



広報 かまくら

命を守るプロが教える

熱中症

必見

予防対策

気温が上がり始めたこの時季から、
熱中症にならないためにできることがあります。
まずは熱中症について知ってほしいこと、
普段の生活の中で気を付けることなど、
命を守るプロが、必見の予防対策をご紹介します。

救急救命士



自分の感覚だけを
信じてはダメ

栄養士



予防の一步は
食事から

保健師



暑さに備えた
体・環境づくりを

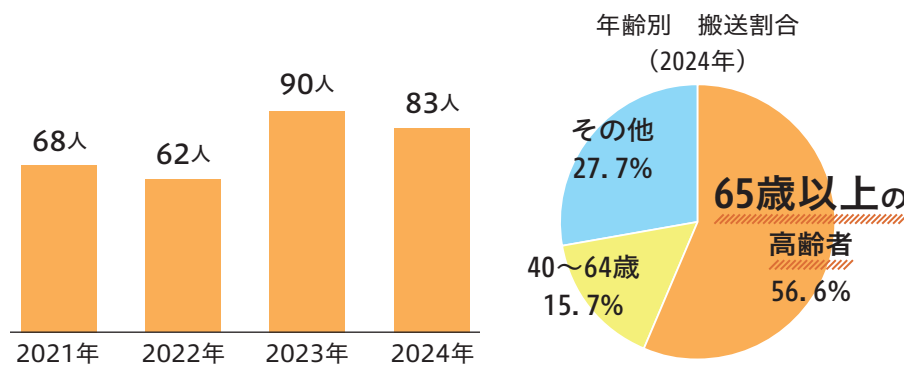
熱中症から命を守る

熱中症の症状



「熱中症」は、高温多湿な環境下で、発汗による体温調節などがうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく、室内で何もしていないときでも発症します。中等症でも入院治療が必要になることもあり、重症化すると入院が長期になり、後遺症の心配もあります。場合によっては死亡することもありますので、何より予防が大切です。

市内の熱中症発生状況(搬送数)



市内では、昨年83人が熱中症で救急搬送されています。前年からは微減していますが、全国的には増加傾向にあります。「まだ熱中症になる季節ではない」、「自分は大丈夫」など、油断は禁物です。

現場のお話を聞きました。「高齢者は特にご注意を！」

救急車を呼ぶ必要がある症状を教えてください。

熱中症は毎年いつ頃から発生し、どんなときに増えますか。

救急搬送件数は、7～8月が最も多くなりますが、梅雨入りの5月から発生しています。体が暑さに慣れていない時期や梅雨の晴れ間、また前日に比べて気温や湿度が著しく上がったときなどに、発生件数は増加する傾向にあります。

救急要請はどんな場所からが多いですか。現場に駆け付けた救急隊員だからこそ気付いたことがあれば教えてください。

住居内からの要請が多く、エアコンを付けないで就寝していた高齢者が目立ちます。室温も湿度も高い状態で、換気も重要だと感じました。高温により脳がダメージを受けると取り返しがつきません。また、夜間にトイレに起きるのが嫌で水分を控える高齢者も多く見受けられます。社会全体で、熱中症に対する危険性の認識が甘いと感じます。

熱中症は健康な人でも突然発症することがあります。特定の環境を避ければ予防できるところが、他の病気とは違います。脱水状態になると、脳梗塞や心筋梗塞のリスクも高まります。まずは室内での発生が一番多いことを知っていただき、自分の感覚だけに頼らず温度計などの確認や、エアコン・除湿機の活用、喉がかわく前の水分補給も意識的に心掛けましょう。

熱中症は毎年いつ頃から発生し、どんなときに増えますか。

救急搬送件数は、7～8月が最も多くなりますが、梅雨入りの5月から発生しています。体が暑さに慣れていない時期や梅雨の晴れ間、また前日に比べて気温や湿度が著しく上がったときなどに、発生件数は増加する傾向にあります。

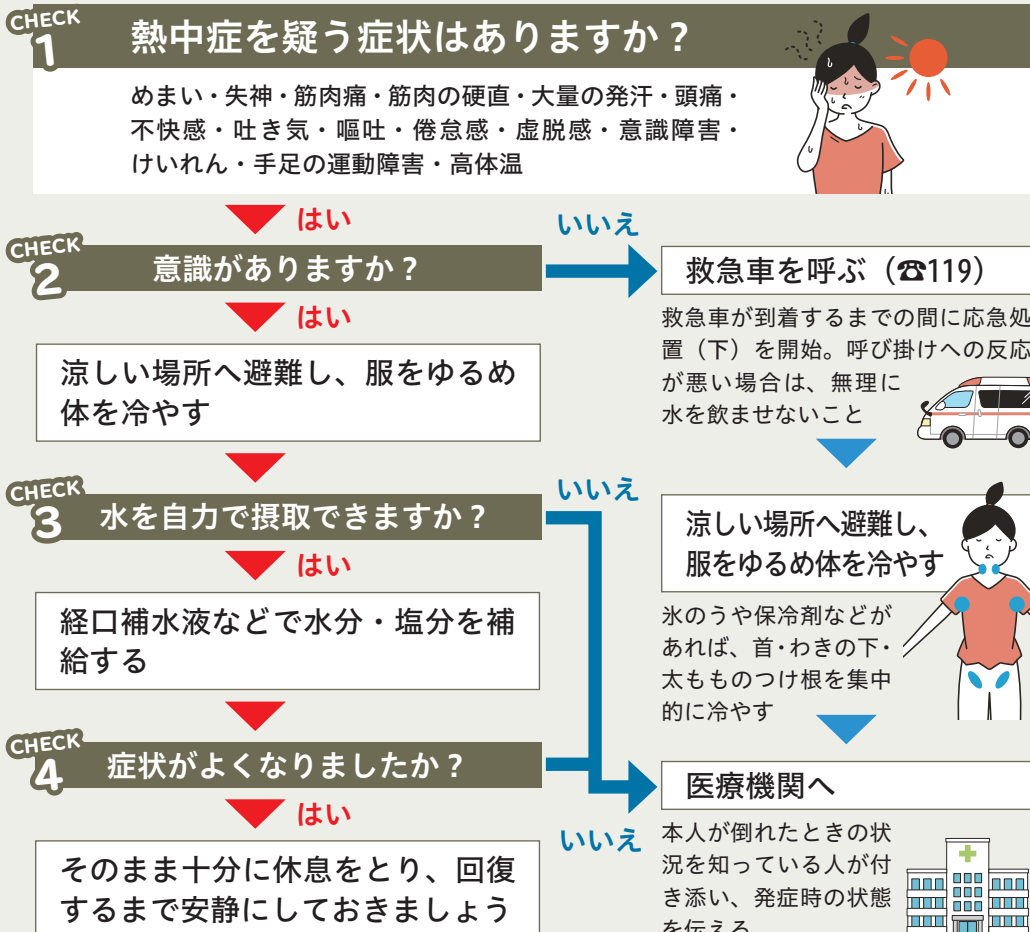
熱中症は健康な人でも突然発症することがあります。特定の環境を避ければ予防できるところが、他の病気とは違います。脱水状態になると、脳梗塞や心筋梗塞のリスクも高まります。まずは室内での発生が一番多いことを知っていただき、自分の感覚だけに頼らず温度計などの確認や、エアコン・除湿機の活用、喉がかわく前の水分補給も意識的に心掛けましょう。

熱中症は健康な人でも突然発症することがあります。特定の環境を避ければ予防できるところが、他の病気とは違います。脱水状態になると、脳梗塞や心筋梗塞のリスクも高まります。まずは室内での発生が一番多いことを知っていただき、自分の感覚だけに頼らず温度計などの確認や、エアコン・除湿機の活用、喉がかわく前の水分補給も意識的に心掛けましょう。



大船消防署・救急隊長

熱中症の応急処置 ～熱中症かな？と思ったら～



熱中症(特別)警戒アラート

熱中症の危険性が極めて高くなると予想される場合、環境省が発表します。ひとごとと思わず、暑さから自分の身を守る準備と行動を改めて確認し、実行しましょう。

- 不要不急の外出はできるだけ控える
- 外での運動は、原則中止・延期

「熱中症警戒アラート」の発表を市公式LINEでお知らせしています。ご登録を！



暑さ指数をチェック



設置イメージ

6月中旬(予定)、市役所敷地内に暑さ指数(熱中症の危険度を判断する数値)をお知らせする看板を設置します。

子どもやペットの車内放置は虐待です

夏場の車内は想像以上に短時間で高温になり、とても危険です。わずかな時間でも、絶対に子どもやペットを残したまま車から離れないでください。キーの置き忘れによりロックされるトラブルも発生しているので気を付けましょう。



保健師に聞く予防のポイント

市民健康課 ☎61-3943



保健師

気温が上がる時季に向けて、体が暑さに慣れる準備をしましょう。汗ばむ程度の運動や入浴は、熱を放出しやすい体にします。体調と相談しながら、無理せず行いましょう。

みんなに気を付けてほしいこと！

- ・こまめな水分補給
- ・通気性の良い衣服の着用
- ・熱中症警戒アラートをチェック

どこでも

- ・適切にエアコンを利用
- ・遮光カーテンやすだれを利用
- ・室温を定期的に確認

室内で

- ・日傘の利用や帽子の着用
- ・日陰の利用、休憩を忘れずに
- ・気温の高い日や天気の良い日は、日中の外出を控える

屋外で

特に注意をしてほしい人！

高齢者

65歳以上の高齢者は、体温調節機能や、暑さ・水分不足に対する感覚が弱くなっているため、特に注意が必要です。自分の感覚だけに頼らず、温度計を定期的に確認し、目安として室温が28℃を超えたら、積極的に冷房を使用しましょう。

障害のある人

自分で症状を訴えられないこともあります。周りにいる人が必要に応じて水分補給を促すなど気を配りましょう。

子ども

抱っこやベビーカーは、熱がこもりやすくなるので注意が必要です。お出掛けのときは、こまめな水分補給のための水筒や、頭部や背中を冷やす保冷剤を忘れずに。クールシェアスポット（下記）もご活用ください。

