

2025年度 第9回役員会便り



自治会 HP

日 時：2026年1月11日（日）10:00～11:00

場 所：玉縄台自治会館 1階

出席：理事役員 22名、委任状 2名、欠席 0名(その他 顧問 2名、監事 2名、民生委員 2名出席)

△会長・顧問報告と年間活動予定の確認

- ・1/6(火) 鎌倉市出初式(山崎浄化センター)に出席しました。
- ・1/8(木) 自町連理事会に出席しました。一般コミュニティ助成事業の募集に関し、今年度は岡本玉縄地区に応募資格があるとのことで、応募内容を検討中です。
- ・1/24(土) 新春のつどい 自町連・地区社協合同(鎌倉清和)、3/28(土)わくわく体験広場(植木小)
- ・年間活動予定：1/17(土) ブロック長会議、2/15(日) 健康ウォーク(スポーツ振興会主催)

△クリスマス会報告

12/24(水)に開催され、40名の子ども達が参加しました。当日は中学生 2名と 7名のサポーターの方にご協力いただき、スノードーム作り等の工作イベント、bingo大会などを楽しみました。来年度の課題として、当日お手伝いの方の増員、イベントの方法・手順の工夫があげられました。収支は予算内でおさまりました。

△社会募金報告

歳末たすけあい募金、赤い羽根共同募金、日本赤十字社、大分市佐賀関地域大規模火災義援金へほぼ均等に寄付しました。

△総会議案書について

第 58 期定時総会（5/10）の議案書のため、各部に活動報告の作成を依頼しました。

△来年度正副会長公募

- ・公募受付の締め切りは 1/30(金)です。多くの方のご応募お待ちしています。
- ・副会長の人数も足りません、経験者、興味のある方など皆様のご協力宜しくお願いします。

△各部からの報告

- ・防災部：1/8(木) 鎌倉市出初式に出席しました。
- ・福祉健康部：赤ちゃんイベントを月 1 回開催していく予定です。次回は 1/14(水)です。
- ・経理部：12 月の収支報告がありました。各部へ来年度予算案の提出を依頼しました。

△その他

- ・防犯灯コールセンターの電話番号が 2026 年 1 月から変更になりました。
電柱の防犯灯ランプ交換の際は、新番号：0120-379-745 までご連絡お願いします。
- ・自治会館倉庫前の粗大ゴミを処分します。1/14(水)回収予定です。
- ・鎌倉市環境センターから、不法投棄等ゴミ出しについての注意喚起ポスターが配布されました。
環境部で保管していますので、必要な方はご連絡ください。
- ・旧平戸ハイツ跡地開発の進行状況：造成は終了しましたが、新クリーンステーションの設置使用は 3 月以降になる予定です。周辺の関係する世帯へは 3 月以降の利用案を年末に配布済みです。
- ・防犯灯新設希望の募集に応募がありませんでしたので、今年度は申請しません。
- ・緑の会からのお願い：1/10(土)に緑のレンジャーとの城山公園協働清掃が行われましたが、緑の会会員以外の自治会員の参加は少数でした。地域美化のため次回からは多くの参加をお願いします。
- ・正副会長や役員は毎年改選でノウハウの蓄積が難しいなどの問題があり、理事として継続したり経験者として自治会に参加してもらう、マニュアル化も必要などの提案があり今後の課題です。
- ・土曜日のアルミ缶回収時、缶が強風でビニールから飛び出し散乱していることがあるので、クリーンステーションのネットやボックスの中に入れたほうが良いのではとの意見がありました。

次回役員会は 2 月 1 日（日）10:00 から玉縄台自治会館で開催します。

会員世帯数 633 世帯（2026 年 1 月 11 日現在）

以上

戸別収集排出場所の確認のための訪問が1月19日(月)～2月6日(金)に行われますが、留守や排出場所の設定が容易な場合(玄関先や駐車場)は面談せずチラシ入れ(連絡先明記)のみとなります。

回覧

鎌倉市からのごみ減量推進案内の回覧 2026年1月 自治会長

市が作成した「ごみ施策やごみの分別について」の動画を自治会員が視聴することで、当自治会の鎌倉市3R奨励金交付制度における実績となります。

それぞれのご家庭で、下記のQRコードを読み取るか、又は市HP

(<https://www.city.kamakura.kanagawa.jp/gomi/3rsuishinjigyou.html>)に掲載された動画を、視聴して頂くようお願いいたします。なお、この内容について、質問等ある場合は、鎌倉市ごみ減量対策課 吉田・花田まで連絡してください。

