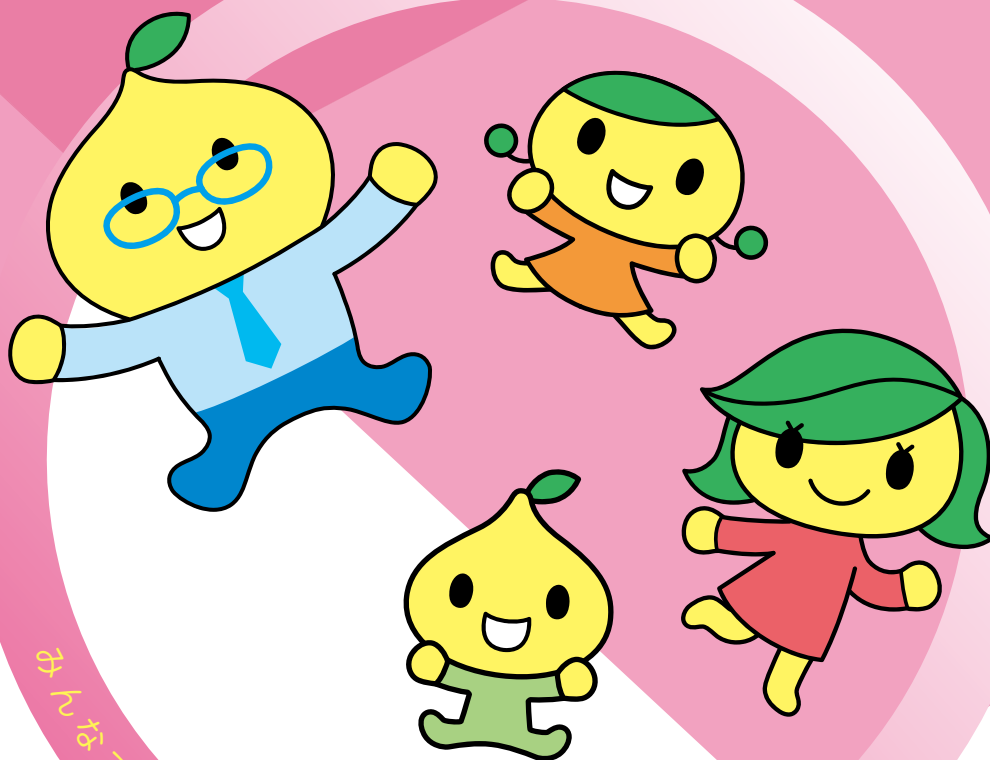


協力団体向け機関誌

こくみん共済

coop

2023.JAN
Vol.108



公式キャラクター
ピットくん・ピットくんファミリー

みんなであたすけあい、豊かで安心できる社会づくり

トップインタビュー

「中期経営政策2025
変革と創造」の完遂に向け、
「新しいたすけあい」を

こくみん共済 coop
廣田 政巳 理事長

こくみん共済 coop 中央推進会議 NEWS
第85回全体会議

広域労組における
共済制度推進の実例(第39回)

三井E&S労働組合連合会

特集

関東大震災から100年

ファイナンシャルプランニング講座
制度改正2年目を迎えた
マイカー共済

連載

台所から見た
防災・減災のすすめ⑨

訪問先のご近所グルメ

こくみん共済 〈全労済〉

全国労働者共済生活協同組合連合会 coop

CONTENTS

トップインタビュー

こくみん共済 coop 廣田 政巳 理事長に聞く

「中期経営政策2025 変革と創造」の 完遂に向け、「新しいたすけあい」を

4

こくみん共済 coop 中央推進会議NEWS

第85回全体会議

8

広域労組における共済制度推進の実例 [第39回]

三井E&S労働組合連合会

10

特集

関東大震災から100年

12

ファイナンシャル・プランニング講座

制度改正2年目を迎えたマイカー共済

生活経済研究所長野 塚原 哲

14

台所から見た防災・減災のすすめ ⑨

栄養から考える防災食

食育・食文化 料理研究家 坂本 佳奈

16

訪問先のご近所グルメ 東京・千代田区 すりみや 神田淡路町店

19

こくみん共済 coop Vol.108 読者アンケート&プレゼント

20

WEB こくみん共済coop

誌面はWEBでもご覧いただけます。



<https://www.zenrosai.coop/web-zenrosai>

たすけあいの
輪をむすぶ

明けまして

おめでとうございます

二〇一三年



こくみん共済 coop
中央推進会議 議長
中澤 清孝
(なかざわ きよたか)



こくみん共済 coop
理事長
廣田 政巳
(ひろた まさみ)



こくみん共済 coop
中央推進会議 副議長
綱島 和彦
(つなしま かずひこ)



こくみん共済 coop
専務理事
高橋 忠雄
(たかはし ただお)



こくみん共済 coop
中央推進会議 副議長
池之谷 潤
(いけのや じゅん)



こくみん共済 coop
常務理事
濱田 毅司
(はまだ たけし)

こくみん共済coop 廣田政巳 理事長に聞く

「中期経営政策2025 変革と創造」の 完遂に向け、「新しいたすけあい」を

関東大震災から100年という大きな節目にあたる2023年。本年度は新たな「こくみん共済coop 中期経営政策2022-25 変革と創造」のもと、デジタル化・DX化を促進し、「新しいたすけあい」の実現をめざします。年頭にあたり、その想いをこくみん共済coopの廣田政巳代表理事 理事長に伺いました。

現場の意見を大切に
「たすけあいの共済」を
加速させたい

— 新年、明けましておめでとうございませう。まず、新年の抱負をお聞かせください。

廣田 ● 皆さま、明けましておめでとうございませう。まだまだコロナ禍が続いていますが、今年も希望多き年になるよう頑張りたいと思います。

新年の抱負ですが、事業推進が難しい状況の中、新型コロナウイルスへの対応以外に、国内各地の大規模災害にも目を向けなければなりません。各地の被災者や生命の危険にさらされた方々への「寄り添い活動」に力を入れていきます。

次に「中期経営政策2025 変革と創造」（以下、「中経2025」）は、今年（2023年）2年目とい

う位置づけになります。確実に進歩するよう役職員全員で当事者意識をもつて努力する年にしていきたいです。

取り組み施策は、こくみん共済40周年事業や専用アプリの開発、こくみんライフサポートのサービス開始が挙げられます。さらには、交運共済生協の共済制度契約移転など、さまざまな準備を控えてお



ります。

そして、今年は関東大震災から100年という大きな節目を迎えます。多くの施策を実行するには、「現場の意見」が非常に重要です。

— これまでNew-NetWork（2018年度～2021年度中期経営政策）を進め、「7才の交通安全プロジェクト」や「ありがたの手紙」などさま



ざまな取り組みを実行してきました。これらを通じて、こくみん共済coopとして変わったこと、さらに今後も変えなくてはならないのはどのようなことでしょうか。

廣田 ● New-NetWorkでは、最終的に36の課題がありました。いろいろな挑戦をすることで、一定の成果を得られたと思いますが、残念ながらいくつかの経営数値は達成することができませんでした。

しかし、経営の安定性という私たちに求められる最大のリスク回避については大きく前進することができ、収獲があったと思います。

加えて、「こくみん共済coopとい

えば、社会貢献活動」という見方が内外にできました。同時に、このNew-NetWorkによって「たすけあいの共済」という概念が、内部においても浸透してきたのではないかと思います。

「新しいたすけあい」に向け
デジタル化・DX化に特化した
人財の育成がカギ

— 「中経2025」では、DX（デジタルトランスフォーメーション）が求められます。「新しい創造」を実践していく上で、「お役立ちDX」をどのような進めたいか予定でしょうか。

