12
No.1398 KAMAKURA CITY NEWS LETTER 2022
令和４年12月号

広報かまくら

疲れた心にできること

つかれた…という心の声が聞こえたら、メンテナンスを

身体だけでなく、
心だって疲れるものです。
心身の不調を感じたら、そのまま我慢せずに、
自分に合わせた養生をしましょう。
生活スタイルを見直したり、
誰かに相談したりしてみてください。
安心を取り戻すきっかけと
なるかもしれません。

鎌倉市は持続可能な開発目標（SDGs）の達成に向けた取り組みを推進しています。

障害福祉課 ☎61-3974

詳細は２・３面へ

【発行日：毎月１日】発行元：鎌倉市　編集：広報課

生きづらさ、ひとりで抱え込まないで

長引く感染症のまん延や社会情勢などから、生活や仕事に不安や悩みを抱えている人は多いのではないでしょうか。市の窓口には、それらに起因して、心身の不調を感じている人やそのご家族から、相談が多く寄せられています。

市では、皆さんの「心の SOS」にさまざまなかたちでサポートをしています。

「私は大丈夫」と頑張り続けている人、「最近どうも調子が良くない」と感じている人も一度立ち止まり、自分の心の声に耳を傾けてみませんか。

障害福祉課☎ 61-3974

心の SOS に気づいたら…

自分でできること

- 毎日の小さないら立ちごとには、ストレス解消法（スポーツ・趣味・レジャーなど）が有効です
- つらいことがあったら、身近な人に、「今、自分がどのようにつらく感じているか」を話してみましょう
- 規則正しく食事を取りましょう
- アルコールは避けましょう
- 「なぜ自分が調子を崩したか」「どうしたら気が楽になるか」を紙に書き出しながら、考えてみましょう

こんなときは助けを求めてください

- 気分の落ち込みが通常よりもひどく、なかなか良くならないとき
- 気分の落ち込みやイライラや不安が、仕事や趣味、家族や友人への気持ちにまで影響するとき
- 生きる価値が見えなくなり、自分がいない方が他の人にとってよいのではないか、と感じるとき

「うつかもしれない」と思う人へ

単なる不調だと思っていても心がSOSを出しているのかもしれません。そんな時はしっかり休養をとり、周囲の人に相談しましょう。生涯に約15人に１人が、うつ病を経験しているといわれています※。

たとえ今は想像できなくても、適切な休養と治療で、多くの場合うつ病は回復するといわれています。

※厚生労働省「地域におけるうつ対策検討会報告書」による「うつ病を知っていますか？」より

周囲の人へ

本人が会社、学校や家庭などのストレスから離れて休養するには、家族や周囲の理解と協力が必要です。できるだけ早くつらい状況から回復するため、環境づくりに協力してください。

また、本人の話にゆっくり耳を傾けてみましょう。同じ話でも何度でも共有する心で、聴きましょう。求められなければアドバイスの必要はありません。

自分に合った養生法（ようじょう）※を見つけるために、相談を

誰にでも言えることですが、強いストレスを受け続けていると、脳が元気ではなくなります。脳に元気がなくなると、気持ちが沈み、不安が強くなったり、動悸（どうき）や頭痛が起きたりします。

そのようなとき、自分に合わせた養生が必要です。家族や友人でもいいですし、身近な人に相談しにくい場合は、医療機関などに相談してみてください。生活面では、規則正しいリズムを取り戻すことが、回復への第一歩です。そして、栄養のバランスが取れた食事をしましょう。

※昔から「一に養生、二に治療」といわれます。ここでの「養生」は、適切な休養をとることで自然治癒力を高め、弱った脳の働きを良くすることです

恩田義幸医師
（精神科・心療内科）
前鎌倉市障害者支援協議会
全体会委員

参考文献：英国王立精神科医学会"Mental Health Information for All"（日本語版「こころの健康ガイド」）より「うつ病」

このようなこと、続いていませんか？　――それは、心のＳＯＳかも・・・

- 笑顔が減った
- 食欲がない
- 仕事が手に付かない
- 生きているのが嫌になる
- 眠れない
- 涙もろくなった
- 疲れやすい

ちょっと、踏み出してみませんか

知る

『かまくらサポートリスト』

表紙

「困っていることをどこに相談できるか」「困っている人が支援を受けられる窓口はどこか」を探すヒントになるように作成したものです。本人だけでなく、ご家族などもご利用ください。

「困りごと」から相談窓口を探してみてください。さまざまな問題がある場合は、複数の課や関係機関と協力してサポートします。相談窓口が分からない場合は「くらしと福祉の相談窓口」（☎ 61-3864）にご相談を。

学ぶ

精神保健福祉講演会　ZOOM開催

「思春期・青年期の
声にできない SOS
～となりにいる私たちができること」

とき…2/19（日）13:30 ～ 15:30

講師…松本俊彦さん（国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所 薬物依存研究部部長）

※申込方法は本紙１月号でご案内します

相談する

日中過ごせる居場所がほしいときや将来のことが心配なとき、生活していく力をつけていきたいと思ったときなどは、気軽に次の相談先へご連絡ください。

障害福祉課
☎ 61-3974、FAX 25-1443

地域生活サポートセンターとらいむ
☎ 61-3205、FAX 61-3207

ラファエル会鎌倉地域支援室
☎ 55-8878、FAX 47-2727

キャロットサポートセンター
☎・FAX 25-3939

話す

青い麦の会

（鎌倉・逗子・葉山地区）
精神障害者家族会
☎ 046-875-7458

ミーティングで日頃の思いを話し合ったり、精神科医などを招いた学習会で、病気や障害の理解、本人への接し方などを学んでいます。

参加する

デジタル就労支援センター KAMAKURA

さまざまな要因で就労に困難を抱える人を対象に、IT 業務を中心とした就労機会を提供します。同センターホームページからお問い合わせください。

農業就労体験セミナー

働きづらさを感じている人、就労や自立に不安のある人などを対象に、月１回、作物を育てる楽しさなどを学んでいきます。申し込みは障害福祉課で受け付けています。

地域活動支援センター

絵画の制作やぬいぐるみの縫製などの活動を行っています。現在、市内に 10 カ所あります。利用については、各センターへお問い合わせください。

ヘルプマーク

精神障害を含む、外見からは分からなくても援助や配慮を必要としている人が、周囲にそのことを知らせるマークです。障害者手帳を持っていなくても、必要な人は活用することができます。

配布場所：障害福祉課（本庁舎１階）・支所・鎌倉市社会福祉協議会（福祉センター）・市民サービスコーナー（大船ルミネウィング６階）

お知らせ

市役所の住所・電話番号などは12面で確認を

土曜窓口を開設

【市民課☎61局3902】
12月10日・24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時は証明書の交付のみ）

【保険年金課☎61局3607】
国民健康保険の各種届出・申請業務のみ。
12月10日・24日…午前9時～正午と午後1時～5時

【納税課☎61局3915】
市税の納付相談。納付もできます。
12月24日…午前9時～午後4時

市税の納期限

固定資産税・都市計画税・固定資産税（償却資産）第3期の納期限は、12月26日（月）です。
問**納税課☎61局3915**

国民健康保険料の納期限

第7期の納期限は、12月26日（月）です。
問**保険年金課☎61局3955**

令和5年度市・県民税申告の注意点

【配当等の課税方法選択】
上場株式等の配当等から所得税と市・県民税が源泉徴収されている場合、原則的に申告は不要ですが、所得税と市・県民税でそれぞれ異なる課税方法（①総合課税〈上場株式等の配当等のみ〉②分離課税　③申告不要）を選択することもできます。
その場合、「令和5年度市・県民税の納税通知書」が送達される前に、確定申告とは別に、市・県民税申告書と申出書を提出してください。提出がないと、確定申告書で選択した課税方法で市・県民税が計算されます。
※申告不要な配当等を申告すると、その配当所得等も配偶者控除や扶養控除の適用、非課税判定や国民健康保険料・後期高齢者医療保険料などの算定基準となる総所得金額等や合計所得に含まれます。ご注意を

【上場株式等に係る譲渡所得等】
市・県民税で上場株式等の譲渡所得等を「申告不要」にすると、令和4年中に生じた譲渡損失を翌年度以降に繰り越すことはできません。また、譲渡損失を市・県民税に適用させるには、譲渡損失のあった年に申告する必要があります。なお、申告は「令和5年度市・県民税の納税通知書」が送達される前に行ってください。
詳細は市ホームページを。申告の日程・会場などは、本紙1月号でお知らせします。
問**市民税課☎61局3921**

図書返却ポスト利用を休止

返却ポストの補修と、年末年始は返却図書であふれる可能性があるため、次の期間は利用できません。
大船駅東口…12月12日（月）～20日（火）
全ての返却ポスト…12月28日（水）～1月4日（水）
問**中央図書館☎25局2611**

字幕表示システム実証実験中

窓口で職員が話した内容を文字にして案内する「字幕表示システム」の実証実験を行っています。
12月27日（火）まで…中央・玉縄図書館
問**中央図書館☎25局2611**

市民活動センター検討ワークショップ

市民活動センターの機能などについて、今後の在り方を検討します。先着30人。
12月17日（土）…市役所講堂（第3分庁舎）午後3時から
申電話かEメールで、**地域のつながり課地域のつながり担当**（Ｅnpo@city.kamakura.kanagawa.jp）へ

民生委員児童委員の一斉改選

12月1日に民生委員児童委員の任期満了に伴う一斉改選が行われます。今回、厚生労働大臣から委嘱を受ける同委員は市内に212人おり、それぞれの担当地区の身近な福祉の相談相手として、また見守りや支援機関へのつなぎ役として活動します。任期は12月1日～令和7年11月30日です。
問**生活福祉課☎61局3958**

