

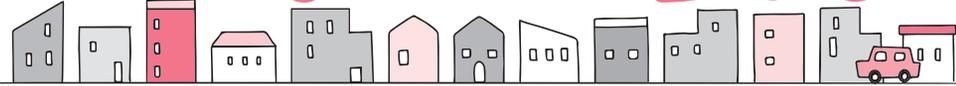
2025

春号

コープながの

くらしと保障の情報誌

# ライフぱらん



[CO-OP共済ニュース]

contents

- 気をつけよう!巻き込まれやすい契約・金銭トラブル
- くらしの見直し活動のご案内  
2025年度 年間開催講座予定
- Quizまちがい探し

あなたの家族は大丈夫?

## 気をつけよう!巻き込まれやすい

# 契約 金銭 トラブル

「自分たちには関係ない」「騙されることなんてないよ」なんて思っていないですか? トラブルを避けるためにも、上手な対処の仕方を知っておきましょう。

今がチャンス!

お買得品!

高額なバイト!



わお〜  
そそられる〜



素敵な特典付!

予約はカンタン!

無料!

### 「あなたは大丈夫?」度チェック!

- よく衝動買いをする ..... Yes  No
- ブランド物が好き ..... Yes  No
- 商品表示はあまり見ない ..... Yes  No
- 人から勧められると断れない ..... Yes  No
- 取扱説明書は面倒だから読まない ..... Yes  No
- 口約束なら契約したことにはならない ..... Yes  No
- 携帯でインターネットやSNSを長時間利用している ..... Yes  No

Yesが多いほど金銭トラブルに合う可能性が高くなります。あらかじめ自分の癖を確認し、一呼吸おいて考えてみましょう。



トラブルにあわないために  
対策のポイントを  
見てみましょう。

次頁へ

※LPAとは、ライフプラン・アドバイザーの略でお金やライフプランの専門知識を身につけた生協の組合員です。生活者の目線でお金やライフプランのアドバイス等を行っています。

発行：コープデリ共済センター



# 知ろう、身につけよう。

## トラブル例 1 「アンケートに答えるとプレゼントがもらえる」につられて



「アンケートに答えるとプレゼントがもらえる」と声をかけられ、近くの営業所に連れて行かれた。アンケートに答え、無料で顔のエステをしてくれ「業者のすすめる化粧品を使ってお手入れをすればきれいになる。また化粧品を買ってくれたら、エステは1回1,000円でしてくれる」と言われ購入を強要され断ったが「毎月5,000円なら払えるだろう」と引き止められて帰してくれない。しかたなく30万円の化粧品セットを分割払いで契約してしまった。

対策

## キャッチセールス

訪問販売

「この場で決めればお得」「今決めないと損をする」とあわてさせて契約を急ぐのは、詐欺の典型的な手口です。きっぱり断るか、決めずに帰宅し、家族や友人に相談しましょう。

## トラブル例 2 「友人を誘えば紹介料」のはずが友人を失い借金まみれに…



マッチングアプリで知り合った人と喫茶店で会い、簡単にもうかるからと「お金の稼ぎ方」のタブレット教材をすすめられました。友人を誘えば紹介料が入るからすぐに元がとれるとのこと。消費者金融でお金を借りて契約しましたが、友人は誰も誘いに乗らず、むしろ人間関係を悪くした上に借金が残りました。

対策

## マルチ商法

連鎖販売取引

長時間説得されたら断るのが難しくなります。呼び出しに応じてはいけません。すすめられても、いらぬ物はきっぱりと断りましょう。

## トラブル例 3 「ラクして稼げる」と思ったのに…



ネット広告で「ラクして稼げる」「気軽に始められる」とあったので、物は試しと申し込みました。しかし、その仕事を始めるにはまず1万円のマニュアルの購入が必要。購入後さらに30万円のサポート契約をすれば、月に10万円は稼げると言われ契約しました。が、マニュアルの内容は読んでよくわからず、サポートからのアドバイスもチンプンカンプン。31万円をムダにしてしまいました。

