

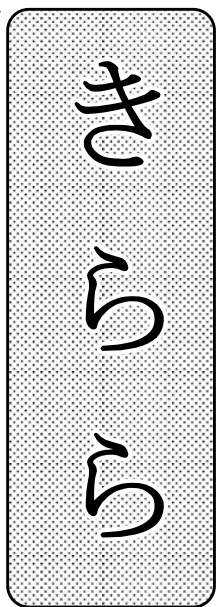
国保税

17%引き上げ認められない

鈴鹿社保協対市懇談

桑原 篤

2月10日に第4回鈴鹿市国



全日本年金者組合  
三重県鈴鹿支部  
第228号  
2016. 2. 26  
事務局  
〒513-1124  
鈴鹿市自由ヶ丘  
1-16-30  
http://suzuka-nenkinyu.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 tekatu65@movie.ocn.ne.jp

新しい仲間を紹介します  
川村 米子さん (一ノ宮町)  
田中 清重さん (道伯町)  
仲間づくり  
211名  
(2月26日現在)

波の音

私も65歳を迎える直前に、ピンクの介護保険証が届きました。一人の人間に対してなぜ保険証を二つに分けるのか。とても腹立たしく、情けなくなりました。▼安倍政権が、2014年の国会で可決した「医療介護総合法」に基づき、要支援1、2の通所・訪問介護を保険から外しました。要支援1、2の方々は、週5日の通所介護から、月1、2回へと減少し、自費利用も増加します。政府はさらに要介護1、2に対する保険外しまで改悪案提出を狙ってきます。これ以上の改悪は断固阻止すべきです。▼軽症のうち支援の手をしっかりと差し伸べて、重症になるのを抑える、これが医療費の抑制にもつながると思います。▼誰もが人間らしく最期を迎えたいと思い、健康に気を遣いながら生活しています。金の切れ目が命の切れ目とならぬよう願っています。▼レールが悪い方に敷かれています。生きにくい時代に拍車がかからぬよう政治を変えるため、国民ひとり一人の声、力が大事な時です。

国保税引き上げ・事例別税額比較

条件	所得	現行税額	引上げ案	差額
70代単身	100万円	122,200円	140,300円	18,100円(14.81%)
60代夫婦	100万円	166,400円	208,700円	42,300円(25.42%)
30代夫婦子2人	200万円	272,200円	325,800円	53,600円(19.69%)
40代夫婦子2人	200万円	325,200円	406,100円	80,900円(24.88%)
50代夫婦	300万円	402,300円	503,000円	100,700円(25.03%)

民健康保険運営協議会が開かれました。社保協の5人が傍聴に行きました。市は委員さ



風船パレーを楽しむ 写真提供 勝谷鐵幸

んからの意見を無視し、平均17%の値上げ案を変更せず出してきました。この協議会後、鈴鹿社保協は市長との懇談を申し入れました。市長とは会えませんでした。国民保険年金課の部長・課長との懇談を行いました。協議会ですされた市民の声をなぜ聞けないのか迫りましたが、市側は受け付けませんでした。そして3月議会に国保平均17%値上げ案が出されました。

皆さん若々しくビックリポン

2月誕生会 12〜2月生まれ 野島 信夫

1月に年金者組合に入会させていただきました。初参加は誕生会です。誕生会では手作り料理のおもてなしを受け、多くの人に触れ合うことができました。ありがたいございました。早いもので一線から引退し

て、母の介護とアルバイトと多忙な毎日を送って2年が経ちました。誕生会では母と同年代の人達が元気で若々しくビックリポンでした。私も皆様のよう元気な素敵に歳を重ねていきたいと思えます。この会は、趣味に参加し、

議会での質問の日程

3月3日(木)	13:00~13:45	森田英治議員
3月7日(月)	13:00~14:00	石田秀三議員
3月8日(火)	10:00~11:00	明石孝利議員

の幹事会を持ち、今後の対策について協議しました。今後、国保税値上げ反対のチラシを新聞折り込みに入れ市民に知らせること、議会の傍聴に行き私たちの思いを議員に伝えることを決めました。市議会では3人の議員さんが国保について質問されます。日程をお知らせしますので、みんなで傍聴席を埋め尽くしましょう。

楽しく生き生きとした健康な生活が送れること、一人じゃないと感じられること、社会情勢を知り、私達が楽しく豊かな？老後を送っていく為に、社会に働きかけることを学び実践していく会なのではと感じ帰ってきました。これからも宜しくお願いします。

