

きらら

川柳で笑いと要求

2020県高齢者要求大会 勝谷 鐵幸

10月26日午後、サンワーク津で、表題の集会が開かれま

ら16人が参加しました。全体で80人弱、支部から16人が参加しました。挨拶で辻井良和委員長は、国連の「核兵器禁止条約」が「来年1月に発効することを歓迎するとともに、市民運動の成果だ。菅政権の強権政治と、新自由主義政治（菅首相のブレイン竹中平蔵氏のベシックインカム）国民1人に7万円を支給し、社会保障予算を0にする）政策を批判しました。

来賓の白井みえ労連議長も学術会議会員任命拒否は、法と憲法に違反する暴挙だと糾弾しました。オーブニングは、「川柳」の発表会で、応募者（代理）が、詠み上げました。鈴鹿支部は、三林保子さんが中村千代子さんの2句を発表しました。

選挙後に民意と鳴く蝉は 跋扈する魍魎 魍魎永田町 「高齢者のくらしを豊かにする固有の要求」を、県本部、7支部が訴えました。県本部は、コロナウイルス



挨拶する辻井さん 写真提供 勝谷鐵幸

まわりの人に声をかけよう！

秋の仲間づくり特別月間

仲間づくり推進委員会会長

桑原 篤

今年も「仲間づくり秋の特別月間（10～11月）」が始まります。

皆さんの周りにはたくさんの方の知り合いの方がいると思います。隣近所の友だち、趣味で気の合う人、いろいろな学習会で知り合いになった人、地域のサロンで仲良くなった

人、同級生などたくさんの方の友達がいます。現在、支部の組合員数は176人です。当面200人回復を目標にこの月間を取り組みたいと思います。

「年金者組合でこれからの人生を楽しみましょう」とそのまわりの人に声をかけましょ

地域のサロンで仲良くなった

現在、支部の組合員数は176人です。当面200人回復を目標にこの月間を取り組みたいと思います。

また、組合の要求する力も大きくなります。皆さん、ともにがんばりましょう。

「ちよつと立ち止まってみよう。立ち止まって考えたと過去が見え、未来への希望も湧いてくる。」



報告の会のバス 橋詰さん



川柳発表三林さん

全日本年金者組合
三重県鈴鹿支部
第283号
2020.10.29
事務局
〒513-1124
鈴鹿市自由ヶ丘
1-16-30
<http://suzuka-nenkinsya.jimdo.com/>
桑原 篤
tel 059-374-2894
編集責任者 勝谷鐵幸
鈴鹿市岸町1641-20
tel 059-387-0383
fax 020-4663-3958
e-mail c9awrvah@sf.comufa.jp

新しい仲間を紹介します
黒田 功さん (中箕田)
仲間づくり
176名 (10月29日現在)

波の音
「ちよつと立ち止まってみよう。立ち止まって考えたと過去が見え、未来への希望も湧いてくる。」

地域のサロンで仲良くなった

現在、支部の組合員数は176人です。当面200人回復を目標にこの月間を取り組みたいと思います。

また、組合の要求する力も大きくなります。皆さん、ともにがんばりましょう。

「ちよつと立ち止まってみよう。立ち止まって考えたと過去が見え、未来への希望も湧いてくる。」

(三林 保子 記)

秋晴れ 心も秋晴れ

2020健康フェスタ

勝谷 鐵幸

10月13日、快晴の午前、三重県青少年の森で「2020健康フェスタ」を行いました。

コロナ禍中の、久しぶりの行事で、38人が参加し、楽しみました。

例年の昼食 手作り「カレー

とサラダ」を市販の弁当に替えて、午前中の活動としました。「輪投げ」を加え、グラウンドゴルフの景品をなくし、「宝探し」の景品を全員分としました。

輪投げ世話役

澤井順子さんの話

簡単な動作にもかかわらず

ず腰が痛くなりましたが、その後、歌おう会に参加し、たくさん笑い過ごしました。

ウォーキング世話役

辻井良和さんの話

この頃歩き始めるとしばらくは左足踵が痛く感じるのですが、ウォーキングのまとめ役になったので、少し辛抱して歩きました。参加者は4人

でしたが、皆さんわりとゆつくりペースでしたので、心配なくついて行きました。少し歩くと痛みを忘れ、秋の日和の中を、緑のトンネルを抜ける列車に揺られているように歩きました。体を動かすことは心が晴れる感じでした。

