



講演会

人生100年時代に備えて

元気なうちにやっておくべき
5つのこと

老後を意識する50代以降の人たちに向けて、人生100年時代のいまこそやっておくべきことについてお話しします。親の介護なども含め自分の幸せとは何かを考えつつ、自分の老後のリスクと向き合って、いま準備すべき5つのことについて、一つ一つお話しします。最後はだれでもおひとり様となります。おひとり様が準備すべき、お金の認知症対策などについても、お伝えします。

日時

11月14日(金) 14:00~16:00
(受付開始/13:30~)

会場

東京都消費生活総合センター
飯田橋セントラルプラザ 17F 教室Ⅰ・Ⅱ

定員

80名(先着順)

持ち物

筆記用具

保育

なし

参加費

組合員200円/組合員以外300円(共に資料代)

締切

11月10日(月) 15:00

申込み
フォーム[https://ws.formzu.net/dist/
S96950948/](https://ws.formzu.net/dist/S96950948/)

住所：新宿区神楽河岸1-1

- JR総武線「飯田橋」駅西口から徒歩2分
- 東京メトロ「飯田橋」駅B2b出口
- 都営地下鉄大江戸線「飯田橋」駅B2b出口

講師／安田 まゆみ 氏

《「元気になる お金の相談所」所長
安田まゆみプロフィール》

profile

「介護が始まる前から相続の後始末までの家族のお金の悩み」「おひとり様の老後のリスクマネジメントとマネープラン」「認知症対策としての『家族信託』『任意後見契約』の作成支援・サポート」など、“お金と人生のおくりびと”として、相談(有料)を日々受けている。相談件数は7000件超。CFP®、1級FP技能士。FP歴29年。講演、セミナーは、全国各地で1000回以上行っている。テレビへの出演は、100回を超える。近著に「もめないための 相続前対策」(河出書房新社)がある。実父と舅を2010年に看取り、2021年突然亡くなった実母も見送り。2023年1月には、15年間認知症を患った義母も介護の末に看取る。

後援：コープ共済連

特 典 東都生協「CO・OP共済」加入者は参加費無料。講演会申し込み時に「CO・OP共済」同時加入者も参加費無料です。

集合型
学習会

CO-OP共済

日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

「地域で支える認知症」学習会

日本赤十字社の学習会

認知症のひとにわたしができること

たとえ認知症になっても、家族や地域の十分な支えがあれば、住み慣れた自宅や地域で暮らしを続けることができます。この学習会は、認知症をむやみに怖がるのではなく、その症状や対応を正しく理解し、認知症のひとやその家族を地域全体で支えていただくために企画しました。



参加費 無料

学習冊子を
進呈します

日時

11月6日(木) 10:30~12:00 (受付/10:15)
※10:00~ベジチェック体験できます認知症って、
どんな
イメージ？最初に
認知症の
イメージを
話し合いますどう声をかけたら
いいの？具体的な対応の
ポイントを
学びます脳とからだを
活性化！認知症の
予防
トレーニング
を体験しますベジチェック®
学習&体験機器に手のひらをあてて
推定野菜摂取量をチェック！
食生活について学びます。※ベジチェックはカゴメの登録商標です。
※表示値はあくまでも目安とお考えください。ベジチェックは医療機器ではありません。講習・実技は日本赤十字社のインストラクターが行います。
後援：コープ共済連

(認知症サポーター 養成講座ではありません)

会場

日本赤十字社
東京都支部

定員

20名(先着順)
3名以上で開催。
組合員以外も可

持ち物

- 筆記用具
- 動きやすい服装

対象

認知症の症状や対応
を学びたい人。年齢・
性別を問いません。

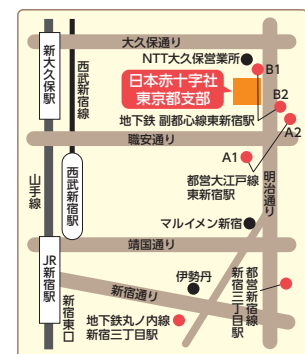
保育

なし

締切

11月3日(月・祝)
15:00申込み
フォーム[https://ws.formzu.net/dist/
S53806434/](https://ws.formzu.net/dist/S53806434/)

副都心線 東新宿駅出口B1すぐ



住所：新宿区大久保1丁目2番15号



お問い合わせ

LPA

東都生活協同組合
共同購入事業部 保障グループ

TEL.03-5384-7861

E-mail kyousai@tohto.coop

受付時間/月~金
10:00~15:00
(祝日も受付)

