

～たすけあい・ささえあい・わかちあい～

生協10の基本ケア ～知って安心 学んで安心～

「自分が住んでいた家に最期まで住む」というのは当然の権利です。
「10の基本ケア」を介護の合言葉にして、みんなが普通のくらしの中に取り入れられるよう地域でひろめていきましょう。
1～10まで順番に掲載いたします。ご期待ください。

基本ケア5 「家庭浴に入る」



日本人には、湯船につかるという文化があります。家庭で湯船にお湯をはり、毎日入浴することで健康文化を保っています。シャワーや清拭で清潔を保てばよいというものではありません。湯船につかり体温を温めることで免疫力を高めることができると言われています。体温が平熱より1度あがるだけで、免疫力は一時的に5倍～6倍にも増し、逆に体温が1度下がると免疫力は30%以上も落ちると言われています。千葉大学などの研究チームが浴槽入浴と要介護度の関係を調査され、週に7回以上湯船に浸かる人は、そうでない人に比べ要介護になるリスクが3割も減るそうです。ゆっくりと湯船に浸かることはとても大切です。協同福祉会の施設には機械浴(湯船に入る機械)はありません。すべて自宅と同じような浴槽でその大きさも内寸が60cm×90cmで深さが50cmと統一されています。この大きさは湯船のなかで事故が起こらないように考えられた大きさです。(お年寄りが肩まで入って膝が曲がるぐらいの大きさ) 施設にこのような風呂環境をつくり、お年寄りが自宅の風呂を想定して入浴リハビリ訓練をおこない、再び自宅のお風呂に入浴できるようになることをめざしています。

社福)協同福祉会

コープあったか便8号車運行開始

奈良市東部に新コース

1月24日(月)からコープ朱雀よりコープあったか便移動店舗8号車の運行を開始しました。今回の増車により、奈良市内に2コースを新設しました。明治地区コース(北永井町・南永井町周辺)と東市地区コース(古市町・藤原町周辺)を運行します。なお、運行開始日は現在調整中です。地域のみなさま、ぜひご利用ください。

☆移動店舗の停留所および運行時間は、ならコープホームページでご確認ください。



コープ学園前 リニューアルオープン

3月4日、コープ学園前店がリニューアルオープンしました。

今までよりも、明るく、活気が溢れる店内、あなたの探している安心安全がそこにあります。是非、新しくなったお店に足を運んで下さい！！

従業員一同、あふれる愛で、お待ちしております。



おすすめコープ商品

CO-OP

モーニングクロワッサン

ふんわりとした食感とほんのりとした甘さが特徴のクロワッサン。こんなにおいしいのに、長期保存(賞味期限45日)ができます！

忙しい朝にクロワッサンにハムとチーズをはさんで食べるのが子どものお気に入りです。

