

第30回 パズル

イラスト
佐藤 愛〇〇〇〇の
秋桜が秋の日の

夏が過ぎ 〇〇あざみ



〇〇〇〇 〇〇の夜

どんぐりころころ
〇〇〇〇〇

解き方は、イラスト横の色網のかかったワクの文字を並べると、ある言葉になります。それが答えです。今回は秋の歌の歌いだしです。答えのヒントは

「苦労しないで得ても、身につかない」

答えがわかったら、ハガキに答えを書いてご応募ください。正解者の中から抽選で5名様に図書カードを贈呈します。なおハガキの余白に簡単なお便りを書いていただければ幸いです。当選者のお名前を紙面で紹介しますので、匿名希望の方はその旨明記してください。ご応募、お待ちしております。

【応募方法】ハガキに答え、住所・氏名・年齢をご記入の上、下記へお送りください。

〒143-0012 大田区大森東4-6-15-101
サンマンション
城南保健生協編集部まで

【必切り】2021年10月8日(金)

前回の答え かかあでんか

当選者(応募数19) 小森真智子・高島ノブ・土屋裕子・
船森照久・元橋昌子

組合員さんの声

・「城南の保健」ありがとうございます。健康へのアドバイス等内容が豊富で参考になります。今回の記事では、新入看護職員の皆さんの夜間勤務に思いをはせたり、研修医の永井医師の「地域レポート」のフレッシュで、地域の実態から生活習慣病を減らそうとする取り組みが印象に残りました。(女性)

・これから本格的な暑さになってきます。水分をしっかり摂って乗り切りましょう。(41歳・女性)

・最近散歩不足のため「まち歩き」に参加したいと思っています。(72歳・男性)

・「大田歯科だより」で徳川14代將軍家茂の虫歯ですが、家族で入院を繰り返していた者が先日すごい虫歯で大田歯科を受診。先生の努力で病院で体が動く治療の大変な患者が入れ歯

健康ウォークラリーのお知らせ

テーマ「大田の島巡り 平和島駅～各島～大森町駅」

恒例の健康ウォークラリー、今年は平和島から東海、城南島、京浜島、昭和島を通り、生協本部、大田病院を横目に見ながら、大森町駅という予定のコースで約9km程度を歩きます。距離が長いので途中の公園で昼食時間を取ります。お弁当をご持参ください。

普段は行くことがない島巡りを一緒に歩いてみませんか？

お申し込み 生協本部まで

電話 03-3762-0266 FAX 03-3762-0239

開催日 12月11日(土) 小雨決行(コース短縮あり)

集合 平和島駅改札前 午前9時(解散は14時頃を予定しています)
(京浜急行線 生協の緑の旗が目印です)

参加費 500円(資料代・保険料)



第15回わくわくヘルスチャレンジ 開催

10月1日～11月30日

健康な生活習慣のために！
詳しくはチラシをご覧ください。



「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)

法律相談は月2回(要電話予約 03-3781-4723 ゆたか診療所)

担当は、串山弁護士と富沢弁護士(五反田法律事務所)

第1水曜日 13時30分～15時30分 第3月曜日 13時～15時

【大田】月曜日～金曜日 10時～12時

場所は大森中診療所6階 聴力検査④(大田区大森中1-22-2)

毎月第4土曜日 14時～15時半 場所は大森中診療所1階

法律相談は月2回(要電話予約 03-6404-2301 大森中診療所)

相談担当は、佐藤弁護士と早瀬弁護士(東京南部法律事務所)

第1・第4水曜日 13時～15時 会場は大森中診療所6階 小児科②

お薬相談(相談担当は大森薬局薬剤師)と歯科相談(相談担当は大田歯科医師)は、まずお電話を(03-3762-0266 城南保健生協・横山まで)。相談日と時間を調整いたします。

「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6階 小児科②

毎月 第2水曜日 13時～15時

(要電話予約 03-3762-0266 城南保健生協・横山まで)

で食べられるようになりましたが、その際なんでもこのようになるまで痛がりもしなかった原因がこの記事でよくわかりました。また入院していますが、幸いにも口腔ケアを実施していただいています。なんでも痛いのはイヤですが、痛くないのはこわいものです。(女性)

・「亭主閑白」も「かかあ天下」もあまり聞かなくなってきたような気がします。やや昭和レトロな感じでしょうか。(55歳・女性)



商店街をめぐりました

参加者は11名で約5km歩きました。途中で参加していた生協の役員さんから和菓子の差し入れをいただき、みなでおいしくいただきました。

3回目のまち歩きの会は、8月4日(水)に行いました。参加者は16名で猛暑の中のウォー

キングとなりました。今回は等々力駅に集合し、等々力渓谷を通り川沿いを歩き、多摩川駅までの約4kmのコースを休憩多めで歩きました。

次回は9月1日(水)大岡山駅集合で清水窪湧水に行く予定です。お楽しみに。

2回目のまち歩きの会は、7月7日(水)の日に開催となりました。雨が心配されましたが、歩きはじめ直前にすっかりやみ、蒸し暑い中のウォーキングとなりました。

今回は戸越公園駅を出発して、戸越公園を散策、戸越銀座商店街・パルム商店街・中延スキップロードを抜けて中延駅解散というコースでした。



等々力渓谷で記念撮影

「月1ウォーキング・まち歩きの会」

毎月1回、心と体の健康のため楽しく歩いてみませんか？

- ・歩くコースは大田区か品川区のどこかです…。どこを歩くかは当日までのお楽しみ。参加者が通りたい場所を現地で募集。
 - ・開催日時は毎月第1水曜日 10時～12時
 - ・集合／解散場所は本紙で随時お知らせします。
 - ・参加費100円(行事保険料など)／健康シールカードを進呈 生協本部まで 03-3762-0266(受付は月曜～金曜9時～17時)
- 注：感染防止のため当日は必ずマスクの着用をお願いします。

「まち歩きの会」日程

第5回 六郷地域巡り

10月6日 京浜急行線六郷土手駅(集合)～京急蒲田駅(解散)

第6回 さやま緑道ウォーク

11月3日 東急大井町線緑が丘駅(集合)～東急大井町線九品仏駅(解散)

※12月以降の詳細は次号で掲載します。