

# きらら

全日本年金者組合  
三重県鈴鹿支部  
第259号  
2018. 9. 28  
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  
鈴鹿市幸岡町1641-20  
tel 059-387-0383  
fax 020-4663-3958  
e-mail c9awnvah@sf.commufa.jp

## 伊勢・牟婁から10名初参加

### 第3回みえ年金者女性のつどい 中川 信子

ひびこほしちきくくらない、平和で安心して暮らせるように、女性の年金低すぎる、他の支部の仲間とも語り合いたい、そんな思いで始めたみえ年金者「女性のつどい」も今年で3回目を迎え、9月21日(金)ジェフリーすずかで、県内の北は員弁、南は牟婁まで6支部、総勢90名近くが一堂に会し、交流を楽しみました。



大笑いの笑いヨガ 写真提供 勝谷 鐵幸

午前の部は、おはなし「今からでも遅くない」く身体の衰えを感じたら、講師は看護師で元松阪市議、松田千代さん。面白おかしい体験談にならずながら笑い転げました。午後は交流とお楽しみ。先ず各支部(員弁、亀山、鈴鹿、津、伊勢、牟婁)の活動報告から、現在の状況や仲間作り、女性部作りについて話を聞きました。

続いてラフターヨガ認定リーダーの栗原靖子さんと他3名のスタッフによる「笑いヨガ」笑う門には福来る、笑うことは体にも脳の活性化にも良いそうです。「ええなええな

最後はみんなで一緒に「ふるさと」と「かけがえのない人生」を歌い終わりました。今までよりもたくさんの人

今年も仲間づくり秋の特別月間が始まります。この間、8月に2名の方が年金者組合に入られました。お二人ともお誘いをする、すぐ入ってくださいました。

今年の目標は昨年度からの課題である215名です。200名の組合員の皆さんが一人知り合いの人に声をかければ達成できない数字ではありません。

一人でお誘いに行くのは？と言われる人は、2人で組んで行きたいと思えます。

加入申し込みのパンフも新しく作ります。パンフはともよくできています。見ると年金者組合の活動の様子がわかり、楽しい感じがよく出ています。

ぜひ、パンフを持ってお話しに出かけましょう。ご協力をお願いします。

## 加入パンフを持って

### 仲間づくり秋の特別月間

仲間づくり推進委員長 桑原 篤

### 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、励まし合っています。203名 (9月28日現在)

### 波の音

今夏の猛暑、少し涼しくなったなと思う間もなく、台風が日本列島を大暴れ、大きな被害が出、まだ復興の目途も立たないのに、北海道の大地震、最大震度7、今も一部で、断水や停電が続いています。寒さが日増しに強まる中、一日も早い復興を政府が全力で支援し、取り組むべきではないでしょうか▼自衛隊の方々が、一生懸命に救助に当たっています。大変な仕事です。これこそ自衛隊だと思えます▼今、安倍がしようとしていることは、九条を改憲し、自衛隊を明記、権限や活動範囲が大きく変化し、海外での武力行使の道を全面的に開くことです。自衛隊員を戦争の道具にし、若者に人殺しをさせることです。絶対に許せません▼「訓練の一環として、遺書を書くように」といわれた記事を読みますか。こんな恐ろしい話がありますか。自衛隊員は、武器でも道具でもありません。一人の人格者なんです。認められませんか。

(三林 保子 記)

