

長沼こまち太鼓 写真提供 勝谷鐵幸



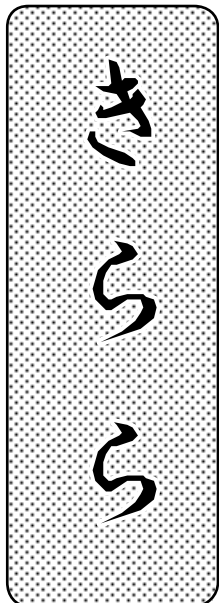
中野晃一さん 写真提供 勝谷鐵幸

# 総選挙勝利は市民と野党の共闘で

## 第34回日本高齢者大会inながの(WEB)

コロナ禍一年延期された第34回日本高齢者大会が23日、オンライン大会として、長野市JA長野県ビルアクティホールで開催されました。三重県では、津市河芸公民館の3会議室を会場に、43人の参加者が、午前10時から午

後4時まで、昼食休憩をはさみ、全体会、3学習講座を視聴しました。 鈴木支部からは、11人が参加しました。 歓迎セレモニー「長沼こまち太鼓」、挨拶、来年(11月23・24日)開催地京都への大会旗の引き継ぎ式後の記念講演は、比較政治学者の中野晃一上智大学教授が「コロナ後のめざすべき社会は?その実現のために必要なことは?」と題して、約90分話しまし



全日本年金者組合  
三重県鈴鹿支部  
第294号  
2021. 9. 27  
事務局  
〒513-1124  
鈴鹿市自由ヶ丘  
1-16-30  
http://suzuka-nenkinyu.jimda.com/  
桑原 篤  
tel 059-374-2894  
編集責任者  
勝谷鐵幸  
鈴鹿市羊岡町641-20  
tel 059-387-0383  
fax 020-4663-3958  
e-mail c9amvnh@sf.comufa.jp

勝谷 鐵幸

た。

①自民党の「勝利の連立方程式」

は、絶対得票率が、小選挙区で4人に1人(25%弱)、比例区で約6人に1人(16.18%で推移)で、固定支援者の支持で、①立憲野党の分断、

②低投票率、です。つまり、(1)野党共闘にくさびを打ち込み、(2)多くの人にうんざりしてもらえばいい。投票に行っても変わらないと感じさせればいい、です。

②日本の有権者にとって民主主義とは、社会的平等、格差

社会対策、雇用や生活保障、雇用保険など「グッドガバナンス」(良い統治・支配・管理)

公金の無駄遣いが無い、汚職がない、治安がいい、ことで、「対案」路線では、わざわざ野党に投票したり、政権交代

をしたりする熱量はつくれない。まずは、政権与党に対する怒りを受け止めるように明確に

対峙することが重要です。

に

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。  
**173名**  
(9月27日現在)

③立憲野党と市民の共同では、「まっとうな政治」のその先を構想し、訴える、ことです。立憲野党の分断と政治への諦めから脱却するために、「対立争点」(位置争点)は不可欠です。経済・生活争点などの「合意争点」(価値争点)だけではだめです。グローバル化時代の政治潮流は、イタレス(利益)の政治からアイデンティティ(主体性、自己同一性、個性)へと流れています。政権の土俵に乗った「対案」ではなく、争点を変えて「対抗」(オルタナティブ)新しい選択肢、代替案を提示すること。

「対立争点」は、憲法を中心に個人の尊厳を擁護し育むための政治を訴えること。社会を前に進める政策をリベラルな立場から発信し、プロGRESSIVE(進歩的)なアイデンティティ争点として、女性・ジェンダー、外国人の尊厳・権利など、差別のない社会を作る具体的な政策を提示して訴え、経済・生活争点は、その上で訴えます。

小選挙区4人に1人(25%弱)比例区で6人に1人(16.18%台)しか絶対得票を得ていない。国民も圧倒的多数は選挙に行っていない(約50%)

▼それなのに議席数は過半数を超えることができる。これが小選挙区制のマジックです。つまり①立憲野党の分断(野党共闘にくさびを打ち込み)

②低投票率(多くのの人にうんざりしてもらえばいい)です

▼日本の有権者にとって民主主義とは、「グッドガバナンス」つまり公金のムダがない、汚職がない、治安がいい、ことなのです。そして、「対案」路線では、わざわざ野党に投票したり、政権交代を

