

ライフステージ別

# 「暮らしの保障」 ハンドブック

2026年版



毎日の生活リスクには  
どう備えればいい？



共済 組み合わせモデル

をご覧ください。

病気やケガの給付は  
いくら受け取れる？



こんな時に！  
「けんこう共済」給付事例

をご覧ください。

ゆとりある老後のためには  
どう準備すればいい？



「ねんきん共済」を活用して  
老後に備えよう！

をご覧ください。

PC・スマホで  
電機連合「けんこう共済」の見積りができる  
医療共済

## 秒でサクッと見積り

プラン

掛金

補償内容

がすぐにわかります！

URL: <https://bsm.jelu-macs.co.jp/>



見積もりは  
二次元コードから



必要な情報は  
生年月日だけ！

概要

10〜20代（独身）

30代以降（独身）

夫婦2人世代

責任世代

老後準備世代

老後世代



電機連合福祉共済センター代理店 Dパートナー

## はじめに

ライフステージ別「暮らしの保障」ハンドブックを手にとりいただきありがとうございます。このハンドブックは、電機連合組合員の皆さまの保障設計をお手伝いする目的で作成しました。組合員とそ  
のご家族のみが利用できる「電機連合共済」をベースにして、その方に合った「生活リスクへの備え」と「老後への備え」をご提案しております。それぞれのライフステージで備えるべきポイントや加入モデルプランを記載しておりますので、保障設計を検討する際に参考にいただければ幸いです。「電機連合共済」は組合員約58万人のスケールメリット（団体割引・損害率による割引など）が適用されているため、割安で優れた制度内容になっております。適切な保障設計によって、皆さまのライフプラン（人生設計）がより充実したものになることを願っております。

## 目次

|   |    |
|---|----|
| 各種共済の制度概要としくみ .....                         | 2  |
| <b>10～20代(独身)</b> ～若さ溢れる独身生活エンジョイ編～ .....   | 3  |
| <b>30代以降(独身)</b> ～自由を楽しむ! シングルライフ満喫編～ ..... | 5  |
| <b>夫婦2人世代</b> ～2人で考える幸せな未来編～ .....          | 7  |
| <b>責任世代</b> ～今が踏ん張り時! パパ・ママ編～ .....         | 9  |
| <b>老後準備世代</b> ～定年まであと少し、ラストスパート編～ .....     | 11 |
| <b>老後世代</b> ～あとはゆったり、セカンドライフ満喫編～ .....      | 13 |
| ライフステージ別の保障内容（組合員本人分を抜粋） .....              | 14 |

★各共済の「パンフレット」とあわせてご覧ください。

### 電機連合とは? .....

電機・電子・情報関連産業およびその関連産業の労働組合を結集した組織であり、1953年の結成以来、半世紀の歴史を誇る、民間大手（組合員約58万人）の産業別労働組合組織です。

### こくみん共済 とは? .....

こくみん共済 coop は正式名称を「全国労働者共済生活協同組合連合会」といい、消費生活協同組合法（生協法）にもとづき、厚生労働省の認可を受けて設立された、共済事業を行う協同組合です。

### 共済とは? .....

「特定の人」だけが加入する団体<sup>(※1)</sup>の構成員<sup>(※2)</sup>に限定して展開する事業です。「電機連合」に加盟している組合の「組合員」に限定して展開している共済が「電機連合共済」です。多くの人からお金を集めて、万一の事態が起こった人に保障を提供するという仕組み自体は保険と同じですが、営利を目的とせず、組合員同士の助け合い（相互扶助）という理念の下に事業活動をおこなっています。

ここでは ※1…電機連合 ※2…組合員

※「けんこう共済」には本来「補償」を用いますが、本冊子では「保障」で統一しております。

# 各種共済の制度概要としくみ

## けんこう共済

加入者  
約17万人  
(けんこう共済会)

病気やケガによる入院、手術や自宅療養など、医療保障を主な目的とした共済

しくみ

### 自家共済

福祉共済センター  
自家運営部分

→ 営利を求めする必要がなく、最小限の事務経費で運営

### 保険会社との団体契約

東京海上日動

→ 団体割引と損害率による割引により最大70.8%の割引

特約

- がんに対する大きな備え **がん特約**
- 介護の経済的備え **介護特約**
- 損害賠償等への備え **日常生活サポート特約**

## ねんきん共済

加入者  
約8.6万人  
(悠々プラン含む)

将来の退職後の年金を受け取ることを目的とした共済積立金を途中で一部引き出しができる **悠々プラン** もあります

しくみ

### こくみん共済 coop

### 生命保険会社6社

明治安田生命 住友生命  
太陽生命 第一生命  
日本生命 富国生命

加入者の積立金は、生命保険会社6社とこくみん共済coopで運用しています。→ **運用リスクの分散**

ポイント

- 予定利率1.25%!(運営事務費等控除後)
- 税負担の軽減!
- 年複数回、掛金変更可!

