

上質で自由な時間を過ごす

Kamakura

vol.53

9

September 2023

鎌倉
Lien

リアン



Lien 公式 Web サイト
<https://lien-web.net/>

Lien はフランス語で縁、絆、繋がりの意味をもつ言葉。出逢った人との繋がりが縁、絆を大切に素敵な出逢いがありますように...



お弁当・お茶付き
参加無料 | 定員50人
予約制

敬老の日スペシャル

セカンドライフセミナー

～シニアの住まい選び編～

毎回好評の「セカンドライフセミナー」が今秋、再び開催！ 人生100年時代。「自分らしく暮らす住まい選び」、
「快適で贅沢な時間を堪能できる船旅」など豊かな人生を送るためのヒントを見つけてみませんか。

日時

9/13水

9:30開場／10:00開演
14:00終了予定

会場

鎌倉プリンスホテル
バンケットホール七里ヶ浜

鎌倉市七里ヶ浜東
1-2-18

江ノ電七里ヶ浜駅から徒歩約8分 七里ヶ浜駅発・ホテルシャトルバスあり

第1部

10:00～11:00 シニアの暮らしの専門家による講演



「有料老人ホームの基礎知識と選び方」

シニアの暮らし研究所 代表
(一社)日本シニア住宅相談員協会 代表理事
高齢者住宅アドバイザー 岡本 弘子さん

これまで1万件以上の相談・紹介を行ってきた、シニア
ライフの専門家が、中立的な立場で「安心できる終の棲
家の選び方」を教えてください。

第2部

11:10～12:10 さまざまなタイプのシニア施設

元気なうちから住まう**入居時自立タイプ**の施設を紹介



藤沢エデンの園 一番館



パークウェルステイト
湘南藤沢SST



湯河原〈ゆうゆうの里〉



ネオ・サミット茅ヶ崎/湯河原

12:15～14:00

昼食

お弁当とお茶をお楽しみください

個別相談

自分のことにあてはめて相談できる

同日開催
特別講演

14:00～15:00
「世界遺産・小笠原の魅力&
にっぽん丸で航く小笠原クルーズ」



講師：小笠原村観光局 伊藤優美さん
美食の船と評される「にっぽん丸」
で航く小笠原チャータークルーズ
や豊かで独特な自然に恵まれた小
笠原諸島の魅力を紹介。

協賛：郵船トラベル

■主催／セカンドライフセミナー実行委員会(株産案) 〒103-0014 東京都中央区日本橋蛸殻町1-16-8 水天宮平和ビル2F ■協賛／社会福祉法人聖隷福祉事業団(藤沢エデンの園 一番館)、三井不動産レジデンシャルウェルネス株式会社(パークウェルステイト湘南藤沢SST)、一般財団法人日本老人福祉財団(湯河原〈ゆうゆうの里〉)、大和ハウスライフサポート株式会社(ネオ・サミット茅ヶ崎/湯河原)、郵船トラベル株式会社

申し込み・問い合わせ 招待状を郵送します。定員50人、お早めにお電話を

0800-1700-255

月～金 10時～17時(土・日・祝休み) 主催：セカンドライフセミナー実行委員会(株産案)

※応募いただいた個人情報は、イベント招待状の送付及び協賛社からの各種案内送付に使用します。了承の上、お申込み下さい。※開催内容は予告なく変更になる場合があります

【予約時の必要事項】をオペレーターに伝えてください

①氏名 ②〒住所 ③電話番号 ④年代
⑤参加人数 ⑥申し込み番号【1004】

※特別講演のみの参加もOK

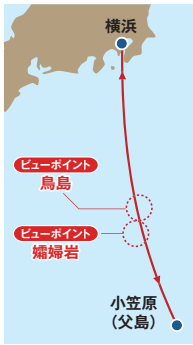
web申し込み
フォーム

応募専用フォームは
右の二次元コードで

<https://lien-web.net/2nd-life-seminar/>

セカンドライフセミナー 鎌倉 検索





春はザトウクジラが来遊するベストシーズン。写真はイメージ ©小笠原村観光局

にっぽん丸で航く 世界遺産 小笠原クルーズ

2024.3月20日(水・祝)～3月25日(月)

