

きらら

新型コロナウイルス感染症対策の要望書を提出

三重県知事 鈴鹿市長宛

4月9日に県本部が鈴木英敬知事に、13日に鈴鹿支部が末松則子市長に、宛てて「新型コロナウイルス感染症対策に関する要望書、要望項目」を提出しました。

3月24日の「県本部定期大会」で、年金者組合は、「コロナ禍の最弱者である高齢者の



要望書を提出する 写真提供 勝谷 鐵幸

全日本年金者組合
三重県鈴鹿支部
第278号
2020.5.
事務局
〒513-1124
鈴鹿市自由ヶ丘
1-16-30
http://suzuka-nenkinsya.jimdo.co
桑原 篤
tel 059-374-2894
編集責任者
勝谷鐵幸
鈴鹿市岸阿門1641-20
tel 059-387-0383
fax 020-4663-3958
e-mail szk17721@ yahoo.co.jp

勝谷 鐵幸

組織、その切実な要求を行政に届け、実現を求めざるべきだ、との議論を受けて、行動に移しました。

「要望書」では、三重県、近県での感染者の増加、市内での発生があり、組合員の中

で心配や不安が広がっています、とし、市内における発症期、拡大期、蔓延期の各段階における医療機関へのアクセス（受診体制）や、PCR検査、遺伝子検査が適切な時期に受けられるのか、と訴え、

緊急事態宣言」を延長

「新しい生活様式」の実践例を公表

3月11日にWHOがパンデミックを宣言して以来、国内外に感染が拡大し、政府は、人権を制約する「緊急事態宣

言」を、4月13日に全国に発し、5月4日に5月末日までの延長を出しました。同時に政府専門家会議は、新規感染

者数が限定的となった地域における「新しい生活様式」の実践例を示しました。

しかし、宣言解除基準と延長に伴う自粛と一体の補償、給付金が示されていません。

(勝谷 鐵幸 記)

「新しい生活様式」の実践例 (一部)

一人一人の基本的感染対策

遊びにいくなら屋内より屋外を選ぶ。

人との間隔は、できるだけ2メートル(最低1メートル)空ける。

会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。

外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用。

家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替え、シャワーを浴びる。

手洗いは30秒程度かけて水とせっけんで丁寧に洗う(手指消毒薬の使用も可)

新型コロナウイルスの感染予防を徹底し、給付金・マスク詐欺に

だまされなごまかしてはいけません

仲間づくり
年間組合は、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、励まし合っています。
185名
5月12日現在)

波の音

明日が今日となり、今日が昨日になってゆく。こんな毎日、いつも毎日である。わたしはいつも毎日

の中で暮らしている。明日も今日も昨日も、わたしの目には見えない、わからないが、わたしは食べて体をうごかして、食べて眠って、目を覚まして、うごいて、食べてをくりかえして、わたしは生きておるのです。「生き甲斐とは何か」、八十八歳の誕生日の翌日を一日と決めて次の日を二日、それから六八七日を生きている。八十八歳を生きても気がついたのは、生まれたら生きつづけるのだ。忙しくうごかず、腹を立てず、今を無事に安心して、元気で生きる。百五十年を生きたいと思わずに、「今を生きる」しごとくうごいて、生まれたことをよるこび、うれしく、たのしく、認めて生きる。新型コロナウイルスの中にいるのです。気をつけて、体をおだいに。

(山野 孝治 記)
4月12日

追悼

中川隆仁さんは、3月21日に急逝されました。88歳でした。稲垣昭子さんは、4月8日に急逝されました。88歳でした。お二人に哀悼の誠をささげ、ご冥福をお祈り致します。(編集委員一同)

隆ちゃんさようなら

三林 保子



三月二十一日中川隆仁さんが、八十八歳(米寿)を以て旅立ちました。

肺炎の熱が中にこもり、意識がなくなり、一度だけ目が覚め、奥さんが解ると言ったら、「美代子」と言ったそうです。最期の言葉が「美代子ありがとう」だったんですね。生前私の顔を見ると、「保

ちゃんまだかな」と、いつも言っていたのです。方向音痴の私、「三途の川、一人で危ないで連れて行ってやる」といいながら、一人で逝ってしまったね。楽しい人でした。私達二夫婦で、一泊旅行に行ったりと、楽しみました。身内のように、「隆ちゃん」

