월급 진단 시트

10분이면 됩니다. 정확하지 않아도 괜찮습니다. **빈칸으로 두는 것보다 대충이라도 적는 편**이 훨씬 낫습니다.

쓰는 순서 ① 비정기 지출 달력 채우기 → ② 진짜 저축 가능액 계산 → ③ 첫 자동 저축액 4가지 질문

① 비정기 지출 달력

매달은 아니지만 **매년** 나가는 돈입니다. 예상 못 한 돈이 아니라, **날짜만 모르는 돈**입니다. 작년을 떠올리며 적어 보세요.

시기	무슨 일	예시 금액	내 금액
1~2월	설날 (부모님 용돈, 귀성, 선물)	30만 원	
5월	어버이날 · 가정의 달	20만 원	
7~8월	여름휴가	50만 원	
9~10월	추석	30만 원	
연중	결혼식·장례식 (축의금·부의금)	20만 원 (2회)	
연중	병원·치과	15만 원	
12월	연말 모임	15만 원	
봄·가을	계절 옷, 신발	30만 원	
____	생일 선물 · 연간 구독 갱신 · 기타		
____			
1년 합계		**210만 원**	
÷ 12 = 한 달 비정기 지출		**약 18만 원**	

예시는 입사 2년 차, 실수령 250만 원 직장인의 1년입니다. 금액은 사람마다 다릅니다.

② 진짜 저축 가능액

은행 앱과 카드 앱에서 지난 한 달을 열고 숫자 네 개만 적으세요.

월 실수령액	예) 250만 원 _____
− 고정비 (월세·통신비·보험료·공과금·상환액)	예) 95만 원 _____
− 평균 생활비 (식비·교통·쇼핑·약속)	예) 85만 원 _____
− 한 달 비정기 지출 (① 의 마지막 칸)	예) 18만 원 _____
= 진짜 저축 가능액	**예) 52만 원** _____

비정기 지출을 빼지 않으면 예시의 저축 가능액은 70만 원으로 보입니다. 70만 원으로 시작한 사람은 결혼식·치과·휴가가 몰리는 넉 달 안에 저축을 깨기 쉽습니다.

③ 첫 자동 저축액 4가지 질문

② 의 범위 안에서 금액 하나를 떠올리고 답하세요. 하나라도 "아니요"면 5만 원 낮춥니다.

1	이 금액을 **3개월 동안** 유지할 수 있는가?	☐ 예 ☐ 아니요
2	축의금이나 병원비가 생겨도 **이체를 취소하지 않을** 수 있는가?	☐ 예 ☐ 아니요
3	이 금액을 빼고도 **신용카드 사용이 늘지 않을** 것 같은가?	☐ 예 ☐ 아니요
4	이 금액을 빼도 한 달 생활이 **버틸 만한가**?	☐ 예 ☐ 아니요

나의 첫 자동 저축액 월 _____ 원 · 이체일: 급여일 다음 날, 매월 _____ 일

실수령 250만 원 안팎이라면 월 20~40만 원에서 시작해도 충분합니다. 좋은 첫 금액은 가장 큰 금액이 아니라, **3개월 동안 한 번도 꺼내지 않을 금액**입니다.

다음 단계

숫자가 생각보다 작게 나와도 괜찮습니다. 내일 아침부터 문자로 오는 **7일 무료 강의**가 바로 이 숫자에서 시작합니다. 적금을 둘로 나누는 이유, 월급 후 48시간의 자동이체 순서, 힘든 달에도 무너지지 않는 3단 저축액까지 하루 10분씩 함께 정합니다.