

2018
(平成30年)
No.1312 3.15号



かまくら

毎月1日・15日発行
(1月・5月・8月の15日号はありません)

人口:172,072人
前月比 -57人
世帯数:73,699世帯
前月比 -6世帯

発行:鎌倉市 編集:秘書広報課
鎌倉市役所:〒248-8686 鎌倉市御成町18番10号
0467(23)3000(代表) FAX 0467(23)8700



KAMAKURA
HEALTHY POINT

3/15
から

歩いて健康! ポイントで景品! 「かまくらヘルシーポイント」が スタート!



市では、20歳以上の市民の皆さんのが手軽に健康づくり(生活習慣病の予防)に取り組めるよう、健康ポイント事業「かまくらヘルシーポイント」を3月15日からスタートします。スマートフォンのアプリや活動量計を使ったウォーキング、健康診査の受診などでポイントが貯まり、抽選で景品が当たります。運動不足を感じている皆さん、今日からウォーキングで、少しずつ体を動かしてみませんか?

市民健康課☎61-3942

参加方法

参加資格…満20歳以上の鎌倉市民



スマホのアプリで
「ヘルスプラネットWalk」
を利用します。※はじめ
に「かまくらヘルシーポイント」
ホームページでIDと
PASSの取得を



活動量計で
スマホがなくても、活動量
計(有料。詳細は2面)を利
用すれば、参加できます

ポイントを貯めると、抽選で景品が当たります

3,000ポイント



メカーズシャツ鎌倉の
ギフトカード

3,000ポイント



ローストビーフの店
鎌倉山の
ローストビーフ

1,500ポイント



鎌倉リーフの
鎌倉野菜詰め合わせ

★抽選は、毎年9月と3月の年2回(予定)

1,900ポイント



体組成計

1,200ポイント



電子体温計

2面に続く

2面 思春期向け冊子と
祖父母等向け「孫育てスタートブック」



市では、17歳になる人
が対象の「思春期向け冊子」と、祖父母世代向け
の「孫育てスタートブック」の、2種類の冊子を
3月末に配布します。

3面 4月に機構改革
～市の組織が変わります



組織を合理化し、喫
緊の課題に対応するた
め機構改革を行います。
新しい組織は現在の16
部85課から16部88課と
なります。

7面 鎌倉歴史文化交流館で
「水と暮らす中世」展



平成28年度に実施し
た発掘調査の中から、
材木座町屋遺跡と北条
時房・頸時邸跡につい
て、出土した遺物と関
連資料で紹介します。

1面から続き

かまくらヘルシーポイント



参加資格…満20歳以上の鎌倉市民

スマートフォンのアプリで

- ① 「かまくらヘルシーポイント」ホームページから参加申し込み
IDとPASSを取得してください。www.karadakarute.jp/kamakura/

- ② スマートフォンにアプリをダウンロード。登録・設定を
iPhoneはApp Store、AndroidはGoogle Playストアで「ヘルスプラネットWalk」
を検索。①のIDとPASSを入力。



③ アプリを起動したままウォーキング

アプリで歩数情報を送信(健康管理サイト「からだカルテ」に同期)。



1日の歩数、総歩数、歩数消費カロリー、歩行時間が表示される

【ウォーキングアプリ、対象・使用条件】

- ★iOS9.0以上iPhone6以降の機種(iPadやiPod touchは不可)、Android5以上のスマートフォンに対応
- ★アプリは無料でスマホ専用(タブレットでは利用不可)
- ★スマホの通信料は利用者負担
- ★アプリを起動しておかないと、歩数計測できません
- ★バッテリーが切れると歩数はカウントされません

活動量計で

- ① 市民健康課(本庁舎1階)・市役所ロビー・支所にある申込書を事務局に郵送。



タニタ活動量計AM150
★活動量計は本体代・電池代以外に通信料はかかりません

- ② ご自宅に代引きで活動量計が届きます。5,000円(税+代引き手数料込み)。

- ③ 歩数などのデータ保存は、活動量計を持ってローソン/ミニストップへ。

- ④ 店頭端末「Loppi(ロッピー)」に活動量計を置くと、歩数を確認できます。

もらえるポイントは?

