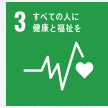




広報かまくら



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。

ちょっと遠回り！

ここから始まる健康づくり

コロナ禍で、すっかり運動不足。
でも時間がない…なんて思いませんか？
実は日常生活の中でよく動くことも
運動のひとつなのです。
例えば、買い物などでいつも通る道を、
今日から少し遠回りして歩いてみませんか。

市民健康課 ☎ 61-3943

鎌倉市健康づくり
キャラクター「ささりん」



あなたの健康づくりをお手伝いします！

ポ
古都をトコトコ鎌倉健康歩イント

健康管理アプリ「kencom (ケンコム)」を使います

健康情報をお届け！



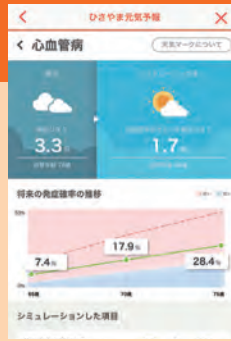
年齢などに合わせて、楽しく健康になれる情報を毎日お届けします。

毎日の歩数を記録！



毎日の歩数・体重・血圧・血糖値を記録してグラフで表示できます。

将来の健康状態を予測！



健診結果から生活習慣病の発症リスクを予測。改善に向けたシミュレーションも。

ポイントが貯まる！



貯めたトコトコポイントはAmazonギフト券かnanacoギフト券と交換できます。

登録方法や使い方、詳しい仕組みなどは

▼2・3面へ！



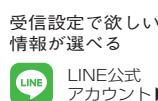
●本特集の撮影は感染対策を講じ、また江ノ島電鉄株式会社と鎌倉警察署の指導・許可の下で行いました。

「広報かまくら」がリニューアル 今号から **12ページ・フルカラー** になりました

広報課 ☎ 61-3867

より見やすく・分かりやすく情報をお届けしていきます。
※毎月1日発行となり、15日号の発行はありません

鎌倉市からののお知らせは、市ホームページやこちらのSNSからも！



健康管理アプリ「kencom(ケンコム)」のはじめ方

社会保険加入者・後期高齢者医療制度加入者などは1から

鎌倉市国民健康保険加入者は3から



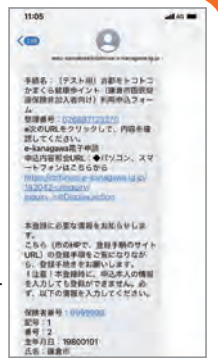
1 神奈川県電子申請システム e-kanagawaにて登録申請をする

こちらから▶



2 1で登録したメールアドレスに、市から6の本登録に必要な情報が届く※

※申請から7日程度かかります



3 アプリをダウンロードする

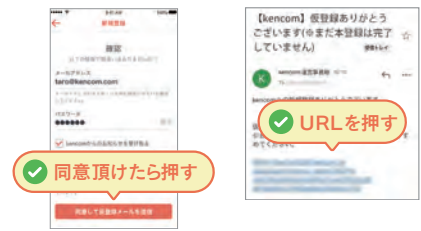


4 アプリ起動後、メールアドレスと任意のパスワードを入力する



メールアドレスとパスワードを入力

5 仮登録メールを送信し、info@kencom.jpから届いたメールにあるURLを押す



同意頂けたら押す

6 本登録に必要な情報を入力する



鎌倉市国民健康保険加入者以外は

2で送られたメールに記載のもの ※ご自身の氏名や保険証情報ではありません

鎌倉市国民健康保険加入者は

国民健康保険証に記載のもの

7 登録完了



「古都をトコトコ鎌倉健康歩イント」Q & A

Q1 ポイントを貯めるには？

ポイントを貯める？

ギフト券がもらえる？



ポイントは2種類

アプリを使うほど貯まる / kencom ポイント

記録するほど貯まる / トコトコポイント



- ▶ アプリにログインする +100 ポイント/日
- ▶ 健康情報を読む 情報1つにつき +10 ポイント※ ※30ポイント/日まで
- ▶ アプリにログインする +1 ポイント/日
- ▶ 5,000歩以上を歩く +2 ポイント/日
- ▶ 8,000歩以上を歩く さらに +2 ポイント/日
- ▶ 体重を入力する +1 ポイント/日



Q2 ポイントは何に交換できる？

kencom ポイント

1,000ポイントで、電子ギフト券※が当たる抽選に参加できます。

トコトコポイント

100ポイント単位で電子ギフト券※が必ずもらえます(100ポイント=100円)。

※ Amazonギフト券か nanacoギフト券

いずれのポイントも、アプリ上のポイント利用画面から手続きすると、ご登録のメールアドレスに電子ギフト券が届きます。

Q3 ポイントに有効期限はある？

kencom ポイント

最後にポイントを取得した日から90日間です。

トコトコポイント

毎年3月末日までです。



Q4 75歳になり、後期高齢者医療制度に加入。引き続き、アプリは使える？

鎌倉市国民健康保険を脱退すると一定期間で登録情報は削除されるので、kencomの再登録が必要になります。アプリの登録内容やポイントは引き継ぎません。

健診データはメモ帳などに書き留め、ポイントは電子ギフト券と交換を済ませてください。なお、ポイントの端数は失効します。

Q5 「kencom」は他にどんな機能があるの？

- ▶ お薬履歴※…処方された薬を確認できます。
- ▶ 健診結果※…特定健診の検査結果などが確認できます。
- ▶ 市からのお知らせ…健康づくりに関する情報をお届けします。

※対象は、40歳以上の鎌倉市国民健康保険加入者

「古都をトコトコ鎌倉健康歩イント」

に参加しました！



市職員が健康管理アプリ「kencom」を使ってみたよ。トコトコポイントをどのくらい貯められるかな



7:00
アプリにログインする +1ポイント

今朝の体重を入力
+1ポイント

昨日はちょっと
食べ過ぎちゃったかなあ…



12:30
食後に外を散歩

リフレッシュ
してこよう



3,980 歩達成！



17:30
仕事帰りに少し遠回りして、
夕食の買い物へ

あと少しで
8,000 歩になるぞ！



8,202 歩達成！



+4ポイント

「今日1日を振り返る」

増えていく歩数を見るのが励みになり、少しの時間でも歩くことを心掛けました。今日1日でトコトコポイントを6ポイントゲットしたので、このペースだと、電子ギフト券に交換できるのは半月後ぐらいでしょうか。楽しみです。週末は、もう1,000歩がんばって歩こうと思います！



2,993 歩達成！



「古都をトコトコ鎌倉健康歩イント」は、健康づくり計画に基づいた事業です

市では、平成28年に、市民の皆さんが健やかで心豊かに暮らせるよう、生涯にわたる健康づくりの指針・行動計画となる「鎌倉市健康づくり計画」を策定しました。計画では、個人の意識向上や取り組みについて「一人ひとりができること」、また、その取り組みを周囲の人々や関係団体、事業所などと連携し、さまざまな立場から応援していく「みんなのできること」を提案しています。

20歳以上の青年期・壮年期・高年期の人については、「運動は毎日こまめに時々しっかり」を行動目標としており、トレーニングやスポーツだけでなく、日常生活の中でよく動くことを推奨しています。本事業は、スマートフォンのアプリを活用することで、市民の皆さんの健康づくりをサポートしていくものです。



第1回 全ての出発点は、子どもたちが飛び込む「未来の社会」



【文】 教育長・岩岡寛人

市では、こうした未来に生きる子どもたちが、社会の激しい変化に困ることなく、前向きに捉え、幸福に豊かな社会をつくっていくことができるよう、市民の皆さんや専門知識を持った企業・大学・NPOと協働して、ワクワクする教育を生み出していきたいと考えています。今後、本紙連載で市教育委員会のさまざまな取り組みを紹介していきます。



ICTを活用した、市内中学校の授業の様子

子どもたちが毎日ワクワク過ごしてほしい。これは、私たち大人共通の願いです。そのためには、私たちが子どもと同じ世代の間になりきり、子どもが飛び込む未来の社会を想像し、そこで必要となることを考えなければなりません。子どもが大人になるのは未来の社会であり、今の社会ではないからです。子どもたちが直面する「未来の社会」。それは、AI、ビッグデータ、ロボティクスなどの技術があらゆる産業・社会生活に浸透した「Society5.0」と呼ばれる社会といわれています。こうした時代では、個々のニーズに応じた商品やサービスが次々と実現し便利になります。社会の変化が劇的に進み、運転・事務作業といった大半のルーチンワークは、AIやロボットの方が得意になります。しかし、こうしたAIやロボットには、「何か

