



## 眼下に広がる相模湾を眺めながら ホテルのような住まいでセカンドライフを

今年6月、開設5周年を迎えた「葉山うみのホテル サービスレジデンス」。ホテルに併設されたデザイン性の高い同施設は、要支援1から要介護5までの人が入居でき、看取りまで対応しています。今回は、5周年を迎えた施設への思いを施設長・渡邊貴輝さん、副施設長・門倉将大さんにインタビュー。併せて、シニア施設の情報収集をする人に向けた「プロ目線の施設選びのポイント」も聞きました。

「2050年問題」といわれる超高齢化社会に向け、湘南エリアでもシニア施設のニーズが高まっています。百聞は一見に如かず。自分に(家族に)合った施設を見つけるためにいろいろな見学会に出かけて、これからの暮らしについて考えてみませんか。



①ホテルのようなエントランス ②～④美しい調度品に囲まれた施設内 ⑤ブック&アートラウンジにはたくさんの書籍が ⑥ラウンジでの一コマ。ラウンジでは、出張ネイル、パンや婦人服の出張販売、音楽会や、セラピードックの訪問など、外出しなくても楽しめる、多彩な行事やイベントが毎月定期的で開催されています

その人に合った、ほどよい見守りと自由の中で、  
きめ細やかなサービスを提供しています

住宅型有料老人ホームと一言で言っても、100室以上の大規模なものから、小規模のものまでさまざま。「葉山うみのホテルサービスレジデンス」は定員65人の中規模施設です。「中規模施設のメリットは、施設長など管理をする立場の人間でも、入居者やご家族をすべて把握できることではないでしょうか。またスタッフ全員、一人ひとりの情報が頭に入っていることで、機能性を保ちつつ、きめ細やかなサービスを提供できることは大きな特長です。介護サービスについても、(入居者が)やりたいこと、実現させたいことを汲み取りやすくあります。当施設の場合、併設しているホテルの人工温泉が利用できたり、オーシャンビューのラウンジで思い思いの時間が過ごせたりなど、施設が充実しているのも、中規模以上の施設ならではのメリットでもあります。」

施設選びには、入居条件の事前確認も大切だそう。

「当施設は、要支援1から要介護5まで入居できます。どんなタイプの施設に入居したいのか、どんな暮らしをしたか、どんな暮らしをしたか、事前にイメージしておくことはとても大切です。当施設には、要介護5までさまざまな入居者がいらつしやいます。その人その人にあった程よい見守り、程よい自由度を心掛けて

「葉山うみのホテル サービスレジデンス」では、下記の日程で開催5周年記念企画イベントを開催。眺望や空間を体験して、理想の生活を現地で思い描いてみませんか。当日は、専門スタッフがさまざまな介護相談のつてくれるコーナーもあります。

※介護サービス同グループによる訪問介護や併設サービスのこと

「葉山うみのホテル サービスレジデンス」では、下記の日程で開催5周年記念企画イベントを開催。眺望や空間を体験して、理想の生活を現地で思い描いてみませんか。当日は、専門スタッフがさまざまな介護相談のつてくれるコーナーもあります。

### 施設紹介 ホテル複合施設 住宅型有料ホーム 葉山うみのホテルサービスレジデンス

横浜横須賀道路「逗子IC」から逗葉新道を車で10分。「葉山うみのホテル」に併設されたオーシャンビューの住宅型有料老人ホームでは、開設から5年、入居者に「より優雅で快適な暮らしの提供」を追求してきました。

24時間365日スタッフが常駐し、訪問診療も月2回実施。現在は、60～101歳の60人が暮らしています。最上階にあるオーシャンフロントのダイニングでは、毎日海を眺めながら食事が楽しめます。



〒251-1 三浦郡葉山町堀内251-1 駐車場あり。JR横須賀線逗子駅から「葉山一色(海岸通り)」行きで「清浄寺」下車徒歩30秒

### check! 介護のプロが教える施設選びのポイント

情報収集は、ネットやパンフレットだけに頼らないことが大切です!

