だんかづら

ちゃこと申します。黒光りした毛と男っぽい声でいつも暴れながらお散歩しています。お年頃だし、もう少し女の子らしくなって欲しいナ…

常盤 吉川きん方

画廊・ギャラリー

●片岡球子・千住博ほか 絵画買入 ☎(24)4081

●翠堂画廊☎22・3799 3・7日無垢ニット上写真展 8・12日伊沢元喜水彩展 15・19日楽柿窯作陶展 20・26沼田博美 鉄道スケッチ展 ●懐かしのエノケン電

●ギャラリー島☎24・3188 1・5日 松村博洋画展 8・12日加藤雄雄 焼物・加藤徳子洋画二人展 22・26日かなと前衛書道展

●鎌倉ギャラリー☎22・5131 2・5日 書と陶と 18・27日 紫陽花展

始めましょう

●お習字教室 子どもから大人まで。ゆっくり丁寧に。硬筆・毛筆。月謝2千5百円 鎌倉常盤☎23・8216

●○○絵画講座 油彩・テンペラ・水彩など。自分にあった技法を探してみいるんに。10時～12時半。早見芸術学園造形研究所 鎌倉駅前校☎22・3340

●親子音楽ムーブメント教室 欧米で確かな歌うこと遊ぶ楽しい教室。0歳から月曜0466(88)5330 カトレヤ やぎしま

●フルート・オカリナ・声楽 ヴァイオリン・チェロ・ウクレレ 個人に合わせて分かり易いレッスン JR藤沢南口 湘南音楽院 藤沢校☎0466(24)2200(28)2200

●初めての俳句教室 月一回 楽しく季節に遊ぶ会 大数迎☎43・4098勝又

●英語絵本を楽しむ会 月2回、生涯学習センターで英語絵本の魅力を。☎22・6938 山崎

●高齢者のスポーツ 鎌倉スイミングスクールの水中歩行教室☎22・1290 鎌倉アイケアクラブの水泳・体操教室☎25・6151

●いけばな小原流・若樹会 玉鋼公民館。カトレヤ(白指輪庵)。各教室共ベッレッスン制有。小原流・殺家元教授(会長)栗村淑雪☎23・3190

お知らせ

●清興建設では失敗しない住まい造りのお手伝いとして「住まい塾」を開催します。6月の開催は6日(月)、25日(土)10時～11時半、第1回のテーマは「アトピーやぜんそくなどの住まい造り」。清興建設で。参加無料。定員6人。申し込みは電話かFAXで。担当・横田☎24・5775 FAX25・3077

●特別大特価セール 自動家具・ブード・チワワペットランド江の島店☎0466・28・4111

●茶道具・掛軸・骨董品 和服・帯・(昔の品も買入)遺品の整理・陶磁器・諸道具 誠意買入 ㈱芳雅堂☎0466・8808・1056

●漆琴・漆家具・修理・塗直し 鎌倉柿が崎十一人塚近くはたの0467・25・2730

●古美術品買入 「華 陶」 古美術・古道具、高価にて買いします。掛軸・古陶磁・茶道具・その他、左記へご一報ください。(夜間も可) ☎〇四六七・31・四四八三 ☎〇四六七・25・五六四〇

●サロン・ド・マオ 伴侶を失なった方、ご一人様近く雅なサロン。面談随時☎23・8272

●鎌倉サロン 伴侶をなくした方の交流の場☎25・3224 男性の方もどうぞ。

みる

▼田原良作の彫刻家具展 6月4日(土)～13日(月) 鎌倉中小町のギャラリーやまこ。八ケ岳在住の田原さんのイスやテーブルなど約50点。田原方☎0551・32・7155

▼アジア絵本ライブラリー in 鎌倉 6月9日(木)～14日(火) 鎌倉中央図書館。アジアの絵本4百冊を展示。12日、11時・14時、3カ国語の読みがたりも。図書館とともだち・鎌倉 加藤方☎3141115

