

11 救急協力医

11月15日(水)~12月5日(火)

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	平 日 17時~21時 土 曜 日 12時~18時 日 曜 日、祝 休 日 8時~18時	小児科	平 日 17時~21時 土 曜 日 12時~18時 日 曜 日、祝 休 日 8時~18時	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
11月 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	ふじわらクリニック	924-8777 寿町
16 (水) 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	山本整形外科	989-8111 長泉町南一色
山本整形外科	989-8111 長泉町南一色	西方外科	921-1333 共栄町	西方外科	921-1333 共栄町
込宮クリニック	992-8686 裾野市茶畑	込宮クリニック	992-8686 裾野市茶畑	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
21 (火) 林(秀)医院	931-1120 住吉町	三島メディカル	972-0711 三島市南本町	沼津整形	921-3791 共栄町
22 (水) 村岡クリニック	954-2000 大岡	田中医院	921-2053 高島町	おもしろクリニック	976-0027 清水町堂庭
23 (木) 望月医院	931-5362 下香貫宮脇	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
さとやま整形外科内科	939-8031 東原	さとやま整形外科内科	939-8031 東原	さとやま整形外科内科	939-8031 東原
大坂屋クリニック	995-3100 裾野市佐野				
24 (金) あそろクリニック	929-7575 筒井町	スキップこども	992-6303 裾野市茶畑	関外科	921-2185 花園町
25 (土) 沼津リハビリテーション	931-1911 上香貫葛ヶ原	すずきファミリー	960-0333 一本松	遠藤クリニック	975-8801 清水町久米田
26 (日) 白石医院	951-4593 市道町	大橋内科・小児科	992-2800 裾野市佐野	酒井医院	966-1755 今沢
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	駿東整形	922-8855 高沢町
大庭クリニック	995-1123 裾野市佐野				
27 (月) 葉袋クリニック	933-0148 清水町徳倉	みらいえ	924-1111 高島町	小野医院	951-6213 真砂町
28 (火) ひがしおかクリニック	941-8269 清水町柿田	三島メディカル	972-0711 三島市南本町	五十嵐クリニック	934-6700 志下
29 (水) 小野医院	951-6213 真砂町	杉谷小児科	923-6543 筒井町	守重医院	931-2511 我入道江川
30 (木) きせがわ病院	952-8600 大岡	西村医院	971-6510 長泉町下土狩	池田病院	986-1212 長泉町本宿
12月 1 (金) 青沼クリニック	929-6205 大岡	すずきファミリー	960-0333 一本松	萩野クリニック	966-7111 根古屋
2 (土) 池田病院	986-1212 長泉町本宿	光ヶ丘小児科	987-2200 三島市光ヶ丘	池田病院	986-1212 長泉町本宿
3 (日) 大沢医院	931-1019 御幸町	よざ小児科	967-5722 原	関外科	921-2185 花園町
かとう内科医院	946-5562 大岡	よざ小児科	967-5722 原	大沢医院	931-1019 御幸町
東名裾野病院	997-0200 裾野市御宿				
4 (月) 武藤医院	931-0088 三園町	スキップこども	992-6303 裾野市茶畑	田沢医院	962-1205 大手町
5 (火) とりいクリニック	960-8007 杉崎町	三島メディカル	972-0711 三島市南本町	青木整形	922-0521 高島町
耳鼻科	11月 19 (日) さかだの耳鼻咽喉科 929-8787 西沢田	23 (祝) サイラクリニック	935-1133 市場町	26 (日) こだま耳鼻咽喉科	926-1333 庄栄町
8時~17時	12月 3 (日) 本橋耳鼻咽喉科 972-1133 三島市東本町				
眼科	11月 19 (日) 木村眼科 967-4611 原	23 (祝) 中ノ森眼科	921-3217 緑ヶ丘	26 (日) 静岡医療センター	975-2000 清水町長沢
8時~17時	12月 3 (日) 吉村眼科内科 984-1333 三島市長伏				
産婦人科	11月 19 (日) 聖隷沼津 952-1000 松下	23 (祝) かぬき岩端医院	932-8189 前原	26 (日) 安産産婦人科	976-0341 三島市寿町
8時~17時	12月 3 (日) ウスイクリニック 980-5580 長泉町下土狩				
歯科	11月 19 (日) 松永歯科 963-8814 八幡町	23 (祝) ミノバ歯科医院	951-0299 大手町	26 (日) 矢田歯科医院	931-0157 御幸町
8時~17時	12月 3 (日) 旭歯科医院 962-2521 末広町				

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	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

地域体力づくり教室

☎ ウィズスポーツ課 ☎ 410-8601 沼津市役所 ☎ 055-934-4893

対 象 市内に住む18歳以上の人(高校生を除く)
 申込方法 ①11月27日(月)までに往復はがきの返信用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27日(月)、17時までに市ホームページにある専用フォームで
 ※はがき1枚につき1教室の申込です。
 ※「女性体操教室」、「アップ・UP体操教室」、「ヨガ教室」は1人1地区1コースの申込です。
 ※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。
 ※参加の可否及び参加料(2,000円~2,500円)の納入については、12月1日(金)までにはがきまたはメールでご案内します。