したりする熱量はつくれない。まずは政権与党に対する怒りを受け止めるように明確に

対峙することが重要です

▼野党共闘のめざす政治は、「憲法を中心に個人の尊厳を擁護し、育む為の政治」です。

(樋口 出 記)



日本高齢者大会で上智大学教授の中野晃一さんに話を聞きました。自民党の勝利の連立方程式とは

小選挙区4人に1人(25%弱)比例区で6人に1人(16.18%台)しか絶対得票を得ていない。国民も圧倒的多数は選挙に行っていない(約50%)

▼それなのに議席数は過半数を超えることができる。これが小選挙区制のマジックです。つまり①立憲野党の分断(野党共闘にくさびを打ち込み)

②低投票率(多くのの人にうんざりしてもらえばいい)です

▼日本の有権者にとって民主主義とは、「グッドガバナンス」つまり公金のムダがない、汚職がない、治安がいい、ことなのです。そして、「対案」路線では、わざわざ野党に投票したり、政権交代を

したりする熱量はつくれない。まずは政権与党に対する怒りを受け止めるように明確に

対峙することが重要です

▼野党共闘のめざす政治は、「憲法を中心に個人の尊厳を擁護し、育む為の政治」です。

(樋口 出 記)

# 今までにない高い得票率17.6%を得る

## 知事選挙 岡野恵美さんへの支援に感謝

辻井 良和

突然の知事選挙で、何かと準備不足のままでしたが、「やさしい三重県政をつくる会」の運動にご支援いただき、

皆さんに、ありがとと申し上げます。近々、やさしい会としても、新知事との会見を行い、やさしい会が掲げた公約――



知事候補者岡野恵美子さん 写真提供 つくる会

来ました。

この得票率は、今後の知事交渉などへの力強い後押しとなります。コロナ禍の下で、かつ天候も悪い中の投票日でしたが投票に参加された

▽PCRの社会的検査の拡充、▽リニア中央新幹線を止め、生活交通の拡充、▽防災・日災害支援強化、▽ジェンダー平等の推進など、の実現を求めていきます。皆さんの投票を、必ずお役

体がづづいて生きている。うごくのが嬉しく、楽しく暮らす。これをして、あれをしように、思わず、予定をしないで、忙しくうごかないで、

人にも、人のかわりは居なくて、その人の人格と個性で自立して、判断をして生きていく。そんな姿に、わたしは共感

争をつづけている。戦争を名譽に仕立てて、戦死させた。人を殺した戦争。人をくらべて差別をする。人は共に生きてゆくことがで



# 老年になって 気がつきました

山野 孝治

ゆっくりと体をうごかして、今をだいに、体をだいにしよう。

したのがうれしくて、共存してゆこうと、暮らしている。毎日の新聞、コロナ・ウイルスで世界がゆさぶられて、人が死んでゆく。人を殺す戦

争に協力して、今も日本は戦

この体はわたしの体で、わたしの他には、わたしは居ないのだ。ひとりひとり、どの

争に協力して、今も日本は戦

争に協力して、今も日本は戦

# 心待ちのりぴーター

## 第7回フードパントリー鈴鹿

中川 信子

に立てるように取り組みますので、ご承知下さるようお願いいたします。ありがとうございます。

そしてご苦勞様。(やさしい三重県政をつくる会 代表)

9月4日(土)第7回フードパントリーを開催しました。

なり、レトルト食品を中心に(お米は別袋) 50袋用意しました。

緊急事態宣言下で会場の白子コミセンが使用禁止になり、やむなく外の駐車場で、予めセッとしたものを着いた人から、順番に手渡しすることに

参加者は48人で全員にお渡しすることができて良かったです。約20人が初参加で27人がりぴーターです。だんだんと浸透してきて心待ちして見える方がたくさん見えます。



パントリーの会場 写真提供 勝谷 鐵幸

この鈴鹿の取り組みが9月11日の「しんぶん赤旗」で紹介されました。次回は11月6日(土)です。ご協力、よろしくお願います。(中川 信子 記)

