

きらら

仮装の炭坑節で盛り上がる

2015年新年会

三林 保子



女性部「炭坑節」を盛り上げた仮装グループ



グランドゴルフ



山歩会とどんがめグループ

2月9日、社会福祉センター2F大広間で、2015年新年会が開かれました。参加者は94人でした。

遠藤、熊給さんの司会で進行、新年会に相応しく、森川ヤス工議員が和服で挨拶、橋詰圭一さん、遅れて石田秀三さんが挨拶、4月の市議会の選挙には、棄権することなく行きます。

その後、みんなで楽しく各

サークルの芸を披露、特に「卓球」の「権兵衛さんの赤ちゃん」は、みんなで手と口を動かし、脳の活性化にも役立ちました。女性部のサークルは、みんなで「炭坑節」を着ぐるみを着る人、ドレスを着る人、そしてその他の人達は、風呂敷を被り、本当は志摩の方では中学くらいになると白い布を頭から被るそうです。その代用に風呂敷となり



右カラオケ 下パソコン教室

ました。私も大きな顔を半分にして楽しく踊りました。

午後からは、恒例の大判介護かるた取り、そしてビンゴゲームと和気あいあいのうちに終わりました。

帰りには、最近うつつになつたみたいといっていたOさん

全日本年金者組合
三重県鈴鹿支部
第216号
2015. 2. 25
事務局
〒510-0234
鈴鹿市江島本町
31-36
<http://suzuka-nenkinsya.jimbo.com/>
辻井良和
tel 059-386-0529
編集責任者
勝谷鐵幸
鈴鹿市平岡町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

伊藤 宣昭さん (住吉)

佐野しま子さん (稻生塩屋)

仲間づくり

216名

(2月25日現在)



司会 遠藤・熊給さん

も元気になり、みんなで顔合わせると楽しいねと言って帰られました。

実行委員のみなさまお世話になりました。ありがとうございました。これからもよろしくお願ひします。

波の音

空咳が止まらないので、病院へ行きました。血小板数が基準枠をはみ出ているなど、多くの欠陥が

見つかりました。手当方法は、いろいろあるでしょうが、毎日の生活を健全に保つていくことが肝心だと自覚しました。

▼庶民は働いても働いても、一部の富裕層の資本には及びません。格差は広がっていくと、流行児ピケティさんは申されます。国が健全で無いからです。▼とても国とは言えない「イスラム国」は、重傷患者です。手当方法はいろいろあるでしょうが、肝心なことは「平和」は武力では築かれないということです。戦いは戦いを増幅させます。▼「テロに屈しない」と吠えることより、日本は「9条」を持ち、永遠に戦争をしない国であることこそ、もっともつとアピールすることです。▼憎しみは憎しみを生むけれど、「平和」は「平和」を育てます。健全な国をつくるべきです。

(加藤 正美 記)

手遊び 踊りで祝い楽しむ

2月誕生会

和泉 勝三

2月21日(土) 白子コミュニティセンターにおいて、12月、1月、2月生まれの誕生会が開かれ参加しました。

辻井委員長から記念品をいただいたのち、弁当とお茶が配られ、別の机には、心づくしの季節の野菜のお料理や果物が沢山盛りられ、みんなで食事を楽しみました。

食後は各自自己紹介と近況報告をしました。「サークルにはなかなか参加できないがお誕生会には参加するように



パン食い競走 写真提供 勝谷 鐵幸



きよしのズンドコ節 写真提供 勝谷 鐵幸

している。」とか、「友達に誘われて初めて参加した。」など輪が広がっていました。そのあとは、アトラクション。パン喰い競争、みんなで「手のひらを太陽に」の手遊び、輪になって「きよしのズンドコ節」を踊るなど、楽しい時間が過ぎていきました。いつもお世話をいただき、女性部のみなさまをはじめ役員の皆様、本当にありがとうございました。

2.7% upを0.9% upに圧縮 年金にマクロスライド初適用

年金の減額が止みません。2015年4月からの年金支給(実施は6月)は、実質減

2015年の年金改定		↑	物価
			2.7%
↓	0.9%	↓	賃金伸び率
	マクロ経済スライド分		
↓	0.5%	↑	2.3%
	過去の物価下落分		
↑	0.9%		改定率

