



ひまわり通信

椿の花言葉 控えめな優しさ・誇り

特定非営利活動法人
「NPO千の風」
ひまわり栗生 発行 NO9
2016年1月

みんなで

クリスマス&忘年会報告

最終日の12月25日のお昼はみんなで、クリスマス&忘年会を行いました。鶏の照り焼き、彩りおにぎり、豚汁、キンピラ、ほうれん草のおひたし、サラダ、なますに黒豆、おぜんざい、まさに盆とお正月が一気に来たような豪華なお食事会になりました。



ト



自己紹介では「アットホームなひまわりに来るのが楽しみ」「ひまわりではじめて麻雀にはまって通いつめて楽しんでいます」「体操教室が楽しみ」



など、初めてお会いする方とも懇親を深めました。来年は10周年です。地域にある街ディの存在の重要性をみんなにお知らせし、一人でも多くの方

に利用してもらえる「ひまわり栗生」にしていければとみんなで確認しました。最後はビンゴ大会で素敵なプレゼントをゲット。細井さんのお上手なカラオケを楽しんだ後は、最後の麻雀で1年のしめくくりです。



2016年

あけましておめで

ございます

みなさん、お元気で新年をお迎えでしたでしょうか。

昨年はみなさんのお力で「ひまわり栗生」を支えていただきありがとうございました。

今年は10周年迎える年です。

引き続きみなさまのご利用をお待ちしています。

今年もどうぞよろしくお願ひいたします。



冬の健康を考える

冬の暮らしに怖い

ヒートショック

ヒートショックとは家の中の急激な温度差がもたらす身体への悪影響のことです。急激な温度差により、血圧が大きく変動することで、失神や心筋梗塞、脳梗塞などをおこすことがあります。冬場は入浴の際に部屋と脱衣所、浴室の温度差に注意しましょう。窓に断熱フィルムを貼るなど、室内の温度を保ちましょう。

権利としての社会保障を考える

社会保障制度は、憲法25条で「すべての国民は健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」とされ、国や自治体の責任で保障されるものです。政府は「社会保障の拡充のため」といって2014年4月に消費税を8%に引き上げたにもかかわらず、社会保障は一向に拡充されていません。

●国保や介護保険の要求は切実です

今、箕面社会保障推進協議会(社保協)では、次の要望項目を箕面市議会に提出し、制度の改善を求めています。

- ①国保料の値下げと市独自減免を求める
- ②介護保険料の値下げと利用料の独自減免
- ③生活保護基準の引き下げを止めさせる

「社会保障の拡充で安心して暮らせる、いのちが大切にされる箕面市」を議会に要望しています。