寄港地	入港	出港
3月20日(水・祝)	横浜	17:00
3月21日(木)	クルージング	—
3月22日(金)	小笠原(父島)	8:00
3月23日(土)	小笠原(父島)	17:00
3月24日(日)	クルージング	—
3月25日(月)	横浜	9:00

早期全額支払い割引

2023/10/31(火)までに旅行代金全額支払いで

カテゴリー	通常旅行代金 (2人1室・大人1人あたり)	通常から
スタンダードステート	299,000円	5,000円割引
スーペリアツイン	333,000円	
デラックスベランダ	625,000円	
ジュニアスイート	790,000円	10,000円割引
グランドスイート	1,330,000円	

郵船トラベル株式会社 クルーズセンター

問い合わせ・資料請求
☎ 03-5213-9987

東京都千代田区神田神保町2-2、ミレーネ神保町ビル7階
☎ 月～金10:00～17:00(土曜・日曜・祝日 休業)
日本郵船グループ／官公庁長官登録旅行業第1267号／日本旅行業協会正会員

ウェブは左記からアクセス

<早期申し込み特典は10月末まで> 2024年3月20日～3月25日、横浜港発着 5泊6日の船旅

春は大自然を満喫するベストシーズン！ 「にっぽん丸で航く 世界遺産 小笠原クルーズ」

広大な海に囲まれた
人類共通の財産“小笠原諸島”



小笠原村観光局 伊藤さん

東京都心から南に約1000km、大小30あまりの島々からなる離島群。2011年には人類共通のかけがえのない財産として、将来の世代に引き継いでいくため、世界自然遺産に登録されました。この島でしか体験できない時間を、お過ごしください。

平均気温は20℃前後あり、自然を楽しむには、まさにベストシーズン！

今回は、自然を楽しむには、まさにベストシーズン！

今回の旅程となる3月、自然を楽しむには、まさにベストシーズン！

今回の旅程となる3月、自然を楽しむには、まさにベストシーズン！

今回の旅程となる3月、自然を楽しむには、まさにベストシーズン！

こだわりの旅を提案する「郵船トラベル」では、ザトウクジラが来遊する小笠原諸島のベストシーズンに、美食の船と評される「にっぽん丸」でのチャータークルーズを企画。今号では小笠原の魅力を紹介しします。

早期申し込み割引は10月末まで
詳細はセカンドライフセミナーで

旅慣れている人も、そろそろ小笠原諸島へ行ってみませんか。

船旅初心者はもちろん、旅慣れている人も、そろそろ小笠原諸島へ行ってみませんか。

このほか、紙面では紹介しきれない「小笠原クルーズ」の魅力、9月13日(水)に開催する「セカンドライフセミナー」(詳細1面)で案内(下記へ資料請求可)。10月31日(火)までの予約で早期申し込み割引も。

船旅初心者はもちろん、旅慣れている人も、そろそろ小笠原諸島へ行ってみませんか。

船旅初心者はもちろん、旅慣れている人も、そろそろ小笠原諸島へ行ってみませんか。

船旅初心者はもちろん、旅慣れている人も、そろそろ小笠原諸島へ行ってみませんか。

船旅初心者はもちろん、旅慣れている人も、そろそろ小笠原諸島へ行ってみませんか。

船旅初心者はもちろん、旅慣れている人も、そろそろ小笠原諸島へ行ってみませんか。

船旅初心者はもちろん、旅慣れている人も、そろそろ小笠原諸島へ行ってみませんか。

船旅初心者はもちろん、旅慣れている人も、そろそろ小笠原諸島へ行ってみませんか。

多くの戦跡



第二次世界大戦中、全島要塞化された島内には、今でも防空壕や砲台などの戦跡が残ります

海の生き物



日本最大級のアオウミガメ繁殖地。小笠原海洋センター(入場無料)では、その生態を紹介

心打つ絶景



いくつもの景勝地があり、朝昼晩と流れる時間の中で、さまざまな表情を見せてくれます

郷土料理



郷土料理「島寿司」は、サワラなどの白身魚を漬けにした握り寿司。辛子をつけて味わうのが地元流！

島を散策



大陸と一度も陸続きになったことがない小笠原諸島。独特の進化を遂げてきた動植物や鳥たちを、原生的な生態系を保つ島島で観察します

＼FP Office湘南鎌倉事務所オープン記念セミナー／ 豊かな未来のための お金の育て方セミナー

新NISAもまるわかり★iDeCo・NISA・外貨・退職金活用術をFPが伝授！

日時・講師

9月27日(水) 9月30日(土) 10月1日(日)

