

ぬちぐすい新聞

令和 1 年 1 月 第 18 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

（嵩本 盛浩）



明けまして おめでとうございます

今年も地域包括支援センター西部北をよろしくお願い致します。巳年生まれの方は蛇のように知恵が深く、粘り強い性格を持つと言われています。また、蛇は古代から再生や永遠の象徴とされ、皮を脱ぎ捨て新たな姿に生まれ変わる性質から、巳年は新しい挑戦や変化に対して前向きな姿勢を示す年だそうです。



園田自治会視察研修

12月17日 園田自治会の視察研修に参加させて頂きました。かりゆし園よりマイクロバスをチャーターし、名護博物館→ホテルゆがふいん→恩納・道の駅と皆さんで楽しく視察を行いました。名護博物館では、昔の沖縄の原風景が忠実に再現されており、それぞれ思い出話に花が咲いておりました。皆さんに色々教えて頂いたので私もまた一つじんぶな一になりましたよー (*^_^*)(^_^*) ♪参加させて頂きありがとうございました m(__)m>





さわやかカフェ（認知症カフェ）



12月25日センター地区にてさわやかカフェが開催されました。脳トレ体操やこれまでの振り返りを行ったあと、ハンドベルを使って皆様に演奏していただきました。

ハンドベルの音色に全員が癒されていましたよ～♪♡(^)♪

クリスマスムードを盛り上げるサンタの帽子やトナカイのカチューシャを被って皆さん美らかーぎーですねー♪



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※



12月12日比屋根にあるていんさぐぬ花（緑樹会施設）にて第7回ぬちぐすい座談会を行いました。今回のテーマは『栄養・食生活（食育）と今日から始めるフレイル予防』を管理栄養士の新垣先生に講義して頂きました。家族や友人と楽しく食事することが健康の秘訣とのことでした！（*^▽^*）

※自己紹介※ 皆さん初めまして～

令和6年12月から、沖縄市地域包括支援センター西部北のSC（生活支援コーディネーター）を務めさせていただきます嵩本 盛浩（たけもと もりひろ）と申します。まだまだ不慣れな点も多いですが、一生懸命頑張る所存ですので、見かけた際にはぜひ声をかけてください！これから地域の宝物や集いの場を随時発信していきます。（^^）/



★お知らせ★

- ☆FMコザ まるラジ12月24日（火）放送終了
- ☆令和6年度沖縄市暮らしの中のお宝発表会
日付：令和7年1月22日（水）
場所：沖縄市民小劇場あしびなー
時間：午後14時～16時
- ☆SCパネル展
日付：令和7年1月24日（金）～2月26日（水）
場所：沖縄市立図書館内 展示スペースにて



【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】嵩本 盛浩（第2層生活支援コーディネーター）

