

観光協会一覧



今年度より、社協マイクロバスの運行区域が新たに、新居浜市、西予市、八幡浜市まで広がりました。ただし、目的地までの道中で、運行が困難、あるいは、危険と思われる道路を通る場合は、目的地の変更をお願いすることがありますのでご了承ください。行き先の選定にお困りの際は、お役立て下さい。

団体名	電話番号	団体名	電話番号
1 松山観光コンベンション協会	(089) 935-7511	10 内子町観光協会	(0893) 44-3790
2 今治地方観光協会	(0898) 22-0909	11 西予市観光協会	(0894) 62-6408
3 大三島観光協会	(0897) 82-0002	12 久万高原町観光協会	(0892) 21-1192
4 新居浜市観光協会	(0897) 32-4028	13 東温市観光協会	(089) 964-1254
5 西条市観光協会	(0897) 56-2605	14 伊予市観光協会	(089) 994-5852
6 八幡浜市観光協会	(0894) 22-3111	15 伊予市中山支部	(089) 967-0197
7 大洲市観光協会	(0893) 24-2664	16 伊予市双海支部	(089) 986-1231
8 長浜支部	(0893) 52-1111	17 砥部町観光協会	(089) 962-7288
9 肱川支部	(0893) 34-2311		

簡単クラフト(カーネーション)



布の中心をぐし縫いにし、絞って形を整えるだけで出来上ります。詳しい作り方は、担当コーディネーターまでお問い合わせください。

サロン農園募集(平成25年度)

サロンへの男性参加者が少ないという課題を解決するために、今年度も新しくサロン活動に農園を取り入れるサロンを募集します。

今までサロンに参加していなかった男性や農作業に興味のある方を誘って、さらに活動の幅を広げてみませんか? 詳しい募集要項は別紙チラシをご覧ください。

脳トレ <数独>

		7	1	6				3
		3			2	6		4
2	8		3		7	1	9	
3	6		7		4			8
		9			8	4	3	
4	1		6		5			9
6	7		9		3	8	4	
		1			6	9		2
		4	8	5				7

- すべてのタテ列、ヨコ列に、1～9までの数字が必ずひとつ入ります。
- 太線で囲まれたタテ3×ヨコ3マスブロックと呼び、その1ブロックには1～9までの数字が必ずひとつだけ入ります。
- 同じ列、同じブロック内に、同じ数字は2つ以上入りません。



5	4	7	1	6	9	2	8	3
1	9	3	5	8	2	6	7	4
2	8	6	3	4	7	1	9	5
3	6	2	7	9	4	5	1	8
7	5	9	2	1	8	4	3	6
4	1	8	6	3	5	7	2	9
6	7	5	9	2	3	8	4	1
8	3	1	4	7	6	9	5	2
9	2	4	8	5	1	3	6	7

松山市社会福祉協議会地域福祉課

□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937-1 松山市北条社会福祉センター
Tel: 089-993-1400 / Fax: 089-993-1419

*旧北条市、旧中島町及び城北地域のサロンのことについては、北条支所勤務のコーディネーターが担当しています。

ふれあい
いきいき

サロン通信

4月号
No.083

●編集・発行 / 松山市社会福祉協議会

2月活動状況

サロン数: 250 サロン
開催回数: 556回
利用延人数: 8,777人
(60歳以上)

平成24年度活動援助員研修会開催!

3月7日



今年度は、順天堂大学名誉教授の武井正子先生をお招きし、「気軽に体操、今日も元気」～暮らしの中にも運動のヒント～という演題で講演していただきました。当日は、各サロンの活動援助員さん約360名が参加してくださり、幾つになっても運動する事の大切さを分かりやすく解説して頂きました。雑巾の搾り方ひとつをとっても、ちょっとした腕の使い方、りっぱな筋力トレーニングになることなど、なるほどとうなずける事ばかり!家でテレビを観ながらゴロゴロしては行かないと、日頃の生活習慣を見直す良い機会となりました。サロンでも手軽に実施できるタオルを使った体操も体験し、「講演後、身体が楽に動くようになった。早速サロンでやってみようと思います。」という感想も寄せられました。

今月のまちなかサロン

お雛様作り



ちりめんをふんだんに使い、着物を幾重も重ねている豪華なお雛様に見えますが、ヤクルト容器と少ないちりめんでもこんなに豪華に見せるのが腕の見せ所です。



フラメンコギター演奏

スペインに修行経験もある素敵な廣川講師のフラメンコギター演奏。躍動感溢れる演奏に誰もが心震わせ、情熱が伝わり皆の心も熱くなるほどでした。フラメンコギターはピックを使わず、指で演奏するので、激しい指さばきに耐えられるようにと、右手の爪は綺麗にネイルされているんですよ。



