

年金額に対する組合費対応表		
区分	年金額(月額)	組合費
ア	未年金、無年金	200円
イ	5万円未満	200円
ウ	5万円～10万円未満	300円
エ	10万円～15万円未満	500円
オ	15万円～20万円未満	700円
カ	20万円以上	800円

- ※ 新聞代 月額100円を収めていただきます。自分の組合費に100円を加えた額が実質の組合費になります。
- ※ 三重県下の組合員は、この表にしたがって納入しています。
- ※ 執行委員会で認められた人は、特別組合費を納入しています。入院、施設入所など出費が多い人。



組合費の再自己申告を

支部総会 女性部総会で議論

組合費は、自分の年金額に見合う組合費を自己申告して納めることになっています。今年の支部の総会と女性部総会で、組合費について質問と意見が出されました。

執行部の見解

組合費納入の原則は、自己申告です。自分の年金額が、該当する組合費の区分に応じ、納入します。年金受給年齢が引き上げられています。年

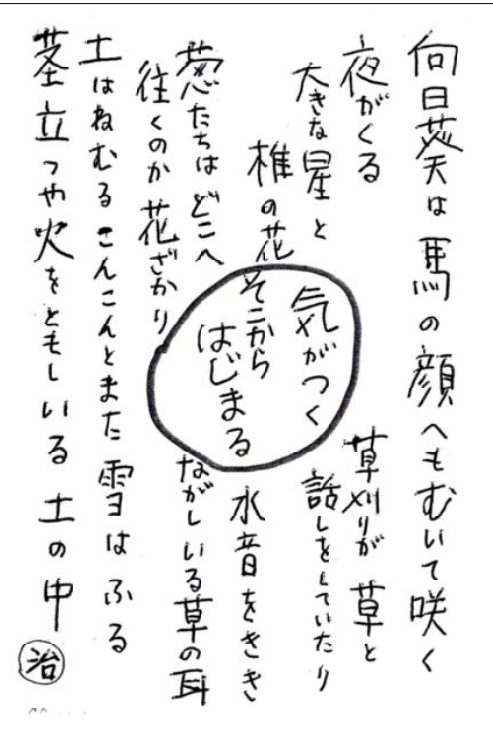
(勝谷 鐵幸 記)

全日本年金者組合
三重県鈴鹿支部
第257号
2018. 7. 27
事務局
〒513-1124
鈴鹿市自由ヶ丘
1-16-30
<http://suzuka-nenkinsya.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 c9awnvah@sf.commufa.jp

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。
202名
(7月27日現在)

波の音

住み慣れた地域の中で、最後は、自分らしく生きるために、終えた。▼私たちは、歳



提供 山野 孝治

金を引き下げられ続けている。自分の入会時の組合費と、現在の受給額を、再度確認していただいで、組合費の再申告をお願いします。

再申告先は、①「きらら」配布者、②支部役員、③会計(加藤次郎 37111099)、④書記長(勝谷鐵幸 38710383)です。ご協力をよろしく願います。

「看護小規模多機能型居宅介護事業所」は、医療と介護をつなぐ施設として、とてもいい受け入れ先であると考えます。▼要介護1以上の方が利用でき、送迎もあり、介護される側も、介護する側も、一時的にはとても助かると思います。お互い無理をせず、疲れた時には、利用することも一つの方法であると思います。▼地域包括支援センターになんでも相談してみたいかがでしょうか?

(田中 美代子 記)

子どもの心と身体は大丈夫

第47回鈴鹿市母親大会

前田 みね子

7月8日、第47回鈴鹿市母



介護分科会 写真提供 勝谷 鐵幸

親大会がジェフリーです。開催されました。

前日までの悪天候とは違って変わって青空のもと、ちよと暑いかなあと贅沢をいいながら無事開催出来て、145名の方に集って頂き本当に良かったです。

午前は4つの分科会がありました。私は音楽療法&健康の話の分科会に参加しました。

種子タネ

スズカ塾 DVD上映会

樋口 出

7月7日白子コミセンにてDVDを観ました。

多国籍企業に開発されたタネは、「優良」で「生産性が高い」と宣伝されますが、そうしたタネは、地域限定ではなく、広域向けに作られるため、個々の地域の気候や土壌に合ったものではなく、化学肥料や農薬を必要とします。化学肥料や農薬に依存した農法は環境負荷が高く、土壌や周辺環境にも影響が出てしまうため、生産性の長期的な持続は期待できません。