持病のある人

服薬を忘れずに。経口補水液などは、塩分・糖分が体に影響を与える可能性があるため、かかりつけ医に相談を。

栄養士に聞く調理・献立のアドバイス

例えば

夏の定番
そうめんを
使って



ゆで方の工夫

沸騰したお湯に麺を入れたら、鍋にふたをして火を止めます。表示のゆで時間プラス2～3分放置すると、ゆであがります。

火を使う時間の短縮！

お好みでレトルト食品をつけだれにプラス

- 麻婆豆腐の素と豆乳
- カレー
- トマト系のパスタソース

味を変えて、辛味などで食欲を刺激！
レトルト食品は加圧加熱殺菌済みなので温めなくてもOK！（商品パッケージの確認を）

おすすめトッピング

タンパク質…ゆで卵・温泉卵のほか、火を使わずに食べられる、サラダチキン・ツナ・鮭フレーク・かまぼこ・納豆なども
ビタミン・ミネラル…トマトやキュウリなど切るだけで食べられる夏野菜や薬味、わかめやめかぶなどの海藻類

→組み合わせることで栄養バランスがアップ！



栄養士

バランスの良い食事とこまめな水分補給で夏を乗り切りましょう。



スーパーやコンビニで
食事を選ぶときのポイント

作る元気や時間がないときでも食事はしっかり摂りましょう。主食（米、パン、麺類などの食品）、主菜（肉、魚、卵、納豆や豆腐など大豆製品の入った食品）、副菜（野菜、きのこ、海藻類の入った食品）を組み合わせると、必要なエネルギーや栄養素をバランス良く摂ることができ、吸収も良くなるので理想的です。意識して選んでください。

組み合わせ例

- ・おにぎり2個 + ゆで卵 + 具だくさんスープ
- ・ハムとレタスのサンドイッチ + バナナ + ヨーグルト
- ・幕の内弁当 + カットフルーツ（パイナップル・スイカ・リンゴなど）
- ・とろろそば + だし巻き卵 + きゅうりの浅漬け

【調理と味付けの工夫】

室温を上げない電子レンジ調理がおすすめです。冷たい物ほど越しが良いですが、胃腸機能を低下させてしまうので摂り過ぎに注意してください。

酸味のあるものは食欲を増進させるので、酢・梅干し・レモンなどの柑橘類を味付けに使うのもおすすめです。

【水分補給のコツ】

水やむぎ茶などをこまめに飲みましょう。塩分や糖分は食事に含まれているので、日常生活の水分補給では、追加摂取の必要はありません。

運動をしたり、熱中症の初期症状などで多量の汗をかいている場合は、スポーツ飲料や経口補水液を。

【予防は前日から始まっています】

日頃から規則正しい生活などを心掛けていれば、特別な熱中症予防は必要ありません。

お酒を飲み過ぎた翌日は、アルコールの利尿作用で脱水状態になりますので、飲酒はほどほどに。また、寝不足は体温調整機能を低下させるので十分な睡眠をとりましょう。食事は抜かず、必要な栄養素を摂り、体力をつけましょう。

◎クールシェアスポットのご利用を◎

環境政策課 ☎61-3421

家庭などでの使用電力を減らし、夏場の節電促進や外出時の熱中症予防につなげる取り組みとして、公共施設や、協力していただいている民間施設を「クールシェアスポット（涼める場所）」として開放しています。

◆公共施設◆

市役所本庁舎・支所・中央図書館・鎌倉生涯学習センター・福祉センター・体育館（大船・鎌倉）・老人福祉センター・鎌倉芸術館 ほか

詳しくは市HPを▼



市と大塚製薬株式会社は、市民等の熱中症対策および健康増進などを図ることを目的に「熱中症対策等の推進に関する包括連携協定」を締結しています。

涼める
場所
あります

クールシェアスポット
お気軽にご利用ください

利用案内 施設のルールをお守りください

お知らせ

市役所の住所・
電話番号などは
12面で確認を

環境センターの電話
番号が変わります

7月からの番号は☎53局
8321です。粗大ごみ収
集予約の際も、こちらの番
号をご利用ください。

環境センター☎44局53
44(6月まで)

市民課・保険年金課
土曜窓口の開設

6月14日・28日：午前9時
～午後5時(マイナンバ
ー関連は4時まで。混雑
状況により時間前に終了
する場合あり。正午～午
後1時は市民課の証明書
の交付のみ)

保険年金課は、国民健康
保険の各種届け出・申請業
務のみ。内容により受け付け
できないものもあります。

☎市民課☎61局3902
☎保険年金課☎61局3954

はらつとミーティング

市長と話そう！

地域共生課☎61-3864

あなたが思い描く未来の鎌倉や、生活の困りごとなど、
松尾市長と気軽にお話ししませんか？ 申し込み不要。

- ◆ 6/7(土)…満福寺(腰越)
 - ◆ 6/14(土)…鎌倉市農協連即売所(小町)
- 時間はいずれも 13:30～15:30

詳細▶



納期限のお知らせ

【市・県民税・森林環境税】
普通徴収の第1期の納期
限は6月30日(月)です。
☎納税課☎61局3915

【国民健康保険料】

第1期の納期限は6月30
日(月)です。今年度の保
険料の納入通知書は、6月
16日に世帯主宛てに発送し
ます。

☎保険年金課☎61局3955

令和7年度市・県 民税・森林環境税 納税通知書

【市から郵便で届く人】

普通徴収(個人納付)の
人と、公的年金から特別徴
収(天引き)される人には、
6月上旬に発送予定です。
非課税となった人には、通
知書を発送しません(還付
金のある場合を除く)。

普通徴収の人☎納付書に記
載された納期限を確認し、
第1期から順に納付を

年金から特別徴収される人
☎原則4月1日現在、65歳
以上の公的年金受給者
は、次のとおり年金から
徴収されます

▼初めて年金から特別徴収
される人(再開する場合
も含む)☎年税額の半分
を普通徴収、残りを特別
徴収

▼継続して特別徴収される
人☎4・6・8月は前年度
の年税額の6分の1ずつ
を仮徴収。10・12・2月は、
今年度の年税額からす
でに徴収した分を除いた額
の3分の1ずつを徴収
【勤務先経由で受け取る人】
給与所得者は原則、給与か

ら特別徴収されます。勤務
先を通じて「特別徴収税額
通知書」を配布し、今年度の
特別徴収が開始されます。
☎市民税課☎61局3921

令和7年度の 課税(所得)証明書

発行は6月2日から。ス
マホなどによる電子申請も
受け付けています。詳細は
市ホームページを。
☎納税課☎61局3911

65歳以上の介護保険料

前年の所得状況や今年度
の市民税課税状況などに
よって、決定します。保険料額
などを記した決定通知書
は、6月下旬までに発送し
ます。納期は年6回です。

【特別徴収の人】

年金(老齢・退職年金、
遺族年金、障害年金)の受
給額が年額18万円以上の
人の保険料は原則、年金から
の天引き(特別徴収)です。
第1～3期の保険料は原則、
前年度第6期と同額です。

【普通徴収の人】

年金の受給額が年額18万
円未満の人や、転入などに
より年金から天引きができ
ない人、老齢福祉年金だけ
を受給している人の保険料
は、納付書や口座振替での
納付(普通徴収)となりま
す。納付書は、各納期限の
約2週間前に発送します。

●便利な口座振替の利用を
申込書は介護保険課(本
庁舎1階)、支所、市内の金
融機関・郵便局にあります。

●保険料を滞納すると

延滞金が発生したり、介護
サービスを受ける際に自己
負担額が増え、高額介護サ
ービス費などの支給が受けら
れなくなる場合があります。

●保険料の減免

火災・風水害などによる
被災や、生活困窮で納付が
困難な場合、減免されるこ
とがありますので相談を。
☎介護保険課☎61局3949

健康診査・無料クーポン券検診 市民健康課☎61-3942

●市の健康診査・がん検診

6/4(水)から始まります。順次「健康診査受診券」を送付し
ますので、期間内に受診を(表1)。

【ご注意】

- ※昨年度受診を見送った人や、早めに受診券が必要な人は連絡を
- ※同一世帯全員が市民税非課税の人は、自己負担金の減額や免除があ
ります。受診券が届いたら、必ず健診予約前に同課に連絡を
- ※令和5・6年度に非課税切り替えを申し込んだ人は、受診券の自己
負担金が免除されていることを確認してください

【表1 受診期間】

誕生月	4月～7月	8月～11月	12月～3月
受診券送付時期	5月末	8月下旬	11月下旬
受診期間	6/4～8月	9月～11月	12月～来年2月

●無料クーポン券検診

対象者(表2)に「無料クーポン券」(ピンク色の封筒)を送
付します。利用期限は来年2/28です。

【表2 無料クーポン券検診対象者(年齢は今年4/1時点)】

検診の種類	対象者
子宮頸(けい)がん検診	20歳の女性
乳がんマンモグラフィ検診*1	40歳の女性
肝炎検診	40歳*2

*1 日曜日にも市役所(検診車)で実施します

実施日…8/31、11/16、来年1/25

予約方法などは、同封のお知らせか市ホームページを

*2 45歳以上・5歳刻みの年齢で、これまで市の同検診を受けたこ
とのない人にも発行します。希望者は連絡を

●「スマホ de ドック」(20～39歳) 囲 6/1から(先着順)

自宅で少量の血液を採取して送り、結果はスマホな
どでチェックできます。詳細は市ホームページを。



●国保特定健康診査(国民健康保険に加入の40～74歳)

保険年金課☎61-3954

生活習慣病の早期発見や予防に向けて保健指導を行うための健
診です。6/4(水)から始まります。年に1回の受診を。

国保特定健康診査の代わりに人間ドックを受診する人

…受診費用を助成します。指定医療機関以外を利用す
る場合、受診券が届く前でも受診できます。詳細は
市ホームページを



後期高齢者医療制度 「基準収入額適用 申請」など

医療機関などにかかる際
の自己負担割合が3割と判
定された人のうち、前年収
入金額が一定金額(世帯内
に被保険者1人で383万
円、2人以上で520万円)
未満の場合、申請不要で1
割か2割負担とします。