(田中 美代子 記)

# 92人が楽しめました

## 2016新年会

勝谷 鐵幸

午前8時、2年ぶりの歌、踊り、ギター演奏など得意芸を披露していただきました。

午後は、まつりで好評だった本堂さんのクイズ、のど自

慢のカラオケ、一喜一憂のビンゴゲームを楽しみ、昼食は恒例の赤飯弁当に舌鼓を打ち、バザーの野菜、漬け物、草餅、九条せんべい、コーヒーマン気を取りました。

カラオケの結線がシヨートし興をそがれる場面もありましたが、原因がわかり終わりよしとなりました。

係の皆さん、ご参集の皆さんお疲れさまでした。

# 勝利への意気込み溢れる

## 年金違憲裁判第1回口頭弁論

年金者組合が中心になり、年金減額は違法だと、昨年5

月に裁判に訴えていきましたが、2月25日、名古屋地方裁判所で第一回口頭弁論があり、辻井さん、桑原さんとともに参加しました。

法廷では、400人の原告を代表して2人の方が「約束した年金を引き下げるのはおかしい。年金者の生活状況にきちんと目を向けてほしい」と、魂のこもった訴えを行いました。

その後の報告集会では20

0名を超す参加者で、勝利に向けた意気込みが感じられた集会でした。被告の国は、200ページを超える答弁書を出しているようですが、下らないと言ったが未来まで約束するものではない、状況が変われば下げることもある。憲法で保障する健康で文化的な生活は年金だけではなく、生活保護なども含めた総合的な制度でとらえるべきだと主張しているようです。次回は5月25日、7月頃から具体的な論争が始まります。

(原告 橋詰 圭一 記)



高校三年生



ベンチャーズモデル



風雪流れ旅



人生花暦

## 5 野党戦争法廃止法案提出と選挙協力合意

「戦争法案」を許さない、「戦争法」を廃止させる、国民運動の高まりが、「安保法制の廃止と立憲主義の回復を求める市民連合」を12月20日に結成させました。

そして、そういう国民の熱い思いを反映して、野党5党は2月19日、憲法違反であり、立憲主義を破壊した戦争法の廃止を求める、二法案を衆議院に提出しました。廃止法案の審議を優先させることが、強く求められます。

また同日、野党5党首は国会内で会談し、「戦争法廃止の国民連合政府」の問題につ



報告集会 写真提供 桑原 篤

いては横において選挙協力など4項目、

- (1) 安保法制の廃止と集团的自衛権行使容認の閣議決定撤回を共通の目標とする
- (2) 安倍政権の打倒を目指す
- (3) 国政選挙で現与党及びその補完勢力を少数に追い込む
- (4) 国会における対応や国政選挙などあらゆる場面でできる限りの協力を行う

安倍自公政権を倒し、戦争法を廃止し、立憲主義を回復する展望が、一気に開いた思いを持ちました。

(勝谷 鐵幸 記)

## 寒風をついて署名活動

### 年金支給日一斉宣伝行動 勝谷 鐵幸

2ヶ月に一度の年金支給日に、ハンター前で、署名活動、チラシ配り、マイクで訴えを行っています。



年金一斉宣伝 写真提供 勝谷 鐵幸

2月15日は、冷たい強い木枯らしが吹き付けました。「年金を引き下げるな」「最低保障年金制度の実現を」「年金違憲裁判の勝利に支援を」「年金支給を毎月」等を訴えました。「まだ歳が来ないので全額支給になつていません。年金支給の知らせを見ると、減っている。困ります。」と言って、快く署名に応じてくれました。

チラシ60枚、署名34筆、7人の参加でした。体が冷えてきたので45分で切り上げました。

# アンケート1万人達成を

## 「コミバスをよくする会」第3回総会

2月9日「コミバスをよく



コミバスの会総会 写真提供 勝谷 鐵幸

する会」第3回総会が鈴鹿市社会福祉センターで催されました。出席者16名で活動の報告やこれからの方針など色々話し合いました。

1万人アンケートを目標にしていきますがまだ2500人程です。スーパー前アンケート活動を重視して、新聞や議会に取り上げてもらえるよう大規模にやれるといいのですが、参加スタッフが少ないの

でもっとスタッフを増やす努力も大切だと思います。アンケート活動を通して地域の人とコミュニケーションをとるのが楽しみになったと話された方もみえます。是非、活動に参加して下さい。皆様の「ご協力をお願いします。」

