



生活支援コーディネーター通信 地域で行われている素敵な活動や人材をご紹介します♪

今回は、地域の元気高齢者をご紹介!

いきいきと過ごす健康長寿者に元気の秘訣をお聞きしました。



高良健二さん(95歳) (渡橋名)昭和5年生まれ

元気の秘訣

- 好き嫌いせず何でも食べる事で自然とバランスよく栄養が摂れている。
- 毎日運動して、健康に興味を持ち進んで学ぶ。健康診断は必ず受診、健康に関する講座に参加する。

社協主催の地域ミニデイに欠かさず参加する高良さんは男性参加者の最高齢 95 歳! 毎日時間をかけて新聞を読み、畑作業、運動、日記をつけるのが日課で日記は 30 年継続。自宅では新聞取り、ゴミ出し、作業着の洗濯など役割があります。

自宅でじっとするのが苦手でバスやタクシーでよく外出するそうで、「娘たちでさえアポを取らないと会えない」と娘さん。また、人と話すのも好きで、外出時は「今日はどんな人に出会ってどんな話ができるかな」と考えるのもワクワクして楽しいそう♪

新しい事、興味のある事に積極的に挑戦する高良さん、令和6年には老人女性子ども運動会に参加して地域の方と協力し人生初の大玉転がし、玉入れに挑みました。自宅には沢山の家族写真、お孫さん達からのプレゼントが飾られており家族から愛され、また地域から慕われているのが伝わります。

今後の目標を伺うと、「**最期まで健康長寿で生きるのが願い。その為に日々努力する**」と力強く答えてくれました。高良さん! いちまでいん、ちゃ〜がんじゅうしみそ〜りよ〜!



運動会 大玉転がしの様子

まかぶ児童クラブ 職員募集! (急募! 子ども好きな方、大歓迎)

「子どもたちと一緒に笑顔になれるお仕事です!」

◎募集要項

- ・募集職種: 放課後児童支援員
- ・仕事内容: 小学生の見守り、遊び・学習サポート
- ・勤務場所: まかぶ児童クラブ
(豊見城市字根差部 375-2 真嘉部コミュニティセンター 2 階)
- ・勤務時間: 平日 14 ~ 19 時 / 土曜・長期休み 8 ~ 18 時の間で 4 ~ 7 時間勤務
※週 1 回から勤務可能です
- ・休日: 日曜、祝日、ほかシフト制
- ・給与: 時給 1,150 円 (詳細は、お問合せください)
- ・応募資格: 放課後児童支援員資格をお持ちの方



■応募・お問い合わせ

豊見城市社会福祉協議会

☎ 098-856-2782 (担当: 総務係 城間)

☆ささえあい福祉銀行(フードバンク)の報告(令和7年9月上旬までの受付分)☆

○ご協力頂いた皆さん

仲里利信さん、長嶺直さん、橋本徹夫さん、外間安広さん、大城榮子さん、饒波自治会(長嶺)さん、ひまわりファクトリー(森田)さん、上原健さん、宮平るみ子さん、ケーキ工房クルール(仲西)さん、城間章江さん、御前智則さん、呉屋影正さん、比嘉きみ子さん、大城利博さん、島袋(字嘉数)さん、友愛医療センターさん、海邦銀行豊見城支店・真玉橋支店さん、マックスバリュ武富さん、豊崎保育園さん、セカンドハーベスト沖縄さん、株式会社沖縄クローバーさん、その他多くの匿名希望さん。

ありがとうございました。

『ささえあい福祉銀行』に、協力できる方・利用したい方は、市社会福祉協議会へお問い合わせ下さい。 TEL: 856-2782