

●生涯学習情報誌●

鎌倉萌

—かまくらもえ—

2024

11・12月

Vol.245

掲載無料



「たくさん！」がある光景」6 十二という文字がいっぱいの十二所にある「明石橋」

鎌倉市生涯学習センター 講座・イベント	—	2
講座・講演会	_____	4
美術・展示	_____	6
音楽・映画・演劇	_____	6
健康・スポーツ	_____	7
バザー・フェスティバル	_____	8
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

※大船学習センター開催講座分は鎌倉生涯学習センター宛にお送りください

[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/>

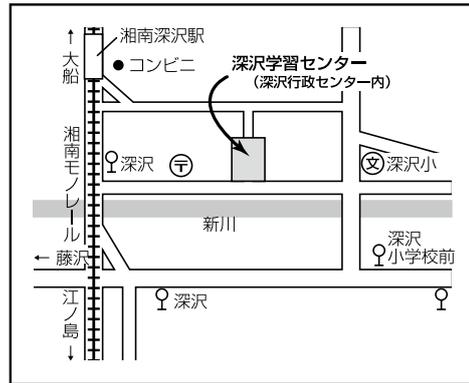
または「鎌倉市 きらら鎌倉」で検索



発熱や体調不良時にはご来館・ご来場をお控えください。
施設内でのマスク着用は個人の判断にお任せいたします。

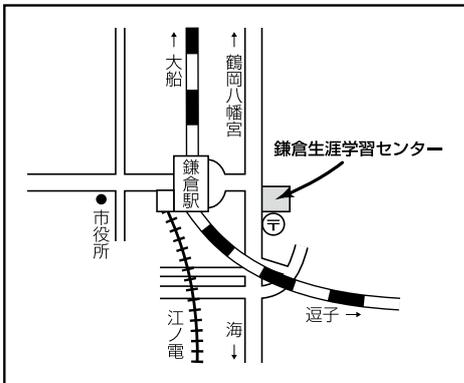
深沢学習センター (きらら深沢) 〒248-0022 常盤111-3 ☎0467-48-0023

湘南モノレール「湘南深沢」徒歩5分



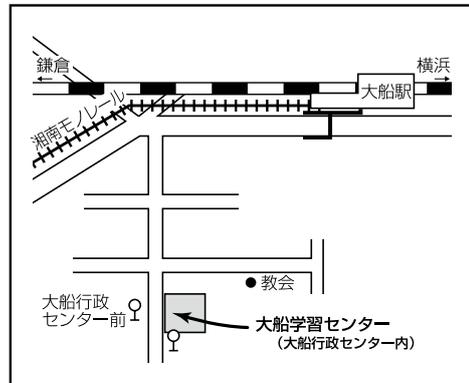
鎌倉生涯学習センター (きらら鎌倉) 〒248-0006 小町1-10-5 ☎0467-25-2030

JR「鎌倉」東口徒歩2分



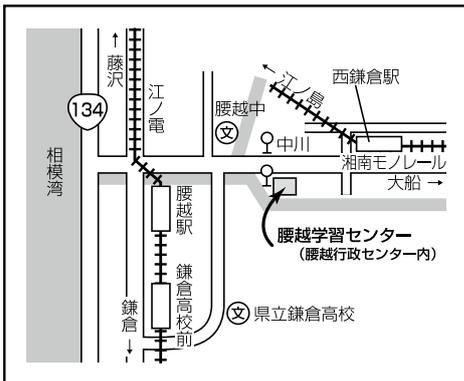
大船学習センター (きらら大船) 〒247-0056 大船2-1-26 ☎0467-45-7712

JR「大船」東口徒歩10分



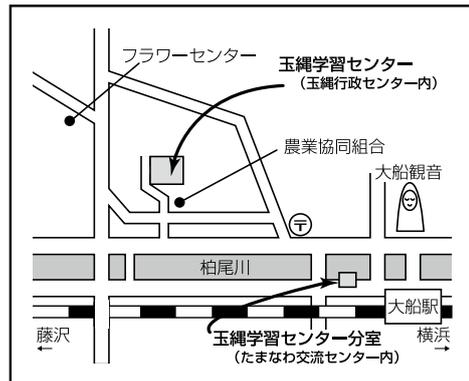
腰越学習センター (きらら腰越) 〒248-0033 腰越864 ☎0467-33-0712

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

推委 仏法と木の温もりを感じて

11/17 (日) 10:00~12:00
 「仏像は、拜まれて初めて仏の像になる」と言います。
 半世紀以上、全国各地の仏像製作・修復に携わってきた仏師が、鎌倉長谷寺の十一面観音の修復エピソードをはじめ、普段あまり聞くことのできない仏像との向き合い方やその思いを語ります
 持ち物：筆記用具
 講師：大森昭夫
 (仏師・鎌倉長谷寺美術顧問)



45名
 ① [1] 往復ハガキ：11/5 (火) 必着
 [2] インターネット受付期間
 10/1 (火) 10:00~11/5 (火) 17:00

推委 私らしい生き方 グレイヘアという選択

11/23 (土) 13:00~14:30
 ついつい「若さ」を追い求めてしまいがちな今の世の中。特に女性は若くあろうと無理をしている人も少なくありません。しかし、「若い」とは誰にも訪れる心身の変化です。それを受け入れながら生きることもまた、人生の選択肢の一つ。
 グレイヘアを隠さず自然体で生きる近藤さんの姿から、今の自分を大切に作る生き方を一緒に考えてみませんか
 持ち物：筆記用具
 出演：近藤サト (フリーアナウンサー)



写真提供：(株)ベルベットオフィス

280名
 ① [1] 往復ハガキ：11/10 (日) 必着
 [2] インターネット受付期間
 10/1 (火) 10:00~11/10 (日) 17:00
 ※未就学児参加不可

鎌倉の素敵な建築

11/23 (土) 13:00~15:00・30 (土) 12:30~15:30
 全2回
 場所 第1回：美術創作室
 第2回：長谷駅周辺散策
 鎌倉といえば鎌倉幕府に由来する日本の歴史や風情を感じる文化や建築に目が向きがちですが、明治期に華開いたリゾート文化により「レトロ」で「モダン」な洋風近代建築も数多く残っています。1日目は講義形式で歴史や見方を学び、2日目は実際にまち歩きを行う全2回の講座です
 持ち物：筆記用具、飲み物、雨具、歩きやすい服装・靴でお越しください
 講師：志村直愛 (東北芸術工科大学芸術学部歴史遺産学科教授)
 20名 (小学三年生以下は保護者同伴)
 ① [2] インターネット受付期間
 10/1 (火) 10:00~11/10 (日) 17:00

推委 色鉛筆で楽しむぬり絵講座

12/3 (火)・4 (水) 全2回 13:00~15:30
 場所 美術創作室
 クリスマスの草花をモチーフに、色鉛筆でのぬり絵を学びます。ぬり絵なので、「絵を描くのは苦手」という方でも気軽に楽しんでいただけますよ！
 作品は、そのままグリーティングカードにも
 12/3 基礎を学び、簡単な技法でぬり絵を体験
 12/4 細かな塗り重ねやグラデーションに挑戦
 持ち物：筆記用具
 講師：中西 良 (画家・湘南画塾塾長)



参考作品 (100mm×148mm)

20名 (2日間参加できる方、2日目のみの参加はできません)
 1,500円 (2回分・画材使用料含む)
 ① [1] 往復ハガキ：11/19 (火) 必着
 [2] インターネット受付期間
 10/1 (火) 10:00~11/19 (火) 17:00

推委 有島三兄弟と鎌倉

12/6 (金) 13:30~15:30
 明治・大正・昭和を生きた芸術家兄弟の足跡をたどる
 (有島武郎、有島生馬、里見弴)
 持ち物：筆記用具
 講師：井上弘子
 (〈公財〉鎌倉市芸術文化振興財団)



45名
 ① [2] インターネット受付期間
 11/1 (金) 10:00~12/2 (月) 17:00

きららフェスティバル大船 (第37回大船学習センターフェスティバル)

11/15 (金)~17 (日) 10:00~16:00 (最終日~15:00)
 きらら大船学習センターを利用している団体を中心に発表、展示、販売・体験など、日頃の成果をご覧いただきます
 ※事情により、内容、時間帯、参加団体などの変更あり
 【展示・体験・販売の部】10:00~16:00 (最終日~15:00)
 ★体験あり ◇販売あり

似顔絵コーナー	★大人1,000円 小人 500円	かまくら似顔絵倶楽部
似顔絵体験 ※16、17日のみ		
シフォンケーキほか販売 ※16、17日のみ	◇	お菓子工房 かまくらガトー
手作り飛行機 販売・体験：簡単なゴム動力ヘリコプターなど	★50~100円 ◇工作の材料	手作り飛行機製作サークル
花展示・茶ふるまい体験 ※体験は17日のみ	★無料	鎌倉伝統文化茶・華道こども教室
笑い文字の展示 体験：笑い文字販売：お名前書き	★「ありがとうを贈ろう」300円 ◇500円	笑い文字講座@鎌倉 (楽しい笑い文字)
かな書道作品の展示		かすみ会
鉛筆デッサン画 (額装) 展示		火曜デッサン会
犬・猫の絵等の展示・体験 リース・小物・バックほか販売	★タッセル 300円~ ※体験11時~ ◇	サークルたま
刺繍作品 (額) の展示		らぶり~
つまみ細工写真展示・体験：初心者向けつまみ細工	★500円	かまくらひとつまみ
手作り絵本、イラストの展示		大船手作り絵本の会 汽車ポップ

【発表の部】 (第1集会室)

11/15 (金)	10:30~11:30	手品	鎌倉マジックサークル
	11:45~12:45	お子さまからシニアまで楽しめる英語遊び	特定非営利活動法人 hinatabocco
	13:30~15:00	ハーモニカ	大船ハーモニカ
11/16 (土)	10:45~11:45	南米音楽 (フォルクロレ)	オトラベス
	13:30~14:15	ハーモニカ	大船ハーモニカクラブ
	14:30~16:00	コーラス	童謡の会アンダンテ
11/17 (日)	10:30~12:00	三味線に合わせて合唱	丸義会
	12:30~13:30	合唱	大船混声合唱団
	14:00~14:40	ギター合奏	ギターあんさんぶる・むつみ

