

●生涯学習情報誌●

鎌倉萌

—かまくらもえ—

2024
3・4月
Vol.241

掲載無料



「たくさん！」がある光景 2 アジアからの観光客でいっぱい（「鎌倉高校前」駅周辺）

鎌倉市生涯学習センター 講座・イベント	—	2
講座・講演会	_____	3
美術・展示	_____	5
音楽・映画・演劇	_____	6
健康・スポーツ	_____	7
バザー・フェスティバル	_____	7
子ども・子育て	_____	8
サークル	_____	8
いろいろ情報	_____	17
ボランティア	_____	18
掲載記事申込書	_____	19
編集つれづれ	_____	20

いつでも どこでも だれでも 気軽に…

鎌倉市生涯学習センター 講座・イベント

◎学習センターの講座・イベントの申込について◎

- ・それぞれ申込方法が異なりますので、各講座・イベント情報によりご確認ください
- ・申込が重複すると無効になりますのでご注意ください
- ・市内在住の方優先・申込多数の場合は抽選

申込み方法

[1] 往復ハガキ

下記①～④を記入して各学習センターへ

①催し物名 ②〒住所 ③氏名(ふりがな) ④電話

※原則1枚につき1名

[2] インターネット

きらら鎌倉ホームページの各講座・イベントページより申込み

※金額の記載のないものは無料

※荒天の場合は中止もありますので、お問合せください

推委 企画・運営
鎌倉市生涯学習推進委員会(学習ボランティア)

きらら鎌倉ホームページ

講座・イベントの最新・詳細情報、インターネットでのお申込みは、こちらのQRコードから
<https://kirara-kamakura-city.jp/event/>

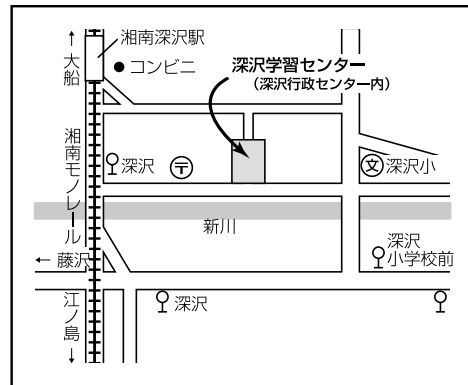
または「鎌倉市 きらら鎌倉」で検索



新型コロナウイルス感染症拡大防止にあたり、対策を講じて開催します。お越しの際は、ご自宅での検温・マスクの着用・アルコール消毒等にご協力をお願いします。
感染症の状況により、定員を調整する場合があります。

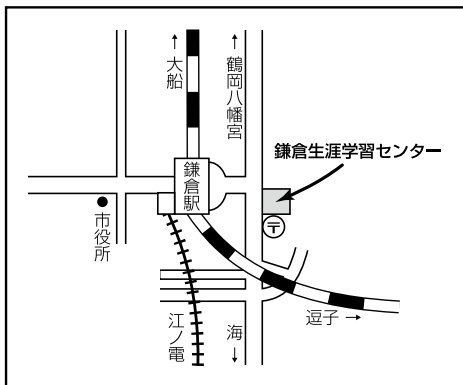
深沢学習センター (きらら深沢) 〒248-0022 常盤111-3 ☎0467-48-0023

湘南モノレール「湘南深沢」徒歩5分



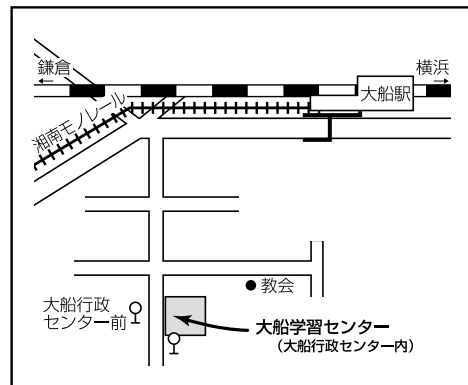
鎌倉生涯学習センター (きらら鎌倉) 〒248-0006 小町1-10-5 ☎0467-25-2030

JR「鎌倉」東口徒歩2分



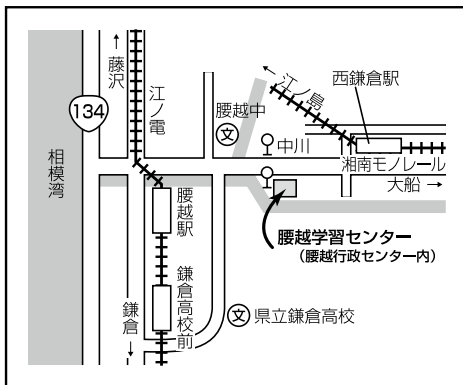
大船学習センター (きらら大船) 〒247-0056 大船2-1-26 ☎0467-45-7712

JR「大船」東口徒歩10分



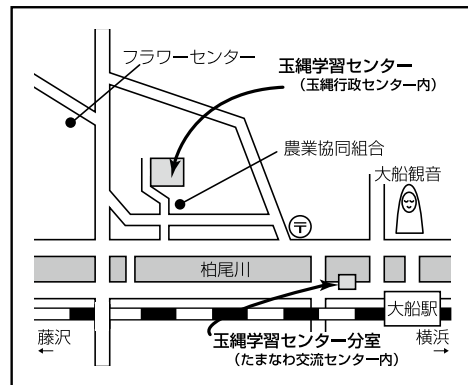
腰越学習センター (きらら腰越) 〒248-0033 腰越864 ☎0467-33-0712

江ノ電「腰越」徒歩15分 湘南モノレール「西鎌倉」徒歩10分



玉縄学習センター (きらら玉縄) 〒247-0072 岡本2-16-3 ☎0467-44-2219

JR「大船」西口徒歩12分



玉縄学習センター分室 (きらら玉縄) 〒247-0061 台1-2-25 ☎0467-44-2219

JR「大船」西口徒歩2分

おもいっきり！新聞紙あそび

3/31(日) 10:00~11:30 場所 深沢学習センター

両手で抱えきれないほどの新聞紙を破って投げて…おもいっきりあそぼう！「破る」「投げる」という行為は、子どもの集中する力・工夫する力・自ら考える力を養います。

同じくらの年齢のお子さん同士・保護者同士の交流の機会も設けているので、お子さんだけでなく保護者の方もみんなで楽しんでいただくことができます。お家ではできない遊びを、思いっきり！心ゆくまでお楽しみください

持ち物：動きやすく汚れてもよい服装（保護者・子どもともに）、タオルやお手拭き、水分補給用の飲み物

講師：漆原佳子

（日本乳幼児遊び教育協会 ぐちゃぐちゃ遊びの親子教室 認定講師 藤沢湘南台 SUNリトミック教室代表）

0~2歳30組（保護者同伴必須）

④ [2] インターネット受付期間

2/15(木) 10:00~3/10(日) 17:00

⑤ きらら鎌倉生涯学習センター ☎25-2030



講座・講演会

NPO法人 鎌倉リサイクル推進会議

場所 笹田リサイクルセンター（笹田1-11-34）

○リメイクソーイング 各回12名

3/1(金) 13:30~15:30 4/5(金) 10:00~12:00

3/7(木) 13:30~15:30 4/10(水) 13:30~15:30

3/15(金) 10:00~12:00 4/15(月) 10:00~15:00

3/18(月) 10:00~15:00 4/26(金) 10:00~12:00

○和布でお細工物一罽車（2回シリーズ） 15名

3/6(水) 10:00~15:00

3/13(水) 10:00~12:00

○手持ち糸で編み物—マーガレット 各回10名

3/7・21(木) 10:00~12:00

○はぎれてパッチワーク 各回12名

3/12・26、4/9・23(火) 10:00~12:00

○椅子の張り替え 10名

3/14(木) 10:00~12:00

○和布の柄を生かす手仕事 10名

3/27(水) 10:00~12:00

○裂き織り 各回11名

3/28(木) 10:00~15:00 ※春休み小中学生は10:00~12:00

4/19(金) 10:00~15:00

○手持ち糸で編み物—花のフローチ 各回10名

4/4・18(木) 10:00~12:00

○押し絵—水芭蕉（2回シリーズ） 15名

4/10・17(水) 10:00~12:00

○布製品にトールペイント 10名

4/16(火) 10:00~15:00

○ハンドメイド雑貨—春のリース 12名

4/25(木) 10:00~15:00

○着物や手持ち布でブラウス（2回シリーズ） 11名

4/30、5/7(火) 10:00~15:00

○おもちゃ病院 無料で修理

3/12(火) 10:00~15:00

○笹田リサイクルマーケット「古着市」

3/24(日) 10:00~12:00

「捨てるのはもったいない」「まだまだ使える」古着をご寄付ください

（鎌倉市民に限る）

寄付受付 2/19(月)~3/15(金) 平日10:00~16:00

笹田リサイクルセンターへ

古着は洗濯を済ませ、ボタンはつけたままで、婦人物、紳士物、子どもに分けてポリ袋に入れてください。布団、マット類、ビニール製品、靴、バッグなどは不可。

同時開催 10:00~13:00

・着物市 ・おもちゃ病院 ・東北支援物販

・りっしん洞（コーヒー） ・にじの子（クッキー）

館内に開催講座の見本作品展示中、気軽にお問い合わせください。

ホームページでは、リサイクルのアイデアいっぱいの動画を配信

申込受付：3月の講座は受付中、4月の講座は3/15(金)~

④⑤ 鎌倉リサイクル推進会議 詳細問い合わせ

☎32-9094(10:00~16:00) ㊟(土・日・祝)

ICPのパソコン教室

場所 ICP事務所

（大津ビル3F 鎌倉駅4分 カトリック雪の下教会向い）

○スマホ入門 楽しく講座（木）全5回 10:00~12:00

3/7		スマホの基礎（電話の基本操作、連絡帳、Wi-Fi）、そのほか基本設定
3/14	基本操作	文字入力とインターネット検索
3/21		メール（SMS、キャリアメール、そのほか）、LINE
3/28		カメラ撮影保存、写真の編集、QRコード
4/4	アプリ	マップ、レストラン、旅行、ネットショッピング、決済

本講座はスマホ全機種を対象にした講座です

受講料10,000円（5回一括）テキスト代実費

○Windows11 基礎講座（金）全4回 10:00~12:00

3/1		新しくなったウィンドウズの基本操作、スタートメニュー、各種設定
3/8		新ブラウザ「Microsoft Edge」でインターネットを満喫、新機能
3/15		音楽CDを聴く、CD作成、パソコンで管理、Webで音楽鑑賞
3/22		写真の取込み、編集、スライドショー作成、ファイルの整理

本講座はWindows11パソコンをお持ちでない方も対象にしていますのでその旨お申し出ください

受講料8,000円 テキスト代実費

○パソコンExcel再チャレンジ講座（火）全4回 10:00~12:00

4/2	Excel	表作成 基本関数 データ入力
4/9		出納帳 入出金残高 繰越金
4/16	会計	決算書作成印刷
4/23		自己の作成資料 質疑

受講料8,000円 テキスト代実費

○スマホをパソコンと連携活用講座（月）全5回 13:30~15:29

4/1		PCとスマホの接続、スマホから写真や動画の取込、LINE写真の取込
4/8		写真の共有（Googleフォト、iCloud、GoogleDriveほか）、ストレージ満杯対策
4/15		パソコン「フォト」アプリでの写真整理、簡単な編集 動画風アルバム作成
4/22		パソコンメールをスマホで見る（スマホの設定）
4/29		スケジュール表やアドレス帳をPCとスマホで共有 アカウント本人確認多段階認証 そのほか質疑

お使いのパソコンを持ち込み頂くと自分のデータで連携でき便利です（教室のPC借用可。要予約）

受講料15,000円 テキスト代実費

各先着6名 受講当日、平熱で何も症状のない方

④⑤ NPO法人 ICP鎌倉地域振興協会（講習会名・氏名・連絡先）

☎080-8820-3939 it-comite@icp-kamakura.jp

上記カリキュラムとは別の、ご自身の課題のみを行う「個人レッスン」にも対応

気候変動アクション講座 第5回
湘南・省エネネットワーク(環境大臣賞2回受賞団体)

3/8(金) 隔月1回 全5回 13:00~14:30
場所 NPOセンター大船 会議室(JR「大船」西口3分、玉縄交流センター1F、台1-2-25)

EV社会の到来編

一クルマの気候変動アクション—どう乗る電気自動車
EV(電気自動車)に乗って気候変動アクションにどう取り組むのか、身近な事例でわかりやすくご説明
講師:前島 仁(湘南・省エネネットワーク 代表、環境省気候変動コミュニケーション)

無料 6名 3/7締切
☎ 前島 ☎080-4429-0209 syonan.syoenet@gmail.com

はじめての不動産登記測量講座

3/8(金) 18:00~19:30
場所 鎌倉生涯学習センター 第5集会室

今回は「どこが境か」をQ&Aクイズ形式15問で学びます。現場写真やさまざまな土地図面を解説、推測します。初心者歓迎
講師:櫻井文明(土地家屋調査士)

無料 25名
☎ 櫻井土地家屋調査士事務所 ☎33-4928 FAX 33-4938

スマホの使い方サロン

- ① 3/11(月)、4/23(火) 鎌倉生涯学習センター
- ② 3/18(月)、4/30(火) 大船学習センター
- ③ 3/6(水)、4/11(木) 腰越学習センター
- ④ 3/13(水)、4/17(水) 深沢学習センター

スマホについて聞きたいことを聞けます。少人数制。同じ事を何度でも聞ける、アットホームなスマホサロンです。懇親会あり
講師:デジタル推進委員ほか

受講料2,000円 各10~15名
☎ 深町 ☎080-1591-5004 福井 ☎090-6656-9906

「Excelステップアップ講座」

3/14(木) 13:30~15:00
場所 鎌倉市市民活動センター2F会議室

入力業務の精度やスピードを向上、情報をより効率的に管理できるエクセルの「フォーム」機能を学びます。ステップアップしましょう
持ち物:ノートパソコン

受講料2,000円(資料代込み) 先着15名 3/13(水) 締切
☎ 認定NPO法人 鎌倉市市民活動センター 運営会議 ☎/FAX 60-4555

第11回 季節の花の花言葉~春の花24編~

3/17(日) 13:30~15:30
場所 茶房 有風亭(鶴岡八幡宮近く)

季節の花について花言葉の視点から紹介・解説します。今回は春に咲く花々についてのお話です。お抹茶と季節のお菓子が出ます
講師:大嶽翔也

受講料2,500円 6名 ☎ 大嶽 ☎090-5216-1381

大船ブリッジセンター

場所 大船ブリッジセンター

○ミニブリッジ体験教室
3/18・25(月) 10:00~12:00(同じ内容、両日参加可)
無料 20名

○ミニブリッジ講習会
4/1~5/13(月) 全5回 10:00~12:00
受講料4,000円 教材費500円 20名

世界中に愛好者がいるといわれるコントラクトブリッジ! 2人でペアを組みトランプで勝ち負けを競うゲーム。お1人でも参加可能
講師:大船ブリッジセンター所属講師およびアシスタント