▼県民のための能を知る会 6月10日(金)10時・14時、鎌倉能舞台。「狂言・蟹山伏」、能「葵上」。4千7百円。能舞台☎22・5557

▼鎌倉彫みをの会40周年記念展 6月10日(金)～14日(火) 鎌倉芸術館ギャラリー。小園博さん指導の門下生作品193点。テーマ作品56点。小園方☎32・3790

▼「道くさ」植物画展 6月10日(金)～13日(月) 鎌倉芸術館ギャラリー。ボタニカルアート約40点。花岡方☎43・6071

▼村田佳代子個展 6月18日(金)～23日(木) 鎌倉市小町のカトレアギャラリー。「木に咲く花いのちをテーマに18点。アトリエM☎22・1759

▼紫陽花展 6月18日(土)～27日(月) 鎌倉ギャラリー。紫陽花を

忌野清志郎 35周年記念・鎌倉公演

6月11日(土)18時半、鎌倉芸術館大ホール。忌野清志郎ブルー。RCサクセション時代の名コンビ梅津十片山のサックス陣も復帰し、パワーに溢れるステージに！6千円。サウンドポート☎045・243・9999

▼チェコ・フィルハーモニー六重奏団 6月29日(水)19時、鎌倉芸術館ホール。フィル選ぶ抜きの人のアンサンブル。共演は鎌倉青ちのフルートエルリの「時の踊り」など。5千円。ムジークレーベン☎03・5458・7777

▼チェロ・フィルハーモニー六重奏団 6月29日(水)19時、鎌倉芸術館ホール。フィル選ぶ抜きの人のアンサンブル。共演は鎌倉青ちのフルートエルリの「時の踊り」など。5千円。ムジークレーベン☎03・5458・7777

▼「鎌倉・九条の会」発足記念講演会 6月10日(金)19時、鎌倉芸術館ホール。憲法九条を守るため、井上ひさしさんの呼びかけで発足。無料。事務局☎24・6596

▼天風会講習会 6月18日(土)14時、鎌倉商工会議所ホール。「潜在意識の活用の仕方」。千円。友成方☎24・5501

▼イングリッシュ・セミナー「ユーロ・ポリシー」 6月17日(金)10時、鎌倉YMCA。講師は川崎重一海外戦略部顧問の福見健三さん。千3百円。鎌倉YMCA☎24・7859

▼セミナー「近現代史の歴史事実を語る」 6月19日(日)13時半、鎌倉商工会議所ホール。「満州の中村粲教授。千円。鎌倉の教育を良くする会・福井方☎24・1445

▼母親教室「子どもを伸ばす育て方」 6月20日(月)10時、大船の戸部公会。講師は松山みつ子さん。3百円。鎌倉母親教室・木村方☎045・852・1031

▼市民健康セミナー 6月23日(木)13時半、鎌倉市地域医療センター。「骨密度と体脂肪率と運動」。無料。要申込。鎌倉市医師☎22・1245

▼論語活用公開講座 6月26日(土)18時、鎌倉生涯学習センターホール。論語に出てくる漢詩の紹介と朗読。無料。論語の教えを広める会・佐藤方☎24・3918

さんか

▼大町商店会献血運動 6月2日(木)10時～12時、関谷の鎌倉風学園。バザー、ジャズ生演奏など。同☎47・9358

▼鎌倉童風祭 6月12日(日)10時～14時、鎌倉市中央公園。A、アジサイ彩る長谷の古刹を歩く10時、極楽寺駅集合、成就院など。B、北鎌倉からアジサイ・イワタバイコを巡る10時、北鎌倉駅交番横集合。東慶寺など。5百円。申し込み はハガキで10日必着。由比ガ浜4・11鎌倉ツルバー・ボランティアガイド協会☎24・6548

▼鎌倉歩け歩け協会 ▽健康ふれあいウォーク「里山コース」6月7日(火)田植えの田園と里山を歩く。「鎌倉のあじさいを見る」6月14日(火)

▼シンポ「新しい地域社会への提言」 6月5日(日)13時半、藤沢市民会館ホール。ロータリー100周年記念の講演とパネルディスカッション。講師は桜美林大学学院の諸星裕教授。無料。国際ロータリー事務所☎0463・25・8855

