

ちむぐる

発行月：令和3年4月

4月から地域包括支援センターだよりは、「社協だより ちむぐる」へ生まれ変わりました。みなさん、これからよろしくお願ひします。

島巡り



4月の第3週は願寿サロンで島巡りを行いました。諸見を回っていたときにたまたま見つけた大きな鐘。サロン参加者の方たちと見ていると、お向かいの家から出てきてくれたのは高良孝太郎さん(73歳)。

高良さんによると、1955年2月に島へやってきたこの鐘は、「伊是名聖霊教会（現小学校体育館の裏側）」にあったもの。時計がなかった当時、島の方たちに朝・昼・夜の時間を知らせ、生活にリズムを作ってくれた、とお話してくれました。教会が閉まることになり、鐘は本島へ…。

ですが、高良さんの計らいによりこの度4月17日に島へ帰ってきました。

高良さんは「ここに東屋を建てて鐘を吊り下げ、地域のみなさんが休憩できる場所にしたい」と話してくれました。

お話のあとは「ぜひ休憩してってください」と、ご自宅のお庭にある東屋へ案内して下さいました。ここは「ゆんたくできる場所がほしい」と高良さんが何気なく言ったことがきっかけで、高宝建設の社長が建ててくれたもので、夏はスイカを冷やしたり、冬には足湯も楽しめるそうです。高良さんは「これからも、気軽に入ってゆんたくしてってください」と笑顔で話してくれました。

伊是名区



勢理客区

内花区

仲田区・諸見区は
台風の影響で島巡りが
残念ながら中止に…。

また日を改めて
実施しますので、
お楽しみに～♪



展望台から見える景色は昔から変わらず美しいですね



歌を歌って楽しい時間を過ごしました♪

ちむぐる

発行月：令和3年5月

伊是名村社会福祉協議会では、「地域づくり」のサポートを行っております。これからさらに伊是名村が元気になるように地域のこれまでの繋がりを大切に、新たな繋がりを支援していきます。みなさんの活動を毎月発信していきますので、地域で行われている活動（お茶会、ゆんたく会、おすそ分け、物々交換、見守り、趣味・娯楽）をいろいろ教えてください。

風鈴づくり



5月の第3週は願寿サロンで夏の風物詩である『風鈴づくり』を行いました。ペットボトルを利用して、色塗りをさせていただきました。みなさん、悩みながらもとても上手に彩りよく塗ることができました。指先を使うことで脳の活性化にもなり、ゆんたくしながら楽しく製作しました。製作した風鈴は、梅雨明け以降に、社協前にて飾る予定なので楽しみに待っててください。



伊是名区

オリジナル風鈴の完成(^^)



勢理客区

キレイに塗れました～！



涼しさをたっぷり癒されますね～

伊是名村の支えあい活動のご紹介



JA 伊是名支店では、地域貢献活動として宅配サービスを行っています。どなたでもご利用でき、宅配料無料で商品の宅配をご自宅まで届けて下さいます。本当にありがたいですよ～(^^)
一度宅配サービスの便利さをお試してみてくださいはいかがでしょう。

配達受付時間：午前9時～午後3時30分まで
*土・祝祭日は承っておりません。



伊是名支店 野村店長

ちむぐる

発行月：令和3年6月

伊是名村社会福祉協議会では、「地域づくり」のサポートを行っております。これからさらに伊是名村が元気になるように地域のこれまでの繋がりを大切にし、新たな繋がりを支援していきます。みなさんの活動を毎月発信していきますので、地域で行われている活動（お茶会、ゆんたく会、おすそ分け、物々交換、見守り、趣味・娯楽）をいろいろ教えてください。

島巡り

5月の第3週に願寿サロンで諸見区のみなさんと島巡りをしました。諸見を出発して仲田を巡り、伊是名中学校へ見学させていただきました。



校長室へ案内して頂きました！



授業の様子を温かく見守ってます！



上江洲先生と談笑中の潮平京子さん！



玄関横の憩いの場でまったり！



みんなで集合写真！



東江とみ子さん・松本さつきさんのお手製おやつを頂きました。



★伊是名中学校校長先生の紹介★

伊是名村生まれの宮城研治校長先生です。「どなたでも通える集いの場があればいいな」という思いから憩いのスペースを設けて下さいました。校長先生手作りのベンチも設置されてゆったり時間を過ごせますので、散歩がてら休憩してみてもいいのではないでしょうか。



