



contents

- 今すぐできる「我が家のリスクマネジメント」!
- ライフぱらん川柳
- パート収入の壁の仕組みと乗り越え方
- Quizまちがい探し

地震

集中豪雨

台風

など
など

あなたの大切なものを守る!

万が一のために どう備える?



あなたの大切なものは何ですか。家族、マイホーム、ペット…。
災害は、時間・場所関係なく予期せぬ時に起こります。
今すぐできる対処方法を考えてみましょう。

「あ、みんなまで書き込んでみるんか」

「災害に備えて保障の見直し!」

「ポチとタマのご飯はどうする?」

「連絡先や避難場所は?」

「おいら達のこともね!」

ペットは大丈夫?

災害時、あなたとあなたの大事な家族、そしてペットを守るために、今できることを考え、備えておきましょう。ペットを守れるのは飼い主だけです。

ペットの防災チェックリスト

詳しくは環境省のサイト『人とペットの災害対策ガイドライン』で確認しておきましょう▶

優先順位1 ● 命や健康にかかわるもの

- 療法食、薬
- 5日以上以上のフード、水
- 予備の首輪・リード
- 食器(フードとお水用)

など

優先順位2 ● 飼い主やペットの情報

- 飼い主の連絡先
- ペットの写真
- ワクチン接種状況
- 既往症・健康状態

など

優先順位3 ● ペット用品は分かりやすいところにまとめておく

- ペットシート
- 排泄物の処理用具
- タオル
- ブラシ

など



日本は災害列島!

今すぐできる

「我が家」

防災対策 今すぐできること!



対策

1

ハザードマップの確認

今住んでいる場所の地盤等、ハザードマップを確認し、どんな災害が発生するおそれがあるのか確認しておきましょう。ハザードマップは、各自治体のHP等で確認できます。また、CO・OP火災共済地盤調査サービスでは、ネット上でご自宅周辺の自然災害リスクを確認できます。

こちらから確認できます▶



今後想定される大規模地震

今後30年以内に起こる可能性があるとされている大規模地震

出典：内閣府ホームページ「水害・地震から我が家を守る保険・共済のすすめ」「災害情報」より抜粋して作成

海溝型

日本海溝・千島海溝周辺海溝型地震【根室沖】

30年以内に地震・7~40%程度が発生する確率
など様々なケース

直下型

中部圏・近畿圏直下地震

直下型

首都直下地震

南関東域で30年以上M7.5クラス地震が発生する
被害想定：建物全壊・津波

海溝型

南海トラフ地震

30年以内にM8~M9クラスの・80%程度大規模な地震が発生する確率
被害想定：建物全壊・消失棟数約238万6,000棟

東日本大震災の約20倍

対策

2

防災・避難用品の準備

防災用品の準備はしていますか。家族構成に合わせて用意しましょう。食料品や飲料水等は消費期限があります。年に1~2回家族で防災体験を行い、ローリングストックをしながら、準備をしましょう。

*「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。

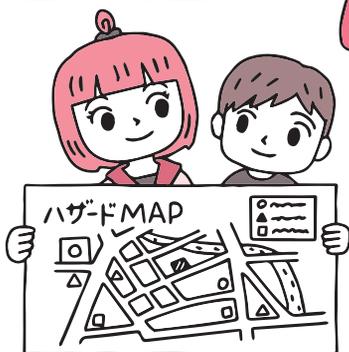


対策

3

避難場所と避難経路の確認

自宅からの避難場所と避難経路を確認しましょう。災害時自宅にいるとは限りません。お子さんが通う保育園・学校、そして職場にいたときのこと想定しておきましょう。



大勢!

CO・OP共済の「住まい」と「家財」の保障のご案内

地震に備えよう!



CO・OP 火災共済 + 自然災害共済
プラスして付けられます!

風水害等給付金付火災共済・自然災害共済
厚生労働省認可

充実の保障内容 地震等共済金

契約期間中に地震、噴火、津波などにより損害が生じたとき。

CO・OP火災共済は「地震」以外にも、トータルで住まいの損害に備えます!

ベーシック

最高保障額

1,800万円

エコノミー

最高保障額

1,200万円

※火災共済と自然災害共済にそれぞれ600口加入(住宅400口・家財200口)した場合の金額です。加入内容に応じて、最高保障額は異なります。
※地震の損害額が100万円を超える場合に対象となります。※ベーシック・エコノミーの事業規約上の名称はタイプB・タイプEとなります。

組合員の声

連絡したらずいに来た、調査と事務処理してくれました

災害が起きるが、自然災害に備えて、落胆しませんでした

「家のリスクマネジメント」!