# 来年も出席したい

## 女性部「百の会」20名出席 宮崎 ヨシ子

九月九日(日)十一時から二時までの予定で、第五回の『百の会』が、ジェフリーで開かれました。

百歳まで元気に生きようを合い言葉の集まりです。お客さんは、二十名、女性部のお手伝いは十名という集まりでした。

副支部長の中川一春さんのお祝いのごちば、近況報告。

お昼は「味ご飯」のお弁当でした。そして、女性部の手作りのサラダ・お吸い物、抹茶のふるまいなどもあり、心暖まるおもてなしでした。



楽しい百の会 写真提供 宮崎 ヨシ子

思いも寄らないことがありました。横尾キミさんの娘さんが、すばらしい声で懐かしい歌を独唱して下さいました。

そして、お二人で「赤とんぼ」を歌って下さって、美しい声に聞き惚れました。その後、全員で「かけがえない人生」を合唱しました。

樋口みえ子さんの「手遊び」

## 思いがけず1等賞

### 8月誕生会 キャップカーリング 前田 和子

いつものゆったりとした暖かい雰囲気の中での誕生会。これで何度出席させてもらっ



キャップカーリング 写真提供 勝谷 鐵幸

をみんな楽しんで、笑い声がはじけました。

最後に「炭坑節」を全員で輪になって踊りました。

短い時間でしたが、ゆったりとした時間がながれ、心温まる集まりでよかったです。皆様の温かいお心使いに感謝しました。

来年も、元気な顔で集まりたいものです。

皆様、お元気にお過ごし下さい。

# 裁判運動への募金のお願

## 年金引き下げ違憲訴訟 支部長 桑原 篤

年金を下げないでという裁判が始まって3年目になります。名古屋地裁で行われる口頭弁論には原告団(鈴鹿市は橋詰圭一さん)をはじめ支援する多くの方が参加しています。今後裁判を支援する運

動が続けられます。募金は、裁判にかかる費用と裁判の傍聴に行く人たちの交通費等に当てられます。さらに募金のお願いの封筒を入れました。皆さんのご協力をよろしくお願いします。

## 被告(国)側の反論なし

### 年金引き下げ違憲訴訟第11回口頭弁論

7月30日に名古屋地裁へ年金裁判第11回口頭弁論の傍聴に行ってきました。

護・医療費の負担増、食費や日用品の高騰、電化製品や家の修繕費の負担、友人知人の交際や冠婚葬祭の支出が大変です。預貯金を切り崩しての生活で、将来への不安が大き

く、施設に入居する費用も大きく、貧困の子供への援助もできません。配偶者の一方に万一があると生活が成り立たない等、原告の生活の不安の声を約20分間詳しく陳述しましたが、被告側からは一切反論、発言はありませんでした。原告側弁護士の説明では被告側はあまり熱心に取り組んでいないようだとのことでした。

最後に次回開廷日を10月17日に決めて閉廷となりました。(松田 二郎 記)



報告集会 写真提供 辻井 良和

自己紹介は苦手だが、人の話は楽しいもの。昼食はチラシ弁当、その他手作りの焼き林檎に、とうふ、ゼリー、他にもまだまだあり、おいしくて、つい手ができました。ゲームのキャップカーリングでは思いもなかった1等賞をいただきました。商品にいろいろなものが入っていました。割りばし、ポケットティッシュ、他生活用品でした。楽しい時間を過ごさせてもらいました。ありがとうございました。

# 妨害者現れる！

## 3000万署名白子駅前行動 樋口 出

9月6日17時30分より17人で始めたすべに、丸刈り作業着姿でスリッパのようなものを履いた男が一人吠え始め、署名活動を妨害してきました。体格は中背でピア樽のように太く野太い声で「お前ら共産党だろっ！北海道の災害があった時にお前等やっていいんかい！」などと難癖を付け、吠え続けたので、6、7人で取り囲み反論をしました。そのうち、私たちの活動をストップさせるのが目的だと気付き「みんな、持ち場に戻ろう」と、一人だけが残り、吠える男を相手にし、終わりまで署

名活動を続けました。

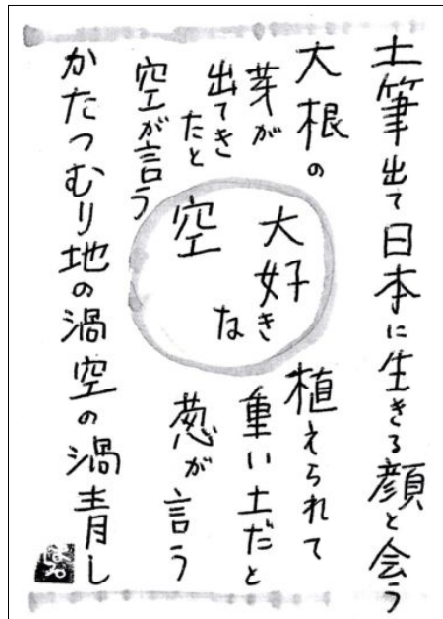
男は札付きの職業的右翼だと後でわかりました。また、現れる可能性が高いので用心しましょう。私たちは負けません。

# 一万人みえ労連を

## 2018みえ労連定期大会 桑原 篤

9月9日(日)三重県教育文化会館でみえ労連の定期大会が行われ、2017年度の活動報告と2018年度の活動方針が報告されました。みえ労連は結成以来過去最

高の現勢で大会を迎え、一万人みえ労連を目指すことが報告されました。鈴亀労連では、私立高校の講師の先生方の雇い止めの問題に取り組み、雇い止めを撤回させ、本年度も引き続き契約されたという成果がありました。



