休日・夜間などの急患診療

南 南休日・夜間急病診療所
☎(23)5000　片瀬339-1（藤沢市医師会館内）

北 北休日・夜間急病診療所
☎(88)7301　大庭5527-1（保健医療センター内）

㊐は災害時などに「高齢者等避難」以上が発令された際は休診の場合があります

区分		平日夜	土曜夜	土曜深夜	日・祝日昼	日・祝日夜	日・祝日深夜
診療時間 ※1		午後8時～11時	午後6時～11時	午後11時～翌朝午前7時30分	午前9時～午後5時（正午～午後1時はお休み）	午後6時～11時	午後11時～翌朝午前7時30分
内科	南		○		○	○	
	北	○	○	○※2	○	○	○※2
小児科	南		○	※3	○	○	※3
	北	○	○		○	○	

※1　受付時間…診療時間終了30分前まで
※2　北内科の午後11時以降は要事前連絡
※3　小児科の午後11時以降は市民病院☎(25)3111へ（要事前連絡。1月10日㈮午後5時～12日㈰午後5時は受け入れ停止。ふじさわ安心ダイヤル24へご相談ください）

	日曜日・祝日　午前9時～午後5時（正午～午後1時はお休み）
耳鼻咽喉科	当番医療機関で実施（北へお問い合わせください）　※4
眼科	当番医療機関で実施（南あるいは北へお問い合わせください）　※4

※4　問い合わせ時間…午前9時～午後4時30分

全国版救急受診アプリ「Q助」　突然の病気やケガのとき、救急車を呼ぶべきかを判断する目安となります。また緊急時にはWEB版からもアクセスできます。

ふじさわ安心ダイヤル24

0120(26)0070

※発信者番号は通知設定でおかけください

救急車を呼ぶか迷ったときは、かながわ救急相談センター（#7119）もご利用いただけます。

24時間電話健康相談サービス
健康相談・医療相談・介護相談・育児相談・メンタルヘルス相談・医療機関情報
表中の診療時間以外はこちらへ

	月～金曜日（夜間）	土曜日（午後1時～翌朝午前8時）
外科・整形外科	午後8時～翌朝午前8時 0120(26)0070で案内	1月11日　藤沢脳神経外科病院　☎(27)1511 18日　藤沢湘南台病院　☎(44)1451 25日　藤沢湘南台病院　☎(44)1451

	日曜日・祝日	
	午前9時～翌朝午前8時	午前9時～午後5時
外科・整形外科	1月 5日　藤沢湘南台病院　☎(44)1451 12日　藤沢脳神経外科病院　☎(27)1511 13日　藤沢湘南台病院　☎(44)1451 19日　藤沢湘南台病院　☎(44)1451	1月 5日　池上整形外科　☎(26)3711 12日　みむら脳神経外科　☎(81)8686 13日　湘南斉藤クリニック　☎(22)4114 19日　湘南藤沢クリニック　☎(52)0588
産婦人科		1月 5日　とやま産婦人科医院　☎(22)1103 12日　瀬戸山産婦人科　☎(43)3335 13日　鵠沼レディースクリニック辻堂C-X　☎(31)1520 19日　辻堂レディースクリニック　☎(21)9057

	日曜日・祝日（午前9時30分～正午、午後1時～4時）※5
歯　科	休日急患歯科診療所☎(26)3310鵠沼石上2-10-6（口腔保健センター内）

※5　受付時間…午前、午後ともに診療時間終了30分前まで

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

◆精神科医師の精神保健福祉相談・もの忘れ相談…2月4日㈫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。★精神保健福祉相談…2月18日㈫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。★酒がい相談…2月18日㈫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。申問電話で保健予防課☎(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
2月12日㈬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。申問電話で保健予防課☎(50)3593、FAX(28)2121へ。

◆献血にご協力ください
1月30日㈭午前10時～11時30分、午後1時～4時。市役所本庁舎。※2次元コードから事前予約可。海外渡航歴などにより献血できない場合があります。問地域保健課☎(50)3592、FAX(28)2020。

◆マンモグラフィ検診車による乳がん検診
2月9日㈰午前9時～正午。保健所。費市の検診と同じ自己負担あり。※対象など詳細は「成人検診のお知らせ」または市のHPの健康づくり課のページへ。申問1月14日㈫午前9時から電話で健康づくり課☎(21)7344、FAX(50)0668へ。

