

経塚自治会主催「敬老会」華やかに開催！

清秋の心地よい季節となりました。会員の皆様におかれましては、ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。さて、今年も経塚自治会主催の敬老会が盛大に開催され、自治会をあげて皆様のご長寿をお祝いしました。招待者の皆様は、日頃から健康管理に努めながら、地域での交流や親睦を深め、さまざまな活動にも精力的に取り組んでおられます。長年にわたり地域を愛し、支えてこられた皆様の歩みは、現在の経塚の発展へとしっかりと受け継がれています。今年は76歳以上の方を対象に、169名の皆様が招待されました。自治会員の最高齢は、昭和3年生まれで今年98歳を迎えられる、1班の波照間永明さんと2班の平良愛子さんのお二人です。また、今年米寿を迎えられる昭和13年生まれの方は、大田キヨさん、平良敏子さん、名嘉原安清さん、下地克己さん、金城和幸さん、西平久恵さんの6名です。皆様、誠におめでとうございます。当日は、余興としてカラオケサークル講師の浜悦子さんによる歌謡ショーも行われ、会場は大いに盛り上がりました。笑顔あふれる楽しいひとときとなり、参加された皆様にも喜んでいただけたことと思います。これからも、お一人お一人に合った健康づくりに努めていただき、心身ともに健やかで、笑顔あふれる毎日を過ごされますことを願っております。自治会員一同のご長寿をお祝いする気持ちが、招待者の皆様に少しでも伝わっていればうれしく思います。

敬老会寄付者（敬称略） ご寄付いただきありがとうございました。
 照屋喜博 大田朝儀 （合）祥 ぜんざい杏 照屋保朝 がくしょう
 金城笑子 我謝修 渡久山盛幸 谷村秀治 盛島順也 瑞慶山良正
 真紀の会神村琉舞道場 オーエムファミマシー 赤嶺クリニック



自治会だより



10月

令8年10月1日
 経塚自治会
 876-0104

夜間
 パトロール

今月の当番
 10月9日(金)
 2班



招待者の皆さん



婦人会の幕開け



三線同好会の演奏



かわいい琉舞に感激



親盛さんの熱演



結の会お礼の舞



琉舞サークルの貫花



OB会ちゅじゅやー



かちゃしー乱舞



経塚の人口
 令和8年7/31
 男性 2542
 女性 2777
 合計 5319
 世帯 2487

自治会加入
 世帯
 272世帯
 自治会加入率
 10.9%

お困りごとは自治会へご相談ください。098-876-0104

神無月

沖縄国際大学社会福祉学科生経塚自治会訪問

沖縄国際大学の講座「地域連携演習」の一環として、大学生9名と中央公民館職員3名が経塚自治会を訪問しました。この講座は、若い世代が地域課題の解決に向けた地域連携の事例や課題について考察することを目的としたもので、当日は社会福祉を学ぶ学生の皆さんが「より良い地域づくり」をテーマに、自治会長と意見交換を行いました。自治会長からは、経塚地域について交通や生活の利便性が高く、他地域からの転入者も多いため、人口・世帯数は増加している一方、自治会加入率は低下傾向にあると説明しました。また、若い世代の自治会活動への参加が少ないことや、青年会がないこと、婦人会やOB会の会員数が減少していることなど、地域が抱える課題についても話しました。一方で、大型商業施設やコンビニ、病院などが多く、暮らしやすい環境が整っていることに加え、イルミネーションや「ウマーチヌウガン」、金鼓隊など、経塚ならではの地域活動や文化があり、他地域からの転入者を温かく迎え入れる素地があることも紹介しました。自治会長との意見交換を踏まえ、学生の皆さんからは、「自治会業務をデジタル化し、役員の負担軽減につなげる」「情報発信力を高めるため、携帯電話・SNS講座の開催や研修会への参加を進める」「事務連絡や広報づくりをデジタル化し、災害時の情報発信や自治会加入促進につなげる」といった提案がありました。若い世代の視点から地域について考えていただく貴重な機会となり、今後の自治会活動を考えるうえでも有意義な交流となりました。

ぬちぐすい栄養教室開室

いきいき高齢支援課主催の「ぬちぐすい栄養教室」が、結の会会員を対象に実施されました。管理栄養士の前川菜緒さんが「フレイル予防と栄養」をテーマに講話を行い、高齢期の健康維持には、筋肉や臓器、血液など体をつくる「たんぱく質」をしっかり摂ることが大切であることを学びました。講話の後は、「大根と豚肉の煮浸し」と「みそ汁」の調理実演が行われ、参加者は手軽な調理方法や味付けを確認しながら試食しました。参加者からは、「薄味に慣れていきたい」「食事を考える方法が脳トレにもなり良かった」などの感想が聞かれ、日々の食生活と健康について改めて考える有意義な教室となりました。

お口の中も美らか一ぎー

お口を健康に保つことは、体全体の健康維持にもつながります。美味しく食べて元気に過ごすため、「口腔機能の低下」や「肺炎などの疾病」を予防するための講話が、結の会会員を対象に行われました。講師は沖縄歯科衛生士学校の学生の皆さんです。講話では、日頃の歯みがきや定期的な歯科受診の大切さについて学びました。参加者からは、「妻は25本歯が残っているのに、自分は7本しか残っていない。あきらめずに3か月に1回は歯石を取りに行きたい」との声も聞かれ、お口の健康について改めて考える機会となりました。

経塚自治会10月の行事予定

主催	開催日時	活動・行事
自治会	1日(木) 20時	自治会定例役員会
	18日(日) 15時～	てだこ祭り金鼓隊出演
結の会	3・10・24・(土) 10時	定例グラウンドゴルフ・モルック競技
	1・8・15日(木) 10時	ゆんたく会・囲碁愛好会
	18日(日) 9時	リサイクル活動
	22日(木) 15時	定例会全大会
生きいき高齢支援課	2・9・16・23・30日(金) 10時	生きいき健康クラブ(65歳以上が対象)
婦人会	5日(月) 20時	定例役員会
OB会	10日(土) 17時	OB会観月会
子ども会	11日(日) 21時～	ちょーじか結まーる市場
愛護会	25日(日) 16時	うちょうもう公園清掃

ちょーじか結まーる市場

＜開催日＞10月11日(日) 9時～11時
 ＜場所＞ 経塚ゆいまーるセンター
 ・野菜市・フードドライブ・カフェ
 ・がんじゅう体操・健康相談
 ・アガベ等の植物格安販売(早い者勝ち)

てだこ祭り金鼓隊・旗頭隊員募集

10月18日(日)てだこ演舞祭り 市民広場
 金鼓隊員(締め太鼓を叩きながら旗頭を鼓舞する)、旗頭隊員を募集しています。練習日は未定です。希望者は自治会まで連絡ください。

☎ 876-0104