



くらしのコープ

2026
11月

生活協同組合 コープあいち

最期の、ありがとう。
葬儀会館 TEAR

くらしを支える情報もりだくさん!

2026年10月26日 発行 月刊くらしのコープ(毎月1回) 次回の発行は11月16日

中面もご覧ください

P2 住まい
屋根・外壁を
チェックして
みませんか?
相談会も
開催!

P3 家の
おかたづけ
お気軽にご相談
ください!

P4~7 葬祭
もしもの時に
備えませんか?
TEAR

P8 保険
保険のことなら
コープサービス東海

「くらしのコープ」でお受けした個人情報は、サービスのためと、必要な連絡のみに利用します。なお、業務委託先に必要最低限の情報を委託する場合があります。個人情報の取扱に関する詳細は各事業部にお問い合わせください。

コープあいちの

日替り献立

配送料込み

夕食宅配

ご飯あり | お弁当コース

ご飯なし | おかずコース

月 火 水 木 金 の毎日、冷蔵でお届け!

ご不在時でも安心!

ご指定の場所に保冷容器に入れてお届けします。
※手渡し・保冷箱のいずれかをお選びいただけます。

たくさんの好評の声を
いただいています!

つわりで調理がなくなり利用
を開始しました。体重管理や
栄養バランスなど気をつけるこ
とが多く、全てをカバーできる
夕食宅配は助かっています。



ご飯あり・なしの2コースから選べます。

※写真はイメージです。
※お住まいの地域によっては容器が写真とは
異なる場合がございます。



尾張
エリアの
見本です



三河
エリアの
見本です

お弁当コース

ご飯あり

健康を第一に考えたお弁当です。
栄養バランスが良く、からだにも
やさしい献立です。

カロリー(週平均) 約500kcal

塩分相当量(週平均) 約2.5g

1食あたり

595円 [税込 642円]

ご注文は
5日間(月~金)の単位で

税込 3,210円

おかずコース

ご飯なし

ご飯は自分で準備できる方に。
お弁当コースのご飯の代わりに
主菜を1品増やしています。

カロリー(週平均) 約400kcal

塩分相当量(週平均) 約3.5g

1食あたり

630円 [税込 680円]

ご注文は
5日間(月~金)の単位で

税込 3,400円

まごころ
こめて
作ります



管理栄養士が全てのメニューをしっかり管理

毎日の食事を美味しく召し上がっていただけるよう、地産地消を大切に
し、バラエティ豊かな献立を心がけています。野菜の風味や食感を生か
すため、味付けや調理にも工夫を重ねています。フタを開けた時にホッ
とするお弁当で、夕食のひと時を楽しんでいただければ嬉しいです。

介護食・医療食宅配も取り扱っております。お気軽にお問い合わせください。

配達員募集!

以下の3つをお持ちであれば
応募いただけます。

- 普通免許 ● 携帯電話
- 自家用車 ● 年齢不問

詳しくは下記電話番号へ
お問い合わせください。

※集金業務はありません。
※一部募集をしていない地域もあります。

お申し込み・お問い合わせ コープあいち 受付時間/月~金10:00~17:30(土・日・祝日除く)

※エリア内でも一部お届けできない地域があります。お問い合わせください。

尾張エリアにお住まいの方



0120-400-502

三河エリアにお住まいの方



0120-678-502



【尾張地区配達エリア】<名古屋地域>名古屋市、<尾張地域>一宮市東部、瀬戸市、春日井市、大山市、江南市、小牧市、稲沢市東部、尾張旭市、岩倉市、豊明市、日進市、清須市、北名古屋市、長久手市、東郷町、豊山町、大口町、扶桑町、<海部地域>津島市、あま市、大治町、蟹江町 <知多地域>知多市、東海市、大府市、阿久比町北部、東浦町 <西三河地域>みよし市