店舗などのWi-Fi接続環境整備へ補助金

外国人観光客などが便利に鎌倉を観光できるよう、市内の店舗などが屋内に無料のWi-Fi（公衆無線LAN）接続環境を整備するための費用（ルーター設置に係る初期導入経費）を補助します。
インターネット接続に係る回線設置費用・月額利用料・維持管理費などは補助対象外です。詳細は市ホームページを。
問**観光課☎61局3884**

意見を募集

【耐震改修促進計画（改定素案）】
建築物の耐震改修等に係る国の方針の改正や県の計画の改定に伴い、本市でも同計画を改定します。
閲覧期間…12月20日（火）～1月19日（木）
閲覧場所…建築指導課（本庁舎3階）・市役所ロビー・支所・鎌倉生涯学習センター・図書館。市ホームページでも閲覧可
意見の提出…意見書（閲覧場所にあり）などを、1月19日（必着）までに意見回収箱（閲覧場所にあり）または郵送・ファクス・Eメールか直接、**建築指導課**（FAX23局6939、Ｅkensi@city.kamakura.kanagawa.jp、☎61局3586）へ

市立小・中学校指定校基準などを変更

令和5年度から、就学指定校の変更や区域外就学を希望する場合の許可基準を変更します。詳細は市ホームページを。
問**学務課☎61局3796**

緑地の維持管理相談

市内にある緑地の所有者から、樹木の管理方法などの相談を受け付けます。相談内容に応じて、緑地維持管理相談専門委員が現地を調査し（1・2月を予定。要立ち合い）、助言します。
申12月1日～28日に申込書を郵送・ファクス・Eメールか直接、みどり公園課（☎61局3486、Ｅmidori@city.kamakura.kanagawa.jp、本庁舎3階）へ。申込書は同課か市ホームページで入手可

すべての人が、自分らしく生活できる地域共生社会の実現に向けて

海から、公園から。――取り組みが広がっています

「共生社会」の実現に向けて No.15　連載

地域共生課☎61-3436
Ｅkyosei@city.kamakura.kanagawa.jp

インクルーシブなまち ＼誰もがチャレンジできる社会をビーチから／

由比ヶ浜海岸で、障害者と健常者がともにサーフィンを楽しむコミュニティー「ナミニケーション」（写真）。
このグループは、障害のある人がサーフィンを体験するインクルーシブ・サーフィンを行っています。海水浴を諦めていた人がボランティアのサポートでチャレンジするうちに、波に乗ることができるようになった例もあるそうです。
新しい一歩を踏み出すきっかけにつながる「共生社会」の取り組みが、身近なビーチから広がっています。

月1回（3～12月）活動しています

みんなで遊べる公園

～「遊ぶ」へのハードルをとりのぞく

みどり公園課☎61-3583

本市では、共生社会の一つの形として、子どもにとってのインフラ（社会基盤）とも言える「公園」を、誰もが使えるより楽しい場所にしたいと考えています。そのため、2023年度の利用開始に向け、鎌倉海浜公園由比ガ浜地区に“誰もが楽しめる遊具”を導入した「みんなで遊べる公園」を準備しています。
インクルーシブな公園整備をきっかけに、共生社会の実現に向け私たちの意識、そして社会を変えていきたいと考えています。
工事の時期などについては、決まり次第、お知らせします。

公園づくり３つのコンセプト

- **楽しむ**　自分の動きと遊具の動きを楽しむ
- **つながる**　多様なふれあいでつながる
- **感じる**　自らが持つ感覚を生かして感じる

例えば…

誰もが楽しめる遊具を！

手や足腰が弱い子も楽しめる「ブランコ遊具」（藤沢市）

車いすから乗り移りしやすい「かいてん遊具」

詳しくは鎌倉市公式note「ナルホド事始メ」へ▶

★インクルーシブ…「障害の有無、年齢、性別などにかかわらず、すべてを含む」の意味

電力など価格高騰緊急支援給付金

電力・ガス・食料品などの物価高騰による負担増で、家計への影響が大きい次の対象世帯に、5万円を支給します。

対象…①**非課税世帯**＝世帯全員が令和4年度市・県民税（均等割）が非課税、②**家計急変世帯**＝令和4年の年間所得見込みが非課税相当　※令和4年9月30日現在の世帯構成

受給方法…①＝送付した確認書を期限までに返送（DVなどで避難している人や確認書が届かない世帯は申し出を）、②＝福祉総務課（本庁舎1階）・支所・市ホームページにある申請書などを提出

詳細は市ホームページを。

問**緊急支援給付金コールセンター☎61局3855**

農地に関する手続きと農業者年金

【農地転用の手続き】

農地を資材置き場や駐車場など農地以外に利用する場合、一時的な利用でも転用の手続きが必要です（転用できない場所あり）。

許可なく行うと農地法違反となり、県知事の是正命令などに従わない場合には厳しい罰則があります。土地所有者も罰則の対象です。

また、悪質な業者が「農地を造成する」などと契約話を持ち掛けて、農地に廃棄物を不法に投棄する事例が発生しています。農業委員会に相談を。

【農地相続の届け出】

農地を相続したときは、農業委員会への届け出が必要です。相続に伴う農地の権利取得を農業委員会が把握することで、農地が有効利用されるよう努めています。また、相続者が自分では耕作できない場合などに、地元で借り手を探すなどの相談も受けています。

【農業者年金】

農業者年金は、60歳未満の国民年金第1号被保険者で、年間60日以上農業に従事している人は誰でも加入できます。配偶者や後継者などの家族農業従事者も加入できます。

支払った保険料は、全額が社会保険料控除の対象となり、将来受け取る農業者年金は公的年金等控除が適用されるなど、税制上の優遇措置があります。

問**農業委員会事務局**

普通救命講習Ⅰ

AEDを使った成人の心肺蘇生法・止血法など。ウエブと組み合わせた講習。先着8人。対象は市内在住・在勤・在学の中学生以上。

1月8日（日）…大船消防署　午前9時30分～11時30分

申12月1日の午前9時30分以降に、**大船消防署（☎43局2424）**へ

中退共の退職金制度

中小企業退職金共済制度（中退共）は、独力では退職金制度を設けることが困難な中小企業に対して、事業主との相互共済の仕組みと国の援助によって設けられた国の退職金制度です。

掛金は全額非課税で、国が一部助成します。パートタイマーや家族従業員も加入できます。

問**勤労者退職金共済機構☎03・6907局1234**

国の教育ローン

高校・大学などに入学・在学するお子さんの家庭を対象とした、日本政策金融公庫による公的な融資制度です。

融資額…子ども1人当たり350万円以内

金利…年1・95％（ひとり親家庭などは年1・55％）

※令和4年11月1日現在

返済期間…18年以内

詳細は「国の教育ローン」でウェブ検索を。

問**教育ローンコールセンターⅠ☎0570・0086 56（IP電話からは、☎03・5321局8656）**

確定申告や年末調整はネットで自宅から

【自宅からe-Taxで】

所得税の確定申告書は、国税庁のホームページで作成し、送信することができます。

【年末調整】

詳細は国税庁ホームページの「年末調整がよくわかるページ」を。年末調整には申告書作成用ソフトウェア（年調ソフト）をご利用ください。インストール方法や操作要領などの質問は、年調ソフトヘルプデスク（☎0570・02・4563）へ。

【疑問にAIが回答】

国税庁ホームページの「税務相談チャットボット」では、AI（人工知能）が税に関する疑問に自動で回答します。

問**鎌倉税務署☎22局5591**

「人権」について考えてみませんか

12月4日～10日は「人権週間」です。

DVやハラスメント、いじめ、児童虐待、インターネット上での誹謗中傷などが社会問題化しています。人権は、私たちが人間として幸福な生活を営むための基本的な権利です。この機会に、「思いやりの心」や「かけがえのない命」について考えてみませんか。

問**地域共生課☎61局3870**

自衛官候補生を募集

防衛省では、年間を通じて自衛官候補生（男女とも）を募集しています。詳細は問い合わせを。

問**防衛省自衛隊神奈川地方協力本部藤沢募集案内所☎0466・26局2216**

県鎌倉保健福祉事務所の相談と検査

左表のとおり。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	12月（日時）	
こころの健康相談・認知症相談	2㊎・19㊊	9:00～12:00
	15㊍	13:30～16:30
HIV・梅毒血液検査（結果即日・匿名可）	15㊍	13:15～15:00
B・C型肝炎ウイルス血液検査（39歳以下）	15㊍	15:15～15:45

電話での相談は随時▶こころの健康相談・認知症相談、アルコール相談、禁煙相談（来所も可）、わたしのからだとこころの相談、薬物乱用問題の相談（来所も可）

問**県鎌倉保健福祉事務所☎24局3900**

4月から

事業系植木剪定材処理手数料を改定

ごみ減量対策課 ☎44-5369

事業系一般廃棄物のうち、植木剪定（せんてい）材の処理にかかる費用と処理手数料に大きな差が生じています。

事業者に適正な費用負担を求めるため、4/1から植木剪定材の処理手数料を、10kg当たり130円から処理原価相当額の210円に改定します。

なお、自宅の植木を造園業者などが剪定した場合は、剪定した植木をクリーンステーションに出すのではなく、業者に引き取りを依頼してください。

会計年度任用職員などの募集

①職務内容　②必要な免許や資格・募集人数
③雇用期間（記載がなければ4月1日～令和6年3月31日）
④勤務条件　⑤報酬額　⑥選考方法　⑦応募締め切り

※交通費は別途支給
※応募書類は返却しません
※詳細は受験案内か市ホームページを

事務関連

【事務補助職員（通年任用・短期間任用・障害者採用）】
①職員の補助業務
②パソコン操作ができる
③市の指定する期間
問**職員課人財育成担当**

【狂犬病予防注射会場受付等事務職員】
②1人
③4月6日～24日
④1日7時間以内で週5日（市の指定した日数・時間。土・日曜日を含む）
⑤時給1071円
⑥面接
⑦12月14日
問**環境保全課☎61局3454**

