

わが家の

固定費、家計を圧迫 していませんか!

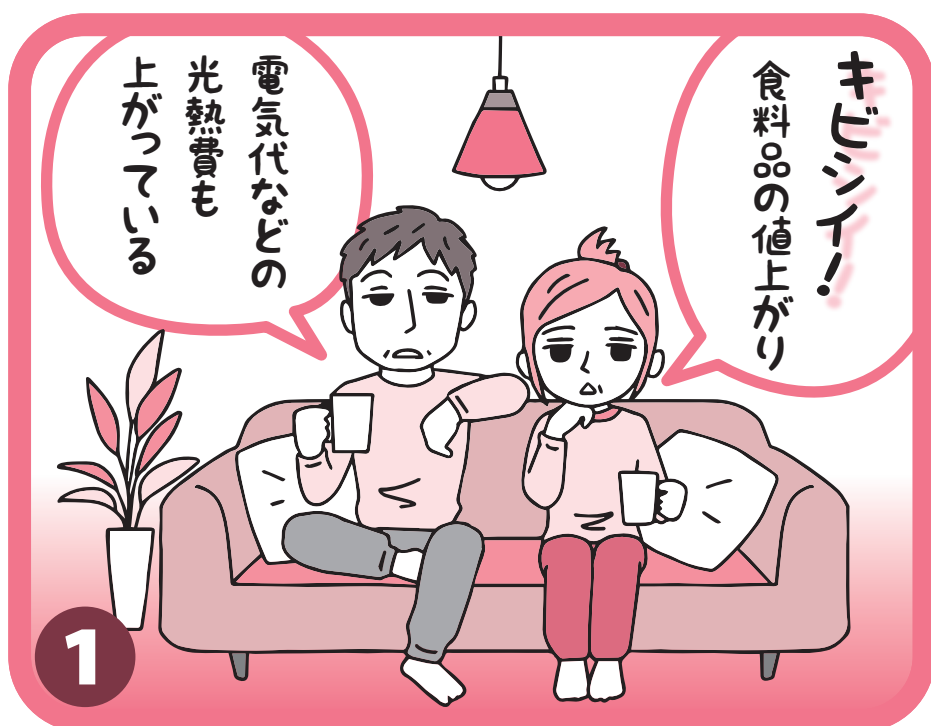
2023
冬号
暮らしと保障の情報誌
ライフプラン
コープみらい

日々の家計の負担になっている物価上昇。そこで考えたいのが固定費の見直しです。

中でも保険料や掛金は、家計に占める割合が大きい支出のひとつです。

今が見直すタイミングかもしれません。

保障にかかる支出を見直して家計のムリ、ムダを減らしましょう。



発行：コープデリ共済センター

現在契約している保障と見直し

STEP 3 ライフシーン別・保障見直し事例

収入が減少したら



家計に変化があり収入が減少した場合は、とくに現状の収入や加入している公的保険の内容などを確認して、必要保障額を正しく算出しておきましょう。

確認してみて不要な保障までつけていた場合、見直すことで出費を抑えられるかもしれません。

ひとり親家庭になったら

子どもを抱えてひとり親家庭になった人にとっては、生活費の確保の他に子どもの学費や自分がもしもの時のことなど多くの不安要素があります。

生活を安心して送るためには、どのような保障が必要か、冷静に考えることが大切です。



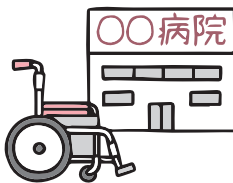
マイホームを購入したら

マイホーム購入は、大きな夢の実現であると同時に家計全体を見直す人生の節目となります。

団体信用生命保険へ加入した場合は、生命保障を下げることも検討してみましょう。



シニア世代になったら

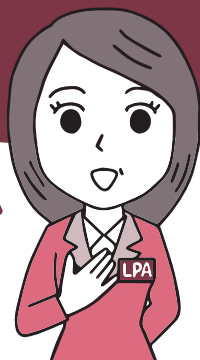


シニア世代の保障は「安心して第二の人生を送れるように」という目的で見直すことが大切です。「入院したらどのくらい費用がかかるのか」「現在の預貯金や生活資金にどの程度影響するのか」など貯蓄とのバランスを考えながら検討しましょう。

保障は一度見直したら終わりではありません。ライフスタイルの変化に応じて見直しを考えましょう。

また、解約する時などは無保障状態の空白期間が無いように気を付けましょう。

もし悩んだときは、保障のプロに相談するのも一つの方法です。



[CO・OP共済ニュース]

CO・OP共済にはこんな保障があります!