【三河地区配達エリア】<西三河地域>岡崎市(北東部を除く)、碧南市、安城市、西尾市、高浜市、額田郡幸田町、知立市、刈谷市 <東三河地域>豊橋市、豊川市、蒲郡市、新城市(旧新城市内・旧鳳来町の一部)、田原市東部

コープあいち 夕食宅配 Q 検索

お家のメンテナンスは大丈夫ですか？

屋根・外壁をチェックしてみませんか？



補修の計画はお早めに！

チェックポイント

1

屋根 雨漏り

室内の天井や壁にシミが出てきたら、雨漏りの可能性があります。



チェックポイント

2

バルコニーまわり

防水塗膜の切れ

塗膜の亀裂・シートの浮きは要注意。定期的に表面保護塗装の施工をお勧めします。



チェックポイント

3

外壁まわり

サイディング塗膜のはがれ・色あせ

触ると手に白い粉がつくようになったら塗り替え時期の目安です。



チェックポイント

4

外壁まわり

シーリング切れ・モルタルのひび割れ

外装材のつなぎ目やサッシの廻りを確認しましょう。隙間が空いていると雨漏りの原因にもなりますので要注意です。



屋根や外壁の劣化が気になり始めたらお早めに補修の計画を！

雨漏り、塗装の剥がれなど気になる箇所がありましたらお気軽にご相談ください。

専門家による「外まわり診断」も随時受付中です。下記リフォームポイント講座とあわせて、ぜひご検討ください。

提携会社：ホーム建材（株）

住まいの講座と相談会

参加費 無料

要予約

前日までに電話でお申込みください。

講座参加特典 ★ 印の講座に参加いただくと！

★ 住まいの健康診断
11,000円引き券プレゼント！
※通常66,000円（税込）の木造住宅総合診断が55,000円で受けられます。

★ 外まわり診断
無料券プレゼント！
※通常5,500円（税込）の外まわり診断が無料で受けられます。

注 割引券・無料券の併用はできません。

午前のみ開催

11/14 土	豊橋生協会館 豊橋市牟呂町松崎15番地	11/21 土	北名古屋センター 北名古屋市中区福寺神明51
11/28 土	住まいの情報展示場 長久手市塚田1314	12/12 土	住まいの情報展示場 長久手市塚田1314

	リフォームポイント講座	新築スタート講座
① 10:10~10:50	コープのリフォーム見積書の見方と相場	建築士と建てる住まい 新築ははじめの一步
② 10:55~11:35	外壁・屋根 メンテナンスのチェックポイント ★プレゼント！	希望の予算で家を建てる ここでしか聞けない コストダウンの知恵
③ 11:40~12:20	人生100年時代 ~耐震・省エネ~ 建て替えないですませる リフォーム術 ★プレゼント！	質問&相談タイム ※補助金活用、建て替え、実家のリノベーション、マイホーム用地など
12:20~13:00	質問&相談タイム ※図面や写真をお持ちいただくとより具体的なアドバイスができます。	建て替えないですませるリフォーム術 は、新築ご希望の方も参考になる講座です！

終日開催

午前	リフォームポイント講座
① 10:10~10:50	コープのリフォーム見積書の見方と相場
② 10:55~11:35	外壁・屋根 メンテナンスのチェックポイント ★プレゼント！
③ 11:40~12:20	人生100年時代 ~耐震・省エネ~ 建て替えないですませるリフォーム術 ★プレゼント！
12:20~13:00	質問&相談タイム ※図面や写真をお持ちいただくとより具体的なアドバイスができます。
午後	新築スタート講座
① 13:10~13:50	建築士と建てる住まい 新築ははじめの一步
② 13:50~14:30	希望の予算で家を建てる ここでしか聞けない コストダウンの知恵
14:30~15:00	質問&相談タイム ※補助金活用、建て替え、実家のリノベーション、マイホーム用地など

