

きらら

高校時代を思い浮かべた望年会

2022年女性部望年会

12月5日(月)、今日は望年会です。出席者は32名でした。



鈴鹿おどしを踊る
写真提供 宮崎 ヨシキ

た。

初めに中川一春さんの挨拶があり、坂地さんの司会で進んで行き、食事もおいしくいいただきました。

午後は、音楽療法士による音楽療法があり、童謡、替え歌、指体操、懐メロ、その中

高齢者への寒風に反撃し暖かい平和の風を

2022年女性部恒例女子会

12月5日(月) 椿会館で恒例の女子会です。

毎年参加していますが、今回はご近所、国府台の関口さんに新しく入会してもらったので、二人での参加です。

関口さんは、今まで、どこに行くのもマイカーで「ローロー」出かけていましたが、80歳に

定永 陽子

で芸者ワルツを歌い、私はひと、高校時代にこの歌を教室で歌い、先生にお叱りを受けたいという、あまりよくない思い出が浮かびました。

その後、鈴鹿支部恒例の炭坑節、鈴鹿おどり、おまけに東京音頭を踊って、お開きと

なりました。

昨年は、術後のため出席できなくて、今年は出席出来てよかったです。おみやげ付き(草餅2個)、皆さん楽しく満足されたようです。

後で思ってみると、脳の働き、手、指がどれだけ動くか、良い経験となりました。認知予防と思っています。

藤本 明子

一緒にパワーアップして、この寒風に反撃し、暖かい平和の風を吹かせたいと思います。みなさん!! ご一緒に頑張りましょう!!

役員のみなさん!! いつも感謝しています!! 有難うございました!!

新しい仲間を紹介します

岩崎 大子さん (寺家町)

仲間づくり 158名

(12月23日現在)

波の音

収まってくかにかかかった。「どここの家族が□□ナにかかかった。」というニュースが聞こえてきます。二、三人が集まると五回目のワクチンを受けたかどうか話題にます。もう防ぎようが無いのでしょうか。マ

スクの生活もいつまで続くのでしょうか▼介護施設に入っている知人も、夏頃一度直に面会できたのが、秋からテレビ面会に戻りました。担当の人の話では、身体の動きが徐々に鈍くなり、認知症も少し進んできているとのこと▼先日の面会でも、こちらの話に答えるというより、何か自分の思うことがあるのか、独り言を言っているのが何の事か判りませんでした▼これからを考えるとどのように接していけば良いのか判りません。帰りの車中も、帰ってからいつものように絵ハガキを書いていても、「ぼー」と考えこんでしまいます。

(太田 和美 記)

憲法に違反し、大軍拡・大増税、戦争への道に突き進む
安保3文書の閣議決定に抗議し、撤回を求める

見直したらどうでしょう

10512月生まれ誕生会

武田 節子



鈴鹿踊り 写真提供 勝谷 鐵幸

十二月のお誕生会へゲストとして出席しました。以前に比べて、出席する人も少なく、役員さんの気遣いも、大変だったでしょうね。もうマンネリした会も来年から見直しするのもどうでしょう。

自分で足の確保できる人は、まだしも、他の人に気楽に頼むのは、頼まれた人の気持ちを考えてみると、私は二の足を

む。私も七十、八十の後期高齢者。子供や孫に「何かあつてからでは遅いから、外の人

は出来るだけ乗せないように」いつも言われています。今後も、一年ごとに年を増

していく私達も、一度見直し、ていくべきだと、強く考えさせられた会でした。

大変喜ばれた活動

くらし福祉助け合い部助け合い活動 中川 信子

12月21日(水) 午後から市役所15階で今年最後の暮らし助け合いの会合があり、7名が参加しました。

今までの取り組みの反省、感想と今後の計画を話し合いました。

現在までに13件、人数にし

鈴鹿市の「オンデマンドバス」運動を紹介

第35回日本高齢者大会へ参加

辻井 良和

去る11月23日・24日と京都で開かれた「日本高齢者大会」へ、三重県から33人が参加しましたが、私は、その責任者として参加しました。

第1日目の分科会では、「地域交通・生活交通」の分科会に参加して、鈴鹿市で私たちが運動している「コミバスをよくなる会」の「オンデマンドバス」を走らせる運動

で提案して、運動の成功を期待する」と褒めてくれました。

全体会議では、「日本高齢者人権宣言」という、高齢者の命・くらし・人権保障のあり方を決めた「憲章」を全員賛成で決定し、その実現に向けて、全国の高齢者が参加する運動の展開を目指すことになりました。