一方、地域に合ったタネを使い、生態系の力を引き出せるように生産を行うアグロエコロジーが、十分高い生産性を上げることが、科学的にも実践的にも証明されています。2018年4月、戦後の日本の米などの生産を守ってきた主要農作物種子法が廃止となりました。民間企業による契約でタネの権利を制限することは可能で、日本でも長期的には同じようにタネが奪われる状況が生まれてしまう可能性があります。

オスプレイは、絶対にいらない

九条の会すずか映画「Tise is a オスプレイ」 三林 保子

食品添加物についてわかり易く話して頂きました。もっと知りたい、勉強しなければと思いました。音楽療法では、身体も使って大きな声で歌ったり、笑いが絶えない一時を過ごしました。

午後はオープニングに片岡先生のオカリナ演奏を4曲。

その後、渡辺先生の講演がありました。スマホ等のメディアへの過剰接触は心や身体に悪影響を及ぼすことなど資料を使って話して下さいました。今の時代メディアを使わない訳にはいきませんからルールをつくって使用規則を話し合う事が大切だと言われまし

た。私にも中2と小6の孫がいますが一人ともスマホは持っています。スマホは家族の連絡用には便利です。親とは一定の約束ことをしているようです。私も見守っていきたいと思います。

7月22日、36度を越す暑さの中、35名の参加で、オスプレイの映画が上映されました。オスプレイとは、どんな飛行機かというと、普通の飛行機に比べ、翼がうんと短いのです。その為、すぐバランスを失い、何度も墜落しているのです。それなのに、機体は、

安全と言い切る米軍、沖縄の人たちが、普通に暮らしている生活の場の上空を、オスプレイの訓練場にするのは、認めることが出来ません。

オスプレイが上空を飛ぶのを許していたら、アメリカが行おうとする戦争を黙認していること受け取られます。オス

オスプレイは、絶対にいらない。戦争は絶対にしてはいけません。人間同士の戦い、空しいだけです。



親切 榎本 浩

こんにちは、暑い日が続きますね。最近の出来事で、すごく親切に感じた事を書かせて頂きます。

妻と2人で、久しぶりに電車で大阪新歌舞伎座まで出かけた時に、乗車した近鉄白子

駅と降車した近鉄上本町駅の駅員さんに妻が足が不自由な事を伝えると、車いすを用意して頂き、その上、白子駅では改札から電車に乗車する所まで、又、上本町駅では、降車した地下から、私達が行く

新歌舞伎座まで親切に車いすを押して頂き、一言では言い表せない位の感謝の気持ちでいっぱいでした。私自身、介護のお仕事をしている者として、とても勉強させられる出来事でした。

2018年7月21日

大企業に社会的責任を

三重県社保協の総会 講演 桑原 篤

5月27日(日)に三重大学で講演と三重県社保協の総会が開かれました。

講演は「子育て・医療・介



講演 写真提供 勝谷 鐵幸

護・年金 どうなる、どうする社会保障制度 ホントにお金がないの？ 財源問題から考える」という演題で、講師は、全国保険医団体連合会会長の住江憲勇氏でした。内容は、2016年以降特に、政治的破綻、外交的破綻、経済的破綻とともに国民生活の破綻が際立ってきている。国民には増税と社会保障の改善が行われ、富裕と貧困の格差がいつそう拡大している。

これらの問題を解決していく道は、大企業や富裕層への優遇措置をやめ、社会保障を増やすことにつきます。

社会保障は国民の権利であり、国はそれを保障をする義務があること。大企業には、得た利益をもっと働く人の生活費や社会保障に当てる分配を行わせる、経済の民主主義を徹底させなければならぬ。少し難しくなりましたが、こんなお話でした。

その後、社保協の総会が行われ、各団体や各地の取り組みの交流が行われました。

「不屈」の人

映画「米軍が最も恐れた男」その名は、カメジロー



写真提供 ウィキペディア

白子高校のソフトテニス選手が、インターハイで沖繩の選手と対戦し、「迫力ある絶対あきらめないプレー」ぶりに圧倒された。」と、感想を述べていたのを思い出しました。

瀬長亀次郎は、人間的で、カリスマ性を持った、魅力的な人物です。それは、米軍の圧制下、弾圧にも屈せず、強

権に立ち向かい、闘い続ける生き様(よう)が作り上げたものでした。沖繩の人たちの「不屈」な魂がカメジローを「不屈」にします。米軍の銃剣での土地強奪に敢然と闘う闘争心、刑務所での囚人の暴動を要求運動に変える指導力、市長不信任を当選で市長に押し上げる、米軍の市財源削減を市民が納税行動で救う、市民の絶大な信頼と支持、圧倒される大きい人間です。

