

●生涯学習情報誌●

鎌倉萌

—かまくらもえ—

2025
7・8月
Vol.249

掲載無料



「鎌倉^{ゆかり}所縁の文士・文化人」4 歌人と鎌倉

浄智寺山門・「老人が冬の日ぐれの浄智寺の山門^{もんもん}のうしろに姿をかけた」

小島寅雄（元市長、良寛の研究者）・・・鎌倉は万葉から現代まで多くの歌人・文人らに詠われている

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
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)

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
腰越学習センター (きらら腰越)	〒248-0033 腰越864	☎0467-33-0712
深沢学習センター (きらら深沢)	〒248-0022 常盤111-3	☎0467-48-0023
大船学習センター (きらら大船)	〒247-0056 大船2-1-26	☎0467-45-7712
玉縄学習センター (きらら玉縄)	〒247-0072 岡本2-16-3	☎0467-44-2219

利用時間 9:00~21:00

Ⓜ 毎月最終月曜

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。

鎌倉生涯学習センター

推委 食品サンプル「クリームあんみつ」製作体験

7/26(土) A・10:00~11:00 B・11:15~12:15
7/27(日) C・10:00~11:00 D・11:15~12:15
各1回 A~D選択 第2希望まで明記可

第5弾! 大好評のまるでほんもの食品サンプル教室。

今年は「クリームあんみつ」です! かんてんをもりつけて、フルーツ・あんをかざりつけ、クリームをしぼって出来上がり。おいしく作ってね!

(サイズ=高さ約8cm×横幅約8cm×奥行約9cm)

ケース付き

持ち物: 筆記用具、はさみ、汚れてもよい服装、飲み物、持ち帰り用袋



写真提供: つかさサンプル

講師: 田中 信司(有)つかさサンプル代表取締役

小学生各15名(小学3年生以下は保護者の要送迎) 2,300円

Ⓜ [2] インターネット受付期間(A~Dを第2希望まで明記可)
7/1(火) 10:00~7/15(火) 17:00

推委 クイズで学ぶお金の話~小学校高学年向き~

7/29(火) 10:00~11:00

クイズで学ぶお金の話!

お金にまつわる様々なクイズを出題します。お金の歴史や大切なことについてみんなで楽しく学びましょう! 札体験もあるよ!!

保護者同伴希望の場合は、必ずお子様と一緒に申込みください

持ち物: 筆記用具

小学生20名(保護者同伴可)

Ⓜ [2] インターネット受付期間

7/1(火) 10:00~7/22(火) 17:00

推委 最期まで戦い続けた武士—北条時行の生涯

8/17(日) 10:30~12:00

昨年アニメ化された大人気漫画『逃げ上手の若君』の主人公・北条時行は、鎌倉幕府第14代執権である北条高時の次男。幕府が滅亡し、一族郎党が討死していく中を諏訪氏の庇護を受けて逃げ延び、幕府と一族の再興を目指して生涯にわたり戦い続けます。幕府が滅亡した2年後に起こした「中先代の乱」をはじめ、時行は生涯で3度の鎌倉奪還を果たしています。この北条時行の波乱万丈の生涯を貴重な資料とともに解説します

持ち物: 筆記用具

講師: 鈴木楓実(鎌倉歴史文化交流館学芸員)

45名

Ⓜ [2] インターネット受付期間

7/1(火) 10:00~8/10(日) 17:00

鎌倉生涯学習センター

推委 大人気アニメ上映会『カンフー・パンダ4』

9/20(土) 10:00~11:40

シリーズ最新作「伝説のマスター降臨」。丸いお腹で敵に立ち向かうポーのカンフーマスターへの成長物語! 新たな敵は変幻自在の魔術師カメレオン。シリーズ最強の敵としてポーたちを翻弄する

上映時間94分(吹替版)

持ち物: 筆記用具

3歳以上280名(小学3年生以下の出席は保護者同伴または送迎)

Ⓜ [2] インターネット受付期間

7/1(火) 10:00~9/13(土) 17:00



(C) 2024 DreamWorks Animation LLC. All Rights Reserved.

腰越学習センター

推委 立体映像技術(ホログラム)の解説と作品展示

8/24(日) 13:30~15:30

はじめに新1万円札の偽造防止用にも使われている立体映像の技術(ホログラム)の原理を解説します。また各種のホログラムについて広い分野への応用についても考察します。

更に後半では、ホログラムの作品展示を行い、立体映像の素晴らしさを鑑賞して頂きます

持ち物: 筆記用具

講師: 檜山茂雄(光造形研究家)

20名

Ⓜ [1] 往復ハガキ: 8/13(水) 必着

[2] インターネット受付期間

7/1(火) 10:00~8/13(水) 17:00



腰越学習センター

推委 作ってみましょう! はじめてのタイ料理

9/14(日) 10:00~13:30

身近で手に入る材料で、本格的なタイ料理を作りませんか。定番のタイ風焼きそば(パッタイ)、エビのスープ(トムヤムクン)、デザート3品を、現地出身の講師の指導で作ります。

辛さなど味付けの調節や、タイの食材についての言葉、食文化も紹介します

持ち物: 筆記用具、エプロン、三角巾、手ぶきタオル

講師: 森島ナルチョン(タイ料理講師)

20名 1,000円

Ⓜ [1] 往復ハガキ: 9/3(水) 必着

[2] インターネット受付期間

7/1(火) 10:00~9/3(水) 17:00



推委 インドネシアの歴史・文化などを学ぶ

9/27(土)・28(日)全2回 14:00~16:00
 インドネシアは人口2億8千万人の世界第4位の人口を誇る国です。インドネシアと日本とは相互の貿易比率が高く、経済的、歴史的にも密接な関係が続いています。公用語はインドネシア語ですが、国内では300以上の言語が話されています。また、島国なので、それぞれの島ごとで文化もかなり違います。本講座では、インドネシア人講師から基本情報、並びに歴史、文化、人々の生活環境などの最新情報について学びます
 持ち物：筆記用具
 講師：ミヤドワイ ロスティカ (大東文化大学国際関係学部講師)
 32名 ① [1] 往復ハガキ：9/17(水) 必着
 [2] インターネット受付期間
 7/1(火) 10:00~9/17(水) 17:00

推委 書道の心を語る—現代書道に親しむ—

8/28(木) 13:30~15:30
 「書とは漢字を連ねていて、なんという文字を書いたかが基本問題」と思っている人がほとんどです。歴史や書道界の偉人たちの話は奥が深く専門の研究者にお任せしないとイケませんが、偏った会話は避けなければならぬと考えますので、この講座ではあくまで「私の書」としてお話しさせていただこうと思います。私なりの現代書に取り組んでいる姿勢をお話し致します
 持ち物：筆記用具
 講師：塩島秋葉 (毎日書道展会員、渚書道会主宰)
 45名 ① [1] 往復ハガキ：8/18(月) 必着
 [2] インターネット受付期間
 7/1(火) 10:00~8/18(月) 17:00

推委 中世都市鎌倉の成立と展開

9/6(土) 13:30~15:30
 中世都市鎌倉の歴史は、治承四年(1180年)にいきなり始まったわけではありません。古代、さらには古墳・弥生時代に始まる長い人的活動の積み重ねの結果、「武士の都」が生まれたのです。この講座では武家政権の誕生とその背景、鎌倉時代以後の町構造とその変遷、鎌倉文化を特徴付けるもの、そしてそこから見える「中世」という時代の特質について、画像を駆使して講じます
 持ち物：筆記用具
 講師：馬淵和雄 (〈一社〉鎌倉・中世文化研究センター所長)
 45名 ① [1] 往復ハガキ：8/23(土) 必着
 [2] インターネット受付期間
 7/1(火) 10:00~8/23(土) 17:00

推委 鉄道全線全駅探訪その後と鉄道技術の進歩

9/11、11/13(木)全2回 13:30~15:30
 日本の鉄道全線全駅を巡り2020年にその状況の話したが、その後新線、新駅が開業している。また、鉄道の保安技術も進歩を遂げている。この講座ではこれらについて話す
 第1回目：あなたに開業した駅の探訪について話し、出会った風景も紹介する
 第2回目：鉄道の保安技術は進歩してきたが、線路わきに信号機がないシステムや、電車なのに架線がない所を走る技術などの新技術が登場し、省エネにも貢献している。これらの技術の進歩について説明する
 持ち物：筆記用具
 講師：長谷川健治 (鉄道愛好家)
 45名 ① [1] 往復ハガキ：9/2(火) 必着
 [2] インターネット受付期間
 7/1(火) 10:00~9/2(火) 17:00

推委 人工知能の進化と未来

9/13・20(土)全2回 13:30~15:30
 近年、人工知能(AI)は急速に発展しており、「シンギュラリティ」と呼ばれるAIが人間の能力を超える時点が訪れるという予測も現実味を帯びています。本講座では、AIの誕生から現在までの進化の流れを、重要技術や実際の事例を交えて解説します。また、注目を集める生成AIの仕組みや事例を紹介し、AIの未来を考察します
 第1回：AIの黎明期から第3次AIブームまで
 第2回：第4次AIブーム(生成AI)と将来展望
 持ち物：筆記用具
 講師：清野和司 (AIコンサルタント、工学博士)
 45名 ① [1] 往復ハガキ：9/4(木) 必着
 [2] インターネット受付期間
 7/1(火) 10:00~9/4(木) 17:00

推委 絵のぐでスイカやひまわりをかいてみよう!

