



生活クラブ

— たすけあいカタログ —

もっと、たすけあう幸せ。



生活クラブ共済連のホームページをリニューアルしました!

<https://seikatsuclub-kyosai.coop/>

生活クラブ共済連 検索

スマホで見やすくなりました

特集：「生活クラブの福祉・たすけあい8原則」と実際の活動

生活クラブ共済事業連生活協同組合連合会 〒160-0022 東京都新宿区新宿6-24-20 TEL03-5285-1865

少子高齢社会、近年頻繁に発生する自然災害、感染症など、さまざまな社会不安の中にあっても、生活クラブ(組合員・関連団体・提携生産者など)は、誰でもどこでも安心して暮らせるしくみづくりに取り組んでいます。1ページ目では、そのしくみづくりの指針となる「生活クラブの福祉・たすけあい8原則」を紹介します。2ページ目では、その具体的な活動のひとつとして「リーディングサービス」を紹介します。

生活クラブの福祉・たすけあい8原則

誰もが当事者として自己決定にもとづいて生きるしくみを積み重ねてきたことが生活クラブの誇るべき特長です。

この強みを各地の生活クラブ、運動グループ、提携生産者が共有し、その地域に必要な機能を描き、「福祉の自給ネットワークづくり」をめざして、「生活クラブの福祉・たすけあい8原則」を定めます。

1 多様性

一人ひとりがちがいを認めあいながら、対等につながり、よろこびを分かち合える社会をめざします。

社会的包摂(ソーシャル・インクルージョン)、性差や年齢、特徴にかかわらず、誰もが潜在能力を発揮でき、出番をもってつながりあう社会をめざし、サステイナブル(持続可能性)に取り組めます。



2 尊厳の尊重

生まれた時から最期の一日まで、誰もがその人らしく安心して暮らせる地域をつくります。

その人がどう暮らしたいのか、この先の人生をどう過ごしていきたいのか、それをよく理解して、大切にしたい。学び、住まい、居場所がある安心の地域づくりをすすめます。住みなれた地域で最期まで自分らしく生きるために。



3 参加型社会

子育て、介護、社会的孤立を地域全体の課題と考え、お互いにたすけあう参加型のしくみをつくります。

コミュニティ中心の参加型社会は、人びとが、自分たち自身の誇りをもって生きる基盤につながります。共済や寄付も、お金に託して参加するたすけあいです。



4 働きがいのある人間らしい仕事

生活と仕事が調和し、社会を豊かにする多様な働き方・働く場をつくります。

安心して一生暮らしていける、働きがい、やりがいを見いだせ、自らの知識、能力、技能が伸ばせる仕事「ディーセントワーク」をめざします。だれもが仕事にアプローチできるしくみをつくります。



5 居場所づくり・役割づくり

あらゆる人が、心おだやかに楽しく過ごせる居場所づくり・役割づくりをすすめます。

地域や近隣の人との接点をもつことで「ふれあい」が生まれます。誰もが抱く願いは、元気で生きがいを持ち、住みなれた地域で、自分らしく暮らすことです。何度でも再チャレンジできる社会づくりをめざします。



6 子育て支援

子どもが笑顔で暮らせるように、地域全体で、子ども支援・親支援に取り組めます。

子どもは生まれてくる環境を選べません。子どもたちが心身ともにすやかに育つ社会、安心して子どもを育てることができる社会にしたい。



7 介護支援

介護する人・受ける人がどちらも、安心して毎日を過ごせるようサポートします。

介護生活、それは長い道だから…
悩みを話し合い、人生最期の日まで尊厳をもてるようなケアをめざします。



8 社会的孤立への支援

貧困と孤立を見逃さず、寄り添い、伴走することで自立を後押しします。

人は生きてると、いろいろな困ったことに出会います。みんなでたすけあうことで、社会的孤立から抜け出せます。



誰もが生活クラブを使い続けるためのしくみ リーディングサービス

この取り組みは、前ページの
生活クラブの福祉・たすけあい8原則
1多様性 2尊厳の尊重
4働きがいのある人間らしい仕事
などの具体的な取り組みです

生活クラブでは、視覚障がいのある方や高齢になって小さな文字が読みづらくなった方などに、「生活と自治」(生活クラブ連合会発行の情報誌)を音訳したCDを届けるリーディングサービスを行なっています。