講師 高屋 亮 講師 福井 雅子 講師 西田 順子

●時間 10:00～11:30 9:45開場 ●各回定員30名

ご友人同士、ご家族でのご参加もOK

セミナー会場

鎌倉芸術館 会議室1

JR線「大船駅」から徒歩約10分
鎌倉市大船6-1-2
駐車場あり／有料



参加特典

有名店の

お菓子のお土産

(1組につき1個)



※写真はイメージ

【詳細・お申込はこちらから】



CFP®1級ファイナンシャルプランニング技能士

高屋 亮(たかや りょう)

FP Office ファイナンシャルプランナー

9/27 Wed

大手ハウスメーカー・個別指導塾・外資系生保と異業種での実務経験を積み、世帯のサポートを点から面へと広げる必要性を感じ、独立系ファイナンシャルプランナーに転身。人生における「三大支出」といわれる住宅・教育・保険の実務経験×上級資格を併せ持つ異色のFPとして、金融セミナーや学校現場の出張授業などで幅広い顧客層から支持されている。



CFP®1級ファイナンシャルプランニング技能士

福井 雅子(ふくい まさこ)

FP Office ファイナンシャルプランナー

9/30 Sat

メガバンクをはじめ外資系運用会社、投資信託会社など金融業界で4社に渡る幅広い業務経験を持ち、FP最上位資格であるFP1級と国際資格のCFPを保有。豊富な知識に加えて、子育てや主婦としての経験に根差した生活感覚を合わせ持ち、わかりやすく相談者に寄り添ったコンサルティングが好評を得ている。



2級ファイナンシャルプランニング技能士、AFP

西田 順子(にしだ じゅんこ)

FP Office ファイナンシャルプランナー

10/1 Sun

2013年より外資系大手金融機関に勤務。社内資格として、セミナーインストラクター資格を取得。企業の新入社員研修や、母親向けのお小遣いセミナー等を担当。2人の子育て経験を活かし、主に子育て世帯の家計改善や学資対策の相談業務を担う。所属 湘南FP相談室 チームライフプラン研究所派遣講師登録

個別見学・相談会開催 8/25(金)～9/18(月祝)

事前ご予約制 各日 10:00～16:00

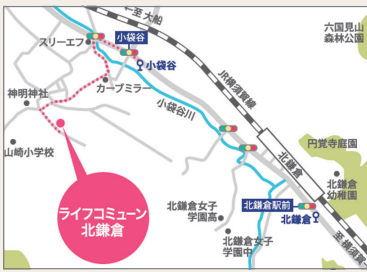


介護付有料老人ホーム ライフコミュニケーション北鎌倉

2.5人対1人の手厚い人員配置

毎日行うレクリエーション・イベント

週に5回の体操 機能訓練充実



- JR横須賀線「北鎌倉」駅より徒歩18分
- JR横須賀線「北鎌倉」駅より江ノ島電鉄バス「大船駅」上岡駅行にて「小袋谷」下車徒歩6分



【概要】●所在地: 神奈川県鎌倉市1595 ●介護保険: (介護予防) 特定施設入居者生活介護(一般型) ●居住の権利形態: 利用権方式 ●利用料の支払い方式: 選択方式 ●入居時の要件: 原則として65歳以上の自立・要支援・要介護の方 ●居室区分: 全室個室51室(個室48室・夫婦部屋3室) ●介護に関わる職員体制: 2.5対1以上

木下の介護 KINOSHITA GROUP

ご見学予約はフリーダイヤルまで
「リアンを見て」とお問い合わせください

0120-88-6090 平日・土日祝 10:00～18:00
＜事業主体・運営＞株式会社木下の介護 東京都新宿区西新宿6-5-1 新宿アイランドタワー8F/ 03-5908-1310(代表)