【選挙事務任用職員】
②18歳以上（高校生不可）。若干名
③2月27日～4月14日
④1日原則7時間で18日（土曜日、祝・休日を含む。残業あり）
⑤時給1071円
⑥面接
⑦12月20日
問**選挙管理委員会事務局☎61局3874**

母子保健関連

【Ⓐ母子保健活動員】
①母子の健康相談・指導など（家庭訪問あり）
②保健師。若干名
④1日6～7時間で月16日以内（土曜日、祝・休日を含む）
⑤日額1万3200円以上

【Ⓑ母子保健コーディネーター】
①個別の支援プラン作成や保健指導など（家庭訪問あり）
②保健師か助産師。2人
④1日6～7時間で月16日以内（土曜日、祝・休日を含む）
⑤日額1万3200円以上

【Ⓒ母子保健指導員】
①健康指導など（家庭訪問あり）
②保健師、助産師、心理相談員、保育士・幼稚園教諭、看護師、理学療法士のいずれか。各若干名
④1日3～7時間30分で月2～12日（土曜日、祝・休日を含む。職種により異なる）

【Ⓐ～Ⓒ共通】
⑥面接
⑦12月12日
問**市民健康課☎61局3944**

教育関連

【Ⓓスクールアシスタント】
①児童の学習支援など
②小学校教員免許
④月12日（8月は勤務なし）
⑤日額9100円
⑥書類・面接

【Ⓔ学校図書館専門員】
①小学校での図書整理や読み聞かせ、図書の紹介
②図書館司書か司書教諭
④月12日ほか
⑤日額7609円
⑥書類・面接・実技（読み聞かせ）

【Ⓕ学級介助員】
①特別な支援を必要とする児童・生徒の介助など
④月12日程度（8月は勤務なし）
⑤日額7800円
⑥書類・面接

【Ⓖ小学校非常勤講師】
①児童支援専任教諭後補充の授業など
②小学校か中学校教員免許
⑥書類・面接

【Ⓗ読書活動推進員】
①中学校での図書整理や読み聞かせ、図書の紹介
②図書館での勤務や読み聞かせの経験がある
④月6日（8月は勤務なし）
⑤日額5355円
⑥書類・面接・実技（読み聞かせ）

【Ⓓ～Ⓗ共通】
⑦12月23日
問**教育指導課☎61局3815**

図書館関連

【図書館業務補助職員】
①図書館職員の補助業務
②司書か司書補（3月取得見込み可）で、パソコン操作ができる。若干名
④1日7時間45分で月16日（土・日曜日、祝・休日勤務、遅番あり）
⑤日額8742円
⑥書類・面接・実技
⑦12月21日
問**中央図書館☎25局2611**

このほか、社会福祉法に基づく重層的支援体制整備事業の推進を行うなど、専門的な知識を有する一般任期付職員を募集します。

問**職員課人財育成担当**

ワクチン接種

ワクチン接種特設サイト▶

生後６カ月～４歳の接種を開始
接種を希望する人は接種券発行申請が必要です。詳細は市ホームページを。

オミクロン株対応ワクチン接種

接種間隔が３カ月に短縮されました。前回の接種から３カ月経過した日から接種できます。また、下記のワクチンが選択できます。

ワクチンの種類	対象年齢
ファイザー社製 オミクロン株対応ワクチン（BA.4-5）	12歳以上
モデルナ社製 オミクロン株対応ワクチン（BA.1※）	18歳以上

※準備が整い次第、BA.4-5へ切り替える予定です

接種会場

市内の医療機関（個別接種）…３回目以降を対象に実施
実施医療機関と予約方法はこちら▶

集団接種会場…１～５回目を実施
年内は12/25まで実施しています。
また、１月の集団接種の予約は12/6から開始の予定です。

会場	曜日	開設時間	駐車・輪場の有無
市役所本庁舎	㊏	14:00～17:30	P P
	㊐	9:00～12:30、14:00～17:30	
福祉センター	㊌㊍㊏	14:00～17:30	P
	㊐	9:00～12:30、14:00～17:30	
腰越行政センター	㊏	14:00～17:30	P
	㊐	9:00～12:30、14:00～17:30	
鎌倉武道館（室内履きのご持参を）	㊌㊍㊏	14:00～17:30	P（山崎浄化センター） P（鎌倉武道館）
	㊐	9:00～12:30、14:00～17:30	
鎌倉芸術館	㊏	14:00～17:30	P（有料）
	㊐	9:00～12:30、14:00～17:30	

他ワクチンとの同時接種

インフルエンザワクチンとの同時接種は可能ですが、それ以外のワクチンは同時接種できません。片方のワクチンを受けてから２週間後に接種できます。

新型コロナ　インフル　同時接種 ○　　新型コロナ　インフル以外　同時接種 ×（2週間後に接種可）

鎌倉市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター
☎0120-238-771
9:00～17:00（㊏・㊐・㊗も）
＊12/30～1/3は除く

生活困窮者自立支援金を支給　生活福祉課☎61-3958

新型コロナの影響が長期化する中で、社会福祉協議会が実施する緊急小口資金等の特例貸付（総合支援資金の再貸付など）が終了した世帯に、支援金を支給しています。申請期限は12/31（消印有効。窓口では12/28まで）です。

新型コロナウイルス

大人数や長時間の飲食を避け、適切なマスクの着用、手洗い、換気・加湿など、基本的な感染対策の徹底を！

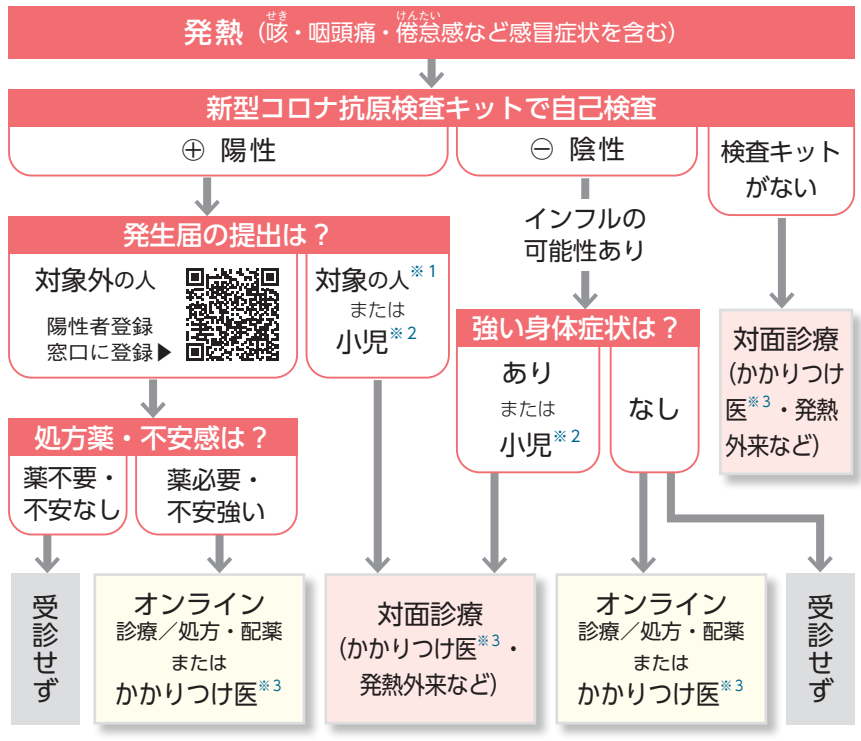
＊掲載情報は11/22時点のものです。最新情報は、市ホームページ「新型コロナウイルス」の各サイトや市公式SNSで

インフルエンザとの同時流行に備えて

今年の冬は新型コロナの感染拡大に加えて、季節性インフルエンザ（以下、インフル）も流行する可能性があり、より多くの発熱患者が同時に生じることが考えられます。

事前の備え（下記）をするとともに、症状がある場合は重症化リスクなどに応じた受診・療養にご協力をお願いします。

【事前の備え】
- 薬（新型コロナの症状に対応する薬・常備薬・服用中の薬）
- 食品（水分補給ができる・体調が優れないときでも食べやすい・調理不要のものなど）
- 日用品（２週間程度を目安に用意を）
- 抗原検査キット（１人につき２テスト分の用意を）



※1 高齢者・重症化リスクがある人・体調が心配な人・妊娠中　※2 小学生以下
※3 かかりつけ医がいない・受診できない場合は、下記☎へ

24時間・無休
県新型コロナウイルス感染症専用ダイヤル
☎0570-056774（ゼロコロナなし）
☎045-285-0536（IP電話）
※かかりつけ医がいる人は、まずかかりつけ医に連絡を

後遺症が続く場合
対応医療機関▶

鎌倉殿通信

最終回　遺志を継ぐ者たち

源頼朝亡き後、武家政権を維持・発展させた北条政子・義時姉弟も、貞応三年（一二二四）に義時、翌年に政子が相次いで亡くなります。

義時の長男である泰時は、承久の乱後、京都で戦後処理にあたっていたため、父の死に目には会えませんでした。ときに四二歳。以後、執権として幕政を主導しますが、継母にあたる伊賀の方が三浦義村と協力して実子の政村を執権に据えようと画策するなど、その前途は多難なものでした。

近年発見された藤原定家の日記『明月記』によれば、危篤状態の政子に対し泰時が何度も「あなたにもしものことがあれば、私は一線を退きます」と言うと、「天下を鎮守することが恩に報いることになるのです」といさめられたといいます。この会話から、泰時が政子を非常に慕い、頼りにしていたことがうかがえます。

政子の死後、泰時は「御成敗式目」の制定や切通の造成、和賀江嶋の築港など、鎌倉の発展に尽くし、希代の名執権として名を残します。政子・義時の遺志は、泰時に引き継がれたといえるでしょう。