提供 山野 孝治

伊賀名張地区では、伊賀名張ユニオンが結成され、松阪でも準備会が開かれ、津にも結成に向けて強化を行おうということが確認されました。

今年の4月24日、昭和5年4月24日に生まれたので、わたしは88歳になりました。予想をしてなかったが、88歳になってもまだ生きています。こんなこともあるのだ。戦争で殺された兵士は皆若くて死んでいった。

今年8月25日は123日と書きました。100歳、150歳まで生きようとは思わずに、毎日を、

した。そして、急いで100歳にはならず、ゆっくりに、たのしく、うれしく、100歳になるうと思つた。

障の手術をしてもらつて視力がよくなりました。偏頭痛、便秘の体、この体がわたしの体、この体といっしょにわた



# 毎日を生きつづける

山野 孝治

わたしはいつまでも生きつづけてい。生きてみようと思つたので、4月25日の日記に、1日、26日を2日と書き入れ

毎日の今を無事に生きる。生きていくことをつづける。つづけていることが、100歳

わたしの体は糖尿病、腰部脊柱管狭窄症、昨年は心筋梗塞の手術で血管にカテーテルを挿入しました。今年白内

しが居るのです。燃えるゴミ、プラスチックごみ、資源ごみ、袋に詰めたゴミを手に提げて、回収所ま

一人一人の顔は違っています。体も違っています。体がついてその人が生きています。生きていく体は、みんな大事な体です。だいにしよう。う・また元気で会いましょう。

30年8月2日

<p><b>望月衣塑子講演会</b> (東京新聞記者)</p> <p>11月3日(土)13:30～16:00 鈴鹿市民会館展示室</p> <p>入場チケット 前売り500円(桑原 篤さんへ) 当日700円 高校生以下無料 菅官房長官の記者会見の質問で有名になる。</p>	<p><b>2018三重県年金者要求集会</b></p> <p>10月18日(木)13:30～ 津市センターパレス 2F (三重会館向かい)</p> <p>駐車場 津市役所駐車場 車乗り合わせ 白子地区センター 12:30 出発 20人(あと9人) 公共交通 各自 昨年までの「年金一揆」です</p>
---	--

サークル通信

史跡めぐりの会

信楽焼の里を訪ねて

9月19日 8名参加。  
狸の焼き物で有名な信楽(滋賀県甲賀市)に行ってきました。

信楽焼は全国六古窯の一つとされるなど歴史は古く昨年、日本遺産にも登録されました。

信楽へは草津線の貴生川駅から信楽高原鉄道が走っています。車両には忍者のイラストが描かれていて一両だけのカワイイ電車です。

木立の間を縫うように線路が続く「高原鉄道」の名前に恥じない美しい風景が続いていました。途中の駅には、かつて奈良時代に離宮が置かれていたことを思わせる「勅旨」



大狸の前で 写真提供 谷口 茂

忘年会の案内  
12月4日(火) 希望荘(湯の山)日帰り。  
参加希望の方先着20人とさせていただきます。締

というめずらしい駅名もあり歴史散策も楽しいそうです。

信楽駅のホームにはたくさん狸の焼き物が並び、わたしたちを迎えてくれました。昔は暮らしの一部であった火鉢などもたくさん作られていた時代もあるそうです。

駅前の通りを歩くと小高い丘の上に緑豊かな「県立陶芸の森」があって、陶芸作品を鑑賞した後、コーヒーでくつろいだり、お土産を買ったりしてゆっくり過ごしました。

参加者からは「今日は一万歩以上歩いたね。」という声も出ていい汗かいた一日でした。

10月の予定

10月23日(火) 犬山城集合 伊勢鉄道鈴鹿駅 7時40分まで、参加費4000円位、帰りは午後5時半くらいです。

め切り10月15日、会費5000円位。(谷口 茂 記)

グラントゴルフ

優勝は奥山正子さん

厳しい暑さの中、9月19日に、男3名女9名の12名で、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72で奥山正子さんでした。ブービー賞は松村美津代さん、ホルインワンは、奥山正子さんと豊留和子さんが2回、それに、白石初美さんと豊留正利さん、松田二郎が各1回の合計7回でした。