10月はピンクリボン運動の時期です

ピンクリボン運動ってどんな運動？

乳がんの正しい知識を広め、乳がん検診の早期受診を推進することなどを目的として行われる、世界規模の啓発キャンペーンです。



検診
しておく
安心できる

検診を
機会に保障の
見直しをし
たわ！



女性のがんの
5人に1人は
乳がんなのね！



日本での乳がん 検診の受診率は？

日本人女性の乳がん検診の受診率は5割未満と低いのが現状です。ピンクリボン運動が日本でも広がっていますがまだまだ検診の受診率は高くなっているとは言えません。

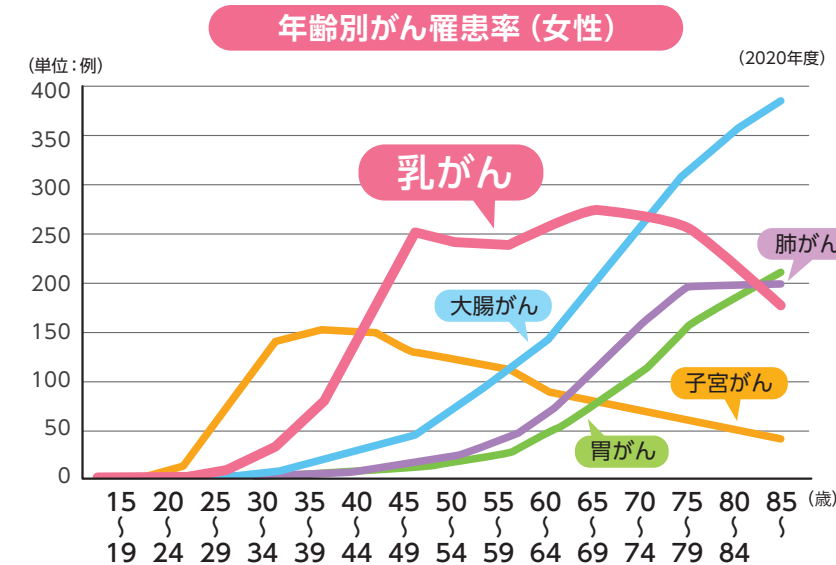
乳がん検診受診率 (過去2年間の受診有無)

47.4%

2022(令和4)年
出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」より
※対象は40歳～69歳の女性(入院者は除く)

乳がんにかかりやすい年代は？

女性がかかりやすい乳がんは**20代や子育て中の30代と若い年齢から増え始めます**。発見が早ければ治療できる可能性も高い病気です。早期発見のためにセルフチェックや検診を受診しましょう。

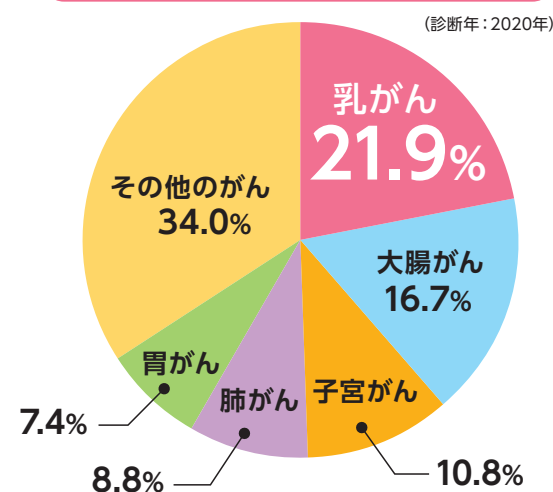


出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」(全国がん登録)
※罹患率は、人口10万人あたり何例がんと診断されるかで算出(グラフは左記データより作成)

女性のがんの種類は？

女性のがん患者のおよそ**5人に1人は「乳がん」**です。乳がんは自己検診で見つけることのできるがんと言われていいます。検診と合わせて自分でも触診を定期的に行いましょう。

女性の悪性新生物患者数の割合



出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」(全国がん登録)

契約引受団体／日本コープ共済生活協同組合連合会(「たすけあい」はご加入の生協によっては、その生協の加盟する連合会との共同引受になります)

CO・OP共済のご加入や資料請求も！

ホームページもご覧ください



サイトから
加入申し込み
できます！

申し込みはこちら

OCR注文用紙から資料請求ができます



CO・OP
共済総合
パンフ
レット



CO・OP
学生総合
共済



ブラチナ85

東都生協 コープ共済 [検索](https://www.tohto-coop.or.jp/service/kyosai/) https://www.tohto-coop.or.jp/service/kyosai/