☎ ハガキ 〒247-0056 大船1-7-5 大船末広神尾ビル3F 特定非営利活動法人 大船ブリッジセンター
☎ 特定非営利活動法人 大船ブリッジセンター ☎48-2286 FAX 48-2093 info@ofunabc.jp

第25回 鎌倉同人会講座 北鎌倉湧水ネットワークの活動

3/19(火) 14:00~16:00 場所 鎌倉生涯学習センター
鎌倉の典型的な里山である六国見山を拠点とした自然環境・景観保全、街づくり、里山再生活動に取り組んできた22年間の活動記録
講師:野口稔(北鎌倉湧水ネットワーク代表)
参加費 一般1,000(会員500)円 先着50名
☎ 鎌倉同人会事務局 西野 ☎61-1930 銀の鈴社 info@ginsuzu.com

古代史セミナー

第1回:3/20 第2回:3/28 全2回 13:30~15:30
場所 地球市民かながわプラザホール(JR「本郷台」3分)

第1回「大和の発掘最前線—2023年度奈良県の発掘総まとめ—」
講師:米川仁一(奈良県立橿原考古学研究所企画課長)
第2回「平安宮廷社会の女官と女房」
講師:伊集院葉子(専修大学文学部非常勤講師)

受講料2,000円 280名 3/1締切
☎ ハガキ 〒247-0031 横浜市栄区桂台北20-14 栗原俊子
☎ 鎌崎 ☎090-3540-0930

鎌倉婦人子供会館『地理歴史講座』

3/23(土) 13:30~15:00 場所 鎌倉婦人子供会館ホール

[講演]〈歴史的風致とまちづくり⑥〉
「平安京の条坊制町割が現代に生きる古都:古代の残照・京都」
講師:永野征男(日本大学名誉教授)

受講料1,100円 45名
☎ (公財)鎌倉婦人子供会館 ☎22-0507

絵画研究の会(絵手紙・小さな油絵/額装作品づくり講座)

月1回 9:30~13:00
3/24(日) 深沢学習センター第1集会室
4/18(木) 鎌倉生涯学習センター第7集会室

「小さな油絵/額装作品づくり」講座は、「絵手紙」講座に引き続き、同日、同場所にて開催。ほか日程は直接問合わせください
講師:堀部洋平(独立美術協会会員)

受講料 絵手紙500円 油絵700円 絵手紙15名 油絵8名
☎ ハガキ 〒248-0002 二階堂58 堀部洋平
☎ 堀部 ☎090-7214-8738 FAX 22-2457

鎌倉歴史ゆかりの会

14:00~16:00
場所 玉縄学習センター分室第3集会室

3/30(土)
第48回講演会 神武東征—歴史工学で読み解く鎌倉武士の起源—
講師:江崎和博(元法政大学准教授)

4/20(土)
鏡から解ける魏志倭人伝の方位問題
—纏向王宮遺跡は垂仁天皇の纏向珠城宮—
講師:桜田和之(日本天文考古学会理事)

入場料各200円 ☎ 江崎 ☎080-5490-3194

栄区テレビセミナー 紫式部~源氏物語の世界へ~

全5回 13:30~15:30(12:45開場)
場所 地球市民かながわプラザホール(JR「本郷台」3分)

4/3(水) 藤原道長と摂関政治
講師:古瀬奈津子(お茶の水大学名誉教授)

4/10(水) 紫式部の人生と宮廷生活
講師:福家俊幸(早稲田大学教授)

5/15(水) 紫式部と源氏物語~王朝文化との関わりから
講師:河添房江(東京学芸大学名誉教授)

5/22(水) 女性の政治力 藤原彰子
講師:服藤早苗(埼玉学園大学名誉教授)

6/3(月) 雅な宮廷の裏側~群盗と武士の跳梁
講師:桃崎有一郎(武蔵大学教授)

受講料4,000円(全5回分) 第1回講座時に支払い 300名(抽選)
☎ 往復ハガキ(1人1通) ①〒・②住所・③氏名・④フリガナ・⑤電話、返信面に住所・氏名 3/13(水) 締切(当日必着)
〒247-0028 横浜市栄区亀井町27-20 網倉悦子
☎ 村田 ☎045-894-9263



美術・展示

定例写経会—阿弥陀經を書く—

4/10(水)第2(水)月1回 10:00~12:00

場所 浄土宗大本山 光明寺

お経を読むことと同じ功德が写経にもあります。『阿弥陀經』を39場面に区切り、4/10を第1回として新たに始まります
講師：奥田昭應(教務部長)

受講料1,500円 ④⑤ 大本山 光明寺 ☎22-0603 FAX 22-0622

(公財) 鎌倉市公園協会

「公園サポーター養成講座 ~雑草と育てる土づくり畑づくり」

第4(金)(原則)全8回 10:00~14:30 場所 鎌倉中央公園

化学肥料や農薬を使わず、たい肥と植物本来の生命力を活かした土づくりにより、野菜を育てる方法を学ぶ連続講座

〈令和6年度予定〉※変更する場合があります

4/19 オリエンテーション/育土について	鎌倉中央公園
5/24 土の養分を考える	鎌倉中央公園
6/28 草と共存する	鎌倉中央公園
7/26 病害虫を回避する	鎌倉中央公園
8/23 やわらかい土をつくる	鎌倉中央公園
9/27 連作と共栄について	鎌倉中央公園
10/18 自家採種をしよう	鎌倉中央公園
11/22 まとめ	鎌倉中央公園

講師：郷間光安

無料 20名(応募多数抽選) 3/29締切

④ メール・ハガキ

〒247-0066 山崎1667 (公財) 鎌倉市公園協会 畑講座担当

info@kamakura-park.com

⑤ (公財) 鎌倉市公園協会 ☎45-2750

「公園サポーター養成講座 ~木を知って木を育てる剪定講座」

第1(金)(原則)全8回 10:00~12:00

場所 鎌倉中央公園 ほか

公園の樹木の剪定を通じて樹木の特徴を知り、季節にあわせた管理方法を学ぶ連続講座

〈令和6年度予定〉※変更する場合があります

4/5 サクラの話と剪定の基礎	鎌倉中央公園
5/17 竹林の手入れ	鎌倉中央公園
6/7 花を咲かせるツツジの手入れ	鎌倉中央公園
7/5 アジサイの花を楽しむ剪定	鎌倉中央公園
8/2 丈夫な樹木の育て方(要害虫対策)	鎌倉中央公園
9/6 都市近郊林の手入れ	鎌倉中央公園
10/4 海岸植物とマツ	鎌倉海浜公園・稲村カ崎地区
11/1 まとめ SDGsと樹木	鎌倉中央公園

講師：岸 靖之(樹木医)

無料 20名 3/21(木) 締切

④ メール・ハガキ

〒247-0066 山崎1667 (公財) 鎌倉市公園協会 剪定講座担当

info@kamakura-park.com

⑤ (公財) 鎌倉市公園協会 ☎45-2750

点訳者養成講座

5/9~9/26(木)(※7/25、8月)全15回 18:30~20:00

場所 玉縄青少年会館 会議室A(大船駅西口7分)

初心者向けの点訳の講座を開きます。後半はパソコン点訳も学びます。予備知識がなくても大丈夫! 気軽にお問い合わせください

主催：鎌倉市点訳赤十字奉仕団・夜間部(てんとう虫の会)

後援：鎌倉市

講師：木村康洋

2,000円(テキスト代・資料代) 先着8名 ④⑤ 木村 ☎45-3555

星野椿講演会

「『夜明け・わが人生』を語る~俳句とともに生きて」

5/25 14:00~15:30(予定)(13:30開場)

場所 鎌倉芸術館 集会室

俳人で祖父の高浜虚子、母星野立子の思い出と、自身の歩み、俳句の楽しさをお話します。チケット1枚につき著書1冊プレゼント

講師：星野椿(俳人：「玉藻」名誉主宰、鎌倉俳句&ハイク選者)

全席自由3,500円(チケット1枚につき星野椿の著書『夜明け・わが人生』贈呈) 120名 ④⑤ 鎌倉芸術館チケットセンター ☎0120-1192-40

県立神奈川近代文学館 ☎045-622-6666

9:30~17:00(入館 ~16:30)

開館40周年記念企画

○「文学・どこへゆくのか」第Ⅱ期

「作家が受け継ぐもの」①

4/7(日) 14:00~16:00(予定)(13:30開場)

文芸評論家の湯川豊と尾崎真理子をナビゲーターとし、現代に生きる作家たちの言葉を通して、現代文学の展開を探る連続企画
出演：辻原登(作家)

1,200円 220名

○「文学・どこへゆくのか」第Ⅱ期

「作家が受け継ぐもの」②

4/27(土) 14:00~16:00(予定)(13:30開場)

文芸評論家の湯川豊と尾崎真理子をナビゲーターとし、現代に生きる作家たちの言葉を通して、現代文学の展開を探る連続企画
出演：池澤夏樹(作家)

1,200円 220名

○かなぶん寄席 講演会「王将」「木村重成の最期(難波戦記より)」

3/9(土) 14:00~15:30(予定)(13:30開場)

将棋棋士・坂田三吉の生涯を描いた北條秀司原作の「王将」、大坂の陣を描いた軍記物『難波戦記』から「木村重成の最期」の2本を口演
出演：神田 蘭(講師)

1,200円 220名

○橋本治展記念講演と対談「冗談と真情と」

4/20(土) 14:00~15:30(予定)(13:30開場)

編集者として橋本治と接した松家仁之による、橋本の小説作法についての講演と、橋本妹の柴岡美恵子との対談
講師：松家仁之(作家、本展編集委員)、対談出演：柴岡美恵子(橋本治妹)

1,200円 220名

④ 要事前申込 電話またはホームページの申込フォーム(氏名・電話)

特別展「帰ってきた橋本治展」

3/30(土)~6/2(日)

「桃尻娘」などの小説や評論、コラム、イラストや編み物など幅広く活躍し、常に時代を先取りした橋本治の生涯を、所蔵資料を中心に紹介
編集委員：松家仁之

一般700円 65歳以上・20歳未満及び学生350円 高校生100円

中学生以下は無料

常設展「文学の森へ 神奈川と作家たち」第3部

太宰治、三島由紀夫から現代まで

~3/24(日) ④(月)

敗戦直後から戦後に活躍した神奈川ゆかりの作家9人と、6人の現代作家を紹介。人気漫画「文豪ストレイドッグス」とのコラボ企画も
編集委員：富岡幸一郎

一般260円 20歳未満および学生160円 65歳以上110円 高校生100円
中学生以下は無料

④⑤ 県立神奈川近代文学館 ☎045-622-6666 ④(月)

ホームページあり

ギャラリー北鎌倉物語 北鎌倉眼科左折15分 ☎67-3316

10:00~17:00

3/13(水)~4/14(日)

④(月・火)

松本立夫写真展

翔・泳・探 身近な野鳥たち Part2



4/17(水)~5/19(日)

④(月・火)、4/29(月・祝)、5/6(月・祝)

は営業、5/1(水)・8(水)は代休

松本立夫写真展

春から初夏へ~箱根湿性花園 Part10



※ギャラリー展示者を募集

※爽やかな緑の中で素敵な会合を開きませんか。

サークル(写真、手芸、絵本、俳句、子ども会など)、教室、発表会(ステージあり)の会場

詳細はホームページ

第61回 村田佳代子個展 わが街 かまくら

2/27(火)~3/3(日) 10:00~17:00
(初日 13:00~ 最終日 ~16:00)
場所 鎌倉生涯学習センター 地下ギャラリー ABCD室
半世紀以上描き続けた鎌倉市内の風景を地区ごとに一挙展示、全150点。
会場で鎌倉散策をお楽しみください!
制作者:村田佳代子(洋画家)
入場無料 ㊟ 村田良策記念アトリエM ☎090-2207-0031

水遊会 水彩画展

3/14(木)~18(月) 10:00~16:30
(初日 13:00~ 最終日 ~15:30)
場所 鎌倉生涯学習センター 地下ギャラリー C・D
主に鎌倉・横浜の、会員による透明水彩画50点ほど展示します
講師:新倉秋夫(日本水彩画会会員)
㊟ 伊藤 ☎090-5213-5700

グラスリッツェン作品展 ー美しい手彫りガラスの世界ー 第10回記念各教室合同作品展

3/15(金)~18(月) 10:00~17:00
(初日 13:00~、最終日 ~16:00)
場所 鎌倉芸術館 ギャラリーII
機械を使用しない繊細な手彫りガラス教室の発表会です。ベテランから初心者まで、ヨーロッパ伝統の美しい作品をぜひご覧ください
講師:伊藤啓子
無料 ㊟ 伊藤 ☎47-0147 FAX 47-0370

クリスタルボウル音浴会

3/10(日)・30(土)、4/20(土) 14:00~16:00
場所 玉縄学習センター和室(3/10は第4集会室)
水晶で作られている楽器『クリスタルボウル』の清らかな癒しの音に包まれて、心身ともにすっきりとリフレッシュします
和室2,000円 第4集会室1,000円 和室のみ定員あり5名
㊟ ㊟ クリスタルボウルを聴く会 中川
☎080-6538-1722 alcystal1217@gmail.com

ハーブと歌のふれあいサロン

3/12、4/9(火) 第2(火)月1回 11:10~12:10
場所 稲村ヶ崎自治会館(江ノ電「稲村ヶ崎」3分)
ハーブアンサンブルの調べに合わせて、懐かしい歌をご一緒に歌いませんか。声を出すことでリフレッシュしましょう。コンサートあり
講師:小野瀬由美子(ヘルマンハーブインストラクター)
会費1回500円
㊟ ㊟ 小野瀬 ☎080-5493-8352

歌のサロン

第296回 3/13(水) 第297回 4/24(水)月1回 14:00~16:00
場所 鎌倉生涯学習センター ホール
歌のサロンは、毎月さまざまな器楽ゲストをお迎えして合唱&ミニコンサートを楽しむ会場参加型音楽会。季節の歌をご一緒に歌いましょう
出演:佐藤ゆり(Sop)・佐藤ななえ(Sop)・佐藤 望(Br)
ゲスト:第296回 中村均一(Sax)・北原葉子(P)
第297回 山田恵美子(FI)・大場智子(P)
お話と歌唱指導:佐藤ゆり
入場料2,000円 当日券あり
㊟ ㊟ 歌のサロン事務局 ☎050-3138-2550

春を呼ぶ音達 Part13 ~東日本大震災からの復旧・復興支援~

3/17(日) 13:30~15:30
場所 鎌倉芸術館3Fリハーサル室
東日本大震災後も各地で自然災害は続いています。東北への支援は今年も音楽の力で継承していきます。皆さんの思いを乗せて!
入場料2,800(前売り2,500)円 50名
㊟ ㊟ 中居 ☎080-3418-7605

鎌倉友の会 映画上映会「ビリーブ」

3/18(月) ①10:00~ ②13:00~
場所 鎌倉生涯学習センター ホール
50年前のアメリカ。女性弁護士ルース・ギンズバーグが勝利した世紀の〈男女平等〉裁判。爽快感な感動実話です
入場料1,100円(前売り900)円 各回250名
㊟ ㊟ 中村 ☎090-7908-0125
大野 ☎080-4113-1872