次回は、10月17日(水)に、四日市のユーユー・カイカンで、グラントゴルフと天然温泉入浴、昼食会を行います。その後劇団観劇もできます。雨天決行です。(松田 二郎 記)

卓球を楽しもう

9月21日(金) 第49回卓球サークルを実施しました。他の行事とも重なり5名の参加でした。

いつもの練習を行い、その後、バックで打つことに重点を置いて練習しました。どこ



頭のついで

参考資料「熟語、ことわざ思い出しテスト」(コスモ 21発行)

《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。

几帳面 四方山話 胡座 会釈 台詞 ゆうぜい ぜんだいまもん いなか いざよい まじめ □□(おくじょう)を□□(いっぱん)に□□(かいほつ)する □□(たいぶつ)の□□(しんろ)を□□(よそく)する □□(ものおと)で□□(きけん)を□□(ちよつかん)した この□□(たいやく)が彼の□□□□(しきんせき)となる

【答え】

きちょうめん よもやまばなし あぐら えしゃく せりふ 遊説 前代未聞 田舎 十六夜 真面目 屋上 一般 開放 台風 進路 予測 物音 危険 直感 大役 試金石 (太田 和美 記)

へどんなボールが飛んできて、即座に対応できるにはバックでも打てることはとても大事になります。今後もやってみてほしいと思います。

最後は、ダブルスの試合をしました。

10月の案内

10月19日(金) 13時30分〜16時、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(無ければこちらでも用意します)。(桑原 篤 記)

アムステルダム

第3回目の旅行は、中止し

会費は、200円、申込みは大野尚美さん)386-18594)へ。(辻井豊子 記)

女性部サークル

八十路の会

9月はお休みします。

10月は27日(土) 1時30分〜ジエフリーすずか食の工房です。横尾キミさんに担当して貰って、子どもの頃を思い出して、少しくたびれた脳を刺激したりして、認知症予防に役立てます。楽しいひとときを、お茶とお菓子でおしゃべりしながら過ごしましょう。

9月はお休みします。

サークル短信

山歩会

9月例会 三池岳 (9/23)

週毎の台風の来襲と秋雨前線の停滞でやっとの山行になりました。

9月18日(火) 参加者5名。

7時鈴鹿出発、8時35分元八風射撃場横の登山口より登山開始。思ったより急な尾根道を岩や立ち木に手をかけながら慎重に登る。

途中、急坂を登り切ると、昔お菊が身を投じたという「お菊の池」に到着。やがてガケの上部でザレ場なつた個所を行くが、ここからは雄大な竜ヶ岳が目の前に見ることが出来ました。

少し登り11時10分三池岳の頂上に到着、15分ほど離れた八風峠に移動。昼食。下山は八風街道を下りました。その昔、近江商人が尾張へ商通路として広く使用した道路とのことです。

14時10分登山口に帰着しました。久しぶりの山行で気分も晴れた山行となりました。先日、埼玉県にて2泊3日の「安全登山指導者研修会」に参加しました。増えている山岳遭難防止について受講し

ました。これを参考にして益々の安全登山に努めたいと思えました。

10月例会のご案内

「武奈ヶ岳」(1214m 滋賀県大津市)。難度★★★

脚力★★★。10月5日(金) 歩行時間約7時間 集合時刻午前6時、集合場所鈴鹿川河川敷、出欠連絡：岡本美千子へ10月1日までに連絡下さい。

次回の登山は10月18日、鈴鹿の上高地です。集合は7時です。(前田 純 記)

女性部サークル

音読の会

9月の例会は、台風の通過と曜日の変更されたためか、出席者は4人だけでした。開始後しばらくは、台風の話しや最近の出来事について話し合い、その後、漢字のドリルをしました。朗読は次回に回しました。

次回は、10月4日(木) 10時、ジェフリーすずか研修室Aです。(太田 和美 記)

おしゃべりカフェ

9月20日、ジェフリーすずかにて、例会を行いました。青しそジュースは、作る時期があり、少し遅いと言ってみ

えたが、無理を言っ、辻井さんに作っていただき、皆さんの気遣い等で笑顔一杯の楽しい時間を過ごし、美味しく飲ませて頂きました。

次回例会は、10月12日(金) 13時30分、ジェフリーすずかにて行います。

小磯さんにカレンダーの用紙(大判)にて、紙箱作りを教えて頂きます。手の運動にもなりますよ。お待ちしています。(中川 美代子 記)