名称	条件	ポイント
歩数ポイント	1日1,000歩以上で2P~(最大20P/日)	2~20
健診ポイント	健診を受診した場合付与	100
バーチャル歩数イベント	WEB上の歩数イベントでゴール到達	100
市の健康づくりイベント	イベント参加で付与	50

景品の抽選・発送／当選者には抽選会の翌月以降、景品の発送をもってお知らせします(抽選月は1面に掲載)。

市ではこのたび、2種類の冊子を作成しました。
【思春期向け冊子】4月1日
と「孫育てスタートブック」と
配布します

※車での来庁は遠慮を
開設はありません
※市庁舎内レイアウト変更に伴い3月31日(土)と4月1日(日)の窓口時間は午前9時~正午と午後1時~5時(正午~午後1時は市民課の証明発行のみ)。

業務・担当課(内容により受け付けできないものもあり。詳細は問い合わせを)		3/24(土) 4/7 4/14(土)	4/7 (土)
◆住民異動※1			
◆戸籍の届出	◆印鑑登録	(本 市 民 1 階 課)	○
◆住民票の写し・印鑑登録証明書・ 戸籍関係証明書の発行※2			○
◆マイナンバーカードの交付 (受け付けは16:00まで)			
国民健康保険の資格取得・ 資格喪失届	(本 市 民 1 階 課)	○	○
国民健康保険料の支払い・ 納付相談	(本 市 民 1 階 課)	×	○

*1 海外からの転入、マイナンバーカード・住基カードでの転入などを除く *2 市民サービスコーナー(大船ルミネウイング6階)でも可(10:00~18:00)

なれる孫育てのポイントなど
の子育ての違い、皆が笑顔にな
る恋愛・結婚についてなど。3
月末に当選者に郵送します。
【祖父母世代向け手帳「孫育
てスタートブック】

市民健康課
61局3944

Let's Walk!

ウォーキングマップの活用を!

市では「家族で歩こう! 健康かまくらマップ」を市民健康課(本庁舎1階)などで配布しています(市ホームページにも掲載)。



ウォーキングの効果

- 気分転換に! 心が落ち着いてスッキリし、やる気が出ます
- 疲れにくくなる! 筋力や心肺機能が強化され、体力がつきます
- 生活習慣病の予防に! 善玉コレステロールの増加が期待できます
- 骨粗しょう症を予防する! 骨への刺激と、日光によるカルシウムの吸収促進効果で、骨密度の減少抑制が期待できます
- 冷えやむくみを改善! 足を動かすことで、血流が良くなり、体温が上昇します

ウォーキングを始めるに当たっての注意点

- ・持病や健康に不安がある人は医師に相談してから ・はじめは短距離から
- ・ウォーキングに適したシューズ、ウェアで ・適度な水分補給を
- ・安全や体調に気をつけ、無理をしない

行ってみよう! 「未病センターかまくら」

市民健康課 61-3946

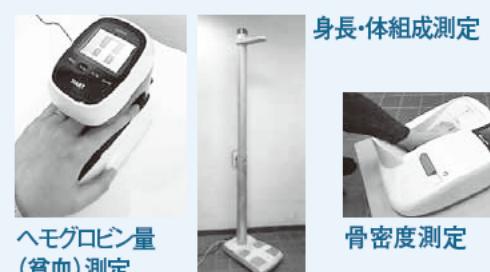
県では「未病」(健康と病気の間)にあるうちに、生活習慣を改善し、より健康な状態を維持するよう推奨しています。

市ではこれを受け、「未病センターかまくら」を開設しました。
平日…福祉センター1階
10:00~15:00(受け付けは14:45まで)

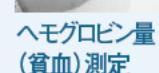
みえる! 健康測定機器でセルフチェックし、あなたの健康状態を“みえる化”



血管年齢&ストレス度測定 血圧測定



身長・体組成測定



ヘモグロビン量(貧血)測定



骨密度測定

つながる!