年金の月額額は4月からこうなる		
	～3月	4月～
国民年金	6万	6万
(1人分、満額の場合)	4400円	5008円 (+608円)
厚生年金(標準的なモデル夫婦世帯、基礎年金を含む額)	21万 9066円	22万 1507円 (+2441円)

2月20日「三重の介護をよくする会」のアンケート調査回収に東磯山、寺家地区の各事業所を訪問しました。最初に訪問した施設は最近建てられた新しく大きなケアセンターでしたが、「私とこは厚生労働省以外の団体の調査には協力できません」とケンもホロ口口に断られ、他でも紛失されていたり、まだ書いてなかつたりと散々でしたが、それでも3力所からいただけてきました。対応は大きい事業所よ

安心して過ごせる高齢期を 介護事業所総訪問 三重の介護をよくする会

りも小さな居宅施設の方が良かったように思います。高齢化社会になって介護の問題は切実で特に女性の肩に大きいのしかかっています。しかし政府は介護報酬の切り下げを決定し、利用者には入所基準の変更や利用料の負担増等、制度を大きく変えようとしています。このアンケートを元に運動を広げ、高齢期を安心して過ごせる社会になって欲しいと願っています。(中川信子記)

左の表のように、2014年の物価の上昇率は2.7%になります。物価スライドを適用すれば、年金を2.6%上げなければなりません。しかし、賃金の伸び率が2.3%だとして、低い方の賃金上昇率にあわせて、年金の引き上げ率を2.3%に圧縮し、

例の「特例措置」(過去12000〜2002年の物価下落分 2.5%)の残り分0.5%と、「マクロ経済スライド」(年金額の伸びを抑制するしくみ)を初めて適用して、0.9%減額、合計1.4%の圧縮で、0.9%の増額にかなりません。マクロ経済スライドは、2004年に導入以来初めての適用ですが、今後約30年間も削減を続け、国民年金は3割、厚生年金は2割の削減を企図しています。

仲間作りで大きな努力

東海ブロック支部交流集会in名古屋

2月24日(火)名古屋市熱田区にある愛知労働会館で年金者組合東海ブロック支部交流集会有りました。開会の後、中央副委員長の茶谷寛信さんより「情勢の特徴と春の仲間づくり」について基調報告が行われました。

安倍政権は、国民の要求の解決策を示す事も出来ず、社会保障の破壊・戦争する国へ憲法を改悪する暴走の道を突き進んでいること。

仲間作りでは、全国方針は12万人の達成であること。昨年12月現在11万5千人余であと5千人で達成となるという事。1支部に割ると5人となる等が出されました。東海4県の実態はどの県も昨年12月現在、増となっており、仲間作りで大きな努力をしてきていることが話されました。

その後3つの分散会に分かれ、交流を行いました。「仲間づくり」と「年金問題での裁判運動」についての交流が行われました。

仲間づくりでは、①たまり

場づくり②年金者新聞の活用
の取り組みについて話が進みました。

裁判運動では、いろいろな意見があるけれど、地道に学習会を重ねていくことが大切であること。年金引き下げにより、私たちのくらしが大変になってその怒りを原点到に運動を進めていこうと確認されました。全体会での分散会報告で終了。(桑原篤 記)

あと残り1回です

確定申告相談会 2月27日

2月19日午前中で9人、2月20日一日中で7人の相談がありました。ほぼ毎年申告されている方々でした。

前月号で詳しく説明された申告のメリットは、年金から天引きされている国保料や後期高齢者医療費、介護保険料

「きらら」1月号でお願い

もう署名しましたか 財務大臣他宛「請願書」

しました、財務大臣・国税庁

額や減免への反映、病院や介護施設で支払った利用料、住宅ローンの税控除、払いすぎ所得税の還付です。

また、2つ以上の収入があるときは確定申告をしなければなりません。年金以外にパートに行っている方、シルバー

「戦争行」列車を止めよう

2・11建国記念の日 講演会 樋口 出

2月11日建国記念の日に元自衛官泥憲さんから話を聞きました。(アスト津にて)

