

# ぬちぐすい新聞

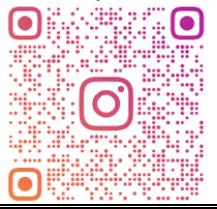
令和 6年 8月 第76号



公式ホームページ



公式Instagram



## 沖縄市地域包括支援センター西部北・西部南合同 見守りサポーター養成講座

### ぬちぐすい座談会



7/11(木)、コザ運動公園 陸上競技場 会議室にて第2回ぬちぐすい座談会を西部北地区と西部南地区合同で開催しました。第2回目は、『健診結果の見方、活かし方について』をテーマに沖縄市役所 市民健康課の栄養士(3名)による講話を行いました！第3回目は、8/8(木)『スマホ講座(初心者編)』、第4回目は、9/20(金)『循環バスに乗ってピクニック！』となっています。9/20(金)のみ、午前から午後にかけてのピクニックとなっています。また、昼食代金と飲み物の持参をしたうえで、ご参加希望の方は裏面の【電話番号】・担当<山田>までご連絡下さい♪

### 中の町願寿会

#### ☆新会員歓迎・交流グラウンドゴルフ大会☆

7/17(水)に中の町老人クラブ願寿会の『新会員歓迎・交流グラウンドゴルフ大会』が行われました。グラウンドゴルフ大会と一緒に参加しながら会員同士の交流がされており、良い交流会だったなと感じました😊

#### 🚩 開会式 📷



### 園田自治会 買い物サークルが立ち上がりました！

8月より『園田 GOGO ショッピング』が立ち上がりました。

【日時】第4(金)11時30分～13時頃まで

8月は、2日に活動します！

【場所】園田公民館からマックスバリュ山里店へ！

【参加費】無料

※買い物に行くので、金銭と買い物袋の持参をお願いします。

【連絡先】園田自治会(098-933-4211)

包括西部北(098-988-5525)

### コザ Pa! ~シニア向け 転倒予防教室~



柔道の受け身を活用した『転んでも大ケガを防ぐ』転倒予防教室！

みんなで和気あいあいとしながら、『転んでも大ケガを防ぐ』転び方を習いました。興味のある方は、ぜひ【担当: 當山さん TEL:090-6869-6068】へご連絡をお願いします



7/24(水)瑞慶山さん・宮里さん、7/25(木)稲嶺さん・兼城さんの計4名が2日間に“具志川看護専門学校の看護学生さん”が実習に来ていました。

『地域で生活する人々の健康と暮らしを支える看護の基礎的能力を養う』ことを目的としており、地域包括支援センターの概要や主な仕事内容など現場で職員がどのような動きをしているのか、実際に地域の方々が普段どのような生活をしているのか、元気の秘訣とは何かなどを公民館等へ出向き、一緒に参加しながら学んでもらいました。実習生からは「地域の方々の普段の暮らしぶりを直に知ることができてとてもよかった。」や「包括職員のみなさんが現場でどのように動いているかを実際に見れてすごく勉強になった。」などのこえがありました。快く受け入れてくださったみなさん、ご協力ありがとうございました(\*^^\*)



★第6回 さわやかカフェ(認知症カフェ)★

7/24(水)に第6回さわやかカフェを開催しました。

今回は、すこやかホームケアサービスの福祉用具専門相談員(赤嶺さん)をお招きし、『福祉用具を知って、日常生活を豊かに!』をテーマに講話していただきました。



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~11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・制作し、地域の情報を発信する番組となっています。

YouTube やツイキャスから見れます。

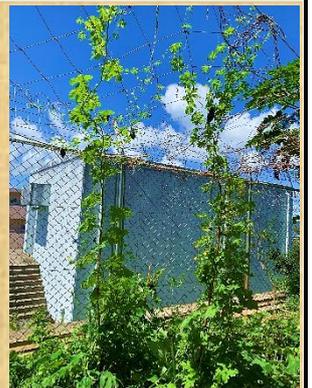
また、見逃し・聞き逃しはYouTubeで『まるラジ』と検索すると見れるようになっています♪



出演者  
大募集中/～

～2525!!～

緑樹苑デイサービスさんを紹介!  
地域とのつながりということで、胡屋自治会の『ゴーヤプロジェクト』を一緒に取り組んでいたり、介護予防がんじゅうポイント制度の受け入れ機関の登録をし、高齢者のボランティアさんを受け入れてくれたりと積極的に地域貢献に取り組んでいますよ(\*^^\*)



【発行】社会福祉法人 緑樹会 沖縄市地域包括支援センター西部北  
【住所】沖縄市胡屋 7-1-28 【電話番号】098-988-5525  
【担当地区】胡屋・園田・上地(中の町)・中央(センター)・八重島  
【編集者】山田 奈津美(第2層生活支援コーディネーター)

