочные и долгосрочные, и составьте список удачных решений, которые помогут вам их достичь (например, ограничить поездки на такси, снизить количество выпиваемого кофе в кафе, реже ходить куда-то по вечерам и т.д.).

ЦЕЛИ И НАМЕРЕНИЯ

- на каких статьях расходов вы планируете сэкономить?
- каким образом можно достигнуть поставленных целей?

 сколько вам хотелось бы сэкономить?

на какую сумму вы можете рассчитывать до конца месяца?

<input type="text" value="78 000 руб"/>	-	<input type="text" value="35 650 руб"/>	-	<input type="text" value="3 000 руб"/>
доходы		постоянные расходы		планируемая экономимая сумма
=				
деньги в вашем распоряжении				<input type="text" value="39 350 руб"/>

Заранее определите размер суммы, которую вы желаете сэкономить благодаря новым полезным привычкам. Отложите эти деньги в копилку или на сберегательный счет в банке. Главное, чтобы вы забыли об их существовании и не израсходовали в этом месяце.

СОВЕТЫ ДЛЯ ОСОБЕННЫХ СЛУЧАЕВ: Если у вас собственный бизнес. Для учета всех счетов, которые вы выставляете на оплату, есть два способа: можно записывать те счета, которые вам погасили в прошлом месяце, либо те, у которых срок оплаты истекает в этом месяце. Неважно, какой метод вы выберете, главное — придерживаться его весь год. Вы получаете зарплату в первых числах следующего месяца. В этом случае первого числа записывайте ориентировочную сумму, соответствующую последней полученной зарплате (или пособию).

Вы получили неожиданный доход. Можно отложить эти деньги и записать приход в начале следующего месяца, не внося в статьи дохода текущего. Либо, если вы не нуждаетесь в этих деньгах для того, чтобы дотянуть до конца месяца, положите их на сберегательный счет или в копилку.

Сложите постоянные расходы и то количество денег, которое планируете сэкономить, затем вычтите полученную сумму из доходов. Разность представляет собой деньги в вашем распоряжении до конца месяца.

Ведите учет расходов по неделям

Каждый вечер перед сном нужно методично записывать в какое-то все потраченные суммы. Наш совет: сохраняйте счета и чеки от сделанных покупок и вносите данные в планер. Если у вас не получается делать это ежедневно, помните, что очень важно заполнять какое-то хотя бы два раза в неделю, но не реже одного.

Каждая колонка относится к одному дню.

Схема предполагает 4 категории основных расходов:

Расходы на товары и услуги первой необходимости: к этой категории относятся неизбежные статьи расходов, необходимых для жизни и по большей части привычных.

Необязательные траты: эта категория включает покупки, без которых можно обойтись.

Культура и досуг: сюда относятся расходы, связанные с культурными мероприятиями, досугом и развлечениями.

Дополнительные и непредвиденные расходы: это траты, которые не подходят под конкретную категорию и включают в себя расходы, связанные с непредвиденными обстоятельствами или достаточно редкими покупками, например ремонт, приобретение мебели, компьютера и т. д.

В последней строке записывайте итог расходов за день.

МЕСЯЦ		Апрель			
		пн 10	вт 11	ср	чт
товары первой необходимости	супермаркет	1200 руб		электричка 60 руб	бензин 250 руб
необязательные траты	помада	500 руб			подарок Кате 3 000 руб
культура и досуг				пицца 500 руб	обед 250 руб
дополнительные расходы	подушка	1 000 руб			
итого:		2 200 руб	500 руб	560 руб	3 500 руб

Указывайте номер недели

Эта цифра позволит вам наглядно представлять, сколько денег имеется у вас в распоряжении на протяжении нескольких недель. Кошелек недели №1 равен кошельку начала месяца, недели №2 – разнице между первым кошельком и всеми расходами первой недели, и т.д.

