

サロン作品展



今年も「若草福祉まつり 2016」(松山市総合福祉センター・11月19日・20日)と「文化の森福祉まつり」(北条社会福祉センター・12月3日)でサロン作品展を開催しました。両会場とも多くの方が作品展に足を運んでくださり、賑わいました。創意工夫されバリエーションにとんだ作品に「作品展を励みに頑張っています。」「皆さんの作品を見て来年の参考にさせていただきます。」というお声も頂きました。折り紙体験コーナーも楽しんでいました。

「若草福祉まつり」に野志市長、村上会長もお越しいただき、サロンの作品を熱心にご覧いただきました。

【文化の森福祉まつり】



【若草福祉まつり】

簡単おやつ 🍎 焼きりんご 🍎

東長戸サロンで教えてもらいました！(今日の料理より)

<材料>

- ・りんご 1コ分(あれば紅玉)
- ・バター 10g
- ・砂糖 大さじ1



- ① りんごは皮ごと横に1.5cm厚さの輪切りにし、抜き型などを使って芯の部分を取り抜きます。
- ② フライパンを中火にかけ、バター(10g)を入れて溶かします。
- ③ りんごを並べ、ふたをしながら両面に焼き色がつくまで3分ほど焼きます。
- ④ りんごがしんなりしたらふたを取り、砂糖(大さじ1)を全体にふって溶かしたら出来上がりです。

※お好みでブランデーを加えてアルコール分をとばす！

まちなかサロン

2月の行事 (13:00 ▶ 16:00)

3日(金)	エコクラフト(1回目)
7日(火)	レクリエーション
10日(金)	編み物(ルームシューズ)2回目
14日(火)	健康体操
17日(金)	フォークダンス
21日(火)	健康体操
24日(金)	レクリエーション
28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。

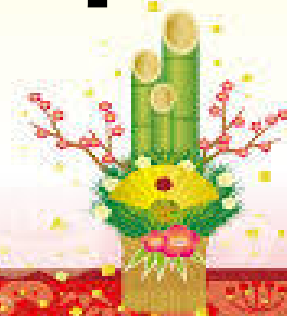
松山市ふれあい・いきいきサロン運営事業

2017(平成29)年

1月号

ふれあい いきいき サロン通信

No.128



●編集・発行 / 松山市社会福祉協議会

サロン数: 243 サロン
サロン農園数: 12 サロン

利用者登録人数: 8,149 人
(11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



余土地区 余戸サロン
いずみもと たねこ
和泉元 タネコさん (93歳)

和泉元さんは、ご自宅のお庭を開放して、お花見やお月見、芋炊きなどの季節ごとのお楽しみ会を開いています。ご近所の方が集まり、にぎやかなひと時となっています。今は一人暮らしですが、ご近所の方に助けて頂きながら毎日元気に過ごされています。20年前からサロンに通い始め、ほとんど休むことなく参加されており、「サロンで色々な人と話をするから元気なんよ!と云われます」と笑顔で答えてくださいました。歳を重ねても、とてもおしゃれで元気な和泉元さんは、余戸サロンのみんなの目標となっています。



あけましておめでとうございます! 旧年中はサロン活動にご尽力いただき厚く御礼申し上げます。本年も“介護予防の拠点”として幅広い活動ができますよう松山市社協関係者一同、精一杯サポートさせていただきます。本年もよろしくお願いいたします。

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



味酒地区サロン交流会

11月7日(月)

開催場所	味酒公民館
住所	松前町5-1-6
たんぽぽ苑・きぬごサロン・ごろごサロン	
サロン美沢・なかよしサロン・みさけサロン	

味酒地区の6サロンによる交流会が行われました。はじめに、各サロンが日頃の活動報告をしました。それぞれサロンが良い所・問題点などを発表しあい、情報交換ができる良い機会となりました。昼食後は、全員参加のミニ運動会！くじ引きで紅白のチームに分かれ、選手宣誓の後に対戦開始です。ボール運び・パン食い競争・紐に筒を通して、その数を競う筒通し…などさまざまな競技で盛り上がりました。結果発表でお互いの健闘を讃えあった後、全員で炭坑節を踊りました。たくさん体を動かし、楽しい交流会となりました。



北久米サロン(久米地区)

12月9日(金)

開催場所	北久米集会所
住所	北久米町367
実施回数	月3回
参加人数	女性16人

今日は、始めに映像を見ながら『ゆげゆげ体操』を実施しました。その後、講師をお迎えして、手話でのクリスマスソング、楽器や手作り道具を使用したレクリエーション、連想ゲームなどの脳トレ等を行いました。年をとってもしっかり歩けるようにと、手足のマッサージ方法を、効用などの解説してもらいながら教えて頂きました。マッサージを終えるころには、最初上手く出来なかった屈伸が出来ようになった方もいました。お互いに背中を擦り合い「体が温まるね。」と、スキンシップを通してさらに絆も深まり、有意義な介護予防講座となりました。



夢クラブ(三津浜地区)

11月24日(木)

開催場所	松山市地域交流センター
住所	三津3丁目2-30
実施回数	月2回
参加人数	男性14人

夢クラブは登録者が全員男性で、囲碁将棋を主体に活動を行っています。年に1度小野サロンさんと囲碁将棋交流会を開催し、まちなかサロンでの囲碁将棋にも参加しています。先般開催された、若草福祉まつりの「サロン作品展」に今年も川柳を出展頂きました。夢クラブでは年々参加者の減少に苦慮していて、広報誌に掲載していただくなど啓発活動を行い、参加者を募っています。今日は講師を招いて恒例のポーセラーツです。今回はガラスコップに挑戦！世界に一つしかない自作のコップでの晩酌を楽しみに、焼き上がりを心待ちにしています。



ふれあいいいききサロン祝谷(湯築地区)

12月14日(水)

開催場所	祝谷分館
住所	祝谷5丁目7-15
実施回数	月1回
参加人数	男性1人 女性14人

10時から15時までと昼食をはさんで、少し長めの活動をしています。午前中は健康チェックや健康づくりの講話を聴き学習をしたり、折り紙や脳トレなどをします。午後からは手芸など小物づくりをしています。今日は『ゆげゆげ体操』のDVDを見ながら午前、午後と体操をしました。「松山らしい感じの体操やね！」と皆さん楽しんでされていました。その後、もうすぐ89歳を迎える利用者さんの誕生日会とクリスマス会も兼ねてお世話人さん手づくりの苺のデコレーションケーキでお祝いし、「来年も元気でサロンで会いましょう！」と1月のサロン日を楽しみに散会しました。