◆講演会「シオリーヌさんに聞きたい！性的同意ってどういうこと？」
1月29日㈬午後1時30分～3時。オンライン（Zoom）。※2月中旬にオンデマンド配信予定あり。性感染症予防、性的同意などについて。講師＝（特非）コハグ代表理事シオリーヌ（大貫詩織）氏。申1月28日㈫までに市のHPの保健予防課のページから。問同課☎(50)3593、FAX(28)2121。

◆難病講演会「アクセシビリティとコミュニケーション支援」
2月12日㈬午後2時～3時30分。保健所。講演と機器展示。※3月上旬にオンデマンド配信予定あり。講師＝（一社）結ライフコミュニケーション研究所代表理事・研究員高橋宜盟氏。難病などで会話が難しい方と家族、支援者100人。申問2月10日㈪までに市のHPの保健予防課のページから、または電話で同課☎(50)3593、FAX(28)2121へ。

◆かわせみ体操講習会
1月31日㈮午前10時～11時30分。Fプレイス。市内在住・在勤・在学の方30人。申問1月10日㈮～29日㈬に電話するか、氏名・電話番号をファクスで健康づくり課☎(50)8430、FAX(50)0668へ。

講習・講座

◆知的障害者ガイドヘルパー養成研修
2月12日㈬～3月5日㈬のうち4日間。申し込み期限＝1月29日㈬午後3時。※詳細は（福）藤沢育成会サービスセンターぱる☎(28)0909へ。問同団体または障がい者支援課☎内線3292、FAX(25)7822。

◆家族介護者教室
◎2月2日㈰…「介護で困ったら…いきいきサポートセンターって何？」、◎16日㈰…「症状に合わせた声掛けと介護技術」、◎23日㈰㈷…「もしも、大切な人が認知症になったら」。いずれも午後1時～3時。村岡宮前ローカルサイト。各日20人。申1月10日㈮から電話で村岡宮前ローカルサイト☎(52)6675へ〈月～土曜日午前9時～午後6時〉。問同施設または高齢者支援課☎内線3285、FAX(50)8412。

◆就労支援セミナー「初級パソコン講座（Word・Excel）応募書類作成の基礎」
3月1日㈯、8日㈯午後1時30分～4時30分、全2回。Fプレイス。講師＝IT系研修講師仁賀木ひろみ氏。全回参加でき、市内在住・在勤・在学でWord、Excelの簡単な操作ができる方15人（抽選）。費2640円。申2月13日㈭までにFプレイスのHPから、または電話・来館でFプレイス☎(26)7811へ。問同施設または産業労働課☎内線2227、FAX(50)8419。

◆人材バンク体験講座「ふらっとフラッポ」
☆2月5日㈬…「台湾烏龍茶～製造方法・飲み方など」〈講師＝青木豊氏〉。☆2月15日㈯…「落語いたします～噺（はなし）を聴きに来てください」〈講師＝やすらぎ落語塾〉。ともに午前10時～11時。市役所本庁舎。各日20人。申問1月17日㈮から電話するか、件名「ふらっとフラッポ」、氏名（ふりがな）・電話番号、参加希望日をファクス・Eメールで生涯学習総務課☎内線6734、FAX(50)8442、✉fj1-manabi@city.fujisawa.lg.jpへ。

◆第28回東洋医学市民公開講座
2月2日㈰午前10時～11時30分。湘南慶育病院。「東洋医学で介護予防～つぼ療法を用いたフレイル予防の実践」〈講師＝（一社）藤沢市鍼灸（しんきゅう）・マッサージ師会〉。市内在住の方60人。申1月14日㈫～29日㈬に電話で（一社）藤沢市鍼灸・マッサージ師会事務所☎(28)8981へ〈平日午前10時30分～午後2時30分〉。問同事務所または高齢者支援課☎内線3124、FAX(50)8412。

お知らせ

◆第204回ロビーコンサート
1月15日㈬午後0時20分。市役所本庁舎。篠笛（しのぶえ）。問（公財）藤沢市みらい創造財団芸術文化事業課☎(28)1135、FAX(25)1525。

◆地域福祉シンポジウム
2月9日㈰午後1時30分～3時30分。湘南台文化センター市民シアター。「孤独・孤立」をテーマにした基調講演とトークセッション。講師＝内閣府孤独・孤立対策推進参与大西連氏。600人。※詳細は市のHPの地域共生社会推進室のページへ。問地域共生社会推進室☎内線3151、FAX(50)8415。

