

鎌倉「よもやま話」

No.3 2025年8月号

2025年8月2日(土) 発行

鎌倉「よもやま話」は鎌倉に関する情報を特定の話題にこだわらず発信しています。

行政サービス ご存じでしたか？

鎌倉市のクールシェアスポット

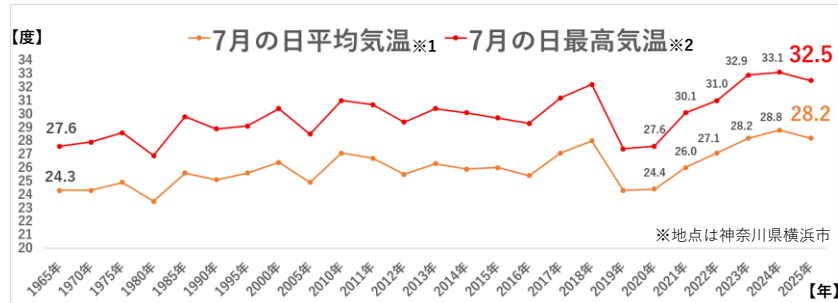
●クールシェアとは

クールシェアとは、複数のエアコン使用をやめなるべく1部屋に集まる工夫をしたり、公園や図書館などの**公共施設**を利用することで**涼をシェア**するなど1人あたりのエアコン使用を見直すことで、家庭などでの使用電力を減らし、夏場の節電促進や**外出時の熱中症予防**につなげようとする取り組みです。

出所：鎌倉市ホームページ「環境政策 クールシェアについて」
<https://www.city.kamakura.kanagawa.jp/kankyo/coolshare.html>

●日本はもはや亜熱帯？

猛暑が続きマスコミでも連日「異常気象」「ゲリラ豪雨」の報道が……。最近では35℃でもあまり驚かなくなっていました。気温の推移(下のグラフ)を見ても日本は確実に暑くなっています。



出所：気象庁ホームページ「過去の気象データ(神奈川県横浜市)」

https://www.data.jma.go.jp/sta/etn/index.php?pre_no=46&block_no=4708&year=&month=7&days=&view=

※1：日平均気温は1時から24時までの毎正時24回の観測値の平均
 ※2：通常は日最高気温のこと（日界は0時）

ページQRコード⇒



●たくさんあります！鎌倉のクールスポット！

鎌倉市にはたくさんのクールシェアスポットがあります。

公共施設18ヶ所 民間施設42ヶ所（右ページ参照）。

これらの施設を上手に活用してクールダウンしましょう！

出所：気象庁ホームページ「天気予報等で用いる用語 気温、湿度」

https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/yougo_hp/kion.html

ページQRコード⇒



強く・やさしく・美しい街 鎌倉の実現

発行者：鎌倉の未来を守る会

代表 柳田 幸輝（やなぎだ ひでき）

連絡先：090-2637-9918

：hideki.yanagida1@gmail.com

「熱中症」上手に対策クールダウン

●たくさんあります！鎌倉のクールシェアスポット！



民間施設 42ヶ所

【郵便局】大船郵便局、鎌倉郵便局、稲村ガ崎郵便局、雪ノ下郵便局、長谷郵便局、手広郵便局、由比ヶ浜郵便局、材木座郵便局、腰越郵便局、津西郵便局、浄明寺郵便局、西鎌倉郵便局、七里ガ浜郵便局、植木郵便局、大船三郵便局、小坂郵便局、深沢郵便局、台郵便局、岡本郵便局、梶原郵便局、今泉台郵便局

【湘南信用金庫】鎌倉営業部、大船支店、深沢支店・腰越支店、鎌倉駅前支店

【その他】スズキヤ西鎌倉店、ウエルシア薬局鎌倉岩瀬店、ハックドラッグ鎌倉店、ハックドラッグ鎌倉調剤薬局、もともちユニオン鎌倉店、みちテラス、花物語かまくら北、オアシス薬局深沢店、イトーヨーカドー大船店、FUJI大船店、ラポール西鎌倉店、西カマクラ薬局、深沢薬局、シーガル調剤薬局、特別養護老人ホーム雪のほころ、クオール薬局大船1号店、つばさ薬局

