

# 港川中学校区 助け合い活動のマトリックス

平成30年12月21日現在

区分	牧港	牧港ハイツ	上野	港川崎原	港川	県営港川団地	ユアサハイム	企業	
高齢化率	21.0%	38.6%	25.7%	33.8%	14.6%	30.2%			
高齢化率 (市全体)	7(20)	1(1)	4(10)	2(2)	10(35)	3(7)			
見守り	災害時要援護者見守り活動 OB会夜間パトロール	災害時要援護者見守り活動	災害時要援護者見守り活動	災害時要援護者見守り活動	災害時要援護者見守り活動	災害時要援護者見守り活動		<ul style="list-style-type: none"> <li>○沖縄タイムス新聞見守り</li> <li>○明治安田生命見守り</li> <li>○ヤクルト届け安否確認</li> <li>○食材宅配サービス(各スーパー等)</li> <li>○セコム等</li> <li>○カープスーパーレー</li> <li>○ヘルスアップステーション(浦添総合病院健診センター内)</li> <li>○おもと天久の杜</li> </ul>	
交 流	月曜日	いきいき健康クラブ(10時～12時) ヨガサークル(10時～)		※グランドゴルフ(17時～18時)	第2評議委員会	囲碁同好会(14時～) フランドダンスA(20時～21時) 子供の居場所作り(15時～18時)	こども食堂	コープ牧港 コープおたがいさま健康サロン(ゆんたくカフェ・健康体操DVD)	
	火曜日	子供太鼓(18時～) 琉舞(20時～) 囲碁(第2、4火曜日)			ピラティス体操(10時～)	休岳会ゆくりだき琉舞(10時～12時) 扇寿隻乃会(14時～16時) 空手こども(17時半～18時半) 子供の居場所作り(15時～18時)	いきいき健康クラブ(13時～15時半)	コープ牧港 コープおたがいさま健康サロン(ゆんたくカフェ・健康体操DVD)	
	水曜日	グランドゴルフ老人会(8時～) 民謡きらくの会三線(10時～)		※踊り(14時～16時) ちんだみクラブ(20時～21時)	ふれあいサロン(第4 10時～)	ふれあいサロン(11時～14時) エイサー教室(18時～20時) 子供の居場所作り(15時～18時) 囲碁同好会(15時～18時)	こども食堂	生きいき健康クラブ(10時～15時)	コープ牧港 コープおたがいさま健康サロン(わくわく運動教室)
	木曜日	老人クラブ若松会・踊り唄(14時～) 三線(19時半～)	操体法(14時半～15時半) 第3ふえれあいサロン【茶話会】 (15:30～16:15)	いきいき健康クラブ(10時～12時)		いきいき健康クラブ(9時半～14時) フランドダンスB(15時～17時) 子供の居場所作り(15時～18時) 太極拳エクササイズ(19時半～21時) 太極拳(10時～11時半)		いきいき100歳サークル(10時～11時)	コープ牧港 コープおたがいさま健康サロン(ゆんたくカフェ・健康体操DVD)
	金曜日	琉舞(20時～) 女性部(14時～) 子供太鼓(18時～)			操体法(10時～11:30)	ダンスヒップホップ(19時～) 子供の居場所作り(15時～18時)	こども食堂		コープ牧港 コープおたがいさま健康サロン(ゆんたくカフェ・健康体操DVD)
	土曜日	グランドゴルフ老人会(8時～) 民謡きらくの会三線(10時～)				習字(16時～) 三線(19時～)			
	日曜日		第2日曜子供会						
	毎月					グランドゴルフ大会(11月) サンゴ植え付け(8月)			
	不定期				料理教室				コープ牧港 健康づくりネットワーク会議
家事 支援	食事							<ul style="list-style-type: none"> <li>○おたがいさま牧港</li> <li>□おたがいさまカフェ第2水曜日11時～16時</li> </ul>	
	掃除	老人会:たつじ川清掃2か月に1回	地域清掃活動(年3回)		地域清掃(年4回)			<ul style="list-style-type: none"> <li>○まごころサポート(琉球新報・浦添中央第二販売店、内間・小湾販売店)</li> <li>○ちむごころサポート(琉球新報)</li> <li>○おでかけサポート沖縄</li> <li>○タクシー会社(福祉車両・福祉タクシー)</li> </ul>	
	外出								
その他	年1回グランドゴルフポウリング大会開催	12月CGG地域清掃活動 古紙回収	老人クラブゆかりの会 ふれあいサロン	花植え(10月、2月) 敬老会80歳以上の方へ2千円の支給 毎年2月ピクニック	夏休みラジオ体操 毎年、小学校対象、平和学習 カヌー体験	ふれあいサロン			
連絡先	098-878-3520	098-876-3261	090-9786-4155 金城自治会会長	098-877-7457	098-876-5855	876-3274			