地震



対策

4 災害時の連絡方法・手段

万一のときの連絡方法を確認しておきましょう。

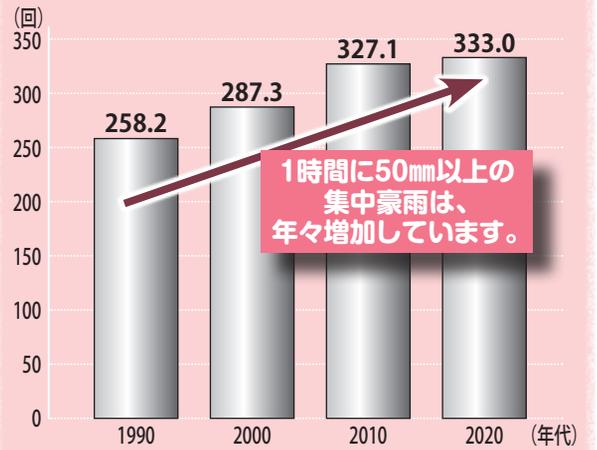
【災害用伝言171】ダイヤル

局番なしの「171」にかけると音声ガイダンスに従って、安否などの伝言を録音できます。



集中豪雨は年々増加

全国の1時間降水量50mm以上の年間発生回数の経年変化



1時間に50mm以上の集中豪雨は、年々増加しています。

出典:気象庁「大雨や猛暑日など(極端現象)のこれまでの変化」より作成

対策

5 お金の備え

【被災直後】

移動するためのお金や飲み物を買うお金など2万円(1,000円札と小銭)くらいはお財布に入れておくようにしましょう。

【避難生活】

避難の際は、交通費、宿泊費、衣服や日用品を買うためにまとまったお金が必要になります。

銀行の普通預金などからすぐ引き出せるようにしておくことと安心です。

*災害時にはATM等で引き出しを制限される場合や時間がかかる場合があります。2つ以上の普通預金口座を持つようにしましょう。

【生活再建】

住宅の修繕、建て直しなどの大きなリスクには保険・共済の加入を検討しておきましょう。

すでに加入されている方も、家族構成が変わったりハザードマップの情報の更新などをチェックし定期的な見直しが必要です。

キャッシュレスの時代ですが、いざという時のために、普段から現金を持ち歩くことは大切なんです。



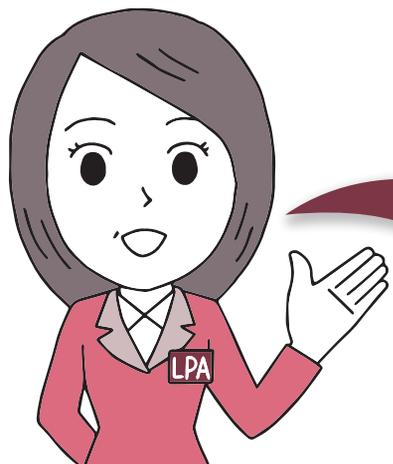
お金のことを考えておかないと...



内M7・70%の確率

当失棟数約61万棟

東日本大震災の約5倍



やろうと思っても「また今度…」と後回しにしていること、ありますよね。

「今後想定される大規模地震」にあるように、いつ起こるかわからないのが自然災害です。そのためにも「今できること!」の防災対策をこれを機会に家族で話してみてもいいかもしれません。

間を置
住宅調
理をし
ます。



全損でなく、部分的な損壊でも共済金が支払われて、ありがたかったです。



調査してくれた人が、被害状態を真摯に聞きとり、寄り添ってくれました。



大変だった時でも、火災共済に入っていたから助かった!と思いました。とご災害共済が付帯されていないため、わずかな見舞金しか支払えないと言われました。共済の方も気の毒に思ってくれましたが...



資料請求はこちらから!

保障内容のお問い合わせもお気軽に!



お電話で

0120-6031-43

WEBで

掛金試算はこちら



ご用件番号「1」をご選択ください 受付時間 月~土(祝日営業) 9:00~18:00 ※年末年始休み

取扱団体/日本コープ共済生活協同組合連合会(コープ共済連) 契約引受団体/全国労働者共済生活協同組合連合会(こくみん共済 coop)



【CO-OP共済ニュース】

CO-OP火災共済に加入するには出資金をお支払いいただき、お近くの生協および都道府県共済の組合員になることが必要です。

d90-87759-2507

2025年度

ライフぷらん川柳

募集中!!

川柳テーマ「物価高の家計管理」

賞品

- 金賞 1本 コープ商品詰め合わせ 5,000円相当
- 銀賞 2本 コープ商品 3,000円相当
- コーすけ賞 4本... コープ商品 1,000円相当
- 参加賞 ●「コーすけグッズ」プレゼント

応募資格

組合員とその家族（お一人様1作品・作品は未発表・オリジナルの作品に限ります）

応募・お問合せ先

【Webからの応募の場合】二次元コードから
 【ハガキからの場合】〒319-0102 小美玉市西郷地1703
 総合企画室「ライフぷらん川柳」係 行



結果発表

ライフぷらん冬号、「いばらきコープ」コープ共済ホームページ

その他ご案内

入賞作品、応募された作品の著作権は、いばらきコープおよび共済連に帰属します。なお、応募作品は返却いたしません。入賞作品は、今後のライフプランニング活動およびLPAの各種媒体に掲載させていただきますのでご了承ください。お寄せいただいた個人情報には厳重に管理し、いばらきコープからの連絡、商品の発送などに使用します。

申込締切

10月25日(土)

必要事項

- ①応募作品 ②組合員番号 ③氏名
- ④氏名のカナ ⑤イニシャル・ペンネーム ⑥郵便番号・住所 ⑦電話番号

参加費無料

いばらきコープLPAの会主催

後援:コープ共済連

パートで世帯収入アップ大作戦!

