

かまくら

2019
3
vol.636

今月の主なニュース

神奈川県優良産業人表彰式を開催

CONTENTS

インフォメーション	4
当所後援・共催行事のお知らせ など	
部会だより	5
青年部 第66回通常総会・新年会を開催	
行政情報	6
働き方改革関連法順次施行のお知らせ 税務署からのお知らせ など	
中小企業サポート	8
中小企業景況調査 日本政策金融公庫の定例相談 など	
かまくら雑学入門	10
健康いちばん	11
会員紹介	11
会員事業所訪問	12
CAFÉ&PUB ROPE	

参加
無料

セミナー開催のご案内

第3回キャッシュレス決済導入説明会

—キャンペーンは4月末まで—

昨今ますます要望が高まっているキャッシュレスでの支払いについては、これまで端末機器購入費用と手数料率の高さが壁になっていましたが、当所は、この度藤沢商工会議所と連携して、クレジットカード、電子マネー、QRコードの3つの決済方式に対応できる端末機器を無料で入手でき、かつ、低い料率で決済サービスを受けられる大変有利な条件を整えることができました。

キャッシュレス決済の導入により大幅な経費削減にも

つながります。何と言っても端末機器が無料で決済手数料も低い率で導入できることは魅力です。

まだ内容をご存じない方のために第3回の説明会を開催しますので、ご参加ください。

- 日 時 3月28日(木)午後6時～8時
- 会 場 鎌倉商工会議所 会議室
- 申込み
問合せ 当所 ☎23-2561 FAX 25-0900

「Airレジを見て、触れて、便利さ体感型セミナー」

主催:当所 共催:(一社)鎌倉青色申告会 協力:鎌倉食品衛生協会

消費税引き上げと同時に今秋から実施される予定の消費税軽減税率制度。これに伴って「レジを新しくしなければならぬなあ・・・」と悩まれていますか。

「Airレジ」は、従来よりも少ない初期投資で導入できるPOSレジシステムで、利益拡大・業務効率化などの効果が期待できます。また、「消費税軽減税率対策補助金」を活用すれば、Airレジ周辺機器の初期投資の自己負担を抑えて導入することも可能です。補助金申請のための設備導入・支払い期限は2019年9月30日です。この

補助金は予算がなくなり次第終了してしまいます。今が補助金利用でお得に「Airレジ」を導入できるチャンスです!まずはセミナーにご参加ください。

- 日 時 3月26日(火)午後3時～5時
- 会 場 鎌倉商工会議所 会議室
- 講 師 杉本 隆太郎氏
(株)リクルートライフスタイル)
- 定 員 40名(先着順・定員になり次第締め切ります)
- 問合せ 当所中小企業支援課 ☎23-2563 FAX25-0900

販路開拓をお考えの小規模事業者の皆さまへ

「小規模事業者持続化補助金 説明会&申請書作成ポイントセミナー」

【小規模事業者持続化補助金とは】

持続的な経営に向けた経営計画に基づく、小規模事業者の皆さまの地道な販路開拓(例:看板やホームページ、チラシ作成など)の取り組みを支援するために、それらに要する経費の一部を補助する国の補助金制度です。この補助金の採択企業のうち、96%の事業所の売り上げが増加しています。

補助金の募集は3月開始見込みです(平成31年2月15日現在)。当日は最新の情報に基づき説明いたします。

- 日 時 3月19日(火) 午後3時30分～5時
3月27日(水) 午後6時30分～8時
※両日程とも同じ内容です
- 会 場 鎌倉商工会議所 会議室
- 講 師 当所経営指導員
- 定 員 各日40名(先着順・定員になり次第締め切ります)
- 問合せ 当所中小企業支援課 ☎23-2563 FAX25-0900

※同封のチラシ裏面には、採択された事業者の活用紹介を掲載しています

- 申込方法 参加申込書にご記入の上、FAXでお申し込みください(電話・メールでの申込み可)
詳細・申込みについては同封のチラシをご覧ください

神奈川県優良産業人表彰式 開催

当所関係者7名表彰される

第66回神奈川県優良産業人表彰式が2月5日(火)横浜情報文化センターにおいて開催されました。県下147名の優良産業人の方々が、神奈川県知事、神奈川県商工会議所連合会会頭連名の表彰を、上野会頭より受けられました。

この表彰は県内で企業を営む事業主または企業に勤務する従業員のうち、特に優れた方を表彰し、その功労に報いるとともに、商工業の振興を図ることを目的としています。

当所関係の被表彰者の方々は次の通りです。(敬称略)



大木 貞雄
(株)高崎屋本店



小島 皓二
(有)あかり



石井 正夫
石井正夫税理士事務所



安齊 正好
(有)力餅家



小嶋 淳志
鎌倉ロコマート&ガーデン



井上 靖章
鎌倉興業(株)かいひん荘鎌倉



鞍田 哲士
日建住宅(株)

