

つながり

令和8年 9月号 第90号



発行責任者
センター長：森根
編集者：浜川
沖縄市高原1-1-38
☎ 098-923-0553

スタート

8/31

第1回



団地げんきカフェ 健康体操



比屋根団地にお住まいの皆さん一緒に楽しみましょう♡



毎週
月曜日 14:00~
16:00

場所 比屋根団地集会所

DVD を見ながら、軽いオモリで
負荷をかけて、椅子に座ってで
きる簡単な体操をおこないます。
終了後は、お菓子やお茶もあり、
お気軽にご参加下さい！

問合せ連絡先
比屋根団地自治会

☎098-934-1132

2026年8月吉日
比屋根団地自治会

将棋や囲碁
マジャン
なんかも
やりたいな



私達の地域でも体操したりユンタクする場を作りたいと
いう方は包括支援センター-東部南までご連絡ください。
923-0553 (担当：浜川)



皆で知ろう！
認知症 啓発パネル展 R8年

10/19 月 13:00から
～ 23 金 15:00まで

沖縄市役所1階市民ホール
「認知症啓発パネル展」とは？

認知症を正しく理解し、認知症になっても安心して暮らし続けることができる地域づくり推進のため、パネル展を開催します♡

認知症について
沖縄市認知症施策事業の紹介
認知症に関する相談窓口や医療機関
介護事業所の紹介とパンフレットの設置
認知症の人からのメッセージ（厚労省）など

★内容

☆物忘れチェックコーナー
午前10時～12時・午後14時～16時 ※10/19(月)は午後14時～
○認知症地域支援推進員が対応♪ 10/23(金)は午前のみ実施

👉 ご近所お誘いあわせ見に来てね♡



9月のきづきカフェ

場所:福祉文化プラザ2階

日程:毎月第2金曜日(9月11日)

時間:午後2時～3時半

内容:ラジオ体操・歌

室内ゲーム・ゆんたくタイム

10月の日程:毎月第2金曜日(10月9日)



沖縄市地域包括支援センター東部南

☎098-923-0553

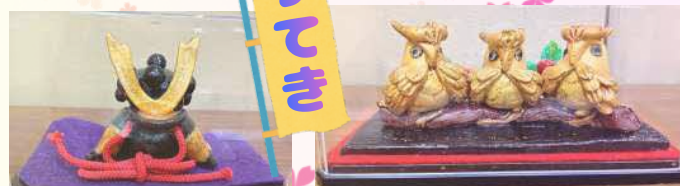
地域包括支援センターは

65歳以上の方の総合相談窓口です

お気軽にご相談ください

令和8年度 沖縄市平和月間賛同企画 地域活動支援センターおきなわ 心のバリアフリー作品展

障がいの有無や老若男女に関わらず、作品を通して生きていることの素晴らしさや自己表現の可能性を感じることを目的に、作品展を行いました。



高齢者作成の紙粘土細工

地域ケア会議

【目的】

終活について検討している方が多くなっています。しかし、どこに相談したらいいのかわからないという声もある中で、地域の高齢者の声を発信する場として地域ケア会議を開催しています。

※今回は、各4自治会で開催します。

7月17日(金)比屋根自治会にて
圏域ケア会議を行いました。



参加された方ありがとうございました。



地域の
困りごとは
何ですか？

