



インフォメーション

令和8年・老人福祉センターフェスティバル

名越やすらぎセンターフェスティバル	材木座 25-1188	10月10日(土)10:00～15:00	サークル発表会、作品展示、食品販売・健康測定等
なごやかフェスタ2026	腰越 31-0800	10月20日(火)～24日(土)10:00～15:00 10月24日(土)10:00～15:00	作品展示 サークル発表会、コンサート、バザー、ゲーム、食品販売等
教養センターフェスティバル(文化祭)	笛田 32-1221	10月17日(土)10:00～15:00	サークル発表会、作品販売、親子陶芸教室、コンサート、ブックバザー、食品販売等
今泉さわやかセンターフェスティバル	今泉 45-4611	10月31日(土)10:00～15:00	サークル発表会、食品販売、健康測定、手作りパン教室、ストレッチ体操教室等
玉縄すこやかセンターフェスティバル	玉縄 47-1338	10月19日(月)～24日(土)10:00～15:00 10月24日(土)10:00～15:00	作品展示 サークル発表会、落語、食品販売、小物販売、健康測定等

※内容は変更となる場合があります。

教養センター 秋期講座受講者募集

教養センターの講座は、市内に住所を有する60歳以上の皆さんが、楽しく学べる講座を開講しています。
今回は、一般教養講座・専門講座・健康づくり講座の受講者を募集します。

対 象 鎌倉市内の60歳以上の方で、全回出席できる方。

会 場 教養センター(笛田)

費 用 受講料は無料です。ただし、教材費・資料代は自己負担です。

申込方法 8月3日(月)から8月12日(水)までに教養センターにある申込書、または、
電話・ファックス・電子メールで教養センターまで申し込みください。
電話32-1221 Fax32-1203 電子メールkyouyou-kouza@kamakura-shakyo.jp
※各講座とも、募集定員を超えた場合は抽選します。応募者全員に結果を通知します。※車での来所はご遠慮ください。

【一般教養講座】 ●全8回セット、月曜日、午前の部・午後の部とも内容は同じです。どちらか選択。 ●午前の部・午後の部とも定員63名募集。
●午前の部10:00～11:30、午後の部13:30～15:00 ●資料代:500円 ●会場:教養センター

	日 程	講 座 名	講 師 名 敬称略	定 員
1	9月14日(月)	豊臣秀吉・秀長兄弟の真実	小和田泰経:静岡英和学院大学講師	各63名
2	9月28日(月)	植物の講座とクラフト～地域の自然環境と植物～	山本 薫:横須賀市自然・人文博物館学芸員	
3	10月 5日(月)	読むことと書くこと～芥川龍之介から考える～	澤西祐典:小説家・龍谷大学准教授	
4	10月26日(月)	高齢者の食生活～健康な体重を維持する食事のコツ～	今井 愛:相模女子大学短期大学部食物栄養学科専任講師	
5	11月 2日(月)	古代官衙と鎌倉郡家	青木 敬:國學院大學文学部教授	
6	11月16日(月)	旅の今昔～紀行文にみる鎌倉～	大澤 泉:鎌倉歴史文化交流館学芸員	
7	11月30日(月)	バレエの魅力～音楽と物語で楽しむ～	安達悦子:公益財団法人 東京シティ・バレエ団芸術監督/理事	
8	12月14日(月)	海辺の古都鎌倉	原田 寛:写真家	

【専門講座】 ●1～8の講座のいずれか1つ選択。募集人数は講座によって異なります。 ●会場:教養センター 6は市内散策あり(交通費と拝観料などは各自)
●資料代:500円 1、2は材料費 1,000円 ●7の「60からの人生を考える」は土曜日開催とし、平日に講座に参加出来ない方にも参加できるようにしました。

	日 程	講 座 名	講 師 名 敬称略	定 員
1	9月 1日～12月15日 火曜日 全 8回 13:30～15:00	絵手紙	田中 克英(絵手紙サークル 講師)	10名
2	9月 2日～12月16日 水曜日 全 8回 10:00～11:30	写真の基本から	小方 悟(フリーカメラマン)	10名
3	9月 9日～12月23日 水曜日 全 8回 13:30～15:00	近代短歌の楽しみ(2)～作り手たちの歌と人生～	津金 規雄(鎌倉歌壇副会長 鎌倉ペンクラブ会員)	50名
4	9月11日～12月25日 金曜日 全 8回 10:00～11:30	鎌倉の町と寺社・武士	盛本 昌広(日本中世史研究者)	50名
5	9月18日～12月25日 金曜日 全 8回 13:30～15:00	近世文学の中の鎌倉～名所記・芝居・小説～	堤 邦彦(京都精華大学名誉教授)	50名
6	9月24日～12月17日 木曜日 全 8回 10:00～11:30	新・鎌倉よもやま～日本遺産のまち鎌倉の歴史を学ぶ～	NPO法人 鎌倉ガイド協会 会員	45名
7	9月26日～12月12日 土曜日 全 7回 10:00～11:30	60から人生を考える～同世代で学び話し合う～	NPO法人鎌倉シチズンネット会員 NPO法人ファイナンシャルプランナーズ	30名
8	10月7日～12月 9日 水曜日 全10回 10:00～11:30	あの名作を徹底解説④～時代を超えた美を鑑賞する～	伊藤 淳(鎌倉女子大学・山野美容芸術短期大学非常勤講師)	50名