リーディングサービスは、音訳ボランティアグループ「Yomu²」(よむよむ)のメンバーが読んだ「生活と自治」の音声データのCD(通常のCDまたはプレクストーク仕様のCD)を毎月、ご自宅に郵送でお届けするサービスです。リーディングサービスの利用者はCDを聞くことで「生活と自治」の情報を受け取ることができます。

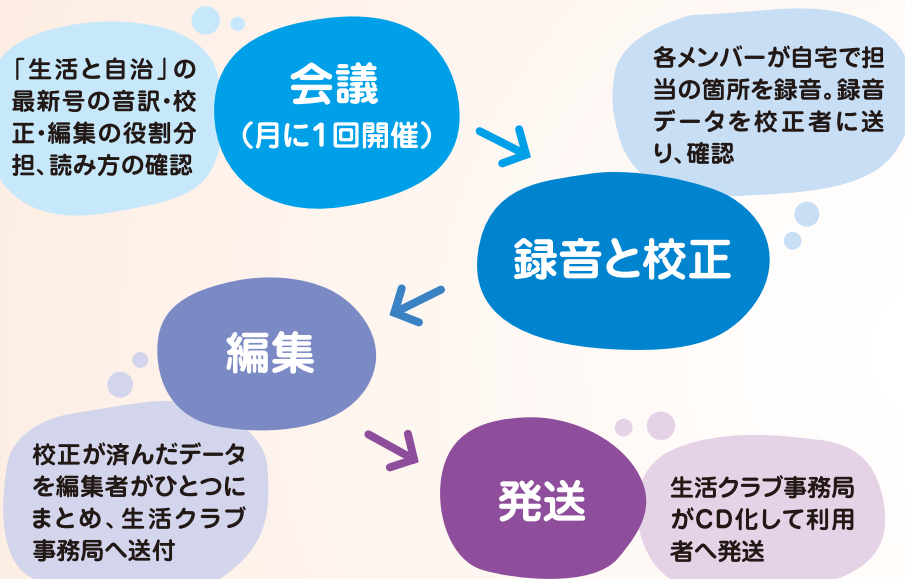
この活動は2010年に生活クラブ東京で始まり、2016年からは全国の生活クラブの組合員が利用できるようになりました。

「Yomu²」には、生活クラブ東京・埼玉・千葉・神奈川の組合員23人が音訳者・音訳協力者として参加しています(2020年3月)。



録音体験会

【リーディングサービスの流れ】



2019年11月9日、リーディングサービスをより豊かな活動にするために、利用者・音訳者、関心のある組合員などが集って「第2回リーディングサービス関係者交流会」(生活クラブ東京・共済連の共催)を行ないました。

また、2019年12月～2020年1月にかけて、音訳者を増やすための「音訳ボランティア養成講座」(生活クラブ東京・共済連の共催)を4回にわたって開催しました。その講座終了後、音訳ボランティアに参加を希望する方を対象に「Yomu²」が録音体験会を開き、実践につながる技術などを指導しました。

リーディングサービスを利用しています!

風間 ^{さちこ} 幸子さん(東京・多摩南)にお話を聞きました。

—音訳CDはどのように利用されていますか?

生活クラブに加入し40年近くになります。家族に「生活と自治」を読んでもらうのは分量が多いので手間だったり、お互いの都合もあるので、CDで聞けるのはとても便利です。好きな時間に聞いています。ゆっくり丁寧に読んでいただいているので、音がしっかりと聞き取れますから、私は倍速でサクサクと聞いたりメモを取ったりしています。

—どんな記事がお気に入りですか?

