



特集:「将来に備えるお金の話」の講演の様子



## “メインディッシュからデザートまで”おすすめレシピ



大阪いずみ市民生活協同組合  
(株)コープ大阪サービスセンターおすすめ

### 韓国風すき焼き

【作り方】

- ①牛肉は細切りにしてボウルに入れる。Aの材料を加え、手でよくもみ込む。
- ②にんじんは4cm長さの細切りにし、熱湯で硬めに茹でてザルにあげる。大根も同様に細切りにし、茹でてザルにあげる。しいたけは石づきを取って細切りにし、青ねぎは4cm長さに切りそろえる。もやしは洗ってザルにあげ、水気をよくきる。
- ③Bの材料をボウルに入れ、よく混ぜ合わせる。鍋に牛肉と野菜を放射状になるように彩り良く盛り付ける。
- ④③にBを適量注ぎ入れて火にかける。煮立ってきたら真ん中に卵を割り入れる。野菜と肉が煮え、卵が半熟になってきたら取り皿に取り分けながら食べる。

材料(4人分)

- 牛もも肉(焼き肉用) …… 400g
- おろしにんにく …… 小さじ1/2
- しょうゆ …… 大さじ2
- すり胡麻 …… 小さじ1
- 砂糖 …… 小さじ1/2
- 胡麻油 …… 小さじ1
- にんじん …… 1本
- 大根 …… 1/4本
- しいたけ …… 8個
- 青ねぎ …… 1束
- もやし …… 1袋
- だし汁 …… 1カップ
- しょうゆ …… 大さじ3
- 酒 …… 大さじ2
- みりん …… 大さじ2
- 砂糖 …… 大さじ1
- 卵 …… 1個(お好みで人数分)



## もくじ

特集  
将来に備えるお金の話 …………… P2・3

“メインディッシュからデザートまで”おすすめレシピ …表紙・P4・5

ケガへの備え …………… P6

生活習慣病の予防と早期発見のために  
がん検診&特定健診・特定保健指導の受診を! …… P7

犬・猫の名前ランキング2024 …………… P8



## 老齢年金の受給額

公的年金制度	2024年度/老齢年金の平均受給額 <sup>※1</sup>
国民年金 (老齢基礎年金) <small>※20歳か60歳までの40年間 保険料を納付した場合</small>	月額 68,000円
厚生年金 (老齢厚生年金) <small>※2 夫婦2人分の老齢基礎年金を含む 標準的な年金額</small>	月額 230,483円

毎年現役世代の賃金や物価の変動をもとに支給額を改定

※1 引用: 日本年金機構HP<令和6年4月分からの年金額等について>  
 ※2 平均的な収入(平均標準報酬(賞を含む月額換算)43.9万円)で40年間就業した場合に受け取り始める年金(老齢厚生年金と2人分の老齢基礎年金(満額)の給付水準です。