配当がついて、2025年の運用利回りは(生命保険会社部分)

1.309%

2024年度  
割り戻し率  
約15%

## ファミリーサポート共済

加入者  
約4.1万人  
(配偶者含む)

ご加入者の死亡・重度障がい時に、共済金を年金方式(分割)で受け取る共済

※電機連合がこくみん共済 coop の「団体定期生命共済共済年金払特則」を利用した制度です。

※加入者数…2025年11月現在

## 団体生命共済(こくみん共済 coop)

ご加入者の死亡・重度障がい時などに、共済金を一括で受け取る共済

※組合ごとに保障内容が異なりますので、詳細は組合窓口にてご確認ください(取り組みを実施していない場合もあります)。

アニメで納得

## 電機連合共済!

アニメで各共済をよりわかりやすく!

お問い合わせは労働組合まで

PCでも



アニメーション動画



まずはQRコードでアニメを見よう!

スマホでも



電機連合福祉共済センター

検索

福祉共済センターホームページ右側のアニメーション動画からもご覧いただけます!

まもりい

マックマ

# 10~20代 ~若さ溢れる独身生活エンジョイ編~ (独身)



病気の心配?  
今は全くないよ!  
でも…



## ケガの保障と人や物への賠償責任などの備えはしっかりと!

10~20代は、多方面でアグレッシブ! その中でケガをしたり、させてしまったり…。  
また、時には病気になることも…。そんな時には「けんこう共済」Yタイプの14項目の  
手厚い保障でカバー!

## 共済 組み合わせモデル

| 制 度 名                |    |             | 加入タイプ                    | 月 掛 金  |
|----------------------|----|-------------|--------------------------|--------|
| ①医療保障<br>+<br>損害賠償保障 | 本人 | けんこう共済      | Yタイプ                     | 1,000円 |
|                      |    | がん特約        | 診断給付金 200万円              | 200円   |
| ②遺族保障<br>(重度障がい)     |    | ファミリーサポート共済 | A05                      | 490円   |
| ③老後準備                |    | ねんきん共済      | (右ページ▶おすすめ積立プランをご確認ください) |        |
| ④ライフイベント準備           |    | 悠々プラン       |                          |        |
| 合 計(①+②)             |    |             |                          | 1,690円 |

※上記のけんこう共済月掛金は満15歳~29歳を参照しています。  
※上記の保障内容(本人分の抜粋)は、14ページに記載しています。  
※それぞれの詳しい内容は各共済の「パンフレット」をご参照ください。

## ポイント

### ① 医療保障・損害賠償保障

「けんこう共済」Yタイプは、病気やケガの際の給付に加えて、他人の身体や物に損害を与えて賠償責任を負ったときにも給付されます。がん特約の加入(10~20代・200円)で、早期のがんにも安心の備えを。

### ② 遺族保障

「ファミリーサポート共済」で、重度障がいにより働けなくなった時の治療費・生活費をサポート。万一の時は、ご家族の生活費をバックアップする共済金がお支払いされます。

### ③ 老後準備

早いうちに「ねんきん共済」への加入を。予定利率1.25%で運用される(運営事務費等控除後)ので長く積み立てた分だけお得です。加入して1年を超えれば、元本が保証されます。税負担の軽減も毎年受けられれば、大きな額に。



## おすすめ積立プラン

2026年4月より生保分の保険事務費が下がります!(約1.3%⇒約0.15%)受取率が変わります!  
※電機連合運営事務費控除後の保険料にかかります

予定利率  
1.25%

「ねんきん共済」を活用して老後に備えよう!

### 20歳から積立を開始するプラン

|  | 掛 金     |      | 60歳時の<br>払込み掛金の<br>合計額<br>(月払+半年払)   | 60歳時の<br>積立金<br>(月払+半年払) |
|---|---------|------|--|--------------------------|
|   | 月 払     | 半年払  |  |                          |
| 年金月額10万円を10年間<br>受け取るための積立プラン   | 5,000円  | 9万円  | 960万円<br>   | 約1,205万円                 |
| 年金月額10万円を15年間<br>受け取るための積立プラン   | 12,000円 | 10万円 | 1,376万円<br> | 約1,727万円                 |

※掛金は口数制です。積立金は概算値です。予定利率1.25%(2025年11月1日時点)で計算しております。(運営事務費等控除後)

月払は年3回、半年払は年2回 掛金(口数)の変更ができるので、  
まずはできるところ(月払5,000円)からはじめましょう!  
「一時払」で年複数回、積増しも可能です。

「結婚資金」「教育資金」「住宅購入資金」等への備えは、一部引出しができる「悠々プラン」をご活用ください。

### こんな時に! 「けんこう共済」 給 付 事 例

| 年齢 | 加入<br>タイプ | 事故状況  | 給付金種類                  | 給付金(円)     |
|----|-----------|---|------------------------|------------|
| 25 | Y         | フットサル練習中に他の選手と接触し、<br>足を骨折。<br> | 入院19日、通院10日、<br>手術     | 165,000円   |
| 21 | Y         | 自転車同士の接触事故で<br>相手にケガを負わせた。  | 賠償責任(当方過失50%<br>分を支払い) | 1,170,000円 |
| 29 | Y         | バドミントンの練習中にラケットがボールと<br>接触し破損した。  | 携行品                    | 22,453円    |

知っておこう!

