

# 11 救急協力医

11月1日(水)~20日(月)

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
11月 1(水)	ベック・クリニック 921-1300 西沢田	みらいえ 924-1111 高島本町	さくら胃腸科 994-1008 裾野市御宿
2(木)	青沼クリニック 929-6205 大岡	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	池田病院 986-1212 長泉町本宿
3(金)	富士クリニック 932-3553 下香貫藤井原 つかだ医院 983-1577 清水町堂庭 杉山(茂)医院 992-0028 裾野市平松	杉谷小児科 923-6543 筒井町	守重医院 931-2511 我入道江川 五十嵐クリニック 934-6700 志下
4(土)	望星第一クリニック 922-0222 柳町	ウインザークリニック 050-3145-1236 三島市谷田	池田病院 986-1212 長泉町本宿
5(日)	小林医院 966-7700 今沢 柿田川医院 973-3601 清水町柿田 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	関外科 921-2185 花園町 大沢医院 931-1019 御幸町
6(月)	田沢医院 962-1205 大手町	よざ小児科 967-5722 原	田沢医院 962-1205 大手町
7(火)	高遠内科クリニック 926-8739 東椎路	18時~ 三島メディカル 972-0711 三島市南本町	酒井医院 966-1755 今沢
8(水)	境医院 975-8021 長泉町竹原	杉谷小児科 923-6543 筒井町	清水館医院 993-2323 裾野市茶畑
9(木)	とりいクリニック 960-8007 杉崎町	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	池田病院 986-1212 長泉町本宿
10(金)	かとう内科医院 946-5562 大岡	すずきファミリー 960-0333 一本松	山本整形外科 989-8111 長泉町南一色
11(土)	大橋内科・小児科 992-2800 裾野市佐野	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	聖隷沼津 952-1000 松下
12(日)	あめみや内科 935-1159 吉田町 あきやまクリニック 986-6000 長泉町下土狩 おぐち医院 992-6611 裾野市深良	西村医院 971-6510 長泉町下土狩	東医院 921-5520 高沢町 ひがしおかクリニック 941-8269 清水町柿田
13(月)	高桑医院 997-0486 裾野市岩波	みらいえ 924-1111 高島本町	大沢ハートクリニック 929-1313 若葉町
14(火)	大沢医院 931-1019 御幸町	杉谷小児科 923-6543 筒井町	こんどうクリニック 925-2420 岡宮
15(水)	スマイリークリニック 957-2510 長泉町中土狩	田中医院 921-2053 高島町	ふじからクリニック 924-8777 寿町
16(木)	今井医院 921-3211 五月町	スキップこども 992-6303 裾野市茶畑	池田病院 986-1212 長泉町本宿
17(金)	いしざき脳神経内科 989-1919 長泉町納米里	よざ小児科 967-5722 原	駿東整形 922-8855 高沢町
18(土)	池田病院 986-1212 長泉町本宿	函南平出クリニック 978-1366 函南町塚本	池田病院 986-1212 長泉町本宿
19(日)	森本クリニック 976-5221 長泉町竹原 山本整形外科 989-8111 長泉町南一色 込宮クリニック 992-8686 裾野市茶畑	みらいえ 924-1111 高島本町	山本整形外科 989-8111 長泉町南一色 西方外科 921-1333 共栄町 込宮クリニック 992-8686 裾野市茶畑
20(月)	やぐちクリニック 973-3811 清水町伏見	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	沼津大山クリニック 954-2274 大手町
耳鼻科	11月 3(金) 長谷川耳鼻咽喉科 0545-30-8733 富士市浅間本町 8時~17時 19(日) さわの森耳鼻咽喉科 929-8787 西沢田	5(日) つりた耳鼻咽喉科 927-3387 宮前町	12(日) かみで耳鼻咽喉科 0545-53-3321 富士市伝法
眼科	11月 3(金) 瀬尾眼科 933-9900 市場町 8時~17時 19(日) 木村眼科 967-4611 原	5(日) 関眼科胃腸科 975-2381 三島市東本町	12(日) 本多眼科 931-1519 御幸町
産婦人科	11月 3(金) 清穂クリニック 999-0300 長泉町下長窪 8時~17時 19(日) 聖隷沼津 952-1000 松下	5(日) ごとうレディース 992-7111 裾野市伊豆島田	12(日) 市立病院 924-5100 東椎路
歯科	11月 3(金) 町田歯科クリニック 967-6062 原 8時~17時 19(日) 松永歯科 963-8814 八幡町	5(日) 三津間歯科医院 951-3777 大岡	12(日) 光野歯科クリニック 934-0077 下香貫大久保

