

# 4 救急協力医

4月15日(月)～5月5日(祝)

協力医は変更される場合があります  
事前に電話またはHPでご確認を!!  
救急協力医テレホンサービス ホームページアドレス  
☎055-958-0119 <https://www.city.numazu.shizuoka.jp/kyouryokui/>

内科	小児科	外科	
平日 17時～21時 土曜日 12時～18時 日曜日、祝休日 8時～18時	平日 17時～21時 土曜日 12時～18時 日曜日、祝休日 8時～18時	平日 17時～21時 土曜日 12時～18時 日曜日、祝休日 8時～18時	
4月 15(月) 旭医院 966-0031 原	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	清水館医院 993-2323 裾野市茶畑	
16(火) 大庭クリニック 995-1123 裾野市佐野	りゅうじん医院 988-3133 長泉町下土狩	山本整形外科 989-8111 長泉町南一色	
17(水) ベック・クリニック 921-1300 西沢田	大橋内科・小児科 992-2800 裾野市佐野	ふじわらクリニック 924-8777 寿町	
18(木) 鬼頭クリニック 999-4810 長泉町本宿	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	池田病院 986-1212 長泉町本宿	
19(金) 杉山(茂)医院 992-0028 裾野市平松	田中医院 921-2053 高島町	守重医院 931-2511 我入道江川	
20(土) 池田病院 986-1212 長泉町本宿	すずきファミリー 960-0333 一本松	ひがしおかクリニック 941-8269 清水町柿田	
21(日) きせがわ病院 952-8600 大岡 山本整形外科 989-8111 長泉町南一色 新井クリニック 992-0811 裾野市久根	大橋内科・小児科 992-2800 裾野市佐野	駿東整形 922-8855 高沢町 山本整形外科 989-8111 長泉町南一色	
22(月) おくち医院 992-6611 裾野市深良	よざ小児科 967-5722 原	香貫医院 931-2465 本郷町	
23(火) 清水館医院 993-2323 裾野市茶畑	スキップこども 992-6303 裾野市茶畑	沼津整形 921-3791 共栄町	
24(水) 村岡クリニック 954-2000 大岡	西村医院 971-6510 長泉町下土狩	白石医院 951-4593 市道町	
25(木) 清流クリニック 941-8688 清水町堂庭	坂小児科 931-3233 下香貫前原	池田病院 986-1212 長泉町本宿	
26(金) 高遠内科クリニック 926-8739 東椎路	杉谷小児科 923-6543 筒井町	関外科 921-2185 花園町	
27(土) 沼津リハビリテーション 931-1911 上香貫曼陀ヶ原	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	おもしろクリニック 976-0027 清水町堂庭	
28(日) 岡田医院 921-5321 新宿町 森岡医院 962-1084 大岡 遠藤医院 997-0533 裾野市葛山	西村医院 971-6510 長泉町下土狩	西方外科 921-1333 共栄町 遠藤医院 997-0533 裾野市葛山	
29(月) 森本クリニック 976-5221 長泉町竹原 本村クリニック 969-0001 大塚 いずみクリニック 993-4760 裾野市平松	よざ小児科 967-5722 原	東医院 921-5520 高沢町 遠藤クリニック 975-8801 清水町久米田	
30(火) 杉山病院 963-4114 錦町 稲玉クリニック 991-5111 清水町伏見 大橋内科・小児科 992-2800 裾野市佐野	りゅうじん医院 988-3133 長泉町下土狩	静岡医療センター 975-2000 清水町長沢	
5月 1(水) 池田病院 986-1212 長泉町本宿 小林内科医院 921-2165 米山町 おくち医院 992-6611 裾野市深良	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	池田病院 986-1212 長泉町本宿 五十嵐クリニック 934-6700 志下	
2(木) 望星第一クリニック 922-0222 柳町 鬼頭クリニック 999-4810 長泉町本宿 裾野赤十字 992-0008 裾野市佐野	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	静岡医療センター 975-2000 清水町長沢	
3(金) 沼津リハビリテーション 931-1911 上香貫曼陀ヶ原 南一色セントラル 980-5777 長泉町南一色 大庭クリニック 995-1123 裾野市佐野	すずきファミリー 960-0333 一本松	市立病院 924-5100 東椎路	
4(土) 田沢医院 962-1205 大手町 おおい医院 922-8886 北高島町 東名裾野病院 997-0200 裾野市御宿	田中医院 921-2053 高島町	池田病院 986-1212 長泉町本宿	
5(日) さはこクリニック 999-3850 長泉町中土狩 高田クリニック 962-1410 仲町 さくら胃腸科 994-1008 裾野市御宿	スキップこども 992-6303 裾野市茶畑	瀬尾記念慶友 935-1511 下香貫島郷	
耳鼻科	4月 21(日) 三島中央病院 971-4133 三島市緑町 30(休) サイラクリニック 935-1133 市場町 3(休) わがや耳鼻咽喉科 933-3311 御幸町	28(日) アミクリニック 981-3341 清水町長沢 5月 1(祝) たかひろ耳鼻咽喉科 0545-66-5100 富士市宮島 4(祝) しんふじ耳鼻咽喉科 0545-65-0600 富士市川成新町	
眼科	4月 21(日) 中ノ森眼科 921-3217 緑ヶ丘 30(休) 小野眼科 929-1881 高島町 3(休) 三島総合病院 975-3031 三島市谷田	28(日) 吉村眼科内科 984-1333 三島市長伏 5月 1(祝) 矢田眼科 962-2006 三枚橋町 4(祝) いたう眼科 946-6666 裾野市佐野	
産婦人科	4月 21(日) 聖隷沼津 952-1000 松下 30(休) いながきレディース 926-1709 宮前町 3(休) かめき岩端医院 932-8189 下香貫前原	28(日) 関谷レディース 968-6611 西椎路 5月 1(祝) かやま産婦人科 997-3551 裾野市岩波 4(祝) 井関マタニティ 952-4103 八幡町	
歯科	4月 21(日) いしわた歯科医院 962-2124 大手町 30(休) 佐野歯科クリニック 951-0522 大岡 3(休) 加藤歯科医院 966-4841 北今沢	28(日) 石渡歯科クリニック 923-4858 東椎路 5月 1(祝) i DENTAL CLINIC 951-7088 大手町 4(祝) 鎌田歯科医院 933-9700 御幸町	29(祝) 本田さくら眼科 951-1365 大手町 2(休) 静岡医療センター 975-2000 清水町長沢 5(祝) みつい眼科 992-5555 裾野市茶畑

