



写真提供 勝谷 鐵幸
今年の申告相談

確定申告した方が得

2・3月確定申告相談

辻井 良和

年金以外に収入のない人も確定申告した方が得です。相談日は、2月も3月もありま

税金が戻る人が多いのです。世帯が増えたら扶養控除も増えてさらに税金が安くなります。

引があります。ご家族で、昨年「途中で退職」された方は、必ず申告して払いすぎた源泉徴収分を取り返しましょう。

2月12日(水)9時30分から16時
18日(火)9時30分から16時
29日(土)9時30分から16時
3月10日(火)9時30分から16時

2月に入ると税金申告の時期を迎えます。4年ほど前から税務署は、年収400万円までの人は、確定申告の必要がないと宣伝しています。これは、真つ赤なウソで、確定申告すると、源泉徴収された

年収200万円までの人なら、申告所得額が0になる人もいます。申告所得額0と「無申告」は大きく違います。申告所得が「0」になると国保料が7割安くなります。その後は5割3割と低所得の割

相談員は、中川一春副委員長、辻井良和執行委員が当た

会場は、いずれも白子コミセン和室(江島本町通り旧法務局あと)です。

年頭の挨拶

温暖化放っておけない



新しい年を迎えましたが、真冬なのに暖かい日が続きます。私にとっては有

る台風、オーストラリアでは国全体に広がる大火事、しかも消火することができず、今も燃え続けています。

地球の温暖化はその危機が叫ばれて何年か経ちますが、ますます悪化してる感じがします。なぜ解決の方向に進まないのでしょうか

難しいのですが、地球規模で見るとそんなことは言っていないようなことが起こっています。

その原因は、アメリカ、日本、中国など先進国による経済第一主義があります。「金

地球の温暖化は人類の滅亡に繋がります。新しい年を迎えて、今年を第一歩としてこの問題に取り組んで行きたいと思いました。皆さん、今年もどうかよろしくお願ひします。

日本では、大洪水や連続す

濟第一主義があります。「金

しくお願ひします。

新しい仲間を紹介します

足立 房枝さん (自由ヶ丘)
清水 多美子さん (自由ヶ丘)
田中 むつ子さん (下大久保町)

仲間づくり
200名
(1月29日現在)

波の音

新年を迎えましたが、私達を取り巻く環境や社会情勢など、いつどこで何が起きてもおかしくない状況だと思ひます。桜を見る会の問題、元日産社長、ゴーン容疑者の問題、イランやアメリカの問題、異常気象問題等、様々なニュースが取り沙汰されています。それが私達人間に与える影響。私達も自分たちの生活の仕方を見直し、地球に優しい生き方を心掛けていかなければなりません。また、自分自身を見失いがちな時代だからこそ、ひとり一人がこの不合理的社会をいかに生きていくべきかを、問い直してみる必要があるのではないのでしょうか。9条を守り、高齢者を優しく見守り、安心して生活できる状況を創り出すことが、子孫に残す大切な仕事であると強く思ひます。そのためにも今できることを見つけ、そして、物申すことも大切であり、健康寿命を延ばし、一日でも長く自分らしく過ごすことが、私にとつて最大の目標です。今年こそ、輝かしい日本の未来へと、人間の尊厳へとつながってほしいものです。

(田中 美代子 記)

全日本年金者組合
三重県鈴鹿支部
第275号
2020.1.29
事務局
〒513-1124
鈴鹿市自由ヶ丘
1-16-30
http://suzuka-nenkinsya.jimdo.co
桑原 篤
tel 059-374-2894
編集責任者
勝谷鐵幸
鈴鹿市岸阿門町1641-20
tel 059-387-0383
fax 020-4663-3958
e-mail szk17721@ yahoo.co.jp



四日市公災害研 写真提供 萩森 茂樹

1月11日(土) 四日市文化会館で四日市の公災害を考える会主催で、元名大助教として日永の自主防災の会長をしてみえる松岡武夫さんのお話がありました。研究者であ

三味線 手品 サークル発表

2020 新年会 社福センター

9:00	準備
10:00	挨拶
10:30	乾杯
	サークル発表
12:00	昼食
13:00	三味線 手品など
14:00	カラオケ (10組 2番)
14:30	ビンゴゲーム
15:00	挨拶 後片付け

