

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

### ◆生活習慣病予防相談

8月23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。保健所。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。☎8月9日(火)までに健康づくり課☎(50)8430、FAX(50)0668へ。※就労などで来所できない方は、別日または郵送での相談も可。

### ◆藤沢市難病講演会「難病と出会う患者さんの気持ち～その理解と家族のこころの流れについて」

8月25日(木)午後2時～4時。Zoomによるオンライン講座。講師＝湘南鎌倉総合病院臨床心理系係長松本準氏。難病患者と家族など300人。☎8月18日(木)までにEメールの件名を「難病講演会申込み」とし、氏名・在住地区・Eメールアドレスを書いて、保健予防課☎(50)3593、FAX(28)2121、✉fj-hokenyobo@city.fujisawa.lg.jpへ。※各市民センター・公民館などにあるチラシまたは右記の2次元コードからも申し込みできます。



### ◆エイズ(HIV)・梅毒相談と匿名無料即日検査

8月4日(木)、18日(木)、25日(木)午前9時～10時50分。保健所。検査結果は採血のおおむね40分後にお知らせします。HIV検査の検査結果が判定保留の場合は、別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。

### ◆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…8月24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…8月26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、保健所。☎☎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。

### ◆健康づくりサポーター・健康普及員・食生活改善推進員養成講座

⑦健康普及員養成講座…9月15日(木)、22日(木)午前9時30分～正午、10月6日(木)午後2時～3時30分、全3回。  
⑧お口の健康サポーター養成講座…9月27日(火)午前10時～正午。  
⑨運動サポーター養成講座…9月27日(火)午後2時～4時。  
⑩食生活改善推進員養成講座…9月30日(金)～11月7日(月)、全5回。  
⑪禁煙サポーター養成講座…10月3日(月)午前10時～11時30分。  
⑫食サポーター養成講座…10月3日(月)午後2時～4時。  
⑬女性の健康づくりサポーター養成講座…10月5日(水)午前10時～11時30分。※いずれも各講座開催日前に動画視聴あり。保健所ほか。市内在住の方⑦は10人、⑧～⑬は20人。※内容など詳細は、市のホームページの健康づくり課のページまたは下記の2次元コードからご覧ください。☎7月27日(水)午前9時～8月31日(水)に市のホームページの「電子申請・申請書ダウンロード」へ。☎健康づくり課☎(50)8430、FAX(50)0668。



### ◆生活習慣病予防講演会

#### 「良質・快適な睡眠のすすめ～睡眠と生活習慣病」

⑯9月8日(木)午後2時～4時…オンライン講演会、⑰9月15日(木)～30日(金)…アーカイブ動画配信。睡眠の基礎知識、睡眠と生活習慣病の関連、良質な睡眠をとるポイント。講師＝日本睡眠学会睡眠専門医柳原万里子氏。市内在住・在勤・在学の方50人。☎8月1日(月)から⑰は9月2日(金)、⑰は9月12日(月)までにファクスに氏名・電話番号・Eメールアドレスを書いて、健康づくり課☎(50)8430、FAX(50)0668へ。※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。

### ◆自殺未遂者・家族のための電話相談～まごころホットライン

☎(81)9120(平日午後1時～5時)。※相談員の携帯電話に転送されます。☎保健予防課☎(50)3593、FAX(28)2121。

### ◆うつ病セミナーオンライン研修

#### 「復職に向けた効果的休職生活とその支援」

8月25日(木)午後6時～8時。講師＝(株)ライフワーク・ストレスアカデミーシニア産業カウンセラー尾崎健一氏。市内在住・在勤でうつ病やストレス関連障がいなどで療養中の方または家族など。☎8月23日(火)までに市のホームページの「電子申請・申請書ダウンロード」へ。※右記の2次元コードからも申し込みできます。☎保健予防課☎(50)3593、FAX(28)2121。



### ◆国民健康保険に加入中の30代の方、健診を受けませんか

生活習慣病予防を目的に、保健医療センターでヘルスチェック健診を行っています。対象者には6月下旬に受診券を送付しています。期間＝11月30日(水)までの平日(10月16日(日)は実施)。対象＝国民健康保険加入中の31～39歳の方。費2000円。☎電話で保健医療センター☎(88)7305へ。※右記の2次元コードからも申し込みできます。☎健康づくり課☎(21)7344、FAX(50)0668。



## お知らせ

### ◆火災と救急の概要

	6月	年間累計
火災件数	3	49
救急件数	2,052	11,977

### ◆第1回総合教育会議

8月12日(金)午後2時。市役所本庁舎。傍聴は30人まで(抽選)。☎☎傍聴を希望する方は当日午後1時20分～1時30分に企画政策課☎内線2175、FAX(50)8436へ。

### ◆「外部評価」を実施します

8月13日(土)午後1時30分～4時。市役所本庁舎。評価対象＝地域市民の家維持管理費、ロボット未来社会推進事業費。※詳細は市のホームページの行革内部統制推進室のページをご覧ください。☎行革内部統制推進室☎内線2216、FAX(50)8244。

### ◆特定計量器の定期検査

取引・証明に使用している計量器(はかり)は、定期検査を受けることが義務付けられています。10月～2023年3月に(公社)神奈川県計量協会の職員が訪問し検査します。対象＝◎商店や工場、農漁業者などの商品の売買・出荷用など、◎病院・薬局などの調剤用、◎学校・幼稚園・保育園・病院などの身体測定用、◎運送業者などの貨物運賃算出用など。費1台500円～3000円程度。※調査票を送付しますので、受領した事業者は回答してください。これまで定期検査を受けたことがない方はご連絡ください。☎産業労働課☎内線3411、FAX(50)8419。



## 65歳からの健康づくり

高齢者支援課 ☎内線3285、FAX(50)8412

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
転倒予防講座	転倒予防の運動や講話、簡単な体力チェックなど、日常生活で実践できる方法を学びます	8月23日(火)午後2時～4時。辻堂団地集会所。20人	8月2日(火)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)
		9月6日(火)午後2時～4時。保健医療センター。20人	8月3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)

※会場への問い合わせ、車での来所はご遠慮ください  
※各講座の詳細は高齢者支援課にあるチラシまたは市のホームページの同課のページをご覧ください

以下は広告スペースです。掲載申し込み・問い合わせは広報シティプロモーション課へ。広告内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨するものではありません。