

大阪府生活協同組合連合会

講座『生協10の基本ケア』

～自立した在宅生活を支援するための介護サービス～

超高齢化の進行が進む日本では、2025年に向け、可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最期まで続けることができる地域包括ケアシステムの構築が進められています。2018年4月からは介護報酬が改定され、自立支援・重症化予防の取り組みがさらに強化されました。講座「生協10の基本ケア」の特長は、利用者ご自身の「ふつうの生活」を取り戻し、利用者・家族の生活の質を高めるものです。座学中心に学びます。

日 時： 第Ⅰ期 2019年9月4日（水）～10月16日（水）

第Ⅱ期 2019年10月17日（木）～12月19日（木）

会 場： 第Ⅰ期 大阪府社会福祉会館

第Ⅱ期 あべのハルカス23階（大阪健康福祉短期大学）

時 間： 10時～12時

参加費： 1講座500円 連続5講座受講の方2,000円

募集人員： 50名（事前に受講申し込みをお願いします！）

その 他： ・チケット制です。

・5回講義受講された方には、修了証が発行されます。

・1講座のみの受講も可能です。

・連続講座は、第Ⅰ期、第Ⅱ期とまたがっての受講も可能です。

申 込： EメールまたはFAXにてお申込みください。

Eメール： m-koyama@fm2.seikyou.ne.jp

FAX： (06) 6762-7296

受講に関するお問い合わせ先

大阪府生活協同組合連合会 TEL (06) 6762-7220 ※受付時間 平日10時～17時

受講申込書

ふりがな 氏 名		連絡先	※ 携帯をお持ちの方は携帯番号をご記入ください
住 所	〒		
希望日程	① 第Ⅰ期	② 第Ⅱ期	③ I期・Ⅱ期 混合

※受講申込書に記載いただく個人情報は、本講座における事務及び関係資料作成にのみ利用するものであり、その他の目的に使用するものではありません。

※本講座では、活動広報のための印刷物やSNS、ホームページ等に記載する写真撮影を予定しています。写真撮影および印刷物等への掲載についてご理解、ご了承くださいませよう願いたします。

講座「生協10の基本ケア」研修スケジュール

回	第Ⅰ期	第Ⅱ期	研修：講義と簡単な実技（デモンストレーション）
1	9/4 (水)	10/17 (木)	オリエンテーション・「生協10の基本ケア」概要 高齢化社会って、どんな社会？ / 元気なうちから暮らしに生かす・知っておきたい「生協10の基本ケア」
2	9/19 (木)	11/6 (水)	「暮らしの基本」編 ①換気をする： 窓を開けよう。新しい空気を取り入れよう。 ②床に足をつける： 床に足をつけて立ち上がる。足の裏への刺激が大切。
3	10/3 (木)	11/21 (木)	「日常生活動作」編 ③トイレに座る： オムツには頼らない。トイレに座って用をたす。 ④温かい食事をする： 食事を見る、香りをかぐ、よく噛んで食べる。 ⑤家庭浴に入る： 湯舟につかって、「ああ、気持ちいい～」が大切。
4	10/10 (木)	12/4 (水)	「いつもの暮らしが大切」編 ⑥座って会話をする： 会話を楽しむ。おしゃべりは、私たちの相互ケア。 ⑦町内におでかけする： お散歩する。買い物を楽しむ。言葉を交わす。
5	10/16 (水)	12/19 (木)	「私が人生の主人公」編 ⑧夢中になれることをする： 夢中になることを作る。組合員活動を楽しむ。 ⑨ケア会議をする： みんなで見守る。暮らしの安全・安心を地域から。 ⑩ターミナルケアを考える： 「自宅で最期まで」自分の生き方を大切に。

