休日・夜間などの急患診療

南 南休日・夜間急病診療所
☎(23)5000 片瀬339-1(藤沢市医師会館内)

北 北休日・夜間急病診療所
☎(88)7301 大庭5527-1(保健医療センター内)

区分		平日夜	土曜夜	土曜深夜	日・祝日昼	日・祝日夜	日・祝日深夜
診療時間 ※1		午後8時～11時	午後6時～11時	午後11時～翌朝午前7時30分	午前9時～午後5時(正午～午後1時はお休み)	午後6時～11時	午後11時～翌朝午前7時30分
内科	南		○		○	○	
	北	○	○	○※2	○	○	○※2
小児科	南		○	※3	○	○	※3
	北	○	○		○	○	

※1 受付時間…平日は診療時間終了15分前まで、土・日曜日、祝日は30分前まで
※2 北内科の午後11時以降は要事前連絡
※3 小児科の午後11時以降は市民病院☎(25)3111へ(要事前連絡)

	日曜日・祝日 午前9時～午後5時(正午～午後1時はお休み)
耳鼻咽喉科	北または平塚市休日夜間急患診療所で実施 ※4
眼科	当番医療機関で実施(南あるいは北へお問い合わせください) ※4

※4 耳鼻咽喉科・眼科の問い合わせ時間…午前9時～午後4時30分

全国版救急受診アプリ「Q助」

突然の病気やケガのとき、救急車を呼ぶべきかを判断する目安となります。また緊急時にはWEB版からもアクセスできます。

消防庁 Q助 検索

ふじさわ安心ダイヤル24

0120(26)0070

24時間電話健康相談サービス
健康相談・医療相談・介護相談・育児相談・メンタルヘルス相談・医療機関情報
表中の診療時間以外はこちらへ

	月～金曜日(夜間)	土曜日(午後6時～翌朝午前8時)
外科・整形外科	午後8時～翌朝午前8時 0120(26)0070で案内	1月 5日 藤沢湘南台病院 ☎(44)1451 12日 藤沢脳神経外科病院 ☎(27)1511 19日 藤沢湘南台病院 ☎(44)1451

	日曜日・祝日	
	午前9時～翌朝午前8時	午前9時～午後5時
外科・整形外科	1月 6日 藤沢湘南台病院 ☎(44)1451 13日 藤沢脳神経外科病院 ☎(27)1511 14日 藤沢湘南台病院 ☎(44)1451 20日 藤沢湘南台病院 ☎(44)1451	1月 6日 角谷整形外科 ☎(26)1020 13日 湘南台宮治クリニック ☎(86)6366 14日 小池クリニック ☎(25)8985 20日 たかばやし胃腸科クリニック ☎(24)4114
産婦人科		1月 6日 メディカルパーク湘南 ☎(41)0331 13日 愛児レディースクリニック ☎(89)0055 14日 山下湘南夢クリニック ☎(55)5011 20日 こうレディースクリニック ☎(34)7788

	日曜日・祝日(午前9時30分～正午、午後1時～4時) ※5
歯科	休日急患歯科診療所☎(26)3310鵠沼石上2-10-6(口腔保健センター内)

※5 受付時間…午前、午後ともに診療時間終了30分前まで

くらしの情報ガイド

市役所へのお電話は☎(25)1111へダイヤルし、交換手に内線番号または課名などをお伝えください

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)
●当日会場へ ●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

保健所 ※明記のないものは保健所で開催

◆精神科医師による精神保健福祉相談・もの忘れ相談
★一般精神保健福祉相談…2月13日㈬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。★もの忘れ相談…2月6日㈬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。★大人の発達障がい相談…2月14日㈭午前9時30分～11時30分。発達障がいなどでお悩みの方または家族。申問電話で保健予防課☎(50)3593、FAX(28)2121へ。※既に治療中の方は、職員が開庁時間に相談をお受けします。

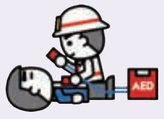
◆ひきこもる家族を持つ親・きょうだいの会～つぼみの会
2月6日㈬午後1時30分～4時。家族同士の分かち合い、情報交換ほか。18歳以上のひきこもりの方の家族。費300円。申問保健予防課☎(50)3593、FAX(28)2121へ。