「生活と自治」は生活クラブの情報だけでなく、社会の問題なども書いてあるので興味深いですね。枝元なほみさんや辺見庸さんのコラムも欠かさず聞いています。生産者の記事も聞くと「次は注文してみよう」と思います。組合員の方の投稿欄もいろんな意見があっただけでなく、とてもいいです。

—「生活と自治」の記事について、話題にされることはありますか?

著名な方のお話やエッセイなどは友人などへの話題提供にもなるんですよ。他の媒体ではなかなか得ることができない情報もあるので、生活クラブの組合員の方だけでなく、他の方にも知ってほしいなあって思っています。「生活クラブの紙面には、こんな有名な人も載っているのよ」って話しています。

—「リーディングサービス関係者交流会」に参加されましたね。

読んでいただいている方たちと直接お話ができるのはいいですね。親しみがわいてくるんですよ。視覚に障がいのある立場から、生活クラブがもっと使いやすくなるとういなあって思うこともお話できてよかったです。

—まだ、利用されていない方にメッセージを。

「生活と自治」には普段なかなか知らされていない記事や、食の大切な話の本物の情報が詰まっていると思います。読むのが大変な方はぜひ利用されたいと思います。たくさんの方の情報なので聞きたいものを自分で選んで聞けますから、便利です。



第2回リーディングサービス関係者交流会に参加した風間さん(右)

音訳の技術を高め合う仲間「Yomu²」

いちがや 市谷 由美さん(音訳ボランティアグループ「Yomu²」代表)

音訳ボランティアグループ「Yomu²」では、原則月に1度会議をして作業分担を決め、自宅で録音・校正をして音声データを完成させています。個性豊かな人たちが集って楽しく活動していますが、読みの表現に迷った時など相談できるメンバーとの作業は心強いです。また、現状に甘んじないように読み手と校正者の組み合わせを毎回変えて、お互いにチェックをするなど、よりよいものを作りたいと思っています。今年度は技術をブラッシュアップしたいと外部講師を招いての講習会も計画しています。

一方、継続していかないといけない活動ですからメンバー募集も課題でした。「音訳ボランティア養成講座」はとてもよい機会でも、意欲的な方がたくさん参加され、実際に作業するための録音体験会にも多くの方に来ていただきました。当初は音訳作業を希望される方には、メンバーがついて一緒に作業をするプランを立てていましたが、新型コロナウイルスの影響で、電話とメールのやりとりに変更になりました。3月号から1人、4月号からもう1人が読み手デビュー。仲間が増えてとてもうれしいです。

さまざまな分野の情報が満載の「生活と自治」。丸ごと1冊詰まったCDをより多くの方に聞いていただきたいと思っています。読む人が増えることで、「Yomu²」メンバーの意欲もますます高まっていくように思います。また、利用されている方の忌憚のないご意見もお聞きしたいです。



「音訳ボランティア養成講座」に出席したYomu²メンバー。市谷さん(左端)

利用者募集

リーディングサービスの利用をご希望の方、または身近に必要とする組合員がいらっしゃる方はご連絡ください。

対象者

目の不自由な方、小さな文字が見えにくくなってきた方

申込先

所属の生活クラブ

「サステイナブルな家計」を実現するために必要なことが学べます!

ライフプラン講座では、サステイナブルな生き方、すなわち「持続可能な生き方」を家計から考えることを提案します。“なにをどのように消費するか?”は“お金をどう使うのか?”につながります。今の生活を大切にしつつ、将来も安心して暮らせる、「持続可能な家計」をめざしましょう。

知っていますか?

生活クラブ生協の「生活宣言」

(ブランドステイメント)

生活することは、消費することです。“なにを”“どのように”消費するか、という選択は、そのまま、「どんな未来にしたいか」「次の世代へ何を手渡したいか」へとつながってきます。私たちは、自然と共生し、食べ物(Food)、エネルギー(Energy)、福祉(Care)をできる限り自給・循環させる「サステイナブル(持続可能)な生き方」を選びます。



NPO法人Wco.FPの会
藤井 智子さん

学校では学ばなかった「お金」のことが学べます!