お知らせ

市役所は ☎23-3000
☎問い合わせ
☎申し込み

市民課・保険年金課 土曜窓口を開設

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。
7月10日・24日：午前9時～午後5時(マイナンバ一関連は4時まで。混雑状況により時間前に終了する場合があります。正午～午後1時は市民課の証明書の交付のみ)
市民課 ☎61局39002
保険年金課 ☎61局36007

土曜の市税納付相談

市税(市・県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税)の納付もできます。
7月24日：納税課(本庁舎1階) 午前9時～午後4時
納税課 ☎61局3915

コンビニでの交付 サービスを一時停止

7月21日(水)はシステムのメンテナンスのため、コンビニエンスストアでマイナンバーカードを利用し各種証明書を交付するサービスなどを停止します。
市民課 ☎61局39002

マイナポイント予約機 市役所の設置は終了

市役所ロビーに設置のマイナポイント予約機器は、6月30日で運用を終了しました。なお、同機器で予約手続きをした人は、キャッシュレス決済を紐付けする申し込み手続きが必要です。今後は、スマートフォンやパソコン、郵便局やコンビニエンスストアなどに

びニエンスストアなどに端末機で、予約とキャッシュレス決済を紐付けする申し込み手続きを。詳細は総務省のホームページを。
市民課 ☎61局39005

国民健康保険被保険者証(兼高齢受給者証)の更新など

【国民健康保険被保険者証(保険証)の更新】
8月1日付で保険証の更新を行うため、7月下旬に世帯主宛てに世帯全員分を送付します。70～74歳の方は高齢受給者証を兼ねます。古い保険証は破棄を。

【限度額適用認定証】

医療費が高額になる場合、医療機関に提示するとその月以降の保険診療を世帯の所得に応じた自己負担限度額内で精算できます。
70歳未満か、70～74歳で非課税世帯か、70～74歳で負担割合が3割で市民税課税標準額が145万～690万円未満の人は、事前に交付が受けられます。
なお保険料の滞納がある人は、事前にご相談を。

【限度額適用認定証の交付・更新】

有効期限は7月31日です。その後も必要な人は、8月31日までに再度申請を。保険年金課(本庁舎1階)か支所に保険証を持参するか、市ホームページから申請書を入力して郵送を。
保険年金課 ☎61局36007

国民年金保険料の免除・納付猶予

免除や納付猶予の承認期間は毎年6月までです。7

深沢地域整備事業に係る都市計画決定・変更の原案縦覧と公聴会

県と市で原案をまとめましたので、縦覧を行い、公聴会を開催します。

■内容
鎌倉都市計画3・5・7号腰越大船線の変更(県決定)、鎌倉都市計画土地区画整理事業の決定ほか3件(市決定)

■縦覧・公述申出期間
7/12(市決定は7/19)～8/2…平日の8:30～17:00

■縦覧場所
県都市計画課(県決定のみ)、市都市計画課

■公聴会日程(公述の申し出がない場合は中止)
8/24(火)…19:00～21:00 深沢学習センター

■公述人の募集
対象は市内在住・在勤の人など。定員10人程度。抽選。希望者は意見の要旨と住所・氏名などを書いた公述申出書を、原案の縦覧期間中(8/2必着)に縦覧場所へ

■傍聴人の募集
公共交通機関で直接会場へ(入場制限あり)

☎県都市計画課 ☎045-210-6175
☎市都市計画課 ☎61-3408

国民健康保険料

第2期の納付期限は、8月2日(月)です。コンビニエンスストアでも納付できます。口座振替の人は前日までにご準備を。
保険年金課 ☎61局36007

障害者就労移行支援金

障害者の自立への支援として、就労移行支援が就労継続支援を利用後、平成30年4月以降に一般就労へ移行した障害者に、障害者就労移行支援金10万円を給付します(1人1回限り)。
詳細は電話かEメールで障害福祉課(内線26094、shafuku@city.kamakura.kanagawa.jp)へ。

ひとり親家庭や障害児の養育者に手当

ひとり親家庭や中程度以上の障害のある児童などの養育者に手当を支給します

【児童扶養手当】

対象は、次のいずれかの18歳以下(※1)の児童を育てている父か母か、父母に代わり養育している人。
▼父と母が離婚している
▼父か母が死亡、生死不明、または精神が身体に重度の障害がある(※2)
▼父か母から1年以上遺棄されているか、父か母が1年以上拘禁されている
▼V保護命令を受けている
▼婚姻によらず生まれた
※1支給は満18歳の3月31日まで。障害が中程度以上の場合には20歳未満まで
※2遺族・障害年金などや遺族補償を受けていても年金金額が児童扶養手当金額を下回る場合には、手当金額を上限に併給(差額支給)できます。
父母のいずれかが障害年金を受給している場合も、その配偶者に対し、手当が支給される場合があります。

【特別児童扶養手当】

対象は重度・中度の精神的・身体的いずれかの障害がある20歳未満の児童を育てている父か母か、父母に代わり養育している人。
手当額(月額)：重度障害児115万2500円、中度障害児113万4970円
支給月：4月・8月・11月

【特別児童扶養手当】

より異なる)支給月：奇数月
対象は重度・中度の精神的・身体的いずれかの障害がある20歳未満の児童を育てている父か母か、父母に代わり養育している人。
手当額(月額)：重度障害児115万2500円、中度障害児113万4970円
支給月：4月・8月・11月

【特別児童扶養手当】

申請に必要なものなど、詳細はお問い合わせを。
☎こども相談課 ☎61局3897

【特別児童扶養手当】

申請に必要なものなど、詳細はお問い合わせを。
☎こども相談課 ☎61局3897

県の自然保護奨励金

面積合計が1万平方メートル以上で、①か②の場合、所有者に奨励金を交付します。
①歴史的風土保存区域、近郊緑地保全区域、特別緑地保全地区、それ以外の風致地区(市街化調整区域のみ)の山林・原野・保安林
②①以外の保安林
※①②とも、昨年度に緑地の手入れをしたもの
【交付額】
1万平方メートル当たり、年額8千円。
7月8日～8月10日に、都市景観課(☎61局3465)へ

樹林の管理を支援

歴史的風土保存区域、特別緑地保全地区、近郊緑地保全区域などにある樹林の管理を支援するため、要件を満たした樹木の枝払いなどを実施します。
今年度は、大町・材木座地区で実施します。対象地区内に山林などを所有か管理して、この支援を希望する人は、樹林管理申請書を提出してください。詳細は市ホームページを。
※同じく今年度に予定していた長谷・極楽寺地区は、新型コロナウイルスの影響のため来年度以降に実施します

【推薦対象】

①市内在住・在学の中学生以下の個人か、活動拠点が市内で、構成員の半数以上が中学生以下の団体
②昨年7月1日～今年6月30日に芸術や学術の大会などで次のような成績を収めたもの
▼予選・選抜を経て全国規模や関東地区の大会などに出場・出品
▼都道府県規模で準優勝以上
▼市区町村規模で優勝など

【推薦方法】

推薦書に大会などの開催要項、成績(結果)表などを添えて、9月3日(必着)までに郵送・Eメールか直接、文化課(☎hunka@ci

【推薦方法】

推薦書に大会などの開催要項、成績(結果)表などを添えて、9月3日(必着)までに郵送・Eメールか直接、文化課(☎hunka@ci

【推薦方法】

推薦書に大会などの開催要項、成績(結果)表などを添えて、9月3日(必着)までに郵送・Eメールか直接、文化課(☎hunka@ci

【推薦方法】

推薦書に大会などの開催要項、成績(結果)表などを添えて、9月3日(必着)までに郵送・Eメールか直接、文化課(☎hunka@ci

【推薦方法】

推薦書に大会などの開催要項、成績(結果)表などを添えて、9月3日(必着)までに郵送・Eメールか直接、文化課(☎hunka@ci

【推薦方法】

推薦書に大会などの開催要項、成績(結果)表などを添えて、9月3日(必着)までに郵送・Eメールか直接、文化課(☎hunka@ci

【推薦方法】

推薦書に大会などの開催要項、成績(結果)表などを添えて、9月3日(必着)までに郵送・Eメールか直接、文化課(☎hunka@ci

【推薦方法】

推薦書に大会などの開催要項、成績(結果)表などを添えて、9月3日(必着)までに郵送・Eメールか直接、文化課(☎hunka@ci

【推薦方法】

推薦書に大会などの開催要項、成績(結果)表などを添えて、9月3日(必着)までに郵送・Eメールか直接、文化課(☎hunka@ci

【推薦方法】

推薦書に大会などの開催要項、成績(結果)表などを添えて、9月3日(必着)までに郵送・Eメールか直接、文化課(☎hunka@ci

【推薦方法】

推薦書に大会などの開催要項、成績(結果)表などを添えて、9月3日(必着)までに郵送・Eメールか直接、文化課(☎hunka@ci

ty.kamakura.kanagawa.jp)へ。表彰式は11月30日(予定)です。
【文化課】61局3872
教育委員会より

【定例会】
いずれも、午前9時30分
から。
7月21日(水)：市役所4
02会議室(本庁舎4階)
8月18日(水)：鎌倉商工
会議所会館
9月22日(水)：市役所4
02会議室