① きらら大船学習センター ☎45-7712

推委 鎌倉と鍋木清方

12/14 (土) 13:30~15:30
 戦後、閑静で自然豊かな地・鎌倉に住まいと制作の場を求めた日本画家・鍋木清方。材木座と雪ノ下で晩年の26年を過ごしました。海や山の自然に恵まれ、少し歩けば史跡に富む鎌倉で、清方は季節の美や古きよき日本人の暮らしの風情を描き、数々の名品を世に送り出しました。
 本講座では、鎌倉での清方の暮らしぶりや、この地で制作した作品の魅力などをご紹介します
 持ち物：筆記用具
 講師：今西彩子 (鎌倉市鍋木清方記念美術館学芸員)

45名
 ① [1] 往復ハガキ：11/29 (金) 必着
 [2] インターネット受付期間
 10/1 (火) 10:00~11/29 (金) 17:00

推委 ベトナムの歴史と政治経済事情の紹介

12/8(日) 13:30~15:30

ベトナムは、東アジア漢字文化圏の影響が強い東南アジアの国です。近年ではベトナムへの工場進出が活発です。一方では中間層をターゲットとした内需市場にも注目が集まります。ベトナムの潜在性、課題は何かなど、本講座では、ベトナムをどのように捉えるべきかを考えたいと思います
持ち物：筆記用具



講師：中西宏太(帝京大学経済学部准教授)

32名 ① 往復ハガキ：11/28(木) 必着
② インターネット受付期間
11/1(金) 10:00~11/28(木) 17:00

推委 Xmas☆Happy ウクレレコンサート♪

12/15(日) 12:30~14:30

ウクレレシンガーのElliが、パーカッションの渡辺秀也とお送りするクリスマスコンサート。
ウクレレらしいハワイアンナンバーはもちろん、人気の高いオリジナルや皆さまと一緒に歌えるような昭和歌謡まで、Happyな時間を過ごしましょう!!
ウクレレ弾きたくなっちゃうかも
講師：近藤エリ(Elli)
(ウクレレうたうたい)



100名 ① 往復ハガキ：11/27(水) 必着
② インターネット受付期間
11/1(金) 10:00~11/27(水) 17:00
申し込み1通につき2名連記可



講座・講演会

円安・物価高騰など生活苦の原因と解決策を考える
日本経済の仕組みはどうなっているのか

11/3(日) 13:00~16:00

場所 玉縄学習センター分室 第3集会室

賃金や年金が物価の上昇に追いつかない一方、大企業の利益は増え続け内部留保が過去最高です。格差がますます広がって生活苦が広がっています。なぜ円安になったのか、「新自由主義」とは、などいっしょに考えましょう

講師：佐々木憲昭(経済研究者)

参加費500円(資料代など)

①② 鎌倉返子学習会議 深山
☎080-5018-3172 FAX 24-2050(坂倉方)

「玉縄 歴史の会」公開講座

14:00~16:00

場所 玉縄学習センター分室 第3集会室(大船駅西口近く。たまなわ交流センター2F)

11/4(月)(第312回講座)

「戦国大名北条氏にとっての西相模・伊豆地域の重要性」

講師：梯 弘人(神奈川県立歴史博物館学芸部)

相模国の相模川以西と伊豆国を合わせた地域は、戦国大名北条氏の歴代当主の居城が置かれた領国における政治的中心地でした。その地域の特徴についてお話しします

12/8(日)(第313回講座)

「鎌倉・太平洋戦争の痕跡をたずねて」

講師：平田恵美(鎌倉市中央図書館近代史資料収集室)

今から20年以上も前に訪ね歩いた、玉縄地域をはじめとする鎌倉の太平洋戦争の痕跡について、横穴陣地構築を中心に記録を読み返します

各回50名 資料代 各回1,000(会員500)円

①② 事務局・中澤 ☎090-7712-6431 ryukyu@jcom.home.ne.jp

推委 国シリーズ インド舞踊バラタナティヤム公演

1/19(日) 13:30~15:00

バラタナティヤムは3千年もの歴史のあるインド最古の舞踊です。南インド・チェンナイ発祥の巫女舞が起源で「踊るヨガ」ともいわれています。今回はバラタナティヤムのパフォーマンスと神話に関するレクチャーの後、参加者の皆さんと指の表現“ムドラ”を使ったエクササイズを行います



講師：富安カナメ
(南インド古典舞踊
バラタナティヤム舞踊家)

100名 ① 往復ハガキ：1/6(月) 必着
② インターネット受付期間
12/1(日) 10:00~1/6(月) 17:00
申し込み1通につき2名連記可

推委 小泉八雲の日本発見の旅を楽しむ

1/28、2/4・11(火) 全3回 13:00~15:00

外国人だった八雲が日本をどのように眺め、何に心を動かしたか、何を描いたのか、作品を通して学んでみましょう

1/28 「八雲と行く鎌倉・江の島めぐり」
2/4 「八雲の『怪談』はいかにして生まれたのか」
2/11 「八雲はなぜ日本文化の本質を理解することができたのか」

持ち物：筆記用具

講師：池田雅之(早稲田大学名誉教授)

40名 ① 往復ハガキ：1/14(火) 必着
② インターネット受付期間
11/1(金) 10:00~1/14(火) 17:00

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)

- スモッキング刺しゅう 各回13名
11/1・8、12/6(金) 10:00~12:00
- リメイクソーイング 各回13名
11/6(水) 13:30~15:30 12/6(金) 13:30~15:30
11/11(月) 10:00~12:00 12/12(木) 10:00~12:00
11/22(金) 10:00~15:00 12/16(月) 10:00~12:00
11/27(水) 10:00~12:00
- 手持ち糸で編み物—モチーフの帽子 各回10名
11/7・21、12/5・19(木) 10:00~12:00
- はぎれでパッチワーク 各回13名
11/12・26、12/10(火) 10:00~12:00
- 裂き織り 各回13名
11/13、12/18(水) 10:00~15:00
- 包丁研ぎ 10名
11/18(月) 10:00~12:00
- 和布でお細工物—招き猫(3回シリーズ) 13名
11/20、12/4・11(水) 10:00~12:00
- ハンドメイド雑貨—クリスマスボタナアート 15名
11/28(木) 10:00~12:00
- お正月用しめ飾り 13名
12/23(月) 10:00~15:00

* おもちゃ病院
11/12(火) 10:00~15:00

- * 笹田リサイクルマーケット
11/17(日) 10:30~15:00 雨天開催
・ドライインフリマ・古本市・ワークショップ
・東北・能登支援物産品販売・植木リトールエコアンサンブル演奏
・キッチンカー・手作り手芸品販売
・リサイクル作品展(11/6~22)(後援：鎌倉市・鎌倉市教育委員会)
* ドライインフリマ出展者募集 ~11/8(金)まで電話受付
車1台2,000円
* 古本献品受付(鎌倉市民限定) ~11/8(金)まで
書店カバーを外す、週刊誌・百科事典・汚れのあるものは不可

館内に開催講座の見本作品展示中、気軽にお問い合わせを。
ホームページでは、リサイクルのアイデアいっぱい動画配信
申込受付：11月の講座は受付中、12月の講座は11/15(金)~

①② 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) FAX 32-5374

スマホの便利で上手な使い方講座

11/7~3/6(木) 毎月第1(木)月1回 10:00~11:30
場所 NPOセンター大船(たまなわ交流センター1F)

意外と知らないスマホの便利で上手な使い方を学びます!
個人的にお困りの質問にもお答えします。気軽にご参加ください
講師:NPOセンター事業担当

会費1回1,500円 15名 11/6(水)締切
④⑥ 鎌倉市市民活動センター運営会議 ☎/FAX 42-0345

スマホの使い方サロン

腰越学習センター 11/7(木)、12/4(水)
大船学習センター 11/27(水)
深沢学習センター 12/11(水)
鎌倉生涯学習センター 11/11、12/9(月)
玉縄学習センター 11/19(火)、12/19(木)
各学習センター月1回 10:00~12:00

スマホについて聞きたいことを何でも聞ける、少人数制のアウトホームなサロンです。鎌倉市の後援だから安心!懇親会あり(自由参加)
講師:デジタル推進委員ほか

受講料2,000円 10名
④⑥ 和みスペース(深町) ☎080-1591-5004 (福井) ☎090-6656-9906

ICPのパソコン教室

場所 ICP事務所
(大路ビル3F 鎌倉駅4分 カトリック雪ノ下教会向い)

○スマホ 易しく便利な操作講座 (月)全4回 10:00~12:00

12/2		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
12/9	基本操作	文字入力とインターネット検索
12/16		メール(SMS、キャリアメール、そのほか)、LINE
12/23		カメラ撮影保存、写真の編集、QRコード

本講座はスマホ全機種を対象にした講座です

受講料8,000円 テキスト代実費 先着5名

○Windows基礎講座(AI等新機能) (金)全4回 10:00~12:00

12/6	現ウィンドウズの機能の基本操作や新規機能
12/13	新ブラウザ(インターネット閲覧プログラム)の基本操作、便利機能
12/20	最近のAIアシスト機能の利用ほか新機能
12/27	カメラやスマホから写真等の取り込みと編集整理

カリキュラム内容は多少変更される場合もあります。
使い慣れたご自分のWindows11/10パソコンを持参される事を推奨いたしますが、講座用に教室パソコンをご希望の方は、予めお申し込みください

受講料8,000円 テキスト代実費別 先着6名

○パソコンWord再チャレンジ講座 (火)全3回 10:00~12:00

12/3	案内状の例文 レイアウト
12/10	スマホ写真の取込、編集、配置
12/17	Googleマップからの地図の取込 予定表等 表の挿入 配置案内状作成

受講料9,000円 テキスト代実費別 先着6名

○パソコンExcel再チャレンジ講座 (金)全3回 10:00~12:00

11/8	表作成 基本関数 データテーブル
11/15	出納帳(日計表 金種表) 入出金残高 繰越金
11/22	売上・収支管理表 ほか

受講料9,000円 テキスト代実費別 先着6名

受講当日、平熱でなにも症状のない方
上記カリキュラムとは別の、ご自身の課題のみを行う「個別レッスン」にも対応

④⑥ NPO法人 ICP鎌倉地域振興協会(講座名・氏名・連絡先)
☎080-8820-3939 it-comite@icp-kamakura.jp

音楽講座(ロマン派の作曲家)