松田二郎さんの話

グラウンドゴルフは16名が参加して、8ホールで2ゲームを行いました。今回は大接戦でしたので、グラウンドゴルフサークルの規定により、同スコアの場合



上開会式 中グラウンドゴルフ 下スクエアステップ 写真 勝谷



105筆の願いは重い

10月年金一斉宣伝 署名活動

10月15日に、ハンター前で

10人が参加して、半年ぶりに年金引き下げのなを中心にして、署名活動を行いました。

105筆が寄せられました。

(勝谷 鐵幸 記)



署名中 写真提供勝谷鐵幸

は年齢の高い方を上位とさせてもらいました。

1位、松田二郎さん 44打

2位 中川美代子さん 45打

3位 豊留政利さん 46打、

4位、佐藤元教さん 43打

5位 樋口 勇さん 46打

(3~5位は年齢差です)

景品はありまをんでしたが、

楽しい一日になりました。

スクエアステップ世話役

宮崎ヨシ子さんの話

お天気もよく 気持ちよく

ステップを踏むことができた。しかし、悲しいかな、マスクを付けての運動には、楽しみも半減しました。

前半4名の参加者でしたが、後半は「輪投げ」から10名の方が加わっていただき 賑やかに 楽しむことができました。

国保 介護 後期高齢者の

基金を保険料の減額に使え

鈴鹿社保協總會

桑原 篤

10月25日(日) 鈴鹿社会保

障推進協議会の総会が開かれました。新型コロナウイルスの問題で遅れていましたが、これからの活動について話し合われました。

コロナ感染予防対策の緊急要望を鈴鹿総連合とタイアップして、10月16日に末松市長へ訴え、懇談したのは、社保協としての初めての市長懇談で評価できます。今後も積極的に取り組むたいと思います。

国民健康保険、医療・介護、

子育て支援、生活保護の4つの課題については今後も引き続き取り組んでいくことになりました。

菅政権になり、より「自助」・

「共助」が強調され、社会保障としての国の責任や義務が葬り去られようとしています。

国保料は高すぎて払えない。

医療・介護では掛かる費用の

削減、無駄を省くことに重点が置かれ、国民の生命や暮らしが脅かされています。

国保・介護・後期高齢者の豊かな基金を保険料の減額に使えとの要求が出されました。

今後これらの課題について

学習会を持ち、生命と暮らしを守る運動を広げ、市に対して要望を訴える活動を強化していくことが確認されました。

(鈴鹿社保協事務局長)

PCR検査の拡充 緊急救済策を

コロナウイルスへの緊急対策を求める要望 市長懇談

勝谷 鐵幸

鈴鹿社保協と鈴鹿地区組合



市長に要望書を渡す市長、市長、市長、市長

総連語は、10月16日、市役所で、末松則子市長と、「コロナウイルスへの緊急対策を求める要望書」を提出し、11項目の具体的要求を巡って懇談しました。

市内で働くエッセンシャルワーカー（人々が日常生活を送るために欠かせない仕事を担っている人達）と高齢者への定期的PCR検査の実施、その推進と希望者への経費負担、コロナの自粛により、解雇・自宅待機・失業などにより生活が急変した人への緊急救済策、などを質した後、市長は、クラスターに対しては、不足物資の支援、従業員の宿泊施

第16回三重県高齢者大会 「日本高齢者人権宣言を学ぶ」

講演者 井上英夫さん
(金沢大学名誉教授、日本高齢期運動センター理事長)

11月21日(土)
10~15時

サンワーク津
集合 白子地区センター
出発 午前9時

参加者 支部から15人
希望者は勝谷まで
387-0383

弁当・お茶 あります
会費 なし(県本部、支部)

