

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
原則、各記事は、日時、場所、内容、講師・出演、対象・定員、費用、申し込み・問い合わせの順で記載しています

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・酒がい相談員による相談
★精神保健福祉相談…10月7日(水)、13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。
★もの忘れ相談…10月6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。
★酒がい相談…10月13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。

◆認知症の方を介護する家族の会 ふれあい会
10月14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。費100円。☎☎電話で保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121へ。

◆神経難病リハビリ教室
☆10月13日(火)…生活の工夫と体づくり。☆10月27日(火)…食事の工夫と嚥下体操。ともに午後2時～4時。保健所。講師＝クローバーホスピタルリハビリテーション部。神経難病患者と家族各日20人(市内在住・在勤・在学の方優先)。
☎☎9月10日(水)～各開催日の5日前に市の☎の「電子申請」から、または電話するか、講座名、住所・氏名(ふりがな)・電話番号・疾患名、参加希望日をファクス・Eメールで保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121、✉fj-hokenyobo@city.fujisawa.lg.jpへ。

◆マンモグラフィ検診車による乳がん検診
10月4日(日)午前10時～正午。イトーヨーカドー湘南台店。費市の検診と同じ自己負担あり。
☎☎9月11日(金)午前9時から電話で健康づくり課 ☎(21)7344、FAX(28)2280へ。※対象など詳細は市の☎の同課のページへ。

◆9月24日(木)～30日(水)は「結核予防・呼吸器感染症予防・非結核性抗酸菌症啓発週間」
結核は過去の病気ではありません。また、非結核性抗酸菌症は患者数が増加傾向にあります。風邪に似た症状でも、「いつもと違う」「2週間以上症状が長引く」とときには早めに受診しましょう。予防には、咳エチケット、手洗い、換気などが有効です。
☎保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121。※詳細は市の☎の同課のページへ。

◆生活習慣病対策講座・脂質異常症編
～放置しない！無理なく続ける生活改善のコツ
10月16日(金)午前10時～正午。保健所。脂質異常症の基礎知識、生活習慣や食生活改善のポイントほか。市内在住・在勤の方30人。
☎☎9月16日(水)から電話するか、講座名、氏名・電話番号をファクス・Eメールで(公財)藤沢市保健医療財団 ☎(88)7311、FAX(86)6065、✉tokuhoshido@fhmc.or.jpへ。
※2次元コードからメール作成画面に遷移します。

◆生涯を通じた女性の健康づくり LDLコレステロール対策 女性ホルモンの変化と食事の話
10月2日(金)午前10時～正午。保健所。骨密度測定あり。※個別相談可。市内在住・在勤・在学の20～65歳の方20人。
☎☎9月14日(月)から電話するか、講座名、氏名・年齢・電話番号をファクス・Eメールで(公財)藤沢市保健医療財団 ☎(88)7311、FAX(86)6065、✉tokuhoshido@fhmc.or.jpへ。※2次元コードからメール作成画面に遷移します。

◆口腔がん検診
11月1日(日)午前9時～午後0時30分。口腔保健センター。お口の中に心配事のある方50人(抽選)。※虫歯・歯周病の検査は行いません。検診時間の指定はできません。費1000円。
☎10月9日(金)〈必着〉までに2次元コードから、または電話するか、「口腔がん検診希望」、郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・電話番号を郵送(はがき)で藤沢市歯科医師会事務局〈〒251-0025鵜沼石上2-10-6〉☎(26)3310へ〈平日午前9時30分～正午、午後1時～4時30分〉。
☎事務局または健康づくり課 ☎(50)8430、FAX(28)2280。

妊娠・子育ての教室・相談 10月のお知らせ			
講座名		対象・定員	とき・ところ
マタニティクラス	食事と歯の健康	出産予定月が2027年1月～4月の初妊婦と夫・パートナー。南20組	南…10月9日(金)午後1時30分～3時30分。☎9月11日(金)午前9時～20日(日)
	妊娠から産後の生活	出産予定月が27年1月～2月の初妊婦と夫・パートナー。南35組	南…10月17日(土)午前9時30分～11時30分。☎9月11日(金)午前9時～20日(日)
離乳食教室	初期	26年4月～5月生まれの子と保護者。南北各15組	南…10月7日(水)◎午前9時30分～10時40分◎午後1時30分～2時40分。北…10月20日(火)午後1時30分～2時40分。☎9月14日(月)午前9時から
	中期・後期	25年11月～26年3月生まれの子と保護者。南北各15組	南…10月21日(水)。北…10月14日(水)。午前9時30分～10時40分。☎9月14日(月)午前9時から
	1歳からの食事と歯の教室	25年7月～10月生まれの子と保護者。南10組	南…10月20日(火)午前9時30分～10時30分。☎9月14日(月)午前9時から
食物アレルギー教室		25年10月～26年5月生まれの子と保護者。北10組	北…10月27日(火)午前9時30分～10時30分。☎9月14日(月)午前9時から
子どもの食育講座		1歳6カ月～3歳6カ月の子と保護者。北10組	北…10月28日(水)午前10時～11時15分。☎9月14日(月)午前9時から
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…10月6日(火)午後1時15分～3時15分。北…10月13日(火)午前9時15分～11時15分

1カ月児健診は出産医療機関などで受診してください。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。1カ月児健診、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☎の親子すこやか課のページまたは「ふじさわ子育てガイド」をご覧ください



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。