

飛翔

発行責任者
平塚MAC
池田忠宏



平塚MAC料理を楽しむ会

アスパラの肉巻きは酒に合う一品

駿河産の桜えびを使った贅沢なかき揚げ

七月十五日平塚市中央公民館調理室に於いて、平塚MACの料理を楽しむ会が十三名の参加で行なわれまし

た。講師は専任の「平塚市食生活改善推進団体ママの会」の平林弘子先生と滝口千賀子先生でした。平林先生も滝口先生もみなさん馴染みで、レシピに沿った説明もいつものように、笑いのあ

る楽しい説明でした。今回始めて参加された人

もいて、平塚MACに入会した動機は料理を覚えることだと言うことでした。今回のメニューは四品で先ず副菜の「コールスロー」から取り掛かったのですが、始めて聞く言葉に「どうい

う意味か」との質問があり、測定結果はみなさん合格でした。

続いて「長ネギとトーフの味噌汁」に取り掛かりました。味噌汁は塩分濃度を測定するため、総てを正確に軽量しなければなりません

今年度第四回パークゴルフの会が、梅雨の晴れ間となった七月三日に行なわれました。

九時半に集合した参加者八名の方がくじ引きで二組に分かれ、昼食を挟んで前半と後半十八ホールずつ、炎天下で熱戦を繰り返しました。

二名の方がホールインワンを達成するなど大いに盛り上がって、一時頃に解散となりました。

私は第二回からの参加で、全くの初心者でしたが、メンバーの方々が優しくアドバイスをしてくださって、スコアはともかく冷や汗を流しながらも楽しませていただいた

もありましたが、フライパンで焼き、酒を振り掛ける

と、何とも言えない香ばしい匂いが漂いました。味は何と言ってもお酒に良く合う一品でした。

平塚MACサロン

自慢の喉を震わせ合い大いに盛り上がる

昨年七月から休止していたサロン会を、十一月振りの六月三十日に明石町の「ピジョン」で実施しました。たこともあり、最初は各々の近況報告、特にお互いの健康状態のやりとりから始まり

ています。運動靴と弁当さえ用意すれば、用具等は無料です。運動靴と弁当さえ用意すれば、用具等は無料です。

パークゴルフの会に参加して

パークゴルフの会に参加して、自分自身の健康と都合に合わせた自由に行事に参加して、

山崎章生 記

当面のスケジュール

- 9月4日(月) パークゴルフの会
- 9月5日(火) グルメの会
- 9月7日(木) パソコン勉強会
- 9月18日(月) MACうた仲間
- 9月21日(木) パソコン勉強会
- 9月の囲碁を楽しむ会(金) 1日・8日・15日・22日

次号の発行日は九月二十一日休です。お楽しみに

裏面へ続く

ひろば 人生至る処に仲間あり 男の講座で波に乗る

伊藤孔三

ライフワークは選挙啓発

わが老後のライフワークは公選法の選挙啓発と決めてスタートをした。退職金を老後の基金と葬式代と国内外旅費に大別し、古風な

「よい社会みんなで選ぶよ選挙」の夢を描いていたころ、平塚市主催の「男の講座パージョンアップ」に

平塚市主催の男の講座に参加

「開校式・仲間と学ぼう」で始まり、最終8回目は「これがスタート・閉校式」内容は男女共同参画社会基本法に基づく男女像や社会性に踏み込んだものであり、そこから市民自助・

初仕事は市長への手紙

ライフワークの初仕事は市長への手紙で「投票率日本一」を提案し、平塚市明推協会員となり選挙制度の本流を学びながら、投票所一番乗りを続け、家族を選挙標語づくり常連に育て、

多く市民気質を体感しながら、さらに「平塚市自治基本条例」づくりを志望した。30回以上にわたり、理路整然と討論した市民委員の顔ぶれは忘れがたい。国勢調査員も三期勤めた。あの頃のレポートは生涯の財産になった。

今後も選挙道の

初志を貫く覚悟

委員等の75才定年後も選挙啓発は続け、新設された平塚市元気応援会員研修を受け介護施設へボランティアとして奉仕。学校困窮指導員（日本棋院）の資格を取り、囲碁のまち平塚の公民館や小学校などで指導を続けている。

MACへ入会して

視界が広がる

平塚MACへ入会してから視界が広がり一変した。最初は仕事以上に気疲れし

視力・聴力・体力が衰え、19時を門限にしてからは「会員と共に学ぶ」と体力にやさしいパークゴルフだ。けにしたが、いつも新会員の話に聴き入ると退職当時の夢が甦る。

育園へ通う児童、園児、をみかけては、「こんにち」は」と率先挨拶を交わし、仲間の和を老若男女に広げるなどパージョンアップに努めてきた。

しかしよる年波には克てない。マイカーの廃車を平成30年と決め、同時に免許証を返納する誓約書を書いた。しかし基本的な人権や選挙権の返納はできない。そこで前向きに「よく選び確り投票この一票」の初志を貫く基本の「選挙寿命」の維持に努め、日ごと世界中の情報を仕分けし選挙力を鍛え、選挙を棄権する投票所難民を啓発しながら投票所一番乗りを続ける決意に変わりはない。

「飛翔よ、いつまでも友でありたい」と願う。