

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**
★精神保健福祉相談…10月28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…10月23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。

◆**エイズ(HIV)・梅毒・肝炎夜間検査**

10月20日(火)午後4時30分～7時。保健所。※肝炎検査は市内在住の方のみ。検査結果は受け付け後60分程度でお知らせします。HIV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。通常のエイズ(HIV)・梅毒相談と匿名無料即日検査は、10月1日～22日毎週木曜日午前9時～10時50分に実施しています。

◆**薬と健康の週間イベント「薬剤師と一緒に考えよう！今日から始めるセルフケア」**

10月18日(日)午前10時～午後3時。市役所本庁舎。薬剤師によるセルフケアに関する講演会、薬剤師体験。※骨密度・血圧などの測定もあり。
☎藤沢市薬剤師会事務局 ☎(22) 8664または健康づくり課 ☎(50) 8430、FAX(28) 2280。

◆**依存症公開講座**

10月20日(火)午後2時30分～5時。Zoomによるオンライン講座。依存症の基礎知識、アルコール依存症体験談。講師＝(独)国立病院機構さいがた医療センター院長佐久間寛之氏ほか。100人(抽選)。
☎10月9日(金)までに市の☎の「電子申請」から。
☎県精神保健福祉センター ☎045(821) 8822または保健予防課 ☎(50) 3593、FAX(28) 2121。



◆**精神障がい者家族教室**

◎10月31日(土)…統合失調症の理解と家族の対応。◎11月24日(火)…その人らしい暮らしを考える。◎12月3日(水)…地域で暮らす、働くを支える。いずれも午後2時～3時30分、全3回。※1日のみの参加可。保健所。市内在住・在勤の統合失調症で療養中の方の家族。
☎☎電話するか、講座名、氏名・電話番号、患者との関係をファクスで保健予防課 ☎(50) 3593、FAX(28) 2121へ。

◆**筋萎縮性側索硬化症(ALS)患者を支える交流会**

10月31日(土)午後1時30分～4時。市役所分庁舎。※オンライン参加も可。講演「災害を自分ごとへ～ALS患者さんの平時からの災害対策」〈講師＝日本ALS協会神奈川支部事務局次長小泉善久氏〉、情報交換ほか。ALS患者・家族・支援者など30人。
☎☎10月29日(木)までに電話するか、イベント名、住所・氏名・電話番号、参加方法(会場またはオンライン)、患者との関係をEメールで保健予防課 ☎(50) 3593、FAX(28) 2121、✉fj-hokenyobo@city.fujisawa.lg.jpへ。

◆**断酒会**

10月15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」**

◎10月16日(金)午前10時～正午…市役所分庁舎。◎22日(木)午後1時30分～3時30分…湘南慶育病院。当事者・家族の交流。※オンライン参加・休日の個別相談可(要相談)。
費100円。
☎☎電話で保健予防課 ☎(50) 3593、FAX(28) 2121へ。

◆**藤沢市難病講演会**

【**神経難病患者への心理的支援**】

10月1日(木)～12月28日(月)。オンデマンド配信。講師＝(独)国立病院機構箱根病院公認心理師鹿内裕恵氏。
☎10月1日(木)～12月28日(月)に市の☎の「電子申請」から。
☎保健予防課 ☎(50) 3593、FAX(28) 2121。



◆**高齢者のインフルエンザ・新型コロナ予防接種**

実施期間＝10月1日(木)～2027年1月31日(日)。※インフルエンザのみ9月25日(金)以降、準備が整った指定医療機関から順次実施。対象＝本市に住民登録があり、接種日時時点で65歳以上の方または60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器などの1級程度の身体障がい者手帳をお持ちの方など。
費インフルエンザ1600円、新型コロナ5100円。※詳細は市の☎の健康づくり課のページへ。
☎電話で指定医療機関へ。※指定医療機関での接種が困難な方はお問い合わせください。
☎健康づくり課 ☎(21) 7351、FAX(28) 2280。

◆**生活習慣病対策講座・慢性腎臓病(CKD)編**

10月23日(金)午前10時～正午。保健所。CKDの基礎知識や食生活のポイントほか。市内在住・在勤の方30人。
☎☎10月1日(木)から電話するか、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。

◆**おくすり街かど講演会・フレイル予防の健康チェック**

◎10月26日(月)午後2時～3時30分…明治市民センター。◎30日(金)午前10時～11時30分…湘南大庭市民センター。◎11月2日(月)午前10時～11時30分…保健所。講演「薬との上手な付き合いについて」〈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。



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

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	10月8日(木)、11月5日(木)午前10時～11時30分、全2回。善行市民センター。20人	ニッショウスマイルステーション湘南台 ☎(41) 9462へ(午前9時30分～午後5時)
		10月14日(水)、11月18日(水)午前10時～11時30分、全2回。湘南大庭市民センター。20人	
		10月20日(火)、11月24日(火)午前10時～11時30分、全2回。湘南台市民センター。20人	

※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

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。