避難所運営のあり方を批判

四日市公災害研と防災 萩森 茂樹

り、自治会のリーダーで実践もしてみえる具体的な話は、それはそれは耳目を引く大変興味深いお話でした。温暖化による災害の増加、地震活動の活発化を科学的に説き、最近の災害例をパワポで出しながらその教訓(マイナスの教訓も含めて)を極めて分析的に分かりやすく解説してくださるのです。それだけではなく、防災隊長として今の防災訓練の弱点と避難所運営のあり方を痛切に批判し、あるべき防災・「避難所支援員」を創設しての自らの実践を見事に話すのです。

午後の、三味線、手品、踊り、ハーモニカは、ボランティア活動、支部の行事で、好評おなじみの皆さんの出演です。お楽しみいただけたらと思います。

恒例の「2020 新年会」を、2月17日(月) 10時から社福センター2階大会議室で開催します。皆様のご参加をお願いします。プログラムは別表の通りです。今年、サークル発表を企画しました。工夫を凝らした、それぞれのサークルの特徴を活かした出し物が見ものです。

社会保障の現状と課題

鈴鹿市 社会保障協学習会 桑原 篤

1月25日(土)に、鈴鹿社協の学習会が開かれました。国民健康保険、子育て支援、生活保護、医療・介護について4人の方から鈴鹿の現状やその課題について報告があり、話し合われました。国保は高すぎる、子供を持つ家庭は、特に大変であることが出されました。保険料が払えない方が17%もあり、保険証がなく、病院へ行くのを控えている家庭が多くあることもだされ、国保料を下げよ!、均等割り(子供にも保険料がかかる仕組み)を無くせ!の声が多く聞かれました。

白子駅西アクション 芳野さんも参加

1月6日白子駅西で「市民連合すずか」の呼びかけで街宣があり、参加しました。寒空の中 24名が集まり、ギター演奏の合唱でかつてなくにぎやかな集会になりました。山本代表をはじめ各民主的団体の代表が、「桜を見る会の安倍総理による政治の私物化や国会で何の議論もなく勝手に閣議決定し中東へ自衛隊を派遣する」という恐ろしさ、

子育て支援では3歳以上の保育料は無償となりましたが、政府の保育の無償化は、不完全なものであり、問題が山積していることが分かりました。医療・介護問題では、「介護保険料あつて介護なし」と言われるように、高い介護保険は払うが、求める介護はますます受けられなくなっている現状が出されました。生活保護の課題では、生活保護基準が引き下げられ、生活はますます苦しくなっていることや、生活保護基準の引き下げが、国民全体の社会保障の引き下げに繋がって

こんな無茶苦茶なアベ政権の横暴を許さない! 即退陣を」と訴えました。最後に忙しい中を駆けつけて頂いた野党共闘の芳野正英さんの力強い応援演説で締めくくりました。恒例の改憲に賛成反対のシール投票では、小5の男の子が「知ってるよ」と反対のシールを貼ってくれました。感動! 投票の結果は14名中2名が賛成、反対12名でした。毎月6日夕方白子駅西へ集まりましょう。(中川 信子 記)

子育て支援では3歳以上の保育料は無償となりましたが、政府の保育の無償化は、不完全なものであり、問題が山積していることが分かりました。医療・介護問題では、「介護保険料あつて介護なし」と言われるように、高い介護保険は払うが、求める介護はますます受けられなくなっている現状が出されました。生活保護の課題では、生活保護基準が引き下げられ、生活はますます苦しくなっていることや、生活保護基準の引き下げが、国民全体の社会保障の引き下げに繋がって

いることが出されました。国民の命に関わる社会保障を削る一方で、「桜を見る会」は、自分のために予算をオーパーし何千億という税金を私物化しているのはけしからんとする意見が出されました。安倍さん、あなたはどこを向いて政治を行っているのか! 最後に、私たちは憲法をよりどころにし、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を今後強く訴えていこうと確認しました。

モノ言う市民が政治を取り戻す

九条の会 稲垣 恵美子

日本の憲政史上、最長かつ「最低・最悪」の安倍政権が、年が改まってもまだ続いている。安保法制・共謀罪など、国民から平和と自由を奪う悪法を積み重ね、公文書の廃棄・隠ぺい・改ざんを繰り返して、民主主義も三権分立も無残に破壊してきた。

