

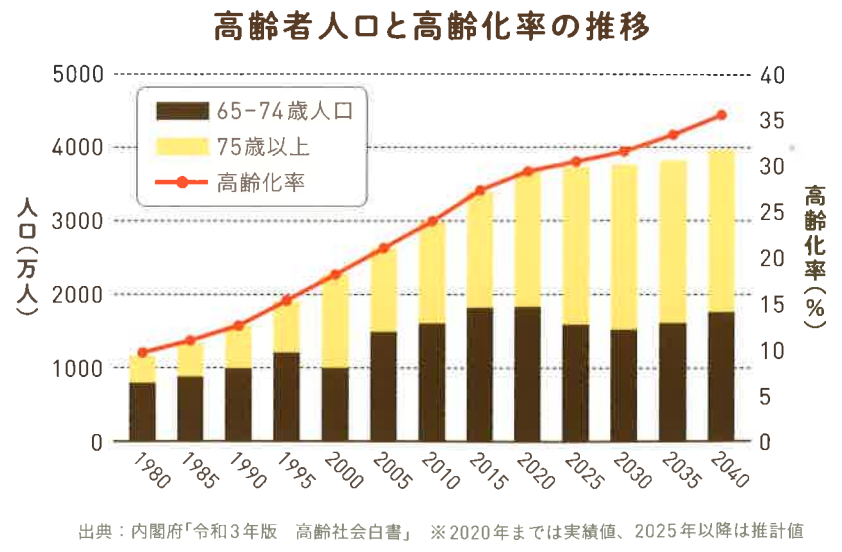
大切なことだから
考えよう。

あなたや、あなたの大切な人のこれからの暮らしと介護

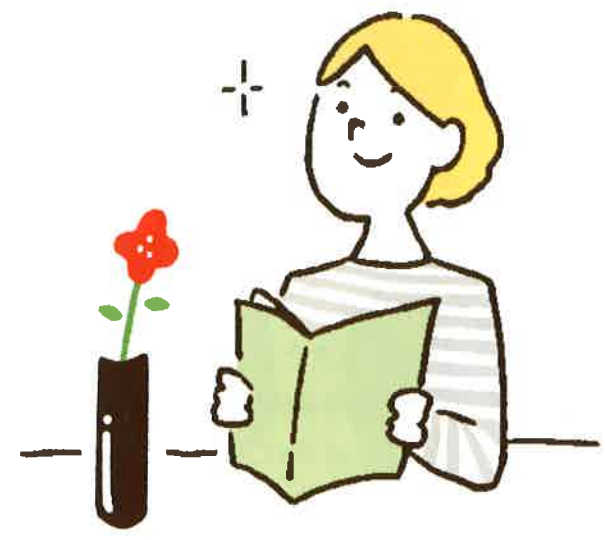


介護や老いへの準備は、みんなにとって自分ごと

「人生100年時代」と言われる現在、日本は65歳以上の人口が4人に1人という超高齢社会です。さらにこの割合は今後も進み、2040年には2.6人に1人が65歳以上になると予測されています。歳を重ねる中で、心身の変化が生じ、日々の生活でのサポートや、介護が必要になる人も増えていきます。超高齢社会でくらす私たちにとって身近な人の介護をする、介護を受けるということは、いつかやってくる「自分ごと」であると言えます。



2020年時点の高齢化率は、28.8%と世界1位。
今後も高齢化が進展し、
介護が必要な人も増加していきます。



いつか来る「その時」のために、正しい知識を身につける。

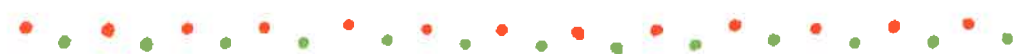
「介護について知らないことが多く辛かった」「まさか自分が介護をする立場(受ける立場)になるとは思わなかった」とはよく聞く言葉です。介護を体験した多くの方は「介護はある日いきなり突然に始まるもの」といいますが、防災と同じように、元気なうちから学び、知識を深め、日頃から備えることが望ましいと言えるのです。

「生協10の基本ケア®」で、前向きに“老い”と“介護”を考えよう。

「生協10の基本ケア®」は、生協の介護が実践している「自立したふつうの暮らし」を支える暮らし・介護の手法をまとめたものです。この冊子では、「生協10の基本ケア®」の考え方をベースに、日々の暮らしで活かせるヒントをご紹介します。歳をとることを前向きに受け止め、自分らしく上手に歳を重ねる。私たち生協の介護は、組合員のみなさんの暮らしに寄り添い、そしてみなさんと共に老い・介護について学んでいきたいと強く思っています。