廣田 ● 中期経営政策の主な戦略・戦術がデジタル化、あるいはDXです。とはいえ、こくみん共済coopが世の中の先頭を進んでいるわけではなく、むしろ遅れている方であることを自覚しなくてはなりません。そこで「内部的な入口から出口までのDX」と「外部との連携による施策」という大きな2つの柱をスタートさせました。

外部的な戦略としては、東京海上日動火災保険株式会社の力を借りて、新たに事業連携を開始しました。具体的には、種々のDXを取り入れ、損害補償分野における損害調査業務について抜本的に改革する予定です。

こうしたデジタル化・DX化を進めることは「合理化」ではなく、「効率化」を目的とした施策です。そして、創出された人的リソースは、次の「新しいたすけあい」に当てるのが先決です。共済事業のデジタル化・DX化を進め、いずれば別の共済団体からも一目置かれるよう、担当部門には覚悟をもって臨んで欲しいです。

— 今回の施策で、「変わる勇気を持ち、めざす姿の実現へ」というお話がありました。理事長の描く最終的な姿はどのようなものでしょうか。

廣田 ● 今回の「中経2025」は、昨年8月の通常総会までに約1年半の論議を重ねました。その間、スタート当初から2回目の論議で役員員の反応が大きく変わりました。その都度私は「皆で変わる勇気を持ち、めざす姿の実現へ」と呼びかけました。

具体的には、私たちはこくみん共済coop スタイル（「新しいたすけあい」を創造・実施する今後の事業と運動の姿）を標榜しているの、それを実現することが一番です。そのためには職員の皆さんが「3つの姿と10の行動」をそれぞれの立場で理解し、自分の担当業務とどのように連動するのかを考え、実行していくことが必要であると考えます。

— 東京海上日動火災保険株式会社との新プロジェクトに向け、昨年10月に新会社を設立しました。今後、DXが進む過程で、こくみん共済coopは新会社とどのように関わっていく必要がありますか。

廣田 ● 現在、新会社とマイカー共済の損害調査のデジタル化について検討中です。

そのほかには、住まいる共済において、水害に遭った際、現場に行かず

上空の衛星やドローンから連携されたデータなどでチェックすることも可能になるでしょう。最後は必ず人の力が必要ですが、調査時点では、そうした最先端技術を使っていきたいと考えています。

この業務連携ではいろいろな見方があり、株式会社との連携を疑問視する声もあります。それぞれ組織としての性質が異なりますが、私自身は組合員が何を求めているのかに目を向けたいと思っています。共済と保険が連携して調査することは、組合員にとっては特に大きな問題では無いように思います。

私たちはDXに力を入れようとしている最中ですが、世界の潮流はすでにDXから次のビジネス・トランスフォーメーション（BX）へと変化が始まっています。そんな状況もふまえ、今回の業務提携をプラスにとらえていきたいです。

「新しいたすけあい」とは、共済のみならず、共済を通じた社会還元や社会課題・環境課題の解決に努力することまで含まれます。特にヨーロッパ

パを中心に論議が盛んであるネットゼロ（温室効果ガスの排出量から吸収量を差し引いた量をゼロにすること。カーボンニュートラルと同義）の社会の実現や気候変動にどう対応していくかまで、幅広い議題が持ち上がっています。

「地域共生社会」における 防災対策や環境課題に 立ち向かう

「この30年間で阪神・淡路大震災、東日本大震災、熊本地震など、いくつかの大きな震災に襲われました。こくみん共済 coop にとっての「たすけあい」の原点についてお聞かせください。

廣田 ● 一番大きなエピソードは、1954年に労働組合等が発起人となり、労働者共済生協が事業を開始した時のことです。

また、東日本大震災では、福島から避難された方に対して、「最後のお一人まで」という想いで5年の歳月をかけてお支払いをしました。こうして寄り添い続けてきたことが、私たちこくみん共済 coop が発展する上で大きな礎になったのではないかと思います。

中期経営政策 2025 変革と創造

中期経営政策2025 変革と創造

私たちは、これからも「共済」を通じて人と人との「たすけあいの輪」をむすび、事業の持続的成長と運動の発展を図るため、2022年度から4年間の中期経営政策「こくみん共済 coop 中期経営政策2022-25～変革と創造～（「中期経営政策2025 変革と創造」）」を策定し、取り組みを進めていきます。

〈New-Zetworkで構築した事業と運動の姿〉

Zetworkスタイル

さまざまな環境の変化に対してお役立ち発想と共創活動で柔軟・機敏に対応し、事業・運動を展開する

お役立ち 発想

組合員・協力団体等と向き合うすべての場面において、相手方の課題やニーズを把握し、その気持ちに立って期待を超える解決策を考え、実行すること

共創 活動

こくみん共済 coop 単独では実現できないさまざまな課題に対し、組合員・協力団体・協同組合組織等がそれぞれの強みを持ち寄り、お互いをカバリーしながら、共通の価値を創造すること

取り巻く環境の変化を捉えデジタル技術を活用した進化

たすけあいの姿が変化・多様化

〈今後の事業と運動の姿〉

こくみん共済 coop スタイル

お役立ち発想と共創活動で「新しいたすけあい」を創造・実践する



- 組合員・生活者とのコミュニケーションのあり方
- 社会活動のあり方
- 協力団体・共創パートナー団体とのさらなる共創のあり方
- 商品（制度・サービス）のあり方
- 迅速・スムーズに共済金をお支払いする取り組み等

- 従来のたすけあいを強化・発展
- 新しいたすけあいのカタチを構築

組合員・生活者との姿

～寄り添う、身近な存在～

- 1 多様なコミュニケーション手段を確立 多様なコミュニケーション手段を確立し、組合員・生活者一人一人へ寄り添い、身近な存在となります
- 2 幅広く安心をサポート 魅力ある商品と最適な保障設計の提供に、日常の安心のサポートを加え、組合員へ提供する価値を拡大していきます
- 3 事業・運動への参加、共感を拡大 事業を通じた運動への組合員の参加機会を拡大し、組合員・社会の共感を高め、たすけあいの輪を広げ、組織としての社会価値・環境価値を向上させていきます

協力団体・共創パートナー団体との姿

～事業と運動の強固なパートナーシップ～

- 4 スムーズで迅速な共済活動 WEBを活用したお手続きの仕組みを構築の上、人と人とのつながりをベースとしたスムーズで迅速な共済活動をおこないます
- 5 組合員にむけた組織間の共創 組合員や団体構成員へのお役立ちにむけて、組織間の共創課題解決の取り組みを進めます
- 6 地域課題解決にむけた共創 地域におけるたすけあいの構築にむけて、協力団体・共創パートナー団体（※）との共創活動を進めます

※共創パートナー団体：労働金庫、生協、協同組合組織、自動車分解整備事業者、NPO 団体、その他理念・志を共有できる団体組織等

業務・運営の姿

～最適な体制、人材の活躍、さらに健全な経営～

- 7 体制・役割を最適化 お役立ち DX^(*)、新しい働き方を踏まえ体制・役割を最適化します
- 8 事務・お支払い等を高度化・効率化 お役立ち DX により、事務・お支払い等の業務を高度化・効率化します
- 9 お役立ちを進める推進体制 推進拠点が、お役立ち発想にもとづく組合員接点業務に専念できる体制としていきます
- 10 さらなる健全性・安定性確保 経営のさらなる健全性・安定性を確保します

*デジタル社会における生活・事業環境の変化を見据え、時代に合わせた事業のあり方にむけて、デジタル技術を活用して変革をおこなうこくみん共済 coop 総体として推進する取り組み

3つの姿と 10の行動

昨年9月に渋谷区と連携した「もしもプロジェクト渋谷（MOSHIMO PROJECT SHIBUYA）」です。会場の代々木公園には、約2万人が集まりました。

各個人の自助も大事ですが、やはり共助、公助が大きな役割を果たすため、「地域共生社会」ではまずは公助、そして共助、自助の順番で組み立てるのが望ましいでしょう。さらに、孤立・貧困などの問題解決も求められると思います。

