

辻井さんと田中さん 写真提供 勝谷



辻井豊子さん女性部長勇退

2019年第30回県本部定期大会

3月20日に、四日市緑地公園にある市民交流センター東館で、第30回県本部定期大会が開かれました。

四日市支部の唐沢克昭さん、津支部の中川治子さんを議長に選び、辻井良和委員長の挨拶、来賓の中央本部岡村執行委員、みえ労連臼井委員長の挨拶の後、寺崎書記長の経過

報告、加藤会計の決算報告、中川監査委員の会計監査報告のあり、圧倒的多数で可決されました。

午後、辻井委員長の方針提案、加藤会計の予算の提案があり、質疑、討論がありました。討論には、尾鷲支部では女性部が結成され、その活動が生き生きと報告されました。鈴鹿支部からは、田中美代子代議員が、生活バスについて、バスの会と市長との懇談、バスの会の活動報告を行

足の確保 アンケート実施

支部仲間づくり推進会議 支部長 桑原 篤

毎月開いてきた「仲間づくり推進会議」は、2月22日に持ちました。主な議題は、女性部からの、サークルへ足がないので参加できない、どう対処すべきか、でした。

その理由は、交通事故の対策が難しく、責任がとれない、

いました。どこの支部も高齢化が進み、共通の課題を抱えている事がよく分かりました。特別決議は、「年金裁判に勝利するため、地域に支援する会をつくらう」、「安倍改憲を許さない、消費税ストップ、社会保障の拡充を求めます」の2本を可決しました。

今回は役員改選のない年ですが、辻井豊子女性部長が病気のため勇退、津支部の紀平孝子執行委員が選任されました。辻井委員長、執行委員の桑原、勝谷、中川会計監査委員は継続です。鈴鹿支部からは、11人の代

高齡化していて、乗せる人が少ない、乗せてもらうのもつらい、などです。過去にも何度となくいろんな会議で議論されてきました。これはという良策がなく、今日に至っています。これまでに出てきた主な案

全組合員対象のアンケートを実施して、みなさんの意見を聞くことになりました。4月の「きらら」発行時にアンケート用紙を配り、回収します。また、支部総会でも議論したいと考えます。支部あげて議論します。ご協力をお願いします。

新しい仲間を紹介します

高山 克子さん (東磯山)

仲間づくり 206名 (3月26日現在)

議員、役員4人、傍聴2人 (コーヒー、トマト、九条せんべいのバザー要員) が参加しました。バザーは、女性部が実施し完売しました。

今年はいよいよ選挙。政治はわれわれの暮らしに直結している問題であり、私たちの暮らしを守るためには、今の政治を変えるしかないという思いを新たにしました

(勝谷 鐵幸 記)

は、1回につき実費1000円を出す、乗る人は共済の交通災害保険に入る、乗せる人、乗る人を登録して、名簿を作り必要に応じて依頼する、等でした。

波の音

東日本大震災から八年、次から次へと事故、事件が起こり風化しつつあります。が三月十一日が来る、ニュース新聞で取り上げ思い出します。福島原発事故の被災者への関心も薄れ、国の設定した「復興創生期間」十年と、一方的な期限を盾に、被災者および被災地を、切り捨てようとしています。福島原発事故は、決して忘れてはいけません。未だに汚染された土砂が、山のように積み上げられている状態だと改めて思いました。卒業式も終わりました。入学式もすぐです。卒業も入学も出来ずに亡くなった命、残念でなりません。三月十一日をそれぞれの心に刻んで、同じ過ちを二度と繰り返すことは許せるものではありません。国が最後まで責任を果たす必要があると思います。

(三林 保子 記)

重税No請願書270枚提出

3.13重税反対鈴亀集会&パレード

標題の集会とパレードが、

3月13日、ジェフリーで、鈴鹿民商と年者組合鈴鹿支部の共催で行われました。



挨拶する桑原さん 写真提供 勝谷 鐵幸

小川民商会長と桑原支部長の挨拶、来賓挨拶、消費税10%増税を許さないDVDの上映、抽選会がありました。恒例の抽選会では、年金者組合員も2等賞、5等賞を引き当てていました。

