

2024年
11 救急協力医
11月1日(金)~20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	小児科	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	平日 17時~21時 土曜日 12時~18時 日曜日、祝休日 8時~18時	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 1(金) 御成橋栄クリニック 952-2525 八幡町	杉谷小児科 923-6543 筒井町	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	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
3(祝) 森岡医院 962-1084 大岡 田沢医院 962-1205 大手町 高桑医院 997-0486 裾野市岩波	すずきファミリー 960-0333 一本松	山本整形外科内科 989-8111 長泉町南一色 酒井医院 966-1755 今沢
4(休) とりいクリニック 960-8007 杉崎町 旭医院 966-0031 原 おぐち医院 992-6611 裾野市深良	9時~ 三島メディカル 972-0711 三島市南本町	遠藤クリニック 975-8801 清水町久米田 つばきクリニック 955-4600 長泉町中土狩
5(火) やぐちクリニック 973-3811 清水町伏見	18時~ 三島メディカル 972-0711 三島市南本町	駿東整形 922-8855 高沢町
6(水) 新井クリニック 992-0811 裾野市久根	田中医院 921-2053 高島町	さくら胃腸科 994-1008 裾野市御宿
7(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
8(金) スマイルクリニック 957-2510 長泉町中土狩	スキップこども 992-6303 裾野市茶畑	山本整形外科 989-8111 長泉町南一色
9(土) 沼津ハピリテーション 931-1911 上香貫麓ケ原	よざ小児科 967-5722 原	聖隷沼津 952-1000 松下
10(日) 高田クリニック 962-1410 仲町 境医院 975-8021 長泉町竹原 大橋内科・小児科 992-2800 裾野市佐野	大橋内科・小児科 992-2800 裾野市佐野	駿東整形 922-8855 高沢町 五十嵐クリニック 934-6700 志下
11(月) あめみや内科 935-1159 吉田町	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	田沢医院 962-1205 大手町
12(火) かとう内科医院 946-5562 大岡	みらいえ 924-1111 高島本町	西方外科 921-1333 共栄町
13(水) 葉袋クリニック 933-0148 清水町徳倉	杉谷小児科 923-6543 筒井町	白石医院 951-4593 市道町
14(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
15(金) 鬼頭クリニック 999-4810 長泉町本宿	すずきファミリー 960-0333 一本松	守重医院 931-2511 我入道江川
16(土) 沼津はまゆう病院 963-4114 錦町	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
17(日) 武藤医院 931-0088 三園町 村岡クリニック 954-2000 大岡 鈴木(州)医院 993-0430 裾野市佐野	田中医院 921-2053 高島町	鈴木(州)医院 993-0430 裾野市佐野 ひがしおかクリニック 941-8269 清水町柿田
18(月) つかだ医院 983-1577 清水町堂庭	よざ小児科 967-5722 原	桑名眼科脳神経 975-2200 清水町久米田
19(火) 清流クリニック 941-8688 清水町堂庭	18時~ 三島メディカル 972-0711 三島市南本町	遠藤クリニック 975-8801 清水町久米田
20(水) つばきクリニック 955-4600 長泉町中土狩	みらいえ 924-1111 高島本町	えがわ医院 921-5148 高島本町
耳鼻科 11月 3(祝) さわだの耳鼻咽喉科 929-8787 西沢田	4(休) サイラクリニック 935-1133 市場町	10(日) 田中耳鼻咽喉科 975-0226 三島市中央町
8時~17時 17(日) つりた耳鼻咽喉科 927-3387 宮前町		
眼科 11月 3(祝) 吉村眼科内科 984-1333 三島市長伏	4(休) 本田さくら眼科 951-1365 大手町	10(日) 小野眼科 929-1881 高島町
8時~17時 17(日) 矢田眼科 962-2006 三枚橋町		
産婦人科 11月 3(祝) 島田産婦人科 972-6100 清水町伏見	4(休) 中島産婦人科 0545-51-4188 富士市青島町	10(日) 岩端医院 962-1368 大手町
8時~17時 17(日) 聖隷沼津 952-1000 松下		
歯科 11月 3(祝) ミノベ歯科医院 951-0299 大手町	4(休) 矢田歯科医院 931-0157 御幸町	10(日) 旭歯科医院 962-2521 末広町
8時~17時 17(日) ヤマデンタルオフィス 954-3322 大手町		