11/16(土)13:30~15:00 場所 鎌倉婦人子供会館

今回はピアノの詩人と言われるフレデリック・ショパンの作品を演奏とお話で味わっていただきます。ワルツ、ポロネーズ、ノクターン
講師:吉田 恵(鎌倉音楽家協会会員)

受講料1,100(こども500)円
④⑥(公財)鎌倉婦人子供会館 ☎22-0507

古典作品にみる鎌倉

11/19、12/17(火)月1回 10:30~12:00
場所 鎌倉婦人子供会館4室

鎌倉時代の説話集『沙石集』より、鎌倉の地にまつわる章段を読み進めていきます。分かりやすく説明していきます
講師:大沢 寛(学舎がまくら)

受講料各回2,000円 数名 各回前日締切
④⑥ 大沢 ☎080-8518-2644 kamakura510k@yahoo.co.jp

はじめての不動産登記測量講座

11/22 18:00~19:30 場所 大船学習センター 第3集会室

よくある相談事例30を当日即答します。例、未登記建物。土地境が不明。青地。越境。道路との境。地目変更。土地建物売買の測量
講師:櫻井文明(土地家屋調査士)

無料 20名
④⑥ 櫻井土地家屋調査士事務所 ☎33-4928 FAX 33-4938

英語基礎短期集中講座

場所 鎌倉生涯学習センター

○11/27(水)・28(木)・29(金)全3回
14:00~16:00(成人)・19:00~21:00(学生)

いきなり会話からスタートして基礎力もつける? スマホでの自習方法も紹介します。型やぶりの指導展開が目新しい評判講座です

9名 11/25締切

○12/18(水)・19(木)・20(金)全3回
14:00~16:00(成人用)・19:00~21:00(学生)

現場経験と会話感覚を活かした講座展開。皆様の現場英語の不安要因にも対応致します。塾や勉強会体験者からも驚きの声!!

9名 12/16締切

講師:河田 勲(元都立高校英語科教員)

各会費300円 各教材費300円
④⑥ 八カキ 〒244-0003 横浜市戸塚区戸塚町3743 河田勲
④⑥ 河田 ☎090-1269-4370

鎌倉婦人子供会館『地理歴史講座』

11/30(土)全6回 13:30~15:00

場所 鎌倉婦人子供会館ホール

[講演]「地図を深読み~土地を診る第一級資料~④」

「地名に宿る土地の歴史」

※スライド併用

講師:永野征男(日本大学名誉教授)

受講料1,100円 45名
④⑥(公財)鎌倉婦人子供会館 ☎22-0507 FAX 22-8435

鎌倉淡青会公開セミナー2024

11/30(土)14:00~15:30

場所 鎌倉商工会議所 地下ホール

狭い国土を利用できる「熱利用発電」により安全安心な未来を目指して研究しています。そのための直近の成果について紹介します
講師:松下祥子(東京工業大学准教授)

入場料500円 140名 11/29締切

④⑥ 石井 ☎/FAX 045-715-5068
koukaisemi@kamakura-tanseikai.com

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

11/30(土)
鎌倉ゆかりの貴族武士一歴史工学で読み解く平安貴族の末裔一
講師:江崎和博(元法政大学准教授)

12/15(日)
ヤマト王朝の都城中軸設定プラン一中ツ道の正体一
講師:桜田和之(日本天文学考古学会理事)

入場料各200円 各回28名 ④⑥ 江崎 ☎080-5490-3194

CO₂コツ講座 第3回 HOW どうする脱炭素編
—脱炭素社会の実現に向けての取り組み—

12/11(水) 3か月毎 全4回 13:00~14:30
場所 NPOセンター大船 会議室(JR大船駅西口3分、玉縄交流センター1F、台1-2-25)
脱炭素社会の実現に向けて、ロードマップを描いてカーボンニュートラル対策に取り組んでいる代表的な事例を数多く紹介します
講師:前島 仁(湘南・省エネネットワーク(環境大臣賞2回受賞団体)代表、環境省気候変動コミュニケーションリーダー)

無料 8名 12/10締切
☎前島 ☎080-4429-0209 syonan.syoenet@gmail.com

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
松本立夫写真展
ミュージアムへようこそ Part5
11/20(水)~12/22(日) ㊦(月・火)



松本立夫写真展
横須賀、軍港のある街 Part2
1/8(水)~2/11(火)
㊦(月・火)、但し1/13(月・祝)、2/11(火・祝)は営業、1/15(水)は代休



*ギャラリー北鎌倉物語では随時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



美術・展示

県立神奈川近代文学館 ☎045-622-6666

9:30~17:00(入館 ~16:30) ㊦(月)
特別展「安部公房展—21世紀文学の基軸—」
~12/8(日) ㊦(月)(11/4は開館)
『砂の女』などの小説で知られ、舞台などの総合芸術をも追究した、作家という肩書に収まらない表現者・安部公房の全貌に迫る三浦雅士(編集委員)、近藤一弥(アートディレクション)
一般800円 65歳以上・20歳未満及び学生400円 高校生100円
中学生以下は無料

安部公房展記念対談「安部公房と戦後の政治・芸術運動」
11/4(月・振休) 14:00~15:30(予定)(13:30開場)
政治学者の苅部直氏と文学研究者の鳥羽耕史氏が、安部公房の思想と作品について語り合う
1,200円 先着220名
☎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)

第51回文芸映画を観る会「砂の女」(1964年 ©一般財団法人草月会)
11/22(金)・23(土・祝) 13:30~15:57(予定)(13:00開場)
安部公房原作・脚本、勅使河原宏監督。岡田英次、岸田今日子ほか出演。
カンヌ国際映画祭審査員特別賞受賞作
1,000円 先着220名
☎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)
ホームページあり

北鎌倉創作人形展 奏(かなで)

11/1(金)~10(日)
11:00~17:00(最終日 ~16:00)
場所 北鎌倉ギャラリー月
北鎌倉明月院近くの閑静なギャラリーにて人形展を開催いたします。
11/3 15:00よりインド楽器のシタールの演奏をいたします
奏者:沼沢ゆかり
入場無料 シタール演奏のみ500円(ドリンク込)
☎渡邊 ☎090-2566-9048 FAX 48-6962



第34回 柳沼教室 鎌倉スケッチ会展

11/26(火)~12/1(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A・Bギャラリー
昨年秋から今までに描いた鎌倉・横浜・湘南の風景画を中心に展示します。
水彩画を中心に70点ほど展示します。入場無料
指導者:柳沼知恵子

記念フェス60

1/10(金)~13(月) 10:00~17:00
場所 鎌倉芸術館 ギャラリー1、2、3・小ホール
鎌倉市文化協会創立60周年を祝いギャラリーで展示6部門と舞台部門の歴史紹介。小ホールで1/10・1/11舞台9部門が公演。市民必見です
入場無料 ☎村田 ☎22-1759 FAX 25-4361



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

9:00~17:00
特別展「(女優)から(妻)へ—生誕100年 高峰秀子という生き方—」
~1/13(月・祝)
戦前・戦中・戦後を通して映画界の第一線で活躍した高峰秀子の足跡を辿る。『浮雲』、『名もなく貧しく美しく』など上映
一般400円 小・中学生200円

子供のためのクラシックピアノコンサート

11/4(月・振休) 14:00~15:10頃
場所 御成小学校多目的スペース
お子様向けの、かしこまらずに楽しんで聴いてもらう名曲コンサートです。トルコ行進曲、エリーゼのために、ブルグミュラーなど
講師:菱田啓子(ピアニスト・東京芸術大学修士)
入場料当日600(前売500)円(未就学児は無料) 30名(3歳以上中学生未満は保護者同伴)
☎K子の音楽室 ☎090-8300-5871 hizanorijeneko@yahoo.co.jp

雨谷善之リサイタル

11/16(土) 18:30~(18:00開場)
場所 鎌倉生涯学習センター(きらら鎌倉)ホール
~晩秋に歌う珠玉の愛の名旋律~
この胸に秘めた ありのままの想いを 夜明けが来たら 告げよう あなたに。詳細は掲示チラシを参照
出演:石川直子(ピアノ)・羽田美代(ナレーション)
入場料大人4,000円 学生2,000円(全席自由席)
☎岩濱 ☎090-3009-1941(ショートメール可)

ラ・リュミエールコンサート (合唱)

11/17 (日) 13:30~15:30
場所 逗子文化プラザ なぎさホール

開催25周年を迎えて～
アマポーラ、セーリングほか
指導者：堀口みどり (武蔵野音大卒、日本フォーレ協会会員)

入場無料
☎ 田村 ☎080-1353-7791 FAX 046-854-5655

鎌倉童謡の会「みんなで歌いましょう！」 第287回、288回

11/28、12/12 (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：村田 望 (11/28)、松村美和子 (12/12)

参加費 一般1,200 (会員1,000) 円
☎ 鎌倉童謡の会 丹羽
☎080-5088-1186 kamakuradoyob@gmail.com

女声合唱かまくらの風第14回定期演奏会 「風のクラシックをどうぞ」

11/29 (金) 14:00~15:30
場所 逗子文化プラザ なぎさホール

今回は、日本の合唱を振り返って選曲した抒情的な楽曲や楽しい鳥たちの唄、そして神への美しい歌声などをお届けします
指揮：渡辺宏子

入場料1,000円 ☎ 新井 (代表) ☎0466-23-2722

第19回鎌倉芸術祭参加 (公財) 鎌倉風致保存会設立60周年 & 鎌倉を愛する音楽の仲間創立30年コンサート アンコール！コーヒーカンタータ

12/15 (日) 13:30~15:30 (13:00開場)
場所 鎌倉生涯学習センター (きらら鎌倉) ホール

オペラアリア、ミュージカルナンバーからクリスマスソングまで。パッハのコーヒーカンタータ全曲も！12月恒例ナショナルトラストコンサート
出演：村田 望 (ソプラノ)、秋山 徹 (テノール)、小嶋陽太 (テノール)、C. 聡ギブソン (チェロ)、大橋葉月 (ピアノ)、中澤美紀 (ピアノ)

