

きらら

～女も男も輝いて～ 年金者 いきいきまつり

学んだ 語った 楽しんだ

176人 うち一般21人が参加

2017年 30日108人(うち一般18人)が参加しました。

金者いきいきまつりは、11月29、30日、ジェフリーすずかで行われました。29日は68人(うち一般3人)、

に質問・相談を持ち込んで、課題を知らせることが大事だと分かりました。

30日は、午前中の「にぎわい広場」では、新しい、小磯さん指導の「災害グッズつくり」と、中川さん・山本さんの作るバルーンアートの作品の数々が関心を集めました。

例年好評の健康チェック、樋口勇さんの大作「常夜灯一對」が注目された作品展、な

切実な質問も出ました。行政

全日本年金者組合
三重県鈴鹿支部
第250号
2017. 12. 22
事務局
〒513-1124
鈴鹿市自由ヶ丘
1-16-30
http://suzuka-nenkinsya.jimbo.com/
桑原 篤
tel 059-374-2894
編集責任者
勝谷鐵幸
鈴鹿市半岡町1641-20
tel 059-387-0383
fax 020-4663-3958
e-mail teka73@mecha.ne.jp

また、日用品が多く寄せられ、好評でした。

午後の、ロシア映画「こねこ」の猫たちの名演技に驚き、満面笑みの当選者に大きな拍手が送られた「福引き大会」で幕を閉じました。

応援広告は、34の会社、商店、団体からいただきました。ありがとうございました。

(勝谷 鐵幸 記)

仲間づくり
年金者組合は、楽しみ7分、活動3分をかかげ、高齢期を生き生きと暮らせるように助け合い、励まし合っていることとする組合です。
203名
(12月22日現在)

皆さんはプレカリアートという言葉を知っていますか。御書で引くと、イタリア語で(ariato)と書きます。意味は生活も職業も心も不安定にさらされている人々▼プレカリオ(生活と労働の不安定とプロレタリアート(労働者階級)をくつつけたイタリ

波の音
皆さんはプレカリアートという言葉を知っていますか。御書で引くと、イタリア語で(ariato)と書きます。意味は生活も職業も心も不安定にさらされている人々▼プレカリオ(生活と労働の不安定とプロレタリアート(労働者階級)をくつつけたイタリ

ア生まれの造語。端的に言えば、非正規雇用者、失業者、不安定なプロレタリアートのことです▼日本の非正規労働者は、なんと全労働者の4割になりました。ところが彼らの少なくない人が、左翼へ行くのではなく右翼へ走る人が、特に若者に多い感じですが▼心も生活も不安定なので、いわば宗教的に右翼思想を信じる

ことにより、心の安定を得ようとするのです▼正規労働者と同じ仕事をしながら、なぜ給料が半分や3分の2なのか。新たな身分制度と言わざるを得ません▼正規職員が当たり前にならないと、社会は健全にはならないでしょう。

(樋口 出記)



右から順に 講演寺崎由郎さん 災害グッズを着する渡辺さん バルーンアートを着する渡辺さん パン食い 福引き大会 下 オープニング祖父江昌弘さん

写真提供 勝谷 鐵幸

みんなで盛り上げた

2017女性部望年会 辻井 豊子

12月5日、女性部恒例の「望年会」が橋会館で行われました。新しく組合に加入された方も、みんなすっかり仲間に溶け込み、和気あいあいの忘年会が始まりました。

来賓の中川副支部長、勝谷書記長の挨拶と激励を受け、会場が一つになりました。

会話を喜ぶ

昨年今年と参加させて頂き、カラオケ、踊りと、時間ギリギリ迄楽しい時間をありがとうございました。

やっぱり参加してわかったことは、今までに話をしなかつた方と会話が出来たことを喜んでいきます。

私は脳梗塞と診断され、こ

堀津 幸子

れからどう気をつければ良いかと悩んでいます。幸いにも不自由なところはないので、先生は運が良かったねといわれました。これからも参加させて頂きますのでよろしくお願いいたします。

