

# やまもも

題字の「やまもも」は温暖な海岸域によく育つ常緑樹。千年に及ぶ古木も珍しくないとされ、その青々と力強い樹勢にあやかって命名された。

## 「まちづくり」に経験と知恵を

### 大村新会長ら役員が市長と懇談

2018年定例総会で、みらいふる鎌倉第9代会長に選出された大村貞雄さんをはじめ、奴田不二夫相談役、石渡好行副会長、立川光造副会長兼総務部長、柏木浩志教養部長が5月15日、鎌倉市役所を訪れ、松尾崇市長と懇談しました。このなかで大村会長は「我々の経験や知恵をまちづくりに活かしたい」と呼びかけ、松尾市長も「鎌倉のまちづくりのためにぜひ皆さんの力を貸してほしい」と応えました。

大村 4月26日の総会で第9代の会長に就任させていただきました。我々はこれまで愛称として使ってきた「みらいふる鎌倉」を、昨年10月に正式に名称へと変更しました。名前も一新し、より一層行政と力を合わせて活動していかなければならないと思いますのでどうかお力添えをお願いします。

市長 みらいふる鎌倉という名称は、他にはない本当にいい名前だと思えます。これまで年を重ねるとはマイナスのイメージにとらわれがちでしたが、皆さんのように元気で健康な人が増えれば、我々の世代にとっても目標になると思います。



握手を交わす松尾崇市長(左)と大村貞雄会長

**高齢者に優しいまちに**  
石渡 鎌倉市は昨年、WHO(世界保健機関)が主導する「エイジフレンドリーシティー」に参加したそうですね。どのような取り組みを行うのでしょうか。  
市長 今年4月1日現在、市内の65歳以上の高齢者は5万4011人、総人口に占める割合は30・63%に上ります。そうしたなか鎌倉市は昨年10月に、「エイジフレンドリーシティー」への参加承認を受けました。

もともとの発想というのは、高齢者が地域で暮らすにあたって直面する壁をなくして、みんなに優しいまちづくりを目指しているというものです。高齢者に優しいまちになれば、子どもや障害者にとっても優しいまちになります。市としては高齢者の皆さんが、健康に生活していただける鎌倉を目指したいと考えています。

健康寿命の延伸  
立川 私たちは今年度の活動テーマを「元気シニアの活動の場を担い手から生きがいへ」として、会員が健康で生きがいある人生を送れるように様々な事業を行います。

特に最近では「健康寿命」という言葉を聞くようになり、またヘルスリンクとの協働で、活動量計を使った運動促進の事業をスタートさせました。

昨年は私たち役員が試験的に取り組んだのですが、「以前よりも良く歩くようになった」という声が多く聞かれました。今年はいよいよ会員全体を対象に実施します。すでに70人から申し込みがありました。

市長 鎌倉市でも3月から、「かまくらヘルシーポイント」という市民の健康づくりを応援する事業を始めました。

これは、みらいふるさんが先行して取り組んでいる活動量計はもちらんのこと、スマートフォンを活用してウォーキングを行うことでポイントが貯まり、ポイントに応じて景品に応募できるという仕組みです。

楽しみながら健康習慣を身に付けてもらうことが狙いで、歩いた歩数以外にも国保特定健診や各種がん検診の受診でもポイントが貯まります。そうした楽しみをより充実させてながら、歩くことで、健康になっていく取り組みをもっと盛り上げていきたいな、と思っています。

立川 私たちのように年齢を重ねることによる心身の虚弱、いわゆる「フレイル予防」に取り組もうということになっています。

教養センターさんと一緒に開催している教養講座の1日目、7月10日には、東京大学高齢社会総合研究機構教授の飯島勝矢先生の講演会を開催いたします。市長にもぜひおいでいただきたいと思っています。

市長 第一人者といわれる方の最先端の知見を積極的に学ぶ機会を作っているというところで、さすがみらいふるさん、本当に素晴らしい機会だと思います。ぜひ出席させていただきたいと思います。楽しみにしています。

