

上質で自由な時間を過ごす

Kamakura

vol.11

3

March 2020

Lien 鎌倉

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

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、絆を大切に素敵なお出逢いがありますように...



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。

— 基調講演 —
12:00 ~ 12:40



吉井文均先生

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。パーキンソン病をはじめとし、脳卒中から認知症まで、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

知る聞く学ぶ! 終活に役立つ情報満載

セカンド ライフ セミナー 開催

in Kamakura

参加無料
入退場自由
3/10

1番 江の島アイランドスパ
9:50~10:40

未病改善

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」

江の島アイランドスパ 健康運動指導士、温泉利用指導者 岩瀬航介さん



2番 10:55~11:45

マネー設計



3番 加島美術
13:10~14:00

美術品の正しい継承・売却

後悔のない美術品の相続、売却や
修復の業者選び

加島美術 代表取締役 加島林衛さん



4番 アンバー・アセット・マネジメント
14:10~15:00

投資の選び方

“投資信託・株・債券・ラップ”で
なぜ失敗するのか?

アンバー・アセット・マネジメント 吉田健司さん



セミナー予約受付中

来場予約者プレゼント

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

※画像はイメージです

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。

Lien ウェブサイトの応募専用フォームからお申し込みいただけます。



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

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)

記事名「日」の種別を「セミナー」に変更してください。お問い合わせ ☎ 045-680-1094

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



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。

玉木歯科医院

藤沢市南藤沢18-1 エバース第10藤沢ビルII 4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



「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、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おります」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)。

現地見学会随時開催中

参加無料・要予約

高齢者向け住まいの種類や特徴などから、分かりやすく教えてください。遠方に住む親を、地元へ呼び寄せたいと考える子ども世帯が訪れるケースも多いそう

サービス付き高齢者向け住宅「マストクレリアン鎌倉」

アクティブシニア必見 自分らしい人生が待つ住まい



礼金・入居一時金・更新料不要、6階は子育て世代のファミリー向け一般賃貸住宅で、多世代の交流ができる環境



鎌倉市大船5-2-26 大船駅からバスで約5分、「大船住宅前」徒歩約1分

申し込み・問い合わせ イチイ シニア事業部

9:00 ~ 18:00 日曜日、第2第3水曜日休

☎0120-117-258

グランドマスト

過剰に干渉されない自由な暮らしに安心、安全、心地よさをプラスアルファ 「家に縛られず頑張りすぎない、自分らしく自由な生き方を選ぶ方が増えています。まさにこれに見合う理想の住まいです」と積和グランドマスト株式会社の前田さんが語るのが「マストクレリアン鎌倉」。大船駅より徒歩13分、買い物や遊びにも便利で静かな住宅街



B-2タイプの間取りの一例。間取りはA~D・12タイプ

一方生活相談や安否確認、緊急時対応などシニアの不安に寄り添うサービスも。レストランでの食事(朝・夕食予約制)も可能で心身の負担も軽減できます。また将来介護が必要になった場合、在宅介護サービスを利用し住み続けることができ、分らない暮らしを送りたい方、是非一度お気軽にお問い合わせを。

おひとり様から参加可能!

Anda杯 in 葉山国際カンツリー倶楽部

自然と一体化するラウンドは気分爽快!



— 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: 新ベリア方式 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: 葉山国際カンツリー倶楽部 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より約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



景品例 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/



物置や押入れに眠っている古い物 ホコリだらけでもOK

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

見積無料

古道具・骨董品 古ければガラクタクでも構いません

(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

加齢による爪トラブルを解消し美しく

爪健美庵鎌倉店 リニューアルオープン

50歳からの指先ケア専門店「爪健美庵」藤沢店が移転して3月1日(日)鎌倉

- ①透明ハードジェルで爪を強化・保護コース(約80分) 爪の形を整える+甘皮処理+透明ジェル
②トータルフットケアコース(約80分) 足湯+正しい爪切り+甘皮処理+足裏角質除去
③トータルハンドケアコース(約80分) 爪の形を整える+甘皮処理+ピーリング+マッサージ+パック

