

9 救急協力医

9月15日(日)～10月5日(土)

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
9月 15(日) 森岡医院 962-1084 大岡 なおきクリニック 929-8555 東椎路 さくら胃腸科 994-1008 裾野市御宿	西村医院 971-6510 長泉町下土狩	東医院 921-5520 高沢町 西方外科 921-1333 共栄町
16(祝) 山本整形外科 989-8111 長泉町南一色 小林医院 966-7700 今沢 大庭クリニック 995-1123 裾野市佐野	杉谷小児科 923-6543 筒井町	山本整形外科 989-8111 長泉町南一色 御成橋栄クリニック 952-2525 八幡町
17(火) 清水館医院 993-2323 裾野市茶畑	田中医院 921-2053 高島町	駿東整形 922-8855 高沢町
18(水) 林(秀)医院 931-1120 住吉町	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	白石医院 951-4593 市道町
19(木) 今井医院 921-3211 五月町	西村医院 971-6510 長泉町下土狩	池田病院 986-1212 長泉町本宿
20(金) 杉山(和)医院 972-3223 清水町伏見	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	山本整形外科 989-8111 長泉町南一色
21(土) 池田病院 986-1212 長泉町本宿	大橋内科・小児科 992-2800 裾野市佐野	池田病院 986-1212 長泉町本宿
22(日) おおい医院 922-8886 北高島町 べっく・クリニック 921-1300 西沢田 鈴木(州)医院 993-0430 裾野市佐野	りゅうじん医院 988-3133 長泉町下土狩	沼津整形 921-3791 共栄町 鈴木(州)医院 993-0430 裾野市佐野
23(祝) 沼津リハビリテーション 931-1911 上香貫豊ケ原 ひがしおかクリニック 941-8269 清水町柿田 高桑医院 997-0486 裾野市岩波	よざ小児科 967-5722 原	瀬尾記念慶友 935-1511 下香貫島郷
24(火) 森本クリニック 976-5221 長泉町竹原	スキップこども 992-6303 裾野市茶畑	大沢医院 931-1019 御幸町
25(水) 葉袋クリニック 933-0148 清水町徳倉	田中医院 921-2053 高島町	松原医院 962-1496 白銀町
26(木) あめみや内科 935-1159 吉田町	西村医院 971-6510 長泉町下土狩	池田病院 986-1212 長泉町本宿
27(金) 高田クリニック 962-1410 仲町	すずきファミリー 960-0333 一本松	関外科 921-2185 花園町
28(土) 望星第一クリニック 922-0222 柳町	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	おもしろクリニック 976-0027 清水町堂庭
29(日) さはこクリニック 999-3850 長泉町中土狩 岡田医院 921-5321 新宿町 新井クリニック 992-0811 裾野市久根	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	守重医院 931-2511 我入道江川 ひがしおかクリニック 941-8269 清水町柿田
30(月) 東名裾野病院 997-0200 裾野市御宿	杉谷小児科 923-6543 筒井町	田中クリニック 992-1881 裾野市伊豆島田
10月 1(火) 大沢医院 931-1019 御幸町	スキップこども 992-6303 裾野市茶畑	東医院 921-5520 高沢町
2(水) 村岡クリニック 954-2000 大岡	よざ小児科 967-5722 原	鈴木(州)医院 993-0430 裾野市佐野
3(木) 南一色セントラル 980-5777 長泉町南一色	すずきファミリー 960-0333 一本松	池田病院 986-1212 長泉町本宿
4(金) つかだ医院 983-1577 清水町堂庭	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
5(土) きせがわ病院 952-8600 大岡	杉谷小児科 923-6543 筒井町	池田病院 986-1212 長泉町本宿
耳鼻科 9月 15(日) こだま耳鼻咽喉科 926-1333 庄栄町 8時～17時 23(祝) 田中耳鼻咽喉科 975-0226 三島市中央町	16(祝) かみで耳鼻咽喉科 0545-53-3321 富士市伝法 29(日) なめり竹山耳鼻咽喉科 980-4133 長泉町納米里	22(日) わかばやし耳鼻咽喉科 933-3311 御幸町
眼科 9月 15(日) 山秋眼科 924-4680 筒井町 8時～17時 23(祝) 桑名眼科 987-5575 長泉町下土狩	16(祝) 山内眼科 975-8338 三島市中田町 29(日) あいあい眼科 967-7715 原	22(日) むらまつ眼科 993-8855 裾野市深良
産婦人科 9月 15(日) 前川産婦人科 999-0300 長泉町下長窪 8時～17時 23(祝) 岩端医院 962-1368 大手町	16(祝) ごとうレディース 992-7111 裾野市伊豆島田 29(日) 関谷レディース 968-6611 西椎路	22(日) ウスイクリニック 980-5580 長泉町下土狩
歯科 9月 15(日) 斎藤歯科医院 935-6355 玉江町 8時～17時 23(祝) 中央歯科医院 962-3788 末広町	16(祝) 桜井歯科医院 921-1008 沼北町 29(日) 庄司歯科医院 962-1122 本町	22(日) さとう歯科医院 920-3515 大岡

