

「出前サロン」 実施中！



お住いの地域で『通いの場』を立ち上げたいけど、いったい何をしたらいいかわからないという団体やグループへ！出前サロンで介護予防体験をしてみませんか？松山市社会福祉協議会のコーディネーターが出張いたします！3名以上の参加者と会場の確保ができれば、お気軽にご相談ください。



【石井西地区】



【立岩地区】

活動の様子



お知らせ

👁️
してみる測定 ～知って見る測定～

《測定内容》

- ◎アンケート
- ◎開眼片足立ち
- ◎手がかり再生(絵の記憶)



今年度も測定を継続実施します！
 感染状況に配慮しながら短時間で済ませたいと思っていますので、ご協力をお願いいたします。

各担当コーディネーターとの調整になります。

募集中!

複数サロン間 オンライン交流イベント

いつもの活動場所にいながら、他のサロンと交流してみませんか？

- ★同じ曜日、同じ時間に開催しているサロンを、オンラインで繋いで交流します。(コーディネーターがセッティング！)
- ★普段、実施している体操や脳トレーニング、自慢できること等を各サロンで紹介してください。
- ★1時間程度の交流会となります。



希望サロンは、各担当コーディネーターまでご連絡を！

松山市ふれあい・いきいきサロン活動支援事業



編集・発行/松山市社会福祉協議会

サロン数：159サロン（令和4年7月現在）

オンラインサロン開催！『口腔ケア教室』

ZOOM



講師：松山市保健所 渡辺令子氏

従来型のサロンの枠を越え新たなコミュニティづくりの場として、Zoomを活用して、参加者がオンライン上で顔を見ながら一緒に介護予防に取り組みました。



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
- 余土支所 〒790-0045 松山市余土中 2丁目 8-22 余土中分館 2階
Tel: 089-971-6790 / Fax: 089-971-6780
- 桑原支所 〒790-0905 松山市樽味 1丁目 4-3 JA えひめ中央桑原支所 1階
Tel: 089-941-4281 / Fax: 089-941-4283

「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/>

活動紹介



【垣生地区】
いきいきサロンマーガレット
タブレット教室の様子。
スポンジで可愛いマスコット
も作りました。垣生地区社
協の方が取材に来てくれま
した。



【石井西地区】
和泉西団地いきいきサロン



インターネット動画を利用し
て、間違い探しを行いました。
絶妙な問題ばかりで、
「あと1つが見つからない」
「私はわかった！」と脳トレ
ーニングを楽しみました。



【東雲地区】
和サロン
季節の花をそれぞれが思いのまま
に生けました！
夏らしい涼やかな生け花に、心も
和みます。

夏
ガングラム
ヒマワリ
スターチス



【高浜地区】
ふれあいいいきいきサロン
石風呂

ラジオ体操でスタート！
折り紙でアジサイ作りに挑
戦しました。



【北条地区】
風早ピーチクパーチクサロン

正しい姿勢と歩き方講座！
歩き方や姿勢チェックをした
後、バランスを整える体操をし
ました。



【湯山地区】
にこにこひまわりサロン
脳トレーニングの一環として
「吸わない、賭けない、飲まな
い」健康マージャンを取り入
れてみました。一生懸命、ル
ールを覚えています！