### さまざまな支出!

●結婚費用 挙式、披露宴・ウェディングパーティ  
までにかかった費用総額  
(全国推計値)

▶ 約343.9万円

※「ゼクシィ結婚トレンド調査2024」より

●生活費(参考:34歳以下、平均)

▶ 1カ月あたり約17.6万円

※総務省「家計調査 単身世帯」2024年

●20代(29歳以下)の年間保険料(掛金)の平均額

▶ 年間約32.2万円 (生命保険+  
個人年金の保険料)

※生命保険文化センター 2024年度  
「生命保険に関する全国実態調査」

# 30代以降 (独身)

## ～自由を楽しむ! シングルライフ満喫編～



少しずつだけど  
生活に余裕が出てきた。  
不安なく毎日を  
楽しみたいな。



### 今と将来の自分のために

急なケガや病気で貯金を崩すのはもったいない。ならば「けんこう共済」に。  
老後を迎えるのも今から準備しておけば楽しみ?!  
そのためには「ねんきん共済」に。

### 共済 組み合わせモデル

| 制 度 名                |        | 加入タイプ                                      | 月 掛 金                    |
|----------------------|--------|--|--------------------------|
| ①医療保障<br>＋<br>損害賠償保障 | 本<br>人 | けんこう共済<br>(日常生活サポート特約 付)<br>※特約部分は同居親族等も対象 | B-IIタイプ<br>3,200円        |
|                      |        | がん特約                                       | 診断給付金 200万円<br>500円      |
| ファミリーサポート共済          |        | A05<br>490円                                |                          |
| 団体生命共済               |        | 死亡共済金 300万円<br>540円                        |                          |
| ③老後準備                |        | ねんきん共済                                     | (右ページ▶おすすめ積立プランをご確認ください) |
| 合 計(①+②)             |        |  | 4,730円                   |

※上記のけんこう共済月掛金は満30歳～44歳を参照しています。

※上記の保障内容(本人分の抜粋)は、14ページに記載しています。

※「団体生命共済」は、電機連合加盟組合の標準的な掛金設定で計算しています。掛金は所属の組合によって異なります。

※それぞれの詳しい内容は各共済の「パンフレット」をご参照ください。



### ポイント

#### ① 医療保障

20代よりも病気にかかるリスクは高まってきます。金銭的に余裕があれば「けんこう共済」Aタイプで保障を充実させましょう。

#### ② 遺族保障

葬儀代を中心に一時金は「団体生命共済」で準備。「ファミリーサポート共済」は重度障がいでも働けなくなった時の治療費・生活費をサポート。

#### ③ 老後準備

経済的に余裕があればできるだけ「ねんきん共済」へ積立を。月払い外にも半年払や一時払で積増しも可能です。

## おすすめ積立プラン

2026年4月より生保分の保険事務費が下がります! (約1.3%⇒約0.15%) 受取率が変わります!

※電機連合運営事務費控除後の保険料にかかります

予定利率  
1.25%

「ねんきん共済」を活用して老後に備えよう!

### 30歳から積立を開始するプラン

|  | 掛 金     |      | 60歳時の<br>払込み掛金の<br>合計額<br>(月払+半年払) | 60歳時の<br>積立金<br>(月払+半年払) |
|---|---------|------|------------------------------------|--------------------------|
|   | 月 払     | 半年払  |                                    |                          |
| 年金月額10万円を10年間<br>受け取るための積立プラン   | 7,000円  | 12万円 | 972万円                              | +約176万円<br>約1,148万円      |
| 年金月額10万円を15年間<br>受け取るための積立プラン   | 15,000円 | 15万円 | 1,440万円                            | +約261万円<br>約1,701万円      |

※掛金は口数制です。積立金は概算値です。予定利率1.25% (2025年11月1日時点) で計算しております。(運営事務費等控除後)

月払は年3回、半年払は年2回 掛金(口数)の変更ができるので、  
まずはできるところからはじめましょう!  
「一時払」で年複数回、積増しも可能です。

30代以降(独身)

### こんな時に! 「けんこう共済」 給付事例

| 年齢 | 加入<br>タイプ | 事故状況                                     | 給付金種類                                 | 給付金(円)     |
|----|-----------|--|---------------------------------------|------------|
| 41 | BII       | ゴルフプレー中、大きく空振りをしたら肩<br>が上がらなくなった。右肩腱板断裂。 | 入院24日、手術                              | 290,000円   |
| 41 | AII       | ダンス中、ジャンプした時に<br>アキレス腱を断裂。               | 入院9日、<br>ケガ通院58日、手術                   | 301,000円   |
| 39 | BI        | 乳がん                                      | がん入院4日、休業31日、<br>手術(25万、10万)、<br>がん診断 | 2,740,000円 |

知っておこう!