◆うつ病セミナー「体験を通して生活に持ち帰る～マインドフルネスを学ぼう」
2月8日㈮午後6時～8時。講師＝産業カウンセラー向井清二氏。市内在住・在勤でうつ病やその他ストレス関連障がいで療養中の方など40人。申問保健予防課☎(50)3593、FAX(28)2121へ。

講習・講座

◆院内公開講座「急な腹痛！子宮・卵巣は大丈夫？～CT・MRIでわかる婦人科急性腹症」
1月23日㈬午前11時～正午。市民病院。講師＝市民病院放射線診断科医師。申問病院総務課☎(25)3111、FAX(25)3545へ。

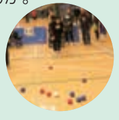
◆普通救命講習Ⅰ
2月24日㈰午前9時30分～午後0時30分。六会公民館。市内在住・在勤・在学の中学生以上の方40人。申問1月24日㈭～2月14日㈭に南消防署☎(27)8181、FAX(25)8619または北消防署☎(45)8181、FAX(45)8182へ来署で。※市のホームページの「電子申請 申請書ダウンロード」からも申し込みできます。



◆親子で参加できる講座「世界のことばで話そう」
☆2月7日㈭、23日㈯午後6時30分～8時…ココテラス湘南、☆2月9日㈯午前10時30分～正午、22日㈮午後6時30分～8時…藤沢商工会館ミナパーク。子と保護者各日10組。※託児あり(要予約)。申各講座の前日までに電話で岩田☎090(3600)5028へ。問岩田または生涯学習総務課☎内線5312、FAX(29)1354。

家族支援講座「発達障がいの子育てを考える」
と き 2月2日㈯午前10時～正午
ところ 保健所
講 師 小児療育相談センター幸田栄氏
対象・定員 幼児～小学2年生の保護者70人
※保育あり
申し込み・問い合わせ 1月31日㈭までに電話またはファクスに住所・氏名・電話番号、保育希望の有無を書いて、子ども家庭課子ども発達支援担当☎(50)3596、FAX(28)2255へ

ジュニアのための「スポーツ栄養講座」
公認スポーツ栄養士とともに基礎知識を学びませんか。



とき・ところ
㋐2月23日㈯午後2時～4時…秩父宮記念体育館
㋑3月2日㈯午前10時～午後1時30分…東京ガスキッチンランド湘南
内 容 ㋐栄養講座・ボッチャ体験、㋑調理実習
対象・定員 ㋐保護者・指導者30人、㋑高校生以上の方16人
費 用 ㋐500円、㋑1000円
申し込み・問い合わせ 1月10日㈭からスポーツ推進課、各スポーツ施設・市民センターなどで配布する申込書を書いて、2月8日㈮までに同課☎内線6767、FAX(50)8433へ
※申込書は市のホームページの同課のページからダウンロードもできます

募集

◆第32回湘南地区障がい者卓球大会出場者
3月2日㈯午前9時20分～午後4時。寒川総合体育館。卓球・サウンドテーブルテニスの個人戦(障がいなどによって区別あり)。障がい者手帳をお持ちの方。申問2月6日㈬までに電話または来庁するか、産業労働課、障がい福祉課、各市民センターにある申込書またはファクスに住所・氏名・年齢・性別・電話番号、勤務先・学校名、参加種目、出場経験の有無、会場への交通手段、付き添いの有無を書いて、産業労働課☎内線2227、FAX(50)8419へ。

公民館

原則として市内在住・在勤・在学の方が対象、申し込みは土・日曜日、祝日を除きます

明記のないものは…●先着順●当日会場へ●午前8時30分から受け付け
●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

鵠沼公民館 ☎(33)2002 FAX(33)2203

●あなたのための健康講座～スーパーシニアへの道 ㋐1月24日㈭…口の健康、㋑2月7日㈭…薬とサプリメント、㋒14日㈭…体力測定。いずれも午後1時30分～3時30分。講師＝藤沢市歯科医師会関根顕氏ほか。成人㋐60人、㋑50人、㋒25人。申㋒のみ1月16日㈬から電話または来館で。
●子どもをサポートするためのスポーツ栄養講座 2月13日㈬午前10時～正午。講師＝文教大学准教授目加田優子氏。成人25人。申1月17日㈭から電話または来館で。
●落語鑑賞会 1月25日㈮午後1時30分～3時。出演＝三遊亭吉窓。150人。