新役員に、会長辻井良和さん、副会長西村敏一さん、事務局田中美代子、中川信子、萩森美知子、橋詰圭一、宮崎ヨシ子さんを選出しました。  
(前田 みね子 記)

# コール!! 戦争法廃止・野党共闘

## 毎月の3日行動と2000万署名

毎月の3日がやってきまして。今日も食事がうまい。

「安倍反憲法、アベコベ政治の圧力をはねのけよう。」

「野党は共闘!」山本あけみさんのコールは絶好調。プラカードを持ち、みんなでコール「安保法制(戦争法)は廃止。立憲主義を取り戻そう。」

30分位やり、次は「あかのれん」で2000万署名の署名活動。半数ぐらいの人は書

とえば「秋高き鈴鹿の嶺の朝の雲 はるかに見つわがこころすがし」などがそれにあたる。

続いて第1首のような子供ころの歌。それから「目とづればここに家ありき奥の間

全50首にした。

◆幼児向けに絵を付ける

選んだ歌をパソコンに入力し、シールとして印刷。多くのボランティアの助けを借りて厚紙を切り、貼り付けていった。読み札と取り札を合わせ、100組のかるたが完成したのが同年暮れ。6月2日の信綱の命日にお披露目し、翌年には鈴鹿市内の小中高校へ贈呈した。その後、公民館や老人会、幼稚園・保育園向けに絵のついたかるたも作成し、現在までに1700組以上のかるたが作られている。

(佐々木信綱顕彰会顧問 加藤正美 記 次号につづく)

## かゝるた鈴鹿に熱気

### 郷土の歌人・佐佐木信綱の1万首から選歌、競技も広げ

とする全50首の「信綱かるた」がある。制作したのは地元佐佐木信綱顕彰会。ちょうど私が4代目会長を務めていた2004年に、信綱の業績と歌の普及を目的に作った。かるた制作のきっかけは、

信綱の孫で歌人の佐佐木幸綱先生(早稲田大学名誉教授)が発した一言だった。「若山牧水の郷里の宮崎県東郷町(現日向市)には牧水かるたがあり、子供も親しんでいる」

会では毎年、信綱顕彰の歌会を開いており、幸綱先生に

## ◆地元詠んだ歌など50首

偉大な歌人の郷里の三重県鈴鹿市には、この歌を第1首

膨大な歌から選ぶため、基準を設けた。まずは石薬師や鈴鹿など郷里を詠んだもの。た

ポジウムでかるた作りを提案。まもなく顕彰会で事業計画が承認された。6人の委員会を立ち上げ、選歌する作業に入ったのが04年の春。1万首超の膨大な歌から選ぶため、基準を設けた。まずは石薬師や鈴鹿など郷里を詠んだもの。た

の机のもとに常よりし父」といった父母や家族を詠んだもの。そのほか代表歌を含め、意味が明解でリズムのよい歌を選んでいった。最初は40首を選んだが、幸綱氏に見せたところ「中途半端だなあ」と指摘され、あと10首追加して

美記 次号につづく

サークル短信

温泉めぐる会

2月例会  
三滝温泉満殿の湯

2月例会は、四日市の「三滝温泉満殿の湯」へ行きました。参加者が減ったため10人で、自家用車2台に分乗して開店前に到着。午前中ゆつくり入浴を楽しみました。

昼食後1時間の休憩時間を取って、お天気がよかったので、四日市ポートタワーに登りました。久しぶりの社会見学と、高いところから四日市港や伊勢湾を眺めて楽しみました。

3月例会は、3月23日《水曜》岐阜県「海津温泉」です。出発は8時30分、締め切り3月18日まで、参加費二千円予定です。

(辻井 良和 記)

グラウンドゴルフ

優勝は鈴木白出生さん

厳しい寒さの中2月25日、男7名女12名の19名で、フラワーパークにて4ゲームを行いました。

優勝は4ゲームトータル71

で鈴木白出生さんでした。ブー

ビー賞は打田ひみ子さん、ホールインワンは、鈴木白出生さんが8回、岡本美千子さんと奥山正子さん、松下昇さんが2回、川村忠さんと豊留正利さん、中村文男さん、松田房子さん、松村美津子さん、矢板橋充子さん、山際節子さんが各1回で、合計16回でした。

次回は3月16日(水)午前9時から、雨天時は3月18日(金)になります。場所はフラワーパークです。

(松田 二郎 記)

パソコン教室

(2/17実施)