役員の方々、座を盛り上げて頂き有り難うございました。



左上から 榎本悦子さん

堀津幸子さん

右 国見川なみ子さん

写真提供 勝谷 鐵幸

芸達者に驚く

川村 米子

初めて女性部の望年会に出席させていただきました。皆様の芸達者なのに驚きました。私は人の前に出ることががががで逃げてばかりでした。

病気に負けず榎本さんのきれいな可愛い姿を見せて貰いました。何度も見せ場を作って舞っているように思えました。それに御主人との歌の掛け合いも可愛くて、ああいう夫婦もいられることを初めて見せて貰い、少しは自分も見なう心を持つとうと思えました。

本当に楽しい一日でした。

4人組で行動します

仲間づくり推進委員会

今月の仲間づくり推進委員会では、年に3、4回バスをチャーターして温泉を巡る旅を計画したいなあ。そこに多くの人を誘っていきたい。執行委員会で出されたボーリングサークルを是非作りたいなあ。執行委員さんや「きらら」

の配達に協力いただいている人に、仲間づくりの誘いのお手伝いを是非頼みたい。組を作って知り合いのおうちへ訪問し、年金者組合に入ってもらうよう呼びかけに行こう。などなどいっぱい話し合いました。

桑原 篤 記

組合に加入したい

12月年金支給日一斉宣伝



相談中 写真提供 勝谷 鐵幸

12月の支給日15日に、9人で、年金宣伝を行いました。最初に嬉しい報告です。ハスター前で署名をしていると、是非年金者組合に入りたいと申し出られた方がいました。また、「ご苦労さんです。是非皆さんでコーヒーでも飲んで下さい。」とコーヒー券(2千円分)を下さる方がいました。応援してくれている人がいるんだと勇気づけられ

ました。

さらに、「夫が亡くなったので市役所へ生活保護の申請に行ったら、娘さんの援助を受けよ、との対応で困っている。どうしたらよいのか。」という相談がありました。丁寧に対応しましたが、考えておくとの事でした。

これらは初めてで、継続することの大事さを感じました。署名は72筆寄せられました。チラシを117枚配りました。

(勝谷 鐵幸 記)

上下水道料金大幅引き上げ 12月市議会傍聴

三林 保子

12月6日市議会一般質問の傍聴に行ってきました。上下水道料金の引き上げ、国民健康保険料の引き上げについての質問です。

国民健康保険は、来年市町から県へと広域化されます。それにより最新の県の試算では、鈴鹿市は、2016年度より2018年度は、市全体で約4・6億円、一人当たり8547円(7・53%)少なくて済みます。2016年度に17%引き上げが過ぎ過ぎだったことになり、保険料を下げるなど、被保険者、市民に還元すべきです。

もう一つは、上下水道料金の引き上げです。生きるのに

昨年「いきいきまつり」に来る途中倒れ、1年と1ヶ月、意識のないまま、急逝したイチゼンさん。「アクセントのない人生だったので、エピソードはない。」と自らを評した86年の生涯でした。
19歳で父を亡くし、苦学して県立高校のデモシカの社会科教師に。在職中、三重県教職員組合の分会役員や中勢高支部の委員長、高校部副支部

絶対必要な水、水道代をこれ以上引き上げられれば、生活はますます大変です。一般的な世帯での引き上げ(2ヶ月)は、上水道が8・7%486円、下水道が19・6%972円、合計13・8%1458円にもなります。上水道については、必要な上げ幅は7%程度で済むそうです。また、下水道については、経営が今後悪化することはないようなので、どうしても今引き上げることではないのでははないでしょうか。

一般会計からの繰り入れや赤字を補てんしたりして、市民への負担を減らすよう求めたく思います。市の答弁は市長を歴任し、民主教育の推進と教組運動に尽力。退職後、年金者組合鈴鹿支部の初代委員長・県本部の副委員長として