【4月】スケジュール

日	主な行事(13:30 ▶ 15:00)
2(火)	こいのぼり制作
5(金)	祝 まちなか1周年!
9(火)	フォークダンス
12(金)	編み物
16(火)	レクリエーション
19(金)	フラダンス
23(火)	トランポリン
26(金)	エコクラフト
30(火)	布草履

<申込み> 松山市社会福祉協議会地域福祉課
☎ 941-3828 FAX 941-4408
都合により内容が変更になることがあります。

姫原サロンこでまり(清水地区)

たのしい雛まつり！！

3月8日

開催場所	代表者宅
実施回数	月1回
参加人数	男性2名女性12名

9月に新しく出来た清水地区2件目のサロンです。以前から楽しく遠慮なく集まれる場所が欲しいという声もあり、代表者さんの厚意で、やっと開催場所を作ることができました。毎日、顔を合わせているご近所の方達ですが、サロンの日は、格別の思いで来ています。



今日は雛祭り会！「遠い昔！？を思いだして」との声に皆さん大笑い。タオル体操の後、♪たのしいひなまつり♪を歌い、雛人形を作りました。

男性は、この間は別室で将棋。駒とにらめっこしながら難しい顔で真剣勝負。でも、お茶の時間がくるとニコニコと隣部屋に合流し、おしゃべりタイムに入ります。笑顔あふれる憩いの場ができた事に、感謝しながら活動しています。

土手内ひまわりサロン(北条地区)

サロンは地域の盛り上げ隊！

2月20日

開催場所	土手内公民館
実施回数	月3回
参加人数	男性3名女性17名

ラジオ体操からサロンが始まります。今日の活動メニューはレクリエーション！昨日の寒さが嘘の様に温かい陽射しの下、ペタンクは3チームに別れて熱戦が繰り広げられました。逆転優勝のかかった最後の一投、声援の飛びかうなか放ったボールは思うように転がってくれず逆転はなりませんでしたが、みんな笑顔で健闘をたたえ合いました。場所を室内に移しカットボールでの個人戦、総合優勝目指し軽やかな音が響きます。茶話会でのひと時、気の置けない仲間とのおしゃべりは至福の時です。

女性は調理実習、男性はレクの運搬・設置・審判とそれぞれ役割分担もスムーズに行われます。又、土手内ひまわりサロンでは地域行事の支援に尽力し、地域を盛り上げ支える担い手として活動しています。



サロンレポート

私たちコーディネーターがサロンにおじゃまして、その日の様子や内容をご紹介します。

背筋伸ばして、元気いっぱい！

1月24日

井門サロン(浮穴地区)

開催場所	井門集会所
実施回数	月2回
参加人数	女性24名

もともとは手芸のグループとして活動していましたが、サロンに移行してからは手芸よりもレクリエーションや体操などで動きや笑いを取り入れた活動が自然と増えてきました。皆さん身体を動かす方が好きとのこと。

今日は近づいてきた地区の文化祭に出演するため最終練習です。軽快なテンポの『ほろ酔い姉妹』と、県警が作ったオレオレ詐欺撲滅運動のための『騙されん音頭』を振付を合わしながら練習しました。2曲続けて踊ると結構な運動量になりますが、息もぴったり！最後の掛け声も元気いっぱい、若々しい皆さんでした。



サロン農園紹介

今年も豊作！

サロン仲談(河野地区)

農園をするにあたり、水はけを良くするため溝を掘り、耕運機を借り受け土を耕す所から始めました。試行錯誤の野菜作り、御褒美の収穫を楽しみに交代で草引き・水やり当番等管理も協力して行っています。



みんなで力を合わせ草引き



お楽しみ、野菜の収穫



手作りのとん汁

農園での収穫野菜は多種に渡ります。ナス・キュウリ・スナップエンドウ・里芋・大根・白菜・ジャガイモ・高菜・わけぎ・ピーマン・タマネギ・トマト・にがうり・オクラ・赤じそ(シソジュースを作りました)・ほうれん草・落花生・ネギ・サニーレタス・人参・・・こんなに多くの野菜を作ったのかと我ながらびっくりするやら、感心するやら、中には青虫のお御馳走となったキャベツもありましたが、これもご愛嬌！収穫祭で話題に上がり笑いの種となりました。