

上質で自由な時間を過ごす

Kamakura

vol.10

2

February 2020

# Lien 鎌倉

FM93 AM1242 ニッポン放送

Lien(リアン)が地元情報をお届け!  
ハロー神奈川 毎週水曜 13:34頃放送中

Lien はフランス語で縁、絆、繋がりという意味をもつ言葉。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...



## 大パノラマの中で美味しい料理を楽しむ。

横浜港を周遊するレストラン船「ロイヤルウイング」は、旅客定員630人を誇る大型客船。美しい景色や夜景で有名な横浜港内を大さん橋から2時間弱かけて運航しています。現役で稼働する日本の客船としては最古で、長い就航期間は世界的にも希少。クルーズだけでなく、当時の豪華客船を彷彿とさせるレストランも魅力のひとつです。洋上から眺める美しい景色と共に、船内厨房で調理されたできたての本格中国料理が堪能できます。ランチ・ティー・ディナーやパーティー・ウエディングなど、海上のショートトリップを楽しめるレストランとして親しまれています。



横浜港  
大さん橋より  
1日4便出航!

薫る潮風、めぐる想いを。

横浜クルーズ×レストラン

# ロイヤルウイング

受付時間 10:00~19:00

## 045-662-6125

※全ての写真はイメージです。※メニューは一例です。※料金は全て税別表示です。※祝日を除く月曜日は連休いたします。



みなとみらい線「日本大通り駅」より徒歩約7分

ロイヤルウイング 検索

### Lien読者限定クーポンでおトクに乗船

- ◎ランチクルーズ 12:00-13:50  
乗船料 大人 通常2,000円→1,000円  
小学生 通常1,000円→500円  
+  
◆お食事 バイキング 大人 3,500円 小学生 2,000円  
コース料理 4,500円~25,000円
- ◎ティークルーズ 14:45-16:15  
乗船料 大人 通常1,500円→750円  
小学生 通常750円→375円  
+  
◆お食事 スイーツセット 1,000円  
(土日限定) 飲茶&スイーツ食べ放題 大人3,000円
- ◎ディナークルーズ 17:00-18:50 / 19:30-21:20  
乗船料 大人 通常2,500円→1,250円  
小学生 通常1,250円→625円  
+  
◆お食事 バイキング 大人 5,000円 小学生 3,000円  
コース料理 7,500円~25,000円

### Lien読者限定クーポン ①②併用可能

- ①乗船料 **50%OFF**
  - ②ワンドリンクサービス
- ※ご乗船のみの場合は外のサンデッキご利用となります。※お食事をされる場合は別途料金が必要です。※1枚につき5名様まで ※コピー不可 (有効期限 2020年3月31日(火)まで)
- ※ご乗船のみの場合やイベントクルーズ等にはご利用いただけません。※1枚につき5名様まで ※コピー不可 (有効期限 2020年3月31日(火)まで)



3/10 (火) 鎌倉プリンスホテル「バンケットホール七里ヶ浜」で開催

# 令和の時代を、楽しく豊かに生きる セカンドライフセミナー

参加無料  
入退場自由3/10  
(火)

毎回大盛況のセミナー



健康・お金・つながり  
有意義にはぐくむために

セカンドライフを自分らしく豊かに生きるためには、これまでの人生で積み重ねてきた資産ともいえる「健康・お金・つながり」がキーポイントになります。

「納得できる人生のため、自分や家族のこれからを考えると」をテーマに開催する「セカンドライフセミナー」では、各分野のノウハウを専門家がレクチャー。初めて耳にする人でも理解しやすい身近な基礎的な知識はもちろん、専門家ならではの最新情報なども分かりやすく教えてくれます。

基調講演では、高齢化社会で増え続ける疾患に対して、オールマイティーに取り組む医師の吉井文均先生を招き、「認知症を知る」をテーマに語ってもらいます。また、4つのセミナーでは、それぞれに相談ブースも登場するので、個別にアドバイスを受けることも可能です(詳細は下記)。今回も事前申し込みで、先着150人に「エンディングノート」をプレゼント。人生を悔いなくより良く生きるためのヒントが満載です。