電話：0467-61-3396 (直通)

Email：gomi@city.kamakura.kanagawa.jp

1. 鎌倉市のYouTubeや参考資料紹介

ごみ施策やごみの分別について	動画 YouTube	https://youtu.be/R8VcMyTmfEA	
	参考資料	https://www.city.kamakura.kanagawa.jp/gomi/documents/moyasugominosyorinitsuite.pdf	
燃やすごみ 戸別収集 実施説明	動画 YouTube	https://www.youtube.com/watch?v=qM2avAyAvc0 (9月27日(土)後期組長会議での説明とほぼ同じ内容)	
	参考資料	https://www.city.kamakura.kanagawa.jp/gomi/05kobetsusyuuusyuu.html	

2. 集合住宅での燃やすごみの戸別収集について

A. 既に番号登録されたクリーンステーションが敷地内にあるケース(リピナス、シャンヒルズ、ラフィネ玉縄、クリドタマナワなど)はこれまでと同様にすべてのごみ出しで利用できます。

B. 敷地外のクリーンステーションを戸建てと共用してきたケース(ハイツ小川、稻垣ハイツ、コートサニーヒルなど)では管理会社またはオーナーがアパートの敷地内に燃やすごみ専用箱を設置する必要があります。

3. 4月以降の「製品プラスチック」収集曜日変更について(広報かまくら11月号)玉縄地区の場合、製品プラスチックは第1金曜日でなく、第1木曜日に変更となります。新ごみカレンダーは2月～3月ごろ全戸配布されます。

理由：燃やすごみの収集効率向上及び収集経費の抑制を図るため
燃やすごみ収集曜日と他品目収集曜日の重複を回避するため

令和7年12月20日

各位

関谷小学校地区
スポーツ振興会

令和8年 健康ウォーク（ご案内）

2026年

- ・開催日：令和8年（2026年）2月15（日）
- ・集合時間：受付：午前8:45～、出発：9:00、12:00頃解散
- ・集合場所：関谷小学校 玄関前
- ・コース時間：歩く距離は約6キロで、散策、休憩含めて約3時間の工程です。
- ・参加申し込み：事前申し込みは不要です。（当日受付けます。）
- ・持ち物：飲み物、途中雨天時の雨具も持参下さい。
- ・雨天中止（予備日なし）

天候が微妙な時は、各自治・町内会長へ連絡します。又、中止の場合でも常任理事が、集合時間前後に、関谷小学校に待機しています。

「四季折々の花木、草花を楽しめる 保野別邸庭園を訪ねて」

コース：関谷小学校 → 鉄砲宿 → 保野別邸庭園（散策、休憩）→
関谷小学校（解散）



「保野別邸庭園」は、河岸階丘を利用した、高低差のある地形が特徴で、外苑と内苑に分かれています。芝生広場もあり、四季折々の花木や草花を楽しむことができます。

以上

神奈川県
大船警察署
0467(46)0110

たまなわ



神奈川県警察
採用案内



祝賀新年

明けましておめでとうございます。

昨年は、玉縄交番に、ご協力して頂きありがとうございました。

昨年の玉縄交番管内では、警察官を騙る電話で、高額な詐欺被害に遭う事件が発生しました。また、被害に遭わなかった方でも、詐欺の電話を受けたりしています。皆さんに詐欺被害に遭わない為にも、留守番電話機能を活用したり、防犯機能付き電話の導入することをおすすめします。

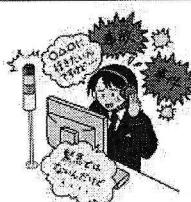
今年もご協力をお願いします。玉縄交番勤務員一同



今年もご協力をお願いします。玉縄交番勤務員一同



110番は緊急電話です。



110番は、事件・事故等を警察へ通報する緊急通報手段です。

急を要さない相談や各種電話番号の照会等は、警察総合相談電話や最寄りの警察署へ、お問い合わせください。

警察総合相談電話

電話番号
045-664-9110
短縮ダイヤル #9110



110番通報6つのポイント



- ①何がありましたか？(事件名)
- ②いつですか(発生時間)
- ③どこですか？(発生場所)
- ④犯人の使った車、人相は？(逃走手段等)