Lien鎌倉をご覧いただいた方限定

QUOカード(1,000円分)
で見学でプレゼント



詳細はこちら

- 【進呈には諸条件がございます】
- 当社に初めてお問い合わせいただいた方
 - お電話にて見学のご予約後、見学時に所定のアンケートをご記入いただいた方
 - 既に他の紹介業者や紹介会社などを通し見学予約をされている場合は対象外
 - 見学予約の際に「リアン鎌倉を見た」とお伝えください
 - プレゼントはお申し込みいただいた1グループ1枚までとなります

近隣施設ご紹介

介護付有料老人ホーム ライフコミュニケーション葉山



作業療法士による
機能訓練

2人対1人の
手厚い人員配置

【概要】所在地: 三浦郡葉山町一色1957 ●介護保険: (介護予防) 特定施設入居者生活介護(一般型) ●居住の権利形態: 利用権方式 ●利用料の支払い方式: 選択方式 ●入居時の要件: 原則として65歳以上の自立要支援・要介護の方 ●居室区分: 全室個室47室(個室43室・夫婦居室4室) ●介護に関わる職員 体制: 2対1以上



Kamakura FM presents

こまっちゃんが行く!!

鎌倉FMパーソナリティ
こまつあかり

第35回 JR鎌倉駅×かまくらびと「マナーアップリレー」



「かまくらびと」は月替り。8月は鎌倉市長の松尾崇(まつお・たかし)さん(写真左から2人目)が担当。9月以降は、誰が担当になるかは“お楽しみ”だそう

構内アナウンスで 目指せ! マナー向上

駅の構内放送を活用して、地域課題を解決する取り組み「マナーアップリレー」を紹介します!

JR鎌倉駅では、気持ちよく鎌倉を楽しんでもらおうと、マナー向上を目指した構内アナウンスを実施しています。この活動は、鎌倉市の観光課題のひとつ「ごみのポイ捨て、喫煙、食べ歩きなど観光客のマナー悪化」を改善し、啓発するためのもの。鎌倉で活躍する人々(通称:かまくらびと)が月替わりで、構内アナウンスを行い「住んでよし、訪れてよし」の鎌倉を目指します。

鎌倉FMでは、土曜の朝9時40分頃からこの構内アナウンスをお届け。今後は開催予定の市内清掃活動やマナーアップのための市内イベントも周知していきます。地元の人たちにもぜひ聞いてほしい内容です。

Lien 鎌倉タイアップコーナー

8月26日(土) 10:00~10:30
「こまっちゃんが行く」

JR鎌倉駅 駅長の依田恵美さんが登場します

もしがま 2023

鎌倉FM発信! 「もしがま」通信 VOL. 5 ~ もしもにつよいわたしになる! ~

「リアン」は、鎌倉FMが発信する「楽しみながら防災も叶える暮らしのヒント~もしがま~」プロジェクトを応援しています!

▶ 羽本千尋さん(右)。鎌倉市のホームページからダウンロードできる「鎌倉市防災情報ハンドブック」のアクセシブルなコードから!



毎週土曜 午前9時15分頃から、防災力向上のための暮らしの知識や技術も紹介している「もしがま」。

今月は鎌倉市防災情報ハンドブックに掲載されている「わが家の避難行動(マイ・タイムライン)」に注目。空白部分に必要事項を記入・コピーして家族で共有するシートです。

今回は、もしもの時の行動を考えておく重要性を、防災士で助産師の羽本千尋さんに聞きました。

- 鎌倉エフエムを聴くには ——
- 1 下記二次元コードから視聴ページへ
 - 2 「インターネットサイマルラジオで今すぐ聴く」をクリック
 - 3 再生ボタン「▶」をポチリ!

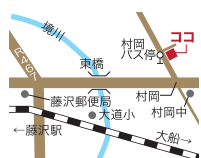


番組のアーカイブは
メディアプラットフォーム「Note」で!