## — 基調講演 —

12:00 ~ 12:40



吉井文均先生

## 講師プロフィール

神奈川県済生会 平塚医療福祉センター センター長、東海大学名誉教授。パーキンソン病や脳卒中、認知症など、高齢化社会で増え続ける疾患に取り組む

## テーマ

## 認知症を知る

～基本知識から、予防策や改善策まで～

## 講演内容

「認知症とはどんな病気?」、「単なる物忘れと、認知症の違いについて知りたい」といった認知症の基本的な知識や、それぞれの症状の具体例や原因を解説。また、症状が出てしまった際の対応と改善策、普段からどのような事に心がければよいのかなどの予防方法を、「神奈川県認知症対策推進協議会」会長を務める、神奈川県済生会 平塚医療福祉センター センター長の吉井先生が分かりやすく紹介します。

## — 健康体操 —

12:45 ~ 13:00

## 軽度認知症の予防・改善～脳トレ体操～

## 講師プロフィール

江の島アイランドスバ  
健康運動指導士、温泉利用指導者  
岩淵航介さん

体を動かしながら脳も動かし、軽度認知症の予防や改善にもつながるエクササイズ。手と足を別々に動かしたり、動きながら計算問題をしたり、脳の血流量をアップ!

## — 来場予約者プレゼント —



※画像はイメージです

先着150人の読者に  
エンディングノート  
引換券付招待状送付

事前申し込み先着150人に「エンディングノート」をプレゼント。実際に書き込んで、今までの人生を振り返り、これからの人生を有意義に過ごそう!

セミナーは  
予約制

基礎知識も! 最新情報も! ノウハウ満載

役立つ4つのセミナー

1番

## 未病改善

9:50 ~ 10:40

## ブース

個別相談のほか血管年齢測定体験もあり

## 健康寿命の延伸につながる暮らしに添える「健康習慣の作り方」

年齢を重ねるほど痛感する健康の大切さ。ですが、未病改善のための運動や食事は中々長続きするのが難しいものです。

「人生の半分以上を占める習慣的な行動。健康づくりが習慣化すれば、健康寿命の延伸を目指せます」と、講師の岩淵航介さん。セミナーでは、「習慣とは」「習慣の作り方」「健康習慣を手に入れやすい場所」を中心に、健康づくりが習慣化するための効果的なプロセスをレクチャー。

「自分は何をやっても長続きしない」という人必見です!

江の島アイランドスバ  
健康運動指導士、温泉利用指導者 岩淵航介さん

2番

## マネー設計

10:55 ~ 11:45

## ブース

FPによる無料個別相談

3番

美術品の正しい  
継承・売却

13:10 ~ 14:00

## ブース 事前予約制

「美術品査定相談会」実施。作品持ち込み、または作品画像の持参を(一人20分)

## 後悔のない美術品の相続、売却や修復の業者選び

京都の老舗古美術商鉄齋堂で10年間修行し、2009年に家業の「加島美術」を継いだ加島林衛さんが、美術品の相続方法や市場価値を知る方法、売却や修復にあたっての優良な業者の選び方、美術資産の相続税との関わり方についてなどを、プロならではの経験から解説します。

美術品をはじめとした幅広いジャンルについての知識や豊富な買い取り実績をもとに、後悔しないノウハウを伝授してくれます。

加島美術  
代表取締役  
加島林衛さん

4番

## 投資の選び方

14:10 ~ 15:00

## ブース 事前予約制

「金融機関発行の取引残高報告書をお持ちいただければ、無料個別相談20分程度承ります」

## “投資信託・株・債券・ラップ”でなぜ失敗するのか?

特にシニア世代にとっての資産運用は、生活の質を大きく変えてしまうため、できる限り損失を避け、元本の目減りを回避したいものです。

証券会社の勤務経験もある講師の吉田さんが、通算2500人以上の個人投資家の資産運用を分析した経験をもとに、損をする人の「誤った理解の共通点」を考察。金融機関では教えてくれない、資産運用で失敗する理由と対策、プロだからこそ教えらる賢い選び方について解説します。