施設選びは、インターネット情報やパンフレットに頼らず、必ず見学会に行きましょう!また、見学会は可能な限り本人が参加を。隅々まで見学し、自分に「合うかどうか」、そして暮らしたときのイメージがつかどうか、施設選びの決め手になります。

渡邊貴輝 施設長

見学会では職員の対応、入居者の表情をチェック!

施設のハード面も大切ですが、見学会では、スタッフの対応や、実際に入居している人の表情を観察してください。見学会はソフト面を客観的に見られるチャンスです。

門倉将大 副施設長

### Message ホテルのような住空間で 快適に過ごしていただくために

入居者に必要な介護サービスも提供しつつ、ご家族と一緒に時間を大切にできる、それがホテルとの複合施設である利点です。当施設のコンセプトは「ホテルのような住空間とおもてなし」。室内の調度品など空間デザインにもこだわりを持っていますので、「老人ホームにお世話になる」という気持ちではなく、ホテルのような空間で「暮らす」という気持ちを持っていただけるよう、スタッフ一同、真心のこもった温かいサービスを提供しています。



施設長 渡邊貴輝さん (介護福祉士)  
副施設長 門倉将大さん (介護福祉士)

### 誰でも参加OK 開設5周年記念企画 サックス演奏会と施設見学&個別介護相談会

7/27(日)  
14:00～15:00 演奏会(ドリンク付き)  
15:00～15:30 施設見学会(予約不要)  
15:00～ 個別介護相談会(要予約)

【演奏会 概要】  
ストリートミュージシャンの草分け、サクソプレーヤー、三四郎による演奏会(ドリンク付き)。懐かしの映画音楽から歌謡曲、ジャズまで幅広いジャンルを演奏します。

【施設見学会・個別相談会 概要】  
演奏会後、施設スタッフが施設を案内します(予約不要)。同時開催の個別相談会では、入居相談はもちろん、介護サービスについて、在宅介護相談など介護の悩みを個別に相談できます(要予約)。



サクソプレーヤー 三四郎

申し込み・問い合わせ

ホテル複合施設 住宅型有料老人ホーム 葉山うみのホテルサービスレジデンス

☎046-854-9202

☎受け付け 9:00～18:00

詳しくは同施設 ホームページへ



【葉山うみのホテル サービスレジデンス 物件概要】 所在地/神奈川県三浦郡葉山町堀内251-1 交通/京急線「逗子・葉山」駅または、JR「逗子」駅からバス「清浄寺」下車、徒歩1分 類型/住宅型有料老人ホーム 建物の構造・規模/鉄筋コンクリート造地上6階地下1階建 敷地面積/2,288.12㎡ 延床面積/4,436.24㎡ 土地の権利形態/所有権 建物の権利形態/賃借権 居住の権利形態/利用権方式 利用料の支払い方法/月払い方式 総戸数/全58戸(定員65名)(シングル13.75㎡～15.12㎡、ツイン30.25㎡～32.32㎡) 入居時の要件/概ね65歳以上で要支援または要介護1～5 月額費用/賃料8万2000円～、水道光熱費4万7300円、食材費4万8600円 介護が必要になった場合、在宅サービス利用可 事業主体/シマダリビングパートナーズ(株) 本社所在地/東京都渋谷区代々木3-22-7、新宿クイントビル 14階 広告有効期限/令和7年7月31日

7/5(土)から営業スタート! 「大磯ロングビーチ2025」まもなく開幕

### はじける! 飛び込む夏! プールリゾートで夏の思い出を



料金は曜日や時期によって異なる「料金変動制」。平日利用がよりお得に(料金などはHPで確認を)。写真はウォータースライダー

都心から約1時間。全長約1kmのウォーターワールド「大磯ロングビーチ」の夏がやってきます。今年の営業は7月5日(土)〜9月15日(月・祝)の73日間。湘南最大級のレジャープールリゾートには1周約500mの流れるプールや、全長140mのウォータースライダーなど、全9種類のプールエリアが。期間中はライフガードによる水泳教室や、1等賞で金メダルがもらえる水泳大会も開催されます



