

★材料★

- 刺繍糸・・・1/2かせ（3色）
- ボタン・・・3個（4穴）
- コサージュピン・1個
- リボン・・・1.5cm巾 約50cm
- ワイヤー・・・15本（#28半分に切っておく）
- フローラテープ・1m
- 両面テープ・・・6cm



① 刺繍糸1かせ（約16cm）の両端を切り半分にする。半分にした刺繍糸を4等分する。

④ リボンを6等分に切っておく。リボンを折りワイヤーでまとめ3cmのフローラテープで巻き葉を作る。

② ①で4等分した刺繍糸の真ん中をワイヤーでくくり半分に折る（花弁4枚）。半分に折った花弁を開き中央に両面テープを貼りもう一度半分に折る。ボタンの穴に十字にワイヤーを通し裏でねじって固定する（花芯）。

⑤ ②で作った花（1輪）に葉を2枚バランスよく配置しワイヤーの長さを整えフローラテープでまとめる。

③ ②で作った花芯の周りに花弁4枚をバランスよく配置しワイヤーでまとめ、フローラテープで3cm巻く。

⑥ ⑤で作った花3輪をワイヤーでまとめ、コサージュピンをワイヤーで固定し上からフローラテープを巻いて仕上げる。

Information お知らせ

《振り込め詐欺に注意しましょう》

こんな電話がかかったら、要注意！！

★還付金詐欺

市役所もしくは社会保険事務所のふりをして医療費などの還付金があるとATMで確認させる

★貴金属詐欺

いらないものを何でも引き取りますと電話をかけてくる。訪問時に「いらないアクセサリーや時計などないですか。」と誘導し相場より安い値段で持ち帰ってしまう

まちなかサロン

7月の行事（13:00 ▶ 16:00）

1日(金)	エコクラフト 籠(かご)作り
5日(火)	笹飾り(折り紙)
8日(金)	編み物 夏用帽子(2回目)
12日(火)	歌声サロン
15日(金)	健康体操
19日(火)	フォークダンス
22日(金)	歌声サロン
26日(火)	風鈴金魚(2回目)

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。



●編集・発行 / 松山市社会福祉協議会

サロン数：246サロン
サロン農園数：12サロン

利用者登録人数：8,424人
(4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



味生地区 シトラス斎院ふれあいサロン

みやざき うめこ
宮崎 梅子さん (91歳)

日々何をするときにも「転ばないように、気をつけて生活しています。」と、話してくれました。10年前から、サロンと趣味のカラオケ教室（若草同好会）に入り楽しく活動されています。

5年前にご主人を亡くされ、現在は一人暮らしの宮崎さんの一番の楽しみは、みんなと一緒に何かができること。「サロンへ来ると、いろんなことを教えてもらえるし、みんなと会えるから元気をもらえます。」とのこと。サロンで習ったことを、自宅でも行っており、体操やステップなど下半身の衰えをなくすために出来る範囲で取り入れて生活しています。

【豆知識】 土砂災害から身を守ろう！

土砂災害の前触れを見逃さないようにし、早めの避難を！

＜がけ崩れ＞・小石がパラパラ落ちる・がけからの水がにごる・がけから音がする

・異様なにおいがする・斜面にヒビ割れができるなど

＜地すべり＞・地面にヒビ割れができる・家の外壁や樹木、電柱が傾く・地面に陥没や隆起が起こる

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

□中島支所 〒791-4501 松山市中島大浦1626番地 松山市役所中島支所2階
Tel: 089-997-1822 / Fax: 089-997-1833

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/>

松山市ふれあい・いきいきサロンは、松山市社会福祉協議会が松山市からの委託を受け、介護予防事業や地域の世代間交流事業として、心身機能の維持・向上を目的に様々な活動を行っています。



サロン紹介

湯の山サロン（湯山地区）

5月2日（月）

開催場所	湯の山コミュニティーホール
住所	湯の山8-17
実施回数	月2回
参加人数	女性26人

今日は、待ちに待った年に1度のパン作りの日です。朝早くから集まり、お揃いのバンダナを巻いて気合も充分！生地作りから始め2種類のパンを作っていきます。みなさん手際よく器用に丸め、楽しくおしゃべりしながら焼き上がりを待ちました。焼きあがったパンは、形も様々ですが、それも手作りの醍醐味と笑顔の出来上がりとなりました。サラダ・スープ・デザートも手作りで準備されていて、焼きたてのパンと共にテーブルに料理を並べ、即席“湯の山サロンカフェ”でのランチタイムとなりました。料理のレシピも用意されていて、美味しい料理に会話も弾み、楽しい食事会となりました。



サロン月見草（潮見地区）

5月13日（金）

開催場所	志津川東分館
住所	志津川町71
実施回数	月1回
参加人数	女性12人

今日は、お世話人さんの指導で和布のポシェット作りをしました。バッグに仕立てる布は、昨年亡くなられた参加者のご家族から「サロンに来るのを、とても楽しみにしていたので、是非サロンで使ってください。」と提供されたものです。大島紬の着物をとぎ、大きさを試行錯誤！色鮮やかな飾り布もつけ、おしゃれなお出かけバッグに変身させていきます。天国からもきっと笑顔で見守ってくれていることでしょう。また、松山東警察署員の方が来所され、次々と被害が報告されている振り込め詐欺について、手づくりの紙芝居でわかりやすく説明してくださいました。



おもてなしサロン明星（北条地区）

5月13日（金）

開催場所	くつろぎの館
住所	北条885-1
実施回数	月6回
参加人数	女性17人

おもてなしサロン明星は北条地区社協事務所が併設されており、登録者は地区全体を対象としています。年に数度開催されるゲーム大会では、参加者・社協役員・お世話人・ボランティアの親睦をはかっています。今日は、講師を招いてセルフリンパマッサージを足→手→顔と順に行いました。先生から「寝たきりにならず“ぴんぴんコロリ”を目指して、リンパの流れを良くしましょ！下水道に例えると、水が滞ると流れも悪くなるし、洗濯機も水を入れないと汚れが落ちないでしょ。」と、日常生活にたとえて普段から水を飲むことの大切さを教えていただきました。



井門サロン（浮穴地区）

5月19日（木）

開催場所	井門集会所
住所	井門町770
実施回数	月2回
参加人数	女性24人

砥部焼きのお地蔵さんを見て粘土で作成できるかと思いつき、5月は紙粘土のお地蔵さん作りを2回に分けて行いました。六地蔵さんを作る方や一体で大きな人形を作る方、お地蔵さんにすげ笠やエプロンをつけお供えまで作る方と思いきいのお地蔵さんが出来上がっていきます。笑いとおしゃべりも弾み、ここはまさに地域の情報交換の場といった感じです。多彩なメニューを企画し、地域の文化祭にもフォークダンスや踊りで毎回参加するほどお元気です。「衣装をつけて踊ると気持ちも変わるんですよ！」と笑顔で話されていました。個性豊かなお地蔵さんは次回に着色し完成です。