受付で、増税許さない請願書の署名、年金引き下げ違憲訴訟の支援募金をお願いし、署名は69筆、募金は7983円が寄せられました。

看取りの場所が不足するといふ事態に陥ります。国をはじめ医療・介護業界では、様々な取り組みが始まっているが、永井先生は、「在宅医療の普

税務署までパレードし、年金者組合は、270筆の請願

書を総務課長に託し、民商会員は、税の確定申告書を各自

提出しました。

(勝谷 鐵幸 記)

なぜ女性部なのか 熱心に支部交流

2019東海ブロック支部交流集会

田中 美代子

3月6日愛知労働会館にて、標記の集会が、東海4県の支部が集い行われました。

本部から基調報告から始まり、組合結成30周年と第24回定期大会に向けて、組合員を14万人にすることを、全組織で意志統一を図り、取り組むことが第一として、30年の歩みを振り返りました。その後、4県の委員長の、それぞれのらしさにあふれた活動報告がありました。

分科会があり、私達(太田、三林、田中)は、女性分科会に参加しました。各支部からの報告があり、なぜ女性部なのか、話し合いました。各支部それぞれ女性らしさに満ちた報告でした。3月は桃の節句のため、男性が料理をしておもてなしし、そして5月は端午の節句のため、女性がおもてなしをするという発表もありました。

つながりを大切に、楽しいサークルを増やして、仲間間をより良く生きるために、どのような選択をすることが、患者、家族にとって最善なのか、そのことを患者本人と向き合って考える医療が必要と

「なぜ今、在宅?最新看取り事情」

田中 美代子

及「こそがこの課題を解決するための最大のポイントなると考えています。

最期は住み慣れた自宅で迎えたいと望む人が多いという

なっています。

死は人の大きな営みの一つです。その時が来たら、人の体は楽に逝けるように死の準備を始めます。体はどうすれば

は楽に逝けるかを知っています。その時が近づいたら体が求めるままに、うとうと眠り、食べたいものを食べたいだけにし、穏やかな寝息を聞きながら、家族はお別れの時が近づいていることを覚悟できず。ただ余命を延ばすことだけに価値を置かず、患者本人や家族が最も幸せとなり、その人が亡くなった後で「よい最期を迎えることができた」(4ページへつづく)

鈴鹿福祉大学の講演を聞ききました。日本は超高齢社会の次に来る、多死社会を迎えると言われています。2010年は、102万人だった死亡数が、2030年には161万人となり、約60万人も増加すると予想されています。死亡数が増加すると予想されているのに、人口は減少傾向のため、国としては、病床数を増やす予定はなく、



国際女性デー 写真提供 一色田 和子

3月2日国際女性デー三重

国際女性デー三重県集会

親の貧困が子に影響

県集會に参加しました。女性デーは20世紀初めアメリカの女性たちが、パンと参政権を求めておこした行動に学び、世界の女性の統一行動日として創設されました。

この日は、「子どもの貧困と健康、そして食の安全」と題して獣医師の中嶋先生の講演を聞きました。国税庁の調査では、12年連続でワーキングプア（年収200万円以下）の人は1000万人を超えて

いるそうです。親の貧困が子どもの生活に影響を及ぼし食品群別の摂取量に差が出て健康を害さない。親の低賃金、長時間労働と疲労、ストレスも健康を害する。また、食料が投機の対象になり世界的に食料を奪い合いが起きているとのこと。食料自給率が50%にも満たない日本は真剣に考えなければならぬと思います。

澤井 順子



講演舞台と大島さん 写真提供 勝谷 鐵幸

原発再稼働もゼロも電気料金は下がる

3月21日、県総合文化セン

勝谷 鐵幸

ター中庭でマルシェ、フレンチみえで講演、会場近くでパレード等が行われました。

私は、「原発はやっぱり割に合わない!？」と題する、龍谷大政策学部教授の大島堅一さんの講演聴きました。明快にテーマを展開する講演でした。

原発は、政府と電力会社企業、自治体、学者など、いわゆる原子力村が、安全、エネルギー安全保障、環境保全、安価であると喧伝して、開発を進めました。

しかし、東日本大震災で、東電が過酷事故を起こし、すべて神話と化しました。

原発のコストは、発電コスト（資本《建設》費・燃料費・運転補修費）+社会的費用（事故リスク対応費用・政策費用）+原発事故費用・追加的安全対策費用・技術開発費用・立地対策費用）からなり、原発特有の超長期、世代をまたぐバックエンド費用（使用済み核燃料の処理・処分・廃止措置）と同義です。