夜間や休日のこどもの病気や怪我で  
受診させるべきか迷ったときはこちらへ

静岡子ども救急電話相談 ☎ #8000 または ☎ 054-247-9910

近隣市町の協力医についてはこちらへ

静岡県広域災害救急医療情報システム ☎ 0800-222-1199

沼津夜間救急医療センター ☎ 926-8699 ※お間違いないよう ご注意ください。			日の出町1-15		
内科	小児科	外科	内科	小児科	外科
平日 20時30分～翌朝7時 土・日曜日、祝休日 18時～翌朝7時	平日 20時30分～翌朝7時 土・日曜日、祝休日 18時～翌朝7時	平日 20時30分～翌朝7時 土・日曜日、祝休日 18時～翌朝7時	平日 20時30分～翌朝7時 土・日曜日、祝休日 18時～翌朝7時	平日 20時30分～翌朝7時 土・日曜日、祝休日 18時～翌朝7時	平日 20時30分～翌朝7時 土・日曜日、祝休日 18時～翌朝7時

●火災など災害情報テレホンサービス ☎ 055-926-0119

体を動かす習慣に「もう遅い」ということはありません。  
健康な毎日を過ごすために、運動やセルフケアを続けて体  
調を維持しましょう。

### 高齢者からだセルフケア体験講座

鍼灸マッサージ師から、マッサージやからだのつぼ  
押し等、自分でからだの調子を整える方法を学びます。  
とき 5月27日(月)、14時～15時30分  
ところ 千本プラザ多目的ホール  
対象 市内に住む概ね65歳以上の人  
定員 40人程度(申込多数の場合は抽選)  
申込方法 5月17日(金)までに電話で  
☎長寿福祉課 ☎055-934-4834

### グラウンド・ゴルフ教室～入門編～

初心者向けの教室です。ルールやマナー  
など基本から学んでみませんか。  
とき 5月28日(火)・29日(水)、9時～  
12時(雨天の場合は翌日に順延)  
ところ 大岡市民運動場  
対象 市内に住む60歳以上の人  
定員 20人(先着順)  
申込方法 4月22日(月)、9時から電話で  
※クラブを無料で貸し出します。  
☎長寿福祉課 ☎055-934-4834

### 体操講習会

腰痛予防のためのストレッチや筋力運動  
等を学んでみませんか。  
とき 5月28日(火)、9時30分～11時30分  
ところ 高齢者就業センター研修ルーム松(千本プラザ地下)  
対象 市内に住む60歳以上の人  
定員 20人(先着順)  
持ち物 飲み物、床に敷くバスタオル、室内用の靴  
申込方法 4月23日(火)、9時から電話で  
☎公益社団法人沼津市シルバー人材センター  
☎055-964-1153

### 健康づくり・運動教室

仲間と一緒に、楽しく体を動かしてみませんか。

とき	時間	内容	インストラクター	定員(先着順)
① 5月18日(土)	15:00～16:00	ボクササイズ+筋トレ	MAR	50人
② 5月20日(月)	19:00～20:00	ディスコフィットネス	高木洋子	50人
③ 5月21日(火)	19:00～20:00	エアロビクス	キンセス麻知子	50人
④ 5月26日(日)	15:00～16:00	ZUMBA(承認番号 11859)	矢島幹太	50人
⑤ 6月2日(日)	16:30～17:30	ピラティス	木村アユ子	50人
⑥ 6月9日(日)	15:45～16:45	ステップエクササイズ	村上典子	30人

ところ 千本プラザ多目的ホール  
対象 18歳以上の人(高校生を除く)  
参加料 各30円(保険料)  
持ち物 飲み物、タオル、室内用の靴、①⑤はヨガマットも  
申込方法 4月30日(休)、12時から電話で  
☎千本プラザ ☎055-962-3313

### 第1期筋力パワーアップ教室

ストレッチ体操や筋力トレーニングで体を動かし、筋力の低下を予防しませんか。

とき	時間	ところ	内容	定員
6/5～7/12の 水・金曜日	10:00～11:30	原地区センター	ストレッチ体操・ 筋力トレーニング など	60人
6/5～7/26の 水・金曜日	14:00～15:30	サンウェルぬまづ		60人

対象 市内に住む介護保険の認定を受け  
ていない65歳以上で医師から運  
動を禁止されていない人  
参加料 各240円(保険料)  
申込方法 はがきに会場名、住所、氏名、年齢、性別、電  
話番号を明記して郵送または市ホームペ  
ージの電子申請で(申込多数の場合は抽選)

申込期限 5月8日(水)(必着)  
結果通知 5月中旬  
☎長寿福祉課  
〒410-8601 沼津市役所  
☎055-934-4866

広報ぬまづ 検索

楽しく体を動かして、いきいきとした生活を

※いずれも運動のできる服装でのご参加下さい。