\* 自主サークル等の見学、体験等は各自治会、または団体へお問い合わせください。  
掲載しているサークルは全てではなく、許可が得られたサークルのみ掲載しています。  
「※」は参加要件(自治会加入・老人会加入等)がある為、各自治会、または団体へお問い合わせください。

# 港川中学校区 助け合い活動のマトリックス

平成30年12月21日現在

区分	浦添市街地住宅	マチナトタウン	伊祖	緑ヶ丘	浦城	城間団地	非営利団体	企業
高齢化率	24.1%	19.4%	18.3%	23.4%	12.9%			
高齢化率 (市全体)	5(11)	8(25)	9(27)	6(13)	11(39)			
<b>見守り</b>	災害時要援護者見守り活動 夜間パトロール	災害時要援護者見守り活動	災害時要援護者見守り活動 夜間パトロール	災害時要援護者見守り活動 自治会相談室 防犯パトロール	災害時要援護者見守り活動		給食配達ボランティア	○沖縄タイムス新聞見守り ○明治安田生命見守り ○ヤクルト届け安否確認 ○食材宅配サービス(各スーパー等) ○セコム等 ○カープスパークレー ○ヘルスアップステーション(浦添総合病院健診センター内) ○おもと天久の社
<b>交 流</b>	月曜日							コープ牧港 コープおたがいさま健康サロン(ゆんたくカフェ・健康体操DVD)
	火曜日			グランドゴルフ(15時～)	シニア友の会 第4火(13時～) ふれあいサロン第2火14時～	ふれあいサロン(10時半～11時半) コーラス(第2火曜日10時半～11時) 第3火曜日いきいき若返り体操(照屋マリエ先生)		コープ牧港 コープおたがいさま健康サロン(ゆんたくカフェ・健康体操DVD)
	水曜日			琉舞 第2, 4水曜日(14時～)	操体法(10時～11時半)			コープ牧港 コープおたがいさま健康サロン(わくわく運動教室)
	木曜日			ボウリング(9:00～11:30、てだこボール) 健康体操(14時～15時半)	ピラティス体操(13時半～14時半)			コープ牧港 コープおたがいさま健康サロン(ゆんたくカフェ・健康体操DVD)
	金曜日			健康体操(10時半～) 琉舞カレン(12時～)				コープ牧港 コープおたがいさま健康サロン(ゆんたくカフェ・健康体操DVD)
	土曜日					各班対抗グランドゴルフ(6時半～)		
	日曜日						カフェ「おともだちの和」毎月第4日曜日(10時～14時)	
	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毎月第3金曜日 緑ヶ丘ゴルフ同好会毎月第1木曜	第4金曜日定例会(友の会)交流会		
	不定期			グランドゴルフ				コープ牧港 健康づくりネットワーク会議
<b>家事 支援</b>	食事							○おたがいさま牧港 □おたがいさまカフェ第2水曜日11時～16時 ○まごころサポート(琉球新報・浦添中央第二販売店、内間・小湾販売店) ○ちむごころサポート(琉球新報) ○おでかけサポート沖縄 ○タクシー会社(福祉車両・福祉タクシー)
	掃除	クリーン清掃年2回 全体清掃第1 日曜日						
	外出						ていーだの会	
<b>その他</b>	火災訓練年1回	ボウリング大会年1回 グランドゴルフ大会年1回	古紙回収	長寿鉢植えの植栽(年1回) 月・水・金学習支援(食事提供)	美化活動 すみれ会(道路沿い花壇緑化活動) 12月cgc活動港川小と一緒に地		浦添市ボランティア連絡協議会登録団体(40団体)	
<b>連絡先</b>	098-875-1996	098-876-0207	098-878-9624	098-879-3650	098-878-1696			

\* 自主サークル等の見学、体験等は各自治会、または団体へお問い合わせください。  
掲載しているサークルは全てではなく、許可が得られたサークルのみ掲載しています。  
[※]は参加要件(自治会加入・老人会加入等)がある為、各自治会、または団体へお問い合わせください。