追悼 森田 一善さん



千人の支部に

勝谷 鐵幸

て、県・支部の年金者組合運動の基礎をつくりました。「支部組合員を千人にしよう。」が口癖でした。

また、「高齢者の施設を作

算がないことを繰り返すばかりです。市民の負担をこれ以上増やせば、暮らしが成り立

改憲は戦後の国のあり方の大改悪

9条の会すすか 西川 洋先生講演会



講演する西川先生 写真提供 勝谷鐵幸

先生のお話は、①この秋の総選挙前後の動き ②安倍9条改憲とは、③憲法に「自衛隊」を明記することの問題、へと進みました。

②について、安倍首相は「集団的自衛権」の全面的行使可能を狙っている。必要最小限・自衛ということでは歯

たなくなるのではないのでしょうか。早くで数字ばかり並べる市担当者の答弁は、私には

全然分かりません。もう少し誰にも分かりやすく説明できないのでしょうか。

止めはきかない。「先制攻撃」「核兵器」もこの枠内にあるという議論もある。憲法に明記されたらなおさらだ。

「戦争をしない(軍隊をもたない)」という前提で構成されている。だから、「宣戦布告」「戦時下の戒厳令」「軍法会議」なども規定が一切ない。いかなる表記であれ、「軍隊」を明記することは前記(日本国憲法)のよって立つところ)の否定になる。「武力による平和」へ転換すると、国内外の人権規制が当然視さ

現職教員の妻に癌で先立たれもしました。孫が医学部に現役合格したときの喜び様は、好々爺爺そのものでした。息子を重ね合わせていた様でした。

議論好きだが激しませんでした。私のような若造に怒声を浴びても沈着、平静、笑顔を崩しませんでした。「知よく情を制する」趣。原理主義的な一面を持ち、時に周りから大ブーイングが起こること

れる。「国民主権」「平和主義」「基本的人権」「改憲規定条項(96条)」などを変えるのは、国の在り方を変えることで、新しい国を作る「革命」のようなものだ。

西川先生のお話で、いま安倍首相が進めようとしているのは、戦後歩んできた日本の国の在り方を根本から変える大変なことなんだと納得しました。そんなことは絶対に許してはいけぬ、大変な犠牲の上にと手にした「国民主権」「平和主義」「基本的人権」を手放してはいけぬ。(まだまだ十分達成できていないのに)

(石田 喜代子 記)

もたびたびでした。先生との付き合いは、私が白子高校に異動してからの45年間になります。二人だけで飲むことはありませんでした。

支部の委員長を辞めた総会当日、家に招き、神戸高校の教え子で、故悦子さんの友人でもあった妻と二人で、慰労の杯を交わした春宵のひとつが、今しきりに思い出されます。ご冥福をお祈りします。

秘密法・共謀罪廃止！9条改憲NO！

白子駅西行動 鈴鹿市民の会代表 山本 あけみ

2013年12月6日、すべ
てはこの日から始まった！
市会議員7名の参加もあり、
約50人が「秘密法、共謀罪廃
止。安倍9条改憲NO！モリ
カケ真相究明」の集會、シー
ル投票、署名活動をおこない
ました。



写真提供 橋詰圭一
駅西行動

福祉予算が削られているので
はないですか？

「武力によらない平和」を
世界に憲法で誓った日本。憲
法を尊重せず守らない安倍首
相に、憲法改正を言う資格は
ありません。憲法前文には
「政府の行為によって、再び
戦争の惨禍が起こることのな
いように決意し」とあります。
安倍首相こそ「国難！」。

平和で安心した暮らしができ
るよう「安倍改憲NO！9条
改憲NO！」を高く掲げ、三
千万統一署名など安倍改憲阻
止にむけて、みんなで取り組
みましょう！

サークル短信

忘年会

12月12日(火) 20名の参加
で湯の山温泉、グリーンホテ
ルにて忘年会をおこないまし
た。送迎バスで昼前現地着。
まずは、冷えた身体を温泉で
あたためました。湯ノ山屈指
といわれる名湯につかった後
宴会場へ。三林さんの音頭で
「かんぱうい」。おいしい料
理とお酒をいただきながら、
今年を振り返りつつ楽しいひ
と時をすごしました。

抽選会では「わあ、いいの
が当たったあ」と歓声があがっ
ていました。史跡めぐりの会

1・2月の予定

- 1月11日(木) 高田本山
お七夜参り見物と国宝の御影
堂見学。集合場所伊勢鉄道一
身田駅前 AM10時30分(伊勢
鉄鈴鹿駅9時55分発が便利)
- 参加確認は取りませんので参
加ご希望の方は集合場所にお
越しください。
- *近鉄高田本山駅から徒歩約
20分です。帰りは2時頃を予
定しています。
- 1月17日(水) 会合 ジェ
フリ研修室B午後1時30分〜
2月は(日は未定) 近鉄