司法書士法人  
**グリーンウイング**  
遺言書の作成・検認・執行  
お気軽にご相談ください。

鎌倉駅東口 徒歩2分  
鎌倉市小町1-4-17 三九ビル2階  
☎(0467)38-7511  
受付時間 平日10:00~17:00 司法書士 池田忠広

鎌倉彫教室  
**鎌陽洞**  
☎0467-22-5550  
鎌倉市御成町11-29

ドクターゴン鎌倉診療所  
**外科・内科**  
内視鏡専門 胃・大腸内視鏡検査  
女性医師による  
鎌倉市苗田4-25-2 アスクレピオン鎌倉B-1 日曜・祝日休診  
☎0467-32-5230

年金で暮らせる  
低額で安心 軽費老人ホーム  
社会福祉法人  
**鎌倉静養館**  
全室個室、食事がおいしいと評判です  
鎌倉市稲村ガ崎3-13-53  
☎(0467)22-3245

**スマート火葬17万円(税込)**  
海洋葬・樹木葬プランもご用意

株式会社SKS(鎌倉ファミリーグループ)  
〒247-0061 神奈川県鎌倉市台2-6-9  
365日24時間 ☎0120-889-594  
お電話受付いたします

あなたの町の葬儀式場  
株式会社  
**鎌倉ファミリー**  
鎌倉ファミリーホール 大船斎場  
大船駅空閑口 西友先 台 富士スーパー正面  
☎0120-445-442

歯医者さんに行くことが困難な方へ  
「訪問歯科診療」行います  
問い合わせ ☎0467-38-8970(連携室)

**鎌倉市歯科医師会**  
鎌倉市台2-8-1「台在宅福祉サービスセンター」  
休日急患・障害者歯科診療は☎47-8119

住みなれたご自宅での生活をお手伝い  
鎌倉居宅介護 鎌倉ヘルパー 鎌倉訪問看護  
支援事業所 ステーション ステーション  
☎24-4199 ☎24-8422 ☎24-4877

**鎌倉市医師会** 訪問居宅  
鎌倉市材木座3-5-35

笑顔と真心の奉仕 安心と信頼の医療  
一般財団法人 **鎌倉病院**  
診療科目:整形外科 内科 皮膚科 リハビリテーション科  
外来受付:月曜~土曜  
休 診:日曜・祝祭日・年末年始  
午前8:00~11:30 午後13:00~16:30  
☎0467-22-5500  
鎌倉病院

鎌倉市長谷3-1-8

神奈川県住宅供給公社の介護付有料老人ホーム  
**ヴィンテージ・ヴィラ 横須賀**  
入居時自立  
～将来の安心を手に入れ、愉しく優雅に住まう。～  
元氣なときに介護に「備えて」住み替えるからこそ、安心につつまれたアクティブライフを満喫

■主な入居資格:満65歳以上、身の回りのことが出来る健康状態の方  
■入居一時金:2,077万円~  
■総戸数:156戸  
※入居一時金の費用は、居室の面積や入居時の年齢によって異なります

■お問合せ・見学お申し込み  
神奈川県住宅供給公社  
0120-428-660  
(平日9時~17時)

安心の  
トータル・ライフサポートシステム  
ヴィンテージ・ヴィラならものときも安心  
ヴィンテージ・ヴィラ  
【自立型】  
協力体制  
【自立的】  
追加負担なく  
移り住み  
【介護型】  
トレクローレ  
【介護型】  
協力医療機関

所在地:横須賀市西逸見町1-38  
JR横須賀線「横須賀」駅または京浜東北線「逸見」駅より徒歩5分



1面から続き

# 「鎌倉の発展に力貸して」

市長 みらいふるに期待



和やかな雰囲気の中行われた松尾市長との懇談

柏木 市長からお話がありました通り、鎌倉市は高齢化が進んで、その分孤独な高齢者世帯が増えていきます。高齢者が元気で明るく楽しく生きるためには、いきがいの持てる場を持つことは大事だろうと思っています。