鎌倉男声合唱団牧神 15周年記念 第6回定期演奏会

3/23(土) 14:00~16:00(13:30開場)
場所 鎌倉芸術館 小ホール
昨年10月の発足15周年を記念して30名の熟年団員がさまざまなジャンルの曲を、魅惑の男声ハーモニーでお送りします
指導者:佐藤 望
1,000円 600名
㊟ ㊟ 石井 ☎090-1613-4486 FAX 45-8775

鎌倉ジュニアオーケストラ スプリングコンサート ~音楽のおもちゃ箱~

3/25(月) 18:00~20:00(17:30開場)
場所 鎌倉芸術館 小ホール
「音楽のおもちゃ箱」をテーマに、クラシック・映画音楽・子どもたちに人気の高い曲目など、ジャンルにとらわれないプログラムを予定
指導者:畑中友季子
入場無料 先着600名
㊟ ㊟ 鎌倉ジュニアオーケストラ事務局(山梨) ☎080-5512-6137



音楽・映画・演劇

鎌倉市川喜多映画記念館 雪ノ下2-2-12 ☎23-2500

~4/7(日) 9:00~17:00
企画展「ジェラルド・フィリップと忘れじの名優たち」
世界中の観客を虜にしたジェラルド・フィリップを筆頭に欧州映画に欠かせない俳優たちを紹介。『肉体の悪魔』など上映予定
一般200円 小・中学生100円
㊟ ☎23-2500 FAX 23-2503

金曜ライブ 野口田鶴子ひとり語り~宮沢賢治の世界

3/1、4/5 14:00~16:30
場所 ギャラリーカオル&カフェ(東横線「反町」5分) ☎045-620-9025
「なめとこ山の熊」と小品。[小品] 3/1「東日本大震災を語りつぐ」
4/5 おきなぐさ。ゲスト村野美優と末邑わかこの詩とピアノのコーポは人気
講師:野口田鶴子
会費1,000円 15名
㊟ ハガキ 〒246-0012 横浜市瀬谷区東野136-5 野口田鶴子
㊟ ㊟ 野口 ☎090-1765-9117 FAX 045-303-2561

こずえサロン・アザレア会

3/9 10:30~ 4/13 13:00~
場所 鎌倉生涯学習センター音楽室
季節の歌やヒットソングなどを取り入れ、ミュージックベルなどで合奏をします。後半はゲスト出演のコンサートです。お楽しみください
講師:河井こずえ
会費1,000円 30名 各1週間前締切
㊟ ハガキ 扇ガ谷3-5-2 河井こずえ
㊟ ㊟ 河井 ☎/FAX 24-3921

植木リトールエコーアンサンブル 第38回定期演奏会

3/9(土) 13:00~(12:30開場) 場所 鎌倉芸術館 小ホール
スイートキャロライン、スウィングソフトほか。鎌倉市6校の小学生ビッグバンドジャズ。楽しくカッコよく奏でよう!
指導者:勝田 新
㊟ ㊟ 村上 ulee1986@yahoo.co.jp

フェアリーベルリンガーズ ハンドベル演奏会

4/6(土) 14:00~16:00 (13:30開場)

場所 鎌倉生涯学習センター ホール

イングリッシュハンドベルで、映画音楽からクラシックまで解説を交えて演奏、終演後にはベルに触れる体験の時間も

入場無料 当日先着280名

☎加藤☎/FAX 48-0553 fbrkamakura@gmail.com

鎌倉同人会 春の映画会

映画「こんにちは、母さん」と山田洋次監督の対談

4/12(金) 12:00~14:55

場所 鎌倉芸術館 小ホール

山田洋次監督の最新作・母と息子の新たな出発を描く映画の上映。つづいて山田洋次監督と俳優の北山雅康さんとのスペシャル対談

入場料2,000(前売り1,800)円

☎☎ 鎌倉同人会 吉田☎090-5765-4125 zavi@sirius.ocn.ne.jp

ピアノトリオ ミリュー 第2回演奏会

4/20(土) 13:30~(13:00開場)

場所 鎌倉生涯学習センター ホール

F.メンデルスゾーン：ピアノ三重奏曲 第1番 二短調 作品49

J.ブラームス：ピアノ三重奏曲 第2番 八長調 作品87

出演：高橋美信(ピアノ)、鍋谷里香(ヴァイオリン)、伊澤裕子(チェロ)

全席自由 4,000円

☎☎ 神野☎090-4841-0569 kih.pollus.950@docomo.ne.jp

かまくらジュニアストリングス 第14回定期演奏会

4/20(土) 18:00~19:30

場所 鎌倉生涯学習センター ホール

創立15周年をむかえる、小中高校生によるバイオリンアンサンブルです。「きらきら星」「ホルン・ニュー・ワールド」「ガボット」ほか

指導者：河合訓子 ほか4名

入場無料 ☎☎ 河田☎080-1228-1088 FAX 32-5562

女声合唱団 Bella Voce 第7回定期演奏会

4/27(土) 13:00~(12:30開場)

場所 鎌倉生涯学習センター ホール

お客様の心に響く演奏を目指します。曲目：バード「3声のミサ曲」、木下牧子抒情小曲集「月の角笛」、ミュージカル作品ほか

指揮：小嶋陽太 ピアノ：内田多恵子

入場料2,000円(全席自由)

☎☎ 芝☎090-4823-0167 mkyys.shiba@gmail.com

シンガーソングライター ジュン葉山コンサート

4/30(火) 13:30~15:30 (13:00開場)

場所 鎌倉生涯学習センター ホール

アマポーラなど世界のポップスとオリジナル曲を新進気鋭のアラ還シンガーソングライターが弾き語り。大人の音楽をあなたに

入場料2,000円

☎☎ Jun Music Office(河合)

☎090-4822-0935 FAX 046-875-9585

margarita101@docomo.ne.jp

ショパンからの贈り物~ショパンとゆかりの仲間たち~

5/2(木) 19:00~

場所 横浜みなとみらいホール 小ホール

5名のピアニストによるトーク付ピアノ名曲コンサート

出演：MUZYKA CHOPINA

入場料2,500円

☎☎ MUZYKA CHOPINA☎084-947-2481

グランブル管弦楽団

5/3(金・祝) 14:00~16:00 場所 鎌倉芸術館大ホール

鎌倉が誇るプロ・オーケストラ、グランブル管弦楽団の第3回公演。

メンデルスゾーン「バイオリン協奏曲」ベートーヴェン「運命」

出演：松村優吾(指揮)・小川恭子(ソリスト)

自由席2,500円

☎☎ グランブル管弦楽団事務局☎24-5695

鎌倉ウェストサイドシアター

(土)または(日)月4回 10:00~12:00

場所 西鎌みんなの家(津西1-16-36)

語りや朗読、お芝居の表現、声優経験、演劇ゲームなど。どなたでも大歓迎。裏方スタッフも募集中。月1回公演予定。見学可
指導者：高森秀之(鎌倉アクターズワークショップ主宰)

受講料500円

☎☎ 高森☎080-4138-4701(ショートメールで) k_actors@yahoo.co.jp



健康・スポーツ

“気いやし処”気功教室

3/6・27、4/10(水) 14:00~16:00

場所 鎌倉生涯学習センター 和室

健康な日々を過ごすために、気の巡りを良くし、自身の持つ自然治癒力を引き出し手足・腰の痛み・火傷などを治すことを目的に楽しく学ぶ

持ち物：マスク、飲み物、ひざ掛け

服装：スラックス、靴下

指導者：武内チツ子

受講料1,500円 7名

☎☎ 武内☎090-8841-8966 FAX 22-4005

元気&ゆったり体操

医療生協かながわ大船支部・年金者組合鎌倉共催

3/13、4/10 第2(水)月1回 11:30~13:00

場所 玉縄学習センター分室 集会室

整体ヨガ、気功ダンスなどの長所を健康に役立つように独自に考案した高齢者にぴったりの体操。免疫力アップ介護予防認知症予防です
講師：御代川

会費500円 15名

☎☎ 中島☎080-4149-0310 FAX 44-0531

シニア・ソフトボールを楽しもう!

(木) 9:00~12:00 場所 山崎浄化センタースポーツ広場

コロナ禍が、外気を吸い、健康であることのたいせつさを教えてくれました。一緒にソフトボールを楽しみながら、健康作りをしませんか

年会費5,000円 58歳以上の男性

☎☎ 八ガキ 〒247-0066 山崎970 桧山 宏

☎☎ 桧山☎45-3859



バザー・フェスティバル

第41回清和祭バザー

4/20(土) 10:00~14:00

場所 社会福祉法人 清和会 障害者生活支援センター鎌倉清和

第41回清和祭バザーを開催します。模擬店やステージのアトラクションなど楽しめる出し物もありますので、奮ってご参加ください

☎☎ 佐藤(障害者生活支援センター鎌倉清和)☎46-4891 FAX 43-6541



子ども・子育て

大船・おもちゃ病院4年ぶり開催

10:00~15:00
 3/6(水)・23(土)、4/3(水)・20(土)
 鎌倉市福祉センター2F ボランティア活動室
 3/12(火) 笹田リサイクルセンター2F
 4/22(月) 大船保育園2F(入口インターホンで申し出)
(大船保育園は、コロナ禍で3年間お休みでした)4月から始まります
 こわれたまま眠っているおもちゃはありませんか?
 おもちゃドクターが無料(交換部品は有償)で修理、努力いたします。
 福祉センター・大船保育園への予約は不要。
 各自、修理おもちゃは3点以内とします
 講師:鎌倉おもちゃドクター 10数名
 無料(部品必要な場合部品代金のみ) 毎回15名

かまくらジュニアストリングス

(日)月4回 9:00~12:00
 場所 市内学習センター、御成小学校 多目的室
 子どものためのバイオリン教室。小中高高校生が、アンサンブルを通して交流しています。個人、グループ練習で腕をみがいています
 指導者:河合訓子、梅津美葉 ほか3名
 月会費8,000~9,000円 入会金3,000円
 ☎ 河田 ☎080-1228-1088 FAX 32-5562

子供民謡教室

日時 相談 月1回 1~2時間
 場所 大船自宅または大船学習センター
 藤本流民謡三味線の資格が取れます。民謡を唄い発声、音程をしっかりとさせます
 講師:伊丹浩子
 会費1時間1,000円 数名 ☎ 伊丹 ☎090-7835-2506

Likolei(子供のフラ)

(火)15:50~16:45 小坪個人宅
 (木)16:15~17:15 鎌倉大町会館
 (日)不定期
 月4回
 少人数制でフラを楽しんでいます。競技参加はせず、舞台上笑顔でハイレベルに踊ることを目指しアロハの心を育みながらレッスン
 講師:Lehualikolei Hiromi(ハラウオ川上)
 会費1回1,500円 体験300円
 ☎ 寺坂 ☎090-7734-7054 FAX 24-1375 lehualikolei@gmail.com



サークル

将棋クラブ

(水)月4~5回 13:00~16:00
 場所 玉縄すこやかセンター
 楽しい仲間の集い。自由対局。お気軽に連絡をお待ちしております
 会費不要 若干名
 ☎ 鈴木 ☎25-5785

健康マージャン・女性マージャン教室

教室(火・金)健康マージャン(木・金・土・日)10:30~17:00
 場所 麻雀サロンバンブー(大船駅北口 ダイコクドラッグビル6F)
 マージャンは楽しみながらできる脳トレです。教室、健康麻雀、1日大会などあり。まずは一度お電話ください
 講師:三原孝博(日本健康麻雀協会レッスンプロ)
 600円/1ゲーム~ 2,750円/1日~
 ☎ 麻雀サロンバンブー ☎45-8235

「健康麻雀」ニコニコ同好会

(日・水・金)9:30~16:30
 場所 自宅(小坪亀ヶ岡団地内)
 麻雀は指先を刺激し、思考力も要するので認知症予防に最適です。楽しく和やかにしています。鎌倉駅、逗子駅送迎便あり(飲物付)
 保坂(代表)
 会費1日600円 ☎ 保坂 ☎090-1666-3858

麻雀同好会

毎日 9:00~16:00 勉強会 12:00~16:00
 場所 自宅(雪ノ下562-16 バス停岐れ道2分)
 麻雀は両手、両目に頭を使い、笑って堪えて若返り。友達もでき、マージャン旅行もあり。楽しい同好会です
 会費500円 ☎ 林 ☎24-6329

実用てならい 段葛書道会

第2・4(木)月2回 13:00~15:00
 場所 段葛前 大路ビルカルチャースペース(JR「鎌倉」5分)
 「書は人なり」。ウマイヘタは関係なし。書くことを楽しみましょう。初学者大歓迎!毛筆も硬筆も、その日の心まかせに。お手本多彩
 指導者:水谷峰延
 月謝2,300円
 ☎ 八ガキ(電話番号明記) 〒248-0012 御成町16-3 水谷峰延
 ☎ 水谷 ☎84-9908

柏葉 篆刻会

第2・4(火)月2回 14:00~16:00 場所 鎌倉生涯学習センター
 篆刻は、雅印を書画に押すだけでなく、印影を鑑賞する芸術ともいえます。篆書を学び、石に字を刻してみませんか。見学歓迎
 指導者:山本陽一(全日本篆刻連盟理事)
 月謝4,000円 運営費1,000円
 ☎ 八ガキ 〒248-0007 大町2-11-13 今泉真知子
 ☎ 今泉 ☎/FAX 24-2120

MAP

第1・3(月)月2回 9:30~12:00 場所 教養センター(笹田)
 パステル画講座から発展したサークルで、写生会や展覧会は村田良策記念アトリエMと合同する。パステルを入口に油彩・水彩・墨彩など自由に本格的に学べる
 講師:村田佳代子
 会費1回2,500円 入会金5,000円 若干名
 ☎ 村田 ☎22-1759 FAX 25-4361 kayokom116@gmail.com

セザンヌの眼 デッサンコース

第2(月)月1回 10:00~15:00
 場所 鎌倉カルチャールーム(由比ガ浜 六地蔵そば 村田ビル3F)
 全ての画材に適応できる絵画制作の基礎となる構図を念頭に置いたデッサンを指導。講義も加えつつフォルムを把握するコツを伝える
 講師:村田佳代子
 会費1回2,500円 若干名
 ☎ 村田良策記念アトリエM ☎22-1759 FAX 25-4361

水遊会

第1・3(水)雨天室内静物 月2回 9:30~12:00
 場所 鎌倉・横浜・湘南(写生地の最寄り駅集合)
 透明水彩で野外スケッチをしています。初歩の方にはいけないに指導します。年1回作品展を開催
 講師:新倉秋夫(日本水彩画会会員)
 月会費2,000円 若干名
 ☎ 伊藤 ☎43-0882(留守電にご連絡先を入れてください) FAX 43-0882 takeo247@yahoo.co.jp