卓球を楽しもう

12月15日(木) 第40回卓
球サークルを実施しました。
10人の参加でした。
いつも通り、ラリーの練習
を行いました。休憩の時間
には、わたしの快気祝いをし
ていただき、おいしいケーキと
コーヒ、お菓子、ミカンを
いただきました。山本さんと
中川さんにはバルーンアート
でクリスマスリースを作っ
てもらいました。
休憩後は、二人組を作り、
ダブルスの試合を行いました。



《漢字熟語・慣用句・ことわざ等のドリル》

【問題】熟語・慣用句・ことわざを読み、□に言葉を入れて
ください。惣菜 厨房 爪楊枝 微温湯 美味しい いっ
りようだん おんこちしん かんようしよくぶつ □□□
(かぶき) の□□(こうぎょう) □□(ようりょう) を守っ
て薬を□□(ふくよう)する □□(てばや)く夕食の□□
(したく)をする □□(こうへい)にお菓子を□□□(に
とつぶん)する

【答え】そうざい ちゅうぼう つまようじ ぬるまゆ お
い(しい) 一刀両断 温故知新 観葉植物 歌舞伎 興行
用童 服用 手早 支度 公平 一等分 (太田 和美 記)

ラリーも続くようになり、と
ても楽しく、あつという間に
時間が過ぎてしまいました。

1月の練習

1月19日(金) 13時30分
〜15時30分。
※持ち物：タオル、お茶、上
靴
※少しでも興味のある方、ゼ
ひご参加ください。待ってお
ります。(桑原 篤 記)

ブランドゴルフ

優勝は豊留正利さん
前日までの厳しい寒さが、
少し和らいだ12月20日に、
男3名女7名の10名で4ゲー
ムを行いました。

優勝は4ゲームトータル7
で豊留正利さんでした。プー
ビー賞は松村美津代さん、ホー
ルインワンは佐藤元教さんと
辻喜久恵さん、豊留正利さん

パソコン教室

今日は、4名でした。ある
人は、パソコンのアプリケー
ションが全部消えるアクシ
デントに見舞われ、その修理
に橋詰さんに助力を頼みまし
たが、すぐには直らず宿題
になりました。ある人はカラ
オケの曲をUSBメモリーに
取り入れる練習をし、わたし
は、相変わらずウロチヨロシ
ていました。
1月は未定です。
(樋口 公允 記)

参考資料「熟語、ことわざ思
出しテスト」(コスモ21発行)

山歩会 12月例会 宇連山(924m) 明神岳(1016m)

年末恒例のお泊り山行は、12月3・4日、鈴鹿駅からJRと名鉄、飯田線を乗り継ぎ、三河槇原駅下車、最初は宇連山です。10時20分登山開始、滝尾根コースの登山道に入り、亀石の滝を見ながら、北尾根分岐着、陽だまりで昼食後、南尾根より下山する。

ハイライトの痩せ尾根も絶景を眺めて楽々クリアーして16時下山する。宿のモリトピアで、ゆったりと温泉につかり楽しい忘年会となる。

2日目は明神山です。7時登山開始。見事な杉木、ツツジ、シヤクナゲ群生地の中、岩場の鎖やハシゴを使い急登を登り、細尾根の8合目になると、雪の南アルプス聖岳や富士山の山頂のパノラマが見え、皆大喜びで快調に高度を上げて10時10分展望台のある頂上に着き、絶景を見ながらの昼食。乳岩コースにて下山。14時10分ようやく登山口着。14時44分三河河合駅発にて帰路に就き18時19分無事に鈴鹿駅に着きました。

両日共に快晴に恵まれて清涼な空気と奥三河の絶景と紅葉、いい湯を楽しむことが出来ました。

来ました。

今年一年間で17回の例会で、延べ185人に御参加いただきました。来年も宜しく願いします。

1月例会案内

「朝熊山(555m) 難度★
脚力★★ 1月13日(土) 歩行時間約7時間 集合時刻午前7時 集合場所文化会館第一駐車場。
(前田 由紀子 記)