そして第4次内閣発足後、早くも2人の閣僚辞任と元IR副大臣の逮捕ときた。第2次政権以後辞任した閣僚は10人に上り、ほとんどが「政治

いこう」。

だが今こそ「桜疑惑」で行政の私物化という安倍政権の正体を明らかにして、市民の手に政治を取り戻そう。黙っているのは黙殺される。「九条の会すずか」とともにアベ政治NO!の声をあげよう。首相のもくろむ改憲は、自衛隊を軍隊とし、有事の際には国民の自由を奪うことを語っている。

21世紀を実感しています 辻井 良和

昨年は、豊子の死に直面して、命を守ることの大切さを実感しました。

戦後作られた日本国憲法は、戦争の反省をしつかりと受け止めて、戦争を否定して、平和の内に社会の力(生産力)を、基本的人権尊重による国作りを約束しましたが、歴代の政府は憲法を守らず、国民を苦しめる政治を続けてきました。しかし、戦前と違うのは、

暮らしやすい社会を求めて運動すれば、それが少しずつ叶うようになってきたことです。財界の利益ばかり考えるアベ政権は、私たちの要求の前に、叶う答えを出せば財界の

利益が守れないので、ウソとペテンに頼ることになり、「桜の会」や「カジノ汚職」事件でどす黒い本当の姿が見えるようになりました。

高齢者の幸せを求める「最低保障年金制度を確立」の運動や、市民の生活交通(無料のコミバス)を作り上げる運動なども、もっと多くの皆さんの力を集めて実現を迫りましょう。

日本国憲法を守り、選挙を大事に考えて力を大きくすれば、新しい政府を作る事も出来ます。一緒に進めていきたく願っています。

革新懇と今年も学ぼう

萩森 茂樹

今日(1/24)も中山さん、吉田さんと3人で、「鈴鹿市上下水道局」のみなさんと1時間半フレンドリーに「懇談」をして参りました。去年来、上下水道の施設見学をしたり、水道民営化に絞って質問をぶつたり学習をしてきました。

これからは市民のみなさんと共に考えて、せつかくのおいしい水を民営化で奪われないようにしていくことですね。

もう一つ、4/25の河田昌東(まさはる)さんの講演会に向かっています、若いお母さんや生協のみなさんと「母親たちに「知」を、子どもたちに健康を」と題して日本における遺伝子組み換えの浸透を考えていくことです。モ

今年も今年こそ

野党共闘を応援し、安倍政権退陣を!

桜を見る会、カジノ疑惑など、この国を私物化し、権力に近い人間だけが甘い汁を吸い、公正なルールをぶち壊す安倍政治。

桜を見る会を巡り、憲法学者の上脇教授等が、安倍政治を刑事告発した。米国の公文書館には、「権力監視を怠れ

今を生きつづける

山野 孝治

窓から見える景色は、明るくて暖かいのだ。梅の枝の蕾がふくらんでいる。杏の蕾も赤らんでいる。今年も暖冬だと予報されているので、気象の異変があるのだろうかという気になる。「きらら」の原稿をまだ書いてなかった。

体が元気でないと、原稿は書けない。

湯の中で体をさすって、「今日も無事だった」と嬉しく思うのは、心身が元気であるのです。わたしの体、この体が、いつもうごいているのでわたくしが生きている。世界の人口74億人の中で、わたしの外に、わたしと同じ人は居

ないのだ。と気がついて、わたしはわたしをだいいじにしている。

わたしは89歳で生きている。わたしのだいいじな体です。気をつけることは、いつも毎日の今をあせらず、忙しくうごかない、つまずいても倒れず、何事が起きても、出会っても、腹を立てない、怒らず、向き合って生きる

体が痛むときは、痛みを共にして、いつしよに生きる。わたしは土を踏んで、草を踏んで、空を眺める。嬉しく、楽しい体で毎日を生きる。みんなといっしょに生きる。

市民連合すずか 山本 あけみ

野党共闘には立派な共通政策がある。 立憲主義、民主主義、平和主義の回復 格差をたたく家計応援の政治 人

権を尊重する政治。これが政治を変えるチカラ。

9月に落合恵子さんを迎えて大きなイベントを計画しています。多くの市民の方が政治に関心を持ち、選挙に行けば政治は変わります。あきらめずに、ちからをあわせて頑張りましょう!