アンバー・アセット・マネジメント 吉田健司さん

日時 3/10 (火) 9:30 ~ 16:00 (9:30開場)

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 江ノ島電鉄七里ヶ浜駅から徒歩8分 駐車場(無料)あり

参加費 入場無料(入退場自由)

申し込み・お問合わせ/セミナー事務局 (株産案(サンアン)内)

☎ 045-680-1093

月～金10時～17時(土・日・祝休み)

ご応募いただいた個人情報は、イベント招待状のご送付及び、協賛社からの各種ご案内送付に使用致します。ご了承の上、お申込みください。



https://lien-web.net/entry/





とある歯科医の独り言 Vol.10

歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科をはじめ、専門性の高い処置にも対応する「湘南鎌倉歯科・矯正歯科」の千原院長。常に最新の知識・過去の振り返りを学ぶため、年間40回以上国内外問わず研修会に参加。ハーバード大学、ミシガン大学、UCLAが開催する研修会参加も経験

### 鎌倉市の“歯周病検診”を上手に活用

歯を失う原因の1位である「歯周病」は、早期発見と重症化予防がとても重要です。そこで、市町村で実施している成人健診を活用してはいかがでしょうか。鎌倉市では、20・24・28・32・36・40・50・60・70歳の方（誕生日の時期で受診期間が異なる）を対象に、500円の自己負担金で“歯周病検診”が受けられます。簡易検査になりますが、歯周病だけではなく虫歯診査や生活習慣に関する相談も出来ます。近年、虫歯はフッ化物歯磨材の登場により年々減少傾向にありますが、歯周病

は微増傾向のままです。私はこの原因の一つとして、歯周病は虫歯の痛みと違い“自覚症状が無いから”だと思います。お口の健康を守るため、行政の制度も利用して定期的に検診を受けましょう。

湘南鎌倉歯科・矯正歯科
鎌倉市苗田 5-4-23
0467-38-6010
歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科
月夜 9:00~12:30 13:30~18:00
FacebookやInstagramも随時更新中



施工実績約 1000 棟！失敗しない塗装を目指して

### 「どこに相談すべきか迷ったら」屋根・外壁塗装塗り替え専門店へ

湘南エリア地域密着の同社。見積もりは無料です

今なら2大特典が！
【創業20周年キャンペーン】
期間：3/31(火)まで
①見積もり依頼でもれなくクオカード(500円分)をプレゼント！
②期間中契約で総額の1%をクオカードで還元！
【キャッシュレス決済で5%還元※】
期間：2020/6/30(火)まで
クレジットカード、電子マネーなどでの支払いで5%のポイントを還元。使用できるカードの詳細は問い合わせを
※経済産業省が実施する「キャッシュレス・消費者還元事業」

創業20年、湘南エリアで約1000棟の施工実績を誇る「リズムペイント」は、屋根、外壁塗り替え専門店。スタッフ全員が職人という同社。「完成後にはわかりにくい」「完璧な下地処理・完全乾燥・極厚塗装」に重点を置き、工事完了の10年、15年後を想像しながら工事を進めます。お客様目線の提案を大切に、失敗しない塗装を信念に、最善の建物延命化を目指しています。



今年こそ憧れの和服美人を目指す

### 初心者も学び直したい方も500円の着付けレッスンへ

ワンコインレッスン
日程：2月10日(月) 2月24日(月祝)
時間：10:00~11:30
場所：逗子市市民交流センター2F
料：1レッスン500円
持ち物：着物一式

「今年は着付けを学びたい」という方におすすめなのが「青いとりきもの学院大船校」の着付けワンコインレッスン。名古屋帯、袋帯といった着付けの基礎をプロから学ぶことができ、1回500円というリーズナブルさが人気の理由の一つです。少人数制の単発レッスンなので気軽に参加ができ、20代から70代まで幅広い年齢層の方々に好評。分らないポイントを重点的に学べて良かった。是非今年も着付けをマスターして、着物を着る楽しさを味わってみませんか。

ジョイフルまるやま
青いとりきもの学院 大船校
0120-804-311 水曜定休
Instagramみてね!