鎌倉色えんぴつ画クラブ

第2または第3(木)のいずれか 月1回 14:00~16:00
場所 玉縄学習センター 第3集会室

四季折々の花や野菜などを色えんぴつで初心者でも楽々描け、自然と自己流でない絵画の本格的な基礎が学べます
講師:安藤昭彦

会費2,000円 5名 ④⑤ 安藤 ☎/FAX 46-4730

鎌倉スケッチ会

第1・3(金)雨天翌週順延 月2回 10:00~13:00
場所 鎌倉・横浜・湘南周辺(写生地の最寄り駅改札集合)

自然の中で絵を描くほど楽しいことはありません。初歩の方もていねいに指導します。年1回作品展あり。それぞれの個性を尊重します

指導者:柳沼知恵子(一水会会員)

月謝3,500円 入会金1,000円 若干名 ④⑤ 山梨 ☎0466-37-3082

絵画教室「アトリエくりのき」

第2・4(金)月2回(3時間) 12:30~15:30
第2・4(土) 11:30~14:30

場所 小袋谷2-19-9

北鎌倉で心豊かに絵を描いてみませんか。3時間(休憩あり)と1.5時間の2コースの少人数制で、皆さん初心者から始めています

講師:牧 真弓・矢田智佳子

月会費7,150円(3時間コースの場合) 入会金7,700円

④⑤ 牧 ☎090-9244-9567 ホームページあり

刺繍 らぶりー

(火)月1回 9:00~13:45 場所 大船学習センター

いろんな色の糸を刺して、花や風景を仕上げていきます。出来上がった作品はぬくもりと愛着を感じ、楽しんでいきます

会費1,500円 入会金500円 3名

④⑤ 栗原 ☎090-1793-0548

刺繍 すみれ会

(金)月2~3回 9:00~11:15・9:00~13:45

場所 大船学習センター

フランス刺繍。糸を絞なし、花々や風景の作品を創り上げていく喜びを味わっています

講師:我妻光子

会費2,800円 入会金1,000円 5名 ④⑤ 並木 ☎45-4972

大船 着つけ教室

4/9(火)~令和7年3月 月2回 9:40~11:40

場所 鎌倉芸術館

古都鎌倉を着物でお出かけしてみませんか。浴衣から外出着まで一人で着られるようにお稽古します。ご自分の着物をお持ちください

講師:小泉三枝子

受講料1,500円 ④⑤ (公社)服飾文化研究会 ☎045-252-2312

竹細工サークル「珍竹林」

第2・4(土)月2回 9:30~11:30 場所 教養センター

身近な竹を使ってマイペースで初歩から学べます。仲間と竹で遊びませんか。雑器や花カゴができるようになれば、達成感は抜群です

講師:岡本詳三

会費2,000円(材料費込み) 若干名 ④⑤ 後藤 ☎/FAX 32-7986

親子と大人のための茶道教室「茶遊庵」

(月・木・土)月1~2回 曜日・回数など応相談 10:00~16:30

場所 鎌倉芸術館3F 和室

茶道と季節の移ろいを楽しみませんか。自宅でも抹茶を点てられるよう指導致します。親子で、友達と、安心して学べる茶道教室です

講師:園田宗智(裏千家助教)

受講料2,500~3,500円(別途施設費) 入会金5,000円

④⑤ 園田 ☎080-3212-1344(ショートメール可)

sayuuan.tamago@gmail.com

ホームページあり

腰越地区 伝統文化 いけばな親子教室

第1・3(土)月2回 10:00~12:00

場所 腰越学習センター 2F 美術創作室

花を通して情操と教養を充実させ、地域の文化活動の一助となることを目的に自由で多彩な表現方法を子どもから大人まで指導します。皆様の参加をお待ちいたしております

講師:木村明光(いけばな小原流研究院元講師)

受講料無料 月運営費 子ども500円 大人1,100円 花代 初級600円 中級800円 上級1,200円 30名 ④⑤ 木村 ☎/FAX 45-3738

初心者のためのケーキ教室

第3(木)月1回 14:00~16:00

場所 玉縄学習センター 料理実習室

季節の素材を使って基礎からしっかり学びます。上手に出来たらお友達にプレゼントも。男性も歓迎

講師:伊藤綾子(洋菓子教室主宰)

会費3,000円(材料費込み)

④⑤ シフォンの会(伊藤)

☎090-2178-3797(ショートメール可)・43-0882(留守電にご連絡先を入れてください) FAX 43-0882 ayako625@yahoo.co.jp

独居高齢者「ストレス発散吟詠体験教室」

3/1・22、4/5・19(金)月2回 14:00~16:00

場所 玉縄学習センター分室(大船駅観音口3分)

96歳!「行けるとこまで行く」という心意気! 仲間に入り新しいことをはじめませんか? 秘訣は腹式呼吸と詩情に涙すること

指導者:江端江岳(鎌倉市生涯学習指導員)

体験2回無料 入会金1,000円(教材費含む) 2名

④⑤ 江端 ☎090-8877-7016(ショートメール可)

カンツォーネ・カサウリア

①3/2(土) 10:00~12:00 第一小学校

②3/23(土) 〃 〃 御成小学校

③4/13(土) 〃 〃 〃

④4/20(土) 9:00~11:00 鎌倉生涯学習センター音楽室

3大テノールが歌った名曲、伊東ゆかり、布施明がカバーしたカンツォーネ。皆で歌うと楽しい! イタリア語も学べます。入会受付中(見学自由・要申込み)

指導者:雨谷善之(洗足学園音楽大学・大学院講師)

月謝月2回4,000円 入会金3,500円 ④⑤ 岩濱 ☎090-3009-1941

ジャズを歌う会

3/5(火) 深沢学習センター 4/7(日) 腰越学習センター

3/10(日) 腰越学習センター 4/30(火) 深沢学習センター

3/19(火) tsuu(鎌倉) 4/16(火) tsuu(鎌倉)

12:00~15:30(受付11:30~) 月2~3回

ジャズスタンダードを主に、ピアノ生演奏で楽しく歌います。軽体操、発声、歌詞説明、各自のキーでの歌い込み。セッションタイムあり

指導者:福島ミサト

会費2,000円 30名 ④⑤ 福島 ☎/FAX 39-1002

いつも青春「ストレス発散朗詠体験教室」

3/19・26、4/9・23(火)月2回 14:00~16:00

場所 鎌倉生涯学習センター(鎌倉駅東口3分)

若年寄りに「気持ウキウキ春が来た」と言わせるこの陽気! 仲間に入り新しいことをはじめませんか? 秘訣は腹式呼吸と詩情に涙すること

指導者:江端江岳(鎌倉市生涯学習指導員)

体験2回無料 入会金1,000円(教材費含む) 2名

④⑤ 江端 ☎090-8877-7016(ショートメール可)

鎌倉童謡の会「みんなで歌いましょう!」 第279回、280回

3/21、4/18(木)月1回 14:00~16:00(13:30開場)

場所 鎌倉生涯学習センターホール

リーダーの指導のもと懐かしの曲やお耳染みの曲を歌います。ミニコンサートもお楽しみに! 皆様のご参加をお待ちしております

指導者 リーダー:秋山徹(3/21)、沢木順(4/18)

参加費 一般1,200(会員1,000)円

④⑤ 鎌倉童謡の会 丹羽

☎080-5088-1186 kamakuradoyob@gmail.com

名越やすらぎコーラス部

第2・4(月)月2回 10:00~11:30

場所 名越やすらぎセンター

大きな声で発声練習。のどを鍛えて誤嚥の防止。愛唱歌の合唱とフェスティバル発表に備える。現会員女性12名男性2名。男性歓迎
指導者:塩津まゆみ

月会費1,000円

☎ 正田 ☎090-1801-6767 FAX 38-7614

さくら会(女声コーラス)

主に(月)月2回 10:00~12:00

場所 鎌倉生涯学習センター ほか

月2回の練習のほか、福祉作業所の方との合唱、老健施設への慰問など、コーラスを活かしたボランティアグループ。どなたでも参加できます
指導者:飯島知子 ピアノ伴奏:三橋宏江

会費6,000円(4か月) ☎ 飯島 ☎22-9186

白鳩会(カラオケグループ)

第1・2・3(月)月3回 13:00~14:30

場所 鎌倉言語会館(御成町13-23 鎌倉駅西口6分)

演歌を皆さんと共に楽しく歌いましょう

月会費1,000円 入会金1,000円

☎ 中井 ☎090-7415-1247

ヘルマンハーブアンサンブル教室

第2・3(火)9:45~10:45 第4(火)13:30~14:30 月1~2回

場所 稲村ヶ崎自治会館・ネクトン大船 ほか

楽器経験がなくても簡単に弾ける小型ハーブで、60~80代の方がボランティア演奏に活躍中。レッスン時楽器レンタル可
指導者:小野瀬由美子(ヘルマンハーブインストラクター)

受講料3,000円 ☎ 小野瀬 ☎080-5493-8352

詩吟サークル 吟道なほし

第2・4(火)月2回 13:00~16:00

場所 鎌倉青少年会館(杉本観音前)

詩吟を始めてみませんか!大きな声で声筋を鍛えると健康寿命が延びます。漢詩・和歌・俳句・自由詩・歌謡吟が楽しめます
指導者:北川龍夫(吟道なほし代表)

会費1,500円/月 月刊吟道誌代250円 入会金1,000円 若干名

☎ 須川 ☎23-2913

ウクレレを楽しむ会

(火)(原則第1・3)月2回 13:00~15:00(休憩を入れて2時間)

場所 第一小学校 多目的室

・ウクレレ演奏グループ ・みなさんで洋楽・ハワイアン・日本の楽曲を楽しく演奏します。簡単な音楽知識も学びます。体験無料・貸ウクレレあり
講師:木部洋一(ウクレレ歴50年以上)

受講料月2,000円 教材費(初回のみ)2,000円(資料代、約200枚) 若干名

☎ 木部 ☎080-5189-4796(9:00~21:00)
music-astudio0103@au.com

歌と発音のトレーニング 村田望 水曜クラス

第1・3(水)クラス、第2・4(水)クラス 各クラス月2回

10:00~12:00

場所 鎌倉カルチャールーム 村田ビル3F(由比ガ浜1-10-3 六地藏そば)

呼吸法・ストレッチ・リンパドレナージュで整体後、声に向き合い、歌曲、シャンソン、映画曲などを日本語で歌い表現します

指導者:村田 望(声楽家・JADP認定リンパケアセラピスト)

受講料3,000円(1レッスン/教材費含む)

☎ スタジオ エスポワール(村田)

☎090-2207-0031 FAX 25-4361 nozomi.murata@gmail.com

ホームページあり

ヴォイストレーニング 村田 望 金曜クラス

(金)月4回 10:00~12:00

場所 鎌倉カルチャールーム 村田ビル3F(由比ガ浜1-10-3 六地藏そば)

声帯も使わなければ衰えます。体幹を鍛え正しい呼吸、発声を通して自分の響きを手に入れましょう!映画曲、ミュージカル、ジャズナンバーを原語で楽しく伸びやかに表現できるよう指導します
指導者:村田 望(声楽家・JADP認定リンパケアセラピスト)

受講料3,000円(1レッスン/教材費含む)

☎ スタジオ エスポワール(村田)

☎090-2207-0031 nozomi.murata@gmail.com

ホームページあり

オカリナを楽しむ会

第1・3(金)月2回 14:00~15:30 場所 深沢学習センター

今年のテーマはオールディーズ。1950年代~60年代に流行したポップスをオカリナで楽しみ、三重奏にも挑戦。ぜひ見学に!
指導者:樋口聖子

会費2,000円 若干名

☎ 淡中 ☎080-5877-4254 FAX 25-6492

鎌倉JOyful Harmony

第3(金)(原則)月1回 19:00~20:30

場所 鎌倉生涯学習センター

有名なプロ歌手によるポピュラーソングのレッスン。良く知る歌を楽しくハーモニーします。体験歓迎!きっとやりたくなりますよ
指導者:原順子・叶央介(元サーカス・現2VOICE)

レッスン3,000円 入会金1,000円 若干名

☎ 杉本 ☎090-5807-5030 FAX 25-2657 joe2222@jcom.zaq.ne.jp

詩吟菊水流吟詠会「菊水会」

(金)月3~4回 19:00~20:00 場所 深沢学習センター 和室

初歩から楽しく笑顔で学べます。腹式呼吸の発声で、心と体の健康保持に。また詩吟を通し、新たな発見や古き歴史を学びましょう
講師:吉田春峯

月会費1,500円 5名 ☎ 井関 ☎23-9586

ギターサークル エスカーラ

(土)月4回 9:00~11:00 場所 深沢学習センター

ギター三重奏を楽しんでいます。細く長く活動することを目標にしています。一緒にアンサンブルを楽しみませんか
指導者:奥山由行

会費5,000円 若干名 ☎ ヤギンタ ☎95-6023

鎌倉篠笛会

(月)または(木)の希望日 月4回 18:05~18:45

場所 大船学習センター

篠笛を奏でませんか?最初は音がでるまでゆっくりと教えます。簡単な曲からあなたのお好きな曲までやります。無料レンタル笛あり
講師:新澤龍一

会費2,000円 8名

☎ 新澤 ☎070-5593-5485 kamakurashinobue@gmail.com

「ピアノ~始めませんか」

(月~日)9:00~19:00 場所 自宅(梶原2-12-9)

3歳~大人まで。ピアノ・エレクトーン。初心者大歓迎。無料体験実施中。お気軽に問合せください。音楽を一緒に楽しみましょう
指導者:藤原久江(YAMAHA指導者資格取得)

受講料1レッスン1,500円 教材費実費

☎ 藤原 ☎44-6693

ハワイアンバンド メンバー募集 複数で申し込み可

日時応相談 場所 鎌倉を中心に練習会場を決めます(自宅訪問も可)

新たにハワイアンバンドを結成します。ギター・ウクレレ・ベース・キーボードを募集。ボーカルができればなお可。鎌倉を中心に湘南地方で活躍を目指しています

講師:木部洋一(ギター歴50年以上)

各1名

☎ 木部 ☎080-5189-4796(9:00~21:00)

music-astudio0103@au.com

楽しいウクレレ教室 (原則 個人レッスン、複数の申込み可)

日時 応相談 (月2回以上、1時間以上2時間まで)

場所 第一小学校 多目的室 (自宅訪問可)

・初心者・入門者・6か月で弾けるように・簡単な音楽知識・再挑戦の方大歓迎・体験無料・貸ウクレレあり・楽しく演奏しながら学びます
講師: 木部洋一 (ウクレレ歴50年以上)

受講料2,000円 (1時間/1回) 若干名

☎ 木部 ☎080-5189-4796 (9:00~21:00)
music-astudio0103@au.com

楽しいギター教室 (個人レッスン) 複数で申込み可

日時 応相談 (午前・午後・夜間可) 月2回 1回1時間以上2時間以内 (30分単位) 場所 第一小学校 多目的室 (自宅訪問可)

ギターの弾き語り。入門者、再挑戦者 歓迎。コードを見れば弾けるようになりたい方。ジャンルを問わず (洋楽・フォーク・ジャズ・ロック・日本の曲)。体験無料、貸ギターあり。楽しくギター演奏ができるようになります

講師: 木部洋一 (ギター歴50年以上)

受講料2,000円 (1時間) 若干名

☎ 木部 ☎080-5189-4796 (9:00~21:00)
music-astudio0103@au.com

民謡教室 (唄と三味線)

個別日時 応相談 月2~4回 1時間

場所 自宅 (大船) または大船学習センター

民謡 (藤本流) の三味線の資格がとれます。大声で発声、音程を合わせて民謡を唄う

講師: 伊丹浩子

会費1回1時間1,000円 数名 ☎ 伊丹 ☎090-7835-2506

60歳からのピアノ

月2回 10:00~19:00 場所 クレドソル七里ヶ浜

大人の女性のためのピアノ教室です。初心者から再開組まで、楽しくレッスンしています。日々の生活に彩りを!