※変更などは市ホームページ
でお知らせします。傍
聴は極力ご遠慮を
【委員の任命】
市議会6月定例会で議会の
同意を得て、次のとおり
委員が任命されました(敬
称略)。
林紋子(任期は令和3年7
月1日～7年6月30日)
園教育総務課61局3746

市長選挙投票日は
10/17(日)

任期満了に伴う市長選挙
の日程が決まりました。
告示：10月10日
投票・開票：10月17日

職員などの募集

- ①職務内容 ②応募資格・人数 ③雇用期間
 - ④勤務条件 ⑤報酬額
 - ⑥選考方法
- ※応募書類は返却しません

職員

【消防吏員】

②次の要件を満たし、来年4月1日から勤務できる人。若干名

高校卒業程度Ⅱ平成12年4月2日～16年4月1日に生まれ、高等学校がこれと同等と認められる学校等を卒業したか、来年3月卒業見込みの人

【立候補予定者説明会】
8月26日(木)：市役所402会議室(本庁舎4階)
7月5日以降に、選挙管理委員会事務局(61局3874)へ

高齢者配食サービス委託事業者を募集
調理が困難で一定所得以下の高齢者へ安全確認を兼ねた食事の配達をする事業者を、随時募集しています。申請方法や受託条件などは市ホームページを。園高齢者いきいき課61局3899

傍聴者の募集

【緑政審議会】
緑の基本計画の見直しについてなど。先着3人。
7月27日(火)：鎌倉商工会議所会館 午後2時から
7月1日～9日に、みどり公園課(61局3486)へ

【まちづくり審議会】
土地利用調整制度の見直し大綱作成に向けて。先着4人。
7月13日(火)：旧大船駅周辺整備事務所 午後6時～8時(オンライン会議の傍聴)
7月1日～8日に、土地利用政策課(内線2823)へ

鎌倉芸術館指定管理者選定委員会

7月21日(水)：鎌倉芸術館 午後2時から
※詳細は市ホームページを
園文化課61局3852
工場立地法の準則を定める条例への意見募集
市内の特定工場に係る緑地面積率等を規定する工場立地法の準則を定める条例の制定について、意見を募集します。
閲覧期間：7月16日～8月16日
閲覧場所：商工課(本庁舎1階)、市役所ロビー、図書館。市ホームページでもご覧になれます
意見の提出：閲覧場所にある意見書か任意の用紙(書式自由)に住所・氏名・電話番号を添え、8月16日(必着)までに郵送・ファクス・Eメールか直接、商工課(FAX23局87

00、@shoko@city.kamakura.kanagawa.jp、内線2355)へ

市民委員の募集

【消費生活委員会】
消費生活行政に関する事項を調査・審議します。対象：市内在住・在勤・在学で、消費生活に知識や経験のある18歳以上の1人
任期：9月1日～令和5年8月31日
報酬：会議出席1回につき1万円(交通費込み)
園応募に対する抱負や消費生活に関する考え(500字以内)・住所・氏名・年齢・電話番号を、7月14日(消印有効)までに郵送かEメールで地域共生課(①seikatu@city.kamakura.kanagawa.jp、内線2358)へ

青少年問題協議会

対象：市内在住で20歳以上の人。市職員を除く。1人
任期：委嘱から2年間
報酬：会議出席1回につき1万円(交通費込み)
園「私が考える青少年への支援」をテーマにした論文(800字以内)・住所・氏名・年齢・電話番号(様式自由)を、7月15日(必着)までに、郵送か直接、青少年課(本庁舎1階、内線2494)へ

かまくらエール基金

市民活動推進基金の愛称は、「かまくらエール基金」に決定しました。多数のご応募をありがとうございます。基金への寄附もよろしくお願ひします。
園地域のつながり課(内線2582)

西田幾多郎記念歌碑の復旧にご寄附を

一昨年の台風で被災した、鎌倉ゆかりの哲学者・西田幾多郎博士の記念歌碑

を復旧させるガバメントクラウドファンディングを実施します。
受け付け：8月29日まで
目標金額：400万円

【寄附方法】

▼ウェブ：「ふるさとチョイス」から。クレジット・カードなどで決済
▼電話・持参：ふるさと寄附金担当(本庁舎4階)へ。申出書と振込用紙をお送りします。庁内の銀行でも振り込めます
園寄附金Ⅱふるさと寄附金担当61局3845、歌碑Ⅱみどり公園課(内線2442)

新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金

県社会福祉協議会が実施する、緊急小口資金などの特別貸付における総合支援資金の再貸付が終了した世帯などに、同支援金を支給します。貸付終了者に7月上旬から申請書などを送付します。

園生活福祉課(内線2357)
7月は「社会を明るくする運動」強調月間
生きづらさを包み込むコミュニケーションが大切、という思いを込め、今年度のキヤッチコピーは「生きづらさを、生きていく」です。
【ポスターコンテスト】
対象は市内在住・在学の中学生。テーマは「犯罪や非行のない明るい社会づくり」。詳細は市ホームページを。次の期間、昨年の入選作品を展示します。
7月13日(火)～19日(月)：鎌倉駅地下道「ギャラリ150」
園生活福祉課(内線2357)

交通安全防止運動

7/11～20は、夏の交通安全防止運動
次の点を守りましょう。
▼過労運転・無謀運転はやめましょう
▼子どもと高齢者は、家族と一緒に危険箇所をチェックし、安全な通行方法を確認しましょう
「自転車安全利用五則」(左)を守り、万々に備えて損害賠償責任保険に加入しましょう
①自転車は車道が原則、歩道は例外
②車道は、左側を通行
③歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
④安全ルールを守る(飲酒運転・二人乗り・並進の禁止、夜間は点灯、信号順守など)
⑤子どもはヘルメットを着用
▼全座席のシートベルトとチャイルドシートを正しく着用しましょう
▼二輪車の運転時は、ヘルメットやプロテクターを正しく着用し、夜間は反射材を活用しましょう
▼警報機が鳴ったら、踏切内に入らないでください
園都市計画課(内線2319) 鎌倉警察署23局0110 大船警察署646局0110

市の施設の理化学検査 令和2年度 全て基準に適合

環境施設課61-3625 浄化センター646-8001

令和2年度「理化学検査」の結果がまとまりました。施設の運転管理や規制基準への適合状況、設置機器の稼働状況を確認しました。

【ダイオキシン類の検査】

名越グリーンセンター、山崎浄化センター、関谷一般廃棄物最終処分場で実施。結果は全て基準に適合していました(表)。

【そのほかの理化学検査】

名越グリーンセンターと山崎浄化センターで、焼却炉からの排出ガスに含まれている塩化水素、窒素酸化物、硫黄酸化物、ばいじん、鉛、カドミウムなどの検査を行いました。また、名越グリーンセンター、山崎浄化センター、七里ガ浜浄化センター、今泉グリーンセンター、関谷一般廃棄物最終処分場で、pH(水素イオン指数)、重金属類、有機塩素系化合物、農薬類などについて、各種法令に基づく水質検査を実施。結果は全て基準に適合していました。

名越グリーンセンター 調査日：* = R2.12/2、** = R2.12/3			
	排出ガス	ばいじん	焼却灰
1号炉*	0.00006ng-TEQ/m ³	0.27ng-TEQ/g	0.0016ng-TEQ/g
2号炉**	0.00009ng-TEQ/m ³	0.26ng-TEQ/g	0.068ng-TEQ/g
基準値	5ng-TEQ/m ³	なし※	

山崎浄化センター 調査日：R2.9/29			
	放流水	汚泥焼却炉排出ガス	汚泥焼却炉ばいじん
	0.00011pg-TEQ/l	0.00016ng-TEQ/m ³	0.000006ng-TEQ/g
基準値	10pg-TEQ/l	5ng-TEQ/m ³	3ng-TEQ/g