みんなで唄つ会

9月例会、12日9人参加、26日12人参加。(宮崎 ヨシ子 記)

10月の例会、10日は健康フェスタ重なり中止。10月24日(水) 13時~15時、社会福祉センター。(澤井 順子 記)

スウェアステップ

十月十日は、『健康フェスタ』と同じ日ですので、ぜひ、青少年の森のグラウンドにお集まり下さい。外の空気を一杯吸って、太陽の光の中で楽しく運動しましょう。

十月二十四日は、いつものように十時から十二時まで、社会福祉センター 2階の大広間です。(佐藤 晴衣 記)

布あそびの会

9月の例会は休みました。次回は、10月22日(月) 13時から15時30分、社会福祉センター2階小会議室です。会費200円。

小物入れを作ります。持ち物、表、裏の布(25cm・20cm位) 2枚、同じ大きさの厚紙(段ボール、牛乳パックは不可、お菓子の空箱位がいいと思います) 1枚、カッター、はさみ、ものさし。

※八十路の会は、前ページに載せました。

5 よっと勉強 被告・国の主張、原告の弁論 (3)

政府は、「財政難」「制度の維持」「世代間の公平」のワンフレーズを言いつ的に主張し、「昭和57年最高裁判決を盾に」立法府には広い裁量権(国会が決める権利)があり、合理的な減額だ、としています。対して、原告は、(a) 正当化する理由はない。特例処置がデフレからの脱却、景気回復に効果があったのか。逆に特例水準を採らなかつた場合、全体の経済が好転したのか。被告(国)は、実証的な分析や検証を行っていない。(b) 被告は、包括的に検討していない。年金を引下げるのではなく、他の手段があったのではないか。削減ありきである。(c) 年金額の多寡に関係なく、一律に減額し、3000万人の年金生活者に深刻な打撃を与えた。

衆参2日間の審議で成立させた。「世代間の公平を図るため」としているだけである。パブリックコメント、公聴会も開かれず、十分な審議をしないのは議会制民主主義を踏みにじるものである。(d) 最低保障年金制度が確立しない状況で、生活保護すれすれの世帯も一律に減額することは生活保護以下の世帯を拡大する。「世代間の公平」「持続可能な年金制度の維持」としていますがそもそも年金財政の健全化は、制度全体から検証されなければならぬ。後退的処置をとるときには、その合理性について、厳しく問われるべきである、と弁論している。違憲、取り消しの論拠は、前号で述べました。(勝谷 鐵幸 記)

# お元気ですか 組員訪問インタビュー 第158回

## 横山 景一さん



2008年から介護施設

「希望の里たんぼぼ」を立ち上げる時から現在まで、施設運営の中心、施設長、常務理事を務めてこられました。

約10年の間には、介護保険の改定があり、特に介護報酬の切り下げでは、その改定の都度乗り切って来られました。

経営の事は、横山さんの提案を中心にして、私と相談をして進めてきました。

また、職員の配置にしても、気配りを密にし、職員から厚

く信頼されています。

各事業所、デイサービス、シヨートステイ等々、各部門の職員会議に出席して、適切なアドバイスを出し、特に、認知症状の利用者さんの対応などは、職員会議でじっくり協議されています。

横山さんの介護に対する豊富な知識、それに基づく見識に感心させられます。介護に対する姿勢は、職員の模範となつていきます。

今回、インタビューをして、

私は今まで、憲法というものが、つかしい事とは、関係なく、日常に追われて過ごして来ました。

私も義父が戦死して、残された義母と二人で生きてきました。義父も戦争に行きたくなかっただろうと思いました。

とうとうと、押んでいます。唯一の被爆国である日本こそが、誰よりも私の覚えた憲法を守り、世界中から戦争が



友に誘われ、年金者組合に入ってから初めて、憲法9条が「戦争放棄」だということを知りました。

私は、毎日神社の側にある慰霊塔に、戦争で戦い犠牲になった方々に感謝し、「おかげさまで73年の平和をありが

# わたしと憲法

## 川村 米子

なくなつてほしいと思います。

永久に平和であることを願っています。

### 短歌

つゆ草の光る水玉朝の風少し秋色深呼吸する

祝うはず敬老の日の紙面の字五人に一人高齢化危惧

### 俳句

縁側でスイカの種をとばす子ら

雷にこわくてほえる犬の声

今年また人間が猪垣破りけり

荒っぽく男ばかりで墓洗ふ

童謡のように色ますみかん山

雨粒の落ちてゆらぎる女郎花

### 川柳

嵐と地震民の暮らしが液状化

余志嘉壽

三林保子

東口正男

川村米子

藤井美知子

### きらら文芸

朗読劇

## 「線量計が鳴る」

元原発技師のモノローグ

脚本・主演 **中村 敦夫**

11月1日(木) 18:30~

三重県総合文化センター 小ホール

チケット 前売り1500円(当日1800円)

