

5 救急協力医

5月15日(金)～6月5日(金)

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 |
|------------------|---|-----------------|---|--------------------|---|
| 5月 15(金) 杉山(和)医院 | 972-3223 清水町伏見 | りゅうじん医院 | 988-3133 長泉町下土狩 | 守重医院 | 931-2511 我入道江川 |
| 16(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 |
| 望月医院 | 931-5362 下香貫宮脇 | よざ小児科 | 967-5722 原 | 駿東整形 西方外科 | 922-8855 高沢町 921-1333 共栄町 |
| 17(日) 森本クリニック | 976-5221 長泉町竹原 | 清水館医院 | 993-2323 裾野市茶畑 | 香貫医院 | 931-2465 本郷町 |
| 18(月) 東名裾野病院 | 997-0200 裾野市御宿 | スキップこども | 992-6303 裾野市茶畑 | 白石医院 | 951-4593 市道町 |
| 19(火) 小林内科医院 | 921-2165 米山町 | 18時～ 三島メディカル | 972-0711 三島市南本町 | 鈴木(州)医院 | 993-0430 裾野市佐野 |
| 20(水) 小林医院 | 966-7700 今沢 | 杉谷小児科 | 923-6543 筒井町 | 池田病院 | 986-1212 長泉町本宿 |
| 21(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 | 関外科 | 921-2185 花園町 |
| 22(金) いずみクリニック | 993-4760 裾野市茶畑 | すずきファミリー | 960-0333 一本松 | おもしろクリニック | 976-0027 清水町堂庭 |
| 23(土) 大橋内科・小児科 | 992-2800 裾野市佐野 | 田中医院 | 921-2053 高島町 | 東医院 | 921-5520 高沢町 |
| やくちクリニック | 973-3811 清水町伏見 | 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 |
| 24(日) おおい医院 | 922-8886 北高島町 | よざ小児科 | 967-5722 原 | こんどうクリニック | 925-2420 岡宮 |
| 新井クリニック | 992-0811 裾野市久根 | 18時～ 三島メディカル | 972-0711 三島市南本町 | ひがしおかクリニック | 941-8269 清水町柿田 |
| 25(月) かとう内科医院 | 946-5562 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 |
| 26(火) 高田クリニック | 962-1410 仲町 | 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 |
| 27(水) きせがわ病院 | 952-8600 大岡 | 大橋内科・小児科 | 992-2800 裾野市佐野 | 金元整形 | 924-0112 松長 |
| 28(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 | 瀬尾記念慶友 | 935-1511 下香貫島郷 |
| 29(金) 本村クリニック | 969-0001 大塚 | 白十字小児科 | 933-5111 下香貫馬場 | 遠藤クリニック | 975-8801 清水町久米田 |
| 30(土) 杉山病院 | 963-4114 錦町 | おぐち医院 | 992-6611 裾野市深良 | 大沢医院 | 931-1019 御幸町 |
| 柿田川医院 | 973-3601 清水町柿田 | 旭医院 | 966-0031 原 | 田沢医院 | 962-1205 大手町 |
| 31(日) 大沢医院 | 931-1019 御幸町 | 2(火) 青沼クリニック | 929-6205 大岡 | 大沢クリニック | 929-1313 若葉町 |
| おぐち医院 | 992-6611 裾野市深良 | 3(水) 高遠内科クリニック | 926-8739 東椎路 | 松原医院 | 962-1496 白銀町 |
| 6月 1(月) 旭医院 | 966-0031 原 | 4(木) 武藤医院 | 931-0088 三園町 | 池田病院 | 986-1212 長泉町本宿 |
| 2(火) 青沼クリニック | 929-6205 大岡 | 5(金) 花クリニック | 987-9145 長泉町下土狩 | 清水館医院 | 993-2323 裾野市茶畑 |
| 3(水) 高遠内科クリニック | 926-8739 東椎路 | 耳鼻科 | 17(日) さわたの森耳鼻咽喉科 | 929-8787 西沢田 | 24(日) 里和耳鼻咽喉科 |
| 4(木) 武藤医院 | 931-0088 三園町 | 8時～17時 | 24(日) 里和耳鼻咽喉科 | 0545-23-1133 富士市伝法 | 31(日) こたま耳鼻咽喉科 |
| 5(金) 花クリニック | 987-9145 長泉町下土狩 | 24(日) 渡辺歯科医院 | 921-0541 花園町 | 31(日) 石田歯科医院 | 922-3990 岡一色 |
| 5月 耳鼻科 | 8時～17時 | 眼科 | 8時～17時 | 産婦人科 | 8時～17時 |
| 17(日) さわたの森耳鼻咽喉科 | 929-8787 西沢田 | 17(日) 本多眼科 | 931-1519 御幸町 | 17(日) いながきレディース | 926-1709 宮前町 |
| 24(日) 里和耳鼻咽喉科 | 0545-23-1133 富士市伝法 | 24(日) 関眼科胃腸科 | 975-2381 三島市東本町 | 24(日) 井関マタニティ | 952-4103 八幡町 |
| 31(日) こたま耳鼻咽喉科 | 926-1333 庄栄町 | 31(日) 瀬尾眼科 | 933-9900 市場町 | 31(日) 関谷レディース | 968-6611 西椎路 |
| 5月 産婦人科 | 8時～17時 | 歯科 | 8時～17時 | | |
| 17(日) いながきレディース | 926-1709 宮前町 | 17(日) 敬愛歯科医院 | 931-0100 下香貫下陣子 | | |
| 24(日) 井関マタニティ | 952-4103 八幡町 | 24(日) 渡辺歯科医院 | 921-0541 花園町 | | |
| 31(日) 関谷レディース | 968-6611 西椎路 | 31(日) 石田歯科医院 | 922-3990 岡一色 | | |