旅の会

12月18日(月) 午前11時14人が2台の車にて鳥羽港



神島の旅記念撮影 写真提供 辻井 良和

神島目指して出発しました。2日間お天気に恵まれ、海は比較的穏やかで、みんなピーチクパーチクと賑やかでした。知らない人でもすぐ仲間に入れるほんといい会だと思えました。

午後3時には「山海荘」につき、時間がたつぷりあったので熊給さんのガイドで、小説「潮騒」に出てくる監的哨跡、神島灯台をめざして、田中さん、佐藤さん、そして私の4人でジグザグの階段を、水仙、アシタバ、のずる、クコなどの草花に助けられなが

ら45分掛けて登り切ることが出来ました。広々とした水平線に心が安らぎ、白浜も美しく、ゆったりのんびり「時」が流れていくようでした。

下りは海岸側のなだらかなコースを取り、途中であった小学生二人の案内で30分で宿に着きました。(歩数は8千歩ほどでした。)
夕食と朝食共に「お刺身・鯛のあら煮」など獲れたて新鮮な海の幸の豪快な振る舞いに、お腹は大満足で、また来たいと思えました。
(樋口 和子 記)

ちょっと勉強 日本会議 その3



安倍晋三の生い立ちと素顔 成蹊学園時代の同級生や知人、会社員時代の上司同僚等に聞いたのだが、政界入りするまで、現在の政治スタンスにつながる気配を感じ取っていた者は、皆無に近い。現在の政治的スタンスにつながる知性を鍛え上げた様子も、政治史などの知識などを積み上げた形跡もほとんど見られなかった。そんな安倍を会社員時代の上司はこう評した。「子犬が狼の子と群れているうち、あなあってしまった。」狼すなわち日本会議が「ブレーン・兄貴分」として周囲をがっちり固めていったのだ。問題なのは、「安倍政権のなもの」や「日本会議的なもの」を許容するようになってしまった日本社会の変質だろう。元生学連(生長の家学生総連合「右翼」)の伊藤邦典は語る。「われわれはわれわれのやりたいことを50年やってきた。でも、右の主張に対するアンチテーゼがいつの間にかなくなりました。右派が勢いづいたと言っより、左派がいなくなっただけだ。」
(樋口 出 記)

音読の会

12月の例会は、7日、6人の出席でした。12月は何故か毎年参加者が一番少ない月です。

今回は、漢字のドリルと昭和時代の思い出しテストをしました。思い出しテストの話が盛り上がり、音読の時間が少なくなり省略しました。来月今月の分も朗読したいと思っています。
次回は、1月17日(水)10時、ジェフリーらずか研修室Bです。
(太田 和美 記)

スウェアステップ

12月は12名が参加し、市の職員「握力」と「足指間力」のチェックもありました。

1月は、1月10日・24日(第2・第4水) 10時〜12時 社福センターです。
(宮崎 ヨシ子 記)

みんなで唄つ会

1月は、1月10日・24日(第2・第4水) 13時〜15時 社福センターです。
(澤井 順子 記)

おしゃべりカフェ

1月例会は、1月18日(木)13時30分より15時30分まで、ジェフリーらずかにて行います。皆様の参加お待ちしております。
(中川 美代子 記)

お元気ですか

組合員訪問インタビュー 第149回

前田 崇訓さん



私は、三重県鈴鹿市で生まれ、高校卒業後に工場に勤めていたが、得意だった数学を生かせる職場で働

きたいと思いつきました。税理士を目指していましたが、まずは事務の経験をした方がよいとハローワークで紹介され、鈴鹿民主商工会（民商）で事務仕事の経験を積もうと就職しました。民商に入ってから税金、政治、平和などについて今まで関心できなかったことを学ぶことができました。今も毎日が学習でもやりがいのある職場と思っています。1992年に就職し、今で