「日本書紀」により神武天皇の即位日を紀元節とし、1872年に1月29日を祝日とした。しかし1873年にそれだと国民が「旧正月を祝う日」と誤解したり、明治天皇の先代の孝明天皇の命日(1月30日)が続いたりするので、2月11日に変更した。科学的根拠はゼロ。歴史的には縄文時代末期。なんとというデタラ

メさ！神武天皇は「日本書紀」に豪族を集め、だまし、皆殺しをし、(撃ちてしまわむ。)建国したとある。なんと恐ろしい国の成り立ちだ。

嘘デタラメの安全保障の危機 — 北朝鮮のミサイルはアメリカに向けて飛ばした時、日本の上空を飛ばない。平面の地図で直線で結びと、日本を横切るように見えるが、地球は球なので、もっと北側を飛んで行く。だから撃ち落とすことは不可能だ。

尖閣沖で中国の戦闘機が、飛行していた自衛隊機(ジェット戦闘機)に3メートルまで接近し、あたかも脅しをかけたかのように報道されたことがあった。しかし30メートルの距離は、パイロットの顔が識別できる距離だが、こんなことは国際的にはしよっちゅうあることで、ことさら問題とすることに「ある意図」が感じられる。

このような元自衛官ならではの話で、「戦争行」列車を止めようという姿に感動しました。

で働いている方、自分で営業をしている方などは、確定申告が必要です。

所得がなくとも申告しましょう。納税は義務ではなく権利です。

2月27日(金) 9時〜16時、白子コミセン。相談は残り1回、申告の最終日は3月16日(月)、まだ間に合います。(勝谷 鐵幸 記)

長官・各税務署長宛「請願書」
1、生活破壊の消費税10%増税は中止すること。2、公的年金に対する「課税強化」はやめること。3、低所得高齢者の住民税非課税措置を復活すること。4、法人税の減税をやめ、大企業と高額所得者に応分の負担を求めること。の署名(一人2枚〜2人分)

別名)を集めてください。切りは、3月6日の執行委員会、3月12日の集会です。よろしく願います。

3・12 鈴亀重税反対集会

3月12日(木) 13時受付・集会、14時40分パレード、15時税務署で「請願書」提出・終了。集会だけの参加も歓迎します。皆さんの参加をお願いします。(勝谷鐵幸 記)

サークル通信

温泉めぐる会

2月例会

一志やぶらぎの湯

二月の例会は、風邪などで欠席もあり9人で行きました。良いお天気で鼻歌交じり、新しくできた中勢ハイパスを通り、久居から一志へ。アルカリ温泉のお湯は身体中がすべすべで、石けんが要らないくらいでした。

昼食の後ゆっくり休み、帰りは野菜や果物を買いに松阪市の「キッスル黒部」まで足を延ばしました。帰ったのは4時でまだ日が高くにありました。

次回は、3月23日(月) 8時半出発、松阪市飯高町「いいたか温泉(浴槽多数有り)」に参加費3千円。申し込み締め切り3月18日(水) 辻井良和(386-0529)まで。(辻井 良和 記)

パソコン教室

(2/18実施)

ある人は、表札の作成に苦心し、ある人は年金者組合名簿の整理に没頭し、ある人はカラオケの曲のパソコンからのバックアップを試み、ある人は会計報告の作成の調整に

励み、ある人はゲームに挑み、私は相も変わらざるうちよろしていました。

3月は、4、18日(水) 13時〜15時、白子コミセンです。(樋口 公允 記)

グラントゴルフ

優勝は中村文男さん

朝少し小雨が降る中、18日にフラワーパークで、男6名女10名の16名で、4ゲームを行いました。

優勝は4ゲームトータル76で中村文男さんでした。ブービー賞は三林保子さん、ホールインワンは、岡本美千子さんが3回、白石初美さんと中村文男さんと松田二郎が2回 奥山正子さんと佐藤元教