# 「この森の自然を残してほしい」と快く署名

## 「サッカー場を造らないで」署名活動スタート

9月19日の9時から鈴鹿青



サッカー場を造るな行動発足集会 写真提供 勝谷鐵幸

少年の森で、「青少年の森を愛する会」の発足集会在行われ34名が参加しました。

集会の後、森公園内4カ所に分かれて「青少年の森公園の自然を壊してサッカー場を造らないでください」の署名活動を行い、1時間ちよつとで170筆を超えました。皆さん快く「この森の自然を残してほしい」と、署名してくれ

れます。青少年の森は三重県の所有物ですが、日常の管理は民間業者に委託され、今は「三重県森林組合連合会」が指定管理者になっています。森林組合の管理ですから樹木が自然

### 日本高齢者大会 リモート参加

#### 疲れももったいなさ

原 信子

長野で開かれた「日本高齢者大会」にリモート参加しました。三重会場は、セミの声する河芸公民館でした。

午前は、中野晃一さんの講演、午後の第1会場は、小森陽一さんと浜 矩子さんの対談でした。コロナ禍で人数制限あり、もったいない。

会話タイム、昼食は黙食、昼の休憩時は長野の名所が紹介されました。新しい大会形式ですが、一日中のリモート学習は、相当疲れました。

来年は、京都会場と紹介されました。ぜひ生で聞きたいものです。

### 橋詰 圭一

に近い形で保全されており、昆虫やキノコ類など希少な動植物も生息しています。この樹木を5万平米も切り倒してサッカー場を作るってどういう神経でしょう。それもサッカーチームを運営する民間企業が、鈴鹿市が間に入って、三重県から夕夕で借地するのです。

署名活動は、10月17日まで毎週日曜日、朝9時から11時

頃まで森公園内行いますのでご協力をお願いします。なお公園内での署名活動は

三重県の許可を得ています。行動的なメンバーが集まっています。

## サッカー場建設反対と世界気候アクションがコラボ

### 「鈴鹿青少年の森を愛する会」市役所西行動

9月24日は、スウェーデンの15歳の少女グレタ・トゥンベリさんがたった一人で行った「未来のための金曜日」の行動「世界気候アクション」に呼応して、「鈴鹿青少年の森を愛する会」が、市役所西

の街頭で、「貴重な鈴鹿青少年の森を切らないでください」

（勝谷 鐵幸 記）

署名にご協力をお願いします

鈴鹿青少年の森公園の自然を壊してサッカー場を造らないでください。

鈴鹿青少年の森を愛する会  
【連絡先】萩森 繁樹 Tel.090-4269-0965

署名用紙の標題 写真提供 橋詰 圭一



市役所西街頭行動 写真提供 萩森 繁樹

# サークル短信

## 史跡めぐりの会

感染者減少傾向になってきましたので10月中旬に会合を開催(日時未定)して活動を開催する予定です。

(谷口 茂 記)

## グラウンドゴルフ

### 優勝は佐藤元教さん

心配していた雨も夜明け前に上がり、秋空の下男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73で佐藤元教さん、ブービー賞は岡本美千子さん、ホールインフンは、佐藤元教さんと松田二郎が各2回、豊留和子さんが1回の合計5回でした。次回は、10月20日(水)午前9時から、雨天時は10月22日(金)になります。場所は引き続きフラワーパークです。

(松田 二郎 記)

## 卓球を楽しもう

9月は、コロナ拡大により施設が使えず、残念ながら中止となりました。

10月は、予定通り実施でき

るように祈っています。

## 10月の案内

10月15日(金) 13:30~16  
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

8月、9月は休みました。

次回は、10月8日第2金曜日10時~12時まで場所は白子コミセンです。

久しぶりの開催です。皆さん気軽にお越しください。お待ちしております。

(中川 信子 記)

## 温泉めぐる会

12月初めの頃の御在所の紅葉は、きつといい色で輝いているでしょう。コロナ禍で今年には動けませんでしたが、12月には少し収まってくると思っていますので、12月初めに計画します。(12月2日木曜を予定)

午前中に御在所の「武平峠」に行き、お昼に狐野の「アク

ア・イグニス」に戻りお風呂に入るのはどうでしょうか。今年最後の紅葉狩りと温泉の日帰り旅行です。

申し込みは11月の「きらり」に採みますが、あらかじめの予約も受け付けます。初めての方もお気軽に申し込んでください。費用は、2千5百円前後です。コロナワクチンを受けた方に限ります。