●おもちゃのへや 1月18日㈮午前10時30分～正午。布や木のおもちゃで遊ぶ。小学生以下の方。※未就学児は保護者同伴。
●おててつないで(保育専用室開放) 1月23日㈬午前10時～午後2時30分。乳幼児と保護者。
●おもちゃの病院 1月27日㈰午後1時30分～3時30分。おもちゃの修理。※部品交換などは実費。
●鵠っ子囲碁・将棋ルーム 1月20日㈰午前10時～正午。小・中学生。

湘南台公民館 ☎(45)3070 FAX(45)1604

●サークル共催事業「大正琴講座」 2月6日㈬、20日㈬午後1時30分～3時、全2回。講師＝田邉久子氏。※楽器の貸し出しあり。8人。申1月16日㈬から電話または来館で。
●講演会「脳科学による子育て」 2月16日㈯午後2時～3時30分。講師＝文教大学教授成田奈緒子氏。100人。申1月17日㈭から電話または来館で。
●茶師から学ぶ秘伝の合組技術 2月23日㈯午前10時～正午。茶葉をブレンドする技術を学ぶ。講師＝藤沢マイスター佐々木健氏。成人20人。費500円。申1月22日㈫から電話または来館で。
●親子トランポリン 1月20日㈰午後1時～2時30分。

善行公民館 ☎(90)0097 FAX(81)4441

●親子3B体操 2月4日㈪午前10時30分～11時30分。3～12カ月児と保護者20組。申1月17日㈭から電話で。
●護身術講座「身近な危険から身を守ろう！」 2月16日㈯午前10時～正午。講師＝藤沢北警察署署員。中学生以上の方40人。申1月22日㈫～2月12日㈫に電話または来館で。
●あかちゃんとのふれあいタイム オイルトリートメント 2月28日㈭午前10時30分～11時30分。4～7カ月児と保護者10組(初めての方優先)。費1組500円。申1月25日㈮から電話で。

明治公民館 ☎(34)5660 FAX(33)5727

●てづくりごっこ～走るうま 1月18日㈮午後3時～4時。幼児～小学生。
●おはなし会 1月16日～30日毎週水曜日午後3時30分～4時。幼児～小学生。
●わらべうたであそぼう！ 1月25日㈮午前11時～11時30分。※未就学児は保護者同伴。
●サーキットトレーニング 1月25日㈮午後7時30分～8時30分。講師＝健康運動指導士植松育子氏。30人。

六会公民館 ☎(90)0203 FAX(83)2298

●㋐中高生向け講座「自分のためのバレンタイン～ご褒美チョコレートケーキづくり」 2月3日㈰午後1時～3時30分。中学・高校生15人(抽選)。費1200円。

●㋑勤労者支援講座「みそづくり」 2月20日㈬午後6時30分～9時。成人12人(抽選)。費1700円。
●㋒認知症サポーター養成講座 2月19日㈫午前10時～正午。講師＝キャラバン・メイト。成人50人(抽選)。

申㋐は1月21日㈪、㋑は28日㈪、㋒は2月5日㈫〈いずれも必着〉までに電話または来館するか、はがき・ファクスに講座名・住所・氏名・電話番号を書いて、六会公民館〈〒252-0813亀井野4-8-1〉へ。
●おひざのうえのおはなし会 1月23日㈬午前11時～11時30分。

村岡公民館 ☎(23)0634 FAX(23)0641

●おひざの上のおはなし会 2月1日㈮◎午前10時20分～10時50分◎午前11時～11時30分。1～3歳児と保護者各20組。申村岡市民図書室☎(28)6939へ電話または来室で。
●本とおはなしのへや 2月6日㈬午後3時30分～4時。

長後公民館 ☎(46)7373 FAX(46)7034

●福祉講演会「介護ってなに？～する人される人 幸せな介護とは」 2月2日㈯午後1時30分～3時。講師＝(株)あおいけあ代表取締役加藤忠相氏。200人。
●上流域バス見学会 2月14日㈭午前8時30分～午後5時。小原宿本陣見学、相模湖遊覧ほか。成人20人(長後地区在住の方優先)。費実費。申1月28日㈪から電話または来館で。
●ウインターコンサート～室内楽の調べ 2月9日㈯午後1時30分～3時30分。出演＝あんさんぶる・るりあん。
●おはなし会 1月19日㈯、26日㈯午後2時30分～3時。