7/22(火)、23(水)どちらか選択
 10:00~12:00
 にごりやすい水彩絵のぐのコツをマスターしよう!
 夏の花や果物をよく観察して、みずみずしくあざやかに描いてみます
 持ち物：汚れてもよい服装、飲み物
 講師：飯田安奈 (湘南美術学院 教育部部長)
 小学生各20名(学年明記 小学3年生以下は、保護者の要送迎)
 1,500円(水彩絵の具、パレット、筆、墨汁、割り箸等の使用料、色紙、持ち帰り用袋等込み)
 ① [2] インターネット受付期間(学年明記、第2希望まで明記可)
 7/1(火)10:00~7/15(火)17:00



制作の様子



参考作品(242mm×273mm)

推委 夏休みカルトナージュで作るかわいいお家

8/1(金) ①10:00~11:00 ②11:30~12:30 ①②選択、第2希望の明記可
 フランス伝統工芸のカルトナージュは、カルトンという厚紙で立体を組み上げ、布や紙をはって作成。今回は、かんたんに出来るかわいい家型ルームライトを作ります。お部屋にかざってね!
 (サイズ：高さ約16cm×横幅約13cm×奥行約13cm)
 持ち物：筆記用具、はさみ、汚れてもよい服装、持ち帰り用袋、飲み物
 講師：桂島容子 (カルトナージュ作家)
 小学生各12名(学年明記 小学3年生以下は、保護者の要送迎) 1,000円
 ① [2] インターネット受付期間
 7/1(火) 10:00~7/25(金) 17:00

**推委** 夏休み 楽しいマジックショー

8/2(土) ①11:00~11:25 ②11:45~12:10 ①②どちらか選択、第2希望の明記可
 目の前で初めて見る不思議なマジックにおどろきとごぶん……!
 楽しいトークとマジックでワクワクする感動を、体験!
 参加型マジックショーです
 持ち物：筆記用具
 講師：せぎ ともや (マジシャン)
 小学生各30名(学年明記 3年生以下は、保護者の要送迎)
 ① [2] インターネット受付期間
 7/1(火) 10:00~7/25(金) 17:00



せぎ ともや

推委 親子であそぼう! 楽しいリトミック

9/21(日) ①10:00~10:40 ②11:00~11:40 ①②どちらか選択、第2希望の明記可
 0歳から参加でき、親子で一緒に楽しめえます。手遊び歌や、スケッチブックシアターで楽しい曲を演奏します。また、音楽に合わせて身体を動かす、表現タイムもあります。みて、きいて、うごいて、からだいっぱい音楽を感じよう!
 持ち物：筆記用具
 講師：富岡裕理 (リトミック講師・声楽家)
 各15組(未就学児(年齢記入) 保護者2名まで連記可)
 ① [1] 往復ハガキ：9/12(金) 必着
 [2] インターネット受付期間
 7/1(火) 10:00~9/12(金) 17:00



推委 小学生陶芸教室（おやつを盛る器作り）

7/29 (火) 13:00~15:00
手回しロクロを使って12cmくらいの小鉢を目指して作ります。アイスクリームやかき氷を盛るのにちょうど良いサイズ。色は濃い青に仕上げます。※今回ロクロを使用するため、付き添いなしの3年生以上とします。
持ち物：手ふき、エプロン（汚れてもよい服装）
講師：豊田 麗（作陶家）
小学3年生以上25名（3年生は保護者要送迎） 1,500円
① [1] 往復ハガキ：7/16（水）必着
[2] インターネット受付期間
7/1（火）10:00~7/16（水）17:00

推委 楽しいアイスクリーム作りに挑戦しよう！

8/5 (火) 10:00~12:00
おもしろ楽しい実験室です!!
塩と氷でアイスクリームができる? 冷凍庫を使わずにあき箱と密閉容器でアイスクリームを作ろう
講師：塚田芳晴（キッズファクトリー代表）
小学3年生以上30名（3年生は保護者要送迎） 200円
① [1] 往復ハガキ：7/22（火）必着
[2] インターネット受付期間
7/1（火）10:00~7/22（火）17:00



推委 楽しめる文具の話やトレンド紹介

9/7 (日) 14:00~15:30
世界から注目される日本の文具。「マツコの知らない世界」「ヒルナンデス」で活躍する文具ソムリエル 菅 未里が進化した定番文具の最新のトレンドや、身近で役立つ文具の魅力をお伝えします。9月は新作手帳が出る時期「ライフログ」など使いたくなる文具の数々お楽しみに!
指導：菅 未里（文具ソムリエル）
45名
① [1] 往復ハガキ：8/27（水）必着
[2] インターネット受付期間
7/1（火）10:00~8/27（水）17:00



夏休み企画 オリジナルスノードームを作ろう

10:00~12:00
腰越学習センター 8/3 (日)
玉縄学習センター 8/11 (月)
深沢学習センター 8/15 (金)
大船学習センター 8/28 (木)
夏休みワークショップが、鎌倉市内の学習センター4館を巡回します。中のオブジェは持ち込みOK! 世界に1つだけのオリジナルスノードームを作ります♪ どんなスノードームになるかはお楽しみ! 夏休みの宿題用としてもおすすめです
持ち物：筆記用具、タッパー、はさみ、オブジェ（3cm以下。任意）
講師：吉田麻理子（あそび作家。工作アーティスト）
小学1~6年生15名（学年明記。保護者の同伴可）※1・2年生は保護者の同伴が必須。3年生以下は要送迎。3年生以上は保護者同伴不可
① [2] インターネット受付期間
7/1（火）10:00~7/24（木）17:00



講座・講演会

スマホの使い方サロン

7/3 (木) 鎌倉生涯学習センター } 13:00~15:00
7/8 (火) 腰越学習センター } (懇親会 15:00~15:30 自由参加)
7/14 (月) 玉縄学習センター }
7/15 (火) 大船学習センター }
スマホについて聞きたいことを聞ける、少人数制のアウトホームなサロンです。鎌倉市後援。年間300人以上参加の人気のサロンです
講師：デジタル推進委員ほか
受講料2,000円 各10名
① 和みスペース（深町）☎080-1591-5004（福井）☎090-6656-9906

気候変動から人権・平和を考える

7/5 (土) 12:50~14:30
場所 逗子市民交流センター会議室
慶応大学在学21歳の環境活動家山本大貴さんの講演会。見やすいデータで気候変動の実態を解説。人権や平和との関わりを考えます
講師：山本大貴
入場料700円※高校生以下無料 90名
① 富塚☎046-878-6044 itou0103a@gmail.com

「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）
7/6 (日) (第320回講座)
「湘南地域と映画のかかわり」
講師：加藤厚子（学習院女子大学非常勤講師）
湘南地域は日本映画の発展と深い関係があり、そのイメージは映画により創られてきた。湘南地域において映画とはどのような存在であるかを考える
8/3 (日) (第321回講座)
「町並みの改造と鎌倉新仏教—北条泰時・時頼とその時代—」
講師：馬淵和雄（(一社)鎌倉・中世文化研究センター所長）
三代執権泰時以降の北条氏の時代に、鎌倉、そして列島全体に起きた大きな変革を、町並み改造と宗教政策、大陸貿易の視点から考えます
資料代 各回1,000（会員500）円 各50名
① 事務局・中澤☎080-6188-9658 tamareki.kamakura@gmail.com

絵画研究の会（絵手紙講座・小さな油絵/額装作品づくり講座）

月1回
7/14 (月) 11:30~13:00 深沢学習センター第1集会室
8/29 (金) 9:30~13:00 鎌倉生涯学習センター第7集会室
いずれも「絵手紙」、「油絵」のお好きな方をご受講ください
講師：堀部洋平（独立美術協会会員）
受講料 絵手紙500円 油絵800円 絵手紙15名 油絵8名
① ハガキ 〒248-0002 二階堂58 堀部洋平
① 堀部☎090-7214-8738 FAX 22-2457

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)

- 端布でつるし飾り—大山蓮華 (2回シリーズ) 13名
7/2・9 (水) 10:00~12:00
- 手持ち糸で編み物—モチーフのワンハンドルバッグ 各回10名
7/3・17 (木) 10:00~12:00
- スモッキング刺しゅう 各回13名
7/4・18、8/1 (金) 10:00~12:00
- リメイクソーイング 各回10名または13名
7/4 (金) 13:30~15:30 8/8 (金) 10:00~15:00
7/10 (木) 10:00~12:00 8/18 (月) 10:00~12:00
7/15 (火) 13:30~15:30 8/22 (金) 10:00~12:00
7/25 (金) 10:00~15:00 8/26 (火) 10:00~12:00
7/30 (水) 10:00~12:00
- はぎれでパッチワーク 各回13名
7/8・22 (火) 10:00~12:00
- 包丁研ぎ 10名
7/14 (月) 10:00~12:00
- ハンドメイド雑貨—ハスの実の横型スワッグ 8名
7/16 (水) 10:00~12:00
- 夏休み裂き織り 各回13名
☆7/23 (水)、☆8/21 (木) 10:00~15:00
※各回共、小中学生はミニラグで10:00~12:00
- 夏休み子ども編み物 (小学4年生以上・大人可) 10名
7/24 (木) 10:00~12:00
- 夏休み手軽に布ぞうり 各回13名
☆7/29 (火)、☆8/27 (水) 10:00~15:00
- 夏休みエコクラフト—キーチャーム 10名
☆7/31 (木) 10:00~12:00
- 藍の葉染 13名
☆8/4 (月) 10:00~12:00
- 夏休み学習会 (木の葉や貝で工作とプラスチック中間処理施設見学) 15名
8/5 (火) 10:00~12:00 ※小学3年生以下は大人同伴
- 和布でお細工物—俵ねずみ (2回シリーズ) 13名
8/6・20 (水) 10:00~12:00
- 夏休みエコクラフト—ミニドリームキャッチャー 10名
☆8/7 (木) 10:00~12:00

*おもちゃ病院 無料で修理
7/8 (火) 10:00~15:00

☆印のついている日は小学生から一般までが対象。小学3年生までは保護者同伴

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の動画を配信中
申込受付: 7月の講座は受付中、8月の講座は7/15 (火)~
☎☎ 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)

古典作品にみる鎌倉

7/15、8/19 第3 (火) 月1回 10:30~12:00

場所 鎌倉婦人子供会館 4室

十返舎一九の滑稽本『金草鞋』の中の、鎌倉を旅する様子を読み進めます。
『膝栗毛』のような面白みを味わうことができます
講師: 大沢 寛 (学舎かまくら)

受講料2,000円 (初回無料) 若干名 各回前日締切
☎☎ 大沢 ☎080-8518-2644 kamakura510k@yahoo.co.jp

基礎英語 短期集中講座

場所 鎌倉生涯学習センター

- 7/23 (水)・24 (木)・25 (金)
14:00~ (成人・学生) 16:30~ (学生)

学生さんの休暇に合わせ、夜講座を16:30に繰りあげ。14:00からと合わせた連続講座。教師経験を生かし、会話指導も含む濃密な内容です

9名 7/21締切厳守

- 8/27 (水)・28 (木)・29 (金)
14:00~ (成人など) 16:30~ (学生など)

2回参加でも受講料は1回分。2か月6日と短期でも、独創的な講座展開。型やぶりの切り口は秋以降の授業にも効果甚大

9名 8/25締切厳守

講師: 河田 勲 (元都立高等学校英語科教師)

受講料500円

☎ 八ガキ 〒244-0003 横浜市戸塚区戸塚町3743 河田勲
☎☎ 河田 ☎090-1269-4370

探求の家 2025年度 生きづらさを共に乗り越えるための教育セミナー

7/20、8/24、9/21、10/26、11/16、1/18、2/22、3/15
月1回 14:30~18:00

場所 きらら鎌倉 第3集会室または第4集会室

探求の家主催による連続セミナーです。子どもにとってたいせつな心の健康についてのセミナー & ダイアログを行います

講師: 石川 潤一 (探求の家心認心理師)、石川洋子 (精神科認定看護師)

☎☎ 探求の家 石川 ☎090-9670-1539 casadinchiesta@gmail.com
ホームページあり

(公財) 鎌倉婦人子供会館 『地理歴史講座』

7/26 (土) 全6回 13:30~15:00

場所 鎌倉婦人子供会館 ホール

[講演] <新詳: かまくら学②>

「戦時下における文化財保護について」

※スライド併用

講師: 金子智哉 (国立公文書館課長補佐)

