

かな 愛さん

地域の情報を発信中!

Vo.5 No79

令和5年 11月号

編集：伊良部



Toubukita
chuishizi



みーぐるちゃん

地域のいいところ ★発見★

第2回古謝村まーい隊

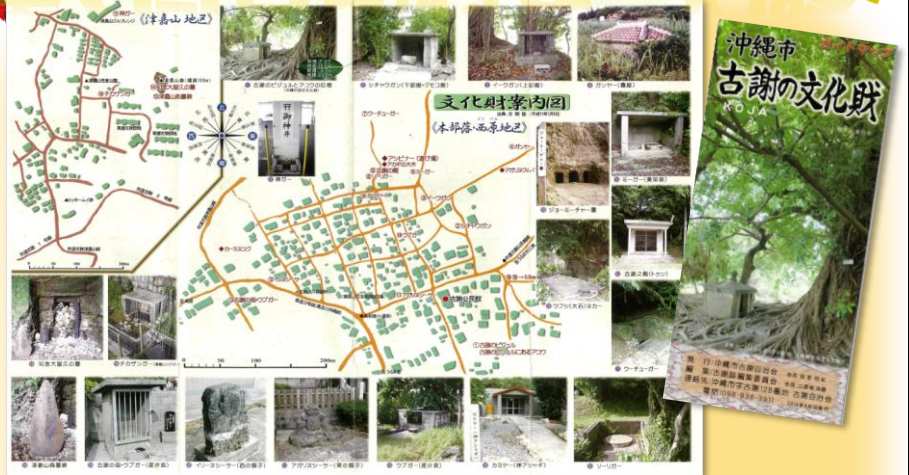
10月14日(土)10時～12時、『第2回古謝村まーい隊』が開催されました。

今回『人が生まれてから葬式までの文化財を学ぶ』をテーマに宮城仁(みやぎひとし)さんを講師に古謝の文化財巡りが行われ、古謝在住の児童達も参加し古謝の歴史を学ぶことができました。

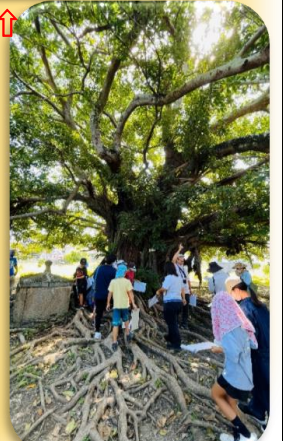
順路は古謝公民館出発⇒アガリ(東)のシーサー⇒ウブガー(産湯泉)⇒カミヤー(神屋 神アシャギ)⇒ソーリーガー(清水泉)⇒ウーチューガー(宇津泉)⇒イーウガン(上御嶽)⇒轟(がん)と轟屋(がんや)⇒シチャウガン(下御嶽)⇒ビシュル⇒古謝公民館到着

公民館到着後は振り返りで巡った文化財について宮城仁先生が質問をし児童達が答えていきました。文化財の説明を聞いているときに一生懸命メモを取っていた児童達は全問正解することができ『古謝村まーい隊会員証』とお菓子をもらうことができとても喜んでいました。

今後の詳細については古謝自治会(098-938-3911)に問い合わせをしていただき古謝地区にお住まいの方はぜひ参加してみてください(～)



※沖縄市古謝の文化財ガイドマップより抜粋



東部北圏域敬老会



沖縄市 介護予防がんじゅうポイントのご案内

目的

沖縄市では介護保険法に基づく地域支援事業として、高齢者が介護予防活動を通して地域活動へ参加することを奨励及び支援することにより、高齢者自身の生きがいづくりと介護予防、地域の支え合いの体制づくりを推進しています。

概要

高齢者が活動受入機関において、下記の活動を行うと1回の活動につき1ポイントが付与され、その実績に応じて貯まったポイントを換金できる制度です。（1ポイント＝100円相当。年度内 限度額5000円。）

○活動者の要件

沖縄市に在住する介護保険第1号被保険者（65歳以上の方）。
※介護保険料を滞納している場合は換金できません。

○主な活動内容

(1) 高齢者宅での活動

- ※地域包括支援センターが関わっている高齢者
- ・声掛け（話し相手）
- ・ゴミ出しや草刈り、電球交換等の軽作業
- ・通いの場へのお誘い、等

(2) 通いの場での活動

- ・レクリエーション支援（歌、手工芸、リズム体操、俳句等）
- ・イベントでの余興（踊り、楽器演奏等）
- ・パソコンで書類作成等の手伝い、等

(3) 地域密着型サービス事業所や通所介護事業所等での活動

- ・レクリエーション支援（歌、手工芸等）
- ・イベントでの余興（踊り、楽器演奏等）
- ・利用者の余暇支援（話し相手、囲碁や将棋の相手等）
- ・敷地内の花壇の手入れ、清掃、等

