

# 4 救急協力医

4月15日(日)～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** <http://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
4月 15日(日) あそろクリニック 929-7575 筒井町 柿田川医院 973-3601 清水町柿田 裾野赤十字 992-0008 裾野市佐野	すずきファミリー 960-0333 一本松	守重医院 931-2511 我入道江川 西方外科 921-1333 共栄町	16日(月) 村岡クリニック 954-2000 大岡	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	駿東整形 922-8855 高沢町
17日(火) かとう内科医院 946-5562 大岡	杉谷小児科 923-6543 筒井町	青木整形 922-0521 高島町	18日(水) やぐちクリニック 973-3811 清水町伏見	田中医院 921-2053 高島町	おおしろクリニック 976-0027 清水町堂庭
19日(木) 森岡医院 962-1084 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	20日(金) 杉山(和)医院 972-3223 清水町伏見	坂小児科 931-3233 下香貫前原	関外科 921-2185 花園町
21日(土) 望星第一クリニック 922-0222 柳町	りゅうじん医院 988-3133 長泉町下土狩	ひがしおかクリニック 941-8269 清水町柿田	22日(日) 鬼頭クリニック 999-4810 長泉町本宿 杉山病院 963-4114 錦町 さくら胃腸科 994-1008 裾野市御宿	田中医院 921-2053 高島町	山本整形外科 989-8111 長泉町南一色 白石医院 951-4593 市道町
23日(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	24日(火) 杉山(茂)医院 992-0028 裾野市平松	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	守重医院 931-2511 我入道江川
25日(水) 清水館医院 993-2323 裾野市茶畑	大橋内科・小児科 992-2800 裾野市佐野	松原医院 962-1496 白銀町	26日(木) 清流クリニック 941-8688 清水町堂庭	西村医院 971-6510 長泉町下土狩	池田病院 986-1212 長泉町本宿
27日(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	萩野クリニック 966-7111 根古屋	28日(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
29日(日) ひがしおかクリニック 941-8269 清水町柿田 旭医院 966-0031 原	りゅうじん医院 988-3133 長泉町下土狩	東医院 921-5520 高沢町 遠藤クリニック 975-8801 清水町久米田	30日(月) あめみや内科 935-1159 吉田町 森医院 966-2017 石川 おぐち医院 992-6611 裾野市深良	杉谷小児科 923-6543 筒井町	静岡医療センター 975-2000 清水町長沢
5月 1日(火) 青沼クリニック 929-6205 大岡	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	駿東整形 922-8855 高沢町	2日(水) 小林内科医院 921-2165 米山町	西村医院 971-6510 長泉町下土狩	さくら胃腸科 994-1008 裾野市御宿
3日(木) かとう内科医院 946-5562 大岡 大沢医院 931-1019 御幸町 清水館医院 993-2323 裾野市茶畑	すずきファミリー 960-0333 一本松	市立病院 924-5100 東椎路	4日(金) きせがわ病院 952-8600 大岡 山谷医院 966-5333 青野 込宮クリニック 992-8686 裾野市茶畑	よざ小児科 967-5722 原	静岡医療センター 975-2000 清水町長沢 込宮クリニック 992-8686 裾野市茶畑
5日(土) 白石医院 951-4593 市道町 望星第一クリニック 922-0222 柳町 大坂屋クリニック 995-3100 裾野市佐野	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	耳鼻科 4月 15日(日) ながいずみ耳鼻咽喉科 939-8833 長泉町下土狩 30日(月) つちや耳鼻咽喉科 0545-30-8003 富士市厚原 5日(土) こたま耳鼻咽喉科 926-1333 庄栄町	22日(日) 三島中央病院 971-4133 三島市緑町	29日(日) 崎川耳鼻咽喉科 975-9131 清水町伏見 4日(土) 里和耳鼻咽喉科 0545-23-1133 富士市伝法
眼科 4月 15日(日) 聖隷沼津 952-1000 松下 30日(月) 本多眼科 931-1519 御幸町 5日(土) 本田さくら眼科 951-1365 大手町	22日(日) あいあい眼科 967-7715 原	29日(日) 関眼科胃腸科 975-2381 三島市東本町	産婦人科 4月 15日(日) かぬき岩端医院 932-8189 下香貫前原 30日(月) ごとうレディース 992-7111 裾野市伊豆島 5日(土) ごとうレディース 992-7111 裾野市伊豆島	5月 3日(水) 中ノ森眼科 921-3217 緑ヶ丘	4日(土) 静岡医療センター 975-2000 清水町長沢
歯科 4月 15日(日) おざわ歯科医院 951-2534 大岡 30日(月) きのした歯科クリニック 925-3381 岡宮 5日(土) パートナー歯科 951-1150 大岡	22日(日) 岡山デンタルクリニック 967-2322 西椎路	29日(日) 小野歯科医院 921-9053 高島町	5月 3日(水) あしたか歯科医院 939-8070 西椎路	4日(土) 片岡歯科医院 931-2009 下香貫入	