▼音楽講座 A 原語で歌ってみましょう「サンタ・ルチア」6月8日(水)14時、鎌倉生涯学習センター。B 「ウェルテル」6月19日(日)13時半、鎌倉商工会議所ホール。「潜在意識の活用の仕方」。千円。友成方☎24・5501

▼イングリッシュ・セミナー「ユーロ・ポリシー」 6月17日(金)10時、鎌倉YMCA。講師は川崎重一海外戦略部顧問の福見健三さん。千3百円。鎌倉YMCA☎24・7859

▼セミナー「近現代史の歴史事実を語る」 6月19日(日)13時半、鎌倉商工会議所ホール。「満州の中村粲教授。千円。鎌倉の教育を良くする会・福井方☎24・1445

▼母親教室「子どもを伸ばす育て方」 6月20日(月)10時、大船の戸部公会。講師は松山みつ子さん。3百円。鎌倉母親教室・木村方☎045・852・1031

▼市民健康セミナー 6月23日(木)13時半、鎌倉市地域医療センター。「骨密度と体脂肪率と運動」。無料。要申込。鎌倉市医師☎22・1245

▼論語活用公開講座 6月26日(土)18時、鎌倉生涯学習センターホール。論語に出てくる漢詩の紹介と朗読。無料。論語の教えを広める会・佐藤方☎24・3918

中学英語

いっしょにやろう、英語の勉強。君が分かるまで放しはしない懇切さがモットー。浅野高校、都立大卒。塾での指導経験豊かか。16時～18時、または19～21時、曜日、月回数は相談に応ず。1回2時間5000円。カルチャ・スクエア(鎌倉常盤)にて。中学英語・中西☎046・855・3575

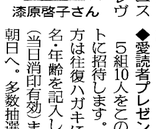
鎌倉・市民アカデミア第40期講座案内

「新しい時 新しい生き方」

6/15	戦後60年この国の歩み-鎌倉・市民アカデミア30周年にあたって	日本大教授 牧野富夫
6/30	100年前パリの近郊で -若い芸術家の共同生活-	成蹊大名誉教授 村上光彦
7/5	砂利の近代史 -石に歴史あり-	東京外国語大教授 内海孝
7/11	北東アジアの安全保障 -北朝鮮・台湾海峡を中心に-	東洋英和女学院大教授 拝殿 津守滋
7/27	岩倉使節団の学んだもの	早稲田大名誉教授 中村尚美
9/7	『平家物語』における小松一門 -重盛・維盛・六代-	日本女子大名誉教授 麻原美子
9/13	拡大EUと日本	元オーストリア大使 黒川剛
9/29	「水」をかじる	静岡理工科大教授 志村忠夫
10/13	歴史都市鎌倉にふさわしい町並みの創造	京都造形芸術大講師 志村直愛
10/21	景気回復と私たちの生活	お茶の水女子大教授 篠塚英子
10/28	今、日本の若者は -若者たちと語り合う-	国学院大教授 楠原彰
11/7	シルクロードがとりもつアジアとヨーロッパの錦-経錦から緯錦(サミット)へ	古代オリエント博物館非常勤研究員 横張和子
11/14	21世紀のベートーヴェン	ジャーナリスト 西谷晋
11/25	カンボジアの遺跡と文化	鶴見大教授 大三輪龍彦

〈時間〉全講座14時～16時〈会場〉鎌倉生涯学習センターほか〈会費〉1講座800円 全講座共通カード5000円〈申し込み・問い合わせ〉高橋☎44・8137 安藤☎22・9285

漆原啓子&ディヴィッド・コレヴァー デュオリサイタル



漆原啓子さん

7月2日(土)19時、横浜みなとみらいホール。国内外のオーケストラやコーヨーマなどの共演で活躍するバイオリニスト漆原啓子さんとピアニストのディヴィッド・コレヴァーさんのデュオリサイタル。シューマンの「ロマンス」など。4千円。ザ・ミュージックセンター・日本支部☎046・855・3575

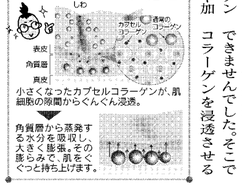
●愛読者プレゼント 5組10人をこのコンサートに招待します。ご希望の方は往復ハガキに住所、氏名、年齢を記入し6月10日(当日消印有効)までに鎌倉朝日へ。多数抽選。

読んだら得する情報

シミ・たるみがキレイになってホント!?