## 老後の生活費

夫婦2人世帯65歳以上の生活費

年代	生活費/月額
65~69歳	280,010円
70~74歳	249,589円
平均 (75歳以上含む)	238,919円

※ 引用: 総務省<家計調査報告(家計収支編)2022年>

年金だけでは、老後の生活費をまかないきれない可能性も



大阪お客様サービスプラザ 作成資料

そこで老後資金確保のため、公的年金以外に【資産運用】が注目されています！  
 どうして資産運用(投資)が勧められているのか？

### ① 金利が低いから貯蓄をしてもお金が増えない



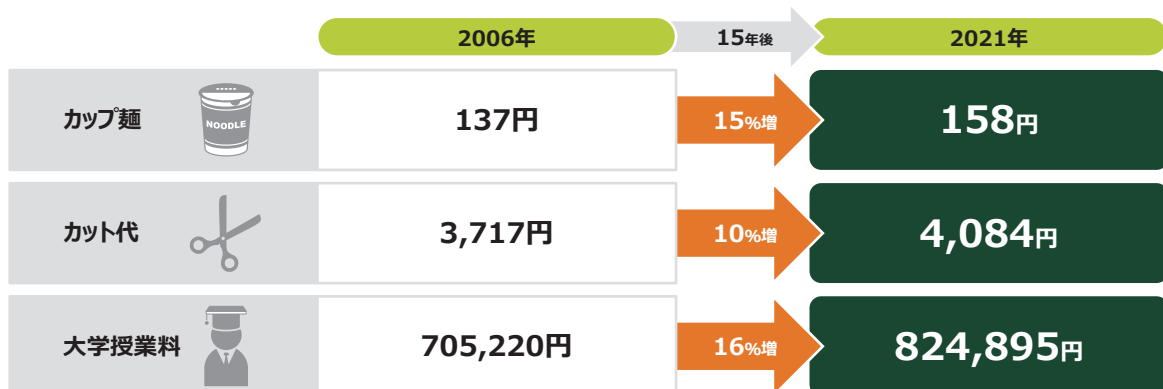
全然増えない



※税考慮せず

大阪お客様サービスプラザ 作成資料

### ② 物価(モノやサービスの価格)の上昇



出典: 総務省「小売物価統計調査年報(2006年、2021年)」

2024年10月25日に東海北陸近畿地区代理店会にて  
SMBCコンシューマファイナンス株式会社 小林様に  
将来に備えるお金の話をテーマにご講演をいただきました。  
その際の記事を1部抜粋して掲載しています。

貯蓄しているだけでは、将来お金が足りなくなるかもしれない・・・  
だから、資産運用(投資)でお金を増やしていく!

金融商品とは

## 金融商品の種類(例)

### 金融商品① 預貯金

銀行や信用金庫へお金を預けること。預けたお金が減る可能性は低いため安全性が高いと言えるが、得られる利子は少ないため、目減りしては困る資金を貯めるのに適しています。



### 金融商品② 債券

債券を保有するとは、国や会社に一定期間お金を貸すこと。定期的に決められた利息がもらえ、期限(満期)になれば、貸したお金が戻ってきます。



### 金融商品③ 株式

株式を保有するとは、その会社に出資すること。定期的な配当金や、値上がりした時に売れば値上がり分の利益が得られます。



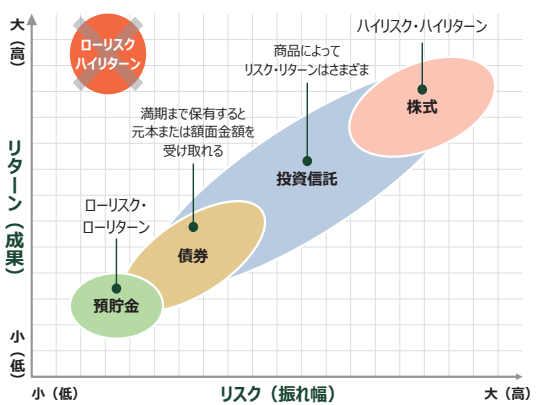
### 金融商品④ 投資信託

多くの人から集めたお金を投資の専門家が運用する仕組み。運用の知識がなくても少額から投資でき、定期的な配当金や、値上がりした時に売れば値上がり分の利益が期待できます。



金融商品とは

## リスクとリターンの関係



※日本証券業協会「投資の時間」サイト(<https://www.jsda.or.jp/jikan/lesson3/>)を元に当社にて作成



## 新NISAとiDeCo

投資のポイントは・・・【長期】【分散】【積立】  
注目の資産運用はNISA・iDeCoが注目されています。

**NISAとは**・・・少額投資非課税制度  
決められた投資金額の範囲内で得られる利益が非課税になる制度。2024年1月から制度が新しくなりました。

**投資のポイントは税制上のメリット!!**

**iDeCo制度とは**・・・自分自身の老後資金を自分で用意する私的年金制度

**3つの税制優遇措置**

①掛金の全額所得控除②運用益は非課税で再投資③公的年金控除(年金)又は、退職所得控除(一時金)

	新NISA (つみたて投資枠)	iDeCo (個人型確定拠出年金)
対象者	18歳以上の居住者	公務員・会社員・専業主婦(夫) 自営業者など
目的	住宅購入、教育資金、将来のための資金など	老後資金
拠出限度額(年間)	120万円	14.4万円～81.6万円
投資可能商品	長期・積立・分散投資に適した一定の投資信託	投資信託・保険商品・預金
払い出し制限	なし	原則60歳まで引き出し不可
税制上のメリット	利益が <b>非課税</b>	利益が非課税 掛け金が <b>所得控除</b> 受給時の <b>退職所得控除</b> 等