眠れなくて寝がえりをした。そのとき、どうしてなのか、「もう昨日に戻ることはできない。そうか、生まれたら生きつづけて生きる。生きよう。」と思った。

●百歳に向くひまわりと青い空



わたしの覚え書き

こんな俳句ができた。午前一時30分、眠ると忘れてしまつたのでメモ書きをした。

今日は八十八歳の誕生日から57日目、わたしは元気でいます。いつまでも生きていたい。そつた、もうすぐ6月23日、

沖繩の「慰霊の日」である。沖繩は今も米軍の戦場基地、基地の被害の中で、沖繩の住民は暮らしている。学校も被害の中にある。思えば、戦死、戦没、名誉の戦死、玉碎、戦死者を靖国

男を家族から抜き取って、戦争へ送り出したのが、「召集令状」であった。戦争へ送り出されて死ぬ、戦死、玉碎、これは戦死であるが、「召集令状」で殺したのだ。沖繩本島へ上陸した米軍は、

山野 治

沖繩の地上でうごくものは、すべて敵であると焼き殺した。子供も女性も赤子も老人も、草も木も虫もやきつくした。ガマ(洞窟)に避難している日本兵、住民も病人も、火焰砲で焼き殺した。

日本軍は沖繩を守らず、住民を守らず、住民の多数は日本軍の兵士に殺されていた。生き残った住民は、集団自決を強制されて死んでいった。親子が、兄弟が、姉妹が老人が、殺し合つて死んでいのちが終った。

戦争は日本軍の敗戦で終わったが、沖繩に戦争が終わったことを、死んでいった沖繩の人たちは知らない。

6月23日「慰霊の日」慰霊、それは、どういふことなのか、絶句、くやしければかりである。わたしは、戦争には反対をつづけて生きる。

2018年6月20日

現在、辺野古新基地建設に反対する沖繩県民の「不屈」は、カメジロー時代の県民の「不屈」が受け継がれているものです。「オール沖繩」の出現も「不屈」の力が発揮されたものだと思えます。辺野古移設に向けた埋め立てを承認した仲井真元知事の父親が瀬長市長不信任案を画策した人物として登場。さもありませんでした。

サークル短信

史跡めぐりの会

醒ヶ井を訪ねる

うだるような暑いさなかの7月17日(火) 8名の参加で滋賀県米原市の醒ヶ井を訪ねました。聞きなれない地名は神話が由来とされ、江戸時代は旧中山道の宿場町でした。一行は伊勢鉄道鈴鹿駅から名古屋経由でJR醒ヶ井駅へ。やっぱり暑い！駅前から数分も歩くときれいに保存された旧中山道の町並みが現れます。



地蔵川の橋にて 写真提供 谷口 茂

街道沿いの地蔵川の澄んだ流れが炎天にさらされた体を癒してくれます。きっと昔の旅人もこの清流でのどを潤したことでしょう。川床には見頃を迎えたバイカモの黄色く可憐な花弁が水中でゆらゆら揺れていました。「この花が咲く頃が一年で一番いい季節だよ」と近くに住むおばあさんがおっしゃっていました。創業百年の醤油屋さんで濃厚なソフトクリームを食べたりして散策を楽しみました。予定していた養鱒場の見学は中止して駅前でバイキングの昼食のあと、もときた道を家路へと向かいました。

8月行事

8月2日(木) 名古屋大須観音と大須演芸場で寄席見物
参加希望の方は午前10時に伊勢鉄道鈴鹿駅集合 帰宅は午後6時半ごろ予定。
経費は寄席代金(3000円)と交通費、食事代等で約5,000円。

8月例会

8月28日(火) 午前10時
ジエフリ(この日は午前なので注意してください)

9月行事

9月19日(水) 信楽焼きの郷。参加希望の方午前7時までにジエフリ第2駐車場集合(7時に出発)