## さまざまな支出!

●国内宿泊旅行費用(30代男女費用)

▶1日あたり約58,000円

※じゃらん観光国内宿泊旅行調査 2024



●単身世帯の生活費(35〜59歳)

▶月間(平均)18.4万円

※総務省統計局 家計調査 2024年  
男女、年齢階級別 1世帯当たり1か月間の収支と支出



●30代(39〜39歳)の年間保険料(掛金)の平均額

▶年間約30.5万円 (生命保険+  
個人年金の保険料)

※生命保険文化センター 2024年度  
「生命保険に関する全国実態調査」



# 夫婦2人 世代

## ～2人で考える幸せな未来編～



結婚式や  
新居への引っ越しで  
だいぶお金がかかったな…  
それなら…



### 保障にはお金をかけたくない!でも備えも大切…

夫婦でそろって割安な「けんこう共済」に加入すれば保障の重複(無駄)は避けられるし、今後の手続き関係もスムーズに。子供も500円/月で加入できるので、今後のことを考えると入るしかない! お二人に幸あれ!

### 共済 組み合わせモデル

| 制 度 名                |     |  | 加入タイプ                    | 月 掛 金                             |
|----------------------|-----|--|--------------------------|-----------------------------------|
| ①医療保障<br>+<br>損害賠償保障 | 本人  | けんこう共済<br>(日常生活サポート特約 付)<br>※特約部分は同居親族等も対象 | B-IIタイプ                  | 3,200円                            |
|                      |     | がん特約                                       | 診断給付金 200万円              | 500円                              |
|                      | 配偶者 | けんこう共済                                     | 家族契約                     | 1,200円                            |
|                      |     | がん特約                                       | 診断給付金 200万円              | 500円                              |
| ②遺族保障<br>(重度障がい)     | 本人  | ファミリーサポート共済                                | B10                      | 1,260円                            |
|                      |     | 団体生命共済                                     | 死亡共済金 1,000万円            | 1,800円                            |
|                      | 配偶者 | ファミリーサポート共済                                | J05                      | 490円                              |
| ③老後準備                | 本人  | ねんきん共済                                     | (右ページ▶おすすめ積立プランをご確認ください) |                                   |
| 夫婦合計(①+②)            |     |  |                          | 8,950円<br>本人:6,760円<br>配偶者:2,190円 |

※上記のけんこう共済月掛金は夫婦共に満30歳～44歳を参照しています。

※上記の保障内容(本人分の抜粋)は、14ページに記載しています。

※「団体生命共済」は、電機連合加盟組合の標準的な掛金設定で計算しています。掛金は所属の組合によって異なります。

※それぞれの詳しい内容は各共済の「パンフレット」をご参照ください。



### ポイント

#### ① 医療保障

医療保険にはあまりお金をかけられない。それでも保障が必要なこの世代。「けんこう共済」Bタイプと配偶者コースで備えましょう。

#### ② 遺族保障

万一の時の各種ローンの支払いや葬儀代は「団体生命共済」で。「ファミリーサポート共済」は残された配偶者の生活費負担を少しでも和らげるために加入しましょう。

#### ③ 老後準備

子供が生まれて貯蓄が難しくなる前に、少しずつでも老後の準備を。マイホームの頭金や教育費の積み立てには、一部引き出しができる「悠々プラン」をご検討ください。



## おすすめ積立プラン

2026年4月より生保分の保険事務費が下がります！(約1.3%⇒約0.15%) 受取率が変わります！  
※電機連合運営事務費控除後の保険料にかかります

予定利率  
1.25%

「ねんきん共済」を活用して老後に備えよう！

### 30歳から積立を開始するプラン

|  | 掛 金     |      | 60歳時の<br>払込み掛金の<br>合計額<br>(月払+半年払)   | 60歳時の<br>積立金<br>(月払+半年払) |
|---|---------|------|--|--------------------------|
|   | 月 払     | 半年払  |  |                          |
| 年金月額10万円を10年間<br>受け取るための積立プラン   | 7,000円  | 12万円 | 972万円<br>   | 約1,148万円                 |
| 年金月額10万円を15年間<br>受け取るための積立プラン   | 15,000円 | 15万円 | 1,440万円<br> | 約1,701万円                 |

※掛金は口数制です。積立金は概算値です。予定利率1.25%(2025年11月1日時点)で計算しております。(運営事務費等控除後)

月払は年3回、半年払は年2回 掛金(口数)の変更ができるので、  
まずはできるところからはじめましょう！  
「一時払」で年複数回、積増しも可能です。

## こんな時に！「けんこう共済」給付事例

| 年齢 | 加入<br>タイプ | 事故状況  | 給付金種類              | 給付金(円)     |
|----|-----------|---|--------------------|------------|
| 38 | CII       | 新型コロナウイルス(COVID-19)   | 入院10日              | 50,000円    |
| 43 | BII       | エスカレーターで鞆が落下し、<br>一眼レフカメラとレンズが破損。<br> | 携行品損害              | 316,996円   |
| 41 | 配偶者       | 早期大腸がん  | がん入院4日、手術、<br>がん診断 | 2,290,000円 |