ゴムボートや浮き輪でのんびり! 1周約500mの「流れるプール」

大磯ロングビーチ  
〒中郡大磯町国府本郷546  
◎9:00~17:00  
7/5(土)~11(金)と、9/8(月)~15(月・祝)は10:00から  
☎0463-61-7726  
大磯ロングビーチ



応募締切 7/11(金)まで

読者プレゼント ペア5組10人

大磯ロングビーチ入場招待券をペア5組10人にプレゼント!



<応募要項> ①今号でよかった記事 ②紙面やWEBで紹介して欲しいこと ③あなたの知っている「湘南のとおきネタ(こんなすごい人がある!こんな穴場がある!など)」を教えてください ④今興味があることや知りたい情報を教えてください ⑤リアンの感想や意見 ⑥氏名 ⑦年齢 ⑧性別 ⑨住所 ⑩電話番号を明記し、WEBサイトから応募を

応募方法

右記二次元コードから読み込み、もしくは「リアン鎌倉」プレゼント から

【応募締切日】7月11日(金) ※重複応募は無効になります



いただいた個人情報は、プレゼント発送のみに使用します。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、プレゼントの発送をもって代えます。

地域密着の歯科医院が鎌倉小町通りにオープン

### トラブル回避のインプラント治療は経験と実績を見極めて



院長・歯科医師 木村文彦 代表  
東京医科歯科大学歯学部卒業、スウェーデンイエーテボリ大学インプラント研修修了。ワンラプデンタルクリニック(横須賀市)、オールスマイルデンタルクリニック(横須賀市)理事長。  
所属学会:日本臨床歯周病学会・日本歯周病学会・日本歯内療法学会ほか

昨年11月、鎌倉の小町通りにオープンした歯科医院「ハチマンデンタルクリニック」。「失った歯の代わりとなるインプラントは、思いもよらぬトラブルが起きる場合も。また、周辺の歯茎や骨に炎症が起きてしまうインプラント周囲炎も問題になっています。インプラントは手術前にリスクを分析して治療にあたるのが一番大切です」と木村文彦院長。インプラント治療を考えている、治療トラブルで困っている人は気軽に

に相談してみてもいい。現在、インプラント無料相談実施中。参加者には「インプラント丸わかりガイド」をプレゼント。古都鎌倉らしい、和テイストの院内。入口には暖簾(のれん)も



ハチマンデンタルクリニック  
〒鎌倉市小町1-6-6 DAIKI 2階  
◎9:00~13:00/14:00~18:30 (土曜は16:30まで)  
火・日曜・祝日休診  
予約制※初診はHPからも予約可能  
☎0467-53-9674  
ハチマンデンタル



# セカンドライフセミナー ~シニアの住まい選び編~ in 新宿

定員50名《予約制》/参加無料

新宿にて初開催!

## 大好評のセカンドライフセミナー

当日は、シニアの暮らしや高齢者住宅相談の専門家である岡本弘子さんによる基調講演の他、様々な特長を持つ有料老人ホームの魅力を紹介。この機会に高齢者向け住宅について勉強してみませんか!



他の会場で開催のセミナー風景



7/7月 12:30 開場 13:00 開演

会場 京王プラザホテル 東京都新宿区西新宿2-2-1 新宿駅西口から徒歩5分 44階「アンサンブル」 都営大江戸線「都庁前」駅から徒歩1分

基調講演 13:00▶14:00

プロが解説、新常識! 元気に暮らすための有料老人ホーム選び

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



施設紹介 14:10▶15:10

- 住宅型有料老人ホーム エスペランサ伊豆高原
- 介護付有料老人ホーム 伊豆高原、湯河原(ゆうゆうの里)
- 介護付有料老人ホーム サンシティシリーズ
- サービス付高齢者向け住宅 他 ガーデンテラスシリーズ