新メニュー「玄関」スタート!

### 月々2700円で浴室・トイレをキレイに維持!

元気な若いスタッフが伺います。

人気の清掃メニュー [定期清掃パック]
固定メニュー：浴室清掃 1,620円
選べるメニュー：
- トイレ
- 脱衣場
- キッチントップ
- 玄関※壁天井除く
= 2,700円 1回

オーペックス
8:00~17:00 不定休
0120-026-851

オーペックスは大型入浴施設の清掃も行うお掃除のプロ。地域密着型で一般家庭の浴室なども清掃しています。人気のメニューは「浴室・トイレ定期清掃パック」。月々2700円で固定メニューの浴室の清掃とトイレの清掃を月1回(全12回、約30~40分程度)の作業で行ってくださいます(初回は1万6500円)。対象地域は葉山・逗子・鎌倉・藤沢・茅ヶ崎に限定(一部エリアは対象外)。エリアを絞ったからこそ実現できる、家計に優しくリーズナブルな料金。排水溝、天井やカビ取り、鏡・カランの水垢除去など細やかな作業も含まれ、追加費用も発生しません。今回、新メニューとしてスタートする玄関(足元・ドアまわり・靴棚等)をプラスでサービス。リアンを見たで左記にお問合せを。

### 新年度入会説明会を開催

子ども連れOK!申し込みはWEBから
※日程が合わない人には個別説明会も可能です。気軽に問い合わせを
【会場】ちよっとヨットビーチマリナー (片瀬江ノ島駅徒歩3分)
日 時 キッズスクール(幼稚園児) 定員15人 ジュニアクラブ(小中学生) 人数制限なし アスリートチーム(小6~高1) 定員5人
2/1(土) 13:00~15:00 - 10:00~12:00
2/2(日) - 10:00~12:00 -
2/8(土) - 13:00~15:00 -
2/9(日) 10:00~12:00 - 13:00~15:00
2/15(土) 13:00~15:00 - 10:00~12:00
2/16(日) - 10:00~12:00 -
2/29(土) - 13:00~15:00 -
3/1(日) 10:00~12:00 - 13:00~15:00



【説明会申し込みはこちら】
湘南海洋教育スポーツ振興協会
江の島ちよっとヨットビーチクラブ
10:00~17:00
https://www.coco-bea.com/explain
050-2018-0944
湘南海洋教育スポーツ

オリンピックイヤーから始めるセーリング

### キッズからアスリートまで湘南ならではの習いごと「江の島ちよっとヨットビーチクラブ」の会員募集

総合型地域スポーツクラブ「江の島ちよっとヨットビーチクラブ」では、2020年4月からの新入会員を募集しています。対象は、キッズ(4歳以上小学生未満)、ジュニア(小学生)に加え、新年度からアスリートチームを新設。「アスリートチーム」は、2人乗りヨットで活動する選手を募集します。セーリングの経験はなくても大丈夫です。セーリングで世界を目指そう。を目標に掲げ、経験豊富なスキッパーと共にチームで2021年のワールドカップを目指します。スタッフ。詳細は説明会で。

古道具・骨董品 買取りいたします
古ければガラクタクでも構いません
見積無料
(買取品目一例)骨董・掛軸・古書・着物・陶磁器・贈答品
茶道具・絵画・版画・かんざし・刀・置物・時計・作家物
室内調度品・ガラス製品・装飾品・玩具など
飾り屋
0120-89-6676
茅ヶ崎市十間坂2-3-20
神奈川県公安委員会許可 第452670000506号