対策

## サイドビジネス商法

業務提供誘引販売取引

初期投資の1万円をムダにしたいからと、よく理解できないものを契約してはいけません。



万が一トラブルに巻き込まれた場合は、下記のクーリングオフ制度を確認し、利用しましょう。

おかしいと感じたら  
消費者ホットライン

無料

188番へ

「188泣寝入り」と覚えてください。

契約のトラブルや商品の苦情など、消費生活で困った時は、迷わず「消費者ホットライン」に連絡してください。身近な相談窓口をご案内します。

## 契約してしまったけど撤回・解除したいときの対処法

### クーリング・オフ制度 があります

クーリング・オフは、訪問販売や電話勧誘販売などで、いったん契約の申込みや契約の締結をした場合でも、契約を再考できるようにし、一定の期間であれば無条件で契約の申込みを撤回したり、契約を解除したりできる制度です。

クーリング・オフには、期間の制限があり、申込書面又は契約書面を受け取った日から8日以内（マルチ商法は20日以内）であれば、書面又はメールやFAXなどによって無条件で申込みの撤回や契約の解除ができます。

### 【特定商取引法におけるクーリング・オフができる取引と期間】

- 8日間**
  - 訪問販売（キャッチセールス、アポイントメントセールス等を含む）
  - 電話勧誘販売
  - 特定継続的役務提供（エステティック、美容医療、語学教室、家庭教師、学習塾、パソコン教室、結婚相手紹介サービス）
  - 訪問購入（業者が消費者の自宅等を訪ねて、商品の買い取りを行うもの）
- 20日間**
  - 連鎖販売取引
  - 業務提供誘引販売取引（内職商法、モニター商法等）



### 通信販売には、 クーリング・オフ制度はありません

そのため、通信販売では、返品制度が導入されています。この返品制度は、消費者が事業者へ返品することで、売買契約の申込みの撤回または解除を認めるという制度です。8日以内であれば、購入者の負担で商品等を返品することができます。ただし、あらかじめ「返品できない」と記載されている場合には、返品制度を利用できません。通信販売で購入の際は、必ず返品できるか否かを商品購入サイトで確認しておきましょう。

**注意!** 上記販売方法・取引でも条件によってはクーリング・オフできない場合があります。

# 傾向と対策! トラブルに合わないための一歩



うちの子大丈夫?!

## 学生は特に注意が必要! 万が一のときは、迷わず相談!

新入学を迎え、新しい生活のスタート。ワクワクの中に不安も…。人間関係や一人暮らしでのトラブルなど、一人で悩んでしまう事が最も多くなる時期です。親子のコミュニケーションも取りづらい年代。トラブルに巻き込まれた際の解決方法や相談先など、対処の知識を身につけておきましょう。

入学後のトラブル

- 例 ● バイト先での金銭や労働条件のトラブル ● 交通事故 ● パワーハラスメント、セクシャルハラスメント、モラルハラスメント ● 悪質商法によるトラブル ● SNS上のトラブル



▲学校のテストがある日もシフトを入れられてしまう

### 「そんなときは、まず相談!」

大学生や専門学校生になると、人との関係も幅広くなります。また、経済的理由からアルバイトを始める方も多くなります。そこで増えてくるのがアルバイト先でのトラブルや様々なストレスからくる不安です。

● **総合労働相談コーナーに相談** 各都道府県労働局、全国の労働基準監督署内に設置  
職場・アルバイト先でのトラブルに関する相談や解決のため情報をワンストップで行っています。  
■ 解雇 ■ 雇止め ■ 賃金の引下げ ■ いじめ ■ パワハラ 等  
あらゆる分野の労働問題を対象

● **学生相談室や健康管理センターを利用**  
学生生活におけるメンタルの病気に詳しくたり、若者のうつ病等を理解している場合があります。気軽に相談してみましょう。  
■ 人間関係 ■ 授業、就職活動 ■ 経済的な不安 ■ 卒業後への漠然とした不安 等

絶対ダメ!