鈴鹿では、来年春の一斉地方選挙に当たって、この「オンデマンドバス」を実行する市長や市議員を当選させるようにみんなで運動に参加してほしいと思います。

年金引き上げを求める署名活動

桑原 篤

12月15日、11時から署名、チラシ配布活動を行いました。4名が参加しました。とても寒く通る人も少なく感じました。

ごみの回収の提案がありました。分別ごとに日を決めるか、或いは地域ごとにするか等、詳細は次回以降に話し合い、実施の方向で検討したいと思っています。

署名は17人、チラシ受け取りは約35枚でしたが、いつも

日程や連絡、人の手配等で一人孤軍奮闘の部長から、ライングループを作ってはどうかとの提案がありました。賛同者少数で持ち越しとなりましたが再考の余地はあると思います。



交通分科会 写真提供 辻井 良和

会場では、全国の幾つもの報告がありました。鈴鹿市の「オンデマンドバス」の提案は、4人の方がいい提案だと賛成意見をくれて、助言者の先生からも、「実行予算ま

てはほしいと思います。

サッカースタジアム問題の経過を振り返って

青少年の森を愛する会 報告と学習のついで

鈴木市議会議員 石田 秀三

◎計画は水面下、運営会社・市・県一体で進められた

2020年10月、突然に「鈴鹿青少年の森にサッカースタジアム建設」との新聞記事が出て驚きました。末松市長が鈴木県知事、吉田社長とともに、二二二二顔で写真に収まっている記事に、私は「こんなもの出来るはずがないし、あの公園に作らせてはならない」と感じましたが、そのうち議会にも報告が協議の話がくるだろう、その時に議論すればと考えていました。

その後、何の話もないままなのでスポーツ課に尋ねたりしました。説明する資料も何も無いという話なので、計画は進んでいないと思っていきました。ところが、水面下では計画の具体的な検討が行われていたのだということが、後で分かったのです。

◎「愛する会」が市民に呼びかけ、反対の声広まる

2021年8月2日、末松市長と吉田社長が記者会見で、スタジアム建設計画の具体的な内容を計画図面とともに9月着工、23年2月完成のスケジュールで進めることを発表しました。この時も市議会には、各議員に発表文書を配布したのみでした。

◎市議会でも6回つづけて質問

8月7日の世話人会に報告しました。それではまず、この計画について学習会をしようとなり、8月22日に呼びかけて集まった20人ほどでスタジアム計画に反対しようとする会、そこで青少年の森を愛する会、そこをスタートに署名運動などの活動を進めたことが多く、市民の共感を得て広がって、今日につながっています。

並行して私は9月議会の一般質問でこのスタジアム問題をとり上げようと8月11日に予定項目を「自然環境の保全について」として提出、県が進める「パークPFI事業」5.5とサッカースタジアム計画5.5ha、合わせて10.5haの公園の樹木が伐採される環境問題として質問しました。しかしパークPFI事業は、すでに6月県議会で審議され議決された案件であること、県が管理も予算も責任を負うものであることから、サッカースタジアム計画と同等に扱うと、かえって複雑になることから、以後はサッカースタジアムに絞って今回までの6回、連続して定例会ごと質問を続けてきました。

◎明らかに無責任な計画のズサンで無責任な計画

その議論や調査の中で、いろんな事実が分かってきました。第1には、アンリミット・

ノーマークという運営会社・親会社が非常にズサンで無責任な体質であること。21年10月に初めて行われた業者側の説明会で、アンリミットドの吉田社長は、事業予定地の森林をただの「未利用地」と言い放つて、ここが50年かかって出来てきた自然の宝庫であるとの認識がゼロであること。また私が質問でスタジアムの運営計画・資金計画を聞いても、「これは公共事業ではないので答える義務はない」といって、県が公共性のある事業として使用料を無料にした経過も頭につけない、重ねて計画を出すことを求められて「後ほど」とは言ったが、その後何も出てこない、とにかくこれが経営者なのかと呆れるような態度に終始しました。資金計画についても、22年3月にやっと議会答弁で、建設の総費用8億円(当時)は丸々全額借り入れる、自己資金ゼロ、返済計画は不明という非常識な資金計画しか言っていないことが出来ませんでした。