ADWORKS (アドワークス)
〒藤沢市弥生寺3-1-8 レボサール弥生寺
☎ 10:00 ~ 16:00 日曜・祝日定休
adworkss.jp
☎ 0466-53-8679

ステンドグラス体験会
先着 8人限定!
(要予約)
開催日時 水・木・金・土
10:00 ~ 16:00
上記で都合のよい時間(3時間程度)
※予約、問い合わせは電話で。体験会は少人数制で実施しています



太千春さんに聞きました。住まいの地域は浸水想定区域? 被災したらどこに避難? 家族との連絡方法は? 災害に備えて自分と自分の大切な人の命を守るために、地域に関心をもちましょう。

9月1日は防災の日。番組アーカイブを聴いて、万全の事前対策を!

贈り物に喜ばれるハンドメイドのインテリア ステンドグラスランプ体験

今年の秋はステンドグラスインテリアづくりに挑戦しませんか。9月に制作するのは三角柱のサークルランプ。作ったその場で持ち帰れます。制作費は受講料、材料費込み4180円(2人まで)です。

人)。事前予約制。「気軽にものづくりの楽しさを感じて欲しい」と講師。親子での体験も可能です(対象は小学生以上)。可憐なランプはプレゼントにも喜ばれます。

PRESENT
店舗引き換え
10人に

応募締切
9/8(金)まで

新発想の着圧ソックス ヒラメ WaVe

地元で医療法人を運営する「メディススタイル」が、東京医科歯科大学秋田教授、靴下職人集団「助野」と共同で開発した着圧ソックス「HIRAME WaVe」。ふくらはぎの筋肉を持ち上げて引き締める、独自の編地が特徴で、足のむくみや疲れに効果が期待できます。立ち仕事をする人にもおススメです。

「一日中履いても足がむくまないソックスを作りたい」という思いから生まれた、新発想のレディースソックス(通常3960円)を10人にプレゼント。

<販売店>
〜こだわり靴履〜
メディススタイル足と靴のサロン
〒220-0011 横浜西区高島1-2-5、横浜ゲートタワー 3F 内棟産案
☎ 10:00 ~ 18:00
水曜・日曜・祝日定休
☎ 046-873-1192



<店舗引き換え> 当選者に届いた「引換券」を持って直接販売店へ(有効期限は引換券に明記)
<応募方法> ①リアンの感想や意見 ②今号でよかった記事 ③紙面やWEBサイトに取り上げて欲しい記事は④氏名 ⑤年齢 ⑥性別 ⑦住所 ⑧電話番号 を明記し、下記いずれかで編集部宛に応募を【送り先】ハガキ・Web で応募ください
郵送 〒220-0011 横浜西区高島1-2-5、横浜ゲートタワー 3F 内棟産案
※ Lien 鎌倉「着圧ソックスプレゼント」係まで Web 右記二次元コードから読み込み
【応募締め切り】9月8日(金) 消印有効



いただいた個人情報は、賞品の発送、当選連絡・引き取りにのみ使用します。また、コメントは、個人を特定できない形で「リアン」紙面に掲載させていただく可能性がありますので、了承の上応募を。当選発表は、引換券の発送をもって代えさせていただきます。

大切なペットと一緒に眠れる ガーデン墓地

開苑 5周年

江ノ電「七里ヶ浜駅」から徒歩3分 国道134号線沿い

神奈川県鎌倉市 顕証寺墓苑 七里ガ浜樹木葬

集合墓式永代供養墓 永代使用料+諸費用全て含んで

1名でご購入のお客様	332,000円 (1墓 332,000円)	3名でご購入のお客様	569,000円 (1墓 186,677円)
2名でご購入のお客様	465,000円 (1墓 232,500円)	4名でご購入のお客様	653,000円 (1墓 163,250円)

お問い合わせ 資料請求

0120-240-500

受付時間/午前9時~午後5時
株式会社ココ・プランニング
〒160-0023 東京都新宿区西新宿4丁目32-13-401
【七里ガ浜 樹木葬 概要】■経営主体/宗教法人 顕証寺 ■許可番号/神奈川県指令第148号
■所在地/神奈川県鎌倉市七里ガ浜1-5-21

