

ぬちぐすい新聞

令和 元年 8月 第26号

発行

沖縄市地域包括支援センター西部北

沖縄市胡屋 7-1-28

098-988-5525



生活支援コーディネーター

（比嘉 久美子）



コザ中学校で発足！地域生徒会の活動で発見！ 地域の方が大活躍っ～！！



コザ中学校の教育目標「コザを愛し、将来コザに貢献できる生徒を育む」の実現に向けた、学校と自治会の協働取り組みとして、地域生徒会が結成され、各自治会で活動が始まっています。中学生が地域の自治会長や民生委員など地域の方と一緒に防災について考えたり、歴史・文化を学んだりする事で、地域に目を向けるきっかけになっていると感じました。この活動が今後も継続し、多世代の繋がり場になっていくと良いな～と思います。



胡屋自治会
「防災ウォーク」

中の町自治会
「上地拝所案内」



センター自治会
「ヒストリート見学」



園田自治会
「エイサー」



健康クラブパンダで地域交流



健康クラブパンダでは、毎週金曜日 13時半から、一番街の店舗にてラジオ体操やペットボトル体操を行っています。最近では、ご近所にある「デイサービス恵泉おりおん」の利用者さんも一緒に参加し体操を行っている様子も見られますよ～。
地域交流しながら一緒に健康づくりが行える場所が今後も増えていくと良いなあと感じています (*^_^*)

FMコザ×まるラジコライベント 第1弾「FMコザでちゃーびら体操」

FMコザで介護予防講座を開催しました～。
今回のイベントは、地域の方がFMコザへ「ちゃーびらさい！」と気軽に入出りできるようにになって欲しいというFMコザパーソナリティの願いから西部地区（西部北、西部南）生活支援コーディネーターを中心に実現しました。イベントでは沖縄市介護保険課地域支援担当の介護予防についての講座と「いきいき百歳体操」の実践が行われ、地域住民、FMコザ職員、沖縄市内の生活支援コーディネーター、社会福祉協議会などが参加し、体操終了後の、コーヒーを飲みながらの交流も盛り上がりました。地域のちょっとした場所や、個人の家、空き店舗などでも体操を行うことができますよ！やってみたい！興味がある！と思ったそのあなた！是非ご連絡下さいね～♪地域貢献で空きスペースを貸したい、何か手伝いたいけど何ができるか知りたい！などの企業、団体も募集していますよ～♪



FMコザ 76.1
沖縄市まるっとつながるラジオ
まるラジ
市内の生活支援
コーディネーター
が出演！！
毎週火曜日午前10時半～11時
地域の情報を発信しま～す♪



ラジオ生中継～



第1火曜日担当です♪



7月のコーディネーター報告！ 沖縄郵便局より、認知症についての講座を行いたいと相談があり、包括支援センター認知症地域支援推進員と一緒に郵便局で打ち合わせをしてきました。職員さん向けに現在調整していますよ～。市内の介護施設などからも依頼が入ってきます。福祉関係者はもちろんですが、それ以外の個人や企業も認知症に対する関心が高まっているのだと感じています。認知症になっても安心して暮らせる地域を目指しながら、講座を企画していけたらと思っていますよ！
包括西部北では意見交換・交流会を開催しています。このような場へ参加したい、コーディネーターにも参加してほしい集いがある！という方は是非！！生活支援コーディネーターの比嘉（☎988-5525）に連絡下さい♪
意見交換・交流会（協議体）では皆さんの声「できたらいいな☆」をカタチにしていきますよ～。意見交換・交流会の場以外でもみなさんの声を聞かせてくださいね～！！

～ GoGo25!! ～

ウォーキング始めました♪
主に職場の付近を歩きますが、海や公園など自然を感じられるコースも最高です★継続していけるように熱中症に気をつけながら頑張っていきますよ～！皆さんも熱中症に気をつけながら、夏を乗り切りましょ～！



講座お知らせ

①めちぐすい講座

8月19日(月曜日)10時～12時
社会福祉法人緑樹会ケアハウス
はいびすかす(胡屋7-1-21)

内容:「認知症について」

講師:包括支援センター西部北
認知症地域支援推進員 山内氏

参加費:無料 対象者:だれでも

これってどういうこと？こんな記事載せてほしい!! 等気付いたこと教えてくださいね～☆