もう一人、政子の権力を引き継いだのが竹御所です。父に二代鎌倉殿頼家を持つことから、頼朝・政子の血を受け継ぐ存在でした。比企氏の滅亡後、三代鎌倉殿実朝の妻の養子となっていましたが、実朝の死後、政子の庇護の下で育てられたと考えられます。政子が亡くなると、竹御所は政子の葬儀や仏事を主催し、幕府行事にも参加するなど、政子の後継者としての活動を開始します。ときに二四歳。

一方、八歳に成長した三寅（次期鎌倉殿）は元服を遂げて頼経と名乗り、征夷大将軍に任じられました。まだ幼い鎌倉殿頼経を執権泰時が補佐していくことになります。そして、寛喜二年（一二三〇）、二九歳の竹御所は一六歳年下の頼経と婚姻します。源氏と北条の血を引く竹御所は、鎌倉殿の妻の座に収まることで源氏将軍家を維持したのです。亡き政子や義時の意向だった可能性も十分に考えられますが、残念ながら、男子を死産し、亡くなりました。

その後も、北条氏は一族の女性や養女を鎌倉殿の妻にするなど、将軍家との関係維持に努め、得宗（北条氏の嫡流）に権力が集中していきました。幕府の礎を築いた政子・義時の遺志は、次の世代へと託され、鎌倉に産声を上げた日本史上初の本格的な武家政権は、およそ一五〇年もの間続くことになるのです。

【鎌倉歴史文化交流館学芸員・山本みなみ】

＊約一年半、ご愛読ありがとうございました。当連載が大河ドラマをより楽しむ一助となれば幸いです

＊鎌倉歴史文化交流館では12/28㊌まで、企画展「北条氏展vol.4 北条義時の子どもたち」（前期）を開催しています

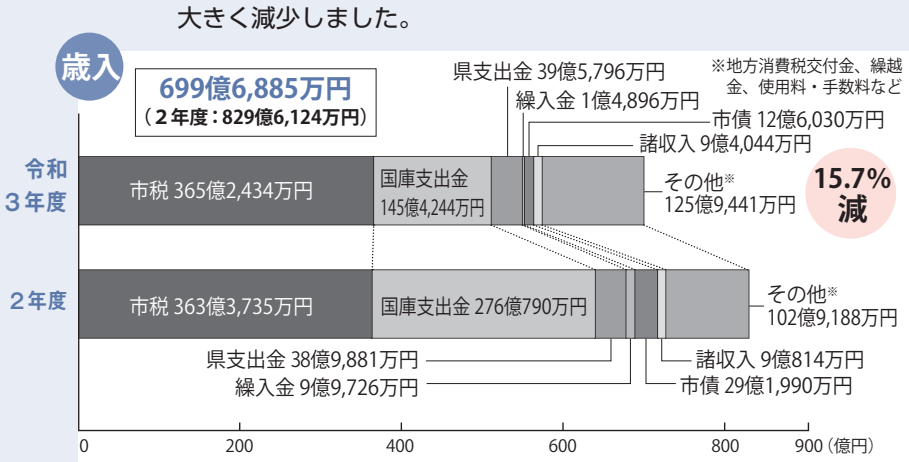
令和３年度 市の決算状況

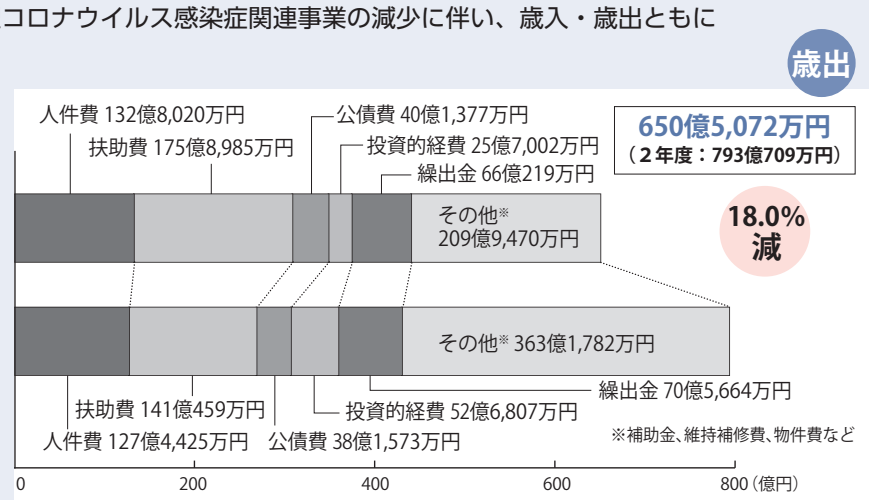
予算がどのように使われたか、市の財政状況はどうなっているのかをお知らせします。 問 財政課

●金額は表示桁数未満を四捨五入しているため、各内訳の計と合計は一致しない場合があります
●決算状況、健全化判断比率などは市ホームページで、決算書などは行政資料コーナー(本庁舎３階)でもご覧になれます

一般会計

行政運営の基本となる会計は、前年度（令和２年度）に行った新型コロナウイルス感染症関連事業の減少に伴い、歳入・歳出ともに大きく減少しました。





特別会計

下記の特定事業について、徴収する保険料や使用料だけでは運営が厳しいため、一般会計からの繰出金も合わせて運営しています。

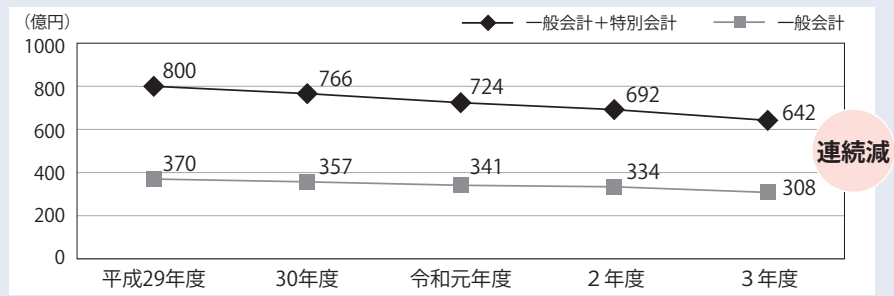
▲＝マイナス

事業区分	歳入決算額(円)	前年度比(%)	歳出決算額(円)	前年度比(%)
大船駅東口市街地再開発事業	2,084万	▲2.3	1,842万	▲1.4
国民健康保険事業	168億5,706万	4.5	166億1,847万	5.7
公共用地先行取得事業	2億1,636万	▲60.2	2億1,636万	▲60.2
介護保険事業	183億6,612万	3.4	178億5,439万	2.4
後期高齢者医療事業	58億1,060万	▲1.4	57億5,562万	▲1.5
合計	412億7,100万	2.3	404億6,326万	2.3

事業区分（公営企業会計）	収入額(円)	前年度比(%)	支出額(円)	前年度比(%)
下水道事業	98億4,825万	▲2.8	105億8,719万	1.8

市債残高

山積する行政課題を解決するための財源として、市債の活用が不可欠であるため、世代間の公平性や返済額・借入額のバランスなどに留意して管理しています。その結果、一般・特別会計の市債残高は、引き続き減少しました。



財政健全化指標

破綻危機などを示す指標はいずれも基準を大きく下回っており、財政の健全性が保たれていることを示しています。

▲＝マイナス
（　）＝その割合を示す参考数値

指　標	①～④：市の財政 ⑤：公営企業（下水道）	早期健全化基準	財政再生基準	本市の数値 「－」は黒字	
				令和３年度	２年度
①実質赤字比率	一般会計等を対象とした実質赤字の標準財政規模に対する比率	11.56%	20%	－ (▲12.48%)	－ (▲8.57%)
②連結実質赤字比率	全会計を対象とした実質赤字の標準財政規模に対する比率	16.56%	30%	－ (▲15.96%)	－ (▲11.84%)
③実質公債費比率	一般会計等が負担する元利償還金及び準元利償還金の標準財政規模に対する比率	25%	35%	1.1%	1.1%
④将来負担比率	一般会計等が将来負担すべき実質的な負担の標準財政規模に対する比率	350%	なし	－ (▲27.6%)	－ (▲20.0%)
⑤資金不足比率	資金不足額の事業の規模に対する比率	経営健全化基準 20%		－ (▲17.36%)	－ (▲17.19%)

市の財政状況（総括）

令和２年度決算と比較して、市民税の増加などにより税全体で見ると増額となりました。しかし、今後も新型コロナ再拡大と物価高への懸念から、財政状況は必ずしも楽観視できるものではありません。

市税などの一般財源に占める固定経費の割合（経常収支比率）は依然99.9％と高く、福祉にかかる経費などが年々財源を圧迫しています。今後も、既存の行政サービスの見直しも含め、行財政改革を進めていきます。

ふるさと納税による市の税収が減少

ふるさと寄附金担当☎61-3845

ふるさと納税制度は、全国各地から寄附を受けることにより、市の財政収入が増える反面、市民が他の自治体に寄附をした場合には、税に対する控除が受けられるため、本市に入るはずの税収入が減ることとなります。

平成27年度以降、本市では「必要経費を差し引いた寄附額」よりも、「税収入の減額」が上回っています。令和３年度の実績は下記の通りです。

必要経費を差し引いた寄附額は8億5,089万1,202円※
税収入は10億5,471万円の減
収支…▲2億381万8,798円

※寄附総額17億1,127万1,350円 － 必要経費8億6,038万148円

▲＝マイナス

「Society5.0」の時代をしなやかに泳ぐ子どもたちを育む
鎌倉市教育委員会

第13回 ふるさと納税で魅力的で豊かな学びを ～鎌倉スクールコラボファンド（鎌倉ＳＣＦ）

リアルな社会課題に基づく課題解決型学習やプログラミング学習、ＩＣＴも活用した個別最適な学び――「未来を生き抜く力」を育むことができる魅力ある教育活動を、豊かな人材・ＮＰＯ・企業・大学などと素敵なコラボレーションで実現していく「鎌倉スクールコラボファンド」（鎌倉ＳＣＦ）。