男性もオーケー!ご夫婦での来店も歓迎です。



爪健美庵 鎌倉店

鎌倉市雪ノ下1-2-8

10:00 ~ 19:00

☎0467-53-8086

爪健美庵 鎌倉店

倉にてリニューアルオープン。目的別のコース(一律8000円)で手足の爪を正しくケアし、美しく健康的な指先へと導きます。爪の縦溝、足裏のタコやかかとのヒビ割れなど指先のトラブルは何でも気軽にお問い合わせを。



とある歯科医の独り言

Vol.11

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」の千原晃院長。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

「あいうべ体操」で自己免疫力強化！

人間の免疫力は、日々の心がけで高めることができます。この時期だからこそ「自己免疫力」の強化は重要です！ その一つとして、口腔内乾燥を招く「口呼吸」を、「鼻呼吸」の習慣に導きましょう。呼吸法を改善することで、ウイルス感染や口臭・虫歯など、さまざまな疾患のリスクを抑えることができます。そこで注目されているのが口元の体操「あいうべ体操」で、口をしっかりと大きく「あ・い・う」と動かし、「べ」で思い切り舌を出すというもの。これを食後に10回、一日30回程続けると、舌力

がつき、自然と口を閉じられるようになります。インターネットでも多数紹介されているので、検索してみてください。今回は、口周囲の筋肉と免疫力について伝えたいと思います。

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
● 月夜夜夜夜夜 9:00~12:30 13:30~18:00
● 休・回・回

湘南鎌倉歯科・矯正歯科 Facebook や Instagram も随時更新中



湘南エリア地域密着の同社。見積もりは無料です

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

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」

リズムペイント
● 鎌倉市寺分214-10、駐車場あり
● 9:00~19:00 (電話受け付け)
日曜定休 リアン鎌倉を見たとお電話ください
https://www.rhythmpaint.jp/
☎ 0467-53-8411
リズムペイント

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、工事後の10年、15年後を想像しながら仕事を進めます。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。同社は、「お値打ち・シリコン塗装仕上げプラン」。「省エネ・ガイナ塗装仕上げ」など、プラン化された外壁の価格設定も59万8000円からと明確。外壁塗装見極めのポイントには、「壁にツヤがなくなってきた」「外壁部分のひび割れが気になる」など劣化症状が見られる状態の時だそう。誰に依頼したらいいか悩んだときは相談してみてください。



春のお祝い、着物で華を添える

真の着付けをプロが伝授 大好評の500円レッスン

初心者でも気軽に学べる「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は好評です。3月の開催日は午前中に名古屋帯・午後には袋帯と、各レッスン500円で受講が可能。気軽に着付けの基礎をプロから学べます。レッスンは安心の少人数制で、着物を綺麗に着こなすポイントをおさえた細やかな指導も人気の理由。「基礎を実践で身に付けたい」という初心者の方はもちろん「苦手な着付けを学び直したい」という方にもおすすめです。20代から70代まで幅広い年齢層の方々が楽しみながら学ぶことができ、今までの着付けのポイントを重点的に学べたという参加者の声も届いています。行事ごとの多い春のシーズンはすぐそこ。卒業式や入学式、着物を上品に着こなして、大切な思い出に華を添えてみましょう。

ワンコインレッスン
日程：3月11日(水)
午前の部：10:00~11:30 基本の着付け「名古屋帯」
午後の部：13:00~14:30 基本の着付け「袋帯」
場所：逗子市市民交流センター2F (生涯学習スペース) 第6会議室和室
料金：1レッスン500円
持ち物：着物一式
着物や帯の無料貸し出しもあります
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
要予約 Instagram みてね！



元氣な若いスタッフがお待ちします

月1回のプロの清掃を！

月々2700円で浴室・トイレをキレイに維持！

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)約3時間。対象地域は葉山・逗子・鎌倉・藤沢です。お問合せを。

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 1,080円
= 2,700円 / 1回
オーペックス
☎ 8:00~17:00 不定休
☎ 0120-026-851

藤沢市にあるリフォーム専門店
TECS
http://tecs-reform.jp/
快適な住まいのお手伝い
増改築・水廻り・電気・ガス機器
株式会社 TECS(テクス)
☎ 0466-50-5550
藤沢市弥勒寺2-1-6 小倉ビル105
3/15日 クリナップ株式会社
10:00~16:00 藤沢ショールームにて
キッチンも洗面台も
ユニットバス
イベントにいらした方には素敵な特典も
予約不要 リフォーム相談会