ライフプラン講座は、「保障の見直し活動」として1994年に全国の生協で始まりました。当時は保険会社にすすめられるまま生命保険に加入している人が大半で、「保障の見直し」は大きな意味がありました。家計を支えている人に必要な死亡保障額は、遺族年金や税金、子どもの教育費などの知識が必要です。そのため保障以外にも知りたい内容が広がり、次第に講座メニューが増えてきました。家計のやりくり、公的な年金や税金の制度や手続きなど、学校では学ばないことがたくさんあります。そのような内容をライフプラン講座では気軽に学ぶことができます。

受講して実行すると、家計が変わります!

制度やお金に関して「知らぬが仏」と言う言葉はありません。ライフプランは一人一人違います。また年代やライフスタイルで変化します。ライフプラン講座は、「自分のライフプラン」を実現する助けになるはず。使えるお金には限りがあります。制度やお金に関して「知らぬが仏」と言う言葉はありません。知って実行すると家計は変わります。同じお金を使うなら「自分や我が家の幸せな人生」のために使いたいと思いませんか?

あなたのくらしと家計に役立つライフプラン講座、企画や参加については所属の生活クラブにお問い合わせください。

ライフプラン講座の講師は、NPO法人Wco.FPの会のメンバーが担当します。

ライフプラン講座 1

定番講座



リスクに備える保障は、ライフプランを考えるカナメです!

- ① 我が家の保障～我が家に必要な生命保険と医療保険
- ② 意外に知らない損害保険～住まいの保険と車の保険

年代を問わず「家計管理」は必須です!

- ③ サステイナブルな家計 (家計管理シート付)

人生100年時代を安心して暮らすための必須講座!

- ④ 公的年金と自分年金
- ⑤ 40代から考えるセカンドライフ～退職後の生活設計 (家計管理シート付)
- ⑥ プラチナ世代のライフプラン～人生100年時代に備える

子育て世代には必須講座!

- ⑦ 子育て世代の家計管理 (家計管理シート付)
- ⑧ 子育て世代の教育費 (教育イベント表付)

税金は年金とともに大人の必修科目!
税制改正は暮らしに大きな影響があります。

- ⑨ 意外に知らない税金の話～所得税と住民税

人生の締めくくりを考えるのは、「元気な時に」がポイント!

- ⑩ 元気な時に考えておきたいエンディング (エンディングノート付き)
- ⑪ 元気な時に考えておきたいお葬式～いざという時にあわてないために!

共済を通じて「生協」と「たすけあい」を再確認! 委員研修にもおススメ!

- ⑫ もっと知りたい私たちの共済～もうひとつの消費財

ライフプラン講座 2

オプション講座 (開催例からのおススメの講座)

制度を活かそう暮らしのお金
知って実行すれば家計は大きく変化します!

- ① 自分で作るiDeCo (個人型確定拠出年金)
- ② 主婦が働く時の社会保険と税金
- ③ 投資信託のしくみ

ワークショップ形式で考える

- ④ 防災ワークショップ
- ⑤ おこづかいを通して考える子どもの金銭教育

セカンドライフ世代に関心の高いテーマ

- ⑥ ゆるやかな老い支度～老後資金2000万円必要なの?
- ⑦ 相続が変わった!

生活クラブの活動に密着した内容
新規加入の組合員の集いにもおススメ

- ⑧ ワークシートで共同購入をチェック～自分のクセを知って上手に利用 (班・個配の組合員向け)

ライフプラン講座 3

ゲーム

【小学生向け マネーゲーム】



グループで会社を作り、資本金をもとに材料などを購入して仕事をして、製品を販売し利益を出すゲームです。年間を通じて開催可能です。参加者の学年によって難易度を変えることもできます。

(子育て世代向け)

【おとなのライフプランゲーム～人生のお金を考える】

結婚、働き方、マイホームなどを選択し、子どもに関することなどはカードを引きながら、30代～60代までのライフプランをシミュレーションします。

ライフプラン講座 4

活動に役立つ話し方講座

組合員活動では「話して伝える」場面が多くあります。限られた時間の中でわかりやすく話すための基本が学べます

- 活動に役立つ話し方講座
- 活動に役立つ話し方講座～会議の技術編

生活クラブ提携先のページ

生活クラブ共済ハグくみや CO・OP 共済「たすけあい」だけではまかなえない保障や、家族・ペットなどを含めた「自分らしい終末デザイン」のために提携している団体などの情報ページです。組合員が安心して暮らせるようにサポートします。