は事務局長となりましたが、就職時は消費税が導入された後で、反対運動が行われていたことも初めて知りました。当時、物品税がなくなり車を購入するときに何十万も安くなったよかったです。消費税率が低所得者に厳しい税制度だと学び、今思えば贅沢品に課税していた物品税の方が、消費税より良かったと感じています。給料をもらっても、いくら税金が引かれているなんて全く関心がなく、その税金が何に使われているのかさえも関心があ

りませんでした。そんな無関心な人が多くなってきたと感じます。自営業の方は、自分で計算して税金を納めている、だから自分の税金がどのように使われているのかにも関心を持っています。消費税も導入時は3%で、売上が少ない人にも負担軽減があったのに、今では、消費税の納付で困っている中小業者が多いのわかります。どれだけの消費税がだれの為に使われているのか、多くの方に知らせたいと思います。

私の家族は、妻と子供が3人、母と暮らしています。妻とは平和運動の中で知り合い、小学3年、1年、年少の子供との生活には、民商の仲間に支えていただき、助かっています。休日は、子どもと遊ぶ日課です、そんな平和な時をこれからもつづいていけるには、何よりも今の日本にとって安倍さんが一番の脅威だと思っています。これからも民商運動と子育てを楽しんでいきたいと思えます。よろしくお願ひします。

文 写真 前田 崇訓



わたしと憲法

系柳 昴子

戦時中私たち家族は、市役所に勤める父を中心に名古屋に住んでいました。空襲が激しくなり、女学生の私と父は防空壕生活。母、弟、妹は先

父とともに鈴鹿に疎開、転校しても動員で機銃掃射でパイロットの眼鏡が見える程降下してきて生きた心地がしませんでした。父は通勤はできな

り取り、患部をつぶすという外科大手術を受けました。その頃はまだストマイ、パスの特効薬はありません。父母の働きと叔母の援助ではとても食べていけないし、入院費など払えない状況でした。

日本国憲法25条に基づく「結核予防法」に守られて手術は成功し、私はまだ生かされていきます。9条の不戦を誓った頃ともどもに、この憲法を変えよという動きがあるが、絶対に変えさせない。みんなで心を一つにして、未来の人々に手渡したいものです。

に母の実家を頼って鈴鹿に疎開していました。

私は、女学校三年生で軍需工場に動員、毎日行員さん等と仕事、だがこの防空壕にも至近爆弾が落ち、命からがら

いたため失職。私は一年繰り上げで卒業。（学校で憲法は習っていない）ある日、井戸をくんでいた時に突然大出血、すぐ病院に入院し胸郭成形術で肋骨を切



短歌

カラス瓜初冬の風に赤い顔近づけばしわ我とおんなじもみじなど紅葉愛でる雑草も夕日に映えて土手に染まりぬ

藤井美知子

俳句

北風に舞ひおどらせし木の葉かな
バスの窓色とりどりに秋の山

川村米子

コンピニで独身貴族おでん買ふ

東口正男

浜焚火女は尻をあぶりけり

朴落葉ぞうり履き捨てごとく散る

三林保子

走り根の回りに積もる枯落葉

川柳

十二月八日が胸に突き刺さる
核のゴミクリーンエネはウンだった

余志嘉壽

「フランス人は10着しか服を持たない」
ジェニファー・スコット著 だいわ文庫

はじめに アフリカ女性がフランス人宅へホームステイして、その生活スタイル生き方に感銘を受け書いたのがこの本。ベストセラーとは知っていたが、こんなに面白いとは。来年は、このうちの一つでも自分のものに出来たら、自分に磨きがかかるかも——以下はそのダイジェスト

衣類 ワードローブを10着に絞る。10着の中には、コート、アクセサリ、靴は含まない。季節外の服は別の場所へしまう。自分らしいと思える服を着よう。古い服や似合わない服は処分する。

食事 毎日きちんと食べ、バランスのとれた食事作りを。食材は豊富に全力で食べる。

運動 日常生活で身体を動かそう。自分の体つきに満足する。あなたの個性なんだから。自宅付近を歩いて見よう、探索し発見するはず。

暮らし 本当に必要なものしか買わない。生活の各面で、質の良さにこだわり、素敵な暮らしを心がける。

生き方 ミステリアスな女性になる。個人的なことをしゃべりすぎない。興味深い話が出来るよう本を読み、文化に触れ、楽しい話が出来るように。自信やユーモアのセンス、五感をフルに動かして人生を前向きにとらえよう。女らしさの決め手は、姿勢。常に自分の姿勢を意識して。