講師: 加藤美和子 (武蔵野音大ピアノ卒)

受講料3,000円/30分 教材費実費

☎ 加藤 ☎090-5202-1912

「津軽三味線教室」

個人レッスン 日時 応相談 月3回

場所 逗子市久木1-9-32、逗子市小坪7-9-20

日本の伝統芸能に親しんでみませんか。初歩から親切に丁寧に指導致します。興味のある方はお電話を (福居典大流)

講師: 福居秀大

会費10,000円 入会金5,000円 ☎ 福居 ☎090-4683-2716

こずえサロンピアノ教室

随時 月2回 11:00~16:00 場所 自宅

幼児から大人まで初心者歓迎! 弾きたい曲をお持ちください。ピアノの音を楽しみましょう

講師: 河井こずえ (東京芸芸大学音楽科卒)

受講料2,000円より 教材費実費 3名

☎ ハガキ 〒248-0011 扇ガ谷3-5-2 河井こずえ

☎ 河井 ☎/FAX 24-3921

昭和歌謡曲バンド

不定期 月2~3回 13:00~16:00

場所 市内スタジオ

昭和歌謡の歌と演奏でライブ活動。懐メロ好きなメンバー (キーボード、ギター、ベース、男女ボーカル、パーカッション) を募集

指導者: 和田宏次

月会費2,000円 ☎ 和田 ☎090-8747-8171 FAX 24-7380

シニアヨガ

2/28 (水)、3/7 (木)・14 (木) 月2回 9:30~10:45

場所 由比ガ浜公会堂

初めての方も安心のヨガクラス。ていねいに関節をほぐしていきましょう。シニア世代が元気に心地良くなるクラスを目指します
講師: うすい (ヨガインストラクター)

会費1,500円/回 (初回1,000円) ☎ うすい ☎080-5535-4138

郡上踊りの会

3/2・16、4/6・20 月2回 13:30~15:00

場所 手広西公会堂

郡上踊りだけでなく「源助さん」をうたいながら踊ったりします

持ち物: 草履

指導者: 二見秀一

会費1,500円 ☎ 井上 ☎32-3709

「腰痛改善・予防」無料勉強会

3/3・24、4/7・21 14:00~16:00

場所 玉縄学習センター

腰痛に関する座学、改善・予防に対応するセルフケアを練習。腰痛の悩みや予防、家族をケアしたい方など、どなたでも参加OK

※シニア優先枠あり

持ち物: 筆記用具、飲み物、動きやすい服装

講師: 長岡健介 (日本整体学会会員)

☎ 往復ハガキのみ 〒247-0073 植木842-8 ヒルハイツB202
日本健康福祉振興協会

☎ 日本健康福祉振興協会 ☎070-8518-1609 japanhwpa@gmail.com

【初級】ストレングストレーニング

4/1・8・15・22 月4回 12:05~12:50

場所 鎌倉体育館2F会議室

健康志向やダイエットを目的にする方へ、筋力アップの基礎として、自重トレーニングをメインとした教室です

講師: 川村知之

受講料1回500円 ☎ 鎌倉体育館 ☎/FAX 24-3553

鎌倉ビーチ&スターズ

場所 玉縄学習センター

軽音楽のリズムに乗って8人1組で踊るウォーキングダンス。文部科学省「生涯スポーツ優良団体」受賞クラブで楽しんでみませんか

鎌倉ビーチ&スターズ スクエアダンス初心者講習会

4/10・17・24、5/1・8・15・22 (水) 全7回

(4/10・24は14:00~16:00 4/17は16:30~18:30)

受講料2,000円 先着10名

鎌倉ビーチ&スターズ スクエアダンス無料体験会

3/27 (水) 14:00~16:00 4/3 (水) 16:30~18:30 全2回

先着10名

講師: 田島 治 (神奈川県スクエアダンス連絡協議会会長)

☎ 常野 ☎090-6933-0311

鎌倉ポッチャ・キートス

第3 (日) 月1回 13:00~16:00

場所 腰越小学校 体育館

パラリンピック正式種目のポッチャは誰でも楽しめるスポーツです。幅広い世代で活動しています。初回体験無料、室内履き持参。体験無料

参加費1回200円 ☎ 田内 ☎090-3470-1099

鎌倉ストレッチ富士

(月) (※最終週) 月3~4回 11:20~12:40

場所 見田記念体育館 体育室

生活の基本は身体。無理なく楽しくストレッチ体操をして、健康維持・体力増進をはかり、快適な生活に役立てましょう。見学・体験無料。直接会場へ

講師: 伊藤美香 (鎌倉市生涯スポーツリーダー)

会費1回毎500円 入会金500円 10名

☎ 朝倉 ☎24-4808 渋谷 ☎24-6338

ラテンリズムでダンスうんどう

(月) 月3回 13:00~14:00 場所 湘南ダンス学院(笛田)
現在はストレッチをメインにしています。しっかり体を温めた後、サルサの初歩ステップで体幹を鍛えます
講師: 寺坂裕美(全日本ダンス協会連合会所属教師)
会費1回1,000円 体験500円
☎ 寺坂 ☎090-7734-7054 FAX 24-1375 miosaku@gmail.com

コア・エクササイズ NAVIE

(月) ※抽選結果により(金)の場合あり 月4回 14:00~16:00
場所 腰越学習センター 第4集会室
フィットネス系ヨガとピラティスで体幹の筋肉を鍛える自己整体エクササイズを行っています。車利用不可です
指導者: 清水直子(ヨガ&ピラティスインストラクター)
会費2,600円 会場費300円 5名
☎ 清水 ☎090-7257-8143

フィットネスサークル「S&S234」

(火) 月4回 9:10~10:40 場所 大船体育館・鎌倉武道館
ストレッチ・ソフトエアロビクス・筋トレ・脳トレなど体力と健康維持を楽しくやっている中高年のサークル。会場見学、無料体験あり
講師: 野崎・米倉・吉村(各講師週替わりで指導)
月会費2,000円 入会金500円 数名
☎ 森 ☎31-2398

はじめての社交ダンス

(火) 月4回
9:30~10:15(未経験者・初心者) 10:30~11:15(初・中級者)
場所 ダンススタジオM's鎌倉(とんでん近く、ホンダのマンション内)
音楽に癒やされ、リズムに合わせて楽しく健康にもなれる社交ダンスの世界にハマってませんか? 未経験者大歓迎です
指導者: 宮坂ゆり子(プロ社交ダンス教師)
受講料1,000円 入会金今だけ無料
☎ 宮坂 ☎090-8495-7109 FAX 47-5576

もこのや ヨーガ教室

(火) 月4回 10:00~11:00 場所 由比ガ浜公会堂
呼吸法、ヨーガポーズなどを行う、少人数のヨーガ教室。参加者の多くは40代~70代の女性です。ヨガマットをご持参ください
講師: 三田知子
受講料1,500円 5名 ☎ 三田 ☎090-9105-6680

ダンスJOY

(水) 月4~5回 9:00~11:00
場所 見田記念体育館 多目的室
楽しい体操のあと、ワルツ、タンゴ、スロー、ルンバ、チャチャなどの練習。女性、男性、ピギナーの方、歓迎。見学体験は無料
講師: 大田公佳子・川渕勝弘
会費1,000円(1回) ☎ 大田 ☎090-2339-9451

深沢エアロビクスサークル

(水) 月3~4回 9:00~11:00
場所 深沢学習センター
ひざや腰に負担をかけない正しい姿勢の運動で、健康寿命を伸ばしましょう。頭と体を同時に使うダンスは、認知症予防にも最適!!
講師: 渡辺淳子
月会費3,000円 入会金1,000円 ☎ 長谷川 ☎/FAX 31-0830

しおかせ 中高年体操

第2・4(水)月2回 9:45~11:00
場所 腰越なごやかセンター
60歳以上の体操教室。フレイル(虚弱)予防運動で一緒に免疫力アップを目指しましょう!! 無料体験随時あり
指導者: 米倉いずみ(第2)、岩津 実(第4)
月会費1,100円 5名 ☎ 牛田 ☎070-6468-0346

太極拳すこやかクラブ

(水) 月4回 10:00~11:30
場所 玉縄すこやかセンター(神奈中バス清泉女学院行「玉縄台」5分)
青空のもと、ゆったりとした動き、深い呼吸で健康維持を図り日頃の運動不足を解消しませんか。気軽に見学にお越しください
講師: 柴田麻由子(鎌倉太極拳協会指導者)
月会費2,000円 入会金500円 数名 ☎ 渡辺 ☎/FAX 46-3155

ストレッチ鎌倉

(水) 月4回 11:20~12:40
場所 見田記念体育館または鎌倉体育館
本会はストレッチ体操を通して健康維持、体力増進および会員の親睦をはかり、快適な生活に役立てることを目的としています。体験無料、直接会場へ
指導者: 平野智子
会費1回500円 入会金500円 若干名 ☎ 畑木 ☎080-5016-0309

鎌倉いきいき体操サークル

(水) 月4回 13:15~14:30 場所 見田記念体育館
ストレッチ体操、筋力アップ運動、音楽に合わせた運動を組み合わせ健康増進を図ります。男女半々程の十数名で行っています
指導者: 木村洋子
会費2,000円/月 ☎ 加藤 ☎080-3023-1331

鎌倉市太極拳クラブ

(木) 月4回 9:00~11:00
場所 鎌倉体育館・鶴岡八幡宮研修道場
若い方から高齢の方まで、いつでもどこでもできる太極拳で心と体の健康維持、フレイル予防で健康長寿。和気あいあいの楽しい会で
指導者: 小林千穂(鎌倉市太極拳協会)
月会費2,000円 入会金2,000円 ☎ 奥野 ☎24-2362

鎌倉市湘南太極拳クラブ

月4回
第3(木) 14:00~16:00 腰越学習センター第3または第4集会室
第3(木) 13:00~15:30 腰越なごやかセンター集会室A・B
「やってみようよ、太極拳!」太極拳で心身ともに健やかに過ごしませんか。少人数でいねいに基本から指導。高齢者でもOKです
指導者: 今村素子(鎌倉市太極拳協会指導員)
会費2,500円 入会金1,000円 若干名
☎ 石井 ☎31-4502 (18:00~)

リコレイゆるフラサークル

(木) 月4回 15:10~16:10 場所 鎌倉大町会館
ストレッチをメインにして後半はフラのステップやハンドモーションのレッスンをします。体幹と下半身強化を目指します。体験300円
講師: Lehualikolei Hiromi
会費1回1,000円
☎ 寺坂 ☎090-7734-7054 FAX 24-1375 lehualikolei@gmail.com

シニアの「レジスタンス トレーニング」

(木)(お休みもあり) 月3~4回 15:15~16:30
場所 鎌倉武道館(柔道場)
骨盤底筋トレーニングを中心に、リズム体操・筋トレで普段意識していない筋肉を活性化します。無料体験あり
指導者: 石川知子(排泄機能指導士)
月会費1,500円 5名位 ☎ 菊池 ☎/FAX 48-6088

60歳からの「さわやかストレッチ」

(金) 月4回 9:15~10:45 場所 大船体育館
少人数で軽いストレッチと筋トレ、ボールを使って無理のない運動を楽しんでいます。時々街や山歩きもします。無料体験歓迎
指導者: 林真理子(健康運動指導士)
月会費2,000円 5名
☎ 平本 ☎/FAX 46-4365 山端 ☎22-4484

太極拳 はれやかクラブ

(金) 月4回 10:00~11:30
 場所 玉縄すこやかセンター (大船駅から清泉女学院行バス「玉縄台」1分)
 心地良い音楽に合わせ、ゆっくりとした動作で、足腰が鍛えられます。募集は60歳以上、初めての方歓迎
 指導者: 仁平裕子 (鎌倉市太極拳協会指導員)
 月会費2,000円 ④ ⑤ 佐々木 ☎44-6024

フラ・やすらぎ

(金) 月4~5回 13:50~15:10
 場所 名越やすらぎセンター (市役所から13:20発無料送迎バスあり)
 楽しく踊って足腰を鍛え、動きを覚えるのは脳トレになります。楽しみながら一緒に体力増進していきましょう。体験歓迎。市民60歳以上
 講師: 長崎泰子
 受講料1回500円 月会費300円 ④ ⑤ 二瓶 ☎090-3905-3710

新日本舞踊 観月流 美雪会

(月~土) 除く(火) 月4回 10:00~19:00
 場所 自宅・今泉町内会館 (土) 午後
 日本舞踊を習ってみませんか! 歌謡舞踊・詩舞・民舞・古典舞踊を、ていねいに指導しています。介護施設などでボランティア活動もしています
 指導者: 観月紀子
 会費2,500~5,000円 10名 ④ ⑤ 井関 ☎23-9586

無料古武道体験稽古会

(月・木) (変更有) 月8回 19:00~20:45
 場所 大船学習センター
 年齢性別不問! 体力に合わせ楽しく古武道をしませんか? 居合、薙刀、棒術、柔術ほか。まずはお気軽にお問い合わせください!
 指導者: 新澤龍一
 会費初月無料 10名
 ④ ⑤ 新澤 ☎070-5593-5485 kobudokeikokai@gmail.com

いとみかの やさしいヨガ

シニアクラス (月) (㊞ 最終週)
 14:00~15:30 玉縄学習センター
 一般クラス (水) 9:15~10:30 鎌倉武道館
 ゆったりと呼吸しながら動き、心身を整えましょう。マイペースで楽しく参加できます。3月末まで体験無料!!
 指導者: 伊藤美香
 会費チケット制8回分10,000円
 ④ ⑤ 伊藤 ☎090-6024-4114 (留守電可) mikayoga0412@gmail.com

E-体操 桜 (エゴスキュー体操)

第2・4 (水・土) 月2回
 9:30~11:00 鎌倉生涯学習センター
 14:00~15:30 玉縄学習センター
 誰でもできて、小さな動きで姿勢が整う体操。痛み・ゆがみがとれ、体を根本から治します。一生使えるセルフケア・エクササイズ
 講師: 桜井まなみ
 受講料5,200円 (テキスト代含む) 教材費本代1,870円 (初回のみ)
 ④ ⑤ 桜井 ☎070-5367-7012 manamisakusaku@yahoo.co.jp