さん、谷口正江さん、豊留正利さん、豊留和子さん、山際節子さんが各1回の計15回でした。佐藤晴衣さんの感想「3、4年ぶりに楽しませてもらいました。」

卓球を楽しもう

2月20日(金) 午後1時30分から第6回卓球サークル

を実施しました。

新しく2人の方が見え、計11名の参加がありました。卓球台が2台なのでお互いに休憩を取りながら多くの人とできるように5分間ずつローテーションして練習を行いました。

最後は今回もダブルスの試合を行いました。和気あいあいと楽しいひと時を過ごす事が出来ました。

3月の案内

実施日 3月24日(火) 13時30分〜15時30分 白子コミユニティセンター 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

ワンポイントストレッチ体操 (29)



床の上に、しゃがみます。そうして両ひじを床に着けます。両足のかかとも床に着けます。両ひじが床に着かない人は下がる所で、止めて下さい。効果 両足首が柔らかくなります。転倒予防に成ります。腰の筋肉も伸び柔らかくなり腰痛防止になります。(梅田 全美 記)

カラオケを楽しむ会

2月の例会は11日に行いました。祭日で料金上がり、参加費で払えるか心配でした。次回 3月11日(水) ジャパンカラオケ中央店 11時から4時まで 参加費二百円。お昼は各自でお願いします。(熊給富子 佐藤晴衣 記)

ちょっと勉強

オンデマンドバスがいい

鈴鹿市で走っているのは「コミバス(コミュニティバスの略称)」です。市民バスという意味です。決まった路線を決まった時間に走ります。100円、200円、300円の路線があります。路線から遠い人は利用できません。バスです。

「コミバスよくする会」が提案しているのは、無料で、決まった路線や時間はなく、電話かスマホで申し込めば30分以内に近くの停留所へ来てくれて、街の中の希望するところの近くまで乗せてくれる「オンデマンドバス(予約バス)」です。

玉城町では、「無料のオンデマンド

バス」が出来てから、ほとんどの高齢者が利用し、町内の医者はもちろん、スーパーへの買い物、お昼の食事、公民館の講座、福祉会館での健康体操、日帰り温泉利用、その他何でも気軽に利用しています。

高齢者が気軽に外出できるようになって、健康になり、新しい友だちが出来、健康保険の財政が少なくて済むようになりました。2万人の人口で2千万円の予算で、2万人以上が利用しています。

鈴鹿市でも、同じ様なオンデマンドバスが利用しやすいと考え、鈴鹿市に提案しています。(コミバスの会会長 辻井良和 記)

サークル短信

山歩会

2月例会 堀坂山 観音岳

2月の山行は松坂市の堀坂山く観音岳の周回です。参加者は9名。2月21日(土)前

日までの冬日はどこへ行ったのか、と思う春の陽気の晴天の下、7時に鈴鹿を出発。伊勢自動車道を走り松阪インターで下りて8時に森林公園駐車場に到着。8時15分に出発。緑豊かな自然林の中の雲母コースを汗を流して登り、その後尾根コースを上ったり下ったりして、11時に堀坂山山頂に到着。大日如来像を参拝し堀坂峠まで下り、再び登り返して12時に観音岳頂上に到着。天気が良いので見えるかと期待していた富士山は見えませんでした。伊勢湾を望む景色を楽しみながらの食事となりました。

12時40分頂上を出発、尾根コースを下り14時森林公園駐車場に無事到着しました。今回の山行は春の様なおだやかな気候の下、真下に見える松坂市内と伊勢湾の景観も

すばらしく、楽しい山行となりました。

3月例会

3月例会は「白猪山」(820m)です。難度★ 脚力★

★ 日時3月20日(金) 歩行時間約4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)

どんがめグループ

「切間の八」(313m)

珍しい名の山である。霧が出ると、その切れ間からの山が八の字に見えるところから付けられた山名らしい。南伊勢町の鬼ヶ城駐車場から、9時10分登山開始。登山口から狭い急な石段と短い鉄梯子を登ると10分程で大岸壁に囲まれた鬼ヶ城と呼ばれるかなり大きな洞窟に着いた。ここを見物した後、いよいよ小さな岩場が続く登りとなる。設置された固定ロープと目印のテープを頼りにゆっくと慎重に登る。今日は屈強な男性二人が一緒だから安心。岩峰を越えると、今度は急下降となり、小さな滝と社のある白滝に10