——最後に「中経2025」を実行するための決意をお聞かせください。

廣田 ● 私たちに課せられた大きな使命は、4年間で「中経2025」を完遂させることです。基本的な考えは「多様性」と「包摂性」の2つに裏づけされ、さらにSDGsという課題についても対応しなければなりません。これにより、こくみん共済 coop のブランド価値を向上させ、皆さんに愛され活用される共済団体になっていければと思います。

その実現のためには、こくみん共済 coop 自体の価値を上げる活動が不可欠です。具体的には、「7才の交通安全プロジェクト」や「こどもの

成長応援プロジェクト」「ぼうさいカフェ」といった活動の取り組みに共感していただくことです。

さらに経営陣とフロント（職員）が一体となることで、役職員の方へのワーク・エンゲージメント（仕事に対する前向きで充実した気持ち）、あるいは幸せにつながっていくのではないのでしょうか。

よく「企業は人なり」と言います。そういう意味でも、経営には戦略と同時に、世の中のリスクを充分に検討できるタレント（人材）が欠かせません。

一方で気になるのが気候変動への対応やネットゼロ社会の実現です。現在、間接的に環境団体への寄付などをおこなっていますが、本業でも何ができるのか考えなければなりません。その過程でDXの先や、その大きな仕掛けとなる「新しいたすけあい」も求められるのではないかと思います。



聞き手
こくみん共済 coop
調査役
高松 和夫

中央推進会議 第85回全体会議

2022年10月31日（月）、26構成組織30名で集合とWEB併用により「中央推進会議 第85回全体会議」が開催されました。また、オブザーバーとして中央労福協より遠藤事務局次長が参加されました。

報告内容

1 こくみん共済 coop 活動報告

①実績報告

こくみん共済 coop 全体の最新実績報告を行いました。

②新型コロナウイルス感染症関連報告

2020年4月から実施している「入院の特別取り扱い扱い（「みなし入院」）の見直しについて報告を行いました。

③大規模自然災害対応報告

2022年9月台風14号・15号に関する対応について報告を行いました。

④「もしもフェス渋谷2022」開催報告

2022年9月3日（土）・4日（日）の2日間、「もしもフェス渋谷2022」を代々木公園で開催しました。このイベントは、防災・減災を身近に感じながら、みんなで楽しく備えることを

テーマとした来場者参加型の防災イベントで、計61団体が参加しました。

2 こくみん共済 coop 中央推進会議委員体制および常任委員体制について

2022年度こくみん共済 coop 中央推進会議委員および常任委員の変更にもない、委員の変更確認を行いました。

中央推進会議および常任委員会の体制については、**表1**を参照ください。



中央推進会議常任委員会
川野 英樹 委員長



中央推進会議
中澤 清孝 議長

常任委員会

役職名	氏名
委員長（JAM）	川野 英樹
副委員長（JEC連合）	寺田 正人
副委員長（UAゼンセン）	谷津 正信

構成組織名	氏名	常任
新聞労連	岩橋 達弥	○
税関労組	村岡 和弥	
政労連	渡邊 努	
セラミックス連合	澤田 光弘	
全印刷局	安部 正	
全印総連	柳澤 孝史	
全銀連合	安藤 友博	
全建総連	小野寺博人	○
全国ガス	増田 紀之	
全国港湾	高島 弘司	○
全自交労連	松永 次央	
全司法	大杉 浩二	
全商社	—	
全駐労	清水千代宣	○
全電線	三木 隆之	○
全日通	市村 和人	
全日本海員組合	木村 俊暁	○
全農協労連	—	
全農林	村上 嘉則	○
電機連合	岡本 昌史	○
電力総連	橋本真理子	○
日建協	阪本 純一	
日本医労連	川上 真理	
フード連合	源 匡博	
民放労連	—	

※太字は新任委員となります。

（敬称略）

3 2022年度 専門委員会活動報告

●第1回推進専門委員会

マイカー共済の加入拡大、災害時無保障者の解消に向けた取り組み、災害発生時の初期対応の動画ツール作成、新入組合員教育・若年層教育と連動した取り組みについて確認しました。

●第2回推進専門委員会

マイカー共済推進ツールについて、団体割引告知チラシ、ポスター、推進動画（7才の交通安全プロジェクトと連動した内容）の構成と展開スケジュールについて確認しました。

●第3回推進専門委員会

大規模災害などにより被害を受けた場合の共済金請求の流れを説明した動画ツールの作成と展開方法につい

て、協議・確認を行いました。

●第1回研修専門委員会

2022年度における研修専門委員会の進め方と2022年度研修会の開催について協議・確認しました。

●第2回研修専門委員会

2022年度研修実行計画（案）と事前意向確認の結果について協議・確認しました。

●第3回研修専門委員会

研修専門委員会における当日の役割分担とグループワークにおける実施内容について協議・確認しました。

4 中央推進会議 研修会について

こくみん共済 coop 中央推進会議 2022年度研修会の基本行程について報告しました。

5 中央推進会議 活動支援ツールの活用と 展開状況

①動画ツール

・「新社会人のお金と保障」が最も多く視聴されています。

・2022年4月より災害時無保障者の解消を目指した推進動画「持ち家編」「賃貸編」の展開を開始しました。

②動画視聴キャンペーンの展開状況

「災害時無保障者の解消」ならびに

「新入組合員教育」の取り組み強化を図ることを目的に、動画視聴の促進と今後の推進展開につなげる取り組みとして、動画視聴キャンペーンを実施しています。

具体的には、動画視聴者を対象としたアンケートを行い、アンケート回答者に対し抽選で防災グッズ（Jackeryポータブル電源240）をプレゼントする企画となります。

なお、キャンペーン期間は2022年4月～2023年3月までの1年間です。

6 労働者自主福祉運動の 啓発活動（運動の継承）について

労働者自主福祉運動の啓発を目的として、各構成組織にて開催される会議・研修会に参加し、こくみん共済 coop 調査役による講演や、動画「よくわかる!!労働者自主福祉運動」を活用した対応を行いました。

7 四役帯同訪問の 実施について

①構成組織への訪問活動の目的

こくみん共済 coop 中央推進会議の設立趣旨をご理解いただき、中央推進会議活動への積極的な参画を促すとともに、「2022年度活動計画」

を構成組織における取り組み方針化したことを目的に実施します。

②訪問予定団体

- ・こくみん共済 coop 中央推進会議新任委員団体
- ・「労働者自主福祉運動」の研修会が未開催の構成組織
- ・マイカー共済の取り組みにおける産別グループ化実施構成組織

協議内容

1 2022年度活動計画の 取り組み状況と 下期取り組み具体的活動(案)

①中央推進会議全体計画について

こくみん共済 coop 中央推進会議「2022年度活動計画」に対する現状の進捗状況と、今後に向けた対応について協議・確認しました。

②各構成組織における 活動計画について

各構成組織に策定いただいた「2022年度活動計画」について、その内容を共有しました。



集合会場



OKIソフトウェアユニオンによる事例報告

三井E&S労働組合連合会は2022年6月に新入組合員を対象に、「新規加入構成員の無審査加入方式」の団体生命共済・一律加入制度を導入しました。この間の共済の取り組みについて、大河原書記長と岡藤中央執行委員にお話を伺いました。

課題の解決に向けて選択したのは 「新規加入構成員の無審査加入方式」の導入と 新規組合員向けセミナーの実施



中央執行委員
おかふじ たらう
岡藤 太郎さん



書記長
おおかわら あきら
大河原 明さん

事業内容と貴組織の歴史について
お聞かせください

大河原 ●当社グループは、「エンジニアリングとサービスを通じて、人に信頼され、社会に貢献する」を企業理念のもと、「マリンの領域を軸に、脱炭素社会の実現と、人口縮小社会の課題解決」を目指し、「シンプル、ユニーク、プラクティカルな製品やサービスの提供」に挑戦しています。

