

高齢者介護施設

きらめき

あなたらしさ  
いつまでも

「生協10の基本ケア」のご紹介

# 介護は「まだ先」の話？ ～自分らしく、福井で暮らし続ける～



介護は「まだ早い」「必要になったらお願い」…そう  
思っていませんか？しかし、2025年時点の統計上、  
65歳以上の約5人に1人が要介護・要支援認定を受  
けています(※)。病気やケガは、ある日突然やってくる  
もの。決して「ヒトゴト」(他人事)ではありません。

(※) 出典：厚生労働省ホームページ  
<https://www.mhlw.go.jp/topics/kaigo/osirase/jigyo/m25/2511.html>

自分や家族に介護が必要になった時、今まで通り、自分らしく、  
好きな場所で暮らしたい。そう願うのはみんな同じです。

## 県民せいきょうの介護理念は 「あなたらしさいつまでも」

「人のお世話になるのは、少し気が引ける」、そう感じる方  
も多いかもしれません。でも生協は、単に「介護」をするだけ  
ではありません。住み慣れた福井で最期まで自分らしく暮らす  
ための「自立支援」を大切にしています。そのための具体的  
なケア指針が「生協10の基本ケア」です。

## 「生協10の基本ケア」とは

「新鮮な空気を吸う」「座る姿勢を整える」「おむつに頼り  
すぎない」といった、人が元気に暮らすための当たり前の習慣を  
大切にするケアです。2018年から始まり、現在では福井を含  
む全国45の生協に広がっています。

## 生協10の基本ケア

- 1 換気をする
- 2 床に足をつけて座る
- 3 トイレに座る
- 4 あたたかい食事をする
- 5 家庭浴に入る
- 6 座って会話をする
- 7 町内におでかけをする
- 8 夢中になれることをする
- 9 ケア会議をする
- 10 ターミナルケアをする



介護は特別なことではなく、日々の「くらし」の延長線  
にあります。介護で困った時は生協の高齢者介護施設「きら  
めき」に、気軽にご相談ください。

大切なのは日頃からの備えです。ぜひ一緒に介護につ  
いて考えてみませんか？

※各地域で「生協10の基本ケア学習会」を開催しています。  
詳細が決まり次第本誌やホームページなどでお知らせします

Profile

結城きらめき 施設長 内村 真大



結城きらめき  
受付時間/  
月～金 9:00～17:00  
(祝日含む)  
TEL.0770-21-0017

結城  
きらめき

ホームページ