申し込みは、FAX38610646へ、お名前と電話番号

号を書いて送ってください。

(留守電も入ります。)

(辻井 良和 記)

10月休みます。

(定永 陽子 記)

## トラベルの会

### 編集後記

◆三重県の緊急事態宣言が30日を以て解除されそうです。9月25日の感染者は17人、病床使用率は26.4%、重傷者用病床使用率は14.5%、入院調整中・自宅療養263人とまだまだ楽観できる数字ではない。第6派にはしない対策、リバウンドしない対策が必要だ。

◆23日に「日本高齢者大会 in ながの」(WEB)が行われ、河芸公民館で視聴した。疲れたが、元氣もいたいたい。中野さんは、「野党が分断されず、自公と争点を変えた「対抗」政策を訴えて、投票率を上げれば勝利できる。政権交代への確信が持てた。

(勝谷 鐵幸 記)

## ちょっと勉強

### 詐欺師と話した婆

「もしもし、お祖母ちゃん、僕なんだけど、トイレ入る時、カバンを洗面所の前へ置いて、盗られてしまったの。携帯もカバンに入れてあって、今上司の携帯借りて電話しているの」と、固定に電話。すぐに返事も出来ずにいたら、「また電話するね」と、切れてしまった。

十分位して、また電話、「警察に届けだし、弁護士にも頼んだので、電話が入ったら聞いてね」と、ポーとしていたら、三回目の電話、「今お祖母ちゃん一人」「うん一人だよ」まだ、疑わず応答。

親は知っているのかなと思いい、父親に連絡。「こんな失敗やらかしたらしい」と説明すると「それ

は詐欺。すぐ警察へ電話して」と言われて、びっくり。体が震えて、警察の電話番号も判らなくなり、友達が来てくれていたので、何とか連絡。

意外と早く私服刑事が到着。警察が来るまでに、何度も電話が入ったのですが、怖くて電話に出なかったのです。警察が来てからは、一度も電話なし。警察は七時半までいてくれましたが、「今日は仕事終わりだな」と、詐欺師は家族が帰る時間には仕事しないらしいです。

親や孫に早く連絡が取れたので、被害がなくてよかったです。馬鹿な婆の体験談です。

(三林 保子 記)



山歩会

9月例会 経ヶ峰 (津市 8193)

9月24日(金)、参加者10名。

すすきの穂が風に揺れ、秋の訪れを感じさせるこの日、津の名峰、経ヶ峰に登りました。久々の例会参加でしたが、「ごぶさた」と温かく迎えていただきました。

笹子谷登山口に到着後、前田さんから今日のルートの解説。いつもわかりやすい行程図を準備していただき頭が下がります。

「一部急登ポイントがあります」とおっしゃった時には最近、運動不足の私には気持ち

ちがざわつきましたが、顔には出さず(のつもりだったけど・・・)。

8時過ぎ、レッツゴー。予想にたがわずのつけから急こう配。でも先頭のTさんにゆっくりペースをキープしてもらったおかげで息も上がらず助かりました。

登山道には山栗がころがっていたり、早い木は紅葉も始まるなど季節の移ろいを感じながら木の葉を踏みしめました。

11時30分頂上着。パノラマの絶景が楽しめる山が身近にあるのは幸せですね。

胃袋を満たした後、12時20分下山開始。北尾根出合いから朝来た道とは違うルートをと



経ヶ峰頂上にて記念撮影 写真提供 前田 純

たどる。この辺りは一面のすすきの群生地になっていて穂先が銀色の波のように揺らめき幻想的でした。14時駐車場へ無事戻りました。

好天にも恵まれ、早い秋を先取りした山行でした。お世話になりました。

10月例会のご案内

10月例会は、鎌が岳(1161m)です。

難度★ 脚力★

10月4日(月) 7時、鈴鹿川河川敷集合

歩行時間 約6時間

出欠連絡先: 前田純へ 10月2日までにご連絡下さい。

第二回目の山行は10月12日(火) 行先は仙が岳です。

詳細は別途ご連絡致します。

(前田 純 記)

