

# 包括職員紹介

担当地区：美里・宮里・東・越来・城前・吉原

地域包括支援センターとは、高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるように、医療・介護・予防介護支援の各分野の専門職が互いに連携しながら支援します。地域包括支援センター中部北には、**看護師・社会福祉士・介護支援専門員**等専門職が揃っています。**介護の相談だけでなく様々な相談に対応**していきます。ささいなことでも構わないのでご相談ください。

社会福祉士 又吉 姫子 (センター長)

いくつになっても「自分らしさ」を大切に安心した生活を送れるよう支援していきます。成年後見制度、虐待防止、その他総合相談を受けています。



看護師 備瀬 彩夏

生活しているなかでの困りごと（病気や症状、介護について）ご相談下さい。地域の皆様が健康で自分らしく、安心・安全に生活出来るように支援します。



主任介護支援専門員代行 (介護支援専門員)

城間 奏子

介護保険制度の事を中心に対応しています。高齢者が住み慣れた地域で安心して生活できるようにいつも心掛けています。



プランナー

湧川慶太 / 座間味麗子 / 島袋信一 / 大城千代子

介護認定を受けた方の生活の中での困りごとを一緒に考え、住み慣れた自宅で安心して生活していけるように支援を行います。



認知症地域支援推進員 尾松 香代子

認知症の人やその家族が住み慣れた地域で安心・安全にその人らしく暮らしていく事を地域で支えられるよう活動していきます。



介護予防等把握員 田高 智美

65歳以上で介護保険サービスを使っていない方の自宅訪問を行っています。生活状況をお聞きし、必要な介護予防活動へ繋がるよう支援します。



生活支援コーディネーター 渡邊 リサ

地域と企業・団体・活動者の橋渡しとなり、繋がりが広がるよう集いの場を作っていきます。また、地域で活躍されている方、『お宝さん』を皆さんに紹介していきます。



事務員 永玉栄 雅子

介護保険請求や勤務管理、会計など包括支援センターの事務を実施しています。地域支援の力になれるようお手伝いさせていただきます。



お問い合わせ：☎098-987-8025 住所：沖縄市美里1丁目28番11号 3階

# 宮里 新自治会長

初めまして、今年4月より宮里自治会長を務めています金城清美です。

宮里は私の生まれ育った場所で母の地元でもあります。

祖父母、そして曾祖父母達が開拓してきた地域と聞いています。

不安と責任の重さを感じつつも楽しみながら地域の方々と一緒に今も昔も変わらない人情があり、そして、安心、安全、住みやすい宮里を保っていきたいと思います。

私は前期高齢者ですので、これから色々な面でお世話になるかと思います。よろしくお願ひいたします😊



## 住まいに関する合同勉強会

去る4/23「住まいに関する合同勉強会」が沖縄市地域包括支援センター東部北主催で福祉文化プラザにて開催され、行政を含めた福祉関係者48名が参加しました。

沖縄県内における孤独死の現状について、特殊清掃やゴミ屋敷の清掃等を行っている、株式会社ピージーエム沖縄リリーフ沖縄店の佐久本勝俊氏にお話して頂きました。転倒したまま発見が遅れてしまうこともある、住環境の整備(整理)、ゴミ屋敷にならないための支援が必要だと知りました。佐久本氏より、孤立していて頑固な方がゴミ屋敷になってしまう場合が多いので「支援者が最後の砦です！」という言葉が印象的でした。業務で実際に関わり課題と感じている方が多く参加していたため、具体的な質問も多く質疑応答の時間も長くなりました。

「来て良かった」、「他のテーマでまたやって欲しい」などの声があがりました。次回は、テーマを変えてシリーズ化する予定です。アンケートも色々な意見が挙がったので、参考にしながら次回開催したいということでした。



沖縄市地域包括支援センター中部北

# ぬーじ通信

※【ぬーじとは沖縄方言で虹の意味】



2024/5/1

発行：社会福祉法人 沖縄にじの会  
沖縄市地域包括支援センター中部北

住所：沖縄市美里1-28-11 3階  
電話：098-987-8025

編集：田高智美 渡邊リサ  
編集長：又吉姫子

# 歯にまつわる話 Vol.19

今回のテーマは【**義歯性口内炎**】についてです。

通常の口内炎と大きく違う点は、入れ歯を使っている人にみられる口内炎という事です。

入れ歯が合わない・・・入れ歯があたって痛い・・・入れ歯をして食べられない・・・などの症状はないですか??