高校生以下1000円(全席自由)

(前売りチケット扱い 勝谷鐵幸 TEL 387-0383)

# 女性部 ひとくち広場

## 特集 百の会

### 楽しい時間

池田 ユキ

年金者組合に入り、初めての行事「百の会」に参加させていただきました。

味ごはんは、いろいろな手作り料理、食後は、抹茶を一杯と、ゆったりした時間が過ぎました。

午後からは、お楽しみ会、横尾さんの娘さんの歌声に感動、その後、樋口さんの指導で、みんなの手、足を使いながらの歌「とんとんとんからりと隣組」の替え歌でしたが、この歌は、戦中か戦後か解りませんが、みんな知っていました。今は隣は何をする人ぞの時代、「助けられたり助けたり」なんてなくなってしまいました。昔は隣どうし交流があり、良い時代でもあった

んだなと思いつながら、楽しい時間を過ごしました。ありがとうございました。

### 来年も出席したい 坂倉 祐三郎

「百の会」に出席した感想をと云われて、先ず一番に、皆様の元気な姿、楽しそうな雰囲気、百歳まで元気でという気持ちの方が集まり、嬉しく思いました。この会を準備していただいた役員の方に心からお礼を申しあげたい。

人間には寿命があります。自分を大切に、健康で長生きしたいですね。誰もが家族、親戚があります。仲良く助け合って生きていくことは大事です。「百の会」も良い仲間です。↓

## 鈴鹿で盛大に90名

### 第3回みえ年金者女性のつどい 田中美代子

9月21日、第3回みえ年金者女性のつどいを、シエフリーすずかにおいて、鈴鹿支部女性部が担当して、90名近い参加で盛大に開催することができ、皆さんのご協力に感謝し、お礼申し上げます。ありがとうございました。

新しく女性部を作ろうとしている、伊勢・牟婁支部から10人の参加があり、花を添えました。

午前の松田千代さんのお話では、体験からの、身体を動かして、少しでも健康寿命を

↑意見発表では、各々、我が家を中心に苦楽を共にして頑張っておられる事も聞きました。家族や友人、知人が生活の上で何事をするにも、「お互いさまです」という謙虚な気持ちで接することは良いことですね。「百の会」に来年も出席するんだ。それには、健康に気をつけて、元気に毎日を送って下さい。私も頑張りたいと思います。

### 女性部の予定

- 10月2日(火) 10時～ 猪の倉 40人
- 10月10日(水) 11:30 健康フェスタ 青少年センター
- 10月18日(木) 13:30 昼食 カレー・サラダ
- 12月10日(月) 女性部「望年会」