もずく豆腐

葛餅

ちむぐる

発行月：令和3年7月

伊是名村社会福祉協議会では、「地域づくり」のサポートを行っております。これからさらに伊是名村が元気になるように地域のこれまでの繋がりを大切にし、新たな繋がりを支援していきます。みなさんの活動を毎月発信していきますので、地域で行われている活動（お茶会、ゆんたく会、おすそ分け、物々交換、見守り、趣味・娯楽）をいろいろ教えてください。

【交通安全教室】

7月の第3週に仲田区・諸見区の願寿サロンで「高齢者交通安全教室」を開催しました。講師に本部署交通課の山城さん、駐在所の野地さんをお招きして、二日間にわたり自動車とセニアカーの交通ルール・マナーや高齢者事故の傾向や対策の説明がありました。ほかにも、クイズや寸劇で楽しく分かりやすく教えて下さいました。皆さん、真剣に聞いてとても好評でした。



本部署交通課の山城さん



駐在所の野地さん



運転手役で参加の仲田清太郎さん。



横断歩道でのマナーを勉強中！



集中して聞いていました。



クイズにも挑戦中！

【レクリエーション】

レクリエーションでは、各字のサロンでクイズ・ジェンガゲーム・唱歌かるた・風船テニスを行いました。体の運動、指先の運動をして脳の活性化につなげました。



仲田美代さん、初めてのジェンガに夢中です。



唱歌カルタに真剣です。



初挑戦の風船テニス！

7月 生活サポート（有償ボランティア）状況 室内清掃：3件 草刈り：2件 草取り：1件
生活サポーターのみなさんありがとうございました。

ちむぐくる



発行月：令和3年8月

伊是名村社会福祉協議会では、「地域づくり」のサポートを行っております。これからさらに伊是名村が元気になるように地域のこれまでの繋がりを大切に、新たな繋がりを支援していきます。みなさんの活動を毎月発信していきますので、地域で行われている活動（お茶会、ゆんたく会、おすそ分け、物々交換、見守り、趣味・娯楽）をいろいろ教えてください。

『釣り』でつながるささえ愛



～釣り名人ケイ子おばあさんと YouTuber 慎太郎さんに密着～

今、ひそかに YouTube で人気急上昇中の「ケイ子おばあさん」に取材させて頂きました。釣り名人ケイ子おばあさんこと、上原ケイ子さんは伊是名村具志川島出身。子どもの頃から釣りが好きで、時間があれば釣り仲間とユンタクしながら釣りを楽しんでいます。

そんなある日、いつものように漁港で釣りをしていると、『カミヤマライトゲーム』こと、YouTuber 神山慎太郎さんと出会います。慎太郎さんは、普段人見知りだそうです。ケイ子おばあさんを見て、おもわず声をかけたそうです。それもそのはず！なんとケイ子おばあさんは、沖縄チヌ釣り選手権大会の女性部で優勝するほどの腕前なんです！慎太郎さんは、ケイ子おばあさんと一緒に釣りをしながら昔の話を聞いたりしているそうで、YouTube にも出演してもらっているそうです。

また YouTube を見た県内外の方からケイ子おばあさんにファンレターが届くこともあるそうで、「私はまわりから元気をもらっているよ。」と嬉しそうに話していました。

ケイ子おばあさんが海岸沿いに座っていれば、自然と地域の方や子供達が集まってきて、釣り方やポイントの場所などを教えてもらい、ケイ子おばあさんのことを「師匠」と呼んで慕っている子供もいるそうです。釣りは、年齢問わず人と人とのつながりを深めるコミュニケーションの場となっているんですね。青い空の下、密を避けてつながれる釣り、みなさんも竿を持って勢理客漁港へ足を運んでみてはいかがでしょうか。