受講料1,100円 45名

☎☎ (公財) 鎌倉婦人子供会館 ☎22-0507 FAX 22-8435

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会議室

7/27 (日)

上杉氏—歴史工学で読み解く平安貴族の末裔

講師: 江崎和博 (元法政大学准教授)

8/24 (日)

玄武ライン郊祀法で求まる桓武天皇「長岡京」の朱雀門位置

講師: 桜田和之 (日本学ユニバーシティ (JU) 講師)

入場料各200円 各回28名 ☎☎ 江崎 ☎080-5490-3194

はじめての不動産登記測量講座

7/30 18:00~19:30 場所 大船学習センター 第2集会室

初心者歓迎。今回は建物の登記についてよくある相談事例15を挙げて、当日ご説明します。未登記建物や相続した建物などで
講師: 櫻井文明 (土地家屋調査士)

無料 15名

☎☎ 櫻井土地家屋調査士事務所 ☎33-4928 FAX 33-4938

鎌倉シチズンネット

【マイクロビットとセンサー活用講座】

8/6 (水)・8 (金) 10:00~11:30

場所 鎌倉シチズンネット (坂ノ下2-11 かまくら長谷BASE)

パソコンにマイコンボードをつないで、プログラムで温度、方位を測ったり、ボードでPCのキャラクターを操作したりしよう

受講料3,000円 4名 7/30締切

【選べるプログラミング講座】

8/2 (土)・3 (日) 全2回 9:30~11:00

場所 鎌倉生涯学習センター 第4集会室

小学生対象。「Scratch」を使ったプログラミング教室

受講料3,000円 8名 7/25締切

講師: 鎌倉シチズンネット

☎☎ 鎌倉シチズンネット ☎050-6873-7770

朗読「ひろしまのピカ」& 被爆者の証言を聞く会

8/11 (月・祝) 14:00~16:00

場所 逗子文化プラザなぎさホール

丸木俊さん作の絵本「ひろしまのピカ」を俳優の岡崎弥保さんが朗読。
広島で被爆された松本正さん (94歳) から被爆体験を伺います

出演: 岡崎弥保 (俳優)、松本 正 (被爆者)

当日1,000 (前売り800) 円 高校生以下無料

☎☎ 富塚 ☎046-878-6044 itou0103a@gmail.com



音楽・映画・演劇

無料市民公開講座「よいかみ合わせ」

10/12 13:00~15:00

場所 KKR鎌倉わかみや(由比ガ浜4-6-13 ☎25-4321)

顎関節症や頭痛、肩こり、腰痛などの身体の不調は正しいかみ合わせで改善! 健康長寿と認知症予防にも効果的! ぜひご参加ください
講師:丸山剛郎(大阪大学名誉教授)

無料 50名 9/30締切

☎ ハガキ

〒330-0071 さいたま市浦和区上木崎2-3-2 上木崎メディカルビル
フローラ歯科クリニック 原田 慶

☎ フローラ歯科クリニック(原田)

☎048-827-2950 FAX 048-827-2951

鎌倉市川喜多映画記念館 雪ノ下2-2-12 ☎23-2500

9:00~17:00

企画展「映画雑誌SCREENの流儀—近代映画社の仕事」
~7/27(日)

数多くの映画スターを紹介してきた映画雑誌「SCREEN」を取り上げる。『パピヨン』『スタンド・バイ・ミー』など上映

企画展「開館15周年記念 鎌倉・川喜多邸を訪れた映画人(仮)」
8/2(土)~11/24(月・振)

映画で世界を結んだ川喜多長政・かしこ夫妻の功績と、夫妻が鎌倉で交流を深めた田中絹代やアラン・ドロンら映画人を紹介

一般各300円 小・中学生各150円

☎ 鎌倉市川喜多映画記念館 ☎23-2500 FAX 23-2503

鎌倉童謡の会「みんなで歌いましょう!」 第295回、296回

7/3、8/14(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馴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:小嶋陽太(7/3)、芳賀美穂(8/14)

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

金曜ライブ 野口田鶴子ひとり語り~宮沢賢治の世界

7/4、8/1(金)月1回 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。7/4「ざしき童子のはなし」。8/1「ゼロ弾きのゴージュ」。ゲスト村野美優と末邑わかこの詩とピアノのコーポレーションは好評
野口田鶴子(主演)

入場料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

鎌倉吹奏楽団MusicFarm 第25回映画音楽特集演奏会

7/5(土)14:00~16:00 場所 鎌倉芸術館大ホール

創団30周年を記念する演奏会第2弾「映画音楽特集演奏会」です。新旧有名な映画音楽を取り揃えて皆様をお待ちしています

【客演指揮者】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

歌のサロン

第312回 7/16(水) 第313回 8/27(水)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

毎月、さまざまな器楽ゲストをお迎えし皆様で合唱&ミニコンサートを楽しむ参加型音楽会。申込不要。豪華な伴奏と一緒に歌いましょう

出演:佐藤ゆり(Sop)・佐藤ななえ(Sop)・佐藤盛(Br)

ゲスト:第312回 小笠原伸子(Vn)・北原葉子(P)

第313回 江原泰子(Ob)・矢島吹渉樹(P)

お話と歌唱指導:佐藤ゆり

当日券2,000円

☎ 歌のサロン事務局 ☎050-3138-2550

第1回鎌倉・真夏の「第九」&オペラ名場面ガラ・コンサート

7/20 14:00~16:00

場所 鎌倉芸術館大ホール

オーケストラ神奈川交響楽団がおくる豪華プログラム。第九&オペラの名曲を一流ソリスト達と共にお届けいたします

S席4,000円 A席3,000円

☎ 神奈川交響楽団 吉田 ☎070-8355-2022



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)

企画展「清岡卓行展—大連、パリ「円き広場」

~7/27(日) ☎(月)(7/21(月・祝)は開館)

小説「アカシアの大連」で知られる詩人・作家の清岡卓行が愛した二都市—大連、パリとのかかわりを通して生涯と作品をたどる

一般500円 65歳以上・20歳未満及び小学生250円 高校生100円
中学生以下は無料

第52回文芸映画を観る会「女だけの都」(1935年 フランス)

7/19(土)13:30~15:30(予定)(13:00開場)映画109分+トーク
場所 ホール

監督ジャック・フェデー、脚本シャルル・スパーク、ジャック・フェデー。
清岡卓行展記念上映、アフタートークあり

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)

企画展「中島敦の手紙展—おとうちゃんからの贈り物」

8/2(土)~9/23(火・祝) ☎(月)(8/11、9/15は開館)

「山月記」などで知られる作家・中島敦が、旧南洋群島から日本にいる息子たちにあてた全81通の手紙を展示する

一般500円 65歳以上・20歳未満及び小学生250円 高校生100円
中学生以下は無料

花音朗読コンサート「中島敦の手紙展—おとうちゃんからの贈り物」に寄せて

8/30(土)13:30~15:00(予定)(13:00開場)

場所 ホール

電子ピアノの演奏とともに、中島敦が子ども達にあてた手紙を朗読(予定)。終了後に朗読ミニ講座も開催する

出演:語りと音楽・花音(朗読—額田泉・大花薫 電子ピアノ—実近房枝)

無料(コンサート後の朗読ミニ講座は500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)

中島敦の手紙展記念講演会「南の国の中島敦」

9/15(月・祝)14:00~15:30(予定)(13:30開場)

場所 ホール

中島敦展を記念し、作家の高橋源一郎氏が南洋での中島敦と自作『DJ ヒロヒト』について語る

出演:高橋源一郎(作家)

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

ギャラリー北鎌倉物語 北鎌倉眼科左折15分 ☎67-3316

松本立夫写真展

鎌倉・江の島海のそば Part4

7/2(水)~27(日)10:00~17:00

☎(月・火)、7/21(月・祝)は営業、7/23(水)は代休

鎌倉で暮らすということ Part6

8/7(木)~9/7(日)10:00~17:00

☎(月・火)、8/11(月・祝)は営業、8/13(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しています。

※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
詳細ホームページ

江藤有希トリオ with 落合さとこ

7/21 (月・海の日) 14:00~ (13:00開場)

場所 鎌倉 佐助サロン (笹野邸 佐助1-2-9)

シンガーソングライター落合さとこが、洗練されたギター&ストリングス江藤有希トリオと、童謡唱歌、人をつなぐ音楽で共演します

入場料当日4,500 (前売り4,000) 円

チケット ホームページ (Livepocket)

☎ 大橋 izn02115@gmail.com

フェアリーベルリンガーズ ハンドベルコンサート

7/26 (土) 14:00~16:00

場所 鎌倉生涯学習センター (きらら鎌倉) 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、解説を交えて演奏します。後半は夏の曲を中心にお送りします

入場無料 当日先着280名 申込み不要、当日会場へ

☎ 加藤 ☎48-0553 fbrkamakura@gmail.com

鎌倉子どもミュージカル第17回公演 「ミュージカル ロビンソン＊ロビンソン」

7/29 (火) 昼公演 12:00~ 夕公演 16:00~

場所 鎌倉芸術館小ホール

湘南地域の小学生~高校生が所属しています。あたり前の毎日がかけがえのないものだと思わせてくれるストーリーです

講師: 小渡優菜

入場料2,500円 (指定席のみ)

チケット申込み: ①各劇団員 ②専用電話 ☎080-3711-9240

③ticket@kamakura.com

第31回観月流美雪会舞踊発表会

7/30 (水) 11:00~16:15 場所 鎌倉芸術館小ホール

新日本舞踊・詩舞・民謡舞踊の発表会。一年間の練習成果を発表します

講師: 観月紀子

☎ 井関 ☎23-9586

鎌倉音楽クラブ (鎌倉音楽家協会) フレッシュコンサート

8/3 (日) 13:00~

場所 鎌倉生涯学習センター (きらら鎌倉)

第70回 (2024年度) 鎌倉市小・中・高校生音楽コンクール最高位入賞者によるコンサート。才能あふれる若者の熟演を聴きにいらしてください!