音読の会

9月の例会は、コロナ禍で公共の会場が休館になり、使えないので休みました。

一日も早くコロナ禍が収束されて、元のサークル活動が出来る日が戻ることを願っています。

次回は、10月7日(木) 10

頭のさだ

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・慣用句・ことわざを読み、□に言葉を入れてください。

- 相撲 借景 会得 躰 蒲団 火傷 はるさめ さみだれ
らいう きりさめ しぐれ ゆうだち □(とう)の□□
(ぶんれつ)は□□(ひつし)だ □□(けつか)より□□
(かてい)が□□(たいせつ)だ □□(けんせつ)的な□□
□(いけん)を□(の)べる □□(こうそう)を□(ね)る □□(やくそく)を□(は)たす

【答え】

- すもう しゃっけい えとく しっけ ふとん やけど 春
雨 五月雨 雷雨 霧雨 時雨 夕立 党 分裂 必至 結
果 過程 大切 建設 意見 述 構想 練 約束 果

(太田 和美 記)

時、ジエ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。

(田中 美代子 記)

スクエアステップ

10月11日の「健康フェスタ」のプログラムの軽スポーツとして、スクエアステップを実施します。参加して下さい。

第2水曜の10月13日は休会です。

第3の10月22日は、白子コミセンで10時から、第4の27日は、社福センターで、10時からスクエアステップ、13

時から唄う会を予定しています

みんなで唄う会

第3の10月27日は、社福センターで、13時から唄う会を予定しています。

(澤井 順子 記)

おしゃべりカフェ

10月16日(第3土曜) 13時30分から、神戸コミセンで予定しています。

麻雀はお休みです。

よろしくお願います。

(中川 美代子 記)

# お元気ですか

組合員訪問インタビュー 第193回

## 日本の保育運動の発展に尽力 山中 幹雄さん



山中さんは、無認可の時代からぐみの木保育園を創ってきた苦勞人で、今は理事長をされています。全国を

廻って保育運動の発展に尽力されています。

それだけではなく、俳句をたしなみ、三日市の酒造り、そして「がんがんロック展覧会」、にも取り組まれてます。

それでは、山中さんのお話をお聞きください。

(桑原 篤 記)

告知ありますすきの穂にも射すひかり みきを

この頃は、半分の人が「がん」になると言われています。

例にもれず、私も先日「がん宣告」を受けました。家人も以前からがん闘病中でもあり、二人ともだねと言いつつた。

まあ、以前からそういうことがあっても隠さず何でも共有していきつと話し合っていたので、負け惜しみかもしれないがそれほどのショックもない二人である。

そこで、このコロナ禍の中ではあるが、「がんがんロック展覧会」を、鈴鹿市の市民ギャラリーで開催する計画を

立て鋭意準備中です。月末に「緊急事態宣言」が、スパッと解除されれば開催できる予定ですが、できなくてもそれも運命です。10月8日午後から、14日午前まで一週間の予定で、家人は油絵、私は、写真と俳句の展示をします。コロナ感染防止対策を行いながら、ご覧いただければ幸いです。あ、展覧会の名称「がんがんロック」は、がんに負けないで「ガンガン行こう！六九歳（二人とも）」だからです。

コロナ禍の中、ご夫婦で楽しくがんばっておられるお話をお聞きして元気をもらいました。有り難うございました。

(桑原 篤 記)

桑原さんに、山中幹雄さんを訪ねていただきました。  
文 山中 幹雄  
写真 桑原 篤  
勝谷 鐵幸



「日本国憲法」には、「戦争の放棄」が明文化されていると、中学時代に教わりました。敗戦時五歳だった私には、「戦争」という感覚はあ

### わたしの憲法

## 戦争の動きをなくせ

宮崎 ヨシ子



りませんでした。でも毎日の生活は恵まれてはいなかったらうと思えます。

そんな悲しいことが、二度とないということがわかった

界に誇る「平和憲法」だと書かれていますが、世界の動きはどうなのでしょう。どうして、「戦争」という行動に移っていくのかな、と考えま

す。最近の出来事では、アフガン、米国の戦争です。多額の犠牲者米軍約2500人、アフガン人24万人、それに二十年間という、気の遠くなるような戦争期間を聞き、人間のすることなのかと、疑ってしまいます。

私のねがい 世界中で、戦争という動きがなくなることを、切に願います。

### 俳句

秋めいて見上ぐる月の白かりき  
一輪がはぐれて咲けり曼珠沙華

暮れ早き一日となりて淋し夜  
月光が照らす障子を閑け放ち

この命あるとも大根播く  
また来る日コロナなき世に秋燕

### 川柳

大言壮語言っている事皆同じ  
老兵は何も語らず去ってゆく  
女性でも軍備強める人じやダメ  
待ってたよ野党四党手をつなぐ



太田 和美

三林 保子

山中みきを

中村千代子

余志嘉壽

# 女性部 ひとくち広場

## 皆様今日は

高森 エリ

年金者組合に入れてもらって、宮崎さんの送迎のお陰で、十年ほどになりました。五年ほど前に、腰を痛め、鈴鹿では入院できず、困っていたら、ケアマナージャーさんのお陰で、津の方に入院出来て、ありがたかったです。孫の「アヤカ」も来てくれて、簡易トイレを借り、掃除もしてくれて、ありがたかったです。

「安心館」で、少しの間お世話になっていましたが、今は又「けやき苑」に戻り、皆様が大事にしてくれて、うれしく通っています。最近、足が弱って来て、歩行器を押して歩いています。今は、趣味で「コースター」作りを生きが

いにしています。材料が切れて、ピンチです。これからも、どうかよろしくお願い致します。辻井さんの奥さんがよく見に来てくれて、私は親のようだと喜んでいました。

## 日頃思うこと

松浦 和子

悩まず生きるために、自分の物差しで生き、そして、少しでも無理する位が丁度良いかも。人間は頭と体を使わないと、駄目になってしまいます。「年なんだから無理しないでね」とよく言われます。でも、その言葉を受け入れるかどうかは、自分で判断するようにしています。私自身は、これからも少しだけ無理をしながら生きていこうと考えています。動いてみて、難しい事が生じたら、立ち止まっ

## 先生のことば

宮崎 ヨシ子

八月十五日、朝日新聞の「日曜に想う」の欄の標題が『終戦とはごまかしのことばだ』を見て、思い出しました。

中学一年生だったでしょうか。社会の授業だったのでしよう。担当の先生の名前も覚えていませんが、「この先生のことばだけは、はっきりと記憶しています。そして、時々思い出すことがあります。」

「戦争は勝つか負けるかのことなのに、終わったということばはないだろう。おかしいのではないか」と。

本当にそうだと自分でも納得したのでしょうか。鮮烈なことばとして、私の頭に残っています。68年前の記憶です。

1945年は、私の五歳の時です。なので



絵手紙 提供 宮崎 ヨシ子

### 女性部の予定

10月8日(木) 執委の後  
女性部世話役会

「戦争」というものを、身近に感じた記憶はありません。私はその五歳で外地からの引き揚げ者です。外地での日常生活でも、「戦争」という感覚はもっていません。

両親の故郷(ふるさと)に引き揚げてきてからの生活は一変し、五歳の幼児なりに、さびしく、かなしく、そして、不思議に思ったこと等、いろいろあったのだろうと思います。

子供にとっても、大人にとっても、「戦争」という動きだけは、絶対にしてはならないと、強く、強く思います。

て考え、また、進めばいいと思います。心に良いことというのは、人によってまちまちです。人真似なんてする事ないし、人を見てうらやましがらる必要はないと思います。食事は、腹八分目、それ以外はごだわらない。食欲がなければ、食べないでいいと思います。健康であれば、お腹が空きます。その時食べればいいのです。

## コロナ禍

利藤 一子

「つばやき」何といっても「コロナ」ですよ。政府のオリ・パラの強行開催をどう思われますか？国民の反対の多数の声を無視して、開催し、結果第5波を招く事態に、借金が増えて、国民一人一人が税として納めなければならぬなんて、泣きつ面に蜂です。バカにしてませんかと言いたい。

外出は駄目、買物も小人数で、まとめ買いをと、ストレスが大変。発散する場所がありません。孫もクラブも駄目、友人達の遊びも家の内と、時間、身体を持って余し気味、自分もサークルも中止、友人とのランチももう2年近く出来ていません。どうにかして、一時も早く終息を願うのみ。

