

元気を届ける
笑顔をお届け

かふう便り



2025年1月 第10号



2025年がスタートしましたね！
みなさま今年もよろしくお願い致します。
元気いっぱいの楽しい1年となりますよう
私たち地域包括支援センター職員一同
地域のみなさまと共に頑張っていきます！



**池原くがに一会
お買い物支援サービス**

行ってきまーす！

重い荷物も玄関まで運んでくれるから助かるさ～

池原自治会では、県社協の助成事業を利用して、「車がなくて自分で買い物に行けない」「バスで買い物に行くけど、帰りは荷物が重くて・・・」という方々の買い物支援サービスを始めました。いずれは自治会で車両を購入し、継続できる体制を地域で作っていきたいと、自治会長やサポーターさんたちが熱意をもって取り組まれています。利用希望の方は一度公民館へご連絡ください！

←出発式に集まった利用者さんとたくさんのサポーターさん

←登川老人会のメンバーでグランドゴルフ大会が行われました。しっかりスコアをつけて順位を決定、豪華賞品も準備されており、楽しみながらも真剣勝負でした。

明道ゆんたく会

登川グランドゴルフ大会

↑ 明道公民館では、第2・4木曜日に集まり、ゆんたくをしながらもの作りなどを楽しまれています。上:クッションカバー 下:牛乳パックを使った椅子 3月にはこれまでの作品の展示会が行われます♪

松本サロン ジューシー会

百歳体操を頑張った後は、一足お先に会長手作りのトゥンジージュシーを頂きました😊

介護予防出前講座（運動）

沖縄市の介護予防推進のための事業『介護予防出前講座』を利用して、運動をテーマにした勉強会が行われました。介護予防の必要性から痛みの予防、簡単にできる体操メニューまで、実技を交えてユーモアたっぷりの講義でした！自身の健康に関する事なので、みなさん真剣に取り組まれていましたよ。



ふれあいサロン まじゅん

池原 サロン

若げーいなごみ会 誕生会&クリスマス会



ゆんたくと笑いがつきません♪



今回は退院祝いも🌸



FM コザ まるラジ最終回

7年間続いた SC 地域情報発信番組『まるラジ』が12月で最終回を迎えました。



安全運転講習会

沖縄市倉敷のモータースポーツマルチフィールド沖縄にて、琉球ダイハツ主催の安全運転講習会が行われました。今回はシニア向けの初めての取り組みとのことで、老人会での参加もありました。講習と体験会があり、まさかの気づきも！多くの方にお勧めしたい内容でしたよ！



上下の写真に写っている赤いコーン、運転席からはミラーを使っても、そのほとんどが見えないんです！！
😱びっくり、まさかの気づきです😱



これまでたくさんのゲストさんに出演頂き、多くの気づきを得ながら、地域の皆様にも情報をお届けできたこと、大変感謝しております。また、FM コザスタッフのみなさま、たくさんのサポートありがとうございました。また機会がありましたら、お声掛け下さい。これからもみんなで沖縄市を盛り上げていきましょう！！

大切なのは発車前の周囲の安全確認だそうです！！



地域情報発信番組

沖縄市まるっとつながるラジオ

まるラジ 毎週火曜日 10時～



沖縄市環境活動家 新屋逸子さん、多方面で活躍中のパワフルな方です！美里中職場体験の学生も一緒にラジオ出演😊

TEL 098-938-9770
FAX 098-938-9771

住所：沖縄市松本 6-2-1
(ちゅうざん病院 1階)

受託者：医療法人 ちゅうざん会



発行：沖縄市地域包括支援センター北部
編集：千知岩・西野・新里
記事に掲載する地域情報お待ちしております！