鎌倉ビール醸造株式会社

JAPAN BREWERS CUP 2019 ピルスナー部門で1位を受賞

鎌倉ビール醸造株式会社は、1月24日(木)～27日(日)に開催された JAPAN BREWERS CUP (ジャンブルワーズカップ) 2019に初出品し、ブルワー(ビール職人)による「ビール審査会」にて、ピルスナー部門で1位を受賞しました。

今回受賞したのは「新しい製品づくりに取り組みたい」という若手スタッフからの提案で生まれた、ラガー酵母を使用した「特別醸造ピルスナー」。審査会はノーディスカッション・完全ブラインドテイスティングで行われ、ブルワーたちがこの日のために照準を合わせて造ったビールが出品されました。



賞状とトロフィー

同社醸造士の澤田直人氏(中央)

[写真提供 jbj.jp]

平成30年9月から平成31年2月までに当所が後援・共催した行事をお知らせします

i 当所後援・共催行事のお知らせ

実施日	行事名	主催	場所
9月1日	第6回津波が来る前に高いところへ逃げるプロジェクト	津波が来る前に高いところへ逃げるプロジェクト実行委員会2018	コペンローカルベース鎌倉他
9月1日・2日	湘南オープンウォータースイミング2018	NPO法人 湘南マリンオーガニゼーション	逗子海岸・片瀬東浜
9月23日	第26回鎌倉ノーギア・ベンチプレス選手権大会	鎌倉パワーリフティング協会	鎌倉市体育館
9月29日~12月23日	第13回鎌倉芸術祭	第13回鎌倉芸術祭実行委員会	市内社寺・教会他
10月1日	北鎌倉名刹マップ作成	北鎌倉の商観光を考える会	北鎌倉
10月5日~14日	第22回極楽寺・稲村ガ崎アートフェスティバル	極楽寺・稲村ガ崎アートフェスティバル実行委員会	極楽寺・稲村ガ崎地区
10月16日~28日 11月3日~11日	観光ART EXPO 2018 京都・鎌倉 最終章「結」-musubi-	NPO法人 観光ART EXPO	浄智寺・円覚寺他
10月18日~20日	湘南ひらつかテクノフェア2018	平塚商工会議所	ひらつかサン・ライフアリーナ
10月20日	第6回鎌倉じゃず祭~音のカーニバル~	鎌倉じゃず祭実行委員会	光明寺
10月21日	第40回鎌倉市民駅伝競走大会	鎌倉市陸上競技協会	七里ガ浜
10月27日・28日	鎌倉 海のアカデミア2018	NPO法人 ルートカルチャー	光明寺・材木座海岸
10月28日	かまフル祭	かまフル	Garden&spaceくるくる
11月9日	第1回鎌倉野菜と神奈川県産酒のタベ	鎌倉酒販協同組合・鎌倉小売酒販組合	鎌倉プリンスホテル
11月21日	鎌倉市内企業の就職面接会	鎌倉市・ハローワーク藤沢	鎌倉美術館ギャラリー
11月21日~25日	第46回鎌倉彫創作展	伝統鎌倉彫事業協同組合	鎌倉彫工芸館
12月2日	第41回優良生徒表彰式	鎌倉珠算振興会	当所
12月2日	企業xNPOx大学パートナーシップミーティング@逗子	神奈川県・(株)パブリックサービス	逗子文化プラザ市民交流センター
12月7日~9日	第21回MOA美術館鎌倉児童作品展	MOA美術館鎌倉児童作品展実行委員会	鎌倉生涯学習センター
1月24日	平成30年度湘南合同就職面接会	湘南合同就職面接会実行委員会	藤沢商工会館ミナパーク
1月26日	七里ガ浜桜プロジェクト「おでん広場」	七里ガ浜商店会	桜のプロムナード中央広場
2月2日~3月31日	第8回北鎌倉つるし飾りのある街	北鎌倉つるし飾り委員会	JR北鎌倉駅周辺

**第59回全国推奨観光土産品
審査会開催**

日本商工会議所・全国観光土産品連盟の主催による、第59回全国推奨観光土産品審査会が昨年11月28日(水)、中央区立産業会館において開催されました。

「全国推奨観光土産品審査会」とは、各地の優れた観光土産品を「全国推奨観光土産品」として推薦することにより、観光土産品の発掘・育成・振興などに寄与することを目的に毎年実施されているコンテストで、今回の出品申込点数は1,005点でした。

