

ぬちぐすい新聞

令和 4年 4月 第50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

(山田 奈津美)



☆各地域でステキな活動が再開しています☆

「中の町公民館」

ゆんたくサロンつばき

日時 ↓

毎週金曜日

午後 2 時～3 時

活動内容 ↓

いきいき百歳体操、
かみかみ百歳体操



「センター公民館」

さわやか会

日時 ↓

毎週水曜日

午後 2 時～4 時

活動内容 ↓

いきいき百歳体操、
おどり、茶話会



「園田公民館」

いきいき百歳体操

日時 ↓

第 2・第 4・第 5 水曜日

午前 10 時～12 時

活動内容 ↓

ちゃーがんじゅう体操、
いきいき百歳体操



生きデイも再開していますよ～♪



自治会	日時	場所	備考
胡屋	第 2・第 3 金曜日 14 時～16 時	胡屋自治会 《 多目的ホール 》	65 歳以上の各自治会住民 ならどなたでも参加可能。 参加費 ↓ 1 回の参加につき 100 円！ ※生活保護受給者は無料♪
センター	第 2・第 4 月曜日 14 時～16 時	センター自治会 《 2 階 》	
中の町	第 2・第 4 水曜日 10 時～12 時	中の町自治会 《 1 階 集会所 》	
園田	第 1・第 3 水曜日 10 時～12 時	園田自治会 《 1 階 集会所 》	
八重島	第 2 月曜日・第 4 木曜日 10 時～12 時	《 尚武館空手道場 》	

3 月号穴埋めクイズの答え(赤字) : ①一喜一憂 ②以心伝心 でした！ 次回もお楽しみに♪



沖縄市まるっとつながるラジオ

F M コザ 76.1 **まるラジ**

毎週火曜日 午前10時～放送中☆
第1火曜日担当です♪



この番組は、沖縄市地域包括支援センターの生活支援コーディネーターが企画・製作で地域の情報を発信する番組となっています。令和3年10月12日から新企画が始まっています。その名も「**押しメン**」！

「押しメン」とは、「お薦めメンバー」の略です。地域のボランティア活動をしている方や地域で頑張っている方、店舗経営をしている方など、ゲストでお招きし応援していく企画となっています。

令和4年4月のゲストは、センター自治会から新自治会長の松田さんでした。

センター自治会・前会長我喜屋 盛永氏の志（こころざし）を引き継いだ新会長の松田 健治氏は、「まるラジ」の放送で「センター地区をもっと盛り上げていきたい」と熱く語ってくれました。西部北 SC（生活支援コーディネーター）としても、センター地区の民生委員・地区関係者と連携しながら、精一杯サポートしていきたいと思いました。



令和4年5月のゲストは、東部北圏域の大里自治会からです。お楽しみに～😊♪



情報ボックス設置しました♪

新たに、みんなのももやま子ども食堂と宮古そば 愛へ情報ボックスを設置しました。みんなのももやま子ども食堂は、包括西部北と包括西部南の広報誌やイベントなど地域の情報発信として置いています。宮古そば愛は、包括西部北の広報誌やイベントなど地域の情報と社協の広報誌などを置いています。



介護予防がんじゅうポイント制度に活動者登録してみませんか？

介護予防がんじゅうポイント制度とは、市内在住の65歳以上から活動者として登録ができ、やってみたい活動や趣味・特技など「できる事」を活かせるボランティア活動です。活動(地域貢献)することでポイントを貯めていき、年度末(毎年3月)に換金できる制度となっています。例えば、高齢者の話し相手や高齢者のお宅のゴミ出し、介護事業所などでのお茶出しや花壇・庭の手入れなど、活動者が無理をせず楽しく生きがいを持ってできる目的での活動内容になっています。

「地域の役に立ちたい!」、「活動に興味がある!」という方がいらっしゃいましたら一度、地域包括支援センター西部北 山田(第2層生活支援コーディネーター)までご連絡下さい。

これってどういうこと?こんな記事載せてほしい!! 等気付いたことがありましたら教えてくださいね～☆