シワやたるみが老け顔に！

女性の年齢は肌に出ます。シワや瞼のたるみがあると老けて見られやすいもの。そのシワやたるみは、肌のハリに必要不可欠なコラーゲンの不足が原因です。乾燥や加齢によって減っていくコラーゲン。その減少をくいとめ、さらに補給してくれる新しい味方が、カプセルコラーゲンです。



潤いが24時間続くなんて！

今までのコラーゲンは、分子(成分の粒)の大きさが肌細胞の隙間よりも大きく、肌に浸透することができませんでした。そこで コラーゲンを浸透させるために開発されたのが、コラーゲンをギュッと小さくし、膜(カプセル)の中に閉じ込めたカプセルコラーゲンです。

小さなカプセルコラーゲンは、細胞の隙間から角質層までくんくん浸透。そこで、蒸発しようとしていた水分を吸収してカプセルが大きく膨らみます。膨らんだカプセルコラーゲンが、シワやたるみと一緒に肌を中からぐっと持ち上げ、肌に ハリをもたらし、シワをなくしてくれるんです。しかも、その効果はなんと12～24時間！朝晩のお手入れで、ずっと潤いたっぷりのしっとり肌が続くんです。

ひとつでお手入れ完了！

さらにこのパーフェクトワン、ひとつで化粧水、美容液、クリーム、化粧下地と、なんと4つの機能を持っているんです。仕事や家事に忙しい女性でも、洗顔後の必要なお手入れはこれひとつで完了！シワやたるみ、乾燥などでお悩みの女性のみなさん、ぜひ一度試してみて！

◎ライター／ZUMI

化粧水・美容液・クリーム・化粧下地がこれひとつ！簡単なのにうるうるな『超潤』保湿ジェルって？

お試しキャンペーン実施中!!
*平成17年6月末日まではじめてご注文の方に「パーフェクトワン」を10%割引の3591円(本体価格3420円)でご提供中です！
今なら10%引き
フリーコール 0120・715・121 24時間365日受付中
*最寄品引換券881-6番ご お控えください。
*初回購入の方のみとなります。
*代引手数料は、初回購入者のみとなります。送料は、商品代金(税込)の合計が5250円(税込)以上で送料無料。(離島・沖縄地域は8日以内)。送料は未税表示。
*数量は1回のご購入で1個のみとなります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
*ご注文後、商品の発送までに、お客様宛に確認のお電話をさせていただく場合があります。
お問合せ先 株式会社アゼラス 福岡市中央区赤坂1-14-22-7F TEL http://www.azelas-o.co.jp/
アゼラス ラフィネ パーフェクトワン 75g 1個3,990円(本体価格3,800円)

購入新図書のリスト抄

鎌倉市中央図書館(4月分)

鎌倉市中央図書館(☎25・2611)は4月に一般348、児童図書132冊の図書を購入。一般的なものは次の通り。

▼「義経ハンドブック」京都新聞出版センター(京都新聞出版センター)▼「有名人お墓お散歩ブック東京・鎌倉」ガンボン・マルコ・残月著(大和書房)▼「中国の嘘」何清漣著(扶桑社)▼「草原からの使者」浅田次郎著(徳間書店)

▼「泣かない女はいない」長嶋有著(河出書房新社)▼「笑いの力」河合隼雄・養老孟司・筒井康隆著(岩波書店)▼「国家の罠」佐藤優著(新潮社)▼「問題な日本語」北原保雄編(大修館書店)

▼「からだの事典」岸本葉子著(清流出版)▼「灰色の北壁」真保裕一著(講談社)▼「黄昏に歌え」なかにし礼著(朝日新聞社)▼「半島を出よ 上・下」村上龍著(幻冬舎)