なお、転入などにより市
で収入金額が確認できない
人には、6月中旬に「基準
収入額適用申請書」を送付
しますので、提出してくだ
さい。

【資格確認書の送付】

8月1日から使用できる
資格確認書(健康保険証の
廃止に伴う、マイナ保険証
を利用しない人のための保
険資格証明)は、マイナ保
険証の有無にかかわらず全
員に、神奈川県後期高齢者
医療広域連合から7月中に
発送します。詳細は本紙7
月号を。
☎保険年金課☎61局3961

都市計画案の縦覧

「鎌倉都市計画ごみ焼却
場」と「鎌倉都市計画ごみ
処理場」の変更案を縦覧し
ます。意見がある人は、縦
覧期間中に意見書を提出す
ることが出来ます(ただし、
市民・市内在勤などの利害
関係人に限る)。

縦覧期間・場所：6月11日
(水)～25日(水) 都市
計画課(本庁舎3階)

意見書の提出：6月11日～
25日に、住所・氏名・電
話番号などを明記した所
定の用紙(同課で入手可)
を郵送(必着)・Eメール・
ファクスか直接、同課(☎
cityplan@city.kamakura.
kanagawa.jp)へ

☎都市計画課☎61局3408

指定管理者を募集

次の施設の管理運営を行
う指定管理者を募集します。
詳細は市ホームページを。
【放課後子どもひろば・子
どもの家】
対象施設：放課後子どもひ

ろばふかさわ、ふかさわ
子どもの家「すずめ」、
放課後子どもひろばたま
なわ、たまなわ子どもの
家「うさぎ」、放課後子
どもひろばせきや、せき
や子どもの家「やまゆり」
指定管理期間：令和8年4
月1日～13年3月31日

業務内容：放課後子ども教
室(子どもひろば)・学童
保育(子どもの家)の運営、
施設の維持管理など
☎青少年課☎61局3886

【児童発達支援センター】
対象施設：児童発達支援セ
ンターあおぞら園
指定管理期間：令和8年4
月1日～13年3月31日

業務内容：あおぞら園の運
営(児童発達支援業務・
保育所等訪問支援業務・
障害児相談支援業務)、
施設の維持管理など
☎発達支援室☎23局5130

子宮頸がん予防
キャッチアップ接種
の期間延長

子宮頸がんを予防するH

スズメバチの巣の 駆除費を補助

専門業者に依頼したスズ
メバチの巣の駆除費を補助
します。事前に環境保全課
(本庁舎1階)に相談を。

対象は、スズメバチが営
巣する土地が建物などを市
内に所有、使用、または管
理しており、駆除事業者に
より巣の駆除を行った個人
。ただし、市税の滞納の
ない人。

【補助額】

補助額は、駆除1件当た
りの費用(税別)の3分の
1の額(100円未満は切
り捨て)。上限は1万円。
詳細は市ホームページを。
☎環境保全課☎61局3444

傍聴者を募集

【児童福祉審議会】

家庭的保育事業などの施設の設置認可について。先着3人。

6月24日(火)：玉縄支所 午前10時30分～正午 午前10時30分までにEメールでのごも支援課(回

mirai@city.kamakura.kanagawa.jp、☎61局38061)へ。託児希望者は子どもの年齢も

【まち美化推進協議会】

第6次「まち美化行動計画」(素案)について。先着3人。

7月3日(木)：市役所第1委員会室(本庁舎2階) 午前10時～正午 7月1日までに電話で環境保全課(☎61局3453)へ

【地域公共交通活性化協議会】

「地域公共交通計画」策定に係る協議について。先着4人。

7月4日(金)：鎌倉商工会議所会館 午後3時から 6月26日～7月3日に電話で都市計画課(☎61局3658)へ

【環境審議会】

「環境基本計画」などの改定・見直しについてなど。先着2人。

7月14日(月)：鎌倉商工会議所会館 午後4時～6時 6月30日までに電話か直接環境政策課(☎61局3421、本庁舎1階)へ

技能者表彰の推薦を受け付けます

11月に表彰する優秀な技能者の推薦を受け付けます。推薦には、それぞれの技能職団体が同業者の代表者の推薦書が必要です。

対象は、市内の事業所に勤務し、次の①～③のいずれかの条件に該当する人。②・③のうち、免許資格などが必要な職種は、それを

持つ人。

①技能功労者：技能者として同一職業に30年以上従事。優れた技能を持ち、他の技能者の模範となり、引き続きその職業に従事し、指導的立場にある60歳以上の入

②優秀技能者：技能者として同一職業に15年以上従事。優れた技能を持ち、後進の模範となり、引き続きその職業に従事する35歳以上60歳未満の人

③青年優秀技能者：技能者として同一職業に7年以上従事。青年優秀技能者にふさわしい技能を持ち、将来を嘱望されている35歳未満の人

※年齢はいずれも今年11月23日時点 6月30日までに商工課(本庁舎1階、☎61局3853)へ

歴史まちづくりウォーク参加者募集

昭和初期に別荘住宅地として開発された鎌倉山がどのようにして今の姿になったのか、歩いて巡ります。

また、「歴史的風致維持向上計画」(第2期)の策定に向けて、歴史的遺産と共生するまちづくりについて、皆さんの意見やアイデアを伺います。

対象は市内在住の高校生以上。抽選10人。詳細は市ホームページか都市景観課(☎61局3465)へ。

6月28日(土)：午前8時30分～午後0時45分(市役所集合・解散。市役所・鎌倉山は市が用意する車両で移動)

6月8日までにe-kanagawa電子申請で

「スポーツ団体ガイドブック」掲載団体募集

新版に掲載を希望する団体を募集します。対象は、市内で活動しているスポー

ツ団体。9月発行予定で、市ホームページにも掲載します。なお、昨年度と同じ内容でも申し込みが必要です。 6月2日～7月18日に、

所定の用紙(鎌倉武道館、鎌倉・大船・見田記念体育館、市ホームページで入手可)を郵送(必着)・Eメールか直接、各施設かスポーツ課(Espofit@city.kamakura.kanagawa.jp、☎43局3416)へ。 6月2日～7月21日)も可

再利用可能なもの回収します

家庭で不要になった食器などの日用品や家具などで、再利用できるものを回収します。対象は110歳未満のもので、市内在住の人のみ持ち込みが可能です。なお、回収できないものもあります。市ホームページで確認を。

6月7日(土)：笛田リサイクルセンター 午前9時～正午 環境センター☎44局5344

災害時に利用できる井戸

市は災害時の断水に備えて、所有者に井戸水の提供をお願いしています。今年1月の水質検査では、41件の井戸が利用できることを確認しました(下)。

民有地から道路上に張り出している樹木などは土地所有者に所有権があり、所有者が伐採や枝払いを行う必要があります。

樹木などが道路に張り出していることが原因で事故が発生した場合などは、土

地所有者の責任が問われることがあります。適正な管理をお願いします。 岡道水路管理課☎61局3538

野生動物への対応

【アライグマ・ハクビシン・タイワンリスでお困りの人】捕獲檻を貸し出します。また、被害対策などは市ホームページを。

【野鳥などへの餌付けはやめましょう】 敷地内にふんをされるなどの被害が発生しています。餌付けはおやめください。 【トビに注意を】 食べ物を狙ったトビによる被害が多発しています。屋外で食事をするときには、上空から食べ物が見えないように工夫を。

【野鳥のヒナはそのままに】 巣立ち直後のヒナが地面にいたることがありますが、親鳥がそばにいます。保護せず、その場を離れましょう。なお、けがをしている場合は、環境保全課まで。

環境保全課☎61局3389 住まい探し相談会

対象は、高齢者・障害者・外国人・子育て世帯など。先着5人。要予約。 6月23日(月)：市役所402会議室(本庁舎4階) 午後1時30分～4時 申かながわ住まいまちづくり協会☎045・664局6896(平日の午前10時～正午、午後1時～4時)

6月は二輪車交通事故防止・暴走族追放強化月間

二輪車に乗る際は、ヘルメットのあごひもをしっかり締め、プロテクターも着用しましょう。 また、暴走族が集まっていたり、暴走行為を見かけたら110番通報を。

岡都市計画課☎61局3669

6／1は「人権擁護委員の日」

本市には現在、人権擁護委員が14人おり、人権相談を毎月実施しています(秘密厳守・要予約)。詳細は「6月の市民相談」(12面)を。 岡地域共生課☎61局3870

6／8～14は「危険物安全週間」

期間中、危険物関係事業所を中心に正しい取り扱いを啓発し、安全で安心なまちづくりを目指していきます。家庭でも、ガソリンや灯油などの取り扱いにご注意を。

岡予防課☎44局0963

6／23～29は「男女共同参画週間」

「男性だから」「女性だから」といった固定的な考え方を見直し、性別に関わりなく個性や能力を発揮できる社会を目指しましょう。期間中、市役所ロビーでパネル展示を行います。

岡地域共生課☎61局3870

県鎌倉保健福祉事務所から

会場・申し込みは同事務所。電話相談以外は要予約。

相談・検査	6 月 (日 時)	
	6 金	9:00～12:00
メンタルヘルス相談・認知症相談 ※	16 月	9:30～12:30
	17 火	13:30～16:30
	19 水	13:15～15:00
H I V ・梅毒血液検査 (結果即日・匿名可)	19 水	15:15～15:45
B ・ C 型肝炎ウイルス血液検査 (39歳以下)	7/8 火	13:30～14:30
妊婦さんの歯ぐきの検診 (岡 7/1 まで)	13 金	10:00～12:00
からだところの健康相談 ※	26 水	13:30～15:30