夫婦2人世代

知っておこう！

## さまざまな支出！

●生活費 夫婦2人の生活費

▶ 月間(平均) 27.1万円

※総務省「家計調査 二人以上世帯」2024年  
34歳以下の場合を参考に算出

●出産費用 入院料・室料差額・分娩料・  
検査・薬剤料・処置・その他

▶ 約50.7万円

※厚生労働省「出産費用の状況等について」令和5年度

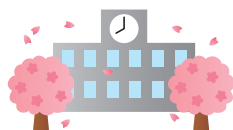
●新婚世帯(夫婦のみ・40歳未満)の  
年間保険料(掛金)の平均額

▶ 年間約44.3万円 (生命保険+  
個人年金の保険料)

※生命保険文化センター 2024年度  
「生命保険に関する全国実態調査」

# 責任世代

## ～今が踏ん張り時! パパ・ママ編～



上の子は進学を  
控えてるし下の子は  
まだまだわんぱく。  
心配がつきないな…。  
それなら…



### ご家族で電機連合共済

人生で一番お金がかかる時期!

こんな大事な時期に皆さんに万一のことがあったら困るのは残されたご家族です。  
お子さんの夢を諦めさせないように「電機連合共済」で備えましょう!

### 共済 組み合わせモデル

| 制 度 名                |     | 加入タイプ                                      | 月 掛 金                    |
|----------------------|-----|--|--------------------------|
| ①医療保障<br>+<br>損害賠償保障 | 本人  | けんこう共済<br>(日常生活サポート特約 付)<br>※特約部分は同居親族等も対象 | B-IIタイプ<br>4,600円        |
|                      |     | がん特約                                       | 診断給付金 200万円<br>1,200円    |
|                      | 配偶者 | けんこう共済                                     | 家族契約<br>1,500円           |
|                      |     | がん特約                                       | 診断給付金 200万円<br>1,200円    |
|                      | 子供  | けんこう共済                                     | 家族契約(2名)<br>1,000円       |
| ②遺族保障<br>(重度障がい)     | 本人  | ファミリーサポート共済                                | C15<br>2,520円            |
|                      |     | 団体生命共済                                     | 死亡共済金 1,000万円<br>1,800円  |
|                      | 配偶者 | ファミリーサポート共済                                | K05<br>700円              |
| ③老後準備                | 本人  | ねんきん共済                                     | (右ページ▶おすすめ積立プランをご確認ください) |

### ご家族合計(①+②)

14,520円

※上記のけんこう共済月掛金は夫婦共に満45歳～54歳(子供は満24歳以下)を参照しています。

※上記の保障内容(本人分の抜粋)は、14ページに記載しています。

※「団体生命共済」は、電機連合加盟組合の標準的な掛金設定で計算しています。掛金は所属の組合によって異なります。

※それぞれの詳しい内容は各共済の「パンフレット」をご参照ください。

本人:10,120円  
配偶者:3,400円  
子供:1,000円(1人500円)



ポイント

### ① 医療保障・損害賠償保障

経済的に一番厳しくても医療に対する備えが怠れないこの時期は、ご家族そろって掛金が割安な「けんこう共済」にご加入を。

### ② 遺族保障

一番高額な保障が必要な時期。葬儀代・ローン・教育資金などは「団体生命共済」で備えましょう。遺族の生活費の負担は「ファミリーサポート共済」で和らげましょう。

### ③ 老後準備

貯蓄に回せる余裕もない時期ですが、やがてくる老後のために少しずつでも「ねんきん共済」で備えましょう。掛金(口数)は年複数回変更可能です。


## おすすめ積立プラン

2026年4月より生保分の保険事務費が下がります! (約1.3%⇒約0.15%) 受取率が変わります!  
※電機連合運営事務費控除後の保険料にかかります

予定利率  
1.25%

「ねんきん共済」を活用して老後に備えよう!