設の確保など、PCR検査について、かかり付け医からの紹介者は保険で対応しているなどを述べ、要望には文書で回答すると約束しました。

また、ぐみの木保育園の保育士さん、たんぼの理事長中川さんから、現場の切実な要望が出されました。

私が見たこと、聞いたこと 戦争の被害と加害の実像

九条の会ずかず学習会

九条の会ずかず43回目の学習会が10月18日(日)に開かれ参加しました。

講演は、熊野在住の作家、中田重顕さんの話と坂本浩子さんの朗読でした。

話は、概ね二つに分かれており、前段は、奥熊野の人々が舐めた戦争の辛酸を、幾多の人から聞き取った生々しい話。後段は、講師中田さん出生の地、旧満州を訪れ、彼の地での終戦時、開拓団が受けた過酷な実相や日本軍の中国人への加害の実像を、時に映

糸柳 章司

像を交えての話でした。尽きない話は予定の1時間半を超え、2時間に及びました。その間誰一人席を立つ者はおらず、唯々押し黙って耳を傾けたのでした。

奥熊野の話は、主に「軍国の母」「軍国の妻」そして「軍国の遺児」の実話です。

17歳の息子に戦死された老母は、死の床で「死ぬのは怖くない。やっとあれに会える。」と嬉しそうに言った話。戦死の夫の通夜、葬儀で「名誉の

戦死おめでとつ。」と言われ、泣くこともできない妻、夫の戦死を信じられずに物音がする度に「おとさん(夫)が帰ってきた。」と飛び起きる妻の話など、エピソードを聞きたびに涙が溢れました。

(私だけではなかったようで、前の何人かの人の肩も揺れていた。)

そして、旧満州での日本軍の所業、聞くに堪えない沢山の話に疲れました。これが戦争の実像なのだ。これまでも見聞きしてきたこともありましたが、それでも今また生々しく、酷く、悲しく、悔しい話を沢山聞いてしまいました。

終わりに当たって中田さんは、辛酸をなめつくした女たちを通して語りかけました。「世界中で戦争が絶えない中であって、日本は75年間平和だった。憲法九条があったからだ。何としてもまもりぬかねば。」と。

中田さん 写真提供 勝谷 鐵幸



サークル短信

史跡めぐりの会

白子町並み散策

9月30日(水)11名参加
久しぶりの取り組みになりました。遠くへ行くのは感染リスクを伴うので地元、白子で歴史散策を楽しみました。
普段はあまり意識しない身近な地名や町並みも改めて見つめ直すと知らないことが多く、この街の歴史をもっと知りた

いと思えました。
家康の伊賀越えや大黒屋光太夫にまつわる話は有名ですが。そもそも白子という地名が平家に仕えた水軍に由来するものだったとは初めて知りました。

白子と言えはなんといつても伊勢型紙ですが、白子駅から数百メートルのところにある伊勢型紙資料館で詳しいお話を聞かせていただきました。
旧伊勢街道をのんびりあるきながら途中、久住屋さんで地元の銘菓「かりんとつまんじゅつ」を買って帰りました。

11月の行事

11月20日(金)四日市「久留倍官衙遺跡の見学」参加希望者
近鉄富田駅 午前9時20分集合

会合 11月26日(木)午後1時30分
ジェフリー研修室 (谷口茂 記)

グラウンドゴルフ

優勝は佐藤元教さん

秋晴れの10月21日に、男3名女8名の11名で4ゲームを行いました。優勝は、4ゲームトータル68で佐藤元教さんでした。プービー賞は豊留和子さん。今回はホールインワンがなんと15回でした。佐藤元教さん、白石初美さん、松田二郎が3回、奥山正子さん、辻喜久意さん、豊留政利さん、松田房子さん、松村美津代さん、山際節子さんがそれぞれ1回の合計15回でした。

次回は11月18日(水)午前9時から、雨天の時は11月20日(金)になります。場所は今回と同じく御座池公園です。

卓球を楽しもう

(松田二郎 記)