みんなに好かれた昭ちゃん

てる

私の子どもたちが「ねこのおばちゃん」と呼んでいたくらい、昭ちゃんは猫好きでした。自分の子どもがいなくても、いつもまわりには猫と子どもがいて、よく可愛がってもらいました。

また、4代、5代は、よく山に登っていた、ということも伊藤純雄さんから聞き、「一緒に登りたかったな」と、言って笑ったこともあり

足立 房枝

高木利江さんがよく面倒を見てくださったいましたが、薬の管理や食事のことが、自分ではできなくなり、昨年11月に「ふるさと」に入所しましたが、残念なことに、5ヶ月足らずで逝ってしまいました。



晩年は、高齢になって、誰でも通る認知症になり、「あれ！そうだった？ぼけたね。」が口ぐせなのが、とつても可愛らしく、昭ちゃんの明るい性格がそのままでした。

みんなに好かれた昭ちゃんでした。今頃、大好きだった辻井豊子さんと、楽しく第二の人生を歩んでいるでしょうね。猫も一緒に連れて行ったけど、仲良くしてね。

支部の今後の予定

5月8日に第12回組織部会を開き、今後の予定を決めました。
組織部会 6月3日(水) 13:30 ~ 白子コミセン
執行委員会 6月5日(金) 13:30 ~ 白子コミセン
「きらら」編集会議 6月6日(土) 9:30 ~ 白子コミセン
「きらら」 5月12日(火)に、4・5月合併号として発行します。
支部総会は、コロナ禍の収束状況を見て開きます。早くて7月。
(規約には、開催時期はなく、年1回の開催が決められています。)役員は、緊急避難として、総会開催まで昨年度の役員が務める。(規約には、任期は1年、総会で選出と規定されている。)
誕生会 今年度1年間は中止します。
昨年度の2月誕生会は、中止し、該当の皆さんに記念品を贈ります。
健康フェスタ(10月10日予定) いきいきまつり(11月予定) 新年会(2月予定)
は、今後コロナ禍の収束状況を見て決めます。
コロナ感染症の感染予防には万全な対応(三密を避ける。外出は自粛する。人とは2mの間隔(ソーシャルディスタンス)を空けて接する。マスクをする。手を洗う。等)をして下さい。再会を喜び合いましょう。

(書記長 勝谷 鐵幸 記)

と呼んだり、「お父さん」と呼んだりして、楽しんでいましたが、淋しくなりました。私が進くまで、三途の川の前で待っていて下さいね。ご冥福をお祈りします。楽しい思い出をありがとう。

40年間のお付き合いでした。ありがとう昭ちゃん！

要望項目

- (1) 鈴鹿市における発症期、拡大期、蔓延期の各段階の医療機関へのアクセス(受診のしかた)について知らせてください。
- (2) 自分や家族の感染が心配になったとき、PCR検査が身近な医療機関で適切に受けられるようにしてください。
- (3) 重篤な状態に至った時、人工呼吸器や体外式膜型人工肺(ECMO)などに対応できる専門医師と入院施設の状況についてわかりやすく情報を公開してください。
- (4) PCR検査で陽性と診断されたとき、無症状や軽症と判定され、自宅待機となった場合に家族への感染防止、訪問看護等のサービスの利用、重症化を見逃さないために、ホテルなどの宿泊施設に宿泊する場合、医師、看護師による日中夜間の観察と相談の体制を確保してください。
- (5) コロナ自粛による閉じこもり生活が長引くことによる生活行為の低下を防止するために、高齢者ゆえの健康保持について、その地域の状況に応じた具体的支援策を示してください。
- (6) 鈴鹿市として、市民に対して科学的でわかりやすい情報の提供と公開をしてください。デマなどの風評を広げないためにマスコミともしっかり連携して不安の解消低減に努めてください。
- (7) 不要不急の外出抑制を唱えるだけでなく、市民ひとりひとりに感染予防のためのマスクや消毒液の支給とともに、日常生活における衛生面でのアドバイスや健康保持のための適時・適切な支援をしてください。
- (8) 感染症指定医療機関への医療体制のサポートはもとより、一般病院にも「院内感染防止指針」に沿った医療体制確保のために必要な支援をしてください。
- (9) その他、高齢者だけでなく若い世代と子どもたちへの感染症拡大の相談支援や日常生活における健康保持、経済的影響等について、ていねいに相談にのっていただき、緊急事態における生活継続への支援策を早急に具体的に示してください。