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

近隣市町の協力医についてはこちらへ

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

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 平 日 20時30分～翌朝7時 土・日曜日、祝休日 18時～翌朝7時	小児科 平 日 20時30分～翌朝7時 土・日曜日、祝休日 18時～翌朝7時	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

●火災など災害情報テレホンサービス ☎ 055-926-0119

information
お知らせ

保健センターインフォメーション

健康度測定のご案内

と き 平日、9時～16時15分
 と ころ 保健センター
 内 容 ・骨健康度測定(1年以内に測定していない人、骨粗鬆症の人は主治医に要相談)
 ・体組成測定(半年以内に測定しておらず、ペースメーカーを使用していない人)
 ・一酸化炭素濃度測定(禁煙を希望する人)
 対 象 市内に住む20歳以上の人
 申 込 方法 電話で

健康づくりグループに指導者を派遣します～元気アップ指導者バンク～

自主的に健康づくり活動(運動)を行っているグループで、指導者がいなくてお困りの場合などに、ご希望に沿った専門の指導者を派遣します。
 対 象 市内で自主的かつ継続的に運動などの健康づくり活動を行っている、またはこれから活動をしていこうとする団体で、活動内容を公開できる5人以上の団体
 ※申込方法等の詳細は、市ホームページをご覧ください。 [広報めまづ](#) [検索](#)
 「元気アップ指導者バンク」では運動指導者も随時募集しています。市民の皆さんの健康づくりのお手伝いをしてみませんか。お気軽にお問い合わせ下さい。

健康づくりに取り組む婚活イベント「健コン」を開催します

楽しくからだを動かしたり、一緒に料理をするなかで素敵な出逢いがきっと見つかるはず!からだづくりをしながら、生涯のパートナーを探してみませんか。
 対 象 市内に住むか通勤する20～49歳の独身男女(全回参加できる人)
 定 員 男女各15人(申込多数の場合は抽選)
 参加料 800円(保険料、材料費等)
 申込方法 住所、氏名、生年月日、電話番号、会場までの交通手段を明記してメールで
 申込期限 10月18日(金)
 ※メールのタイトルを【健コン申込】として下さい。
 ※一週間以内に返信がない場合はお問い合わせ下さい。
 メールアドレス kenkou@city.numazu.lg.jp


と き	内 容(全4回)
① 11月1日(金)	体組成測定、交流タイム、ラウンドトレーニング
② 11月8日(金)	ミニセミナー、ラダーエクササイズ
③ 11月15日(金)	モテるお料理教室
④ 11月22日(金)	交流タイム、シェイプボックス

時 間 ①②④ 19時30分～20時50分
 ③ 19時～20時50分
 と ころ ①②④サンウェルぬまづ
 ③保健センター

産後ママのリフレッシュ事業 ママのための充電 time

毎日の家事と育児を頑張る産後ママへ、からだを労わる特別ランチをはじめ、心とからだに充電できる時間を提供します。

と き	時 間	と ころ	参 加 料	定 員
① 10月21日(月)	10時～14時	駿河の湯坂口屋	2,750円(昼食代、入館料)	各15組(先着順)
② 11月11日(月)		サンウェルぬまづ	2,900円(昼食代、材料費)	
③ 12月2日(月)		駿河の湯坂口屋	2,750円(昼食代、入館料)	
④ 12月16日(月)		万葉の湯沼津	3,125円(昼食代、入館料、トリートメント料)	

内 容 赤ちゃんの身体計測、保健師によるミニ講座、リフレッシュタイム(①姿勢改善ヨガ②アロマセラピー③肩首コリ解消ヨガ④頭皮マッサージ)他
 対 象 市内に住む参加日時点で生後5カ月までの乳児とその母親
 申 込 方法 9月24日(火)、9時から食育スタジオ Dreamy ホームページで 
 ※対象の子ども以外の託児は有料です(1人2,000円)。
 ④一般社団法人食育スタジオ Dreamy ☎055-963-6831