

自分の思いを
気軽に話そう♪
運動や相談
もあるよ

ゆんたく広場 にしまーる カフェイベントあんない



にしまーるの由来



テーマ: **あなたとコンビに！運動会♪**
～いつ勝つか？今でしょ!？～

食欲の秋！読書の秋っ!! 運動の秋っ!!
10月のにしまーるでは運動会 開催します！
童心に帰りながらみんなとエンジョイプレイ♪しませんか？

■日時: **10月9日(水)14:00～16:00**

■場所: **いいあんべー家**
(中央公民館となり)



参加
無料

認知症の人やその家族、地域の人や専門家が相互に情報共有し、
理解しあえる場として、誰もが気軽に集い繋がる場所。
「にしはら」と「ゆいま～る」を掛け合わせてつくりました♪

【お問い合わせ】 西原町役場福祉課 介護支援係 ☎098-945-4791
西原町地域包括支援センター ☎098-882-0117

子ども(孫)と一緒に生活習慣や運動習慣について考える 「理学療法士(兼アスレティックトレーナー)による傷害予防講演会」

参加
無料

生活習慣や運動不足からくる姿勢の悪さが、体の不具合や怪我につながる場合があります。
普段から見直すべき習慣、意識して取り入れたい運動などを親子、お孫さんと学びましょう。

- 日 時: **10月20日(日) 10:00～11:00**
- 場 所: 西原町いいあんべー家 (中央公民館となり)
- 対 象: 小学生と保護者、部活動指導者など
- 定 員: 町内在住の方 20名(※先着順)
- 講 師: 儀保 光児(理学療法士、アスレティックトレーナー)
- 申込み: いいあんべー家にお電話にてお申込みください。
- ※受付時間: 月～土 9時～17時 ☎098-946-1734



自身のために、家族のために簡単な足つぼ施術を身に着ける 「足つぼ講座～ファミリーケア～」

参加
無料

足つぼの効果は、不眠解消や血行促進、デトックス効果が期待できます。
今回の講座では、15分ほどの台湾式足つぼが実践できるように練習します。(^^)♪

- 日 時: **10月11日(金)13:00～14:00**
- 場 所: 西原町いいあんべー家 (中央公民館となり)
- 対 象: 40歳以上 ※参加者同士のペアで実施予定
- 定 員: 町内在住の方 10名(※先着順)
- 講 師: 宇田川 華江(台湾式足つぼ、英国式リフレクソロジー、保育士)
- 申込み: いいあんべー家に直接お電話にてお申込みください。
- ※受付時間: 月～土 9時～17時 ☎098-946-1734



【みどり豊かな 隠れ家的】デイサービス

げんき工房 お結び



- ☑ 1日型と半日型から選べる
- ☑ 土曜日や祝日も利用できる
- ☑ 個別活動メニューが豊富

098-963-6262

デイサービスセンター げんき工房 お結び
中城村字当間937-1



介護の日フェア 2024 ぽかぽか写真コンテスト

西原町介護の日フェア2024にてぽかぽか写真コンテストを初開催！

テーマ「住み慣れたにしまーるでいつまでも」をもとに日常にあふれるぽかぽかとした心温まる
介護の現場、家族や友人、大切な人との一コマ、瞬間を写真で伝えてみませんか？

応募条件	①一般部門: 町内の高齢者(健康や元気の秘訣) 町内各自治会(地域活動・行事、ミニデイなどなど) ②事業所部門: 町内介護事業所職員(介護の仕事の魅力、素晴らしさ)
応募期間	2024年10月1日(火)～10月31日(木)
応募方法	①直接下記の場所に写真を持参または郵送 〒903-0111 西原町字与那城135番地 西原町地域包括支援センター 介護の日実行委員会宛 ②メールにてデータ添付 nishi-houkatsu@nisya.net 又は右にあるQRコード(GoogleForms)より応募 ※①、②ともに氏名(ペンネーム可)/連絡先/写真のタイトル/ エピソード(100文字以内)を添えて応募ください
展示	さわふじマルシェ西原劇場内にて全ての写真を展示します 期間: 2024年11月6日(水)～11月9日(土)
表彰	応募写真から各部門から最優秀・優秀作品選出



【注意事項】 ※必ず必読の上、ご応募ください

- ・写真に関しては1年以内の直近に限る。
- ・応募された写真並びにデータは返却いたしません。
- ・写真、データは介護の日写真展以外にも西原町の介護関係広報活動(チラシ・ポスター)に限り使用权を主催者に認めるものとする。
- ・写真はサイズなどやむを得ない範囲内で編集させていただくことがあります。
- ・他人の著作権、肖像権を侵害するような行為、それに関するトラブルの責任は一切負いかねます。
- ・応募される際には、必ず、被写体・写真撮影者等の著作権者の了解を得てください。

介護の日

日時: 2024年11月6日(水)～11月9日(土) 11時～15時
場所: 西原さわふじマルシェ西原劇場内
【お問い合わせ】 西原町地域包括支援センター ☎098-882-0117

医療法人
和み会

城間 医院

西原中学校向かい
電話: (098) 945-4551

内科

胃・大腸カメラ
生活習慣病 など

心療
内科

心の不調
睡眠障害 など