入場料2,500円 全自由席
☎ スタジオ エスポワール
☎090-2207-0031 FAX 25-4361
studioespoir7@gmail.com

“ジャズを歌う会”クリスマスコンサート

12/17 (火) 13:30~ (開演予定)
場所 鎌倉生涯学習センター (きらら鎌倉) ホール

ジャズを歌う会メンバーによる「クリスマスコンサート」です。ジャズスタンダードとともにクリスマスソングをお届けします
指導者：福島ミサト

入場無料 ☎ 福島 ☎39-1002

ベルカント de クリスマス2024

12/21 (土) 10:00~12:30
場所 玉縄学習センター (きらら玉縄) 3F 第4集会室

前半：みんなでXmasソングを歌いましょう
後半：メンバーによるレッスン曲メドレーと雨谷先生のテノール独唱。
詳細は掲示チラシを参照

入場料・受講料無料 15名 12/18締切
☎ 岩濱 ☎090-3009-1941

第68回鎌倉市民文化祭参加 第3回クラシック音楽のひととき 100年目の邂逅 (巡り合い)

12/22 (日) 13:30~15:30 (13:00開場)
場所 鎌倉生涯学習センター (きらら鎌倉) ホール

生誕没後：100年を迎える團伊玖磨、ブッチーニ、フォーレの作品から「夕鶴」「ラ・ボエーム」のアリア、フォーレの名曲の数々を室内楽で。鎌倉の音楽家が奏でるナビゲート付コンサート
出演：鎌倉音楽クラブ (鎌倉音楽家協会) 会員

入場料2,000円
☎ クラシック音楽のひととき実行委員会
☎090-2207-0031 hitotokicon@gmail.com

メトロポリタン・ワノートバンド新春演奏会 Vol.4

1/4 (土) 13:30~15:00 (13:00開場)
場所 鎌倉生涯学習センターホール

東京芸術大学出身の和楽器奏者による演奏会。長唄、箏曲、和楽器合奏、日本の歌による即興演奏など

前売り 一般1,500円 中学生以下 500円
当日 一般2,000円 中学生以下1,000円
未就学児不可 250名 1/3締切
☎ 守 ☎090-1851-5765

鎌倉吹奏楽団MusicFarm 第33回映画音楽特集演奏会

1/18 (土) 14:00~16:00 場所 鎌倉芸術館大ホール

創団30周年を飾る記念すべき演奏会♪吹奏楽オリジナル作品や、よくご存知のポップス曲を取り揃えて皆様をお待ちしています
指揮：田辺四郎・深山智哉・高橋勇太郎

入場無料 1,000名
☎ 鎌倉吹奏楽団MusicFarm ☎050-3552-4010 ホームページあり



健康・スポーツ

“気いやし処” 気功教室

11/20・27、12/11・18 (水) 14:00~16:00
場所 鎌倉生涯学習センター 3F 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
服装：スラックス (動きやすい物)、靴下
指導者：武内チツ子

受講料1,500円 6名
☎ 武内 ☎090-8841-8966 FAX 22-4005

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

シニア来たれ！健康づくり仲間づくりに、青空の下、声を出し思い切り空気を吸い、楽しくソフトボールを一緒にしませんか！

年会費5,000円 58歳以上の男性
☎ 松山 ☎45-3859





バザー・フェスティバル

医療生協かながわ第34回鎌倉地域健康まつり

11/10(日) 10:30~13:30 雨天中止
 場所 手広スポーツ広場(手広2-16)
 健康チェック、キッズコーナー、ミニ運動会、模擬店、健康体操、野菜販売、包丁とぎ、リフォーム相談等
 ☎ 深沢中央診療所 小林 ☎31-7284 FAX 31-0968

ファンタスティック☆ライブラリー・113

12/1(日)・2(月) 10:00~16:00
 場所 鎌倉市中央図書館
 学びと遊びと発見の図書館フェス。図書館協力団体による展示、講演会、おはなし会でいつもよりにぎわいある図書館で待っています！

かまくら女性史の会	図書館とともだち・鎌倉	松坡文庫研究会	鎌倉市図書館
鎌倉の保育Ⅳ保育所を中心に	旧図書館が登録有形文化財になりました 間島ご夫妻の寄贈本とゆかりの人々 クリスマス絵本を楽しまう おはなし会・折り紙などあり	松方正義と松坡先生 ~二人の交友にまつわる知られざるエピソード~ 講演とギャラリートークを開催	図書館のおたから展 湘南の海の幸 ~大船軒の駅弁の話~ (別荘時代研究会) 鎌倉女子大学・まるまる連携企画 おはなし会とかるたばしあり

各団体の発表パネル等は令和7年1月以降市内図書館で巡回展示し、図書館ホームページでも公開します。
 ※11/30(土) 11:00~11:30
 PRE企画として鎌倉女子大学手話部による手話付きおはなし会を開催！
 ☎ 鎌倉市中央図書館 ☎25-2611 chulib@city.kamakura.kanagawa.jp



子ども・子育て

おもちゃ病院かまくら

10:00~15:00
 福祉センター 11/6(水)・16(土)、12/4(水)・21(土)
 大船保育園 11/25、12/23(月)
 笛田リサイクル 11/12(火)
 12/1(日)は、福祉祭りに臨時開院いたします
 思い出いっぱいのおもちゃは、いつまでも大事にしたいものです。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(交換用品の必要時は実費)で修理いたします
 講師：10数名の専門家達
 無料 毎回15名
 ☎ 社会福祉協議会 ☎23-1075 大嶋 ☎090-8885-1119

子供民謡部

月1回 要相談
 場所 自宅(大船)または大船学習センター
 幼児から高校生まで。唄と三味線の指導。三味線の資格もとれます
 講師：伊丹浩子
 会費1回1,000円 数名 ☎ 伊丹 ☎090-7835-2506

鎌倉ジュニアオーケストラ

(水)弦楽器 (金)管打楽器 (日)合奏 月8回 17:30~20:00
 場所 新堀ライブ館(藤沢市藤沢93 藤沢駅5分)
 小学3年生~高校生で構成された管弦楽団。楽器が初めてでも、持っていなくても大丈夫です。随時見学・体験可(要電話予約)
 指導者：畑中友季子
 会費11,000円 入会金11,000円
 ☎ 鎌倉ジュニアオーケストラ事務局(岩崎) ☎080-5512-6137

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、舞台上笑顔でレベルに踊ることを目指しアロハの心をはぐくみながらレッスン
 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

歌で学ぼう英語の発音

11/8、12/13 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。さら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 ☎ 平野 ☎090-6343-6221

HEPの会

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。聴いた英語で話してみよう。気楽な雰囲気の中、英語が飛び、笑いが絶えないスクールです。見学無料
 講師：Misono Carroll
 会費4,000円 入会金1,000円 若干名
 ☎ 大倉 ☎090-2219-1543 e-okura@onyx.dti.ne.jp

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)
 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。語彙や文法にこだわらず、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

シニア英会話(女性専科)

第1・3(木)、第2・4(火)月2回 10:30~11:45
 場所 自宅(笛田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。無料体験あり。詳細はお電話で
 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 入門クラス 17:00~18:00
 場所 鎌倉婦人子供会館
 フランス語とともに、フランスの多様な文化や歴史なども一緒に、覗いてみましょう。どうぞお気軽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)
 受講料10回チケット10,000円 別途教科書代 10名まで/クラス
 ☎ 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

湘南日仏協会 フランス語講座

(月～金) 各回90分 週1回 9:15～16:00
場所 鎌倉生涯学習センターまたは鎌倉婦人子供会館
火曜日に初級仏語2クラス新しく開講しました。ほかに初中級～上級計6クラス開講中。話せる仏語をめざして楽しく勉強しています
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 協会年会費3,000円 教材費各自負担 若干名
☎ 神田 ☎090-7416-1516 bureau.de.afjs@gmail.com

鎌倉イタリア語勉強会

(日) 10:30～11:50
場所 鎌倉生涯学習センター
イタリアの食文化、文学、芸術、歴史、旅などを楽しむための語学講座。
初級～上級。お気軽に見学、お問い合わせください
講師：八木尊子(全国通訳案内士)
会費3か月9回25,000円
☎ 八木 ☎090-6544-6068 qwa05402@nifty.com

かまくらアカデミア・イタリアーナ

①月曜クラス(初級) 月4回 19:00～20:30
②金曜クラス(中級) 月4回 10:00～11:30
場所 鎌倉婦人子供会館
さあ、イタリアへ！基礎を学び話す力をつける初級と、イタリア歴史文化やフリートークが魅力の中級クラスにご参加ください。見学歓迎
講師：ルーチャ・カラツシア・森、広瀬美穂
受講料①25,000円(10回)②13,000円(1か月4回)年会費2,000円
☎ 小長谷 ☎090-3081-9893 migene578@gmail.com
ホームページあり

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
リスニングや会話のほかに、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
会費1か月1,500円 入会金1,000円 若干名 ☎ 今村 ☎22-7279

短歌会 青虹

11/10、12/8(日)月1回 10:00～13:30
場所 玉縄学習センター分室(大船駅西口6分)
31文字で思いを表現する短歌。歌会と月刊誌で歌ごころを自由に発表します。見学、お試し投稿も無料。この楽しさをぜひあなたに！
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)
興味はあるが難しいと思っていませんか。俳句は誰でもできます。まずは始めましょう。午前中は主に鎌倉中心に吟行。午後句会
指導者：大出岩子(椽同人)
会費6か月5,000円 ☎ 飛川 ☎/FAX 24-5585

初めての俳句の会

第1または第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)
全くの初心者からのみの句会です。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
☎ ハガキ 〒247-0053 今泉台3-11-3 勝又民樹
☎ 勝又 ☎090-2300-8368・43-4098

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
初心者の方が集まって楽しく俳句を学んでいます。写生をたいせつに、身近なことや鎌倉の自然を詠んでいます。詩心のある方お待ちします
指導者：栗田真紀子(俳人協会会員)
会費2,300円 ☎ 栗田 ☎090-4840-2701

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
☎ 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) ☎ 原田 ☎22-9396

川端義明の朗読教室

第2・4(水)月2回 10:00～11:00
場所 玉縄学習センター分室
実際に声を出して作品を朗読し、朗読の楽しさを知っていただき、技術の向上を図る
指導者：川端義明
受講料1,000円/回 ☎ 川端 ☎090-4712-0688

西洋哲学入門講座

第4(土)月1回 14:00～16:00
場所 大船学習センターまたは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、来世、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 20名
☎ 福田 ☎090-1853-5787 fukuda.kiichiro.h32@kyoto-u.jp

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 会議室
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 ☎ 藤原 ☎/FAX 44-6693