今回「全国推奨観光土産品」に認定されたかまくら推奨品登録事業所の商品はこちらです(推奨期間は2年間)。

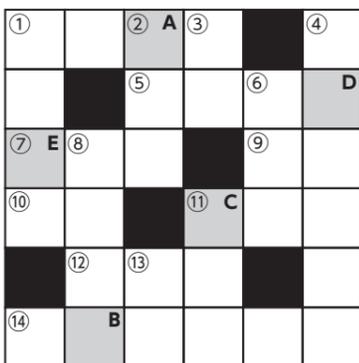
- 鎌倉せんべい(瓦せんべい) 【小松屋】
- 鎌倉スペアリブ 【鎌倉肉の石川本店】
- 葉山牛三昧 【鎌倉御代川】
- 葉山牛と三浦野菜の和風煮込仕立 【鎌倉御代川】
- 鎌倉ゆかりの「縁起の良い印鑑」 【鎌倉はんこ】

部会だより

各部会からの活動報告

**青年部
第66回通常総会・
新年会を開催**

青年部では、去る2月7日(木)鎌倉パークホテルにおいて、第66回通常総会・新年会を開催しました。総会では、平成31年度事業計画・収支予算が上程され、満場一致で承認されました。総会終了後は、来賓・青年部OB会の皆さまをお招きしての新年会を開催し、その席上で黒木次期会長から、次年度に対する抱負が語られました。



クロスワードパズル 問題

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

※解答は10ページ

- タテのカギ**
- ①口から水を発射し、獲物を狙う0000ウオ
 - ②布に薄い綿を挟んで縫い合わせる手芸の技法
 - ③お酒を飲むと回ります
 - ④取材記者がマイクを向けて何をします?
 - ⑥石でつくる古代の道具、○○○時代
 - ⑧立ち寄らずにスルー
 - ⑩大黒天はこの上に座っています
 - ⑬油絵用のキャンバス

- ヨコのカギ**
- ①引越し、家移り
 - ⑤感動するとコレが緩んで泣いちゃう
 - ⑦ココに手紙を投函
 - ⑨直立せずツルをのばす植物
 - ⑩「独活」と書く春の山菜
 - ⑪落ち葉や枝などを集めて燃やすこと
 - ⑫小さな川。童謡「春の○○○」
 - ⑭ブロッコリーとよく似た白い野菜

受けよう健診 守ろう健康!

- ・人間ドック
- ・生活習慣病健診
- ・一般健康診断
- ・特殊健康診断
- ・その他各種健診



一般財団法人 神奈川県労働衛生福祉協会

横浜市保土ヶ谷区天王町2-44-9 TEL045(335)6900(本部代表)
大和市大和東3-10-18 TEL046(262)8155(業務直通)
http://www.rfk.or.jp/

塗装・防水 工事は

見積無料 1962年創業 MISUNO 株式会社 ミスノ

☎ 0467(46)5304

鎌倉市大船 3-14-3 FAX 0467-43-3814
E-mail: info@misuno.com URL: https://misuno.com

ダスキンオークラ

- サービスマスター (エアコン等の専門おそうじ)
 - トータルグリーン (造園と庭木の管理)
 - メリーメイド鎌倉店 (おそうじ・家事代行)
 - 西鎌倉メリーメイド (家事おてつだいサービス)
- 鎌倉市山崎 ☎0467-38-4044 www.duskin-city.com

パソコンの事なら何でもお気軽にご相談ください

鎌倉西口駅前 コマビルB1 http://www.globe.sh

市外・携帯からは ☎0120-24-2947 0467-24-2947

おかげさまで創業70年 **KGグループ**

鎌倉江之島ハイヤー(株)
グリーンハイヤー(株)
鎌倉タクシー(株)
逗子葉山タクシー(株)

早朝予約 承ります

ジャンボ・福祉・お使い・観光 もお問合せ下さい

配車センター **0467-31-0101** URL http://www.gurin.co.jp

KAMAKURA PARK HOTEL

鎌倉パークホテル 0467-25-5121(代表) Restaurant Pergola 0467-25-5125
米糠 酵素 0467-25-5152 和がなもと 0467-25-5126

お知らせ
協会けんぽ加入者の皆さまへ

平成31年度の協会けんぽ神奈川支部の健康保険料率・介護保険料率は以下の通りとなります。



協会けんぽ神奈川支部 ☎045-339-5533 (代表)
〒240-8515 横浜市保土ヶ谷区神戸町134 横浜ビジネスパークイーストタワー 2階
HP <http://www.kyoukaikenpo.or.jp>

「第1回かまくら健康経営会議」大本山 建長寺 開催決定!
～大切な家族を支えるために、安心して働ける会社づくりを目指す～

社員の健康と働き方を大切に、経営の観点から「健康経営」に取り組む会社が注目されています。「健康経営」に取り組むことは、若い世代からは、働き甲斐を感じる魅力ある会社として、高齢者からは、いつまでも健康で、元気に働くことができる安心な会社として評価を受けることに繋がります。