関谷一般廃棄物最終処分場 調査日：R2.6/24		
		基準値
観測井戸No.1 地下水	0.046pg-TEQ/l	1pg-TEQ/l
観測井戸No.2 地下水	0.054pg-TEQ/l	
観測井戸No.3 地下水	0.055pg-TEQ/l	
観測井戸No.5 地下水	0.053pg-TEQ/l	

※名越グリーンセンターでは、ばいじんと焼却灰を熔融固化処理施設へ搬出しているため、基準は適用されません

【単位】 ▶ng(ナノグラム)=10億分の1g ▶pg(ピコグラム)=1兆分の1g ▶TEQ(毒性等量)=毒性の強さを加味したダイオキシン類の単位

令和2年度ダイオキシン類の測定結果

コロナ禍2回目のこの夏、こんなところに気を付けましょう！

日常生活では

夏のコロナ対策、熱中症に要注意！



マスクを着けると、気付かぬうちに脱水症状になるなど、体温調節がしづらくなります。暑さを避ける・水分を取るなどの「熱中症予防」と、マスクや換気などの「感染症予防」を取り入れながら、夏を乗り越えていきましょう。

市民健康課 ☎61-3977

熱中症予防のための行動ポイントは5つ！

1. 暑さを避ける

- ・エアコンを利用するなど、部屋の温度の調整を。室温は28℃前後が目安です（エアコンの設定温度ではありません）
- ・感染症予防のため、窓を開けるなどして換気しつつ、エアコンの温度を小まめに調整しましょう（一般的な家庭用のエアコンは、室内の空気を循環させますが、換気はしません）

2. 状況に応じてマスクを外す

- ・屋外で人と十分な距離（2m以上）が確保できる場合は、マスクを外しましょう
- ・マスク着用時には、体に負担のかかる作業や運動を避け、距離をとった上でマスクを外して、小まめに休憩を

3. 水分を補給する

- ・喉がかわく前に水分補給（例えば30分に1回など、自分に合うペースで）
- ・大量に汗をかいたときは塩分補給も忘れずに



4. 日頃から健康管理

- ・日頃から体温測定、健康チェックを
- ・体調が悪いと感じたら、無理をせず自宅で過ごしましょう

5. 暑さに備えた体づくり

- ・筋肉量が少ないと、体の中の水分量も減ってしまい、脱水状態になりやすくなります。ウォーキングやラジオ体操など、日頃から適度な運動を
- ・特に、運動時の水分補給は忘れずに
- ・運動は、無理のない範囲で行いましょう



★特に熱中症にかかりやすい高齢者、子ども、障害者には、周りの人も声を掛けるなどして、十分に注意しましょう

環境省・厚生労働省「新しい生活様式」を健康に！を基に作成

もしかして、熱中症の症状かも！?

軽 めまい、立ちくらみ、足がつる、手足がしびれる、汗がとまらない、気分が悪い、ボーとする

中 頭痛、吐き気、体がだるい（倦怠感）、力が入らない、意識がもうろうとしている

重 意識がない、けいれん、体が熱い、呼び掛けに対して返事がおかしい、真っすぐに歩けない

呼び掛けしても反応しないようなときは、119番に通報を！（救急車が到着するまでの注意点）

- ・呼び掛けへの反応が悪い場合には、無理に水を飲ませてはいけません
- ・涼しい場所へ避難し、服を緩め、体を冷やしましょう

海水浴場は、開設しません

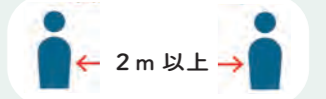
新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、この夏も海水浴場の開設を見合わせます。なお、市は海岸において、下記の通り、安全対策を講じていきます。ご理解・ご協力をお願いします。

観光課 ☎61-3884

海岸における安全対策は3つ！

- ▶ライフガードを配置（今年は監視所も設置）して海岸を監視。時間は10:00～16:00
- ▶警備員を配置して、来訪者へ注意喚起
- ▶来訪者に向けた注意喚起の看板設置

海岸でも距離をとろう



「遊泳ゾーン」は、ありません

ただし「マリンスポーツ禁止エリア」を設けています。海上事故を防ぐため、ブイを置き、海岸にエリアを表示する看板を設置します。

臨時的トイレ・シャワーは、ありません

常設の公衆トイレ・シャワー（材木座海岸・由比ヶ浜に各2カ所）は使用できます。腰越海岸に公衆トイレ・シャワーはありません。

この夏、海はどうなるの？

次の情報を参考にして、できることと、できないことを判断し、海の事故や感染を防ぐ行動をお願いします。

Q 海岸に行ってもいいですか？

海岸への出入りに制限はありません。ただし、コロナ禍に対応した行動をお願いします。

Q 海で泳ぐことはできますか？

禁止ではありませんが、安全対策が十分ではないため、ご注意ください。滑川河口付近などでは、離岸流があり、危険です。

Q けがをしたら、どうしたらいいですか？

けがをしたら、最寄りの監視所へご相談ください。

Q マリンスポーツはできますか？

マリンスポーツはできますが、一部禁止区域があります。現地の看板や案内に従って楽しんでください。波打ち際にいる人には、十分注意しましょう。

Q 子どもを海岸に連れて行っていいですか？

今年は監視所を設置していますが、保護者の目の届く範囲で、安全面に十分配慮してください。

Q テントを使用していいですか？

禁止ではありませんが、感染や熱中症を予防するため長時間の利用は控えてください。特に大型のものは大人数で使用することで密集状態となりやすいため、避けましょう。

次の行為はご遠慮を！

海岸の風紀維持や海の事故防止のため、飲酒・喫煙などはご遠慮ください。



★今年の夏も無事に越せるよう、みんなで私たちの海を守りましょう！

東京2020オリンピック・セーリング競技開催に伴う

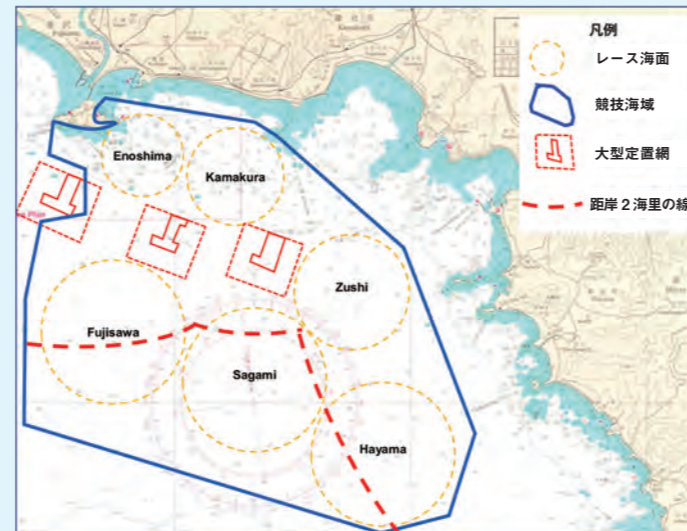
通行規制のお知らせ・航行自粛のお願い

東京オリンピック・パラリンピック担当…内線2245

【競技日程】
7/25(日)～8/5(木) ※予備日含む
【競技海域】
江の島・逗子・葉山沖合海域

通行規制 7/13(火)～8/5(木)
湘南港臨港道路（江の島入口交差点～聖天島公園前）など

航行自粛 7/15(木)～8/5(木) 10:00～18:00
江の島・逗子・葉山沖合海域



海上保安庁発行の水路図誌を使用

上記の期間、競技海域での航行自粛をお願いします。なお、競技海域の安全を確保するために、組織委員会が警戒船を配備しますので、その指示に従ってください。

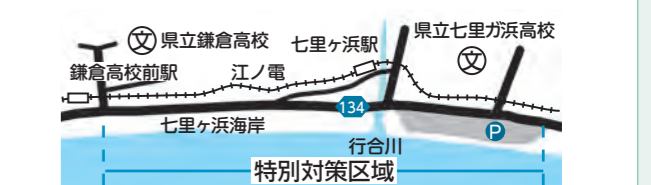
通行規制・航行自粛の問い合わせ…東京2020 お問合せ窓口(通話料がかかります)
☎ 0570-09-2020 <受付時間>9:00～17:00(土日、祝日を除く)

深夜花火の禁止 ～七里ヶ浜海岸を重点に巡回

環境保全課 ☎61-3420

大きな音の出るロケット花火や打ち上げ花火などは、近隣の迷惑になるため、市では条例で深夜（22:00～翌朝6:00）に海岸や公園などで行うことを禁止しています。

また、特別対策区域（下図）を指定し、夏季期間中の週末の21:00～翌朝5:00に警備員が巡回指導します。週末の深夜には、地元住民の皆さん（深夜花火防止対策協力員）と市職員も一緒に巡回します。



小・中学生の皆さんへ 参加者募集!