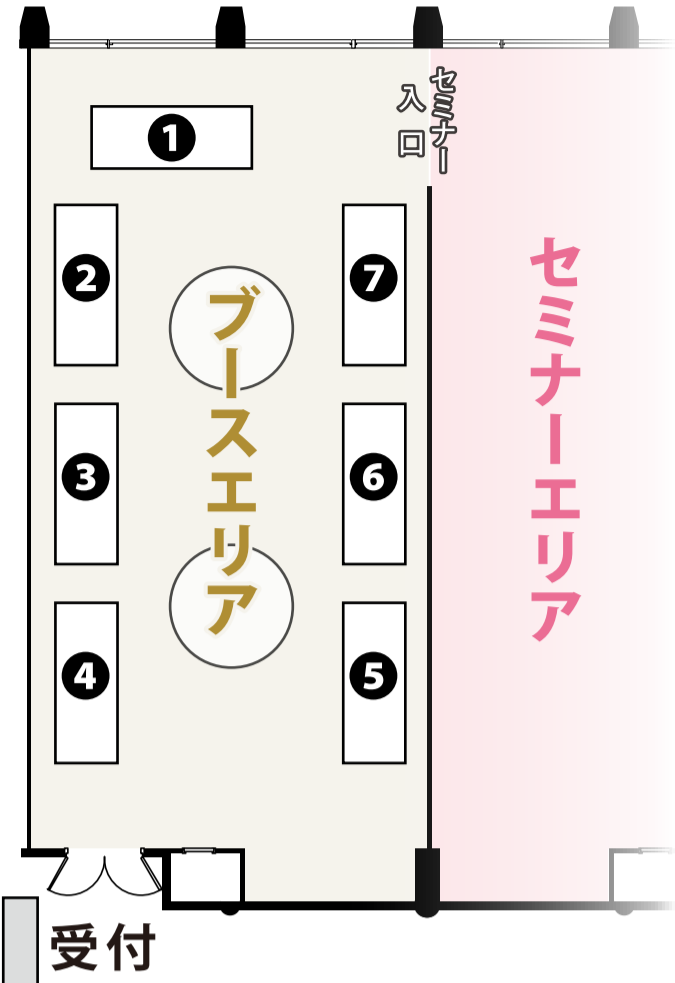
「親の婚活」参加無料説明会
わが子の結婚の後押しに！
今年こそ、わが子に幸「最近の結婚事情がよく分かった」「親の婚活の子どもが始めないと、現状誰かが始めないと、意味を失った」など、毎回が急になること、他人が勝手にお世話をしてくれる時代でもありません。結婚情報サービス会社「ブライダル 湘南支社」では、親向けの無料婚活説明会を開催します。対象は、大卒以上の男性か、専門・短大卒以上の女性を子どもに持つ親。
ブライダル 湘南支社
☎ 藤沢市藤沢462、日本生命藤沢駅前ビル10階(藤沢駅北口徒歩2分)
☎ 10:00~20:00 (土・日曜・祝日は18:00まで) 祝日を除く月曜定休
☎ 0466-27-5001
親向け説明会
予約制・無料
開催日時 3/8(日)、11(水)、14(土)、19(木)各日14:00から
予約申込み 電話かホームページから(株)ブライダル 湘南を検索して、予約申込みもできます

藤沢ミシン 決算SALE 3/1日 31日
人気ミシン勢揃い！
洋裁用品もおトクな在庫一掃大バーゲン
藤沢ミシンでミシンを購入すると...
● 5年保証付き ※メーカー保証含む ※機種によって1年保証もあり
● ミシンの使い方無料講習あり
● 洋裁教室に無料で参加できる
● 商品が特別価格に など特典多数！
洋裁教室なども開催！
くわしくはホームページを
藤沢ミシン 検索
現金購入なら 当店店頭価格より 15%OFF!
カードご利用なら 当店店頭価格より 10%OFF!
※一部対象外商品あり
※一部対象外商品あり
キャッシュレスなら更に5% 消費者還元がプラスになります
布・ニット・糸・ミシン部品
洋裁道具・洋裁材料など...
10~30%OFF
※一部対象外商品あり
縫製機械整備技能士のいる店
国内外問わず全メーカー正規代理店
Sewing Master 手作りクラブの 藤沢ミシン 鎌倉店
http://fujisawa-misin.com/ 10時~19時 水曜定休
ご愛用のミシンの修理も承ります ※要問合せ
☎ 0467-22-1511
藤沢店 ☎ 0466-27-1151 10時~19時/年中無休
平塚店 ☎ 0463-21-0541 10時~19時/水曜定休
横浜西口店 ☎ 045-320-3266 10時~19時/年中無休
通販サイト Sewing shopフジミー http://sewingshop.jp/