終活と相続のまどぐち 「終活と相続のまどぐち」が身元保証などの相談を受付

個別相談 15:10~

セミナー聴講後、各施設の担当者が個別に説明・相談受付 ※コピー付き



主催/セカンドライフセミナー実行委員会(株式会社 産業) 〒220-0011神奈川県横浜市西区高島1-2-5横濱ゲートタワー3F  
協賛/医療法人社団 いずみ会(エスペランサ伊豆高原)/一般財団法人 日本老人福祉財団(伊豆高原、湯河原(ゆうゆうの里))  
株式会社ハーフ・センチュリー・モア(サンシティシリーズ)/シマダリビングパートナーズ株式会社(ガーデンテラスシリーズ)/株式会社終活のまどぐち

申し込み・問い合わせ

電話受付/月~金10時~17時(土・日・祝休み)

0120-57-0049

WEBからも申し込み可能 24時間受付



セカンドライフセミナー新宿 検索 https://lien-web.net/2nd-life-seminer-shinjyuku/

お申込みの際に①~⑦をお知らせください

- ①氏名 ②住所 ③電話番号 ④年齢
- ⑤参加人数 ⑥家族構成 ⑦申込番号【2005】

招待状を郵送します。先着順受付。お早めにお申し込みください!

※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

## 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 藤沢市鶴沼石上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、鼻水がのどに流れこむ症状を言います。のどのイガイガや不快感えん虫が続く人が多く、原因として副鼻腔炎であることが多いです。

《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
- 長く話すとき咳が出る
- 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

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。

- 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

Special Coupon 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 ※湘南レディス店は除く

有効期限 7/1(土)~7/7(月)

税抜1000円以上のお会計で お好きな商品1品を

20%OFF

湘南薬品

※一部医薬品、健康食品、調剤、指定コミ袋、カウンセリング化粧品など対象外品がございます。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帰ってください。 ※印刷・他割引との併用不可 ※湘南レディス店は利用不可。(Lien)

有効期限 7/8(火)~7/14(月)

税抜1000円以上のお会計で お好きな商品1品を

20%OFF

湘南薬品

※一部医薬品、健康食品、調剤、指定コミ袋、カウンセリング化粧品など対象外品がございます。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帰ってください。 ※印刷・他割引との併用不可 ※湘南レディス店は利用不可。(Lien)

有効期限 7/15(土)~7/21(月祝)

税抜1000円以上のお会計で お好きな商品1品を

20%OFF

湘南薬品

※一部医薬品、健康食品、調剤、指定コミ袋、カウンセリング化粧品など対象外品がございます。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帰ってください。 ※印刷・他割引との併用不可 ※湘南レディス店は利用不可。(Lien)

有効期限 7/22(火)~7/31(木)

税抜1000円以上のお会計で お好きな商品1品を

20%OFF

湘南薬品

※一部医薬品、健康食品、調剤、指定コミ袋、カウンセリング化粧品など対象外品がございます。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帰ってください。 ※印刷・他割引との併用不可 ※湘南レディス店は利用不可。(Lien)

### 健康コラム Vol.5 幼児期の口腔機能発育について②

「湘南鎌倉歯科・矯正歯科」による健康コラム。第5回は歯科技工士の千原さんが担当します。



当院では、乳児嚙下の残存や口腔習癖を早期に見出し、舌や口唇などの筋肉の正しい使い方を身につける筋機能療法(MFT)を実施しています。しかし、正しい舌の位置をわかりやすく習得することは難しく課題でした。そこで、舌を置くべき場所(スポット)を意識させる工夫を取り入れた装置を開発しました。

この装置は院内歯科技工士と連携し、患者さま一人ひとりの口腔内に合わせてカスタムメイドで作成しています。技工士の専門技術により、装着感や安全性にも配慮された効果的なトレーニングが可能です。実際の臨床では舌の挙上や鼻呼吸への意識づけがスムーズになり、MFT初期段階での指導効果が向上しました。保護者からは「家庭でも取り組みやすい」「子どもが楽しんで使ってい