◎鈴鹿市長は、運営会社へ追隨の態度に終始した

第2には、鈴鹿市の姿勢が、アンリミットドの言いなり、追隨に終始してきたという点です。末松市長は「鈴鹿市は当事者ではなく、あくまで応援する立場です」とは言っても、の、調べてみると一番最初からアンリミットドと共に計画を進めるメンバーであり、

◎広がりつつある市民の運動が、最悪の事態を防いだ

るかのような工作に手を貸し、市民の目を欺いてきた。その責任は大きなものがあると、私は思います。市民の運動が、最悪の事態を防いだ

サークル短信

史跡めぐりの会

湯ノ山 忘年会

12月19日(月) 13名参加
 師走の寒波に包まれたこの日、湯ノ山温泉でみんなと交流を深めました。
 送迎バスから見る山々には雪がつつすら積もり、本格的な冬の訪れを感じます。グリーンホテルは何年ぶりでしょう。つるつるのお湯は湯ノ山随一という声も。
 温泉でしつかりあったまったらと席につき、桑原年金者組合委員長の音頭で「かんぱ〜い」。フグの煮つけなどちよつとめづらしいお料理も用意していただき、おなかを満たした後、「豪華宴会?」があたる歴史クイズで楽しみました。来年もみんなの要望にそつた楽しい企画を考えていこうと話し合い、午後2時ごろバスで鈴鹿に送ってもらいました。

1月は会合(日時未定)のみです。
 2月は「酒蔵めぐり」を予定(日時未定)しています。

(谷口 茂 記)

グラウンドゴルフ

優勝は豊留正利さん

師走の半ば、寒さも一段と厳しさを増し、暖かい谷間となつた一日に恵まれて、参加者九名で、楽しくプレーが出来ました。
 優勝は豊留正利さん、スコア81です。ホールインワンは、豊留正利さん、豊留和子さん、佐藤元教、白石初美さんが1回、ブービー賞は緒方きみ子さんでした。

次回も御座池公園にて、1月18日(水)午前9時から行います。雨天の場合は20日(金)に行います。
 (佐藤 元教 記)

卓球を楽しもう

12月16日は、5名の参加でした。病気で入院されたり、止められたりする人がいて、少ない参加になってしまいました。興味のある方、是非参加ください。待っています。ラケットが無い人には、用意します。

1月の案内

1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

来年1月のパソコン・スマホ教室は、1月13日(金) 白子コミュニティセンターで10:00~12:00です。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

1月の例会は中止です。
 12月例会を計画しています

だが、候補にした「大江戸温泉物語・浜島」の予約が取れず、関市の温泉の計画は、費用が2万円を超えるため希望者が少なく、中止にしました。
 つぎは、2月の20日過ぎに伊賀市「やぶつちやの湯」に行きたいと思っています。参加者募集は1月号の中に申込用紙を添えて案内しますので、その時申し込んでください。
 2月に雪が降れば、南の温泉に変更しますが、雪が降らなければ伊賀の温泉にします。

トラベルの会

1月休みます。
 (定永 陽子 記)

よつと勉強

「加齢性難聴」

12月9日、12月の執行委員会の前に、理研産業(株)補聴器センター鈴鹿店店長岩田一人さんから、「よい良い聞こえでより良い生活ーきこえと生活の関係ー」と題するお話を聞きました。鈴鹿市へ「補聴器助成」を要請するための学習会として実施しました。話の要旨は次の通りです。

A 難聴とは

① 伝音難聴ー鼓膜までの間で障害があり、起こる。
 ② 感音難聴ー鼓膜から脳までの間で障害があり、起こる。加齢性難聴は主にこの難聴。

D 補聴器の種類

① 耳穴型⇨オーダーメイド。全体の37%
 ② 耳掛け型⇨耳の後ろにかけられる。全体の60%
 ③ ポケット型⇨ポケットなどに入れたり、首にかけられる。全体の3%

支部学習会

③ 混合難聴ー①と②が同時に起こる。
 B 難聴によつて起こるリスク
 ① 生活の中で判断がしにくくなる。

(勝谷 鐵幸 記)