ふるさと納税の仕組みを活用したガバメントクラウドファンディングで皆さんからご支援をいただき、今年度も「未来を生き抜く力」を育むことができる魅力ある教育活動が数多く生まれました。例えば、小学６年生が「次世代のために学校をよりよくすること」を目的として、子どもたち自らが学校の課題を考え、解決に向けたムーブメントを起こしていく取り組みをＮＰＯとコラボレーションしたり（写真）、平和・異文化などのテーマで多様な他者を理解し、自分を理解することでウェルビーイングにつなげる「シティズンシップ教育」が実現したりと数多くの実践が花開いています。

こうしたコラボレーションを持続していくため、今年度もガバメントクラウドファンディングを実施しています。市民の皆さんもふるさと納税として寄附ができます。寄附金の使い道（鎌倉ＳＣＦ）を指定できるので、皆さんの思いが活動に反映されるメリットもあります。ぜひ、「ふるさとチョイス」の鎌倉ＳＣＦにアクセスしてください。

さらに、鎌倉ＳＣＦの資金を確保するため、「寄附型自動販売機」の設置を始めました。購入金額は変わらず、飲料１本につき売り上げの一部が鎌倉ＳＣＦへ寄附されます。ぜひ、応援をお願いします。また、地域貢献のため寄附型自販機への切り替えに関心のある人は、教育総務課の教育企画担当までご連絡ください。

【教育長・岩岡寛人】

◀シティズンシップ教育など、今年度の鎌倉SCFの取り組みは、鎌倉市教育委員会noteで！

市立小・中学校で、社会に開かれた学校教育を実現するため、皆さんからの寄附をお待ちしています。

●寄附のお申し込み…
ウェブ「ふるさとチョイス」▶
ふるさと寄附金担当（☎61-3845）

●鎌倉 SCF・寄附型自販機…
教育総務課 教育企画担当

お子さんの健診と教室

市民健康課☎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　◆お誕生前 健康診査

【会場による教室・健診】e-kanagawa 電子申請で予約を（ネット環境がない場合は同課へ）。
対象者には該当月の前月に、案内を送付しています。日程や持ち物は、その案内で確認を。
◆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
＊あらかじめ、すくすく手帳に必要事項の記入を　＊駐車場はありません

市公式LINE
子ども・子育て情報も！
広報課61-3867

10・11面にもイベントを紹介♪
◀キャラ子が目印！

子育て支援センターの催し

お子さん（主に０～３歳児）と保護者のフリースペースです。現在、新型コロナウイルス対策のため予約制です。また、各センターでは次の催しも行っています（記載のないものは受け付け中。㊐予約開始日）。年末年始は 12/29㊍～1/3㊋休館。

鎌倉子育て支援センター　☎23-0606

ふたごちゃんの会 ３歳まで・双子の妊婦さんも	12/３(土) 10:00～12:00
土曜ひろば ３歳まで／各先着12組	12/３(土) 10:00～12:00 13:30～15:30
初めての方のひろば ３歳まで／先着12組	12/19(月) 10:00～12:00
図書館のおはなし会 10カ月まで／先着６組	12/23(金) 11:30～12:00
離乳食の基本の進め方&お悩み相談会 ２歳まで／先着12組／㊐12/19から	1/12(木) 10:30～11:45
赤ちゃんの日 よちよち歩きまで／各先着12組	水曜日 10:00～12:00 13:30～15:30

妊婦さんも！

深沢子育て支援センター　☎48-0550

計測も！

土曜ひろば ３歳まで	12/10(土) 10:00～12:00 13:30～15:30
はじめてのおでかけ ２～３カ月／先着12組／㊐12/5から	12/19(月) 10:00～12:00
午前ひろば ３歳まで	12/19(月) 10:00～12:00
ちいさなおはなし会 10カ月まで／先着6組／㊐12/12から	12/23(金) 13:40～14:00
赤ちゃんひろば よちよち歩きまで	火・木曜日 13:30～15:30

大船子育て支援センター　☎47-3377

小さな赤ちゃんひろば ５カ月まで／先着10組	12/７(水) 13:30～15:30
小さなおはなし会 10カ月まで／先着５組	12/15(木) 13:30～13:45
土曜ひろば ３歳まで	12/17(土) 10:00～12:00 13:30～15:30
午前ひろば ３歳まで	12/19(月) 10:00～12:00
赤ちゃんひろば よちよち歩きまで／各先着10組	火・木曜日 13:30～15:30

玉縄子育て支援センター　☎45-5077

12/28（水）は午後休館

ベビーちゃんの日・妊婦さんの日 よちよち歩きまで／㊐前日から	12/８(木)・15(木)・22(木) ９:30～11:30 13:00～15:00
ふたごちゃんの会 ２歳まで・双子の妊婦さんも／㊐12/1から	12/10(土) 9:30～11:30
おひさまひろば ３歳まで	12/17(土) 9:30～11:30
図書館のおはなし会 ３歳まで／㊐12/5から	12/20(火) 9:45～10:10

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

５歳児すこやか相談

（年中：平成29年4/2～30年4/1生まれ）

発達支援室☎23-5130

市外の幼稚園・保育園などに在籍しているか、未就園のお子さんを対象に、子どもの成長や子育ての悩みなどの相談に応じます。

希望する人は、発達支援室にご連絡ください。

図書館のおはなし会

こどもほんしょるじゅ
かますけくん

申し込みは12/1以降に電話か直接希望の図書館へ。先着順

	あかちゃんと楽しむ（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	12/9(金) 10:10、10:40（０歳） 11:10、11:40（１歳）	12/16(金) 10:30	12/８(木) 15:30
腰越図書館 ☎33-0711	12/21(水) 10:30	12/14(水) 10:30	12/27(火) 16:00
深沢図書館 ☎48-0022	12/20(火) 10:00（１歳）、11:00（０歳）	12/21(水) 10:00	12/16(金) 15:30
大船図書館※ ☎45-7710	12/14(水) 11:00 12/22(木) 15:00	12/14(水) 10:30	12/22(木) 15:40
玉縄図書館 ☎44-2218	12/14(水) 10:30、11:00	12/15(木) 11:00	12/25(日) 10:30

※行政センター工事のため、14日はおさか子どもの家、22日はたまなわ交流センターで開催します

12月の市民相談

㊐要予約（随時）／㊐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）
なお、場所に※がついている相談は原則面談ですが、予約の上、電話での相談も可能です。年末年始の閉庁日は12面か各施設で確認を

就職・労働

労働相談㊐	６・22日：市役所 13:30～16:00	☎61局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㊐	19日：市役所 13:30～16:30	
就職支援相談㊐	21日：市役所 13:30～16:00	
経営相談㊐	16日：市役所　9:00～17:00 商工課商工担当	
高年齢者就労相談（主に55歳から）㊐	月～金：市役所　9:30～16:00 セカンドライフかまくら☎55-5520	

行政・法律

行政相談	12日：大船支所　13:00～16:00	☎61局3864 くらしと福祉の相談窓口
法律相談㊐	２・９・13・16・23・27日：市役所※　9:00～16:00 ６・20日：市役所※ 17:30～20:00 ７日：深沢支所 14日：大船支所 21日：腰越支所 28日：玉縄支所 10:00～16:00	
税務相談㊐	14日：市役所※　9:00～16:00	
司法書士相談㊐	20日：市役所※13:00～16:00	
行政書士相談㊐	28日：市役所※13:00～16:00	

子ども・家庭

こどもと家庭の相談室（虐待の通告も）	月～金、10日：市役所 8:30～17:00 こども相談課 ☎23-0630（相談専用）
ひとり親家庭の相談	月～金：市役所 8:30～17:00 10日：市役所 9:00～17:00 こども相談課 ☎61-3897
ネウボラすくすく（10・24日は㊐）	妊娠・出産・育児に関わる相談 月～金、10・24日：市役所　8:30～17:00 市民健康課 ☎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 （13・27日は18:00まで） 教育センター ☎24-5235（相談専用）

土地・建物

建築等の紛争に係る相談㊐	５・12・19・26日：市役所※　9:00～16:00	☎61局3864 くらしと福祉の相談窓口
不動産相談㊐	８日：市役所※14:00～16:00	
マンション管理相談㊐	１日：市役所※13:00～16:00	
窓口耐震相談㊐	対象は昭和56年5月以前建築の木造住宅 月１、２回程度：市役所 13:30～16:30 建築指導課 ☎61-3586	

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

福祉

成年後見専門相談㊐	28日：9:00～12:00 成年後見センター ☎38-8003
障害福祉相談（いずれも面談は㊐）	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㊐	月～金、10・24日：9:30～17:00 障害者二千人雇用センター☎53-9203
生活困窮相談㊐	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㊐	６・20日：市役所 13:00～16:00 地域共生課 ☎61-3870
女性相談（面談は㊐）	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㊐	15日：市役所※ 9:30～16:30 くらしと福祉の相談窓口 ☎61-3864

どこに相談していいか分からない場合は、くらしと福祉の相談窓口（☎61-3864）へ

鎌倉市平和推進事業

平和へのオマージュ作品展

文化課☎61-3854

と　き…12/1㊍～6㊋ 10:00～18:00（最終日は17:00まで）
ところ…鎌倉芸術館

芸術文化活動を通じて障害者の社会参加を促し、多様性を認め合う平和な社会を築くことを目指した作品展です。本市の障害福祉サービス事業所「道工房」と「アトリエそらのいろ」の出品協力による多様性に満ちたアートに出会えます。