面白い本を紹介します
道家志真子

女性部
ひとくち広場

月日の過ぎるのは早いもので、忙しい忙しいと言いつつ、12月1日で民生委員も2年目を迎え新たに身の引き締まる思いです。必要とされる限り、自分を大切にしながら皆様のお役に立ちたいと思います。

「お金の切れ目が命の切れ目」と言われなくて良い社会になることを切に願います。生活弱者、交通弱者が守られるような社会、誰もが大切にされる住みやすい社会になりますように！！

来年はもっともっと仲間を増やし、皆が笑顔で元気に暮らせるようお手伝いできればよいと思っています。健康・寿命を延ばすためにも、来年もよく笑い、よく喋り、身体をしっかりと動かして、みなさんと楽しくスクエアステップに取り組んでいきたいです。

来年の抱負
田中美代子

追伸 神島とても楽しく過ごすことが出来本当に有り難うございました。帰宅と同時に現実に戻されてしまいました。次回も楽しみにしています。来年もよろしくお願いします。

今年も残り少なくなりました。振り返りどんな年だったかと思いついています。腰と足の手術はありましたが、その後は痛める心配もなくなり、動作は鈍いでしょうけれど、これも年相応だと思っています。

重いものを持つことが出来なくなっただけで、ますますの日常生活が送れます。欲を言ったらきりがないこと、体の自由があるだけよくなります。

過去・未来(希望)
大野尚美

年の終わりに、一・二・三年遠出が出来なかったのですが、組員の皆さん楽しい日々を過ごすことが出来ました。良き思い出です。

さて、来年はどうした年であってほしいかと思いますが、欲を望みません。健康で皆さんと色々な所に出掛け、いろいろなことをして、今自由に使える体で楽しみ、自分たちの出来る幅を広げて前向きにいきたい。そんな年にしたいと思っています。



三杯の舟盛り料理にビックリ
 女性部旅の会・神島にて

今後の計画

- 支部新年会**
 2月7日(水) 社福センター大広間
 女性部でバザーを計画します。9条せんべい、草もち、トマトなど
- 誕生会** (12月、1月、2月の方)
 2月22日(木) 社福センター大広間
- 恒例の味噌づくり**
 3月10日(土) 1時30分～3時 ジェフリー食の工房
 当日仕込むもの 白、赤、麦、ミックス、(10キロ、5キロ)
 すぐ食べられるもの 上記4種類 (1キロ～10キロ)
 詳しくは「1月号きらら」でお知らせします。
 お問い合わせは 辻井豊子 (386-0529) へ

ポン酢づくり 田中美代子さんから
 柑橘類 (かぼす、ゆず、すだち、その他の)
 絞り汁 2000CC 米酢 1000CC
 出汁醤油 1000CC 醤油 000CC
 昆布 5Cmぐらい-2・3日で取り出す
 全部合わせたら冷蔵庫へ。1年はOK。

支部日誌

- 11月22日(水)「きらら」編集・発行・連絡会
- 24日(金)女性部4役会議(市役所15階)
- 29日(水)パソコン教室
- 12月3~4(日・月)山歩会宇連山・明神山(1泊2日)
- 5日(火)女性部望年会(椿会館)
- 6日(水)第8回組織部会(13:30白子コミセン)
- 7日(木)音読の会
- 8日(金)第8回執行委員会(13時30分~ジェフリー)
- 9日(土)「きらら」編集会議
- 10日(日)九条の会すずか講演会
- 12日(火)史跡めぐりの会忘年会
- 13日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 14日(木)山歩会「入道岳」
- 15日(金)卓球を楽しもう
- 18・19日(月・火)旅の会 鳥羽市神島
- 20日(水)パソコン教室・グランドゴルフ
- 22日(金)「きらら」編集・発行・連絡会
- 23日(土)仲間づくり行動
- 24日(日)新年会事務局会議
- 26日(火)コミバスの会市長懇談(10時~市役所)
- 27日(水)スクエアステップ・唄う会「忘年会」
- 1月5日(金)第9回組織部会(13:30白子コミセン)
- 6日(土)「きらら」編集会議
- 10日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 11日(木)史跡めぐりの会高田本山お七夜参り
- 12日(金)第9回執行委員会(13時30分~ジェフリー)
- 13日(土)山歩会 伊勢「朝熊山」
- 17日(水)音読の会・史跡めぐりの会
グランドゴルフ
- 18日(木)おしゃべりカフェ
- 19日(金)女性部世話役会・卓球を楽しもう
- 24日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 26日(金)「きらら」編集・発行・連絡会
- 2月7日(水)2017新年会
- 11日(日)2・11に考える
- 21日(水)コミバスをよくする会 総会
- 22日(木)2月誕生会(12~2月生まれ)
- 3月10日(土)女性部味噌づくり

