

体操サークル紹介

ちやーがんじゅー!

介護予防自主活動紹介

西原台団地地区 花笑みの会

「みんなが世話人。介護予防のために自主的に集まって体操して、おしゃべりして、交流しています!」。参加者は10名前後。
定期的な運動、楽しい交流の効果で、姿勢良く元気はつらつです。



活動日 毎週金曜日
活動時間 午前10時～
午前12時
活動場所 西原台団地
コミュニティ
センター

我謝地区自治会

令和2年10月から始まりました! 発足ほやほやです。参加者は13名前後で、今後は男性の参加も募集します。
土曜日の午前中に活動することで、仕事で参加が難しいメンバーも楽しく参加できています。



活動日 第2・4土曜日
活動時間 午前10時～
午前12時
活動場所 我謝公民館

美咲地区自治会

棒体操やチューブ運動の他にミニトランポリン運動を行っています。参加者は15名前後で男性の割合が高いです。真剣に運動するあまり怖い顔になりやすいですが、真面目さゆえのもの。でも、運動間のおしゃべりは賑やかです。



活動日 第1・3火曜日
活動時間 午前10時30分～
午前12時
活動場所 西原児童館

小那覇地区自治会

参加者は10名前後。健康意識の高い方が多く元気な人が多い地区で、この日の皆さんも笑顔いっぱい。仲の良さが溢れていました。自粛期間に休んでいた事で「やっぱり週1回、集まった方がいいよね」と、改めて集まって運動する意義を実感しています。



活動日 隔週金曜日
活動時間 午後2時～
午後4時
活動場所 小那覇公民館

掛保久地区自治会

参加者は15名前後で男性も多く、体操もリーダーに合わせて集中し「しっかりやろう」と激励の声が飛び交います。県社協から借りた巨大ジャンギに全員で知恵を出し合い記録に挑戦! 元気いっぱい、笑顔いっぱい、団結力の掛保久です。



活動日 第2・4木曜日
活動時間 午前10時～
午前12時
活動場所 掛保久公民館

小橋川地区自治会

自主活動も5年を超え、15名超の参加者は2時間近くの運動に疲れを見せず見事な動き。歌に合わせた体操もリズムののって軽やかです。工夫を凝らした器具を使って活動し、意識の高さがスゴイ! 笑顔も会話もいっぱい。仲の良さもピカイチです。



活動日 毎週木曜日
活動時間 午後2時～
午後4時
活動場所 小橋川公民館

呉屋地区 女性の会・百歳がんじゅう体操

今日の参加者は4名。彼岸入り前日で準備のため休みが多いですが、いつもは10名前後。「週1回でも集まらないと体が鈍る」と効果を実感。「公民館までなら歩いて来られる人が居るから」これからも、いきいき百歳体操DVDを先生に届けて頑張ります!



活動日 毎週火曜日
活動時間 午後2時30分～
午後4時
活動場所 呉屋
コミュニティ
センター

兼久地区自治会

週1回集まる人数は10名前後。4名の世話人を中心に活動するので負担も分け合います。声を出し、励ましあって「無理しない、頑張りすぎない」を合言葉に和気あいあい良い雰囲気です。「兼久地区の先輩方も、もっと参加してくださいね〜!」



活動日 毎週金曜日
活動時間 午前10時30分～
午前12時
活動場所 兼久公民館

お問い合わせ 健康支援課 介護支援係 ☎ 098-945-4791

2021年5月号
No.591

広報にしはら
PR Magazine Nishihara

編集・発行 / 西原町役場 西原町字与那城140-1
☎098-945-5011

印刷 / 株式会社 尚生堂
☎098-876-2232

UD FONT
原研デザインが
開発している
フリーフォント

高齢者の新型コロナウイルスワクチン接種について!

4月から、高齢者施設等の入居者を対象に新型コロナウイルスワクチン接種を開始しており、5月からは集団接種及び個別接種を開始します。

西原町保健センターで実施する『集団接種』及び各医療機関で実施する『個別接種』それぞれ事前の予約(コールセンターに電話又はweb予約)が必要となります。

75歳以上の方には、接種券(黄色の封筒)を発送しておりますので、接種券をご確認のうえご予約いただきますようお願いいたします(65歳から75歳未満の方は、ワクチンの供給状況を考慮して、順次発送します)。

なお、接種については無料(公費負担)で、対象となる全ての町民が接種できるように体制を整えますので、予約がすぐにとれなくてもご安心ください。

予約方法

電話予約 → コールセンター
(098-911-9174)

web予約

<https://jump.mrso.jp/473294/>



web予約 QRコード

個別接種 (5月10日より接種開始)

医療機関	月	火	水	木	金	土	日
玄米クリニック	○	○	○		○	○	
しんざと内科	○	○	○		○	○	
SAKU 整形クリニック	○	○	○		○	○	
城間医院	○	○	○		○	○	
太田小児科医院	○	○	○		○	○	
ゆいゆい内科クリニック	○						○
いちよう内科あしとみ	○	○		○	○		
ハートライフクリニック			○				
アドベンチスト メディカルセンター	○	○	○		○	○	
とうま内科	○	○	○		○	○	
あいわクリニック	○	○	○		○	○	
しらかわ内科	○	○	○		○		

※予約はコールセンターで受付します。各医療機関へ直接電話することのないようお願いいたします。
※町外の医療機関で接種を希望する場合は、各医療機関にお問い合わせください。

お問い合わせ



【健康支援課新型コロナワクチン接種対応プロジェクトチーム】

☎ 098-911-9174 FAX 098-946-6086
受付時間 9:00~12:00 13:00~17:00 (土日休日除く)

新型コロナウイルス感染症の影響で 収入が減少し生活にお困りの方へ

緊急小口貸付及び総合支援資金

初回貸付、再貸付について、申請期間が
令和3年6月末日まで延長となりました。

申請・お問い合わせ先
西原町社会福祉協議会 ☎ 098-945-3651

住宅確保給付金

3か月間の再支給の申請期間が、令和3年
6月末日まで延長となりました。

申請・お問い合わせ先
沖縄県就職生活支援パーソナルサポートセンター(南部)
☎ 098-851-7105