入場500円

☎ 首藤 ☎080-6382-9410 h.f.concert@gmail.com

おとなのための童謡・唱歌コンクール本選会

8/11 (月・祝) 13:00~ (14:30表彰式の予定)

場所 吉野町市民プラザ (横浜市営地下鉄「吉野町」3分)

予選を通ったアマチュアの出場者による本選会。20代~80代のソロや重唱は懐かしさに溢れ、改めて大人になり味わい深い童謡唱歌をのびやかに披露されます

入場無料 30名 7月末締切

☎ ハガキ (氏名・来場者人数を明記)

〒248-0025 七里ヶ浜東2-25-14 荒井方 ピアチェーレ・ムジカ

☎ ピアチェーレ・ムジカ ☎31-5905

Concert au Salon d'espoir vol.75

~ Jazz in the summer ~

8/24 (日) 15:00~16:30 (14:30開場)

場所 スタジオ エスポワール (鎌倉大町)

実力派ケイ・マスダJazz Trioを迎え夏の午後をご機嫌なサウンドで! 20年目を迎えるサロン。終演後は庭でのドリンクタイムでおくつろぎください

曲目: サマータイム、スマイル ほか

出演: ケイ・マスダ (ドラムス)、井上祐一 (ピアノ)、竹田康友 (ベース)
村田 望 (お話・歌)

入場料3,000円 (ビール & スナック付) 35名

☎ スタジオ エスポワール

☎090-2207-0031 Studiosespoir7@gmail.com

鎌倉ジュニアオーケストラ 第42回定期演奏会

8/31 (日) 13:30~15:30

場所 鎌倉芸術館大ホール

小学生から高校生の団員による管弦楽の演奏会。チャイコフスキー「交響曲第4番」より第一・四楽章 ほか

指導者: 畑中友季子

入場無料 先着1,300名

☎ 鎌倉ジュニアオーケストラ事務局 (岩崎) ☎080-5512-6137

秋の民謡ミニコンサート

9/14 (日) 13:00~15:30

場所 鎌倉生涯学習センター ホール

世界の民謡も加えて日本全国の民謡・歌謡曲を沖縄三味線や三味線尺八などで演奏します。会場の皆さんといっしょに唄うコーナーも

指導者: 伊丹浩子 (常盤会)

入場無料、入場自由

トランペット奏者 佐藤友紀の小さな音楽会Vol.8

9/15 14:00~16:00 (13:30開場)

場所 カノンハウス鎌倉 (浄明寺3-10-37)

優しくあたたかなトランペットの音色に包まれる、静かなひととき。心ほどける音楽の時間をお楽しみください

出演: 佐藤友紀 (トランペット)、下田望 (ピアノ)

入場料一般4,000円 学生3,000円

☎ 株式会社ブLOWミュージック ☎03-5403-6410 info@blowmusic.art

女声合唱団ボカ・グランデ 第19回定期演奏会

10/16 (木) 14:00~16:00

場所 横浜みなとみらいホール 小ホール

女声合唱組曲「風の五線譜」、グリーグ「ソルヴェーグの歌」、J-Popなどを歌います。私たちのハーモニーをぜひお聴きください

指導者: 名島啓太 (ピアニスト 久野圭子)

入場料1,000円

☎ 朝比奈 ☎090-2670-8835 ☎/FAX 31-4122



健康・スポーツ

“気いやし処” 気功教室

7/9・23、8/13・27 (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、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

心と体の健康弓道「友」弓道クラブ 小5~大人 (男・女)

7/13 (日) 11:45~13:15 (90分)

場所 きらら玉縄 第4集会室

歴史にふれつつ初歩の弓道を体験します。所作から素引きと離れ(ゴム弓)まで学びます。精神力と体感により新たな自分の発見を!

指導者: 中沢渉 (高校教師) ほか、元高校インストラクター

受講料1回1,000円 (初回体験500円) 教材費500円 10名

7/8 (火) 締切

☎ 中沢 ☎080-1239-0739 FAX 45-5689 sysh@vega.ocn.ne.jp

「若いも若きも耳を守ろう！」令和7年市民健康セミナー

7/26(土) 13:30~15:00

場所 深沢学習センター 3F 第6集会室

耳の老化が若年化しています。耳年齢を測り、音の有用性と危険性を説明します。後半は耳に優しいピアノ演奏をお楽しみください
講師：菱田博俊(工学院大学副専攻長) 菱田啓子(ピアニスト)

無料 50名 7/25締切

④ 往復ハガキ 笛田2-37-7 菱田博俊

④ 菱田 ☎090-8300-5871 hizanoriieneko@yahoo.co.jp

脳がわらって、腸がよろこぶ グッドライフ健康講座

8/5(火) 月1回 14:00~16:00

場所 鎌倉芸術館 会議室2

クリアな「脳」で毎日を過ごしたい!! 気づきにくい「脳」の疲れを解消して、元気に笑顔で生活するヒントを楽しくお伝えする講座
講師：工藤俊介

無料 15名

④ ㈱ピアアンドエス・コーポレーション

☎0120-850-226 FAX 03-3288-0116

seminar@bandscorp.jp ホームページあり

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

④ ④ 松山 ☎45-3859

こどものためのバイオリン体験

7/27(日) 10:00~11:30

場所 玉縄青少年会館 A会議室

年長さんから小学5年生まで初めてバイオリンをひきたい子集まれ!
貸出あり

指導者：河合訓子、河田由紀子

受講料500円 10名 7/20締切

④ かまくらジュニアストリングスのホームページ 7/1~

④ 河田 ☎080-1228-1088 FAX 32-5562

県立神奈川近代文学館 2025夏のかなぶんキッズクラブ ☎045-622-6666

「手話つきおはなし会」

8/8(金) 10:30~11:30(予定)(10:00開場)

場所 中会議室

絵本の読み聞かせに手話をつけて、目と耳の両方で楽しめるおはなし会

先着60名程度

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)

「子ども映画会」

8/14(木)・15(金) 各日10:30~11:30(予定)(10:00開場)

場所 ホール

小学生以下の子ども向けイベント(要保護者同伴)。「おあかさんのふえ」など短編アニメーションを上映する

無料 各日先着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)

「紙芝居がはじまるよ!」

8/22(金) 10:30~11:30(予定)(10:00開場)

場所 中会議室

小学生以下の子ども向けイベント(要保護者同伴)。山下康さんを迎えて、「おとうさん」(与田準一 脚本/田畑精一 画)などの紙芝居を上演する

出演：山下康(横浜紙芝居普及会)

無料 先着60名程度

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)

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

小学生(年長は要相談)から高校生のバイオリンを楽しむ。初心者から中級。年3回アンサンブルの演奏会あり。楽器貸出あり

指導者：河合訓子、梅津美葉 ほか3名

月会費ABコース8,000円 CDコース9,000円 入会金3,000円 1名

④ ④ 河田 ☎080-1228-1088



子ども・子育て

鎌倉シチズンネット

【幼児と親子で楽しむプログラミング無料体験教室】

7/5(土) 9:30~11:00

場所 きらら鎌倉3F 第4集会室

はじめてのひと〔無料体験教室(1日)〕自分のキャラクターを作って動かそう

講師：鎌倉シチズンネット

④ ④ 鎌倉シチズンネット ☎050-6873-7770

夏の体験学習 小学生対象(三味線と書道)

7/12(土)・13(日)、8/30(土)・31(日)のうち1回

9:30~17:00の1時間、応相談

場所 大船自宅教室(大船4丁目)

伝統芸能の三味線にふれ、また実際に音楽に合わせてながら書を書くというパフォーマンスを各自が体験します

指導者：伊丹浩子

受講料500円 小学生以上 数名 7/10締切

④ ④ 伊丹 ☎090-7835-2506

三味線を弾いてみよう! 鎌倉 夏の教室

7/20・27、8/3・10 全4回 14:00~15:00

三味線の演奏を体験する講座です。対象は小学校4年生から高校3年生まで。日本の伝統楽器「三味線」を体験してみよう! 全4回です

受講料800円(保険加入料のみ) 16名 7/15締切

④ ④ 鎌倉邦楽会(松井) ☎090-7940-8319



サークル

郡上踊りを踊る会

7/5・19、8/2・16 月2回 13:30~15:00

場所 手広西公会堂

先生が踊りの所作の意味から説明してくれます。お茶の時間は季節の花や鎌倉のお寺のことが話題になります

持ち物：草履

指導者：二見秀一

受講料1,500円 ④ ④ 井上 ☎32-3709

コース型教室 身体を整えるピラティス

7/7・14・21 月3回 13:30~14:20

場所 鎌倉体育館 会議室

様々なポーズを取り入れながら、ピラティスで美しい身体づくりを目指します

講師：渡邊さやか

受講料1回900円 14名

④ ④ 鎌倉体育館 上原 ☎/FAX 24-3553

ちょこっと気楽にダンス!

7/7 11:30~12:30 7/21、8/4・11 14:00~15:00 月2回
場所 鎌倉生涯学習センター

ラインダンス・ラテンディスコ・サルサなどの陽気な音楽に合わせて踊るダンス。日常生活に取り入れて毎日を楽しく
指導者:ヨシ(ダンスインストラクター)

受講料1回1,000円 月会費2回2,000円 体験500円 10名
☎️📞 ミヨカワ ☎️090-3905-3952

ますみヨガ

第2(日)7/13、8/10、9/14 月1回 13:30~15:00
場所 稲村ヶ崎自治会館

少人数でアットホームな雰囲気です。初心者から経験者まで親切に丁寧に教えます。お身体に不安のある方も安心して参加できます
講師:織茂ますみ

受講料2,800円 5名
☎️📞 野口 ☎️090-5775-7589 curatakako@gmail.com

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500円 入会金500円 10名
☎️📞 富士 ☎️090-3069-6070

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・ヨガ・脳トレなど体力と健康維持に楽しく努める中高年のサークル。無料体験あり。初心者歓迎
指導者:大西のリ子・林久美子・山口千恵(指導者は週替りで担当)

月会費2,000円 入会金500円 数名 ☎️📞 石田 ☎️46-1609

初・中級 社交ダンス&ストレッチ

(火)月4~5回 10:30~11:15
場所 ダンススタジオM's鎌倉(とんでん近く)

楽しく体を動かしながら同時に頭も沢山使う社交ダンスは体力UP&認知症予防にピッタリです!!

指導者:宮坂ゆり子(プロダンス教師)

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

J. EXERCISE (ジェイ・エクササイズ) ダンス系エクササイズ

(火)11:15~12:45 場所 鎌倉体育館 格技室

ポップな洋楽に合わせて全身の筋肉や関節を楽しく動かしてみませんか? うまく動く必要はありません。後半のストレッチでコリもすっきりほぐれます! 体験参加大歓迎です!

