支部だより

鵜の木・雪谷支部 おいしくてためになる健康食事班会

9月9日㈯に、鵜の木・雪谷支部主催の健康食事班会を行いました。2カ月に1回うのき診療所の2階で開催しています。

毎回、健康によい料理をお出ししますが、今回は動脈硬化予防の食事ということで、所長の澤浦先生をはじめ、組合員の戸賀瀬さん、工藤理事、大森看護師長が料理を作ってくれました。参加は23人で、過去最大の人数で大盛況でした。

澤浦先生の講義も聞きます

組合員さんからは「楽しい」「もっと開催して欲しい」「また呼んでください」とうれしい声。次回は11月に開催予定です。詳しくは〝うのきだより〟や診療所の掲示板などでお知らせします。おいしくてためになる班会ですよ。皆さんのご参加、お待ちしております。

なお、会場の都合で定員がありますので、参加ご希望の方は、うのき診療所（3750−5351）まで事前予約をお願いします。

大森西・北・蒲田支部 「こらぼ大森夏まつり」で健康チェック！

今年も「こらぼ大森夏まつり」が、8月20日㈰に開催されました。舞台では、子どもたちによるロックソーランの踊りがあり、模擬店には産直野菜、やきそば、唐揚げなどの販売、親子で昔遊び、輪投げ、などのさまざまな企画が行われ、子どもさんから高齢者の方まで多くの人で賑わいました。

今年は外で健康チェック

こらぼ大森では、大森西の組合員が中心になって、配食サービスを行っているので、この日も健康チェックのコーナーを出しました。幸い、それほど暑くもなく、雨も降らず、という天候の中で55人の方がチェックを受けてくれました。

もうすぐ開催　ただいま準備中です

模擬店出店・舞台出演者募集中！

豪華な景品が当たる福引付き賛助券は１枚200円

第33回　大田・品川健康まつり

日時　**10月29日(日)** 10時30分～ 15時

場所　**戸越公園**（品川区・東急大井町線　戸越公園駅または下神明駅下車　各徒歩７分）

今年で33回目の大田・品川健康まつりは、品川区の戸越公園で開催です。

現在、健康まつり実行委員会でさまざまな企画を検討中です。もちろん、組合員さんや各団体の模擬店、健康チェックコーナー、舞台でのパフォーマンス、南部生協の生産者直送の農産物や加工品の販売もあります。

舞台出演者・模擬店の出店など募集中ですので、実行委員会までお問い合わせください（3762−0266 生協本部内）。

そして、健康まつりを支える、福引付き賛助券は１枚200円です。生協本部やヘルパーステーションすずらん、城南福祉医療協会の各診療所や訪問看護ステーション、城南医薬保健協働の薬局などで取り扱っています。

賛助券は、５枚連番で買えば、必ず当たります。賛助券のご購入にぜひご協力ください。

組合員さんの声

●長い間、歯科に行っていません。治療が必要だったら、痛いのでイヤだな…と思うと、なかなか検診に行く決心がつきません。でも、行かなきゃ…と思いつつ…う～んどうしよう。（51歳・女性）

●健康、食事、認知症についてわかりやすい紙面が役立ちます。（67歳・女性）

●源頼朝が歯周病だったと初めて知りました。歯周病がもとで亡くなったとは…。口腔ケア、大切ですね。（62歳・女性）

●熱中症の記事にこむら返りがありました。夜中寝返りをしたり、下肢を上げると激痛が走ります。脱水症ですね…。気をつけます。（61歳・女性）

●憲法施行70年企画、伊藤弁護士の講演を聞きに行きました。内容の密度が高く、理解するのが大変。でも、憲法の大切さ、よ～くわかりました。松元ヒロさんは「憲法くん」が身体全体で平和の尊さを表現…。世界に誇れる日本の憲法を持つ、ともっと多くの人に知ってほしいと思います。（77歳・女性）

●安倍首相は「国民の命と財産を守る」と口では言うが、行動はまったくなっていない。まさにウソツキである。北朝鮮のミサイル発射に対して、対話でなく武力で圧力をかける。これの予算の多さにびっくり。沖縄の新基地建設も住民無視。福祉切り下げ、どうやって生活してよいものか、貧困者が増えるのみ。大ウソツキが総理だ。（74歳・女性）