講演会「高齢者社会に備えて」

◆6月19日(日)13時、鎌倉商工会議所ホール。「高齢者のメンタルヘルス」財)神経研究所・晴和病院長・広瀬徹也氏。「生活習慣病を予防する健康食品」東京農大教授・荒井綜一氏。「高齢者に仕事を」財)日本ILO協会長・中村正氏。千円。

ミニ講演会「生活習慣病って何？」◆6月4日(土)10時半、鎌倉生涯学習センター第5集会室。13時半、ゆかり荘。新潟薬科大・国立ウェールズ大教授・奥泉仁一氏。200円。山川章木会☎0467・24・9195

朝日新聞の購読料は口座振替で ASA

●手数料は一切不要●手続き簡単。

お申し込みは各朝日新聞販売所へ

鎌倉朝日 発刊協力グループ

朝日新聞専売所

ASA鎌倉小町販売 小町1－15－2 ☎22－3236
ASA鎌倉中部 長谷1－1－9 ☎22－1004
ASA鎌倉東部 二階堂4－7 ☎25－2185
ASA北鎌倉 山ノ内748 ☎45－4509
ASA鎌倉西部 手広1417－5 ☎32－2022
ASA鎌倉深沢 常盤247－2 ☎31－1444
ASA腰越 津西1－1－18 ☎31－6518
ASA大船西部 玉縄1－14－1 ☎46－6068
ASA大船南部 岩瀬528－5 ☎43－1666
ASA大船中央 大船1－3－11 ☎46－4544
ASA片瀬 藤沢市片瀬3-8-20 ☎0466-26-5369
ASA藤沢南部 藤沢市鵠沼桜が岡3-6-18 ☎0466-27-8716
ASA藤沢東部 藤沢市弥勒寺3-12-11 ☎0466-22-7409
ASA鵠沼東部 藤沢市鵠沼桜が岡3-6-18 ☎0466-25-7110
ASA鵠沼西部 藤沢市鵠沼海岸2-1-11 ☎0466-34-6924
ASA金沢八景 横浜市金沢区瀬戸35-24 ☎045-782-2859
ASA逗子 逗子市久木1-1-11 ☎046-871-2368

'06年受験にむけての学校情報(6・7月)

学校名	開催日時
鎌倉女子大学 初等部 ☎0467・44・2112	6/11 学校紹介 9:30
鎌倉女子大学中・高等部 ☎0467・44・2113	6/11 学校見学会 10:00・学校体験特別授業 13:30 7/2 公開授業 10:45 7/25 学校体験・部活動 13:30
鎌倉学園中学・高等学校 ☎0467・22・0994	6/11・6/12 学園祭(事前連絡不要) 入試相談コーナー設置
清泉女学院中学高等学校 ☎0467・46・3171	6/2 学校説明会 10:00 7/2 バザー10:30～15:00 7/14 少人数学校見学会 10:00 7/16 入試問題解説会 10:00
北鎌倉女子学園 中学・高等学校 ☎0467・22・6900	6/11 学園生活体験会(小3～6)10:30 6/25 ミニ説明会 10:00 7/30 音楽受験講習会(小4～6・中学生)9:00
聖光学院中学校・高等学校 ☎045・621・2051	6/4・6/18 聖光を語る会 14:00(往復ハガキにて予約)
慶応義塾湘南藤沢中・高等部 ☎0466・49・3585	6/19 小6生と保護者対象学校説明会 10:00、11:30
山手学院中学校・高等学校 ☎045・891・2111	6/11 オープンキャンパス 7/9 中学ミニ説明会 10:00 7/23 高校ミニ説明会 11:00
公文国際学園中・高等部 ☎045・853・8200	6/18・7/30 学校見学会 10:00、13:30
湘南学園中学校・高等学校 ☎0466・23・6614	6/11 オープンキャンパス 9:30 6/25 学校説明会 10:00
聖園女学院中学校 ☎0466・81・3333	6/18 オープンスクール 10:00
横須賀学院中学校 ☎046・822・3218	6/24 学校案内(保護者対象) 10:00 毎週水曜個別相談会 10:00
藤嶺学園藤沢中学校 ☎0466・23・3150	6/25 体験入学と説明会 10:00
逗子開成中学校・高等学校 ☎046・871・2062	7/22～7/30(日曜除く毎日)夏休み見学会 10:00

