

簡単ガトーショコラ



<材料>

- ・チョコレート・・・150g (ブラック)
- ・バター・・・60g
- ・砂糖・・・50g
- ・ホットケーキミックス・・・100g
- ・卵・・・2個 (全卵)

<作り方>

- ① ボールにチョコレート・バター・砂糖を入れてゴムベラで混ぜながら湯煎する。
- ② 濡れ布巾の上に①を置いて荒熱を取る。ボールに計量したホットケーキミックスを入れる。
- ③ 卵を直接割り入れ、ゴムベラで全体がなじむように混ぜる。
- ④ オーブンを180℃に余熱しておく。パウンド型にバター(計量外)をぬって生地を入れる。
- ⑤ 180℃のオーブンで35分焼いて出来上がりです。(竹串で刺して焼き具合を確かめましょう)

お花の名前? 何て読むのかな?

- ①落葉松 ②雛罌粟 ③虎耳草 ④竜胆
- ⑤満天星 ⑥夾竹桃 ⑦万年青 ⑧繁縷
- ⑨薊 ⑩下野 ⑪杜若 ⑫吾亦紅 ⑬蠟梅
- ⑭白粉花 ⑮梔子 ⑯仙人掌 ⑰撫子
- ⑱沈丁花 ⑲勿忘草 ⑳堇



<答え>

- ①からまつ ②ひなげし ③ゆきのした
- ④りんどう ⑤どうだんつつじ ⑥きょうちくとう
- ⑦おもと ⑧はこべら ⑨あざみ
- ⑩しもつけ ⑪かきつばた ⑫われもこ
- ⑬ろうばい ⑭おしろいばな ⑮くちなし
- ⑯さぼてん ⑰なでしこ ⑱じんちょうげ
- ⑲わすれなぐさ ⑳すみれ

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。

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/>

タオルハンカチでポーチ!



<材料>

- ・タオルハンカチ
- ・ファスナー

※どんなサイズでも作れます!

<作り方>

1. ファスナーを返し縫いで両端に縫い付ける。
2. 裏返し両方からじゃばら折りにたたみ端から2cmの所を返し縫いにする。



Information お知らせ

サロン経理状況確認にお伺いします

5月より順次サロンの経理関係の状況確認(通帳・帳簿・領収書)にお伺いさせていただきます。事前に担当より御連絡いたしますので、調査の際には御協力のほど宜しくお願い致します。

保健所出前講座の変更について

(保健師・理学療法士・精神保健福祉士・栄養士)

今年度より、保健所の出前講座の申込方法が変更になりました。実施回数は月5件から月2件に。各サロンからの申し込みは中止となり、市社協が、今まで未実施のサロンを原則に選定することとなりました。ご了承下さい。選定サロンにつきましては、各担当コーディネーターより連絡致しますので、ご協力をお願いいたします。

ふれあい いきいき サロン通信

5月号
No.084

●編集・発行 / 松山市社会福祉協議会

3月活動状況

サロン数: 250 サロン
開催回数: 560 回

利用延人数: 9,017 人
(60歳以上)

祝 まちなかサロン一周年祭

4月5日



春爛漫の良き日、「まちなかサロン」一周年祭を開催しました。会場には一年間の活動写真や丹精込めて作った作品を展示しました。また私たちスタッフが、皆さまへの感謝の気持ちを込めて点てたお抹茶を楽しんで頂きながら、琴三重奏の美しい音色に酔いしれた1日でした。オープン当初、開催直前までチラシを配り参加者を募っていた事もありましたが、今では定員を超える程の人気メニューも増えてきました。今後も皆様に親しまれるサロンとなるよう努力してまいりますので、興味はあるけれどまだ参加されていない方、今年こそはぜひ遊びにいらして下さい。

