

話くわっちー

2026 10月号

題字：我部天心

247号

毎月10日

10,000部発行



話くわっちー
について



設置店情報



公式ライン

今月の人

心身を鍛え、青少年がよき社会人に

吉田 富和 さん

P4-5・・・リフォーム施工事例

P6・・・取締役だより

P8-9・・・ゆいまーるクーポン

P11・・・ちょこっとD.I.Y

P13・・・くらしの中の法律

P18・・・お庭拝見

Takefree



純粋な武道を追求

NPO法人・全世界空手道連盟
新極真会沖縄支部主催の沖縄県
空手道選手権大会が、10月25日宜
野湾市立体育館で開かれる。青少
年チャリティーと銘打ち第5回
目。全国大会第二次選抜も兼ね
る。世界的に組織と競技人口が広
がる「新極真会」の吉田富和県支
部長の安謝本部道場を訪ねた。

48歳。身長170センチ、体重
80キロ。選手時代は中量級の王者
に輝いた実績がある。緑健児代表
の教え通り、アマチュアリズムと
純粋な武道を追求する。物腰がや
わらかく謙虚。親しみやすい温厚
な人柄も一転、空手道衣に着替え
ると厳格な指導者の顔になる。

鹿児島県与論島出身。スポーツ
と自然が好きで、小学生時はサッ
カー、中学は柔道部。叔父が与論島



自己鍛錬と指導に励む。
バックに安全用の武具が並ぶ



浦添市すず風こども園にて子どもたちに空手の指導

で小林流の指導をしており、小学
生の頃から空手に興味を持って
いたが、なぜか母が反対した。中
学の頃、友人が新極真空手のビデ
オに夢中で、影響を受けて、高校
1年の時に同好会が発足すると
会員になった。

安全性を最優先

高校卒業後、建築の専門学校進
学で福岡へ。新極真会代表の緑健
児代表が支部長を務める、新極真
会福岡支部へ入門。建築の道へは
進まず、道場の職員で10年間勤
務。「朝が来るのが怖い」ほど過酷
な稽古。午前中は自己鍛錬。昼は

事務作業。夕方から子どもと一
般指導。大会運営をまかされ、口
座管理や選手名簿の管理に明け
暮れた。この苦労と学びが人生の
糧となった。

31歳の時に沖縄で道場を開設
した。新極真会の理念と活動方針
を自治会、企業、家庭に広めてい
った。徐々に協力者が増え、現在は沖
縄支部として7つの道場を構え
る。幼少から高齢者まで330人
余が通う。

青少年育成をモットーにして
いるためか、約7割が幼稚園児、
小学生。女性も増えている。指導
では安全性の徹底と現代化に傾
注する。昔の極真空手の「素手、素
足での直接打撃制」など危険なイ
メージを払拭し、現代はヘッドギ
アやサポーター着用を義務づけ、
安全を最優先する。

全国・世界大会めざし

スポーツ全体の基軸とされて
きた「根性論」や「指導者絶対視」
の排除を父母とも話し合う。試合
で負けた子への親の感情的な叱
責に対し「勝負は時の運。負けて
成長する」と諭すことも。

吉田道場の地域協力やボラン
ティア、チャリティーが評価を受
けている。吉田支部長と経営勉強
会で席を同じくし、活動にも協力
している沖縄タイムス社の知花



地元のお祭りやイベントで演武を行っている

徳和さんは「まず学ぶ姿勢が立派。
道場経営だけでなく地域と共に
何ができるかを常に考えている。
生活弱者へのまなざしの深さに
感心する」と語る。

社会貢献は小さな事でもまず
出来る事からと、道場周辺のチリ
拾いを続けている。祭りにも積極
的に参加し演武を行う。これまで
大会開催の収益金やチャリティー
を通じて、児童養護施設へランド
セルを贈る活動をしている「沖縄
こども未来プロジェクト」へ10万
円を寄付するなど、地道な支援活
動を続けている。

10月25日の県選手権は型と組
手が幼年から壮年・一般の各級で
進行する。全国大会への切符と全
世界大会出場の期待がかかる大
会だ。

ホームページより
施工事例を
ご覧になれます



子育て世代にぴったりの生活動線

那覇市 G 邸

工事内容：改装工事

工事期間：約 3 カ月

改 装
工 事

小さなお子様との暮らしをより快適にするため、外出先から帰宅してすぐに手洗いができるなど、子育てしやすい家事動線を希望された施主様。

動線を重視するため、床と壁を全解体し、間取りを大きく変更しました。

洗面室・シャワールーム・トイレ・ランドリールーム・ファミリークローゼットを回遊できるように動線

をまとめ、毎日の家事がスムーズに行える間取りをご提案。

お客様の暮らし方やご要望を丁寧に伺い、機能性とデザイン性の両面で満足いただける住まいづくりを心がけています。

ルームツアー動画を右の二次元コードよりご覧いただけます。



Before

＼トータルリビングショウに出店します／
住まいのお悩み、ぜひご相談ください。会場でお待ちしております♪

10月16日(金)・17日(土)・18日(日)