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	
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

## スポーツ教室 参加者募集!

教室名	期間	曜日	時間	定員	回数	参加費	対象
合気道教室	12月3日~ 令和6年3月31日	日	9:30~11:00	20人	全9回	3,600円	中学生 以上の人
空手道教室	12月11日~3月18日	月	18:30~20:30	20人	全9回	2,700円	小学生以上 の初心者
柔道教室	12月1日~3月29日	火・金	18:30~20:00	20人	全23回	5,750円	5歳以上の 初心者



**対象** 市内に住む人  
**ところ** 香陵アリーナ(総合体育館)  
**持ち物** 飲み物、タオル、室内用運動靴、運動のできる服装(合気道教室参加者は道着)  
**申込方法** ①11月20日(月)までに往復はがきの返信面左側に申込者の住所・氏名、右側に会場名、教室名、氏名(ふりがな)、生年月日、性別、年齢、住所、電話番号を明記して郵送(必着)  
②11月10日(金)、10時~11月20日(月)、21時にホームページの専用フォームで  
※申込多数の場合は抽選です。

※参加の可否及び参加費の納入については、11月25日(日)以降にはがきまたはメールでご案内します  
※②の人は、受講決定通知のメール(@shisetsu-form.mizuno.jp)を受信可能にしてください。  
※教室の内容等の詳細は、ホームページをご覧ください。  
※医師から運動を禁止されている人は参加できません。  
※自身で傷害保険に加入の上、ご参加ください。  
④香陵アリーナ(総合体育館)  
〒410-0832 御幸町15-1 ☎055-928-5231  
⑤ウィズスポーツ課 ☎055-934-4893



## 気軽にチャレンジ! 運動講座

様々な運動講座をラインアップ! この機会に、自分の体力に合わせて、身体を動かしてリフレッシュしましょう。  
沼津での生活をより楽しく、充実したものにしてみませんか。



講座名	とき(全2回)	ところ	内容	定員	レベル	講師
① セラバンド筋トレ	11月15日(水)・22日(水)	浮島地区センター	セラバンドを使ってインナーマッスルの強化	24人	中級	三井賢一(ウィズスポーツ課指導員)
② 体軸トレーニング	11月21日(火)・28日(火)	第四地区センター	身体の軸を整えるエクササイズ	24人	中級	小川真吾(ウィズスポーツ課指導員)
③ フローピラティス	11月29日(水)・12月6日(水)	第五地区センター	ピラティスの動きが流れるように振り付けられたエクササイズ	24人	初級	野崎菜津美(フローピラティスインストラクター)
④ J-pop エクササイズ!	11月30日(木)・12月7日(木)	門池地区センター	リズムエクササイズ&簡単ボクササイズ	24人	初級	石井昭子(ウィズスポーツ課指導員)
⑤ ぽっこりお腹を解消しながら姿勢改善	12月1日(金)・8日(金)	金岡地区センター	お腹痩せに関わる大きい筋肉を鍛えて、引き締めと姿勢改善	24人	初級	田中沙季(スポーツインストラクター)
⑥ ボディメイク&ストレッチ	12月5日(火)・12日(火)	内浦地区センター	筋力アップとストレッチで動きやすい身体づくり	24人	初級	加藤みき(フィットネスインストラクター)
⑦ DISCO WORLD	12月17日(日)・24日(日)	原地区センター	ディスコソングでダンスフィットネス	50人	初級	高木洋子、入月紀子、キンセス麻知子(フィットネスインストラクター)

**時間** ①②③⑤⑥19時15分~20時15分、  
④⑦10時~11時

**申込方法** 11月8日(水)、10時から専用フォームで

**対象** 市内に住むが通勤・通学する18歳以上の人(高校生は除く)  
**参加料** 各700円  
**持ち物** 飲み物、タオル、ヨガマットまたは床に敷くバスタオル、室内用運動靴

※運動ができる服装でご参加ください。  
※自身で傷害保険に加入の上、ご参加ください。  
④⑤ウィズスポーツ課 ☎055-934-4893