※Ⅱ電話での相談も実施中。また、アルコール教室(電話・禁煙相談・薬物乱用問題の相談(電話・来所)も実施中 岡県鎌倉保健福祉事務所 ☎24局3900

自治会・町内会の活動をサポート！市の制度をご活用ください

● 地域防犯カメラ設置費等補助金

～地域の防犯力を強化して、犯罪を減らしましょう



地域のつながり課 安全安心担当

地域で発生する犯罪の抑止を目的に、自治会・町内会などの自主防犯活動団体が防犯カメラの設置などを行う場合は、その費用の一部を補助します。詳細は同担当へ。

● 3 R推進事業奨励金

ごみ減量対策課 ☎61-3396

～地域ぐるみで循環型社会を目指しましょう

ごみの発生抑制



再使用

再生利用

3 R = ごみの発生抑制(Reduce)・再使用(Reuse)・再生利用(Recycle) を推進する事業を積極的に取り組む自治会・町内会などに、奨励金を交付します。

岡6/30までに、計画書(市ホームページで入手可)を郵送・ファクス・Eメールか直接、同課(Egomi@city.kamakura.kanagawa.jp、本庁舎1階)へ

会計年度任用職員の募集

詳細は募集案内か市ホームページを▶▶▶



- まなびばサポーター
 - 保育任用職員
 - 保育デスタッフ
 - 保育タイムスタッフ
 - 保育所保健衛生任用職員(正看護師)
- 鎌倉歴史文化交流館・鎌倉国宝館学芸員
 - 埋蔵文化財発掘調査関連(遺跡発掘調査研究員／調査員／調査補助員)

新型コロナ関連情報

市民健康課☎61-3979

● ワクチンの副反応 長引く場合は

かかりつけ医か、接種した医療機関にご相談を。重い副反応により健康被害が生じた場合、救済制度の対象となります。

● 罹患後の後遺症 続く場合は

かかりつけ医か、罹患後症状対応医療機関へご相談を。

対応の医療機関▶



戸籍に氏名のフリガナが追加されます

市民課 ☎61-3906

令和7年5月26日に改正戸籍法が施行され、戸籍の記載事項に氏名のフリガナ（振り仮名）が追加されることになりました。施行日以降、順次本籍地の市区町村から、戸籍に記載される予定のフリガナをお知らせする通知が郵送されます。

本籍地が本市の人には、**8月ごろに通知書を発送する予定**です。本籍地が本市以外の人には、それぞれの本籍地の市区町村にお問い合わせください。

1 通知が届いたら必ず確認



通知のフリガナが正しいときは、**届け出は不要**です。
氏名に、**小さい「ヤ・ユ・ヨ・ツ」や「ジ・ヂ」「ズ・ヅ」**が含まれている人は特にご注意ください！

2 誤っていたら届け出を



通知のフリガナが誤っているときは、**令和8年5月25日までに、必ず届け出**をしてください（右表）。

届け出は、オンライン（マイナポータル）のほか、本籍地への郵送や、届け出人が居住している市区町村の窓口で行うことができます。

※フリガナが正しい場合でも、早期に戸籍や住民票にフリガナを記載する必要がある人は、届け出をしてください

※届け出をしなくても、令和8年5月26日から、通知されたフリガナがそのまま戸籍に順次記載されます

3 手数料はかかりません



フリガナの届け出に、手数料などの費用はかかりません。**届け出に便乗した詐欺にご注意**ください。

届け出内容	届け出ができる人
氏のフリガナ	戸籍の筆頭者（戸籍の最初に記載されている人） ※筆頭者が死亡などで除かれている場合は配偶者
名のフリガナ	本人のみ
名のフリガナ（未成年者）	親権者 （15～17歳は本人でも可）

◎問い合わせ先

国のコールセンター ☎0570-05-0310



詳しくは市ホームページを▶

24時間365日、市民の暮らしと安全を守ります

最新鋭のシステムを導入・運用開始 高機能消防指令センター

指令情報課 ☎44-0995

消防本部では、今年度から新しい高機能消防指令センターの運用を開始しました。119番通報の受け付けから災害対応の完了まで、一貫して迅速かつ正確に管理する重要な役割を担っています。

■強化ポイント① 「映像通報システム（映像119）」を導入

指令センターと通報者の間で、リアルタイム映像と音声で直接やり取りができるようになりました。たとえば、傷病者の状況を映像で確認しながら通報者に応急処置の指導を行い、その映像情報を救急隊とも共有できるようになっています。

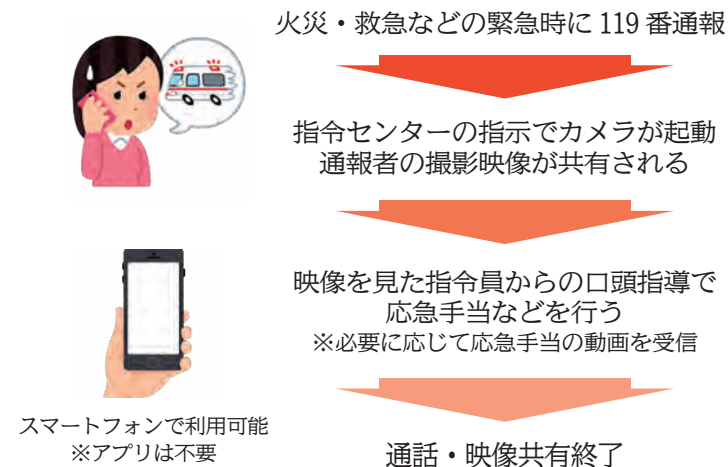
■強化ポイント② 救急医療情報システムを導入

救急隊と病院の間で傷病者に関する情報を円滑に共有することにより、病院への連絡時間が短縮されます。

急な病気やけがで迷ったら #7119

24時間対応の「救急相談センター（☎#7119）」（または☎045-232-7119）に電話すると、「救急受診できる病院・診療所」、「今すぐに受診すべきか救急車を呼ぶべきか」を相談できます。

【映像119】を利用した救急車到着までの流れ



消防指令センターの様子



スポーツ課 ☎43-3419
鎌倉海浜公園プール（プール営業期間中のみ）☎22-2909

25mプールと幼児用プールを開場します。なお、50mプールと児童用プールは隣接している崖地の一部が崩落し、利用者の安全性が確保できない状況のため、ご利用いただけません。

期間… 7/1(火)～9/7(日)

※臨時休場日あり。詳細は市ホームページを

時間… 9:00～12:30、13:30～17:00

料金… 市民＝300円（小・中学生は150円）※利用券・同伴券持参者は無料
市民以外＝600円（小・中学生は300円）

利用券・同伴券は、市内の小・中学校、幼稚園、保育所などに通う人に配布します。市内在住で市外の学校に通う中学生以下の人には、鎌倉・大船体育館、鎌倉武道館で6/23(予定)から配布します。



地域みらい図 ワークショップ

地域の未来をみんなの手で



福祉総務課 ☎61-3436

より住みやすく安心できるまちにしていけるために、「こうなったらいいな」という意見をみんなで話し合う、地区別住民会議を開催します。

対象…該当地区で生活・活動している人

定員…各30～40人程度 申し込み…e-kanagawa電子申請



開催日時・対象地区・場所

6/14(土)	10:00～12:00	腰越地区	腰越学習センター
	14:00～16:00	西鎌倉地区	腰越学習センター
6/22(日)	10:00～12:00	鎌倉地区①	福祉センター
6/29(日)	10:00～12:00	深沢地区	深沢学習センター
	14:00～16:00	玉縄地区	たまなわ交流センター
7/5(土)	10:00～12:00	大船地区①	鎌倉芸術館
	14:00～16:00	大船地区②	鎌倉芸術館
7/12(土)	14:00～16:00	鎌倉地区③	福祉センター
8/2(土)	10:00～12:00	鎌倉地区②	福祉センター

※各地区の対象住所地などの詳細は、市ホームページ（右上）で

地球に
やさしい！

太陽光発電設備などの新しい補助金制度が始まりました！



これまでの市の補助金に加え、横須賀市、逗子市、三浦市および葉山町とともに、重点対策加速化事業費補助金を開始しました。太陽光発電設備などを導入する際に、個人や事業者がこの補助金を活用できます。

この機会に、CO₂など温室効果ガスの排出量を減らし、地球温暖化対策のための第一歩を踏み出してみませんか。

6/5は「環境の日」

市では、環境についての関心と理解を深めてもらうため、環境月間（6月）に関連した展示を行います。

- ・鎌倉駅地下道「ギャラリー50」：6/3(火)～9(日)
- ・市役所ロビー：6/10(火)～13(金)

◎補助対象設備と補助額

①太陽光発電設備

家庭用…7万円/kW、事業用…5万円/kW

②蓄電池

家庭用・業務用ともに本体価格＋工事費合計金額（税抜）の3分の1

◎申込期間 来年1/15まで

◎問い合わせ先

三浦半島重点補助金事務局コールセンター
☎0120-201-603

申請の詳細などは、市ホームページで確認を
またはコールセンターまで



環境政策課 ☎61-3421

鎌倉市の教育の大きな方向性を示す「教育大綱」を4月に策定しました。

目指す姿（ビジョン）は「炭火」のごとく誰もが学びの火を灯し続け、生涯にわたる心に豊かに生きられるまち鎌倉。

炭火は、最初は火がつきにくいかもしれないが、一度火がつくと、長く燃え続け、周りにもじわじわと広がっていきます。変化が激しく不透明なこれからの時代でも、生涯にわたって内なる学びの火を燃やし続け、学びによって幸せになつてほしいという願いを込めています。

こうした炭火のような学びを目指すための行動指針（コンパス）として「学習者中心の学び」を掲げています。

私たち教育関係者は時として教える側の視点に立ちがちですが、学ぶ側の視点に立ち、学習者が自ら学びをつかみ取っていくことを大切にしていきます。



第20回

キーワードは「炭火」と「学習者中心の学び」

高橋洋平【教育長】

ここまでは、「学習者」として子どもを前提に語ってきましたが、大人も含めた誰しもが学習者です。子どもだけではなく、大人も学びによって幸せになる鎌倉市を目指していきたいと思っています。