場所：沖縄コンベンションセンター

時間：10時～17時



トータルリビングショウ2026
の詳細はこちら



小さいうちは広々としたワンルームとして使い、成長に合わせて部屋を仕切れるように3枚引き違い戸を設置しました。



畳は緑の色を変え、空間ごとに異なる雰囲気を楽しめるよう工夫しています。



夫婦ともにキッチンに立つことが多いため、使いやすい高さにこだわって計画。作業がしやすく、収納スペースもたっぷり。使いやすさとすっきりした見目を両立しています。



家事も子育てもラクになる間取り

お見積り
お問合せ



総合リフォーム専門店

株式会社喜神サービス



0120-465-840

ホームページの
お問い合わせは
こちらから→

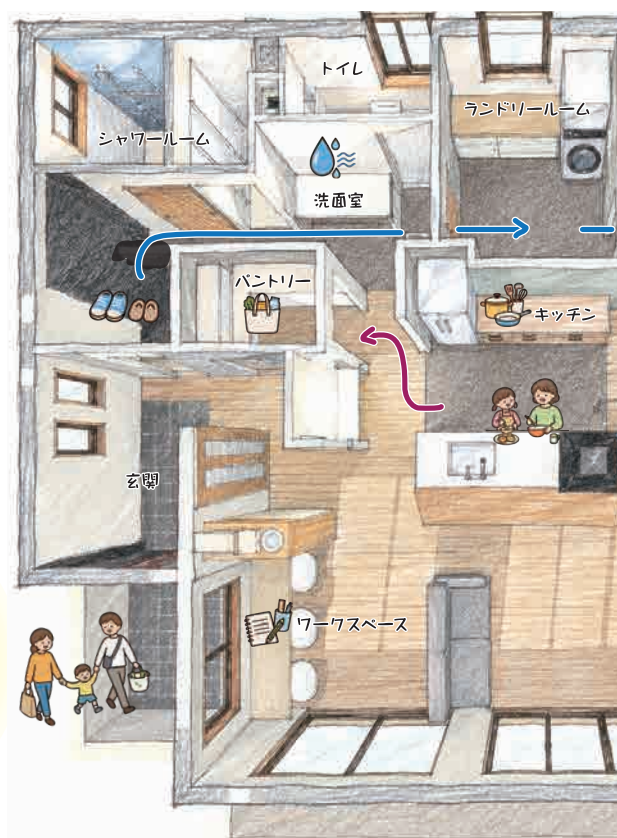


室内干しができるよう天井に物干しを設置



【水まわり】

衛生面を重視した動線。帰宅後すぐに手洗いや足洗いができ、洗面・浴室も近いため、外遊び後の子どもたちもスムーズに入浴できます。



座れるスペースを確保した玄関



【玄関・シューズクロック】

大容量のシューズクロックを設け、靴や外出用品をまとめて収納。家族みんなで使いやすく、玄関をすっきり保てる収納スペースです。

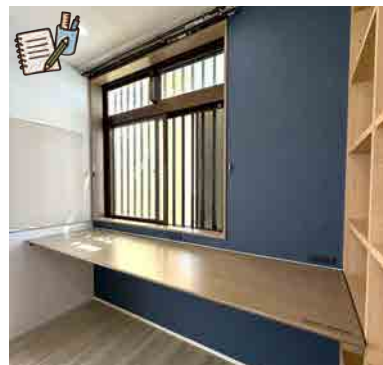


玄関からすぐの場所にパントリーを設けたことで、帰宅後そのまま荷物を収納できます。重い荷物を持って家の中を移動する負担を減らせます。



Before

アーチ状の壁は、リフォーム前のものを再利用。



キッチンから目が届くワークスペース。仕事や勉強をしながら、家族の気配を感じられるオープンな空間です。

社員の皆さん、先月の方針発表会は本当にお疲れ様でした。

発表会では、私たちが目指すビジョンとその目的について、改めて伝えさせてもらいました。2年前にビジョンを掲げ、部署、個人と目標を掲げてスタートしましたが、まだまだ大きな成果には繋がっていません。だからこそ今、私たちが何のために変革を進めているのか、その原点に立ち返る大切な節目になったと感じています。

私たちは今、大きな変化の真只中にあります。これまでは、社員一人ひとりの技術や長年の経験に支えられて成長してきました。これは私たちの大きな誇りです。

しかし、激変する時代の中で、これらも地域のお客様に選ばれ続け、ここで働く皆さんの未来とご家族の生活を守り続けるためには、個人の力から「会社全体の確かな仕組み」へと育てていく必要があります。

そのために取り組んでいるのが、仕事の品質を誰でも同じように高く保つための仕様書新しいマニュアル作りです。

慣れ親しんだやり方を変えるのは、誰だった大変です。すべてをすぐに変えるのではなく、段階的に進めていこうという考え方だからこそ、最初は戸惑いや、うまくいかないもどかしさを感じることもあります。ただし、これは次のステップへ進むために、どうしても必要な「成長痛」のようなものです。

前期の1年間、部署の垣根を越えて、

どうすればもっとお客様に喜ばれるか、どうすればもっとお客様に選ばれる会社になれるのか、どうすれば社内のコミュニケーションを円滑にできるのかを話し合ってきました。

それぞれの立場から真剣に意見を出し合いながらも、すぐには目に見える結果が出ず、悩んだ時期もありましたが、社内には確実に「前向きな変化の芽」が育っています。

会社を良くするための意見が飛び交い、現場では新しい取り組みも始まっています。これらは、私たちが次に進むための、新たな土台となるものです。

先月の方針発表会を経て、私を含め役員も現場のメンバーとしつかりと寄り添い、対話の場を設けて、環境づくりの役割を全うし、一緒に汗をかいて、任せつかりにせず伴走していきます。

すべては「いつ」「誰が」担当しても、お客様に安心して選んでいただける品質を届け続けるため。「この会社」に任せて本当によかった」という笑顔の輪を、それぞれの地域に広げていくためです。

皆さんがこの1年で一生懸命に蒔いてくれた変化の種を、今期は大きな成果へと一緒に育てていきましょう。一歩ずつ、着実に。

私たちは今、全員で新しいステージへ向かっています。今期も共に頑張ります。しょう。

取締役 営業部長

幸地 昭彦

いつまでも輝き続け、前向きでいられるように

笑みある未来のコンシェルジュ

#23

相続や保険のことを、「まだ先の話」にしないために。

経営者向けの情報共有チャット「エミシェア」を運営しています。

答えを急がず、考え続けたい方へ。

“未来は、待つな。創れ。”



「頼んでよかった」は、その後

「頼んでよかった」と感じるのには、商品を買った時や工事が終わった時だけではありません。しばらくして届く「その後、お困りごとはありませんか」の一言に、ほっとすることもあるのではないのでしょうか。

アフターフォローとは、売った後もお客様との約束を大切にすること。私はそう考えています。困りごとがあっても「こんなことを言っているのかな」と遠慮してしまう方もいらっしゃるでしょう。だからこそ、こちらから声をかけ、話しやすい関係をつくっておきたいのです。

そして私は「クレーム処理」という言葉は論外だと思っています。お客様の不安や不満は、面倒なものとして片づけてよい話ではありません。

まずお話を聴き、何が起きたかを確かめる。そのうえでどう対応し、いつ連絡するかを伝える。解決した後にも、もう一度様子を伺う。そこまで含めてクレーム対応です。

「何かあったら、またこの人に相談しよう」。そんな信頼は、日々の小さな対応から育つものです。

私自身も、困った時に顔が浮かぶ身近な相談相手でありたいと思います。

山田 晋



沖縄市出身。座右の銘は「戦って学び、学びで戦う」。株式会社エミシェア代表。法人保険と財務の視点から、社長不在でも会社が止まらない仕組みづくりを支援するリスク設計の専門家。これまで数多くの中小企業の決算書と向き合い、借入・固定費・資金繰りを基にした必要保障額の算出や6ヶ月防衛ラインの設計を通じて、経営の空白を未然に防ぐ仕組みづくりに取り組んでいる。また、経営者の思考力と判断力を高める学びの場として『エミシェア経営戦略塾』を主宰。財務・経営・意思決定の実践知を共有しながら、社長が安心して挑戦できる経営基盤づくりを支援している。



HP



LINE

売り物件
求む!

不動産売却をお考えの方 どんなことでもご相談下さい!

無料査定から売却まで
しっかりとお手伝い
させていただきます!

○いくらで売れるのか? ○住宅ローンが残っているけど売れるのか?
○使っていない土地があるが活用していないので売却しようか…など、思ったことはありませんか?

