

スポーツの秋！！レクでいい汗かきませんか？

～新しいレクリエーション機材を紹介します～

◆ラダー・ゲッター◆

ヒモでつながっている2個のボールをラダー（ハシゴ）に向かって投げ、ボールがラダーに引っ掛かるとポイントになります。3本のラダーには、1, 2, 3点とポイントが表示されており、それぞれのラダーに引っ掛かったボールの数で得点を競います。



◆デッキスティック・ゲーム◆

スティックとディスクを使って、シャフルボード・カーリング・陣取りゲームの3種類のゲームが楽しめます。

シャフルボードゲーム

シャフルボードのルールと同じように、黄と赤のディスクを交互にそれぞれ4枚ずつ押し出し、ディスクが入った得点を競います。

カーリングゲーム

カーリングと同じように黄と赤のディスクを交互に押し出し、中央のポイントに一番近い色の勝ちとなります。

陣取りゲーム

黄と赤のディスクを両サイドから交互にスティックで押し出し、どちらが中央のマス目の同じ色に多く入れられるかを競います。



この他にも、様々なレクリエーション機材の貸し出しをしています。「このレク機材の遊び方を教えてほしい」、「うちのサロンに合ったレク機材を紹介してほしい」などありましたら、担当コーディネーターまでお尋ねください！！

Information お知らせ

◆後期運営費請求書（第1号様式の4）を9月末提出書類と一緒に提出して下さい。

◆サロン講師指導体験会を開催いたします。
第4回：ひな人形 〆切 興居島：9/20
第5回：ニュースポーツ 五月人形
フラメンコギター
〆切 松山：9/24 北条：10/3

◆若草福祉まつりの作品を募集しています！
展示希望のサロンは、平面か立体のどちらでの展示を希望しているかを含め、担当コーディネーターまでお知らせください。
〆切 9月末



まちなかサロン

9月の行事 (13:00 ▶ 16:00)	
3日(火)	布草履(2回目)
6日(金)	エコクラフト
10日(火)	園児との交流会・指ヨガ
13日(金)	歌声サロン
17日(火)	レクリエーション
20日(金)	編み物 初級講座
24日(火)	健康体操
27日(金)	レクリエーション

大街道商店街1丁目5-10

◆映画館1階『てくるん』にて開催
都合により内容が変更になることがあります。

ふれあい いきいき サロン通信

9月号
No.088

生 きがいきなり
仲 間づくり
介 護予防の拠点

『ふれあいいきいきサロン』は家で過ごしがちな高齢者の方々が、気軽に集い楽しく過ごす“地域のお茶の間”です！
サロンに参加して楽しいひと時を過ごしてみませんか？

●編集・発行 / 松山市社会福祉協議会

サロン数：254 サロン 利用者登録人数：8,960人
サロン農園数：15 サロン (7月末現在)

サロンの坊っちゃん・マドンナを紹介します

今月のマドンナ



久谷地区 サロン坂本
大野 サカエさん (96歳)【右】
野口 民江さん (96歳)【左】

<大野 サカエさん>

趣味の大正琴を始めて早50年。今でも指導者として続けています。カラオケも大好きで、御詠歌では全国一になったこともあります。

<野口 民江さん>

農業に長年勤しんできました。今では農作業は減りましたが、健康の秘訣は、適度な運動と何でもよく食べて、くよくよしない事です。

お二人はご近所さんで大の仲良し。月1回のサロンでの物づくりや昼食会は、楽しみの一つでもあるそうです。

浄瑠璃寺

(サロン坂本の開催場所は、浄瑠璃寺の一角にあります)



四国88カ所46番札所。静かで落ち着くお寺です。樹齢1000年のいぶきの大木は天然記念物。敷地の奥には蓮池があり、いろいろな種類の蓮の花を見ることができます。

【アクセス】伊予鉄道松山市駅から伊予鉄バス断層口行きで30分、森松で伊予鉄バス丹波行きに乗り換えて17分、浄瑠璃時前下車すぐ



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



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/>

サロン紹介

華はなサロン(宮前地区)

8月9日(金)

開催場所	中須賀公民館
住所	中須賀2丁目2-23
実施回数	月3回
参加人数	女性18人

「中須賀・春美・高山町内会“盆踊り大会”」に向けて踊りの練習をしました。♪炭坑節♪や♪宮前音頭♪など5曲を、休憩をはさみながら猛特訓!「1年経ったら忘れとる。思い出しながら踊るのも、いい脳トレになるね。」と、先生役の方を中心にみんなで踊りをつないでいきました。本番では、練習の成果もあり、華麗な舞を披露する事ができました。同地区で活動している『温温サロン』のメンバーも参加されており、「サロンさんが参加して下さるので、公民館活動も活発になっています。」と公民館長。サロンでの活動が、地域行事の活性化に一役買っています。



かもく 花木サロン(生石地区)

7月24日(水)

開催場所	富久集会所
住所	富久町312番地
実施回数	月3回
参加人数	女性14人

今日は『ガラスアート』。鏡に貼りつけたカラーフィルムの花形に、リード線で縁取りをしていきます。専用の器具を使い、押さえながら形を作っていきます。繊細な作業が沢山ありますが、みなさんとても上手にされていました。

最後には、講師の先生による、絵本の読み聞かせが行われました。手作り羊羹を食べながら、真剣に耳をすまされ、お話の世界に引き込まれて行きます。「子供の頃を思い出して、この時間が楽しみなのよ」と、穏やかな表情で語ってくれました。



じんじろう 神次郎サロン(五明地区)

8月11日(日)

開催場所	神次郎集会所
住所	神次郎町甲324-2
実施回数	月1回
参加人数	男性1人 女性15人

耳をすませば五明川のせせらぎが聞こえてくる、自然豊かな所でサロンを行っています。最近、集会所の隣のスペースを利用してサロンの花畑を作りました。花の水やりが新たな楽しみになっているそうです。

今日は布草履作り。昔の記憶を頼りに進んで先生役を引き受ける方や、昔ながらの方法で足を使って作る方もおられます。

小さい頃に自分で作ったわら草履で学校に通ったことなど、思い出話に花が咲きます。「手も足も口も使って、こんなにいい脳トレは他にないね〜」と笑い声がつきません。



おちサロン(石井東地区)

7月9日(火)

開催場所	越智分館
住所	越智町503
実施回数	月1回
参加人数	男性6人 女性21人

開催場所のすぐ隣に公園があり、男性の参加も多いサロンです。時々ペタンクなどの戸外活動も行い、憩いの場づくりをしています。町内との連携がよくとれていて、健康講座やしめ縄作り等も年間通して行っています。

今日は防災意識を高めようと、阪神淡路大震災の教訓を元に、町内会長さんによる「災害に強いまちづくり」についてお話がありました。元消防士だった方の消火器の取り扱い説明や活動援助員さんによる防災頭巾の作り方など、自主防災について学習する良い機会となりました。