ずとあい

一生涯つづく生命保障

一生涯の生命保障を、加入時からずっと変わらない掛金で準備できます!

加入できる年齢 0歳～満70歳
(発効日の年齢)

掛金 加入時より一生涯
同じ掛金

共済期間 終身

※年齢によって加入できるコースが違います。
必要な保障額でお選びください。

■コースのご案内／死亡・重度障害(病気・事故)

200万円
コース※1

300万円
コース

500万円
コース

1,000万円
コース※2

●満60歳からは100万円コースもあります。

※1:0歳～満14歳の《たすけあい》J2000円コースにご加入の方は、200万円コースのみお申し込みいただけます。

※2:満15歳から満60歳までの方が加入できます。

300万円コース(80歳払込満了)の月掛金

年齢	女性	男性
20歳	3,870円	4,170円
30歳	4,830円	5,190円
40歳	6,270円	6,840円
50歳	8,670円	9,600円

※2022年9月2日以降発効契約の月掛金です。(2022.9.1改定)

ポイント

●低解約返戻金型なので、
月々の掛金負担を抑えつつ
万に備えることができます。

●掛金の払込期間(60・65・70・80歳
払込満了)が選べます。

※年齢によって選べる払込期間が違います。

あいぶらす

10年満期の生命・入院・がんの保障

10年満期なのでライフステージにあわせて保障を見直せます!

加入できる年齢 満18歳～満60歳
(発効日の年齢)

※満60歳から満70歳の方
向けのプランもあります。

掛金 加入時より10年間同じ掛金

※満期時に契約を更新、もしくは共済期間内で
契約を更改する場合はその時の年齢の掛金
になります。

共済期間 10年間

※健康状態に関わらず満85歳まで継続できる所定のコースがあります。
満85歳まで継続するためには満70歳で契約を更新または更改する
必要があります(共済期間15年)。満期時にお手続きされなかった場
合、更新時年齢が満70歳までの方は、満期を迎えるコースと同じ保
障内容で自動更新されます(詳しくは満期時にご案内します)。

■プランのご案内／死亡・重度障害(病気・事故)

300万円

500万円

1,000万円

1,500万円

2,000万円

2,500万円

3,000万円

生命500万円の月掛金

年齢	女性	男性
20歳	500円	700円
30歳	650円	750円
40歳	1,000円	1,500円
50歳	1,700円	2,900円

※2013年9月2日以降発効契約の月掛金です。(2013.9.1改定)

ポイント

●手頃な掛金で
最高3,000万円の保障があります。

●必要に応じて入院特約や新がん特約を
つけられます。

※《ずとあい》終身生命(低解約返戻金型)・《あいぶらす》は異なる保障商品です。いずれかひとつでもご加入になれます。
※CO・OP共済の保障内容について、詳しくは商品パンフレットをご覧ください。
※CO・OP共済に加入するには出資金を支払い、お近くの生協の組合員になることが必要です。生活協同組合(生協)は、お
店や宅配で暮らしに貢献しています。(一部お店のない生協があります)

CO・OP共済は個人情報大切に、個人情報保護法を守ります。

ホームページでもご覧いただけます

コープデリ 共済

検索

<http://kyosai.coopdeli.coop>

契約引受団体/日本コープ共済生活協同組合連合会

見直しを3ステップで確認しよう!

STEP 1 契約している生命保障を確認

- 1 保障の種類
- 2 保障金額
- 3 保障期間
- 4 保険料・掛金 (毎月払い・年払い・一括払い)
- 5 特約の内容

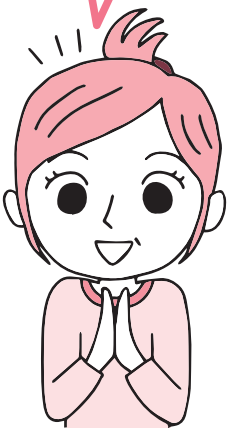


確認すべきポイント

- ① 何のために買ったか考えよう
保障に加入したとき、どんなきっかけで何のために買ったか思い出してみよう
- ② 保障が重複していないか
家族全員の加入中の保障をチェック
同じ種類の保障に入っていないか

現在契約している保障の内容については、契約時の保険証券や共済証書で確認できます。

カンタンね!