ある人は、カラオケCDをパソコンに取り込む練習をし、ある人は「筆おまめ」のインストールにいどみ、ある人は「編集長」の地図の作成に腐心し、ある人はゲームを楽しみ、私は相変わらずウロチョロしていました。

(樋口 公允 記)

卓球を楽しもう

2月9日(火)午後1時30分から第18回卓球サークルを実施しました。9人の参加でした。

いつも思うことですが、どのスポーツも基本姿勢と体幹が大事だと思いました。テニスでも野球でもゴルフでも激しい体の動きの中でボールを打つ時の正しい姿勢というのがあるはず。そしてボールを打つ時は決してぶれない体幹がないと正確な打球になりません。このことを考えていつも練習するとうまくなれるような気がします。

3月の案内

3月18日(金) 13時30分～15時30分、白子コミュニティセンター2階ホール。  
※持ち物タオル、お茶、上靴。  
※少しでも興味のある方、ぜひご参加ください。待っております。

(桑原 篤 記)

カラオケを楽しむ会

2月の例会は10日に行いました。

次回は、3月9日(水) 11時～16時まで、ジャパソカラオケ中央店。会費 3000円 昼食は各自で。

(熊給富子 佐藤晴衣 記)



頭のたむ

《漢字熟語・慣用句・ことわざ等のドリル》(太田和美 記)

【問題】漢字熟語を読み、平仮名を漢字に直し、□に漢字を入れてください。

陽炎 反故 手水鉢 昼行灯 余所見 よろずや けんやく たなこ きちようめん むかしかたぎ

油に□ 大口の一滴 青菜に□ □のつぶて 閉古口が鳴く □心あれば水□あり

【答え】かげろう ほこ ちようずばち ひるあんどんよ そみ 万屋 俵約 店子 几帳面 昔気質

水海 塩 梨 鳥 魚 心

参考資料「ことわざ思い出しテスト」(JFSM発行)

最近ニュース等で緊急事態なる言葉を見聞きしますが緊急事態ってなに?という事?現行憲法にはその様な条文はなく、自民党の「日本国憲法改正草案」に盛り込まれているのを要約すると、★内閣総理大臣は他国からの武力攻撃や内乱、大規模災害時に「緊急事態宣言」を発する事ができる。宣言が百日を超えて継続する場合、百日を超えることに国会の承認を得ること。★内閣は法律と同じ効力を持つ政令を制定することができるほか、総理大臣は財政上の支出その他の処分を行い、地方自治体の長に指示する事ができる。★国民は生命財産を守るための措置に関して、国や公の機関の指示に従わなければならない。★宣言が効力を有する期間、衆議院は解散されず両議院の任期及び選挙期日の特例を設けることができる。

ちよっと勉強 恐い! 緊急事態条項

このように予算や地方自治まで掌握し、総理大臣の権限が大幅に増大し国家権力が集中し過ぎるさまは、もはや独裁国家にほかなりません。緊急事態の期間に制限がなく、さらに解散せず衆議院の任期まで延長して独裁を持続させようというの

でしようか。現憲法がうたう平和主義、主権在民、基本的人権の尊重が脅かされる、そんな恐ろしい「緊急事態宣言」は私たちの手で葬り去ろう。今その機運は高まりつつあります。

『野党は共闘!!』 (中川 信子 記)

### 2月例会 山歩会 姫越山

2月の山行は、大紀町錦にある姫越山（座佐の高）芦浜の周回です。参加者は10名。

2月16日（火）6時に鈴鹿を出発。伊勢自動車道を走り、大内山インターで下りて、8時に錦の入り口付近にある日の出公園駐車場に到着、8時10分に出発しました。

ウバメガシの群生する林の中を急登の北登山コースを登り、途中、姫塚を通過し、9時50分に姫越山山頂に到着しました。

本日は快晴に恵まれ、姫越山頂上からの眺めは最高でした。その後、芦浜分岐まで下り、再び登り返して11時に座佐の高（429m）に到着、休憩後下山、12時15分に景観の素晴らしい芦浜に到着しました。芦浜のきれいな景色を眺めながらの楽しい昼食となりました。13時芦浜出発、15時に駐車場に無事到着しました。