◇

「学習者中心」の種は、すでに本市の教育実践の伝統の中に息づいています。チャイムが鳴っても冷めやらない様子で学んでいる姿、自発的に子ども同士で教え合っている姿、「歴史ニュース番組を作ろう」とタブレットを使って自分たちで調べ、番組制作をしている姿など…。この教育大綱の内容について各学校と対話する中でも、子どもたち自身が学びのハンドルを握り、頭をフル回転させて「学習者中心」で学ぶ姿をたくさん見聞きしてきました。

これは行儀よく先生の話を聞き、同じことを同じようにできるようにする授業とは異なる教室の風景だと思っています。これから未来を生きる「学習者」の視点に立つという、鎌倉市の新たな教育を応援していただければと思います。

このような学習者中心の学びを行うためには、学校の環境改善や教職員が学ぶ余力も必要です。教育大綱に基づく関連施策も、一層推進していきたいと思っています。



図書館のおはなし会

	あかちゃんを楽しむ* (0・1歳)	おひざにだっこ (2・3歳)	おはなし会 (4歳以上)
中央図書館 ☎25-2611	6/13金 11:00	6/20金 10:30	6/12木 15:30
腰越図書館 ☎33-0711	6/18水 10:30	6/11水 10:30	★6/21土 15:00
深沢図書館 ☎48-0022	6/17水 10:00(1歳)、11:00(0歳)	6/18水 10:30	6/22日 10:30
大船図書館 ☎45-7710	6/11水 10:30 6/26木 15:00	6/21土 10:00	6/21土 11:00
玉縄図書館 ☎44-2218	6/18水 10:00	6/14土 10:00	6/14土 16:00

※＝妊婦さんやそのご家族も参加できます

★＝手話付きおはなし会。手話ではなす人もそうでない人も、みんなで一緒に楽しめます

市公式LINE

子ども・子育て
情報も配信！



広報課☎61-3867



健診・育児教室・相談

こども家庭センター☎61-3944

【医療機関による個別健診】

受診する医療機関に直接予約を。

◆4か月児 健康診査 ◆お誕生日前 健康診査

【会場による教室・健診】

対象者には、該当月の前月に案内を送付しています。

e-kanagawa電子申請で予約を。

◆6か月児 育児教室 ◆1歳6か月児 健康診査

◆2歳児 歯科健康診査 ◆3歳児 健康診査

【乳幼児健康相談(抱っこ de シャベル)】

保健師・栄養士が個別に相談に応じます。



日程・会場・予約方法など▶

子育て支援センターの催し

10・11面でも
イベントを紹介♪



記載のないものは、主に3歳までのお子さんが対象です。開館日時など▶

鎌倉子育て支援センター ☎23-0606	
土曜ひろば	6/7土 10:00～12:00 13:30～15:30
わらべ歌の会 よちよち歩きまで	6/11水 10:30～11:30
図書館のおはなし会 よちよち歩きまで	6/18水 10:30～10:50
リラクゼーションウォーターを作ろう よちよち歩きまで 先着15組 申 団 (6/2から)	6/25水 10:30～11:30
赤ちゃんひろば よちよち歩きまで	水曜日 10:00～12:00 13:30～15:30

大船子育て支援センター ☎47-3377	
小さなおはなし会 よちよち歩きまで	6/19水 13:40～14:00
土曜ひろば	6/21土 10:00～12:00 13:30～15:30
赤ちゃんひろば よちよち歩きまで	火・木曜日 13:30～15:30
小さい赤ちゃんひろば 6カ月まで	水曜日 13:30～15:30

深沢子育て支援センター ☎48-0550	
出張ひろば 放課後かまくらっ子ふかさわで開催	6/12水 10:00～12:00
土曜ひろば	6/14土 10:00～12:00 13:30～15:30
パパと赤ちゃんのひろば 先着20組 申 団 (受け付け中)	6/14土 13:30～14:30
はじめてのおでかけ 2～3カ月 申 団 (受け付け中)	6/17水 10:00～12:00
ハーフバースデー 6カ月 申 団 (受け付け中)	6/20金 13:30～14:30
BIRTHDAY PARTY お誕生会 6月生まれの1～3才 先着20組 申 団 (受け付け中)	6/27金 10:30～11:30
図書館のおはなし会 10カ月まで	6/27金 14:30～15:00
赤ちゃんの日 よちよち歩きまで	火・木曜日 13:30～15:30

腰越子育て支援センター ☎40-5801	
親子でランチタイム	月～金曜日 11:30～12:00 12:15～12:45
園庭あそび キディ腰越保育園で開催	月～土曜日 10:00～11:30 14:30～15:30

玉縄子育て支援センター ☎45-5077	
図書館のおはなし会 よちよち歩きまで	6/12水 10:50～11:20
お誕生日会 6月生まれ	6/13金 11:10～11:30
鈴木先生のハッピー子育て 言葉かけのヒント	6/17水 13:00～15:00
乳がんの自己触診・骨密度測定 先着20組 申 団 (6/2から)	6/18水 10:00～11:30
ふたごちゃんの会 双子の妊婦さんも 申 団 (6/2から)	6/21土 10:00～12:00
パパとおでかけ 0歳児とお父さん 先着10組 申 団 (6/2から)	6/21土 13:00～15:00
ぽんぽこぴーのおはなし会 申 団 (6/10から)	6/23日 10:10～10:30
おひさまひろば 申 団 (6/2から)	6/28土 10:00～12:00
ベビーちゃんの日 よちよち歩きまで	木曜日 10:00～15:00

障がいなどのために、大勢の中で遊ぶのが苦手なお子さんや、遊ばせるのが不安な人のための少人数ひろばです。

小学4年生～中学生

鎌倉こども能 参加者募集

文化課☎61-3872

能楽は、ユネスコの世界無形文化遺産に登録されている日本の伝統芸能です。「鎌倉こども能」は、鎌倉能舞台で本物の装束を身に付けて稽古します。指導は中森貫太さん(観世流シテ方能楽師)ほか。来年3/20金の発表会では、シテ(主役)が和紙で作られたクモの糸を投げる場面では有名な「土蜘蛛」を演じます(写真)。

稽古…7月～来年3月で全20回程度

対象…市内在住・在学の小学4年生

～中学生。抽選20人程度

参加費…1万円

★説明会を開催

保護者同伴で参加を。申し込み不要。

と き…6/11水 18:00～19:00

ところ…鎌倉能舞台(駐車場はありません)



昨年の発表会の様子



令和2年4/2～3年4/1生まれ

5歳児すこやか相談

発達支援室☎23-5130

市内の幼稚園、認可保育所、認定こども園、青空自主保育などに通っていないお子さん(市外に通園しているか、未就園)を対象に、成長の振り返りや保護者の相談に応じます。

申込方法などの詳細は、市ホームページを。



候補者を募集

ゆめひかる文化芸術子ども表彰

文化課☎61-3872

文化芸術の分野で、令和6年7月～7年6月に優秀な成績を収めた市内の子どもや団体(中学生以下)を表彰します(自薦・他薦問わず)。表彰式は11/3(予定)。詳細は募集要項を。

募集要項と推薦書は、文化課(本庁舎2階)・学習センター・市ホームページで。



鍋木清方記念美術館

☎23-6405

特別展「美はすぐそこに―主情派・鍋木清方」 6/29^日まで

身近な風景や季節とともにある人々の暮らしの中に感じ取った美を、明治時代の東京下町の情景に託して描いた作品を中心に紹介します。

■展示解説…6/14^土・28^土 13:30から

■市民講座…6/21^土 13:30から

清方や特別展の見どころなどを解説します。

【日本画ワークショップ】

日本画材を使って、団扇に絵を描こう！

各先着12人。料金は1,200円。

とき…6/22^日 13:00～14:30、15:00～16:30

☎ 6/1以降に電話で同館へ



「真崎祠前写景」昭和11年
(長谷寺観音ミュージアム蔵)

清方が行っていた紫陽花の風習に使う赤い水引をプレゼント！

■6/10^火～22^日(各日先着20人)

2館連携企画 紫陽花の咲く記念館を巡る展示解説ツアー

同館で展示解説を聞いた後、川喜多映画記念館へ向かいます。最後に、旧川喜多邸別邸(旧和辻邸)の見学も。

とき…6/6^金・8^日・12^木 13:30～14:30 (開始時間までに同館へ)

開館時間…9:00～17:00(入館は16:30まで)
休館日…月曜日 観覧料…450円(市民は無料)

川喜多映画記念館

☎23-2500



『フォレスト・ガンブ／一期一会』
TM & COPYRIGHT (c) 1994 BY PARAMOUNT
PICTURES. All Rights Reserved.