- ⑤今どうなってますか？(状況)
- ⑥あなたのお名前を教えてください。

住所や目標物の確認を忘れずに！

SNS型投資詐欺に要注意！



インターネット上の広告やSNS等で投資を勧めて、お金を振り込ませ、利益が出ているように見せかけて、架空の投資を継続させるなどしながら、投資金や手数料名目でお金をだまし取るSNS型投資詐欺が増えています。

★★★★★だまされないため★★★★★



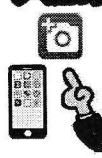
- 投資内容は、よく確認し、分からぬ場合は取引しないこと
- 絶対儲かる投資話をされたら、信用しないこと
- 「いますぐ」「先着〇名」の文言に注意すること
- 金融庁に登録している業者か確認すること



ホームページ

X(旧ツイッター)

大船警察署ホームページ・X(旧ツイッター)はどちらから



スマートフォンの「カメラ機能」を立ち上げて、こちらの二次元コードを読み取ると御覧になれます。

緊急な事件事故は110番、それ以外は大船警察署まで！

地域安全だより

2026年
新年号

私たち は ダ マ さ れ ま せ ん ！

かばんを

借金を今日中に
返さないといけないパソコンのウイルス除去のためコ
ンビニで電子マネーを
買って上司がお金を
取りに行く仕事で失敗してお金が必要
口座が不正利用
されている

女性を妊娠させてしまった

あなた名義のカードで
買い物している人がいる

特殊詐欺撲滅対策推進中

大船警察署長
佐々木卓栄

あけましておめでとうござ
います。日頃から大船警察署
における安全安心まちづくり
のために、ご協力とご理解を
いただき御礼申し上げます。

昨年は、警察官を騙る特殊
詐欺、SNSを通じての投資
詐欺、無施錠の自転車の盗難
被害が増加しました。

本年は、犯罪の被害に遭わ
ず、安全で安心に暮らせる
地域社会の実現に向けて、
犯罪の抑止・犯人の検挙への
取り組みを一層強化して参り
ます。宜しくお願いします。

大船防犯連合協会長
田子祐司

謹んで新春の祝詞を申
し上げます。

昨年は当船防犯連合
協会へのご協力をいただき
ありがとうございます。

皆様の安全・安心に少
しでもお応えできました
事を大変光栄に存じます。

本年もさらなる「安全・
安心」に向け、取り組ん
でまいります。

ご支援ご協力を、心よ
りお願い申し上げます。

大船防犯連合協会ニュース

令和7年7月～12月の地域安全活動

安全・安心まちづくり旬間（10/11～20）

大船防犯連合協会では、大船仲通町内会、山崎町内会、台町内会、大船町内会、防犯指導員会、鎌倉市役所等と連携して「特殊詐欺抑止」「乗り物盗難防止」「防犯講話」「防犯パトロール」を実施して地域の安全に努めました。



金融機関と連携して特殊詐欺被害防止ATMマットを作成

特殊詐欺抑止対策として金融機関ATMマットを作成しました。

不審な電話や操作に注意しましょう。ATMで通話している人に声をかけるなど周囲も注意を払いましょう。

俳優 鶴田真由さん1日大船警察署長

年末年始特別警戒に参加

12月15日に鎌倉市国際観光親善大使の俳優「鶴田真由さん」が1日大船警察署長の委嘱を受けて、年末年始特別警戒活動に参加されました。大船駅、大船仲通商店街等で地域のボランティアの皆さんと一緒に注意を呼びかけました。ご協力ありがとうございました。