時に着いた。ここからは危険な箇所もなくハイキング気分です。登り返すこと2時間、切間八頂上に着く。ここからは五ヶ所湾の展望が素晴らしい。その眺めを楽しみながら昼食。コースは、更にこれも珍しい山名の諾炬羅山(たごらやま)へと続くが、今日は変化のあつた登りと、展望に満足して、ここから引き返すことにする。帰りは白滝からは楽な道を選んで午後2時駐車場着。山の土産に海の魚を買って帰途に就いた。

3月例会

2月11日 晴 参加者6名 狐野富士(369m) 狐野町

歩行時間約1時間。★初心者向け。誰でも登れる最も手近にある低山。御在所だけと伊勢湾の展望絶好。集合場所・時刻 3月13日(金) 午前10時 鈴鹿市文化会館第3駐車場 弁当 入浴道具(湯の山温泉希望荘入浴予定) 持参。連絡先足立・伊藤・高木 (伊藤 純雄 記)

新年会忘れ物

①レースソックス・男白色ソックス・キャミソール・小型草色布バック(ビニールの袋に) ②ニットマフ(あいこ) 1袋 連絡先 辻井豊子(TEL386-0529)

女性部サークル

音読の会

2月の例会は、5日、7日の出席でした。前半は、漢字のドリルをしました。後半は、先日書店で買求めた「日本の大和言葉(やまとことば)を美しく話す」という本を読みました。「大和言葉」とは、日本固有の言葉です。日本語の単語は三種類あり、他の二つは漢語と外来語です。漢語は中国から入った言葉です。

例、「はじめに」 大和言葉……はじめる 漢語……開始 外来語……スタート 私達はこのように日常的に三種類の日本語を使い分けています。しばらくはこの本を読み進めていこうということになりました。

次回は、3月5日(木) 9時30分、ジェフリーすずか研修室2です。(太田 和美 記)

正美さんのよみ・かき教室

2月は風邪の人や都合の付かない人があり、中止になりました。3月は17日の火曜日です。

この日がよみかき教室の最後になりますので茶話会にしたいと思えます。今まで1度でも参加された方、お待ちしています。みんなでおしゃべりしましょう。

場所はジェフリーすずか食の工房。午後1時30分からです。(中川 信子 記)

花をめぐると

2月26日(木) 岡崎市乙川堰堤の「河津桜」を見に行く計画でしたが、現地に問い合わせた結果、3月中旬頃満開になるとの情報を得ましたので、26日は延期し、仮の計画を3月16日(月)としましたのでお知らせします。(係 林和代 382-4003 記)

かよちゃんの手芸教室

3月24日(火) 午後1時〜4時まで、岡田集会所にて行います。よろしくお願ひします。(山中 加代子 記)

わが母校・県立神戸高校の校歌は、日本国憲法施行から3年後の1950年3月1日に制定されました。大木惇夫作詞のその歌詞は、新憲法のもとに、平和と民主主義の日本をめざす理想を格調高く歌



わたしと憲法

石田 秀二

い上げたもので、68年入学の私はこの詞とメロディが好きになり、今でも全曲を歌うことが出来ます。
1番から4番までの歌い出しのフレーズを、以下に紹介します。

1. 鈴鹿の川にみそぎして

文化の虹を懸くるもの

2. 銀杏の若葉かぐはしく

3. 鼓の旗をかざすもの

4. うまし稲みつむるもの

5. 自由の鐘を秘する緑野に

6. 平和の星を仰ぐもの

7. どうですーいい詞でしょう。

8. 「文化」「民主」「自由」「平和」という憲法のキーワードが、見事に居心地よく座っています。1年生最初の音楽の授業で、前田博先生がこの

校歌と「君が代」の歌詞を

「正しく」教えてくれたこと

も、はつきりと憶えています。

先生方も多くが戦争体験者でした。南方でマリアにかかった後遺症で髪の毛が天然パーマだった地理のO先生、戦車に乗っていたのでやたらに大声だった数学のY先生、鉄砲の名手だったと豪語していた生徒指導のK先生などなど、その個性的な風貌や語り口とともに懐かしく思い出します。