活動援助員一同、心よりお待ちしております。

今月のまちなかサロン

レクリエーション



ジャンボサイコロを転がして、コマを進めます。ただ進むだけではなく、出た目によっては歌やとんちを効かせたクイズが待っている面白すごろくです。

フラダンス

色とりどりのスカートとレイを身につけると、足取りも軽やかに南国気分。音楽に癒され、楽しみながら足腰の筋力アップに繋がります、女性にお勧めです。



【5月】スケジュール

日	主な行事 (13:00 ▶ 16:00)
7(火)	レクリエーション
10(金)	編み物
14(火)	折り紙
17(金)	フォークダンス
21(火)	布草履製作
24(金)	歌声サロン
28(火)	健康体操
31(金)	エコクラフト

<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。

どんぐりサロン(生石地区)

春の旬を味合おう！ 4月12日

開催場所	高岡団地分館
実施回数	週1回
参加人数	女性14名

今日は、サロン仲間が講師となり春の食材を使いお料理を楽しみました。家の庭で採れたさやえんどう、山椒の葉、季節の竹の子、ごぼう、あなごをふんだんに使い郷土料理松山寿しを作りました。出汁に使った昆布、椎茸の芯も上手につかい佃煮に！これがなんと主役に変身。「名づけてエコ料理」と命名までされていました。

今年で9年目に入った女性ばかりのサロンで、昼間は家事をこなし、夕方からの一時を自分たちの憩いの場として活動している、とてもアットホームなサロンです。



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。

春らんまん～ えがお満開！ 4月10日

コスモス会サロン(立岩地区)

開催場所	小山田集会所
実施回数	月1回
参加人数	女性22名

今日はお花見！集会所でわいわいと会食を楽しみました。会食の後は、輪投げ・手作りのお手玉入れ(ナイスシュート)で点数を競い、ビンゴゲームではリーチの声は掛るのですが中々ビンゴになりません、読み上げカードが後わずか・・・皆が心配する中、最後の方がビンゴ完成となりました！



軽快な音楽に合わせてのお手玉送りではお手玉が行方不明？いえいえ2個持っている人があちらにも、こちらにもいます。今日も笑いの絶えないサロンでした！



サロン皆勤賞の方々



ビンゴゲームに夢中です



手作りお手玉入れ

おひさま(高浜地区)

うちの子が一番！！ 4月9日

開催場所	新浜集会所
実施回数	月1回
参加人数	女性19名

昨年10月から活動を開始したサロンです。今日は、端午の節句に向け五月人形の製作に取り組みました。事前に講師の先生と援助

員さんで、サロンの時間内では製作が難しい身体や顔を作り準備しました。土台は、ご近所さん家のいらなくなった桜の木を利用し、材料費も安く抑える事ができました。

鯉のぼりが空高く泳いでいるイメージですが、中には「背中とお腹が逆になっとった！苦しそう・・・」と、みんなで大笑い！おしゃべりも楽しみながら、全員無事完成させることができました。同じ素材なのに表情は様々です。「孫によく似とんよ。」「この子は、ちょっとおてんばやな。」と、あちこちで我が子！？自慢が始まるほど、愛らしい人形になりました。「テレビの上に飾っておくと癒されるし、家に来た人が、可愛いねと、誉めてくれるのがまたうれしい。」と、サロンでの活動が、日々の生活に潤いをもたらしている様でした。



サロン日吉(小野地区)

みんなで熱唱 サロン春祭り 4月15日

開催場所	南梅本集会所
実施回数	月2回
参加人数	女性19名・男性12名

毎年4月15日は、地区内にある日吉神社の春祭りに合わせてサロンを開催します。当日は、朝から神社に参拝し、ご利益を頂いたメンバーもたくさんおいでました。その間にお世話人さんは、午後のサロンに合わせて、食事作りや会場の飾り付けなどで大忙しです。



今日のメニューは、カラオケ大会！男性もたくさん参加していただきました。着物姿の方もおられ、会場は一気に華やかな雰囲気になります。カラオケの苦手な方は、数人が組になり唱歌を歌ったりしながら、参加者全員で思い思いに歌を楽しみました。何がもらえるかわからない「くじ引き方式」の参加賞も楽しみの一つ。美味しい食事とおしゃべりも加わり、賑やかなサロンの春祭りとなりました。

