

5 救急協力医

5月15日(水)~6月5日(水)

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(水) 富士クリニック	932-3553 下香貫藤井原	みらいえ	924-1111 高島本町	沼津大山クリニック	954-2274 大手町
16(木) あそろクリニック	929-7575 筒井町	西村医院	971-6510 長泉町下土狩	池田病院	986-1212 長泉町本宿
17(金) つかだ医院	983-1577 清水町堂庭	田中医院	921-2053 高島町	桑名眼科脳神経	975-2200 清水町久米田
18(土) 池田病院	986-1212 長泉町本宿	ウィンザークリニック	050-3145-1236 三島市谷田	池田病院	986-1212 長泉町本宿
白石医院	951-4593 市道町				
19(日) 鬼頭クリニック	999-4810 長泉町本宿	まるやま小児科	981-8577 清水町堂庭	山本整形外科	989-8111 長泉町南一色
清水館医院	993-2323 裾野市茶畑			まのクリニック	935-1515 下香貫塩満
20(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	東医院	921-5520 高沢町
21(火) 大沢医院	931-1019 御幸町	18時~ 三島メディカル	972-0711 三島市南本町	こんどうクリニック	925-2420 岡宮
22(水) 望月医院	931-5362 下香貫宮脇	杉谷小児科	923-6543 筒井町	おおしろクリニック	976-0027 清水町堂庭
23(木) あきやまクリニック	986-6000 長泉町下土狩	すずきファミリー	960-0333 一本松	池田病院	986-1212 長泉町本宿
24(金) ベッククリニック	921-1300 西沢田	白十字小児科	933-5111 下香貫馬場	関外科	921-2185 花園町
25(土) さとやま整形外科内科	939-8031 東原	大橋内科・小児科	992-2800 裾野市佐野	さとやま整形外科内科	939-8031 東原
武藤医院	931-0088 三園町				
26(日) いしざき脳神経内科	989-1919 長泉町納米里	スキップこども	992-6303 裾野市茶畑	駿東整形	922-8855 高沢町
大庭クリニック	995-1123 裾野市佐野			五十嵐クリニック	934-6700 志下
27(月) いずみクリニック	993-4760 裾野市茶畑	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
28(火) 森岡医院	962-1084 大岡	18時~ 三島メディカル	972-0711 三島市南本町	大沢医院	931-1019 御幸町
29(水) 葉袋クリニック	933-0148 清水町徳倉	まるやま小児科	981-8577 清水町堂庭	小野医院	951-6213 真砂町
30(木) 南一色セントラル	980-5777 長泉町南一色	よざ小児科	967-5722 原	池田病院	986-1212 長泉町本宿
31(金) 森医院	966-2017 石川	白十字小児科	933-5111 下香貫馬場	沼津整形	921-3791 共栄町
6月 1(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
田沢医院	962-1205 大手町				
2(日) ベック・クリニック	921-1300 西沢田	西村医院	971-6510 長泉町下土狩	守重医院	931-2511 我入道江川
さくら胃腸科	994-1008 裾野市御宿			白石医院	951-4593 市道町
3(月) 旭医院	966-0031 原	すずきファミリー	960-0333 一本松	田沢医院	962-1205 大手町
4(火) 青沼クリニック	929-6205 大岡	18時~ 三島メディカル	972-0711 三島市南本町	青木整形	922-0521 高島町
5(水) 高田クリニック	962-1410 仲町	杉谷小児科	923-6543 筒井町	松原医院	962-1496 白銀町
耳鼻科	5月 19(日) アミクリニック 981-3341 清水町長沢	26(日) しんふじ耳鼻咽喉科	0545-65-0600 富士市川成新町	6月 2(日) 崎川耳鼻咽喉科	975-9131 清水町伏見
眼科	5月 19(日) むらまつ眼科 993-8855 裾野市深良	26(日) 山秋眼科	924-4680 筒井町	6月 2(日) 本多眼科	931-1519 御幸町
産婦人科	5月 19(日) かやま産婦人科 997-3551 裾野市岩波	26(日) 中島産婦人科	0545-51-4188 富士市青島町	6月 2(日) いながきレディース	926-1709 宮前町
歯科	5月 19(日) 鈴木歯科クリニック 934-1111 志下	26(日) がやぎデンタルクリニック	924-2550 寿町	6月 2(日) 古屋歯科医院	933-4435 下香貫藤井原

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

ご自分の体力に合わせて受講できる、様々なチャレンジ運動講座
をご用意しました。この機会に身体を動かしてリフレッシュし
ませんか。



対 象 市内に住むか通勤・通学する18歳以上の人(高校生を除く)

定 員 各24人(先着順)

参加料 各350円

持ち物 飲み物、タオル

申込方法 5月27日(月)、12時30分から市ホームページにある専用フォームで

※自身で傷害保険に加入の上、参加してください。

※詳細は、受講決定の通知メールをご確認ください。



ホームページ

気軽にできますよ!



講座名	と き	と ころ	内 容	運動 レベル
① 貯金運動	6/ 4(火) 19:15~20:15	第三地区 センター	セラバンドを使って体幹筋群の 強化	初級
② あなたの姿勢 大丈夫?	6/ 6(木) 19:15~20:15	金岡地区 センター	自分の姿勢を把握し、ストレッチ チローラーを使って姿勢改善	初級~ 中級
③ チベット体操	6/ 8(土) 10:00~11:00	第二地区 センター	ヨガの7つの動きを取り入れた 体操で代謝アップ	初級
④ ビギナーステップ	6/12(水) 19:15~20:15	門池地区 センター	音楽に合わせてステップ台エク ササイズ	初級
⑤ アロマリラックス ヨガ	6/14(金) 10:00~11:00	愛鷹地区 センター	アロマの香りを感じながら、心 も身体もリラックスするヨガ	初級
⑥ 初めてピラティス レッスン	6/14(金) 19:15~20:15	大岡地区 センター	インナーマッスルを鍛え太りに くい体や体の不調を解消	初級
⑦ 代謝も上がり痩せ やすくなるヨガ	6/18(火) 19:15~20:15	第五地区 センター	関節の可動域を広げて代謝を上 げ、動きやすく痩せやすい身体 づくり	初級~ 中級
⑧ ピラティス	6/21(金) 19:15~20:15	第一地区 センター	ゴムニクボールを使って腰痛予 防運動	初級~ 中級
⑨ クロスポイント	6/26(水) 19:15~20:15	静浦地区 センター	複数の交わる筋肉の交差点を刺 激してインナーマッスルを目覚 めさせる運動	初級
⑩ 脂肪燃焼ボディ メイク	6/29(土) 10:00~11:00	原地区 センター	夏に向けてカッコイイ、引き締 まった体づくりをしましょう	初級~ 中級

運動不足を解消!始めてみませんか 6月気軽にチャレンジ運動講座



ⓂⓂウイスポーツ課

☎055-934-4893