

# いきいき人生・・・あなたも一緒に

楽しむこと、知ること、集まることは長生きの秘訣です

全日本年金者組合鈴鹿支部

## 史跡めぐりの会

月に1度例会を持ち、2～3ヶ月に1回、散策や史跡館などを訪れます。  
2016年12月に出来ました。  
係り 谷口 茂 090-6610-3773

## 山歩会

月に1-2度、初心者から健脚クラスまで、東海から信越まで、槍・穂高にも出かけます。初歩の方には、近くの山も用意します。  
参加費 交通費実費  
係り 前田 純 374-4596

## グランドゴルフ

月に1度、市内の公園やフラワーパークなどでゲームを楽しんでいます。道具は用意します。  
参加費 100円  
係り 松田二郎 374-3134

## パソコン教室

月2回(第1・3水曜)白子コミュニティセンターで、それぞれのパソコンを持ち寄って、新しいことを学びます。  
係り 樋口公允 387-3541

## 映画の会

社会福祉センターで、月に1度、楽しい映画や懐かしい映画、観たい希望に添って上映します。  
会費 月200円  
係り 辻井豊子 386-0529

## スクエアステップ

月1回、社会福祉センターで10～12時にやっています。間違えるのも脳を刺激してよいそうです。初心者大歓迎です。係 田中美代子374-1786 宮崎ヨシ子378-7510

## 花めぐり会

花を訪ねて、里山や県内の広い公園などに出かけ、おにぎりを食べながらおしゃべりしています。参加費 交通実費  
係り 林 和代 382-4003

## おしゃべりカフェ

月1回、集まり、おしゃべりしながら、お料理などをします。時にはお弁当を持って外へ出かけます。  
係 佐藤晴衣 378-6433  
辻井豊子 386-0529

## 卓球を楽しもう

月1回、白子コミセンで午後やっています。初心者大歓迎です。基礎練習とペアで試合を組み合わせてやります。  
係 桑原 篤 374-2894

## 音読の会

ぼけ防止に前頭葉を活発にするため、民話や新聞記事などで、声を出して読み合っています。  
会費 100円  
係り 太田和美 383-4545

## みんなで唄う会

月1回、社会福祉センターで13～15時にやっています。上手、下手は関係ありません。思い切り笑ってリラックスしましょう。  
係 澤井順子 378-6021



## 年中行事

新年会、お誕生会(春夏秋冬4回)、いきいき年金者まつり(作品展・講演・映画等)、健康フェスタ、女性部「百の会」、望年会など。  
(上にあるサークルはいつでも誰でも参加できます。)

## 年金者組合をご存じですか

年金者組合は、みんなが元気で長生きできるように、一人一人の生きがい大切に、いくつかのサークルをつくって楽しんでいます。鈴鹿では、200人以上の仲間がいます。

「楽しみ7分、活動3分」をモットーに、憲法に保障された「幸福追求の権利」や「社会保障の充実」を守り、平和に暮らせる地域社会づくりを願って活動しています。

男女、年齢、年金の種類や、有る無しなどなんの制限もなく、誰でも加入できます。

年金のこと、国民健康保険や税金のこと、地方行政や福祉のことなど、鈴鹿市長と交渉もします。また、相談や勉強ができます。

たすけあいの、掛け金が安くて保障の充実した共済制度(火災共済・交通災害共済・自転車保険など)にも加入できます。

# 年金者組合をご存じですか



年金者組合は、みんなが元気で長生きできるように、一人一人の生きがいを大切にして、いくつものサークルをつくって楽しんでいます。鈴鹿では、200人以上の仲間がいます。

「楽しみ7分、活動3分」をモットーに、憲法に保障された「幸福追求の権利」や「社会保障の充実」を守り、平和に暮らせる地域社会づくりを願って活動しています。

男女、年齢、年金の種類や、有る無しなどなんの制限もなく、誰でも加入できます。

年金のこと、国民健康保険や税金のこと、地方行政や福祉のことなど、鈴鹿市長と交渉もします。また、相談や勉強ができます。

たすけあいの、掛け金が安くて保障の充実した共済制度（火災共済・交通災害共済・自転車保険など）にも加入できます。

年金者組合に入っていれば、安心と言われる組合にしようと、役員も努力しています。



# 年金者組合に加入します

加入申込み 年月日  
年 月 日

おなまえ (ふりがな)		性別 男、女、	
生年月日	明治、大正、昭和、	年 月 日	生まれ
おところ	〒番号 _____		
電話番号	FAX	mail	
あなたの年金の種類	国民年金、厚生年金、共済年金、遺族年金、その他年金 ( )、未年金、無年金、		
組合費 該当する記号の欄を選んで○印で囲んで下さい。			
年金月額	イ、未年金、無年金の方	組合費月額	200円
	ロ、月額5万円未満の方		200円
	ハ、5万円～10万円未満の方		300円
	ニ、10万円～15万円未満の方		500円
	ホ、15万円～20万円未満の方		700円
	ヘ、20万円以上の方		800円
全国紙「年金者しんぶん」代 (当面1世帯1部購読)		100円	
組合費など納入月額		合計	円
参加したい活動などをご記入下さい。			
1、今しておられる仕事、趣味の活動、社会活動。			
2、組合で取り組んで欲しいこと			
3、あなたの健康状態や交通手段の状況など。			
紹介者氏名		ニュース配達・集金者氏名	

全日本年金者組合三重県本部鈴鹿支部

連絡先 〒513-1124 鈴鹿市自由ヶ丘1-16-30 桑原 篤方  
電話 (059-374-2894) どうぞ。