当労連は、三井E&Sグループに集う仲間が結集し1989年3月に発足。現在は、12の単組により構成されており、それぞれが所属する東京・岡山・大分の各地方支部のもとで、組合員の皆さんの生活の維持・向上のため、組織一丸となった取り組みを展開しています。組合員数は2022年11月現在で約3700名となっています。

共済への取り組みについて
お聞かせください

大河原 ●保障設計運動を通じて、日々

貴組織を構成する各地方支部において、特徴的な取り組みなどがありましたらお聞かせください

岡藤 ●当労連では、「組合加入時」「組合加入後3年目」「30歳」「定年退職前」の組合員を対象としたセミナーを各地方支部で毎年開催しており、その中でそれぞれのライフステージに応じた保障の考え方などに関する教育を行っています。

今回導入した「新規加入構成員の無審査加入方式」は、新入組合員を対象としたセミナーで加入手続きを行っていますが、このような取り組みを通じて組合加入時の「過性の取り組みで終わることなく、その後の世代別セミナーでも理解を深めることで、長い人生において常に最適保障を備えることができる環境や機会提供を整えていきたいと思っています。セミナーでは、自身が加入している保険証書を持参してもらい、受講内容を踏まえた点検を促したり、対象者から予め保険証書を提供してもらい保障診断結果をセミナーの場でフィードバックするなど、各地方支部で工夫をこらしながら取り組んでいます。また、労連全体での取り組みとして、50歳前後で希望する組合員を対象と

の暮らしの中に潜む様々なリスクや将来の不安に対して組合員自らが向き合い、「保障の充実」と「家計支出の軽減」を目指しています。

組合員一人ひとりのライフステージにあわせた保障設計の理解を深めるため、こくみん共済coop推進本部の協力のもと、各地方支部において世代別セミナーの開催や保障相談会を開催しています。



白熱する議論

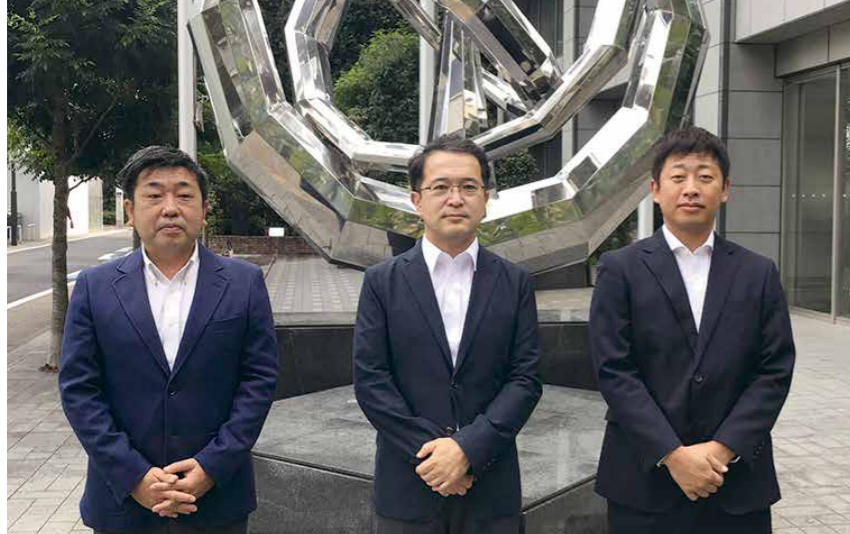
した「グッドライフセミナー」を隔年で開催しています。これは、こくみん共済coopの職員を講師としてお招きし、定年後のライフプランや保障設計をご家族と一緒に考えてもらう「きっかけづくり」の場として活用いただく意図を持っており、1泊2日の行程でご家族の参加も可能としています。近年のコロナ禍にあつては、WEBでの開催に切り替えていましたが、受講内容の性格上、WEB開催では内容によっては講師の方に質問がしづらいものもある、との受講者からの声も踏まえ、感染防止対策を徹底したうえで集合開催に回帰することにしました。

今後の共済活動をさらに広げていくために、こくみん共済coopに対して望むことをお聞かせください

大河原 ●世帯構造の変化や健康寿命の伸び、さらには働き方の変化等に伴い、組合員一人ひとりの暮らしのあり方、生活リスクおよびその対応手段としての保障ニーズも多様化していると認識しています。このような中、私たち労組執行部とともに組合員一人ひとりと向き合い、最適な保障を提供できるよう、引き続きご協力をお願いしたいと考えています。

セミナーでは、「公的保障」や「企業・団体内保障」を含めた保障全体で考えることの重要性について取り上げ、その内容に関する説明・解説を通じて組合員一人ひとりが「ムリ・ムダ・ムラ」のない最適な保障を備えられるよう取り組んでいます。

あわせて、組合員への活動展開にあつては、私たち執行部はもとより、執行部と職場組合員との橋渡し役を担ってもらっている組合機関人がこの保



左：大河原書記長 中央：田島中央執行委員長 右：岡藤中央執行委員

岡藤 ●当労連の共済加入実績は、中長期的に見ると加入件数・口数ともに減少の一途を辿っていました。このことは、保障や共済に対する関心が薄れている懸念や、それぞれのライフステージに応じた保障が確保されていない懸念があると考えられ、団体生命共済を安定的に制度実施するうえでも課題であると認識していました。

当労連は、各地方支部がこくみん共済coop推進本部と連携のうえ、様々な地方支部独自の取り組みを展開しています。各地方支部の取り組み状況についてヒアリング・情報交換したところ、大分地方支部が独自に取り組んでいた「新規加入構成員の無審査加入方式」を労連全体で取り組みることにより、課題を解消する足掛かりになると判断し、制度導入に至りました。

特集 関東大震災から100年。何を学ぶか。

近代化した首都圏を関東大震災が襲ったのは、1923(大正12)年9月1日のこと。この地震が起きてから今年で100年を迎えるにあたり、約10万人の犠牲者を出した震災を風化させないよう、もう一度振り返ってみましょう。そして、これから予測される大地震への備えについて考えてみましょう。



関東大震災 横浜市紅葉坂下亀裂(神奈川県横浜市中区花咲町周辺の様子)
所蔵 防災科学技術研究所

1923年(大正12)9月1日11時58分、相模湾北部を震源とする海溝型の巨大地震が発生した。地震そのものの規模は最大級とは言えないが、人口密度の高い地域と、火災により観測史上最大規模の死者約10万人、現在の貨幣価値に換算して約320兆円という甚大な被害をもたらした。

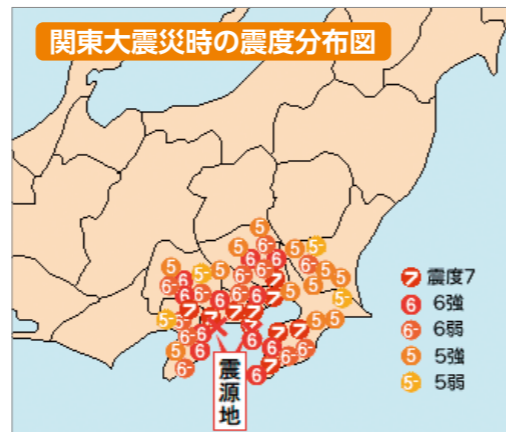
DATA

【被害】

死者・行方不明者 約105,000人
全壊家屋 約109,000棟
焼失家屋 約212,000棟

【経済的被害】 約320兆円
(現在の貨幣価値に換算)