11/21 土
コープ大高インター店
名古屋市中区緑区定山二丁目106番地

12/5 土
コープ本山
名古屋市中区千種区稲舟通1-39
コープ岡崎
岡崎市上地2丁目3番地の6



「こんなにスッキリするなんて！」

不用品のおかたづけ おまかせください！

資料の注文番号 12887



物を減らして
すっきり暮らしたい

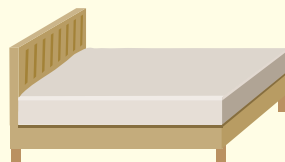


アパートの部屋を返すので
かたづけと掃除をしたい



庭にある物置に入れっぱなしの
ものを処分したい

\\ベッド1つから対応します\\



コープあいち
組合員特典

10%
割引



© やなせたかし

家のおかたづけ・空き家の整理までトータルでサポート！

3つの特徴

1 納得のサービス

2 明朗なお見積もり

現地での見積もり無料

お見積書をお渡しします。その後、
追加費用はいただきません。

3 家の様々なおそうじに対応します

家のおかたづけの一例



After



Before

最期の、ありがとう。

TEAR
SERVICE
ティアサービス

ご利用者の声

【名古屋市S様】

個人ではなかなか出来ない、
大きな物も一度で片づけてく
れて、大変助かりました。



154,000円(税込)

間取り 1DK

作業時間 6時間～

作業人数 2名

作業内容

不用品処分
空室清掃

※掲載している料金は一例となります。お部屋の状況等により
料金は変動しますので、個別にお見積もりさせていただきます。

無料の資料請求は、注文用紙
またはお電話で

より詳しく知りたい方へ、無料で
資料をお送りしております。
お気軽にお申し込み
ください。



注文用紙

資料の注文番号 12887

電話

最期の、ありがとう。
TEAR
SERVICE
ティアサービス

見積もり依頼も
こちらから

「コープあいち組合員です」とお伝えください。

0120-171-145

受付時間 9:00～ 17:00 日曜定休

必ず、組合員であることをお申し出ください。

愛知県内・
全国で
ご葬儀

ティアは愛知県内123店舗、全国230店舗以上で生協割にてご利用いただけます。(ティアグループも含む)

最期の、ありがとう。

葬儀
会館 **TEAR**
ティア



東海典礼
想いを叶える会社

24時間365日対応

0120-210650



スマホの
画面を
見せるだけで
OK!

おかたづけもお葬式も生協割

コープあいち総合アプリ **Wellcoop**
ウェルコープ

ダウンロードは
こちらから!

※コープあいち総合
アプリWellcoop
のご利用には
タノモッe-フレンズ
の会員登録が必要
です。



三河
エリアの
ご葬儀

COSMOS

有限会社 **愛知コスモス**

愛知コスモスは、三河エリア18の会館でご利用いただけます。

生協葬祭
コールセンター
(愛知コスモスグループ) 0120-939-005

お墓
ご供養

合同永代供養墓(一名様)

36,000円

株式会社ガイア

GAiA

0120-96-1483

営業時間/9:00～16:00
定休日/火曜・水曜

お墓
ご供養

永代供養のついた室内のお墓

**興安寺
大須陵苑**

〒460-0011 名古屋市中区大須4-16-16

0120-000-071

開苑時間/10:00～18:00
年中無休
募集代行(株)ニチリョク

お問い
合わせ

コープあいち
葬祭サービス

資料請求 コープの葬儀・墓石関係のパンフレットなどを無料送付しています。

0120-651-115

受付時間外は
提携先のティアに
転送されます。

くらしのコープ
見たい!
とお伝えください。

受付時間/9:00～17:00
定休日/日曜

コープあいち 葬祭 Q検索





葬儀会館ティアはコープあいちの提携葬儀社です



生活協同組合

コープあいち

最期の、ありがとう。

葬儀会館 **TEAR**
ティア

5桁
注文番号

1 2 8 8 5

コープあいち
組合員限定

「ティアの会」 入会キャンペーン

11/1日～12/31木

期間中に「ティアの会」にご入会いただいた方に

コープあいちオリジナル
**マイクロファイバークロス
プレゼント!**



組合員様限定

入会金 0円!
年会費・積立金も**0円!**

さらに

生き方応援
ポイント **300** ポイント
プレゼント!