指導者:大久保純子

受講料1回1,000円 体験無料 入会金なし
☎️📞 大久保 ☎️080-5415-2483 (メッセージをどうぞ)

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、ピキナーの方、歓迎。見学体験は無料です
講師:大田公佳子・川淵勝弘

会費1,000円(1回) ☎️📞 大田 ☎️090-2339-9451

しおかぜ 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)予防運動と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) 鎌倉市生涯スポーツリーダー

会費1,100円 5名 ☎️📞 牛田 ☎️070-6468-0346

健康ヨーガ

(水)月4回 10:00~11:30 場所 台公会堂

ヨーガは脳の活性化・認知症予防にも効果があります。膝痛の方は椅子でもできます。体験無料

講師:江崎久子(神奈川県スポーツリーダー)

受講料5枚4,000円のチケット(有効期限なし) 数名
☎️📞 江崎 ☎️080-1254-1403

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:小桑三恵子、依田妙子、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

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(鎌倉市生涯スポーツリーダー)

月会費2,000円 5名 ☎️📞 高橋 ☎️090-1434-0998

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

60歳からの「さわやかストレッチ」

(金)月3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。体力保持に役立っています。無料体験歓迎

指導者:林真理子(健康運動指導士)

月会費2,500円 5名
☎️📞 平本 ☎️/FAX 46-4365 山端 ☎️22-4484

しなやかスタジオ

第1・3・5(金)月2~3回 10:00~11:30

場所 大平山・丸山町内会館

50~80代の女性グループ。深い呼吸とともに無理なくポーズをとり、心身を整えます。癒やしのひとときをぜひ一緒に
指導者:平井佳代子

会費チケット制4回4,000円 入会金1,000円 若干名
☎️📞 平井 ☎️48-2026 (留守電にメッセージをお願いします)
k-t-kayoko.h-9801@ymobile.ne.jp

フラ・やすらぎ

(金)月4回 13:50~15:20

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)

フラダンスを通して心も身体も若々しく健康に、振りを覚えるのは脳トレになります。楽しみながらフレイル予防を。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 ☎️📞 斉藤 ☎️25-4093

いきいき健康の会

第2・4(金)月2回 19:00~20:00

場所 御成小学校体育館

体幹、下半身、肩回りを鍛えています。身体のことを知りつくした講師の話をききながら一緒に身体づくりをしませんか
講師:大橋優子

月会費1,000円 ☎️📞 大隈 ☎️24-0760

ピラティス

(月) 9:30~10:30 (木) 10:00~11:00

場所 藤沢Dance Studio MARISOL ほか

女性専用ピラティスレッスン。年齢不問。子連れOK。地味な筋トレ、インナーマッスルを鍛えてリバウンド知らずのボディを!!

講師: Sayaka、後藤

受講料800円~

☎池戸 ☎090-5107-0447 marisol.fujisawa@gmail.com

ヨガ

(水・金) 10:00~11:00

場所 藤沢Dance Studio MARISOL

年齢経験不問、女性限定、子連れOKのゆったりとしたヨガ。体がしなやかになると心が軽やかになりますよ。体が硬くても大丈夫!!

講師: Yuki

受講料800円~

☎池戸 ☎090-5107-0447 marisol.fujisawa@gmail.com

湘南テコンドーキッズ 大船

毎週(月・水・木・金・土)(火)は一般のみ

小学生 平日 17:00~18:00 (土) 10:00~11:00

未就学児(水) 16:15~17:00 (土) 10:00~11:00

場所 岡澤道場(大船1-22-16 3・4F)

32年の実績。テコンドー日本代表監督・世界王者が直接指導。世界王者27名を育成。一般部・キックボクシング・女性クラスも毎日Open指導者: 岡澤 (ITF日本代表監督)

月会費4,400円~(家族割引も) 入会金2,200円/1家族

☎芹澤 ☎46-6869 okazawadojo@gmail.com

エゴスキュー体操 桜

第2・4(火・水) 16:30~18:00 きらら鎌倉

夕(土) 14:00~15:30 きらら玉縄

誰でもできて、がんばらない体操。痛み・ゆがみがとれ、体を根本から治します。通院することなく、体操で自分の体を治せます

講師: 桜井まなみ

会費5,200円 教材費(入会時のみ本代)1,870円

☎桜井 ☎070-5367-7012 manamisakusaku@yahoo.co.jp

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)は午後

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円~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!!

指導者: 米倉いずみ (FTPピラティス認定インストラクター)

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地下)

フレイル(虚弱)予防運動。60~80代で和気あいあい楽しく体を動かしています。体験随時あります!! 無料

指導者: 米倉いずみ(鎌倉市生涯スポーツリーダー)

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

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

指導者: 米倉いずみ

月会費2,000円 若干名 ☎清野 ☎31-6188

歌で学ぼう英語の発音

7/11(金)月1回 14:00~16:00

場所 大船学習センター 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 ☎正木 ☎090-5613-5985

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(女性)

月会費4,000円 入会金1,000円 若干名

☎大倉 ☎/FAX 45-4259 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

1500語で話せる英会話

第1・3(金)月2回 9:30~10:30・10:40~11:40

場所 大船学習センター・鎌倉生涯学習センター

映画を見て、映画の台詞から英語を学ぶスタイル。1500語ほどの単語が基本。ネイティブ表現が学べます。無料体験実施中

講師: ニツ矢珂司美・西 妃由美

受講料5,940円(6回分) 若干名 ☎ニツ矢 ☎090-9205-4836

ベター・ワールド(Better World)

(金)月4回 18:45~20:30 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

KEC鎌倉英語会

(土)18:00~21:00

場所 玉縄青少年会館(第2・4週)、リモート会議(その他)

NHKのラジオ番組のテキスト「ラジオ英会話」、英字新聞の記事などを使って自主的に英語を学習しています。随時会員募集中

月会費150円 入会金500円 ☎山本 ☎045-783-1261

英語で意思を伝えましょう

第2・4(火・木)月2回 10:30~11:45

場所 自宅(笛田6丁目)

2~3分間の簡単な英語で話題を発表。日常の場面を扱った教材を音読。数回の音読後、教材を見ずに話す。英語の物語を読む。無料体験あり

レベルや年齢は関係なし

指導者: 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

やさしい英語教室

(水)10:30~11:50 (金)9:30~10:50 月4回

場所 鎌倉婦人子供会館、鎌倉生涯学習センター

必須の基本英文(中学英語レベル)を学習し正確で美しい英語を『話せる、書ける、読める、聴ける4技能』において習得できます。年齢制限なし

講師: かせい

会費5,000円 教材費500円

☎英語学習会(かせい) ☎090-8082-2922

Copains et Copines (フランス語、入門・初中級)

第1・3(金)月2回 初・中級 10:00~11:30 入門 11:45~13:15
場所 深沢学習センター

フランス語を学びながら、多彩なフランスの世界観にふれてみませんか?
初中級は24年10月より「Civi-Langue」使用。体験可1,000円
講師:佐久間聡子(フランス語通訳ガイド)

会費3,000~4,500円 入会金1,000円 各2~3名
☎ 足達 ☎ 31-9915

湘南日仏協会 フランス語講座

(月・火・水・木・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

9月より火曜日に初級クラス開講しました。ほかに初中級クラス若干名
募集中。少人数制で話せる仏語をめざしています。無料体験も可
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 湘南日仏協会年会費3,000円 教材費各自負担
各クラス6名
☎ 神田 ☎ 090-7416-1516

ドイツ語同好会 鎌倉

第2・4(金)月2回 14:30~16:00
場所 鎌倉第一小学校・鎌倉生涯学習センター など

ドイツ人講師を中心にテキストを使い、日常会話、文法、読解力など幅
広いドイツ語力を身につけるよう楽しく学んでいます
講師:ガルデ・タヴィット

会費3,000円 数名 ☎ 高橋 ☎ FAX 25-2461

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) 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、日常会話で楽し
く文化や歴史を学ぶ中級クラスにご参加ください。見学随時歓迎
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(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

軽やかにスペイン語を

日時 応相談
場所 藤沢Dance Studio MARISOL

基礎の基礎から始めます。目的、レベルに合わせたレッスン。日時は講
師と相談して決められます。講師歴30年以上のベテラン講師
講師:池戸 亨

受講料2,000円
☎ 池戸 ☎ 090-5107-0447 marisol.fujisawa@gmail.com

鎌倉でロシア語

(火)月4回 10:00~11:30 場所 鎌倉婦人子供会館

ロシア人と日本人の講師が交代でアットホームな雰囲気でお話しています。
(火)初級のほか、中級上級などご希望に合わせて対応いたします
講師:フォードロヴァ・スヴェトラナ

受講料1回2,500円 年会費2,000円 教材費約2,000円
☎ ホリエ ☎ 090-9133-9068

音読の会

第1(土)月1回 14:00~16:00
場所 鎌倉生涯学習センター

発声・発音の練習で、体中から声を出すと気持ちがいいものです。その
あと、自分の読みたい小説・詩歌・新聞記事などを読み合おう。
会員同士で学び合っています

会場費500円 若干名 ☎ 石田 ☎ FAX 45-7908

短歌会 青虹

月1回 10:00~13:30
7/13(日)深沢学習センター 8/10(日)玉縄学習センター分室

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・お試し投稿無料。この楽しさをぜひあなたにも!

会費2回目より1,000円 月刊誌370円/月
☎ 牧野 ☎ FAX 045-803-1776

虹俳句会

第1(月)月1回 13:00~16:00
場所 鎌倉生涯学習センター ほか
(場所により、時間も若干変更になります)

発見と感動の写生俳句を仲間と楽しく学びませんか?全ての句に添削・
指導があります。まずは見学(無料)から。随時受付しています
指導者:松永律子(俳人協会会員)

月会費1,000円 若干名 ☎ 松本 ☎ 090-3048-1791

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(吟行)・鎌倉論語会館(句会)

感動を17文字で描く俳句は日々の生活を楽しく豊かにします。初心者大
歓迎。午前中は主に鎌倉を中心に吟行。午後句会
指導者:大出岩子(椽同人)

月会費1,000円(半年分前納) ☎ 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
☎ 八ガキ 〒247-0053 今泉台3-11-3 勝又民樹
☎ 勝又 ☎ 090-2300-8368・43-4098

いろは会句会

第3(火)月1回 9:00~12:00 場所 教養センター

俳句を仲間と共に学びましょう。初心者大歓迎です。見学は随時受付し
ております(無料)
指導者:寺島さくら

会費1,000円 若干名 ☎ 真瀬 ☎ 090-5429-8667

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:栗田真紀子(俳人協会会員)

会費2,300円(初回無料) ☎ 乗田 ☎ 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

鎌倉川柳くらぶ

第3(土)月1回 13:00~16:00 場所 鎌倉生涯学習センター

五七五のリズムの乗せて、日頃の思いを気取らず書けばストレス発散!
楽しい時間を一緒に過ごしましょう。和気あいあいの教室です

句会参加ごとに500円 年会費1,000円 若干名
☎ 千代 ☎ 090-3598-7856 msakcy66@gmail.com

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

なぎさの会

(月) または (水) (抽選のため不定) 月1回 11:30~13:30
場所 鎌倉生涯学習センター

短歌「かりん」の鎌倉支部。主宰馬場あき子。歌一首提出して指導者が講評。後半は現代秀歌研究。初心者、見学者大歓迎です

指導者: 鹿取未放 (「かりん」選者)

会費1回(資料代含む)1,000円 10名
☎ 八ガキ 〒248-0033 腰越5-7-24 岡東和子
☎☎ 岡東 ☎84-9363

～食と会話を楽しむ～ 湘南グルメ交流会

毎月20日 月1回 11:30~14:30
場所 市内などのレストランなど

鎌倉・湘南地域の食を楽しむ会。会員の楽しい会話も魅力的。とても楽しい会です。ぜひご参加ください

会費3,000円～ 年会費2,000円 ☎☎ 湘南グルメ交流会 ☎24-5695

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

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、自然公園などを訪れ、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