大阪お客様サービスプラザ 作成資料

## まとめ

### 資産運用の必要性

「貯蓄」だけでは将来お金の価値が減ってしまう可能性もあります。将来に必要なお金を確保する手段の一つとして、「投資」にも配分することで効率的にお金を増やしていくことも検討してみましょう。

### 投資のポイント

リスクを抑えるために、「長期」「分散」「積立」というキーワードが大切です。

### 金融商品と制度の活用

上手な資産運用のポイントは、将来必要なお金の使い道に合わせて、金融商品やNISA・iDeCoなどの制度を活用しましょう。

ご留意いただきたい点

- 当資料は、情報提供を目的として、SMBCコンシューマファイナンスが作成したものです。
- 当資料の内容、データ・分析等は作成者が信頼性が高いと判断した情報等に基づき作成しておりますが、その正確性・完全性を保証するものではありません。
- 当資料の内容は作成基準日:2024年8月19日現在のものであり、将来予告なく変更されることがあります。

SMBCコンシューマファイナンス株式会社

〒135-0061 東京都江東区豊洲二丁目2-31

TEL:03-6887-1007 (社会的価値創造推進部)

Copyright:SMBC Consumer Finance Co., Ltd. All rights reserved.





# “メインディッシュからデザートまで”おすすめレシピ



(有)ヒューマンジョイントセンターおすすめ

## ニラ玉 豆乳スープ



### 材料(2人分)

- 水 …… 1/2カップ
- ゴマ油 …… 少々
- 卵 …… 2個
- ニラ …… 3本
- 豆乳(無調整) …… 1と1/2カップ
- 鶏ガラスープ …… 小さじ1
- 塩・コショウ …… 少々

### 【作り方】

- ①水とゴマ油を煮立たせる。
- ②とき卵・切ったニラを入れ、フタをして1分蒸らす。
- ③さっと混ぜ、豆乳・鶏ガラスープ・塩・コショウを入れ温める。
- ④ラー油をおとしてもおいしいです。

## 簡単! チキンチャップ



### 材料(2人分)

- 鶏もも肉 …… 250g
- 玉ねぎ …… 1/4個
- じゃがいも …… 1個
- ピーマン …… 2個
- ケチャップ …… 大さじ3
- 赤ワイン …… 大さじ2
- ケチャップ …… 大さじ3
- みりん …… 大さじ1
- 醤油 …… 大さじ1
- おろしにんにく …… 大さじ1
- 塩・こしょう …… 少々
- 乾燥パセリ …… 適量

### 【作り方】

- ①鶏もも肉はひと口大、玉ねぎはスライス、じゃがいも・ピーマンは乱切りに切っておく。
- ②じゃがいもはレンジで1分30秒～2分加熱しておく。
- ③ジップロックに鶏もも肉と玉ねぎ、Aの調味料を入れて揉みこみ、30分から一晩、冷蔵庫でしみ込ませる。
- ④③を熱したフライパンに入れて焼き、火が通ったらじゃがいも・ピーマンを加えて、さらに炒める。
- ⑤お皿に盛りつけ、パセリを散らす。

(株)京都コープサービスおすすめ

## チョコレート サラミ



### 材料(2本分)

- チョコレート …… 105g
- 生クリーム …… 30ml
- くるみ・ピスタチオ(無塩タイプ)・レーズン …… 各10g
- マシュマロ・ビスケット …… 各15g
- 粉糖 …… 適量

### 【作り方】

- ①ナッツ類、レーズン、マシュマロは粗く刻む。ビスケットは手で砕く。
- ②生クリームを湯煎にかけて温める。
- ③チョコレートをボウルに入れて、湯煎にかけて溶かす。湯煎から外して、①、②を加えて混ぜ合わせる。
- ④ラップを広げて③の半量を出し、直径約3cmの円柱状に整えて包む。同様にしてもう1本作り、冷蔵庫で冷やし固める。
- ⑤ラップを外して粉糖をまぶし、食べやすく切っていたく。