戦後民主教育の中でのびのび育った私たちの世代こそ、憲法を守る中心にならねばと改めて思う今日この頃です。

お元気ですか

組合員訪問インタビュー 第115回

橋詰 圭一さん



な無理な願いも労をいとわず来て直してくれます。

私が敬服する5点。第1は、冷静、沈着、激しないこと。

第2は、体幹のしっかりした、剣士のような正座姿。第3は、パソコン内部のような整然とした仕事部屋。第4は、うまいと唸る、車にやさしい安全運転。第5は、豊富なアイデア、卓抜のだんごのうまさ、裏方の徹し方。文化系には真

パソコントラブルの救急ドクターの橋詰さん。どん

似できない、最良の理系、技術者です。

大阪の工業高校卒業後本田技研鈴鹿製作所に入社、42年間勤め60歳で退社。あの全国的に有名な職場新聞「ワイパー」を24年間編集発行し、本田マ

ンだけでなく、働く人達を励ました。

退職後、「鈴鹿年金者組合」に入り、支部のくらし・福祉部長や副委員長、パソコン教室、また、「九条の会(かずか)」、

生活交通バスをめざす「コミバスをよくなる会」、個人加盟の労働組合「鈴電ユニオン」、

秘密保護法の不成立、不施行廃止を求める「市民の会」、

「鈴鹿革新懇話会」で活動しています。それらの活動のチラシ、新聞、ホームページ、ブログ等の一切を作成、更新に携わって来ました。その質・量に圧倒されます。また、各種催し物の拡声装置・映写装置の扱い係を気安く引き受け

てくれ、完璧にやり遂げています。

今初めて表舞台に出てきました。春の市議会議員選挙の日本共産党の3人目の候補者です。パンフの堅い顔写真はただけなのと言ったら、笑顔の写真が1枚あるとメールしてきました。この欄の写真です。また堅いですが……。

文 勝谷 鐵幸
写真提供 橋詰 圭一

短歌

きらら文芸

虹でたよ呼びに行く間に姿消え一人で感動勿体なくて
立春の月初さえずりの雲雀らも不穏な気配感じているか
藤井美知子

俳句

福は内豆まく夫拾う妻
笑み浮かべ方向定め患方巻
自動車事故現場検証沓え返る
※「沓え返る」寒さがぶり返す(春・季)
ご自慢の婿殿披露女正月
東口正男
梅田全美

川柳

質問に答えなまま好きにする
「聞きたい」に「知らせぬ」ためのNHK
余志嘉壽

第26回年金者組合三重県本部定期大会(鈴鹿支部担当)

3月20日(金) 10時~15時30分
ジェフリーすずか ホール
傍聴希望者は勝谷(387-0383)まで連絡を。

ひとくち広場

「静かに、静かに」 小磯たか子

季節が香る新鮮な空気を吸って、ただ今、新聞配達中。心掛けていることが一つ、「静かに、静かに」である。きつかけは新聞週間の応募作文を読んだからだ。

こんな内容だった。「高齢者が早朝散歩をしていると、新聞配達員が坂道でバイクを押して登ってくる。故障ですかと尋ねると『いや、この坂道の途中のお宅でお年寄り病の床に臥せっておられる。』

こんな朝早くバイクの音で起こしてしまつたら申し訳ないから押している』とのこと。配達員の心遣いに感心した。「私は近隣を自転車で配達しているが、止まってスタンドを立てるとき「ガツチャン」と音がする。そこでスタンドの接地面を古タイヤで包み、金属部が路面に当たらないようにしたら音は消えた。バイクで遠方を配達する彼女も、音を気遣い、速くに止めたバイクから玄関先まで走っているらしい。」

