# ぬちぐすい新聞

令和 2年 11月 第 38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) がなり

## コザ運動公園で魅力的な人たち見~つけた!!

早朝のコザ運動公園では、ウォーキングや太極拳など様々な活動が行われています。そして、6 時半になると、それぞれの団体が持っているラジオから「ラジオ体操」が聞こえてきます。 ラジオ体操第一と第二を行った後は、帰宅する方・再びウォーキングする方・一休みしながらゆんたくを楽しむ方々など自由ですが、不思議とラジオ体操中は一体感を感じます。

近隣の方はもちろん、遠方から来る方、食材の仕込みを終えて来る方、犬の散歩がてら参加する方など色々な方の

参加があり楽しい雰囲気 がでていますよ~。

> 持ち寄りや、差入れで お腹も心も いっぱいに~!!!





★10月の SC(生活支援コーディネーター)Good ポイント!!★ ば「森の喫茶店」ほとんど毎日、朝の運動の後に集まれるメンバーが集合している様です。お話を聞いてみると、「一日はこの活動から始まるよ~」と話されており、メンバーの生活の一部になっている様子が見られました。この活動のすごいところは、通りすがりに、お菓子の差し入れと釣り情報を持ってくる方がいたり、歩いている方との交流が取れる程に暖かい雰囲気である所です。また、ウォーキングしている方を眺めながら「あの歩き方が身体に良いみたいよ!」など健康に関する情報交換をしたり、お勧めの音楽を教えあったりとステキな集まりでした~(\*^\_^\*\*)

毎日参加したくなるような集まりって・・・素晴らしいですね♪

#### ★お知らせ★

#### 「包括支援センター西部地区パネル展」

場所:琉球銀行 諸見支店

期間: 令和2年11月4日(水)~11月19日(木)

内容:包括支援センターの役割、地域の集いの場紹介など







### センターグラウンドゴルフ大会

センターでは、毎月第3土曜日午前9時から 八重島公園にてグラウンドゴルフを行ってお り、10月には年に1度のセンター地区グラ ウンドゴルフ大会が行われました。皆さん 楽しそうに参加されていました。ホールイン ワンが出た際には大盛り上がりでした♪♪ 今回は、ゲーム間の休憩時間に包括支援セン ターについてのお話もする事ができました。 また、毎週水曜日の午後2時からはセンター 公民館にて、センター老人クラブ(さわやか 会)の活動が行われています。さわやか会



※写真撮影の為マスクを外しています。

では、「踊り」や「いきいき百歳体操」など活発に行われています。

# 胡屋視察研修~in こともの回

10月、「こどもの国」にて胡屋福祉連絡会(がじまる会)の、 視察研修が開催され、講話・施設内の見学を行いました。 獣医師の金城さんによる講話「動物園における福祉」では、



※写真撮影の為マスクを外しています。

福祉の意味「welfare:well(良く)Fare(生きる)」から、動物の感情表現(行動)の理解が大切であることを学びました。「ヒト」の概念の感情をそのまま動物に当てはめてしまってはいないか。「押し付け」「相手を知らない誤解」が生じていないかなど問いかけがありま

した。そこでハッとしたのが 動物の福祉を学んでいたけど 「ヒトの福祉」にも当てはま るのではと感じました。



### $\sim \text{GoGo25}!!$

センター自治会の会長から、珍しい植物を 教えてもらいました~(\*^\_^\*) 数年に一度しか花が咲かないそうです!!

もうそろそろ咲くとのこと。

何色の花が咲くのか、どんな形で、どんな 大きさなのか・・・とっても楽しみです。 開花を見逃さないようにしたいなぁ。笑





「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~☆