STEP 2 保障の考え方



ふむ

① 我が家に必要な保障はどのくらいか計算してみよう

万一の時の支出見込み額

日常生活費、教育費、住居費、葬儀費用、
一時的に必要な費用

その後の収入見込み額

遺族年金などの公的保障、企業年金、
死亡退職金、貯蓄、家族の収入

=

生命保障
必要保障額
(足りない分)

遺族年金とは

家族を養っていた人が亡くなったとき、家族の生活を守るための制度。
遺族年金は、国民年金または厚生年金保険の被保険者または被保険者で
あった方が亡くなったときに、その方によって生計を維持されていた遺族
が受けることができる年金です。

遺族年金には、「遺族基礎年金」「遺族厚生年金」があり、亡くなった方の
年金の加入状況などによって、いずれかまたは両方の年金が支給されます。
詳しくは厚生労働省ホームページ「遺族年金制度」をご覧ください。
<https://www.mhlw.go.jp>

② あなたのライフステージは今どこ?

支出や収入は、子どもの誕生や成長、独立、自身の転職や定年退職などで大きく変化します。
保障を見直すタイミングはライフステージの変化があるときです。

ライフステージに合わせて、
ムリなく生命保障を
準備する



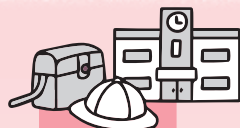
独身



結婚



子ども誕生



子育て



子どもの独立



定年退職



年金受給開始

生命保障

医療保障

くらしの見直し講演会 後援:コープ共済連

参加費無料 オンライン講演会開催

正しく知って賢く使う ふるさと納税 の基礎知識

自分にとってメリットのある寄付額や、住宅ローン控除や医療費控除との関わりなど、ふるさと納税を賢く利用するための基礎知識を学びます。

- 日時：2024年2月3日(土) 13:30~15:30
- 締め切り：2024年1月28日(日)
- 1月30日(火) までにご招待メールをお送りします。
- 申込方法：Web
URL: <https://form.qooker.jp/Q/auto/ja/LPA1/planning/>
下記の二次元コードまたはURLから



●講師 栗本 大介氏
(くりもと だいすけ)

CFP®認定者、1級ファイナンシャルプランニング技能士、相続手続カウンセラー、定年カアドバイザー、合同会社ライフガーディアン代表社員。1971年生まれ。滋賀県大津市在住。

ライフぷらん「川柳」入賞作品発表! 祝!!

皆さまのたくさんのご応募、誠にありがとうございました。

銀賞
まとめ買い
気づいたときは
美味切れ
みかんたんさん

銀賞
シャンプーは
押して出なけりや
水を足す
とーさん

金賞
熱帯夜
犬に冷房
オレうちわ
C.Sさん

川柳テーマ
わたしの節約術



*ご応募いただいた作品は共済HPでもご紹介しております。是非、ご覧ください。

対面相談再開 「家計とくらしのお金相談」要予約

相談会場

プラザ千葉……12月14日(木) 1月26日(金)
プラザ浦和……12月19日(火) 1月23日(火)
プラザ秋葉原……12月12日(火)

電話相談

ご相談日……火・水・木・金

無料

時間 ●①11時~12時 ②13時30分~14時30分 ③15時~16時 締め切り ●相談日の1週間前まで
●予約は下記の0120-340-361へお申込みください。

Quiz まちがい探し

問題 下の絵を比べて5カ所のまちがいを探してください。違うところにあてはまる枠内のアルファベットで教えてください。
(ただし、印刷の汚れやかすれなどは、まちがいにふくみません。)

A	B	C	D
E	F	G	H
I	J	K	L
M	N	O	P

正解者の中から抽選で
500円分の
QUOカードを
1月20日
締切り
プレゼント!!