原発のコストは国民が支払

わせられています。

莫大で、超長期に及ぶ原発事故費用は、事故発生者汚染者加害者である東電が支払わねばなりません。しかし、税金と電気料金で、東電救済策として支払わせられています。

日露戦争後富士桜日本人精神示す

2・11講演「日本人はどいつくられたのか」(2)

「2・11と戦争」アスト津にて 大日方純男さんに聞く

(1) 富士山と日本人
17世紀まで富士山は噴火していた。

古代ー噴火・噴煙のイメージは神秘性 神仏信仰
中世ー山岳信仰・修験道
近世ー江戸の富士山ブーム
近代ー夏目漱石にとって、

「現代日本の開化」(1991年) 外国人に対して、乃公(おれ)の国には富士山があるというような馬鹿は今日はいや、あまり言わないようだが、日露戦争以後一等国になったんだという高慢な声は随所に聞くようである。なかなか気楽な見方をすれば出来るものだと思います。

「小学国語読本指導書 尋常科用巻四」 「日本の名嶽富士を賛美させ(略) 国民が

金は下がります。(関電は2017年に下げました。) 原発ゼロでも電気料金は下がります。原発を動かしていないと、原発を再稼働するための原発維持費がかからないからです。であるなら、子供にも分かる、即時に原発をゼロにするべきです。

(2) サクラと日本人
近代の桜ーソメイヨシノ
幕末維新期に登場 東京巢鴨(染井)の植木商が作ったエドヒガン+オオシマザクラ=ソメイヨシノ(花の景観一豪華・壮観・成長が早い・繁殖が簡単で低廉)

桜は、軍隊とともに歩んでいるんです。ほとんど連隊のあとには、みな桜並木があります。大体4月の入営に合わせて花が咲くようにね。

日露戦争の直後から、解釈はガラリと変わって、桜の花のように、パツと咲いてパツと散る軍人の精神、並びに日本人の精神を示すのだということになりました。

そして日本は第2次世界大戦に突入していくのです。

(樋口 出記)

サークル短信

史跡めぐりの会

4月25日(木)午後1時30分からジエフリー研修室A

(谷口 茂 記)

グランドゴルフ

優勝は豊留正利さん

フラワーパークの桜のつぼみも大分ふくらんで、暖かな日になった3月20日に、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76で豊留正利さんでした。ブービー賞は松村美津代さん、ホルインワンは、佐藤元教さんが2回と、岡本美千子さん、奥山正子さん、豊留正利さんが各1回の合計5回でした。

(松田 二郎 記)

卓球を楽しむもつ

2月15日(金)第55回卓球サークルを実施しました。11名の参加でした。ラジオ体操で体を慣らし、フォアでの練習をしました。

バックで打つ練習の後、ダブルス

ブルスの試合をしました。卓球ではダブルスは、交互に打たなくてはならないのが難しいですね。でも二人で組んでするダブルスは和気藹々ととても楽しいです。

4月の案内

実施日 4月19日(金)

13:30~16:00

場所 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。

(桑原 篤 記)

トラベルの会

現在休眠状態です。

(澤井 順子 記)

前号の訂正とお詫び

「きらら」編集部

- 1 ページ上から1段目7行目 橋本 橋詰
4 ページ「ちょうつと勉強」上段 4行目GPI P GPI F
6 ページ最下落1行目見出し 3・11 3・13

鈴鹿福祉大学の講演を聴いて、「治療し続けた結果死を迎える医療」ではなく、「老いや死をしっかりと見据え最期まで、どうより良く生きるかを考え、それを求める医療」への変革が求められます。

「人間はいつか必ず死ぬ」という当たり前のことから目を背けずに、亡くなるまでをどう生きるかということについて患者本人、家族、医療従事者それぞれが考えていかなければなりません。

今年度の予算では、消費税率引き上げ(8%から10%)に伴い、5・2兆円の国民負担増になり、それを緩和すると言って、一般歳出に消費税対策費2兆280億円を上乗せしていますが、「軽減」にならない複数税率の導入や、キャッシュレス決済の「ポイント還元」、