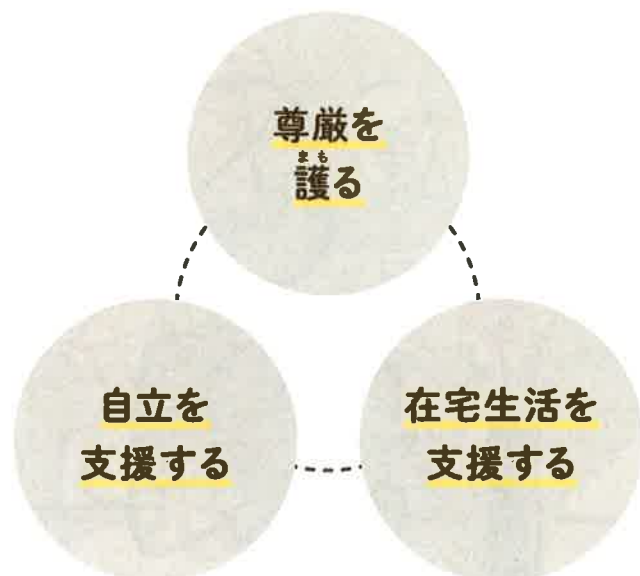
「生協10の基本ケア[®]」とは？



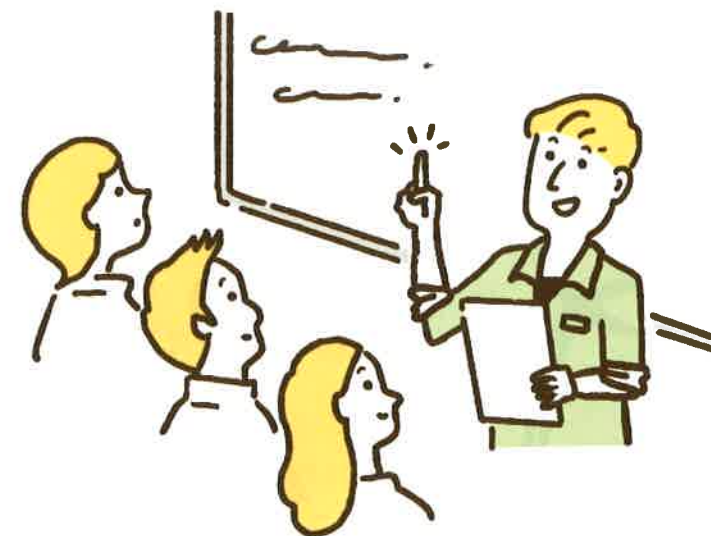
{ 大切な考え方 }

生協の介護が大切にしているおもい

私たちは、誰しもが持つ「自分らしい『ふつうの生活』を送り続けたい」という思いに寄り添うことが大切だと考え、「尊厳を護る」「自立を支援する」「在宅でのくらしを支援する」ことを大切にしています。「生協10の基本ケア[®]」は、生協の介護の実践で培われた「ふつうの生活」を支援するために大切な10の取り組みをまとめたものです。



生協では介護サービスのさらなる質の向上を目指し、全国の生協の福祉事業で、「生協10の基本ケア[®]」の導入を進めています。また、「生協10の基本ケア[®]」を組合員の皆さんにも知っていただき、日々の生活や在宅介護の現場でも生かして頂けるよう情報発信を進めています。



「生協10の基本ケア[®]」で考えるくらし・介護のヒント

本冊子では、「生協10の基本ケア[®]」の考え方をベースに、老いることを肯定的に受け止め、自分らしく上手に歳を重ねるためのくらし・介護のヒントをお届けします。元気なうちから介護予防の知識・具体的な介護の取り組みを学び、あなたや、あなたの大切な人の「生涯にわたる心ゆたかなくらし」をいっしょに実現していきましょう。

{ 10の基本ケアの誕生 }

ならコープを母体とする社会福祉法人協同福祉会が、長年の実践の中で構築したケアの考え方とその方法を「あすなら10の基本ケア[®]」として誕生。その後会員生協と共に検討し「生協10の基本ケア[®]」として全国への展開を始めています。

心ゆたかなくらしを実現するための「生協10の基本ケア[®]」

