

# ぬちぐすい新聞

令和 2年 5・6月 第34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)



## 子育て支援プロジェクト～in FM コザ～



5月2日～5月6日の期間に行われていた取り組みを紹介！！

沖縄県内2箇所で子育て支援プロジェクトが行われ、中部地区はFMコザが食料配布の窓口となり日々、食材の提供と受け取りが行われていました。子どものいる家庭を中心に行われた取り組みでしたが、必要な方は受け取りに来てもOKということで、幅広い世代がFMコザに顔を出していきまして、地域密着の取り組みだと感じましたよ～。今後は、「あしながプロジェクト」として活動を続けていく予定とのことです。



## 「軽トラがマスクを着けてる～！！？」

泡瀬第三自治会では、新型コロナウイルスの感染予防の取り組みとして、マスク姿の軽トラにて、声掛けを行い、さらに、婦人会で作成した手作りマスクを車に乗せ、マスクを着用しないで歩いている方々へ配布を行っていました～。  
マスク姿の軽トラ！！ナイスアイデアです(\*^\_^\*)♪



マスクが繋ぐ人の輪～マスクプロジェクトありがとう～  
県内ユучューバーの「ハイサイ探偵団」より沖縄市役所へ手作りマスクの寄贈があり、地域包括支援センター西部北もマスクを分けて頂きました！必要とする方に届けるため、西部北地区の自治会やサロン・通いの場へ配布を行いました！市内の各地域では活動が少しずつ始まっています。このマスクを活用して活動を行ってもらえたらなあと思います。  
引き続き手洗いうがいをこまめに行いませよ～ (\*^\_^\*)  
「ハイサイ探偵団」の皆様、地域の為にありがとうございました！



マスク番外編  
胡屋自治会のお二人が着けているマスク、実は・・・紙ナプキンだそうです！クオリティが高くてビックリしました！鼻の部分にはワイヤーも入っていて工夫されています！



園田自治会  
末吉会長



中の町自治会  
照屋会長

八重島高層住宅  
安次嶺会長



胡屋自治会  
長嶺さん、鳥袋さん



八重島自治会  
親川会長



マスク越しでも笑顔を感じます😊

## 令和2年度ぬちぐすい講座開催見送りのご報告。

新型コロナウイルス感染予防の観点から、今年度はぬちぐすい講座をお休みします。その分、「出前講座」に力を入れていきます。皆様の集まりやすい場所で開催が可能ですので、お気軽にご相談下さい。  
※三密（密閉・密集・密接）を避けての開催相談をさせていただきます。



健康寿命  
について



認知症の  
理解



施設見学

(昨年度開催の様子)

## 新型コロナウイルス

感染拡大を予防する「新しい生活様式」について

- 人との間隔はできるだけ2m(最低1m)空ける。
- 遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするとき、症状がなくてもマスクを着用。
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 入室時や食事前等、こまめに石けんを使って30秒ほど時間をかけてしっかり洗う。
- こまめに換気



換気をしよう



手を洗おう



マスクをしよう



こまめな水分補給

炎天下を避けよう

風通しを良くする

睡眠・栄養しっかりとる

※熱中症は、室内でも多く発生しています。夜も注意が必要です。

家族や、ご近所同士で「水分とってる?」、「少し休んだほうが良いよ〜」など、声をかけ合ひましょう。コミュニケーションが命を救うこともあります!!

### 特別定額給付金について

申請期間：令和2年5月25日～令和2年8月24日(当日消印有効)

特別定額給付金に関する問い合わせ先

沖縄市役所 地下1階 特別定額給付金担当

コールセンター電話番号：098-923-1238

## ～ GoGo25!! ～

段々と暑くなってきた今日この頃。  
社会福祉法人緑樹会のファミリーガーデンで  
花々が彩り豊かに咲き誇っていますよ～。  
ガーデンを眺めていると、一匹の蝶々が・  
ガーデンにも蝶々が来るようになったんだなあ  
生命力を感じるガーデンです。  
みなさんも遊びに来てみてください～い♪



「まるラジ」  
FMコザ 76.1  
毎週火曜日  
10:30～放送中

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～☆