本島内全域、何処へでも訪問可能です! 相談無料 無料査定 秘密厳守

売土地

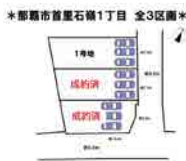
那覇市

価格 3,298 万円

物件概要 「石嶺駅徒歩4分!」「首里エリア×駅近・価値ある立地!」
「こだわりの家づくりをこの場所です!」 全3区画/残り1区画です!

所在地 : 那覇市首里石嶺町1丁目
土地面積 : 45.98坪
地目 : 宅地
都市計画 : 市街化区域
用途地域 : 第一種低層
建ぺい率 : 50%
容積率 : 100%
現況 : 更地
土地権利 : 所有権
接道方向 : 東 幅員5.2m
取引態様 : 仲介

※建築条件なし



糸満市

価格 1,398 万円

物件概要 「建築条件なし・理想の住まいを自由設計で!」
☆「ちょうどいい広さの住宅地」 全3区画/残り1区画です!

所在地 : 糸満市兼城
土地面積 : 44.7坪
地目 : 宅地
都市計画 : 市街化区域
用途地域 : 第一種低層
建ぺい率 : 40%
容積率 : 80%
現況 : 更地
土地権利 : 所有権
接道方向 : 東 幅員8.5m
取引態様 : 仲介

※建築条件なし



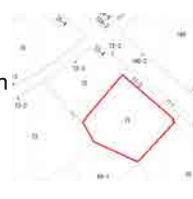
久米島町

価格 710 万円

物件概要 ※【価格改定】//「久米島に移住したい」「週末を島で過ごすセカンドハウスが欲しい!」そんな方へおすすめ!

所在地 : 久米島町真謝
土地面積 : 142坪
地目 : 宅地
都市計画 : 都市計画区域外
用途地域 : 無指定
建ぺい率 : —
容積率 : —
現況 : 上物あり
土地権利 : 所有権
接道方向 : 北東 幅員10m
取引態様 : 専任

※建築条件なし



不動産総合商社 一きづき、きずいてくー
株式会社 ジョイハウス

(宅建業) 沖縄県知事免許(4)第4099号

お気軽にご相談下さい!

電話 098-898-1350

〒901-2213 沖縄県宜野湾市志真志4-15-6



http://www.joyhausu.com

約19万人が受講 整理収納の基本が学べる講座です

整理収納アドバイザー 2級認定講座

【開催日】 26年11月14日(土) 【定員】 16人

【受講料】 24,700円(税込)

【時間】 9:30~16:30

【締切日】 11月4日(水)

カリキュラム

1. 整理の効果について考える
2. 現状の整理のレベルを知る
3. モノの本質と人との関わり
4. 整理を妨げる要因を知る
5. 整理収納の鉄則
6. 学んだ理論を実例に活かす

整理収納アドバイザー 2級認定講座を受講すると

- ・整理収納の基本をしっかり学べます
- ・1日6時間の講座受講で資格が取得できます
- ・1級取得でプロとしての活動が可能です

こんな方にオススメです!

- ・お片づけが苦手一度基本を学んでみたい方
- ・ライフステージの変化に伴い自宅のお片づけを始めたい方
- ・整理収納が好きでさらに知識を深めたい方
- ・職場に整理収納を取り入れて効率化を図りたい方

「お掃除習慣」をストレスなく身に付ける秘けつが学べます

目指せ「お掃除のスペシャリスト」 クリンネスト2級講座

【開催日】 26年11月15日(日) 【締切日】 11月4日(水)

【受講料】 25,300円(税込)

【時間】 9:30~16:30

【定員】 16人



クリンネストとはクリンネス(cleanness、清浄)とスペシャリスト(specialist、専門家)を掛け合わせた言葉です。

きれいな空間への5つのメソッド(方法)

カリキュラム	1. 頻度メソッド	お掃除の場所と回数
	2. プランメソッド	スケジュールと内容
	3. 動線メソッド	効率的な動き
	4. 時短メソッド	スピーディーな作業
	5. プロ目線メソッド	お掃除力のアップ

こんな方にオススメです!

- 効率よくお掃除ができるようになりたい
- お掃除自体がちょっと苦手
- 仕事で使えるお掃除を身に付けたい

申込方法 ※下記方法でのお申し込み時に講座名と希望日、お名前、ご住所、電話番号をお伝えください。定員に達し次第募集を終了します。

電話 098-865-5255 (平日10時~15時)

mail mado1114@ryukyushimpo.co.jp

主催・会場 琉球新報社(〒900-8525那覇市泉崎1-10-3)

■ハウスキーピング協会認定資格/認定証発行形式の変更について

※26年4月以降の受講の方は認定証の発行形式が紙からオープンバッジ(デジタル証明書)へ変更になります。発行には、メールアドレスとご本人の登録作業が必要になります。

ハウスキーピング協会(https://housekeeping.or.jp/)の個人情報保護方針に同意の上、お申込み下さい。

靴工房カステッリーノ 1枚で1名様 12月末まで

特典: オーダーメイド靴ご注文時に10%OFF!



住所 読谷市東1-4-16
電話 0980-33-5556
営業 10:00~18:00
定休 日・月曜日

●オーダーメイド靴 (納期12か月) ¥250,000
●靴のペア・タイ ¥1,000~

※事前予約制。
お気軽にお問合せ下さい。



ハイビスカスベーカリー 1枚で1名様 無期限利用

特典: 「話くわっち」を1枚で100円引き



住所 宜野座町松戸5
電話 098-943-1130
営業 10:00~17:00/売り切れ次第終了
定休 月曜日/月曜と合わせ月6回定休有
※定休日の詳細はSNSにてご確認ください!

メニュー
・ハイビスカスパン
・塩パン・にくパン
・ロングソーセイジ
・ピスタチオクーシュー
・パン・クッキー
・食パン・クリームパン
予約、取置きなどの
ご連絡お待ちしています





ちゃあぶー 読谷店 1枚で1名様 11月末まで

特典: 1テーブル会計時10%OFF



住所 読谷市古里8-8-2
電話 0980-99-9595
営業 17:30~22:30
(L.Oフード21:30/ドリンク22:00)
定休 なし

●ちゃあぶー贅沢コース一人前 ¥3,980
●ちゃあぶーセット 一人前 ¥2,200

半個室3つあり!
その他、バリエーションメニュー、ドリンクあり。
駐車場の場所が分からない場合はお問い合わせください





生マグロ専門店 海猿 1枚で1名様 11月末まで

特典: お食事ご注文でソフトドリンク1杯無料



住所 うるま市石川1-27-4
電話 090-726-7709
営業 ランチ 11:00~15:00
夜食 17:00~23:00
定休 水曜日

生マグロ しゃぶしゃぶ ¥1,600
三食丼定食 ¥1,750
サーモン親子丼定食 ¥2,150
他、丼ものや定食、単品メニューあります!

