

救命救急講習会に参加しました!【まちなかサロン】

まちなかサロンの参加者は、市内全域から来られるため、日頃の様子や持病の有無も分かりません。万が一参加者の体調が急に悪くなった時に、まずは自分たちで何とかしなくては!という思いから、活動援助員が救命救急講習を受講しました。

心肺蘇生法・AEDの使い方の他に、心筋梗塞・脳疾患等の症状の見分け方やその対処方法も詳しく教えて頂き、有意義な講習会となりました。救命処置をした場合は救命の可能性が50%を超えるそうです。初期症状に気がついて、大切な命を救えるように、各サロンでも講習会に参加してみたい方は、松山市消防局 警防課まで

※受講をされたい方は、松山市消防局 警防課まで
お問い合わせください。☎ 926-9220 Fax 926-9188



漢字クイズ (午年編)

★今年は何年! 「馬」にちなんだ漢字です。
何と読むでしょう?

- 1.河馬 2.海馬 3.縞馬
4.水馬 5.駱駝 6.流鏑馬

<答え> 1.かば 2.たつのおとしご 3.しまうま
4.あめんぼ 5.らくだ 6.やぶさめ

【豆知識】午の刻は、昼の12時およびその前後2時間。そのため、昼の12時を「正午」といい、「午前」「午後」という言い方をします。

クラフト紹介! (馬の置物・ポチ袋)



※詳しい作り方は、各担当コーディネーターまでお問い合わせください

Information お知らせ

★マイクロバス公開抽選について★

申込締切 H26年1月17日(金) 必着 
抽選日 H26年1月30日(木)9時半~
会場 松山市総合福祉センター 1階会議室
上記の予定で公開抽選を行います。

ノロウイルスに注意!!



幅広い年齢層において感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。感染経路は経口感染で例年12月~1月にかけて流行します。少量のウイルスで人に感染するため注意が必要です。

<予防のポイント>

- ★石けんを使い流水で、手をよく洗う
- ★調理器具は使用のたびに洗剤で洗い、食材は十分に加熱する
- ※生ものや貝類(二枚貝)は特に注意
- ★患者のおう吐物や便の処理を適切に行う(二次感染を防ぐ)【松山市ホームページより抜粋】



まちなかサロン

1月の行事 (13:00 ▶ 16:00)	
7日(火)	アフガンのルームソックス
10日(金)	エコクラフト
14日(火)	歌声サロン
17日(金)	レジン液で作るアクセサリ
21日(火)	レクリエーション
24日(金)	節分のモチーフ
28日(火)	健康体操
31日(金)	雪だるまの人形

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。

松山市ふれあい・いきいきサロン運営事業

ふれあい いきいき

2014年(平成26)年

新春号

サロン通信

NO. 092

●編集・発行 / 松山市社会福祉協議会

サロン数: 255 サロン 利用者登録人数: 8,358 人
サロン農園数: 15 サロン (11月末現在)

あけましておめでとうございます!

旧年中は格別のご厚情を賜り厚く御礼申し上げます。
お陰さまで「ふれあい・いきいきサロン事業」も、4月には10年目を迎えます。これからも“地域のお茶の間”“介護予防の拠点”として幅広い活動が出来ますよう、松山市社協関係者一同、精一杯のサポートをさせていただきます。本年もよろしく願いいたします。



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



浅海地区 ニコニコ会
しのはら ちか
篠原 近さん(99歳)

若いころから明るく元気で働き者だった近さん。御主人のお姑さんに見染められご結婚されたそうです。現在は息子さんご夫婦と同居。「お嫁さんが本当によくしてくれる。ありがたい、ありがたい」と感謝の言葉を何度も口にされていらっしゃる。趣味のクロッキーは、週5日お昼から夕方まで練習しています。選手として地域の大会に出場し、優勝経験もあるそうです。健康の秘訣は、好きな事をして遊ぶ事。白寿を迎えられた今も元氣一杯!来年の100歳のお誕生日を心待ちにされています。サロンの皆さんも近さんを目標に月1度の集いを楽しみにされています。

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

かよう ふれあい花葉サロン(雄郡地区)

12月16日(月)

開催場所	土居田集会所
住所	土居田町 243
実施回数	月2回
参加人数	サロン32人・親子55人



健康づくりを意識し、普段は体を動かすことが多いサロンです。今回は、初めての試みとして、子育てサロン土居田と「絵本読み」の交流会を行い、0~3歳の子も達30人が参加。子ども達は、サロン参加者やお母さんと一緒に絵本選び。興味のある絵本の所に一目散！サロン参加者が抱っこをしながら本を読んでいると、子ども達は真剣な表情で絵本に食いつきます。普段、おばあちゃんに関わることの少ない子ども達にとっては貴重な体験となったようです。代表者は、「初めての試みで不安でしたが、子ども達に癒され楽しいひと時を過ごせました」と話されていました。

ふれあいサロン小村(久谷地区)

12月6日(金)

開催場所	小村分館
住所	松山市小村町 248-4
実施回数	月1回
参加人数	男性8人 女性25人



毎年恒例となっている“しめ縄づくり”をサロン参加者と地域の高齢クラブの有志で行いました。個人宅用はもちろんのこと、地域の神社用にも製作！昔は牛がよく農作業に使われており、感謝の意味を込めて牛の角に見立てたお飾りも作りました。山草は毎年お世話人さんが山に採りに行き、光が当たらないよう黒ビニール袋に密閉し、当日まで保存しておきます。サロンのメニューには、地域行事や子供会との交流などを上手く取り入れながら活動しています。楽しく縄^{なわ}織いをした後は、活援さんの作った美味しい豚汁を頂き、今年最後のサロン会となりました。

おおにしに 大西二なでしこ(堀江地区)

12月16日(月)

開催場所	大西二集会所
住所	堀江町甲 863-5
実施回数	月1回
参加人数	男性2人 女性19人



今年度より、堀江地区 10カ所目のサロンとして活動を開始しました。この日は、今年最後のメニューとしてクリスマス会を実施。「お手伝い出来る方は早めに！」とお願いしていたところ、たくさんの方が予定時間より早く集まってくださいました。役割分担しながら、一時間半余りで食事会の準備が整いました。食後は、ビンゴゲームで一喜一憂。サンタさん!?からのプレゼントをもらって笑顔が弾けます。先輩サロンのお世話人さんのアドバイスや講師体験会での内容を参考にしながら、今後も多彩なメニューを実施して行く予定です。

東鷹の子サロン(久米地区)

11月8日(金)

開催場所	東鷹の子分館
住所	松山市平井町 3157-33
実施回数	月2回
参加人数	男性7人 女性18人



農園は、サロン開催場所から歩いてすぐ近くの公園緑地帯にあります。収穫のため、サロン終了後にみんなで農園に向かいました。当初は花壇くらいの規模でしたが、少しずつ大きく開墾し、今では、みんなと一緒に作業できる広さになりました。農業経験の少ないサラリーマン家庭の方が多いので、2年目となるさつま芋掘りは、頑張って広げた思いもあり、ワクワクしながら作業が進みました。猛暑で去年よりやや少なめの収穫ではありましたが、次回のサロンで行う収穫祭のさつま芋料理の話で大いに盛り上がりました。