年金者組合鎌倉支部

カメラウォーク
①11/20(水) 集合 10:00 大船駅南改札
遊行寺
②12/11(水) 集合 9:30 大船駅南改札
馬事公苑・サザエさん通り
①遊行寺の大銀杏の紅葉など。②馬と公園、サザエさん通り散策。気軽にカメラと散歩を楽しむ会。スマホの方も歓迎。雨天中止
無料 ☎ 公平 ☎41-0927
史跡と花めぐり・健康ウォーク
①11/27(水) 集合 9:30 大船駅南改札
皇居乾通りの紅葉
②12/18(水) 集合 10:00 北鎌倉
北鎌倉紅葉散策
①紅葉見頃の乾通り通り抜けと江戸城東御苑を散策しましょう。
②身近な明月院・浄智寺などの紅葉を探索。いずれも雨天中止
会費一般400(組合員300)円 ☎ 高野 ☎46-3757
ホームページ「鎌倉・年金の仲間」

鎌倉通史の会

原則 第3(金)月1回

9:00~15:00 ※季節により半日コースの場合も

場所 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、交流を楽しんでいます

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1,500円(途中入会は月割り)

☎ 事務局 ☎090-5198-0933 masashirayama@yahoo.co.jp

※見学は、資料の準備のため、当月第3(月)までに連絡をホームページあり

湘南史友会

原則 第4(金)月1回 9:30~15:30 ※半日コースの場合もあり

場所 都度 案内(ホームページも活用)

湘南地区を中心に史跡、文化財、自然公園等を訪れ、お互いの交流を深め楽しむ高齢者の会です。ホームページ「湘南史友会」で検索

指導者:会員

入館料・拝観料など自己負担 参加費500円/回(資料代含む) 年会費2,500円 入会金1,000円

☎ 松川 ☎/FAX 44-4445 f.matsukawa23@gmail.com

ホームページあり

彩の会(写真)

例会 第1(火) 13:00~15:30 教養センター(笹田)

撮影会 第2(火) 9:30~11:30 主に鎌倉市内

月2回

市内在住の60歳以上が対象の、教養センター登録サークル。初級・中級の方が中心。楽しく、気軽に写真に親しみましょう

講師:小方 悟

会費半年2,000円 若干名 ☎ 野々山 ☎/FAX 22-3349

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)

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)

☎ 石井(会長) ☎090-3405-7860

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)

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

持参写真の合評/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

※初心者から上級者、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(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・保険料は別) 各コース6名

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

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

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。友達も出来、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

「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

実用てならひ 段葛書道会

第2・4(木)月2回 13:00~15:00 ※入・退室時間自由

場所 大路ビル カルチャースペース(JR鎌倉5分)

悠々楽々、あなたの体温が伝わる書を。毛筆・硬筆もその時々気分にかかせて…。お手本多彩。初めての方、小学校以来の方も

指導者:水谷峰延

会費2,300円 入会金1,000円 若干名

☎ 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。初歩の方にはていねいに指導します。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・3(木)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 ☎ 安藤 ☎/FAX 46-4730

鎌倉スケッチ会 (水彩・パステル・アクリル)

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 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) 入会金7,700円
④⑤ 牧 ☎090-9244-9567 ホームページあり。インスタグラムあり

鎌倉工房仏像彫刻教室

(火・金・土) 午前9:00~12:00 午後13:30~16:30
場所 工房(笛田6-1-16)
自分自身の向き合いたい仏様を刻んでいきます。制作の厳しさも楽しさに変わるように各人の進度に合わせてゆっくりと指導していきます
指導者:大森昭夫(仏師)
受講料3,500円 入会金5,000円 ④⑤ 大森 ☎33-0552

ヨーロッパ磁器上絵付け「Belle Signore」

第3(月)・第1(水)新規初心者クラス開講 月1~2回
11:30~16:00(ランチタイムあり)
場所 腰越学習センター2F 第一集会室
滑らかな白磁器にお好きな絵を手描きし焼成、世界に一つあなただけの器作りで心豊かに。初心者見学体験歓迎、気軽にご連絡を
講師:豊間根洋子(絵付け歴40年、講師認定資格)
受講料4,000円(別途材料費、焼成代) 4名
④⑤ 豊間根 ☎080-1079-7219 yotoyo@nethome.ne.jp
インスタグラムあり

鎌倉ボビンレース教室

日時、回数など応相談 14:00~16:00(時間帯応相談)
場所 玉縄学習センター・腰越学習センター ほか
高度な技術を要するヨーロッパの伝統レース。初心者も経験者もレベルに合わせて指導いたします。気軽に見学にお越しください(要事前連絡)
講師:田所玲子(レースメーカー)
受講料3,500円 教材費別途
④⑤ 田所 ☎090-1400-3932 tuzuku@tuzuku.com
ホームページあり

手ぶらで 着付教室

第4(木・金)ほか 月1回 9:45~11:15
場所 講師宅(江ノ電極楽寺駅7分)
着物を着てみませんか。初めての方も着物一式お貸ししますので安心して稽古できます。手ぶらでお越しください。曜日応相談
講師:内田真由美
月会費1,500円 ④⑤ 内田 ☎/FAX 24-9660

伝統芸能 南京玉すだれを楽しむ会

(木)または(土)月1回 10:00~11:30
場所 深沢学習センター ほか
あ、さて、さて…さては 南京玉すだれ。♪ノリの良い歌に合わせて一緒に楽しみませんか。玉すだれレンタル可(1回200円)
指導者:梅乃家星子(伝統芸能南京玉すだれ伝承会指導員)
会費800円 若干名
④⑤ 星 ☎090-6945-4071(ショートメール可) FAX 25-6940

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

フラワーリビング

(木)月3~4回 午前10:15~11:30 午後13:30~15:00
場所 深沢学習センター
市場直生の生花でフラワーアレンジメントをはじめませんか? 人気のプリザーブドも月1回あり。自由参加制です
講師:大崎恵子
会費2,000円 教材費2,550円 数名
④⑤ フラワーリビング ☎080-8830-2210

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
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

「ストレス発散吟詠体験教室」

いつも笑顔・小町教室
11/5・19、12/3・17(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)
いつも青春・早雲教室
11/1・15、12/6・20(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)
ぶらりと出かけて教室体験してみませんか!? お腹から大きな声を出してストレス発散! 昔の人、今の人との語らいもいいですよ!
講師:江端江岳(岳風会 師範十段)
体験2回無料 入会金1,000円(教材費含む) 各2名
④⑤ 江端 ☎090-8877-7016(ショートメール可)

ジャズを歌う会

月2~3回
11/3(日)鎌倉生涯学習センター 音楽室 }
11/9、12/14(土) 腰越学習センター 第4集会室 } 12:00~15:00
12/3(火)・7(土) 深沢学習センター 3Fホール } (受付11:30~)
11/19、12/10(火) 西鎌倉みんなの家 14:00~17:00
ジャズスタンダードを主に、ピアノ演奏で楽しく歌います。英語発音、発声、歌詞説明、全キーで歌い、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

ヴォイストレーニング&歌唱

場所 鎌倉第一小学校 多目的室1 ※上履持参

♪ヴォイストレーニングと歌(グループレッスン)
11/7・21、12/5・19(木) 13:00~14:00

美しい姿勢を保ち無理のない楽しい歌い方を習得し、脳の活性化・嚙下・声のおとろえを予防し元気で若々しい日々を!

月謝3,000円(原則月2回)

♪声楽(個人レッスン)

11/7・21、12/5・19(木) 14:00~17:00(申込先着順)

歌の上達を目指し、問題点を解決する様々なテクニックを学び、無理なく好きな歌を楽しく歌えるようになるクラスです

レッスン代30分4,000円~・1時間6,000円~

指導: 林 ケイ(二期会会員、日本歌曲研究会会員、読売カルチャー講師)

☎☎ ヴォイスステージケイ ☎045-534-7324

カンツォーネ・カサウリア

11/9(土) 11:30~13:30 玉縄学習センター

11/30(土) 10:00~12:00 御成小学校

12/7(土) 10:00~12:00 /

12/21(土) 10:00~12:00 玉縄学習センター

月2回

カンツォーネや歌曲を原語でレッスン。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 ☎☎ 岩濱 ☎090-3009-1941

カラオケサークル(年金組合鎌倉支部)

11/14、12/12 月1回 12:00~16:00

場所 ゲームセンター4F「モコモコ」

歌うことは老化予防になります。演歌からポップスまで楽しく歌っています。ルールはゆるゆるのサークルです

会費1,300円 ☎☎ 太田 ☎090-1262-5909

湘南童謡楽会 月例会

11/27(水) 月1回 13:40~15:40

場所 鎌倉生涯学習センター(きらら鎌倉)ホール

季節に合った童謡、愛唱歌、外国の歌20曲ばかりを、歌唱指導者と一緒に歌います。テキスト『愛唱歌』貸し出しあります
指導者: おざきかよ(声楽家)

入場料1,000円(会員)1,200円(見学者)入会金1,000円

☎☎ 宮崎 ☎31-3054・080-5087-9777

昭和歌謡歌声喫茶

12/15(日) 13:00~16:00

場所 「ジャックと豆の木」(由比ガ浜通り)

年忘れの午後のひととき。お茶を楽しみながら昭和歌謡名曲の数々を歌って踊るとともに過ごしませんか。当日12:00~受付。予約不要
中塚

会費1,000円(ワンドリンク、歌詞カード付)

☎☎ 昭和歌謡(ブルー・トライアングル)中塚 ☎090-8747-8171

北鎌倉二胡合奏団

(日)(不定期) 月2回 9:00~10:30

場所 玉縄学習センター分室(大船駅から5分)

二胡の経験に関係なく入団することが出来ます。詳しくはホームページをご覧ください

講師: 熊澤弥緒

月会費2,000円 ☎☎ 柏崎 ☎080-4674-7612

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 鎌倉論語会館(御成町13-23 鎌倉駅西口6分)

演歌、歌謡曲を皆さんと共に楽しく歌いましょう。年3回お楽しみ会があります

月会費1,000円 入会金1,000円 ☎☎ 中井 ☎090-7415-1247

民謡を唄おう

第1・3(月) 月2回 14:00~15:30

場所 大船学習センター

三味線の演奏に合わせて、民謡を合唱します。初心者の方、大歓迎です
講師: 小倉義太郎

受講料1,500円 教材費1,000円 入会金1,000円 5名

☎☎ 小倉 ☎/FAX 46-7664

ハーブと歌う「ふれあいサロン」

第2(火) 月1回 11:10~12:10

場所 稲村ガ崎自治会館(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、懐かしい歌と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