多死社会を迎えるに当たり、

3月20日政府は、景気をめぐる公式見解である月例経済報告で、

国内経済の減速が響き、日本からの輸出や企業の生産活動が鈍っているとして、国内景気が後退していると3年ぶりに引き下げ判断を示しました。こんな時に増税を強行すれば、消費がいつそう冷え込み、景気がますます悪くなることは明らかです。

前回の消費税増税(2014年4月5%から8%へ)後から、2人以上世帯で実質消費支出が25万円減っています。また、政府は、増税は社会保障のためと説明していましたが、ほとんどが大企業を中心とする法人税減収の穴埋めにまわされているのが実態です。(消費税導入後に国民から累計372兆円集め、法人税は累計29兆1兆円減っています)

ちよつと勉強 消費税の増税は中止すべきだ

10月からの消費税増税は絶対に許せません。中止の声をより強く上げましょう。(勝谷 鐵幸 記)

山歩会

3月例会 七洞岳 (大紀町 778m)

3月16日(土)曇りのち晴れ、参加者8名。7時鈴鹿を出発。なんじゃもんじゃ広場駐車場から、今から登る七洞岳を見て山あいの谷間の道

行く。約1時間で登山口に到着。登山道の両側にはナラ、カシ、ヒメシャラ、サクラなどの自然林に囲まれた芽吹き

の前の木立の向こうには昔ながらの里山風景が広がっている。やがて目の前が急に明るく広がる。と頂上手前のヘリポート跡に出る。

11時50分一等三角点のある七洞岳山頂に着く。頂上からは360度の展望が開け五ヶ所の島々、台高山脈、普爾高原等の眺望が広がっていた。

の花の咲く頃この地を訪れたいと思います。

4月例会のご案内

4月は津市三杉町の大洞山(985m)です。帰り道でミツマタを見学します。

難度 脚力 4月6日(土)、歩行時間約6時間 集合時刻午前7時 集合場所 JR 鈴鹿駅 出欠連絡先:岡本美千子、前田純。

次回の登山は4月12日(金)伊勢市の横輪です。集合は7時JR 鈴鹿駅です。

(前田 純 記)



音読の会

3月の例会は、7日、9日の出席でした。

前半に漢字のドリルをしました。

後半は、朗読をする予定でしたが、休憩時間の話の延長で、介護、老後などの話になり、これも大切な事だと、皆で真剣かつ楽しく話し合いました。今月の分も来月朗読したいと思います。

次回は、4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)

八十路の会

3月9日(土)1時30分、

食の工房で、16名集まり、ぜんざい、みかん、横尾さん手作りの「ゲンコツ飴」でお茶をして、今年初めての集まりなので、皆様の近況報告で、アットという間に時間が過ぎました。

次回は、4月20日(土)1時30分より、食の工房で行います。元宇宙飛行士「秋山豊寛」さんの新聞記事、「シユウカツ」、いろいろコピーし、話し合います。いずれ行く道、通る道、お茶をしながらみん

なで考えましょう。(大野 尚美 記)

スクエアステップ

4月は、4月10日、野外活動として 岸岡公園でします。

参加希望者は、沢井順子さんに4月5日までに、連絡をお願いします。(3781-6021)です。乗り合わせで行く場合、ジェフリーすずかの第2駐車場に、10時集合。現地に直接 行かれる場合は10時30分集合です。

参加される方は、運動のしやすい服装、タオル・水分補給の準備を忘れずをお願いします。昼食は各人でご持参下

頭のて店

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・慣用語・ことわざを読み、に言葉を入れてください。

杏の花 木瓜の花 黄楊の花 薊の花 楓の花 馬酔木の花 みやげ あいきょう せりふ あくび よもやまばなしこうしど (せんばつ) 高校 (やぎゅう) (そ

つぎょうしき)の (とうじ)を (よ) (あ)げる (くらだ)しの (きちょう)な酒 京は (きもの)、大阪は (くいどうらく)といわれる

【答え】あんず ぼけ つげ あざみ かえで あせび 土産 愛敬(愛嬌) 台詞 欠伸 四方山話 格子戸 選抜 野球 卒業式 答辞 読 上 蔵出 貴重 着物 食道楽

(太田 和美 記)