「一日市長体験」～私が鎌倉市長になったら

地域共生課
内線2660

対象は、市内の小学4～6年生。定員15人程度。抽選。保護者の同伴・撮影可。

8/12(木)・・・市役所本庁舎 10:00～12:00

【内容】市役所の屋上からまちを見渡し、鎌倉を学ぼう/市長室や議場など市長の仕事場を見学しよう/市の課題・未来について考えよう/記者会見「私が市長になったら」のテーマで発表しよう

【申込方法】はがき・Eメールで。7/1～16(必着)に、氏名(ふりがな)・学校名・学年、保護者の住所・氏名・電話番号・同伴の有無(2人まで)を地域共生課(☎shisei@city.kamakura.kanagawa.jp)へ。抽選結果は、8月上旬に申込者全員に通知します。

「子ども意見ひろば」～SNSから身を守るには

こども支援課
☎61-3890

対象は、市内の小学5年～中学生。定員20人。抽選。

8/23(月)・・・鎌倉生涯学習センター 10:00～12:00

【内容】「SNSから身を守るには」をテーマに、学年・学校の垣根を越えて自由に意見を話し合います。

【申込方法】e-kanagawa(電子申請)・郵送・ファクス・Eメールで。7/30(消印有効)までに、こども支援課(☎23-8700、☎mirai@city.kamakura.kanagawa.jp)へ。詳細は市ホームページで。

新型コロナウイルス対策のため、センター利用の際は予約を。

鎌倉子育て支援センター ☎23-0606

土曜ひろば 3歳まで	7/3(土) 10:00～12:00 13:30～15:30
午前ひろば 午後はお休み	7/19(月) 10:00～12:00

深沢子育て支援センター ☎48-0550

土曜ひろば 3歳まで	7/10(土) 10:00～12:00 13:30～15:30
午前ひろば 午後はお休み	7/19(月) 10:00～12:00

初めてか、久しぶりに利用する親子へ!

玉縄子育て支援センター ☎45-5077

ふたごちゃんの会 2歳まで・先着5組/双子の妊婦さんも	7/10(土) 9:30～11:30
ベビーちゃん・妊婦さんの日 よちよち歩きまで/妊婦さんも/希望日前日から受け付け	木曜日 9:30～11:30 13:00～15:00

赤ちゃんひろば 10カ月まで/先着10組	木曜日 13:30～15:30
おためしひろば 市内在住/各先着1組	月・火・水・金 13:30～14:00

5歳児すこやか相談

(平成28年4/2～29年4/1生まれ)

発達支援室 ☎23-5130

市内の幼稚園・認可保育所・認定こども園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)のご家庭を対象に、子どもの成長や子育ての悩みなどの相談に応じます。内容に応じて、専門スタッフが相談をお受けします。

希望する人は発達支援室にご連絡を。

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 ◆お誕生日前健康診査

【会場による教室・健診】インターネットで予約を(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。日程や持ち物などは、その案内でご確認ください。

◆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

こどもと本をむすぶキャラクターをえらぼう!



大船子育て支援センター ☎47-3377

土曜ひろば 3歳まで	7/17(土) 10:00～12:00 13:00～15:00
午前ひろば 午後はお休み	7/19(月) 10:00～12:00
ぱんだひろば よちよち歩きまで	月・金曜日 13:00～15:00
ひよこひろば 3カ月まで	水曜日 13:00～15:00
こあらひろば 10カ月まで	火・木曜日 13:00～15:00

図中央図書館 ☎25-2611

図書館の児童コーナーで、コンシェルジュ役として活躍するキャラクターを投票で選びます。

◆投票方法 各図書館(来館)など

◆投票期間 7/1～8/31

ベビー・プログラム(BP講座)

0歳児(令和3年3/17～6/16生まれ・市内在住)を初めて育てる母親のためのプログラム。先着10組。テキスト代1,100円。

8/16～9/6の月曜日で全4回...玉縄交流センター 10:00～12:00

☎7/1以降に、こども相談課(☎61-3751)へ

7月の市民相談窓口

☎ 要予約(随時) ☎ 要予約(1週間前から受け付け)

就職・労働

労働相談 ☎	13・29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 ☎	21日:市役所 9:00～17:00 商工課 ☎23-3000(内線2355)	
高齢者就労相談(主に55～74歳) ☎	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	今月はありません	☎61局3864 くらしと福祉の相談窓口
法律相談 ☎	2・9・13・16・27・30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	
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
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 ☎	月: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 ☎	月1、2回程度:市役所 13:30～16:30 ※対象は昭和56年5月以前建築の木造住宅 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) 月～金:9:30～17:00 ※対象は主に精神障害のある人 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 障害者千人雇用センター ☎53-9203
生活困窮相談 ☎	月～金:8:30～17:00 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 5・19日:市役所 13:00～17:00 県立青少年センター ☎070-4552-9838

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

場所に※がついている相談は原則面談ですが、電話でも応じます。

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

市民情報伝言板は10面に掲載されています。

インフォメーション

INFORMATION

日程◎時間◎場所◎対象◎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◎氏名(ふりがな)◎年齢◎電話番号◎ファクス番号◎Eメール◎ホームページ◎はがき◎往復はがき◎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・◎・◎」を明記。先着・抽選の催しの申込開始は、記載がない限り7/1◎から)

講座・教室・展示

女性のセカンドキャリアステップセミナー

子育て世代や就労ブランク世代の女性が就労の機会を得るためのセミナー 7/16 金 10:00~12:00 鎌倉生涯学習センター 先着20人(託児あり、先着6人)

からだの元気アップ教室

高齢者向けフレイル予防の運動プログラム。口腔ケア講座も。全6回 7/16 金~10/1 金 山崎浄化センター、8/18 水~10/27 水 今泉さわやかセンター 9:30~11:30 市内在住の65歳以上 各先着10人

からだの元気度チェック

1日目は体力や口腔機能のチェックと姿勢分析、2日目は結果に基づいた個別アドバイス 7/27 火・8/3 火 深沢学習センター、7/30 金・8/4 水 明治安田生命大船支社、7/29 水・8/5 木 玉縄学習センター 9:30~11:30 市内在住の65歳以上 各先着20人

夏休み親子下水道教室

親子で下水道の仕組みを学ぶ。処理場の見学や顕微鏡での微生物の観察も 7/30 金 9:00~12:00 同センター 市内の小学生と保護者 各先着8組(7/5から)

かまくらっ子発達支援サポーター養成講座

発達障害の理解と関わりについて学ぶ。詳細はホームページを 福祉センターほか 8/23 月~27 金 全3回、10/1 金~来年1/7 金 全4回 市内の人 各抽選40人 申 申 E h-shien@city.kamakura.kanagawa.jp (7/16まで)

シニアのためのミニ就職説明会

申セカンドライフかまくら 55-5520 市内の5社が参加予定。2部入れ替え制 7/30 金 ◎第1部13:30~14:30、第2部14:45~15:45 深沢学習センター 市内在住の55歳以上 各先着15人

「脳トレ・体操で元気アップ!!」

申今泉さわやかセンター 45-4611 7/9 金~30 金 全3回 10:00~11:30 同センター(車での来所はご遠慮を) 市内在住の60歳以上 先着10人

市公園協会の催し

同協会 45-2750 申1・2は 3・4は E info@kamakura-park.com

【1ミニ園芸教室】鎌倉中央公園管理事務所 10:30~12:00 7/3 土 フウランの葉芸の楽しみ方、7/4 日 ルドベキアの花のはなし、7/11 日 果菜の種をとろう、7/18 日 中央公園の植物めぐり、7/25 日 野菜づくりに草を生かす 各先着20人

【2セミとトンボ〜モグラ道を探そう】自然観察会 7/18 日 13:30~15:30 夫婦池公園 先着20人

【3こども写真教室&フォトフレームづくり】 8/1 日 10:00~12:30 鎌倉中央公園 小学生(3年生以下は保護者同伴) 先着10人

【4写真教室〜公園で撮ろう!素敵な一瞬】 8/9 月 10:00~12:00 鎌倉中央公園 抽選15人(7/23必着)

里山一日体験

申山崎・谷戸の会 47-1164 7/3 土 夜の自然パトロール、7/4 日 土手保全のための草刈り、7/10 土 夜の自然パトロール、7/11 日 田の草取り、7/14 水 さといもの草取り・土寄せ、7/21 水 梅干し作り(赤じそ仕込み)、7/25 日 雑木林の下草刈り 18:30~20:30 ほか 鎌倉中央公園

