



★松山の魅力を再発見してみましょう！全国ランキングをまとめてみました！！

<p>1人1日当たりのごみ排出量 9年連続全国最少</p>	<p>防災士の数 全国1位</p>
<p>お接待の文化。ボランティア時間 全国1位</p>	<p>通勤通学にかかる時間の短さ 全国1位</p>
<p>病院又は診療所までの距離の近さ 全国1位</p>	<p>地域でとれた食材の入手のしやすさ 全国1位</p>

(松山市総合政策部シティプロモーション推進課 HP より抜粋) [平成28年7月現在]

【講師紹介】

うつのみや つもる  
宇都宮 積さん

※指導内容：陶芸



初心者や子供も簡単にできる「型を使った粘土成形」  
絵が苦手な方なら「ハンコや植物の葉などで模様を付ける  
絵付け」、さらに道具はすべて貸し出しで必要なのは汚れてもいい服装と  
タオルだけ！と気軽に参加できる工夫をしています。誰でも楽しめる出張  
陶芸教室を通して、人との出会い作りを大切にしています。



Information お知らせ

若草福祉まつり 作品募集

11月19日(土)・20日(日)に開催される作品展の作品を募集しています。テーマは自由です。表現豊かな作品をお待ちしています。応募されるサロンは9月末までにコーディネーターまでご連絡ください。

【展示期間】  
福祉まつり 平成28年11月19日～20日  
本所ロビー 平成28年11月21日～30日  
北条支所 平成28年12月3日～14日

まちなかサロン

9月の行事 (13:00 ▶ 16:00)	
2日(金)	エコクラフト (3回目)
6日(火)	レクリエーション
9日(金)	編み物 クッション (1回目)
13日(火)	歌声サロン
16日(金)	フォークダンス
20日(火)	健康体操
23日(金)	レクリエーション
27日(火)	赤十字講習会 (救急法)
30日(金)	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。

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 サロン通信 8月号 No.123

2016(平成28)年

●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：8,040人  
(6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



潮見地区 いきいきサロン吉藤  
たどころ ときえ  
田所 時江さん (92歳)

92歳の田所さん！脚が少し悪くなりましたが、おしゃれに身じたくをされサロンに参加されています。サロンへ来てみんなとふれ合うのが楽しみで、ほぼ皆勤です。

若い頃から細かい手作業が好きで、サロンで教えてもらった作品を自宅でも作られています。キーホルダーや毛糸の靴下カバー・帽子などをつくり、知り合いの方へプレゼントして喜ばれています。「サロンでは、新しいことを教えてくれるし、何よりみんなとおしゃべり出来るのが好きなのよ。」とのこと。歳を重ねられても何にでもチャレンジする気持ちが、若々しさの秘訣のようです。

【豆知識】～山の日～ 平成26年に制定され、平成28年に施行された日本の国民の祝日の一つである。「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する」ことを趣旨としているが、山に関する特別な出来事などの明確な由来があるわけではない。「国民の祝日に関する法律の一部を改正する法律(平成26年法律第43号)」が平成28年1月1日に施行され、8月11日は同年より国民の祝日「山の日」となった。この祝日が制定されたことで、祝日の制定がない月は6月のみとなった。

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

## さわやかサロン（浅海地区）

6月13日（月）

開催場所	小竹公民館
住所	浅海本谷甲 232-2
実施回数	月1回
参加人数	女性9人

今日は、講師を招いてタオル体操を行いました。準備運動で行ったグーパー体操では、「前がグー・胸がパー」との指導に両手がグーになる人、パーになる人様々で、顔を見合し大笑い！タオル体操では、「二の腕を引き締める効果がありますよ。」「身体をひねる体操は、続けるとウエストが細くなりますよ。」とアドバイスがあり力が入ります。最後は♪きよしのずんどこぶし♪♪お座敷小唄の替歌♪に合わせた体操を行いました。また、講師の方から、東北の被災地へボランティアで赴いた時の体験談を聞き、コミュニティの大切さを改めて考えさせられました。



## いきいきサロンどんぐり（立岩地区）

6月30日（木）

開催場所	儀式集会所
住所	儀式甲 138
実施回数	月2回
参加人数	女性9人

講師の方をお招きして、怪鳥「ギョロ松」を作製しました。胴体は松かさ、頭は楓の実、くちばしはピスタチオ、足はどんぐりの実、しっぽはヤシャブシの実、目は動眼。パーツごとに作って組み立てていきます。おどけた表情、すねた顔、笑った顔、愛嬌のある鳥の出来上がりです。一つとして同じ顔はありません！サロンでは、農道の手入れや花壇の清掃をメニューに取り入れ、毎年公民館まつりでは作品を展示するなど地域貢献に一役かっています。茶話会のおやつは、毎回は誰かが手作りのお菓子を差し入れてくださいます。今日も、甘酒・柏餅・蒸したジャガイモ団子など盛りだくさんでした。



## 土居田豊会ふれあいサロン（雄郡地区）

6月14日（火）

開催場所	土居田分館
住所	土居田町 438
実施回数	月3回
参加人数	男性6人 女性31人

双葉小学校の2年生との「絵本交流会」が行われました。たくさんのお本が並べられると、子どもたちは目をキラキラさせていました。開会式の後、それぞれ自分の好きな本を選び、サロン参加者に読んでもらいます。絵本読みが始まると、子どもたちの順番待ちの列ができはじめ、何人かで一緒に絵本を読んでもらっているグループもありました。サロン参加者も、あどけない笑顔に癒されながら読み進めることで脳も活性化されていきます。絵本読みの後は、みんなで楽しく体操をし、子供たちからは元気な歌のプレゼントがありました。笑顔あふれる素敵な交流会になりました。



## ドリームサロン（番町地区）

7月12日（火）

開催場所	番町公民館
住所	二番町 4丁目 3-4
実施回数	月2回
参加人数	女性13人

今日は、貸し出しレクリ財を使ってのレクリエーションの日です。ゲームを始める前に、まずお誕生日会をしました。今日は、2名の方のお誕生日を歌とプレゼントでお祝いしました。そして、いよいよゲームのスタートです。今回初めて“チーズボード”に挑戦しました。チーズに見立てたボードの穴に玉をはめ込むゲームですが、皆さん練習も真剣です。なかなか思うように動かないボールに、自然と笑顔がこぼれます。チーム対抗戦と個人戦をして、大いに盛り上がりました。その後、お茶を飲みながら脳トレを行い身体と頭をフルに使って、楽しい時間となりました。