4月24日10時から、社会福祉センター2階の小会議室です。

(澤井 順子 記)

みんなで唄う会

3月13日 7人参加(重税反対集会参加の為少数) 3月27日13時~15時 神戸コミセン。

次回は、4月10日、スクエアステップと合同で岸岡山公園にて開催します。10時30分~14時30分、10時ジェフリー第2駐車場集合。

参加希望者は澤井(3781-6021)までご連絡下さい。締切4月6日、昼御飯各自持参です。

布あそびの会

当分の間休ませていただきます。

(佐藤 晴衣 記)

お元気ですか 組合員訪問インタビュー 第164回

峯 徳夫さん



鹿児島県薩摩川内市せんないの出身です。高卒後大阪で就職、4、5年経って、鈴鹿に移住して、トラック運転手に転職し、退職まで勤めました。

卓球をやったのは、中学校のクラブ活動で3年間のみです。今はブームになり、水谷、張本、石川、伊藤のファンでよく見るそうです。

サークル「卓球を楽しもう」の開始前に、妻のくみ子さん共々お話を伺いました。

桑原さんの近所に住まいし、散歩途中に出会い、組合に誘われ入会、二人でサークルに入り、月一では物足りないが

毎回参加し、活動しています。若い頃は、映画が好きでよく観たと、くみさんと顔を合わせるとつこり。また、ドライブが好きで、月に二回は、二人で近県に出かけていました。今は、散歩を楽しんでいます。

文 写真 勝谷 鐵幸



わたしと憲法

岡島 正代

10年以上も前に、井上ひさしの「子どもにつたえる日本国憲法」という本を買った。その中に「憲法は 国のかたち であると思うのが一番

私は昭和18年生まれで、日本国憲法と同じ時代を生きてきたのですが、あまり憲法を意識することもなく生活してきました。今、この年齢にな

国のかたち《憲法》の前の文を読むと、当時の人々の心が響き伝わってきます。その

びつたりくる」とあります。私はなるほどと思いました。憲法が生まれて長い年月を経て 国のかたち が少しずつ変わってきたと感じています。

り、振り返ると子育て時代も働きづめだった時代も、年金生活の今も、憲法に守られていたんだなあと気付くことができました。この本のおかげ

思いを忘れないように時々読み返しています。

2019 支部総会
 4月26日(金)ジェフリーすずかホール
 10時～ 準備(執行委員他)
 12時30分～ 受付
 13時～16時 総会
 (14時20分 お茶タイム)
 委任状の提出・議案書の持参
 駐車はジェフリーの枠内に。第2へ。

5月誕生会(3～5月生まれ)
 5月24日(金)11時30分～14時
 社福センター 2階大会議室
 会費 500円(当日受付で)
 交通の便ない人送迎します。連絡下さい。
 該当者には、はがきと女性部から出欠の電話をいたします。



短歌

境内にあせびの花の物静か日差し浴び梅枝垂れ華やく
田きれいに黒土光り深呼吸新し命迎える支度

藤井美知子

俳句

味噌汁に菜の花を共に目で舌で 外来に負けずたんぼぼ黄色はえ	川村 米子
恋猫に舌打ちするもおこがまし 野火追いて息を切らすもひさしぶり	東口 正男
一日こと花のほぐるる早さかな 吹く風の届けくれたる春の香よ	三林 保子
卒園の日にチューリップ咲きはじむ 春闘や働くものが世を造る	山中みきを

川柳

ウソと真はつきりさせて投票へ
アベのウソ真似て増えたは「アポ」の詐欺

余志嘉壽

女性部 ひとくち広場

秋が楽しみ

太田 和美

女性部恒例の「味噌作り」を、3月1日、9人の参加で行いました。毎年作っているので皆さん慣れた手付きで、大豆、麴、水、塩を混ぜ合わせ、空気を抜きながら容器に投げ入れ、ラップでピッチリ包み、一時間ほどで仕上げました。後片付けをして、差し入れの桜餅をいただきながら、しばらく談笑しました。