今回の山行は結構ロングのコースでしたが、春の様なおだやかな気候の下、真下に見える芦浜と海の景観もすばらしく、楽しい山行となりました。

### 3月例会案内

関町の「羽黒山、筆捨山、観音山、関富士」の周回です。難度★ 脚力★ 3月15日（火） 歩行時間約5時間

集合時刻午前8時 集合場所 鈴鹿市文化会館第二駐車場 出欠連絡先：岡本美千子、前田純 （前田 純 記）



### みんなであつたう会

#### 新サークルが誕生しました

二月十日（水）十三時〜十五時 社会福祉会館二階大広間。新しく出来たサークルです。十二名の参加者でした。むかしの、歌声喫茶『ともしび』の歌集二冊を準備してもらっており、購入しました。樋口みえ子さんが上手にそして楽しく進めてくれました。



うたう会 写真提供 宮崎ヨシ子

これからは、参加者の希望も出し合い、楽しいひとときが過ごせたらいいかなーと思っ  
ています上手、下手は関係ありません。みんなと楽しく声を合わせて歌うことは元氣のもとです。都合のつく方は、一度のぞいてみて下さい。  
次回は、三月九日（水）午後一時〜三時、社会福祉会館です。（宮崎ヨシ子 記）

### スクエアステップ

二月十日（水）十時〜十二時 社会福祉会館二階大広間。今年初めてのスクエアステップが開かれました。参加者は、十名でした。



スクエアステップ 写真提供 宮崎ヨシ子

人の動きを見て、自分もやってみますが、なかなかむづかしいものです。間違える方が、脳を刺激していいのだそうですので、まあいいかと、互いに笑って楽しんでいきます。大声で笑うと言う事は普段あまり

りないので、ここで思い切り笑う事が出来て、体中がリラックスします。都合のつく方は、ぜひ一度参加下さい。次回は三月九日（水）十時〜十二時、社会福祉会館です。（宮崎ヨシ子 記）

### 映画の会

2月は、2月27日（土）1時30分から、社福センター2階大広間、懐かしい映画です。会費200円。（中川 信子、宮崎 ヨシ子、辻井 豊子 記）

### 花をめぐる会

岡崎の河津桜を、3月1日（火）に、文化会館を午前9時出発で行きます。（林 和代 記）

### 音読の会

2月は休みました。3月は、3日（木）9時30分、ジェフリーすずか研修室Aです。（太田 和美 記）

### かよちゃんの手芸教室

1月は、さるのストラップを5体作りしました。2月は、どんぐりと布のヒモで、コサージュを作ります。次回は、3月29日（火）13時〜16時、ジェフリーすずか研修室です。洋裁の用意をお願いします。（山中加代子 記）

### おしゃべりカフェ

今日のおしゃべりカフェは、風邪等都合の悪くなった方が多く、9名の参加でした。コーヒを頂きながら、各々が話を始めると、病氣の話がほとんど。皆んなの話聞きながら、安心したり、心配したりと：：その中で健康そのものという方が一人、17歳で盲腸の手術の時に病院へ行っ

たきりで、後一度も病院へ行つた事がないというOさん。表彰してあげたい位ですね。その後、辻井さんが海で拾って来て、消毒して持ってきて頂いた白い貝に、思い思いの言葉を書き、楽しみました。その中で、今流行の頭文字だけの言葉PKと書いたNさん、皆んなが願っている事、ピンピンコロリです。みんな大笑いしながら賛同。

時間は笑って話して、アツという間に過ぎました。言葉に出すことにより、組合員の絆も一層深まり、お互い協力し、助けたり助けられたりと、これからも健康で楽しく過ごしたいと思います。次回3月24日（木）13時からジェフリーすずか1Aです。みんな楽しんでおしゃべりしましょう。（三林 保子 記）

# お元気ですか

## 組合員訪問インタビュー 第127回

### 加藤 次郎さん



加藤次郎さんとは、長年の付き合いです。加藤さんの生い立ちや趣味について

語ってもらいました。

鈴鹿で生まれ、鈴鹿で育ち、鐘紡に入社後もほとんどが鈴鹿での勤務。そんな中、趣味は、若い頃には、うたごえ活動と山岳部、中年になるとホーリングに熱中し、体を動かすことが好きでした。それ以外では、若い時から、勝負事、囲碁、将棋、パチンコが大好き。パチンコは今でも私の貴重な収入源です。

60才になっただら仕事を辞めようと思っていたのが65才になり、さらに今では65才を過ぎてまだまだ続けている、思い切りの悪い私です。今では体が動くうちは勤めを続けようと思っています。