居酒屋限定メニュー
生マグロ しゃぶしゃぶ ¥1,200
のどろろ ¥1,800~2,200

居酒屋 始めました!




楽読安里スクール 1枚で1名様 12月末まで

特典: 特別価格! 楽読ミニ体験会 ¥1,000



住所 那覇市安里358
電話 090-578-4821
営業 9:00~20:00
定休 日曜日

たった15分で体感!
楽読ミニ体験会
読書が苦手な方も大歓迎!
楽しみながら脳を活性化!
右脳トレーニング
「アノミ」が、大まかに
3つの層に分かれています!
「アノミ」に挑戦してみてください!

津嘉山スクール・奥武スクールもあります!





Cr Beauty-Ma Vie (介護美容 メヴィ) 1枚で1名様 11月末まで

特典: 初回特別無料体験!



電話 080-4110-5774
営業 要相談
定休 なし

初めまして。
介護美容セラピストの
馬場好子(ばばこうこ)です。
【自分らしい人生を、最期まで美しく】
何歳になっても、綺麗でいたい
を叶える・サポートするお手伝いを
皆さんが心の底から笑顔が
溢れるまでお手伝いします。

訪問がメインで!
お家で施術できますと
どこまででも行きます!




ご利用の際にクーポンをご提示ください。
★有効期限は各店舗ごとに異なります。
★営業時間に変更される可能性があります。
詳細は店舗へお問い合わせください。

固 固有 P 駐車場 完 完全予約制 現 現金のみ 電 電マネ可 テ クラト可
女 女性専用 男 男性専用 ス スロープ有 カ カード可 プ プッシュ有 ペ ペットOK

まじむん食堂



無料で沖縄マンガを読む
「おきオタ」はこちら↓



マンガ制作なら
「星野工房」
詳しくはこちら↓



ぬちぐすい薬膳 No.4

心と体を幸せにする中医学と薬膳の話

No.4



「今日は何を食べようかな…」

そんな時、心と体をケアする食材選びに
役立つ情報をご紹介しますコラムです！



【古堅 知恵理】

薬膳教室主宰
国際中医師
国際中医薬膳師

暑さとらぐ10月は、「秋バテからの回復」「補気」がキーワード。

朝晩涼しくなり、沖縄も過ごしやす季節になりましたが、夏の暑さで消耗したエネルギーが、この時期の体力・気力の低下に繋がることがあります。これが「秋バテ」です。そのまま冬に突入すると、気分の落ち込みや風邪をひきやすいなど、心身の不調の原因に…。そこで、今の内に元気や体力を補って、秋バテから回復しておこうというのが中医学の養生法です。そんな時のお助け食材が「補気」の作用を持つ食材です。薬膳では、何もない所から次々と発生する「きのこ類」は、生命力が高い食材とされてきました。

特に、補気の力が強い「しいたけ」は、この時期におすすめの食材です。

薬膳講座 11月生受付中

学びと実食の薬膳講座 全10回薬膳ランチ付き →



季節の薬膳

10月「椎茸のトースター焼き」



【レシピ】

- ① 椎茸の軸を外し、石づきは切り落とす。軸は縦2本に割いておく。
- ② ①をアルミホイルの上に並べて、オーブントースターで5分程度焼く。
- ③ ポン酢と柚子胡椒を添える。

【ひとことメモ】

補った気を全身に巡らせる働きがある「酢」「柑橘類」を取り入れたいので「ポン酢」と「柚子胡椒」を添えました。

ベビマでHAPPY子育て

第99回

第82回から、赤ちゃんの身体、脳や神経について解説しています。

【赤ちゃんの五感の仕組みと発達—皮膚感覚、触覚】

「皮膚は露出した脳」とも呼ばれるほど敏感な器官です。皮膚で感じた感覚は、大脳皮質の体性感覚野にインプットされ、情動の中核と自立神経や免疫機能を支配する大脳視下床部に伝わり、心と体全体に影響を与えます。新生児は、唇、舌、手のひら、足の裏などの感覚が敏感で、いずれも原始反射の発現につながる部位です。温度感覚は新生児期にすでに見られ、しだいに敏感になります。また、痛みに対する新生児の反応は生後数日間には敏感ではありませんが、その後急速に発達します。

乳児と呼ばれる位までに成長すると、痛みの刺激に対する反応の早さは、成人とほぼ同様となります。

ママとベビーもぎゅっすのためのイベント

ゆるり

がんばるママへのご褒美タイム

無料託児つき

入場無料

ゆるり公式 LINEアカウント
会場にて不定期でベビマ体験ご提供中。
二次元コード読み込んでお友達登録すると
LINEで気軽にお問い合わせいただけます。



読谷
10:00~15:00

in **パルコシティ**
10:00~17:00

in **ハンビータウン**
10:00~17:00

読谷村文化センター 中ホール

12/10 木
2/11 木

サンエー浦添西海岸 パルコシティ

11/3 火
5/5 木

サンエーハンビータウン New!

10/20 火
22 木

1/19 火
21 木

真喜志リエ(まさし・りえ)

一般社団法人ままーる協会代表理事。長年介護職に就いていたが、長女の出産を機にベビーマッサージの指導者資格を取得し独立。



ベビーマッサージを教える傍ら、2015年より「ママとベビー & キッスのためのイベント「ゆるり」」を主催。2018年4月ままーる協会を設立。ママをとりまく環境の改善や心のケアにも力添えをすべく、日々奮闘中。
<https://www.ma2ma-ru.okinawa/>

ベビーマッサージの先生になろう!

親子ベビーマッサージ指導者養成講座

親子のきずなを深めながら
赤ちゃんの健やかな发育のお手伝い

ベビーマッサージの刺激は、赤ちゃんの体だけでなく、**脳や心の发育にも良い作用をもたらす**ことが科学的に証明されています。親子の絆が深まり、ママのストレスもフリーにもっとx2ハッピーに! **夜泣き・ぐずりのお悩みからも解放。**

ママのスキルアップ & 「プチ起業」もできます!

詳細・応募
はこちら



まもなく終了!

最終モニター価格
50,000円(税別)

喜神サービスの ちょこっと

喜神サービススタッフがお届けする暮らしに役立つ“ちょこっと”情報!
お客様からのご質問や、お悩みにもお答えしていきます!
裏表紙のハガキでぜひご応募ください!



