

# 体験型 ふれあい・いきいきサロン開催

新しいサロン立ち上げや既存サロンの活性化を検討している方々を対象に「体験型サロン」を1/17(木)北条社会福祉センター、1/21(月)松山市総合福祉センターで開催しました。「ゆげゆげ体操」や口腔体操、間違い探しなどの脳トレーニングを体験していただき、サロン貸出用レクリエーション機材でチーム対抗戦をし、大変盛り上がりました。また、新たにサロンの立ち上げに向けての相談もありました。



1/17(木)  
サロン文化の森  
in 北条



1/21(月)  
サロン若草  
in 松山

## えひめの平成の出来事を振り返ってみよう!

2019年4月30日で終わる「平成」。みなさんの心に残っている出来事はなんですか?

- 平成 5年・・・JR 予讃線伊予市駅—高松駅の電化工事が完了
- 平成 11年・・・西瀬戸自動車道(しまなみ海道)が全面開通
- 平成 12年・・・松山市が中核市に移行
- 平成 13年・・・芸予地震が起こる
  - 坊っちゃん列車の復元を発表、運行開始
- 平成 17年・・・平成の大合併完了(70あった市町村は20市町へ)
  - 四国アイランドリーグ発足。愛媛マンダリンパイレーツ創設
- 平成 18年・・・西瀬戸自動車道(しまなみ海道)が1本の道路として繋がる(全面開通)
- 平成 29年・・・国体が64年ぶりに愛媛で開催
- 平成 30年・・・西日本豪雨災害



Wikipedia 参考

## 報告書・申請書の提出について

3月分の月末報告書と一緒に《平成30年度 報告書類》の提出をお願いします。  
4月1日以降に《平成31(2019)年度 申請書類》の受付をいたします。



# ふれあい いきいき サロン通信



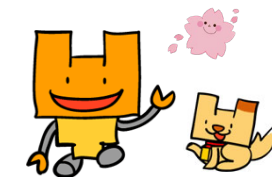
編集・発行 / 松山市社会福祉協議会

サロン数: 178 サロン (平成31年2月現在)



## サロンで笑顔発見

- |       |                                 |   |
|-------|---------------------------------|---|
| □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<br>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<br>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<br>Tel : 089-997-1822 / Fax : 089-997-1833    |
| □余土支所 | 〒790-0045 松山市余戸中 2 丁目 8 番地 22 号 | 余戸中分館 2 階<br>Tel : 089-971-6790 / Fax : 089-971-6780        |
| □桑原支所 | 〒790-0905 松山市樽味 1 丁目 4 番地 3 号   | JA えひめ中央桑原支所 1 階<br>Tel : 089-941-4281 / Fax : 089-941-4283 |



松山市社会福祉協議会

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/>

# ふれあい・いきいきサロン紹介

## 《石井東》土居町ふれあいサロン



脳トレーニングと体操を2グループに分けて順番に行っています。待ち時間には、孫とどんな遊びをするかの情報交換など、話に花が咲きます。今日は、炊き込みごはんと豚汁を食べ、心も体も温かくなってお開きになりました。



## 《味酒》きぬごサロン



椅子に座った体操をしてサロンが始まります。しっかりと手足を伸ばし体をほぐした後、この日は百人一首。誰が速いか…?! 大笑いしながら盛り上がりました。最後に手作りのぜんざいをみんなで食べました。いつも笑い声のあふれるサロンです。



## 《北条》サロン上辻



この日の活動はレクリエーション。準備体操を念入りにし、ミニボウリングと輪投げを楽しみました。畳の上に敷いたシートは凸凹で玉がまっすぐ転がりません。あちこちへ行く玉に皆さん大爆笑でした!! その他、グラウンドゴルフなどもされています。



## 《味生》別府いきいきサロン



今日は、参加者が講師となり革細工の「いのししのキーホルダー&花モチーフのチャーム」作りにチャレンジ! 茶話会の後、指を使っての足し算、後出しジャンケンで大笑い。サロンは人材の宝庫! だれが生徒か先生か? みんなで教えあいながら楽しい時間を共有しています。



## 《伊台》健康寿命を延そう会



12月に立ち上がったサロンです。2年ほど前からセラバンドを使用した介護予防体操を主に行っています。「当初に比べると、足腰の筋力が鍛えられ、身体も楽になり生まれ変わったよう」との声。体操の必要性を感じています。今日は男性による豚汁づくり。心身ともに温まりました。



## 《久枝》ふれあいサロン久万ノ台



月に5~6回開催し、登録者は76名。体操・手芸・料理・陶芸など幅広いメニューを企画し、自由に参加できる体制をとっています。今日は、紙ひもで編むコースター作り! 事前に講習を受けたお世話人さんがフォローに入り、順調に作業を進めることができました。