### 40歳から積立を開始するプラン

|  | 掛 金     |      | 60歳時の<br>払込み掛金の<br>合計額<br>(月払+半年払) | 60歳時の<br>積立金<br>(月払+半年払) |
|---|---------|------|------------------------------------|--------------------------|
|   | 月 払     | 半年払  |                                    |                          |
| 年金月額10万円を10年間<br>受け取るための積立プラン   | 18,000円 | 15万円 | 1,032万円                            | +約116万円<br>約1,148万円      |
| 年金月額10万円を15年間<br>受け取るための積立プラン   | 30,000円 | 20万円 | 1,520万円                            | +約171万円<br>約1,691万円      |

※掛金は口数制です。積立金は概算値です。予定利率1.25% (2025年11月1日時点) で計算しております。(運営事務費等控除後)

月払は年3回、半年払は年2回 掛金(口数)の変更ができるので、  
まずはできるところからはじめましょう!  
「一時払」で年複数回、積増しも可能です。

## こんな時に! 「けんこう共済」 給 付 事 例

| 年齢 | 加入<br>タイプ | 事故状況   | 給付金種類                  | 給付金(円)     |
|----|-----------|--|------------------------|------------|
| 15 | 子供        | 部活動中に校内更衣室で<br>マムシに咬まれた。   | 入院4日、<br>ケガ通院1日        | 22,000円    |
| 51 | 配偶者       | 脳梗塞  | 入院191日、<br>手術、<br>長期療養 | 1,505,000円 |
| 43 | CII       | 子供のボールが路上に転がり、避けようとした<br>バイクが転倒。運転者への治療費、ヘルメ<br>ット、メガネ、バイクの損傷について賠償。 | 賠償責任                   | 109,328円   |

責任世代

知っておこう!

## さまざまな支出!

### ●大学卒業までにかかる教育費

- すべて公立 ▶ 約1,078万円
- すべて私立 (大学文系) ▶ 約2,666万円

※幼稚園～高等学校: 文部科学省「子供の学習費調査」(令和5年度)  
※大学: 日本政策金融公庫「教育費負担の実態調査」(令和3年度)

### ●住宅購入費 住宅の平均購入価格

- 建売住宅 ▶ 約3,826万円
- マンション ▶ 約5,592万円

※住宅金融支援機構「2024年度フラット35利用者調査報告書」より

### ●責任世帯(未子・小中学生)の 年間保険料(掛金)の平均額

▶ 年間約38.8万円 (生命保険+  
個人年金の保険料)

※生命保険文化センター「2024年度  
「生命保険に関する全国実態調査」

# 老後準備 世代

～定年まであと少し、ラストスパート編～



定年まであとちょっと。  
今のうちにできることを  
やっちゃおう!



## 子育てを終えたら自分たちの保障を

人生で一番、経済面で余裕がある時期かもしれません。  
今まで子供のために頑張ってきたあなたも、自分たち夫婦の  
医療費と、老後に向けて本格的な準備をしましょう!

## 共済 組み合わせモデル

| 制 度 名                |     |   | 加入タイプ                    | 月 掛 金   |
|----------------------|-----|---|--------------------------|---------|
| ①医療保障<br>＋<br>損害賠償保障 | 本人  | けんこう共済<br>(日常生活サポート特約 付)<br><small>※特約部分は同居親族等も対象</small> | B-IIタイプ                  | 5,300円  |
|                      |     | がん特約  | 診断給付金 200万円              | 2,400円  |
|                      | 配偶者 | けんこう共済  | 家族契約                     | 1,900円  |
|                      |     | がん特約  | 診断給付金 200万円              | 2,400円  |
| ②遺族保障<br>(重度障がい)     | 本人  | ファミリーサポート共済   | A10                      | 910円    |
|                      |     | 団体生命共済  | 死亡共済金 300万円              | 540円    |
|                      | 配偶者 | ファミリーサポート共済   | J05                      | 490円    |
| ③老後準備                | 本人  | ねんきん共済  | (右ページ▶おすすめ積立プランをご確認ください) |         |
| 夫婦合計(①+②)            |     |   |                          | 13,940円 |

※上記のけんこう共済月掛金は夫婦共に満55歳～64歳を参照しています。

※上記の保障内容(本人分の抜粋)は、14ページに記載しています。

※「団体生命共済」は、電機連合加盟組合の標準的な掛金設定で計算しています。掛金は所属の組合によって異なります。

※それぞれの詳しい内容は各共済の「パンフレット」をご参照ください。



## ポイント

### ① 医療保障

病気のリスクがますます高まります。  
子育てが終わって、経済的に余裕がで  
きたら、「けんこう共済」BタイプやA  
タイプ&配偶者コースに加入しましょう。

### ② 遺族保障

子の成長とともに必要保障額は減っていきま  
す。保障額は必ず見直して適度な葬儀代や遺  
族生活費を備えるために「団体生命共済」  
「ファミリーサポート共済」に加入しましょう。

### ③ 老後準備

もうすぐ定年です。経済的に余裕が  
できたら「ねんきん共済」を増額して、  
セカンドライフの準備に入りましょう。  
「一時払」で積増しも可能です。



## おすすめ積立プラン

2026年4月より生保分の保険事務費が下がります! (約1.3%⇒約0.15%) 受取率が変わります!  
※電機連合運営事務費控除後の保険料にかかります

予定利率  
1.25%

「ねんきん共済」を活用して老後に備えよう!