る」といった声が寄せられ、継続の意欲にもつながっています。今後もより良い支援体制の構築を目指してまいります。

次回は、口腔機能発達不全症を早期に見出すためのチェック方法や注意すべきサインをご紹介します。

【湘南鎌倉歯科・矯正歯科】

☎0467-38-6010 鎌倉市苗田5-4-23 @shounankamakuradental



歯科技工士 千原 吉洋

「湘南鎌倉歯科・矯正歯科」で歯科技工士をしており、千原と申します。私の作成したものが患者さまの一助となれば幸いです」



7月は野に咲く「アザミ」がモチーフ。赤く繊細な花びらが魅力的です。日中の陽光が透過すると、美しい色彩と光の模様広がります。予約時には受講希望時間を伝えて

### 野に咲く「アザミ」がモチーフのステンドグラス

## 一日完結のステンドグラス講座 贈り物や部屋のインテリアに

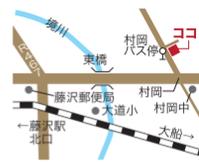
要予約 ステンドグラス講座 (各日先着8人)

開催日時 水・木・金・土 制作費 4950円(1人)

1日講座 作品を約3時間で完成する講座 時間 10:00~16:00 上記で都合のよい時間

ステンドグラス講座の一日完結講習で、「アザミ」をモチーフにした作品を作ってみませんか。受講時間は約3時間。作品をその日に持ち帰れる手軽な講座です。制作

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



費は受講料、材料費込み4950円と手ごろです(講座は予約制)。「誰でも気軽に作れる講座です。ものづくりの楽しさも味わえますし、達成感があります。贈り物に最適です」と講師。参加者はスリッパ、軍手、タオル、エプロンを持参して。

藤沢市にあるリフォーム専門店

# TECS

https://tecs-reform.jp/

きちんとお会いして きちんと直す。 シンプルなことを大切にしています。

キッチン・水廻り

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

Kamakura fm82.8 presents

## こまっちゃんが行く!! 第55回

鎌倉FMパーソナリティ こまつあかり

閑静な住宅街で地元民から愛され続ける

### 鎌倉からあげ「鎌あいな」

今年の「からあげグランプリ」弁当部門で最高金賞を受賞した「特製からあげ弁当 1180円」。大きめの唐揚げ5個に、食堂時代から人気の卵焼き、地元農家から仕入れる鎌倉野菜が彩りを加えます

6月28日(土) 10:00~10:30

Lien鎌倉タイアップコーナー

「こまっちゃんが行く」 「鎌あいな」店主 歌川暢浩さんが登場します

鎌倉エフエムを聴くには

- 右記二次元コードから視聴ページへ
- 「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
- 再生ボタン「▶」をポチリ!

番組公式HP

鎌倉からあげ「鎌あいな」 鎌倉市常盤355-9 湘南モノレール「湘南深沢駅」から徒歩10分 駐車場2台あり ☎0467-81-5082 定休日/日曜 [ランチ] 11:30~14:00 (13:30L.O) [テイクアウト] 11:00~14:00 (13:45L.O) 17:00~20:00 (19:45L.O) @kamaaina\_kamakura ホームページ

### 患者の想いに寄り添った治療実践

## 歯を残す最後の砦 「精密根管治療」

歯周病や虫歯など、人が歯を失う理由はさまざまですが、歯を残すためには専門性の高い技術が必要で、「歯を残す最後の砦」といわれる「精密根管治療」(自由診療)もその一つ。

藤沢駅から徒歩5分。歯学博士・玉木理一郎氏が院長を務める「玉木歯科医院」では、マイクロスコープや高倍率ルーペを用いた精緻な治療を実現しています。肉眼では見えない根管の入り口や亀裂を正確にとらえ、削る箇所を最小限に抑えることで歯を残せる確率が高まる、といえます。

