

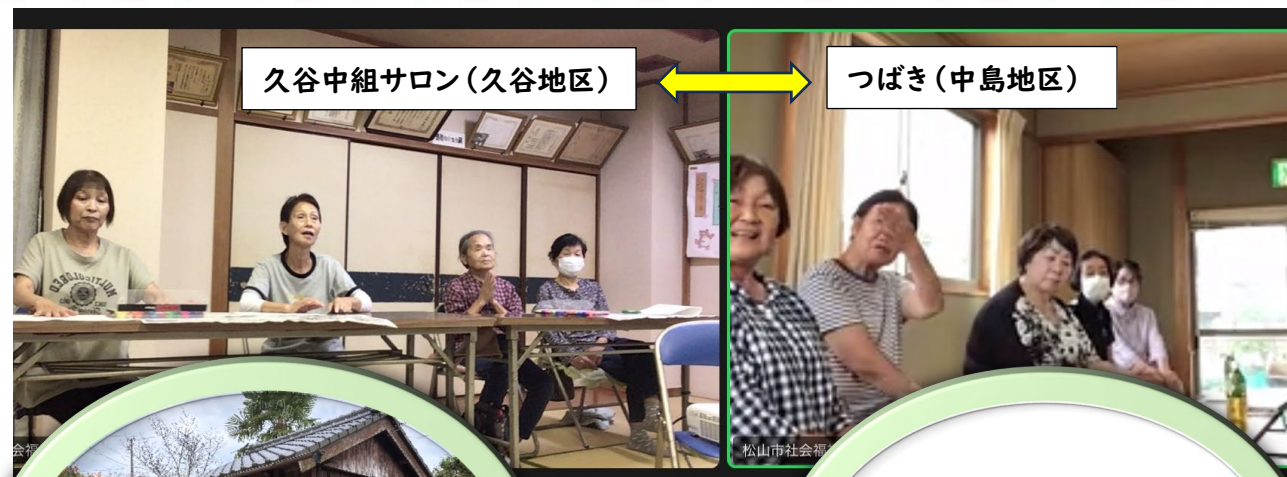
# 複数サロン間 オンライン交流イベント

年6回の予定でオンライン交流を実施しています。普段の活動場所にしながら、他のサロンと一緒にゲームを楽しむことができ、どの回も盛り上がっています。



## 【R7.10.1 開催】

どちらのサロンにも、大正13年生まれで今年101歳✨を迎えられる方がいらっしゃいます。お二方ともとてもお元気で、みなさんの目標となっています。



## 【R7.10.16 開催】

山間の「久谷中組サロン」と海辺(睦月島)の「つばき」を繋ぎ交流しました。「屋台連想ゲーム」ではそれぞれの地域性がうかがえる回答があり、他地区の様子を知る良い機会となりました。

松山市ふれあい・いきいきサロン活動支援事業

サ

ロ

ン

通

信

令和7年度  
No.2

編集・発行/松山市社会福祉協議会

ふれあい・いきいきサロン：141 サロン  
緩和型サロン：96 サロン(令和7年11月1日現在)

## サロンの“いきいきマドンナ”を紹介します



桑原地区 いきいきサロンあじさい  
山中 テルさん(100歳)

5年ほど前、桑原地区に引っ越してこれ、サロンに参加するようになった山中さん。若い頃、ゴルフのキャディさんをしていたそうで、月2回のサロンは集会所まで歩いて来られます。また、歌が好きで、先日の町内敬老会では、セリフ付きで2曲(岸壁の母、おつう)を歌い、みなさん大感動だったとのこと。サロンのみなさんからは「とにかく前向き」と言われている山中さんは、サロンでの脳トレや手芸もとにかく自分でやってみるタイプ。お元気の秘訣を聞くと、「よく食べ、よく歩き、よく喋り、よく寝る」と言われていました。山中さんのお母様も104歳まで長生きされたそうで、目標はお母様を超えることだそうです。そんな山中さんはサロンのみなさんの目標となっています。

