

# つながる会 ネットワーク会議

～圏域地域ケア会議～ in 山内公民館

2月1日水曜日に「圏域地域ケア会議」を山内公民館で行いました。

「地域包括ケアシステムとは」「地域の課題（利点）」「課題の解決策（活かし方）」について考えるというのが目的です。

地域の課題を考えるグループワークでは、住まいや交通といった環境面と医療健康の課題、介護予防・生活面の課題について楽しく、真剣に話し合いました。課題についての解決策については、自分中心として地域で考えていくことが大事という視点で、すぐに取り組めそうな提案や沖縄市全体で考えていこうといった意見ができました。また「みんなで地域の事を考えることができ、楽しかった」「次はもっと多くの人が参加してほしい」とうれしいご意見がありました。

(森田ひとみ)

沖縄市地域包括支援センター西部南 広報誌

ゆいまーる

山久諸桃里

第24号  
R5年3月号



## 参加者



障害委託相談支援事業所

自治会長

民生児童委員

自治会役員



市社会福祉協議会  
圏域担当

老人会会長

市役所担当

圏域内居宅支援事業所  
ケアマネージャー

地域包括職員



楽しい話題も盛りだくさん、地域の力を感しました。

## 山内中学校区民生委員児童委員さんとの連携

山内中学校区民生委員児童委員 与那嶺奈美子会長とのふとしたおしゃべりから「地域包括支援センターについて」の勉強会をやりたい。と意気投合、2月14日の定例会へうかがい、勉強会を行いました。



介護保険の申請方法、同行訪問等  
活発な意見交換ができました。

## 障害分野の相談員との勉強会

2月22日に障害委託相談支援事業所・障害相談事業所・地域包括支援センターとの合同勉強会を行いました。今回は委託相談支援事業所ナイスと地域包括支援センター西部南とで関わった方を紹介しグループで支援方法、社会資源の活用について情報交換を行いました。



障害分野の支援、情報は目からうろこ、包括職員は学びを深めることができました。

令和4年度も地域の皆さんへ協力いただき、基本チェックリストを聞き取りで調査いたしました。包括支援センターでは、調査した内容を分析、今後の地域づくりへ役立てるため研究発表を行う予定です。個人を特定できる情報が使用されることはありません。上記内容にご了承いただけない場合は、地域包括支援センター西部南へご連絡下さい。沖縄市地域包括支援センター西部南 森田ひとみ 098-982-2020

# 「南桃原文化祭」開催!!



生活支援コーディネーター  
城間清美のお宝発見!!

1月29日(日)南桃原公民館にて生涯学習発表会が行われました。南桃原公民館で行われているサークル、高齢者サロンによる舞台発表。各サークルより活動日や活動内容の紹介もありました。皆さん素敵でした!このような発表の場があると日々の活動にも力が入り活気付きます!

目撃サークル

混声合唱団「フォレスト」

高齢者サロン「笑い福いの会」



ダンスサークル「ピーチ」



老人クラブ 民舞



三線教室



# 「百寿会北部視察研修」へ参加!!



2月14日(火)諸見里公民館での高齢者サロン「百寿会」の北部視察研修(海洋博公園)へ参加しました。参加者は32名。ホテルオリオンモトブリゾート&スパにてbuffetランチ、海洋博公園内散策、名護市ファーマーズマーケットやんばるで買い物。バスの中でも歌やおしゃべりを楽しみました! 楽しい話をしてくれた当山安博会長(左)とマンドリンを披露してくれた嘉陽宗貞(右)さん



# 「山内自治会37運動」開催!!

2月5日(日)「膝関節痛・腰痛予防について」の講演会が行われました。講師は愛聖クリニック 理学療法士 宇江城みきの氏、武内奏氏。膝痛については予防が大事、運動が大事。腰痛については姿勢が関係。猫背予防や腹筋の体操を教えてもらいました。自治会廣山会長より「今日習った体操を続けて健康な自治会にしていきたいと思います。」と終わりの言葉がありました。

新聞紙を使った棒体操も教えてもらいました!



37運動とは、市内37自治会を中心に毎年3月7日とその近日に行う健康づくり運動です。今年度は3月にこだわらず、早めの開催となっています。



2月21日のまるラジのゲストは社会福祉士を目指して地域包括支援センターで実習中のお二人。沖縄国際大学2年生 山城歩夢さん、琉球大学2年生 安里梨花さん。実習を通して感じたこと、なぜ社会福祉を学ぼうと思ったかなどを聞かせてもらいました。緊張したけど楽しかったとの感想が聞かれました。

発行：沖縄市地域包括支援センター 西部南  
沖縄市山内1丁目3-25 (1F)

☎：098-982-2020 fax：098-982-2021

編集：城間 清美・比嘉実希・照喜名重寿

沖縄市まるっとながるラジオ  
FMコザ76.1MHz「まるラジ」

毎週火曜日午前10時から放送中

※包括支援センターの情報を発信中!