## ヨーグルト ティラミス



### 材料(200mlのカップ4個分)

- プレーンヨーグルト …… 400g
- 生クリーム …… 1/2カップ
- 砂糖 …… 大さじ2
- カステラ …… 5切
- ココアパウダー …… 適量
- コーヒー …… 1/2カップ
- 砂糖 …… 大さじ1

### 【作り方】

- ①ヨーグルトは約3時間水切りをする。
- ②ボウルに生クリームと砂糖を入れて9分立てに泡立て、①を加えて混ぜ合わせる。
- ③器にカステラの半量を敷き詰め、Aの半量を全体にかける。②の半量を流し入れて表面を平らにする。同様にして残りのカステラ、A、②を順に重ね、冷蔵庫で約1時間おく。
- ④ココアパウダーをふる。

(株)タクスおすすめ

## 殻ごとえびと きのこの アヒージョ



### 材料(2人分)

- えび …… 8尾
- まいたけ …… 40g
- マッシュルーム …… 6個
- にんにく …… 3片
- 赤唐辛子 …… 1本
- オリーブ油 …… 150ml
- 塩 …… 小さじ1/2
- イタリアンパセリのみじん切り …… 適量

### 【作り方】

- ①えびはよく洗って背ワタを除き、水けを拭く。まいたけはほぐし、マッシュルームは縦半分に切る。
- ②にんにくは縦半分に切り、赤唐辛子は種を取り除く。火にかける器に入れ、オリーブ油を加えて弱火にかける。にんにくの香りがたったら、きのこ、えびの順に加えて火を通す。
- ③塩を加えて味を整え、イタリアンパセリを散らす。

## 鮭の 紙包み蒸し



### 材料(2人分)

- 鮭切身 …… 2切れ
- れんこん …… 100g
- 玉ねぎ …… 1/4個
- 生しいたけ …… 2枚
- しめじ …… 60g
- 塩 …… 少々
- こしょう …… 少々
- めんつゆ(2倍濃縮) …… 大さじ2
- 酒 …… 小さじ2
- すだち …… 適量

### 【作り方】

- ①鮭はAをふる。れんこんは薄いちょう切りにする。玉ねぎとしいたけは薄切り、しめじは小房に分ける。
- ②オープン用シート30cmの長さに切って1の半量をのせる。Bの半量を回しかけ、上下のシートの端を合わせて折りたたみ、左右のシートの端をねじる。同様に計2個作る。
- ③耐熱皿にのせ、レンジ(600W)で約6分加熱する。
- ④包みを開いてすだちを添える。



(有)パル企画おすすめ

## 小松菜 ポテトサラダ



### 材料(4人分)

- 小松菜 …………… 1袋
- じゃがいも …………… 3個
- 塩 …………… 適量
- 玉ねぎ …………… 1/2個
- ベーコン …………… 4枚
- 野菜たっぷり和風ドレッシング …………… 大さじ5

### 【作り方】

- ① 小松菜はさつとゆでて水気を絞り3cmの長さ  
に切り、玉ねぎは粗いみじん切りにする。
- ② じゃがいもは1cm厚さの半月切りにし、塩  
を入れて柔らかくなるまで茹で、ざるにあげ  
ておく。
- ③ ベーコンはざく切りにして、軽く炒めて油を  
切る。
- ④ ボウルに①から③とドレッシングを入れて  
混ぜ合わせる。

## みるく紅茶 プリン



### 材料(4個分)

- 紅茶パック …………… 2袋
- 粉ゼラチン …… 小さじ2
- 水 …………… 大さじ3
- いちご …………… 少々
- 牛乳 …………… 300ml
- 砂糖 …………… 大さじ3
- コーンスターチ …… 小さじ1

### 【作り方】

- ① 水に粉ゼラチンを振り入れ、ふやかしておく。
- ② 鍋にAを入れて、沸騰直前まで温め、紅茶  
パックを入れ、弱火にして煮出す。
- ③ ②が茶色く色づいたら、火を止めて①を加  
えて茶こしでこす。
- ④ 器に③を流し入れ、薄切りのいちごをのせ  
て冷蔵庫で冷やす。