#43

すのこで便利な収納キャスターを作ろう

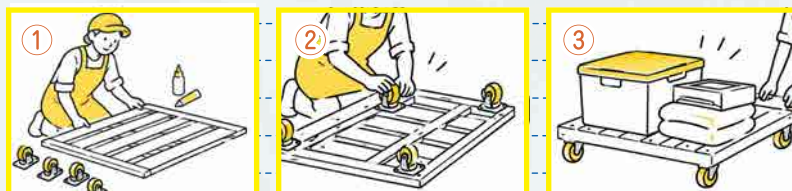
ベッド下や家具の隙間など「ここに収納できたら便利なのに…」と思うことはありませんか? そんな時におすすめなのが、すのこで作る簡単収納キャスター。工具をほとんど使わず、手軽に作れますよ。

【用意するもの】

すのこ／キャスター／
木工用ボンドまたは瞬間接着剤

【Let's try!】

- ① お好みの大きさのすのこを用意し、裏返します。
- ② すのこの四隅にキャスターを置き、取り付ける位置を決めたら木工用ボンドや瞬間接着剤でしっかりと接着します。
- ③ 接着剤が乾いたら完成!



10月はおススメ 喜神サービス 豊見城店の

今月の担当は
豊見城店 主任 金城 和幸



南部地域を担当している金城です。豊見城店は豊見城市名嘉地から糸満市武富に移転しました。今後とも変わらぬご愛顧をよろしくお願いいたします。住宅のお困り事がありましたら、お気軽にご相談ください。

+αでもっと便利に♪

収納したいスペースに合わせてすのこの大きさを選んだり、必要に応じてカットしたりと自由度も高いのがポイント。お気に入りの色に塗装するとおしゃれで気分UP!

重たい物を収納したい場合は、キャスターをボンドではなくビス(ネジ)で固定したり、取り付ける箇所を増やしたりすると、よりしっかり固定できます。

身近な材料で簡単に作れるので、ぜひおうちの収納スペースに合わせてチャレンジしてみてくださいね。



POINT

いよしのふるさと

白太鼓 (石川白太鼓)

(1) 首里天加那志

首里天加那志百とうわりちよわり、万人のまじり
揮でいしでいら
石川からかきてい^{ユジヒヤグンマデ}与儀比屋根迄ん、美里ぬめがなし
お^ウかき御島

(2) 大和世

大和世になりば穀にみちらりてい(さつまのかれん)
ち^{月止}ちとうるでいからやみぐいとうるでい
くぬ殿内御庭や御庭やりば御庭い、内にぬばがりば
雪^ヌのま米

(3) 石ん根の道

石ん根ぬ道から寺ぬ側までいん
うんしゆびや先から、みやらびやすばから

(4) 東

東打向てい飛びゆる^{アヤハベル}綾蝶^{イキイ}
先ぢゆ待ていんぞに^{イキイ}伝言たぬま

(5) 安里八幡

安里八幡に松抱ちゆるう^(寄生木)志^{ウサ}ゆく
うりが露食わどう里とう除かりらん
ぬかんじく互に思て給^{クボ}り



琉球の白太鼓は、白を逆さにしてその上で火を焚き、女衆がその周りをぐるぐる廻りながら、鼓を打ちならして踊ったといわれている。八月十五夜前後に十五～六歳の少女から老人までの部落の女性が踊った民俗舞踊である。

御^{ウサ}成白太鼓とは、総地頭の前で演じた白太鼓のことで、美里間切の御成白太鼓が催された時に、石川の首里天加那志と知花村のものが優れていたという。



鳳凰木の花



医療法人 和泉会

いずみ病院

Izumi Art clb

理事長 高江洲義英 (民俗精神医学)

日本芸術療法学会前理事長
日本園芸療法学会初代理事長

〒904-2205 うるま市栄野比 1150
TEL : 098-972-7788 FAX : 098-972-7319
<http://www.izumihospital1985.or.jp>

くらしの中の法律

生活道路の

法定速度の引下げ(その1)

今回から2回にわたって、2026(令和8)年9月1日から施行されている改正道路交通法施行令についてご説明いたします。

この改正は、歩行者や自転車が行き交ういわゆる「生活道路」における交通事故の防止と事故が発生した際の被害軽減を目的として、自動車の法定速度を引き下げるものです。

(1)改正の背景

これまで、自動車の法定速度は一律60km/hと定められていたため、道路標識又は道路標示により最高速度が指定されていない一般道路の最高速度は、60km/hでした。

2025年中の交通事故死傷者数における歩行中・自転車乗用中の死傷者数の割合は、車道幅員5.5m以上の道路では25.5%(自転車乗用中15.9%、歩行中9.6%)だったのに対し、車道幅員5.5m未満の道路では47.7%(自転車乗用中33.0%、歩行中14.7%)であ

り、幅員の狭い道路において、歩行中・自転車乗用中の死傷者が占める割合が2倍近くになっています。

2023年中の交通死亡事故のうち、歩行中の死者の52%が自宅から500m以内で事故に遭い、自転車乗車中の死者の47%が自宅から1km以内で事故に遭っていました。また、2005年から2009年までの間に幅員5.5m未満の単路(交差点や踏切、それらの付近を除いた道路)で発生した車両対人の事故における死傷者数に対する死者数の割合は、車両の速度が20km/h以下の場合0.4%、20km/h超30km/h以下の場合0.9%だったのに対し、30km/h超40km/h以下の場合2.7%、40km/h超50km/h以下の場合7.8%、50km/h超60km/h以下の場合17.4%でした。



(2)これまでの対策
このように、60km/hという法

定速度は、実態にそぐわない危険な状態だったといえます。そこで、一定の区域での交通安全を目的として、「スクールゾーン」、「コミュニティ・ゾーン」、「あんしん歩行エリア」、「ゾーン30」、「ゾーン30プラス」などの対策が採られてきました。

ゾーン30は、2011年から行われている対策で、区域(ゾーン)を定めて30km/hの速度規制を実施するとともに、ゾーン入り口における区域規制標識や路面標示の設置、ゾーン内における路側帯の設置・拡幅と車道中央線の抹消などを必要に応じて組み合わせることで、自動車の走行速度や通り抜けを抑制しようとするものです。

2016年3月末時点でゾーン30の整備が済んでいた2490か所において、整備前1年間と整備翌年度の1年間における交通事故の発生状況を比較したところ、発生件数は約23.5%減少し、対歩行者・自転車事故件数は18.6%減少しています。

ゾーン30は、2026年3月末時点で全国で4457か所が整備され、沖縄県内で33か所が整備されています。

(3)今回の改正

今回の改正は、主に地域住民の日常生活に利用されるような生活道路の法定速度を30km/hに引き下げるものです。

これにより、全国に無数に存在する生活道路に30km/hの速度規制標識を設置したり、ゾーン30の整備をしたりすることなしに、生活道路の最高速度は、一律30km/hに引き下げられます。

次号に続きます。

弁護士 南部篤史

※今回のコラムは、次の資料を参照しています。

- ① 警察庁「生活道路におけるゾーン対策「ゾーン30」「ゾーン30プラス」の概要」
- ② 警察庁「生活道路における安全確保」
- ③ 国土交通省「生活道路対策のこれまでの経緯」



