

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

◆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…11月26日(水)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…11月28日(金)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。ともに保健所。※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。

◆断酒会  
11月20日(水)午後6時～8時。市役所分庁舎。酒がいに悩む方と家族。※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。

◆若年性認知症本人と家族の会「絆会」  
11月21日(金)午前10時～正午。市役所分庁舎。当事者・家族の交流。※オンライン参加・休日の個別相談も可。  
費100円。☎電話で保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121へ。

◆エイズ(HIV)・梅毒相談と匿名無料即日検査  
11月6日～27日毎週木曜日午前9時～10時50分。保健所。検査結果は受付後60分程度でお知らせします。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。※市の☎の同課のページまたは市公式LINEからも申し込みできます。

◆タバコ対策講演会「知っていますか？肺の生活習慣病COPD(タバコ病)」  
11月4日(火)～28日(金)。オンデマンド配信。COPDについての基礎知識、COPDと喫煙の関係ほか。講師＝後藤内科医院院長後藤秀人氏。市内在住・在勤・在学の方。※詳細は市の☎の健康づくり課のページへ。  
☎11月4日(火)～21日(金)に市の☎の「電子申請」から。☎健康づくり課 ☎(50)8430、FAX(28)2280。

◆おくすり街かど講演会・フレイル予防の健康チェック  
◎11月4日(火)…遠藤市民センター、◎6日(水)…善行市民センター、◎10日(土)…湘南台市民センター、◎18日(火)…村岡市民センター、◎20日(木)…長後市民センター、◎21日(金)…湘南大庭市民センター、◎26日(火)…保健所、◎27日(水)…御所見市民センター。いずれも午後2時～3時30分。※21日のみ午前10時～11時30分。講演「薬との上手な付き合い方について」  
講師＝藤沢市薬剤師会、体組成・握力測定。市内在住の方。  
☎健康づくり課 ☎(50)8430、FAX(28)2280。

◆精神障がい者家族教室  
◎11月7日(金)…統合失調症の理解と対応、◎21日(金)…デイケアの活動内容、◎12月8日(月)…就労継続支援B型事業所の活動と当事者の話。いずれも午後2時～3時30分、全3回。保健所。市内在住・在勤の統合失調症で療養中の方の家族。  
☎電話で保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121へ。

◆生活習慣病予防相談  
11月25日(火)◎午前9時30分◎午前10時30分◎午前11時30分◎午後1時30分◎午後2時30分◎午後3時30分。保健所。※就労などで来所できない場合はオンラインまたは別日での相談も可。保健師・管理栄養士・健康運動指導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。  
☎11月11日(火)までに電話するか、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。

◆みんなで創るまちのアート  
11月22日(土)◎午前10時◎午前11時◎午後1時◎午後2時◎午後3時。※各回30分。雨天時は23日(日・祝)。アーティストと一緒に市民会館の壁に巨大なアートを描く。講師＝美術家丸倫徳氏。小・中学生各回10人。  
☎11月15日(土)までに2次元コードから。☎(一社)藤沢青年会議所 ☎(26)8423または文化芸術課 ☎(23)2415、FAX(25)1525。

◆文書館収蔵資料展「湘南ライフタウンの半世紀」  
10月27日(月)～12月19日(金)午前9時～午後4時30分(土・日曜日、祝日を除く)。文書館。※ギャラリートークあり。詳細は藤沢市文書館の☎へ。  
☎文書館 ☎(24)0171、FAX(24)0172。

◆在宅介護者の会「ほほえみの会」  
11月18日(火)午前11時～午後0時30分。市役所本庁舎。介護に関する情報交換と介護者同士の交流。  
☎電話で高齢者支援課 ☎内線3286、FAX(50)8412へ。

◆第34回御所見ユースデイ  
11月1日(土)。※荒天時は2日(日)。スタンプラリー(午前11時。御所見小学校)、各種ゲーム(午後1時。中里子どもの家)。  
☎御所見市民センター ☎(48)1002、FAX(48)5807。