28^土…14:00、25^火・27^金…10:30 フォレスト・ガンブ／一期一会〈4K
ニューマスター版〉(PG12)▷6/25^火・29^日…14:00、26^水・28^土…10:30

*同館では2K上映

◆ギャラリートーク…6/28^土 13:00から (要展示観覧料)

「鎌倉なんみん映画祭」 1,300円

イマジナリーライン▷6/18^水…10:30、21^土…14:00 (アフタートークあり)

ミャンマー・ダイアリーズ▷6/18^水・22^日…14:00、20^金…10:30 ブッド・

ライ〜いちばん優しい嘘〜▷6/19^木・21^土…10:30、20^金…14:00 レフ

ュジー 家族の絆▷6/19^木…14:00、22^日…10:30

開館時間…9:00～17:00(入館は16:30まで)
休館日…月曜日 展示観覧料…300円(市民は無料)

鎌倉歴史文化交流館

☎73-8501

企画展「平泉から鎌倉へ」関連イベント
800年の時を越えて
鎌倉に「ケロ平」がやってくる！

世界遺産平泉の公認キャラクター「ケロ平」が同館にやってきます！

ぽっこりしたお腹がチャームポイントのケロ平は、平泉の柳之御所遺跡から出土した板に描かれたカエルをモチーフにした可愛いキャラクターです。

ぜひ、みんな会いにきてね！

とき…6/21^土 10:00、11:00、13:00、14:00、15:00

※同日、企画展の解説を10:30と13:30から行います



この絵が
モチーフ！

「折敷〈カエル板絵〉」
柳之御所遺跡出土
(岩手県蔵)

小・中学生

【KORYUKAN キッズプログラム】

夏を彩る

鎌倉・江の島浮世絵うちわづくり

浮世絵の仕組みや鎌倉・江の島の歴史を学びながら、復刻版の浮世絵を摺ってうちわを作成します。抽選6組。

とき…7/26^土 13:00～15:30

対象…小・中学生 (小学生は保護者同伴)

☎ 6/30までにe-kanagawa 電子申請で



浮世絵のキホンが学べます

開館時間…10:00～16:00(入館は15:30まで)
休館日…日曜日、祝・休日、6/23～7/4
観覧料…400円 (市民は無料)

鎌倉市民文化祭

鎌倉市展(公募部門) 出品者を募集

鎌倉市民文化祭企画運営委員会事務局
(文化課) ☎61-3872

詳細は、6月中旬以降に市役所ロビー・学習センター・鎌倉芸術館で配布する応募要項をご覧ください。

会期…9月末～10月

会場…鎌倉芸術館

種目…美術・写真・書道(受賞歴のない作品に限る。各種目1人1点)

出品料…1点につき1,000円

受付期間…7/18～8/1(必着)に、郵送かe-kanagawa電子申請で

鎌倉の名宝

<116>



史跡永福寺跡の出土品

昭和56年度～平成19年度に実施した発掘調査の結果、御堂の前面に大きな池があり、橋が架けられていたことなどが分かりました。浄土庭園(極楽浄土をこの世に再現することを目指して造られた庭園)を備えたその姿は、奥州合戦の際に、平泉藤原氏(奥州藤原氏)が建立した中尊寺などの伽藍の壮麗さを目の当たりにした頼朝が、その様式を継

後、永福寺は、奥州合戦で命を落とした源義経や藤原泰衡をはじめとする戦没者を供養するため、源頼朝が建久三年(一一九二)に建立した寺院です。鎌倉の都市づくりの中心となつた鶴岡八幡宮、頼朝の父・義朝の菩提を弔った勝長寿院とともに、頼朝が造営した代表的な社寺の一つとして隆盛しました。しかし、室町時代に焼失し、以降は再建されず、後に廃寺となります。

昭和56年度～平成19年度に実施した発掘調査の結果、御堂の前面に大きな池があり、橋が架けられていたことなどが分かりました。浄土庭園(極楽浄土をこの世に再現することを目指して造られた庭園)を備えたその姿は、奥州合戦の際に、平泉藤原氏(奥州藤原氏)が建立した中尊寺などの伽藍の壮麗さを目の当たりにした頼朝が、その様式を継

また、永福寺の正面に位置する山頂からは、経塚(経典を経筒などに納めて土に埋めた場所)が発見され、経筒の外容器とみられる渥美窯産の甕と片口鉢、銅製の経筒、水晶製数珠、木製櫛など、数々の埋納品が出土しました。

承して建立したことが推測されます。鎌倉幕府の歴史書『吾妻鏡』は、永福寺は「中尊寺二階大堂(大長寿院)を模していた」と伝えます。

さらに、永福寺の堂内を飾っていた金銅製の荘厳具や仏具、仏像や調度品などの漆製品が見つかりました。中には、平泉との共通性があるかえる螺鈿細工などもあり、どれも往時の永福寺堂内の壮麗さを伝えています。

経塚や堂内を飾った荘厳具をはじめとする出土品は、6月21日(土)まで鎌倉歴史文化交流館で開催中の企画展「平泉から鎌倉へ―兵どもが夢の先―」で公開しています。同展では、史跡永福寺跡の出土品(約40点)のほか、平泉の出土品(約80点)も展示しています。

◆

平泉と鎌倉の出土品が一堂に会するこの機会に、鎌倉へと継承された「平泉の兵どもの夢」をぜひご覧ください。

眞指定 史跡永福寺跡内経塚出土の経筒(右奥)、水晶製数珠(右前)、白磁有蓋小壺(左奥)、木製櫛(左前)・鎌倉市教育委員会蔵

【鎌倉歴史文化交流館】

市内在住・在学の人

鎌倉歴史文化交流館・鎌倉国宝館・鍋木清方記念美術館・川喜多映画記念館(映画鑑賞料金は除く)の観覧料などが無料です。入館時に身分証などを提示してください。

インフォメーション

INFORMATION

講座・展示など

玉縄青少年会館の催し
同会館☎44－0480
(②は6/7、③は6/14から)
【1】フルーツマカロンストラップを作ろう
【6/15④】11:00～12:00、13:00～14:00
市内の小学3年～中学生☎各先着10人☎有料
【2】たのしい科学実験教室～電池を作ろう
【6/28④】10:00～11:30
市内の小中学生☎先着16人
【3】親子陶芸教室～マグカップを作ろう
【7/5④・12④】13:00～16:00
市内の小学3～6年生と保護者☎各先着8組☎有料
e-kanagawa電子申請(6/20まで)
鎌倉青少年会館の催し
同会館☎23－7530
【ゆっくりリトミック】**6/22④**10:00～11:00
市内のダウン症または発達がゆっくりなお子さんと保護者☎先着10組☎有料☎
【初夏のスイーツ教室～ゼリー＆クッキー作り】**7/5④**13:30～15:30
市内の小学3～6年生☎抽選8人☎有料
e-kanagawa電子申請(6/20まで)
本's海サポーターズ交流会
深沢図書館☎48－0022
6/19④9:30～11:30
深沢学習センター・市内の人☎Eichulib@city.kamakura.kanagawa.jp(6/15まで)
3市合同 保育のしごと就職相談会
保育課☎61－3893
詳細は市☎を**6/29④**13:30～15:30
茅ヶ崎市役所分庁舎☎保育士資格のある人、保育士養成校の学生、保育の仕事に関心がある人
市民健康課の催し
市民健康課☎61－3977(6/2から)
【認知症について知ろう！】**7/1④**10:40～12:10
湘南鎌倉医療大学☎市内の人【6日間運動トレーニング】**7/9～9/17**の④全6回
9:30～11:30
駒みちテラス☎市内内在住の65歳以上☎先着15人
【お試し運動トレーニング】**7/11④**鎌倉生涯学習センター、7/18④深沢学習センター、7/29④大船学習センター
9:30～11:30
市内在住の65歳以上☎各先着15人
【パーソナルアドバイス】体力などのチェック、アドバイスなど**7/15④・8/4④・9/2④**の全3回
9:45～11:45
ほか＝深沢学習センター、7/18・8/1・29の④全3回
9:30～11:30＝福祉センター・市内在住の65歳以上☎各先着20人
【かまくらシニア健康大学】暑い夏でも健康やかに～栄養のお話**7/17④**10:00～

11:30
鎌倉生涯学習センター・市内の65歳以上
かまくら起業のススメ
商工課 商工担当
起業支援プログラムの参加者募集と説明会**7/12④**10:00～11:30(説明会)☎鎌倉商工会議所会館☎市内内在住か市内で起業予定の人☎市☎(6/2から)
かまくらっ子発達支援サポーター養成講座
発達支援室☎23－5130
詳細は市☎を(全7講座)**8/26④・27④・28④**、または10/10・11/7・12/12の④**9:00～17:00**ほか☎福祉センターほか☎市内の人☎各抽選40人☎e-kanagawa電子申請(7/4まで)
失語症の支援方法を知る講座
障害福祉課☎61－3975
6/8④13:30～15:30
市役所402会議室
障害のある子の幸せ願う成年後見
成年後見センター☎38－8003(募集中)
講演会**6/13④**14:00～16:00
福祉センター・市内の人☎先着40人
ご家族が知っておきたい子どもの疾患
日本小児外科学会関東甲信越地方会☎0463－93－1121
公開講座(親子での参加も可)**6/14④**14:00～15:30
鎌倉芸術館
鎌倉市陸上競技選手権大会
鎌倉市陸上競技協会☎67－9203
6/29④9:00～18:00
県立スポーツセンター・市内の小中学生以上☎有料☎E.m Yamamoto@kitakama.ed.jp(募集中)
鎌倉リサイクル推進会議の催し
同会議☎32－9094(6/16から)
【包丁研ぎ】**7/14④**10:00～12:00
☎先着10人☎有料
【リメイクソーイング】**7/7/4④**～30④5回
10:00～12:00
☎各先着13人☎有料
【はぎれでパッチワーク】**7/8④・22④**10:00～12:00
☎各先着13人☎有料
【包丁研ぎ】**7/14④**10:00～12:00
☎先着10人☎有料
【ハンドメイド雑貨】**7/16④**10:00～12:00
☎先着10人☎有料
【夏休み裂き織り】**7/23④**10:00～12:00
☎小学生以上☎先着13人☎有料
【夏休み子ども編み物】**7/24④**10:00～12:00
☎小学4年生以上☎先着10人☎