НЕДЕЛЯ

1

39 350 руб

пт	сб	вс	РАСХОДЫ ЗА НЕДЕЛЮ
			товары первой необходимости
хлеб	ибупрофен		супермаркет 1350 руб
и булочки	150 руб		аптека 150 руб
150 руб			транспорт 310 руб
			итого: 1810 руб
			необязательные траты
туфли	тушь		шопинг 8 000 руб
5000 руб	650 руб		косметика 1 150 руб
			итого: 9 150 руб
			культура и досуг
завтрак	ужин 450 руб	кино	книги и журналы
в кафе		350 руб	400 руб
350 руб			фильмы и спектакли
учебник			350 руб
немецкого			бары и еда навынос
400 руб			1 550 руб
			итого: 2 300 руб
			дополнительные расходы
			расходы на дом
			1 000 руб
			итого: 1 000 руб
5 900 руб	1 250 руб	350 руб	итого за неделю: 14 260 руб

Пустые графы таблицы можно использовать для записи неучтенных статей расходов, в зависимости от ваших потребностей. Например, если вам для работы нужен автомобиль или телефон, в категорию «расходы на товары и услуги первой необходимости» можно добавить траты на бензин или сотовую связь. В графе «культура и досуг» можно отмечать покупки, связанные с хобби (занятия фотографией, велосипед и т.д.).

В конце недели суммируйте расходы. В этой таблице можно считать расходы за неделю в зависимости от их категории. Подразделять траты по статьям расходов очень полезно, потому что это позволит вам понять, каковы ваши потребительские привычки, и оценить их влияние на недельный и месячный бюджеты. Записывайте сумму всех сделанных за день покупок в соответствующие графы, а затем посчитайте, сколько вы тратите за неделю по каждой категории.

Сложите итоговые суммы за каждый день во всех категориях, чтобы получить итоговую сумму недели.

Подводите итог в конце месяца

Конец месяца — это время подвести промежуточный итог. Таким образом вы сможете отслеживать свои потребительские привычки и осознать, где деньги тратятся зря, где необходимо сокращение бюджета, а где возможны инвестиции.

Внесите в таблицу итоговые суммы за неделю и месячный итог по каждой категории («расходы на товары и услуги первой необходимости», «необязательные траты», «культура и досуг», «дополнительные и непредвиденные расходы»).

Сюда вносите расходы на коммунальные платежи (электричество, газ, интернет/телефон).

Пустые графы заполните итоговыми суммами расходов на покупки, которые оказались чувствительными для вашего бюджета (например, сигареты, топливо, транспорт, путешествия и т.д.), выделив их из 4 основных категорий.

месяц	Апрель	
	товары первой необходимости	культура и досуг
неделя 1	1 810 руб	неделя 1 2 300 руб
неделя 2	3 000 руб	неделя 2 350 руб
неделя 3	2 300 руб	неделя 3 700 руб
неделя 4	1 150 руб	неделя 4 110 руб
неделя 5		неделя 5
итого:	8 260 руб	итого: 3 460 руб
	необязательные траты	дополнительные расходы
неделя 1	9 150 руб	неделя 1 1 000 руб
неделя 2	500 руб	неделя 2 2 000 руб
неделя 3	2 200 руб	неделя 3
неделя 4	700 руб	неделя 4 10,50 руб
неделя 5		неделя 5
итого:	12 550 руб	итого: 3 105 руб
	коммунальные платежи	
электричество	350 руб	газ
телефон и интернет	1 050 руб	вода 3 500 руб
		итого: 4 900 руб
	значительные расходы	
расходы на	расходы на	
неделя 1	8 000 руб	неделя 1
неделя 2		неделя 2
неделя 3		неделя 3
неделя 4		неделя 4
неделя 5		неделя 5
итого:	8 000 руб	итого:




СОВЕТ: Если новый месяц начинается посреди недели, то такая неделя относится полностью к предыдущему месяцу или полностью к следующему (например, если последний день февраля — вторник, то эту неделю считают первой неделей марта). Это позволит подводить бухгалтерский баланс полной недели, облегчая таким образом подсчет и анализ расходов за месяц и за год.

Сравнивайте итоговые суммы во всех таблицах и делайте выводы. Например, вы можете заметить, что много тратите на общественный транспорт и было бы разумно купить проездной. Или вам станет очевидно, что можно сократить некоторые необязательные расходы, и т.д.

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ЗА МЕСЯЦ

- Сравните итоговые суммы во всех таблицах. Какие статьи расходов выделяются в этом месяце? Вы этого ожидали?
- Есть ли расходы, которые можно сократить?