以上

鈴鹿市長 末松則子 様 2020年4月13日
 全日本年金者組合鈴鹿支部 支部長 桑原 篤
 連絡先 全日本年金者組合鈴鹿支部 書記長 勝谷鐵幸
 までお願いいたします。 電話 059-387-0383
 携帯 090-4236-6510

新型コロナウイルス感染症対策に関する要望書
 新型コロナウイルス感染症の拡大に関して、日ごろのご
 努力に敬意を表します。

三重県、近県での感染者の増加、市内での発生があり、組合員の中で心配や不安が広がっています。特に、埼玉県では、4月9日現在、病床が不足しているため120人が入院できず、自宅療養を余儀なくされているニュースを聞くに付け、鈴鹿市は大丈夫だろうか、と不安が募ります。

私たちは高齢者を中心とした組合です。持病があり、日ごろから医療機関を利用する機会も多く、もし自分や家族が感染した時、市内における発症期、拡大期、蔓延期の各段階における医療機関へのアクセス(受診体制)やPCR検査、遺伝子検査が適切な時期に受けられるのかも不安です。

人工呼吸器や重症患者の「最後の砦」と期待される肺の代わりに呼吸機能を維持するのに利用する体外式膜型人工肺(ECMO)など、重篤な感染症患者に対応できる専門医師、入院施設の状況についてわかりやすく情報を得ることが難しいのが高齢者です。

心配になった時にいつでも新型コロナウイルスのPCR検査が受けられ、陽性と診断されて、無症状や、軽症と判定され、自宅待機とされた場合、家族への感染も心配です。感染症の拡大により、訪問看護などの通常の訪問系のサービスが受けられなくなる。さらに、重症化の兆しを見逃されないかなど、不安は高まるばかりです。

他市では、医療崩壊を未然に防ぐとしてホテルなどの宿泊施設への収容についても計画されているようですが、感染症対策には、検査と分離が前提です。発熱外来を新設して、トリアージができ、PCR検査を行い、治療する体制を早急に整備することを、強く強く求めます。

また、日常生活面での支援も必要です。コロナ自粛による閉じこもり生活が長引けば高齢者ゆえの健康保持のための支援も大切です。

鈴鹿市として、市民に対する科学的でわかりやすい情報の提供と情報の公開は車の両輪です。デマなどの風評を広げないためにも県内のマスコミともしっかり連携して不安の解消に十分配慮するとともに、不要不急の外出禁止を唱えるだけでなく、県民一人ひとりに必要な感染予防に対するマスクや消毒液などの支援とともに、日常生活での健康保持のための適時・適切な支援を要望します。

新型コロナウイルス感染に対応できる指定病院のほとんどが公立と公的病院です。この病院の医療体制をしつかりサポートし、民間の一般病院も「院内感染防止指針」等により対応が求められることになったとき、マスクやゴーグル、防護服などの資材の確保と提供、搬送用の車両等についても十分な支援を求めます。

以上

コロナに負けずげんきです

はだかの王様

糸柳 章司

憲法雄意日を控えた、5月2日の「朝日新聞 オピニオン欄」に、「その国の7年半」と題して、安借政権の脱法的運営手法を、アンデルセン童話『はだかの王様』になぞらえて、解説した寄稿文が載りました。

「はだかの王様」は騙されたことを知らずにいたが、「その国」の首相は、詐欺師とぐるりとなって、脱法行為の数々をやっており、

前者が、『王様は裸だ』と子供に言われて気付くのと、「いかさまじゃあないか」との告発が、ひびかないことの違いを述べています。

この論文はその後で、7年半にわたり「いかさま」がいかになされたかを、法解釈を交えて詳細に述べています。

私はこの文章をととも面白く読みました。そして、この筆者が言っているように、このお伽話の続きを、私たちは来るべき国政選挙で、キツチリと書き換えなければと思っただのです。

毎日畑に出かけています

桑原 篤

新型コロナウィルスで楽しみの卓球も中止、人と会っておしゃべりもできず、ストレスが溜まります。皆さんはどうお過ごしですか。唯一外に出かけるのは畑仕事です。

毎日2、3時間ぐらいい畑に通っています。早生のタマネギがもう

収穫です。ジャガイモも花が咲いています。サトイモも芽を出しました。サツマイモもいい雨が降り根がついて元気です。ブルーベリーも小さな実をつけました。夏野菜も今年はいろいろな種類を一杯植えました。(キュウリ、ナス、トマト、ピーマン、スイカ、ズッキーニ、カボチャ、パプリカ等)畑を耕しながら、毎