高齢者同士交流する機会が必要で、その意味では鎌倉市が行っているサロン活動は私たちも賛成しているところです。

ただもう一つ、いつまでも元気でいたいのはもちろんですが、やはり私たちが避けて考えることができないのが、人生の最後をどう締めくめるかということだろうと思います。

みらいふるでも7月以降には市の協力を得て、エンディングノートの配布を計がします。

画しております。この辺の取り組みについて、市長のお考えをお聞かせいただきたいと思っています。

市長 エンディングノートについては、6千部を作成してそのうち3千部をみらいふるの皆さんのご協力配布することになっていきます。

死を迎える準備ということをマイナスに考えるのではなくて、ご自身のライフスタイルや死生観、どう生きていくかということを考えるきっかけとして、活用していただきたいと思います。

冒頭、挨拶した石渡好行会長代行は、今年度の活動テーマである「楽しくなければみらいあるではない、変わらなくては老人クラブ」を引用し「人生100年時代と言われるなか、我々の存在は地域にとつてますます必要となります。みらいふるに入つて仲間が増えた、健康になった、といわれるような活動を続けることも、まちづくり、地域づくりに必要な団体として存在できるように、力を合わせていきましょう」と呼びかけました。

大村 これまでに市長がお話していたようなまちづくりに、高齢者の知恵と経験をぜひ生かしていただきたい、と思います。

また市長とごつくばらにお話ができる機会を定期的に持つて、行政との一体感や相互の理解と信頼を醸成できる機会を設けていただきたいと思います。

市長 みなさんの強みである経験と知識は何物にも代えられないものだと思っています。

ぜひ鎌倉のまちの発展のために皆さんの力を添えをいただけたらと思っておりますので、引き続きご協力をお願いします。

2018年総会

## 来年2月に初の文化祭

フレイル予防など新規事業も

みらいふる鎌倉の2018年定例総会が4月26日、鎌倉生涯学習センターで開かれました。

総会は、単位クラブ70のうち65の会長が出席して成立。今年度の総額約416万円の予算と、事業計画などが原案通り承認されました（主な事業と日程は下表の通り）。

冒頭、挨拶した石渡好行会長代行は、今年度の活動テーマである「楽しくなければみらいあるではない、変わらなくては老人クラブ」を引用し「人生100年時代と言われるなか、我々の存在は地域にとつてますます必要となります。みらいふるに入つて仲間が増えた、健康になった、といわれるような活動を続けることも、まちづくり、地域づくりに必要な団体として存在できるように、力を合わせていきましょう」と呼びかけました。

### 大村新会長を承認

また体調不良により、昨年末に辞任の申し出があった沖田俊昭会長に代わる新会長の選任について、執行部から説明が行われました。副会長を中心とする選考委員会の結果、相談役の大村貞雄さんが新会長として提案され、拍手により承認されました。

大村新会長は「平成も終わろうとするなか、みらいふるも大きな岐路に立っていると感じています。今年度の活動テーマの通り、新たな視点を持ち、行政との連携をさらに深めながら、地域の隅々まで私たちの声が届くように活動していきます」と挨拶しました。

### 2018年度みらいふる鎌倉事業計画

月	日	内 容	担当部会	月	日	内 容	担当部会
6	2日～30日	ダンス講習会	厚生部	10	23日	栄区&みらいふる鎌倉ファッションショー	女性部
	14日～15日	グラウンドゴルフツアー(千葉)	スポーツ部		未定	歩こう会	スポーツ部
	26日	バス旅行	女性部	11	11日	健康マージャン大会	総務部
7	14日	ふれあいダンスパーティー	厚生部		16日	功労者のつどい・芸能祭	総務/厚生部
	10日～13日	みらいふる鎌倉教養講座	教養部		22日	ボウリング大会	スポーツ部
9	2日	福祉バザー	女性部	12	8日	ダンスパーティー	厚生部
	24日～25日	秋期旅行	厚生部		14日	年末慰問	女性部
10	1日	赤十字募金活動	女性部		下旬	バス旅行	女性部
	9日	落語会	総務部	1	8日	新年賀詞交歓会	総務部
	12日	終活研修会	総務部	2	1日	加入促進運動	総務部
	20日(予備日 27日)	三世代交流会	勢年部		21日～24日	文化祭	実行委員会
	下旬	パソコン講習会	総務部	3	初旬	実績報告	総務部