注文番号 **378593**

注文番号 **061824**

注文番号 **378518**

※CO・OP共済について詳しくは、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、お店や宅配などでくらしに貢献しています。

K-87933-2509

この機会に乳がん検診の受診と保障について考え、いざという時に備えませんか？

女性のための保障をCO・OP共済でご提案

CO・OP共済のおすすめプラン

(保障内容は一部です)

たすけあい 2000円コース(女性)
病気やケガの内容にかかわらず
入院を手厚く保障！

病気入院・事故(ケガ)入院 (1日目から184日分)	日額 6,000円
女性入院時諸費用サポート (1日目から184日分)	上記の日額にプラス 日額 2,000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 1,500円
手術 (共済事業規約に定める 支払対象手術を受けた場合)	手術の内容により 金額が変わります 1・2・4・8万円

※「たすけあい」と「あいぶらす」は異なる保障商品です。それぞれの商品は保障内容・支払基準等が異なります。いずれかひとつでもご加入になれます。

あいぶらす がんの保障を手頃な掛金でプラス！
生命保障 **300万円** + 新がん特約 **200万円**

がん治療共済金 ※1 (2年に1回を限度として何度でも)	200万円
がん入院共済金 (1日目からの支払い、日数無制限)	日額 10,000円
がん手術共済金 (共済事業規約に定める 支払対象手術を受けた場合)	手術の内容により 金額が変わります 10・20・40万円

女性の月掛金	年齢	月掛金	年齢	月掛金
※2013年9月2日以降発効契約の月掛金です。(2013.9.1改定)	25歳	1,260円	35歳	2,710円
	30歳	1,910円	40歳	3,570円

※1 1回目は、がんと診断確定した場合に支払います。2回目は、がんと診断確定された日から2年経過以降にがんによる入院をした場合に支払います。支払回数に制限はありません。

※新がん特約の「責任開始日」は、申込日から91日目、または発効日のいずれか遅い日となります。

組合員からありがたうの声

まさか超早期の乳がんが見つかるなんて思っていなかったの、がんの保障には加入せず、後悔していました。しかし、お守りがわりにずっと加入していたコープ共済《たすけあい》に、病気入院・手術を支えていただき、本当に加入していてよかったと思いました。請求手続きも簡単で、すぐに共済金が振り込まれ助かりました。ありがとうございました。乳がんは定期的な検診が大切だと改めて思います。しっかり検診を受けて早い段階で治療ができ、さらにコープ共済にも加入していて本当によかったです。

加入のきっかけは、他社の更新時期で金額が上がる事からの見直しでした。子どもたちがお世話になってとても満足しているし、金額がお手頃だからと資料請求してみた所、すぐに担当の方が、即決してしまいました。ところが今回乳がんになってしまい、病院に行くたび治療費がかなりかかりました。退院したらすぐ共済金請求しようと思いました。今回振込みのメッセージがきたので開いてみて金額の多さにびっくりしました。涙が出るほどありがたかったです。まだまだ治療は続きますが頑張ろうと思えました。あの時資料請求してみても良かったと心から思えます。ありがとうございます。

37才で乳がんになりました。生協職員さんのすすめで、がんの保障に加入していて、本当に助かりました。がんに関係ないんだ。と痛感しました。

組合員からいただいたお話を掲載しています。お支払い内容や共済金請求書類につきましては、ご契約内容・ご請求内容によって異なります。



たすけあい J1000円コース お誕生日前申し込み

お誕生日前の赤ちゃんも申し込めるようになりました！

※ご加入には一定の条件があります。

**19,000名以上の妊婦の方が
お申し込みをされました。**

※2025年8月17日時点の受付件数

お子様の安心を生まれる前から！

お誕生日前申し込みができたとき、私の息子は生まれてすぐ入院・手術をしましたし、そんなママたちをたくさん知っているの、本当に助かる制度ができたと思いました。

神奈川県にお住まいの組合員より

※コープ共済の加入者の方から寄せられた声を紹介しています。

詳しくは、お誕生日前申し込み専用サイトをご覧ください。



共済
お問い合わせ

コープ共済センター 加入・契約に関する窓口

0120-50-9431

受付時間(共通)／月～土 9:00～18:00(祝日含む)

共済金請求に関する窓口

0120-80-9431

※「どこでも加入」についてのお問い合わせは、各センター(もしくは各担当者でも可)へお問い合わせください。

学習会

NISAを知りつくす!