【健康づくり講座】 ●希望の講座いずれか1つ選択。 ●会場:教養センター ●費用:無料

	日 程	講 座 名	講 師 名 敬称略	定 員
1	9月1日～12月15日 火曜日 全8回 13:30～15:00	無理なく気軽に3B体操～楽しみながら健康維持～	鶴川 好子(公益社団法人 日本3B体操協会 公認指導者)	16名
2	9月3日～12月17日 木曜日 全8回 13:30～15:00	ゆる菜膳と健康体操～毎日の食事を菜膳に!～	黒田 智美(漢方養生指導士・介護予防トレーナー)	16名
3	9月4日～11月13日 金曜日 全8回 13:30～15:00	フレイル予防が大切～健康寿命を延ばす～	石川 佐知子(神奈川県県末病サポーター)	16名

※夏の一般教養講座は暑さ対策のため今年からありません。

多世代交流事業 ～子供から大人まで～だれでも参加・たのしく交流

名越やすらぎセンター 材木座2-15-3 ☎25-1188	手作り豆腐体験教室～国産大豆を使った豆腐づくり～ 7月4日(土)10:00～12:00 定員:12名程度 材料費等:600円 持ち物:エプロン・三角巾・手拭きタオル・持ち帰り用タッパ	多世代健康マージャン初心者教室 7月11日(土)13:00～16:00頃 定員:40名程度 材料費等:1,000円(一般)500円(高校生以下) 持ち物:なし
腰越なごやかセンター 津西1-7-7 ☎31-0800	初めての絵手紙教室 7月12日(日)10:00～11:30 定員:10名程度 材料費等:300円 持ち物:雑巾・タオル・飲み物・上履き	ころんと癒しの苔玉づくり 7月25日(土)10:00～11:30 定員:15名 材料費等:1,500円 持ち物:汚れても良い服装又はエプロン・ハサミ・上履き
教養センター 笛田2-17-1 ☎32-1221	書道で世界に一つだけの団扇作り 7月12日(日)10:00～11:30 定員:12名程度 材料費等:500円 持ち物:新聞紙・手拭きタオル・飲み物・汚れてもよい服装	多世代健康マージャン初心者教室 7月25日(土)10:00～11:30 定員:20名程度 材料費等:1,000円(一般)500円(高校生以下) 持ち物:なし
今泉さわやかセンター 今泉3-21-23 ☎45-4611	ポチャ体験教室～みんなが笑顔で夢中になれる～ 7月25日(土)13:30～15:30 定員:30名程度 材料費等:0円 持ち物:汗拭きタオル・飲み物・上履き	多世代健康マージャン初心者教室 7月18日(土)13:00～16:00 定員:20名程度 材料費等:1,000円(一般)500円(高校生以下) 持ち物:なし
玉縄すこやかセンター 玉縄5-9-1 ☎47-1338	ポチャ体験教室～みんなが笑顔で夢中になれる～ 7月11日(土)10:00～11:30 定員:12名程度 材料費等:0円 持ち物:タオル・飲み物・動きやすい服装	多世代健康マージャン初心者教室 7月4日(土)13:00～16:00 定員:40名程度 材料費等:1,000円(一般)500円(高校生以下) 持ち物:なし

※対象:鎌倉市在住の方 ※多世代健康マージャン初心者教室 小学生以上対象
※7月1日(水)9:00～各センター申し込み受付(先着順) ※車での来所は不可

健康相談のご案内

毎日の健康について気になることはありませんか?老人福祉センターでは定期的に社協保健師による健康相談を行っています。血圧・食事・体調に限らず悩みや不安等どんな小さなことでもお気軽にご相談ください。

皆さまが元気で安心して過ごせるよう、お手伝いいたします。



名越やすらぎセンター	電話25-1188
腰越なごやかセンター	電話31-0800
教養センター	電話32-1221
今泉さわやかセンター	電話45-4611
玉縄すこやかセンター	電話47-1338

10時～15時 お気軽にお越しください。

ベネッセの 有料老人ホーム

個別入居相談受付中!

資料請求も受付中!

ご来訪の皆様にはマスク着用、体温測定、手洗い、アルコール消毒等のご協力をお願いしております。

介護付有料老人ホーム
(一般型特定施設入居者生活介護)
グランダ 深沢・鎌倉
鎌倉市寺分3-15-23

住宅型有料老人ホーム
グランダ 鎌倉山
鎌倉市鎌倉山4-4-12

☎0120-17-1165

受付時間
9:00～18:00
(土・日・祝日含む毎日)

ベネッセスタイルケア お客様窓口 いーな いーろーご

●お電話で、申込番号【G4080899】とおっしゃってください。

※写真は「ベネッセスタイルケア」施設の一部、およびイメージです。また家具などは参考事例となります。●記載の情報は2024年9月現在のものです。

株式会社 イノン

www.inon.co.jp

私たちは鎌倉市社協を応援しています!