

地域のいきがいを発信♪

# いきがいの輪 わ♪

2025年7月号

地域包括支援センター中部南

●住所：沖縄市住吉1-14-29  
（社会福祉センター2階）

●電話：098-923-0603

地域の情報発信♪

## ボランティア大募集中！！！！

7月・8月は子どもたちにとっては待ちに待った夏休みです！

地域にも子どもたちが遊ぶ姿が増えますね♪こども食堂や地域のサロンでは、その活動をお手伝いして下さる方を大募集しています。

『こんな事ならできそう！』

『何ができるか話を聞いてみたい』

など、気になることがあれば包括までご連絡ください♪

ボランティアやがんじゅうポイントをご紹介します♪



### がんじゅうポイント

65歳以上の方が利用できるボランティアポイントです♪

1ポイント100円に換金することができます★

65歳以下の方や中高生のボランティアも募集しています♪

ボランティアポイントがつく場所も紹介できますので、お問い合わせください♪



### 募集中のボランティア活動

- 子ども達のあそびあいて
- 誰かの話しあいて
- 近所の方のゴミ出し
- 近所の方の安否確認  
（ちょっと見守る）
- ラジオ体操のスタンプおし
- お掃除や家事のお手伝い
- デイサービスなどでのお手伝い

- 健康体操の先生
- 自治会活動の準備
- デイサービス等行事での余興
- 引きこもりがちな友人を外出に誘って遊びに行く

\*この他にも、皆さんが活躍できるボランティアはたくさんあるので、まずはお問合せください♪

## 室川：友愛チーム再開！！



室川自治会にある清ら水会の一部メンバーにて友愛チームが再発足されました。地域の皆さんが安心して、住みなれた地域で暮らし続けられるよう、支え合いの活動となります。チームの皆さんもいつまでもお元気に、活動がんばって下さい♪



## A&W オレンジカフェ

A&Wのおいしいドリンクを飲みながら、ゆんたくを楽しむ会です♪  
介護や生活について、地域包括支援センターの職員へ無料で相談できます♪

- \* 参加費：100円(ドリンク付)
- \* 日程：7月25日(11時～12時)
- \* 場所：A&W 美里店

## モーラナサイ

6月14日  
に室川団地公園にて  
おまつりが開催されました♪  
高齢者から子どもまで、大勢の方が足をはこび、屋台のご飯を食べエイサーに見入っていました♪



## 高齢者

## パワーアップ教室

筋力向上を目的とした運動を中心に実施する教室です♪椅子に座っての運動や栄養・認知症など健康に関する講話も学べます。

- \* 申込期間：7月14日～7月18日
- \* 実施期間：8月25日～11月26日  
(午後2時～午後4時)
- \* 参加費：100円(送迎利用：300円)

## 夏休みラジオ体操のお知らせ♪

- ・体操会 若草 (若草公園/毎日朝6:30～)
- ・嘉間良公民館 (7月22日開始/平日朝6:30～)
- ・安慶田公民館 (7月22日開始/平日朝9:00～)
- ・室川公民館 (7月22日開始/平日朝8:00～)
- ・住吉 (水辺公園/毎日朝6:30～)



こども達と楽しく交流しながらラジオ体操で身体を動かしましょう♪見学・お手伝いも大歓迎です♪