日変化する様子を眺めるのもとても楽しみです。でも、やっぱり人と会って

楽しみを見つけ暮らす

田中 美代子

今世界中を混乱させている新型コロナは、球体で触手があり、この一つの触手で人間の細胞と結びつき発症します。

触手は脂肪で出来ておりアルコールや中性洗剤、石鹸で破壊させるので、手洗いや手指消毒が有効です。

また、飛沫感染のため、咳やくしゃみ、近距離での会話や接触には注意が必要で、予防のためには「密集、密接、密閉」の三つの密を避け、睡

卓球したり、おしゃべりしたりできないのは寂しい。早くもとの生活に戻ってほしいです。

眠、自分にあつた軽い運動、バランスの良い食事を心掛けましょう。

予定したふれあいサロン等の行事は、当分の間中止となり、時間的に余裕ができたため、自宅の整理や草取り、苗植えに励んでいます。

学校も長期休業中となり、食事の準備も大変ですが、きれいに平らげてもらうと作りがいもあります。また、自宅の玄関内で、スクエアステッ

ゆっくり生活

橋詰 圭一

世界的大流行の新型コロナウィルスは、乱開発を進めてきた人間への地球の反撃だ。気候変動についても考え、これまでの暮らしのあり方を見つめ直すきっかけにしたい。

コロナの影響はしばらく続く、そしてこの危機を乗り越えたアトの世界は、経済効率優先の社会から、地球と共存できるやさしい社会になって

いるだろうか？格差と貧困がいつそう広がっていくかもしれない。

自然の中を歩き、本など読む、スローライフのなかで考えていきたい。日本の今の政権は、思考力もなく任せておけないことがハッキリしてきた。自然環境と世界の動きに、もっと目をむけていきたい。

サークル短信

山歩会

6月例会

夜叉が池 (1099m)

4月は2回の山行を計画しましたが、新型コロナウイルス感染症予防の為中止致しました。引き続き5月の山行も中止致します。

6月例会のご案内

福井県の「夜叉が池」です。

難度 脚力 6月1日

(月)7時JR鈴鹿駅集合

歩行時間約5時間 出欠連絡

先:岡本美千子、前田純。

次回の登山は、6月11日

(木)津市の「青山高原」で

す。詳細は別途連絡致します。

なお、コロナウイルス感染予防の為、山行を変更又は中止することがありますので、ご承知おき下さい。

(前田 純 記)

パソコン・スマホ教室

4月はコロナウイルスの影響でコミセンが閉館になり中止しました。

5月も中止です。6月は今のところ未定です。

(中川 信子 記)

トラベルの会

6月まで休みます。

(澤井 順子 記)

グラウンドゴルフ

4月の予定は、新型コロナウイルス感染症予防のため、中止になりました。

次回5月も中止です。

(松田 二郎 記)

卓球を楽しもう

5月も残念ながら中止となりますが、今のところ6月からは実施できそうです。早く元通りになることを願っています。

6月の案内

6月19日(金) 13:30

~16:00 白子コミュニティ

センター2F ホール

用意するもの 上靴、タオル、飲み物、ラケット

(桑原 篤 記)

温泉めぐる会

次の6月は出来れば下旬頃の予定です。雨が降っても良いところを選びたいと思います。

(辻井 良和 記)

史跡めぐりの会

当面、会合も行事も見合わせます。

(谷口 茂 記)



音読の会

4月の例会は、新型コロナウイルスの感染防止のため、

休会しました。

ジェフリーすずか6月30日まで休館のため、5月6月の例会は休みます。

(太田 和美 記)

スクエアステップ

みんなで唄う会

5月の活動は中止させて頂きます。気持ちよく活動できる時期が来ましたら、皆様のご参加をお願いします。

(宮崎 ヨシ子 記)

おしゃべりカフェ

最近コロナの関係にて、サークルが出来なく残念です。

お会いすることもなく皆様お元気でお過ごしでしょうか。

4~6月とジェフリーが使用できなくお休みさせて頂き、7月には何とかなるのを祈ります。

(中川 美代子 記)