「歯周病から根管治療まで「歯を残したい」という患者の想いに寄り添い、口全体の健康をサポートしています」と宮崎先生

玉木歯科医院

藤沢市南藤沢18-1 グレイシャスK南藤沢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 予約制※初診はHPからも予約可能

☎0466-29-5007

玉木歯科医院

「歯医者に行くのが苦手な方、ご自身の歯を大切にしたい方、お気軽にご相談ください」と話す宮崎さおり副院長は、精密根管治療をはじめ、う蝕、歯周病など幅広い治療に対応しています。

同院は、大病院と同等の評価を受け国から認められた数少ない「日本歯周病学会専門医研修施設」に指定されています。

大切なペットと一緒に眠れる

## 頭証寺墓苑 七里ガ浜樹木葬

江ノ電「七里ヶ浜駅」から徒歩3分 国道134号線沿い

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 頭証寺■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

集	集合墓式永代供養墓	1名ご購入のお客様	332,000円 (1霊 332,000円)	3名ご購入のお客様	569,000円 (1霊 186,677円)
凛	永代使用料+ 諸費用全て含んで	2名ご購入のお客様	465,000円 (1霊 232,500円)	4名ご購入のお客様	653,000円 (1霊 163,250円)

樹木葬式永代供養墓

凛 RIN 2霊納骨 永年供養 55万円より

輝 KAGAYAKI 4霊納骨 永年供養 77万円より

※上記金額他、諸費用がかかります。

新区画増設

今月も\\プレゼント//をご用意しています!

読者プレゼントは  
こちら

Lien Web

https://lien-web.net/present/ 詳細はこちら

Kamakura

鎌倉  
Lien

https://lien-web.net/

発行・編集/株式会社産案  
発行エリア/鎌倉市・逗子市・藤沢市の一部  
発行部数/7万部

◆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 ☎03-5652-7166

DUSKIN お家を元気に!

家事お手伝いサービスは ☎0120-3-82820  
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

しまなみコットンシャツの  
苗植えから収穫まで

- 4月 ポッド作り(発芽)  
種をポッドに入れて発芽させます
- 5月 苗植え  
ポッドで育てた苗を畑に植え替えます
- 7月 摘心  
植物の茎の先端を取り除き、側枝の発展を促進させます
- 8月 支柱立て・開花  
雨や風の影響で倒れないように、支柱を立てて開花させます
- 9月10月 結実  
実を結んだコットンボールが弾けます
- 11月12月 収穫  
弾けたコットンボールから綿と種を抜き取り



総勢150人で開催された「コットン苗植え祭2025」。寒川東中学校の1年生、寒川町長、寒川町役場スタッフなどが超長綿の苗1000株を植栽しました。メーカーズシャツ鎌倉の活動は、愛媛県、滋賀県など全国5県でも行われています



スタッフからコットンの苗を受け取る中学生

繊維業界の国内自給率アップを目指し、寒川町でコットン栽培が本格稼働

国内縫製にこだわる“鎌倉シャツ”  
農業の課題解決を視野に綿花の栽培開始



5月21日(水)、神奈川県寒川町で「コットン苗植え祭2025」が開催されました(主催/メーカーズシャツ鎌倉)。

上質な素材と技術力の高い国内縫製で、優れた着心地とデザイン性を兼ね備えるシャツを作る「メーカーズシャツ鎌倉」(通称・鎌倉シャツ)の地産地消を推進する「超長綿」(「しまなみコットン」)の栽培を、愛媛県今治市で2023年、試験的に行ったことからスタートしたこの取り組み。収穫された「しまなみコットン」は、高級シャツに生まれ変わり、昨年から販売されています。

地元、神奈川県寒川町では、昨年4月に初めてコットン栽培を開始し昨秋収穫。今回の苗植え祭は2回目の開催です。

「綿花栽培を通じて、製造過程を知り、環境問題やモノづくりの理解を深めてもらうため、地域の学校での教育にも力を入れていきます」とスタッフ。生徒たちは、これから約1年をかけて、冬の収穫までを体験します。