健康ウォーク+カメラウォーク

7/23(水)集合 9:30 大船駅南改札
場所 横須賀軍港めぐり(クルーズ船乗船)

横須賀軍港めぐり。クルーズ船定期便に乗船して海風に吹かれながら横須賀港を一巡。半日コースです。どなたでも参加できます
ホームページ「鎌倉・年金の仲間」で検索

会費一般400(組合員300)円 ☎☎ 高野 ☎46-3757

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(鎌倉生涯学習センター 集会室など)

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。撮影会やクラブ展を開催し、技術の向上と親睦を図ります

講師: 鈴木生予(日本写真作家協会会員等)

月会費1,500円(3か月ごとに4,500円納入)
☎☎ 石井(クラブ会長) ☎090-3405-7860 FAX 046-848-2204(自宅)

フォトサークル 北鎌倉物語

第3・第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

健康マージャン西鎌倉

(水) 月4回 9:00~18:00
場所 西鎌倉4-17-10

昔とったきねづか!! 認知症予防にマージャンは最適なゲームです
講師: 荒井克史

会費(1回)600円 数名 月末締切
☎☎ 八ガキ 〒248-0035 西鎌倉4-17-10 荒井克史
☎☎ ☎/FAX 31-7818

「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

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 マージャンサロンバンブー
(大船駅北口前ダイコクドラッグのビル6F)

マージャンは楽しみながらできる脳トレです。自動卓で長時間なので満足いくまでプレーできます。教室、健康麻雀、1日大会などあり。まずは一度お電話を

講師: 三原孝博(日本健康麻雀協会レッスンプロ)

会費2,750円~/1日、受講料2,750円~/1日~
☎☎ マージャンサロンバンブー ☎45-8235

麻雀同好会

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

実用てならび 段葛書道会

第2・4(木)月2回 ①13:00~15:00 ②15:00~16:30
場所 大路ビル3F(鎌倉駅5分 段葛沿い)

一本の筆が醸し出す豊かな味わい。ゆるりと散歩気分。書くことを楽しみましょう。お喋りOK! お手本多彩。初心者大歓迎です
指導者: 水谷峰延

月謝2,300円 入会金1,000円
☎☎ 八ガキ(電話番号付記) 〒248-0012 御成町16-3 水谷峰延
☎☎ 水谷 ☎84-9908

鎌倉アートスタジオ ぱびえ

第1(日)月1回 14:00~16:00 場所 鎌倉生涯学習センター

色えんぴつ画を中心に、花や風景などを楽しく描いて頂きます。また、それぞれのお好みに合わせて粘土などを使って創作することもあります
講師: 石川えみ子

受講料1,500円 20名
☎☎ 石川 ☎080-9388-8316 yasai.art@yahoo.com

MAP

第1・3(月)月2回 9:30~12:00
場所 鎌倉市教養センター(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。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 村田ビル3F(由比ガ浜 六地藏そば)

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 (水彩画)

第1・3(水)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。
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2,500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)月1回 14:00~16:00
場所 玉縄学習センター
四季折々の花や野菜や風景や童画などを色鉛筆で楽しく作品として描く
ことで初心者も自然と絵画の基礎的な技術が身につく学べます
指導者:安藤昭彦
会費2,000円 体験料2,000円 若干名 ☎安藤☎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 ☎山梨☎0466-37-3082

絵手紙教室 みどり会

第3・4または第5(金)月1回 13:00~15:00
場所 大船学習センター
顔彩と画仙紙を用いて、はがきサイズの絵(絵手紙)を書いてみませんか。
季節の移り変わりを描くのも楽しいものです。初心者歓迎
講師:松浦みどり
会費1,500円 ☎成田☎45-6498

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
☎牧☎090-9244-9567 ホームページあり

鎌倉工房仏像彫刻教室

(火・金・土)9:00~12:00 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像を刻んでいきます。製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 ☎大森☎33-0552

着付教室

(月~金)応相談 月1回 9:45~11:15
場所 講師宅(江ノ電「極楽寺」7分)
着物一式お貸ししますので初めての方も安心してお稽古できます。手ぶ
らでおこなう。お食事会等楽しいイベントがあります
講師:内田真由美
月会費1,500円 ☎内田☎/FAX 24-9660

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 ☎木村☎/FAX 45-3738

初心者のためのケーキ教室

第1(土)・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)
☎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

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 ※上履持参のこと
♪ヴォイストレーニングと歌(グループレッスン)
7/3・17、8/7・21(木)13:30~14:30
美しい姿勢を保ち無理のない歌い方を習得し楽しく脳の活性化・嗷下・
声のおとろえを防止し、元気で若々しい日々を!
月謝4,000円(原則として月2回)
♪声楽(個人レッスン)
7/3・17、8/7・21(木)14:30~17:00(申込先着順)
歌の上達を目指し、問題点を解決するさまざま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)
☎林☎045-534-7324

早雲「ストレス発散吟詠体験教室」

7/4・18、8/1・22(金)月2回 14:00~16:00
場所 大船学習センター
健康は正しい姿勢と腹式呼吸から。大きな声を出してストレス発散! 笑
顔でスッキリと気持ちよく帰ろう。評判の漫談調人気講師で教室満杯
指導者:江端江岳(岳風会 師範十段)
体験2回無料 月会費1,000円 入会金1,000円(教材費含む) 2名
☎江端☎090-8877-7016(ショートメール・留守電可)

ジャズを歌う会

月2~3回
7/5(土)、8/31(日) } 鎌倉生涯学習センター 音楽室 } 12:00~15:00
7/12(土) 腰越学習センター 第4集会室 } (受付11:30~)
8/16(土) 深沢学習センター 3Fホール }
8/19(火) 西鎌倉みんなの家 14:00~17:00(受付13:30~)
ジャズスタンダードをピアノの生演奏で楽しく歌います。発声練習、英
語発音指導あり。カタカナ付歌詞を配布します。各種イベントあり
指導者:福島ミサト
会費2,000円 30名 ☎福島☎/FAX 39-1002

カンツォーネ・カサウリア

(土)月2回 10:00~12:00
①7/12 ②7/26 手広中学校
③8/9 第一小学校 ④8/23 御成小学校
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(見学体験無料歓迎・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

クリスタルボウルを聴く会

7/12(土)、8/3(日)・30(土)14:00~16:00
場所 玉縄学習センター 和室(7/12は第4集会室)
横になってクリスタルボウル12個と天使の響きコシチャイム4種の倍音
演奏を浴びスッキリします。翌日の体の変化も楽しんでください
演奏者 アルキオーネ
会費1回2,000円 各回5~10名
☎中川☎46-6667(コールバック) alcrystal1217@gmail.com

小町「気持晴れ晴れ朗詠体験教室」

7/15・29、8/5・26 (火) 月2回 14:00~16:00

場所 鎌倉生涯学習センター

評判の漫談調人気講師で教室満杯！ ぶらりと出かけて青春体験してみませんか？ 大きな声を出して気持晴れ晴れ笑顔で帰宅と大評判！
講師：江端江岳（岳風会 師範十段）

体験2回無料 会費月1,000円 入会金1,000円（教材費含む） 2名

☎江端☎090-8877-7016（ショートメール、留守電可）

名越やすらぎコーラス部

第2・4 (月) 月2回 9:50~11:30

場所 名越やすらぎセンター（市役所から9:30発無料送迎バスあり）

女性10名男性5名の混声合唱。10/11 (土) の名越フェスティバルの舞台発表に向けて練習中。ほかのクラブとのコラボも楽しい。ぜひご来場を！
指導者：塩津まゆみ

月会費1,000円 ☎☎ 正田☎090-1801-6767 FAX 38-7614

カラオケサークル あじさい会

第1・3 (月) 月2回 10:00~11:30

場所 ミュージックボックス（大船2-6-26）

歌謡曲を大きな声で楽しく歌い、月に1曲仕上げ発表します。仲間と和やかに歓談し、花を咲かせる楽しい会です。見学自由
指導者：下村雄士（作詞・作曲家）

月会費3,000円 ☎☎ 梅本☎080-3548-1013

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

魅惑のドイツリート（歌曲）

(火) 月2回 9:30~11:00（9月からは10:00~11:30）

場所 大船学習センター・鎌倉生涯学習センター ほか

素敵なドイツ歌曲を詩やその背景と共に紹介し皆で歌っていく会です。発声やドイツ語も初めてから習えるので歌の世界に浸れて楽しいです。無料体験に参加を！

指導者：荒井恵美（東京芸術大学卒業、二期会会員）

会費3,500円 施設費500円

☎☎ 村山☎31-6162（留守電可。名前を。後ほど連絡）

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

中級以上で弾ける方。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

団員募集 鎌倉男声合唱団「牧神」

(火) 月4回 14:00~16:00

場所 鎌倉生涯学習センター 音楽室、鎌倉ロジュマン 集会室 ほか

男声合唱の豊かな響きをご一緒に楽しみませんか。来年春の定演に向け、アカペラ・オペラ合唱・昭和歌謡など練習中。見学歓迎！
指導者：佐藤 望（二期会会員、バリトン）

団費6,000円

☎☎ (代表) 北☎43-3375 harry@beige.ocn.ne.jp

ホームページあり

コーラスみどり

第2・4 (水) 月2回 10:30~12:00

場所 今泉さわやかセンター

いろいろなジャンルの懐かしい曲を歌っています。レッスン前の発声練習や体操も好評です!! ご一緒に楽しみましょう
指導者：高原佐永子

会費2,000円/月 ☎☎ 小泉☎090-4267-6082

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引き合い、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

ドリーマーズジャズコーラス

第2・4 (木) 月2回 14:00~16:00

場所（原則）大船学習センター

ジャズのスタンダード曲をピアノ伴奏の二部構成コーラスで歌います。現在20名程度です。楽しく歌いましょう
指導者：高橋興子

月会費2,000円 若干名 ☎☎ 井上☎090-7201-3612

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
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 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♪ 男性メンバー活躍中

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サーカス元メンバーお二人のご指導で楽しくポップ音楽を歌いましょう。楽譜が読めなくてもOK！
指導者：原順子・叶央介（現2 VOICE）

レッスン料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

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

腹式呼吸で健康に良いハーモニカ。なつかしい音色の曲。一緒に吹きませんか？
指導者：萩野谷典子

会費3,000円 若干名

☎☎ 兵藤☎/ FAX 46-2013 khkt242@gmail.com

こずえサロンアザレア会

(土) 月1回 10:30~12:30

場所 鎌倉生涯学習センター音楽室

映像で映した歌詞などを見ながらその時の季節にあった歌を歌います。手話、合奏なども楽しめます。ゲストはカントリーソングのステージコーチAのグループです
講師：河井こずえ