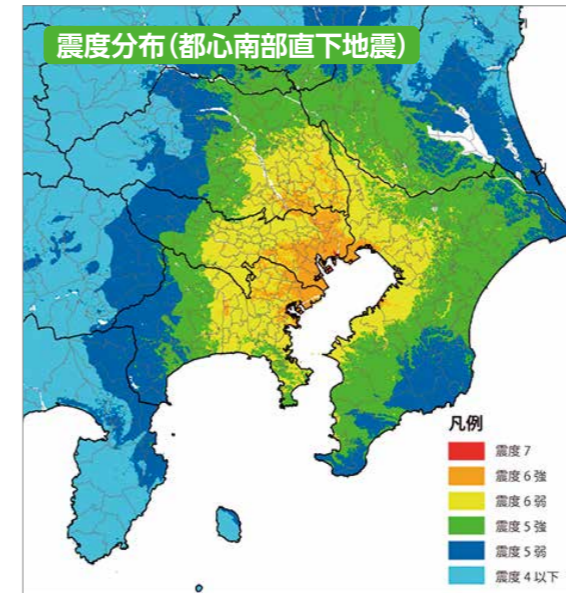
関東大震災時の震度分布図



出典:防災情報のページ(sei-inc)

首都直下地震における被害想定 (人的・物的被害)

中央防災会議防災対策実行会議の下、被害が大きく首都中枢機能への影響が大きいと考えられる都心南部直下地震(M7.3)を想定したものです。



出典:内閣府防災情報のページ

DATA

【被害想定】

1. 地震の揺れによる被害

(1) 揺れによる全壊家屋 約175,000棟
建物倒壊による死者 最大 約11,000人
(2) 揺れによる建物被害に伴う要救助者 最大 約72,000人

2. 市街地火災の多発と延焼

(1) 焼失 最大 約412,000棟
建物倒壊等と合わせ 最大 約610,000棟
(2) 死者 最大 約16,000人
建物倒壊等と合わせ 最大 約23,000人

3. インフラ・ライフライン等の被害と様相

(1) 電力
発災直後は約5割の地域で停電。
1週間以上不安定な状況が続く。
(2) 通信
固定電話・携帯電話とも、アクセスが集中するため、9割の通話規制が1日以上継続。メールは遅配が生じる可能性。
(3) 上下水道
都区部で約5割が断水。約1割で下水道の使用ができない。
(4) 交通
地下鉄は1週間、私鉄・在来線は1ヵ月程度、開通までに時間を要する可能性。
主要路線の道路復旧には、少なくとも1~2日を要し、その後、緊急交通路として使用。
都区部の一般道はガレキによる狭小、放置車両等の発生で深刻な交通麻痺が発生。(一部抜粋)

4. 経済的被害

約95兆円(建物・生産・サービス低下の被害等)

地震を知って、地震に備えよう!

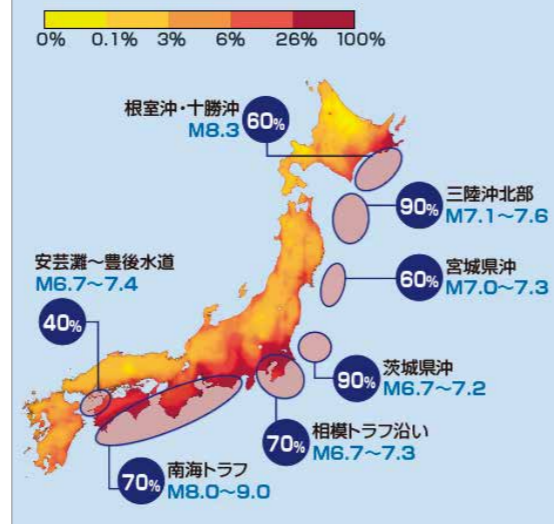
今から1分後に起こるかもしれない 大地震に備えるために

いつどこで起こるかわからない大地震。
準備しておかなくてはと思いつつ、
日々の生活に追われ、後回しになっている方も
いるのではないのでしょうか。いつ起こるか分からない
地震について、まずは知ることから始めましょう。

大地震って増えているの?

大地震は増加傾向にあります。気象庁のデータベースによると2021年1月から4月の震度3以上の地震は91回、前年の同時期の4ヵ月と比べて2倍以上という結果が出ています。さらに首都直下地震や南海トラフ地震もいつ発生するか予断を許さない状況です。家族で地震に関する心構えや準備を話し合う際、地震の保障についても考えてみてはいかがでしょうか。

今後30年間の 主な地震の規模(震度6以上)と発生確率



出典:地震調査研究推進本部
「主な海溝型地震の評価結果(2017年1月13日現在)」と
「全国地震動予測地図2017年版」より作成

もしものための

住まいる共済

火災共済・自然災害共済
風水害等給付金付火災共済・自然災害共済・個人賠償責任共済

「住まいる共済」が選ばれる3つの理由

安心! プランが豊富! 手頃な掛金!

火災はもちろん、 しっかり備えておきたい 自然災害への保障が充実

近年、増加している自然災害のリスク。
住まいる共済なら、全国で被害が多くなっている降雪・落雷・台風・地震など
による被害に、しっかりと備えることができます。

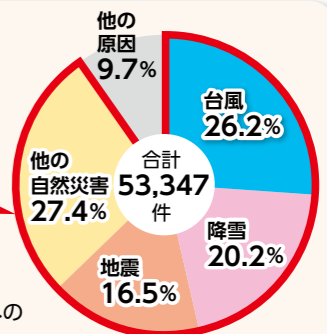
ご存じですか?!

住まいや家財への被害
じつは、その多くが自然災害によるものです。

住まいる共済の
共済金お支払いのうち
自然災害によるお支払い 90.3%

POINT 火災だけでなく、地震・台風などの自然災害への
保障をしっかりと備えましょう!

※2021年度「住まいる」に関する共済金「原因別支払件数」



火災など



火災・落雷・破裂・爆発
消火作業による冠水・破壊
など

風水害など



暴風雨・豪雨・長雨・突風
旋風(竜巻含む)・高波・高潮
洪水・雪崩・降雪 など

地震など



地震による損壊・火災
噴火による損壊・火災
津波による損壊

※「火災など」「風水害など」の一部は、火災共済の保障の範囲。より手厚い「風水害など」の保障、「地震など」は自然災害共済の保障範囲です。自然災害共済のみのご加入はできません。火災共済とセットでご加入ください。

制度改正2年目を迎えたマイカー共済

2021年11月の制度改正2年目を迎えたマイカー共済ですが、産別によっては団体割引が大きく適用されたところも多いでしょう。掛金上の優位性が高まる労働組合も多いので、今回はマイカー共済の特長を触れておきましょう。



1 同居の子が運転するようになったら

世帯主が35歳以上の世帯では、「運転免許を取得した子が、親の車を運転する」場面が想定されます。**友人・知人が運転する場合は臨時運転者として取り扱われ、年齢条件が適用されませんが、同居の子が運転する場合は臨時運転者とならないルールのため、親の自動車補償の運転者年齢条件を子どもの年齢まで下げるのが原則です。**

これによって掛金が上昇するのは従来型もリスク細分型も共通ですが、リスク細分型の場合は35歳以上の区分が適用できなくなるためさらに掛金が高くなるので留意が必要です。

- ※1 別居未婚の子の場合、こくみん共済coopのマイカー共済では臨時運転者とならないが損保各社では臨時運転者となる
- ※2 こくみん共済coopのマイカー共済、JA共済、事業用自動車保険（損保）
- ※3 個人用自動車保険（損保）

2 マイカー共済には子供特約も利用できる

この場合、こくみん共済coopのマイカー共済の特長として「子供特約」を付帯するという選択肢もあります。運転者年齢条件を変更せずとも、子どもを補償の対象に追加できるもので、掛金面で大きな優位性があります（図1）。