いつも明るく優しい笑顔のケイ子さん。



チヌ釣り選手権大会で優勝した時の盾！



近所の子供達も興味津々です！

8月 生活サポート

(有償ボランティア) 状況

室内清掃：3件

草刈り：2件 草取り・庭の手入れ：1件

生活サポーターのみなさんありがとうございました。



とても仲良しなケイ子おばあさんと慎太郎さん。

ちむぐくる



発行月：令和3年9月

伊是名村社会福祉協議会では、「地域づくり」のサポートを行っております。これからさらに伊是名村が元気になるように地域のこれまでの繋がりを大切にし、新たな繋がりを支援していきます。みなさんの活動を毎月発信していきますので、地域で行われている活動（お茶会、ゆんたく会、おすそ分け、物々交換、見守り、趣味・娯楽）をいろいろ教えてください。

祝米寿

トーカー千(米寿)祝い



米寿おめでとうございます！トーカー千祝いのみなさまをご紹介します。



宮城 守さん ミヨさんご夫妻

三線・舞踊、芸道60年のお二人。
長寿の秘訣：唄と踊りで健康維持。



西田 ミエさん

カチャーシー大好きミエさん。
長寿の秘訣：たくさん食べること。



東江 キミさん

スポーツ万能なキミさん。
長寿の秘訣：運動をすること。



高良 忠邦さん

好きなテレビ番組は相撲。
長寿の秘訣：海人をする事。



諸見川 光さん

ドライブ大好き光さん。
長寿の秘訣：サロンに通っておしゃべりすること。



高良 フミさん

私も長生きしますから、
みなさんも長生きしてくださいね。



銘苅 森茂さん

趣味はサーターアンダギー作り。
長寿の秘訣：もりしげや一で働く。



仲田 ミチ子さん

好きなことはラジオを聴くこと。
長寿の秘訣：好き嫌いが無い。

9月 生活サポート

(有償ボランティア状況)

室内清掃：2件

草刈り・木の伐採：2件

生活サポーターのみなさん

ありがとうございました。



ちむぐくる



発行月：令和3年10月

伊是名村社会福祉協議会では、「地域づくり」のサポートを行っております。これからさらに伊是名村が元気になるように地域のこれまでの繋がりを大切にし、新たな繋がりを支援していきます。みなさんの活動を毎月発信していきますので、地域で行われている活動（お茶会、ゆんたく会、おすそ分け、物々交換、見守り、趣味・娯楽）をいろいろ教えて下さい。

伊是名村各字交流グランドゴルフ ・ゲートボール大会



～お知らせ～

グランドゴルフ大会は、毎月15日開催
ゲートボール大会は、偶数月の1日開催

かっこよく
撮ってよ。



緊張している
けど、とても
楽しい！



大会初参戦の東江キミ子さん

10月1日(金)と10月15日(金)に各字交流グランドゴルフ・ゲートボール大会が開催されました。緊急事態宣言明け、約半年ぶりの復活なので、皆さんいつも以上に気合いが入っていました。

老連の副会長である東江幸勇さんは、「交流を深めるための場が戻ってとても嬉しい。」とおっしゃっていました。また「これを機に、カラオケ交流大会を開催したい。」と意気込みを述べていました。

10月 生活サポート(有償ボランティア状況) 室内清掃：2件 庭の手入れ：1件
生活サポーターのみなさんありがとうございました。



ちむぐくる



発行月：令和3年11月

伊是名村社会福祉協議会では、「地域づくり」のサポートを行っております。これからさらに伊是名村が元気になるように地域のこれまでの繋がりを大切にし、新たな繋がりを支援していきます。みなさんの活動を毎月発信していきますので、地域で行われている活動（お茶会、ゆんたく会、おすそ分け、物々交換、見守り、趣味・娯楽）をいろいろ教えてください。



ゲートボール・いきいき百歳体操 再開！



内花区ゲートボール



内花区 末吉義之さん



勢理客区ゲートボール

緊急事態宣言解除後に、ゲートボール・いきいき百歳体操が再開されました。今回、内花区のゲートボールへ取材をしました。内花区では、参加者が若い世代が多く、日中は仕事などもあり、開始時間は21時と遅い時間から始めているようです。1日約3試合をして、それからユンタクを含めると帰るのは11時頃になるそうです。内花老人クラブ会長の知念正昇さんは、「いろんな世代が集まって楽しくしています。」とおっしゃっていました。

