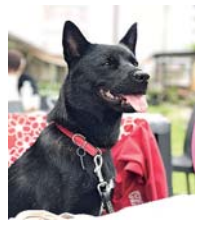
だんかづら



甲斐犬のくるみ。お散歩大好きな1歳の女の子。毎日お山に行って、リスを追いかけて崖をジャンプしたりするよ。人懐こい優しい性格でみんなに愛されてます！ 浄明寺 コインさん方

画廊・ギャラリー

●ギャラリー翠堂　1月25～29日　☎22-3769　Spring and Summer 2019無垢ニット展

始めましょう

●安心確かな結婚しませんか　ブライダルようこそ　☎0466・23・3588

●やさしいジャズピアノ　1回4千円。葉山町・大野　☎090・4619・0415

●英・仏会話初歩から芸術館徒歩3分。Pあり。元CA　☎0467・43・4788

お知らせ

●第71回実朝忌俳句大会（3月3日鶴岡八幡宮）投句募集　題は実朝忌・当季雑詠。選者は星野椪さんんら。横浜市保土ヶ谷区境木本町66―2―107正谷方に郵送。1月15日消印有効。2句1組千円。鎌倉同人会☎045・721・8570

●江ノ電&赤い羽根共同募金　1月12・19日12～13時、えのでんはうす（江の島駅近く）。沿線名所缶バッジ配布。県共同募金会鎌倉市支会☎23・1075

きく

▼鎌倉吹奏楽団Music Farm第29回定期演奏会　1月6日14時、鎌倉芸術館。「私のお気に入り」、楽曲メドレーなど。無料。上戸方☎22・3998

▼コンチェルト・カメリアローズ スペシャルコンサート―スペインの風薫る音楽会・みんなで作る音楽会　1月13日14時、逗子文化プラザ。スペインにまつわる作品及び一般公募作品の演奏。harp小野田清香vn神代恭子sop石井はるかmez徳永桃子pf徳永洋明。3千円。☎046・871・2679

▼白いうた青いうたフェスティバルinかまくら　1月13日14時、鎌倉芸術館。市内外合唱団などの歌と作曲家・新実徳英さんの話。千円、子ども5百円。鎌倉アートフォーラムS☎31・8663

▼鎌倉芸術館の催し　▽能面から見る世界―鎌倉と能　1月19日14時、鎌倉芸術館。仲内季彦さんらが製作工程、能面の歴史などを話す。千円。▽ゾリステンVol.43新春コンサート　1月27日15時、鎌倉芸術館。徳永二男さん、漆原啓子さんらのヘンデル「2つのチェロのためのソナタ」など。2千円～。☎012・1192・40

▼新春津軽三味線コンサートin玉縄　1月27日13時半、玉縄学習センター。津軽を中心とした東北地方の民謡の独奏と合奏。無料。17日までに往復ハガキで同センター☎44・2219

みる

▼「伊藤博文と金沢」　1月19日～3月10日神奈川県立金沢文庫。伊藤博文を軸に明治の元勲たちと金沢の関わりや当時の金沢の様子を博文寄贈の明治憲法関連資料などで紹介。4百円。

A講演会「伊藤博文ゆかりの地・萩と横浜・金沢」27日13時半。無料。B講座「伊藤博文と金沢」2月9日13時半。無料。Aは13日Bは27日までに往復ハガキで申込。☎045・701・9069

名勝美人画武蔵金沢

▼「佳人をゑがく」―清方の美人画を中心に　1月19日～2月24日鏑木清方記念美術館。文学作品の女性、江戸の女性など清方の美人画を様々な視点で紹介。2百円。▽トーク「蓬春と清方と五十八」1月5日13時半。無料。「大正期の画壇と清方と蓬春」13日13時半。無料。☎23・6405

▼作家と歩く鎌倉その3北鎌倉・大船方面　4月14日まで鎌倉文学館。北鎌倉・大船方面の魅力を夏目漱石、島崎藤村ら26人の文学者の目を通し紹介。3百円。▽愛は言葉だ！文豪のハートにふれるバレンタイン26日～2月17日。太宰治ら文豪の愛にまつわる作品を紹介。☎23・3911

▼川喜多映画記念館　▽企画展「歴史を旅する映画」3月10日まで。2百円。▽関連上映8・13日「ラストエンペラー」、9～12日「ルートヴィヒ」、22・27日「タイタニック」、23～26日「アラビアのロレンス」、千円。▽角野栄子さん鎌倉市市民栄誉表彰記念映画上映会2月1・2日14時、3日10時半・14時。アニメ「魔女の宅急便」の上映。1日は英語字幕付。千円、小中学生5百円。3日10時半の親子上映会は大人も5百円、19日から申込。☎23・2500