参加者募集

大河ドラマ「鎌倉殿の13人」鎌倉市推進協議会主催
大河ドラマ担当

講演「二つの法華堂と大倉御所～遺跡から」

と　き…12/10㊏　17:30～18:30
ところ…鎌倉生涯学習センター

これまでの発掘調査の成果から、源頼朝法華堂と北条義時法華堂、大倉御所の実像に迫ります。講師は市文化財課技術職員。先着順。

８月に実施した講演会

大河ドラマ館発 小学生（４～６年）向けガイドツアー

と き…12/17㊏ 10:00～12:00

「鎌倉殿の13人」の登場人物ゆかりの地をめぐります。鎌倉ガイド協会のガイドが、小学生にも分かりやすく案内します。保護者同伴。先着18組。

いずれも詳細は大河ドラマ館㊍を。申12/1以降にe-kanagawa電子申請で

鎌倉市民文化祭

文化課☎61-3872

日程表

舞台行事（入場料）	とき	ところ	問い合わせ
鎌倉演劇連盟合同公演（1,500円）※障害のある人は無料	12/24㊏ 13:30 17:30	鎌倉生涯学習センター	鎌倉演劇連盟 ☎090-3508-8292（志貴）

文化施設 年末年始の休館

展示替えや館内整理などのため、休館します。

施設名	とき	問い合わせ
鎌倉国宝館	12/22㊍～1/31㊋	☎22-0753
鎌倉文学館	12/24㊏～1/３㊋	☎23-3911
鎌倉芸術館	12/28㊌～1/４㊌	☎48-5500
鎌倉歴史文化交流館	12/29㊍～1/10㊋	☎73-8501
鎌倉清方記念美術館	12/29㊍～1/３㊋	☎23-6405
川喜多映画記念館	12/29㊍～1/３㊋	☎23-2500

市民は次の施設で観覧料などが**無料**。入館時に身分証明書などの提示を。
>> **鎌倉歴史文化交流館・鎌倉国宝館・鎌倉文学館・川喜多映画記念館（映画鑑賞料金は除く）・鏑木清方記念美術館**

鏑木清方記念美術館 ☎23局6405

12/2㊎～1/9㊊㊗

企画展
冬の輝き ―美人画と押絵羽子板

鏑木清方は、うっすらと雪が積もった椿や山茶花、小雪の舞う隅田川など美しい冬の情景を好みました。
また、年の暮れから新年にかけての街と、そこに暮らす人々の賑やかな様子にも趣を感じ、作品や口絵に描いています。

本展では、冬景色の作品とともに、名押絵師・永井周山が清方作品を意匠化した押絵羽子板「明治風俗十二ヶ月」を紹介します。

主な展示作品…「狐狗狸」（昭和６年）、「歳旦」（昭和９年）ほか

「春を待つ」
『文藝倶樂部』木版口絵
（明治37年）同館蔵

■日本画ワークショップ
～日本画材で羽子板に絵を描いてみよう！
とき…12/18㊐ ①13:00～14:30、②15:00～16:30 各先着９人
料金…1,000円（観覧料別）
申12/3の9:00以降に電話か直接同館へ

開館時間…9:00～17:00
（入館は16:30まで）
休館日…月曜日（1/9㊗は開館）
観覧料…300円
展示解説…12/10㊏・24㊏13:30から

川喜多映画記念館 ☎23-2500

12/12㊊まで　特別展　映画をデザインする ～小津安二郎と市川崑の美学

12/18㊐～3/12㊐　企画展　映画の分類学入門 ～ジャンルで読み解くハリウッド

企画展関連上映　映画鑑賞料金（展示観覧料含む）…1,000円（★=1,600円）
チケット販売は12/3から

開館時間…9:00～17:00
（入館は16:30まで）
休館日…月曜日（12/12は開館）
展示観覧料…特別展400円
企画展200円

タイトル	とき	
ミッション：インポッシブル フォールアウト	1/９㊊㊗・13㊎・15㊐	10:30
	1/11㊌・14㊏	14:00
ニューヨーク1997	1/14㊏	10:30
	1/９㊊㊗・12㊍・13㊎・15㊐★	14:00
未知との遭遇 ファイナルカット版	1/24㊋・27㊎・29㊐	10:30
	1/25㊌※・28㊏	14:00
アルマゲドン	1/28㊏	10:30
	1/24㊋・26㊍・27㊎・29㊐	14:00

★＝上映＋トーク。ゲストは三浦哲哉さん（映画研究者）、月永理絵さん（ライター）
※＝上映解説あり

「未知との遭遇 ファイナルカット版」

■はじめてのシナリオ教室
とき…1/17㊋、2/17㊎、3/24㊎全３回 10:30～12:00 抽選25人
料金…2,000円
申1/9までに電話・ファクス（FAX23-2503）かEメール（contact@kamakura-kawakita.org）で同館へ

インフォメーション INFORMATION

日日程 時時間 場場所 対対象 定定員 ¥費用（記載のないものは無料） 子ども・子育てに関する催し 名氏名（ふりがな） 齢年齢 ☎電話番号 FAXファクス番号 E Eメール HPホームページ はがき往復はがき 申申し込み（特に記載のないものは不要。申込時は「催し名・住所・名・☎」を明記。先着・抽選の催しの申込開始は、記載がない限り12/1（木）から）

講座・教室・展示

就職相談会

商工課☎61－3853

就職活動や応募書類作成などの相談に応じる日12/7（水）時13:00～16:00場同課（市役所本庁舎1階）対市内在住の人

市民健康課の催し

対市内在住の65歳以上

【からだの元気アップ教室】フレイル予防の運動プログラム日12/21～3/22の（水）全6回時13:30～15:30場たまなわ交流センター定先着10人申☎61－3946（募集中）

【かまくらシニア健康大学】日12/22（木）「睡眠のメカニズムを学ぶ」、1/18（水）「シニアヨガで笑顔と元気を！」時10:00～11:30場深沢学習センター定各先着50人申☎61－3977（募集中）

【月いち元気アップ教室】健康づくりの運動プログラム日場1/17（火）明治安田生命大船支社、25（水）鎌倉生涯学習センター時9:30～11:30定各先着15人申☎61－3977（開催日の1カ月前から）

手話とこんにちは！手話のおはなし会

中央図書館☎25－2611

日12/27（火）時15:30～16:00場同図書館定先着10人申Echulib@city.kamakura.kanagawa.jp（子の齢・あれば要配慮事項も）

クラシックバレエ教室

申玉縄青少年会館☎44－0480（12/3から）

日1/11～3/15の（水）全10回時17:20～18:00場同会館対市内の小学生～30歳（小学生は要保護者の送迎）定先着20人

手書き・パソコン要約筆記講習会

申障害福祉課☎61－3975

日1/12～3/16の（木）全9回時10:00～12:00場福祉センターほか対市内の20歳以上定先着12人

共生のまちづくり講座

地域共生課☎61－3436

テーマ「ハラスメント・暴力とは何か？～暴力の加害と被害をなくすためにできること」日1/20（金）時18:30～20:30場鎌倉生涯学習センター対市内の人定先着50人申e-kanagawa電子申請

未病指標などの無料測定会

申神奈川県みらい未病コホート研究事務局（県立がんセンター）☎045－520－2222

血液検査などの健康チェック日12/16（金）・17（土）時10:00～15:00場深沢学習センター対県内在住・在勤の18～95歳定各先着80人

家族介護教室

申地域包括支援センターささりんどう鎌倉☎42－3702

テーマ「高齢者向けの施設の選び方」日12/19（月）時10:30～12:00場玉縄学習センター対市内の人定先着15人

鎌倉スキー大会

鎌倉スキー協会・柴田☎080－5089－3095

日1/28（土）時8:00～15:00場エイブル白馬五竜スキー場対市内の人（中学生以下は保護者同伴）¥4000円ほか申Eketh6sp@yahoo.co.jp（齢・性別も）

かまくら市民活動フェスティバル

NPOセンター鎌倉☎60－4555

パネル展と人権などに関するセミナー日12/10（土）・11（日）時10:00～17:00（11日は16:00まで）場鎌倉生涯学習センター

だれでも参加・たのしく交流

多世代交流対市内在住の小学生以上

【私だけの手作りお正月かざり】日12/10（土）時10:00～11:15場名越やすらぎセンター定先着8人¥1000円申☎25－1188

【ろうけつ草木染め～ハンカチを染めよう】日12/11（日）時10:00～12:00場腰越なごやかセンター定先着12人¥600円申☎31－0800

【パン作り教室】日12/11（日）時10:00～13:00場今泉さわやかセンター定先着12人¥600円申☎45－4611

【鎌学生防犯劇「詐欺～二重のトリック」】日12/17（土）時13:30～15:00場玉縄すこやかセンター定先着15人申☎47－1338

【吉田真美のXmasランプシェード作り】日12/18（日）時10:00～11:30場教養センター定先着12人¥500円申☎32－1221

【♪楽器を楽しもう♪即興アンサンブルに挑戦】日1/15（日）時10:00～11:30場腰越なごやかセンター定先着20人申☎31－0800

【スポーツチャンバラ体験教室】日1/21（土）時10:00～11:30場名越やすらぎセンター定先着12人¥500円申☎25－1188

【はじめてのピラティス～ケガをしにくい体を作ろう】日1/21（土）時10:00～11:30場玉縄すこやかセンター定先着10人申☎47－1338

【歌助師匠の落語交流】日1/22（日）時10:00～11:30場教養センター定先着12人申☎32－1221

【新春のつどい～コーラスと踊り等を楽しむ】日1/28（土）時13:00～14:45場今泉さわやかセンター定先着25人申☎45－4611

玉縄すこやかセンターの催し

申同センター☎47－1338

対市内在住の60歳以上定各先着8人

【ピザ作り教室】日12/13（火）時10:00～12:00¥600円

【おりがみ教室～お正月リース作り】日12/20（火）時13:15～15:00¥200円

睡眠のお話し

申名越やすらぎセンター☎25－1188

日12/15（木）時14:00～15:15場同センター対市内在住の60歳以上定先着16人

保健師から学ぶ ヒートショックについて

申今泉さわやかセンター☎45－4611

日12/16（金）時10:00～11:30場同センター対市内在住の60歳以上定先着15人

市公園協会の催し

申同協会☎45－2750

場鎌倉中央公園定各先着20人

【ミニ園芸教室】日12/17（土）草を活かす野菜のつくり方、18（日）カネノナルキの花のはなし、24（土）中央公園の植物めぐり、25（日）カキのせん定をしよう時10:30～12:00