また、参加者最高齢の末吉義之さんから、「ずっとお家にいると、寝て起きての繰り返しで、ちっとも面白くないが、ゲートボールがあるとユンタクをしたりして楽しい。良い運動にもなつて帰るとぐっすり眠れるから良いね。」という声を聞かれました。



仲田区百歳体操



勢理客区百歳体操

いきいき百歳体操の日程

- ★仲田区：毎週月曜日午前10時
- ★勢理客区：毎週日曜日午後14時
- ★諸見区：毎週火曜日午後15時
- ★伊是名区：毎週木曜日午前10時
- ★内花区：毎週土曜日午後19時



地域のハロウィンパレード



内花区ひまわり子ども会



勢理客区 太陽子ども会



10月に内花区・勢理客区子ども会のハロウィンパレード取材しました。こどもから大人まで仮装して近隣のお家へお菓子を貰うなどとても賑わっていました。勢理客区では、ゲートボール場にじいちゃん、ばあちゃんが集まり、子供たちと交流を深めていました。お祭り事は、地域の大人と子供との交流にもなり、絆を強くしますね。今後、大人と子供が声を掛け合えるような行事が復活するといいですね！

村内一斉清掃(諸見区)



10月23日(土)に村内一斉清掃が実施されました。地元住民が集まり、区の清掃に励んでいて、皆のおかげで景観も良くなりとてもありがたいですね！清掃活動を通して、環境美化意識だけでなく住民同士の交流の場にもなっているようです。

また、諸見区では婦人会の皆さんから手作りカレーの提供がありました。

清掃に参加された住民の方から、「一仕事終わったあとの昼食を頂けるのはとても助かる。頑張れるさー！」との声が聞かれました。

11月 生活サポート(有償ボランティア状況) 室内清掃：1件
生活サポーターのみなさんありがとうございました。



ちむぐくる



発行月：令和3年12月

伊是名村社会福祉協議会では、「地域づくり」のサポートを行っております。これからさらに伊是名村が元気になるように地域のこれまでの繋がりを大切にし、新たな繋がりを支援していきます。みなさんの活動を毎月発信していきますので、地域で行われている活動（お茶会、ゆんたく会、おすそ分け、物々交換、見守り、趣味・娯楽）をいろいろ教えて下さい。

もうすぐ百寿の

福村トヨさんにインタビュー！

伊是名区在住の福村トヨさんに取材しました。大正生まれのトヨさんは、先日98歳(数え99歳)を迎え、畑仕事をしたり、毎朝ラジオ体操をするなど、まだまだ現役で活躍されています。トヨさんに昔の話を聞くと、「昔は、今のようになく野菜や味噌も手作りして、チルカ(竹細工の籠)で魚を獲って食べていた。ヒージャー以外なんでも食べる(笑)嫌いなものはない、本当に先祖に感謝。自然の恵みに感謝です。」と語っていました。他にも、畑仕事や久米島紬を織る仕事もしていたそうです。

滅多に風邪も引かず、病院に行ったことがないというトヨさんに元気の秘訣を聞きました。「わからない、なんだろう(笑)」と照れくさそうにおっしゃっていましたが、普段の生活ぶりを見てみると、よく食べてよく動いていること、またご近所さんとユンタクをするなど精神的にも充実した生活を送っていることこそが長寿の秘訣なのだと感じました。もうすぐ百寿を迎えるトヨさん、これからも変わらずみなさんに元気なパワーを届けてほしいですね。



癒しのトヨさんです。



ご近所で仲良くしている嘉数ツルさんです。よくお茶会を開いてゆんたくをしています。



末吉 シゲさん

仲田 ミヨさん

伊是名区で、“美^み寿いぜん”と呼ばれているお三方です。なんと、みなさん90歳オーバーですが願寿サロンや100歳体操へ通い、毎日 活発に過ごしています。



野菜は家庭菜園で！
毎日、自給自足の生活です。

11月 生活サポート(有償ボランティア状況) 室内清掃：1件
生活サポーターのみなさんありがとうございました。