頭のち店

参考資料「熟語、ことわざ思い出しテスト」(コスモ 21発行)

【問題】熟語・慣用語・ことわざを読み、に言葉を入れてください。

影響 解除 審議 大雑把 突拍子 うちゅうや ゆういぎ さみだれ しゃみせん しょうとつ ふつこう (せんもんか)に (いけん)を聞く (ゆうき)を (た)ち (む)かう 手を (せいけつ)に (たも) (れいせい)に (たいしよ)する (なかま)を (せつとく)する

【答え】えいきょう かいじょ しんぎ おおざつば とつぴょうし 昼夜 有意義 五月雨 三味線 衝突 復興 専門 意見勇気 立向 清潔 冷静 対処 仲間 説得

(太田 和美 記)

ちよつと勉強

年金制度改定法案は廃案に

5月8日の衆院厚労委員会で、「年金制度改定法案」が修正の上可決されました。この「法案」は、被用者年金の適用拡大、在職中の年金受給の在り方の見直し、受給開始時の選択肢の拡大、確定拠出金の加入可能要件の見直し等が含まれています。は、適用対象とすべき企業規模要件を現行の500人超から100人超、50人超と段階的に引き下げるの ですが、50人以下の企業の被用者にも厚生年金を適用すべきだし、中小企業への支援予算を大幅に増額すべきです。は、60、64歳の在職老齢年金の、年金額と他の収入金額の割合を約1%です。

(勝谷 鐵幸 記)

お元気ですか 組合員訪問インタビュー 第177回

橋詰 圭一さん



2回目の登場です。
パソコントラブルの救急

ドクターの橋詰さん。どんな無理な願いも労をいとわず来て直してくれませう。

退職後、「鈴鹿年金者組合」に入り、支部のくらし・福祉部長や副委員長、パソコン教室の講師、年金引き下げ違憲訴訟の原告として、毎回の口頭弁論に参加、また、「九条の会すずか」、生活交通バスをめざす「コミバスをよくする会」、秘密保護法の廃止を求め「市民の会」、「野党と市民の共闘 鈴鹿市民連合」

で活動。それらの活動のチラシ、新聞、ホームページ、ブログ等の一切を作成、更新に携わって来ました。その質・量に圧倒されます。また、各種催し物の拡声装置・映写装置を扱う係を気安く引き受けて、完璧にやり遂げています。5年前、初めて表舞台に出て、市議会議員選挙に当選、市民の声を鈴鹿市政に届け、日本共産党の3人目の市議として大健闘するも、昨年の市議選で、惜しくも議席を失いました。

の署名活動で、1万2千を超える署名を集め、無料のオンラインデマンドバスの実現に歩を大きく進めました。また、原水爆禁止長崎大会や沖縄の日本平和大会、日中友好協会の台湾旅行と目を見張る行動力です。大阪の工業高校卒業後本田技研鈴鹿製作所に入社、42年間勤め60歳で退社。あの全国的に有名な職場新聞「ワイパー」を24年間編集発行し、本田マシナリーだけでなく、働く人達を励ました。

私に敬服する5点。第1は、冷静、沈着、激しいこと。第2は、時間が出来ると散歩と幅広い読書、コンサート通い、遠くまで出掛ける講演会参加。第3は、パソコン内部のような整然とした仕事部屋。第4は、うまいと唸る、車にやさしい安全運転。第5は、豊富なアイデア、卓抜のどんなのうまさ、裏方の徹し方。文化系には真似できない、最良の理系、技術者です。

文・写真 勝谷 鐵幸



わたしと憲法

川村 米子

「わたしと憲法」を書いてと言われても、私は今まで憲法のこと等深く考えず生活してきました。

春には、遠くでウグイスが鳴き、秋には、稲の刈り入れの時、渡り鳥のつばすが南へ帰るのを楽しみに刈り入れをしていました。

夫だと思っているのに、九条を改憲し、戦争をしようとするのは、許せません。そして、二十五条「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。」という生存保障を知りました。

今、コロナ禍で、生活が出来る人が出ています。今こそ国民を守り、普通の暮らしを出来るようにする、そのための憲法なんです。遅ればせながら、友と憲法を語り合い勉強になりました。