今年から年金者組合の会計を引き受けてきましたが、今では後悔、私の趣味に合わずこつこつ陰気な仕事は体が受け付けないと、痛切に感じています。

体を動かすことが、好きな

ので家庭菜園を作り、鹿や猪と喧嘩をしながら野菜を作っています。

非常に謙遜して話されていますが、若い頃から労音の活動に参加されて来た、芯の通った真面目な方です。今年の健康フェスタや、いきいき祭りには、家庭菜園で作ったタマネギ、里芋をたくさん提供していただきました。

文 桑原 篤  
写真 勝谷 鐵幸

# 税金相談会

(最終日)3月10日(木)

2月の税金相談に来られなかった方は、3月は、10日《木曜》午前10時から4時まで、白子コミセンで行います。年金だけの方も申告した方が国保税や介護保険料が安くなる場合があります。

(辻井 良和 記)



# いき、憲法が危ない！ 世界に誇れる宝、日本の 平和憲法

昨年9月19日、安倍自公政権は「戦争法（安保法制）」の採決を強行しました。



# わたしと憲法

川島 康知

その後、総理は国会において、度々憲法改正の言葉を発するようになってきました。多くの人々が、戦争法反対の行動を起こしています。

国会前の集会を始め、全国

至る所で集会、スタンディングなど抗議の意思表示をしています。

私たち国民が一人ひとり主権者としての自覚的、自発的に行動に立ち上がっています。

戦争法は、憲法に背く違憲立法です。「戦闘地域」での兵站、戦乱が続いている地域での治安活動、米軍を守るための武器使用、その上の集団自衛権行使。

それらが全て憲法9条を蹂躪し、自衛隊の海外での武力行使に道を開くものとなっています。

戦争法に反対の、学者、文人、宗教者、学生、母親などなど、広範な人々が反対する違憲立法をこのまま許すわけにはいきません。

ひとりの声は小さくとも、みんなで声を出せば大きな力となります。憲法違反の戦争法を廃止し、立憲主義と民主主義を取り戻す闘いをしようではありませんか。

私も、体調を回復し、9条を守る会の一員として頑張りたいと思っています。

## 短歌

ひまわりと皇帝ダリア背比べ今年は二つ季節の同居  
毛染め止め白髪まじりで有りのまま気負いを一つ下ろして楽に  
藤井美知子

## 俳句

大寒波マフラー一枚巻いてみる  
晴れて来て日陰に残る雪少し  
梅田全美

病い癒え粥のおかはり山笑ふ  
花の種蒔き雨音に眠りけり  
東口正男

## 川柳

憲法を変えても死にたい人は出ぬ  
レクサスを袖の下には隠せない  
三林保子  
余志嘉壽



# 女性部 ひとくち広場

## 新春に思う 羽田繪子

今年も古希を迎えます。昨年は戦後70年で記念行事がありました。戦争を知らない世代第一号というところで、私の中では今年も70年という特別な年なのです。

昨年からの臭い動きが目立っています。中学生を、職場体験の名目で自衛隊に送り込むなんてことが現実になりました。職場を去って10年。後輩たちに何も伝えられなかったのか。教習所を戦場に送るな、のスローガンはここに消えたのか。歯ぎしりする思いです。戦争への道を進まないように私も出来ることをしようと思っています。

## 今の私

豊留 和子

山歩会で高い山低い山色々な山に連れて行ってもらいました。約17年間に百回以上登りました。それで自然が大好きになり、今でも花や里山歩きが大好きです。これがまた、この体型でよく登ったと思います。

今年も一ヶ月が過ぎました。年金者組合に入り大勢の人と知り合いになり、色々なことを学び楽しんで過しています。これからも、人と人の繋がりを大切にしていきたいです。

## 退院して2ヶ月

大野 尚美

新しい年を迎え、今年こそよき年であるようにお願い、退院して2ヶ月が過ぎようとしています。

12月半ばから座骨神経痛になり、寝て脚を伸ばしたり、寝返りに激痛が走り10日は大変でした。毎日整骨院ではり、電気で激痛もやわらぎましたが、今度は足の裏から右足の付け根までしびれが出だし、立つて歩くのが大変でした。

「病は四分気が六分」と親から聞かされております。本当にそうだと思います。組合の方と逢うと力を貰えます。友というのは貰うことが出来ません。沢山の友達をつくり、残りの人生を過ごせるように心がけて日々を送ります。「人生って、心次第で楽しくもあり苦しくもあつて」