講座やイベントなど、健康づくりにつながる情報があります。

事業主の皆さんへ! ご存じですか? 「健康経営」

「健康経営」とは、企業が従業員の健康に配慮し、元気に働く職場環境を作ることで、生産性の向上などを図ろうとするものです。生産性や創造性向上の源は、働く従業員の心身の健康です。市では、健康経営の考え方を取り入れるとともに、市内の企業に対し政策を発信する取り組みを来年度から開始します。

未病とは?

人間のからだは「ここまでが健康、ここからが病気」と明確に区別できるものではありません。この、健康と病気の間で連続的に変化する状態を「未病」といいます。

臨時窓口を開設

転出・転入・保険の届け出など

市民課
61局3902
保険年金課
61局3607

【持参するもの】
▼印鑑
▼本人確認できるもの(健
康保険証や運転免許証など)
▼代理人が申請する
場合は委任状。

【交付場所と日時】
3月29日から随時(平日のみ)
3月31日。

市内在住の65歳以上の人
に、平成30年度の入浴助成券
(72枚づり1冊)を交付し
ます。市内の公衆浴場に1回
200円で入浴できます。
有效期は4月1日~31日。

65歳以上の高齢者入浴助成券を交付

高齢者いきいき課
61局3930

部局間の連携強化を目指して

4月から市の組織が変わります

行革推進課…内線2220

市では、限られた職員数や財源の中で、組織の合理化を図りつつ生産性の向上に取り組むことや、本市が直面している喫緊の課題に対応するため、関連する部局間の連携を強化することなどを目指して機構改革を行います。新しい組織は現在の16部85課から16部88課となります（下表）。

変更がある部の主な改正点	新設する部課	分割または名称が変更となる部課			※機構に基づかない特命担当職
		課 () 内は、新規または担当が変更となる業務			
総合計画をはじめとする行政計画を、市民や企業などのさまざまな主体と共に創り上げていきます。	企画計画課 (ふるさと寄附金制度の推進)	※東京オリンピック・パラリンピック担当	政策創造課	交通政策課 (ロードブライ징、交通安全)	
	秘書課 (秘書、式典、表彰)	広報広聴課 (広報紙等発行、市政e-モニター)	市民相談課	文化人権課 (都市交流、国際化)	
業務改善や職員の意識改革、公共施設の利活用などについて、行政を経営するという考え方方に基づいて事業を進めます。	※歴史まちづくり推進担当	※歴史まちづくり推進担当			
住民自治の推進や産業の振興、戸籍や住民登録の手続きなど、市民生活を支える業務を行います。	行政経営部	行政経営課 (行財政改革の推進)	IT政策課 (IT化の促進)	コンプライアンス課 (法令順守への取り組み、職員の意識改革の推進)	公的不動産活用課 (公有財産の有効活用、維持管理、市役所本庁舎の整備)
	総務部	総務課 納税課	財政課 市民税課	職員課 資産税課	契約検査課 債権管理課
市街地の整備に向けて、まちづくり景観部と拠点整備部を統合することにより、喫緊の課題への効果的な対応を図ります。	防災安全部	危機管理課	総合防災課	市民安全課 (自転車等の放置防止、自転車駐車場の管理)	
地域の特性を生かした都市景観を形成することを念頭に置いて、許認可などの諸手続を行います。	市民生活部	地域のつながり課 市民課 腰越支所	観光課 (観光振興、海水浴場運営) 深沢支所	商工課 (勤労者福祉、雇用促進) 大船支所	農水課 (農水産業振興) 玉縄支所
府舎内の配置が変わります	こどもみらい部	こども支援課 発達支援室	保育課	こども相談課	青少年課
機構改革に伴い、4月から府舎内の課の配置が一部変更となります。新しい配置は、市役所の受付（本庁舎1階）の他、市ホームページでもご案内します。	健康福祉部	福祉総務課 障害福祉課 (障害者雇用の促進)	地域共生課 (共生社会政策、福祉総合相談) 市民健康課	生活福祉課 保険年金課	高齢者いきいき課 スポーツ課
市民駐車場をお休み	環境部	環境政策課 環境センター	ごみ減量対策課	環境施設課	環境保全課
3/24(土)・25(日)・31(土)、4/1(日)は、府舎内の移転作業に伴い、市民駐車場を閉鎖しますので、ご注意ください。	まちづくり計画部	土地利用政策課 (まちづくりに関する施策、土地利用に関する施策)	深沢地域整備課	駅周辺整備課 (鎌倉駅西口整備事業、再開発区域を除く大船駅周辺の整備)	都市計画課
	都市景観部	都市調整課 (駐車場整備計画、路外駐車場の届出・検査) みどり課	都市景観課 (風致地区内行為の許可)	開発審査課	建築指導課
	都市整備部	都市整備総務課 下水道河川課	道水路管理課 公園課	道路課 作業センター	住宅課 (市営住宅管理、空き家対策) 浄化センター
	会計管理者	会計課			
	議会事務局	議会総務課 (議会の総務、請願・陳情等)	議事調査課 (議会の会議等に関する事務)		
	教育部	教育総務課 教育センター	学校施設課 中央図書館	学務課	教育指導課
	文化財部	文化財課	文化財施設課 (鎌倉歴史文化交流館と鎌倉国宝館の総合的な管理運営)		
	選挙管理委員会事務局	選挙管理委員会事務局			
	監査委員事務局	監査委員事務局			
	農業委員会事務局	農業委員会事務局			
	消防本部	消防総務課 鎌倉消防署警備課	警防救急課 大船消防署警備課	指令情報課	予防課