10月は、市長との懇談と重なり中止となりました。コロナ禍で多くの方が自粛生活を行っていません。卓球サークルも出席者が少なくなっています。早くコロナも収まってほしいですね。

11月の案内

11月20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)

パソコン・スマホ教室

10月9日のパソコン教室は講師の都合で急遽中止しました。

11月は、13日第2金曜日です。白子コミセンで10時~11時30分。 (中川信子 記)

トラベルの会

11月休みます。 (澤井順子 記)

女性部サークル

音読の会

10月の例会は、1日、8人の出席でした。コロナ禍の中で、サークル活動も制約が多く、開催するのも迷います。今月も飛沫感染防止のため朗読は止めました。早く前の生活に戻れる日が待たれます。

次回は、11月5日(木)10時、ジェフリーすずか研修室Aです。中止の場合は、電話にて連絡させていただきます。 (太田和美 記)

頭のて店

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。

無花果 御伽噺 余所見 反故 秋刀魚 けんやく きちよ
うめん よろずや ふぜい さるすべり 海が(なが)められる (へや) 午後の (よてい)を (たし)かめる ドラマを (ろくが)する (いんじゆ)は (てぎりよ)がよい (あいて)の (じじよ)を考える (ちゆうもん)を (へんこ)する

【答え】いちじく おとぎばなし よそみ ほごさんま
儉約 几帳面 万屋 風情 百日紅 眺 部屋 予定 確録画 飲酒 適量 相手 事情 注文 変更 (太田和美 記)

スクエアステップ

10月13日の「健康フェスタ」は、お天気もよく 気持ちよくステップを踏むことができました。しかし、悲しいかな、マスクを付けての運動には、楽しみも半減しました。
「スクエアステップ」には、前半4名の参加者でしたが、後半は「輪投げ」ゲームから10名の方が加わっていただき賑やかに 楽しむことができました。初めての方も、おみえでしたことでしょうか。
「スクエアステップ」に、是非ご参加をお願いいたします。水分補給とタオルの持参。運動のしやすい格好でお願いいたします。

みんなで唄う会

おしゃべりカフェ
当分休みます。 (澤井順子 記)

(中川 美代子 記)



山歩会

10月例会 東北百名山三山

「磐梯山・西吾妻山・安達太良山」登山憧れの東北の旅を求めて 10月15日、18日、3泊4日。参加者10名。バス1台をチャーターして、鈴鹿市駅を7時に出発。紅葉の綺麗な安達太良山の期待に胸膨らませ、意気揚々と笑顔いっぱい出かけた。

今回の旅はGOTOトラベルが適用され、大変安い費用で行けた。いい宿にも泊まれて、美味しいお料理に温泉風呂にも入れ、豪華な旅になった。約10時間バスに揺られて夕方5時前に一日目の宿についた。

2日目。晴れ。磐梯山(1816m)登山

裏磐梯の八方台登山口まで、ゴールドラインをバスに乗って紅葉の景色を楽しみながら上がって行く。最も登山者が多いコースで、上りも下りも沢山の人に出会いさすが百名山だと思った。

8時登山開始、緩やかなブナ林を登っていく。黄色の紅葉が綺麗な山である。明治21年大噴火が起こり、檜原湖や五色沼が誕生した。死者447人負傷者513人の大惨事

だった。この湖を時々見下ろしながら登り、磐梯山頂上に11時頃到着。頂上からは、猪苗代湖も見えた。岡部小屋まで下山し、昼食。おでんも売っていた。お花畑コースを回り、噴火の跡が残る山も見ながら、下山する。足元にもドウダンツツジの赤い落ち葉を踏みながら、下山し、八方台に3時頃着く。

3日目西吾妻山は、あいにくの雨。登山口まで行くが、悪天候で引き返す。米沢神社の見学と買い物に変更した。4日目の安達太良山は期待通りの一面に広がる色とりど

り紅葉を楽しんだ。日曜日ということもあり、人の多さにもびっくりに。テーマパーク並みの混み具合だった。(山下 久美子 記)

