

えすこーと

2026年1月4回号
年4回発行
次回は2026年4月20日からの
配布予定です。



知って安心！社会保障

人生100年時代、いざという時に利用できる
社会保障を知って自分らしい人生を送りましょう。

年齢を重ねた大人はもちろん、
学生さんにも知ってほしい



第一部 学習会



社会保障はじめの一歩

知っているようで知らない健康保険、年金、労働保険（雇用保険）、社会に出る前の学生でもわかりやすくお伝えします。午後の社会保障ゲームの予備学習にも…

10:30～12:30 (受付開始／10:15～) 講師／北尾良枝

後援：コープ共済連

第二部 参加型ゲーム



知ることがチカラになる

社会保障ゲーム

14:00～16:00 (受付開始／13:30～)

日本には、私たちが利用できる公的な社会保障制度は400種類以上あると言われています。けれども「自分は対象外だと思っていた」「どこに相談していいか分からず」といった理由で、必要な制度を利用することができない人も少なくありません。

今回の体験会では、中学生・高校生向けに開発された「社会保障ゲーム」を使って、架空のキャラクターの生活を参加者同士で考えながら、どんな場面でどんな制度が使えるのかを、楽しみながら学ぶ方法を体験いただきます。制度を「恥ずかしくて頼りづらいもの」ではなく、「私たちの権利」としてとらえ直すきっかけを考えてみませんか？



楽しみながら
学ぼう！



どんな
制度が
使える？



架空の
キャラクター
が12人

よこやま ほくと
講師／横山北斗 氏

profile

NPO法人Social Change Agency代表理事、社会福祉士。

神奈川県立保健福祉大学卒業後、医療機関にて患者家族への相談援助業務に従事後、NPO法人を設立。著書に「15歳からの社会保障（日本評論社）」内閣府「孤独・孤立対策担当室HP企画委員会（2021年～現在）、こども家庭庁幼児期までのこどもの育ち部会委員（2023～2024）、厚生労働省社会保障教育の推進に関する検討会委員（2023）



2月16日(月)

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 各回80名(先着順)

持ち物 筆記用具

保育 なし

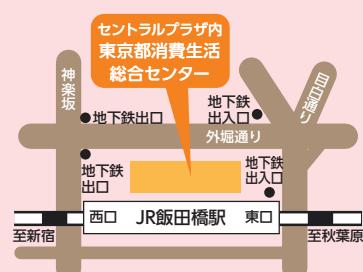
参加費 各回200円(資料代)

締切 2月9日(月) 15:00

特典 学生は参加費無料です。

申込み
フォーム

[https://ws.formzu.net/dist/
S72677173/](https://ws.formzu.net/dist/S72677173/)



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

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)



赤ちゃんから
シニアまで

CO-OP共済ですずっと安心!

なが～く続けられる保障です。

組合員の**声**に
応えて広げてきた
お役立ちの幅を
さらに
大きく!



《たすけあい》J1000円コース お誕生前申し込み

コープ共済のこども向け保障、
《たすけあい》J1000円コースが
お誕生前の赤ちゃんも申し込めるようになりました。

詳しくは、
お誕生前申し込み
専用サイトを
ご覧ください。



お誕生日から
保障が始まる!
※初回掛金振替後、出生日に
遡って保障が開始します。
なお、健康保険適用となら
ない場合、共済金はお支払
できません。

お子さまの健康状態に関わらず
お申し込みいただけます

生まれつき障がいがあったり持病のあるお子さまは告知事項に
該当し、保障を備えることが難しかったですが、お誕生前申し込みでJ1000円コースの保障を持つことができます!
※妊娠さんの健康状態については告知事項Bへの回答が必要です。
※ご加入には一定の条件があります。

親の目が離せない幼いころも

たすけあい ジュニアコース



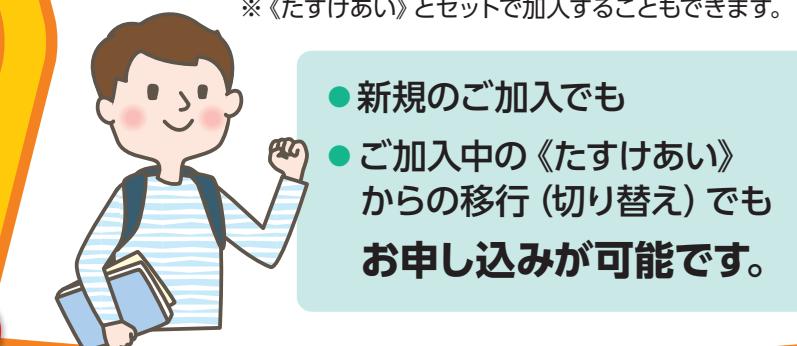
0歳～満19歳(発効日時点)
のお子さまに!
満30歳の満期日まで
保障



大学・専門学校へ進学しても

学生総合共済

※《たすけあい》とセットで加入することもできます。



- 新規のご加入でも
- ご加入中の《たすけあい》
からの移行(切り替え)でも
お申し込みが可能です。

学生
卒業

一生懸命・医療

ずっとあい

終身医療
終身生命
(低解約返戻金型)



子育て中の皆さん、ご存じですか?