### 50歳から積立を開始するプラン

|  | 掛 金     |      | 60歳時の<br>払込み掛金の<br>合計額<br>(月払+半年払) | 60歳時の<br>積立金<br>(月払+半年払) |
|---|---------|------|------------------------------------|--------------------------|
|   | 月 払     | 半年払  |                                    |                          |
| 年金月額10万円を10年間<br>受け取るための積立プラン   | 42,000円 | 30万円 | 1,104万円                            | +約54万円<br>約1,158万円       |
| 年金月額10万円を15年間<br>受け取るための積立プラン   | 67,000円 | 40万円 | 1,604万円                            | +約79万円<br>約1,683万円       |

※掛金は口数制です。積立金は概算値です。予定利率1.25% (2025年11月1日時点) で計算しております。(運営事務費等控除後)

月払は年3回、半年払は年2回 掛金(口数)の変更ができるので、  
まずはできるところからはじめましょう!  
「一時払」で年複数回、積増しも可能です。

### こんな時に! 「けんこう共済」 給 付 事 例

| 年齢 | 加入<br>タイプ | 事故状況  | 給付金種類                                 | 給付金(円)     |
|----|-----------|---|---------------------------------------|------------|
| 64 | BII       | スキー場で衝突して負傷、入院。救護者費用として家族の往復旅費、宿泊費が発生。  | 入院196日、手術、<br>長期療養、救護者費用              | 2,493,900円 |
| 58 | 配偶者       | 病院の廊下で濡れていたため<br>滑って転倒。床についた手を骨折。<br> | ケガ通院16日                               | 32,000円    |
| 60 | BII       | 前立腺がん   | がん入院18日、休業10日、<br>手術(25万、5万)、<br>がん診断 | 2,760,000円 |

知っておこう!

### さまざまな支出!

- ゆとりある生活費と考えられる  
老後生活費の平均金額

▶ 約37万円/月

※生命保険文化センター/2022(令和4)年度「生活保障に関する調査」より



- 年間にかかる医療費(55歳～59歳)

▶ 約32.8万円

※厚生労働省  
「令和4年度 国民医療の概要」



- 老後準備世代(55～59歳)の  
年間保険料(掛金)の平均額

▶ 年間約40.7万円 (生命保険+  
個人年金の保険料)

※生命保険文化センター 2024年度  
「生命保険に関する全国実態調査」



# 老後世代

～あとはゆったり、セカンドライフ満喫編～



これから始まる  
第二の人生、  
お金の準備は  
できてるかな？



## 「ねんきん共済」の受給者に！

今まで積み立てた「ねんきん共済」と公的年金を受給して  
安心のゆとりあるセカンドライフを送りましょう！  
医療面の心配も「けんこう共済」にお任せ！

## 共済 組み合わせモデル

| 制 度 名                               |     |  | 加入タイプ       | 月 掛 金                   |
|-------------------------------------|-----|--|-------------|-------------------------|
| 医療保障<br>＋<br>損害賠償保障                 | 本人  | けんこう共済<br>(日常生活サポート特約 付)<br>※特約部分は同居親族等も対象 | C-IIタイプ     | 4,300円                  |
|                                     |     | がん特約                                       | 診断給付金 100万円 | 1,900円                  |
|                                     | 配偶者 | けんこう共済                                     | 家族契約        | 2,800円                  |
|                                     |     | がん特約                                       | 診断給付金 100万円 | 1,900円                  |
| 夫婦合計                                |     |  |             | 10,900円                 |
| ※上記のけんこう共済月掛金は夫婦共に満65歳～69歳を参照しています。 |     |  |             | 本人:6,200円<br>配偶者:4,700円 |

※上記のけんこう共済月掛金は夫婦共に満65歳～69歳を参照しています。

※上記の保障内容(本人分の抜粋)は、14ページに記載しています。

※それぞれの詳しい内容は各共済の「パンフレット」をご参照ください。

この年代になると「電機連合共済」への新規加入はできません。「けんこう共済」以外は更新もできなくなってしまう。ただし、医療保障は「けんこう共済」がありますので残すお金は葬儀代ぐらいで問題ないでしょう。  
今まで積み立てた「ねんきん共済」を受給しながら素敵なセカンドライフをお楽しみください。

## 「けんこう共済」は本人・配偶者共に84歳まで継続可能。

### ●日本人の平均寿命

男性:81.09歳 女性:87.14歳  
厚生労働省「簡易生命表」(令和5年)