11月例会のご案内

滋賀県日野町の「綿向山」(1110m)です。

難度 脚力 11月6日(金)7時、鈴鹿川河川敷

集合 歩行時間約5時間。出欠連絡先・岡本美千子、前田純へ、11月3日までにご連絡下さい。

次回の熊野古道・天狗倉山は別途ご連絡いたします。(前田 純 記)

温泉めぐる会

10月例会は21日(水)に菰野町にある「アクア・イグニス」に行きました。久しぶりの例会で、12人が参加しました。コロナ対策も充分に行い、バスはドアから手すり、椅子、シート面までアルコールで消毒してからドアを開けました。乗るときにはそれぞれアルコールで消毒し、窓際だけに座り、マスクを着用しました。車のない方は、迎えに行きました。

お菓子の遣り取りはなるべく控えて、包装紙のある物に限りしました。(辻井 良和 記)

温泉のお湯はやわらかでつるつるして、気持ちよく、久しぶりにリラックスしました。食事は順番待ちでしたが、ゆつたりと各自の注文で取りましたが、おいしく楽しみました。バスは武兵峠を超えて滋賀県に向かい武兵峠での伊勢平野の俯瞰と、少し色づき始めた楓の下を抜け、野洲川ダムで休憩し、上天気の秋の空気を一杯吸い込んで帰りました。

次回は、12月22日(火曜)の予定です。



よつと勉強

「日本学術会議」会員任命拒否は戦争への一里塚

日本学術会議は、科学が文化国の基礎であるという確信の下、行政、産業及び国民生活に科学を反映、浸透させることを目的として、1949年(昭和24年)1月、内閣総理大臣の所轄の下、政府から独立して職務を行う「特別の機関」として設立されました。学問の自由が保障されず、科学が戦争に動員された戦前の反省を踏まえて設立された学術会議は、1950年、1967年、2017年に上記の声明を継承する、と表明してきました。その反省は憲法23条の「学問の自由」の明記と一つのものです。

しかし、菅首相は、学術会議の軍事研究の拒否を敵視して、日本

閣総理大臣が任命する(第7条)との規定に反し、これまでの、学術会議の会員推薦を形式的に任命するとした政府の解釈とも相いれない点をも顧みず、「総合的、俯瞰的な活動を確保する観点から」今回の任命拒否を行ったものです。任命拒否の理由は何も説明されていません。拒否された6人の学者は、口々に告発しています。「任命拒否は学術会議の任務と職務を妨げている」「違憲、違法だ。会員の適否を政治が決めれば学術会議の独立性は破壊される。学問の自由の制度的枠組みの破壊であり、憲法23条違反だ」政府が、憲法15条1項(国民の公務員の選定・罷免権)が任命拒否の

行動しましょう。(勝谷鐵幸 記)

根拠としていっていることについて、菅首相の自らのような公務員であっても選定・罷免することができることを宣言した。ナチスのヒトラーでさえ、全権掌握のために特別法を必要とした。首相は現行憲法を読み替え、独裁者になろうという恐ろしい話だ。「日本における学術のあり方に政府が介入し、コントロールしようとしている」任命拒否問題を、戦争の一里塚になつた滝川幸辰事件(1933年)、美濃部達吉事件(1935年)にしてはなりません。ドイツの牧師マルティン・ニーメラーの著名な警句を心に刻み、この問題を自分のことととらえ、声を上げ、

行動しましょう。(勝谷鐵幸 記)

お元気ですか

組合員訪問インタビュー 第182回

経理 25年のベテラン

坂地 里子さん



津で生まれ育ち、4人姉

妹の3番目です。

津の事務機の会社で、事務員として4年勤め、その後結婚し、津で新婚生活を送り、双子の男の子が授かり、子育てが始まりました。子供達が中学校に入学する前に、鈴鹿の国府台に家を新築し、鈴鹿サーキットの経理に25年勤めました。その後、老人施設「鈴の丘」の厨房に勤め、今

に至ります。

年金者組合に入るきっかけは、定永さんに誘われたからでした。今年から、執行委員と女性部世話役に就きました。

力を尽くしたいと思います。私、定永には、92歳になる母がいます。今は老人施設にお世話になっていきます。母に会いに行くことが楽しみで、私も母のように長生きして元気でいたいと思います。

