

糸満市戦後80年
平和祈念事業

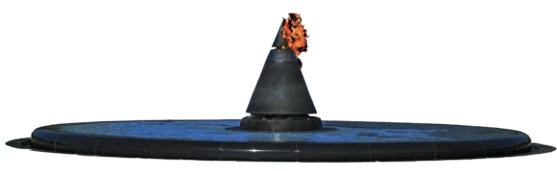
奉納エイサー
奉納平和ランタン

日時 9月20日(土) 17時～20時30分

場所 平和祈念公園 平和の火

出演団体 糸満市大里青年会 糸満市米須青年会
糸満市武富青年会 糸満市西崎青年会
北中城村島袋青年会 剛柔流仲本塾西崎

司会 玉城 美香 ラジオパーソナリティー



政策推進課 ☎ 840-8122 ID 30688

糸満市民の歌リズム体操は、6種類のリズムに合わせた介護予防体操で、「大地に根ざし、上にのびていく木」をイメージして制作しています。おなか回りの運動は、木を支える幹を強くするイメージで運動をしてみましょう！



糸満市民の歌

リズム体操

介護長寿課
☎ 840-8114

Menu 4

おなか回りの運動

腹直筋
腸腰筋
腹斜筋

1 両肘を前に持ち上げ、上体を右、左にひねる

立つ場合

座る場合

右左各
1回

2 両肘を前に持ち上げ、ももを上げ、膝と肘を右、左にタッチ

※肘を使わず、もも上げのみでも OK

立つ場合

座る場合

右左各
1回

イチ・ニ・サン・シー

Next
肩甲骨
周りの運動



アンケートに答えて特産品をゲット！

「広報いとまん」市民アンケート!!

市民アンケートに答えていただいた人の中から、抽選で2人に特産品などをプレゼントします。

応募対象 糸満市民
応募期限 8月22日(金)
注意事項 プレゼントは、市役所で受け取りとなります。

アンケート
の回答はこ
ちらから



今回のプレゼントは…

RGC株式会社(琉球ガラス村)から
CHURAPANA (ピンク)/BUTTERFLY PEA(青)
グラスセット2組



<提供>RGC 株式会社(琉球ガラス村)

美しさや長寿の象徴とされる、青い蝶。その姿に似ていることから名付けられた、深い青色の花「バタフライピー(蝶豆)」をモチーフにしたグラスです。あなたの健やかな毎日を彩ってくれるでしょう。

第28回VIVOフェスタ
令和7年度 市民講座

うちの★火星人



受講料
無料

講師の平岡さんご一家は、全員が発達障がいを抱える6人家族。障がい判明後、それぞれが「特別な個性」をもつ「火星人」としてとらえ、家族で困難を明るく乗り越えるための工夫、夫婦や子育てについてのエピソードなど講演していただきます。

質問コーナーあります！

講演終了後に、直接お二人へ質問できるコーナーを設けています。

定員60人に達し次第、受け付け終了

申し込みは、こちらから▶

申込期限 9月26日(金)16時



日時 9月28日(日) 15時～17時

会場 シャボン玉石けん くくる糸満 多目的室

講師 平岡 禎之さん
コピーライター
沖縄国際大学
産業総合研究所
特別研究員

ワッシーナさん
元フリースクール教師

政策推進課 ☎ 840-8122 ID 31027



今月の表紙



今月の表紙は、糸満フォトコン2025と題して、「私が切り撮る日々の平和」というテーマに沿って募集した写真を一つにまとめてみました。どの写真も良くて、糸満らしい写真がいっぱいです。応募した皆さん、ありがとうございました！



いさ ななみ
伊佐 奈々南さん

今月号の題字は、伊佐奈々南さんです。奈々南さんは「夏休みは、県外に旅行に行く予定です。将来の夢は、パティシエになることです。おうちでも、クッキーやパンケーキなどを作っています」と話しました。



2025.8 いとまん 14