図は48歳の親御さんが運転していた車（年掛金32,990円）に18歳の同居のお子さんが運転するようになった場合の選択肢です。損害保険各社と同様にマイカー共済は運転者の年齢条件を引き下げ、年齢条件問わずにすれば18歳の同居のお子さんも補償されるようになりますが、掛金は78,800円に上昇します（図1左）。

ここで検討するのはマイカー共済の「子供特約」です。運転者の年齢条件は35歳のまま、子供特約を付帯すれば18歳の同居のお子さん

マイカー共済「子供特約」

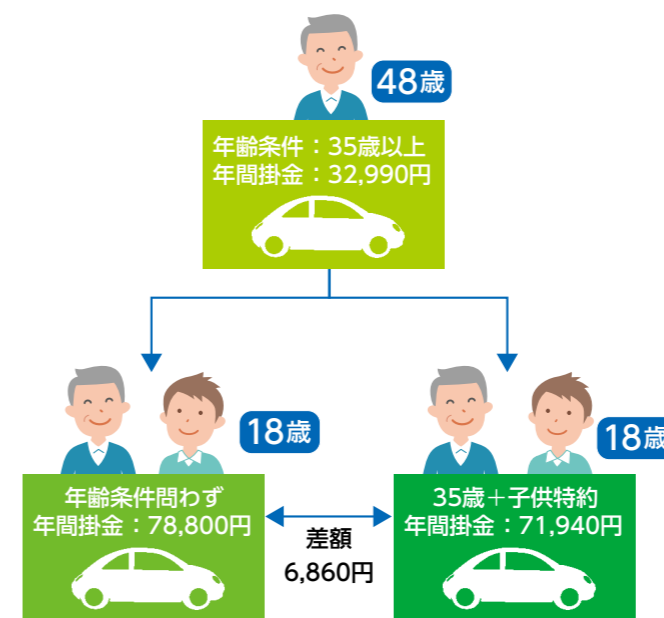
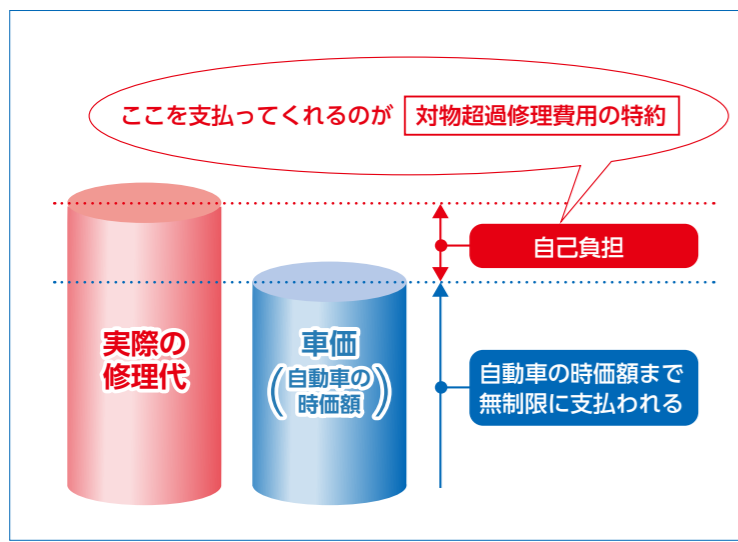


図1：こくみん共済coopのマイカー共済は子供特約を付帯する方が有利

も補償されるようになります。年掛金は71,940円で先ほどより6,860円安くなります（図1右）。以前、子供特約は多くの損害保険各社にも存在しましたが、現在ではほとんど廃止されており、マイカー共済の特長となっています。

3 マイカー共済には対物超過修理費用補償が自動付帯している

高年式の自動車と事故を起こしてしまった話ですが、車価が30万円の車に対して追突事故を起こした場合、自動車保険でもマイ



カー共済でも最高で30万円までの修理費用しか補償されないのが原則です。これを超えた修理費用は支払われないため、事故相手との示談がこじれる場合があります。

それを避けるために、最高で50万円までは上乗せ補填される（すなわち、80万円までの修理費用まで支払われる）ため、実際の事故に遭遇した場合はとても重宝する補償です。付帯の必要性が高い補償でありながら、多くの損害保険会社では特約とされていますが、マイカー共済ではすべての契約に自動付帯されています。とても大切な補償なので組合員さんに説明するようにお願いします。

4 事故時付随費用の特約

マイカー共済の「付随諸費用補償」（任意付帯）には、「代車費用補償」がセットされています。この補償では、①事故により被共済自動車を修理している期間、②全損事故や盗難で被共済自動車を使用不能となり、共済金が支払われるまでの期間に、レンタカー等の代車を借り、その費用を被共済者が負担した場合、1日につき7,000円を限度に支払われます。

ダイレクト型自動車保険の多くは、自動付帯のロードサービスに含まれる代車補償に利用制限を設けています。修理期間をカバーするための代車補償は別途、特約を付帯する必要があります。保険料負担が大きくなるため注意が必要です。

- ※5 対物超過特約、対物全損時修理差額費用特約といった名称が一般的
- ※6 事故現場から自宅や目的地に向かうまでの間で、事故発生から24時間以内など

いかがでしょうか。マイカー共済は22等級まで割引がなされますし、労働組合を通じて加入すると団体割引が適用される場合（団体割引の適用には条件があります）があります。組織によっては、大きく割引が適用される場合もあるため、組合員には条件を揃えて見積もりを取り比べてもらうといでしょう。多くの方にとってマイカー共済の補償内容・掛金の優位性に気付かれるはずです。



生活経済研究所®長野 所長
CFP®認定者 塚原 哲

生活経済研究所長野 所長、投資助言・代理業登録番号 関東財務局長(金商)第629号

1998年精密機器メーカーの労働組合役員に就任。2001年に労働組合専門のシンクタンク「生活経済研究所長野」を設立、2006年日本FP協会長野支部・支部長、2012年関東ブロック副ブロック長を歴任、2014年7月から日本FP協会評議員を歴任。全国で労働組合関連団体のライフサポート活動の立ち上げに従事。



栄養から考える 防災食

阪神・淡路大震災に遭遇し、九死に一生を得た坂本佳奈さん（食育・食文化料理研究家）。この震災の経験から、自然災害の多い国・日本で生き抜くための防災哲学、日頃の暮らしのちょっとした体験や心掛けを「日々の暮らしが防災仕様に」と提唱しています。今号は「台所から見た防災・減災のすすめ」⑨をお届けします。