会費1,500円 30名

☎☎ 八ガキ 〒248-0011 扇ガ谷3-5-2 河井こずえ

☎☎ 河井☎/ FAX 24-3921

声楽独唱の会

第3(土)月1回 14:00~16:00

場所 きらら大船3F 第1集会室

声楽曲をピアノ伴奏と共に歌うサークルです。参加者が互いに聴き合って、歌曲を楽しむ気楽なサークルです。メンバー募集
指導者:佐多明美

会費1,000円 入会金500円 5名

☎ 佐多 ☎080-3485-0862 akemicanegrade@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(会場費別途) 3名 ☎ 小西 ☎91-2361

ワンコイン500円で楽しめる! 昭和を唄う会

(土・日)または平日 月約3回 14:30~15:30

場所 鎌倉生涯学習センター2F 音楽室

懐かしい昭和時代の名曲、歌謡曲、フォークソングなどを、皆で昭和を想い出しながら楽しむ会。見学歓迎

会費500円 ☎ 昭和を唄う会 ☎24-5695

民謡(唄)と三味線にふれてみよう

(水)午後、(木)午前 1回1時間 日時応相談

場所 大船自宅教室(大船4丁目)

三味線の技術習得と楽しく大声で唄うことの楽しさを体験します。継続も可能です
講師:伊丹浩子

受講料1,000円(1時間) ☎ 伊丹 ☎090-7835-2506

ピアノ教室

(火・水・金)月3回 日時応相談

場所 玉縄幼稚園ほか 玉縄教室

ピアノを楽しく長く続けるように、お1人ずつにあわせて大切にレッスン致します。子供から大人まで

会費5,000円 ☎ 松岡 ☎44-6643

「ピアノ~始めませんか」

(月~日)(応相談) 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 ☎/FAX 44-6693

楽しいウクレレ教室 原則として個人レッスン、複数の申し込み可

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)(自宅訪問可)

御成小学校 多目的室(平日は夜間、土・日・祝は午前・午後・夜間)

ギターの弾き語り。入門者、再挑戦者 初級→中級志向の方 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(9:00~19:00)

music-astudio0103@au.com

こずえサロンピアノ教室

日時応相談 月1~2回 場所 河井宅(扇ガ谷3-5-2)

好きな曲をピアノで弾きませんか。楽しくご指導します。幼児から大人まで

講師:河井こずえ(東京学芸大学音楽科卒)

受講料2,500円 2名

☎ ハガキ 〒248-0011 扇ガ谷3-5-2 河井こずえ

☎ 河井 ☎/FAX 24-3921

「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 ☎ 辻村 ☎46-1762

カトレヤカルチャー教室

場所 カトレヤビル4F カトレヤレンタルスタジオ(小町1-5-27)

新	フラ・スタジオコナプリーズ	第2(水)午後 第1・4(金)午後	加瀬永利子
	フェルデンクライス	第1・2・4(水)午後	三浦真紀子
講	me-calmer (Heal Mind & Body Exercise) クラス	(木)午前	高木美香
	me-calmer (Heal Mind & Body Chair Exercise) クラス	第3(木)午後	
健	カポエイラ	(土)午前	鎌倉カポエイラ By MSC
	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
康	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	ボスチャー 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
操	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
	はるみキッズダンスSmile	(火)夕方・夜	たつたはるみ
ダ	ZUMBA(ズンバ)	(月)夜	NORIKO
	K-POP&HIPHOP Dance	キッズ(月)夕方 小中高生(水)夕方・夜	
ソ	ヒップホップダンス	(月)夕方/(火)夕方/ (金)夕方/(土)夜	Each Other Dance&Vocal School
	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
ハ	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	大人のためのバレエレッスン	(金)昼	西田里菜
		第1・3(土)午後	今岡由佳
エ	パー・アスティエ	第2・4(金)夜/ 第4(日)午前	阿部のぞみ
	タヒチアンダンス	第2・4(水)夕方・夜	YUKA
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
ラ	ナーブアメリカフラススタジオ	(火)昼	星野希代子
	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)
チ	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

☎ カトレヤオフィス ☎23-2530で講座連絡先をお伝えします

令和の寺子屋TEM

実施日時 講座ごとWeb参照 月5～10回

場所 きらら鎌倉・玉縄・深沢など

ドイツの地域クラブの理念=子供～大人までを掲げつつ、教養・文化・スポーツなどの講座や体験学習を行います。詳細はWeb「令和の寺子屋TEM」検索

講師：大学・高校教員・大学生など（講座ごと）

受講料・教材費 講座ごと 募集人数 講座ごと

各講座講師 パソコン・携帯から「令和の寺子屋TEM」を検索

☎（代表）七海 ☎080-1239-0739 FAX 45-5689

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か月分） 教材費

色鉛筆で描く動物たち	第2・4（月）	10：15～12：15	5,940円
（全12回）ゼロからゆっくり学ぶ 韓国語・超入門	一日体験 7/5（土）	9：45～10：45	体験費550円 スタート後5,280円 初回テキスト代1,100円
日本画	（水）	10：00～12：30	9,240円 教材費484円
	第2・4（水）	13：00～15：30	5,280円 教材費242円
パステル画&水彩画	第2・4（水）	13：00～15：30	5,280円 教材費550円
ハワイアンキルト	第1（月）	10：05～12：05	4,620円 教材費別途
木の実とお花のアレンジメント	第3（月）	13：00～15：00	3,850円 教材費別途
オートクチュール刺繍	第3（火）	10：00～12：00	2,640円 教材費別途
フィルムで作るステンドグラス	第1（木）	13：00～16：00	3,960円 教材費別途
デクパージュ	第2・4（木）	10：00～12：00	5,280円～
つるし飾り	第1（火）	13：00～15：45	3,960円 教材費別途
切り絵	第1（火）	13：00～16：00	3,960円
実用の書	第1（日）	10：00～12：00	3,300円
ラテン語の歌を歌おう	第1・3（火）	10：05～11：05	5,280円
（30分個人） 楽しいボイストレーニング	第1・3（土）	15：30～19：00	6,600円
	第1（土）	15：30～19：00	3,960円
	第3（土）	15：30～19：00	3,960円
やさしい端唄・三味線	第3（日）	13：00～14：40	3,960円
ホームヨーガ	第2・4（水）	10：15～11：45	5,280円
シアタージャズダンス	（木）	14：30～15：45	7,920円
バトントワリング※	第1・3（月）	16：00～16：50（4歳～小2）	4,620円
		16：55～18：05（小3以上）	5,280円
合気道	（火）	16：15～17：25（3歳～小学生）	7,260円
		17：40～18：50（小学生高学年）	
ミュージカルタップ※	第2・4（月）	16：40～17：40（幼児～小学生） 17：50～18：50（小学生～中学生）	5,280円
こども美術教室※	第1・3（月）	17：00～18：30	5,280円 教材費550円
子供のアトリエ※	第1・3（水）	16：00～17：30	4,620円 教材費550円
キッズイングリッシュ※	第2・4（土）	10：00～11：00（小1～小3）	5,280円 テキスト代別途
		11：10～12：10（小4～小5）	

※子ども・親子講座1か月チャレンジキャンペーン受付中です
（6・7・8月中の1か月間 1か月分の受講料でお試し受講ができます）

【夏休みワークショップ】

アイシングクッキー	7/29（火）	10：00～12：00	1,650円 教材費2,310円
	8/10（日）	13：00～15：00	
うちわアート	7/29（火）	13：00～15：00	1,650円 教材費1,870円
指編みで作るもふもふ♡あにまる	7/20（日）	10：00～11：30	1,760円 教材費1,320円
		13：00～14：30	
押し花で作るアロマワックスバー	7/29（火）	10：00～12：00	1,650円 教材費1,430円
フィルムで作るステンドグラス	7/29（火）	10：00～12：00	2,200円 教材費2,200円
チョークアート	8/11（月）	13：00～15：00	2,200円 教材費1,790円
ボンボンのアイスクリーム	7/29（火）	13：00～15：00	1,650円 教材費330円
	8/17（日）	10：00～12：00	
初めてのテラリウム	7/29（火）	13：00～15：00	3,300円 教材費1,980円
	8/16（土）	10：00～12：00	
ミニチュアフードのハンバーガーセット	7/29（火）	10：00～12：00	2,200円 教材費3,080円
ミニチュアフードのフライング炒飯	7/29（火）	13：00～15：00	2,200円 教材費3,080円
ミニチュアフードのメロンパフェ	8/16（土）	10：00～12：00	2,200円 教材費2,200円
ミニチュアフードの焼きそば	8/16（土）	13：00～15：00	2,200円 教材費2,200円

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

内容等変更することがございますので、詳細はヨークカルチャーセンター大船までお問い合わせください

☎☎ ヨークカルチャーセンター大船 ☎47-4191（代）FAX 46-3394



いろいろ情報

NPO法人 鎌倉ガイド協会

7月の「古都鎌倉史跡めぐり」

Aコース（半日コース）

金沢文庫と称名寺で金沢北条氏を学ぶ

一学芸員のお話を伺い企画展と悠久の浄土庭園を満喫一

金沢文庫駅～金沢文庫～称名寺～称名寺境内（一次解散）～金沢文庫駅東口（解散12：30頃） [徒歩距離：約4km、高低差ややあり]

7/2(水)・4(金)・8(火)

集合：京急金沢文庫駅西口階段下広場

(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は使用しません）拝観料250円（65歳以上100円） 各日60名

※雨天時、北条実時墓所には行きません

Bコース（半日コース）

中世都市鎌倉の遺跡と武家文化

鎌倉駅～御成小正門前～鎌倉歴史文化交流館～北条時房・顕時邸跡～北条泰時邸跡～横浜国大付属校正門前～鶴岡八幡宮（解散12：30頃） [徒歩距離：約3.5km、高低差なし]

7/15(火)・18(金)

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を使用）拝観料400円（鎌倉市民は無料 要証明書） 各日60名

Cコース（半日コース）

禅居院本堂昇堂・聖観世音特別拝観

一建長寺塔頭寺院での法話・椅子坐禅・読経体験！一

北鎌倉駅～禅居院～円応寺～鶴岡八幡宮（源平池）～鎌倉駅（解散12：30頃と16：30頃） [徒歩距離：約2km、高低差なし]

7/9(水)午前・午後、10(木)午後

集合：北鎌倉駅東口（円覚寺側）

(受付9日午前 9：00～最終出発9：30

9日午後/10日午後 13：00～最終出発13：30)

参加費800円（ガイドングレシーバーを使用）拝観料1,300円 各回45名

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付済み申込書原紙をお持ちください）

★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・干住所・電話、同伴者名・年齢・性別を明記）

各実施日の3日前締切

〒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）
ホームページあり

ご注意：荒天（強風・豪雨等）以外は実施します。「熱中症警戒アラート」発令時はコースを変更します。「熱中症特別警戒アラート」発令時、史跡めぐりは中止します。お一人での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