自治町内会の防犯活動ご紹介

玉縄台自治会

玉縄台自治会会長 橘川五郎



玉縄台自治会は約650世帯の自治会です。

自治会の立場として【防犯・防災どちらも大切】【他の活動や行事と協力し合う】【きれいな環境を維持する】を掲げていて、これらが防犯や防災に役立つと考えています。

自治会内の情報発信ツールとして、従来の回覧板や掲示板に加え、自治会ホームページ、メール、LINE等を活用して情報交換をしています。

～自主防犯活動の取組例について～

- 防犯部は一人暮らし世帯、空き家を重点にメガホンで注意を呼びかける
- 小学校と連携を取り見通しの悪い坂道、交差点等の危険個所を中心に休校日以外毎日、登下校時間帯の見守り活動を実施
- 犯罪の抑止効果を上げる目的で、人通りの多い場所、少ない場所、見通しの悪い場所を自治会で選定し、防犯のぼり旗の設置と管理に取組む

防犯・防災パトロールや登下校の見守りは次世代への引継ぎが課題です。自治会では防犯カメラを数台設置していますが、個人宅の設置状況も把握しており今後の防犯活動に役立てていきたいと考えています。防犯カメラの普及は自治会内にとどめず広域で運用していくことが安全安心に繋がると考えております。

大船仲通町内会

大船仲通町内会会長 権頭泰雄

我が町内会の防犯活動は50年以上前から実施しています。2か月に1度役員会を開催し、情報交換等を行います。【商店が中心の町内会】のため、

【住宅街の町内会】とは活動自体が異なります。防犯活動への会員の参加協力は非常に難しいのが現状ですが、防犯カメラを設置し、当町内会だけでなく大船地区の安全安心と犯罪発生抑止に努めています。今後も仲通商店会と共に防犯活動を続けます。

1 大船警察署及び大船防犯連合協会の防犯活動への参加協力

- ① 年金支給日に実施される防犯キャンペーンなどへの参加
- ② 年末年始防犯キャンペーンへの参加
- ③ 町内会・商店会の催し開催時に「防犯のぼり旗」を掲示

2 会員への防犯関連文書等の回覧と情報共有

- ① 大船警察署からの「えきまえ交番だより」、防犯関連文書等
- ② 大船防犯連合協会からの防犯関連文書等
- ③ 鎌倉市からの防犯関連文書等





大船警察署からのお知らせ



警察では、窃盗や詐欺などの刑法犯を認知した際の数値を、刑法犯認知件数として県警のホームページなどで公表し、定期的に更新をしています。この数値は、自分の住んでいる地域でどのくらいの犯罪が発生しているのかを知る情報となります。

大船警察署管内では、自転車盗や特殊詐欺（オレオレ詐欺、還付金詐欺など）が昨年に比べて増加しています。

自転車盗に関しては、11月末現在で64件を認知しており、そのうちの33件が無施錠の状態で盗まれています。警察では、自転車から離れる際には少しの時間でも施錠をすること、さらに2ロック（鍵を2つ設置する）を推奨しています。

特殊詐欺に関しては、警察官を騙る手口が急増しています。

本物の警察官はSNSを通じて会話をすることはありませんし、SNSを通じて警察手帳や逮捕状を示すことはありません。電話、SNSを通じて警察官を騙る者からお金の話や「あなたに逮捕状が出てる」などと言われた場合、それは詐欺です。