その後は今年度の事業計画について説明がなされ、「老いることの意味を問い直す」をテーマにフレイル（虚弱）予防に取り組むことや、女性部主催のファッションショー、昨年に続き健康寿命の延伸を目指したタニタヘルスリンクとの活動量計の活用、市と連携したエンディングノートの配布、初となる文化祭の開催（2019年2月）などが紹介されました。

その後、副会長に石渡好行さん、鈴木義雄さん、立川光造さん（総務部長を兼任）、赤井慶子さん、寺嶋幸子さんが承認されたほか、教養部長に柏木浩志さん、厚生部長に岩壁正太さん、スポーツ部長に秋元重矩さん、女性部長に鈴木久子さん、勢年部長に掛札寛治さんが就く、執行部の体制が発表されました。

医療法人 社団 南浜会  
**鈴木病院**  
訪問診療・訪問看護・訪問リハビリ  
人間ドック・各種健診ご相談ください  
**0467-31-7651**  
鎌倉市腰越1-1-1  
江ノ電「鎌倉高校前駅」徒歩3分

**芋川耳鼻咽喉科**  
耳鼻咽喉科・アレルギー科  
補聴器相談うけたまわります  
鎌倉駅東口徒歩1分  
※駅より診療室までバリアフリーです  
**0467 24-7273**

食とこころとからだを支える  
**たるいさんちのデイサービス**  
在宅プランのご相談は  
NPO法人かまくら在宅生活相談センター  
〒西かま **0467-38-1215**

法人・所得・相続・贈与・税務申告相談  
**大西会計事務所**  
所長税理士 大 西 久 子  
事務所 鎌倉市御成町2番4号  
☎(0467) **22-1208**(代)  
FAX(0467) **24-6359**

創業100年の総合建材会社の  
リフォーム専門店  
**アイホーム**  
(株)ツボイ  
**0467-84-8503**  
住所:鎌倉市常盤133-1  
URL [www.ihome-reform.com](http://www.ihome-reform.com)

**鎌倉六町歯科**  
KAMAKURA OMACHI DENTAL  
歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科  
〔各種保険取扱/初診 急患随時受付〕  
診 療 時 間 月 火 水 木 金 土 日 祝  
9:00～13:00 ● ● ● - ● ● - -  
15:00～18:30 ● ● ● - ● ※ - -  
※17:00まで  
鎌倉市大町 4-1-7  
**0467-81-4488**  
<http://www.kamakura.dental/>  
**訪問診療受付中**

住まいのリフォーム  
**(株)サン・ハウス鎌倉**  
小さな工事から増改築・新築まで  
お家リフォームで  
快適な生活を  
手に入れませんか?  
渡邊 智治 社長  
ハウスクリーニング  
スタッフ募集  
登録制で  
スケジュール調整しやすい!  
家計に+αしたい人にお勧め!  
詳細はお電話を  
**0120-46-8728**  
鎌倉市小袋谷2-14-5

自宅に収納しきれないものは  
**トランクルーム マミー**  
24時間  
365日  
利用可能  
監視カメラ  
空調完備  
ALSOK警備  
利用者募集中!  
月々**7,800円**～  
更新料なし手数料なし  
●JR大船駅東口より車で約6分 ●JR北鎌倉駅より車で約5分  
●湘南モノレール富士見駅より徒歩5分  
問 あなたの街の不動産屋さんマミー  
住 鎌倉市4-3-13 営 10:00～17:00 休 水・祝日  
☎ **0467-46-3311** トランクルームマミー 検索



みらい元気アッププロジェクト

## 外出支援事業スタート

会員70人が参加

みらいふる鎌倉は今年度、「みらい元気アッププロジェクト」と題して、タニタヘルスリンクと連携した外出支援・健康増進の取り組みを始めました。

これは同社の活動量計を

持つて外出することで、1日の歩数や消費カロリーを計測・記録。コンビニエンスストア「ローソン」「ミニストップ」の店頭端末「Loppi」に活動量計をかざすことで、データが転送され、ホームページ等で確認できるというものです。