「サート」が受精卵や子どもの自閉的傾向と関係があるという研究など、サア、革新懇といっしょに今年も学んで参りましょう。

サークル短信

史跡めぐりの会

2月は酒蔵めぐり

2月の会合は、2月20日(木)(ジェフリー 13時30分)です。

2月は、23日(日)近鉄酒蔵めぐりに参加します。「神楽酒造」湯ノ山線伊勢松本駅に10時10分集合 四日市10時2分 松本10時10分。

3月は、青春18きっぷの旅を予定しています。

(谷口 茂 記)

グラウンドゴルフ

優勝は松田二郎さん

前日の雨も上がり寒くなつた、1月15日に男3名女10名の13名で、4ゲームを行いました。優勝は、4ゲームトータル80で、松田二郎でした。ブリー賞は松村美津代さん、ホールインワンは、奥山正子さんが2回、岡本美千子さん、辻喜久恵さん、豊留和子さん、松田二郎が各1回の合計6回でした。

次回は、2月19日(水)午前9時から、雨天の時は2月21日(金)になります。場所は御座池公園に変わります。(松田 二郎 記)

卓球を楽しもう

1月17日(金)第65回卓球サークルを実施しました。6人の参加でした。

卓球の勝負はサーブとそのレシーブで勝負が決まると言われています。そこでサーブについて練習しました。サーブは、ピン球に下回転、横回転をかけたリして変化をつけます。少しそんな練習も入れていけたらいいなと思います。

2月の案内

2月21日(金) 13:30 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

1月17日の出席者は6名でした。

2月は第3金曜日21日10時〜白子コミセンです。お待ちしております

(中川 信子 記)

温泉めぐる会

2月は、2月26日、伊賀市に接する奈良県の「月ヶ瀬温泉」です。

月ヶ瀬は古くから「梅溪」の名所で知られ、五月川の兩岸の梅林やあちこちの梅林が見事です。

見事です。

2月の中旬から咲き3月上旬まで花が残っています。温泉は、ナトリウム系の温泉ですが、お湯のすべすべ感が良く、人気の温泉です。

2月例会は、花の都合に合わせて、2月26日(水曜)(午前9時鈴鹿市文化会館正面出発)に予定します。参加費は、2,500円の予定です。足

の手配が出来ないときは、途中で乗せますので、判りやす

い場所を示して下さい。初めてのの方も大歓迎です。どうぞ申し込んで下さい。

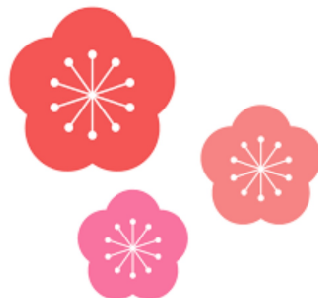
申し込みは、FAX059-38610646へ「温泉めぐる会2月26日参加」と書いて、住所氏名と電話番号を記入して下さい。

090-385615656 (辻井 良和 記)

トラベルの会

2月は休みます。

(澤井 順子 記)



ちよつと勉強

地球温暖化問題

「涼しい日すぐにエアコンつける 父ここにも届かぬグレタさんの声」(第33回 東洋大学「現代学生百人一首」入選作品 中2 北川 優妃さん)

この短歌は、若者が環境問題に無頓着な高齢者世代を批判しています。

ダボス会議(世界経済フォーラム WEF)に、各国で活動している「変化を起こす10代の10人」が参加し、地球環境や温暖化の防止に向け行動しない、パリ協定を一方的に離脱したトランプ大統領を初めとする、世界の指導者を、批判しました。

今年、パリ協定(1997年に定められた「京都議定書」の後継の2020年以降の気候変動問題に関する、国際的な枠組み)の最初の年です。産業革命前からの気温上昇を

2度未満、できれば1.5度に抑える、そのためできるだけ炭酸ガスの排出を削減し、削減しなければなりません。

33の自治体は2050年までに実質ゼロにすると言明し、再エネだけで事業を行おうとする企業は30社に達しています。日本の18年度の温室効果ガス排出量は前年度比3.6%減で、G20では日本とイギリスだけが直近5年連続排出減でした。しかし、実質ゼロにはほど遠い状態です。