わたしのレシピ

材料 (2人分) A (なまサケ2切れ 塩小さじ1/3 酒小さじ1 薄力粉適宜) B (マイタケ1パック シメジ1パック) ごま油小さじ1 C (しょうが(千切り) 大さじ1 酒大さじ1) D (水100ミリリットル オイスターソース大さじ1 片栗粉大さじ1/2) 青ネギ(小口切り) 適宜

サケとキノコの中華あんかけ

(矢板橋充子)



イラスト 樋口 出

- 作り方**
- ①Aの生サケは食べやすい大きさの削ぎ切りにし、塩と酒をもみ込んでから薄力粉をまぶす。
 - ②Bのキノコは食べやすく子房に分けておく。
 - ③フライパンにごま油熱し、①のサケをこんがり焼く。
 - ④フライパンの余分な脂と汚れをキッチンペーパーで拭いてから②のキノコを入れ炒める。
 - ⑤Cを入れフタをし2~3分蒸し煮にする。
 - ⑥合わせておいたDを入れ、全体にとろみが付くまで混ぜる。

催し物案内

- ① **コミバスの会 市長懇談会**
12月26日(火) 10時~
市役所会議室
- ② **2017新年会**
2月7日(水) 10時~15時
社会福祉センター2F大広間
会費 5000円(一般6000円)
- ③ **2・11に考える**
2月11日(日) 13時30分~
アスト津3F 資料代4000円
「教育勅語と道徳教育」
講師 平井美津子さん
- ④ **コミバスをよくする会 総会**
2月21日(水) 13時30分~
社会福祉センター2F中会議室
- ⑤ **誕生会 12月2月生まれ**
2月22日(木) 11時30分~
社会福祉センター2F大広間

サークル場示板

サークル名	サークル連絡先	次回例会
パソコン教室	樋口 公允 (TEL 387-3541)	1月未定。
山歩会	前田 純 (TEL 374-4596)	1月13日(土)伊勢「朝熊山」(555m)
グランドゴルフ	松田 二郎 (TEL 374-3134)	1月17日(水)9:00~フラワーパーク(雨天1月19日)
卓球を楽しもう	桑原 篤 (TEL 374-2894)	1月19日(金)13:30~白子コミセン2Fホール
史跡めぐりの会	谷口 茂 (TEL090-6610-3773)	1月11日(木)高田本山お七夜・1月17日(水)会合 2月近鉄酒蔵みてある記
女性部サークル		
花をめぐる会	林 和代 (TEL 382-4003)	1月未定。
音読の会	太田 和美 (TEL 383-4545)	1月17日(木)10:00~ジェフリーすずか
映画の会	辻井 豊子 (TEL 386-0529)	随時
おしゃべりカフェ	中川美代子 (TEL 386-6883)	1月18日(木)13:30~ジェフリーすずか
	樋口みえ子 (TEL 387-4889)	
スクエアステップ	宮崎ヨシ子 (TEL 378-7510)	1月10・24日(水)10時~社福センター
みんなで唄う会	澤井 順子 (TEL 378-6021)	1月10・24日(水)13時~社福センター
旅の会	辻井 豊子 (TEL 386-0529)	1月未定。

「サークルへは乗る人も乗せる人も助け合いの心で気軽に乗り合わせて行きましょう。」