### 賑やかに百の会

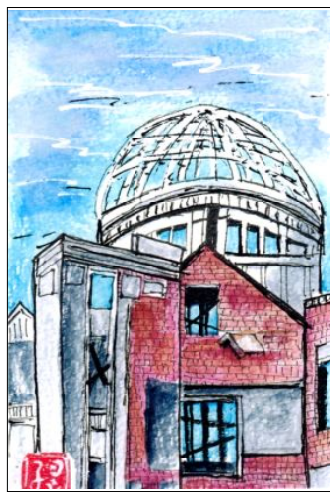
渡辺 トミ

お誘いのお電話を頂き、よろこんで参加させて頂きました。

会場は、はなやいだ雰囲気、皆さん若々しく、八十歳を迎えた方々とは思えないほど、明るく楽しそうに会話をして笑って、年金者組合の宝物ですね。

高齢化が進んで、中には暗いニュースも流れるけど、こんなに明るく過ごされる皆さんはほんとうに幸せな方ばかり集いに参加して、人との繋がりの大切さを感じました。

役員の皆様の御苦労、心づくしのおもてなし、誠にありがとうございました。厚く御礼申し上げます。



絵手紙 提供 宮崎ヨシ子



挨拶する実行委員長辻井豊子さん 写真提供 勝谷 鐵幸



司会の熊給・一色田さん 写真提供 勝谷 鐵幸

支部日誌

- 8月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4日(火)山歩会「仙ガ岳」
- 5日(水)第5回組織部会(9:30白子コミセン)  
音読の会
- 7日(金)第5回執行委員会(13時30分~ジェフリー)
- 8日(土)「きらら」編集会議(9:30~市役所)
- 9日(日)女性部「百の会」  
「ピンの中のお父さん」ふれあいホール
- 12日(水)トラベルの会  
スクエアステップ・みんなで唄う会
- 16日(日)消費税をなくす学習会 津・四日市
- 18日(火)史跡めぐりの会「信楽焼きの里」
- 19日(水)グランドゴルフ
- 20日(木)おしゃべりカフェ
- 21日(金)県女性部「みえ年金者女性のつどい」  
卓球を楽しもう
- 26日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 28日(金)「きらら」編集・発行・連絡会
- 10月2日(火)三重県高齢者大会 しらさぎ苑
- 3日(水)第6回組織部会(13:30白子コミセン)
- 4日(木)音読の会
- 5日(金)第6回執行委員会(13時30分~ジェフリー)  
山歩会「武奈ヶ岳」(大津市)
- 6日(土)「きらら」編集会議
- 10日(水)2018健康フェスタ(青少年センター)
- 12日(金)おしゃべりカフェ
- 15日(月)年金支給日一斉宣伝(11~ハンター前)
- 17日(水)グランドゴルフ ユウユウカイカン
- 18日(木)三重県年金者要求集会
- 19日(金)卓球を楽しもう
- 22日(月)布あそびの会
- 23日(火)史跡めぐりの会 「犬山城」
- 24日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 26日(金)「きらら」編集・発行・連絡会
- 27日(土)八十路の会
- 11月1日(木)朗読劇「線量計が鳴る」津講演
- 3日(土)望月衣塑子さん講演会(市民会館)
- 15~16日(木・金)年金者いきいきまつり
- 30日(金)11月誕生会(社会福祉センター)

わたしのレシピ

**材料** ジャがいも600g ベーコンブロック150g  
にんにく1片 サラダ油大2 だし250cc 砂糖大2  
しょうゆ大3



ベーじゃが

(中川 美代子)

イラスト 樋口 出

- 作り方**
- ①ジャがいもは乱切り。ベーコン1cmの厚さに切る。にんにくは軽くつぶす。
  - ②鍋にサラダ油を熱し、ジャがいもを表面に油が回るように炒める。
  - ③にんにく、ベーコンを加え、焼き色がつくまで炒める。
  - ④だしを注ぎ、アクを取り、炒め物に加え、中火で15分程煮る。
  - ⑤しょうゆ大2を回し入れ、煮汁がなくなるまで煮る。
  - ⑥最後に、しょうゆ大1で風味をつけ、煮汁をからめる。

催し物案内

- ①三重県高齢者大会  
10月2日(火) 10時~15時  
猪の倉温泉しらさぎ苑  
会費500円 詳細は前号
- ②三重県年金者要求集会  
10月18日(木) 13時30分~  
津市センターパレス2F  
詳細は今号3ページ参照
- ③望月衣塑子(いそこ)講演会  
11月3日(土) 13時30分~  
鈴鹿市市民会館展示室  
詳細は今号3ページ
- ④年金者いきいきまつり  
11月15~16日(木・金)  
ジェフリーすずか 詳細は次号
- ⑤誕生会 9~11月生まれ  
11月30日(金) 11時30分~  
社会福祉センター 会費500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5日(金)武奈ヶ岳	10/18(木)鈴鹿の上高地
グランドゴルフ	松田 二郎 (TEL 374-3134)	10月17日(水) 9:00~	フラワーパーク(雨天10月19日)
卓球を楽しもう	桑原 篤 (TEL 374-2894)	10月19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23日(火)犬山城	12/4望年会「希望荘」
トラベルの会	澤井 順子 (TEL 378-6021)	10月は休みます。	
<b>女性部サークル</b>			
音読の会	太田 和美 (TEL 383-4545)	10月4日(木)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)	10月12日(金)13:30~	15:00 ジェフリーすずか
	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24日(水)10時~	社福センター
みんなで唄う会	澤井 順子 (TEL 378-6021)	10月24日(水)10時~	社福センター
布あそびの会	佐藤 晴衣 (TEL 378-6433)	10月22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)	10月27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。」