

# 支部だより

## お正月の手作り一品料理教室

### みなで賑やかに調理実習

高石ブロッコ



調理後の試食会

## 5つの趣味の班と 5つの地域班

泉ヶ丘西支部

泉ヶ丘西支部には、5つの趣味の班(おしゃべり、映画鑑賞、セラバンド、ウォーキング、温泉めぐり)と

1キング、温泉めぐり)と5つの地域班(宮山台に3つ、竹城台に2つ)があります。竹城台の駅前班は昨年11月に誕生しました。実は自宅を提供されていた、川柳班の班長さんが心筋梗塞で急死された後、たとえ4・5人でも集まって地域班として継続させたいという、残った全員の熱い思いから誕生しました。

地域班は、5班とも3カ月に1回、会員宅で様々なテーマで班会を行い、趣味の班はウォーキングは月2回、温泉めぐりは3カ月に1回、あとは月1回定期的に楽しんでいきます。その他にも年1回のバスツアー、集団健診、医療学習会、協力



月一回 セラバンド&エアロビクスで筋トレしています



ひばり班...「車窓の旅」小学校の遠足みたいにおはしゃぎ♪

者懇親会を行っています。また泉北ニュータウンの他の団体と協力しての、「さよなら原発泉北ニュータウン」春の平和パレ

ード「夏の網の目平和行進」も定着してきています。今後は他支部との交流や街づくりなどにも目を向けていきたいと思えます。(大槻 洋子)



人形供養で有名な淡島神社

### ①紅白寒天



②なますとカニかま入りサラダ

今回は「ありきたりのものではなく、少し目先の変わったものを」とのことです。メニューは、①紅白寒天、②なますとカニかま入りサラダです。

みなで、「ありきたりのものではなく、少し目先の変わったものを」とのことです。メニューは、①紅白寒天、②なますとカニかま入りサラダです。

①紅白寒天は簡単に出来て、お重に入れた時も見栄えがします。型抜きをして中を入れ替えたり、

その後試食をしながら、年末年始の食生活のアドバイスをいただき、おせちは塩分が多いので、注意してください。お餅の食べ過ぎとアルコールの飲みすぎには、特に注意が必要と肝に銘じ、料理教室を終えました。(鞍田 康子)

バスはさらに南下して、最後の目的地黒潮市場へ。めいめいお買い物を楽しみました。帰りのバスではビンゴ大会で大いに盛り上がりました。(亀井 明子)

## 加太・淡島神社を訪ねて 海の幸と温泉を楽しむ

鳳ブロッコ



加太の国民休暇村前で

鳳支部恒例のバスツアーは、12月7日(日)に48人の参加で、加太・淡島神社を訪ねました。毎年好評で、今回もすぐに定員いっぱい、晴天にも恵まれました。

鳳支部恒例のバスツアーは、12月7日(日)に48人の参加で、加太・淡島神社を訪ねました。毎年好評で、今回もすぐに定員いっぱい、晴天にも恵まれました。

9条を守って下さい  
西区鳳中町  
田中トシ子(85歳)  
敗戦後70年目の年を迎えて戦争は絶対にイヤです。家を焼かれました。その時15歳の私は、前途がなくなりまったく別な人生を送ることになりました。9条を守って下さい。原発の再稼働も絶対反対です。



黒田 文江

楽しい人生  
高野 純  
昨年から年金を受け取りちよつとはリッチになるかなと思つたけど、医療費や物価などが高くて、フーフー言ってます。

フーフー言ってます  
西区鳳南町  
野間多絵子(65歳)  
先日、肺炎の予防注射を受けました。初めての予防注射だったので少し緊張しましたが、これからは色々な予防注射を受けて行こうと思ひました。70歳は一つの区切りと考えました。

2015年スタート  
北区東浅香山町  
稲井由香子(42歳)  
2015年がスタートしました。インフルエンザが周囲では流行しているようです。元気に1年過ごしたいものです。

先日鳥越氏の講演会に出席させて頂きとても分かりやすく楽しく拝聴させて頂きました。今後医療・経済・政治などの企画を設けて頂きたいと願います。



平石 米子