

# ちがさき 暮らしの情報



◆申込欄に詳細がないものは問合へ☎(市役所は☎(82)1111・来庁(来館・来所)で開庁(開館・開所)時間内に申し込み  
明記のないものは  
●持ち物はお問い合わせください ●費用は無料

凡例 ☎電話 ☏ファクス ✉電子メール 🏠ホームページ  
(☎・☏に局番がないものは、全て市内(0467))

**献血にご協力を(400ml 献血)**  
**追加実施の日程は市庁に掲載**  
日時 6月4日(月)10時～12時・13時～16時  
場所 さがみ農協茅ヶ崎ビル南側  
対象 17歳～69歳の男性、18歳～69歳の女性(65歳以上の方は男女とも60歳～64歳に献血をした経験がある方)で、いずれも体重50kg以上の方  
問合 保健所地域保健課地域保健担当☎(38)3314

**統合失調症家族教室**  
**病気の症状と治療**  
日時 6月6日(水)13時30分～15時30分  
場所 保健所第1会議室  
講師 県精神保健福祉センター精神科医師  
対象 統合失調症の方の家族(申込制)  
申込 開催日前日までに☎で  
問合 保健所保健予防課保健対策担当☎(38)3315

**食育月間講演会～魅力いっぱい!**  
**今日から野菜づくりで食育をはじめよう**  
日時 6月8日(金)10時～12時  
場所 市役所本庁舎会議室1・2  
講師 藤田智さん(恵泉女学園大学人間環境学科教授)  
定員 100人(申込制(先着))  
申込 開催日前日までに☎または市庁で  
ほか 託児6か月～6歳6人(申込制(先着)。☎で)  
問合 保健所健康増進課健康づくり担当☎(38)3331

**精神科医師によるこころの健康相談**  
**(精神保健福祉相談)**  
日時 6月13日(水)・21日(木)・27日(水)いずれも14時～17時  
場所 保健所医療相談室  
申込 随時☎で  
問合 保健所保健予防課保健対策担当☎(38)3315

**デンタルフロスの使い方実習付き講演会**  
**日々のお口のケアによる健康力とは?**  
日時 6月14日(木)10時～11時30分  
場所 保健所講堂  
講師 宮村篤さん(宮村歯科医院歯科医師)  
定員 50人(申込制(先着))  
申込 開催日前日までに☎または市庁で  
問合 保健所健康増進課健康づくり担当☎(38)3331

**超☆料理初心者のための**  
**基礎から楽しく学ぶ栄養教室**  
日時 6月16日(土)10時～13時30分  
場所 男女共同参画推進センターいこりあ  
対象 ほぼ料理をしたことのない方8人(申込制(先着))  
申込 6月14日(木)までに☎または市庁で  
ほか 費用400円。調理実習あり  
問合 保健所健康増進課健康づくり担当☎(38)3331

**運動教室2日間コース**  
**働く人のためのすっきり!姿勢&体幹教室**  
日時 6月17日(日)・24日(日)いずれも9時30分～11時30分  
場所 総合体育館  
対象 20歳～64歳で医師から運動制限のない方20人(申

込制(先着)。平日仕事をしている方優先)  
申込 5月15日(火)～☎で  
問合 保健所健康増進課健康づくり担当☎(38)3331

**かながわ食の安全・安心基礎講座**  
**知って安心!食品添加物の基礎知識**  
日時 6月20日(水)13時30分～15時30分  
場所 市役所本庁舎会議室1・2  
内容 第一部「食品安全の基礎知識と食品添加物について」、第二部「食品添加物の表示について」  
講師 内閣府食品安全委員会事務局職員、県生活衛生課職員  
定員 30人(申込制(先着))  
申込 開催日前日までに☎または市庁で  
問合 保健所健康増進課健康づくり担当☎(38)3331

**アルコール教室～医師による講話・グループディスカッション**  
日時 6月20日(水)14時30分～16時  
場所 保健所第2会議室  
対象 アルコール問題を抱えている方と家族(申込制)  
申込 開催直前までに☎で  
問合 保健所保健予防課保健対策担当☎(38)3315

## 子育て・教育

**保健所の講座**  
申込 いずれも実施日の前日まで(土・日曜日、祝日の場合はそれ以前の平日)  
問合 保健所健康増進課子ども健康・予防接種担当☎(38)3331

区分(いずれも申込制)	対象	日程(6月)
プレママ教室	初めて母親になる方	11日(月)
ママサポ教室	初めて父親になる方とその妻	2日(土)・4日(月)
離乳食講習会	4～6か月児の保護者※	14日(水)
1歳児の食事と歯の教室	2017年6月・7月生まれの子と保護者※	25日(月)

※第1子優先。対象の詳細は要問い合わせ

**のびのび子育て応援講座**  
**アロハ親子でフラダンス**  
日時 6月9日(土)10時30分～12時  
場所 市役所分庁舎コミュニティホール  
講師 今井裕子さん(カロケ・メレメレ・フラスタジオ/トカリガ主宰)

対象 2歳～未就学児と保護者80組160人(申込制(先着))  
申込 5月15日(火)～6月7日(水)に☎で  
ほか 託児10人程度(申込制(先着))  
問合 浜竹子育て支援センターのびのび☎(85)7900