組合員のみなさま 生活クラブがおすすめする自動車保険

CO-OPのおすすめ

お車の使用目的区分がないため、保険料の差がなく
シンプルで分かりやすい

CO-OPのおすすめ

集団扱は一般の契約に比べ
一時払保険料 **5%割引**

CO-OPのおすすめ

ロードサービスは **24時間・365日対応**
雪道のスタックも対象



途上国の子どもたちへ安全できれいな水を
世界には、安全に管理された飲み水を使用できない人々が22億人もいます。共栄火災は社会貢献活動の一環として、自動車保険1件^(※)につき、約30～50ℓの不衛生な水を安全できれいな水にできる浄水剤を途上国の子どもたちにお届けしています。
※所有・使用されているお車のご契約台数が9台以下のお客さまのご契約を対象とします。

お見積りは今すぐ！こちらのお電話番号にどうぞ！

共栄火災カスタマーセンター
通話料 無料 **0120-044-394**
〈受付時間〉平日9:00～20:00 土日祝9:00～17:00(年末年始は除く)

●本保険の対象車種は、自家用8車種です。
●所有・使用されているお車のご契約台数が9台以下の個人のお客様が対象となります。

共栄火災海上保険株式会社
本社/〒105-8604 東京都港区新 1-18-6
取扱代理店 生活クラブ共済連
〒160-0022 東京都新宿区新宿6-24-20
TEL 03-5285-1874 B19-1321-20201008

キーパーズ コラム ボクはこう考える

コロナウイルスに知らされる現実 Vol.121

この度のコロナウイルスによる影響はさまざま、ボクにとっては、まるで映画のようで未曾有の来事です。このような感染力の強いウイルスは現代社会の発展に伴い、進化して出来たウイルスなので明治や江戸時代にコロナウイルスは存在していなかったのかもしれないが、もしその時代に広がったらどうなってしまうのかわからずと考えるとぞっとしますよね。

しかし、過去には「天然痘」「結核」「コレラ」などを専門家がワクチンを開発し根絶されたり、ほぼ消滅させた実績があるので、

当時のマスクは、真ちゅうの金網を芯に布地をフィルターとして取り付けたもので、1918年のインフルエンザ(スペイン風邪)大流行をきっかけに、予防品として注目を集めるようになりマスクが社会に普及したとされています。

また、マスクが不足して手に入らないので皆さん困っていますが、マスクについて調べてみると日本でのマスクの歴史は意外に浅く、明治初期に登場したようです。

きつと特効薬はできると思っています。

遺品整理から遺産相続のご相談は キーパーズ へ！

- 故人がお住まいだったお部屋の家財撤去
- 故人の思い出の品やご遺品などのご供養
- 故人の形見分けのお品を全国配送
- 故人のお宅のリフォーム・解体
- 相続した不動産の売却のお手伝い
- 相続についてのご相談やご紹介

生活クラブの組合員と親族の方は組合員優待があります。

0120-098-325 ☎ 03-5285-0984 (月～土 9時～17時)
生活クラブ葬祭サービス

アニコム損保のペット保険 どうぶつ健保 ふぁみりい

犬・猫 7歳11ヶ月まで
※年齢は保険契約の始期日時時点での満年齢となります。

(引受保険会社) アニコム損害保険株式会社
(代理店) 生活クラブ共済連
保険契約の締結の媒介を行います。

- 1 病院の窓口で負担分だけの支払いができます！**
全国6,417*のアニコム損保提携の対応病院の場合、「どうぶつ健康保険証」を提示するだけで精算が完了します。
(条件により、直接アニコム損保へご請求いただく場合があります。)
*2019年3月末時点
- 2 免責金額がないので少額の診療費でも保険の対象となります。**
「どうぶつ健保」では免責金額を設定していませんので、診療費が少額でも保険金の支払いを受けることができます。
- 3 原則、ご継続は終身OKです！**
保険期間中に病気にかかっても、終身継続できます！