1ポイント=1円
として葬儀費用に
ご利用いただけます。

もしもの時の
備えセット



※ご入会は1名義1口まで。18歳以上の方に限ります。※ティアカード1枚につき葬儀1回限り有効で、葬儀での利用後は会員権利が失効いたします。※「ティアの会」詳細はお問い合わせください。※一部地域では、特典が異なる場合があります。詳しくはお近くのティア会館へお問い合わせください。

「ティアの会」は、他にも嬉しいメリットがたくさん!

入会後も毎日1ポイント貯まる
生き方応援ポイント

※ポイントは葬儀費用として使えます。

ご家族・ご親族・ご友人
誰でも利用可能

※通夜開式までにティアカードの
ご提示をお願いします。

お得な旅ツアー
「旅の会」

※会員限定のお得な
旅プランをご案内します。

提携先で受けられる

**お得な
ご優待サービス**

詳細はWEBで



コープ&ティアカードをお持ちの方もぜひこの機会に「ティアの会」にご入会ください。それぞれの特典の違いは上記二次元コードから!

宅配注文用紙で

注文用紙に注文番号を書くだけで、
簡単にご入会いただけます

e-フレンス
もOK!

入会の
流れ

注文
番号 **1 2 8 8 5**

① 注文用紙に「ティアの会」入会の**注文番号**を記入

② 注文用紙を回収 ⇒ **「ティアの会」入会完了!**

▼ 入会から10日ほどで...

③ ティアカードをご自宅にお届けします

▼ さらに!

④ **「もしもの時の備えセット」**をご自宅にお届けします

※③④は別々の送付となります※③④は順番が逆になる可能性がございます



「ティアの会」
注文番号による
入会について

※本チラシからのご入会は、注文番号によるお申込みとなります。※「ティアの会」にご入会いただくと、「ティアの会」会員規約が適用されます。※「ティアの会」の入会日は、コープあいち注文締切日となります。※コープあいちにご登録いただいている組合員情報(氏名・住所等)にて「ティアの会」の入会登録をいたします。※ご入会后、普通郵便にて10日ほどで「ティアの会カード」(株式会社ティアより)と、もしもの時の備えセット(コープあいち葬祭課より)をそれぞれ別々にお届けいたします。※会員規約用紙をティアカードと同送いたします。必ずご確認ください。※その他キャンペーンとは併用不可です。

会員規約



プライバシーポリシー



事前はこちらを
ご確認ください

WEBからでもご入会いただけます

スマホからいつでもOK▶

★「ティアの会」詳細もこちらでご覧いただけます



「ティアの会」に関するお問い合わせは

※お電話の際は「コープあいち組合員です」とお伝えください。



0120-210650

24時間
365日
受付対応

4

お問
い合
わせ

コープあいち
葬祭サービス



資料請求

コープの葬儀・供養関係のパンフレットなどを無料送付しています。

0120-651-115

受付時間外は
提携先のティアに
転送されます。

くらしのコープ
見たよ!

