

くらしの情報ガイド

明記のないものは…

- 先着順 ●受け付け＝平日午前8時30分～午後5時(休所日を除く)
- 申し込み不要 ●費用は無料 ●持ち物はお問い合わせください
- ※電話番号などは間違いのないようおかけください



健康・保健

生活習慣病予防講演会

「知ってナットク!大腸がん予防の第一歩!」

10月1日(火)～31日(木)。オンデマンド配信。近年の大腸がんの傾向ほか。講師＝山崎クリニック山崎安信氏。市内在住・在勤・在学の方。申10月31日(木)までに市の「電子申請・申請書ダウンロード」から。健康づくり課 ☎(50)8430、FAX(50)0668。



精神科医師による精神保健福祉相談

・もの忘れ相談・酒がい相談員による相談

★もの忘れ相談…11月5日(火)午後1時～3時。もの忘れなどの心配がある方または家族。※二段階方式脳機能テストあり。画像検査はなし。★精神保健福祉相談…11月12日(火)午後1時～3時。精神的な病気やひきこもりなどでお悩みの方または家族。★酒がい相談…11月12日(火)午後2時～4時。アルコールの問題でお悩みの方または家族。いずれも保健所。※治療経験のある方は、事前にお問い合わせください。☎電話で保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121へ。

依存症公開講座「依存症～レッテルを貼られた人達との出会いで得た事実」

11月12日(火)午後3時～5時。保健所。講師＝精神科医師朝倉崇文氏ほか。申10月28日(月)までに県の「神奈川県電子申請システム」から。☎保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121。



筋萎縮性側索硬化症(ALS)患者を支える交流会

11月16日(土)午後1時30分～4時。市役所分庁舎。※オンライン参加も可。講演「病いととも暮らすということ～医療者の“意思決定”、患者・家族の判断について」(講師＝順天堂大学先任准教授長瀬雅子氏)、参加者同士の情報交換ほか。筋萎縮性側索硬化症(ALS)患者・家族・支援者など30人。申11月14日(木)までに電話するか、事業名・住所・氏名・電話番号・患者との関係をEメールで保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121、✉fj-hokenyobo@city.fujisawa.lg.jpへ。

藤沢わかちあいの会

11月5日(火)午後2時～3時30分。藤沢商工会館ミナパーク。身近な人・大切な人を自死で亡くした方。※秘密厳守。☎保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121。

認知症の方を介護する家族の会 ふれあい会

11月6日(水)午後1時～4時。保健所。現在介護をしている方の情報交換と交流。☎電話で保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121へ。

うつ病セミナー オンライン研修「うつ病と睡眠」

11月7日(木)午後6時～8時。講師＝国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所睡眠・覚醒障害研究部部長栗山健一氏。市内在住・在勤でうつ病やその他のストレス関連障がいなどで療養中の方または家族など。申11月5日(火)までに市の「電子申請・申請書ダウンロード」から。☎保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121。



献血にご協力ください

10月31日(木)午前10時～11時30分、午後1時～4時。市役所本庁舎サンセット広場。※2次元コードから事前予約もできます。海外渡航歴などにより献血できない場合があります。☎地域保健課 ☎(50)3592、FAX(28)2020。



健康づくりトレーニングを始めませんか?

健康運動指導士がトレーニングをサポートします。市内在住の18歳以上の方。費1回700円。※開始前に健康相談(無料)、体力度チェック(費3000円)あり。☎電話するか、氏名・電話番号をファクスで(公財)藤沢市保健医療財団 ☎(88)7311、FAX(86)6065へ。

NPO法人あいおぶらす講演会

11月17日(日)午後1時～3時10分。アイクロス湘南。湘南記念病院の土井卓子氏とお笑いタレントの山田邦子氏を講師に招き、女性の健康などについて考える。150人。申11月9日(土)までに(特非)あいおぶらすの「☎健康づくり課 ☎(50)8430、FAX(50)0668」から。

楽しく子育てするために 11月のお知らせ

申し込み 市公式LINE「施設案内・予約」から
問い合わせ 南保健センター ☎(50)3522、FAX(50)0668
北保健センター ☎(50)8215、FAX(88)6447