市民便利帳「暮らしのガイドブック」を発行しました 希望者は市役所・支所で

秘書広報課 61-3867

せんこ 扇湖山荘の庭園公開

都市景観課☎61-3477

飛驒高山の民家を移築し、手を加えた戦前の建築で、庭は高名な作庭家による日本庭園です。製薬会社創業者の別荘として建てられ、市に寄贈されました。

駐車場はありません。荒天中止。

4/6(金) 13:00~15:00

4/7(土) 10:00~12:00

13:00~15:00



鎌倉山1-21-1
京急バス停「若松」より徒歩10分

申し込み…郵送・Eメールか
ファックスで、催し名・住所・
対象…小学生と保護者
とき…4月28日(土) 午後
定員…10組。抽選
申し込み…1時30分~3時

**ワークショップ
ペーパー甲冑をつくる!**
端午の節句に合わせて、当館展示の大鎧にちなんだ「甲冑」の紙模型を好きな色に塗って組み立てます。



子どもと保護者の氏名・子どもの年齢・電話番号を4月12日(必着)までに同館(〒248-0011扇谷1-5の1、FAX73局8054)、団Rekibun@city.kamakura.kanagawa.jpへ

材木座町屋遺跡(上)と
遺跡から出土したイヌの頭(右)

時間は午前10時~午後4時
座町屋遺跡と北条時房・顯邸跡の調査結果を、「水と暮らす中世」をテーマに、出土した遺物と関連資料とともに紹介します。

3/24(土)
6/9(土)

特集「水と暮らす中世」

☎73局8501

(入館は3時30分まで)。
休館日…日曜日・祝日

列品解説…土曜日(5月5日)
を除く) 午前11時から

観覧料…一般300円、小・中学生100円。市内の小・中学生と65歳以上の人には無料

振り込め詐欺にご注意を!

市民安全課…内線2954
鎌倉警察署☎23-0110
大船警察署☎46-0110

振り込め詐欺は、認知件数・被害額ともに県下で増加しています。市内にも前兆電話がかかってきており、多くの被害も出ています。被害者の7割以上は65歳以上の高齢者です。

【主な手口】

「オレオレ詐欺」…息子や孫などを装いお金をだまし取る

「手交型」…全国銀行協会の職員や大手デパート店員、警察官などを名乗る人物が「カードが悪用されている」「再発行が必要」と不安をあおり、直接キャッシュカードを受け取りにくる

「還付金詐欺」…市役所や社会保険事務所の職員をかたり、「医療費の還付がある」などとATMを操作させ、現金をだまし取る

【対策】
自分にも必ず「振り込め詐欺」の電話がかってくるものと警戒しましょう。電話で「お金」の話が出たら要注意。「携帯電話の番号が変わった」と言われたら、前の番号にかけて確認を!