とお伝えください。

受付時間/9:00~17:00
定休日/日曜

コープあいち 葬祭

検索





葬儀会館ティアはコープあいちの提携葬儀社です

「ティアの会」入会キャンペーン実施中！詳細は4ページをご確認ください。

5桁
注文番号

1 2 8 8 5

コープあいち組合員様は、ティアの葬儀費用が**お得！**



ティアの葬儀は
たくさんの組合員様に
選ばれています

コープあいち組合員様
葬儀実績累計
21,000件突破！
※2003年～2025年 当社調べ

ティアが支持される「安心」「お得」な3つのポイント

ポイント
1

何が含まれているか一目で分かる、**安心の明朗価格！**

■祭壇セットプラン一例【東海エリア】 ※下記以外にも、宗派・ご予算に合わせた祭壇セットプランを多数ご用意しております。詳しくは係員にご相談ください。

白木33セットプラン

セット品目
20点



※写真はイメージです。※供花・供物はオプションです。



通夜 葬儀 の2日間

一般(非会員)価格 ~~39.6万円~~ (税込)

33 生協割 (税込) 万円

約**6万円**
お得！



詳しくは、専用サイトで！
※地域により価格および
特典内容が異なる場合があります。

※サービス料**33,000円(税込)**が別途必要です。

※上記には、火葬料、寺院(宗教者)へのお布施、供花、供物、料理、返礼品などの料金は含まれておりません。※一部の会館では記載のプランを取り扱っておりません。
※一部の会館では祭壇の仕様異なります。※火葬場までのご移動については、ハイヤーや送迎バスを手配いたします。その際、距離に応じて別途費用がかかります。※寝台車の走行距離は、施行予定の式場～お迎え先～安置場所までの距離となります。※掲載されている価格は予告なしに変更される場合がございます。※アテンド料は、通夜・葬儀等のアシスタントや警備員等の人件費です。参列者の人数に応じて別途費用がかかる場合がございます。※その他、サービス企画との併用はできません。※地域により価格および特典内容が異なる場合があります。※祭壇セットプランに含まれる品物やサービスをご利用いただかない場合でも、セットプランの値引きは行っておりません。※他にも宗派・予算に合わせて祭壇セットを各種ご用意しております。詳しくは係員にご相談ください。※自宅・寺院・集会所等での葬儀も承ります。

ポイント
2

お住まいから
近くて**安心！**

愛知県内

123会館
を展開

※2026年オープン予定、
ティアグループ店舗を含む

スマホでカンタン
会館検索

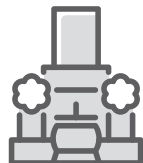


ポイント
3

終活から葬儀までまとめて
相談できて**安心！**



生前整理



お墓



相続・遺言



不動産売却



身元保障

最期の、ありがとう。

葬儀会館 **TEAR**
ティア

葬儀のお見積もり・無料相談を受付中です！お急ぎの方もまずお電話ください

通話無料



0120-210650

※お電話の際は「コープあいち組合員です」とお伝えください。

24時間
365日
受付対応



[証券コード:2485]



お問い合わせ

コープあいち
葬祭サービス



資料請求
0120-651-115
フリーダイヤル

コープの葬儀・墓石関係のパンフレットなどを無料送付しています。

受付時間外は
提携先のティアに
転送されます。

くらしのコープ
見たよ！
とお伝えください。

受付時間／9:00～17:00
定休日／日曜

コープあいち 葬祭 Q検索



「ティアの会」入会キャンペーン実施中！ 詳細は4ページをご確認ください。

5桁
注文番号

1 2 8 8 5

「実際の葬儀費用っていくらかかるの？」 「追加料金ってかかるのでは…？」
その不安をティアの生前見積もりで「安心」に変えませんか？

生前見積もりキャンペーン

無料／予約制 11/1日～12/31木 10:00～16:00

ティアの 生前見積もり とは？

ティアでは、葬儀で後悔しないために『生前見積もり』をおすすめしています。
費用を事前に把握しておくことで、いざという時に慌てることなく安心です。
今なら、生前見積もりをお取りいただいた方にお得な特典もご用意しております。
ぜひこの機会にご予約のうえ、ご来館ください。



