

ふれあい・いきいきサロン研修会開催!

わたしたちサロンの工夫しているところ

2月20日(木)北条社会福祉センターにて魅力ある活動を継続する事を目的にサロン研修会を開催しました。参加者は85名。第1部は3サロンの代表者による事例発表。第2部は11月に開催した交流会にて交わされた活発な情報交換の内容をサロンコーディネーターから報告。

「自分のサロンでも、活用できそうな話が聞けて良かった」「他のサロンも頑張っていて、こちらもやる気がでた」というお声をいただきました。今後も様々なサロンの取り組みをご紹介させていただく機会をつくっていきます。



新介護予防体操 体操名募集

「ゆげゆげ体操」に続く介護予防体操の第2弾として、新たな体操を制作することになりました。サロンのみなさんに広く愛され、親しんでいただける名前を募集します。ぜひ素敵な名前を考えてください。

★ご案内、応募用紙はサロン代表者へ別途送付しております。



報告書・申請書の提出について

3月分の報告書と一緒に「令和元年度報告書類 令和2年度申請書類」の提出をお願いいたします。令和元年度経理状況確認は、各サロンと相談のうえ、4月以降に実施します。

不明な点等は担当コーディネーターへご連絡ください。

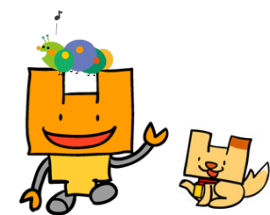


サロン通信 NO.4

編集・発行 / 松山市社会福祉協議会

サロン数: 180サロン (令和2年2月現在)

サロンで笑顔発見!



松山市社会福祉協議会

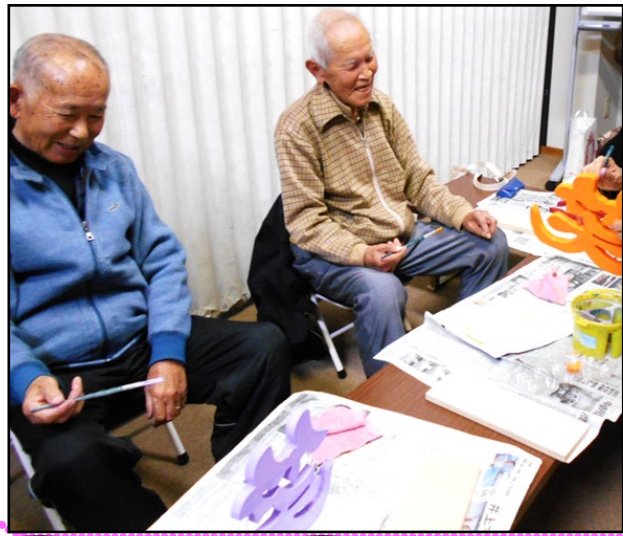
- 本所 〒790-0808 松山市若草町8番地2 松山市総合福祉センター
Tel: 089-941-3828 / Fax: 089-941-4408
- 北条支所 〒799-2436 松山市河野別府937番地1 松山市北条社会福祉センター
Tel: 089-993-1400 / Fax: 089-993-1419
- 中島支所 〒791-4501 松山市中島大浦1626番地 松山市役所中島支所2階
Tel: 089-997-1822 / Fax: 089-997-1833
- 余土支所 〒790-0045 松山市余戸中2丁目8番地22号 余戸中分館2階
Tel: 089-971-6790 / Fax: 089-971-6780
- 桑原支所 〒790-0905 松山市樽味1丁目4番地3号 JAえひめ中央桑原支所1階
Tel: 089-941-4281 / Fax: 089-941-4283

この「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。

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

ふれあい・いきいきサロン紹介

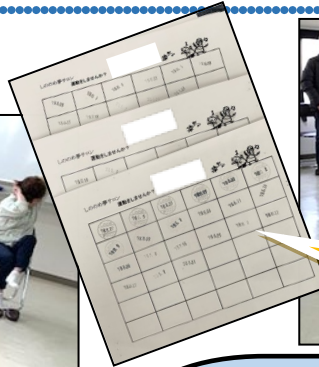
《浮穴》正友会サロン



木工細工の先生を招き、大きな「笑」の文字と土台に好きな色を塗って、置物を製作しました。角度を変えて、何度も塗り残しが無いかを確認し、ボンドで接着すると完成です。その後、カラオケを堪能し楽しい時間を過ごしました。



《東雲》しののめ夢サロン



スタンプカード！

体操を中心に活動しているサロンです。体操が好きな方ばかりで、出席のスタンプカードを作って、サロンへの参加をさらに楽しんでいるそうです。この日は、地元の大学生との交流もあり、普段とはまた違う賑やかなサロンとなりました。

《北条》辻北シルバーサロン



ボールが後ろに抜けてしまったらレクリエーションタイム！



風船バレー



男性参加者も多いので、よく体を動かします。今日は、ボール蹴りと風船バレー。ボール蹴り（手もOK）はボールが後ろに抜けたらバツゲーム・・・ではなく、レクリエーションタイムに突入します。（タオル体操や笑いヨガをしてリフレッシュ）風船バレーは手作りの即席コート！立ってはいけないというルールです。笑い声が絶えず、とても盛り上がっていました。

《生石》ハートサロン



おしゃべりと笑いが絶えない手芸と料理が得意なサロンです。『お多福と鬼』は、インターネットの画像から参加さんが型紙を起し、持ち寄りの生地を活用して製作しました。昨年末にはサロン交流会で評判を聞いた寄せ植えに初挑戦。「今度は、春のお花で植えてみたいね。」と大満足の活動になりました。

《桑原》いきいきサロンあじさい



今年初めのサロン活動は、七草粥作りです。代表者さんが採ってきた七草をみんなできれいに洗い、みじん切りにして、お粥にまぜて炊きます。出来上がるまでに、抹茶を点ててひと休み。七草粥ができたら、参加者が持ち寄ったお菓子と共いただきました♪ その後も、くじ引きをしたり、お餅を食べたりと、初サロンを楽しく堪能しました。

《和気》ふれあい三光

薄い荷造りひもを渦巻状にテープで貼り付けるだけですごろくに！準備も片付けも簡単！！

ものまね中！



お世話人さん手作りの「歩くすごろく」を楽しみました。人がコマになり、出た目に従って歩いて進みます。途中のマス目には“ものまねをする”などの課題があり、みんなで大笑い！4回もスタートに戻った方もいましたが、「良い運動になった。」と、ゴールする頃には身体もポカポカ温まっていた。