



みんなの広場

編集・発行：今泉台町内会 鎌倉市今泉台4-6-13 3月号
TEL&FAX：46-4616
Eメール：imaizumidai4613j@yahoo.co.jp
ホームページ：https://imaizumidai.org/

★「6+Cafe」たより

「6丁目クラブ」から襷を受け取り、新たに「6+Cafe」（ろくプラスカフェ）として活動をしていきます。

多世代のコミュニティスペースとして、緊急時の避難場所として、

「あってよかった」と思っただけのような居場所づくりをしていきます。

どうぞよろしくお願ひいたします。

準備が整い次第、カフェをスタートします。詳しい内容なども、来月の

「みんなの広場」でお知らせする予定です。今しばらくお待ちください。



4月の予定

*寄り道ランチ 毎週金曜日 12時～14時

*映画サロン 4月20日（第3土曜日）

*なんでもジュエリー鑑定&相談 4月24日（第4水曜日）

横溝真珠(株)

コミュニティーカフェ 6+Cafe（今泉台6-14-1 移転しました!） ☎91-7300

★「ひだまり通信」

陽ざしに春が感じられる様になりました。桜、モクレン、こぶし春の花々が出揃い始めています。もう春ですね。

4月の予定（町内会館2F・会議室）

12日（金） 10:00～12:00 運営委員会

19日（金） 10:00～12:00 布ぞうり作りとおしゃべりサロン

布ぞうり手よりお口の方が動きます。どうぞ、のそいでみて下さい。

今月は「医療と介護」 お休みです。

すけっと会 並木 ☎46-2202



★ふれあい通信

ハラスメント と アサーション

私たちは誰からも尊重され、大切にしてもらいたい権利がある

この一言に尽きますが、昨今ハラスメントに関するニュースが散見されますので、今回はハラスメント対応について触れていきます。そもそもハラスメント (harassment) とは、「いじめ」「嫌がらせ」、広義には「人権侵害」を意味し、人格に関する言動などによって、相手に不快感や不利益を与え、その尊厳を傷つけることを指します。

対して、アサーション (assertion) は、「自己主張」という意味の単語で、相手と対等な立場に立って自己主張をするためのコミュニケーションスキル (相手との情報共有や意思疎通を円滑に行うための能力や技術) を指します。アサーションは、相手の主張を否定せず、お互いの価値観を尊重しつつ、自分の意見を的確に言葉にする方法です。

たとえ自分の考えや価値観が相手と違っていても、代替案や提案等をもって、お互いが不快にならず過ごせることが、望ましい関係づくりに繋がります。

参考文献：アサーション・トレーニング さわやかな「自己表現」のために

地域包括支援センター ふれあいの泉 ☎43-5977



★第7回健康ウォーク (名称変更：旧健康ハイキング)

健康ウォークの会

4月20日 藤沢と藤の花～フジロード散策のすすめ～

毎年初夏、4月～5月頃、藤沢市内の至る所で藤が開花します。薄紫の花房が薫風に揺れる様はとても優雅で美しく、日本のな雅やかさを感じます。



引地川と境川を抱き、河岸段丘や砂丘を土台とした藤沢の大地は、日当たりと水に恵まれ藤との相性がよく、古来より藤が数多く生育したと伝えられます。市の名前「藤沢」はもとより、「藤が岡」、「藤が谷」など「藤」が付く地区が少なからずあります。昭和45年10月1日には、市の花にも制定されています。

市のシンボルであるこの美しい花は、毎年シーズンになると、市内にあるほとんどすべての大きな公園で見ることが出来ます。藤の花を愛でながら、市内を散策してみるのはいかがでしょうか

- 日時：4月20日 (土) AM9:30
- 集合：大船駅ルミネ改札口
- 行き先：藤沢・瑞山藤園 (藤の名所) 他
- ルート：辻堂駅～バス～瑞山藤園～大庭城址公園 (昼食) ～長久保公園～バス～藤沢駅
- 昼食：弁当持参
- 難度：初級 (平坦ですが行程：約10kmくらい)
- 連絡先：田中 ☎080-8182-9280





★NPO (TSKI) 便り



■いずみステーション (北鎌倉台商店街 オリーブ薬局前)

- 毎週水曜、土曜の午後 13:00~16:00 いずみカフェ

コーヒー、紅茶、甘酒、ココア、スープ、ケーキ 全て 200 円。テイクアウトもできます。
(カップ代 20 円、マイボトル持参なら不要)

- 毎週金曜 9:30~14:00 ベジクラブ 新鮮な季節の野菜とお惣菜、スイーツなどを販売。500 円、1000 円の予約セットもあります。

- 上記以外の日はどなたでも利用できます。



NPO ホームページ：いずみステーションカレンダーをご確認の上、お問い合わせください。

<http://www.npotski.com/izumistation>

■いずみサロン (4 丁目 4-3)

- 楽器練習やミーティング、気の合う仲間とおしゃべり会、ギャラリー利用など コミュニティスペースとしてご利用ください。キッチン設備あり。ホームページをご確認のうえ、お問い合わせください。

問い合わせメールアドレス：npotski@gmail.com

■「今泉台リハビリ体操教室」開催のご案内

ストレッチ・コグニサイズ (認知症予防) と健康講座を毎月町内会館でやっています。
講師は理学療法士の成田慎一、申し込みは不要ですので是非ご参加ください。

- 次回開催日時：2024 年 4 月 6 日 (土) 13:30~14:30
- 場所：町内会館大集会室
- 参加費：無料
- 参加要件：65 歳以上



★第 10 回「今泉台文化祭」作品募集！

本年も 5 月 18 日 (土)、19 日 (日) の 2 日間、今泉台町内会館にて、今泉台町内会・NPO 法人タウンサポート鎌倉今泉台共催で「今泉台文化祭」を開催致します。

文化祭では園児から高齢者まで幅広い方々から作品を出していただき、展示会当日には、大勢の方々のご来場をお待ちしております。昨年は出展者数 95 人、来場者数約 400 人でしたが、今年は昨年以上の数字を期待しております。また、5 月 18 日 (土) には屋外でマルシェも予定しており、作品を見ながら青空の下で飲食を共にしていただき、住民の交流を深めたいと思います。

下記の通り文化祭の作品募集を行っておりますので、ふるってご応募下さい。

5 月 18 日 (土)・19 日 (日) 「今泉台文化祭」作品 募集要項

対象：一般及び小中学生

作品：絵画、写真、書道、手工芸品、生け花、盆栽、子供絵画、子供書道など。

募集締め切り：4 月 30 日 (火) ※作品の搬入は 5 月 17 日 (金) 10 時~12 時

申込み：町内会事務室 ※開催要領・申し込み用紙も町内会事務室まで

問い合わせ：☎080-5388-2709 (丸尾) ☎090-2223-1804 (柴田)