文 定永 陽子
写真 勝谷 鐵幸



日本国憲法を読むと、第9条「戦争の放棄」の前は、第1条から8条までが全て「天皇」条項というヘンな構成になっています。なぜでしょう？

わたしと憲法

憲法制定議会にやつと間に合った「国民主権」

石田 秀三

引きによって出来たものだったのです。天皇は明治憲法では、国を統治する「元首」とされてい

たのを、新憲法案では第1条統合の象徴であって、この地

では、次のように変わったのです。政府案の第1条 天皇は

1946年6月20日、憲法制定国会に上程された新憲法案のこの部分は、天皇制をそのまま残そうとする当時の日本政府や各政党とGHQの駆け

で「象徴」と変えられました。その表現はきわめて曖昧でした。それが国会審議の中で修正され、10月7日に議決し11月3日に公布された憲法

位は、日本国民の至高の総意に基く。修正後の第1条 この地位は、主権の存する日本国民の総意に基く。

俳句

きらら文芸

秋晴れや空見上ぐるに雲ひとつ
友宅の酒宴のしめに栗御飯

太田 和美

秋空に道咲く花や風ゆらぐ
すすき道友とかりし夕日顔

松浦 和子

政局の今を憂いてそぞろ寒
リモートの飲み会もよし温め酒

山中みぎを

川柳

秋刀魚にも鯛の上座に着く日来て
議事録は詳しすぎると黒塗りに

三林 保子

反論はせず「当たらない」霧を張る
菅ヒトラ「学ぶ」と「話す」がキライです

余志嘉壽

このように、「案」の段階ではどこにもなかった「国民主権」の規定が、国会審議の中でやつと、第1条・天皇の条文に入れられ、しかも憲法本文の中では、ここだけにしか書かれていないのです。もう1カ所「憲法前文」の中にも、「ここに主権が国民に存することを宣言し」と書かれています。案の段階では「ここに国民の総意が至高のものであることを宣言し」だったのです。「主権の存する

と「至高の総意」では、まったく意味が違うことは明らかですね。では、憲法に「国民主権」を明記せよと主張したのはだれでしょうか？それは、私の先達である共産党の国会議員団だったのです。この歴史的事実をちよつと皆さんに自慢したくて、紹介させてもらいました。共産党が憲法を、第1条から全条項を守りますと宣言していることも、この経過をみれば当然だと思えます。

女性部 ひとくち広場

小さなバスほしい

武田 節子

十月二十日、「後期高齢者保険証」が届きました。
 いよいよ私も先輩の仲間入りをしました。
 体が、ここ二、三年は少し無理をすると、足腰が痛くて、二日位は無理が出来ません。
 まだまだお元気な先輩を見かけると、そんな気弱なことは言っていないと思われ、他県に住んでいる娘や孫が来る度に、「もうそろそろ車を手放したら。」と言われます。車を手放したら、行動範囲が狭くなり、「好きなサークルにも出かけられなくなることから。」と、言っても、「もし何かあったら、僕達にも責任がかかってから。」といつも言われます。

今の鈴鹿で「バス」に乗ろうと思っても、一時間に一本あるかどうか、しかも、どの辺りに行ったらあるのかも、解らない。
 今後ますます増え続ける高齢者の為にも、一回乗ったら、一律百円、二百円の回数券にしたら。しかも、もう少し路線を小割に増やしたら、「バス」に乗りたいと思う人が増えると思えます。

今のままでは、行きたいところに行こうと思っても、まず「バス」がない。幹線道路ばかりではなく、小さな「バス」で良いから、裏側も回ってほしい。そして、乗り継ぎも出来るようにしてほしい。私の生きていく内に実現してほしい。いつまでも元気でいられる為にも、ぜひ実現してほしいと願っています。