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(ショートメール可)

童謡の会 アンダンテ

(火) 月1回 11:30~15:30 場所 大船学習センター ほか

楽しく歌いませんか。童謡をはじめ、さまざまなジャンルの曲を練習し、コンサート出演などの活動を行っています

講師: 鴻池郁江(声楽家・ソプラノ)

会費4,000円 5名 ☎☎ 若林 ☎45-6676

ウクレレを楽しむ会

原則 第1・3(火) 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

中級以上弾ける方。みなさんと洋楽・ハワイアン・日本の楽曲を演奏します。音楽理論も学びます。体験無料

講師: 木部洋一(ウクレレ歴50年以上)

受講料2,000円/月 教材費(初回のみ)2,000円(資料代、譜面約200枚)若干名

☎☎ 木部 ☎080-5189-4796(9:00~19:00)

music-astudio0103@au.com

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)

月会費1,500円 月刊吟道誌代250円 入会金1,000円 若干名

☎☎ 須川 ☎/FAX 23-2913

ヘルマンハーブ教室

第1~3(火) 稲村ヶ崎 } 時間応相談 月1回

第4(火) 大船 }

五線譜が苦手な方でも簡単に弾ける小型ハーブ。クラシックから童謡、歌謡曲など、シニアの方々が演奏を楽しんでいます

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1回5,500円 ☎☎ 小野瀬 ☎080-5493-8352(ショートメール可)

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 六地蔵そば)

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etc.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

民謡 常盤会

第2・4(水)月2回または随時 13:00~
場所 自宅(大船)か大船学習センター

民謡を元気に唄う。三味線の資格もとれます
指導者:伊丹浩子

会費1回1,000円 数名
☎伊丹☎090-7835-2506

アン先生の二胡教室

第2(木)月1回 9:00~20:30の間レッスン50分
場所 大船ビル3F(鎌倉駅から5分)

初心者から上級者まで個人レッスンやグループレッスンを実施しています。詳しくはホームページをご覧ください

講師:周昂

会費ホームページに記載 ☎柏崎☎080-4674-7612

「新ウクレレサークル開講」

第1・3(木)14:45~15:45
場所 腰越なごやかセンター

ウクレレ始めませんか。初心者のサークルです。基本からウクレレを楽しみましょう。アンサンブルにも挑戦出来ますよ。無料体験・見学お気軽に
指導者:藤原久江(YAMAHA指導者資格取得)

会費1か月2回2,000円 若干名 ☎藤原☎/FAX 44-6693

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 六地蔵そば)

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(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

詩吟菊水流吟詠会「菊水会」

(金)月3~4回 17:00~20:00 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
指導者:吉田春峯

月会費1,500円 5名 ☎井関☎23-9586

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

Mr.サマータイムでおなじみのサーカス元メンバーお二人の楽しいご指導でポップ音楽を歌います。楽譜読めなくても大丈夫です!
指導者:原順子・叶央介(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

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

ギターを弾くことを生涯学習として、細く長く楽し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 ☎ヤギシタ☎95-6023

大船ハーモニカクラブ

(土)月4~5回 9:00~11:00 場所 大船学習センター ほか

平均年齢70歳超の初級者サークルです。発表会やボランティアを目標に楽しく活動をしています。健康に良いハーモニカを始めませんか
指導者:萩野谷典子

会費3,000円 若干名

☎兵藤☎/FAX 46-2013 khkt242@gmail.com

鎌倉篠笛会

(月)または(水)(完全予約制)月2回 16:30~19:00
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

会費2,000円 10名

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

ウクレレを楽しみませんか!「アウリーウクレレ同好会」

第2(木)・第4(水)月2回 14:00~15:30

場所 ハイランド鎌倉自治会館

ウクレレ初めての方、少し経験者どなたでも参加OK!!ウクレレを弾いて歌って楽しい時を過ごしましょう。お気軽にお問合せください
指導者:藤原久江(YAMAHA指導者資格取得)

会費月2回2,000円 3名 ☎竹内☎23-5817

「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。音楽と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☎/FAX 44-6693

楽しいウクレレ教室 原則個人レッスン、複数の申し込みも可

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(自宅訪問も可)

・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回あたり) 若干名

☎木部☎080-5189-4796(9:00~19:00)
music-astudio0103@au.com

楽しいギター教室(個人レッスン)複数で申込みも可

日時応相談(午前・午後・夜間可)月2回

1回につき1時間以上2時間以内(1時間以上は30分単位で延長可)

場所 第一小学校 多目的室(午前・午後・夜間可)(自宅訪問も可)

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。楽しくギターが演奏できるように
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(9:00~19:00)
music-astudio0103@au.com

ハワイアンバンド メンバー募集

日時今後調整 場所 鎌倉を中心に練習会場を決めます

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予定します。現在スチールギター・ギターがいます
講師:木部洋一(ギター歴50年以上)

若干名

☎木部☎080-5189-4796(9:00~19:00)
music-astudio0103@au.com

「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。初歩から親切に指導致します。興味のある方はお電話をください(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

入門「アルトリコーダー」

不定期（問い合わせください）9：00～11：00
場所 深沢学習センターもしくは腰越学習センター

アルトリコーダーを初歩から学び、リコーダーの響きを楽しんでみませんか。「吹く」ことは身体にも良いですよ。気軽に問い合わせください
講師：藤原久江（YAMAHA指導者資格取得）

会費1回1,000円 3名 ④⑤ 辻村 ☎46-1762

郡上踊りを踊る会

11/2・16、12/7・21 月2回 13：30～15：00
場所 手広西公会堂

数曲踊った後のお茶のひとつで日頃の暮らしのことなどおしゃべりを
楽しみます

持ち物：草履
指導者：二見秀一

受講料1,500円 ④⑤ 井上 ☎32-3709

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

玉縄学習センター分室

11/6（第1水）・21（第3木）、12/19（第3木）
深沢学習センター 12/4（第1水）
月2回 14：00～15：30

整体ヨガ・気功・ダンスなどを取り入れ、高齢者の健康に役立つように
独自に考案した健康体操。免疫力アップ・認知症などの予防に!!
講師：御代川義則

会費500円 15名 当日まで可
④⑤ 中島 ☎080-4149-0310 FAX 44-0531 山内 ☎44-2066
御代川 ☎090-3905-3952

コース型教室 ポディバランス

11/7・14・21・28 全4回 11：15～12：15
場所 鎌倉体育館 会議室

ヨガ、太極拳、ピラティスを音楽に合わせて行い、腹筋・背筋・柔軟性・
バランス感覚を高めるクラスです！
講師：苅谷理穂

受講料体験900円 16名 11/28締切
④⑤ 鎌倉体育館 ☎/FAX 24-3553

初心者、シニアも踊る!! ステップダンス

11/13・27 玉縄学習センター分室
12/11 鎌倉生涯学習センター
月2回 10：00～11：00

エアロビクス、カントリーダンス、ソウルダンス、サルサほか初級レベ
ルを広く学ぶお得な60分です。全て気楽に一人で踊る形式です
指導者：ヨシ（ダンスインストラクター）

会費1,500円 8名
④⑤ ミヨカワ ☎090-3905-3952（ショートメール可）

鎌倉ポッチャ・キートス

第4（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簡単に楽しめるスポーツで
す。子どもから大人まで気軽に参加可能。室内履き持参

参加費200円/回 体験無料 ④⑤ 田内 ☎090-3470-1099

鎌倉ストレッチ富士

（月）④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
④⑤ 富士 ☎090-3069-6070

いとみかの シニアヨガ

（月）④最終週 月3～4回 14：00～15：30
場所 玉縄学習センター 和室

60～80歳代向け。より若い初心者も歓迎！自分の心身と向き合い、ほぐ
し、伸ばす。心地良く楽しい時間を一緒に過ごしましょう！
指導者：伊藤美香

会費チケット制8枚 10,000円 3名
④⑤ 伊藤 ☎090-6024-4114（留守電に入れてください）
mikayoga0412@gmail.com

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
指導者：吉村・米倉・林（各指導員が週替わりで指導）

月会費2,000円 入会金500円 数名 ④⑤ 松井 ☎45-2203

フォーメーションダンス&社交ダンス

（火）月4～5回
9：30～10：15（フォーメーションクラス）
10：30～11：15（社交ダンス初中級）
場所 ダンススタジオM's鎌倉

ミュージカル映画の様に華やかな群舞が魅力のフォーメーションダンス
クラスと社交ダンスクラスを開催しています
指導者：宮坂ゆり子（プロ社交ダンス教師）

受講料1,000円（1回）入会金今だけ無料
④⑤ 宮坂 ☎090-8495-7109 FAX 47-5576

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、健康寿命を延ばしまし
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 ④⑤ 石原 ☎/FAX 45-2371

♪しおかせ♪中高齢体操

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）（市生涯スポーツリーダー）

会費1,100円 5名 ④⑤ 牛田 ☎070-6468-0346

リズム会

（水）月2～3回 11：30～15：00の1時間半
場所 玉縄学習センターまたは鎌倉武道館

65歳以上の女性の方。いつまでも若々しい体型。筋トレ・スクワット、
脳トレで楽しみながら体力作りを。無料体験歓迎
指導者：池田和美

会費2,000円 若干名 ④⑤ 沢藤 ☎45-8576

健康体操 水曜会

（水）月4回 13：00～15：00
場所 大船体育館

今の元気を維持、アップする60歳以上（女性）の集まりです。個性豊か
な4人の講師が週替わりで全身がほぐれるよう楽しく活動中です!
小糸三恵子（代表）

月会費1,000円 入会金1,000円 若干名 ④⑤ 木暮 ☎45-8565

ソーシャルダンスサークル コーリティ

（水）月4～5回 15：00～16：30
場所 見田記念体育館

分かりやすくていねいな指導に基づき楽しく練習していきます。経験者
対象。初心者の方には基礎のコースをご案内します
講師：相馬真知子

会費1回1,100円 入会金1,000円 若干名 ④⑤ 吉井 ☎22-2090

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
健康は宝です。心と身体に気付きを向け、機能向上を目指すクラスです。
今から運動をお考えの方は、ぜひ無料体験にご参加ください
指導者: 木村洋子
月会費2,000円 5名 ④⑤ 加藤 ☎080-3023-1331

