

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

# 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)
- 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

### 子ども健康課

☎(50)3522 FAX(50)0668

#### お母さんと子どもの健康相談

妊産婦・乳幼児の健康・食事・育児・歯に関することなどの相談。☎電話で子ども健康課へ。

### 保健所

※明記のないものは保健所で開催

#### エイズ(HIV)・梅毒相談と匿名無料即日検査

1月7日(木)、21日(木)午前9時～10時50分。検査結果は採血のおおむね45分後にお知らせします。HIV検査の結果が判定保留の場合は、別の日に面談でお知らせします。☎☎電話で保健予防課☎(50)3593、FAX(28)2121へ。

#### 生活習慣病予防相談

1月26日(火)◎午前9時◎午前10時◎午前11時◎午後1時30分◎午後2時30分◎午後3時30分。保健師・栄養士・歯科衛生士による食事や運動などの相談(1人30分程度)。血圧や血糖値が高め、体重増加など生活習慣病に関して気になることがある方。☎☎1月12日(火)までに電話またはファクスに氏名・電話番号を書いて、健康増進課☎(50)8430、FAX(28)2121へ。※就労などで来所できない方は郵送での相談も可。

#### 精神科医師による精神保健福祉相談・もの忘れ相談

★精神保健福祉相談…1月27日(水)。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…1月22日(金)。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。ともに午後1時～3時。☎☎電話で保健予防課☎(50)3593、FAX(28)2121へ。※すでに治療中の方は職員が開庁時間に相談をお受けします。

## 楽しく子育てするために 2月のお知らせ

申し込み・問い合わせ 午前9時から電話で  
★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
ごっくん教室	2020年8月～9月生まれの第1子と保護者。南北各20組	南…2月3日(水)、26日(金)。北…2月10日(水)。◎午前9時30分～10時20分◎午前10時45分～11時35分。☎1月13日(火)から
離乳食教室～実践編!	20年3月～7月生まれの第1子と保護者。南北各20組	南…2月17日(水)。北…2月12日(金)。午前10時～10時30分。☎1月14日(火)から
もぐもぐ教室(7カ月児)	20年7月生まれの子と保護者。南20組、北15組	南…2月16日(火)。北…2月9日(火)。午前9時30分～10時40分。☎1月19日(火)から
ぱくぱく教室	19年12月～20年2月生まれの第1子と保護者。南北各10組	南…2月22日(月)。北…2月15日(月)。午前9時30分～10時30分。☎1月12日(火)から
食物アレルギー教室	20年2月～7月生まれの子と保護者。北10組	北…2月1日(月)午前9時30分～10時30分。☎1月7日(木)から

乳児健診(4カ月児、9～10カ月児)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。幼児健診(1歳6カ月児健診、3歳6カ月児健診)、2歳児歯科健診(個別健診)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

※各講座の対象に該当しない方で参加を希望する場合はご相談ください

※詳細は「ふじさわ子育てガイド」または市のホームページの子ども健康課のページをご覧ください



#### マンモグラフィ検診車による乳がん検診

1月24日(日)午前9時～正午。市役所本庁舎。市内在住で2021年3月31日までに40歳以上になる女性35人。費用市の検診と同じ自己負担あり(無料クーポン券使用可)。☎☎12月28日(月)午前9時から電話で健康増進課☎(50)8430、FAX(28)2121へ。

#### 認知症の方を介護する家族の会～ふれあい会

1月27日(水)午後1時～2時。現在介護をしている方の情報交換と交流。☎☎保健予防課☎(50)3593、FAX(28)2121へ。

#### 藤沢わかちあいの会

1月19日(火)午後2時～3時30分。藤沢商工会館ミナパーク。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。

#### 断酒会

1月21日(木)午後6時45分～8時30分。酒害に悩む方と家族。※初めて参加する方は事前にご相談ください。☎保健予防課☎(50)3593、FAX(28)2121。

## (公財) 藤沢市保健医療財団

#### 健康づくりのための健康チェックと運動相談

1月28日(木)午前9時30分～正午。六会公民館。健康運動指導士による栄養相談ほか。市内在住・在勤・在学の方15人。☎☎1月5日(火)～15日(金)に電話またはファクスに氏名・電話番号を書いて、(公財)藤沢市保健医療財団☎(88)7311、FAX(86)6065へ。

#### 生活習慣病対策講座・糖尿病編 ～B判定から要注意!正しい食事で糖尿病対策

2月9日(火)午前10時～正午。保健所。市内在住・在勤の方30人。☎☎1月7日(木)から電話またはファクスに氏名・電話番号を書いて、(公財)藤沢市保健医療財団☎(88)7311、FAX(86)6065へ。

## 65歳からの健康づくり

地域包括ケアシステム推進室 ☎内線3151、FAX(50)8415

対象は市内在住の65歳以上の方。ファクスで申し込みの場合は、講座名・開催日・住所・氏名・生年月日・電話番号をご記入ください。

講座名	内容	とき・ところ・定員	申し込み
元気はつらつ健康講座	簡単な体力テストと、健康づくりや介護予防に役立つ内容を学びます	1月19日～2月2日毎週火曜日 午前9時30分～11時30分、全3回。藤沢公民館。15人	12月25日(金)から神奈中フィットネスクラブ ライフティック平塚☎0463(24)1010、FAX0463(23)6142へ(平日午後1時～5時)
ロコモ予防チャレンジ講座	ロコモティブシンドローム予防の簡単なチェックや体操など、日常生活で実践できる方法を学びます	1月24日(日)午前10時～正午。ニッショウスマイルステーション湘南台。20人	1月4日(月)から電話でニッショウスマイルステーション湘南台☎(41)9462、FAX(41)9463へ(平日午前9時～午後5時30分)
		1月26日(火)午後2時～4時。保健医療センター。20人	1月6日(水)から(公財)藤沢市保健医療財団☎(88)6752、FAX(86)6065へ(平日午前9時～午後5時)
		2月16日(火)午後2時～4時。秩父宮記念体育館。20人	1月21日(木)から(公財)藤沢市保健医療財団☎(88)6752、FAX(86)6065へ(平日午前9時～午後5時)
認知機能アップ教室	認知症の理解と日常生活で取り組める予防法を学びます	1月27日～2月24日毎週水曜日 午後1時30分～3時30分、全5回。ココテラス湘南。15人	1月5日(火)から藤沢病院☎(23)2343、FAX(24)5050へ(平日午前10時～午後4時)

※会場への問い合わせ、車での来所はご遠慮ください

※各講座の詳細は地域包括ケアシステム推進室にあるチラシまたは市のホームページの同室のページをご覧ください

## お知らせ

#### 火災と救急の概要

	11月	年間累計
火災件数	12	93
救急件数	1,742	19,343

#### 市民会館の再整備に向けた意見の募集

募集内容＝☆再整備後の市民会館のあり方☆ホールに必要な機能☆市民会館に必要と考える機能☆その他。提出期限＝3月31日(水)。※提出方法など詳細は市のホームページの文化芸術課のページをご覧ください。受け付けた意見は再整備基本構想策定検討委員会などに報告し、個別には回答しません。☎文化芸術課☎(50)8233、FAX(25)1525。