



for woman

pal\*system

2017年1月4回

# わたしのくらし Vol.4

聞きたいけど聞けない…

## くらしの「備え」どうしてる？

2017年を迎えることも多い時期。

年のはじめだからこそ、将来をみつめて、お金の使い方を少し考えてみませんか？

### Q1.

毎日駅まで自転車です。

自転車保険って  
入った方がいい？夫婦ふたり暮らし  
渡辺

(田邊) 自転車保険の検討をする際に、知っておいてほしい保険があります。すでに火災保険や自動車保険に入っている人は「特約」という形でプラスでできる「個人賠償責任保険」です。

カバーする範囲や対象が広く(自転車の事故に対応していることも)、同居する家族みんなに適応できるのがいいところ。保険料も家の火災保険料や自動車保険に少しお乗せして支払うだけOK！まずは、ご家族の契約内容を調べてみてくださいね。

### Q2.

ひとり暮らししながら、  
しっかりした保障のあるものに  
入った方がいいのでしょうか。ひとり暮らし  
丸橋

(田邊) 会社員であれば、会社の入っている健康保険組合の保障内容などをまずは調べてみて、**同様の保障内容のものにいくつも入らないように**しましょう。

がん保険や3大疾病保険など、考えるとたくさん入りたくなってしまうのですが、払い過ぎは禁物。月々の支払いが苦しくなってしまっては、長く続けることはできません。共済は、保障内容がシンプルなものが多いので、検討してみてもよいかもしれませんね。

### Q3.

結婚後も、独身時代の保険のまま  
見直していないのですが…夫婦ふたり暮らし  
広井

(田邊) 独身時代に言われるがまま入って、高額な保険料になっていることがあるかもしれませんね。たとえば、**結婚して主婦になっているのであれば、独身のときより死亡保険額は少なくて問題ありません**(※保障額の考え方は裏面をチェック)。共働きであっても、**ご自分が家計を支えていなければ保険額を下げても大丈夫**です。

夫の保険はどうやって  
考えればいいですか？

医療保険は、会社の健康保険や、家族の持病を確認をして足りないものを考えて。**生命保険は、マイホームを購入済みであれば、そのときに団体信用生命保険に入っていることもあるので掛け過ぎないように**、保険料の支払いが負担で、日々の生活が楽しめないということにならないよう、考えてみてください。

裏面をチェック！



ライフステージが変わった方は、注文番号をご記入ください。

わたしのママくらしbaby(0~2歳の子どもがいるママ向け)▶ 190829

わたしのママくらしkids(3~8歳の子どもがいるママ向け)▶ 190837

わたしのママくらしpre(妊娠中のプレママ向け)▶ 190811

※引き続きお届けを希望される場合は、記入不要です。※重複してご登録いただいた場合は「kids」→「baby」→「pre」→「わたしのくらし」の順で、1種類のみの登録となります。ご了承ください。※「タベソダ」に切り替えられた場合、チラシが配付されません。ご了承ください。※配付停止はこちら▶ 190845

『わたしのくらし』

次回は2月4回

組合員のパルシステムの食材  
使いきり術を、晩ごはん写真と  
併せてレポートします！平日  
ごはん作りをのりこえる、み  
の晩ごはん作りのアイディアをたっぷ  
り紹介！

たとえば  
1週間の  
晩ごはんを紹介！

# 知っておこう 女性の「備え」

突然やってくるケガや病気。暮らしの「もしも」に備えてどんなことを準備すればいいのかな。そんな疑問に、ライフ・プラン・アドバイザーの田邊さんが引き続きお答えします。



教えてくれる人  
パルシステム埼玉 組合員 田邊さん

## 「医療保障」の見直しのポイントはこれ！

「保障」の目安は、1日1万円。→

女性の場合、30代から乳がんや子宮頸がんのリスクが高くなります(右のグラフ参照)。がんの治療はさまざまな治療方法がありますが、今入っている医療保障に加えられるものもあります。まずは自分の医療保障の内容を確認してみましょう。

※「CO・OP共済のなるほど保障の考え方ガイドBOOK」より

## 覚えておくと便利！女性の保障の考え方。

女性の「生命保障」は、家計に占める女性の収入によって必要額が変わります。

### 専業主婦やパートの場合

くらしが落ち着くまでの家族の生活費を準備。

### 共働きの場合

家計の半分を支えているのであれば、その分の保障が必要になります。

### 一家の大黒柱の場合

大きな保障が必要ですが、健保の付加給付や会社の弔慰金を確認して、掛け過ぎに注意。

備えておきたい保障額はこうやって考えましょう。(※夫婦二人の場合)

### 出していくお金

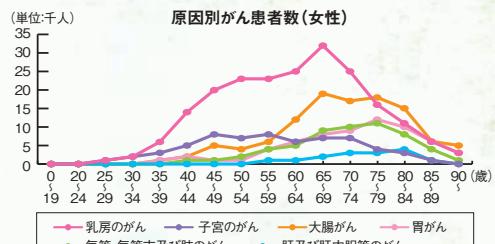
(遺された家族の生活費+葬儀代など一時に必要な費用)

### 入ってくるお金

(夫、もしくは妻の収入+遺族年金や老齢年金などの社会保障+貯蓄)

### 保障額目安

※配偶者の生活費は年200万円×年数で考える考え方やすいです。



※厚生労働省「患者調査」(平成26年)「総患者数(性・年齢階級×傷病中分類別)」  
※大腸がんには結腸・直腸S状結腸移行部及び直腸の悪性新生物を含む。

### コープ共済加入者の声

※パルシステム共済連に寄せられた組合員の声から、一部掲載しています。

保障のひとつとして掛金が手ごろな「コープ共済」。実際に共済金の支払いを受けた組合員の「ありがとう」の声をご紹介します。

▼パルシステム東京  
組合員 Hさん

とても丁寧に対応して下さい。初めて利用する側の緊張も不安も取り除いて頂きました。書類作成後の振込、確認等アフターも安心でした。

チラシ見て、配達して下さる生協の方に聞いてみたら、親切に対応して、丁寧に入り組んでいました。今回、突然の吐血(胃潰瘍)で、大変助かりました。

◀パルシステム東京  
組合員 Tさん

▼パルシステム千葉 組合員 Yさん

生協職員の奮闘で加入しました。加入してすぐ手術を受けることになり、丁寧な対応をして頂き、手術までとても早くたたです。今日ケガでしたかが、同じスピーディーで細切れながら、ありがとうございました。

1年前の通院といふことで、通院費が少額だった為、請求せずにいましたが丁寧、迅速に対応していただきました。ありがとうございました。

▲パルシステム茨城  
組合員 Oさん

※ケガ通院の保障がないコースもあります。

詳しくは  
この表紙が印!



### CO・OP共済

コープ共済のコースや保障内容など、もっと詳しく知りたいという方は、1月4回(このチラシと同時に配付されている「CO・OP共済(たすけあい)チラシ」をご覧ください。また、LPAの組合員による勉強会などは、所属しているパルシステムのホームページなどにも掲載されています。

【CO・OP共済ニュース】(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。

《たすけあい》(契約引受け団体)パルシステム共済生活協同組合連合会・日本コープ共済生活協同組合連合会問い合わせは:コープ共済センター 0120-700-750 受付時間9:00~18:00(月~金)9:00~17:30(土)