卒寿を迎えても尚、サロンでいきいきと活動されている方を“いきいきマドンナ”“いきいき坊ちゃん”として、ご紹介していきます。元気に暮らす秘訣などをお伺いします。先輩マドンナ、坊ちゃんを目指してサロン活動を楽しみましょう！



松山市社会福祉協議会

- 本所 〒790-0808 松山市若草町8-2 松山市総合福祉センター  
Tel: 089-941-3828 / Fax: 089-941-4408
- 北条支所 〒799-2436 松山市河野別府937-1 松山市北条社会福祉センター  
Tel: 089-993-1400 / Fax: 089-993-1419
- 中島支所 〒791-4501 松山市中島大浦1626 松山市役所中島支所2階  
Tel: 089-997-1822 / Fax: 089-997-1833

「ふれあい・いきいきサロン通信」はホームページからもご覧いただけます。

<https://www.matsuyama-wel.jp/>





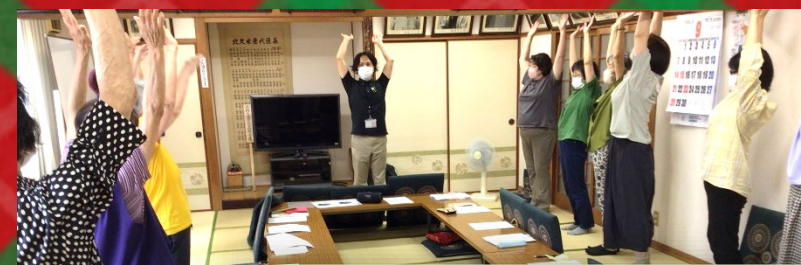
### 【宮前地区】サロンひまわり苑

手芸が得意なサロンひまわり苑のみなさん。  
黒板に大きな満月を描き、完成させた手芸作品のうさぎと共に記念撮影。次の作品の作製も楽しみですね♪



### 【雄郡地区】ふれあいいきいきサロン竹原

松山市権利擁護センターを講師に迎えて  
『安心して暮らしていくための備え』と題して  
成年後見制度を学びました。参加者さんからは「具体例も  
分かりやすく、為になりました」との感想が聞かれました。



### 【久米地区】北久米サロン

この日は松山市地域包括支援センターの方と理学療法士の方に来ていただきました。「上を向いて歩こう」の曲にあわせて、全身を使った運動をしたり、地域包括支援センターの利用についての説明をしていただきました。月2回、元気に楽しく活動されています！

活

動

紹

介



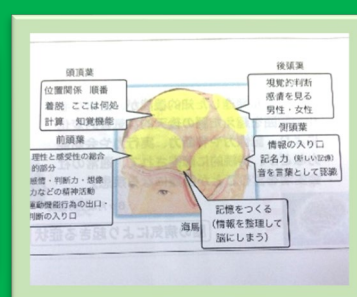
### 【浮穴地区】森松グランドゴルフ愛好会

グランドゴルフを楽しんでいるサロンです。毎回チーム分けはくじ引きで決めています。準備体操をしたらゲームスタート！目指せ、ホールインワン！



### 【興居島地区】ひまわりⅡ

8月から活動を開始した興居島地区北浦のいきいきサロンです！  
この日も健康運動指導士の先生のかげ声に合わせて、元気いっぱい体操をしました。  
「そのけそのけ私が通る！」などのセリフをリズムに乗せて肩甲骨をぐるんぐると動かし、体もお口もフル回転！笑い声があふれる、賑やかな活動となっています。



### 【北条地区】サロン上辻 愛媛県在宅介護研修センターの出前講座

を利用し「VRによる認知症体験会」を実施しました。リアルな映像が見えるゴーグルやヘッドホンを付けると、認知症の方の見える世界や「レビー小体型認知症」のリアルな体験ができます。思わず「こわい！」と声が出る方も！認知症の方の「思い」を感じることができる貴重な体験会となりました。