また今後も役所等を騙る者から「還付金があります」との連絡が入ることが予想されます。「還付金があります」の言葉も要注意です。必ず役所に確認しましょう。

特殊詐欺の犯人が捕まってもお金は戻りません。安全で安心して暮らせるまちづくりは、警察だけでは実現できません。これからも大船警察署の活動にご協力をお願いします。



賛助会員のみなさま（敬称略）

三菱電機株式会社鎌倉製作所

三菱電機株式会社情報技術総合研究所

湘南モノレール株式会社

社会医療法人財団互恵会大船中央病院

明治安田生命保険相互会社大船支社

西村電機株式会社

増田電気株式会社

東邦精機株式会社

長谷川金物株式会社

大船中央交通株式会社

株式会社豊島屋

大船商栄会

湘南一番街商店会

大船仲通商店会

有限会社オスコ七宝

有限会社田子湖泉堂

株式会社正木商事

有限会社ニュートラル

有限会社兵藤商事

大船自治町内会連合会

玉縄自治町内会連合会

大船金融機関防犯協会

神奈川県飲食業生活衛生同業組合

大船交通防犯協会

大船遊技場組合

大船防犯指導員会

大船少年補導員連絡会



大船防犯連合協会では地域の皆様と安全・安心なまちづくりにつとめて参ります。
2026年もどうぞ宜しくお願い致します。ご要望等は下記へお寄せください。

〒247-0056 鎌倉市大船1709-2 TEL 0467-44-3693

Mail : oofuna.bouren@gmail.com

地区社協だより

〈発行〉
玉縄地区社会福祉協議会
[事務局 玉縄支所内]
鎌倉市岡本2-16-3
電話 44-2217

2026年（令和8年）1月1日発行

No.95



表彰を受けた方々



○社会福祉功労者
一般表彰 上山 峰夫（マイタウン玉縄編集長）
特別表彰 平井 潤子（民生委員児童委員）



私は今期の会長を務めさせていただきます大崎美紀雄と申します。私が民生委員になった経緯は、当時の民生委員の会長さんからお話をあり、どのようなことが出来るか分からずにお受けして、定期的に担当の方のお宅を訪問して、少しずつ緩いつながりが持てるようになり、地域の福祉関係の方、団体の方とご一緒に活動をするようになり、玉縄地域のことが少しづつ分かるようになり、今日に至っています。

現在、第九地区民生委員児童委員二十七名と一緒に地域に寄り添い、援助を必要としている方が安心して暮らせる地域福祉づくりに取り組んでいます。近年では、少子高齢化が進みライフスタイルの変化などにより、生活上の問題は複雑・多様化して地域における福祉問題も複雑化してきています。そのために、地域の関連機関・団体などと、連携してニーズの気付き・つなぎ・見守り・支え合い体制づくりに微力ではありますが一緒に努めていく所存です。

玉縄地区の民生委員児童委員は一人で約四百世帯の見守りを行っていますが、支援が必要な世帯の発見や見守りを行うには、地域の皆様方のご協力がなくては大変難しく皆様からの情報が欠かせません。何か気になる出来事がありましたら近くの民生委員児童委員にご相談、ご連絡を頂けたらと思います。

玉縄地域の皆様と一緒に住みやすい地域にしていけたらと思っております。

民生委員児童委員は昨年（令和7年）12月1日に全国一斉に改選が行われ、新しい鎌倉市第九地区民生委員児童委員協議会の委員とともに、福祉活動を開始致しました。

鎌倉市第九地区民生委員児童委員協議会 会長

大崎 美紀雄

民生委員児童委員協議会の
新任会長として

昨年12月に民生委員、児童委員、主任児童委員の一斉改選が行われ、別表の委員に委嘱されました。任期は2025年12月1日から28年11月30日となります。

「住民の身近な相談相手」「専門機関へのつなぎ役」として住民の立場に立つて相談に応じ、必要な支援を行っていきます。

また、ひとり親家庭や高齢者、障がいのある人などをさりげなく見守り、日頃の活動で気づいた地域の問題を行政や専門機関に伝え、安心して住み続けられる「まちづくり」に協力して行きます。