山歩会

12月例会 大文字山

(京都市 466m)

京都トレイル

12月3日(土) 参加者9

名。暖かい日が続いた後の初霜の朝7時12分JR関駅へ柘植(乗り換)山科駅着。地下鉄東西線にて山科へ蹴上駅9時20分着。

駅からすぐの登山口を少し上り琵琶湖疎水の蹴上インクライン線路跡を見て、登り始める。黄色の落葉を踏みしめ進むと体も暖まり衣服の調整をくり返す。紅葉もまだまだ残って青空に美しい。木の根に注意すれば急登もなく歩きやすい道。11時45分頂上着。

眼下には銀色にまぶしく光る屋根が連なる京の街。山頂から15分程下ると大文字送り火の火床に着く。斜面が開けていて「大」の字になるように点在する火床に座りお昼ごはん。

京都を囲む山の連なりと街の景観が一望出来て、次は比叡山に行きたい等話はずむ。「大」の字を休で表し写真に収まり、なぜか大笑い。13時、銀閣寺方面へ下山。

哲学の道へ出ると観光客となり、一時間程南禅寺沿いに歩く。途中、みごとなグラデー

シヨンのみじを背に前撮り中の白打掛姿の花嫁花婿に目を細め、スケッチの人の絵をのぞきながら「ねじりまんぼう」のトンネルを出て、朝下車した蹴上駅へ。3時20分帰路につきました。

京は紅葉さえも雅に思えました。朝の寒さを忘れる温かい一日でした。

(船津 理佐子 記)

23年1月例会のご案内

伊勢市の朝熊山(555m) 久しぶりに内宮まで歩きます。

難度★ 脚力★★ 1月14日(土) JR鈴鹿駅6時30分集合 歩行時間約7時間 出欠連絡先: 前田純へ1月12日までにご連絡下さい。

(前田 純 記)

80・20 歯の表彰状

先日、私に歯科医師会から、表彰が届きました。84歳で20本以上歯が残っているのので、登録したという話を聞いていて忘れていたのです。

人間には三つの寿命があるそうです。①生きている期間(年齢寿命) ②活動的に暮らせる期間(健康寿命) ③幸せを感じている期間(幸福寿命)だそうです。

おしゃべりカフェ

12月は文吾庵にておしゃべりでした!ピアノ演奏にてクイズ、百人一首、麻雀ゲーム等少しですが景品も作って頂き、お店の心遣いも頂きました。食事、コーヒー、餡団子美味しく笑顔ありました!

1月はお休みさせていただきます。寒い時期、お身体に注意しお元気で過ごしてくださいね。

(中川 美代子 記)

音読の会

12月の例会は、1日、8人の出席でした。

今回は、新聞の解説文から一字を選び、使われている回数を数える問題です。一度だけ読めば人によつて数が

三林 保子

私達の体は食べ物で出来ています。食べるためには歯は大切です。

守れないことはいろいろありますが、生きていく間何とか自分の歯で食えることが出来れば幸福です。「かんばら歯科」院長ありがとうございました。

今後ともよろしくお願ひいたします。



頭のさ店

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・慣用句・ことわざを読み、□に言葉を入れてください。

把握 執着 国益 顕著 克服 穩当 ふぜい そぼくり とう きせい うちょうてん たいほう □□(おやも) から□□(どくり)する □□(さんとう)を□(まも)る □□(てきかく)な□□(はんだん) □□(けいけん)を□(つ)お □□(ていあん)を□□(けんご)する

【答え】はあく しゅうちやく こくえき けんちよ こく ふく おんとう 風情 素朴 立冬(栗東) 帰省(規制 寄生 既成) 有頂天 待望(大望 耐乏 戴帽) 親元 独立 伝統 守 的確 判断 経験 積 提案 検討 ※今月は、2018年に一度出た問題です。覚えていただけます。

(太田 和美 記)

違つて、二回、三回と読んで音読と集中力が同時に必要です。後半は、「ことわざ」と「慣用句」の言葉詰めと三字熟語、四字熟語の読み方ドリルをしました。

次回は、一月十二日(木)10時、ジエフリーずずか研修室Aです。

例会の後食事をします。欠席の方は一月十日(火)までに連絡ください。

(太田 和美 記)

スクエアステップ

1月の予定です。 11日 13時 社福 18日 10時 白子 ヌミセン

みんなで唄う会

1月は、25日、13時 社福センターです。(澤井 順子 記)

お元気ですか

組合員訪問インタビュー 第208回

明るく老々介護でたいへんです

桑原千香子さん



新日本婦人の会鈴鹿支部長として活躍されている千

香子さんです。

南島町の生まれで、弟さんと二人姉弟です。3人のお子様にお生まれ、それぞれに皆独立されています。現在は91歳のお母様の介護をされており、「老々介護でたいへんです」と明るく話されています。食事にも気を遣い、少しでも食べやすく、摂り入れるものを考えながら日々奮闘されています。ベットもトイレに近い

部屋に移動し、トイレまでの伝い歩きを、毎日のリハビリとして取り入れるなど、生活の中で工夫されています。時にはデイサービスも利用され、充実した日々を送っており、お母様もきつと幸せだと思えます。介護をする中で、一人落ち込み悩みを抱えることもあるけれど、人との関りや仲間との活動の中で元気をもらい活力とされています。クアマネと相談しながら行政サービスも活用されています。

千香子さん自身、身体を大切にしながら、ご家族が仲良

く今の状態が少しでも長く続くことを願います。介護する側もされる側もお互いがいつまでも自分らしく生活できることが大切です。明日は我が身と心に刻みながら健康寿命を延ばせるよう皆様頑張りましょう。

文 (電話で聞き取り)

田中 美代子

写真 桑原 千香子

編集後記

◆岸田自公政権は16日、安邦関連3文書を閣議決定した。先制攻撃になり得る「敵基地攻撃能力」保有を明記し、歴代自民党政権が掲げてきた「専守防衛」を投げ捨て、日米安保条約の下、「戦争国家づくり」をさらに進めるものである。また、国会での議論を経ず、閣議決定で決めるなど、議会制民主主義を踏みにじるものであり、断じて認められない。
◆青少年の森が一本の樹木も伐られず存することがうれしい。市民運動プラボー!!
◆支部助け合い活動もプラボー!! (勝谷 鐵幸 記)

侵略戦争ときびしい自由抑圧という戦前の反省と教訓に立って、現行憲法が制定されたと教わってききました。戦争放棄や基本的人権などは世界

わたしと憲法

自由・権利の保持は国民に不断の努力の義務

谷口 茂

でも誇るべき先進的な条項だと思えます。

一方で憲法は私たちに重い宿題を課しているのではないのでしょうか。憲法12条は「国

返さないためにも。岸田政権が大軍拡の方針を持ち出し、平和憲法を根底から転換しようとしてつある今、12条の意味を改めて考えることが大事

だと考えます。

戦後の歴史は憲法を守る「不断の努力」の歴史でもあったと思えます。戦争終結から数年を経ずして再軍備計画が持ち上がった1948年、これに反対するたたかいた作家、

宮本百合子は次のように格調高く呼びかけました。「平和も戦争挑発にたいする実際の聡明なたたかいたその克服なしには確保されないものであることを知らなければならぬ。平和は時を許さない。」

先人の知恵と勇気にまなび、憲法を守る連帯をひろげていきましょう。

きらら文芸

俳句

報恩講寒き御堂に僧の念仏
聞こえくる第九の合唱師走入り

太田 和美

飽食の子ら樂しげに芋を掘る
ひとり居の心許なき寒さかな

三林 保子

静寂のコロナ病棟冬の雨
空だけの窓を横切る冬の鳥

山中みきを

川柳

出るわ出るわ嘘の連発聞きあきた
自民党首を洗って待っててね

中村千代子

武器増やし福祉削って命盗る
正月は地獄の旅の一里塚 (一休和尚)

余志嘉壽

女性部 ひとくち広場

I・T生活に振り回された一日

滝沢 三千代

朝、毎日の様に利用するコンビニに突然「自動支払機」が設置されていました。「どうしよう朝の忙しい時に・・・と不安になりました。「すみません、扱い方を教えて下さい。」と店員さんに頼むと、「書いてある通りにやってみて下さい。」とのこと。私の後ろには4人程他のお客さんが並んでいて焦りました。