また経営者の高齢化が進み後継者がみつからない会社では、経営者の健康問題が事業の存続を左右する最大の経営リスクにもなります。今、経営者自身が健康であり、社員の健康づくりに積極的に取り組む会社は、健康経営優良企業として、評価を受けています。

この度、わたしたち健康経営会議実行委員会は、鎌倉市と一緒に、「第1回かまくら健康経営会議」を建長寺で開催する運びとなりました。当日は、経済産業省 江崎禎英様とNPO法人健康経営研究会 岡田邦夫様を特別講師としてお招きするとともに、(株)井上蒲鉾店 牧田知江子様、湘南モノレール(株)尾渡英生様にも、社員が健康であることの大切さについてお話しいただきます。

今、日本中が注目する「健康経営」について学べる最大のチャンスです。ぜひ、ご参加くださいませ。

- 開催日時 2019年3月28日(木) 13時30分～17時
- 会場 大本山 建長寺 〒247-8525 神奈川県鎌倉市山ノ内8
- 参加費 無料 ※建長寺拝観料500円を個別にお支払いください。
- 定員 先着200名

当日の詳細・申込方法はこちら→



詳細は同封のチラシをご覧ください

鎌倉税務署からのお知らせ

●平成30年分各種申告書の提出期限と納期限

	提出期限	納期限	振替納税利用者の振替日(注)
所得税及び復興特別所得税	平成31年3月15日(金)	平成31年3月15日(金)	平成31年4月22日(月)
贈与税			
個人消費税	平成31年4月1日(月)	平成31年4月1日(月)	平成31年4月24日(水)

(注)振替納税の利用には、事前に届出が必要です。

●消費税軽減税率制度

消費税軽減税率制度のお悩み解決策…あります!

- 1 国税庁ホームページへ
- 2 説明会に参加!

【鎌倉税務署で開催する説明会】

開催日	開催時間
2019年4月11日(木)	①10:30～12:00
2019年4月22日(月)	
2019年5月21日(火)	②14:30～16:00
2019年6月11日(火)	
2019年6月24日(月)	

消費税軽減税率制度説明会の講師は…派遣します!

商店会や事業者団体の会合や勉強会で税務署職員が制度の説明を行います。詳しくは、下記の担当者まで連絡ください。

【担当者】鎌倉税務署 ☎0467-22-5591
法人課税部門 田島(内線361)
個人課税部門 松田(内線214)

※税務署の電話番号におかけいただいた後、自動音声に従って「2」を選択してください。

事業主の皆さまへ
「働き方」が変わります!!

2019年4月1日から
働き方改革関連法が順次施行されます

Point 1 施行:2019年4月1日～ ※中小企業は、2020年4月1日～

時間外労働の上限規制が導入されます!

時間外労働の上限について、月45時間、年360時間を原則とし、臨時的な特別な事情がある場合でも年720時間、単月100時間未満(休日労働含む)、複数月平均80時間(休日労働含む)を限度に設定する必要があります。

⇒時間外労働ができる時間数を設定し、労働基準監督署に届け出ていただく際の様式と記載例を厚生労働省HPにアップしました。

Point 2 施行:2019年4月1日～

年次有給休暇の確実な取得が必要です!

使用者は、10日以上年次有給休暇が付与される全ての労働者に対し、毎年5日、時季を指定して有給休暇を与える必要があります。

⇒時季指定の仕方など、具体的な付与の仕組みを整理した資料を厚生労働省HPにアップしました。

Point 3 施行:2020年4月1日～ ※中小企業は、2021年4月1日～

正規雇用労働者と非正規雇用労働者の間の不合理な待遇差が禁止されます!

同一企業内において、正規雇用労働者と非正規雇用労働者(パートタイム労働者、有期雇用労働者、派遣労働者)の間で、基本給や賞与などの個々の待遇ごとに不合理な待遇差が禁止されます。

「働き方」に関する詳細・お悩みは【相談窓口】へ

改正法の詳細は厚生労働省HP『「働き方改革」の実現に向けて』をご覧ください。
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000148322.html>

鎌倉・湘南の総合建設業

株式会社齊藤建設
☎0120-25-0567

火災保険は神奈川県火災共済で!

共済制度及び損害保険商品販売
火災共済 自動車共済

会員の皆様の安心と明るい未来のために

神奈川県
火災共済協同組合
〒220-0003 横浜市中区北仲通3丁目33番の2
電話 045 (201) 2727(代表)
FAX 045 (201) 6154

法人のみならず!毎月の固定費・通信費を見直しませんか?
ネットと電話をまとめておトクに!