注)参加には事前申し込みが必要です。直接各校にお問い合わせください。

教科書を使わないカマクラン 英会話 英語ガイドクラス
鎌倉や日本のことが話せる
●高校生から80才代まで ●指導／Y.コガワ他外人 ●教科書なし／入門～中級14クラス／週1回、月4回 ●受講料／月¥5,000 ●場所／婦人子供会館(表駅から5分) ●聴講料／¥2,000(要予約) ●問合せ☎0467-25-5223

第41回鎌倉美術展

日本画、洋画、工芸(染織・陶芸)など5百点以上の公募作品から、入賞作品と会員・会友の作品をあわせて約4百点を展示する。

◆会期 6月26日(日)～7月4日(月)、10～18時(初日は午後1時、最終日は16時)

◆会場 鎌倉芸術館ギャラリー

◆問い合わせ 鎌倉美術家協会・沼田方☎44・9336

テーマに油絵・創作人形など公募作品約40点。同ギャラリー☎22・5131

▼文化財映画上映会 6月23日(木)10時・13時半、鎌倉生涯学習センター。「ベアテの贈りもの」上映会 6月25日(土)10時半・14時、県立ながみ女性センターホール。元文相・赤松良子さんのスピーチも。千3百円(前売り千円)。かながわ女性会議事務局☎0466・27・2111

▼吉田章二パステル画展 6月28日(日)～7月2日(土)鎌倉市御成のギャラリー「ヒバクシャ」18時半。千3百円。魚眠洞画荘☎0026・235・0209

▼鎌倉三田会美術展 6月1日(金)～3日(日)小町のギャラリー「夢松洞」。絵画を中心に17点。百円(前売り千円)、鎌倉で映画と共に歩む会・藤本方☎23・3935

父と暮らせば

▼「ベアテの贈りもの」上映会 6月25日(土)10時半・14時、県立ながみ女性センターホール。元文相・赤松良子さんのスピーチも。千3百円(前売り千円)。かながわ女性会議事務局☎0466・27・2111

▼「父と暮らせば」「ヒバクシャ」上映会 6月24日(金)鎌倉生涯学習センター。「父と暮らせば」10時半・13時半・16時。「ヒバクシャ」18時半。千3百円(前売り千円)。かながわ女性会議事務局☎0466・27・2111

▼鎌倉美術館ギャラリー。ボタニカルアート約40点。花岡方☎43・6071

▼村田佳代子個展 6月18日(金)～23日(木) 鎌倉市小町のカトレアギャラリー。「木に咲く花いのちをテーマに18点。アトリエM☎22・1759

▼紫陽花展 6月18日(土)～27日(月) 鎌倉ギャラリー。紫陽花を

きく

「みちたりた刻」柳澤穂浪さん

▼奏友会フレッシュコンサート 6月3日(金)19時、鎌倉芸術館ホール。北鎌倉女子学園音楽科同窓生の演奏会「夜想曲」など。千5百円。田中方☎46・7763

▼情熱の現代スペイン音楽コンサート 6月4日(土)14時、鎌倉女子大・隣学学舎。沖仁さんのフラメンコギターなど。3千5百円(前売り三千円)。NYパワーハウス☎090・6038・2481