コープエイシスおすすめ

## さつまいもの はちみつバター



### 材料(4人分)

- 不ぞろいさつまいも  
(スティック状に切る) …… 300g
- バター …………… 20g
- はちみつ …… 大さじ1と1/2

### 【作り方】

- ① さつまいもは皮つきのまま切って、水にさらす。
- ② 耐熱容器にさつまいもを入れ、ふんわりとラッ  
プをかけ、火が通るまで様子を見ながらレンジ  
(500W)で約3分加熱する。
- ③ フライパンにバターを溶かし、②を中弱火で  
少し焼き目がつくまで焼く。
- ④ はちみつを絡める。

## 豚肉と白菜の 中華蒸し



### 材料(2人分)

- 豚肉ばらうすぎり …… 150g
- しょうが(すりおろし) …… 1片
- にんにく(すりおろし) …… 1片
- オイスターソース …… 大さじ1
- 酒 …………… 大さじ1
- しょうゆ …………… 小さじ1
- こしょう …………… 少々
- はくさい …………… 3枚
- 洋にんじん …… 1/4本
- にら …………… 1/4束
- CO・OP 切らずに使える緑豆春雨 …………… 40g
- 水 …………… 1/2カップ

### 【作り方】

- ① 豚肉は5cmに切り、Aを混ぜ合わせ、もみこむ。
- ② 白菜は軸と葉に分け、食べやすい大きさに  
切る。にんじんは短冊切りにする。にらは  
4cmに切る。
- ③ フライパンに春雨・にんじん・白菜の軸・葉の  
順に重ね、豚肉を広げてのせ、水を入れ、  
ぎゅっりとふたをして、中火で約10分蒸す。
- ④ にらを加え、さらに1分蒸し、全体を混ぜる。

(株)奈良コープ産業おすすめ

## トマトと豆苗の 肉巻き



### 材料(2人分)

- 豆苗 …… 1/2パック(50g)
- トマト …… 1個(180g)
- 豚バラ …… 8枚(160g)
- 塩 …………… 少々
- 片栗粉 …………… 大さじ1
- サラダ油 …… 大さじ1/2
- 青ねぎ …………… 適宜
- 醤油 …………… 大さじ1
- 料理酒 …………… 大さじ1
- みりん …………… 大さじ1
- 砂糖 …………… 大さじ1/2

### 【作り方】

- ① トマトを8等分のくし形に切る。それぞれ豚肉で  
巻いて塩を振り、片栗粉をまぶす。
- ② フライパンに油を中火で熱し、肉巻きの端を下に  
して並べる。
- ③ 時々転がして全体に焼き色を付けながら火を  
通す。火を止めAをかけてフライパンの中で軽  
く混ぜる。
- ④ 器に盛りつけ、お好みで青ネギやゴマをかける。

## 簡単! ミキサーを使わず 作るかぼちゃと 豆乳のポターージュ



### 材料(4人分)

- かぼちゃ …………… 1/4個
- 豆乳 …………… 250ml
- バター …………… 20g
- 水 …………… 200ml
- みりん …………… 大さじ2
- 砂糖 …………… 小さじ1
- 塩 …………… 2つまみ

### 【作り方】

- ① かぼちゃの種を取り少し濡らしてラップに包みレ  
ンジで温める(600W、6分)。
- ② 取り出してアルミホイルとタオルに包んで10分蒸  
らしてから身をくり抜いてボールに入れて、ペース  
ト状になるまでスプーンで潰した後、みりんと水を  
少しずつ入れながら混ぜる。
- ③ 弱火でフライパンにバターを入れ溶けてきたら混  
ぜたかぼちゃを入れてなじませる。
- ④ 豆乳を少しずつ入れながら混ぜて、沸騰してきたら  
火を弱め、塩・砂糖を入れ少し混ぜたら5分煮込む。
- ⑤ お好みでコンソメや豆乳など追加して味を調えたら  
完成!こだわる人は生クリームやパセリで見た目  
もそれっぽくするのもおススメ。



# 保険のはなし ケガへの備え

## 運動はしていますか??

図 この1年間に行った運動・スポーツの種目 上位20位抜粋 (Q13)

<複数選択可> [基数:回答者全員、直近1年運動・スポーツ実施者]