0120-808-320 (平日9時～17時) ※この広告は商品の概要を説明したものです。詳しくは代理店へご照会ください。 P1906-0079

CO・OP火災共済なら火災はもちろん 自然災害にも備えられます！

CO-OP 火災共済 + 自然災害共済
プラスして付けられます！

取扱団体 / 日本共済生活協同組合連合会 (コプ共済連)
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)

「住まい」と「家財」の保障

CO・OP火災共済に関するお問合せは、CO・OP火災共済コールセンター
0120-6031-43までお問合せください(月～土(祝日営業)9:00～18:00※年末年始休み)。
※ご用件番号【1】をご選択ください。 d90d19105

生活クラブ葬祭サービス

東京 神奈川 埼玉 千葉

～自分らしい「終末デザイン」をサポートします～

お葬式受付 **24時間・年中無休**
東京都・神奈川県・埼玉県・千葉県以外からの電話は TEL.03-5285-0983

ご相談受付 **月～金 9:00～17:00**
(祝日を除く)
生前相談やお問合せなど

0120-098-325 生活クラブ・スピリッツ(株)シニア事業部
〒160-0022 東京都新宿区新宿6-24-20 KDX新宿6丁目ビル4F

生活クラブがおすすめする こくみん共済〈全労済〉マイカー共済

自動車総合補償共済

もしものトラブルに 安心のサポート体制

24時間 365日

事故対応

全国76カ所
約**800名**の
スタッフがサポート！

示談交渉
サービス付き！

24時間 365日

トラブル対応

24時間体制で解決！
**マイカー共済
ロードサービス**

※適用条件など詳細はこくみん共済 coop までお問い合わせください。

全車両に適用

全国 ネット

修理対応

こくみん共済 coop
の指定整備工場
全国約 **1,400カ所**

車検・点検整備
など

2019年6月、全労済から「こくみん共済 coop」へ

お見積りはカンタン無料！

QRコードをスマホで読み込んで所属している生協のID・パスワードを入力
※ID・パスワードはQRコードのアクセス先に記載しております。

マイカー共済掛金見積もりサポートセンター
☎ **0120-860-748**
受付時間 ● 全日9時～21時(年末年始を除く)

お手頃な団体掛金！
組合員の方は 団体掛金！

お手元「車検証」「保険証券(共済契約証券)」をご用意ください。

お見積りの際、オペレーターが「ご加入の生協名」をお伺いいたします。お客さまがご加入の生協名をお教えください。

ご利用いただける取り扱い生協

- 生活クラブ東京
- 生活クラブ静岡
- 生活クラブ神奈川
- 生活クラブ愛知
- 福祉クラブ
- 生活クラブ栃木
- 生活クラブ埼玉
- 生活クラブ青森
- 生活クラブ千葉
- 生活クラブやまがた
- 生活クラブ長野
- 生活クラブ群馬
- 生活クラブ茨城
- 生活クラブ京都・エール・コプ
- 生活クラブ山梨
- 生活クラブ奈良
- 生活クラブ岩手
- 生活クラブ滋賀

たすけあいの輪をむすぶ **こくみん共済〈全労済〉**

新しく組合員になられる方へ(出資金について)こくみん共済 coop は消費生活協同組合法にもとづき、非営利で共済事業を営む生活協同組合の連合会です。生活協同組合は、組合員の参加により運営されており、出資金をお支払いいただければとなたでも組合員となることができ、各種共済に加入できます。新しく組合員となられる方には、生活協同組合連合会のために出資(1,000円以上)をお願いしています。(出資金は1000円で、最低100円以上の出資が必要です。)出資金は、加入される共済の掛金払込方法に応じて下記のとおりお預りしています。

- 掛金の払込方法:月払い・年払いの場合ともに1,000円(1回のみ)