## 新春に思う②

### 趣味を深める年に 本堂たき子

「初春や特に、可もなく不可もなく」「めでたさも中くらいなりおらが春」誰の可か、また語句もはつき

り知りませんが、お正月は行く処もなく、誰も来ないで、本堂につまりませんでした。ゆっくりは出来たけど、今年には自分の趣味をさらに深めるようにつと

め、その環境

がくずれない

事を願います。

それにして

も、何時にな

たらつつまらな

くないお正月

が来るのだろ

うか。ああ悲

絵手紙は、中川タキ子さん

がくずれない事を願います。それにして、何時にならつまらないお正月が来るのだろ

### 家族

母が亡くなり2年が過ぎ、先日二回忌をすませました。母は、私たち兄弟姉妹6人を分け隔てなく育て上げ、それぞれ結婚させ、これから自分の人生を、余生をゆつくと、と言つ矢先に病に倒れました。私たちが家族の、悲しくて悲しくて辛い生活の中に、ひとりと言つか一匹と言つか、元氣、パワー、癒しの神が現れました。美人で体が大きく色黒で、まるで私のような体つき。

その子の名は、「きんぐ」と言います。ドイツの軍用犬ロットワイラ犬で、愛嬌があり、やんちゃで私たちの宝でした。その「きんぐ」も、昨年、11月末に怪我が元で、看病のかいなく天国へ旅立ちました。やはり老いには勝てませんが、私たちが今を大切に、年金者組合の皆様と頑張り生きていきたいと思っています。これからもよろしくお願ひします。

## 春のこころ

中川代子

立春とはいえまだまだ寒い日が続いています。早く暖かい春が来ないかな。でも今年は、正月

早々嬉しい便りが届きました。それは、独身時代の友達3人から、旅のお誘いの手紙でした。旅好きの私は、もちろんOKの返事。

3人に逢うのは何年ぶりかしら。夜、目が覚めると色々想像して夢がふくらみます。旅は、4月から5月のこと、楽しみに待っています。それには体に気をつけて元気な過したいと思っています。

## 沖繩を旅して

### 山門こも子

71年前太平洋戦争で沖繩の人々は想像を絶する犠牲を払った。それは決して消すことができない事実であり、忘れてはならないことである。その歴史の上に今日の沖繩がある。

そして今また辺野古に巨大な米軍軍事基地が作られようとしている。そこで生活している人が居り、学生たちが学んでいる。海には沖繩の生き物たちもいる。基地反対を叫んで護送軍に押し込まれる人を見ておののき、戦争遺跡では当時の人々の無念さを感じて涙し、私たちがもつともつと沖繩の歴史と今を知りなれば、この気持ちを強くした旅だった。



絵手紙は、中川タキ子さんがくずれない事を願っています。それにして、何時にならつまらないお正月が来るのだろ

**支部日誌**

- 1月27日(水)「きらら」編集・発行・連絡会
- 29日(金)おしゃべりカフェ
- 2月3日(水)第10回組織部会(9:30~白子コミセン)
- ア 政治を許さない行動・パソコン教室
- 5日(金)第10回執行委員会(13時30分~ジェフリー)
- 県社保協学習会(13:30津えがお2F)
- 6日(土)「きらら」編集会議
- 8日(月)2016新年会
- 9日(火)卓球の会・コミセンの会第3回定期総会
- 10日(水)加勢の会・スクエアステップ・みんなであうたう会
- 11日(木)建国記念の会学習会
- 12日(金)県女性部役員会
- 13日(土)山歩会 度会郡大紀町「姫越山」
- 16日(火)温泉の会四日市「満殿の湯」
- 17日(水)グランドゴルフ・パソコン教室
- 19日(金)確定申告相談
- 20日(土)2月誕生会(12~2月生まれ)
- 22日(月)鈴鹿社保協対市懇談
- 23日(火)かよちゃんの手芸教室
- 24日(水)確定申告相談
- 女性部世話役会・おしゃべりカフェ
- 26日(金)「きらら」編集・発行・連絡会・税金相談
- 27日(土)映画の会
- 28日(日)あすの三重を考える集い(サウワグ津)
- 3月1日(火)花めぐる会(河津桜)
- 2日(水)第11回組織部会(9:30~白子コミセン)
- パソコン教室
- 3日(木)音読の会・アベ政治を許さない行動
- 4日(金)第11回執行委員会(13時30分~ジェフリー)
- 5日(土)ジェフリー-自主企画事業「シンポジウム」
- 6日(日)「きらら」編集会議・さよなら原発集会
- 9日(水)カラオケを楽しむ会・スクエアステップ
- みんなであうたう会
- 10日(木)女性部みそづくり・確定申告相談
- 11日(金)3・13重税反対統一行動鈴亀集会
- 15日(火)山歩会 関町4山
- 県本部定期大会(県生涯学習センター 4F)
- 16日(水)グランドゴルフ・パソコン教室
- 18日(金)卓球を楽しもう
- 23日(水)温泉の会 岐阜「海津温泉」
- 24日(木)おしゃべりカフェ
- 25日(金)「きらら」編集・発行・連絡会
- 29日(火)かよちゃんの手芸教室
- 4月27日(水)第20回支部定期総会