消費生活相談



一人で悩まず
すぐ相談を

「百貨店の店員を名乗り、百貨店を装ったクレジットカード詐欺に」注意を!
あなたのクレジットカードを使って商品を購入しようと/orしている人がいる。不審なので全国銀行協会に電

話をするよ」などと電話番号を教えられたが信用してよいか」という相談がありました。当センターには同様の相談が多数寄せられています。相談者が教えられた電話番号は、ホームページに掲載された番号とは異なっています。おり、相談者が言われるままに電話をかけたら、他人にクレジット番号を伝えることになってしまっていたかもしれません。

全国銀行協会のホームページには「重要なお知らせ! 銀行協会職員等にないりましてキャッシングカードや現金をだまし取る詐欺

銀行員やクレジットカード会社、役所の職員などがクレジットカード番号、キャッシングカード番号や暗証番号などを電話で聞いてくることがあります。困った場合は、すぐに消費生活センターに相談を。

◆日本映画の新しいカタチ

作品	3月	11:00	12:50	14:30
螺旋銀河	23(金)	○		
	24(土)			14:45☆
	25(日)		13:00	
沈没家族	23(金)		○	
	24(土)	○		
	25(日)			14:45☆
あるみち	23(金)			○☆
	24(土)		○	
	25(日)	○		

☆=アフタートークあり

開館…9:00~17:00 (入館は16:30まで)

入館料…200円、小・中学生100円

映画鑑賞料金…一般1,000円、小・中学生500円

(入館料含む)

※チケット販売中 (*は3/17から) …同館、島森書店、たらば書房、上州屋

*完売の場合、当日券はありません

休館日…月曜日

思いがけず、「絶景」に出合っていることがあります。例えれば、笛田公園から桜並木に抜ける裏の道。子どもたちと笛田公園で遊んでいたある日、ふと1人の子が公園の奥の道を登り始めました。ぐんぐん登つていく後ろ姿を追いかけ坂を登りきると、目の前にどこまでも広がるすがすがしい景色が現れました。



笛田公園からの眺め

まちのスケッチ

市民通信員が身近な話題をリポート

子のもの頃から何度も訪れた笛田公園。隅から隅までよく知っているつもりでした。そこに道があるなんでもうせす。無意識に「笛」を見た時、素直に「空が広い」と思いました。

自分自身が生まれ育ち、よく知っているつもりだった笛田。でも近頃、「私が見ていたのは笛田の表面にすぎなかつたのだ」と感じることが増えました。いつも通らなかつた道を通り抜ける裏の道。笛ではないと感じたところが道だったと今は通らなかつた道を通ってみる、道ではないと思つたところが道だったと見つかります。なんだか人生と似ています。そうやって、笛田公園はこれからと線引きしていくのに未知の世界が広がっていました。

【深沢地域 大滝世津子】



江戸時代／縦300・0センチ×横414・0センチ
鶴岡八幡宮蔵

鶴岡八幡宮の「御神領」を中心とした江戸時代鎌倉の往還路や、谷戸、小道について描いた大絵図です。縮尺は正確で、鶴岡八幡宮がほぼ中央に配され、海岸へと連なる段葛が描かれています。朱線で囲まれた範囲が「御神領」と思われ、この内に江戸時代の鶴岡八幡宮の支院である十一院の位置が書き込まれています。

谷戸の様子も地名と共に詳しく描かれ、樹木の形や文字の筆跡・癖などは、嘉永4(1851)年の「英勝寺境内絵図」に似て、江戸時代後期の作であることは確かです。本図は、広い範囲に谷戸や道筋を詳細に描いた、鎌倉では他に類例をみない絵図として貴重です。

市指定文化財 新たに3件を指定

文化財課
☎61-3857

古文書
紙本著色
鶴岡御神領往還并谷々小道分間図 1鋪



南北朝時代／像高(右)144.8センチ、帝釈天(左)140.7センチ／円覚寺蔵(仏殿内にて拝観できます)