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 <small>ご注意ください。</small> 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

お知らせ



5月31日は世界禁煙デー 5月31日から6月6日までは禁煙週間です

望まない受動喫煙を防止するため、これまで段階的に施行されていた改正健康増進法が4月から全面施行され、多くの施設において原則屋内が禁煙となりました。喫煙により喫煙者本人だけでなく、家族や職場と一緒に過ごす人も、がんや虚血性心疾患、乳幼児突然死症候群等のリスクが高まることが報告されています。

たばこをやめられないのは意志の弱さではなく、ニコチンによる強い依存性が原因です。保健センターの禁煙相談では「あなたにあった禁煙方法」を一緒に考え、サポートします。ひとりで禁煙するよりもサポートを受けながら禁煙を目指してみませんか。



歯と口の健康週間 6月4日から6月10日までは歯と口の健康週間です

日本人の大人の約80%が歯周病にかかっているとされています。歯周病はお口の中だけでなく、全身の病気につながります。毎日の丁寧な歯みがきと、定期的な歯科検診で歯周病を予防しましょう。



「ぬまづ健康マイレージ」で健康に！お得に！

健康づくりのきっかけに、自分のライフスタイルにあわせたメニューで「健康」と「お得」を楽しく手に入れましょう！

●ぬまづ健康マイレージとは

食事・運動・健診など、自分ができる健康づくりにチャレンジし、ポイントをためます。30ポイントたまったら「ふじのくに健康いきいきカード」と交換することで協力店で様々な特典を受けられるお得な制度です。

対象 市内に住むか、通勤・通学する人
 期間 6月1日(月)～令和3年2月26日(金)
 ※詳細は、市ホームページをご覧ください。

広報ぬまづ 検索

●ぬまづ健康マイレージの流れ

①ポイントシートをゲット！

保健センターや市民体育館等で入手できるほか、市ホームページでもダウンロードできます。

②実践し、ポイントをためる！

4つの健康メニューの中から自分にあったものを選んで実践し、30ポイントためましょう。

③「ふじのくに健康いきいきカード」と交換！

県内約1100店舗で、飲食代の割引など様々な特典を受けられます。

④達成者の中から抽選で景品をプレゼント！

沼津の特産物が当たるかも!? 今年はペア宿泊券も加わりました！



特定健診・がん検診などを受けよう！
 今年の沼津市健康診査が6月15日(月)から始まります

健診期間：6月15日(月)～10月31日(土)

対象者には「沼津市健康診査受診券」を6月上旬に発送します。受診券が届かない人で受診を希望する場合は、保健センターまでご連絡下さい。新型コロナウイルス感染症拡大の状況により、健診内容が変更(延期または中止)になる可能性があります。

※詳細は、広報ぬまづ6月1日号と同時配布の「特定健診・がん検診のご案内」または、市ホームページをご覧ください。

広報ぬまづ 検索

◆対象年齢の女性に子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券を発送します

がんは早期発見・早期治療で治る可能性が高くなります。早期発見のためには定期的ながん検診を受診することが必要です。市ではがんに関する正しい知識の普及と検診の受診促進を図るために、下記の対象者に、6月上旬に無料クーポン券を発送します。転入等でクーポン券が届かない場合は、保健センターまでご連絡下さい。

子宮頸がん検診(頸部のみ)

| 年齢 | 生年月日 |
|-----|---------------------|
| 21歳 | 平成11年4月2日～平成12年4月1日 |

乳がん検診(マンモグラフィ検査)

| 年齢 | 生年月日 |
|-----|---------------------|
| 41歳 | 昭和54年4月2日～昭和55年4月1日 |



健康づくり課 (保健センター)

☎055-951-3480