有料
【夏休み手軽に布ぞうり】**7/29④**10:00～15:00
☎小学生以上☎先着13人☎有料
【エコクラフト】**7/31④**10:00～12:00
☎小学生以上☎先着10人☎有料
公園協会の催し
同協会☎45－2750
鎌倉中央公園
【ミニ園芸教室】**6/2④**～15④4回
10:30～12:00
【自然観察会 梅雨の動植物】**6/15④**13:30～15:30
笛田カップシニアミックス大会
笛田公園管理事務所☎32－0559(募集中)
6/9④・23④9:00～14:30
同公園庭球場☎ベアの総年齢が120歳以上☎先着8組☎有料
名越やすらぎセンターの催し
同センター☎25－1188(6/2から)
市内内在住の60歳以上☎有料
【スマホ教室(安心安全入門講座)】**6/9～30**の④全4回
14:00～15:15
☎先着12人
【初めての詩吟体験教室】**6/13・20・27**の④全3回
14:00～15:30
☎先着6人
鎌倉広町緑地の催し
同緑地管理事務所☎32－5112
【広町田植え祭】**6/14④**9:30～11:00(未就学児は保護者同伴)
【“おとなの”生き物調査・水辺編】自然観察会**6/15④**13:30～16:00
中学生以上☎先着5人☎
【“おとなの”生き物調査・広町ウォーク編】自然観察会**6/29④**13:30～16:00
中学生以上☎先着5人☎
【子供から大人まで だれでも参加・たのしく交流多世代交流】市内在住の人**6/2**から【自分で打って、そばを味わう「そば打ち体験教室」】**6/14④**14:00～16:00
☎名越やすらぎセンター☎先着6人☎有料☎☎25－1188
【ナイフを使わない消しゴムはんこ作り】**6/21④**10:00～12:00
☎教養センター☎先着12人☎有料☎☎32－1221
【季節の花の折り紙教室】**6/21④**10:00～12:00
☎今泉さわやかセンター☎先着12人☎有料☎☎45－4611
【うちの犬もなれるかな「セラビードッグって、なあに？」】**6/21④**13:30～15:00
☎玉縄すこやかセンター☎先着15人☎有料☎☎47－1338
【キッチンハーブの寄せ植えと梅雨の過ごし方】**6/22④**10:00～12:00
☎腰越なごやかセンター☎先着15人☎有料☎☎31－0800
【簡単な英会話を交えて七夕飾りを作る「英語で楽しもう Star Festival」】**7/5④**

14:00～15:30
☎名越やすらぎセンター☎先着15人☎有料☎☎25－1188
【季節の上生菓子を作ろう「和菓子作り体験」】**7/19④**10:00～12:00
☎教養センター☎先着8人☎有料☎☎32－1221
【「大人も子供もドドン！」と和太鼓体験】**7/20④**10:00～11:30
☎腰越なごやかセンター☎先着10人☎☎31－0800
【カブトムシの飼ひ方「生き物育成講座」】**7/26④**10:00～11:30
☎玉縄すこやかセンター☎先着15人☎有料☎☎47－1338
【書でうちわ作り体験】**7/26④**10:00～12:00
☎今泉さわやかセンター☎先着12人☎有料☎☎45－4611
すこやかうたごえ広場
玉縄すこやかセンター☎47－1338(6/2から)
6/26④10:00～11:00
同センター・市内内在住の60歳以上☎先着20人

教養センターの催し
同センター☎32－1221(6/2から)
【夏の講座(全2回)】**10:00～11:30**☎鎌倉女子大学**7/3④**働くことの意味とは？～歴史と哲学の観点から(大船キャンパス)、7/7④中田喜直の歌曲の世界～フランス音楽へのオマージュ(二階堂学会)☎市内在住の60歳以上☎抽選80人☎有料
里山一日体験
山崎・谷戸の会☎47－1164(募集中)
6/1④～29④7回**9:30～12:00**ほか☎鎌倉中央公園
漁協の朝市
湘南漁業協同組合鎌倉支所☎22－3403
腰越漁業協同組合☎32－4743
荒天・不漁時中止、売り切れ次第終了
【湘南漁協鎌倉支所】**6/1④**10:00から☎鎌倉パークホテル駐車場
【腰越漁協】**6/5④・19④**10:00から☎腰越漁港
鎌倉風致保存会の催し
同会☎23－6621
【みどりのボランティア】**6/6/7④**十二所果樹園、14④建長寺回春院、21④光則寺、28④東勝寺跡**9:30～11:30**☎小学生以上☎☎(募集中)
【梅の販売会】**6/8④**10:00から(売り切れ次第終了)☎市役所前庭**¥1kg500円**程度
【歴史ウォーク座学 田谷の洞窟とその周辺】**6/11④**9:30～11:30
☎鎌倉生涯学習センター☎先着15人☎☎(募集中)
日赤奉仕団チャリティーバザー
鎌倉市赤十字奉仕団☎080－2016－2816
6/10④10:00～14:30
☎福祉センター

500円程度
【歴史ウォーク座学 田谷の洞窟とその周辺】**6/11④**9:30～11:30
☎鎌倉生涯学習センター☎先着15人☎☎(募集中)
日赤奉仕団チャリティーバザー
鎌倉市赤十字奉仕団☎080－2016－2816
6/10④10:00～14:30
☎福祉センター



学習センター

鎌倉生涯学習センターの催し
同センター☎25－2030
【きららフェスティバル鎌倉】発表や作品展示**6/20④**～22④10:00～16:00(最終日は15:00まで)
玉縄学習センターの催し
同センター☎44－2219
【股関節・肩まわりに徹底アプローチ】**7/5④**13:30～15:00
市内在住の人優先☎抽選25人☎同センター☎(6/18まで)

スポーツ施設

鎌倉体育館の催し
同体育館☎24－3553
【コース型教室 ボディバンプ】**6/3～24**の④全4回
15:15～16:15
☎先着18人☎有料
【コース型教室 Let's enjoyダンス！】**6/6/6～27**の④全4回
15:15～16:00
☎先着24人☎有料
大船体育館の催し
同体育館☎47－1862
〒247－0061
台3－2－5
11:10～11:40☎市内の60歳以上☎抽選6人☎☎(④も。6/14必着)
【シニア無料ストレッチ＆筋トレ】**7/1～9/30**の④全12回
【シニア無料筋トレ＆健康UP】**7/3～9/25**の④全11回

市民情報伝言板

今号に掲載依頼があった催しは、全て掲載しています
全国小中学生動画コンテスト
同コンテスト事務局(FULMA株式会社内)☎03－4500－8963
3分以内の動画作品を募集☎小・中学生☎同事務局☎(8/31の13:00まで)
むし歯予防Day 無料歯科相談会
鎌倉市歯科医師会☎43－1690

6/1④12:30～15:30
大船学習センター
スマホの使い方サロン
The 和みSpace Connected☎080－1591－5004(募集中)
各学習センターにて月1回程度開催**13:00～15:00**☎各先着10人☎有料
アトリエM合同展(東アジア文化都市認証事業)村田良策記念アトリエM☎22－1759
東アジアをテーマにした展覧会**6/3④～8④**10:00～17:30(初日は13:00から、最終日は16:00まで)☎鎌倉生涯学習センター
返子童謡の会
よこすかの音楽家を支援する会☎090－8059－2239
6/5④～来年3/5の④10回
14:00～16:00
☎返子文化プラザホール☎有料
子どもの心に自信を育てたい
スコレ家庭教育振興協会☎090－3346－6768
保護者向け講座**6/6④**10:00～11:30
☎栄公会堂☎保護者・子育て関係者☎先着50人☎有料☎同協会☎(募集中)
国藝書道院公募展
同書道院☎045-541-2865
6/13④～16④10:00～18:00(最終日は15:30まで)☎鎌倉芸術館
こども里山一日体験「じゃがいも掘り」
山崎・谷戸の会☎47－1164
6/15④10:00～12:00
☎鎌倉中央公園☎先着15組☎有料☎同団体☎
梅雨入りだょ！全員集合・参加型コンサート
同スタジオエスポワール☎090－2207－0031(募集中)
6/15④13:30～15:30
☎鎌倉生涯学習センター☎有料
大船高等学校吹奏楽部 定期演奏会
大船高等学校☎47－2375
6/15④15:00～17:00
☎鎌倉芸術館(小学3年生以下は保護者同伴)
小津安二郎監督映画「彼岸花」鎌倉上映会
鎌倉で映画と共に歩む会☎080－5055－3935

6/20④17:30～19:30
☎鎌倉生涯学習センター☎有料
鎌倉交響楽団 定期演奏会
同楽団☎31－4380
6/21④14:00～16:00
☎鎌倉芸術館☎有料(10歳以下は保護者同伴)
野外ミュージカル「みちばたの花」鎌倉公演
野外劇団楽市楽座☎090－9056－7826
6/21④～23④19:00～20:30
☎鎌倉海浜公園由比ガ浜地区(小学生以下は保護者同伴)
モーツァルト 管楽・弦楽室内楽
コレギウム・アルモニオ・スペリオール・ジャパン☎090－2148－1598
6/22④13:30～16:30
☎鎌倉芸術館☎小学生以上(小学生は保護者同伴)
料理を通して国際理解ロシア編
鎌倉ユネスコ協会☎23－1966
6/26④10:30～14:30
☎福祉センター・市内の18歳以上☎先着24人☎有料☎E.kamakura@marble.ocn.ne.jp(6/9から)
初心者水泳教室
鎌倉水泳協会☎44－4220
7/3～9/25の④全12回(6/26にオリエンテーションも)10:30～11:30
☎こまねび山崎温水プール☎市内在住の人☎先着10人☎有料☎☎95－8720(④・⑤も)
いけばな小原流教室
腰越地区伝統文化いけばな親子教室☎45－3738(募集中)
7/5～8/16の④4回
10:00～12:30
☎腰越学習センター☎未就学児～高校生☎各先着30人☎有料
鎌倉吹奏楽団 映画音楽特集演奏会
鎌倉吹奏楽団MusicFarm☎050－3552－4010
7/5④14:00～16:00
☎鎌倉芸術館
ジョイフルコンサート
童謡の会・アンダンテ☎45－6676
クラシックコンサート**7/6④**13:00～15:00
☎鎌倉生涯学習センター
甲冑(かっちゅう)教室
鎌倉手づくり甲冑とんぼの会

☎090－7265－6375
7/6～来年3/29の④全24回
13:00～16:00
☎NPOセンター鎌倉ほか☎小学生以上☎有料☎E.sn1192tonbo@yf7.so-net.ne.jp
21世紀国際書展
産経新聞社横浜総局☎045－681－2900
7/9④～13④10:00～18:00(最終日は16:00まで)☎横浜市民ギャラリー
深海大冒険にGO！絵本LIVE！
湘南ビジョン研究所☎070－5584－5421
7/12④13:30～15:00
☎西鎌みんなの家☎小学生と保護者☎先着20人☎有料☎E.blueflag.edu@gmail.com(6/4から)
夏休み子ども福祉体験とミニ緑日
鎌倉市社会福祉協議会☎23－1075
7/24④・25④10:00～12:30
☎福祉センター・市内の小学4～6年生☎同団体☎(募集中)