生前見積もりで安心できる理由

① 費用が明確に わかる

ご希望に応じて複数のプランを
比較できるので、費用が事前に
分かり安心して準備ができます。



② 内容の不安が なくなる

一般葬・家族葬・一日葬など、
ご希望に寄り添った葬儀を
ご提案します。



③ 葬儀後のトラブルが なくなる

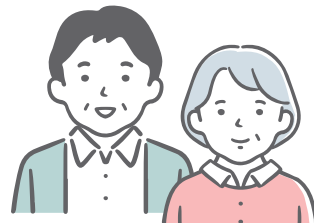
もしもの時は、心理的にも
余裕がない状況になります。
まずは見積もりを取ることが大切です。



生前見積もりを していただいた 方の声

母の余命を告げられたのをきっかけに、初めてティアへ事前相談に伺いました。葬儀の費用や火葬場のことなど分からないことばかりでしたが、担当の方から必要なことを質問してくれて安心しました。予算やプランの違いも丁寧に説明してもらえ、宗派に合わせた準備についても事前に教えてもらったことで、落ち着いて心の準備を進めることができました。

Mご夫婦より



期間中に、ご予約のうえ会館にて生前見積もりをお取りいただいた方に

葬儀割引券

10,000円分



+

BOX
ティッシュ
3箱



もれなく
プレゼント！

※葬儀割引券は、後日郵送にてお送りします。
※10,000円割引券は生前見積もり取得日より1年間有効。※本券は、祭壇プランの利用により適用となります。(火葬式は適用外) ※その他、諸条件がありますので詳しくはスタッフまでお問い合わせください。※その他、サービスとの併用はできません。