驚きの月額…

【ご注意】※各サービスのご利用・解約、サービス変更には工事費/手数料/初期費用などが必要です。
(株)ジェイコム湘南 鎌倉局 ☎0120-914-000 AM9:00～PM6:00(年中無休)
※発信番号を非通知に設定されている場合は、0120の前に「186」をつけてお電話ください。※2017年12月末現在(一部除く)。※ご住所や建物によってはご利用いただけない場合があります。※会社名・製品名・サービス名は、各社の登録商標または商標です。一部申請中のものを除きます。

J:COM

横浜中華街 中国料理
華正樓
か せい ろう

●横浜中華街本店 ☎045-681-2918 (代)
●横浜中華街新館 ☎045-661-0661 (代)
●大仏前鎌倉店 ☎0467-22-0280 (代)

www.kaseiro.com

金融支援 **創業支援** **経営支援**

ICG 神奈川県信用保証協会

もっと身近に! 70年の感謝をこめて

おかげさまで 70周年

随時ご相談をお受けしています
藤沢支店 TEL: 0466(23)0792

家族の絆で神奈川を元気に **県民共済**

推進員がご説明に伺います。まず、お電話を!

お問い合わせ・資料請求
【業務推進部】 TEL 045-201-3039
平日 9:00～17:00(土・日・祝休)

神奈川県民共済生活協同組合 横浜市中区桜木町1-1-8-2 県民共済プラザビル

中小企業サポート

全業種業況は一部業種で一服感が伺えるが、ほとんどの業種で緩やかに改善している
 — 設備投資の取組みについても回復傾向にある —

当所では、年に4回、中小企業景況調査を実施しています。第59回中小企業景況調査(平成30年10月~12月)の結果は次の通りです。

〈調査結果の要約〉

全業種業況は一部業種で一服感が伺えるが、ほとんどの業種で緩やかに改善している

- 3カ月前と比べ好転↑ 製造業、小売業(最寄品)、小売業(買回品)、飲食業、サービス業
- 3カ月前と比べ横ばい→ 建設業
- 3カ月前と比べ悪化↓ なし

(3) 経営上の問題点(回答社数に対する比率)は、以下の順です。

- ① 需要の停滞 19%(42社)が最も多く
- ② 利用者ニーズの変化 17%(36社)
- ③ 単価の低下・上昇難 15%(33社)
- ④ 人件費の増加 14%(31社)
- ⑤ 人件費以外の経費の増加 14%(30社)と続いています。



※DI: Diffusion Index(ディフュージョン インデックス・景気動向指数)の略。
 各調査項目について、「増加」「好転」したなどとする企業割合から「減少」「悪化」したなどとする企業割合を差し引いた数値で、企業の景況感の判断に使用する指数

- (1) 全業種の業況判断DIは、▲4.0(3カ月前と比べて16.9ポイント増)と回復傾向が伺えるものの、3カ月前は▲20.8と再び低下見通しとなっている。
- (2) 設備投資件数は、28件(3カ月前と比べて8件増)となっています。その上位内訳は、機械設備10件、OA機器、車両運搬具、建物が各5件となっている。

金融対策には安心して 商工会議所のマル経資金を!

「経営を良くするために事業資金を借りたいが、担保も保証人もない…」といった小企業者の皆さんの悩みを解決するために設けられた国の融資制度です。鎌倉商工会議所の経営指導を受けている小企業者などの方が経営改善に必要な資金を、日本政策金融公庫より無担保・無保証人で融資を受けるものです。

- ・融資限度額…2,000万円 ※1,500万円以上のお申し込みには別途要件があります
- ・融資期間…設備資金は10年以内、運転資金は7年以内 ※設備資金7年以内、運転資金5年以内から延長されました
- ・利率…年1.11% (平成31年2月14日現在)
- ・資金使途…設備資金・運転資金
- ・担保、保証人…必要ありません

●融資対象者や添付書類など詳しい内容についてのお問い合わせは 当所中小企業支援課 ☎23-2563
 ●その他にも各種制度融資がございますので、お気軽にお問い合わせください。

日本政策金融公庫の [定例相談]

担当 日本政策金融公庫 横浜支店

相談日 3月20日(水)
 時間 午後1時~3時30分
 会場 鎌倉商工会議所 相談コーナー

前日までにご予約をお願いします 当所中小企業支援課 ☎23-2563

経営相談コーナー

平成31年度の税制改正についてポイントを教えてください。

A 平成31年度の税制改正では、中小企業向け設備投資減税の延長・拡充、個人事業者の事業承継税制の創設がポイントです。

中小企業向けでは、「中小企業経営強化税制」「中小企業投資促進税制」「商業サービス業等活性化税制」の3つが2年間延長されることにも、「中小企業経営強化税制」では働き方改革に資する設備(休憩室や食堂等の設備)の適用が明確化されます。また、災害への事前対策を促すことを目的とした「中小企業防災・減災投資促進税制」が創設されました。これにより、自家発電機や排水ポンプといった設備を導入した場合、通常の減価償却費に加え、20%の特別償却措置が可能となります。その他、所得800万円までの法人税率を19%から15%