玉縄太極拳同好会

(水) 月4回 19:00~21:00
場所 鎌倉武道館 (多目的室・剣道場・柔道場のいずれか)
初めての方、もっと深く学びたい方、のびやかな太極拳を一緒に。40~80代男女22名で活動中。無料体験歓迎。上履き持参で直接会場へ
講師: 日本武術太極拳連盟公認A級指導員
会費2,500円 入会金1,000円 若干名
④⑤ 鈴木 ☎48-3886 (19:00~20:00) FAX 48-3886

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す
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 ④⑤ 奥野 ☎24-2362

鎌倉市湘南太極拳クラブ

月4回
(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。少人数でて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
④⑤ 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
講師: Lehualikolei Hiromi
会費1回1,000円 体験300円
④⑤ 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) (第1 (木) を除く) (ただし、お休みもあり) 月3~4回
15:15~16:30
場所 鎌倉武道館 第2会議室
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 3名位 ④⑤ 塩田 ☎45-1553

卓球・金曜クラブ

(金) 9:00~11:00 場所 鎌倉体育館
卓球を通して健康の維持、会員相互の親睦をはかっています。参加者は60~80代です。月1回コーチの指導があります
月会費1,000円 数名
④⑤ 島森 ☎67-5972 (留守の場合は伝言メモをお願いします)

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
④⑤ 平本 ☎/FAX 46-4365 山端 ☎22-4484

フラ・やすらぎ

(金) 月4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)
緩やかな動きでも全身運動に、振りを覚えるのは脳トレになります。心地良い音楽でリフレッシュしフレイル予防を。市民60歳以上。体験歓迎
指導者: 島中カヒリ
受講料1回500円 月会費300円 ④⑤ 斉藤 ☎25-4093

玉縄ダンスクラブ

(金) 初級 17:40~18:25 中級 18:30~19:30
場所 玉縄小学校体育館
ダンスの基礎をつちかい、しなやかな身体と心を。自分に自信を持ち、発信できる力を、楽しみながら身につけていきましょう!
講師: 平野智子
会費4,000円 入会金500円
④⑤ 鈴木 ☎090-7182-0531 tamanawadanceclub@yahoo.co.jp

鎌倉カポエイラ KAMAKURA CAPOEIRA

(土) 月4~5回 9:40~10:50
場所 カトレヤカルチャー教室
ユネスコの無形文化遺産にも登録されたカポエイラのクラスです。年齢、性別、運動経験関係なくお待ちしています! NPO団体
指導者: 斉藤 (英語・ポルトガル語可)
受講料 子供700円 大人1,000円 家族1,300円
④⑤ 斉藤 ☎090-6118-3348

琉球舞踊 鎌倉・四ツ竹の会

昼 第2・4 (土) または (日) 14:00~16:00
夜 第2・4 (火) 18:00~20:00
月2回 場所 深沢学習センター ほか
踊りはちょっと...という方も大丈夫! 健康にも良く、優雅で楽しい沖縄の踊りを一緒に! 初心者、男性 (元々は男性が踊っていました) 大歓迎
指導者: 川口三津子 (喜扇本流)
会費3,500円 若干名
④⑤ 川口 ☎090-6945-4071 (ショートメール可) FAX 25-6940

鎌倉ドリームバレエ

(月) 15:00~16:30 (火) 13:00~14:30 月4回
場所 鎌倉婦人子供会館
イギリスのロイヤルメソッドの教室です。シニアの方もお待ちしております。美と健康を保つためにがんばっています。初心者大歓迎
指導者: 佐川千枝加
月謝5,500円
④⑤ 佐川 ☎23-2875・090-6198-3953 chiekasagawa@gmail.com

エゴスキュー体操 桜

第2・4 (火) 16:30~18:00 } きらら鎌倉
/ (水) 9:30~11:00 }
/ (土) 14:00~15:30 } きらら玉縄
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。頑張らないで脱力するのが、ポイント
講師: 桜井まなみ
会費5,200円 教材費本代 (入会時のみ) 1,870円
④⑤ 桜井 ☎070-5367-7012 manamisakusaku@yahoo.co.jp

古武道体験稽古会

(月・水) (変更あり) 月8回 19:00~21:00
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。まずは気軽にお問い合わせください!
指導者: 新澤 (代表)
会費300円 10名
④⑤ 新澤 ☎070-5593-5485 kobudokeikokai@gmail.com

社交ダンス 団体レッスン

(月～金) 毎日開講

場所 ダンススタジオ SAM CIRCUS

楽しくていねいにご指導いたします。経験者対象。初心者～上級者に対応するグループやプライベートレッスンあり。中・高校生は無料体験可
講師：日高 梓 ほか8名

会費1回1,200円 入会金5,500円 若干名

☎ サムサーカス ☎044-222-5209 ホームページあり

新日本舞踊 観月流 美雪会

(月～土) 除く(火・金) 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 ☎ 井関 ☎23-9586

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

☎ ハガキ 〒247-0061 台4-20-30-103 米倉いずみ

☎ 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(たまなわ交流センター2F)

フレイル(虚弱)予防運動。60～90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 ☎ 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

60～80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 ☎ 清野 ☎31-6188

指導者：米倉いずみ(FTPピラティス認定インストラクター・市生涯スポーツリーダー)

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

【講座のご案内】

			受講料(1か月)+教材費・その他	体験日(別途教材費)
ハワイアンキルト	第1 (月)	10:05～12:05	4,620円/月 別途教材費	11/4(月)
フィルムで作るステンドグラス	第1 (木)	13:00～16:00	3,960円/月 別途教材費	11/7(木)
(お好きな日程で) オリジナル布ぞうり (1回で一足仕上がり)	10/29(火)、11/10(日)	13:00～16:00	4,510円/回 3,850円(教材費)	一日講座 登録事務手数料不要
	12/9(月)	10:00～13:00		
	1/5(日)	13:00～16:00		
胡蝶蘭を毎年咲かせる	11/8(金)	13:00～15:00	2,750円 1,100円(材料費)	一日講座 登録事務手数料不要
木の実とお花のアレンジ	第3 (月)	13:00～15:00	3,850円/月 別途教材費	11/18(月)
加賀ゆびぬき	第3 (金)	13:00～15:00	2,970円/月 別途教材費	11/15(金)
ジャズ&ポピュラー・ソング	第2 (金)	14:30～16:00	3,300円/月	11/8(金)
ギター弾き語り	第2 (金)	16:20～19:00	3,300円/月	11/8(金)
尾崎洋子の筆遊び彩書	第4 (金)	13:00～14:30	2,640円/月 330円(教材費)	11/22(金)
ペンとボールペン	第2・4(金)	10:00～11:30	5,060円/月	11/8・22(金)
将棋教室	第1・3(水)	17:30～19:00(小1～大人)	3,960円/月 550円(教材費)	11/6・20(水)
健康キックボクシング	第2・4(月)	11:20～12:20	4,620円/回	11/11・25(月)
		12:20～13:20(入門)		
骨盤矯正ピラティス	第1・3(火)	10:00～11:00	5,280円/月	11/5・19(火)
ピューティーフラ	第1・3(火)	11:30～12:30	5,280円/回	11/5・19(火)
リズム体操	第2・4(木)	13:10～14:10	4,400円/月	11/14・28(木)
シアタージャズダンス	毎週 (木)	14:30～15:45	7,920円/月	11/7・14(木)
合気道	毎週 (火)	16:15～17:25(3歳～小学生)	7,260円/月	見学できます
		17:40～18:50(小学生高学年)		
HipHop Jazz	第1・2・4(木)	18:25～19:25(中学生～大人)	6,600円/月	11/7・14(木)
チャ&ジャズダンス	第1・2・4(木)	17:20～18:20(年中～小6)	6,600円/月	11/7・14(木)

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



カトレヤカルチャー教室

場所 カトレヤビル (小町1-5-27)

新講座	カボエイラ	(土) 午前	鎌倉カボエイラ By MSC
	タヒチアンダンス	第2・4 (水) 夕方・夜	YUKA
	はるみキッズダンスSmile	(火) 夕方	たつたはるみ
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3 (水) 午後	舟橋史郎
体験	ポスチャー ウォーキングレッスン	第4 (水) 午前	高橋志保
	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
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
	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
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
レク	大人のためのバレエレッスン	(金) 昼	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
フ	ハラウ・フラ・オーラリ 男性クラスあり	(土) 午前・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) 昼	星野希代子
ヨガ	ハラウ・フラ・オ・ナーマ モアケアクア・イアーパナ	月3回 (火) 午後	あきほ Keanolani (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

(公財) 鎌倉風致保存会

クリスマスリース予約販売

11/1 (金) 予約受付開始

鎌倉の自然の恵みを使って制作したクリスマスリースを予約販売します。
11/1 (金) から予約受付を開始します

④ メール (クリスマスリース予約 (件名)・電話・氏名を記入) (受付後、
詳細をご案内します) 11/23 (祝) 予約締切
christmas.fuhchi@gmail.com

歴史ウォーク座学

「逗子長柄桜山古墳群とその周辺を巡る」

11/20 (水) 9:30~11:30

場所 鎌倉生涯学習センター 3F 第5集会室

12/18実施の歴史ウォーク「逗子長柄桜山古墳群とその周辺を巡る」
の座学です。長柄桜山古墳群などの動画を見ながら解説します

※要事前申込
講師: 大竹正芳 (歴史研究者)

無料 15名 ④ 11/16 (土) 締切

古都鎌倉 秋の緑と歴史探訪

「中世鎌倉における純粋禅の伝来〜円覚寺〜」

11/27 (水) 9:30~12:30 (受付開始 9:15~)

場所 円覚寺 (山ノ内)

コース: 円覚寺の山門・鐘楼・仏殿・塔頭を巡ります
歩きやすい服装・靴でお越しください

※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

※要事前申込 ※ワイヤレスガイドシステム使用
講師: 八幡義信 (神奈川県文化財協会顧問)