○活動の流れ

- (1) 活動を希望される場合は、市の担当窓口にて申請・登録手続きをお願いします。希望する活動（できること・得意なこと）等の確認を行います。
- (2) 活動受入機関一覧表から、あなたに合った活動を提案させて頂きます。
- (3) 市からの提案に対し活動可能であれば、活動先（活動者受入機関）との顔合わせの日程調整を行います。
- (4) 顔合わせ（活動前の打ち合わせ）では、具体的な活動の頻度や内容の調整、注意事項等の説明があります。その後、介護予防ポイントカードが配布されます。
- (5) 活動当日は事前に決められた活動を実施し、終了後に活動者受入機関よりスタンプを押印します。
- (6) 年度末（3月10日まで）に市の担当窓口で換金申請をすると、口座に交付金が振り込まれます。

市内在住の65歳以上の皆様へ
介護予防がんじゅうポイント
もご存じですか？
できることを活かして活動の場を広げていきましょう！

お手伝いの例

- 高齢者の話し相手（外国語が話せる方、大歓迎！）
- 高齢者のお宅のゴミ出し
- 通いの場（高齢者サロンなど）へのお誘い
- 歌や手芸などの指導
- 介護事業所や高齢者サロンでの余興（踊りや楽器演奏など）
- 介護事業所などでお茶出し、花壇や庭の手入れ
- その他

やりたい活動・特技などをお気軽に登録してください！

貯まったポイントは年度末の換金手続きとなります。（年度内限度額 5000円）

がんじゅうポイントのながれ

- 1. 登録**
できる活動・やってみたい活動を沖縄市に登録する
（窓口：沖縄市役所地下2階 介護保険課 地域支援担当）
- 2. 活動の調整**
市から希望に沿った活動の紹介を受ける
※具体的な内容を調整した上で、活動ができるか決める。
- 3. 実施**
依頼された活動（お手伝い）を実施する
- 4. ポイントが貯まる**
活動に応じてポイントカードにスタンプが貯まる
【活動1回につき1ポイント（100円相当）、1日上限2ポイント】
※活動開始～2月末日まで
- 5. 換金**
毎年3月に換金手続き
（窓口：沖縄市役所地下2階 介護保険課 地域支援担当）
ご本人名義の通帳、通帳控えにポイントカードをお持ちください
※口座振替などの手続きは、4月末日までとなります。
※ただし、介護保険料の滞納がある場合は交付対象外となります。

無理のない範囲で！お友達と一緒に活動もできます！

詳しくはお問合ください
沖縄市役所 介護保険課 地域支援担当
TEL: 098-939-1212 内線 3142・3143



介護予防がんじゅうポイント制度
実施要綱



介護予防がんじゅうポイント制度
実施要領

活動受入機関募集中！！！！

○要件

地域密着型サービス事業所及び通所介護事業所、高齢者サロン等

○申請方法

申請書（様式第2号）をご記入の上、市担当窓口までご提出をお願いします。
※なお、本様式は登録内容の変更や辞退等の際にもご利用いただけます。

こちらから介護予防がんじゅうポイント活動者受入機関（指定・指定変更）申請書（様式第2号）ダウンロードできます！



沖縄市ホームページ
介護予防がんじゅうポイント制度



地域情報発信番組

FMコザ76.1

まるラジ

毎週火曜午前10時～11時

FMコザ76.1で地域の情報を発信している情報番組「まるラジ」
「まるラジ」FMコザさんの協力を得て、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して地域のイベント、地域行事の情報発信、またゲストさんをお呼びして楽しく、ゆんたく、まるっとつながる番組です。こんな活動しているよ！お店の紹介をしたいなどラジオを通しておしゃべりしてみませんか？ラジオの出演者を随時募集しておりますので、お気軽に地域包括支援センター東部北の伊良部までご連絡ください♪



★ 沖縄市地域包括支援センター東部北愛聖

沖縄市地域包括支援センター東部北 愛聖

高齢者の皆さんが住み慣れた地域で
安心した生活が続けられるように支援します。

☎ 098-937-1100

* お気軽にご相談ください



TOUBUKITAAISEI