

第51回通常総代会にあたって

総代会を次の日程で開催します。
日時 2026年6月27日(土) 13時~16時30分
会場 現在会場調整中です

長期住所不明組合員の自由脱退について

定款第10条第3項に規定する長期住所不明組合員の自由脱退を行います。対象は住所の変更届けが2年間行われず、住所不明となって2年が経過した組合員です。
・住所不明の組合員名簿を城南保健生協本部、すずらんの各事業所、ゆたか調剤薬局に2026年4月1日から4月30日まで備えつけ、閲覧できるようにします。
・住所不明組合員名簿を閲覧いただき、お友達等で転居先のわかる方がいましたら、生協本部まで連絡をお願いします。
・2026年4月30日までに住所確認ができなかった組合員については、自由脱退手続きを理事会の承認により行い、結果を総代会にて報告します。

宿題外来(無料塾)

ゆたか診療所3階
「ゆたかの家」
毎週火曜日 16時~17時30分

「学校の勉強がわからなくなってきた」などありましたら、お気軽にお電話下さい
3762-0266 担当:よこやま

南大井いこい「うた広場」

毎月第4火曜日
13:30~15:30

南大井シルバーセンター洋室
(品川区南大井3-7-4-3F)

*歌+こぼん体操を行います
参加費:初回のみ100円

ゆたか診療所3階「ゆたかの家」のストレッチ体操が大人気です!

ゆたか診療所の3階にある、地域の皆さんの「いこいの場」の「ゆたかの家」では、地域の皆さんの健康づくりの取り組みが行われています。「ストレッチ体操」「脳イキキ教室認知症カフェクローバー」「手芸」「おしゃべりカフェ」「ちぎり絵」「俳句」「宿題外来(無料塾)」「うた広場」などです。

6コマになりました。体操を指導している志田さん、小滝さん、坂井さんの教え方も、優しく、わかりやすく、丁寧で、体力にあった指導をしてくれると評判です。



ゆたかの家でのストレッチ体操

月曜日 9:30~10:30の部
10:40~11:40の部
水曜日 13:30~14:30の部
木曜日 9:30~10:30の部
10:40~11:40の部
金曜日 13:30~14:30の部

城南保健生協では、「ゆたかの家」の他にも、さまざまな場所でも、「健康体操」を行っています。

お近くでの開催もあるかもしれません。問合せの上、ぜひご参加下さい。

介護募集

時給 身体2200円~
生活1600円~
ブランクOK
短時間OK

【勤務地】
・すずらん大森東 (大田区大森東4-6-15-101)
・すずらんゆたか営業所 (品川区豊町5-2-20) 詳細はこちら▼
・すずらん馬込営業所 (大田区北馬込1-13-2)

担当:下川 03-3762-0266 職場体験「かいチャレ」実施中!体験すると5000円の支給あり!



「よ3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。

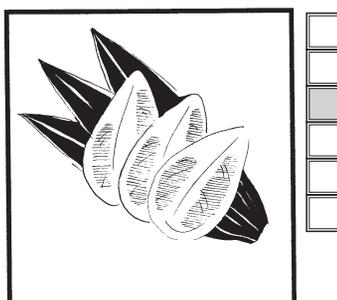
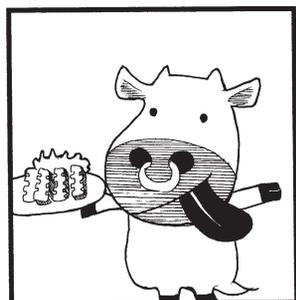
【品川】毎週火曜と木曜 10時~12時
場所はゆたか診療所3階 応接室(品川区豊町4-18-21)
相談担当は
火:植田栄一(生協理事) 第2、第4木:大澤千恵子(看護師)
・法律相談は月2回(要電話予約03-3781-4723 ゆたか診療所)
担当は串山弁護士と富沢弁護士(五反田法律事務所)
第1水曜 13時30分~15時30分 第3月曜 13時~15時

【大田】月曜~金曜 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)
相談担当は
月:村松 茂(生協理事) 宮田富美男(社会保険労務士)
火:前沢淑子(生協常務理事)
水:武政 良久(大田生活と健康を守る会事務局長)
木:色部 祐(社会保険労務士)
金:第1=清水 洋(元大田病院事務長) 第2=医療社会課
第3=看護師(大田病院) 第4=大澤千恵子(看護師・認知症専門相談) 第5=介護保険室

・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 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)と成年後見専門相談(司法書士)は、まずお電話を(03-3762-0266城南保健生協・横山まで)。相談日と時間の調整させていただきます。
・歯科よろず相談について
第2・4火曜日13時30分~14時 大田歯科玄関前にて行っています
電話やZOOMでの相談も可です。詳しくは大田歯科3762-0418まで

第45回 パズル

イラスト 市村 まどか(大田病院 医療社会)



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。今回のテーマは「宮城県」。

答えのヒントは 「エスカルゴ」

答えがわかったら、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。

ハガキの余白もしくはメールに簡単なお便りを書いていただければ幸いです(なんでもOKです。私の健康法、最近の出来事、嬉しかった事、楽しかった事、好きな歌、みんなと共感したい事などなど)。「城南の保健」を盛り上げる意味でもお願いします。

なお、当選者のお名前と、お便りの内容を紹介しますので、匿名希望の方はその旨明記してください。皆様のご応募、お待ちしております。

【応募方法】

ハガキもしくはメールに答え、住所、氏名、年齢、できれば簡単なお便りをご記入の上、下記へお送り下さい

メールの方は、kikansi@jonanhoken.gr.jp までお送りください

ハガキの方は、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【×切り】は、2026年4月2日(木)

大田歯科だより その47

「噛む」って、じつはすごいことなんです。

日々、無意識に行われている「噛む」。これらがうまくできるのは、お口回りの筋肉や組織がタイミングを見計らって複雑な動きをしているからです。しかし、それらの筋肉は使わないと動きが鈍くなり、様々な健康被害へとつながっていき

ます。食べ物を何でも噛めるという事は、お口回りが正常に動いている証拠です。そんなお口が衰えないようにするためには「使う」ことが重要です。また、噛むことでお口回りが動き、それが刺激となって唾液が

たくさん出てきます。よく噛むことでお口回りが動き、それが刺激となって唾液が

大田歯科 渡辺 顕徳