夫に感謝

星野 千代子

今年七月十八日に、バイクでブロック塀にぶつかり、右手にケガをして救急車を頼み、回生病院に行き、診てもらったら、指の間を6針縫い、また、手首にヒビが入っていて、右手を一ヶ月半ギブスで固定され、日常生活がほとんど出来なくなり、嫁には病院の送り迎えやお弁当作りを、主人には、今までしてもらってない食器洗い、洗濯物干し、お布団の出し入れ等、いろいろ助けてもらっています。もう三ヶ月なりますが、握力が未だ十分でないのに、バイクに乗れず、未だに甘えており、申し訳なく、また感謝しています。

つながりが大事

鈴鹿市母親大会実行委員長 道家 志真子

8月17日 私の故郷の浜松は 気温41.1度を記録。まさにアフリカ並みの暑さでした。暑い、暑いと言っていたら、10月初めには 急に肌寒い…。過ごしやすい季節はなんて短いのでしょうか。しかもマスクは必需品、人と会うのも遠慮がち…。なんだか寂しい昨今です。

先日の年金者組合総会では、そんな暗い気持ちをおさげして、次のメッセージを送りました。

- コ…こんな時こそ
- 口…労働者も 子どもも 高齢者も
- ナ…仲間と ともに
- ニ…ニコツと明るく
- マ…毎日 一歩ずつ

ケ…けつして あきらめず
 ナ…何とか かんとか
 イ…生きていくぞ！
 命の危機と、生活の危機 孤独という心の危機。こんなときこそ つながりが大事ではないでしょうか。

楽しかった健康フェスタ

中川 美代子

台風一過、雲一つない青空、気持ちの良い爽やかな風を受けながら、十月十三日、青年センターにて、三十八名の参加で、健康フェスタが行われました。

スクエアステップ、輪投げ、ウォーキング、おしゃべりと、それぞれ思い思いのスポーツに参加し楽しみました。最後に宝探し、グラウンドを一周し、何となくワクワクしながら、番号札を探し、いろいろな景品をみんなが手にし、久しぶりに仲間とも会え、楽しく話し、静かに弁当をいただき、外で食べる弁当も一



絵手紙 宮崎 ヨシ子

女性部の予定

- 女性部年金学習会
11月10日(火)
ジェフリーすずか
- 日帰りバス旅行
11月16日(月)
蒲郡 みかん狩り

リフレッシュ日帰りバス旅行 (女性部)
 蒲郡「みかん狩りと食事」
 11月16日(月)
 会費 1万円前後(人数により)
 定員 先着順30人(男性も可)
 締め切り 11月5日(木)
 連絡先 澤井 順子
 378-6021
 おみやげ券付きです。

女性部年金学習会
 20年5月の国会で年金改正法が成立しました。何が変わり、どう影響?年金について学びます。多数のご参加をお待ちしています。男性の方もどうぞ。
 講師 辻井良和さん
 ジェフリーすずか1AB
 11月10日(火)10~12時