鎌倉市が行っている「かまくらヘルシーポイント」とも連携しているので、歩数に応じて付与されたポイントは名産品への応募等に



タニタヘルスリンクの寺西さん

## 岩壁さんに 瑞宝単光章



岩壁正大さん

寺分楓会会長で、みらいふる鎌倉の厚生部長も務める岩壁正大さん(82)が、

4月29日に発令された春の叙勲で瑞宝単光章を受章しました。

岩壁さんは国鉄・JRの職員として、職務を通じて長年の功績が評価されました。「家族が喜んでくれたことがうれしい。伝達式では天皇陛下のお言葉を間近で聞くことができ感激しました」と話していました。

## 告知板

### さくらんぼ狩り

みらいふる鎌倉女性部主催の「さくらんぼ狩り」が6月26日(火)に開催されます。当日は市内各所を出発した後、群馬県・原田農園での高級さくらんぼ「紅秀峰」狩り、上州物産館での昼食、またけセンターや赤木フーズ(カリカリ梅工場)の見学などを行います。旅行代金は7900円。男性の参加も可能。

申込は各単位クラブ会長へ。締切は5月31日(木)。問い合わせは☎0467・450437 赤井副会長へ。

### 教養講座

みらいふる鎌倉教養部と教養センターの共催による「第54回みらいふる鎌倉教養講座」が7月10日(火)から13日(金)までの4日間、鎌倉生涯学習センターホールで開催されます。

10日は飯島勝矢さん(東京大学高齢社会総合研究機構教授)が「なぜ老いる？ならば上手に老いるには？」

まちぐるみで取り組む「フレイル予防」、11日はヴォイスティーチャーのたかまきやすし&東京ベルズが「歌う、もう一つの効果」声帯を鍛えて肺炎予防、12日は吉田鋼市さん(横浜国大名誉教授)が「鎌倉の三洋館」をテーマに講演。また13日は講師の一龍斎

春水さんが「講談『樋口一葉』」を披露します。各回とも時間は午前10時から11時30分で定員は100人。

参加希望者は6月1日(金)以降に教養センター☎0467・321221へ申し込みを。

### 鎌倉銭湯寄席

鎌倉市公衆浴場業生活衛生同業組合とみらいふる鎌倉の共催で「第15回鎌倉銭湯寄席」が10月9日(火)、鎌倉芸術館小ホールで開催されます。開場は午後0時30分、開演は1時。

「笑点」でもおなじみの三遊亭小遊三さんらが出演します。「木戸銭」は2千円で全席自由。

みらいふる鎌倉会員は6

### みらいふる鎌倉への入会や問い合わせは地区長へ

<b>鎌倉第一地区</b> 二階堂、十二所、浄明寺、御成町、扇ガ谷、雪ノ下、由比ガ谷	地区長 武井正雄 ☎22-0547
<b>鎌倉第二地区</b> 榎楽寺、榎村ガ崎、七里ガ浜、坂ノ下、長谷	地区長 長雄寿子 ☎22-4151
<b>鎌倉第三地区</b> 大町、材木座	地区長 小原英雄 ☎24-1969
<b>腰越地区</b> 腰越、津、西鎌倉	地区長 池田隆明 ☎31-5160
<b>深沢地区</b> 常盤、手広、苗田、山崎、寺分、上町屋、梶原	地区長 高島進一 ☎32-1445
<b>大船第一地区</b> 岩瀬、今泉、今泉台、大船	地区長 横川喜一 ☎44-4396
<b>大船第二地区</b> 小袋谷、台、山ノ内	地区長 岡田修 ☎45-5436
<b>玉縄地区</b> 玉縄、岡本、榎木、城通、関谷	地区長 鈴木義雄 ☎44-9324

### 写真作品募集

みらいふる鎌倉広報紙「やまもも」の題字バックに使用する写真作品を募集します。プリントまたはJPEGデータで〒251-0002 藤沢市鶴沼神明5の13の19第3森谷ビル2階、☎0467・465324 ひばり湯へ。

mailto:makura@townnews.co.jp  
タウンニュース鎌倉編集室「やまもも写真」係へ。

### 誤飲性肺炎について



加齢による、口腔、頸部の筋力低下に伴う誤飲性肺炎の発症が近年話題となっております。頸部の筋力を鍛える治療方法があり、誤飲性肺炎による致命的な肺炎の予防が可能なが最近わかってまいりました。「あれっ、最近、むせるな」という方はぜひお近くの耳鼻科へどうぞ。

