

## 箱根ランフェスmini@箱根ネイチャーフェスタ 9月5日開催、参加者募集中!

自然あふれる箱根・芦ノ湖畔の緑道に沿って観光をしながらランニングも楽しめる「箱根ランフェスmini」が9月5日(日)に開催される。箱根駅伝ミュージアムから箱根関所、旧街道の杉並木、箱根神社、箱根園、九頭龍神社といった8.25kmのルートに点在する名所を巡る芦ノ湖観光とファンランが融合した企画で、夏でも涼しい芦ノ湖畔の澄んだ空気を感じながら箱根の見どころを満喫できる。

また、ゴール地点の芦ノ湖キャンプ村では「箱根ネイチャーフェスタ2021」が開催されており、走り終わった後も箱根ならではのワークショップや湖畔でのBBQが楽しめる(要事前エントリー制)。芦ノ湖キャンプ村からは、遊覧船やロープウエーの乗り場も近く、箱根観光の拠点にもぴったりだ。自然や名所、温泉にグルメなどを満喫しよう。

「箱根ランフェスmini」「箱根ネイチャーフェスタ2021」の詳細、エントリーは公式ホームページをチェック!

# HAKONE RUN FES

## 2021.9.5 Sun mini



※写真はイメージ

「箱根ランフェスmini」(約8.25km)  
9月5日(日) 8時~順次スタート  
受付/箱根ホテル(足柄下郡箱根町箱根65)  
参加費/2,500円  
(参加賞:オリジナルネックゲーター)  
申込み締切/8月31日(火)  
問合せ/ info@hakone-runfes.com  
箱根ランフェス事務局

箱根ランフェス公式HP



「箱根ネイチャーフェスタ2021」  
9月5日(日) 9時~17時  
会場/芦ノ湖キャンプ村  
(足柄下郡箱根町元箱根164)  
入場無料(事前エントリー制)  
問合せ/ ☎0460(84)6009  
箱根プロモーションフォーラム

箱根ネイチャーフェスタ  
公式HP



## ~横浜市水道局より~ 水源林保全について考えてみませんか?

森を守ることは水源を守ること

横浜市水道局は、市民の皆さまに良質な水を供給し続けるために、水源地のひとつである山梨県道志村の水源林(道志村総面積の約36%の公有林)を計画的に管理しています。

### ◆水源林の役割って?

- 1 蓄える**  
森林の土壌は樹木の葉や枝が長年にわたり堆積し、スポンジのように吸湿性に富んだ腐食層を形成します。この腐食層は、たくさん雨水を蓄えることができます。
- 2 浄化する**  
保水機能が高い森林土壌が雨水をたっぷり吸収します。地中にゆっくり浸透することで良質な地下水に浄化されます。
- 3 洪水を緩和する**  
地下水は湧水となって再び地上に現れ、河川になります。  
水源林は雨水の河川への流出量を調整し、洪水を緩和する機能も持っています。



水源林保全啓発イベント  
「YOKOHAMA Save The Water 2021」  
普段何気なく使っている横浜の水、水源林のことを学んでみよう。

日時:2021年8月18日(水)10:00~16:00  
場所:横浜市役所アトリウムほか

※開催にあたっては、感染症対策を十分に講じて実施します。  
※来場者については入場制限等を設ける場合があります。

横浜市水道局 水源林保全

水源林保全について詳しく知りたい方はこちら▶

横浜読売会 × 横浜市水道局

横浜読売会は水源林保全活動を応援しています。



## 9つのプールで暑さを吹き飛ばそう! 大磯ロングビーチ 9月12日(日)までオープン

新型コロナウイルス感染拡大防止策を施し、7月16日より営業を開始した大磯ロングビーチ。土日やお盆期間はWEBでの事前予約制にするほか、ソーシャルディスタンスやマスク着用の呼びかけなど、3密を回避する工夫がなされている。オープン初日、流れるプールや波のプールなど個性豊かな9つのプールで、来場者は涼しいひと時を楽しんでいた。



◆~9月12日(日)10時~17時◆無休◆問合せ☎0463(61)7726 大磯ロングビーチ

### 湘南ではじまる シニアライフ!

「住まい」を実感する充実の住環境  
お元気な方も介護が必要な方も、ここからシニアの新生活がスタートします

周囲の環境もぜひご確認ください 施設見学・入居相談 受付中

オープンから  
1年未満

### 介護付有料老人ホーム 湘南ふれあいの園

県内で多くの病院・介護施設を運営するふれあいグループが、昨年8月にオープンした介護付有料老人ホームです。今年で50年余となるグループの長年培ったノウハウが随所に生かされています。

#### 万全な健康サポート

同じ建物内に連携する「茅ヶ崎中央病院」を併設。24時間365日にわたる医療サポートを確立。

#### 介護が必要になっても 住み替えなし

要介護になっても入居当初の居室で手厚いサービスが受けられます。機能訓練、リハビリも充実。

#### セカンドライフを満喫

ラウンジでビリヤードを楽しんだり、近くの中央公園を散歩したり。周辺には映画館、スーパー、駅ビルも。

入居一時金 1,990万円(21㎡)~4,420万円(48㎡)

※入居条件:入居時、自立、要支援、要介護の方/利用料の支払い方式:一時金方式/介護居室区分:全室個室/介護保険:神奈川県指定介護保険特定施設(一般型特定施設)/介護に係る職員体制:3:1以上

資料請求・施設見学  
お申込み・お問合せ

☎0467(86)6534

〒253-0041 茅ヶ崎市茅ヶ崎2-2-3 ふれあいグループ 検索

JR茅ヶ崎駅より徒歩5分

# 下肢静脈瘤は早期の発見が大切です

## 足にこのような症状はありませんか?

- ☑ 足の皮膚のポコポコとカユミ
- ☑ 足が重い・だるい・つる
- ☑ 足の血管の膨らみと痛み
- ☑ こむら返りで夜中に目が覚める
- ☑ 足の血管がポコポコ浮いている
- ☑ 膝から下の皮膚が硬く黒ずんでいる

上記の症状がある方は下肢の血管状態の悪化、もしくは下肢静脈瘤の可能性が  
ありますので、**静脈瘤検査**を受けられることをおすすめします。

院長 新藤 貴雄

足の静脈瘤クリニック 横浜院

## 無料 静脈瘤検査

8/7(土)、8/11(水)、8/21(土)  
8/25(水)、8/28(土)

●超音波(エコー)による足の血管チェック  
●下肢静脈瘤 ●血管年齢測定

※無料静脈瘤検査は電話予約制です。お電話の際に、  
無料静脈瘤検査を希望の旨、必ずお伝えください。

日程

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9時~12時	○	○	○	×	○	○	×
13時~17時	○	○	○	×	○	○	×

※診察の際は、健康保険証をお持ちください。※当日予約も可能です。  
※8/12(木)~8/19(木)は夏期休暇となります。

予約制