に軽減する中小事業者等の法人税率の軽減の延長、「研究開発税制」の延長および拡充重点化、「地域未来投資促進税制」の延長拡充が行われます。一方、個人事業者の事業承継税制も創設され、事業用宅地や建物、機械装置、器具備品といった資産に係る贈与税・相続税について100%納税猶予されます。

それ以外にも、外国人旅行者向け消費税免税制度の簡素化、所在者不明土地の活用促進のため、に税制措置の創設、消費税率引き上げに伴う住宅ローン減税の控除期間の延長、自動車の保有に係る税負担の軽減、「消費税率の引上げに伴う価格設定について(ガイドライン)」の策定公表が予定されています。

専門家による無料相談 秘密厳守



■中小企業支援課では各専門家に委嘱して法律や経営の専門相談を無料で行っていきます。お気軽にご利用ください。なお予約制です。予め電話でお申し込みください。

■また、金融・経営・企業共済など全般にわたって、毎日、当所経営指導員が各種相談に応じていますので、お気軽にご相談ください。

■申込み・問合せ 当所中小企業支援課 ☎23-2563

区分	相談日	相談員	内容
法律相談	随時	弁護士 廣澤 幹久氏	取引上のトラブル、借地・借家の問題、債権回収、労働問題など法律上のこと。
経営、創業・新事業相談	随時	中小企業診断士 山崎 隆由氏	経営、創業・新事業、業種転換、経営管理、販売・マーケティング、生産管理、店舗管理など。
税務相談	随時	税理士 岡村 勝廣氏	税務上の問題(相続・贈与・税金)、事業承継、開業、経理・決算方法、消費税、節税など。
特許商標相談	随時	弁理士 渡部 仁氏	特許(発明)・商標(ブランド)・意匠(デザイン)・実用新案(考案)にかかる相談など。
商業・法人登記相談	随時	司法書士 藤井 浩一氏	設立、増資、本店移転、不動産相続、売買、担保権(設定・変更・抹消)債務整理の相談など。
労務相談	随時	特定社会保険労務士 高橋 昭洋氏	就業規則を含む社内体制の整備、従業員の入退社に関する問題、厚労省関係の助成金など。
ホームページ・Web関連相談	随時	ホームページコンサルタント 永友 一朗氏	ホームページ運営・改善、ネットショップ運営、SEO対策、SNSの活用方法など。

しおのいり内科

各学会認定 循環器内科専門医 高血圧専門医 糖尿病専門医 腎臓専門医 内分泌代謝専門医 禁煙指導専門医

生活習慣病改善指導

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	○	○	休	○	○	○	△
15:00~18:00	○	○	診	休	○	○	休

△第1・3・5週の日曜日は診療
 鎌倉市大船3-1-3 セイショウナンビル4階
TEL 0467-42-7640

鎌倉の街を元気に!! 各種お見積り承ります

◆地域情報紙発行
 ◆チラシ・ポスターなど印刷全般
 ◆パンフレット・機関紙など制作
 ◆看板・のぼり旗・横断幕
 ◆会社案内・商品パンフレット
 ◆HP制作

(株)湘南よみうり新聞社 ☎0466(50)5088
 www.shonan-yomiuri.co.jp FAX0466(50)5077

「メールアドレス」ご登録について

当所会員情報に「メールアドレス」を登録希望の事業所の方は、件名に「事業所名」を、本文に「登録希望」とご記入の上、下記のメールアドレスまでご送信ください。

info@kamakura-cci.or.jp

あなたのため、大切な人のために。

アクサ生命 医療保険 シリーズ スマート・7P

アクサ生命保険株式会社 横浜支社 湘南営業所 ☎251-0052 藤沢市藤沢607-1 藤沢商工会館4F TEL 0466-27-1370

上州屋 株式会社 上州屋 ビジネスプランニング

快適なオフィス環境をご提案いたします。

ビジネス機器 オフィス家具 事務用品 文房具 家電

鎌倉市大船3-9-22 TEL0467-43-2511 http://www.joshuya.co.jp

珊瑚礁 KAMAKURA

珊瑚礁 本店 ☎0467-31-5500 (月曜定休)
 モアナマカイ珊瑚礁 ☎0467-31-5040 (無休)

