沖縄市地域包括支援センター西部南 広報誌

第54号



南圏域地域ケア会議を開催 山内公民館にて、 - (水) 14 時よ 西部

8 月 20

今年度は、「これからの介

域地域 巻 ~健康と生きがいの る 元気なまち

沖縄市介護保険課地域支

について考えていきまし とで介護予防と地域づくり マに、地域の皆様、専門職 から自立支援へ~」をテー 護予防について~お世話型

決策(活かし方)」につい

地域の課題」「課題の解

圏域地域ケア会議は、

て考えるというのが目的で

がいのある元気なまちづく 自分事として「健康と生き 思います。 するサポートができたらと り」について考えて、行動 地域に暮らす皆さんが、

を報告いただきました。

介護予防事業の受託機関

沖縄市での取り組みと現状 援担当 新里阿子さんより、

考えていきましょう。 こと、地域のことを一緒に 健康のこと、介護予防の

り戻すリエイブルメント」

かふう教室~できる力を取

嘉彩乃さんからは、「沖縄市 いきがいクリエーション 比



飲み水も必要ですよね。では台風が来る前に、

どんな進

備をしておけばいいのでしょう?

台風の備えに必要な食料についてご紹介します。

左の図をご覧ください。

(目安は3日分です)

なるかもしれません。そうなると復旧するまでの食料や でることもありますよね。場合によっては停電や断水に

この時期になると強烈な台風が上陸して大きな被害が



当·地域包括職員。

相談支援事業所·市役所扣 員・老人会会長・障害委託 生委員児童委員•自治会役

参加者は、

自治会長・民

水2 l PET×4 水分 お茶など500ml飲料2本 レトルトご飯×6 主食 パスタなど乾麺1袋(カップ麺なども可) 魚・肉の缶詰×3、レトルトカレー×3 主菜 パスタソース×3 野菜ジュース×3、即席スープ×6 乾燥野菜・わかめなど1袋 チョコレート、ようかん、せんべい スナック菓子など適量

もかかせません。日持ちのする缶詰、 電子レンジ、冷蔵庫が使えない可能性もあります。 なので、日々のお買い物と一緒に少しずつ備えておくと ん。「かなり多い」と感じた人もいるのではないでしょう ットコンロ、 ライフルーツ等もおすすめです。調味料もかかせませ これらの備蓄食料・非常食を一度に集めるのは大変 カセットボンベ、 、クーラーボックスを準備 果物ジュース、ド カセ

南桃原文化祭!



8/1(金)南桃原公民館にて「南桃原自治会文化祭~生涯学習交流会~」が開催されました。これまでの文化祭は各サークルの舞台発表でしたが、今回は2部構成の地域交流型文化祭が開催されました。第1部は舞台発表、第2部は参加型。参加者(学童や児童デイサービスの子ども達も)みんなで歌って踊りました。







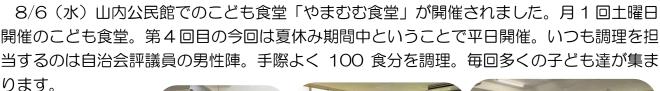








やまむむこども食堂は大盛況















見守りサポーター養成講座!

8/1(金)山内公民館にて「第2回見守り サポーター養成講座を開催しました。今回の テーマは『福祉用具について知ろう!』講師 すこやかホームケアサービス 崎枝悠美乃氏。 講座後に歩行補助杖、歩行器の使い方、車椅子 の操作、たたみ方などを体験しました。



沖縄市包括支援センターは高齢者の総合相談、介護予防、権利擁護などさまざまな面からみなさんを応援しています。

どこに相談してよいか分からない心配ごとや悩みなどは、 まず地域包括支援センターにご相談ください。



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)

2: 098-982-2020 fax: 098-982-2021

編集: 城間清美·石垣憲作·照喜名重寿