尊宝冠釈迦如来坐像(市指定文
化財)と共に安置されています。
ヒノキとみられる材の寄木造り

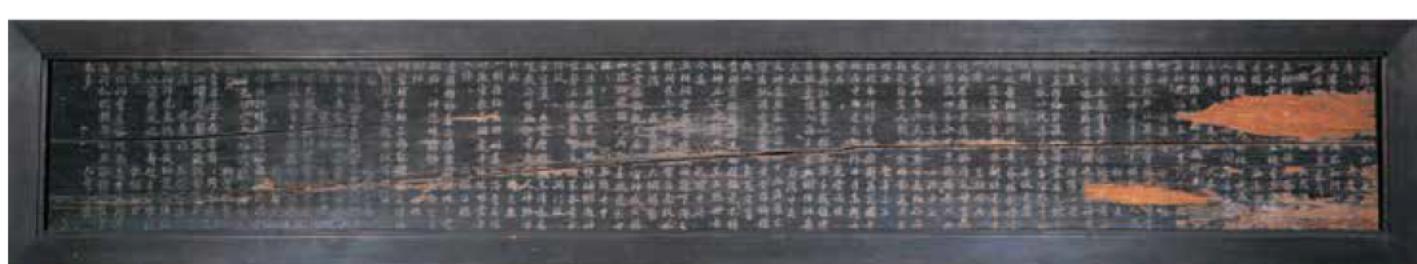
彫刻 木造 梵天・帝釈天立像 2軀
※

梵天は手に香炉を持つよう
な姿勢を示し、帝釈天は円頭に
冠帽を被つており、この姿は中
國南宋時代の中国画に描かれた
図像とも共通します。当初より
一対で制作されたと思われ、作

で、梵天は手に香炉を持つよう
な姿勢を示し、帝釈天は円頭に
冠帽を被つており、この姿は中
國南宋時代の中国画に描かれた
図像とも共通します。当初より
一対で制作されたと思われ、作

南北朝時代14世紀後半ご
ろの作品と考えられます。
鎌倉でも珍しい中国風の作例
として、さらには、南北朝時代
に示しております貴重です。

歴史資料 荘柄天神社詩板 1枚



【市指定文化財】
市内の文化財のうち、歴史的・
芸術的に価値が特に高いものを
市が指定している。現在321件

4月下旬～6月初頭に開催
予定の特別展「鎌倉の至宝」
(鎌倉国宝館)で公開します
(※は写真パネル展示)。

4/7・8
(土)(日)

おさらぎ 大佛次郎茶亭 雪ノ下1-11-22
4/7 (土)

鎌倉風致保存会の設立にも貢献した作家・大佛次郎の茶亭。かやぶき屋根の木造平屋建てで、市の景観重要建築物に指定されています。直筆原稿や愛用品なども展示。シダレザクラのある庭で抹茶(300円)も楽しめます。

問鎌倉風致保存会 ☎23-6621

よしや 吉屋信子記念館 長谷1-3-6
4月の土曜日、4/29～5/6と5月の土・日曜日
4/7 (土)

※公開日以外の日は生涯学習施設として使用できます
(月曜日は休館)



作家の吉屋信子が晩年を過ごした住居。生前使っていた姿で保存された書斎や作品などを公開します。
問鎌倉生涯学習センター ☎25-2030

かちょうのみや 旧華頂宮邸 净明寺2-6-37
4/7・8
(土)(日)



華頂博信侯爵邸として建てられた、近代の貴重な洋風建築物です。市の景観重要建築物に指定されています。

問都市景観課 ☎61-3477

わっし 旧川喜多邸別邸(旧和辻邸) 雪ノ下2-2-12
4/7・8
(土)(日)



映画の発展に貢献した川喜多長政・かしこ夫妻の旧宅の別邸。哲学者、和辻哲郎の住宅を東京から移築しました。木造平屋建ての和風建築。市景観重要建造物。荒天時中止。
問川喜多映画記念館 ☎23-2500