「後悔しない葬儀」は、早めの準備から。生前見積もりのお申し込みは、簡単3ステップ

① お電話



下記フリーダイヤル

①②どちらかにご連絡ください。

② ご予約



オペレーターにご希望の日時、
会館名をお伝えください。

③ ご来館



当日指定されたお時間に
会館へお越しください。

実施会館は7ページを
ご覧ください

① コープあいち職員同席をご希望の方



生活協同組合
コープあいち
葬祭サービス

〈受付時間〉月～土曜日 9:00～17:00

0120-651-115

※受付時間外は提携先のティアに転送されます。

② お問い合わせ・ご予約

最期の、ありがとう。〈受付時間〉24時間365日対応

葬儀会館
ティア

0120-210650

※お電話の際は「コープあいち組合員です」とお伝えください。





葬儀会館ティアはコープあいちの提携葬儀社です

「ティアの会」入会キャンペーン実施中！詳細は4ページをご確認ください。

5桁
注文番号

1 2 8 8 5



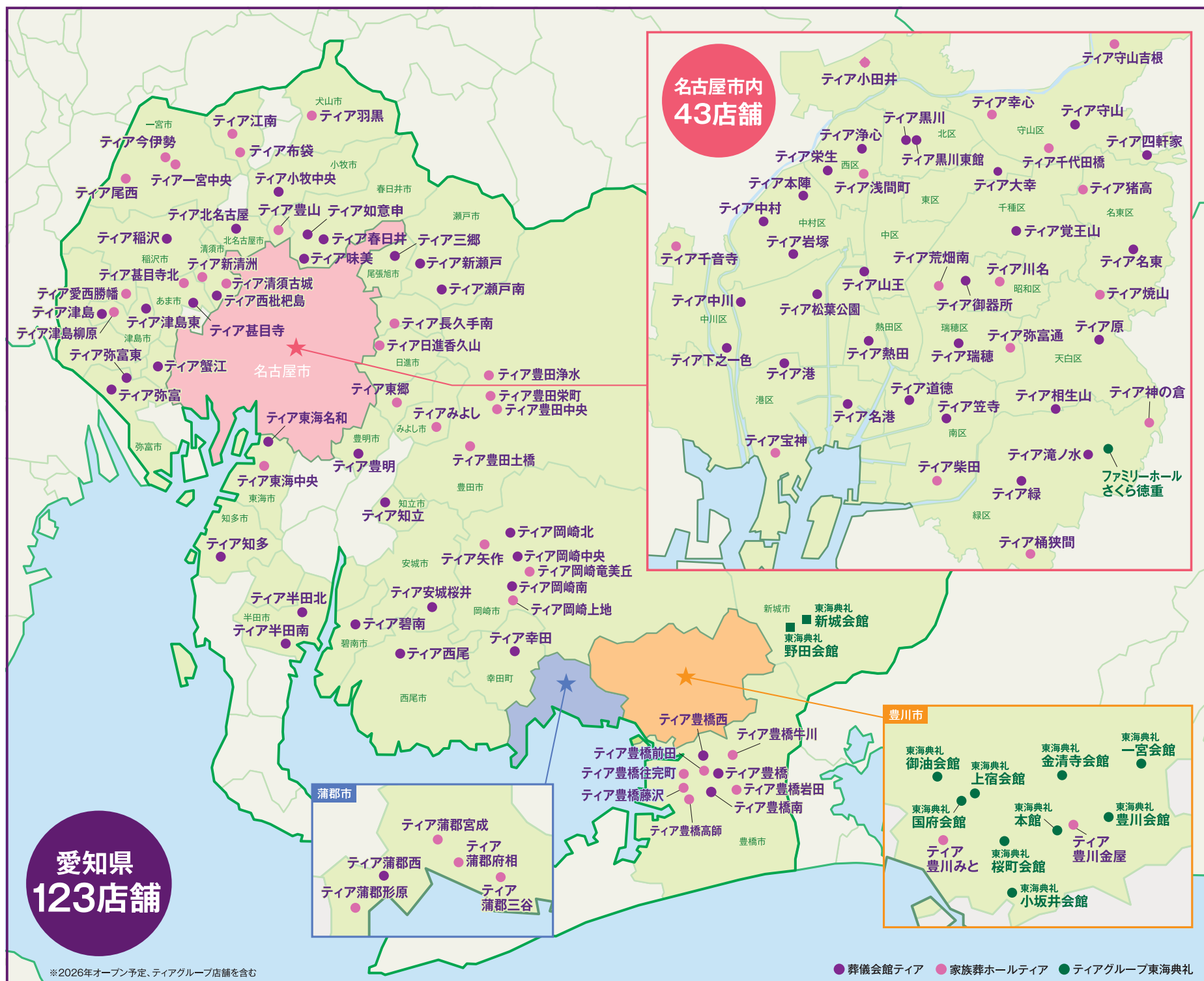
© やなせたかし

生前見積もりキャンペーンは

下記会館で実施しています！

無料／予約制

お住まいやご家族との予定に合わせてお好きな会館を選べます。
どの会館でもスタッフが丁寧にご案内いたしますので安心してご相談ください。



会館見学や葬儀相談などお気軽にご連絡ください



ティア店舗

お近くの会館は
スマホで簡単検索！
※見学、相談には事前のご予約が必要です



ティアグループ東海典礼

最期の、ありがとう。
葬儀会館
TEAR
ティア

葬儀のお見積もり・無料相談を受付中です！お急ぎの方もまずお電話ください



※お電話の際は「コープあいち組合員です」とお伝えください。

通話無料
0120-210650

24時間
365日
受付対応



[証券コード:2485]



名2609-102

お問い合わせ
コープあいち
葬祭サービス



資料請求
コープの葬儀・墓石関係のパンフレットなどを無料送付しています。
0120-651-115
フリーダイヤル

受付時間外は
提携先のティアに
転送されます。

くらしのコープ
見たい！
とお伝えください。

受付時間／9:00～17:00
定休日／日曜

コープあいち 葬祭 Q検索



7

家計の負担にならないお手頃な保険で備えませんか？

5桁注文番号 12914

※パンフレット1部につき、1人加入申し込みができます。

コープの 三大疾病保険

さん だい しっ ぺい 団体総合生活補償保険(MS&AD型)