【冬の野鳥＆巣箱の掃除】自然観察会日12/18（日）時13:30～15:30

笛田公園の催し

申同管理事務所☎32－0559

場同庭球場定各先着9組

【笛田カップミックスダブルス大会】日1/2（月）時9:00～15:00¥1組5000円

【笛田カップシニアミックス大会】日1/10（火）時8:45～14:30対ペアの総年齢が120歳以上¥1組4000円

教養センターの催し

申同センター☎32－1221（12/12まで）

対市内在住の60歳以上

【一般教養講座】日1/16（月）鎌倉に見る家康の時代、23（月）鉄道開業150年の軌跡、30（月）古代あづまの文学～万葉の歌を中心に、2/6（月）兼好が見つめた中世鎌倉～『徒然草』著者・兼好の実像、13（月）森鷗外『舞姫』生成前後～日本近代小説の始発、20（月）谷内六郎の魅力～懐かしさと新しさ時9:30～11:30か13:30～15:30で全6日間定各抽選50人¥300円

【専門講座】¥200円

❶夏目漱石～後期三部作を読む日1/13～3/17の（金）全6回時13:30～15:30定抽選50人

❷基礎から学ぶ防災・減災～防災士から学ぼう日1/18～3/8の（水）全8回時9:30～11:30定抽選20人

❸歴史の中の合戦を紐解（ひもと）く日1/18～3/29の（水）全6回時13:30～15:30定抽選50人

【健康づくり講座】

❶ピラティス～セルフ整体トレーニング日1/10～3/14の（火）全8回時13:30～15:00定抽選14人

❷脳と身体を繋（つな）げる運動～心も身体も元気アップ日1/12～3/9の（木）全8回時10:00～11:30定抽選8人

里山一日体験

申山崎・谷戸の会☎47－1164（募集中）

日12/4（日）雑木林の除間伐、5（月）大根の収穫・洗い・干し、7（水）冬の野鳥観察、11（日）籾（もみ）殻くん炭、土壌改善、18（日）雑木林の除間伐、21（水）たくわん漬け時9:30～12:00（21日は10:00から）場鎌倉中央公園

鎌倉リサイクル推進会議の催し

申同会議☎32－9094（12/15から）

場笛田リサイクルセンター

【端布でつるし飾り（おしどり）】日1/11・18の（水）全2回時10:00～12:00定先着12人¥1000円

【リメイクソーイング】日1/11（水）・20（金）・27（金）時10:00～12:00（11日は13:30～15:30）定各先着10人¥500円

【東北支援活動（物産品の販売）】当日直接会場へ日1/11（水）時10:00～14:00

【手持ち糸で編み物（棒針編みのマフラー）】日1/12（木）・26（木）時10:00～12:00定各先着10人¥500円

【手軽に裂き織り】日1/19（木）時10:00～12:00定先着10人¥850～1000円

【はぎれでパッチワーク】日1/24（火）時10:00～12:00定先着12人¥500円

【和布の柄を生かす手仕事】日1/25（水）時10:00～12:00定先着10人¥500円

漁協の朝市

荒天・不漁時中止時10:00から（売り切れ次第終了）

【腰越漁業協同組合】日12/1（木）場同組合事務所前☎32－4743

【鎌倉漁業協同組合】日12/4（日）場鎌倉パークホテル駐車場☎22－3403

鎌倉風致保存会の催し

申同保存会☎23－6621

小学生以下は保護者同伴

【クリスマスリース教室】日12/3（土）時10:00～12:00場鎌倉生涯学習センター定抽選15人（12/1まで）¥1000円

【紅葉の鎌倉探訪】日12/7（水）時8:40～12:00場大佛茶亭ほか定抽選15人（12/1まで）¥1200円

【みどりのボランティア】緑地の手入れ作業日12/10（土）十二所果樹園、17（土）御谷山林時9:30～11:30対小学生以上

【みどりウォーク 晩秋の里山歩き】日12/10（土）時13:00～15:00場十二所果樹園定先着15人¥1000円

【お話サロン「登山装備について」】日12/24（土）時14:00～16:00場鎌倉生涯学習センター定先着15人¥100円

鎌倉インターナショナルスポーツクラブの催し

同クラブ☎55－9091

日12/7（水）・14（水）・21（水）場みんなの鳩サブレースタジアム定各先着20人¥500円

【シニア向け健康教室】時10:00～11:00対市内の65歳以上申☎（募集中）

【ポール遊び（バルシューレ）教室】時16:00～17:00（未就学児）、17:00～18:00（小学生）対市内の2歳～小学生（未就学児は保護者同伴）申Eishii@kamakura-inter.com（募集中）

学習センター

対市内在住の人優先申往（1人につき1通）

玉縄学習センターの催し

同センター☎44－2219

〒247－0072岡本2－16－3

【初春・江戸歌舞伎と市川團十郎】日1/13・20の（金）全2回時13:30～15:30場大船学習センター定抽選24人（12/22必着）

【朗読の世界～豊かな表現をめざしましょう】日1/17・24・31の（火）全3回時13:00～15:00定抽選15人（1/5必着）

深沢学習センターの催し

同センター☎48－0023

〒248－0022常盤111－3

【ピアノ、フルート、ファゴットの名曲を聴く】日1/15（日）時13:30～15:30定抽選100人（1/4必着）

鎌倉生涯学習センターの催し

同センター☎25－2030

〒248－0006小町1－10－5

【徳川家康の生き方に学ぶ歴史講演会】日1/21（土）時13:30～15:30定抽選280人（未就学児不可。1/10必着）

腰越学習センターの催し

同センター☎33－0712

〒248－0033腰越864

【ミャンマーの世界遺産～バガンの仏塔群】日1/22（日）時13:30～15:30定抽選30人（1/12必着）

スポーツ施設

鎌倉武道館の催し

申同武道館☎46－8010（12/5から）

【ヨガ（初心者）教室】日12/6・13・20の（火）全3回時9:00～9:50対15歳以上（中学生不可）定先着15人¥1回820円

見田記念体育館の催し

申同体育館☎24－1415（12/5から）

【背骨コンディショニング教室】日12/13・20・27の（火）全3回時13:30～14:20対15歳以上（中学生不可）定先着16人¥1回820円

大船体育館の催し

申同体育館☎47－1862

【横浜ビー・コルセアーズ アカデミーレッスン】同アカデミーのコーチによるバスケレッスン日1/9（月）・祝時9:00～10:10（小学1～3年生）、10:20～11:30（小学4～6年生）、11:40～12:50（中学生、選手クラスの小学5・6年生）対小・中学生定各先着30人¥1000円

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

ナショナルトラストコンサート

申鎌倉を愛する音楽の仲間・村田☎090－2207－0031（販売中）

日12/4（日）時18:30～20:15場鎌倉生涯学習センター（未就学児は保護者同伴）¥2500円

12月の古都鎌倉史跡めぐり

鎌倉ガイド協会☎24－6548

時9:00～13:00申同協会HP（募集中）

【Aコース】貞宗寺ほか日12/5（月）・7（水）定各先着70人¥900円

【Bコース】鎌倉歴史文化交流館ほか日12/13（火）・16（金）定各先着60人¥1800円

【Cコース】瑞泉寺ほか日12/2（金）・9（金）定各先着100人¥1300円

日赤奉仕団ミニチャリティバザー

鎌倉市赤十字奉仕団・塘（つつみ）☎080－6813－4627

日12/6（火）時10:00～14:30場福祉センター

スマホの使い方サロン

申The 和みSpace Connected・深町☎080－1591－5004

日時場12/6（火）～1/24（火）4回10:00～12:00＝鎌倉生涯学習センター、12/15（木）、1/30（月）13:00～15:00＝山ノ内公会堂定各先着15人¥1500円

おもちゃ病院かまくら

同団体・大嶋☎39－5225

詳細は同団体HPを日場12/7（水）～1/21（土）4回＝福祉センター、12/20（火）、1/24（火）＝笛田リサイクルセンター時10:00～15:00

K2集中相談会&セミナー

申K2インターナショナルジャパン☎045－750－0039（募集中）

若者自立支援日12/3（土）時9:30～16:00場モンビル横浜根岸

ものづくり・プログラミング冬の特別講座

カマクラビットラボ・秋山☎090－1738－8617

日12/11（日）時13:00～16:30場ファブラボ鎌倉対原則小学3年生以上と保護者定先着4組¥1組8500円申Esupport_labo@bitlabo.org

ジャズを歌う会X'mas Concert

ジャズを歌う会Love&Peace・福島☎39－1002

日12/13（火）時13:00～17:00場鎌倉生涯学習センター

ステップアップ家計簿～家計簿講習会

鎌倉友の会・加藤☎090－4756－3395

日12月～3月の第3木曜日時10:00～11:30場鎌倉友の家定各先着5人（託児あり）¥1回200円申同団体HP（募集中）

クリスマスコンサートin鎌倉

申ソン・イマージュ・礒部☎080－1309－4079（販売中）

日12/18（日）時13:00～14:30場鎌倉生涯学習センター（小学生以下は保護者同伴）¥3500円ほか

湘現会講演会「ときめきの発明家ライフ」

同会・青野☎45－4754

日12/18（日）時13:30～15:20場鎌倉生涯学習センター定先着40人¥500円

絵で伝えよう！私の町のたからもの 絵画展

鎌倉ユネスコ協会・伊東☎31－9000

日12/23（金）～25（日）時10:00～17:00場鎌倉生涯学習センター

イルカ写真 11人グループ展

オーシャンプロムナード湘南☎0466－30－5251

日12/26（月）まで時9:30～11:30、13:30～16:30場同施設

メトロポリタン・ワノートバンド新春演奏会

申同団体・守（もり）☎090－1851－5765（販売中）

日1/4（水）時13:30～15:00場鎌倉生涯学習センター（小学生は保護者同伴。未就学児不可）¥1000円

グローバル・バレエ・コンペティション

同実行委員会・小粥（こがゆ）☎090－3216－1743

日1/6（金）・7（土）時11:00～19:30場鎌倉芸術館

知的障害児・者ガイドヘルパー養成研修

鎌倉・逗子ガイドヘルプネットワーク（れんげの里）☎55－8882

講義と実習日1/21・28、3/18の（土）全3回講義、ほか計6時間以上の実習あり時9:30～17:40ほか場鎌倉生涯学習センター定先着30人¥1万円申FAX55－9640