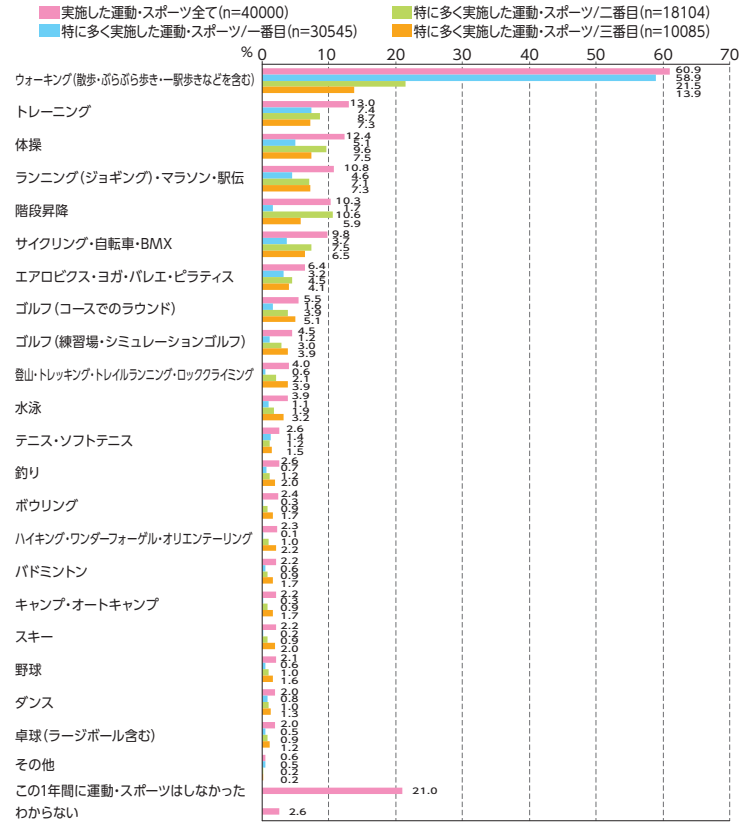
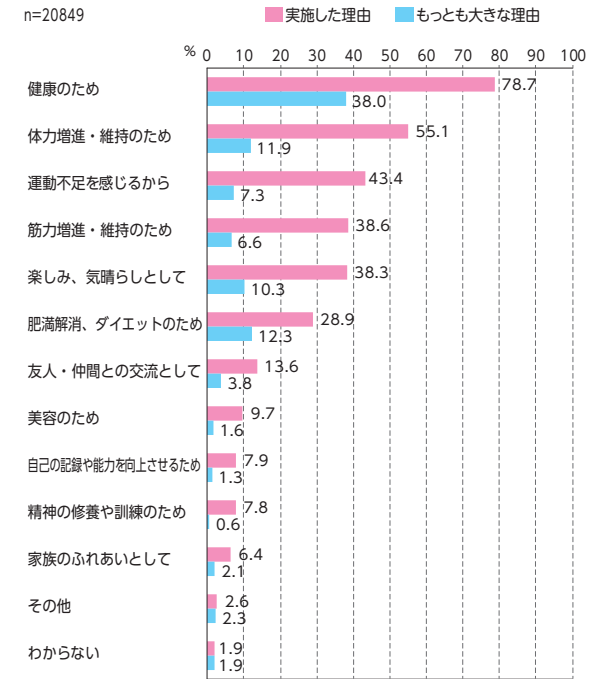


図 この1年間に週に1日以上(年51日~100日)運動・スポーツを行った理由 (Q16-1)

<複数選択可> ※「もっとも大きな理由」は<単一回答>

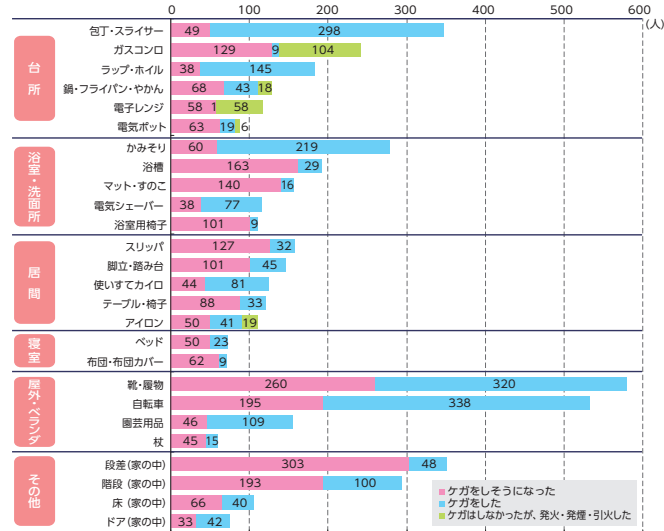
[基数:直近1年運動・スポーツを週1日以上実施できている者]