グラントゴルフ

優勝は佐藤元教さん

朝から厳しい暑さの中、7月18日に、男3名女7名の10名で、1ゲーム毎に休憩と水分補給をしながら、4ゲームを行いました。優勝は4ゲームトータル82で佐藤元教さんでした。ブービー賞は矢板橋充子さん、ホルインワンは佐藤元教さんが2回と、奥山正子さん、松田二郎が各1回の計4回でした。次回は、第3水曜日がお盆のためと、来月も厳しい暑さが予想されるので、話し合って8月27日(月)午前9時から、に決まりました。雨天時は8月29日(水)になります。場所はフラワーパークです。

(松田 二郎 記)



頭のてびと

《漢字熟語・慣用句・ことわざ等のドリル》

【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。

鱧 氷室 仙人掌 夕風 鯛 いちじく むかで いさりび
せみしぐれ とつろう □□(たいちよう)を整えて□□
(しあい)に(のぞ)む □□□(しんげんち)の□□(と
くてい)を急ぐ □□(てきせい)検査を□□(つうか)す
る □□(たいふう)の□□(しんろ)を□□(よそく)す
る □□(ざんねん)ながら□□(けが)で□□(けつじよ
う)する

【答え】

はも ひむろ さばてん ゆうなぎ ひぐらし 無花果 百
足 漁火 蝉時雨 灯笼 体調 試合 臨 震源地 特定
適性 通過 台風 進路 予測 残念 怪我 欠場
(太田 和美 記)

卓球を楽しもう

7月20日(金) 第47回卓球サークルを実施しました。10人の参加でした。毎日暑い日が続いていますが、それでも10人が集まりました。皆さんとても元気です。

8月もまだ暑いですが、負けずに元気に卓球をしましょう。部屋は、冷房が入っていますからぬ。

8月の案内

8月17日(金) 13時30分
16時、白子コミュニティセンター2Fホール。

※持ち物 タオル、お茶、上靴。
(桑原 篤 記)

トラベルの会

8月例会は、22日(水) 12時30分、社会福祉センターです。第3回の旅行を決めます。
(澤井 順子 記)

7月例会 山歩会

銚子ヶ口 (1077m)

7月13日(金) 晴れ、参加者9名。今月の登山は錫杖岳の予定でしたが雨天のため登山できず、急ぎよ予定を変更して銚子ヶ口に登りました。

7時鈴鹿を出発、8時50分紅葉尾登山口より登山開始。本日は気温が高く風もないため熱中症予防のためいつもより多く休憩と水分を取りながら登ります。杉林の中を約1時間半歩き尾根道に出ると谷からの涼風が快良く、冷たいフルーツをいただき一服。

11時30分、長い杉林が終わると目の前に御在所岳と釈迦ガ岳が見える稜線に出ました。今日のルートはほとんどが杉林だったのでそこから見える景色は最高でした。

11時45分銚子ヶ口東峰に着、小休止後三角点のある銚子ヶ口本峰へ、再び東峰に戻り木の陰でゆっくり昼食をして12時45分下山開始。15時午後の日差しの照りつける駐車地に帰着しました。

本日の登山は気温が高く暑い登山でしたが全員熱中症になることなく元気に鈴鹿に戻りました。

8月例会のご案内

経ヶ峰(津市 819m)

難度 ★ 脚力 ★

日 時 : 8月2日(木)

歩行時間 : 約5時間

集合時刻 : 午前7時

集合場所 : 鈴鹿市文化会館

第三駐車場

出欠連絡先: 岡本美千子、前田純

(前田 純 記)



音読の会

7月の例会は、5日、9人の出席でした。

前半は、年中行事、同じ漢字の重なった単語のドリルをしました。

例、夏越 鬼灯市 (答)

なごし ほづきいち) 何時 (答) いつな

んとき はつりばなし)

後半は、大阪万博、東京オリンピックの思い出しテスト

をしました。時間の都合で朗読は次回に繰り越しました。

8月は休みます。

次回は、9月5日(水) 10時、ジェフリーすずか研修室

Aです。曜日が水曜日に変わります。「注意下さい。」

スウェアステップ

(太田 和美 記)

7月の例会は25日、8名の参加でした。猛暑のせいか、いつもより少なかったです。

8月は、8日・22日10時、社会福祉会館大広間です。

(宮崎 ヨシ子 記)

八十路の会

「私の元気のヒント・ファイル」で、南部包括支援センター(マリンホーム内)から保健師でケアマネの森重さんにお話を伺いました。若い方も4人男性1人の総勢14人の輪になりました。

