

ぬちぐすい新聞

令和 5年 6月 第64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)



『高齢者サロン』が立ち上がりました♪



◎活動名 ▶ ろゑはゑす

◎日時 ▶ 第2・第4(木)10時～11時半

◎場所 ▶ ケアハウスはいびすかす

◎住所 ▶ 胡屋 7-1-21

◎内容 ▶ 体操、ゆんたく

◎ろゑはゑすとは・・・「健康的で持続可能な生活スタイル」
様々な体操を行いながら緑樹会の施設『ケアハウスはいびすかす』会議室の空き時間を利用して活動しています。

どなたでも参加可能なのでぜひお越しください(*^_^*)♡



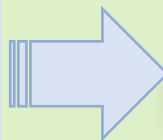
「高齢者サロンを立ち上げたい!」、「興味がある」、「行ってみたいけど1人では行くには勇気がある」など
など高齢者の居場所について気になる方、不明点等がある方は生活支援コーディネーター(山田)までお声かけ下さい。



～5月8日👉ゴーヤーの日～

胡屋自治会ではゴーヤー天ぷらが配布されがじまる会のみなさんで頂きました。

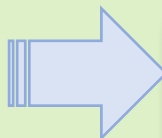
「胡屋でゴーヤーを食べる」という語呂合わせ風になっていますが、調理したみなさんありがとうございました♪



いっぺ～ま～さたん♪

一番街にてゴーヤーチャンプルー約200食と苗木が無料配布されました。

また、ゴーヤー約60本があり、スタッフにじゃんけんで勝った人が受け取るという面白イベントが行われました♪



～さわやかカフェ(認知症カフェ)～

5月31日(水)に第1回さわやかカフェが開催されました。地域からは20名前後の方々が来ていました。さわやかカフェでは、認知症のことや認知症予防に関する講話・脳トレや体操を行い、包括職員や見学に来ていたケアマネージャーと有意義な意見交換会を行われました。



☆認知症カフェとは・・・

「認知症の人やその家族が地域の人や専門家と互いに情報を共有し、理解し合う場」です。



～さわやか会 視察研修～

5月28日(日)にさわやか会の視察研修がありました。5月にグランドオープンしたやんばるの学び&文化交流の拠点である「名護博物館」へ行ってきましたよ～♪
約31名が参加しており、やんばるの様々な歴史を学ぶきっかけになりました(*^_^*)



沖縄市まるっとつながるラジオ

FMコザ 76.1 **まるラジ**



毎週火曜日 午前10時～

☆生放送でお届けしています☆

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。



出演者大募集中/～

ニコニコ!! ～2525!!～

緑樹苑の花壇はにぎやかですね～! いつでもキレイなお花たちが迎えてくれます☆



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～☆