「人に言えない相続問題」専門家が悩みを解決
TAO税理士法人
2/8(土) 無料相談会
時間指定 ①10:00~ ②11:00~ ③13:00~ ④14:00~ ⑤15:00~ ⑥16:00~
このようなお悩みの方は参加を
- 相続の手続き、まず何をすべきかわからない
- 遺産の分け方がわからない
- 円満に遺産分割を済ませたい
- 不動産や有価証券の名義の変更がわからない
- 遺言書を残したい
- 税理士事務所は敷居が高くて相談しづらい
事前予約制 参加無料
お問合わせ・お申込みは
0466-52-7531 担当三住
藤沢市鶴沼石上1-1-15 藤沢リラビル3F
TAO税理士法人 検索 http://www.tao.or.jp



# FM93 AM1242 ニッポン放送

Lien(リアン)が地元情報をお届け!  
ハロー神奈川 毎週水曜 13:34頃放送中

# Kamakura Lien 鎌倉

https://lien-web.net/

発行/編集 鎌倉市 尚文社 http://shoubunsha.com/  
発行エリア/鎌倉市・逗子市・藤沢市の一部  
発行部数/6万部  
◆紙面に掲載されている価格表記は、特記を除き記事公開日時点での税込金額です。商品やサービスの価格については提供元の各企業にご確認ください。  
◆紙面の無断転載を禁じます。  
広告のお問い合わせ ☎045-680-1094

**DUSKIN お家を元気に!**  
家事お手伝いサービスは **0120-3-82820** にご相談ください。  
ダスキンメリーメイド鎌倉店  
ダスキンオークラ **検索** [www.duskin-city.com](http://www.duskin-city.com)



## 大船駅徒歩6分 本格日本料理店オープン

### 「至福の時」を楽しむ大人の懐石料理店

2階は10名以上で貸し切り可能  
初節句や還暦のお祝いの席にも

昨年12月、東京六本木で人気を博した懐石料理店「遊ヶ崎」が、鎌倉市大船に移転オープンしました。かつて映画の撮影所があった大船。映画全盛期を支えた老舗洋食店の雰囲気そのままに、大正口

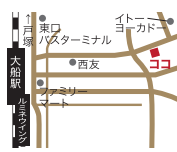
写真の料理はコースの一部。ディナーコースは、おまかせコース(8000円から)。食後のデザートにも定評があります。「伝統的な日本料理に様々なアレンジを加え、老若男女に楽しんでいただける味付けにこだわっています」と三浦料理長

### — お得情報 —

「リアンを見た」で予約すると、グループ全員に指定メニューからドリンク1杯サービス(ディナーのみ) ※2020/3/31(火)まで

### 鎌倉 遊ヶ崎 (あそびがさき)

鎌倉市大船2-21-11 (大船駅空筒口から徒歩6分)  
12:00 ~ 13:00  
17:30 ~ 22:00(LO.21:00)  
定休日:日曜・祝日(土日祝日の場合のみ)  
☎0467-33-6270



自然と一体化するラウンドは気分爽快!

## おひとり様から参加可能! Anda杯 in 葉山国際カントリー倶楽部

### — Anda杯開催概要 —

日時: 2020年4月21日(火)  
時間: 8:00集合(7:50受付開始) 8:33スタート エメラルドコース  
組数: 10組(7分間隔)  
競技方式: 新ペリア方式  
参加費: 17,800円/1名様 (1R4Bセルフ、飲食別、パーティー代込、税込)  
場所: 葉山国際カントリー倶楽部 神奈川県三浦郡葉山町木古庭1043-1

※横浜横須賀道路 逗子ICより8km  
※電車の場合、JR逗子駅よりクラブバスを運行。  
※コンペ視察プレーも特別優待料金にて承っております。  
詳しくは下記事務局までお問い合わせ下さい。

申し込み Anda 読者コンペ事務局

受付時間平日 10:00 ~ 16:00

☎045-680-1094



専用応募フォーム



景目例 箱根リトリート fore [1泊朝食付] フォーレ2名1室他 <https://www.hakone-retreat.com/hotel/>



4128人が参加済みのセミナー。事例や写真を多く使い、丁寧に分かりやすく説明します

### 開催概要

日時 2/1(土)10:00 ~ 11:30  
会場 鎌倉商工会議所 (鎌倉駅西口徒歩3分)  
住所 鎌倉市御成町17-29  
参加 無料

セミナー予約はこちらから ユーコーコミュニティ

〒243-0292 横浜市戸塚区上倉田町507-3、4階  
☎受付時間9:00 ~ 19:00 (土・日曜、祝日も受け付けています)