◆古民家で昔話を聞こう！  
11月8日(土)午前11時。※雨天中止。旧小池邸(新林公園内)。昔話・紙芝居・パネルシアターほか。  
☎郷土歴史課 ☎内線5313、FAX(50)8432。

◆健康講座  
～いつまでも元気に自分らしく暮らすために～  
☆11月14日(金)…言語聴覚士がお伝えする誤嚥性肺炎の基礎知識と予防トレーニング(講師＝藤沢湘南台病院言語聴覚士加瀬沙友里氏ほか)。  
☆12月18日(木)…お家でできる感染対策(講師＝藤沢湘南台病院感染対策室看護師須藤駿氏ほか)。ともに午後2時～3時30分。長後市民センター。各日30人。  
☎10月20日(月)から電話・来所するか、住所・氏名・電話番号、参加希望日をファクス・Eメールで長後市民センター ☎(44)1622、FAX(46)7034、✉fj-chougo-c@city.fujisawa.lg.jpへ。

◆スポーツまつりふじさわ2025  
11月9日(日)午前9時30分～午後3時。※受け付けは午後2時30分まで。秋葉台公園。ランバイク、バスケットボール、キックターゲットなどの体験。※体育館には室内シューズ、靴袋を持参。詳細は市の☎のスポーツ推進課のページへ。  
☎スポーツ推進課 ☎内線6767、FAX(50)8433。

◆パラスポーツにチャレンジしよう！「ふれあいスポーツ交流会」ローリングバレーボール&ボッチャ  
11月8日(土)午後0時30分～4時30分。秋葉台文化体育館。年齢や障がいの有無に関わらず楽しめる交流会。※室内シューズ、軍手、膝あてパッド(お持ちの方)などを持参。  
☎(公財)藤沢市みらい創造財団スポーツ事業課 ☎(22)5633、FAX(28)5749。

◆第29回ふじさわこどもまちづくり会議  
11月22日(土)、23日(日・祝)午前9時～午後4時、全2回。湘南台市民センターほか。市内在住の小学生40人(全回参加できる方優先、抽選)。  
費1000円。☎10月25日(土)～11月3日(月・祝)にふじさわこどもまちづくり会議の☎から。☎三原 ☎090(8504)3334または街なみ景観課 ☎内線4261、FAX(50)8223。

◆第19回神奈川県障がい者スポーツ大会  
㊦卓球(精神障がい者)…2026年1月16日(金)、㊦卓球・サウンドテーブルテニス(身体障がい者・知的障がい者)…26年1月18日(日)、㊦ボッチャ(身体障がい者)…26年3月1日(日)。いずれも県立スポーツセンター。  
☎㊦㊦は11月17日(月)、㊦は12月15日(月)までに障がい者支援課にある申込書を神奈川県身体障害者連合会へ。※申込書は同連合会の☎からダウンロードもできます。  
☎同課 ☎内線3292、FAX(25)7822。

◆保護犬などの飼い主を探す犬の譲渡会  
11月2日(日)正午～午後3時。※雨天中止。保健所。※譲渡には条件・審査があります。詳細は市の☎の生活衛生課のページへ。  
☎生活衛生課 ☎(50)3594、FAX(28)2020。

◆「介護の日」イベント  
11月15日(土)。湘南台駅地下アースクエア。介護美容、健康チェック、チェアヨガほか。  
☎介護保険課 ☎内線3142、FAX(50)8443。

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 | 転倒しやすくなった、転倒に対する不安がある方を対象に、予防の運動や講話、日常生活で実践できる方法を学びます | 11月7日(金)午前10時～11時30分。鶴沼市民センター。20人  | 10月27日(月)から(株)神奈中スポーツデザイン ☎0463(24)7926、FAX0463(23)6142へ(平日午前10時～午後5時) |
|        |                                                       | 11月13日(木)午前10時～11時30分。辻堂市民センター。20人 | 10月28日(火)から(株)神奈中スポーツデザイン ☎0463(24)7926、FAX0463(23)6142へ(平日午前10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☎の同課のページをご覧ください