苔玉作り教室

申 菅田公園管理事務局 32-0559 7/15 水 10:00~11:15、13:00~14:15 場 菅田公園 市内の人(18歳以下は保護者同伴) 各6人 ¥800円

鎌倉リサイクル推進会議の催し

申(7/15から)同会議 32-9094 10:00~12:00 場 菅田リサイクルセンター 【着物でチュニック】 8/6 金・20 金 全2回 ¥1000円 先着8人 【端布でつるし飾り(小菊)】 8/18 水・25

◎全2回 ¥1000円 先着10人

【リメイクソーイング】 8/19 水、26 水 ¥500円 各先着8人

【手軽に裂き織り】 8/24 水 ¥850~1000円 先着10人

【手持ち糸で編み物(ポーチ)】 8/27 金 ¥500円 先着10人

かなテクカレッジ(県立総合職業技術校)10月生募集

県産業人材課 045-210-5715 募集校は、かなテクカレッジ東部(東部総合職業技術校)、かなテクカレッジ西部(西部総合職業技術校)。募集コースは、チャレンジ・セレクトプロダクト、機械・建築CAD、溶接・板金、庭園施工・管理、ビルメンテナンス、給食・介護調理など。募集案内は、7月上旬から各校・ハローワークなどで配布 職業に必要な知識・技術・技能を習得し、就業する意思がある人。各種推薦枠・優先枠あり 7/8~8/5にハローワークで手続き後、各校へ郵送が持参

文化施設

鎌倉生涯学習センターの催し

同センター 25-2030

小学生(小学3年生以下は要送迎)。市内在住の人優先 各抽選20人 ¥1500円 同 同センター(〒248-0006小町1-10-5)へ(8/11必着。希望回の記入も)

【まるでほんもの!食品サンプル製作体験】 8/21 土 10:30~11:30、13:15~14:15、14:30~15:30

【夏休みチョークアート教室】 8/19 水 10:00~12:00、13:30~15:30

腰越学習センターの催し

同センター 33-0712

【虹色実験室】光の色を分ける分光器を作成し、虹の形を観察 8/20 金 14:00~16:00 小学生。市内在住の人優先 抽選15人 ¥500円 同 同センター(〒248-0033腰越864)へ(8/10必着)

大船学習センターの催し

同センター 45-7712

10:00~12:00 同 同センター(〒247-0056大船2-1-26)へ(1は8/6、2は8/9、3は8/15必着)

【1子ども宇宙教室】 8/22 日 小学4年~中学生。市内在住の人優先 抽選24人

【2子どものための本格的鉛筆デッサン教室】 8/25 水~27 金 全3回 小学4~6年生。市内在住の人優先 抽選12人 ¥500円

【3簡単英語で鎌倉ガイド】 9/1 水~15 水 全3回 市内在住の人優先 抽選30人

玉縄学習センターの催し

同センター 44-2219

【夏休み子ども映画会】当日直接会場へ。『忍たま乱太郎Part8』と『ムーミンゆめゆめゆめ』の2本立て 7/17 土 18:00~20:00 市内在住の人優先 先着70人

【夏休み子どもそろばん教室】 8/2 月~5 水 全3回 10:00~11:30 年長~小学2年生。市内在住の人優先 抽選10人 同 同センター(〒247-0072岡本2-16-3)へ(7/20必着)

スポーツ施設

大船体育館の催し

同 同体育館 47-1862

【ピラティス初心者向けクラス】 7/2 金~9/24 金 全11回 20:00~20:50 高校生以上 先着19人 ¥1回820円

【3~5歳のキッズ運動能力UP教室】 7/9 金~9/24 金 全8回 15:45~16:35 3~5歳児と保護者 先着14人 ¥1回820円 ボディコンバット(キックボクササイズ)

鎌倉体育館 24-3553 7/5 月~9/13 月 全8回 11:10~12:10 鎌倉体育館 高校生以上 先着24人 ¥1回820円

ボディケア(骨盤歪み改善)

申 見田記念体育館 24-1415

7/2 金~9/24 金 全11回 16:00~16:50 場 見田記念体育館 高校生以上 先着14人 ¥1回820円

学校水泳プール 一般開放

7/21~8/29に小・中学校の水泳プールを一般に開放します。 同 スポーツ課 43-3419

午前の部...10:00~12:30

午後の部...13:30~16:00

※12:30~13:30は入れ替え時間

利用方法...当日受け付け(先着順)

定員...各50人

対象...市内の人(小学3年生以下は保護者同伴)

7/21 水~8/29 日 第二小中共用 / 腰越小 / 富士塚小・深沢小中共用 / 玉縄小中共用 / 大船小

8/1 日~29 日 七里ガ浜小 / 関谷小 / 今泉小 / 手広中・西鎌倉小共用 / 小坂小

自宅水着に着替えてから来場するなど、更衣室の密集防止にご協力を //

普通救命講習

講習内容はAEDを使用した成人の心肺蘇生法、止血法など。ウェブ講習も組み合わせます。

とき...8/8 日 9:30~11:30

ところ...鎌倉消防署

対象...市内の中学生以上

定員...先着16人

申し込み...7/1以降に、鎌倉消防署(24-0119)へ

鎌倉中央公園の7・8月の開園時間
7:30~18:00 *駐車場は8:30から
同 市公園協会 45-2750

中止イベント
鎌倉消防署 「ふれあい広場かまくら」
同 同消防署 24-0119

鎌倉中央公園 「おはよう花市」
ただし、朝顔とヒマワリの販売は行います(販売は7/1以降の9:00~16:00、なくなり次第終了*火曜日を除く)。 同 市公園協会 45-2750

鎌倉歴史文化交流館 ☎73局8501

鎌倉歴史文化交流館×鎌倉国宝館 連続講座

好評につき 第二弾 北条義時とその時代を学ぶ

来年より大河ドラマ「鎌倉殿の13人」の放送が始まります。主人公・北条義時は、約150年続く鎌倉幕府の礎を築いた人物です。

本連続講座では、市教育委員会の学芸員などが義時自身や彼の生きた時代について、その魅力を紹介します。

会場は鎌倉歴史文化交流館で、時間はいずれも午後6時～7時30分。定員25人(全3回に参加可能な人)。抽選。

①7月31日(土) … 北条義時

鎌倉文学館 ☎23局3911

夏季特別展 7月10日(土)～9月20日(月・祝)

子どもたちへ、未来へシリーズ

とよたかずひこの世界



「でんしゃのついで」や「もんちゃん あそぼう」シリーズなど、とよたかずひこの作品

世界を紹介します。イベントなどの詳細は、同館ホームページを。②・③は、往復はがきに参加希望日、希望回、住所、氏名、電話番号、参加希望人数(3人まで・同行者氏名、年齢も)を書いて、開催日の11日前(必着)までに、鎌倉文学館「イベント名」係(〒248-0016長谷1-5の3)へ

世界を紹介し... イベントなどの詳細は、同館ホームページを。②・③は、往復はがきに参加希望日、希望回、住所、氏名、電話番号、参加希望人数(3人まで・同行者氏名、年齢も)を書いて、開催日の11日前(必着)までに、鎌倉文学館「イベント名」係(〒248-0016長谷1-5の3)へ

- 開館時間 9:00～17:00 (入館は16:30まで)
- 休館日 月曜日(祝日は開館)
- 入館料 一般500円、小・中学生100円 (市内の小・中学生と65歳以上の人は無料)

北条義時法華堂跡 現在の様子



イベント名	とき
①オープニング記念 ギャラリートーク	7/11① ①10:30 ②13:30 (各1時間前から整理券配布。定員15人)
②とよたかずひこさんのおはなし	7/25①、8/1①・22①、9/19① 各日①10:30 ②13:30 (定員15人)
③講演会 「絵本創り いっしょけんめい」	8/8① 14:00～15:30 (会場は鎌倉商工会議所会館。定員50人)

◇募集

鎌倉文学館 こども文学賞

全国の小・中学生から詩の作品を募集します。優秀作は、同館で紹介しします。申し込みは9/10まで。

表彰式は11/7(日)の予定です。詳細は、同館ホームページを。

◇イベント

夏の文学館 スタンプラリー

スタンプを2個以上集めると、プレゼントがもらえます。とき…7/10(土)～10/3(日) ところ…鎌倉文学館、神奈川近代文学館(横浜市中区)、町田市民文学館ことばらんど

市民情報伝言板

今号に掲載依頼があった催しは、全て掲載されています

鎌倉助産師会オンライン座談会(Zoom)

同会・齋藤☎080-7423-7259 生後6カ月までの赤ちゃんの保護者と妊婦の座談会 7/12(月)ほか2回 ①10:00～10:40 ②各先着3組(募集中) ¥1000円 同会 同

神奈川県弁護士会人権賞候補者推薦募集

同会業務課☎045-211-7705 推薦書などを同会(〒231-0021横浜市中区日本大通9)へ郵送か持参(7/30必着)

年金個別相談会

いきいきライフ年金・相続相談室 石川 ☎090-6306-4033

7/3(土)ほか12回 ①9:00～12:00 ②NPOセンター鎌倉 ☎各先着3人 ①☎47-5869 (申し込みは各月1日から)

北鎌倉狂言の会

①狂言和泉流宗家 ☎090-3432-2856 中学生以下は保護者同伴。配信も 7/4(日) ②14:00～15:45 ③円覚寺佛日庵本堂 ☎先

着40人(入場) ¥入場6000円、配信2500円

アンサンブルBee演奏会

アンサンブルBee ☎32-6901 当日直接会場へ 7/11(日) ①14:00～16:00 ②戸塚区民文化センター

親子でNiziU踊ろう!