加入条件がゆるやかな

お子さま向けの保障があります

《たすけあい》J1900円コースは「通院中だから」「薬を服用中だから」「過去に病気で手術をしたから加入は無理だろう」といった方も、2つの告知事項に該当しなければ、お申し込みいただけます。「もう私の子は保障に入れない…」と思われている方にご紹介したい保障です。

65歳からでも

あいふ年 Platinum プラチナ85

満65歳～満70歳(発効日の年齢)
手頃な保障で
満85歳の満期終了日まで保障

85歳

20歳になったら

たすけあい 大人向けコース

満20歳～満64歳(発効日時点)
医療保障と生命保障をバランスよく備えられる!
満65歳の満期日まで保障

65歳

●満65歳の満期時に一定の条件を満たした場合は、《ずっとあい》終身医療に移行できます。

●満30歳の満期日まで保障



社会人になったら

学生総合共済 新社会人コース*

※《学生総合共済》G1200コースからの更新・
更改専用のコースです。新規加入はできません。

卒業後も、同じ掛金で「新社会人
コース」へ継続できます。



例えば
こんなこと!

自転車で転倒し、
顔に切り傷を負って
通院した。

- 《たすけあい》
ジュニアコース：
J1000円コース
- ケガ通院：7日
- 共済金額：
14,000円

*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。

卵巣腫瘍(良性)
で入院・手術した

- 学生総合共済：G1200コース
- 入院日数：7日
- 入院共済金：70,000円
- 手術共済金：
50,000円



\ 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



CO-OP共済は
インターネット
での加入申し込みが
便利です!
申し込みはこち
ら

東都生協 コープ共済 検索 <https://www.toho-coop.or.jp/service/kyosai/>

OCR注文用紙から資料請求ができます



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必要があります。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。

共済
お問い合わせ

CO-OP共済センター 加入・契約に関する窓口
0120-50-9431

共済金請求に関する窓口
0120-80-9431

受付時間(共通)／月～土 9:00～18:00(祝日含む)

*「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。

明日のくらし、ささえあう
co・op共済+ 日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

日本赤十字社の学習会



フレイル予防 健康寿命をのばそう 学習会のご案内



参加費 無料



いつまでも元気で自分らしい生活を送りたい。
そんな方に向けた「フレイル予防の学習会」を開催します。
フレイルとは、加齢による心身の活力低下のことをいい、健やかな高齢期を過ごすためには早めの予防が将来の健康につながります。
健康増進やフレイル予防の知識と一緒に学びましょう！

プログラム内容

健やかな老年期を迎えるための知識や
対応が学べます

講師：赤十字健康生活支援講習指導員

- 健康寿命やフレイルについての学習
- フレイル予防についての学習
- 体操(実技) ※動きやすい服装でご参加ください

後援：コープ共済連

日時

2月27日(金)

14:00~15:30 (受付/13:30)

※13:30~ベジチェック体験できます

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

健康に関心のある人
※未就学児は参加
できません。

締切

2月24日(火)
15:00申込み
フォーム[https://ws.formzu.net/dist/
S75403451/](https://ws.formzu.net/dist/S75403451/)

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



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。

学習会

いざという時にご家族が困らないために

相続の基本や相続税を学び、エンディングノートを作成して、いざという時の安心を手に入れましょう。



日時

2月3日(火)

2月23日(月・祝)

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
16F 学習室A
(P1 地図参照)

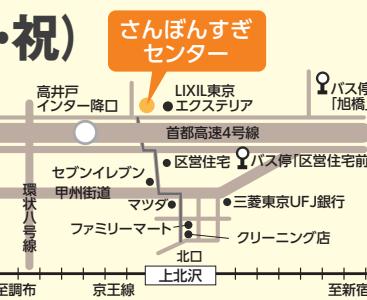
東都生協
さんぽんすぎセンター
1F 第1・2会議室

住所：杉並区下高井戸5-4-42
●京王線「上北沢」駅徒歩6分

両日とも同じ内容です。

10:30~12:30 (受付/10:10) 相続のキソから相続税のキホンまで

13:30~15:30 (受付/13:10) 書いて安心 エンディングノート

定員 各回60名
(催行人数 3名以上)

組合員以外も可

持ち物 筆記用具・電卓

講師 北尾 良枝・清田 裕理

参加費 各回200円(2時間)

締切 開催日3日前 15:00

申込みフォーム

[https://ws.formzu.net/
dist/S45674028/](https://ws.formzu.net/dist/S45674028/)

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/](https://ws.formzu.net/dist/S13269299/)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

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。

- 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/](https://ws.formzu.net/dist/S41845713/)

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)