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  
 静岡県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  
 ご注意下さい。 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

## あしたかいきいきノルディック

愛鷹広域公園で自然を感じながら、ノルディックウォーキングを楽しみませんか。  
 とき 5月14日(月)、10時～12時  
 集合 愛鷹広域公園管理事務所  
 対象 市内に住む介護保険の認定を受けていないおおむね60歳以上で医師から運動を禁止されていない人  
 定員 40人(先着順)  
 申込方法 4月23日(月)、9時から電話で  
 ※ポールを無料で貸し出します。  
 ⑩長寿福祉課 ☎ 055-934-4866  
 ⑩愛鷹広域公園管理事務所 ☎ 055-924-8878

## 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29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  
 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24日(火)、9時から電話で  
 ⑩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ませんか。

とき	内容	インストラクター
5/14(月)、19:00～20:00	ディスコフィットネス	高木洋子
5/19(土)、15:00～16:00	ボディシェイプ(ボクシング+筋トレ)	MAR
5/22(火)、19:00～20:00	エアロビクス	キンセス麻知子
5/27(日)、15:00～16:00	ZUMBA(承認番号 2749)	矢島幹太
6/3(日)、16:30～17:30	ボクササイズ	木村アユ子

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)  
 定員 各50人(先着順)  
 参加料 各28円(保険料)  
 持ち物 飲み物、タオル、室内用の靴  
 申込方法 4月25日(火)、12時から電話で  
 ⑩千本プラザ ☎ 055-962-3313

## 第2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。

会場	開催日	時間	定員
片浜地区センター	6/5～7/12の火・木曜日	14:00～15:30	50人
原地区センター	6/6～7/13の水・金曜日	10:00～11:30	60人
サンウェルぬまづ	6/6～7/25の水・金曜日	14:00～15:30	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)

## いきいきシニアウォーク

ぬまづ観光ボランティアガイドによる案内を聞きながら、ウォーキングを楽しみませんか。  
 とき ①5月22日(火)、9時30分～12時(雨天の場合は23日(水)に延期)  
 ②5月29日(火)、9時30分～12時(雨天の場合は30日(水)に延期)  
 コース ①香貫山②千本浜公園  
 対象 市内に住む60歳以上の人  
 定員 各20人(先着順)  
 申込方法 4月24日(火)、9時から電話で  
 ※集合場所等の詳細は、参加者にお知らせします。  
 ⑩長寿福祉課 ☎ 055-934-4834

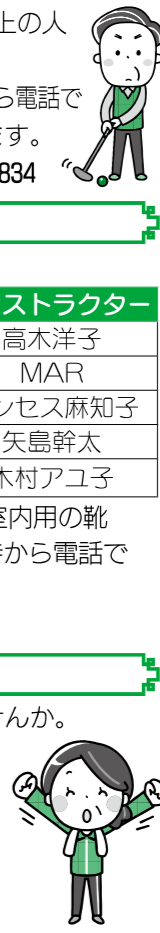
## グラウンド・ゴルフ教室～入門編～

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15日(火)・16日(水)、9時～12時(雨天の場合は翌日に延期)  
 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25日(火)、9時から電話で  
 ※クラブを無料で貸し出します。  
 ⑩長寿福祉課 ☎ 055-934-4834

lectures&classes  
**講座・教室**

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ご参加下さい。



⑩長寿福祉課  
 ☎ 055-934-4834