最近、欧州連合(EU)は、今後10年で気候変動対策などの環境政策に官民で少なくとも約122兆円を投じる計画を発表しました。日本も、原発の再稼働や輸出、石炭火力の稼働、新設、輸出に固執している安倍政権には、電源構成の抜本的な見直しを強く求めねばなりません。(勝谷 鐵幸 記)

山歩会

1月例会朝熊ヶ岳

(伊勢市 555m)

新年明けましておめでとうございます。山歩会では今年も月2回の例会を計画し、体力増強と健康維持を目標に安全登山を心掛けみんなで楽しい山登りをしたいと思っております。

1月17日(金)晴れ曇り、参加者6名。新春のスタートは恒例の伊勢の朝熊ヶ岳です。7時に鈴鹿を出発。9時30分JR朝熊駅近くの「出合いの広場」より登山開始。例年の登山では積雪、寒風、登山道の凍結など真冬の登山でしたが、この日は春の様な暖かい日で、地球温暖化を肌で感じました。11時に朝熊峠に到着。ここからは鳥羽湾周辺の素晴らしい景色が一望できましたが、残念ながら遠方に雲があり富士山は見えませんでした。その後、11時30分に八大龍王社のある朝熊ヶ岳山頂に到着。ここで伊勢湾を見ながら昼食です。昼食後八大龍王社に参拝し今年の山行の安全を祈願し、12時30分下山開始。13時40分無事登山口に帰着しました。

天候に恵まれ且つ温かい日

で神宮林の自然を満喫した年初にふさわしいゆつたりと楽しい登山となりました。

2月例会のご案内

2月例会は大紀町の「姫越山(503m)」です。

難度 脚力

2月7日(金)7時集合

集合場所 JR鈴鹿駅

歩行時間約6時間

出欠連絡先: 岡本美千子、前田純へ2月3日までにご連絡下さい。

次回の登山は、2月15日(土)牛草山です。集合は、JR鈴鹿駅7時です。

(2020年1月26日 前田 純 記)



音読の会

1月の例会は、通常のドリル、音読を休み、食事会を持ち、楽しいひとときを過ごしました。食後に新年会のサークル発表の練習もしました。今年も明るく、和やかなサークルになるように皆で協力していきたいと思えます。

次回は、2月6日(木)10時、ジェフリーらずか研修室Aです。

(太田 和美 記)

スクエアステップ みんなで唄う会 合同新年会

スクエア ステップとみんなで唄う会は合同で、新年会をしました。

1月22日、午前中は社福センターの和室で「スクエアステップ」を八名の参加でしました。

午後からは合同で新年会をしました。

白子江島神社の近くの「浪花」で、11名の参加でした。

おいしいお料理を頂きました。その後、カラオケの部屋に移り、皆さんの歌を楽しみました。

『浪花』は、白子の海の堤防の下でしたので、海を見に堤防に、上がりました。亡くなった辻井 豊子さんは、「海」が好きでした。貝殻を拾い、きれいに洗って我が家に届けてくれました。孫のおもちやとして、楽しませてもらったことを、思い出していました。みんなで、辻井さんのことを思い出して、おしゃべりをした後、帰路につきましました。

お料理と歌で楽しいひとときを過ごすことが出来ました。

来月の予定 2月12日 午前の「スクエ

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。
詳細 開閉 要領 申告 縦横 提唱 せんきよけん こうりつてき じびか かはんすう りよかくき (せんぼ)の (つごう)を訪ねる (さんぶさく)が (かんけつ)する (やきゆう) (けっせい)する (しけん)を (じっし)する (かんそく)する
【答え】しようさい かいへい よつりよう しんこく じゅうおう ていしよう 選挙権 効率的 耳鼻科 過半数 旅客機 先方 都合 三部作 完結 野球 結成 試験 実施 屋上 観測 (太田 和美 記)

「浪花」は、白子の海の堤防の下でしたので、海を見に堤防に、上がりました。亡くなった辻井 豊子さんは、「海」が好きでした。貝殻を拾い、きれいに洗って我が家に届けてくれました。孫のおもちやとして、楽しませてもらったことを、思い出していました。みんなで、辻井さんのことを思い出して、おしゃべりをした後、帰路につきましました。