「闇バイト」には、手を出さない!

楽しんで大金を稼げるアルバイトは存在しません。「経済的に不安だったから…」等は通用しませんので、トラブルに巻き込まれないためにも、アルバイトを探すときは注意しましょう。

怪しいな…、おかしいな…と思ったら、友人や家族、警察に相談しましょう。  
警察専用「#9110」番へ相談電話



《学生総合共済》は、学生のための保障です。ケガや病気、日常生活のもしもに対応しているのはもちろん、学業復帰支援臨時費用共済金、こころの早期対応保障共済金、ストーカー被害見舞金で若い世代の保障ニーズにも対応します。

専門学校生、大学生のための

## CO・OP 学生総合共済

### CO・OP学生総合共済のおすすめポイント

- 24時間365日、学内外・国内外を問わず保障!  
※先進医療保障は国外での事由は対象となりません
- 入院保障は1日目から360日分まで日額10,000円を保障!
- ケガでの通院は1日目から90日分まで日額2,000円を保障!
- 持病がある方にも安心、加入条件がゆるやか!  
※先進医療保障に加入する場合は告知事項Bへの回答が必要です。
- 学生生活に必要な保障を月掛金1,200円で総合的にサポート!  
ケガや病気、日常生活のもしもに対応しているのはもちろん、学業復帰支援臨時費用共済金、こころの早期対応保障共済金、ストーカー被害見舞金で若い世代の保障ニーズも対応します。

例えば

ストーカー被害見舞金\*

被共済者が日本国内におけるストーカー被害について警察に届け出をし、被害拡大を予防する対策(鍵交換や引っ越し等)をしている等、所定の条件を満たす場合にお支払いする見舞金です。

共済期間(1年)につき1回のみ  
5万円

\*当見舞金は、共済事業の剰余金の一部を積み立てた中からお支払いするため、積み立ての状況によっては、金額等を変更する場合があります。

- 卒業後は健康状態に関わらず新社会人コースへ継続可能なので安心!

学生総合共済 G1200コース	
月掛金1,200円	
病気入院・事故(ケガ)入院 (1日目から360日分)	日額10,000円
事故(ケガ)通院 (事故日から180日以内) 1日目から90日分	日額 2,000円



\*上記はあくまでもお支払いの例です。実際のお支払いは共済金請求書類ご提出後の判断となります。

※CO・OP学生総合共済の詳細な保障内容は商品パンフレットをご覧ください。

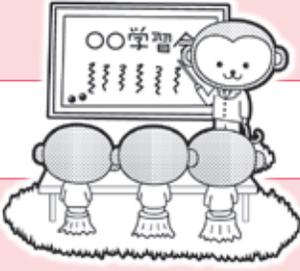
【契約引受団体】日本コープ共済生活協同組合連合会

※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、お店や宅配などで暮らしに貢献しています。

## 組合員ライフプラン・アドバイザーによる くらしの見直し活動のご案内

コープながのでは、「くらしの安心」をテーマにした「くらしの見直し活動」を行っています。生協LPA（ライフプラン・アドバイザー）が中心となり、講演会や、各種の学習会を行っています。共済や保険への勧誘は致しませんのでお気軽にご参加ください。

# 2025年度年間開催講座予定

ライフプランから考えるシリーズ	開催月	知って得するシリーズ
今から始めるライフプラン	2025年 6月	投資を始める前の基礎知識
ライフプランから考える 公的保険	7月	 子ども向け金銭教育 ゲームで、親子で考 える時間となります
ライフプランから考える 私的保険		
ライフプランから考える 税金	8月	ゲームで学ぼう子どものこづかい
ライフプランから考える 税金	9月	片付けから始めるシニアの暮らし
	10月	もしもの時の 介護保険&健康力UPで認知症予防
	11月	エンディングノートを書いてみよう
ライフプランから考える 年金	2026年 1月	サラリーマンのための確定申告
	2026年 2月	私らしい働き方 ～税制改正で私の働き方どう変わった?～

