

港川中学校区 支え合い活動・地域の通いの場（地域包括支援センターみなとん TEL：098-876-3710）

令和6年7月作成

行政区	伊祖	牧港	港川	緑ヶ丘	浦城	牧港ハイツ	
見守り	○災害時要援護者見守り活動 ○災害時要援護者会議 ○友愛訪問	○災害時要援護者見守り活動 ○災害時要援護者会議 ○友愛訪問	○災害時要援護者見守り活動 ○災害時要援護者会議	○災害時要援護者見守り活動 ○災害時要援護者会議 ○自治会相談室	○災害時要援護者見守り活動 ○災害時要援護者会議(1回/2ヶ月)	○災害時要援護者見守り活動 ○災害時要援護者会議(1回/2ヶ月)	
交流（サークル活動等）	月	○いきいき健康クラブ (13時30分～15時30分)	○いきいき健康クラブ (10時～12時) ○ヨガサークル (20時30分～21時30分)				
	火	※グランドゴルフ (15時～16時30分) ○ゲートボール (9時～11時30分)			○ふれあいサロン (第3火/10時～12時) ※シニア友の会 (第4火/14時～15時30分)	○コーラス (第2火 10時00分～11時30分) ○ふれあいサロン 百歳体操 (10時～11時)	
	水	※琉舞サークル(第2・第4) (14時～15時) ※ボウリング (9時～12時/マチナトボール)	※グランドゴルフ老人会 (8時～) ○フラダンス (20時～22時) ○大正琴 (15時～17時)	○ふれあいサロン(11時～12時)百歳体操 ○いきいき健康クラブ(ユアサハイム)10時～14時		○三線同好会(古典) (13時～15時) ○三線同好会(民謡) (15時～17時)	
	木	※ボウリング (9時～12時/てだこボール) ※三線教室(14時～16時) ※グランドゴルフ(15時～16時30分)	※日舞 (10時～12時) ○民舞 (14時～16時)	○いきいき健康クラブ(10時～12時) ○百歳体操(ユアサハイム 10時～12時)	○操体法 (10時～11時30分)	○ピラティス体操 (14時～15時)	○操体法(14時～16時) ○ふれあいサロン(第2木・12～14時)
	金		○琉舞(桜の会) (14時～16時)	○太極拳(第5週は休み) (10時～11時30分)		○友の会定例会 (第4金10時～12時)体操・パークゴルフ・グランドゴルフ年1回 ○男の体操教室 (14時～15時)	
	土	○オレンジカフェ日々是好日 (認知症カフェ 第2土13時～17時名嘉村クリニックHSRビル2階) ○三線教室(15時～17時)	※グランドゴルフ老人会(8時～)			※早朝ふれあいグランドゴルフ(6時30分～7時30分)	
	日						
	毎月				○愛の声掛け運動(毎月12日) ○港川中学校区夜間該当指導(第3金)		
	不定期						
	その他	○古紙回収	○老人会の清掃(1回/2ヶ月)	○グランドゴルフ大会(11月) ○サンゴ植え付け(8月)○フラダンスB(第1・3木 15時～17時)○エイサー教室(18時～20時)○習字(16時～)○三線(19時～)○休岳会ゆくりだき琉舞(10時～12時)○願寿隻乃会(14時～16時)		○すみれ会(道路沿い花壇緑化活動) ○12月CGG活動港川小と一緒に地域清掃活動	○清掃活動(年3回) ○12月CGG地域清掃活動 ○古紙回収 ○移動パン屋(水)

・中学校区内の全ての活動ではなく、調査に伺った活動(掲載可能な活動)のみが掲載されています。
 ・「○」は参加要件なし、「※」は参加要件(自治会加入・老人会加入等)のある活動となっています。
 ・活動によっては、曜日や時間帯が変更になっている可能性があります。
 ・ご興味のある活動等がありましたら、まずは地域包括支援センターみなとん(098-876-3710)までお問い合わせください。

🌀見方🌀 ○参加要件なし 家事支援：【食事支援】
 ※参加要件あり 【掃除支援】
 【外出支援】

港川中学校区 支え合い活動・地域の通いの場 (地域包括支援センターみなとん TEL: 098-876-3710)

令和6年7月作成

行政区	港川崎原	上野	マチナトタウン	浦添市街地住宅	県営港川団地	
見守り	○災害時要援護者見守り活動 ○災害時要援護者会議(1回/2ヶ月)	○災害時要援護者見守り活動 ○災害時要援護者会議(1回/2ヶ月)	○災害時要援護者見守り活動 ○災害時要援護者会議(1回/2ヶ月)	○災害時要援護者見守り活動 ○災害時要援護者会議	○災害時要援護者見守り活動 ○災害時要援護者会議	
交流(サークル活動等)	月		※グランドゴルフ(17時~) ○操体法(15時30分~17時)			
	火	○ピラティス体操(10時~11時)		○スクエアステップ(第1・3)(10時~11時)	○いきいき健康クラブ(13時30分~15時30分)	
	水	○ふれあいサロン(第4水・10時~13時)	○踊り(14時~16時) ※ちんだみクラブ(19時~20時)		○いきいき健康クラブ(10時~14時)	
	木	※体操教室(10時~)	○いきいき健康クラブ(10時~12時)		○百歳体操(AM)(10時~11時)	○さくらグループいきいき百歳体操(14時~14時30分) ○MTキッズクラブ(こども食堂)16時~18時
	金	※操体法(10時~)				
	土		※グランドゴルフ(17時~) ○卓球(15時~16時)	○琉舞(10時~11時)		
	日					
	毎月					
	不定期		○ポーリングサークル(時間不定期)		○桜会ゲートボール(15時30分~17時)	
その他	○地域清掃		※ボウリング大会年1回 ※グランドゴルフ大会年1回	○老人会、敬老会年1回 ○全体清掃(第1日) ○コープお買い物移動支援(木 14時15分)	○MTキッズクラブ(こども食堂)16時~18時 ○コープお買い物移動支援(木 14時30分)	

・中学校区内の全ての活動ではなく、調査に伺った活動(掲載可能な活動)のみが掲載されています。
 ・「○」は参加要件なし、「※」は参加要件(自治会加入・老人会加入等)のある活動となっています。
 ・活動によっては、曜日や時間帯が変更になっている可能性があります。
 ご興味のある活動等がありましたら、まずは地域包括支援センターみなとん(098-876-3710)までお問い合わせください。

 見方  ○参加要件なし
 ※参加要件あり

家事支援:【食事支援】
 【掃除支援】
 【外出支援】