おしゃべりカフェ

1月17日ジェフリーにて、例会を行いました。

新年のこともあり、双六ゲームを行い、お手玉、他景品も出させて頂きました。

麻雀の方達も愉快なことがあったのか、笑顔がみえました。

次回は、2月22日(土)13時30分から、ジェフリーにて行います。お待ちしております。

(中川 美代子 記)

お元気ですか 組合員訪問インタビュー 第174回

星野 千代子さん



四国高知の山奥で生まれ、集団就職で岐阜の川島紡績で6年半勤務しました。ダンスホールがきっかけ

また、時間を作っては、踊りに使う小道具を作って楽しんでいきます。年金者組合の、女性部の百の会、望年会、誕生会などの行事で、踊りを披露して頂いています。今年の新年会にも出演をお願いしています。

その後、社交ダンスや新舞踊を習い始めました。鈴鹿に引っ越して40年余り、石薬師(上田新田)で20年余になります。

借りた畑で野菜作りをしながら、専業主婦をしていましたが、地元の方々との交流を求めて、カラオケにも2、3年通いました。現在も踊りは楽しみの一つとして習っています。

この4月には、お孫さんが小学校に入学されることを嬉しそうに話しておられました。そして、いつも明るく笑顔の絶えない素敵な千代子さんです。

文 田中 美代子 写真 勝谷 鐵幸

ぐくぐく普通のサラリーマン家庭から農家に嫁いで三十二年余り。結婚後十年近く経った頃、子育てが一段落したタイミングで家計を預かるようになりました。

これは、所得税法五十六条で明治二十年に定められたものだそうです。明治、大正、昭和、平成、そして令和の時代になっても、このような旧態依然とした法律が存在して

ていますが、なかなか鈴鹿市議会での採択までには、至っていません。全国でもまだ五百三十八の自治体でしか採択されていない状況です。国がこんな酷い法律をいつ

わたしと憲法

西村 亮美

そして自分達で初めての確定申告。びっくりしました。専従者控除が、配偶者は八十六万円、それ以外の家族内労働者は五十万円と決められていたのです。

いるなんて。これは、自営業者の人権を完全に無視した法律と言えるのではないのでしょうか。民商では、この五十六条の廃止に向け、署名活動等を行っ

までも私達に押し付けるのであれば、私達も憲法で国のあり方をこれからも問うていきたいと思っています。

募集します.....

「スクエアステップ」の日ですが、変更します。3月11日(水)9時30分~12時 鈴鹿市保健センターの調理室(鈴鹿市西条5-118-3 :059-382-2252)

「介護予防に伴う低栄養予防の食事指導と実習」 実費:終了後に実費(約300円)徴収します 参加者:30名 募集します 締め切り:2月29日までに、宮崎ヨシ子に連絡 :059-378-7510 持ってくるもの:ふきん・エプロン・手ぬぐい サークル「スクエアステップ」の参加者でなくても、いいのです。男性・女性 どなたでも申し込んでください 係:小磯 たか子(ヘルスメイト) 宮崎 ヨシ子



俳句

暖冬に寒さもどりて初氷 病棟の窓でらしをり寒の月 川村 米子

ラグビーに勝ち大き拳骨ふり上げし 白山茶花咲きて母の忌修しけり 東口 正男 古家の梁みしみしと年明くる 三林 保子

捨てられし畑捨てられし木に梅一輪 山中みきを 寒の雨どこかに春のほひ連れ 世の中に確かに居ます雪をんな

川柳

ギャンブルの買収費用はすぐにチャラ 余志嘉壽 ギャンブルの損得常にイーブンさ

女性部 ひとくち広場

特集 今年の抱負

検査を受けて安心

定永 陽子

一年前頃から、右足の甲にしびれたような違和感を感じました。日が経つにつれて、だんだんと違和感でなくなり、ビリビリと来しました。ある日妹が、もしかしたら、脳から来ているかも分らないよ、と言って、脳神経外科を教えて貰い、早速病院に行き、診察を受け、MRI検査をして頂いたところ、何も異常がなく、脳の方は安心しました。先生のお話では、腰かも分らないから、整形の先生と相談して治療して下さいと、おっしゃいました。ついでに、認知症の方はどうですかと、訊きました。脳の血管の線には、コブも