「元気のヒント・ファイル」に従ってのお話はよく判り、



八十路の会 写真提供 辻井 良和

季節柄、グラジオラスひと抱えの方、トウモロコシ持参、紫蘇ジュース、コーヒー、お菓子と机の上はいっぱい。

次回は、7月28日(土) 1時30分からジェフリー食の工房。横尾さんの提案で、子ども頃の「あそび」の回想法でおしゃべり。佐野しま子さんが、ミヨウガの葉っぱで包んだおまんじゅうを、30個作り作ってきてくれます。乞うご期待!!です。お気軽にどうぞ、お待ちしております。

申込みは、大野尚美(386-8594)まで。

(辻井 豊子 記)

『おしゃべりカフェ』『唄う会』『布あそびの会』は次ページに掲載しました。

ちよっと勉強

年金減額違憲訴訟 (1)

1999年から2001年にかけて物価が下落したが、景気対策のために国会は特例法を制定して物価スライドによる年金額の減額を行わず、前年度の額(1・7%分)に据え置きました。その年金額を特例水準と言いました。その特例水準は、2005年度以降、物価が上昇する状況の下で解消する、と規定しました。

ところが10年後の、2013年10月と2014年4月に1%ずつ、2015年4月に0・5%の2・5%分の年金の減額が一律に行われました。その減額措置は、憲法に違反すると

して、納得できない組合員が原告となり、取り消しを求めて、2015年5月29日に名古屋地裁に提訴しました。三重から9人、鈴鹿支部から橋詰圭一さんが原告に名を連ねました。

現在全国で、44県39地方裁判所、5133人の原告、3000人を超える弁護士(訴訟代理人)、5学者の意見書など、年金減額違憲訴訟は、3年を経過して、テレビ、新聞、週刊誌などでも取り上げられて国民世論に一定のインパクトを与えています。

(勝谷 鐵幸 記)

お元気ですか 組合員訪問インタビュー 第156回

榎本 浩さん



大手スーパーの副店長を辞められて、NPO法人希望の里たんぼへ入社されたま

した。早いもので3年近くなりました。最初の頃こそ利用者に接するのも、気を使われていましたが、次第に慣れられ、ホームヘルパーも取得されていきました。この頃では、利用者様にも親しまれて、レクリエーションのときには利用者さんと一緒に歌ってリードされています。

また、職員の皆さんとスムーズにすごされています。利用者の皆さん年金者組合員のみならず、に評判が良く。喜ばれています。労働組合では執行委員もされて頑張っておられます。

年金者組合では、奥さんともども芸達者として有名です。数年前の新年会で、高校生に扮して、奥さんと「高校三年生」を熱唱して、拍手喝采を浴びました。

文 中川 一春
写真 榎本 浩



今まで私は、真剣に憲法に向き合ったことがありませんでした。

津の塔世橋に爆弾の跡が遺

人間と平和展、映画等に参加して、憲法が身近なものであり、常に生活に密着しているのだと教わりました。

わたしと憲法

太田 和美

憶になく、父や母から戦時中の話を聞かされても、「そんな風だったのかな」と思う位で自分の身に置き換えることは難しく、どこか余所事よ

されています。津へ行っった折、橋を通る時は思わず立ち止まって考えます。

年金者組合へ入り、折に触れ政治の話聞き、九条の会

おしゃべりカフェ

7月19日、ジェフリーすずかにて、例会を行いました。毎日、暑い日が続いて家から出るのが嫌だという声があり、少人数の参加でした。

7月の例会は、2日に行いました。次回は、8月27日(月)13時~15時30分、社会福祉センター2F小会議室です。会費は200円です。

みんなで唄う会

(中川 美代子 記)
6月27日(水)は10人、7月11日は8人の参加でした。8月の例会は、8日(水)と22日(水)、いずれも、13時~15時、社会福祉センターです。

暑い日が続きますので、涼しい所で、今月は、おしゃべりと今後の活動について話し合いたいと思います。お菓子は用意します。お茶は各自で。(係り佐藤 晴衣 378-6433)