▼「鎌倉 災害と復興―土地に刻まれた痕跡」　1月4日～5月18日鎌倉歴史文化交流館。中世鎌倉の災害痕跡、大正関東大震災被災資料で復興の足跡を辿る。3百円。▽出張講座「鎌倉と京―二つの都市をつなぐ人々の歴史」27日14時、玉縄学習センター。無料。18日までに☎73・8545同館☎73・8501

▼「広重の竪絵 東海道勢ぞろい」　2月17日まで藤沢浮世絵館。広重の「五十三次名所図会」を日本橋から京まで展示。無料。▽浮世絵ぬり絵遊び4～6日10時半～15時。▽浮世絵すり体験毎土・日曜13～17時。無料。☎0466・33・0111

▼消防出初式　訓練、演技、はしご乗り、消防車展示など。▽鎌倉　1月6日10時～11時40分、浄化センター（鎌倉市山崎）。市消防総務課☎044・0983▽藤沢　6日9時半～12時40分、消防防災訓練センター（藤沢市石川）。藤沢市消防総務課☎0466・25・1111▽葉山　13日10時～、葉山小学校。葉山町消防総務課☎046・876・0146▽逗子　12日10～12時、第一運動公園。逗子市消防本部☎046・871・4325

▼落合勝・村田佳代子2人展　1月16～20日カトレヤギャラリー。画業50年目を迎えた村田佳代子さんのトロフィーを受賞した油彩画と、落合勝さんのトロフィーを描いた色鉛筆画など。無料。村田方☎22・1759

▼鎌倉美術家協会洋画部会展　1月24～29日鎌倉芸術館。洋画部会の会員・会友の油彩約百点。無料。大石方☎47・5302

▼能を知る会鎌倉公演　1月27日鎌倉能舞台。10時、狂言「鱸包丁」・能「花月」。14時、狂言「鎧」・能「弓八幡」。各5千5百円。※14日13時半、解説。5百円。☎22・5557

明るく心豊かな女性を募集

2019ミス鎌倉コンテスト

鎌倉市観光協会が2019年度の諸行事で活躍するミス鎌倉を募集。今回で35回目。

県内在住、今年4月1日現在18歳以上27歳未満（高校生除く）、未婚、選出後1年間県外へ転居せず、年間約60回の行事などに参加できる人。書類選考、2月14日予選を経て3月6日本選で3人を選出、4月14日鶴岡八幡宮でお披露目。賞品はトロフィーと金一封など。

1月31日17時までに応募用紙（HP）と写真を〒248―0012御成町1―12鎌倉市観光協会2019ミス鎌倉コンテスト募集係へ郵送または持参。☎23・3050

鎌倉歩け歩け協会2019年予定表

事務局☎090-2633-3715

◆通常例会（会員無料、一般500円）

1/12(土)	新春ご利益巡り	10キロ
2/3(日)	「干支守り本尊」参り	12キロ
3/2(土)	鎌倉の観梅ウォーク	12キロ
3/21(祝)	春の鎌倉巡り	13～18キロ
4/20(土)	ツツジ・新緑・潮騒の葉山道	12キロ
5/18(土)	鎌倉の名所・切通を歩く	13キロ
6/15(土)	古都鎌倉のアジサイ	12キロ
8/7(水)	鎌倉ぼんぼりウォーク	10キロ
9/17(火)	葉山公園・三ヶ岡山緑地公園	12キロ
10/5(土)	実りの秋「舞岡公園」	13キロ
11/2(土)	晩秋の鎌倉巡り	13～20キロ
12/1(日)	色づく里山「広町緑地」	13キロ

ふれあいウォーク10キロ、はつらつウォーク5キロも（会員100円、一般200円）

外反母趾と体の痛み

●腰痛　腰痛は多種多様で、骨・内臓・神経などの様々な病気から起こる。椎間板ヘルニア・外傷・腎臓疾患・婦人病・高血圧・糖尿病・腰部の筋肉の炎症や感冒などが起因。椎間板ヘルニアは普通20歳頃から変形の徴を現し、50代で変形が見られる。この状態の時、不良姿勢による急激な動作によって、椎間板の線輪に突然破壊または異常変移を生じ、激痛とともに腰部の運動が不可能となる。

また、突発的な痛みは筋肉性の場合が多く、背中・腰など触れると硬く、押すと痛がり、姿勢を変える瞬間に痛む。筋肉の疲労、血行・代謝障害または神経障害などで脊髄や内臓疾患がある場合があるので注意が必要です。