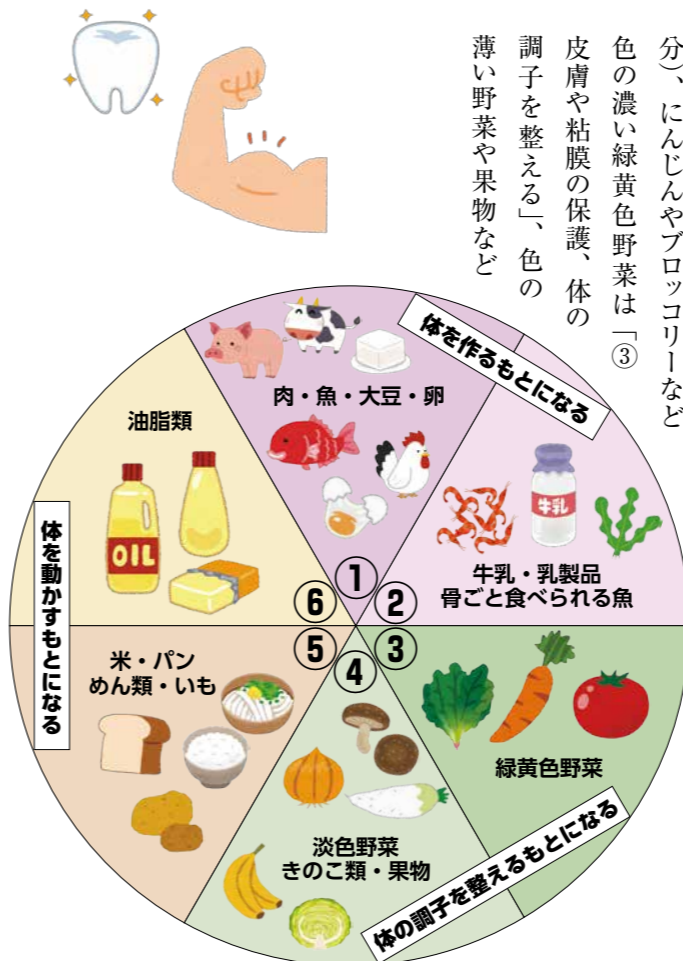


坂本 佳奈 さかもと・かな
神戸生まれ。食育・食文化 料理研究家。食育・料理研究家、坂本廣子の長女として生まれ、家庭においての台所育児で育つ。2歳から包丁を持ち、食に関しては基本的なスキルを成人するまで指導を受ける。その後、兵庫県立姫路工業大学（現・兵庫県立大学）工学部卒業（工学士）、大阪市立大学生活科学部大学院 前期博士課程修了（学術修士）。阪神・淡路大震災に被災し、その経験をもとに、母・坂本廣子（2018年6月逝去）とともに、台所からの「頑張らない防災」を提唱する。サカモトキッチンスタジオ主宰。

6つの基礎食品群

体を作るのはタンパク質です。さらに骨や歯になるカルシウムも「体を作るもの」として、魚肉卵豆など「①血や肉を作る」、牛乳・乳製品・小魚など「②骨や歯を作る」（ミネラル分）、にんじんやブロッコリーなど色の濃い緑黄色野菜は「③皮膚や粘膜の保護、体の調子を整える」、色の薄い野菜や果物など

は「④体の調子を整える」、米・パン・麺、いもなどは「⑤エネルギーのもととなります」、また油もエネルギーのもとになりますが、前5つとは別に6番目として数えられています。パズルの



（※）「食事バランスガイド」
厚生労働省 <https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyuu-syokuji.html>
農林水産省 https://www.maff.go.jp/j/balance_guide/

バランスよく 食べるとは

災害に備えて食糧の備蓄をしましょうと言われても「何を備蓄していいかわからない」「献立の立て方が分からない」という方も多いのではないのでしょうか。普段の食事においても、バランスよく食べると言われても何を食へべきなのか、献立を考えるのは毎日の悩みという声をよく聞きます。

人間の体は毎日少しずつ入れ替わっています。人間にとって食事の役割は、

ように考え、今持っている食品の中で足りないものを足すと良いでしょう。

栄養に基づく3つの分け方、6つの基礎食品群（右図）、そしてさらに詳しく、また、なるべく分かりやすいように分類されたのが、厚生労働省・農林水産省が提示している「食事バランスガイド」（※）です。普段の食事の献立も、ひいては備蓄も、この食品群の中から選択するとバランスが良くなります。

災害が起こった時、 足りなくなるもの

災害時、最初の3日間は何の補給も無く過ごさなければならぬ場合が多くなります。その状態は7日程度で解消されるため、最低3日分、おすすめとして



7日分の食糧を備蓄しましょう。配給されるものとしては、主食のおにぎり、パン、カップラーメン、うどんなどで、「体を動かす力となるもの」がほとんどです。ひとまず生き延びるためには主食がメインになります。一方でタンパク質、ミネラル分、体の調子を整えるものが不足する傾向が見られます。防災のための備蓄としては、最初の3日間のための主食+タンパク質+野菜（または果物）、そしてそれ以降を見

据えたタンパク質、カルシウムなどのミネラル分、野菜（または果物）を考えます。また、人間は毎日同じものではなくて飽きてしまえば食べられなくなるので、レトルト、缶詰、乾物など、平時からいろいろなものを食べてみましょう。



豆製品を使った防災食レシピ



玉ねぎ肉味噌+ごはん

材 料 出来上がり 1 カップ分

- ミンチ肉 100g（ここでは豚）
- 玉ねぎ 60g
- にんじん 40g
- 水 大さじ 2
- 味噌 60g（卵大）
- みりん 36g（大さじ 2）



作り方

- ①玉ねぎは皮をむいてみじん切りにし、にんじんはピーラーで皮をむいてからピーラーで薄くする。
 - ②フライパンに①の野菜、水を入れて蓋をし、中火で3分加熱する。
 - ③②にミンチ肉をいれ、火が通ったら、味噌、みりんを入れる。
 - ④よく煮詰め、焦げ目ができてきたら火を止め、出来上がり。
- *ご飯と一緒に食べる

煮豆サラダ

材 料 （2人分）

- 甘い煮豆 1パック（90g）
- 生で食べられる野菜 100g（玉ねぎ、パプリカ、にんじん、きゅうり、ブロッコリーなど）

【ドレッシング】

- 酢 大さじ 1
- オリーブオイル 小さじ 1
- 塩 ひとつまみ



作り方

- ①生で食べられる野菜は、下ごしらえをする。玉ねぎは皮をむき、ごく薄切りにする。パプリカはタネを取り、角切りに。にんじんは皮をむき、角切りに。きゅうりは輪切り、ブロッコリーは指先ほどの小房に分ける。
- ②ボウルに酢、オリーブオイル、塩を入れて混ぜる。その後、煮豆を入れて混ぜる。味が馴染んだら、①の野菜を入れて混ぜて出来上がり。

gourmet

訪問先のご近所グルメ

こくみん共済 coop の推進担当が、協力団体からご紹介いただいた名店・隠れた穴場をレポートします。



私が
オススメ
します！

こくみん共済 coop
組織推進部 職域推進課
武田 卓也

電通共済生協よりご紹介いただきました。

お店は「すり身」と「おでん」の専門店となりますが、電通共済生協のおすすめは数量限定「仙台根せり鍋」です。

春の七草としても有名なせりは、風味豊かでシャキシャキとした食感を味わうことができ、また鶏肉のうま味が相まって、冬の時期には身も心も温まる逸品です。また、鍋の最後には雑炊またはうどんを選ぶことができ、ボリューム満点です。お近くの際は、ぜひお立ち寄りください。

東京・千代田区
すりみや
神田淡路町店



☎050-5595-4738

〒101-0041
東京都千代田区神田須田町1-3-1
須田町ビルB1

地下鉄丸ノ内線淡路町駅徒歩約1分
都営新宿線小川町駅徒歩約4分

【営業時間】

- [月～金] 11:30～14:00
17:00～22:30(L.O.21:30)
- [土] 11:30～14:00
17:00～22:00(L.O.21:00)

【定休日】日曜日、祝日(年末年始休みあり)



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
ろうきんは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています

誰ひとり取り残さない
金融サービスを、
これからもずっと。



高梨 臨
紹介サイトはこちら

はたらくあなたの
いちばんそばに。



ろうきん
アンバサダー
高梨 臨

R ろうきん

“子どもから大人まで、それぞれの世代で楽しんでいただける”

こくみん共済 **全労済** coop

文化フェスティバル 2023

会場：こくみん共済 coop ホール／スペース・ゼロ (東京都渋谷区代々木2-12-10 こくみん共済 coop 会館1F)

山崎バニラの活弁大絵巻

～WE LOVE 活劇～

第1部『当世新世帯』

『最後の連続活劇』

第2部『奇傑ソロ』

3月12日(日) 14:00

(開場は開演30分前)

◆チケット発売日 1月13日(金)10:00

料金(消費税込)	全席指定
■一般	2,500円
■高校生以下	1,500円

※4歳以上入場可。

2023



貴重な
無声映画
弾き語り!