ないし、きれいですよと、言って下さいました。私の一番気になることなので安心です。皆様も早期発見が大切なので、心配されている方は、脳神経科で検査を受けてみて下さい。この話は昨年12月の事です。

正月を楽しむ

豊留 和子

正月も元旦に娘の家族五人が来しました。昼は雑煮で、正月らしく、夜はすき焼きで、大盛り上がりでしたが、私も歳のせいかわれず、まいりました。二日と三日は、駅伝を観て過ごしました。駅伝も山登りと一緒に、登りはきつく大変、でも頂上に着いたときの達成感は、なんともいえないです。

これからも、皆と一緒に楽しんで、少しだけお手伝いが出来たらいいなと思っています。

春になったら

原 信子

新年会での音読会の発表が、定五郎橋の由来に決まりました。丁度、市役所のロビーでの展示(25日まで)を知り出掛けました。ささやかな展示でしたが、私財を投げ打って千代崎まで舟を購入に出掛け、三度も橋を造る。並の人には出来ないことです。橋の近くには顕彰碑があり、牧田小学校には資料室があるそうです。暖かくなったらぜひとも野外音読会に出掛けたいものです。

今年も思う

火狭 泰子

今年もお陰様で元気にお正月を迎えることが出来ました。一月二日の私の誕生日に、孫がケーキを作ってくれました。とても嬉しかったです。四年前に母親を亡くしている二人の孫娘のためにも、これからもスクエアステップや歌の会に参加し、健康維持に努め、少しでも長生きして、彼女たちの力になればいいなと思っています。一日一日、感謝を忘れず過ごして参ります。

ゆっくり歩いて生きよ

三林 保子

今年も元気でがんばろうなんて思わないで、

4世代21人集合

矢板橋 充子

出来るだけ人の迷惑を掛けないようにと、思っているが、一ヶ月に一度の病院すら一人で行けない。誰もがいつかは迎える高齢期を安心して暮らせる社会に。今の安倍政権のやり方は、老いへの不安や恐れを増すことばかり、自分らしく生きがいを持って人生を楽しめたいいななど、目標なしに生きていこうと思っています。結婚して五十五年になりました。私は三人の子供に恵まれ、長男夫婦と住んでいます。孫七人曾孫三人、今では四世代の一族二十一人の大家族、正月には全員集まり、賑やかで料理も色とりどり、孫達も育ち盛りでよく食べる。大勢の中で、曾孫はびっくり、でも喜んで二



絵手紙 提供 宮崎 ヨシ

女性部の予定

- 2月13日(木) 女性部世話役会
- 3月5日(木)13時~ 女性部みそづくり
- 3月8日(土)10:00~ 国際女性デー 津センターパレス

女性部みそづくり

- 3月5日(木) 13:00 ~ ジェフリー食の工房
- 10kgミックス 4800円
- 赤 4800円
- 白 5000円
- 塩 280円
- 用意する物 湯冷まし 1リットル
- みそを入れる容器