「けんこう共済」は  
84歳まで継続可能。

平均寿命と比較しても、**ほぼ「終身」に近い継続期間**といえます。



## ライフステージ別の保障内容 (組合員本人分を抜粋)



| ライフ<br>ステージ<br>給付金<br>種類 | 10～20代<br>(独身)<br>p.3 | 30代以降<br>(独身)<br>p.5 | 夫婦2人<br>世代<br>p.7 | 責任世代<br>p.9 | 老後準備<br>世代<br>p.11 | 老後世代<br>p.13 |
|--------------------------|-----------------------|----------------------|-------------------|-------------|--------------------|--------------|
| 病 死 <sup>*1</sup>        | 355万円                 | 755万円                | 2,036万円           | 3,020万円     | 1,076万円            | 100万円        |
| がん入院                     | 10,000円               | 25,000円              | 20,000円           | 20,000円     | 20,000円            | 15,000円      |
| がん以外入院                   | 5,000円                | 15,000円              | 10,000円           | 10,000円     | 10,000円            | 5,000円       |
| 休業補償<br>(自宅療養)           | 5,000円                | 10,000円              | 10,000円           | 10,000円     | 10,000円            | なし           |
| 手術                       | 5～25万円                |                      |                   |             |                    |              |
| 先進医療                     | 通算2,000万円限度(+一時金10万円) |                      |                   |             |                    |              |
| 賠償責任 <sup>*2</sup>       | 国内無制限・国外3億円限度         |                      |                   |             |                    |              |
| 携行品 <sup>*2</sup>        | 30万円限度                | 50万円限度               |                   |             |                    |              |
| がん診断                     | 200万円                 |                      |                   |             |                    | 100万円        |

※1 病死の項目に記載の金額は受取総額概算額です。 ※2 一斉事故の限度額を記載。

これ以外にも**手厚い保障**が用意されてます! ※詳しくは各共済パンフレットをご確認ください。

けんこう  
共済の  
強み

- 三大疾病をはじめ、がん以外入院・自宅療養は**1日目から通算365日**まで保障!
- がん入院は**無制限**で保障!
- 休業補償(自宅療養)は**インフルエンザ**(免責4日)も対象となります!
- 自転車事故等の**賠償責任**も保障! 示談代行サービス付!(国内のみ)
- 家から持ち出した**眼鏡・カメラ**等を落として**壊した場合**も対象となります!
- がん診断給付金で上皮がん・白血病も**100%給付!** **何回でもお支払い!**(1年に1回を限度)



インフルエンザや  
眼鏡の修理も  
対象なんだね!



**介護特約** も付加しながら、介護への経済的備えを充実させましょう!

また、国の社会保障制度や、企業内保障も踏まえることで、より適切な保障を設計することができます。

知っておこう!

## さまざまな支出!

### ●介護に要する費用

- 一時的な費用の合計 平均47.2万円
- 月額平均9万円(介護年数平均55ヶ月)

▶ **合計平均約542.2万円**

公的介護保険サービスの自己負担分を含む。

※生命保険文化センター  
2024年度「生命保険に関する全国実態調査」に  
基づいて作成



- 葬儀にかかる費用の総額平均  
飲食接待費・寺院への費用・  
葬儀一式費用

▶ **約118万円**

※鎌倉新書「第6回」お葬式に関する全国調査(2024年)



- 老後世代(65～69歳)の  
年間保険料(掛金)の平均額

▶ **年間約35.4万円** (生命保険+  
個人年金の保険料)

※生命保険文化センター 2024年度  
「生命保険に関する全国実態調査」



老後世代

電機連合福祉共済センター代理店 Dパートナーでは、  
組合員の皆さまが「保障の見直し」をするお手伝いをしています。

★見直しの結果、月々数千円以上の節約ができたケースが多数出ています。

★全国各地域に「共済推進役」を配置しています。

皆さまの保障に関するお悩みをじっくり伺い、一緒に解決していきます。

★メールまたは面談形式（WEBも可）など皆さまのご希望にそって対応いたします。

★ご希望の方は、所属されている労働組合にお申し出ください。

なお、料金はかかりませんので、お気軽にご連絡ください。

★AIシステムを活用した保険証券分析を導入！

証券分析により、加入中の保険をわかりやすく分析シートでビジュアル化！

保障のイメージ図や、払込保険料総額（概算）等をチェックできます。

※団体保険（共済）、また、ご提出書類に必要な  
情報が読み取れない保険（共済）については、  
分析シートの作成ができませんが「回答書」  
にてオススメプランをご提示します。



▲分析シート

回答書▶

相談して  
良かった！



ご加入を希望される方は「申込書」を記入の上、労働組合までご提出ください。

1

申込書に記入（パンフレットの健康状態告知事項など要確認）

「けんこう共済」「ねんきん共済」「ファミリーサポート共済」については、  
各パンフレットの最終ページが申込書になっております。

「団体生命共済」については労働組合窓口にてご確認ください。

「けんこう共済」がん特約・介護特約につきましては、それぞれ「パンフレット」  
4ページ・6ページが申込書になっております。

※詳しい内容は各共済の「パンフレット」でご確認ください。

ご加入にあたっては必ず「重要事項説明書」をよくお読みください。

2

労働組合に提出

締切日に間に合うようにご提出ください。

ご不明な点は労働組合または下記までお問い合わせください。

 電機連合福祉共済センター代理店 Dパートナー

〒100-0011 東京都千代田区内幸町1-3-1 幸ビルディング6F

TEL 03-4330-0729 FAX 03-4330-0740 E-mail dpart-kyosai@jeiu.or.jp HP <https://jeiu-dpart.co.jp/kyosai/>