幸川耳鼻咽喉科クリニック  
幸川英紀 院長  
鎌倉市小町2-10-1 3階 ☎0467-24-7273

## 元気のススメ情報板

第9回



初経のたたきと新玉ねぎ レシピ提供：矢野ふき子さん

### 材料(2人分)

刺身用初経 …… 300g前後のもの きゅうり …… 1本  
塩 …… 小さじ1 薬味(にっ果、みょうが、紫葱) …… 適量  
ニンニク …… 1個 グレープシードオイル …… 適量  
新玉ねぎ …… 1個 ポン酢 …… 適量

### 作り方

- ①刺身用の鯉の全体に塩をふる。
- ②ニンニクを薄くスライスする。玉ねぎは繊維に直角にスライスする。きゅうりは斜め切りにした後、千切りにする。
- ③熱していないフライパンにオイルとニンニクのスライスを入れ、じっくりと火を通す。ニンニクがカリカリになったら取り出す。
- ④③のフライパンの火を中火にして、①の塩をふった初経を入れ、表面を焼きつける。
- ⑤初経の3面を焼き付けたら氷水につけ、冷めて身がしまったら、キッチンペーパーで水分を拭き取る。
- ⑥血に新玉ねぎときゅうりの合わせたものをしき、その上に食べやすい厚さに切った初経のたたきをのせ、ローストしたニンニク、刻んだ薬味を乗せて、ポン酢を添える。

### 本尊左剣不動明王

真言宗

小動山(こゆるぎさん)

## 浄泉寺

鎌倉市腰越2-10-7

☎(0467)31-5577

### 臨済宗 円覚寺派

## 金寶山 浄智寺

鎌倉市山ノ内1402

☎(0467)22-3943

## 鎌倉はんこ

はんこといんさつの専門店



鎌倉駅西口第二駐輪場前 ☎0467-37-9297

鎌倉駅より徒歩5分 鎌倉市扇ガ谷1-8-9

【鎌工会館302号】

### 司法書士 藤井浩一事務所

相続・遺言 不動産登記  
遺言書作成・遺言執行 相続・贈与  
裁判手続き 商業・法人登記  
訴訟他各種申立て 会社設立・増資等  
☎0467-61-3166 ☎61-3167  
ホームページもご覧下さい▶司法書士 藤井浩一▶ 検索

### お湯に浸かって心も身体もリフレッシュ

## 鎌倉の銭湯に行こう!

お湯に浸かれば血行促進、大きなお風呂に入ることでリラックスもできて心身ともに健康になります。

大人(12歳以上) ¥470  
中人(6歳以上12歳未満) ¥200  
小人(6歳未満未就学児) ¥100

銭湯名	清水湯	ひばり湯	栗田湯	野田の湯	常楽湯
住所・電話番号	材木座1-10-24 22-4697	大船1-13-7 46-5324	岩瀬1-5-23 46-4669	台3-11-21 43-0126	台2-4-7 46-4224
営業時間	15時~21時	平日13時~23時 土日10時30分~23時	14時30分~21時30分	14時30分~23時	15時~22時30分
休日	月・水・金 祝祭日は営業	毎週水曜日 毎月第3水・木は連休	毎週火曜日	毎週火曜日	毎週金曜日

## 鎌倉の家具、ソファ、革修理なら Marukawa Kamakura



おばあちゃんの写真

- その他
- ジャケット
- かばん
- 北欧家具

思い入れのある家具を修理して使い続ける。車と同じように家具もメンテナンスをすれば一生モノとして、世代を超えて世界に1つだけの家具となると「まる革」は考えています。

### キズ補修・染め直し料金一例(税別)

ソファの擦れ傷補修(全体)・部分張替…4万円~  
ダイニングチェア(布・革など)張替え…7千500円~1万5千円  
ソファ・大型家具出張見積もり無料!