講座名	対象・人員	とき・ところ	
赤ちゃん教室	離乳食教室(初期)	2024年5月～6月生まれの子と保護者。南北各20組	南…11月12日(火)。北…11月19日(火)。◎午前9時30分～10時40分◎午後1時30分～2時40分。申10月15日(火)午前9時から
	離乳食教室(中期・後期)	23年12月～24年4月生まれの子と保護者。南北各15組	南…11月15日(金)。北…11月22日(金)。午前9時30分～10時40分。申10月16日(水)午前9時から
	離乳食教室(完了期)	23年8月～11月生まれの子と保護者。南北各15組	南…11月14日(木)。北…11月21日(木)。午前9時30分～10時30分。申10月16日(水)午前9時から
	食物アレルギー教室	23年11月～24年6月生まれの子と保護者。南10組	南…11月27日(火)午前9時30分～10時30分。申10月16日(水)午前9時から
マンモグラフィ	食事と歯の健康	出産予定月が25年2月～5月の初妊婦と夫・パートナー。北15組	北…11月15日(金)午前9時30分～11時30分。申10月25日(金)正午～11月8日(金)
	妊娠から産後の生活	出産予定月が25年2月～3月の初妊婦と夫・パートナー。北25組	北…11月23日(土)午前9時30分～11時30分。申10月25日(金)正午～11月16日(土)
子どもの健康相談	妊産婦・乳幼児(子の身体計測、健康・食事・育児・歯に関することなどの相談)	南…11月1日(金)午前9時15分～11時15分。北…11月5日(火)午後1時15分～3時15分。申各会場へ電話で	
子どもの食育講座	1歳6カ月～2歳6カ月の子と保護者。北15組	北…11月26日(火)午前10時～11時15分。申10月29日(火)午前9時から	

4カ月児健診、9～10カ月児健診は指定医療機関で受診してください。4カ月児健診は個人通知していません
1歳6カ月児健診、2歳児歯科健診、3歳6カ月児健診は個人に通知しています

※南…南保健センター、北…北保健センター
※詳細は市の「健康づくり課」のページまたは「ふじさわ子育てガイド」をご覧ください



お知らせ

皆様の意見を募集しています(パブリックコメント)

現在、意見を募集しているパブリックコメントについては、市の「パブリックコメント」からご確認ください。☎市民相談情報課 ☎内線2577、FAX(50)8409。



アートスペース展示ルームを貸し出します

貸し出し施設＝㉑展示ルーム1(116㎡)、㉒展示ルーム2(86㎡)、㉓レジデンスルーム3区画(1区画16㎡)。対象期間＝㉑㉒2025年4月8日(火)～27日(日)(月曜日を除く)、㉓25年4月6日(日)～5月3日(土・日・祝)。抽選日時＝11月1日(金)午前11時。※抽選後空きがあれば使用開始日の1カ月前まで申込可能。申10月31日(木)までにアートスペースにある申請書を持参で同施設へ。※申請書は同施設の「☎同施設 ☎(30)1816、FAX(30)1817」からダウンロードもできます。

都市計画案の縦覧

縦覧内容＝藤沢都市計画生産緑地地区の変更。縦覧期間＝10月21日(月)～11月5日(火)(土・日曜日、祝日を除く)。縦覧場所＝都市計画課。※縦覧期間中に意見書を提出できます。☎都市計画課 ☎内線4215、FAX(50)8223。

年金の請求手続き窓口は年金制度により異なります

【保険年金課で請求手続きができる年金】☆老齢基礎年金…国民年金(第1号被保険者期間)のみの方。☆障がい基礎年金…初診日が20歳前または国民年金加入中(第1号被保険者期間)にある方。☆遺族基礎年金…国民年金加入中(第1号被保険者期間)の方が死亡した場合。※その他の年金の請求手続きは、藤沢年金事務所へお問い合わせください。同事務所での請求手続きは予約受付専用電話 ☎0570(05)4890(050)で始まる電話からは ☎03(6631)7521)で予約してください。☎藤沢年金事務所 ☎(50)1151または保険年金課 ☎内線3214、FAX(50)8413。

暮らしと事業の何でも相談会

11月16日(土)午前10時～午後3時。藤沢商工会館ミナパーク。税理士や司法書士などによる、暮らしと事業に関する無料相談会。※詳細は藤沢商工会議所の「☎藤沢商工会議所 ☎(27)8888または産業労働課 ☎内線3411、FAX(50)8419」。

オストメイト健康相談会

10月27日(日)午後1時30分～4時30分。ユニコムプラザさがみはら。グループ懇談や装具の展示など。相談員＝湘南平塚病院皮膚・排泄ケア認定看護師佐藤良子氏。人工肛門・人工膀胱保有者で59歳以下の方と家族、医療関係者、ストーマに関心のある方50人。☎(公社)日本オストミー協会神奈川支部 ☎070(4396)9336または障がい者支援課 ☎内線3292、FAX(25)7822。

講習・講座

スマホの基本操作学んでみませんか?

11月6日～27日毎週水曜日午前10時30分～正午、全4回。市役所本庁舎。講師＝(株)ソフマップ。アプリ・メールの使い方ほか。スマホ初心者で全回出席できる方8人。申10月16日(水)～11月5日(火)に電話で(株)ソフマップ ☎0077(78)9038(ひかり電話・携帯電話からは ☎050(3163)9038)へ(午前10時～午後6時)。☎同社またはデジタル推進室 ☎内線8666、FAX(50)7200。