義歯性口内炎の**原因**は

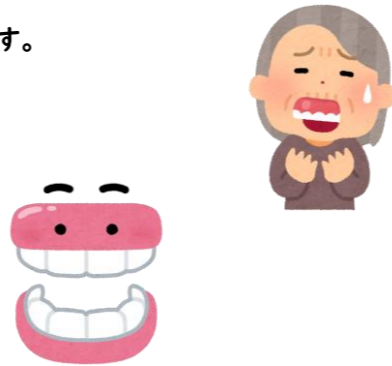
入れ歯の不具合や、入れ歯の清掃不十分が原因となります。

- 💡 入れ歯が欠けたり、傷がついている場合は歯科受診が必要です。
- 💡 入れ歯が合わない場合も、早めに歯科で義歯調整をしてもらいましょう。
- 💡 入れ歯の清掃については、義歯ブラシを使用し毎食後しっかり汚れを取り去りましょう。

また、入れ歯の汚れやすい箇所は

**人工歯と人工歯の間・人工歯と歯肉の間・入れ歯の内面・パネの周り**が汚れやすいです。

細かい部分の汚れもしっかり落としていきましょう💡



【介護予防等把握担当/歯科衛生士：田高智美】



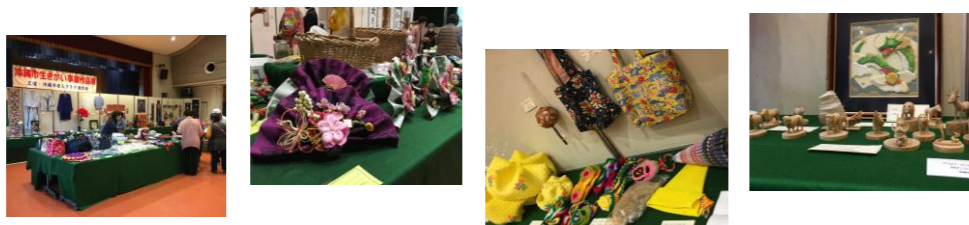
## かりゆし老人クラブ『沖縄市いきがい事業作品展』

中部北 Instagram



いつもフォローやいいね  
ありがとうございます!!!  
(๑) (๒) (๓)

去る3/9(土)・3/10(日)の2日間、かりゆし園で「沖縄市いきがい作品展」が開催されました。入ってすぐに生け花の列が来場者を出迎え、壁飾りや写真、折り紙小物が廊下を飾ります。陶芸・絵画・編み物・書道・バック・クラフトなど1階全てのフロアに作品が所せましと展示されていました。かりゆし老人クラブ連合会、高齢者生きがいづくり受講者の方々の作品だそうです。作品のクオリティーも高く出展数も多く見ごたえがあり、パワーあふれる作品に元気を頂きました💡女性会のナントゥーも好評で、今年は200個作って完売したそうです♪



## 吉原 防災ワークショップ&炊き出し

去る3/24(日)吉原公民館で防災ワークショップを開催し20名以上の方が参加されました。沖縄市防災課からは、災害時の事前準備の講話をし、それを踏まえた上で災害図上訓練DIGゲーム(災害創造ゲーム)を行いました。

「イメージすることが大事!!」というのを踏まえ、地図上で避難シミュレーションをしました。大地震が起こった際、吉原の地形や住環境から、津波は来ないとしても高いブロック塀や古い建物が崩れるだろうと予想。加えて住宅が密集しているため火災が発生した場合燃え広がることも予想出来ます。その場合、どの道から避難したら安全か、また何処へ向かうのか、それぞれの自宅から避難場所までのルート・避難場所を確認しました。具体的に確認しておくことで、いざ災害が起こった際スムーズに行動しやすくなり安全を確保できる確率が上がってくるそうです。ワークショップ終了後、おにぎりや豚汁、防災グッズも配布されました。



## 認知症関連



3/24 新聞紙で脳トレ



4/24 節水について



3/6 救急キッドの説明



4/17 物忘れについて

にじカフェ越来店

にじカフェ本店

## 宮里グランドゴルフ大会

去る3/28(木)、宮里公園で宮鷺会のグランドゴルフ大会が開催されました。35名の方が参加し、皆さん本当に元気で2回戦までプレイし白熱しました!「普段ひきこもっているが、声をかけられたから来たよー。」膝が痛いからゆんたくだけなど様々でした。ホールインワン、ブービー賞など商品もあり、皆さん商品獲得目指して盛り上がりました🎉



## ☆まるラジ



3/12 千ヒロ薬品  
伊計さん



4/9 空手サロン RIN  
STYLE 宮里岳大さん