苑内からは江の島と富士山が見えます

DUSKIN お家を元気に!
 輝びのタネをまこう

家事お手伝いサービスは
 ご相談ください。

☎ 0120-
 3-82820

ダスキンメリーメイド鎌倉店

ダスキンオークラ www.duskin-city.com

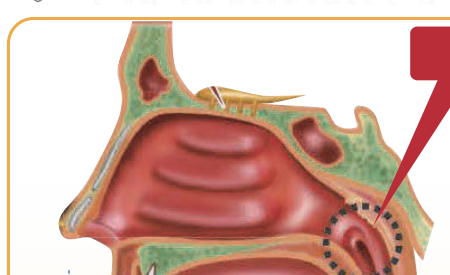
優勝者には奥湯河原温泉の高級旅館「海石榴」のペア宿泊券を進呈！ そのほか豪華な賞品・参加賞もあります



湘南薬品

お客様の健康をサポート 健康相談はお気軽に!!

《本社》株式会社 湘南薬品 藤沢市鵜沼石上2-1-17 ☎0466-26-3336



鼻水がのどに流れたりしませんか?

それは **後鼻漏!**

後鼻漏とは、鼻水がのどに流れてくる症状を言います。のどのイガイガや不快感えへん虫が続く人が多く、原因として副鼻腔炎である場合があります。

《後鼻漏はこのような症状です》

☐ 鼻水がのどに流れる
 ☐ いつも痰がからむ
 ☐ のどがイガイガする

☐ 長く話すと咳が出る
 ☐ 常に鼻炎である
 ☐ のどに違和感がある

☐ 咳が長引いている
 ☐ のどがいつも痛い

さらにこんな症状も原因は鼻!?

めまい	吐気	いびき	眼痛
咳	痰	喉痛	味がしない
歯肉炎	歯槽膿漏	嗅(臭いが鈍い)	臭いを感じない
難聴	耳痛	耳鳴り	頭痛

上記は、後鼻漏の可能性のある症状の一例です。
ひどくなりすぎる前に、一度「健康相談」してみませんか?

「後鼻漏」に良く効くお薬ございます。「鼻の悩み」お気軽にご相談下さい。

県内18店舗で使える!

スペシャルクーポン

お得なクーポンが利用できる最寄り店舗をチェックできます!



※本紙面キリトリのみ有効
 ※藤沢駅南口薬局、湘南レディス店は除く

有効期限▶9/1金～9/7木

税抜**1000円**以上のお会計で
好きな商品 1品を

20%OFF

※一部医薬品、健康食品、調剤、指定ゴミ袋、カウンセリング化粧品など対象除外品がございます。詳しくは各店舗にてご確認ください。
 ※本券を切り取り持ち参ください。 ※印刷・他割引との併用不可
 ※藤沢駅南口薬局、湘南レディス店は利用不可。(Lien)

湘南薬品

有効期限▶9/8金～9/14木

税抜**1000円**以上のお会計で
好きな商品 1品を

20%OFF

※一部医薬品、健康食品、調剤、指定ゴミ袋、カウンセリング化粧品など対象除外品がございます。詳しくは各店舗にてご確認ください。
 ※本券を切り取り持ち参ください。 ※印刷・他割引との併用不可
 ※藤沢駅南口薬局、湘南レディス店は利用不可。(Lien)

湘南薬品

有効期限▶9/15金～9/21木

税抜**1000円**以上のお会計で
好きな商品 1品を

20%OFF

※一部医薬品、健康食品、調剤、指定ゴミ袋、カウンセリング化粧品など対象除外品がございます。詳しくは各店舗にてご確認ください。
 ※本券を切り取り持ち参ください。 ※印刷・他割引との併用不可
 ※藤沢駅南口薬局、湘南レディス店は利用不可。(Lien)

湘南薬品

有効期限▶9/22金～9/30土

税抜**1000円**以上のお会計で
好きな商品 1品を

20%OFF

※一部医薬品、健康食品、調剤、指定ゴミ袋、カウンセリング化粧品など対象除外品がございます。詳しくは各店舗にてご確認ください。
 ※本券を切り取り持ち参ください。 ※印刷・他割引との併用不可
 ※藤沢駅南口薬局、湘南レディス店は利用不可。(Lien)

湘南薬品