

### 日本赤十字社活動資金の募集」にご協力いただき有難うございました。

5月に行われた、日本赤十字社活動資金(赤十字募金)にご協力いただき有難うございました。

集まりました結果は、総額 **141,850円** でした。  
また募金して頂いた総世帯数は439世帯でした。



集まりました募金は、会長が日赤鎌倉支部(市役所市民福祉課)に届けました。  
皆様のご協力有難うございました。

### 文化スポーツ部からのお知らせ!!

☆6月のティールームの予定。 6月29日(金) 12:30 ~

テーマは『**太極拳**』です。

名前は聞いて知っていても、やった事は無いし、  
なんか難しそうだし、でも、ちょっと興味もあるし・・・そんな方は是非、今月のティールームにお出で下さい。体験型ティールームです。

もちろん初心者で構いません。体験して見ると  
案外いけるかもしれませんよ!

カッコいい決めポーズとそれをつなぐゆっくりとした  
動きを習ううちに、いつの間にか体幹が鍛えられバ  
ランスの良い身体になります。足腰を鍛錬していっ  
までも若い身体を保って下さい。

今回は、講師の都合で、金曜日です。12:30 から、  
まずお茶をして、1時から上野久美子コーチについ

て体験してもらいます。途中で休憩を取り、またお茶をするので、お喋りの時間も有ります。

こんな機会は滅多にありません! お見逃しなく! 皆さんおそろいでお出で下さい。

会場: 鎌倉ハイランド自治会館

いきいき自然に体幹バランス!

自治会主催◎体験教室

# 太極拳

美しい身体と心を手に入れる

6月29日(金)  
開場 12時30分~  
体験 午後1時~  
午後2時30分

「シャンなど動きやすい服装で、  
上履さが靴下、はだしも可。」

キッコリ決めポーズと  
それをつなぐゆっくりとした動きを習  
ううちに、いつの間にか体幹が鍛え  
られる太極拳(たいきょくけん)。  
足指を鍛練していつまでも若い体を、  
という方。スポーツの基礎体力を鍛  
えたいゴルフプレーヤーにも。  
講師は財団法人太極拳協会の  
上野久美子コーチです(ぜひ!)  
この機会をぜひ、お見逃しなく!

ゆったりした、まあるい動き  
おとなも子ども  
男子も女子も!

パンダも出る???

主催: 鎌倉ハイランド自治会 お問い合わせ: 自治会館 24-9476 (A~B: 9:30~12:00)

- ★ 5月23日 のティールーム、「歴史教室」は「歌舞伎で演じられる鎌倉」と題して、会員の鴨田達也氏に講演してもらいました。参加者30名  
鎌倉が舞台となった歌舞伎『白波五人男』をはじめ、演目や名ゼリフを紹介しながら、鎌倉の社寺、史跡、鎌倉ゆかりの歴史上の人物など、資料を使って分かり易く語ってもらいました。

## 環境部 からのお知らせ！

### 統一クリーンデー について

6月のクリーンデーは、6月2日(土)に実施しました。

参加者は： 第一グループ(K、L、P地区の方) :10名  
： 第二グループ(I、J地区の方) : 7名(子供4名)  
： 第三グループ(M、N、東地区の方) :13名



合計30名の方に参加いただき、ごみ袋16袋分の落ち葉、1袋分の一般ごみを集めました。

皆さん！ お疲れさま！！

7月は7日(第1土曜日)に行います。幹事・組長をはじめ皆様の参加をお願いします。

☆ご自宅の前だけの参加も歓迎です。となり近所の方々との会話を楽しみながら一緒に過ごしましょう。

### 環境美化グループ

☆ 6月2日(土)に定期作業を実施しました。参加人数:12名

桜並木の桜の老木の手入れと見廻りを実施しました。

藤棚広場の丘の Teppen がはげてきましたので、芝生の種をまきました。棒が立ててありますのでご注意ください。

☆ こなら公園の清掃 参加人数:8名(子供2名)

こなら公園を定期的に清掃しています。ごみ袋7袋。

☆ また、2日に芝生広場の芝刈りを、芝刈り機3台を使い行いました。

☆ 美化作業に参加できる方を募集しています。

事前に作業内容や予定をメールでお知らせしますので、メールアドレスを自治会役員までお知らせ下さい。



### エコ社会実現活動 (3R 推進運動として)

#### 第4回もったいない「フリマ」報告

☆ 5月27日 リサイクル、リユースに重点を置いた、有志による第4回フリマ(フリーマーケット)が自治会館で行われました。

フリマは売るだけが目的ではなく、捨てるにはもったいない、誰かに使ってほしいと言う事と、初参加の方をはじめ多くの方との親睦を深め、楽しい時間を共有する事の、二つのコンセプトで開催されています。

参加人数、来場者数共に昨年並みにあり、初期の目的が達成され成功裏に終わりました。

出品者数:37名

出品数:652個+α(当日持込み)

店舗数:12

実行委員:10名(出品者、サポーター  
一込みで総員41名)

来場者数:77名:

販売数:222個(事前申告数の3  
4%が売れました)