星川としこのキラキラワールド

(火・金) 10:00~12:00 鎌倉駅7分 由比ヶ浜接骨院2F
 (木) 13:00~15:00 長谷御霊神社内星月会館2F
 (日) 11:00~12:45 西鎌倉ガストその後14:30まで広町そのほか
 気功治療を学び、自分および家族を元気にします。天職に就いて楽しんで、楽しい仲間と共に、めざせ“若さ”“健康”“幸運”“金運”ゲットです
 指導者: 星川としこ (気功講師)
 週1回4,500円 週2回6,500円 週3回8,500円 入会金1,100円
 ④ ⑤ 星川 ☎080-5034-7275

米倉いずみのエクササイズ

I's ピラティス
 第1・3 (月) 月2回 13:30~14:30 場所 鎌倉体育館
 体の奥にある筋肉 (インナーマッスル) を使って腰痛予防、ぽっこりお腹解消!! 正しい姿勢作りを目指します。体験随時受付中!!
 会費1回700円 入会金1,000円 5名
 ④ ⑤ ハガキ 〒247-0061 台4-20-30-103 米倉いずみ
 ④ ⑤ 米倉 ☎080-6781-5103 izumi.yonekura@gmail.com

元気アップ体操教室

(火) (不定期) 月2回 14:00~15:00
 場所 玉縄学習センター分室2F (NPOセンター)
 フレイル (虚弱) 予防運動。60代~90代で和気あいあい楽しく体を動かしています。体験随時無料!!
 会費1回500円 ④ ⑤ 西尾 ☎44-2616

中高年の健康体操

(金) 月4回 13:10~14:40 場所 鎌倉武道館・大船体育館
 50~80代の男女が楽しく体力アップをしているサークル。ストレッチ・筋トレ・脳トレと健康維持に努めています。無料体験あり
 月会費2,000円 若干名 ④ ⑤ 清野 ☎31-6188
 指導者: 米倉いずみ (FTP認定インストラクター)

松山バレエ学校

湘南鎌倉校 (小町1-9-3 島森ビル2F 鎌倉ダンススクール内)

クラス	学年	(月)	(火)	(金)	(土)	(日)
Cクラス	幼児	15:30 ~16:20	15:30 ~16:20	15:30 ~16:20	13:30 ~14:20	10:00 ~11:00
Bクラス	小学 1~4年	16:20 ~17:30	17:20 ~18:30	16:20 ~17:30	14:20 ~15:40	11:00 ~12:30
Aクラス	小学5年 以上	17:30 ~19:00	18:30 ~20:00	小5・6年 17:30 ~18:40 中学生以上 18:40 ~20:00	15:40 ~17:00	8:30 ~10:00
ものすごくゆっくりな、優しい 鎌倉バレエ (大人)	超入門 (年齢 問わず)	—	16:20 ~17:20	—	—	—
大人クラス	初中級	—	—	—	12:00 ~13:30	—

月謝9,900円~ 入会金11,000円
 ④ ⑤ 松山バレエ学校
 ☎03-3401-2548 shonankamakura@matsuyama-ballet.com
 ホームページあり

歌で学ぼう英語の発音

3/8、4/12 (金) 月1回 14:00~16:00
 場所 深沢学習センター 第2集会室
 楽しく英語で歌って、いつの間にか英語が正しく発音できるようになります。更に歌も覚えられます。見学自由
 講師: 高梨由希子 (英語発音指導士)
 受講料1回1,200円 入会金1,000円 ④ ⑤ 平野 ☎090-6343-6221

英会話を楽しむメール会

第2・4 (水) 月1回 10:00~12:00 場所 教養センター
 ユーモアのあるしんせつな女性の先生と生きた英会話を楽しむ会。聞くだけでなくネイティブの先生や仲間と親しく会話ができます
 講師: Heather Willson (カナダ人)
 月会費3,000円 入会金500円 2名
 ④ ⑤ 村山 ☎090-3517-3862 FAX 32-6236

HEP (英会話)

第1・3 (水) 月2回 14:00~15:30
 場所 鎌倉生涯学習センター・鎌倉婦人子供会館
 ネイティブの講師による英会話教室。眠った英語を呼び覚まし、日常トピックの紹介など、皆で気楽に英会話を楽しむスクール。見学無料
 講師: Carroll Misono
 会費4,000円 入会金1,000円 若干名
 ④ ⑤ 高木 ☎080-3724-6711 takagi-palooa52@cl.cilas.net

湘南英語塾

(水) 月2回

Aコース 19:00~19:50 Bコース 20:00~20:50

場所 腰越学習センター

英会話を中心に、簡単! 楽しい! 使える! 英語を効率的に学ぶ教室

※体験受講(無料)

※前期5月~9月 後期10月~2月 ※5/8(水)より開講

講師: 井上(通訳案内士、英検1級、TOEIC980点)

受講料1回500円(10回分前納) 数名

☎ 井上 ☎33-2657 (20:00~21:00) FAX 33-2657

ベター・ワールド (Better World)

(金) 月4回 18:45~20:15 場所 深沢学習センター

各国のさまざまなニュースや日常のできごとを講師と英語で話し合います。語彙や文法に拘らず、明るく楽しく学んでいくサークルです
講師: アーサー (スコットランド人)

月会費6,000円 数名 ☎ 大沼 ☎48-3460

LOL 英語サークル

第2・4(土) 月2回 10:00~11:30

場所 Skypeによるオンラインミーティング

楽しく笑いがたえないオンラインでの英語を学ぶ会です。初中級程度で、実用英語をめざしています。おためし歓迎

会費1回500円 教材費実費 数名

☎ 酒井 ☎080-6648-3553 hanksakai0924@gmail.com

鎌倉トーストマスターズクラブ

第1・3(土) 月2回 14:00~16:00

場所 ハイブリッド形式(本郷台サカエスタとオンライン)

米国を本拠地とする教育団体の教材に基づいてオール英語で例会を開いています。会員同士で刺激し合い、講師はおりません

月会費1,750円 入会金3,000円

☎ 石川 ☎045-894-1244 ktmc200012@gmail.com

使える英会話(女性専科)

①第1・3(木) ②第2・4(火) ③新クラス 月2回 10:30~11:45
場所 自宅(笹田6-17-1)

1クラス3~5名。年齢やレベルの心配はありません。出張可能。③は新クラスで洋画で学ぶ英語。無料体験あり。詳細は電話にて
講師: 長島悦子

受講料2,500円 教材費年間1,000円 若干名

☎ 長島 ☎070-2680-7167

かまくらフランス語教室

(火) 月4回 初級 13:00~14:10 中級 14:20~15:30
上級 15:40~16:50 入門 17:00~18:00

場所 鎌倉婦人子供会館

フランス語と共に、フランスの多様な文化や歴史などと一緒に覗いてみましょう。どうぞ気兼ねなく見学にお越しください

講師: 黒田京子(フランシュ・コンテ大学博士課程修了 Ph.D)

月受講料5,000円 教科書代 各クラス7名まで

☎ ハガキ 〒248-0007 大町6-2-12 黒田京子

☎ 黒田 ☎080-5616-8554 kyoko.kuroda@nifty.com

ホームページあり

Copains et Copines (フランス語入門)

第1・3(金) 月2回 11:45~13:15 場所 深沢学習センター

昨年より入門講座を新設しました。一緒に学んでParisOlympicを楽しみましょう! お待ちしています。テキスト:「新Passe-partout」
講師: 佐久間聡子(フランス語通訳ガイド)

会費3,000円 入会金1,000円 3名 ☎ 足達 ☎31-9915

湘南日仏協会 フランス語講座

(水・木・金・土) 各回90分 週1回 9:30~16:00

場所 鎌倉生涯学習センターまたは鎌倉婦人子供会館

フランス語の入門~上級の計6コースを熟練の講師により開催中です。非営利団体につき良心的な運営です(無料見学も可)

講師: フランス人講師3名・日本人講師1名

受講料1回2,700円 年会費3,000円 教材費各自負担 若干名

☎ 神田 ☎090-7416-1516 bureau.de.afjs@gmail.com

ゼロから習うスペイン語教室

第1・3(日) 月2回 10:00~11:30

場所 鎌倉婦人子供会館・自宅(腰越)

基礎会話、文法を正しく学習し、単語力を増やし、相手に通じるスペイン語を楽しく学びましょう

講師: 安藤宗幸(スペイン留学、アルゼンチン駐在あり)

受講料3,000円/月 約5名 ☎ 安藤 ☎31-3425

楽しいドイツ語

第1・3(木) 月2回 9:30~11:00 場所 深沢学習センター

オーストリア出身の明るい講師と日常生活や旅行での会話がスムーズにできるのが目標。文法も同時に学びます。見学は無料
講師: イナ・イルゼ

会費3,000円 教材費(テキスト代)1,000円位 3~4名

☎ 神谷 ☎090-1454-4052

楽しいインドネシア語

第2・4(火) 月2回 9:00~11:00

場所 主として腰越学習センター

文法やリスニングのほか、Andrea HirataのLaskar Pelangiという小説を読んでいます。初級~中級。見学歓迎(学習経験のある方)

講師: 島村泰子・白井徳昭

月会費1,000円 入会金1,000円 若干名 ☎ 今村 ☎22-7279

はじめてのサンスクリット語

第2・3(木) 月2回 9:00~10:00

場所 アナンスパイス(極楽寺2-6-15)

サンスクリット語の読み書き、発音、詠唱を行うクラス。教科書をご購入いただく必要があります。初心者向けの内容です
講師: 三田知子

会費2,000円 教材費3,135円 10名 ☎ 三田 ☎090-9105-6680

湘南“TIME”誌(英文)を読む会

第2(金) 月1回 10:00~12:00

場所 腰越学習センター(教室は1F掲示板に表示)

まだ見ぬニュースの世界は驚きと発見が満載! TIME誌の会は未知の情報を探る好奇心いっぱいのグループ。新規メンバー募集中

月会費300円 若干名

☎ 青木 ☎33-1293 (10:00~12:00・13:00~16:00)

古典作品にみる鎌倉

3/19、4/16(火) 月1回 10:30~12:00

場所 鎌倉婦人子供会館4室

鎌倉に関する古典作品を楽しく分かりやすく読み進めていきます。当会は『蒙古襲来絵詞』を取り上げていきます

講師: 大沢 寛(学舎かまくら)

会費2,000円 数名 各回前日締切

☎ 大沢(学舎かまくら)

☎080-8518-2644 kamakura510k@yahoo.co.jp

短歌会 青虹

3/10、4/14(日) 月1回 10:00~13:30

場所 深沢学習センター

短歌で思いを表現する居場所。青虹は年齢・性別・経験問わず意見を交わして短歌を楽しみ冊子に掲載します。ぜひ体験を! 見学無料

会費2回目より1,000円 月刊誌370円/月

☎ 牧野 ☎/FAX 045-803-1776

椽(とち)鎌倉句会

第1(水) 月1回 9:30~15:30

場所 鎌倉の社寺など(午前の吟行)・鎌倉論語会館(午後の句会)

俳句を楽しみましょう! 午前は鎌倉を吟行、午後は句会。初心者も経験者も歓迎。先ずは気軽に見学に来てください(無料)
指導者: 大出岩子(椽同人)

会費6か月5,000円 ☎ 青野 ☎/FAX 43-2828

大船川柳クラブ

第1(金)月1回 14:00~16:00

場所 大船学習センターまたは大船駅近辺

コロナ禍から明るさの覚えてきたこの頃、深呼吸をして世相、人生を五七五で詠んでみませんか。「ヒナ飾りニセツトあるが孫ひとり」
指導者：渡辺貞勇(時事作家協会会長)

会費各回500円 年会費1,000円 数名 申問 渡辺 ☎/FAX 46-3155

紡ぎ俳句の会(初~中級レベル)

第2(月)月1回 11:00~13:00

場所 鎌倉生涯学習センター集会所

「趣味の会」として肩肘張らないで、楽しく俳句活動を楽しんでいます。俳句は初めての方でもOK。ほかの句座への参加の方の重複参加も歓迎。見学参加、歓迎(事前にご予約を。会場へ直接の参加は不可)

月会費500円(添削月報の資料代含む)

申問 並木 ☎090-4945-6847 FAX 45-0246 kanamiki03@gmail.com

やさしい俳句入門句会

第3(火)月1回 10:00~12:00

場所 鎌倉芸術館

「写生」をたいせつに鎌倉の四季や身近な素材の句作を続けています。日本語の美しさを再確認しましょう。詩心のある方ご参加ください

指導者：乗田真紀子(俳人協会会員)

会費2,300円(初回無料) 申問 乗田 ☎090-4840-2701

初めての俳句の会

第3(金)月1回 13:00~15:30

場所 鎌倉生涯学習センター・鎌倉論語会館(鎌倉駅西口3分)

全くの初心者の方のみの句会です。皆ゼロから出発し、和気あいあいと俳句を楽しんでいます。俳句の添削も実施しています
講師：勝又民樹(元 俳人協会幹事)

会費1,200円 20名

申 八ガキ 〒247-0053 今泉台3-11-3 勝又民樹

申問 勝又 ☎090-2300-8368・43-4098

初心者のための俳句教室 鎌倉卯浪俳句会

第3(金)月1回 13:00~16:00

場所 鎌倉生涯学習センター

鎌倉の吟行句を持ち寄って句会を行います。最初の半年は日本伝統俳句協会の作成したテキストを学びます。まずは無料の体験教室へ
講師：長谷川楨子

申問 長谷川 ☎25-6150(20:00~) FAX 25-6150

鎌倉青葉俳句会

第4(日)月1回 11:30~16:00

場所 鎌倉生涯学習センター

花鳥風月を愛する方歓迎。午前中市内の名勝・旧跡を吟行。午後句会。投句五句。俳句を通じて人生を豊かに！お待ちしております

月会費1,000円(6か月分前納) 申問 原田 ☎22-9396

鎌倉あぢさゐ句会(初級レベル)

第4(土)月1回 13:00~17:00(13:00~吟行・15:00~句会)

場所 鎌倉婦人子供会館

俳句で自己表現をしませんか。吟行で健康を、作句で錆ない頭脳を、歓談で楽しい仲間づくりを。4月に初スタートの句会です
指導者：千葉喬子(繪硝子俳句会副主宰)

会費1,000円

申 八ガキ 〒248-0031 鎌倉山4-12-10 千葉喬子

申問 千葉 ☎/FAX 31-1586

生命科学の読書会

4/7・14(日)14:00~16:00 そのほかは未定(日)を予定

4・5・6月は毎月2回 全6回

場所 腰越学習センター

ワニ・プラス 根来秀行著「老化は予防できる、治療できる」を読みます。参加条件なし。自由な発言でお互いの知識・理解を深める

月会費200円 上記の本を持参の事(定価1,760円) 10名

4/2締切 申問 成田 3poneko@gmail.com

西洋哲学入門

第4(土)月1回 14:00~16:00

場所 大船学習センター・玉縄学習センター分室

カント『実践理性批判』を入門的に解説します。道徳、自由、魂の不死、神の存在という哲学の基本的問題を一緒に考えていきます
指導者：福田喜一郎(関西哲学会所属)