①



②



③



暮らし研究所叶
代表 神村さゆり
一級建築士
整理収納アドバイザー 講師
ミネラル醗酵研究家
小説家



～ドロボーさんに嫌われる家にしよう！～

なぜか我が家は空き巣、泥棒に入られたことがありません。偶然と
言ってはそれまでですが、ドロボーさんが嫌がる何かがあるのか、考え
てみました。

我が家は平屋の一軒家。四方はそれなりの空地があるので、周囲を
回りこむのも容易でしょう。また、外出時は普通に施錠しますが、これと
違って変わったことのないディスクシリンドラー。特別にピッキング対策
などもされていません。もちろんセ●ムなどのホームセキュリティも入
れていません。

一見するとこんなにドロボーさんに好かれやすい家はないでしょう。
けれど冒頭で話したように、一度も泥棒被害がないのです。

まず考えられることとしては、

- ①この家には盗むものが何もない、と思われる。
 - ②街灯が敷地内に点いている。しかも玄関は常夜灯で点けばなし。
 - ③玄関が道路に面しているの、入退室はイヤでも他人の目に入る。
 - ④ご近所が顔見知りなうえ、来客が多い。
- 等が挙げられます。

防犯対策のことを調べてみると、ドロボーさんが最も嫌がるのは「人
の目」だそうです。もちろんセキュリティシステムなどあるに越したこと
はないのですが、人の手で作ったものは人の手で破ることができる

のこと。

だから侵入しようとする人の目が気になるというつくりが最も効果
的です。実際に見られるだけでなく、歩くと音が鳴るような砂利敷きも
効果的です。

だから、我が家であるように夜間でも電気が点いているのは避けた
くなるようです。

加えて留守かどうかわかりづらい、というのも効果的だそうです。昼
間はカーテンを開ける。夜間は留守でも適度な時間は点灯する。郵便
受けから郵便がはみ出さない。など、あ、そういえばと思われることっ
てありますよね。

技術面での防犯、例えばピッキングしづらい鍵や取り外せない(ねじ
山をつぶした)面格子などはプロに任せて、我々は心理面で防犯対策
しましょう。ご近所が全員顔見知りなのは最強ですよ！

ちなみに高層だからといって窓に施錠しないのはご法度です。オート
ロックを過信しすぎるのもアウトだし、また、窓からの侵入者も防げませ
ん。集合住宅は

いっぺんに複数の
家を狙うことがで
きるので慣れたも
のには効率がい
い場所とされてい
るそうです。



＝お知らせ＝

【住まいの間取り相談会】

10月22日(木) 13:00～17:30 (30分単位)

参加費一組1000円。

※要予約。先着順となります。場所は予約時にお伝えします。

●整理収納アドバイザー2級認定講座

※当面はオープン講座は開催しません。

個別対応いたしますのでお問い合わせください。



公式ライン始めました！
お役に立つ情報を随時
発信しています。



J-POP GOD Sustainer

一神話の裏側に隠された若き神たちの奮闘一
連載小説です。読んでみてね。

問合せ:090-1364-5377(神村) E-mail:yurin801@gmail.com



第7回

うちなー 暦の開運帖

執筆:和田 真弓 / (株)THIDAOKINAWA 筆頭占い師

昔から巡り続ける【六十干支の暦】

日々の干支の流れを、

ワンポイント『うちなーぐち&風水』でお届けします。

自然のリズムを感じ、日常を整えるヒントになれば幸いです♪

戌戌(つちのえイヌ)

今月の干支は『戌戌(つちのえイヌ)』。

10/8～11/6までの期間は『土と土』の
運気が重なる月で、秋から冬に向かう季
節です。

収穫を終え、痩せた土は、落ちた葉や
果実が腐葉土になるまで時を要します。

私たちが慌てず急がず、時を待つこと
が今後の良い結果につながります。

良くなる未来を描きつつ
“よんなーよんなー”で行きましょう。

それではゆかる日 まさる日で♪



【鑑定項目】

- 1年の運勢鑑定 ■新築・リフォームの時期
- 風水鑑定 ■印相鑑定 ■命名・社名鑑定
- 引っ越し鑑定 ■その他の相談

【鑑定料金】

■鑑定士 島袋千鶴子 60分 ¥15,000～

■鑑定士 和田真弓 60分 ¥15,000～

本社:うるま市みどり町6-16-11

鑑定場所:うるま市安慶名3-24-9ティダビル4階
(琉球銀行具志川支店向かい)

T E L : 098-973-1668

MAIL: contact@thidaokinawa.co.jp

鑑定予約・講座のお問い合わせは
こちらから(※要予約)



【今月の開運ポイント】

※1ヶ月かけてゆっくり全体を整えま
しょう。

①家の周囲を見渡して、雑草や伸びす
ぎた樹木などを整えて外見をきれいに
しましょう。

※10/20～11/6は『秋の土用期間』
です。この時期に木の伐採や樹木の植
え替えなど、土いじりは避けましょう。

②家の中全体を見て回り、不要な物は
ないか、カビている場所や衣類がない
かをチェックして整えましょう。



※「よんなーよんなー」=ゆっくり、のんびり、あせらずに自分のペースで
※「ゆかる日」=佳かる日(縁起の良い日)、「まさる日」=優る日・勝る日

すべての人が自分らしく
教員コラム

琉リハ

ワンダーランド
輝らせる世界を作りたい

今月のテーマ

秋から始める、未来のための「貯筋」習慣
～いつまでも自分らしく動ける身体をつくる、
理学療法の視点～

実践スポーツ
理学療法学科 No.67
専任教員 ノウス真紀



地域の健康を支える人材育成

学校法人智帆学園 琉球リハビリテーション学院は、豊かな自然に囲まれた金武町で、地域に根ざしたリハビリテーション教育を行っています。理学療法士は、病気のケアだけでなく、日々の生活や健康づくりにも関わり「その人らしく動くこと」を支える専門職です。地域の皆さまの健康を支える人材を育成しています。



琉リハは、沖縄県内だけでなく
全国から学生が集まります！
一緒にリハビリのプロを目指そう！

学校法人 智帆学園

琉球リハビリテーション学院

☎ 0120-490-515 ✉ E-mail : koho@ryukyu.ac.jp

秋から始める健康づくり

暑さが和らぎ、過ごしやすい季節になりました。「何か運動を始めたいけれど、何から始めればいい？」と思っている方も多いのではないのでしょうか。

実は特別な運動をしなくても、日常生活の中で身体を動かすだけで十分な効果があります。秋はこれからの健康を考え、身体づくりを始める良い季節です。

未来の自分のために「貯筋」を

筋肉は、年齢にかかわらず「使うこと」で維持しやすくなります。一方で、身体を動かす機会が減ると、少しずつ筋力や体力が低下していきます。特に下半身の筋力が低下すると「立ち上がる」「階段を上る」「歩く」といった日常の動作が負担に感じられることがあります。