後は家でゆっくり寝かせるだけです。秋頃に美味しい手作り味噌が食べられるのを楽しみに、各々重い味噌樽を軽い気持ちで持ち帰りました。

差し入れ大喜び

田中 美代子

3月1日ジェフリーにて、9名の参加で行われました。

いつものようにおしゃべりをしながら、手はしっかりと動かし、こねこねしながら、ハンバーグを作ったり、最後には団子を作り、空気を抜くために、ストレス発散とか言いながら入れ物にぶつけていきました。でも最後にはやさしく手で平らに押さえ、塩を振って11月楽しみに待ちます。

美味しいおみそが出来上がりますように・・・願いを込めて！

味噌づくりが一段落した後、お雛様の差し入れをいただき、おひね様みんなで大喜び。

ヨシ子さんと9条せんべいと東北大地震

辻井 豊子

ヨシ子さんは、いま78歳。5歳の時、朝鮮から引き揚げ、高校卒業後、伊勢日赤の看護学校で3年間学び、看護師になり、静岡、津で働き、結婚して鈴鹿に移り住んだ。

鈴鹿国立病院で、全医労（労働組合）の女性部長もつとめ、日本母親大会には必ず予算を付けて代表の派遣をしてくれた。

婦長になることを拒み、退職まで頑固に一看護師を貫き現場で患者さんに寄り添ってきた。

退職後は女性運動に関わり、三重県9条の会の発足を知った私と二人で、いち早く会員になり、その後9条の会はずか

が出来、ヨシ子さんの活動の場になり9条せんべいと出合った。

2011年3月11日14時

46分、女性部で味噌造りをしていて地震を知った。宮城県仙台市の小さな街で9条せんべいを造っていた工場が津波で工場ごと流されたことを知った。2ヶ月後に少しずつ製造できるようになったことを知ったヨシ子さんは女性部に持ち込み、再建の手助けが出来ることはないかと相談。支部の行事に合わせ販売することにして、2〜3%の利益ではあるが8年が過ぎた。

誰よりも平和を愛し戦争を憎むヨシ子さんの地道な努力で、県内でも唯一鈴鹿では、支部行事の度にせんべいを食べて、憲法9条を守る運動を続けていられると思う。私は、ヨシ子さんの存在を誇りに思う。



絵手紙 提供 長岡 美千代

女性部の予定

3月26日(火)13:00 ~
県女性部役員会
みえ労連事務所
4月11日(木)
女性部世話役会

ありがとうございます。

前年まで、女性部長の辻井さんが注文から全て責任を持ってお世話頂いていましたが、今回私田中が段取り悪く、皆様に迷惑をお掛けしました。「きらら」にてお知らせするのにも出来ず、ごめんなさい。

これからは、何事も私なりに少しずつ頑張っていくしますので、よろしくお願いいたします。

安倍改憲NO！消費税増税NO！

国際女性デー 中川 信子

去る3月2日にフレンテみえで今年の国際女性デー三重県集会が開催されました。

始めにセンター所長が爽やかに「国際女性デーを日本の文化に根付かせよう、男性が育児に関われる社会に早く大きく変えよう」と挨拶。鈴木かな子知事候補も来賓として見え、とても79才とは思えない元気で明るく頼もしい感じでした。

各団体の交流・連帯のひろばでは鈴鹿支部女性部も7名が参加し、「年金下げな！」のプラカードを掲げてアピールしました。

メインの講演は獣医師の中嶋久興さんが「子どもの貧困と健康そして食の安全」について各種の統計資料から見た国民の所得と食生活の状況、給食による栄養の摂取量、栄養素と成分のいろいろ、食物アレルギーと食品添加物、遺伝子組み換え食品、TPPや種子法等々、多岐に渡って詳しく説明され、終わりに「子供がすくすく健康に育つ社会の実現に向けて共に頑張りましょう」と結ばれました。