奥から店員さんがやって来て、「簡単だよ、覚えてね。」と説明してくれましたが、緊張して釣銭を取らずに出て来てしまいました、私の後ろに居た方が、「お釣り忘れてますよ！」と渡してくれました。朝のホッとした出来事でした。

職場ではいっつになく利用者棟の入所依頼の

がっかりした医療体制

田中 美代子

医療に関わってきた私にとっても非常にがっかりした鈴鹿市の医療体制の実態です。

コロナの濃厚接触者となった時、土、日、祝は特に対応が困難です。市販の抗原定性検査キットを購入しようと思っても、品切れで薬局のはしごをしなくてはならなくなりました。

応急診療所に電話しても、なかなかつながらない。やっとの思いでつながっても、無症状の人は検査が出来ないと説明されました。市販のキットも手に入らず、大変不安な思いをしました。

「自分がコロナかもしれない」「他の家族にうつしたらどうしよう」と不安な気持ちで過ごさなければなりません。少しでも早い段階で感染拡大を阻止するためには、検体を

電話が多く、家にパソコンがあっても使えない私は、利用者さんのお部屋の空き状況をパソコンで確認し、的確に対応することが出来ずガッカリしてしまいました。

帰社の時に、カバンに振込み用紙を見付けました。朝コンビニで買い物と一緒に振込みつもりでいたものを「自動支払機」の件で忘れていたのです。他のコンビニに寄ると、そこも振込みがまさかの機械化！カウンターの立っていた店員さんが「振込みですか？」「この機械でも出来ますが、お預かりしましょうか？」と声をかけてくれました。

高齢者にとっては、便利とはいえ何でも機械化されていく社会について行くのは大変です。そんな中、店員さんが優しく声をかけてくれた時は本当に嬉しかったです。

いつになっても、人と人とのつながりは無くなってほしくない、大切なものだと思います。



絵手紙

提供 藤本 明子

女性部の予定

1月13日(金)
女性部世話役会

効果的に行う必要があります。

このような鈴鹿市の医療体制の現状では、コロナの終息は程遠い状態であり、強く怒りを覚えました。

これからインフルエンザも流行する季節でもあります。市民の為に何とか医療体制の充実を図り、不安な思いをする市民が一人でも減ることを切に願います。

した。その日は、本当に疲れました。I・Tに振り回された一日でした。

わたしの想い

松岡 文子

(前月号からつづく)

さつま芋があればまだいい家でした。昼間に母が食品を用意して、防空壕の入り口にぶら下げて、夜も恐る恐る過ごした昔を思い出すと親の苦労、子どもを守ることに一生懸命でした。昼間、火を少し使って煮物などして中身はいいものはありませんが夜を迎える準備いろいろ。86歳の事、中学校卒業して就職、25歳で見合っていて、福岡の炭坑の町へ、そしてやがて炭坑閉鎖となり、又第2の故里と行って、方々へ散って行き、どこへ行っても九州の人がいます。北海道の人も多いです。山があったから閉鎖になり県外に出たのです。お陰様で三重県人になり50年でしょうか。いい所ですね。台風も来ないし夫といつもいい所だと話したものです。新聞広告である寮監募集で、5夫婦集合して運よく採用され、17年間寮監努めました。

若いし、元気あふれて沢山の寮男性に囲まれいい時代でした。そして、縁あって年金者組合に参加、家にはダメ、世間の事も脳に入れて仲間と仲良く、今夫が肺気腫で少し手がかかるので休んでいます。年末の望年会には何とか参加したいところです。知人に声をかけています。組合には色々あって楽しいよ。家に閉じこもるとダメ。一度お出下さい。よろしく。老年になり字も踊って思う事半分しか書けません。年金者組合も2000名にしたいもの。知人にも声をかけてます。いつも田中さんご苦労さんです。皆様によりよく伝えてくださいませ。

(昭和10年生れ 86歳)