次期首相に期待するしかね、コロナ対策、元々四者は誰がなっても同じかな……。



**支部日誌**

- 8月27日(金)「きらら」編集・発行・連絡会
- 9月2日(木)音読の会(中止)
- 4日(土)「きらら」編集会議(市委員会)  
山歩会「御在所岳」1212m  
鈴鹿フードパントリー
- 5日(日)岡野恵美演説会
- 6日(月)白子駅西アクション、6・9行動
- 8日(水)第5回組織部会(13:30~市委員会)
- 10日(金)第5回執行委員会(13:30~市委員会)
- 15日(水)グラウンドゴルフ
- 17日(金)卓球を楽しもう
- 18日(土)おしゃべりカフェ 神戸コミセン
- 19日(日)青少年の森を守ろう!現地学習会
- 23日(木)日本高齢者大会(WEB) 河芸公民館
- 24日(金)サッカー場建設反対・世界気候アクション
- 10月2日(土)弁護士さんと話そうカフェ ジェフリー
- 4日(月)山歩会 「鎌が岳」
- 6日(水)第6回組織部会(13:30~白子コミセン)  
白子駅西アクション、6・9行動
- 7日(木)音読の会
- 8日(金)第6回執行委員会(13:30~ジェフリー)  
女性部世話役会  
パソコン・スマホ教室 10~
- 9日(土)「きらら」編集会議(白子コミセン)
- 11日(月)2021健康フェスタ 青少年の森
- 12日(火)山歩会 「仙ガ岳」
- 15日(金)10月年金支給日一斉宣伝 11~  
卓球を楽しもう
- 16日(土)おしゃべりカフェ 神戸コミセン
- 20日(水)グラウンドゴルフ(フラワーパーク)  
スクエアステップ 10時~白子コミセン
- 22日(金)中央本部「年金一揆」
- 27日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 29日(金)「きらら」編集・発行・連絡会
- 30日(土)9・10月誕生会 社福センター
- 11月6日(土)鈴鹿フードパントリー 白子コミセン

**わたしのレシピ**

**材料** サバ缶1缶 ねぎ3本 A(しょうが少々 しょう油大さじ1)

**サバ缶と  
ねぎの煮込み**

(定永 陽子)



イラスト 樋口出

**作り方** ①サバ缶は、鍋に汁ごと入れて、煮込み、身を軽くつぶし、Aを入れて煮込みます。

②ねぎを入れて、2分ほどフタをして、盛りつけをして出来上がり。

※缶詰を利用して、魚嫌いの人でも食べられます。

※しょうがを入れますが、山椒、一味、ゆずなど入れても良いでしょう。

**催し物案内**

① **健康フェスタ**

10月11日(月) 9時30分集合・準備

青少年センターグラウンド

10時~ 軽スポーツ

12時~ 昼食(弁当) 黙食

会費 500円

参加申し込み 「きらら」配布者

支部役員 橋詰フェスタ事務局長

(TEL 386-8561)

② **9・10月誕生会**

10月30日(土) 13時30分~15時

社福センター2階大会議室

記念お祝い品贈呈

記念撮影

お楽しみ会

お菓子・お持ち帰り お茶準備

会費 2000円

**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 (TEL 374-4596)	10月4日(月)「鎌が岳」 10/12(火) 仙ガ岳
グラウンドゴルフ	松田 二郎 (TEL 374-3134)	10月20日(水) 9:00~フラワーパーク(雨天10月22日)
卓球を楽しもう	桑原 篤 (TEL 374-2894)	10月15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)	10月未定。
トラベルの会	定永 陽子 (TEL090-5454-9580)	10月休み。
温泉めぐる会	辻井 良和 (TEL 386-0529)	12月2日(木) 菰野「アクア・イグニス」2500円
パソコン・スマホ教室	中川 信子 (TEL 388-0427)	10月8日(金) 10時~ 白子コミセン
音読の会	太田 和美 (TEL 383-4545)	10月7日(木) 10時~ ジェフリー研修室A
おしゃべりカフェ	中川美代子 (TEL 386-6883)	10月16日(土) 13時30分~ 神戸コミセン
	樋口みえ子 (TEL 387-4889)	
スクエアステップ	宮崎ヨシ子 (TEL 378-7510)	10月11日健康フェスタ、20日白子、27日(水)10~社福センター
みんなで唄う会	澤井 順子 (TEL 378-6021)	10月27日(水)13時~14時 社福センター

《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。》