コニコ、私はというとも体も疲れ大変ですが、楽しみです。子供、孫からのお年玉うれしいです。これからも元気で、子どもたちの成長を楽しみにして頑張ろうと思っています。

支部日誌

- 12月24日(火)「きらら」編集・発行・連絡会
- 1月6日(月)白子駅西アクション
- 7日(火)第9回組織部会(13:30~白子コミセン) おしゃべりカフェ
- 8日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会
- 9日(木)音読の会 新年会・6・9行動
- 10日(金)第9回執行委員会(13:30~ジェフリー)
- 11日(土)「きらら」編集会議
- 15日(水)グラウンドゴルフ
- 17日(金)卓球を楽しもう・パソコン・スマホ教室 山歩会「朝熊山」
- 22日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会 新年会
- 25日(土)鈴鹿社保協学習会13:30~白子コミセン
- 28日(火)~29日(水)トラベルの会
- 29日(水)「きらら」編集・発行・連絡会
- 2月5日(水)第10回組織部会(13:30~白子コミセン)
- 6日(木)音読の会 6・9行動・白子駅西アクション
- 7日(金)第10回執行委員会(13:30~ジェフリー) 山歩会(大紀町姫越山)
- 8日(土)「きらら」編集会議
- 11日(火)2.11に考えるつどい(13:30~アスト津)
- 12日(水)スクエアステップ・みんなで唄う会(フワパーク)
- 13日(木)女性部世話役会
- 15日(土)年金2月支給日一斉宣伝・山歩会
- 17日(月)2020新年会社福センター10時~
- 19日(水)コミバスの会第5回総会ジェフリーグラウンドゴルフ(御座池公園)
- 20日(木)史跡めぐる会 会合
- 21日(金)卓球を楽しもう パソコン・スマホ教室
- 22日(土)おしゃべりカフェ 日韓関係講演(13:30~鈴鹿文化会館)
- 23日(日)酒蔵めぐり「神楽酒蔵」 四日市松本
- 24日(月)芦浜原発白紙撤回20周年(13:30~津)
- 26日(水)温泉めぐる会(月ヶ瀬温泉) スクエアステップ・みんなで唄う会
- 28日(金)2月誕生会(12~2月生まれ)
- 29日(土)「きらら」編集・発行・連絡会
- 3月1日(日)九条の会映画会(13:30~ジェフリー)
- 5日(木)女性部みそづくり
- 7日(土)さようなら原発三重パレード(県文)
- 8日(日)国際女性デー10時~津センターパリス
- 24日(火)県本部定期大会(10時~ジェフリー)
- 4月28日(火)支部定期総会(13時~ジェフリー)

わたしのレシピ

材料 小松菜1束 牛肉150g 長ねぎ1/2本 卵2ヶ
塩・コショウ各少々 小麦粉大さじ1/2 A《酒大
さじ3 砂糖・しょうゆ各大さじ2 油少々》

小松菜と牛肉の卵とじ



(太田 和美)

イラスト 樋口 出

作り方 牛肉を食べやすい大きさに切り、塩・コショウ・小麦粉を振って混ぜる。小松菜は、4cm位、ねぎは細い斜め切りにする。フライパンに油を熱くして、牛肉をほぐしながら炒める。小松菜を加えて強火で2~3分炒める。長ねぎ、Aを加えて、1~2分炒めて、弱火にして、溶き卵を流し入れ、フタをして、好みの加減に火を通す。

催し物案内

2月に考えるつどい
2月11日(火祝) 13時30分
アスト津3階 資料代500円
「象徴天皇制とマスコミ」河西さん
「じれたままでいいの?」日韓関係
2月22日(土) 13時30分
鈴鹿市文化会館2階第1研修室
中谷雄二弁護士
芦浜原発白紙撤回20周年記念行事
2月24日(月祝) 13時30分
津リーギオンプラザ 参加費千円
映画・ミニ入門講座・証言
映画「それでも夢はある」
3月1日(日) 13時30分 (前売り)
ジェフリーすずか3階ホール 500円
松元ヒロが旅するトランプのアメリカ
さようなら原発三重パレード
3月7日(土) 10時~16時15分
三重県文化会館 映画・講演・マルシェ

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)	2月7日(金)「姫越山」大紀町 2/15(土)牛草山
グラウンドゴルフ	松田 二郎 (374-3134)	2月19日(水)9:00~御座池公園(雨天2月21日)
卓球を楽しもう	桑原 篤 (374-2894)	2月21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)	2月20日(木)会合 2月23日(日)酒蔵めぐり
トラベルの会	澤井 順子 (378-6021)	1月28~29日(火~水)伊良湖岬
温泉めぐる会	辻井 良和 (386-0529)	2月26日(水)9時~「月ヶ瀬温泉」2500円
パソコン・スマホ教室	中川 信子 (388-0427)	
女性部サークル		
音読の会	太田 和美 (383-4545)	2月6日(木)10時~ジェフリーすずか
おしゃべりカフェ	中川美代子 (386-6883)	2月22日(土)13:30~ジェフリーすずか
	樋口みえ子 (387-4889)	
スクエアステップ	宮崎ヨシ子 (378-7510)	2月12日(水)10:30~フワパーク 2月26日(水)10時社福
みんなで唄う会	澤井 順子 (378-6021)	2月12日(水)10:30~フワパーク 2月26日(水)13時社福

《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。》