◆第48回のびゆく子ら作品展
1月21日㈫～26日㈰午前10時～午後7時（26日は午後5時まで）。市民ギャラリー。小学校23校、中学校15校、特別支援学校2校の児童・生徒約850人の絵画・手芸・書・陶芸・木工などの作品展示。問教育指導課☎内線5221、FAX(50)8424。

公民館

原則として市内在住・在勤・在学の方が対象、申し込みは土・日曜日、祝日を除きます

明記のないものは…●先着順●申し込み不要●午前8時30分から受け付け
●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

市のHPの生涯学習総務課のページでは、その他の事業案内も掲載しています。

藤沢公民館　☎(22)0019　FAX(22)0293

●インターネット被害未然防止講座
2月14日㈮午前10時～正午。講師＝（特非）NPO情報セキュリティフォーラム。市内在住・在勤・在学の成人40人。申1月20日㈪午前9時から電話・来館で。

●韓国教室～韓国語と文化を学ぼう
2月18日～3月4日毎週火曜日午後7時～8時30分、全3回。講師＝人権男女共同平和国際課都市親善推進員。市内在住・在勤・在学の中学生以上の方20人（抽選）。申2月2日㈰までに市のHPの藤沢公民館事業案内のページから。

●おひざのうえのおはなし会　2月1日㈯午前10時30分～10時50分。0～3歳児と保護者。問藤沢市民図書室☎(28)6895。

●おはなしのへや　2月1日㈯午前11時～11時30分。3歳以上の方。※未就学児は保護者同伴。問藤沢市民図書室☎(28)6895。

鵠沼公民館　☎(33)2002　FAX(33)2203

●鵠っ子囲碁将棋ルーム　1月19日㈰午前10時～11時30分。小・中学生。

●高齢者学級公開講座「落語鑑賞会」
1月31日㈮午後1時30分～3時。出演＝三遊亭吉窓氏。40人。

●おもちゃの病院　1月26日㈰午後1時30分～3時30分。おもちゃの修理。※1家族3点まで。部品交換などは実費。

村岡公民館　☎(23)0634　FAX(23)0641

●むらっこひろば（子ども室開放）　1月24日㈮午前10時～正午。乳幼児と保護者10組。

辻堂公民館　☎(34)9151　FAX(34)4187

●おひざのうえのおはなし会　1月18日㈯午前11時～11時15分。乳幼児と保護者。

●おはなし会　1月18日㈯午前11時30分～正午。3歳児～小学生。※未就学児は保護者同伴。

遠藤公民館　☎(86)9611　FAX(87)3008

●子育て応援講座～家族のコミュニケーション術　2月1日㈯午前10時～正午。講師＝子育てカウンセラー松本和美氏。成人20人（抽選）。※保育あり〈2月1日時点で1歳6カ月～3歳の方15人〉。申1月11日㈯～19日㈰に市のHPの遠藤公民館事業案内のページから。

●シニアIT講座　◎2月7日㈮…アプリの取得方法◎14日㈮…キャッシュレスの使い方◎28日㈮…LINEの使い方。いずれも午前10時～正午、午後1時30分～3時30分。60歳以上の方各回20人。申1月17日㈮から電話・来館で。

●健康づくり講座　2月18日～3月4日毎週火曜日午前10時～正午、全3回。講師＝健康運動指導士藤間健人氏。成人20人。申1月21日㈫から電話・来館で。

●すくすく広場　1月21日㈫午前10時～11時30分。乳幼児と保護者のフリースペース。

●のびのび広場　1月28日㈫午前10時～11時30分。乳幼児と保護者のフリースペース。

●小さな小さな玉手箱　1月28日㈫午前11時～11時30分。おはなし会。乳幼児と保護者。

六会公民館　☎(90)0203　FAX(83)2298

●バドミントン開放　2月10日㈪午前9時30分～11時30分。申当日公民館窓口で。※小学生以下は保護者同伴。

●おひざのうえのおはなしかい　1月22日㈬午前11時～11時30分。問六会市民図書室☎(83)4686。

明治公民館　☎(34)5660　FAX(33)5727

●おひざのうえのおはなしかい　2月13日㈭午前11時～11時30分。乳幼児と保護者12組。申1月30日㈭午前10時から明治市民図書室☎(35)7095へ。

●わらべうたであそぼう　1月24日㈮午前11時～11時30分。乳幼児と保護者12組。

●ナイトフィットネス　1月24日㈮午後7時30分～8時30分。講師＝健康運動指導士植松育子氏。市内在住・在勤・在学の方30人。※小学生以下は保護者同伴。

●みんなのおはなし会　2月1日㈯午前11時～11時30分。幼児～小学生12人。※幼児は保護者同伴。

湘南台公民館　☎(45)3070　FAX(45)1604

●シニアのためのLINE初級講座　2月4日㈫午前10時～午後3時（正午～午後1時は昼休憩）。講師＝ITサロン藤沢柿本孝幸氏ほか。LINEをインストールしたスマホを持つ、65歳以上の方10人。申1月17日㈮から電話・来館で。