**わたしのレシピ**

**材料** コンニャク芋(皮をむいて) 1kg 又はコンニャク粉100g コンニャクの素1袋25g ぬるま湯3ℓ  
 ※あくまでも作り方の目安なので、水分を調節しながらお作り下さい。

**こんにゃく(蒟蒻)の作り方**

(食物繊維が豊富で、優れた、ダイエット食品として、人気のコンニャクが、家庭で簡単に手作りできます。)

(佐藤 しま子)



イラスト 樋口 出

- 作り方**
- ①生芋の皮をむく。(手に食用油を塗っておくと痒み止めにいい。)
  - ②芋を細かく刻み、ぬるま湯を加え、ミキサーにかけもよい。
  - ③鍋に入れて煮る。木べらなどで良く混ぜる。焦げ付き易いので注意する。
  - ④半透明の糊状になり、煮芋の臭いがして、鍋から離れるようになるまで煮る。
  - ⑤ぬるま湯100~180ccに、コンニャクの素1袋(25g)を溶かし、鍋に加え、手早く混ぜる。
  - ⑥水でぬらした流し箱に入れ、よく押しつけ、冷えて固まるまでおく。(約3~4時間)
  - ⑦適当な大きさに切って煮る。(約30分) 浮き上がった後さらに10分煮る。
  - ⑧冷水の中にすぐ入れ、さらにあくを抜く。

**催し物案内**

- ① **さよなら原発三重パレード**  
3月6日(日) 13時~集会 14時30分~パレード  
津お城西公園
- ② **映画「戦場ぬ止め」(いくさばぬとうどうみ)上映会**  
3月26日(土) 3回上映(10時~14時~19時~)  
ジェフリーすずか 前売り500円 辺野古報告アリ
- ③ **戦争なんか大きらい展** 3月24~27日 市図書館

**サークル掲示板**

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)	3月2・16日(水)13:00~白子コミセン
山歩会	前田 純 (TEL 374-4596)	3月15日(火) 関町「羽黒山・筆捨山・観音山・関富士」
温泉めぐる会	辻井 良和 (TEL 386-0529)	3月23日(水)岐阜県「海津温泉」
グランドゴルフ	松田 二郎 (TEL 374-3134)	3月16日(水) 9:00~フラワーパーク(雨天3月18日)
カラオケを楽しむ会	熊給 富子 (TEL 388-1380)	3月9日(第2水)11:00~16:00 ジェフリーカラオケ中央店 (会費 300円 お昼は各自で)
卓球を楽しもう	佐藤 晴衣 (TEL 378-6433)	3月18日(金)13:30~白子コミセン2Fホール
	桑原 篤 (TEL 374-2894)	
<b>女性部サークル</b>		
花をめぐる会	林 和代 (TEL 382-4003)	3月1日(火) 9時文化会館出発 岡崎「河津桜」
音読の会	太田 和美 (TEL 383-4545)	3月3日(木)9:30~ジェフリーすずか
映画の会	辻井 豊子 (TEL 386-0529)	2月27日(土)13時30分~社会福祉センター
かよちゃんの手芸教室	山中加代子 (TEL 383-4140)	3月29日(火)13時~ジェフリー 洋裁の用意
おしゃべりカフェ	辻井 豊子 (TEL 386-0529)	3月24日(金)13時からジェフリーすずか研修室1A
	佐藤 晴衣 (TEL 378-6433)	
スクエアステップ	田中美代子 (TEL 374-1786)	3月9日(水)10~12時社会福祉センター2F大広間
	宮崎ヨシ子 (TEL 378-7510)	
みんなであうたう会	澤井 順子 (TEL 378-6021)	3月9日(水)13~15時社会福祉センター2F大広間

「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に行きましょう。」