日時 **11月4日(火)・19日(水)** 両日とも
同じ内容です。

10:30~12:00 (受付/10:15) **今さら聞けない NISAって何?**

13:00~14:00 (受付/12:45) **はじめてのNISA 金融商品どう選ぶ?**

14:10~15:30 (受付/13:55) **NISAをメンテナンスするには**

午前はNISAの基本についてお話しします。
午後の前半は初心者の方の投資信託を選ぶ時の
ポイント、後半はもう一歩先のメンテナンスに
ついてお話しします。



会場 東京都消費生活総合センター 17階 学習室C
(P1「講演会」地図参照)

定員 各回**20名** (催行人数 3名以上) 組合員以外も可

参加費 各回/ **100円** (1時間~1時間30分)

持ち物 筆記用具・電卓 講師 清田 裕理、北尾 良枝

締切 開催日3日前 15:00

申込みフォーム <https://ws.formzu.net/dist/S12724990/>

後援: コープ共済連



＼LPAがご希望の場所にお伺いします／

出前ライフプラン学習会



夢をかなえるライフプラン

①~⑩からメニューをお選びください。その他にご希望のテーマがありましたらご相談ください。

家計のデザイナーになる

- ① ライフプラン (お金の設計図) を考える
- ② 働き方によって違う 社会保険
- ③ 知って得する税金のキソ

お金を学び、働かせる

- ④ おこづかいゲームと 経済ゲーム (子ども向け)
- ⑤ NISAやiDecoのしくみと 使い方
- ⑥ はじめての金融商品の選び方

セカンドライフを考える

- ⑦ 相続の基本と相続税
- ⑧ エンディングノート
- ⑨ 終の住みか
- ⑩ 知って安心、介護の話

会場 ご自宅でも、お近くの公共施設をお取りいただいても結構です。

参加費 ひとり**200円** (資料代込)

申込みフォーム <https://ws.formzu.net/dist/S13269299/>



無料学習会

保障の見直し 出前相談

ご自分の加入している保障の内容、
一度確認してみませんか。

- 内容
- 保険・共済の基礎知識
 - 保障の見直しポイント
 - 保険証券の読み方 など

申込みフォーム <https://ws.formzu.net/dist/S41845713/>



出前学習会・出前相談 共通案内

組合員が1人いれば
お受けします。

開催日時 月~金曜日 (祝日可)
10:00~16:00

所要時間 2時間程度
※ライフプラン学習会はメニューごと

講師 清田 裕理
北尾 良枝

後援: コープ共済連

くらしの川柳 結果発表

四月から募集したくらしの川柳【お題「物価高の家計管理」】
に、たくさんのご応募ありがとうございました。
紙上にて選考の結果を発表いたします。

最優秀賞・優秀賞の方には別途ご連絡させていただきます。
佳作の方は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

お題「物価高の家計管理」

最優秀賞(1名)



ゴミ箱は
割引シールの花が咲き
〈元気でら、ら、ら〉

優秀賞(3名)

こんにやく米 家族笑顔で 母うれし
〈もかみ〉

フル回転 頭の中の 計算機
〈泰山木〉

コツコツと 貯めたポイント 救世主
〈国立センター〉

佳作(10名)

物価上がり 我が家の食ロス 減少し
〈よっしー〉

今日もまた 値引きシールを 待ち構え
〈ダッシュユさん〉

またパスタ 米の主食は 遠ざかり
〈フービン〉

食べ盛り 家計簿の色 真っ赤っか
〈ともちゃん〉

腹八分 医療費減は 8000歩
〈調布センター〉

月末の もやし かさまし 父の味
〈コースケ〉

衣料費を 食費に譲り 品数保つ
〈国立センター〉

上がらない 子どもの成績 上げる米
〈ヒデじい〉

何よりも 健康第一 医者要らず
〈ウサさんママ〉

お得だと 買ったつもりが ゴミと化す
〈月桃〉

後援: コープ共済連

お問い合わせ

LPA

東都生活協同組合
共同購入事業部 保障グループ

TEL.03-5384-7861

E-mail kyousai@tohto.coop

受付時間/月~金
10:00~15:00
(祝日も受付)

※お申込み時の個人情報は、ライフプラン活動のご案内や必要な連絡のために使用いたします。