

## 運動会で園児と交流!

9月17日に大街道の“てくるん”内に併設されている『すまいる保育園』の運動会が行われました。運動会には、まちなかサロン利用者の方が参加し、2チームに分かれて競い合いました。特製アイスクリームをコーンから落とさないように運ぶゲームは、2人で協力し合わないと上手に運べません。可愛い園児たちの声援を受けながら、楽しい交流会となりました。



## 講師紹介

せいけ えつこ  
清家 悦子 氏



### <指導内容：グラスアート>

「グラスアート」では、スタンドグラスの雰囲気をそのままに、より簡単に短時間で安全に作品を作ることができます。ガラス・アクリルなどに特殊なフィルムを貼ってさらにフィルムの端にリード線を貼って仕上げます。



## Information お知らせ

### 若草福祉まつり 作品展

★日時 11月19日(土) 10:00~15:00  
11月20日(日) 10:00~15:00  
★場所 松山市総合福祉センター  
3階 談話コーナー

#### 【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

### 11月の行事 (13:00 ▶ 16:00)

1日(火)	レクリエーション
4日(金)	編み物(3回目)仕上げ
8日(火)	健康体操
11日(金)	エコクラフト(2回目)
15日(火)	健康体操
18日(金)	フォークダンス
22日(火)	干支の飾りづくり
25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。



松山市ふれあい・いきいきサロン運営事業

2016(平成28)年

# ふれあい いきいき サロン通信

10月号  
No.125



●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：8,080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

### 今月のマドンナ



番町地区 ドリームサロン  
まつもと たつよ  
松本 タツヨさん (88歳)

「南予生まれで、昔から魚を食べて育ったから骨は強いんですよ!」と元気の秘訣を教えてくださいました。ご夫婦で履物の商売をされていましたが、去年1月にご主人を亡くされ、しばらくはタツヨさんおひとりで続けられていました。仕事を辞めた頃、ご近所の方から勧められ通い始めたサロンに、今ではほぼ皆勤で参加しており、いろいろな事を体験できる生きがいの場になっています。細かい作業が好きで、毛糸の帽子を編んだり、サロンで覚えたエコクラフトの籠を作りお友達にプレゼントしています。また、今日の日課は、毎朝電車とバスを使って道後温泉本館までお風呂に入りに行く事だそうです。「温泉では、風呂友(ふるとも)ができ、毎日楽しくおしゃべりをして帰るんです!」とのこと。温泉効果でお肌もツヤツヤです。

### 【豆知識】 ~道後温泉~

道後温泉本館は、4つの入浴コース(①神の湯階下 ②神の湯二階席 ③霊の湯二階席 ④霊の湯三階個室)がある。いずれも、無料で漱石ゆかりの「坊っちゃんの間」と展示室の見学が可能。二階席や三階席を利用すると、お茶菓子や浴衣の貸し出しといったおもてなしを受けられる。



### 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

## サロン美浜（高浜地区）

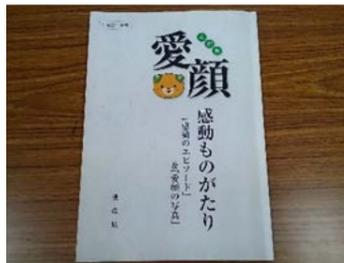
7月19日（火）

開催場所	美浜公民館
住所	新浜町 14-28
実施回数	月2回
参加人数	女性 17人



「意外と知らない 松山の歴史と文化財」という題目で松山市文化財課職員による“まちかど講座”を受講しました。中国・四国・九州の中で松山市は、長崎市について2番目に国宝・重要文化財建造物の件数が多いそうで、松山の歴史と文化財を知る良い機会となりました。高浜地区の歴史や地名の由来など地元の話には、みなさん興味津々です。

講座の後は、平成27年度「愛顔・感動ものがたり」から入賞作品の一部を活動援助員さんが朗読してくださいました。話し手の上手な語り口に、いつのまにかエピソードの内容に引き込まれ心温まるひと時となりました。



## シトラス斎院ふれあいサロン（味生地区）

9月21日（水）

開催場所	中津集会所
住所	北斎院町 403
実施回数	月2回
参加人数	女性 26人



始めに、歌を口ずさみながらの指体操・転倒予防体操・肩こり予防体操・動作をしながらのしりとりを行い脳を活性化した後は、ダンスタイムです。男役・女役に分かれて、北国の春・タンゴ・くちなしの花の曲に合わせて笑顔いっぱい軽やかにステップを踏みます。また、参加者が先生となり瀬戸の花嫁の曲でフラダンスも踊りました。体も動かし小腹がすいたところで、初めての試みとして、みんなでフルーツポンチ作りにも挑戦しました。各自、器にバナナ、アボカド、りんご等の果物を思い思いに飾りつけていきます。まるで絵のような仕上がりとなり大好評でした。



## 八区ファミリーサロン（清水地区）

8月24日（水）

開催場所	山越集会所
住所	山越 431
実施回数	月2回
参加人数	男性 2人 女性 16人



今日は、午前中はペットボトルを使ったゲーム、午後からは講師の方を招いてクラフトテープで金魚のフレームを作りました。フレーム作りでは、金魚や水草の配置をどうするかが個性の出どころです。「こっちに置いた方がかわいいねえ〜!」とおしゃべりを楽しみながら作業を進めていきます。同じ材料を使っても、それぞれ違った雰囲気の商品が出来上がりました。この日は、大学生の実習生も参加しており、「若い子の作品は、また一味違うね。」と、若い感性に刺激を受けていました。最後にみんなで「グッドバイ」を歌い、次回のサロンを楽しみに解散となりました。



## サロン畑寺（桑原地区）

9月23日（金）

開催場所	畑寺公民館
住所	畑寺 2丁目 1番 5号
実施回数	月2回
参加人数	男性 4人 女性 12人



男性も数人参加してくださり、毎回介護予防を意識したメニューづくりを心がけています。今日も健康チェック、片足立ちなどをした後、2グループに分かれ、輪になってレクリエーションを行いました。足踏みをしながら右へ左へのボール送り、果物の名前を言いながらの席替えなど、頭を使いながら思うように動かない身体に四苦八苦！大笑いすると心もスッキリします。次にテンポのある音楽で立って体操、座ってストレッチと身体を動かしました。たまに健康マージャンをすることもあります。お茶を飲みながら脳トレプリントとトランプをして今日も楽しく介護予防に取り組みました。

