

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

◆子どもの食育講座
㊟7月29日(火)午後1時30分～2時45分、㊠8月22日(金)午後1時30分～2時45分。㊟南保健センター、㊠北保健センター。幼児期の食生活のポイント、簡単クッキング、絵本の読み聞かせほか。2歳6カ月～3歳6カ月の子と保護者各日10組。㊟㊠は6月16日(月)午前9時～7月26日(土)午前9時、㊠は7月18日(金)午前9時～8月19日(火)午前9時に市公式LINEの「施設案内・予約」から。㊟親子すこやか課 ☎(50)3522、FAX(50)0668。

◆藤沢わかちあいの会
7月15日(火)午後2時～3時30分。保健所。身近な人・大切な人を自死で亡くした方。※秘密厳守。㊟保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121。

◆認知症の方を介護する家族の会 ふれあい会
7月9日(火)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。㊟㊟電話で保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121へ。

◆妊婦健康診査の費用助成額を増額します
妊婦健康診査費用の助成金額を7万5000円から8万5000円へ増額します。対象＝7月1日以降に妊婦健康診査を受診する方。助成方法＝妊婦健康診査費用補助券の交付時に1万円分の「追加補助券」をあわせて交付します。すでに妊婦健康診査費用補助券の交付を受けている方で、助成の対象になる可能性のある方には、6月下旬に郵送で交付予定です。※補助券の使用方法など詳細は、市の㊟の親子すこやか課のページへ。㊟親子すこやか課 ☎(50)3522、FAX(50)0668。

◆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…7月2日(水)、8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…7月1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…7月8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。

◆こころの健康セミナー オンライン研修
「再び働けるようになるための復職準備」
7月12日(土)午前10時～正午。講師＝杏林大学准教授 中村美奈子氏。市内在住・在勤・在学でうつ病やその他のストレス関連障がいなどで療養中の方または家族など。㊟7月10日(木)までに市の㊟の「電子申請」から。㊟保健予防課 ☎(50)3593、FAX(28)2121。

◆土曜日開催！健康的にスリムアップ！
3か月間の減量サポート
7月12日(土)、10月11日(土)午前10時～正午、全2回。保健所。運動や食習慣のコツを学び、3カ月間で減量を目指す教室。※体組成測定・腹囲測定あり。保健師・管理栄養士・健康運動指導士と相談もできます。市内在住・在勤でBMI25以上または腹囲男性85cm以上・女性90cm以上で、医師から食事や運動の制限を受けていない方15人(糖尿病薬内服中の方を除く)。㊟㊟6月16日(月)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。

妊娠・子育ての教室・相談 7月のお知らせ			
問い合わせ		南保健センター ☎(50)3522、FAX(50)0668 北保健センター ☎(50)8215、FAX(88)6447	
講座名	対象・定員	とき・ところ	申し込み
マタニティクラス	食事と歯の健康	出産予定月が2025年10月～26年1月の初妊婦と夫・パートナー。北15組	北…7月11日(金)午後1時30分～3時30分。㊟6月13日(金)午前9時～22日(日)
	妊娠から産後の生活	出産予定月が25年10月～11月の初妊婦と夫・パートナー。北30組	北…7月19日(土)午前9時30分～11時30分。㊟6月13日(金)午前9時～22日(日)
離乳食教室	初期	25年1月～2月生まれの子と保護者。南北各15組	南…7月2日(水)。北…7月9日(水)。◎午前9時30分～10時40分◎午後1時30分～2時40分。㊟6月13日(金)午前9時から
	中期・後期	24年8月～12生まれの子と保護者。南北各15組	南…7月16日(水)。北…7月24日(水)。午前9時30分～10時40分。㊟6月16日(月)午前9時から
	1歳からの食事と歯の教室	24年4月～7月生まれの子と保護者。北15組	北…7月23日(火)午前9時30分～10時30分。㊟6月16日(月)午前9時から
	食物アレルギー教室	24年7月～25年2月生まれの子と保護者。南10組	南…7月17日(水)午前9時30分～10時30分。㊟6月16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…7月4日(金)午前9時15分～11時15分。北…7月8日(火)午後1時15分～3時15分。

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。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



◆「この先どう広げる？」
NPO法人のための交流と学びの場

6月20日(金)午後3時～5時。㊟市民活動推進センター、㊠オンライン(Zoom)。団体同士の交流、組織強化の事例紹介ほか。主に市内で活動しているNPO法人㊟20人、㊠10人。㊟6月19日(木)〈必着〉までに2次元コードから、または電話するか、市民活動推進センター、市民活動プラザむつあい、各市民センターにある申込書を市民活動推進センター ☎(54)4510、FAX(54)4516へ。㊟同センターまたは市民自治推進課 ☎内線2512、FAX(50)8407。

◆むつあい地区いけばな親子教室
6月21日、7月19日、8月9日、9月20日、10月25日、11月15日、12月20日、2026年1月17日毎回土曜日午前9時30分。六会市民センター。小・中学生と保護者。費1回1200円。㊟参加者全員の氏名(フリガナ)・学校名・学年・電話番号をEメールで佐藤 ☎mutuai.tiku8ikebana@gmail.comへ。㊟佐藤または文化芸術課 ☎(23)2415、FAX(25)1525。