出所：鎌倉市ホームページ「鎌倉市のクールシェアスポット一覧」

<https://www.city.kamakura.kanagawa.jp/kankyo/coolshare-spot.html>

ページQRコード⇒



情報

熱中症を防ぐために知っておきたいこと

厚生労働省 熱中症予防のための情報・資料サイトより

暑さを避ける、身を守る

屋内では

- ・エアコン等で温度を調節
- ・遮光カーテン、すだれを利用
- ・室温をこまめに確認
- ・WBGT値(暑さ指数)も参考に

屋外では

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、こまめな休憩
- ・天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える

からだの蓄熱を避けるために

- ・通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

こまめに水分を補給する

室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分を補給しましょう

特に注意したい方々

子どもは体温の調節能力が十分に発達していないので、気を配る必要があります。

熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。
高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能がからだの調整機能も低下しているため、注意が必要です。

障害のある方も、自らの症状を訴えられない場合があるため、特に配慮しましょう。

熱中症が疑われる人を見かけたら⇒



ページQRコード

出典：厚生労働省「熱中症予防のための情報・資料サイト」

https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/

イベント

今後のイベント

- 8月 6日(水) : ぼんぼり祭〔夏越祭/立秋祭/実朝祭〕(鶴岡八幡宮)
～9日(土)
8月 7日(木) : スポーツチャンバラ体験教室(鎌倉青少年会館)
8月 8日(金) : Fly2Kids(フライフライキッズ)・8月の予定
8月16日(土) : 鎖大師御開帳(青蓮寺)
8月17日(日) : 新庁舎等の整備 市民説明会(8月17日開催)
8月18日(月) : 夏休み・子ども仏像教室「鎌倉国宝館で仏像を描こう！」
8月19日(火) : 鎌倉宮例祭(鎌倉宮)
～21日(木)
8月20日(水) : 総合防災訓練
8月21日(木) : 新庁舎等の整備 市民説明会(8月21日開催)
8月23日(土) : 新庁舎等の整備 市民説明会(8月23日開催)
8月24日(日) : ゆっくりリトミック(鎌倉青少年会館 研修室(大))

ダウン症または発達がゆっくりなお子さんと保護者対象
音楽に合わせて体を動かしたり、打楽器を演奏します。

- 7月5日～
8月24日(日) : 企画展「朝夕安居 大解剖! ～清方えがく、夏の暮らし～」
8月25日(月) : チャレンジピンポン
～27日(水)
小学3年生から小学6年生対象
3日間連続の、初心者向けの卓球教室です。ラケットの持ち方からラリーまで、楽しみながら基本を学びます。ラケット等お貸しします。
8月28日(木) : スポーツチャンバラ体験教室2(玉縄青少年会館)
9月 6日(土) : リユース品回収イベント(笛田リサイクルセンター)
再利用可能なものを市が回収します。回収する対象は110cm未満で、「次の人がそのままの状態です」です。
お受けできないものもありますので、詳細はホームページをご確認ください。
9月 7日(日) : 第一日曜日はCOCO SPO DAY!!

第1日曜日は【COCO SPO DAY!! ココスポ!】COCORUがまくらスポーツデイ!!
COCORUがまくらには、広場や大研修室でスポーツができます。
卓球、モルック、バドミントン、バスケット、バレーボール、サッカーetc。
そして、ダンスやヨガなどの体操も自由に楽しんでもらえます。
毎日自由に遊んでいる人たちも、ココスポの時には、他学校、多学年が、一緒にスタッフ、サポーターみんなと一緒に、ミニゲームをして遊びましょう!!

詳しくは下記QRコードからホームページでご確認ください。



出典：鎌倉市ホームページ「イベントカレンダー」

https://www.city.kamakura.kanagawa.jp/cgi-bin/event_cal_multi/calendar.cgi?type=2

：鎌倉市観光協会ホームページ「イベントカレンダー」

<https://www.trip-kamakura.com/calendar/>

「鎌倉の未来を守る会」

柳田 幸輝(やなぎだ ひでき) ホームページ

<https://hideki-yanagida.jp/>