送付先 〒336-8526 さいたま市南区根岸1-4-13
コープデリ共済センター「ライフぷらん」クイズ係 行

※共済の事務はコープデリ連合会へ業務委託しています。

応募方法 郵便ハガキに答え、住所、氏名(匿名、ペンネームを希望される方はこちら
もご記入ください)、年齢、電話番号、ご加入の生協名、今月号の「ライフ
ぷらん」に対するご意見・ご希望を記入し、上記宛先まで郵送してください。

お寄せいただいたご意見・ご感想は本誌「読者の声」の他、共済センター制作の宣伝物に告知なく掲載する場合があります。
個人情報の取扱いに関する事項 生活協同組合コープみらい、いばらきコープ生活協同組合、とちぎコープ生活協同組合、生活協同組合コープ
なかの、生活協同組合コープデリにいたがたはご提供いただいた個人情報をプレゼント当選者の発表、プレゼントの発送およびキャンペーンまたは
サービス向上のためのアンケートなどに利用します。個人情報の取扱いに関する詳細情報は、生活協同組合コープみらい共済センター、いばら
きコープ生活協同組合共済センター、とちぎコープ生活協同組合共済センター、生活協同組合コープなかの共済センター、生活協同組合コープデ
リにいたがた共済センターのホームページ(<https://kyosai.coopdeli.coop/>)をご覧ください。

夏号の答え

B・D・H・I・N

※当選者の発表は商
品(QUOカード)
の発送をもってか
えさせていただきます。

《たすけあい》ケガや病気でお役に立てた事例 共済金お支払い事例から

ケガ通院

10代・男性
陸上の練習中転倒し、
足を打撲した。



通院日数 1日

コース J2000円コース

共済金 3,000円

加入コース	年齢	性別	ケガの内容	通院日数	お支払い金額
J1000円コース	幼児	男性	ベッドで遊んでいて棚の角で後頭部に切り傷を負った。	5日	10,000円
J2000円コース	10代	女性	バスケットボールの試合中、シュートを打ち着地の際に、相手の足を踏み、足を捻挫した。	3日	9,000円
3000円コース(女性)	50代	女性	山道を下る際に足を滑らせ、転んで右手について骨折した。	3日	5,250円

※医師の指示により固定具を装着した場合、ケガ通院共済金10日分が通院日数に加算される場合があります。

病気入院

60代・女性
肝疾患



入院日数 14日

コース 2000円コース(女性)

共済金 112,000円(女性サポート共済金含む)

加入コース	年齢	性別	病気の内容	入院日数	お支払い金額
2000円コース(女性)	30代	女性	産科的病態	5日	50,000円 (女性サポート共済金・手術共済金含む)
2000円コース(女性)	50代	女性	子宮体がん	5日	40,000円 (女性サポート共済金含む)
告知緩やか1000円コース	50代	男性	心筋梗塞	5日	30,000円 (手術共済金含む)

*掲載されている事例はあくまでもお支払い内容の一例です。*手術共済金は受けた手術の内容によって支払倍率が異なります。*同じ傷病に対する手術であっても、実際の手術内容によって支払金額が異なる場合やお支払いできない場合があります。*実際のお支払いにあたりましては、ご請求内容ごとのお手続きとなります。なお、掲載されている事例はすべて共済の保障期間中の出来事です。*(たすけあい)共済金お支払いデータより

契約引受団体/日本コープ共済生活協同組合連合会

CO-OP 共済

こんなにあなたに
立っています!

契約引受団体

日本コープ共済生活協同組合連合会

2023年7月度

コープみらい

支払金額 752,910,000円

支払件数 14,224件

全加入者 1,119,388件

(2023年6月入会金分)

コープ共済についてのお問合せ コープ共済センター 受付時間/9:00~18:00(月~土・祝日含む)

ご加入や保障内容の問合せ

☎ 0120-50-9431

共済金のご請求に関する問合せ

☎ 0120-80-9431

..... 応募・お問合せ先

講演会・Quizまちがい探し

<https://form.qooker.jp/Q/auto/ja/LPA1/planning/>

お問合せ コープデリ共済センター ☎ 0120-340-361

■受付時間/10:00~17:00(月~金) ※共済の事務はコープデリ連合会へ業務委託しています。



資料請求
ダイヤル

コープ共済センター資料請求窓口

フリーダイヤル

お問合せの際は生協名をお伝えください

☎ 0120-497-775

受付時間(祝日は除く)

●月~金曜日 9:00~17:00

●土曜日 9:00~16:00



資料請求のページへ
ダイレクト!

CO-OP共済 に加入するには...

出資金を支払い、お近くの生協の組合員になることが必要です。
生活協同組合(生協)は、お店や宅配でくらしに貢献しています。