民生委員キャラクター
みんぴょん

こんにちは、

民生委員・児童委員、主任児童委員

です。

番号	担当区域・担当事項	氏名	住所	電話	備考
1	戸部本町／新富町／台新町	重田くみ子	台1-15-41	45-7645	
2	坂本町	市川 要	岡本1-5-8	080-3172-0868	新任
3	観音山／パラシオン・コスモ鎌倉	杉浦 令子	岡本1-13-14	45-5772	
4	山王町／D I Kマンション	壱(しま)直子	岡本2-13-11	33-6042	
5	岡本・東	河瀬 亜希	玉縄1-3-12	67-8140	
6	岡本・西	高田 景子	玉縄3-578	44-7053	新任
7	岡本・南／玉川町	小永井 悟	玉縄3-716	090-1129-1401	
8	岡本・北	花村 博子	玉縄2-8-21	43-3031	
9	鎌倉グランマーカス	朽津 広達	岡本1500-1 鎌倉グランマーカス 425	090-8503-9200	新任
10	岡本住宅／レックスガーデン／四季の杜	石川 雅代	岡本1500-13 レックスガーデン鎌倉岡本611	47-0173	
11	鎌倉ロジュマンA・B・C・D棟	五十嵐裕子	岡本1241-4 鎌倉ロジュマンA-514	47-0750	
12	ラシェール鎌倉岡本ハイライズ／ガーデンホームズ	深見 正美	岡本1022-10 ラシェール鎌倉岡本ハイライズ 209	45-2528	
13	植木・東上／大船コーポビアネーズ／東急ドエルアルス	下地あかね	植木19-2 アルス鎌倉植木 B409	090-4961-8901	新任
14	植木・東下	平井 潤子	植木264-5	46-2045	
15	植木・西／鎌倉グリーンマンション	山本あや子	植木66-1 コープ鎌倉 505	090-1622-4567	新任
16	植木・南／オーベル鎌倉植木	白崎 玲子	植木198	44-9211	
17	植木・北	山本喜代雄	植木842-8 ヒルハイツ鎌倉 B101	44-6036	副会長
18	玉縄台	富田みどり	玉縄5-22-10	47-5979	
19	玉縄台／ガーデンハイツ	三澤由起恵	玉縄2-23-27	48-0441	
20	関谷城廻／上町地区	石井 良一	城廻662	95-9588	
21	鎌倉城廻	中嶋 薫	城廻440-1	080-5048-2288	新任
22	新植木／上町地区／星和城廻／城廻清水小路	大崎美紀雄	城廻687-1	45-8592	会長
23	関谷・東／新風台	山北 和之	関谷898-53	44-9817	
24	関谷・西／スカイハイツ／関谷向ヶ丘自治会	中山 智美	関谷1140-5	080-8732-1176	新任
25	早雲台／鎌倉ビレッジ	泉 志保子	城廻100-45	44-1858	
26	主任児童委員	麻生 孝子	岡本2-8-5	45-2927	
27	主任児童委員	遠藤 泰子	岡本1500-13-811	43-2146	

退任者

葛谷 栄一 中前 松雄 青木 幸江 松原美代子 吾妻千恵子
矢澤 昌之 大川 幸子 細谷 正一 石井 廣志

長い間ご苦労様でした

団らんの場を立ちあげて

「いこいの会かわせみ」代表 民生委員児童委員 重田 くみ子

昨年の5月、地域住民の発案で高齢者の為の団らんの場を立ちあげた。地域包括、民生委員の協力を得て、鎌倉市、NPO法人、社会福祉協議会等に相談。運営資金も確保する。

記念すべき第1回目「地域包括とは?」から始まる。17名参加。早速支援に繋げられ好調な滑り出しどなった。以降、宅配食の無料試食会、警察からの防犯対策、折り紙で作る壁飾り、フリワーセンター園長講演、五感を刺激するハーブの効能、ポブリ作成等手探りの状態で動き出した。今後「元消防士による119番のかけ方」「湘南鎌倉病院医師による救急時の対策」等のイベントを計画している。

発足に際し助成金の申請方法、講演の受託等、沢山の方から助言、協力を賜った。心から感謝すると共に、今後の長期存続に向け地域住民の見守りに貢献する為に努力奮闘し孤立化防止に役立てていきたい。



「近所の団らん」について紹介します

鎌倉市社会福祉協議会には、「近所の団らん助成事業」という助成金制度があります。個人のお宅や店舗などの空きスペースで、ご近所同士が気軽に集まり、交流を深めるきっかけづくりを行っていて、他からの助成を受けていない団体の活動に助成するものです。今年度から制度が新しくなり、助成期間と助成金額が下記の通り変わりました。



活動回数	初年度	次年度
月1回	2,000円／月	1,000円／月
月2回以上	4,000円／月	2,000円／月

月に1回以上、2時間程度の活動で少人数が集まる場をもてるよう、思い切ってご近所の方にお声がけして楽しい時間を過ごしてみませんか。上記の他にいくつかの条件がありますので、詳細は玉縄地区担当の生活支援コーディネーター鈴木までお問い合わせください。昨年10月から玉縄地域では「いこいの会かわせみ」という団体が本事業を利用し始めました。



問い合わせ：生活支援コーディネーター担当 鈴木
電話：0467-23-1075



令和8年4月1日から！

自転車の違反にも青切符が導入！

自転車の交通違反にも、自動車と同様に「交通反則通告制度（いわゆる青切符）」が導入されます。車両の運転者としての自覚と責任をもって、今まで以上にルールをしっかりと守りましょう。