味違い、美味しく満足しました。本当に楽しい時間を過ごしました。

支部日誌

- 9月29日(火)「きらら」編集・発行・連絡会
- 30日(水)史跡めぐる会 白子町並み散策
- 10月1日(木)音読の会
- 3日(土)山歩会 奈良県「俱留尊山」
- 7日(水)第2回組織部会(13:30~白子コミセン)
- 8日(木)史跡めぐる会 会合
- 9日(金)第2回執行委員会(13:30~ジェフリー) パソコン・スマホ教室 10:00~
- 10日(土)「きらら」編集会議(9:30~白子コミセン)
- 13日(火)2020健康フェスタ(8:45~青少年センター)
- 15日(木)年金支給日一斉宣伝
- 16日(金)女性部世話役会 卓球を楽しもう 社保協・鈴鹿労連コロナ対策緊急要望
- 21日(水)グラウンドゴルフ 9時~御座池公園 温泉めぐる会アツアツ温泉・武平峠
- 25日(日)鈴鹿社保協総会
- 26日(月)高齢者要求大会(13:00~サワーク津)
- 28日(水)スクエアステップ 10時~社福センター
- 29日(木)「きらら」編集・発行・連絡会 バスの会石薬師地区要望署名市長提出
- 11月4日(水)第3回組織部会(13:30~白子コミセン)
- 5日(木)音読の会 ジェフリーすずか
- 6日(金)第3回執行委員会(13:30~ジェフリー) 山歩会 滋賀「綿向山」
- 7日(土)「きらら」編集会議(9:30~白子コミセン)
- 7・8日(土・日)この史代平和パネル展
- 8日(日)講演 河田昌東さん ふれあいホール
- 10日(火)女性部 年金学習会 10時~ジェフリー
- 11日(水)スクエアステップ 10時~社福センター
- 14日(土)コロナ感染症講演会 河芸公民館
- 16日(月)女性部バス旅行 蒲郡 みかん狩り
- 18日(水)グラウンドゴルフ 御座池公園
- 20日(金)史跡めぐる会 四日市久留倍官衙遺跡 卓球を楽しもう 白子コミセン
- 21日(土)県高齢者大会(10~15時サンワーク津)
- 25日(水)年金引き下げ違憲訴訟結審 スクエアステップ 10時~社福センター
- 26日(木)史跡めぐる会 会合
- 27日(金)「きらら」編集・発行・連絡会
- 12月22日(火)温泉めぐる会

わたしのレシピ

材料 (分量は適量) だし汁(又はだし粉) 里芋
 たまご 粉 キャベツ ねぎ 豚肉(バラ) 天かす
 ソース マヨネーズ かつお節

里芋でふわふわ
 お好み焼き

(定永 陽子)



写真 樋口 出

作り方 酢水を使って里芋の皮をむき、すり金で里芋をすりおろす。ぬめりがあったら酢水で洗ってすりおろす。ボールの中に、とたまご、だし汁、粉を入れてまぜ、ラップをかけて冷やす。(20分) その間に、キャベツを切り、豚肉を小口に切り、天かすを用意し、フライパンに油をひき、にキャベツ、天かすをまぜて、フライパンに流し、豚肉を載せて、裏返しにして、10分弱で焼き上がり、ソース、マヨネーズ、かつお節をかけて、完了。健康フェスタで、買い求めた加藤さん家の里芋で作る「ふわとろお好み焼き」、長芋がなくてもできます。とても良い里芋です。皆さんも作ってみてください。

催し物案内
 この史代平和パネル展
 11月7・8日(土日)
 10時~20時 イオンモール
 日本における遺伝子
 組み換えを考える
 11月8日(日) 13時30分
 ふれあいホール(南玉垣)
 話 河田昌東さん
 コロナ感染症講演会
 11月14日(土) 14時~16時
 河芸中央公民館大ホール
 国立三重病院谷口清州先生
 三重県高齢者大会
 11月21日(土) 10時~15時
 サンワーク津
 日本高齢者人権宣言を学ぶ
 集合出発白子地区センター
 弁当お茶あり

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)	11月6日(金) 滋賀県「綿向山」(1110m)
グラウンドゴルフ	松田 二郎 (374-3134)	11月18日(水) 9:00~フラワーパーク(雨天11月20日)
卓球を楽しもう	桑原 篤 (374-2894)	11月20日(金)13:30~白子コミセン 2Fホール
史跡めぐりの会	谷口 茂 (090-6610-3773)	11月20日(菌)四日市「久留倍官衙遺跡」会合11/26
トラベルの会	澤井 順子 (378-6021)	当分休みます。
温泉めぐる会	辻井 良和 (386-0529)	12月22日(火)
パソコン・スマホ教室	中川 信子 (388-0427)	11月13日(金) 10時~12時 白子コミセン
女性部サークル		
音読の会	太田 和美 (383-4545)	11月5日(木) 10時~ ジェフリーすずか
おしゃべりカフェ	中川美代子 (386-6883)	当分休みます。
	樋口みえ子 (387-4889)	
スクエアステップ	宮崎ヨシ子 (378-7510)	11月11・25日(水)10~12 社福センター
みんなで唄う会	澤井 順子 (378-6021)	当分休みます。

《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。》