遠藤公民館 ☎(86)9611 FAX(87)3008

●サークル共催事業「みんなで歌おう！合唱講座」 2月6日㈬、13日㈬午前10時～正午、全2回。成人女性15人。申1月17日㈭から電話または来館で。
●すくすく広場 1月15日㈫午前10時～正午。乳幼児と保護者のフリースペース。
●のびのび広場～童謡の会 1月22日㈫午前10時～正午。乳幼児と保護者のフリースペース。

片瀬公民館 ☎(29)7171 FAX(25)8907

●サークル共催事業「作って、手づかみ、インドネシア料理を楽しもう！」 2月17日㈰午前10時30分～午後1時。講師＝えのしまバリ島文化の会会員。18人。※小学生は保護者同伴。費1000円。申1月17日㈭から電話または来館で。
●えほんのおへや 1月15日㈫午前10時30分～10時50分。2歳以上の子と保護者。
●おひざの上のおはなし会 1月15日㈫午前11時～11時30分。乳幼児と保護者。
●おもちゃの病院 1月19日㈯午後1時30分～3時30分。おもちゃの修理。※部品交換などは実費。

片瀬しおさいセンター ☎(29)6668 FAX(29)6674

●サークル共催事業「初めての空手体験」 2月10日㈰、17日㈰午後1時～3時、全2回。小学生以上の方10人。申1月22日㈫午前9時から電話または来館で。

藤沢公民館 ☎(22)0019 FAX(22)0293

●おはなしのへや 1月23日㈬午後2時30分。お話と折り紙。幼児～小学生。
●保育室開放～子育てフリースペース 1月28日㈪午前10時～正午。2歳以下の子と保護者の交流の場。

済美館 ☎・FAX(28)4471

●文化講座「聖なる島から人の島へ～江ノ島弁才天と小田原北条氏」 1月31日㈭午後2時～4時。講師＝藤沢市文化財保護委員伊藤一美氏。成人30人。申1月17日㈭午前9時から藤沢公民館に電話または来館で。

辻堂公民館 ☎(34)9151 FAX(34)4187

●ラッコの広場 2月7日～21日毎週木曜日午前10時～正午。親子自由参加型のサロン。乳幼児と保護者。
●こどもの広場 2月7日～28日毎週木曜日午後3時10分～4時30分。将棋、工作、生き物の話ほか。4歳児～小学生。

湘南大庭公民館 ☎(87)1112 FAX(87)1110

●わらべうた講習会 1月29日㈫午前10時～正午。講師＝国岡晶子氏。15人。申1月17日㈭午前9時30分から電話または来館で。
●国際理解講座～西アフリカの楽しみ方 2月7日㈭午後2時～4時、21日㈭午前10時～午後0時30分、全2回。講師＝石井恒夫氏。成人20人。申1月24日㈭午前9時30分から電話または来館で。
●ぴよぴよ広場 1月15日㈫午前9時30分～正午。乳幼児と保護者のフリースペース。
●おもちゃのへやメリーゴーランド 1月19日㈯午前10時～午後3時。障がい児・就学児と保護者・家族がおもちゃを通して交流するスペース。

市内小・中学校特別支援学級、特別支援学校作品展 第43回のびゆく子ら作品展

小学校17校、中学校12校、特別支援学校2校の児童・生徒の絵画・手芸・書・陶芸・木工などの力作を展示します。各学校が「海」をテーマに創作した作品の集合展示も行います。

とき 1月29日㈫～2月3日㈰
午前10時～午後7時(3日は午後5時まで)
ところ 市民ギャラリー
問い合わせ 教育指導課☎内線5221、FAX(50)8424

早春の境川遊水地公園と境川周辺で野鳥観察をしませんか

とき 2月15日㈮、16日㈯午前9時30分～午後2時 ※雨天中止
コース 天王森泉公園～鷺舞橋～今田遊水地ほか(約5km)
案 内 江の島・藤沢ガイドクラブ
定 員 各日25人
費 用 500円
申し込み 片瀬江の島観光案内所☎(24)4141へ
問い合わせ 同案内所または観光シティプロモーション課☎内線3421、FAX(50)8255