売上高:84,210円

☆ 自治会へ寄付

売上金から諸費用を引いた残り、32,914円が自治会に自治会館再建資金として寄付されました。



販売風景

## 福祉厚生部からのお知らせ

### いきいき健康教室

5月中の開催3回、参加者は延べ38人でした。連休中でしたが参加者数は変わりありませんでした。



また、最近は新しい参加者も増えています。口コミでお友達を誘って下さい。

未だ参加した事の無い方も、どんな体操をしているのか、一緒に体験してみても如何ですか！

### ◇ 高齢社会を考える

#### 1、お助け隊 報告

5月中の作業依頼件数 : 4件 電気工事、雑草除去、汚れ除去、庭木の剪定など。

#### 2、高齢者見守り隊 の紹介

自治会活動の一環として、高齢者『見守り隊』を結成しました。

見守り活動を通して、高齢者の独り暮らし、高齢者のみの家庭、身障者の方など



の、異常の早期発見、早期対応を図り、住み慣れた鎌倉ハイランドで長く安心して暮らしていけるよう支援します。平成30年度から発足する事になりました。

活動内容は、外からのさりげない見守り、声かけによる見守り、周りの方からの情報収集、サークルや遊び仲間からの情報を見守り隊で集め、生活異常の早期発見に努めます。

民生委員や地域包括支援センターとも常時連絡を取り合い、情報の共有化を図ります。

塚口副会長(福祉厚生部長)を見守り隊長として、町内をいくつかのブロックに分け、それぞれに副隊長を置き、見守り活動をしていきます。

## 第1回合同連絡会議開催

社会福祉協議会および地域包括支援センター担当者3名、自治会ボランティア(見守り隊)6名で、活動要領及び合同連絡会の目的について話し合いを行いました。

ご近所さんで、最近“おやッ!”と感じるような事がありましたら、見守り隊長までご一報下さい。プライバシーを守り、なお、さりげなく見守り、民生委員や地域包括支援センターにつないでいきます。

## 防犯防災部からのお知らせ!



1. 「5月中のパトロール結果」は、次のとおりです。

- ①「夜間パトロール」(火、水、木、金の4日実施) 18回(中止5回) 99人参加  
5月は、実施回数は多かったのですが、雨天で中止する回数も多かったです。
- ②「青色パトロール」(土、日、月の3日実施) 7回実施
- ③「こどもの見守り」(自治会館下交差点、第二小の下校時間帯に合わせて実施中です)
- ④ 市から新たに防犯ベスト20着の貸与を受けました。夜間パトロールに参加される方は申し出て下さい。

2. 新しく組長になった方も極力、パトロールにご参加下さい。

お蔭様で、犯罪被害を抑え込んでいます。今後も継続して実施していきます。

<集合場所と集合時間(雨天は中止)>

- |                          |                   |
|--------------------------|-------------------|
| (火) = 鎌倉幼稚園横、と消防署浄明寺出張所前 | ・ 20:30、(2か所から出発) |
| (水) = 鎌倉消防署浄明寺出張所前       | ・ 20:00、          |
| (木) = 夕陽台公園前 (ポスト付近)     | ・ 20:30、          |
| (金) = 鎌倉幼稚園横             | ・ 20:00、          |



いきいき自然に体幹バランス!

自治会主催 ● 体験教室

# 太極拳

美しい身体と心を手に入れる

6月29日(金)

開場 12時30分～

体験 午後1時～

午後2時30分

Tシャツなど動きやすい服装で。  
上履きか靴下、はだしも可。



ゆったりした、まあるい動き

おとなも子どもも  
男子も女子も!



パンダもできる???

カッコいい決めポーズと  
それをつなぐゆっくりした動きを習  
ううちに、いつの間にか体幹が鍛え  
られる太極拳(たいきょくけん)。  
足腰を鍛錬していつまでも若い体を、  
という方。スポーツの基礎体力を鍛  
えたいゴルフプレーヤーにも。

講師は無限太極拳協会の

上野久美子コーチです!(^^)!

この機会をぜひ、お見逃しなく!

主催：鎌倉ハイランド自治会 お問い合わせ：自治会館 24-9476 (月～金：9:00～12:00)



# 鎌倉ハイランド遊歩クラブのお知らせ 大仏ハイキングコース

日 時

**6月22日(金) 雨天中止→映画鑑賞へ**

集合場所

**江ノ電・鎌倉駅ホーム9時50分**

お楽しみポイント

- ・大仏ハイキングコース完歩
- ・天空のレストラン「樹(いつき)ガーデン」で昼食
- ・源氏山公園 葛原岡神社 頼朝座像
- ・寿福寺・実朝・政子親子の墓
- ・アメ車庫 アメリカのアンティーク雑貨店

ル ー ト

鎌倉駅 10:00 発～極楽寺下車～稲村ヶ崎小～大仏トンネル上～  
大仏ハイキングコース～樹ガーデンで昼食(11時～12時)～  
源氏山公園～寿福寺～アメ車庫～川喜多映画記念館～  
鶴岡八幡宮バス停で解散

距離 約 4.5Km ハイキングコース内は自然道で  
アップダウンあります。杖推奨

費用 参加費 300円(昼食代は各自で精算)

持参するもの 杖 雨具 帽子 飲み物 保険証

お知らせ

- ・昼食はスペシャルカレーセット 1500円です。  
自家製クロワッサンとサラダの軽いメニューもありますが、  
どちらも不可の方はおにぎりなど弁当を持参して結構です。
- ・20日までに参加表明をお願いします。
- ・雨天中止の時は、辻堂の109シネマス湘南(テラスモール  
湘南内)で新作映画「万引き家族」を観賞します。  
鎌倉の四姉妹の日常を描いた「海街diary」の是枝監督作品  
で、5月カンヌ映画祭で最高賞(パルム・ドール)を獲得し  
ました。8日からロードショー公開。  
上映時刻は1週間前でないと決まらないので、  
詳細は追ってお知らせします。

問合せ先 J-33 黒川(24-3111)