最後に集会アピール「世界の女性と連帯し、平和・ジェンダー実現に向けて行動を起こそう」そして特別決議「安倍9条改憲NO！消費税増税NO！」を採択して散会しました。

支部日誌

- 2月28日(木)「きらら」編集・発行・連絡会
- 3月1日(金)女性部みそづくり
- 2日(土)国際女性デー 13:30~フレンテみえ
- 5日(火)税金申告相談 白子コミセン 1日
- 6日(水)第11回組織部会(13:30~白子コミセン)
東海ブロック支部交流集会
6・9行動・白子駅西アクション
- 7日(木)女性部世話役会・音読の会
- 8日(金)第11回執行委員会(13:30~ジェフリー)
- 9日(土)「きらら」編集会議
おしゃべりカフェ・八十路の会
九条の会すずか行動R1庄野12時~
- 10日(日)山歩会 奈良「三峰山」
- 13日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 15日(金)卓球を楽しもう
- 16日(土)山歩会 「七洞山」
- 20日(水)県本部第30回定期大会 四日市緑地
グランドゴルフ
- 21日(木)さよなら原発三重パレード&マルシェ
- 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
- 28日(木)史跡めぐりの会「偕楽公園・県美術館」
- 4月3日(水)第12回組織部会(13:30~白子コミセン)
- 4日(木)音読の会
- 5日(金)第12回執行委員会(13:30~ジェフリー)
- 6日(土)「きらら」編集会議
山歩会 津三杉「大洞山」
- 7日(日)三重の地域医療の今とこれから
- 10日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 12日(金)おしゃべりカフェ
山歩会伊勢市「横輪」
- 14日(日)からだと歯のこと・なんでも電話相談
- 17日(水)グランドゴルフ
- 19日(金)卓球を楽しもう
- 20日(土)「きらら」編集・発行・連絡会
八十路の会
- 24日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 25日(木)史跡めぐりの会 会合
- 26日(金)支部2019総会 ジェフリーホール
- 28日(日)樋口(原発差し止め)判決に向き合う
- 5月1日(水)三重県中央メーデー(津市観音公園)
- 24日(金)5月誕生会(3~5月生まれ)社福センター

わたしのレシピ

材料 ささみ4本 キノコ(シメジ・エリンギ・エノキなど) 絹ごし豆腐2丁 片栗粉大さじ1 おろし生姜少々 A(みりん・醤油各小さじ2) B(だし汁1カップ 醤油大さじ2)

ささみとキノコの豆腐あんかけ

(中川 美代子)

イラスト樋口出



作り方 ささみはそぎ切りにして、Aとおろししょうがで下味をつける。片栗粉を加え軽くもむ。キノコは石突きを取り、食べやすい大きさに切る。フライパンにささみ、キノコ、Bを入れ、沸騰したら大きめのスプーンで豆腐をサクリとすくって加えて中火にする。豆腐が熱くなったら、器に盛り付ける。

催し物案内

二重の地域医療の今とこれから
講演「地域の医療・介護をめぐる改革の方向性を知る」長友 薫輝三重短大教授
シンポジウム：講演4・質疑応答
4月7日(日) 13時~ホテルグリーンパーク津
からだと歯のこと なんでも電話相談
4月14日(日) 10時~15時
059122511071
樋口(原発差し止め)判決に向き合う
4月28日(日)津リージョンプラザホール
講演と対談 樋口英明さん・河合弘之さん
前売り・予約1000円 当日券1300円
5月誕生会(3~5月生まれ)
5月24日(金) 11時30分~14時
社福センター 2階大会議室
会費 500円(当日受付で)
交通の便ない人送迎します。連絡下さい。

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 (374-4596)	4月6日(金)三杉町「大洞山」 4/12(金)伊勢横輪
グランドゴルフ	松田 二郎 (374-3134)	4月17日(水)9:00~フラワーパーク(雨天4月19日)
卓球を楽しもう	桑原 篤 (374-2894)	4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 (090-6610-3773)	4月25日(木)会合
トラベルの会	澤井 順子 (378-6021)	休眠中。
女性部サークル		
音読の会	太田 和美 (383-4545)	4月4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 (386-6883)	4月12日(金)13:30~ジェフリー
	樋口みえ子 (387-4889)	
スクエアステップ	宮崎ヨシ子 (378-7510)	4月10日(水)岸岡山公園 24日(水)10~12 社福
みんなで唄う会	澤井 順子 (378-6021)	4月10日(水)岸岡山公園 24日(水)13~15 社福
布あそびの会	佐藤 晴衣 (378-6433)	当分休み。
八十路の会	大野 尚美 (386-8594)	4月20日(土)13:30~ジェフリー食の工房
	三林 保子 (382-6183)	

《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。》