「静かに、静かに」である。

10の十年

羽田 徳子

女性部の「ひろば」がなくなるという寂しい気持ちになつていたのですが、「きらら」にこのような「ひろば」となつて登場すること、嬉しいかぎりです。楽しみです。

いこの間だったと思うのに、もう十年。早いものです。退職してすぐ、辻井さんからお誘いを受けて年金者組合に入りました。同時に医療生協の運営委員になり、「高齢者施設をつくるみんなの会」を立ち上げる仲間に入れていただきました。それからアツチに行ったり旅行をしたり。公民館やたんぼぼでの習い事

今年セントレア開港十周年です。私はその年に退職しました。埋め立てから管制塔が出来上がっていくまでを職場の窓から眺めていたのがつ

津の大門病院7階から海が見える。こんな近くに海が見えるとは知らなかった。部屋の窓からの朝日がまた何とも美しい事。うわーと溜息が出ると共に、つい手を合わせてしまう。

自由のありがたさ 中平恵美子

私は今、一坪足らずのベッドの上が住み家。上げ膳下げ膳、車の替わりに車椅子、自由を奪われた一本足の力ガシです。外出も出来ず、日が長いようで短い、もう一ヶ月を過ぎました。家にいたら独りぼっちですけど、4人部屋で

(5つ)の合間に高齢者施設にボランティアにも行っています。

こんなに充実した日々を過ごせるなんて夢みたいです。毎日が楽しくて病気をする暇もありません。これも皆さんのおかげ。誘つて下さった方々に感謝しています。

これから後十年、今までのようにはいかならないと思いますが、出来るだけ仲間についていこうと思えます。これからも仲良くしてくださいね。よろしくお願ひします。

夜でした。身内の者や友人の方々からは、この際ゆつくり休養したらよいと言ってくれますが、分かっているながらもやっぱり健康で自由に動ける幸福に勝るものは有りません。頑張つてリハビリに取り組みます。

みなさん、新年会は楽しかったですか。自由の時間を大事に動ける内はどこへでも参加して事故や足元にも気をつけて日々楽しく過ごせますように。

国際女性デー三重県集会

3月8日(日) 10時〜12時 サンワーク津

「平和と男女平等の実践70年」おはなし 山田玉世さん
女性部から(澤井順子、辻井豊子、中川信子、中川美代子、宮崎コシ子)

恒例の味噌づくり

- 3月13日(金) 1時〜
- シエフリーすずか 食の工房
 - 赤みそ (10kg) 4000円+塩1kg
 - 白みそ (10kg) 4200円+塩1kg
 - ミックス (10kg) 4000円+塩1kg

各自、湯冷まし1リットル+塩230円出来上がりを入れる容器を持参して下さい。30分づついで出来ます。

百の会(今年80歳になる方も、100歳をめざして)3月の終わり頃に開きます。80歳以上の方に連絡します。

(辻井 豊子 記)

女性部から

支部日誌

- 1月27日(火)「きらら」編集・発行・連絡会
29日(木)鈴鹿社保協幹事会
- 2月4日(水)第10回組織部会(9:30~白子コミセン)
パソコン教室
- 5日(木)音読の会(13:30~)
- 6日(金)第10回執行委員会(13:30~ジェフリー)
- 7日(土)「きらら」編集会議・みえ教育ネットワーク第
10回教育研究集会(10時~河芸公民館)
- 9日(月)2014新年会(10時~社会福祉センター)
- 11日(水)カラオケの会・どんがめ「諾炬羅山」
2.11建国記念の日を考える集い
- 13日(金)女性部世話役会
- 18日(水)温泉の会 一志温泉「しらすぎの湯」
グランドゴルフ・パソコン教室
- 19日(木)確定申告税金相談会(9~12時)
正美さんのよみかき教室
- 20日(金)確定申告税金相談会(9~16時)
卓球の会
- 21日(土)誕生会(12~2月生まれ)
山歩会松阪「堀坂山」「観音山」周回
- 24日(火)東海ブロック支部交流集会(名古屋)
かよちゃんの手芸教室
- 25日(水)「きらら」編集・発行・連絡会
- 27日(金)確定申告税金相談会(9~16時)
- 3月4日(水)第11回組織部会(9:30~白子コミセン)
- 5日(木)音読の会
- 6日(金)第11回執行委員会(13:30~ジェフリー)
安倍暴走ストップ 白子駅前アクション
- 7日(土)「きらら」編集会議
- 8日(日)国際女性デー三重県集会
原発さよなら原発パレード(津)
- 11日(水)カラオケの会
- 12日(木)鈴亀地区重税反対集会・パレード
- 13日(金)どんがめ「菰野富士」
- 13・14日(金・土)映画「A2-B-C」上映会
- 16日(月)花めぐる会「河津桜」(岡崎市)
- 17日(火)正美さんのよみかき教室
- 18日(水)グランドゴルフ
- 20日(金)第26回三重県年金者組合定期大会
- 23日(月)温泉の会「いいたか温泉」(松阪市)
- 24日(火)かよちゃんの手芸教室・卓球の会
- 25日(水)「きらら」編集・発行・連絡会
- 4月28日(火)第19回鈴鹿支部定期総会(ジェフリー)