まずはお電話を  
まる革 鎌倉 ☎0467-38-1939 kawa-marukawa.com  
鎌倉市津602-72 水曜定休 10:00-18:00



# 腰越に「中原クラブ」

地域の熱意実り、20年ぶりに復活



4月15日の本総会の後に開催されたミニコンサート

腰越地区に、新たな老人クラブとして「中原クラブ」が発足しました。4月15日現在、60～90代の女性45人、男性18人の計63人が所属。腰越に生まれ育ち、会長を務める椎野幸一さん(77)は「明るく、楽しく、元気に」をモットーにして運営していきたい。会員同士の交流を深めるため、今後、ハイキングや講演会などさまざまな催し物を開催したい」と意気込みを語っています。

腰越地区の地区長を務めていた経験を持つ内田昭三さん(90)によると、同地区には中原、下町、土橋、神戸、浜上の5つの地域がありますが、長い間、中原にだけ老人クラブがありませんでした。「正確な年数は不明ですが、20年くらい前までは中原にもクラブがありました。それが無くなってしまったのは、おそらく運営を引き継ぐ人がいなかったからではないか」と内田さん。

発足のきっかけは、2年ほど前、中原の町内会や民生委員から「地域交流を促進するため、自分たちの町内にも老人クラブがほしい」との要望が上がったこと。鎌倉市生涯学習推進委員会のメンバーで、多くのイベント企画を経験してきた椎野さんが会長就任の打診を受け、地域住民と協力し、昨年11月にクラブの設立が実現しました。

## やまもも俳句&川柳

校長の訓辞背負ひて卒業す  
岡本 古角利喜(85歳)

老ひとり小鍋一つのしじみ汁  
由比ガ浜 山田芳子(84歳)

老ひたれば遅れがちなる更衣  
星野谷光夫(81歳)

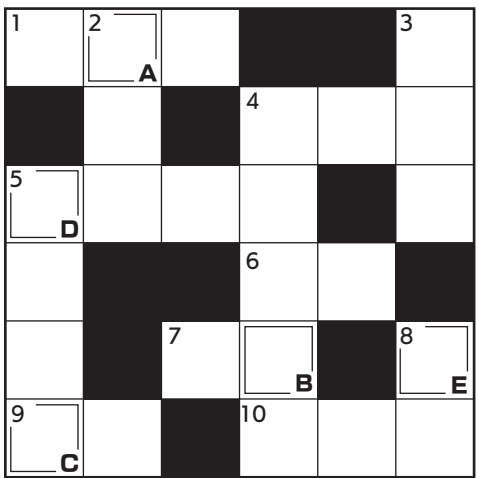
講評：一句目は、いよいよ社会人としての新しい歩を記す。卒業の日の勇気と希望を感じます。2句目は、老いても自分のことは自分でやる、日常生活のひとこまが浮かびます。3句目、少し遅れがちになった更衣もなかなか良いものです。風邪をひかないようになさって下さい。

譲られし席で憚るスマホゲーム  
山ノ内 児島幸子(80歳)

ケーキ出て子らの囁りハタと止み  
鎌倉山 円城茂子(85歳)

講評：茂子さん、おしゃべりを囁りと上手い。幸子さん、譲られた席でゲームは出来ませんよね。和夫さん、卒寿目指してスクワット(上半身を伸ばした状態で、膝の屈伸をする運動。大腿部の強化)とありえずと言わずにがんばりましょう。

## 懸賞つき クロスワードパズル



解答  
A  
B  
C  
D  
E

### タテのカギ

- ②高知、徳島、愛媛、香川といえは?
- ③ウソから出た〇〇〇
- ④韓国人のスターは「〇〇〇〇〇スター」
- ⑤「ツーリズム」は日本語で何?
- ⑥直前のこと。〇〇さっき

### ヨコのカギ

- ①水族館にいる曲芸が得意な動物
- ④自分からみて、祖父母の兄弟・姉妹の孫。「いとこじゃなくて、〇〇〇」
- ⑤確かめること
- ⑥「サイエンス」は日本語で何?
- ⑦塩焼きにすると美味しい川魚は?
- ⑨島国は何に囲まれている?
- ⑩人を褒めるとき。「あの人は絵が〇〇〇ねえ」

## プレゼント

鎌倉大佛麦酒〜縁〜  
2本セット 5名様

鎌倉ビール醸造株式会社  
鎌倉市大町5-9-29

柑橘系の香りのする  
ホップを使った、爽やかで飲みやすいクラフトビール。(アルコール度数5.5%)