月会費1,000円 15名

申問 福田 ☎090-1853-5787 fukuda.kiichiro.h32@kyoto-u.jp

~自然療法事始め~ ホメオパシー入門講座

(火・土)(変更の場合あり)4回 10:00~13:00

場所 鎌倉駅付近

欧米やインド、超一流スポーツ選手や英国王室の方々も愛用する安心安全で効果も実証されている自然療法。免疫UPするコツをお伝えします！
講師：関守桂子(JPHMA認定ホメオパス)

会費12,000円(4回) 教材費1,650円 各回4名

申問 関守 ☎090-4261-5360

生活に役に立つ「パソコンサークル」

第2・4(月)月2回 9:30~11:00

場所 腰越なごやかセンター

文字入力ができる方ならOK。わかりやすく、楽しくパソコンが活用できます。見学・体験お待ちしております。ノートパソコン持参
講師：藤原久江

月会費2,000円 5名

申問 藤原 ☎/FAX 44-6693

鎌倉通史の会

原則 第3(金)月1回

9:30~15:30 ※季節により半日コースの場合も

会場 都度 案内(ホームページも活用)

高齢者に優しい歴史散策会です。2024年度は『鎌倉の御家人Ⅱと幕府滅亡後の動向』をテーマに学びと交流を楽しむ予定です
指導者：会員(世話人)

入館料・拝観料など自己負担 初回見学無料 参加費500円/回(資料代含む) 年会費1,000円(途中入会は月割り)

申問 佐藤 ☎080-5006-3662

※見学希望の方は、資料準備のため、当月第2(月)までに一報をホームページあり

史跡と花めぐり・健康ウォーク(年金者組合鎌倉支部)

①3/27(水) 集合 9:30 大船駅

横浜久良岐公園の桜

②4/24(水) 集合 10:10 北鎌倉駅(円覚寺側)

建長寺の牡丹

①横浜・磯子の桜の名所。広々とした公園の桜と自然を楽しもう

②建長寺などを訪ね、牡丹の花や北鎌倉の緑を満喫しましょう

ホームページ「鎌倉・年金の仲間」で検索

会費組合員300円 一般400円 申問 公平 ☎41-0927

カメラウォーク(年金者組合鎌倉支部)

①3/13(水) 集合 9:30 大船駅南改札

茅ヶ崎里山公園

②4/17(水) 集合 10:10 大船駅南改札

龍宝寺・フラワーセンター

気軽にカメラと散歩を楽しむ会。カメラが趣味の方、デジカメ、スマホ、歩くだけの方もどうぞご参加を。詳細はホームページで
ホームページ「鎌倉・年金の仲間」で検索

無料 申問 公平 ☎41-0927

鎌倉フォトクラブ

原則 第2(水)月1回 13:00~16:00

場所 原則 鎌倉市内(学習センター集会所)

写真3枚(2Lサイズ)を持ち寄り、講師から講評していただきます。撮影会、クラブ展をし、技術の向上と親睦を図ります。会員数11名

講師：鈴木生子(日本写真作家協会会員)

月会費1,500円(3か月ごと納入)

申問 石井(会長) ☎090-3405-7860

名越フォトクラブ

第2(水)月1回 13:30~16:00 場所 名越やすらぎセンター
市内在住の60歳以上の方。写真を趣味とし、技術の向上と会員相互の親睦を目的とします。初・中級者向け。見学歓迎
指導者:原山正征
会費1,000円 入会金500円 若干名
☎ ハガキ 〒248-0007 大町2-11-13 今泉 健
☎ 今泉 ☎/FAX 24-2120

フォトサークル 北鎌倉物語

第3/4(木)コース(ほかのコースの新設についても応相談)
各コース月1回 10:00~15:00
場所 ギャラリー北鎌倉物語(北鎌倉眼科左折15分) ☎67-3316
鎌倉の写真撮影を楽しみながら、もう少しレベルアップしませんか。いつかはギャラリー北鎌倉物語で写真展を開きましょう
10:00~12:00 北鎌倉駅集合/鎌倉周辺で撮影
12:30~15:00頃 ギャラリー北鎌倉物語で簡単なお弁当
持参の写真的合評/写真に関する質疑応答
どんなに簡単な質問、同じ質問を何回でも
※初心者~上級者、フィルム・デジタル不問。撮影機材、最近撮影した作品を持参ください(三脚は原則として不用)
指導者:松本立夫
撮影場所の入場料は各自負担 会費4,000円/回(車による移動・弁当・ドリンクを含む。入場料・保険料は含みません) 各コース6名まで
実施日の前日締切
☎ ☎67-3316・090-9814-2965 gallery@kitakamakura-monogatari.com
☎ ギャラリー北鎌倉物語 ☎/FAX 67-3316

茶房有風亭 清仙会

場所 茶房有風亭(鶴岡八幡宮近く 鎌倉駅東口12分)

源氏物語54帖を紐解く	大澤 寛	3/6・20、4/3・17 10:00~12:30	2,600円
すずまち流 つまみ細工	栗原宏予	3/3・13、4/10・14 10:00~12:30 14:00~16:30	4,500円
松本流日本舞踊 お稽古体験	三代目 松本幸子	3/18、4/15 12:00~13:30	5,000円
初心者のための名句鑑賞会	渡辺秋風	3/20、4/17 13:15~15:15	2,100円
荻江節 手ぶらで三味線	荻江寿慎	(土)調整中 9:30~12:30	3,600円
己書幸座 美羅己書道場	福田美穂	3/27、4/24 10:00~12:30 14:00~16:30	3,300円 初回2,300円
「茶道の歴史を問い直す 創られた伝説から真実へ」抄読会	大澤 寛	3/9、4/13 13:00~15:30	3,100円
和の色とよむ枕草子	高橋史乃	3/23 13:30~16:00	3,100円
季節の花の花言葉トリビア	大嶽翔也	3/17 13:30~16:00	2,500円
鎌倉山のと菓子職人に学ぶ 上生菓子づくり	わ菓子徳	3/2、4/6 10:00~12:30 14:00~16:30	4,000円
北鎌倉のと菓子職人に学ぶ 上生菓子づくり	三日月堂 花仙	調整中 10:00~12:30 14:00~16:30	4,000円
ミステリーツアー 浅田昭氏と歩く句の鎌倉	浅田 昭	調整中 8:30~15:00	4,000円前後 コースと昼食により異なる
茶道を通して学ぶ 親子のためのおもてなし茶会	青木清仙	4/7 10:00~12:00	親子2名で 3,300円
茶道教授が手ほどき 抹茶を点ててみたかった	青木清仙	3/1、4/5 13:00~15:00 15:30~17:30	3,900円
茶道教授が手ほどき 茶席でのお客様の作法	青木清仙	3/1、4/5 10:00~12:00	3,900円
解剖生理学・人体工学重視 きれいで楽な着付けのコツ	青木いづみ	3/18、4/15 10:00~12:30 14:00~16:30	着物持参 4,000円 着物レンタル込 6,000円

3日前迄の予約制

☎ 茶房有風亭 ☎/FAX 24-3739 ホームページ内のメール可

鎌倉マジックサークル

第1(金)月1回 19:00~21:00 場所 大船学習センター
手品の講習を受けて楽しく練習をしながら、発表会やボランティア活動をしています。見学歓迎です
講師:大島憲顕
月会費2,500円
☎ 高橋 ☎090-7839-5146 FAX 46-7223

鎌倉ブリッジ

(木)13:00~16:00
場所 大船駅周辺学習センター など
入門より中級まで。技術の研修を楽しんでいます
講師:深川泰裕
月会費1,000円 若干名
☎ 深川 ☎045-828-2838 上野 ☎045-862-2715

ヨークカルチャーセンター大船

場所 イトーヨーカドー 1F

【春の新講座】

体験日またはスタート日

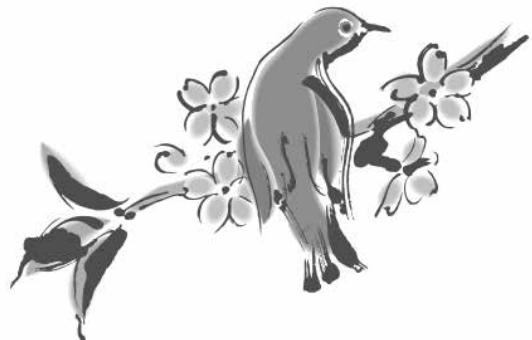
(全4回) デザイン金継ぎ	第3 (日) 10:00~12:00	4/21(日) スタート
(全3回) 革の修復とお手入れ	第3 (日) 13:00~15:00	4/21(日) スタート
(全3回) 親子で学ぶ鉛筆と 箸の持ち方	第3 (土) 10:00~12:00	4/20(土) スタート
はじめての茶の湯	第2・4(月) 10:00~12:00	3/25(月) 無料体験 別途教材費
大人も子供も 日曜日の書道	第1・3(日) 10:00~12:00	3/31(日) 無料体験
こども書道	第1・3(月) 17:00~18:30	4/1(月) 無料体験
(全3回) かんたん! アロマクラフト講座	第2・4(火) 10:00~11:30	3/26(火) スタート
竹細工	第3 (土) 14:00~16:00	3/30(土) 体験会
木の実とお花の アレンジメント	第3 (月) 13:00~15:00	4/15(月) 無料体験
シニア イングリッシュ	第2・4(水) 11:20~12:20	3/27(水) 無料体験
スペイン語	第1・3(土) 17:30~18:30	4/6(土) 無料体験
1day 包丁研ぎ教室	第2 (日) 13:30~15:30	4/14(日) 登録事務手数料不要
1day 初心者向き チョークアート	第4 (日) 11:20~12:20	3/27(水) 登録事務手数料不要

カルチャーセンター料金システム

*登録事務手数料 2,200円(税込)(70歳以上の方、18歳以下の方は半額)

*受講料 2か月分自動振替(偶数月)(銀行・ゆうちょ・その他金融機関)
別途、所定の運営維持費をいただきます

☎ ヨークカルチャーセンター大船 ☎47-4191 FAX 46-3394





元気な毎日を創造する講座

場所 鎌倉生涯学習センター

①認知症予防呼吸法 瞑想トレーニング ココロの帆美妙塾 (毎月入会可) 3月脳内呼吸法 4月カラダ呼吸法

3/23、4/13 (土) 月1回 11:30~12:20

脳内に酸素を送り認知症を予防し脳のコンディションを整える呼吸法で、脳全体に溜まっている老廃物を除去し若返り効果抜群です

会費6回6,000円 入会金1,000円

②“若返りクラブ” ココロの帆美妙塾 (毎月入会可) 見た目10歳若返りを目指すワーク

3/23、4/13 (土) 月1回 12:30~13:30

月別ごとに若返り美容法に挑戦! 外側は色と形のヘアメイクの実践。内側は細胞の健康美や生き方など総合的に取り組むワークです

会費12回12,000円 入会金2,000円

③“諦めてきた夢と今を統合する” 美妙塾 全6講座 (毎月入講可) 入門編「その3 (3月) 私を活かす①」「その4 (4月) 私を活かす②」

3/3 (日)、4/27 (土) 月1回 11:30~12:30

今まで何気なく過ごして来たさまざまな体験を学びに換え、抱えてきた夢と統合する。納得した悔いのない人生ストーリーを創造する入門編
受講料6回12,000円

講師: 赤坂和恵 (催眠療法・美容セラピスト・キャリアコンサルタント)

各10名 各回2日前締切

☎ 駒澤 ☎090-5434-3573 FAX 045-824-3693

カトレヤカルチャー教室

場所 カトレヤビル

健康	スタイルアップウォーキング	第3 (水) 午後、ほか	アロハカイロ&フット パラダイス 高橋素子
	爽快体操・調息整体 (サカエカンパニー)	(木) 午前・午後	藤本 栄
	調息整体 (育の会)	第1・3 (水) 午後	舟橋史郎
	ポスチャー ウォーキングレッスン	第4 (水) 午前	高橋志保
体操	目覚めよ! 肩甲骨体操	第1 (日) 午後	飯塚はるみ
	ピラティスクラス (関のりこ・ 友紀子バレエスクール)	第2・4 (月) 午前	畑山真由
バレエ	関のりこ・友紀子 バレエスクール	(月) 午前/(火) 夜 第2・4 (木) 午後	関友紀子/畑山真由/ 上中穂香/高橋万由梨
	さくま・さかき モダンバレエスタジオ	(木) 夕方・夜/(金) 夕方 (日) 午前・夕方	佐久間尚美/坂本真司
	西岡淳子 バレエスクール	(月) 午後/(金) 午前/ (土) 午前	西岡淳子
エ	大人のためのバレエレッスン	(火) 午後 4月から (金) 午前・午後	西田里菜
	踊るストレッチクラス	(木) 午前	高木美香
	パー・アスティエ	第1・3 (土) 午後 第2・4 (金) 夜/ 第4 (日) 午前	今岡由佳 阿部のぞみ
ダンス	ZUMBA (ズンバ)	(月) 夜	
	K-POP&HIPHOP Dance	キッズ (月) 夕方 小中高生 (水) 夕方・夜	NORIKO
ス	ヒップホップダンス	(月) 夕方/(火) 午後/ (金) 夕方/(土) 夜	Each Other Dance&Vocal School
フ	ハラウ・フラ・オーラリ 男性クラスあり	(土) 午後・夜	島中久絵
	ハラウ・オ・川上	(月) 午後/(水) 午前	川上はるみ
	ナーブアメリカフラススタジオ	(火) 午前・午後	星野希代子
ラ	ハーラウ・ナーブ・ブア・ポーポー ハウ・ア・ケアノラニ	月3回 (火) 午後	あきほ Ke'anolani (ケ アノラニ)
	カ・レオ・オ・ケ・カイ	第2・4 (日) 午後	藤本雅代
	ハラウ・フラ・オ・レオラニ	(金) 午後	橋本

☎ カトレヤ事務所 ☎23-2530

障害年金・障害者手帳個別相談会 (無料)

3/2・9・16・23 (土) 月4回 9:00~12:00

場所 NPOセンター鎌倉2F会議室 (原則)

障がい、遺族、老齢、年金分割、繰り上げ、繰り下げなどの請求、請求のやり直し、障がい者手帳 (身体・精神福祉・知的) 申請などの個別相談 (要事前予約)

講師: 石川勝己 (社会保険労務士・いきいきライフ年金・相続相談室代表)

各回3名 前々日締切

☎ いきいきライフ年金・相続相談室 (石川)

☎090-6306-4033 FAX 47-5869 katumiishi@ybb.ne.jp

NPO法人 鎌倉ガイド協会

3月の「古都鎌倉史跡めぐり」

Aコース (1日コース)

鎌倉山のソメイヨシノと広町の大桜を楽しむ

—鎌倉のシンボルツリー山桜とハイキングを堪能—

極楽寺駅~極楽寺~月影地藏~鎌倉山神社~夫婦池公園 (昼食)~鎌倉山石碑~
広町緑地 (鎌倉山入口)~大桜~御所谷入口~湘南モノレール西鎌倉駅 (解散14:
30頃) [徒歩距離: 約5.5km、高低差あり]

3/18 (月)・20 (水)・22 (金)・26 (火)