わたしのレシピ

材料 (2人分) 豚角切り肉150g 玉ねぎ中1ヶ(4つ切り) 人参中1ヶ(大きめ乱切り) キャベツ1/4(芯を付けて半分に切る) ジャガ芋中2ヶ(大きめ乱切り) ニンニク1片

ポトフ(風邪予防には、栄養丸ごと食べるスープ類)

(田中 美代子)

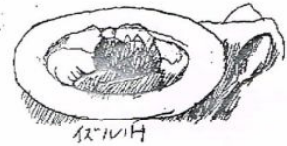


イラスト 樋口 出

- 作り方**
- ①油小1でつぶしたニンニクのかおりを出す。
 - ②豚肉を炒める。
 - ③水600ccを加え、あくを取りコトコト煮る。
 - ④塩、コショウ少々で味を調える。
 - ⑤器に盛ったら出来上がり。好みでマスタード又はカレー粉を振っても美味しいよ!!

催し物案内

- ① 安倍暴走ストップ白子駅前アクション
3月6日(金) 17時30分~6時30分
近鉄白子駅周辺 リレートーク・プラカードアピール・署名・チラシ配り等
- ② 3・8さよなら原発パレード
3月8日(日) 13時~ お城西公園
集会・パレード
- ③ 3・12鈴亀地区重税反対集会・パレード
3月12日(木) 12時30分~15時30分
鈴鹿市民会館ホール↓鈴鹿税務署
- ④ 映画「A2-B-C」上映会
3月13日(金) 19時~
3月14日(土) 14時~
チケット 前売り500円当日700円
4年目を迎え必見の映画!フクシマで生きる子ども達に、今何が起きているのか。
主催 「九条の会すずか」

サークル掲示板

サークル名	サークル連絡先	次回例会
パソコン教室	樋口 公允 (TEL 387-3541)	3月4・18日(水)13:00~白子コミセン
山歩会	前田 純 (TEL 374-4596)	3月9日(水)美杉「尼ヶ岳」
どんがめグループ	足立 房枝 (TEL 374-3174)	3月13日(金)「菰野富士」入浴の準備
温泉めぐる会	辻井 良和 (TEL 386-0529)	3月23日(月)松阪「いいたか温泉」
グランドゴルフ	松田 二郎 (TEL 374-3134)	3月18日(水)9:00~フラワーパーク(雨天3月20日)
カラオケを楽しむ会	熊給 富子 (TEL 388-1380) 佐藤 晴衣 (TEL 378-6433)	3月11日(第2水)11:00~16:00 ジャパコカ中央店 (会費 300円 お昼は各自で)
卓球を楽しもう	桑原 篤 (TEL 374-2894)	3月24日(火)13:30~白子コミセン2Fホール
女性部サークル		
花をめぐる会	林 和代 (TEL 382-4003)	3月16日岡崎市「河津桜」
音読の会	太田 和美 (TEL 383-4545)	3月5日(木)9:30~ジェフリーすずか
映画の会	辻井 豊子 (TEL 386-0529)	3・4月休み。
かよちゃんの手芸教室	山中加代子 (TEL 383-4140)	3月24日(火)13時~岡田集会所
正美さんのよみかき教室	中川 信子 (TEL 388-0427)	3月17日(金)13時30分~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。」