今、コロナ禍で、生活が出来る人が出ています。今こそ国民を守り、普通の暮らしを出来るようにする、そのための憲法なんです。遅ればせながら、友と憲法を語り合い勉強になりました。

二人で暮らしていましたが、優しい母親だったので、幸福に暮らしました。母は手芸が好きで、田や畑の仕事に勤んでいました。

このように幸福に暮らせるのも、憲法に守られていたというのを知りました。憲法九条「戦争の放棄」、こんな立派な憲法があるから、大丈

今、コロナ禍で、生活が出来る人が出ています。今こそ国民を守り、普通の暮らしを出来るようにする、そのための憲法なんです。遅ればせながら、友と憲法を語り合い勉強になりました。



短歌

俳句

親がらす子にせがまれて餌を与ふ人にもまさるしぐさに涙

文鳥は小首かしげて何思ふ

山椒の芽指先に染む香強し

片手には土筆握って腰上げる

緊急の事態宣言花は葉に

ステイホーム寅さん観てる春の宵

病院を減らされて今日コロナ来る

余志嘉壽

川柳

病院を減らされて今日コロナ来る
コロナ籠もり足腰弱り目も虚ろ

女性部 ひとくち広場

もう少しおとなしく

滝沢 三千代

新型コロナウイルス感染症による自粛要請が出て、私が携わってきている諸活動が止まっている状況です。あせる気持ちもありますが、思いがけず時間もありません。

介護施設のパート勤務で、週3日の日勤をしています。心のゆとりができ、利用者さんとの会話の時間が増えました。

また、近くの本屋さんに行つて主人の認知症予防に、クロスワードパズルの本を一冊買いました。友人とランチして新聞の購読を勧められて「いいよ」と気持ちよくOKしていただきました。

今まで気づかず過ごしてきた事が、思いやり、勇気をもたらしました。孫たちが来る、外食をしていたのが、宅配サービス、持ち帰り

メニユーで、割引クーポンを利用して、危機的な状況をのりきるために頑張っています。

今年は2回目の東京オリンピック。誰もが1回目のオリンピックの時と同じように、高度成長を期待されていた事でしょう。

ある政治家の方が、オリンピック年にはなにかがおけると、言っているのを新聞で見たことがあります。私は、この言葉に過去のことを思い出しました。

いつ収束するかわからないコロナウイルス。自分で自分の身を守り、人に迷惑をかせず、もう少しおとなしくしていこうと思っています。

夫婦の会話です。「お父さん、コロナで沢山お金を使うけど、もしかして私たちの年金削られはしないかなあ。」「あほ、消費税を下げたらええんや」単純な回答に苦笑い。

爪を噛む

太田 和美

もうよしなさい悪い癖、爪を噛むのは良くないわ

これは、ペギー葉山の唄「爪」の一部です。私には、幼稚園から中学生の頃まで、爪を噛む癖がありました。他の人と同席の時は出ないのですが、独りで勉強したり、本を読んだり、考え事している時、知らず知らずに噛んでいました。母に見つかる時、「医者要らず（アロエ）を指先に塗りなさい」と叱られました。これがとても苦いのです。いつまでも口の中に残って、もう爪を噛むまいと思っけれど、ついつい癖が出て、その頃の私の指先はいつも苦かったのを覚えています。でもその後、アロエのお陰か？

日高山脈の幌尻岳

三谷 幸子

スポーツクラブの友達に誘われて入会の「山歩会」で楽しませて頂き二年。とつても有難い。よく聞かれるのですが、「百名山達成して一番良かったのは？」と、それぞれに思い出深いのですが、一番私の心に残っているのは、北海道日高山脈の幌尻岳です。この山は、奥深く三泊四日の旅。約二時間の林道歩き、沢の徒歩十数回。大変だが自然度も高い。ヒグマも生息。降水量も多く増水で一回で行けるのは幸運なこと、私も二回目の挑戦。やはり沢靴での徒歩は、膝までぬれながらもワクワク。幌尻山荘での夕食は皆で作り、ガイドは水をろ過し、林道で採ったタモギ草の味噌汁、熊、鹿の焼肉等珍味だった。

翌早朝、雨の中、頂上は強風、写真撮り

今が楽しいよ

丸橋 孝子

大家族の中で育った時代でした。自分の主張が何も通らず、今の社会ではとても想像できない世の中でした。しかし、いろいろのことに好奇心を持ち、興味がわいてくると、自分の納得の行くまで物事を続けるようになった。