新しい自転車のルールなどについて、神奈川県版「自転車ルールブック」をご覧ください！



募集

高齢者のための

心と身体が元気になる体操教室



【対象者】玉縄地域在住の65歳以上の方
※原則として毎回参加出来る方

【定員】20名

【参加費】1回500円

【場所】玉縄学習センター 第4集会室

【日時】令和8年4月～9月

第2・4火曜日/13:15～14:45

【服装】動きやすい服装、運動靴

【持ち物】タオル、飲み物

【講師】黒田 智美 氏

【主催】玉縄地区社会福祉協議会

ストレッチ、筋トレ、
脳トレ、口腔ケアを
組み合わせたプログラムです。

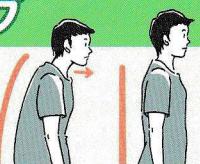
申し込み受付

3月2日（月）～16日（月）

- 申し込み・問い合わせ
玉縄支所内 ボランティアセンター
- 時 間 10:00～12:00
- TEL 46-4177

※コロナなどの感染状況により中止になる
場合があります

背骨コンディショニング



【対象者】玉縄地域在住の65歳以上の方
※原則として毎回参加出来る方

【定員】20名

【参加費】1回500円

【場所】玉縄学習センター 第4集会室

【日時】令和8年4月～9月

第1・3木曜日/13:15～14:45

【服装】動きやすい服装、運動靴

【持ち物】タオル、飲み物

【講師】米村 和枝 氏

【主催】玉縄地区社会福祉協議会

申し込み受付
3月2日（月）～16日（月）

- 申し込み・問い合わせ
玉縄支所内 ボランティアセンター
- 時 間 10:00～12:00

● TEL 46-4177

※コロナなどの感染状況により中止になる
場合があります

編集後記

（編集委員）
（編集長）
食料は大事です。
しよう。
のフードロスはなくしま
ません。「おせち料理」
神奈川県の食料自給
率は2%で東京は0%
全国の38%に遙く及び
ます。

山水 小久能 小川圓泉 深見
北巻 林ササ谷 深見
和保 茂ヨ子 久枝 正美
之子 誠子

新年を迎、午（うま）のように俊敏にハードルを乗り越え、玉縄地区の強みを活かした、ささえあいの地域づくりが広がっていけるように、微力ながらお手伝いさせていただきたいと思います。

これからも「玉縄地区のささえあい」がつづいていくよう、皆さまのご協力をいただきながら職員一同、努めてまいりたいと思います。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。





歩け鎌倉 2026

2026年2月22日(日) 開催

受付 8:30 ~ 9:00

- 対象：市内在住・在勤・在学者
(小学3年生以下は保護者同伴)
- 参加費：無料 (完歩賞あります)
- 参加方法：当日、鎌倉市役所玄関前にて受付
(先着200名様)
9:00 開会式
9:20 出発
12:30 最終班到着予定

コース(予定)：約10Km

鎌倉市役所(スタート)～由比ガ浜
～源氏山公園(休憩・トイレ)～鎌倉中央公園(休憩・トイレ)
～鎌倉武道館(ゴール)現地解散

[自治会トップへ戻る](#)

[回覧トップへ戻る](#)

■ ご参加の皆様にお願い：

- ・飲み物は各自ご持参ください
- ・歩きやすい靴・服装でご参加ください
- ・リュック等を使うなどし、手には荷物を持たないでください
- ・ベビーカー、動物同行での参加はご遠慮ください
- ・雨天中止とします

なお、開催の有無は、鎌倉市の公式X(旧Twitter)アカウント
「【鎌倉市】インフォメーション」@kamakura_kohoをご確認ください
(当日朝7時に更新予定)

- ・体調のすぐれない方は参加をご遠慮くださいますようお願いいたします

* 事故・お怪我については、応急処置は致しますが、その後の責任は負いかねますので、
あらかじめご了承ください

* スタッフが記録の撮影を行います。鎌倉市広報(HPやチラシなど)に使用させていただく場合が
ありますので、ご了承ください

主催：鎌倉市・鎌倉市スポーツ推進委員連絡協議会

お問い合わせ：鎌倉市健康福祉部スポーツ課 鎌倉市山崎616-6(鎌倉武道館内) TEL43-3419



鎌倉市公式X(旧Twitter)
アカウント
【鎌倉市】インフォメーション