6/28
④

鎌倉スマイルフードプロジェクト
生活福祉課☎61-3958

市内在住で生活にお困りの人へ
食料バックや生活用品を
お渡しします！
福祉センター 12:00～13:00
※開始前の来場はご遠慮を ※数量限定
※大きめのエコバッグの持参を
※こころと身体に関する相談も受け付けます

上級救命講習 7/13④
大船消防署 ☎43-2424

AEDを使用した成人と小児の心肺蘇生法、止血法、搬送法など。
9:00～17:00
大船消防署☎市内の中小学生以上☎先着16人☎6/1の9:30以降に電話で大船消防署へ

★
★
★

中高生の居場所 「COCORUかまくら」からのお知らせ 青少年課☎61-3886

7/18④
8/17④
中高生ボランティア体験
VOLUNTEER QUEST-ボラキュー-
新たな出会いや気づきで新しい自分を発見しよう！

2025夏休み

中高生の皆さん、ボランティア活動に参加しませんか。子どもに関わることや、自然保全活動、国際交流などジャンルはさまざま。成果報告会・ボランティア証書授与式(8/22④・26④・27④)もあります。

体験の例
子どもと一緒に遊ぶ、高齢者とのレクリエーション、ごみ拾い、日本に住む難民のサポート、イベントの警備活動

対象…市内在住・在学の中高生で、成果報告会に参加できる人
E-kanagawa電子申請(6/30まで、先着順)

QRコード

◀詳細は市ホームページを▶

6/15④
14:00
16:00
＼色々な大人と出会おう！話そう！／
アウトドアライフアドバイザー 寒川さんと火起こし&おしゃべりしよう

火起こし体験をしたり、焚火を囲みながらおしゃべりしよう！いつもとは違う出会いを通じて、将来のことなどを考えてみませんか。

対象…市内在住・在学の中高生
持ち物…焚火で焼いてみたいもの(マシュマロなど)
氏名(フリガナ)・学校名・学年を書いてEメールで
青少年課(☎k-ssn@city.kamakura.kanagawa.jp)かCOCORUかまくらスタッフまで(6/11まで)

寒川さん

▲詳細

QRコード

鎌倉市での開幕式を開催しました！

東アジア文化都市事業担当

3月の中国・マカオ特別行政区、湖州市、4月の韓国・安城市に続き、5/20、ついに本市でも「2025年東アジア文化都市」の開幕式を開催しました。

「心をついに～絆を深め、次代に文化の種をまき、平和への祈りを込めて」をテーマに、第1部では「開幕式典」のオープニングとして本市の「木遣り・はしご乗り」が披露されました。



また第2部では「日中韓文化芸術交流祭」として、本市は日本舞踊「静の舞」、中国・マカオ特別行政区はユネスコ無形文化遺産の広東オペラ、湖州市は養蚕に関する一連の動作を表現した「掃蚕花地」の舞踊、韓国・安城市はユネスコ無形文化遺産である大衆演芸「ナムサダンノリ」といった各都市の公演や、オペラ歌手・森麻季さんによる平和への祈りの歌が披露され、文化・芸術を通じた交流が行われました。

一緒に事業を盛り上げてくれる団体募集！

民間の団体が行う文化・芸術事業を募集しています。採択された事業には実施費用の助成や広報支援を行います。

また、特設サイトでは東アジア文化都市に関するイベント情報などを随時公開中です！

なお、10面にも関連イベントあり

詳しくは▶



鎌倉花火大会 観覧者募集



障害福祉課 ☎61-3974

市では「共生社会の実現」に向けた取り組みの一つとして、花火大会の会場に行くのが困難な障害のある人に、市役所屋上を観覧席として提供します。観覧を希望する人はお申し込みを。※応募多数の場合は抽選

対象…本市に住民登録があり、家族などの介助者の付き添いが可能な障害者手帳を持つ人

日程…7/18(金) 19:20～20:10

※雨天・荒天時などは中止

場所…市役所本庁舎3階屋上

募集人数…肢体不自由で車いす使用者：8組

その他の障害のある人：2組

⑥6/13(消印有効)までに、住所・氏名・電話番号・車いす使用の有無・付き添いの人数(4人程度まで)、車で来る人は車種・車のナンバー・車の色を、電話・ファクス(FAX25-1443)・はがきかEメール(E:shafuku@city.kamakura.kanagawa.jp)で障害福祉課へ



昨年の様子

鎌倉花火大会概要

会場…鎌倉海岸(由比ヶ浜海岸、材木座海岸)

打上発数…約2,500発(予定)

来場者数…約16万人(前年実績)

主催…鎌倉花火大会実行委員会、鎌倉市観光協会

詳しくは
7月号で

6月の市民相談

- ・**予**要予約(随時)／**予**要予約(1週間前の8:30から受け付け。受付日が祝・休日に当たる場合は、その前開庁日から予約可)
- ・場所に※がついている相談は原則面談ですが、予約の上、電話での相談も可
- ・どこに相談していいかわからない場合は、くらしと福祉の相談窓口(☎61-3864)へ

就職・労働

労働相談 予	5・17日：市役所 13:00～16:00	☎61-3853 商工課
メール労働相談	市ホームページで左記のタイトルを検索	
働く人のメンタルヘルス相談 予	16日：市役所 13:30～16:30	
就職支援相談 予	4・11・18日：市役所 } 13:30～16:00 27日：玉縄支所	
経営相談 予	20日：市役所 9:00～17:00 商工課 商工担当	

行政・法律

行政相談	9日：大船支所 13:00～16:00	☎61-3864 くらしと福祉の相談窓口
法律相談 予	6・10・13・20・24・27日：市役所 ※ 9:00～16:00	
	3・17日：市役所 ※ 17:30～20:00	
	4日：深沢支所 } 10:00～16:00	
	11日：大船支所	
	18日：腰越支所	
税務相談 予	25日：玉縄支所	
税務相談 予	11・18日：市役所 ※ 9:00～16:00	
司法書士相談 予	17日：市役所 ※ 13:00～16:00	
行政書士相談 予	25日：市役所 ※ 13:00～16:00	

消費生活

消費生活相談	月～金：市役所 9:30～16:00 消費生活センター ☎24-0077
--------	---

子ども・家庭

こどもと家庭の相談室(虐待の通告も)	月～金：市役所・きらきら 8:30～17:00 14・28日：きらきら 8:30～17:00 25日：きらきら 20:00まで こどもと家庭の相談室 ☎23-0630(相談専用) こども相談窓口きらきら ☎61-3827
ひとり親家庭の相談	月～金：市役所・きらきら 8:30～17:00 14日：きらきら 8:30～17:00 25日：きらきら 20:00まで こども家庭センター ☎61-3897 こども相談窓口きらきら ☎61-3827
ネウボラすくすく	妊娠・出産・育児に関わる相談 月～金：市役所 8:30～17:00 こども家庭センター ☎61-3944
教育相談	月～金：9:00～17:00 教育センター ☎24-3495・3386(相談専用)
いじめ相談ダイヤル	月～金：9:00～17:00 教育センター ☎24-5235(相談専用)

土地・建物

建築の紛争予防等に関する相談 予	9・23日：市役所 ※ 9:00～16:00	☎61-3864 くらしと福祉の相談窓口
不動産相談 予	12日：市役所 ※ 14:00～16:00	
マンション管理相談 予	5日：市役所 ※ 13:00～16:00	
窓口耐震相談 予	対象は昭和56年5月以前建築の木造住宅 4・16日：市役所 13:30～17:00 建築指導課 ☎61-3586	

福祉

成年後見専門相談 予	25日：9:00～12:00 成年後見センター ☎38-8003
障害福祉相談(いづれも面談は 予)	月～金：8:30～17:30 ラファエル会鎌倉地域支援室 ☎55-8878
	月～金：9:00～17:00 キャロットサポートセンター ☎25-3939(つながらない場合は ☎23-5235)
	対象は主に精神障害のある人 月～金：9:30～17:00 地域生活サポートセンターとらいむ ☎61-3205
障害者就労相談 予	月～金、14・28日：9:30～17:00 障害者千人雇用センター ☎53-9203
生活困窮相談 予	月～金：9:00～17:00 インクル相談室鎌倉 ☎46-2119
ひきこもり等相談	月～金：市役所 9:00～17:00 生活福祉課 ☎61-2319

人権・女性

人権相談 予	2・17日：市役所 13:00～16:00 地域共生課 ☎61-3870
女性相談(面談は 予)	月～金：市役所 10:00～13:00・14:00～16:30 地域共生課 ☎23-9311(相談専用)
女性のための法律相談 予	19日：市役所 ※ 9:30～16:30 くらしと福祉の相談窓口 ☎61-3864

市民活動

ボランティア・市民活動相談 予	活動への参加や運営などに関する相談 11・25日：13:30～16:30 NPOセンター鎌倉 ☎60-4555
------------------------	---

鎌倉市役所 平日8:30～17:00

☎0467-23-3000(代表)

☎0467-23-8700(担当課・件名を明記)

天候などにより、毎月1日までにお届けできない場合があります



市役所への郵送物は、郵便番号(〒248-8686)と宛名(鎌倉市役所・〇〇課)で届きます

鎌倉市ホームページ▶



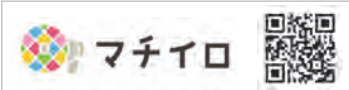
e-kanagawa 電子申請▶



令和7年5月1日現在 ▶
※令和2年国勢調査結果(確定値)に基づく推計

人口：170,024人
前月比 - 10人

世帯数：77,446世帯
前月比 + 88世帯



◀アプリ「マチイロ」で広報かまくらが読めます



R70 古紙パルプ配合率70%再生紙を使用