●冬の薬膳料理　2月12日㈬午前10時～午後1時。講師＝国際中医師川上美知子氏。成人16人。費1000円。申1月22日㈬から電話・来館で。

●親子の遊び場　1月21日㈫午前9時30分～11時30分。0～3歳児と保護者。

●サウンドテーブルテニス開放　1月28日㈫午前9時30分～11時30分。

御所見公民館　☎(49)1221　FAX(48)5807

●第10回おしごと王国　3月1日㈯午前9時～午後4時。子ども職業体験。小学生100人（初参加の方、御所見地区在住の方優先、抽選）。申1月20日㈪までに市のHPの御所見公民館事業案内のページから。

長後公民館　☎(46)7373　FAX(46)7034

●クラフト工房長後・おりがみ講座～かわいいお雛様を折ろう　2月19日㈬午前9時30分～正午。講師＝おりがみサークル講師鈴木紀子氏。20人（抽選）。費50円。申1月10日㈮～24日㈮に市のHPの長後公民館事業案内のページから。

●WINTER CONCERT　アラムニー音楽お届け便♪　2月8日㈯午後1時30分～3時。出演＝アラムニー音楽お届け便。80人（抽選）。申1月10日㈮～27日㈪に市のHPの長後公民館事業案内のページから。

●おはなし会　2月1日㈯、15日㈯午前11時～11時30分。※未就学児は保護者同伴。

湘南大庭公民館　☎(87)1112　FAX(87)1110

●大庭子育てさろん　ぴよぴよ広場
1月21日㈫午前9時30分～11時30分。乳幼児と保護者のフリースペース。

●高齢者施設開放「なごみサロン」　1月27日㈪午後2時～4時。

●わらべうたであそぼう！　2月4日㈫午前10時30分～11時。乳幼児と保護者。

片瀬公民館　☎(29)7171　FAX(25)8907

●おひざの上のおはなし会とわらべうた　2月14日㈮午前11時～正午。アリスの会による絵本の読み聞かせ、手遊び、わらべ歌。乳幼児と保護者。

湘南なぎさ荘

FAX(36)1317　☎(36)2315

■ 始めてみよう！なぎさ de アクア～水中運動で身体も心もリフレッシュ！
1月29日～2月19日毎週水曜日午前10時20分～11時50分、全4回。初受講の方15人。申1月14日㈫から。

■ シニアリトミック～ピアノに合わせ脳と身体と心の健康を
1月31日㈮午前10時30分～11時30分。20人。申1月15日㈬から。

■ 健康づくり運動講座～寒くてもお家でできる椅子トレ
2月4日㈫午前10時～正午。20人。申1月22日㈬から。

■ ゆがみ調整講座～肩甲骨を動かし肩こり改善
2月11日㈫・㈷、22日㈯午後1時15分～2時45分。各日30人。申1月29日㈬から。

こぶし荘

FAX(45)326　☎(45)312

■ 料理講座～意外と簡単手づくり和菓子
2月6日㈭午前9時30分～正午。12人（抽選）。費800円。申1月25日㈯まで。

■ 近代文学講座～芥川龍之介・横須賀、鎌倉、藤沢にまつわる作品を読む
2月12日㈬、26日㈬午前10時～正午、全2回。30人。申1月21日㈫から。

対象＝市内在住の60歳以上の方
申し込み＝月曜日を除く午前9時～午後4時に電話・来館で

江の島を彩る光と色の祭典「湘南の宝石」のイルミネーションを点灯する、特別な感動を味わってみませんか。

問い合わせ　観光課☎内線3421、FAX(50)8255

2月4日㈫、6日㈭、8日㈯午後5時30分の「湘南の宝石」点灯権を抽選で各日1組にプレゼントします。市公式藤沢観光情報Instagramアカウント「@visit_fujisawa」をタグ付けし、条件を満たして投稿してください。条件など詳細は市のHPの観光課のページをご確認ください。

市HP