出典:スポーツ庁令和5年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」  
[https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/toukei/chousa04/sports/1415963\\_00012.html](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa04/sports/1415963_00012.html) (令和5年11月時点)

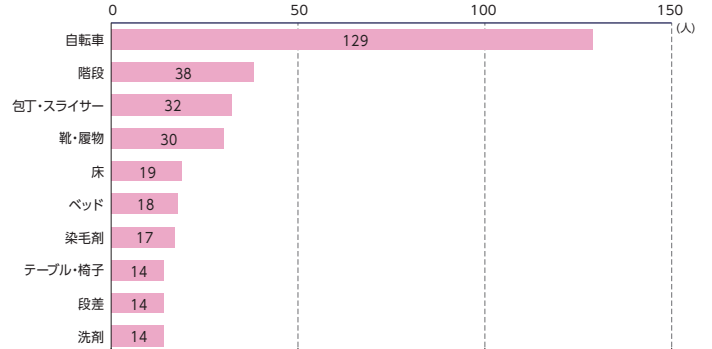
## 身の回りに潜むリスク

図 ヒヤリ・ハットや危害経験



健康増進のため運動を日常に取り入れてみましょう!  
 しかしながら、過度な運動・久しぶりの運動には  
 ケガへの注意が必要です。  
 また、日常でも多くのリスクが潜んでいます。  
 しっかりと備えはできていますか?

図 医療機関の受診状況



出展:東京都生活文化局消費生活部 平成24年2月 ヒヤリ・ハット調査「シニア世代の身の回りの危険」  
[https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.lg.jp/anzen/hyarihat/documents/seniorikihon\\_houkokusho.pdf](https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.lg.jp/anzen/hyarihat/documents/seniorikihon_houkokusho.pdf)

**新 コープのケガ保険**で備えることができます!  
 (団体総合生活保険)

## 生活習慣病の予防と早期発見のために がん検診&特定健診・特定保健指導の受診を!

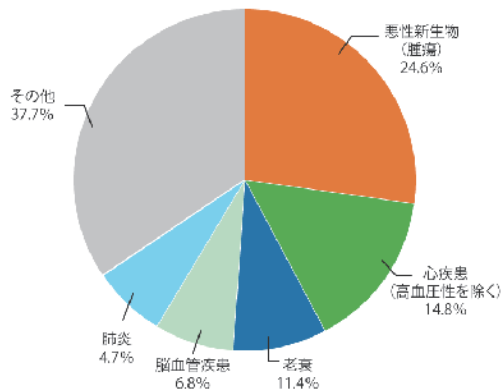
日本人の死因の約5割は、がんや心臓病、脳卒中などの生活習慣病です。生活習慣病の予防と早期発見・治療に重要なのが、「特定健診(いわゆるメタボ健診)・特定保健指導」や「がん検診」などの定期的な受診です。健診(検診)の重要性とその内容、そしてふだんの生活での心がけなどをご紹介します。



### 生活習慣病はなぜこわい?

生活習慣病とは、食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒など生活習慣が、発症・進行に関与する疾患群であり、がん(悪性新生物)、心疾患(狭心症や心筋梗塞などの心臓病)、脳血管疾患(脳梗塞やクモ膜下出血などの脳の病)などの病気が含まれます。但し、生活習慣病の発症には、生活習慣だけでなく遺伝的要因などの複数の要因が影響するという点に配慮が必要です。

生活習慣病は、日本人の死因の半数以上を占めています。特に、がんは30年以上連続で日本人の死因の第1位となっています。



資料:厚生労働省「令和4年(2022)人口動態統計月報年計(概数)」より政府広報室作成

### 「特定健診・特定保健指導」って?

「特定健診・特定保健指導」は、メタボリックシンドロームに着目した「健診」によって生活習慣病のリスクを早期に発見し、その内容を踏まえて運動習慣や食生活、喫煙といった生活習慣を見直すための「特定保健指導」を行うことで内臓脂肪を減少させ、生活習慣病の予防・改善につなげるものです。