市ホームページ各種教室

地区	会場	教室名	開催期間	曜日	時間	定員(抽選)	レベル	内容	
原	原地区センター	女性体操教室 Aコース	1/23~ 3/19	火	9:20~10:35	45人	中級	エアロビクス・ストレッチ等	
		Bコース			10:45~12:00	45人	初級		
		アップ・UP体操教室	水曜日コース	1/10~ 3/13	水	13:30~14:45	80人	初~中級	ストレッチ・リズム運動等
				木曜日コース	1/11~ 3/14	木	80人	初級	
浮島	浮島地区センター	アップ・UP体操教室	1/16~ 3/19	火	13:30~14:45	40人	初級	ストレッチ・リズム運動等	
愛鷹	愛鷹地区センター	アップ・UP体操教室	1/11~ 3/14	木	13:30~14:45	40人	初級	ストレッチ・リズム運動等	
今沢	今沢地区センター	からだづくり教室	1/16~ 3/19	火	10:00~11:15	30人	中級	筋力トレーニング・ストレッチ等	
		アップ・UP体操教室	水曜日コース	1/10~ 3/13	水	13:30~14:45	30人	初級	ストレッチ・リズム運動等
				木曜日コース	1/11~ 3/14	木	30人	初~中級	
片浜	片浜地区センター	柔・酸・筋教室	1/10~ 3/13	水	10:00~11:15	30人	中級	3人の指導者がヨガ・エアロビクス・筋トレを交代で指導	
		男性健康づくり教室	1/11~ 3/14	木		40人	初級	筋力トレーニング(姿勢・体幹・バランス)等	
金岡	金岡地区センター	柔・酸・筋教室	1/10~ 3/13	水	10:00~11:15	30人	中級	3人の指導者がヨガ・エアロビクス・筋トレを交代で指導	
		アップ・UP体操教室			13:30~14:45	30人	初級	ストレッチ・リズム運動等	
門池	門池地区センター	からだづくり教室	1/10~ 3/13	水	10:00~11:15	40人	中級	筋力トレーニング・ストレッチ等	
		アップ・UP体操教室	Aコース	1/12~ 3/22	金	13:00~14:15	40人	初級	ストレッチ・リズム運動等
				Bコース	14:30~15:45	40人	初~中級		
大岡	大岡地区センター	アップ・UP体操教室	1/11~ 3/14	木	13:30~14:45	40人	初級	ストレッチ・リズム運動等	
		からだづくり教室			19:15~20:30	30人	中級	筋力トレーニング・ストレッチ等	
第五	サンウェルぬまづ	柔・酸・筋教室	1/10~ 3/13	水	10:00~11:15	30人	中級	3人の指導者がヨガ・エアロビクス・筋トレを交代で指導	
		脚力改善教室			13:00~14:15	30人	初~中級	歩行運動やバランストレーニング等	
		からだのととのえ運動教室			14:30~15:45	30人	初級	ロコモ予防トレーニング等	
		からだづくり教室			19:15~20:30	30人	中級	筋力トレーニング・ストレッチ等	
第五	第五地区センター	からだづくり教室	1/11~ 3/14	木	10:00~11:15	40人	中級	筋力トレーニング・ストレッチ等	
		アップ・UP体操教室			13:30~14:45	40人	初級	ストレッチ・リズム運動等	
		たのしいヨガ教室	1/12~ 3/22	金	19:15~20:30	35人	初級	ヨガの基本動作等	
第一	第一地区センター	からだづくり教室	1/ 6~ 3/23	土	10:00~11:15	25人	中級	筋力トレーニング・ストレッチ等	
第二	第二地区センター	たのしいヨガ教室	1/10~ 3/13	水	19:15~20:30	30人	初級	ヨガの基本動作等	
		柔・酸・筋教室	1/12~ 3/22	金		20人	中級	3人の指導者がストレッチ・リズム運動・筋トレを交代で指導	
第三	第三地区センター	アップ・UP体操教室	水曜日コース	1/10~ 3/13	水	13:30~14:45	45人	初級	ストレッチ・リズム運動等
				木曜日コース	1/11~ 3/14	木	45人	初~中級	
大平	大平地区センター	アップ・UP体操教室	1/10~ 3/13	水	13:30~14:45	30人	初級	ストレッチ・リズム運動等	
静浦	静浦地区センター	アップ・UP体操教室	1/12~ 3/22	金	13:30~14:45	40人	初級	ストレッチ・リズム運動等	
									男性健康づくり教室
内浦	内浦地区センター	からだのととのえ運動教室	1/12~ 3/22	金	10:00~11:15	40人	初級	ロコモ予防トレーニング等	
戸田	戸田B&G海洋センター	アップ・UP体操教室	1/12~ 3/22	金	13:30~14:45	50人	初級	ストレッチ・リズム運動等	