当所 3月の予定

- 3日 平成30年度全鎌倉珠算競技大会・表彰式 <当所>
- 4日 第3回正副会頭会議
第3回常議員会 <当所>
- 18日 第160回通常議員総会懇親会 <鎌倉プリンスホテル>
- 19日 小規模事業者持続化補助金
説明会&申請書作成ポイントセミナー <当所>
- 26日 Airレジを見て、触れて、便利さ体感型セミナー <当所>
- 27日 小規模事業者持続化補助金
説明会&申請書作成ポイントセミナー <当所>
- 28日 第3回キャッシュレス決済導入説明会 <当所>

クロスワードパズル 解答

①	テ	②	キ	③	ヨ	④	イ
	ツ		⑤	ル	⑥	⑦	⑧
⑦	ポ	⑧	ス	ト		⑨	ツ
⑩	ウ	ド		⑪	⑫	⑬	⑭
			オ	ガ	ワ		ユ
⑭	カ	リ	フ	ラ	ワ	ー	
A	キ	B	リ	C	タ	D	ン
						E	ポ



薬膳アカデミー vol.43

めまい改善の薬膳②

鎌倉薬膳アカデミー 学院長 山内 正恵

前回に引き続き「めまい改善の薬膳」をご紹介します。薬膳的にめまいは①イライラ(怒り)②元気不足③水分代謝失調④腎のパワー不足(加齢)の4つに分類されます。今回は③と④のタイプについてご紹介。③の場合、脾(消化器系)と関係するこのタイプは、胃がつかえた感じがする、むくみやすい、頭重感がある、特に梅雨時に体調が悪いという症状が出ます。消化器系が弱く、水が身体に溜まりやすいため太り気味に。④の場合、加齢によって腎に蓄えられた生命パワーが不足することによりめまい

が起こります。このタイプの方は、冷え、骨粗しょう症、健忘、聴力低下、腰痛などの症状も。③の方は、鯛、はと麦、春雨、小豆、緑豆、えんどう豆、冬瓜、とうもろこし、紫蘇、みょうが、香菜、生姜、バジル、陳皮など、身体の余分な水分を出す食材や香りの良い食材がおすすめ。④の方は、黒米、黒豆、ささげ、マッシュルーム、カシューナッツ、栗、胡桃、ごぼう、ブロッコリー、カリフラワー、にら、ブルーベリー、羊肉、豚肉、鰻、海老、ししゃも、干し貝柱、枸杞など腎を補う食材を中心に選んでください。

〜鯛のレモン風味 香味野菜のせ〜

水分代謝失調タイプにおすすめの一品。鯛と香り野菜の組み合わせで余分な水分を身体から追い出します。



材料(4人分)

鯛……………4人分 セロリ……………1/2本
長葱……………1本 生姜……………1片
人参……………3cm長さ みょうが……………1個〜

調味料

レモン汁……………大2 醤油……………大1〜
砂糖……………小1 胡麻油……………適量

作り方

1. 鯛は塩(分量外)をして15分おく。水気が出てきたら、水でサツと洗い水気を取る。塩・胡椒(分量外)で下味を付け、小麦粉(分量外)を薄くまぶして油を引いたフライパンで焼く。
2. 長葱は縦半分に切り斜め細切り、人参、セロリ、生姜、みょうがは全て細切りにする。
3. ボウルに調味料を合わせ、2の野菜を加えて混ぜ合わせる。
4. 皿に1を盛り、3をのせる。

Kamakura Medicinal Cuisine Academy
鎌倉薬膳アカデミー

TEL 0467-73-7544
FAX 0467-73-7545

会員掲示板 コーナー

会員事業所からのお知らせやご意見などを掲載するコーナーです。あなたの事業所を紹介しませんか(詳しくは当所までご連絡ください)。

行政書士 さくらい事務所

行政機関への提出書類の作成
自動車・車庫証明など
なんでもお気軽にご相談ください

〒鎌倉市梶原3-32-13
TEL 0467-50-0634 FAX 0467-45-4506
E-mail gyosei.sakurai0634@gmail.com

商工会議所会員数 1,925

- 商業部会……………709
- 工業部会……………84
- 観光部会……………350
- 建設部会……………264
- 金融部会……………45
- サービス業部会……………473

1月31日現在

新規会員紹介 (敬称略) 新しく会員になられた方々をご紹介します。

部会名	事業所名	代表者	所在地	TEL	業種
商業	㈲ピノ	阿久津 珠実	鎌倉市西鎌倉2-2-9	33-1224	惣菜製造販売
	㈱加藤慎一貿易商會	加藤 慎一	鎌倉市七里ガ浜1-13-16	050-3743-8448	アクセサリー販売
サービス業	鎌倉マインドフルネス・ラボ㈱	宍戸 幹央	鎌倉市大町3-18-21	67-8437	人材育成、コンサルティング
	㈱enmono	三木 康司	鎌倉市御成町11-37-1F	03-4590-0901	コンサルティング業
	㈱恵比寿堂	山口 貴嗣	鎌倉市材木座3-1-25	84-8895	放課後等デイサービス
	㈲mayunowa	横山 結子	鎌倉市山ノ内510-1	67-7795	サービス業(エステサロン)
	乙部技術士・特許事務所	乙部 孝	鎌倉市玉縄5-29-8	38-6338	技術士、弁理士事務所

広告募集中!