▼湘南コール・グリューンの定期演奏会 6月5日(日)14時、藤沢市民会館ホール。創立55周年記念「女の歴史」など。千円。安藤方☎31・4005

▼鎌倉交響楽団の定期演奏会 6月12日(日)15時、鎌倉芸術館ホール。モーツアルトの「魔笛」序曲など。千円。田中方☎23・3512

▼藤沢市民交響楽団の定期演奏会 6月12日(日)14時、藤沢市民会館ホール。リムスキーコルサコフの「シェエラザード」など。千円。片岡方☎0466・81・3297

▼クール百音のファーストコンサート 6月15日(水)19時、横浜市民会館ホール。北鎌倉女子学園コーラス部OBのプロ合唱団「炎の挽歌」など。2千円。

▼ウィンディのギターコンサート 6月19日(日)14時、鎌倉芸術館ホール。ギタ2人のアンサンブル。「メモリー」など。無料。秋山方☎0463・32・9229

▼バッハ教会カンタータ連続演奏会VI 6月19日(日)14時、鎌倉生涯学習センターホール。

▼明治大学マンドリン倶楽部チャリティーコンサート 7月9日(土)16時、鎌倉芸術館ホール。ワルツ「春の声」など。ペギー葉山さんの声で。収益の一部は市社協に寄付。明大鎌倉駅台会・柳本方☎090・8945・2355

夏休みはYMCAのキャンプで過ごそう！
詳しい案内書を用意してお待ちしています。
－キャンプ・デイキャンプ
・児童英語・アート・パソコン、その他－
YMCA 鎌倉YMCA 鎌倉市御成町13－33
TEL 0467(24)7859
ホームページ：http://www.yokohamaymca.org/ymca_kamakura/

プロラクチンと不妊

不妊症で通院されている方の中には、プロラクチン(催乳ホルモン)の数値が高いので、毎日アップノール、テルロン、パーロデルや、1週間に2日カバサール等を服用されている方が多いと思います。

私共へご相談にこられる方にも、プロラクチンの薬を服用されている方を多くみかけますが、私の知るところでは、現在都内の有名な2つの不妊専門クリニックでは、プロラクチンが高くても不妊とは一切関係がないということで薬が処方されていません。

私はプロラクチンについては、その数値が高くても、排卵障害や黄体機能不全の影響がある方には対処し、影響のない方には対処しなくてよいのではないかと考えています。例えば、皆様の周辺にも、出産した赤ちゃんに母乳をたくさん与えていても生理周期が回復し、出産後それほど日のたたない内に再度妊娠、年子で出産される方や、1年を越えて長期に授乳していても断乳して1～2カ月で生理周期が自然と回復できる方がいらっしゃるでしょう。

このようにプロラクチンは高くても排卵障害や黄体機能不全といった影響の出ない方もいれば、断乳をしてもなかなか生理周期が回復せず、ピルの服用で生理を起こしその後も排卵誘発剤やプロラクチンの薬を必要とする方もいます。排卵障害や黄体機能不全などの影響が明らかに現れている方は、薬の服用を必要とするのです。

TAN先生の漢方薬箱95

体の準備とタイミングが大事

妊娠をめざしている多くの女性は毎朝検温し、婦人体温表に記載されていると思います。私もできれば続けていただきたいと思いますが、体温表をつけていることが、あまり心の重圧にならないようにしてほしいと思います。私共夫婦も、子宮外妊娠の術後長女の妊娠まで約2年半、体温を測り、2人で毎周期喜一憂したことを覚えています。高温期の終盤に体温が高温のまま伸びてほしいと期待しつつ、そして落胆の繰り返し、時に高温が続いた時のぬか喜び、今もなつかしい思い出します。

私は体温を測ることは体調を知る上で必要なことだと思いますが、体温は皆様が思うほど正確なものではないと思います。

排卵から高温へ(ストレート)に上昇しない、高温期が度々とこない、きれいな高温期がグラフ上にできない方は大変多いと思います。

温表の妊娠はたった二割です。排卵後の体温上昇が階段状であったり、坂道を登るように妊娠が進む方などが九割です。妊娠のために一番大事なことは、体の準備とタイミングではないでしょうか。

このコラムを再編集した"周期療法で自然妊娠が成功するわけ(続編)"ができました。先着100名様に差し上げます。はがきまたはファクスで薬寿堂薬局へお申し込み下さい。

ASA従業員募集
詳しくは最寄りのASAへお問合せ下さい
●尊業従業員 ●婦人パート ●学生アルバイト

中国漢方薬寿堂薬局
薬剤師・鍼灸師 譚 定長
横浜市中区花咲町1－49(桜木町駅毛ちがみち南2A出口すぐそば)
☎・FAX 045(231)2993
[ホームページ] http://www.kenko.gr.jp