特定健診は、毎年受診することが大切です。受診後は、健診結果をきちんと確認し、健康の保持・増進に努めましょう。特定保健指導の対象になった場合は、自分自身の生活習慣を見直す“きっかけ”になると受け止め、是非それを役立てるようにしましょう。

### 「健康寿命」を延ばすためには?

#### 1に「運動」、2に「食事」、しっかり「禁煙」、最後に「くすり」でいつまでも健康に

「健康寿命」とは、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことです。世界保健機関(WHO)でも新たな指標として導入されています。

従来の指標であった「平均寿命」には、寝たきりや認知症などを患って介護が必要となる期間も含まれていました。我が国の平均寿命は世界有数の長さである一方、健康寿命との差(つまり、健康上の問題で日常生活に制限のある生活をする期間)は、男性が8.73年、女性が12.06年と決して短くありません。

健康寿命を延ばして、この「不健康な期間」をできるだけ短くし、健やかで心豊かな生活を継続して送るためには、生活習慣病の発症や重症化を予防し、いつまでも健康を維持することが大切です。そのためには、メタボリックシンドロームのベースとなっている内臓脂肪を減らすことが必要であり、それがたまる原因となる運動不足や食べ過ぎといった不健康な生活習慣の改善が不可欠です。

**生活習慣を改善するポイントは、**

**1に「運動」、2に「食事」、しっかり「禁煙」、最後に「くすり」と言われています。**



毎年恒例 ワンワン・ワン!  
「11月1日は犬の日」



# 犬の名前ランキング2024

( )は昨年順位

順位	名前	頭数	順位	名前	頭数
1 (1)	ムギ	1,255	5 (8)	ラテ	654
2 (2)	ココ	913	6 (5)	マロン	652
3 (4)	モカ	757	7 (7)	モコ	640
4 (3)	ソラ	715	8 (9)	モモ	639
			9 (6)	レオ	572
			10 (10)	チョコ	550

ペット保険シェアNO.1※のアニコム損害保険株式会社が「犬の名前ランキング2024」を発表しました。

総合ランキングでは、「ムギ」が4連覇を達成。2位は昨年同様「ココ」、3位には昨年4位の「モカ」がランクインしました。TOP10圏内の名前に変化はありませんでしたが、昨年8位の「ラテ」が5位にランクアップしています。

(※)シェアは、各社の2023年の契約件数から算出。(株)富士経済発行「2024年ペット関連市場マーケティング総覧」調査

ニャン・ニャンニャン!

# 「2月22日は猫の日」



# 猫の名前ランキング2024

( )は昨年順位

順位	名前	頭数	順位	名前	頭数
1 (1)	ムギ	457	5 (10)	ベル	262
2 (3)	レオ	359	6 (7)	キナコ	260
3 (4)	ルナ	334	7 (16)	ラテ	246
4 (2)	ソラ	278	8 (5)	ココ	244
			9 (17)	コハク	240
			10 (9)	モカ	236

総合ランキング 「ムギ」が5年連続で1位

総合ランキングは「ムギ」が1位を獲得しました。2位の「レオ」に約100頭の差をつけて5年連続のトップとなっています。昨年4位の「ルナ」が3位にランクアップ。2020年はトップ10圏外だったところ、2021年は9位、2022年は7位と人気を高めています。

P2412-001008

## ■近畿地区の生協保険代理店一覧

生協名	代理店名	生協名	代理店名
大阪いずみ市民生活協同組合	大阪いずみ市民生活協同組合 (株)コープ大阪サービスセンター	生活協同組合コープこうべ	(株)コープエイシス
京都生活協同組合	(株)京都コープサービス	西宮市民共済生活協同組合	(有)西宮協同サービス
市民生活協同組合ならコープ	(株)奈良コープ産業	生活協同組合コープしが	(株)タクス
生活協同組合おおさかパルコープ 大阪よどがわ市民生活協同組合	(有)パル企画	わかやま市民生活協同組合	(有)ヒューマンジョイントセンター
大阪市民共済生活協同組合			