みちひらき塾 ☎080-4682-4241 7/11(日) ①10:00～11:00 ②湘南ダンス学院 ☎小学生と保護者 ☎先着5組 ①☎michihiraki19@gmail.com

青空自主保育にこにこ会オープンデー

同会 ☎090-1250-3555 7/13(水)・20(水) ①9:30～12:00 ②鎌倉中央公園 ☎未就園児と保護者 ☎各先着5組(募集中) ①同会 ☎

鎌倉写真連盟展

同連盟・湯浅 ☎46-1201 7/14(水)～18(日) ①10:00～17:00 ②鎌倉生涯学習センター

夏休み自由研究!海に優しいエコプラを調査 湘南ビジョン研究所・富山 ☎070-5584-5421

7/17(土) ①10:00～12:00 ②POP-UP SPACE in KAMAKURA ☎小学3年～中学生 ☎先着10人 ¥500円 ①☎blueflag.edu@gmail.com (学年の記入も)

かまくら」ストリングス定期演奏会

かまくらジュニアストリングス・河田 ☎080-1228-1088 当日直接会場へ。小学2年生以下は保護者同伴 7/25(日) ①14:00～15:30 ②鎌倉生涯学習センター ☎先着60人

市民水泳教室

鎌倉水泳協会・中野 ☎44-4220 全5回 ①A=7/26(月)～30(金)、B=8/2(月)～6(金) ②10:00～12:00 ③鎌倉海浜公園水泳プールほか市内学校プール ☎市内の小学3年～中学生 ☎各先着20人 ¥3000円 ①☎info@ksuikyo.sakura.ne.jp (☎で申込書を入手し添付)

鎌倉子どもミュージカル「ロンの花園」

鎌倉子どもミュージカル ☎080-3711-9240 7/28(水) ①12:00、16:00 ②鎌倉芸術館 ¥S席2500円、A席2000円 ①☎ticket@kamakurakm.com (希望回も。募集中)

鎌倉シチズンネットの催し

鎌倉シチズンネット ☎050-6873-7770 Scratchを使用 ①10:00～11:30 ②鎌倉シチズンネット ☎小学3～6年生(3年生は保護者同伴) ☎各先着4人

【夏休みプログラミング体験教室】7/30(金) 【プログラミング教室(初級)】8/4(水)～6(金)全3回 ¥8000円

「税についての作文」対策セミナー(Zoom)

鎌倉税務署総務課 ☎22-5591 8/4(水) ①10:00～11:30 ②中学生 ☎☎kamazei@flute.ocn.ne.jp

能とオペラの融合『静、愛と死』

神奈川フィルハーモニー管弦楽団 ☎045-226-5107

8/7(土) ①15:00～17:00 ②神奈川県民ホール ¥3000円(募集中)

鎌倉はなし会・柳家三三独演会

鎌倉はなし会 ☎23-0992 8/7(土) ①15:00～18:00 ②逗子文化プラザホール ¥4000円(募集中)

星山麻木・先生のための特別支援基礎講座(Zoom)

星と虹色な子どもたち ☎080-7534-2936 8/16(日)ほか20回 ①10:00～12:00ほか ☎各先着40人 ¥3300円 ①同団体の ☎

鎌倉笑輪会演芸玉手箱

市芸術文化振興財団 ☎23-3755 8/28(土) ①13:00～15:30 ②鎌倉芸術館 ¥3800円(募集中。未就学児はご遠慮を)

川喜多映画記念館

☎23-2500

企画展

映画祭のすゝめ

～ぐるり映画ポスターの旅

9/12日(日)まで

- 展示観覧料 200円(小・中学生100円)
- 展示解説 7/31日(土)、8/28日(土) 14:00から

上映

- 鑑賞料金(展示観覧料込み)1,000円(小・中学生500円)
- チケットは7/17から同館で販売

【映画祭のすゝめ～ぐるり映画ポスターの旅】

映画タイトル	8月	とき
ヤンヤン 夏の思い出	5日(土)・7日(日)	10:00
	6日(金)・8日(土)	13:30
ポネット	6日(金)・8日(土)	10:30
	3日(水)・4日(木)・5日(金)	14:00
さらば、わが愛／霸王別姫	17日(水)・19日(金)	10:00
	18日(水)・20日(金)・22日(日)	13:30
帰れない二人	18日(水)・20日(金)・21日(土)・22日(日)	10:30
	17日(水)・19日(金)	14:00
COLD WAR あの歌、2つの心	31日(水)、9/2日(木)・4日(土)	10:30
	9/1日(金)・3日(日)・5日(火)	14:00

【シネマセレクション「戦争は終わらない～兵士たちの記憶と戦後」】

映画タイトル	8月	10:30	14:00
あり 蟻の兵隊	9日(土)・12日(水)・14日(金)	○	
	11日(水)・13日(金)・15日(日)*		○
ゆきゆきて、神軍	11日(水)・13日(金)・15日(日)	○	
	9日(土)・12日(水)・14日(金)		○

*上映解説あり

トーク

【映画祭を楽しむために知っておきたい二、三の事柄】

- 料金(展示観覧料込み) 1,000円(小・中学生500円)
- 8/7日(土)14:00 立田敦子さん(映画ジャーナリスト)

【映画祭との向き合い方】

- 8/21日(土)14:00 市山尚三さん(東京国際映画祭プログラミング・ディレクター)

- 開館時間 9:00～17:00(入館は16:30まで)
- 休館日 月曜日(8/9日は開館)、8/10

鎌倉芸術館

応募期間
8/1日(日)～
31日(水)

「第九」合唱団員募集!

ドイツ語で歌います。オンラインレッスンと集合練習を組み合わせ、収録会では全員で演奏。後日オンライン配信予定。



- 対象 YouTubeでレッスン動画の視聴ができ、9/23日(水)、10/10日(日)・23日(土)の練習と11/14日(日)の収録に参加できる人

- 参加費 5,000円(24歳以下3,000円)、ほか楽譜代550円
- ☎同館「第九」係 ☎48-5500(10:00～19:00)

本展では、清方が描いた夏の景色を、同館の代表的な収蔵品の「朝涼」(写真)や「夕立雲」などの風景画のほか、清方が意匠を手掛けた浴衣資料も交えて紹介します。

夏休み親子鑑賞
会期中、小・中学生と同伴者の観覧料が無料になります。

夏色美人

～清方がみた夏げしき

企画展 7月2日(金)～8月22日(日)

☎23局6405

鑑賞マナーを学んだ後、子どもは団扇に絵を描き、保護者は鑑賞ゲームをします。

【①日本画材を使って、団扇に絵を描こう!】
とき:7月11日(日) ①午後1時～2時30分、②午後3時～4時30分
料金:千円
定員:各6人

【②親子で美術館へ行ってみよう!】
鑑賞マナーを学んだ後、子どもは団扇に絵を描き、保護者は鑑賞ゲームをします。

【③子ども参加プログラム】
日本画材の3つの色の砂子を使って絵を描こう!】
とき:7月29日(木)・30日(金) 午前9時30分～11時30分
料金:千円
対象:小・中学生、高校生
定員:各6人程度

【④浮世絵の多色摺り技法を体験してみよう!】
とき:8月5日(木)・6日(金) 午前9時30分～11時30分
対象:小・中学生、高校生
料金:800円

※①・②・③は7月2日、④は7月15日から電話予約。先着順

- 開館時間 9:00～17:00(入館は16:30まで)
- 休館日 月曜日(8/9日は開館)、8/10
- 観覧料 200円(市内の小・中学生と65歳以上の人は無料)