今の私は、静と動を上手に使うことが出来る様になった。行動するには、足が必要となると思い、車の免許も取りました。女性が免許を取るの、とても大



絵手紙 提供 宮崎 ヨシ子

あれから何十年？、いつ頃からか爪は噛まないが、指先をこすり合わせている事に気がきました。そんな時は、冒頭の歌詞を口ずさんで、ダメダメと自分に言い聞かせるのです。

子供の頃の癖は、一生治らないのでしょうか。

変な時代でした。しかし、車に乗ることにより、世の中が広く感じられる様になりました。

運動といえは、テニス、スキー、また、華道、茶道、家庭菜園を楽しむにしています。大勢の人達と出会い、共に行動の出来る体力を保ちたいと思います。自分の庭で育てた野菜等を上手に料理出来れば、又楽しさが増しますね。

一生勉強という気持ちを、いつまでも持ち続けたいと思います。「今が楽しい」という言葉を大事にしています。

支部日誌

- 3月27日(金)「きらら」編集・発行・連絡会
- 4月1日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 4日(土)「きらら」編集会議(電話)
- 13日(月)山歩会「藤原岳」
- 18日(土)山歩会「蓬莱山」
- 22日(水)「きらら」編集・発行・連絡会
- 5月8日(金)第12回組織部会(9:30~)
- 12日(火)「きらら」編集・発行・連絡会
- 6月1日(月)山歩会 福井県「夜叉が池」
- 3日(水)第13回組織部会(13:30~白子コミセン)
- 5日(金)第12回執行委員会(13:30~白子コミセン)
- 6日(土)「きらら」編集会議(9:30~白子コミセン)
- 11日(木)山歩会「青山高原」
- 19日(金)卓球を楽しもう
- 23日(火)「きらら」編集・発行・連絡会

わたしのレシピ

材料 新玉ネギ2ヶ(300g位) 鶏挽き肉50g しょうが(みじん切り) 小さじ1 だし汁カップ2 1/2 酒大さじ1 薄口しょうゆ大さじ1 1/2

新玉ネギの丸ごと煮

(太田 和美)

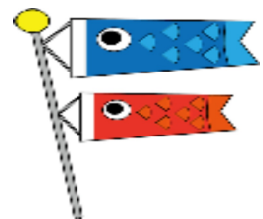


イラスト 樋口 出

作り方 玉ネギは、皮をむき、上下を切り落とす。鍋に挽き肉、しょうが、酒を入れ手混ぜる。の鍋を中火にかけ、混ぜながら肉の色が変わるまで火を通す。だし汁を加えて、沸騰させ、玉ネギを入れ、弱火にしてアクを取る。しょうゆを加えて15分位煮る。(スーと串が通る位) 煮汁と共に器に盛り、あればみつばの葉を添える。(青葉の茹でたのもよい) 鍋は、だし汁を加えた時に、玉ネギが2ヶつかる位の大きさの物を使う。

催し物案内

- 第13回組織部会
6月3日(水) 13時30分
白子コミセン
- 第12回執行委員会
6月5日(金) 13時30分
白子コミセン
- 「きらら」編集・発行・連絡会
6月23日(火) 13時30分
ジェフリーすずか



サークル掲示板

サークル名	サークル連絡先	次回例会
山歩会	前田 純 (374-4596)	6月1日(月)福井「夜叉が池」 6/11(木)青山高原
グラウンドゴルフ	松田 二郎 (374-3134)	5月休み。
卓球を楽しもう	桑原 篤 (374-2894)	5月休み。6月19日(金)13:30~白子コミセン
史跡めぐりの会	谷口 茂 (090-6610-3773)	当面休み。
トラベルの会	澤井 順子 (378-6021)	5・6月休み。
温泉めぐる会	辻井 良和 (386-0529)	6月下旬。
パソコン・スマホ教室	中川 信子 (388-0427)	5月休み。6月未定。
女性部サークル		
音読の会	太田 和美 (383-4545)	5・6月休み。
おしゃべりカフェ	中川美代子 (386-6883)	5・6月休み。
	樋口みえ子 (387-4889)	
スクエアステップ	宮崎ヨシ子 (378-7510)	5・6月休み。
みんなで唄う会	澤井 順子 (378-6021)	5・6月休み。

《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に合わせて行きましょう。》