受講料 1,200 (会員700) 円 10名 ④ 11/23 (祝) 締切

お話サロン「自然を楽しむネイチャーゲーム」

11/30 (土) 14:30~16:30

場所 鎌倉生涯学習センター 4F 第7集会室

五感で自然を楽しむ活動です。屋内でもできる活動に交えて、公認イ
ンストラクターがその魅力をご案内します

※要事前申込
講師: 小澤祐司 (全国森林インストラクター神奈川会)

無料 20名 ④ 11/26 (火) 締切

クリスマスリース教室

12/7 (土) 10:00~12:00

場所 鎌倉生涯学習センター 4F 第6集会室

緑地の手入れ作業の時にした蔓や枝に木の実などをつけ、自然の恵み
豊かなクリスマスリースを作る
持ち物: 軍手、エプロン、はさみ、作品を持ち帰る袋 (あれば、剪定
ばさみも)

※要事前申込
講師: 中西晴美 (華道家)

受講料 1,000 (会員500) 円 15名 ④ 12/3 (火) 締切

みどりウォーク (坂井家住宅庭園)

12/11 (水) 9:30~11:30 場所 坂井家住宅庭園 (扇ガ谷)

扇ガ谷の谷戸にある坂井家住宅の庭園で、初冬の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: 鳥越まり子 (全国森林インストラクター神奈川会)

受講料一般500円 会員無料 15名 ④ 12/7 (土) 締切

歴史ウォーク「逗子長柄桜山古墳群とその周辺を巡る」

12/18 (水) 9:30~12:30 (受付 9:15~)

コース: JR逗子駅東口 (集合) → 「葉桜」バス停 → 長柄桜山古墳群・そ
の周辺

※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 (歴史研究者)

受講料一般500円 会員無料 別途バス代220円 15名

④ 12/14 (土) 締切

「鎌倉風致保存会設立60周年記念展示会」

12/24 (火)~27 (金) 9:00~17:00

(初日 12:00~、最終日 ~15:00)

場所 鎌倉生涯学習センター地下1F ギャラリーC、D

鎌倉風致保存会設立60周年を記念して、保存会の歴史や活動を紹介す
るパネル、写真や鎌倉の懐かしい風景画などを展示します

☎ (公財) 鎌倉風致保存会

☎23-6621 ☎ (日・月・祝) (月) が祝日の場合は (火) も
FAX 23-6631 fuhchi@fsinet.or.jp



いろいろ情報

NPO法人 山崎・谷戸の会

9:30~12:00

場所 鎌倉中央公園

里山一日体験

	田んぼ班	畑班	雑木林 管理班	農芸班	生態系 保全班	植物 育成班
11月	17 (日) 粉すり、精 米、溝切り	6 (水) 絹さやの種 蒔き 11 (月) さとも掘 り・洞入れ	3 (日) 竹の伐採 17 (日) 雑木林を歩 いて調査	15 (金) たのくろ 豆殻出し・ 選別		13 (水) 晩秋の 植物観 察
12月	8 (日) 粉殻くん炭	2 (月) 大根の収穫 ・洗い・干し 8 (日) 土壌改善	1 (日) 15 (日) 雑木林の除 間伐	18 (水) たくわん 漬け	4 (水) 獣のフィ ールドサイ ン	

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、気軽にお問い合わせを

体験参加無料 入会金2,000円 20名

④ 山崎・谷戸の会 (黒川) ☎/FAX 47-1164

NPO法人 鎌倉ガイド協会

11月の「古都鎌倉史跡めぐり」

Aコース（1日コース）

名越切通から“まんだら堂やぐら群”へ

一逆川沿いに名越ヶ谷を逍遥、今に残る中世を訪ねるー

鎌倉駅～魚町橋～逆川橋～日蓮乞水～名越切通～まんだら堂やぐら群（特別公開）
～お猿島の大切岸～浄明寺緑地（昼食）～黄金やぐら～花咲地蔵尊～六方の井～
大宝寺～八雲神社（一次解散）～きらら前（解散14：30頃）
〔徒歩距離：約6.5km、高低差あり（健脚向き）〕

11/2（土）・11（月）・16（土）・18（月）

集合：鎌倉駅西口時計台広場（受付9：30～最終出発10：00）

参加費800円（ガイドングレシーバーは使用しません）

各日100名

Bコース（半日コース）

紙幣肖像人物の鎌倉の足跡と寸心荘見学

一津田梅子・北里柴三郎ゆかりの稲村ガ崎を歩くー

極楽寺駅～針磨橋～相馬黒光別荘地碑～稲村ヶ崎駅周辺～音無橋～有島生馬別荘
跡～寸心荘（西田幾多郎記念館）～稲村ガ崎公園（解散12：30頃）
〔徒歩距離：約2.5km、高低差ややあり〕

11/5（火）・7（木）・13（水）・20（水）

集合：極楽寺駅（受付9：00～最終出発9：30）

参加費800円（ガイドングレシーバーを使用）入館料400円

各日100名

Cコース（半日コース）

初登場「三殿台遺跡」と古寺めぐり

一縄文から数千年のタイムトリップを横浜でー

市営地下鉄弘明寺駅＝〔バス〕＝坂上バス停～三殿台遺跡～勝国寺～若宮八幡宮～
弘明寺（一次解散）～弘明寺公園～京急弘明寺駅（解散12：30頃）
〔徒歩距離：約5km、高低差あり〕

11/27（水）・30（土）

集合：市営地下鉄弘明寺駅（受付9：00～最終出発9：30）

参加費800円（ガイドングレシーバーを使用）拝観料500円 交通費
220円 各日100名

休日散歩「鎌倉一の名山・衣張山」(121m)へ

～映画のロケ地で魅惑の展望を！～

11/23（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800円（保護者1名につき小中学生1名無料、但し保護者同伴）
（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、マスクなど

FAXで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

④ 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

④ ☎24-6548（電話申込不可）

ご注意：荒天（強風・豪雨）以外は実施します。状況によりコースを変
更する場合があります。お一人でのご参加が難しいお客様につ
いては、付き添いのご同行をお願いすることがあります

障がい者、引きこもりの方とともに 東北応援物産展

11/8・22、12/6・20（金）月2回 9：00～16：00

場所 鎌倉生涯学習センター ピロティ

障がい者、引きこもりの方とともに東北応援物産展を開催します。楽し
い仲間と一緒に準備、販売、片付けのボランティア募集します

交通費1,000円支給、昼食支給 各日3名

④ ☎シェアハート鎌倉 ☎090-5751-3185 FAX 25-0374

年金学習会・相談会（年金者組合鎌倉支部）

11/26（火）、12/20（金）月1回 13：30～16：00

場所 NPOセンター大船

年金はどんなしくみ？これからどうなるの？など年金制度と社会保障問
題などを学びます。年金個別相談も受けます。参加・相談料無料
ホームページ「鎌倉・年金の仲間」

講師：夏野弘司（社労士）

会費なし。初めての方、教材費500円

④ ☎内山 ☎0466-23-7581

円満相続個別相談会（無料・事前予約要）

日時 随時・応相談 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、誰にどう聞いたらいかが分からないこと
など、相続・贈与に関するご質問・ご相談、なんでも。気軽に問合せを
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）

④ ☎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 村田ビル内（由比ガ浜1-10-3 六地藏そば）

2F：壁全面鏡、床はリノリウム、パレ工用バーあり。ダンス、ヨガ、

フラ、チア、ピラティスなど

3F：ピアノ、机、イス、鏡、イゼルあり。コーラス、会議、講座、

小発表会、教室仕様。約30坪

使用料、空き状況についてはお問い合わせを

④ ☎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

日時 応相談 ④（火・木・金）11：00～17：00

場所 ティータイム2F（大船仲通り商店街・東口1分）

ギャラリーとしての使用のほか、オープンスペースの利用、各種教室と
してお貸し致します。見学自由応相談

④ ☎ギャラリーF2会場 ☎090-7200-6600



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

11/2 朝夷奈切通 11/9 東勝寺跡 11/16 御谷山林

11/30 十二所果樹園 12/14 十二所果樹園 12/21 御谷山林

史跡や緑地を守る草刈り、枝払いなどの作業。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

④ ☎（公財）鎌倉風致保存会

☎23-6621 ④（日・祝・月）〈月〉が祝日の場合は（火）も④

FAX 23-6631 fuhchi@fsinet.or.jp

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等、障がい者（児）へのお手伝いを通して、
住みよい街づくりに参画します。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）の運営支援も行っています。詳細な活動内容を
小冊子で用意していますので、ご請求ください

年会費1,000円

④ ☎ハガキ 大船1868-2-508 中山恒夫

④ ☎中山（代表）☎090-9776-0056 nakayama6@u01.gate01.com

鎌倉市社会福祉協議会ボランティアセンター ☎23-1075

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	円	入会金	円
受講料	円	円	円	教材費	円
				募集人数	名
				締 切 日	
申込み・ 問合わせ先	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、
1・2月号です（発行日 12月17日（火））
原稿締切は11月26日（火）です。

○その次の『鎌倉萌』の発行は、
3・4月号です（発行日 2月25日（火））
原稿締切は1月28日（火）です。



（左写真）煩惱の数がその名についた「百八やぐら」には、実際は180もの穴があるらしい
（右写真）美男の頭のぶつぶつは「螺髪（らほつ）」と呼ばれる（鎌倉大仏殿高德院）

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。
- 本紙の無断転用・転載は禁止いたします。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』

「鎌倉や御仏なれど釈迦牟尼は美男におはす夏木立かな」
『恋衣』（与謝野晶子）

半世紀以上前の夏の日、父の胸に抱かれて見上げた御仏のお顔。東京にあったわが家では、毎年鎌倉での海水浴が恒例行事になっていたが、なぜかその年は海で遊んだ後、高德院を訪れた。母が縫ってくれたお揃いのワンピースを三姉妹でおしゃまに着て、大仏の前で撮った写真が今も残っている。末っ子の私はまだ幼く、父の胸に抱かれている。それから長い年月を経て令和となり、コロナ禍をきっかけとして鎌倉に定住するに至った。鎌倉への移住を計画してから十数年経っていた。多少の不安はあったが、地域の方々が温かく受け入れてくださった。鎌倉は新参者に優しい街だ。鎌倉では海に山に里にゆっくりと時間が流れる。紅葉の時季を迎え御仏はやはり美男におわします。

※大仏は正しくは「釈迦牟尼」ではなく、「阿弥陀」であるが、高德院の歌碑には晶子が詠んだまま「釈迦牟尼」とある。（H.F）