パート収入の壁の仕組みと乗り越え方

妻の働き方次第で世帯収入は大きく変わります。今はパートでも扶養を外れるとどうなるのか不安を持っている人、正社員だけれどパートに切り替えたい人、もやもやしている人は多いはず。次の一歩を踏み出すために、女性の働き方にかかる税金と社会保険料の仕組みを知りましょう。

●日時: 2025年 **11月12日(水)** 10:00~12:00

●開催場所: **コープ水戸店**
水戸市元吉田町1048-1

- 対象: どなたでも参加できます
- 定員: 50名(保育有り、5名まで、保育費100円)
※応募者多数の場合は抽選になります。
- 締め切り: 10月31日(金)
応募方法は右記の二次元コードから▶



●講師 **深田 晶恵**氏

生活設計塾クルー取締役/ファイナンシャル・プランナー(CFP®) / 外資系電機メーカーのOLから1996年にFPへ転身。セミナーでは「すぐできるマネープラン」を提案。わかりやすく、はげれの良い語り口に定評がある。NHK「あさイチ」「クローズアップ現代」などに出演多数。ダイヤモンドオンラインなどでマネーコラムを連載中。近著に「知識ゼロの私でも日本一わかりやすいお金の教科書」(講談社)、「まだ間に合う!老後のお金のつくり方」,「サラリーマンのための手取りが増えるワザ65」など備しておくべきこと」(TJ Mook宝島社)など多数



お問合せ先・総合企画室 TEL0120-160-231 受付時間 9:00~17:00 (月~金)

読者の声

「お金のつくり方」巻き込まれやすい契約、金銭トラブル良かったです。せひ孫に見せたいと思います。無料プレゼントが好きなワタシ。「タタは高いものはな」を金言にします。

70歳、75歳の夫婦です。今月10月10日「お金のつくり方」が届きました。詐欺、トラブル、本心に心配です。心の中にためない、たまりないうつに元気が戻ります。ライフプラン「わがや」がわかりやすく願っています。

「Quizまちがい探し」が大好きです。今回は珍しく難しくなっています。でも答えがわかるのが楽しみです。毎回楽しみにしています。頑張ります。

自分は大学生なのでマルチ商法やSNSでのトラブルにはより気をつけなければいけないと感じた。新生活が始まり不安も大きい中、そこにつけこんでくるので何かあったらすぐ相談することが大切だと思う。また、事前にクーリングオフなどの制度を知っておくことも必要だと感じた。

K.Y.さん

《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

男性・小児
学童保育中、彫刻刀を使っていて誤って左手に切り傷を負った。

通院日数 5日
コース J1000円コース
共済金 10,000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	女性	幼稚園で友だちに背中を押されて転倒し額に切り傷を負った。	1	2,000円
2000円コース	30代	女性	急いで階段を駆け下りた際にバランスを崩し右足を筋損傷した。	1	1,500円
2000円コース	50代	男性	帰宅中に階段で滑り転倒して、顔を打撲した。	1	1,500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

男性・30代
腸憩室

入院日数 5日
コース 4000円コース(男性)
共済金 50,000円

加入コース	年齢	性別	病気の内容	入院日数	お支払い金額
J1900円コース	幼児	女性	呼吸器系の疾患	2	10,000円
2000円コース(女性)	30代	女性	異常妊娠・異常分娩	5	40,000円
2000円コース(男性)	50代	男性	膵臓がん	4	64,000円(病気手術を含む)

*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

こんなに役に立っています!

2025年6月度

支払金額 121,512,000円
支払件数 2,510件
全加入者 185,997件 (2025年5月入金分)

日本コープ共済生活協同組合連合会 K-87759-2507

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**

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答えてください。(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



応募方法

【Web】右記の二次元コードまたは下記URLからの応募
<https://form.qooker.jp/Q/auto/ja/LPA1/planning/>
 【ハガキ】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)。また、ご加入の生協名・年齢・電話番号・今月号の「ライフぷらん」に対するご意見・ご感想をご記入し、ご応募ください。



春号の答え

E・G・L・M・O
 ※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。

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って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共済センターのホームページ(https://kyosai.coopdell.coop/)をご覧ください。

コープ共済センター資料請求窓口

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

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。

資料請求のページへダイレクト!