集合: 江ノ電極楽寺駅前広場 (受付9:30~最終出発10:00)

参加費500円 (ガイドングレシーバーは使用しません)

Bコース (半日コース)

春の花ほころぶ比企ヶ谷・長谷巡り

—妙本寺祖師堂開扉・僧侶の講話、光則寺本堂開扉—

鎌倉駅西口~大巧寺~本覚寺~妙本寺祖師堂 (開扉)~琴弾橋~若宮大路~鎌倉駅
=(江ノ電)=長谷駅~光則寺 (本堂開扉)~長谷寺 (一次解散)~長谷駅 (解散:
12:30頃) [徒歩距離: 約2km、高低差なし]

3/15 (金)・25 (月)・27 (水)・29 (金)

集合: 鎌倉駅西口時計台広場 (受付9:00~最終出発9:30)

参加費700円 (ガイドングレシーバー使用) 拝観料800円 交通費
220円 各日100名

Cコース (半日コース)

覚園寺 愛染堂 (特別昇堂・法話)

—開山塔 (特別参拝)・百八やぐら 覚園寺の全てを散策—

鎌倉駅=[バス]=大塔宮バス停 (岐れ道バス停)~覚園寺 (愛染堂 [特別昇堂・法
話]~地藏堂~十三仏やぐら~旧内海家~開山塔・棟立の井 [特別参拝]~薬師堂)
~天園ハイキングコース入口 (一次解散)~百八やぐら~半僧坊下バス停 (解散:
12:30頃) [徒歩距離: 約2km、高低差あり (山道)]

3/4 (月)・6 (水)・8 (金)

集合: 鎌倉駅西口時計台広場 (受付9:00~最終出発9:30)

参加費500円 (ガイドングレシーバーは使用しません) 拝観料1,000円
交通費220円

休日散歩「桜紀行Ⅰ」~史話話で巡る若宮大路物語~

3/23 (土)・30 (土)

集合: 鎌倉駅西口時計台広場 (受付9:30~最終出発10:00)

解散: 12:00頃

参加費500円 (保護者1名につき小中学生1名無料、但し保護者同伴の
こと) (ガイドングレシーバーは使用しません)

持ち物: 飲み物、雨具、帽子、マスク、(Aコースは昼食) など

FAXでお申し込みの方は送信済み申込書原紙を持参

★歩きやすい服装、靴でご参加ください

☎ メール (ホームページから)・ハガキ・FAX (希望コース・希望日・氏名・
年齢・性別・〒住所・電話、同伴者名・年齢・性別) 各実施日の1週
間前締切

〒248-0012 御成町1-12 江ノ電鎌倉ビル4F NPO法人 鎌倉ガイド協会
FAX 24-6523

☎ ☎24-6548 (電話申込不可)

年金学習会・相談会 (年金者組合鎌倉支部)

①3/26 (火) ②4/23 (火) 月1回 13:30~16:00

場所 NPOセンター大船

国民・共済・障害・遺族など年金制度や社会保障の基本を学び、最新情
報を知りましょう。個別の相談も受け付けます。参加費無料
講師: 夏野弘司 (社労士)

会費なし 初めの方は教材費500円

☎ ☎内山 ☎0466-23-7581 ホームページ「鎌倉・年金の仲間」

NPO法人 山崎・谷戸の会

9:30~12:00 場所 鎌倉中央公園

- ①オリエンテーション 活動紹介、入会受付
4/14 10:00~ 管理棟2F 研修室にて
- ②里山探検隊 入隊募集 (小学生対象 通年で里山体験をする)
- ③谷戸塾 入塾募集 (小学5年生以上対象 作業と講座で谷戸保全を学ぶ)
- ④里山一日体験 (一覧表参照)

	田んぼ班	畑 班	雑木林管理班	生態系保全班	植物育成班
3月		11(月) さつまいもの 洞出し・ 伏せ込み	10(日) 雑木林の除 間伐	13(水) オタマジャ クシの観察	6(水) 早春の植物 の観察
4月	21(日) 田うない	22(月) さといもの 植え付け	7(日) 竹林の整備	17(水) 春のチョウ と鳥観察	10(水) 春の植物の 観察

- ⑤イベント (非会員500円/組)
3/10 父と子の里山体験 3/31 和紙作り「紙漉き」

谷戸の保全活動を行っています。どなたでも参加できます。鎌倉の自然を楽しみたい方お気軽にお問い合わせください

体験参加無料 入会金2,000円 20名 ④⑤ 黒川 ☎/FAX 47-1164

(公財) 鎌倉風致保存会

歴史ウォーク「玉縄城周辺を訪ねて」

3/23(土) 9:50~12:50 (受付開始9:30~)
場所 玉縄城址周辺

コース: 清泉女学院バス停(集合)→玉縄城址→龍寶寺(玉縄歴史館・旧石井家住宅など)→七曲坂→太鼓櫓→大手門→陣屋坂公園(解散)
※要事前申込 ※ワイヤレスガイドシステム使用
講師: 大竹正芳(歴史研究家)

受講料 一般800(会員300)円 15名 3/19(火) 締切

みどりウォーク(坂井家住宅庭園)

3/30(土) 9:30~11:30 (受付開始9:15~)

全国森林インストラクター神奈川会の山路洋護氏は植物の生き字引。山路氏とともに早春の鎌倉で植物観察会を行います
※要事前申込 ※ワイヤレスガイドシステム使用
講師: 山路洋護(全国森林インストラクター神奈川会)

受講料500円 会員無料 15名 3/26(火) 締切

お話サロン「県産オリーブオイルが世界で金賞」

3/30(土) 14:30~16:30 (受付開始14:15~)
場所 鎌倉生涯学習センター4F 第6集会室

箱根東麓で栽培する実から搾汁したオリーブオイルがニューヨークで金賞! その味を試してみませんか

※要事前申込
講師: 加藤準一(全国森林インストラクター神奈川会)

無料 20名 3/26(火) 締切

古都鎌倉春の緑と歴史探訪「中世鎌倉における純粋禅の伝来~建長寺~」

4/24(水) 9:30~12:30 (受付開始9:15~)

コース: 建長寺境内
歩きやすい服装・靴でおこしください
※要事前申込 ※ワイヤレスガイドシステム使用
※かながわトラストみどり財団と共催のため全体の参加者は20名前後になります
講師: 八幡義信(神奈川県文化財協会顧問)

受講料1,000(会員500)円 10名 4/20(土) 締切

春の大佛次郎茶亭公開

4/3(水) 10:00~15:00 場所 大佛次郎茶亭(雪ノ下)

鎌倉風致保存会が保存に協力している作家 大佛次郎が使用していた茶亭を一般公開します。春の風情ある庭園をお楽しみください。
※見学は、庭園から茶亭内をご覧いただくかたちになります
※申込不要。直接公開時間内におこしください

無料

- ④⑤ (公財) 鎌倉風致保存会
☎23-6621 ④(日・月・祝)⑤(月)が祝日の場合は(火)も
FAX 23-6631 fuhchi@fsinet.or.jp

円満相続個別相談会(無料・事前予約要)

日時 随時・応談 1人(1組)1時間程度
場所 NPOセンター鎌倉会議室(市役所隣)

基本的なこと、具体的なこと、誰にどう聞いたらよいか分からないことなど、相続・贈与に関するご質問・ご相談、なんでも。気軽にお問い合わせください

講師: 高橋一夫(ファイナンシャルプランナー CFP/円満相続先導士)

- ④⑤ いきいきライフ年金相続相談室(高橋)
☎080-4133-8878 takahashik1950@tbb.t-com.ne.jp

鎌倉カルチャールームのフリースペース

9:00~22:00(2時間以上の使用から)
場所 村田ビル(由比ヶ浜1-10-3 六地蔵そば)
2F: 壁全面鏡、床はリノリウム、バレー用バーあり。ダンス、ヨガ、フラ、チア、ピラティスなど
3F: ピアノ、机、イス、鏡、イーゼルあり。コーラス、会議、講座、小発表会、教室仕様 約30坪の広いスペース

④⑤ 村田 ☎090-2207-0031 ホームページあり

ギャラリーF2・オープンスペース ☎090-7200-6600

④(火・木・金) 11:00~18:00
場所 ティータイム2F(大船仲通り商店街・大船駅東口1分)
絵画・写真・陶芸・手芸等々趣味の個人・グループ展の会場としてご利用いただけます。皆さんが集まりやすい作品展覧会場です



ボランティア

鎌倉の史跡・緑地を守る「みどりのボランティア」

(土) 9:30~11:30 ※いずれも現地集合 9:20
3/2 十二所果樹園 3/16 御谷山林 4/6 大仏通
4/13 建長寺回春院 4/20 御谷山林 4/27 十二所果樹園

史跡や緑地を守る草刈り、枝払いなどの作業です。初心者にも道具の使い方などでいねいに指導(道具はこちらで用意)。

長袖・長ズボン・帽子・靴下着用、作業しやすい靴(サンダル不可)
軍手、タオル、飲み物持参
※要事前申込

団体は要相談 前々日17:00締切

- ④⑤ (公財) 鎌倉風致保存会
☎23-6621 ④(日・祝・月)⑤(月)が祝日の場合は(火)も④⑤
FAX 23-6631 fuhchi@fsinet.or.jp

大船・おもちゃ病院のおもちゃドクター候補募集、見学歓迎

4/22(月) 第4(月) 毎月1回 10:00~15:00(見学自由)
場所 大船保育園2F(入口インターホンで申し出)
大船保育園で開催していました「おもちゃ病院」はコロナ禍で3年間閉鎖していました。4/22(月)から月1回(第4月)に定例開催します

④⑤ 大嶋 ☎090-8885-1119

ボランティア・市民活動相談

第2・4(水) 月2回 13:30~16:30 場所 NPOセンター鎌倉
団体運営上の困りごと、個人ボランティアの相談など。事前予約制
年会費入会したら団体1,000円×3以上 個人1,000円×2以上
各回1組1名
④⑤ NPOセンター鎌倉 ☎/FAX 60-4555(第2・4(日) 除く9:00~17:00)

男性ボラ・ヤローズ

月次定例会 第2(日) 10:00~12:00 場所 福祉センター
ヤローズで熱くボランティアを一緒に良い汗をかいてみませんか
[男手]で一人住まいの高齢者、障がい者(児)等への手伝いを通して、住みよい街づくりに参画。実際の活動内容は高齢者宅の住居の手入れ(庭整備、小宮繕など)、障がい者介護の支援など。また、市内のホールイベント(音楽ほか)の運営支援も。詳細は問い合わせを
年会費1,000円
④⑤ 八ガキ 大船1868-2-508 中山恒夫
☎ ☎090-9776-0056 nakayama6@u01.gate01.com

鎌倉ガーディアンズ

実施日: 年間活動日は30日程度で都合の良い日を選ぶ
時間: 1日最大限で4時間前後(休憩含む) 実質3時間程度
私たちは「愛する古都鎌倉を自分たちの力で守る。」の精神で、東京五輪やオバマ大統領の訪日、ワクチン接種会場、学校や地域の小さな祭礼まで、安全安心のための警備活動をしています。初心者やボランティアにご興味のある方、入会歓迎。メンバー108名。県内最大の防犯防災団体
入会金: 年会費・保険料…自己負担なし
制服: ジャンパーやポロシャツなど一部負担あり
④⑤ 大津 ☎090-9814-0696 no.crime.kamakura@gmail.com

年 月 日

「鎌倉萌」掲載記事申込書

※この欄は 編集部で 記入します	①講座・講演会 ②美術・展示 ③音楽・映画・演劇 ④健康・スポーツ ⑤バザー・フェスティバルなど ⑥子ども・子育て ⑦サークル ⑧いろいろ情報 ⑨ボランティア募集
------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------

*下記、太枠の中にのみご記入ください

催しの名称 またはサークル名					希望掲載月(1か月のみ)
実施日 または活動日					月全回 (いずれかに○)
時間 (24時間制)	:	~	:		
会場・場所					
内容 (60文字以内)					
(いずれかに○) 講師・指導者名	※肩書は一つに				
入場料 円	会費	入会金 円	募集人数	名	
受講料 円	円	教材費 円	締切日		
申込み・ 問い合わせ先	氏名	TEL ()	FAX ()		
《お願い》	編集部からの連絡先(電話)を必ずご記入ください ・連絡先 TEL ()				
ハガキ申込み を受け付ける 場合のみ記入	〒住所	氏名			

きりとり線

30
60
まで

- 注 1) 締切日を過ぎた場合、または内容によってはご希望どおりに掲載できない場合があります
 2) 日付、曜日、時間など、間違いがないようにお書きください
 3) 楷書ではっきりとお書きください。文字数が60字を超える場合、短くすることがあります

FAX 0467 (22) 1428 (最寄りの学習センターでも受け付けます)

『鎌倉萌』の発行と原稿締切について

- 次の『鎌倉萌』の発行は、
5・6月号です（発行日 4月23日（火））
原稿締切は3月26日（火）です。
- その次の『鎌倉萌』の発行は、
7・8月号です（発行日 6月25日（火））
原稿締切は5月28日（火）です。



（左写真）100基あまりの五輪塔が並ぶ、三浦義明の家臣の墓（随我山 来迎寺）
（右写真）150穴以上あるといわれる「まんだら堂やぐら群」

生涯学習に関する情報募集

生涯学習に関する情報（政治・宗教・営業などを除く）を受け付けています。正確に記入した申込書を、締切日までに学習センターへ。申込みは各学習センターにある申込書でファックスまたは直接学習センターへ。掲載は無料
皆さまからの情報をお待ちしています。

原稿掲載についての《お願い》と《お断わり》

- 限られた誌面のため、掲載回数が多い場合には、お断わりすることもあります。
 - 文章の短縮、統一的な表現にまとめさせていただくことがあります。締切りは必ずお守りください。
 - 掲載記事申込書に「問い合わせ」などの連絡先（電話など）の記述がない場合は、掲載できませんのでご了承ください。
- 編集部

掲載内容などは変更されることもありますので、詳細については各問い合わせ先に確認の上、ご自分の判断で参加ください。

鎌倉生涯学習センター（きらら鎌倉）【情報掲載の問い合わせ】 TEL **0467-25-2030**
〒248-0006 小町1-10-5 (平日9:00~17:00)
(休館日 毎月最終月曜) 【原稿の送付先】 FAX **0467-22-1428**

『編集つれづれ』

2023年5・6月号から萌の編集に携わって、今回でまる1年となる。編集も人生も経験豊富な先輩の手ほどきを受けながら、原稿に忠実に、実施日のカレンダー等との整合性を確認しつつ、統一性のあるわかりやすい紙面を作り上げるよう心掛けている。わずか1年、まだまだ一人前になる日は遠い気がするが、楽しみつつ継続したい。

さて、本号裏表紙右に掲載の「まんだら堂やぐら群」は、中世（鎌倉～室町時代）の共同墓地と考えられ、150基以上のやぐらが確認されている不思議な雰囲気のある場所である。逗子市小坪に位置し、逗子市が管理し、毎年初夏と秋に期間限定で公開されている。2024年の公開日程は逗子市HPをご確認ください (S.K)

