

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

テーマ:

新年ゆんたく会 2025 ～今年の抱負を語る会～

おめでとう2025



にしまーるの由来



抱負

2025年は十千十二支「乙巳(きのとみ)」の年で成長と結実の時期、
学んだこと努力してきた事が実を結びやすい年といわれています。
そんな1年の始まりに抱負を披露しませんか？

■日時: 1月15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】 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

令和6年度 西原町・中城村・北中城村 在宅医療・介護連携推進事業 3町村合同講演会

最期まで自分らしく生きるための道しるべ(命しるべ)

人生の最終段階におけるケアの在り方や、在宅医療・介護連携に関する理解を深めるため、令和2年度に大好評だった講演会を再び開催します。講演や楽しい演劇とおして、自分らしい終末期のおくり方について考えてみませんか。

講演



「よりよく豊かに生きるために
最期について考える
～自分らしく生きるための
人生会議(ACP)～」
金城 隆展 氏
(琉球大学病院 臨床倫理士)

寸劇



「命しるべ」
うるま市民芸術劇場
附属劇団
演劇集団こかげ

参加無料
申込み不要



「命しるべ」



エンディングノート

冊子
進呈

日時: 令和7年2月2日(日) 14:00～16:00 (受付13:30～)

会場: 吉の浦会館ホール (中城村字安里187-1)

【お問い合わせ】 福祉課 介護支援係 ☎098-945-4791

日頃の疲れ、ストレスをストレッチで解消してみませんか

「リフレッシュストレッチ」座位、マットでのストレッチで体を伸ばします

- 日 時: 1月16日(木) 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 者: 町内在住または在勤の40歳以上の方(医師からの運動制限の無い方)
- 定 員: 10名(※先着順)
- 講 師: 小賦 和江 (健康運動指導士)
- 申 込 み: いいあんべー家にお電話にてお申込みください。
☎098-946-1734 (受付時間: 月～土 9時～17時)

参加
無料



参加者の声
・器具などを使わないので、
日常生活に取り入れやすい
・デスクワークで凝り固まった
首回りがスッキリしました

医療法人
和み会

城間 医院

内 科

胃・大腸カメラ
生活習慣病 など

心 療 科

心の不調
睡眠障害 など

西原中学校向かい

電話: (098) 945-4551

介護の日

フェア2024

11/6(水)～11/9(土) 介護の日フェア2024 ～住み慣れた西原町でいつまでも～

西原町介護の日実行委員会主催のもと11/6(水)～
11/9(土)の期間、さわふじマルシェにて介護の日フェア
2024を開催しました。介護の日フェスティバルではVR
による認知症の世界を体験できるコーナーや介護食・介護
オムツの試供品配布のほか、多くの介護に関するブースや
ステージイベントが行われました。参加者からは「認知症の
世界を体験して認知症に対する理解が深まった」との声が聞かれました。



介護の日フェア2024 ぽかぽか写真コンテスト 受賞作品紹介

介護の日フェア2024にてぽかぽか写真コンテストを開催いたしました。たくさんのご応募をいただきありがとうございました。介護フェア来場者の投票から最優秀作品と優秀作品の2点を選出いたしました。

最優秀作品 タイトル「私カジマヤ～です～♪」 応募者: MK



子 孫たちと中城モールの海に行ったときの1枚です。

受賞者コメント
ぬりえ頑張っているよー
孫や、ひ孫に会えるのが1番の楽しさ～



優秀作品 タイトル「リハビリと大輪のヒマワリ」 応募者: 小波津団地自治会



大輪の花を咲かせたヒマワリ畑。毎朝、足の手術後のリハビリ途中にヒマワリ畑に来て
ひと休み。毎日眺めるヒマワリに心癒され「心と足両方のリハビリになります」。
ヒマワリは自治会が初めて種まきし開花。

受賞者コメント(小波津団地自治会会長 新里正次さん)
第一回目の写真コンテストで優秀賞を頂けて大変光栄です。
当自治会が夏の風物詩にしようと植えたヒマワリの満開時に、
リハビリ中の自治会員がヒマワリ畑で小休止しているところを
とらえた作品です。団地の美化と癒しの環境づくりの励みになります。

～リズムに合わせて楽しく運動♪リズム感アップでスポーツ競技にも活きる!!～

「スポーツリズムトレーニング」保護者もお子様と一緒に体を動かしましょう!

音楽に合わせて楽しく体を動かすリズムトレーニング。初めての子でも安心して参加
できるように、未就学児～低学年向けと部活動生向けの2クラスにわけて開催します。

- 日 時: 1月19日(日) ①14:00～ ②15:00～ ●場 所: 西原町いいあんべー家(中央公民館となり)
- 対 象 者: ①未就学児～小学生低学年 ②小学生(部活動生) ●定 員: 各15名(※先着順)
- 講 師: 西原 奈緒 (スポーツリズムトレーニング認定インストラクター、健康運動指導士)
- 申 込 み: いいあんべー家にお電話にてお申込みください。
☎098-946-1734 (受付時間: 月～土 9時～17時)

※いいあんべー家では、毎月健康や介護予防に関する
講座を開催しています。詳細はホームページまで♪



＼お好きな新車に＼お得に乗れる!／

スズキ
スペーシア
HYBRID Xグレード
月々¥19,800(84回払い)
ボーナス払い50,000円×年2回
(頭金300,000円)

トヨタ
カローラクロス
HYBRID S
月々¥26,900(84回払い)
ボーナス払い60,000円×年2回
(頭金500,000円)

スズキ・ダイハツ・スバル
新車販売・新車リースも
ご案内できます!!

サンエー西原シティむかい
西原自動車販売株式会社
西原町小那覇269番地
☎098-945-4737 車検 車検 車検

大同火災代理店
JJA 共済代理店
教職員共済指定工場

※表示価格は税込です。※写真はイメージです。実際の車とグレードの違う場合がございます。