トム・プロジェクト プロデュース **ソングマン** ～翔べ! 三ツ矢高校・男子コーラス部～

作・演出 ●なるせゆうせい

出演 ●多田直人／舞羽美海／カゴシマ
ジロー／桑野晃輔／松村龍之介／佐藤
祐吾／佐藤智広／石賀和輝／千葉瑞己

3月21日(火祝) 19:00
22日(水) 19:00
23日(木) 19:00
24日(金) 14:00
25日(土) 14:00
" 19:00
26日(日) 14:00
(開場は開演45分前)

◆チケット発売日
1月27日(金)



料金(消費税込)	全席指定
■一般前売	6,500円
■一般当日	7,000円
■U25(25歳以下・前売当日とも同料金)	3,500円
■シニア券(60歳以上・前売当日とも同料金)	5,000円

※U-25・シニア券はトム・プロジェクトのみで販売。要身分証明書。
※未就学児の入場はご遠慮ください。

ジグジグ・ストロングシブス・グランドロマン
13th zig since 1991

作・演出 ●堤泰之
出演 ●平野尚美
糸原 舞
磯崎美穂
柏尾志保



3月15日(水) 19:00
16日(木) 19:00
17日(金) 14:00★
" 19:00
18日(土) 13:00
" 17:30
19日(日) 12:30
" 17:00

料金(消費税込)	全席指定
■一般前売	4,500円
■平日昼公演★	4,000円
■25歳以下★	3,000円

★当日、身分証明書のご提示が必要です。
※スペース・ゼロ チケットデスクでは一般券のみ販売。※ダブルキャストに関しては決まり次第スペース・ゼロHPに掲載致します。※未就学児の入場はご遠慮ください。

(ロビー開場は開演45分前／客席開場は30分前)

◆チケット発売日 1月21日(土)

Office ENDLESS公演

(演目未定)

料金(消費税込) 全席指定

■一般前売 未定

※詳細は決まり次第お知らせいたします。スペース・ゼロ ホームページをご確認ください。

3月29日(水) 18:30
3月30日(木) 18:30
3月31日(金) 18:30
4月 1日(土) 13:00／17:00
4月 2日(日) 13:00／17:00
(開場は開演30分前)

◆チケット
発売日
1月5日(木)
予定

コンドルズ ニューダンス計画 2023

構成・振付・演出 ●近藤良平
出演 ●コンドルズ

4月7日(金) 19:00
8日(土) 13:00
" 17:00
9日(日) 13:00
(開場は開演30分前)

◆チケット発売日
1月21日(土)

料金(消費税込)	全席指定
■一般前売	5,000円
■特別限定シート	3,000円
※舞台の一部が見づらいお席となります。	
■フューチャーシート(U25)	2,000円
※当日身分証明書の提示が必要	
■小学生以下	1,000円
※当日身分証明書の提示が必要	
■障がい者	1,000円
※当日身分証明書の提示が必要	

※スペース・ゼロ チケットデスクでは一般券のみ販売。 ※当日券は+500円
※未就学児の膝上鑑賞は無料。 ※3歳児以下入場不可、ただし13:00の回は0歳児から入場可。



無料ご招待

応募多数の場合は抽選となります。

- ▶「山崎バニラの活弁大絵巻2023」**25組50名様**
- ▶「since1991」「ソングマン」「Office ENDLESS公演」それぞれ**50組100名様**
- ▶「コンドルズ ニューダンス計画2023」**40組80名様**

下の2次元コード(こくみん共済 coop ホームページの組員特典ページ) からご応募ください。

- 応募締切：2023年2月12日(日)(当日発信有効)
- 当選発表：2023年2月25日(土)頃、Eメールにて当選・落選ともにご連絡いたします。

ご優待

販売枚数には限りがあります。

チケット料金の**20%引き**にて販売いたします

下の2次元コード(こくみん共済 coop ホームページの組員特典ページ) からご購入ください。

ご応募とご購入は組員特典ページをご確認ください。

(アクセスコードまたはこくみん共済 coop 組員番号が必要です)

<https://www.zenrosai.coop/ss/member2/index.php>



各公演詳細はスペース・ゼロ ホームページをご確認ください。

<https://www.spacezero.co.jp/>

※本企画で取得した個人情報については、本企画に関連する業務に限ってのみ使用いたします。

主催・こくみん共済 coop

●お問い合わせ

こくみん共済 coop
文化フェスティバル事務局

TEL.03-3375-8741 (平日10:30～17:00)

〒151-0053 東京都渋谷区代々木2-12-10
こくみん共済 coop 会館 B1



【感染症の影響から予定が変更となる場合がございます。最新情報はスペース・ゼロ ホームページにてご確認ください。】

このフェスティバルは、業種別ガイドラインに則り最大限の感染症対策を行って開催いたします。

抽選で「こくみん共済 coop オリジナルグッズ」をプレゼント!!



編集部では皆さまのご意見やご要望を反映し、誌面の充実を図るため、読者アンケートを実施しています。ご応募いただいた方の中から抽選で10名様に「こくみん共済 coop オリジナルグッズ」をプレゼントいたします。たくさんのご応募をお待ちしています。

応募方法

- クイズとアンケートにお答えいただき、FAXで機関誌『こくみん共済 coop』編集部まで送信してください(2023年2月24日(金)必着)。
- 「WEB-こくみん共済 coop」からもご応募いただけます。
- 当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

FAX番号 **03-5351-7328**

WEB-こくみん共済 coop アドレス <https://www.zenrosai.coop/web-zenrosai>

3択クイズ

こくみん共済 coop が今年度から取り組む新たな「中期経営政策2025 変革と創造」で、「お役立ち発想」と「共創活動」にデジタル技術を取り入れた「新しいたすけあい」の具体的な展開策を何と呼んでいるでしょうか?

解答欄

- ①地球環境GX ②お役立ちDX ③社会活動EX

アンケート

(□に✓印をつけてください)

Q1 WEB版「WEB-こくみん共済 coop」をご覧になりましたか?

- ☐ 見た ☐ まだ見ていない ☐ 身近にインターネットの環境がない

Q2 WEB版「WEB-こくみん共済 coop」について、どう思われますか。〈複数回答可〉

- ☐ 多くの人が見ることができて良いと思う ☐ リアルタイムや双方向の情報発信に期待する
☐ 便利な機能を充実させて欲しい ☐ 情報の流出などが心配 ☐ 見ることができないので関係ない

Q3 〈WEB版について〉冊子版と比べてのご感想をお聞かせください。〈複数回答可〉

- ☐ パソコンから利用できて便利 ☐ 便利な機能がたくさんあって良い ☐ デザインが良い
☐ 使い勝手が良くない ☐ アクセスしにくい ☐ 見ていないので分からない
☐ 冊子の方が利用しやすい ☐ その他()

Q4 今号の記事の中で興味を持たれた記事はありますか?〈複数回答可〉

- ☐ トップインタビュー ☐ 中央推進会議NEWS
☐ 広域労組における共済制度推進の実例[第39回] ☐ 特集・関東大震災から100年
☐ ファイナンシャル・プランニング講座 ☐ 台所から見た防災・減災のすすめ
☐ 訪問先のご近所グルメ ☐ 特になし

Q5 〈冊子版について〉内容についての総合的な満足度はどの程度ですか?

- ☐ 満足 ☐ やや満足 ☐ 普通 ☐ やや不満 ☐ 不満

Q6 上記「Q5」の理由や、その他ご意見があればご記入ください。

[

]

フリガナ	団体名	〒
※	※	※
※は必須項目です。必ずご記入ください。 ●個人情報の取り扱いについて:ご記入いただいた個人情報については、プレゼントの発送以外の目的には使用いたしません。		電話番号 () -

FAX送信先

機関誌 こくみん共済 coop 編集部 (こくみん共済 coop 組織推進部 推進企画課)

FAX 03-5351-7328

※番号のお間違いにご注意ください。