

健康ウォークラリーのお知らせ

六郷用水完全制覇シリーズ第3弾!

テーマ「六郷用水 北前堀～南前堀」～東急「矢口の渡」駅から蒲田・糀谷往復～

六郷用水を訪ねるウォーキング、いよいよシリーズ最終回。今回は北前堀～南前堀(蒲田・糀谷方面)を歩きます(全体で3時間程度。お弁当は必要ありません)。

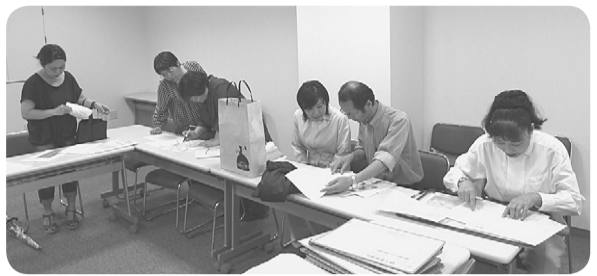
開催日時 6月2日(日) 午前9時集合
雨天決行(雨天の場合はコース短縮の場合もあります)

集合場所 東急多摩川線 矢口の渡駅
蒲田方面出入り口(環8側)を出たところ

参加費 500円(資料代・保険料)

参加賞として「完歩証つき特製オリジナルガイドブック」を差し上げます

申し込み 生協本部まで(5月24日まで)
TEL 3762-0266
FAX 3762-0239



出発前の打ち合わせ

今年も「お元気ですか訪問」を行います

一緒に組合員訪問に
参加しませんか!?

今年で3回目となります。城南保健生協組合員と城南三法人の職員が、みなさんのお宅を訪問し、簡単なアンケートを行います。65歳以上の方や一人暮らしの方、イザという時の不安があるという方には「救急・医療情報キット」をお渡しします。「お元気ですか?」「医療や介護のことでお困りのことはありませんか?」。安心して住み続けられるまちづく

六郷支部で健康講座

3月30日(土)、京浜診療所で所長の今井医師を講師に行いました。

テーマは「健診の話」。結果表の見方や判定の数値について、お話いただきました。気さくな今井所長の人柄に触れるとともに、定期的に健診を受ける大切さがよくわかりました。参加者は26人でした。

講座に先立ち、三上看護師長による血圧や体脂肪の測定も行いました。特定健診や長寿健診は、診療所で受けられるのでお気軽にお越しください。



大田病院 調理員募集!

非常勤調理員(洗浄・配膳・調理補助)

年齢 60歳迄 *経験不問
勤務形態 ① 9:00~15:00
② 13:00~19:00
③ 14:30~20:30

上記①②③のシフト制(休憩1時間)
勤務地 大田病院栄養科
給与 時給1,000円~

履歴書(写真付)を下記までお送りください
〒143-0012 大田区大森東4-4-14
大田病院 担当:事務長 入部
TEL 3762-8421

たまご通信 その3

葉酸モリモリ

星野弘子

(女子栄養大学 食生活指導士1級)

どなたにも嫌いな食べ物がある。つやとつはあることと思う。実は私も、肉と魚が苦手だ。生まれ育った町に魚屋も精肉店もなく、食べる習慣が身につかなかった。そんな訳で今でも忙しい時に、メインディッシュを作り忘れたりする。

濃い青菜とレバーに多く含まれている。食卓を整える時は、主食の穀物、タンパク質の野菜、野菜料理の副菜の3品は必須だが、もう1つ、野菜の副菜と主菜への付け合わせ野菜も忘れずに。

野菜は、下処理に手間がかかり、忙しい生活の人には使いにくいので、ゆとりのある日にまとめて買い、固めに茹で、水分をしぼり、切らずに保存しよう。ジップバックに空気を抜きながら入れ、取り出す時は、使わない分には触らないように。3、4日は冷蔵でき。

「介護、こんな時どうしたらいいの?」

講師 榎田政代さん

(ケアマネジャー・居宅介護支援事業所ヘルパーステーションすずらん所長)

家族の介護をしている...、将来介護をしなければならなくなるかもしれない...、そんな方たちへ、介護の現場での経験から「こんな時どうすればいいか?」「どう対応したらいいの?」さまざまな事例もとりあげながらお話しします。

日時 6月1日(土) 13:30~15:00
参加費 無料
場所 三ツ木診療所3階会議室(品川区西品川2-13-20)
お申し込みは助け合いまちづくり委員会・梶原まで 3762-0266

ゆたか診療所建設ニュース No.6

新ゆたか診療所の建設工事は、順調にすすんでいます。6月末に完成し、8月より診療を開始する予定です。

7月28日(日)には、新診療所開設祝賀会を品川・杜松小学校体育館(予定)で開催いたします。詳細が決まり次第ご案内させていただきます。8月の開設にむけ、職員およびゆたかの家の皆さん、地域の方々とともに一丸となって移転成功に向け、できる限りのことをしていきたいと考えております。

募金・地域共同基金の状況

(4月10日現在)

募金 1,015万円(458件)
基金 4,228万円(138件)



ご協力ありがとうございます。診療所移転新築を成功させるため引き続きご協力いただきますよう、よろしく願い申し上げます。

大田病院恒例のお花見会開催!

今年は桜の開花が早く、お花見というわけにはいきませんでした。約30人の入院患者さんを近くの呑川緑地公園にお連れして楽しく行いました。6人の組合員さんがボランティアでお手伝いしてくれました。



介護ホットラインのご案内

介護についてのご相談は下記までお気軽に連絡をください。城南保健生協には5カ所の訪問介護事業所(ヘルパーステーション)があります。

3762-0106 すずらん本部(平和島)