そこでお勧めしたいのが、日常生活の中でできる「貯筋」です。たとえば、いつもより少し長く歩いてみる、エレベーターではなく階段を使う、テレビを見ながら足首を動かすなど、小さな積み重ねでも身体を動かすきっかけになります。

また、椅子からゆっくり立ち上がる・座る動作を繰り返す「立ち座り運動」も下半身を使う簡単な運動の一つです。まずは無理のない回数から始め、慣れてきたら少しずつ回数を増やしてみましょう。

大切なのは「頑張りすぎる」とではなく「続けること」。痛みや体調に不安がある場合は無理をせず、自分の身体の状態に合わせて行うことです。

この秋、できることから少しずつ身体を動かして、未来の自分のために「貯筋」を始めてみませんか？



国頭郡金武町 4348-2



OPEN CAMPUS
オープンキャンパス
開催中！

作業療法学科

3年制

★ 昼間主 月～金

実践スポーツ
理学療法学科

3年制

★ 昼間主 月～金

メディカルスポーツ
柔道整復学科

3年制

★ 昼間主 月～金

リゾート
観光学科

2年制

★ 昼間主 月～金

こども保育
リハビリ学科

2年制

★ 昼間主 月～金
専攻科
(短大併修+1年課程)
こども保育リハビリは12:10まで

社会福祉学科

1年制

★ 夜間主 月～土

マルチタレント・龍宮の巫女

Robinsowa

NO.50

とんでもございます！



こんにちは。歩くパワスポ・龍宮巫女のロビンソワです
すいいつも読んで下さりありがとうございます。

秋が深まり、木々の葉が少しずつ色づき始める10月。季節が移り変わるように、私たちの人生も「変化」のタイミング。

「木々は葉を手放すことを恐れない」。それは枯れてしまったからではなく、次の季節を迎えるために必要な自然な流れだから。

私たちも同じように「必要ないもの」を手放すことで、新しいご縁や可能性を受け取るスペースが生まれるの。

過去の後悔や、誰かの期待に応え続けること。「こうしなければならない」という思い込み。知らず知らずのうちに色々抱えてない？手放すというのは、忘れることでも投げ出すことでもなく「今までありがとう」と感謝をして、自分の未来へ進むために一度手を離すこと。

- ◆タレント | ラジオパーソナリティー
- ◆イベント司会 | イベント主宰
- ◆オラクルカード占い師 | LGBTQ 相談
(龍神・天使・天国にいる方、各メッセージ)
- ◆琉球干支龍カード著者(作家)
- ◆まさひろ酒造「島唄」公式アンバサダー
- ※占い・ご相談・出演依頼などは公式ラインよりご連絡ください
- ◆ 移動式拝所「龍嬪宮」の巫女

総合URL



ロビンソワも検索してね！

「龍は、古くから水や流れと深い関わりを持つ存在」として語られてきた。水が流れ続けるように、人生もまた「変化」という流れに乗って前へ進んでいくもの。

もし今何かがうまくいかないと感じているなら「失った」と考えるのではなく「新しいものが入るための場所ができた」と考えてみて。あなたの人生に訪れる変化も、もしかすると次のステージへ進むためのサインなのかもしれない。

この秋、あなたは何を手放し何を迎え入れますか？

龍嬪宮では、Instagramでも「龍からのメッセージ」や日々の活動、イベント・鑑定などの情報を発信しているわ♡

あなたの人生に新しい流れが訪れますように。ぜひInstagramもフォローして龍嬪宮からのメッセージを受け取ってね♪

ということで今回はここまで。

それではまた来月お逢いしましょう。それまで…そわそわ♡

こだわりの食材を活かした
アメリカンテイストのグリル料理

南国の香りに包まれたリゾートキッチンで、
フレッシュな海と大地の恵みに舌鼓。
心躍る美味しさに満たされて、
ゆったりと寛いだひとときを
お楽しみいただけます。



ムーンオーシャン宜野湾 ホテル&レジデンス
オールデイダイニング「オーシャングリル」

ALL DAY DINING
OCEAN GRILL
okinawa oki.jp

宜野湾市宇地泊3-7-12 Tel.098-890-1110

ランチタイム 11:30～14:00 (ラストオーダー14:00)

ディナータイム 17:30～21:00 (ラストオーダー20:00)



TEPPANYAKI

IZUMIZAKI

泉崎



image



ちゅらさんランチ

¥3,900

11:30～15:00 (L.O.14:30)



OKINAWA HARBORVIEW HOTEL



Open GARDEN

オープンガーデン

素敵なお庭のご紹介♪

2026年8月31日 撮影

うるま市

カフェ 絆歩

のお庭

オープンガーデン
お庭
拝見



池に流れる水の音に癒されます



椅子以外は全て自作の店内



自作の門を見てご友人から制作依頼が来ことも



プレゼントでいただいた、久米島にあった松の木

お庭を撮影させて
いただけるお宅を募集中!

☎098-973-6533

喜神サービス
お庭拝見コーナー担当まで

お庭のお問い合わせもコチラまで↑

写真・文：鳥袋 ちさと

【カフェ絆歩】
うるま市栄野比169の1
090(2508)9950

今回ご紹介するのは、「カフェ絆歩」古謝さんのお庭です。
8割ほどご自身で造ったというお庭は、あえて高低差をつけ、立体的に見えるよう、建物とのバランスが工夫されています。
立派な自作の門をくぐると、ユニークなレンガの「ひんぷん」が出迎えてくれます。琉球石灰岩のアプローチを進むと、その先では鯉が涼しそうに泳ぐ池が。隣には大きな松の木があり、この松を目当てにお庭を訪れる方も多いそうです。
「自分が楽しみながら作ったものを誰かが見て楽しんでくれるのが嬉しい」と語る古謝さん。4月〜5月にはヒスイカラズラも花を咲かせます。どの季節にお邪魔しても楽しめる、器用で漢らしいお庭でした。
お庭を眺めながら飲むコーヒーは、格別に美味しく感じます。皆さんもぜひ、足を運んでみてください♪

