

Арешилзе Л. Г., Крупянко М. И., Крупянко И. М.

Экономия по-японски: искусство правильно тратить деньги. Серия «Удивительная Япония». – М.: Международные отношения, 2015. – 256 е.: ил.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие к русскому изданию	5
Предисловие от автора	6
Введение	13
ГЛАВА 1. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ЭКОНОМИИ СЕМЕЙНОГО БЮДЖЕТА	
1.1. Экономия на арендной плате за жилье	19
1.2. Экономия на расходах, связанных с переездом и обустройством нового жилья	21
1.3. Экономия на оплате коммунальных услуг	24
1.4. Экономия расходов на питание	28
1.5. Экономия расходов на оплату услуг телефонной связи	33
1.6. Экономия расходов по обустройству жилого помещения	38
1.7. Экономия расходов на обустройство в квартире мест общего пользования	41
1.8. Проверка чеков в магазине как эффективный способ экономии семейного бюджета	46
1.9. Особенности ведения учета личных расходов	51
1.10. Основные статьи расходов семейного бюджета японцев	54
1.11. Искусство анализировать расходы семейного бюджета	56
1.12. Экономия расходов на организацию и проведение свадебной церемонии	61
ГЛАВА 2. ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ СБЕРЕЖЕНИЯ СРЕДСТВ СЕМЕЙНОГО БЮДЖЕТА	
2.1. Использование метода «копилки»	63
2.2. Внеплановые накопления	69
2.3. Рост сбережений за счет отказа от вредных привычек	75
2.4. Как японцы используют радостные события в жизни для накопления денег	80
2.5. Стратегия сбережения средств на личном счете в банке	86
2.6. Как японец накапливает свои первые в жизни 100 тыс. иен (около 1 тыс. долларов).	90

2.7. Опыт накопления 300 тыс. иен (около 3 тыс. долларов).	92
2.8. Опыт накопления 500 тыс. иен (около 5 тыс. долларов).	95
2.9. Опыт накопления 1 млн иен (около 10 тыс. долларов).	97
2.10. Опыт накопления 3 млн иен (около 30 тыс. долларов).	100

ГЛАВА 3. ПРАВИЛА ЭКОНОМНОГО ВЕДЕНИЯ СЧЕТА В БАНКЕ

3.1. Открытие банковского счета	107
3.2. Какие банки для открытия счета предпочитают японцы	110
3.3. Использование ресурсов интернет-банка	114
3.4. Пользование счетом в интернет-банке	118
3.5. Выбор банка	121
3.6. Как японцы стараются уменьшить оплату комиссионных сборов, взимаемых с них банками	124

ГЛАВА 4. ИСКУССТВО ЭКОНОМНО РАСХОДОВАТЬ ДЕНЬГИ

4.1. Правильное распределение расходов	129
4.2. Мониторинг потребительских цен в магазинах	133
4.3. Использование купонов в целях экономии	137
4.4. Покупки на распродажах	142
4.5. Покупки по Интернету	147
4.6. Крупные покупки	151

ГЛАВА 5. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЛАСТИКОВЫХ КАРТ И ЭЛЕКТРОННЫХ ДЕНЕГ

5.1. Виды пластиковых карт в Японии	157
5.2. Правильный выбор пластиковой карты	161
5.3. Накопление баллов по пластиковым картам	164
5.4. Покупка товаров в кредит	167
5.5. Виды электронных денег	170
5.6. Правила пользования электронными деньгами	173

ГЛАВА 6. ИСКУССТВО ЯПОНЦЕВ СНИЖАТЬ ОБЩИЕ РАСХОДЫ НА ПРОЖИВАНИЕ

6.1. Снижение расходов за пользование электроэнергией	177
6.2. Снижение расходов за пользование газом	183
6.3. Снижение расходов за пользование водопроводом	188
6.4. Снижение расходов при покупке продуктов питания	193
6.5. Снижение расходов при приготовлении пищи в домашних условиях	199
6.6. Экономия расходов при посещении ресторанов	204
6.7. Экономия на телефонных разговорах	209

6.8. Экономия при покупке предметов одежды	213
6.9. Снижение расходов при посещении салонов красоты	218
6.10. Экономия на покупках предметов ежедневного обихода	224
6.11. Экономия на развлечениях	228
ГЛАВА 7. ИСКУССТВО ЯПОНЦЕВ УВЕЛИЧИВАТЬ СВОИ ДОХОДЫ НА ФИНАНСОВОМ РЫНКЕ	
7.1. Подработка как дополнительный заработок	235
7.2. Получение доходов от игры на бирже	238
7.3. Операции с ценными бумагами	241
7.4. Инвестирование в фонды	244
7.5. Покупка государственных облигаций	248
7.6. Игра с обменными курсами валют на FOREX	251
7.7. Особенности подоходного налога в Японии	253
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	255