布あそびの会

短歌

梅雨明けて入道雲とセミの声豪雨惨状心は晴れぬ
汗と土高校野球のユニフォーム声を限りに孫応援す

藤井美知子

俳句

難つばめ帰り支度か宙を舞う
バリカンで夫の髪刈る夏の朝
奥美濃のなにより馳走山女飯
四帖悪人面を選びけり

東口正男

泰山木のたりと立ちて花二つ
産卵のメダカの潜る布袋草

三林保子

電柱の陰さへ嬉し炎暑かな
天災も人災もある大出水

山中幹雄

川柳

大水害「想定外」と言い続け
水よりも酒がよろしと自民亭

余志嘉壽



女性部 ひとくち広場

新役員の抱負

部長 田中美代子

今回、女性部長を受けることになりました田中は、いつも忙しい、忙しいと言っていますが、「忙中有閑」、「忙しい中にも時間はあるよ」の時間を女性部の皆様とともに頑張ります。なにもできませんが、皆様と一緒に私も頑張ろうと思っています。よろしくお願いたします。

副部長 熊給富子

先月号のキララで紹介されました熊給富子です。なんの取り得もない私ですが、皆様から力をもらって、頑張りますので宜しくお願いいたします。

副部長 佐藤晴衣

この度女性部の世話役をさせていただく佐藤晴衣です。

先月の「ひとくち広場」では、よいしょと持ち上げていただきましたが、私はこんな人、至ってずばら、いいかげん、空気の読めない……。

花は大好き、組合員さんで近くの竹内さん宅は、庭が見事、特にラン系、それはそれは見事です。何度いただいても枯らしてしまう私です。それでも狭い庭で季節の花を楽しんでいます。一年間どうぞ

よろしくお願いたします。

副部長 三林保子

西日本を中心とする豪雨災害、さつきまで普通の生活を営んでいた方々が、突然の災害に見舞われどんなに怖かったか、家も家族も失った人たちの気持ち、どこへ持って行けばいいかわかりません。安倍さんその時宴会をしながら自分達の優位になる相談をしていたでしょう。豪雨は解っていたはずですが。一刻も早い人命救助の指示じゃなかったですか。

副部長 矢板橋充子

仲間のことを第一に考えて女性部の運営を担って行ければと思っています。私が年金者組合に入り、一番感動したのは、ハンター前の署名活動です。最初はおどしてなかなか口に出せなかったのですが、気楽に書いていただけると、ホッとうれしくなり勇気を貰いました。一人でも多くの人達の署名により、年金の毎月支給になれば生計が立てやすくなるのではないかと思います。(上へ)

これからも自分で出来ることがあれば協力し、楽しい年金生活を送ればうれしいです。女性部役員も、みなさんのお役に立てればと願っています。

書記 大野尚美

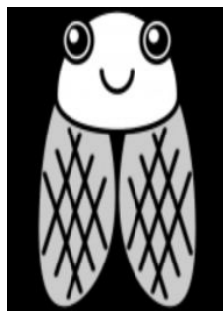
暑い！暑い！言葉しか出ぬ毎日、本当に厳しいです。植木鉢の花も哀れな姿！まだ大丈夫だと思ったキュウリの木も二日で枯れました。この暑さ、私たちはアピタに三時間程涼みに行っています。

女性部の書記、何をしたいのか、分からないまま引き



絵手紙 提供 藤本 明子

(1カ月遅れになりました。勝谷)



女性部予定

- 8月9日(木) 女性部世話役会議 ジェフリーすずか 13時
- 25日(土)～26日(日) 全国母親大会 高知
- 31日(金) 誕生会 (6～8月生まれ) 社福センター
- 9月9日(日) 「百の会」 ジェフリーすずかホール
- 21日(金) みえ年金者女性のつどい 「輝いて生きよう」午前「おはなし 午後一交流とお楽しみ」 ジェフリーすずかホール
- 27日(木)～28日(金) 全国女性部代表者会議 東京

お詫びと訂正

きらら先月6月号の「ひとくち広場」の、女性部新4役の皆さん紹介の短文の中で、会計澤井順子さんの人格を傷つける表現をしてしまい、お詫びして、表現を取り消させていただきます。