NPO法人 山崎・谷戸の会

9：30～12：00・19：00～20：30

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
7月	6(日) 田の草取り 20(日) 田の草取り	7(月) さといもの草取り・土寄せ	13(日) 雑木林の下草刈り 20(日) 草刈りして水路整備	11(金) 梅干し作り(赤じそ仕込み)	5(土) 夜の自然パトロール3
8月	17(日) 畔の草刈り	25(月) 大根畑の耕し、長ねぎの土寄せ	3(日) アズマネザサの除去 24(日) 刈払い機で草刈り		13(水) 水の生物の観察 20(水) バッタの観察

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

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

（公財）鎌倉風致保存会

お話サロン「南極昭和基地の建設を通して感じたこと」

7/5(土) 14：30～16：30（受付開始 14：15～）

場所 鎌倉生涯学習センター 3F 第5集会室

毎年のように建設が進む南極昭和基地。今現在も越冬中。なぜ、南極で観測する必要があるかなど、建設担当者の講師からお話しします
※要事前申込

講師：大谷雅彦（全国森林インストラクター神奈川会）

無料 20名 ④ 7/1(火) 締切

歴史ウォーク「手掘りの地下空間 田谷の洞窟とその周辺を訪ねて」

7/9(水) 9：30～12：30（受付開始 9：15～）

場所 長尾岩跡、田谷の洞窟（横浜市栄区）

コース：JR大船駅西口（集合）→長尾岩跡→田谷の洞窟（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（歴史研究者）

受講料一般1,000円 会員無料（別途拝観料400円） 15名

④ 7/5(土) 締切

みどりウォーク「鎌倉広町緑地の植物を訪ねて」

7/16(水) 9：30～11：30（受付開始 9：15～）

場所 鎌倉広町緑地（鎌倉市津）

鎌倉広町緑地を歩きながら、夏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1,000円 会員無料 15名 ④ 7/12(土) 締切

藍染体験教室

7/30(水) 10：00～12：00

場所 鎌倉生涯学習センター 美術創作室

天然のインド藍を使った、初心者向けの簡単な絞り染めの体験教室

持ち物：①藍染したい物を1点（大きさは60cm×60cm程度まで。絹、毛、綿が染まりやすい）、②はさみ、③ゴム手袋、④エプロン、⑤作品を持ち帰るビニール袋

※服装：汚れてもよい服装ならびに履物

※要事前申込

講師：矢野佳江（染色家）

受講料一般1,000円 会員500円 15名 ④ 7/24(木) 締切

OpenMUJI展示「鎌倉風致保存会ってなに？（仮題）」

8/1(金)～3(日) 10：00～17：00

(初日13：00～、最終日～15：00)

場所 MUJlcomホテルメトロポリタン鎌倉 OpenMUJI（ホテルメトロポリタン鎌倉1F）

鎌倉風致保存会のあゆみや活動について紹介する展示

無料

家族でお話サロン「鎌倉のみどりの保全について学ぼう！」

8/11(月・祝) 9：30～11：30（受付開始 9：15～）

場所 鎌倉生涯学習センター 4F 第7集会室

鎌倉のみどりの保全について、お父さん、お母さんとお子さんと、また、おじいさん、おばあさんとお孫さんで学びませんか。夏休みの自由研究の題材にも最適！

※要事前申込

講師：石山由夫（（公財）鎌倉風致保存会常務理事）

無料 20名 ④ 8/6(水) 締切

歴史ウォーク座学

「畠山重忠ゆかりの比企郡嵐山を訪ねて」

8/30(土) 14：30～16：30（受付開始 14：15～）

場所 鎌倉生涯学習センター 3F 第5集会室

10/4実施の歴史ウォーク「畠山重忠ゆかりの比企郡嵐山を訪ねて」の座学。畠山重忠についてや、居館菅谷館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 8/26(火) 締切

（公財）鎌倉風致保存会

☎23-6621 ④(日・月・祝) ④(月)が祝日の場合は(火)も
FAX 23-6631 fuhchi@fsinet.or.jp

マンション管理組合交流会

7/12(土) 隔月(奇数月) 9:00~11:00
場所 鎌倉生涯学習センター 4F 第7集会室

マンションに関する問題・疑問・悩みを話し合います。ほかのマンションではどう対処しているか。マンション管理士が助言します
講師: 米久保靖二

無料 若干名

☎ ハガキ 〒238-0054 横須賀市汐見台2-24-8 米久保靖二
☎ 米久保 ☎080-3150-9347

NPO法人 鎌倉成年後見支援センター(鎌倉みまもり) 月例 無料相談会

7/18、8/15 月1回 10:00~12:00
場所 鎌倉市市民活動センター 2F 会議室

「鎌倉みまもり」では毎月、遺言・相続・成年後見に関する無料相談会を実施しています。ご興味のある方はお気軽にお越しください

☎ 理事長(川田) ☎53-7025 FAX 53-7026

年金学習会・相談会(年金者組合鎌倉支部)

7/22、8/26(火) 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について学びます。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」で検索
講師: 夏野弘司(社労士)

会費なし。初めての方、教材費500円 ☎ 内山 ☎0466-23-7581

アメリカの高校生ホストファミリー募集

7/25(金)~28(月) 3泊4日

アメリカの高校生男女12名のホストファミリーを募集中。1家庭1名~2名の受入れをお願いします。謝金あり。気軽にお問合せを

☎ 湘南国際交流会 homestay.kamakura.sia@gmail.com

障害年金・障害者手帳個別相談会(無料)

7月、8月の(土) 月4回 9:00~12:00
場所 NPOセンター鎌倉 2F 会議室(原則)

障害、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、障害者手帳(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 ☎ 電話

☎ 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

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 六地蔵そば)

2F: 壁全面鏡、床はリノリウム、バレエ用バーあり。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、教室仕様。約30坪の広いスペース

使用料、空き状況についてはお問い合わせを

☎ 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 ☎(火・木・金) 11:00~17:00

場所 ティータイム2F(大船仲通り商店街・大船駅東口1分)

オープンスペースの活用法として教室を時間で貸します。カルチャー教室の個人授業として講師の個性を生かした教室を開いてください

☎ 開 ガラリー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」

9:30~11:30 ※いずれも現地集合 9:20

7/5(土) 建長寺回春院 7/12(土) 十二所果樹園

7/19(土) 御谷山林 7/26(土) 十二所果樹園

7/29(火) 内藤家墓地 8/20(水) 浄光明寺

8/30(土) 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についていねいに指導(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

☎ 開(公財)鎌倉風致保存会

☎23-6621 ☎(日・祝・月) <(月)が祝日の場合は(火)も☎

FAX 23-6631 fuhchi@fsinet.or.jp

男性ボラ・ヤローズ

月例会 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入れ(庭整備、小宮繕など)、障がい者介護の支援などです。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

☎ ハガキ 大船1868-2-508 中山恒夫

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

後援 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	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				

30
60
まで

き
り
と
り
線

- 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)

学習センター（鎌倉・腰越・深沢・大船・玉縄・玉縄分室）集会室等の利用時間枠の変更について

学習センターの利用時間枠は令和7年（2025年）9月1日から、次のとおり変更となります。
 変更後の利用時間枠での抽選申込は令和7年（2025年）5月1日からとなります。
 なお、抽選申込方法に変更はありません。

●変更後（令和7年度予定）

利用時間枠	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時
	① 9時から 10時まで	② 10時から 12時まで		利用時間外	③ 13時から 15時まで	④ 15時から 17時まで	⑤ 17時から 19時まで	⑥ 19時から 21時まで	⑦ 21時から 22時まで				

* 今回の変更の対象は、集会室、音楽室、和室、美術創作室及び料理実習室です。* ホールの変更は行いません。

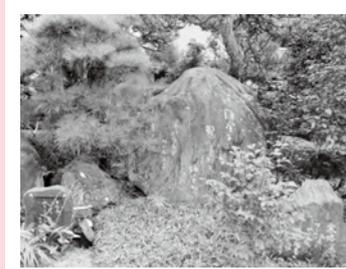
* 主な変更点

- ・ 使いづらいとの意見が多数あった 11：30～13：30 の枠を改善し、午前中を 9：00～10：00 までの 1 時間と 10：00～12：00 までの 2 時間の 2 枠としています。
- ・ 午後及び夜間については、入替時間を廃止し、21 時の閉館時間まで 2 時間枠としています。

■お問合せ先（事務担当）■
 鎌倉市 教育文化財部 生涯学習課 生涯学習担当
 Tel：0467-61-3912

『鎌倉萌』の発行と原稿締切について

- 次の『鎌倉萌』の発行は、
9・10月号です（発行日 8月26日（火））
原稿締切は 7月22日（火）です。
- その次の『鎌倉萌』の発行は、
11・12月号です（発行日 10月28日（火））
原稿締切は 9月24日（水）です。



虚子立子記念館（館内の虚子と立子の句碑）

- ・ 鎌倉を驚かしたる 余寒あり（虚子）
- ・ 父がつけし 我が名立子や 月を仰ぐ（立子）



建長寺鐘楼（国宝の鐘）の漱石の俳句立札

- ・ 「鐘つけば 銀杏散るなり 建長寺」（漱石）
- 子規の「柿食えば…」は漱石の句を参考にしたと推測されている

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もあります。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）
 〒248-0006 小町1-10-5
 （休館日 毎月最終月曜）

【情報掲載の問い合わせ】 TEL **0467-25-2030**
 （平日9：00～17：00）

【原稿の送付先】 FAX **0467-22-1428**

『編集つれづれ』

鎌倉は映画やテレビにしばしば登場する。今年2月から公開された映画「ゆきてかへらぬ」では、妙本寺の満開のカイドウの木の下で、詩人中原中也と文芸評論家小林秀雄が語らう場面があった。これは小林秀雄が「中原中也の思ひ出」の中で、「祖師堂前のカイドウの下で語り合った」と書いていることに由来する。また、心身を病んだ中也が空っぽの乳母車を押す場面では「ここ見たことあるような…？」と不思議な感覚に。エンドロールに「浄智寺」の文字を見つけ、後日浄智寺を訪れて「そう！ここだ！」と嬉しくなった。カイドウと桜が同時に楽しめる時期に、私は映画の場面を思い出しながら妙本寺も訪れた。3月には川端康成原作の映画「山の音」（1954年）がNHK-BSで放映され、撮影当時の鎌倉駅や横須賀線の様子をうかがい知ることができた。そして4月からはテレビドラマ「続・続・最後から二番目の恋」が始まり、これは我が家のご近所さんの物語である。「あそこに住んでいるなら長谷駅を使えばいいのに。わざわざ極楽寺駅から通勤とはご苦労様」などツッコミを入れながら楽しんでいる。極楽寺駅の方が見栄えがするから仕方がない。映画やテレビに登場する場所を目当てに国内外から多くの方が鎌倉を訪れる。そんな素敵な場所を当たり前のように目にしている自分の日常を幸せだと思ふ。（F. U）

