



## 絵本で交流!

最近の脳科学では、人を相手に絵本を朗読する人は認知症に関りがある脳の前頭葉前野が活性化され、聞き手は感情をつかさどる部分が活発になることが明らかになっています。

松山市社協では、『子ども達と、絵本で交流・読み聞かせ』を余土地区の「サロン余土マドンナ」「ふれあいいきいきサロン市坪」の2カ所でモデル事業として実施して頂きました。

子ども達が選んだ絵本を持ってきて、サロンメンバーに読んでもらう方法で行いましたが、子ども達は目をキラキラさせながら絵本選び、待っているおじいちゃん、おばあちゃんのところへ一目散!中には子どもが「絵」を見ながら説明している光景も見受けられました。

核家族化が進み、祖父母との関りも少なくなってきた子ども達にとっても、日頃、若い世代と会話することが少なくなった高齢者にとっても『絵本』を通してコミュニケーションが図れる良い機会となりました。

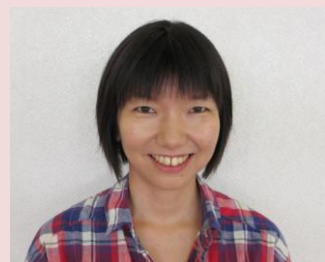


8月23日「サロン余土マドンナ」10名  
『さくら児童クラブ1年生』32名



8月6日「ふれあいいきいきサロン市坪」23名  
『椿児童クラブ』34名

## <講師紹介> かじやま あやこ 梶山 綾子 さん



\* 指導内容 \*

- ① スイーツデコ
- ② UV レジン

- ① 樹脂粘土を用いて可愛いスイーツ&小物作り
- ② 紫外線があたると固まる「UV レジン」を使ったアクセサリ作り



スイーツデコ



UV レジンアクセサリ

## まちなかサロン

10月の行事 (13:00 ▶ 16:00)

1日(火)	カルトナーージュ【ティッシュBOX制作】
4日(金)	絵手紙
8日(火)	ビーズネックレス
11日(金)	フォークダンス
15日(火)	レクリエーション
18日(金)	編み物
22日(火)	健康体操
25日(金)	エコクラフト
29日(火)	歌声サロン

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

10月号  
No.089

生 きがづくり

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  
サロン農園数: 15 サロン

利用者登録人数: 8,269 人  
(8月末現在)

## サロンの坊っちゃん・マドンナを紹介します

### 今月の坊っちゃん



桑原地区 まつすえ 松末いきいきサロン  
せんば ひろむ

仙波 弘さん (91歳)

私にはこれといって、元気の秘訣は特にありませんが、いろいろなことに興味を持つことは大事だと思っています。本を読むのが好きで、今は私の暮らしている松末地区の歴史をまとめています。

サロンには毎回欠かさず参加しています。トランプなどのゲームはあまり得意ではないので、参加するよりも、皆がにぎやかにしているのを近くで見ているのが好きです。時には、年長者として助言役になることもあるんですよ。家でテレビを見ているよりも、外に出て人に会うことを大切に過ごしています。



### 地域の物知り博士 仙波さんに教えていただきました!!

松末いきいきサロンの会場となっている桑原公民館松末分館が建っているところには、桑原城主となった松末氏の氏寺である清盛寺が建っていたそうです。この清盛寺、四国八十八か所第50番札所 繁多寺の末寺であったそうです。また分館の敷地内には、今も松末神社があります。『歴史の残るまち 桑原』を訪ねてみませんか。



### 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

## なかよし広場(河野地区)

8月18日(日)

開催場所	柳原集会所
住所	柳原 144
実施回数	月1回
参加人数	男性3人 女性15人

立ち上げ当初より、サロン開催前日の夕方と当日の朝、町内放送を行いサロンへの住民の参加を呼び掛けています。今日は就学前の子どもさん9人とお母さん5人がバルーンアートに参加されました。講師の指導の元、ポンプで膨らませた色とりどりの細長い風船を割れないよう加減し、少しずつ手でねじります。犬・フラワー・クマと形を整えていくと、可愛い作品の出来あがりです。子供達は風船を手に笑顔満開！これからも、サロンが地域のコミュニケーションの場であって欲しいと思います。



## サロンひらい(小野地区)

8月23日(金)

開催場所	平井公民館分館
住所	平井町 2642
実施回数	月2回
参加人数	女性19人

季節を感じ取っていただけたらという想いで、サロン開始当初から四季折々の食材を使ったお昼ご飯を手作りしています。今日は、ハンドベルの練習と手作り感満載のうちわを使った夏らしいレクリエーションを楽しみました。

お昼ご飯は毎年夏恒例のどじょう汁です。独居の方も多く、「皆と一緒にこんな美味しいどじょう汁がいただけありがたいよ」とのお声。裏方ではお世話さんが台所で大忙しですが、「暑い夏を乗り切り、皆さんに喜んでもらえる嬉しです。」とのことでした。



## サロン畑寺(桑原地区)

9月13日(金)

開催場所	桑原公民館 畑寺分館
住所	畑寺 2丁目 1-5
実施回数	週1回
参加人数	男性6人 女性14人

繁多寺の御膝下で活動しているサロンです。今日は、手作りのいも炊きを皆で食べてからサロンの開始です。

サロンの始まりは、ボール体操。体操は“無理なく”しかし“継続”が大切！ということで、おしゃべりをしながら和やかな雰囲気で行っています。脳トレをした後は、トランプ・花札・輪投げ・麻雀など好きなメニューに分かれ、楽しい時間を過ごします。

介護予防のため、“体を動かす・口を動かす・頭を使う”この3つをサロンの中で意識して行っています。



## もものはなサロン(興居島地区)

9月13日(金)

開催場所	由良公民館
住所	由良町 903
実施回数	月2回
参加人数	女性13人

保健所の管理栄養士さんによる出前講座を受講しました。お話の内容は、カロリーや塩分の摂りすぎには注意が必要で、中食にもひと手間加えることで、バランスの良い食事になることを、具体的なカードを使ってわかりやすく教えてもらいました。また、三大成人病の引き金となりやすい高血圧についても、間違い探しをしながら血圧を下げるポイントの説明があり、改めて食生活の大切さを考える良い機会となりました。※中食(なかしょく)とは、家庭外で調理された食品を持ち帰ったり届けてもらうなど家庭内で食べる食事の形態を示す用語