鎌倉　おすすめ　オステオパシー　で検索

マザーハンド整体矯正院

要予約　月曜定休　10～19時

鎌倉市扇ガ谷1―13―51　☎0467・23・8166

鎌倉朝日歌壇

香山　静子　選

一日に一回心はずむことあれかしと願う新玉の年　逗子市　湊　美根子

卒直な表現に好感を持つ。

冠雪の山は裾野に噴煙を上げて小さき登山者を抱く　片瀬　中村　香

下句の発想が独特である。

雪国の湯宿の囲炉裏にほた燃やしにごり酒酌む山女魚食みつつ　辻堂　柳　蒼柳

適度の抒情に支えられた一首。

辺境の地に埋もれし土蜘蛛の声ぞ空しきみちのくの旅　葉山町　近藤　純

白鳥は田にどっしりと腰を据え落穂ついばむ冬に備えて　大船　小笹岐美子

手折り来てわが部屋にさすむらさきの野菊一りん一りんで良し　藤沢市　青木寿美子

はずむ声ハサミの音も軽やかに美容スタッフは一本立ちせり　葉山町　近藤美知子

冬晴れを花に水やり薬分け妻を介護の今日が始まる　梶原　中澤　二郎

欲しいもの何でも買って上げるよと七才の言葉私の宝　扇ガ谷　鈴木　久子

小春日に久方ぶりに会いし友の多き笑い皺笑いつつ見る　材木座　有野裕美子

秋深く赤き鳥居の内に座す竜白と銘うつ清らな小菊　津　石川　韶子

鎌倉朝日俳壇

星野　高士　選

〈天〉平成の次の名知らづ日記買う　岡本　森田　孝

平成の次の元号は日本中で気になる話題。日記買うで更に作者の思いが通じた今でしか詠えない一句。

〈地〉凍雲の動かぬままに日暮れけり　笛田　上田　満喜

凍雲は空に居座っていて動かない。そこに動きがよく伝わってきた。下五でその一日もよくわかった。

〈人〉晴れ渡り折り目正しく冬立ちぬ　材木座　羽賀一男

立冬と違う観点からよく捉えた飛躍のある作品。

一杯の白湯の甘さや冬の朝　川名　槇野あさ子

俳句は季題が大事。冬の朝の静けさもよく出ている。

翁へのはなむけとなる初しぐれ　金沢区　岩澤　正春

この句の翁は松尾芭蕉。初しぐれは芭蕉の名句も数あり、よき挨拶句だ。

霽籠めて冬立つ谷戸の佇ひ　逗子市　塩谷あい子

冬立つ谷戸はいかにもこんな景色。上五も奥谷戸といった場所であろう。

落葉踏む明るき音色奏でをり　大船　添田　洋子

四畳半の奥の奥まで冬日かな　鵠沼　森田　順子

散走道少し延ばしぬ返り花　本鵠沼　片瀬　国安　佳子

衰へし命養ふ柚子湯かな　森田　国安　佳子

山鳩や声潤ませて実千両　葉山町　一色千穂子

自らの力の限り八つ手咲く　逗子市　近藤　純

診察の医師の笑顔や冬暖し　今泉　佐藤　信子

垣根越しただ一輪の冬薔薇　腰越　小林刀羊子

自然禍の傷病む島の年暮れる　腰越　大川　昭子

石仏に一日一度の冬日かな　城廻　小河　哲美

甘味処のれんのごときつるし柿　岡本　小美野京子

古民家や平家を語る冬一日　手広　鳴海　紀政

命乞ふ枯蟷螂の眼玉かな　植木　高口　道宏

冬空のどこまでも青塔高し　腰越　風見　玲子

訪問診療・往診

医）湘南友和会　さとうクリニック

認知症対応　訪問看護
訪問介護　癌末期管理
在宅看取り　緊急時病院連携

〒247-0061 鎌倉市台5-8-29
TEL 0467-43-5220

ゆみ中医漢方クリニック

漢方婦人科

漢方思春期婦人科
漢方不妊治療婦人科

診療時間

完全予約制
午前：9:00～11:30（火～土）
午後：2:00～　4:30（火・木・土）

住所：逗子市小坪1－18－4
TEL：0467-22-9184
http://www5e.biglobe.ne.jp/~yumicyui/

各種健保扱・自費診療有

明治37年創立

学校法人　鎌倉女学院

中学校・高等学校

心身ともに健康で
国際性豊かな人間教育

〒248-0014 鎌倉市由比ガ浜2丁目10番4号
電話(0467)25-2100(代表)

鎌倉の町並と
日本人の心に馴染む家づくり

KAMAKURA STANDARD

戸井田工務店

☎0467-24-7777

www.kamakura-standard.com