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出展ブース紹介

各ブースでは担当スタッフと直接話ができ、ブースによりミニ講座や個別相談といったお得な特典も！興味のある分野に触れ、今後役立つ情報を知る絶好のチャンスです。



1 POLA
ハンドトリートメント&お肌の何でも相談会。
ブースに来られた方全員に話題の「シワ改善美容液」サンプルプレゼント！

2 ライフプラザパートナーズ
FPによる無料個別相談 20分 / 15分のミニ講座
「エンディングノートの書き方ワンポイント講座」
13:00 14:00 15:00 5名定員 先着順・予約も可

3 江の島アイランドスパ
個別相談のほか血管年齢測定体験もあり

4 ベネッセスタイルケア
湘南エリアを中心に、さまざまな有料老人ホーム
をご紹介。各ホームの違い・お一人お一人に合った
選び方などを詳しくご説明します

5 加島美術
「美術品の無料査定・買い取り相談会」実施。作品
持ち込み、または作品画像の持参を(一人20分)

6 アンバー・アセット・マネジメント
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

7 七里ガ浜樹木葬
樹木葬から葬儀まで七里ガ浜オリジナルプランの
提案をしてくれるので相談を

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。

Lien ウェブサイトの応募専用フォームからお申し込みいただけます。



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

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)

先着 10 人に無料進呈



先着 10名様限定

今、築10年、鎌倉市で家の塗装を考えている方へ 「外壁塗装ガイドブック」を無料プレゼント！

すでに過去4209人が参加しているセミナーの様子。この内容も本に含まれています。



業者選びの基準が分かる
7つのチェックポイント

春は「うちの家も」と塗装を考える人が増える季節。しかし「同じ工事内容なのに50万円も差がある」や「工事後はまったく来ない」などの話が後を絶ちません。「お金をかけたのに、1年ではがれてきた」という声も。

そこで、業者選びで抑えるべきポイントを、国際規格ISO9001(品質マネジメントシステム)を認証取得しているユーザーコミュニティが、本にわかりやすくまとめました。

①信頼できる業者の見極め方とは？
②その会社を知る「魔法の質問」とは？

写真や事例が多くとても読みやすいと評判。この一冊で業者の見極めのポイントが簡単にわかります

お申込はこちらから

☎ **0120-81-0344**

受付時間 9:00～19:00 (土・日曜、祝日も受け付けています)

ユーコーコミュニティ株式会社

〒横浜市戸塚区上倉田町507-3、4階

▼30秒でカンタン！ QRコードから申込み OK



今回は「リアン鎌倉」読者先着10人にごの本を無料進呈。確かな知識を得るために、まずは一読しては。

数量限定なので希望者は今すぐ電話で左記まで問い合わせを。

読者の声の一部

・工事が終了した後、この本を知ったので、もっと早く読めば良かった。(M・A様)

・どの会社が良いか困っていたので、業者選びに参考になった。(Y・K様)

・実例や写真が多く、とても分かりやすかった。(S・N様)

③依頼時のチェックすべきポイントとは？
など一般の書籍や雑誌では入手できない情報が満載です。
この本を読まれた読者の声をほんの一部紹介すると：

顕証寺墓苑 七里ガ浜 樹木葬

アンコールフェア

令和2年3月1日(日)～5月31日(日)までのご契約で 特別価格にてご提供

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 **332,000円**
(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 **465,000円**
(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 **569,000円**
(1霊あたり 189,677円に)



樹木葬式 永代供養墓

凜 BIN 2霊納付 永年供養 44万円
輝 KAGAWAKI 4霊納付 永年供養 66万円

※上記金額他、諸費用がかかります。

他では見つけることのできない「THE 湘南」の特等席にあるミニ霊園です。

NHK「ネタドリ」で紹介されました

江ノ電「七里ヶ浜」駅から徒歩3分。国道134号線沿い。

【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

お問合わせ・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

検索

☎ **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