支部日誌

- 11月29日(火)「きらら」編集・発行・連絡会
- 12月1日(木)音読の会
- 3日(土)「きらら」編集会議
山歩会 京都「大文字山」
- 5日(月)女性部望年会 椿会館
- 7日(水)第8回組織部会 (13:30~白子コミセン)
- 9日(金)第8回執行委員会 (13:30~ジェフリー)
- 加齢性難聴・補聴器学習会
- 10日(土)おしゃべりカフェ 「文吾庵」
- 11日(日)森の会「報告と学習のつどい」
- 15日(木)年金支給日一斉宣伝 11時~17時前
- 16日(金)卓球を楽しもう
森の会 名高裁控訴審
- 19日(月)史跡めぐる会 湯の山グリーンホテル
- 21日(水)スクエアステップ 白子コミセン
グラウンドゴルフ 御座池公園
- 23日(金)「きらら」編集・発行・連絡会
パソコン・スマホ教室
- 24日(土)森の会会議 13:30~ 白子公民館
- 1月7日(土)「きらら」編集会議
- 11日(水)第9回組織部会 (13:30~白子コミセン)
スクエアステップ 13~社福
- 12日(木)音読の会
- 13日(金)第9回執行委員会 (13:30~ジェフリー)
- パソコン・スマホ教室10~白子コミセン
- 14日(土)山歩会「朝熊山」 (5.5.5m)
- 18日(水)グラウンドゴルフ 9~御座池公園
スクエアステップ 10~白子コミセン
- 20日(金)卓球を楽しもう 13:30~白子コミセン
- 25日(水)スクエアステップ 10~社福
みんなで唄う会 13~社福
- 31日(火)「きらら」編集・発行・連絡会

わたしのレシピ

材料 かぶ400g (葉と皮を除いての量) 塩小さじ1 A-酢100ml 砂糖小2 塩小1 1/4 レモン1ヶ 赤とうがらし1本



イラスト 樋口 出

かぶのレモン・甘酢漬け

(太田 和美)

- 作り方**
- ①かぶの葉を落とし、茎の付け根のまわりをくるりとむき、皮をむく。
 - ②かぶを2mm位に薄く輪切りにする。
 - ③塩を全体に軽くまぶす。
 - ④500g位の重しをかけて、30分位下漬けをする。
 - ⑤かぶの水気を絞って漬物容器に入れて、皮をむいたレモンの輪切りを散らす。
 - ⑥赤とうがらしを入れ、Aの甘酢を回しかける。
 - ⑦3時間位から味がなじんでくる。
- ※食べる時は赤とうがらしを小口に切って散らす。
冷蔵庫に保存して、5~7日間位保存できる。

催し物案内

- ① 森の会 会議
12月24日(土) 13時30分
白子公民館1階小ホール
今年の締めくくりとして皆様と意見を交わし、来年への活動につなげれば幸いです。(佐倉 邁 記)
- ② 支部組織部会
1月11日(水) 13時30分
白子コミセン
- ③ 支部執行委員会
1月13日(金) 13時30分
ジェフリーすずか
- ④ 「きらら」編集・発行・連絡
1月31日(火) 13時30分
ジェフリーすずか

2023年 新年会

2月22日(水) 11時~ 椿会館
参加費 2530円(昼食代金)
サークル発表 音楽療法 他
昼食をはさんでの新年会は3年ぶりです。
バスの送迎もあります。奮ってご参加を。

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)	1月14日(土)伊勢市「朝熊山」(5.5.5m)
グラウンドゴルフ	佐藤 元教 (TEL08015737787)	1月18日(水)9:00~御座池公園(雨天1月20日)
卓球を楽しもう	桑原 篤 (TEL 374-2894)	1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 (TEL09066103773)	1月会合(日時未定)2月酒蔵巡り(日時未定)
トラベルの会	定永 陽子 (TEL09054549580)	1月休み。
温泉めぐる会	辻井 良和 (TEL 386-0529)	1月休み。2月伊賀市「やぶっちゃんの湯」
パソコン・スマホ教室	中川 信子 (TEL 388-0427)	1月13日(金)10時~ 白子コミセン
音読の会	太田 和美 (TEL 383-4545)	1月12日(水)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)	1月休み。
	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11・18・25日(水)順に社福、白子、社福
みんなで唄う会	澤井 順子 (TEL 378-6021)	1月25日(水)13時~ 社福センター
花めぐる会	三林 保子 (TEL 382-6183)	1月休み。
踊りの会	田中美代子 (TEL 374-1786)	1月休み。
これってなーに	中川 信子 (TEL 388-0427)	1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らせて行きましょう。》