☎0120-81-0344

### 今、築10年の家の人へ

## 参加無料 15組限定 失敗しない外壁塗装セミナー

2月は塗装を考える方が増える季節。しかし、業者の選び方や費用の相場など、不安に思う人も多いのではないのでしょうか。そこでISO9001認証取得しているユーコーコミュニティが、「失敗しない塗装セミナー」を開催。信頼できる業者の見極め方や、損しない工事の仕方など、契約前に押さえておきたいポイントを分かりやすく解説します。すでに4128人が

### 参加者全員に、無料プレゼント!

業者選びのポイントを詳しく解説した「塗装ガイドブック」。事例や写真が多く、読みやすい内容です。この一冊で失敗しない塗装のコツがわかります(全65ページ)

受講されています。15組限定なので、申し込みは早めに。



玉木院長は国内外の学会で数々の発表や論文執筆、大学兼任講師としての教育・研究活動にも注力している。

玉木院長は神奈川県で数人しかいない日本歯周病学会認定歯周病専門医・指導医に最年少で合格。県立湘南高校卒、日本大学歯学部兼任講師、厚生労働省認定臨床研修指導医。日本歯周病学会研修施設長

### 玉木歯科医院

〒243-0292 藤沢市南藤沢18-1 エバース第10藤沢ビル2階 (1階がエニタイムフィットネスのビル)  
☎10:00 ~ 13:00/14:00 ~ 18:30 (土曜は17:00まで)木・日曜・祝日休診  
完全予約制  
※初診はHPからも予約可能

完全予約制 ☎0466-29-5007

玉木歯科医院



### 人生100年時代の健康法

## もしかして口腔がん?! 近年急増するサイレントキラー

「口腔がんは、口の中や舌に出来るガンの総称です。日本での罹患数・死亡者数は年々増加しており、口腔がん研究センターによると20年前と比べて2.5倍と急増しています。サイレントキラーとも呼ばれる口腔がんは口内炎との見分けが難しく、口腔外科学会認定医でなければ診断は難しいとされています。早期発見・治療が鍵となるので口内炎が気になると、舌に痛みや違和感がある等、お気づきのことがあれば症状がなくても定期的な

受診をお勧めします。当院では、口腔外科学会認定医による診察や、細胞診、また確定診断を行うための組織診を行っています。」と玉木院長。(口腔外科学会認定医は月曜日・土曜日のみ勤務)。診療室は日本歯周病学会研修施設の認定を受け、日本歯周病学会認定歯科衛生士も在籍。

## おかげさまで1周年

お客様への感謝を込めて特別価格にてご提供  
2020年2/29(土)までにご契約の方

# 顕証寺墓苑 七里ガ浜 樹木葬

いつもの場所にあなたがいる。

集 TSUDO 永代使用料+諸費用全て含んで

1名でご購入のお客様	1名 通常価格 462,000円 → 総額 <b>332,000円</b> (1霊あたり 332,000円に)
2名でご購入のお客様	2名 通常価格 924,000円 → 総額 <b>465,000円</b> (1霊あたり 232,500円に)
3名でご購入のお客様	3名 通常価格 1,386,000円 → 総額 <b>569,000円</b> (1霊あたり 189,677円に)

樹木葬式 永代供養墓

凛 2霊納骨 永年供養 44万円時  
輝 4霊納骨 永年供養 66万円時

※上記金額は他、諸費用がかかります。  
永年この場所にお眠り頂けます。樹木葬は合祀は致しません。

江ノ電「七里ヶ浜」駅から徒歩3分。国道134号線沿い。  
NHK「ネタドリ」で紹介されました

お問合せ・資料請求は(受付時間:午前9時~午後5時/水曜定休) 七里ガ浜 樹木葬 **0120-240-500** 株式会社ココ・プランニング 〒160-0023 東京都新宿区西新宿 4-32-13-103