「朝涼」(大正14年)

7月の相談と教室

県鎌倉保健福祉事務所 ☎24-3900

会場は同事務所。電話相談以外は予約制。

相談・検査	7月	
こころの健康相談・認知症相談*	7日(水)	9:00～12:00(精神科医師)
	20日(水)・30日(金)	13:30～16:30(精神科医師)
アルコール相談*	15日(水)	14:00～15:00(個別相談) 15:00～17:00(グループワーク)
HIV・梅毒血液検査(結果即日・匿名可)	15日(水)	13:15～15:00
B・C型肝炎ウイルス血液検査(39歳以下)	15日(水)	15:15～15:45
妊婦さんの歯ぐきの検診	13日(月)	13:30から(7/6までに予約を)
わたしのからだどこころの相談(託児あり)*	20日(水)	10:00～12:00(女性心理カウンセラー)

禁煙相談、薬物乱用問題の相談は随時受け付け。*は電話相談(随時受け付け)もあり

新型コロナウイルス

紙面掲載情報は6/23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」の各サイトで

新型コロナウイルスワクチン接種

ワクチン接種

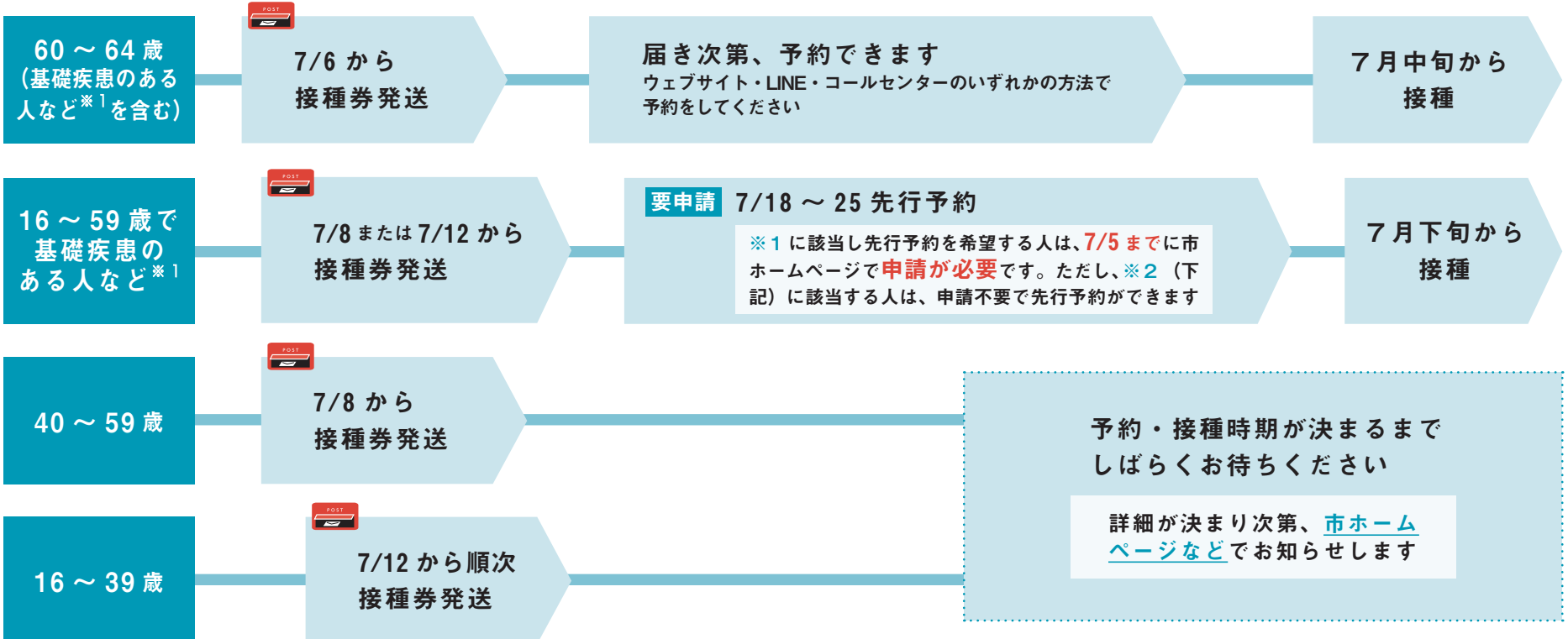


鎌倉市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

0570-011228 9:00 ~ 17:00
ナビダイヤル(市外局番不要) ※土・日・祝も対応

- 1 新規の予約
- 2 変更・取消
- 3 再発行
- 4 ワクチン全般

16 ~ 64 歳のスケジュール (予定)



※1 基礎疾患のある人と、高齢者・障害者施設従事者。基礎疾患の範囲は、市ホームページでご確認ください

※2 身体障害者手帳(心臓・呼吸器・腎・肝機能障害)、精神障害者保健福祉手帳、療育手帳のいずれかを持つ人か、自立支援医療受給者証(精神通院)を所持し「重度かつ継続」に該当する人

ワクチンの接種は強制ではありません。ワクチンを接種するかどうかは、ご本人の判断に基づきます。差別的な扱いをすることのないようお願いいたします。

低所得の子育て世帯に対する「子育て世帯生活支援特別給付金」 (ひとり親世帯以外の子育て世帯分) こども相談課 ☎61-3896

国の新型コロナウイルス感染症の緊急経済対策として実施します。申請が不要の対象者には、お知らせを送付します。申請が必要な人は、市ホームページで詳細を確認の上、申請を。
給付額は児童1人当たり5万円です。

対象者 ①②の両方に当てはまる人(ひとり親世帯分の給付金を受け取った人を除く)

- ①令和3年3/31時点で、18歳未満の児童(障害児の場合、20歳未満)を養育する父母など。令和4年2月末までに生まれた新生児なども対象に含みます
- ②令和3年度住民税(均等割)が非課税の人、または令和3年1/1以降の収入が急変し、住民税非課税相当の収入となった人

副反応が生じたら

ワクチンが免疫をつける過程で、副反応(右)が生じる可能性があります。多くの場合は数日以内に治まります。また、2回目の方が高い頻度で生じたと報告されています。帰宅後、副反応が生じたり、症状が治まらない場合は、県コールセンターに相談を。

【これまでに認められた副反応】
注射部位の痛み・疲労・頭痛・筋肉や関節の痛み・寒気・下痢・発熱

県新型コロナワクチン副反応等相談コールセンター
☎045-285-0719 無休(24時間)
耳の不自由な人はFAX 045-900-0356

感染の不安がある場合、受診の前にまず、電話!

かかりつけ医がいない
かかりつけ医で受診できない

かかりつけ医がいる
かかりつけ医へまず、電話

県新型コロナウイルス感染症専用ダイヤル
☎0570-056774 (※IP電話などからは045-285-0536へ)

- 1 無休(24時間)
- ・感染の不安や、発熱・咳などの症状のある人
- ・診療可能な医療機関のご案内

神奈川県に「まん延防止等重点措置」が適用されています 総合防災課...内線2627 対策特設サイト

本市は「措置区域」ではなくなりましたが、引き続き**感染拡大防止にご協力**を!

市民の皆さんへ

- ▶引き続き、生活に必要な場合を除いて、外出自粛を
- ▶感染対策が徹底されていない飲食店や、時短要請以降の飲食店の利用は避ける
- ▶飲食は、昼夜を問わず短時間・少人数で、マスク飲食の徹底を
- ▶感染リスクが高まる「5つの場面」を避け、在宅勤務や時差出勤の検討を

事業者の皆さんへ

- ▶飲食店などの営業時間は5:00 ~ 21:00に短縮、カラオケ設備の終日提供停止
- ▶酒類提供は11:00 ~ 20:00で、「滞在時間90分以内」「1組4人以内」に。「M・A・S・K」を含む感染防止対策取組書の掲示も
- ▶感染防止対策の基本4項目の遵守(①手指消毒設備の徹底 ②マスク飲食の周知と違反者の入場禁止 ③換気 ④アクリル板などの設置・人との適切な距離の確保)

市の公共施設

以下の施設は、利用時間を21:00までに短縮しています。

- ▶鎌倉芸術館、各学習センター、鎌倉・玉縄青少年会館、福祉センター会議室、鎌倉武道館、鎌倉・大船体育館

1週間平均の新規感染者数が県で230人/日を超えた場合、「措置区域」の見直しと酒類の終日提供停止要請も