会報「かまくら」でお店や事業所のPRをしませんか

1枠(9×3.2cm)
5,400円/月

2枠(9×6.6cm)
10,800円/月

問合せ ☎23-2561 会報担当

湘南しんきんの地域応援資金 「鎌倉の力」

平成31年3月29日まで!
ご融資金額 500万円まで
ご融資期間 5年以内
金利 固定金利 0.90%

※ご利用には神奈川県信用保証協会の保証が必要となります。

鎌倉営業部 24-1231 SHONAN 大船支店 43-1231
鎌倉駅前支店 23-7320 大深腰支店 32-1231
船越支店 32-4551

会員事業所訪問 81 クローズアップ

CAFÉ&PUB ROPE

魅力あふれる街 大船で 楽しく美味しいひとときを



湘南一番街商店会会長の桑原健次氏。「大船の発展が何より嬉しい」

大船に店を構えるCAFÉ&PUB ROPEは、昨年10月に創業40周年を迎えました。店主は桑原健次氏(70)。老舗の洋菓子店が経営するレストランに勤務していた桑原氏は、独立してフルーツパーラーを開こうと駅前で物件を探しましたが見つからず、自宅のあった一番街通りに店を開くことに。一番街通りは、飲食店中でも飲み屋の多いエリア。「パーラーを開くつもりが飲み屋さんになっちゃった」。奥さまと妹さんと始めたのは、昼はカフェ、夜はお酒が飲める、女性が入りやすい店。現在は夜だけの営業ですが、酒類の他、コーヒーや紅茶も提供します。

こぢんまりした店内のメインはS字のカウンター。「まっすぐなカウンターと違って、この形だと端同士の方も自然と顔を合わせられるんです」。楽しく話をしながら飲んでもらいたいというこだわりです。「知らない人と話が弾むなんて、お酒の席ならではの。初対面で意気投合なんてこともありません。お酒は気分次第でまずくも美味しくもなりますから、気分良く飲んでいただければ」。同店で出合い、家族となり、今年はお子さまが成人式だといふ報告もあつたと、嬉しそうに話す桑原氏。また創業以来あえてカラオケは導入せず、店に流れるのはジャズとオールディーズ。「カラオケないの?」と帰ってしまう方もあれば「落ち着いて話しながら飲めていいね」と言ってくださる方もいますよ。昼夜逆転した生活も、「自分が夜行性だと思えば」と笑います。

桑原氏は生まれも育ちも大船。子どもの頃は通りで缶けりやボール遊びをしたり、砂利道を走る汽車に飛び乗ったり、柵もなかった駅のホームに潜り込んだり。裏山も遊び場で、鉄梯子を上って観音さまの頭の上まで出てみたり。「撮影所もありましたから、当時のスターのエピソードも残っています。撮影にも使われた洋館もたくさんあつたんですよ」。

最近の新しい店について「若い感性は刺激になります」と話す桑原氏は、飲食店組合の組合長と湘南一番街商店会会長を務め、毎年5月開催の大船まつりにも実行委員として携わります。「形は変われど、これからも活気ある街として発展して欲しい」。魅力ある大船のこれからが楽しみです。



桑原氏こだわりのS字カウンター

CAFÉ&PUB ROPE

〒247-0056 鎌倉市大船1-21-19 TEL 0467-46-3048

今月の表紙写真

鎌倉の趣 ⑩ 北鎌倉のサクラ

やわらかな春風が吹き始める頃、暖かな日差しに誘われてそぞろ歩くと一つ、また一つとサクラが咲き始めていくことに気づきます。やがてそこそこがサクラに溢れ、街を囲む山々も春色に染まります。

3月 かまくら 歳時記



春分の日を中日とした 7日間

彼岸会 (各寺)

春の彼岸の7日の間に行う仏事。『吾妻鏡』には、鶴岡八幡宮で彼岸中に放生会を行い、その間生き物を殺すことを禁じたと記述されています。

21(木・祝)・22(金)

春季暁天講話 (光明寺)

彼岸会とは別に中日を中心に俱会一処の願いをこめて、早朝より勤行を勤めます。その後、法話があり朝粥がふるまわれます。

23(土)

献詠披講式 (鶴岡八幡宮)

舞殿にて、神前に献詠された和歌を披講する古式ゆかしい神事。神職が直垂に引立烏帽子という立立ちで奉仕します。