コラム たあばの山学校

「山学校」。なんと懐かしく、自由な心の発露を思い起こさせる言葉だろう。戦争が終わり生活手段の何もかもが不足していた頃、学校も楽しくなく、今でいう「不登校」の子が山や海で過ごすことを指す。現在の不登校は引きこもりか、外でいたずらや悪さをするのに対し、当時は元氣ハツラツで自然を相手に山の幸や海の幸で、食生活を考えるたくましさがあった。天願力前田場区自治会長が「子ども・若者自立支援事業所」を開設した。社会環境や複雑な家庭問題などで不登校に流れる少年たちの居場所として自宅3階を開放する。奉仕の精神に徹し、地域と企業の協力を得て若者に知識と技術を学ばせ、将来は希望する企業への就職をめざす。2期8年の自治会長を7月に辞めた。巡回活動中に居場所のない少年たちと語り合ってきた。注意し叱るのではなく、公園にたむろする中学生に、小学生に悪い影響を与えないよう説得。オートバイは免許を取ってから乗ろうよと声を掛け続けた。海が好きな子たちと誘い合ってサーフィンを楽しむまでになった。うれしい出来事が続いた。小学生が喜ぶハロウィンで、父母の車の誘導員を引き受け、八月十五夜の道ジユ

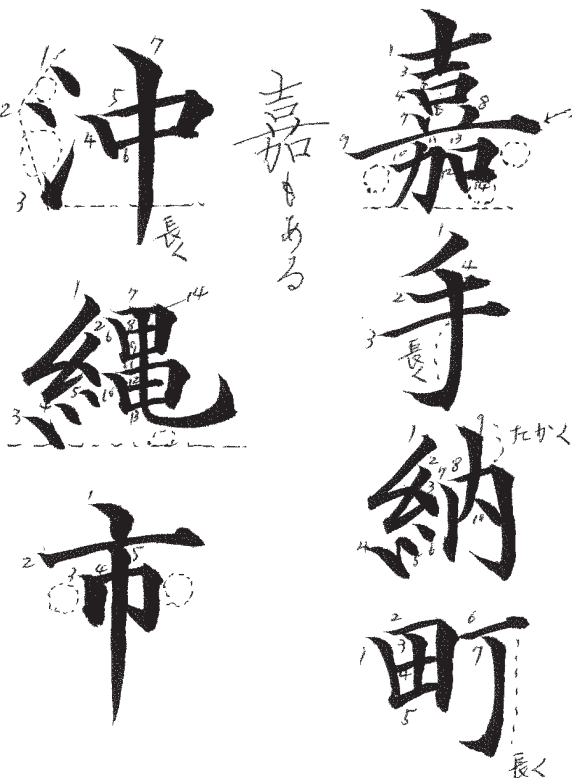


天願力代表の若者支援説明会。予定の30席の2倍超が参加した。

ネーにも参加。夏まつりでは田場工イサー復活プロジェクトチームに加わった。特に感動を与えたのは、地元の「かつしん太鼓」の練習を重ね、学校の学習発表会で披露したこと。学校行事に縁が薄かった生徒6人の演技に教職員や父母は感激した。地域への恩返しのため自治会長になったが、その延長として子ども支援を決意した。9月4日の開設説明会には、30席から70席に参加者が増えるほど関心の高まりを見せた。「少年の居場所」は支援のひとつの方法で、目的は学校への登校。パソコンやインターネットでの個々人に合った学習を高める。地域、企業とのタイアップで協賛。パートナーを募り、将来を見据える。(17P 広告参照)

(相談役・新崎盛文)

『天心の書・ペン習字』 86



我部 天心 (Tenshin Gabe)
南城市出身。天心書道教室主宰 県立高校書道非常勤講師
子どもから大人まで書の楽しさを伝え、共に学び、感性を育んでいる。

■天心書道教室：098-939-9933

おうちレッスン・美徳文字 通信講座やっています。



読者アンケート

プレゼントは表の住所・電話番号・氏名を記入の上、アンケートに答えて頂いた方の中から抽選とさせていただきます。

A. 喜神サービスを何で知りましたか？ ※複数回答可能

1. CM 2. インターネット 3. 話くわっちー 4. チラシ 5. 営業
6. 新聞 7. 工事現場 8. ラジオ 9. 店舗/看板 10. TV番組 11. その他

B. 当社で工事をした事が有りますか？ 1. はい 2. いいえ

C. 喜神サービス「話くわっちー」を何処で手にしましたか？

1. 設置店 ()
2. ポスティング 3. 友達や親類 4. 営業 5. イベント

D. 『話くわっちー』で面白かった記事は何ですか？ 複数回答可能

()

E. ゆいま〜るクーポンを使った事がありますか？

1. 無い 2. ある 店名 ()

※その他お気づきの点、ご感想がありましたらご記入下さい。
また、リフォームのお悩み相談など♪ご意見もお待ちしております。

ご協力ありがとうございました。

ご希望のプレゼントの番号をご記入ください。

2026.10

映画情報



すべては、ガレキの展示室から始まった。
語り継ぐものたち

原爆資料館

累計8000万人を迎え入れた広島平和記念資料館
“声なき声”を繋いできた「記憶の博物館」の知られざるメッセージ

9/24(木)より上映中！
詳しくはお問い合わせください。
シアタードーナツ・オキナワ
住所：沖縄市中央1-3-17(胡屋バス停前)
TEL:070-5401-1072



上映情報はこちらから

ぬちぐすい 写真館

ペンネーム
YACHI さん



今年も来ました(10月17日)沖縄そばの日

お気に入り写真を募集中♪

感動した風景、美味しいごはん、
可愛いペット、家族時間など
命案(ぬちぐすい)なひと時をご紹介します♪

投稿はコチラ



当たってうれしい10月の 読者プレゼント!



ザ・ムーンビーチ
ミュージアムリゾート
恩納村字前兼久 1203
TEL:098-965-1020
ムーンオーシャン宜野湾
ホテル&レジデンス
宜野湾市宇地泊 558-8
TEL:098-890-1110



- ① ムーンホテルズアンドリゾーツ株式会社様ご提供
ザ・ムーンビーチ ミュージアムリゾートまたは
ムーンオーシャン宜野湾ホテル&レジデンスにて
ご利用頂ける共通ランチ券(ペア)×2名様

- ② 沖縄ハーバービューホテル様ご提供
ブッフェレストラン「プランタン」
ランチ券(ペア)×1名様



沖縄ハーバービューホテル
那覇市泉崎 2-46
TEL:098-853-2119



★2026年10月23日必着★

当選者は2026年11月号発表! 右のハガキで応募ください!

2026年9月のプレゼント当選者

那覇市 M.Eさん・浦添市 S.Yさん
うるま市 T.Cさん

琉球村招待券の当選発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

郵便はがき

料金受取人払

具志川局
承認

536

差出有効期間
令和9年12月
31日まで
(切手不要)

9042290

うるま市田場1061番地
(株)喜神サービス

喜神サービス通信10月号
プレゼント係宛

「話くわっちー」を
ご愛読いただき
ありがとうございます!
皆さまの貴重なご意見
をお聞かせください!



きしんクン

住所〒

電話番号

氏名

職業

※お手数ですが裏面のアンケートをご記入の上、ご投函ください。
※ご応募は毎月お一人様一口(1回)限りとさせていただきます。
複数回ご応募いただいた場合、2回目以降のご応募は無効となります。