辻井 豊子

前月号当欄の新役員澤井順子さんの紹介記事に、編集責任上配慮を欠いた表現が一部ありました。お詫びし、今後こういう事がないように努めます。

「きらら」新聞部部长

勝谷 鐵幸

支部日誌

- 6月26日(火)「きらら」編集・発行・連絡会
- 27日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 30日(土)八十路の会 (13:30~白子コミセン)
- 7月1日(日)反核平和マラソン&ウオーキング
- 2日(月)布あそびの会・山歩会「錫杖岳」
- 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
- 6日(金)第3回執行委員会(13時30分~ジェフリー)
- 7日(土)「きらら」編集会議 (9:30~)
- 山歩会「傘山 からかさやま」
- 11日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 17日(火)史跡めぐりの会「醒ヶ井養鱒場」米原
- 18日(水)グランドゴルフ
- 19日(木)おしゃべりカフェ
- 20日(金)卓球を楽しもう
- 24日(火)史跡めぐりの会 (会合)
- 25日(水)トラベルの会・みんなで唄う会
- スクエアステップ
- 27日(金)「きらら」編集・発行・連絡会
- 県女性部役員会
- 28日(土)八十路の会
- 8月2日(木)史跡めぐりの会「大須観音お参り」
- 山歩会「経ヶ峰」
- 4日(土)「きらら」編集会議 (9:30~)
- 4~7日(土~火)原爆と人間展(市役所1階)
- 7日(火)第4回組織部会(13:30白子コミセン)
- 8日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 9日(木)女性部世話役会
- 10日(金)第4回執行委員会(13時30分~ジェフリー)
- 16~20日(木~月)平和のメッセージ展
- 17日(金)卓球を楽しもう
- 22日(水)トラベルの会
- スクエアステップ・みんなで唄う会
- 24日(金)生活交通を考える講演会
- 27日(月)グランドゴルフ・布あそびの会
- 28日(火)「きらら」編集・発行・連絡会
- 史跡めぐりの会 (会合)
- 31日(金)8月誕生会(6~8月生まれ)
- 9月2日(水)音読の会
- 9日(日)女性部「百の会」
- 19日(水)史跡めぐりの会「信楽焼きの郷」
- 21日(金)県女性部「みえ年金者女性のつどい」

わたしのレシピ

材料 キャベツ1/4個 トマト大玉4~5玉 鯖缶水煮1缶

キャベツと
トマトのスープ

(田中 美代子)



イラスト 樋口 出

作り方 ①キャベツ、トマトは、一口大に切り、鍋に、鯖缶と一緒にに入れて、コトコト弱火~中火で煮込む。
②お好みで、塩少々、又は、ダシ、しょうゆ少々、又は、オリーブオイル少々を加えて、味を調える。
※冷めてもおいしい。知人に聞いたレシピです。一度作ってはいかががでしょうか。

催し物案内

- ① 原爆と人間展
8月4日(土) ~ 8月7日(火)
鈴鹿市役所1階市民ギャラリー
- ② 平和のメッセージ展
8月16日(木) ~ 20日10時~16時
鈴鹿市立図書館2階視聴覚室
- ③ 生活交通を考える講演会
8月24日(金) 13時30分開会
鈴鹿市文化会館さつきプラザ
講師 可児紀夫さん (地域交通政策通)
- ④ 誕生会 6~8月生まれ
8月31日(金) 11時30分~14時
社会福祉センター2階大広間
- ⑤ 女性部「百の会」
9月9日(日) 11時~14時
ジェフリーすずかホール
- ⑥ 女性部「みえ年金者女性のつどい」
9月21日(金) 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 (TEL 374-4596)	8月2日(木)津市「経ヶ峰」
グランドゴルフ	松田 二郎 (TEL 374-3134)	8月27日(月) 9:00~フラワーパーク(雨天8月29日)
卓球を楽しもう	桑原 篤 (TEL 374-2894)	8月17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)	8月2日(日)大須観音8/28(火)会合9/19信楽焼きの郷
トラベルの会	澤井 順子 (TEL 378-6021)	8月22日(水)12時30分~社会福祉センター
女性部サークル		
音読の会	太田 和美 (TEL 383-4545)	8月休み。9月5日(水)10:00~ジェフリーすずか
おしゃべりカフェ	中川美代子 (TEL 386-6883)	8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)	8月8・22日(水)10時~12時 社福センター
みんなで唄う会	澤井 順子 (TEL 378-6021)	8月8・22日(水)13時~15時 社福センター
布あそびの会	佐藤 晴衣 (TEL 378-6433)	8月27日(月) 13時~15時30分社会福祉センター
八十路の会	辻井 豊子 (TEL 386-0529)	7月28日(土) 13:30~ジェフリーすずか食の工房

「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て行きましょう。」