さくらんぼ

2019 年7月1日　**7月号**

みえ医療福祉生活協同組合四日市地域
桜支部運営委員会

NO.135　Sakura-sibu News

昨年の猛暑では、全国で約 1500 人が熱中症で亡くなったそうです。“家の中こそ危険・高齢者の熱中症”と言われています。水分と塩分の補給を忘れないようお互いに注意しましょう。今問題になっているのは何と言っても、“公的年金だけでは老後 30 年で約2千万円足りない、投資で資産作りを”と求めた金融庁の審議会報告書の受取りを「政府のスタンスと違う」として受取りを拒否したことです。諮問した大臣が受取りを拒否するとは前代未聞ですし、「100 年安心の年金」と言いながら、老後は年金に頼るなと言うのは、「国民憤然・100年安心の大ウソ」とサンデー毎日に書かれても仕方ありません。「マクロ経済スライド」により年金は自動的に削減されてしまいます。現在でも月6万5000円にすぎない基礎年金（国民年金）の減額は約2万円にもなり、基礎年金だけの低年金者ほど打撃が大きい仕組みとなっています。1機140億円もする戦闘機の爆買を止めるなどして、その予算を年金原資に回し「マクロ経済スライド」を廃止して、減らない年金制度に見直してほしいと思うのは私だけでしょうか。

川柳をひとつ；うす味を　愛だと知った　四十年

今月の活動予定

実施日	活動名	集合時間	集合場所	運営委員連絡先☎
7月　1日（月）	いんぐ仕分け（南部含）	10:00	生桑・あおぞら	近藤　326-4341
7月12日（金）	ソフトバドミントン	10:00	菰野町 B&G 体育館	近藤　326-4341
7月18日木）	地域委員会	13:30	生桑・ひまわり	近藤　326-4341
7月19日（金）	絵手紙班会	9:30	桜台第2会館	坂牧　326-1645
7月20日（土）	支部運営委員会	9:15	桜台第1会館　小会議室	三品　326-1927
7月20日（土）	さくらんぼ会（ゲーム）	10:30	桜台第1会館　小会議室	田村　330-0808
7月26日（金）	ソフトバドミントン	10:00	菰野町 B&G 体育館	近藤　326-4341

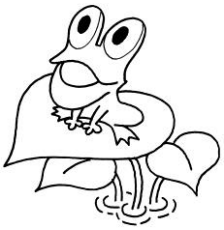
マムマム班会（6月度料理教室）の報告

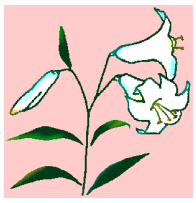
マムマム班会が6月13日（木）　生桑あおぞらで行われました。 参加者は9名で、各料理はとても美味しく出来上がり、特に中華ちまきが大変好評でした。

担当班の方はじめ皆さんお疲れ様でした。

☆ありがとう！！
ごちそうさまでした。

早朝に　チャイム鳴らして　夏野菜
両手一杯　戴くわたし
織田　恵美子





【棒びくす、あなたもいかが？】

棒を使った、筋トレとストレッチ体操です。1 時間程ですが、専門のインストラクターの先生が行ないます。先生は体の解説もしながらレッスンするので、納得しながら進めます。近頃は機械を使ったトレーニングが盛んですが、この“棒びくす”1 時間で効果が実感できます。しかも、自宅でもちょとした時間で、ピンポイントの筋トレやストレッチが出来ます。若い方から中高年の方まで、幅広くトレーニングできるのも特徴です。

第 4 木曜日　1 時 30 分～2 時 30　あおぞら 3 階。組合員は 500 円です。（一般 700 円）

【8 月 27 日（火曜）　14:00～16:00　あおぞら 3 階】

「夏の映画上映会」を、行ないます。ヒューマニズムと戦争を題材としたものを予定しています。作品を通して、平和のうちに生きることの意味や、家族、人々のつながりなど思い起こす機会になればと思います。多くの方の参加をお待ちしています。