外来生物（動物）について

環境保全課 ☎61-3389

外来生物とは、本来の生息地域から、元々は生息していなかった地域に入り込んだ生物のことです。

外来生物の中には、環境適応力が高いものや、繁殖力が強い種もいるため、農林水産業に対し被害を与えたり、生態系に悪影響を及ぼしたりします。

市内では、アライグマ・ハクビシン・タイワンリスにより、家庭菜園や果樹を荒らされるなどの被害が発生しています。市では、お困りの人に捕獲おりを無料で貸し出しています。

古都をトコトコ鎌倉健康歩（ポ）イント

健康管理アプリ新規登録者にプレゼント！

市民健康課 ☎61-3942

12/1～1/31は、「古都をトコトコ鎌倉健康歩（ポ）イント」冬の登録キャンペーン期間です。

期間中、健康管理アプリ「kencom（ケンコム）」に新規登録した先着300人に、500円分のポイントを進呈します。

詳細は市ホームページを。

リニューアルしました！

介護保険課 ☎61-3948

介護保険情報・介護保険事業所一覧・シニア向けサービス・医療ガイドなど、高齢者に便利な情報をまとめた「鎌倉市シニアガイド」を10月に改訂しました。

介護保険課（本庁舎1階）・支所・地域包括支援センターなどで入手できるほか、市ホームページからもご覧いただけます。

ご近所への配慮を忘れずに

まきストーブなど

環境保全課 ☎61-3420

まきやペレットを使用したストーブの不適切な利用から発生した煙で、近隣の洗濯物に臭いが付くなどのトラブルが起きています。

利用は適切に

- よく乾いた無垢（むく）のまきを使用する
- 塗料や防腐剤などが付いた廃材は使用しない
- 煙突（排気筒）はこまめに清掃する
- シーズンオフに点検する

設置は慎重に検討を

- 煙突（排気筒）の位置を確認する（近隣の窓や給気口、洗濯干し場に配慮を）
- 燃焼性能の良いストーブを選ぶ

年末年始のお知らせ

別紙ご案内あり

「鎌倉ごみ減量通信」「鎌倉衛生時報」を、本紙と一緒に配布しています。ごみの収集日や救急医療についてご確認ください。

市役所などの閉庁期間

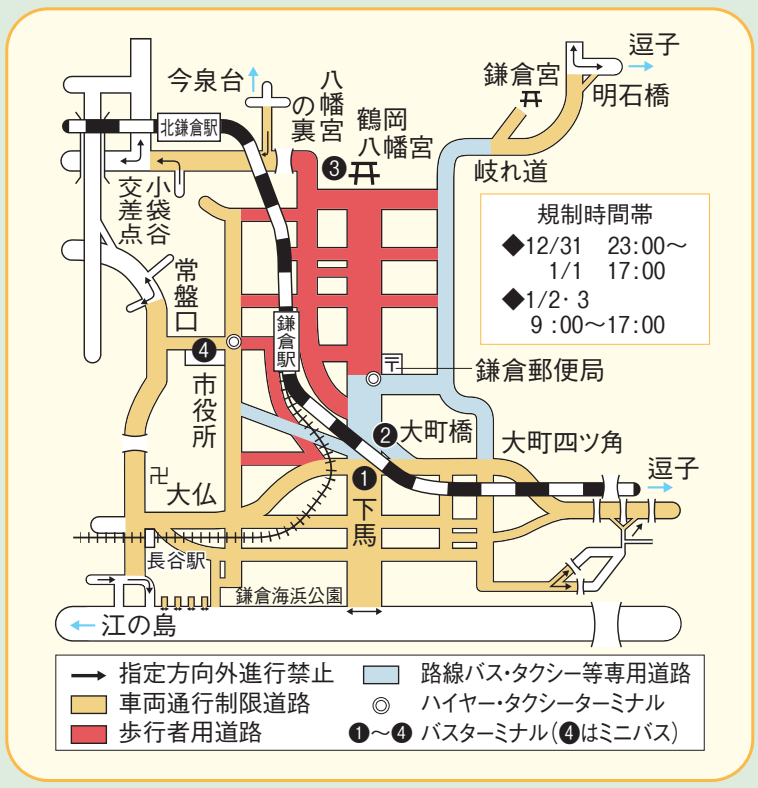
◆市役所本庁舎・支所・市民サービスコーナー（大船ルミネウィング６階）…12/29（木）～1/3（火）
◆学習センター・玉縄学習センター分室…12/28（水）～1/3（火）
※戸籍届出（出生・婚姻・死亡など）は本庁舎警備員室で、24時間受け付けています

文化施設の休館情報は９面に掲載しています

鎌倉駅周辺の交通規制

都市計画課 交通安全担当
鎌倉警察署☎23-0110
大船警察署☎46-0110

年末年始の鎌倉は、初詣に訪れる人で大変混雑します。警察では、交通事故のないよう、鎌倉駅を中心に交通規制を行います。



【通行手形を交付します…すでにお持ちの人は申請不要】

規制区域内にお住まいの人などは、12/1～28の平日8:30～17:00（正午～13:00を除く）に、運転免許証や事業所の所在地などが分かるものを持参し、市役所本庁舎４階エレベーターホール(ふるさと寄附金担当執務室前）へ。交付対象ではなく、規制区域内で車両の運転が必要な人は、最寄りの警察署にご相談ください。

【年末の交通事故防止運動と飲酒運転根絶強化月間】

一人一人が交通安全について考え、交通ルールの順守やマナーの向上に努めましょう。

〈スローガン〉
■年末の交通事故防止運動（12/11～20）…「無事故で年末　笑顔で新年」
■飲酒運転根絶強化月間（12月）…「乗る人に　飲ませるあなたも　犯罪者」

ごみの収集日

ごみ減量対策課☎61-3396
名越クリーンセンター☎24-1097
今泉クリーンセンター☎44-5344
植木剪定材受入事業場☎45-0526

12/31（土）～1/3（火）の収集はありません

【燃やすごみ】
回収日が月・木曜日の地区は12/29（木）、火・金曜日の地区は12/30（金）が年内最後の収集日となります。当日の8:30までに出してください

【粗大ごみ・大型粗大ごみ・臨時ごみ（収集・持ち込みとも要予約）】
電話予約受け付け・収集・持ち込みとも12/28（水）まで（予約状況によっては翌年の収集・持ち込みとなります）。年始は1/4（水）から

【植木剪定材】
持ち込みは、12/28（水）まで。年始は1/4（水）から

【拠点回収箱（新聞・雑誌・古本・ボール紙・段ボールなど）】
12/28（水）12:00まで。年始は1/4（水）から。市役所本庁舎、行政センター、鎌倉青少年会館、大船消防署今泉出張所に設置

救急医療（12/29～1/3）

■休日夜間急患診療所（内科・小児科）
☎22-7888（9:00～11:45、13:00～16:45、18:00～22:45）
■救急医療機関案内（歯科を除く）　☎24-0099（24時間対応）
■かながわ小児救急ダイヤル（18:00～8:00・無休）
●携帯電話・市外局番042以外のプッシュ回線＝☎＃8000
●ダイヤル回線・IP電話・市外局番042のプッシュ回線＝☎045-663-9181
■鎌倉市口腔保健センター　☎47-8119（10:00～12:30、14:00～16:30）

12/25～1/3　年末年始火災特別警戒を実施

警防救急課☎44-0974

12/25～31▶市内全域で消防車両による火災注意喚起の巡回広報を実施
12/29～31▶市内28カ所の消防団器具置場を拠点に、消防団員が夜間特別警戒
12/31～1/3▶鶴岡八幡宮境内で消防隊と救急隊が救急事故に備え、警備
12/31深夜～1/1朝▶由比ヶ浜・材木座海岸で、たき火規制の巡回パトロール

〈鎌倉スマイルフードプロジェクト〉
食料をお渡しします！

生活福祉課☎61-3958

生活にお困りの人へ、主食・副菜などの食料パックや生活用品（生理用品など）をお渡しします。
また、就労・生活・こころと身体の相談もお受けしています。

【日程】
12/17（土）　13:00～16:00
玉縄行政センター（１階ロビー）

食料などの寄付随時募集

※対象は市内在住の人。数に限りがあります
※大きめのエコバッグなど持参を

〈フードドライブ〉
「食品ロス」を削減したい！

ごみ減量対策課☎61-3396

家庭で余っている食品の寄付をお願いします。福祉団体などに引き渡し、生活にお困りの人への支援にも活用します。

【募集食品】
缶詰類、米類、乾麺（パスタなど）、調味料（食用油など）、飲料（ジュース・コーヒーなど）などで、賞味期限が残り２カ月以上あり、常温保存が可能な未開封のもの。野菜類は不可。

【受け付け】
12/1（木）**～28**（水）　平日9:00～17:00
ごみ減量対策課（本庁舎１階）
※食品管理の都合上、氏名・住所・電話番号を確認します

おいしく残さず食べきろう！

ごみ減量対策課☎61-3396

12～１月は外食時等の「おいしい食べきり」全国共同キャンペーン期間です。
会食やテイクアウト時も残さず食べきりましょう。

新型コロナウイルス関連情報は６面に掲載しています