基礎となる講座、  
自分や家族のライフ  
プランの作成方法  
と対策の立て方を  
学びます

健康保険・介護  
保険etc.について  
学びます

生命保険etc.くらしの  
リスクに備える手段と  
しての保障の考え方  
について学びます

所得税・住民税  
etc.税制のしくみ  
について学び  
ます

老齢年金と遺族年金  
etc.自身の年金につ  
いて学びます

金融商品にまつわる  
お金の基本について  
学びます

子ども向け金銭教育  
ゲームで、親子で考  
える時間となります

暮らしの中の  
モノと保障を  
すっきりさせる  
目的・方法を  
学びます

エンディングノート  
を使って今までの  
自分を振り返り、こ  
れからの人生を考  
えてみましょう

1月サラリーマンの  
ための確定申告に  
かける

\*講座予定が変更となる場合があります。今後のコピス等広報のご確認をお願いします。

お問合せ先

コープながの共済センター 〒388-8555 長野市篠ノ井御幣川668番地  
TEL 026-261-1248 【受付時間】《月～金》9:00～18:00

※お預かりした個人情報は当生協で厳重に管理し、本講座の運営ならびに当生協からのLPA活動のご連絡以外の目的には利用いたしません。

## 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  
コープながのの10名様に、  
5000円分の  
QUOカードを  
プレゼント!!  
6月29日  
締切り



**送付先** 〒388-8555 長野県長野市篠ノ井御幣川668  
コープながの共済センター「ライフプラン」クイズ係 行

冬号の答え

B・D・G・L・M

※共済の事務はコープデリ連合会へ業務委託しています。  
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  
プラン」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。

※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。

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  
ながの、生活協同組合コープデリにいか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がの共済センター、生活協同組合コープデ  
リにいかた共済センターのホームページ(<http://kyosai.coopdeli.coop/>)をご覧ください。

## 《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**  
女性・10代  
学校の階段を踏み外し  
転落して、腰を打撲した。

通院日数 1日  
コース J1000円コース  
共済金 2,000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	保育園で友達にブロックで叩かれ、鼻を打撲した。	1	2,000円
J1000円コース	幼児	女性	幼稚園で腕を毒虫に刺された。*1	1	2,000円
J2000円コース	10代	男性	学校でランニングをしている際に転倒し、左膝の靭帯を断裂した。	7	21,000円

\*1) 蚊・ミダニ(マダニを除く)などの毒のない虫に刺された場合や、「とびひ」などの感染症はお支払い対象外となります。

**病気入院**  
男性・50代  
肺炎

入院日数 10日  
コース 4000円コース(男性)  
共済金 100,000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
2000円コース(女性)	20代	女性	異常妊娠・異常分娩	5	50,000円 (女性サポート共済金・病氣手術含む)
2000円コース(女性)	50代	女性	関節障害	19	232,000円 (女性サポート共済金・病氣手術含む)
4000円コース(男性)	60代	男性	消化器系の良性新生物	1	40,000円 (病氣手術を含む)

\*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

こんなにお役に  
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 K-86992-2504

コープながの	
支払金額	122,790,000円
支払件数	2,473件
全加入者	183,247件
(2025年1月入金分)	

CO-OP共済に関するお問合せは  
コープ共済センター  
☎ 0120-50-9431  
■受付時間/9:00～18:00月～土(祝日含む)

保険に関するお問合せは下記までお願いします  
株式会社コープデリ保険センターながの支店  
☎ 0120-18-1318  
■営業時間/9:00～18:00(日曜休業)

**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  
フリーダイヤル ☎ 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。