●「うたカフェ」にときどき参加させていただき、楽しんでおります。何も考えずになつかしい歌をうたう。とっても幸せですね。申し込みもせずに出入りも自由ですし、なんて参加しやすいんでしょう。費用も安いし、スタッフの方々の熱意が伝わってきます。（78歳・女性）

●「オレンジカフェ六郷」に3回出席し、とても楽しく過ごしました。（80歳・女性）

●パズルを解いて正解とわかった時はとてもうれしいです。「たまご通信」の記事は毎度参考になります。（86歳・女性）

健康ウォークラリーのお知らせ

テーマ「田園調布　銀杏並木ウォーク」

これまで健康ウォークラリーは、大田区・品川区の七福神めぐりシリーズを行ってきました。今年の春で全コースをめぐりました。

今回のウォークラリーは田園調布の銀杏並木ウォークです。田園調布駅の西口から放射状に広がる並木道から多摩川台公園をめざします。距離は３㎞程度なので、お弁当は必要ありません。健康のために楽しくいっしょに歩きませんか？

開催日　**12月2日(土)**　雨天決行
（雨天の場合はコース短縮あり）

集　合　**田園調布駅改札前**　午前９時
（東急目黒線・東横線、生協の緑の旗が目印です）

参加費　**500円**（資料代・保険料）

お申し込み　生協本部まで　TEL 3762−0266
FAX 3762−0239

去年は多摩川七福神でした

「よろず（なんでも）相談」 無料

どんな相談でも、弁護士の相談も受けられます

【品川】　毎週　火曜と木曜　10時～ 12時
場所　ゆたか診療所　3階応接室
●法律相談は月２回
第１水曜日　13時30分～ 15時30分
第３月曜日　10時～ 12時
（できるだけ電話予約を　3781-4723）

【大田】　月曜～土曜 10時～ 12時（ただし第3土曜日は法律相談のみ）
場所　大森中診療所１階
●法律相談は月３回
第１水曜　13時～ 15時
第３土曜　10時～ 12時
第４水曜　13時～ 15時
（できるだけ電話予約を　6404-2301）

「成年後見専門相談」《無料》

ご家族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（10月11日・11月8日）

（できるだけ予約を 3762-0266 担当：横山まで）

「こども食堂」やっています

毎月１回、みんなで楽しく手づくりごはんを食べています。歌やマジックなどもやっていますよ。ちょっとのぞきにきてください。

次回は　**10月20日㈮** 午後5時30分～7時
（途中入室、途中退出大丈夫です）

- 場所　大甚コーポ301号室（大田病院の向かいの建物）
- 誰でも参加できます
- 大森東周辺で「こども食堂」として場所を貸していただける方を探しています
- 詳しくは　生協本部　3762−0266　横山まで

第８回 うたカフェのご案内

日時：**10月16日㈪**　13時～ 15時

会場：橋本ビル３階 **ギャラリー橋本**
（大田区西蒲田8-3-6）
ＪＲ蒲田駅南口より徒歩３分

参加費：**200円**（お茶・お菓子代）

定員は会場（消防法）の関係で先着60名までとなります。

ヘルパーステーション グループホーム で働く仲間募集！

城南保健生活協同組合は、地域に根付いた医療生協です。誰もが安心して住み続けられるまちづくり運動を行う中で、ヘルパーステーションやグループホームの運営も行っています。ぜひ、ご一緒に働いてみませんか？

☆非常勤職員

＊職　種　介護ヘルパー
＊資　格
ヘルパー２級、または介護福祉士の資格をお持ちの方
＊勤務地
「グループホーム虹の家しおかぜ（大田区大森東）」
「グループホーム虹の家みちづか（大田区新蒲田）」
「ヘルパーステーションすずらん（大田区大森中、馬込、品川区豊町）」
＊毎日働きたい、週３日くらい働きたい、宿直で働きたい、土日に働きたいなど、ご相談ください。
＊時給　ヘルパーステーションは1,350円以上
グループホームは1,050円以上（無資格でも可）
＊ボランティアでお手伝いできる方も大歓迎です

お問い合わせは　城南保健生活協同組合　担当：横山まで
〒143-0012　大田区大森東4-6-15-101　TEL03-3762-0266