расходы за неделю	неделя 1	14 260 руб.
	неделя 2	5 850 руб.
	неделя 3	5 200 руб.
	неделя 4	3 010 руб.
	неделя 5	
	коммунальные платежи	4 900 руб.
	итого расходы за месяц:	33 220 руб.

-  Сколько денег было у вас в распоряжении? 39 350 руб.
-  Сколько вы потратили? 33 220 руб.
-  Сколько вы сэкономили? 6 130 руб.

- Вы достигли своей цели? Да Нет Почти
- Если да, поздравляем! Вы заслужили небольшую премию. Только будьте внимательны, чтобы приложенные усилия не пропали зря. Выбирайте то, что может принести вам настоящее удовольствие, не требуя больших затрат (см. Советы).
- Если нет, что пошло не так? Что можно сделать для того, чтобы добиться лучшего результата в следующем месяце?

Записывайте итоговую сумму расходов за каждую неделю месяца.

Записывайте итоговую сумму коммунальных платежей.

Складывайте суммы расходов за все недели, чтобы получить итоговую сумму расходов за месяц.

Вернитесь к началу месяца, чтобы проверить бюджет, на который вы могли рассчитывать, и запишите его сюда.

Здесь отметьте сумму всех расходов за месяц.

Разница между бюджетом начала месяца и общей суммой расходов за месяц представляет собой сумму, которую вам удалось сэкономить.

Перечитайте цели, которые вы поставили в начале месяца, и поразмыслите над результатами. Не падайте духом, если они не соответствуют вашим ожиданиям. Важно анализировать расходы, чтобы найти сильные стороны вашего бюджета и принять во внимание совершенные ошибки, чтобы лучше справиться в следующем месяце.

Старайтесь откладывать сэкономленные за месяц деньги. Будет очень приятно увидеть, сколько вы сумеете накопить за год.



ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ

До того, как вы начнете пользоваться **kakebo**, позвольте дать вам несколько полезных советов. Это простые правила самоорганизации для достижения поставленных целей. Маленькие хитрости, позволяющие сэкономить, поддерживать высокий уровень мотивации и награждать себя время от времени за успехи.

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

- самоорганизация ● экономия ● мотивация

ПОСТАВЬТЕ ЦЕЛИ

Чтобы начать экономить, нужно поставить перед собой ясную, четко сформулированную и достижимую цель и определить конкретный интервал времени, за который вы планируете осуществить задуманное.

Хотите примеры таких целей? Откладывать на сберегательный счет 5% от каждой зарплаты; сэкономить 10 000 рублей в месяц в фонд непредвиденных расходов; закрыть долг, накопившийся на кредитной карте за последние 12 месяцев; сэкономить 50 000 за год на отпуск или большой подарок.

НЕ РАССЧИТЫВАЙТЕ НА ПОДАРОКИ СУДЬБЫ

Не принимайте в расчет потенциальные (в получении которых есть хоть малейшие сомнения) источники дохода, такие как тринадцатая зарплата, наследство или возврат уплаченного налога. В бюджет следует включать только те деньги, которые вы наверняка заработаете.

СТАРАЯ ДОБРАЯ СВИНЬЯ-КОПИЛКА

Складывайте сдачу в банку или копилку и открывайте ее только тогда, когда она наполнится. Сумма, которую удастся накопить таким образом, вас удивит: копейка рубль бережет.

ВСЕГДА СОСТАВЛЯЙТЕ СПИСОК ПОКУПОК ПЕРЕД ПОХОДОМ В МАГАЗИН

Основой экономии в первую очередь является планирование: не стоит идти за покупками, не зная, что именно необходимо приобрести. Это особенно касается продуктов: еще дома проверьте, чего не хватает, и строго придерживайтесь составленного списка, не поддаваясь искушению купить лишнее.

ТРЮК С 10 СЕКУНДАМИ

Каждый раз во время похода в магазин, когда у вас возникает желание положить в тележку продукт, которого нет в списке, остановитесь и спросите себя: «Зачем я это покупаю?» Если не получается убедительно ответить на этот вопрос, лучше вернуть товар на полку. Эта техника помогает не совершать импульсивных покупок.