**夫婦でマタニティクッキング**  
**初めてママ・パパになる方へ**  
日時 6月9日(土)10時～13時30分  
場所 男女共同参画推進センターいこりあ  
内容 妊娠期の食事と調理実習、簡単な離乳食の紹介

対象 初妊婦の夫婦12組(申込制(先着))  
申込 6月7日(木)までに☎で  
ほか 費用1組700円  
問合 保健所健康増進課こども健康・予防接種担当☎(38)3331

**子育て・子育て出前講座(6月)**  
日時 6月22日(金)10時～12時  
場所 高砂コミュニティセンター  
内容 講演「子どもとの安心な絆を育てる家族・地域とは～アタッチメントから考える～」  
講師 林もも子さん(立教大学教授)

対象 市内在住・在勤の方80人(申込制(先着))  
申込 5月18日(金)～6月19日(火)に☎で(氏名・電話番号、託児の有無を記入し、☎(88)1394も可)  
ほか 託児2歳～8人(申込制(先着)。6月13日(水)まで)  
問合 教育センター研究研修担当☎(86)9965

**乳幼児期の子育て・子育て出前講座**  
日時 6月23日(土)10時～12時  
場所 香川保育園  
内容 講演「子どもっておもしろい～「意味のある体験」を支える子育て・保育～」  
講師 須永美紀さん(こども教育宝仙大学教授)

対象 市内在住・在勤の方30人(申込制(先着))  
申込 5月21日(月)～6月20日(水)に☎で(氏名・電話番号、託児の有無を記入し、☎(88)1394も可)  
ほか 託児1歳～8人(申込制(先着)。6月14日(木)まで)  
問合 教育センター研究研修担当☎(86)9965

**子育て・子育て出前講座(7月)**  
日時 7月1日(日)13時30分～15時30分  
場所 コミュニティセンター湘南  
内容 講演「思春期の子どもにはいったい何が起きているのか」  
講師 谷井茂久さん(前茅ヶ崎市教育委員会教育長)

対象 市内在住・在勤の方100人(申込制(先着))  
申込 5月28日(月)～6月27日(水)に☎で(氏名・電話番号、託児の有無を記入し、☎(88)1394も可)  
ほか 託児2歳～8人(申込制(先着)。6月21日(木)まで)  
問合 教育センター研究研修担当☎(86)9965

**子どもを預かる・預けたい会員募集**  
**ファミリー・サポート・センター**  
内容 アドバイザーが会員間を仲介し、保育園などへの送迎や預かりなどの子育て支援活動を有償で行う  
対象 <支援会員(子どもを預かる方)>市内在住で保育に理解と熱意があり、安全な保育環境を持つ方。研修の受講が必要<依頼会員(子どもを預けたい方)>市内在住・在勤・在学で原則生後3か月～小学6年生の保護者<両方会員(支援と依頼の両方を希望する方)>支援・依頼会員両方の条件を満たす方  
申込 随時

(5面へ続く)

## 5月31日は世界禁煙デー

### 禁煙のきっかけに

世界禁煙デーとは、世界保健機関(WHO)が定めた、禁煙を進めるための国際的な記念日です。日本では、受動喫煙によって年間約1万5000人の方が亡くなるといわれています。たばこは早くやめるほど、疾病になる確率を減らすことができるだけでなく、周りの人に有害な影響を与えることもなくなります。禁煙は遅すぎることはありません。この日をきっかけに禁煙について考えてみましょう。

【保健所健康増進課健康づくり担当☎(38)3331】

### 周囲の人にも健康被害

「たばこの煙は健康に良くない」ということは多くの方が知っていますが、自分だけではなく周囲の人の健康にも多大な影響を及ぼしていることを知っていますか?自らの意思とは関係なく副流煙を吸うことになる周りの人、特に妊婦や子どもが受ける影響は深刻です。



たばこ、やめようかな...  
そう思った時点から  
禁煙のチャンス



禁煙したいけど、禁煙方法に悩んだり、一人で続ける自信が無いという方は、禁煙相談も活用してください。随時受け付けています。

健康被害を知ろう  
たばこにまつわる展示

日付 5月28日(月)～6月8日(金)  
場所 市役所本庁舎  
市民ふれあいプラザ

ポスター展示  
資料・パンフレット  
など配架

## あなたのまちの相談パートナー 人権擁護委員

みなさんの身近な相談相手として、法務大臣から委嘱された人権擁護委員が全国の市町村で活動しています。市内では12人が、人権啓発や人権相談に応じるなどの活動を行っています。

【市民相談課市民相談担当】

6月1日(金)  
人権擁護委員の日  
市役所市民相談課に  
特設人権相談開設  
13時～16時  
(要予約)

### 人権相談

いじめや差別、虐待、セクハラ、配偶者やパートナーからの暴力、近所間の相談など人権に関わる問題の相談に応じています。また、人権を侵害されたという被害者からの申し出を受け、法務局の職員と協力して調査し、必要に応じて適切な措置をとります。

市役所の人権相談(面談制)要予約  
日時 毎月第2金曜日、第4火曜日  
いずれも13時～16時  
場所 市役所本庁舎市民相談課

電話相談 日時 平日8時30分～17時15分  
みんなの人権110番 ☎0570(003)110  
子どもの人権110番 ☎0120(007)110  
女性の人権ホットライン ☎0570(070)810