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
厚生労働省医療情報ネット ☎ 0570-000-692

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

いろいろ選べる! 気軽にチャレンジ! 運動講座

講座名	とき	曜日	ところ	内容	レベル
① ポールウォーク&エクササイズ	11/20 27	水	第三地区センター	ノルディックポールを使ったウォーク&エクササイズで姿勢バランスアップ	初級
② 体の不調を整えるピラティス	11/20 27	水	浮島地区センター	肩こり、腰痛、ひざ痛解消ピラティス	初級~中級
③ 身体の歪みを知り整えましょう	11/21 28	木	戸田B&G海洋センター	操体法で身体の歪みを知り整えて、筋力トレーニングで強化	初級~中級
④ 筋力向上エクササイズ	11/21 28	木	門池地区センター	セラバンドを使って全身トレーニング	初級~中級
⑤ フローピラティス	11/22 29	金	第五地区センター	ピラティスの動きを流れるように行い、心身ともにリフレッシュ	初級
⑥ ボクシングエクササイズ	12/3 10	火	金岡地区センター	簡単なボクシングエクササイズで楽しく体を動かす	中級
⑦ 自分の姿勢に気づこう	12/3 10	火	片浜地区センター	気づいた時に整える姿勢づくり	初級~中級
⑧ DISCO WORLD	12/4 11	水	大平地区センター	70・80年代のディスコソングで楽しく踊ろう	中級
⑨ シンプルダンスエクササイズ	12/5 12	木	第二地区センター	誰でも楽しめる効果的なダンスエクササイズ	初級~中級
⑩ 姿勢改善コアトレーニング	12/6 13	金	原地区センター	ストレッチ用ポールを使い、姿勢を整えインナーマッスルを強化	初級~中級

時間 ①③⑥10時~11時
②④⑤⑦⑧⑨⑩19時15分~20時15分
参加料 各700円
申込方法 11月11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
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) ※傷害保険に加入の上、参加してください。

☎ウイズスポーツ課 ☎055-934-4893

香陵アリーナスポーツ教室 みんなで楽しもう! 柔道教室

とき 12月3日~令和7年3月28日の火・金曜日(全25回)、18時30分~20時
ところ 香陵アリーナ武道場
内容 基礎体づくり、受け身、乱取り他
対象 市内に住むか、通勤・通学する満5歳以上の初心者
定員 20人(申込多数の場合は抽選)
参加料 7,500円
持ち物 飲み物、タオル、運動のできる服装
申込方法 ①11月13日(水)までに往復はがきに右記を明記して郵送(必着)
②11月1日(金)、10時~13日(水)、21時に専用フォームで

※専用フォームで申し込む人は、参加可否の案内メール(@shisetsu-form.mizuno.jp)を受信可能にしてください。

往復はがき記入内容

往信 〒410-0832 沼津市御幸町15-1 香陵アリーナ 行	※何も記入しないでください。
返信 郵便番号	①柔道教室 ②氏名(ふりがな) ③生年月日 ④性別 ⑤年齢 ⑥住所 ⑦電話番号
あなたの住所 あなたの名前	

※参加の可否及び参加料納入については、11月19日(火)以降にご案内します。
※医師から運動を禁止されている人は参加できません。
※傷害保険に加入の上、参加してください。

☎香陵アリーナ ☎055-928-5231

lectures&classes
講座・教室

季節の変わり目も体を動かして健康に!
すずき沼津のスポーツ教室



☎ウイズスポーツ課
☎055-934-4893