海と神様と観音様と大仏様とお稲荷さんと弁天様
新春鎌倉ハイキングに32人が参加

毎年恒例の鎌倉ハイキングを1月10日(日)に行いました。鎌倉駅から由比ヶ浜に向かい、海沿いを歩いて御霊（ごりょう）神社、長谷観音、高徳院の大仏と回り鎌倉駅に戻るコースと、途中で別れて佐助稲荷から銭洗い弁天までを歩くコースでした。

１年のはじまりのハイキングで記念撮影

のどかな景色に溶け込んで、今年はゲームも

由比ヶ浜では、「自己紹介ゲーム」を行い、参加者同士の交流をはかりました。鎌倉ハイキングやウォークラリー常連の方もいて、和気あいあいとした雰囲気で楽しいひとときを過ごしました。サーフィンを楽しむ人びとやのんびり散歩を楽しむカップルなど、新春ののどかな風景の中、しばらく浜辺を歩いて御霊神社に向かいました。

鎌倉を一望　りすと山道

長谷観音では、展望台からの眺めがすばらしく、鎌倉の街や由比ヶ浜とその向こうの太平洋を一望できました。高徳院では、境内の巨木にリスの姿を見ることができました。健脚コースでは佐助稲荷の赤い鳥居の並ぶ階段を上り、さらに険しい山道をしばらく登って大仏山ハイキングコースに出ました。

長谷寺のかわいいお地蔵さん

ご利益あるかな

最後に銭洗い弁天に寄りましたが、やはり新年です。ご利益頼みの人また人という感じで、洗い場（？）の洞窟の前は長蛇の列でした。「来ただけでもちょっとはご利益あるかも」などと都合の良いことを思いながら、銭は洗わずに駅までの道を帰って来ました。

鳥居のすぐそばを江ノ電が走ります

自然と歴史を満喫できる

鎌倉は山や海といった自然に囲まれているばかりでなく、寺社仏閣や史跡など人びとの暮らしが綿々と受け継がれて来た歴史ある街です。訪れるたびに新しい魅力を発見することができます。新春というのんびりとした時間の中で、楽しむコースを来年も考えて皆さんのご参加をお待ちしています。（事務局）

組合員さんの声

●たまご通信がとても助かっています。切り抜いて使用しています。（72歳女性）

●今年、1児の母になります。たまご通信を参考に栄養を摂って過ごしたいです。（31歳女性）

●健康まつりで初めて城南保健生協を知りました。高齢者多々の社会、今後ずっと区民の健康管理のためにも活躍していただけるよう希望します。（68歳女性）

●毎月楽しみにしています。「たまご通信」のレシピ勉強になります。（35歳女性）

●三ツ木診療所、三ツ木診療所歯科のすばらしい看護で母がたいへんお世話になり感謝申し上げます。地元で安心して生活できます。（71歳女性）

・「腹八分」いつも楽しみにしています。話題が豊富なところがお気に入りです。（64歳男性）

●「城南の保健」はさまざまな取り組みや情報を伝えてくださり、活動内容がよくわかります。私たちが安心して受けられる医療制度になるようできることをいっしょに行動していきたいと思います。（64歳女性）

●健康や医療のことなど、いろいろ勉強になります。これからもいろいろな記事を書いてください。（67歳男性）

組合員の園加代子さんが画集を出版しました

「たたかいと旅の画集」

不当にも逮捕され、１０年間たたかい続けた裁判の記録をはじめ、波乱の半生を歩んだ一瞬一瞬を切り取った作品集です。

体裁：Ａ４判横とじ・カラー８０ページ

頒価：**2,800円**

企画・制作
日本国民救援会大田支部　園加代子画集編集委員会
ご注文は生協本部へ
3762－0266

「よろず（なんでも）相談」無料

どんな相談でもできます。弁護士の相談も受けられます。

【品川】　毎週火曜日と木曜日　10時～12時
場所は　ゆたか診療所３階応接室（品川区豊町4－18－21）
相談　　火：植田栄一（城南保健生協理事長）
担当は　　木：橋本雪子（ゆたか訪問看護ステーション看護師）
●法律相談は月２回。
担当は串山弁護士と富沢弁護士（五反田法律事務所）。
できるだけ電話予約を（3781－4723　ゆたか診療所）。
第１水曜日　13時30分～15時30分
第３月曜日　10時～12時

【大田】　月曜～土曜の　10時～12時
場所は　大森中診療所１階（大田区大森中1－22－2）
相談担当は
月：宮田冨美男（社会保険労務士）
火：前沢淑子（生協常務理事・中央社保協事務局次長）
水：村松　茂（生協常務理事）
木：色部　祐（生協常務理事・社会保険労務士）
金：大田病院医療相談室・介護保険室
土：清水　洋（元大田病院事務長）
●法律相談は月３回。
担当は佐藤弁護士と早瀬弁護士（東京南部法律事務所）。
できるだけ電話予約を（6404－2301　大森中診療所）。
第１水曜　13時～15時　第３土曜　10時～12時
第４水曜　13時～15時

「成年後見専門相談」《無料》

ご家族のどなたかが認知症になったことで、お金の管理等に困っていませんか？　司法書士（専門職後見人）が相談にのります。

場所　大森中診療所１階　よろず相談コーナー
毎月　第２水曜日　13時～15時（3月9日・4月13日・5月11日）
●できるだけ予約をお願いします。（3762-0266 担当：横山まで）

健康づくりの知識と技能が身につく「保健教室」のご案内

【受講料】全６講座　3,000円（非組合員は4,000円）
１科目　600円（非組合員800円）
【定員】20名
【会場】うのき診療所２階デイケア室　大田区鵜の木3-13-10
【時間】14時～16時
【保健教室の日程・内容】
３月19日(土)　自分でできる！健康チェック
４月９日(土)　「がん」と向き合う…
４月23日(土)　食べ物と健康
４月30日(土)　歯は健康の窓口
５月14日(土)　生活習慣と糖尿病
５月21日(土)　認知症の予防と対応の仕方

＊科目の順番を変更する場合があります。

急募

大田病院　病棟　看護助手

職種　看護助手
時給　１，２００円
年齢　６０歳まで
週５日程度勤務できる方
勤務時間
１．８時３０分～１６時３０分
２．１２時３０分～２０時３０分
３．７時～１５時
シフト制　各休憩１時間
内容　一般病棟での患者様のケア介助および看護補助業務。
未経験者歓迎。病院での専門的な看護補助業務を経験し、将来は介護関係の道にも進めます。
お問合せは　大田病院看護部
佐藤まで　３７６２－０２６６