ПРАВИЛО 30 ДНЕЙ

Каждый раз, когда хочется совершить покупку, в целесообразности которой вы не уверены, запишите ее и отложите принятие решения на 30 дней. По прошествии этого срока спросите себя: «А мне это все еще нужно?» В большинстве случаев вы убедитесь, что желание прошло, и вы наверняка что-то сэкономите.

ПОСТАРАЙТЕСЬ ОГРАНИЧИТЬ НЕНУЖНЫЕ РАСХОДЫ

Снижать привычные расходы второстепенной значимости всегда неприятно, но это самый эффективный способ остаться в рамках бюджета. Если во время отпуска вы обычно останавливаетесь в гостиницах, в этом году попробуйте прибегнуть к альтернативным решениям. Например, снять апартаменты или, возможно, поехать куда-нибудь поближе, чем обычно. Если вы любите побаловать себя массажем или делаете укладку раз в неделю, постарайтесь ограничить удовольствие одним разом в месяц. Если вы привыкли ходить по ресторанам, попытайтесь делать это реже.

ПОПРОБУЙТЕ СНИЗИТЬ НЕКОТОРЫЕ ПОСТОЯННЫЕ РАСХОДЫ

Узнайте, есть ли возможность (и подходит ли она вам), например, снизить расходы, перейдя на более выгодный тариф оператора сотовой связи или выбрав более дешевую подписку на телевизионные каналы. Может быть, имеет смысл сделать эффективнее энергопотребление в доме.

ВЗВЕСЬТЕ, ВЫГОДНО ЛИ ДЕРЖАТЬ ДЕНЬГИ НА БАНКОВСКОМ СЧЕТЕ

Не стоит пренебрегать этим пунктом и тратить заработанные деньги на банковские комиссии и плату за обслуживание. Кроме того, если проценты на вашем счете близки к нулю, возможным решением станет перевести деньги на сберегательный счет или депозит и таким образом выиграть несколько процентов, не рискуя сбережениями.

КАРПУЛИНГ

У вас есть знакомые, которые каждый день ездят на работу по тому же маршруту, что и вы? Почему бы не ездить на одной машине по очереди? Можно наполовину снизить расходы на бензин и техобслуживание, причем результаты экономии будут видны сразу. В конце месяца уже станет понятно, сколько получится сэкономить.

КАЖДЫЙ МЕСЯЦ ПОДВОДИТЕ БАЛАНС СВОЕЙ КРЕДИТНОЙ КАРТЫ

Если вы используете кредитные карты, старайтесь не уходить в минус, чтобы избежать чрезмерных трат. В случае если не получилось оплатить текущий долг, сделайте это своим приоритетом и в разумный срок погасите задолженность.

ПЛАТИТЕ НАЛИЧНЫМИ И СОХРАНЯЙТЕ ВСЕ ЧЕКИ

Большую часть ежедневных покупок лучше оплачивать наличными, особенно это касается дополнительных расходов вроде баров, ресторанов или покупки мелочей (сигарет, жевательной резинки). Таким образом траты станут более наглядными. Сохраняйте все чеки и каждый вечер вносите расходы в [kakebo](#).

ЭКОНОМИЯ НА ЭНЕРГОРЕСУРСАХ

Чтобы меньше тратить на электроэнергию, попробуйте сделать следующее: полностью загружайте стиральную и посудомоечную машины, устанавливая температуру 40°C; вовремя меняйте фильтры и чистите бачки; полностью отключайте телевизор и другие электроприборы; смотрите телевизор при неярком рассеянном свете; гасите свет, если он больше не нужен. Для экономии газа необходимо осуществлять ежегодную ревизию отопительного газового котла; установить температуру 20°C; отключать ненужные батареи. Лучше принимать душ, а не ванну, и выключать воду, когда вы намыливаетесь.

НЕ НУЖНО ТРАТИТЬ ДЕНЬГИ, ЧТОБЫ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ СТРЕССА

Часто происходит так, что деньги тратят только для того, чтобы расслабиться после тяжелого трудового дня. Компьюльсивный шопинг, игровые автоматы, фаст фуд, лотерейные билеты и т.д. На самом деле расслабиться можно, просто выделив себе несколько спокойных минут. Обыкновенная прогулка, немного музыки или короткий отдых на диване помогут восстановить необходимый баланс.