脳卒中

がん

急性心筋梗塞

+

先進医療

脳内出血、くも膜下出血、
脳梗塞の入院患者の

約7.9人に1人は65才未満です*。

*厚生労働省「平成29年患者調査」

脳卒中は「まだこの年齢なら大丈夫」と
思っていないませんか？
働き盛りの40才・50才代の方にも危険が
潜んでいます。

※詳しくは「パンフレット」をご確認ください。



例えば、女性(30~59才)が
脳卒中で29日入院すると
平均422,078円の
自己負担が…

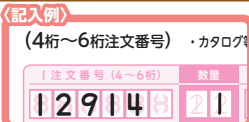
※年収約370~約770万円(標準報酬月額28万円~
53万円未満)。入院期間が同一月内である場合の例。
入院期間および総医療費は、疾病別の30~59才の
男女それぞれの平均値です。
※セールズ手帖社 保険FPS研究所
「見てわかる!医療費データブック」をもとに試算。

〈団体保険契約者〉 日本コープ共済生活協同組合連合会
〈引受保険会社〉 三井住友海上火災保険株式会社 EN202703

資料請求はこちらから ※詳しい補償内容やご不明点等は取扱代理店へお問い合わせください。 ●団体保険は年度ごとに保険料・補償内容が変更となる場合があります。

1 5桁注文番号

三大疾病保険 12914



2 ホームページ

コープサービス東海 検索
https://coopsvt.jp/



3 お電話 ●受付時間 月~土9:00~17:00 [日・祝日休業]

0120-555-572

〈取扱代理店〉 (株)コープサービス東海 〒465-8611 名古屋市名東区猪高町上社字井堀25-1

くらしのコープ見たよ!とお伝えください。

資料請求いただいたお客様の個人情報の利用目的は、(株)コープサービス東海が委託を受けている保険会社の各種商品やサービスの案内・提供・維持管理となります。

無料 ライフプランニングサービス

サービスの具体的な
イメージを動画で
視聴いただけます。



組合員様の10年後…20年後…。

ライフプランを作成することで、どんな
ライフイベントがあるのか、お金はどれ
くらい必要なのかが見ることができます。
コープサービス東海が提携している
保険代理店所属のファイナンシャル
プランナー(FP)が将来設計のお手伝
いをさせていただきます。
ご関心をお持ちいただけるようでした
ら、お気軽に下記までお問い合わせく
ださい。



キャッシュフロー表(イメージ)

現在の収支と今後のライフイベントに基づいて、
今後のお金の流れを見ます。

家族		年	2026	2027	2028	2029	2030	2031
(夫)の年齢			42	43	44	45	46	47
(妻)の年齢			40	41	42	43	44	45
(子)の年齢			14	15	16	17	18	19
ライフイベント			(子)高校入学			(子)大学入学		
			車買い替え					
収入	(夫)の収入	507	508	509	510	511	512	
	(妻)の収入		110	110	110	110	110	
	一時的な収入							
	収入合計④	507	618	619	620	621	622	
支出	基本生活費	200	215	215	215	225	225	
	住居関連費	180	180	180	180	180	180	
	通信費	24	24	24	24	24	24	
	教育費	55	70	70	70	150	100	
	保険料	40	40	40	40	40	40	
	その他の支出	35	35	36	36	37	37	
	一時的な支出			200				
	支出合計⑤	534	564	765	565	656	606	
年間収支④－⑤		-27	54	-146	55	-35	16	
貯蓄残高		162	216	70	125	90	106	



ライフプランは気にはなってもなかなか機会がなく、子どももいて時
間を作るのが難しく後回しになっていました。今回オンラインでも面
談できるということをお願いしてみました。FPの方がとても丁寧に分
かりやすく説明してくださり、モヤモヤしていた事を全て質問でき、
なおかつすぐに回答してくださったのでとてもスッキリしました。