今年栽培されるコットンは2026年秋頃、ドレスシャツとして本店店舗もしくは、鎌倉シャツHPで販売されます。

メーカーズシャツ鎌倉

鎌倉市雪ノ下3-1-31(本店)  
月~金 11:00~18:00  
土・日曜、祝日 10:00~18:00

☎0467-23-9522

鎌倉シャツ

Maker's | 鎌倉 | Shirt

2023年に収穫したコットンで作られた「しまなみコットンシャツ(1万3200円)」。左写真。なめらかな肌触りで着心地抜群。上写真はロゴ

「しまなみコットンプロジェクト」の発足には「綿花を栽培する」だけでなく、耕作放棄地問題、繊維業界における国内自給率アップという課題解決を目指すという思いがあったそう(写真は寒川町での「コットン苗植え祭2025」の様子)

動悸・息切れ・疲れやすさ・むくみ…気になるときは専門医療機関へ!



葉山ハートセンター 副院長  
心臓血管外科主任部長  
片山 郁雄 先生  
低侵襲心臓手術認定医、心臓血管外科専門医、外科専門医

「心臓弁膜症」の初期サインは  
見逃さずに適切な治療を

動悸や息切れ、むくみに悩まされていませんか。それは「心臓弁膜症」かも知れません。

高齢化とともに心臓の血液の逆流を防ぐ「弁」の機能が弱まると、心臓に負担がかかって肥大し、不整脈や心不全症状がみられるようになります。弁が正常に機能しなくなった状態を「心臓弁膜症」といいます。

葉山ハートセンターの片山郁雄医師によれば、「症状は、動悸、息切れ、胸痛、浮腫などさまざま。ゆっくり進行していくので気づきにくく、自覚症

葉山ハートセンター

三浦郡葉山町下山口1898-1  
8:15~11:30 / 13:30~16:00  
土・日曜・祝日休診

☎046-875-1717

葉山ハートセンター

▲7月の「公開医学講座」の詳細はここから

相原忠洋と考える

第2回 身体「再生」哲学

いつまでも健やかに生きるためのヒントを理学療法士と考えます

人は「お腹から」歳を取る!?  
~身体運動の基礎~

人は脚から歳を取る——歩きがふらつく、踵いて転ぶということは、脚の衰えとともに老いを連想させます。しかし身体機能の観点では、それが脚ではなく「お腹から」であるとわかります。生まれたばかりの赤ちゃんは3ヵ月で首が据わりますが、これはお腹の筋力で胸郭と骨盤を連結できるようになるから。ここで身体運動の基礎が構築されます。

相原忠洋  
リジュビネーションサロン鎌倉  
代表取締役 理学療法士  
相原 忠洋

近ごろ気になる些細な不具合…それは身体が発する“小さな声”。そんな時には遠慮なくご相談ください。

一方、筋力は30~35歳をピークとして毎年減少します。これはお腹も同じ。筋力が低下すると基礎となる骨盤の安定が失われ、脚を挙げる筋肉が働きにくくなり、結果として踵くこととなります。これが転倒・骨折の原因です。背筋を伸ばして椅子に座り、膝を曲げたまま片方の腿を挙げてみましょう。骨盤が傾くなら、すでに筋力低下の兆候が現れています…。

相原忠洋リジュビネーションサロン鎌倉  
理学療法士×看護師 完全予約制パーソナルコンディショニングサロン

「用の美」コース 「痛みケア」コース 「パーソナルリハビリ」コース

初回60分“身体精査カウンセリング”無料

☎090-3132-1173 鎌倉市由比が浜4-11-5 (江ノ電由比ヶ浜駅徒歩5分、松原庵さん近く) 営業時間 9:00~21:00 定休日 火曜日

湘南名物 7種のハーモニ à la carte ア・ラ・カルトセブン 七つの味の詰め合わせ

いろいろな入って人気です。

箱のなかには 味がいの 7種のおせんべい。

湘南名物 ア・ラ・カルトセブン

2枚×14袋 1,296円(税込)

販売店等については 湘南ちがさき屋 検索