### 応募方法

■ハガキ  
氏名、住所、年齢、性別、電話番号、解答、紙面の感想を記入のうえ、〒251-0021 藤沢市鶴沼神明5の13の19第3森谷ビル2階タウンニュース鎌倉編集室「やまももクロスワード」係まで。

■Eメール  
問題の解答と上記項目を明記のうえ、kamakura@townnews.co.jpまで。  
締め切り/6月29日(金)消印有効。賞品の発送をもって当選者の発表に代えさせていただきます。(個人情報保護法に基づき、賞品の発送以外には使用しません)

前回の答え:ざいもくぞ

## 募集

- 俳句と川柳(各3句まで、俳句か川柳を明記)  
→1面の題字背景に使用できる鎌倉らしい写真
- 応募者は氏名、住所、電話番号、年齢を明記のうえ、  
●〒251-0021 藤沢市鶴沼神明5-13-19  
●☎0466-55-4888  
●kamakura@townnews.co.jp  
タウンニュース鎌倉編集室「やまもも」係へ!

次回の発行は8月です

### 編集後記

みらいふる鎌倉は4月26日の総会で、大村貞雄会長以下の新体制が発足しました。「仲間と集い、人生を楽しむ」をテーマに、生きがいと健康づくり、生活を豊かにする楽しい活動とともに、地域を豊かにする社会活動に取り組むことを目指します。今号では松尾崇市長との懇談を中心に、みらいふる鎌倉の取り組みを紹介しました。編集委員会も新しいメンバーのもと、会員と市民の皆さんのご理解・ご協力を得られるよう努めます。

編集長 柏木浩志

医療法人 社団 南浜会  
**鈴木病院**  
訪問診療・訪問看護・訪問リハビリ  
人間ドック・各種健診ご相談ください  
☎0467-31-7651  
鎌倉市腰越1-1-1  
江ノ電「鎌倉高校前駅」徒歩3分

**芋川耳鼻咽喉科**  
耳鼻咽喉科・アレルギー科  
補聴器相談うけたまわります  
鎌倉駅東口徒歩1分  
※駅より診療室までバリアフリーです  
☎(0467) 24-7273

食とこころとからだを支える  
**たるいさんちのデイサービス**  
在宅プランのご相談は  
NPO法人かまくら在宅生活相談センター  
☎西かま 0467-38-1215

法人・所得・相続・贈与・税務申告相談  
**大西会計事務所**  
所長税理士 大西 久子  
事務所 鎌倉市御成町2番4号  
☎(0467) 22-1208(代)  
FAX(0467) 24-6359

創業100年の総合建材会社の  
リフォーム専門店  
**アイホーム**  
(株)ツボイ  
☎0467-84-8503  
住所:鎌倉市常盤133-1  
URL www.ihome-reform.com

**鎌倉六町歯科**  
KAMAKURA OMACHI DENTAL  
歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科  
〔各種保険取扱/初診 急患随時受付〕

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~13:00	●	●	●	-	●	●	-	-
15:00~18:30	●	●	●	-	●	※	-	-

※17:00まで

鎌倉市大町 4-1-7  
☎0467-81-4488  
http://www.kamakura.dental/  
訪問診療受付中

住まいのリフォーム  
小さな工事から増改築・新築まで  
**(株)サン・ハウス鎌倉**  
お家リフォームで  
快適な生活を  
手に入れませんか?  
渡邊 智治社長

ハウスクリーニング  
スタッフ募集  
登録制で  
スケジュール調整しやすい!  
家計に+αしたい人にお勧め!  
詳細は☎0120-46-8728  
鎌倉市小袋谷2-14-5

自宅に収納しきれないものは  
**トランクルーム マミー**  
24時間  
365日  
利用可能  
監視カメラ  
空調完備  
ALSOK警備  
利用者募集中!  
月々7,800円~  
更新料なし手数料なし  
●JR大船駅東口より車で約6分 ●JR北鎌倉駅より車で約5分  
●湘南モノレール富士見町駅より徒歩5分  
問 あなたの街の不動産屋さんマミー  
住 鎌倉市台4-3-13 営 10:00~17:00 休 水・祝日  
☎ 0467-46-3311 トランクルーム マミー 検索