

第6回早春駅伝フェスティバル結果

順位 タイム チーム名 所属
1 38分15秒 チーム今年こそ 東京民医連混合
2 44分05秒 HOWEVERの逆襲 大田病院リハビリ科
3 45分47秒 アベベ 病体生理研究所
4 46分25秒 大田病院院長チーム 大田病院
5 46分39秒 南部生協 東京南部生協
6 46分40秒 山王小 山王小学校
7 47分46秒 アコンカグア目指し隊 病体生理研究所
8 48分10秒 ハルウララ 代々木病院検診センター
9 48分11秒 東京法律事務所ジョギング同好会 東京法律事務所
10 48分29秒 チーム山王小 山王小学校
11 48分53秒 大森中診療所チーム 大森中診療所
12 49分58秒 ブルーマダー 病体生理研究所
13 50分18秒 なんぶA 東京南部法律事務所
14 52分41秒 TEAM耕太 東京合同法律事務所
15 52分55秒 チーム伝 大田病院
16 52分56秒 城南医業 城南医業保健協働
17 52分57秒 チーム山色 城南保健生協
18 53分23秒 サンデーランナー 大田歯科
19 53分38秒 なんぶB 東京南部法律事務所
20 54分37秒 戦争法廃止を目指そうかい なかよし保育園
21 54分45秒 なんぶC 東京南部法律事務所
22 56分09秒 参加せざるをえない 東京合同法律事務所
23 56分52秒 大谷口のなでしこ 病体生理研究所
24 56分59秒 YJCまるうめA 山本保全株式会社
25 58分06秒 チーム権守 ゆたか診療所
26 61分16秒 ぼちぼちランニング 大田歯科
27 62分54秒 ミツ木 ミツ木診療所
28 63分14秒 専務・混成さくら 城南3法人+組合員
29 65分20秒 YJCまるうめB 山本保全株式会社
30 67分59秒 ドルフィンチーム ドルフィン-すずらん職員

第4回城南文化祭開催

舞台出演 12グループ
展示作品 17グループ

2月13日(土) 池上会館

今年の文化祭は、舞台発表と作品展を主力所として開催しました。来場者も1500人で、より文化祭らしく賑やかで、一体感のあるものになりました。出演・出展をして下さった皆さん、ご来場いただいた皆さん、そして、当日お手伝いいただいた皆さん、ありがとうございました。来年も楽しい文化祭にしましょう。



めもとごか体操班の生協音頭



グループホーム虹の家みちづかのコーラス



若返り班の創作ダンス



コカリナ演奏の最後に紙飛行機を会場へ

がその夜は一面銀色に変わっていった。上流で事故でもあった

たまご通信 その33

これならできる 毎日、朝ごはん

星野弘子 (女子栄養大学 食生活指導士1級)

だろっか...思わず身を乗り出して凝視する。その銀色のものは時に渦巻き、時に筋をなしてゆるく流れてゆくようである。目が慣れてくるにつれ、ようやくそれが花筏であることがわかれ、幽玄な世界にしばし心を奪われた。川辺の老木の幹ははからい

第11回「大田くらしのなんでも相談会」のお知らせ

法律・生活・労働・医療など、どんな相談でも受けられます。この相談会は2カ月に1回、第3水曜日に定例で行っています。

日時：5月18日(水) 13時30分～15時

場所：JR蒲田駅西口

問い合わせは 大田社保協事務局 (城南保健生協内) 3762-0266まで

「城南の保健」手配りボランティア募集

城南の保健は組合員と協力医療機関、事業所職員のボランティアによって、手配りで配達されています。手配りは組合員どうしの助け合いでも大変重要な活動です。手配りボランティアをして下さる方には援助金が出ます。みなさんのご協力をお願いします。

Table with 3 columns: Area (品川区, 大田区), Address, and Number of requests. Includes items like 豊町3丁目1~4 (33件), 北品川5丁目 (7件), etc.

緊張気味の新人さんたち。健康管理が大切なこの時期、朝の欠食は極力避けたい。朝食は体を

レタスと豆と ツナのサラダ

レタスをちぎって軽く揉む。市販のゆで豆とツナ缶を混ぜて好みのドレッシングで。ドライパックや素材缶詰はローリング

半熟卵 カップに水50cc、卵を割り入れて電子レンジで1分くらい。程よく固まったら湯を捨て。パンに付けてよし、野菜からめるもよし。

焼き魚 朝食向きなのは、塩鮭の切り身、ししゃも丸干し、アジの開

青菜入りスープ 納豆を注ぐだけのスープに、ほうれん草や水菜の先端のやわらかい部分を、ハサミで切って加えるだけで栄養バランスがよくなる。ポタージュにゆで豆、コンソメに青菜を足してみよう。塩分の少ない商品を買おうよ。

野菜とソーセージのオイル蒸し キャベツか白菜のやわらかい部分とウィンナーを手でちぎって器に入れ、コンショとオイルを振り、ラップをしてレンジ加熱。まな板や鍋を使わない調理で洗いを減らそう。

スープマカロー あり合わせの野菜を刻んで、タンパク質の食材、ソーセージ、ちくわ、厚揚げなどを加え、顆粒だしと素と多めの水を入れて煮立たせ、早煮えマカロニも加えよう。朝の身支度をす

ローリングストックー常温保存できる食材を一定量備蓄しておき日常に使った分だけ買い足してゆく保存方法

2月24日(火)、映画「あん」の大田区上映会が取り組まれ、午後・夜間の2回で10003人の方が来場されました。区内のさまざまな団体・個人とともに実



作品への関心の高さがうかがえます

映画『あん』大田上映会に1000人超 アプリコ大ホール

「胸が苦しくなるようでしたが『生きていくことが大切』という大きな勇気をいただきました」「ハンセン病について真正面から向き合おう」という思いが込められていたことが、観る者にとって大きな励みになりました。観る者の中には涙があふれてしまいましたが、知識を持つこと、考えること、想像することが人間には必要だと思えます」